

الفصل الأول

مقدمة ومشكلة البحث

—

- ١ - ١ تقديم
- ١ - ٢ مشكلة وأهمية
- ١ - ٣ أهداف البحث
- ١ - ٤ مصطلحات البحث

١ - ١ تقديم :

تتنوع وتتعدد الابحاث فى مجال الاستقصاء العلمى للتربية الرياضية بطبيعته اتجاهات البحوث وفروع العلوم المعنية لمجالات تلك الابحاث ، والابحاث فى مجال التدريب الرياضى انطلاقا من مفهوم الحالة التدريبية للاعب الذى تهدف الى تطوير مستواه (بدنيا - مهاريا - نفسيا - خططيا) كما هى فى الاساس ابحاث فى اتجاه تطوير رياضه المستويات عادة ما يقتصر مجهودات المتخصصين فيها على احدى متغيرات الحالة التدريبية المشار اليها •

وحين تتجه الدراسه فى أى من المتغيرات المرتبطة بتطوير الحالة التدريبية للاعب فانها تهدف عند تناول الجانب البدنى الى تطوير الاجهزه الحيويه بطبيعة عملها فى النشاط الرياضى المعين كما تتجه الدراسات المرتبطة بالجانب المهارى الى استخلاص المعلومات ذات الصله بالمواصفات الفنية بهدف تصميم التمرينات الغرضيه الخاصه او الخطوات التعليميه المناسبه من واقع ماتم استخلاصه من خصائص ومواصفات هندسيه و تغيرات كميّه مرتبطه بتلك المواصفات ، والامر الذى يجعلنا نسلم بأن الجمها كنشاط رياضى حينما توجه مجهودات الباحثات فيه لتطوير عمليات الاعداد والتدريب فأن المعلومات المطلوب الحصول عليها يلزمها طبيعه المجال العلمى الذى تم تناوله بالدراسه والبحث •

وبرامج الاعداد المهارى فى جمباز الآنسات التى تهدف لتعليم وتطوير واتقان مهارات ذلك النشاط للممارسين فى اى مستوى من مستويات الممارسه لابد وان تعتمد على المعلومات المستخلصه كى يتم تطبيقها عمليا داخل برامج الاعداد على اللاعبين واللاعبات وعلى اساس علمى كى تتوافر عوامل وضمانات نجاحها عند تطبيقها •

والدراسة الحالية هى الاساس فى استقصاء علمى لمواصفات تكنيك مهارى يهدف استخلاص مجموعه من المعلومات من خلال الاعتماد على اسس ومبادئ علم الحركة والميكانيكا الحيويه كى يتم بتلك المعلومات تطوير الأداء المهارى لاحدى انواع مهارات العارضتان المختلفتان الارتفاع والبدء فى تعليمها مبكرا لدى النشئ الممارس للعبه الجمباز •

١ - ٢ مشكله واهميه البحث :

تعتبر رياضه الجمناز من الرياضات الاساسيه التى لها مكانة عالية فى الدول المتقدمه رياضيا وللجمناز انواع مختلفه منها جمناز الالعاب والموانع والجمناز التشكىلى وجمناز المنافسات والمستويات العاليه والنوع الاخير هو احد الانشطه الرياضيه التى يظهر فيها التنافس بين اللاعبين على الاجهزه المكونه من : " عارضه التوازن - حصان القفز - العارضتان المختلفتا الارتفاع - جهاز الارضى " كأجهزه تميز طبيعه ممارسه ذلك النشاط الرياضى التنافسى ، ومن العلوم المساعده التى ساهمت فى الارتفاع برياضه الجمناز الميكانيكا الحيويه التى تساعد على التحكم فى الاداء بهدف الوصول للاداء الافضل بكفاءه تامه (والارتفاع بمستوى الاداء المهارى للتوصل لانسب الحلول الميكانيكيه التى تحقق اهداف الواجبات " المهارات الحركيه) فى هذا المجال .

