

تأثير تمارين بأسلوب اللعب السريع في بعض المهارات المركبة والمبادئ الخطئية الهجومية للاعبى كرة القدم

الباحثان

ستار نعيم هويدى

أ.م. د ضياء سالم حافظ

الملخص

تتناول البحث أهمية فهم اللاعبين للمتغيرات المعقدة والمركبة في محيطهم خلال ممارسة كرة القدم، وكيف يؤثر ذلك على تطورهم وأدائهم. تشير المقالة إلى أن تدريب اللاعبين بأسلوب اللعب السريع يساعدهم على تطوير مهاراتهم الهجومية المركبة والخطئية، مما يزيد من فعالية أدائهم وقدرتهم على التحمل. كما تسلط المقالة الضوء على أهمية تنفيذ التمارين بشكل سريع ودقيق لتحقيق الأهداف الخطئية في المباريات. بالإضافة إلى ذلك، يستعرض البحث مشكلة بطء نقل الكرة واللعب التقليدي في بعض الفرق، وتقدم حلولاً من خلال تطبيق تمارين اللعب السريع. تهدف الدراسة إلى تطوير المهارات المركبة والخطئية للاعبى كرة القدم من خلال هذه التمارين، وتحديد أفضلية التجارب في هذا السياق، تحدد المقالة أهداف البحث وفرضياته، وتحدد مجالات البحث ومنهجية الدراسة. تتضمن المنهجية الميدانية إجراء تجارب على لاعبى كرة القدم في نادي النصر الرياضي في ذي قار بهدف فهم تأثير تمارين اللعب السريع على تطوير مهاراتهم وأدائهم.

The effect of exercises in the style of fast play on some complex skills and offensive tactical principles for football players

Sattar Naim Howeidi

A.M. Dr Diaa Salem Hafez

ABSTRARCT

The research examines the importance of players understanding the complex and complex variables in their surroundings during the practice of football, and how this affects their development and performance. The article points out that training players in a fast-play style helps them develop their complex offensive and tactical skills, which increases the effectiveness of their performance and endurance. The article also highlights the importance of executing exercises quickly and accurately to achieve tactical goals in matches. In addition, the research reviews the problem of slow ball transfer and traditional play in some teams, and suggests solutions through the application of quick play exercises. The study aims to develop the complex and tactical skills of football players through these exercises, and determine the preference of experiments in this context, the article defines the objectives and hypotheses of the research, and defines the areas of

research and the methodology of the study. The field methodology involves conducting experiments on football players at Al-Nasr Sports Club in Dhi Qir with the aim of understanding the impact of Quick play exercises to develop their skills and performance.

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

وتعتمد درجة تطور اللاعب من خلال الفهم السريع لتلك المتغيرات وسرعة الاستجابة لها ودقتها وبذلك تفرق بين اللاعب الماهر وغير الماهر، فعلى لاعب كرة القدم فهم محيطه المركب والمعقد من خلال اللعب السريع والدقيق وتطبيق المهارات بشكل يخدم هذه المتغيرات والتي تساعد في حل حالات مختلفة بصورة سريعة ودقيقة في اثناء المباريات وخصوصا في الجانب المهاري المركب الذي له تأثير كبير على المستوى الخططي من ناحية سرعة التفكير والتنفيذ للمواقف الخططية المختلفة، إن جميع ذلك يمكن تنفيذه من خلال أداء التمرينات الخططية وفق أسلوب معين من الأساليب لتنفيذ وسائل اللعب الهجومي سواء أكان الفردي منه أو الجماعي والفرقي، وخاصة أسلوب اللعب السريع وتنفيذه في جميع أرجاء الملعب بعد استعادة حيازة الكرة، وما يقتضية من سرعة نقل الكرة باتجاه الثلث الدفاعي للمنافس ومحاولة تحقيق أقصى استفادة منه للوصول الى المرمى قبل أن يقوم المنافس بترتيب صفوفه، فمن خلال النقل السريع للكرة والانطلاق لعمل الزيادة العددية والإسناد وعكس الأداء من الدفاع إلى الهجوم تتم الاستفادة من هذه الظاهرة في تسجيل الأهداف، وان هذا الأسلوب له دور كبير في تعويد اللاعبين على زيادة معلوماتهم المعرفية الخاصة بالأداء الخططي والتحرك التي يجب عليهم أن يؤديها تماشياً معه. كما أن أداء تمرينات بأسلوب اللعب السريع يجعل اللاعبين قادرين على أداء مهاراتهم المركبة و الخططية بكفاءة عالية وبقدرة أكبر على التحمل، فبالنتيجة الأخطاء الخططية والمهارية المرتكبة على مستوى دقة الاستلام والتسليم والتهديف والتحرك التي يقومون بها تكون بمستوى يرتقي لأداء الجمل الخططية المطلوبة منهم في اثناء المباريات.

