

( )

أسماء المدربين المتخصصين الذي تم استطلاع آرائهم  
ضمن برامجهم التدريبية

( )

**سماء المدربين المتخصصين**

**بهاء محمد تقي** : أستاذ مساعد كرة يد بقسم التدريب الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة واسط

ومدرّب نادي واسط بكرة اليد

**:** أستاذ علم النفس الرياضي بقسم علم النفس الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد

ومدرّب نادي الصناعة بكرة اليد

**:** مدرس كرة يد بقسم التدريب الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد

ومدرّب نادي نفط الجنوب بكرة اليد

**:** أستاذ كرة يد بقسم التدريب الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة بابل

ومدرّب نادي كربلاء بكرة اليد

**:** أستاذ كرة يد بقسم التدريب الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد

ومدرّب نادي الكرخ بكرة اليد

**:** أستاذ مساعد كرة يد بقسم التدريب الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

ومدرّب منتخب العراق للناشئين بكرة اليد

**:** استاذ كرة يد بقسم التدريب الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد

ومدرّب المنتخب القومي (سابقا )

**تم ترتيب سماء السادة المدربين بالحروف الهجائية**

( )  
المدربين المتخصصين  
برامجهم التدريبية

السيد

..... /

### تحية طيبة

يقوم الباحث / ماجد حسن علي باستطلاع آراء المدربين المتخصصين في إدراج التوقع الحركي ضمن برامجهم التدريبية ، وذلك ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية لبحث بعنوان:

"دراسة بعض القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية في جمهورية العراق "

ونظرا لمتعة سيادتكم في مجال تدريب كرة اليد بالخبرة العلمية والعملية المشهود لها لذا يرجى من سيادتكم التكرم بإبداء الرأي والإجابة على التساؤلات، وذلك من خلال وضع علامة (✓) أمام الإجابة المناسبة من وجهة نظر سيادتكم والتكرم بإضافة إي مقترحات ترونها مناسبة لإثراء هذه الدراسة العلمية.

اسم الخبير:	
وظيفة:	
المؤهل :	
النادي الذي تعمل به :	
تدريب:	

لا	نعم	التساؤلات
		١- هل تحتوي البرامج التدريبية على مهارات التوقع الحركي لحارس المرمى ؟
		٢- هل لديكم وسيلة لقياس التوقع الحركي لحارس المرمى في كرة اليد وفقا لمستوى الاداء المهاري ؟

- إضافة أي مقترحات أخرى :

..... -

..... -

obeykandl.com  
( )

( )

- احمد حسين محمد علي** : أستاذ مساعد كرة يد بقسم التدريب الرياضي  
كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان
- أحمد يوسف متعب** : أستاذ كرة يد بقسم التدريب الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة بابل
- بهاء محمد تقي** : أستاذ مساعد كرة يد بقسم التدريب الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة واسط  
ومدرّب نادي واسط الرياضي بكرة اليد
- : أستاذ علم النفس الرياضي بقسم علم النفس الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد  
ومدرّب نادي الصناعة بكرة اليد
- : مدرس كرة يد بقسم التدريب الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد  
ومدرّب نادي نفط الجنوب بكرة اليد
- سامر يوسف متعب** : أستاذ كرة يد بقسم التدريب الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة بابل  
ومدرّب نادي كربلاء بكرة اليد
- : أستاذ كرة يد المتفرغ بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة  
كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية
- سعد محسن يوسف** : أستاذ كرة يد بقسم التدريب الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد  
ومدرّب نادي الكرخ بكرة اليد .
- : أستاذ مساعد كرة يد بقسم التدريب الرياضي  
كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى  
ومدرّب منتخب العراق للناشئين بكرة اليد
- سلوى عز الدين فكري** : أستاذ كرة يد المتفرغ بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة  
كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية

أستاذ مساعد كرة يد بقسم تدريب الألعاب الرياضية :

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية

أستاذ كرة يد المتفرغ بقسم التدريب الرياضي :

كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان

أستاذ كرة يد بقسم التدريب الرياضي :

كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد.

أستاذ كرة يد المتفرغ بقسم التدريب الرياضي ب :

كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان

أستاذ كرة يد بقسم تدريب الألعاب الرياضية :

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية

تم ترتيب سماء السادة الخبراء بالحروف الهجائية

محمد توفيق الوليلي

ميثم حبيب سبهان

قدري سيد مرسي

ياسر محمد حسن دبور

البدنية  
اليد

لتحديد أهم

لرمية ( )

( )

## تحية طيبة

يقوم الباحث / ماجد حسن علي باستطلاع رأى الخبراء لتحديد انسب القدرات البدنية المرتبطة بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية ٧ أمتار وذلك ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية لبحث بعنوان:

"دراسة بعض القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية في جمهورية العراق "

ونظرا لتمتع سيادتكم بالخبرة العلمية والعملية المشهود لها ، لذا يرجى من سيادتكم التكرم بإبداء الرأي في تحديد أهم القدرات البدنية المرتبطة بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية ال ٧ أمتار، وذلك من خلال وضع علامة (✓) أمام القدرة المناسبة من وجهة نظر سيادتكم والتكرم بإضافة إي مقترحات ترونها مناسبة لإثراء هذه الدراسة العلمية.

	اسم الخبير:
	الدرجة العلمية :
	الوظيفة:
	:

غير موافق	البدنية	
		القوة العضلية
	القوة المميزة بالسرعة	
	القوة الانفجارية	
	سرعة رد الفعل	السرعة
	السرعة الحركية	
	السرعة الانتقالية	
	التوازن الثابت	التوازن
	التوازن الحركي	
	التحمل العضلي	التحمل
	التحمل الدوري التنفسي	
	تحمل السرعة	
		الدقة
		التوافق
		الرشاقة
		المرونة

- إضافة أي مقترحات أخرى :

..... -  
..... -

( )  
تحديد أهم  
اليد لرمية ( )

## تحية طيبة

يقوم الباحث / ماجد حسن علي باستطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم متطلبات التوقع الحركي لحراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار وذلك ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية لبحث بعنوان:

"دراسة بعض القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية في جمهورية العراق "

ونظرا لتمتع سيادتكم بالخبرة العلمية والعملية المشهود لها ، لذا يرجى من سيادتكم التكرم بإبداء الرأي في تحديد أهم متطلبات التوقع الحركي لحراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار ، وذلك من خلال وضع علامة (✓) أمام المكون المناسب من وجهة نظر سيادتكم والتكرم بإضافة أي مقترحات ترونها مناسبة لإثراء هذه الدراسة العلمية.

	ير:
	الدرجة العلمية :
	الوظيفة:
	:

غير موافق		
		إدراك المسافة
		إدراك الزمني
		إدراك الاتجاه
		إدراك المكان
		إدراك القوة
		تركيز الانتباه
		التصور الحركي

- إضافة أي مقترحات أخرى :

..... -  
..... -

( )  
لتحديد  
اليد  
الرمية  
البدنية

.....

### تحية طيبة

يقوم الباحث / ماجد حسن علي باستطلاع رأى الخبراء لتحديد انسب الاختبارات لقياس القدرات البدنية المستخلصة وذلك ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية لبحث بعنوان :

" القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية في جمهورية العراق "

ونظرا لتمتع سيادتكم بالخبرة العلمية والعملية المشهود لها ، لذا يرجى من سيادتكم التكرم بإبداء الرأي في تحديد انسب الاختبارات لقياس القدرات البدنية المستخلصة وذلك من خلال وضع علامة (✓) أمام الاختبار الذي ترونه مناسب لقياس القدرات البدنية لحراس المرمى بكرة اليد من وجهة نظر سيادتكم والتكرم بإضافة أي مقترحات ترونها مناسبة لإثراء هذه الدراسة العلمية.

	سم الخبير:
	الدرجة العلمية :
	الوظيفة:
	:

المتغير	توصيف الاختبار	غير موافق
اختبار نيلسون (سم)	يقيس هذا الاختبار سرعة ودقة واستجابة اليد، يجلس المختبر على كرسي واضعا يديه على بشكل مريح على المنضدة بحيث يواجه السبابة الإبهام وتكون اليد بارزة على المنضدة بمقدار ٣:٤ بوصة يمكس المحكم بأعلى المسطرة ويجعلها في وضع عمودي على الأرض بحيث تمر بين أبهام وسبابة المختبر ثم يتركها المحكم لتسقط ويقوم المختبر بمسكها ويحسب المسافة التي مسك فيها المختبر المسطرة .	
صد الكرة المرتدة من الحائط	يقيس هذا الاختبار سرعة رد الفعل لحارس المرمى وقدرته على التحرك بسرعة، يقف حارس المرمى المختبر على خط المرمى ومواجه الحائط الذي يبعد عنه ٣ متر ويقف خلف المرمى اللاعب المصوب ومعه مجموعة من الكرات يقوم بتصويب الكرة على الحائط بمختلف الاتجاهات لترتد الكرة باتجاه المرمى فيحاول حارس المرمى التصدي لها. وتحسب الكرات التي تم التصدي لها من مجموع (١٠) كرات وتعطى درجة واحدة لكل محاولة صد ناجحة .	
مسك الكرة عكس الإشارة	نرسم دائرتان قطر كل منهما ٥٠،٠ متر والمسافة بينهما ١٠ متر يقف حارس المرمى المختبر في منتصف المسافة بين الدائرتين في نهاية الخط المواجه للاعب الرامي للكرة وعند سماع إشارة البدء يجري الحارس المختبر عكس إشارة الاتجاه التي يشير إليها الرامي ليمسك الكرة القادمة إليه . ويحتسب الزمن من إشارة البدء حتى مسك الكرة ويسجل زمن ال ٣ محاولات بالثانية لأقرب ٠،٠١ من الثانية .	
جهاز قياس رد الفعل (ث)	يقيس هذا الاختبار قوة الملاحظة وسرعة رد الفعل والتتبع البصري فانه يقيم التسجيل البصري للأشياء المكونة على الشاشة من خلال النقط على فترات زمنية متفاوتة .	
سرعة حركة الرجل في الاتجاه الافقي	يقيس سرعة الفرد في تقريب وتباعد الرجل في المستوى الافقي ويسجل اكبر عدد ممكن من المرات في ٢٠ ث	
الحركية	يقيس السرعة الحركية للذراع والقدم جانبا يتخذ حارس المرمى المختبر وضع الوقوف فتحا الذراعان مائلا عاليا ، وعند اعطاء اشارة البدء "صافرة" يقوم الحارس بالدفاع بالذراع والقدم اليمنى ضد الكرة المثبتة في الحائط رقم (١) ثم العودة لوضع البداية ثم الدفاع بالذراع والقدم اليسرى ضد الكرة رقم (٢) ويجب لمس الكرة بالذراع والقدم معا اثناء الدفاع والوصول وضع البداية بعد لمس الكرة ويضلل ظهر الحارس ملامسا للحائط. ولكل حارس محاولة واحدة ويسجل عدد مرات لمس الكرة خلال ٢٠ ثانية.	

