

دراسة مقارنة وفق بعض القدرات الحركية لدى لاعبي كرة القدم في الملاعب
المفتوحة والصالات والشاطئية

ا.م.د محمد عبد الرضا كريم م.م عدنان راضي فرج

م.م ضياء سالم حافظ

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة ميسان

ملخص البحث العربي:

احتوى البحث على خمسة فصول هي المقدمة وأهمية البحث ومشكلته وتم التطرق من خلالها إلى القدرات الحركية وأهميتها في مستوى الأداء ، التعرف على مستوى القدرات الحركية لدى لاعبي كرة القدم للساحات المفتوحة وللصالات و الشاطئية و التعرف على الفروق في مستوى القدرات الحركية لدى لاعبي كرة القدم للساحات المفتوحة وللصالات و الشاطئية. أما مجالات الدراسة فكانت تشمل المجال البشري وهي عينة البحث من لاعبي بعض أندية محافظة ميسان لكرة القدم للساحات المفتوحة وللصالات و الشاطئية للموسم الرياضي 2015-2016. والمجال الزماني هو المدة من (20/11/2015) لغاية (2016/4/1). في حين كان المجال المكاني الملاعب المفتوحة والقاعات المغلقة و الشاطئية في محافظة ميسان. اما الفصل الثالث فتضمن منهجية البحث وإجراءاته الميدانية حيث احتوى هذا الفصل على منهج البحث المستخدم وعينة البحث والأجهزة المستخدمة والاختبارات المستخدمة وكذلك الوسائل الإحصائية بينما الفصل الرابع بين عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها حيث في الفصل عرضت النتائج وحلت ونوقشت من خلال معالجة البيانات باستعمال الوسائل والأساليب الإحصائية المناسبة وبالشكل الذي يخدم البحث ويحقق أهدافه وفروضه. أما الفصل الخامس اشتمل على الاستنتاجات والتوصيات حيث احتوى هذا الفصل على مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات وكان من أهم الاستنتاجات: ظهور علاقة ارتباط معنوية بين القدرات الحركية للاعبي كرة القدم للساحات المفتوحة وللصالات و الشاطئية. أما من أهم التوصيات هي التأكيد على ضرورة العمل على تطوير القدرات الحركية للاعبي كرة القدم للساحات المفتوحة وللصالات و الشاطئية .

A comparative study according to some of the motor abilities of football players in stadiums Open, lounges and beach

Dr. Mohamed Abdel Reda Karim

Adnan Radi Faraj

Dia Salem Hafez

The research included five chapters: Introduction and the importance of the research and its problem. The course dealt with the motor abilities and their importance in the level of performance, the recognition of the level of motor abilities of the footballers of the open spaces and the halls and the beach and the recognition of differences in the level of motor abilities of the footballers of open spaces And for lounges and beach. The areas of study included the human field, the sample of the research from the players of some of the clubs of Maysan football for the open spaces and the halls and the beach for the sports season 2015-2016. The Azerbaijani domain is the period from 20/11/2015 to

1/4/2016. While the spatial area was open venues and indoor and beach halls in Maysan province. The third chapter includes the methodology of the research and its field procedures. This chapter contains the research methodology used, the sample of the research, the equipment used, the tests used, and the statistical methods, while the fourth chapter between the presentation of the results, analysis and discussion. In the chapter the results were presented, analyzed and discussed through processing the data using the appropriate statistical methods and methods Which serves the research and achieve its objectives and mandates. The fifth chapter included the conclusions and recommendations where this chapter contains a set of conclusions and recommendations was one of the most important conclusions: the emergence of a relationship of significant correlation B N Akadrrant motor for football players open squares and galleries and beach. As the most important recommendations is to emphasize the need to work on the development of the motor abilities of football players in the open areas and lounges and beach.

1 . التعريف بالبحث:

1.1 مقدمة البحث وأهميته:

التدريب الرياضي يعتبر إحدى المقومات الأساسية لعملية الإعداد الرياضي ، فهو النقطة التي تشد إليها الجميع وعلى المستويات كافة ، والوسيلة التي من خلالها يمكن تنمية وتطوير الفرد الرياضي وأعداده أعداداً متكاملأً في مختلف النواحي البدنية ، المهارية ، الفسيولوجية ، الاجتماعية العقلية والنفسية ، وبالتالي إعطاءه الفرصة الكاملة للقيام بواجباته بأعلى مستوى ممكن من الكفاءة .

