



The effect of specific exercises according to specific areas to developing the skill performance of passing and tactical performance in futsal

Lec. Dr. Turki Hilal Kadhem Salman* 

Diyala University. College of Physical Education and Sports Sciences, Iraq.

*Corresponding author: turkihilal7@gmail.com

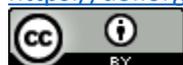
Received: 04-02-2025

Publication: 28-04-2025

Abstract

The research aims to prepare special exercises according to specific areas in developing the skill performance of passing skill in futsal for players of the University of Diyala national team, and to prepare special exercises according to specific areas in developing the tactical performance in futsal for players of the University of Diyala national team. The researcher used the experimental method with two tests, pre- and post-tests, to suit the nature of the research problem. The researcher relied in implementing his research on a sample of players from the University of Diyala's futsal team for the academic year 2023/2024, numbering (14) players, who were chosen intentionally. Their percentage reached (100%) of the original community, noting that the experimental research sample numbered (12) players, after excluding (2) who were subjected to the exploratory experiment, as their percentage reached (85.71%) of the original community. Through the results that appeared, the researcher concluded that special exercises according to specific areas have a positive impact on developing the skill and tactical performance of the research sample members in Futsal, and the use of special exercises according to specific areas within the training curriculum in the special preparation stage has an effective positive impact on developing the skill and tactical performance. The special exercises according to specific areas had a significant impact on the quality of harmony, the spirit of cooperation and perseverance in performing the exercises. In light of the results reached by the researcher, he recommends adopting special exercises according to specific areas within the training curricula for the individuals in the research sample in indoor soccer. Attention must be paid to specific exercises according to specific areas, as they effectively help players in terms of skill and tactics. Research and studies must also be conducted on other samples, such as the opposite sex.

Keywords: Special Exercises, Performance Development, Passing And Tactical Performance, Futsal.



تأثير تمارين خاصة وفق مناطق محددة في تطوير الأداء المهاري لمهارة المناولة والأداء

الخططي بكرة قدم الصالات

م.د. تركي هلال كاظم سلمان

العراق . جامعة ديالى. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

turkihial7@gmail.com

الملخص

يهدف البحث الى اعداد تمارين خاصة وفق مناطق محددة في تطوير الأداء المهاري لمهارة المناولة بكرة قدم الصالات لدى لاعبي منتخب جامعة ديالى، واعداد تمارين خاصة وفق مناطق محددة في تطوير الأداء الخططي بكرة قدم الصالات لدى لاعبي منتخب جامعة ديالى، أستخدم الباحث المنهج التجريبي ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته طبيعة مشكلة البحث، اعتمد الباحث في تنفيذ بحثه على عينة من لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة قدم الصالات للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ البالغ عددهم (١٤) لاعباً اختيروا بالطريقة العمدية، إذ بلغت نسبتهم (١٠٠%) من مجتمع الأصل، علماً إن عينة البحث التجريبية كان عددهم (١٢) لاعباً، بعد استبعاد (٢) إذ أجريت عليهم التجربة الاستطلاعية إذ بلغت نسبتهم المئوية (٨٥,٧١%) من مجتمع الأصل، من خلال النتائج التي ظهرت توصل الباحث إلى إن للتمارين الخاصة وفق مناطق محددة تأثير ايجابي في تطوير الاداء المهاري والخططي لدى افراد عينة البحث بكرة قدم الصالات، واستخدام التمارين الخاصة وفق مناطق محددة ضمن المنهج التدريبي في مرحلة الاعداد الخاص له الاثر الايجابي الفعال في تطوير الاداء المهاري والخططي، وللتمارين الخاصة وفق مناطق محددة كان لها الأثر البالغ في صفة الانسجام وروح التعاون والمثابرة في أداء التمارين، وفي ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث يوصي باعتماد تمارين خاصة وفق مناطق محددة ضمن المناهج التدريبية الخاصة لدى افراد عينة البحث بكرة قدم الصالات، ويجب الاهتمام بالتمارين الخاصة وفق مناطق محددة لأنها تساعد وبشكل فعال اللاعبين مهارياً وخططياً، وإجراء بحوث ودراسات لعينات اخرى كالجنس الاخر.

