



الرقم الدولي: ISSN-e: 2710 - 5016  
ISSN: 2074 - 6032

مجلة علوم الرياضة

المجلد الرابع عشر

العدد 51

عدد خاص بوقائع المؤتمر الافتراضي الدولي الثاني  
للتربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

الحالة التدريبية وعلاقتها بالاستقرار النفسي و بعض المهارات الاساسية

للاعبي كرة القدم بأعمار 17 - 19 سنة

م . د علي خليفة بريص

جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

[ali.khalefa@uodiyala.edu.iq](mailto:ali.khalefa@uodiyala.edu.iq)

هاتف 07716089489

الكلمات المفتاحية: الحالة التدريبية،، الاستقرار النفسي، كرة قدم

### مستخلص البحث

تناول الباحثين أهمية كرة القدم والمكانة المتميزة التي تحتلها والتطورات في أساليب لعب الفريق ، ومن هذه العلوم علم النفس الذي له إسهامات ودور فعال ومؤثر في هذا التطور، وتكمن مشكلة البحث في قلة الاهتمام بالجانب النفسي حداً بالباحث الولوج في هذه المشكلة ويهدف البحث في التعرف الحالة التدريبية بدلالة المؤشر النفسي وبعض المهارات الاساسية للاعبين كرة القدم واستعمل الباحثين المنهج التجريبي لملائمته طبيعة ومشكلة البحث اما عينة البحث فكانت من لاعبي منتدى شباب بعقوبة التابع لمديرية شباب ورياضة محافظة ديالى بكرة القدم للموسم 2021/2020 والبالغ عددهم 20 لاعب وقام الباحث بأجراء الاختبارات القبلية و ثم تطبيق التمرينات في التجربة الرئيسة وتم إجراء الاختبارات البعدية بنفس ظروف الاختبارات القبلية، واستنتج الباحثين من خلال بحثهم ان البرنامج التدريبي المعد وفق اسس تدريبيه حديثة مع التمارين النفسية كان سبب بتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات في الاختبارات البعدية .

*Training status and its relationship to psychological stability and some basic skills For football players aged 17-19 years*

*M . Dr. Ali Khalifa Baris*

*Diyala University - College of Physical Education and Sports Sciences*

*[ali.khalefa@uodiyala.edu.iq](mailto:ali.khalefa@uodiyala.edu.iq)*

*Tel: 07716089489*

*Keywords: training status, psychological stability, football*

*Summary of the research*

*The researchers dealt with the importance of football and the distinguished position it occupies and developments in the methods of team play, and among these sciences is psychology, which has contributions and an effective and influential role in this development. In terms of the psychological indicator and some basic skills of football players, the researchers used the experimental method to suit the nature and problem of the research. The research sample was from the players of the Baquba Youth Forum of the Directorate of Youth and Sports of Diyala Governorate in football for the season 2020/2021, which numbered 20 players. The researcher conducted tribal tests and then applied the exercises. In the main experiment, the post tests were conducted under the same conditions as the tribal tests, and the researchers concluded through their research that the training program prepared according to the foundations of modern training with psychological exercises was the reason for the superiority of the experimental group over the control group in all variables in the post tests.*

**التعريف بالبحث:**

**مقدمة البحث وأهميته:**

أن التقدم وتطور العلم اخذ ينعكس على شتى مجالات الحياة ومن هذه المجالات المجالس الرياضية نتيجة لإتباع الأساليب الحديثة والتخطيط الجيد عن طريق البحوث العلمية والتي تحاول الابتعاد عن المؤلف وإيجاد آفاق جديدة لا حدود لها في علوم الرياضة ومن هذه العلوم علم التدريب وعلم النفس الرياضي اللذان شهدا تطورا واسعا واتخذت نظرياتهم منحى جديداً لمواكبة الاتجاهات الحديثة وقد أخذت ، وهذه التطورات العلمية التي شهدتها المجالات الرياضية كافة كان لكرة القدم الصالات حصة منها تمثلت بالعمل والرؤيا والإعداد الجيد للوصول إلى أعلى مستوى في محاولة لتطوير هذه الفعالية بشكل خاص التطورات في أساليب لعب الفريق من ناحية تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية كي يفاجئ بها المنافس مشكلة البحث:

تكمّن مشكلة البحث اغلب المدربين لا يعرفون مستوى لاعبيهم من هذه الناحية وهل ان هذه البرامج تسير بالاتجاه الذي يحقق الاهداف المرسومة ونظرا لأهمية الاختبارات الدورية التي توفر معلومات كثيرة عن نقاط الضعف في البرامج التدريبية، مما حدا بالباحث إلى

إيجاد وسيلة تدريبية جديدة محاولة منه لتعزيز تطوير هذا الجانب ، لذا ارتأى الباحث الى اللوج في هذه المشكلة.

