



تأثير تمارين باستخدام الأسلوبين (التموضعي والاحتوائي) المختلط في بعض تطور بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة قدم للصالات

The effect of exercises using the mixed method (positional and inclusion) in some skill variables for gymnasium of fustal

Researchers

الباحثان

أ.م.د. عثمان عدنان البياتي

ياسر قاسم الياس

Ass.Prof. Dr.Othman Adnan Al-Bayati

Yasir Q . Alyas

المستخلص:

يهدف البحث الكشف عما يأتي :

- الكشف عن اثر استخدام تمارين بأسلوبى المواجهة (التموضعي والاحتوائي) للمجموعة التجريبية في بعض المهارات الاساسية .
- دلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة للاختبارات البعدية في بعض المهارات الاساسية.

وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث وتم تنفيذ التجربة على عينة من لاعبي منتخب التربية لمحافظة نينوى بكرة قدم للصالات للموسم الدراسي (2019 - 2020) و البالغ عددهم (45) لاعبا، وتم اختيار افضل (18) لاعبا منهم.

واستنتج الباحث ما يأتي:

- تطور المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين الخطئية (التموضعية و الاحتوائية) خلال المنهاج التدريبي تطورا في المهارات الاساسية الآتية: (التهديف، التمير، الاخمد، الدرجة) أفضل من المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهاج المعد من المدرب.



- اكتسبت المجموعة التجريبية التي استخدمت المنهاج التدريبي تطورا في جميع المهارات الأساسية التي تناولها البحث عند مقارنة النتائج بين الاختبارين القبلي والبعدي لمصلحة الاختبار البعدي.

- لم تكتسب المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهاج التدريبي للمدرب تقدما في المهارات الأساسية المذكورة سابقا عند مقارنة نتائجها بين الاختبارين القبلي والبعدي سوى في بعض المهارات الأساسية

(التهديف، الاخمد، الدرجة) التي أظهرت فروقا معنوية في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة.

Abstract

The research aims to uncover the following:

-The detection of the effect of using exercises in the two styles of confrontation (positional and inclusive) for the experimental group on some skill variables.

- The significance of the differences between the experimental and control research groups for dimensional tests in some skill variables.

The researcher used the experimental method for its suitability and the nature of the research, and the experiment was carried out on a sample of the Nineveh governorate's education team with football for halls for the academic season (2019-2020), of which (45) players were selected, and the best (18) players were selected.

The researchers concluded the following:

- The experimental group that used planning exercises (positional and inclusive) developed through the training curriculum an improvement in the following skill variables (scoring, passing, damping, rolling) better than the control group that used the curriculum prepared by the trainer.

- The experimental group that used the training curriculum acquired a development in all the basic skills dealt with in the research when comparing results between the pre and post tests in favor of the post test.



- The control group that used the trainer's training curriculum did not gain progress in the previously mentioned skill variables when comparing its results between the pre and post tests except in some skill variables.

(Scoring, suppression, and rolling), which showed significant differences in the post-test of the control group.

1- المقدمة:

تعد كرة قدم الصالات من الالعاب الرياضية التي حظيت باهتمام الجميع في العالم كونها واحدة من الالعاب الاكثر شعبية ويرغب بممارستها معظم الفئات العمرية وملائمة لكلا الجنسين وسر انتشارها كونها تلعب في مساحات صغيرة وهذا يعكس التطور والتقدم الذي تشهده في كل يوم وبين فترة واخرى تظهر اشياء جديدة تسهم في تطوير هذه اللعبة قد تكون تقنيات حديثة وقد تكون وسائل تدريبية حديثة وقد تكون اساليب تكتيكية (خطية) حديثة الغاية منها تحقيق الوصول الى المستويات الافضل وتحقيق الاهداف المرجوة منها

ومن خلال هذه المقدمة البسيطة تبرز أهمية البحث في التعرف على أهمية الجانب الخططي في اللعب وتأثيره على مستوى اداء اللاعبين وتحركاتهم داخل الملعب في اثناء اللعب، لذا عمد الباحث تصميم برنامج تدريبي يضم مجموعة من التمرينات الخطية الممنهجة (تموضعية و احتوائية) تضم مجموعة من المواقف تحاكي ظروف و متطلبات اللعب التنافسي في مواقف اللعب الحقيقية من حيث صعوبة الاداء وعدد اللاعبين وزمن الاداء للتمرين وتبادل اللاعبين بين الاسلوبين المستخدمين (التموضعي والاحتوائي) ليتسنى معرفة مدى تأثير وأهمية توظيف هذه التمرينات الخطية الممنهجة بأسلوبي (التموضعي والاحتوائية) في تطوير المهارات الاساسية ومدى امكانية اعتمادها من قبل المدربين لكي يتم تحقيق المستويات المنشودة من العملية التدريبية.

