

تأثير تدريبات بملاعب معقدة المساحات في بعض القدرات المهارية للاعبين كرة القدم الشباب

أ. م. د. خالد محمد رضا

محمد عبد الواحد محمد

جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث باللغة العربية

هدفت الدراسة الى اعداد تدريبات بملاعب معقدة المساحات, التعرف على تأثير تدريبات بملاعب معقدة المساحات في بعض القدرات المهارية للاعبين الشباب بكرة القدم التعرف على افضلية التأثير بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض القدرات المهارية للاعبين الشباب بكرة القدم. استخدم الباحثون المنهج التجريبي وتصميم المجموعات المتكافئة الضابطة والتجريبية نوات الاختبارين القبلي والبعدي, وقد حدد الباحث مجتمع البحث على لاعبي كرة القدم لنادية محافظة كربلاء المقدسة البالغ فئة الشباب للموسم الرياضي (2023-2024) البالغ عددهم 12 نادي بواقع (200) لاعب. وقد توصلت الدراسة الى الاستنتاجات ان للتدريبات بملاعب معقدة المساحات اثر واضح في تطوير القدرات المهارية المستخدمة في البحث, الدرحة, المناولة, التهديف .. واوصى الباحثان بضرورة اجراء دراسات مشابهة ولفئات عمرية اخرى وبطرائق تدريبية أخرى معنية بتطوير القدرات المهارية وما تسفر عنه .

Abstract

The effect of training with complex-area fields in some of skill capabilities of young football players

By

Mohamed Abdel Wahed Mohamed Dr. Khaled Mohammad Redha

University of Kerbala - College of Physical Education and Sports Sciences

The study aimed to prepare training exercises on complex-area fields, to identify the effect of training exercises on complex-area fields in some of the skill capabilities of young football players, to identify the preference of the effect between the experimental and control groups in some of the skill capabilities of young football players. The researchers used the experimental approach through equal control and experimental groups design with pre- and post-tests, and the researcher identified the research population as football players of the Holy Karbala Governorate clubs, the youth category, for the sports season (2023-2024), numbering 12 clubs, with a total of (200) players. The study reached conclusions that training on complex-area fields has a clear impact on developing the skill abilities used (dribbling, passing, and scoring). The

researchers recommended the necessity of conducting similar studies for other age groups and with other training methods concerned with developing skill abilities and their results.

1-التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

إن للأبحاث العلمية في العلوم الرياضية وخاصة في مجال التدريب الرياضي الدور الكبير في تقدم الحركة الرياضية وذلك باعتماد الأساليب العلمية في تطوير أداء الفريق والاقتصادية في الجهد البدني. كما ان علم التدريب الحديث شهد تطور السريع الذي جاء نتيجة الطرائق العلمية الحديثة بوجه عام وبكرة القدم بوجه خاص اذ نشاهد التطور الحديث في اداء لعب كرة القدم وطريقة اللعب قد تباين ونتاج عنها تطورا في الجوانب الخططية والاداء الفردية والجماعي نتيجة لتطور النواحي(البدنية والمهارية والخططية)كما تعد هذه النواحي مطلباً ضرورياً للاعب كرة القدم, لذا يتطلب من المعين بها الانتباه الى الجوانب الايجابية لتعزيزها والجوانب السلبية لمعالجتها,كما ان لعبة كرة القدم تستحوذ على اهتمام الكثير من شعوب العالم وذلك لما لها من مميزات وعناصر عديدة ومنها التشويق المستمر اثناء المباراة والاثارة والمنافسة الشديدة وبالإضافة الى قدرتها على بناء الجانب البدني والصحي وتنمية القدرة على التفكير في أصعب الظروف من خلال عزل الكثير من المتغيرات التي تطرأ اثناء اللعب والتركيز على الاداء المهاري وبأعلى دقة ممكنه ,كما أن الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي من خلال الدراسات التي قام بها المختصون والباحثون التي تركزت على الكثير مما يخص عملية التدريب الرياضي من خلال ايجاد طرق تدريب حديثة تنسجم مع الفئة التدريبية والتي من خلالها يمكن تحسين القدرات المهارية بغية الوصول إلى المستوى العالي في الأداء,ومن خلال الوحدات التدريبية وطرق التدريب المتعددة منها التدريب بملاعب معقدة المساحات التي تعتمد على تعقيد الملعب اثناء التمرين لكي تصبح التمرين اكثر تعقيدا . حيث ان التدريب بملاعب معقدة المساحات سوف يعطي مهام اكثر تعقيدا للاعبين من اي مباراة وبالتالي تصبح المشاكل التي يخلقها المنافس اثناء المباراة أسهل من المشاكل التي يواجهها اثناء التدريب وعلى سبيل المثال عندما يتم التدريب على ملاعب اصغر من الملاعب القانونية سوف يتحتم على اللاعب العب تحت الضغط العالي لذلك يجب على اللاعب ان يتحرك بشكل دقيق وان يؤدي التمريرات بدقة شديدة.وللملاعب معقدة المساحات دور فعال في تطوير الجوانب المهارية . ومن خلال هذه المقدمة تبرز اهمية البحث من خلال تجريب عدد من التمارين بملاعب معقدة المساحات واتباع الاسلوب العلمي الصحيح من حيث التدرج بالحمل التدريبي ومن خلال استخدام تمارين مشابهة لحالات اللعب والتي تزيد من اكتساب اللاعبين للقدرات المهارية اضافة الى القدرات البدنية والتفكير الخططي بشكل افضل من الطرق التقليدية .

