



أثر تمارين تعليمية خطية في تطوير بعض اشكال التصرف الخطي ومهاتي الدرجة والتهديف للاعبي كرة القدم الشباب

م. د مصطفى خالد عبد الحسن جامعة ذي قار/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

mk3958811@utq.edu.iq

تاريخ استلام البحث: ٢٠٢٥/٤/١٦

تاريخ قبول البحث: ٢٠٢٥/٤/٢٧

الكلمات المفتاحية: التمارين التعليمية الخطية، أشكال التصرف الخطي، مهاتي الدرجة والتهديف بكرة القدم، للاعبي الشباب

مستخلص البحث:

شأنها ان ترتقي بأداء الفريق كوحدة متكاملة داخل الملعب من خلال اعداد تمارين تعليمية خطية وفق مستوى وعمر وقدرات اللاعبين لتحقيق افضل مستوى يمكن الوصول اليه. أما أهداف البحث هي اعداد تمارين تعليمية خطية في تطوير بعض اشكال التصرف الخطي ومهاتي الدرجة والتهديف للاعبي كرة القدم الشباب. والتعرف ايضاً على الفروق الاحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض اشكال التصرف الخطي ومهاتي الدرجة والتهديف للاعبي كرة القدم الشباب. واستعمل الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية لملائمته حل المشكلة البحث ، وحدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو الشباب بكرة القدم في المركز التخصصي بكرة القدم ذي قار للموسم (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥) بواقع (٢٨) لاعباً مسجلاً رسمياً فيها ثم أختار الباحث عينة بحثه

تتجلى أهمية البحث في استعمال تمارين تعليمية خطية وبيان أثرها في تطوير بعض أشكال التصرف الخطي ومهاتي الدرجة والتهديف بكرة القدم واتقان هاتين المهاتين واستعمالها في التصرف او التنفيذ الخطي أثناء التعليم او المباراة من خلال ربط الأداء المهاري والخطي ضمن بيئة تعليمية تحاكي ظروف المباريات الحقيقية في الوحدات التعليمية، وكانت مشكلة البحث من خلال إطلاع الباحث على العديد من المناهج التعليمية المعدة للاعبي كرة القدم ومن خلال المتابعة والمشاهدة للاعبين الشباب في المركز التخصصي بكرة القدم في محافظة ذي قار، لاحظ ان أغلب المناهج التعليمية المعدة من قبل بعض المدربين تولي اهتماماً للجانب البدني والمهاري بشكل اكبر من التركيز على الجانب او التصرف الخطي الذي يمثل الهدف الأساس من الارتقاء بمستوى الأداء البدني والمهاري وهذا ما دفع الباحث الى الخوض في هذه المشكلة ووضع الحلول التي من



research was through Informing the researcher about many educational curricula prepared for football players and through follow-up and watching of young players in the Specialized Center for Football in thi Qar Governorate, he noticed that most of the educational curricula prepared by some coaches pay more attention to the physical and skill aspect than focusing on the side or tactical behavior, which represents the main goal of raising the level of physical performance and skills, and this is what prompted the researcher to Delving into this problem and developing solutions that would improve the team's performance as an integrated unit within the stadium by preparing educational exercises according to the level, age and capabilities of the players to achieve the best level that can be reached. **The objectives of the research** are the preparation of educational exercises in the development of some forms of tactical behavior and rolling and scoring skills for young football players. And to identify the statistical differences between the pre- and post-tests of the control and experimental groups in some forms of tactical behavior and rolling and scoring skills for young football players. **The researcher used** the experimental approach in the style of the two equivalent control and experimental groups for its suitability to solve the research problem, and the researcher

والبالغ عددهم (٢٢) لاعباً وتم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بطريقة القرعة بالأسلوب العشوائي البسيط وكل مجموعة تحتوي على (١١) لاعب والذين يمثلون (٧٨,٥٧%) من مجتمع البحث ومن اهم الاستنتاجات هي احدثت التمرينات التعليمية الخططية فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لمجموعة البحث (التجريبية).

The effect of tactical educational exercises on the development of some forms of tactical behavior and rolling and scoring skills for young football players

Dr. Mustafa Khaled Abdel Hassan

College of Physical Education and Sport Science, University of Thi-Qar

Abstract

The importance of the research lies in the use of educational exercises and the statement of their impact on the development of tactical behavior and the skills of rolling and scoring in football and mastering these two skills and using them in the disposition or implementation of the plan during education or the match by linking the performance of skills and tactics within an educational environment that simulates the conditions of real matches in educational units, and the problem of

على طرائق ونظريات في التعلم الحركي، ولا يقتصر على ذلك بل تعدى ذلك الى ابتكار تمارين حديثة تدمج كلاً من التمارين المهارية مع الجانب الخططي معاً لاختصار الزمن ولأجل البناء الصحيح للأداء الحركي للاعبين كرة القدم.

ولعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تتميز بديناميكية عالية وتغيرات مستمرة في مجريات اللعب، حيث يتعرض اللاعبون لمواقف متجددة ومتغيرة تتطلب سرعة في التنفيذ وردود فعل خطئية أنية لمواجهة التحديات الدفاعية، وابتكار حلول هجومية لخلق المساحات والوصول إلى المرمى. وفي المقابل يظهر الجانب الدفاعي من خلال تفكيك الهجمات المنظمة وقطع التمريرات والسيطرة على مجريات اللعب. ومن أجل تمكين اللاعب من التفاعل مع هذه المتغيرات بات من الضروري الدمج بين التعلم المهاري والتعلم الخططي، وربطهما بسيناريوهات لعب واقعية وكيفية استثماره في مواقع مشابهة كحالة اللعب ولهذا تم التوجه إلى هذا الأسلوب كونه يساعد في تطوير مستوى أداء اللاعب الذي يشكل المحطة النهائية لتعلم كيف يلعبون ويستوعبون اللعب ومن هذا المنطق انبثقت أساليب عديدة متجددة ومنها أسلوب التمارين الخطئية أو التوجيهات التعليمية الخطئية التي تخلق حالة مشابهة للعب، وإن تسهيل مهمة اللاعب الشاب وتبسيط الخطة في عملية التعلم تساعد على زيادة التمسك والربط بين تعليم المهارات والخطة وهذا التبسيط للخطة يساعده على تعليم الأداء المهاري

determined the research community in a deliberate way, which are youth football players in the specialized football center in thiQar Governorate for the season 2024-2025 by (28) players officially registered in it, then the researcher chose his research sample, which numbered (22) players, and they were divided into two control and experimental groups in a simple random manner, and each group contains (11) players, who represent (78). 57%) of the research community **One of the most important conclusions** is that the educational exercises made significant differences between the pre- and post-tests and in favor of the post-test of the research group (experimental).

