



Explosive power and its relationship to shooting from a stability and movement of futsal

Asst. Prof. Dr. Wamid Shiamil Kamil* 

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

*Corresponding author: wamed_shamil@yahoo.com

Received: 22-02-2025

Publication: 28-04-2025

Abstract

The development of sports sciences and the resulting diversity of modern training methods in various sports, especially in futsal, were addressed, as well as focusing on the skill of futsal, which is one of the most important skills in futsal. In order for a player to master this skill, he must possess the comprehensive specifications that enable him to perform the skill to the fullest. The importance of the research lies in linking the physical and skill aspects by finding the relationship between a type of strength and shooting from stability and movement in futsal. The researcher followed the practical lessons of futsal for fourth-year students in the Department of Physical Education and Sports Sciences/Cihan University. As a teacher of the subject, he noticed a weakness in scoring from stability and movement due to the lack of connection between the physical and skill aspects, which leads to the development of one aspect and the neglect of another. Therefore, the researcher decided to study the relationship between a type of strength and shooting from stability and movement and to try to develop the physical and skill aspects to achieve integration in performance. The researcher used the descriptive approach because it is appropriate to the nature and problem of the research. The research community was represented by (10) students from the fourth grade, Department of Physical Education and Sports Sciences/ Cihan University, who were tested randomly.

Keywords: Explosive Power, shooting, Stability and Movement, Futsal.



القوة الانفجارية وعلاقتها بالتهديف من الثبات والحركة في كرة القدم للصالات

أ.م.د. وميض شامل كامل

العراق. جامعة بغداد. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

wamed_shamil@yahoo.com

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٥/٢/٢٢ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٥/٤/٢٨

الملخص

تم التطرق إلى تطور العلوم الرياضية والنتائج من تنوع الوسائل التدريبية الحديثة في الألعاب الرياضية المختلفة ولا سيما في لعبة كرة القدم للصالات، كذلك التركيز على مهارة التهديف والتي تعد من أهم المهارات بكرة القدم للصالات على الإطلاق ولكي يتقن اللاعب هذه المهارة عليه ان يمتلك المواصفات الشاملة والتي تجعله يقوم بأداء المهارة على أكمل وجه، وتكمن أهمية البحث في الربط بين النواحي البدنية والمهارية من خلال ايجاد العلاقة بين نوع من انواع القوة والتهديف من الثبات والحركة بكرة القدم للصالات. وقد تابع الباحث الدروس العملية بكرة الصالات (فوتسال) لطلبة المرحلة الرابعة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة جيهان كونه مدرساً للمادة لاحظ وجود ضعف في التهديف من الثبات والحركة بسبب عدم الربط بين النواحي البدنية والمهارية مما يؤدي الى تطوير جانب وإهمال جانب آخر لذا ارتأى الباحث دراسة العلاقة بين نوع من انواع القوة والتهديف من الثبات والحركة ومحاولة تطوير الجانبين البدني والمهاري وصولاً الى التكامل في الأداء. استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة ومشكلة البحث. وتمثل مجتمع البحث بـ(10) طلاب من الصف الرابع قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة جيهان، تم اختبارهم بالطريقة العشوائية

الكلمات المفتاحية: القوة الانفجارية، التهديف، الثبات والحركة، كرة القدم للصالات

١-المقدمة:

تعد لعبة كرة القدم للصالات من الألعاب الفرقية والتي تتطلب قدرات خاصة واعداد بدني ومهاري متكامل من أجل ان ينفذ اللاعب مجمل الواجبات التي تعطى له من قبل المدرب لتنفيذها في المباراة.

ان هذه اللعبة تطورت بشكل كبير في الكثير من الدول سواء اكانت اسبوية او عربية وبالنسبة للعراق فأن هذه اللعبة اخذت بالانتشار على نطاق واسع اذ شملت مديريات التربية والوزارات وكذلك الجامعات.