الكلمات المفتاحية: تمارين خاصة، تطوير الأداء، المناولة والأداء الخططي، كرة قدم الصالات

١-المقدمة

شهدت كرة قدم الصالات تطوراً كبيراً وملحوظاً في جميع النواحي (الوظيفية -البدنية - المهارية - الخططية) مما أسهمت في تغيير الأداء المهاري والخططي في اللعب إذ أتسم بالسرعة والقوة والأداء الفني المميز والتقني ويعود هذا للباحثين والمدربين الذين استطاعوا من توظيف أساليب حديثة وفقاً للأسس العلمية الصحيحة من خلال وضع تمارين خاصة لرفع القدرات البدنية والمهارية لفرقهم وفق أعلى المستويات، نظراً للمكانة البارزة التي تحظى بها كرة قدم الصالات مقارنةً بالعديد من الرياضات الأخرى، أصبحت من أكثر الألعاب التي تحظى باهتمام واسع على المستويين الرسمي والشعبي. وتمتاز هذه اللعبة بخصوصيتها ومنعتها التي تجذب المتابعين، مما أدى إلى اهتمام كبير بها من قبل المختصين والممارسين. ويتجلى هذا الاهتمام من خلال تعدد الدراسات والبحوث التي تناولتها، والتي أسهمت بشكل كبير في تطويرها، لا سيما فيما يتعلق بالوسائل التدريبية، مما جعلها أكثر إثارة وتشويقاً.

أصبحت العملية التدريبية في المجال الرياضي أساساً يعتمد عليه للوصول للمستويات العالية من خلال البحث العلمي، إذ قام علماء التدريب الرياضي بأبحاث جديدة أسهمت إلى حد كبير في تطور مختلف الأنشطة الرياضية وقدرات ممارستها ولقد حظيت لعبة كرة قدم الصالات ولاعبها بالكثير من نتائج هذه الأبحاث التي كان لها بالغ الأثر في التطور الذي طرأ على فنون اللعبة في السنوات الأخيرة.

التطور السريع للعبة أتاح للباحثين والمدربين في هذا المجال للتعرف على كل ما هو جديد في تدريب المهارات الأساسية والخططية لكرة قدم الصالات وبمختلف الفئات العمرية من أشبال وناشئين وشباب ومتقدمين حيث بدأت أكثر بالاهتمام بهذه الفئات العمرية من خلال إيجاد وسائل تدريبية حديثة من شأنها تسهم في الارتقاء بلاعبها إلى أفضل المستويات العليا ومن هذه الوسائل التمرينات الخاصة بكرة قدم الصالات.

ويهدف البحث الى:

- ١- إعداد تمارين خاصة وفق مناطق محددة بهدف تطوير الأداء المهاري لمهارة المناولة في كرة قدم الصالات لدى لاعبي منتخب جامعة ديالى.
- ٢- إعداد تمارين خاصة وفق مناطق محددة لتحسين الأداء الخططي في كرة قدم الصالات لدى لاعبي منتخب جامعة ديالى

٢ اجراءات البحث:

١-٢ منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع وعينة البحث:

اختيرت العينة من لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة قدم الصالات للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ البالغ عددهم (١٤) لاعباً اختيروا بالطريقة العمدية، إذ بلغت نسبتهم (١٠٠%) من مجتمع الأصل، علماً إن عينة البحث التجريبية كان عددهم (١٢) لاعباً، بعد استبعاد (٢) إذ أجريت عليهم التجربة الاستطلاعية إذ بلغت نسبتهم المئوية (٨٥,٧١%) من مجتمع الاصل.

٢-٣ أدوات ووسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث:

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.
- المقابلات الشخصية.
- الملاحظة والتجريب.
- الانترنت.

٢-٣-٢ الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- ملعب كرة قدم صالات قانوني.
- حاسبة الكترونية.
- ساعة توقيت عدد (٢).
- كاميرا فيديو (sony).
- كرات قدم صالات حجم (٤) عدد (٢٠).
- شواخص عدد (٣٠).
- أقماع عدد (٥٠).
- صافرة عدد (٣).

- أشرطة لاصقة ألوان.

- قمصان عدد (١٤).

- وسيلة إيضاح دفترية.

- سبورة.

- حبال.

- موانع.

