

الرشاقة وعلاقتها بدقة التهديف للاعبين الشباب بكرة القدم  
علي رحيم عبد الحسين ، أ.د. مازن عبد الهادي احمد  
العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
ali.sky2520@gmail.com

#### الملخص

ان التطور الحاصل في كافة مجالات الحياة جعل للألعاب الرياضية مكانة بارزة ومهمة في حياة الامم وهذا التطور جعل التربية الرياضية ترتبط بالعلوم المختلفة كالفلسفة وعلم النفس والبايوميكانيك وغيرها من العلوم .

وان فعالية كرة القدم من الالعاب الجماعية التي لها مبدأها الاساسي المتعدد والتي تعتمد في أتقانها على اتباع التخطيط السليم في طرائق التدريب وتوقف نجاح الفريق وتقدمه الى حد كبير على كفاءات هذا الاداء إذ إن تنمية الصفات البدنية يجب أن تتلاءم مع متطلبات التدريب الحديث في كرة القدم إذ ترتبط التمرينات الفنية بالتمرينات البدنية وخاصة التمرينات التي تحسن من رشاقة وسرعة اللاعب الأمر الذي يتطلب الاهتمام هو ايجاد صفة الرشاقة والمرونة والدقة باعتبارها الصفة التي تجعل اللاعب ذو قدر كبير من فن الأداء الصحيح للمهارة وحالة بدنية عالية .

وإن الرشاقة هي صفة مهمة تجمع الصفات المركبة الاخرى وما نيل لا يرى فرق جوهري بين الرشاقة والمهارة لأن الرشاقة تأتي عن طريق التدريب المتكرر لمختلف الفعاليات والنشاطات المهارية وهي مرتبطة بها . ويهدف البحث الى:

- ١- التعرف على مستوى التهديف لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .
- ٢- التعرف على عنصر الرشاقة لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .
- ٣- التعرف على العلاقة بين الرشاقة ودقة التهديف بكرة القدم .

الكلمات المفتاحية: الرشاقة ، دقة التهديف ، كرة القدم

Agility and its relationship with scoring accuracy among young football players

Ali Rahim Abdulhussein, Prof.Dr. Mazen Abdulhadi Ahmed

Iraq. University of Babylon. College of Physical Education and Sports Sciences

ali.sky2520@gmail.com

---

Abstract

The development in all areas of life has made sports a prominent and important position in the lives of nations, and this development made physical education linked to various sciences such as physiology, psychology, biomechanics and other sciences. football is one of the group games that have its multiple basic principle , which depends in its dedication on following proper planning in training methods .The success and progress of the team has largely relied on the competencies of this performance as the development of physical characteristics must be compatible with the requirements of modern training in football as technical exercises are related to physical exercises, especially exercises that improve the agility and speed of the player. What requires attention is to find the characteristic of agility, flexibility and accuracy as the characteristic that makes the player with a great deal of art of correct performance of skill and a high physical condition.

Agility is an important characteristic that combines other composite qualities, and there is no fundamental difference between agility and skill, because agility comes through repeated training for various activities and skill activities and is linked to it.

The research aims to:

1. Identify the level of scoring among young football players .
- 2..Identify the element of agility among young football players .
3. Identify the relationship between agility and football scoring accuracy .

Key words: agility, scoring accuracy, football

١- المقدمة:

ان التطور الحاصل في كافة مجالات الحياة جعل للألعاب الرياضية مكانة بارزة ومهمة في حياة الامم وهذا التطور جعل التربية الرياضية ترتبط بالعلوم المختلفة كالفلسفة وعلم النفس والبايوميكانيك وغيرها من العلوم .

