

## Research Paper

## تأثير التدريب بالأسلوب الشامل المدمج لتطوير الربط الخططي

## للاعبي كرة القدم المتقدمين

ضياء قحطان طعمه<sup>1</sup>, فؤاد حماد عسل<sup>2</sup><sup>1</sup> كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الأنبار, [qdhevaa@gmail.com](mailto:qdhevaa@gmail.com)<sup>2</sup> كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الأنبار, [pe.fuaad\\_hamad@uoanbar.edu.iq](mailto:pe.fuaad_hamad@uoanbar.edu.iq)

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

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

Submission Date 25-02-2025

Accept Date 17-04-2025

## المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير أسلوب التدريب الشامل المدمج في تطوير الربط الخططي للاعبين نادي الرمادي المتقدمين , وافترض الباحثان وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية.

وقد أعتمد الباحثان المنهج التجريبي وبتصميم المجموعتين المتكافئتين المتساوية العدد لملاءمته طبيعة بحثه , واختارا عينة بحثهما بالطريقة العمدية وهم لاعبو نادي الرمادي ونادي الفهد بعدد (48) لاعبا , وأعد الباحث (10) تمرينات خاصاً بتطوير الربط الخططي ووضعها في (36) وحدة تدريبية بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع ولمدة ثلاثة اشهر منفذاً هذه التمرينات في الجزء الرئيسي من الوحدات التدريبية وقد استعمل الباحثان اختبارا واحداً يتناسب ومتطلبات البحث وأهدافه واختاره من خلال المصادر العلمية للحصول على نتائج تجربته.

تم اجراء الاختبارات القبلية في متغيرات البحث الربط 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 البعدية تحت الظروف نفسها التي تم اجراء الاختبارات القبلية فيها .

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

الكلمات المفتاحية: أسلوب التدريب الشامل المدمج , الربط 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>

<sup>1</sup> College of Physical Education and Sports Sciences / Anbar University

<sup>2</sup> 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 وأهمية البحث

لقد كان لكرة القدم نصيب كبير من التطور التي شهدته الألعاب الرياضية الفردية منها والفرقية وذلك بوصفها اللعبة الشعبية الاولى في العالم جمهوراً واهتماماً، وعليه فان مدربي 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. فضلاً 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، فضلاً عن معالجة نقاط الضعف لدى اللاعبين، مع تقديم حلول علمية ومناسبة لتطوير المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم ، فيما تبين أهمية 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 الطرائق والاساليب الحديثة في عملية التدريب الرياضي من خلالها ترسيخ فكرة استخدام أسلوب التدريب الشامل المدمج خلال اعداد مجموعة من التمرينات لتحقيق الهدف المنشود .

#### 2-1 مشكلة البحث

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

#### 3-1 هدف البحث

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

#### 4-1 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 ) المشاركين في الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم للموسم الرياضي 2024 - 2025.

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

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

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذاتي الاختبارين القبلي والبعدي لملاءمته متطلبات البحث ويعد الطريق المناسب لحل المشكلة .

2-2 مجتمع البحث وعينته

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

لضمان عدم وجود فروقات بين مجاميع البحث في الاختبارات الموضوعية , 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

المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة	الدالة
		س	ع	س	ع		
مستوى الربط الخططي	د/ثانية	0,46	0,14	0,48	0,28	0,20	غير دال

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

3-2 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 . موانع عدد (8) , مسطرة عدد (2) , حبال لتقسيم مناطق التهديف , صافرة , كامرة نوع ( canon ) , شريط لاصق .

4-2 الاختبارات المستخدمة بالبحث

1-4-2 تحديد اختبارات البحث قيد الدراسة :

من اجل تحديد الاختبارات البدنية والخططية الخاصة بموضوع الدراسة قام الباحثان بعرض استمارة استبانة 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 الربط الخططي للاعبين المتقدمين بكرة القدم وممن 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, اختير الاختبار الذي حصل على نسبة اتفاق أكثر من (70% ) بين الاختبارات التي حُدثت وعلى وفق الجدول (2).