- اعمدة بلاستيكية بأرتفاع (١,٥م).

٢-٤ الاختبارات المستخدمة في البحث:

اسم الاختبار: اختبار تمرير الكرة نحو ثلاث دوائر متداخلة مرسومة على الأرض من

مسافة (١٥ م) (عبدالحمزة، ٢٠١١، ٢١٠)

٢-٥ التجربة الاستطلاعية:

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على عينة مؤلفة من (٢) لاعبين من لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة قدم الصالات وذلك يوم ٢٠٢٣/٣/٧، وتم من خلالها إضافة رقم ومركز اللاعب في استمارة تقييم الأداء الخططي ومن خلال هذه التجربة تم التعرف على ما يأتي:-

- تحديد الصعوبات والتحديات التي يواجهها الباحث.

- تقييم صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.

- التحقق من مدى ملاءمة استمارة الاختبارات لعينة البحث.

- قياس كفاءة فريق العمل المساعد.

ومن خلال هذه التجربة تم التوصل الى ما يأتي:

- إن الأجهزة والأدوات التي استخدمت كانت مناسبة للتجربة الرئيسية.

- ان استمارة الاختبار الاداء المهاري والخططي كانت ملائمة لعينة البحث.

- طريقة تسجيل الدرجات كانت موضوعية وخالية من التحيز.

٢-١٦ اعداد التمرينات:

من خلال خبرة الباحث الميدانية التي قضاها في ملاعب كرة قدم الصالات اعدت تمرينات في تطوير متغيرات الدراسة على وفق المناطق المحددة للعب، والتي تم اعدادها على وفق اسس علمية مدروسة، ولهذه التمرينات مميزات منها التنوع في الية التمرين الواحد من حيث التمارين المهارية والخطية، وخاصةً في التمرين المهاري حيث في التمرين الواحد يوجد فيه أكثر من تمرين ويختلف عدد اللاعبين من تمرين الى آخر حيث في بعض التمارين يكون عدد اللاعبين من ٥-١٠ كحد اعلى، وبالإضافة الى ذلك يمكن إجراء تمرينات بدنية في مثل هكذا مناطق.

٢-١٧ استمارة تقييم الأداء الخطي:

تبنى الباحث استمارة تقييم الأداء الخطي والتي أعدها (شوكت: ٢٠٠٦: ٥٦) وبعد إجراء بعض التعديلات عليها، إذ اشتملت هذه الاستمارة على (الإسناد - التحرك الصحيح - سد الفراغ (التغطية) - الحماية (الحراسة) وذلك لتقييم الأداء الخطي.

٢-١٨ الاختبارات القبليّة:

أجريت الاختبارات القبليّة لعينة البحث، بعد تثبيت جميع الظروف المتعلقة بالمكان والزمان والأدوات المستخدمة، فضلاً عن تحديد فريق العمل المساعد. من خلال عملية تصوير مباراة بين فريقين وتم إرسالها الى الخبراء والمختصين لغرض تقييم الأداء المهاري والخطي وذلك في يوم ٢٠٢٣/٣/٩.

٢-١٩ اعداد المنهج:

تم تطبيق المنهج على عينة البحث التجريبية خلال وحداتهم التدريبية وفي الأيام والأوقات المخصصة لهم، إذ بلغ عدد الوحدات التدريبية (١٢) وحدة تدريبية وبواقع (٢) وحدتين تدريبية في الأسبوع الواحد موزعة على (٦) أسبوع إذ ان وقت الوحدة التدريبية (٩٠ د) إذ طبق المنهج للفترة من ٢٠٢٣/٣/١٢ ولغاية ٢٠٢٣/٤/٢٠ اجريت التمرينات الخاصة في مرحلة الاعداد الخاص وفي القسم الرئيس من الوحدة التدريبية، إذ ان زمن التمرينات كانت تتراوح ما بين (١١ - ٢٠ د) (لعب فريقين) وزمن الراحة: تختلف بين تمرين وآخر اي (هناك راحة في التمرين الواحد ٣٠ ثا وبين تمرين واخر ١٠ دقائق).

