



The effect of numerical increase exercises on developing the effectiveness of offensive performance in youth football

Laith Rabie Ibrahim^{*1} , Asst. Prof. Dr. Ahmed Walhan Hamid² 

^{1,2} University of Diyala. College of Physical Education and Sports Sciences, Iraq.

*Corresponding author: ahmed.walhan@uodiyala.edu.iq

Received: 16-06-2025

Publication: 28-10-2025

Abstract

Football is one of the most popular team sports around the world, and the use of numerical increase exercises is very important in developing the effectiveness of offensive performance for the player's performance, because it is a group of training processes that occur during exercises and help the player change his motor behavior from one thing to another. Hence the importance of research through the exercises performed by the player, which is one of the training methods that aim to develop the effectiveness of offensive performance. The researchers noted that physical abilities training in special settings is limited in the training dose. These issues are evident in the slowdown in player speed and movement and the lack of launches, which impacts offensive performance. The research aims to identify the impact of numerical increase exercises on developing the effectiveness of offensive performance in youth soccer.

Keywords: Numerical Increase Exercises, Offensive Performance, Football.



تأثير تمارينات بالزيادة العددية في تطوير فاعلية الاداء الهجومي للشباب بكرة القدم

ليث ربيع ابراهيم ، أ.م.د. احمد ولهان حميد

العراق . جامعة ديالى . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ahmed.walhan@uodiyala.edu.iq dosre2512@gmail.com

تاريخ استلام البحث 2025/6/16 تاريخ نشر البحث 2025/10/28

الملخص

تعد كرة القدم من اشهر الرياضات الجماعية المنتشرة حول العالم وان استخدام التمارينات بالزيادة العددية مهمة جدا في تطوير فاعلية الاداء الهجومي لما يحققه اللاعب من أداء، ذلك لأنه مجموعة من العمليات التدريبية التي تحدث خلال التمارين وتساعد اللاعب على تغيير سلوكه الحركي من شي الى اخر، ومن هنا تأتي اهمية البحث من خلال التمارينات التي يؤديها اللاعب التي تعد واحدة من الاساليب التدريبية التي تهدف الى تطوير فاعلية الاداء الهجومي. ولاحظ الباحثان أن عملية التدريب للقدرات البدنية في الاعداد الخاص في الجرعة التدريبية قليلة، وعليه باتت تلك الأمور واضحة من خلال التباطؤ في سرعة اللاعب وحركته وقلة انطلاقاته مما ينعكس على الاداء الهجومي. ويهدف البحث الى التعرف على تأثير تمارينات بالزيادة العددية في تطوير فاعلية الاداء الهجومي للشباب بكرة القدم .

الكلمات المفتاحية: تمارينات بالزيادة العددية، الاداء الهجومي، بكرة القدم

1- المقدمة:

حقق التطور العلمي في العصر الحديث نقلة نوعية، في المجالات كافة في حياتنا، وذلك لأجل تسهيل مهمة الإنسان والارتقاء به، وهذا ما نلاحظه على مستوى العمل الرياضي اذ أصبحت الالعب الرياضية ومنها الالعب الجماعية احدى المظاهر الحديثة التي تعكس مدى تقدم الدولة ورفقها، اذ أفرزت السنوات الأخيرة تطوراً هائلاً في أساليب اللعب المختلفة لكافة الألعاب ومنها لعبة كرة القدم، التي اصبحت تجسيدا حياً لقدرة الانسان، على اداء ما كان يعتقد البعض انه صعب للغاية، ولقد شهد المجال الرياضي تقدماً كبيراً في مختلف الميادين، ويعد تحمل الاداء الهجومي، من الجوانب المهمة التي يجب أن يتميز بها، لاعب كرة القدم، وكذلك بمواصفات خاصة للأداء، حيث يجري اللاعب مسافات متنوعة، الأمر الذي يتطلب من اللاعب توافير مواصفات، ومستويات عالية من الكفاءة البدنية، والوظيفية، التي ترتبط بتحسين المهارات البدنية، لما لها من دور فعال في أداء النواحي الهجومية، اثناء المباراة، ويجب تنميتها لتأثيرها في تنفيذ الواجبات في المنافسات، وتكمن أهمية البحث في معرفة تأثير التمرينات المستخدمة في تطوير تحمل الاداء الهجومي والدفاعي بكرة القدم للاعبين الشباب ، أيماناً منه بان التمرينات المستخدمة ستساهم في تحسين الأداء الهجومي وتطويرها.