غير موافق	توصيف الاختبار	المتغير
	<p>يقيس السرعة الحركية للذراع والقدم يتخذ حارس المرمى المختبر وضع الاستعداد وظهره ملامسا للحائط وعند اعطاء اشارة البدء يقوم الحارس بالدفاع بالذراع والقدم ضد الكرة المثبتة على الارض ثم العودة لوضع البداية والتكرار. ويجب الوصول الى وضع البداية بعد لمس الكرة لكل حارس محاولة واحدة ويستمر الاداء لمدة ١٠ ث ويسجل عدد مرات لمس الكرة خلال عشر ثوان .</p>	الدفاع بالذراع والقدم للزاوية السفلى
	<p>يقيس السرعة الحركية للذراع ، يقف حارس المرمى المختبر في وضع الاستعداد والذراعين عاليا ملامستين للكرة عاليا ، وعند اعطاء اشارة البدء "صافرة" تتحرك الذراعان جانبا اسفل للمس الفخذين ثم رفع الذراعين جانبا عاليا للمس الكرة والتكرار ويضل ظهر حارس المرمى ملامسا للحائط اثناء الاداء وتظل القدمان ملامستين للارض خلال فترة الاداء ويحسب عدد مرات لمس الكرة خلال ٢٠ ثانية.</p>	الدفاع بالذراع عاليا
	<p>لقياس السرعة الانتقالية يقف حارس المرمى المختبر على خط المرمى وتتوزع (٣) كرات على (١) خط الاربعة متر (٢) بجانب القائم الايسر (٣) بجانب القائم الايمن ، وعند اعطاء اشارة البدء ينطلق حارس المرمى باتجاه الكرة رقم (١) ثم الكرة رقم (٢) ثم يعود للكرة رقم (١) ثم للكرة رقم (٣) ثم الكرة رقم (١) ومن ثم العودة الى خط المرمى . يعطي للمختبر محاولين ويسجل له الزمن الاقرب من عشرة ١٠،١ ثانية</p>	مثلث السرعة
	<p>لقياس السرعة الانتقالية يقف حارس المرمى المختبر خلف خط البداية من وضع البدء العالي وعند سماع اشارة البدء يعدو الحارس الى ان يسمع اشارة من المحكم بالوقوف عند انتهاء فترة العشر ثوان المخصصة للجري . يسجل طول المسافة التي قطعها المختبر بالمتر خلال عشر ثوان المحددة للعدو.</p>	عدو عشر ثوان
	<p>لقياس سرعة الانتقال يقف حارس المرمى المختبر خلف خط البداية من البدء العالي . عند إعطاء إشارة البدء يعدو حارس المرمى بأقصى سرعة لقطع المسافة بين الخطيين وحتى يتخطى خط النهاية يحتسب الزمن الذي قطعه المختبر من لحظة إعطاء إشارة البدء حتى يتخطى خط النهاية .</p>	اختبار العدو لمسافة ٣٠ متر من البدء العالي

غير موافق	توصيف الاختبار	المتغير	
	<p>القياس توافق العينين والذراعين</p> <p>يتخذ الحارس المختبر وضع الجلوس طولا فتحا خلف خط البداية ويكون ممسكا بالكرة ومواجهها الحائط وعند اعطاء اشارة البدء يمرر المختبر الكرة بسرعة باتجاه الحائط فوق الخط المرسوم على الحائط ثم استقبلها في هذا الوضع والتكرار.</p> <p>وحدة القياس عدد مرات الاداء ويسجل عدد المرات الصحيحة خلال ٣٠ ثانية لاستقبال الكرة ولكل مختبر محاولة واحدة .</p>	التمرير على الحائط	
	<p>لقياس توافق العينين والذراعين والرجلين والكرة</p> <p>يقف حارس المرمى المختبر خلف خط البداية وممسكا بالكرة وعند اعطاء اشارة البدء يثب الحارس بالقدمين إلى أعلى ثم يمرر الكرة باتجاه الحائط بسرعة فوق الخط المرسوم على الحائط ثم الهبوط واستقبال الكرة والتكرار .</p> <p>يسجل عدد المرات الصحيحة لاستقبال الكرة خلال ٢٥ ث ، ولكل حارس محاولة واحدة</p>	التمرير من الوثب على الحائط	
	<p>لقياس توافق العينين والذراعين والكرة</p> <p>يقف حارس المرمى المختبر خلف خط الرمي ومواجهها الحائط ومعه كرات تنس يقوم برمي الكرات واستقبالها ، رمي خمس كرات باليد اليمنى واستقبالها باليد اليسرى، رمي خمس كرات باليد اليسرى واستقبالها باليد اليمنى .</p> <p>تحسب درجة لكل محاولة صحيحة من ١٠ رميات المقررة</p>	رمي الكرات على الحائط	
	<p>يقيس التوافق بين العينين واليدين والرجلين عبارة عن خمس دوائر مرقمة من ١:٥ يقوم المختبر بالوثب باليدين ثم القدمين باقصى سرعة وبالتالي ويسجل الزمن للداء.</p>	اختبار القفز داخل الدوائر المرقمة (ث)	
	<p>لقياس الرشاقة</p> <p>يقف الحارس في وضع الاستعداد عند نقطة البداية وعند اعطاء اشارة البدء يتحرك جانبا للدفاع بالذراع والقدم اليمنى ضد الكرة رقم (١) ثم التقدم أماما للدفاع ضد الكرة رقم (٢) بالذراع والقدم اليمنى ثم العودة بالظهر لوسط المرمى ثم التحرك جانبا للدفاع للذراع والقدم اليسرى ضد الكرة رقم (٣) ثم التقدم أماما للدفاع ضد الكرة رقم (٤) بالذراع والقدم اليسرى ثم العودة بالظهر لنقطة البداية .</p> <p>يسجل زمن الأداء بالثانية</p>	الدفاع أماما وخلفا وجانبا	

غير موافق		توصيف الاختبار	المتغير	
		<p>لقياس الرشاقة</p> <p>يقف المختبر فتحا على خط المنتصف بحيث يكون الخط بين القدمين . وعند إعطاء إشارة البدء يقوم بأخذ خطوات جانبية ناحية اليمين حتى يلمس بالقدم اليمنى خط الجانب . ثم يعود بأخذ خطوات جانبية ناحية اليسار حتى يلمس بقدمه اليسرى خط الجانب الأخر . ويقوم المختبر بأداء الحركات السابقة على الجانبين بأقصى سرعة ممكنة خلال زمن ١٠ ثانية يعطي المختبر محاولة واحدة فقط تتوزع درجات الاختبار بين خط المنتصف والخطوط الأربعة الجانبية التي تقع على بعد مسافة متساوية من هذا الخط .</p>	الخطوة الجانبية	
		<p>لقياس الرشاقة</p> <p>يتخذ حارس المرمى المختبر وضع الاستعداد على خط المرمى داخل المرمى بحيث يكون اليدين ملامستين للكرة (٢) وعند إعطاء إشارة البدء يقوم حارس المرمى بالدفاع بالذراع والقدم اليمنى ضد الكرة (١) ثم العودة لوضع البداية ولمس الكرة (٢) باليدين ثم الدفاع بالذراع والقدم اليسرى ضد الكرة (٣) والعودة لوضع البداية .</p> <p>يسجل عدد مرات لمس الكرات خلال ٣٠ ثانية</p>	الدفاع بالذراع والقدم والذراعين جانبا وعاليا	
		<p>الغرض من الاختبار : قياس الرشاقة</p> <p>الادوات : مرمى كرة يد - يحدد على قائمى المرمى اربع علامات ، (١) ، ٢ ، (٣ ، ٤)</p> <p>طريقة التنفيذ: يقوم حارس المرمى من وضع الاستعداد بتوالي لمس العلامات الاربع طبقا لترتيب الارقام ، وذلك لعدد ٦ مرات ، (٦ مرات x ٤ لمسات = 24 لمسة )</p> <p>القياس : يحسب زمن الاداء حتى اللمسة (رقم ٢٤)</p>	العلامات المحددة على جانبي القائم	
		<p>لقياس مرونة العمود الفقري للجانب</p> <p>يقف حارس المرمى مع رفع الذراع اليمنى جانبا وعمل علامة على الخط المرسوم على الحائط عند أقصى امتداد للذراع - ثم يقوم حارس المرمى بعد ذلك بثني الجذع جانبا لأحدى الجهتين اليمين أو اليسار مع فردا لذراع وعمل علامة على الحائط المرسوم عند أقصى مسافة يصل إليها الذراع وتظل القدمين ملامستين للأرض أثناء الأداء والثبات عند أقصى مسافة يصل إليها الذراع لمدة ثانيتين .</p> <p>لكل حارس محاولتان تسجل له أفضلهما ، ويسجل للحارس المسافة الواقعة بين العلامتين ، وحدة القياس " السنتيمتر "</p>	ميل الجذع جانبا	

غير موافق	توصيف الاختبار	المتغير
	لقياس مرونة عضلات البطن تثبت الكرة رقم (١) عند أقصى مسافة بالنسبة لكل حارس عند رقوده وتثبت الكرة (٢) على القائم عند أقصى مسافة لكل حارس عند جلوسه يتخذ الحارس وضع الرقود فتحا والذراعين عاليًا ويكون القائم بين القدمين واليدين ملامستين للكرة (١) وعند إعطاء إشارة البدء يقوم الحارس بجذعه للمس الكرة (٢) ثم العودة والتكرار. يسجل عدد مرات لمس الكرة أثناء الأداء خلال ٢٠ ثانية	الجلوس من الرقود
	لقياس مرونة العضلات للمادة للظهر . ينبطح اللاعب على الأرض وشابك أصابع كفيه خلف رقبته بينما يساعده زميله الأول في تثبيت الورك وعدم السماح لجسمه بالحركة من أسفل الحزام . ويضع الآخر شريط القياس أو المسطرة بوضع عمودي على الأرض . يقوم اللاعب المنبطح برفع جذعه للأعلى ولأقصى مدى حركي بحيث يثبت في الوضع ثلاث ثوان. ثم يقاس ارتفاع الذقن عن الأرض ليعطينا درجة المرونة المطلوب قياسها. يحسب الارتفاع بالسنتيمتر والى اقرب نصف سنتيمتر	قياس مرونة الجذع في حركة المد
	لقياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين يقف حارس المرمى المختبر ملامسا خط البداية بالرجلين معا . وعند سماع إشارة البدء ينطلق المختبر بالقفز على كلتا رجليه إلى نهاية الخط . تعطى محاولتين للمختبر وتسجل الأفضل له ، ويسجل أحسن وقت للمختبر	القفز بكلتا القدمين لمسافة ٢٠ متر
	لقياس القوة المميزة لعضلات الرجلين يقف حارس المرمى المختبر ملامسا خط البداية برجل القفز والرجل الحرّة للخلف وعند سماع الصافرة ينطلق المختبر بالحجل " القفز " على رجل واحدة الى نهاية الخط يعاد الاختبار على القدم الثانية ويقاس المستوى يسجل أحسن وقت للمختبر	القفز على ساق واحدة لمسافة ٣٠ متر
	قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين الوقوف لحارس المرمى المختبر على قدم واحدة والحجل الى مسافة مرسومة على الارض في زمن قدره ١٠ ثانية مع عدم التوقف او ملامسة الارض باي جزء من الجسم غير قدم الحجل. تقاس المسافة في زمن قدره ١٠ ثانية ، يعاد الاختبار على القدم الثانية ويقاس المستوى .	الحجل لمدة ١٠ ثانية
	لقياس القوة المميزة بالسرعة للذراعين من وضع الانبطاح المائل ثني ومد الذراعين أقصى عدد ممكن في ( ١٠ ) ( ثا ) تسجل للمختبر عدد مرات أداء الثني والمد خلال ١٠ ث .	اختبار القوة المميزة بالسرعة للذراعين

غير موافق	توصيف الاختبار	المتغير	
	<p>لقياس القوة الانفجارية للرجلين في الوثب للأمام يقف حارس المرمى المختبر على لوحة الوثب والقدمان متباعدتان والذراعين يتمرجحان أماما بقوة مع مد الركبتين على امتداد الجذع ودفع الأرض بمشطي القدمين بقوة للوثب أماما لأقصى مسافة ممكنة يتم التسجيل من خط البداية إلى اقرب مسافة لمس الكعبين للأرض ولكل مختبر محاولتين تسجل الأفضل</p>	<p>الوثب العريض من الثبات</p>	
	<p>لقياس القوة الانفجارية للرجلين يقف حارس المرمى المختبر وظهره مواجها للحائط ثم يرفع الذراع اليمنى جانبا لأقصى مسافة وعمل علامة بالطباشير على الخط المرسوم على الحائط ثم يقوم بعد ذلك بالوثب للجانب الايمن متخذا شكل الدفاع ثم يقوم بعمل علامة على الخط المرسوم على الحائط عند اقصى مسافة يصل اليها بعد الوثب . لكل حارس ثلاث محاولات تسجل لهما الافضل ، وحدة القياس "السنتيمتر " تسجل المسافة بين العلامتين.</p>	<p>الوثب للجانب للدفاع بالذراع</p>	<p>الانفجارية</p>
	<p>لقياس القوة الانفجارية يقف المختبر بحيث تكون ذراعه المميزة بجانب الحائط ثم يقوم المختبر برفع الذراع المميزة على كامل امتدادها لعمل علامة بالأصابع على الحائط ويجب ملاحظة عدم رفع الكعبين من على الأرض ويسجل الرقم الذي تم وضع العلامة أمامه من وضع الوقوف . ثم يأخذ المختبر خطوتين أو ثلاثة الى الخلف بجانب الحائط ويبدأ بأخذ الخطوات الى الأمام والقفز عالياً لعمل علامة بأصابع اليد المميزة وهي على كامل امتدادها . التسجيل : نستخرج الفرق بين الوقوف والقفز .</p>	<p>اختبار سارجنت للوثب</p>	

لمهارة  
اليد

( )  
لتحديد

لرمية ( )

.....

