

أثر تمرينات مهارية مركبة في تطوير بعض المهارات الاساسية بكرة قدم الصالات للطالبات

م.م صفا علي عبد الكاظم الحسناوي

أ.د سامر يوسف متعب الحسناوي



أثر تمرينات مهارية مركبة في تطوير بعض المهارات

الاساسية بكرة قدم الصالات للطالبات

م.م صفا علي عبد الكاظم الحسناوي أ.د سامر يوسف متعب الحسناوي

جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مستخلص البحث :

ان المهارات الأساسية هي إحدى مكونات لعبة كرة قدم الصالات فضلاً عن اللياقة البدنية والنواحي النفسية والتربوية والذهنية والتي تعمل على تحسين مستوى الأداء، لذا يتطلب الاهتمام بالإعداد المهارى من خلال استخدام طرق وأساليب تعليمية متنوعة هدفها تنمية اداء وتعلم المهارات الأساسية بشكل أفضل .

من خلال ملاحظة الباحثان للعملية التعليمية للمهارات الأساسية برزت مشكلة البحث في وجود صعوبة في تعلم وأداء هذه المهارات، لذلك ارتأى الباحثان حل هذه المشكلة من خلال اقتراح مجموعة من التمرينات المركبة وتطبيقها على الطالبات، ولغرض تحقيق ذلك يجب استخدام التمرينات التي تلبي حاجة التعلم ووفقاً لمتطلبات البيئة الخاصة باللعبة ومقاربة لأداء اللاعبه اثناء المباراة.

وهدفنا الدراسة الحالية الى معرفة اثر التمرينات المهارية المركبة في تعلم المهارات الاساسية بكرة قدم الصالات للطالبات المرحلة الاولى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

اما فرضية البحث كانت وجود أثر ايجابي للتمرينات المهارية المركبة في تعلم المهارات الاساسية بكرة قدم الصالات للطالبات.

وقد تم استخدام المنهج التجريبي بتصميم (المجموعتين المتكافئتين) ، ذات الاختبار القبلي والبعدي ، لملاءمته طبيعة البحث وتحدد مجتمع البحث بطالبات

المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل للعام الدراسي
(2021-2022) والبالغ عددهم (24) طالبة

وكانت اهم الاستنتاجات الاتي: الأثر الإيجابي للتمارين المركبة المقترحة في
تطوير المهارات الأساسية موضوع البحث.

Abstract

The effect of compound skill exercises in developing some basic skills
in futsal for female students

Prof. Dr. Samir Youssef muiteb
AlKadhim

Safa Ali Abd-

profsamir1971@gmail.com
safawali1980@gmail.com

1444 AH 2023

AD

The basic skills are one of the components of the futsal game, in addition to physical fitness and the psychological, educational and mental aspects that improve the level of performance. Therefore, attention is required to prepare the skills through the use of various learning methods and aimed at developing performance and learning the basic skills better. Through the researchers' observation of the learning process of basic skills, the research problem emerged in the presence of difficulty in learning and performing these skills, so the researchers decided to solve this problem by proposing a set of compound exercises and applying them to the students, and for the purpose of achieving this, exercises that meet the learning need and according to the requirements of the environment must be used. The game and an approach to the player's performance during the game. The study aimed to know the effect of compound skill exercises in learning basic skills in

futsal for female students of the first stage - College of Physical Education and Sports Sciences. As for the hypothesis of the research, there was a positive effect of compound skill exercises in learning basic skills in futsal for female students. The experimental approach was used with the design of (two equal groups), with a pre- and post-test, due to its suitability to the nature of the research. The research community was determined by the first-stage female students in the College of Physical Education and Sports Sciences - University of Babylon for the academic year (2021-2022), whose number is (24) students. The most important conclusions were the following: The positive effect of the proposed compound exercises in developing the basic skills subject of the research.

