

تأثير التدريبات الحديثة في تنمية مستوى الأداء المهاري للاعبين الشباب بكرة القدم

ا.د. ذو الفقار صالح عبد الحسين السيد علي عبد الكاظم جبار السوداني
كلية التربية الرياضية
جامعة البصرة

الملخص العربي:

أحتوى البحث على المقدمة وأهميته والمشكلة والأهداف والفروض وكذلك مجالات البحث وأحتوى البحث على الدراسات النظرية حيث تطرق الباحثان إلى التدريب والتدريب الرياضي وكذلك الى التدريب الحديث في كرة القدم من خلال مفهومه وأهدافه والى المهارات الاساسية من خلال مفهومها والتي تمثلت بمهارة المناولة التهديف والى الدراسات المشابهة وأحتوى البحث على الأجهزة والأدوات المستخدمة وكذلك تطرق الباحثان إلى المتغيرات الأساسية للبحث من خلال تحديد أهم الاختبارات التي أعتمدت بالبحث للمهارات الأساسية وكذلك شمل البحث الخطوات الأساسية لتنفيذه والتجارب الاستطلاعية وأسس وضع البرنامج التدريبي المقترح والتجربة الأساسية(تطبيق البرنامج)بالإضافة إلى الوسائل الإحصائية المستخدمة والمتمثلة بالبرنامج الإحصائي (spss) وتم عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي مثلت الاختبارات القبليّة والبعديّة لمتغيرات الأداء المهاري (المهارات الأساسية) بالإضافة إلى عرض وتحليل ومناقشة نسب التطور التي حصل عليها الباحثان من خلال الاختبارات القبليّة والبعديّة للمهارات الأساسية وأحتوى البحث أيضا على أهم الاستنتاجات والتوصيات التي توصل إليها الباحثان.

الملخص الانكليزي:

Impact drills in the development of modern level of performance skills for young football players

Researcher Researcher

Ali Abdul-Kadhim Jabbar with Sudanese thul fiqarsaleh Abdul Hussein

Abstract

Consisted research presented and its importance and the problem, objectives, assumptions, as well as research and consisted search on theoretical studies where touched researchers to training and coaching as well as to modern training in football through his concept, objectives and basic skills through the concept and that was skillfully handling the scoring and to studies of similar And consisted search for the hardware and tools used, as well as touched researchers to key variables to search through the identification of the most important tests that have been adopted searching for basic skills as well as search included the basic steps for implementation and testing reconnaissance and established a training program proposed and basic experience (application program) in addition to the statistical methods used and of the program of statistical (spss) were present, analyze and discuss the results, which accounted tests before and after the performance variables skills (basic skills) as well as view and analyze and discuss the rates of evolution obtained by researchers through the tests before and after the basic skills and consisted Find also the main conclusions and recommendations reached by the researchers

١-١ المقدمة وأهمية البحث

تعد كرة القدم هي واحدة من أكثر الألعاب شعبية بالعالم وقد جاءت أهميتها من كونها تحتوي على الكثير من المفردات الحركية التي تحقق متعة الممارسة والمشاهدة.

أن هذه المتعة في الممارسة والمشاهدة التي توفرها كرة القدم للممارس والمشاهد لم تأتي إلا بعد عملية الارتقاء بجميع عناصرها الأساسية وهي البدنية - الخططية - المعنوية - النفسية - والذهنية (١).

والتدريب الحديث في كرة القدم هو عملية تربوية مبنية على أسس علمية تعمل على تنمية وتطوير الصفات البدنية للاعب من قوة وسرعة ومرونة وأكسابه الخبرات الخططية التي تهدف إلى وصول الفريق إلى أعلى مستوى من الأداء الرياضي بغرض تحقيق الهدف من التدريب وهو الفوز في المباريات (١) إن تحقيق الانجاز العالي بكرة القدم يبدأ من ممارسة الأطفال والناشئين لهذه اللعبة .

ولكون كرة القدم هي اللعبة الأكثر شعبية في العالم فقد كان الاهتمام بها استثنائياً يتناسب وأهميتها من جهة وكونها اللعبة التي تدخل المتعة والسرور لقلوب مشاهديها ومزاوليها من جهة أخرى ،لذا فقد سخر التطور الهائل في العلوم والمعارف التدريبية في خدمة التخصص المبكر بكرة القدم ،لذلك أجريت البحوث والدراسات العلمية الدقيقة لمعرفة وابتكار أفضل الوسائل التدريبية - والتعليمية لتعليم وتدريب المهارات الأساسية والتي تعتبر أساس التعلم والتدريب للفئات العمرية والذي تبنى عليه عناصر كرة القدم الأخرى.

