

Research Paper

## تأثير التدريب بالأسلوب الشامل المدمج لتطوير الرابط الخططي للاعبين كرة القدم المتقدمين

ضياء قحطان طعمة<sup>1</sup>, فؤاد حماد عسل<sup>2</sup>

1 كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الآثار،

2 كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الآثار،

DOI: <https://doi.org/10.37655/uaspesj.2025.158374.1245>

This open-access article is available under the Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) International License, which allows for unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided that the original work is properly cited

Submission Date 25-02-2025

Accept Date 17-04-2025

### المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير أسلوب التدريب الشامل المدمج في تطوير الرابط الخططي للاعبين نادي الرمادي المتقدمين ، وافتراض الباحثان وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديه لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية.

وقد أعتمد الباحثان المنهج التجاريبي وبتصميم المجموعتين المتكافئتين المتساوية العدد لملاءمتها طبيعة بحثه ، واختارا عينة بحثهما بالطريقة العمدية وهم لاعبو نادي الرمادي ونادي الفهد بعده(48) لاعبا، وأعد الباحث (10) تمرينات خاصاً بتطوير الرابط الخططي ووضعها في (36) وحدة تدريبية بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع ولمدة ثلاثة أشهر منفذًا هذه التمرينات في الجزء الرئيسي من الوحدات التدريبية وقد استعمل الباحثان اختبارا واحدا يتاسب ومتطلبات البحث وأهدافه واختاره من خلال المصادر العلمية للحصول على نتائج تجربته.

تم اجراء الاختبارات القبلية في متغيرات البحث الرابط الخططي للوقوف على تكافؤ المجموعتين والبدء من خط شروع واحد .

نفذ الباحثان التمرينات المعدة على مجموعة البحث التجريبية وقد استمر تنفيذ التجربة لمدة 2024/9/12 – 2024/12/3 وبواقع ثلاث وحدات في الأسبوع الواحد وتم اجراء الاختبارات البعديه تحت الظروف نفسها التي تم اجراء الاختبارات القبلية فيها .

عرضت نتائج البحث وتمت مناقشتها مناقشة علمية تستند الى المصادر الخاصة بموضوع البحث واستنتاج الباحثان أن التمرينات المعدة من قبل الباحثين لها تأثير ايجابي في تطور الرابط الخططي لدى عينة البحث التجريبية واوصى الباحثان بإدخال تمارين تركز على تطوير الرابط الخططي من خلال أساليب تدريبية إضافية ..

**الكلمات المفتاحية:** أسلوب التدريب الشامل المدمج ، الرابط الخططي ، كرة القدم

### The impact of a comprehensive and compact method for developing tactical linkage for advanced footballers

Dhiyaa Qahtan Tua'ma<sup>1</sup>, Fouad Hammad Asel<sup>2</sup>

1 College of Physical Education and Sports Sciences / Anbar University

2 College of Physical Education and Sports Sciences / Anbar University

### Abstract

The study aimed to identify the impact of the comprehensive and built-in training method in the development of the tactical link for the advanced players of the Ramadi Club, and the researcher assumed that there are statistically significant differences between the results of the pre- and post-tests of the control and experimental research groups.

The researcher has adopted the experimental approach and the design of the two equivalent groups equal number to suit the nature of his research, and chose the sample of his research in a deliberate way and they are players Ramadi Club and Al-Fahd Club number (48) players, and the researcher prepared (20) a special exercise to develop your endurance and link tactical and put them in (36) training units by three training units per week and for a period of three months Implementing these exercises in the main part of the training units, the researcher used six tests commensurate with the requirements and objectives of the research and chose them through scientific sources to obtain the results of his experiment.

Pre-tests were conducted in the variables of the research and the tactical link to

determine the equivalence of the two groups and start from one line of initiation. The researcher carried out the exercises prepared on the two research groups, and the experiment continued for a period of 12/9/2024 - 3/12/2024, by three units per week, and the post-tests were conducted under the same conditions in which the pre-tests were conducted.

The results of the research were presented and discussed scientifically based on the sources of the subject of the research and the researcher concluded that the exercises prepared by the researcher have a positive impact on the development of the tactical link of the experimental research sample and recommended the researcher to introduce exercises focused on the development of the tactical link through additional training methods