1- المقدمة:

ان المهارات الأساسية هي إحدى مكونات لعبة كرة قدم الصالات فضلاً عن اللياقة البدنية والنواحي النفسية والتربوية والذهنية والتي تعمل على تحسين مستوى الأداء، لذا يتطلب الاهتمام بالإعداد المهارى من خلال استخدام طرق وأساليب تعليمية متنوعة هدفها تنمية اداء وتعلم والمهارات الأساسية بشكل أفضل. ولغرض تحقيق ذلك يجب استخدام التمارينات التي تلبي حاجة التعلم ووفقاً لمتطلبات البيئة الخاصة باللعبة، ومن أهمها هو استخدام التمارينات المركبة والتي تقوم على اساس تمارينات مقارنة لأداء اللاعبين اثناء المباراة. ان لعبة كرة قدم الصالات هي احد المواد الدراسية في اقسام وكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي ينبغي على الطالبات تعلم مهاراتها المختلفة ، وهذا الأمر يقع على عاتق مدرس المادة من خلال كيفية استخدام تمارينات مركبة لتعلم وأداء المهارات بالشكل المطلوب من هنا برزت مشكلة البحث في وجود صعوبة في تعلم وأداء المهارات الأساسية نظراً لصغر مساحة ملعب كرة قدم الصالات ، وكثرت التحركات وقرب المنافس، واشترك جميع لاعبات الفريق في عمليتي الهجوم والدفاع ، مما يتطلب من

اللاعبات سرعة الأداء المهاري وبالتالي صعوبة الاداء ، لذلك ارتأى الباحثان حل هذه المشكلة من خلال اقتراح مجموعة من التمرينات المركبة وتطبيقها على الطالبات .

وهـدفت الـدراسة الـحالية الـى مـعرفة تـأثير التـمـرـيـنـات المـهـارـيـة المـركـبـة فـي تـعلم المـهـارـات الـاسـاسـيـة بـكـرة قـدم الصـالـات لـلطـالـبـات المـرحـلة الـاولى-كـليـة التـربـيـة البـدنيـة وعلوم الرياضة.

اما فـرضيـة البـحث كـانت وـجـود أثر اـيـجابـي لـلـتـمـرـيـنـات المـهـارـيـة المـركـبـة فـي تـعلم المـهـارـات الـاسـاسـيـة بـكـرة قـدم الصـالـات لـلطـالـبـات المـرحـلة الـاولى-كـليـة التـربـيـة البـدنيـة وعلوم الرياضة.

اما مـجـلات البـحث
المـجال البـشري: طـالـبـات المـرحـلة الـاولى فـي كـليـة التـربـيـة البـدنيـة وعلوم الرياضة/
جامعة بابل.

المـجال المـكانـي: القـاعـة المـغـلـقـة فـي كـليـة التـربـيـة البـدنيـة وعلوم الرياضة-جامعة بابل
المـجال الزمـانـي: لـلفـتـرة مـن 15 / 10 / 2021 و لغاية 1 / 3 / 2023 لـلـتـجـربـة الرئيـسيـة.

2- مـنـهـجـيـة البـحث وإجـراءـاته المـيدانيـة :

2-1 مـنـهـج البـحث:

تم اسـتـخـدام المـنـهـج التـجـريـبي بـتـصـمـيم المـجمـوعـتين المـتـكافئـتين ذات الاختبار القبلي والبعدي.

2-2 مـجـتـمـع البـحث وعيـنتـه:

حـدد مـجـتـمـع البـحث بـطـالـبـات المـرحـلة الـاولى فـي كـليـة التـربـيـة البـدنيـة وعلوم الرياضة جامعة بابل للـعام الـدراسـي (2021 / 2022) والـبالغ عـددـهن (24) طـالـبـة اما عيـنة البـحث مـثلت المـجـتـمـع بـالـكـامل و تم تـوزيـعـهن إلـى مـجمـوعـتين)

مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) وكل مجموعة تكونت من 12 طالبة تم اختيارهن بطريقة العشوائية وباستخدام القرعة .

