



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



تأثير استخدام بعض أساليب التدريب في تطوير الاداء المهاري للاعبين الشباب بكرة القدم

بحث مقدم من قبل الطالب

صادق عداي عبيد غاوي

إلى مقدم الى لجنة المناقشة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة القادسية وهو جزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس

بإشراف

د. صفاء كاظم راضي الغزالي

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ﴿٢﴾ وَيَرْزُقْهُ مِنْ
حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ
اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ ﴿٣﴾

الطلاق / آية (٢-٣)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الإهداء

إلى فيض الرحمة . . . إلى من لا منجى ولا ملجأ إلا إليه

إلى من ينتهي إليه كل شيء . . . إلى الله جل جلاله جل شأنه

إلى نبراس العقول . . . إلى العروة الوثقى إلى سفينة النجاة

إلى الخلق العظيم . . . محمد صلى الله عليه وسلم وآله الطيبين الطاهرين عليهم

أفضل الصلاة والسلام

إلى والدي . . . اعتزازاً واحتراماً

إلى والدتي . . . براً وإحساناً

إلى أخوتي . . . حباً ووفاءً

أهدي ثمرة جهدي المتواضع

الباحث

الشكر والتقدير

الحمد لله الذي جعل الحمد مفتاحاً لذكره، وخلق الأشياء ناطقة بشكره والصلاة والسلام على محمد المشتق اسمه من اسمه المحمود الاحمد وعلى آله الطيبين الطاهرين وصحبه المنتجبين .

اتقدم بالشكر الذي لا يوازيه شكر حيث تقف لكلمات عاجزة امام ما في داخلي من مشاعر الاحترام إلى استاذي الفاضل المدرس المساعد صفاء كاظم راضي المحترم.

الذي وقف معي بعمله الخالص ، لا اقول الا وفقه الله في حياته واعانني الى رد جزء يسير من جميل صنعه وفضله لي.

كما اتقدم بالشكر الجزيل والعرفان والامتنان إلى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية لفضلها لتعليمي واطاحة الفرصة لإكمال دراستي فيها .

وانتقدم بالشكر والتقدير إلى اساتذتي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لما قدموه لي من فائدة علمية وعملية .

الباحث

تأثير استخدام بعض أساليب التدريب في تطوير الاداء المهاري للاعبين

الشباب بكرة القدم

الملخص العربي:

احتوى البحث على المقدمة وأهميته والمشكلة والاهداف والفروض وكذلك مجالات واحتوى البحث على الدراسات النظرية حيث تطرق الباحثان الى التدريب الرياضي وكذلك الى التدريب الحديث في كرة القدم من خلال مفهومه واهدافه وإلى المهارات الاساسية من خلال مفهومهما والتي تمثلت بمهارة المناولة والتهديف وإلى الدراسات المشابهة .

واحتوى البحث على الاجهزة والادوات المستخدمة وكذلك تطرق الباحثان الى المتغيرات الاساسية للبحث من خلال تحديد اهم الاختبارات التي اعتمدت بالبحث للمهارات الاساسية وكذلك شمل البحث الخطوات الاساسية لتنفيذه والتجارب الاستطلاعية واسس وضع البرنامج التدريبي المقترح والتجربة الاساسية (تطبيق البرامج) بالإضافة الى الوسائط الاحصائية المستخدمة والمتمثلة بالبرنامج الاحصائي (SPSS) وتم عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي مثلت الاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات الاداء المهاري (المهارات الاساسية) بالإضافة الى عرض وتحليل ومناقشة نسب التطور التي حصل عليها الباحثان من خلال الاختبارات القبلية والبعديّة للمهارات الاساسية واحتوى البحث ايضاً على اهم الاستنتاجات والتوصيات التي توصل اليها الباحث .

الفصل الاول

١- التعريف بالبحث

١-١ مقدمة البحث وأهميه

٢-١ مشكلة البحث

٣-١ أهداف البحث

٤-١ فروض البحث

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال الزمني

٢-٥-١ المجال المكاني

٣-٥-١ المجال البشري

١. التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

أن الهدف الاساسي من لعبة كرة القدم هو الحصول على المتعة والنتاج الايجابي وقد جاءت أهميتها من كونها تحتوي على الكثير من المفردات الحركية التي تحقق متعة الممارسة والمشاهدة .