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

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

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

اسم الاختبار : الربط الخططي والتهديف

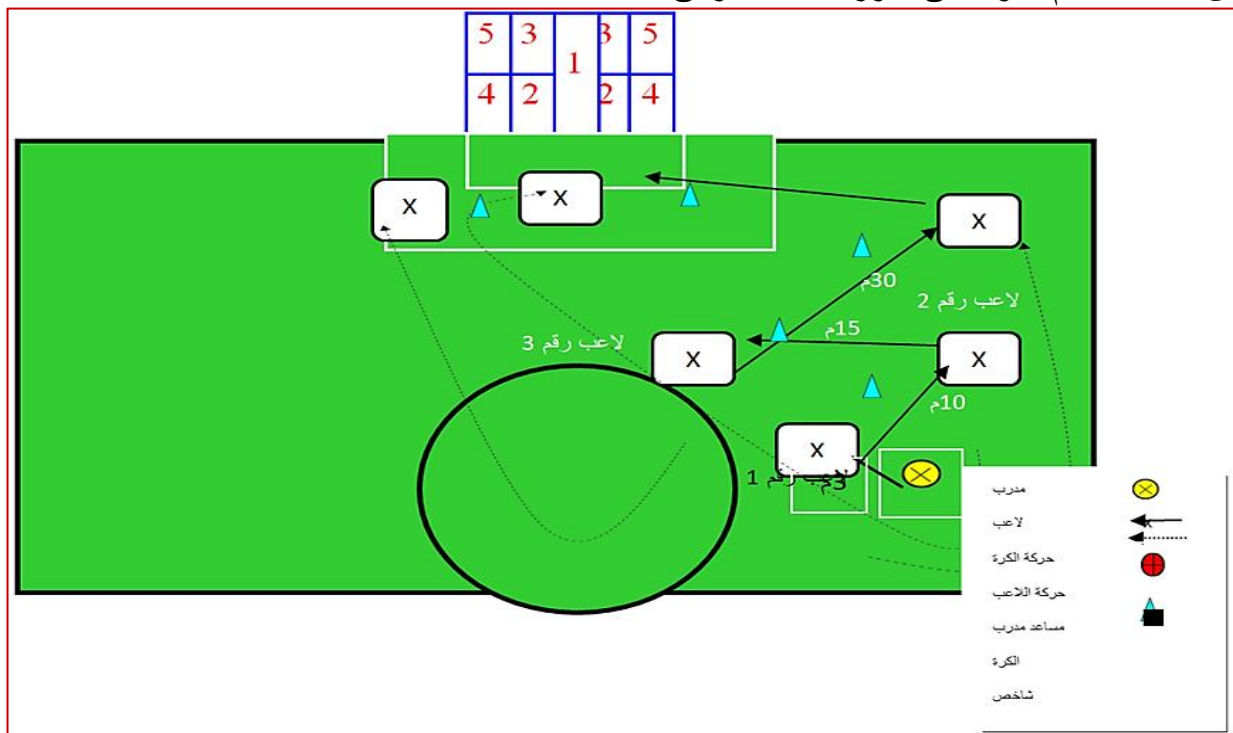
هدف الاختبار: قياس سرعة ودقة الربط الخططي في الملعب .

الأدوات المستخدمة : كرة قدم قانونية ، هدف مقسم الى مناطق متعددة باستخدام شريط ملون ، ساعة توقيت ، صافرة ، شريط للقياس ، مادة بورك ، شواخص بارتفاع 1م عدد 3 ، ملعب كرة قدم .

وصف الاختبار وادائه : يتم تحديد مربع بمساحة (2×2) 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 فتكون ضمن منطقة الجزاء حول منطقة ال 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 مناوله من المدرب الذي يبعد ثلاثة أمتار ، بعد ذلك يقوم اللاعب رقم (1) بتمرير الى اللاعب رقم (2) مباشرة ( بلمسة او لمستين) الذي يبعد عنه مسافة (10) أمتار ، ثم يركض بأقصى سرعة من خلف اللاعب رقم (2) متجهاً نحو الموقع الوهمي رقم (4) ، في هذه الاثناء يقوم اللاعب رقم (2) بتمرير الكرة بالمباشر ( 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) المتجه 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 ال (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 – وتمنح 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 تحتسب 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

(1) ناجي كاظم علي: تأثير تمارينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخططي ودقته بكرة القدم، أطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية، جامعة بغداد، 2010، ص73.