ويرمي الباحث الى التعرف على الحالة التدريبية وعلاقتها بالاستقرار النفسي وبعض المهارات الاساسية للاعبى كرة القدم بأعمار 17 - 19 سنة والتعرف على الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث.

ويفترض بوجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية في الاستقرار النفسي وبعض المهارات الاساسية للاعبى كرة القدم بأعمار 17 - 19 سنة للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبارات البعدية ووجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية في الاستقرار النفسي وبعض المهارات الاساسية للاعبى كرة القدم بأعمار 17 - 19 سنة بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

#### منهج البحث وإجراءاته الميدانية

**منهج البحث:** استعمل الباحث المنهج التجريبي الذي يقوم على " تغير معتمد ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما ، وملاحظة التغيرات الناتجة من الحدث ذاته وتفسيرها.(الشوك، 51، 2004،

**مجتمع البحث وعينته:** قام الباحث باختيار مجتمع بحثه بمنتديات الشباب في محافظة ديالى بالطريقة العشوائية (القرعة)، من الشباب والبالغ عددهن (135) لاعب بواقع 7 منتديات (المقدادية ، ابي صيد ، السعدية ، بعقوبة ، خان بني سعد ، خانقين ، الخالص) اختار الباحث المقدادية بالطريقة العشوائية أيضاً لتمثل المجموعة التجريبية، وخان بني سعد لتمثل المجموعة الضابطة. قاما الباحث باستبعاد حراس المرمى، عند إجراء اختبارات البحث. حيث إنَّ عدد المجموعة التجريبية تمثل بـ (20) من منتدى شباب بعقوبة بالطريقة العشوائية (القرعة)، وأيضاً عدد المجموعة الضابطة (20) من منتدى خان بني سعد بالطريقة نفسها، وبهذا أصبحت نسبة العينة (29.629%).

#### وسائل جمع المعلومات

((المصادر العربية والأجنبية،، الاستثمارات الخاصة بمقياس الاستقرار النفسي ) المعدل ،

الاختبارات مهارية الخاصة بكرة القدم )

### مقياس الاستقرار النفسي

بعد تحديد المقياس قام الباحثين بعرض المقياس بفقراته على السادة الخبراء والمحكمين وذوي الاختصاص في علم النفس العام وعلم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي والتجريبي وفي القياس والتقويم وفي طرائق التدريس والبالغ عددهم (25) إذ يشير (بلوم وآخرون ، 1983 ) إلى أن على الباحث أن يحصل على نسبة اتفاق الخبراء في صلاحية الفقرات وإمكانية إجراء تعديلات بنسبة لأتقل عن (75 %). ( بتيامين، 1983، ص123)

### الاختبارات المستعملة :

#### الاختبار الاول : اختبار التهديف

اسم الاختبار: اختبار التهديف نحو هدف كرة قدم مقسم على مربعات مرقمة من الجانبين ( احمد، 2013، ص 27)

■ اسم الاختبار:- التهديف نحو هدف مقسم الى مربعات مرقمة من الجانبين ( احمد، 2013، ص 27)

■ الغرض من الاختبار:- قياس دقة التهديف نحو الهدف.

■ الادوات :-

■ كرات قدم ( للصالات) عدد (5).

■ شريط لتعيين منطقة التهديف للاختبار.

■ هدف كرة القدم للصالات.

■ ملعب كرة القدم لصالات.

وصف الاداء :- توضع (5) كرات في أماكن مختلفة ومحددة بمسافة (10م) عن الهدف إذ تقوم المختبرة بالتهديف في المناطق المؤشرة في الإختبار على وفق أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر المسافة بين كرة وأخرى (50) سم. كما موضح بالشكل ( 8 ) .

■ شروط الاداء :- يبدأ الاختبار من الكرة ( 1 ) وينتهي بالكرة رقم ( 5 ) .

