

# أثر جهاز (القرص الدوار خماسي الزوايا) في تطوير مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم لدى اللاعبين الناشئين

م. د. وليد سمير هادي العارضي

waleedsameer88@yahoo.com

## ملخص البحث

تلقي كرة القدم عناية كبيرة، ولكونها تعتمد على مهارات تغيير الاتجاهات لذا تعد مهارة الاستلام وحالة الدوران مهمة، ولصعوبتها تم تصميم جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا، أما الأهمية هي عدم وجود جهاز مشابه. **مشكلة البحث:** هل أن التدريب باستخدام الجهاز يعمل على تطوير الاستلام والدوران؟ **اما الفرض** فكان أن هنالك تأثير ايجابي لجهاز (القرص الدوار خماسي الزوايا) في تطوير مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم لدى اللاعبين الناشئين . **الكلمات المفتاحية:**(القرص الدوار خماسي الزوايا ، مهارة الاستلام ، حالة الدوران) .

**The impact of ( Rotor disk device with Five angles ) in developing receiving skill and status of the rotation for the soccer Youth players**

**Dr.. Waleed Samir Hadi**

waleedsameer88@yahoo.com

## Abstract

Soccer has received considerable attention, but being depend on the skills of change directions so the receiving skill and the state of the rotation important, but difficulty is designed ( Rotor disk device with Five angles). The important is the absence of a similar device. The research problem: Is that the training using the device works on the development of the receiving and rotation? The hypothesis was that there is a positive effect ( Rotor disk device with Five angles) in the development of the skill of the receiving and the case of the rotation in soccer youth players.

**Key words:** ( Rotor disk device with Five angles, receiving skill, rotation status ).

## الفصل الاول

### 1-1- المقدمة وأهمية البحث

تلقي لعبة كرة القدم العناية الكبيرة في شتى الدول العالمية والبلدان المتطورة من أجل الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية ، ويعد التطور المستمر و التقنية الحديثة في ابتكار الاجهزة والادوات التي تم استخدامها في التدريب الرياضي من العوامل الرئيسية التي جعلت الرياضة و لعبة كرة القدم تخطو خطوات نحو الامام ، وان هذا التطور والتقدم لم يكن عن طريق الصدفة وإنما جاء نتيجة عمل الباحثين من خلال الأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة للوصول للاعب إلى مستوى عالي من الأداء .

وان الأجهزة والوسائل المساعدة لعبت دورا حيويا في الآونة الأخيرة في تدريب الكثير من المهارات الفنية ، إذ يكون الانجاز الحاصل هو الإتقان الأفضل في التطوير بالإضافة إلى اختصار الوقت والجهد المبذولين سواء من اللاعبين او المدربين .

إن الأهمية المتزايدة التي تتلقاها كرة القدم في بلدان العالم، فرضت على المختصين والباحثين والقائمين على اللعبة أن يجدوا استراتيجيات وطرائق وأساليب تساعد في رفع مستوى الاداء (المهاري) لان الوصول بمستوى اللاعبين إلى المستويات العليا يستوجب الاهتمام ب(الفئات العمرية) وتدريبهم وفق مناهج تدريبية علمية مقننة، فضلا عن استخدام الاجهزة العلمية المتطورة إذ تساعد على تسهيل العملية التدريبية من خلال توفير عنصري السلامة والامان وكذلك جانبي التشويق والاثارة .

ولكون لعبة كرة القدم تعتمد على العديد من مهارات السيطرة والتحكم بالكرة ومنها الاستلام وتغيير الاتجاهات للحفاظ على الكرة وعدم فقدانها لذا تعد مهارة الاستلام والدوران مهارة مهمة لتحقيق متطلبات اللعب وبأساليب متعددة حسب حاجة اللعب ، لذا يسعى المدربون إلى تطوير أداء اللاعبين المهاري الخاص بالاستلام وحالة الدوران لما لها من أهمية كبيرة في تحقيق مبدأ الاحتفاظ بالكرة او مراوغة اللاعبين المنافسين من اجل المناولة او التهديف ، إذ يعطي المدربين وقتاً لإتقان مهارة الاسلام وحالة الدوران خلال الوحدات التدريبية اليومية ، ممزوجا باستخدام بعض الافلام التوضيحية لتسهيل عملية التدريب للاعبين الناشئين ، مع ذلك تبقى هذه المهارة صعبة التدريب بالنسبة للفئات العمرية .

وقد أجريت العديد من البحوث في لعبة كرة القدم على مهارة الاستلام (الاحماد، التحكم) ولكن في هذه الدراسة يعمل الباحث على تصميم جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا لتطوير مهارة الاستلام وحالة الدوران للاعبين الناشئين لما لها من اهمية في نقل اللعب من جهة الى اخرى وكذلك في التخلص من المنافس بسهولة وتغير اتجاه اللاعب .

ومن هنا تتجلى أهمية البحث وذلك لعدم وجود جهاز مشابه لجهاز القرص الدوار خماسي الزوايا ولمعرفة هل ان هذا الجهاز له أثر في تطوير المهارة المدروسة .

لذا ارتأى الباحث تصميم جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا لتدريب اللاعبين يهدف الى تطوير مهارة الاستلام وحالة الدوران لدى الناشئين خدمة للفئات العمرية في لعبة كرة القدم .

## 1-2 مشكلة البحث :

شهدت لعبة كرة القدم تطوراً كبيراً وملحوظاً في جميع النواحي ومنها الناحية (المهارية) وان هذه اللعبة كغيرها من الالعاب الاخرى تحتاج الى ان يمتلك لاعبيها مختلف المهارات بصورة جيدة ومنها مهارة الاستلام وحالة الدوران .

ورغم هذا التطور الذي حدث في الاداء المهاري ورفع قدرات اللاعبين على أداء جميع مهارات اللعب الحديث والاستخدام الأمثل لأسلوب الأداء الافضل وبكفاءة أكثر طوال وقت المباراة وقدرتهم على اخراج المستوى الفني من اداء المهارات الفنية والاستجابة للمؤثرات والمواقف المتغيرة ، إلا أن هناك بعض الجوانب لم تلق الاهتمام المطلوب ومنها تدريب اللاعبين باستخدام اجهزة مبتكرة لمهارة الاستلام وحالة الدوران وبالرغم من لجوء معظم المدربين إلى تخصيص بعض أجزاء وحداتهم التدريبية لهذه المهارة من التدريب .

