

اثر تمرينات مهارية توافقية بالتداخل البصري لتعلم مهارتي الارسال والكبس لناشئين تنس كرة

القدم

The Effect of Skillful Exercises by Visual Interference to Learn the Serving and Smashing Skills for Junior Football Tennis Players

ا.د. عمار جبار عباس

م.م. واثق شاكر محمود

جامعة ديالى كلية التربية البدنية وعلوم
الرياضة

المديرية العامة لتربية ديالى قسم تربية المقدادية

Asst. Lect. Wathiq Shaker Mahmoud

Prof. Dr. Ammar Jabbar Abbas
General Directorate of
Education Diyala Muqdadiah
Education Department

University of Diyala College of Physical
Education and Sports Sciences

Sport.wathiq.phd22@uodiyala.edu.iq

ا.د. مسلم حسب الله ابراهيم

جامعة ديالى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Prof. Dr. Muslim Hasab Allah Ibrahim

University of Diyala College of Physical
Education and Sports Sciences

الكلمات المفتاحية: التداخل البصري، الارسال، الكبس، تنس كرة القدم

Keywords: Visual interference, Serving, Smashing, Football tennis

المستخلص:

هدف البحث الى اعداد تمرينات مهارية بالتداخل البصري لتعلم مهارتي الارسال والكبس لناشئي تنس كرة القدم وكذلك معرفة تأثير التمرينات مهارية بالتداخل البصري على مهارتي الارسال والكبس لناشئي تنس كرة القدم ، استخدم الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعتين المتكافئتين لملائمة طبيعة الدراسة على عينة من مجتمع البحث وباللغة عددهم (25) لاعب لتنس كرة القدم من ناشئي منتخب ديالى والتي تشكل نسبتهن (100 %) من مجتمع الاصل وتضمنت الاجراءات الميدانية للدراسة التجارب الاستطلاعية بهدف التعرف على الاسس العلمية للاختبارات ، هي حدوث أخطاء كثيرة في تلك المهارات، وقد يعود ذلك إلى أسباب عدة منها مثيرات مشتتة للانتباه عدم استخدام التمرينات المناسبة لتطوير تلك المهارات والقدرات الحركية وتم اجراء الاختبارات القبلية ، والتجربة الرئيسية اذ خضع افراد عينة البحث الى تطبيق وتنفيذ تمارين مهارية بالتداخل البصري استمرت (8) اسابيع لتطوير المهارات بواقع (3) وحدات تعليمية أسبوعيا، وبذلك يكون عدد الوحدات التعليمية (24) وحدة ، تم البدء بتنفيذ المنهج بتاريخ (28 / 1 / 2024) ومن ثم الانتهاء منها بتاريخ (25 - 26 / 3 / 2024) للمجموعتين الضابطة والتجريبية وبعدها تم اجراء الاختبارات البعدية ، عولجت البيانات احصائيا باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) و باستخدام الوسط الحسابي وانحراف المعياري والنسبة المئوية واختبارات (t – test) وتوصل الباحث الى اهم استنتاجات أن للتمرينات المهارية التداخل البصري تأثيراً معنوياً في تطوير المهارات الاساسية

للاعبي نادي شهربان في محافظة ديالى بتنس كرة القدم واهم التوصيات تأكيد استخدام التمرينات المهارية بالتداخل البصري في الجزء الرئيس من زمن الوحدة التعليمية لمالها من تأثير إيجابي وفَعَال على مستوى الأداء.

Abstract:

The aim of the research was to prepare visual interference skill exercises to learn the skills of serving and smashing for junior football tennis players, as well as to know the effect of visual interference skill exercises on the skills of serving and smashing for junior football tennis players. The researcher used the experimental method with two equal groups to suit the nature of the study on a sample of the research community, which numbered (25) football tennis players from the junior team of Diyala, which constitutes (100%) of the original community. The field procedures of the study included exploratory experiments with the aim of identifying the scientific foundations of the tests, which are the occurrence of many errors in these skills, and this may be due to several reasons, including distracting stimuli, not using appropriate exercises to develop these skills and motor abilities. Pre-tests were conducted, and the main experiment, as the individuals of the research sample were subjected to the application and implementation of skill exercises with visual interference that lasted (8) weeks to develop skills at a rate of (3) educational units per week, thus the number of educational units is (24) units. The implementation of the curriculum began on (1/28/2024) and then ended on (3/25-26/2024) for the control and experimental groups, after which the post-tests were conducted. The data were processed statistically using the statistical period (SPSS) and using the arithmetic mean, standard deviation, percentage, and tests (t-test). The researcher reached the most important conclusions that the skill exercises with visual interference have a significant impact on developing the basic skills of the club players. Shahrban in Diyala Governorate in football tennis and the most important recommendations are to emphasize the use of skill exercises with visual interference in the main part of the educational unit time for its positive and effective impact on the level of performance.