1-2 مشكلة البحث

ان الهدف الاساس لعلم التدريب هو الوصول بالرياضي و الفريق الى افضل و اعلى المستويات ، لذلك لابد ان تتعدد الاساليب وطرائق التدريب بغية تحقيق ذلك الهدف وحيث ان لعبة كرة القدم تعد من الرياضات ذات الحيز الواسع و المساحة الكبيره من الاداء الفني لحركات متنوعة و صعبة و التي تتطلب وزنا حركيا فضلا عن مجموعه حركات الركض والقفز و التهديف من مسافات مختلفه كان لابد من العاملين في هذا المجال و المهتمين من الباحثين والمدرسين العمل على ايجاد وسائل و طرق مختلفه لتطوير كل ما هو يصب في وصول اللاعب الى المستوى الفني العالي في الاداء و خصوصا في الجوانب البدنية والمهارية والنفسية والخططية. ومن خلال متابعة الباحث المصادر العلمية والمراجع والاطارح ذات العلاقة ، كذلك من خلال مشاهدة ومتابعة عمليات التدريب المختلفة السابقة والحديثة من قبل المدرسين، كونه قد مارس هذه اللعبة, ومن خلال متابعه الباحث لاندية المحافظة والوحدات التدريبية لاحظ الباحث وجود تفاوت بين لاعبي الفريق الواحد من خلال امتلاكهم للقدرات المهارية البدنيه والجوانب الخططية وكذلك التصرف الخططي في المواقف الهجومية والدفاعية واتخاذ القرار السليم في الوقت المناسب ويعزى هذا التفاوت الى استخدام طرق التدريب الاعتيادية مع

اللاعبين الشباب وعدم الاهتمام بالنواحي الخططية المرتبطة بالجانب البدني التي تلعب دورا مهما في احداث التفوق المطلوب ، لذلك ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال اعداد تدريبات بملاعب معقدة المساحات في بعض القدرات المهارية للاعبين كرة القدم الشباب.

1-3 أهداف البحث

1. اعداد تدريبات بملاعب معقدة المساحات في بعض القدرات المهارية. للاعبين الشباب بكرة القدم .
2. التعرف على تأثير تدريبات بملاعب معقدة المساحات في بعض المهارية للاعبين الشباب بكرة القدم.
3. التعرف على افضلية التأثير بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض القدرات والمهارية للاعبين الشباب بكرة القدم.

1-4 فرضا البحث :

1. التدريبات بملاعب معقدة المساحات لها تاثير ايجابي في بعض المهارية للاعبين الشباب بكرة القدم.
2. وجود افضلية للمجموعة التجريبية في بعض المهارية للاعبين الشباب بكرة القدم.

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: لاعبو اندية لمحافظة كربلاء المقدسة لكرة القدم لشباب للموسم 2023|2024.

1-5-2 المجال المكاني : ملعب نادي الانصار في محافظة كربلاء المقدسة.

1-5-3 المجال الزمني: 2023/9/20 الى 2024/4/20

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:-

1-2 منهج البحث

يعد اختيار المنهج الملائم مع طبيعة مشكلة البحث وأهدافه من المتطلبات الضرورية في البحث العلمي استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين بالاختبار القبلي والبعدي لملائمة لحل مشكلة البحث المطروحة وتحقيق أهدافه ، كما ان المنهج التجريبي هو " محاولة لضبط كل العوامل الاساسية المؤثرة في المتغيرات التابعة في التجربة ما عدا عامل واحداً يتحكم فيه الباحث ويغيره على نحو معين بقصد تحديد وقياس تأثيره على المتغير أو المتغيرات التابعة (نوري الشوك ورافع الكبيسي, 2004, ص59)