أن هذه المتعة في الممارسة والمشاهدة التي توفرها كرة القدم للممارس والمشاهد لم تأتي الا بعد عملية الارتقاء بجميع عناصرها الاساسية وهي البدنية - الخطئية - المعنوية - والنفسية - والذهنية .

ومما لا شك فيه انه من الضروري الانتباه الى عدم نسخ برامج تدريب الكبار وتطبيقها على الاعبين الناشئين بما في ذلك استخدام طرائق التدريب وقد اكد الاتحاد الدولي لكرة القدم الفيفا يجب أن يختار المدرب والكادر الفني الطريقة المثلى من طرائق التدريب للتدريب وتطوير مهارات الاعبين (الشباب) .

لذا ومما سبق ذكره فإن التدريب بكرة القدم والتخطيط العملي الجيد للتدريب هو المفتاح للوصول الى أفضل انجاز للاعب كرة القدم من اجل تحقيق الأهداف المرجوة منه وكما هو متعارف عليه فإن التدريب الرياضي هو بحر واسع من الاساليب التدريبية المختلفة والمتنوعة والتي تصب في خدمة الاداء الكروي وخاصة الفردي منها وفئة الشباب والفئات العمرية .

٢-١ مشكلة البحث :

من اجل الارتقاء بلعبة كرة القدم لفئة الناشئين كان يجب علينا ان نركز على كيفية تطوير النواحي الفنية لدى الناشئين وتشجيع الموهوبين منهم وفق متطلبات الاداء الفني والبدني والتكتيكي لمواصلة المشوار والمشاركة في المستويات الكروية العالية ومن اجل ابراز المشكلة بالشكل الواضح فان لعبة كرة القدم تتعلق بالنواحي التربوية فانه يجب عدم التركيز على مراعاة اللاعبين الموهوبين فقط بل يجب الاخذ بنظر الاعتبار مشاركة اللاعبين في المباريات .

ومن هذا المنطلق برزت مشكلة البحث في ايجاد طرق تجعل هذا الهدف يتحقق عند اللاعبين والمدربين وفعلا تتم وضع طريقتين وفق الاسلوب العلمي يحقق هدف الشباب وهو ان يتطلع اللاعبين الشباب الى تنفيذ التمرين والتطور التدريجي لمهارتهم بكرة القدم .

وتكمن مشكلة البحث تعريف على مدى تأثير الاساليب التدريبية من قبل الباحث في تطوير الاداء المهاري للاعبين الشباب بكرة القدم .

٣-١ أهداف البحث :

١. يهدف البحث الى التعرف على مدى تأثير الاساليب التدريبية في تنمية مستوى الاداء المهاري لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .
٢. إعداد برنامج تدريبي الغرض منه تنمية مستوى الاداء المهاري لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم .

٣. التعرف على الفروق في الاختبار البعدي بين مجموعتين تجريبيتين والمجموعة الضابطة .

١- ٤ فروض البحث :

١. هل تؤثر تدريبات اللعب ايجابا على المهارات الاساسية لدى اللاعبين الشباب

بكرة القدم ؟

٢. هل تؤثر تدريبات المركبة ايجابا على المهارات الاساسية لدى اللاعبين

الشباب بكرة القدم ؟

١- ٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري :

لاعبو شباب نادي الديوانية والاتفاق بكرة القدم للموسم ٢٠٢٢ - ٢٠٢٣ م .

١-٥-٢ المجال الزمني :

للمدة من ١ / ٩ / ٢٠٢٢ ولغاية ١٥ / ١٢ / ٢٠٢٢ .

١-٥-٣ المجال المكاني :

ملاعب وزارة الشباب والرياضة/ نادي الديوانية الرياضي وملعب نادي الاتفاق الرياضي في محافظة الديوانية .

الفصل الثاني

١-٢ الدراسات النظرية:

١-١-٢ التدريب الرياضي :

٢-١-٢ التدريب الحديث في كرة القدم :

٣-١-٢ المهارات الأساسية لكرة القدم مفهومها :

١-٣-١-٢ المناولة :

٢-٣-١-٢ التهديف :

١-٢ الدراسات النظرية :

١-١-٢ التدريب والتدريب الرياضي :

يقصد بالتدريب عملية الاعداد المنظم المستمر لتطوير قدرات الفرد ورفع مستوى كفاءته لتحقيق المتطلبات اللازمة لأداء عمل معين وبلوغ هدف محدد وزيادة الانتاجية لفرد والمجتمع .