1- المقدمة:

ان الاطلاع على ما هو جديد من مواضيع التعلم الحركي من متغيرات جديدة تسهم في تطوير الرياضة انعكس هذا على التأسيس الصحيح لهذه الفئة العمرية التي تحتاج الى دعم وراعية من قبل المختصين في مجال هذه اللعبة ويعتبر التداخل البصري من المتغيرات الحديثة في التعلم الحركي الذي نال الاهتمام الكبير في الوقت الحاضر لدى دول العالم المتقدم لدى كل لاعب والفريق ككل، كذلك اعتماد التكنولوجيا المحوسبة لتحديد العديد من القدرات الذهنية عند لاعبي تنس كرة القدم ، ليتسنى للمدربين الكشف عن قدرات لاعبيهم الذهنية، وخصوصاً الانتباه المركز

الذي يعد أحد أكثر أهمية من بين أنواع الانتباه في لعبة تنس كرة القدم ،ان تعلم المهارات الاساسية بتنس كرة القدم ومن ضمنها مهارتي البحث (الارسال والكبس) حيث تمثل مهارة الاعداد من المهارات الضرورية التي يمتلكها لاعب في سرعة الارسال وتأدية المهارة للاعب نفسه في اللعب الفردي الزوجي والثلاثي وتسجيل نقطة مباشرة وكذلك مهارة الكبس من المهارات التي يتم بواسطتها تسجيل النقاط والفوز . وتمثل اهمية البحث في اعداد ترمينات مهارية باستخدام التداخل البصري في تعلم مهارتي الارسال والكبس بتنس كرة القدم للناشئين.

اما مشكلة البحث: من خلال خبرة الباحث واهتمامه بلعبة تنس كرة القدم لاحظ في بعض المهارات الأساسية للعبة والتي تعد الأساس في تحقيق الهدف للفريق ككل وهو الفوز على المنافس ومنها مهارة الارسال والكبس واللعب الميداني كذلك في بعض القدرات الحركية مثل الدقة والتوافق الحركي والتي تعد البوابة أو الأساس لتطوير المهارات المذكورة ، هي حدوث أخطاء كثيرة في تلك المهارات، وقد يعود ذلك إلى أسباب عدة منها مثيرات مشتتة للانتباه عدم استخدام الترمينات المناسبة لتطوير تلك المهارات والقدرات الحركية . **اما اهداف البحث:**

- 1- اعداد ترمينات مهارية - توافقية بالتداخل البصري في لعبة تنس كرة القدم.
- 2 - تعرف على تأثير الترمينات المهارية - توافقية بالتداخل البصري وتعلم مهارات تنس كرة القدم

اما فروض البحث

- 1- للترمينات المهارية - توافقية بالتداخل البصري تأثير ايجابي في تعلم مهارتي الارسال والكبس بتنس كرة القدم للناشئين.
- 2 - هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختباريين البعدين للمجموعة الضابطة والتجريبية في تعلم مهارتي الارسال والكبس للاعبين تنس كرة القدم للناشئين .

اما مجالات البحث

- 1- المجال البشري : لاعبي نادي المقدادية الناشئين بأعمار (15 - 13) سنة
- 2-المجال الزمني : 2023/10/1 - 2025/6/1
- 3 -المجال المكاني : الملعب الخاص في منتدى شباب المقدادية لتنس كرة القدم.

اما المصطلحات:

- 1-التداخل البصري 20:2013:Schuhfried GmbH

القدرة على التعامل مع التشتت الذهني عندما يكون الرياضي تحت الضغوط (التي يتم تحفيزها بعوامل داخلية وخارجية بدنية أو ذهنية) بالتركيز على مهمات جوهرية والمدى الذي يبدو عليه متأثراً بمثيرات مشتتة للانتباه.

