

اثر العاب التسلية المصغرة في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية والعقلية والمعرفة الخططية بكرة القدم

أ.م.د. نوفل فاضل رشيد

العراق. جامعة الموصل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Zangana_10@yahoo.com

المخلص

هدفت الدراسة الى الكشف عن اثر استعمال العاب التسلية المصغرة والبرنامج المعد من قبل المدرب في تطوير بعض القدرات البدنية والقدرات العقلية والمعرفة الخططية لدى لاعبي كرة القدم. اما الهدف الثاني فاشتمل على اجراء المقارنة بين اثر استعمال العاب التسلية المصغرة والبرنامج المعد من قبل المدرب في تطوير بعض المتغيرات البدنية العقلية والمعرفة الخططية في كرة القدم في الاختبار البعدي . وافترض الباحث وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تطوير بعض القدرات البدنية والقدرات العقلية والمعرفة الخططية في كرة القدم ولمجموعتي البحث . وكذلك وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي. وتم تحديد مجتمع البحث من لاعبي نادي قرقوش الرياضي بكرة القدم للموسم 2012-2013 والبالغ عددهم (30) لاعباً تم اختيارهم بصورة عمدية ، أما عينة البحث فقد تكونت من (24) لاعباً بعد أن تم استبعاد حراس المرمى وعدد من اللاعبين لعدم تكافؤ مع بقية أفراد العينة ، قسموا إلى مجموعتين الاولى تجريبية والثانية ضابطة عن طريق القرعة وبواقع (12) لاعباً لكل مجموعة وقد استخدم الباحث مجموعه من الاختبارات البدنية والعقلية واختبار المعرفة الخططية الخاصة بلاعبي كرة القدم المقننة وقد تم اجراء الاختبارات القبلية وبعدها تم تطبيق التجربة الرئيسة والذي تلتها الاختبارات البعدية للحصول على بيانات البحث والتي تم تحليلها احصائياً باستعمال الحقيبة الاحصائية (spss) وتم التوصل الى مجموعة من الاستنتاجات التي كان اهمها تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في بعض القدرات البدنية والقدرات العقلية والمعرفة الخططية في كرة القدم في الاختبار البعدي .

الكلمات المفتاحية : العاب التسلية المصغرة ، القدرات البدنية ، بكرة القدم

The effect of mini-entertainment games in developing some physical, motor, mental and schematic knowledge in football

Assistant. Prof. Nawfal Fadhil Rasheed

Iraq, University of Mosul, College of physical education and sport sciences

Zangana_10@yahoo.com

Abstract

The study aimed at detecting the effect of using mini-games and the program prepared by the trainer in developing some of the physical abilities, mental abilities and the schematic knowledge of football players. The second objective included a comparison between the use of mini-games and the program prepared by the trainer in the development of some physical and mental variables and schematic knowledge of football in the post-test. The researcher hypothesized that there were significant differences between the results of the pre and post tests in the development of some physical abilities and mental abilities and schematic knowledge of football and the two groups of research. There were also significant differences between the two research groups in the post-test. The search community was determined by the players of the Karkush sports club for the 2012-2013 season, totaling 30 players who were chosen in a vertical manner. The research sample consisted of (24) players after the goalkeepers were excluded and a number of players were not equal with the rest of the sample members. The sample was divided into two experimental and control groups by 12 players per group. The researcher used a set of physical and mental tests and the special test the schematic knowledge of the football players. The pre tests were carried out and the main experiment followed by the post- The results of the study were analyzed statistically using the statistical bag (spss). A number of conclusions were reached, the most important of which was that the experimental group surpassed the control group in some physical abilities, mental abilities and knowledge of football in the post-test.

Keywords : Mini-entertainment games , physical abilities , in football

1- المقدمة :

ان حضارة اليوم هي حصيلة جهود مجتمعات عاشت في حقب التاريخ المتعاقبة ومنها التاريخ الحديث والمعاصر وقد شمل تطور الحضارة الاقتصاد والاجتماع والفكر والسياسة والادارة وغير ذلك مما يتصل بنظام حياة الانسان ، كما شمل الالعاب الرياضية التي تتصل بالنشاط البدني والحركي على وجه الخصوص وقد تفاعلت المجتمعات في حياتها وأخذ بعضها عن بعضها الآخر وأثر بعضها في بعضها الآخر . وكرة القدم واحدة من الفعاليات الرياضية البارزة التي حظيت باهتمام متزايد من مختلف البلدان وعلى صعيد المستويات كافة وأصبحت دون منازع اللعبة الشعبية الأولى في العالم يمارسها الجميع في أي وقت وأي مكان، وبسبب هذه الشعبية الكبيرة لها انصب اهتمام الباحثين إلى تطويرها من خلال رفع مستويات اللاعبين من الناحية البدنية والخططية والنفسية، فضلاً عن تطوير الجانب المهاري لديهم، وتشكل العاب التسلية المصغرة جزء هام من النشاط التعليمي والتدريبي حيث تمثل مكانة مرموقة بين مختلف الأنشطة المتعددة ، وتشكل حيزاً مهماً في التدريب على المهارات الحركية والبدنية والخططية والوظيفية وغيرها ، وأصبحت من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج تعليمي- تدريبية حيث يمكن وضع مناهج تدريبية مناسبة مستندة على هذه الألعاب بشكل مبرمج للوصول الى افضل النتائج في التطور وتحقيق مستوى أداء متقدم

(الغزاوي ، 2009 ، ص365)

وتجمع العاب التسلية المصغرة حالات اللعب لتحتم على اللاعب الانتباه الشديد ليتحرك وفق المتغير الجديد بانسياب وبدون فقدان جهد كبير ليؤدي المهارة بشكل فعال .وتبرز اهمية البحث الحالي في امكانية تطوير الجوانب البدنية والخططية والعقلية للاعب كرة القدم ضمن برامج تدريبية تحتوي على العاب التسلية المصغرة وامكانية توظيف نتائج البحث في خدمة العملية التدريبية بكرة القدم . ومن خلال متابعة الباحث وخبرته المتواضعة كونه لاعباً ومدرّباً وتدريبياً في مجال كرة القدم لاحظ أن بعض المدربين لا يولون اهتماماً بتلك الالعاب في وحداتهم التدريبية والتي تجعل اللاعب يعيش لحظات مشابهة او مواقف مشابهة لحالات اللعب .لذا ارتأى الباحث الى استعمال العاب التسلية المصغرة التي تعد من الالعاب الجديدة التي لم يسبق لاحد من الباحثين ان استخدمها حسب خبرة الباحث ولمعرفة مدى تأثير تلك الالعاب في تطوير بعض القدرات البدنية والقدرات العقلية والمعرفة الخططية في كرة القدم. وقد هدفت الدراسة الى الكشف عن اثر استعمال العاب التسلية المصغرة والبرنامج المعد من قبل المدرب في تطوير بعض القدرات البدنية والقدرات العقلية والمعرفة الخططية في كرة القدم. فضلاً عن المقارنة بين أثرهما في تطوير بعض القدرات البدنية والقدرات العقلية والمعرفة الخططية في كرة القدم في الاختبار البعدي . واشتملت فرضيتا البحث وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في تطوير بعض القدرات البدنية والقدرات العقلية والمعرفة الخططية في كرة القدم ولمجموعتي البحث . وكذلك وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث في الاختبار البعدي.