التدريب الرياضي هو احد صور التدريب في مجال النشاط الرياضي الذي يعمل على رفع المستوى الانجاز عند الرياضي للوصول للمستويات العالية النشاط الرياضي الممارس .

ويعرف ايضاً التدريب الرياضي بأنه مجموعة مركبة من الطرق والقواعد والنظريات المتعلقة بأعداد اللاعب إعدادا رياضيا لأجل الوصول الى المستويات العليا حسب الاختصاصات وان هذا النظام مستند على المعارف والخبرات والنتائج العملية فضلا عن توافر ظروف خاصة للتدريب .

ويعرفه عماد الدين عباس في الالعب الجماعية على انه " عملية تربوية هادفة ذو تخطيط علمي لإعداد اللاعبين بمختلف مستوياتهم للوصول الى أفضل المستويات الرياضية العالية "

٢-١-٢ التدريب الحديث في كرة القدم :

أن التدريب الرياضي الحديث هو إعداد اللاعبين وتهيئتهم بدنيا ونفسيا وعقليا وفسولوجيا، حيث يعد التدريب الحديث بكرة القدم وحدة متكاملة مكونة من مجموعة من العناصر التي يجب إن يتصف بها الرياضي والتي تبنى عليها الوحدة التدريبية

ومن هذه العناصر اعداد اللاعبين بدنيا وخططيا من خلال استخدام أساليب التدريب ووسائل متنوعة تهدف للوصول بهم الى المستويات العليا وتحقيق الانجاز .

ويشير زهير الخشاب وآخرون (١٩٩٥) " ان التدريب الرياضي بكرة القدم يحتوي على دروس منظمة هدفها تطوير عمل اللاعبين وأكتسبهم المعرفة الخاصة في إتقان الحركات وكذلك تطوير القدرات الابداعية وتهذيب صفات الارادة والمعرفة الذهنية وتحسين القدرات الحركية وتطويرها وهذا يعني كل ما هو ضروري للاعب كرة القدم.

ويعتبر التدريب الرياضي في كرة القدم عملية واسعة وصعبة وشائكة ولا يمكن تحقيق التقدم فيها إلا بإتباع اخر ما توصل اليه العلم فالتدريب المخطط له بشكل جيد يصل بالفريق الى المستوى اللازم للتنافس وعن طريق التدريب يتعلم اللاعبون الحلول للمشاكل التي تواجههم في المباراة .

٢-١-٢ المهارات الاساسية بكرة القدم مفهومها :

لقد تناول الكثير من العملاء والباحثين والمدربين في مجال كرة القدم المهارات الاساسية، ومنها هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون اللعبة، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها .

وهي " تكنيك اللعبة والاداء الذي يقوم به اللاعب مع الكرة مباشرة او الحركات التي يؤديها في المنطقة القريبة من الكرة حيث تحتوي كرة القدم على مهارات عديدة يؤدي البعض منها بالكرة والاخر بدون كرة وعلى المدرب الجمع بينهما فكلاهما يشكل اساس لتحقيق التكنيك العالي " .

ويرى (زهير الخشاب وآخرون ١٩٩٩) أن المهارات الأساسية " تعني كل الحركات الضرورية التي تؤدي لغرض معين في اطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة او بدونها " .

وعرفها ذو الفقار صالح (٢٠٠٣) نقلا عن حنفي محمود (١٩٩٤) على " انها كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في اطار قانون كرة القدم .

١-٣-١-٢ المناولة :

هي من أهم المهارات الأساسية في كرة القدم ويرجع ذلك الى انه هذه اللعبة لعبة جماعية تحتاج الى تعاون الفريق من اجل هدف واحد وهو متبغى كل من يلعب بالملاعب ، وبواسطة المناولة الصحيحة المتقنة يتسنى للفريق المهاجم الوصول الى مرمى الفريق المنافس وتسجيل اصابة فيه ، والمناولة هي عماد كرة القدم حيث لا يستطيع اي لاعب لوحده الوصول الى المرمى ومحاورة جميع لاعبي الفريق المنافس.

