

الباحثين

م.م أحمد جخير كاظم

م.م حازم نوري كاظم

وزارة التربية - مديرية تربية ميسان

### ملخص البحث

يهدف البحث الى التعرف على تأثير تمارينات انواع السرعة في تطوير مهارتي الدحرجة والتهديف من الحركة بكرة القدم، والاستفادة من استخدام هذه التمارين في مجال التدريب للفرق الرياضية بكرة القدم .

استخدم الباحثان المنهج التجريبي في هذه الدراسة لملامح لنوع المشكلة ، واشتملت الدراسة على العينة المؤلفة من (١٦) لاعب من منتخب تربية ميسان بكرة القدم، واستخدم الباحثان وسائل جمع المعلومات والاختبارات المناسبة لمتغيرات البحث وكذلك استخدم الباحثان المنهاج التدريبي المعد باستخدام تمارين السرعة المتنوعة مثل (السرعة الانتقالية (القصوى). السرعة الحركية (سرعة أداء الحركة). سرعة الاستجابة. سرعة التحمل) وبطرق مختلفة باستخدام مجموعة من التمارين المركبة (بدنيا – مهاريا) مثل (سرعة الدحرجة وسرعة الدحرجة والتهديف) وبأساليب مختلفة وبتمارين متنوعة تخدم الهدف من الدراسة منها تمارين سرعة الانطلاق بالكرة والتوقف، وتمرين الاداء الحركي أو تمارين سرعة الاستجابة (سرعة رد الفعل) إنشاء الدحرجة والتهديف وما ترافقها من تغيرات مفاجئة بالأداء وكذلك تمارين سرعة الجري بالكرة، حيث تم إعداد المنهاج التدريبي من خلال خبرة الباحثان في مجال التدريب وكذلك من خلال الاطلاع على المصادر والدراسات السابقة. واستخدم الباحثان حقيبة ال( SPSS ) لمعالجة النتائج، التي تم التوصل اليها، وبعد عرض وتحليل النتائج، توصل الباحثان الى :

- ١- أن استخدام تمارينات أنواع السرعة قد حقق تحسن وتطور في المهارات الهجومية المركبة (والدحرجة والتهديف، والجري بالكرة) بكرة القدم.
  - ٢- إن استخدام البرنامج التعليمي المقترح باستخدام تمارين السرعة قد أثر أيجابيا في تنمية وتطوير المهارات الهجومية المركبة .
- وقد اوصى الباحثان بالاستفادة من استخدام تمارين السرعة وبانواعها في مجال التدريب وخصوصا مع المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم.

### Abstract

**The effect of speed type exercises in the development of rolling and scoring skills of the movement of football**

### Researchers

Issit. Teacher. Hazem Nouri Katie

Issit. Teacher Ahmed Jakhir kazem

Ministry of Education – Misan Education Directorate

The aim of the research is to identify the effect of speed exercises in the development of rolling and scoring skills from the movement of football, and to benefit from the use of these exercises in the field of training for football teams.

The researchers used the experimental method in this study to suit the type of problem. The study included a sample of 16 players from the Maysan football team. The researchers used the means of collecting information and tests suitable for the research variables. The researchers also used the training curriculum prepared using various speed exercises (Speed of movement performance), speed of response (speed of endurance) and in different ways using a combination of physical (physical) exercises such as speed of rolling, speed of rolling and scoring, The training program was designed through the experience of the two researchers in the field of training as well as the training of the students in the field of training. By looking at the sources and previous studies. The researchers used the SPSS bag to process the results, and after presenting and analyzing the results, the researchers reached:

1-The use of speed-type exercises has improved and developed in complex offensive skills (rolling, scoring, and running the ball) of football.

2-The use of the proposed teaching program using speed exercises has positively influenced the development and development of complex offensive skills.

The researchers recommended to benefit from the use of speed exercises and their types in the field of training, especially with the offensive skills compounded football.