2- إجراءات البحث :

2-1 منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من لاعبي نادي قرقوش الرياضي بكرة القدم للموسم 2012-2013 والبالغ عددهم (30) لاعباً تم اختيارهم بصورة عمدية ، أما عينة البحث فقد تكونت من (24) لاعباً بعد أن تم استبعاد حراس المرمى وعدد من اللاعبين لعدم تكافؤ مع بقية أفراد العينة ، قسموا إلى مجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة عن طريق القرعة وبواقع (12) لاعباً لكل مجموعة

2-3 التصميم التجريبي :

استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه أسم (تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الملاحظة القبليّة والبعديّة المحكمة الضبط) (فان دالين ، 1984 ، p407)

2-4 وسائل جمع البيانات :

استخدم الباحث الوسائل الاتية (المصادر العلمية ، الاستبيان،المقابلة ،الاختبار والقياس)

2-5 مقياس المعرفة الخططية :

تم استعمال مقياس (طويل ، 2005) والذي يحتوي على مجموعة من المواقف الخططية وعددها (41) موقفاً خططياً تقيس مدى المعرفة الخططية لدى لاعبي كرة القدم (أ.د. لؤي الصميدعي ، أ.د. محمد خضر اسمر ، أ.د. مكي محمود ، أ.م.د. وليد خالد رجب ، أ.م.د. معن عبدالكريم ، أ.م.د. نشأت الحسناوي ، م. جميل محمود) وهذا المقياس مطبق على البيئة العراقية (الملحق 1 و2)

2-6 ألعاب التسلية المصغرة :

تم عرض مجموعة من ألعاب التسلية المصغرة على عدد من الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم والذين قاموا بترشيح عدد من هذه الألعاب التي تخدم اهداف البحث ، وتم اعتمادها في هذه الدراسة بناءً على اراء هؤلاء السادة الخبراء والمختصين.

7-2 تكافؤ وتجانس مجموعتي البحث :

الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لعينة البحث في متغيرات النمو

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
	س-	± ع	س-	± ع	
الكتلة / كغم	69,833	9,053	66,167	3,352	1,315
العمر / سنة	22,916	1,928	21,833	2,167	1,294
الطول / سم	168,25	4,769	166	4,935	1,136

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لعينة البحث في متغيرات البحث

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
	س-	± ع	س-	± ع	
الكتلة / كغم	69,833	9,053	66,167	3,352	1,315
العمر / سنة	22,916	1,928	21,833	2,167	1,294
الطول / سم	168,25	4,769	166	4,935	1,136
حدة الانتباه/ درجة	107,6	14,288	101,595	12,338	1,252
تركيز الانتباه/ درجة	7,273	2,494	7,425	2,491	0,167
تحويل الانتباه / درجة	5,451	2,099	6,384	3,170	0,949
التصور العقلي/ درجة	58,333	2,058	56,066	4,182	1,883
القوة الانفجارية للرجلين/ سم	36,733	5,535	35,200	3,6292	0,897
السرعة الانتقالية / ثانية	3,996	0,118	3,993	0,115	0,062
الرشاقة / ثانية	4,982	0,128	5,016	0,132	0,713
المرونة / سم	10,066	4,772	8,333	5,246	0,946
الدحرجة/ ثانية	21,950	0,829	21,701	0,530	0,981
الإخماد/ درجة	6	1,309	5,8	1,424	0,982
التمريرة القصيرة/درجة	27,533	4,155	25,333	4,237	1,435
التمريرة المتوسطة / درجة	20	2,618	19,466	2,559	0,564
التهديف القريب/ درجة	28,666	2,225	26,6	3,561	1,905
التهديف البعيد / درجة	11,666	1,838	11,4	1,638	0,419
المعرفة الخطئية / درجة	131,533	8,659	128,666	10,160	0,831

قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (2-24) = 2,07

يتبين من الجدول (1-2) وجود فروق غير معنوية بين أفراد المجموعتين في كل المتغيرات المعروضة في الجدول ، وهذا يشير إلى تكافؤ وتجانس مجموعتي البحث في هذه المتغيرات.

2-8 الخطة الزمنية للبرنامجين التعليميين : تضمنت البرنامجين التعليميين (24) وحدة تعليمية للأسلوبين التعليميين لمجموعتي البحث وبواقع (12) وحدة تعليمية لكل مجموعة، وقد استغرق تنفيذ البرنامج التعليمي ستة أسابيع ، وزعت خلالها الوحدات التعليمية بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع لكل مجموعة ، وكان زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة ولمجموعتي البحث .

2-9 تنفيذ التجربة الرئيسة للبحث :

بعد إجراء التجارب الاستطلاعية على عينات من مجتمع البحث وتلافي المعوقات والصعوبات التي واجهت الباحثان ، تم إجراء التجربة الرئيسة والتي امتدت من 2014/ 3/6 ولغاية 2014/4/14 وعلى مجموعتي البحث

2-10 الاختبارات القبلية والبعدية :

بتاريخ 2014/2/28-24 تم إجراء الاختبارات القبلية للمهارات الأساسية والعناصر البدنية والحركية ومتغيرات النمو والقدرات العقلية المختارة ومقياس المعرفة الخططية بكرة القدم . وبتاريخ 2014/4/18-16 تم إجراء الاختبارات البعدية والمتضمنة بعض العناصر البدنية والحركية والقدرات العقلية المختارة ومقياس المعرفة الخططية بكرة القدم

2-11 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الحقيقية الإحصائية (spss) لتحليل بيانات البحث وباستعمال الوسائل الآتية :

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- النسبة المئوية
- اختبار (t) للعينات المستقلة
- اختبار (t) للعينات المترابطة

3- عرض ومناقشة النتائج :

3-1 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدى لبعض عناصر اللياقة البدنية والحركية لمجموعتي البحث :