## تحية طيبة

يقوم الباحث / ماجد حسن علي باستطلاع رأى الخبراء لتحديد انسب الاختبارات لقياس مهارة التصدي لرمية ٧ أمتار لدى حراس مرمى كرة اليد وذلك ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية لبحث بعنوان:

"دراسة بعض القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية في جمهورية العراق "

ونظرا لتمتع سيادتكم بالخبرة العلمية والعملية المشهود لها ، لذا يرجى من سيادتكم التكرم بإبداء الرأي في تحديد انسب الاختبارات لقياس مهارة التصدي لرمية (٧) أمتار لحراس مرمى كرة اليد ، وذلك من خلال وضع علامة (✓) أمام الاختبار الذي ترونه مناسب من وجهة نظر سيادتكم والتكرم بإضافة أي مقترحات ترونها مناسبة لإثراء هذه الدراسة العلمية.

وافر الشكر والتقدير

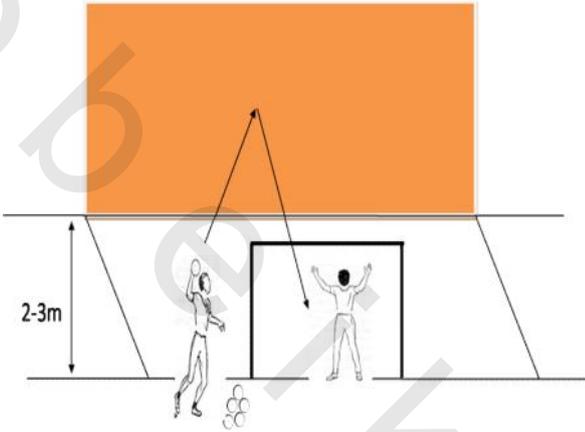
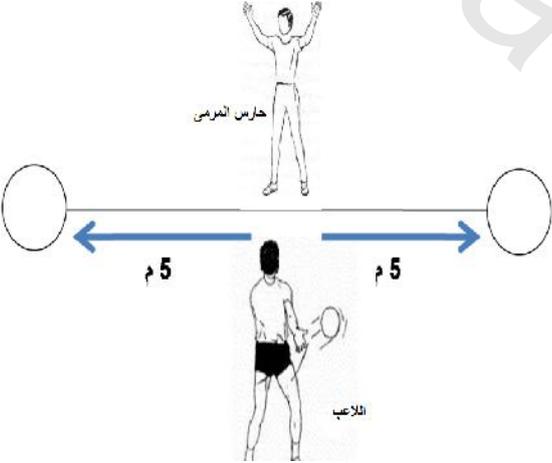
	اسم الخبير:
	الدرجة العلمية :
	الوظيفة:
	:

غير موافق		توصيف الا	
		<p>الغرض من الاختبار : قياس مستوى مهارة التصدي لحراس مرمى كرة اليد.  الادوات :ملعب كرة يد - ١٠ كرة يد - صافرة  طريقة التنفيذ: يقف حارس المرمى المختبر متخذا وضع الاستعداد امام المرمى بينما يقف المدرب على خط رمية ٧ أمتار ومعه ١٠ كرات يقوم الحارس بالتقدم للامام والوثب على شكل نجمة لصد الكرة المصوبة من قبل اللاعب المصوب ثم العودة بسرعة للخلف لصد الكرة المسقطة (لوب) من قبل اللاعب المصوب .  ولكل حارس ثلاث محاولات تسجل افضلهما .  القياس: تحسب عدد الكرات التي نجح في صدها وتعطى درجة واحدة لكل محاولة ناجحة من اصل عشر كرات</p>	( )
		<p>الغرض من الاختبار : قياس مستوى مهارة التصدي لحارس المرمى  الادوات : ١٠ كرات يد - ملعب كرة يد  طريقة التنفيذ: يقف حارس المرمى متخذا وضع الاستعداد امام المرمى ويقف اللاعب المصوب على خط ال ٧م ومعه ١٠ كرات يقوم الحارس بالانبطاح على الارض والتهوض بسرعة واثاء ذلك يقوم اللاعب بالتصويب بالزوايا السفلى ولكل زاوية خمس تصويبات متتالية فيحاول حارس المرمى التصدي لهما.  القياس :تعطى درجة واحدة لكل محاولة صد ناجحة من مجموع ١٠ تصويبات</p>	
		<p>الغرض من الاختبار : قياس مستوى مهارة التصدي لحارس المرمى  الادوات : ١٠ كرات يد - ملعب كرة يد  طريقة التنفيذ: يقف حارس المرمى متخذا وضع الاستعداد امام المرمى ويقف اللاعب المصوب على خط ال ٧م ومعه ١٠ كرات يقوم الحارس بالتقدم للامام لخط ال ٤ م ثم يعود للخلف لصد الكرات المصوبة في زوايا واماكن وارتفاعات مختلفة والتي تنفذ من قبل لاعب يقف على خط رمية الجراء.  القياس :تعطى درجة واحدة لكل محاولة صد ناجحة من مجموع ١٠ كرات</p>	في الزوايا
		<p>الغرض من الاختبار: قياس مستوى التصدي لحراس المرمى بكرة اليد .  الادوات اللازمة: كرات يد قانونية، ملعب كرة يد، صافرة ، وعدد (٦) لاعبين، ومحكمين عدد (٢)  مواصفات الاختبار: يقف حارس المرمى في المكان والوضع المناسب له عند تنفيذ رمية الـ (٧م)، بينما يقف اللاعب المنفذ على خط رمية الـ(٧م)، إذ تحدد زاوية التهديد للاعب المنفذ مسبقاً قبل التنفيذ بدون علم حارس المرمى مع ضمان التنوع في التصويب أو التكرار على زاوية معينة مع مراعاة التزام كل من حارس المرمى واللاعب المنفذ بالشروط القانونية لرمية الـ(٧م)، وعند سماع صافرة البدء يقوم اللاعب بالتصويب على المرمى وفي الزاوية التي تم تحديدها مسبقاً، بحيث يعطى لكل لاعب رميتين من اصل(١٢) رمية.  التسجيل: في حالة توقع الحارس بشكل صحيح المنطقة المتجه اليها الكرة يعطى (٢) درجات.  - في حالة توقع حارس المرمى للمنطقة المجاورة للصحيح يعطى(١) درجة.  - في حالة توقع الحارس للمنطقة البعيدة عن المنطقة المطلوبة يعطى (صفر).</p>	مهارة
		<p>الغرض من الاختبار : قياس مستوى الاداء لحارس المرمى  الادوات : ١٠ كرات يد - ملعب كرة يد  طريقة التنفيذ: يقف حارس المرمى متخذا وضع الاستعداد امام المرمى ويقف اللاعب المصوب على خط ال ٧م ومعه ١٠ كرات يقوم اللاعب بالتصويب بالزوايا السفلى ولكل زاوية خمس تصويبات متتالية فيحاول حارس المرمى التصدي لهما.  القياس :تعطى درجة واحدة لكل محاولة صد ناجحة من مجموع ١٠ تصويبات .</p>	

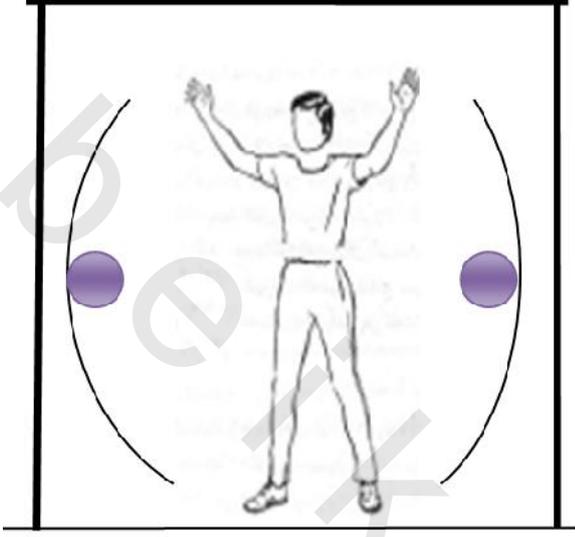
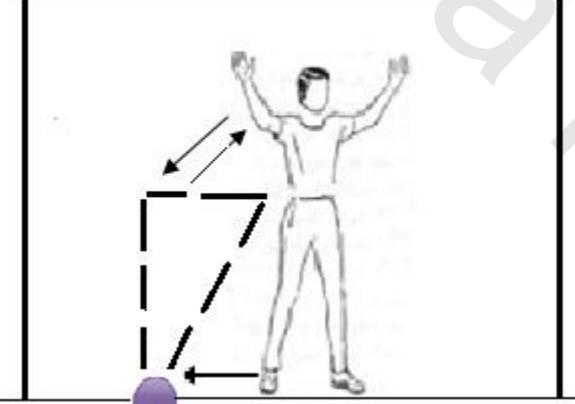
obeyiknadi.com

( )

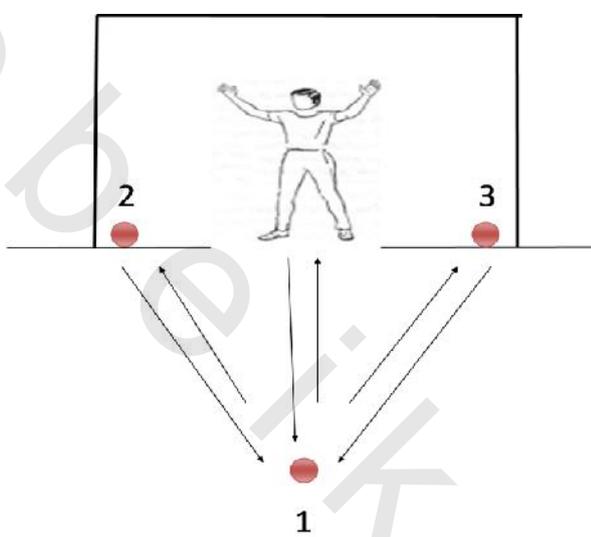
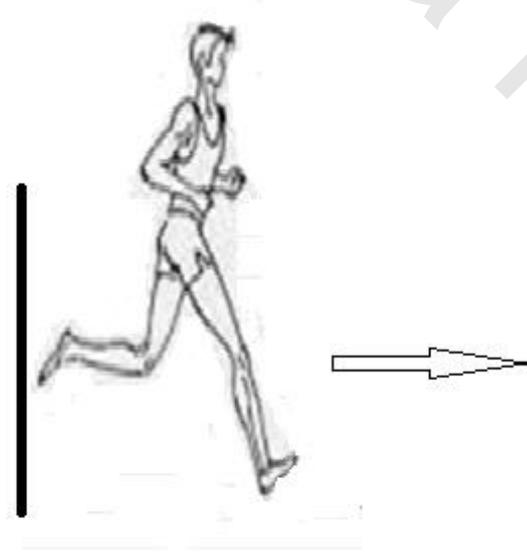
البدنية