وان فعالية كرة القدم من الالعاب الجماعية التي لها مبدأها الاساسي المتعدد والتي تعتمد في أنفانها على اتباع التخطيط السليم في طرائق التدريب وتوقف نجاح الفريق وتقدمه الى حد كبير على كفاءات هذا الاداء إذ إن تنمية الصفات البدنية يجب أن تتلاءم مع متطلبات التدريب الحديث في كرة القدم إذ ترتبط التمرينات الفنية بالتمرينات البدنية وخاصة التمرينات التي تحسن من رشاقة وسرعة اللاعب الأمر الذي يتطلب الاهتمام هو ايجاد صفة الرشاقة والمرونة والدقة باعتبارها الصفة التي تجعل اللاعب ذو قدر كبير من فن الأداء الصحيح للمهارة وحالة بدنية عالية .

وإن الرشاقة هي صفة مهمة تجمع الصفات المركبة الاخرى وما نيل لا يرى فرق جوهري بين الرشاقة والمهارة لأن الرشاقة تأتي عن طريق التدريب المتكرر لمختلف الفعاليات والنشاطات المهارية وهي مرتبطة بها .

والمصادر التي سنحت لنا استطعنا من خلالها ان نفصل بين المهارة والرشاقة على اساس ان الرشاقة هي الخفة والدقة في اداء المهارات المختلفة .

ويعتبر التهديد الوسيلة الفعالة التي يستخدمها اللاعب المهاجم للتغلب على التكتلات والكثرة العددية للاعبين الفريق المنافس في الدفاع داخل منطقة الجزاء ، وكذلك يعتبر التهديد هو السلاح القوي الذي يُستخدم لإحراز الاهداف في مرمى الفريق المنافس مستغلاً قابليته البدنية والفنية والنفسية والذهنية ضمن اطار قانون اللعب . وقد اشار ثامر محسن وسامي الصفار (١٩٨٨)

(ثامر محسن وسامي الصفار ، ١٩٨٨ ، ص ٩١)

الى ان المهارات الفنية اكثر استخداما في لعبة كرة القدم على الاطلاق ويرجع السبب في ذلك الى ان الاداء البدني والمهاري والخططي خلال المباراة يتطلب سرعة أداء عالية وإن أهمية البحث تكتب في معرفة العلاقة بين الرشاقة ودقة التهديد بكرة القدم .

وتعد لعبة كرة القدم من الالعاب الجماعية التي لها مكانتها بين كل الالعاب الفردية والجماعية لهذا نجد ان لعبة كرة القدم تتسم بالسرعة في أدائها وهذه السرعة في الاداء والحركات العملية التي يؤديها اللاعبون بخفة وانسجام والتي تعرف بالرشاقة ، تكسب هذه اللعبة جمالية ، لذلك الاهداف وطريقة تسجيلها جعلت من هذه اللعبة لعبة مميزة .

تعد الرشاقة من الصفات البدنية التي يجب التركيز في تليبيتها في مرحلة الطفولة ، اذ تسمح الاجهزة الوظيفية بالتكيف معها ، والمهارات الحركية التي يتقنها اللاعب بدرجة كبيرة والتي تؤدي تحت نفس الظروف ويكون تأثيرها خفيفاً على تنمية الرشاقة .

وتعد مهارات التهديف من اهم المهارات في لعبة كرة القدم ، ويختلف التهديف تبعاً لحالات اللعب ، فمنها ما يكون من الحركة ، ومنها ما يكون من الثبات .

ومن أجل تطوير وتحقيق دقة عالية في التهديف والتي تتطلب امتلاك اللاعب قدرات بدنية وفنية ومهارية وخطوية جيدة ، إذ إن قلة تسجيل الاهداف في المباراة يأتي بسبب الضعف الواضح لدى المهاجم .  
ومن خلال مشاهدة الباحثان ومتابعته لمباريات كرة القدم كونه يمارس هذه اللعبة يصف الرشاقة بأنها صفة مهمة من الصفات والقدرات الحركية ، ولها دور جداً مهم في الاداء المهاري ، لذلك ارتأى الباحثان دراسة هذه الصفة المهمة ومعرفة تأثيره بالتهديف في كرة القدم . ويهدف البحث الى:

- ١- التعرف على مستوى التهديف لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .
- ٢- التعرف على عنصر الرشاقة لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .
- ٣- التعرف على العلاقة بين الرشاقة ودقة التهديف بكرة القدم .