1-2-3 تجانس العينة تكافؤ مجموعتي البحث:

لاستكمال متطلبات التصميم التجريبي قامت الباحثة بالتحقق من تجانس أفراد عينة البحث في اختبارات المهارات الاساسية باستخدام اختبار (Levene) الذي ظهرت فيه قيمة مستوى الدلالة (Sig) أكبر من (0,05) ولجميع الاختبارات ، مما يدل على التجانس بين أفراد عينة البحث .ولكي تعزو الباحثة الفروق إلى العامل التجريبي أجرت التكافؤ بين مجموعتي البحث في اختبارات المهارات الاساسية بيانات القياس القبلي وقبل تطبيق التمرينات ، إذ تم استخدام الوسيلة الإحصائية المناسبة والمتمثلة باختبار (t.test) للعينات المستقلة التي ظهرت فيه قيمة مستوى الدلالة (sig) أكبر من (0,05) ولجميع الاختبارات مما يؤكد تكافؤ مجموعتي البحث، وكما هو موضح في الجدول(1)

جدول رقم (1)

يبين التكافؤ والتجانس بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة

الاختبارات	وحدة القياس	قيمة F Leven	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
مهارة الاخمد	درجة	0.49	0.48	0.54	0.59	غير معنوي
مهارة التمرير	زمن	0.02	0.86	0.60	0.55	غير معنوي
مهارة الدحرجة	زمن	0.02	0.87	0.08	0.93	غير معنوي

قيمة t معنوية عند درجة حرية 11 ومستوى دلالة $0,05 \geq$

2-3 الوسائل والادوات والالجهزة المستعملة:

1- المصادر العربية والأجنبية 2-الاختبارات الموضوعية 3-ملعب

كرة قدم صالات قانوني 4-كرة قدم صالات قانونية عدد (20)

5-شريط قياس 6-شري لاصق ملون

2-4 توصيف الاختبارات المهارية:

الاختبار الاول: اختبار الإخماد

اسم الاختبار: إيقاف حركة الكرة (الإخماد) ⁽¹⁾

الهدف من الاختبار: قياس القدرة على إيقاف الكرة.

الأدوات المستخدمة: كرات كرة القدم للصالات قانونية عدد (5)، صفارة، شريط

لاصق ملون، شريط قياس.

إجراءات الاختبار : رسم مربع بقياس (2م × 2م) بواسطة شريط لاصق ملون

وكما في الشكل(10).

وصف الأداء: يقف اللاعب داخل المربع و يقف المدرس و معه الكرة على بعد

(4م) ثم يرمي الكرة (كرة عالية تتم بحركة اليدين من الأسفل إلى الأعلى) إلى

اللاعب الذي يحاول إيقاف الكرة و إخمادها داخل المربع بأسفل القدم .

- يجب إن يتم إيقاف الكرة داخل حدود المربع.

- يعطى لكل لاعب ثلاث محاولات متتالية.

التسجيل: تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من

المحاولات الثلاث وكما يأتي:

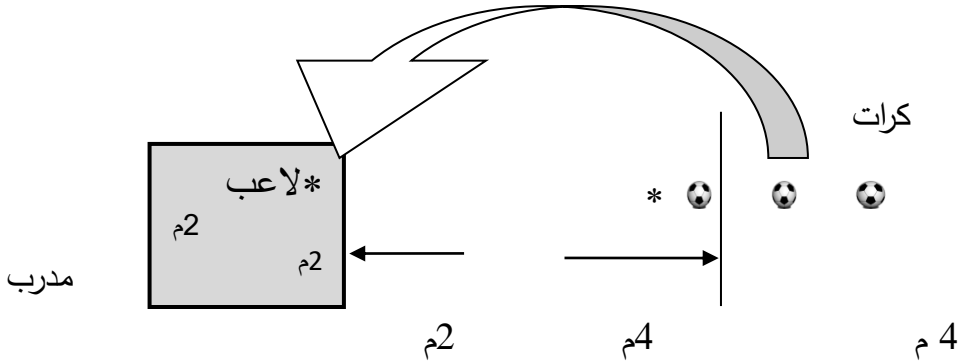
(2 درجة) لكل محاولة صحيحة

⁽¹⁾ . نبراس كامل هدايت : تأثير استخدام انواع مختلفة من التغذية الراجعة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات للنساء ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى

(صفر درجة) في الحالات التالية :

- 1- إذا لم ينجح اللاعب في إيقاف الكرة .
- 2- إذا اجتاز اللاعب أو الكرة حدود المربع .
- 3- إذا أوقف اللاعب الكرة بطريقة غير قانونية .

