



مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة

<https://mjss.uomustansiriyah.edu.iq/index.php/mjss/index>



تأثير تمرينات بأسلوب التفاضلي في سرعة ودقة الاداء بعض المهارات الاساسية للاعبين الشباب تحت 19 سنة بكرة القدم

جاسم مجيد جوده

الجامعة التقنية الوسطى / الكلية التقنية الادارية - بغداد

sportjm66@mtu.edu.iq

تاريخ الاستلام : 2025/8/8

تاريخ القبول: 2025/8/25

تاريخ النشر : 2025/10/1

Creative Commons Attribution 4.0 International License



هذا العمل مرخص من قبل

ملخص البحث:

يعد التدريب الرياضي عملية تربوية هادفة وموجهة ذات تخطيط علمي لأعداد اللاعبين بمختلف مستوياتهم وحسب امكانياتهم وقدراتهم من كفاءه النواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية والمعرفية للوصول الى اعلى مستوى ممكن المستويات العليا لاحظ اغلب المدربين لهذه الفئة الذين استخدموا أسلوب التدريب التفاضلي سواء من الناحية المهارية في الوحدات التدريبية اليومية او ضمن مناهجهم التدريبية تتم بصورة عشوائية لا تتناسب مع الفئة العمرية مما ادى الى ضعف في ادائهم من ناحية الواجبات في ميدان اللعب وخاصة في منافسات يهدف البحث اعداد تمرينات بأسلوب لتفاضلي لتطوير سرعة ودقة الاداء بعض المهارات الاساسية للاعبين الشباب تحت 19 سنة بكرة القدم تعرف على تأثير اسلوب التفاضلي في سرعة ودقة الاداء بعض المهارات الاساسية للاعبين الشباب تحت 19 سنة بكرة القدم اما فرضيات توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلة والبعدى للمجموعات التجريبية ولصالح الاختبارات البعدى توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية وتحدد المجال البشري اللاعب نادي الشرطة فئة شباب بأعمار دون (19) سنة اما المجال الزمني 2025/5/1 ولغاية 2025/8/1 في حين كان المجال المكاني : ملعب نادي لشرطة الرياضي . واستخدم الباحث المنهج التجريبي وتكونت عينة البحث من (20) لاعبا من نادي الشرطة الرياضي لفئة الشباب وقام الباحث بتطبيق الاختبارات والمهارية والخططية بلعبة كرة القدم وتم تقسيم اللاعبين للمجموعتين (10) اللاعب لمجموعة تجريبية (10) اللاعب لمجموعة التجريبية والضابطة واستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) لحصول على نتائج واستنتج الباحث. 1-التمرينات بأسلوب التفاضلي اثر ايجابي من الناحية المهارية والتي طورت سرعة ودقة الاداء للاعبين الشباب لكرة القدم 2 -ادت التمرينات بأسلوب التفاضلي التي استخدمها الى التطوير اتقان اللاعبين على ودقة السرعة التهديف لقدرة القوة المميزة السرعة لرجلين وتسهيل عملية التهديف .اما التوصيات 1-تأكيد استخدام تمرينات بأسلوب التفاضلي واعطائها الاهمية الكبيرة في مناهجهم ووحداتهم اليومية في الاعداد الخاص والمنافسات لفئات العمرية بكرة القدم تطوير سرعة ودقة الاداء

2-التركيز على تطوير القدرات المهارية التي تعبر مفتاح الاساسي في بناء تطوير الاداء اثناء المباراة
الكلمات المفتاحية: المتغيرات المهارية الاساسية. الدرجة. الاستقبال والتهديف. سرعة دقة الاداء.

The effect of differential training on the speed and accuracy of some basic skills of young football players under 19 years old, Middle Technical Dr. Jassim Majeed Jodah

Jassim Majeed Jodah
Middle technical, Technical College of management, Baghdad
sportjm66@mtu.edu.iq

ABSTRACT

Sports training is a purposeful, directed, and scientifically planned educational process for preparing players at various levels, according to their potential and capabilities in all physical and skill aspects, to reach the highest possible level. Through the researcher's experience as a player and a coach, he noted that most coaches for this category do not use the differential training method in daily training sessions or within their training curricula. This is done haphazardly, inconsistently with the age group, leading to poor performance in terms of accuracy, especially on the field of play. The research aims to develop exercises using the differential method for speed and accuracy of some basic skills for young football players under 19 years of age, and to identify the effect of the differential method on the speed and accuracy of some basic skills for young football players under 19 years of age. As for the hypotheses, there are statistically significant differences between the results of the pre- and post-tests for the experimental groups, in favor of the post-tests. There are statistically significant differences between the post-tests for the experimental and control groups, in favor of the experimental group. The human domain is defined as the players of the Police Club, a youth category under 19 years of age. As for the time domain, from May 1, 2025, to August 1, 2025, the study area was the Police Sports Club stadium. The researcher used the experimental approach, and the research sample consisted of 20 players from the Police Sports Club, youth category. The researcher administered tests to the experimental and control groups. The researcher used the statistical package (SPSS) to obtain the results and conclusions Differential training had a positive impact on the skill level, developing the speed and accuracy of performance for youth soccer players . Differential training, which he used, led to the development of the players' proficiency in speed and accuracy, scoring, and the ability to distinguish the strength and speed of the two men, facilitating the scoring process Emphasize the use of differential exercises and give them significant importance in their curricula and daily units, in special preparation and competitions for age groups in football, and develop the attack. Focus on developing technical abilities, which are the key to building accurate performance during the match.