العملية التدريبية اليوم تحتاج الى استخدام التمرينات الخاصة التي تضمن الارتقاء بالمتغيرات وفق برامج تدريبية مقننه متكاملة في الاهداف و المتطلبات قائمة على اسس علمية تخدم خصوصية ومتطلبات اللعبة سواء ان كانت فردية او جماعية ، ومن خلال



اطلاع الباحث على البحوث و البرامج التدريبية خلص ان مفهوم الاداء في المباراة يتوقف على مهارات اللاعبين وحالتهم البدنية والمهارية والنفسية فقط ويترك التحرك في الملعب لخبرة اللاعبين مما يؤدي الى ضعف في الاداء الخططي ، وقد ثبت علميا ومن الخبرة في الملاعب ان هذا النوع من التدريب يترتب عليه معاناة للاعبين اثناء المباراة لعدم وجود وحدة تفكير خططي مشتركة بينهم تجعلهم يتصرفون كوحدة مترابطة في التفكير الخططي السليم للمواقف في مواجهة تحركات الفريق المنافس التي تضمن احساس اللاعب بان زميله يدرك جيدا تحركاته مسبقا وبدقة، لذا ارتأى الباحث الخوض في غمار هذه المشكلة والمتمثلة بتطبيق تمارينات موجهة وممنهجه للتدريبات الخططية باستخدام تمارينات خططية بأسلوبين يركزان على الجانب الهجومي والدفاعي بكل دقة بغية ملاحظة مكامن الخلل في ضعف الجانب الخططي لعينة البحث ومحاولة معالجة هذه المشكلة والسعي من خلال تطبيقات التمارينات الخططية تطوير الجانب المهاري يهدف البحث الكشف عما يأتي :

1- الكشف عن اثر استخدام التمارينات بأسلوبى المواجهة (التموضعي والاحتوائى) للمجموعة التجريبية في بعض المتغيرات المهارية .

2- دلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة للاختبارات البعدية في بعض المتغيرات المهارية .

الاسلوب التموضعي: فلسفة لعب قائمة على العديد من المبادئ هدفها الاساسي تحقيق التفوق العددي والنوعي والتمركزي من اجل خلق التفوق خلف خط الضغط للخصم عن طريق مساهمة جميع اعضاء الفريق في بناء الهجوم التموضعي (<http://vimeo.com/>).

الاسلوب الاحتوائى: هو اسلوب دفاعي يلجأ اليه اللاعبون في مناطق مختلفة من الملعب بعد فقدانهم للكرة لتضييق الخناق على اللاعب المسيطر على الكرة حيث يقوم اللاعبون بتحويط لعب المنافس ومحاولة تضيق الخناق عليهم وعدم امكانية المناولة والخداع والحد من قدرات اللاعب المنافس يصبح هو و الكرة لا يشكل خطر . (<http://vimeo.com/>).



2- منهج البحث وإجراءاته :

2-1 منهج البحث :

استخدم المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة مشكلة البحث ، وهو يعد من ادق أنواع البحوث العلمية التي تؤثر على علاقة المتغيرين المستقل والتابع في التجربة ، اذ ان المنهج التجريبي هو المنهج الذي يستطيع الباحث من خلاله اختبار الفروض التي تتعلق بعلاقات السبب بالنتيجة . (عبدالحفيظ وباهي ، 2002 ، 107) .

2-2 مجتمع وعينة البحث:

حددت عينة البحث بالطريقة العمدية بلاعبي منتخب التربية لمحافظة نينوى بكرة قدم للصالات للموسم الدراسي (2019 - 2020) و البالغ عددهم (45) لاعباً، تقترب اعمارهم بين (15-19) سنة، وتم اختيار افضل (16) لاعباً كعينة للتطبيق بالطريقة العمدية، و حراس مرمى عدد(2) ، تم استبعاد (2) لاعبين لعدم التزامهم بالتدريب و (10) لاعبين للتجارب الاستطلاعية و (15) لاعباً لقياس الثبات لمقياس التفكير الخططي من العينة الرئيسية وبذلك بلغت النسبة المئوية لعينة التطبيق من عينة البحث الرئيسية (35,55%)، ثم بعد ذلك تم تقسيم عينة التطبيق إلى مجموعتين بطريقة عشوائية تكونت كل مجموعة من (8) لاعبين.