ومن وجهة نظر الباحث إن تطوير اداء مهارة الاستلام وحالة الدوران للمواقف المتغيرة تحتاج إلى نوعية خاصة تتماشى مع مواقف اللعب المتغيرة باستمرار لأجل ان يكون الدوران على قدم الارتكاز بسهولة تامة وبطريقة انسيابية وسهلة تضمن عدم وجود تلوؤ او توقفات اثناء الحركة او الالتفاف للخلف او لأحد الجانبين ، ومن هنا ارتأى الباحث إجراء هذه الدراسة بتصميم جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا والتي تكمن مشكلتها بالإجابة على التساؤل الآتي :-

هل أن التدريب باستخدام جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا يعمل على تطوير الاداء المهاري مهارة الاستلام وحالة الدوران للاعبين الناشئين بكرة القدم ؟

### 1-3-3 هدفا البحث :

1-3-3-1- تصميم جهاز (القرص الدوار خماسي الزوايا) في تطوير مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم لدى اللاعبين الناشئين .

1-3-3-2- التعرف على تأثير جهاز (القرص الدوار خماسي الزوايا) في تطوير مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم لدى اللاعبين الناشئين .

### 1-4-4 فرض البحث :

1-4-4-1- يفترض الباحث أن هنالك تأثير ايجابي لجهاز (القرص الدوار خماسي الزوايا) في تطوير مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم لدى اللاعبين الناشئين .

### 1-5-5 مجالات البحث :

1-5-5-1- المجال البشري : ناشئين نادي عفاك الرياضي .

1-5-5-2- المجال الزمني : 2015/8/7-2015/4/1/ .

1-5-5-3- المجال المكاني : ملعب نفر في عفاك .

1-6-6- تحديد المصطلحات :- القرص الدوار خماسي الزوايا : (Rotor disk device with Five – angles) عبارة عن جهاز تدريبي ذو عمل ميكانيكي دائري بإمكانه الدوران يمينا أو يساراً ويستخدم لتدريب مهارة الاستلام وحالة الدوران في كرة القدم من خلال ارتكاز قدم الاستناد عليه ويحتوي على خمسة زوايا متحركة .

## الفصل الثاني

### 2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :-

#### 2-1- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين لملاءمته طبيعة المشكلة .

#### 2-2- مجتمع وعينة البحث :

إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها هي التي ستحدد طبيعة المجتمع أو العينة التي يختارها (محمد حسن علاوي : أسامة كامل راتب ، 1999 ، ص 217 ). اشتمل مجتمع البحث على (13) نادي في محافظة القادسية للموسم الرياضي 2015م - 2016م ، حيث تم اختيار نادي لتنفيذ اجراءات البحث عليه بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) ووقع الاختيار على نادي عفك الرياضي ، وعليه فقد حدد الباحث مجتمع البحث الحالي ممثلاً بلاعبين نادي عفك بكرة القدم فئة الناشئين إذ كان عدد اللاعبين (20) لاعب ، تم استبعاد (2) لاعب لعدم التزامهم بالحضور والتغيب الكثير اصبحت العينة (18) لاعب تم تقسيمهم الى مجموعتين التجريبية (9) لاعبين، و(9) لاعبين للمجموعة الضابطة التي تعتمد على تمارينات المدرب ، وكانت نسبة عينة النادي تساوي (6,993%) الى أندية مجتمع البحث من اصل (13) وعدد اللاعبين (286) ونسبة أفراد العينة (90%) من أفراد عينة النادي ، ليتم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة ، وتم إدخال المتغير التجريبي باستخدام جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا على المجموعة التجريبية بواسطة مساعد المدرب في حين اقتصر تدريب المجموعة الضابطة بالتمارين المستخدمة من قبل المدرب .

#### 2-3- تجانس أفراد العينة وتكافؤها:

للسرور من خط واحد ولضمان الضبط التجريبي وعدم وجود متغيرات دخيلة شرع الباحث بإجراء الاختبار القبلي لعينة البحث لكافة المتغيرات وتم معاملة البيانات احصائيا وعلى ضوءها تم تقسيم عينة البحث الى مجموعتين مجموعة تجريبية تتكون من (9) لاعبين ، ومجموعة ضابطة تتكون من (9) لاعبين ومن اجل تجنب المؤثرات التي قد تؤثر في نتائج التجربة من حيث الفروق الفردية الموجودة لدى لاعبي عينة البحث والتوصل إلى مستوى واحد ومتساوٍ للعينة ، وبعد ذلك تم تحديد اختبار مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم ، والذي يمثل مواصفات العينة للتأكد من تجانسها وتكافؤها في تلك المتغيرات التي تعد مؤثرة في التجربة والتي لا بد ان يتم ضبطها ولهذا تم اجراء المعالجات الاحصائية لها باستخدام معامل الالتواء فضلا عن حساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري ، وقبل البدء بتطبيق استخدام جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا على اللاعبين الناشئين للمجموعة الاولى التجريبية وللتأكد من ذلك استخدم الباحث قانون ( t ) للعينات المستقلة بين المجموعتين وكما مبين في الجدول (2) .

#### جدول (2)

يبين تجانس وتكافؤ أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية

ت	القياسات والاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		معامل الالتواء	المجموعة التجريبية		معامل الالتواء	اختبار الفروق	مستوى الدلالة
			س	±ع		س	±ع			
1	الطول	سم	174,111	0,928	0,263	175,111	3,333	0,110	0,867	0,408
2	الوزن	كغم	71,111	0,782	0,216	72,667	3,317	0,191	1,370	0,204
3	العمر التدريبي	شهر	4,444	0,882	0,214	4,333	0,500	0,857	0,329	0,747
4	العمر	سنة	15,667	0,500	0,857	15,667	0,500	0,857	0,459	0,653
5	الاستلام	درجة	2,000	0,500	0,000	2,222	0,667	0,254	0,800	0,435
6	الدوران	درجة	2,333	0,500	0,857	2,444	0,527	0,271	0,459	0,653

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) درجه حرجه 16 هي = (1,746) .

## 2-4-4- الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :-

2-4-4-1- وسائل جمع المعلومات :المصادر والمراجع العربية والاجنبية .شبكة المعلومات الانترنت . الملاحظة والمقابلات الشخصية المفتوحة وارهاء الخبراء . فريق العمل مساعد (\*).استمارة الاستبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول صلاحية الجهاز المصمم (\*\*). استمارة استبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين لصلاحية اختبار مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم (\*\*\*) . الاستمارات الخاصة لجمع نتائج الاختبار .

2-4-4-2 - الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث: ملعب كرة قدم قانوني .كرات قدم قانونية عدد (6 كرة) .حاسوب محمول نوع ( Dell ) .الجهاز المصمم المستخدم في البحث (جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا) (\*\*\*) .حبال عادية .صافرة .معالم اضافية (اعلام وشواخص) عدد (5) .ساعة توقيت الكترونية يابانية المنشأ عدد(2) .شريط قياس متري بطول (15) مصنوع من الكتان .ميزان طبي لقياس الوزن صيني الصنع .