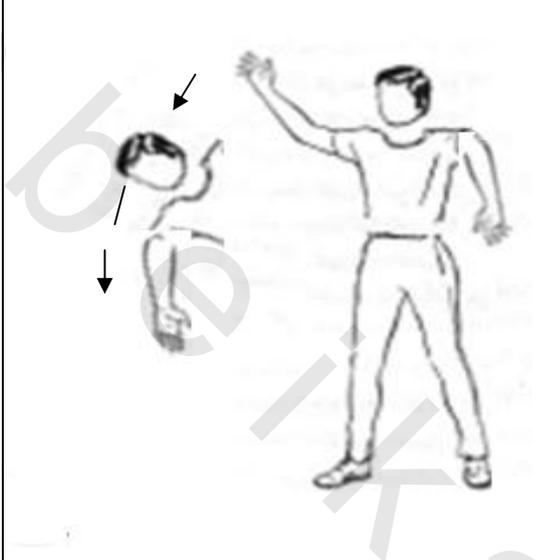
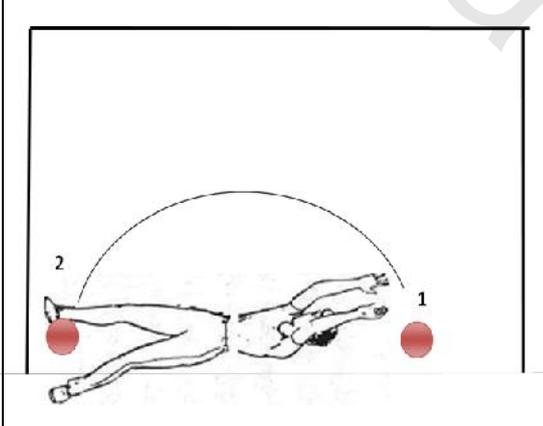
	توصيف الـ
	<p><b>توصيف الـ</b></p> <p><b>صد الكرة المرتدة من الحائط :</b>  <b>كرات يد - حائط ذو ارتداد - مرمى كرة يد - صافرة .</b></p> <p><b>قياس سرعة رد الفعل</b></p> <p><b>طريقة الاداء :</b> يقف حارس المرمى على خط المرمى ومواجه الحائط الذي يبعد عنه ٣ متر ويقف خلف المرمى اللاعب المصوب للكرة ومعه مجموعة من الكرات يقوم بتصويب الكرة على الحائط بمختلف الاتجاهات لترتد الكرة باتجاه المرمى فيحاول حارس المرمى التصدي لها .</p> <p><b>التسجيل :</b> تصوب على كل حارس مرمى عدد (١٠) كرات تحسب الكرات التي تم التصدي لها من مجموع (١٠) كرات وتعطى درجة واحدة لكل محاولة صد ناجحة (٢٤: ١٧٦).</p>
	<p><b>مسك الكرة عكس الاشارة</b></p> <p><b>كرات يد - شريط قياس- صافرة - ساعة ايقاف</b></p> <p><b>قياس سرعة رد الفعل</b></p> <p><b>طريقة الاداء :</b> نرسم دائرتان قطر كل منهما ٠,٥٠ متر والمسافة بينهما ١٠ متر يقف حارس المرمى المختبر في منتصف المسافة بين الدائرتين في نهاية الخط المواجه للاعب المصوب للكرة وعند سماع اشارة البدء يجري الحارس المختبر عكس اشارة الاتجاه التي يشير اليها اللاعب المصوب ليمسك الكرة القادمة اليه .</p> <p><b>التسجيل :</b> لكل حارس مرمى (٣) محاولات ويحتسب الزمن من اشارة البدء حتى مسك الكرة ويسجل زمن ال ٣ محاولات بالثانية لاقرب ٠,٠١ من الثانية (٢٤: ٦٤).</p>

## ات السرعة الحركية

	توصيف الـ	
	<p><b>الوقوف</b></p> <p>الدفاع بالذراع والقدم جانبا من</p> <p>قياس السرعة الحركية للذراع والقدم جانبا</p> <p>كرة يد - صافرة - حائط</p> <p><b>طريقة الاداء :</b> يتخذ حارس المرمى وضع الوقوف فتحا الذراعان مائلا عاليا ، وعند اعطاء اشارة البدء "صافرة" يقوم الحارس بالدفاع بالذراع والقدم اليمنى ضد الكرة المثبتة في الحائط رقم (١) ثم العودة لوضع البداية ثم الدفاع بالذراع والقدم اليسرى ضد الكرة رقم (٢) ويجب لمس الكرة بالذراع والقدم معا اثناء الدفاع والوصول لوضع البداية بعد لمس الكرة ويضل ظهر الحارس ملامسا للحائط.</p> <p><b>التسجيل :</b> لكل حارس محاولة واحدة ويسجل عدد مرات لمس الكرة خلال ٢٠ ثانية.(٥٠ : ٢٤٤)</p>	
	<p><b>والقدم</b></p> <p>الدفاع بالذراع والقدم للزاوية السفلى:</p> <p>قياس السرعة الحركية للذراع والقدم</p> <p>كرة يد - صافرة - حائط</p> <p><b>طريقة الاداء :</b> يتخذ حارس المرمى المختبر وضع الاستعداد وظهره ملامسا للحائط وعند اعطاء اشارة البدء يقوم الحارس بالدفاع بالذراع والقدم ضد الكرة المثبتة على الارض ثم العودة لوضع البداية والتكرار. ويجب الوصول الى وضع البداية بعد لمس الكرة</p> <p><b>التسجيل :</b> لكل حارس محاولة واحدة ويستمر الاداء لمدة ١٠ ث ويسجل عدد مرات لمس الكرة خلال عشر ثوان(٥٠ : ٢٤٥).</p>	
	<p><b>الدفاع بالذراع عاليا:</b></p> <p>قياس السرعة الحركية للذراع</p> <p>حائط - كرة يد - صافرة</p> <p><b>طريقة الاداء :</b> يقف حارس المرمى المختبر في وضع الاستعداد والذراعين عاليا ملامستين للكرة عاليا ، وعند اعطاء اشارة البدء "صافرة" تتحرك الذراعان جانبا اسفل للمس الفخذين ثم رفع الذراعين جانبا عاليا للمس الكرة والتكرار ويضل ظهر حارس المرمى ملامسا للحائط اثناء الاداء وتظل القدمان ملامستين للارض خلال فترة الاداء .</p> <p><b>التسجيل :</b> لكل حارس محاولة واحدة ويستمر الاداء لمدة ٢٠ ثانية. ويسجل عدد مرات لمس الكرة بهذا الزمن (٥٠ : ٢٣٣)</p>	

## ات السرعة الانتقالية

	توصيف الـ
	<p><b>تمثلت السرعة</b>  <b>قياس السرعة الانتقالية</b>  <b>ساعة إيقاف - صافرة - 3 كرة يد</b>  <b>طريقة الاداء :</b> يقف المختبر على خط المرمى وتتوزع (3) كرات على (1) خط الاربعة متر (2) بجانب القائم الايمن (3) بجانب القائم الايسر ، وعند اعطاء اشارة البدء ينطلق حارس المرمى باتجاه الكرة رقم (1) ثم الكرة رقم (2) ثم يعود للكرة رقم (1) ثم للكرة رقم (3) ثم الكرة رقم (1) ومن ثم العودة الى خط المرمى .  <b>التسجيل :</b> يعطي للمختبر محاولين ويسجل له الزمن الاقرب من عشرة 1، 10، ثانية (31: 03)</p>
	<p><b>عدو عشر ثوان</b>  <b>قياس السرعة الانتقالية</b>  <b>طريق مستو يحدد في اوله خط البداية-</b>  <b>شريط قياس</b>  <b>طريقة الاداء:</b> يقف المختبر خلف خط البداية من وضع البدء العالي وعند سماع اشارة البدء يعدو الحارس الى ان يسمع اشارة من المحكم بالوقوف عند انتهاء فترة العشر ثوان المخصصة للجري .  <b>التسجيل :</b> يسجل طول المسافة التي قطعها المختبر بالمتر خلال عشر ثوان المحددة للعدو. (01: 108)</p>

	توصيف الـ		
	<p><b>ميل الجذع جانبا</b>  <b>قياس مرونة العمود الفقري</b>  <b>للجانب</b>  <b>حائط – طباشير – شريط قياس</b>  <b>طريقة الاداء :</b> يقف حارس المرمى مع رفع الذراع اليمنى جانبا وعمل علامة على الخط المرسوم على الحائط عند اقصى امتداد للذراع – ثم يقوم حارس المرمى بعد ذلك بثني الجذع جانبا جهة اليمين مع فرد الذراع وعمل علامة على الخط المرسوم عند اقصى مسافة يصل اليها الذراع ،وتظل القدمين ملامستين للارض اثناء الاداء والثبات عند اقصى مسافة يصل اليها الذراع لمدة ثانتين  <b>التسجيل:</b> لكل حارس محاولتان تسجل له افضلها ، ويسجل للحارس المسافة الواقعة بين العلامتين ، وحدة القياس " السنتيمتر " ( ٥٠ : ٢٢٠ )</p>		
	<p><b>الجلوس من الرقود :</b>  <b>قياس مرونة عضلات البطن</b>  <b>٢ كرة يد – مرمى كرة يد – صافرة – ساعة</b>  <b>طريقة الاداء :</b> تثبت الكرة رقم (١) عند اقصى مسافة بالنسبة لكل حارس عند رقوقه وتثبت الكرة (٢) على القائم عند اقصى مسافة لكل حارس عند جلوسه يتخذ الحارس وضع الرقود فتحا والذراعين عاليا ويكون القائم بين القدمين ، واليدين ملامستين للكرة (١) وعند اعطاء اشارة البدء يقوم الحارس بجذعه للمس الكرة (٢) ثم العودة والتكرار.  <b>التسجيل :</b> يسجل عدد مرات لمس الكرة اثناء الاداء خلال ٢٠ ثانية ( ٥٠ : ٢١٨ )</p>		

### توصيف الا

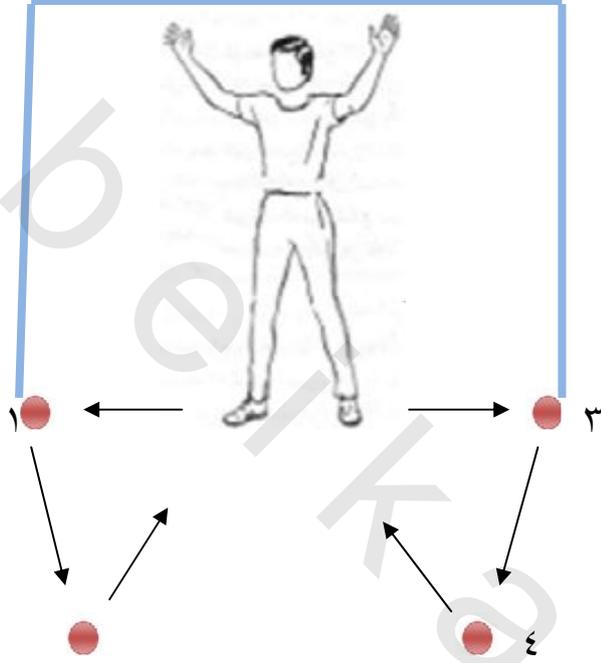
الدفاع اماما وخلفا وجانبا

قياس الرشاقة :

منطقة مرمى كرة يد ، ٤ كرات يد ،  
ساعة توقيت ، صافرة

**طريقة الاداء :** يقف الحارس في وضع الاستعداد عند نقطة البداية وعند اعطاء اشارة البدء يتحرك جانبا للدفاع بالذراع والقدم اليمنى ضد الكرة رقم (١) ثم التقدم اماما للدفاع ضد الكرة رقم (٢) بالذراع والقدم اليمنى ثم العودة بالظهر لوسط المرمى ثم التحرك جانبا للدفاع للذراع والقدم اليسرى ضد الكرة رقم (٣) ثم التقدم اماما للدفاع ضد الكرة رقم (٤) بالذراع والقدم اليسرى ثم العودة بالظهر لنقطة البداية .