ومن خلال ما ذكر تكمن أهمية البحث بدور تمرينات اللعب السريع في تطوير المهارات الهجومية المركبة والمبادئ الخططية لما لها دور في التحكم في المباريات واستخدامها في رفع مستوى اللاعبين بكرة القدم وزيادة المستوى المهاري و الخططي وما تحتويه هذه التمرينات من تنفيذ الواجبات المهارية المركبة و الخططية كالانتقال بالكرة أو بدونها، وتبادل المراكز بين اللاعبين لتنفيذ الواجبات الخططية والمهارية بفاعلية وكفاءة عالية وترسيخ فكرة اللعب السريع الخططي و المهاري السريع والذي ينسجم مع اساليب اللعب الحديث والنهوض في واقع اندية المحافظة من خلال تطبيق تلك التمرينات مما يؤدي الى زيادة الوصول الى مرمى المنافس وزيادة فرصة تسجيل الاهداف وهي غاية لعبة كرة القدم .

٢-١ مشكلة البحث:

اتجهت لعبة كرة القدم الحديثة الى العمل الجماعي لجعل اللعبة ممتعة ومشوقة وتمتاز بالإثارة من خلال نقل الكرة السريع والتنويع في بناء الهجمات وهذا ما نشاهده في مختلفة المدارس الكروية اذ تمكنت من بناء فرق تمتاز بالمستوى العالي في الاداء المهاري و الخططي وحصولهم على المراكز الاولى في الكثير من المحافل الكروية. ومن خلال قرب الباحث من نادي النصر الرياضي ولكونه مدرب سابق لاحظ وجود نقاط ضعف في الجانب المهاري و الخططي نتيجة بطء في نقل الكرة واللعب التقليدي رغم امتلاكهم الصفات والقدرات البدنية وان سبب ذلك يوعزه الباحث الى عدم الاهتمام بأساليب التدريب الحديثة والتي يتم من خلالها لتأكيد على تدريب وتنفيذ المهارات الهجومية المركبة والمبادئ الخططية بالسرعة والدقة المطلوبة وصولاً لتحقيق الواجبات الخططية ويعتقد الباحث ومن واقع خبرته بمجال كرة القدم و كونه لاعبا سابق ومدربا بان تدريب كرة القدم يجب ان يتناغم مع اساليب اللعب الحديثة ومواكبة التطور

الحاصل بالعالم من حيث السرعة والدقة والا سنبقى بعيداً عن التطور. لذا فقد ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال إعداد تمارينات تنفذ بأسلوب اللعب السريع بهدف التأثير على تطوير المهارات المركبة والمبادئ الخططية الهجومية في محاولة للتوصل الى أفضل الوسائل والاساليب التي تساعد في تنفيذ خطط ومهارات اللعب وتطوير الهجوم وزيادة فرص التهديد على المرمى وتحقيق نتائج افضل في المباريات.