-القرص الدوار خماسي الزوايا :

-المفصل :

تظهر اهمية هذا الابتكار من خلال الولوج في موضوع له تأثير في استخدام تدريب وتعليم ومساعدة الافراد في الميدان الرياضي .

وكذلك تساعد هذه الدراسة لابتكار جهاز مساعد في تدريب وتعليم مهارة الاستلام وحالة الدوران في كرة القدم وابداع الحلول المناسبة للعملية التدريبية والتعليمية وكذلك وضع ظروف تدريبية وتعليمية اسهل للاعب والمتعلم وايضا تضيف هذه الدراسة عنصر التشويق والاثارة والدافعية والامان الذي يعد من اهم العناصر المهمة في تخطي حاجز الخوف من اداء المهارات الفنية بكرة القدم ، والشكل رقم (1) يوضح تصميم الجهاز بمكوناته .

دولاب العجلات يثبت على احد القرصين من المنتصف بواسطة اللحيم ويثبت بإحكام كما في الشكل المصمم مع صور

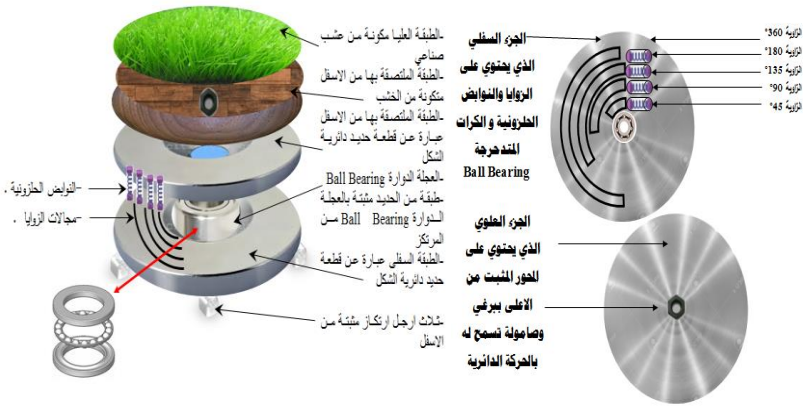
الجهاز رقم (1) .

الصورة (1)

الشكل (1)

يبين القرصين العلوي والسفلي ومكونات جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا

تبيين الجهاز



2-5-5- اجراءات البحث :

2-5-5-1- تصميم الاختبار :

2-5-5-1-1- توصيف اداء الاختبار والتقييم :

(\* - ينظر الملحق (2) .

(\*\*) - ينظر ملحق (3) .

(\*\*\*) - ينظر الملحق (4) .

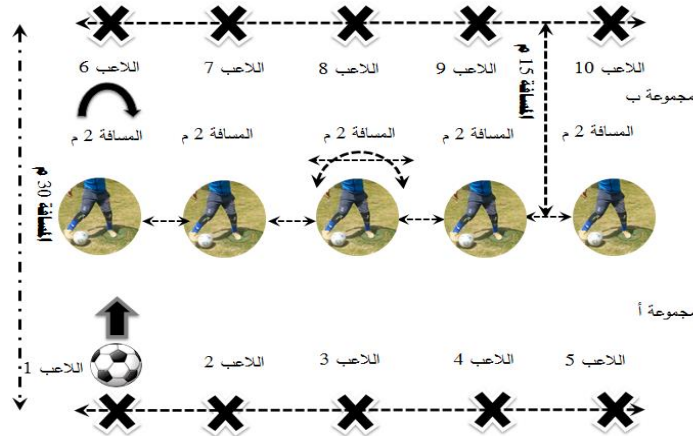
(\*\*\*\*) - ينظر ملحق (7) .

- الهدف من الاختبار : قياس مهارة الاستلام وحالة الدوران .

- الادوات اللازمة (10) لاعبين ، 5 كرات قدم قانونية ، شريط قياس .

- اجراءات الاختبار : لعدم وجود اختبار قام الباحث بتصميم اختبار مهارة الاستلام وحالة الدوران إذ يتكون الاختبار من عشرة اماكن مقسومة الى مجموعتين متوازيتين ( أ ، ب ) تبعد المسافة بينهما (30 متر ) كل مجموعة تتضمن خمسة أماكن بين كل مكان وآخر ( 2 متر ) وتتوسط المجموعتين خمسة دوائر قطر الدائرة (2 متر) ويكون مركزها منتصف المسافة بين المجموعتين وتكون كل دائرة مقابلة للاماكن الخمس في المجموعتين ويقف اللاعب المختبر في وسط الدائرة لأداء الاختبار، وفي الاماكن العشر الاخرى لاعبون يقومون بتسليم الكرة الى اللاعب المختبر بحيث يقابل اللاعب رقم (1) من المجموعة ( أ ) اللاعب رقم (6) من المجموعة ( ب ) ويقابل اللاعب رقم (2) من المجموعة ( أ ) اللاعب رقم (7) من المجموعة ( ب ) وهكذا ، وعند سماع اشارة البدء يقوم اللاعب المختبر باستلام الكرة من اللاعب رقم (1) ويتم الدوران السريع ضمن الدائرة ثم يقوم بمناولة الكرة باتجاه اللاعب رقم (6) وهكذا يكرر المحاولة مع زملائه من خلال انتقال اللاعب المختبر من الدائرة (1) الى الدائرة (2) وهكذا الى ان يصل الى الدائرة رقم (5) الاخيرة فيؤدي وينتهي الاختبار ، كما في الشكل ادناه .

الشكل (2) توضح اختبار الاستلام الدوران بكرة القدم للاعبين الناشئين .



2-6- تقييم الأداء المهاري : تم اعتماد ثلاثة مقيمين<sup>(\*)</sup> لتقييم الأداء المهاري لكل فرد من أفراد عينة البحث عند أدائهم مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم ، ويتم استخراج درجة التقييم النهائية لكل جزء من أجزاء الاختبار (الاستلام ، الدوران ) من خلال جمع أوساط تقييم الخبراء على كل جزء (التمهيدي ، الرئيسي ، الختامي ) من تقسيمات أجزاء الاختبار ، وبهذا يصبح لكل لاعب ناشئ (2) درجة متأنتان من جمع الاوساط الحسابية لتقييم الخبراء الثلاث على كل جزء (تمهيدي ، رئيسي ، ختامي) من اجزاء الاختبار (الاستلام ، والدوران) ، إذ تم تصوير الأداء لكل لاعب على حده من خلال كاميرا نوع (Sony) ويتم عرض الفيديو على الخبراء والمختصين إذ يتم تقييم اداء اللاعبين من خلال استمارة<sup>(\*\*)</sup> تقييم اداء الاستلام والدوران كل جزء على حده اي تم اعطاء (4) درجة لأجزاء الاستلام و (6) درجة لأجزاء حالة الدوران ، وكما موضح في استمارة تفرغ بيانات المقيمين .