**التسجيل :** وحدة الفياس " زمن الاداء" يسجل زمن الاداء لاقرب ١٠/١ ث (٢٤ : ٥٩)



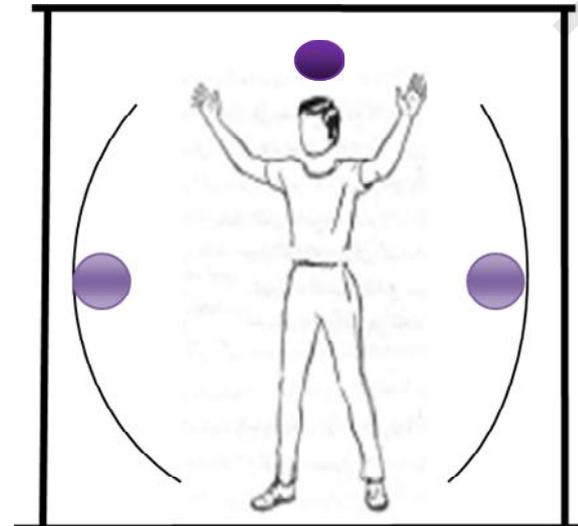
اسم الاختبار: الدفاع بالذراع والقدم والذراعين جانبا  
وعاليا

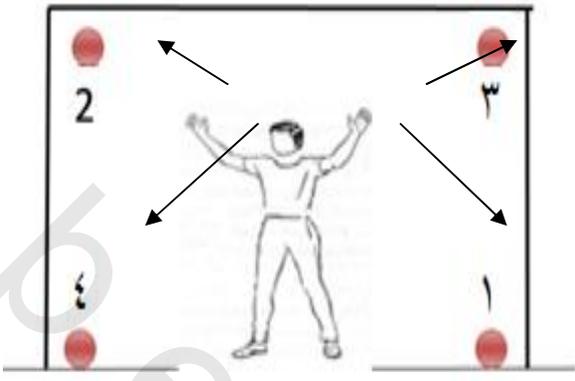
الغرض من الاختبار : قياس الرشاقة

الادوات : مرمى كرة يد - ٣ كرة يد - ساعة ايقاف  
- صافرة

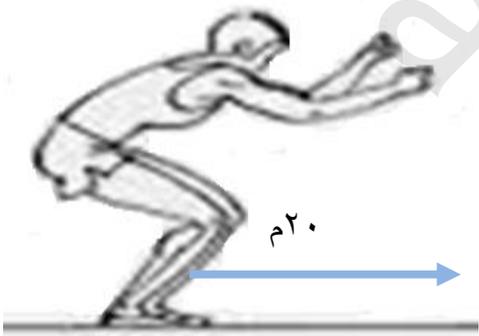
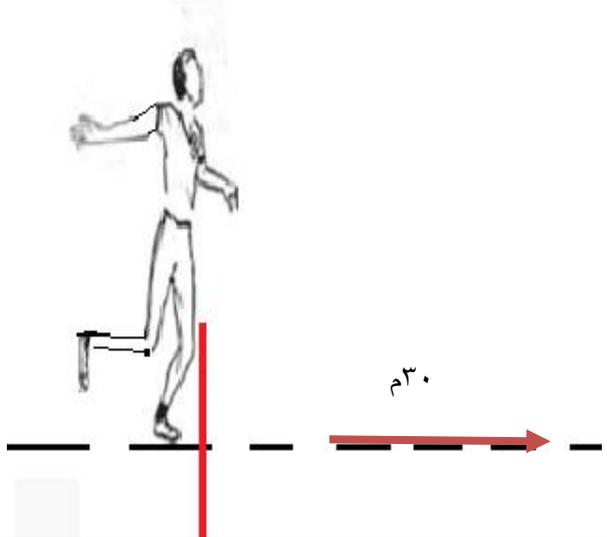
**طريقة الاداء :** يتخذ حارس المرمى المختبر وضع الاستعداد على خط المرمى داخل المرمى بحيث يكون اليدين ملامستين للكرة (٢) وعند اعطاء اشارة البدء يقوم حارس المرمى بالدفاع بالذراع والقدم اليمنى ضد الكرة (١) ثم العودة لوضع البداية ولمس الكرة (٢) باليدين ثم الدفاع بالذراع والقدم اليسرى ضد الكرة (٣) والعودة لوضع البداية .

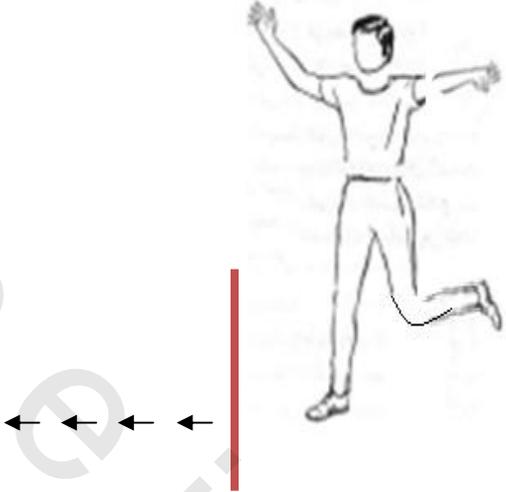
**التسجيل :** يسجل عدد مرات لمس الكرات خلال  
٣٠ ثانية (٥١ : ٢٢٥)

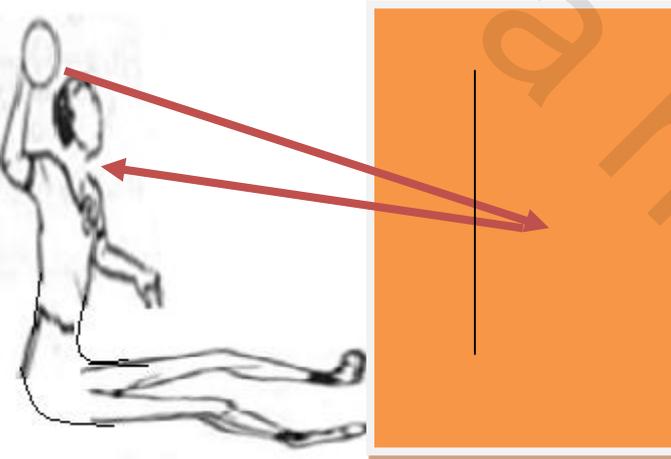
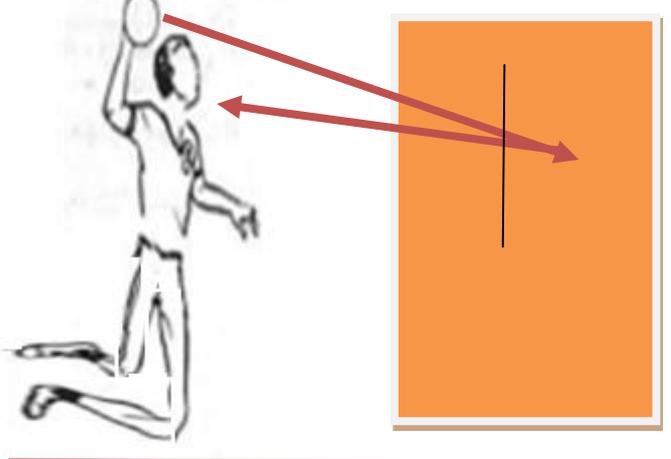


توصيف الاختبار		
	<p>اسم الاختبار : العلامات المحددة على قائمي المرمى .</p> <p>الغرض من الاختبار : قياس الرشاقة</p> <p>الادوات : هدف كرة يد- يحدد على قائمي المرمى اربع علامات ، ( ٤، ٣، ١، ٢ )</p> <p>طريقة الاداء : يقوم حارس المرمى من وضع الاستعداد بتوالي لمس العلامات الاربع طبقا لترتيب الارقام وذلك لعدد (٦مرات) × اربع لمسات = ٢٤ لمسة )</p> <p>التسجيل : بحسب زمن الاداء حتى اللمسة ٢٤ . (٥٢ : ٢١٨)</p>	١٢

### - ات القوة المميزة بالسرعة

توصيف الاختبار		
	<p>اسم الاختبار : القفز بكلتا القدمين لمسافة ٢٠ متر</p> <p>الغرض من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين</p> <p>الادوات : شريط قياس - ساعة ايقاف - منطقة اختبار لها خط بداية ونهاية</p> <p>طريقة الاداء : يقف حارس المرمى المختبر ملامسا خط البداية بالرجلين معا . وعند سماع اشارة البدء ينطلق المختبر بالقفز على كلتا رجليه الى نهاية الخط .</p> <p>التسجيل : تعطى محاولتين للمختبر وتسجل الافضل له ، ويسجل احسن وقت للمختبر (٣٨ : ١٧٦)</p>	
	<p>القفز على ساق واحدة لمسافة ٣٠ متر</p> <p>قياس القوة المميزة لعضلات الرجلين</p> <p>شريط قياس - ساعة ايقاف - منطقة اختبار لها خط بداية ونهاية</p> <p>طريقة الاداء : يقف حارس المرمى المختبر ملامسا خط البداية برجل القفز والرجل الحرة للخلف وعند سماع الصافرة ينطلق المختبر بالحجل " القفز " على رجل واحدة الى نهاية الخط ويعاد الاختبار على الرجل الثانية ويقاس المستوى .</p> <p>التسجيل : يسجل احسن وقت للمختبر (٣١ : ٦٤)</p>	

	<p><b>الحجل لمدة ١٠ ثانية :</b></p> <p><b>قياس القوة المميزة :</b></p> <p>بالسرعة للرجلين</p> <p><b>شريط قياس - ساعة إيقاف - ملعب</b></p> <p>بطول ٢٠ - ٢٥ متر</p> <p><b>طريقة الاداء :</b> الوقوف لحارس المرمى على قدم واحدة والحجل الى مسافة مرسومة على الارض في زمن قدره ١٠ ثانية مع عدم التوقف او ملامسة الارض باي جزء من الجسم غير قدم الحجل .</p> <p><b>التسجيل :</b> المسافة في زمن قدره ١٠ ثانية ، يعاد الاختبار على الرجل الثانية ويقاس المستوى ، ولكل مختبر ثلاث محاولات وتؤخذ احسن محاولة (٣٨ : ١٧٦).</p>
---	---

