



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة القادسية
كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية
الدراسات الاولى

نسبة مساهمة القوة العضلية وعلاقتها بدقة التمريرات
(القصيرة والمتوسطة والطويلة)

لدى لاعبي نادي الشوملي لكرة القدم لفئة الشباب

بحث تقدم به الطالب

عباس إبراهيم كاظم

كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في علوم الرياضة

ياشرف

الدكتور ليث جبار الموسوي

الباب الاول

- ١-١ المقدمة وأهمية البحث
- ٢-١ مشكلة البحث
- ٣-١ اهداف البحث

٤-١	فروض البحث
٥-١	مجالات البحث
١-٥-١	المجال البشري
٢-٥-١	المجال المكاني
٣-٥-١	المجال الزمني

الباب الاول المقدمة واهمية البحث.....٢

١-١ المقدمة واهمية البحث:

لقد جعلت الدراسات والبحوث العلمية تقدما ملحوظا في الالعاب الجماعية ومنها لعبة كرة القدم وخاصة من النواحي البدنية والنهارية والوظيفية وغيرها ومن اجل جعل اللعبة تتقدم وتتعمق فلا بد من اختلاط بين العلوم الاخرى من اجل الارتقاء باللاعبين للمستويات العليا وليس من السهل الوصول الى تلك المستويات ما لم يتم استخدام طرق ووسائل تمكن من الوصول الى ايجاد حلول وبدائل تمكن المدرب من اجتياز المعوقات التي تتعرضه خلال عملية التدريب وان الصفات البدنية هي ركيزة واساس المهارات الاساسية ومن هذه الصفات القوة العضلية والتي تعزى اهمية القوة الى كونها ترتبط ببعض المكونات الحركية البدنية ارتباطا وثيقا مثل القوة المميزة بالسرعة والسرعة الانتقالية والتحمل فضلا عن جانب الصحة العامة والحالة النفسية (١).

تعد التمريرات لغة لعبة كرة القدم حيث ان اجادة التمريرات اثناء المباراة يساعد الفريق في اختراق صفوف الفريق المنافس باقل جهد وباقل زمن ممكن حيث تحتاج المهارات الى اتقان الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية التي تعد احدى اسس الصفات البدنية الاخرى حيث ان عدم المقدرة على اظهار القوة العضلية يؤثر في اتقان وتطوير الاداء المهاري وعدم وصول اللاعب الى المستوى الرياضي الجيد (٢). وتعد التمرير اهم المهارات الهجومية التي تمكن الفريق من تحقيق الفوز اذا ما قام باتقان هذه المهارة بالشكل المطلوب ، وتعد الدقة من الامور المهمة التي من خلالها يستطيع الفريق التحكم باللعب طوال مدة المباراة والسيطرة على الملعب من خلال تامين وصول الكرة الى المكان الصحيح قبل ان تكون عرضة للقطع من قبل المنافس . وتكمن اهمية البحث في التعرف على نسبة مساهمة انواع القوة العضلية بدقة التمريرات لان التمرير تعد عصب اللعب الجماعي في لعبة كرة القدم.

(١) ابو العلا عبد الفتاح واحمد نصر الدين : فسيولوجيا اللياقة البدنية : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٣ ، ص ٨٥

(٢) احمد خاطر وعلي البيك : القياس في المجال الرياضي ، القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٧٨ ، ص ٢

الباب الاول المقدمة واهمية البحث.....٣

٢-١ مشكلة البحث:-

تطورت لعبة كرة القدم وخاصة في الالونة الاخيرة من خلال الدراسات والبحوث العلمية التي تتم على الفرق الرياضية وخاصة اللاعبين الذين لهم الدور الاساسي في هذا الجانب وان التطور الحاصل في مجالات التدريب الرياضي تعد من اهم الركائز في تحسين وتطوير اللاعبين من اجل الحصول على لاعبين ذوي خبرة .

ويعد التمرير عصب لعبة كرة القدم لذلك على المدربين والمختصين الاهتمام بالتمرير لانه يساعد على تقليل الجهد والوقت لدى اللاعبين وبذلك تمكنهم من التقدم واحراز تسجيل الهدف بشكل اسرع ومنظم وتعد القوة العضلية عنصرا رئيسيا ومؤثرا في الاداء المهاري اثناء التدريب والمنافسات والتي تلعب دورا في المهارات الاساسية التي تعد من اهم العناصر الاساسية والمؤثرة في تطوير الجانب المهاري

لدى لاعبي كرة القدم .

ومن خلال المتابعة لفرق الاندية فئة الشباب فكان الكثير من لاعبي الفرق يفشلون في تمريراتهم اثناء المباراة وهذا يجعل مستويات الفرق متباينة من مباراة لآخري.

وتكمن مشكلة البحث في مدى مساهمة انواع القوى العضلية بدقة التمريرات لدى لاعبي نادي الشوملي فئة الشباب بحيث تعتبر فئة الشباب من الفئات العمرية التي لا بد من متابعتها من قبل المختصين والباحثين وان دقة التمرير لاتتم الا اذا امتلك اللاعب المهارة بالشكل المطلوب .

الباب الاول المقدمة واهمية البحث.....٤

٣-١ اهداف البحث :-

- ١- التعرف على العلاقة بين بعض اوجه القوة العضلية ودقة التمريرات لدى لاعبي نادي الشوملي لكرة القدم فئة الشباب .
- ٢- التعرف على نسبة مساهمة بعض الواجه القوة العضلية بدقة التمريرات لاعبي نادي الشوملي لكرة القدم فئة الشباب

٤-١ فروض البحث :-

- ١- وجود علاقة معنوية بين اوجه القوة ودقة التمريرات لدى لاعبي نادي الشوملي لكرة القدم فئة الشباب.
- ٢- هناك تباين في نسبة مساهمة انواع القوى العضلية بدقة التمريرات لدى لاعبي نادي الشوملي لكرة

٥-١ مجالات البحث:-

١-٥-١ المجال البشري : لاعبي نادي الشوملي لكرة القدم فئة الشباب

٢-٥-١ المجال الزمني : يحدد لاحقا

٤-٥-١ المجال المكاني : ملعب نادي الشوملي الرياضي

الباب الثاني

١-٢ الدراسات النظرية

١-١-٢ القوة العضلية وانواعها

١-١-١-٢ القوة الانفجارية

٢-١-١-٢ القوة المميزة بالسرعة

١-٢-١-٢ التمير القصير

٢-٢-١-٢ التمير المتوسط

٣-٢-١-٢ التمير الطويل

٣-١-٢ دقة التميرات في كرة القدم

٢-٢ الدراسات المشابهة:-

دراسة مكي محمود حسين الراوي وضياء زكي ابراهيم

الباب الثاني الدراسات النظرية والشابهة.....٦

١-٢ الدراسات النظرية

١-١-٢ القوة العضلية وانواعها

تعرف القوة العضلية بانها المقدرة او التوتر التي تستطيع عضلة او مجموعة عضلات ان تنتجها ضد مقاومة في اقصى انقباض ارادي واحد لها ، القوة العضلية واحدة من اهم مكونات اللياقة البدنية حيث تلعب دورا بالغ الاهمية في انجاز لاعبي كرة القدم خلال المباراة ويتضح احتياج اللاعب لها في الكثير من مواقف اللعب ، ولو ان الالعب الجماعية بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة تتطلب الى حد كبير المزيد من القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة الا ان الاشكال المختلفة من القوة هي ضرورية

ويجب تطويرها خلال عملية الاعداد .