يرتبط الأداء المهاري بشكل عام بالقدرات البدنية لذلك فمن المهم ان يمتلك اللاعب الصفات البدنية الملائمة والتي تجعله يؤدي المهارة بأكمل وجه.

تكمن اهمية البحث في معرفة العلاقة بين نوع من انواع القوة وأهم مهارة في كره القدم للصالات ألا وهي مهارة التهديف اذ انها المهارة الحاسمة في تحديد نتيجة المباراة وبالتالي أداء المهارة بشكل متكامل.

ومن خلال متابعة الباحث للدروس العملية بكرة القدم للصالات لطلبة المرحلة الرابعة في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة جيهان كونه مدرساً للمادة لاحظ وجود ضعف في التهديف من التحرك والوضع الثابت بسبب عدم الربط بين النواحي البدنية والمهارية مما يؤدي الى تحسين جانب وإهمال جانب اخر لذا ارتأى الباحث دراسة العلاقة بين نوع من انواع القوة والتهديف من الثبات والحركة ومحاولة تطوير الجانبين البدني والمهاري وصولاً الى التكامل في الأداء . وكان الهدف من البحث هو دراسة العلاقة بين القوة الانفجارية والتهديف من التحرك والوضع الثابت بكرة القدم للصالات.

٢-إجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع وعينة البحث:

اشتملت العينة والتي اختيرت عمدياً على (١٠) طلاب من المرحلة الرابعة/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة جيهان، من أصل (١٧) طالب وهم المجتمع، وتم اختيار (٤) طلاب من المجتمع للتجربة الاستطلاعية وبذلك مثلت العينة نسبة (٢٣%) من المجتمع. اما متغيرات البحث فكانت (القوة الانفجارية - التهديف من الثبات - التهديف من الحركة).

والاختبارات المختارة لكل متغير هي:

- ١- اختبار القفز العريض من الثبات للقوة الانفجارية.
- ٢- اختبار التهديد على الهدف المقسم.
- ٣- اختبار التهديد المتحرك على هدف مقسم بدرجات بعد اجتياز شاخص من الجانب على بعد (١٠) م.

أ- الاختبار البدني: (موفق اسعد محمود، ٢٠٠٩، ص ٤٠)

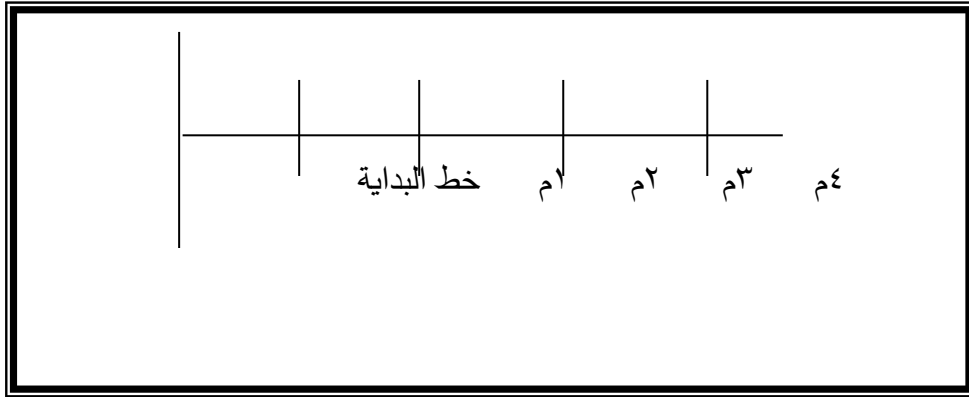
١- اختبار القفز من الثبات.

اسم الاختبار: اختبار القفز من الثبات.

الهدف من الاختبار: القوة الانفجارية للساقين.

الأدوات المستخدمة: شريط قياس ولاصق واستمارة لتسجيل البيانات.