	<p><b>توصيف الا</b></p> <p><b>التمرير على الحائط :</b></p> <p><b>قياس توافق العينين</b></p> <p>والذراعين</p> <p><b>حائط ذو ارتداد - كرة يد - ساعة إيقاف</b></p> <p><b>طريقة الاداء :</b> يتخذ الحارس المختبر وضع الجلوس طولاً فتحة خلف خط البداية ويكون ممسكاً بالكرة ومواجهاً الحائط وعند اعطاء اشارة البدء يمرر المختبر الكرة بسرعة باتجاه الحائط فوق الخط المرسوم على الحائط ثم استقبالها في هذا الوضع والتكرار .</p> <p><b>التسجيل :</b> وحدة القياس عدد مرات الاداء ويسجل عدد المرات الصحيحة خلال ٣٠ ثانية لاستقبال الكرة ولكل مختبر محاولة واحدة (٥٠ : ٢٦١)</p>
	<p><b>التمرير من الوثب على الحائط :</b></p> <p><b>قياس توافق العينين</b></p> <p>والذراعين والرجلين والكرة</p> <p><b>حائط ذو ارتداد - كرة يد - ساعة إيقاف</b></p> <p><b>طريقة الاداء :</b> يقف حارس المرمى المختبر خلف خط البداية وممسكاً بالكرة وعند اعطاء اشارة البدء يثب الحارس بالقدمين الى اعلى ثم يمرر الكرة باتجاه الحائط بسرعة فوق الخط المرسوم على الحائط ثم الهبوط واستقبال الكرة والتكرار .</p> <p><b>التسجيل :</b> يسجل عدد المرات الصحيحة لاستقبال الكرة خلال ٢٥ ث ، ولكل حارس محاولة واحدة (٥٠ : ٢٦٠)</p>

	<p><b>رمي الكرات على الحائط:</b>  <b>قياس توافق العينين والذراعين والكرة</b>  <b>حائط - ٢٠ كرة يد خط للرمي يبعد ٥ م عن الحائط</b>  <b>طريقة الاداء:</b> يقف حارس المرمى المختبر خلف خط الرمي ومواجه الحائط يقوم برمي الكرات على الحائط وفوق الخط المرسوم واستقبالها ، رمي خمس كرات باليد اليمنى واستقبالها بنفس اليد ، رمي خمس كرات باليد اليسرى واستقبالها باليد اليمنى  <b>التسجيل :</b> تحسب درجة لكل محاولة صحيحة من العشر رميات المقررة. (٥١ : ١١٥)</p>
--	--

## ات القوة الانفجارية

	<p><b>توصي</b>  <b>الوثب العريض من الثبات</b>  <b>قياس القدرة العضلية</b>  <b>للرجلين في الوثب للامام</b>  <b>شريط قياس - لوحة وثب</b>  <b>طريقة الاداء:</b> يقف حارس المرمى المختبر على لوحة الوثب والقدمان متباعدتان والذراعين يتمرجحان اماما بقوة مع مد الركبتين على امتداد الجذع ودفع الارض بمشطي القدمين بقوة للوثب اماما لاقصى مسافة ممكنة  <b>التسجيل :</b> يتم التسجيل للمسافة التي وثبها من خط البداية الى اقرب مسافة لمس الكعبين للارض ولكل مختبر محاولتين تسجل الافضل.  (٥١ : ١١١)</p>	<p>١٩</p>
--	---	-----------

obeykandl.com

( )

( )

## Vienna Test System



### توصيف الـ :

- ١- تظهر كرة خضراء من اماكن مختلفة من الشاشة
- ٢- تسير الكرة بسرعة منتظمة وتظهر الكرة مرة بسرعة كبيرة وأخرى متوسطة أو ضعيفة
- ٣- تكون للكرة ثلاث اشكال أثناء سيرها فتسير في خط مستقيم او تسير بشكل منحنى او تسير بشكل نمونجي .
- ٤- لحظة ظهور الكرة يطلب من اللاعب التتبع البصري لها حيث إنها تختفي بعد فترة من سير الكرة ثم يظهر خطين مرسومين باللون الاحمر .
- ٥- يطلب من اللاعب توقع زمن وصول الكرة للخط الأحمر رقم ٢ ثم يقوم اللاعب أثناء لحظة التوقع بالضغط على المفتاح الأسود.
- ٦- كما يطلب من اللاعب توقع المكان الذي وصلت إليه الكرة بالضغط على المفتاح الأحمر أو الأخضر لتحريك السهم ( يمينا أو يسارا ) أو (اعلى أو اسفل ) ثم يضغط اللاعب على المفتاح الأسود لتثبيت المكان .
- ٧- يعطي للاعب درجات على توقع ادراك الزمن ودرجات على توقع الحركة للكرة والذي يشمل ادراك المسافة وادراك الاتجاه )
- ٨- تعرض النتائج بعد انتهاء اللاعب من جميع مراحل الاختبار .
- ٩- يظهر بعد ذلك أمر لطباعة نتائج كل لاعب

: يتم قياس الزمن الخطأ والفارق

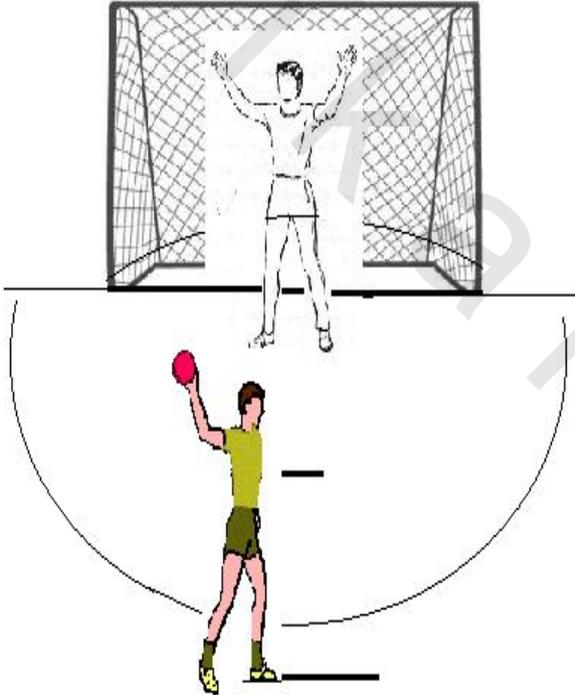
الزمني بين الزمن الخطأ والأصلي في أجزاء من الثانية .

: يتم قياس الموقع

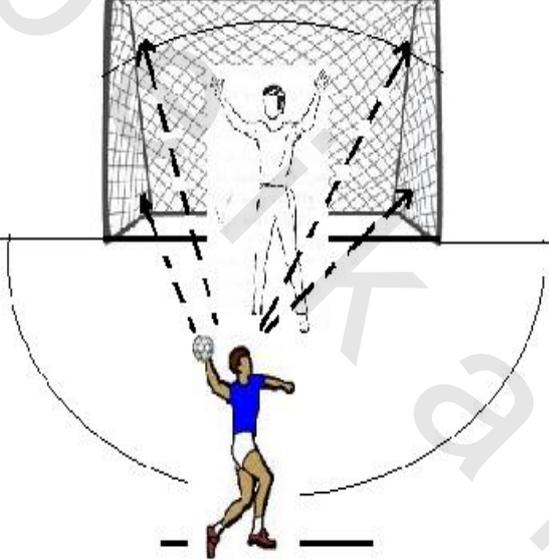
الخطأ من انحرافه عن الموقع الصحيح في البكسل.

( )  
مهارة لرمية ( )

## لمهارة التصدي لرمية ( )

	توصيف الا
	<p>قياس مهارة التصدي لرمية (٧) أمتار لحراس مرمى كرة اليد.</p> <p>كرات يد قانونية، ملعب كرة يد، صافرة ، وعدد (٦) لاعبين ، ومحكمين عدد (٢)</p> <p>يقف حارس المرمى في المكان والوضع المناسب له عند تنفيذ رمية (٧) أمتار، بينما يقف اللاعب المنفذ على خط رمية (٧) أمتار، إذ تحدد زاوية التهديد للاعب المنفذ مسبقاً قبل التنفيذ بدون علم حارس المرمى مع ضمان التنوع في التصويب أو التكرار على زاوية معينة مع مراعاة التزام كل من حارس المرمى واللاعب المنفذ بالشروط القانونية لرمية (٧) أمتار، وعند سماع صافرة البدء يقوم اللاعب بالتصويب على المرمى وفي الزاوية التي تم تحديدها مسبقاً، بحيث يعطى لكل لاعب رميتين من اصل (١٢) رمية.</p> <p><b>التسجيل:-</b> في حالة توقع الحارس بشكل صحيح المنطقة المتجه اليها الكرة يعطى (٢) درجات.</p> <p>٢- في حالة توقع حارس المرمى للمنطقة المجاورة للصحيح يعطى (١) درجة.</p> <p>٣- في حالة توقع الحارس للمنطقة البعيدة عن المنطقة المطلوبة يعطى (صفر).</p> <p>ملاحظة: ١- التوقع الصحيح غير مقرون بصد الكرة انما بالتوقع.</p> <p>٢- أعلى درجة يمكن ان يحصل عليها اللاعب هي (٢٤) درجة . (٣٤ : ٦٣)</p>

## الثاني لمهارة التصدي لرمية ( )

	توصيف الا
	<p>اختبار صد الكرات في الزوايا المختلفة</p> <p>قياس مهارة التصدي لرمية (٧) أمتار لحراس مرمى كرة اليد .</p> <p>١٠ كرات يد - هدف كرة يد</p> <p><b>طريقة</b> : يقف حارس المرمى متخذا وضع الاستعداد امام المرمى ويقف اللاعب المنفذ للكرة على خط رمية (٧) أمتار ومعه ١٠ كرات . بعد اشارة البدء يقوم الحارس بالتقدم للامام لخط ال ٤ م ثم يعود للخلف لصد الكرات المصوبة من قبل اللاعب المنفذ للكرة في زوايا واماكن وارتفاعات مختلفة ويشترط على اللاعب المنفذ ان يصوب الكرة بعد سماع اشارة البدء (صافرة) .</p> <p><b>القياس</b>: تعطى درجة واحدة لكل محاولة صد ناجحة من مجموع ١٠ كرات . (٣١ : ٧٧)</p>

## ملخص البحث

ملخص ومستخلص البحث باللغة العربية

ملخص ومستخلص البحث باللغة الإنجليزية

## ملخص البحث

"دراسة بعض القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية ٧ أمتار في جمهورية العراق"

اسم الباحث / ماجد حسن علي

تعد لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية التي يتميز لاعبوها بالعديد من القدرات العقلية والبدنية والمهارية والخطية لذلك يجب الارتقاء والتكامل بمستوى هذه القدرات من أجل تحقيق أفضل الانجازات المطلوبة من اللاعبين دفاعيا وهجوميا خلال المباريات.

ولقد أصبح للقدرات العقلية السمة المميزة لكافة الفعاليات التي تتطلب تصرفات حركية من اللاعبين داخل الملعب بفعل تطور العمل الهجومي والدفاعي على حد سواء فضلا عن التغيرات والتعديلات التي شملت اللعبة التي زادت من أهمية هذه القدرات وخاصة لحارس المرمى الذي أصبح يسهم بنسبة كبيرة جدا في الدفاع بكرة اليد خاصة المواقف الثابتة كما يحدث في رمية (٧) أمتار وأصبح الفريق الذي يمتلك حارس مرمى بكفاءة عالية يزيد من فرص تحقيق الفوز لفريقه.