ويمكن للباحثين إيضاح مشكلة أن عملية التدريب للقدرات البدنية في الاعداد الخاص في الجرعة التدريبية قليلة، وعليه باتت تلك الأمور واضحة من خلال التباطؤ في سرعة اللاعب وحركته وقلة انطلاقته مما ينعكس على الاداء الهجومي مما ينتج الهبوط المفاجئ في الاداء المهاري وخاصة في الدقائق الاخيرة من المباراة.

ويهدف البحث الى:

- 1- التعرف على تأثير تمرينات بالزيادة والنقص العددي في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والسرعة الانتقالية وفاعلية الاداء الهجومي والدفاعي للشباب بكرة القدم.

2- إجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينه:

تمثل مجتمع البحث للدراسة الحالية لاعبي نادي شباب بلدروز الرياضي بكرة القدم ونادي شباب الشهيد اركان الرياضي بكرة القدم، والبالغ عددهم (53) لاعب. واختار الباحثان عينة البحث بالطريقة العمدية اذ تم اختيار (10) لاعبين للمجموعة التجريبية، و(10) لاعبين للمجموعة الضابطة، وكما مبين في الجدول (1)

جدول (1) يبين مجتمع وعينة البحث.

ت	مجتمعات البحث	العينات	العدد
1	مجتمع البحث	لاعبي شباب نادي بلدروز والشهيد اركان الرياضي	53 لاعب
2	عينة البحث الرئيسية	لاعبي شباب نادي بلدروز الرياضي بكرة القدم	28 لاعب

2-3 الوسائل والأدوات المستخدمة في البحث.

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)
- المقابلات الشخصية مع الخبراء والمختصين
- الملاحظة والخبرة الذاتية للباحثين
- استمارة تسجيل.
- ملعب كرة قدم قانوني.
- كرات قدم عدد (4) رقم (5).
- شواخص بلاستيكية عدد (30).
- شريط قياس.
- شريط لاصق ملون.
- صافرة نوع (FOX) كندية الصنع.

2-4 تحديد متغيرات البحث:

بعد اطلاع الباحثان على العديد من المصادر العلمية والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع بحثهم، قاموا بتحديد أهم الاختبارات بما يخص القدرات الحركية (سرعة الاستجابة الحركية والسرعة الانتقالية) بكرة قدم وتحديد اهم العناصر في فاعلية الاداء الهجومي الخاصة بكل متغير من متغيرات البحث بما يتلائم مع البحث وعينته. قام الباحثان بمجموعة من الإجراءات البحثية لتنفيذ بحثهم بالصورة المناسبة لتحقيق هدفه بوساطة ما يأتي:

1 - تحديد استمارة خاصة بفاعلية الاداء الهجومي (تحليل الاداء).

تحديد استمارة خاصة بفاعلية الاداء الهجومي:

فيما يأتي استمارة المستعملة للمتغيرات الاداء الهجومي قيد البحث، وكما مبين في الجدول (2).

جدول (2) يبين النسب المئوية لاتفاق السادة المتخصصين على تحليل الاداء الهجومي

ت	الاداء الهجومي	عدد الخبراء	عدد المتفقين	النسبة المئوية
1	الاسناد في الهجوم	13	11	84.61%
2	الجري الحر	13	5	38.46%
3	الهجوم بالعدد الزائد	13	3	23.07%
4	خلق الفراغ	13	5	38.46%
5	العب على الجانب الغير المرئي	13	4	30.76%
6	تبادل المركز	13	12	90.90%

وتم تحديد العناصر التي حصلت على نسب اتفاق (75%) فأكثر للأداء الهجومي وهي (الاسناد في الهجوم-تبادل المراكز).