وعندما نتفحص العمليات المختلفة في منظومة الأعداد الرياضي ، نجد أن عملية التدريب الرياضي ، تأخذ الحيز الأكبر فيها ، لذلك أولى الباحثون والمختصون في المجال الرياضي بشكل عام ولعبة كرة القدم بشكل خاص هذه العملية (التدريب الرياضي) ، جُل اهتمامهم ، أيماناً منهم بالدور الذي تضطلع به هذه العملية في تطوير الأداء الرياضي .

تعتبر القدرات الحركية من العوامل التي لها تأثير مهم في جميع الألعاب الرياضية والفردية والجماعية ، ولها أهمية كبيرة للرياضي في حياته اليومية بصورة عامة وفي النشاطات الرياضية بصورة خاصة ، وان توافر القدرات الحركية لدى الرياضي عنصر أساسي وفعال في رفع درجات التعلم والتطور إلى أعلى المستويات ، اذ اهتم العديد من المختصين والباحثين بها، وانها تقوم بدور مهم وفاعل في جميع الألعاب الرياضية. وتعرف بانها "القدرات التي يكتسبها الانسان من المحيط مثل المرونة والرشاقة والتوازن ويكون التدريب والممارسة اساس لها وتتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والادراكية"⁽¹⁾. وكذلك تعرف بأنها "الاستعداد الفطري والمستوى الحركي الذي اكتسبه الفرد ويظهر في المهارات الحركية الأساسية في المسابقات والألعاب"⁽²⁾ .

⁽¹⁾ وجيه محبوب وآخرون. نظريات التعلم والتطور الحركي، ط2، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2000، ص57.

⁽²⁾ محمد صبحي حسانين ، القياس والتقييم بالتربية الرياضية والبدنية، ج1، ط4، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001، ص303 .

ويرى الباحثون⁽¹⁾ إن مفهوم القدرة الحركية هي مقدرة الرياضي على أداء جميع الحركات التي يقوم بها بتحكم عالي من خلال استمرارية التدريب . إضافة الى أنها تحتوي على أكثر من صفة بدنية في وقت واحد إنشاء الأداء حيث نجد ان كل قدرة حركية عند تنفيذها تستخدم أكثر من صفة بدنية ولكن باختلاف الدرجات ، مثلا عند تنفيذ اختبار التوافق عن طريق الجري على شكل (8) نجد ان الفرد يستخدم السرعة والقوة والمرونة ولكن بأشكال مختلفة .

ان كرة القدم كانت وما تزال اللعبة الشعبية الأولى في العالم، والمتطلبات الحديثة في هذه اللعبة تتطلب الحاجة الكبيرة إلى أعداد لاعبين إعداداً بدنياً ومهارياً بشكل جيد ولاسيما أن تغيرات الإنجاز الكروي الحديثة ترتبط بتسريع الفعاليات الدفاعية والهجومية وتتطلب مستوى عالياً من القدرات البدنية فضلاً عن ارتفاع مستوى الأداء المهاري للاعبين واعتماد أسلوب الكرة الشاملة (الشمولية في أداء الواجبات الخططية) وإشغال اللاعب لأكثر من مركز في الفريق، فأصبحنا نرى المدافع يسهم بشكل فعال في الهجوم والمهاجم يتراجع للدفاع عن مرمى فريقه، وعلى الرغم من تحمل اللاعب لهذا الجهد العالي، فإن عالية الاحتفاظ بكفايته البدنية طيلة وقت المباراة، وهنا تظهر أهمية القدرات الحركية ، ويوصفها إحدى أهم العوامل المؤثرة في مستوى الأداء والنتيجة للاعب كرة القدم خلال شوطي المباراة . حيث تعتبر أهم المتطلبات الخاصة للاعب كرة القدم فاللاعبين الذين يتمتعون بقدرات حركية عالية المستوى يكونون أكثر قدرة على تنفيذ ما مطلوب منهم في أثناء المباراة ويوفرون لمدرّبهم فرصاً أوفر في اختيار نوع الخطة وطريقة اللعب . ، وايضا اهمية لهذه القدرات الحركية في كرة القدم للصالات او كرة قدم شاطئية وهي لعبة تشبه كرة القدم لكن الفرق هو أن هذه اللعبة تلعب في الرمال في الشمس ويلعبون اللاعبون بها من دون أحذية. وتحظى رياضة كرة القدم الشاطئية بشعبية جارفة حول العالم ، وبدأ زحفها يصل الى المنطقة العربية حيث باتت احدى الرياضات الشعبية في العراق منذ السنوات القليلة الماضية .

