



The effect of complex exercises with assistive devices to the most important motor abilities and learning the skill of shooting of futsal for female students

Zeina Alaa Taher ^{*1} , Prof. Dr. Nagham Saleh Niema ² , Asst. Prof. Dr. Hussein Saleh Najm ³ 

^{1,2,3} Faculty of Physical Education and Sports Science / University of Babylon, Iraq.

*Corresponding author:

Received: 08-04-2024

Publication: 28-08-2024

Abstract

The research aimed to prepare complex exercises with aids in the most important motor abilities and learning the skill of scoring in futsal for female students, and to identify the effect of combined exercises with aids in the most important motor abilities and learning the scoring skill in futsal for female students. The researchers used the experimental approach with equal groups to suit the nature of the research problem. and achieve its goals. The researchers reached the following conclusions that combined exercises using aids have proven effective in developing agility and accuracy of the indoor soccer scoring skill for female players. Combined exercises using aids increased the enthusiasm, excitement and suspense of the learners, which was reflected positively in improving the agility and scoring skill with indoor soccer for female players. significantly and effectively, The development of motor and skill abilities has been positively reflected in improving the skills and scoring in futsal soccer for female players. Researchers recommend the necessity of adopting complex exercises using aids to develop the motor and skill abilities of female futsal soccer students. Emphasizing the introduction of assistive devices during the educational and training process to develop the motor and skill abilities of female soccer students. Football for futsal, emphasizing the conduct of continuous periodic tests of the motor and skill abilities of female futsal football students.

Keywords

Complex Exercises, Aids, Motor Abilities, Scoring Skills, Football.

<https://doi.org/10.33170/jcope.v16i7.3-23>



تأثير تمارين مركبة بوسائل مساعدة في اهم القدرات الحركية وتعلم مهارة التهديف بكرة قدم
الصالات للطالبات

زينة علاء ظاهر ، أ.د. نغم صالح نعمة ، أ.م.د. حسين صالح نجم

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٤/٤/٨ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٤/٨/٢٨

الملخص

هدف البحث الى اعداد تمارين مركبة بوسائل مساعدة في اهم القدرات الحركية وتعلم مهارة التهديف بكرة قدم الصالات للطالبات، التعرف على تأثير تمارين مركبة بوسائل مساعدة في اهم القدرات الحركية وتعلم مهارة التهديف بكرة قدم الصالات للطالبات، استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذا المجموعات المتكافئة لملاءمته طبيعة مشكلة البحث وتحقيق أهدافه، وتم اختيار (٢٠) طالبة من المرحلة الاولى جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة عن طريق الاختيار العشوائي في المجموعتين، إذ بلغ نسبة المجموعة التجريبية (٢٢,٢٢%) وهي مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً وصادقاً، فضلاً عن المجموعة الاستطلاعية التي بلغ عددها (١٠) طالبات من المجتمع البحثي و توصل الباحثون الى الاستنتاجات التالية ان التمارين المركبة باستعمال وسائل مساعدة قد اثبتت فاعليته في تطوير الرشاقة دقة مهاراه التهديف بكرة القدم للصالات للطالبات، ان التمارين المركبة باستعمال وسائل مساعدة زاد من حماس واثارة وتشويق المتعلمين مما انعكس ايجابياً في تحسين الرشاقة ومهاره التهديف بكرة القدم للصالات للطالبات بشكل كبير وفعال، ان تطور القدرات الحركية المهارية انعكس ايجابيا على تحسين مهاراه والتهديف بكرة القدم للصالات للطالبات ويوصي الباحثون ضرورة اعتماد تمارين مركبة باستعمال الوسائل المساعدة في تطوير القدرات الحركية والمهارية لطالبات كرة القدم للصالات، التأكيد على إدخال الأجهزة المساعدة في أثناء العملية التعليمية والتدريبية لتطوير القدرات الحركية والمهارية لطالبات كرة القدم للصالات، التأكيد على إجراء اختبارات دورية مستمرة للقدرات الحركية والمهارية لطالبات كرة القدم للصالات.

