

الآية:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال تعالى:

أَمَّنْ هُوَ قَانِثٌ آتَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا يَحْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُو رَحْمَةَ رَبِّهِ قُلْ
هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ)
صدق الله العظيم.

(سورة الزمر الآية 9)

الأهداء

أهدي هذا العمل المتواضع الي والديّ وإخواني وأختي وإلي كل من يسهر في طلب العلم ليقدمه لفائدة الناس.

والي كل زملائي بجامعة الخرطوم وكلية التربية
قسم التربية البدنية والرياضة

الشكر والعرفان

الشكر كل الشكر الى جامعة الخرطوم التي بعثتني لدراسة الماجستير والشكر موصول الي جامعة السودان اتاحت لي فرصة الالتحاق بها ، كما أتقدم باسمي ايات الشكر والتقدير والعرفان للذين ساعدوني وأعانوني على معاناة البحث منذ أن كان فكرة أو(خطة) حتي

أصبح إجراءات وبيانات وإحصاء ونتائج ، وأخص بالشكر د. دولت سعيد محمد احمد المشرفة على الدراسة والتي أنارت أمامي الطريق إلى البحث وكانت لي خير معين والشكر إجله إلى للممتحنين الخارجى والداخلى د. أحمد محمود خميس ، ود. سهير احمد محمد احمد والشكر كل الشكر للاخوه والزملاء والأساتذه والخبراء بكل من جامعة الخرطوم والسودان ، والشكر موصول والاخوه قيادات الأندية والمدربين وقدامى اللاعبين وكل من اعان ، والشكر اوله واخره إلى الله سبحانه وتعالى ومن لايشكر ، الناس لايشكر الله .

الباحث

المستخلص

تهدف الدراسة إلى التعرف على واقع القياسات الفسيولوجية والامكانات والاجهزة المتوفرة في اندية دوري كرة القدم السوداني الممتاز .
استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي ، وتم باستخدام الاستبانة كأداة لجمع البيانات ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية (القصدية) من المدربين العاملين باندية دوري كرة القدم السوداني الممتاز وكان عددهم (30) فرداً وتكونت الاستبانة من محورين وكل محور به 12 فقرة .
وجاءت النتائج على النحو التالي:
أن القياسات الفسيولوجية الميدانية هي الأكثر استخداماً بأندية دوري كرة القدم - السوداني الممتاز

- عدم توفر الأجهزة والادوات الخاصه بإجراء الإختبارات والقياسات الفسيولوجيه - وعدم توفر والمدربين المتخصصين الذين يقومون بالقياسات الفسيولوجية للاعبين بأندية بأندية الدوري الممتاز
- وكانت اهم التوصيات
- أن تستعين الأندية بالاختصاصيين ممن يختصون في التربية البدنية وعلم التدريب الرياضي.
- الاهتمام بالإختبارات والقياسات الفسيولوجية قبل التخطيط لوضع خطة التدريب
- توفير صالات الجهد البدني بأندية كرة القدم والهيئات الرياضية
- توفير الأدوات والأجهزة المعملية لإجراء القياسات القبلية والبيئية والبعديه خلال الموسم الرياضي.

Abstract

The study aims to identify the realist is physiological measurements and the capabilities and available devices for Sudanese football premier league clubs.

The researcher used the descriptive survey method and also used the questionnaire as a tool for data collection the sample was randomly collected among the coaches in Sudanese football premier league clubs whose 30 coaches the questionnaire consisted 24 statements in tow section one for the tests and measures used and the other is for eapabilitus and devise and tools available.

The results were as follows:

- Field physiological measurements are the most used in Sudanese football league clubs.

- The needed devices and tools for physiological measurements and tests specialist coaches to carry out physiological measure for the player are not available for the clubs.

The main recommendations:

- Football Clubs should make use specialists the graduates of physical education and physical training specialists.

- To pay Attention physiological measures, before preparation training plan.

- Clubs and federation sport should provide gyms for exercising.

- Tools and equip-ment for pre and after measurements should be during sport season.

قائمة المحتويات

| الصفحة | الموضوع |
|--------|------------------------------|
| ا | الآية |
| ب | الإهداء |
| ت | الشكر والعرفان |
| ث | ملخص البحث |
| ج | ملخص البحث باللغة الانجليزية |
| ح- د | قائمة المحتويات |
| ذ | قائمة الجداول |
| ر | قائمة الاشكال |