2-3 تكافؤ و تجانس مجموعتي البحث

2-3-1 تجانس عينة البحث :

تم اجراء التجانس لعينة البحث في متغيرات (العمر ، الطول ، الكتلة) والجدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و قيمة معامل الاختلاف للمتغيرات المعتمدة في التجانس.

الجدول رقم (2)

يبين الاوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة معامل الاختلاف بين أفراد عينة من اجل التجانس في متغيرات العمر و الطول و الكتلة

المتغيرات	وحدة القياس	العينة		قيمة معامل الاختلاف
		س	ع ±	
العمر	سنة	16,750	0,931	%5,56
الطول	سم	1,650	0,034	%2,06
الكتلة	كغم	56,750	4,612	%8,13

من خلال الجدول رقم (1) يتبين ان قيم معامل الاختلاف كانت على التوالي (5,56 ، 2,06 ، 8,13) وجميع هذه القيم اصغر من (30%) ، وهذا يدل على ان عينة البحث متجانسة في متغيرات (العمر ، الطول ، الكتلة)، (التكريري و العبيدي، 1999، 161).

2-3-2 تكافؤ مجموعتي البحث:

تكافؤ مجموعتي البحث لتجريبية و الضابطة في المتغيرات المهارية والتي حددها السادة المختصون و التي تم اعتمادها والجدول رقم (2) يوضح ذلك

الجدول رقم (2)

يبين الاوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للتكافؤ في عدد من المهارات الاساسية بين مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة

المعالم الاحصائية المهارات الاساسية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت المحسوبة الجدولية
		س	ع ±	س	ع ±	
العمر	سنة	16,850	0,991	16,625	0,916	0,524
الطول	سم	1,658	0,033	1,643	0,034	0,896
الكتلة	كغم	57,875	4,086	55,625	5,097	0,894



2,365	0,509	0,518	1,625	0,463	1,750	درجة	التهديف من الكرات الثابتة التمرير الإخماد الدرجة
	0,966	0,518	2,625	0,518	2,375	درجة	
	0,000	0,518	1,625	0,000	2,000	درجة	
	1,339	0,286	7,779	0,536	8,066	ثا	

غير معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وبدرجة حرية (14) قيمة (ت) الجدولية (2,365)

يتبين من خلال ملاحظتنا للجدول (2) بأن هناك فروق غير معنوية في جميع المتغيرات المهارية (التهديف والتمرير والإخماد والدرجة) بين المجموعتين التجريبية والضابطة إذ كانت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (0,509)، (0,966)، (0,000)، (1,339)، وهي أصغر من قيم (ت) الجدولية والبالغة (2.26) أمام درجة حرية (14) وعند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ إذا لا يوجد فروق معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية.

يتبين من خلال ملاحظتنا للجدول (3) بأن هناك فروق غير معنوية في متغيرات (الطول والعمر والكتلة) بين المجموعتين التجريبية والضابطة إذ كانت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (0,524)، (0,896)، (0,894)، وهي أصغر من قيم (ت) الجدولية والبالغة (2.26) أمام درجة حرية (14) وعند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ إذا لا يوجد فروق معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة .

2-3-3 اختيار المتغيرات المهارية واختباراتها في كرة القدم للصالات:

تم تحليل محتوى المصادر العلمية لاختيار المتغيرات المهارية المهمة في كرة القدم ، وبعد ذلك تم تصميم استمارة استبيان لأجل اختيار المتغيرات المهارية و اختباراتها المهمة للاعبين كرة القدم للصالات و تم توزيعها على مجموعته من المتخصصين في مجالات (علم التدريب الرياضي، كرة القدم للصالات، القياس و التقويم) ، والجدولين (3) و(4) يبينان نسب اتفاق الخبراء للمتغيرات البدنية و اختباراتها للاعبين كرة قدم للصالات.



الجدول رقم (3)

يبين نسبة اتفاق الخبراء للمهارات الاساسية المختارة في كرة قدم للصالات.

