



The effect of an educational curriculum using small games according to physical-motor intelligence on some basic skills of football for youth

Hashem Mutaib Taha ^{*1} , Prof. Dr. Laith Muhammad Hussein ² ,

Prof. Dr. Abdul Ali Jaafar Muhammad ³ 

^{1,2,3} Basra Governorate. Al Amal Sports Academy for Football, Iraq.

*Corresponding author: pgs.hashim.miteb@uobasrah.edu.iq

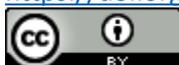
Received: 14-12-2024

Publication: 28-02-2025

Abstract

To identify the effect of the educational program using small games on the levels of bodily-motor intelligence in some basic skills in football for young people. The researchers used the experimental method by designing equal groups, and the research community was limited to the young players registered in the Al-Amal Sports Academy for football in Basra Governorate. After processing the data using the statistical program SPSS Ver.29, a set of conclusions were reached, including: It was found that the use of competitive small games for some basic skills for Al Amal Sports Academy players aged 14-16 years contributes effectively to developing basic football skills (driving, handling, putting down, scoring). It is advisable to measure the physical-kinetic intelligence of young football players through practical tests designed for this purpose because of the accurate results they provide for the researcher. The results of the research sample also showed that the higher the physical-kinetic intelligence, the better the development of skill performance.

Keywords: Small Games, Physical-Motor Intelligence, Basic Football Skills..



تأثير منهج تعليمي بالألعاب الصغيرة وفق الذكاء الجسمي الحركي في بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين

م. هاشم متعب طه، أ.د. ليث محمد حسين، أ.د. عبد علي جعفر محمد

العراق. محافظة البصرة. أكاديمية الأمل الرياضية لكرة القدم

pgs.hashim.miteb@uobasrah.edu.iq

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٤/١٢/١٤ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٥/٢/٢٨

الملخص

التعرف على تأثير البرنامج التعليمي باستخدام الألعاب الصغيرة لمستويات الذكاء الجسمي الحركي في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين ، وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة وتحدد مجتمع البحث باللاعبين الناشئين المسجلين في أكاديمية الأمل الرياضية لكرة القدم في محافظة البصرة وبعد معالجة البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS Ver. ٢٩ تم التوصل إلى مجموعة من الاستنتاجات منها : تبين ان استخدام الألعاب الصغيرة التنافسية لبعض المهارات الأساسية للاعبين أكاديمية الأمل الرياضية بأعمار ١٤ - ١٦ سنة تسهم بشكل فعال في تطوير المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة ، المناولة ، الإخماد ، التهديف) وان قياس الذكاء الجسمي الحركي لدى ناشئي كرة القدم يستحسن ان يتم عن طريق الاختبارات العملية المصممة لهذا الغرض لما تنتجه من نتائج دقيقة للباحث كما أظهرت النتائج لدى عينة البحث انه كلما كان الذكاء الجسمي الحركي اعلى كان تطوير أداء المهارات افضل .

الكلمات المفتاحية: الألعاب الصغيرة، الذكاء الجسمي الحركي، المهارات الأساسية بكرة القدم.

لقد اهتمت الدول المتقدمة في المجال الرياضي والتخطيط لمستقبل الرياضة بشكل عام للحصول على أفضل النتائج لتحقيق الفوز في جميع المحافل الدولية حيث لا تستطيع تلك الدول من تطوير مستوياتها بدون الاعتماد على استعمال الاسس الحديثة في التعلم والتدريب. وتعد لعبة كرة القدم احدى الالعاب التي حظيت وما زالت تحظى باهتمام كبير في مختلف البلدان هذا الاهتمام جعل المختصين يسعون دائما الى تطوير اللعبة من خلال رفع مستويات اللاعبين من النواحي الفنية والخططية والادراكية والنفسية وغيرها، وقد اخذت هذه اللعبة تتطور من حيث مفرداتها المختلفة فأصبحت حركات اللاعبين تتغير وفق مواقف نظرا لاختلاف الخطط وكثرة الواجبات الملقاة على عاتق اللاعبين. ومن هذا المنطلق ظهرت وسائل واساليب تعليمية اثبتت فاعليتها في العلمية التعليمية ولاسيما الالعاب الصغيرة باعتبارها طريقة يمكن استخدامها في تطوير المهارات الحركية كونها ملائمة للمراحل العمرية كافة ويمكن ان تؤدي بصورة فردية او جماعية بما يتلاءم والغرض من تلك اللعبة ، اذ ان " في الالعاب الصغيرة مجالات مختلفة تساعد كل فرد على ان يتعلم وفق قدراته وامكانياته الخاصة وعلى وفق رغباته وميوله الذاتية ، كما انه فيها متسع للعمل الجماعي عندما يشترك المتعلمون في الموقف التعليمي ويتعاونون في الوصول الى حل للمشكلة وفي الالعاب الصغيرة العديد من الانشطة التي تثير الرغبة في الحل وتتحدى طاقات المتعلم الكامنة لكي تبرز وتعمل لذا فهي تعد احدى طرائق التعلم وكذلك تعد "الالعاب الصغيرة نشاطات تمتاز بالبساطة والسهولة في تنظيمها وادائها وتبعث البهجة والفرح السرور وتحمل في طياتها التنافس الشريف من دون قواعد واحكام تفرضها على الممارسين ولا تتضمن مهارات فنية وحركية صعبة هدفها الخروج بالأشخاص عن الروتين اليومي المألوف وحفاظ الفرد على نشاطه وتهيئته بدنياً ونفسياً لإكمال متطلبات الحياة الأخرى" . ان القدرات العقلية تحظى باهتمام متزايد بين علماء النفس عموماً واولئك الذين يركزون اهتمامهم بشكل خاص على الرياضة والرياضيين ، وقد بدأ علماء النفس بتركيز طاقاتهم على القدرات العقلية المتنوعة والمتغيرة والكيفية التي بموجبها تسهم هذه القدرات في ارتفاع وانخفاض الاداء عند الرياضيين ، ويعد الذكاء المتعدد احد اشكال النشاط للفرد والرياضي والذي يمكن تحقيقه من خلال تطوير قدراته ومهاراته ، كما ان تقدم المستوى الرياضي مرهون بما يمكن ان يتوفر له من هذه القدرات التي يستطيع من خلالها مواجهة ما يعترضه من مشكلات . ان احد هذه الانواع الذكاء الجسمي الحركي الذي يشير الى " قدرة الفرد على استخدام اعضاء جسده للتعبير عن افكاره ويعنى بالتارز والتوازن والقوة والمهارة والمرونة والسرعة والاتقان ان اصحاب هذا الذكاء يتفوقون في الانشطة البدنية" ، وكذلك " هو القدرة على السيطرة على الحركات وتنسيقها وكذلك استخدام الجسم بمهارة" ويوجد هذا النوع من الذكاء في المخيخ والكتل العصبية الاساسية ويتطور هذا الذكاء ابتداء من الطفولة ويمكن ان يظهر في مراحل متقدمة عن ذلك

، وان التمرين المتواصل قد يزيد من هذه القدرة ويتجسد هذا الذكاء في الانجازات الكبيرة التي حصل عليها الابطال الرياضيون ."