١-٣-٢ التهديف :

يعد التهديف من المهارات الأساسية المهمة التي يجب ان يتقنها لاعب كرة القدم باعتبارها النهاية المثالية لجعل اللعب الخطئية والتكتيكية ويعد التهديف من اهم واصعب المهارات الأساسية لان التهديف ينفذ من اوضاع وزوايا مختلفة من الملعب ويرى ضياء منير ١٩٩٧ " بأن التهديف من اهم المهارات الأساسية بكرة القدم حيث يشغل نسبة كبيرة لارتقاء اللعب مهاريا لذا يجب أن تلازم تعلم الناشئين دون التركيز على مراكز اللاعبين "

ويرى ذو الفقار صالح " أن التهديد بكرة القدم من اهم الوسائل الهجومية الفردية حيث بدونه يفقد الفريق فرصة الفوز والفريق الذي يجد لاعبيه التهديد يعد من فريق المقدمة وهو السلاح الذي يهددوا به الفرق الاخرى " .

ويرى الباحث أن التهديد هو نهاية المجهود الجماعي المنظم للاعبي الفريق وبه تحسن نتيجة المباراة ويجب على مدربي كرة القدم وخاصة مدربي الفئات العمرية ان يكتفوا التدريب على هذه المهارة وان يصلوا باللاعب إلى أعلى مستوي من الاتقان حتى يكون اللاعب على اتم استعداد للتهديد من اماكن واوضاع وزوايا مختلفة من المرمى وحتى يكون الفوز مضمون وحتمي في المباريات .

الفصل الثالث

٣- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

١-٣ منهج البحث.

٢-٣ مجتمع وعينة البحث.

٣-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة في البحث :

١-٣-٣ وسائل جمع المعلومات .

٢-٣-٣ الأدوات المستخدمة في البحث .

٢-٣-٣ الأجهزة المستخدمة في البحث .

٤-٣ إجراءات البحث الميدانية :

٥-٣ الوسائل الإحصائية :

٣- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب (المجموعتين المتكافئتين)، لملائمته طبيعة البحث، وهو احد المناهج الذي يمكن من خلاله التوصل الى نتائج دقيقة " اذ ان التجريب يعد من اكثر الوسائل كفاءة للوصول الى معرفة موثوق بها "(١). "وهو المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب او الاثر " (٢)

٢-٣ مجتمع وعينة البحث :

أن طبيعة المشكلة المراد دراستها هي التي تحدد طبيعة المنهج وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي "الذي يعد من افضل المناهج وأكثرها ملائمة وصولاً لأفضل النتائج لأنه يتعامل مع الظاهرة المؤثرة ومسبباتها ويتعامل مع الحقائق " .

اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية من بين شباب كرة القدم بنادي الديوانية ونادي الاتفاق الرياضي وبلغ عددهم (٣٨) لاعب تم استبعاد (١٠) لاعبين لإجراء الدراسة الاستطلاعية لتصبح العينة ٢٨ لاعب تم تقسيمهم الى ثلاثة مجاميع التجريبية الاولى عددهم (١٢) والتجريبية الثانية عددهم (٨) والضابطة وعددهم (٨) وقام الباحث بإجراء التجانس والتكافؤ بين افراد عينة البحث وكما مبين في الجدول رقم (١) ورقم (٢) .

١. تثبيت العمر لدى أفراد العينة حيث تم اختيارهم من نفس الفئة العمرية (الشباب) التي تمثل الفريق للموسم الكروي ٢٠٢٢ - ٢٠٢٣ والمسجلين في كشوفات الاتحاد العراقي لكرة القدم والاتحاد الفرعي في محافظة الديوانية لكرة القدم .

٢. اختيار العينتين من نفس المستوى (مستوى فئة الشباب) .

٣. تم إجراء اختبار (T) لمعرفة دلالة الفروق في المتوسطات لمتغيرات البحث.

(١) وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩٣ ، ص ٣٢٧
(٢) محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩ ، ص ٢١٧

٣-٣ تجانس العينة :

لغرض معرفة التجانس لدى عينة البحث في بعض المتغيرات التي لها علاقة بالبحث، قام الباحث باستخراج معامل الالتواء لكل من (الطول والوزن والعمر)، وكما موضح في الجدول رقم (١) .

