

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
كلية الدراسات العليا
(كلية التربية الرياضية)

رسالة لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

انتقاء الموهوبين في جري المسافات المتوسطة للاعبين
الأندية الرياضية في فلسطين

إعداد
أيمن محمد جابر العصار

بإشراف
أستاذة مشاركة
الدكتورة عفاف عبد الرحيم محمد شرفي

2003م

1424هـ

II

&بَرَفَعُ اللهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ
دَرَجَاتٍ &

Ω

الآية (11) من سورة المجادلة

الإهداء

إلى والدي رمز العزة والوفاء
إلى زوجتي "تغريد" على ما تكبدته من عناء لوقوفها إلى جانبي
حتى أتممت هذا الجهد المتواضع
إلى أبنائي أحمد وأمجد أملي في الدنيا في إتمام رسالتي
إلى من أستقى منهم العزم لأرتقي
إخواني الأعزاء عادل وإيهاب
إلى من علمني معنى الأخوة وصلة الدم
إلى إخواني خالد وأسامة وهشام
إلى كل من قدم لي العون في إتمام هذا البحث
إلى شباب فلسطين حملة مشاعل الحرية.....

الباحث

الشكر و التقدير

الحمد لله الواحد الأحد والصلاة والسلام على رسوله الكريم محمد بن عبد الله صلوات الله عليه وسلم، قدوتنا في قيادته الحكيمة، وبعد:

فمن هذه المقدمة المتواضعة لا يسعني إلا أن أتقدم أولاً وأخيراً بشكري إلى الله عز وجل..... بعد أن من الله عليّ بإتمام هذه الرسالة التي بين أيديكم أساتذتي الأفاضل، مقرأً بشكري وعرفاني لأستاذتي الفاضلة السيدة الدكتورة/ عفاف عبد الرحيم محمد علي لتفضلها أولاً بالإشراف على هذا الجهد المتواضع، ثانياً على متابعتها له وما أبدته من توجيهات وإرشادات قيمة كان لها بالغ الأثر في إخراج هذه الرسالة إلى حيز الوجود ولدرجتها في قوائم البحث العلمي.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لأستاذتي الأفاضل السيد الدكتور/ الغالي الحاج والسيد الدكتور/ إسماعيل علي اسماعيل أعضاء لجنة المناقشة على تفضلهم مناقشة هذه الرسالة، ولما تفضلوا به من اقتراحات قيمة ساهمت في إثراء هذه الرسالة. ولا يفوتني أن أتقدم بالشكر الجزيل إلى جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا إدارة وعاملين خاصة كلية التربية الرياضية على تكريمهم بإتاحة الفرصة لي لإكمال مساري العلمي. كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى السادة الخبراء الذين تفضلوا بمراجعة استبانة القياسات الجسمية والاختبارات البدنية وإبداء ملاحظاتهم.

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري للسيد الدكتور /بسام يونس إبراهيم الأستاذ المشارك بقسم الإحصاء التطبيقي-كلية العلوم لمساعدته لي في إجراء المعالجة الإحصائية لهذا البحث. ولا يفوتني أن أتقدم بشكري وتقديري إلى وزارة الشباب والرياضة في فلسطين واللجنة الأولمبية الفلسطينية، واتحاد ألعاب القوى الفلسطيني وإلى إدارات الأندية الرياضية في محافظة رفح وإلى اللاعبين أمل المستقبل.

كما أتقدم بشكري وتقديري للسيد الدكتور/ صديق عمر الصديق الذي قام بالتصويب اللغوي للرسالة.

شكري وتقديري لكل الذين أسهموا معي في إخراج هذا العمل المتواضع إلى حيز الوجود، ولا يفوتني أن أشكر المدربين غالب شيخ العبد من نادي خدمات رفح، أيمن أبو فخر من نادي شباب رفح على المساهمة في إجراء القياسات والاختبارات، وكذلك أتقدم بالشكر الجزيل إلى الصديق العزيز الأستاذ/ عمر قشطة من جامعة الأقصى قسم التربية الرياضية على مساهمته الفاعلة لي في كل مراحل البحث.

والى كل من ساهم وساعد في إخراج هذا البحث بشكله النهائي.

الباحث

خلاصة البحث

هذا البحث عنوانه "انتقاء الموهوبين في جري المسافات المتوسطة للاعبين الأندية الرياضية في فلسطين" ويهدف إلى تحقيق الآتي:

- 1- تعرف أسس انتقاء الموهوبين من الناشئين في مسابقات جري المسافات المتوسطة.
- 2- تعرف على العلاقة بين القياسات الجسمية والمستوى الرقمي لدى الناشئين الموهوبين في مسابقات جري المسافات المتوسطة.
- 3- التعرف على العلاقة بين القدرات الحركية الخاصة والمستوى الرقمي لدى الناشئين الموهوبين في مسابقات جري المسافات المتوسطة.
من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

- 1- ما هي أسس انتقاء الموهوبين الناشئين في مسابقات جري المسافات المتوسطة.
- 2- هل توجد علاقة بين القياسات الجسمية والمستوى الرقمي لدى الناشئين الموهوبين في مسابقات جري المسافات المتوسطة.
- 3- هل توجد علاقة بين القدرات الحركية الخاصة والمستوى الرقمي لدى الناشئين الموهوبين في مسابقات جري المسافات المتوسطة.