Keywords: Tactical educational exercises, tactical forms of behavior, football rolling and scoring skills, young players.

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميه:

تعد لعبة كرة القدم من أكثر الألعاب انتشاراً في بقاع العالم المختلفة، فقد دأب المهتمون بها من ذوي الخبرة والاختصاص على إيجاد أفضل المناهج التعليمية او التدريبية من خلال البحوث والدراسات التي قاموا بها لتطوير اللعبة والوصول إلى المستوى الذي نراه اليوم على الصعيد العالمي بشكل مذهل ولاسيما بين الدول في البطولات العالمية والقارية مما أدى إلى ظهور الأساليب العلمية المتطورة مستندة

تولي اهتماماً للجانب البدني والمهاري بشكل اكبر من التركيز على الجانب او التصرف الخططي الذي يمثل الهدف الأساس من الارتقاء بمستوى الأداء البدني والمهاري وهذا ما دفع الباحث الى الخوض في هذه المشكلة ووضع الحلول التي من شأنها ان ترتقي بأداء الفريق كوحدة متكاملة داخل الملعب من خلال اعداد تمارينات تعليمية خططية وفق مستوى وعمر وقدرات اللاعبين لتحقيق افضل مستوى يمكن الوصول اليه.

١-٣ أهداف البحث:

١- اعداد تمارينات تعليمية خططية في تطوير

بعض اشكال التصرف الخططي ومهارتي

الدرجة والتهديف للاعبى كرة القدم الشباب.

٢- التعرف على الفروق الاحصائية بين الاختبارات

القبليّة والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

في بعض اشكال التصرف الخططي ومهارتي

الدرجة والتهديف للاعبى كرة القدم الشباب.

٣- التعرف على الفروق الاحصائية بين الاختبارات

البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في

بعض اشكال التصرف الخططي ومهارتي

الدرجة والتهديف للاعبى كرة القدم الشباب.

١-٤ فرضا البحث:

١. هناك فروق احصائية ذات دلالة معنوية بين

الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين

الضابطة والتجريبية في بعض اشكال التصرف

ضمن متغيرات اللعب وزيادة إحساسه بالمتغيرات الموجودة إثناء اللعب.

ومن خلال ما تقدم تتجلى أهمية البحث في استعمال تمارينات تعليمية خططية وبيان أثرها في تطوير بعض أشكال التصرف الخططي ومهارتي الدرجة والتهديف بكرة القدم واتقان هاتين المهارتين واستعمالها في التصرف او التنفيذ الخططي إثناء التعليم او المباراة من خلال ربط الأداء المهاري والخططي ضمن بيئة تعليمية تحاكي ظروف المباريات الحقيقية في الوحدات التعليمية.

١-٢ مشكلة البحث:

إن لعبة كرة القدم تحتاج إلى استعمال تمارينات مقارنة لحالة اللعب لتعلم اللاعبين الأداء الصحيح في مهارة الدرجة ودقة التهديف وتغيير المراكز والسيطرة على الكرة ونقل آلية الركض الصحيح والإسناد واختيار المواقع المناسبة (التحرك الصحيح) وسد الفراغ (التغطية) وهذا بدوره ينعكس ايجاباً على التصرف الخططي للاعبين، وتنفيذ هذه المتطلبات كلها تخدم المحصلة النهائية للبناء الصحيح لأداء الفريق التكتيكي والتكتيكي، وهو حالة متقدمة من التعلم باستعمال مبدأ التمارين المتغيرة العشوائية في بيئة مقارنة لحالة اللعب.

ومن خلال إطلاع الباحث على العديد من المناهج التعليمية المعدة للاعبى كرة القدم ومن خلال المتابعة والمشاهدة للاعبين الشباب في المركز التخصصي بكرة القدم في قضاء الناصرية، لاحظ ان أغلب المناهج التعليمية المعدة من قبل بعض المدربين

عينة بحثه والبالغ عددهم (٢٢) لاعباً وتم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بطريقة القرعة بالأسلوب العشوائي البسيط وكل مجموعة تحتوي على (١١) لاعب والذين يمثلون (٧٨,٥٧%) من مجتمع البحث.

٢-٢-١ تجانس العينة:

وهذا من العوامل التي تحقق أهداف البحث وصولاً إلى تقويم جيد، ولا بد للباحث من إجراء تجانس للعينة لأجل التوصل إلى مستوى واحد لعينة البحث ولتجنب المؤشرات ولضبط المتغيرات التي تؤثر في دقة نتائج البحث قام الباحث بأجراء التجانس على عينة بحثه في متغيرات (العمر الزمني، الكتلة، الطول)، باستخدام قانون معامل الاختلاف للقياسات المورفولوجية لمعرفة واقع الاختلاف من عدمه والجدول (١) يبين ذلك.

جدول (١) يبين المواصفات لعينة البحث في العمر الزمني والعمر التدريبي والكتلة والطول والوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف.

ت	القياسات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
١	العمر الزمني شهر	٢٠٨,٨٠	٢,٩٦	٪ ١,٤١
٢	الكتلة كغم	٧٨,٣٤	١,٤٩	٪ ١,٩٠
٣	الطول سم	١٧٦,٠٣	٢,٣٤	٪ ١,٣٢

الخططي ومهارتي الدرجة والتهديف للاعبين كرة القدم للشباب ولصالح الاختبارات البعدية. ٢. هناك فروق احصائية ذات دلالة معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض اشكال التصرف الخططي ومهارتي الدرجة والتهديف للاعبين كرة القدم للشباب ولصالح المجموعة التجريبية.

