

أثر بعض المواقف التنافسية باستخدام التدريب المركب في سرعة الأداء الحركي والمهاري
بكرة القدم للناشئين

أ.م.د. رافد عبد الامير ، أ.م.د. ظافر ناموس خلف

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، المديرية العامة لتربية ديالى

dafernamoos@yahoo.com

الملخص

تكمن أهمية البحث بدراسة تأثير أهم المواقف التنافسية باستخدام التدريب المركب في سرعة الأداء الحركي والمهاري بكرة القدم للناشئين. وفي كرة القدم فان تطبيق سرعة الأداء الحركي والمهاري يتطلب التفكير والمعرفة الصحيحة للوصول إلى دقة الأداء. لذا استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة لملاءمته مشكلة البحث وهدفه. واشتملت عينة البحث على (30) لاعباً ناشئاً قسموا على المجموعتين كل مجموعة (15) لاعباً بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث المتمثل بناشئ المركز الوطني للموهبة الرياضية بكرة القدم في بابل ، وبعد الحصول على البيانات التي تمت معالجتها باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) للحصول على النتائج توصل الباحثان إلى أهم الاستنتاجات وهي:

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم وللمجموعتين ولصالح الاختبارات البعدية. ووجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية. ويوصي الباحثان بضرورة استخدام المواقف التنافسية وطرائق التدريب والأساليب الحديثة في كرة القدم لما لها من تأثير إيجابي على تطوير المهارات الأساسية لدى اللاعبين الناشئين. وكذلك ضرورة إجراء بحوث مشابهة لمواقف تنافسية أخرى في تطوير القدرات البدنية والمهارية والخطية لفئات عمرية أخرى بكرة القدم.

الكلمات المفتاحية: المواقف التنافسية، التدريب المركب، سرعة الأداء الحركي والمهاري، كرة القدم.

The impact of some competitive situations by using the complex training in the speed of the motor performance skill of football among juniors

Assistant Prof. Dr. Rafid Abdul Amir, Assistant Prof.Dr. Dafer Namoos Kahlef

Iraq. University of Babylon. Faculty of Physical Education and Sports Sciences,
Directorate General of Diyala Education

dafernamoos@yahoo.com

Abstract

The research significance is to study the impact of the most competitive situations using the complex training in the speed of motor performance skill of football among juniors. In football, the application of motor and skill performance speed requires the right thinking and knowledge to reach the accuracy of performance. Therefore, the researchers used the experimental method with the design of the experimental and control groups to suit the problem and purpose of the research. The research sample consisted of (30) junior players , divided into two groups, each group consists of (15) players in a random way from the research community represented by the establishment of the National Center for sports talent football in Babylon, and after obtaining the data processed using the statistical package (SPSS) The researchers reached the following conclusions :

There were significant differences between the pre and posttests of some motor abilities and basic skills of football and the two groups and for the benefit of posttests. There were also differences between the experimental and control groups in posttests and for the benefit of the experimental group. The researchers recommend the use of competitive attitudes and training methods as well as modern methods in football because of their positive impact on the development of basic skills among junior players as well as the need to conduct research similar to other competitive situations in the development of physical and skill and planning abilities for other age groups of football.

Keywords: competitive situations, complex training, speed of motor and skill performance, football

1- المقدمة:

إن التطور السريع للجوانب المختلفة لكرة القدم سواء المهارية والخططية وتنوع أساليب اللعب وظهور مدراس مختلفة بدأت تتنافس فيما بينها لإظهار مدى القدرات التي يمتلكها لاعبو هذه المدارس فتح آفاقاً جديدة أمام الباحثين والدارسين للتعرف على الطرائق والأساليب الجديدة التي تسهم في اكتساب المعلومات والقدرات المهارية والخططية.

ويجب أن يدرك المدرب أن لاعبيه مهما كانوا متمثلين في السن أو مستوياتهم الرياضية، فإن استعدادهم وخبراتهم السابقة غير متساوية لهذا لا يكفي القيام بتدريبهم وفق طريقة واحدة أو الاستعانة بوسيلة تعليمية واحدة فقط. وإنما يجب عليه أن يأخذ بنظر الاعتبار كل ما وصل إليه التطور في مجالات التعلم والتدريب لكرة القدم بما يتلاءم وقدرات واستعدادات وقابليات لاعبيه مع الاستمرار بما يقومون به من تطبيقات عملية لتطوير هذه القدرات.