"أن التخطيط السليم للتدريب هو ذلك التخطيط الذي يعتمد الأسس العلمية في تنظيم وجدولة التدريب وفي مجال وفي مجال تدريبات الفئات العمرية (المبتدئين - الأشبال - الناشئين)

لذا ومما سبق ذكره فان التدريب بكرة القدم والتخطيط العلمي الجيد للتدريب هو المفتاح للوصول إلى أفضل انجاز للاعب كرة القدم من اجل تحقيق الأهداف المرجوة منه وكما هو متعارف عليه فان التدريب الرياضي هو بحر واسع من الأساليب التدريبية المختلفة والمتنوعة والتي تصب في خدمة الأداء الكروي وخاصة الفردي منها وفئة الشباب والفئات العمرية.

١-٢ مشكلة البحث

(١) قاسم لزام وموفق مجيد المولى: تدريب التكتيك بكرة القدم بين النظرية والتطبيق.ص ٤٥ .

(١) غازي صالح محمود:كرة القدم المفاهيم والتدريب:٢٠٠٨،مكتب زاكي للطباعة،بغداد،ص ٢٤ .

أن لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تتميز بتعدد مهاراتها الحركية الدفاعية والهجومية وهذه المهارات تتخذ من الترابط والتسلسل سمة غالبية لها.

ولذلك هنالك من يصنف كرة القدم بأنها من المهارات الصعبة والمعقدة لكونها تتكون من عدد كبير من المكونات فكثرة المهارات فيها مثل المناولات وبكل أشكالها وأنواعها والسيطرة بكل أجزاء الجسم والدرجة والدوران والضرب بالرأس في الدفاع والهجوم التهديف، وأساليب اللعب والمتطلبات البدنية والحركية والذهنية التي يحتاجها اللاعب كل ذلك جعل من كرة القدم لعبة تبدو أكثر تعقيدا من غيرها من الألعاب .

ألا أن اللاعب الماهر أي المتقن لمهاراته والمتكامل في إعداده بدنيا وذهنيا ومهارياً هو الذي يجعل كرة القدم أكثر سهولة من حيث جمالية الأداء وانسيابية الحركة لدية .

لذا ومن خلال اطلاع الباحث على العديد من الوحدات التدريبية التي تخص الفئات العمرية في مختلف فرق أندية محافظة البصرة وكيفية تعامل المدربين مع التمارين والوحدات التدريبية التي باتت أن تكون شبه تقليدية وبعيدة عن الربط بين الجوانب المهارية والخطية لدى اللاعب بشكل متسلسل في جملة تكتيكية متسلسلة الأداء.

وتكمن مشكلة البحث في التعرف على مدى تأثير التدريبات الحديثة المتبعة من قبل الباحث في تطوير الأداء المهاري للاعبين الشباب بكرة القدم.

١-٣ أهداف البحث

١- التعرف على مدى تأثير التدريبات الحديثة في تنمية مستوى الأداء المهاري لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .

٢- أعداد برنامج تدريبي الغرض منه تنمية مستوى الأداء المهاري لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .

٣- التعرف على الفروق في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.

١-٤ فروض البحث

١- أن التدريبات الحديثة تطور من الأداء المهاري لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .

٢- أن التدريبات الحديثة تساهم في تطوير الجانب المهاري لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .

٣- أن التدريبات الحديثة تعمل على تطوير الجانب التكتيكي لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .

١-٥ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري: لاعبو شباب نادي نفط الجنوب الرياضي بكرة القدم للموسم ٢٠١١ - ٢٠١٢م.

١-٥-٢ المجال الزمني: للمدة من ١ / ٣ / ٢٠١٢ ولغاية ١ / ٤ / ٢٠١٢.

١-٥-٣ المجال المكاني: ملعب نادي نفط الجنوب الرياضي في محافظة البصرة.

الباب الثاني: الدراسات النظرية

التدريب والتدريب الرياضي

يقصد بالتدريب عملية الأعداد المنظم المستمر لتطوير قدرات الفرد ورفع مستوى كفاءته لتحقيق المتطلبات اللازمة لأداء عمل معين وبلوغ هدف محدد وزيادة الإنتاجية للفرد والمجتمع.

التدريب الرياضي هو احد صور التدريب في مجال النشاط الرياضي الذي يعمل على رفع مستوى الانجاز عند الرياضي للوصول للمستويات العالية في النشاط الرياضي الممارس.