5-2 مواصفات الاختبارات:

5-2-1 اختبارات القدرات الحركية بكرة قدم:

5-2-1-1 اختبار سرعة الاستجابة الحركية:

(بعث عبد المطلب، 2011، ص240)

اسم الاختبار: اختبار نلسون للاستجابة الحركية الانتقالية (المعدل).

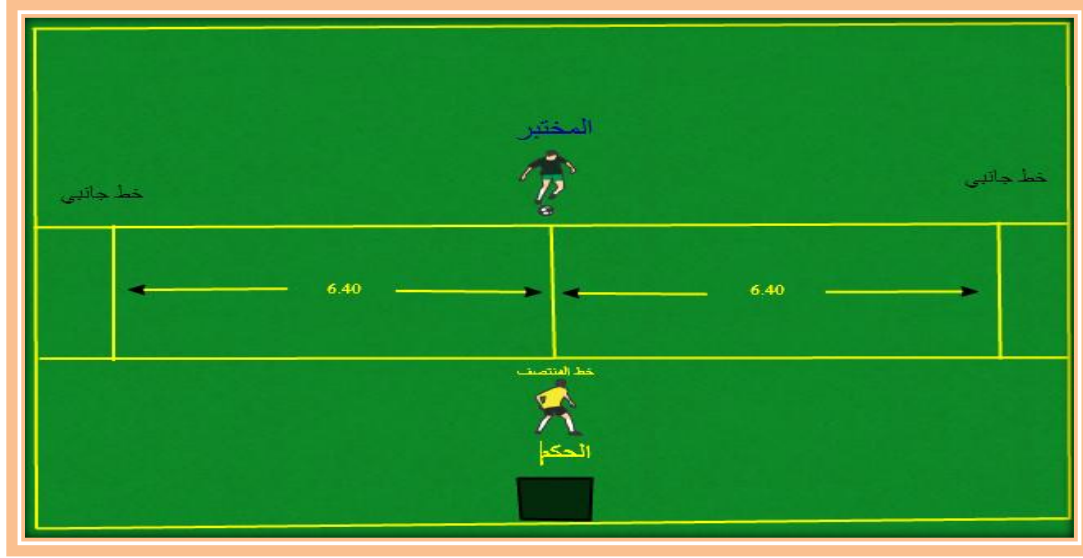
الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقاً لاختبار المثير.

الأدوات: منطقة مستوية خالية من العوائق بطول (20 م) وبعرض (2م) يخطط بداخلها ثلاثة خطوط المسافة بين خط وآخر (6.40 م)، طول الخط (1م)، ساعة توقيت، شريط قياس.

وصف الأداء: يقف المختبر عند إحدى نهايتي خط المنتصف في مواجهة المحكم، الذي يقف عند نهاية الطرف الآخر للخط، ويتخذ وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين ثم ينحني بجسمه للأمام، ويمسك المحكم بساعة إيقاف بإحدى يديه ويرفعها إلى أعلى ثم يقوم بسرعة بتحريك ذراعه إما ناحية اليسار أو اليمين، وفي الوقت نفسه يقوم بتشغيل الساعة وعند استجابة المختبر لإشارة البدء يحاول الركض بأقصى سرعة ممكنة في الاتجاه المحدد للوصول إلى خط الجانب الذي يبعد عن خط المنتصف مسافة (3.20م)، وحينما يجتاز المختبر خط الجانب الصحيح يقوم المؤقت بإيقاف ساعة التوقيت، كما موضّح بالشكل (1).