Keywords: Basic skill variables. Dribbling. Receiving and scoring. Speed and accuracy of performance

1 – التعريف بالبحث

1-1 مقدمة اهمية البحث

يعتبر التدريب الرياضي عملية تربية هادفة وموجهة ذا تخطيط علمي لأعداد للاعبين بمختلف مستوياتهم وحسب امكانياتهم وقدراتهم من كافة النواحي مهارية للوصول الى اعلى مستوى من المستويات العليا. تعد كرة القدم من الالعاب اكثر شعبية في العام وتعتمد طبيعة كرة القدم على درجة كفاءة اللاعب اثناء لأداء من اهم مميزات اللعب الحديث هو الدقة والسرعة في تنفيذ الاداء المهاري وصولا الى الفهم العالي لسرعة الاداء اللاعبين الامر الذي يتطلب الاهتمام بوسائل التدريب الحديث ومنها الاسلوب التدريب التفاضلي كأحد وسائل التدريب الحديث في كرة قدم وصولا الى تحسين مستوى اللاعب وفق متطلبات اللعب ونظرا لزيادة مساحات الملعب فان هذا يتطلب من اللاعب متطلبات بدنية عالية تمكنه من املاء الملعب بسرعة ويحتاج الى مواقف اللعب منه ذلك سواء كانت هذا المواقف هجومية كما ان موقع اللاعب ومركزه ضمن الفريق يضع عليه متطلبات حركية معينة وتتميز طبيعة الأداء المباراة في كرة القدم وان طريقة اداء اللاعب والحركة وطبيعة الاحتفاظ بكرة داخل ميدان اللعب وتغيير وفقا لمواقف اللعب وتغييرها كما تكون طبيعة انتقال وحركة واتجاه ومقدار قوة وفقا لما يقابله اللاعب في الاحتفاظ على سرعة ودقة الاداء اثناء اللعب وهذا بوجود كفاءة اللاعب ونواحي الهجومية تتميز باللعب السريع ولشمولية في استغلال مراكز اللعب واكثر من مهمة اداء الواجبات في اثناء التدريب والمنافسة وحسب ما يتطلبه مواقف اللعب وهذا يحتاج الى اتقان ومميزات خاصة تتوافر لدى اللاعبين كجانب فردي تستخدم لتطوير سرعة ودقة التهديف فيما يخص اداء المهارات الاساسية لهذه اللعب ونظرا الى اختلاف نوعية الاداء في ميدان اللعب بكرة القدم وارتباط بمراكز اللعب وتشكيل خطوط اللعب وطرق اللعب الفردي في اطارها الجماعي .

1-2 مشكلة البحث

من اهم الاسس العلمية في تحديد اتجاهات التدريب واهدافه تحديد الصفات المهارية السائدة في اداء اللعبة كرة القدم ايجاد وسائل التدريب المناسبة لتطويرها طول الفترة المباراة واستخدام مختلف المهارات لحفاظ على مستواهم وهذا يتطلب استخدام وسائل متطورة تواكب التطور الحاصل في كرة القدم كأسلوب التدريب التفاضلي و من خلال مسيرتي في مجال كرة القدم لاعبا ومدربا ومديرا فني ومتخصص لفئات العمرية ومشاهدة وحدات تدريبي لفرق الشباب لاحظ اغلب المدربين لهذه الفئة ان استخدام اسلوب التدريب التفاضلي معتمدين سواء من ناحية خبراتهم العملية في الوحدات التدريبية اليومية او ضمن مناهجهم التدريبية تتم بصورة عشوائية لا تتناسب مع هذه الفئة في الايقاع من الاداء لا يحاكي حادثة وايقاع كرة القدم العالمية وعلى هذا الاساس لابد ان يكون التدريبات والتمرينات المستخدمة تمتاز بدقة وسرعة الاداء تلك التمرينات الاعتماد على الاسلوب وفق مستويات علمية دقيقة لرفع امكانياتهم مما يساعد اللاعب على تطوير مهاراته

الاساسية ولا سيما في ميدان اللعب وخاصة في مباراة الدوري وقدرتهم على التركيز وعدم فقدان السيطرة على الكرة التي تسبب اللعب العشوائية في المباراة بسبب عدم اعتمادهم على هذا اسلوب التفاضلي في تدريبياتهم والذي يؤثر على مستوياتهم داخل ميدان اللعب وعدم قدرتهم ضبط سرعة الاداء و مدى تأثير على بعض مواقف المباراة اذ ان تطوير اللاعبين يؤثر على دقة اللاعب واستثمار امكاناتهم في اللعب والذي يعتمد على مهارات الاساسية التي تكون مشابهة المواقف اللعب.

1-3 اهداف البحث :

- 1- اعداد تمرينات بأسلوب التفاضلي تأثير تمرينات بأسلوب التفاضلي لتطوير سرعة ودقة الاداء بعض المهارات الاساسية للاعبين الشباب تحت 19 سنة بكرة القدم.
- 2- تعرف على تأثير بأسلوب التفاضلي تأثير تمرينات بأسلوب التفاضلي في سرعة ودقة الاداء بعض المهارات الاساسية للاعبين الشباب تحت 19 سنة بكرة القدم.
- 4-1 فرضية البحث

في ضوء أهداف البحث يفترض الباحث :

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبارات البعدي .
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.
- 1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبي ناديا الشرطة الرياضي بكرة القدم والبالغ عدده (20) لاعبا بأعمار (دون 19 سنة)

- 1-5-2 المجال الزمني 2025/5/1 – 2025/8/1

- 1-5-3 المجال المكاني : ملعب نادي الشرطة الرياضي الكائن في شارع فلسطين .

الفصل الثاني

1- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

اختار الباحث المنهج التجريبي بما يتناسب وحل المشكلة المراد بحثها بأسلوب التصميم المجموعتين (الضابطة والتجريبي) ذات الاختبار القبلي والبعدي تعد المنهجية ذات أهمية في البحوث العلمية أذ أن قيمة البحث ونتائجه ترتبط ارتباطا وثيقا الذي يتبعه الباحث واستخدم المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة مطابق لطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينة .

تعدُّ عملية اختيار عينة البحث ولجمع البيانات والمعلومات وكثيراً ما يلجأ الباحث إلى تحديد مجتمع بحثه بناءً على الظاهرة أو المشكلة التي يختار لبحثه أي أن يختار الباحث عينة من اللاعبين نادي الشرطة لفئة الشباب ضمن (الاعداد الخاص) بلغ العدد الكلي (20) لاعب تم اختارهم تمثل المجتمع الأصلي الذي يقوم بدراسته تمثيلاً صادقاً وتم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة والتجريبية كما قام بعمل التجانس والتكافؤ بين مجموعتي البحث في الصفات المهارية والخطية قيد الدراسة فضلا عن المهارات الاساسية وطبقت المجموعة التجريبية تمرينات باستخدام التفاضلي على بعض المتغيرات المهارية الخطية وتأثر على الهجوم الجماعي

2-3 تجانس وتكافؤ عينة البحث

ان الامور المهمة التي يجب ان يتبعها الباحث هو ضبط المتغيرات وارجاع الفرق الى العامل التجريبي ولغرض من تجانس المجموعتين (الضابطة والتجريبية) لأفراد العينة يتم اجراء الباحث التجانس للمجموعتين على الرغم من العينة المختارة من فئة عمرية واحدة (بأعمار دون 19 سنة) من خلال موازنة وتحليل البيانات المعنية الاختبارات الاولى للعينة.

جدول رقم (1) يبين تجانس العينة في متغيرات الطول والوزن والعمر

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	الدلالة
1	الطول	سم	168	7,44	0,73	عشوائي
2	الكتلة	كغم	64,88	464	0,44	عشوائي
3	العمر	سنة	18,5	2,33	0,53	عشوائي

2-3 الادوات والوسائل والاجهزة المستخدمة في البحث :

استخدم الباحث بعض الادوات والوسائل التي تساعد الباحث في انجاء التجربة واكمال البحث .

2-3-1 ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات :

المقابلات الشخصية

- فريق العمل المساعد
- استمارة جمع المعلومات
- ادوات مكتبة وقرطاسية مختلفة.
- =شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)

2-3-2 الاجهزة المستخدمة بالبحث:

- 1- ملعب كرة القدم
- 2-ساعة توقيت
- 3- شواخص مختلفة الارتفاع .
- 4- كرة القدم
- 5- صافرة
- 6- كامرا
- 7-شريط قياس
- 8 -بورك

2-4- الاختبارات المهارية .

1- الاختبار الاستقبال والتمرير باتجاهين مختلفين

الاختبار : قياس سرعة ودقة الاستقبال والتمرير

الادوات المستخدمة:

-كرة القدم -شريط قياس -اصباغ ترابية نوع (spray-) مسطرة بطول 1م لتحديد منطقة الاستقبال (الاخماد)- مرمى صغير عدد2 طول الضلع 60سم×60سم - ساعة توقيت

= طريقة الاداء

يقف اللاعب على خط منطقة الاستقبال والتي تبعد من الممر مسافة ل(8) جهتي اليمينة واليسرى وبعد سمع . اشارة البدء يمرر المجهاز الكرة ارضية من جهة اليمينة باتجاه منطقة الاستقبال يتقدم اللاعب الى داخل المنطقة الاستقبال الكرة باي جزء من القدم وتوجيهها باتجاه منطقة التمرير ومن ثم يقوم بتمرير الكرة باتجاه المرمى (1) وفي المحاولة الثانية يقوم بتمرير الكرة الى المرمى (2) وهكذا بالتتابع المرمى(1) ثم (2) الى ان يكمل المحاولات الاربع الاولى وبعد يؤدي المختبرين جميعهم المحاولات الاربع الثانية ابتداء من الجهة الاخرى وبالطريقة نفسها المؤدات في المحاولات (4) .

- موقع المرمى (1) باتجاه اليمين بزاوية (20) درجة من الخط لمنطقة الاستقبال وتبعد مسافة (10) عن نقطة الاستقبال

- موقع المرمى (2) باتجاه اليسار بزاوية (20) درجة مع الخط لمنطقة الاستقبال وتبعد مسافة (10) عن نقطة الاستقبال .

الاداء:

- ينبغي ان استقبال الكرة لمنطقة المحددة للاستقبال

- يؤدي الاختبار عن طريق استقبال الكرة والتمرير باتجاه المرمى (1) ثم (2) ثم (1) ثم (2) حسب التسلسل

- على المختبر ان يؤدي مهارتي الاستقبال والتمرير بأسرع زقت ممكن

- طريقة التسجيل :

- يعطي للمختبر (6) محاولات بواقع ثلاثة محاولات من كل جهة

- تحتسب للاعب درجة (1) للاستقبال الناجح

- تحتسب للاعب (صفر) درجات للاستقبال الخاطئ

- تحتسب للمختبر درجة (1) للتمرير الناجح

- تحتسب للمختبر (صفر) درجات التمرير الخاطئ

2- اختبار الدرجة بالكرة بين الشواخص المتعرجة والتمرير باتجاهات

- الاختبار: الدرجة بالكرة بين الشواخص المتعرجة والتمرير باتجاهات.

الاختبار : قياس سرعة ودقة الدحرجة بالكرة والتمرير

الادوات : كرة قدم- شريط قياس – شريط لاصق ملون – اصباغ ترابييه ملونه- صفاره عدد2- مسطرة قياس (1.5م) لتحديد منطقة التمرير- مرمى صغير عدد3 طول ضلع 60سم $\times$ 60سم – ساعة إيقاف- شواخص $\times$ عدد 6توضع في خط متعرج المسافة بين الشواخص و اخر طولاً (1) والمسافة القطرية (1.5م) بزاوية (40) والمسافة خط البدء واول شاخص 1م والمسافة بين نقطة التمرير نهاية شاخص (1) م

