

تأثير تمارينات خاصة في تطوير دقة تهديف ركلة الجزاء 10م بعد الخطأ الخامس
للاعبي كرة قدم الصالات

The Effect of Special Exercises in Developing the Accuracy of Scoring a Penalty kick 10 meters after the Fifth Mistake for Futsal Players

م.د تركي هلال كاظم سلمان

جامعة ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Lect. Dr. Turki Hilal Kazim Salman (8)

University of Diyala

College of Physical Education and Sports Sciences

turkihilal7@gmail.com

م.د مها ودود كمال

جامعة ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Assis :Maha Wadud Kamal

Diyala University

College of Physical Education and Sport Sciences

الكلمات المفتاحية : تمارينات خاصة ، دقة تهديف ، الخطأ الخامس.

**Keywords: special exercises, scoring accuracy, fifth
mistake.**

الملخص:

هدف البحث إلى اعداد تمارينات خاصة لتطوير دقة وتنفيذ ركلة (10م) بعد الخطأ الخامس للاعبي كرة قدم الصالات، والتعرف على تأثير التمارينات الخاصة لتطوير دقة وتنفيذ ركلة (10م) بعد الخطأ الخامس للاعبي كرة قدم الصالات، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، واختير مجتمع البحث وعينته بالطريقة العمدية وهم لاعبي كرة قدم الصالات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى البالغ عددهم 12 لاعباً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع كل 6 لاعبين لكل مجموعة، مثلوا مجتمع البحث تمثيلاً كاملاً، واستنتج الباحثين أن التدريب المتواصل والمتكرر المستمر يساعد في تطوير دقة وتنفيذ ركلة 10م بعد الخطأ الخامس للاعبي كرة قدم الصالات، ونتيجة لتطبيق مفردات التمارينات الخاصة فأنا نجد تطوراً في مهارة دقة وتنفيذ ركلة 10م بعد الخطأ الخامس للاعبي كرة قدم الصالات. وهذا يدل على أن مفردات التمارينات الخاصة قد أعدت بشكل صحيح بما يخدم هذا التطور، واستخدام

التمرينات والتدرج في الصعوبة كل هذه العوامل تساعد في تطوير الأداء الخططي والمهاري لدى عينة البحث من خلال نسب التطور التي ظهرت، ويوصي الباحثين أن الاستفادة من التمرينات الخاصة من قبل المهتمين في هذه اللعبة، ويكون التدريب على هذه المهارة مبكراً مع الفئات العمرية الصغيرة وضرورة إعطائها الوقت الكافي، وضرورة اعتماد التمرينات الخاصة المعدة من قبل الباحثين التي تسهم في تطوير دقة التهديف للحالات الثابتة.

Abstract:

The aim of the research is to identify and prepare special exercises to develop the accuracy and performance of the (10m) kick after the fifth mistake for futsal players. The researcher used the experimental method to suit the nature of the research. The sample has been selected intentionally, and they are 12 futsal players from the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Diyala. They are divided into two groups, the experimental and control groups. Six players have been selected to represent each group. All represented the research community. The researcher finds out that continuous and repeated training helps in developing the accuracy and fulfillment of the 10m kick after the fifth mistake for futsal players. As a result of applying the basic steps of the special exercises, the researcher finds a kind of development in the skill of performing accurately of the 10m kick after the fifth mistake for futsal players. This indicates that the plans of the special exercises have been prepared correctly and the early and gradual use of exercises serve this development and help in developing the tactical and skill performance of the research sample. The researcher recommends that those who are interested in the game get benefits from these special exercises. The emphasis on training this skill early with young age groups, the necessity of giving sufficient time, and the necessity of adopting the special exercises prepared by the researcher all contribute to developing the accuracy of scoring for fixed cases.

1- المقدمة:

التدريب الرياضي علم يستمد جزءاً كبيراً من نظرياته وأساسه ومبادئه في تنفيذ عملياته من علوم أخرى كعلم وظائف الأعضاء والكيمياء الحياتية والتغذية، والتي تمتزج مع بعضها لتعمل على رفع الحالة التدريبية للرياضي، والتي من خلالها تتأثر مستويات اللاعبين نحو الايجابية وتحقق نتائج متقدمة ومتميزة، ويعتمد التدريب الرياضي الحديث على تركيز اهدافه لتنمية الجوانب البدنية، فكلما تحسنت امكانية الرياضي اللاهوائية او الهوائية انعكس ذلك بشكل مباشر على مستوى الاداء البدني والمهاري، وذلك بوضع البرامج التدريبية التي تستند على الاسس العلمية.