طريقة الأداء: يكون خط البداية بطول ١م ويقف اللاعب خلفه والقدمان متباعدتان قليلاً ومتوازيتان على ان تلامس القدمان خط البداية من الخارج، ويتم قياس المسافة بعد خط البداية وتأشيرها بنقاط تبعد الواحدة عن الأخرى ٥سم، ولطول ٣م، ثم يبدأ اللاعب بمرجحة الذراع للخلف مع الثني بمفصل الركبتين، بعدها يقوم بالقفز للأمام، ويكون القفز بالقدمين سويةً. التسجيل: يقوم اللاعب بأداء محاولتان وتحسب الأفضل، ويتم قياس المسافة من البداية حتى آخر جزء من اللاعب مس الأرض.



شكل (١) يوضح اختبار الوثب العريض من الثبات

ب- الاختبار المهاري:

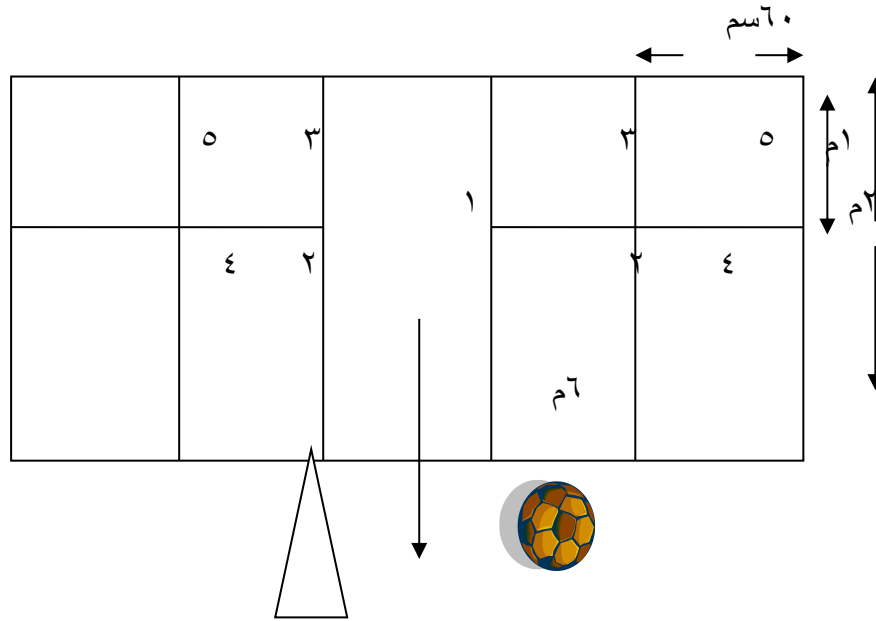
١- اختبار التهديد على الهدف المقسم (وسام شامل كامل ، ٢٠٠٧ ، ص ٨٣)

الهدف من الاختبار: دقة التهديد.

الأدوات المستخدمة: شريط قياس وكرة خاصة بكرة القدم للصالات عدد (٣) وهدف مقسم بواسطة حبال على (٩) أقسام وشاخص واستمارة تسجيل وصافرة.

طريقة الأداء: يقف المختبر على بعد (٦م) من الهدف وعند إعطاء الإشارة يقوم بالتهديد.

التسجيل: تعطى للمختبر (٣) محاولات إذ يتم تسجيل الدرجات حسب الموقع، كما في الشكل (٢).