الجدول (3)

يبين المعالم الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدى لبعض عناصر اللياقة البدنية والحركية لمجموعتين البحث

المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			نوع لاختبار	وحدة القياس	العناصر البدنية
ت المحسوبة	ع ±	س	ت المحسوبة	ع ±	س			
4,928	3,629	35,200	6,50	5,535	36,733	قبلي	سم	القوة الانفجارية للرجلين
	3,217	37,266		3,936	41,066	بعدي		
1,814	0,115	3,993	9,523	0,118	3,996	قبلي	ثانية	السرعة الانتقالية
	0,317	3,827		0,110	3,894	بعدي		
0,346	0,132	5,016	5,982	0,128	4,982	قبلي	ثانية	الرشاقة
	0,116	5,006		0,113	4,894	بعدي		
1,526	5,246	8,333	5,494	4,772	10,066	قبلي	سم	المرونة
	5,841	10,533		2,439	15,333	بعدي		

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (12-1) علماً أن قيمة (ت) الجدولية = (2,20)

الجدول (3) يبين ان جميع الفروق بين الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في جميع الاختبارات البدنية والحركية هي فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدى لان قيم (ت) المحتسبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (11) والبالغة (2,20). اما بالنسبة الى المجموعة الضابطة فظهرت فرق معنوي في عنصر القوة الانفجارية للرجلين فقط.

3-2 مناقشة النتائج الاختبارين القبلي والبعدي لبعض عناصر اللياقة البدنية والحركية لمجموعتي البحث :

فيما يخص نتائج المجموعة التجريبية فيعزو الباحث سبب الفروق المعنوية الى استعمال مجموعة من الالعاب التسلية المصغرة والتي تشابه نوعاً ما طريقة اللعب في المباراة ، اذ ان التمارين المهارية التي تم استخدامها على شكل الالعاب مسلية طورت عناصر اللياقة البدنية والحركية لدى لاعبي المجموعة التجريبية ، اذ تم استعمال هذه التمارين على شكل مقارب للمنافسات والمباراة وتعد هذه الطريقة وسيلة مؤثرة ومنهجاً تعليمياً وتدريبياً في مرحلة التمرين من خلال استعمال مجموعة من الالعاب التسلية المصغرة وتنظيمها وترتيبها وبتنوعات مختلفة ، وهذا ما جعل التدريب فعالاً ومؤثراً ، فضلاً عن المتعة والتغيير الذي حققه من خلالها ، كما أن هذا الاسلوب أدى إلى زيادة الممارسة القريبة من المنافسة الأمر الذي أدى إلى زيادة الحركة والنشاط في التدريب وبالتالي إلى تطور أكثر في عناصر اللياقة البدنية والحركية ، ويشير (القط) " بأن التمرينات التعليمية أو التدريبية يقاس نجاحها بمدى التقدم الذي يحققه المتعلم او الرياضي في نوع النشاط الممارس من خلال المستوى المهاري والبدني والفسيولوجي وهذا يعتمد على التكيف الذي يحققه المتعلم مع البرنامج الذي يطبقه " (القط ، 1999 ، ص12)

لذا فإن تنظيم العاب التسلية المصغرة بصورة صحيحة وعلمية كان لها اثر كبير في زيادة قدرة المتدربين على الأداء وبالتالي انعكس ذلك ايجابياً على مستوى عناصر اللياقة البدنية والحركية لدى المتعلمين، ويؤكد (إسماعيل) نقلاً عن (ادينكتن وادجرتون) " بأن التدريب المنظم ينتج عنه زيادة في قابلية الفرد ، فنتيجة لأداء التمارين لعدة أيام أو أسابيع أو اشهر ، فإن ذلك يؤدي إلى تطبع أجهزة الجسم على الأداء الامثل لتلك التمارين " (إسماعيل ، 1996 ، ص98)

اما فيما يخص المجموعة الضابطة فيعزو الباحث الفرق المعنوي في عنصر القوة الانفجارية للرجلين الى ان طبيعة لعبة كرة القدم والذي يعتمد بشكل اساسي ورئيسي على استعمال الرجلين في جميع مهارات اللعبة اذ تعد لعبة كرة القدم من الفعاليات التي تتسم بالانقباض العضلي الذي تكون فيه السرعة عالية "إذ تنقبض العضلة أو المجموعة العضلية بأقصى سرعة لها، ويكون الانقباض العضلي ناتجاً عن مشاركة عدد كبير جداً من الألياف العضلية والتي تتطلب قدرة عالية . فمن خلال استعمال مجموعة من التمارين البدنية والمهارية كالتهدف والمناولة والتي لهما علاقة مباشرة بعنصر القوة الانفجارية في الوحدات التدريبية وبتكرارات معينة باستعمال الكرة او بدونها كل ذلك ساهم في تطور ذلك العنصر ويشير (عبد الحميد وحسانين) (أن استعمال التمارين المناسبة تعمل بشكل مباشر على تنمية القدرات البدنية في كل وقت من أوقات التدريب)

(عبد الحميد ، وحسانين ، 1997 ،

ص123)

3-3 عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدى لبعض القدرات العقلية ومقياس المعرفة الخططية:

الجدول (4)

يبين المعالم الاحصائية للاختبارين القبلي والبعدى لبعض القدرات العقلية ومقياس المعرفة الخططية لمجموعتين

المتغيرات	وحدة القياس	نوع الاختبار	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة		
			س	$\pm$ ع	ت المحسوبة	س	$\pm$ ع	ت المحسوبة
حدة الانتباه	درجة	قبلي	107,69	14,288		101,595	12,338	
		بعدي	122,559	19,219	2,555	93,269	23,424	1,597
تركيز الانتباه	درجة	قبلي	7,273	2,494		7,425	2,491	
		بعدي	6,987	1,877	0,350	9,557	4,409	1,696
تحويل الانتباه	درجة	قبلي	5,451	2,099		6,384	3,170	
		بعدي	3,902	2,653	2,540	6,894	4,041	0,350
التصور العقلي	درجة	قبلي	58,333	2,058		56,066	4,182	
		بعدي	66	4,070	6,50	60,733	2,520	3,418
المعرفة الخططية	درجة	قبلي	131,533	8,6591		128,666	10,160	
		بعدي	140,933	6,649	11,965	133,6	8,525	8,488

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (12-1) علماً أن قيمة (ت) الجدولية = (2,20)

الجدول (4) يبين ان الفروق بين الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في معظم المتغيرات هي فروق معنوية ولصالح الاختبار البعدى لان قيم (ت) المحتسبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (11) والبالغة (2,20) باستثناء تركيز الانتباه . اما بالنسبة الى المجموعة الضابطة فظهرت فرق معنوي في متغير التصور العقلي والمعرفة الخططية فقط .