## 5-2 التجارب الاستطلاعية

اجرى الباحثان تجربتين استطلاعتين 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 لتفاديها وتجاوزها ومن اجل ضمان الوصول لنتائج اكثر دقة وصدق وكذلك تحديد الزمن المحدد لإجراء الاختبارات وبتسلسلها .

### 1-5-3 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 والادوات التي سوف تستخدم خلال التجربة الرئيسية.
3. انسجام الاختبارات مع مستوى افراد عينة البحث وبيان مدى سهولتها وصعوبتها .
4. الكشف على جميع السلبات والمعوقات التي قد يواجهها الباحثان خلال إجراء الاختبارات.
5. بيان الزمن التقريبي الذي يحتاجه الاختبار الواحد , والوقت الذي يستغرقه الاختبارات .
6. ملائمة الاستثمارات المعدة للتسجيل .

### 2-5-3 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 التمرينات المعدة من قبل الباحثين من اجل الوقوف على الاسس التالية :

- تصميم التمرينات بما ينسجم مع مستوى وقدرات أفراد عينة البحث .
- الالتزام بتحقيق الهدف العام من التمرينات المعدة .
- يتعين الأخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية لأفراد عينة البحث .
- ادراك المدة الزمنية للتجربة والاوقات المحدد للوحدات التدريبية .
- تحديد عدد التمرينات 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 .

### 6-2 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 .

### 7-2 التجربة الرئيسية

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



## 2-8 الاختبارات البعدية

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

## 2-9 الوسائل الإحصائية

استعمل الباحثان الحقيبة 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 ودلالاتها الإحصائية في الاختبارات القبلية والبعدية لأفراد العينة وعلى النحو الآتي :

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

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

المتغيرات	الدرجة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة
		س	ع	س	ع				
مستوى الربط الخططي	د/ثا	0,48	0,28	0,60	0,10	0,12	0,05	12,0	دال

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

يتضح في الجدول (3) ان قيمتا ( ت ) المحسوبة للمتغيرات المبحوثة للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة للاعبين كانت ( 12,0 ) لمتغيرات مستوى الربط الخططي , وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية ( 2,16 ) امام درجة حرية مقدارها ( 13=1-14 ) ومستوى دلالة (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 والدلالة للاختبارات القبلية والبعدية للاعبين المجموعة التجريبية في متغيرات الربط الخططي .

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة
		س	ع	س	ع				
مستوى الربط الخططي	د/ثا	0,46	0,14	0,66	0,06	0,20	0,08	10,0	دال

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

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

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

ويعزو الباحثان ان للتمرينات المعدة من قبل الباحثين أثرها الواضح على مبدأ الربط الخططي, حيث ان للربط الخططي علاقة قوية بقدرة اللاعب في السيطرة والانتباه على لاعبي الفريق وكذلك لاعبي فريق المنافس والمسارات الحركي للاعبين داخل الملعب، وتعتمد على مجموعة من العوامل، اولهما تطور القدرات البدنية والمهارية فضلا عن الخبرات التي يمتلكها اللاعبون إذ ان الفريق من فئة متقدمين ويعزو الباحثان الى توجيهاتهما خلال التدريبات و تزويد اللاعبين بتغذية راجعة عن مسار حركة اللعب و اللاعبين الزملاء والمنافسين مما اعانت اللاعبين على تطور مبدأ الربط الخططي وفق شروط ومعايير علمية وهذا ما أشار اليه (مهند عبد الستار, 2001) بالقول " ثمت 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 وملاحظة 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>.

