العلاقة بين ثبات المركز (المنطقة الوسطى core) والأداء البدنى لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية *د. مروان على عبد الله **د. محمود عبد المحسن عبد الرحمن Theories & Applications, the International Edition (T.A.I.E) Faculty of Physical Education for Boys, Abu Qir, Alexandria University, Volume No. 11, July 2014 ملخص البحث مازالت العلاقة بين ثبات المركز والأداء الرياضى قيد الدراسة والبحث وذلك وفقاً للأبحاث والمطبوعات العلمية المنشورة حالياً والتي لم تصل بعد إلى تقديم دليل أو إثبات واضح عما إذا كان ثبات تلك المنطقة من الجسم يرتبط بالأداء الوظيفى الرياضى ، كما أن تلك المشكلة مازالت تتعلق بكل من : أهم مكونات ثبات مركز الجسم ودور الرياضة التخصصية والقياسات الخاصة بثبات المركز وعلاقة كل ذلك بالأداء الرياضى. ويهدف البحث الحالى إلى تحديد العلاقة بين اختبارات ثبات منطقة مركز الجسم core وبعض اختبارات الأداء البدنى لمجموعة من لاعبي منتخبات جامعة المنيا فى بعض الألعاب الجماعية بنين (كرة السلة ، كرة اليد ، الكرة الطائرة) . فروض البحث : توجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين اختبارات ثبات منطقة مركز الجسم core واختبارات الأداء البدنى لمجموعة لاعبي منتخبات جامعة المنيا فى بعض الألعاب الجماعية قيد البحث . منهج البحث : استخدم الباحثان المنهج الوصفى . عينة البحث : قام الباحثان باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي فرق منتخبات جامعة المنيا للعام الجامعى 2012/2013م ، وقد بلغ قوام العينة (30) لاعب ، (10) لاعب كرة سلة ، (10) لاعب كرة اليد ، (10) لاعب الكرة الطائرة ، وقد تم التأكد من عدم وجود أى إصابات بالعمود الفقرى أو منطقة البطن خلال 60 يوم قبل تطبيق البحث ، حيث قام أفراد العينة بتطبيق سلسلة من ثمانى اختبارات اشتملت على : اختبار ثنى الجذع Trunk Flexion ، اختبار مد الظهر Back extensors ، الكوبرى الجانبي يمين Right Flexion ، الكوبرى الجانبي شمال Left Flexion ، جرى 40 ياردة The forty yard dash ، اختبار الرشاقة حرف T The T-test ، الوثب العمودى vertical jump ، رمى الكرة الطبية . أهم النتائج : أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين بعض اختبارات ثبات المركز مع كل من اختبارات الأداء البدنى الأربعة فى كل من الألعاب الجماعية قيد البحث . * أستاذ مساعد بقسم الرياضات الجماعية وألعاب المضرب – كلية التربية الرياضية – جامعة المنيا . ** مدرس بقسم التدريب الرياضى – كلية التربية الرياضية – جامعة المنيا.