2-2 مجتمع وعينة البحث:-

حدد الباحث مجتمع البحث على لاعبي كرة القدم لاندية محافظة كربلاء المقدسة فئة الشباب للموسم الرياضي 2023-2024 عددهم (12) بواقع(200) لاعب مسجل رسميا وبعدها . تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية (القرعة) من المجتمع المبحوث المتمثلة بشباب نادي الجماهير الرياضي بكرة القدم . والبالغ عددهم (23) لاعبا وتم استبعاد ثلاثة منهم وهم حراس المرمى عن التدريب ليبقى (20) لاعبا في عينة البحث اي نسبة (8,3) من المجتمع المبحوث وبعدها تم تقسيم العينة بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة ايضا الى مجموعتين الاولى تجريبية بواقع (10) لاعبين والثانية ضابطة بواقع (10) لاعبين تاخذ المجموعة التجريبية المنهج المعد من قبل الباحث مع منهج المدرب اما المجموعة الضابطة تاخذ منهج المدرب فقط . كما اختار الباحث عينة من لاعبي اندية محافظة كربلاء للشباب للتجربة الاستطلاعية وسيتم استبعادهم من العينة الاساسية .

2-2-2-2 تجانس عينة البحث

من أجل ضبط المتغيرات التي قد تؤثر في دقة نتائج البحث ومن اجل ارجاع الفروق في الأثر فقط في المتغير المستقل، تم التحقق من تجانس عينة البحث في المتغيرات التي تتعلق بالقياسات الجسمية وهي (الطول ، الكتلة ،العمر، والعمر للتدريبي) ومن خلال ايجاد معامل الالتواء كما مبين في جدول (1)

جدول (1)

يبين تجانس مجتمع البحث

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة قياس	المعالم الاحصائية
					المتغيرات
0,294	1,69	0,051	1,695	متر	الطول
0,172-	65	3,14	64,82	كغم	الكتلة
0,395	18	0,77	17,791	سنة	العمر الزمني
0,467-	4,84	0,806	4,8	سنة	العمر التدريبي

يتضح من خلال جدول (3) بان جميع قيم معامل الالتواء قل من $1 - +$ وهذا يدل ان العينة متوزعة اعتداليا

2-3 الوسائل والادوات والاجهزة التي ستستخدم في البحث

2-3-1 وسائل البحث

-الاختبار والقياس , الاستبانة , الملاحظة , المقابلة

2_3_2 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث

- ملعب كرة قدم
- جهاز قياس الوزن والطول الالكتروني
- حاسبة الكترونية يدوية نوع Taksun (صيني)
- جهاز كمبيوتر نوع لاب توب (acer)
- ساعة ايقاف الكترونية (صيني)
- ساعة ايقاف الكترونية (صيني)
- شريط قياس (50) م .
- اشربة لاصقه(6)
- صافرة.تحكيم عدد (2)
- و اشربة (حبال) لتقسيم الهدف . كرات طبية.
- شواخص متعددة.
- كرات عدد (10)
- كامرة تصوير فوتوغراف

2-4 اجراءات البحث الميدانية

2-4-1 تحديد المهارات الاساسية واختباراتها بكرة القدم

قام الباحث على مسح العديد من المراجع والمصادر العلمية المتوفرة لاختيار المهارات الاساسية وبعد ذلك تم تصميم استمارة استبيان لاجل اختيار المهارات الاساسية واختباراتها المهمة للاعبين كرة قدم الشباب وتم توزيعها على مجموعة من الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (14) خبير تم تحديد المتغيرات التي سوف تدرس في البحث بالنسبة للعبة كرة القدم

، وبعد جمع البيانات من قبل السادة الخبراء والمختصين قام الباحث بتحليل آراء الخبراء والمختصين حول تحديد المتغيرات المهنية واختباراتها باستخدام (كا²) والجدولين (2)(3) يبينان نسب اتفاق الخبراء للمتغيرات المهنية واختباراتها للاعب كرة القدم الشباب.

جدول (2)

يبين تفاصيل آراء الخبراء حول اختيار المتغيرات المهنية

القيمة الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (3.84)

الدلالة الاحصائية	قيمة كا ²	آراء الخبراء				المتغيرات البدنية	ت
		%	غير موافقون	%	موافقون		
معنوي	10,286	7,142	1	92,857	13	الدرجة	1
معنوي	7,143	14,285	2	85,714	12	المناوله	2
معنوي	14	0	0	100	14	التهدف	3
غير معنوي	1,142	35,714	5	64,286	9	الاخماد	4
غير معنوي	0,284	42,857	6	57,142	8	ضرب الكرة بالراس	5
غير معنوي	1,142	35,714	5	64,286	9	الجري بالكرة	6
غير معنوي	0,284	42,857	6	57,142	8	رمية التماس	7
غير معنوي	0,284	42,857	6	57,142	8	تنطيط الكرة (السيطرة)	8