## الفصل الاول

### ١- التعريف بالبحث:

#### ١-١ مقدمة البحث وأهميته:

لعبة كرة القدم من الألعاب التي تطورت بشكل كبير على المستوى البدني والمهاري ومستوى الأداء الجماعي (الخططي) والنفسي، وهذا التطور يحتاج إلى بحث مستمر من قبل الخبراء وفي كافة مجالات العلوم الرياضية، للوصول لأفضل مستوى في الأداء بكرة القدم، ومن الجوانب المهارية المهمة بكرة القدم هو الجانب الهجومي وهو أداء يعطي المتعة ويكون الحد والفصل في تحقيق الانجاز من خلال تسجيل الأهداف في مرمى المنافس وبأساليب تهديفية متنوعة ومشوقة وان متعة المباراة بتسجيل الأهداف، ومن داخل ومن خارج منطقة الجزاء وباستخدام القدم والرأس وعن طريق الكرات الأرضية والهوائية، ان مهارة التهديف ترتبط بجانب جدا مهم وهو الجانب البدني وكافة عناصره، ومن هذه العناصر عنصر السرعة، وهو عنصر مهم للاعب كرة القدم ويرتبط بعلاقة وثيقة مع الجوانب المهارية، والسرعة على أنواع منها السرعة الانتقالية وسرعة رد الفعل وسرعة الحركية والسرعة المميزة بالقوة وغيرها من أنواع السرعة، وعندما ترتبط السرعة بالجوانب المهارية فإنها تكون المهارات المركبة (البدنية المهارية) مثل (سرعة الدرجة والتهديف، وسرعة الاستلام والتسليم) وسرعة رد الفعل لحارس المرمى) وسرعة التصرف بالكرة بين المدافعين وغيرها من تمارين السرعة والتي تلعب دور جدا مهم في لعبة كرة القدم وبالخصوص بما يرتبط بالجانب الهجومي من اللعبة، ومن هنا تكمن أهمية البحث حيث ان عدم التصرف السريع بالكرة في منطقة جزاء المنافس أو أي حالة هجومية تؤدي إلى ضياع العديد من الفرص المناسبة للتهديف وتحقيق الفوز، فكان عمل الباحثان على استخدام بعض أنواع تمارين السرعة لتطوير بعض المهارات الهجومية وخصوصا مهارة التهديف بكرة القدم، والتي من خلالها يصل اللاعب لتحقيق الانجاز بالشكل الصحيح والمطلوب.

#### ٢-١ مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحثان في مجال التدريب والتدريس فقد لاحظا ان البطء في التصرف بالكرة في الحالات الهجومية بكرة القدم في داخل وخارج منطقة الجزاء يؤدي لضياع العديد من الفرص وبالتالي عدم تحقيق الهدف المطلوب وهو الفوز بالمباراة والذي لا يأتي بكرة القدم إلا من خلال استغلال الفرص بالسرعة المطلوبة والتي لا تسمح للفريق المنافس من ترتيب أوضاعه الدفاعية فتؤدي سرعة الأداء إلى تسجيل الأهداف وهنا يظهر السؤال ، هل هناك تأثير لتمرينات أنواع السرعة في تطوير بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم.

#### ٣-١ أهداف البحث:

١- إعداد منهج تعليمي باستخدام تمرينات أنواع السرعة بكرة القدم.

٢- معرفة تأثير تمرينات أنواع السرعة في تطوير بعض المهارات الهجومية بكرة القدم.

#### ٤-١ فروض البحث:

١- أن لتمرينات أنواع السرعة تأثير ايجابي في تطوير مهارة التهديف من الحركة بكرة القدم.

٢- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والاختبارات البعدية ولصالح الاختبارات البعدية في مهارة الدرجة والتهديف بكرة القدم.

٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: لاعبي منتخب تربية ميسان بكرة القدم (٢٠١٧/٢٠١٦).

٢-٥-١ المجال الزمني: من ٢٠١٧/١/٢ لغاية ٢٠١٧/٣/١٦.

٣-٥-١ المجال المكاني: ملاعب مديرية تربية ميسان.

٦-١ تحديد المصطلحات:

١-٦-١ المهارات المركبة بكرة القدم: وهي (التمارين التي تتركب من عدة فعاليات ومبادئ أساسية تبنى على تمارين أساسية سبق وان أتقنها اللاعبون)<sup>(١)</sup>.

٢-٦-١ أنواع السرعة: تعد السرعة من المكونات الأساسية للأداء البدني في معظم الفعاليات الرياضية ويعتبر هار ه "السرعة بانها مضمون له ثلاثة إبعاد أساسية، هي السرعة الانتقالية - السرعة الحركية - سرعة الاستجابة"<sup>(٢)</sup>

الفصل الثاني: الدراسات النظرية والمشابهة:

١-٢ الدراسات النظرية:

١-١-٢ اللياقة البدنية:

مفهوم اللياقة البدنية :

ان دراسة المراجع الحديثة في مجال التربية الرياضية والبدنية في كل من المدرستين الشرقية والغربية تؤكد لنا ان مفهوم اللياقة البدنية قد اتخذ معاني عديدة في الأونة الأخيرة مثل :

- هارا ١٩٧٥ - ماتيف ١٩٨٠ - يونات : كرميل ١٩٨١ .
- جروسر : تيسمرمان ١٩٨١ - هولمان : هيتنجر ١٩٨٠ .
- وهناك مفهومان للياقة البدنية احدهما الضيق والبيسط والذي يؤكد على احتوائها لثلاث عناصر اساسية فقط هي (القوة، السرعة، المطاولة)، اما المفهوم الثاني هو المفهوم المتكامل فيؤكد على احتواء اللياقة البدنية على خمس عناصر اساسية وهي (القوة، السرعة، المطاولة، المرونة، الرشاقة). ومهما تعددت الصفات للياقة البدنية فان الهدف الرئيسي لها هو إعداد رياضي إعدادا جيدا يستطيع ان يؤدي فعاليته بصورة جيدة<sup>(٣)</sup>.