وتعد التربية البدنية وعلوم الرياضة في صورتها الحديثة ونظمها وقواعدها السليمة وبأنواعها المتعددة، ميداناً مهماً في التربية العامة للمجتمعات، ومدى تطورها يعكس مدى تطور تلك المجتمعات واستقرارها ورفقيها، وكذلك تعد عنصراً مهماً ومميزاً في إعداد وتطوير القدرات والمواهب بدءاً من مراحل الاكتشاف وانتهاءً بتحقيق الإنجاز، إن أي تطور في مجال الألعاب والفعاليات الرياضية لا يتحقق إلا من خلال تطوير وتحسين ورفع مستوى الإنجاز والذي لا يأتي إلا عن طريق الاستمرار بعملية التدريب الرياضية وتطورها وشمولها لدقائق التفاصيل التي يتشكل منها النشاط الرياضي الممارس، وإن العملية التدريبية يجب أن تعتمد على الأعداد المهاري والخططي والإعداد النفسي إضافة إلى الارتقاء بالمستوى البدني من خلال تطوير الصفات البدنية مثل القوة والسرعة والرشاقة وغيرها من الصفات البدنية الأخرى، وإن افتقار العملية التدريبية لأحد العناصر السابقة يمكن أن يحدث خللاً في العملية التدريبية والذي سيؤثر بشكل سلبي على المستوى الرياضي وبالتالي ينحدر الإنجاز، ويرتبط الأداء المهاري بشكل عام بالقدرات البدنية ونتيجة لهذا الارتباط فقد بات من المهم أن يتميز لاعب كرة قدم الصالات بقدرات بدنية خاصة بنوع المهارة من أجل تكامل الشروط لتحقيق الهدف من أداء المهارة المطلوبة، ويعد التهديد من أهم المهارات الهجومية بكرة قدم الصالات ولكي يتقن اللاعب هذه المهارة فلا بد أن يمتلك المتطلبات البدنية والمهارية لها، فضلاً عن استخدام التنويع في التمرينات فيما يتعلق بأنواع التهديد من الثبات والحركة وتنظيم مفردات الوحدة التدريبية بشكل يركز على هذه المهارة ولا سيما أن هذه المهارة هي الحاسمة في تغيير النتيجة في جميع مباريات كرة قدم الصالات. وتكمن أهمية البحث من خلال استخدام تمرينات خاصة في تطوير دقة تهديد ركلة الجزاء 10م بعد الخطأ الخامس للاعبي كرة قدم الصالات.

مشكلة البحث برغم التطور المستمر والسريع الذي طرأ على اغلب الفعاليات الرياضية ومنها كرة قدم الصالات الا ان مستوى هذه اللعبة لايزال دون مستوى الطموح المطلوب لدى لاعبي منتخبات الجامعات مقارنة بلاعبي فرق الاندية ومع أن أغلب لاعبي منتخب الجامعات هم ينشطون في الأندية وذلك لما يتطلبه من فرق الجامعات كونها ركيزة اساسية، وإن من أهم اسباب عدم الوصول الى مستوى هذه المنتخبات هو ضعف الاعداد المهاري للاعبين، ومن خلال مشاهدات الباحثين الكثيرة على صعيد الدوري الممتاز فقد وجدو ضعفاً واضحاً لدى اللاعبين في تنفيذ بركلة 10متر بعد الخطأ الخامس بكرة قدم الصالات، مما حدا بهم الى استخدام تمرينات خاصة في تطوير دقة التهديد لركلة 10م بعد الخطأ الخامس للاعبي كرة قدم الصالات.

هدف البحث:

1. اعداد تمارينات خاصة لتطوير دقة تنفيذ ركلة الجزاء (10م) بعد الخطأ الخامس للاعبي كرة قدم الصالات.
2. التعرف على تأثير التمارينات الخاصة لتطوير دقة تنفيذ ركلة الجزاء (10م) بعد الخطأ الخامس للاعبي كرة قدم الصالات.

