الفصـــــل الأول

المقدمة ومشكلة الدراسة

أولاً : المقدمة ومشكلة الدراسة

ثانياً : هدف الدراسة

ثالثاً : فروض الدراسة

obeikandi.com

أولاً : المقدمة ومشكلة الدراسة

إن الإهتمام المستمر بمستوى الرياضة فى الدول المتقدمة يلقى عبئاً على الدارسين والمدربين وكل المهتمين بالرياضة للإسترشاد بما يتم تنفيذه من إجراءات علمية خاصة بالتخطيط الجيد والإعداد السليم، واتباع الأسس العلمية فى العملية التدريبية للإرتقاء بالمستوى البدنى والمهارى للاعبين. (٨: ٣)

ويتجه البحث العلمى إلي حل المشكلات المرتبطة بالأداء المهارى بهدف الوصول بالرياضى للأداء الأمثل مستخدماً الأساليب العلمية التى تسهم في تحليل الحركة الرياضية وتطويرها فى ضوء استعدادات وقدرات الرياضيين، لذا أصبح من الضرورى استخدام تطبيقات القواعد الميكانيكية للوصول الي أفضل أداء حركى من خلال التعرف على اللحظات الزمنية لكل أداء، تلك اللحظات التي تتطلب انتاج أكبر قوة بأقصى سرعة كهدف ميكانيكى أساسى، الأمر الذى يتيح فرصة توجيه العملية التدريبية طبقاً للتركيب الديناميكى للمهارة. (٣٠: ٢٥١)

ويشير أنطونيو سيشيللا Antonio Cicchella (٢٠٠٩) الى أن عملية الفهم المبنية على التحليل الوصفى للمتغيرات البيوميكانيكية للأداء الحركى فى النشاط الرياضى الممارس تعتبر أساساً لبناء عملية التدريب الرياضى. (٥١: ٤١)

ويذكر بارهوم Barhom (١٩٨٨) أن دراسة المتغيرات البيوميكانيكية من أهم محددات الأداء المهارى، ويتبلور هذا البعد فى المنهج الواضح للتحليل البيوميكانيكى المتميز بالموضوعيه لاعتماده على أساليب موضوعية من قياس للمسافات والأزمنة والسرعات والعجلات، والزوايا المؤثرة فى شكل رقمى مما يرفع من موضوعيتها وصدقها فى التقييم. (٣٩: ٣)

فالتحليل البيوميكانيكى يؤدى الى الحصول على تقدير كمى دقيق للمتغيرات الميكانيكية عن طريق رقم يدل على مقدار مانمتلكه اللاعبة من هذا المتغير وأن هذا الرقم ليس له معنى أو دلالة محددة بهذا الشكل المجرد الذى يكون عليه الا فى ظل دراسته بشكل كلى مترابط على ضوء المواصفات الفنية للأداء المحددة من قبل الإتحاد الدولى. (٤١: ٩٧)

وبالرغم مما يتميز به الأداء من صعوبات نابعة من تعقد المتغيرات وتركيب العوامل، ونتيجة لهذه الصعوبات ظهرت الحاجة لاستخدام الوسائل والأساليب التكنولوجية الحديثة فى قياس المتغيرات ومعالجة البيانات الخاصة بالأداء المهارى للوصول الى المستويات العالية فى الانجاز. (١٣: ٣٦٨) (٣٣: ٨٠)

وقد أدى التطور التكنولوجى والثورة المعلوماتية الى تحديث نظم التحكم الآلى فى البيانات الخاصة بالتحليل بجهاز الحاسب الآلى من خلال الدقة فى معالجة البيانات، وأن ارتباط القياسات سواء كانت كينماتيكية والتى تشمل ظواهر الحركة وهى (الزمن- المسافة- السرعة- العجلة) أو قياس القوى الداخلية والخارجية كان له الأثر الأكبر فى تطوير نظم القياس. ولذلك يعتبر استخدام الحاسب الآلى خلال عملية التحليل الحركى هو قمة الدقة فى السيطرة الالكترونية على البيانات والمعلومات الخاصة بالتوصيف الكمى للمهارة الرياضية. (٢٠: ٣١، ٣٤)

واحتلت اجهزة التصوير بالفيديو المرتبة الأولى فى التحليل البيوميكانيكى، فيمكن الحصول على صورة رقمية كاملة وبيانية مباشرة بأقل مجهود ممكن وفى زمن لا يتعدى ٢٠ ثانية. مما

يسمح بالاسهام الصحيح فى تحسين التكنيك الرياضى عن طريق تصحيحه وتطويره وفقا لأحدث النظريات العلمية للتدريب الرياضى. (٤٢: ١٥) (٤٨: ٢٣٢) (٥٠: ٢٥)