3-4 مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لبعض القدرات العقلية والمعرفة الخططية لمجموعتي البحث : ويعزو الباحث هذه الفروق المعنوية الى تأثير استعمال المجموعة من الالعاب التسلية المصغرة والتي تم ادخالها في البرنامج التدريبي لتطوير بعض المهارات العقلية التي يحتاجها لاعب كرة القدم اثناء اداء المهارات الحركية وهذا يتطلب اعلى درجة او مستوى من القدرات العقلية لغرض فهم اللاعب لكافة اجزاء المهارات الحركية المطلوب تعلمها والتدريب عليها الامر الذي يؤدي الى اعطاء صورة متكاملة عن طبيعة الاداء الحركي للمهارة المطلوب والذي ينعكس بصورة ايجابية على المعرفة الخططية او الخطة المطلوب التدريب عليها ، اذ ان المعرفة الخططية تتطلب من اللاعب أن يمتلك مستوى جيد من القدرات العقلية من اجل متابعة ومراقبة حركة الكرة والزملاء والخصم ، ويشير (مختار)

(إن العمليات العقلية مهمة للاعب كرة القدم لكي يتمكن من الإدراك الحقيقي والتدقيق للموقف بحيث يستطيع أن يؤدي العمليات الذهنية بالسرعة المطلوبة وبالطريقة السليمة) (مختار، 1984، ص312)

كما ان استعمال الالعاب التسلية المصغرة والتي تشتمل بحد ذاتها على عدد من المركبات الخططية ادى الى تطور بعض القدرات العقلية ، اذ ان المركبات الخططية أعطت لعينة البحث فرصة جديدة للسيطرة والتحكم في الافكار مما زاد على قدرة التركيز والانتباه والتصور لديهم وذلك بعزل العوامل المشتتة للانتباه ومحاولة التركيز على الجوانب المرتبطة بالأداء . اما بالنسبة للفروق المعنوية في متغيري التصور العقلي والمعرفة الخططية لدى المجموعة الضابطة فيعزو الباحث ذلك الى البرنامج التدريبي المستخدم من قبل المدرب، اذ ان أي برنامج تدريبي مستخدم من قبل المدربين لفئة الشباب او المتقدمين لا يخلو من بعض الجمل التكتيكية وان كانت ليس بالمستوى والاهتمام المطلوبين فان ذلك ادى الى تطور التصور العقلي والمعرفة الخططية، اذ ان البرنامج التدريبي المستخدم من قبل المدرب أعطت فرصة لأفراد المجموعة الضابطة لملاحظة الاحساس الحركي للمهارات ومحاولة اعادتها وتكرارها عقليا مما يعزز دقة الإشارة الحسية الذاتية والانتباه من العضلات اذ ان الاحساسات الحركية تلعب دوراً مهماً في عملية التوافق بالنشاط للمركبات التي تتطلب التميز من أجزائها المختلفة

3-5 عرض نتائج الاختبارات البعدية لبعض عناصر اللياقة البدنية والحركية لمجموعي البحث

الجدول (5)

يبين المعالم الاحصائية للاختبارات البعدية لبعض عناصر اللياقة البدنية والحركية في كرة القدم لمجموعي البحث

المعالم الإحصائية العناصر البدنية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة
		س-	± ع	س-	± ع	
القوة الانفجارية للرجلين	سم	41,066	3,936	37,266	3,217	2,894
السرعة الانتقالية	ثانية	3,894	0,110	3,827	0,317	0,776
الرشاقة	ثانية	4,894	0,113	5,006	0,116	2,644
المرونة	سم	15,333	2,439	10,533	5,841	2,936

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (24-2) علماً أن قيمة (ت) الجدولية (2,07)

الجدول (5) يبين وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع العناصر البدنية المختارة

باستثناء عنصر السرعة الانتقالية ولصالح المجموعة التجريبية ، لأن قيم (ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت)

الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (22) والبالغة (2,07)

3-6 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لبعض عناصر اللياقة البدنية والحركية :

يعزو الباحث تفوق المجموعة التجريبية الى ان استعمال تمرينات خاصة على شكل العاب التسلية المصغرة ساهمت في تطوير القدرات البدنية والحركية لدى المجموعة التجريبية اذ ان تلك الالعاب التسلية المصغرة تشتمل على العاب لها ارتباط وثيق بالعناصر والقدرات البدنية الخاصة اذ انه بالرغم من استعمال الكرة في تلك الالعاب الا انه لا يمكن اداء أي لعبة من تلك الالعاب ما لم يقم اللاعب بالركض او بالقفز او تغيير الاتجاه او بالمناولة او التهديد والتي تركز بالأساس على القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة ويؤكد (جاسم) اذ ان هنالك ربط قوي بين القدرات الحركية ومستوى الاداء المهاري ، فالرياضي الذي لا يستطيع اتقان المهارات الاساسية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه في حالة افتقاره للقدرات البدنية والحركية " (جاسم ، 2010 ، ص75)

ويشير (المولى والربيعي) ان العاب التسلية المصغرة تلعب دوراً كبيراً كوسيلة لتنمية اللياقة البدنية " (المولى والربيعي ، 2011 ، ص8)

ويضيف الباحث ان طبيعة تنفيذ الواجبات الحركية في أسلوب العاب التسلية المصغرة يعتمد على مبدأ استعمال مجموعة من العاب التسلية المصغرة والتحول بين هذه الالعاب المختلفة خلال الوحدة التدريبية وهذا المبدأ يعد ضرورياً في تطوير تلك العناصر، حيث أن استعمال حركات ضرب الكرة بلمسة واحدة لغرض التهديد أو المناولة ولمسافات مختلفة والتحرك السريع لاستقبال الكرة والسيطرة عليها وحركات القفز ودرجة الكرة وحركات مرجحة الرجلين في عملية التهديد أو المناولة وحركات تنطيط الكرة كل هذه الحركات تعتمد بالدرجة الأولى على استعمال الأطراف السفلى وهذا خصوصية يتميز بها لاعب كرة القدم ، وأن استعمال هذه الحركات أو الالعاب خلال الوحدة التدريبية الواحدة فضلاً عن ذلك فأن وجود مبدأ التنوع في الالعاب كان لها دور في تطوير هذه العناصر ، كما أن اختلاف الالعاب وتنوعها يبعد عامل الملل عند اللاعبين ويزيد من حماسهم ودافعيتهم نحو أداء التمارين مهارية ، إذ يعد الدافعية من العوامل المهمة في عملية التعلم ويشير (الحميري) " أن من الشروط الأساسية للتعلم هو وجود دافع يدفع المتعلم نحو الموضوع الذي يتعلمه فالرغبة هي استثارة داخلية عضوية تجعل المتعلم مستعداً للقيام بالنشاط دون الإحساس بالضيق أو التوتر) (الحميري ، 1998، ص16)