شروط الأداء: (تختار المحاولات في كل جانب بطريقة عشوائية ومتعاقبة، إذا بدأ المختبر بالاتجاه الخاطئ فإن المؤقت يستمر بتشغيل الساعة حتى يغير المختبر من اتجاهه، يجب عدم معرفة المختبر بعدد المحاولات المطلوب أدائها، يجب أن يبدأ الاختبار بأن يعرض المؤقت إشارة (استعد - أبدأ) في المحاولات جميعها، تختار المحاولات في كل جانب بطريقة سحب الكروت الموحدة الحجم واللون).

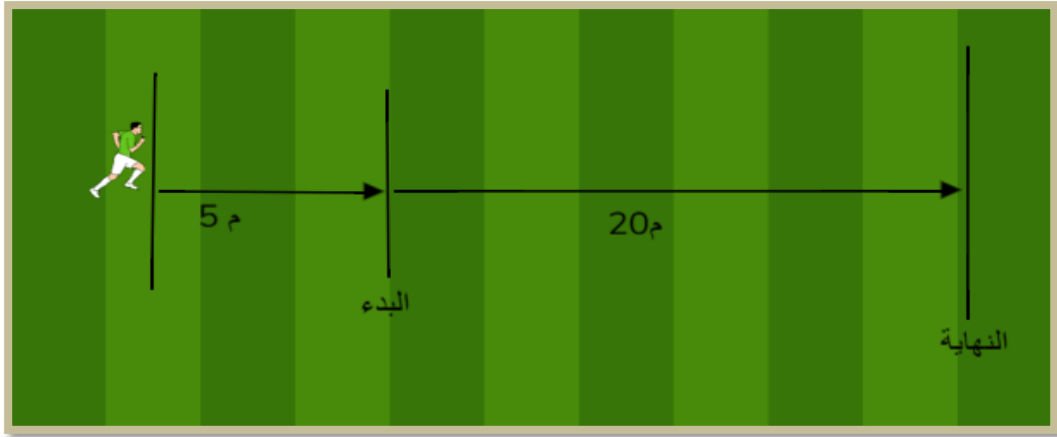
طريقة التسجيل: (يعطى المختبر (6 محاولات متتالية بين كل محاولة وأخرى (10) ثا، يحسب الزمن الخاص بكل محاولة لأقرب (10/1) ثا، درجة المختبر هي: متوسط المحاولات الست).



شكل (1) يوضح اختبار سرعة الاستجابة الحركية.

2-1-5-2 اختبار السرعة الانتقالية:

- اسم الاختبار: ركض (20) متر من بداية متحركة (موفق اسعد محمود، 1991، ص57)
- الهدف من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية.
- الأدوات المستخدمة: ساعة توقيت، ملعب كرة القدم، شريط لاصق.
- وصف الأداء: يقف اللاعب عند خط البداية، وعند سماع إشارة البدء يقوم اللاعب بالركض بسرعة إلى خط النهاية، وكما هو موضح في الشكل (2).
- شروط الأداء:
 - أن يبدأ اللاعب الاختبار من وضع البدء العالي.
 - يبدأ اللاعب بالركض عند سماع إشارة البدء.
- طريقة التسجيل:
 - يسجل للاعب الزمن الذي يستغرقه لقطع المسافة المطلوبة من خط البدء إلى خط النهاية ولأقرب 10/1 ثانية.
- عدد المحاولات: للاعب محاولتان تحتسب المحاولة الأفضل.



الشكل (2) يوضح اختبار ركض (20) متر من بداية متحركة

3-1-5-2 استمارة تحليل الاداء الهجومي:

جدول (3) يبين كيفية تسجيل فاعلية الاداء الهجومي والدفاعي لعينة البحث الاساسية

المحكمين	التقييم	الاداء الهجومي
		الاسناد في الهجوم
		مكان اللاعب بالملعب (التغطية)
		الخبير

أعداد استمارة تقييم الأداء الهجومي والدفاعي:

تم تصميم استمارة تقييم لأداء لكل من متغيرات الأداء الهجومي والدفاعي للاعبين التجربة الاساسية بكرة القدم الشباب.