١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: اللاعبون الشباب في المركز التخصصي بكرة القدم في محافظة ذي قار.

١-٥-٢ المجال الزمني: من ٢٧/١٠/٢٠٢٤ ولغاية ٢٠٢٥/٢/٤.

١-٥-٣ المجال المكاني: ملعب الحي العسكري الرياضي بكرة القدم.

٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

١-٢ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار القبلي والبعدى لملاءمته طبيعة المشكلة.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

حدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو الشباب بكرة القدم بأعمار (١٧-١٨) سنة في المركز التخصصي بكرة القدم في محافظة ذي قار للموسم (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥) بواقع (٢٨) لاعباً مسجلاً رسمياً فيها ثم أختار الباحث

٠,٢٦	٠,٤٥	٢,٩٥	٨,٢٢	٣,٠٤	٧,٧٥	التهديف
------	------	------	------	------	------	---------

* ان قيمة مستوى دلالة الاختبارات (sig) هي أكبر من قيمة مستوى الدلالة $\geq (٠,٠٥)$ لذا فإن دلالة الاختبارين غير معنوية.

٢-٣-٢ الوسائل والاجهزة والادوات المستعملة في البحث:

١-٣-٢ وسائل جمع البيانات:

- المصادر العربية والأجنبية. - الملاحظة.
- الاختبار والقياس. - المقابلة الشخصية.
- الاستبانة.

٢-٣-٢ الادوات والاجهزة المستعملة في البحث:

- ساعة توقيت نوع كاسيو الكترونية عدد (٣)
- كاميرا نوع سوني ياباني - كومبيوتر نوع ph صناعة كورية. - ميزان طبي - شريط كتان قياس بطول (١٠) م - شواخص واطباق بلاستيكية مختلفة الاحجام عدد (١٨) - ملعب كرة قدم قانوني - أهداف كرة قدم صغيرة - حبال لتقسيم الهدف - كرات قدم عدد (٢٠) - صافرة عدد (٢) - شريط لاصق - قمصان ملونة عدد (١٦).

٢-٤-٤ إجراءات البحث الميدانية:

٢-٤-٤-١ تحديد الاختبارات لمتغيرات البحث:

قام الباحث بتحديد الاختبارات الخاصة بمستوى التصرف الخططي ومهارتي الدرجة والتهديف بكرة القدم بعد مراجعة المصادر والمراجع الحديثة وكذلك من خلال المقابلات الشخصية التي اجراها الباحث مع الخبراء

باستعمال معامل الاختلاف والذي يظهر القيم اقل من ٣٠ % وهذا يدل على تجانس العينة

٢-٢-٢ تكافؤ العينة:

لغرض التأكد من تكافؤ المجموعتين في المتغيرات التابعة (أشكال التصرف الخططي ومهارتي الدرجة والتهديف) الذي استهدف الباحث دراسته ومعرفة مدى فاعلية وتأثير المتغير المستقل به ولأجل ان تكون نقطة الشروع واحدة بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية عند بدء التجربة، لذا قام الباحث بإجراء التكافؤ بين المجموعتين باستخدام قانون (t-test) للعينات المستقلة، الجدول (٢) يبين ذلك.

جدول (٢) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة وقيمة (sig) للمجموعتين التجريبية والضابطة.

مستوى الدلالة (Sig)	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الاختبارات
		ع	س	ع	س	
٠,٥٥	٠,٩٥	٢,٥٥	١٤,١٧	٢,١٥	١٥,٠٨	التصرف الخططي
٠,٥٠	٠,٨٤	١,٤٧	١٢,٠١	١,١٦	١١,٣٣	الدرجة

وقت الاجابة عن الاشكال التوضيحية في الاستمارة الوقت بين بين المواقف (٥ دقيقة).

- التسجيل: أعلى درجة يحصل عليها المختبر (٣) واقل درجة (١) لكل موقف. أعلى درجة يحصل عليها المختبر (٣٠) واقل درجة يحصل عليها المختبر (١٠).

٢. اسم الاختبار: الدرجة بين (٥) شواخص ذهابا وإياباً. (مفتي إبراهيم حماد: ٢٠٠٢، ص ٢٢٢).

- الهدف من الاختبار: قياس القدرة على سرعة الدرجة بتغيير الاتجاه.

• الأدوات المستعملة: يحدد خط على بعد (٢) متر من الشاخص الأول وأربعة شواخص متتالية المسافة بين شاخص وآخر (١,٥) متر، كرات قدم، ساعة توقيت، صافرة.

- إجراء الاختبار:

بعد سماع المختبر إشارة البدء يقوم المختبر بدرجة الكرة بسرعة بين الشواخص واجتياز الشواخص الخمسة والعودة أيضا والوصول إلى خط البداية والنهاية بأسرع وقت.

- التسجيل: يحتسب الزمن لأقرب ١/١٠٠ من الثانية.

٣. اختبار التهديد نحو المرمى المقسم. (ثامر

محسن إسماعيل و(آخرون): ١٩٩١، ص ٧٧).

- الهدف من الاختبار: قياس دقة تهديد الكرة نحو المرمى.

والمختصين (*) في مجال التعلم الحركي والاختبار القياس وكرة القدم والبالغ عددهم (٥) خبراء.

١. التصرفات الخطئية للاعب كرة القدم (عماد عودة جودة: ٢٠١٥، ص ٧٩).

- الهدف من الاختبار: التعرف على مستوى التصرف الخطئي لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم.

• الأدوات المستعملة: استمارة اختبار، أقلام رصاص، ساعة توقيت، قاعة لجلوس اللاعبين لأداء الاختبار.