3-7 عرض نتائج الاختبارات البعدية لبعض القدرات العقلية ومقياس المعرفة الخططية لمجموعتي البحث:

الجدول (6)

يبين المعالم الاحصائية للاختبارات البعدية لبعض القدرات العقلية والمعرفة الخططية لمجموعتي البحث

قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المعالم الإحصائية العناصر البدنية
	± ع	س-	± ع	س-	
3,743	23,424	93,269	19,219	122,559	حدة الانتباه / درجة
2,087	4,409	9,557	1,877	6,987	تركيز الانتباه / درجة
2,397	4,041	6,894	2,653	3,902	تحويل الانتباه / درجة
4,260	2,520	60,733	4,070	66	التصور العقلي / درجة
2,626	8,525	133,6	6,649	140,933	المعرفة الخططية / درجة

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (24-2) علماً أن قيمة (ت) الجدولية = (2,07)

الجدول (6) يبين وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع اختبارات القدرات العقلية والمعرفة الخططية ولصالح المجموعة التجريبية لأن قيم (ت) المحسوبة كانت أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2,07) عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وأمام درجة حرية (24-2).

3-8 مناقشة النتائج البعدية لبعض القدرات العقلية ومقياس المعرفة الخططية :

يعزو الباحث تفوق المجموعة التجريبية الى فاعلية برنامج الالعاب التسلية المصغرة ، اذ ان استعمال هذه الالعاب لعبت دوراً هاماً وكبيراً في تطوير القدرات العقلية ، حيث ان أداء تلك الالعاب الخططية تفرض على اللاعب جملة من المهارات العقلية تبدأ من الانتباه ثم التوكيد و ثم تركيز الانتباه ثم التصور العقلي وصولاً الى الاستجابة الحركية لغرض حل الواجبات الحركية المطلوبة من اللاعب أدائها على أساس أن المركبات الخططية ترفع مستوى اداء اللاعبين نتيجة لتأثير هذه الالعاب ، ويشير (Arnold) (أن المطلوب من اللاعب او المتعلم أن يقوم بتطبيق أشكال متنوعة لتنفيذ المهارة بأوضاع مختلفة وأن ينمون على اداء المهارة في مواقف مشابهة أو مقارب لحالات اللعب الحقيقية قدر الامكان) (Arnold.)

(1981.p78)

وتعد لعبة كرة القدم من الفعاليات التي تحتاج الى الكثير من المتطلبات الخاصة بها ومنها المهارات العقلية التي تلعب دوراً رئيساً في السلوك الحركي وذلك من خلال الإقلال من الحركات الزائدة والاقتصاد بالجهد المبذول ودقة في اتخاذ القرار نتيجة معلومات دقيقة وبرامج حركية متنوعة مخزونة في الذاكرة مما يؤدي الى حصول الاستجابة الحركية الدقيقة وبالتالي الوصول الى اللاعب المتكامل الذي تحتاجه لعبة كرة القدم

وتعد العمليات العقلية من أهم العوامل والمحددات في عملية تعلم المهارات الحركية والقدرات الخططية وهناك مراحل تمر بها العمليات العقلية ابتداء من دخولها الى الجهاز العصبي المركزي ثم تحديدها ومن ثم البحث في الذاكرة عن معلومات لها علاقة بها ، وكما هو معروف أن انسجام وتفاعل العمليات العقلية يؤدي الى امتلاك القدرات الحركية الخاصة التي تتدخل فيها هذه العمليات بدرجة أو بأخرى " (محمد وغازي

، 2006 ، ص 89-90)

وتعد العاب التسلية المصغرة واحدة من أهم الاساليب التي تعمل على تطوير الجوانب المهارية للاعب كرة القدم كونها مشابهة لواجبات اللاعب في ظروف المنافسات ، إذ تجمع أكثر من مهارة في التمرين الواحد فضلاً عن نوعها مما يؤدي الى زيادة عنصر الرغبة والتشويق عند ممارستها . وأن هذه الألعاب تجمع حالات اللعب

جميعها لتحتم على اللاعب الانتباه الشديد ليتحرك وفق المتغير الجديد بانسياب وبدون فقدان جهد كبير ليؤدي المهارة بشكل فعال. ويشير (المولى والربيعة) (ان العاب التسلية المصغرة تسرع من عملية تطوير عناصر التكنيك الاساسية والتكتيك اذا ما تم استخدامها بطريقة ملائمة) ويضيف (مهدي وهيدان) " انه كلما زاد استعمال تمرينات مشابهة للعب كلما حقق نتائج افضل في تطوير المهارات العقلية والخطية في اللعبة " (مهدي ، وهيدان ، 2010 ، ص104)

كما أن المركبات الخطية التي تحتويها بعض الالعاب التسلية المصغرة أدت الى تطور التصور العقلي لعينة البحث اذ أن التفكير بالصورة يسبق التفكير بالكلمات في اكثر الاحيان فضلاً عن ذلك فان الصور هي الناطق الفعلية التي يكتسب الانسان خبرته منها ، أما الكلمات فهي مجرد دلالات صوتية على تلك المناطق . فضلاً عن ان العاب التسلية المصغرة والتي تتضمن في محتواها عدد من الالعاب الخطية تؤدي الى عزل الافكار غير مطلوب التركيز عليها أذ يكون التركيز على المهارات والخطة المطلوب تنفيذها من قبل اللاعب أثناء التمرين الواحد . وهذا يؤدي بالتالي الى تحسن قدرة القدرات العقلية وبالتالي تطوير المعرفة الخطية لدى اللاعب .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

- 1- كان لبرنامج العاب التسلية المصغرة والبرنامج المتبع من قبل المدرب تأثير فعال وايجابي في تطوير بعض القدرات البدنية والقدرات العقلية والمعرفة الخطية لدى لاعبي كرة القدم قيد الدراسة وبدرجات متفاوتة.
- 2- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في بعض القدرات البدنية والقدرات العقلية والمعرفة الخطية في كرة القدم في الاختبار البعدي .