ويعتبر التوقع الحركي احد القدرات العقلية التي تضع اللاعب في حالة تصرف حركي يسبق ظهور المثير وبذلك فهو يسبق الاستجابة ورد الفعل للاعب تجاه المثير خاصة إذا كانت المسافة قصيرة بين اللاعب المنافس وحارس المرمى لكسب الكرة بسرعة عالية لغرض إرسالها بعيدا عن حارس المرمى وخاصة أثناء رمية (٧) أمتار إذ هي من المهارات المفتوحة أي من الصعب معرفة مكان الكرة لذلك من الممكن أن يختار حارس المرمى مكانا مناسباً عند أو قبل التنفيذ محاولا الدفاع عن مرماه. (٤٢: ٢٣)

أن الأداء الفني في كرة اليد يرتبط بقدرات بدنية خاصة ذات تأثير ايجابي على مستوى انجاز تلك الأداء ، فكل حركة من حركات اللاعب تتطلب تحريك جزء أو أكثر من أجزاء جسمه بقوة وسرعة معينة ولفترة زمنية محدودة ، ويشير إلى أن القوة العضلية والسرعة والمرونة وسرعة الاستجابة من أهم القدرات البدنية التي تمكن حارس المرمى من القيام بأداء مختلف المهارات الحركية في كرة اليد.

أن حارس المرمى له أهمية خاصة في كرة اليد وهو المدافع الأخير في الفريق واهم مركز فيه ، حيث يقرر هذا اللاعب المصير النهائي لهجمة الخصم بالدفاع عن مرماه أو موازنة خط دفاعه كما وانه المهاجم الأول الذي يبدأ اللعب ويساند مهاجميه ، ولا يعد حارس المرمى بمثابة الحارس الأخير وحسب ، وإنما يمتد دوره ليصبح البدء بالهجوم من المراكز والهجوم المضاد ويتوقف نجاح فريقه في ذلك على سرعة ودقة تمريره للكرة إلى احد أفراد فريقه وعند البدء بالهجوم السريع يكون من الواجب على حارس المرمى أن يتمتع برؤية كافة أنحاء الملعب بشكل واضح وان يكون على درجة عالية من الادراكات الحس حركية.

كما أن حارس المرمى يلعب دورا أساسيا في المباراة إذ أن أدائه يضع تامين وثقة في أداء الفريق وعموما يمكن القول بان الفريق ممكن أن يفوز بالمباراة بأداء جيد من الحارس لكن كل مجهود الفريق يفقد لو كان أدائه ضعيف ، وبالرغم من أن القدرات البدنية هي الحالات الأساسية للانجاز إلا أن البناء الجيد لأساسيات الحارس الدفاعية أيضا هامة ، فكلما زادت عدد أساليب الدفاع التي يعرفها الحارس ، كلما زادت الفرصة لاختيار الطريقة المناسبة منها في أي موقف ، ولهذا يجب أن يكون الحارس متألف من هذه الأساليب ومن ثم تبعا لقدراته يمكنه أن يطور من نمطه في الصد الخاص. (٣٧: ١٩)

ومن خلال متابعة الباحث لمستجدات التطور في لعبة كرة اليد فضلا عن كونه احد حراس مرمى كرة اليد ومعيد في جامعة واسط كلية التربية الرياضية وكذلك مدرب للجامعة بكرة اليد لخمس سنوات لاحظ الباحث أهمية بعض القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي ولما لهما من تأثير واضح في تحقيق الهدف ولا يمكن أداء أي حركة أو تكوينات حركية دون أن يسبقها توقع مسارها وان التغير السريع في الخطط الهجومية لا بد أن ترافقها تغيرات في أساليب الدفاع لحارس المرمى بكرة اليد وخاصة عند تنفيذ رمية (٧) أمتار لأنها تحتاج إلى توقع حركي مسبق كجزء من الخطة الدفاعية إذ أن من خصائص رمية (٧) أمتار تمتاز بأنها تكسب الكرة المدفوعة سرعة عالية ، ويرى الباحث انه عند تنفيذ رمية (٧) أمتار يكون حارس المرمى هو المسؤول عن الدفاع أمام المهاجم ولا بد من تحديد بعض

القدرات البدنية الهامة والخاصة له وعلاقتها بالتوقع الحركي مما يساعد المدربين على إعداد البرامج التدريبية الخاصة بحارس المرمى . وبالرغم من أهمية موضوع التوقع الحركي لحارس المرمى إلا أنه لم يحظ بالبحث والدراسة بالقدر الذي يعكس أهميته خاصة في كرة اليد حيث تتطلب كرة اليد سرعة إدراك وحل لمواقف اللعب المتغيرة التي تحتاج إلى سرعة وحسن تصرف وسرعة إصدار القرار الخططي للتغلب على المنافس. وفي إطار ذلك قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية خلال ساعات التدريب لمجموعة من مدربي كرة اليد من أندية العراق مرفق (١) للتعرف على آرائهم حول ادراج مهارات التوقع الحركي ضمن برامجهم التدريبية ووسائل القياس الخاصة بها لحارس المرمى بكرة اليد مرفق (٢) وأسفرت النتائج على أن ٧١,٤% من البرامج التدريبية لا تحتوي على المكونات البدنية الخاصة بالتوقع الحركي، وكانت نسبة ٨٥,٧% من المدربين ليس لديهم وسيلة لقياس التوقع الحركي لحارس المرمى .

وأيضاً من خلال الإطلاع على الدراسات والبحوث المرتبطة التي أمكن الرجوع إليها وفي حدود علم الباحث لاحظ ندرة الدراسات التي تناولت التوقع الحركي في مجال كرة اليد وخاصة حارس المرمى

وهنا تكمن مشكلة البحث في التعرف على بعض القدرات البدنية المرتبطة بالتوقع الحركي لحارس مرمى كرة اليد أثناء التصدي لرمية (٧) أمتار وإيجاد العلاقة بين تلك القدرات والتوقع الحركي لتحسين مستوى الأداء المهاري لحراس المرمى ويساهم في تقديم حقائق علمية للمدربين والمتخصصين تساعدهم في إعداد البرامج التدريبية والتخطيط للناشئين والمستويات العليا .

مما دعا الباحث للقيام بالدراسة الحالية وعنوانها "دراسة بعض القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار في جمهورية العراق"

### أهداف البحث :

يهدف البحث إلى دراسة بعض القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار من خلال :-

- ١- التعرف على العلاقة بين بعض القدرات البدنية والتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار .
- ٢- التعرف على بعض القدرات البدنية وعلاقتها بمهارة التصدي لرمية (٧) أمتار لحارس مرمى كرة اليد .
- ٣- التعرف على علاقة التوقع الحركي بمهارة التصدي لرمية (٧) أمتار لحارس مرمى كرة اليد
- ٤- التوصل إلى معادلة تنبؤية لتحديد مستوى الأداء المهاري لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار بدلالة القدرات البدنية والتوقع الحركي .

### فروض البحث :

- ١- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية بين بعض القدرات البدنية والتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار.
- ٢- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية بين بعض القدرات البدنية ومهارة التصدي لرمية (٧) أمتار لحارس مرمى كرة اليد .
- ٣- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية بين التوقع الحركي ومهارة التصدي لرمية (٧) أمتار لحارس مرمى كرة اليد .

### إجراءات البحث

#### منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة البحث .

## عينة الدراسة الاستطلاعية :

تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية بالطريقة العمدية من أندية الكهرواء وبابل بعدد (٦) ستة حراس مرمى مسجلين بالاتحاد العراقي لكرة اليد للموسم الرياضي (٢٠١٣/٢٠١٤) وهي المجموعة المميزة ، وعدد (٦) ستة حراس من اندية واسط والمعتصم وهي المجموعة الغير مميزة

## عينة الدراسة الأساسية :

تم اختيارها بالطريقة العمدية وقوامها (٢٣) من حارس مرمى كرة اليد من أندية الدوري الممتاز (نفظ الجنوب ، ميسان ، القاسم ، النجف ، الكوفة ، القادسية، الجيش، الشرطة ) والمسجلين بالاتحاد العراقي لكرة اليد للموسم الرياضي (٢٠١٣ /٢٠١٤).

## تطبيق الدراسة الأساسية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية في الفترة من (٢٥/١/٢٠١٤ إلى ٨/٤/٢٠١٤ )

- تم إجراء القياسات لاختبارات القدرات البدنية واختبارات مستوى الأداء لحراس مرمى كرة اليد في الفترة من (١٥ /١/٢٠١٤ إلى ١٧/٣/٢٠١٤)  
- تم إجراء القياسات لاختبارات التوقع الحركي في الفترة من (٢٠/٣/٢٠١٤ إلى ٨/٤/٢٠١٤)

## المعالجة الإحصائية المستخدمة:

- المتوسط الحسابي
- معامل الارتباط المتعدد
- معامل الالتواء
- الانحراف المعياري
- الوسيط
- نسبة المساهمة الكلية
- نسبة المساهمة لكل محدد
- معامل الانحدار الجزئي
- قيمة (ت) وقيمة (f)

## الاستنتاجات:

في ضوء أهداف وفروض البحث وفي حدود عينة البحث والإجراءات المتبعة ، واستناداً على النتائج التي تم التوصل إليها ، أمكن للباحث التوصل إلى الإستنتاجات التالية :

- ١- تعتبر القدرات البدنية (سرعة رد الفعل ، السرعة الحركية ، السرعة الانتقالية، التوافق ، الرشاقة ، المرونة ، القوة المميزة بالسرعة ، القوة الانفجارية ) أهم القدرات المرتبطة بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار . كما كانت أكثر القدرات البدنية المساهمة لمتطلبات التوقع الحركي كما يلي :
  - أ- السرعة الحركية ، الرشاقة ، القوة الانفجارية ، المرونة أكثر القدرات البدنية المساهمة في الإدراك الزماني
  - ب- التوافق ، الرشاقة ، والسرعة الانتقالية ، والقوة المميزة بالسرعة أكثر القدرات البدنية المساهمة في إدراك المسافة.
  - ج- الرشاقة ، التوافق ، السرعة الحركية ، المرونة أكثر القدرات البدنية المساهمة في إدراك الاتجاه.
- ٢- القدرات البدنية ( سرعة رد الفعل ، السرعة الحركية ، السرعة الانتقالية، التوافق ، الرشاقة ، المرونة ، القوة المميزة بالسرعة ، القوة الانفجارية ) أهم القدرات المرتبطة والاكثر مساهمة بمهارة التصدي لرمية (٧) أمتار لحراس مرمى كرة اليد.
- ٣- يعتبر إدراك الزمن ، ادراك المسافة ، ادراك الاتجاه اهم متطلبات التوقع الحركي المرتبطة والاكثر مساهمة لحراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) امتار.

٤- امكن التوصل الى معادلات التنبؤ لقياس درجة مهارة للتصدي لرمية (٧) امتاز لدى حراس مرمى كرة اليد بمعلومية القدرات البدنية والتوقع الحركي .

### التوصيات

استناداً على ما أشارت اليه النتائج وفي حدود ما امكن التوصل إليه من استنتاجات يوصي الباحث بما يلي :

- ١- الاهتمام بتخطيط البرامج التدريبية لتحسين وتطوير القدرات البدنية ومتطلبات التوقع الحركي ، والتي أظهرت نتائج البحث أنها الأكثر ارتباطاً وإسهاماً في مستوى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار.
- ٢- الإعتماد على منظومة فينا للاختبارات Vienna Test System لقياس مستوى التوقع الحركي لحراس مرمى كرة اليد .
- ٤- حث المدربين والمسؤولين بالاتحادات الرياضية لكرة اليد على الاستفادة من نتائج هذا الدراسة في المجال التطبيقي .
- ٣- يوصي الباحث بضرورة مواصلة دراسة التوقع الحركي بمتغيرات أخرى ، وإجراء دراسات مماثلة على المهارات الأساسية الأخرى وخاصة بالنسبة لرياضة كرة اليد.
- ٥- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية للمراحل السنوية والأنشطة الرياضية المختلفة.