ووفقا لما ذكر تكمن اهمية البحث في معرفة الذكاء الجسمي الحركي لدى اللاعبين الناشئين على اساسه يصنف اللاعبون الى مستويات متعددة بالإضافة الى اعداد منهج تعليمي بالألعاب الصغيرة للمساهمة في تطوير بعض المهارات بكرة القدم مع الاخذ بنظر الاعتبار مستوى الذكاء الجسمي الحركي للمتعلم عن طريق الاعتماد على زمن الاداء وليس التكرار وبالتالي سوف يعطي فرصة أفضل للتعلم. ومن خلال متابعة الباحثون لتدريبات اللاعبين الناشئين وجدوا ان معظم هذه الاساليب والطرائق المستخدمة لا تعطي فائدة مرجوة تسرع تطوير المهارات لهذه الفئة العمرية وذلك بسبب الرتابة واستخدام بعض الاساليب التقليدية الفردية والتي تؤثر سلبا في سرعة تطوير هذه المهارات وقد يرجع السبب في ذلك ايضا الى عدم استعمال الألعاب الصغيرة بشكل مباشر في الجزء الرئيسي من الوحدة التعليمية واقتصار استخدام هذه الألعاب كجزء تكميلي في الجزء الختامي من الوحدة التعليمية ، فضلا عن تعليم المهارات الاساسية بنسق واحد دون مراعاة القدرات العقلية بين اللاعبين الناشئين والذكاء الجسمي الحركي الذي يعد جزءا من تلك القدرات العقلية للمتعلمين وشرطا هاما لنجاح في معظم مواقف اللعب المختلفة .

لذا ارتأى الباحثون تطوير المهارات الأساسية بكرة القدم من خلال اعداد برنامج تعليمي باستخدام الألعاب الصغيرة والتي تتشابه اجزائها مع شكل المهارة مع الاخذ بنظر الاعتبار مستوى الذكاء الجسمي الحركي للمتعلمين حتى يمكن الوصول الى تطور المهارة الحركية وايضا توفير عنصر التشويق واستثمار الدافعية نحو التعلم وتحسين الاداء.

ويهدف البحث الى:

١- التعرف على تأثير البرنامج التعليمي باستخدام الألعاب الصغيرة لمستويات الذكاء الجسمي الحركي في بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للناشئين.

٢- التعرف على افضلية التأثير بين مستويات الذكاء الجسمي الحركي في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين.

٢- إجراءات البحث:

١-٢ منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذي التصميم التجريبي (المجموعات المتكافئة) لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تحدد مجتمع البحث باللاعبين الناشئين المسجلين في اكااديمية الامل الرياضية لكرة القدم في محافظة البصرة والبالغ عددهم (٤٨) لاعب، وتم استبعاد عددا من لاعبي العينة وهم حراس المرمى واللاعبين الذين تم اجراء التجربة الاستطلاعية عليهم، وكما مبين في الجدول (١).

جدول (١) يبين حجم العينة

النسبة المئوية	العدد الكلي	العدد	العينة
٦٤,٥٨	٤٨	٣١	الرئيسية
٤,١٧		٢	حراس المرمى
٣١,٢٥		١٥	الاستطلاعية

لغرض تجنب العوامل التي تؤثر في نتائج التجربة من حيث الفروق في الطول والوزن والعمر، عمد الباحثون إلى استخدام اختبار معامل الاختلاف، اذ ظهر ان قيم معامل الاختلاف تتراوح بين (٣,٤١٥ - 10.114) وهي مقبولة، اذ ان قيمة معامل الاختلاف كلما اقتربت من (١) يعد التجانس عاليا وإذا زاد عن (٣٠) يعني ان العينة غير متجانسة" (٢٢: ١٦٠ - ١٦١)، وكما مبين في جدول (٢).

جدول (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم معامل الاختلاف

ت	المتغيرات	وحدات القياس	الأوساط الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الاختلاف
١	الطول	سم	168.833	5.766	3.415
٢	الوزن	كغم	57	5.766	10.114
٣	العمر	سنة	15.333	0.844	5.505

ولغرض تقسيم أفراد عينة البحث إلى مستويات تبعا لذكاء الجسمي الحركي (ضعيف - متوسط - جيد) ، أخضعت نتائج اختبار الذكاء الجسمي الحركي إلى عملية تصنيف إحصائي Classify k - Means Cluster اذ ظهر ان نتائج الذكاء الجسمي الحركي الضعيف تراوحت بين (18 - 21) وكان عدد اللاعبين (١٠) لاعبين ، وتراوحت نتائج الذكاء الجسمي الحركي المتوسط بين (23 - 28) وكان عدد اللاعبين (١١) لاعبا ، بينما تراوحت نتائج الذكاء الجسمي الحركي الجيد بين (29 - 32) وكان عدد اللاعبين (١٠) لاعبين ثم قام الباحثون باختيار (١٠) لاعبين من كل مستوى ، ولغرض التعرف على تكافؤ مجاميع البحث في الاختبارات القبلية اجرى الباحثون اختبار تحليل التباين (F) للاختبارات القبلية

بين المجاميع لغرض ضبط المتغيرات المؤثرة في التعلم ، اذ اظهرت نتائج تحليل التباين بين المجموعات وداخلها بان مستوى الدلالة (Sig) كان اكبر من قيمة (٠,٠٥) وهذا يدل على ان الفروق غير معنوية بين مجاميع البحث في الاختبارات القبلية وهو ما يؤكد التكافؤ بين المجاميع كما مبين في الجدول (3) .