| | |
|-------|---|
| ز | قائمة الملاحق |
| | الفصل الأول : الاطار العام للبحث |
| 2-3 | المقدمة 1-1 |
| 4 | مشكلة البحث 1-2 |
| 4 | أهمية البحث 1-3 |
| 4 | اهداف البحث 1-4 |
| 5 | تساؤلات البحث 1-5 |
| 5 | إجراءات البحث 1-6 |
| 5 | منهج البحث 1-6-1 |
| 5 | مجتمع البحث 1-6-2 |
| 5 | عينة البحث 1-6-3 |
| 5 | ادوات جمع البيانات 1-6-4 |
| 5 | مجالات البحث 1-7 |
| 5 | مصطلحات البحث 1-8 |
| 5 | المعالجات الإحصائية المستخدمة 1-9 |
| | الفصل الثاني : ادبيات البحث الإطار النظري والدراسات السابقة |
| 6 | نشأة كرة القدم 2-1 |
| 6-8 | تاريخ كرة القدم في السودان 2-1-1 |
| 8-9 | المهارات الاساسية في كرة القدم 2-1-2 |
| 9 | دوري كرة القدم السوداني الممتاز 2-2-3 |
| | المبحث الثاني: فسيولوجيا الجهد البدني |
| 10 | ماهية فسيولوجيا الجهد البدني الماهية 2-2 |
| 11 | تعريف فسيولوجيا الجهد البدني 2-2-1 |
| -1712 | أهمية فسيولوجيا الجهد البدني 2-2-2 |
| -3317 | الأجهزة الحيوية بالجسم 2-2-3 |
| | المبحث الثالث: الإختبارات والقياسات الفسيولوجية في المجال الرياضي |
| 34 | الاختبارات الفسيولوجية 3-3-1 |
| 37-35 | بعض الاختبارات الفسيولوجية 2-3-1-1 |
| 38 | القياس في المجال الرياضي 2-3-1-2 |
| 39-41 | بعض القياسات المستخدمة في المجال الرياض 2-3-1-3 |
| 41-45 | الإنتقاء في المجال الرياضي 2-3-4 |

| | |
|-------|---|
| | المبحث الرابع: الدراسات السابقة او المشابهه |
| 46-48 | الدراسات السابقة او المشابهه 2-4-1 |
| 48 | التعليق على الدراسات السابقة 2-4-2 |
| | الفصل الثالث : إجراءات البحث |
| 49 | منهج البحث 3-1 |
| 49 | مجتمع البحث 3-2 |
| 51-49 | عينة البحث 3-3 |
| 52 | أدوات جمع البيانات 3-4 |
| 52 | خطوات بناء الإستبانة 3-4-1 |
| 52 | صدق وثبات الإستبانة 2-4-2 |
| 53-54 | تطبيق الإستبانة 3-4-3 |
| 54 | المعاملات الاحصائية المستخدمة 3-5 |
| | الفصل الرابع : عرض ومناقشة وتفسير وتحليل النتائج |
| 55-56 | عرض النتائج الخاصة بتساؤل البحث الأول 4-1 |
| 56-58 | مناقشة وتفسير وتحليل النتائج الخاصة بتساؤل البحث 4-2 الأول |
| 59-60 | عرض النتائج الخاصة بتساؤل البحث الثاني 4-3 |
| 60-62 | مناقشة وتفسير وتحليل النتائج الخاصة بتساؤل البحث 4-4 الثاني |
| | الفصل الخامس : الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات |
| 63 | الاستنتاجات 5-1 |
| 63 | التوصيات 5-2 |
| 63 | المقترحات 5-3 |
| 64 | ملخص الدراسة |
| 65-68 | المصادر والمراجع |
| | قائمة الملاحق |

قائمة الجداول

| رقم الصفحة | الجدول |
|------------|---|
| 37 | جدول رقم (1) يوضح درجات تصنيف اللاعبين |
| 50 | جدول رقم (2) يوضح أعمار المدربين |
| 50 | جدول رقم (3) يوضح المستوى التعليمي للمدربين |
| 51 | جدول رقم (4) يوضح الخبرة للمدربين في تدريب كرة القدم |
| 51 | جدول رقم (5) يوضح شهادات أفراد العينة في مجال تدريب كرة القدم |
| 52 | جدول رقم (6) يوضح الثبات والصدق للإستبانة |
| 53 | جدول رقم (7) يوضح إجابات العينة في المحور الأول |
| 54 | جدول رقم (8) يوضح إجابات العينة في المحور الثاني |
| 55 | جدول رقم (9) يوضح نتيجة اختبار كاي في محور الاختبارات والقياسات |
| 59 | جدول رقم (10) يوضح نتيجة اختبار كاي في محور الإمكانيات |

قائمة الاشكال

| الاشكال |
|---------------------------------------|
| شكل رقم (1) يوضح وظائف الغدة النخامية |
| شكل رقم (2) يوضح كيفية قياس النبض |
| شكل رقم (3) يوضح كيفية قياس ضغط الدم |

شكل رقم (4) يوضح كيفية قياس السعة الحيوية

قائمة الملاحق

| الملحق |
|---|
| ملحق رقم (1) يوضح اسماء المحكمين واماكن عملهم |
| ملحق رقم (2) يوضح الإستبانة في صورتها الإولي |
| ملحق رقم (3) يوضح الإستبانة في صورتها النهائية |
| ملحق رقم (4) يوضح خطاب إلي الإتحاد العام لكرة القدم |