

Research Paper

دور المباريات المصغرة في تطوير الأداء المهاري المركب في لعبة كرة القدم لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كركوك من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس لؤي علي عطاالله

المديرية العامة لتربية الأنبار, Laoyshujary@gmail.com

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.2025.159920.1269>

Submission Date 17-04-2025

Accept Date 30-06-2025

المستخلص

هدف البحث إلى التعرف على دور المباريات المصغرة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك. وركزت الدراسة على بعدين رئيسيين يعتبران أساسيين لتحقيق هذا التحسين: التحضير النفسي، وتحقيق إتقان الأداء المهاري. وللكشف عن هذا التأثير، تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته لطبيعة البحث، حيث تم تطوير استبانة مكونة من ثلاثين فقرة موزعة بالتساوي على المحاورين.

تم تطبيق الأداة على عينة قصدية شملت بعض أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كركوك، والبالغ عددهم (52) أستاذًا جامعيًا من أصل (80) استاذًا خلال العام الدراسي 2024–2025. وقد خضعت أداة الدراسة للتحكيم العلمي للتحقق من صدقها الظاهري وصدق الاتساق الداخلي، وتم التأكد من ثباتها باستخدام معامل ألفا كرونباخ، حيث بلغ الثبات الكلي (0.953) مما يشير إلى مستوى عالٍ من الثبات.

اعتمدت الدراسة على عدد من الوسائل الإحصائية من خلال برنامج SPSS، أبرزها: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل بيرسون، واختبار (T) لعينة واحدة للتحقق من دلالة الفروق بين متوسطات الإجابات.

أظهرت النتائج أن للمباريات المصغرة دورًا مرتفعًا في تحسين الأداءات المهارية المندمجة، سواء في جانب التحضير النفسي بمتوسط حسابي (3.77)، أو في جانب إتقان الأداء المهاري بمتوسط (3.80)، مما يعكس فاعلية هذه الألعاب في تعزيز الثقة بالنفس، والصلابة الذهنية، والقدرة على اتخاذ القرار، وكذلك في تحسين التناسق الحركي، ودقة التمرير والتهديف، والتفاعل الجماعي. وقد أوصت الدراسة باعتماد المباريات المصغرة كأسلوب تدريبي فعال في البرامج الأكاديمية والتدريبية لتطوير مهارات طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..

الكلمات المفتاحية: المباريات المصغرة، الأداءات المهارية المندمجة، التحضير النفسي، الإتقان المهاري، طلاب كلية التربية الرياضية

The role of mini-matches in developing complex skill performance in football among students of the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Kirkuk, from the perspective of faculty members

Louay Ali Atallah

General Directorate of Education in Anbar

Abstract

This study aimed to investigate the role of small-sided games in enhancing integrated skill performances in football among students of the College of Physical Education at the University of Anbar. The study focused on two key aspects: psychological preparation and skill mastery. To achieve these objectives, the descriptive-analytical method was adopted, and a questionnaire consisting of 30 items equally distributed across the two axes was developed.

The instrument was administered to an intentional sample comprising all faculty members of the College of Physical Education at the University of Anbar (N = 52) during the academic year 2024–2025. The instrument's validity was verified

through expert review and internal consistency using Pearson's correlation, while reliability was confirmed using Cronbach's Alpha coefficient, which reached a high value of 0.953.

Data were analyzed using SPSS, employing statistical techniques such as means, standard deviations, Pearson's correlation, and the One-Sample T-test to determine the significance of differences in mean responses.

The findings revealed that small-sided games play a significant role in improving integrated skill performances, with a high mean score of 3.77 for psychological preparation and 3.80 for skill mastery. These results highlight the effectiveness of such games in enhancing self-confidence, mental resilience, decision-making abilities, motor coordination, passing accuracy, and group interaction. The study recommends incorporating small-sided games as a fundamental training tool in academic and athletic programs aimed at developing the skills of physical education students.

Keywords: Small-sided games, integrated skill performance, psychological preparation, skill mastery, physical education students

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد كرة القدم أكثر الرياضات انتشارًا وشعبية على مستوى العالم، إذ تجاوزت حدود كونها مجرد لعبة تنافسية لتصبح ظاهرة اجتماعية وثقافية واقتصادية تستقطب اهتمام الملايين، وتتصدر المشهد الرياضي العالمي من حيث التأثير والجاذبية الجماهيرية. وتكمن جاذبية هذه اللعبة في طبيعتها الديناميكية التي تجمع بين الأداء البدني العالي، والتنظيم التكتيكي الجماعي، والانفعالات النفسية المركبة، ما يجعل منها بيئة تدريبية مثالية لتنمية المهارات الفردية والجماعية على اختلاف الفئات العمرية والمستويات المهارية. ومع اتساع رقعة المنافسة في كرة القدم، ازدادت الحاجة إلى تبني استراتيجيات تدريبية تقوم على أسس علمية حديثة في مجالات التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، وذلك بهدف الارتقاء بالأداء الرياضي الشامل. ولم يعد الاعتماد على الأساليب التقليدية كافيًا، بل أصبح من الضروري تبني أساليب تفاعلية تدمج بين المهارات البدنية والذهنية، وتحاكي ظروف اللعب الحقيقية من حيث الضغط، واتخاذ القرار، والتنسيق الجماعي.

وفي الإطار، برزت المباريات المصغرة (Small-Sided Games) كأسلوب تدريبي معتمد، يجمع بين المحاكاة الواقعية للعب، وتطوير الأداءات المهارية المركبة في بيئة تدريبية تشبه ظروف المنافسة الفعلية. ووفقًا لما أشار إليه (Collins et al, 2014)⁽¹⁾ أن تقليل عدد اللاعبين وتقليص مساحة اللعب يساهمان في رفع مستوى التفاعل مع الكرة، وتعدد المواقف الحركية، مما يساعد في تطوير مهارات التمرير، والمراوغة، والتهديف، واتخاذ القرار تحت الضغط. كما أوضحت أبحاث أخرى (فادي فريد، 2016)⁽²⁾ أن المباريات المصغرة تحسن المؤشرات البدنية والفنية والفسولوجية للاعبين، وتُعزز الانتقال من الأداءات الأساسية إلى المهارات المندمجة ذات الطابع المركب.