طريقة التسجيل :- تحتسب عدد الإصابات التي تدخل الأهداف أو تمس جوانبها وكالاتي :-

■ (4) درجات عند التهديف في المجال رقم (4).

■ (3) درجات عند التهديف في المجال رقم (3).

■ (2) درجتان عند التهديف في المجال رقم (2).

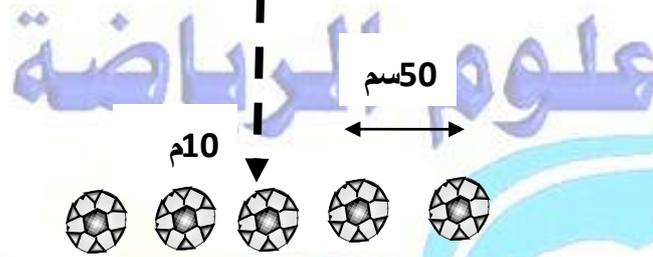
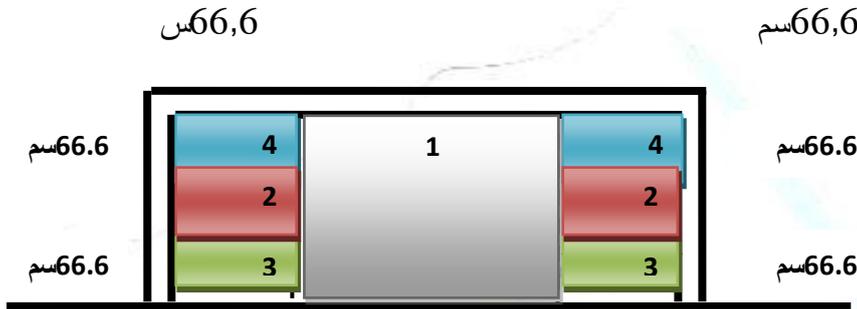
➤ (1) درجة واحدة عند التهديف في المجال رقم (1).

➤ (صفر) خارج حدود التهديف.

➤ تعطى المختبرة محاولة واحدة.

➤ قياس كل مربع في كلا الجانبين يبلغ 66,6 سم .

➤ قياس المربع في الوسط يبلغ 166,8 سم



الشكل ( 1 ) يوضح اختبار التهديف

الاختبار الثاني : دقة المناولة ( عبد الحمزة 2011)

الهدف من الاختيار : المناولة .

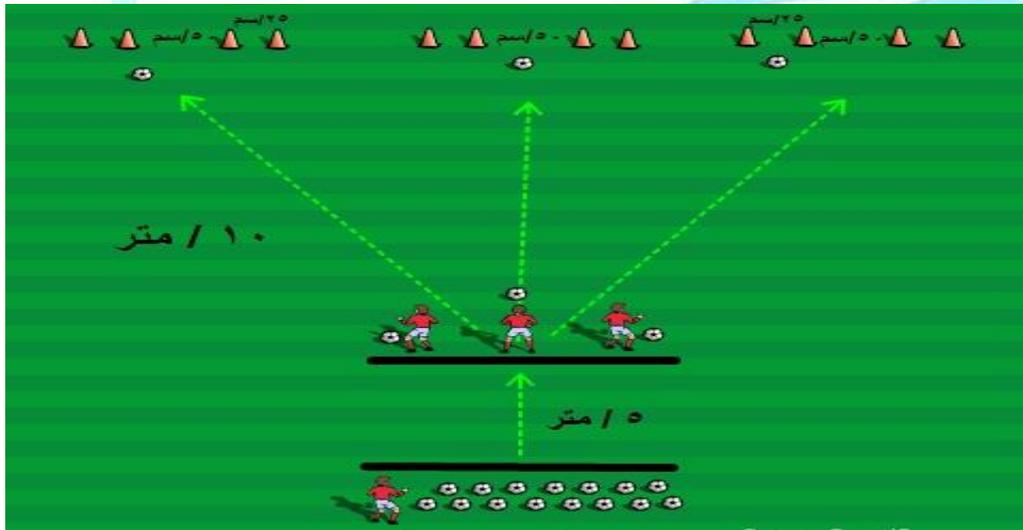
الأدوات: أرض مستوية و(15) كرة قدم ، و(6) شواخص كبيرة وصغيرة، صافرة ، بورك .  
وصف الاختيار : يرسم خطان متوازيان عن بعض (5م) ويعرض (3م) ويبعد (10م) عن مجموعة من الشواخص الموزعة أمام وعلى الجانبين من خط المناولة ، والمسافة بين الشاخصين