ويذكر (بهاء الدين سلامة ، 1994) أن التدريب الرياضي في العصر الحديث يعتمد اعتماداً رئيسياً على المعارف والمعلومات العلمية ، والموهبة الفردية قديماً كانت تلعب دوراً بارزاً في وصول الفرد الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية ، أما الآن فإن إمكانية وصول الموهبة وحدها إلى أعلى المستويات الرياضية دون ارتباطها بالتدريب العلمي الحديث قد أصبح أمراً مستبعداً. (بهاء الدين سلامة ، 1994 ، ص38)

ويرى (Brad McGregor, 2006) إلى أن الاتجاه المتزايد تجاه تحقيق الانجاز الرياضي ، دفع العلماء إلى دراسة العديد من طرق التدريب والتي يمكن من خلالها إحداث تأثيرات ايجابية على الأداء ، ويعتبر التدريب المركب إحدى هذه الطرق التي استرعت الانتباه في الآونة الأخيرة. (Brad McGregor. 2006.p 360)

وتعد المواقف التنافسية واحدة من الأساليب الحديثة التي تسهم في رفع المستوى الحركي المهاري لدى اللاعبين لكرة القدم ، كما أنها تزيد من دافعية اللاعبين وإثارتهم وتشويقهم من خلال الممارسة والتدريب باستخدام طرائق التدريب الحديث. والموقف التنافسي "يعتمد على إيجاد مواقف لعب حقيقية أو جزء معين من هذه المواقف أو على شكل مباريات، ويمكن إيقاف هذه المباريات أو المواقف خلال مدد معينة أما بإصلاح خطأ لناعية فنية أو خططية أو قانونية". (إبراهيم، والعدوي ، 1988 ، ص36)

وتكمن أهمية البحث بدراسة تأثير أهم المواقف التنافسية باستخدام التدريب المركب في سرعة الأداء الحركي والمهاري لكرة القدم للناشئين.

وإن تطبيق أي مهارة يحتاج إلى إتقان يعتمد على مجموعة من العمليات التفكيرية والمعرفية ، وفي مجال كرة القدم فإن تطبيق سرعة الأداء الحركي والمهاري يتطلب التفكير والمعرفة الصحيحة للوصول إلى دقة الأداء.

وتكمن مشكلة البحث من خلال خبرة الباحثان في مجال التدريب لاحظا أن هناك ضعفا في أداء بعض النواحي الحركية والمهارية كرة القدم لدى ناشئة المركز الوطني للموهبة الرياضية بكرة القدم في بابل وانخفاض سرعة الأداء لديهم. كما إن بعض المدربين لا يزال يستخدم الطرائق والأساليب التدريبية القديمة التي تعتمد الشرح والتوضيح وعرض من جانب المدرب فقط . فضلا عن تأكيدات الباحثين والدارسين على ضرورة تنويع استخدام الطرائق والأساليب التدريبية الحديثة بما يتناسب وقابليات اللاعبين الناشئين ومستواهم وتحقيق تعلم أفضل ولوجود فروق فردية بين الناشئين في تنظيم ما يروه وما يدركوه من حولهم. لذا ارتأى الباحثان دراسة تأثير المواقف التنافسية باستخدام التدريب المركب في سرعة الأداء الحركي والمهاري بكرة القدم للناشئين.

ويهدف البحث إلى : التعرف على أهم المواقف التنافسية بكرة القدم. والتعرف على تأثير المواقف التنافسية باستخدام التدريب المركب على سرعة الأداء الحركي والمهاري بكرة القدم للناشئين.

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملاءمته لطبيعة المشكلة وأهداف البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

أشتمل مجتمع البحث على ناشئة المركز الوطني للموهبة الرياضية بكرة القدم في بابل والبالغ عددهم (45) ناشئاً بأعمار (14-15) سنة، واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية المنتظمة وبلغت (30) لاعباً ناشئاً وزعوا على مجموعتين تجريبية، وضابطة، وكل مجموعة تتألف من (15) لاعباً. كما اختير (10) لاعباً مجموعة استطلاعية.

