

ملخص البحث

العنوان: بعض المتغيرات البيوميكانيكية والقياسات الجسميه والبدنيه كدالة للتنبؤ بمقدار الثقل المرفوع لرفعة الكلين والنظر لرباعي رفع الأثقال

مشكلة البحث

وتعتبر المشكلات الخاصة لوصول اللاعبين الى اعلى المستويات من الموضوعات الشديده الارتباط بعمل المدربين وخصوصا عند تدريب المستويات الرياضيه المتقدمه حتى يمكن الكشف عن هذه المشكلات واخضاعها للدراسه العلميه بغرض ايجاد الحلول المناسبه والالمام بالمعلومات العلميه التى تعتبر انعكاسا مباشرا لتطوير تكنولوجيا التدريب

نتيجة للتقدم العلمى والتكنولوجى الذى اجتاح مجالات المعرفه الانسانيه حظت رياضة رفع الاثقال نصيبا من التقدم والتطور فى الاعوام الاخيره

لدرجة ازهلت المشاهدين واصبحت بطولات العالم والدورات الاولمبيه والقاريه والدوليه مسرحا يستعرض فيه ابطال هذه الرياضه براعتهم لاطهار القوه لرفع اعلى الاوزان

ونظرا لتاخر المستوى الرقمى الملحوظ للرباعين المصريين ووجود بعض

الاطء والقصور فى الاداء و عدم توافر المعلومات الفنيه بطريقه موضوعيه للارتقاء بمقدار الثقل المرفوع لمهاره الكلين والنظر مما دعا الباحث للقيام بهذه الدراسه للتعرف على اكثر المساهمات تاثيرا فى كل من المتغيرات الميكانيكيه والقياسات الجسميه والبدنيه لمقدار الثقل المرفوع فى هذه الرفعه لتصبح منهجا لارشاد العاملين فى مجال رياضه رفع الاثقال لتحسين الاداء وزيادة وزن الرفعات فاعليه وكفاءه فى عملية التدريب

بالاضافة الى ان الباحث من خلال اتصالة بشبكة المعلومات وما امكنه من الحصول عليه من المكتبات لكليات التربيه الرياضيه بمصر لم يجد على حد علمه اى من الباحثين تنبا بمقدار الثقل المرفوع لتلك الرفعة فى رياضة رفع الاثقال

ويرى المتخصصين فى رياضة رفع الاثقال ان رفعة الكلين والنظر تظهر فيها اشكال القوه المختلفه بشكل كبير فى مراحل ادائها وعند القيام بدراسة تلك الرفعة يجب العناية بدقة القياسات لمعالجتها بصورة كمية وموضوعيه يسهل بها تطبيق المعادلات الرياضيه لتقييم وتحليل تلك القياسات ومعرفة شكل الحركة الصحيح لتحقيق اكبر ناتج حركى ممكن

ويتفق العديد من الباحثين في مجال التدريب الرياضي على أهمية العلاقة بين القواعد الميكانيكية الحيوية وقياس القوى المؤثرة على جسم الانسان والمهارات الفنية والخططيه للارتقاء بمستوى الرباع وتحقيق انجاز رقمي للمجموع الكلي للرفعات مع توافر الكفاءه التي تحكم العمل الرياضي لتحقيق ميداليه

هدف البحث

التعرف على بعض المتغيرات البيوميكانيكية والقياسات الجسميه والبدنيه كدالة للتنبؤ بمقدار الثقل المرفوع لرفعة الكلين والنظر لرباعي رفع الاثقال وذلك من خلال

وضع المعادلات التنبويه بمقدار الثقل المرفوع قيد البحث بدلالة كل من المتغيرات البيوميكانيكية والقياسات الجسميه والبدنيه لرفعة الكلين والنظر لرباعي رفع الاثقال

خامسا: تساؤلات البحث :

- ما أكثر المتغيرات البيوميكانيكية مساهمة في مقدار الثقل المرفوع قيد البحث
- ما أكثر القياسات الجسميه مساهمة في مقدار الثقل المرفوع قيد البحث
- ما أكثر القدرات البدنيه مساهمه في مقدار الثقل المرفوع قيد البحث
- ما المعادلات التنبويه بمقدار الثقل المرفوع قيد البحث بدلالة كل من المتغيرات البيوميكانيكية والقياسات الجسميه والبدنيه المؤثره في رفعة الكلين والنظر

اجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام التصوير بالفيديو لمناسبتة لطبيعته هذه الدراسة 0

2- عينه البحث:

تم اختيار العينه بالطريقة العمدية من لاعبي رفع الاثقال المتميزين لعدد (6) رباعين (3) من نادي الجيش الرياضي و(3) من نادي الاولمبي دون التقيد بأى متغيرات كالسن , الطول , العمر التدريبي في وزني 77,69 كجم لان متطلبات البحث تحتاج الي التباين في مستوى الافراد حتى تظهر الفروق

بين الرفعات قيد الدراسة 0

وسائل جمع البيانات:

أستخدم الباحث الوسائل الآتية لجمع البيانات:

- التصوير بالفيديو 0

- التحليل الحركي باستخدام برنامج Simi Motion Analysis

- الاختبارات والقياسات الجسميه والبدنيه 0

- الحاسب الالى وبرنامج spss لعمل المعالجات الاحصائيه 0

المعالجات الاحصائيه:

-المتوسط الحسابى

معامل الارتباط

معامل ايتا 2

-الانحراف المعياري

-أختبار ت

ومعامل F والتحليل المنطقى للانحدار Stepwise Regression

أهم النتائج:

- التعرف علي العلاقات الارتباطيه للمتغيرات البيوميكانيكيه للحظات الاداء للرفعه والمعادلة التنبؤيه الخاصه بكل لحظه منفرده ولرفعه الكلين والنظر مجتمعه
 - التعرف علي المتغيرات الجسميه في رفعة الكلين والنظر والتوصل للمعادلات التنبويه
 - التعرف علي اكثر القدرات البدنيه المساهمه في رفعة الكلين والنظر ومعادلاتها التنبويه
 - التعرف على مساهمة قياسات المرونه في رفعة الكلين والنظر واستخلاص معادلاتها التنبويه
 - التعرف على اكثر المتغيرات البيوميكانيكيه والقياسات الجسميه والبدنيه المؤثره فى مقدار الثقل المرفوع لرفعة الكلين والنظر واستخلاص معادلتها التنبويه
- التوصيات :

في ضوء الاستنتاجات المستخلصة من التحليل الحركي والاجرائي الاحصائي وما اسفرت عنه النتائج يوصي الباحث بما يلي :

• الاهتمام بالعلاقات الارتباطية بين المتغيرات البيوميكانيكه في مراحل اداء رفعة الكلين والنظر

• الاهتمام بالمعادلات التنبويه لاكثر المتغيرات الجسميه والبدنيه مساهمة في قيمة الثقل المرفوع لرفعة الكلين والنظر

• الاهتمام بفارق مجموع الرفعات بين الاعبين المصريين والعالميين

المستخلص

العنوان: بعض المتغيرات البيوميكانيكه والقياسات الجسميه والبدنيه كدالة للتنبؤ

بمقدار الثقل المرفوع لرفعة الكلين والنظر لرباعي رفع الأثقال

تهدف الدراسة الى التعرف على بعض المتغيرات البيوميكانيكه والقياسات الجسميه والبدنيه كدالة للتنبؤ بمقدار الثقل المرفوع لرفعة الكلين والنظر لرباعي رفع الاثقال

استخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام التصوير بالفيديو لمناسبة لطبيعة هذه الدراسة تم اختيار العينة بالطريقه العمديه من لاعبي رفع الاثقال المتميزين لعدد (6) رباعين والتحليل الحركي باستخدام برنامج Simi Motion Analysis وتجميع البيانات باستخدام التصوير بالفيديو, والقياسات الجسميه والبدنيه للمتغيرات قيد البحث0

ومن أهم النتائج التعرف على بعض العلاقات الارتباطية للمتغيرات البيوميكانيكه والقياسات الجسميه والبدنيه والاكثر مساهمة في الاداء لرفعة الكلين والنظر, وتم التوصل الى المعادلات التنبويه

ويوصى الباحث بالاهتمام بالعلاقات الارتباطية للمتغيرات البيوميكانيكه والقياسات الجسميه والبدنيه والاكثر مساهمة في مراحل الاداء للرفعه واستخدام المعادلات التنبويه قيد البحث كدالة للتنبؤ بمقدار الثقل المرفوع لرفعة الكلين والنظر

Abstract

Title

Some of biomechanics variable, anthropometric measurements and physical to predict as indicate quantity weight lift clean and jerk for quadratic weight lifter

This study aims to know some of biomechanics variable, anthropometric measurements and physical to predict as indicate quantity weight lift clean and jerk for quadratic weight lifter

The researcher used the descriptive method using video recording that suit the research nature the sample was chosen purposely from the best quadratic weight lifter and was 6 players Data was collected using video recording Motion Analysis by Simi Motion Analysis program, for Some of biomechanics variable, anthropometric measurements and physical tests for the variables under investigation*