- 2 تنس كرة القدم. (ميس محمود سلمان:2019:24)

لعبة تنس كرة القدم : هي واحدة من الالعاب الرياضية التي يلعب فيها فريقان يتكون كل فريق من لاعب واحد او لاعبين او ثلاثة لاعبين تفصل بينهما شبكة ارتفاعها (110) سم ، وعلى الفريق ضرب الكرة من فوق الشبكة الى منطقة المنافس بأي جزء من اجزاء الجسم ما عدى اليدين اما المهارات الاساسية بتنس كرة القدم

اولاً : يعد الارسال من المهارات الهجومية في تنس كرة القدم فهي الضربة التي يبدأ بها اللعب ومفتاح الحصول على النقاط الفريق اذا اتقن بالشكل الصحيح كما يعد من اهم ضربات الهجوم المباشر التي يستعملها اللاعب خلال اللعب وقد تضع الفريق المنافس في وضع دفاعي ضعيف فكلما كان الارسال قويا ومتقناً وفي المكان المناسب كانت مهمة الفريق المنافس باستقبال الكرة اصعب .

ثانياً : الكبس : (ميس محمود سلمان:2019:50)

واحدة من الضربات الاكثر هجومية على الاطلاق ، اذ تكون حادة ودقيقة واهم وسيلة رئيسة لاحتراز النقاط وتاثر في عاملان هما القوة وضرب الكرة والتوجيه الصحيح للكرة . يعد الكبس توجيهاً قويا للكرة تؤدي للاعب بالقرب من الشبكة بعد استلام الكرة من اللاعب المعد في حالة للعب الزوجي - والثلاثي اما في حالة اللعب الفردي بعد اعداد اللاعب لنفسه يقوم بالكبس ويمكن للاعب ان يعبر الساق ، او الراس من فوق الشبكة عنده ضرب الكرة ولكن يجب عدم لمس الشبكة بعد خطأ ويؤدي الى الخسارة للاعب للنقطة .

2- منهجية البحث وجراءته الميدانية .

1-2 منهج البحث:

من الخطوات المهمة التي يستند عليها نجاح البحث وهو اختيار المنهج الملائم لحل المشكلة، وعليه اتبع الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي، وعرف المنهج "إذ يُعد من البحوث الذي يستخدم التجربة في اختبار فرض يقرر علاقة بين عاملين او متغيرين وذلك عن طريق الدراسة للمواقف المتقابلة التي ضبطت كل المتغيرات ماعدا المتغير الذي يهتم الباحث بدراسة تأثيره"، (وديع ياسين محمد:2018:256)

ت	المجموعات	الخطوة الاولى	الثانية	الثالثة
		الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي
1	المجموعة الضابطة	اختبار الارسال والكبس بتنس كرة القدم	تمرينات المستخدمة من قبل المدرّب	اختبار الارسال والكبس بتنس كرة القدم
2	المجموعة التجريبية تمرينات مهاورية في التداخل البصري		تمرينات مهارية في التداخل البصري	

شكل (1) يوضح التصميم التجريبي المستخدم في البحث

2-2 مجتمع البحث وعينة:-

2 - 2 عينة البحث :

قام الباحث باختيار عينة البحث من لاعبين منتدى شباب المقدادية حي النضال في قضاء المقدادية بمحافظة ديالى ممن تتراوح أعمارهم ما بين (13 - 15) سنة ، إذ تتكون عينة البحث من (25) لاعباً إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية ، وتشتمل كل مجموعة على (10) لاعبين و (5) لاعبين للتجربة الاستطلاعية ، فالمجموعة التجريبية تستخدم التمارين المهارية - التوافقية بالتدخل البصري لتحسين القدرات الحركية والمهارات الاساسية لتنس كرة القدم والمجموعة الضابطة تستخدم الأسلوب التقليدي المستخدم في ملاعبنا .

أما إختيار منتدى شباب المقدادية فكان عمدياً بسبب توفر الامكانيات التي تساعد على تنفيذ عمل الباحث فضلاً عن موافقة إدارة منتدى شباب المقدادية ومدير المنتدى وتعاونهما مع الباحث .