شكل (٢) يوضح اختبار التهديد على الهدف المقسم

٢- اختبار التهديد على الهدف المقسم بدرجات من بعد اجتياز شاخص على الجانب من بعد

(١٠م) (محمد عبد الله هزاع و مختار احمد اينوبلي ، ب.س ، ص ٢٠٩)

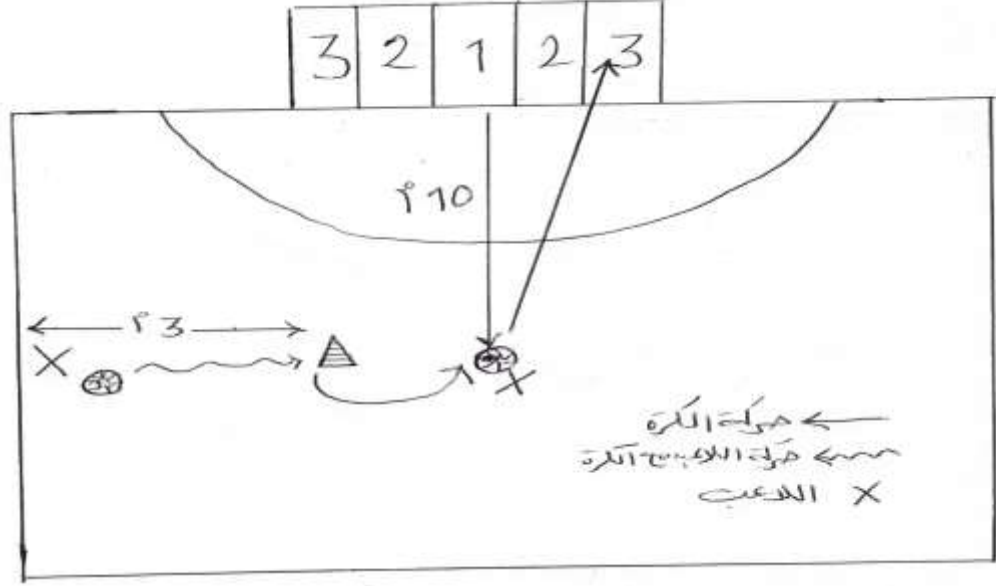
اسم الاختبار: اختبار التهديد على الهدف المقسم بدرجات من بعد اجتياز شاخص على الجانب من بعد (١٠م).

الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديد.

الأدوات المستخدمة: شاخص وكرة خاصة بكرة القدم للصالات والهدف يكون مقسم بالحبال على (٥) أقسام واستمارة لتسجيل البيانات.

طريقة الأداء: يقف المختبر ومعه الكرة عند الخط الجانبي وبمسافة تبعد (٣) م عن شاخص موضوع داخل الملعب وعند سماع الإشارة يقوم باجتياز الشاخص والتهديف باتجاه الهدف المقسم من بعد (١٠) م، وكما موضح بالشكل (٣).

التسجيل: كل مختبر يقوم ب(٣) محاولات وتسجل النقاط حسب القسم الذي تكون فيه الكرة.



شكل (٣) يوضح اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات من بعد اجتياز شاخص على الجانب من بعد (١٠) م

وتم جمع البيانات عن طريق: المصادر العربية والأجنبية، فريق العمل المساعد، الاختبارات والقياس، التجربة الاستطلاعية.

استخدم الباحث الأجهزة والأدوات التالية: كاميرا فيديو نوع كانون صنعت في اليابان، لابتوب نوع (اج بي) صيني الصنع، صافرة (FOX) كندية الصنع، ملعب كرة قدم صالات، شريط قياس معدني بطول (٦) م، شريط لاصق، شواخص مختلفة الأطوال، كرات صالات عدد ٥.

وقام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية للاختبارات في ملعب كرة القدم للصالات في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة جيهان على عينة الاستطلاع البالغة (٤) طلاب تم اختيارهم عشوائياً من ضمن عينة البحث، وكان الهدف من هذه التجربة: (معرفة كل ما هو صعب يواجهه الباحث، وكذلك التعرف على الوقت المستغرق للعمل، ومعرفة العينة وقدرتها على الأداء، وايضاً التعرف على الفريق المساعد وقدرته في العمل).

اما بالنسبة للتجربة الرئيسية فكانت في يوم ٢٠٢٢/٢/١٦.

بعد انتهاء التجربة الرئيسية قام الباحث باستخراج النتائج باستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة وبشكل علمي وسليم.