2-3 إجراءات البحث:

2-3-1 تحديد أهم المواقف التنافسية:

قام الباحثان بالاتفاق مع مدرب كرة القدم (د. أحمد مجيد ، تدريب كرة قدم ، مدير المركز الوطني للموهبة الرياضية بكرة القدم في بابل) بتحديد مجموعة من المواقف التنافسية لغرض تنفيذها من قبل عينة البحث وهذه المواقف هي: (3 ضد 3 ، 4 ضد 3 ، 5 ضد 4 ، 7 ضد 8)

2-3-2 تحديد بعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم واختباراتها:

قام الباحثان بعرض استمارة استبانة لتحديد بعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم واختباراتها والملاءمة لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، وعرضها على مجموعة الخبراء والمختصين (أ.د. عامر سعيد جاسم/علم النفس كرة القدم ، أ.د. ضياء جابر/تعلم كرة القدم ، أ.م.د. أحمد عبد الأمير/تدريب كرة القدم، م.د. هيثم محمد كاظم/تدريب كرة القدم/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. جامعة بابل) لبيان صلاحيتها ومناسبتها لعينة البحث. وشملت القدرات الحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم واختباراتها كما يلي:

1- السرعة الانتقالية: اختبار ركض (30) متر من البدء الطائر يقاس بـ(ثانية)

(حسنين ، 2005 ، ص381)

2- سرعة الاستجابة الحركية: اختبار نيلسون يقاس بـ(ثانية)

(علاوي، ورضوان، 1994، ص254)

3- التسلم والمناولة: اختبار التسلم والمناولة يقاس بـ(الدرجة)

(محمود ، 2009 ، ص50)

4- قطع الكرة من المنافس: اختبار قطع الكرة من المنافس يقاس بـ(الدرجة)

(محمود ، 2009 ، ص52)

5- التهديف: اختبار التهديف على هدف مقسم إلى عدد من المناطق يقاس بـ(الدرجة)

(حماد ، 1994 ، ص260)

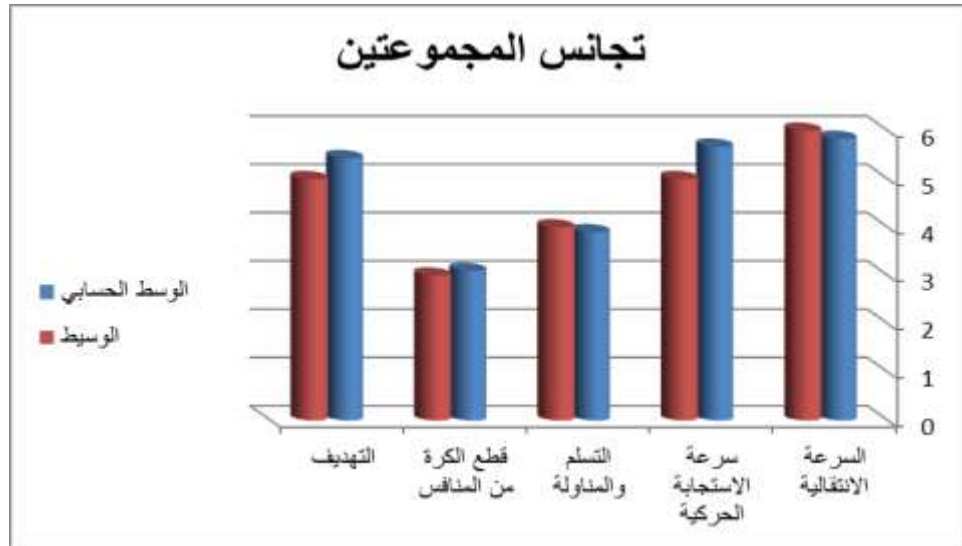
2-4 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة بلغت (10) لاعبين ناشئين وذلك يوم الأحد الموافق 2016/1/31 ، من أجل التعرف على الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحثان وكذلك لغرض ضبط المتغيرات الدخيلة ومعرفة مدى ملاءمة الاختبارات والمواقف التنافسية التي تم اختيارها لعينة البحث.