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

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

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة
		س	ع	س	ع		
مستوى الربط الخططي	د / ثا	0.66	0.06	0.60	0.10	2,00	غير دال

قيمة ( ت ) الجدولية (2,06) درجة الحرية (26=2-14+14) مستوى الدلالة (0,05)  
يتضح من الجدول (5) ان قيمة ( ت ) المحسوبة لمتغير الربط الخططي للاختبار البعدي 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 .

ويعزو 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 واستثمار للوقت 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 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

##### 1-4 الاستنتاجات

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

##### 2-4 التوصيات

- 1- يوصى الباحثان باعتماد أسلوب التدريب الشامل المدمج عند اعداد البرامج التدريبية للاعبين كرة القدم نظراً لفعاليتها في تطوير مستوى الربط الخططي .
- 2- يوصى الباحثان بتعزيز التدريبات الخاصة بالجانب الخططي، لأنها تلعب دوراً مهماً في تحسين أداء لاعبي كرة القدم .

<sup>(1)</sup> مهند عبد الستار العاني: تأثير برنامج مقترح لبعض الصفات البدنية والمهارية بكرة السلة للاعبين الناشئين , رسالة ماجستير, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة بغداد , 2001 , ص89.

<sup>(3)</sup> محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي , القاهرة , دار المعارف , 1989 , ص65 .

<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 قبلية 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 السلة للاعبين 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.

#### الملاحق

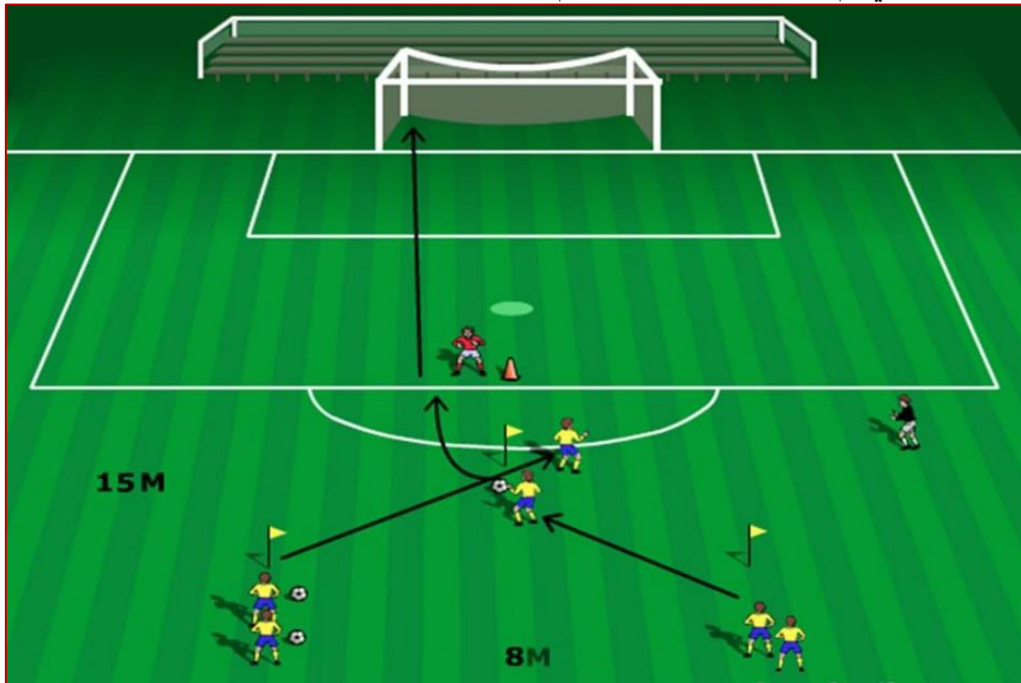
ملحق (1) يبين نموذج للتمرينات المعدة من قبل الباحث لتطوير مستوى الربط الخططي  
 التمرين رقم (1) الهدف من التمرين: تطوير سرعة ودقة الربط الخططي