٣-١ اهداف البحث:

١- اعداد تمارينات بأسلوب اللعب السريع في تطوير بعض المهارات المركبة والمبادئ الخططية الهجومية للاعبين كرة القدم.

٢- التعرف على افضلية المجموعتين (التجريبية والضابطة) في بعض المهارات المركبة والمبادئ الخططية الهجومية للاعبين كرة القدم.

٤-١ فرض البحث:

١- هنالك تأثير ايجابي لتمارين اللعب السريع في تطوير بعض المهارات المركبة والمبادئ الخططية الهجومية للاعبين كرة القدم.

٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: أندية دوري الدرجة الثانية للمتقدمين لمحافظة ذي قار للموسم الكروي-2022

2021

٢-٥-١ المجال الزمني: من ٢٢/٩/٢٠٢٢ ولغاية ١/٥/٢٠٢٣.

٣-٥-١ المجال المكاني: ملعب نادي النصر الرياضي في محافظة ذي قار.

٢- منهجية البحث وجراءته الميدانية:

١-٢ منهج البحث :

إن اختيار المنهج المناسب يعتمد على طبيعة المشكلة إذ نحاول أن نختار أفضل الطرق للحل وان أهم ما يميز النشاط العلمي الدقيق هو استخدام أسلوب التجربة^(١) كما يعتبر البحث التجريبي متغيراً معتمداً ومضبوطاً للشروط المحددة لواقعة معينة وملاحظة التغيرات الناتجة في هذه الواقعة ذاتها وتفسيرها^(٢)، حيث استخدم الباحث لمنهج التجريبي ذو المجموعتين الضابطة والتجريبية لحل مشكلته وكما مبين في الجدول (١).

جدول (١) يبين التصميم التجريبي للبحث

المجموعات	الاختبار القبلي	التمرينات المستخدمة	الاختبار البعدي
المجموعة التجريبية	١- اختبار بعض المهارات المركبة ٢- اختبار بعض المبادئ الخططية الهجومية	تمارين بأسلوب اللعب السريع	١- اختبار بعض المهارات المركبة ٢- اختبار بعض المبادئ الخططية الهجومية
المجموعة الضابطة	١- اختبار بعض المهارات المركبة ٢- اختبار بعض المبادئ الخططية الهجومية	تمارين المدرب	١- اختبار بعض المهارات المركبة ٢- اختبار بعض المبادئ الخططية الهجومية

٢-٢ مجتمع وعينة البحث:

حدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو أندية دوري الدرجة الثانية للمتقدمين لمحافظة ذي قار للموسم الكروي 2021-2022 وكان عدد الأندية (10) وعدد اللاعبين (225) لاعب ، إذ تم اختيار نادي النصر الرياضي كعينة للبحث عن طريق القرعة إذ تم تقسيم لاعبي الفريق لمجموعتين بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة (مجموعة ضابطة - مجموعة تجريبية) عدد كل منهما (10) لاعبين مسجلين في سجلات الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم والبالغ عددهم (30) لاعباً وتم استبعاد حراس

(١) وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط٢، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٩٣، ص٣٣.

(٢) محمد لبيب ومحمد منير: البحث التربوي- أصوله - مناهجه، ط١، القاهرة، عالم الكتب، ١٩٨٣، ص١٠٢.

المرمى والبالغ عددهم (3) و (7) لاعبين للتجربة الاستطلاعية ليصبح العدد (20) لاعب ومثلت عينة البحث نسبة (33.33%) من المجتمع الأصلي للبحث .

جدول (2) يبين توزيع مجتمع وعينة البحث والنسبة المئوية

ت	المجاميع	عدد اللاعبين	النسبة المئوية
١	الضابطة	١٠	%٣٣.٣٣٣
٢	التجريبية	١٠	%٣٣.٣٣٣
٣	التجربة الاستطلاعية (مستبعدين)	٧	%٢٣.٣٣٣
٤	حراس المرمى (مستبعدين)	٣	%١٠
	المجموع	٣٠	%١٠٠

تجانس المجموعتين التجريبية والضابطة.