جدول (١)
يوضح تجانس عينة البحث في متغيرات الطول والوزن والعمر

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر	١٧, ٢٥٠	٠, ٥٨٥	٣, ٣٩١
العمر التدريبي	١, ٣٩٢	٠, ٣٦٦	٢٦, ٢٩٣
الوزن	٦٣, ٦٦٠	٢, ٨٢٢	٤, ٤٣٢
الطول	١٦٦, ٨٩٢	٥, ٣٢٨	٣, ١٩٢

ويبين الجدول رقم (١) معاملات الالتواء قد انحصرت ما بين (+-٣) مما يدل على تجانس العينة في المتغيرات، ويبين الجدول رقم (٢)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات في الاختبارات (قيد الدراسة) مما يدل على تكافؤهما في هذا الاختبار .

٣-٤ تكافؤ المجموعتين :

"كي يستطيع الباحثان إرجاع الفروق إلى العامل التجريبي ، يجب أن تكون المجموعتان التجريبيتان متكافئتين تماماً في جميع الظروف والمتغيرات عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر في المجموعتين" (١) . ولغرض التحقق من تكافؤ عينة البحث، ارتأى الباحث القيام ببعض الإجراءات لضبط المتغيرات ، وكما هو موضح في الجدول رقم (٢) .

(١) ديوبولد ، ب ، فاندالين . مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، القاهرة : مكتبة الانجلو - المصرية ، ١٩٨٥ ، ص ٣٤١ .

جدول (٢)
يوضح تكافؤ المجموعتين في اختبارات الأداء الفني لأداء مهارتي المناولة والتهديف

نوع الدالة	قيمة T المحسوبة	البعدي		القبلي		المتغيرات
		ع	س	ع	س	
غير معنوي	٠,٠٦٣	٠,٥٧	٣,٤٤	٠,٣٦	٣,٤٧	المناولة
غير معنوي	٠,٠٥	١,٤٤	١٠,٩١	١,٣٣	١١,١٦	التهديف

قيمة (ت) الجدولية (٢,٠٧) تحت درجة حرية (٢٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

يوضح الجدول (٢) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختباري الأداء الفني لمهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم ، وقد أظهر الجدول ، إن قيم (t) المحسوبة هي أقل من قيمة (t) الجدولية والبالغة (٢,٠٧) ، وعند درجة حرية (٢٢) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ، مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات. المذكورة ، وبهذا تكون الفروق عشوائية .

٣-٥ الوسائل وأدوات البحث والأجهزة المستخدمة :

١-٥-٣ وسائل جمع المعلومات :

- المصادر العربية والأجنبية .
- الملاحظة والتجريب .
- المقابلات الشخصية (*) .
- استمارة تفريغ البيانات .

٢-٥-٣ الأدوات والأجهزة المستخدمة :

استخدم الباحث الادوات واجهزة القياس والاختبارات الآتية بعد مراجعة استخداماتها
وصلاحياتها وهي :

(*) ينظر الملحق (١) .

- كرات قدم نوع (أوفيشل) عدد (١٥) .
- شواخص بلاستيك أجنبي عدد (٢٠) .
- ساعة توقيت ماركة TIAN FU .
- كاميرا تصوير ديجتال نوع كوداك .
- ميزان الكتروني .
- شريط قياس (فيئة) (٤٠) متر .
- حبال طول (٢٠) متر .

٦-٣ تحديد متغيرات البحث :

بعد الاطلاع على العديد من المصادر والمراجع في مجال الاختصاص قام الباحث بتحديد أهم المهارات الأساسية لكرة القدم ثم عرضها على مجموعة من الخبراء المتخصصين في مجال تدريب كرة القدم بلغ عددهم (١٠) خبراء والتي حصلت على نسبة أكثر من (٧٥%) بعد ان أهملت المهارات التي حصلت على نسبة أقل من (٧٥%) حسب رأي الخبراء والمختصين .

جدول رقم (٣)

أهم المهارات الأساسية المختارة من قبل الخبراء والمختصين والنسبة المئوية لها وعدد التكرارات

ت	المهارات الأساسية	التكرار	النسبة المئوية
١	التهديف	١٠	%١٠٠
٢	المناوله	١٠	%١٠٠

١-٦-٣ تحديد المهارات الأساسية واختباراتها المعتمدة :

لغرض تحقيق أهداف البحث بالشكل العلمي الدقيق وبعد الاطلاع على الكثير من المصادر والمراجع والابحاث وما كتب سابقا من بحوث علمية قام الباحث باختيار اختبارات المهارات الأساسية ملحق رقم (١) بعد ذلك تم عرضها على

مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم والتدريب الرياضي لتحديد الاختبار المناسب لكل مهارة والجدول رقم (٤) يبين ذلك .