ويعرف أيضا التدريب الرياضي بمعناه الواسع بأنه "الإعداد التام للبدن والنفس من اجل تحقيق أفضل النتائج، لذا نفهم التدريب الرياضي بأنه مجموعة مركبة من الطرق والقواعد والنظريات المتعلقة بأعداد اللاعب إعدادا رياضيا لأجل الوصول إلى المستويات العليا حسب الاختصاصات. وان هذا النظام مستند على المعارف والخبرات والنتائج العلمية فضلا عن توافر ظروف خاصة للتدريب".⁽¹⁾

ويعرفه عماد الدين عباس في الألعاب الجماعية على أنه "عملية تربية هادفة ذو تخطيط علمي لإعداد اللاعبين بمختلف مستوياتهم للوصول الى أفضل المستويات الرياضية العالية"⁽²⁾ تغيرات في المستوى البدني والوظيفي والتكنيكي والنفسي والعقلي بحيث تتعدى شدة الحمل المستخدم حدا معين يختلف من فرد إلى آخر"⁽³⁾

التدريب الحديث في كرة القدم

" التدريب الحديث عملية تربية مخططة مبنية على أسس علمية سليمة تعمل على وصول اللاعبين إلى التكامل في الأداء الرياضي في كرة القدم، وما يترتب على ذلك من تحقيق الهدف من عملية التدريب، وهو الفوز في المباريات.

ويتطلب تحقيق هذا الهدف أن يقوم المدرب بتخطيط وتنظيم قدرات لاعبيه البدنية، والفنية، والذهنية، وصفاتهم الخلقية، والتنفسية والإرادية، في إطار موحد للوصول بهم إلى أعلى مستوى من الأداء الرياضي وخاصة أثناء المباريات.

ولما كان مستوى الأداء الرياضي في كرة القدم في اغلب دول العالم قد ارتفع بصورة واضحة وخاصة في الخمس عشر سنة الأخيرة، ولما كان التدريب الرياضي كما ذكرنا هو عملية مخططة ومبنية على أسس علمية، فقد أصبح لزاما على مدربينا الإلمام بهذه الأسس العلمية السليمة عند تدريب فرقتهم، وكذلك كيفية وضع خطط التدريب"⁽⁴⁾

مفهوم التدريب الحديث في كرة القدم

(1) نوال مهدي العبيدي و فاطمة المالكي: علم التدريب الرياضي، ط. ١، ٢٠٠٨، ص ٤٦ .

(2) عماد الدين عباس: التخطيط والأسس العلمية والأعداد في الألعاب الجماعية، ط. ١، القاهرة، منشأة المعارف، ٢٠٠٥، ص ١٥٥ .

(3) عبد الله حسين اللامي: الأسس العلمية للتدريب الرياضي، بغداد، الطيف للطباعة، ٢٠٠٤، ص ٢٠ .

(4) حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دارالفكر العربي، مدينة نصر، ص ١١ .

التدريب الحديث في كرة القدم هو عملية تربوية مبنية على أسس علمية تعمل على تنمية وتطوير الصفات البدنية للاعب :من قوة، وسرعة، وتحمل، ورشاقة، ومرونة والارتفاع بمقدرته الفنية، وإكسابه الخبرات الخطئية المتعددة، وكذلك تنمية صفاته النفس إرادية وتهذيب صفاته الخلقية التي يجب أن يتحلى بها كرجل رياضي ، وذلك في إطار خطة تدريب مدروسة ومخططة تهدف إلى وصول جميع لاعبي الفريق إلى أعلى مستوى من الأداء الرياضي. بغرض تحقيق الهدف من التدريب وهو الفوز في المباريات.^(١)

المهارات الأساسية لكرة القدم مفهومها

لقد تناول الكثير من العلماء والباحثين والمدربين في مجال كرة القدم المهارات الأساسية. ومنها هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون اللعبة، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها.

وهي "تكنيك اللعبة والأداء الذي يقوم به اللاعب مع الكرة مباشرة أو الحركات التي يؤديها في المنطقة القريبة من الكرة حيث تحتوي كرة القدم على مهارات عديدة يؤدي البعض منها بالكرة والآخر بدون كرة وعلى المدرب الجمع بينهما فكلاهما يشكل أساسا لتحقيق التكنيك العالي"^(٢)

ويرى (زهير الخشاب وآخرون ١٩٩٩) أن المهارات الأساسية " تعني كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي لغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها "^(٣) وعرفها ذو الفقار صالح (٢٠٠٣) نقلا عن حنفي محمود (١٩٩٤) على "أنها كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم"^(٤)

المناولة

هي من أهم المهارات الأساسية في كرة القدم ويرجع ذلك إلى أن هذه اللعبة لعبة جماعية تحتاج إلى تعاون الفريق جميعاً من أجل هدف واحد وهو مبتغى كل من يلعب بالملاعب ، وبواسطة المناولة الصحيحة المتقنة يتسنى للفريق المهاجم الوصول إلى مرمى الفريق المنافس وتسجيل إصابة فيه . والمناولة هي عماد لعبة كرة القدم حيث لا يستطيع أي لاعب لوحده الوصول إلى المرمى ومحاوره جميع لاعبي الفريق المنافس "^(٥)