لغرض التأكد من تجانس عينة البحث اذ عمد الباحث بعد ذلك إلى إجراء التجانس لإفراد عينة البحث في بعض المتغيرات التي لها تأثير على متغيرات البحث وكما موضح في الجدول (3).

جدول (3) تجانس أفراد عينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
١	الطول	سم	١٦٩,٣	٣,٤٠١	٢,٠٠٨
٢	كتلة الجسم	كغم	٦٦,٢	٥,٠٥٠	٧,٦٢٩
٣	العمر	السنة والشهر	٢٠,٧	١,٧٨٨	٨,٦٤٢
٤	العمر التدريبي	السنة والشهر	٤,٢	٠,٧١٦	١٧,٠٥٩

وقد تبين من خلال جدول (3) إن قيمة معامل الاختلاف انحصرت بين (٢,٠٠٨ - ١٧,٠٥٩) وهو اقل من (30) وهذا يعني إن أفراد عينة البحث متجانسة. إذ إن قيمة معامل الاختلاف كلما اقترب من (1) يعد التجانس عالياً وإذا زاد عن (30) يعني إن العينة غير متجانسة^(١).

2- 3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة:

١-٣ وسائل جمع المعلومات:

❖ الاستبانة. الاختبار والقياس. المقابلة. الملاحظة.

٤-٢ إجراءات البحث الميدانية:

٤-٢-١ تحديد المهارات المركبة والمبادئ الخطئية الهجومية:

قام الباحث بعد التشاور مع السيد المشرف والاطلاع على العديد من المصادر العلمية والدراسات السابقة للتعرف على اهم المهارات المركبة والمبادئ الخطئية التي يستفاد منها لاعبو كرة القدم وذلك بتوزيع استمارة استبانة لبعض الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم وعلم التدريب الرياضي والاختبارات والقياس وعددهم (11) خبير لتحديد اهم المهارات المركبة والمبادئ الخطئية الهجومية وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات قام الباحث بمعالجتها إحصائياً بقانون مربع كأي (كأ). وكما مبين في الجدول (4).

الجدول (4) يبين تفاق الخبراء والمختصين حول تحديد اهم المهارات المركبة والمبادئ الخطئية الهجومية

ت	المتغيرات	المهارات	موافقون	%	غير موافقون	%	قيمة كأي		مستوى الدلالة
							محسوبة	الجدولية	

(1) وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، ط١ ، الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٩، ص ١٦٠-١٦١.

معنوي	٧.٣٦٣	٩.٠٩٠	١	٩٠.٩٠٩	١٠	الاستلام ثم التمرير	١	المهارات المركبة	١
غير معنوي	٠.٠٩٠	٤٥.٤٥٤	٥	٥٤.٥٤٥	٦	الاستلام ثم المراوغة ثم الجري ثم التمرير	٢		
معنوي	٠.٠٩٠	٢٧.٢٧	٣	٧٢.٧٢٧	٨	الاستلام ثم الجري ثم التمرير	٣		
غير معنوي	٤.٤٥٤	٥٤.٥٤	٦	٤٥.٤٥٤	٥	الاستلام مع المراوغة ثم التمرير	٤		
غير معنوي	٢.٢٧٢	٦٣	٧	٣٦.٣٦	٤	الاستلام ثم التهديف	٥		
غير معنوي	٠.٨١٨	٣٦.٣٦٣	٤	٦٣.٦٣٦	٧	التهديف المباشر من الحركة	٦		
معنوي	١١	صفر	صفر	%١٠٠	١١	الاستلام ثم الجري ثم التهديف	٧		

قيمة (كا ٢) عند درجة حرية (١) بنسبة خطأ (٠.٠٥) = ٣.٨٤

٢-٤-٢ الاختبارات المستخدمة في البحث:

اولاً: اختبارات المهارات الهجومية المركبة:

الاختبار الاول: اختبار مهارة الاستلام ثم التمرير:^(١)

هدف الاختبار: قياس الاستلام ثم التمرير.