-طريقة الاداء

يقف اللاعب وبحوزته الكرة خلف خط البداية الذي يبعد المسافة (10) م عن منطقة اداء التمرير وبعد اعطاء اشارة البدء يقوم المختبر بدحرجة الكرة بين الشواخص المتعرجة حتى الوصول الى منطقة التمرير ليقوم بتمرير الكرة باتجاه المرمى (1) يعود ليؤدي المحاولة الثانية على المرمى (2) ثم يؤدي المحاولة الثالثة على المرمى (3) موقع المرمى رقم (2) امام منطقة التمرير بمسافة (10) م نقطة المرمى رقم (1) باتجاه قطري بزاوية (4.5) درجة يمين المرمى رقم (2) ويبعد مسافة (10) م عن منطقة التمرير موقع المرمى رقم (3) باتجاه قطري بزاوية (4.5) درجة يسار المرمى رقم (2) ويبعد مسافة (10) م عن منطقة التمرير

-شروط الاداء

-اذا خرجت الكرة من سيطرة اللاعب اثناء الاداء مهارة الدحرجة او اسقط احد الشواخص يعطي للاعب (صفر) درجة لدقة الدحرجة.
-ينبغي ان يتم اداء مهارة التمرير ضمن منطقة المحددة لها .
-على المختبر ان تؤدي الاختبار بأسرع وقت ممكن.

- التسجيل :

-يعطي اللاعب (3) محاولات
-تحتسب للاعب درجة (1) دحرجة الناجحة
-تحتسب للاعب (صفر) درجة اذا خرجت الكرة من السيطرة اللاعب عنده تنفيذ الدحرجة او اسقط احد الشواخص
-تحتسب درجة (1) للتمرير الناجح
- تحتسب للاعب (صفر) درجات للتمرير الخاطئ.

3-اختبار استقبال الكرة والتهديف**الاختبار : قياس سرعة ودقة الاستقبال الكرة والتهديف.**

الادوات المستخدمة : كرة القدم د4- شريط قياس – صفارة عدد1-اصباغ ترابية نوع (spray) مسطرة قياسها (1,5) لتحديد منطقة الاستقبال- مرمى قانوني (2,44 $\times$ 7.32) م مقسم ثلاثة مناطق عدد(1) – شريط مطاط (لاستيك تدريب) لتحديد مناطق التهديف – ساعة إيقاف

وصف الاداء

يقف للاعب خلف منطقة الاستقبال رقم (1) والتي تجدد بوساطة نقطة لقاء (6) م يمين ويسار المرمى مع (16,5) م امام خط المرمى مما يمثل مسافة قطرية بين منطقة الاستقبال والمرمى وبعد اعطاء اشارة البدء يلعب المجهز الكرة ارضية باتجاه منطقة الاستقبال رقم (1) يحاول المختبر استقبال الكرة ثم يقوم بالتهديف عكس اتجاه نحو المرمى في المناطق المشرة حسب اهميتها وصعوبتها يؤدي المختبرين جميعهم محاولتين بالتتابع ثم يؤدي المختبرين جميعهم محاولتين اخيرتين من منطقة الاستقبال رقم (2) علما بان موقع المرسل المجهز يكون امام المرمى ويتوسط منطقتي الاستقبال رقم (1) ورقم (2) ويبعد عن كل منطقة استقبال.

شروط الاداء

- ينبغي ان يتم استقبال الكرة ضمن منطقة المحددة لها
- ينبغي اداء مهارة التهديف ضمن مناطق المحددة للاستقبال
- على للاعب تأدية مهارتي الاستقبال والتهديف بأقصى سرعة ممكن

- طريقة التسجيل

- يعطي للاعب (4) محاولات محاولتين من جهة
- تحتسب للاعب درجة (1) للاستقبال الناجح في كل محاولة
- تحتسب للاعب درجة (صفر) للاستقبال الخاطئ
- تحتسب درجة (3) في حالة التهديف في مجال رقم (3)
- تحتسب درجة (2) في حالة التهديف في مجال رقم (2)
- تحتسب درجة (1) اذا مست الكرة احد القائمين او العارضة
- تحتسب للاعب (صفر) درجة اذا خرجت الكرة خارج حدود المرمى.

2-5 الاسس العلمية للاختبارات -**1- الصدق**

بما ان لباحث قد عرض الاختبارات التي تقيس اداء المهارات قيد الدراسة على مجموعة من الخبراء لغرض اختبار اهمها لقياس الصفات قيد الدراسة وعند استلام اجابات الخبراء واستخرج نسبة الاتفاق فيما بينهم على هذه الاختبارات فقد حصل الباحث على صدق المحتوى (المضمون) الذي يعبر عن مفردات الاختبار تعبر تعبيراً صادقاً عن الظاهر المراد قياسها (ان صدق الاختبار يعتمد على مدى قياس الاختبار للمهارة او الصفة المطلوب قياسها فالمقياس يعد صادقاً عندما يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها بما ان معامل الصدق يتوقف على معامل الثبات اذ ان الاختبار الذي يتميز بالثبات عالي يتميز بصدق عالي

3- الثبات

يقصد بثبات الاختبار الاتساق في النتائج اذ يعد الاختبار ثابتا اذا حصلنا منه على نفس النتائج عند اعادة تطبيقه على نفس الافراد وفي ظل نفس الظروف وقد استخدم الباحث طريقة الاختبار واعادة الاختبار بفواصل زمني قدوة 7 ايام اذ طبق الاختبار بتاريخ (3/5/2025) وتمت اعادة الاختبار (10/5/2025) بعد معالجة النتائج احصائيا تبين الاختبارات المستخدمة تتمتع بدرجة ثبات عالية

3-الموضوعية :-

تعد الموضوعية من اهم صفات البحث الجيد الموضوعية بالظاهرة التي اعد الاختبار لقياسها كما يجب ان يكون هناك فهم كامل من جميع المختبرين بما سيؤديه وقد حسب الباحث الموضوعية عن طريق (الارتباط بين درجات اثنين من المحكمين يقومان بوضع الدرجات لمجموعة واحدة من الافراد وفي نفس الوقت) وذلك عند تطبيق الاختبارات للمرة الثانية اذ دلت النتائج بعد معالجتها احصائيا على جميع الاختبارات تتمتع بموضوعية عالية .