وتعرف ايضا بانها المقدرة او التوتر التي تستطيع عضلة او مجموعة عضلات ان تنتجها ضد مقاومة في اقصى انقباض ارادي واحد لها (١) وتعرف ايضا قدرة العضلة في التغلب على مقاومات خارجية او مواجهتها (٢) والقوة العضلية واحدة من اهم مكونات اللياقة البدنية حيث تلعب دورا بالغ الاهمية في لعبة كرة القدم خلال المباراة ويتضح احتياج اللاعب لها في الكثير من مواقف اللعب .

٢-١-١-١ القوة الانفجارية

تعرف القوة الانفجارية بانها عبارة عن قدرة العضلة في التغلب على اقصى مقاومة مع تميز الاداء بالسرعة العالية بنفس الوقت ولمرة واحدة (٣) ويقصد بها المقدرة اللحظية لعضلة او لمجموعة عضلية على اخراج اقصى انقباض عضلي لمرة واحدة وباسرع زمن ممكن (٤).

- (١) مفتي ابراهيم حماد ، التدريب الرياضي التربوي ، ط ١ : (القاهرة ، مؤسسة المختار للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٢) ص ١٧٧
- (٢) محمد حسن علاوي ، علم التدريب الرياضي ، ط ١٢ : (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٢) ص ٩١
- (٣) قاسم حسن حسين ، علم التدريب الرياضي في الاعداد المختلفة ، ط ١ : (عمان ، دار الفكر ، ١٩٩٨) ص ١٧٦
- (٤) عصام عبد الخالق ، علم التدريب الرياضي : (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٨٨) ص ٤٢-٦٩

الباب الثاني الدراسات النظرية والشابهة.....٧

٢-١-١-٢ القوة المميزة بالسرعة :

يفهم من اصطلاح القوة المميزة بالسرعة قدرة الجهاز العضلي والعصبي في محاولة التغلب على مقاومة ما تتطلب درجة عالية من سرعة الانقباضات العضلية وهي عامل مهم ايضا للاعب الرياضية التي يتطلب فيها انقباض العضلة وانقباضها في وقت قصير مثل فروع القفز والرمي اذ يعتبر هذا النوع من القوة الحركية من نوعين هما صفة القوة والسرعة (١) ، وتظهر القوة المميزة بالسرعة عند انقباض العضلات في التسلط على مقاومة " اي تظهر في حالتها التسلط والمقاومة والربط بينهما " (٢) يعد التمرير من اهم المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة القدم نظرا لانها الاكثر استخداما طزال زمن

المباراة والفريق الذي يجيد افراده التمرير ويستخدمونه كثيرا بنجاح غالبا مايتصف باللعب الجماعي ولعل لاشيء يهدم لعب الفريق اكثر من التمريرات الرديئة غير المتقنة كما لاشيء يبني الثقة لدى افراد الفريق قدر التمريرات الجيدة بين اللاعبين (٣) وان استخدام هذه المهارة يجعل اللاعبين في الاحتفاظ بلياقتهم البدنية ويساعد الفريق في الاحتفاظ على استقرار تكتيك الفريق ويساعد الفريق على الشعور بالارتياح وذلك لاحتفاظهم بالكرة طوال مدة المباراة حيث في كثير من المباراة التي يفوز فيها الفريق فان ذلك الفريق هو الفريق الذي يتميز بالسيطرة والاحتفاظ بتمريراتهم اثناء المباراة .

-
- (١) قاسم حسن المندلوي واحمد سعيد احمد : التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق : (بغداد ، مطبعة علاء ، ١٩٧٩) ص ٢٠
- (٢) Grosser .M. Psychomotorische Schuell Koodination ,Schorndorf 1990 ص ٢١
- (٣) مفتي ابراهيم حمادة: الاعداد المهاري والخطي للاعب كرة القدم ،(القاهرة ،دار الفكر العربي،ب ت) ص ٢١

الباب الثاني الدراسات النظرية والشابهة.....٨

٢-٢-٢-١ التمرير القصير:

يعد التمرير القصير من التمريرات الضرورية التي من المستحسن استخدامها من قبل افراد الفريق وخاصة في الثلث الاخير لساحة الفريق المنافس وذلك لتفكيك خط الفريق المدافع بشكل التمرير (واحد - اثنين) وتبادل المراكز او بشكل مثلث هات وخذ حيث يحاول الفريق المتقدم اتقان هذا النوع ان هذا النوع من التمرير يحتاج الى لاعبين يمتازون بتكتيك عالي جدا بهذه المهارة وتستخدم هذه المهارة في بداية الهجمة للفريق وتحتاج الى مساحات قصيرة وتقارب بين اللاعبين والهدف من هذه المهارة هو خلق فراغات في الملعب وسهولة في اللعب والوصول الى ساحة الفريق المنافس بصورة منتظمة لخلق

فرصة التهديف .

مسافة التمريرة القصيرة حوالي ١٠ الى ١٥ متر وان كثرة التمريرات من هذا النوع لاتعطي فوائد خطئية لان الفريق لايربح منطقة واسعة من الملعب ولايمكنه ان يجد منطقة خالية من رقابة المنافس ومن المحتمل ان يقطع المنافس هذه المناولة الشخصية ولا يحبذ استخدام هذا النوع من التمريرات من قبل لاعبي خط الدفاع لانها خطيرة اذا قطعت (١) .

(١) زهير قاسم الخشاب ، واخرون : كرة القدم ، ط٢ (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٩) ص٢٩٣

الباب الثاني الدراسات النظرية والشابهة.....٩

٢-٢-١-٢ التمرير المتوسط

هو من اهم المهارات الاساسية في كرة القدم ويرجع ذلك الى ان هذه اللعبة لعبة جماعية تحتاج الى تعاون الفريق ككل من اجل هدف واحد وهو مبتغى كل من يلعب في الملاعب وبواسطة التمرير يتسنى للفريق المهاجم الوصول الى مرمى الفريق المنافس وتسجيل اصابة فيه ، والتمرير يمثل لسان لعبة كرة القدم فكلما ازداد اللسان غنى اصبحت لديه القدرة على ايصال مايفكر فيه بسهولة ويسر والتمرير عبارة عن عماد لعبة كرة القدم حيث لايستطيع اي لاعب لوحده الوصول الى المرمى ومحاوره كل لاعبي الفريق المنافس (١).