الدرجة الكلية للاختبار هي (6 درجات)



شكل (1) يوضح اختبار الإخماد في كرة القدم للصالات

الاختبار الثاني : الدرجة المستقيمة والمتعرجة ذهابا وإيابا .⁽¹⁾

الغرض من الاختبار : قياس الدرجة بالكرة .

الإمكانات والأدوات: شواخص عدد (5) -كرات خماسي كرة القدم عدد (5) - ساعة توقيت-شريط قياس

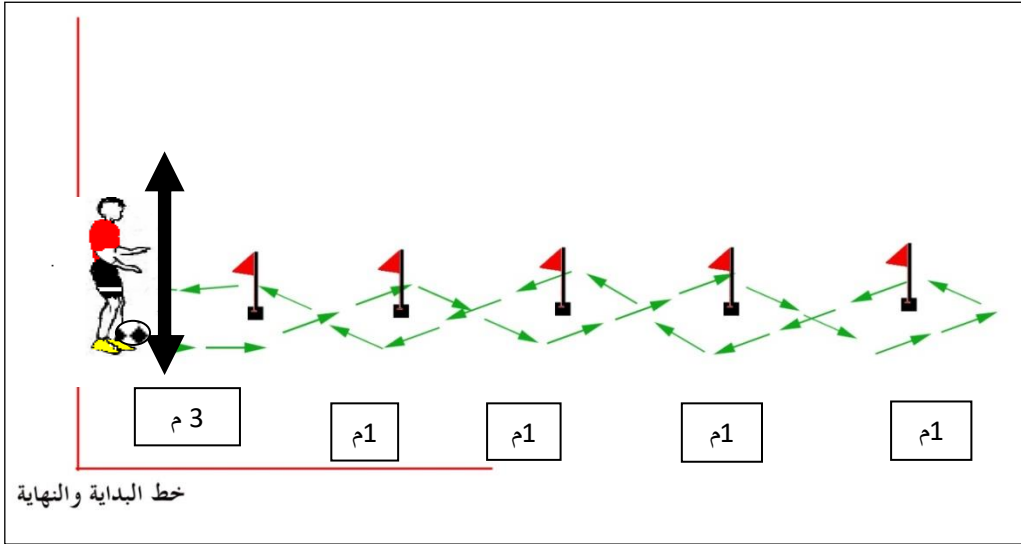
(¹) مجيد خدا يخش أسد . بناء بطاريتي اختبارات بدنية ومهارية في خماسي كرة القدم للاعبين فرق المدارس الابتدائية بأعمار (9-12) سنة ، ط1 ، عمان ، دار غيداء للنشر والتوزيع ، الاردن ، 2011 م ، ص140 .

وصف الاختبار: توضع (5) شواخص بلاستيكية على نحو تكون المسافة بين الشواخص (1متر) والمسافة بين خط البداية والشاخص الاول وبين الشاخص الخامس وخط العودة (3 متر)

طريقة الأداء: يقوم اللاعب بالدرجة المستقيمة من خط البداية الى الشاخص الاول ثم يقوم بالدرجة بين الشواخص وعند اجتياز الشاخص الاخير يقوم بالدرجة المستقيمة لمسافة (3متر) وبعدها يقوم بالاستدارة حول شاخص ويكمل الاختبار الى لحظة عبوره خط النهاية كما في الشكل (1)

شروط الاختبار: 1- يجب ان يدحرج الكرة بين الشواخص 2- يجب ان يعبر خط النهاية بشكل كامل كي يعود ويستكمل الاختبار 3- إذا فقد المختبر السيطرة على الكرة يعود ويكمل الاختبار في المكان الذي فقد فيه الكرة 4- يعطى كل مختبر محاولتين.

التسجيل: يحتسب الزمن الأقل بين المحاولتين (أفضل محاولة)



شكل (2) يوضح اختبار الدرجة المستقيمة والمتعرجة ذهابا وإيابا .
الاختبار الثالث: اختبار المناولة المرتدة

اسم الاختبار : اختبار المناولة المرتدة على الجدار لمدة (20) ثانية ⁽¹⁾ :
الغرض من الاختبار : قياس دقة المناولة.