2-6التجربة الاستطلاعية :

اجريت التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (6) اللاعب من شباب نادي النفط الرياضي من اندية الكروي من محافظة بغداد وقد تمت الاختبارات بتاريخ 11/5/2025 في تمام الساعة الرابعة عصرا وعلى ملعب نادي النفط الرياضي , وذلك المعرفة الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبارات , وصعوبة التي قد يواجه الباحث ومعرفة امكانية فريق العمل المساعد على كيفية استعمال الاجهزة والادوات فضلا عن زمن الذي يستغرقه الاختبارات.

2-7 اجراءات التجربة الرئيسية :

2-7-1 الاختبار القبلي

قام الباحث بمساعد فريق العمل بتطبيق الاختبارات المهارية لسرعة ودقة الاداء للاعبين على عينة البحث الرئيسة والبالغ (20) لاعب وذلك في تمام الساعة الرابعة عصرا يوم الاثنين المصادف 12/5/2025 على ملعب نادي الشرطة الرياضي باستخدام اختبار (ت) للعينات الغير مترابطة .

2-7-2 المنهج التدريبي:

قام الباحث بأعداد تمرينات اسلوب التدريب التفاضلي بعد الانتهاء الاختبارات القبلي استخدم منهج ضمن الاعداد الخاص على عينة البحث موزعة على (30) وحدة تدريبية ولمدة (10) اسابيع بواقع ثلاثة وحدات تدريبية من 12/5/2025 الى 25/7/2025 من القسم الرئيسي للوحدة وكان الفترة (45) دقيقة وهي مدة كافية الاحداث تغييرات في تنفيذ حركات واضاع الجسم طبقها الباحث على عينة البحث التجريبية معتمدا على علم التدريب الرياضي خاصة بالتمرينات بكرة القدم فضلا عن اراء الخبراء والمختصين في مجال التدريب واخذ بعين الاعتبار على مبدا التعصيب التمرينات كوسيلة زيادة الشدة في الاداء والتدرج من

السهل الى الصعوبة ضمن المنهج المعد من قبل الباحث في بدء بالتنفيذ التمرينات وصولا الى زيادة قدرة وامكانية اللاعبين واطهار مستوياتهم على الاداء اثناء المباراة .

2-7-3 الاختبارات البعدية :

قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية يوم الخميس 2025/7/26 على عينة البحث واعتمده الباحث التمرينات بأسلوب التدريبي التفاضلي الذي يهدف الى تحسين الاداء من خلال تنويع الكبير في الحركات والمهام مع التركيز على النكيف في المواقف المختلفة بدلا التكرارات الروتينية كما يركز هذا الاسلوب على تطوير قدرة اللاعبين على التغييرات غير متوقعة في الاداء مما يجعله اكثر مرونة على التعامل مع المواقف المخلفة التي تؤدي بطريقة مشابهة الاداء المهارات المباراة فضلا اذ استخدام التدرج من السهل الى الصعب وصولا الشدة 90% .

2-8 الوسائل الاحصائية : استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (spss) لمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها .

- 1-الوسط الحسابية
- 2- الانحراف معياري
- 3-معامل ارتباط البسيط (بيرسون)
- 4- اختبارات (ت) للعينات المستقلة
- 5-اختبارات العينات المتناظرة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

مفصلا الاختبارات جميعها والنتائج خلال الاجراءات التطبيقية التي قام بها الباحث بالتوصل الى النتائج التي تم معالجتها بجداول الاحصائية وفقا لترتيب الاهداف وفروض ومن ثم مناقشتها في ضوء الاطار المرجعي

3-1 عرض نتائج وتحليلها

عرض الاوساط الحسابية والانحراف المعيارية وقيمة (ت) المحسوبية ومستوى الدلالة للاختبارات لقبلية والبعدية الاختبارات مهارية قيد الدراسة لأفراد عينة البحث

جدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية لمتغيرات المهارية للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحده القياس	الاختبارات القبلية س ع	الاختبارات البعدية س ع	الخطأ المعياري	قيمة t المحسوبية	Sig
الاختبار الاستقبال والتمرير باتجاهين مختلفين	د/ثا	13,22	0,887	12,5	0,461	0,98
اختبار الدرجة بالكرة بين الشواخص المتعرجة والتمرير باتجاهات	د/ثا	12,29	0,68	11,13	0,16	0,046
اختبار استقبال الكرة والتهديف	د/ثا	3,9	0,286	2,7	0,218	0,066

من الجدول (2) نجد ان مستوى الدلالة اصغر و يساوي عند درجة حرية (15) ومستوى دلالة (0,05) مما يدل على معنوي الفروق ولصالح الاختبارات البعدي