الكلمات المفتاحية: تمارين مركبة، وسائل مساعدة، القدرات الحركية، مهارة التهديف، كرة قدم

١-المقدمة:

إن التقدم الذي تحقق في مجال الألعاب والفعاليات الرياضية لم يكن وليد الصدفة، بل جاء نتيجة للمثابرة والعمل الدؤوب من خلال استخدام الوسائل والأساليب العلمية الحديثة، والأجهزة والأدوات المتنوعة، هذا التقدم مكن المتعلم أو المتدرب من الوصول إلى مستوى متقدم في الأداء، يعكس هذا التقدم أهمية العلم والتكنولوجيا في تطوير المهارات الرياضية وتحقيق مستويات عالية من الكفاءة والأداء.

لعبة كرة قدم الصالات، أو الفوتسال، تتطلب مستويات بدنية عالية وإعداداً متكاملاً. الطالبة تحتاج إلى تحمل الأعباء التي تواجهها أثناء المباراة، والمتطلبات الحديثة لهذه اللعبة تفرض إعداداً عقلياً ومهارياً شاملاً. هذا الإعداد يؤثر في الفعاليات الدفاعية والهجومية، حيث يتطلب مستوى عالياً من القدرات العقلية والمهارية للعبات، مع إشغال الطالبة لأكثر من مركز في الفريق.

وتعتبر كرة القدم للصالات واحدة من الرياضات التي تتطلب مستوى عالياً من القدرات البدنية والعقلية. الطالبات في هذه الرياضة يحتجن إلى التكيف مع المتطلبات السريعة والدقيقة أثناء المباراة. تتطلب كرة قدم الصالات أداءً عالي الدقة واتخاذ قرارات سريعة وصحيحة في وقت قصير، وهذا يتطلب إعداداً شاملاً من الناحية العقلية والحركية. من خلال المشاهدات الميدانية والخبرة العملية، يتضح أن هناك ضعفاً في القدرات العقلية والحركية لدى العديد من الطالبات، مما يؤثر سلباً على أدائهن ونتائج المباريات.

ويهدف البحث:

١- اعداد تمرينات مركبة بوسائل مساعدة في اهم القدرات الحركية وتعلم مهارة التهديف بكرة قدم الصالات للطالبات.

٢- التعرف على تأثير تمرينات مركبة بوسائل مساعدة في اهم القدرات الحركية وتعلم مهارة التهديف بكرة قدم الصالات للطالبات.

٢- إجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذا المجموعات المتكافئة لملاءمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار (٢٠) طالبة من المرحلة الأولى جامعة بابل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة عن طريق الاختيار العشوائي في المجموعتين، إذ بلغ نسبة المجموعة التجريبية (٢٢,٢٢%) وهي مناسبة لتمثيل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً وصادقاً، فضلاً عن المجموعة الاستطلاعية التي بلغ عددها (١٠) طالبات من المجتمع البحثي.

٢-٣ أدوات البحث والأجهزة المستخدمة:

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.
- المقابلات الشخصية.
- الاختبار والقياس.

٢-٣-٢ الأدوات والأجهزة المستخدمة:

- ساحة كرة قدم الصالات.
- كرة القدم صالات قانونية عدد (١٠).
- شريط قياس معدني (٥م).
- أقلام ملونة، شريط ملون.
- صفارة نوع (Agme).
- حاسبة نوع (hp).
- شواخص عدد (٢٠).
- فلक्स.
- مسطبة.
- سبورة عدد (٢).
- يلك رياضي عدد (٤٠).
- هدف صغير.

٢-٤-٢ اختبار التهديف بكرة قدم الصالات:

اسم الاختبار: التهديف بالقدم على المستطيلات المتداخلة.

الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديف.

الأدوات المستخدمة: جدار أملس ترسم عليه ثلاثة مستطيلات متداخلة أبعادها تكون على النحو الآتي:

المستطيل الكبير (ارتفاع ١٠٠سم×عرض ٤٠سم)، والمستطيل الوسط (ارتفاع ٨٠سم × عرض ١٠٠سم)،
والمستطيل الصغير (ارتفاع ٦٠سم × عرض ٨٠سم)، تمثل الأرض الحافة السفلى للمستطيلات ويؤشر
أمام الجدار خط على بعد (٦م).

- كرات قدم خاصة بخماسي الكرة عدد (٥).

طريقة الأداء: يقف اللاعب خلف خط البداية (٦م) ثم يقوم بالتصويب نحو الجدار بالكرات الخمسة
بصورة متتالية من الحركة محاولاً إصابة المستطيل الصغير.