4-2 التوصيات :

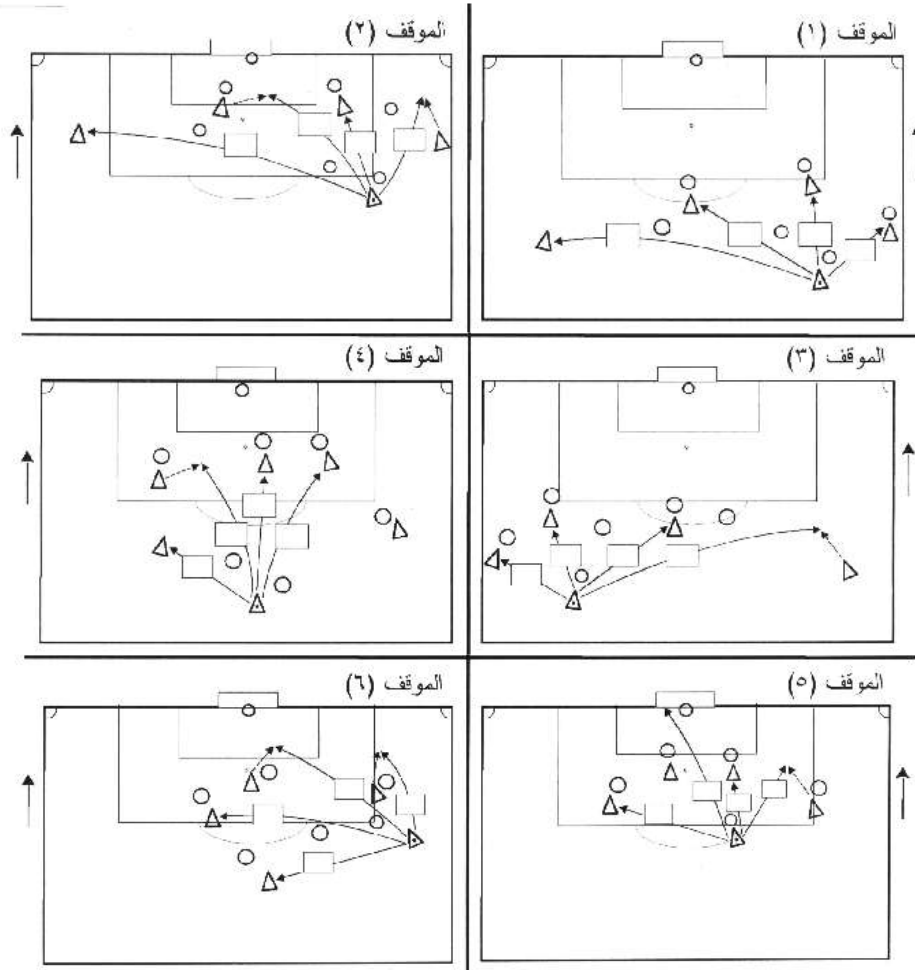
- 1- ضرورة استعمال العاب التسلية المصغرة في الوحدات التدريبية المخصصة للاعبي كرة القدم .
- 2- اجراء بحوث مشابهة لمعرفة تأثير هذه الالعاب على بعض المهارات الحركية .
- 3- يمكن استعمال بعض هذه الالعاب لدى فئة الشباب والناشئين