الأدوات المستخدمة: كرات قدم، ساعة إيقاف، مقعد سويدي، شريط قياس، أقماع، أهداف مصغرة.

وصف الاختبار: يقف اللاعب خلف خط البداية بمسافة (٣م) وعند سماع الإشارة ينطلق بسرعة لاستلام الكرة الممررة له من قبل المدرب داخل الدائرة المرسومة التي نصف قطرها (١م) ثم يناولها مائلة قطرية إلى المقعد السويدي وينطلق للسيطرة عليها بعد ارتدادها من المقعد السويدي في المنطقة المحددة للاستلام ثم يقوم بتمريرها بالقدم المفضلة وبأي جزء منها على المرمى الذي يبعد عن مكان التمرير (١٠م).

- يؤدي اللاعب محاولتين كاملتين على الأهداف الثلاثة.

طريقة التسجيل: يحسب زمن أداء كل محاولة للهدف الواحد من لحظة استلام الكرة حتى تقطع الكرة خط المرمى.

- تسجل دقة التمرير على كل مرمى (هدف) الدرجات.

- تحتسب الدرجة النهائية لأفضل محاولة من الاثنتين من حيث الدقة والزمن.

ملاحظة: المحاولة الواحدة هي أداء الاختبار على الثلاث أهداف وأخذ المتوسط.

التسجيل: تسجل درجات الدقة كما يأتي والشكل (٢) يوضح ذلك:

عند دخول الكرة المرمى يسجل للمختبر (٣) درجات.

عند اصطدام الكرة بالعارضة أو القائم (٢) درجتان.

عند اصطدام الكرة بالقمع تسجل (١) درجة.

عند خروج الكرة عن هذا الحيز تسجل (٠) درجة.

٣-٤-٢ التجربة الاستطلاعية:

يوصي خبراء البحث العلمي بإجراء التجارب الاستطلاعية للاختبارات المستخدمة بالبحوث وذلك من

أجل الحصول على نتائج ومعلومات ضرورية موثوق بها للاستفادة منها عند إجراء التجربة الرئيسية،

(١) علي ناجي جبيري: مصدر سبق ذكره، ص ٨٣.

والتجربة الاستطلاعية هي "دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحته بهدف اختبار أساليب البحث وأدواته.

وبناءً على ذلك فقد قام الباحث وفريق العمل المساعد بأجراء التجربة الاستطلاعية يوم الأحد المصادف ٢٠٢٢/١٢/٢٥ م على عينة من لاعبي نادي النصر الرياضي بكرة القدم اختيروا بالطريقة العمدية البسيطة وبعدهم (٧) لاعبين وتم استبعادهم عند تنفيذ التجربة الرئيسية. وقد كان الهدف من التجربة الاستطلاعية الآتي.

٢-٤-٤ الاختبارات القبليّة:

قام الباحث وفريق العمل المساعد بإجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث والتي شملت الاختبار القبليّة للجانب المهاري والخططي ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة وبعد اعطاء المعلومات اللازمة عن كيفية أداء الاختبارات وتسلسلها شرع الباحث بأجراء الاختبارات في البحث في يوم الجمعة الساعة الثالثة عصراً ٢٠٢٣/١/٣ على لاعبين نادي النصر الرياضي على ملعب نادي النصر الرياضي لكرة القدم.

٢-٤-٥ تكافؤ مجموعتي البحث:

بعد إجراء الاختبارات والقياسات القبليّة أجرى الباحث عملية التكايف لإفراد العينة باستخدام اختبار (T.test) للعينات المستقلة لنتائج الاختبارات القبليّة في المجموعتين وذلك لأجل ضبط المتغيرات التي تغير بالتجربة وتكون نقطة البداية واحدة بالنسبة للمجموعتين وقد أظهرت النتائج عشوائية الفروق بين المجموعتين من خلال مقارنة T المحسوبة للجدولية المقابلة لها وكما مبين بالجدول (٥).