المستلزمات : كرات قدم + شواخص + اعلام + هدف  
 المساحة : ملعب كامل

عدد اللاعبين : (14) لاعباً

زمن الاداء للتمرين : (12) ثا

وصف الاداء : يتم تقسيم اللاعبين على مجموعتين كل مجموعة تحتوي على (7) لاعبين ويبدأ التمرين بوجود مدافع على قوس الجزاء وامامه خارج منطقة الجزاء بمسافة (15) م وعلى الجهتين الآخرين يوجد (3) لاعبين (مهاجمين) و(3) كرات في جهة اليسار وعند سماع الصافرة ينطلق اللاعب من جهة اليمين بكرة واللاعب من جهة اليسار بدون كرة ويتقاطع اللاعبان عند الشاخص الذي يبعد (18) م حيث يقوم اللاعب اليمين بمناولة الكرة بالكعب الى لاعب اليسار ويستلم الكرة وينطلق لمواجهة المدافع (1ضد1) 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

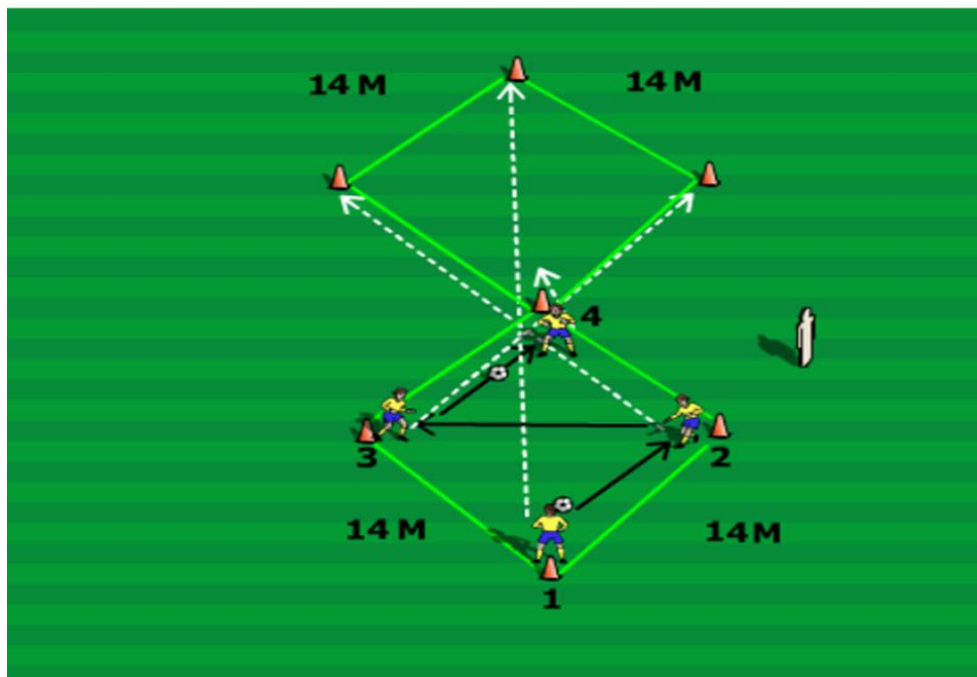
المساحة : ملعب كامل

عدد اللاعبين : (14) لاعباً + لاعبان مساعدان

زمن الاداء للتمرين : (10) ثا



**وصف الاداء :** يتم تقسيم اللاعبين الى (4) مجموعات في كل مجموعة (4) لاعبين وتوزيع على شكل معين طول ضلعة (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 قطري من خلف اللاعب رقم (4) ثم يقوم اللاعب رقم (3) بالمناولة الى اللاعب رقم (4) والربط قطري 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  
المكان : ملعب نادي الرمادي  
الشدة : 86%  
اليوم : الخميس  
عدد اللاعبين : 14 لاعباً

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

#### الوحدة التدريبية الثانية

الأسبوع الاول  
الهدف : تطوير الربط الخططي  
التاريخ : 2024/11/10  
المكان : ملعب نادي الرمادي  
الشدة : 88%  
اليوم : الاحد  
عدد اللاعبين : 14 لاعباً

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