• وصف الاختبار: تحتوي الاستمارة الخاصة بالاختبار على أشكال توضيحية تمثل عشرة مواقف خطئية ولكل موقف ثلاث حالات أحدهما يمثل الإجابة الصحيحة يطلب من اللاعب ان ينظر الى الإشكال بتركيز عالٍ ويختار الجواب الصحيح وذلك بوضع علامة (√) على الاختيار الصحيح ولعشرة موقف خطئية حيث يتطلب من اللاعب أدراك العلاقات الخاصة بكل موقف من المواقف

(٢) ١- أ. د عادل عودة كاطع التعلم الحركي - كرة

القدم جامعة ذي قار - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

٢- أ. د فرات جبار سعد الله التعلم الحركي - كرة

القدم جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

٣- أ. د امين خزعل عبد فسلجه التدريب - كرة

القدم جامعة ذي قار - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

٤- أ. د صالح جويد هليل التعلم الحركي - كرة

القدم جامعة ذي قار - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

٥- أ. د حكمت عبد الستار علوان التدريب الرياضي - كرة

القدم جامعة ذي قار - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

تقابل الباحث إثناء إجراء التجربة الرئيسية لتفاديها)
(قاسم المندلأوي: ١٩٨٩، ص ١٠٧).

وقد أُجريت التجربة الاستطلاعية من قبل الباحث وفريق العمل المساعد في يوم الجمعة الموافق ١١/ ١١/ ٢٠٢٤ الساعة الرابعة عصراً في ملعب الحي العسكري على عينة من لاعبو المركز التخصصي بكرة القدم للشباب في قضاء الناصرية، واجريت التجربة الاستطلاعية الاولى على (٦) لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث والغرض من هذه التجربة هي معرفة الجوانب السلبية التي قد تواجه العمل وللتأكد مما يأتي:

١- ايجاد الاسس العلمية لاختبارات مستوى التصرف الخططي ومهارتي الدرجة والتهدف بكرة القدم.

٢- معرفة الوقت اللازم والمكان المناسب لتنفيذ الاختبارات ومعرفة مدى ملاءمة الاختبارات المختارة من قبل الباحث لعينة البحث والوقوف على بعض المعوقات التي قد ترافق أداء الاختبارات وتجاوزها في التجربة الرئيسية ومعرفة مدى كفاية فريق العمل المساعد في الواجبات المسندة إليهم.

ثانياً: التجربة الاستطلاعية الثانية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية الثانية في يوم الاحد الموافق ٣/ ١١/ ٢٠٢٤ الساعة الرابعة عصراً على ملعب الحي العسكري على عينة البحث (المجموعة التجريبية) وتم تطبيق تمارين الخططية لغرض ما يلي:

• الأدوات المستعملة: كرات قدم قانونية عدد (٥)، حبل لتقسيم المرمى، هدف كرة قدم، ملعب كرة قدم.

• إجراءات الاختبار:

• توضع الكرات على خط منطقة الجزاء وبأماكن مختلفة.

• يقسم المرمى إلى تسعة أقسام بوساطة الحبل.

• وصف الاختبار: يقف اللاعب خلف خط منطقة الجزاء ومعه الكرات وفي اتجاه المرمى وعند إشارة البداية يقوم اللاعب بركل الكرة بالقدم نحو المرمى لإدخالها إلى المربعات المرسومة في المرمى، ثم ينتقل إلى الكرة الثانية وهكذا.

• التسجيل: تحتسب الدرجات بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من تهدف الكرات الخمس

نحو المرمى وعلى النحو الآتي:

- (٥) درجات عند المربع رقم (٤).
- (٤) درجات عند المربع رقم (٥).
- (٣) درجات عند المربع رقم (٢).
- (٢) درجة عند المربع رقم (٣).
- (١) درجة واحدة عند المربع رقم (١).
- (صفر) إذا خرجت الكرة خارج المرمى.

٢-٤-٢ التجارب الاستطلاعية:

اولاً: التجربة الاستطلاعية الاولى:

(أهم ما يوصي به علماء البحث العلمي لغرض الحصول على نتائج دقيقة وموثوقة إجراء التجربة الاستطلاعية التي تعرف بأنها (تدريباً عملياً للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي قد

التطبيق الاول في يوم الجمعة الموافق ١١/١/٢٠٢٤ الساعة الرابعة عصراً على (٦) لاعبين من مجتمع الباحث وخارج العينة وتم اعادت الاختبار بعد مرور سبعة ايام في يوم الجمعة الموافق ١١/٨/٢٠٢٤ الساعة الرابعة عصراً. وقد استخراج الباحث معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط (بيرسون) لمعرفة مدى ثبات الاختبارات التصرف الخططي ولمهاتري الدرجة والتهديف بكرة القدم بين نتائج التطبيق الأول ونتائج التطبيق الثاني واستخراج معنوية الارتباط إذ كانت قيم معامل الارتباط دالة عند مقارنتها بمستوى الدلالة وهذا يعني ان الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية لان مستوى الدلالة $\geq (0,05)$. وكما مبين في جدول (٣).

ثالثاً: الموضوعية:

وجد الباحث معامل الموضوعية لكل اختبار من الاختبارات لمستوى التصرف الخططي ومهاتري الدرجة والتهديف قيد البحث عن طريق إيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج المحكمين الاثنين^(*) في التطبيق الأول والمباراة الاولى التي أجريت خلال التجربة الاستطلاعية وكانت معاملات الارتباط عالية مما يدل على موضوعية الاختبارات لمستوى التصرف الخططي ومهاتري الدرجة والتهديف المستعملة في البحث.

١- تقنين تلك التمرينات المستعملة بما يتلاءم مع عينة البحث ومعرفة مدى قدرة العينة على تطبيق التمرينات.

٢- التأكد من زمن كل تمرين من التمارين المستعملة التي سيضعها الباحث عند تنفيذ الوحدة التعليمية.

٣- مدى ملائمة طبيعة التمرينات الموضوعة لمستوى عينة البحث ومعرفة الكادر المساعد والمدرّب في كيفية تطبيق التمرينات ومعرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث في تطبيق التمرينات قبل تطبيقها في التجربة الرئيسية.

٢-٤-٣ الاسس العلمية للاختبار:

اولاً: صدق الاختبار:

تم عرض الاختبارات عن طريق المقابلات الشخصية التي اجراها الباحث على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم والاختبار والقياس والتعلم الحركي للتأكد من اختيار الباحث للاختبار الأنسب لمستوى التصرف الخططي ولمهاتري الدرجة والتهديف بكرة القدم للاعبين الشباب حيث بلغ نسبة الخبراء الموافقون على الاختبارات بنسبة ٩٨% وبهذا كانت الاختبارات المستعملة صادقه فيما تقيس ويمكن الاعتماد عليها في البحث.