2-7- التجربة الاستطلاعية : أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية قبل الخوض في إجراءات البحث بتاريخ

2015/5/25 على عينة مكونة من (2) لاعبين من خارج مجتمع البحث في الساعة الثالثة عصرا وكانت الغرض منها :

(\*) - ينظر الملحق (3) .

(\*\*) - ينظر الملحق (5) وملحق (6) .

- 1- التعرف على المعوقات التي تواجه العمل اثناء التجربة . 2- التأكد من صلاحية الجهاز .  
3- التعرف على الزمن الفعلي للاختبار . 4- التأكد من كفاية فريق العمل المساعد .  
2-8- المعاملات العلمية للاختبار :

2-8-1- صدق الاختبار : يعد صدق الاختبار شرط اساسي من شروط ادوات الاختبار الفعالة في قياس الظاهرة موضوع القياس ، ويقصد بصدق الاختبار " أن يقيس الاختبار ما وضع من اجله ، وبكلمة اخرى فإن المقصود بصدق الاختبار مدى صلاحية الاختبار لقياس هدف وجانب محدد ، وتبدو هذه الصلاحية في اشكال متعددة " (فاروق الروسان ، 2000 ، ص 210 ) ، وقد استخرج الباحث صدق المحتوى للاختبار كما موضح ادناه :

جدول (3) يبين قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة لصدق الاختبار

ت	الاختبار	يصلح	لا يصلح	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	قيمة كا <sup>2</sup> الجدولية	الدلالة
1	اختبار مهارة الاستلام وحالة الدوران	13	1	10,29	3,85	معنوي

2-8-2- ثبات الاختبار : الاختبار الثابت هو الذي يعطي نفس النتائج تقريباً إذا طبق نفس الأشخاص في فترتين زمنيتين ، وفي ظل ظروف واحدة (هادي مشعان ربيع ، 2006 ، ص 156 ) ، والاختبار الثابت هو الذي له درجة عالية من الدقة والموضوعية فيما وضع من اجل قياسه .

تم ايجاد معامل الثبات وذلك عن طريق إعادة الاختبار إذ طبق الاختبار على عينة التجربة الاستطلاعية وهم ( 28 ) من اللاعبين الناشئين بكرة القدم وتم اجراء هذا الاختبار بتاريخ ( 11 / 6 / 2015 ) وعلى ملعب نادي عفاك الرياضي في محافظة القادسية بعدها تم إعادة تطبيق الاختبار على العينة نفسها مع مراعاة الظروف نفسها التي اجريت في الاختبار الاول بتاريخ ( 18 / 6 / 2015 ) أي بعد سبعة ايام .

بعدها تم حساب معامل الارتباط البسيط ( بيرسون ) بين الاختبارين الاول والثاني إذ كانت قيم معامل الارتباط المحسوبة تساوي ( 0,966 ) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة ( 0,404 ) عند درجة حرية ( 54 ) ومستوى دلالة ( 0,05 ) وبما ان القيمة المحسوبة أعلى من القيمة الجدولية فهذا يعني ان الاختبار يتمتع بدرجة ثبات ودال معنويًا . وكما مبين في جدول ( 4 ) .

جدول (4) يبين الثبات لعينة البحث لاختبار الاستلام الدوران .

ت	الاختبار	عدد العينة	قيمة الثبات	الدلالة
1	الاختبار مهارة الاستلام وحالة الدوران	28	0,938	معنوي
	الدوران	28	0,922	معنوي

قيمة معامل الارتباط عند قيمة خطأ ( 0,05 ، 0,01 ) ودرجة حرية ن = 2 - 56 = 2 = ( 54 ) = ( 0,273 ) ( 0,354 ) .

2-9- إجراءات البحث الميدانية : إن إجراءات البحث الميدانية تمثلت بالاختبارات القبلية والتمرينات المستخدمة على المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ومن ثم إجراء الاختبار البعدي .

2-9-1- التجربة الرئيسية : أجريت التجربة الرئيسية يوم الثلاثاء المصادف 2015/6/30 ولغاية يوم الاثنين المصادف 2015/8/31 ، واشتملت على تطبيق المنهج التدريبي وعلى ثلاثة تقييمات وكما يلي :

2-9-1- الاختبارات القبلية : تم إجراء القياسات والاختبارات القبلية لعينة البحث (الضابطة والتجريبية) في الساعة الثالثة عصراً من يوم الثلاثاء المصادف 2015/6/30 في ملعب نادي عفاك الرياضي . لقد تم تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث المكان والزمان والادوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد لغرض تحقيق الظروف نفسها او قريبة قدر الامكان من ظروف الاختبار البعدي .



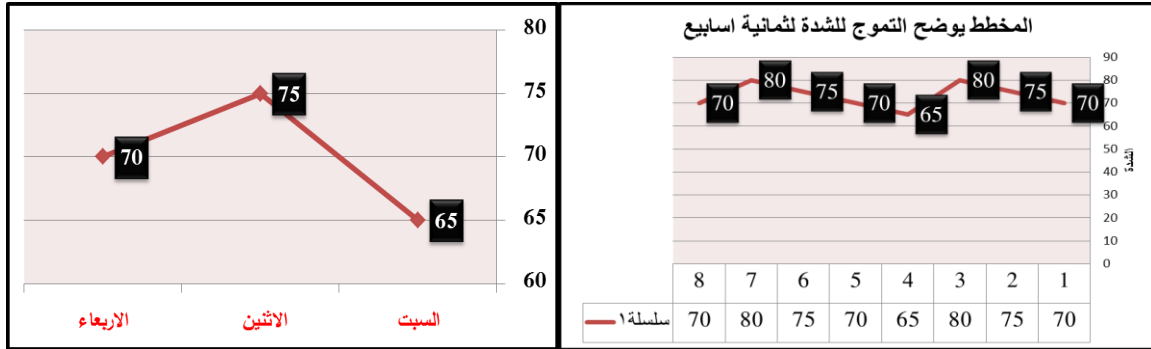
## 2-9-2- المنهج التدريبي (\*):

اعتمد الباحث على آراء بعض المختصين (\*\*\*) في مجال رياضة كرة القدم ، حول ملائمة المنهج التدريبي المعد من قبل المدرب لمهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم . وتمّ تحديد (90 دقيقة) لكل وحدة تدريبية بواقع ثلاث وحدات بالأسبوع ولمدة ( 8 ) أسابيع . وتمّ اعتماد الشرح المقدم من قبل مدرب الفريق (\*\*\*) ، لإيضاح المهارة وكيفية تدريبها حسب التمرينات المعدة لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ، مع مراعاة ما يلي :

- 1-تدريب المجموعة الضابطة بالتمرينات الاعتيادية المعدة من قبل المدرب .
- 2-تدريب المجموعة التجريبية بالتمرينات الاعتيادية بالإضافة الى استخدام (جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا) بواسطة مساعد المدرب .