## مستخلص البحث

دراسة بعض القدرات البدنية وعلاقتها بالتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية ٧ أمتار في جمهورية العراق

اسم الباحث / ماجد حسن علي

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين بعض القدرات البدنية والتوقع الحركي لدى حراس مرمى كرة اليد في التصدي لرمية (٧) أمتار وعلى بعض القدرات البدنية وعلاقتها بمهارة التصدي لرمية (٧) أمتار لحراس مرمى كرة اليد ، وقد استخدم الباحثة المنهج الوصفي الدراسة الأساسية في الفترة من (٢٥/١/٢٠١٤ إلى ٢٠١٤/٤/٨)

وقد تم معالجة البيانات باستخدام المتوسط الحسابي ،معامل الارتباط المتعدد ،معامل الالتواء الانحراف المعياري ،الوسيط ،نسبة المساهمة الكلية، نسبة المساهمة لكل محدد، معامل الانحدار الجزئي ، قيمة (ت) وقيمة (f) وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباط معنوية بين جميع القدرات البدنية والتوقع الحركي ووجود علاقة ارتباط معنوية بين جميع القدرات البدنية ومهارة التصدي لرمية (٧) أمتار وكذلك وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوقع الحركي ومهارة التصدي لرمية (٧) أمتار .

## **SUMMARY STUDY**

### **"A study of some physical abilities and their relationship with the expectation motor handball goalkeepers in addressing the 7-meters throw in the Republic of Iraq."**

**Researcher Name / Majed Hssan Ali**

The game of handball mass games to their players, which is characterized by many of the mental and physical abilities and tactical skills, and so it must raise the level of integration of these capabilities in order to achieve the best achievements required of defensive and offensive players during the games.

It has become the mental abilities hallmark of all events that require the actions of the kinetics of the players on the pitch due to the evolution of the work offensive and defensive alike as well as changes and amendments, which included the game that increased the importance of these capabilities, especially the goalkeeper who became contributes to a very large defense handball private fixed positions as it happens in the throws (7) meters and became the team that has the goalkeeper efficiently increases the chances of a win for his team.

The expectation kinetic one brainpower that puts the player in the case of the disposal of motor precede the appearance of exciting and so it is never the response and reaction to the player toward the exciting especially if the short distance between the opponent and the goalkeeper to win the ball high speed in order to send them away from the goalkeeper, especially during the throws (7 meters) as it is the skills of the open any hard to know where the ball so it is possible to choose a suitable place goalkeeper at or before the execution, trying to defend his goal. (42: 42)

The technical performance in handball associated capabilities physical, especially those with a positive effect on the level of achievement of those performance, every movement of the movements of the player requires to move part or more parts of his body with power and speed of a specific and limited period of time, indicates that muscle strength, speed, flexibility and speed of response of the most important physical abilities, which the keeper managed to do the performance of various motor skills in handball. The goalkeeper has special significance in handball, a defender last in the team and the most important center of it, where decides this player the ultimate fate of attack an opponent to defend his own net or support line defense as he attacker first start playing and supporting strikers, and is not a goalkeeper as a guard last according to, but extends its role to become the starting attack of the centers and the counter-attack and the success of his team on the speed and accuracy of passing the ball to a member of his team, and when you start to attack the rapid will be the duty of the goalkeeper to enjoy seeing all over the pitch clearly and have a high degree of kinetic sense perceptions.

The goalkeeper plays an essential role in the game as the performance puts secure and confident in the team's performance and can generally say that the team possible to win the game by good performance from goalkeeper but all the effort the team loses if the performance is weak, even though the physical abilities are cases basic achievement

However, the construction quality of the basics of the guard's defense is also important, the more increased the number of defensive tactics that are known to the guard, the greater the opportunity to choose the appropriate method for them in any position, but this must be the goalkeeper monolithic of these methods and then depending on the capabilities that can be developed from the pattern in the block. Special. (19:37)

Through follow-up researcher for the developments of evolution in the game of handball as well as being one of goalkeepers handball and Teaching in Wasit University College of Physical Education, as well as the coach of the University of handball to five years for the researcher noted the importance of certain physical abilities and their relationship with the expectation motor and as they have a clear impact in achieving the goal does not can perform any movement or configurations kinetics without being preceded by a predicted track that the rapid change in plans, the offensive must be accompanied by changes in the methods of defense to goalkeeper handball, especially when performing throws (7) meters as they need to anticipate kinesthetic advance as part of the defense plan as of characteristics throws (7 meters) characterized as earn ball paid a high speed, and the researcher finds that when the implementation of the throws (7) meters will be the goalkeeper is responsible for the defense before the striker is needed to identify some of the physical abilities important and special to him and their relationship with the expectation motor which helps trainers set up special training programs goalkeeper. Despite the importance of the subject expectation motor goalkeeper but he did not stand a research and study to the extent that reflects its importance, especially in handball as it requires Handball speed perception and solving for the positions of play changing that need to speed and well-behaved and the speed of the issuance of the tactical to overcome the opponent. In the context of this, the researcher conducted a prospective study during the hours of training for a group of coaches handball clubs Iraq facility (1) to ascertain their views on the inclusion of skills expectation motor within their training programs and means of measuring their own goalkeeper handball facility (2) and yielded results that 71.4% of the training programs do not contain ingredients own physical expectation motor, and the proportion of 85.7% of the coaches do not have a way to measure the kinetic expectation goalkeeper.

And also through access to studies and research that could be linked to refer to it within the limits of science researcher noted the scarcity of studies on the expectation motor handball in the area, especially the goalkeeper Herein lies the problem of the research in the identification of some physical abilities associated with the expectation motor goalkeeper handball during the address-pointer (7) meters and find the relationship between these capabilities and the expectation motor to improve the level of performance skills for goalkeepers and contributes to the scientific facts for coaches and specialists to help them in the preparation of training programs and planning junior and senior levels. Prompting the researcher to do the present study, entitled "A study of some physical abilities and their relationship with the expectation motor handball goalkeepers in addressing throws (7 meters) in the Republic of Iraq."

## **Study objectives**

The research aims to study some physical abilities and their relationship with the expectation motor handball goalkeepers in addressing throws (7) meters through: -

- 1- Understand the relationship between some physical abilities and motor expectation among goalkeepers handball in addressing throws (7) meters.
- 2 - To identify some of the physical abilities and their relationship to subtly address throws (7) meters goalkeeper handball.
- 3 - Understand the relationship expectation motor skillfully addressing throws (7) meters goalkeeper handball
- 4 - To reach a predictive equation to determine the level of performance skills at handball goalkeepers in addressing throws (7 meters) in terms of physical abilities and motor expectation.

## **Questionnaire standardizing**

- 1 - The existence of a correlation between the significance of some physical abilities and motor expectation among goalkeepers handball in addressing throws (7) meters.
- 2 - The presence of correlation significant differences between some physical abilities and skill to address the throws (7) meters goalkeeper handball.
- 3 - The presence of correlation significant differences between expectation and motor skill addressing throws (7) meters goalkeeper handball.

## **Study procedures**

The researcher used the descriptive survey manner for suitability to the nature of the search.

## **Study Society**

Sample was selected exploratory study way intentional of clubs, electricity and Babylon number (6) six goalkeepers registered EU Iraqi handball for the sports season (2013/2014), a distinct group, and the number of (6) six guards of clubs Wasit and Mutassim, the group undistinguished

## **Specimen Scoping study:**

Have been selected in the manner deliberate and strong (23) of goalkeeper handball from Premier League clubs (SoC, Maysan, denominator, Najaf, Kufa, Qadisiyah, the army, the police) and the registered EU Iraqi handball for the sports season (2013/2014).

## **Application – reapplication method**

The researcher conducting the study in the basic period (25/01/2014 to 08/04/2014)

- Measurements were conducted to test the physical abilities and level of performance tests for goalkeeper handball from (01/15/2014 to 17/03/2014)
- Measurements were made of the kinetic tests expectation from (20/03/2014 to 08/04/2014)

## Statistical work

- SMA
- The correlation coefficient multi-
- Coefficient of torsion
- Standard deviation
- Mediator
- The proportion of the total contribution
- The percentage of contribution of each specific
- Partial regression coefficient
- The value (v) and value (f)

## Conclusions:

In light of the objectives and hypotheses and within the research sample and procedures, based on the results that have been reached, it was possible for the

### Researcher to reach the following conclusions:

- 1 - is the physical abilities (speed of reaction, speed motor, speed the transition, compatibility, agility, flexibility, speed-strength, explosive power) the most important capabilities associated with the expectation motor with goalkeepers handball in addressing throws (7) meters. Were also more physical abilities to contribute to the requirements of **expectation motor as follows:**
  - A - motor speed, agility, explosive power, flexibility, more physical abilities contribute to cognitive temporal.
  - B - compatibility, agility, and speed the transition, and speed-strength more than physical abilities to contribute to the awareness of the distance.
  - C - agility, compatibility, motor speed, flexibility, more physical abilities to contribute to the sense of direction.
- 2 - physical abilities (reaction speed, motor speed, transition speed, compatibility, agility, flexibility, speed-strength, explosive power) capacity associated with the most important and the most contribution skillfully addressing throws (7) meters for handball goalkeepers.
- 3 - is the perception of time, distance perception, the most important trend to realize the requirements of expectation associated with motor and the most contribution to handball goalkeepers in addressing throws (7) meters.
- 4 - possible to arrive prediction equations to measure the degree of skill to deal with the pitch (7) meters with goalkeeper handball Bmalomah physical abilities and motor expectation.

## **Recommendations**

Based on the results Mahart him as much as possible within the limits of the conclusions reached researcher recommends the following:

- 1 - Attention planning training programs to improve and develop physical abilities and the requirements of expectation motor, which showed the results to be the most closely contribution to the level of handball goalkeepers in addressing throws (7) meters.
- 2 - Adoption of a system of Vienna Vienna Test System tests to measure the level of expectation for motor handball goalkeepers.
- 3 - Urged coaches and officials in sports federations handball to benefit from the results of this study in the field of application.
- 4 - The researcher recommends the need to continue to study the expectation locomotor other variables, and conduct similar studies on other basic skills, especially for sport handball.
- 5 - Conducting studies similar to the current stages of the Sunni and various sports activities.

## **ABSTRACT STUDY**

### **A study of some physical abilities and their relationship with the expectation motor handball goalkeepers in addressing the 7-meters throw in the Republic of Iraq**

**Researcher Name / Majed Hssan Ali**

The aim of this study was to investigate the relationship between some physical abilities and expectation motor with goalkeepers handball in addressing throws (7) meters and some physical abilities and their relationship to subtly address throws (7) meters goalkeeper handball, has been used as a researcher descriptive approach baseline study in period (25/01/2014 to 08/04/2014) Has been processing data using the arithmetic average, the correlation coefficient multi-coefficient sprains standard deviation, median, the proportion of the total contribution, the contribution rate for each specific regression coefficient partial value (v) and value ((f has yielded results about the existence of a significant correlation between all capacities physical and kinetic expectation and the presence of significant correlation between all physical abilities and skill to address the throws (7) meters, as well as having a significant correlation between expectation and motor skill addressing throws (7) meters.

**Alexandria University**  
**Faculty of Physical Education for Girls**  
**Department of Athletic Training and Movement Science**

**"A study of some physical abilities and their relationship  
with the expectation motor handball goalkeepers in  
addressing the 7-meters throw in the Republic of Iraq."**

**A Thesis Presented by**

**Majed Hssan Ali**

**Demonstrator in the Faculty of Physical Education,  
University of Wasit Republic of Iraq**

**In partial fulfillment of the Requirements of  
Master degree in Physical Education**

**Supervisors**

**Dr.**

**Fathiya Ali Hassan Mussa**

Assistant Professor of Athletic Training and  
Movement Science  
Faculty of Physical Education for Girls  
Alexandria University

**Dr.**

**Wafaa Mohamed Abdul Majid Ahmad**

Assistant Professor of Athletic Training and  
Movement Science  
Faculty of Physical Education for Girls  
Alexandria University

**1435H – 2014G**