2.1 مشكلة البحث:

ل للوصول إلى الأداء والنتيجة في كرة القدم التي تهدف إلى تحقيق الفوز يتطلب توافق متطلبات كثيرة جداً من بينها مستوى عالياً في أداء مترابط ومتداخل للقدرات البدنية والمهارية فيما بينها، إذ تعد القدرات الحركية الركيزة الأساسية التي يبنى عليها تطوير الجانب النفسي والفيولوجي والخططي . ولكون الباحثون لاعبو كرة القدم سابقين لاحظوا أن هناك ضعفاً في القدرات الحركية مما يؤثر في فاعلية أداء اللاعبين حيث ان اغلب الفرق العراقية تعاني من الانخفاض الواضح في مستوى الأداء ولاسيما في الثلث الأخير من المباراة إذ يؤدي إلى التعب المبكر وبطء حالة الاستشفاء والى قلة التركيز وانخفاض مستوى فاعلية الأداء الإجمالي (البدني والفني) الذي يظهر من خلال اللعب العشوائي وتشتيت الكرات وكثرة المناولات المقطوعة وبطء الفعاليات الدفاعية والهجومية، وعدم التركيز على تطبيق المناهج العلمية .

⁽¹⁾ كمال عبد الحميد إسماعيل و محمد صبحي حسنين . رباعية كرة اليد الحديثة. -ج. 1- ص 32-33 .

لذلك ارتأى الباحثون دراسة هذه المشكلة ووضع الحلول المناسبة لها من خلال اختيار اختبارات قدرات حركية تهدف إلى التوصل إلى نتائج تخدم تطور هذه اللعبة الشعبية الأولى في مختلف دول العالم ومختلف أنواعها.

4.1 أهداف البحث:

1. التعرف على مستوى القدرات الحركية لدى لاعبو كرة القدم للساحات المفتوحة وللصالات و الشاطئية.
2. التعرف على الفروق في مستوى القدرات الحركية لدى لاعبو كرة القدم للساحات المفتوحة وللصالات و الشاطئية.

5.1 مجالات البحث:

1. 1.5 المجال البشري: (10) لاعبين من نادي نفط ميسان لفئة المتقدمين و (10) لاعبين من نادي ميسان لفئة المتقدمين (10) لاعبين من نادي ميسان لفئة المتقدمين .
- 2.5.1 المجال المكاني: ساحات وملاعب الاندية المذكورة .
- 3.5.1 المجال الزمني: المدة من (2015 /11/20) لغاية (2016/4/1) .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3- 1 منهج البحث :

ان المنهج الذي يختاره الباحث يجب ان يكون ملائم لحل المشكلة ،ويتمثل بالأسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه الذي يمكن من خلاله حل المشكلة ، وعنده استخدم الباحثون المنهج الوصفي الذي يعطي تفسير للعلاقة بين متغيرات البحث بتحليل منطقي.

3- 2 عينة البحث:

قام الباحثون بتحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو اندية محافظة ميسان(نادي كميث - نادي ميسان-نفط ميسان) لكرة القدم للساحات المفتوحة والصالات والشاطئية فئة المتقدمين للموسم الرياضي (2015-2016) حيث بلغ (30) لاعباً بواقع (10) لاعبين بكرة القدم للساحات المفتوحة و(10) لاعبين بكرة القدم للصالات (10) لاعبين للكرة الشاطئية والمسجلين في سجلات الاتحاد العراقي المركزي .

جدول رقم (1) خصائص أفراد عينة الدراسة (ن =30)

الرقم	المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	العمر	سنة	21.200	1.60
2	الطول	م	1.77	0.068
3	الوزن	كغم	72.66	11.62

3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة و وسائل جمع المعلومات.

1. ساعة إيقاف عدد(2) نوع كاسيو /ياباني المنشأ
2. أقراص ليزيرية (CD) عدد (6).