الكبيرين (50سم) والصغيرين (25سم) من كلا الجانبين ، وهكذا بالنسبة للشاخصين الآخرين وكما موضح بالشكل (6) ، ويقوم المختبر بدرجة الكرة لمسافة (6م) وعند وصوله إلى خط المناولة يقوم بالمناولة إلى الشواخص الموجودة في جهة اليسار بالنسبة للمختبر ومن ثم يرجع ويستلم الكرة ويدرجها إلى خط المناولة ويقوم بالمناولة إلى المنتصف ومن ثم إلى جهة اليمين ، وهكذا يكرر المحاولات (12) تكرار بواقع (4) محاولات على كل شاخص .

#### شروط الاختبار :

- يجب أن لا يبعد اللاعب الخط المحدد للمناولة .
- يجب أن يؤدي الاختبار بالتسلسل المطلوب نفسه .
- الدرجة والمناولة بالقدم المفضلة لدى المختبر .
- يعطى المختبر (12) محاولة .

**طريقة التسجيل :** تحتسب للاعب نقطتان في حال دخول الكرة بين الشاخصين الصغيرين ، ونقطة واحدة في حال دخول الكرة بالشاخص الكبير والصغير .



#### الاختبار الثالث: الدرجة : -

اسم الاختبار:- اختبار الدرجة بالكرة بين (5 شواخص ) بين شاخص واخر (1,5م) ذهابا وايابا ( جبار، خورشيد ، 2011 ، ص 215).

الغرض من الاختبار: - قياس مدى قدرة المختبر على التحكم في الكرة في أثناء الجري بها بين الشواخص.

الادوات : - كرة قدم عدد (1) ، شواخص عدد (5) ، ساعة توقيت ، ملعب توضع فيه (5) شواخص في خط مستقيم المسافة بين شاخص وآخر (1.5م) والمسافة بين خط البداية وأول شاخص (2م).

وصف الاداء : - يقف المختبر بالكرة على خط البداية، وعند إعطاء إشارة البدء يجري المختبر بين الشواخص جرياً متعرجاً حتى يصل إلى آخر شاخص يدور حوله ويعود إلى خط البداية بالطريقة نفسها، للاعب الحق في استخدام كلتا القدمين ، وكما موضح في الشكل (6) .

شروط الاداء : -

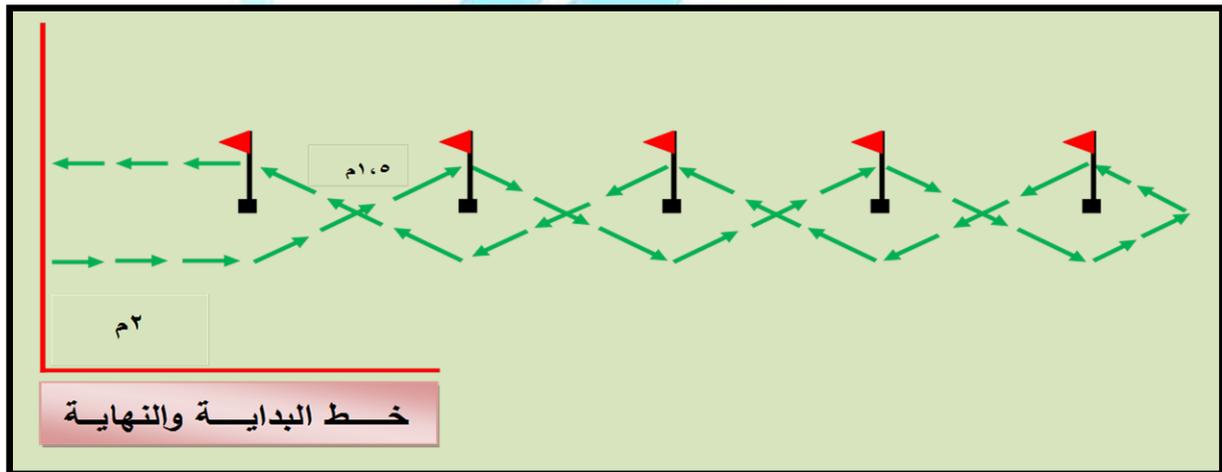
يمكن للمختبر أن يبدأ باجتياز الشاخص الأول من جهة اليمين أو اليسار.