٢-١١٠ الاختبارات البعديّة:

أجريت الاختبارات البعديّة لعينة البحث من خلال عملية تصوير مباراة بين فريقين وتم إرسالها الى الخبراء والمختصين لغرض تقييم الأداء المهاري والخطي وذلك في يوم الاحد الموافق ٢٠٢٣/٤/٢٢.

١١-٢ الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية لمعالجة البيانات من خلال الاختبارات القبلية والبعدي عن طريق الحقيبة الإحصائية (spss).

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

٣-١ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في للاختبار مهارة المناولة بين الاختبارين (القبلية-البعدي) لأفراد المجموعة التجريبية ومناقشتها:

الجدول (١) يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

| المتغير | الاختبار | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الخطأ المعياري |
|----------------|----------|---------------|-------------------|----------------|
| مهارة المناولة | القبلي | ٧,٠٨٣ | ١,٣١١ | ٠,٣٧٨ |
| | البعدي | ١٠,٠٠٠ | ١,١٢٨ | ٠,٣٢٥ |

الجدول (٢) يبين نتائج الوسط الحسابي للفروق والانحرافات المعيارية للفروق والخطأ المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

| المتغير | س ف | ع ف | الخطأ المعياري | قيمة (ت) | نسبة الخطأ | الدلالة |
|----------------|-------|-------|----------------|----------|------------|---------|
| مهارة المناولة | ٢,٩١٦ | ١,٧٨١ | ٠,٥١٤ | ٥,٦٧١ | ٠,٠٠٠ | معنوي |

من خلال نتائج الجدول (١) و(٢) أظهرت النتائج وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مهارة المناولة، حيث جاءت النتائج لصالح الاختبار البعدي. ويعزو الباحث هذه الفروق إلى فاعلية التمارين المستخدمة، التي اعتمدت على الأداء الخططي والمهاري، مما أسهم في تحسين الأداء. كما يُرجع الباحث التطور في مجمل المتغيرات إلى أن الهدف الأساسي من الإعداد المهاري هو اكتساب وإتقان جميع المهارات الأساسية للعبة، إذ إن التطبيق الجيد للمهارات يساعد على الاعداد باقل جهد وعدم تعرض اللاعبين الى اخفاقات وفي لعبة كرة قدم الصالات لا يستطيع اللاعب تنفيذ الاداء المهاري بالشكل المطلوب الا من خلال إتقان جميع النواحي المهارية والذي بدوره يؤثر على قابلية اللاعبين الخططية والبدنية وذلك يؤكد من خلال التدريب على اداء المهارة او اعطاء الوقت الكافي من اجل إتقانها بشكل جيد وهذا ما أكده (الشيخلي وخورشيد: ٢٠١٢: ٣١٣) بأن الاعداد المهاري هو الاساس للتطبيق الخططي لذا يجب

تتمي كل مهارة بالشكل الذي تستعمل في هذه المهارة وفي مواقف خطوية معينة ، لذلك فان الاعداد المهارى والخططي تعد وحدة متكاملة والعمل الذي يشارك فيه جميع افراد الفريق ومجموعاته تبعاً لإمكاناتهم المهارية". (الشيخلي، ٢٠١٢، ٣١٣)

من خلال تحليل النتائج، يلاحظ الباحث التطور الحاصل في مهارة المناولة، والذي يُعزى إلى التمارين الخاصة المصممة وفق مناطق محددة، والتي تم تضمينها في المنهج التدريبي. وقد شملت هذه التمارين عدة أساليب متنوعة في التطبيق، مما ساهم في تحسين الأداء. كما أن الاستمرار في التدريب المتواصل ضمن محتوى هذه التمارين أدى إلى تعزيز قدرات اللاعبين على تنفيذ المهارات الفنية المطلوبة بكفاءة أكبر، والتي هي ثمرة خبرة اللاعب في تنفيذ هذه ونتيجة الى ممارسة التدريب المهارى وعملية التكرار والتنظيم الجيد لهذه التمرينات اثناء الوحدات التدريبية وتحت ظروف اللعب ادى ذلك الى التطور الحاصل في تلك المهارة.