يتبين من خلال الجدول (2) بان ثلاث قدرات مهامية هي (الدرجة، المناولة، التهدف) حصلت على موافقة على اكثر عدد من الاتفاق وتم قبولها كون القيمة المحسوبة ل (كا²) اكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (1) والبالغة (3.84) اما بقية المتغيرات تم رفضها وذلك كون القيمة المحسوبة ل (كا²) اقل من القيمة الجدولية

جدول (3)

يبين تفاصيل آراء الخبراء حول اختيار الاختبارات المهنية

الدلالة الاحصائية	قيمة كا ² المحسوبة	آراء الخبراء				وحدة القياس	الاختبارات	القدرات المهنية	ت
		%	غير موافقون	%	موافقون				
معنوي	7,142	14,285	2	85,714	12	ثا	اختبار الجري بالكرة 50م الى الأمام بخط مستقيم	الدرجة	1
غير معنوي	0,284	42,857	6	57,142	8		اختبار الجري المتعرج على شكل (8).		

غير معنوي	1,142	35,714	5	64,28 6	9		اختبار الجري المتعرج بالكرة		
غير معنوي	0,284	42,857	5	57,14 2	8	درجة	اختبار تمرير الكرة نحو الدائرة المرسومة على الارض نصف قطرها (2م) وتبعد (30م)	المناولة	2
معنوي	4,572	21,428	3	78,57 1	11		المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 20 م		
غير معنوي	1,142	35,714	5	64,28 6	9		اختبار تمرير الكرة نحو ثلاث اهداف (40×40)سم يبعد الاول 15م، والثاني 18م، والثالث 20م .		
غير معنوي	1,142	35,714	5	64,28 6	9	درجة	اختبار الجري بالكرة والتهدف	التهدف	3
غير معنوي	0,284	42,857	6	57,14 2	8		اختبار درجة الكرة بين الشواخص والتهدف نحو المرمى.		
معنوي	10,286	7,142	1	92,85 7	13		اختبار التهدف من الثبات نحو المرمى المقسم.		

القيمة الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0,05) البالغة (3,84)

يتبن من خلال الجدول (3) ان قيمة كا² الجدولية عند درجة حرية (1) وعند مستوى دلالة (0,05) والبالغة (3.84) تم قبول اختبار واحد لكل قدرة مهارية لان قيمة كا² المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية وتم رفض باقي الاختبارات لان قيمة

كما² المحسوبة اصغر من القيمة الجدولية اما الاختبارات التي تم قبولها هي(اختبار الجري بالكرة 50م الى الأمام بخط مستقيم، المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 20 م، اختبار التهديف من الثبات نحو المرمى المقسم).

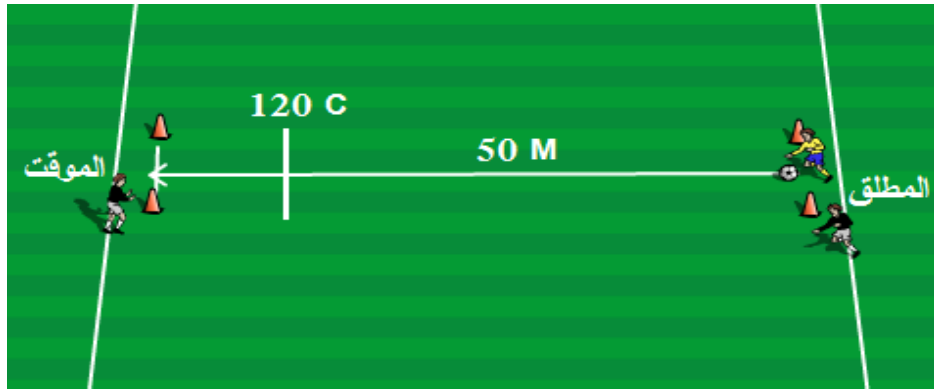
2-4-2 توصيف الاختبارات المهارية

1- الدرجة. - اختبار الجري بالكرة 50م الى الأمام بخط مستقيم (فرحات رمضان الغالي، 2001، ص66) الهدف من الاختبار : لقياس الدرجة السريعة .

الأدوات المستعملة : كرة قدم قانونية ، ساعة إيقاف . صافرة تحكيم

وصف الاختبار: درجة الكرة بسرعة وبخط مستقيم لمسافة 50 م مع مراعاة عدم ابتعاد الكرة عن القدم بعيدا للأمام والجانب(طول الخط المستقيم 50م ويعرض 120سم.

طريقة التسجيل : يحتسب الزمن لأقرب 1/100 من الثانية. تحتسب الدرجة الأفضل (لأقل زمن) وحدة القياس : الزمن .