٢-٢-٢ السرعة ومفهومها:

يشير مفهوم السرعة الى "مقدرة اللاعب على اداء حركات معينة في اقل زمن ممكن، وتؤكد العديد من الأبحاث العلمية في كرة القدم على ان السرعة من العناصر المؤثرة جدا في نتائج المباريات، ويجب الإشارة الى ان عنصر السرعة يرتبط ارتباطا قويا بعناصر اللياقة البدنية الأخرى المطلوبة للاعب كرة القدم، وتعتبر السرعة احد المؤشرات التي تدعم موهبة اللاعب، وتشير التحليلات العلمية إلى سرعة الاداء المهاري والخططي وسرعة التفاعل مع المواقف المختلفة خلال المباراة، احد المؤثرات في نتائج المباريات بشكل مباشر"<sup>(٤)</sup>.

١-٢-٢-٢ أنواع السرعة : قسمت السرعة إلى أربعة أنواع<sup>(٥)</sup>:

١- السرعة الانتقالية (القوى).

١ - زهير قاسم الخشاب وآخرون : كرة القدم ، ط٢ ، الموصل دار الكتب لسنة١٩٩٩ ص ١٩١  
٢ - كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين : أسس التدريب الرياضي لتنمية اللياقة البدنية في دروس التربية البدنية بمدارس البنين والبنات ، ابتدائي-اعدادي-ثانوي- عام فني ط١ ، مدينة نصر ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧، ص٨٧  
٣ - عبدالله حسين اللامي : الأسس العلمية للتدريب الرياضي ، الطيف للطباعة، ٢٠٠٤، ص٥٤  
٤ مفتي إبراهيم : جمل في السرعة والمهارات في كرة القدم ، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠١٤، ص١٩  
٥ - كمال جميل الربضي : التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين ط٢، الأردن، وائل للنشر، ٢٠٠٤، ص٥٨

٢- السرعة الحركية (سرعة أداء الحركة).

٣- سرعة الاستجابة.

٤- سرعة التحمل.

### ٢-٢-٣ التمرين

تعددت الآراء حول مفهوم التمرين وذلك بسبب تعدد أغراضه فقد عرف بأنه "اصغر وحدة تدريبية في البرنامج التدريبي ومجموع التمارين تكون الوحدة التدريبية والتمرين أيضا، وهو أداء حركي معلوم في الزمن والتكرار ولا يحدث التعلم إلا عن طريق التمرين وهو الذي يؤدي إلى تطوير المهارة"<sup>(١)</sup>.

٢-٢-٣ المهارات الهجومية بكرة القدم: "هي جميع المهارات التي يؤديها اللاعبون عند استحوذهم على الكرة لبناء هجمة ضد مرمى الفريق المنافس لإحراز هدف ومنها الدرجة والمناولة والتصويب والإسناد واستقبال الكرة والمراوغة واحتلال الفراغ والرمية الجانبية والجري مع الكرة"<sup>(٢)</sup>.

٢-٢-٣-١ مهارة التصويب بكرة القدم: "التهدف هو النهاية الطبيعية لعملية الهجوم وهو فعالية هجومية يقوم بها المهاجم في محاولة لتحقيق الهدف من المباراة ويعتبر الفريق الذي يحرز على أكبر عدد من الإصابات خلال المباراة فائزا"<sup>(٣)</sup>.

٢-٢-٣-١ مهارة الدرجة بكرة القدم: "الدرجة هي عملية تعامل اللاعب مع الكرة بأحد أعضاء جسمه وفق قانون لعبة كرة القدم لغرض الانتقال من مكان لآخر داخل المستطيل الأخضر لغرض المراوغة واجتياز الخصم مع استخدام كل المهارات الفنية الأخرى من مناولات أو تهديف أو تنفيذ خطة اللعب"<sup>(٤)</sup>.

## الفصل الثالث

### ٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

٣-١ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائم لطبيعة المشكلة ولدراسة البحث ، "حيث يعد المنهج التجريبي من أكثر المناهج العلمية التي تبين معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة"<sup>(٥)</sup>.

٣-٢ عينة البحث: تم استخدام الطريقة العمدية في عملية اختيار عينة البحث ومن المجتمع الذي يمثل لاعبي منتخب تربية ميسان بكرة القدم وبأسلوب القرعة العشوائية، وكان عدد أفراد العينة (١٦) لاعب، وتم استبعاد العينة الاستطلاعية الأولى وعددهم (٦) لاعبين، ليكون عينة البحث مكونة من (١٠) لاعبين (لجموعه تجريبية واحدة فقط)، وتم الاخذ بنظر الاعتبار بأن المجموعة متكافئة لان العينة تمثل فريق متجانس ومتكافئ مسبقا.