3. شريط قياس .

4. ملعب كرة القدم والقاعات الرياضية

5. كرة قدم عدد (10) كرة صالات عدد (10) كرة شاطئية عدد(10).

6. صافرة نوع فوكس

7. فريق العمل المساعد (*).

8. طباشير ملون.

9. صافره عدد(2).

10. المصادر العربية والأجنبية .

11. شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) .

3-4- الاختبارات المستخدمة بالبحث

1. اختبار الجري المتعرج بالكرة بين الحواجز.⁽¹⁾

2. اختبار المناولة المرتده ⁽²⁾ .

3. اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين⁽³⁾ .

4. اختبار قوة عضلات البطن (استلقاء جلوس) خلال 20 ثا⁽⁴⁾.

3. 1.5. التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الإستطلاعية تدريباً عملياً للباحث للوقوف على السلبيات والإيجابيات التي تقابله أثناء إجراء

الإختبار لتفاديها. ولضمان السير الحسن لتجربة البحث قام الباحثون بهذه التجربة لأجل معرفة :

1. واقع التدريب البدني لكرة القدم لكل من لاعبي الساحات والصالات والشاطئية .

2. الطرق والوسائل التدريبية المستخدمة في تنمية القدرات الحركية عند لاعبي كرة القدم (ساحات-صالات-

شاطئية).

3. تحديد أنسب الاختبارات لقياس القدرات الحركية لدى لاعبي كرة القدم (ساحات-صالات-شاطئية).

وغيرها من النقاط. أجرى الباحثون هذه التجربة بتاريخ 20/11/2015 .

3. 2.5. التجربة الرئيسية:

(*) م.د. مثنى ليث حاتم /كلية التربية الرياضية /جامعة ميسان

م.م محمد عبد الرضا حسان /كلية التربية الرياضية /جامعة ميسان

م.ب ايهاب ابراهيم /قسم الانشطة الرياضية /تربية ميسان

⁽¹⁾ زهير قاسم الخشاب واخرون:كرة القدم لطلاب كليات واقسام التربية الرياضية.ط2،جامعة الموصل،1999.

⁽²⁾ عماد كاظم ؛اثر برنامج تدريبي مقترح في تطوير مهارة التهديف بكرة القدم . (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد، 1999

ص.58.

⁽³⁾ يوسف لازم كماش : اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم. دار الفكر العربي. عمان. الأردن. 2000 . ص 276

⁽⁴⁾ ليلي السيد فرحات: القياس والاختبار في التربية الرياضية.ط3.مركز الكتاب للنشر. القاهرة . 2005 . ص 198.

بعد استكمال متطلبات القيام بالتجربة الرئيسية ، قام الباحثون بالتجربة الرئيسية يوم 23 / 11 / 2015 في ساحات / كلية التربية الرياضية- جامعة ميسان والاندية قيد الدراسة وعلى عينة الدراسة. 6.3 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثون النظام الاحصائي [SPSS] ، حيث قام الباحثون باستخراج الوسط والانحراف و LSD . 4. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض نتائج الاختبارات للاعبين كرة القدم (مفتوحة،صالات،شاطئية) وللاختبارات الأربعة وتحليلها ومناقشتها:

جدول (2) يبين المعالم الاحصائية الخاصة لمتغيرات البحث: تحمل القوة(عدد المرات)

العينة	اعلى قيمة	اقل قيمة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ممارسة كرة القدم في
10	25.00	20.00	1.72884	21.9000	الساحات المفتوحة
10	25.00	20.00	1.66333	22.1000	الصالات
10	26.00	22.00	1.19722	23.9000	الشاطئية

من خلال الجدول رقم (2) نجد ان لاعبي الشاطئية كانت نسبة تحمل القوة لديهم عالية وهذا طبيعي جدا حسب ما يراه الباحث لان هذا النوع من النشاط يمارس على الرمال لذلك يحتاج الى تحمل قوة وهذا ما يؤكد (اسماعيل عبد الفتاح) ان اللعب على الرمال يحتاج الى مجهود مضاعف لذلك لا بد ان يكون التحمل كبيرا لدى اللاعبين على الشواطئ⁽¹⁾ ، اما الصالات فكانت نسبتها اعلى من نسبة الساحات المفتوحة ويعزو الباحثون ذلك الى كون هذا النوع من الممارسة يحتاج الى تحمل القوة اكثر من الساحات المفتوحة.