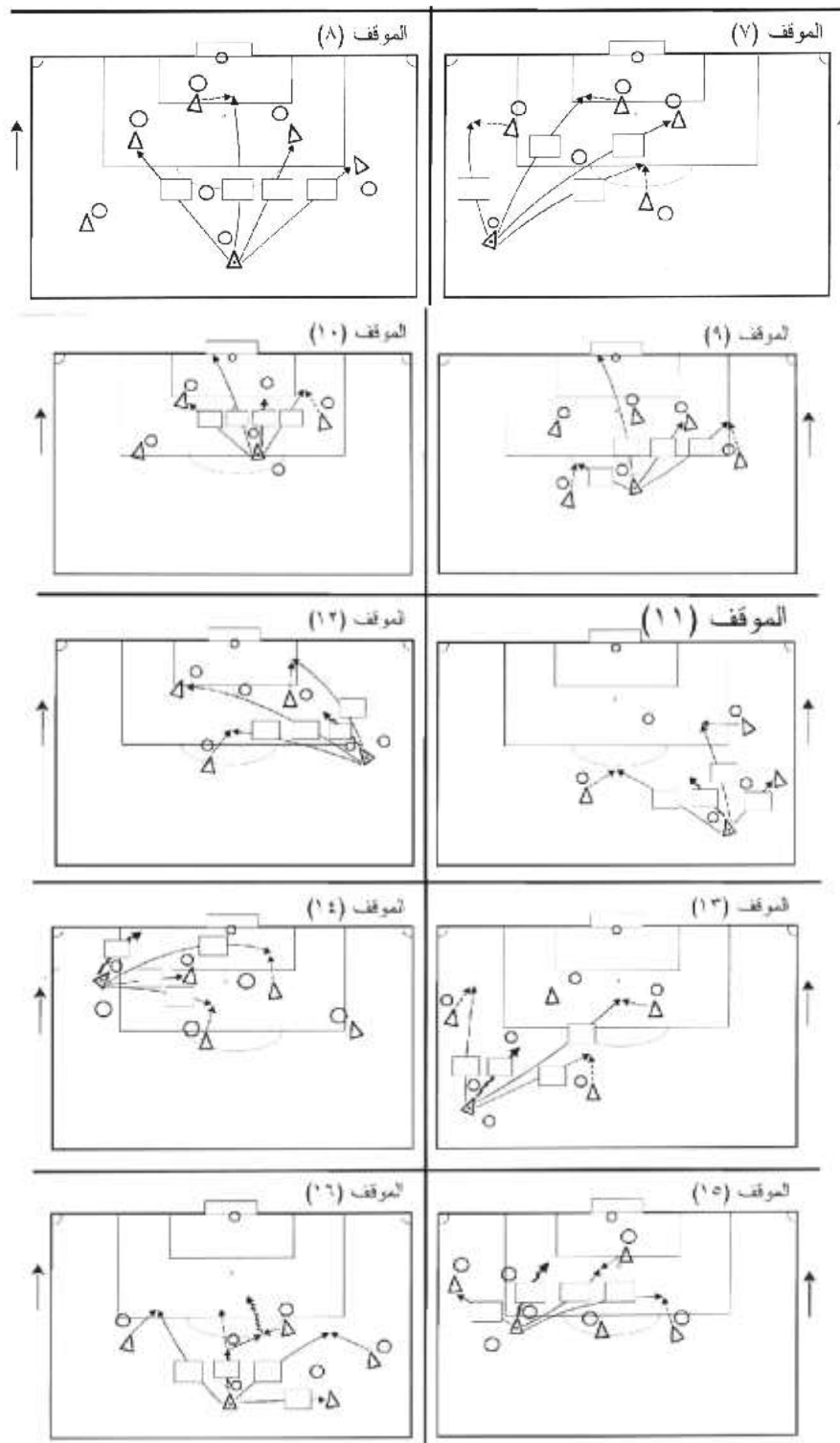
المصادر

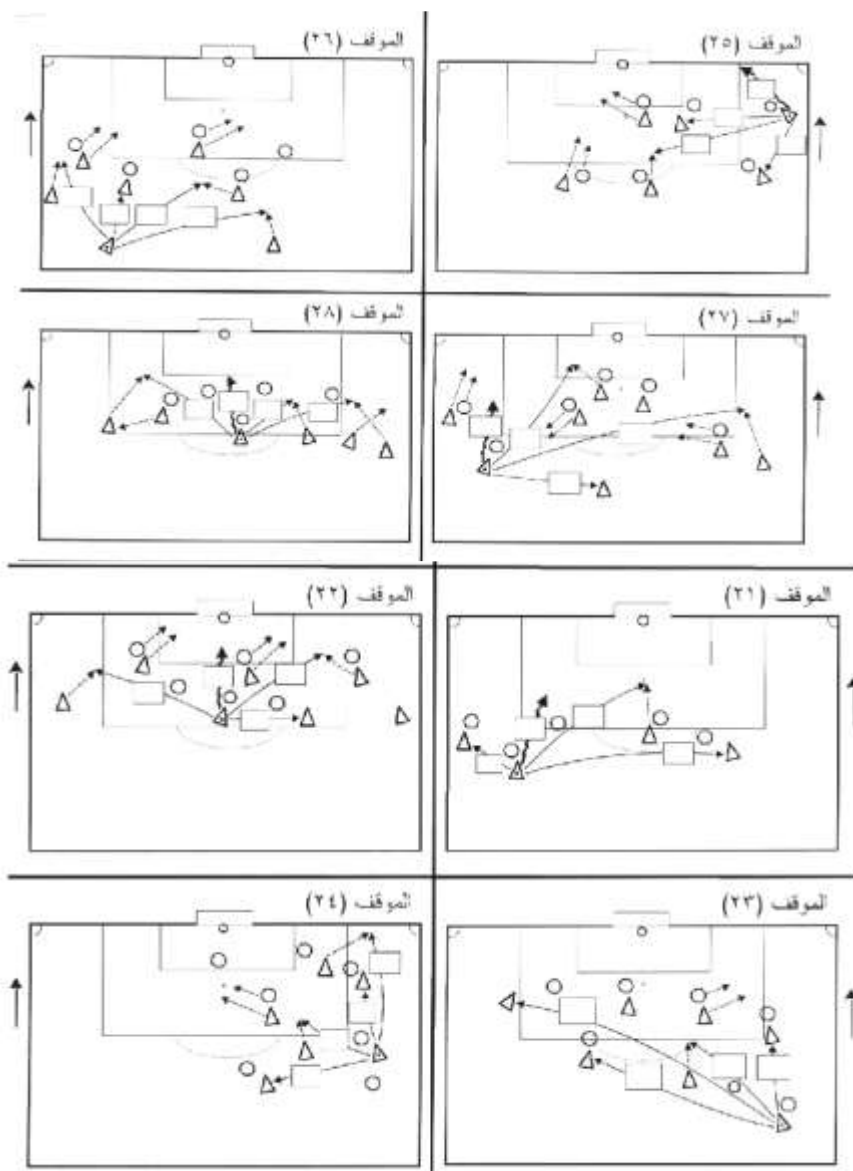
- إسماعيل، سعد محسن (1996) "تأثير أساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عالياً في كرة اليد" أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد
- جاسم، ليث إبراهيم (2010) "التدريب الرياضي اساسيات منهجية" المطبعة المركزية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى
- الحميري ، ميسر مصطفى إسماعيل (1998) " تأثير برنامج تمهيدي- تعليمي باستعمال أسلوب التمرين المكثف والموزع في اكتساب بعض مهارات التنس المنفصلة والاحتفاظ بها " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
- طويل، علي حسين محمد احمد (2005) " بناء اختبار التفكير الخططي في الثلث الهجومي وعلاقته بالذكاء للاعبين الدرجة الممتازة بكرة القدم "رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ،جامعة الموصل
- عبد الحميد ، كمال ، وحسانين ، محمد صبحي (1997) : " أسس التدريب الرياضي لتنمية اللياقة البدنية في دروس التربية البدنية بمدارس البنين والبنات " دار الفكر العربي ، القاهرة .
- العزاوي ، قحطان جليل خليل (2009) " اثر استعمال الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لدى حراس المرمى بكرة القدم "مجلة علوم الرياضة ، العدد الاول. جامعة ديالى .
- فان دالين، ديوبولد (1984) "مناهج البحث في التربية وعلم النفس العام"، ط3، ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- القط ، محمد علي (1999) : "وظائف أعضاء التدريب - مدخل تطبيقي" ط1، دار الفكر العربي ،القاهرة.