أما عمل الباحث فكان مقتصرًا على تهيئة الجهاز للمجموعة التجريبية فقط ، ورفعها بعد الانتهاء من الوحدة التدريبية ، ومتابعة سير التجربة ، وضبط الزمن ، وعدد التكرارات ، والإشراف على سير العمل في الوحدات التدريبية جميعاً . تم استخدام أسلوب التموج (1-3) بين الاسبوع كما موضح في الشكل رقم (1) كما استخدم أسلوب التموج (1-2) بين ايام التدريب والشكل رقم (2) يوضح ايام التدريب خلال الاسبوع (7) .

الشكل رقم (4) يوضح أسلوب التموج (1-3) بين الاسبوع . الشكل رقم (5) يوضح أسلوب التموج (1-2) بين الايام



4-9-3- الاختبارات البعدية : تم إجراء الاختبار البعدي لعينة البحث في يوم الاثنين المصادف 2015/8/31 بعد الانتهاء من مدة تطبيق التمرينات المستخدمة وجهاز القرص الدوار خماسي الزوايا والذي استغرقت (8) أسابيع ، وقد حرص الباحث على توفير ظروف الاختبار القبلي وإجراءاته المتبعة للاختبار وبمساعدة فريق العمل .

### 3-10- الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث :

بعد جمع البيانات والمعلومات التي قام الباحث إجراء التحليلات الإحصائية (SPSS) :

- معامل (كا<sup>2</sup>) .
- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- الوسيط .
- معامل الالتواء .
- الارتباط البسيط (بيرسون) .
- اختبار (t-test) للعينات المستقلة والمترابطة .-النسبة المئوية .

(\*) . ينظر ملحق (8) .

(\*\*) . ينظر ملحق (4) .

(\*\*\*) . السيد علي حسين فرحان /مدرب نادي عتق بكرة القدم .



### الفصل الثالث : عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يتضمن هذا الباب عرض وتحليل ومناقشة النتائج ، بعد ان استكمل الباحث جمع البيانات الناتجة عن الاختبارات المستخدمة والتي تم وضعها على شكل جداول لما تمثله من سهولة في استخلاص الادلة العلمية ولأنها أداة توضيحية مناسبة للبحث تمكنا من تحقيق أهداف وفرضيات البحث في ضوء الإجراءات الميدانية التي قام بها الباحث .

#### 1-3 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

1-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لمهارة الاستلام والدوران  
جدول رقم (5) يبين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية .

مستوى دلالة	قيمة t المحسوبة	بعدي		قبلي		وحدة القياس	المهارات	المجموعات
		±ع	س	±ع	س			
0,000	5,657	0,707	3,333	0,500	2,000	درجة	الاستلام	المجموعة
0,004	4,000	0,500	3,000	0,500	2,333	درجة	الدوران	الضابطة
0,000	5,965	0,500	3,667	0,667	2,222	درجة	الاستلام	المجموعة
0,000	8,222	0,782	3,889	0,527	2,444	درجة	الدوران	التجريبية

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) درجه حرجه 8 هي = ( 2,31 ) .

تبين من الجدول (5) ان الوسط الحسابي لمهارة الاستلام والدوران للمجموعة الضابطة ظهر للاختبار القبلي (2,000) ، (2,333) ، وقد بلغ في الاختبار البعدي (3,333 ، 3,000) اما الانحراف المعياري فقد بلغ (0,500 ، 0,500) ، (0,707 ، 0,500) وعلى التوالي وعند استخراج قيمة (t) المحسوبة البالغة (5,657 ، 4,000) وهي دالة عند مستوى دلالة (0,004 ، 0,000) . اما المجموعة التجريبية فقد كان الوسط الحسابي لمهارة الاستلام والدوران للاختبار القبلي (2,222 ، 2,444) ، وقد بلغ في الاختبار البعدي (3,667 ، 3,889) اما الانحراف المعياري فقد بلغ (0,667 ، 0,527) ، (0,500 ، 0,782) وعلى التوالي وعند استخراج قيمة (t) المحسوبة البالغة (5,965 ، 8,222) وهي دالة عند مستوى دلالة (0,000 ، 0,000) .

#### 2-3- مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لمهارة الاستلام والدوران في كرة القدم للمجموعتين الضابطة والتجريبية

من خلال عرض وتحليل النتائج في جدول رقم (5) اظهرت النتائج ان لجهاز القرص الدوار الخماسي الزاوية تأثير ايجابي على مستوى تطوير حالة الدوران في كرة القدم وذلك لمعنوية الفروق بين الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة ويعزو الباحث هذا التأثير الايجابي الى مدى تطبيق حالة الدوران بشكل علمي مدروس من حيث توفر الأجهزة والادوات ودور المدرب هذا كله يؤدي الى زيادة اداء اللاعب وتركيزه للمهارة الحركية ويولد الاهتمام ويحرك الدوافع للمتدرب كما ان المنهج التدريبي اذا ما طبق على اسس علمية في تنظيم عملية التدريب وخلق علاقة من التفاعل بين المدرب واللاعب واذا ما طبق بأساليب تدريبيّة مناسبة فانها تحقق اهدافها الموضوعية مسبقا وان اختيار اي مفردة او مهاره للتدرب عليها من قبل اللاعب تقوده الى تطور ادائه وبالرغم من ان هذا التطور البسيط الذي يمتلكه اللاعب يكون بدون جمالية "ومن خلال تكرار الاداء والممارسة وبالتالي يستطيع اداؤها بشكل افضل من السابق مع وجود الانسيابية والجمالية في الحركة وبالتالي الانجاز الجيد وتقديم الافضل" (موفق اسعد محمود، 2011م ، ص 27) .