**Keywords:** Comprehensive and integrated training method , Tactical linkage , Football

### 1- التعريف بالبحث

#### 1-1 المقدمة و أهمية البحث

لقد كان لكرة القدم نصيب كبير من التطور التي شهدته الالعاب الرياضية الفردية منها والفرقية وذلك بوصفها اللعبة الشعبية الاولى في العالم جمهوراً واهتمامأً، وعليه فان مدربى كرة القدم يتسابقون مع الزمن في سبيل الارتقاء بجميع جوانب اعداد هذه اللعبة ، كما يمكن القول بأن أسلوب التدريب الشامل المدمج يعد أداة فاعلة في مجال التدريب الرياضي، حيث يمكننا من خلاله التغلب على جميع التحديات التي قد يواجهها لاعبو كرة القدم خلال الموسم الرياضي. فضلا عن ذلك، يسهم هذا الأسلوب في التدريب بشكل ديناميكي وفاعل، حيث يعزز من قدرات اللاعبين ويعكس واقع اللعب وظروفه، وبالتالي أصبح التدريب الشامل المدمج من الأساليب التدريبية المهمة والأساسية، وربما يكون العامل الحاسم للوصول إلى أعلى مستويات الأداء في كرة القدم، كما يتيح هذا الأسلوب فرصة تحديد نقاط القوة وتطويرها، فضلا عن معالجة نقاط الضعف لدى اللاعبين، مع تقديم حلول علمية ومناسبة لتطوير المهارات الأساسية للاعبى كرة القدم ، فيما تبين اهمية الاداء الخططي خلال المنافسات في كيفية استخدام الخطة المناسبة بحسب المواقف التي يتعرض لها لاعب كرة القدم اثناء اللعب ، من خلال الاستجابة الفاعلة التي يمر بها وهذه تعتمد على ما يتحلى به اللاعب من امكانيات مهارية وبدنية التي يستخدمها للتخلص من تلك المواقف بصورة ايجابية تخدم الاداء الخططي ونتيجة المباراة ، وتبرز أهمية البحث بضرورة استخدام الطائق والاساليب الحديثة في عملية التدريب الرياضي من خلالها ترسیخ فكرة استخدام اسلوب التدريب الشامل المدمج خلال اعداد مجموعة من التمارين لتحقيق الهدف المنشود .

#### 1-2 مشكلة البحث

من خلال خبرة الباحثين المتواضعة ومتابعتهما للعديد من مباريات و تدريبات الاندية في مدينة الرمادي لاحظا وجود ضعفاً وبطأً اثناء اداء الواجبات الدفاعية والهجومية اثناء المنافسة ، ومن اجل تنفيذ الواجبات لا بد من امتلاك اللاعبين القدرات الوظيفية والاداء البدنى والمهارى والخططي بكفاءة وفاعلية خلال شوطى المباراة ، لذا يتبعى تدريب اللاعبين تحت ظروف مشابهة للمنافسة وادراك اللاعب بالمواقف الخططية ليتم من خلالها صقل الاداء الفنى والخططي بكل دقة وانقاذه ، مما حدى بالباحثين الوقوف على جوانب الضعف لدى افراد العينة ومحاولة استخدام اسلوب التدريب الشامل المدمج في التمارين التي من شأنها قد تساعد المدربين واللاعبين لخلق اجواء منافسة حقيقة داخل الوحدة التدريبية.

#### 1-3 هدفا البحث

1. التعرف على تأثير اسلوب التدريب الشامل المدمج في تطوير الربط الخططي لأفراد عينة البحث .
2. التعرف على افضلية التأثير بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث للاعبى افراد العينة.

#### 1-4 فرض البحث

- 1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث قيد الدراسة.

## 5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: لاعبو نادي ( الرمادي ) ونادي ( الفهد ) المشاركون في الدوري العراقي الممتاز لكرة القدم للموسم الرياضي 2024 - 2025.

2-5-1 المجال الزماني : لمدة من(2024/9/5) ولغاية المدة (2024/12/5)

3-5-1 المجال المكاني : ملعب نادي الرمادي وملعب جامعة الانبار .

2- منهجة البحث وإجراءاته الميدانية

### 1-2 منهج البحث

استخدام الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذاتي الاختبارين القبلي والبعدي لملاءمتها متطلبات البحث ويعود الطريق المناسب لحل المشكلة .

### 2-2 مجتمع البحث وعيته

اختار الباحث عينة بحثه بالطريقة العمدية وهم لاعبو فئة المتقدمين لأندية مدينة الرمادي المتمثلة بنادي الرمادي والفهد وبلغ عدد أفراد العينة (48) لاعباً حيث مثل نادي الرمادي المجموعة الترجيبية ونادي الفهد المجموعة الضابطة ، اذ ضمت كل مجموعة (24) لاعباً، بعدها استبعد الباحثان عدداً من لاعبي العينة والمجموعتين وليتبقى (14) لاعباً لكل مجموعة وبهذا أصبح لاعبو المجموعتين (28) لاعباً ويمثلون نسبة مئوية مقدارها 58.33% من مجتمع البحث .

لضمان عدم وجود فروقات بين مجامي البحث في الاختبارات الموضوعة ، تم اجراء التكافؤ لعينتي البحث الضابطة والتجريبية باستخدام اختبار ( T- Test ) بين افراد العينة في الاختبارات القبلية كما مبين في الجدول (1)

**جدول (1) يبين تكافؤ عينتي البحث الضابطة والتجريبية**

الدالة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة التجريبية			وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
		س	ع	ن		
غير دال	0,20	0,28	0,48	0,14	0,46	مستوى الرابط الخططي

\*قيمة (ت) المحسوبة (2,06) درجة الحرية (26=2-14+14) (0.05) مستوى الدالة (0.05)

### 2-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

ساعة إيقاف لقياس الزمن ، ميزان طبي ، شريط قياس بطول (30) متر ، كرات قدم قانونية عدد (15) ، حاسبة الكترونية. شواخص عدد (25) بأحجام مختلفة . موائع عدد (8) ، مسطبة عدد (2) ، جبال لتقسيم مناطق التهديف ، صافرة ، كامرة نوع ( canon ) ، شريط لاصق .