مناقشة نتائج الاختبار من خلال العرض والتحليل لنتائج لقد ظهرت فروق معنوية في اختبارات المهارية الاختبار القبلي المجموعة التجريبية رغم اختلاف التمرينات في المجموعتين مما يدل على حدوث تطور لهذا المتغير الاختبار الاستقبال والتمرير باتجاهين مختلفين بعد التجربة الرئيسية ويعزو الباحث التطور الحاصل بالنسبة لمجموعة الضابطة الى منهج المدرب الذي اعده الامر الذي يعمل على تطور بمستوى بسيطة اللاعب معتمدا على خبراته في مجال تدريب وبما ان كرة القدم تحتاج لي هذه المهارات الاساسية لرفع مستوى الاداء وتجعل اللاعب يكتسب قدرة على الركض بالكرة و ثم التهديف وما بخصوص التطور الحاصل في المجموعة التجريبية يعزو الباحث هذا التطور الى استخدام تمرينات المستخدمة هو الاسلوب التفاضلي الذي اعدّها الباحث من خلال الاستمرار بعملية التدريب المنظمة بشكل علمي والتي تمكن اللاعب من تحسين مستواه اذا اتصفت هذه التمرينات بالعلمية "(عثمان محمد : 2000) وان التنوع بالتمرينات وتنظيمها بأوضاع مختلفة غير تقليدي يؤثر ايجابيا في الجانب النفسي واستعداد اللاعبين مما يبعث روح المرح والسرور في نفوسهم فضلا عن التحدي والتنافس بينهم. واستخدام تقنين مكونات الحمل التدريبي وبما ان لعبة كرة القدم تستوجب من اللاعب القيام بحركات مختلفة ومتنوعة طوال زمن المباراة لغرض اتقان المهارة التهديف "(عبدالقادر وينل : 2020) وهذه التمرينات ساعدت افراد عينة البحث على التطور التي يستفيد منها اللاعب اثناء اداء مما اثرت ايجابا على تحسين مستواهم من خلال تحسين هذه مهارات الاساسية. والتي تأتي باستخدام تقنيين التمرينات بواسطة اداء اثناء المباراة وتتميز صفة اختبار استقبال الكرة والتهديف التي تؤدي الى تثبيت الاداء الصحيح بسرعة وترفع قابلية اللاعب المهارية واتقان مهارة الجري بالكرة و ثم التهديف في المباراة

3-2- عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعديّة لأفراد العينة البحث ومناقشتها

جدول (3) يبين المعالم الاحصائية وقيمه (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات القبلية للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحده القياس	الاختبارات القبلية س ع	الاختبارات البعديّة س ع	الخطأ المعياري	قيمة T المحسوبة	Sig
الاختبار الاستقبال والتمرير باتجاهين مختلفين	د/ثا	14,8	0,75	14,01	0,63	0,000
اختبار الدرجة بالكرة بين الشواخص المتعرجة والتمرير باتجاهات	د/ثا	14,7	1,03	13,49	0,44	0,01
اختبار استقبال الكرة والتهديف	د/ثا	3,87	0,46	3,66	0,33	0,04

من الجدول (3) نجد ان مستوى الدلالة اصغر و يساوي عند درجة حرية (15) ومستوى دلالة (0,05) مما يدل على معنوي الفروق ولصالح الاختبارات البعدية

مناقشة نتائج الاختبار من خلال العرض والتحليل لنتائج الاختبار ظهرت فروق معنوية بين الاختبارات الاختبار الاستقبال والتمرير باتجاهين مختلفين واختبار الدرجة بالكرة بين الشواخص المتعرجة والتمرير باتجاهات اختبار استقبال الكرة والتهديف القبلي – البعدي ولصالح الاختبار البعدي ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة رغم اختلاف التمرينات المعطاة بين المجموعتين اذ ظهر تطور في الاختبار البعدي لمجموعتين التجريبية والضابطة . ويعزو الباحث هذا التطور في المجموعة الضابطة الى منهج المدرب من اذ الاستمرار بالتدريب الذي يؤدي الى تحسين المستوى مهاري للاعب اذ يحتاج منهج المدرب الى تحسين مستوى اللاعب لرفع كفاءته اما المجموعة التجريبية يعود التطور الى منهج الباحث الذي يعتمد على التطور في علم التدريب لتركيز بأداء سريع الذي ادى الى خلق حالة اتقانه الجوانب المهارية والخطية لدى اللاعبين الذي اعد بدقة متنائية ومقننة بما يتلاءم مع "موفق مولى وجبار رحيمة (2017) خصوصية لعبة كرة القدم لو استطاع المدرب الوقوف على التوقيت الزمني السليم لحدوث استعادة الشفاء استطاع رفع الزيادة التدريجية في حمل التدريب ضمن الايقاع التدريبي لمستوى المهاري وجود تطور ملحوظ في متغير الاختبارات المهارية لمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبارات البعدية. ويعزو الباحث هذا التطور المجموعة التجريبية يعود التطور الى التركيز انتظام في التمرينات بأسلوب التفاضلي وهو ما احدث التغيرات ذهنيا لدى اللاعب وتحسين بأداء سريع وبشدة اقل من القصوى الامر الذي ادى الى السرعة في تنفيذ التمرينات وفق اسس علمية " (منصور محمد: 2019) وهذا ما تتطلب لعبة كرة القدم بالأداء السريع فضلا عن المنهج المعد من قبل الباحث الذي اعد معتمدا على العلوم التربوية رياضية وعلم التدريب الحديث وباقي العلوم الاخرى وبدقة متنائية ومقننة بما يتلاءم مع خصوصية لعبة كرة القدم . وهذا اسلوب التدريب في الاختبارات البعدية الى فاعلية التمرينات التي اعده الباحث وفق مستوى علمي و دقيق الذي عمل على تحسين كفاءه اداء اللاعبين في المجموعة التجريبية والتي تضمنت تلك التمرينات التي تعمل على مساعد اللاعب بحفاظ على الصفات البدنية " من شأنها تعمل على تحسين مستوى اللاعب المهاري والخطي كما ان الباحث عمد ان تكون التمرينات بأسلوب التدريب التفاضلي مواكبة للتطور الحاصل في لعبة كرة القدم على وفق الجوانب المختلفة والاساليب الحديث المتسمة بالسرعة والدقة في اتخاذ القرار المناسب والتي تخدم اهداف المهارية معتمدا على جوانب مهارية وخطي فضلا على سرعة الاداء الحركي اذا التمارين المصممة من لدن الباحث راعى فيها الاداء الفعلي لجانب المهاري الذي يخدم الجانب الخطي عند الهجوم الفردي والجماعي وهي الفترة التي يكون فيها الكرة تحت سيطرة اللاعب لتخلص من المواقف للعب والذي يتطلب اداء مهاريا جيد للمحافظة على الحيازة بالكرة من خلال الاستلام والدرجة والتمرير انتهاء بمرحلة التهديف.