واشتمل مجتمع البحث على اللاعبين الممارسين لألعاب القوى في الأندية الرياضية الفلسطينية (نادي خدمات رفح، نادي شباب رفح) للمرحلة السنية (16-18) سنة، وبلغ حجم عينة الدراسة الاستطلاعية (10) لاعبين اختيروا بالطريقة العشوائية وجميع أفراد هذه العينة من نادي شباب رفح، وبلغ حجم عينة البحث الرئيسية (50) لاعباً من الأندية الرياضية الفلسطينية قيد البحث، موزعة كالتالي: (23) لاعباً من نادي خدمات رفح، (27) لاعباً من نادي شباب رفح، وقد اختيرت العينة بالطريقة العمدية، استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي وذلك نظراً لملاءمته لظروف البحث.

وقد انتهى الباحث إلى عدد من الاستنتاجات:

- 1- انتهى الباحث إلى أن تتم عملية انتقاء الموهوبين الناشئين على ثلاث مراحل رئيسية.
- 2- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين طول الناشئين والمستوى الرقمي في مسابقات جري المسافات المتوسطة.

- 3- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين السعة الحيوية للناشيء والمستوى الرقمي له في مسابقات جري المسافات المتوسطة.
- 4- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين القوة العضلية للناشيء والمستوى الرقمي له في مسابقات جري المسافات المتوسطة.
- 5- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين التحمل العضلي العام للناشيء والمستوى الرقمي له في مسابقات جري المسافات المتوسطة.
- 6- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين التحمل الدوري التنفسي للناشيء والمستوى الرقمي له في مسابقات جري المسافات المتوسطة.
- 7- عدم اختيار ناشيء مسابقات جري المسافات المتوسطة (1500م) بمحافظة رفح دولة فلسطين على أسس علمية.
- استناداً إلى نتائج البحث واستنتاجاته توصل الباحث إلى جملة من التوصيات والمقترحات هي:

1- مراعاة المدربين الأسس العلمية عند انتقاء الناشئي $\langle \hat{E} \rangle$ ن \hat{E}

가 Ę □□
◌ ◌ ◌ ◌ ◌ | ◌ ◌ ◌ ◌
◌ Ŵ T 8 ◌ ◌ ◌ ◌
" M
η E T
È ¿ ÊĀ<

가 Ę □□
◌ ◌ ◌ ◌ ◌ |
T 8 ◌ ◌ ◌
" M ◌ ◌
가 Ę ◌ ◌
◌ ◌ ◌ ◌ ◌ ◌ ◌ |
M ◌ ◌ ◌ ◌ ◌ ◌ ◌ ◌
" ◌
E T η
È ◌ ◌ Ę_À

◦ ◦ ◦ ◦ ◦ |
T 8
◦ W T 8
T η

가 E □□
◦ ◦ ◦
" M ◦ W
◦ ◦ ◦
" M
E
◦
E A<

○ ○ ○ ○ ○ |
T 8

가 Ë

□□

· M · W
"

가 Ę □□
◌ ◌ ◌ ◌ ◌ |
T 8 ◌ ◌ ◌
" M ◌ W T 8
◌ E T η
ËÂ< È ¿

◌ ◌ ◌ ◌ ◌ |
ŵ τ 8
▪ ▪
η

가 È

□□

◌
"

◌ ◌
M ◌

È ◌
¿ ÈÀ<

E T

◦ ◦ ◦ ◦ ◦ |
Ŵ T 8
▪ ▪

가 È

□□

◦
"

◦
M

◦

◦
È

○ ○ ○ ○ ○ |
Ŵ T 8
▪ ▪
○
"