2-6 التجارب الاستطلاعية:

قام الباحثان بإجراء تجارب استطلاعية كان الغرض منها معرفة صلاحية الاختبارات المرشحة للتطبيق ومعرفة صلاحية التمرينات المقترحة وتطبيقها على عينة البحث.

- التجربة الاستطلاعية الأولى:

قبل اجراء التجربة الرئيسية من الممكن إجراء تجربة مصغرة أو تجربة استطلاعية عادة تحدث في حدود عدد من اللاعبين في محاولة للتعرف على فعالية الإجراءات في الدراسات العلمية.

(عادل عبد البصير، 2004 ، ص58)

وكذلك تعد التجربة "عبارة عن تجربة صغيرة أو عمل مصغر للدراسة العامة يقوم بها الباحثان بغية الوقوف على السلبيات والإيجابيات التي ترافق إجراء التجربة الرئيسية للبحث.

(نوري الشوك، 1999، ص57)

فقد أجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية الأولى يوم الاثنين بتاريخ 2024/12/16، لاختبارات القدرات الحركية على عينة مكونة من (6) لاعبين من نادي شباب الشهيد اركان الرياضي، وكانت أهداف هذه التجربة هي:

1-معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحثان.

2-معرفة صلاحية الأجهزة والأدوات المستعملة.

3- التأكد من مدى ملائمة الاختبارات المستعملة لعينة البحث.

4- معرفة الوقت الذي تستغرقه الاختبارات.

5- معرفة طريقة تسجيل الدرجات.

وبوساطة تطبيق التجربة الاستطلاعية الأولى توصل الباحثان إلى ما يأتي:

1-زيادة كمية الشريط اللاصق في الاختبار القبلي.

2-استغرقت التجربة الاستطلاعية 30 دقيقة.

3-كان فريق العمل المساعد كفؤا بدرجة جيدة.

4-يجب زيادة عدد الكرات في الاختبارات القبليّة.

- التجربة الاستطلاعية الثانية:

أجرى الباحثان هذه التجربة الاستطلاعية للتمرينات المقترحة بالزيادة العددية على عينة مكونة من

(6) لاعبين من شباب نادي الشهيد اركان الرياضي وذلك في يوم الاحد الموافق 2025/1/5

أذ استهدفت التجربة الاستطلاعية الثانية ما يأتي:

1- معرفة مدى ملائمة التمرينات المقترحة لمستوى العينة.

2- معرفة الصعوبات والمشكلات عند تنفيذ هذه التمرينات المقترحة.

3- معرفة مدى ملائمة التمرينات المقترحة مع وقت الوحدات التدريبية المحددة.

2-7 الأسس العلمية للاختبارات:

تم اجراء الاسس العلمية للاختبارات على عينة التجربة الاستطلاعية والمكونة من (5) لاعبين.

1- صدق الاختبار:

يعد الاختبار صادقاً إذا كان "يقيس ما وضع لقياسه أي انه يقيس الوظيفة التي يزعم انه يقيسها ولا يقيس شيئاً اخر بدلاً منها او بالإضافة اليها. (الكندري، 1999، ص154)

وقد اعتمد الباحثان في استخراج صدق الاختبار على صدق المحتوى او المضمون وذلك عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبار والقياس وعلم التدريب الرياضي/اختصاص كرة القدم وقد ثبت صدق الاختبارات بعد ان اتفق الخبراء على انها تحقق الغرض الذي وضعت من اجله وملائمتها لهذه الفئة العمرية.

2- ثبات الاختبار:

تطلق هذه التسمية على الاختبار إذا " تكرر استخدام الاختبار واعطى النتائج نفسها في كل مره. (ملحم، 2000، ص287)

ولحساب معامل الثبات تم اختيار طريقة الاختبار واعادة تطبيق الاختبار على عينة مكونة من (6) لاعبين نفس عينة التجربة الاستطلاعية، واعيد الاختبار بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الاول حيث يشير (محمد صبحي) "إنَّ لمعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على العينة نفسها بعد مرور سبعة ايام على الاختبار الأول.