ثانياً: ثبات الاختبار:

قد استعمل الباحث لحساب معامل الثبات (طريقة الاختبار وإعادة الاختبار) وبفاصل زمني بين الاختبار الأول والثاني (٧) أيام وتم اجراء

(*) المحكمين: ١- أ.م.د. حسين عبيد مجهول
بدنية وعلوم الرياضة بكرة قدم.
٢- أ.م.د. حسين قاسم حسين
دكتوراه تربية بدنية وعلوم الرياضة بكرة قدم.

الحركي وكرة القدم، أذ قام الباحث بإعداد التمرينات التعليمية الخطئية والتي نفذت من قبل أفراد عينة البحث (المجموعة التجريبية) في القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية للمنهج التعليمي وقد اعتمد الباحث في إعداد التمرينات التعليمية الخطئية مراعاة المهارات قيد البحث وهي (الدرجة والتهديف) وبعض مواقف التصرف الخطئي في كرة القدم وتم استعمال العديد من الأدوات والوسائل المساعدة المتنوعة والمشوقة بغية تطوير متغيرات البحث وتحقيق استجابات متعددة ومشابهة للاستجابات في أثناء المباراة.

وقد قسمت التمرينات على المنهج التعليمي للعينة باستخدام الجزء الرئيسي ومدته (٦٥) دقيقة على (٢٤) وحدة تعليمية بواقع ثلاث وحدات تعليمية أسبوعياً خلال شهرين (ثمانية أسابيع).

تم البدء بتطبيق التمرينات التعليمية الخطئية يوم الجمعة الموافق ٢٠٢٤/١١/١٥ بعد الانتهاء من تنفيذ الاختبارات القبليّة وتم الانتهاء من التمرينات يوم الخميس الموافق ٢٠٢٥/١/٩.

٢-٤-٦ الاختبارات البعديّة:

بعد أن تم تطبيق التمرينات التي أعدها الباحث على عينة البحث تم إجراء الاختبارات البعديّة على عينة البحث في يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٥/١/١٣ وفي تمام الساعة التاسعة صباحاً في ملعب سومر الرياضي إذ أتبع في ذلك الطريقة نفسها التي كانت متبعة في الاختبارات القبليّة مراعيّاً في ذلك الظروف الزمانيّة والمكانيّة والمناخيّة

جدول (٣)

بين معامل الثبات والموضوعية للاختبارات ومستوى الأداء الخطئي قيد البحث.

ت	الاختبار	معامل الثبات	قيمة Sig	معامل الموضوعية	قيمة Sig
١	التصرف الخطئي	٠,٨٩	٠,٠٠٠	٠,٩٢	٠,٠٠٠
٢	الدرجة	٠,٨٩	٠,٠٠٠	٠,٩١	٠,٠٠٠
٣	التهديف	٠,٨٧	٠,٠٠٠	٠,٩٤	٠,٠٠٠

٢-٤-٤ الاختبارات القبليّة:

تم إجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث في مستوى التصرف الخطئي ومهارتي الدرجة والتهديف بكرة القدم للشباب والتي جرت يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٤/١١/١١ في تمام الساعة التاسعة صباحاً في ملعب الحي العسكري في محافظة ذي قار حيث أجريت هذه الاختبارات على عينة عددها (٢٢) لاعبا مقسمين على مجموعتين تجريبية ضابطة وقد قام الباحث بتثبيت الظروف نفسها عند إجراء الاختبار البعدي.

٢-٤-٥ التمرينات التعليمية الخطئية:

بعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات العلمية المتوفرة ومن خلال المقابلات الشخصية واستطلاع آراء الخبراء في مجال التعلم

٣-٢ - عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة.

جدول (٥) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة.

ت	الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة (Sig)
		ع	س	ع	س		
١	التصرف الخططي	٢,٥٥	١٦,٨٣	٢,٩١	١٦,٨٣	٤,٥٤	٠,٠٠٧
٢	الدرجة	١,٤٧	١٠,٩٨	١,٠٦	١٠,٩٨	٣,١١	٠,٠١٠
٣	التهدف	٨,٢٢	٢,٩٥	٤,٦٤	٩,٣١	٣,٨٩	٠,٠٠٠

من خلال الجدول (٥) يتبين ان هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبارات البعديّة (تحقق الفرض الاول) لان قيمة sig هي \geq (٠,٠٥).

٣-٣ - عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة.

جدول (٦) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة بين الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة.

ت	الاختبارات	المجموعة التجريبيّة		المجموعة الضابطة	
		ع	س	ع	س
١	التصرف الخططي	٢٠,٦٧	١,٧٢	١٦,٨٣	٢,٩١
٢	الدرجة	١٠,٠٩	٠,٦	١٠,٩٨	١,٠٦
٣	التهدف	١١,٨٧	٣,٢١	٩,٣١	٤,٦٤

من خلال الجدول (٦) يتبين ان هناك فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعديّة

ووسائل الاختبارات والادوات ذاتها التي كانت في الاختبارات القبليّة.

٣-٤ - الوسائل الإحصائية: استعمل

الباحث الحقيبة الاحصائية (spss)

والوسائل الإحصائية الآتية:

الوسط الحسابي. الانحراف المعياري. النسبة

المئوية. معامل الارتباط البسيط(بيرسون).

اختبار (t) للعينات المستقلة. اختبار (t) للعينات

المرتبطة.

٣-٤ - عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

٣-١ - عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبيّة.

جدول (٤) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات

المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة بين

الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبيّة.

ت	الاختبارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة (Sig)
		ع	س	ع	س		
١	التصرف الخططي	٢,١	١٥,٠	٢,٠٦	١٥,٠	٧,٨٤	٠,٠٠٠
٢	الدرجة	١,١	١١,٣	١,٠	١١,٣	٣,٦٤	٠,٠٠٥
٣	التهدف	٣,٠	٧,٧٥	١١,٨	٧,٧٥	٨,١١	٠,٠٠٠

من خلال الجدول (٤) يتبين ان هناك فروق معنوية

ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة

للمجموعة التجريبيّة ولصالح الاختبارات البعديّة

(تحقق الفرض الاول) لان قيمة sig هي \geq

(٠,٠٥).