جدول (٣) يبين التكافؤ بين مجاميع البحث

قيمة P- value	قيمة (F) المحسوبة	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصادر التباين	وحدة القياس	المتغير
0.223	1.586	1.233	2	2.467	بين المجموعات	ثانية	الدحرجة بالكرة
		0.778	27	21.000	داخل المجموعات		
0.189	1.770	1.200	2	2.400	بين المجموعات	درجة	اخمد الكرة
		0.678	27	18.300	داخل المجموعات		
0.147	2.061	1.633	2	3.267	بين المجموعات	درجة	المناولة
		0.793	27	21.400	داخل المجموعات		
0.670	0.406	0.633	2	1.267	بين المجموعات	درجة	التصويب
		1.559	27	42.100	داخل المجموعات		

2-3 وسائل جمع المعلومات والادوات المستخدمة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات:

الملاحظة والتجريب.

المصادر العربية والاجنبية والانترنت.

المقابلات الشخصية.

- استمارات استبيان.

- الاختبارات والقياس.

- الوسائل الاحصائية.

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

- جهاز (الرساميتير) لقياس الطول والوزن.

- فلاش رام عدد (3) سعة 16 كيبا.

- ساعة توقيت الكترونية عدد (5).

- ادوات مكتبية وحاسبة الكترونية.

- جهاز لا بتوب مع ملحقاته.

- آلة تصوير فيديو نوع (Sony A7 M3) عدد 2.

- طائرة درون نوع DJI Mini 3 Pro.

- جهاز ايفون 15 بروماكس.

- اقراص ليزرية.

- قرطاسية.

- حامل كاميرا ثلاثي عدد 3.

- اهداف كرة قدم صغيرة عدد 4 وكرات قدم.

- شواخص واقماع ورايات وموانع.

- صافرة ولواصق واشرطة ملونة وحبال.

2- الذكاء الجسمي الحركي:

تم استخدام اختبارات الذكاء الجسمي الحركي للاعبين كرة القدم فئة الناشئين مرتكزة على خمسة ابعاد (التحكم في الجسم، القدرة التعبيرية، الاصاله الحركية، الحساسية للوزن، معالجة الاشياء) والتي أعدها (محفوظ قطاوي، ٢٠٢١)

وعليه تم اعتمادها في البحث الحالي فبعد تحديدها تم اجراء عملية تحليل منطقي للاختبارات، اذ صممت استمارة استبيان ووجهت الى السادة ذوي الخبرة والاختصاص والبالغ عددهم (١٨) خبيراً، وذلك لغرض تقييمها والحكم على مدى ملائمتها لعينة البحث، الملحق (١) مما حدا بالباحثون اجراء بعض التعديلات على هذه الاختبارات وكما يلي:

١- في اختبار التحكم بالجسم: تم تعديل تغيير قدم الارتكاز للقيام بنفس العمل في الجهة الاخرى وكذلك ان يقوم اللاعب بلمس الشواخص الامامية الثلاثة باستخدام اليدين الى استخدام القدم المفضلة كقدم ارتكاز فقط والآخرى للمس الاقمام يتكرر هذا العمل ثلاث مرات دون توقف وتبين كذلك طريقة التسجيل اي حساب درجة الاختبار غير مناسبة كونها قليلة تقع بين (٠ - ٥) درجة، اي مدى الدرجات يكون قليل وعليه تكون الدرجة الكلية هي (٠ - ١٠) درجة.

٢- في اختبار مثلث الابداع: الصعوبة في اداء (٥ - ٨) افكار حركية، اذ تم التعديل ان يقوم بتشكيل افكار حركية مختلفة، وكذلك عدلت طريقة التسجيل (٠ - ١٠) درجات.

٣- في اختبار التحكم بالكرة: تم تحديد زمن الاختبار ب (٣٠) ثانية، وكذلك تم تعديل طريقة التسجيل (٠ - ١٠) درجات.

٤- في اختبار تحرك وفق الاشارة: تم تعديل المسافة بحيث يجري اللعب داخل المنطقة (١٨) متر، وتم تقليل زمن اللعب الى (١٠) دقيقة، ولغرض السيطرة الكاملة على حركة اللاعب تم استخدام ثلاث كاميرات اثنان ثابتة على خطي الجانب والآخرى طائرة تسير بزواوية ٤٥ درجة باتجاه الكرة، وكذلك تم تعديل طريقة التسجيل (٠ - ١٠) درجات.

٥- في اختبار المزامنة: تم تعديل طريقة الاداء كون المسافة بين جانبي خط الوسط كبيرة وغير ملائمة لمستوى اللاعبين الناشئين، وعليه عدلت طريقة اداء الاختبار بحيث يتقابل لاعبان على جانبي خط يتكون من ٧ اقمام وفي بداية ونهاية الخط توجد كرة وفي جهة المختبر يوجد هدفان صغيران يقابلان الكرتان، ينطلق المدرب بأقصى سرعة الى الجانب محاولاً ركل الكرة بعد اداء حركات تمويه وخداع وعلى اللاعب المختبر التحرك معه في خط موازي بحيث يمنعه من التهديف، وكذلك تم تعديل طريقة التسجيل (٠ - ١٠) درجات.

2-5 الاختبارات المستخدمة في البحث:

اختبار الدرجة بالكرة، اختبار اخماد الكرة، اختبار المناولة، اختبار التهديد من الثبات

2-6 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء هذه التجربة في يوم الخميس الموافق 2024/6/27، وعلى أفراد المجموعة الاستطلاعية عن طريق اختيار عدد من الألعاب الصغيرة من وحدات تعليمية مختلفة وتجربتها وذلك لمعرفة النقاط التالية:

- التأكد من مدى صلاحية الاختبارات للتطبيق.
- التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات.
- معرفة الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبارات.
- معرفة فريق العمل بالواجبات التي سوف يقوم بها وتلافي الاخطاء والتي يمكن ان تحدث اثناء تطبيق الاختبارات.

- التأكد من الأسس العلمية لاختبارات الذكاء الجسمي الحركي.
- التأكد من ملائمة أوقات أجزاء الوحدة التعليمية ومدى إمكانية تنفيذها.
- مدى ملائمة استجابة اللاعبين لتنفيذ محتويات الوحدة التعليمية.
- التعرف على الأخطاء والمعوقات المتوقعة في التنفيذ ومحاولة وضع الحلول لها قبل البدء بتطبيق البرنامج التعليمي.