جدول (٥) يبين تكافؤ مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ (SIG)	نتيجة الفروق
			± ع	س	± ع	س			
١	الاستلام ثم التمرير	الدقة	0.02799	0.8250	0.02912	0.8123	0.994	0.333	غير معنوي
		الزمن	0.0023	5.9709	0.42201	5.7712	1.496	0.152	غير معنوي
٢	الاستلام ثم الجري ثم التمرير	الدقة	0.00236	0.5627	0.00552	0.5650	1.212	0.241	غير معنوي
		الزمن	0.0026	6.0601	0.42190	5.8600	1.500	0.151	غير معنوي
٣	الاستلام ثم الجري ثم التهديف	الدقة	0.0053	0.7085	0.00085	0.7105	1.166	0.259	غير معنوي
		الزمن	0.4714	5.3177	0.42174	5.1177	1.000	0.331	غير معنوي
٤	تغير مراكز اللعب	الدرجة	0.0329	0.8674	0.05018	0.8615	0.311-	0.759	غير معنوي
٥	تغير اتجاه اللعب	الدرجة	0.0042	0.4684	0.00354	0.4695	0.627	0.538	غير معنوي
٦	المنافسة الجدارية	الدرجة	0.0015	0.6054	0.00602	0.6090	1.844	0.082	غير معنوي

٦-٢ الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS من خلال القوانين الآتية:

الفصل الثالث

جدول (٧) يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة ومستوى ونوع الدلالة للمهارات المركبة والمبادئ الخطئية الهجومية المختارة للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	قبلي		بعدي		قيمة (t) المحسوبة	Sig (٠.٠٥)	الدلالة
		ع	س	ع	س			
الاستلام ثم التمرير	الدقة	0.0279	0.8250	0.0316	2.4530	196.782	0.000	معنوي
	الزمن	0.0023	5.9709	0.0264	4.0191	225.816	0.000	معنوي

معنوي	0.000	2322.62	0.0034	3.1537	0.0023	0.5627	درجة	الدقة	الاستلام ثم
معنوي	0.000	30.136	0.1414	4.7190	0.0026	6.0601	ثانية	الزمن	٢ الجري ثم التمرير
معنوي	0.000	521.918	0.0182	4.0270	0.0053	0.7085	درجة	الدقة	٣ الاستلام ثم التهديف
معنوي	0.000	8.924	0.0093	4.0073	0.4714	5.3177	ثانية	الزمن	
معنوي	0.000	87.648	0.0110	2.0819	0.0329	0.8674	درجة		٤ تغير مراكز اللعب
معنوي	0.000	345.32	0.0025	1.0399	0.0042	0.4684	درجة		٥ الاداء الخططي بتغير الاتجاه
معنوي	0.000	1450.28	0.0013	1.2092	0.0015	0.6054	درجة		٦ المناولة الجدارية

*تحت درجة حرية (ن-١) (١٠-٩) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٢.٢٦٢

١-٣ مناقشة نتائج اختبارات بعض المهارات المركبة والمبادئ الخططية الهجومية في القياس القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

عندما نلاحظ الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في الجدولين (٧،٦) للمجموعتين التجريبية والضابطة نلاحظ هنالك تطور حاصل في نتائج الاختبارات بالنسبة للمجموعة الضابطة ويعزو الباحث السبب الى المنهج المقنن المتبع من قبل المدرب وهو امر حتمي ناتج عن التدريب والالتزام به خاصة وهم لاعبين متقدمين ويمتازون بسرعة الاكتساب مع استمرار المنهج لمدة شهرين وهذا زمن كافي لا يحدث التغير بالنتائج، اذ ان التدريبات اليومية التي اتبعتها هذه المجموعة قد اثرت في تطوير المتغيرات المبحوثة والتي تعد من الاساسيات المهمة التي يحتاجها لاعب كرة القدم في اداء واجباته المهارية والخططية، اذ يجب ان يكون المنهج التدريبي شامل ومتنوع ومتوازن ويغطي كافة القدرات المهمة التي يحتاجها لاعب كرة القدم للوصول باللاعب الى التكامل البدني والمهاري والخططي . وكذلك الحال بالنسبة لافراد المجموعة التجريبية فيعزو