가 Ě

□□

○ ○ ○ ○ ○
" M
○ ○ ○ ○ ○
M ○ Ŵ T 8

▪
η
δ ↗ i
▪

bjbjýÿÿ

52

1

|

Ê+

」

ð↑ ÿ

ÿ

|

bjbjýÿÿ
52

l
|
Ë+
¸ ð↑ ÿ

bjbjýÿÿ
52

l
|
Ê+
¸ ð↑ ¿

bjbjýÿÿ
52

1 |
|
Ê+
¸ ð¸ ÿ

bjbjýÿÿ
52 →
ÿÿ
|
|
Ê+
|
ð↑ ÿ

1 |
|
Ê+
¸ ðŷ i

bjbjýĭĩ
52

→

ÿÿ

1

Ê+

┘

đ↑ ĭ

Ê+

0

8

ÿÿ

┘,

8[

┘ T AÐ

ÿÿ

ÿÿ

Ê+

T ĭÿÂ 9

bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿö

1 | | | | |
 | | | | |
 Ê+ | 8 | T ÿÿÿ 9
 ð↑ ÿ 0 | , | 8[

AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿö ÿÿö
 | |
 Ê+ Ê+

bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿÿ

1 |
 |
 Ê+
 ð↑ ÿ

|
 Ê+ 8
 0

|
 ÿÿÿ
 |
 8[

|
 T ÿÿÿ 9

|
 Ê+

bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ 9 Ê+
 ð↑ ÿ 8 8[

AD ÿÿ ÿÿ

bjbjýlÿĩ
 52 →

	ÿÿ		ÿÿ		AD	ÿÿ	ÿÿ
	Ê+	8	T	ÿÿ	Ê+	1	Ê+
¸	ð¸	0	¸	¸			
	¸			8[

$\begin{array}{ccc}
 & \text{bjbjýlŷl} & \\
 \ddot{Y}\text{¶} & 52 & \rightarrow \\
 & \ddot{y}\ddot{y}\ddot{\circ} & \\
 \begin{array}{c} 1 \\ | \\ \hat{E}+ \\ \lrcorner \end{array} & \begin{array}{c} | \\ \hat{E}+ \\ \delta \uparrow \downarrow \end{array} & \begin{array}{c} | \\ \text{¶} \\ 8 \\ 0 \end{array} \\
 & & \begin{array}{c} | \\ \text{T } \text{¶} \hat{A} \\ 8[\end{array} \\
 & & \begin{array}{c} | \\ \hat{E}+ \\ 9 \end{array}
 \end{array}$

$\begin{array}{ccc}
 \lrcorner \text{T} & \text{AD} & \ddot{Y}\text{¶} \\
 & & \ddot{y}\ddot{y}\ddot{\circ} \\
 & & | \\
 & & \hat{E}+
 \end{array}$

bjbjylyi

52

→

· 爱 丿 學 學 學 學 學 學 學 盜 卍 礦 T 學 E

學 iſſĀ 9 丿 δ↑i 0 丿 8[

丿 丿 AD ŸŸ ŸŸ

ŸŸ

bjbjýĭĩ
52

→

ÿÿ

1

Ê+

┘

đ↑ ĭ

Ê+

0

8

ÿÿ

┘,

8[

┘ T AÐ

T ïÿÂ 9

ÿÿ ÿÿ

ÿÿ

Ê+

bjbjýÿÿ
 52
 1
 |
 Ê+
 ↓ ÿ

→
 ÿÿÿ

|
 Ê+ 8
 0

|
 ÿÿÿ

|
 8[

|
 T ÿÿÿ 9

|
 Ê+

|
 ÿÿÿ

|
 ÿÿÿ

bjbjýÿÿ
 52

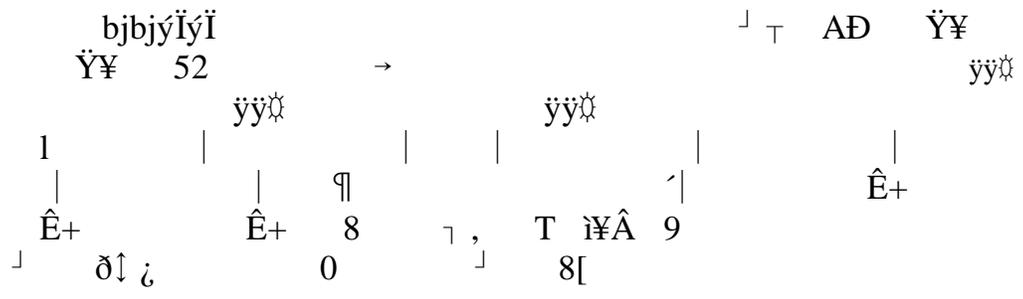
→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ Ê+
 ð↑ ÿ 8 8[9

AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿÿ

bjbjýlÿĩ
 52 →

	ÿÿ		ÿÿ		AD	ÿÿ	ÿÿ
	Ê+	8	T	ÿÿ	Ê+	1	Ê+
	ð						
		0		8[



bjbjylyi

52

→

┘ AD

ÿÿ ÿÿ

ÿÿ

爱

┘

亭

亭

亭

亭

η

T

E

o

.

.

.

.

亭

iA

9

.

┘

δλi

0

┘

8[

bjbylyi
52

→

yyo

1

|
E+

|
d i i

|
E+ 8
0

yyo

|

|
T iA 9

|
8[

| T AD

Yy Yy
yyo

|
E+

bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿö

1 | ÿÿö
 |
 Ê+ | 8 | 9 |
 | | | |
 ð↑ ÿ | ÿÿö | |
 | | | |
 Ê+ 0 8 | T ÿÿÿ 9 |
 | | | | |
 8[

AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿö ÿÿö
 | |
 Ê+ Ê+

bjbjýÿÿ
52

┘┘ AD

ÿÿ ÿÿ
ÿÿ

→
ÿÿ

1
|
Ë+
┘ ð↑ ÿ

|
Ë+ 8
0

ÿÿ

┘┘ , T ÿÿ 9
8[

|
Ë+

bjbjýÿÿ
 52

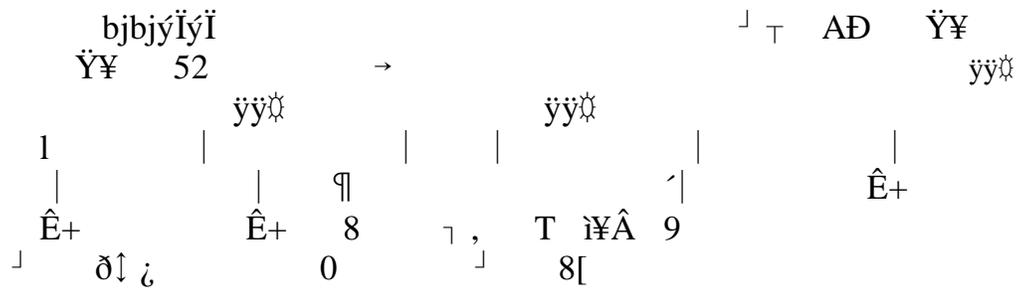
→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ Ê+
 ð↑ ÿ 8 9 8[

AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿÿ

bjbjýĩĩ
 52 →

ÿÿ	ÿÿ	ÿÿ
Ê+	T	Ê+
đ	, 0	8
ı	ı	ı



bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿÿ

1 | ÿÿÿ
 |
 Ê+ | 8 | 9 |
 | | | |
 ð↑ ÿ | ÿÿÿ | |
 | | | |
 Ê+ 0 8 | T ÿÿÿ 9
 | | | |
 8[

ÿÿÿ ÿÿÿ
 ÿÿÿ
 Ê+

bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿÿ

1 |
 |
 Ê+
 ð↑ ÿ

|
 Ê+ 8
 0

|
 ÿÿÿ
 |
 8[

|
 T ÿÿÿ 9

ÿÿÿ ÿÿÿ
 ÿÿÿ
 |
 Ê+

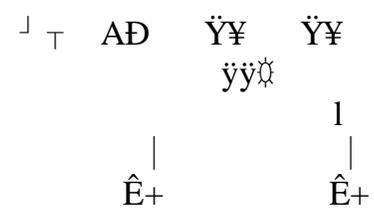
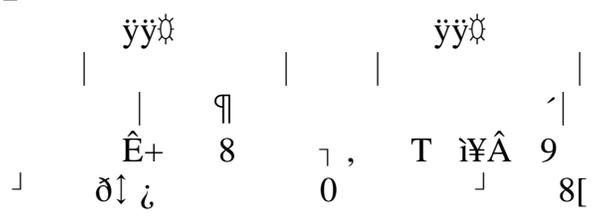
bjbjýÿÿ
 52

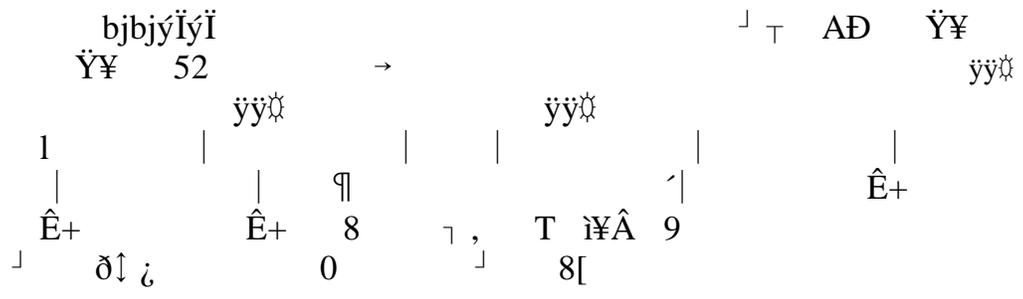
→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ 9 Ê+
 ð↑ ÿ 8 8[9

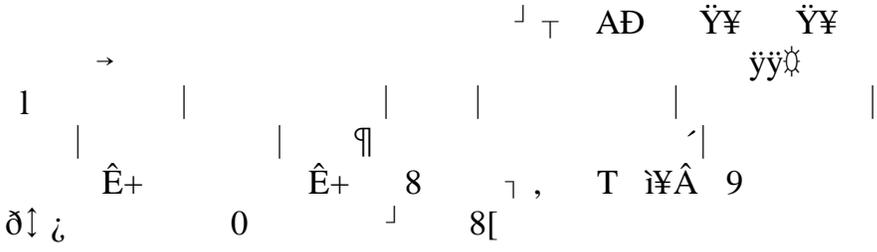
AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿÿ

bjbjýlÿĩ
52 →





bjbjÿÿĩ
52



bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿÿ

1 | ÿÿÿ
 |
 Ê+ | 8 | 9
 ð↑ ÿ | 0 | 8 | 9
 ÿ | 8[

ÿÿÿ
 ÿÿÿ

ÿÿÿ
 ÿÿÿ

ÿÿÿ
 ÿÿÿ

ÿÿÿ
 ÿÿÿ

bjbjýÿÿ
 52
 1
 |
 Ê+
 ↓ ÿ

→
 ÿÿÿ

|
 Ê+ 8
 0

|
 ÿÿÿ
 |
 8[

|
 T ÿÿÿ 9

|
 Ê+

|
 ÿÿÿ

|
 Ê+

bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ Ê+
 ð↑ ÿ 8 9 8[

AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿÿ

bjbjýlÿĩ
 52 →

	ÿÿ		ÿÿ		AD	ÿÿ	ÿÿ
	Ê+	8	T	ÿÿ	Ê+	1	Ê+
	ð						
		0		8[

bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ Ê+
 ð↑ ÿ 8 8[9

AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿÿ

bjbjýlÿĩ
 52 →

	ÿÿ		ÿÿ		AD	ÿÿ	ÿÿ
							l
	Ê+	8	T	ÿÿ	Ê+		Ê+
	ð						
		0		8[

bjbjýĩĩ
 52 →

		¶			AD	ÿÿ	ÿÿ
+	Ê+	8	¶,	T	ixÂ	9	ÿÿ
┘	ð↑¿		0				Ê
							Ê

8[

bjbjýÿÿ
 52

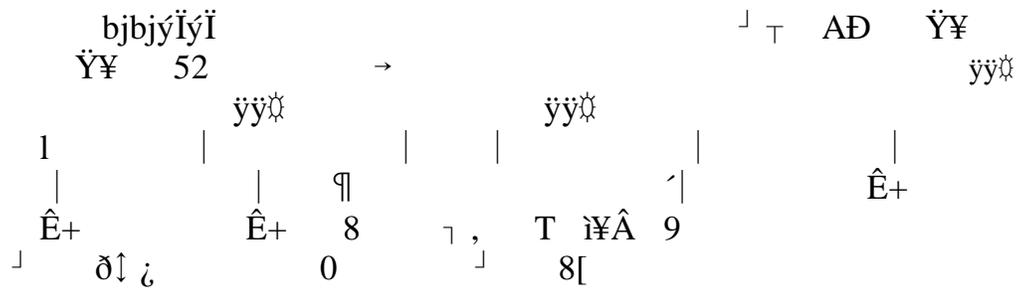
→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ Ê+
 ð↑ ÿ 8 9 8[

AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿÿ

bjbjŷŷĩ
 52 →

	ŷŷ		ŷŷ		AD	ŷŷ	ŷŷ
							l
	Ê+	8	T	9	Ê+		Ê+
ŷ	đ ŷ	0	ŷ	8[



bjbjylyi

52

Ê+

┘

8

ð↓ ÿ

→

┘,

T

ÿÂ

9

0

┘

8[

┘┘ AD

ÿÿ

ÿÿ

ÿÿ

bjbjýÿÿ
 52
 1
 |
 Ê+
 ↓ ÿ

→
 ÿÿÿ

|
 Ê+ 8
 0

|
 ÿÿÿ

|
 8[

|
 T ÿÿÿ 9

|
 Ê+

|
 ÿÿÿ

|
 Ê+

bjbjýÿÿ
 52

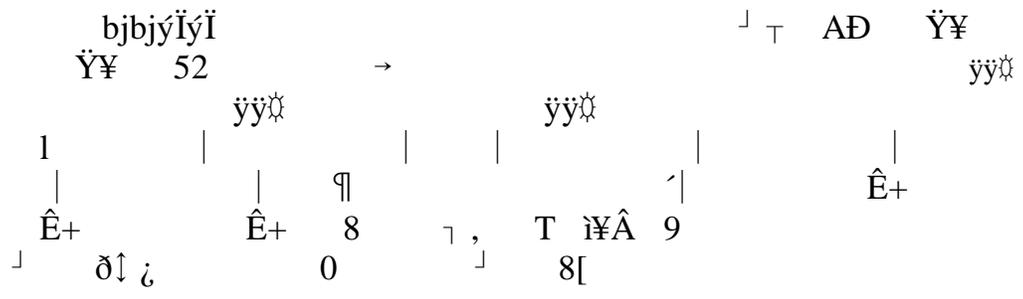
→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ Ê+
 ð↑ ÿ 8 8[9

AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿÿ

bjbjýlÿĩ
 52 →

	ÿÿ		ÿÿ		AD	ÿÿ	ÿÿ
	Ê+	8	T	ÿÿ	Ê+	1	Ê+
	ð						
		0		8[



bjbjŷŷĪ
52

→

ŷŷŷ

|

ŷ, T

ŷŷŷ

ŷŷŷ

ŷŷŷ

ŷŷŷ

ŷŷŷ

|

ŷ+

ŷŷŷ

1

|

ŷ+

0

ŷŷŷ

|

ŷ+

|

ŷŷŷ

|

ŷŷŷ

ŷŷŷ

ŷŷŷ

ŷŷŷ

bjbjýÿÿ
 52

→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ 9 Ê+
 ð↑ ÿ 8 8[

AD ÿÿ ÿÿ

bjbjýlÿĩ
 52 →

	ÿÿ		ÿÿ		AD	ÿÿ	ÿÿ
	Ê+	8	T	ÿÿ	Ê+	1	Ê+
¸	ð¸	0	¸	¸			
	¸			8[

bjbjýİýİ
 ŸŸ 52 →

1 Ê+	 ŸŸ Ê+	0 8 7,	 ŸŸ T İŸÂ 9 8[Ê+	 ŸŸ
--------------	-------------------	--------------	------------------------------	--------	--------