2-7 الاختبارات القبليّة: ثم تم إجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث بتاريخ 2024/7/6.

2-8 التجربة الرئيسية: قام الباحثون بوضع منهج تعليمي بالألعاب الصغيرة وتطبيقها لمدة (3) اشهر بعدد وحدات تعليمية كلي بلغ (٢٤) وحدة بواقع وحدتين في الأسبوع حيث بدأ تطبيق المنهج التعليمي من يوم الأحد الموافق

2024/7/7 ولغاية يوم الثلاثاء الموافق 2024/9/24 وكان زمن الوحدة الواحدة (٦٠-٧٠) دقيقة مقسمة الى قسم تحضير (20) دقيقة ، وقسم رئيسي (60) دقيقة يحتوي على نشاط تعليمي (10) دقيقة ونشاط تطبيقي (٥٠) دقيقة مقسم الى ثلاث العاب صغيرة تتخللها فترات راحة وقسم ختامي (١٠) دقيقة ، ولغرض الايضاح يمكن ملاحظة ملحق (٢).

2-9 الاختبارات البعديّة: قام الباحثون بإجراء الاختبارات البعديّة بتاريخ 2024/9/26 على ملعب كرة القدم التابع لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة البصرة، باستخدام نفس الاختبارات القبليّة ونفس الترتيب والشروط.

2-10 الوسائل الاحصائية: لغرض معالجة البيانات التي حصل عليها الباحثون فقد استخدم البرنامج الاحصائي SPSS اصدار ٢٩.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة للمجموعات البحث التجريبية الثلاث:

جدول (٤) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة والقيمة الاحتمالية لنتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية الأولى والثانية والثالثة

المجموعات	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		الخطأ المعياري	قيمة t المحسوبة	القيمة الاحتمالية	الدلالة
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
الأولى	الدرجة بالكرة	ثانية	24.030	1.797	18.325	0.581	0.611	9.332	٠,٠٠٠	معنوي
	اخماد الكرة	درجة	3.900	0.875	13.100	0.316	0.249	36.882	٠,٠٠٠	معنوي
	المناوله	درجة	18.000	3.464	32.000	0.666	1.074	13.024	٠,٠٠٠	معنوي
	التصويب	درجة	11.700	3.020	23.200	0.421	0.897	12.813	٠,٠٠٠	معنوي
الثانية	الدرجة بالكرة	ثانية	24.136	1.736	19.948	0.561	0.478	8.759	٠,٠٠٠	معنوي
	اخماد الكرة	درجة	4.300	0.823	11.800	0.632	0.372	20.125	٠,٠٠٠	معنوي
	المناوله	درجة	18.600	3.806	28.600	1.074	1.192	8.385	٠,٠٠٠	معنوي
	التصويب	درجة	10.800	2.859	19.300	2.110	1.514	5.612	٠,٠٠٠	معنوي
الثالثة	الدرجة بالكرة	ثانية	23.702	1.836	21.895	1.407	0.437	4.126	0.003	معنوي
	اخماد الكرة	درجة	3.900	0.875	10.400	0.966	0.477	13.619	0.000	معنوي
	المناوله	درجة	18.200	3.489	24.200	1.813	1.183	5.071	0.001	معنوي
	التصويب	درجة	9.800	2.936	16.800	0.421	0.881	7.937	٠,٠٠٠	معنوي

يظهر من النتائج المعروضة في الجدول (٤) ان قيمة P-value المرفقة أصغر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يدل على ان هناك فروق معنوية بين نتائج هذه الاختبارات القبلية والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة للمجاميع الثلاثة.

٢-٣ مناقشة النتائج:

يعزو الباحثون سبب هذا التطور الى تطبيق الألعاب الصغيرة التي كانت ذات العاب متنوعة وشدد متدرجة واهداف متنوعة في الوحدات التعليمية الأسبوعية وتكرار تلك التمارين قد أسهمت في رفع مستوى اللاعبين مهاريا "حيث ان كرة القدم فيها جوانب أساسية من الاعداد المهاري والبدني والخططي والنفسي وهذه الجوانب تكمل بعضها البعض ، الا ان الاعداد المهاري يهدف أساسا الى اتقان المهارات الأساسية اذ بدون اتقان اللاعب لها بصورة جيدة يكون من الصعب تنفيذ الخطط بصورة فعالة مما يمكن الفريق من الأداء المترابط والمتكامل الجيد في المباريات التدريبية او المباريات التنافسية". ويمكن ان يصل اللاعب مع التدريب المنظم والتكرار الكثير الى الثبات في الأداء المهاري وعن طريق التمرينات بالألعاب الصغيرة يتمكن من تحقيق الأداء المطلوب وتؤدي المهارات الأساسية بالارتباط مع ظروف المباراة السرعة واليقظة في الأداء ويمكن الحصول على اتقان جيد للمهارات في حالة اللعب مع وجود منافس.

ان استخدام الألعاب الصغيرة حققت نتائج إيجابية معتمدة على حقيقة أساسية وهي ان الألعاب الصغيرة تمثل أفضل الأساليب التعليمية لهذه الفئات العمرية وهذا يعني إعطاء أهمية كبيرة في تنفيذ النشاط التطبيقي باستعمال الألعاب الصغيرة، اذ "لابد من التركيز على تنفيذ التدرج بالمهارات بالشكل السهل وبأسلوب الألعاب الصغيرة والقيام بالتكرار والتدريب للمهمة الحركية الى جانب الاستفادة القصوى من زمن تنفيذ كل لعبة وتحقيق زيادة الفاعلية.