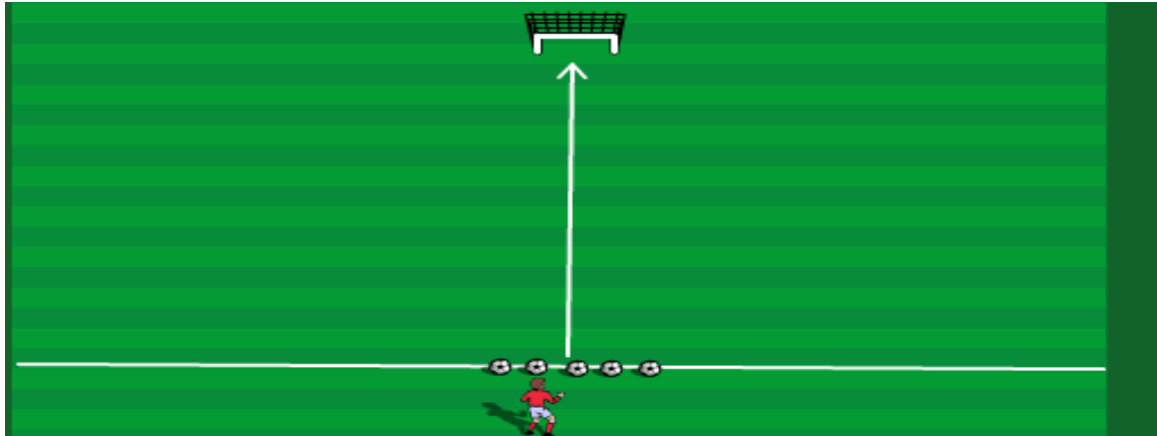
شكل(1)

يوضح اختبار الدرجة

2- المناولة

اسم الاختبار - المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 20 م . (رعد حسين حمزة، 1999، ص14) هدف الاختبار : قياس دقة المناولة

- الأدوات المستخدمة : كرات قدم عدد 5 ، هدف صغير (أبعاده 110سم x 63 سم)
- إجراءات الاختبار: يرسم خط البداية بطول 1 م ، وعلى مسافة 20م عن الهدف الصغير ، نضع كرة ثابتة على خط البداية بحسب ما موضح في الشكل(2)
- وصف الأداء : يقف اللاعب خلف خط البداية مواجهاً للهدف الصغير ، ويبدأ عند إعطاء الإشارة بمناولة الكرة نحو الهدف لتدخل فيه وتعطى لكل لاعب 5 محاولات متتالية .
- التسجيل : تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من مناولة الكرات الخمس على النحو الاتي :
- درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل إلى الهدف الصغير .
- درجة واحدة إذا مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف.
- صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير

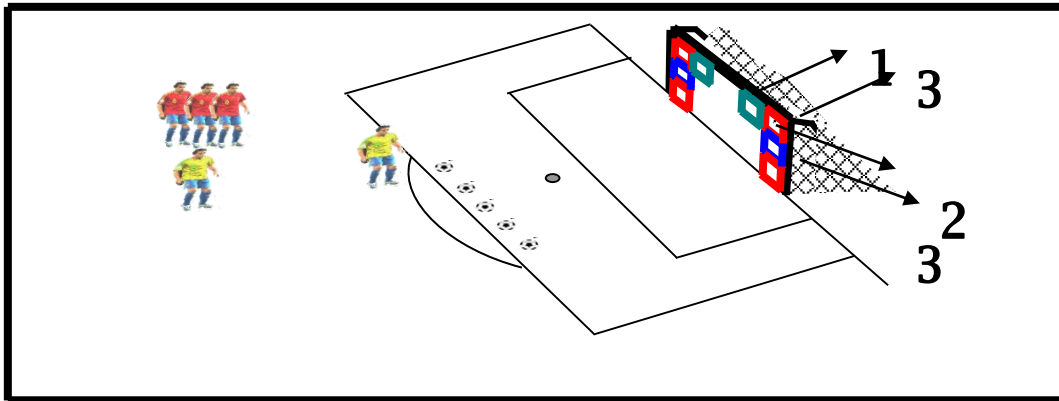


شكل (2)

يوضح اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 20م

3 - التهديد

الهدف من الاختبار: لقياس دقة التهديد (زهير قاسم الخشاب و آخرون, 1999, ص144) إجراءات الاختبار: توضع للمختبر (5) كرات على خط (18) ياردة ثم يبدأ بالتسديد على المربعات المرسومة على الهدف وبمساحة (80 سم) للمربع على أن يتم أداء الاختبار من وضع الركض ويبدأ الاختبار من (1) وينتهي بـ(5) ، والشكل (3) يوضح ذلك. التسجيل : يُحتسب عدد الإصابات التي تدخل المربعات ، اذ تسجل ثلاث درجات للمربع رقم (3) وتعطى درجتان للمربع (2) ودرجة وحدة للمربع (1) .