### 2-4 الاختبارات المستخدمة بالبحث

#### 2-4-1 تحديد اختبارات البحث قيد الدراسة :

من أجل تحديد الاختبارات البدنية والخططية الخاصة بموضوع الدراسة قام الباحثان بعرض استماره استبيان على عدد من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال ( علم التدريب الرياضي وكرة القدم والاختبارات والقياس ) لتحديد أهم الاختبارات الملائمة لموضوع البحث عن طريق عرض عدد من الاختبارات ذات العلاقة بقياس الرابط الخططي للاعبين المتقدمين بكرة القدم ومنهم هم بأعمار ( فوق 19 ) سنة، إذ رُشحت ثلاثة اختبارات عن طريق وضع إشارة ( ✓ ) أمام الاختبار الأنسب .

وبعد تفريغ البيانات الخاصة باستمارات الاستبيان واستخراج النسب المئوية، اختيار الاختبار الذي حصل على نسبة اتفاق اكبر من ( 70 % ) بين الاختبارات التي حدّدت وعلى وفق الجدول (2).

**جدول (2) يبين اختبارات البحث قيد الدراسة / عدد الخبراء 21**

النسبة	العدد	الاختبارات المرشحة	التفاصيل	ت
%85,7	8	اختبار الرابط الخططي والتهديف	الرابط الخططي	
%19	4	اختبار الأداء الخططي بتغيير الاتجاه والتهديف		
%38	18	الاختبار الخططي المركب والتهديف		

## 2-4-2 اختبار الربط الخططي<sup>(1)</sup>

اسم الاختبار : الربط الخططي والتهديف

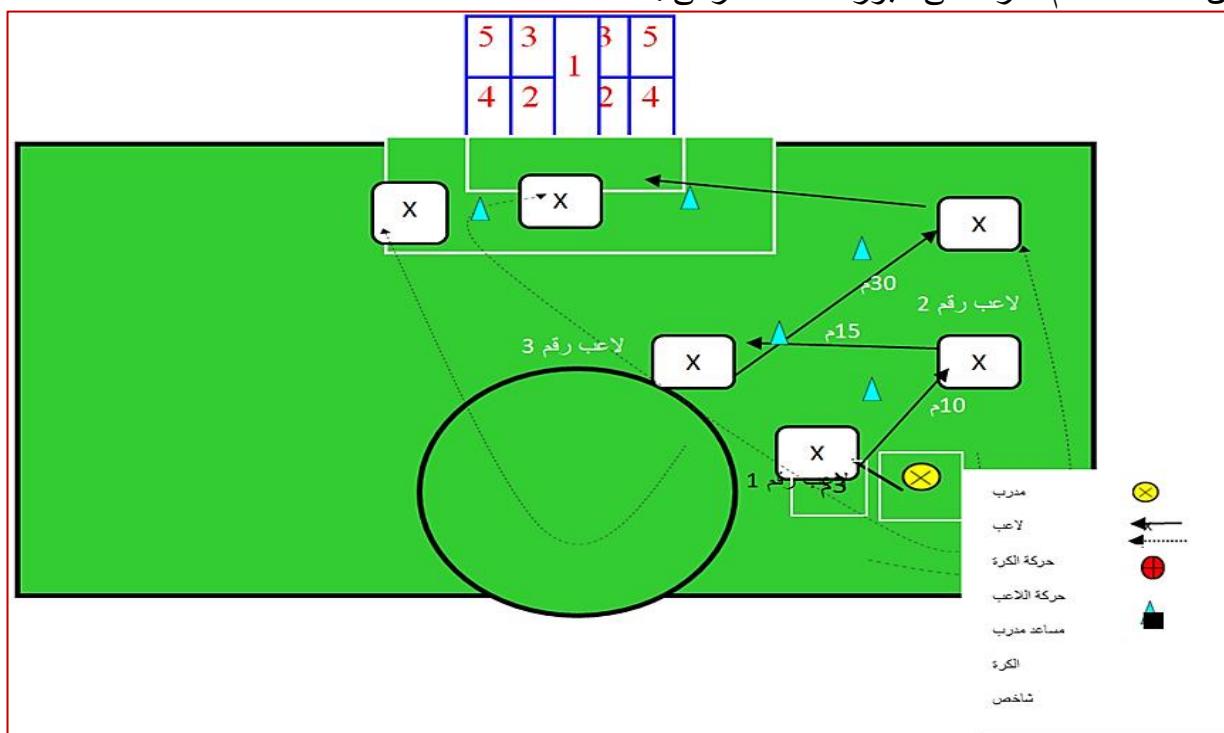
هدف الاختبار: قياس سرعة ودقة الربط الخططي في الملعب .

**الأدوات المستخدمة :** كرة قدم قانونية ، مادة بورك ، شواخص بارتفاع 1م عدد 3 ، ملعب كرة قدم .

**وصف الاختبار واداؤه :** يتم تحديد مربع بمساحة  $(2 \times 2) \text{ م}$  باستخدام مادة البورك لاستلام وتسليم الكرة . ويوضع شاخص بارتفاع 1م في منتصف المسافة بين كل لاعبين واستخدامه كمنافس سلبي، اما منطقة التهديف على الهدف المقسم ف تكون ضمن منطقة الجزاء حول منطقة الـ 6 ياردات كما في الشكل (1).