التهدف

(١) حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. دار الفكر العربي. مدينة نصر. ص ١٤ .
(٢) يوسف لازم كماش: المهارات الأساسية في كرة القدم. تعليم - تدريب. دار الخليج العربي. ١٩٩٩. ص ١٥ .
(٣) زهير الخشاب وآخرون. كرة القدم، ط٢ محدثة. دار الكتب لطباعة والنشر. جامعة الموصل. ١٩٩٩. ص ٥٢ .
(٤) ذو الفقار صالح عبد الحسين: تأثير استخدام الجمل الخطئية في تطوير الاداء الحركي للاعبين الشباب. أطروحة دكتوراه. ٢٠٠٣. ص ٣٣ .
(٥) محمد عبد الله الهزاع . مختار احمد اينوبلى . المهارات الأساسية لكرة القدم. الكويت : مطابع صوت الخليج. ب ت. ص ٢٢ .

يعد التهديد من المهارات الأساسية المهمة التي يجب أن يتقنها لاعب كرة القدم باعتبارها النهاية المثالية لجمل اللعب الخطية والتكتيكية ويعد التهديد من أهم وأصعب المهارات الأساسية لان التهديد ينفذ من أوضاع وزوايا مختلفة من الملعب ويرى ضياء منير ١٩٩٧ " بأن التهديد من أهم المهارات الأساسية بكرة القدم حيث يشغل نسبة كبيرة لارتقاء اللاعب مها ربا لذا يجب أن تلازم تعلم الناشئين دون التركيز على مراكز اللاعبين"^(١)

ويرى ذو الفقارصالح "أن التهديد بكرة القدم من أهم الوسائل الهجومية الفردية حيث بدونه يفقد الفريق فرصة الفوز والفريق الذي يجيد لاعبيه التهديد يعد من فرق المقدمة وهو السلاح الذي يهددوا به الفرق الأخرى"^(٢)

ويرى الباحث أن التهديد هو نهاية المجهود الجماعي المنظم للاعبى الفريق وبه تحسم نتيجة المباراة ويجب على مدربي كرة القدم وخاصة مدربي الفئات العمرية أن يكتفوا التدريب على هذه المهارة وان يصلوا باللاعب إلى أعلى مستوى من الإتقان حتى يكون اللاعب على أتم استعداد للتهديد من أماكن وأوضاع وزوايا مختلفة من المرمى وحتى يكون الفوز مضمون وحتمي في المباريات.

الدراسات المشابهة ومناقشتها

قام الباحث بمسح مرجعي للكتب العربية والأجنبية والاطلاع على المعلومات التي توافرت للباحث من خلال شبكة الانترنت وجد الباحث المعلومات النظرية في صياغة برامج التدريب ومحددات البرنامج وأجهزة وأدوات ومحتوى البرنامج ومعايير خاصة بالبرنامج التدريبي إضافة إلى مقابلة الخبراء والمختصين في هذا الجانب إلا انه لم يجد أي دراسة علمية تناولت هذا الأسلوب في تدريبات كرة القدم حيث هذا الأسلوب استخدمه كورفر في المدارس الكروية الحديثة وفي مختلف دول العالم ففي اليابان أنشئت (٣١) مدرسة كروية متخصصة بأسلوب كورفر تقوم بتدريب آلاف لاعب وكذلك في الصين وشمال أفريقيا حيث توجد (٣٤) مدرسة كروية إضافة إلى نصف مليون مشارك وكذلك العديد من المدارس في كل من القاهرة وقطر حيث يتحدث أسلوب كورفر (١١) لغة وهذا دليل على سعة انتشاره في جميع أنحاء العالم وتقوم مؤسسة كورفر بإنتاج أدبيات الأكاديمية بهذه اللغات ال(١١) ففي عام ٢٠٠٣ بلغ عدد المستفيدين من أسلوب كورفر

□ ألف مشارك في حين ارتفع هذا الرقم إلى □ مشارك في عام ٢٠٠٤ إلى أن وصل إلى

□ مشارك في عام ٢٠١١ .

الباب الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

(١) ضياء منير: علاقة القوى الانفجارية للأطراف السفلى ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم. رسالة ماجستير. جامعة بغداد. ٢٠٠٠. ص ٢٣.

(٢) ذو الفقارصالح عبد الحسين: مصدر سبق ذكره ص ٣٨.

منهج البحث

لتحقيق أهداف البحث واختبار الفروضه استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي يمكن من خلاله التنبؤ بالحدث والتحكم بدراسته وتفسير الأسباب^(١) وعليه استخدم الباحث المنهج التجريبي تصميم القياس القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة (المتكافئة) وذلك لمناسبتة لطبيعة الدراسة.