شكل (3)

يوضح اختبار دقة التهديد

2-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربته الاستطلاعية بمساعدة فريق العمل المساعد على مجموعة من اللاعبين (7) من مجتمع البحث تمثلت بشباب نادي العراق . وذلك لغرض الوقوف على دقة العمل الخاص باختبارات البحث وصلاحياتها لتلافي المعوقات التي قد تظهر بالتجربة الرئيسية ومدى ملائمة الوقت وكفايته والتعرف على كفاءة الملاكات المساعدة والتعرف على مدى صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

2-6 الاسس العلمية للاختبارات

2-6-1 صدق الاختبار

يعد الصدق واحدا من اهم معايير جودة الاختبار اذ يشير الى الحقيقة او مدى الدقة بها اداة القياس او الظاهرة التي وضع لقياسه . ويقصد بصدق الاختبار هو قدرته على قياس ما وضع من أجله أو ما يفترض الاختبار أن يقيسه سواء أكانت صفة بدنية أم مهارية أم نفسية أم سمة من السمات الشخصية (لؤي غانم الصميدعي وآخرون، 2012، ص102) وهناك أنواع عدة من صدق الاختبار، لذا اعتمد الباحث احد انواع الصدق الظاهري وهو صدق المحتوى او المضمون عندما تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين.

2-6-2 ثبات الاختبار

يقصد بثبات الاختبار مدى دقة الاختبار في القياس واتساق نتائجه عند تطبيقه مرات متعددة على نفس الافراد ، والاختبار الثابت "وهو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة (نادر فهمي و هشام عامر عليان ، 2005، ص145) وبغية استخراج معامل الثبات، قام الباحث باستعمال طريقة الاختبار وأعاد الاختبار لإيجاد معامل الثبات . ولأجل معرفة ثبات قيم معامل الارتباط بين تطبيق الاختبارين في المرحلة الاولى من التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2023 / 10 / 17 وبعد سبعة ايام تم اعادة تطبيق الاختبار بتاريخ 2023 / 10 / 24 م على العينة نفسها وتعد هذه الطريقة (الاختبار واعادة الاختبار) هي واحدة من الطرائق المهمة لإيجاد الثبات في البحوث التربوية والرياضية ، وقد اظهرت النتائج حيث بلغت معامل الثبات المحسوبة لجميع الاختبارات البدنية والمهارية اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البسيط بيرسون عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (ن-2) والبالغة (0,754) مما يدل ان جميع الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات كما موضح في جدول(3)

2-6-3 موضوعية الاختبار

تعتمد الموضوعية على وضع تعليمات الاختبار من حيث ادارة الاختبار واعطاء الدرجة. ويقصد بموضوعية الاختبارات هي عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين (مصطفى باهي وصبري عمران، 2007، ص91)، ومن أجل استخراج موضوعية الاختبار المعنية بقياس القدرات البدنية والمهارية للاعبين الشباب بكرة القدم اعتمد الباحث على تقييم محكمين اثنين عندما تم اعادة تطبيق الاختبار في التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2023/10/ م وبعدها قام الباحث بأستخراج قيم معامل الارتباط البسيط بيرسون بين نتائج المحكمين وقد اظهرت النتائج لجميع الاختبارات حيث كانت جميع قيم معمل الموضوعية اكبر من القيمة الجدولية لجميع الاختبارات أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (ن-2) والبالغة (0,754) مما يدل أن جميع الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الموضوعية كما مبين في جدول (3)

جدول(3)

يبين الاسس العلمية للاختبارات (القدرات البدنية والمهارية) المستخدمة في البحث

ت	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية	القيمة الجدولية	علاقة الارتباط
4	الدرجة	0,91	0,95	0,754	عالية
5	المنافسة	0,92	0,89		عالية

عالية		0,90	0,95	التهديف	6
-------	--	------	------	---------	---

2-7 الاختبارات القبلية

قبل البدء بتنفيذ البرنامج التدريبي المتضمن التمرينات المعدة من قبل الباحث عمده الباحث الى إجراء اختباره القبلية للمتغيرات البحثية لإفراد عينة البحث والبالغ عددهم (20) لاعبا مقسمين الى مجموعتين تجريبية وضابطة وقد اجريت الاختبارات في يومي (الجمعة والسبت) والموافقين (2023/10/27) في تمام الساعة العاشرة صباحا في الملعب في ملعب نادي الانصار الرياضي . وحضر الاختبارات القبلية أفراد العينة جميعهم وتم إجراء الاختبارات .