يحتاج اللاعب عند اداء هذه المهارة الى بذل مزيد من القوة لرفع الكرة في الهواء عند ارسال الكرة الى المسافات المتوسطة ، لذلك يتميز بالصعوبة عند تنفيذها بدقة وتعطي التمريرة المثالية الى احد افراد الفريق افضلية على دفاعات الخصم (٢) وان اجادة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب ، كذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة وكذلك الدفاعية كما انها تكسب الفريق الثقة بالنفس وتزرع ثقة الفريق المنافس بنفسه كما ان دقة ونجاح التمرير يرتبط ارتباطا وثيقا بالسيطرة على الكرة (٣) وتستخدم التمريرات السريعة المتوسطة في الهجمات المرتدة عندما يكون دفاع الفريق المنافس متقدما مع الهجوم ، وكذلك تلعب خلف دفاع الفريق المنافس عندما يكون لدى الفريق المهاجم لاعب او اكثر سريع وتستخدم كذلك في الكرات العكسية ، وفي الركلات الركنية وتغيير اتجاه الهجوم وغيرها.

-
- (١) اكادمية انترناشيونال : كرة القدم ، كيف تصبح لاعبا ماهرا في كرة القدم .(بيروت،٢٠٠٢)ص١٤
 - (٢) محمد عبد الله الهزاع ومختار احمد اينوبسلي : المهارات الاساسية لكرة القدم (ب.ت) ص٢٢
 - (٣) ابراهيم شعلان ومحمد عفيفي : كرة القدم للناشئين : ط١ (القاهرة ،مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠١)ص٥٧

الباب الثاني الدراسات النظرية والشابهة.....١٠

٢-١-٢-٣ التمرير الطويل :

ان لعبة كرة القدم تتميز باختلاف تنفيذ جميع المهارات الاساسية وباختلاف انواعها بحيث يتطلب من الفريق في كثير من الاحيان اداء تمريرات طويلة لكي يكون تكتيكة غير مكشوف للفريق المنافس فالتمرير الطويل بشكل طولي او عرضي او قطري يجعل الفريق مسيطرا على الملعب ولكن يجب اتقانه ولا يستخدم بشكل مفرط لان استخدامه يجب ان يكون في وقته المناسب .

يلعب التمرير الطويل دورا هاما في كسب مساحات كبيرة من الملعب ،كما يمكن بواسطته التخلص من عدد كبير من المدافعين وكذلك استغلال المساحات الخالية خلفهم ، كما تفيد التمريرات الطويلة في تغيير

اتجاه الهجوم واستغلال سرعة الاجنحة ويمكن استخدام التمير الطويل بعرض الملعب في منطقة الجراء المنافسين في انهاء هجمات الفريق حيث تشكل مثل هذه التميررات العرضية خطورة كبيرة على المرمى وبالرغم من اهمية التميررات الطويلة الا ان استخدامها بصورة مغالى فيها او في المواقف غير المناسبة يؤدي الى صعوبة بناء الهجمات الخاصة اذا اتسمت هذه التميررات بعدم دقتها. (١)

(١) مفتي ابراهيم حمادة: الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، (القاهرة، دار الفكر العربي، ب ت) ص ٢٢-٢٣

الباب الثاني الدراسات النظرية والشابهة..... ١١

٢-١-٣ دقة التميررات في كرة القدم

الدقة لها دور فعال في اداء المهارات الاساسية ولاسيما مهارة التمير لانها المهارة الوحيدة التي تمكن الفريق من الوصول الى هدف المنافس وتكميل الجملة التكتيكية التي توضع من قبل المدرب . وتعرف الدقة " بانها قدرة الفرد على السيطرة على الحركات الارادية لتحقيق هدف معين " (١) ويتطلب الامر ان تكون الاشارات العصبية الواردة الى العضلات المقابلة لها مناسبة حتى تؤدي الحركة في الاتجاه المطلوب بالدقة اللازمة لاصابة الهدف فاذا حدث خلل في الاشارات الواردة فان ذلك يؤثر على دقة الحركة (٢) كما انها تعبر عن قابلية الفرد في السيطرة على التوافق الحركي المعقد وتعني ايضا تقليل

الانحرافات او الفارق الى اقصى مايمكن عن الاداء الامثل " (٣) ان التمريرات الدقيقة في الوقت المناسب بين لاعبي الفريق الواحد هي عصب اللعب الجماعي في نقل الكرة تجاه هدف الخصم باسرع وقت واللعب الجماعي هو التقويم الحقيقي لقدرة الفريق على الاداء القوي اوالضعيف اثناء المباراة وان مايحدد شكل اللعب الجماعي ونوعية المباراة هو مقدار فهم كل لاعب للواجبات الخطئية وسرعة اللعب في الجري الحر بدون كرة لاخذ المكان المناسب ثم بدقة واتقان المناولات .

(١) Harry G. Shaver: Essentional of Exereise Physiology . Burgess Publishing Company 1981

(٢) كاظم عبد الربيعي وموفق مجيد المولى: الاعداد البدني بكرة القدم (دار الكتب للطباعة،جامعة الموصل ،١٩٨٨)ص٤٤٧

(٣) وديع ياسين التكريتي وياسين طه الحجار:الاعداد البدني للنساء ،(وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ،كلية التربية الرياضية ،جامعة الموصل ،١٩٨٦ص٦٧-

(٦٨

الباب الثاني الدراسات النظرية والشابهة.....١٢

٢-٢ الدراسات المشابهة: دراسة مكي محمود حسين الراوي وضياء زكي ابراهيم(١)

عنوان الدراسة الموسومة :

نسب مساهمة السرعة الحركية ومرونة بعض المفاصل في سرعة ودقة الطعن بسلاح شيش

هدف الدراسة هو:

١- التعرف على نسبة مساهمة السرعة الحركية ومرونة بعض المفاصل في سرعة ودقة الطعن

بسلاح الشيش

٢- التوصل الى معادلتين للتنبؤ بسرعة ودقة الطعن من خلال كل من السرعة الحركية ومرونة

بعض المفاصل .

وقد شملت عينة البحث (٦٩) طالبا للمرحلة الثالثة لكلية التربية الرياضية في جامعة الموصل ، وقد تم استخدام ٣ اختبارات (اختبار لقياس صفة السرعة الحركية واختبار لقياس مرونة بعض المفاصل المشاركة في حركة الطعن بسلاح الشيش واختبار لقياس ودقة الطعن بسلاح الشيش)، ومن خلال معالجة البيانات احصائيا تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية (١)

١- اظهرت النتائج وجود ثمانية نماذج لنسب مساهمة مرونة بعض مفاصل الجسم بسرعة ودقة

الطعن بسلاح الشيش

٢- في ضوء النماذج النهائية التي مثلت المساهمة المعنوية امكن التوصل الى تسع معادلات تنبؤية

خاصة بسرعة ودقة الطعن بدلالة السرعة الحركية ومرونة المفاصل المشاركة بحركة الطعن

بسلاح الشيش.