وهذا ما أكدته "بأن التدريب الرياضي هو عملية اعداد منظم ومستمر لتطوير قدرات الفرد ورفع مستوى كفاءته لتحقيق المتطلبات اللازمة لإداء اي عمل معين ولزيادة انتاجية الفرد ويشمل التدريب ايضا عملية التنظيم والتخطيط ومتابعة كل ما يتصل باللاعب نظريا وعمليا" (خورشيد، ٢٠١١، ١٤)

إذ أن هذه التمرينات أسهمت في تطوير مستوى أداء اللاعبين من خلال توافيقها مع قدرات ومهارات أفراد عينة البحث، مما أدى إلى تحقيق تطور إيجابي في أدائهم. فبفضل العملية المنظمة المستمرة، تمكّن الأفراد من اكتساب المعرفة والمهارات والقدرات اللازمة لأداء المهام المحددة أو تحقيق الأهداف المنشودة. بالإضافة إلى ذلك، ساعدت هذه العملية في تحقيق الأهداف التنظيمية، والتكيف مع العمل، واكتساب المعلومات، والمهارات، والاتجاهات الذهنية الضرورية لتحقيق الأهداف المطلوبة من وجهة نظر تنظيمية، إذ أتسمت هذه التمرينات بأبعاد محددة على اشكال هندسية كالمربعات والمثلثات والدوائر والتدريب في هكذا مناطق يعطي للاعب ثقة عالية في اللعب نتيجة العمل المشابه لما يحدث في المباريات هذا ما أكدته "بأن التدريب باستخدام تمرينات المناطق المحددة يعد اسلوبا فعالا في تطوير القدرة والقابلية على الاداء الصحيح بعد التدريب على اداء تلك المهارات في مناطق محددة تعمل على زيادة دقة وسرعة اداء المهارات من قبل المبتدئين والناشئين والمستويات العليا على حد سواء لما لها من تأثير فعال من تطوير اللاعب بدنيا ومهاريا وخططيا ونفسيا ولجميع الفئات العمرية لذلك لجأت اليها معظم المدارس الكروية الحديثة في كرة القدم". (صبر، ٢٠٠٩، ١٣٨)

ويرى الباحث فضلا عما تقدم أن التطور يعود الى فاعلية التمرينات الخاصة وما تتضمنه من تمارين مهارية في الوحدات التدريبية وفق أسلوب علمي دقيق "أذ إن التكوين الصحيح لرياضة كرة قدم الصالات يتطلب أن تكون الكرة هي المحور في التدريب واكتساب الأداء الفني في الكرة والقدرة على اللعب ويلزم هذا توفر ملاحظة دقيقة وهي يجب تقوية الجسم تدريجياً في التدريب الفني والخططي المتكامل والتمارين التي اختارها الباحث في التمرينات الخاصة معظمها مشابهة لما يحدث في المباراة بحيث يكون اللاعب مقيداً بمساحة محددة من الملعب لا يحيد عنها طوال الوحدة التدريبية وهذا ما يحدث فعلاً في كرة القدم الحديثة كأن يكون اللاعب محصوراً في مساحة محددة في منتصف الملعب ، فقد تم ربطها مع تمارين السرعة ومع الدقة التي أسهمت بدورها في تطوير هذه الأداء الخططي التي تعد من الضروريات الأساسية للاعب كرة القدم ليتمكن من الحفاظ على الكرة والتوغل بين صفوف المنافس وكذلك لخلق الفرص المناسبة له ولزملائه في الفريق.

إذ يحتاج الرياضي إلى الثقة بالنفس والدافعية نحو الانجاز إلى خبرة ميدانية خاصة في الألعاب الفرقية ومنها لعبة كرة قدم الصالات وذلك لإنجاز الواجبات المهارية والخططية في أثناء المنافسات شريطة أن يكون مستوى المثابرة والحفاظ على هذا المستوى من خلال ما يمتلكه اللاعبون من لياقة بدنية تتناسب مع متطلبات اللعبة.