### ٣-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة بالبحث:

#### ٣-٣-١ وسائل جمع المعلومات

(المصادر والمراجع، استمارة جمع البيانات، الاختبارات والقياس، الملاحظة والمقابلات الشخصية، الشبكة الدولية للمعلومات (الانترنت)، فريق العمل المساعد\*)

<sup>١</sup> - وجيه محجوب : التمرين ، محاضرة مادة التعلم الحركي على طلبة الدكتوراه في كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد ٢٠٠٠ ، ص ٧٨

<sup>٢</sup> - عادل تركي ، سلام جبار : كرة القدم تدريب تعليم ، بصرة ، مطبعة النخيل، ٢٠٠٩، ص ١٢

<sup>٣</sup> - ثامر محسن : واقع التهديف عند لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم في العراق ، بغداد ، مطبعة اركان ، ١٩٨٤، ص ١٦

<sup>٤</sup> غازي صالح محمود و هاشم ياسر حسن : كرة القدم التدريب المهاري عمان ، الاردن ، مكتبة المجتمع العربي ، ٢٠١٣، ص ٢٧

<sup>٥</sup> حيدر عبد الرزاق كاظم : اساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة ، بصرة، شركة الغدير للطباعة ، ٢٠١٥، ص ٨٢

\*محمد علك - سيف الدين عبد المحسن - نور الدين صباح

### ٣-٣-٢ الأجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

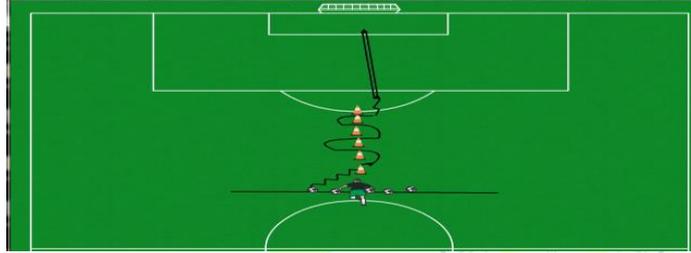
• الأجهزة ( حاسوب نوع hp عدد١) و(ساعة توقيت الكترونية عدد١) و(كاميرا فيديو سوني)  
الأدوات (شريط قياس وأشرطة ملونة، كرات قدم شواخص بلاستيكية، صافرة، حبال لتقسيم المرمى، ملابس تدريب).

٣-٤ الاختبارات المستخدمة في البحث: استخدم الباحثان اختبارات مقننة خاضعة وفق الأسس العلمية للاختبارات (الصدق والثبات والموضوعية) لبعض المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم لغرض معرفة سرعة الاداء في كل اختبار وخصوصا ان كلتا الاختبارين يقاس بالزمن والدرجة ومنها:

### ٣-٤-١ اختبار درجة الكرة بين ٦ شواخص والتسديد على الهدف<sup>(١)</sup>

الغرض من الاختبار: (سرعة الاداء لوجود عامل الزمن بالاختبار ) و قياس القدرة على التحكم بالكرة والدقة بالتهديف على المرمى بأقل زمن ممكن.

ادوات الاختبار : ٥كرات قدم، شواخص، ساعة توقيت، شريط قياس، اشرطة ملونة ملعب.  
وصف الاداء: توضع (٥) كرات على خط البداية الذي يبعد عن خط المنتصف (١٠) متر وتوضع ٦ شواخص امام قوس الجزاء، يبدأ اللاعب بالاختبار عند سماع إشارة البداية حيث يقوم بالدرجة من بين الشواخص باتجاه المرمى وبعد اجتياز الشاخص الأخير وقبل وصوله خط الجزاء يقوم بالتهديف على المرمى ثم يعود لخط البداية لدرجة الكرة الثانية وهكذا لبقية الكرات، ويحتسب زمن الاداء الكلي مضافا إليه (٣) ثا في حالة إصابة المرمى وعاقب ب (٣) ثا عند كل تسديه خاطئة إذا أنجز الوقت من (٧٥-٨٠) ثا أو (٨١-٨٥) ثا فله ٤ نقاط ومن (٨٦-٩٠) ثا تحتسب له ٣ نقاط شكل (١).



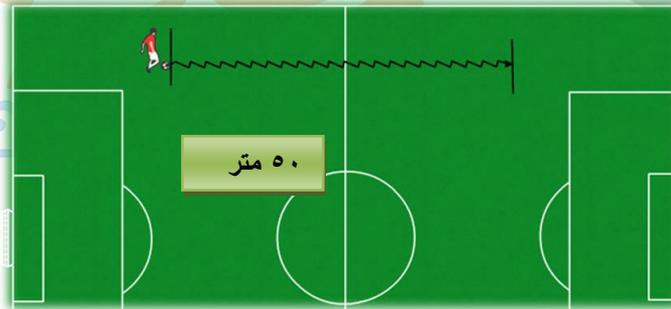
شكل (١)

يبين اختبار درجة الكرة بين ٦ شواخص والتسديد على الهدف

### ٣-٤-٢ اختبار الجري بالكرة (٥٠ متر)<sup>(٢)</sup>

الغرض من الاختبار: قياس سرعة اللاعب اثناء اداء الجري بالكرة (لأنه اختبار يعتمد على الزمن).