من خلال ملاحظة الجدول (5) نجد أن هناك فروقاً معنوية في نتائج الاختبار لحالة الدوران للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية . ويعزو الباحث هذا التطور للمجموعتين إلى استخدام التدريبات والتمارين من خلال المدرب والكادر التدريبي لما لها من تأثير فعال وواضح في اكتساب المقدرة على اداء حالة الدوران بكرة القدم ، إذ ان

وضع اللاعبين الناشئين في حالة تدريب وتشويق الأمر الذي أدى الى زيادة الحركة والتكرار والفاعلية في دقة الاداء الذي بدوره أدى الى تطوير حالة الدوران ، وفي هذا الصدد يشير (علي جلال الدين) "أن من المبادئ الاساسية لتدريب الدقة هو أن الدقة تتطلب حجماً كبيراً من التكرار" (علي جلال الدين، 2005 ، ص 38) . كما يعزو الباحث التطور الحاصل للمجموعتين للاستمرار في الوحدات التدريبية ولمدة اربعة اسابيع وفيها مارس اللاعبين الناشئين التمرينات باستخدام الجهاز لم يكن متعارفاً عليه في الوحدات الاعتيادية ، وكذلك التكرار في أداء التمارين والتدرج في التمرين من السهل إلى الصعب ووجود تمرينات مستمرة وغير متقطعة للوحدات التدريبية وهي (24) وحدة مع ثبات زمن الوحدة التدريبية قد ساعد في ظهور هذا التطور للمجموعتين ، فأن التمرين المستمر على الأداء لفترات مستمرة ومنظمة يساعد على تطوير الأداء المهاري من ناحية السرعة والدقة وهذا ما أشار إليه (Luiselli,2011) "أن الممارسة على التمرين لفترات طويلة هو لبناء (السرعة والدقة) في المهارات الحركية، حيث يتحقق التنفيذ التلقائي للمهارة المعقدة والمركبة في ظل مثيرات مشابهة أو قريبة من ظروف اللعب، وان التغيير في أشكال وأنواع المحفزات بصورة مركبة يؤدي إلى تطوير مهارة اللاعب من ناحية السرعة والدقة" (Luiselli, 2011.P.162-164) وكذلك (تتطلب الدقة استخدام تدريبات نوعية ، تلك التي تقترب الى أقصى حد من الظروف أثناء اللعب) (علي جلال الدين ، 2005 ، ص 16) . فضلاً عن زيادة معنوية الحركات واستيعابها من خلال الاسلوب المستخدم وهذه الحالة تعطي ثباتاً ورسوخاً واستيعاباً للحركة وبالنتيجة هو زيادة خبرة اللاعبين الناشئين وبالتالي تتمكن من التسريع من جعل العملية التدريبية تأخذ مبدأ الاقتصاد بالوقت واستثماره إذ يشير (نزار الطالب) إلى أن "لطرائق والاساليب اهمية بالغة في العملية التدريبية وان هذه الطرائق والاساليب تؤثر في سرعة التطور" (نزار مجيد الطالب ، 1976 ، ص 41) . فضلاً عن ان ملائمة التمرينات المستخدمة لأعمار المتدربين والتي تعمل على الزيادة من متعة المتدرب وتشويقه وتؤدي الى التخلص من الملل خلال التمرينات كل ذلك قد ساعد على تطوير حالة الدوران . كما يعزو الباحث الى ان استجابة اللاعبين الناشئين خلال الوحدات التدريبية كانت تمثل أهم الوسائل الفاعلة لإبراز الطاقات والمحافظة على المستوى وتحقيق الأهداف وقد أشار (نزار الطالب ، كامل لويس) "أن الرياضي الذي يتمرن نحو هدف معين سيكون له حافظ في عمله وان العمل من دون هدف هو عمل عقيم وممل فيجب على المدرب ان يساعد الرياضي في وضع هدف مناسب له يستطيع تحقيقه كي يكون للتمرين قيمة وكي يعرف الرياضي مدى تقدمه" (نزار الطالب ، كامل لويس ، 2000 ، ص 120) . ويرى الباحث ان من اسباب التطور لعينة البحث هو ان الوحدات التدريبية كانت تحتوي على التنوع من خلال التغييرات في شكل التمارين سواء كانت ، المسافات ، الاتجاهات ، والزوايا وكذلك التنوع في زوايا الجهاز المستخدم في البحث كالزيادة بتوسيع مجال دوران الجهاز وبعد وقرب مكان الكرة عن اللاعب وغيرها من التمرينات التي تجعل من الناشئ أكثر قدرة على أداء حالة الدوران بكرة القدم .

### 3-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية لمهارة الاستلام وحالة الدوران

جدول (6) يبين نتائج الاختبارين البعدي و البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية .

ت	المهارة	الضابطة		التجريبية		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	النتيجة
		س	±ع	س	±ع			
1	الاستلام	3,333	0,707	3,667	0,500	1,155	0,267	عشوائي
2	الدوران	3,000	0,500	3,889	0,782	2,874	0,011	معنوي

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) درجه حرجه 16 هي = (1,746) .

من خلال ملاحظة الجدول (5) نجد أن هناك فروقاً معنوية في نتائج اختبار حالة الدوران للاختبار البعدي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية . ويعزو الباحث سبب التطور إلى أن العمل التريوي أدى إلى تكوين العديد من الاتجاهات التي يرغب بها اللاعب الناشئ وهي اتجاهات جيدة نحو اتخاذ القرار لحل المشاكل ومعرفة اسباب تطور أداء

حالة الدوران ، من اجل الوصول إلى الأداء المثالي ويذكر بهذا الصدد (محمود البسيوني ، 1975) " على أن التدريب الذي يؤدي إلى تكوين اتجاهات مرغوبة بالمتدرب أكثر جدوى من التدريب الذي يؤدي إلى كسب المعرفة فقط " ( محمود البسيوني، 1975، ص 76 ) . ومن خلال ما تقدم يمكن القول أن التطور في أداء حالة الدوران يعود إلى سبب فني لان طبيعة أداء حالة الدوران تحتاج إلى معرفة تفاصيل الأداء الواحد بعد الآخر وبالتالي يتم حل المشكلات من خلا تصحيح الأخطاء دوران قدم الارتكاز او القدم المفضلة (المميزة) عن طريق التغذية الراجعة بهدف تطوير مستوى اكمال المهمة التدريبية للاعبين الناشئين . مما يدل بان جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا قد أثر تأثيراً إيجابياً في تطوير حالة الدوران ويرى الباحث إن سبب ذلك أن هذا الجهاز المصمم يعتمد فيه التدريب على إن كل لاعب تقع عليه مسؤولية تطوير نفسه من خلال الاحساس بزوايا الجهاز وانسيابية دوران قدم الارتكاز على القرص المتحرك وعليه سنرى إن مستوى الأداء لحالة الدوران في هذا الجهاز قد تطور بشكل فعالً . ويعزو الباحث أن سبب ذلك يعود إلى أن اللاعبين في هذا الجهاز يعملون بروح التشويق والاثارة الأمر الذي يعطي حافزاً نحو تكرار حالة الدوران وبشكل محدد وبمعنى آخر أن هدف التدريب قد تم تحديده من قبل المدرب مسبقاً ومن خلال ذلك يعمل اللاعب الناشئ . هذا من جهة ومن جهة اخرى يعتبر تقسيم اللاعبين الناشئين إلى مجموعات صغيرة تعمل كل واحدة على حدة أعطى ذلك حالة من التطور بسبب زيادة عدد مرات الاداء بين لاعبي المجموعة التجريبية في تطوير حالة الدوران فضلاً عن أن لعبة كرة القدم تحتاج العمل بروح الجماعة عند اللعب .