الأدوات المستخدمة: جدار أملس يؤشر عليه منطقة 1.30 متر × 2.20 متر،
ويحدد خط امام الجدار على بعد (5) متر، كرات خماسي كرة القدم قانونية عدد
(3)، ساعة توقيت الكترونية.

وصف الأداء: بعد سماع إشارة البدء يقوم اللاعب الذي يقف خلف البداية
بضرب الكرة على الجدار وضربها مرة أخرى بعد ارتدادها من الجدار وهكذا لحين
انتهاء مدة الاختبار (20) ثانية.

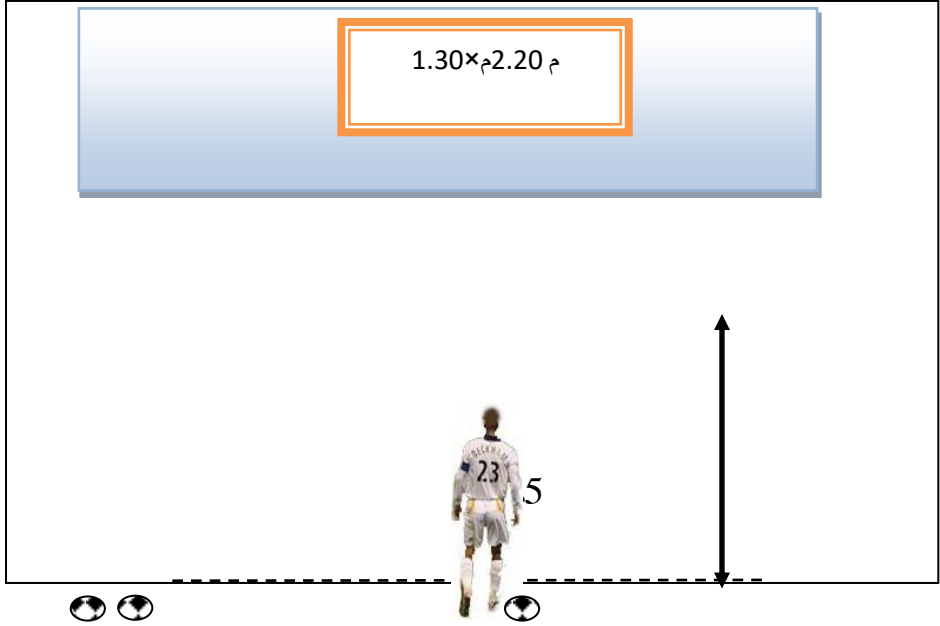
تعليمات الاختبار :

- لا يتم ضرب الكرة المرتدة من الجدار إلا خلف خط البداية .
- إذا خرجت الكرة خارج سيطرة اللاعب يقوم بأخذ إحدى الكرتين الأخريتين
دون توقف .

- يمكن ضرب الكرة بأي قدم وبأي جزء منها.

حساب الدرجات: يسجل عدد ضربات الكرة الصحيحة نحو الجدار خلال
(20) ثانية .

(¹) حسام سعيد المؤمن . منهج مقترح لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين
خماسي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2001م ، ص71.



شكل (3) يوضح اختبار المناولة المرتدة على الجدار لمدة (20) ثانية

2-5 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث :-

2-5-1 صدق الاختبارات: يعد الصدق من أهم شروط الاختبار الجيد، فالاختبار الصادق: "الذي ينجح في قياس ما وضع من أجله"⁽¹⁾، ولغرض التحقق من صدق الاختبارات تم استخراج الصدق الظاهري بعرض الاختبارات على السادة الخبراء والمختصين.

2-5-2 ثبات الاختبارات: من اجل استخراج معامل الثبات للاختبارات تم استخدام (طريقة الاختبار وإعادة الاختبار) وبفاصل زمني بين الاختبار الأول والثاني (7) أيام حيث تم اجراء الاختبار الاول يوم الاحد الموافق 3 / 4 / 2022

(¹) محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط6، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004، ص138.