يبين تكافؤ مجموعتي البحث.

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات القدرات الحركية والمهارات الاساسية قيد البحث ويمثل التكافؤ بين المجموعتين وهذه القيمة اقل من المحسوبة مما يدل على تجانس العينتين . $N = 20$

الوسيط الحسابي	N	الانحراف المعياري	قيمة ت	نسبة الخطأ	grobs	
15.100	10	1.287	1.439	.167	المجموعة الضابطة	توافق
14.400	10	0.843			المجموعة التجريبية	
15.700	10	1.337	.352	.729	المجموعة الضابطة	رشاقة
15.900	10	1.197			المجموعة التجريبية	
55.500	10	4.170	1.062	.302	المجموعة الضابطة	مرونة
53.700	10	3.368			المجموعة التجريبية	
10.300	10	1.889	.898	.381	المجموعة الضابطة	الارسل
9.700	10	0.949			المجموعة التجريبية	
6.700	10	1.636	1.165	.259	المجموعة الضابطة	الاعداد
7.400	10	0.966			المجموعة التجريبية	
11.100	10	1.912	.280	.782	المجموعة الضابطة	الاستقبال
10.900	10	1.197			المجموعة التجريبية	
11.900	10	2.025	.261	.797	المجموعة الضابطة	الكبس
11.700	10	1.337			المجموعة التجريبية	

* قيمة t الجدولية هي (2.101) عند مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (18) وهذه القيمة اقل من المحسوبة مما يدل على تجانس العينتين .

2-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث

2-3-1 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة
المصادر العلمية والعربية و الاجنبية

اختبار مهارتي تنس كرة القدم (الارسال والكبس)

2-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث

1- ملعب تنس كرة قدم قانوني

2- كرات تنس كرة قدم عدد(8)

3- شواخص عدد (8)

4- ساعة توقيت وصافرة

2-4 تحديد المتغيرات والاختبارات المستخدمة في البحث

2-4-1 اسم الاختبار : اختبار مهارة الارسال بتنس كرة القدم: (ميس محمود سلمان:2019:112).

الغرض من الاختبار : قياس دقة الاختبار .

الادوات المستخدمة :

(ملعب قانوني ، شريط قياس ، شريط لاصق ملون عرض (5) سم ، كرات قانونية عدد (10) ، صافرة عدد (1) .

وصف الاداء :

1- تخطط منطقة الاختبار على منطقة الارسال وتحدد بأربعة مناطق .

2- يقف المختبر خلف خط القاعدة خارج الملعب .

3- يعطى له (5) محاولات تجريبية بعد اجراء الاحماء .

4- يقف اللاعب خلف خط القاعدة ويأخذ وضع الارسال عند سماع الصافرة البدء وخلال (5)

ثواني يقوم بأرسال الكرة الى منطقة الارسال المخصصة ، محاولا اسقاط الكرة في المربع

الذي يحصل اعلى درجة في منطقة الارسال .

5- يعطى كل مختبر (10) محاولات ، (5) لكل جهة بالتتابع ، يبدأ من جهة اليمين .

تعليمات الاختبار :

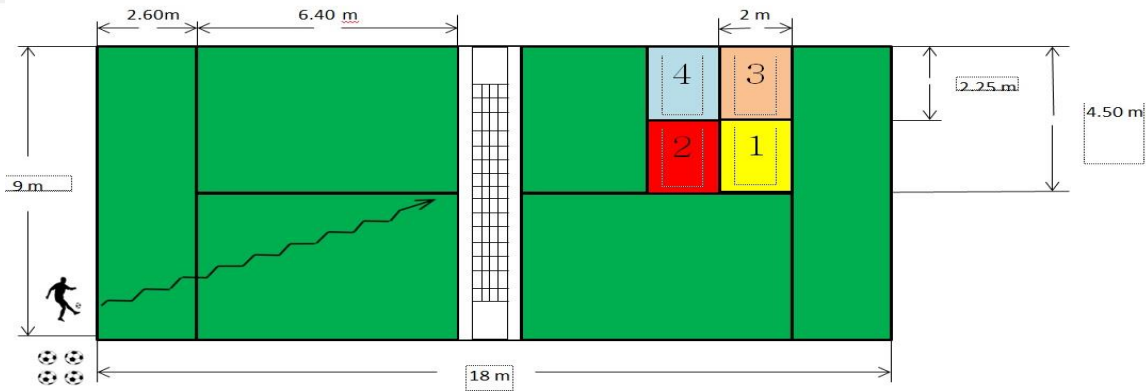
1- تعتبر المحاولة ناجحة في حالة مس الكرة للشبكة وسقطت في مربع الارسال .