فروض البحث:

1. توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.
2. توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

مجالات البحث:

- 1- المجال البشري: لاعبي كرة قدم الصالات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى.
- 2- المجال المكاني: ملعب كرة قدم الصالات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى.
- 3- المجال الزمني: للمدة من 2024/2/4 ولغاية 2024/3/11.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته

اختير مجتمع البحث وعينته بالطريقة العمدية وهم لاعبي كرة قدم الصالات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة البالغ عددهم 12 لاعباً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع كل 6 لاعبين لكل مجموعة، مثلوا مجتمع البحث تمثلاً كاملاً.

2-3 تكافؤ مجموعتي البحث

ولأجل تحقيق ذلك قام الباحثون بأجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات

الاتية:

- العمر بالسنة.
- الطول مقاسا بالسنتيمتر.
- الوزن مقاسا بالكيلوغرام.

والجدول رقم (1) يبين ذلك:

الجدول (1)

المعالم الاحصائية وقيمة (ت) لعدد من متغيرات البحث للمجموعتين التجريبيتين
لتكافؤ مجموعتي البحث

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحتسبة
	ع	س-	ع	س-	
العمر/سنة	20.75	0.462	20.375	0.517	1.431
الطول/سم	176	6.886	176.125	6.289	0.035
الوزن/كغم	72.75	5.365	73.25	6.318	0.159

قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ ودرجة حرية (14) هي (2.14)

ومن خلال الجدول (1) يتبين عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في المتغيرات المذكورة اعلاه، اذ كانت قيم (ت) المحتسبة اصغر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ ودرجة حرية (14)، مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

2-4-2 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

1-4-2 وسائل جمع البيانات

- المصادر العلمية.
- الاستبيان .
- المقابلة الشخصية.
- الاختبارات والقياسات.

2-4-2 الأدوات المستخدمة في البحث:

- ساعة توقيت نوع (Adanac) تقيس الزمن لاقرب 1/100 ثانية عدد (8).
- كرة قدم صالات.
- شاخص عدد (18).
- صافرة عدد (2).

2-4-2 إجراءات البحث الميدانية:

1-4-2 الاختبارات البدنية والمهارية:

اختبار التهديد على الهدف المقسم بدرجات من بعد (10م). (كامل: 2007: 82)

اسم الاختبار: اختبار التهديد على الهدف المقسم بدرجات من بعد (10م).

الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديد.

الأدوات المستخدمة: شريط قياس وكرة خاصة بكرة القدم للصالات عدد (3) وهدف

مقسم بواسطة حبال على (9) أقسام وشاخص واستمارة تسجيل وصافرة.

طريقة الأداء: يقف المختبر على بعد (10م) من الهدف وعند إعطاء الإشارة يقوم بالتهديف.

التسجيل: تعطى للمختبر (3) محاولات إذ يتم تسجيل الدرجات حسب الموقع.



الشكل (1)

يوضح اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات من بعد (10م)

2-4-2 التجربة الاستطلاعية:

أجرى الباحث مع فريق العمل تجربة استطلاعية على (2) لاعبين من خارج مجتمع البحث وقد تم استبعادهم عند تنفيذ إجراءات البحث الأساسية وذلك يوم 2024/2/4، وكان الهدف من التجربة ما يأتي:

- التعرف على الأخطاء والمعوقات التي قد ترافق التجربة.
- التعرف على مدى صلاحية الأدوات المستخدمة.
- التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد ومدى تفهمهم لتنفيذ القياسات والاختبارات.

2-4-3 الاختبارات القبليّة

تم إجراء الاختبار القبلي على أفراد عينة البحث قبل البدء بتنفيذ البرنامج التدريبي وذلك لتحديد مستوى دقة تنفيذ ركلة الجزاء، وذلك يوم 2024/2/8 وفي قاعة الشهيد الدكتور مصطفى عبدالجليل للألعاب الرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى.