كان لها التأثير الايجابي في التصرف الخططي المميز والتي أثرت ضمناً في الأداء المهاري وانعكاسه على التنفيذ الجيد للتصرف الخططي. ويتفق رأي الباحث مع (عبد القادر زينل: ٢٠١٠، ص ١٤) " أن بالإمكان اتقان المهارة بعيداً عن تنفيذ الحالات التكتيكية إلا انه لا فائدة من مجرد تنفيذ تلك المهارات التكتيكية دون ان يخدم ذلك الواجبات التكتيكية المطلوبة وهذا يعني ان المهارة العالية تخدم التصرف التكتيكي بشكل كبير وفعال ومؤثر وتبين من خلال الاستنتاجات في كرة القدم ان التركيز على تعليم الحالات التكتيكية بشكلها الدقيق والصحيح وخاصة مبادئها الاساسية من قبل المدربين يساعد على تطبيق مفهوم التكتيك لوجود الربط بين المهارات وتنفيذ الواجبات التكتيكية".

وكذلك يؤكد الباحث هذا التطور في التصرفات الخططية الى فاعلية التمرينات التعليمية الخططية وتكرار الأداء والتصحيح للاعبين ويعود هذا النجاح في التعلم والتطور إلى الأثر الكبير الذي لعبته تلك التمرينات كون اشكال التصرف الخططي تتطلب تعلمها وتطورها جهداً مكثفاً من قبل المدربين واللاعبين حيث ان الجانب الخططي مهم جداً للاعبين كرة القدم الحديثة ومن الأمور التي يجب التركيز عليها من قبل المدربين حيث يؤكد (مفتي إبراهيم حمادة: ١٩٩٤، ص ٢٥) "بان اعداد لاعبي كرة القدم من الناحية الخططية يعد ضروري جداً ولا بد ان ينال نفس الأهمية من المدرب وكذلك نصيبه الكافي ". وكما يؤكد حنفي محمود مختار: (١٩٨٠، ص ١٢). " يجب على المدرب ان يعمل

للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية (تحقق الفرض الثاني) لان قيمة sig هي $\geq (0,05)$.

٣-٤ مناقشة نتائج الاختبارات (القبلي - البعدي) و (البعدي - البعدي) للمجموعتين الضابطة والتجريبية لمتغيرات البحث.

من خلال ما تم عرضه في الجداول (٤ و ٥) أظهرت نتائج الاختبارات وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعدي. وهذا يدل على ان هناك أثر للتمرينات التعليمية الخططية الموضوعه ضمن الوحدات التعليمية لدى افراد عينة المجموعة التجريبية.

أذ يعزو الباحث الفروق المعنوية التي حدثت بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الى التمرينات التعليمية الخططية التي أعدها الباحث ضمن الوحدات التعليمية المتبع فيها الأسس العلمية الدقيقة والتدرج العلمي الصحيح من السهل الى الصعب الأمر الذي أدى الى زيادة ثقة اللاعبين بأنفسهم وأصبحت لديهم رغبة في التعلم ودفعتهم الى أداء التمرينات المعدة من قبل الباحث بشكل جدي وسريع من خلال انسجام التمرينات مع قابليات وقدرات اللاعبين والارتقاء بالتصرف الخططي والذي يشكل أهمية بالغة للاعب كرة القدم فهو سمة من سمات لعب كرة القدم الحديثة وكذلك فان تعلم مهارتي الدرجة والتهديف بشكل مثالي

قادرين على الوصول الى أحسن النتائج في المستويات العليا، ويكون التوجيه للحصول على نتائج عالية لهذا يجب العمل على تهيئة الناشئين والشباب بشكل علمي يجعلهم قادرين على تقبل مفردات التدريب على المستويات العليا .

وكذلك يعزو الباحث التطور الحاصل في مهارتي الدرجة والتهديف بكرة القدم للمجموعة التدريبية في الاختبارات القبلية -البعدية الى التمرينات التعليمية الخطئية ومن خلال تنفيذ الوحدات التعليمية المتواصل والمستمر أدى الى زيادة قدرة اللاعبين على اداء ما مطلوب منهم من مهارات خاصة اذا تتسم هذه التمرينات بالتنوع ومقاربة أدائها إلى طبيعة اللعب والمنافسة وهذا مما زاد من تعلم اللاعبين ووصول بعضهم بالمهارتين إلى مرحلة الاتقان ويمثل ذلك الهدف من تلك التمرينات المستعملة التي أعدها الباحث وطبقت على عينة البحث وهذا بدوره أحدث تغير في تطبيق التصرف الخططي المبني على أسس علمية صحيحة بالإضافة الى ذلك يرى الباحث ان تفوق أفراد المجموعة التدريبية على الضابطة في مهارة الدرجة والتهديف بكرة القدم في الاختبارات البعدية الى فاعليه التمرينات التعليمية الخطئية لما تحتويه من تحركات سريعة بالكرة وبمختلف الاتجاهات مما أدى لرفع مستوى الحالة المهارية للاعبين والتي أثرت ايجابياً على أفراد المجموعة التدريبية حيث جميع التمرينات المستخدمة في طريقة التعلم تشبه ما يحدث في المباراة وكذلك وبالتالي فان اللاعبين يتعودون على نفس مواقف اللاعب وكذلك فان

على تنمية اللاعب بدنياً ومهارياً وعقلياً وخططياً بحيث تتناسب مع متطلبات اللاعب الحديث".