٣- في ضوء النماذج النهائية التي مثلت المساهمة المعنوية امكن التوصل الى ثمان معادلات تنبؤية

خاصة بسرعة ودقة الطعن بدلالة مرونة بعض المفاصل المشاركة بحركة الطعن بسلاح الشيش.

٤- ان الاختبار الذي صممه الباحثان اثبت صلاحيته لقياس السرعة الحركية للاعب المبارزة.

(١) مكي محمود حسين الراوي وضياء زكي ابراهيم : نسب مساهمة السرعة الحركية ومرونة بعض المفاصل في سرعة ودقة الطعن بسلاح شيش ،مجلة الرافدين للعلوم الرياضية المجلد ١٢ العدد ٤٢، ٢٠٠٦

الباب الثالث

منهجية البحث واجراءاته الميدانية

١-٣ منهج البحث

٢-٣ مجتمع البحث وعينته

٣-٣ الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث

٤-٣ تحديد متغيرات الدراسة

٣-٤-١ تحديد المؤشرات المبحوثة

٣-٤-٢ تحديد الاختبارات المستخدمة

٣-٤-٢-١ الاختبارات المهارية (انواع التمريرات)

٣-٤-٢-٢ الاختبارات البدنية (القوة العضلية)

٣-٤-٣ الاسس العلمية للاختبارات قيد الدراسة

٣-٥ التجربة الاستطلاعية

٣-٦ التجربة النهائية

٣-٧ الوسائل الاحصائية

الباب الثالث منهجية البحث واجراءاته الميدانية ١٤

٣-١ منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته لكونه حل مشكلة البحث.

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

تم اختيار مجتمع البحث من لاعبي نادي الشوملي لكرة القدم فئة الشباب للموسم الكروي (٢٠١٧) والبالغ عددهم (٨٤) لاعباً، أما اختيار عينة البحث فتم اختيارهم بصورة عمدية المتمثلة بنادي الشوملي الرياضي بكرة القدم لفئة الشباب المتكون من (٢٤) لاعباً وأستبعد الباحث حراس المرمى وعددهم (٣) حراس واللاعبين الذين أجريت عليهم التجربة الأستطلاعية لاختبارات اوجه القوة العضلية ودقة التمريرات

والبالغ عددهم (٣) لاعبين وعليه بلغت حجم العينة (١٨) لاعبا وبذلك أصبحت نسبة العينة (٢١.٤٢ %) من المجتمع الأصلي للبحث.

٣-٣ الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- المصادر والمراجع العلمية.

- الاستبيان.

- المقابلات الشخصية.

- ساعة توقيت (عدد ٣).

- شريط قياس طوله ٥٠ متر.

- شواخص عدد (٤) .

- طباشير.

- حبال.

- صافرة

- ملعب كرة القدم

الباب الثالث منهجية البحث واجراءاته الميدانية.....١٥

٣ - ٤ تحديد متغيرات الدراسة :-

٣ - ٤ - ١ تحديد المؤشرات المبحوثة :

من أجل تحديد بعض اوجه القوة العضلية في لعبة كرة القدم لفئة الشباب قام الباحث باجراء مقابلات شخصية مع عدد من خبراء ذوي الاختصاص في مجال علم التدريب الرياضي - كرة القدم، وفي ضوء نتائج المقابلات، تم تحديد (القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة).

٣ - ٤ - ٢ تحديد الاختبارات المستخدمة :

لتحديد اختبارات البحث تم إعداد مجموعة من الاختبارات لغرض عرضها على المختصين ضمن اختصاص الاختبارات والقياسات لاختيار اختبارات أوجه القوة العضلية وأنواع التمريرات (القصيرة والمتوسطة والطويلة) وما يتلائم مع طبيعة البحث وقد وضع الباحث هذه الاختبارات في استبيان يشمل محورين:

- الاختبارات المهارية (أنواع التمريرات).
- اختبارات البدنية (بعض أوجه القوة العضلية).

الباب الثالث منهجية البحث وإجراءاته الميدانية..... ١٦

٣-٤-٢-١ الاختبارات المهارية (أنواع التمريرات):

- ١- التمرير القصير: لقياس دقة التمرير القصير. (١)
- ٢- التمرير المتوسط: لقياس دقة التمرير المتوسط. (٢)
- ٣- التمرير الطويل: لقياس دقة التمرير الطويل. (٣)

٣-٤-٢-٢ اختبارات البدنية (القوة العضلية):

- ١- الوثب الطويل من الثبات : لقياس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين.(٤)
 - ٢- الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين خلال (١٠) ثوانٍ : قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن.(٥)
 - ٣-الحجل على رجل واحدة ٣٠ م (لكلا الرجلين) : لقياس القوة المميزة بالسرعة.(٦)
- وقد اعتمدت الباحث في اختيار الاختبار المناسب على الاختبار الذي حصل على أعلى نسبة من بين الاختبارات المرشحة وبعد جمع الاستبيانات وتفريغها وترتيبها اخذ الباحث بالاختبارات الخاصة ببعض اوجه القوة العضلية وانواع التمريرات(القصيرة والمتوسطة والطويلة).

-
- (١) زهير قاسم الخشاب، وآخرون : كرة القدم ، ط ٢ ، (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٩) ص٢١٦-٢١٧
 - (٢) زهير قاسم الخشاب ومعتز يونس ذنون : كرة القدم - مهارات - اختبارات - قانون ، (الموصل ، دار ابن الاثير للطباعة والنشر ، ٢٠٠٥) ص ٨٢
 - (٣) كاظم عبد الربيعي وموفق مجيد المولى ؛ الاعداد البدني بكرة القدم: (دار الكتب للطباعة ، جامعة موصل ، ١٩٨٨)ص١٨٩
 - (٤) محسن اسماعيل واخران
 - (٥) محمد عبده صالح ومفتي ابراهيم محمد ؛ أساسيات كرة القدم ، (القاهرة، دار عالم المعرفة، ١٩٩٤)ص١٤٧
 - (٦) محمد عبده صالح ومفتي ابراهيم محمد ؛ المصدر السابق ص١٢٩
 - (٧)

الباب الثالث منهجية البحث واجراءاته الميدانية.....١٧

٣-٤ الأسس العلمية للاختبارات قيد الدراسة:

من اجل إيجاد الثقل العلمي للاختبارات التي اعتمدت للبحث اجرى الباحث معاملات الثبات والصدق كما يلي:

جدول (١)

يبين معامل الصدق والثبات للاختبارات

ت	الاختبارات	الثبات	الصدق
١	الوثب الطويل من الثبات: قياس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين	٠.٩٦	٠.٩٧
٢	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين خلال (١٠) ثوانٍ: قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن	٠.٣٣	٠.٣٧
٣	الحجل على رجل واحدة ٣٠ م : قياس القوة المميزة بالسرعة	٠.٨٣	٠.٩١
٤	التمرير القصير: قياس دقة التمرير القصير	٠.٨٩	٠.٩٤
٥	التمرير المتوسط: قياس دقة التمرير المتوسط	٠.٩١	٠.٩٥
٦	التمرير الطويل: قياس دقة التمرير الطويل	٠,٦٦	٠,٦٨

يتبين من الجدول أعلاه وجود علاقة ارتباط دالة مما يدل على تمتع هذه الاختبارات بمعاملات ثبات وصدق عالية.