وبالرغم من زيادة شعبية رياضة الجمباز الإيقاعى، ووصول مستوى أداء لاعباتها الي قمة الاتقان والكمال المهارى والبدني نتيجة لتطور أساليب التدريب وادخال التقنيات الحديثة في العملية التدريبية، الا أن التحليل البيوميكانيكى لمهارات تلك الرياضة ما زال حقلا جديدا لم يستكشف بدرجه كافية بعد، ويتضح ذلك فى نقص دراسات التحليل البيوميكانيكى لمهارات الجمباز الإيقاعى عامة ومهارات المرونة خاصة. ويشكل هذا صعوبة كبيرة لغالبية المدربين عند تحليل الأداء المهارى. (٤٦: ١٣،٢٠) (٤٧: ٤١٦) (٥١: ٤١)

والجمباز الإيقاعى رياضة تنافسية تؤدى بصورة فردية أو جماعية حيث يتميز الأداء بالبراعة والجمال، ويؤدى فى صورة جملة حركية مكونة من مهارات عناصر الجسم الأساسية التى تتمثل فى (الوثبات والفجوات ـ التوازنات ـ الدورانات بالإرتكاز ـ التموجات والمرونات) مع المصاحبة الموسيقية بالأدوات الخمس (الحبل ـ الطوق ـ الكرة ـ الصولجان ـ الشريط).
(٣٤: ٥٥) (٣٨: ٣)

وللمرونات أهمية كبيرة فى الجمباز الإيقاعى فهى أحد المجموعات الأساسية لعناصر حركات الجسم، كما أنها القاسم المشترك الأعظم بين المجموعات الأساسية (مرفق ١) والتى تظهر فيها اللاعبة مدي انسيابية الحركة. كما تعنى فى مفهومها الدقيق القدرة على تحريك المفاصل المشتركة فى الحركة بدرجة عالية من التوافق والمدى الحركى الواسع في المفاصل.
(٤٣: ١٢، ١٣٢) (٥٣: ٣) (٥٤: ٢)

ومن أكثرمهارات المرونة استخداماً وانتشاراً داخل الجمل الحركية فى البطولات الدولية والمحلية للجمباز الإيقاعى مهارة الفجوة الخلفية مع ثنى الظهر خلفاً (مرفق٢) وهى من المهارات ذات الصعوبة العالية (صعوبة E) وتمثل قيمتها (0.5). فيجب أن يتميز أداء هذه المهارات بالشكل الثابت والمحدد تماماً، وأن تؤدى على القدم كاملة وباستمرارية دون قطع فى الحركة. (٤٩:٣٥)

وقد اتضح ذلك من خلال تحليل البطولات العالمية والدولية والمحلية وخاصة فرق الدول ذات الريادة التنافسية في الجمباز الإيقاعى، بالإضافة إلي اراء الخبراء والمتخصصين فى التدريب والتحكيم للجمباز الايقاعى.

ومن خلال الإطلاع علي المراجع العلمية والدراسات المرتبطة وشبكة المعلومات الدولية اتضح فى حدود علم الباحثة أنها لم تنل حقها من الدراسة فهناك دراسة واحدة فقط للمرونات وباقى الدراسات خاصة بالوثبات والتوازنات؛ لذا قامت الباحثة بالدراسة الحالية للتعرف علي أهم المتغيرات البيوكينماتيكية المسهمة في مستوي أداء المهارة قيد البحث، ونسب مساهمتها للأسترشاد بهذه المتغيرات فى وضع البرامج والتدريبات النوعية للإرتقاء بمستوى أدائها وإنتقاء اللاعبات الناشئات ومساعدة المدربين في تحديد النقاط الحاسمة في أداء المهارة قيد البحث للوصول لفهم أعمق للأداء المهاري والمساعدة في تطوير وتحسين وتوجيه العملية التدريبية لها.

ثانياً : أهداف الدراسة

١. التعرف علي أهم المتغيرات البيوكينماتيكية المسهمة في مستوى أداء مهارة الفجوة الخلفية مع ثنى الظهر خلفا .
٢. التعرف على نسب مساهمة المتغيرات البيوكينماتيكية فى مستوى أداء مهارة الفجوة الخلفية مع ثنى الظهر خلفا .
٣. التوصل إلى معادلات تنبؤية بمستوى أداء مهارة الفجوة الخلفية مع ثنى الظهر خلفا .

ثالثاً : فروض الدراسة

١. توجد علاقة دالة إحصائية بين بعض المتغيرات الكينماتيكية المختارة ودرجة الأداء المهارى لمهارة الفجوة الخلفية مع ثنى الظهر خلفا.
٢. تتباين نسبة مساهمة المتغيرات الكينماتيكية فى درجة الأداء المهارى لمهارة الفجوة الخلفية مع ثنى الظهر خلفا.
٣. يمكن التنبؤ بدرجة الأداء المهارى لمهارة الفجوة الخلفية مع ثنى الظهر خلفا بدلالة بعض المتغيرات الكينماتيكية الأكثرمساهمة فى الأداء .