

# دراسة تنبؤية في انجاز مسابقة الوثب والركض بألعاب القوى بدلالة القوة العضلية والحس حركية لعضلات الرجلين

الباحثان

سجاد سليم مراد

حسن جعفر كاظم

بإشراف

أ.د. رحيم رويح الصافي

اهداف البحث:

- 1- التعرف على العلاقة الارتباطية بين القدرات الحس حركية والبدنية لعضلات الرجلين في انجاز فعاليات الوثب والركض بألعاب القوى.
- 2- التعرف على نسبة مساهمة القدرات الحس حركية والبدنية لعضلات الرجلين في إنجاز بعض فعاليات الوثب والركض بألعاب القوى.

فروض البحث:

- 1- هناك علاقة ارتباط ايجابية بين القدرات الحس حركية والبدنية لعضلات الرجلين في إنجاز بعض فعاليات الوثب والركض بألعاب القوى.

مجتمع وعينة البحث:

يتألف مجتمع البحث من لاعبي بعض ألعاب القوى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية، قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث البالغ عددهم (٥٠) طالب يمثلون أربع مراحل دراسية وبمعدل (١٠) لاعبين لكل فعالية مبحوثة.

## جدول يبين علاقة انجاز الوثب الطويل مع القدرتين البدنية والحسية الحركية

| ت  | المتغيرات             | معامل الارتباط | معامل التعيين نسبة المساهمة | معامل الاغتراب | نسبة الثقة معامل الارتباط | قيمة F المحسوبة | دلالة معنوية الارتباط |
|----|-----------------------|----------------|-----------------------------|----------------|---------------------------|-----------------|-----------------------|
| ١- | الإحساس بالقوة        | 0.890          | 0.825                       | 0.437          | 0.753                     | 12.340          | معنوي                 |
| ٢- | القوة المميزة بالسرعة | 0.879          | 0.772                       | 0.327          | 0.663                     | 10.246          | معنوي                 |

### الاستنتاجات:

في ضوء ما اسفرت عنه التحليلات الاحصائية للدراسة ثم استنتاج ما يلي:

- ١- وجود علاقة ارتباط حقيقية بين القدرات الحسية الحركية المبحوثة (قوة، زمن، مسافة) وانجاز فعاليات العاب القوى قيد الدراسة.
- ٢- وجود علاقة ارتباط حقيقية بين القدرتين الحسية والبدنية معاً المبحوثة وانجاز فعاليات ألعاب القوى.
- ٣- هناك نسبة مساهمة عالية وإمكانية التنبؤ بانجاز فعاليات العاب القوى المبحوثة من خلال القدرات الحسية الحركية والبدنية قيد الدراسة.

### التوصيات:

من خلال ما تقدم عرضه وتحليله ومناقشته للنتائج يوصي الباحث:

- ١- بناء برامج تدريبية على أساس القدرات الحسية في تطوير الإنجاز.
- ٢- رفع كفاءة القدرات البدنية في ضوء تحسين القدرات الحسية وبها تطوير القدرة الحركية لأداء متطلبات الفعالية وصولاً للإنجاز.