جدول رقم (٤)

يبين الاختبارات المعتمدة في البحث للمهارات الأساسية والهدف من كل اختبار

الهدف من الاختبار	التكرار	الاختبار المعتمد من قبل الخبراء	المهارات الأساسية	ت
دقة المناولة	٣	استقبال الكرة والمناولة نحو هدف صغير على بعد ١٠ م	المناولة	١
دقة التهديف	٣	التهديف من الثبات نحو الهدف المقسم بالقدم المفضلة	التهديف	٢

٧-٣ اختبارات المهارات الأساسية :

١-٧-٣ اختبار دقة التهديف :

الادوات المستخدمة : شريط قياس ، كرة قدم ، هدف مقسم بواسطة حبال الى تسع أقسام ، بورك رسم نقطة الجزاء .

طريقة الاداء : يقف المختبر على بعد (١١) م من الهدف وعند إعطاء إشارة البدء يقوم المختبر بالتهديف .

التسجيل : تعطى للمختبر (٣) محاولات إذ يتم تسجيل نقاط حسب الموقع .

٢-٧-٣ اختبار دقة المناولة :

الادوات المستخدمة : شواخص عدد (٣) ، كرة قدم ، شريط قياس ، هدف صغير العرض (١٢٠) الارتفاع (٦٨سم) .

طريقة الاداء : يقف المختبر على بعد (١٦) م من الهدف الصغير توضع الكرة على بعد (١٠) م من الهدف ويوضع الشاخص الاول على بعد (١٠٥) م من الكرة وتكون المسافة بين كل شاخص و شاخص (١,٥) ويبعد الشاخص الاخير عن خط البداية (١,٥) م .

التسجيل : تعطى لكل مختبر ثلاث محاولات حيث يتم إعطاء درجتين للمحاولة الناجحة ودرجة واحدة للمحاولة التي تمس الهدف الصغير وصفرا للمحاولة الفاشلة .

٣-٨ خطوات تنفيذ البحث :

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة العربية والاجنبية المرتبطة بموضوع البحث والتي من خلالها حدد الباحث ما رءاه مناسباً في تحديد عينته ومنهجية بحثه والتي على ضوءها حدد الباحث أدوات ووسائل جمع البيانات لطبيعة الاختبارات المستخدمة لمتغيرات البحث ومن اجل تحقيق فروض وأهداف بحثه اتبع الباحث الخطوات الآتية :

٣-٨-١ التجارب الاستطلاعية :

نظرا لطبيعة منافسات كرة القدم والتدريبات الحديثة المستخدمة قام الباحث باتباع ما ذهب اليه الخبراء في الدراسات من حيث ضرورة القيام بالدراسات الاستطلاعية وعليه فقد أجرى الباحث عدة دراسات استطلاعية وذلك بهدف التعرف على :

- الصعوبات التي تواجه الباحث اثناء اجراء التجربة الاساسية .
- التأكد من سلامة وصلاحية الادوات المستخدمة .
- تدريب المساعدين على كيفية اجراء (الاختبارات) وتسجيل البيانات .
- مناسبة تمارين المقدمة لعينة البحث .
- التأكد من المعاملات العلمية للاختبارات .
- تقنين الحمل التدريبي المستخدم في البرنامج التدريبي .

٣-٨-١-١ التجربة الاستطلاعية الأولى:

التجربة الاستطلاعية الأولى لإيجاد التجانس والتكافؤ للمجموعتين في متغيرات الدراسية وبتاريخ ٢٠٢٢/٩/٥ .

٣-٨-١-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية :

التجربة الاستطلاعية الثانية لإيجاد المعاملات العلمية بتاريخ ٢٠٢٢/٩/١٠

٣-٨-٢ أسس وضع البرنامج التدريبي المقترح :

استخدم الباحث طريقة الحمل الخاصة بتشكيل (٢-١) . تم تقنين عن طريق الزمن والراحة عن طريق النبض مستخدماً في ذلك حالتين وحسب الفترات التدريبية حيث كانت ضربات القلب عند الراحة في فترة الاعداد الخاص (١٢٠-١٣٠) ض / د بينما اختلف ذلك في فترة ما قبل المنافسات الى (١٣٠-١٤٠) ض / د بين التمارين اما بين المجاميع فقد استخدم الباحث الزمن من (٣-٥) د .