2-5 إجراءات البحث:

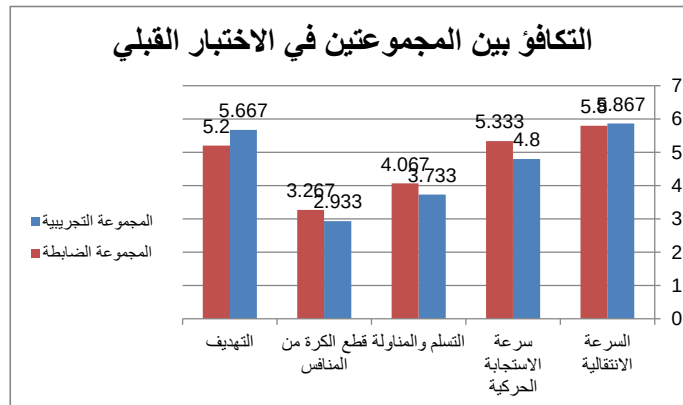
2-5-1 الاختبار القبلي:

أجرى الباحثان الاختبار القبلي على عينة البحث ببعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم وذلك يوم الأربعاء الموافق 2016/2/25 ، وكذلك لغرض تجانس وتكافؤ العينة (بين المجموعتين). الشكلين (1)، و (2) يبينان ذلك:



الشكل (1) يوضح تجانس عينة البحث في الاختبارات القبلية

يبين الشكل (1) وجود تجانس بين أفراد عينة البحث في الاختبارات القبلية لبعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم لكون قيم معامل الالتواء محصورة بين $(1 \pm)$.



الشكل (2) يوضح قيم الأوساط الحسابية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي للاختبارات سرعة الأداء الحركي والمهاري. عدم وجود فروق بينها مما يدل على تكافؤ المجموعتين

2-5-2 تنفيذ المنهج التدريبي:

قام الباحثان بتنفيذ المنهج التدريبي الخاص بالمجموعة التجريبية وتطبيق المواقف التنافسية بشكل متسلسل من السهل إلى الصعب باستخدام التدريب المركب لمدة (8) أسابيع بمعدل ثلاث وحدات تدريبي (السبت، الأثنين، والأربعاء) في الأسبوع ولمدة (40) دقيقة من القسم الرئيسي البالغ (60) دقيقة. وبدأت الوحدة التدريبية الأولى يوم الأحد 2016/2/28 التي تضمنت الموقفين التنافسيين (3ضد3) و(4ضد3) إذ تم تطبيقهما في الأسبوع الأول، وهكذا إلى آخر وحدة كانت يوم الأربعاء 2016/4/13 ، أما المجموعة الضابطة فيتم تطبيق المنهج المتبع بالمركز وبإشراف الكادر التدريبي.

2-5-3 الاختبارات البعدية:

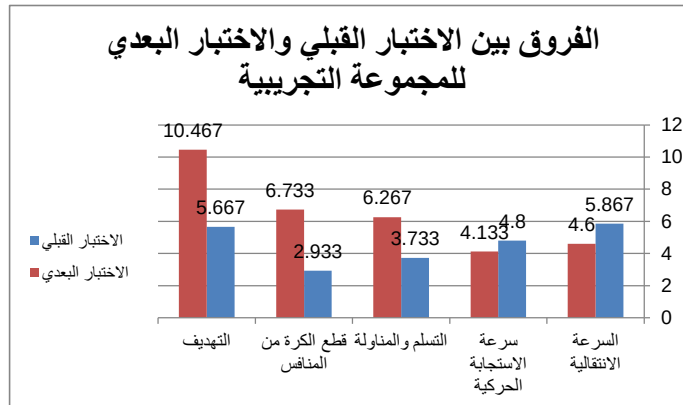
قام الباحثان بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج المحدد بإجراء الاختبارات البعدية على عينة البحث اختبارات سرعة الأداء الحركي والمهاري لبعض المهارات الأساسية وذلك يوم الأحد الموافق 2016/4/17.

