

ملحق رقم (1)

إستبانة المتغيرات البدنية قبل التعديل

بسم الله الرحمن الرحيم

السيد/.....المحترم

تحية طيبة وبعد

1- يقوم الباحث/ علاء خطاب يوسف، بإجراء بحث ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية وموضوعه (المتطلبات البدنية والمهارية لحراس المرمى في كرة القدم بجمهورية السودان) وبما أن سيادتكم من خبراء التربية والتدريب في السودان نرجو من سيادتكم الإلقاء برأيكم فيما يختص بالبحث.

الرجاء من سيادتكم إبداء رأيكم في تحديد درجة أهمية المتطلبات البدنية الخاصة بحارس المرمى وذلك بوضع علامة (صاح) في الخانة المخصصة لذلك والتي تتفق ورأيك لكل صفة من الصفات البدنية المناسبة لحارس المرمى وإبداء رأيكم في ما ترونه مناسباً .

م	المتغيرات البدنية	أوافق	لا أوافق
1	السرعة الانتقالية		
2	السرعة الحركية		
3	سرعة رد الفعل		
4	القوة المميزة بالسرعة		
5	القوة الانفجارية		
6	تحمل القوة		
7	التحمل اللاهوائي		
8	التوافق العام		
9	الرشاقة		
10	المرونة		
11	التوازن		

ما ترونه مناسباً:.....

.....

.....

تابع ملحق رقم (1)

إستبانة المتطلبات المهارية قبل التعديل

م	المتغير المهاري	أوافق	لا أوافق
1	مسك الكرة		
2	وضع الاستعداد		
3	تضييق الزوايا		
4	الاستلام بالقدم		
5	تمرير وتوزيع الكرة باليد		
6	الدفع بالقبضة		
7	الدفع بالقبضتين		
8	السيطرة بالقدم		
9	الارتقاء لإنقاذ المرمى		
10	ركلة المرمى		
11	ركلة الجزاء		
12	ركل الكرة نصف الطائفة		
13	ركل الكرة الممسوكة		
14	المكان تحت العارضة		

ماترونه

مناسباً

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ملحق رقم (2)
المكاتبات التي أرسلت لسكرتيري الاندية

بسم الله الرحمن الرحيم
جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
كلية التربية الرياضية



الدراسات العليا

التاريخ / / 2006م

الأخ / سكرتير نادي.....

المحترم

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته

يرجي من سيادتكم تسهيل مهمة الباحث/ علاء خطاب يوسف للقيام بإجراء بعض المقابلات والقياسات والاختبارات على حراس المرمى ضمن فريقكم وذلك لما عرف عنكم من مساهمتكم في التقدم العلمي في مجال كرة القدم ونشكر لكم المعاونة الصادقة .

وجزاكم الله خيراً

د. أحمد آدم أحمد محمد
منسق الدراسات العليا

ملحق رقم (3)

تفريغ الاستبانة من المتغيرات البدنية والمهارية

اولا: البدنية		
م	المتغيرات البدنية	أوافق
1	القدرة	لا أوافق
2	الرشاقة	10
3	سرعة رد الفعل	9
4	السرعة	8
6	التوافق	7
7	المرونة	6
8	التحمل	5
9	التوازن	4
		3

ثانياً: المهارة

م	المتغيرات المهارة	أوافق	لا أوافق
1	مسك الكرة	10	-
2	الارتقاء لانقاذ المرمى	9	1
3	التمرير باليد	9	1
4	ركلة المرمى	9	1
5	الخروج لمقابلة مهاجم منفرد	7	3
6	حراسة المرمى	7	العنوان
7	الدفع بالقبضة	5	كلية التربية الرياضية - جامعة السودان
8	الدفع بالقبضتين	5	كلية التربية الرياضية - جامعة السودان
9	الركل الكره	5	كلية التربية الرياضية - جامعة السودان
10	وضع الاستعداد	5	كلية التربية الرياضية - جامعة السودان
1	الدفع بالقبضة	5	كلية التربية الرياضية - جامعة السودان
2	الركل الكره	5	كلية التربية الرياضية - جامعة السودان
3	وضع الاستعداد	5	كلية التربية الرياضية - جامعة السودان
4	أ. حاكم يوسف	محاضر	كلية التربية الرياضية - جامعة السودان
5	د. محمود يعقوب	أستاذ مساعد	قسم التربية الرياضية - جامعة النيلين
6	عيسى هارون	مدرب حراس	نادي الهلال للتربية البدنية - أمدرمان
7	هشام مجذوب	مدرب حراس	نادي المريخ العاصمي - أمدرمان
8	أحمد بابكر	مدرب قومي	الاتحاد العام لكرة القدم الخرطوم
9	أ. بشير الفاضل	محاضر و مدرب	الإشراف الرياضي - جامعة الخرطوم
10	أ. عثمان أندلي	محاضر و مدرب	قسم التربية الرياضية - جامعة النيلين