٢- اجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح وذلك لملائمته لطبيعية ومشكلة البحث .

٢-٢ مجتمع البحث وعينته: استخدم الباحثان عينة البحث بالطريقة العمدية ، وقد شملت اللاعبين الشباب لنادي الغدير الرياضي في محافظة كربلاء بكرة القدم لموسم ٢٠١٨ والبالغ عددهم (٢٢) لاعب وقد تم اختيار (١٨) لاعب وهم يشكلون نسبة مئوية مقدارها ٨١,٧٧ % من عينة البحث .

٢-٣ وسائل جمع البيانات والادوات والاجهزة المستعملة في البحث

٢-٣-١ وسائل جمع البيانات

- المصادر العربية

- الملاحظة

- الاختبارات

٢-٣-٢ الادوات والاجهزة المستعملة في البحث

- كرات قدم عدد (٥)

- صافرة

- ساعة توقيت

- شواخص

٢-٤ اجراءات البحث الميدانية:

٢-٤-١ الاختبارات المستخدمة في البحث

(رعد حسين حمزة ، ٢٠٠٣ ، ص ١٠٨)

٢-٤-١-١ اختبار دقة التهديف

الغرض من الاختبار : قياس دقة التهديف

وصف الاختبار: يقف المختبر خلف الخط من الوضع العالي

طريقة الاداء: يقف المختبر خلف الخط ثم يقوم بتصويب الكرات الخمسة (متتالية) على المستطيلات محاولاً اصابة المستطيل الصغير ، للمختبر الحق في استخدام اي قدم في التصويب .

الادوات: خمس كرات قدم ، حائط امامه ارض ممهدة يرسم على الحائط ثلاث مستطيلات متداخلة ، ابعادها (المستطيل الكبير بطول ١٤٠ سم وبعرض ١٠٠ سم) و(المستطيل الاوسط بطول ١٠٠ سم وبعرض ٨٠ سم) و(المستطيل الصغير بطول ٨٠ سم وبعرض ٦٠ سم) والارض تمثل الحافة السفلى للمستطيل الكبير ويرسم خط يبعد عن الحائط بمقدار ٥ م .

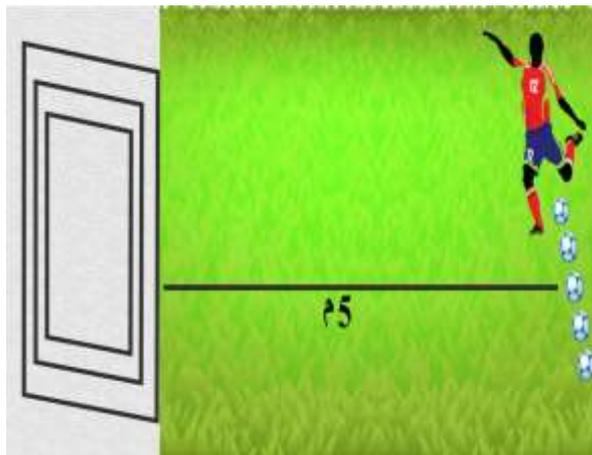
التسجيل:

١- إذا اصابة الكرة المستطيل الصغير (داخل المستطيل على الخطوط المحددة لها) يحسب للمختبر ثلاث درجات .

٢- إذا اصابة الكرة المستطيل الاوسط (داخل المستطيل على الخطوط المحددة لها) يحسب للمختبر درجتين .

٣- إذا اصابة الكرة المستطيل الكبير (داخل المستطيل على الخطوط المحددة لها) يحسب للمختبر درجة واحدة .

٤- إذا كانت الكرة خارج المستطيلات يحسب للمختبر صفر .