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو ناشئي نادي نفط الجنوب الرياضي للموسم ٢٠١١-٢٠١٢م والذي بلغ عددهم (٣٠) لاعبا وقد قسمت العينة الى مجموعتين -المجموعة التجريبية: وعددها (١٥) لاعبا تم اختيارهم عشوائيا من نادي نفط الجنوب. -المجموعة الضابطة: وعددها (١٥) لاعبا تم اختيارهم عشوائيا من نادي نفط الجنوب. وقد روعي عند اختيار العينة التالي

- تثبيت العمر لدى أفراد العينة حيث تم اختيارهم من نفس الفئة العمرية (الناشئين) التي تمثل الفريق للموسم الكروي ٢٠١١-٢٠١٢م والمسجلين في كشوفات الاتحاد. العمر التدريبي.

- اختيار العينتين من نفس المستوى (مستوى فئة الناشئين).
- تم إجراء اختبار (T) لمعرفة دلالة الفروق في المتوسطات لمتغيرات البحث.

جدول رقم (١)

يبين تجانس العينة في الطول والوزن والعمر والعمر التدريبي

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	١٦.٣٣٣٣		
العمر التدريبي	٢.٤٠٠٠		
الوزن	٦٠.٧٣٣٣	٣.٥٥١٩	
الطول	١٦٧.٦٦٦٧	٦.١٨٨٦	

ويبين الجدول رقم (١) معاملات الالتواء قد انحصرت ما بين (+٣) مما يدل على تجانس العينة في هذه المتغيرات

(١) وجيه محجوب : أصول البحث العلمي ومناهجه. دار المناهج للنشر والتوزيع. عمان. ٢٠٠١. ص ١٦٨.

ويبين الجدول رقم (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبارات (قيد الدراسة) مما يدل على تكافؤهما في هذه الاختبارات.

جدول رقم (٢)

يبين نسب التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيم T* المحسوبة	الدلالة الإحصائية
	س	ع+	س	ع+		
الطول	□ □		□ □			غير معنوي
الوزن	= □		= □			غير معنوي
العمر	= □		= □			غير معنوي
العمر التدريبي						غير معنوي

*قيمة T الجدولية تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٨) = ١.٧٠

الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث

استخدم الباحث الأدوات وأجهزة القياس والاختبارات التالية بعد مراجعة استخداماتها وصلاحياتها وهي:-

١- كرات قدم نوع اوفيشل عدد (١٥).

٢- شواخص بلاستيك أجنبي عدد (٢٠).

٣- ساعة توقيت ماركة TIAN FU.

٤- كاميرة تصوير ديجيتال نوع كوداك.

٥- ميزان إلكتروني

٦- شريط قياس (فيتيه) ٤٠متر

٧- حبال طول ٢٠متر.

تحديد متغيرات البحث

بعد الاطلاع على العديد من المصادر والمراجع في مجال الاختصاص قام الباحث بتحديد أهم المهارات الأساسية بكرة القدم ثم عرضها على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال تدريب كرة القدم بلغ عددهم (١٠) خبراء والتي حصلت على نسبة أكثر من ٧٥% بعدان أهملت المهارات التي حصلت على نسبة أقل من ٧٥% حسب رأي الخبراء والمختصين.

جدول رقم (٣)

أهم المهارات الأساسية المختارة من قبل الخبراء والمختصين والنسبة المئوية لها وعدد التكرارات

ت	المهارات الأساسية	التكرار	النسبة المئوية
١	التهديف	١٠	%١٠٠
٢	المناوله	١٠	%١٠٠

تحديد المهارات الأساسية واختباراتها المعتمدة

لغرض تحقيق أهداف البحث بالشكل العلمي الدقيق وبعد الإطلاع إلى الكثير من المصادر والمراجع والأبحاث وما كتب سابقا من بحوث علمية قام الباحث باختيار اختبارات المهارات الأساسية ملحق رقم (١) بعد ذلك تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم والتدريب الرياضي لتحديد الاختبار المناسب لكل مهارة والجدول رقم (٤) يبين ذلك

جدول رقم (٤)

يبين الاختبارات المعتمدة في البحث للمهارات الأساسية

ت	المهارة الأساسية	الاختبار المعتمد من قبل الخبراء	التكرار	الهدف من الاختبار
١	المناوله	استقبال الكرة والمناوله نحو هدف صغير على بعد ١٠ م	٣	دقة المناولة
٢	التهديف	التهديف من الثبات نحو الهدف المقسم بالقدم المفضلة	٣	دقة التهديف

اختبارات المهارات الأساسية

اختبار دقة التهديف (١)

الأدوات المستخدمة : شريط قياس ، كرة قدم ، هدف مقسم بواسطة حبال إلى تسع أقسام، بورك لرسم نقطة الجزاء .

طريقة الأداء : يقف المختبر على بعد (١١) م من الهدف وعند إعطاء إشارة البدء يقوم

المختبر بالتهديف. التسجيل : تعطى للمختبر (٣) محاولات إذ يتم تسجيل النقاط حسب الموقع .