٣-٩ التجربة الاساسية (تطبيق البرامج) :

تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على العينة الاساسية (التجريبية) للبحث عبد الاختبار القبلي وقد استغرق تطبيق البرنامج المقترح (٨) أسابيع من الفترة ٢٠٢٢/٩/٢٤ الى ٢٠٢٢/١٢/١٨ وبواقع ثلاثة وحدات تدريبية اسبوعية (السبت، الاثنين، الاربعاء)، وذلك طبقاً لآراء الخبراء حول تحديد عدد مرات التدريب في الاسبوع .

٣-١٠ الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية :

١. الوسط الحسابي .
٢. الانحراف المعياري .
٣. معامل الاختلاف .
٤. اختبار (T . TEST) للعينات المرتبطة .
٥. معامل نسبة التطور .

وقد تم معالجة البيانات بجهاز الحاسوب (الكمبيوتر) على وفق البرنامج الاحصائي (SPSS)

الفصل الرابع

٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

٤-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في متغيرات الاداء المهاري للمجموعة التجريبية:

جدول (١١)

يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة والاطراف الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة والدلالة الإحصائية

الدلالة الإحصائية	قيم (T) المحسوبة	الاطراف المعيارية للفروق	الاطراف الحسابية للفروق	الاختبارات البعديّة		الاختبارات القبلية		المتغيرات	ت
				ع - +	س	ع - +	س		
معنوي	٥,١٣٨	٠,٣٨٩	٢,٠٠٠	١,٦٠٢	٤,٧٥٠	١,٥٤٤	٢,٧٥٠	المناولة	١
معنوي	٨,٤٠٨	٠,٥٥٥	٤,٦٦٦	١,٤٢٢	١٠,٢٥٠	١,٩٢٨	٥,٥٨٣	التهدف	٢

* قيمة (T) الجدولية تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرارة (١٤) تساوي (١,٧٦١)

في اختبار المناولة يظهر من خلال الجدول رقم (١١) أن الوسط الحسابي للاختبار القبلي قد بلغ (٢,٧٥) بانحراف (١,٥٤) أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (٤,٧٥) بانحراف معياري (١,٦٠) وبلغت الاطراف الحسابية للفروق (٠,٣٨) وبلغت الاخطاء المعيارية للفروق (٠,٣٨) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (٥,١٣) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (١,٧٩) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١١) مما يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبار البعدي .

في اختبار التهدف يظهر من خلال الجدول رقم (١١) أن الوسط الحسابي للاختبار القبلي قد بلغ (٥,٥٨) بانحراف معياري (١,٩٢) أما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (١٠,٢٥) بانحراف معياري (١,٤٢) وبلغت الاطراف الحسابية للفروق (٤,٦٦) والخطأ المعيارية للفروق (٠,٥٥) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (٨,٤٠) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (١,٧٩) تحت مستوى

دلالة (٠,٠٠٥) ودرجة حرية (١١) مما يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبار البعدي .

٢-٤ مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة في متغيرات الاداء المهاري للمجموعة التجريبية :

وفقا لما يتناوله العلم فإن غاية التدريب والمناهج التي يستخدمها المدربون هي لمساعدة اللاعبين على تطوير التكتيكات والمهارات والنهوض بمستواها يتمكنون من أداء أكثر نجاح وتأثير من حيث معيار الأداء المهاري والذي يعتبر هو الفريضة الرئيسية في محور التفوق على ضوء القواعد وتحقيق المضمون الفكري للعب .

حيث يرى اللاعبون متعة في ذلك وحسن تصرف وأداء أكبر ذي فائدة من غيرة ويرى (ليس ريد وهودر وستون - ٢٠٠٤) " أن اللاعبين يجدون السهولة في تعلم وتطوير قابلياتهم المهارية في الحركات الواسعة واتقانها بسهولة أكبر وتطوير مهاراتهم الجديدة مع الاداء الاجمالي من خلال التشكيل التدريجي لذلك الاداء وصولا الى النموذج الصافي " .

ومن كل ما تقدم يرى الباحث انه ومن اجل ان يكون المدرب فعّالاً يجب ان يسلك طرق مختلفة لتدريب كرة القدم التي يحتاجها في معرفة وتكوين فريق كرة قدم ناجح .