2-4-4 التمرينات المستخدمة في البحث:

شرع الباحث بتطبيق التمرينات على أفراد المجموعة التجريبية وذلك في القسم الرئيس من الوحدة التدريبية وبمدتها (30) دقيقة إذ اشتملت على مجموعة التمرينات لتطوير دقة تنفيذ ركلة 10م بكرة قدم الصالات وقد راع الباحث النواحي العلمية والدقة في تنفيذ التمرينات، إذ طبقت للفترة من 2024/2/11 ولغاية 2024/3/6 ولمدة (4) أسابيع وبواقع وحدتين تدريبيتين في الأسبوع.

5-4-2 الاختبارات البعدية

أجريت الاختبارات البعدية على افراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد انتهاء من تطبيق التمرينات المعدة من قبل الباحث وذلك يوم 2024/3/11 وبنفس إجراءات الاختبارات القبلية، وبحضور فريق العمل المساعد.

5-2 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS لاستخراج النتائج.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لدقة تهديف ركلة 10م بكرة قدم الصالات:

الجدول (2)

يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري وقيمة t المحسوبة ونسبة الخطأ ومستوى الدلالة لمتغيرات البحث

المجموعة	الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
التجريبية	القبلي	4.344	1.211	0.494	8.281	0.000	معنوي
	البعدية	12.132	1.366	0.567			
الضابطة	القبلي	4.167	1.169	0.478	5.222	0.003	معنوي
	البعدية	7.002	0.894	0.365			

3-2 عرض نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار دقة تهديف ركلة 10م بكرة قدم الصالات:

الجدول (3)

يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري وقيمة t المحسوبة ونسبة الخطأ ومستوى الدلالة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي لمتغيرات البحث

الاختبار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
التجريبية	12.132	1.366	0.567	8.001	0.000	معنوي
الضابطة	7.002	0.894	0.365			

3-3 مناقشة النتائج:

من خلال النتائج التي ظهرت يرى الباحث ان دقة تهديف ركلة (10م) بكرة قدم الصالات قد ظهرت هذه الفروق هو فرق موضوعي ومنطقي على ضوء الاسباب

المنطقية والموضوعية التي من خلالها ظهرت هذه الفروق وهو تعرض افراد هذه المجموعة الى مجموعة من متغيرات البحث وهي التمرينات الخاصة بركلة الجزاء ضمن اطار منهج تدريبي ومنظم وفق المفاهيم العلمية المعتمدة على ضوء المصادر والمراجع بهذا الخصوص. وان تنفيذ افراد هذه المجموعة على تنفيذ التمرينات اسهم بشكل ايجابي بإظهار هذه الفروق من خلال المعالجات الاحصائية لنتائج الاختبارات البعدية مقارنةً بالاختبارات القبلية، ويعزو الباحث هذا التطور بهذه المهارة لما لها من اهمية في مجمل العملية التدريبية اضافة الى انها تعتبر التتويج النهائي لجميع المهارات التي يقوم بها لاعب كرة قدم الصالات، ان هذه المهارة تحتاج الى تكرارات كثيرة ضمن اطار الوحدات التدريبية ، وبما ان المنهج احتوى على تمارين تطبيقية علمية تم تنفيذها من قبل اللاعبين خلال أزمدة الوحدات التدريبية وبتكرارات مبرمجة اضافة الى ان مهارة التهديف تحتاج قدرات بدنية خاصة لتنفيذ مثل هذه المهارة والتي تتميز بالقوة والسرعة فضلا عن عامل الدقة الذي يعتبر العامل الحاسم بتسجيل اصابة من مرمى الخصم، ولان فاعلية الاداء المهاري يجب ان تتوج بأصابة المرمى بدقة عالية والتي تحتاج الى تركيز عالي فضلاً عن توافقات عضلية عصبية متناسقة لاداء مثل هكذا مهارات بنجاح وفعالية وان تنفيذ هذه المهارات من خلال التشويق الذي تخلقه للاعبين اثناء تأدية التكرارات المتعددة اثناء تنفيذ التمارين التطبيقية وابعاد اللاعبين عن الملل الذي تخلقه التمارين المتكررة وهذا يتفق مع ما ذكره وجيه محجوب "اذ يلعب الاعجاب بالحركة والدافع لها دور كبير في عملية تعلم المهارة واتقانها" (محجوب:1985:87).