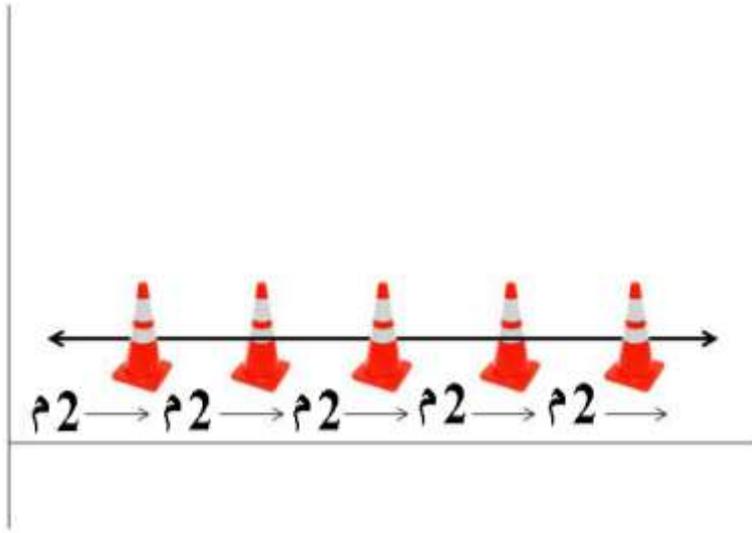


(علي الهادي آدم ، ٢٠١٨ ، ص ٩٦)

٢-٤-١-٢ اختبار الرشاقة

الادوات المستعملة: خمسة شواخص ، ساعة توقيت ، كرات قدم .

وصف الاختبار: توضع خمس شواخص بين كل منهما (٢م) وعلى بعد من الشاخص الاول يرسم خط البداية بمسافة (٤,٥ م) ، يقوم اللاعب عند اشارة البدء بالدرجة بالكرة (زكراك) حول الشواخص ويعود بالطريقة نفسها حتى يصل نقطة خط البداية .



خط البداية

- التسجيل: يسجل الزمن لأقرب ( ٠,٠١ ثانية ) .
- شروط الاختبار: تعطى لكل لاعب محاولتان .
- ٢-٤-٢ التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان بأجراء تجربة استطلاعية بتاريخ ٢٠١٨/١٢/٥ على (٤) لاعبين من خارج عينة البحث الرئيسية ، وهدفت التجربة الاستطلاعية الى :

- ١- مدى وضوح التعليمات للاعبين .
- ٢- التعرف على المعوقات التي تواجه اللاعبين .
- ٣- مقدرة العينة على اداء الاختبار .
- ٤- معرفة كفاءة فريق العمل المساعد.(قرار عبد الاله كريم ، علي صاحب محسن ، تربية رياضية ، اختصاص كرة القدم)

٢-٤-٣ التجربة الرئيسية:

قام الباحثان بأجراء الاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث قيد الدراسة على لاعبي نادي الغدير الشباب بكرة القدم في ملعب نادي الغدير الرياضي وتضمنت الاختبارات اختبار دقة التهديف واختبار الرشاقة ، إذ أجريت الاختبارات يوم الخميس الموافق ٢٠١٨/٣/١ .

(وديع ياسين وحسن محمد ، ١٩٩٠ ، ص ١٠٣،٢١٤،٩٤)

٥-٢ الوسائل الاحصائية

$$١- النسبة المئوية = \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100$$

$$٢- الوسط الحسابي (س) = \frac{\text{سمج}}{ن}$$

$$٣- الارتباط البسيط (ر) = \frac{\frac{\text{صسمج} - \text{سمج} \times \text{صصمج}}{ن}}{\sqrt{2\left(\frac{\text{صصمج}}{ن} - 2\text{صصمج}\right)2\left(\frac{\text{سمج}}{ن} - 2\text{سمج}\right)}}$$

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

٣-١ عرض وتحليل النتائج:

بعد إجراء الاختبارات القبلية والبعديّة على عينة البحث قام الباحثان بمعالجة النتائج إحصائياً للتوصل إلى الأهداف من إجراء البحث وللتحقق من الفروض المصاغة فيه ، وفيما يأتي عرض النتائج من خلال الجداول وتحليلها ، ومن ثم مناقشة المعالجات الإحصائية الواردة لتوضيح الأسباب التي أدت إليها .