يجب عدم توقف حركة اللاعب في أثناء الاختبار.

تعاد المحاولة في حال سقوط الشاخص .

طريقة التسجيل : -

يحتسب للمختبر الزمن لأقرب ثانية من لحظة إعطائه إشارة البدء حتى عودته لخط البداية مرة أخرى .



شكل ( 3 ) يوضح اختبار الدرجة

### التجارب الاستطلاعية :

تم جراء التجربة الاستطلاعية الاولى يوم السبت المصادف 18 / 12 / 2021 في ملعب نادي الوجيهية

والتجربة الاستطلاعية الثانية الخميس بتاريخ 2021/12/23 على عينة من لاعبين (20) من غير عينة التجربة الرئيسية ، مع وجود فريق العمل المساعد والتجربة الاستطلاعية تعد بمثابة دراسة أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه بتجربته تهدف إلى اختيار أساليب البحث وأدواته(الياسري،2010،ص58) .

**الاختبارات القبليّة:** أجرى الباحث الاختبارات القبليّة يوم الخميس المصادف 30 / 12 / 2021 في منتدى شباب بعقوبة في تمام الساعة (9 صباحاً)، إذ تم إجراء اختبارات مقياس الاستقرار النفسي، والدرجة، والمناولة، والتهديف، فقام الباحث بتوضيح الاختبارات للعينة و تم الانتهاء من الاختبارات الساعة (11 صباحاً).

**التجربة الرئيسية:** قام الباحث بإجراء التجربة الرئيسية للبحث، وذلك بإدخال المتغير المستقل على المجموعة التجريبية، التي بدأت في يوم الاثنين المصادف 2021/1/3 وواقع وحدتين في الأسبوع (الاثنين، الأربعاء) ولمُدّة (8) أسابيع بمجموع (16) وحدة تدريبية سبقتها وحدة تعليمية تعريفية، لتوضيح بعض الإجراءات الخاصة بالتجربة .

انتهت التجربة في يوم الخميس 2021/3/3 قام الباحثين بإعداد (24) تمريناً للمهارات و 16 تمرين نفسي قيد البحث، راعت فيها التدرج من السهل إلى الصعب والفروق الفردية ومستوى العينة علما ان زمن الوحدة التدريبية هو (90) دقيقة، مقسم على ثلاثة أقسام وعلى النحو الآتي:  
القسم التمهيدي: ومدته (20 دقائق) ويشمل:

المقدمة والإحماء: ومدته (10 دقائق) تجري بها عملية أخذ الغياب وإجراء الإحماء.

التمرينات المهارية: ومدتها (10 دقائق)

القسم الرئيس: ومدته (60 دقيقة) مقسم على قسمين:

النشاط التعليمي: مدته (10دقيقة) يتم عن طريقه شرح المهارة من لدن المُدرب.

النشاط التطبيقي: مدته (30) دقيقة يتم في أثناء تطبيق التمرينات بواقع ثلاثة تمرينات مدة كل

تمرين (10) دقائق. و (10) دقيقة للتمرين النفسي بواقع (4) تمارين نفسية مدة كل تمرين

(2.5) دقيقة

القسم الختامي: مدته (10) دقائق يتم عن طريقه التهيئة (الاستشفاء)، والوقوف وإنهاء الوحدة التدريبية.

الاختبارات البعدية : تم إجراء الاختبارات البعدية على لاعبي منتدى شباب بعقوبة بكرة القدم في يوم السبت الموافق 2022 /3/5 وعلى ملعب منتدى شباب بعقوبة اعلاه وبنفس ظروف الاختبارات القبلية

الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث البرنامج الإحصائي ( spss ) لمعالجة البيانات .

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

تم جمع بيانات الاختبارات القبلية والبعدية لمقياس الاستقرار النفسي وبعض المهارات الأساسية لمجموعتي البحث، ومن خلال المعالجات الإحصائية لهذه الاختبارات ظهرت النتائج الآتية:-

عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية الانحرافات المعيارية قيد البحث للمجموعة الضابطة.

المعالجات المتغيرات		القبلي		البعدي		وحدة القياس
ع	س	ع	س	ع	س	
1.276	2.550	1.486	3.000			درجة
5.433	34.450	6.064	34.600			زمن
1.069	3.750	0.967	3.100			درجة
2.372	5.050	1.962	5.200			درجة

الجدول (2)

يوضح فرق الأوساط وانحراف الفروق وقيمة (t) المحسوبة قيد البحث للمجموعة الضابطة.