أدوات الاختبار: (ملعب، كرة قدم، شريط لاصق ملون، ساعة توقيت، صافرة  
وصف الاداء: يقف اللاعب خلف خط البداية ومعه كرة قدم، وعند سماع إشارة البدء يجري بأقصى سرعته مع الكرة حتى خط النهاية لـ (٥٠) متر يسجل الزمن بالثواني ولأقرب عشر من الثانية، شكل (٢)



شكل (٢)

يبين اختبار الجري بالكرة (٥٠ متر)<sup>٣</sup>

<sup>١</sup> - موفق اسعد : الاختبارات والتكتيك في كرة القدم ، عمان، دار دجلة، ٢٠٠٧، ص٦١

<sup>٢</sup> - يوسف لازم كماش واخرون: التدريس والتعليم الميداني في كرة القدم، بصرة، مطبعة النخيل، ٢٠٠٩، ص٢٥٦

\* الرسوم من تصميم الباحث حازم نوري

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠١٧/١/١٣ وذلك للتعرف على مدى ملائمة الاختبارات المهارية وعلى إمكانية تنفيذ الاختبار من حيث جاهزية المكان والأدوات ومعرفة زمن الاختبار وتعريف الكادر المساعد بمهام عمله. وبعد سبعة أيام قام الباحثان بإعادة التجربة الاستطلاعية الثانية في ٢٠١٧/١/٢٠ للتأكد من تجاوز الأخطاء والصعوبات التي تواجه فريق العمل. وقام الباحثان بإجراء وحدة تعريفية لإفراد العينة حول المهارات المركبة بكرة وطريقة أدائها أثناء التمرين والاختبار قبل البدء بالاختبارات القبليّة.

٣-٦ إجراءات التجربة الرئيسية:

٣-٦-١ الاختبارات القبليّة: تم إجراء الاختبارات القبليّة في الساعة العاشرة من صباح يوم السبت المصادف ١/٢١/٢٠١٧.

جدول (١)

يبين درجات الاختبار القبلي لمهارة الدرجة والتهديف

تسلسل اللاعب	زمن الاداء	عدد الاهداف	المكافأة	العقاب	الفرق	الزمن النهائي	الدرجة بالنقاط
١	٧٤،٣٨	٢	٦	٩	٩+	٧٧،٣٨	٥
٢	٨٠،٤٤	١	٣	١٢	٩+	٨٩،٤٤	٣
٣	٧٩،٢٢	٢	٦	٩	٣+	٨٢،٢٢	٤
٤	٨٢،٤٦	٣	٩	٦	٣-	٧٩،٤٦	٥
٥	٨٤،٦٤	٣	٩	٦	٣-	٨١،٦٤	٤
٦	٨٥،٥٥	٢	٦	٩	٣+	٨٨،٥٥	٣
٧	٨١،١١	٢	٦	٩	٣+	٨٤،١١	٤
٨	٨٣،٢٢	٢	٦	٩	٣+	٨٦،٢٢	٣
٩	٧٩،٢٠	١	٣	١٢	٩+	٨٨،٢٠	٣
١٠	٧٧،٣٣	١	٣	١٢	٩+	٨٦،٣٣	٣
المجموع		١٩					٣٧

جدول (٢)

يبين زمن الاختبار القبلي لمهارة الجري بالكرة لمسافة (٥٠) متر

تسلسل اللاعب	زمن الاختبار	الملاحظات
١	١٤،٠٥ ثا	
٢	١٣،٥٥ ثا	
٣	١٠،١٦ ثا	
٤	١١،٥٥ ثا	س- = ١١،٦٠ ثا
٥	١٢،١٥ ثا	
٦	١٠،٤٤ ثا	

٧	١١,٠٤ ثا
٨	٩,٥٩ ثا
٩	١٢,٠٥ ثا
١٠	١١,٤٥ ثا
المجموع	١١٦,٠٦

### ٣-٦-٢ المنهج التدريبي:

تنفيذ المنهج باستخدام تمارين أنواع السرعة والتمارين المركبة بكرة القدم

قام الباحثان باستخدام مجموعة من التمارين المركبة (بدنيا - مهاريا) مثل (سرعة الدرجة وسرعة الدرجة والتهديف) وبأساليب مختلفة وبتمارين متنوعة تخدم الهدف من الدراسة منها تمارين سرعة الانطلاق بالكرة والتوقف، وتمرين الاداء الحركي أو تمارين سرعة الاستجابة (سرعة رد الفعل) إثناء الدرجة والتهديف وما ترافقها من تغيرات مفاجئة بالأداء وكذلك تمارين سرعة الجري بالكرة، حيث تم إعداد المنهج التدريبي من خلال خبرة الباحثان في مجال التدريب وكذلك من خلال الاطلاع على المصادر والدراسات السابقة، حيث كانت فترة المنهج التدريبي وبأسلوب تمارين أنواع السرعة لمدة (٤٥) يوم وبواقع ثلاث وحدات في الأسبوع، حيث تضمن زمن الوحدة التعليمية كاملة (٩٠) دقيقة حيث كان التأكيد على جانب مهارة التهديف خلال الوحدات التعليمية وبأسلوب متدرج من السهل الى الصعب في عملية اختيار التمارين وفق أسلوب ربط جانب السرعة بالجانب المهاري (تمارين مركبة). وتم البدء بتطبيق المنهج التعليمية ٢٠١٧/١/٢٣ من يوم الاثنين ولغاية ٢٠١٧/٧/٣/٨.