التسجيل:

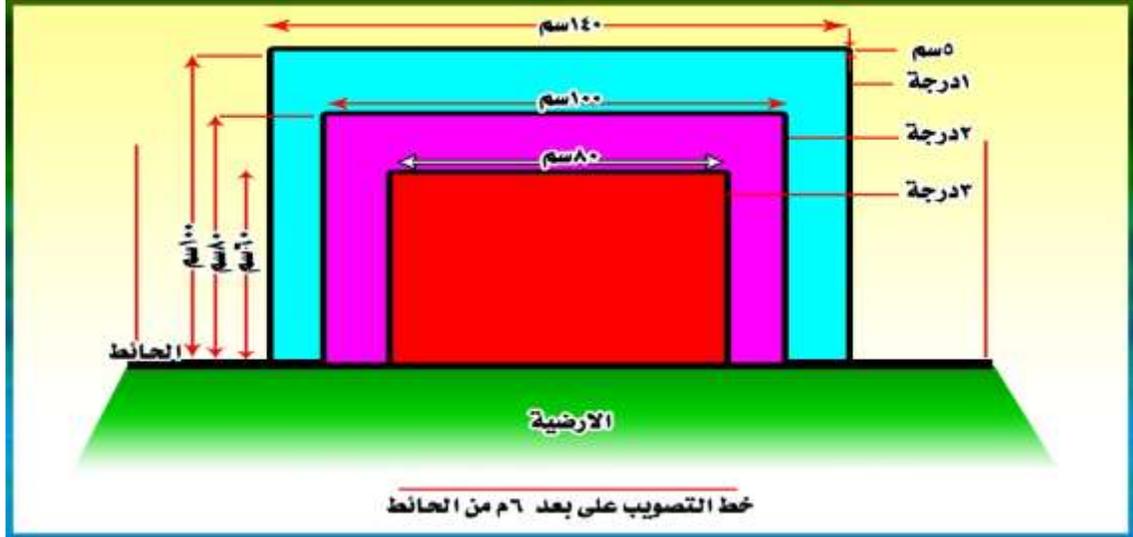
- يحسب للاعب ثلاث درجات عند إصابة الكرة المستطيل الصغير (داخل المستطيل أو على الخطوط
المحددة له).

- يحسب للاعب درجتان عند إصابة الكرة المستطيل الأوسط (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة
له).

- يحسب للاعب درجة واحدة عند إصابة الكرة المستطيل الكبير (داخل المستطيل أو على الخطوط
المحددة له).

- يحسب للاعب صفر عند عدم إصابة الهدف نهائياً.

- الدرجة الكلية للاختبار هي (١٥) درجة.



الشكل (٢)

اختبار التهديد على المستطيلات المتداخلة

٢-٥ التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ ٢٠٢٣/١٢/٣ على عينة من (١٠) طالبات من غير عينة البحث وهم من مجتمع البحث مع وجود فريق العمل. وذلك لتعرف صلاحية لاختبارات وملاءمتها لمستوى العينة ولموضوع البحث. وقد كان الغرض من التجربة الاستطلاعية الثانية هو.

- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثون عند تنفيذ الاختبارات قيد البحث.
- التعرف على الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبارات والقياس.
- التأكد من كفاءة فريق العمل ومدى الدقة في تنفيذ الاختبارات والقياس.
- اختبار صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة واستمارة جمع المعلومات.
- صلاحية العينة المختارة ومدى استجابتها للاختبارات.
- إيجاد الشروط والمعاملات العلمية للاختبار (صدق، ثبات، موضوعية)
- تعرف مدى إمكانية القيام بالدراسة

٢-٦ الاختبارات القبليّة:

أجرى الباحثون الاختبارات القبليّة لعينة البحث المشمولة بالدراسة بتاريخ (٢٤-٢٦/١٢/٢٠٢٣) للقدرات الحركية والمهارية: (الرشاقة، التهديف)، ثم تطبيقهما من قبل الطالبات.

٢-٧ الاختبارات البعديّة:

بعد انتهاء المنهج والذي بلغ (١٦) وحدة تعليمية في مدة (٨) أسابيع وبمعدل وحدتين أسبوعياً لتعلم المهارات (التهديف) بكرة قدم الصالات أجريت الاختبارات البعديّة وللجميع الاختبارات وبالظروف والأحوال نفسها التي كانت في الاختبارات القبليّة في يومي ١١-١٣/٢/٢٠٢٤ الساعة التاسعة صباحاً.