جدول (3) يبين المعالم الاحصائية الخاصة لمتغيرات البحث: الدرجة(ثانية)

العينة	اعلى قيمة	اقل قيمة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ممارسة كرة القدم في
10	23.00	19.00	1.33749	20.7000	الساحات المفتوحة
10	22.00	18.00	1.33333	20.0000	الصالات
10	24.00	21.00	1.03280	22.8000	الشاطئية

اما بالنسبة الى جدول رقم (3) فكانت قيمة الاوساط الحسابية لمهارة الدرجة لصالح الصالات ويأتي بعده الساحات المكشوفة ويعزو الباحثون ذلك لكون اللاعبين في كلا النوعين من الممارسة يحتاجون الى مهارة الدرجة بشكل كبير اما التفاوت في زمن الاداء بالنسبة لهذه المهارة فيراه الباحثون بانه ليس بالكثير ولصالح الصالات حيث من الطبيعي ان هذه المهارة ضرورية جدا للاعبين الصالات وايضا مهمه للمفتوحة، اما الشاطئية فكانت اقل من كلا النوعين السابقين والسبب كما يراه الباحثون منطقي حيث ان الكرة الشاطئية لا تحتاج الى مهارة الدرجة بقدر كبير لاختلاف ارضية الملعب لكونه رملي.

جدول (4) يبين المعالم الاحصائية الخاصة لمتغيرات البحث: القوة المميزة بالسرعة(متر)

العينة	اعلى قيمة	اقل قيمة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ممارسة كرة القدم في
--------	-----------	----------	-------------------	---------------	---------------------

(1) اسماعيل عبد الفتاح. الموسوعة الرياضية الميسرة الكرة الشاطئية. القاهرة: 2007، ص 33.

10	3.00	1.00	.78881	1.8000	الساحات المفتوحة
10	3.00	1.00	.87560	1.9000	الصالات
10	3.00	1.00	.73786	1.9000	الشاطئية

في جدول رقم (4) هناك تقارب واضح بين العينة في هذا الاختبار ويعزو الباحثون سبب ذلك الى حاجة اللاعبين الى هذه الصفة بشكل كبير والعينه مدربه تدريب جيد لاكتسابها ولذلك نرى هذا التقارب بالمستوى على الرغم من ان هناك فرق بسيط لصالح الشاطئية والصالات على حساب المفتوحة.

جدول (5) يبين المعالم الاحصائية الخاصة لمتغيرات البحث: المناولة(عدد المرات)

العينة	اعلى قيمة	اقل قيمة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ممارسة كرة القدم في
10	8.00	5.00	1.17379	6.4000	الساحات المفتوحة
10	9.00	6.00	1.10050	6.9000	الصالات
10	7.00	2.00	1.49443	5.3000	الشاطئية

ان اللعب على الرمال يحتاج الى اعداد بدني عال حيث يحتاج اللاعب في هذه الممارسة الى السرعة والرشاقة والتحمل والقوة بشكل كبير⁽¹⁾، لذلك ومن خلال الجدول رقم (5) نرى ان المناولة لدى لاعبي الشاطئية تكون ضعيفه قياسا بالصالات والساحات حيث ان هذه المهارة تحتاج الى ارضية غير الرمال من اجل ادائها بشكل، بينما المقارنة بين الساحات والصالات نجد ان الاثنتين يحتاجون هذه المهارة بشكل كبير ولذلك نجد مستواهم متقارب.

الجدول (6) يبين قيمة (ف) المحتسبة والجدولية للاعبى كرة القدم(مفتوحة،صالات،شاطئية) وللاختبارات الأربعة

الفروقات بين لاعبي كرة القدم(ساحات مفتوحة،صالات،شاطئية) - تحليل التباين							
مستوى الدلالة	Sig	قيمة ف المحسوبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	تحليل التباين بين المتغيرات	
معنوي	.014	5.063	12.133	2	24.267	بين المجاميع	تحمل القوة
			2.396	27	64.700	داخل المجاميع	
			-----	29	88.967	المجموع	
معنوي	.000	13.748	21.233	2	42.467	بين المجاميع	الدرجة