2-7 تكافؤ عينة البحث

قام الباحث على ايجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة بالطريقة العشوائية لضمان عدم التحيز الى عينة معينة لضمان الانطلاق من نقطة شروع واحدة وذلك وبعد الانتهاء من إجراء الاختبارات القبلية باستخدام اختبار (T) للعينات المستقلة والمتساوية كما موضح في جدول (4) .

جدول(4)

يبين تكافؤ افراد عينة البحث في المتغيرات قيد الدراسة

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع			
الدرجة	ثانية	8.28	0.423	8.36	0.457	0.855	2.101	عشوائي
المناولة	درجة	5.0	1.154	4.7	1.159	0.580-		عشوائي
التهديف	درجة	8.3	1.159	8.0	1.154	0.735		عشوائي

يتبين من الجدول (4) أعلاه يتضح بان جميع قيم t المحسوبة اقل من قيمة t الجدولية عند درجة حرية (18) ومستوى

دلالة (0.05) وبالغاة (2.101) وهذا يدل على ان المجموعتين التجريبية والضابطة متكافئتين في جميع المتغيرات

2-8 التجربة الرئيسية

قام الباحث بعد الانتهاء من الاختبارات القبلية باعداد تمارين بملاعب معقدة المساحات وذلك لتحقيق هدف الوصول الى تطوير المتغيرات المبحوثة لكل من (تحمل الاداء , تحمل السرعة, تحمل قوة, المناولة , والدرجة, التهديف, التصرف الخططي (معتمداً على تحليل ومراجعة عدد من المصادر والمراجع ومساعدة الاستاذ المشرف واستشارته العلمية اضافة الى الخبرة المتواضعة من الباحث التي اكسبها من ممارسة لعبة كرة القدم كونه لاعب سابق . وقد امتازت.

- تم تنفيذ التمرينات في نهاية فترة الاعداد العام أسبوعين وأستمرت الى نهاية فترة الاعداد الخاص والتي كانت 6 اسابيع ليكون المجموع الكلي 8 اسابيع.
- تم البدء بتنفيذ التدريبات المدرجة ضمن البرنامج التدريب بيوم 2024 /10/29م
- عدد الوحدات التدريبية (3) وحدة اسبوعيا (السبت - الاثنين - الاربعاء)
- العدد الكلي للوحدات التدريبية (24) وحدة تدريبية.
- كانت معدل الشدة تتراوح 80%-90% من الحد الاقصى لقابلية الرياضي وكذلك زمن الراحة بحسب النبض على ضوء الاختبارات القبلية التي طبقت على عينة البحث.
- تراوح زمن التدريب للجزء الرئيسي (60-75 د) أما الوحدة التدريبية تراوح زمنها (90-110د)
- بالنسبة لطرائق التدريب المستخدمة الفترتي مرتفع الشدة .
- أشرف الباحث على عمليات الاحماء في اغلب الوحدات التدريبية للمجاميع ووقت وزمن التدريب قدر الامكان في ضل وجود اربع مجموعات تجريبية .
- أنتهى تطبيق التدريبات ضمن البرنامج التدريبي يوم 2024/4/20

9-2 الاختبارات البعدية

وبعد الانتهاء من تنفيذ هذا البرنامج قام الباحث باجراء الاختبار البعدي باتباع نفس الإجراءات والقياسات التي اعتمدت في الاختبار القبلي على المجموعتين الضابطة والتجريبية من حيث الزمان والمكان والأدوات المستخدمة في الاختبارات والأدوات المستخدمة في القياس وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد ، وذلك من اجل الابتعاد عن المتغيرات التي قد تؤثر على نتائج الاختبارات .

10-2 الوسائل الاحصائية

سيقوم الباحث باستعمال الحقيبة الاحصائية (spss) لاستخراج النتائج

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الاختبارات (القبلية والبعدية) للمتغيرات المهارية لمجموعتي البحث وتحليلها ومناقشتها :

جدول(5)

يبين الاوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارات

ت	المتغيرات البدنية	الجموعتين	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ع ف	T المحسوبة	نوع الدلالة
				ع	س	ع	س			
1	الدرجة	ت	ثانية	8.28	0.423	7.17	0.394	1.11	47.571	معنوي
		ض	ثانية	8.36	0.457	8	0.464	0.36	13.500	معنوي
2	المناولة	ت	درجة	5	1.154	7.6	0.843	2.6-	0.516	معنوي
		ض	درجة	4.7	1.159	5.3	1.059	0.60-	0.516	معنوي
3	التهدف	ت	درجة	8.3	1.159	10.6	1.074	2.3-	0.483	معنوي

	15.057									
معنوي	4.583-	0.483	0.7-	0.948	8.7	1.054	8	درجة	ض	

القبلية والبعديّة للمتغيرات المهارية للمجموعتين التجريبية والضابطة.

القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية 9 والبالغة (2,262)

يبين الجدول (5) النتائج الاحصائية للاختبارات القبليّة والبعديّة للمتغيرات المهارية التي خضع لها افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (الدرجة - المناولة - التهديف) وحيث بلغت قيمة (t) المحسوبة للمجموعة الضابطة وعلى التوالي (13.500 , 4.583- , 4.583-) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) والبالغة (2,262) مما يعني ان الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي كانت دالة احصائيا ولصالح الاختبارات البعديّة . بنما بلغت قيمة t المحسوبة للمجموعة التجريبية للمتغيرات البدنية (الدرجة - المناولة - التهديف) على التوالي (47.571 , 15.922- , 15.057-) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (9) والبالغة (2,262) مما يعني ان هناك فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبارات البعديّة للمجموعة التجريبية في هذه المتغيرات

2-3 عرض نتائج الاختبارات البعديّة للمتغيرات المهارية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها

جدول(6)

يبين الاوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارات البعديّة للمتغيرات المهارية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة.

القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية 18 والبالغة (2,101)

ت	المتغيرات البدنية	المجموعة	وحدة القياس	الاختبار البعدي		قيمة t المحسوبة	دلالة الفروق
				ع	س-		
1	الدرجة	ت	ثانية	7.17	0.394	4.308	معنوي
		ض	ثانية	8	0.464		
2	المناولة	ت	درجة	7.6	0.843	5.372-	معنوي
		ض	درجة	5.3	1.059		
3	التهديف	ت	درجة	10.6	1.074	4.196-	معنوي
		ض	درجة	8.7	0.948		

يبين الجدول (14) المؤشرات الاحصائية لنتائج الاختبارات البعديّة للمتغيرات المهارية التي خضع لها افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (الدرجة - المناولة - التهديف) حيث بلغت قيمة (t) المحسوبة للمجموعة التجريبية والضابطة وعلى التوالي (4.308 , 5.372- , 4.196-) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (18) والبالغة (2,101) مما يعني ان الفروق بين الاختبارات البعديّة كانت دالة احصائيا ولصالح المجموعة التجريبية.

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

1. كان للتدريبات بملاعب معقدة المساحات اثر واضح في تطوير القدرات المهارية المستخدمة في البحث ،الدرجة، المناولة، التهديف .
2. ان التمرينات التي يستخدمها المدربون كانت تقليدية ولم تراعي القدرات الذهنية والفكرية وكذلك عدم وضع التمرينات الخطئية المتعددة المواقف والتي من شأنها تطوير قدرات اللاعبين في فهم المواقف الحاصلة وزيادة قدرة اللاعبين على اتخاذ القرار السريع..
3. تفوقت المجموعة التجريبية التي خضعت للتمرينات المعدة من قبل الباحث على المجموعة الضابطة في تطوير متغيرات البحث.

4-2 التوصيات :

1. التأكيد على استخدام هذه التمرينات في التدريب خلال فترات الأعداد المختلفة الاعداد الخاص ،ماقبل المنافسات ، المنافسات .
2. استخدام التمرينات الخطئية في تدريب فرق الشباب وحتى الفئات الاخرى بكرة القدم.
3. التأكيد على استخدام التدريب باستخدام ملاعب معقدة المساحات في أثناء الوحدات التدريبية الخاصة للفئات العمرية المختلفة الأخرى.
4. اجراء دراسات مشابهة لفئات عمرية اخرى وبطرائق تدريبية أخرى معنية بتطوير القدرات البدنية والمهارية ومستوى التصرف الخطئي الهجومي وما تسفر عنه.

المصادر والمراجع

1. نوري الشوك ورافع الكبيسي ؛ دليل الباحث في كتابة الابحاث في التربية الرياضية : (بغداد ، جامعة بغداد ، 2004)، ص 59 .
2. فرحات رمضان الغالي : الخصائص البايولوجية للاعبين كرة القدم لترشيد أنتقاء الناشئين ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، 2001، ص 66 .
3. زهير قاسم الخشاب و(آخرون) ؛ كرة القدم ، ط2 (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999) ص 144
4. زهير قاسم الخشاب و(آخرون) ؛ كرة القدم ، ط2 (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999) ص 144 ..
5. لؤي غانم الصميدعي (وآخرون) ؛ الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي : ط1 (اربيل ، 2012) ص 102
6. نادر فهمي ، هشام عامر عليان : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط3 ، عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، 2005، ص 145 .
7. مصطفى باهي ، صبري عمران : الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية . ط1 ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 2007 ، ص 91 .