٢-٨ الوسائل الإحصائية: أستعمل الباحثون نظام الحقيبة الإحصائية (SPSS)

- الوسط الحسابي

- الانحراف المعياري

- قيمة (T)

٣-١ عرض نتائج المتغيرات الفسيولوجية وتحليلها ومناقشتها:

جدول (١) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) ومستوى الدلالة لنتائج القدرات الحركية والمهارية

نوع الدلالة	قيمة Sig	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المهارات
			انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي		
معنوي	0.000	11.384	1.031	7.700	0.968	4.100		التهديف
معنوي	0.000	4.360	6.970	34.500	3.823	26.750		الرشاقة

يبين الجدول (١) وجود فرق معنوي لصالح اختبار في اختبار الرشاقة لم يكن الفرق ذو دلالة معنوية على الرغم من ان في الاختبارات القبلي بعدي كانت النتائج وللمجموعتين معنوية في قدرة الرشاقة ولكن لم تظهر اي دلالة في البعدي بعدي، ويعزو الباحث ذلك الى ان من المعروف ان التوافق يتطلب تناغم عالي ما بين الجهاز العضلي والعصبي والعين من اجل ظهور التناسق الحركي بوضوح على المسارات الحركية للأداء ومبدأ عمل النظارات يكون في العمل من تقليل الاعتمادية على الجهاز البصري وتوارد المعلومات من قبله ان هذا الاضطراب في عدسات النظارات شكل صعوبة في بادئ الامر عند تطبيق التمرينات لكن مع التكيف مع محدودية المعلومات تطلب من افراد العينة زيادة التركيز في الاداء وزيادة الاحساس والوعي بأطراف الجسم ويشير نجاح مهدي شلش "بان التوافق عملية تنسيق وتنظيم الجهد المبذول من قبل الفرد طبقاً للهدف فكلما تعقدت المهارة الحركية زادت الحاجة الى التوافق من اجل اداء الحركات بفاعلية اكثر"

اذ ان تعقيد الحركة او المهارة بواسطة النظارات ادى الى انعكاس ايجابي وظهر الاداء في الاختبارات البعدية بفاعلية أكبر وأفضل.

اما بالنسبة للرشاقة على الرغم من فاعلية التدريبات والتمرينات الموضوعة وتوزيع الشدد كان بصورة ممتازة مما انعكس على المجموعة التجريبية الاولى والثانية وظهر فروق معنوية في الاختبارات القبلي بعدي وادى لتطور ملحوظ لكن لم تظهر لنا فروق ترتقي للمعنوية في البعدي بعدي بين المجموعتين هذا ما يشير الى ان النظارات لم تؤثر بشكل كبير على قدرة الرشاقة ولم تساهم في احداث فرق بين المجموعتين

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١- ان التمرينات المركبة باستعمال وسائل مساعدة قد اثبتت فاعليته في تطوير الرشاقة دقة مهاراه التهديد بكرة القدم للصالات للطابات.

٢- ان التمرينات المركبة باستعمال وسائل مساعدة زاد من حماس واثارة وتشويق المتعلمين مما انعكس ايجابياً في تحسين الرشاقة ومهاره التهديد بكرة القدم للصالات للطابات بشكل كبير وفعال.

٣- ان تطور القدرات الحركية المهارية انعكس ايجابيا على تحسين مهاراه والتهديد بكرة القدم للصالات للطابات

٤-٢ التوصيات:

١- ضرورة اعتماد تمرينات مركبة باستعمال الوسائل المساعدة في تطوير القدرات الحركية والمهارية لطالبات كرة القدم للصالات.

٢- التأكيد على إدخال الأجهزة المساعدة في أثناء العملية التعليمية والتدريبية لتطوير القدرات الحركية والمهارية لطالبات كرة القدم للصالات.

٣- التأكيد على إجراء اختبارات دورية مستمرة للقدرات الحركية والمهارية لطالبات كرة القدم للصالات.

المصادر

- محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩)

- ريسان خريبط مجيد؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية: (البصرة كلية التربية الرياضية - جامعة البصرة، ١٩٩٩)

- محمد صبحي حسانين؛ محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، ج ١، ط ٣: (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥)

- نجاح مهدي شلش واكرم محمد صبحي؛ التعلم الحركي ، ط ٢، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ٢٠٠٠

Beashel, Paul. And (others) . the world of sport examined , 2nd ed. Uk nelson thornes, 2001.