2-6 الوسائل الإحصائية المستخدمة بالبحث:

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات التي حصل عليها الباحثان من الاختبارات القبلية والبعدية ومنها (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار (ت) للعينات المترابطة وغير المترابطة).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري للاختبارات سرعة الأداء الحركي والمهاري في القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية وتحليلها:



الشكل (3) يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري للاختبارات سرعة الأداء الحركي والمهاري في القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

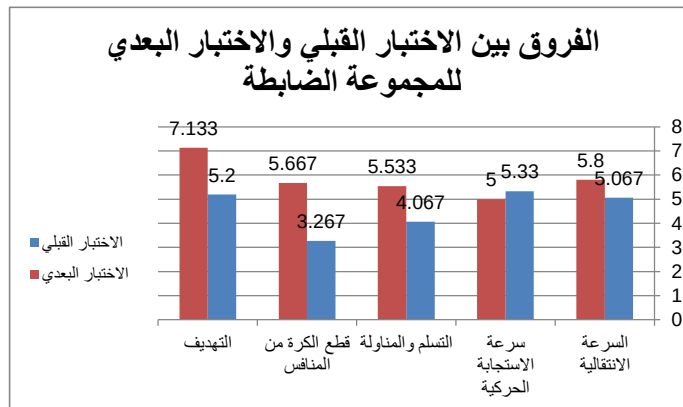
من خلال الشكل (3) تبين النتائج إلى وجود اختلافات بالتقديرات الإحصائية في قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري بالاختبارات القبلي والبعدى للقدرات الحركية والمهارات الأساسية قيد البحث للمجموعة التجريبية، ولمعرفة الفروق بينهما استخدم الباحثان اختبار (ت) للعينات المستقلة لذلك والجدول (1) يبين ذلك:

الجدول (1) يبين الوسط الحسابي لفرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

ت	المعالم الإحصائية للاختبارات	الوسط الحسابي للفروق	مربع انحرافات الفروق	قيمة ت المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
1	السرعة الانتقالية	1.267	0.961	5.104	0.000	معنوي
2	سرعة الاستجابة الحركية	0.667	0.976	2.646	0.019	معنوي
3	التسلم والمناولة	2.533	1.125	8.718	0.000	معنوي
4	قطع الكرة من المنافس	3.800	1.424	10.333	0.000	معنوي
5	التهدف	4.800	1.821	10.212	0.000	معنوي

أظهرت نتائج الجدول (1) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدى لبعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم للمجموعة التجريبية، من خلال قيم (ت) المحسوبة والبالغة (5.104، 2.646، 8.718، 10.333، 10.212) على التوالي وبنسب خطأ مقدارها (0.000، 0.019، 0.000، 0.000، 0.000) على التوالي وهي أقل من مستوى (0.05).

3-2 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري للاختبارات سرعة الأداء الحركي والمهاري في القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة وتحليلها:



الشكل (4) يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري للاختبارات سرعة الأداء الحركي والمهاري في القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

من خلال الشكل (4) تبين النتائج إلى وجود اختلافات بالتقديرات الإحصائية في قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري بالاختبارات القبلي والبعدى للقدرات الحركية والمهارات الأساسية قيد البحث للمجموعة الضابطة، ولمعرفة الفروق بينهما استخدم الباحثان اختبار (ت) للعينات المستقلة لذلك والجدول (2) يبين ذلك:

الجدول (2)

يبين الوسط الحسابي لفرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

ت	المعالم لإحصائية الاختبارات	الوسط الحسابي للفروق	مربع انحرافات الفروق	قيمة ت المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
1	السرعة الانتقالية	0.733	1.223	2.323	0.036	معنوي
2	سرعة الاستجابة الحركية	0.333	1.047	1.234	0.238	غير معنوي
3	التسلم والمناولة	1.467	1.246	4.559	0.000	معنوي
4	قطع الكرة من المنافس	2.400	1.121	8.290	0.000	معنوي
5	التهديف	1.933	1.163	6.439	0.000	معنوي

أظهرت نتائج الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم للمجموعة الضابطة ، من خلال قيم (ت) المحسوبة والبالغة (2.323 ، 4.559 ، 8.290 ، 6.439) على التوالي وبنسب خطأ مقدارها (0.036، 0.000، 0.000، 0.000) على التوالي وهي أقل من مستوى (0.05). ماعدا اختبار سرعة الاستجابة الحركية أذ كانت قيمة (ت) المحسوبة (1.234) وبنسبة خطأ (0.238) وهي أكبر من مستوى (0.05) مما دل ذلك على عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي فيها.