المعالجات المتغيرات	وحدة القياس	س	ع	t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
		ف	ف			
الاستقرار النفسي	درجة	0.450	2.012	1.000	0.330	غير معنوي

الدرجة	زمن	0.150	4.319	0.155	0.878	غير معنوي
المنافسة	درجة	0.650	1.136	2.557	0.01	معنوي
التدريب	درجة	0.1500	2.777	0.242	0.812	غير معنوي

أنَّ الوسط الحسابي الخاص بالاسترخاء النفسي في الاختبار القبلي هو (3.000) في حين نسبة الخطأ (0.330) وهي أكبر من (0.05)، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لهذا المتغير.

أنَّ الوسط الحسابي للدرجة في الاختبار القبلي هو (34.600) في حين نسبة الخطأ (0.878) وهي أكبر من (0.05)، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لهذا المتغير.

والوسط الحسابي المناولة في الاختبار القبلي هو (3.100) بانحراف معياري في حين نسبة الخطأ (0.01) وهي أصغر من (0.05)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لهذا المتغير.

ان الوسط الحسابي للتدريب في الاختبار القبلي هو (5.200) في حين نسبة الخطأ (0.812) وهي أكبر من (0.05)، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لهذا المتغير.

مناقشة نتائج المجموعة الضابطة:

إنَّ سبب ضعف المهارات المدروسة للعبة كرة قدم في المنتديات بحسب رأي الباحثين يكمن في عدم استعمال تمارين مدروسة مركزة على بعض الوسائل الحديثة المستعملة عالمياً في الوقت الحاضر ، وأيضاً هناك عشوائية في التمارين المعدة من القائمين على التدريب عرض نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها: يوضح الأوساط الحسابية الانحرافات المعيارية قيد البحث للمجموعة التجريبية.

الجدول (3)

المعالجات المتغيرات		وحدة القياس	
القبلي	البعدي	س	ع
2.850	1.039	س	ع
0.998	4.550	درجة	درجة

6.525	31.550	7.355	37.00	زمن	الدرجة
0.966	4.750	1.357	3.500	درجة	المناولة
1.761	8.550	1.954	4.850	درجة	التهدف

الجدول (4)

يبين فرق الأوساط وانحراف الفروق وقيمة (t) المحسوبة قيد البحث للمجموعة التجريبية.

المعالجات المتغيرات	وحدة القياس	س ف	ع ف	T المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
الاستقرار النفسي	درجة	1.700	1.128	6.736	0.000	معنوي
الدرجة	زمن	5.450	3.068	7.942	0.000	معنوي
المناولة	درجة	1.250	1.208	4.626	0.000	معنوي
التهدف	درجة	3.700	1.688	9.797	0.000	معنوي

يتبين من الجدول (3) أنَّ الوسط الحسابي الاستقرار النفسي في الاختبار القبلي هو (2.850) في حين نسبة الخطأ (0.000) وهي أصغر من (0.05)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي. أنَّ الوسط الحسابي للدرجة في الاختبار القبلي هو (37.00) في حين نسبة الخطأ (0.000) وهي أصغر من (0.05)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي.

أنَّ الوسط الحسابي المناولة في الاختبار القبلي هو (3.500) في حين نسبة الخطأ (0.000) وهي أصغر من (0.05)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي.

يتبين من الجدول (3) أنَّ الوسط الحسابي للتهدف في الاختبار القبلي هو (4.850) في حين نسبة الخطأ (0.000) وهي أصغر من (0.05)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي. مناقشة نتائج المجموعة التجريبية:

يتبين من الجدولين (3 و4) أنّ هناك فروقاً معنوية للاستقرار النفسي و للمهارات الثلاثة المدروسة (الدرجة، والمناولة، والتهديف) ولمصلحة الاختبار البعدي بحسب الأوساط الحسابية المذكورة في الجدول (3)، ويعزو الباحثين هذا التطور إلى نوعية التمرينات المستعملة المعززة بالوسائل التدريبية الحديثة التي كان لها الأثر الكبير في تعلّم هذه المهارات ، وكذلك إلى عدد التكرارات الذي يتخلله أوقات راحة كافية. عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها.