يسعى اللاعبون إلى الوصول إلى مستويات أعلى من الأداء، مما يدفعهم للتركيز على المهارات التي يحتاجون إلى تحسينها. في حالة لاعبي كرة قدم الصالات، على سبيل المثال، قد يركزون على تمارين التسديد، التمريرات، بهدف تحسين الأداء الفردي والجماعي. الدافع الداخلي يدفعهم لبذل جهد أكبر في هذه التمرينات، (Abdulridha:2023:37) ويشير كل من (هلال والريعي، 2022) إلى أن الأداء المهاري بشكل عام بالقدرات البدنية ونتيجةً لهذا الارتباط فقد بات من المهم ان يتميز لاعب كرة القدم للصالات بقدرات بدنية خاصة بنوع المهارة من اجل تكامل الشروط لتحقيق الهدف من اداء المهارة المطلوبة (هلال والريعي:2022:61).

ويرى الباحث بأن اهم ما يميز تنفيذ ركلة الجزاء بعد الخطأ الخامس هو دقة ادائها وإصابة المرمى بشكل ناجح وهي تأتي عن طريق خلق التركيز العالي لتنفيذ الواجبات الفنية لهذه المهارة بدقة عالية، وهذا يتوقف مع ما ذكره حنفي محمود مختار

لكي يستطيع اللاعب اداء المهارة بالطريقة المثالية لابد ان تكون عضلاته قوية حتى يستطيع ان يبذل الجهد المطلوب وخاصة في المباريات تحت ضغط فالقوة تساعده في التغلب على الخصم من جهة ومن جهة اخرى يستطيع ان يؤدي المهارة بالقوة المطلوبة" (مختار:1998:94).

تعد التمرينات الرياضية من العوامل المحورية في تطوير القدرات البدنية والمهارات الحركية لدى الرياضيين. يرتبط الإدراك الحركي بشكل وثيق بقدرة الفرد على التنسيق بين الحركات الجسدية والمحفزات البيئية في اللحظات الدقيقة. في رياضة كرة القدم، يشكل الإدراك الحركي أثناء تنفيذ ركلة الـ 10م عنصراً حاسماً في دقة التسديد، حيث يتطلب ذلك قدرة عالية على التفاعل السريع والتحكم العضلي. تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين التمرينات والإدراك الحركي وتأثيرهما على أداء اللاعبين في هذا السياق. (Khurshid:2024:206)

"وان استخدام التكرارات الصحيحة للمهارات المختارة و التمرينات الخاصة و معالجة و تصحيح الاخطاء وباسلوب علمي صحيح و تربوي و اتاحة الفرصة للاعبين باداء اكثر عدد من التكرارات الصحيحة و توجيههم نحو الاداء الدقيق مما لعب دورا بارزا في ايصالهم للمستوى الأفضل" (جبار:2023:186) وان خلق التمرينات من خلال المنهج التدريبي على وفق المشابهة الى المنافسة و التنوع في التمرينات و الاختلافات في تنفيذها بتكرارات مختلفة ، تعمل على اتقان هذه المهارات التي يبغي الباحث تطويرها من خلال هذه المفردات والتي تعمل بدورها بشكل ايجابي عند اتقانها ، وهي تعبير طبيعي لما يريده الباحث من خلال التدريب وتنفيذ هذه المهارات بالمنافسة عند تعرض اللاعبين لهذه المنافسة، . وان هذا التنوع في التدريبات من خلال الوحدات التدريبية التي تنفذها اللاعبين هي التي خلقت التكيفات على اداء المهارات بأتقان ومنها مهارات المناولة والاستلام تحت اي ظرف من ظروف الاداء خلال المنافسة مع الزميل او مع لاعبي الفريق الخصم، ويتفق مع ما ذكره علي بن صالح الحمرة وري حيث يذكر بأنه " الذي لا يمكن زواله بسهولة هو المهارات الخاصة للعبة حيث انها عندما يكتسبها اللاعب ويتقنها يكون من الصعب زوالها لذا فهي تعتبر افضل استثمار لكل الجهود المبذولة لخدمة اللاعب والارتقاء لمستوى ادائه المهاري" (الحمرة وري:1994:327).