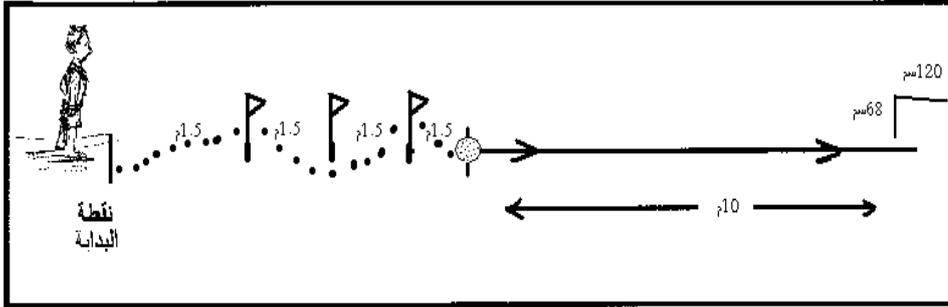
أختبار دقة المناولة (٢)

(١) عماد كاظم: أثر برنامج تدريبي مقترح في تطوير مهارة التهديف بكرة القدم (رسالة ماجستير) كلية التربية الرياضية. ج. بغداد. ص. ١٩.

(٢) شامل كامل: محاضرات مادة الاختبارات على طلبة الماجستير . كلية التربية الرياضية جامعة بغداد : ١٩٩٨.

الأدوات المستخدمة : شواخص عدد (٣)، كرة قدم ، شريط قياس ، هدف صغير العرض (٢٠سم) الارتفاع (٦٨سم).

-طريقة الأداء : يقف المختبر على بعد (١٦) م من الهدف الصغير توضع الكرة على بعد (١٠) م من الهدف ويوضع الشاخص الأول على بعد (١.٥) م من الكرة وتكون المسافة بين كل شاخص و شاخص (١.٥) م ويبعد الشاخص الأخير عن خط البداية (١.٥) م .



اختبار المناولة باتجاه هدف صغير على بعد (١٠م)

التسجيل : تعطى لكل مختبر ثلاث محاولات حيث يتم إعطاء درجتين للمحاولة الناجحة ودرجة واحدة للمحاولة التي تمس الهدف الصغير وصفرًا للمحاولة الفاشلة

خطوات تنفيذ البحث

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة العربية والأجنبية المرتبطة بموضوع البحث والتي من خلالها حدد الباحث ما رآه مناسباً في تحديد عينته ومنهجية بحثه والتي على ضوءها حدد الباحث أدوات ووسائل جمع البيانات لطبيعة الاختبارات المستخدمة لمتغيرات البحث ومن أجل تحقيق فروض وأهداف بحثه أتبع الباحث الخطوات التالية:-

التجارب الاستطلاعية

نظراً لطبيعة منافسات كرة القدم والتدريبات الحديثة المستخدمة قام الباحث بأتباع ما ذهب إليه الخبراء في الدراسات من حيث ضرورة القيام بالدراسات الاستطلاعية وعلية فقد أجرى الباحث عدة دراسات استطلاعية وذلك بهدف التعرف على:-

-الصعوبات التي قد تواجه الباحث أثناء إجراء التجربة الأساسية.

-التأكد من سلامة وصلاحية الأدوات المستخدمة .

-تدريب المساعدين على كيفية إجراء (الاختبارات) وتسجيل البيانات.

-مناسبة التمارين المقدمة لعينة البحث.

-التأكد من المعاملات العلمية للاختبارات.

-تقنين الحمل التدريبي المستخدم في البرنامج التدريبي.

حيث قام البا :-

أولاً:- التجربة الاستطلاعية الأولى لإيجاد التجانس والتكافؤ للمجموعتين في متغيرات الدراسة وبتاريخ ٢٠١٢/٢/١٥ م.

ثانياً:- التجربة الاستطلاعية الثانية لإيجاد المعاملات العلمية بتاريخ ٢٠١٢/٢/١٢ م.

ثالثاً:- التجربة الاستطلاعية الثالثة لتقنين الحمل التدريبي في فترة الأعداد الخاص.

رابعاً:- التجربة الاستطلاعية الرابعة لتقنين الحمل التدريبي في فترة ما قبل المنافسات.

أسس وضع البرنامج التدريبي المقترح

أستخدم الباحث طريقة الحمل الخاصة بتشكيل (٣-١).

-تم تقنين التمارين عن طريق الزمن والراحة عن طريق النبض مستخدماً في ذلك حالتين وحسب الفترات التدريبية حيث كانت ضربات القلب عند الراحة في فترة الإعداد الخاص (١٢٠-١٣٠) ضاد بينما اختلف ذلك في فترة ما قبل المنافسات إلى (١٣٠-١٤٠) ضاد بين التمارين أما بين المجاميع فقد استخدم الباحث الزمن من (٣-٥) د.