(حسانين، 1995، ص198)

وحاول الباحثان جاهدين ان يجريا الاختبارين في الظروف نفسها وبعد الحصول على نتائج الاختبارين قام الباحثان بإيجاد معامل الارتباط بينهما باستخدام قانون الارتباط البسيط (بيرسون). كما مبين في جدول (4).

جدول (4) يبين معامل ثبات الاختبارات

ت	الاختبارات	معامل الثبات
1	سرعة الاستجابة الحركية	0.88
2	السرعة الانتقالية	0.89

3-موضوعية الاختبار:

من الشروط المهمة التي يجب ان تتوفر في الاختبار الجيد هو شرط الموضوعية والذي نعني به "عدم اختلاف المقيدين في الحكم على شيء ما او على موضوع معين.
(باهي، 1999، ص64)

لذا فان الاختبارات التي استخدمها الباحثان هي اختبارات بسيطة وواضحة ومفهومة وبعيدة عن الاحكام الشخصية، إذ يكون التسجيل باستخدام وحدات الزمن/ثا، وعدد مرات النجاح لذلك تكون الاختبارات ذات موضوعية عالية.

2-8 الاختبارات القبليّة:

تمّ إجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث في يوم الاثنين الموافق 2025/1/20 وعلى ملعب كرة قدم في نادي بلدروز الرياضي/محافظة ديالى، وقد قام الباحثان بتنشيت الظروف وطريقة إجراء الاختبارات وفريق العمل المساعد من أجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند إجراء الاختبارات البعديّة.

وقد تم بوساطتها ما يأتي:

- 1-شرح اختبارات القدرات الحركيّة (سرعة الاستجابة الحركية والسرعة الانتقالية) بصورة مفصلة قبل إجراء الاختبار إلى أفراد العينة.
- 2-تطبيق الاختبارات حتى يتمكن أفراد العينة من فهمها وصحة تطبيقها.
- 3-اقامة مباراة بنفس اللاعبين ونفس الفريق المنافس التي اجريت في الاجراءات القبليّة لعينة البحث لمعرفة نسبة التحسن في فاعلية الاداء الهجومي لعينة البحث.
- 4-تصوير الشوط الثاني للمباراة تجريبية لغرض تسجيل نتائج الاداء الهجومي من خلال الزيادة العددية للاعبين في استمارة تحليل الاداء الخاصة بالبحث.
- 5-تسجيل النتائج طبقاً للشروط والمواصفات المحددة لكل اختبار.

2-9 تكافؤ بين مجموعتي البحث:**2-9-1 التكافؤ في متغيرات القدرات الحركية:**

تم إجراء التكافؤ للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات الحركية في ضوء نتائج الاختبار القبلي كما مبين في الجدول (5).

جدول (5) يبين لتكافؤ عيني البحث التجريبية والضابطة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحتسبة	الدلالة الاحصائية
			س-	+ ع	س-	+ ع		
1	الاستجابة الحركية	ثانية	4.71	0.08	4.74	0.08	-0.82	غير معنوي
2	السرعة الانتقالية	ثانية	3.44	0.02	3.47	0.05	-0.93	غير معنوي

(T) الجدولية (2.201)، عند مستوى الدلالة (0.05)، درجة الحرية (18=2-20).

استعمل الباحثان اختبار (T-Test) للعينات المستقلة المتساوية العدد والذي نلاحظ بوساطة الجدول (5) أنَّ درجة (t) المحسوبة وهي على التوالي (0.93 - 0.82)، و (t) الجدولية (2.201) ودرجة الحرية (18)، أذ نلاحظ أن درجات (t) المحسوبة أصغر من درجة (t) الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث مما يدل على تكافؤ العينة في القدرات الحركية (سرعة الاستجابة الحركية والسرعة الانتقالية) وانطلاقهم من نقطة شروع واحدة.