The most importance results lead to knowing the correlation between biomechanics variable anthropometric measurements and physical and knowing the different correlation between all the variables at glens performance of the skill, reaching the prediction equation to predict as indicate quantities ,

The researcher recommends care for the correlation between the biomechanics variable anthropometric measurements and physical all the variables at glens performance of the skill, and using the prediction equation to predict as indicate quantity weight lift clean and jerk

Research Summary

Title

Some of biomechanics variable, anthropometric measurements and physical to predict as indicate quantity weight lift clean and jerk for quadratic weight lifter

Research Problem

The special problems for players to reach the highest levels of the strong themes link the work of the coaches and especially when advanced mathematical training levels can even detect these problems and be subject to a scientific study to find appropriate solutions and knowledge of scientific information, which is a direct reflection of the development of IT training

As a result of scientific and technological progress, which ripped through the areas of human knowledge noted Sports Weightlifting share of progress and development in recent years

So viewers affected to do and became the world championships and the Olympics, continental and international scene reviewing the heroes of the sport their ingenuity to show the strength to lifters higher weights

Due to the remarkable digital performance level weight lifters Egyptians and the presence of some

Mistakes and shortcomings in performance with the lack of technical information in an objective manner to improve by gravity raised the skill clean and jerk, prompting researcher to carry out this study to identify more contributions influential in both the mechanical variables and measurements of physical and physical to the amount of gravity raised in this greatness to become a method to guide the workers in the field of sport weightlifting to improve performance and increase the weight of Rose effectiveness and efficiency in the training process

In addition to the researcher through its connection to a network of information and places to get it from the libraries of the faculties of Physical Education in Egypt did not find to his knowledge none of the researchers predicted by the report to the weight that greatness in the sport of weightlifting

According to specialists in the sport weightlifting that elevation clean and jerk show where forms various strengths significantly in stages performance and when you do a study that greatness must care accurately measurements to be addressed in quantitative and objective easily applied mathematical equations to evaluate and analyze those measurements and learn form the movement proper to achieve greater output kinesthetic possible

And many researchers agree in the field of sports training on the importance of the relationship between the bio-mechanical rules and measure the forces acting on the human body and the technical and tactical skills to upgrade weightlifter and achievement Numeric

Total kidney lifter

with the availability of efficient governing mathematical work to achieve a medal

Objective of this research

Identify some biomechanics variables and physical measurements and physical function of the prediction by gravity report for boosting clean the jerk of the Quartet weightlifting through

- ¹Determine the physical measurements the most contribution in the amount of the report under the weight
- ²Determine the most physical capacity contribution in the amount of the report under the weight
- ³identification of mechanical variables in the amount of the report under the weigh
- ⁴by predictive equations of gravity report under the terms of each of the physical measurements, physical abilities and the mechanical variables affecting them individually and collectively.

Questions

What is the most-¹

measurements anthropometric in the amount of the report under the weight

- ²What is the most physical abilities contribute to the amount of the report under the weight
- ³What is the most mechanical variables contribute to the amount of the report

under the weight

-What predictive equations by gravity report under the terms of each of the physical measurements, physical abilities and the mechanical variables affecting them individually and collectively

Action

Research Methodology

The researcher used the descriptive method using video cameras to its relevance to study

sample

The sample was chosen intentional way of players weightlifting outstanding for a number (1) weightlifters without being bound by any variables such as age, height, age Training, fornication 4kg because search requirements that need to be differences in the level of individuals to show the differences between Rose under study

And methods of data collection:

Researcher used the following methods of data collection:

- Photography using video recording
- Kinetic analysis using Sámi Simi Motion Analysis
- Tests and measurements of physical and physical
- Computer and work program SPSS statistical processors

Statistical processors

- SMA
- The correlation coefficient
- Coefficient η^2
- Standard deviation
- Testing T.
- F coefficient and logical analysis of the decline of Stepwise Regression

Key findings

-identify relational relations of biomechanics variables for performance momentsweight lift clean and jerk and predictive equations for each skill individually and collectively

-Get anthropometric variables

-Get more physical variables contribute to the weight lift clean and jerk and predictive equations

to know the contribution of flexibility in the measurements weight lift 11 clean and jerk and extract predictive equations

Recommendations

In light of the conclusions drawn from the biomechanics analysis and procedural and statistical Matt outcome of the results of the researcher recommends the following:

Relational attention to relations between variables biomechanics in stages performance weight lift clean and jerk

care for the correlation

between the biomechanics variable anthropometric measurements and physical all the variables at glens performance of the skill, and using the prediction equation to predict as indicate quantity weight lift clean and jerk

Interest predictive equations for more physical variables and physical gravity report to weight lift the clean and jerk

Interest margin Total Rose between the Egyptians and the player world