٣-١ عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

جدول (١) يبين نتائج مصفوفة الارتباط بين الوثب العريض والتهديف من الثبات (٦)م

الاختبار المهاري الاختبار البدني	التهديف من الثبات (٦)م	(R) الجدولية *
٢-الوثب العريض	0.918	0.632

* الدرجة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) وامام درجة حرية (٩)

جدول (٢) يبين نتائج مصفوفة الارتباط بين الوثب العريض والتهديف من الحركة

الاختبار المهاري الاختبار البدني	التهديف من الحركة	(R) الجدولية *
٢-الوثب العريض	0.816	0.632

من خلال ملاحظة الجدول (١) والذي يبين معامل الارتباط بين الوثب العريض والتهديف من الثبات (٦)م نلاحظ ان معامل الارتباط قد بلغ (٠,٩١٨) وكانت القيمة المحتسبة اعلى من الدرجة الجدولية والبالغة (٠,٦٣٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وامام درجة حرية (٩) ولما كانت القيمة المحتسبة اكبر من الدرجة الجدولية دل ذلك على وجود علاقة ارتباط معنوية. وكذلك الحال بالنسبة للجدول رقم (٢) والذي يبين ان قيمة معامل الارتباط بين الوثب العريض والتهديف من الحركة بلغ (٠,٨١٦) وهي اعلى من قيمة الدرجة الجدولية البالغة (٠,٦٣٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) واما درجة حرية (٩) وهذا يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية.

٣-٢ مناقشة النتائج:

يعزو الباحثون وجود الارتباط بين الوثب العريض للقوة الانفجارية والتهديف من الثبات الى وجود الحاجة للقوة الانفجارية في الحالتين اذ عندما يقوم اللاعب بالتهديف من الثبات فهو يستخدم اقصى قوة في اقل زمن ولمرة واحدة وكذلك الحال بالنسبة للوثب العريض إذا يحاول الوصول الى ابعد مسافة من خلال استخدام اقصى قوة في عضلات الرجلين وهذا يفسر وجود معامل ارتباط معنوي قوي بين الناحية البدنية والمهارية وهو الربط الذي أكد عليه الباحث بين الناحيتين البدنية والمهارية.

وكذلك وجود الارتباط بين الوثب العريض للقوة الانفجارية والتهديف من الحركة الى الحاجة للقوة الانفجارية عند عملية التهديف اذ عندما يقوم اللاعب بالتهديف بعد اجتياز الشاخص فإنه يحتاج الى القوة الانفجارية اثناء القيام بالتهديف بأقصى قوة وبأسرع زمن ولمرة واحدة.

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١- وجود ارتباط معنوي بين القوة الانفجارية والتهديف من الثبات والحركة بكرة القدم للصالات. تكامل الأداء عند ربط الناحية البدنية بالناحية المهارية.

٤-٢ التوصيات:

- ١- ضرورة التأكيد على الترابط بين الناحية المهارية والبدنية في التدريب والتمارين بشكل عام.
- ٢- الاهتمام بتدريب القوة بمختلف انواعها لما لها من اهمية في اداء معظم المهارات في كرة القدم للصالات.
- ٣- التأكيد على اهمية التهديف واتقانه لأنه من اهم المهارات على الإطلاق في كرة القدم للصالات.

المصادر

- موفق اسعد محمود. الاختبارات والتكتيك في كرة القدم. ط٢. عمان: دار دجلة، ٢٠٠٩.
- محمد عبد الله هزاع ومختار احمد اينوبلي. المهارات الأساسية بكرة القدم. ب.ط. مطابع صوت الخليج ، ب.س .
- وسام شامل كامل. أثر الجهد البدني على بعض القدرات البدنية الخاصة والمتغيرات البايوكينماتيكية ومستوى اداء مهارة التهديف في خماسي كرة القدم. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٧.