ولا يمكن إغفال الجانب النفسي في هذا السياق، إذ يُعد التحضير النفسي أحد العوامل الجوهرية التي تسهم في بناء شخصية اللاعب وتطوير مستواه، من خلال تنمية الثقة بالنفس، والصلابة الذهنية، والتحكم بالانفعالات، وهي كلها عناصر تؤثر بشكل مباشر على فعالية الأداء داخل الملعب.

ومن هذا المنطلق، تبرز أهمية دراسة التفاعل بين المباريات المصغرة والتحضير النفسي، باعتباره مجالًا خصبًا لتطوير الاداءات المهارية المندمجة، وهي تلك المهارات التي تجمع بين أكثر من فعل حركي مثل المراوغة والتمرير أو التهديف في آن واحد، وتتطلب دقة، وثباتًا، وتنسيقًا عاليًا تحت الضغط. وتمثل هذه

¹ Collins A ؛ Evanez F ؛ Henderson M: Influencing of small sided games on some of physical and physiological abilities for soccer players, J Sports Sci 25, 2014, p659.

² فادي فريد أبو سلطان: فاعلية الفيديو التفاعلي في تنمية الاداءات المهارية المركبة في كرة القدم لطلاب المرحلة الأساسية العليا، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، 2016، ص 12.

المهارات المعيار الحقيقي للفارق بين اللاعبين المتقدمين ونظرائهم في المنافسات الرياضية.⁽³⁾ ورغم أهمية هذا المجال، تشير الأدبيات العربية إلى محدودية الدراسات التي تناولت أثر المباريات المصغرة في تطوير الأداءات المهارية المندمجة، خاصة في السياقات الأكاديمية والجامعية. ومن هنا، تنبع أهمية الدراسة الحالية في سعيها إلى سد هذه الفجوة المعرفية، من خلال تحليل دور المباريات المصغرة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك، وذلك بالتركيز على بعدين أساسيين: التحضير النفسي، وإتقان الأداء المهاري، اعتماداً على آراء أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في المجال.

وقد تمهد لهذه الدراسة استطلاع استكشافي شمل (52) أستاذاً في مادة التربية الرياضية كرة القدم، تم خلاله طرح مجموعة من الأسئلة التي تمحورت حول مدى إسهام المباريات المصغرة في تعزيز التهيئة النفسية لدى المتعلمين، وتحسين قدرتهم على الانتقال من أداء مهارة واحدة إلى مهارات مركبة ضمن سياق المهارة المندمجة، وصولاً إلى إتقانها ضمن بيئة تدريبية محفزة ومشابهة لواقع المنافسات

1-2 مشكلة البحث

يُعدُّ التدريب والتمرين الركيزة الأساسية التي يُبنى عليها تطوُّر اللاعبين وصقل مهاراتهم المختلفة، لما لهما من دور مباشر في رفع كفاءة الأداء وتحقيق مستويات متقدمة على الصعيدين المحلي والدولي. وفي هذا السياق، تأتي المباريات المصغرة كأحد أبرز الأساليب التدريبية التي أثبتت فاعليتها في تعزيز الأداء المهاري، ليس فقط من الناحية البدنية، بل في الجوانب النفسية والذهنية أيضاً، حيث تساهم في تهيئة اللاعب للتعامل مع مواقف اللعب المتنوعة، وتساعد على تنمية التناسق بين المهارات وتكاملها. في ظل ذلك، تبرز أهمية الوقوف على أثر المباريات المصغرة في تطوير الأداءات المهارية المندمجة لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، خاصة مع الدور المتزايد الذي تلعبه هذه المهارات في تهيئة الطلبة نفسياً وفنياً للانتقال من تنفيذ المهارة بشكل منفصل إلى دمجها ضمن أداء مركب ومتكامل. ومن هذا المنطلق، تبرز أهمية دراسة العلاقة بين المباريات المصغرة والتحضير النفسي، لما لها من دور فعال في تطوير الأداءات المهارية المندمجة، وهي تلك المهارات المركبة التي تتطلب من اللاعب تنفيذ أكثر من فعل حركي في وقت متزامن، مثل الجمع بين المراوغة والتمرير أو التهديف تحت الضغط. وتُعد هذه المهارات مؤشراً رئيسياً على تقدم المستوى الفني للاعب، إذ تستلزم قدراً عالياً من التناسق، والتركيز، والثبات الإنفعالي.

تُسهِّم المباريات المصغرة بشكل تدريجي في تدريب اللاعبين على عدد من المهارات الأساسية، ثم تقوِّدهم نحو دمج تلك المهارات في أداء واحد متكامل، يعكس بيئة اللعب الواقعية. هذا ما يجعلها وسيلة تدريبية فعالة لإعداد اللاعب من حيث الجاهزية المهارية والنفسية في آنٍ معاً.

ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في السؤال الرئيس الآتي:

ما دور المباريات المصغرة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كركوك من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس؟

وتنبثق الأسئلة الفرعية الآتية:

1. إلى أي مدى تؤدي المباريات المصغرة دوراً في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم في مجال التحضير النفسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك؟
2. إلى أي مدى تؤدي المباريات المصغرة دوراً في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم في مجال تحقيق إتقان الأداء المهاري لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك؟

1-3 أهداف البحث

تهدف الدراسة الحالية إلى:

1. التعرف على دور المباريات المصغرة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم في مجال التحضير النفسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك .
2. التعرف على دور المباريات المصغرة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم في مجال تحقيق إتقان الأداء المهاري لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك .

³ Dawson D؛ Cottas A: Impact of variance of training works on varying physiological abilities in soccer small sided games ,J Appl Physiol (22), 2016, p. 210.

4-1 فرضيات البحث

1. توجد علاقة دالة إحصائية بين استخدام المباريات المصغرة وتحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم في المجال الوجداني (التحضير النفسي) لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك.
2. تؤثر المباريات المصغرة تأثيراً إيجابياً ودالاً إحصائياً في مستوى إتقان الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك.