طريقة التسجيل :

تخطط منطقة الاختبار على منطقة الارسال ويتم احتساب درجة الاختبار من خلال جمع درجات

العشر محاولات بعد ان تاخذ درجة كل محاولة حسب مكان سقوط الكرة في منطقة الارسال . حيث

تكون اعلى درجة لهذا الاختبار (40) .



الشكل (2)

يوضح اختبار مهارة الارسال

2-4-2 اسم الاختبار : اختبار مهارة الكبس بتنس كرة القدم: (ميس محمود سلمان:2019:116).

الغرض من الاختبار : قياس دقة الكبس .

الادوات المستخدمة :

(ملعب قانوني ، قوائم عداد (2) ارتفاع (1) م ، شريط قياس ، شريط لاصق ملون عرض (5) سم ، حبل السمك (5) ملم ، طول (9) م ، صافرة عدد (1) ، كرات قانونية عدد (5)) .
وصف الاداء :

1- تحدد منطقة الاختبار بسبعة مناطق ، ويوضع حبل فوق الشبكة بأرتفاع (1) م حيث يتم ربط الحبل بوساطة قائمين يوضعان فوقلا قوائم الشبكة وبشكل موازي وبشكل موازي للشبكة ، كذلك تحدد منطقة دائرية تبعد عن خط الشبكة 2.5 م من مركز الدائرة وقطر الدائرة (1) م .

2- يقف المختبر على بعد 2.5 م من الشبكة داخل الدائرة .

3- يقوم اللاعب بأداء مهارة الكبس وب (5) محاولات مع محاولة تمرير الكرة في المسافة الواقعة بين الحبل والشبكة .

4- يقف المختبر داخل منطقة الكبس المحددة بدائرة قطرها (1) م عندما يقوم المدرب برمي الكرة باتجاه المختبر وبعد ارتدادها من الارض يقوم المختبر بأداء مهارة الكبس الى منطقة المنافس والمحددة حسب الشكل ، محاولا اسقاط الكرة في المنطقة التي تحمل اعلى درجة .

تعليمات الاختبار :

1- يجب ان تمر الكرة بين الشبكة والحبل والموضوع اعلاه .

2- عند اداء مهارة الكبس لا يخرج المختبر من منطقة الكبس .

184

الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث الزمان والمكان ، والأجهزة والأدوات وطريقة التنفيذ وذلك لخلق الظروف نفسها في الاختبارات البعدية قدر الإمكان .

2-6-2 التجربة الرئيسية :

قام الباحث بإجراء تجربة التمارين المهارية بالتداخل البصري على عينة البحث المكونة من (10) لاعبين تنس كرة القدم لفريق منتدى شباب المقدادية وذلك بتاريخ (2024/1/28) المصادف يوم الاحد الثالثة عصرا في ملعب منتدى شباب المقدادية وستخدم الباحث نماذج من التمرينات المهارية بالتداخل البصري واستمر المنهج لمدة (24) وحدة تعليمية وتتضمن (3) وحدات كل أسبوع مدة الوحدة التعليمية (90) دقيقة .

2-6-3 منهاج التمرينات المهارية بالتداخل البصري وتطبيق التجربة:-

تم تطبيق التجربة الرئيسية لذا فقد قام الباحث بوضع خطة لتنفيذ منهاج التمرينات المهارية - التوافقية المقترحة ضمن الخطة التعليمية المقترحة وكما موضح في جدول (3) والأشكال (4 ، 5) وقد ألتزم الباحث بالخطوط الرئيسية للخطة وكالاتي :-

- **القسم الإعدادي (15) دقائق :** خمس دقائق للمقدمة وتحضير اللاعبين وتسجيل الغياب ، وعشر دقائق للإحماء والتمارين المهارية - التوافقية بالتداخل البصري لكون هذا القسم يهدف إلى تهيئة الجسم وتحسين بعض القدرات الحركية