التجربة الأساسية (تطبيق البرنامج)

تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على العينة الأساسية (التجريبية) للبحث بعد الاختبار القبلي وقد استغرق تطبيق البرنامج المقترح ٨ أسابيع من الفترة ٢٠١٢/٣/١٥ م إلى ٢٠١٢/٤/٣٠ م وبواقع أربع وحدات تدريبية أسبوعية (السبت، الأحد، الاثنين، الثلاثاء) وذلك طبقاً لأراء الخبراء حول تحديد عدد مرات التدريب في الأسبوع.

الوسائل الإحصائية

أستخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية

١- الوسط الحسابي.

٢- الانحراف المعياري.

٣- معامل الاختلاف.

٤- اختبار T.TESTE للعينات المرتبطة.

٥- معامل نسبة التطور.

وقد تم معالجة البيانات بجهاز الحاسوب (الكمبيوتر) على وفق البرنامج الإحصائي SPSS.

الباب الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في متغيرات الأداء المهاري للمجموعة التجريبية

ت	المتغيرات	الاختبارات القبلية		الاختبارات البعدية		الأوساط الحسابية للفروق	الانحرافات المعيارية للفروق	قيم (T) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
		ع++	س	ع++	س				
١	المناولة	١.٥٧٩٦	٥.٤٦٦٧	٠.٦٣٩٩	١.٢٠٠٠	٢.٠٠٧١	٢.٣١٦	معنوي	
٢	التهديف	٧.٣٣٣٣	٩.٦٦٦٧	١.٥٨٨٧	٢.٣٣٣٣	٢.٢٢٥٤	٤.٠٦١	معنوي	

*قيمة (T) الجدولية تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٤) تساوي (١.٧٦١)

في اختبار المناولة يظهر من خلال الجدول (١١) ان الوسط الحسابي للاختبار القبلي لغ (٤.٢٦) بانحراف (١.٥٧) اما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (٥.٤٦) بانحراف معياري (٠.٦٣) وبلغت الاوساط الحسابية للفروق (١.٢٠) وبلغت الانحرافات المعيارية للفروق (٢.٠٠) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (٢.٣١) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (١.٧٦) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٤) مما يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبار البعدي.

في اختبار التهديف يظهر من خلال الجدول رقم (١١) ان الوسط الحسابي للاختبار القبلي قد بلغ (٧.٣٣) بانحراف معياري (١.٤٤) اما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (٩.٦٦) بانحراف معياري (١.٥٨) وبلغت الاوساط الحسابية للفروق (٢.٣٣) والانحرافات المعيارية للفروق (٢.٢٢) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (٤.٠٦) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (١.٧٦) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٤) مما يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبار البعدي.

مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في متغيرات الاداء المهاري للمجموعة التجريبية.

وفقا لما يتناوله العلم فإن غاية التدريب والمناهج التي يستخدمها المدربون هي لمساعدة اللاعبين على تطوير التكتيكات والمهارات والنهوض بمستواها بحيث يتمكنون من أداء اكثر نجاح وتأثير من حيث معيار الاداء المهاري والذي يعتبر هو الفرضية الرئيسية في محور التفوق على ضوء القواعد وتحقيق المضمون الفكري للعب.

حيث يرى اللاعبون متعة في ذلك وحسن تصرف واداء اكبر ذي فائدة من غيره ويرى ليس ريد وهودروستون (٢٠٠٤) "أن اللاعبين يجدون السهولة في تعلم وتطوير قابلياتهم المهارية في الحركات الواسعة وأتقانها بسهولة أكبر وتطوير مهاراتهم الجديدة مع الاداء الاجمالي من خلال التشكيل التدريجي لذلك الاداء وصولا الى النموذج الصافي" (1)

(1) ليس ريد وهودروستون: أساسيات التدريب. لندن ٢٠٠٤. ص ١٤-١٥

ومن كل ماتقدم يرى الباحث أنه ومن اجل أن يكون المدرب فعالا يجب أن يسلك طرق مختلفة لتدريب كرة القدم التي يحتاجها في معرفة وتكوين فريق كرة قدم ناجح.

عرض وتحليل ومناقشة نسب التطور للأختبارات المهارية

ت	المتغيرات	الأوساط الحسابية للأختبارات القبلية	الأوساط لحسابية للأختبارات البعدية	نسب التطور
١	المناولة	٤.١٣٣٣	٥.٢٦٦٧	٢١.٥٢٠%
٢	التهدف	٧.٣٣٣٣	٩.٦٦٦٧	٢٤.١٣٨%

*معيار دلالة مستوى التطور:

- من - (% قليل - من (صفر - ١٠%) قليل.
- من (١١ - ٢٠%) وسط.
- أكثر من (٢٠%) كبير.