AD ŸŸ
 ŸŸ

bjbjýlÿi

52

Ê+
ð↓ ÿ

→
8

∟,
0

T iÿÂ 9
∟

8[

∟ ∟ AÐ

ÿÿ ÿÿ
ÿÿ

bjbjýÿÿ
 52

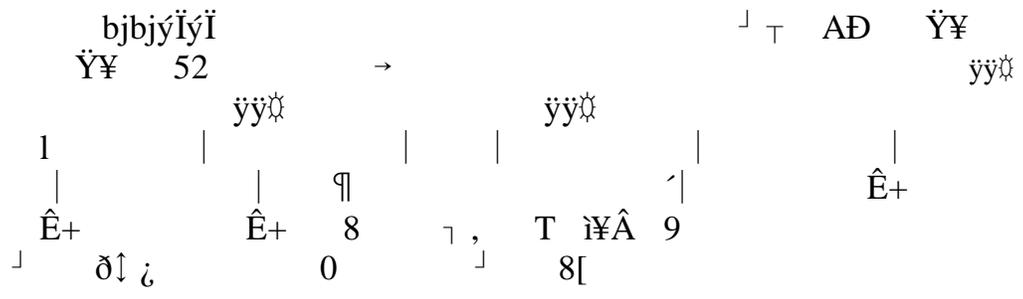
→
 ÿÿÿ

1 | | | |
 | | | | |
 Ê+ Ê+ T ÿÿÿ Ê+
 ð↑ ÿ 8 8[9

AD ÿÿ ÿÿ
 ÿÿÿ

bjbjýlÿĩ
 52 →

	ÿÿ		ÿÿ		AD	ÿÿ	ÿÿ
							l
	Ê+	8	T	ÿÿ	Ê+		Ê+
	ð	0					



bjbjÿÿÿ
 52 →

1 Ê+		1 Ê+		8 Ê+		8 Ê+		9 Ê+
--------------	--	--------------	--	--------------	--	--------------	--	--------------

8 7, T iÿÂ 9

bjbjylyi
52

→

yy

yy

AD

Yy

Yy

yy

l

8
T
0

8

0

T

iyA

9

8[

E+

E+

$\begin{array}{c} \text{bjbjylyI} \\ \text{Y\#} \quad 52 \\ \\ 1 \\ \\ \hat{E}+ \\ \downarrow \\ \delta \uparrow \downarrow \end{array}$	\rightarrow	$\begin{array}{c} \text{yy\#} \\ \\ \text{q} \\ \\ 8 \\ \\ 0 \end{array}$	$\begin{array}{c} \text{yy\#} \\ \\ \text{T} \quad \text{Y\#} \hat{A} \quad 9 \\ \\ 8[\end{array}$	$\begin{array}{c} \text{AD} \quad \text{Y\#} \\ \downarrow \\ \text{yy\#} \\ \\ \hat{E}+ \end{array}$
--	---------------	---	---	---