الباحث سبب الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدي ولصالح الاختبارات البعدية التي اتبعت المنهج المنفذ من قبل الباحث لفترة (٨) اسابيع وبواقع (٣) وحدات تدريبية في الاسبوع وكان مجموع الوحدات التدريبية المعدة من قبل الباحث (٢٤) وحدة تدريبية ويعزو الباحث التحسن في الاختبارات البعدية الى استخدام تمارين اللعب السريع التي ادت الى تفاعل اللاعبين مع الوحدات التدريبية المعدة من قبل الباحث وتنفيذها بالشكل المطلوب وبالتالي انعكست على الاختبارات البعدية ، ويشير الى ذلك (احمد امين فوزي) ان المطلوب من اللاعب ليس فقط جودة الاداء والالية ولكن المطلوب منه ان تكون لديه القدرة على مواجهة الحالات الصعبة وامتلاك السرعة العالية وهي ما تجعل اللاعب قادرا على اداء المهارة بثبات الجودة والالية في اول المباراة كما في نهايتها^(١) ، حيث ان تمرينات اللعب السريع كان لها تأثير واضح على المهارات المركبة المختارة والتي اسهمت بشكل كبير في هذه الفروقات المعنوية حيث ادت الى رفع مستوى الاداء الحركي والمهاري المركب لجميع اللاعبين في بناء الهجمة السريعة واداء المهارة بالصورة المطلوبة الذي بدوره انعكس على تطوير الربط الخططي للمهارات والتوافق بينهما ويشير الى ذلك (علاوي) من ان الإتقان التام للمهارات المركبة من حيث انه الهدف النهائي لعملية الإعداد المهاري- الخططي يتأسس عليه الوصول لأعلى المستويات الرياضية ، فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي. ومهما اتصف به من سمات خلقية وإرادية، فإنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان في المهارات المركبة في نوع النشاط الرياضي التخصصي الذي يتخصص فيه^(٢).

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها تم استنتاج ما يأتي:

١- ان لتمرينات اللعب السريع دور ايجابي في تطوير بعض المهارات المركبة للاعبين كرة القدم.

(١) احمد امين فوزي : سيكولوجية التدريب الرياضي للناشئين ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي، ٢٠٠٨، ص١٣٨.
 (٢) محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي، ط١٢ ، القاهرة ، دار المعارف، ١٩٩٢، ص٢٥٧.

٢- ان لتمرينات اللعب السريع دور ايجابي في تطوير بعض المبادئ الخططية الهجومية للاعبين كرة القدم.

٤-٢ التوصيات:

١- ضرورة تطوير بعض المهارات الاساسية والمركبة لدى لاعبي كرة القدم المتقدمين.
ضرورة استخدام الاساليب المختلفة لتدريبات المهارات المركبة والمبادئ الخططية الهجومية للاعبين كرة القدم المتقدمين

المصادر

- ❖ احمد امين فوزي: سيكولوجية التدريب الرياضي للناشئين، ط١ ، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٨.
- ❖ محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي، ط١٢، القاهرة، دار المعارف، ١٩٩٢.
- ❖ محمد لبيب ومحمد منير: البحث التربوي- اصوله - مناهجه، ط١، القاهرة، عالم الكتب، ١٩٨٣.
- ❖ وجيه محجوب: طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط٢، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٩٣.
- ❖ وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، ط١ ، الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٩.

مجلة ميسان
لعلم التربية البدنية