القسم الرئيس (65) دقيقة : يتضمن هذا القسم على خمس عشر دقيقة للنشاط التعليمي ، وخمسون دقيقة المتبقية للنشاط التطبيقي ، إذ يهدف القسم أيضا الى تحسين بعض القدرات الحركية وتحسين المهارات عن طريق بعض التمرينات المهارية - التوافقية بالتداخل البصري والتي أعدت وصممت بما يتناسب مع رغبات وميول اللاعبين وفق هذه المرحلة العمرية

- **القسم الختامي (10) دقائق :** هدف هذا القسم هو التهدئة والإنصراف .

جدول (2)

يبين أقسام الوحدة التدريسية

النسبة في الدائرة البيانية	الزمن خلال (16) وحدة	الزمن خلال الوحدة	أقسام الوحدة التعليمية	
22%	240	15 د	القسم الإعدادي	الإحماء
16%	240	15 د	القسم الرئيس	النشاط التعليمي
51%	800	50 د		النشاط التطبيقي
11%	160	10 د	القسم الختامي	
100%	1440	90 دقيقة	المجموع	

2-6-4 الاختبارات البعدية :-

بعد تنفيذ منهاج التمرينات المهارية - التوافقية المقترحة على المجموعة التجريبية ، قام الباحث بإجراء الاختبارات البعدية المصادف يوم الاثنين والثلاثاء و بتاريخ و 25-26 / 3 / 2024 م للمجموعة التجريبية والضابطة.

وقد أخذ الباحث بنظر الاعتبار أن تجرى الاختبارات البعدية بنفس الظروف المتبعة عند تنفيذ الاختبارات القبلية داخل المنتدى من حيث الزمان والمكان والأدوات والأجهزة اللازمة وبمساعدة فريق العمل المساعد ذاته في الاختبار القبلي و البعدي

2-7 الوسائل الاحصائية :-

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية

- 1- الوسط الحسابي
- 2- الانحراف المعياري
- 3- اختبارات T - test للعينات المتناظرة
- 4- معامل الاختلاف
- 5- نسبة التطور .

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها :

عرض النتائج ومناقشتها

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي لمهاتري الارسل والكبس للمجموعة الضابطة

جدول (3)

المتغيرات	وحدة القياس	عدد العينة	قبلي	بعدي	
			س	ع	س
الارسل	درجة	10	10.300	1.889	13.100
الكبس	درجة	10	11.900	2.025	15.900

و حققت العينة في مهارة الارسل وسطا حسابيا مقداره (10.300) وانحراف معياري مقداره (1.889) في الاختبار القبلي ، اما في الاختبار البعدي حققت وسطا حسابيا مقداره (13.100) و انحراف معياري مقداره (1.524) ولاختبار الكبس يبين إن العينة التي عددها هوة (10) حققت وسطا حسابيا مقداره (11.900) وانحراف معياري مقداره (2.025) في اختبار القبلي .إما في اختبار البعدي حققت وسطا حسابيا (15.900) وانحراف معياري مقداره (1.197).

جدول (4)

يبين قيمة الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري لفرق الاوساط وقيمة (ت)

المحسوبة والجدولية للمجموعة التجريبية للاختبار القبلي والبعدي للقدرة الحركية للمجموعة الضابطة

المتغيرات	الوسط الحسابي للفروق	الانحراف المعياري للفروق	الخطأ المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت) المحسوبة	نسبة الخطأ	نوع الدلالة
	س ف	ع ف	هـ				
الارسال	-2.800	0.789	0.249	9	11.225	.000	معنوي
الكبس	-4.000	1.054	0.333	9	12.000	.000	معنوي

الدرجة الجدولية تساوي (2.26) عند درجة حرية (9) وتحت مستوى دلالة (0.05) و في اختبار الارسال نجد ان الوسط الحسابي للفروق مقداره (-2.800) وانحراف معياري قدره (0.789) والخطأ المعياري للفروق بقيمة (0.249) وعند حساب قيمة (ت) نجدها بقيمة (11.225) وهي اكبر من الدرجة الجدولية البالغة (2.26) عند درجة حرية (9) وتحت مستوى دلالة (0.05) وهذا معناه ان الفرق معنوي ولصالح الاختبار البعدي . من الجدول (2) يبين ان العينة التي عددها هـ (10) حققت وسطا حسابيا مقداره (9.70) وانحراف معياري مقداره (2.79) في اختبار القبلي . إما في اختبار البعدي حققت وسطا حسابيا (11.30) وانحراف معياري مقداره (2.26) لاختبار الارسال .