3-3 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة:

من خلال نتائج الجدول (1)، والشكل (3) إلى وجود فروق بين الاختبارات القبلية والبعدية في سرعة الأداء الحركي والمهاري للمجموعة التجريبية ويرجع سبب ذلك وفق وجهة نظر الباحثان إلى التفاعل والتنافس بين أفراد عينة البحث في تنفيذ الواجبات الموكلة إليهم. أي إن استخدام "مواقف التنافسية وتطبيقها للتفاعل والتنافس بين مجموع الحركات التي تشملها المهارة، كالسرعة في الأداء والدقة والتوقيت المناسب على وفق سرعة إيقاع اللعب، فضلاً عن إمكانية أداء المهارة تحت حفظ التعب البدني والنفسي". (علاوي ، 1997، ص272) وإن ضرورة التغيير في المواقف التنافسية يحتاج إلى استخدام طرائق وأساليب عديدة لتحقيق ذلك وخاصة تلك الطرائق والأساليب الحديثة التي تضع ضمن أولوياتها مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب بحيث يستطيع اللاعب اختيار المستوى الذي يتناسب مع قدراته وقابلياته ليبدء بأداء المهارة التي يريد تعلمها، ومنها التدريب المركب، وهذا ما دعى الباحثان إلى اختيار هذه الطريقة في تنفيذ المواقف التنافسية التي تمت الاتفاق عليها مع المدربين كرة القدم ومدى ملاءمتها لعينة البحث كونه

وبذلك حقق الباحثان أهدافه التي تتفق مع أهداف التدريب المركب التي حددها

(Danny O'Dell. 2007.p7)

إلى أن برامج التدريب المركب يمكن أن تؤدي من خلال ثلاث أشكال تدريبية وهي :

- * الشكل التدريبي العام.
- * الشكل التدريبي النوعي.
- * الشكل التدريبي التنافسي.

أما الجدول (2)، والشكل (4) التي أظهرت نتائجه وجود فروق معنوية في سرعة الأداء الحركي والمهاري للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبارات البعدية. ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى أن انتقاء الطرائق والأساليب التدريبية المناسبة يجعل اللاعبين أكثر استعداداً لتلقي المعلومات الخاصة بالمهارات وأكثر دافعية نحو تعلمها وتطوير قدراتهم الحركية المهارية، كما إن استخدام التغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء وإعطاء واجبات إضافية من قبل المدرب أثناء سير التدريبي ساهمت بمردودات إيجابية في تحسين الأداء الحركي للمهارات الهجومية. وهذا ما أكدته (انتصار كاظم الحمراني، 2005) إلى إن "التغذية الراجعة لها مردود إيجابي في تصفية وتهذيب وتشذيب العمل، فمعرفة الفرد قدر من المعلومات التي تساعد على إدراك أفضل للموقف التدريبي، وهذا يتطلب تلازم إعطاء المعلومات مع الاستجابة خطوة بخطوة." (الحمراني، 2005، ص 21)

3-4 عرض قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار البعدي وقيمة (T) المحتسبة ونسبة الخطأ والدلالة للاختبارات سرعة الأداء الحركي والمهاري وتحليلها للمجموعتين الضابطة والتجريبية ومناقشتها:

الجدول (3)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ والدلالة للاختبارات سرعة الأداء الحركي والمهاري

ت	المهارات	ضابطة		تجريبية		قيمة ت المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		س	ع	س	ع			
1	السرعة الانتقالية	5.800	1.014	4.600	0.632	2.084	0.046	معنوي
2	سرعة الاستجابة الحركية	5.000	0.655	4.133	0.640	3.666	0.001	معنوي
3	التسلم والمناولة	5.533	0.640	6.267	0.704	2.986	0.006	معنوي
4	قطع الكرة من المنافس	5.667	0.724	6.733	1.163	3.016	0.005	معنوي
5	التهديف	7.133	1.187	10.467	1.642	6.372	0.000	معنوي

مما لا شك فيه إن نظرة سريعة إلى نتائج الجدول (3) ومن خلال قيم (ت) المحسوبة وكذلك قيم نسبة الخطأ يتبين لنا إن هناك فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية لبعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية قيد البحث. ويرجع الباحثان أسباب ذلك إلى المواقف التنافسية التي استخدمها بتطبيق التدريب المركب في تحسين مستوى سرعة الأداء الحركي لدى أفراد المجموعة التجريبية. وكذلك حققت رغبات