ملحق رقم (4)

أسماء الخبراء والمحكمين

ملحق رقم (5)
بيان إستمارة حراس مرمى كرة القدم

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
كلية التربية الرياضية
عنوان البحث : المتغيرات البدنية والمهارية لحراس المرمى في كرة
القدم بجمهورية السودان
إسم الباحث : علاء خطاب يوسف

اسم اللاعب	ملحوظات
تاريخ الميلاد	
النادي	
المستوي التعليمي	
سنوات الممارسة	
الوزن	
الطول	
زمن وتاريخ اجراء القياس	

ملحوظة : جميع البيانات الواردة بالإستمارة قاصرة على استخدامها في
البحث العلمي فقط .

ملحق رقم (6)

نتائج دوري الدرجة الاولى بولاية الخرطوم للموسم الرياضي 2006---
2007م

إسم المنافسة : دوري الدرجة الاولى
تاريخ بداية المنافسة : 1/مارس 2007م

اسم الفريق	لع ب	فا ز	تعداد ل	خسر	أهداف			نقاط	الترتيب
					له	عليه	صافي		

1	47	23	17	40	5	2	15	22	الاهلي
2	47	20	30	50	3	5	14	22	المهديّة
3	45	18	23	41	3	6	13	22	الجريف
4	34	10	27	37	6	7	9	22	أمبده
5	31	5 _	33	28	9	4	9	22	الامير
6	30	1	34	35	8	6	8	22	العلمين
7	28	4 _	32	28	10	4	8	22	بيت المال
8	26	12 _	42	30	12	2	8	22	بري
9	23	9 _	39	30	11	5	6	22	التحرير
10	20	12 _	42	30	12	5	5	22	كركوج
11	20	14 _	40	26	12	5	5	22	السهم
12	18	16 _	36	20	14	3	5	22	شمبات

المصدر:المكتب التنفيذي بالاتحاد المحلي لكرة القدم بولاية الخرطوم

ملحق رقم (7)
إستمارة إختبارات المتغيرات البدنية والمهارية
لحراس المرمى في كرة القدم

إسم حارس المرمى

..... النادي

.....

الدرجة	درجة اللاعب	الغرض منه	اسم الاختبار
--------	-------------	-----------	--------------

النهاية	المحاولة الثالثة	المحاولة الثانية	المحاولة الأولى		
				رشاقة	1. إختبار (بارو) جري زجاجي.
				القوة المميزة بالسرعة	2. الوثب العريض من الثبات.
				السرعة	3. عدو 30 متر بدء طائر.
				توافق	4. رمي الكرات علي الحائط.
				مرونة	5. ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف.
				سرعة رد الفعل	6. اختبار نيلسون للاستجابة الحركية.
				التحكم في مسك الكرة	7. تصويب الكرة بالقدم على المرمى من أبعاد مختلفة.
				التحكم في إبعاد الكرة أثناء الارتقاء	8. تصويب الكرة بالقدم على الزوايا المختلفة للمرمى .
				قياس دقة ركلة المرمى	9. تمرير ركلة المرمى إلي دوائر مرسومة على الارض .
				دقة تمرير وتوزيع الكرة في المكان المناسب باليد	10. تمرير الكرة باليد على دوائر رسومه على الأرض.
				دقة تمرير وتوزيع الكرة في المكان المناسب بالقدم	11. تمرير الكرة بالقدم أي دوائر مرسومة على الأرض.
				المحاورة والقدرة على تغيير أوضاع الجسم	12. الجري بالكرة 25 متر بين الحواجز.

ملحق رقم (8)
إستمارة الدرجات النهائية لإختبارات المتغيرات البدنية
والمهارية
لحراس المرمى في كرة القدم

النادي :
الاسم :
العمر :
سنوات الممارسة :
الوزن :
الطول :

الدرجة النهائية	الغرض منه	اسم الاختبار
	رشاقة	1. إختبار (بارو) جري زجاجي.
	القدرة	2. الوثب العريض من الثبات.
	السرعة	3. عدو 30 متر بدء طائر.
	توافق	4. رمي الكرات علي الحائط.
	مرونة	5. ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف.
	سرعة رد الفعل	6. إختبار نيلسون للاستجابة الحركية.
	التحكم في مسك الكرة	7. تصويب الكرة بالقدم على المرمى من أبعاد مختلفة.
	التحكم في إبعاد الكرة أثناء الارتقاء	8. تصويب الكرة بالقدم على الزوايا المختلفة للمرمى.
	قياس دقة ركلة المرمى	9. تمرير ركلة المرمى إلي دوائر مرسومة على الارض .
	دقة تمرير وتوزيع الكرة في المكان المناسب باليد	10. تمرير الكرة باليد على دوائر مرسومه على الأرض.
	دقة تمرير وتوزيع الكرة في المكان المناسب بالقدم	11. تمرير الكرة بالقدم إلي دوائر مرسومة على الأرض.
	المحاورة والقدرة على تغيير أوضاع الجسم	12. الجري بالكرة 25 متر بين الحواجز.