#### الجدول (5)

يوضح نتائج الاختبارات البعدية قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الدالة	قيمة t		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات
	المحسوبة	نسبة الخطأ	ع	س	ع	س		
معنوي	0.000	5.540	1.276	2.550	0.998	4.550	درجة	الاستقرار النفسي
معنوي	0.04	2.099	5.477	34.684	6.203	30.800	زمن	درجة
معنوي	0.004	3.102	1.069	3.750	0.966	4.750	درجة	مناولة
معنوي	0.000	5.271	2.372	5.050	1.761	8.550	درجة	تهديف

ويتبين من الجدول (5) أنّ قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي الخاص بالاستقرار النفسي كان الوسط الحسابي للمجموعة للتجريبية (4.550) بانحراف معياري (0.998)، والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (2.550) بانحراف معياري (1.276)، وبالتالي فإنّ قيمة (t) المحسوبة هي (5.540)، في حين نسبة الخطأ (0.000) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

وقيمة الأوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي للدرجة كان الوسط الحسابي للمجموعة للتجريبية (30.800) بانحراف معياري (6.203)، والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (34.684) بانحراف معياري (5.477)، وبالتالي فإنّ قيمة (t) المحسوبة هي (2.099)، في حين نسبة

الخطأ (0.04) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

وقيمة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي للمناولة كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (4.750) بانحراف معياري (0.966)، والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (3.750) بانحراف معياري (1.069)، وبالتالي فإن قيمة (t) المحسوبة هي (3.102)، في حين نسبة الخطأ (0.004) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي للتهديف كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (8.550) بانحراف معياري (1.761)، والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (5.050) بانحراف معياري (2.372)، وبالتالي فإن قيمة (t) المحسوبة هي (5.271)، في حين نسبة الخطأ (0.000) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

#### مناقشة نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية:

يبين الجدول (10) الفروق المعنوية الخاص بلاستقرار النفسي والمهارات المدروسة (الدرجة، والمناولة، والتهديف) ولمصلحة المجموعة التجريبية بحسب الأوساط الحسابية، كون الأوساط الحسابية للمجموعة التجريبية أكبر من أوساط المجموعة الضابطة عدا مهارة الدرجة، كون وحدة قياسها الزمن (الزمن الأقل له الأفضلية).

ويرى الباحثين أنّ الوسائل التدريبية الحديثة وطريقة العرض كان لها الأثر الكبير في تعلّم المهارات ، كون العينة منتديات شباب فهم قليلون المشاهدة للعبة كرة القدم، فضلاً عن ممارستها، فهنا كانت الوسائل التدريبية الحديثة وطريقة العرض عاملاً أساسياً في التعلّم

**الخاتمة:**

استنتج الباحثين أنّ البرنامج التدريبي المتضمن التمرينات المهارية المعزز بالجانب النفسي الذي طبق على المجموعة التجريبية كان لها الأثر الكبير في تعلّم مهارة الدرجة، والمناولة، والتهديف، إذ ظهر هذا التحسن في الأداء نتيجة التكرار الصحيح للتمرينات على وفق



الأسلوب التدريبي الحديث و البرنامج التدريبي المعد وفق اسس تدريبيه حديثة مع التمارين النفسية كان سبب بتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات في الاختبارات البعدية ، كما يوصي الباحثين ضرورة تطبيق البرنامج التدريبي المعززة بالمؤشر النفسي في مناهج التربيّة الرياضية و على عينات مختلفة كأن تكون اناث.

#### المصادر العربية والأجنبية

- بعث عبدالمطلب عبد الحمزة، تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية - مهارية) لاختيار ناشئي خماسي كرة القدم في بغداد بأعمار (14 - 16) سنة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير، 2011).
- بلوم بثيامين واخرون ؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد أمين المفتي واخرون ، دار ماكرو هين ، القاهرة ، 1983.
- صدام محمد أحمد ؛ تأثير تمارينات خاصة بمساحات لعب مصغرة في تطوير بعض القدرات الحركية والمهارات الاساسية للاعبين الصالات بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة ديالى ، 2013 .
- محمد جاسم ألياسري ؛ الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية : ( النجف ، دار الياء للطباعة والتصميم ، 2010 ).
- نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح فتحي؛ دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية: (العراق، جامعة بغداد، 2004).
- American College of Sports Medicine: Lippincott Williams & Wilkins. Guidelines for exercise testing and prescription, ed 7, Baltimore, 2005