(Abdulridha، ٢٠٢٣، ٢٨٥)

٢-٣ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للأداء الخططي بين الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث ومناقشتها:

الجدول (٣) يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري بين الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث للأداء الخططي

| الخطأ المعياري | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الاختبار | المتغير |
|----------------|-------------------|---------------|----------|---------------|
| ٠,٠٧٨ | ٠,٢٧١ | ١,٤٦٦ | القبلي | الاسناد |
| ٠,٠٨٢ | ٠,٢٨٧ | ٢,٤٥٩ | البعدي | |
| ٠,٠٢٣ | ٠,٠٨١ | ١,٢٤٤ | القبلي | التحرك الصحيح |
| ٠,٠٥٩ | ٠,٢٠٥ | ٢,٥٨٥ | البعدي | |
| ٠,٠٣٥ | ٠,١٢٢ | ١,٢٥٥ | القبلي | سد الفراغ |
| ٠,٠٣٩ | ٠,١٣٧ | ٣,٢٨٥ | البعدي | |
| ٠,٠٣٥ | ٠,١٢٢ | ١,٢٥٥ | القبلي | الحماية |
| ٠,٠٧٨ | ٠,٢٧٢٢ | ٣,٣٧٥ | البعدي | |

الجدول (٤) يبين نتائج الوسط الحسابي للفروق والانحرافات المعيارية للفروق والخطأ المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث للأداء الخططي

| المتغير | س ف | ع ف | الخطأ المعياري | قيمة (ت) | نسبة الخطأ | الدلالة |
|---------------|-------|-------|----------------|----------|------------|---------|
| الاسناد | ٠,٩٩٢ | ٠,٣٤٦ | ٠,١٠١ | ٩,٩٢١ | ٠,٠٠٠ | معنوي |
| التحرك الصحيح | ١,٣٤١ | ٠,١٨١ | ٠,٠٥٢ | ٢٥,٧١٥ | ٠,٠٠٠ | معنوي |
| سد الفراغ | ٢,٠٢٩ | ٠,١٥٥ | ٠,٠٤٤ | ٤٥,٢٨٠ | ٠,٠٠٠ | معنوي |
| الحماية | ٢,١٢٠ | ٠,٢٨١ | ٠,٠٨١ | ٢٦,١٠٤ | ٠,٠٠٠ | معنوي |

من خلال الجداول (٣) و (٤) لاحظ الباحث الفروق المعنوية ذات الدلالة الاحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للأداء الخططي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي الى التمرينات الخاصة وفق مناطق محددة والتي راعى الباحث عند وضعها الاسس العلمية للتدريب وبأسلوب التدريب الفكري في تحديد ازمنا الراحة البيئية الى استخدام التدرج العلمي الصحيح في العملية التدريبية من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المعقد، الأمر الذي أدى الى زيادة الثقة عند اللاعبين وولدت لديهم الرغبة

في التدريب ودفعتهم الى أداء التمرينات بشكل جدي وسريع انعكس ذلك على سرعة إتقانهم للمهارات وتفوقهم على أقرانهم في المجموعة الضابطة، وهذا ما أكده (كماش: ٢٠٠٩: ١٦) "إذ تعمل وحدة التمرينات اليومية على إيصال اللاعبين الى درجة الإتقان في المهارات الحركية الخطئية على الرغم من كثرتها وتوعها لذلك تأخذ هذه المهارات قسطاً كبيراً من وقت الوحدة التدريبية، فالتفويض الخطئي بكرة قدم الصالات يشكل جانبا مهماً من جوانب الوحدة التدريبية اليومية انطلاقاً من المبدأ القائل بأن الاعداد الخطئي السريع وتطبيق المهارات الأساسية بشكل صحيح ودقيق في اثناء الاداء هي أساس لعبة كرة القدم، إذ إن اللاعب بدونها لا يستطيع أن ينفذ الواجبات الخطئية المكلف بها، فلاعب كرة القدم يمكن أن يكون لاعباً جيداً إذا أستوعب المهارات الأساسية وأتقنها بالشكل المطلوب وبذلك فإن أهم واجبات التدريب هي العمل على الوصول باللاعبين الى أعلى مستوى من الحالة التدريبية".

