

مستخلص أطروحة الدكتوراه

الكلية: التربية الرياضية/جامعة البصرة

القسم:

اسم الطالب: جبار علي جبار

التخصص: التدريب الرياضي

اسم المشرف: أ.د. حيدر عبد الرزاق كاظم

عنوان الأطروحة (تقويم المنهج التدريبي (وفقاً للصعوبة الكلية والكثافة المطلقة) لوحدة التدريب وأثره في تطوير مستوى الأداء

الهجومي والدفاعي للاعبين كرة اليد المتقدمين)

المستخلص

بناءً على برامج تدريبية لأي لعبة ومنها كرة اليد يجب أن لا يكون عشوائياً وإنما من خلال التقصي عن الحقائق المهمة وبيان مدى أهمية التدريب المستخدم ومدى فعاليته، فهناك حقائق علمية مجهولة من قبل بعض مدربيننا وقد لا نبالغ إذا قلنا أن الأغلبية منهم ليس لديهم الإلمام الكامل بماهية صعوبة الوحدة التدريبية المستخدمة، تقنين وحدات تدريبية بناءً على التقويم للحمل التدريبي ووفقاً للصعوبة الكلية والكثافة المطلقة لوحدة التدريب للاعبين كرة اليد المتقدمين، اختار الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة، اختيار العينة بالطريقة العمدية وتمثلت بنادي نفط الجنوب لكرة اليد للموسم (2011-2012)، قام الباحث بمتابعة عمل المدرب أثناء تطبيقه للوحدات التدريبية على عينة البحث في فترة الإعداد الخاص من خلال تسجيل البيانات المطلوبة لإيجاد الصعوبة الكلية والكثافة المطلقة للوحدات التدريبية بالإضافة إلى تصوير العينة فيديو. اعتماد الأسس العلمية في تقنين الحمل التدريبي من حيث الشدة والحجم وحساب صعوبة الوحدة التدريبية يعطي نتائج أفضل في مستوى الأداء المهاري الهجومي والدفاعي للاعبين كرة اليد.

Abstract Doctoral thesis

Student name: **jabber ali jabber**

University of Basra College of Sport Education

Supervisor name: **P. D. Haidar Abd AL Razzaq kadhim**

Department: **training**

The name of Doctoral thesis (Evaluation of Training Program (According to Total Difficulty and Absolute Density) of Training Sessions and its affects in the Development of Defensive /Offensive Performance Level of Advanced Handball Players

Abstract Doctoral thesis

handball must make it clear that randomly but through the investigation of important facts and the statement of the importance of training the user and its effectiveness through continuous assessment of pregnancy and its components .Evaluating the training curriculum and in accordance with the "difficulty of the college and the absolute density of training modules for handball players applicants during the initial setup phase. Has represented the research sample (16) player selected in the manner intentional with famous club SoC handball applicants totaling out of (21) for the player by 76.19% of the original community .Methodology used by the coach has developed a level of defensive and offensive performance of the players.