

المخلص

١٩٩٧ دراسة مقارنة للقدرة الهوائية واللاهوائية على بعض المؤشرات

الوظيفية بين مراكز اللاعبين في كرة القدم

بحث وصفي

على بعض لاعبي أندية الدرجة الأولى في محافظة البصرة لموسم ٢٠١٠

من قبل م.د. عقيل حسن فالح العاشور

أشتمل البحث على خمسة أبواب

الباب الأول / التعريف بالبحث / أشتمل على أهمية البحث التي تناولت القدرات والمؤشرات الوظيفية للاعبين والتي تعد من القدرات والوظائف الحيوية بتقييم المستوى للاعبين من خلال اكتسابهم للنواحي البدنية والوظيفية لهم فضلاً عن معرفة دور مراكز اللعب ببعض القدرات الوظيفية التي تحدد قدرة اللاعب بمواصلة الأداء والعطاء بالمنافسة دون الهبوط بمستواه لما لهذه القدرات الوظيفية اثر كبير وواضح في تطوير اللعبة بشكل عام ومراكز اللاعبين بشكل خاص . بينما تتجلى مشكلة البحث بالوقوف على نقاط الضعف وتشخيصها حسب المراكز لتقييم المستوى الوظيفي الذي يكون التقدم به متزامن مع تقدم المستوى البدني والمهاري والوظيفي للاعبين كل حسب المركز الذي يلعب به .

أهداف البحث :

١- التعرف على الفروق في مستوى القدرة الهوائية واللاهوائية بين مراكز اللاعبين في كرة القدم .

٢- التعرف على الفروق لبعض المؤشرات الوظيفية قبل وبعد الجهد (هوائي- لاهوائي) لأفراد العينة

٣- التعرف على الفروق بين القدرة الهوائية واللاهوائية لبعض المؤشرات الوظيفية بين مراكز اللاعبين

أما فروض البحث

١ - وجود فروق معنوية في القدرة الهوائية واللاهوائية بين مراكز اللاعبين .

٢- وجود فروق لبعض المؤشرات الوظيفية قبل وبعد الجهد (هوائي - لاهوائي) ولصالح ألبعدي .

٣- وجود فروق بين القدرة الهوائية واللاهوائية لبعض المؤشرات الوظيفية بين مراكز اللاعبين .

الباب الثاني / الدراسات النظرية

القدرة الهوائية واللاهوائية ومؤشر الطاقة للقلب وحالة جهاز الدوران .

الباب الثالث / منهج البحث وإجراءاته الميدانية

استخدم الباحث المنهج الوصفي وشملت العينة لاعبي أندية الدرجة الأولى وتم استخدام الاختبارات والقياسات الخاصة بالقدرة الهوائية واللاهوائية وقياس (EI-CIR.S).

الباب الرابع / عرض وتحليل و مناقشة النتائج

تم عرض ومناقشة النتائج على شكل جداول خاصة .

الباب الخامس / الاستنتاجات والتوصيات / أهم ما توصل إليه الباحث من استنتاج هو :

١- تفوق مركز الظهر بالدفاع ومركز وسط الارتكاز بالقدرة الهوائية .

٢- تفوق لاعب مركز لوسط المهاجم ومركز قلب الهجوم بالقدرة اللاهوائية .

Abstract

Acomparative study of aerobic and anaerobic capacity of some indicators

Functional between the centers of players in football

Research and descriptive

Some of the players first-class clubs in the province of Basra for the ٢٠١٠ season

By.. Dr. Aqeel Hassan Faleh

Basra local

Part One / definition search / included the importance of research that dealt with the capacity and indicators careers of players, which is the capacity and vital functions of the assessment level for the players through their acquisition of aspects of physical and functional as well as their knowledge of the role play centers and some functionalities that determine the ability of the player to continue the performance and the tender competition without decline to its level of these functional capabilities and clear a big impact in developing the game in general and centers the players in particular. While the research problem being reflected on the weaknesses and diagnosed according to their positions to assess the level of functionality that is synchronized with the progress made by the physical and skill-level and functional status according to all players who play it.