3-3- عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية لإفراد العينة البحث ومناقشتها

جدول (4) يبين المعالم الاحصائية وقيمته (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لاختبارات المهارية

المتغيرات	وحده القياس	الاختبارات القبلية		الاختبارات البعدية		الخطأ المعياري	قيمة t المحسوبة	Sig	نوع الدلالة
الاختبار الاستقبال والتمرير باتجاهين مختلفين	د/ثا	12,15	0,461	14,01	0,63	0,195	2,47	0,019	معنوي
اختبار الدرجة بالكرة بين الشواخص المتعرجة والتمرير باتجاهات	د/ثا	11,29	0,693	12,04	0,44	0.205	5,04	0,000	معنوي
اختبار استقبال الكرة والتهديف	د/ثا	3,7	0,298	3,1	0,3	0,105	3,6	0,001	معنوي

من الجدول (4) نجد ان مستوى الدلالة اصغر و يساوي عند درجة حرية (15) ومستوى دلالة (0,05) مما يدل على ان الفروق ولصالح الاختبارات البعدية

مناقشة الاختبارات من خلال العرض والتحليل لنتائج الاختبارات والمبينة في الجدول (4) ظهرت فروق معنوية ذات دلالة احصائية مما يدل على وجود تطور واضح في تحمل الاداء المهاري للاعبين ويعزو الباحث سبب هذا التطور الى سببين السبب الاول وطبيعة التمرينات المعدة في المنهج من الباحث استخدام طريقة تدريبية ساعدة على تطويرها وهي تمرينات بأسلوب التدريب التفاضلي ضمن اسس عملية ومراعاة لاستيعاب التكتيك حسب نوع الرياضة الممارسة من خلال العرض والتحليل لنتائج الجانبي لقد ظهرت فروق معنوية بين اختبارات المهاري والخططي الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة رغم اختلاف التمرينات في المجموعتين ما يدل على حدوث تطور لهذا المتغير بعد التجربة الرئيسية ويعزو الباحث التطور الحاصل لمتغير بالنسبة لمجموعة الضابطة الى منهج المدرب الذي اعده ضمن منهجه الامر الذي يعمل على تطور مستوى اللاعب وبما ان كرة القدم تحتاج لي هذه المهارات الاساسية تبعا لاختلاف ظروف وحالات ومتغيرات اللعب بكرة القدم مبنيا المجموعة التجريبية يعزو الباحث هذا التطور الى استخدام تمرينات بأسلوب التفاضلي الذي اعدها الباحث من خلال الاستمرار بعملية التدريب المنظمة بشكل علمي لتحسين في الاداء ويكتسب اللاعب القدرة على اختبار استقبال الكرة والتهديف وباقي الاختبارات " (عبدالله اللامي : 2004) وهذه التمرينات ساعدت افراد عينة البحث على التطور التي يستفيد منها اللاعب اثناء اداءه في مباراة مما اثرت ايجابا على تحسين مستواهم والتي تأتي باستخدام تمرينات

بتقنين الاسلوب التفاضلي الذي ادى الى تطور اداء اللاعبين وكثيرا هذا ما يميز بها التهديد الى تثبيت الاداء الصحيح بسرعة وترفع قابلية اللاعب المهارية من خلال زيارة الجوانب المهارية لان التهديد يحتاج الى دقة والسرعة يرى الباحث ان التطور الحاصل في الاداء المهاري والخططي هو نتيجة التمرينات المعدة من قبل الباحث ساهمت في رفع قابليات اللاعبين يرى الباحث بان ثبات المستوى او تطوره يعود بدرجة الاساس الى التمرينات للمجموعة التجريبية وتكرارها واجرائها في ظروف مشابهة لمتطلبات اللعب ساهمت جميعها في منح الثقة بالنفس واتقان المهارات وتنفيذ لا الصورة المطلوبة " (كاظم الربيعي 2017) اذ لا تتوقف اهمية تطوير الفردي المهارات في مخطط جملة مهارية انما لامر تتعدى ذلك يودي الى زيادة مقدرة اللاعب مهاريا وعلى الابداع لينتج الاداء المناسب مع مواقف والمتطلبات الموجودة في اثناء المباراة "(مفتي ابراهيم : 2012) مما ادى الى تحسين امكانيات اللاعبين على تحمل الاداء الخططي في مباراة والذي يصعب على المنافس مجاراته وبما ان لعبة كرة القدم تحتاج الى رفع مستوى مهارية اللاعبين الاستمرار في مجهودهم في ميدان اللعب وهذا ما اكده "(يوسف كماش : 2016) ان مجموع التمرينات او المهارية الموجية والتي تؤدي الى احداث تكيفات او لتحقيق مستوى عالي من الجوانب المهارية والخططية التي تساهم في تحقيق رفع مستوى اللاعب داخل ميدان اللعب الامر الذي يسهل تحقيق الانجاز الرياضي ما يدل على حدوث تطورا في الجوانب المهارية والخططية يعزو الباحث هذا التطور المعنوي الى نوعية التمرينات المستخدمة بأسلوب التفاضلي التي احتوت على مجموعة تمرينات مركبة بأسلوب تنفيذ الواجبات خلال المباراة هذا التطور المعنوي تحقق من خلال نوعية التقدم السريع والربط المباشر بين الحالة التدريبية في التنفيذ سريع في الاداء اذ ان لا يكاد يخلو تمرينات المستخدمة من الاداء مهاري وتحت الضغط مواقف لعب حقيقية ادى ذلك الى تطوير في زمن التمرينات للاعبين لكون استمرار التطبيق يحتم عملية التنفيذ باقل زمن مناسب مما يساعد اللاعب اثناء اللعب من اجل تحقيق الهدف الامر الذي يسهل من التقدم السريع والربط المباشر في الاداء الذي يعمل على تحسين تطور الاداء اللاعب داخل ميدان اللعب تحت اجواء المباراة واستمرار تطبيق التمرينات يحسن من اتقان اللاعب تلك المهارات