الساعة التاسعة صباحا وتم اعدته في يوم الاحد 2022/4/10 الساعة التاسعة صباحا وقد تم استخراج معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج الاختبار الأول ونتائج الاختبار الثاني وبمعامل ثبات عالي.

3-5-3: موضوعية الاختبارات: ولغرض التحقق من موضوعية الاختبارات تم استخراج معامل الارتباط (بيرسون) بين تقدير الحكمين الأول والثاني^(*)، علماً بأن اختبارات البحث كانت تتم بسهولة ووضوح وبعبدة عن التقويم الذاتي من خلال ما أظهرته النتائج ، لذا فإن الاختبارات المستخدمة في البحث كانت على درجة عالية من الموضوعية. وكما موضح في الجدول (2)

جدول (2) يبين الأسس العملية للاختبارات المستخدمة في البحث

ت	الاختبارات	معامل الثبات	الموضوعية
5	اختبار الإخماد	0.858	0.821
6	اختبار الدرجة بالكرة	0.890	0.911
	اختبار المناولة المرتدة	0.723	0.914

3-6 الاختبارات القبلية :

تم إجراء الاختبارات القبلية بتاريخ 18 / 4 / 2022 الساعة (10 صباحاً) على أفراد عينتي البحث (الضابطة والتجريبية) وبواقع (12) طالبة لكل مجموعة وبمساعدة فريق العمل وذلك من اجل تحديد النواحي المهارية (الدرجة، والتمرير ، الاخمد) عن طريق الاختبارات الخاصة بالبحث وعملت الباحثة على تهيئة كافة متطلبات ومستلزمات واجراءات الاختبارات المهارية .

(*) - طاهر يحيى / تدريب / كرة قدم جامعة بابل

- حسين صالح / تعلم حركي / كرة قدم صالات -جامعة بابل

3-7 التجربة الرئيسية :

تم تنفيذ الدرس العملي (الصفي) داخل الملعب بواقع (8) وحدات تعليمية عملية (للمجموعة التجريبية) بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع ولمدة شهر من تاريخ 2022/4/25 ، ولغاية 2022/5/19 وحسب الجدول المقرر من قبل الكلية ، ففي الجزء التعليمي يقوم استاذ المادة بشرح المهارة وعرضها من قبل النموذج ، اما الجزء التطبيقي من القسم الرئيسي والذي يتكون من تمرينات مركبة(في حين ابقاء المجموعة الضابطة على المنهج ووفق اسلوب وطريقة المدرس المتبعة

3-8 الاختبارات البعدية :-

اجريت الاختبارات البعدية لعينة البحث اختبارات المهارات الاساسية بعد اكمال البرنامج التعليمي في يوم (الاثنين) الموافق (23 / 5 / 2022) مراعين في ذلك جميع الظروف والشروط واجراءات الاختبارات القبلية .

3-9 المعالجات الاحصائية

تم استخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية برنامج (spss) وتمت الاستعانة بالوسائل الإحصائية الآتية : الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار (Levene) - معامل الالتواء - الارتباط البسيط (بيرسون) - اختبار t للعينات المرتبطة - اختبار t للعينات المستقلة.

3-عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1 عرض نتائج العينة في القياس القبلي والبعدى:

بعد جمع بيانات القياس القبلي والبعدى لكلا مجموعتي البحث التجريبية والضابطة تم تحليلها احصائيا، فلغرض استخراج معنوية الفروق القبلية والبعدية تم استخدام اختبار (t) للعينات المرتبطة والجدولان (2) و (3) يبينان ذلك . جدول (2) يبين معنوية الفروق بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	بعدي		قبلي		الاختبارات
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.00	6.092	1.50756	4.5000	1.55700	1.3333	مهارة الاخماد
معنوي	0.00	5.876	7.44475	19.1667	1.33712	6.1667	مهارة التمرير
معنوي	0.00	7.412	3.44986	17.4167	2.35488	23.5000	مهارة الدحرجة