2-10 أسس إعداد التمرينات:

من أجل إتباع السياق العلمي السليم للتوصل إلى أدق النتائج لحل مشكلة البحث ومن أجل تحقيق أهداف البحث أعد الباحثان مجموعة من التمرينات بهدف تنمية القدرات الحركية (سرعة الاستجابة الحركية والسرعة الانتقالية) وفاعلية الاداء الهجومي والدفاعي بكرة قدم، أذ طبق الباحثان هذه التمرينات في الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية على عينة البحث من لاعبي شباب نادي بلدروز الرياضي بكرة القدم.

وعليه عد الباحثان هذه التمرينات على وفق الاتي:

1- مراعاة مبدأ التنوع في أداء التمرينات داخل الوحدة التعليمية حتى لا تشعر للاعبين بالملل.

2- إتباع مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب في إعداد التمرينات.

3- استعمال المنهاج المقترحة في الوحدات التدريبية.

4- مراعاة مبدأ التكرار في التمرينات.

2-11 التجربة الرئيسة:

تمّ العمل بالتجربة الرئيسة لعينة البحث في يوم الاثنين الموافق 2025/1/20 والانتهاه منها في يوم الخميس الموافق 2025/2/20 على افراد المجموعة التجريبية وبواقع (3) وحدات تدريبية بالأسبوع الواحد يوم السبت والاثنين والاربعاء ولمدة (4) اسابيع، وبذلك بلغ مجموع عدد الوحدات التدريبية (12) وحدة تدريبية على مدى شهرين.

2-12 الاختبارات البعدية:

تمّ إجراء الاختبارات البعدية الخاص بالقدرات الحركية (سرعة الاستجابة الحركية والسرعة الانتقالية) ومباراة لغرض تحليل الاداء الهجومي في الزيادة العددية وتسجيل النتائج تحليل المباراة الشوط الثاني لعينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ التمرينات الخاصة المقترحة في يوم الجمعة الموافق 2025/2/21، وفي تمام الساعة الثالثة والنصف على ملعب كرة قدم في نادي بلدروز الرياضي، وقد حاول الباحثان وبمساعدة فريق العمل المساعد بتوفير الظروف والشروط نفسها والتي تمّ فيها إجراء الاختبار القبلي بها من أجل الحصول على نتائج ذو مصداقية عالية.

2-13 المعالجات الإحصائية: استخدم الباحثان نظام الحقيبة الإحصائية (SPSS)

لمعالجة البيانات التي سيتم الحصول عليها.

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- (ت) للعينات المترابطة.
- (ت) للعينات المستقلة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض النتائج وتحليلها:

3-1-1 عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية وتحليلها:

يبين الجدول (6) قيم الوسط الحسابي للفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة (ت) المحسوبة للعينات المرتبطة ونسبة الخطأ ونوع الدلالة بين الاختبار القبلي والبعدى للمتغيرات المهارية عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول (6) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والدلالة للاختبارات البدنية القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية الصفات البدنية
		±ع	س	±ع	س		
معنوي	18.64	0.02	4.21	0.08	4.71	ثانية	سرعة الاستجابة الحركية
معنوي	15.23	0.04	3.13	0.04	3.44	ثانية	السرعة الانتقالية

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وأمام درجة حرية (9)، قيمة (ت) الجدولية = 2.36 من خلال ملاحظة الجدول (6) يتبين لنا ما يأتي:

- وجود فرق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي في جميع الصفات البدنية (سرعة الاستجابة الحركية، السرعة الانتقالية) اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (18.64)، (15.23) وان جميع هذه القيم هي اكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (9) وأمام مستوى معنوية $\geq (0.05)$.

3-1-2 عرض نتائج الاختبارات للقدرات البدنية (القبلي - بعدي) للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها.