(1) Gleeson, NP, Reilly T, Mercer TH, Rakowski, S, and Rees, D. 1998. Influence of acute endurance activity on leg neuromuscular and musculoskeletal performance. Medicine and Science in Sports and Exercise, 30:596-608

			1.544	27	41.700	داخل المجاميع	
			-----	29	84.167	المجموع	
غير معنوي	.950	.052	.033	2	.067	بين المجاميع	القوة المميزة بالسرعة
			.644	27	17.400	داخل المجاميع	
			-----	29	17.467	المجموع	
معنوي	.026	4.168	6.700	2	13.400	بين المجاميع	المناولة
			1.607	27	43.400	داخل المجاميع	
				29	56.800	المجموع	

الجدول (7)

يبين قيمة (LSD) بين لاعبو الساحات المفتوحة والصالات والشاطئية في مؤشر تحمل القوة

الدلالة	قيمة L.S.D	نتائج الفروق	الفرق بين المتوسطات الحسابية	المجاميع المقارن بينها
معنوي	.69229	1.620	1.2205 _ 1.6205-	م1-م2
معنوي		3.420	-3.4205 _ .5795-	م3-م1
معنوي		3.220	-3.2205 _ .3795-	م3-م2

يبين الجدول (7) نتائج اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين الأوساط الحسابية للمجموعات الثلاثة في اختبار تحمل القوة قيد البحث، وقد ظهرت قيمة (L.S.D تساوي (0.692) وبما أن الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الأولى والثانية هو (1.620) وهو اعلى من قيمة (L.S.D) المحسوبة وهذا يعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين. أما الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الأولى والثالثة فكان (3.430) وهو أكبر من قيمة (L.S.D) المحسوبة البالغة (0.692) وهذا يعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح لمجموعة الثالثة. أما الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الثانية والثالثة فكان (3.220) وهو اعلى من قيمة (L.S.D) المحسوبة البالغة (0.692) وهذا يعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين. أن الحد الأدنى من اللياقة العضلية مطلوب لإنجاز الأنشطة اليومية ومواجهة التحديات البدنية المتوقعة والمفاجئة⁽¹⁾. وتشير العديد من الدراسات بأن تنمية القوة العضلية تعمل على تعزيز الصحة⁽²⁾. كما تشير الشواهد العيادية إلى أن النقص في مرونة عضلات أسفل الظهر وعضلات خلف الفخذين مع الضعف في عضلات كذلك تظهر : البطن يؤدي غالباً إلى الإصابة بالآم أسفل الظهر أهمية هذه العناصر في المحافظة على القوام الصحي الجيد⁽³⁾.

⁽¹⁾ مورو، جيه آر، وجاكسون، آيه ديليو، وديسك، جيه، وموود، دي بي (1995)، القياس والتقويم في الأداء الإنساني، ترجمة الرفاعي، سعيد أحمد 2002، الرياض: ص

⁽²⁾ سلامة، إبراهيم. المدخل التطبيقي للقياس في اللياقة البدنية. الإسكندرية: منشأة المعارف، 2000، ص107.

⁽³⁾ الهزاع، هزاع محمد (1417). فسيولوجيا الجهد البدني لدى الأطفال والناشئين. الرياض: الاتحاد السعودي للطب الرياضي.

يبين الجدول (8) نتائج اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين الأوساط الحسابية للمجموعات الثلاثة في اختبار الدرجة قيد البحث،

المجاميع المقارن بينها	الفرق بين المتوسطات الحسابية	نتائج الفروق	قيمة L.S.D	الدلالة
م1-م2	-1.6205_1.2205	0.440	.69229	غير معنوي
م1-م3	-3.4205_-.5795	3.240		معنوي
م2-م3	-3.2205_-.3795	3.940		معنوي

في اختبار الدرجة قيد البحث، ظهرت قيمة (L.S.D) تساوي (0.692) وبما أن الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الأولى والثانية هو (0.440) وهو أقل من قيمة (L.S.D) المحسوبة وهذا يعني عدم وجود فرق معنوي بين المجموعتين. أما الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الأولى والثالثة فكان (3.240) وهو أكبر من قيمة (L.S.D) المحسوبة البالغة (0.692) وهذا يعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة الثالثة. أما الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الثانية والثالثة فكان (3.940) وهو أكبر من قيمة (L.S.D) المحسوبة البالغة (0.692) وهذا يعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة الثالثة.