ينفذ الاختبار من قبل ثلاثة لاعبين في مواقعهم المحددة مسبقاً ، حيث يتم تبادل المواقع بعد انتهاء كل محاولة تهديف على المرمى بالتعاقب ، يبدأ اللاعب رقم (1) باستلام الكرة من منتصف الملعب عبر مناولة من المدرب الذي يبعد ثلاثة امتار ، بعد ذلك يقوم اللاعب رقم (1) بتمرير الكرة الى اللاعب رقم (2) مباشرة (بلمسة او لمستين) الذي يبعد عنه مسافة (10) امتار ، ثم يركض بأقصى سرعة من خلف اللاعب رقم (2) متوجه نحو الموقع الوهمي رقم (4) ، في هذه الاثناء يقوم اللاعب رقم (2) بتمرير الكرة بال المباشر (بلمسة او لمستين ) الى اللاعب رقم (3)، الذي يبعد عنه مسافة (15) متراً ، ثم ينتقل باتجاه المنطقة المحددة للتهديف ، بعد ذلك يقوم اللاعب رقم (3) بتمرير الكرة الى الجانب الامامي للاعب رقم (1) المتوجه للموقع الوهمي رقم (4) ، الذي يبعد مسافة 30 متراً بين منطقة الجزاء والزاوية ، اخيراً يتحرك اللاعب رقم (1) باتجاه المرمى ويقوم بتمرير الكرة بلمسة او لمستين الى اللاعب رقم (2) في منطقة التهديف المحددة للتنفيذ على الهدف حول منطقة الـ 6 ياردات ، وبذلك يتم تنفيذ الاختبار بالتعاقب لجميع المختبرين . كما في الشكل رقم (1-2).

**التسجيل :** الدرجة الكلية للاختبار هي 15 نقطة ، درجتان تمنح للاعب الذي يستلم الكرة ويسلمها داخل المربع المحدد - وتحصل درجة واحدة للاعب الذي يستلم ويسلم عند خط المربع - وصفر درجة للاعب الذي يستلم ويسلم الكرة خارج المربع في اثناء التهديف على المرمى المقسم وفي حال مس الشريط او العمود تتحسب صفر درجة خارج المرمى ، ويتم احتساب مجموع أزمنة كل لاعب في كل موقع ، بدءاً من لحظة استلام الكرة حتى عبورها خط المرمى .



الشكل (1) يبين اختبار الربط الخططي والتهديف

<sup>(1)</sup> ناجي كاظم علي: تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخططي ودقة بكرة القدم، أطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية، جامعة بغداد، 2010، ص 73.

## 2-5 التجارب الاستطلاعية

اجرى الباحثان تجربتين استطلاعيتين على عينة التجربة الاستطلاعية المكونة من (8) وهم جزء من مجتمع البحث، وذلك في يوم الخميس و الجمعة بتاريخ (6/5) من شهر ايلول لسنة 2024 في الساعة الثالثة عصراً في ملعب جامعة الأنبار .

حيث كانت غاية الباحثين من التجارب الاستطلاعية التعرف على المعوقات التي ترافق تنفيذ الاختبارات لتقادها وتجاوزها ومن اجل ضمان الوصول لنتائج اكثراً دقة وصدق وكذلك تحديد الزمن المحدد لإجراء الاختبارات وبتسلسلها .

### 3-5-1 التجربة الاستطلاعية الاولى

شرع الباحثان بتنفيذ التجربة استطلاعية الاولى يوم الخميس بتاريخ (2024/9/5) الساعة الثالثة عصراً بعدما تم ترشيح الاختبارات الخاصة بالبحث من قبل خبراء علم التدريب الرياضي والمختصين في اللعبة ، على عينة التجربة الاستطلاعية و البالغ عددهم (8) وهم جزء من مجتمع البحث وبمساعدة فريق العمل المساعد ، بعد ان تم شرح الاختبارات وطريقة التسجيل لأفراد التجربة الاستطلاعية ، استمرت التجربة لمدة يوم واحد حيث شمل اختبار (الربط الخططي) .

وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية :

1. اختبار قدرة فريق العمل المساعد على تنفيذ وكتابة نتائج الاختبارات ومدى كفاءتهم في تطبيقها.
2. بيان صلاحية الأجهزة والأدوات التي سوف تستخدم خلال التجربة الرئيسية.
3. انسجام الاختبارات مع مستوى افراد عينة البحث وبيان مدى سهولتها وصعوبتها .
4. الكشف على جميع السلبيات والمعوقات التي قد يواجهها الباحثان خلال إجراء الاختبارات.
5. بيان الزمن التقريري الذي يحتاجه الاختبار الواحد ، والوقت الذي يستغرقه الاختبارات .
6. ملائمة الاستثمارات المعدة للتسجيل .

### 3-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية

شرع الباحثان بتنفيذ التجربة الاستطلاعية الثانية على افراد المجموعة التجريبية يوم الجمعة بتاريخ (2024/9/6) الساعة الثالثة عصراً في وحدة تدريبية شملت مجموعة من التمارين المعدة من قبل الباحثين من اجل الوقوف على الاسس التالية :

- تصميم التمارين بما ينسجم مع مستوى وقدرات افراد عينة البحث .
- الالتزام بتحقيق الهدف العام من التمارين المعدة .
- يتعين الاخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية لأفراد عينة البحث .
- ادراك المدة الزمنية للتجربة والاقوام المحدد للوحدات التدريبية .
- تحديد عدد التمارين في كل وحدة تدريبية من المنهاج التدريبي .
- تحديد الحد الأقصى للأداء لكل تمرين وفترات الراحة بين التكرارات والمجموعات .
- قياس الزمن المستخدم في كل تمرين في المنهج لتحديد الوقت المطلوب لكافة افراد العينة .
- الالتزام بتطبيق الأسس العلمية من حيث الشدة ، الحجم ، فترات الراحة .

