

نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات البدنية في اداء مهارة الضربة الامامية بالتنس الارضي

ملخص البحث

بنين عبد الهادي

سحر عبد الرحيم فليح

بإشراف أ.د حنان عدنان عبوب

تعد الاختبارات والمقاييس احدى الوسائل العلمية الضرورية في مجال التربية الرياضية لما لها من دور بارز في عملية التخطيط السليم واستمرار التقدم فالاختبار الموضوعي والقياس العلمي الدقيق لهما الدور الكبير في إعطاء المؤشر الحقيقي لما يمتلكه الطالب من قياسات جسمية وقدرات بدنية ومهارية وخطوية في لعبة التنس بصورة خاصة ، أذ ان توفر مثل تلك الشروط او المؤشرات التي تقلل وتدارك الأخطاء والسلبات مما يجعلها ادوات دقيقة تساعد القائمين على عملية الاختبار إلى التوصل الى أهدافهم , اذ ان التقييم باستخدام ادوات القياس الموضوعية والعلمية تختلف نتائجها كليا عن استخدام وسائل عادة ما تخضع للتحيز الشخصي والذاتي ، ان عملية تقويم القياسات الجسمية والأداء البدني الخاص في هذا النوع من الرياضات يحظى بأهمية كبيرة ، فهو بشكل عام يعد وسيلة فعالة في تحديد مدى فاعلية ونجاح المناهج المستخدمة في عمليات التدريب ، وان الوصول الى المستويات الرياضية الجيدة يتطلب الحصول على المعلومات الكاملة والدقيقة للكثير من المتغيرات التي يعتمد عليها النشاط الرياضي فالقياسات الجسمية من العوامل المهمة والاساسية لممارسة النشاط الرياضي اذ تساعد تلك القياسات في اداء الحركات المختلفة وعليه فإن القياسات الجسمية تمثل احد الخصائص التي تؤخذ في نظر الاعتبار عند اختيار وانتقاء الطالب في جميع الفعاليات والالعاب الرياضية . وان الاعداد البدني هو احد الاسس المهمة للنجاح في الالعاب الفردية اذ تهدف الى عملية تنمية القدرات البدنية الضرورية التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بعملية تنمية اي مهارة حركية للطالب وانه لا يستطيع اتقان المهارات الحركية الاساسية في حالة افتقاره الى القدرات البدنية الضرورية وتعد القدرات البدنية المكون الاساسي الذي تبنى عليه بقية المكونات اللازمة للوصول الى المستويات الرياضية العالية في الالعاب والفعاليات الرياضية كافة، فتدريب القدرات البدنية مهم جداً ومن العوامل الفعالة في تحسين مستوى الاداء الرياضي، وان المهارات الحركية لا تتحقق الا في وجود القدرات البدنية فكلما تحسنت هذه القدرات كلما ارتفع مستوى هذا الأداء المهارى ، فالضربات الامامية في التنس الارضي تعتبر من أهم الضربات الموجودة وأكثرها انتشاراً في لعبة التنس الارضي، حيث أنها تتميز بسهولة ممارستها بالنسبة للضربات الثانية، ونسبةً إلى ذلك يجب على الطالب أن يقوم بتعلمها بصورة جيدة والتحكم فيها . لذا يجب التعرف على اهم القياسات والقدرات التي تساعد

على اداء مهارة الضربة الامامية بشكل صحيح ومضبوط وتكمن مشكلة البحث في الاجابة على التساؤلات الاتية وهي ماهي القياسات الجسمية والقدرات البدنية الاكثر اهمية وكذلك نسبه مساهمتها عند اداء الضربة الامامية بالتنس الارضي اما هدف البحث هو التعرف على نسبة مساهمة اهم القياسات الجسمية والقدرات البدنية في اداء مهارة الضربة الامامية بالتنس الارضي اما مجالات البحث فقد اشتمله على المجال البشري وهم طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى اما المجال المكاني قاعات وساحات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية جامعة ديالى اما المجال الزماني العام الدراسي ٢٠٢١-٢٠٢٢ اما الباب الثاني فقد اشتمل على الدراسات النظرية تعاريف القياسات الجسمية واهميتها والتعرف على القدرات البدنية ومكوناته اما الباب الثالث فقد تضمن منهج البحث وتم الاعتماد على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية اما مجتمع البحث وهم طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى وعددهم ٤٣ طالبة وتم سحب عينة البحث وعددهم ٣١ طالبة وبنسبة ٧٢٪ من مجتمع البحث وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية القرعة اما الباب الرابع فقد تم عرض عدة جداول لاستخراج مصفوفة الارتباطات وكذلك نسبة المساهمة من جدول الانحدار المتعدد بطريقة inter اما الباب الخامس فقد تضمن الاستنتاجات واهمها يعتبر قياس الوزن الطول الكلي وطول الذراع طول الجذع من الأوجه الفعالة للقياسات الجسمية والهامة التي يعتمد عليها تحقيق الأداء المهاري للضربة الامامية بالتنس الأرضي تعتبر صفة القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة من الأوجه الفعالة للقوة العضلية ومن القدرات البدنية الأساسية والهامة التي يعتمد عليها تحقيق الأداء المهاري للضربة الامامية بالتنس الأرضي اما التوصيات فقد تضمنت التركيز على اهتمام المدربين بتطوير مظاهر القوة بصورة عامة وأنواع القوة الخاصة بكل فعالية في مجال التدريب لتحسين مستوى الأداء نحو الأفضل. ضرورة اهتمام العاملين في مجال التعليم والتدريب في رياضة التنس الأرضي بتنمية أنواع القوة العضلية والتركيز عليها في المناهج التدريسية والبرامج التدريبية نظراً لمساهمتها الايجابية في تحسين الأداء الفني. الاهتمام بالقياسات الجسمية التي ساهمة بشكل كبير في أداء مهارة الضربة الامامية بالتنس الارضي