٣-٥ التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠١٧/١/١٦ واجريت التجربة على (٣) لاعبين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وكان الغرض من هذه التجربة هو من أجل سلامة الاجراءات التي تمكنا من معرفة السلبيات التي مر بها المختبرون وتجاوزها في الاختبار القادم وكذلك للتعرف على ما يأتي:

- معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات.
- التعرف على الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه الباحث.
- التعرف على فريق العمل المساعد وفهمهم لطرق القياس وطريقة العمل.
- التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات التي ستستخدم في التجربة الرئيسية.

٦-٣ التجربة النهائية :

بعد استكمال كل الاجراءات اللازمة والتأكد من الاسس العلمية للاختبار قام الباحث وبصحبة فريق العمل بتطبيق تجربة البحث النهائية على مدى يومين، حيث تم اجراء التجربة النهائية بتاريخ ٢١ - ٢٢/٢/٢٠١٧ وتضمنت التجربة ما يأتي وحسب ورودها :

اليوم الاول: تضمن اختبارات المهارية (لدقة التمريرات):

- اختبار دقة التمرير القصير.
- اختبار دقة التمرير المتوسط.
- اختبار دقة التمرير الطويل.

اليوم الثاني: تضمن اختبارات البدنية (لبعض أوجه القوة العضلية):

- قياس القوة الانفجارية للرجلين.
- قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين (رجل اليمين واليسار).
- قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن.

٧-٣ الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث العمليات الإحصائية التالية في معالجة بيانات البحث:

- **الوسط الحسابي** : و يسمى أيضاً المتوسط الحسابي و من أسمائه أيضاً المعدل، هو عبارة عن مجموع مفردات مجتمع أو عينة مقسوما على عددها. فاذا كانت مفردات المجتمع مختلفة فإنه لحساب الوسط يجب استخدام القانون السابق، و لا يمكن معرفة الوسط الحسابي مباشرة، فلو كانت

مفردات مجتمع معين قيد الدراسة كما يلي (٥ ، ٧ ، ١١ ، ٤ ، ٨ ، ١٢ ، ٩ ، ٧ ، ٦ ، ١٥) فإن
الوسط الحسابي لتلك البيانات يحسب كما يلي : $٥ + ٧ + ١١ + ٤ + ٨ + ١٢ + ٩ + ٧ + ٦ + ١٥ = ٨٤$ $٨٤ \div ١٠ = ٨.٤$

- **الانحراف المعياري** : هو مقياس من مقاييس التشتت، يتم استخدامه لقياس مدى تشتت البيانات عن وسطها الحسابي، ويتم حسابه عن طريق أخذ الجذر التربيعي من التباين المحسوب مسبقاً لتلك البيانات. فحساب الانحراف المعياري لمجموعة من البيانات يتم بالخطوات التالية: حساب الوسط الحسابي للبيانات عن طريق تقسيم مجموع البيانات على عددها. حساب التباين للبيانات عن طريق تقسيم مجموع مربعات انحرافات القيم عن وسطها الحسابي على $(n-1)$. حساب الانحراف المعياري عن طريق أخذ الجذر التربيعي من التباين. فإذا كان لدينا البيانات التالية: (٧ ، ٨ ، ١٠ ، ١٥ ، ٢٢ ، ٦)، فما هو الانحراف المعياري لهذه البيانات؟ الوسط الحسابي لهذه البيانات هو: $(٧+٨+١٠+١٥+٢٢+٦) / ٦ = ١١.٣٣$. وحتى نحسب التباين، فإن علينا أولاً أن نحسب انحراف كل قيمة من القيم عن وسطها الحسابي، وذلك على النحو التالي: $(٧ - ١١.٣٣) = -٤.٣٣$ ، $(٨ - ١١.٣٣) = -٣.٣٣$ ، $(١٠ - ١١.٣٣) = -١.٣٣$ ، $(١٥ - ١١.٣٣) = ٣.٦٧$ ، $(٢٢ - ١١.٣٣) = ١٠.٦٧$ ، $(٦ - ١١.٣٣) = -٥.٣٣$. وبعد أن حسبنا الانحرافات، يجب علينا أن نُرَبِّع كل انحراف منها على النحو التالي: $(-٤.٣٣)^2 = ١٨.٧٤٨٩$ ، $(-٣.٣٣)^2 = ١١.٠٨٨٩$ ، $(-١.٣٣)^2 = ١.٧٦٨٩$ ، $(٣.٦٧)^2 = ١٣.٤٦٨٩$ ، $(١٠.٦٧)^2 = ١١٣.٨٤٨٩$ ، $(-٥.٣٣)^2 = ٢٨.٤٠٨٩$. ثم بعد ذلك، نجمع كل هذه الانحرافات المربعة، حيث تصبح النتيجة كما يلي: (١٨٧.٣٣٣٤) . والخطوة الأخيرة في حساب التباين هي تقسيم هذا المجموع على $(n-1)$ ، حيث إن (n) هي مجموع القيم، فالتباين هو: $(١٨٧.٣٣٣٤) / (٥) = ٣٧.٤٦٦٦٨$. وحتى نحسب الانحراف المعياري، فإن علينا أن نأخذ الجذر التربيعي من التباين، حيث تصبح النتيجة كما يلي: (٦.١٢) ، فهذه القيمة هي الانحراف المعياري للقيم الستة التي سبق ذكرها.

- **معامل الارتباط**: يستخدم هذا المعامل لدراسة الارتباط بين البيانات النوعية، أي أنه توجد بعض المتغيرات لا يمكن قياسها كميًا. وتعتمد هذه الطريقة على إعطاء المتغيرات رتباً لتحل محل القياس العددي. فإذا تم ترتيب مفردات المتغيرات X ترتيباً تصاعدياً ووجدنا أن مفردات المتغير y المناظرة لها مرتبة ترتيباً تصاعدياً أيضاً نستنتج وجود ارتباط طردي تام بين المتغيرين X و y أما إذا رتبنا مفردات المتغير X ترتيباً تصاعدياً ووجدنا أن مفردات المتغير Y المناظرة لها مرتبة ترتيباً

الباب الثالث منهجية البحث واجراءاته الميدانية..... ٢٠

تنازلياً، فإنه يستنتج من ذلك وجود ارتباط عكسي تام بين المتغيرين X و Y غير إن هذا الارتباط التام نادراً ما يصادفنا في الدراسات الاجتماعية والاقتصادية. ولقياس الارتباط بين مفردات المتغيرين X و Y ترتب كلاً منهما حسب أفضليته، ثم نحسب الفروق بين كل رتبتين متقابلتين