### ٣-٦-٣ الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تطبيق المنهج التعليمي على مجموعة البحث قام الباحثان بإجراء الاختبارات البعدية في الساعة التاسعة من يوم الاثنين المصادف ٢٠١٧/٣/٩ وتحت نفس ظروف أداء الاختبارات القبلية.

#### جدول (٣)

يبين درجات الاختبار البعدي لمهارة الدرجة والتهديف

الدرجة بالنقاط	زمن الاداء	عدد الاهداف	المكافاة	العقاب	الفرق	الزمن النهائي
١	٧٣,١٢ ثا	٣	٩	٦	٣-	٧٠,١٢ ثا
٢	٨٢,٠٤ ثا	٢	٦	٩	٣+	٨٥,١٤ ثا
٣	٧٥,٥٥ ثا	٣	٩	٦	٣-	٧٢,٥٥ ثا
٤	٧٧,١٤ ثا	٤	١٢	٣	٩-	٦٨,٥٥ ثا
٥	٨٠,١٨ ثا	٤	١٢	٣	٩-	٧١,١٨ ثا
٦	٨٣,٤٠ ثا	٣	٩	٦	٣-	٨٠,٤٠ ثا
٧	٨١,٢٠ ثا	٢	٦	٩	٣+	٨٤,٢٠ ثا
٨	٨١,٤٠ ثا	٤	١٢	٣	٩-	٧٢,٤٠ ثا
٩	٧٦,٣٣ ثا	٣	٩	٦	٣-	٧٣,٣٣ ثا
١٠	٧٥,٥٥ ثا	٣	٩	٦	٣-	٧٢,٥٥ ثا
المجموع	٧٨٥,٩ ثا	٣١				٤٧

#### جدول (٤)

يبين زمن الاختبار البعدي لمهارة الجري بالكرة لمسافة (٥٠) متر

تسلسل اللاعب	زمن الاختبار	الملاحظات
١	١٢,٠٥ ثا	
٢	١٠,١٤ ثا	
٣	٩,١٢ ثا	
٤	٩,٤٥ ثا	
٥	١٠,٠٥ ثا	
٦	٩,٠١ ثا	س- = ٩,٨٠٤
٧	٩,٤٥ ثا	
٨	٨,٥٥ ثا	
٩	١٠,٢٠ ثا	
١٠	١٠,٠٢ ثا	
المجموع		

استخدم الباحثان برنامج SPSS لمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها من الاختبارات القبلية والبعيدة.

### الباب الرابع

#### ٤-١ عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (٥) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق للاختبارات القبلية والبعيدة لمهارة الدرجة والتهديف والجري بالكرة بكرة القدم

المهارات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T	قيمة T الجدولية	حجم العينة	دلالة الفروق
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي				
الدرجة والتهديف	الزمن	٠,٨٢٣	٤,٧	٠,٤٨٣	١٤,٢	٢,٢٦٢	٣٩,٢٤	١٠	معنوي
	الدرجة	٣,٧	٠,٤٨٣	٠,٤٨٣	١٤,٢				
الجري بالكرة	الزمن	٤,١٠	٨,٤	٦,٠١	٣٩,٢٤	٢,٢٦٢	٣٩,٢٤	١٠	معنوي

عند درجة حرية  $(1_n - 1) = 9$  ومستوى دلالة (٠,٠٥)

قام الباحثان بعرض النتائج لمتغيرات البحث على شكل جداول (لأنها تعد الوسيلة التوضيحية لما يتضمنه البحث من نتائج وهي تقلل من احتمال الخطأ في المراحل التالية من البحث وتعزز الأدلة العلمية وتمنحها قوة<sup>(١)</sup>)، و تم قام الباحثان بتحليل النتائج ومناقشتها لمعرفة مدى صحة فروض البحث ومدى تحقيق الأهداف.

من خلال جدول (٥) يمكن ملاحظة الأوساط الحسابية وقيم (T) المحسوبة و الجدولية للاختبارات المهارية الهجومية المركبة (الدرجة و التهديف ، والجري بالكرة) ولمعرفة حقيقة الفروق بين نتائج الاختبار القبلي و البعدي لهذه الاختبارات فقد قام الباحث بإجراء اختبار (T) للعينة التجريبية ولكل مهارة فكانت نتائج اختبار مهارة الدرجة والتهديف بكرة القدم حيث ظهر الوسط الحسابي للاختبار القبلي (٣,٧) وللانحراف المعياري (٠,٨٢٣) وللاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (٤,٧) والانحراف المعياري (٠,٤٨٣) وقد بلغت قيمة (T) المحسوبة (١٤,٢)، وهي اكبر من قيمة (قيمة T الجدولية) (٢,٢٦٢) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية ولصالح الاختبارات البعيدة.