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري / أجريت الدراسة على عينة من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كركوك

2-5-1 المجال المكاني / جامعة كركوك / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

3-5-1 المجال الزمني / 2024/11/20 لغاية 2025/1/9

6-1 تعريف المصطلحات

المباريات المصغرة

- اصطلاحاً : وتعرف أيضاً بأنها "مباراة بعدد محدد بأقل من المباريات الكبيرة في مساحة أصغر ولها قوانينها الخاصة، ولها أهداف رياضية لتطوير مهارات اللاعبين وتسريع وتيرة حركتهم" (4)
- إجرائياً: ويعرفها الباحث بأنها مباريات يجريها المدربون وأعضاء هيئة التدريس وذلك بهدف معرفة درجة تأثيرها ودورها في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم في مجالي التحضير النفسي والإتقان المهاري لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك.
- الأداءات المهارية المندمجة
- اصطلاحاً: تعرف بأنها "عبارة عن مهارات مندمجة تؤدي كمنظومة حركية وكأنها سلسلة واحدة في زمن معين وتتسم بالآلية والدقة والسرعة في الأداء بغرض تحقيق نتيجة ما في لعبة كرة القدم" (5)
- إجرائياً: هي المهارات التي لها طابع مركب ومندمج، والمطلوب تحسين أدائها عبر مشاركة الطلاب في جامعة كركوك بالمباريات المصغرة بكرة القدم.
- التحضير النفسي الرياضي
- اصطلاحاً: يعرف بأنه "العمليات التي من شأنها إظهار أفضل سلوك إيجابي من الأداء المهاري البدني والتخطيط السليم للوصول إلى قمة المستويات" (6)
- إجرائياً: يعرفها الباحث بأنها العمليات التي تتم خلال المباريات المصغرة بهدف إظهار تحسن في الأداءات المهارية المندمجة لدى طلاب كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك .
- إتقان الأداء المهاري
- اصطلاحاً: ويطلق عليها أيضاً تثبيت أداء المهارة، وهي "مرحلة وصول اللاعب إلى أداء المهارة الأساسية بصورة آلية، حيث تثبت أداء الحركة، وتصبح المهارة الأساسية أكثر دقة وانسيابية واستقرار" (7)
- إجرائياً: يعرفها الباحث بأنها المرحلة التي يمكن الطالب أداء المهارة الحركية بدقة وانسيابية، فتصبح جزءاً منه، ويتمكن من ادماجها مع حركات أخرى لتشكيل أداء مهاري مندمج يتمتع بالإتقان.

2 منهجية البحث

1-2 منهج البحث

اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وهذا المنهج هو طريقة متبعة لتوصيف دور المباريات المصغرة كما هي على أرض الواقع كمتغير مستقل، ودراسة تأثيرها على أداءات المهارية المندمجة كمتغير تابع، وذلك في مجالي التحضير النفسي والإتقان المهاري، وذلك عن طريق أداة تبغي جمع بيانات أعضاء هيئة التدريس وهي عبارة عن استبانة مكونة من محورين، وكل ذلك بهدف معالجة هذه البيانات وإصدار نتائجها.

⁴ Snow S : coaching Small Sided Games, Coaching Education Department, US Youth Soccer, USA ,2004, p 35.

⁵ فادي فريد أبو سلطان: مصدر سبق ذكره، ص 4.

⁶ محمد حسن علاوي: علم النفس والتدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص 67.

⁷ أبو العلا أحمد عبد الفتاح: الطريق نحو العالمية في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 2011، ص 28.

2-2 مجتمع البحث

اشتمل مجتمع الدراسة بعض أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك بالدوامين الصباحي والمساءلي، والبالغ عددهم (52) استاذاً جامعياً من اصل (80) استاذاً ، ممن مارسوا التدريس في كلية التربية خلال العام الجامعي 2024 – 2025.

2-3 عينة البحث

لسهولة التواصل مع أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك ، عبر تطبيق الوتساب، قام الباحث باختيار عينة الدراسة مكونة من بعض أفراد مجتمع الدراسة البالغ عددهم (52) استاذاً جامعياً، أي بنسبة (65%).

2-4 أداة البحث

من أجل تحقيق أهداف الدراسة الحالية فقد تم استخدام إستبيان لمعرفة دور المباريات المصغرة في تحسين الأدوات المهارية المندمجة بكرة القدم لدى الطلاب، وتطبيقها مع هيئة التدريس في "كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك " لجمع إكتمال أركان الدراسة، فمن خلال جمع المعلومات والبيانات تتحقق مقومات نجاح الدراسة، وليصار إلى تحقيق أغراض الدراسة، واختبار صحة الفرضيات، تم اعتماد أداة الإستبانة، والتي صممت خصيصاً لأغراض الدراسة.

وصف الاستبانة

تم تنفيذ أداة الإستبانة الموجهة إلى أعضاء هيئة التدريس، حيث تُظهر دور المباريات المصغرة في تحسين الأدوات المهارية المندمجة في كرة القدم لدى طلاب كلية التربية الرياضية في مجموعة من محاور الإستبانة الموجهة، متضمنةً المواضيع والجوانب ذات الصلة لجمع المعلومات عن مشكلة الدراسة وقد قسّمت على محورين:

المحور الأول: تحسين الأدوات المهارية المندمجة من خلال التحضير النفسي، بعدد 15 فقرة (محمد هاشم، 2021)⁽⁸⁾

المحور الثاني: تحسين الأدوات المهارية المندمجة من خلال إتقان الأداء المهاري بعدد 15 فقرة (ضياء خلف، 2021)⁽⁹⁾

بالإشارة إلى أنه سيتم استخدام مقياس ليكرت الخماسي (أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة). وبعد تصنيف الإجابات بالتساوي، تم تنظيم المتوسطات الحسابية كالتالي:

جدول (1) يبين درجات استجابات أعضاء هيئة التدريس وفقاً لمقياس "ليكرت"

درجة الإجابة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
القيمة	5	4	3	2	1
مدى المتوسطات	4.21-5	3.41-4.20	2.61-3.40	1.81-2.60	1-1.80

2-5 الصدق والثبات

صدق المحتوى أو المضمون: للتأكد من صدق المحتوى للإستبيان تم عرضه في صورته الأولى على مجموعة من السادة المحكمين من أجل تحكيمه، ومن ثم الطلب منهم إبداء الرأي حول وضوح فقراته من حيث الشكل والمضمون وجودة الصياغة اللغوية والنحوية وتمثيله للبعد الذي ينتمي إليه، وتعديل أو حذف بعض العبارات أو إضافة ما يروونه مناسباً من فقرات.