كما يرجع الباحثون سبب هذه الفروق الى ما تحتويه الألعاب الصغيرة من تمرينات وحركات محببة الى نفوس اللاعبين يستطيعون اداؤها بسهولة فضلا عن عوامل التشويق والمتعة والتشجيع والترغيب والمنافسة، وهنا لابد من الإشارة الى ان هذه المرحلة من الاعداد بطبيعتهم يحبون كثرة الحركة واللعب باستخدام فعاليات الحركة بالمشي والركض والقفز وتفضل الألعاب التي تكثر فيها هذه الحركات. وكذلك الطريقة التي اتبعت في إعطاء الوحدات التعليمية دون ان يشعر اللاعب ان ذلك واجب حركي عليه اداؤه وكذلك لما احتوته هذه الألعاب من حركات أساسية وقدرات حركية مختلفة ومتنوعة من مشي وركض وقفز وتوافق ورشاقة وتوازن ومرونة، فضلا عن إعطائه الفرصة للاعبين في ان يتعرفوا على امكانياتهم الجسمية مما ساعدهم على تطور النمو الحركي ككل "ان كل نشاط رياضي يتم ممارسته بشكل منظم يترك اثراً مميّزاً وله دور كبير في ارتقاء خبرات المتعلم". ويضيف الباحثون ان الألعاب التنافسية مختلفة الاشكال التي تضمنها البرنامج أدت الى استئارة اهتمام واتجاهات ودوافع الناشئين الى بذل المزيد من الجهد وبالتالي رفع كفاءة الجهاز العصبي والعضلي من خلال إحساس الناشئ بجميع أجزاء جسمه ووضاعه المختلفة اثناء الأداء والتي تطلبت سرعة ودقة وما يصاحبها من الدورانات والتغيير المفاجئ في الاتجاهات مما انعكس على تنمية وتطوير القدرات البدنية قيد البحث ، يتفق ذلك مع نتائج دراسات كل من (حسين مناتي وسعد قاسم ،

(٢٠١٧) و (هاشم ، ٢٠١٦) حيث اشارت نتائجهم الى ان التدريبات التي تأخذ شكل المنافسة والمشاركة لأداء المباريات لها تأثير إيجابي على تنمية بعض المتغيرات البدنية الخاصة بالنشاط الرياضي الممارس . كما يضيف الباحثون ان الألعاب الصغيرة حتوت على تدريبات تتشابه فيها ديناميكية الأداء مع طبيعة المهارات الحركية والمواقف التنافسية للمرحلة العمرية قيد البحث بكرة القدم مما أدى الى اكتساب المسار الحركي الصحيح وزيادة الضبط والتحكم في مستوى الأداء المهاري، حيث يشير (لطفي، ٢٠٠٦) ان الدور الرئيسي للتدريبات التنافسية يمكن في انها تعمل في نفس مسار الأداء للمهارات الحركية وبالتالي يقتصر عمل المجموعات العضلية المعنية بالأداء كما ان تنمية المواقف التنافسية تنعكس على جودة الأداء الحركي وفعاليتها.

٣-٣ عرض نتائج (F) و (S.D.L) في الاختبارات البعدية للمتغيرات المهارية:

جدول (٥) يبين نتائج تحليل التباين بين مجموعات البحث التجريبية الثلاث في الاختبارات البعدية للمتغيرات المهارية

المتغير	وحدة القياس	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	قيمة P-value
الدرجة بالكرة	ثانية	بين المجموعات	63.899	2	31.950	36.399	0.000
		داخل المجموعات	23.700	27	0.878		
اخماد الكرة	درجة	بين المجموعات	36.467	2	18.233	38.163	0.000
		داخل المجموعات	12.900	27	0.478		
المنافسة	درجة	بين المجموعات	305.867	2	152.933	93.845	0.000
		داخل المجموعات	44.000	27	1.630		
التصويب	درجة	بين المجموعات	208.067	2	104.033	64.871	0.000
		داخل المجموعات	43.300	27	1.604		

يظهر من النتائج المعروضة في الجدول (٥) ان الدلالة الاحصائية المرفقة أصغر من (٠,٠٥) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مجموعات البحث الثلاث، بعد التأكد من وجود فروق معنوية

بين مجاميع البحث، تم استخدام اختبار (S.D.L) لمعرفة اقل فرق معنوي بين المجاميع وأفضلها في المتغيرات قيد البحث.

جدول (٦) يبين قيم اقل فرق معنوي (S.D.L) بين المجاميع في المتغيرات قيد البحث

المتغيرات	المجاميع	فرق الأوساط	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
الدحرجة بالكرة	١ م - ٢ م	1.623	0.418	0.001
	١ م - ٣ م	3.570	0.418	0.000
	٢ م - ٣ م	1.947	0.418	0.000
اخمد الكرة	١ م - ٢ م	1.300	0.309	0.000
	١ م - ٣ م	2.700	0.309	٠,٠٠٠
	٢ م - ٣ م	1.400	0.309	0.000
المناولة	١ م - ٢ م	3.400	0.570	0.000
	١ م - ٣ م	7.800	0.570	٠,٠٠٠
	٢ م - ٣ م	4.400	0.570	0.000
التصويب	١ م - ٢ م	3.900	0.566	٠,٠٠٠
	١ م - ٣ م	6.400	0.566	٠,٠٠٠
	٢ م - ٣ م	2.500	0.566	٠,٠٠٠

يظهر من النتائج المعروضة في الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية الاولى والمجموعة التجريبية الثانية ولصالح المجموعة التجريبية الاولى في المتغيرات قيد البحث، وبين المجموعة التجريبية الاولى والمجموعة الثالثة ولصالح المجموعة التجريبية الاولى في المتغيرات قيد البحث، وبين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الثالثة ولصالح المجموعة التجريبية الثانية في المتغيرات قيد البحث.

٣-٤ مناقشة النتائج:

يتبين من الجدول (6) ان المجموعة التي تم انتقائها على وفق الذكاء الجسمي في اختبارات (مهارات كرة القدم) قد أظهرت المعنوية ويعزو الباحثون سبب ذلك الى ان الذكاء الجسمي الحركي يلعب دورا كبيرا في تعلم وأداء العديد من المهارات الحركية انطلاقا من مفهوم هذا النوع من الذكاء الذي لخصه (القطاني ، ٢٠٠٩) بأنه القدرة على استخدام القدرات العقلية لدى شخص ما للتنسيق بين حركاته الجسمية ... كما يضيف قطاني بان هذا النوع من الذكاء يتعدى الاعتقاد الشائع بأنه لا توجد علاقة بين النشاط العقلي والبدني وان أصحاب هذا النوع من الذكاء يتعلمون ويتطورون من خلال حركات واحاسيس اجسامهم لذلك نجدهم يتميزون في المهارات الرياضية بشكل عام . زيادة على ذلك ان المتعلم الذي يمتلك ذكاء وموهبة حركية وجسمية عالية يكون لديه حلول سريعة وانية لاتخاذ القرار المناسب في اللحظة المناسبة ، وهذا ما أكده (ذوقان عبيدات ، ٢٠٠٩) ان الذكاء الحركي هو القدرة على استعمال الجسم او جزء منه في حل مشكلة او أداء حركة او مهارة رياضية او أداء عملية إنتاجية والقيام في بعض الاعمال والتعبير عن الأفكار والاحاسيس بوساطة الحركات وان المتعلمين الذين يتمتعون بهذا الذكاء يتفوقون في الألعاب البدنية وفي التنسيق المرئي الحركي ولديهم القدرة على ممارسة الرياضة البدنية او ممارسة فنون الرقص والتمثيل ويتمتع أصحاب هذا الذكاء بقدرات جسمية حركية فائقة ويعتمد على تفاعل تكوينات او قدرات جسمية حركية وعوامل بيئية.