- **الانحدار الخطي البسيط**: هو حساب المربعات الصغرى من نموذج الانحدار الخطي مع متغير تفسيري واحد. وبعبارة أخرى، الانحدار الخطي البسيط هو خط مستقيم يمر بمجموعة من النقاط بطريقة تجعل مجموع مربع النقط المتبقية من النموذج (أي، المسافات الرأسية بين النقط المتبقية و الخط) أقل ما يمكن. هذا يشير الي حقيقة أن الانحدار هو واحد من أبسط الأساليب المستخدمة

في مجال الإحصاء حيث أن ميل الخط يساوي العلاقة بين y و x مصححة بنسبة الانحرافات المعيارية لهذه المتغيرات. نقطة تقاطع الخط مع محور الصادات هي مركز كتلة نقاط البيانات (x, y). توجد طرق انحدار أخرى بجانب المربعات الصغرى البسيطة (انظر الانحدار الخطي). علي وجه الخصوص ، عندما يريد شخص أن يقوم بفعل الانحدار عن طريق العين فانه يميل عادة الي رسم خط حاد قليلا و يكون قريبا من ذلك الذي ينتج من طريقة أقل مربعات كليه. يحدث هذا لأنه طبيعي أكثر لعقل الانسان ملاحظة المسافات المتعامدة علي خط الانحدار بدلا من تلك الراسية كما يحدث في طريقة المربعات الصغرى .

الباب الرابع

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤-١ عرض النتائج :

٤-١-١ عرض نتائج الاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث

٤-١-٢ عرض نتائج نسب المساهمة :

٤-١-٢-١ عرض نتائج نسبة مساهمة أنواع القوة العضلية بدقة أنواع التمريرات

٤-٢ مناقشة النتائج

الباب الرابع عرض ومناقشة النتائج.....٢٢

٤-١ عرض النتائج :

٤-١-١ عرض نتائج الاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث :

الجدول (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	التمرير القصير: قياس دقة التمرير القصير / درجة	11.5000	3.72985
٢	التمرير المتوسط: قياس دقة التمرير المتوسط / درجة	7.1667	2.74933
٣	التمرير الطويل: قياس دقة التمرير الطويل / درجة	22.8889	9.71287
٤	الوثب الطويل من الثبات: قياس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين / سم	2.2989	.14664
٥	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين خلال (١٠) ثوانٍ: قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن / درجة	3.9444	.53930
٦	الحجل على رجل واحدة ٣٠ م : قياس القوة المميزة بالسرعة (للرجل اليمين) / ثا	6.4511	.66260
٧	الحجل على رجل واحدة ٣٠ م : قياس القوة المميزة بالسرعة (للرجل اليسار) / ثا	6.5850	.67589

يتبين من الجدول (٢) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات البحث، حيث بلغت قيمة الوسط الحسابي للتمرير القصير (11.5000) بأنحراف معياري (3.72985)، وبلغ الوسط الحسابي للتمرير المتوسط (7.1667) بأنحراف معياري (2.74933)، وبلغ الوسط الحسابي للتمرير الطويل (22.8889) بأنحراف معياري (9.71287). أما بالنسبة لبعض أوجه القوة العضلية حيث بلغت قيمة الوسط الحسابي للقوة الانفجارية (2.2989) بأنحراف معياري (.14664)، وبلغ الوسط الحسابي للقوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن (3.9444) بأنحراف معياري (.53930)، وبلغ الوسط الحسابي للقوة المميزة بالسرعة للرجل اليمين (6.4511) بأنحراف معياري (.66260)، وبلغ الوسط الحسابي للقوة المميزة بالسرعة للرجل اليسار (6.5850) بأنحراف معياري (.67589).

الباب الرابع عرض ومناقشة النتائج..... ٢٣

الجدول (٣)

يبين الجدول التالي معامل الارتباط التمرير القصير ببعض أوجه القوة العضلية

ت	المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدالة
١	الوثب الطويل من الثبات مع التمرير القصير	-.283	.٠٢٥٥

٢	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين خلال (١٠) ثوانٍ مع التمرير القصير	.336	٠.١٧٢
٣	الحجل على رجل واحدة ٣٠ م (للرجل اليمين) مع التمرير القصير	.467	٠.٠٥١
٤	الحجل على رجل واحدة ٣٠ م (للرجل اليسار) مع التمرير القصير	-.075	٠.٧٦٦

يتبين من الجدول (٣) معامل الارتباط لمتغير التمرير القصير، حيث بلغت معامل الارتباط الوثب الطويل بالتمرير القصير (-.283) وبلغ معامل الارتباط الجلوس من الرقود بالتمرير القصير (.336)، وبلغ معامل الارتباط الحجل على رجل اليمين بالتمرير القصير (.467)، وبلغ معامل الارتباط الحجل على رجل اليسار بالتمرير القصير (-.075).

الجدول (٤)

يبين الجدول التالي معامل الارتباط التمرير المتوسط ببعض أوجه القوة العضلية

ت	المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدالة
١	الوثب الطويل من الثبات مع التمرير المتوسط	٠.٣٨٨	٠.١١٧
٢	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين خلال (١٠) ثوانٍ مع التمرير المتوسط	- ٠.١١٢	٠.٦٥٧
٣	الحجل على رجل واحدة ٣٠ م (للرجل اليمين) مع التمرير المتوسط	٠.٠١٣	٠.٩٥٩
٤	الحجل على رجل واحدة ٣٠ م (للرجل اليسار) مع التمرير المتوسط	٠.٠٢٣	٠.٩٢٩

الباب الرابع عرض ومناقشة النتائج.....٢٤

يتبين من الجدول (٤) معامل الارتباط لمتغير التمرير المتوسط، حيث بلغت معامل الارتباط الوثب الطويل بالتمرير المتوسط (٠.٣٨٨) وبلغ معامل الارتباط الجلوس من الرقود بالتمرير المتوسط (- ٠.١١٢)، وبلغ معامل الارتباط الحجل على رجل اليمين بالتمرير المتوسط (٠.٠١٣)، وبلغ معامل الارتباط الحجل على رجل اليسار بالتمرير المتوسط (٠.٠٢٣).

الجدول (٥)

يبين الجدول التالي معامل الارتباط التمرير الطويل ببعض أوجه القوة العضلية

ت	المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدالة
١	الوثب الطويل من الثبات مع التمرير الطويل	- ٠.٢٠٤	٠.٤١٧
٢	الجلوس من الرقود من وضع ثني الركبتين خلال (١٠) ثوانٍ مع التمرير الطويل	٠.١٢٢	٠.٦٢٩
٣	الحجل على رجل واحدة ٣٠ م (للرجل اليمين) مع التمرير الطويل	- ٠.٠٥٣	٠.٨٣٤
٤	الحجل على رجل واحدة ٣٠ م (للرجل اليسار) مع التمرير الطويل	٠.٠٥١	٠.٨٤٠

يتبين من الجدول (٥) معامل الارتباط لمتغير التمرير الطويل، حيث بلغت معامل الارتباط الوثب الطويل بالتمرير الطويل (- ٠.٢٠٤) وبلغ معامل الارتباط الجلوس من الرقود بالتمرير الطويل (٠.١٢٢)، وبلغ معامل الارتباط الحجل على رجل اليمين بالتمرير الطويل (- ٠.٠٥٣)، وبلغ معامل الارتباط الحجل على رجل اليسار بالتمرير الطويل (٠.٠٥١).