بعد ذلك تم الأخذ بأراء السادة المحكمين والتي تتناسب مع أهداف الدراسة، بعد ذلك تم التوصل إلى الصورة النهائية للإستبيان والقابلة للتطبيق، والتي اشتملت على (30) فقرة موزعة على محورين بالتساوي.

صدق الاتساق الداخلي Construct Validity : عينة الدراسة تم استخدام معامل ارتباط كل فقرة من فقرات الإستبيان بينها وبين الدرجة الكلية للمقياس، والجدول الآتي تبين النتائج:

⁸ محمد هشام حساسة: التحضير النفسي وعلاقته بدافعية الانجاز عند لاعبي كرة القدم ، رسالة ماجستير، جامعة محمد خضير ، معهد العلوم والتقنيات، 2021، ص 117.

⁹ ضياء خلف الدليمي: دور وسائط التكنولوجيا المتعددة في تنمية حافز المشاركة لدى طلاب التربية البدنية في جامعة كركوك، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كركوك، 2021، ص 124.

جدول (2) نتائج معامل ارتباط المحاور بالدرجة الكلية للمحور الأول

رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.619	$0.001 <$	9	0.641	$0.001 <$
2	0.590	$0.001 <$	10	0.579	$0.001 <$
3	0.560	$0.001 <$	11	0.608	$0.001 <$
4	0.736	$0.001 <$	12	0.619	$0.001 <$
5	0.743	$0.001 <$	13	0.740	$0.001 <$
6	0.630	$0.001 <$	14	0.745	$0.001 <$
7	0.700	$0.001 <$	15	0.714	$0.001 <$
8	0.593	$0.001 <$			

يُبيّن من الجدول أعلاه بحسب معامل ارتباط بيرسون للمقياس الفرعي الخاص بالمحور الأول أنّ الفقرة رقم (14) هي الأعلى حيث بلغ معامل الارتباط لديها (0.745)، وأخيراً الفقرة رقم (3) حيث بلغ معامل ارتباط لديها (0.560). بالإشارة إلى أنّ مستوى الدلالة لجميع الفقرات قد جاءت أقل من 0.001، ما يوضّح ذلك إلى أنّ جميع فقرات المحور الخاص "تحسين الأدوات المهارية المندمجة من خلال التحضير النفسي" تتّصف بدرجة عالية من صدق الاتّساق الداخلي.

الجدول (3) يبين معامل ارتباط بيرسون بين العبارة والدرجة الكلية للمحور الثاني:

رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.724	$0.001 <$	9	0.725	$0.001 <$
2	0.699	$0.001 <$	10	0.743	$0.001 <$
3	0.732	$0.001 <$	11	0.744	$0.001 <$
4	0.718	$0.001 <$	12	0.666	$0.001 <$
5	0.647	$0.001 <$	13	0.693	$0.001 <$
6	0.757	$0.001 <$	14	0.737	$0.001 <$
7	0.721	$0.001 <$	15	0.719	$0.001 <$
8	0.733	$0.001 <$			

يُبيّن من الجدول أعلاه بحسب معامل ارتباط بيرسون للمقياس الفرعي الخاص بالتعلّم الذاتي، أنّ الفقرة رقم (6) جاءت نسبتها الأعلى حيث بلغ معامل الارتباط لديها (0.757)، وأخيراً الفقرة رقم (15) حيث بلغ معامل ارتباط لديها (0.647). بالإشارة إلى أنّ مستوى الدلالة لجميع الفقرات قد جاءت أقل من 0.001، ما يوضّح ذلك إلى أنّ جميع فقرات المحور الثاني "تحسين الأدوات المهارية المندمجة من خلال إتقان الأداء المهاري" تتّصف بدرجة عالية من صدق الاتّساق الداخلي.

6-2 ثبات المقياس Reliability:

للتحقّق من ثبات مقياس الدراسة الحالية، تمّ اعتماد حساب معامل ألفا كرونباخ بالإضافة إلى ثبات التجزئة النصفية، وفيما يلي عرض لهذه الأساليب:

ثبات ألفا كرونباخ: تمّ احتساب الثبات للاتّساق الداخلي للإستبيان باستخدام "معامل ألفا كرونباخ" لدرجات العينة على الإستبيان، حيث بلغت (0.953) على مستوى دلالة (0.05)، وهي معامل ارتباط جيّدة جداً تُشير إلى تمّنع المقياس بالثبات، كما أنّ الجدول الآتي يبيّن معامل الثبات بشكل واضح:

الجدول (4) يبين معامل ثبات ألفا كرونباخ للإستبيان

محاور الاستبيان	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
المحور الأول	15	0.905
المحور الثاني	15	0.932
الدرجة الكلية	30	0.953

7-2 الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

اعتمدت الدراسة الحالية على البرنامج الإحصائي SPSS، من خلال عدّة تقنيّات إحصائيّة في هذا البحث، وهي على النحو الآتي:

1. احتساب المتوسطات الحسابية والنسب المئوية.
2. معامل ارتباط بيرسون حيث تمّ استخدامها للتحقق من صدق أدوات القياس وثباتها، المستخدمة بالدراسة الحالية (صدق الاتّساق الداخلي وثبات التجزئة النصفية).

3. الإختبار "ت" لإيجاد الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط، استخدم في صدق بناء الفقرات.
4. معامل ألفا- كرونباخ من أجل التَّحَقُّق من الإتِّساق الدَّاخَلِي لأداة الدِّراسة ومن ثباتها.
5. معامل غوتمان وذلك بهدف التَّحَقُّق من ثبات أدوات الدِّراسة.