bjbjylyi

52

→

| |

|

γ,

T

iŷÂ

9

┘

Ê+
ð↑¿

┘┘ AD

ŸŸ ŸŸ

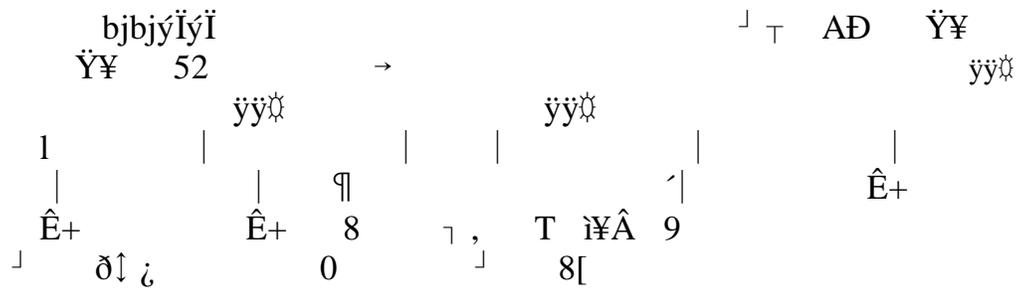
yyö

¶

Ê+
0

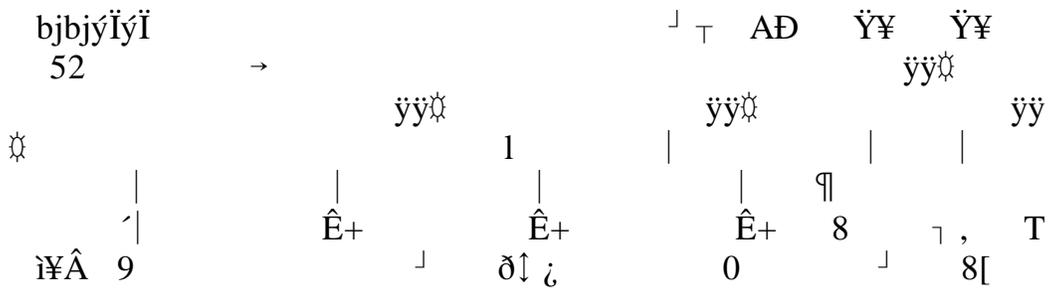
Ê+
8[

8



bjbjŷĩ
52 →
• ǀ 8[

ǀ ǀ AĐ ŷŷ ŷŷ
ŷŷ



bjbjýlÿi
52

┘ Ê+ 8 → ┘, T iŷÂ 9
đŷ ÿ 0 ┘ 8[

┘ ┘ AÐ ŸŸ ŸŸ
ÿÿ

bjbjýĭĩ				┘┘ AD		ÿÿ		ÿÿ	
52		→		┘┘ AD		ÿÿ		ÿÿ	
jýĭĩ				┘┘ AD		ÿÿ		ÿÿ 52	
		→				ÿÿ			
ÿÿ				ÿÿ				1	
Ĥ+		Ĥ+		8		T iŷĤ 9		Ĥ+	
┘		δ↑ ĭ		0		┘		8[

bjbjýĪĪ
52

┘┘ AD ŸŸ ŸŸ
 ÿÿ

1 |
 | Ê+
 | ð↑ ĭ

→
ÿÿ

 | ¶ 8
 | Ê+ 0

 | Ÿÿ
 | ┘┘ , T îŸÂ 9
 | 8[

 | Ê+

bjbjýÿÿ
 52
 1
 |
 Ê+
 ↓ ÿ

→
 ÿÿÿ

|
 Ê+ 8
 0

|
 ÿÿÿ

|
 T ÿÿÿ 9

|
 Ê+

|
 AD

ÿÿÿ ÿÿÿ

|
 Ê+

|
 8[

bjbjýÿÿ
 52

1

8

0

T g contests of 1500m.

9

8[

bjbjýÿÿ				┘	┘	AD	ÿÿ	ÿÿ
52		→					ÿÿ	
1		ÿÿ		ÿÿ				
	Ê+		Ê+	8	┘,	T	ÿÿ	9
┘	ð		0		┘			
	¿				8[
	¿							

bjbjýÿÿ
 52
 1
 |
 Ê+
 ↓ ÿ

→
 ÿÿÿ

|
 Ê+ 8
 0

|
 ÿÿÿ

|
 T ÿÿÿ 9

|
 Ê+

bjbjýÿÿ
 52
 1
 |
 Ê+
 ð↓ ÿ

→
 ÿÿÿ

|
 Ê+ 8
 0

|
 ÿÿÿ
 7, 8[

|
 T ÿÿÿ 9

|
 Ê+

|
 ÿÿÿ

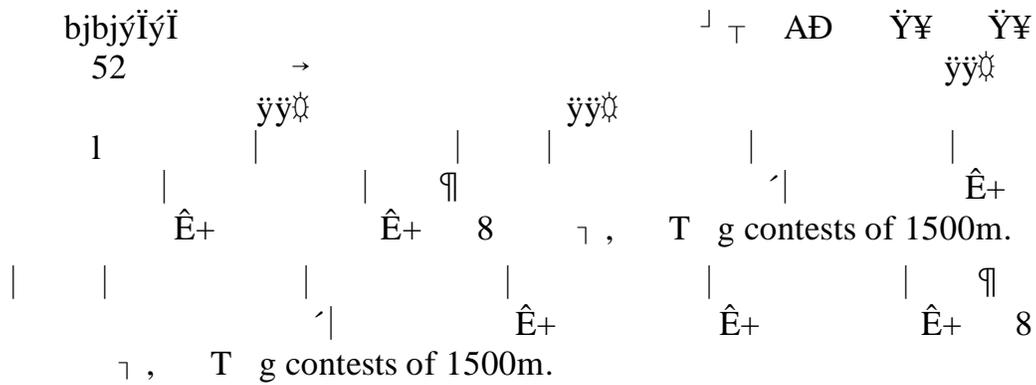
|
 Ê+

bjbjýÿÿ
52

┘┘ AD ÿÿ ÿÿ
ÿÿ

	→				
1	ÿÿ		ÿÿ		
Ê+	Ê+	8	┘,	T g contests of 1500m.	Ê+
Ê+	Ê+	Ê+	8	┘,	T ÿÿ 9
┘	ð↑ ÿ	0	┘	8[

bjbjýÿÿ
 52 →
 1 | | ÿÿÿ
 | | |
 Ê+ | | |
 Ê+ 8 | | |
 | | | |
 ð↑¿
 T g contests of 1500m.
 0 | | 8[



Supporting upon analysis results, and researches, here are some recommendations and suggestions:

- 1/ Instructors should respect scientific rules when they select youngsters for this contests.
- 2/ Studies should be done, when there is a selection in other part of sports.
- 3/ Specifications of bodily measurements, and special movement capabilities in contests, as a major rules, to select and purifying youngsters to reach the international level.
- 4/ Necessity of establishing programs to develop the special movement capabilities of youngsters in contests.
- 5/ Obtainable bodily measurement equipments, and instructors should be well trained.
- 6/ To spread the conscious cultural sports through instructors and players inside the Palestinian Sports Club.
- 7/ To urge the Palestinian Sports Clubs, to be interested at other sports activities.
- 8/ Increasing the special fund, for promoting sports in Palestinian Sports Club.