كذلك يعزو الباحث أن تطوير اللاعبين هذه المجموعة جاء بسبب الخصوصية في تحقيق الهدف التدريبي أي أن الواجبات المعطاة لكل عينة البحث مركزه في الأداء وهذا ساهم في التدريب لحالة الدوران لان كل لاعب ناشئ من لاعبي المجموعة التجريبية يعمل على استيعاب المعلومات المعطاة كتغذية راجعة بشكل جيد مع التركيز في إيصال تلك المعلومات عندما يكون هناك أكثر من هدف الذي أضاف حافزاً كبيراً نحو تطوير حالة الدوران. ويرى الباحث إن من ضمن الأسباب التي أدت إلى تفوق مستوى أداء اللاعبين الناشئين في هذه المجموعة هو استخدام التغذية الراجعة المستمر حول اداء حالة الدوران، فالتغذية الراجعة تعد من أهم المتطلبات الأساسية في عملية التدريب وبالتالي فان هذه العملية تساعد على ارتفاع مستوى اللاعبين الناشئين الضعفاء وفي هذا الخصوص يذكر (وجيه محجوب ، 2001) إلى إن جمع المعلومات التي يمكن إن يحصل عليها المتعلم من مصادر مختلفة سواء أكانت داخلية أم خارجية قبل أو أثناء أو بعد الأداء الحركي الهدف منها تعديل الاستجابات الحركية وصولاً إلى الاستجابات المثلى وهي احدى الشروط الأساسية لعملية التدريب ( ووجيه محجوب ، 201 ، ص 85 ) . وكذلك يعزو الباحث السبب في أفضلية هذه المجموعة إلى فاعلية التمرينات مع الجهاز إذ أن الهدف الذي تسعى إليه هذه التمرينات هو تعديل مستوى الأداء وتطويره بما ينسجم مع قدرات عينة البحث من اجل الحصول على تطوير افضل والوصول إلى مستوى جيد لأداء حالة الدوران وبخصوص هذا الموضوع يعتبر من اساسيات العملية التدريبية " هو اكتساب اللاعب مجموعة من القدرات المهارية التي تمكنه من تحقيق مستوى جيد لأداء المهارة المراد تعلمها " ( فراس أكرم سمير ، 2002، ص 71 ) . ومن ضمن الأسباب التي أدت إلى تفوق مستوى أداء هذه المجموعة هو استخدام التغذية الراجعة المستمر من قبل اللاعبين بعد الأداء فالتغذية الراجعة تعد من أهم العوامل الرئيسية في العملية التربوية التدريبية بل يعتقد (يعرب خيون ، 2002) بأنه " لا يكون هناك تعلم بدون تغذية راجعة وأنها التغيير الأقوى المسيطر على التدريب والأداء " (يعرب خيون ، 2002، ص 91) . ويشير (مروان عبد المجيد ابراهيم ، 2000) إلى أن "اللاعب الذي تنقصه الدافعية للتعلم لن يقوم بأداء الاستجابة التي تدفعه للتعلم" وكذلك في نفس الصدد يذكر (مروان) ان "من المميزات المهمة التي يجب أن يهتم بها في عملية التعلم الحركي هي مبدأ التشويق والاثارة لأن أي عمل يقوم به الانسان لا يمكن أن يتقن إذا ما كانت هنالك إثارة أو رغبة في العمل مثل إعطاء بعض المسؤوليات للأفراد"(مروان عبد المجيد ابراهيم ، 2000 ، ص 209- 212) .

## الفصل الرابع

### 4-الاستنتاجات والتوصيات :-

#### 4-1-الاستنتاجات :-

- 1- إنَّ جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا كان له اثر ايجابي في تطوير حالة الدوران ولصالح المجموعة التجريبية وهذا ما اشارت اليه الفروق المعنوية في قيم المتغيرات .
- 2- إن استخدام جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا ساعد في التقليل من الجهد المبذول من المدرب في عملية تصحيح الأخطاء وإعطاء التغذية الراجعة المناسبة .
- 3- ملائمة التمرينات المهارية مع استخدام الجهاز ولصالح المجموعة التجريبية .

#### 4-2-التوصيات :-

- 1- استخدام جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا في تدريب وتطوير حالة الدوران وذلك لأنه يساعد في تحقيق الهدف المنشود .
- 2- ضرورة استخدام جهاز القرص الدوار خماسي الزوايا في تطوير حالة الدوران وخاصة الناشئين في كرة القدم .
- 3- يوصي الباحث وزارة الشباب والرياضة والاندية والمؤسسات الرياضية والمدربين بالعمل على اختراع اجهزة اخرى لتدريب اللاعبين الناشئين لمهارات حركية اخرى غير حالة الدوران .
- 4- التأكيد على أهمية استخدام الاجهزة والوسائل الحديثة وكذلك البرامج الحديثة للتوصل للنتائج الموضوعية بما يخدم المستوى التعليمي للاعبين الناشئين .

### المصادر العربية والانكليزية

- 1) علي جلال الدين : الدقة ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، 2005 .
- 2) فراس أكرم سمير : اثر استخدام أسلوب التعلم التعاوني وفق الاختبارات البنائية في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة صلاح الدين ، 2002 .
- 3) فاروق الروسان : تعديل وبناء السلوك الانساني ، عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، 2000 .
- 4) محمد حسن علاوي : أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 .
- 5) محمود البسيوني : أصول التربية الفنية ، ط2 ، دار المعارف ، القاهرة ، 1975 .
- 6) مروان عبد المجيد ابراهيم : اسس علم الحركة في المجال الرياضي ، ط1 ، مؤسسة العراق ، عمان الأردن ، 2000 .
- 7) موفق اسعد محمود : التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ، العراق ، جامعة الانبار ، دار دجلة للطباعة ، 2011 .
- 8) نزار مجيد الطالب : مبادئ علم النفس الرياضي ، بغداد ، مطبعة الشعب ، 1976 .
- 9) نزار الطالب ، كامل لويس : علم النفس الرياضي ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2000 .
- 10) هادي مشعان ربيع : طرق البحث التربوي ، ط1 ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، 2006 .
- 11) وجيه محبوب : التعلم وجدولة التدريب ، ط1 ، دار وائل للنشر ، عمان ، الأردن ، 201 .
- 12) يعرب خيون : التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، مكتب الهمزة للطباعة ، 2002 .
- 13) Luiselli k. James and reed d. Derek . behavioral sport psychology : evidence- based approaches to performance enhancement. New York: springer, 2011.