4- الخاتمة:

في ضوء مناقشة النتائج استنتج الباحثون أن التدريب المتواصل والمتكرر المستمر يساعد في تطوير مهارة تهديف ركلة 10م بعد الخطأ الخامس للاعبي كرة قدم

الصالات، ونتيجة لتطبيق مفردات التمرينات الخاصة فأنتنا نجد تطوراً في مهارة تهديف ركلة 10م بعد الخطأ الخامس للاعبين كرة قدم الصالات. وهذا يدل على أن مفردات التمرينات الخاصة قد أعدت بشكل صحيح بما يخدم هذا التطور، واستخدام التمرينات والتدرج في الصعوبة كل هذه العوامل تساعد في تطوير الأداء الخططي والمهاري لدى عينة البحث من خلال نسب التطور التي ظهرت.

في ضوء الاستنتاجات يوصي الباحثون أن الاستفادة من التمرينات الخاصة من قبل المهتمين في هذه اللعبة، ويكون التدريب على هذه المهارة مبكراً مع الفئات العمرية الصغيرة وضرورة إعطائها الوقت الكافي، وضرورة الاعتماد على استخدام التمرينات المعدة التي تسهم في تطوير دقة التهديف للحالات الثابتة.

References:

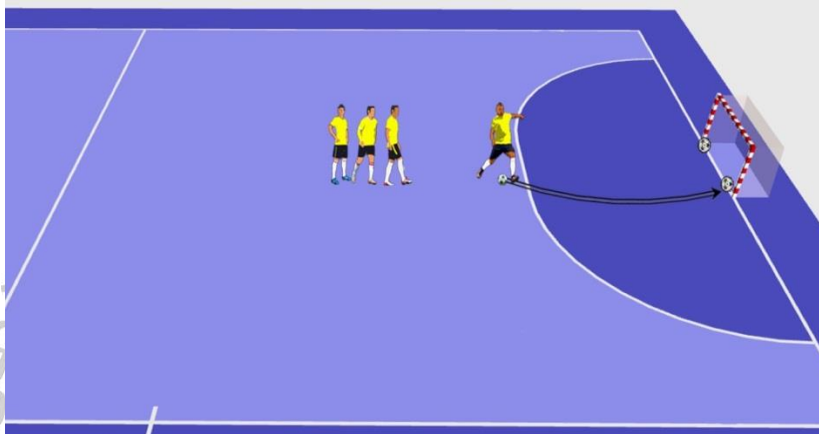
- Abdulridha, S. S. (2023). Achievement motivation and self-confidence and their relationship to the performance of the scoring skill of the players of the Diyala University team in futsal football. *JOURNAL OF SPORT SCIENCES*, 15(55).
- Ali bin Saleh Al-Hamra Wari. Sports Training Science. (Benghazi: Khan Yunis University Publications, 1994).
- Hanfi Mahmoud Mukhtar. Technical Director of Football. (Cairo, Book Center for Publishing, 1998).
- Khurshid, I. B. (2024). The kinesthetic perception and relationship to the accuracy of scoring among the players of Bilad Al-Rafidain Football Club. *JOURNAL OF SPORT SCIENCES*, 16(60).
- M. M. Turki Hilal Kazim, Samer Saadoun Abdul-Ridha Al-Rubaie's Games Coach, & Prof. Dr. Bashair Rahim. (2022). The Effect of a Proposed Training Method on Developing some Offensive Skills at the Moment of Ball Possession among Players of the University of Diyala Futsal Team. *Journal of Sports Sciences*, 14(51), 59-71.
- Taha, H. N., & Merza, T. A. (2024). The Effect of Small Side Games on a Number of physical abilities of football school players aged (13-14) years. *JOURNAL OF SPORT SCIENCES*, 16(59).
- Wajih Mahjoub., Kinesiology, Movement (Motor) Learning. (Mosul, University of Mosul, 1985).
- Wissam Abdul Razzaq Jabara. (2023). The Effect of Special Exercises on Developing the Suppression Skill for Futsal Players Aged (14-16) Years. *Journal of Sports Sciences*, 15(58), 176-189.