قيمة (t) المحسوبة معنوية عند درجة حرية 11 و مستوى دلالة $0,05 \geq$

جدول (3) يبين معنوية الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	بعدي		قبلي		الاختبارات
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.00	3.000	1.02986	3.1667	1.43548	1.6667	مهارة الاخماد
معنوي	0.00	6.380	2.37888	9.7500	1.38170	6.5000	مهارة التمرير
معنوي	0.04	2.246	2.64432	21.9167	2.23437	23.5833	مهارة الدحرجة

قيمة (t) المحسوبة معنوية عند درجة حرية 11 و مستوى دلالة $0,05 \geq$

ومن خلال تحليل الجدولين (2) و(3) تبين ان جميع قيم (t) المحسوبة

لجميع الاختبارات قيم معنوية لان مستوى الدلالة اقل او يساوي (0.05) ولكلا

مجموعتي البحث التجريبية والضابطة

2-3 مناقشة نتائج الفروق بين القياس القبلي والبعدي لمجموعتي البحث)

الضابطة والتجريبية):

من خلال ما تم التوصل اليه وعرضه في الجدولين (2) و (3) الى الفروق المعنوية لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة. فيعزو الباحثان تلك النتائج الى المحتوى الجيد الذي تضمنته الوحدات التعليمية لكلا المجموعتين، حيث تضمن الوحدات التعليمية للمجموعة التجريبية على التمرينات المركبة المقترحة اما المجموعة الضابطة احتوت على التمرينات الخاصة بالمدرس المادة وهي تمرينات ذو فاعلية عالية ، بالإضافة الى العدد الوافي للوحدات التعليمية وكذلك نوع التغذية الراجعة والتصحيح المباشر من قبل مدرسي المادة مع وجود عرض الفيديو والعرض الحي للمهارات في كل الوحدات التعليمية.

3-3 عرض نتائج القياس البعدي بين مجموعتي البحث :

بعد اجراء الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة تم ايجاد معنوية الفروق في القياس البعدي باستخدام اختبار (t) للعينات المستقلة والجدول (4) يبين ذلك .

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	بعدي ضابطة		بعدي تجريبية		الاختبارات
			ع	س	ع	س	
معنوي	0.01	2.53	1.02986	3.1667	1.50756	4.5000	مهارة الاخماد
معنوي	0.00	4.17	2.37888	9.7500	7.44475	19.1667	مهارة التمرير
معنوي	0.00	3.58	2.64432	21.9167	3.44986	17.4167	مهارة الدرجة

جدول (4) يبين الفروق في القياس البعدي بين مجموعتي البحث التجريبية

والضابطة

ومن خلال تحليل الجدول (4) تبين ان جميع قيم (t) هي معنوية لان مستوى الدلالة اقل او يساوي (0.05) لكل المتغيرات ولصالح المجموعة التجريبية .

3-4 مناقشة نتائج الفروق في القياس البعدي لمجموعتي البحث (الضابطة

والتجريبية):

من خلال العرض والتحليل المبين في الجدول (4) ظهرت هذه النتائج بان فروقاً معنوية ذات دلالة احصائية في القياس البعدي في اختبارات المهارات الأساسية ولصالح المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحثان هذه الفروق المعنوية الحاصلة في تعلم المهارات موضوع الدراسة (الدرجة والتمرير والاخماد) لصالح المجموعة التجريبية بسبب تأثير استخدام التمرينات المركبة لأنها تضمنت أداء أكثر من مهارة واحدة خلال التمرين الواحد بالإضافة الى وضوح أهدافها وسهولة الربط الحركي لها ، وكذلك جاءت نتيجة عملية التكرار الحاصلة لهذه التمرينات المركبة المتنوعة اثناء الوحدات التدريبية وتحت ظروف مشابهة للعب مما ادى الى زيادة فاعليتها.

ولقد اظهرت النتائج بان استخدام التمرينات المركبة يؤدي الى تطوير بعض القدرات الحركية "وكذلك تحسن قابلية اللاعبين الذهنية من خلال زيادة السيطرة على التوقيت وعمل العضلات في الوقت المناسب وبتسلسل صحيح خلال الاداء وهذا ما اشار اليه (روبرت، 1989)".¹

إن كل هذا التطور ادى الى عملية ربط بين مراحل الاداء للمهارات وهذا يؤدي الى تنفيذ الواجب في الوقت المناسب وبسرعة وبأقصر وقت ممكن.