مناقشة نتائج الاختبارات للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية أما الجدول (4) فيبين فروقا معنوية بين نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث ذلك إلى : أن لطبيعة التمرينات التي اختارها الباحث والتي تم تطبيقها في الجزء الرئيس من الوحدة التعليمية هي تمارين متنوعة ومتدرجة من السهل الى الصعب والتتم تنفيذها بأسلوب متسلسل ومشوق مما خلق روح المنافسة والمرح لدى اللاعبين دون الشعور بالملل أو التعب اثناء أداء المهارات والذي ساهم بدوره في تطوير القدرات التوافقية وتعلم المهارات الأساسية بتتس كرة القدم، " أن التمرين يؤدي إلى تطوير المهارة والوصول بها إلى التكتيك الصحيح في الأداء والقدرة على معرفة الخطأ وتحديده".

في رياضة كرة الطائرة، تُعد مهارة الإرسال من المهارات الأساسية التي تحتاج إلى دقة عالية، ويُعتبر تعلم هذه المهارة بشكل صحيح أمرًا حاسمًا لتحقيق النجاح في المباريات. يتطلب تطوير مهارة الإرسال وقتًا وجهدًا كبيرًا، حيث يُحتاج اللاعبون إلى تعلم تقنيات الحركة الصحيحة، وضبط القوة والتوقيت، بالإضافة إلى القدرة على التحكم في اتجاه الكرة. (Afram:2024: 137)

أن تنمية الصفات الحركية التي جاءت نتيجة استخدام تمارين تدريبية خاصة جديدة أدت إلى فاعلية الأداء المهاري والتي وضعت بشكل علمي صحيح ومنظم يعتمد التأكيد على الأداء الصحيح وتعويد اللاعبين على التصرف السريع المناسب في الوقت المناسب لما لذلك من أهمية ، " إذ يعلم اللاعب أن يفكر ويصوب بسرعة فإن بطئ التفكير والتردد يسمح للمنافس المدافع التدخل لإفساد التصويب " (وهذا ما اكده كل من نجاح مهدي شلش وكرم محمد صبحي.:2000:57).

في تعلم مهارات مثل الإرسال في كرة القدم، تعد التمرينات المهارية التوافقية أحد الأساليب الفعالة التي تدمج بين الحركات الجسمانية والتفاعل البصري، حيث يساعد اللاعب على تنمية التنسيق بين العين واليد أو القدم. هذه التمرينات تركز على تحسين سرعة الاستجابة البصرية وتحديد المسار الأمثل للكرة أثناء عملية الإرسال، مما يعزز الدقة في الأداء. (AL-ANI:2024:248)

الوحدة التعليمية

المادة : تنس كرة القدم

التاريخ : 2024/1/28

الموضوع : تعليم مهارة الاساسية

والقدرات الحركية

دقيقة

ناشئ تنس كرة القدم

الوقت : 90

الاهداف السلوكية	- جعل اللاعبين بعد نهاية هذه الوحدة التعليمية قادرين على : - فهم ما المقصود بمهارة الارسال . - معرفة اهمية مهارة الارسال . - ذكر انواع مهارة الارسال. - ذكر المبادئ الاساسية لتكنيك مهارة الارسال . - اداء مهارة الارسال بشكل اولي .
الاجهزة والادوات	ملعب تنس كرة القدم قانوني - كرات - صافرة .
القسم الاعدادي (15) د	- المقدمة (5) د: اخذ الغياب وتهيئة الادوات . - احماء عام (5) د : ويتضمن مجموعة من التمارين البدنية لتهيئة عضلات ومفاصل الجسم . - احماء خاص (5) د : احماء خاص بالكرات .
القسم الرئيسي (65) د	- في بداية الجانب التعليمي سوف يتم تطبيق مرحلة الاعداد وهي بمهارة الارسال وتقديم تغذية راجعة للأنشطة المقدمة ومساعدة اللاعبين الذين اظهروا ضعف في الاستفادة من مرحلة الاعداد .. - توضيح فائدتها واهميتها لباقي المهارات . - توضيح انواع مهارة الارسال . - شرح وعرض مهارة الارسال ويراعى عند الشرح تحليل الاداء المهاري والاهتمام بصحة الاداء والاستعانة بالصور التوضيحية الخاصة بهذه المهارة وعرض النموذج الحي من قبل المدرب لأداء النموذجي المثالي
الجزء التعليمي (15) د	