## 2-6 الاختبار القبلي

أجريت الاختبارات القبلية على افراد عينة البحث الضابطة والتجريبية في تمام الساعة الثالثة من بعد الظهر ليوم الاثنين الموافق ( 2024/9/9 ) في ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الأنبار بأشراف مباشر من قبل الباحثين وبمساعدة فريق العمل المساعد .

### 2-7 التجربة الرئيسية

أعد الباحثان تمارين اللعب الضاغط و تم الشروع في تنفيذ التمارين من يوم ( الخميس ) الموافق ( 2024/9/12 ) في ملعب نادي الرمادي الرياضي حيث طبقت التمارين البالغ عددها (10) تمارين ، في الجزء التطبيقي من القسم الرئيسي ولمدة (12) أسبوعاً ، حيث تضمنت (3) وحدات تدريبية، أسبوعية هي أيام ( الاحد ، الثلاثاء ، الخميس ) ، واستمر تطبيق التمارين لمدة (3) أشهر متواصلة دون انقطاع ، بعدها تم الانتهاء من التجربة يوم الثلاثاء الموافق ( 3 / 12 / 2024 ) وتضمنت التجربة (36) وحدة تدريبية ، وتم توزيع التمارين المستخدمة على الوحدات التدريبية وحسب اهداف كل وحدة وبواقع ( 3 ) تمارين متنوعة ، وقد بلغ وقت الوحدة التدريبية (120) دقيقة ، حيث نفذت التمارين في الجزء التطبيقي من القسم الرئيسي وقد تراوح وقت تنفيذها من (50-60) دقيقة .

## 2- الاختبارات البعدية

أجرى الباحثان و بمساعدة فريق العمل المساعد الاختبارات البعدية على عينة البحث في الساعة الثانية من بعد ظهر يوم الأربعاء الموافقين (2024/12/4) للاختبار الخططي ، إذ راعى الباحثان توافر ظروف ومكان الاختبارات القبلية نفسها لتلائم متغيرات الظروف على الاختبارات البعدية لعينة البحث.

### 2-9 الوسائل الإحصائية

استعمل الباحثان الحقيقة الإحصائية ( Spss )

#### 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

قام الباحثان بجمع البيانات ومعالجتها بالوسائل الإحصائية المناسبة لبلوغ الهدف من إجراء بحثه، ثم عرض الباحثان النتائج وقاما بتحليلها ومناقشتها للتعرف على حقيقة الفروق دلالاتها الإحصائية في الاختبارات القبلية والبعدية لأفراد العينة وعلى النحو الآتي :

#### 3-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية لمتغيرات الرابط الخططي وتحليلها ومناقشتها

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم ( ت ) المحسوبة والدالة للاختبارات القبلية والبعدية للاعبين المجموعة الضابطة في متغيرات الرابط الخططي

الدالة	قيمة (ت) المحسوبة	ع ف	س ف	الاختبار البعدى		الاختبار القبلى		ج: م:	المتغيرات
				ع	س	ع	س		
دال	12,0	0,05	0,12	0,10	0,60	0,28	0,48	د/ثا	مستوى الرابط الخططي

قيمة (ت) الجدولية (2,16) درجة الحرية (14=1-13) مستوى الدالة (0,05)

يتضح في الجدول (3) ان قيمة ( ت ) المحسوبة للمتغيرات المبحوثة للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة للاعبين كانت ( 12,0 ) لمتغيرات مستوى الرابط الخططي ، و عند مقارنتها بالقيمة الجدولية ( 2,16 ) امام درجة حرية مقدارها ( 14=1-13 ) ومستوى دالة ( 0,05 ) وجد ان قيمة ( ت ) كانت دالة احصائياً ( معنوية ) لأنها اكبر من القيمة الجدولية .

جدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم ( ت ) المحسوبة والدالة للاختبارات القبلية والبعدية للاعبين المجموعة التجريبية في متغيرات الرابط الخططي .

الدالة	قيمة (ت) المحسوبة	ع ف	س ف	الاختبار البعدى		الاختبار القبلى		وحدة القياس	المتغيرات
				ع	س	ع	س		
دال	10,0	0,08	0,20	0,06	0,66	0,14	0,46	د/ثا	مستوى الرابط الخططي

قيمة (ت) الجدولية (2,16) درجة الحرية (14=1-13) مستوى الدالة (0,05)

يتضح في الجدول (4) ان قيمة ( ت ) المحسوبة للمتغيرات المبحوثة للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية للاعبين كانت ( 10,0 ) لمتغيرات مستوى الرابط الخططي ، و عند مقارنتها بالقيمة الجدولية ( 2,16 ) امام درجة حرية مقدارها ( 14=1-13 ) ومستوى دالة ( 0,05 ) وجد ان قيمة ( ت ) كانت دالة احصائياً ( معنوية ) لأنها اكبر من القيمة الجدولية

حيث أظهرت النتائج في الجدول (3) و (4) الخاص بنتائج اختبار مستوى الرابط الخططي أن هناك فروقا ذات دالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدى للمجموعة التجريبية ، إذ أنها عند ملاحظتنا لقيم الأوساط الحسابية للمجموعتين وجدنا أن التطور الحاصل في المجموعة التجريبية كان أعلى من نظيرتها في المجموعة الضابطة .