وبدراسه وتحليل الجمل الحركيه لاحسن ثمانيه لاعبات فى بطولتى العالم ١٩٨٥م ، ١٩٨٧ على العارضتين المختلفتى الارتفاع وعلى الرغم من تنوع الخصائص التكنيكيه الا انها لم تخلو من مهاره الدائره الكبرى على العارضه العليا فى جمل كل لاعبه ومن هنا تبدأ مشكله البحث . وفى ضوء قصور الجمل الحركيه لمعظم لاعباتنا على المستوى الدولى لمهاره الدائره الكبرى الخلفيه وغياب المعلومات المرتبطه بتعليمها لدى العديد من العاملين فى مجال التدريب وكذا تمايز جمل لاعبات الدول المتقدمه وايضا دول أقليم " البحر الابيض المتوسط " .

ظهرت مشكله البحث فى كيفيه توجيه وتوصيل المعلومات المرتبطه بتلك المهاره للعاملين فى مجال التدريب بالشكل الذى يضمن به تطبيق تلك المعلومات مبكرا لدى الناشئ الممارس للعبه وكذا تزايد احتواء جمل لاعباتنا على العارضتين مختلفتى الارتفاع لمهاره الدراسه وخاصه بعد ان حققت بعض لاعباتنا على المستوى الدولى ادائها .

١ - ٣ أهداف البحث :

التعرف على المواصفات التكنيكيه للدائره الكبرى الخلفيه على العارضه العليا للعارضتين المختلفتى الارتفاع من خلال :

١ - ٣ - ١ شكل الجسم حول محور الدوران والمسار الحركى المتوسط لزاويتي الكتفين والفخذين فى مهارة الدراسة •

١ - ٣ - ٢ خصائص السرعة الزاوية لمركز ثقل الجسم حول محور الدوران فى مهارة الدراسة

١ - ٣ - ٣ خصائص السرعة الزاوية لأجزاء الجسم حول محور الدوران فى مهارة الدراسة •

١ - ٣ - ٤ الخصائص والأختلافات الكمية لعزوم القصور الذاتى وعزم الدوران للجسم حول محور الدوران •

١ - ٣ - ٥ التعرف على الأهمية النسبية لعزوم دوران أجزاء الجسم فى عزم دوران الجسم الكلى فى مهارة الدراسة •

١ - ٤ مصطلحات البحث :

الأزاحة الزاوية : Angular Weight

هى المسافة التى ترسم فيها اى نقطة من الجسم دائره أو قوسا من دائره حول محور الدوران داخل الجسم •

السرعة الزاوية : Angular Velocity

هى معدل تغير الأزاحة الزاوية بالنسبة للزمن •

العجلة الزاوية : Angular acceleration

هى معدل تغير السرعة الزاوية بالنسبة للزمن •

(٢٢ : ٣ - ٢٢)

كمية الحركة الزاوية : Angular Momentum

هى حاصل ضرب السرعة الزاوية فى عزم القصور الذاتى للجسم •

الكتلة : Mass

• مقدار ما يحتويه الجسم من ماده

عزم القصور الذاتي : Moment of Inertia

• مقدار غير متجه يعبر عن تأثير توزيع كتلة الجسم حول محور الدوران

مركز الثقل : Center of Gravity

هو النقطة التي تمر بها محصله قوى الجاذبيه الأرضيه الموزعه بدون اعتبار لموقع جسم اللاعب من الفراغ •

التحليل الكينماتوجرافى : Cine Matographie Analysis

هو إجراء علمى يهدف الى استخلاص الخصائص الوصفيه لحركه الجسم الازاحه ،
السرعه ، العجله •

التحليل الكينماتيكى : Kinematic Analysis

هو إجراء علمى يهدف للتعرف على شكل القوه المسببه للخصائص الوصفيه
• (١٧ : ٣٨ - ٨٥)