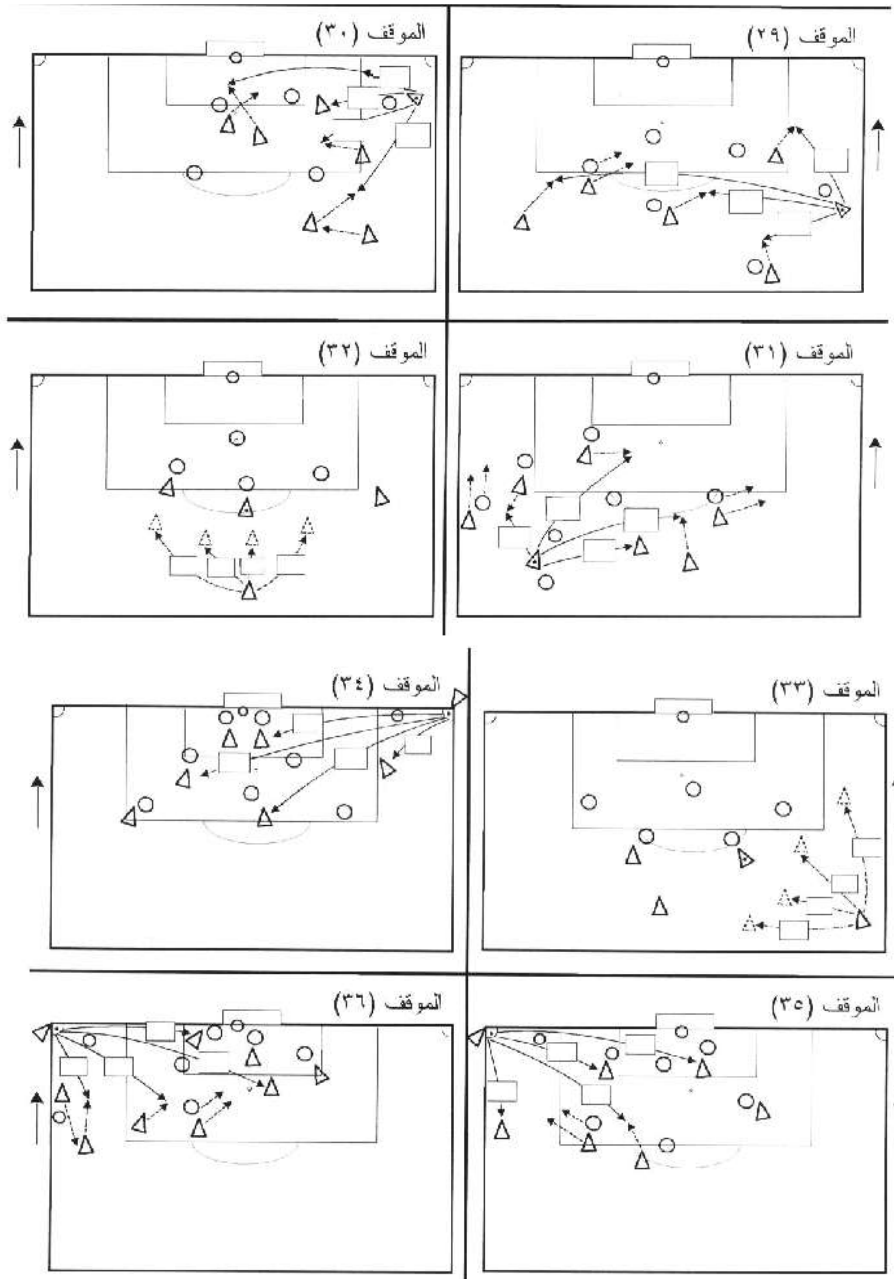
- مهدي، شروق كاظم، وهيدان، حسام محمد (2010): "تأثير استعمال تمرينات مشابهة لحركات اللعب في تطوير بعض المهارات الهجومية في كرة اليد " مجلة علوم الرياضة ، العدد الاول
- المولى، موفق مجيد ، والربيعي ، كاظم عبد (2011) " العاب التسلية المصغرة بكرة القدم " ط 1 ، دار الكتب والوثائق، بغداد .
- Arnold , Aek (1981) Developing sport skills " New Jersey Monograph

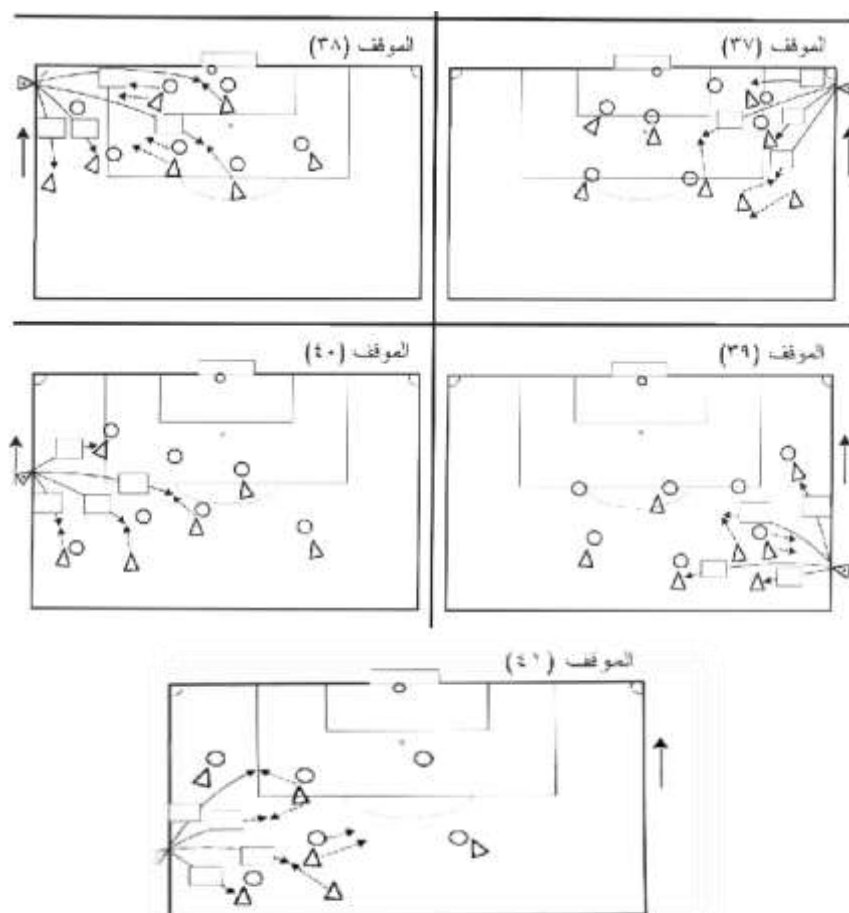
الملحق (1) مقياس المعرفة الخططية











الملحق (2)

مفتاح التصحيح لاختبار التفكير الخططي الهجومي (المواقف الخططية الهجومية)

د	ج	ب	أ	رقم الموقف	د	ج	ب	أ	رقم الموقف
3	4	1	2	22	4	3	2	1	1
2	3	4	1	23	3	4	1	2	2
1	4	2	3	24	1	2	3	4	3
2	3	4	1	25	2	4	3	1	4
3	1	4	2	26	1	4	2	3	5
3	4	1	2	27	1	2	4	3	6
4	3	2	1	28	3	4	2	1	7
3	2	1	4	29	1	4	2	3	8
3	2	4	1	30	2	4	1	3	9
2	1	4	3	31	1	4	2	3	10
1	3	2	4	32	2	3	4	1	11
1	2	3	4	33	1	3	2	4	12
2	1	4	3	34	3	1	2	4	13
2	1	3	4	35	3	1	2	4	14
1	4	2	3	36	1	3	4	2	15
4	2	1	3	37	3	4	2	1	16
2	1	4	3	38	1	2	4	3	17
2	1	3	4	39	4	2	3	1	18
1	4	3	2	40	2	1	4	3	19
2	1	3	4	41	4	1	2	3	20
					1	3	4	2	21