الباب الرابع عرض ومناقشة النتائج..... ٢٥

٤-١-٢ عرض نتائج نسب المساهمة :

٤-١-٢-١ عرض نتائج نسبة مساهمة أنواع القوة العضلية بدقة أنواع التمريرات:

الجدول (٦)

يمثل نسبة مساهمة القوة الانفجارية بدقة التمريرات

ت	المتغيرات	المقدار	نسبة	نسبة
---	-----------	---------	------	------

	المساهمة %	الخطأ	الثابت	
١	- ٠.٣٠٨	٠.٠١٠	-٠.٠١٢	نسبة مساهمة القوة الانفجارية بدقة التمرير القصير
٢	٠.٣٠٨	٠.٠١٣	٠.٠١٦	نسبة مساهمة القوة الانفجارية بدقة التمرير المتوسط
٣	- ٠.٢٣٠	٠.٠٠٣	-٠.٠٠٣	نسبة مساهمة القوة الانفجارية بدقة التمرير الطويل

يتبين من الجدول (٦) مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة الانفجارية بدقة التمريرات، حيث بلغ مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة الانفجارية بدقة التمرير القصير على التوالي (-٠.٣٠٨) (٠.٠١٠) (-٠.٠١٢)، وبلغت مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة الانفجارية بدقة التمرير المتوسط على التوالي (٠.٣٠٨) (٠.٠١٣) (٠.٠١٦)، كما بلغت مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة الانفجارية بدقة التمرير الطويل على التوالي (٠.٣٠٨)، (-٠.٢٣٠) (٠.٠٠٣) (-٠.٠٠٣).

الجدول (٧)

يمثل نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بدقة التمريرات

ت	المتغيرات	المقدار الثابت	نسبة الخطأ	نسبة المساهمة %
١	نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بالتمرير القصير	٠.٠٥٦	٠.٠٣٧	٠.٣٩٠
٢	نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بالتمرير المتوسط	٠.٠٠٦ -	٠.٠٤٩	- ٠.٠٣١
٣	نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بالتمرير الطويل	٠.٠١٢	٠.٠١٤	٠.٢١٨

يتبين من الجدول (٧) مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بدقة التمريرات، حيث بلغ مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بدقة التمرير القصير على التوالي (٠.٠٥٦) (٠.٠٣٧) (٠.٣٩٠)، وبلغت مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بدقة التمرير المتوسط على التوالي (- ٠.٠٠٦) (٠.٠٤٩) (٠.٠٣١)، كما بلغت مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بدقة التمرير الطويل على التوالي (٠.٠١٢) (٠.٠١٤) (٠.٢١٨).

الباب الرابع عرض ومناقشة النتائج..... ٢٦

الجدول (٨)

يمثل نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليمين بدقة التمريرات

ت	المتغيرات	المقدار الثابت	نسبة الخطأ	نسبة المساهمة %
١	نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بالتمرير القصير	٠.٠٨٩	٠.٠٤٤	٠.٥٠٠

٢	نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بالتمرير المتوسط	٠.٠٢١	٠.٠٥٨	٠.٠٨٥
٣	نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بالتمرير الطويل	٠.٠٠٦	٠.٠١٧	٠.٠٩٢

يتبين من الجدول (٨) مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليمين بدقة التمريرات، حيث بلغ مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليمين بدقة التمرير القصير على التوالي (٠.٠٨٩) (٠.٠٤٤) (٠.٥٠٠)، وبلغت مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليمين بدقة التمرير المتوسط على التوالي (٠.٠٢١) (٠.٠٥٨) (٠.٠٨٥)، كما بلغت مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليمين بدقة التمرير الطويل على التوالي (٠.٠٠٦) (٠.٠١٧) (٠.٠٩٢).

الجدول (٩)

يمثل نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليسار بدقة التمريرات

ت	المتغيرات	المقدار الثابت	نسبة الخطأ	نسبة المساهمة %
١	نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بالتمرير القصير	٠.٠١١ -	٠.٠٥١	- ٠.٠٦٣
٢	نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بالتمرير المتوسط	٠.٠٠٦	٠.٠٦٧	٠.٠٢٢
٣	نسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن بالتمرير الطويل	٠.٠٠٣	٠.٠٢٠	٠.٠٣٩

يتبين من الجدول (٩) مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليسار بدقة التمريرات، حيث بلغ مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليسار بدقة التمرير القصير على التوالي (٠.٠١١) (- ٠.٠٥١) (- ٠.٠٦٣)، وبلغت مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليسار بدقة التمرير المتوسط على التوالي (٠.٠٠٦) (٠.٠٦٧) (٠.٠٢٢)، كما بلغت مقدار الثابت ونسبة الخطأ ونسبة مساهمة القوة المميزة بالسرعة للرجل اليسار بدقة التمرير الطويل على التوالي (٠.٠٠٣) (٠.٠٢٠) (٠.٠٣٩).

٤- ٢ مناقشة النتائج:

ويعزو البحث ان عدم وجود علاقة بين بعض اوجه القوة العضلية بدقة التمريرات لدى عينة البحث إلى ان المدرب كان يؤكد أثناء وحداته التدريبية على تدريبات اللعب بصورة كبيرة وخصوصاً ان أغلب المدربين في مدينة الشوملي يعتمدون على الخبرة الشخصية في إدارة وتنفيذ الوحدات التدريبية بالنسبة للاعبين دون الرجوع إلى أساسيات تنظيم المنهج

التدريبي، فضلاً عن ان المدرب قد يمتلك كمّاً من المعلومات عن طرائق التدريب إلا ان عدم توافر الأجهزة والأدوات وعدم التزام اللاعبين في حضور وحدات التدريب منعه من تحقيق التطور كون الأندية بصورة العامة والخاصة في محافظة بابل تعطي أكثر اهتمامها بالفريق المتقدمين مما يؤدي إلى إعداد الفريق قبل البطولة وهذا بدوره يؤدي إلى عدم انتظام بين عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية بكرة القدم.

إذاً إن عملية التنظيم للتدريب تؤدي دوراً أساسياً في تطوير المستوى والذي ينسجم مع قابليات اللاعبين للحصول على نتائج ايجابية، وكذلك فإن الأسس التنظيمية لها أهمية كبيرة في التدريب الرياضي، لذا يجب "تناسب التدريب في أثناء التدريب الميداني لأنه يساعد على بناء أسس التكنيك وتحسين الصفات الجسمية"

ويعزو البحث ظهور فروق غير معنوية لارتباط بعض القوة العضلية بدقة التمريرات إلى عدم اهتمام بربط تمارين بدنية بالمهارات الأساسية لدى فئة الشباب إذ انه من المهم التركيز على المتغيرات البدنية الضرورية لأجل تطوير المهارات الأساسية، من أجل "تحقيق ارتفاع جيد يجب أولاً تعلم التكنيك الصحيح للقفز مع التهيؤ البدني التام لذلك وبخاصة الصفات الحركية المرتبطة مباشرة بحركة القفز ومنها قوة وسرعة الدفع وعليه سيكون في الاعداد لقوة العامة وتدريب القوة الخاصة معنى كبير في تدريب كرة القدم" ، وهذا ما يؤكد (نعيمه عبد المحسن) على ان لعبة كرة القدم كباقي الالعاب الرياضية الاخرى والتي ترتبط فيه المهارات بمستوى اللياقة البدنية إذ ان اللاعب الذي يمتلك لياقة بدنية عالية يتمكن من اداء المهارات بكفاءة عالية ، وكذلك لأنه "لعناصر اللياقة البدنية الدور المؤثر والمهم في فاعلية الاداء المهاري" . ويرى (احمد خاطر وعلي البيك) "بأن القوة المميزة بالسرعة لها أهمية واضحة ومحددة وخاصة عند تحقيق طيبة في كثير من نواحي النشاط الرياضي وخاصة النوع ذات الطبيعة المتغيرة من حيث الاداء الحركي مثل الالعاب الجماعية" ، وتحتاج كرة القدم لهذه الصفة في مهارات كثيرة مثل التمريرات أثناء المباراة،

الباب الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

٢-٥ التوصيات

١-٥ الاستنتاجات

١. لم تظهر علاقة بين بعض أوجه القوة العضلية ودقة التمريرات لدى لاعبي كرة القدم لفئة الشباب لنادي الشوملي الرياضي.
٢. هناك ارتباط غير معنوي بين القوة الانفجارية ودقة التمريرات.
٣. هناك ارتباط غير معنوي بين القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن ودقة التمريرات.

- ٤ . هناك ارتباط غير معنوي بين القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين ودقة التمريرات.
- ٥ . هناك تفاوت في مستوى أوجه القوة العضلية ودقة التمريرات لدى عينة البحث.

٢-٥ التوصيات

- ١ . اجراء دراسات مشابهة بالنسبة للقدرات البدنية الاخرى وعلاقتها بالمهارات الاساسية.
- ٢ . العمل على تطوير الجانب المهاري وبالاخص مهارة التمرير والتي تعد اساس المهارات لعبة كرة القدم، ووضعها في وحدات التدريبية اليومية.
- ٣ . ضرورة اهتمام بتدريبات القوة العضلية لفئة الشباب بهدف تطوير جانبي البدني والمهاري.
- ٤ . ضرورة الأهتمام بالاختبارات البدنية والمهارية لتقييم مستوى اللاعبين قبل دخولهم فترة المنافسات.

المصادر

- ١- إبراهيم شعلان و محمد عفيفي : كرة القدم للناشئين :ط١ (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠١م).
- ٢- أبو العلا عبد الفتاح واحمد نصر الدين: فسيولوجيا اللياقة البدنية:(القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٣)
- ٣- احمد خاطر وعلي البيك :القياس في المجال الرياضي، (القاهرة، دار المعارف، ١٩٧٨)
- ٤- أكاديمية انترناشيونال : كرة القدم ،كيف تصبح لاعباً ماهراً في كرة القدم ، (بيروت ، ٢٠٠٢).

- ٥- ثامر محسن إسماعيل و(آخران) ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم : (دار الكتب للطباعة ، النشر في جامعة موصل ، ١٩٩١)
- ٦- زهير قاسم الخشاب ومعتز يونس ذنون : كرة القدم - مهارات - اختبارات - قانون ، (الموصل ، دار ابن الاثير للطباعة والنشر ، ٢٠٠٥)
- ٧- زهير قاسم الخشاب، وآخرون : كرة القدم ، ط ٢ ، (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٩)
- ٨- سراج الدين عبد المنعم ؛ التدريب البدني لدى لاعبي كرة القدم : (عمان ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٧).
- ٩- عصام عبد الخالق، علم التدريب الرياضي: (القاهرة، دار المعارف، ١٩٨٨)
- ١٠- قاسم حسن المندلواوي واحمد سعيد احمد : التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق : (بغداد ، مطبعة علاء ، ١٩٧٩)
- ١١- قاسم حسن حسين ونزار الطالب مجيد :الأسس النظرية والميكانيكية في تدريب الفعاليات العشرية للرجال والسباعية للنساء (الموصل ،مديرية دار الكتب للطباعة والنشر،١٩٨٧).
- ١٢- قاسم حسن حسين: علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، ط١:(عمان، دار الفكر، ١٩٩٨)
- ١٣- كاظم عبد الربيعي و عبد الله المشهداني : كرة القدم للناشئين (مطبعة دار الحكمة ، جامعة البصرة ، ١٩٩١)
- ١٤- كاظم عبد الربيعي وموفق مجيد المولى ؛ الاعداد البدني بكرة القدم: (دار الكتب للطباعة ، جامعة موصل ، ١٩٨٨)
- ١٥- محمد حسن علاوي، علم التدريب الرياضي، ط١٢ : (القاهرة، دار المعارف، ١٩٩٢)
- ١٦- محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية الرياضية ، ج١ ، ط٦ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥)
- ١٧- محمد صبحي حسانين. التقويم والقياس في التربية الرياضية . ط١، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٩ م .
- ١٨- محمد عبد الله الهزاع و مختار أحمد اينوبسلى : المهارات الأساسية لكرة القدم (ب.ت).
- ١٩- محمد عبده صالح ومفتي ابراهيم محمد ؛ أساسيات كرة القدم ، (القاهرة، دار عالم المعرفة، ١٩٩٤)
- ٢٠- مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي التربوي، ط١: (القاهرة، مؤسسة المختار للنشر والتوزيع، ٢٠٠٢)
- ٢١- مفتي إبراهيم حمادة : الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم ، (القاهرة ،دار الفكر العربي ، ب.ت)
- ٢٢- مكي محمود حسين الراوي و ضياء زكي ابراهيم: نسب مساهمة السرعة الحركية ومرونة بعض المفاصل في سرعة ودقة الطعن بسلاح الشيش، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية - المجلد ١٢ - العدد ٤٢ ، ٢٠٠٦.
- ٢٣- نعيمة عبد الحسين برسم : تحليل النواحي الفنية للمنتخب الوطني العراقي ومقارنتها بالمنتخبات العربية ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٧.
- ٢٤- وديع ياسين التكريتي وياسين طه الحجار : الاعداد البدني للنساء، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل، ١٩٨٦)

25-GROSSER ,M, psychomotorische schuell koodination ,Schorndorf 1990.

26-Larry G . Shaver , : Essentialal of exercise physiology , Burgess publishing company. 1981.