وكذلك دلت النتائج ايضاً على ان التمرينات المركبة التي ادخلت في المنهج التعليمي تؤدي الى تطوير المهارات الاساسية بشكل كبير اذ ان هذه المهارات تحتاج الى تدريب مكثف ومستمر لاعتمائها بشكل مباشر الى عنصر الدقة الذي يتطور من خلال مواصلة التدريب المستمر والناجح. ومع زيادة الممارسة على التدريب تتحسن قابلية اللاعبين الحركية على اكتشاف المكان الصحيح لأداء المهارة ومتى يتم والى اين،²

4-الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات:

1-إن للتمرينات المركبة الخاصة المقترحة تأثيراً ايجابياً في تطوير بعض المهارات الأساسية (الدرجة والتمرير والاختامد)

2- استخدام التمرينات المركبة ضمن المنهج التعليمي في مرحلة الأعداد الخاص له الأثر الايجابي الفعال في تطوير المهارات الأساسية لكرة القدم الصالات.

1-روبرت نايدفر؛ دليل الرياضيين للتدريب الذهني، ترجمة ، محمد رضا (وآخرون) : (

الموصل، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1990) ص49

2-عبد القادر زينل؛ كرة القدم للناشئين : (عمان، مطبعة عبود، 1994) ص67

4-2 التوصيات :

- 1- التأكيد على استخدام التمارين المركبة في الوحدات التدريبية الخاصة لكل الفئات العمرية وبالأشكال التي تناسبها.
- 2- ضرورة زيادة الزمن المخصص للتمارين المركبة في الوحدات التعليمية من اجل ان تأخذ المهارات الأساسية الوقت الكافي في الوحدات التدريبية لتطويرها بالشكل المطلوب
- 3- الاستفادة من المنهج التدريبي المعد في بناء مناهج تدريبية مشابهة لتطوير المهارات الهجومية بتمارين أخرى مشابهة للعب وبأزمنة أخرى .

المصادر

- 1- حسام سعيد المؤمن . منهج مقترح لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين خماسي كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2001م.
- 2- رون كرينوود وآخرون : الطريقة الأوروبية الحديثة في تدريب كرة القدم، (ترجمة) وليد طبره، بغداد، مطبعة سلمى الفنية الحديثة، 1988.
- 3- روبرت نايدفر؛ دليل الرياضيين للتدريب الذهني، ترجمة ، محمد رضا (وآخرون) : (الموصل، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1990.
- 4- فرات جبار وهافال خورشيد؛ التدريب المعرفي والعقلي للاعبين كرة القدم، ط1: (عمان، دار دجلة، 2011.
- 5- قاسم لزام صبر وآخرون ؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم : (الإسكندرية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة .
- 6- عبد المجيد نعمان ومحمد عبدة صالح : كرة القدم تدريب وخطط ، القاهرة ، دار الكتب ، 1997.
- 7- عبد القادر زينل؛ كرة القدم للناشئين : (عمان، مطبعة عبود، 1994 .

- 8- مجيد خدا يخش أسد . بناء بطاريتي اختبارات بدنية ومهارية في خماسي كرة القدم للاعبي فرق المدارس الابتدائية بأعمار (9-12) سنة ، ط 1 ، عمان ، دار غيداء للنشر والتوزيع ، الاردن ، 2011 م.
- 9- محمد صبحي حسانين :القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ج1، ط 6 ،دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.
- 10- محمد عبد الحسين المالكي: تأثير تداخل التدريب الذهني والبدني المهاري بالأسلوبين المتسلسل والعشوائي في التعلم والاحتفاظ لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم للمبتدئين. أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2005
- 11- مشعل عدي النمري مهارات كرة القدم وقوانينها، 2013.
- 12- نبراس كامل هدايت : تأثير استخدام انواع مختلفة من التغذية الراجعة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات للنساء ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، 2000.