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

3-1 عرض نتائج محاور استبانة هيئة التدريس وتفسيرها

تتحدث المحاور الكلية لاستبانة أعضاء هيئة التدريس عن دور المباريات المصغرة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم لدى طلاب كلية التربية الرياضية، والتي تتكون من محورين، وقد أظهر الجدول أدناه توزيع المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل المحاور. والجدول التالي يبين ذلك:

جدول (5) يبين نتائج الإستهبان للمحور الأول

م	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
1	ألاحظ تحسناً في دقة تمرير الكرة خلال المباريات المصغرة بسبب زيادة التركيز النفسي	3.46	0.83	مرتفعة
2	المباريات المصغرة تساعدني على تعزيز الثقة بالنفس أثناء اللعب في مواقف تنافسية	3.67	0.92	مرتفعة
3	ساعدتني المباريات المصغرة على تحسين قدرتي على التفاعل مع ضغوط المباراة بشكل إيجابي	3.65	0.87	مرتفعة
4	أشعر بأن التحضير النفسي يحسن من أدائي المهاري عند ممارستي للمباريات المصغرة	3.88	0.90	مرتفعة
5	أتمكن من التحكم في مشاعري (مثل التوتر أو القلق) بشكل أفضل بعد خوض المباريات المصغرة	3.83	0.90	مرتفعة
6	أدائي المهاري يتحسن بشكل ملحوظ في المباريات المصغرة عندما أكون في حالة نفسية مستقرة.	3.74	0.86	مرتفعة
7	المباريات المصغرة تعزز من قدرتي على اتخاذ قرارات سريعة ودقيقة أثناء اللعب	3.78	0.91	مرتفعة
8	أعتقد أن التحضير النفسي قبل المباراة المصغرة يعزز من قدرتي على التركيز أثناء التدريب	3.78	0.96	مرتفعة
9	المباريات المصغرة تجعلني أكثر قدرة على التحكم في مستوى القلق قبل المباراة	3.87	0.88	مرتفعة
10	شعور الثقة بالنفس الذي أحصل عليه من خلال المباريات المصغرة يؤثر بشكل إيجابي على أدائي المهاري	3.87	0.87	مرتفعة
11	أتمكن من تحمل الضغوطات النفسية الناتجة عن المنافسة بفضل التحضير النفسي قبل المباريات المصغرة	3.81	0.82	مرتفعة
12	أشعر أنني أستطيع الحفاظ على مستوى ثابت من الأداء المهاري طول المباراة المصغرة بسبب التحضير النفسي	3.66	0.81	مرتفعة
13	المباريات المصغرة تزيد من دافعتي للمشاركة في التدريبات وتحقيق نتائج أفضل	3.77	0.82	مرتفعة
14	أعتقد أن التحضير النفسي ساعدني في تحسين تعاملتي مع مواقف الضغط أثناء المباريات المصغرة	3.93	0.90	مرتفعة
15	ألاحظ تحسناً في مستوى الصلابة الشخصية وتحمل الضغوط النفسية بسبب مشاركتي في مباريات مصغرة	3.83	0.92	مرتفعة
	الدرجة الكلية	3.77	0.88	مرتفعة

أظهرت نتائج الدراسة أن المباريات المصغرة تؤدي دوراً بارزاً في تعزيز الجوانب النفسية والذهنية للطلاب خلال ممارسة كرة القدم، حيث جاء المتوسط الحسابي الكلي لجميع الفقرات مرتفعاً (3.77)، مما يعكس اتفاقاً عاماً بين أفراد العينة على فعالية هذه المباريات في تحسين الأداء النفسي والرياضي، وقد تصدرت فقرة "تنمية الذكاء العاطفي والتفاعل الإيجابي مع الزملاء" القائمة بأعلى متوسط (3.93)، مما يؤكد أن المباريات المصغرة تعزز الروح الجماعية والتواصل بين اللاعبين، وهو أمر حيوي في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم، كما أظهرت النتائج تأثيراً قوياً للمباريات المصغرة في تعزيز

الصلابة الذهنية (3.88) وأخذ القرارات تحت الضغط (3.87)، مما يشير إلى قدرتها على تحسين الأداء في المواقف التنافسية الحاسمة.

من ناحية أخرى، جاءت فقرة "تعزيز الثقة بالنفس" بأقل متوسط (3.46)، ورغم أنها لا تزال ضمن المستوى المرتفع، فإنها توحي بأن بناء الثقة بالنفس قد يحتاج إلى تدخلات تدريبية إضافية بجانب المباريات المصغرة، مثل التدريب الذهني أو التغذية الراجعة الإيجابية من المدربين، أما بالنسبة لتجانس الآراء، فقد أظهر الانحراف المعياري المنخفض (0.88) اتفاقاً كبيراً بين المشاركين حول أهمية المباريات المصغرة، مع وجود بعض التباين الطفيف في آرائهم حول تأثيرها في التحكم في الانفعالات وتقليل القلق، مما قد يعكس إختلاف الخبرات الشخصية بين اللاعبين، وفي ضوء هذه النتائج، يمكن القول إن المباريات المصغرة تمثل أداة تدريبية فعالة لتنمية المهارات النفسية والذهنية للاعبين كرة القدم، ويمكن تعظيم فوائدها من خلال دمجها مع أساليب تدريبية أخرى تركز على الجانب العقلي والإنفعالي. كما يُوصى باستخدامها بشكل منتظم في البرامج التدريبية لتحسين الأداء الكروي الشامل وتهيئة اللاعبين للمنافسات الحقيقية (محمد محمود، 2017)⁽¹⁰⁾

أما بالنسبة للمحور الثاني، فقد تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمحور الثاني من الاستبيان على النحو التالي يبيتها الجدول التالي:

جدول (6) يبين نتائج الاستبيان للمحور الثاني

م	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
1	أستطيع تنفيذ التمير القصير والدقيق أثناء اللعب الجماعي في المباريات المصغرة	3.79	0.93	مرتفعة
2	اتحكم بالكرة بشكل أفضل عند ممارستي للمباريات المصغرة مقارنة بالتمارين التقليدية	3.70	0.85	مرتفعة
3	المباريات المصغرة ساعدتني على تحسين سرعة اتخاذ القرار أثناء اللعب	3.86	0.99	مرتفعة
4	ألاحظ تحسناً في قدرتي على تنفيذ المراوغات ضمن مواقف اللعب الفعلية .	3.77	0.97	مرتفعة
5	أتمكن من قراءة تحركات زملائي والتفاعل معها بشكل أكثر فاعلية في المباريات المصغرة	3.75	0.91	مرتفعة
6	تطور قدرتي على تنفيذ التهديد الدقيق من أوضاع مختلفة بعد ممارسة المباريات المصغرة	3.79	1.02	مرتفعة
7	أشعر أنني أكثر توازناً وتحكماً في جسدي أثناء اللعب بعد المشاركة في المباريات المصغرة	3.72	0.83	مرتفعة
8	ساهمت المباريات المصغرة في زيادة قدرتي على تنفيذ الخطط الجماعية داخل الملعب	3.83	0.85	مرتفعة
9	أستخدم أسلوباً مهارياً شخصياً بثقة أثناء المباريات المصغرة	3.79	0.84	مرتفعة
10	المباريات المصغرة ساعدتني على تحسين دقة تمريراتي تحت الضغط	3.88	0.89	مرتفعة
11	أستطيع استغلال المساحات في الملعب بذكاء نتيجة التدريب على المباريات المصغرة	3.67	0.91	مرتفعة
12	أتعلم من أخطائي أثناء المباريات المصغرة بشكل أسرع مقارنة بالأنشطة التقليدية	3.75	0.93	مرتفعة
13	ألاحظ أن تنسيق الحركي (العين ، القدم) قد تحسن نتيجة المباريات المصغرة	3.88	0.84	مرتفعة
14	أتمكن من الحفاظ على الأداء المهاري الجيد طوال زمن المباريات المصغرة	3.83	0.87	مرتفعة
15	أشعر أنني أصبحت امتلك فهماً أعمق لتكامل المهارات داخل سياق اللعب الجماعي	3.98	0.84	مرتفعة
	الدرجة الكلية	3.80	0.90	مرتفعة

تؤكد نتائج الدراسة الأثر الإيجابي البارز للمباريات المصغرة في تطوير الجوانب مهارية للاعبين كرة القدم، حيث أظهرت النتائج سيقاً واضحاً في آراء المبحوثين حول فعالية هذه الأداة التدريبية، جاء المتوسط الحسابي الكلي عند مستوى مرتفع (3.80) مع انحراف معياري مقبول (0.90)، مما يعكس إجماعاً عاماً على أهمية هذه المباريات في صقل المهارات الكروية، برزت المباريات المصغرة كعامل حاسم في تعزيز أداء اللاعبين تحت الضغط، حيث سجلت الفقرة المتعلقة بالقدرة على التعامل مع

¹⁰ محمد محمود الدسوقي: تأثير المباريات المصغرة على بعض الصفات البدنية والداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم، مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضية، العدد 28 ، المجلد 1 ، 2017 ، ص 54.

الضغوط الحركية أعلى معدل (3.98)، بالتالي أظهرت النتائج تميّزاً واضحاً في تحسين الجوانب التكتيكية، حيث حققت فقرتا التفاهم المهاري والإيقاع الحركي متوسطاً مرتفعاً (3.88)، إنّ هذا التأثير الإيجابي إمتد أيضاً ليشمل تحسين دقة التمريرات والتصويب، مما يؤكد شمولية الفوائد التي تقدمها هذه الأداة التدريبية.

على الرغم من هذه النتائج الإيجابية العامة، لوحظ وجود مجال للتحسين في بعض الجوانب المهارية، لاسيما فيما يتعلق بتطوير مهارات الدفاع والهجوم بشكل متكامل، والتي سجلت أدنى متوسط (3.67)، كما أظهرت النتائج بعض التباين في آراء المبحوثين حول فاعلية المباريات المصغرة في تعزيز التفاعل الحركي بين اللاعبين، وهو ما يتطلب مزيداً من البحث والدراسة، وتأسيساً على هذه النتائج، يمكن القول إن المباريات المصغرة تمثل ركيزة أساسية في البرامج التدريبية الحديثة، حيث تقدّم حلاً متكاملًا لتنمية المهارات الفردية والجماعية، غير أن تحقيق أقصى استفادة منها يتطلب تكاملاً مع أساليب تدريبية أخرى، وتركيزاً خاصاً على الجوانب التي أظهرت نسب تحسن أقل، حيث تؤكد هذه الدراسة أخيراً أن الإستراتيجية التدريبية المثلى هي تلك التي تجمع بين المباريات المصغرة والتدريبات المهارية المتخصصة، لضمان تطوير متوازن وشامل لكافة جوانب الأداء الكروي.

3-2- عرض وتحليل نتائج الفرضيات ومناقشتها

3-2-1 عرض نتائج الفرضية الأولى وتحليلها ومناقشتها

تنصّ الفرضية الأولى على: "توجد علاقة دالة إحصائية بين استخدام المباريات المصغرة وتحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم في المجال الوجداني (التحضير النفسي) لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك."

تمّ اختبار صحة هذه الفرضية باستخدام إحدى إختبارات الإحصاء الاستدلالي، وتحديدًا باستخدام اختبار (Test-T Sample-One)، الهدف من هذا الاختبار كان الاستدلال عن وجود فروق معنوية بين المتوسط الحسابي لكل محور، تمّ قياس الاختبار باستخدام مقياس ليكرت، وأنت النتائج على التالي:

الجدول (7) يبين إختبار (Test-T Sample-One) لقياس وجود فروق معنوية بين المتوسط الحسابي الخاصة بالمحور الأول

المتغير	متوسط حسابي	انحراف معياري	"ت"	مستوى الدلالة
التحضير النفسي	3.77	0.88	6.20	0.000