جدول (9) يبين قيمة (LSD) بين لاعبو الساحات المفتوحة والصالات والشاطئية في مؤشر القوة المميزة بالسرعة

المجاميع المقارن بينها	الفرق بين المتوسطات الحسابية	نتائج الفروق	قيمة L.S.D	الدلالة
م1-م2	-1.6205_1.2205	0.836	.69229	معنوي
م1-م3	-3.4205_-.5795	0.836		معنوي
م2-م3	-3.2205_-.3795	0.736		معنوي

في حين يبين الجدول (9) نتائج اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين الأوساط الحسابية للمجموعات الثلاثة في اختبار القوة المميزة بالسرعة قيد البحث، وقد ظهرت قيمة (L.S.D) تساوي (0.692) وبما أن الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الأولى والثانية هو (0.836) وهو أكبر من قيمة (L.S.D) المحسوبة وهذا يعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة الأولى. أما الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الأولى والثالثة فكان (0.836) وهو أكبر من قيمة (L.S.D) المحسوبة البالغة (0.692) وهذا

يعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة الثالثة. أما الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الثانية والثالثة فكان (0.736) وهو أكبر من قيمة (L.S.D) المحسوبة البالغة (0.692) وهذا يعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة الثالثة.

جدول (10) يبين قيمة (LSD) بين لاعبو الساحات المفتوحة والصالات والشاطئية في مؤشر المناولة

المجاميع المقارن بينها	الفرق بين المتوسطات الحسابية	نتائج الفروق	قيمة L.S.D	الدلالة
م1-م2	1.2205 _ 1.6205-	-20000	.6922	
م3-م1	-3.4205 _ .5795-	-2.00000*		
م3-م2	-3.2205 _ .3795-	-1.80000*		

أما الجدول (10) الذي يبين نتائج اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين الأوساط الحسابية للمجموعات الثلاثة في اختبار المناولة قيد البحث، ظهرت قيمة (L.S.D) تساوي (0.692) وبما أن الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الأولى والثانية هو (1.863) وهو أكبر من قيمة (L.S.D) المحسوبة وهذا يعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين ولصالح المجموعة الأولى. أما الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الأولى والثالثة فكان (0.063) وهو أقل من قيمة (L.S.D) المحسوبة البالغة (0.692) وهذا يعني عدم وجود فرق معنوي بين المجموعتين. أما الفرق بين الأوساط الحسابية لمجموعتي البحث الثانية والثالثة فكان (0.436) وهو أقل من قيمة (L.S.D) المحسوبة البالغة (0.692) وهذا يعني عدم وجود فرق معنوي بين المجموعتين.

ومن خلال ما تم عرضه في الجداول اعلاه نلاحظ وجود فروق معنوية في الاختبارات المهارية والبدنية والحركية للعبة كرة القدم بين مجموعات البحث الثلاثة ولصالح المجموعه الثالثة ، وهذا ما يدل على إن المجموعة التي استخدمت الشكل الامثل لتدريب القدرات الحركية بدون وجود صعوبات أظهرت تفوقا في تطوير الأداء والدقة لكرة القدم ، كذلك المجاميع الاخرى التي كان لديها تدريب في القدرات الحركية فان نتائجها كانت متفاوتة وهذا ما يدل أن الاستخدام للجوانب التدريبية التي استعملت كان لها دور مهم وفعال في الاداء المهاري والبدني، لان أي مهارة من المهارات الرياضية تحتاج إلى تمارينات وتدريبات متكررة باستعمال أدوات تدريبية تساهم في تركيز انتباه المتعلم على الكيفية التي يجب أن يؤدي بها سوى بالكرة او بدونها وان مهارة كرة القدم بشكل عام تحتاج من المتعلم التوافق والتصور العالي والناجح للأداء، إذ أن المسارات الحركية التي تحدد مهارة كرة القدم كثيرة ولهذا تختلف المسارات فيها، فضلاً عن ذلك فان تلك المهارات تتميز بصعوبة أدائها بالنسبة لبقية مهارات الالعب الفرقية الأخرى وتحتاج إلى الدقة بالأداء وسرعة الاستجابة المقرونة