الفصل الخامس

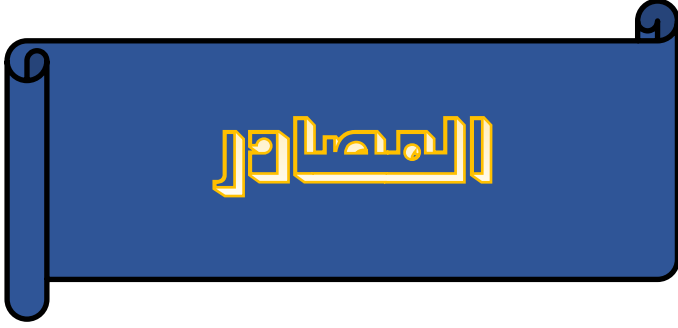
- ٥- الاستنتاجات والتوصيات .
- ١-٥ الاستنتاجات .
- ٢-٥ التوصيات .

٤- ١ الاستنتاجات :

١. ان البرنامج التدريبي باستخدام اسلوب اللعب له تأثير ايجابي على الاداء المهاري (المهارات الاساسية) قيد الدراسة .
٢. ان البرنامج التدريبي باستخدام الاسلوب المركب له تأثير ايجابي على الاداء المهاري للمتغيرات قيد الدراسة .

٥- ٢ التوصيات :

١. ضرورة تطوير الاداء المهاري عن طريق استخدام أساليب تدريبية مشابهة لما يحدث في حالات اللعب .
٢. اجراء بحوث ودراسات مشابهة على فئات عمرية اخرى بهدف التعرف على تأثير اسلوبي اللعب والمركب في تطوير مستوى الاداء المهاري .



المصادر:

- المصادر والمراجع العربية :
- المصادر الاجنبية :

المصادر والمراجع العربية :

١. الاتحاد الدولي لكرة القدم : تدريب براعم كرة القدم ، مطابع الاتحاد الدول لكرة القدم FIFA ، ص ٥٥ سنة ٢٠١٢ .
٢. ثامر محسن : اصول التدريب في كرة القدم ، مطبعة دار الكتب ، ١٩٨٨ ، ص ١٩ .
٣. ذو الفقار صالح عبد الحسين : تأثير استخدام الجمل الخطية في تطوير الاداء الحركي للاعبين الشباب ، اطروحة دكتوراه ، ٢٠٠٣ ، ص ٣٣ .
٤. زهير الخشاب وآخرون : كرة القدم ، جامعة الموصل ، ط ٢ ، محدثة ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٥٥ ، ص ١٢ .
٥. شامل كامل : محاضرات مادة الاختبارات على طلبة الماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد : ١٩٩٨ .
٦. ضياء منير : علاقة القوى الانفجارية للأطراف السفلى ببعض المهارات الاساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، جامعة ، بغداد ٢٠٠٠ ، ص ٢٣ .
٧. عماد الدين عباس : التخطيط والاسس العلمية والاعداد في الالعاب الجامعية ، ط ١ ، القاهرة ، منشأة التعارف ، ٢٠٠٥ ، ص ١٥٥ .
٨. عماد كاظم : اثر برنامج تدريبي مقترح في تطوير مهارة التهديف بكرة القدم (رسالة ماجستير) كلية التربية الرياضية ، ج ، بغداد ، ص ١٩ .
٩. قاسم لزام وموفق مجيد المولى : تدريب التكتيك بكرة القدم بين النظرية والتطبيق .
١٠. ليس ريد وهودروستون : أساسيات التدريب ، لندن ، ٢٠٠٤ ، ص ١٤-١٥ .

١١. محمد عبدالله الهزاع ، مختار احمد اينوبلي ، المهارات الاساسية لكرة القدم ، الكويت : مطابع صوت الخليج ، ب ت ، ص ٢٢ .
١٢. نوال مهدي العبيدي وفاطمة المالكي : علم التدريب الرياضي ط ١ ، ٢٠٠٨ ، ص ٤٦ .
١٣. يوسف لازم كماش : المهارات الاساسية في كرة القدم ، تعليم - تدريب ، دار الخليج العربي ، ١٩٩٩ ، ص ١٥ .

المصادر الاجنبية :

1. Poul D . leady practical : New York , Manillion publishing , co , 1980 . p167 .