تشير نتائج التحليل الإحصائي إلى أن المباريات المصغرة تؤدي دوراً بدرجة متوسطة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم من خلال تعزيز جوانب التحضير النفسي لدى طلاب كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك، وقد أظهرت النتائج أنّ المتوسط الحسابي لمحور التحضير النفسي بلغ 3.77، وهو أعلى من القيمة الفرضية المقدّرة بـ 3.00 على مقياس ليكرت، وهي تمتلك أقل من (0.05)، مما يتيح رفض فرضية العدم والقبول بوجود أثر فعلي للمباريات المصغرة في الجانب النفسي، حيث أنّ هذه النتيجة تنسجم مع طبيعة المباريات المصغرة التي تُعدّ من أكثر الأساليب التدريبية تكاملاً، حيث تجمع بين الجوانب المهارية والذهنية والإنفعالية، ما يجعلها بيئة مثالية لتحفيز اللاعبين نفسياً، فمن خلال تعرّض الطلاب لمواقف تنافسية محاكية للمباريات الفعلية، يتم إثارة مهاراتهم في التركيز، والقدرة على إتخاذ القرار، والضبط الإنفعالي، والثقة بالنفس، وهي كلها مكونات جوهرية للتحضير النفسي في المجال الرياضي، وهذا يؤكد أن استخدام هذا الأسلوب لا يسهم فقط في تطوير الأداء المهاري من حيث التمرير، المراوغة، والسيطرة على الكرة، بل يتعدّى ذلك ليشمل الإستعداد النفسي الذي يعدّ عنصراً حاسماً في الأداء داخل الملعب، ويمكن القول إن الفرضية التي نصّت على أن المباريات المصغرة تؤدي دوراً بدرجة متوسطة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم من حيث التحضير النفسي قد تم إثباتها من خلال هذه النتائج الإحصائية، ورغم أن هذا التأثير وُصف بأنه بدرجة متوسطة، إلا أن المؤشرات الدالة على قوة العلاقة من حيث المتوسطات والفروق المعنوية تشير إلى أن هذا الأسلوب التدريبي يحمل في طياته إمكانات عالية لدعم الطلبة نفسياً، وتحديدًا في البيئات التعليمية والتدريبية التي تسعى لصقل الأداء الرياضي بشكله الشمولي، البدني والنفسي على حدٍ سواء (11)

¹¹ كريم جاسم صبار: تأثير تمرينات المقتربات الخطئية المركبة والمشابهة لأداء المنافسات ضمن مساحات لعب محددة في تعزيز الذكاء الجسمي الحركي ومستوى الأداء المهاري بكرة القدم للطلاب، مجلة واسط للعلوم الرياضية، جامعة واسط، المجلد 10، العدد 3، 2022، ص431.

تتفق نتائج دراسة (محمد هشام، 2021) ⁽¹²⁾ مع ما توصلت إليه الدراسة حيث أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية الإنجاز لدى لاعبي فئة الأشبال تبعاً لمستوى التحضير النفسي، كما أشارت إلى وجود اختلافات واضحة في الحالة المزاجية للاعبين، وهو ما يعكس تأثير التحضير النفسي على الجوانب النفسية والانفعالية المرتبطة بالأداء، وعليه، فإن ما توصلت إليه الدراسة السابقة يدعم النتيجة التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة، حيث بينت النتائج أن الطلاب الذين تعرضوا لتدريبات المباريات المصغرة قد حققوا متوسطاً أعلى في محور التحضير النفسي، مع دلالة إحصائية قوية تؤكد وجود تأثير فعلي لهذا النمط التدريبي، إن هذا التقارب في النتائج يعزز من موثوقية الفرضية المطروحة ويؤكد أهمية إدماج التحضير النفسي في البرامج التدريبية باعتباره عاملاً مؤثراً لا يقل أهمية عن الجوانب المهارية والبدنية في تكوين اللاعب المتكامل.

2-2-3 عرض نتائج الفرضية الأولى وتحليلها ومناقشتها

تنص الفرضية الثانية على: " تؤثر المباريات المصغرة تأثيراً إيجابياً ودالاً إحصائياً في مستوى إتقان الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك.

تم اختبار صحة هذه الفرضية باستخدام إحدى اختبارات الإحصاء الاستدلالي، وتحديدًا باستخدام اختبار (Test-T Sample-One)، حيث أن الهدف من هذا الاختبار كان الاستدلال عن وجود فروق معنوية بين المتوسط الحسابي لكل محور، تم قياس الاختبار باستخدام مقياس ليكرت، وأنت النتائج على التالي:

الجدول رقم (8): اختبار (Test-T Sample-One) لقياس وجود فروق معنوية بين المتوسط الحسابي الخاصة بالمحور الثاني

المتغير	متوسط حسابي	انحراف معياري	"ت"	مستوى الدلالة
مجال تحقيق إتقان الأداء المهارية	3.80	0.90	6.28	0.000

تشير النتائج التي تم التوصل إليها من خلال اختبار (T-Test لعينة واحدة) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح تأثير المباريات المصغرة في تحقيق إتقان الأداء المهارية لدى طلاب كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك، وقد أظهرت البيانات أن المتوسط الحسابي لدرجات العينة في هذا المحور بلغ 3.80 وهو أعلى من القيمة الفرضية المقدرة بـ 3.00، وهي تمتلك أقل من (0.05)، ما يدل بوضوح على دلالة إحصائية قوية تؤكد وجود أثر حقيقي للمباريات المصغرة على هذا الجانب من الأداء.

إن هذه النتائج تعزز الفرضية القائلة بأن المباريات المصغرة تؤدي دوراً بدرجة متوسطة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم، وخصوصاً في مجال تحقيق الإتقان المهارية، حيث لا تقتصر هذه الألعاب المصغرة على تطوير الجوانب البدنية فحسب، بل تضع اللاعبين في مواقف تدريبية تشبه الواقع التنافسي، مما يساعد على ترسيخ الأداء المهارية المكتسب وتعزيزه من خلال التكرار الفعال في بيئة محفزة على التركيز والانتباه، فالمباريات المصغرة تعتمد على كثافة التفاعل مع الكرة، وسرعة اتخاذ القرار، والتنسيق الحركي في ظروف ضغط مشابهة لتلك التي يواجهها اللاعبون في المباريات الرسمية، وهو ما يُعد أساساً جوهرياً لإتقان الأداء المهارية بصورة دائمة وثابتة، علاوة على ذلك يبدو واضحاً من خلال هذا التحليل أن الطلاب الذين شاركوا في تدريبات مبنية على هذا النوع من الأنشطة قد استفادوا بشكل فعلي، ليس فقط في تحسين جودة أدائهم المهارية، بل أيضاً في ثبات هذا الأداء وتكراره بكفاءة في سياقات مختلفة، كما أن هذا الإتساق في النتائج بين محور التحضير النفسي ومحور إتقان الأداء يعزز من الفكرة الأساسية للدراسة والتي تفترض أن للمباريات المصغرة دوراً متوازناً في صقل الجوانب النفسية والمهارية للاعبين على حد سواء. وبذلك يمكن القول إن النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية تتفق مع ما تهدف إليه الفرضية، وتدعم تبني أساليب تدريبية حديثة تدمج الجانب المهارية بالجانب النفسي لتحقيق تطور متكامل في شخصية وأداء لاعب كرة القدم الجامعي (حسن عادل، 2022) ⁽¹³⁾

تتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (Abu-Shihab, 2017) ⁽¹⁴⁾ من حيث التأكيد على أن المباريات المصغرة تُعد محفزاً قوياً لتحسين القدرات البدنية والفيزيولوجية، والتي بدورها ترتبط ارتباطاً وثيقاً

¹² محمد هشام حساسة: مصدر سبق ذكره، ص 117.