ويعزى الباحثان ان للتمرينات المعدة من قبل الباحثين أثرها الواضح على مبدأ الرابط الخططي، حيث ان للرابط الخططي علاقة قوية بقدرة اللاعب في السيطرة والانتباه على لاعبي الفريق وكذلك لاعبي فريق المنافس وأمسارات الحركي للاعبين داخل الملعب، وتعتمد على مجموعة من العوامل، اولهمما تطور القدرات البدنية والمهارية فضلا عن الخبرات التي يمتلكها اللاعبون إذ ان الفريق من فئة متقدمين ويعزو الباحثان الى توجيهاتهم خالل التدريبات و تزويد اللاعبين بتغذية راجعة عن مسار حركة اللعب واللاعبين الزملاء والمنافسين مما اعانت اللاعبين على تطور مبدأ الرابط الخططي وفق شروط ومعايير علمية وهذا ما أشار اليه (مهند عبد الستار، 2001) بالقول " ثبتت حقيقة علمية لا بد من الوقوف عندها هي ان التمارين المستخدمة في المناهج التدريبية تعمل إلى تطوير الأداء حيث بنيت على أسس علمية في تنظيم العملية التدريبية واستخدام الحمل المناسب و ملاحظة الفروق الفردية وتحت ظروف

تدريبية ملائمة وبإشراف مدربين متخصصين حيث ان البرامج التدريبية المقننة والمنظمة وفق الاسس العلمية والتي تعمل على تطور مستوى اللاعبين البدني والمهاري<sup>(2)</sup>.  
 ويذكر (محمد حسن,1989 ) " أنه كلما زاد استيعاب المعلومات النظرية وطرق تطبيقها وكذلك التوجيهات العلمية المهمة للمدرب الرياضي كلما ساعد على تطوير وتنمية مستوى الرياضي الى أقصى حد"<sup>(3)</sup>.

### 3-2 عرض نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية لمتغيرات الرابط الخططي وتحليلها ومناقشتها

جدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة والدلالة على الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث في متغيرات تحمل الأداء والرابط الخططي

الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
		ع	س	ع	س		
غير دال	2,00	0,10	0,60	0,06	0.66	د / ثا	مستوى الربط الخططي

قيمة (ت) الجدولية (2,06) درجة الحرية (26=2-14+14) (0,05) مستوى الدلالة

يتضح من الجدول (5) ان قيمة (ت) المحسوبة لمتغير الرابط الخططي للاختبار البعدى للاعبين كانت (2,00) لمتغير (مستوى الربط الخططي) وعند مقارنتها بالقيم الجدولية (2,06) امام درجة الحرية (26=2-14+14) مستوى الدلالة (0,05) وجد ان جميع قيم (ت) كانت غير دالة (غير معنوية) لأنها اصغر من القيمة الجدولية .

ويعزى الباحثان وجود تفوق طفيف للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في متغير مستوى الربط الخططي اذ لم يظهر فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين ويمكن تفسيره ان مدة تطبيق التمارين كانت غير كافية لأحداث تحسن كبير في المهارات المتعلقة بالربط الخططي وهذه التمارين تحتاج الى تكرارات طويلة الأمد في بيئة ملائمة تحاكي المواقف الفعلية للمباريات فضلاً عن انه من الممكن ان تكون المجموعة الضابطة قد عمل فيها المدرب تمارين خاصة بالجانب الخططي مما قلل الفجوة بينها وبين المجموعة التجريبية في هذا المتغير .

ويؤكد (Dieter Hacken,2014) ان " تحسين الجوانب الخططية يحتاج الى تكرار طويل الأمد واستثمارٍ لوقت عند تدريب اللاعبين ضمن سيناريوهات ميدانية قريبة من اللعب مع التأكيد على تكامل الجوانب البدنية والخططية"<sup>(4)</sup>

ويؤكد (Francisco Seirul-lo,2011) ان" التمارين الخططية تتطلب اعداداً تشبه بيئة اللعب الحقيقي ل لتحقيق التكيف اللازم ، اذ لا يمكن تحقيق تقدم في الجوانب الخططية الا من خلال تكرار التمارين ضمن مواقف تحاكي ظروف المنافسة "<sup>(5)</sup>

### 4- الاستنتاجات والتوصيات

1- التدريب الشامل المدمج ساعد في رفع مستوى الرابط الخططي لدى لاعبي المجموعة التجريبية مقارنة بنظيرهم في المجموعة الضابطة .

#### 4-2 التوصيات

1- يوصى الباحثان باعتماد أسلوب التدريب الشامل المدمج عند اعداد البرامج التدريبية للاعب كرة القدم نظرًا لفعاليتها في تطوير مستوى الرابط الخططي .

2- يوصى الباحثان بتعزيز التدرييات الخاصة بالجانب الخططي، لأنها تلعب دوراً مهماً في تحسين أداء لاعبي كرة القدم .