جدول (١) يبين الأوساط الحسابية لاختبار الرشاقة واختبار دقة التهديف

المعالم الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	س	قيمة ر المحسوبة	قيمة ر الجدولية	دلالة الارتباط
الرشاقة	ثا	٧,٥	٠,٩٦	٢,١٢	معنوي
دقة التهديف	درجة	٧,٨			

عند درجة حرية (١٧) ، ومستوى دلالة (٠,٠٥)

من خلال الجدول (١) يبين الأوساط الحسابية لاختبار الرشاقة واختبار دقة التهديف ، حيث ظهرت قيم الوسط الحسابي لاختبار الرشاقة وكانت (٧,٥) بينما ظهرت قيمة الوسط الحسابي لاختبار دقة التهديف وكانت (٧,٨) ولغرض معرفة معنوية العلاقة لجأ الباحثان إلى استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لبيان معنوية العلاقة ومدى ارتباطها ، فقد ظهرت قيمة معامل الارتباط المحسوبة ٠,٤٦ بينما كانت قيمة معامل الارتباط الجدولية هي ٠,٣٨ وعند درجة حرية (٠,٠٥) ومن خلال ذلك نجد ان درجة قيمة معامل الارتباط المحسوبة هي اكبر من قيمتها الجدولية وهذا مؤشر واضح على وجود ارتباط معنوي بين الرشاقة ودقة التهديف بكرة القدم للطلاب ويعزو الباحثان هذه العلاقة بين الرشاقة ودقة التهديف إلى ان صفة الرشاقة هي صفة مهمة للاعبين كرة القدم ويجب الاهتمام بها وممارستها لان التهديف هو اداء حركي مركب يتصف بالسرعة والدقة ومن خلال الرشاقة نستطيع تنفيذ ذلك الاءاء ، ومن خلال ما تقدم يتحقق فرض البحث الذي يقول هناك علاقة معنوية بين الرشاقة والتهديف بكرة القدم للطلاب .

٣-٢ مناقشة النتائج:

من خلال جدول (١) يبين الأوساط الحسابية للرشاقة ودقة التهديف ، حيث ظهرت قيمة الوسط الحسابي للرشاقة (٧,٥) بينما ظهرت قيمة دقة التهديف وكان وسطها الحسابي (٧,٨) ولغرض اختبار معنوية

العلاقة استخدم الباحثان معامل الارتباط المحتسبة (٠,٤٦) بينما ظهرت قيمة معامل الارتباط الجدولية هي (٠,٣٨٩) عند درجة حرية (١٧) احتمال خطأ (٠,٠٥) فنجد أن قيمة معامل الارتباط المحتسبة اكبر من الجدولية فهذا يدل على وجود ارتباط معنوي .

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- وجود علاقة ارتباط معنوي بين دقة التهديف والرشاقة .
- ٢- ان للرشاقة دور مهم ومؤثر في دقة التهديف بكرة القدم .

٤-٢ التوصيات:

- ١- الاهتمام بعنصر الرشاقة لما له من دور فعال لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .
- ٢- الاهتمام بالمهارات الاساسية التي تخص لعبة كرة القدم .
- ٣- ضرورة استخدام التمارين الخاصة في الوحدات التدريبية من اجل تطوير دقة مهارة التهديف .

المصادر

- ثامر محسن وسامي الصفار : أصول التدريب في كرة القدم ، الموصل ، مطابع جامعة الموصل ، ١٩٨٨ .
- علي الهادي آدم : تأثير استراتيجية التعلم التوليدي في تنمية التفكير الابداعي والتحصيل المعرفي وتطوير بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للطلاب ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بابل ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ٢٠١٨ .
- رعد حسين حمزة : تأثير تمرينات خاصه في تطوير التحمل الخاص وعلاقته بالأداء ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٣ .
- وديع ياسين وحسن محمد : التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتاب للطباعة والنشر ، ١٩٩٠ .