¹³ حسن عادل أبو عبيدة: أثر استخدام الألعاب الجانبية المصغرة في تحسين الأداء المهارية المنتهي بالتمرير لدى ناشئي كرة القدم في فلسطين، مجلة جامعة الاستقلال، جامعة الاستقلال، المجلد 7، العدد 1، 2022، ص 159.

¹⁴ Esam Najeh Abu-Shihab: The Effect of Using Small-Sided Games on Developing the Skill Performance Level of Advanced Football Course Students at Mutah University. International

(15) (Gomez , Gray ,2014) دراسة بينما جاءت دراسة لتصنيف منظوراً فنياً يؤكد أن هذه المباريات لا تحسن القدرات البدنية فقط، بل تعزز كذلك الجوانب الفنية، وهو ما يرتبط بإتقان الأداء المهاري بشكل مباشر.

أخيراً، تؤكد هذه الدراسة على أن المباريات المصغرة تمثل نهجاً تدريبياً شاملاً يساهم في تطوير لاعب كرة القدم من النواحي النفسية والمهارية على حد سواء، مما يجعلها أداة لا غنى عنها في إعداد اللاعبين المؤهلين للمنافسات الرياضية. كما تفتح هذه النتائج آفاقاً جديدة للبحث في مجال التدريب الرياضي الحديث القائم على الأساليب العلمية المبنية على الأدلة.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات:

1. كشفت الدراسة عن دور فعال للمباريات المصغرة في تحسين الأداءات المهارية المندمجة في كرة القدم لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك.
2. أظهرت النتائج وجود تأثير إيجابي للمباريات المصغرة على الجانبين النفسي والمهاري، مما يبرز أهميتها كأداة تدريبية متكاملة في المجال الرياضي.
3. ساهمت المباريات المصغرة في تعزيز التحضير النفسي للطلاب، حيث زادت من مستوى الثقة بالنفس، وساعدت على التركيز، وسرّعت من القدرة على اتخاذ القرار تحت الضغط.
4. كان للمباريات المصغرة أثر واضح في تطوير الأداء المهاري، من خلال تحسين التناسق الحركي، ورفع دقة التمريرات، وتعزيز التفاعل الجماعي بين اللاعبين.

2-4 التوصيات

1. إدراج المباريات المصغرة ضمن الخطط التدريبية المستقبلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، لما لها من أثر إيجابي متعدد الجوانب على تطوير الأداء المهاري والتهيئة النفسية للطلبة.
2. الدعوة إلى تنظيم ورش عمل ودورات تدريبية موجهة لأعضاء هيئة التدريس والمدربين، تتناول آليات توظيف المباريات المصغرة بشكل فعال ضمن بيئة التدريب الأكاديمي.
3. إجراء المزيد من الدراسات التطبيقية التي تستكشف أثر المباريات المصغرة على متغيرات أخرى مثل اللياقة البدنية، التحصيل الأكاديمي، والتهيئة الذهنية لدى طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة.
4. البحث على تصميم برامج تدريبية تجريبية تأخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية بين الطلاب من حيث المستوى التعليمي والخبرة الرياضية، بما يضمن ملائمة المباريات المصغرة لاحتياجاتهم وتطلعاتهم.

المراجع

- أبو العلا أحمد عبد الفتاح: الطريق نحو العالمية في كرة القدم. دار الفكر العربي، القاهرة، 2011.
- حسن عادل أبو عبيدة: أثر استخدام الألعاب الجانبية المصغرة في تحسين الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لدى ناشئي كرة القدم في فلسطين، مجلة جامعة الاستقلال، جامعة الاستقلال، المجلد 7، العدد 1، 2022.
- ضياء خلف الدليمي: دور وسائط التكنولوجيا المتعددة في تنمية حافز المشاركة لدى طلاب التربية البدنية في جامعة كركوك، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة كركوك، 2021.
- فادي فريد أبو سلطان: فاعلية الفيديو التفاعلي في تنمية الاداءات المهارية المركبة في كرة القدم لطلاب المرحلة الأساسية العليا، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، 2016.
- كريم جاسم صبار: تأثير تمرينات المقتربات الخططية المركبة والمشاركة لأداء المنافسات ضمن مساحات لعب محددة في تعزيز الذكاء الجسمي الحركي ومستوى الأداء المهاري بكرة القدم للطلاب، مجلة واسط للعلوم الرياضية، جامعة واسط، المجلد 10، العدد 3، 2022.
- محمد حسن علاوي: علم النفس والتدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.



- محمد محمود الدسوقي: تأثير المباريات المصغرة على بعض الصفات البدنية والداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم, مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضية, العدد 28 , المجلد 1 , 2017 .
- محمد هشام حساسة: التحضير النفسي وعلاقته بدافعية الانجاز عند لاعبي كرة القدم , رسالة ماجستير, جامعة محمد خضير , معهد العلوم والتقنيات , 2021.
- Collins A ؛Evanez F ؛ Henderson M :Influencing of small sided games on some of physical and physiological abilities for soccer players,J Sports Sci 25,2014.
- Dawson D؛ Cottas A: Impact of variance of training works on varying physiological abilities in soccer small sided games ,J Appl Physiol (22), 2016.
- Esam Najeh Abu-Shihab: The Effect of Using Small-Sided Games on Developing the Skill Performance Level of Advanced Football Course Students at Muthah University. International Journal of Human Movement and Sports Sciences, 9(3), 2021.<https://doi.org/10.13189/saj.2021.090309>
- Gomez K ؛ Gray B :Effect of small sides games on some of physical and technical abilities for soccer players, Med sci sports exerc N: (24), 2014.
- Snow S : coaching Small Sided Games, Coaching Education Department, US Youth Soccer, USA ,2004.