<sup>(1)</sup> مهند عبد السنار العاني: تأثير برنامج مقترن بعض الصفات البدنية والمهارات بكلة السلة للاعبين الناشئين ، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية ، جامعة بغداد، 2001 ، ص.89.

<sup>(3)</sup> محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي ، القاهرة، دار المعارف ، 1989 ، ص.65 .

<sup>4</sup> Dieter Hacken : Tactical Periodization, A Comprehensive Approach to Team Sports Training ,Germany, Meyer & Meyer Sport , 2014,p117

<sup>5</sup> Francisco Seirul-lo : Structured Microcycles in Soccer Training , Spain, FutbolNet Press , 2011,p81

3- يُوصى الباحثان بإجراء اختبارات دورية قليلة وبعدية لمتابعة تأثير البرامج التدريبية على اللاعبين، مما يساعد في تعديلها وتحسين فاعليتها وفقاً للنتائج المحققة .

#### المراجع

- محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي , القاهرة, دار المعارف , 1989.
- مهند عبد الستار العاني: تأثير برنامج مقترح لبعض الصفات البدنية والمهارية بكرة اللاعبين الناشئين , رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية , جامعة بغداد , 2001.
- ناجي كاظم علي: تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخططي ودقته بكرة القدم, أطروحة دكتوراه, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية, جامعة بغداد .
- Dieter Hacken : Tactical Periodization: A Comprehensive Approach to Team Sports Training ,Germany, Meyer & Meyer Sport , 2014.
- Francisco Seirul-lo : Structured Microcycles in Soccer Training , Spain, FutbolNet Press , 2011.

#### الملحق

**ملحق (1) يبين نموذج للتمرينات المعدة من قبل الباحث لتطوير مستوى الربط الخططي**

**التمرين رقم (1) الهدف من التمرين: تطوير سرعة ودقة الربط الخططي**

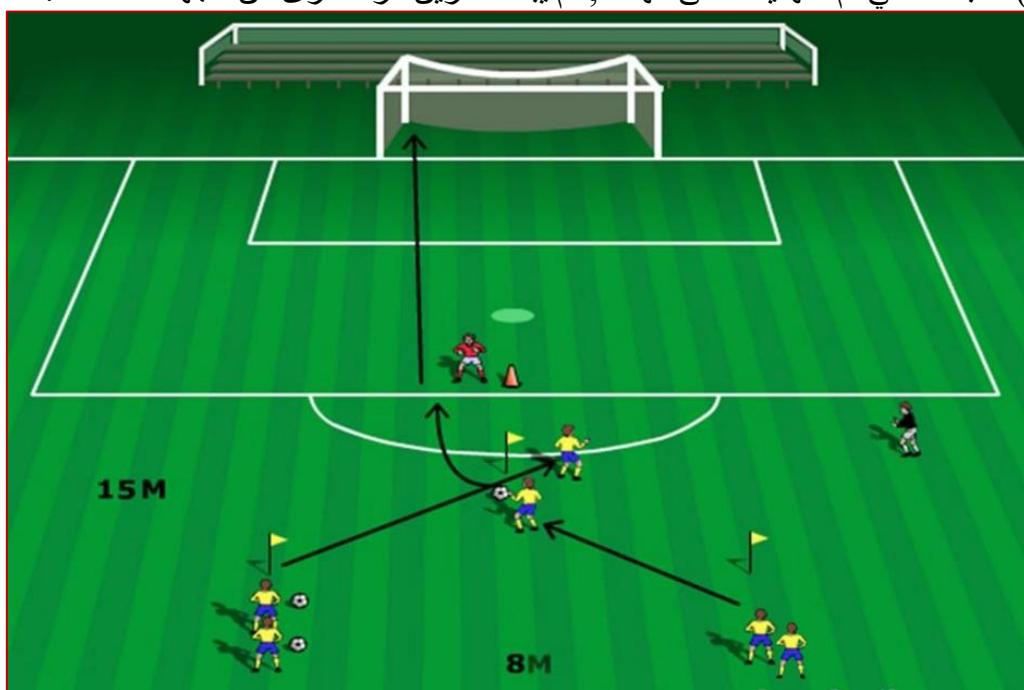
**المستلزمات : كرات قدم + شواخص + اعلام + هدف**

**المساحة : ملعب كامل**

**عدد اللاعبين : (14) لاعباً**

**زمن الاداء للتمرين : (12) ثا**

**وصف الأداء :** يتم تقسيم اللاعبين على مجموعتين كل مجموعة تحتوي على (7) لاعبين ويبدأ التمرين بوجود مدافع على قوس الجزاء وأمامه خارج منطقة الجزاء بمسافة (15) م وعلى الجهةين الآخرين يوجد (3) لاعبين (مهاجمين) و(3) كرات في جهة اليسار وعند سماع الصافرة ينطلق اللاعب من جهة اليمين بكرة اللاعب من جهة اليسار بدون كرة ويتقاطع اللاعبان عند الشافع الذي يبعد (18) م حيث يقوم اللاعب اليمين بمناولة الكرة بالكعب إلى لاعب اليسار ويستلم الكرة وينطلق لمواجهة المدافع (أضد1) لعب تنافسي ثم التهديف على الهدف، ثم يبدأ التمرين مره اخرى من الجهة المعاكسة.