أما نتائج اختبار مهارة (الجري بالكرة) فقد ظهر أن الوسط الحسابي للاختبار القبلي (٨,٤) وبانحراف معياري (٤,١٠)، إما الاختبار البعدي فقد كان الوسط الحسابي (٧,٤٧) وبانحراف معياري (٦,٠١) وقد بلغت قيمة (T) المحسوبة (٣٩,٢٤) وهي اكبر من قيمة (قيمة T) الجدولية (٢,٢٦٢) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية ولصالح الاختبارات البعيدة. ومن خلال ملاحظة الجدول (٥) نجد إن، وان هناك تطور للمهارتين ولصالح الاختبارات البعيدة، ويعزو الباحثان سبب هذا التطور للتمارين المستخدمة خلال فترة المنهاج التعليمي، وان انتظام المجموعة بالوحدات التدريبية وتطبيق مفرداتها وفق الأسس العلمية ومراعاة الفروق الفردية للمجموعة لتحقيق الهدف المطلوب، كان له الدور الكبير في هذا التطور وهذا ما يعضده جمال صالح وآخرون<sup>(٢)</sup> إن الهدف والعمل ضمن هذا الأسلوب يكون منسجماً وملائماً لإمكانية المتعلمين للتوصل إلى هدف لإيجاد ظروف التضمين أو الاحتواء<sup>(٣)</sup>، وكذلك يعزو الباحثان هذا التطور لوجود المنهاج السابق المعد من قبل المدرب ، فانه يسهل عملية العمل للباحث مع مجموعة العينة نظراً لوصولهم لمستوى جيد من الأداء المهاري، ولكون أسلوب تمارين السرعة يعمل مع اللاعبين الذين يمتلكون المهارة وذو مستوى جيد لكي يستطيع أفراد العينة فهم واستيعاب متطلبات التمرين وفق السرعة المطلوبة وبأقل عدد من الأخطاء التي غالباً ما ترافق الأداء السريع من حيث أداء الحركة بأقل زمن ممكن. حيث يشير (مفتي ابراهيم ٢٠١٤) لسرعة الأداء الحركي بأنه (أداء اللاعب حركة واحدة أو عدة حركات مركبة في أقل زمن ممكن)<sup>(٣)</sup>. وكذلك يعزو الباحثان سبب التطور لنوع التمارين المستخدمة والتي تتضمن الإثارة وفيها روح التحدي والتدرج

<sup>١</sup> - رودى شتملر : رِق الإحصاء في التربية الرياضية ، (ترجمة) عبد علي نصيف ومحمود السامرائي ، بغداد دار الحرية للطباعة

١٩٧٤، ص ٣٥

<sup>٢</sup> - موسكا موستن ١٩٨٢، (ترجمة جمال صالح وآخرون): تدریس التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ١٩٩١، ص ٢

<sup>٣</sup> - مفتي ابراهيم :مصدر سبق ذكره ، ص ٢٠

في الصعوبة وللمواقف الخطئية التي كانت تتناسب مع سرعة الاداء باستخدام مهارة الدرجة والتهديف مرة وباستخدام مهارة الجري بالكرة مرة أخرى وبحلول فردية أو جماعية ، وكذلك لا ننسى عملية الربط بين المهارات والتي تعطي دور أكبر للمهارات الهجومية في اتخاذ اللاعب القرارات للقيام والتنفيذ للأداء السريع والمناسب والمثمر باستخدام سرعة الاستجابة للوصول للهدف وتحقيق الفوز. وهذا ما أشار إليه (مفتي ابراهيم) بأن (السيطرة على الكرة المرتبط بالتصويب بأقل زمن ممكن هو من السرعة والمهارات المركبة، وكذلك يشير إلى سرعة الانطلاق والتوقف فجأة، ويشير إلى سرعة الاستجابة والتحول السريع للتعامل مع الكرة في حال تغير اتجاهها وكذلك يشير إلى أهمية الجري بالكرة).<sup>١</sup> ويشير الباحثان الى ان عملية الاداء السريع والربط بالمهارات يساعد على الاداء الخططي والوصول للأداء العالي وتحقيق الأهداف المطلوبة من سرعة الأداء أو سرعة الاستجابة أو سرعة الانطلاق بالكرة مع الجانب التنظيمي بالأداء المرسوم والمدروس بالشكل الصحيح والسليم، وهذا ما يشير اليه (عبدالله حسين اللامي) بأن (تنظيم لعب الفريق المستحوذ على الكرة ومحاولة إحراز هدف في مرمى الفريق المنافس)<sup>(٢)</sup>، ويرى الباحثان بأن المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم هي من المهارات الضرورية جداً، لأنها تعمل على ترابط المهارات وتضع الحلول الفردية والجماعية للكثير من الصعوبات التي تواجه اللاعبين أثناء الاداء وخصوصا عندما يكون رنم المباراة سريعاً أو عندما تكون نتيجة المباراة فاصلة أي لا بد من خروج احد الفريقين بنتيجة الفوز بالمباراة.