Research Objectives:

١ - Identifying the differences in the level of aerobic and anaerobic capacity between the centers of players in football.

٢ - To recognize the differences of some functional indicators before and after the effort (antenna - anaerobic) of the respondents

٣, - Identifying the differences between aerobic and anaerobic capacity of some of the indicators between the functional centers Players

The research hypothesis

١ - There are significant differences in aerobic and anaerobic capacity between the centers of the players.

٢ - There are differences of some functional indicators before and after the effort (antenna - anaerobic) and for post administration.

٣ - There are differences between aerobic and anaerobic capacity of some of the functional indicators between the centers of the players.

Part II / theoretical studies

Aerobic and anaerobic capacity and power indicator of the heart and the state of the circulatory system.

Part III / research methodology and procedures of the Field

The researcher used the descriptive method and the sample included players from first division clubs have been the use of tests and measurements of aerobic and anaerobic capacity and

measurement (EI-CIR.S).

Part IV / view, analyze and discuss the results

Was presented and discuss the results in tabular form in particular.

Part V / conclusions and recommendations / main findings of the researcher's conclusion is:

١ - than back to defend and build capacity for Central air.

٢ - more than the player center for central striker and the Centre for the heart attack, anaerobic capacity

المصادر العربية والأجنبية

* أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية . القاهرة . دار الفكر العربي . ١٩٩٦.

* أبو العلا احمد عبد الفتاح : فسيولوجيا التدريب والرياضة . القاهرة . دار الفكر العربي . ٢٠٠٣.

* أبو العلا احمد عبد الفتاح وإبراهيم شعلان : فسيولوجيا التدريب . القاهرة . دار الفكر العربي . ١٩٩٤

* إبراهيم سالم سكار وآخرون : موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار . القاهرة . مركز الكتاب للنشر . ١٩٩٨.

* حنفي محمود مختار : التطبيق العملي في تدريب كرة القدم . القاهرة . دار الفكر العربي . ١٩٩٥.

* ريسان خريبط مجيد وعلي تركي مصلح : فسيولوجيا الرياضة . بغداد . مطبعة الجامعة . ٢٠٠٢

* عمار جاسم مسلم : قلب الرياضي . بغداد . مطبعة أب . ٣٠٠٦

* عصام حلمي ومحمد جابر : التدريب الرياضي . أسس . مفاهيم . اتجاهات . الإسكندرية . دار المعارف . ١٩٩٧.

* عمر محمد عبد المجيد : علم الفسلجة الحيواني . الموصل . دار الكتب للطباعة والنشر . ١٩٩١.

* غايتون . وهول : المرجع في فسيولوجيا الطبية . ترجمة . صادق الهلالي . بيروت . دار

اكاديميا . ١٩٩٧

* كاظم جابر أمير : الاختبارات والقياسات الفسيولوجية في المجال الرياضي . الكويت . ١٩٩٧

* مروان عبد المجيد إبراهيم : الإحصاء الاستدلالي والوصفي . عمان . دار الفكر للطباعة

والنشر . ٢٠٠٠

* محمد نصر الدين رضوان : طرق قياس الجهد البدني في الرياضة . ط١ القاهرة . مركز

الكتاب للنشر .

* مفتي إبراهيم حماد : الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم . القاهرة . دار

الفكر العربي .

Drust. B .Relly .and .Other ; Analysis of work rate in soccer. J. Sport

Exercis and Injury. ١٩٩٨.

- Fox .E, and. Others; The Physiological basis of Physical Education and

Athletics. ٤th ed. Saunders College Publishing. ١٩٨٨ .

Syliva. S; Mader, Patrick Galiart ,under standing Human Anatomy and Physiology . ٤^{ed}.MCG. raw-Hill companies Pub , New York . ٢٠٠١