4-الاستنتاجات وتوصيا

4-1الاستنتاجات

- 1 -التمرينات بأسلوب التفاضلي على سرعة ودقة الاداء الذي استخدمها الباحث اثر ايجابي والتي طورت للاعبين الشباب لكرة القدم
- 2- ادت التمرينات بأسلوب التفاضلي الذي استخدمها الى التطوير اتقان اللاعبين على ودقة السرعة التهديد لقدرة القوة المميزة السرعة لرجلين وتسهيل عملية التهديد .
- 3- ان اتقان اللاعبين سرعة ودقة يساعد ويطور امكانية اللاعب على استغلال الوقت في تطبيقات الوجبات داخل المباراة لتي تساعد على حسم المباراة وضع خطط هجومية اكثر تعقيدا على المنافس

4-استنتج الباحث ان استخدام تمرينات بالأسلوب التفاضلي له تأثير وفوائد على اللاعبين كرة القدم لفئة شباب بتوفر تطور كبير من خلال المتعة وازالة الملل وايجاد مستوى الاداء الهجومي.

2-4التوصيات

1-تأكيد استخدام تمرينات بأسلوب التفاضلي واعطائها الاهمية الكبيرة في مناهجهم ووحداتهم اليومية وخاص في الاعداد الخاص والمنافسات لفئات العمرية بكرة القدم تطوير الهجوم

2-التركيز على تطوير القدرات المهارية التي تعبر مفتاح الاساسي في بناء الجانب والخطي اثناء المباراة

3 -اهتمام بالمهارات الاساسية على وفق علمية مما يوفر الجهد والوقت وتحسين الاداء الهجومي للاعبين بشكل افضل .

4-استخدام تلك التمرينات لفئات العمرية الاخرى خصوصا في المنافسات

5-اجراء دراسات متشابهة باستخدام تمرينات بالأسلوب التفاضلي مهاري خطي بطرائق تدريبية اخرى

المصادر

1. ضياء ناجي عبود : كرة القدم الاساليب والجمال الخططية بغداد : 2019 Iraq book store.
2. عثمان، محمد: الحمل التدريبي والتكيف. ط1. دار العربي. القاهرة. 2000
3. عبدالقادر وينل : المفاهيم التكتيكية الحديثة في كرة القدم : الاردن , مطابع شركات الاديب , 2010.
4. عبدالله اللامي: الاسس العلمية في التدريب الرياضي : بغداد , الطيف للطباعة, 2004 .
5. كاظم الربيعي: المدخل للتكتيك الحديث بكرة القدم : بغداد : دار مكتبة عدنان للطباعة والنشر, 2017.
6. مختار، حنفي محمود: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. دار الفكر العربي. القاهرة ط1, 1997.
7. متي ابراهيم محمد : الهجوم بالمجموعات " الخططية الثنائية في كرة القدم: ط1 القاهرة دار الكتب الحديث, 2012.
8. موفق المولى وجبار رحيمة: المنهجية الحديثة في التخطيط والتدريب . بغداد , مركز الفصيل للطباعة والنشر, 2017 .
9. منصور محمد راغب المغربي: اثر تطبيق السرعة التكتيكية والهجوم السريع على مدى فاعلية انهاء الهجوم لتطوير سرعة الاداء الخطي الهجومي للاعبين كرة القدم . المجلة العلمية لعلوم الرياضة 2019 .
11. يوسف كماش : المهارات الاساسية في كرة القدم-مهارات/تدريب, الأردن, دار الخليج للنشر والتوزيع, 2016.

الملاحق

تمرين (1)

الهدف: تطوير مهاره المناولة والتهديف

وقت التمرين: 6 د

اللاعبين: 3

الأدوات: كرة قدم 8, صافرة 1 شواخص 4

طريقة التمرين: من جهة يمين في تصف نت الملعب، يقوم اللاعب (1) بمناولة الكرة الى اللاعب (2) المنتظر في منتصف الملعب، حيث يقوم اللاعب بمناولة لكرة بلمسة واحدة الى اللاعب (3) ولمنتظر امام نقطة الجزاء ومن ثم يؤدي اللاعب بمناولة قصيرة و بلمسة واحدة الى اللاعب (1) الذي ينتقل الى الأمام مقابل نقطة الجزاء والذي يستقبل الكرة اللاعب باخمادا والتركيز على احدى الزوايا لغرض التهديف، يكرر التمرين على جميع اللاعبين.



تمرين (2)

الهدف: تطوير مهارة الدحرجة والمناولة والتهديف

وقت التمرين: 6 د

اللاعبين: 3

الأدوات : كرة قدم 8, صافرة 1، شواخص 4

طريقة التمرين: من جهة اليسار من منتصف الملعب، يقوم اللاعب (1) بدحرجة الكرة لمسافة (10) م التمرير يمرر الكرة الى اللاعب (2) يؤدي بدحرجة الكرة بين الشواخص الثلاثة خارج قوس الجزاء وبعد ذلك يقوم اللاعب بتحديد الزاوية البعيدة عن حارس المرمى لغرض التهديف، علما ان التمرين يكرر على جميع اللاعبين لغرض التهديف، يكرر التمرين على جميع اللاعبين .



تمرين (3)

التمرين: تطوير مهارة الدحرجة والمناولة والتهديف

وقت التمرين: 6 دقيقة

عدد اللاعبين: 2

الأدوات : كرة قدم 8, صافرة 1، شواخص 4

وصف التمرين: منتصف الملعب، اللاعب المنتقل ومن لمسة واحدة يقوم بالتهديف، التمرين يكرر التمرين لجميع اللاعبين
اللاعب (1) يؤدي بدحرجة الكرة لمسافة (10) م ومن ثم يمرير للاعب (2) المنتظر في جهة اليسرى لملعب ثم ينتقل
اللاعب (1) بعد تسليمه الكرة متجهين نحو منطقة الجزاء حيث يمرر اللاعب (2) الكرة