لتكنيك المهارة. - سوف يستمر تطبيق مرحلة الاكتساب من خلال استخدام الشرح وعرض النموذج الحي من قبل المدرب للأداء النموذجي المثالي لتكنيك المهارة.	
- يبدأ اللاعبون في هذا الجانب في تنفيذ التمارين التي تم التخطيط لأدائها الواحد تلو الآخر بعد ان يقوم المدرب بشرح وعرض هذه التمارين اذ سوف يكون وقت تطبيق كل تمرين (13) دقيقة . - سيتم اثناء اداء التمارين تقديم الملاحظات المباشرة والتغذية الراجعة المناسبة لكل لاعب والتعلم الافضل .	الجزء التطبيقي (50)
- اعطاء تمارين تهدئة وارتقاء لعضلات الجسم . - يقوم المدرب بإعطاء تغذية راجعة وتصحيح لجميع اللاعبين وذلك من خلال ذكراهم الأخطاء الحاصلة وطرق تصحيحها فضلا عن تعزيز الاداء الافضل . - اعادة الادوات الى مكانها ثم الإيعاز بالانصراف	القسم الختامي (10) د

4- الخاتمة

اذ تبين النتائج ان التمرينات مهارية بالتداخل البصري المعدة من قبل الباحث ذات تأثيرا ايجابيا في تطوير المهارات الاساسية لعينة البحث بتنس كرة القدم واثرت تمرينات مهارية بالتداخل البصري المستخدمة على نسب التطور للمتغيرات المبحوثة لعينة البحث وبوساطة الاستنتاجات توصل الباحث الى التوصيات الاتية ضروره العمل على تطوير مهارية بالتداخل البصري للاعبين لما لها من تأثيرا ايجابي في المهارات الأساسية بتنس كرة القدم وادخال تمرينات مهارية بالتداخل البصري في المناهج المعدة والتركيز عليها في تدريب لاعبي تنس كرة القدم في المدارس التخصصية في انحاء العراق كافة.

Sources

- Afram, R. M. (2024). The effect of a training curriculum according to physiological analysis on the explosive ability of the legs and arms and the striking skill of female volleyball players. JOURNAL OF SPORT SCIENCES, 16(60).
- AL-ANI, M. A. M. (2024). The SCÀMAN survey model and its impact on developing sports culture and the accuracy of the skills of serving from the side and facing the volleyball for female students. JOURNAL OF SPORT SCIENCES, 16(61).
- Kamal Abdul Hamid and Muhammad Subhi Hassanein; Physical fitness and its components, theoretical foundations, physical preparation, measurement methods: 1st ed.: (Cairo, Dar Al Fikr Al Arabi, 1997)
- Mays Mahmoud Salman: Evaluating the level of performance of the most important basic skills for football tennis juniors: (University of Baghdad, 2019)
- Najah Mahdi Shalash and Akram Muhammad Subhi. Motor learning:. 2nd ed. (University of Mosul, Dar Al Kotob for Printing and Publishing, 2000)

- Nouri Al-Shawk and Rafe Al-Kubaisi; Researcher's Guide to Writing Research in Physical Education: (Baghdad, 2004).
- Schuhfried GmbH, (2013): Vienna TEST SYSTEM Sport: Sport Psychological Assessment & Biofeedback. Vienna – Austria;
- Wadih Yassin Muhammad: Scientific Research and its Applications in Educational and Psychological Sports Sciences: 1st ed. (Kitab Publishing Center, Cairo, 2018),
- Wajih Mahjoub: Learning and Exercise Scheduling, Amman, Dar Al-Awael Publishing, 2001, p. 167.