### الملاحق

#### ملحق ( 1 )

أسماء فريق العمل المساعد الذي اشرف وساعد على التجربة البحثية للباحث

ت	الاختصاص	مكان العمل
1	اختبارات-كرة قدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة القادسية
2	طب رياضي-جمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة القادسية
3	تدريب و فسلجة -مصارعة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة القادسية
4	تدريب و فسلجة -بناء اجسام	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة القادسية
5	تدريب- ساحة وميدان	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة القادسية
6	ادارة وتنظيم / علم نفس - احتياجات خاصة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-جامعة القادسية

#### ملحق ( 2 )

أسماء السادة المقيمين

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	السيد حميد مخيف الكرعاعي	محاضر آسيوي حاصل على شهادة تدريبية صنف A الاسيوية بكرة القدم	نادي الديوانية
2	السيد صباح علي التميمي	حاصل على شهادة تدريبية صنف B الاسيوية بكرة القدم	نادي الدغرة
3	السيد شامل داوود	حاصل على شهادة تدريبية صنف C الاسيوية بكرة القدم	نادي الاتفاق

## ملحق ( 3 )

استمارة الاستبيان لاستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول صلاحية الاختبار

ت	اللقب العلمي	اسم الخبير	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.	علاء جبار عبود	اختبارات / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ. د.	سلمان عكاب سرحان الجنابي	تدريب / كرة قدم	جامعة المثنى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ. م. د.	سلام جبار الحمزاوي	اختبارات / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ. م. د.	رافقت عبد الهادي الكروي	اختبارات / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	أ. م. د.	عبد الله حويل	اختبارات / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	أ. م. د.	علي حسين هاشم	اختبارات / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	م. د.	حيدر كريم سعيد	علم نفس/كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	م. د.	عماد عودة	تدريب / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	م. د.	نبيل حسين عباس	تدريب / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	م. د.	وائل محمد عبد	اختبارات / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
11	م. د.	احمد فاهم نغيش	اختبارات / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
12	م. د.	مهند ياسر دايع	اختبارات / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
13	م.	حسن عبد الهادي لهيمص	اختبارات / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
14	م. م.	ماجد عبد الحميد	تدريب / كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## ملحق ( 4 )

أسماء السادة الخبراء في وضع المنهج التدريبي لمهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم .

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	أ. د.	تعلم حركي / كرة قدم	جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ. د.	علم نفس/ كرة قدم	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ. م. د.	التدريب الرياضي / مدرب كرة قدم حاصل على الشهادة C الآسيوية	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	المسيد	محاضر دولي / كرة القدم	الاردن - محاضر لدى الاتحاد الآسيوي
5	أ. م. د.	علم نفس/ كرة قدم	جامعة القادسية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	م. د.	مدرب نادي المهناوية / كرة قدم	نادي المهناوية الرياضي

## ملحق ( 5 )

استمارة تفرغ لآراء المقيمين لأداء العينة في اختبار مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم

ت اللاعب	ت اجزاء الاختبار	اسم المهارة والحالة	القسم	الدرجة	الاول	الثاني	الثالث	المجموع	المعدل	
1	1	الاستلام	القسم التمهيدي	1						
			القسم الرئيسي	2						
			القسم الختامي	1						
	مجموع التقييم النهائي لأجزاء الاستلام									
	2	2	حالة الدوران	القسم التمهيدي	2					
				القسم الرئيسي	3					
القسم الختامي				1						
مجموع التقييم النهائي لأجزاء حالة الدوران										
2	1	الاستلام	القسم التمهيدي	1						
			القسم الرئيسي	2						
			القسم الختامي	1						
	مجموع التقييم النهائي لأجزاء الاستلام									
	2	2	حالة الدوران	القسم التمهيدي	2					
				القسم الرئيسي	3					
القسم الختامي				1						
مجموع التقييم النهائي لأجزاء حالة الدوران										

## ملحق ( 6 )

استمارة جمع البيانات للاعبين في اختبار مهارة الاستلام وحالة الدوران بكرة القدم

اسم المهارة والحالة						درجة القسم	ت اللاعبين
حالة الدوران			الاستلام				
القسم الختامي	القسم الرئيسي	القسم التمهيدي	القسم الختامي	القسم الرئيسي	القسم التمهيدي		
2	3	1	1	2	1		1
							2
							3
							4
							5
							6
							7
							8
							9

## ملحق ( 8 )

الجدول يوضح مقدار الشدة التدريبية المؤية باستخدام الزمن (ثا) لكل زاوية من التمرينات لمسافة (4) ياردة

ت	الزوايا	%65	%70	%75	%80	%85	الشدة	%100
1	°45	2,85	2,64	2,47	2,31	2,18	1,85	
2	°90	4,85	4,50	4,20	3,94	3,71	3,15	
3	°135	6,15	5,71	5,33	5,00	4,71	4	
4	°180	8,77	8,14	7,60	7,13	6,71	5,7	
5	°360	11,54	10,71	10,00	9,38	8,82	7,5	

الجدول يوضح مقدار الشدة التدريبية المؤية باستخدام الزمن (ثا) لكل زاوية من التمرينات لمسافة (7) ياردة

ت	الزوايا	%65	%70	%75	%80	%85	الشدة	%100
1	°45	3,86	3,59	3,35	3,14	2,95	2,51	
2	°90	6,51	6,04	5,64	5,29	4,98	4,23	
3	°135	8,15	7,57	7,07	6,63	6,24	5,3	
4	°180	10,46	9,71	9,07	8,50	8,00	6,8	
5	°360	12,77	11,86	11,07	10,38	9,76	8,3	

الجدول يوضح مقدار الشدة التدريبية المؤية باستخدام الزمن (ثا) لكل زاوية من التمرينات لمسافة (10) ياردة

ت	الزوايا	%65	%70	%75	%80	%85	الشدة	%100
1	°45	4,62	4,29	4,00	3,75	3,53	3	
2	°90	7,85	7,29	6,80	6,38	6,00	5,1	
3	°135	9,20	8,54	7,97	7,48	7,04	5,98	
4	°180	11,54	10,71	10,00	9,38	8,82	7,5	
5	°360	14,77	13,71	12,80	12,00	11,29	9,6	