اللاعبين الناشئين في تحسين مستواهم وتحمل المسؤولية والتعاون فيما بينهم، وإن النجاح في إيقاظ عامل الاستعداد الإيجابي في نفوس اللاعبين للمنافسة هو بمثابة خلق الدوافع لتحسين مستوى الأداء، إذ إن المنافسة لها أهمية في تنمية مستوى الأداء المهاري وتطويره والاقتناع بان الاشتراك في المنافسة لا يقتصر على النواحي الذاتية، إنما يجب إن يرتبط بالنواحي الاجتماعية أيضاً.

ويؤدي التنافس دورا كبيرا في تعلم وتطوير المهارات الأساسية كونه يعد واجب أساسياً يتطلب تحقيقه في مجال التربية الرياضية، أذ إن الغرض من تعلم وتطوير المهارات الأساسية هو الوصول باللاعبين الناشئين الى المراحل النهائية للعبة التي تتطلب المنافسة ومنها كرة القدم وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة (خليل حميد، 2010) إلى إن " لأساليب التنافس التأثير الإيجابي في تطوير القدرات البدنية والحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم ولكن بنسب متفاوتة". (حميد ، 2010)

وإن التدريب المركب أتاحت الفرصة للاعبين الناشئين أن يتعلم المهارة وفق إمكانياته وقدراته من خلال اختيار المواقف التنافسية التي تناسبه ويعمل على تطويرها، وهذا يتفق مع ما جاء به ويشير (Brad McGregor. 2006.p 360) إلى أن التأكيد المستمر والمتزايد تجاه الوصول إلى الانجاز الرياضي ، قاد العلماء للبحث عن طرق تدريب يكون لها تأثيرات ايجابية على الأداء ، والتدريب المركب يعتبر إحدى هذه الطرق التي استرعت الانتباه في الآونة الأخيرة.

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

1- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لبعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية بكرة القدم والمجموعتين ولصالح الاختبارات البعدية.

2- وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية.

4-2 التوصيات :

1- ضرورة استخدام المواقف التنافسية وطرائق التدريب والأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم لما لها من تأثير إيجابي على تعلم المهارات الأساسية وتطويرها لدى اللاعبين الناشئين.

2- ضرورة إجراء بحوث مشابهة لمواقف تنافسية أخرى في تطوير القدرات البدنية والمهارية والخطية ولفئات عمرية أخرى بكرة القدم.

المصادر

- انتصار كاظم الحمراني؛ سيكولوجيا التدريس ووظائفه : (عمان، دار الأخوة للنشر والتوزيع، 2005).
- ايلين وديع فرج؛ خبرات في الألعاب للصغار والكبار، (الإسكندرية، منشأة المعارف، 1996).
- بهاء الدين إبراهيم سلامة؛ فسيولوجيا الرياضة، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994).
- خليل حميد محمد علي؛ تأثير أساليب التنافس في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية والمهارات الأساسية لكرة القدم للناشئين، اطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2010.
- رشيد عبد العزيز أبو رشيد، وخالد بن ناصر السير؛ أساليب التعليم في التربية البدنية، (السعودية، مكتبة فهد الوطنية للنشر، 1996).
- محمد حسن علاوي، ومحمد نصر الدين رضوان؛ اختبارات الأداء الحركي، ط3: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994).
- محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي، ط6: (القاهرة، دار المعارف، 1997).
- محمد صبحي حسنين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط5: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2005).
- محمد عبد العزيز إبراهيم وجمال الدين العدوي؛ تدريس التربية الرياضية : (عنيزة، المطابع الوطنية للاؤفسييت، 1988).
- مفتي إبراهيم حماد؛ الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعبين كرة القدم، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994).
- موفق أسعد محمود؛ الاختبار والتكتيك في كرة القدم، ط2: (عمان، دار دجلة، 2009).
- Brad McGregor (2006): the application of complex training for the development of explosive power , Journal of Strength and Conditioning Research, 14(3).
- Danny O'Dell (2007): Explosively fit strength training builds powerful bodies , Human kinetic , USA.