المهارات الاساسية	المختصين	المتفقيين	الاتفاق
التهديف من الكرات الثابتة	12	9	%75
الاخماد	12	10	%83,33
التمرير	12	10	%83,33
الدرجة	12	11	%91,66

وقد تم اعتماد المهارات الاساسية في الجدول (3) التي حصلت على نسبة اتفاق (%75) فأكثر

الجدول رقم (4)

يبين نسب اتفاق المختصين للاختبارات المهارية المختارة في كرة قدم للصالات

الاختبارات المهارية	المهارات الاساسية	المختصين	المتفقيين	الاتفاق
التهديف من الكرات الثابتة	التهديف	12	12	%100
الاخماد الارضي من الحركة	الاخماد	12	9	%75
التمرير على الدوائر المرسومة	التمرير	12	11	%91,66
الدرجة بالكرة حول مربع	الدرجة	12	9	%75

وقد تم اعتماد المتغيرات المهارية المذكورة في الجدول رقم (3) و اختباراتهما في الجدول رقم (4) و التي حصلت على نسبة اتفاق (%75) فما فوق اذ يشير بلوم و اخرون الى انه يجب على الباحث الحصول على نسبة اتفاق (%75) فأكثر من اراء المحكمين للاعتماد. (بلوم و اخرون، 1983، 126)

2-4 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث :

- ميزان الكتروني لقياس كتلة الجسم ، شريط قياس عدد 1 ، شواخص صغيرة عدد



- كرات قدم للصالات عدد 10 ، صافرات عدد 5 ، ساعة توقيت عدد 5
- شريط لاصق متعدد الالوان ، اقلام خط لكتابة الارقام ، حواجز ارتفاع 30 سم و عرض 20 سم
- ارقام بلاستيكية حجم كبير للدلالة و احتساب النقاط ، آلة تصوير فيديو و صور للتوثيق

2-5 وسائل جمع المعلومات و البيانات (ادوات البحث):

- تحليل المحتوى ، المقابلة الشخصية ، الاستبيان ، المقاييس و الاختبارات .

2-7 الاجراءات الميدانية للبحث:

2-7-1 التجارب الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الاولى في يوم الاحد الموافق (19 /1 /2020) على اللاعبين من عينة البحث (منتخب تربية نينوى كرة قدم للصالات) وبمساعدة فريق العمل، وكان الغرض منها التعرف على مدى امكانية تطبيق التمارين التموضعية والاحتوائية، فضلا عن التعرف والكشف عن الازمنة والاعطاء والمعوقات التي تحدث وكذلك تعرف فريق العمل المساعد على هذا النوع من التجارب .

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الثانية في يوم الثلاثاء الموافق (21 /1 /2020) على اللاعبين من عينة البحث (منتخب تربية نينوى كرة قدم للصالات) وبمساعدة فريق العمل، وكان الغرض منها التعرف على مدى امكانية تطبيق اللاعبين للمهارات الاساسية قيد البحث، فضلا عن التعرف والكشف عن الازمنة والمعوقات التي تحدث .

2-7-2 الاختبارات القبليّة:

في يوم الاربعاء الموافق (29/1/2020) تم اجراء الاختبارات القبليّة المهارية

2-8-3 التجربة الرئيسية:

تم تصميم التمرينات التموضعية و الاحتوائية الخاصة بالبحث ذلك بعد الانتهاء من التجارب الاستطلاعية و ضبط الازمنة الخاصة بكيفية تطبيق التمرينات التموضعية و الاحتوائية التي يتم عرضها على مجموعه من السادة المختصون في علم التدريب



الرياضي و كرة القدم لبيان رايهم في مدى صلاحية التمرينات، و بعد عرض الاستبيان المذكور تم الاخذ بملاحظات السادة المختصون وكما مبين في البحث ، وقد راعى الباحث في المنهاج التدريبي ما يأتي :

- 1- طبقت هذه التمرينات كجزء من الوحدات التدريبية الكاملة .
- 2- تكون المنهاج التدريبي من (8) اسابيع (دورات صغرى).
- 3- تكون التمرينات التموضعية و الاحتوائية (المختلطة) في المنهاج التدريبي من دورتين وكل دورة متوسطة تحتوي على (4) دورات صغرى.
- 4- تكونت كل دورة صغرى من اربع وحدات تدريبية في الاسبوع، اي تنفذ كل مجموعه (24) وحدة تدريبية خلال المنهاج التدريبي.
- 5- تم اجراء الوحدات التدريبية في أيام (الاحد، الثلاثاء، الخميس) بمعدل وحدة او و حدثين في اليوم.
- 6- تم استخدام طريقة التدريب الفترتي المرتفع الشدة في التدريب
- 7- الشدة المستخدمة في المنهاج التدريبي (شدة مباراة).
- 8- حدد الباحث فترات الراحة بين التكرارات عن طريق التجارب الاستطلاعية وذلك بالاعتماد على عودة النبض (120 - 1130) نبضة / د واستخدمت الراحة السلبية.
- 9- حدد الباحث الراحة بين المجاميع عن طريق التجارب الاستطلاعية وذلك بالاعتماد على عودة النبض الى (100 - 110) نبضة / د .
- 11- قسمت عينة البحث الى مجموعتين (تجريبية و ضابطة) ، التجريبية طبقت التمارين التموضعية والاحتوائية بينما المجموعة الضابطة طبقت البرنامج التدريبي للمدرب.
- 12- نفذت التجربة بتاريخ (2020/2/2) وانتهى بتاريخ (2020/3/17)، سبقها فترة اسبوع واحد لإجراء التجارب الاستطلاعية و الاختبارات القبليّة .