ويعزو الباحث تنفيذ خطط اللعب والتي تتطلب اتقان انتقال الكرة باستخدام التميريرات السريعة والدقيقة للحصول على الكرة وزيادة فاعلية اتخاذ القرار المناسب والتحرك الصحيح والاسناد سواء كان في الدفاع او الهجوم لأداء وتنفيذ الخطة المرسومة، إذ أن هذه التمرينات أسهمت في تطوير مستوى أداء اللاعبين من خلال توافقها مع قدرات ومهارات أفراد عينة البحث، مما أدى إلى تحقيق تطور إيجابي في أدائهم. فبفضل العملية المنظمة المستمرة، تمكّن الأفراد من اكتساب المعرفة والمهارات والقدرات اللازمة لأداء المهام المحددة أو تحقيق الأهداف المنشودة. بالإضافة إلى ذلك، ساعدت هذه العملية في تحقيق الأهداف التنظيمية، والتكيف مع العمل، واكتساب المعلومات، والمهارات، والاتجاهات الذهنية الضرورية لتحقيق الأهداف المطلوبة من وجهة نظر تنظيمية". (الربيعي، ١٩٩١، ١٦٠)

ويرى الباحث ان التمرينات التي اختارها مشابهة لما يحدث في المباراة بحيث يكون اللاعب مقيدا بمساحة محددة من الملعب لا يجيد عندها طوال الوحدة التدريبية وهذا ما يحدث فعلا في كرة القدم الحديثة وتعد هذه من الضروريات الاساسية للاعب كرة القدم ليتمكن من الحفاظ على الكرة والتحرك الصحيح بين صفوف المنافسين وكذلك لخلق الفرص المناسبة له ولزملائه في الفريق، فضلاً عن الالتزام والجدية بالتدريب والعلاقة الطيبة بين المدرب ولاعبيه واندفاعهم نحو تطبيق التمرينات الخاصة التي اعددها الباحث التي كان لها الاثر البالغ في نفوس لاعبي المجموعة التجريبية مما ادت الى الحماية الجيدة من قبل اللاعبين ، وهذا ما أكده "بان من اسس نجاح العملية التدريبية هو حرص والتزام اللاعبين واندفاعهم وتعاونهم مع المدرب في تنفيذ وتطبيق البرنامج

التدريبي ، والعلاقة الطيبة بين المدرب ولاعبيه ودوره في التأثير بهم وحثهم على الالتزام بمواعيد التدريب وتنفيذ واجباتهم بالشكل الصحيح".
(الهيبي، ٢٠١١، ٢٣٠)

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- إن التمرينات الخاصة وفق مناطق محددة لها تأثير إيجابي في تطوير الأداء المهاري والخططي لدى أفراد عينة البحث في كرة قدم الصالات.
- ٢- إن استخدام التمرينات الخاصة وفق مناطق محددة ضمن المنهج التدريبي في مرحلة الإعداد الخاص له تأثير إيجابي وفعال في تحسين الأداء المهاري والخططي.
- ٣- كان للتمرينات الخاصة وفق مناطق محددة تأثير كبير في تعزيز الانسجام وروح التعاون والمثابرة أثناء أداء التمرينات.

٤-٢ التوصيات:

- ١- من خلال اعتماد التمرينات الخاصة وفق مناطق محددة ضمن المناهج التدريبية الخاصة لدى أفراد عينة البحث في كرة قدم الصالات.
- ٢- يجب إيلاء الاهتمام الكافي للتمرينات الخاصة وفق مناطق محددة، لأنها تساهم بشكل فعال في تحسين الأداء المهاري والخططي للاعبين.
- ٣- ضرورة إجراء بحوث ودراسات باستخدام التمرينات الخاصة وفق المناطق المحددة على عينات أخرى، مثل الجنس الآخر.

المصادر

- بعث عبد المطلب عبد الحمزة؛ تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية - مهارية) لاختيار ناشئ خماسي كرة القدم في بغداد للأعمار (١٤ - ١٦) سنة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠١١)
- سعد منعم الشихلي وهه فال خورشيد؛ تدريب كرة القدم المبادئ والتطبيقات: ط١ (السليمانية، مكتبة يه يوهند للطباعة والنشر، ٢٠١٢)
- ضياء منير فاضل شوكت؛ تأثير تمارينات خطية تعليمية بأسلوب اللعب في تعلم واحتفاظ وتقويم الاداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب: (اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، ٢٠٠٦)
- فرات جبار وهفال خورشيد؛ التدريب المعرفي والعقلي للاعبين كرة القدم، ط١ (عمان، دار دجلة، ٢٠١١)
- قاسم لزام صبر واخرون؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم، (بغداد، الدار الجامعية للطباعة والنشر ٢٠٠٩)
- كاظم الربيعي وعبد الله المشهداني؛ تدريب الناشئين: (بغداد، مطابع جامعة بغداد، ١٩٩١)
- موفق اسعد محمود الهيتي؛ أساسيات التدريب الرياضي: ط١: (دمشق، دار العرب للدراسات والنشر والترجمة ٢٠١١).
- يوسف لازم كماش واخرون؛ التدريب والتعلم الميداني في كرة القدم، ط١: (البصرة، مطبعة النخيل، ٢٠٠٩)
- Abdulridha, S. S. (2023). Achievement motivation and self-confidence and their relationship to the performance of the scoring skill of the players of the Diyala University team in futsal football. JOURNAL OF SPORT SCIENCES, 15(55).