فالشخص الرياضي الذكي أقدر من غيره على سرعة التصرف في مواقف اللعب المتغيرة وهذا ما يطلق عليه بـ (ذكاء اللعب) او الذكاء الجسمي الحركي ويعتمد الذكاء البشري على المرونة التي توفر إيجاد البدائل وعمل المقارنات والنماذج العقلية مما توفر طرقا جديدة للحماية والتنوع والابداع معا وهذه النتيجة تتفق مع ما أشار اليه (وجيه محجوب، 2001) يمكننا توقع علاقة إيجابية بين درجة الذكاء الحسي الحركي للاعب وقابليته في تنفيذ حركة معقدة في اللعب او تنفيذ خطة هجومية معينة في كرة القدم.

ان الأداء المهاري وحده لا يخدم متطلبات اللعب دون التحكم بها لأنه يحتاج الى حل بعض مواقف اللعب باستجابات صحيحة وفي مكان وزمان مناسب ودقيق والقدرة على تقدير وضع الجسم ومكانه ذهنيا قبل الأداء الحركي مما يعزز الأداء الصحيح والوصول الى اعلى المستويات، وهذا ما يؤكد (عبد الستار ، 2006) بان الرياضي يحتاج للذكاء عند ممارسة الألعاب الرياضية اذ ان كثرة المواقف الصعبة والمركبة اثناء المباريات والمسابقات تحتم عليه درجة مناسبة من الذكاء .وان الذكاء في المجال الرياضي شرط هام للنجاح في معظم الأنشطة الرياضية ولا سيما تلك الأنشطة التي تتطلب سرعة ادراك المواقف المختلفة والمقدرة والتي تحتاج الى سرعة وحسن التصرف كما هو الحال في مجال كرة القدم وما تحتاج من تحركات وتغيير موقع الجسم اثناء اللعب بسبب تنوع مهاراتها الفنية " ان الشخص الرياضي الذكي اقدر من غيره على سرعة الادراك والتبصر بنتائج الأداء الذي يقوم به .

وان القدرات العقلية هي التي تمكن الفرد من اية ممارسة رياضية ناجحة ، أيا كان نوعها فرية ام جماعية تمارس بأدوات ام بدون أدوات تمارس بالاحتكاك البدني مع الخصوم ام غيرها وهي مسؤولة عن الأنشطة العقلية الأساسية جميعا في الممارسة الرياضية ، هو ما يؤكد عليه (جابر عبد الحميد ، 2003) حول إمكانية وقدرة الفرد على استخدام الجسم بمهارة للتعبير عن الأفكار والمشاعر مثل الممثل والرياضي والراقص واستخدام اليدين في تشكيل الأشياء مثل الميكانيكي والجراح كما يتضمن مهارة جسمية محددة كالتأزر والمهارة والمرونة والسرعة والقوة .

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1- تبين ان الألعاب الصغيرة كطريقة لتعلم المهارات الأساسية من اهم الطرق الحديثة المتبعة نظرا للدور الكبير الذي تلعبه في تطوير وتنمية قدرات ومهارات اللاعب وهذه الطريقة تتلاءم مع الفئة العمرية من 14 - 16 سنة.

2- تبين ان استخدام الألعاب الصغيرة التنافسية لبعض المهارات الأساسية للاعبين اكااديمية الامل الرياضية بأعمار 14 - 16 سنة تسهم بشكل فعال في تطوير المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة، المناولة، الاخامد، التهديف).

3- ان قياس الذكاء الجسمي الحركي لدى ناشئي كرة القدم يستحسن ان يتم عن طريق الاختبارات العملية الصمصة لهذا الغرض لما نتيجته من نتائج دقيقة للباحث.

4- أظهرت النتائج لدى عينة البحث انه كلما كان الذكاء الجسمي الحركي اعلى كان تطوير أداء المهارات أفضل.

4-2 التوصيات:

1- استخدام وتطبيق مفردات التمرينات بالألعاب الصغيرة التنافسية ضمن مفردات مناهج تدريب واعداد فرق الفئات العمرية بكرة القدم في محافظة البصرة.

2- توجيه المدربين عن طريق محاضرات دورية بأهمية اتباع الألعاب الصغيرة التنافسية توضح أهمية الاهتمام بالألعاب الصغيرة التنافسية وتأثيره على الأداء المهاري لدى لاعبي الفئات العمرية بكرة القدم.

3- يجب تعليم وتطوير المهارات الأساسية خلال هذه الفترة لان اللاعب في هذه المرحلة يتكون لديه القابلية والفهم السريع وحب الاطلاع والميل الى الجماعة.

4- ضرورة اجراء اختبارات الذكاء وبشكل دوري على جميع اللاعبين لما لذكاء من دور مهم واساسي في عملية التعلم لغرض تصنيفهم وفق نسب الذكاء.

5- مراعاة خصائص المرحلة السنوية عند العمل مع الناشئين حتى يمكن التخطيط للارتقاء بمستوياتهم بما يتناسب مع امكانياتهم العقلية، البدنية، الحركية.