بالتوقيت الصحيح، لذا فإن استعمال الأدوات التدريبية يجب ان يتلائم وطبيعة تنفيذ أداء مثل هذه المهارات إذ"من الممكن استعمال الأدوات التدريبية في المهارات الصعبة من أجل السيطرة على مسار العمل".⁽¹⁾ ومن جانب آخر فإن صعوبة بعض المهارات المراد تطوير أدائها تستدعي قيام المدرب إلى استعمال أو إدخال الوسائل أو الأدوات التدريبية المساعدة في العملية التعليمية أو التدريبية وبما أن المهارة هي "صفة دالة لفاعلية الأداء حيث يطور المتعلم بعض الاستجابات الحركية في تنظيم حركي جديد، وان كل مهارة حركية تتطلب تنظيم وترتيب عمل مجاميع عضلية معينة وفي اتجاه معين وهنا تكمن أهمية الأدوات التدريبية في تطوير ادائها الفني وذلك بالتركيز على عمل المجاميع العضلية الخاصة بالمهارة مما يوفر الاقتصاد في الجهد المبذول من المتعلم والمدرّب.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

1.5 الاستنتاجات: في ضوء نتائج الاختبارات ومناقشتها توصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية:

1. يتمتع لاعبو الساحات والصالات لكرة القدم بمستوى عال لاداء مهارتي الدرجة والمناولة .
2. وجود علاقة إيجابية بين ارضية الملعب ودقة اداء المهارات .
3. هناك تقارب كبير في صفة القوة المميزة بالسرعة بين الجميع وهذا يعني ان هذه الصفة مهمة لكل الالعاب.
4. تفوق لاعبو الكرة الشاطئية بصفة تحمل القوة وهذا يفسر ان لارضية الملعب تاثير على تطوير الصفات البدنية.

2.5 التوصيات: في حدود الإجراءات المستخدمة والنتائج التي تم التوصل إليها يوصي الباحثون بما يلي :

1. تطوير القدرات الحركية لجميع الالعاب لاهميتها في الاداء.
2. ضرورة ان يجري لاعبو الساحات والصالات والشاطئية تمارين على ارضيات مختلفة.
3. ضرورة اجراء بحوث على عينات وعلى قدرات حركية اخرى والمقارنة بينها.

المصادر:

- _ إبراهيم شعلان (وآخرون). أسس ومبادئ تنمية العناصر البدنية لدى المبتدئين في كرة القدم بدواة الإمارات العربية ، بحث منشور لمجلة علوم التربية الرياضية ، 1990.
- اسماعيل عبد الفتاح. الموسوعة الرياضية الميسرة الكرة الشاطئية. القاهرة: 2007.
- وجيه محجوب وآخرون. نظريات التعلم والتطور الحركي، ط2، بغداد، دار الكتب والوثائق، 2000.
- محمد صبحي حسانين ، القياس والتقويم بالتربية الرياضية والبدنية، ج1، ط4، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001.

¹ إبراهيم شعلان (وآخرون). أسس ومبادئ تنمية العناصر البدنية لدى المبتدئين في كرة القدم بدواة الإمارات العربية ، بحث منشور لمجلة علوم التربية الرياضية ، 1990 ، ص 199 .

- مورو، جيه آر، وجاكسون، آيه دبليو، وديسك، جيه، وموود، دي بي (1995)، القياس والتقويم في الأداء الإنساني، ترجمة الرفاعي، سعيد أحمد 2002 ، الرياض: .
 - زهير قاسم الخشاب وآخرون: كرة القدم لطلاب كليات واقسام التربية الرياضية. ط2، جامعة الموصل، 1999.
 - عماد كاظم؛ اثر برنامج تدريبي مقترح في تطوير مهارة التهديف بكرة القدم . رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية جامعة بغداد، 1999 .
 - يوسف لازم كماش : اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم. دار الفكر العربي. عمان. الأردن. 2000 .
 - ليلي السيد فرحات: القياس والاختبار في التربية الرياضية. ط3. مركز الكتاب للنشر. القاهرة . 2005 .
- & Gleeson, NP, Reilly T, Mercer TH, Rakowski, S, and Rees, D. 1998. Influence of acute endurance activity on leg neuromuscular and musculoskeletal performance. Medicine and Science in Sports and Exercise, 30: