قائمة المرفقات

obeikandl.com

مرفق (١)

أسماء اللاعبين

obeikandl.com

اسماء اللاعبين عينة البحث الأساسية

م	أسماء اللاعبين	النادي
١	فارس اياد	بيشمركة اربيل
٢	فواز اياد	بيشمركة اربيل
٣	محمد ابوزيد	بيشمركة اربيل
٤	عمر تحسين	هندرين
٥	دابان ازاد	هندرين
٦	ريبين كيفي	نيشتمان
٧	سوران عبدالله	نيشتمان
٨	كاروان سليم	نيشتمان
٩	سرمد دلشاد	الأ
١٠	مصطفى صابر	الأ
١١	هازان احمد	الأ
١٢	بلال غازي	سميل
١٣	علي إبراهيم	سميل
١٤	روز سالم	سميل
١٥	ازاد خليل	ارارات
١٦	شيروان عمر	ارارات
١٧	محمد سلام	كيوان
١٨	جمال جلال	كيوان
١٩	هاويش احمد	كركوك
٢٠	هردي دلير	كركوك
٢١	بزار اكرم	بيشكوتن
٢٢	محمد علي	بيشكزتن
٢٣	زانكو دلير	تاخي
٢٤	شوان لطيف	تاخي
٢٥	مصطفى احمد	قلعة
٢٦	سان تحسين	قلعة
٢٧	اياد ابراهيم	بيشمةركة سليماني
٢٨	الان امجد	بيشمةركة سليماني
٢٩	سليم احمد	اكري
٣٠	شمال جلال	اكري
٣١	دلير سامي	دهوك
٣٢	محمد كريم	دهوك
٣٣	سميان عماد	دهوك

obeikandl.com

مرفق (٢)

أسماء السادة الخبراء

obeikandl.com

بيان بأسماء السادة الخبراء من أعضاء هيئة التدريب والتدريس المتخصصين في مجال ألعاب المضرب

م	أسماء الخبراء	الوظيفة
١	**ايزيس سامي**	أستاذ كرة الطائرة المتفرغ بقسم المناهج وطرق التدريس كلية تربية الرياضية للبنات جامعة – الاسكندرية
٢	**إيلين وديع**	أستاذ العاب المضرب المتفرغ بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية تربية الرياضية للبنات جامعة - الاسكندرية
٣	**رانده شوقي**	أستاذ العاب المضرب بقسم الالعاب بكلية تربية الرياضية للبنات جامعة - الزقازيق
٤	**سعاد جبر**	أستاذ كرة اليد المتفرغ بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية تربية الرياضية للبنات جامعة - الاسكندرية
٥	**سهير طلعت**	أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي و علوم الحركة كلية تربية الرياضية للبنات جامعة - الأسكندرية
٦	**علية ابراهيم**	أستاذ متفرغ بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية تربية الرياضية للبنات جامعة - الأسكندرية
٧	**محاسن حسانين**	أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة بكلية تربية الرياضية للبنات جامعة - الاسكندرية
٨	**مها ابراهيم**	أستاذ العاب المضرب بقسم المناهج وطرق التدريس كلية تربية الرياضية للبنات جامعة- الاسكندرية
٩	**نجوى سليمان**	أستاذ كرة السلة بقسم المناهج وطرق التدريس كلية تربية الرياضية للبنات جامعة – الاسكندرية
١٠	**ياس ركمال**	أستاذ العاب المضرب بقسم تدريب الالعاب الرياضية بكلية تربية الرياضية للبنين جامعة - الأسكندرية

- تم الترتيب اسماء حسب حروف الأبجدية

openmandi.com

مرفق (٣)

أسماء المساعدين

obeikandl.com

أسماء المساعدين

ت	الاسم	الوظيفة
١	**اراز سردار محمدصالح**	مدرس تربية الرياضية تابع وزارة التربية اربيل
٢	**ازا كاميران احمد**	معيد في كلية تربية الرياضية سوران
٣	**اشور نوول ايو**	معلم تابع وزارة التربية اربيل
٤	**بارزان صابر محمد**	معيد في كلية تربية الرياضية سوران
٥	**ديمس كوركيس**	مدرس تربية الرياضية تابع وزارة التربية اربيل
٦	**ريفان جاني كوربيل**	معلم تابع وزارة التربية اربيل
٧	**قرياقوس هرمز**	مدرب كرة القدم للناشئين
٨	**ميلس عزيز متي**	مساعد مدرب كرة قدم للناشئين

- تم ترتيب أسماء المساعدين آبجدياً

obeikandl.com

مرفق (٤)

استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أهم القدرات البدنية المرتبطة بالإرسال

obeikandl.com

جامعة الإسكندرية
كلية التربية الرياضية للبنات
قسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة

استمارة استبيان لتحديد اهم الاختبارات القدرات البدنية

بسم الله الرحمن الرحيم

الاستاذ الفاضل الدكتور ..... المحترم

تحية طيبة

يقوم الباحث بإجراء البحث بعنوان **" القدرات البدنية والقياسات الجسمية المؤثرة على دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان_ العراق "** ونظراً لما تتمتعون به من مكانة علمية يرجى من سيادتكم ابداء الراي بشان تحديد أهم اختبارات القدرات البدنية .

لذا ترجو الباحث وضع علامة (√) امام الاختبار المناسب ومن الممكن أضافة أي قدرة أخرى تراها مناسبة للبحث .

شاكرين تعاونكم خدمة للبحث العلمي

الأسم : .....
التوقيع : .....
الكلية : .....
الجامعة : .....
اللقب : .....

الباحث

داريوش وليم كوربيل

obeikandl.com

القدرات البدنية	الاختبارات المرشحة	الاهمية	
		نعم	لا
القوة الانفجارية لعضلات الذراعين	١- رمي الكرة الطبية زنة (٢ كغم) باليدين من الجلوس		
	٢- رمي الكرة الطبية زنة (٨٠٠ غرام) بيد واحدة من الجلوس		
	٣- رمي الكرة الطبية زنة (٣ كغم) باليدين من الوقوف		
	٤- رمي الكرة الطبية زنة (٢ كغم) بيد واحدة من الوقوف		
القوة القبضة	١- اختبار القوة القبضة (المانوميتر)		
سرعة رد الفعل (سرعة الاستجابة)	١- اختبار المسطرة (سرعة إستجابة اليد)		
التوافق	١- رمي واستقبال الكرات على الحائط . (التوافق بين العينين والذراعين)		
	٢- إختبار نط الحبل. (التوافق الكلي)		
الدقة	١- تصويب باليد داخل المستطيلات . (دقة الذراع الضاربة)		
	٢- تصويب باليدين داخل الدوائر . (دقة الذراع الضاربة)		
	٣- تصويب بالمضرب داخل المستطيلات . (دقة الذراع الضاربة)		
المرونة	١- اختبار إطالة (إمتداد) الجذع . (مرونة العمود الفقري و الظهر)		
	٢- ثني الجذع للامام من الوقوف. (مرونة العمود الفقري و الظهر)		
	٣- اختبار وقوف ومسك العصى . (مرونة الكتفين)		
	٤- اختبار رفع الكتفين من الانبطاح (مرونة الكتفين)		

obeikandl.com

ملاحظات :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

قدرات ومكونات بدنية يمكن إضافتها :

١.....

٢.....

٣.....

٤.....

٥.....

obeikandl.com

مرفق (٥)

استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أهم القياسات الجسمية المرتبطة بالإرسال

obeikandl.com

جامعة الإسكندرية
كلية التربية الرياضية للبنات
قسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة

استمارة استبيان لتحديد اهم القياسات الجسمية في التنس الارضي

بسم الله الرحمن الرحيم

حضرة الأستاذ :..... المحترم

تحية طيبة :

يقوم الباحث بإجراء البحث بعنوان **" القدرات البدنية والقياسات الجسمية المؤثرة على دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان_ العراق "** يرجى تفضلكم وبصفتكم من ذوي الخبرة في هذا المجال نرجو ملاحظة القياسات الجسمية الشائعة في مجال البحث. وضع علامة (√) امام االمتغير المناسب ومن الممكن اضافة أي متغير أخري تراها مناسب للبحث .

شاكرين تعاونكم خدمة للبحث العلمي

الأسم : .....
التوقيع : .....
الكلية : .....
الجامعة : .....
اللقب : .....

الباحث

داريوش وليم كوربيل

obeikandl.com

ت	المتغيرات	الاهمية	
		نعم	لا
١	وزن الجسم		
٢	الطول الكلي للجسم		
٣	طول الذراع		
٤	طول العضد		
٥	طول الساعد		
٦	طول الكف		
٧	طول الرجل		
٨	طول الفخذ		
٩	طول الساق		
١٠	طول القدم		
١١	عرض الصدر		
١٢	عرض الكتفين		
١٣	عرض الحوض		
١٤	عرض الوركين		
١٥	عرض الظهر		
١٦	عرض الركبة		
١٧	عرض المرفق		
١٨	عرض الكاحل القدم		
١٩	عرض رسغ اليد		
٢٠	محيط الصدر		
٢١	محيط العضد		
٢٢	محيط الوركين		
٢٣	محيط الفخذ		
٢٤	محيط الساق		
٢٥	محيط البطن		
٢٦	محيط الكتفين		
٢٧	محيط الرسغ اليد		
٢٨	محيط كاحل القدم		

opeikarali.com

ملاحظات :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

المتغيرات يمكن إضافتها :

١.....

٢.....

٣.....

٤.....

٥.....

obeikandl.com

مرفق (٦)

خطاب تسهيل المهمة

obeikandl.com

مرفق (٧)

أستمارة تسجيل قياسات القدرات البدنية

obeikandi.com

الاسم : **العمر السنوي :**

النادي : **العمر التدريبي :**

ت	القدرات البدنية	اسم الاختبار	محاولة الاولي	محاولة الثانية	محاولة الثالثة
١					
٢					
٣					
٤					
٥					
٦					

obeikandl.com

مرفق (٨)

أستمارة تسجيل القياسات الجسمية

obeikandl.com

الأسم : العمر السنوي :

النادي : العمر التدريبي :

م	المتغيرات الجسمية	وحدة القياس	النتائج القياس
١			
٢			
٣			
٤			
٥			
٦			
٧			
٨			
٩			
١٠			
١١			
١٢			
١٣			
١٤			
١٥			
١٦			
١٧			
١٨			
١٩			
٢٠			
٢١			
٢٢			
٢٣			
٢٤			
٢٥			
٢٦			
٢٧			
٢٨			
٢٩			
٣٠			

openkanal.com

مرفق (٩)

أستمارة تسجيل قياسات دقة الإرسال

obeikandl.com

ت	اسماء الاعبين	دقة الإرسال في التنس										
		م١	م٢	م٣	م٤	م٥	م٦	م٧	م٨	م٩	م١٠	مجموع الدرجات
١												
٢												
٣												
٤												
٥												
٦												
٧												
٨												
٩												
١٠												
١١												
١٢												
١٣												
١٤												
١٥												
١٦												
١٧												
١٨												
١٩												
٢٠												

opeikanali.com

مرفق (١٠)

الإختبارات البدنية

obeikandl.com

اختبار المسطرة

الهدف من الإختبار : قياس سرعة إستجابة اليد

الأجهزة والأدوات :
١- مسطرة مدرجة من صفر سم الى ٣٠ سم
٢- طاولة
٣- كرسي

وصف الاختبار : يجلس المختبرعلىالكرسي واضع الذراع الذي يستعمله فيوضع مريح علىالمنضدة يواجه الإبهام والسبابة وتكون اليد بارزة عن المنضدة بمقدارمن ٤-٣ بوصة يمسك المحكم يكون بأعلىالمسطرة ويجعلها في وضع عامودي على الأرض بحيث تمربين الإبهام والسبابة للمختبربحيث التدرج منالأسفل للأعلى أي رقم ٣٠ سم أسفل وأقرب للأرض يجب أن ينظرالمختبرإلىالمسطرة وليس للمحكم ،يترك المحكم المسطرة تسقط سقوطا حرا ويقوم المختبر بمحاولة مسك المسطرة بواسطة الإبهام والسبابة ويتم اخذ الرقم الذي يمسك المختبرعندهالمسطرة وهذا المؤشرهودرجة تدلعلى سرعة رد الفعل .

طريقة التسجيل :
١- تعطى لكل مختبر ثلاث محاولات للاختبار .
٢- أتخاذ أفضل محاولة مابين المحاولات .

(٢٩٥:١٩)

obeikan.com

اختبار مرونة الكتفين

الغرض من الاختبار : قياس مرونة الاكتاف

الأجهزة والأدوات :
١- بساط
٢- شريط قياس

وصف الأداء : ينبطح المختبرعلى البطن مع تثبيت الجذع والرأس مرتكزة بالذقن على الأرض يوضع شريط القياس أمام المختبر رأسيا على بعد يقارب طول ذراع المختبر يتم رفع الذراعين وهي ممسكة بالمسطرة باتساع الكتفين ،لأعلى ببطئ من مفصلا لكتف حتى أقصى ارتفاع

تعليمات الاختبار :
١- يجب بقاء الذقن ملامسة للأرض .
٢- يجب أن تكون الذراعين ممتدة تماما من مفصل الكوع .

حساب الدرجات : تقاس المسافة من الأرض إلى لأسفل العصا مباشرة بالسنتيمتر ويسجل أحسن محاولة من بين ثلاث محاولات بين كل منها دقيقة للراحة

(٢٩٨:١٩)

obeikan.com

اختبار وقوف مسك عصى ودورانة للخلف

الغرض من الاختبار : قياس مرونة مفصل الكتفين .

الأجهزة والأدوات : عصا اسطوانية قطرها ٢ سم طولها ١٢٠ سم شريط قياس مقسم بإلسنتمترات

وصف الأداء : يقف المختبرممسك العصا بالقبضتين من المنتصف بحث تكون القبضتان متلاصقتان يحاول المختبر رفع الذراعين أماما عاليا خلف والوصول بالعصاخلف الجسم بشرط عدم ثني المرفقين لمرورالعصا خلف الجسم مع امتداد الذراعين يضطر المختبر تبعيد القبضتين عن بعضها حتى تؤدي الحركة صحيحة .

طريقة التسجيل : تقاس المسافة بين القبضتين بعد ثبات العصاخلف الجسم . ويحسب مؤشرالمرونة كالآتي :

١- مؤشرمرونة الكتفين = المسافة بين القبضتين سم / عرض الكتفين سم

٢- مؤشرمرونة الكتفين = عرض الكتفين بالسنتمتر .

التقويم : المسافة مؤشر للمرونة .

(٢٩٣:١٩)

obeikan.com

اختبار : التصويب بالمضرب داخل المستطيلات

الغرض من الاختبار : قياس دقة الذراع الضاربة .

الأجهزة والأدوات : خمس كرات تنس، مضرب التنس ، حائط إمامه ارض ممدة، يرسم على الحائط ثلاث مستطيلات متداخلة إبعادها الحد السفلي للمستطيل الكبير يرفع عن الأرض بمقدار(١٨٠)سم، يرسم خط على الأرض يبعد عن الحائط بمقدار(٣)م.

وصف الأداء : يقف المختبر خلف خط البداية، ثم يقوم بتصويب الكرات بالمضرب الخمس (متتالية) على المستطيلات محاولة إصابة المستطيل الصغير. للمختبر الحق في استخدام أي من اليدين في التصويب.

حساب الدرجات :

١- إذا أصابت الكرة المستطيل الصغير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر ثلاث درجات.
٢- إذا أصابت الكرة المستطيل الأوسط (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجتان.
٣- إذا أصابت المستطيل الكبير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له)يحسب للمختبر درجة واحدة وإذا خارج المستطيلات يحسب للمختبر صفرا.

(٢٩١:١٩)

obeikandl.com

اختبار : التصويب باليد داخل المستطيلات

الغرض من الاختبار : قياس دقة الذراع .

الأجهزة والأدوات : خمس كرات تنس، مضرب التنس ، حائط إمامه ارض ممدة، يرسم على الحائط ثلاث مستطيلات متداخلة إبعادها الحد السفلي للمستطيل الكبير يرفع عن الأرض بمقدار(١٨٠)سم، يرسم خط على الأرض يبعد عن الحائط بمقدار(٣)م.

وصف الأداء : يقف المختبر خلف خط البداية، ثم يقوم بتصويب الكرات الخمس (متتالية) على المستطيلات محاولة إصابة المستطيل الصغير. للمختبر الحق في استخدام أي من اليدين في التصويب.

حساب الدرجات :

١- إذا أصابت الكرة المستطيل الصغير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر ثلاث درجات.
٢- إذا أصابت الكرة المستطيل الأوسط (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجتان.
٣- إذا أصابت المستطيل الكبير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له)يحسب للمختبر درجة واحدة وإذا خارج المستطيلات يحسب للمختبر صفرا.

(٢٩٩:١٩)

obeikandl.com

اختبار رمي واستقبال الكرات على الحائط

الهدف من الإختبار : قياس التوافق بين العينين و الذراعين

الأجهزة والأدوات : ٢٠ كرة تنس،حائط له ارتداد خط يرسم على بعد ٥م من الحائط .

وصف الاختبار : يقف المختبر أمام الحائط وخلف الخط المرسوم على الأرض حيث يتم الاختبار وفقاً للتسلسل الآتي :

1-رمي الكرة خمس مرات متتالية باليد اليمنى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد.

2- رمي الكرة خمس مرات متتالية باليد اليسرى على أن يتم استقبال الكرة من قبل المختبر بعد ارتدادها من الحائط بنفس اليد.

3- رمي الكرة خمس مرات باليد اليمنى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتداها من الحائط باليد اليسرى.

٤- رمي الكرة خمس مرات باليد اليسرى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتداها من الحائط باليد اليمنى.

طريقة التسجيل : لكل محاولة صحيحة تحسب للمختبر درجة أي إن الدرجة النهائية (20) درجة.

(٣٠١:١٩)

obeikandl.com

إختبار نط الحبل

الهدف من الإختبار : قياس التوافق

الأجهزة والأدوات : حبل طولة ٢٤ بحيث يعقد من الطرفين على ان كون المسافة بين العقدتين ١٦ بوصة وتترك مسافة ٤ بوصات خارج كل عقد لاستخدامها في مسك الحبل .

وصف الاختبار : يمسك المختبر الحبل من الاماكن المحددة ويقوم بالوثب من فوق الحبل بحيث يمر الحبل من امام واسفل القدمين ويكرر العمل خمس مرات .

طريقة التسجيل : تسجل عدد المحاولات الصحيحة من خلال الخمس المحاولات التي يقوم بها المختبر

(٣٠٠:١٩)

obeikan.com

اختبار قياس قوة القبضة

الهدف من الإختبار : قياس قوة القبضة

الأجهزة والأدوات : جهاز ديناموميتر

وصف الاختبار : يضبط الديناموميتر بحيث يتناسب المفحوص بشكل مريح يقبض المفحوص علي الديناموميتر بقوة قدر الامكان بينما ترسم اليد حركة قوس مع الدفع لأسفل بالذراع واليد بعيدة لحد ما عن الجسم .

طريقة التسجيل :

١- يعطي لكل مختبر ثلاث (٣) محاولات .

٢- يتم تسجيل أفضل نتيجه من بين ثلاث محاولات .

(٣.٤:١٩)

obeikandl.com

اختبار رمي كرة طبية (٣كغم) باليدين من الجلوس

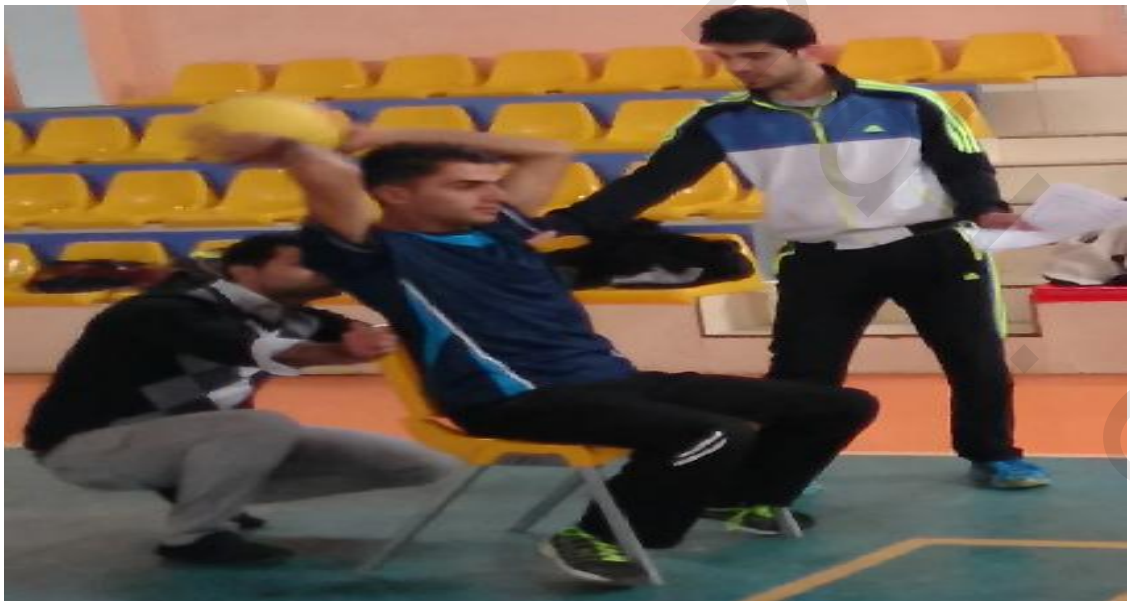
الهدف من الإختبار : قياس القوة الانفجارية للذراعين والكتفين.

الأجهزة والأدوات :

١- كرة طبية وزن (٣كغم)
٢- كرسي
٣- شريط قياس
٤- قطعة من الطباشير

وصف الاختبار : من وضع الجلوس على الكرسي والظهر مستقيما، يتم مسك الكرة الطبية باليدين امام الصدر واسفل الذقن، يتم ربط المختبرة بالحبل حول الصدر ويمسك من خلف الكرسي وذلك لمنع حركة الجسم الى الامام مع الكرة، يتم دفع الكرة للامام باليدين.

طريقة القياس : تحسب المسافة التي تقطعها الكرة في اتجاه امام الكرسي لاحسن المحاولات الثلاث.



(٣٠٣:١٩)

obeikandl.com

اختبار رمي كرة طبية زنة (٢)كغم بيد واحدة من الوقوف

الهدف من الإختبار : قياس القوة الانفجارية للذراع الرامية .

الأجهزة والأدوات :
١- كرة وزنها (٢كغم) .
٢- قطاع للرمي .

وصف الاختبار : يرسم قطاع للرمي يحدد في أوله خط يقوم المختبر برمي الكرة من خلفه الخط إلى أقصى مسافة ممكنة .

طريقة التسجيل : تحسب المسافة من خط الرمي حتى مكان سقوط الكرة (بالسنتيمتر) .

(٢٩٠:١٩)

obeikandl.com

إختبار ثني الجدع للامام من الوقوف

الهدف من الإختبار : قياس مرونة العمود الفقري (الظهر)

الأجهزة والأدوات :

١- ارض مستوية

٢- مصطبة

٣- مسطرة خشبية مرقمة من(١- ٣٠)

وصف الاختبار :

١- بعد تثبيت المسطرة على الصندوق بحيث يقع الواحد بحافة الصندوق ويقع في النصف العلوي (١- ٥)وفي السفلي(٥ – ١٠)

٢- يقوم المختبر بثني الجذع أمام أسفل والقدمان ملامستان لجانبي المقياس بحيث تصبح الأصابع أمام المقياس ويحاول ثني الجذع لأقصى مدى وببطء مع ملاحظة أن تكون اليدين في مستوى واحد ، ويكرر الاداء مرتين.

طريقة التسجيل : تسجيل أفضل محاولة صحيحة (أعلى قراءة على المسطرة المدرجة) بالسنتمتر

الملاحظة عدم ثني الركبتين أثناء عملية القياس

obeikandl.com

اختبار إطالة (إمتداد) الجذع

الهدف من الإختبار : يقيس هذا الاختبار مدى حركة مرونة الظهر والكتفين .

الأجهزة والأدوات :
١- مسطرة مدرجة بالسنتيمتر أو شريط قياس .
٢- زميل لتثبيت اللاعب من الأسفل .

وصف الاختبار : ينبطح المفحوص بوجهه علي الارض مع قيام المساعد بتثبيت الرجلين لاسفل يرفع المفحوص صدره ورأسه من الأرض لأعلي ولأبعد ما يمكن ويثبت الوضع لمدة ثلاث ثواني (٣ عدات) .

طريقة التسجيل : يتم تسجيل المسافة المقاسة من الأرض حتى الذقن بالسنتيمتر .

(٣٠٧:١٩)

obeikan.com

مرفق (١١)

القياسات الجسمية

obeikandl.com

أولاً : وزن الجسم

الأدوات والأجهزة القياس : ميزان طبي

طريقة القياس :
١- يتحرر المفحوص من ملابسه قدر الإمكان ، بمعني أن يرتدي أخف ملابس
٢- تؤخذ ثلاث قراءات للوزن (يتم تكرار القياس ثلاث مرات متتالية) ثم يسجل متوسط القراءات الثلاثة .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالكيلوجرام

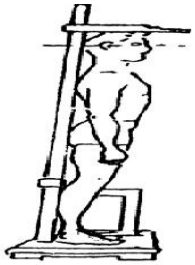
ثانياً : الأطوال

١- طول الجسم الكلي من الوقوف

الأدوات والأجهزة القياس : جهاز استاديومتر

طريقة القياس : يقف المفحوص معتدل القامة أمام الجهاز الاستاديومتر بحيث يكون العقبان متلاصقان ويكون الردفان والظهر وبخاصة عظام اللوحين والعقبان ملاصقة للقائم الرأسي لجهاز الاستاديومتر ، ويكون الذراعان على جانب الجسم ويكون الرأس في وضع متعامد مع الجسم والنظر للأمام ووزن الجسم موزعاً على القدمين بعد أن يتأكد أن المفحوص قد أتخذ الوقفة الصحيحة أمام الجهاز الاستاديومتر وبعد أن يستقر وضع اللوحة الأفقية فوق رأس المفحوص ثم تأخذ قراءات اللوحة.

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .



(٣٨، ٣٧:٥١)

obeikandl.com

٢- طول الذراع

الأدوات والأجهزة القياس : شريط قياس معاير ومدرج بالسنتيمتر .

طريقة القياس : تقاس المسافة بين النتوء الأخرومي لعظم اللوح وحتى نهاية السلامية الأخيرة للإصبع الأوسط ، ويتم القياس من وضع الوقوف.

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .

٣- طول العضد

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر .

طريقة القياس : تقاس المسافة من النتوء الأخرومي لعظم اللوحي وحتى الحافة الوحشية للرأس السفلي لعظم العضد .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .

(٤١,٤٤:٥١)

openmanal.com

٤- طول الساعد

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر

طريقة القياس : قاس المسافة من النتوء المرفقي لعظم الزند وحتى النتوء الإبري النفسي العظم .

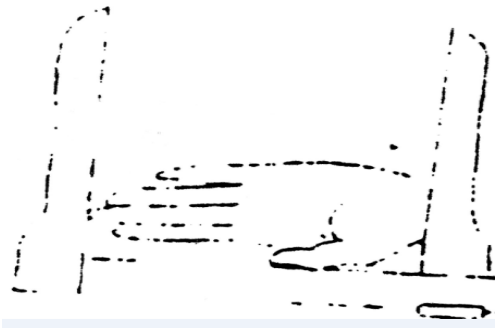
التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .

٥- طول اليد

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر .

طريقة القياس : تقاس المسافة من منتصف عظم الرسغ وحتى نهاية الإصبع الأوسط .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .



(١٤٢,١٤٣:٥٤)

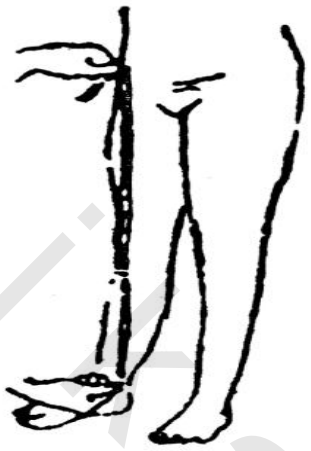
obeikandl.com

٦- طول الرجل

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر

طريقة القياس : من وضع الوقوف على أرض مستوية يتم القياس من المدور الكبير للجزء العلوي لعظمة الفخذ وحتى الكعب الوحشي لمفصل رسغ القدم .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .

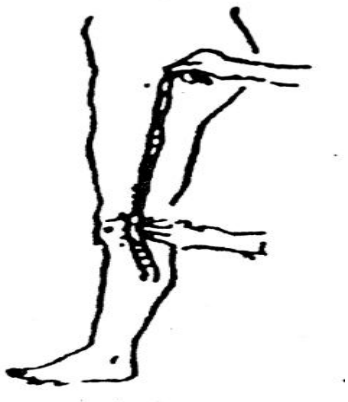


٧- طول الفخذ

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر .

طريقة القياس : من وضع الوقوف على أرض مستوية يتم القياس من المدور الكبير للجزء العلوي لعظمة الفخذ وحتى الحفرة الوحشية للركبة .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .



(١٤٦,١٤٥:٥٤)

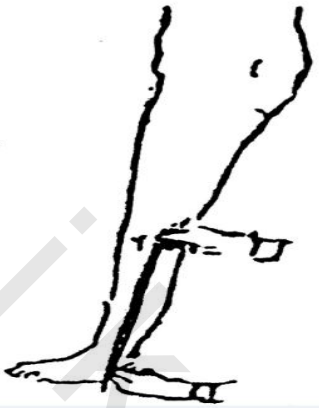
obeikandl.com

٨- طول الساق

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر

طريقة القياس : من وضع الوقوف يتم القياس من الحفرة الوحشية للركبة وحتى نهاية الكعب الوحشي للساق .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .

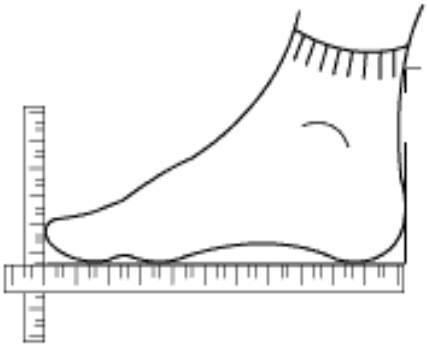


٩- طول القدم

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر .

طريقة القياس : من وضع الوقوف على أرض مستوية يتم القياس من أسفل الكعب الوحشي وحتى الإصبع الأول من القدم .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .



(١٤٤,١٤٨:٥٤)

obeikandl.com

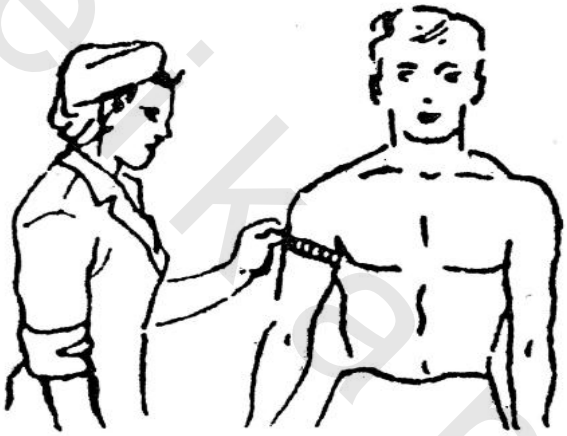
ثالثاً : المحيطات

١- محيط العضد

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر

طريقة القياس : يقوم المحكم بلف شريط القياس حول العضد بحيث يكون ملامساً للجلد ولاكن بدون ضغط على الأنسجة الرخوة للعضد مع ملاحظة ان يكون شريط القياس فوق العلامة الأنثروبومترية المنصفة للعضد في وضع متعامد مع محور الطولي للعضد .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .

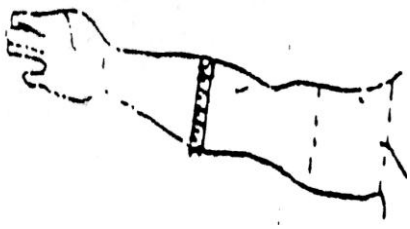


٢- محيط الساعد

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر .

طريقة القياس : يقوم المحكم بلف الشريط القياس حول ساعد اليد بطريقة غير مصحوبة بضغط حول أضخم جزء في الساعد بحيث يكون شريط القياس متعامد مع محور الطولي للساعد .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .



(١٢٩,١٣٢:٥٤)

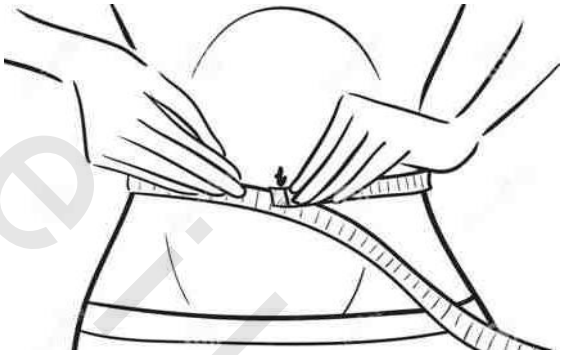
obeikandl.com

٣- محيط البطن

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر

طريقة القياس : يقف القائم بالقياس أمام المفحوص ثم يقوم بلف الشريط القياس حول البطن المفحوص عند مستوى أقصى بروز أمامي للبطن عند مستوى الأفقي للجسم .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .

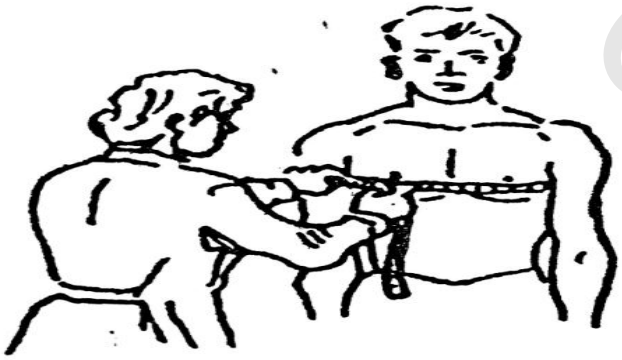


٤- محيط الصدر

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر .

طريقة القياس : يوضع شريط القياس أفقيا حول الصدر ويراعى أن يلتف من الخلف حول أسفل زاوية اللوحين ومن الأمام يلتف فوق حلمة الصدر من أعلى وتؤخذ القراءة .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .



(١٥٦,١٥١:٥٤)

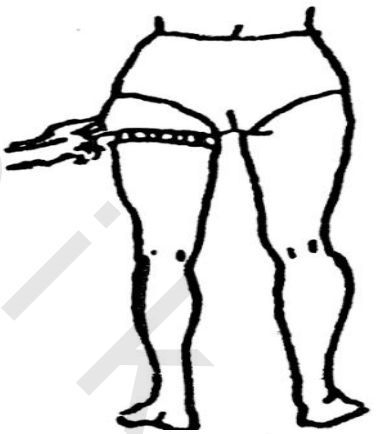
obeikandl.com

٥- محيط الفخذ

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر

طريقة القياس : يقوم المحكم بلف الشريط القياس حول الفخذ بطريقة غير مصحوبة بضغط حول أضخم جزء في الفخذ بحيث يكون شريط القياس متعامد مع محور الطولي للفخذ .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .

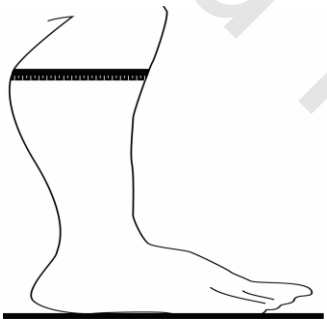


٦- محيط الساق

الأدوات والأجهزة القياس : شريط معاير ومدرج بالسنتيمتر .

طريقة القياس : يقوم المحكم بلف الشريط القياس حول الساق بطريقة غير مصحوبة بضغط حول أضخم جزء في الساق بحيث يكون شريط القياس متعامد مع محور الطولي للساق .

التسجيل : تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب ٠.١ سم .



(١١٥,١٢١:٥٤)

obeikandl.com

مرفق (١٢)

اختبار دقة الارسال

obeikandl.com

obeikandl.com

الملخصات البحث

أولاً:- ملـــخص البحث
ثانياً:- مستخلص البحث

obeikandl.com

ملخص البحث باللغة العربية

عنوان البحث

القدرات البدنية والقياسات الجسمية المؤثرة على دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان العراق

اسم الباحث : داريوش وليم كوربيل عزيز

يعتبرالوصول للمستويات الرياضية العالية أهم أهداف التدريب الرياضى المخطط طبقاً للأسس والمبادئ العلمية ،حيث يتوقف مستوى الأداء في الأنشطة الرياضيه بجوانبها المختلفة على التخطيط الدقيق لعملية التدريب والتى يجب أن تتضمن في دورها على عمليات القياس والتقويم لما لها من أهمية خاصة فى جوهر العملية التدريبية بجميع جوانبها بدءاً من عملية الانتقاء ومرورا بالتخطيط للتدريب توجيه جميع عملياته ، وكذلك تحديد مواطن القوة لتطويرها ،والوقوف على مواطن الضعف لتحسينها وبالإضافه تحديد المستوى الراهن للاعب والفريق ، ومقارنته بما يجب أن يكون عليه ومن ثم التنبؤ بما سيكون عليه مستقبلاً .

إن التقدم العلمي الذي تشهده المجال الرياضي في عصرنا الحالي هو حصيلة البحث والتقصي عن كل ما هو جديد بهدف الارتقاء إلى المستويات العليا وهذا يتحقق من خلال عمليات التدريب الرياضي بالشكل الذي يتلائم مع قدرات وإمكانيات اللاعب .

أن تطوير الحالة البدنية للاعب من أهم الواجبات لمتطلبات الحياة بصورة عامة ،وتنمية القدرات البدنية للأفراد مطلباً قوميا لإعداد المواطن صحيح الجسم ،قوى البنية، لمواجهة متطلبات النشاط الرياضى هو أحد الواجبات الرئيسية لعملية التدريب ،والتى تهدف الى التقدم بمستوى القدرات البدنية للاعب للوصول إلى المستويات الرياضية العالية .

بأن القدرات البدنية الخاصة من الأسس الهامة التي لها دور أساسي في تحقيق أعلي مستوى ممكن من الأداء والانجاز الرياضي وفقاً للنشاط الرياضي التخصصي المرتبط بها، حيث يتميز كل نشاط رياضي بمجموعة من القدرات البدنية تميزه عن غيره من الأنشطة الرياضية الأخري ، ويعتبر الكشف عن تلك القدرات البدنية بكل نشاط من الأنشطة الرياضية المختلفة من أهم الواجبات العلمية والمشكلات البحثية التي تواجه المتخصصين في المجال الرياضي عامة ومجال التدريب خاصة لما في ذلك من أهمية كبيرة في تطوير برامج التدريب الرياضي.

تعد رياضة التنس رياضة شعبية فى المقام الأول وهى مفضله ومحبوبة لدى جميع الأعمار ،وتصلح كلا الجنسين ولذلك يطلق عليها (رياضة الحياة) وينبع هذا الوضع من حقيقة أن الجهد الشخص فى اللعب يمكن أن يتنوع بسهولة ،ولكن أذا ما أراد الفرد الوصول إلى مستوى عال فى التنافس الرياضى لمسابقات التنس فعليه أن يهتم بتنمية عدة جوانب هامة كالمهارة الحركية والقدرات الخططية والمهارات النفسية والمعرفية فضلاً عن القدرات البدنية .

openkanar.com

أن مهارات التنس تتصف بشكل عام (بالرشاقة) وذلك لأن لاعب التنس لا بد أن يعدل ويغير في اوضاع جسمية سواء وهو مرتكز علي الأرض أو في الهواء ’وهذة التحركات لمختلف اتجاهات الملعب تحتاج الي (سرعة) ولان مساحة الملعب الفردي كبيرة نسبياً فإن علي اللاعب أن ينطلق بأقصى سرعة (سرعة انتقالية) لدية حتى يلحق بالكرة ،فضلاً عن إحتياجة إلي (سرعة رج الفعل)عندما يتطلب الأمر منه الإستجابة السريعة لمتغيرات حركة ومسار إتجاه الكرة ،ولاتخلو مهارات التنس من (المرونة)فضربة الارسال تحتاج الي مرونة في العمود الفقري ومفصل الكتف حتى تؤدي بنجاح ،وتتميز ضربات التنس بشكل عام (بالقوة) فأغلب مهارات الضرب تعتمد علي ضرب الكرة بقوة وسرعة في أن وحدة فيها يعرف (بالقدرة) وتتطلب أيضا أغلب الضربات صفة (الدقة)حيث يتحكم اللاعب في اعصابة وعضلاتة المعنية بألاداء في توجيه الكرة نحو الهدف معين ،ونظرا لطول مباريات التنس واستمرار اللاعبين في أداء مجهود كبير فإن صفة (الجلد الدوري التنفسي) تعد أساسا للأداء في منافسات التنس ،ولا تخلو مهارات التنس من المرونة فضربة الإرسال تحتاج إلى مرونة فى العمود الفقرى ومفصل الكتف حتى تؤدى بنجاح .

أن لاعب التنس يجب ان يمتاز بالدقة في الضربات الاساسية مثل الضربات الامامية و الضربات الخلفية و الإرسال ، وتلعب الدقة دورا مؤثرا في الأداء لاعبي التنس وذلك لان مهارة الإرسال تعتمد بشكل الرئيسي على دقة ، والهدف الرئيسي لتنفيذ الإرسال هو اسقاط الكرة في المنطقة الصحيحة في ملعب الخصم وليس هذا فحسب بل ان سقوط الكرة يكون في مناطق معينة تصعب فيها اعادته من قبل المستقبل .

أن القياسات الجسمية جزء من الأنثروبولوجى بحثاً فى قياسات الجسم البشرى ، وترجع أهميته فى أنه يعكس حاله النمو البدنى والمستوى الصحى للفرد ، ويرتبط بالعديد من المجالات الحيوية كالصحة واللياقة والنمو والممارسة الرياضية .

القياسات الجسمية تمثل مكاناً مهماً في المجالات العلمية المختلفة للتعرف على الفرق بين الأجناس البشرية وتأثير البيئات فيها ، وإن تلك القياسات تمدنا بأسس معينة ستستعمل في المقارنة بين الأداء الرياضي للأفراد ، فكل نوع من الأنشطة الرياضية يحتاج إلى مواصفات جسمية خاصة بها فمن أجل الوصول إلى المستويات العالية لا بد أن يكون الجسم مناسب لنوع النشاط الرياضي الممارس .

إن لكل لعبة رياضية مواصفات جسمية معينة تميزها عن غيرها من الألعاب الرياضية الأخرى ، ولعبة التنس الأرضي واحدة من هذه الألعاب التي لها مواصفات جسمية مميزة لا بد من توافرها في ممارسيها من حيث الطول الكلي الذي يساعد اللاعب على أداء مهارة الإرسال وبالتالي الانسجام بين المواصفات الجسمية والمتطلبات المهارية البدنية للعبة .

أن المهارات الأساسية لأي لعبة من الألعاب الرياضية هي الركيزة الأساسية التي تبنى عليها اللعبة ، والمهارات الأساسية في لعبة التنس الأرضي هي الحركات التي ينبغي على اللاعب تنفيذها وحسب الظروف التي تتطلبها اللعبة بهدف الوصول إلى نتائج إيجابية واقتصادية

تعد ضربة الإرسال من الضربات الأساسية والمهمة جداً في لعبة كرة التنس وتحتاج من اللاعب السيطرة الكبيرة ولإتقان الجيد عند تنفيذها ومن خلالها يمكن المرسل أن يكسب نقطة مباشرة تضاف إلى رصيده من النقاط وبدون بذل مجهود كبير.

ضربة الإرسال في بادئ الأمر أهمية سوى أنها وسيلة لبدء اللعب وكان اهتمام اللاعب عند أدائه أن يكون مطابقا لقانون اللعبة فقط أي انه كان يرد بطريقة الضربة المرفوعة بهدف عبورها من فوق الشبكة وسقوطها في منطقة الإرسال المحددة. وألان بتطور اللعبة وتقدمها تطور أداء المهارات الأساسية الخاصة بها وخاصة ضربة الإرسال وتنوعت وأصبحت ضربات هجومية هدف المرسل من خلالها كسب النقطة والفوز بالشوط. وقد ثبتته مباريات اللاعبين المصنفين حيث نجدهم يفوزون بالشوط عندما يكون الإرسال لصالحهم ويحقق اللاعب المرسل فوزه من إرساله السريع المؤثر. وللاعب المرسل الحرية الكاملة عند أدائه الضربة حيث تعد ضربة الإرسال هي الضربة الوحيدة التي يؤديها اللاعب دون الوقوع تحت ضغط ما، إذ يكون لدية الوقت الكافي لأعداد نفسه للقيام بضرب الكرة .

وبأستعراض نتائج بعض الدراسات التى تناولت الخصائص الجسمية و البدنية للاعبى التنس نجد أنها لم تتعرض إلى المحددات البدنية والجسمية التى تتطلبها دقة الأداء للإرسال فى التنس بالرغم من أهميتة كمفتاح اللعب والقدرة الضاربة فى اللعب الحديث فى التنس الأرضي ، و فاعليتة فى كسب النقاط والمجموعات وقام الباحث بتحليل بعض المباريات التنس في إقليم الكردستان لاحظ الباحث بأن وجود ضعف فى مهارة الارسال عند أداء اللاعبين ، فعندما يقوم اللاعب بأداء مهارة الارسال يكون الاداء ضعيفا ومن خلال ذلك نقوم بدراسة اسباب هذا الضعف فى الاداء فقد يكون عدم إهتمام المدربين بالقدرات البدنية للاعبين أو عدم أنتقاء اللاعبين بشكل صحيح من خلال القياسات الجسمية للاعبين بالإضافة إلى أن هناك فراغ فى البيئة المحلية بإقليم كردستان من الدراسات التى تتناول مشاكل فى وضع أسس لإختيار لاعبى التنس بأساليب علمية وتعتمد على الأساليب الذاتية والتى قد يلبا إليها المدربون والتى تصلح أحياناً ولا تصلح أحياناً أخرى . وعلى الرغم من إمكانية حصول الباحث على بيانات رقمية عن مستوى الأداء البدنى مقاسة بالدرجة أو الزمن أو التكرار أثناء تطبيق الأختبارات والمقاييس على مجموعة من اللاعبين ، إلا أن هذة البيانات تصعب مقارنتها مع المستوى المراد تحقيقة ، وذلك لعدم توفر بيانات رقمية على البيئة المحلية بإقليم كردستان ، فضلاً عن أختلاف الخصائص الوراثية و الفسيولوجية والبدنية للاعبى الدول المتقدمة فى بعض الأختبارات التى يتم نقلها من المراجع الأجنبية ، ومن ثم فقط قام الباحث بأختيار مشكلة البحث والتى تمثلت في **" القدرات البدنية والقياسات الجسمية المؤثرة على دقة الإرسال للاعبي التنس بإقليم كردستان- العراق "**

obeikandl.com

أهداف البحث :-

يهدف هذا البحث إلى وضع أساس علمى للتعرف على القدرات البدنية والقياسات الجسمية الموثرة على دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان- العراق وذلك من خلال :

١- تحديد القدرات البدنية المرتبطة بدقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان- العراق .

٢- تحديد القياسات الجسمية المرتبطة بدقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان- العراق .

٣- تحديد نسبة مساهمة القدرات البدنية والقياسات الجسمية فى دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان- العراق.

تساؤلات البحث :-

يهدف هذا البحث إلى الإجابة على تساؤلات الأتية :

١- ما القدرات البدنية المؤثرة على دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان- العراق .

٢- ما القياسات الجسمية المؤثرة على دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان- العراق .

٣- ما نسبة مساهمة القدرات البدنية والقياسات الجسمية فى دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان- العراق.

إجراءات البحث:

اولاً: منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية نظرا لملاءمته لطبيعة إجراءات البحث قيد الدراسة

ثانياً : مجالات البحث :

المجال المكاني : ملعب التنس بمركز شباب سوران .

المجال البشري : لاعبي التنس الدرجة الاولي والممتاز في إقليم كردستان – العراق .

المجال الزمني : عام (٢٠١٣- ٢٠١٤)

ثالثاً : مجتمع البحث :

تم تحديد مجتمع البحث البحث بالطريقة العمدية من سجلات الاتحاد الكردستاني للتنس و المقيدون بنوادي الكردستان المختلفة التي يشاركون في بطولة الدوري الكردستان الدرجة الاولي والممتاز للتنس ، و قد بلغ عددهم (٤٥) لاعب من المرحلة السنية (٢٣- ٢٨) سنة .

obeikandl.com

رابعاً : عينة البحث :

أ – عينة الدراسة الأساسية :

تم أختيار عينة البحث للدراسة الأساسية بالطريقة العمدية من المجتمع الأصلي وبلغ عددهم (٣٣) لاعبي مشاركين في الدوري الممتازللتنس وتتراوح اعمارهم مابين (٢٣ – ٢٨) سنة .

ب – عينة الدراسة الأستطلاعية:

تم أختيار (١٢) من لاعبي التنس المشاركين في الدوري الدرجة الاولي لأقليم الكردستان وخارج عينة البحث الأساسية .

خامساً : أسباب إختيار عينة البحث :

قام الباحث بإختيار عينة البحث قيد الدراسة وذلك للأسباب التالية :

١ – مناسبتها لتحقيق أهداف البحث .

٢ – جميع لاعبي العينة الاساسية مسجلين بالإتحاد الكردستاني للتنس و مشتركين في معظم بطولات الإتحاد و الدوري الممتاز .

٣ – توافر عينة البحث من الأندية المختارة .

٤ – موافقة الأندية المختارة على الأشتراك في إجراءات البحث .

٥ – توافر الملاعب و الأدوات و الأجهزة

سادساً: وسائل وأدوات جمع البيانات:-

أستخدم الباحث عدد من الأدوات التي ساعدته في جمع البيانات المتعلقة بالبحث وهي :

١ - المراجع العربية والأجنبية والبحوث العلمية المرتبطة بمجال البحث .

٢ - المقابلات الشخصية للسادة الخبراء والمتخصصين في مجال البحث .

أ – استطلاع رأي السادة الخبراء في تحديد اهم القدرات البدنية المرتبطة بالإرسال في التنس وعرض الاختبارات القدرات البدنية علي (١٠) خبراء .

ب - استطلاع رأي السادة الخبراء في تحديد اهم القياسات الجسمية المرتبطة بالإرسال في التنس وعرض القياسات الجسمية على (١٠) خبراء .

obeikandl.com

٣- الأجهزة الأدوات المستخدمة:

- جهاز الديناموميتر لقياس قوة القبضة
- ميزان طبي لقياس الوزن
- شريط قياس
- مسطرة مدرجة
- كرات طبية
- بطاقات تسجيل
- ملعب تنس قانوني
- مضارب التنس
- كرات التنس
- علامات إرشادية لاصقة
- حبل طوله (١٠.٩٧) م

سابعاً : الإجراءات الإدارية والتنظيمية :

١- الموافقات الإدارية:

قام الباحث بأتخاذ كافة الأجراءات الإدارية و التنظيمية التي من شأنها المساعدة في إجراء قياسات و إختبارات البحث و التي من أهمها الحصول على الموافقات الإدارية اللازمة لتنفيذ البحث حيث تم أستخراج خطابات تسهيل مهمة الباحث من مكتب وكيل الكلية للدراسات العليا و البحوث تم إخطار الإتحاد الكردستاني للتنس و المسئولين عن الأندية المختارة .

٢- إعداد إستمارة التسجيل :

قام الباحث بتصميم إستمارات تساعده في قياس الإختبارات وجمع البيانات اللازمة لإجراء البحث مثل :-

- إستمارة تسجيل القياسات البدنية.
- إستمارة تسجيل القياسات الجسمية.
- إستمارة تسجيل القياسات المهارية.

٣ - أختيار المساعدين :

obeikandl.com

استعان الباحث ببعض الزملاء من خريجي كلية تربية الرياضية ، وتم شرح الهدف من الدراسة و القياسات و الإختبارات المطلوبة و التدريب على كيفية طرق القياس الصحيحة و كيفية التسجيل ببطاقة تسجيل البيانات و ذلك وفقا لمايلى :

- شرح هدف البحث .

- تعرف على الاجهزة و الأدوات و طريقة استخدامها.

- توضيح الغرض من عمليات القياس و الأختبارات .

- شرح مواصفات التطبيق لكل اختبار مع أداء نموذج لكل اختبار.

- شرح كيفية استخدام بطاقة الإختبارات .

ثامناً : الدراسات الاستطلاعية :

إعتمد الباحث في التنفيذ إجراءات البحث على القيام بمجموعتين من الدراسات الإستطلاعية و التي ساهمت بشكل كبير في التنفيذ هذة الإجراءات بطريقة علمية صحيحة .

الدراسة الإستطلاعية الأولى :

قام الباحث بأجراء الدراسة الإستطلاعية الأولي في فترة من (٢٠١٤/٣/١)الى(٢٠١٤/٣/٨) بتجريب الأختبارات البدنية و المهارية على عينة قوامها (١٢) لاعبي و لذلك للتاكيد من صلاحية الأدوات و الأجهزة المستخدمة ومناسبة أماكن القياس و للتأكد من عدم وجود أخطاء اثناء تطبيق الأختبار و طريقة التسجيل و الصعوبات يمكن ان تواجه الباحث .

هدف الدراسة :

- التعرف على مدى صلاحية الأجهزة و الأدوات المستخدمة ومدى مناسبتها لتحقيق الهدف من الحث

- التعرف على مدى صلاحية و مناسبة و سهولة تطبيق الإختبارات قيد البحث بالنسبة للمرحلة السنية المختارة .

- التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث أثناء إجراء الدراسة الأساسية مثل تجهيزات الأماكن القياس و إستجابة الأفراد عينة البحث و فهم غرض منه .

نتائج الدراسة :

- تم التأكد من صلاحية الأجهزة و الأدوات المستخدمة ومدى مناسبتها لتحقيق الهدف من البحث .

- تم التأكد من صلاحية و مناسبة و سهولة تطبيق الإختبارات قيد البحث بالنسبة للمرحلة السنية المختارة .

obeikandl.com

- تم تغلب على الصعوبات التي يمكن ان نواجه الباحث أثناء إجراء الدراسة الأساسية مثل تجهيزات أماكن و إستجابة أفراد عينة البحث و تفهم الغرض من إجراء الدراسة .

الدراسة الإستطلاعية الثانية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الإستطلاعية الثانية في فترة من (٢٠١٤/٣/١٤)الي (٢٠١٤/٣/٢١) ذلك لإجراء المعاملات العلمية للحساب الصدق و الثبات الإختبارات القدرات البدنية وأختبار هوايت لقياس دقة الإرسال علي نفس العينة الإستطلاعية الاولى .

هدف الدراسة :

تهدف هذة الدراسة إلى حساب المعاملات العلمية (الصدق – والثبات) للأختبارات .

تاسعاُ: الدراسات الأساسية :-

قام الباحث بإجراء كافة القياسات الجسمية و الاختبارات البدنية و المهارية قيد البحث على جميع اللاعبين المشاركين في دوري ممتاز الكردستان و عينة البحث الاساسية التي بلغ عددها (٣٣) لاعبين في الأندية المختلفة وقام الباحث بتطبيق جميع الاختبارات البدنية و المهارية و القياسات الجسمية علي عينة الاساسية من تاريخ (٢٠١٤/٣/٢٤)الى (٢٠١٤/٤/١) وتطبيق جميع الاختبارات بالملاعب المركز شباب سوران، وقد راعى الباحث تطبيق القياسات و الأختبارات في نفس الظروف و الشروط الواجب توافرها (توحيد ظروف القياس من حيث الأدوات ، طبيعة الملعب ، وقت القياس) وذلك قدر الأمكان .

وقد تم أجراء الإختبارات لكل لاعب خلال هذة الفترة والتي شملت (١٢) اختبارات بدنية و(١٦) قياسات الجسمية خاصة و (١) اختبار مهاري للمرحلة السنية من (٢٣ – ٢٨) سنة .

- اختبارات البدنية .
- اختبارات القياسات الجسمية .
- اختبار مهاري .

عاشرا: المعاملات الاحصائية :

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الألتواء
- معامل تفلطح
- معامل الأرتباط بسيط (بيرسون)

openkanal.com

- اختبار"ت" T- test

- الانحدار المتعدد

الإستنتاجات

١- وجود معاملات ارتباط داله أحصائياً بين دقة الإرسال و كل من القدرات البدنية المتمثلة في (رمي كرة طبية وزنه (٣) باليدين كغ من الجلوس- القوة الإنفجارية للذراعين ، رمي كرة طبية وزنه (٢) كغ بيد واحدة من الوقوف - القوة الإنفجارية للذراعين ، قوة القبضة (مانوميتر) ، اختبار المسطرة – سرعة رد الفعل ، رمي و استقبال الكرات علي الحائط – التوافق بين العين واليد ، اختبار نط الحبل – التوافق الكلي ، تصويب باليد داخل المستطيلات- الدقة ، تصويب بالمضرب داخل المستطيلات – دقة الأداء ، اختبار إطالة و أمتداد الجذع - مرونة الظهر والكتفين، ثني الجذع للامام من الوقوف – مرونة الظهر ، وقوف و مسك العصي ودورانه للخلف – مرونة مفصل الكتف ، رفع الكتفين من الانبطاح – مرونة مفصل الكتف) بنسب متفاوتة أنحصرت بين (٠.٤٣١ ، ٠.٦٢٤) .

٢- وجود معاملات ارتباط داله أحصائياً بين دقة الإرسال وكل من القياسات الجسمية المتمثلة في (طول الكلي للجسم ، طول الذراع ، طول العضد ، طول الساعد ، طول الكف ، طول الرجل ، طول الفخذ ، طول القدم ، محيط الساعد ، محيط الساق تتراوح مابين (٠.٦٤٤ ، ٠.٨١٠) .

٣- اكثر القياسات الجسمية إسهاما في دقة الإرسال هي (طول الذراع، طول الكلي للجسم ، طول الساعد ، محيط الساق ، محيط الساعد) .

٤- اكثرالقدرات البدنية إسهاما في دقة الإرسال هي (التوافق الكلي ، التوافق بين العين واليد ، مرونة مفصل الكتف ، الدقة ، القوة الإنفجارية للذراعيين) .

٥- إستخلاص من المعادلة التنبؤية من الدراسة والتي تحقق وجود قياس في يد المهتمين بالتنس والتي يمكن بمقتضاها التنبؤ بمستوى دقة أداء الإرسال والذي يمكن أن ينجزه أي لاعب يتبع المجتمع الذي تم إجراء البحث عليه .

دقة الإرسال = ٢٧.٩٥٥ + (٠.٨٧٨ × التوافق الكلي) + (٠.٣٩٩× طول الذراع)

التوصيات

١- ضرورة الأهتمام بالمتغيرات الجسمية والبدنية المستخلصة في البحث في ضوء نسب مساهمتها في دقة الإرسال .

٢- وضع مستويات معيارية للقياسات الجسمية و البدنية المكونة للمعادلة التنبؤية في أختيار لاعبي التنس والاسترشاد بها .

٣- ضرورة اطلاع المدربين والمتخصصين في تدريب التنس على النتائج والدراسات للاستفادة منها في مجال الانتقاء لاعبين التنس .

٤- استخدام المعادلات التنبؤية المستخلصة كمرشد في اختيار لاعبي تنس

obeikandl.com

مستخلص البحث باللغة العربية

عنوان البحث

القدرات البدنية والقياسات الجسمية المؤثرة على دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان العراق

اسم الباحث : داريوش وليم كوربيل عزيز

يهدف هذا البحث إلى التعرف على القدرات البدنية والقياسات الجسمية المرتبطة بدقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان- العراق ، والتعرف على نسبة مساهمة القدرات البدنية والقياسات الجسمية فى دقة الإرسال للاعبى التنس بإقليم كردستان- العراق، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي باسلوب مسحي، اما عينة البحث فقد تضمنت لاعبي التنس في الاندية وقد بلغ عددهم (٣٣)لاعبين وقد استخدم الباحث بعض القياسات الجسمية والقدرات البدنية التي رشحها الخبراء والمتخصصين وبعد استخدام الوسائل الاحصائية المناسبة توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية:-

الإستنتاجات

- وجود معاملات ارتباط داله أحصائياً بين دقة الإرسال و كل من القدرات البدنية المتمثلة في (القوة الإنفجارية للذراعين)، (قوة القبضة) ،(سرعة رد الفعل) (التوافق بين العين واليد)، (التوافق الكلي) (دقة الأداء) ، (مرونة الظهر والكتفين) ،(مرونة الظهر) ،(مرونة مفصل الكتف) بنسب متفاوتة أنحصرت بين (٠.٤٣١ ، ٠.٦٢٤) .
- وجود معاملات ارتباط داله أحصائياً بين دقة الإرسال وكل من القياسات الجسمية المتمثلة في (طول الكلي للجسم ، طول الذراع ، طول العضد ، طول الساعد ، طول الكف ، طول الرجل ، طول الفخذ ، طول القدم ، محيط الساعد ، محيط الساق) تتراوح مابين (٠.٦٤٤ ، ٠.٨١٠) .
- اكثر القياسات الجسمية إسهاما في دقة الإرسال هي (طول الذراع، طول الكلي للجسم ، طول الساعد ، محيط الساق ، محيط الساعد) .
- اكثرالقدرات البدنية إسهاما في دقة الإرسال هي (التوافق الكلي ، التوافق بين العين واليد ، مرونة مفصل الكتف ، الدقة ، القوة الإنفجارية للذراعيين) .
- إستخلاص من المعادلة التنبؤية من الدراسة والتي تحقق وجود قياس في يد المهتمين بالتنس والتي يمكن بمقتضاها التنبؤ بمستوى دقة أداء الإرسال والذي يمكن أن ينجزه أي لاعب يتبع المجتمع الذي تم إجراء البحث عليه .

دقة الإرسال = ٢٧.٩٥٥ + (٠.٨٧٨ × التوافق الكلي) + (٠.٣٩٩× طول الذراع)

obeikandl.com

التوصيات

- ضرورة الأهتمام بالمتغيرات الجسمية والبدنية المستخلصة في البحث في ضوء نسب مساهمتها في دقة الإرسال .
- وضع مستويات معيارية للقياسات الجسمية و البدنية المكونة للمعادلة التنبؤية في أختيار لاعبي التنس والاسترشاد بها .
- ضرورة اطلاع المدربين والمتخصصين في تدريب التنس على النتائج والدراسات للاستفادة منها في مجال الانتقاء لاعبين التنس .
- استخدام المعادلات التنبؤية المستخلصة كمرشد في اختيار لاعبي تنس

obeikandl.com

Abstract in English

Title Search

Physical Abilities and Body Measurements Affecting Serve Accuracy for Tennis Players in the Region of Kurdistan – Iraq

Researcher Name : Dariush William Gorbil Aziz

Eattabralousol levels sporting high most important objectives of Athletic Training scheme in accordance with the principles and scientific principles, depending the level of performance in sports activities in its various aspects on the careful planning of the training process, which should include the role of the processes of measurement and evaluation because of their importance, especially in the core of the training process all aspects of starting of the selection process and through the planning of the training guide all its operations, as well as identifying strengths to develop them, and stand on the weaknesses for improvement and in addition to determine the current level of the player and the team, and comparable to what must have it and then predict what it would be like in the future.

The scientific progress witnessed in the field of sports in our time is the result of research and investigation about all that is new in order to live up to higher levels and this is achieved through sports training form that fits with the capabilities of the player.

That the development of the physical condition of the player of the most important duties to the requirements of life in general, and the development of physical abilities of individuals national demand for the preparation of the citizen true body, stout, to meet the requirements of the sports activity is one of the main duties of the training process, which aims to advance the level of physical abilities for a player to reach the levels of sports high.

That physical abilities own important bases that have a key role in achieving the highest possible level of performance and sporting achievement, according to the sports activity Specialist associated with it, where is characterized by all sporting activity range of physical abilities that distinguish it from other activities, other sports, and is the detection of those physical abilities all of the activities of various sports of the most important duties of scientific research and the problems faced by professionals in the field of sports in general and the field of training, especially because of the great importance to the development of sports training programs.

The sport of tennis is a popular sport in the first place, a Favorites and loved by all ages, suitable both sexes so-called (Sport Life) and stems of this situation is the fact that the effort a person in the play can be varied easily, but if he wants the individual to reach a high level in athletic competition for tennis competitions that he cares about the development of several important aspects Kalmharh kinetic and capacity tactical and psychological skills as well as cognitive and physical abilities.

Openmedicon

That tennis skills characterized in general (agility) because the tennis player must be modified and changes in the conditions of physical, whether it is based on the ground or in the air 'and the moves of the various trends in the field need to (speed) and because the area of the stadium singles relatively large, the player has to kicks off at full speed (the speed of transition) has even catch the ball, as well as it needs to (speed Shake the act) when required him to respond rapidly to changes in the movement and the path of the shot, but Atkhalo tennis skills of (flexibility) Vdharbh transmitter need to flexibility in the spine and the shoulder joint even lead Benjaj, characterized by strikes tennis in general (by force) most skills beating rely on hitting the ball with power and speed in the unit where known (capacity) and also require most strikes recipe (exact) where player controls the nerves and muscles involved performance in directing the ball toward the goal particular, due to the length of tennis matches and the continuation of the players in the performance of a great effort, the recipe (skin periodic respiratory) is the basis for performance in competitions tennis, not without tennis skills of flexibility Vdharbh transmission need to be flexibility in the spine and the shoulder joint even performed successfully.

That a tennis player should be characterized by precision strikes basic such as strikes forehand and strikes the rear and transmission, and play precision influential role in the performance of tennis players, because the skill transmission relies main accuracy, and the main objective of the implementation of the transmission is dropping the ball in the right area in the opponent's court not only that, but the fall of the ball will be difficult in certain areas where brought back by the future.

Physical measurements that part of anthropological research in the measurements of the human body, and returns its importance in that it reflects the state of physical growth and health level of the individual, and is associated with many vital areas such as health and fitness, growth and practice sports.

Measurements of physical represent an important place in various scientific fields to get to know the difference between the human species and the impact of environments where, although these measurements provide us with the foundations of a certain will be used in the comparison between the athletic performance of individuals, all kind of sports activities needs to specifications autosomal own it in order to reach high levels it must be appropriate to the type of body athletic activity practitioner.

Every sports game specifications autosomal certain set them apart from other sports, and the game of tennis and one of these games that have specifications physical characteristic must be met by the practitioners in terms of overall length, which helps the player to perform the skill of transmission and thus harmony between the specification of physical requirements physical skills of the game.

That the basic skills of any game of sports is the essential foundation upon which to build the game, and basic skills in the game of tennis are the movements that the player should be implemented depending on the circumstances and required by the game in order to reach

owaikanalic.com

The blow to the transmission of basic strikes and very important in the game of tennis ball and you need to control the big player and a good mastery when implemented and which they can earn points that the sender directly added to the tally of points and without too much effort.

Blow transmission initially importance only as a way to start the game and it was interesting when the player performance to be identical to the rules of the game just no way he was responding to strike filed with the aim of crossing over the net and fall in the specific area of the transmission. Alan and the evolution of the game and provided the evolution of the performance of the basic skills and their own private blow transmission and a variety of strokes and became aggressive goal of the sender by which point gain and win the tie. The games confirmed by classified players where we find them win the tie when the transmission in their favor and the player achieves the sender sent the rapid beating of the influential. For the player complete freedom when the sender performance where the strike is blow the transmission is performed by the strike, the only player without falling under the pressure, as he has enough time to prepare himself to do to hit the ball .

In reviewing the results of some studies that addressed the physical characteristics and physical tennis players, we find that it was not exposed to the determinants of physical and physical, which required accuracy performance for sending in tennis, despite its importance as a key play and the ability strike in the play talk in tennis, and its effectiveness in earning points, groups, and the researcher analyzed some of the games of tennis in the territory of Kurdistan researcher noted that a weakness in the skill transmitter when performance of the players, when a player performs the skill of transmitter performance is weak, and in doing so we study the reasons for this weakness in performance, it may be lack of interest coaches capabilities physical players or non-selection of players in true through measurements of physical players in addition to that there is a vacuum in the local environment in the Kurdistan Region of studies dealing with the problems in laying the foundations of choice for tennis players scientific methods and rely on methods of self, which may Huelva to instructors, which serve sometimes does not fit sometimes. Although access to the researcher on the digital data on the level of physical performance measured primarily or time or repetitions during the application of tests and measurements on a group of players, but these data are difficult to compare with the level to be achieved, due to lack of availability of digital data on the local environment in the Kurdistan Region, as well as different genetic characteristics and physiological and physical players in the developed countries in some of the tests that are transferred from foreign references, and then only the researcher will select the research problem, which consisted of the "physical abilities and measurements of physical influence on the accuracy of the transmission of the tennis players in the Kurdistan Region - Iraq."

Research objectives: -

This research aims to develop a scientific basis to identify the physical abilities and physical measurements Motherh on the accuracy of the transmission of the tennis players in the Kurdistan Region - Iraq through:

Open Knowledge.com

1 - Identify physical abilities associated with the transmission of accurately tennis players in the Kurdistan Region - Iraq.

2 - Identify physical measurements accurately associated with the transmission of the tennis players in the Kurdistan Region - Iraq.

3 - determine the contribution of physical abilities and physical measurements in transmission accuracy of the tennis players in the Kurdistan Region - Iraq.

Research questions: -

This research aims to answer the following questions:

1 - What physical abilities affecting the accuracy of the transmission of the tennis players in the Kurdistan Region - Iraq.

2 - What physical measurements affecting the accuracy of the transmission of the tennis players in the Kurdistan Region - Iraq.

3 - What is the contribution of physical abilities and physical measurements in the accuracy of the transmission of the tennis players in the Kurdistan Region - Iraq.

Search procedures:-

Research Methodology

The researcher used the descriptive survey method due to its relevance to the nature of the research procedures under study

Secondly: the areas of research:

Spatial domain: Tennis Court Youth Center Soran.

The human sphere: tennis players first class and excellent in the Kurdistan Region - Iraq.

Time domain: General (2013 - 2014)

the research community:-

Been identified research community Find deliberate way of records of the PUK and tennis clubs Enrolled Kurdistan various participating in the league championship Kurdistan first class and excellent tennis, and has numbered (45) player of the age group (23-28 years).

openkandil.com

The research sample:-

A - basic study sample:

The research sample was chosen to study the basic way of intentional community of origin and numbered (33) of the players involved in the league and Almmtazelltens aged between (23-28) years**.**

B - the survey sample:

Was chosen (12) of tennis players participating in the league for the first class province of Kurdistan and outside the core sample.

the reasons for selecting the research sample:-

The researcher to choose the sample under study and for the following reasons:

1 - suitability to achieve the objectives of the research.

2 - All players registered core sample Tennis Union of Kurdistan and the participants in most tournaments Union and the Premier League.

3 - the availability of the research sample of selected clubs.

4 - approval clubs selected to participate in the research procedures.

5 - Availability of venues and tools and hardware

Mass and data collection tools: -

The researcher used a number of tools that helped him in the collection of data relating to research, namely

1 - Arabic and foreign references and scientific research related to the field of research.

2 - personal interviews of the masters of experts and specialists in the field of research.

A - Poll Gentlemen experts to identify the most important physical abilities associated with the posting in tennis and physical abilities tests show Ali (10) experts.

B - Poll Gentlemen experts in identifying the most important measurements related to physical posting in tennis and width measurements on the physical (10) experts.

devices used tools:-

obeikandl.com

• Aldenamumitr device for measuring the strength of the grip

• Medical balance to measure the weight

• Tape Measure

• ruler listed

• Medical Balls

• Score Card

• Tennis legal

• tennis rackets

• Tennis Balls

• guideposts adhesive

• rope length (10.97 m)

administrative and regulatory procedures:-

administrative approvals

The researcher has to take all the administrative procedures and organizational which would help in measurements and tests Search and foremost of which is to obtain administrative approvals necessary for the implementation of the search terms were extracted letters facilitate the task of the researcher from the Office of the Vice Dean for Graduate Studies and Research was notified Union of Kurdistan tennis and responsible for selected clubs.

Preparation of the registration form:-

The researcher forms designed to help him in the measurement tests and collect the data necessary to perform the search, such as: -

• Registration Form physical measurements.

• Registration Form physical measurements.

• Registration Form measurements footwork.

obeikandi.com

Select assistants

The researcher has used some colleagues from graduates of the College of Physical Education, has been explaining the purpose of the study and measurements and tests required and training on how to correct measurement methods and how to register registration card data and in accordance with the following:

- Explaining the aim of the research.

- Know the equipment and tools and how to use them.

- Clarify the purpose of the measurements and tests.

- Explain the application specifications for each test model with the performance of each test.

- Explain how to use the card tests.

surveys

Depend researcher in implementation research procedures to do two sets of surveys, which contributed significantly to the implementation of these procedures in a scientific way is correct.

The first scoping study

The researcher conducted a scoping study in the initial period of (03/01/2014) to (08/03/2014) piloting skills and physical tests on a sample of (12) players and therefore to confirm the validity of the tools and devices used and places suitable measurement and to make sure the absence of errors during application testing. recording method and the difficulties that could face the researcher.

The goal of the study :-

- Identify the validity of devices and tools used and their relevance to achieve the goal of induction

- Identify the viability and ease of application and appropriate tests under consideration for phase Sunni selected.

- To identify the difficulties that can be faced with the researcher during the study of basic facilities such as places of measurement and response personnel research sample and understand the purpose of it.

obeikandi.com

Results of the study :-

- It was ascertained the validity of the devices and tools used and their relevance to achieve the objective of the search.

- Was to ensure the validity and ease of application and appropriate tests under consideration for phase Sunni selected.

- Has been overcome difficulties that can be faced with the researcher during the study of basic facilities such as places and response members of the research sample and understand the purpose of the study.

The second scoping study :-

The researcher conducting scoping study in the second period from (3/14/2014) to (3/21/2014) to conduct transactions for the account of scientific honesty and constancy tests and physical abilities test to measure the accuracy White transmission on the same sample reconnaissance first.

The goal of the study :-

The aim of this study was to calculate the transaction Scientific (honesty - and consistency) for tests.

basic studies: -

The researcher conducting all measurements of physical and physical tests and skill under discussion on all the players involved in the UEFA Excellent Kurdistan and sample core which numbered (33) players in various clubs and researcher has adopted all of the physical tests and the skill and measurements of physical sample core of Date (03/24/2014) to (04/01/2014) and the application of all tests stadiums youth center Soran, the researcher has taken into account the application of measurements and tests in the same circumstances and conditions to be met (the unification of conditions in terms of the measurement tools, the nature of the pitch, time measurement) and that as much as possible.

Has been testing for each player during this period, which included (12) and physical tests (16) and especially physical measurements (1) Mehari test phase of the Sunni (23-28) years.

1 - physical tests.

2 - measurements of physical tests.

3 - Testing Mehari.

Obeikandi.com

Transactions period: -

- SMA

- Standard deviation

- Coefficient convolution

- Coefficient Tfltah

- A simple correlation coefficient (Pearson)

- Test "T" T-test

- Multiple regression

Conclusions :-

1 - The existence of transactions correlation direct correlation function of the accuracy of the transmission between each of the measurements of the physical task of (overall length of the body, arm length, the length of the humerus, the length of the forearm, length of stop, leg length, thigh length, foot length, circumference forearm, leg circumference) in varying proportions and the accuracy of the transmission.

2 - The presence of transactions correlation direct correlation function of the accuracy of the transmission between each of the physical abilities of (throw a ball medical weight (3) Hands kg sit down, throw a ball medical weight (2 kg), however, one of the stand, grip strength (Manumitr), Test Procedure , throwing and receiving the balls to the wall, test scope cord, straighten hand inside rectangles, straighten bat inside rectangles, test lengthen and stretch the torso, bend the trunk to the front of the stand, and parking and caught sticks and rotates backward, lift the shoulders of lie) in varying proportions and precise transmission .

3 - more factors that contribute to the transmission precision in physical measurements is (arm length, overall length of the body, the length of the forearm, calf circumference, arm circumference).

4 - that more factors contribute to the fidelity transmission in physical abilities is (test scope rope, throw and receive balls to the wall, parking and maintenance of sticks and circling back, straighten hand inside rectangles, throw a ball medical talents (3) kJ hands of sitting).

5 - to extract predictive equation and associated physical measurements and physical abilities influential on the accuracy of transmission

Transmission accuracy = (27.955 + (2.683 × test scope cord) + (.1820 × arm's length).

obeikandi.com

recommendations :-

١ - need to focus on anthropometric variables (physical) and physical learned in the search in light of the contribution rates accurately transmission.

٢ - Develop a standard levels of physical measurements and physical components of the predictive equation in determining the tennis players and be guided by them.

٣ - Using the results of the study guide and adjust the jurisdiction of the players to perform to their potential Tennis physical measurements and physical abilities.

٤ - The use of predictive equations derived as a guide in the selection of tennis players.

obeikandl.com

Extract in English

Title Search

Physical Abilities and Body Measurements Affecting Serve Accuracy for Tennis Players in the Region of Kurdistan – Iraq

Researcher Name : Dariush William Gorbil Aziz

This research aims to identify the physical abilities and measurements of physical linked to accurately transmit the tennis players in the Kurdistan Region - Iraq, and recognize the contribution of physical abilities and measurements of physical in the accuracy of the transmission of the tennis players in the Kurdistan Region - Iraq, The researcher used the descriptive style of a survey, either the research sample was included tennis players in the clubs have numbered (33) players researcher has used some physical measurements and physical abilities nominated by experts and specialists and after the use of statistical methods appropriate to the researcher reached the following conclusions: -

Conclusions:-

• The existence of transactions correlation direct correlation function of the accuracy of the transmission between each of the measurements of the physical task of (overall length of the body, arm length, the length of the humerus, the length of the forearm, length of stop, leg length, thigh length, foot length, circumference forearm, leg circumference) in varying proportions and the accuracy of the transmission.

• The existence of transactions correlation direct correlation function of the accuracy of the transmission between each of the physical abilities of (throw a ball medical weight (3) Hands kg sit down, throw a ball medical weight (2 kg), however, one of the stand, grip strength (Manumitr), Test Procedure, throwing and receiving the balls to the wall, test scope cord, straighten hand inside rectangles, straighten bat inside rectangles, test lengthen and stretch the torso, bend the trunk forward from the stand, and parking and caught sticks and circling back, lifting the shoulders of lie) in varying proportions and precise transmission.

• more factors that contribute to the transmission precision in physical measurements is (arm length, overall length of the body, the length of the forearm, calf circumference, arm circumference).

• that more factors contribute to the fidelity transmission in physical abilities is (test scope rope, throw and receive balls to the wall, parking and maintenance of sticks and circling back, straighten hand inside rectangles, throw a ball medical talents (3) kJ hands of sitting).

• derive a predictive equation and associated physical measurements and physical abilities influential on the accuracy of the transmission:

Transmission accuracy =] 27.955 + (0.878 × test scope cord) + 0.399 × arm's length).

obeikandi.com

Recommendations: -

• the need for attention anthropometric variables (physical) and physical learned in the search in light of the contribution rates accurately transmission.

• Develop standard levels of physical measurements and physical components of the predictive equation in determining the tennis players and be guided by them.

• use the results of the study guide and adjust the jurisdiction of the players to perform to their potential Tennis physical measurements and physical abilities.

• The use of predictive equations derived as a guide in the selection of tennis players.

obeikandl.com

Alexandra University
Faculty of sports Education For Girls
Department of Athletic Training and
Movement Science

Physical Abilities and Body Measurements Affecting Serve Accuracy for Tennis Players in the Region of Kurdistan - Iraq

Research Submitted by

Dariush William Gorbil Aziz

Graduated from the Faculty of Physical Education University of Soran

To the requirements for obtaining a master's degree in physical education

Supervision

Dr.

Sohiar Talat Ibrahim

Assistant Professor in sports training

& Movement Science Department

Faculty of Physical Education for Girls

University of Alexandria

Dr.

Aleya Ibrahim Zohdy

Professor in Sports Training

& Movement Science Department

Faculty of Physical Education for Girls

University of Alexandria

2014

obeikandi.com