الجدول (7) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارات البدنية

القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة التي لم تستخدم المنهج المعد

الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية الصفات البدنية
		±ع	س	±ع	س		
معنوي	7.56	0.05	4.49	0.08	4.74	ثانية	سرعة الاستجابة الحركية
معنوي	7.33	0.04	3.32	0.05	3.47	ثانية	السرعة الانتقالية

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وأمام درجة حرية (9)، قيمة (ت) الجدولية = 2.36، من خلال ملاحظة الجدول (7) يتبين لنا ما يأتي:

- وجود فرق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولمصلحة الاختبار البعدي في الصفات البدنية (سرعة الاستجابة الحركية، السرعة الانتقالية) إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (7.56) (7.33). وإن جميع هذه القيم هي أكبر من قيمة (ت) الجدولة عند درجة حرية (9) وأمام مستوى معنوية $\geq (0.05)$.

3-2 عرض نتائج الاختبار (البعدي - بعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (8) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارات البدنية البعدية للمجموعتين

المعالم الإحصائية الصفات البدنية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة
		س	ع±	س	ع±		
سرعة الاستجابة الحركية	ثانية	4.21	0.02	4.49	0.05	15.74	معنوي
السرعة الانتقالية	ثانية	3.13	0.04	3.23	0.04	9.27	معنوي

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وأمام درجة حرية (18)، قيمة (ت) الجدولية = 2.14، من خلال ملاحظة الجدول (8) يتبين لنا ما يأتي:

- وجود فرق ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية في جميع الصفات البدنية قيد البحث (سرعة الاستجابة الحركية، السرعة الانتقالية) إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (15.74). (9.27) وان جميع هذه القيم هي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (18) وأمام مستوى معنوية $\geq (0.05)$.

3-2-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الأداء المهارية الهجومي والدفاعي القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية:

الجدول (9) يبين نسبة التطور للاختبارات المهارية القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

ت	المهارة	حكم (1)	حكم (2)	حكم (3)	التقييم القبلي	التقييم البعدي	نسبة التطور %
1	اسناد في الهجوم				6	8	33.33%
2	التغطية				4	5	25%
3	تبادل المراكز				4	5	25%

وجود فرق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي في جميع المهارات الأساسية قيد البحث (اسناد في الهجوم - التغطية - تبادل المراكز) نسبة التطور المئوية بالتوالي (33.33). (25). (25). (50). (25) وان جميع هذه القيم توجد نسبة تطور للأداء الهجومي والدفاعي.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- إن التمرينات المستخدمة في البحث لها تأثيراً إيجابياً في المهارات الأساسية بكرة القدم الشباب.
- 2- ساهمت التمرينات بالزيادة العددية بأن يكتشف الباحثان مواطن القوة والضعف لدى اللاعبين واستهدافها والتركيز عليها.

4-2 التوصيات:

- 1- التأكيد على اختيار التمرينات بالمتقلات لتطوير متطلبات الاداء المهاري.
- 2- استعمال تمرينات في تحسين مهارات أخرى بكرة القدم لأهميتها في تحسين ورفع الاء الهجومي.
- 3- اعتماد التمرينات المعدة من قبل الباحثان في تطوير الاداء المهاري لأعمار مختلفة.

المصادر

- بعث عبد المطلب عبد الحمزة؛ تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية - مهارة) لاختيار ناشئي خماسي كرة القدم في بغداد بأعمار (14-16) سنة: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2011).
- سامي ملحم: مناهج البحث في التربية وعلم النفس؛ ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2000.
- عادل عبد البصير؛ التحليل البايوميكانيكي لحركات جسم الانسان اسسه وتطبيقاته: (مصر، الإسكندرية، المكتبة المصرية، 2004).
- عبد الله الكندري، ومحمد احمد: مناهج البحث العلمي في التربية الرياضية والعلوم الاسلامية؛ ط2، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، 1999.
- محسن علي السعداوي وسلمان الحاج عكاب الجنابي؛ أدوات البحث العلمي في التربية الرياضية، ط1: (عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2013).
- محمد صبحي حسانين: القياس والتقويم في التربية البدنية؛ ط3، ج1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1995.
- مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق، ط1: القاهرة، مركز