المصادر

- احمد عبيد واخران .(2024). الالعاب الصغيرة التعاونية ودورها في الحد من ظاهرة التمر المدرسي لطلبة الاعدادية . مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.754>
- بو عزيز محمود: الذكاء الجسمي الحركي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى لاعبي الكراتي دو، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، ٢٠١٦.
- جابر عبد الحميد جابر: الذكاءات المتعددة والفهم، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٣.
- جاسم مسلم ع.، محمد حسين ل &، .متعب طه ه. (٢٠٢٤). تأثير منهج تعليمي على وفق السيادة الدماغية في تطوير بعض جوانب التعلم بكرة القدم بعمر ١٧ - ١٩سنة .مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية 155-176. , (2)28, استرجع فيمن <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/925>
- حسين مناتي وسعد قاسم: تأثير تدريبات تنافسية خاصة في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب، مجلة علوم التربية البدنية وعلوم الرياضة، المجلد ١٠، العدد ٦، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كربلاء، ٢٠١٧.
- ذوقان عبيدات: التربية الحركية للأطفال - نظريات وبرامج، ٢٠٠٩، ص ٧٦.
- زهير قاسم الخشاب واخرون: كرة القدم لطلاب كليات واقسام التربية الرياضية، ط٢، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٠.
- ضياء جابر محمد: تأثير أساليب مختلفة في التدريب الذهني وتعليم عدد من مهارات كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، ٢٠٠٢.
- طه إسماعيل واخرون: جماعية اللعب في كرة القدم، القاهرة، الاهرام للنشر والتوزيع، ١٩٩٣.
- عبد الستار جبار: الذكاء الرياضي، ط ١، دار زهران للنشر والتوزيع، عمان، ٢٠٠٦.
- عيسى كاظم صالح عبد الحسين ذ .محمد حسين (٢٠٢١). تأثير تمرينات خاصة للذكاء الجسمي الحركي والمكاني البصري في تطوير الاداء الخططي لدى لاعبي كرة القدم الشباب .مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية 82-100. , (2)31, استرجع فيمن من <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/50>
- قطاوي محفوظ: تصميم بطاقة ملاحظة لتقييم الذكاء الجسمي الحركي لدى ناشئي كرة القدم، مجلة علوم الاداء الرياضي، جامعة محمد الشريف، ٢٠٢١.
- ماجدة محمد وبدور المطوع: فاعلية درس التربية الرياضية باستخدام أسلوب التربية الحركية في مرحلة رياض الأطفال والابتدائية بدولة الكويت، القاهرة، مجلة دراسات وبحوث التربية البدنية والرياضية، ١٩٩٢.

- محمد حسين (٢٠١٨). تأثير دورة التعلم والخرائط الذهنية وفق الاسلوب المعرفي (التحليلي مقابل الشمولي) في تطوير الذكاء الحسي الحركي وتعلم بعض مهارات الجمناستك الفني للرجال. مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية 11-42 , (3)28, استرجع فيمن <https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/708>
- محمد قاسم جميل (2024). أثر تكنولوجيا التطبيقات الرياضية للهواتف الذكية في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم للطلاب بأعمار ١٣-١٤ سنة. مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية (1)34 , 293. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.490>
- محمد لطفي: الإنجاز الرياضي وقواعد العلم التدريبي، ط ١، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٦.
- مفتي ابراهيم حماد: الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٤.
- نايفة قطاني: تفكير وذكاء الطفل، ط ١، عمان، دار المسرة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٩.
- نضال هاشم: أثر تمارين مقترحة بالأسلوب التنافس الفردي في تطوير بعض القدرات البدنية والأداء المهاري لدى لاعبات المبارزة، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد ٩، العدد ٤، كلية التربية ابن رشد للعلوم الإنسانية، جامعة بغداد، ٢٠١٦.
- هيثم هاشم غيدان: بناء بطاريتي اختبار بدنية ومهارية وتقنيتهما لانتقاء الاشبال بكرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، ٢٠١٢، ص ٢١٩
- وجيه محجوب: (موسوعة علم الحركة) التعلم وجدولة التدريب الرياضي، ط 1، عمان، دار وائل للطباعة والنشر، ٢٠٠١.
- وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٩.
- الين وديع فرج: خبرات في الالعاب للصغار والكبار، الاسكندرية، دار المعارف، ١٩٨٧.

ملحق (١) يوضح التفاصيل الكاملة لاختبارات الذكاء الجسمي الحركي التي أعدها (محمود قطاوي،
٢٠٢١)

اولا:

- اسم الاختبار: التحكم بالجسم.
- الغرض من الاختبار: قياس التحكم بالجسم.
- السن والجنس: ١٤ - ١٦ سنة للاعبين الناشئين بكرة القدم.
- الادوات المستخدمة: (٦) اقماع، ملعب كرة قدم، صافرة، كاميرا، استمارة تفرغ البيانات.
- مواصفات الاداء: يتوسط اللاعب (٦) اقماع موضوعة على شكل دائري، يرتكز على قدم واحدة فيما يستخدم الاخرى للمس الاقماع (الامامي / الجانبي / الخلفي) بدون توقف شريطة العودة الى الوضعية الابتدائية بعد لمس كل شاخص، ثم يغير قدم الارتكاز للقيام بنفس العمل في الجهة الاخرى، حيث لا يسمح له الالتفاف للخلف ثم يلمس اللاعب الشواخص الامامية الثلاثة باستخدام اليدين مضمومتين مرتكزا على قدم واحدة.
- التسجيل:
- ١-٢ درجة: اللاعب غير قادر على التركيز ولا يستطيع عزل غالبية اطرافه للمس الشواخص المحيطة به.
- ٣-٥ درجة: اللاعب مركز يستطيع تقديم حركات متسلسلة بفعالية مع البقاء ثابتا او في حالة حركة للحفاظ على التوازن.

ثانيا:

- اسم الاختبار: مثلث الابداع.
- الغرض من الاختبار: قياس الاصالة الحركية.
- السن والجنس: ١٤ - ١٦ سنة للاعبين الناشئين بكرة القدم.
- الادوات المستخدمة: (٣) قوائم، ملعب كرة قدم، كرة، صافرة، كاميرا، استمارة تفرغ البيانات.
- مواصفات الاداء: تعطى الاشارة للاعب لينطلق بالكرة ويلتف بها وراء القوائم الثلاثة على شكل مثلث شريطة ان يقوم بحركة تمويه ومراوغة مختلفة عند كل قائم قبل الالتفاف ورائه شريطة ان يجتاز اللاعب (المثلث) ثلاث مرات متتالية دون توقف حيث المسافة البينية بين القوائم (٦) م.
- التسجيل:
- ١-٢ درجة: اللاعب غير مركز ولا يطرح اية افكار، اغلب حركاته متشابهة.
- ٣-٥ درجة: اللاعب مركز مع ذاته واستطاع تشكيل من (٥ - ٨) افكار حركية.