من خلال الجدول السابق يظهر أن قيمة متغير المناولة من خلال الأوساط الحسابية القبلية قد بلغت (٤.١٣) وبلغت للأختبار البعدي (٥.٢٦) في حين بلغت نسبة التطور المحسوبه (٢١.٥٢)% وهي نسبة تطور عالية لصالح الأختبار البعدي. في

في حين بلغت قيمة متغير التهدف من خلال الأوساط الحسابية القبلية قد بلغت (٧.٣٣) وبلغت للأختبار البعدي (٩.٦٦) في حين بلغت نسبة التطور المحسوبه (٢٤.١٣)% وهي نسبة تطور عالية ولصالح الاختبار البعدي.

ومن خلال النتائج أعلاه يظهر أن هنالك فروق معنوية ونسب تطور ايجابية في جميع متغيرات البحث المهارية ويعزو الباحث السبب في ظهور هذه النتائج الإيجابية إلى التخطيط العلمي المسبق والبرنامج التدريبي الموضوع والمُعد للتمارين المستخدمة لهذه الفئة العمرية وعدم جعل هذه التمارين والوحدات التدريبية ذات طابع ممل على اللاعب بالإضافة إلى الانسجام الكلي للاعب مع التفاصيل الدقيقة لكل متغير من متغيرات الدراسة وأداءها بالشكل المطلوب خلال فترة تنفيذ مفردات البرنامج التدريبي لهم.

الاستنتاجات:-

- ١- أن البرنامج التدريبي باستخدام أسلوب كورفر له تأثير ايجابي على المهارات الأساسية قيد الدراسة.
- ٢- أن أتباع التدريبات الحديثة أدت إلى الرغبة والمتعة والتشويق في التدريب والابتعاد عن الملل والروتين التدريبي في الوقوف لأداء الدور التالي في الأداء.

التوصيات:-

- ١- يوصي الباحث باستخدام التدريبات الحديثة لتنمية متطلبات أخرى في أداء كرة القدم.
- ٢- العمل على عقد دورات تأهيلية وصقل لمدربي الفئات العمرية بهدف تطوير المعرفة في استخدام أساليب التدريب الحديثة.
- ٣- اللجوء لأساليب تدريبية حديثة تتناسب مع مختلف الفئات العمرية المتوفرة في العراق والمدارس الكروية خاصة وأن العراق مقبل على خطة إستراتيجية كفتح مدارس كروية في عموم المحافظات بغية الوصول إلى المستوى العالمي.

المصادر العربية

- حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. دار الفكر العربي. مدينة نصر
- نو الفقار صالح عبد الحسين: تأثير استخدام الجمل الخطية في تطوير الأداء الحركي للاعبين الشباب. أطروحة دكتوراه. ٢٠٠٣.
- زهير الخشاب وآخرون. كرة القدم. ط٢. محدثة. دار الكتب لطباعة والنشر. جامعة الموصل. ١٩٩٩
- شامل كامل: محاضرات مادة الاختبارات على طلبة الماجستير. كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ١٩٩٨.
- عبد الله حسين اللامي: الأسس العلمية للتدريب الرياضي. بغداد. الطيف للطباعة. ٢٠٠٤
- عماد الدين عباس: التخطيط والأسس العلمية والأعداد في الألعاب الجماعية. ط١. القاهرة. منشأة التعارف. ٢٠٠٥
- عماد كاظم: أثر برنامج تدريبي مقترح في تطوير مهارة التهديف بكرة القدم (رسالة ماجستير) كلية التربية الرياضية
- غازي صالح محمود: كرة القدم المفاهيم والتدريب، ٢٠٠٨، مكتب زاكي للطباعة، بغداد
- قاسم لزام: نظرية الاستعداد وتدريب المناطق المحددة بكرة القدم. ط١. ٢٠٠٩م
- قاسم لزام وموفق مجيد المولى: تدريب التكتيك بكرة القدم بين النظرية والتطبيق.
- ليس ريد وهودروستون: أساسيات التدريب. لندن ٢٠٠٤. ص ١٤-١٥
- محمد عبد الله الهزاع. مختار احمد اينوبلى. المهارات الأساسية لكرة القدم. الكويت: مطابع صوت الخليج
- منير: علاقة القوى الانفجارية للأطراف السفلى ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم. رسالة ماجستير. جامعة بغداد. ٢٠٠٠.
- نوال مهدي العبيدي و فاطمة المالكي: علم التدريب الرياضي. ط١. ٢٠٠٨
- وجيه محجوب: أصول البحث العلمي ومناهجه. دار المناهج للنشر والتوزيع. عمان. ٢٠٠١
- يوسف لازم كماش: المهارات الأساسية في كرة القدم. تعليم- تدريب. دار الخليج العربي. ١٩٩٩.