وكذلك لاحظ الباحث من خلال الجدول (٦) تفوق أفراد المجموعة التدريبية في التصرف الخططي على أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية، اذ يعزو الباحث هذا التطور المعنوي الى نوعية التمرينات المعدة من قبله والتي احتوت على العديد من التصرفات الخطئية المتنوعة والمتغيرة إضافة الى تكرارها باستمرار مع التصحيح عند التنفيذ المهاري حقق التقدم السريع والربط المباشر بين مهارتي الدرجة والتهديف إذ أنه لا يكاد يخلو تمرين من الاداء الخططي المهاري وتحت أجواء مشابهة لحالة اللعب الحقيقي إذ أن الباحث اعد هذه التمرينات مشابهة لحالة اللعب ليزيد من قدرة اللاعب على سرعة التصرف وفق مواقف اللعب ويتفق مع ما طرحه الباحث (قاسم حسن حسين: ١٩٩٨، ص ١٧٨). " ان تكرار التمرينات التعليمية الخطئية التي تشابه ما في اللعب على وجه الخصوص يمكن تقصير زمن أدراك اللاعب لمواقفة وزيادة قدرته على التصرف الخططي السريع ". وكما يرى الباحث أن وصول اللاعبين الى مراحل متقدمة في التصرف الخططي يعود الى التصميم والاعداد والتخطيط في اعطاء التمرينات التعليمية الخطئية وفق اسس علمية مدروسة ضمن التمرينات الذي أعدها الباحث وهذا ما أكده (موفق اسعد محمود: ٢٠٠٧، ص ١٠٣) " بأن التخطيط أفضل طريقة لضمان التطور المستمر للمستوى الذي يجعل المبتدئين والناشئين والشباب

اللاعبين لتطوير اداء مهارتي الدرجة والتهديف والمهارات الأخرى فضلا عن التصرف الخططي واداءه بالشكل الصحيح أذ يحتاجها اللاعب في حالات اللعب والمواقف المختلفة التي تحدث في المباراة كدرجة الكرة لتنفيذ واجب خططي أو لدرجة الكرة ثم لعب تمريرة صحيحة للزميل او الوصول الى الهدف دون عرقلة لاعبي الفريق المنافس والتهديف على المرمى هو النهاية الطبيعية لعملية الهجوم ويرى الباحث أن مهارة التهديف هي أهم مهارة هجومية أساسية في لعبة كرة القدم لأنها تتويج لجهود الفريق بأكمله ومن خلالها يتم تحديد نتيجة المباراة ، فالفريق الذي يسجل أكبر عدد من الأهداف هو الفريق الذي يفوز بالمباريات.

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١. احدثت التمرينات التعليمية الخططية فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مستوى التصرف الخططي ومهارتي الدرجة والتهديف ولصالح الاختبار البعدي لمجموعة البحث (التجريبية).

٢. التمرينات المستعملة كان لها الاثر الايجابي في تطوير التصرف الخططي ومهارتي الدرجة والتهديف ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية.

٣. احدثت التمرينات الخاصة المجموعة بالضابطة فروقا معنوية اقل من المجموعة التجريبية في التصرف الخططي ومهارتي الدرجة والتهديف.

٤-٢ التوصيات:

التطور الحاصل في المهارتين يعود إلى التمرينات الخططية والمهارية المتنوعة والتي تتميز بطابع التشويق والاثارة الذي ساعد وساهم في التعلم المهاري واتقانه وكان لها التأثير الايجابي بالوصول باللاعبين لأدائها بالشكل الصحيح كما ويعود السبب إلى ان عينه البحث قد حصلت على كمية مناسبة من التكرارات للتمرينات وكذلك متابعة الباحث للوحدات التعليمية لعينة البحث لاحظ عامل التشويق والمتعة عند أداء اللاعبيين لمهارتي الدرجة والتهديف، كما أن التمرينات التي أعدها الباحث كانت متناسبة مع مستوى اللاعبيين وهذا أدى إلى التفاعل مع التمرينات خلال الوحدات التعليمية وهذا يتفق مع ما أشار إليه (الخشاب وآخرون ١٩٩٩، ص ٣٨). "ان التعلم والتدريب المستمر الذي يتميز بطابع التشويق والاثارة وبالتأكيد على تطبيق الجوانب المهارية وتنفيذ الواجبات الخططية من العوامل المهمة في تعلم وتدريب كرة القدم لما له من أهمية في إعداد اللاعبيين أعدادا جيدا أذ يساهم في زيادة فرص النجاح وتقليل احتمالية الاستجابة الخاطئة مما يخلق لدى اللاعب ثقة بنفسه تجره نحو التعلم، ويعزز مشاركتهم الإيجابية في اكتساب الخبرة والمهارات".

ويرى الباحث من الضروري اعداد تمرينات تعليمية خططية متنوعة تتناسب مع قدرات وامكانيات اللاعبيين الشباب حتى تسهيل فرص التعلم ووضوح الهدف المناسب لتعلم المهارات وتطويرها، فضلا عن التوازن بين اشباع حاجات