N

الصفحة	الموضوع
أ	عنوان الدراسة
ب	آية قرآنية
ت	إهداء
ث	شكر وتقدير
ح	خلاصة البحث باللغة العربية
د	خلاصة البحث باللغة الإنجليزية
ر	فهرس المحتويات
ش	فهرس الجداول
ص	فهرس الملاحق
الفصل الأول	
1	1- خطة البحث
2	1-1 مقدمة البحث
3	2-1 مشكلة البحث
4	3-1 أهمية البحث والحاجة إليه
4	4-1 أهداف البحث
5	5-1 تساؤلات البحث
5	6-1 حدود البحث
5	7-1 تعريف المصطلحات المستخدمة في البحث
الفصل الثاني	
7	2- الإطار النظري والدراسات السابقة
8	1-2 مفهوم الانتقاء
8	2-2 أهمية الانتقاء من المجال الرياضي
9	3-2 أهداف الانتقاء في المجال الرياضي
9	4-2 مراحل الانتقاء

11	5-2 أنواع الانتقاء في المجال الرياضي
الصفحة	الموضوع
11	6-2 المشاكل التي يواجهها الانتقاء
12	7-2 مفهوم الموهوبين
13	8-2 لمحددات الخاصة بانتقاء الموهوبين رياضياً
14	9-2 مسابقات جري المسافات المتوسطة
15	10-2 القياسات الجسمية
18	11-2 القدرات الحركية الخاصة
33	12-2 القياس والتقويم في التربية الرياضية
39	13-2 نبذة تاريخية عن الأندية الرياضية الفلسطينية في محافظة رفح
40	14-2 الدراسات المشابهة والسابقة
50	الفصل الثالث
	3- إجراءات البحث
51	1-3 منهج البحث
51	2-3 مجتمع البحث
51	3-3 عينة البحث
52	4-3 أدوات جمع بيانات البحث
63	5-3 خطوات الإجرائية للبحث ميدانياً
64	6-3 تطبيق الدراسة الأساسية للبحث
46	7-3 المعالجات الإحصائية
	الفصل الرابع
67	4- عرض النتائج ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها
70	1-4 عرض النتائج
70	1-1-4 عرض النتائج التي تجيب عن التساؤل الأول
70	2-1-4 عرض النتائج التي تجيب عن التساؤل الثاني
72	3-1-4 عرض النتائج التي تجيب عن التساؤل الثالث
73	2-4 مناقشة وتحليل وتفسير النتائج

73	1-2-4 مناقشة نتائج التساؤل الأول
74	2-2-4 مناقشة نتائج التساؤل الثاني
الصفحة	الموضوع
76	3-2-4 مناقشة نتائج التساؤل الثالث
	الفصل الخامس
81	5- الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات وملخص البحث
82	1-5 الاستنتاجات
82	2-5 التوصيات والمقترحات
83	3-5 ملخص البحث
94	مراجع البحث
95	المراجع العربية
99	المراجع الأجنبية
100	الملاحق

فهرس الجد اول

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
51	يوضح وصف مجتمع البحث تبعاً لمتغير النادي	1
52	يوضح وصف عينة البحث تبعاً لمتغير المستوى الدراسي	2
52	يوضح المقاييس الوصفية للمستوى الرقمي لدى الناشئين في مسابقات جري المسافات المتوسطة (1500م)	3
53	يوضح أهم القياسات الجسمية المختارة قيد البحث	4
54	يوضح القياسات الجسمية المختارة	5
56	يوضح مسح لأراء العلماء لتحديد مكونات اللياقة البدنية	6
57	يوضح أهم الاختبارات المستخدمة لقياس عناصر القدرات الحركية الخاصة قيد البحث	7
58	يوضح اختبارات القدرات لحركية الخاصة المختارة قيد البحث	8
59	يوضح نتائج القياسين الأول والثاني لعينة من الناشئين الموهوبين في مسابقات جري المسافات المتوسطة (1500م)	9
63	يوضح الاختبارات والأجهزة المستخدمة	10
68	يوضح المقاييس الوصفية للقياسات الجسمية للناشئين في مسابقات جري المسافات المتوسطة (1500م)	11
69	يوضح المقاييس الوصفية للاختبارات البدنية للناشئين في مسابقات جري المسافات المتوسطة (1500م)	12
71	يوضح نتائج علاقة القياسات الجسمية بالمستوى الرقمي للناشئين في مسابقات جري المسافات المتوسطة (1500م)	13
72	يوضح نتائج علاقة الاختبارات البدنية بالمستوى الرقمي للناشئين في مسابقات جري المسافات المتوسطة (1500م)	14

فهرس الملاحق

رقم الصفحة	العنوان	رقم الملحق
102	عرض القياسات الجسمية والاختبارات البدنية على الخبراء	1
104	القياسات الجسمية والاختبارات الأكثر مناسبةً قيد البحث (حسب رأي الخبراء)	2
106	أسماء الخبراء	3
107	استمارة التسجيل	4
109	الكتب الرسمية	5