ملحوظة : جميع البيانات الواردة بالإستمارة قاصرة على استخدامها في البحث العلمي فقط .

ملحق رقم (9)
إستمارة تسجيل متغيرات السن والوزن والطول

الرقم	الاسم	السن	الوزن	الطول الكلي
.1				
.2				
.3				
.4				
.5				
.6				
.7				
.8				
.9				
.10				
.11				
.12				
.13				
.14				
.15				
.16				
.17				
.18				
.19				
.20				

				.21
				.22
				.23
				.24
				.25
				.26
				.27
				.28
				.29
				.30

ملحوظة : جميع البيانات الواردة بالإستمارة قاصرة على إستخدامها في البحث العلمي فقط.

ملحق رقم (10)

**إستمارة تسجيل قياس متغير الرشاقة باختبار بارو (الجري
الزجاجي)**

الزمن (زمن الاختبار)	الاسم	م
		.1
		.2
		.3
		.4
		.5
		.6
		.7
		.8

		.9
		.10
		.11
		.12
		.13
		.14
		.15
		.16
		.17
		.18
		.19
		.20
		.21
		.22
		.23
		.24
		.25
		.26

		.27
		.28
		.29
		.30

* القياس مقدر بالثانية

ملحوظة : جميع البيانات الواردة في الجدول رقم (1) الإستمارة قاصرة على استخدامها في البحث
إستمارة تسجيل قياس متغير القدرات في اختبار الوثب العريض

المسافة بالسنتيمتر			الاسم	م
المحاولة الثالثة	المحاولة الثانية	المحاولة الأولى		
				.1
				.2
				.3
				.4
				.5
				.6
				.7
				.8
				.9
				.10
				.11
				.12
				.13
				.14
				.15
				.16
				.17
				.18
				.19
				.20
				.21
				.22

											.21
											.22
											.23
											.24
											.25
											.26
											.27
											.28
											.29
											.30

ملحق رقم (13)

الدرجات التي تحصل عليها حراس المرمى في الاختبارات المختارة

م	مقابله مهاجم	ركلة المرمى	الكرة المسوكة	تمرير باليد	الارتداد	مسك الكرة	رد فعل	مرونة	توافق	سرعة	قدرة	رشاقة
.1	6	5	3	4	6	8	4	8	8	6	4	6
.2	7	6	4	5	6	6	5	9	9	7	5	7
.3	4	5	3	4	8	7	4	8	8	6	4	8
.4	6	4	3	5	7	7	4	7	8	5	3	5
.5	7	4	4	6	8	8	6	9	9	8	5	7
.6	8	4	6	5	8	8	6	9	8	9	6	8
.7	7	5	6	4	7	7	5	8	9	8	8	7
.8	7	5	4	4	6	8	5	8	6	4	4	5
.9	7	6	4	5	7	7	6	8	6	4	5	7
.10	5	3	0	7	5	8	3	8	8	5	4	5
.11	5	0	4	5	8	6	7	8	8	6	6	5
.12	6	0	0	6	5	7	6	6	8	7	6	6
.13	5	2	3	4	5	7	3	8	7	6	5	5
.14	5	3	5	5	7	6	4	8	9	7	5	5
.15	6	7	5	6	7	8	6	7	9	8	4	6
.16	5	5	4	7	6	8	6	7	8	6	4	5
.17	4	0	3	6	8	5	3	10	10	7	6	7
.18	5	2	3	4	5	8	5	9	10	6	5	6
.19	7	5	4	6	7	5	5	9	9	8	7	8
.20	4	3	3	4	8	8	6	8	6	7	6	9
.21	3	5	2	6	6	8	5	9	6	5	7	6
.22	4	6	5	7	6	7	4	9	7	6	5	5
.23	6	3	4	5	5	7	3	9	9	8	7	8
.24	5	2	4	6	7	7	5	9	9	7	6	5
.25	7	2	4	6	9	7	4	9	9	9	5	7
.26	5	4	6	5	8	8	6	8	8	8	7	9
.27	6	4	6	6	9	7	6	8	9	9	6	8
.28	5	3	4	5	6	9	6	7	8	8	7	7
.29	4	2	3	6	5	7	4	10	7	7	5	6
.30	4	3	6	5	8	6	3	9	10	9	7	5