- Wissam Shamel Kamel. The Effect of physical Effort on some Special Physical Abilities, Biokinematic Variables, and the Level of Performance of the Scoring Skill in Five-a-side football. (Master's thesis. College of Physical Education/University of Baghdad, 2007).

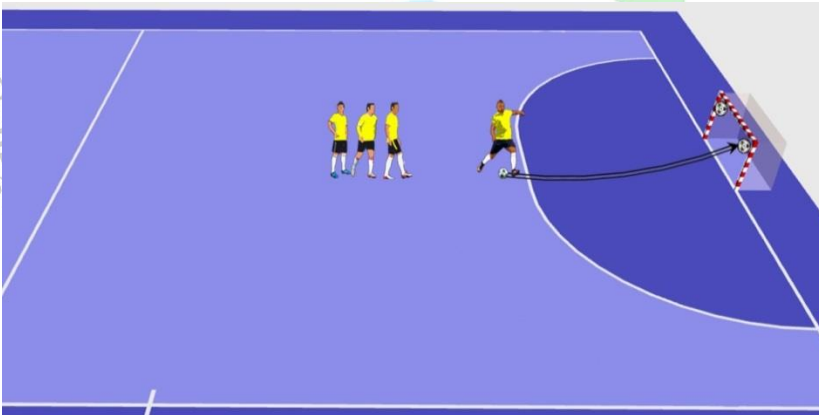
الملحق (1)

التمرينات المستخدمة في البحث

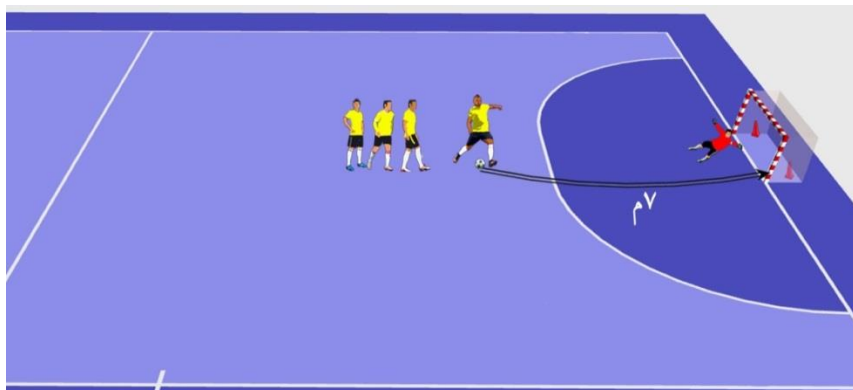
التمرين (1) التهديف نحو كرات موضوعة في زوايا المرمى السفلى من مسافة 6م.



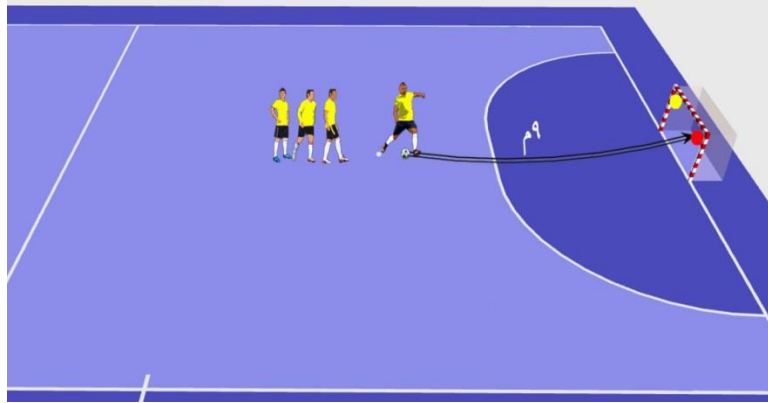
التمرين (2) التهديف نحو كرات ملونة ملقة في زوايا المرمى العليا من مسافة 6م.



التمرين (3) التهديف نحو شواخص موضوع داخل المرمى عند الأركان مع وجود حارس المرمى من مسافة 7م.



التمرين (4) التهديف نحو كرات ملونة ومعلقة عند اركان المرمى العليا من مسافة 9م.



التمرين (5) التهديف نحو كرات ملونة ومعلقة عند اركان المرمى من مسافة 10م.