- ١-تطبيق التمرينات التعليمية الخطيطة على لاعبي كرة القدم لفئات اخرى
- ٢- الاهتمام بتفعيل دور هذه التمرينات في المجال الرياضي بصفة عامة وكرة القدم بصفه خاصة.
- ٣- ضرورة اعداد تمرينات لتطوير التصرف الخططي وربطها بالجانب المهاري وادراجها ضمن الوحدات التعليمية للاعبين كرة القدم.
- ٤-تطبيق التمرينات التعليمية الخططية في دراسات لاحقة على اشكال أخرى من التصرف الخططي والمهارات الأساسية بكرة القدم.
- **المصادر**
- ثامر محسن إسماعيل و(آخرون): الاختبار والتحليل بكرة القدم، الموصل، مطبعة جامعة الموصل، ١٩٩١، ص ٧٧.
- حنفي محمود مختار: مدرب كرة القدم، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٠، ص ١٢.
- زهير قاسم الخشاب و(آخرون): كرة القدم، ط ٢، الموصل، دار الكتب للطبع، ١٩٩٩، ص ٣٨.
- عبد القادر زينل: المفاهيم التكتيكية الحديثة في كرة القدم، ط ٢، عمان، مطابع شركة الأديب، ٢٠١٠، ص ١٤.
- عماد عودة جودة: تأثير تمرينات اللعب الطولي والعرضي لتطوير بعض المتغيرات البدنية والمهارية والعقلية والتصرف الخططي للاعبين الشباب بكرة القدم، اطروحة دكتوراه، جامعة القادسية، كلية التربية الرياضية، ٢٠١٥، ص ٧٩.
- قاسم المندلاوي: الاختبار والقياس في التربية الرياضية، الموصل، مطابع التعليم العالي، ١٩٨٩، ص ١٠٧.
- قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة، عمان، دار الفكر للطباعة، ١٩٩٨، ص ١٧٨.
- مفتي إبراهيم حماد: أسس التعلم والتدريب والدليل المصور للمهارات الرياضية، ط ١، مركز الكتاب، ٢٠٠٢، ص ٢٢٢.
- مفتي إبراهيم حماد: أسس التعلم والتدريب والدليل المصور للمهارات الرياضية، ط ١، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٢، ص ٢٢٢.
- موفق اسعد محمود: الاختبارات والتكتيك في كرة القدم، عمان دار دجلة، ٢٠٠٧، ص ١٠٣.
- نموذج للتمرينات التعليمية الخططية ضمن المنهاج التعليمي.
- الوحدة التعليمية: الاولى / الاسبوع الاول الهدف من الوحدة التعليمية: تطوير اشكال التصرف الخططي مهارتي الدرجة والتهديف بكرة القدم.
- المكان: ملعب سومر الرياضي.
- زمن القسم الرئيسي (٦٥) دقيقة- الجزء التعليمي (١٥) دقيقة - الجزء التطبيقي (٥٠) دقيقة
- التمرين الأول: التصرف الخططي+ الدرجة + التهديف.
- زمن التمرين (٩) دقيقة. تكرار التمرين - أكبر عدد من التكرارات.
- يقسم الملعب الى ثلاثة أقسام طولية وعرضية للربط بين حالات اللعب المهاري والتصرف الخططي حيث ينظم التمرين (لاعب مهاجم ضد لاعب مدافع) + حراس مرمى. يبدأ اللعب عندما يستلم اللاعب المهاجم الكرة من حارس المرمى والذي بدوره يقوم المهاجم بالاستلام ومن ثم

التمرين الرابع: التصرف الخططي + التهديد. زمن التمرين (١١) دقيقة. تكرار التمرين - أكبر عدد ممكن من التكرارات.

يقف المهاجم داخل المربع المرسوم وظهره باتجاه المرمى أي وجهه مقابل لزميلة الذي بحوزته الكرة أذ يقوم الزميل بإعطاء المهاجم كرة أرضية سريعة ودقيقة بالعمق الدفاعي المحدد بالمربع المرسوم ويقوم المهاجم بالاستلام والسيطرة على الكرة ضمن حدود المربع المرسوم والدوران والالتفاف باتجاه المرمى بأسرع ما يمكن والتهديد على المرمى الهدف من التمرين تعليم المهاجم المبادرة بالاستلام الدوران بأصغر مساحة ممكنة والتخلص من المنافس لغرض خلق فرصة للتهديد على المرمى يمكن ان يعاد التمرين بوجود مدافع غير فعل وثم بوجود مدافع فعال ويمكن زيادة عدد المدافعين لتكون موقف مشابه للحالات التي تحدث اثناء اللعب.

التمرين الخامس: ربط الجانب الخططي مع التهديد. زمن التمرين (١٠) دقيقة. تكرار التمرين - أكبر عدد ممكن من التكرارات.

فريقين كل فريق مكون من (٥ ضد٥). يبدأ لعب الكرات من نقطة المنتصف ويلعبها الفريق الاحمر مهاجما والآخر مدافعا ويحاول الفريق المهاجم تسجيل الاهداف والآخر يقوم بتشتيت الكرة بكل الأساليب الدفاعية والفريق يربح الكرة يتحول للهجوم والفاقد للكرة يتحول بدلاً عنه للدفاع والهدف من التمرين تطوير اللعب الهجومي - التهديد من مسافة بعيدة - التنظيم من الجانب الدفاعي - التغطية والاسناد والتحرك الصحيح.

● ملاحظة / ان الراحة بين التكرارات تكون خلال التطبيق

للمتريبات ، اما الراحة بين تمرين واخر فهي (١) دقيقة.

الدرجة بالكرة والدخول الى منطقة الثلث الدفاعي للمنافس بعده ان يلعب ضد لاعب مدافع من منطقة السنتر الدفاعية أمام الهدف ليتغلب اللاعب المهاجم على المدافع ومن ثم التهديد بعد. يبدأ اللعب من كلا الجانبين.

التمرين الثاني: التصرف الخططي + الدرجة. زمن التمرين (٨) دقيقة. تكرار التمرين - أكبر عدد ممكن من التكرارات.

يبدأ التمرين من اللاعب رقم (١) الذي معه الكرة ويقوم بالدرجة بشكل قطري باتجاه المربع الفارغ وعند الوصول إلىة يبادر اللاعب رقم (٢) والذي يقوم بدرجة بالكرة للفراغ الذي تركه اللاعب رقم (١) وعند الوصول إلىة يبادر اللاعب رقم (٣) بدرجة الكرة نحو الفراغ او يتجه للفراغ الذي الذي تركه اللاعب رقم (٢) وعند الوصول للمربع رقم (٢) وهكذا يستمر اللاعبين بالدرجة حتى نهاية وقت التمرين. والهدف من التمرين تنمية وتطوير الدرجة من الحركة والتصرف الخططي وكذلك فان الانتقال بالكرة باتجاه المكان الفارغ البعيد عن المنافس للابتعاد عن ضغط المدافع لتكون هناك حرية أكبر للتصرف بالكرة والإحساس بالملعب وملاحظة الأماكن التي لا يشغلها المنافس.

التمرين الثالث: التصرف الخططي + التهديد. زمن التمرين (٨) دقيقة. تكرار التمرين - أكبر عدد ممكن من التكرارات.

يبدأ التمرين بمبادرة المهاجمان ببناء هجمة باستخدام الدبل باص لاخترق المدافعين الثلاثة ومحاولة التهديد على المرمى نستطيع ان نجعل الدفاع غير فعال أولاً ومن ثم نجعل الدفاع فعال والهدف من التمرين التعلم على حالات الهجوم لاخترق المدافعين بأقل عدد من المهاجمين وباستخدام الدبل باص بالأداء وتطوير مواقف التهديد المشابهة لمواقف اللعب الحقيقية.