الملحق (١)

يبين استمارة تقييم مستوى الاداء الخططي

عدد اللاعبين:

التاريخ:

المجموعة:

اللعبة:

| ت | أسم اللاعب ورقمه | مركز اللاعب | الإسناد | | | التحرك الصحيح | | | سد الفراغ (التغطية) | | | الحماية (الحراسة) | | |
|----|------------------|-------------|---------|-------|-----|---------------|-------|-----|---------------------|-------|-----|-------------------|-------|-----|
| | | | ملائم | ملائم | غير | ملائم | ملائم | غير | ملائم | ملائم | غير | ملائم | ملائم | غير |
| ١ | | | | | | | | | | | | | | |
| ٢ | | | | | | | | | | | | | | |
| ٣ | | | | | | | | | | | | | | |
| ٤ | | | | | | | | | | | | | | |
| ٥ | | | | | | | | | | | | | | |
| ٦ | | | | | | | | | | | | | | |
| ٧ | | | | | | | | | | | | | | |
| ٨ | | | | | | | | | | | | | | |
| ٩ | | | | | | | | | | | | | | |
| ١٠ | | | | | | | | | | | | | | |

ملاحظة: بعدها نقوم بتحويل مستويات الأداء إلى قيم رقمية:

ملائم جيد جداً = (٤) درجات.

ملائم جيد = (٢) درجتان.

غير ملائم = (١) درجة.

الملحق (٢)

نماذج من التمرينات المستخدمة

التمرين (١)

١- مربع ١٠م×١٠م.

٢- عدد اللاعبين في كل مربع لاعبين (٢ ضد ٣).

٣- عدد الشواخص (١٥ شاخص) وفوق كل شاخص كرة.

شرح التمرين: يقسم الفريق على المربعات في كل مربع لاعبان:

أ- يبدأ التمرين بالتمرير من لاعب (أ) الى لاعب (ب) وبدوره يخمد الكرة ثم (ج) ثم يعيدها الى (أ) واللاعب (أ) يقوم بعملية الاخمد ثم تمرير الكرة الى اللاعب (ب) ثم (ج) وهكذا يستمر التمرين.

ب- كما في التمرين السابق لكن بدون اخمد الكرة بل يعيدها مباشرة الى اللاعب المقابل.

ج- كما في التمرين السابق وبعد اخمد الكرة والجري بها ثم اعادتها الى اللاعب المقابل.

التمرين (٢)

٤- مستطيل (٢٠م×١٠م).

٥- عدد اللاعبين (١٠) لاعب في كل مستطيل (٥) لاعبين.

٦- عدد الشواخص (٦) شاخص في كل مستطيل.

شرح التمرين:

أ- يكون بحوزة اللاعب (أ وب) كرة واللاعبان (ج ود) بدون كرة وعند الإشارة يبدئ اللاعبان (ج ود) بالنقاط حيث (ج الى ب) و (د الى أ)، ومناولة من (أ وب) ثم (ج، د) عليهم اعادة الكرة ويكون التمرين متنوع:

ب- تمرير ثم اعادة الكرة مباشرة.

ت- تمرير ثم اخمد ثم اعادة الكرة.

ث- مناولة الكرة باليد ثم اعادتها مباشرةً بالقدم، بالصدر، بالرأس. ويطور التمرين كما يراه المدرب.

ج- ملاحظة: يبدل اللاعبان (أ، ب) حيث يصبح اللاعبان (ج، د) هما الاطراف.

د- الهدف من التمرين: تطوير مهارة التمرير والاخمد والجري.