### الفصل الخامس

#### ٥- الاستنتاجات والتوصيات

##### ١-٥ الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحثان فقد استنتج ما يلي :

- ١- أن استخدام تمارين أنواع السرعة قد حقق تحسن وتطور في المهارات الهجومية المركبة (والدرجة والتهديف، والجري بالكرة) بكرة القدم.
- ٢- إن استخدام المنهاج التدريبي المقترح باستخدام تمارين السرعة قد أثر ايجابيا في تنمية وتطوير المهارات الهجومية المركبة.
- ٣- وجود فروق معنوية لاختبارات متغيرات البحث القبلية والبعدية ولصالح الاختبار البعدي.
- ٤- وجود فروق معنوية لاختبارات متغيرات البحث البعدية ولصالح مهارة الجري بالكرة.

##### ٥-٢ التوصيات:

من خلال الاستنتاجات يوصي الباحثان بما يلي

- ١- الاستفادة من استخدام تمارين السرعة وبأنواعها والتدريب وخصوصا مع المهارات الهجومية المركبة بكرة القدم .
- ٢- ضرورة الاستفادة من الوحدات التدريبية وطريقة دمج عناصر اللياقة البدنية ومنها (السرعة) مع المهارات الهجومية بكرة القدم في الوحدات .
- ٣- ضرورة استفادة الباحثين من هذه الدراسة لباقي الألعاب الجماعية الرياضية التي تحتاج لعامل السرعة بالأداء والحركة وما شابه .

<sup>١</sup> مفتي ابراهيم : مصدر سابق ص ٢٠

<sup>٢</sup> عبدالله حسين اللامي :كرة القدم تعلم تدريب خطط وتخطيط : وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة القادسية كلية التربية الرياضية ، سنة ٢٠١٢م، ص ١١٣

المصادر

- ١- ثامر محسن : واقع التهذيب عند لاعبي الدرجة الاولى لكرة القدم في العراق ، بغداد ، مطبعة اركان ، ١٩٨٤ .
- ٢- حيدر عبد الرزاق كاظم : اساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة ، بصرة ، شركة الغدير للطباعة ، ٢٠١٥ .
- ٣- رودي شتملر : رقق الاحصاء في التربية الرياضية ، (ترجمة) عبد علي نصيف ومحمود السامرائي ، بغداد دار الحرية للطباعة ١٩٧٤ .
- ٤- زهير قاسم الخشاب واخرون : كرة القدم ، ط٢ ، الموص دار الكتب لسنة ١٩٩٩
- ٥- عبدالله حسين اللامي : الاسس العلمية للتدريب الرياضي ، الطيف للطباعة ، ٢٠٠٤ م .
- ٦- عبدالله حسين اللامي : كرة القدم تعلم تدريب خطط وتخطيط : وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة القادسية كلية التربية الرياضية ، سنة ٢٠١٢ م
- ٧- عادل تركي ، سلام جبار : كرة القدم تدريب تعليم ، بصرة ، مطبعة النخيل ، ٢٠٠٩ .
- ٨- غازي صالح محمود و هاشم ياسر حسن : كرة القدم التدريب المهاري عمان ، الاردن ، مكتبة المجتمع العربي ، ٢٠١٣ .
- ٩- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين : اسس التدريب الرياضي لتنمية اللياقة البدنية في دروس التربية البدنية بمدارس البنين والبنات ، ابتدائي-اعدادي-ثانوي- عام فني ط١ ، مدينة نصر، دار الفكر العربي ،
- ١٠- كمال جميل الرضي : التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين ط٢ ، الاردن، وائل للنشر، ٢٠٠٤ م .  
١٩٩٧
- ١١- مفتي ابراهيم : جمال السرعة والمهارات في كرة القدم ، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠١٤ ، ص١٩
- ١٢- وجيه محجوب : التمرين ، محاضرة مادة التعلم الحركي على طلبة الدكتوراه في كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد ٢٠٠٠ ، ص٧٨
- ١٣- موفق اسعد : الاختبارات والتكتيك في كرة القدم ، عمان، دار دجلة، ٢٠٠٧ .
- ١٤- موسكا موستن ١٩٨٢ ، (ترجمة جمال صالح واخرون : تدريس التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ١٩٩١ .
- ١٥- يوسف لازم كماش واخرون: التدريس والتعليم الميداني في كرة القدم، بصرة، مطبعة النخيل، ٢٠٠٩ .