ثالثاً:

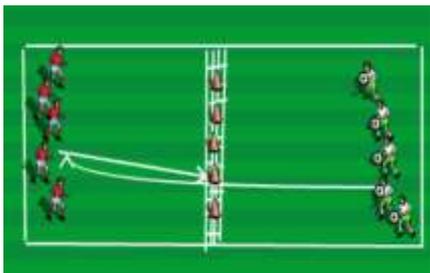
- اسم الاختبار: التحكم بالكرة.
 - الغرض من الاختبار: قياس القدرة على معالجة الأشياء.
 - السن والجنس: ١٤ - ١٦ سنة للاعبين الناشئين بكرة القدم.
 - الادوات المستخدمة: ملعب كرة قدم، كرة، صافرة، كاميرا، استمارة تفريغ البيانات.
 - مواصفات الاداء: يقف اللاعب في مواجهة الكرة بعد سماع الاشارة يقوم بحمل الكرة بقدميه ثم يستخدم كامل اجزاء جسمه عدا ذراعيه لإبقائها في الهواء قدر الامكان.
 - التسجيل:
 - ١-٢ درجة: اللاعب لديه صعوبات في حمل الكرة بقدميه ويفقد التحكم وتبقى قدماه مشدودتان.
 - ٣-٥ درجة: اللاعب يستخدم مختلف اجزاء جسمه بارتياح اثناء مداعبة الكرة عدا ذراعيه.
- رابعاً:

- اسم الاختبار: تحرك وفق الاشارة
- الغرض من الاختبار: قياس القدرة التعبيرية.
- السن والجنس: ١٤ - ١٦ سنة للاعبين الناشئين بكرة القدم.
- الادوات المستخدمة: ملعب (٣٠ × ٣٠) م، كرة، صافرة، (٢) اهداف صغيرة، ساعة توقيت، كاميرا، استمارة تفريغ البيانات.
- مواصفات الاداء: يجري (١٠) لاعبين مباراة (٥ ضد ٥) يحاول كل فريق احراز هدف في مرمى خصمه لمدة (١٥) دقيقة، يطلب من اللاعبين التواصل بالإيماءات او الاشارات فقط لطلب الكرة او توجيه الزميل الى ناحية معينة.
- الشروط:
- يراعى استبدال الحراس كل (٥) دقائق من اللعب.
- التسجيل:
- ١-٢ درجة: اللاعب غير معبر بجسمه او بوجهه (حركة الراس - التواصل بالعينين) ولا بيديه او اصابعه، ولا يبدي اي استجابة في التحرك تبعا لإشارات زملاءه.
- ٣-٥ درجة: اللاعب معبر بجسمه ويحاول بعدة طرق حركية التعبير عن مراده، يؤدي حركات مختلفة استجابة لإشارات وايماءات زملائه.

خامسا:

- اسم الاختبار: المزامنة.
- الغرض من الاختبار: قياس الحساسية للرتم.
- السن والجنس: ١٤ - ١٦ سنة للاعبين الناشئين بكرة القدم.
- الادوات المستخدمة: ملعب كرة قدم، كرة، صافرة، كاميرا، استمارة تفريغ البيانات.
- مواصفات الاداء: يقف لاعبان على جانبي خط الوسط، ينطلق اللاعب حامل الكرة بأقصى سرعة للأمام وفي كل مرة يغير رتمه من خلال حركات التوقف المفاجئ ثم الانطلاق سحب الكرة للخلف ثم للأمام ثم اعادة الانطلاق مرة اخرى وعلى اللاعب المقابل ان يتحرك معه في خط موازي ويجاربه في ذلك بحيث يزامن رتمه مع حامل الكرة.
- الشروط:
 - ينتقل حامل الكرة في خط مستقيم (١٠) ذهابا وايابا.
 - لا يلمس اللاعب المختبر الكرة، فقط يتتبع حركتها واتجاهها.
 - يؤدي حامل الكرة انطلاقات سريعة - توقف - تمويه بالتوقف - اعادة الكرة للخلف ثم الانطلاق بها للأمام مجددا.
- التسجيل:
 - ١-٢ درجة: اللاعب في غالب الاحيان لم يتابع رتم حامل الكرة، ولم يركز ويظهر اختلافات قليلة او منعدمة اثناء التغير من الرتم البطيء الى السريع.
 - ٣-٥ درجة: اللاعب مركز بالكامل، يتحرك ببطء ويرفع رتمه وأحيانا يتوقف او يمشي وفقا لرتم حامل الكرة.

(ملحق ٢) يوضح نموذج لوحة تعليمية بالألعاب الصغيرة

الملاحظات	الرسوم التوضيحية	تفاصيل النشاط	الزمن	اقسام الوحدة
التركيز على الاطراف السفلى		احماء بدني عام وخاص	٢٠ د	القسم التحضيرى
		على ملعب بحجم ٣٠ * ٢٠ متر، يلعب فريقان وكل فريق يتكون من خمسة لاعبين، ويتواجد في منتصف الملعب ٥ شواخص ويتواجد الفريقان على جانبيه يحاول لاعبو الفريقان لعب الكرة باليد او رمية جانبية الى الفريق المقابل وبالتعاقب ويحاول اللاعب المستقبل للكرة بتصويبها بالقدم الى أحد الشواخص الموجودة على الارض ويحصل الفريق على نقطة لكل تصويبه بالشاخص ثم يتبادل الادوار بعد كل عشرة نقاط.		القسم الرئيسي ويقسم الى:
		في مساحة لعب ٤٠ * ٣٠ متر يلعب فريقان ٥ ضد ٥ وبوجود حارس مرمى لكل فريق يتحرك ومحالة حماية الاهداف الثلاثة بينما يحاول الفريقان اللعب الضاغط وتسجيل الاهداف من مسافة ١٠ أمتار، لا يجوز للمهاجمين والمدافعين الدخول الى منطقة حارس المرمى ولا يحق كحارس المرمى عبور منطقتة بينما يحاول تسليم الكرة للزملاء باليد او القدمين.	١٠ د	الجزء التعليمي الجزء التطبيقي
		اللعبة على مساحة ٤٠ * ٤٠ متر، (٥ ضد ٥) وكل فريق يدافع على هدفين ١، ويهاجم هدفين ٢ وبالعكس للفريق الاخر .	٣٠ د	يتضمن استخدام الالعاب الصغيرة
		اداء بعض تمارين الارتخاء والتهدئة لعضلات الجسم و ثم ارجاع الادوات الى مكانها والانصراف	١٠ د	القسم الختامي