**التمرين رقم (2) الهدف من التمرين: تطوير الربط الخططي للاعبين**

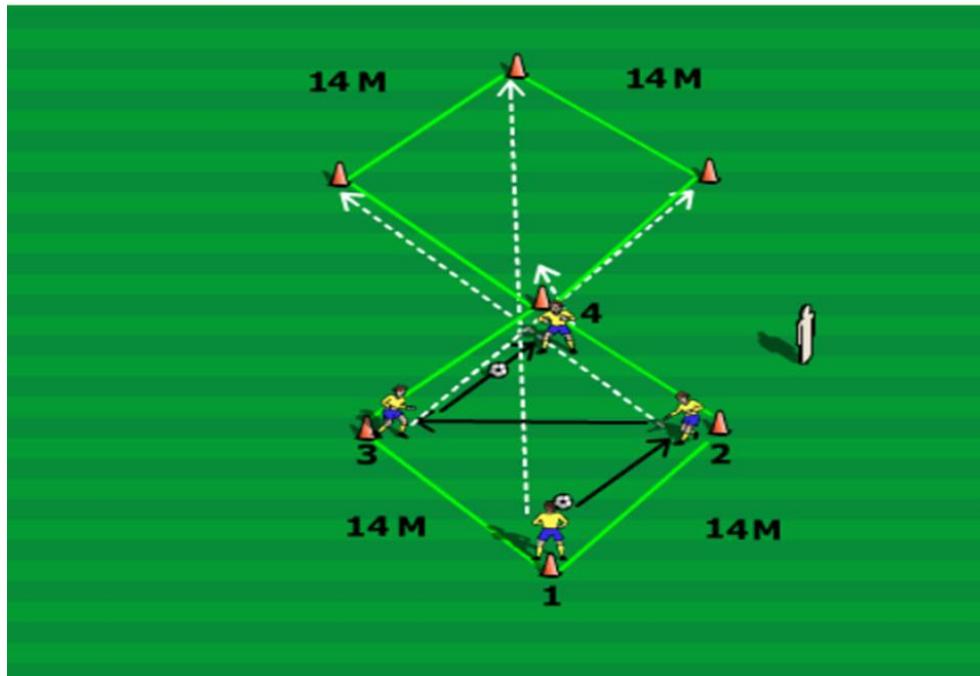
**المستلزمات : كرات قدم + شواخص**

**المساحة : ملعب كامل**

**عدد اللاعبين : (14) لاعباً + لاعبان مساعدين**

**زمن الاداء للتمرين : (10) ثا**

**وصف الاداء :** يتم تقسيم اللاعبين الى (4) مجموعات في كل مجموعة (4) لاعبين وتوزيع على شكل معين طول ضلعه (14م)، فعند سماع الصافرة يقوم اللاعب رقم (1) بالمناولة الى اللاعب رقم (2) ثم الربط من خلف اللاعب رقم (4) ثم يقوم اللاعب رقم (2) بالمناولة الى اللاعب رقم (3) والربط بشكل قطرى من خلف اللاعب رقم (4) ثم يقوم اللاعب رقم (3) بالمناولة الى اللاعب رقم (4) والربط قطرى من خلفه واستلام الكرة من قبل اللاعب رقم (4) والانتقال الى الامام وتشكيل معين للبدء مرة أخرى لتنفيذ التمرين .



**ملحق (2) يبين نموذج للوحدات التدريبية المستخدمة بالبحث لتطوير مستوى الربط الخططي .**  
**الوحدة التدريبية الاولى**

الأسبوع الاول	الهدف : تطوير الربط الخططي	التاريخ : 2024/11/7
الوحدة التدريبية : الخامسة والعشرون	المكان : ملعب نادي الرمادي	
اليوم : الخميس	الشدة : %86	
عدد اللاعبين : 14 لاعباً	نادي : الرمادي الرياضي	القسم الرئيسي : 90 د

الوحدة	القسم الرئيسي	الشدة	التمارين المستخدمة	زمن الأداء	الراحة بين التكرارات	التمارين	الراحة بين المجاميع	الزمن الكلى	المجموع
53,6	%86	90 د	التمرين 2	29 ثا	35 ثا	5	3	170 ثا	22,7 د
			التمرين 11	11,6 ثا	30 ثا	5	3	170 ثا	17,4 د
			التمرين 7	23,2 ثا	30 ثا	5	2	170 ثا	13,5 د

#### الوحدة التدريبية الثانية

الأسبوع الاول	الهدف : تطوير الربط الخططي	التاريخ : 2024/11/10
الوحدة التدريبية : السادسة والعشرون	المكان : ملعب نادي الرمادي	
اليوم : الاحد	الشدة : %88	
عدد اللاعبين : 14 لاعباً	نادي : الرمادي الرياضي	القسم الرئيسي : 90 د

الوحدة	القسم الرئيسي	الشدة	التمارين المستخدمة	زمن الأداء	الراحة بين التكرارات	التمارين	الراحة بين المجاميع	الزمن الكلى	المجموع
55,8	%88	90 د	التمرين 6	28,4 ثا	35 ثا	5	3	170 ثا	22,6 د
			التمرين 11	11,3 ثا	30 ثا	5	3	170 ثا	17,3 د
			التمرين 19	13,6 ثا	20 ثا	5	3	170 ثا	15,9 د