2-8-4 الاختبارات البدنية البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة للمجموعة التجريبية قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية البدنية على لاعبي عينة البحث في يوم الاربعاء الموافق (2020/3/18) ، وبنفس الاسلوب و الظروف و تسلسل تنفيذ الاختبارات القبليّة المهارية.

2-9 الوسائل الاحصائية :

تم استخدام الوسائل الاحصائية من خلال الاعتماد على الحقيبة الاحصائية (SPSS) بواسطة الحاسبة (الكمبيوتر) وهي كما يأتي:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- النسبة المئوية
- اختبار (T-TEST) للعينات المرتبطة. (عمر و اخرون ، 2001، 89 - 90).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

بعد ان تم الانتهاء من تنفيذ المنهاج التدريبي قام الباحث بجمع البيانات المتعلقة بمتغيرات البحث وللمجوعتين التجريبية (التموضعية و الاحتوائية) والضابطة (تدريبات المدرب) ومعالجتها احصائياً لغرض تحقيق اهداف وفروض البحث.

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البدنية للمجموعة التجريبية (التموضعية و الاحتوائية) والمجموعة الضابطة :

3-1-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البدنية القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية (التموضعية و الاحتوائية) :



الجدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارات المهارية القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية

ت الجدولية	نسبة الخطأ (*)	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الاحصائية المهارات الاساسية
			المجموعة التجريبية		المجموعة التجريبية			
			± ع	س	± ع	س		
2.26	0,604	4,965	0,354	2,875	0,463	1,750	درجة	التهدف
	0,000	3,416	0,000	3,000	0,518	2,375	درجة	التمرير
	0,736	5,292	0,000	3,000	0,354	1,875	درجة	الإخماد
	0,402	6,694	0,205	6,875	0,536	8,066	درجة	الدرجة

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وامام درجة حرية (7) ، قيمة (ت) الجدولية =2.26من

من خلال ملاحظة الجدول (5) يتبين لنا ما يأتي

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (التوضعية و الاحتوائية) ولصالح الاختبار البعدي في جميع المهارات الاساسية قيد البحث (التهدف ، الدرجة، التمرير، الاخمد) اذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (4,965) ، (3,416) ، (5,292) ، (6,694) وهي اكبر من قيم (ت) الجدولية و البالغة (2.26) امام درجة حرية (7) و عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وملاحظة نسبة الخطأ والبالغة على التوالي (0,604) ، (0,000) ، (0,336) ، (0,402) .

ويعزو الباحث التطور الذي حصل لدى افراد المجموعة التجريبية في المهارات الاساسية قيد البحث جاء نتيجة التمرينات الخططية (التوضعية و الاحتوائية) المقننة و الشاملة لكل مراحل الاعداء عن طريق الاعداد المدمج و المركب لمرحل الاعداد



المختلفة، وهي مناسبة الى درجة كبيرة مستوى و قدرات اللاعبين المختلفة فضلا عن
أستخدم طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة بأسلوب الاعداد و التكرار، و ذكر (Owen)
إن اعادة التمرين و تكراره تمكن اللاعب من اتقان المهارة و ادائها بشكل افضل
(Owen,1975,73)

و يؤكد (كونزة) ان البناء الجيد للاعبي كرة القدم يجب ان تكون الكرة هي المحور عند
اداء تمرينات التدريب لاكتساب الاداء المهاري مع شرط توفر الملاحظة الدقيقة التي
تكسب الرياضي التدريب المهاري الخططي المتكامل(كونزة، 1980,22).

و يرى الباحث ان التمارين الخططية التوضعية و الاحتوائية التي استخدمت في
تصميم البرنامج التدريبي فضلا عن التشكيل المقنن للحمل التدريبي من حيث الشدة و
الحجم و فترات الراحة يشابه الى المواقف و الاداء الفعلي الذي يحصل داخل ساحة اللعب
اثناء المنافسة .

2-2-4 عرض وتحليل و مناقشة نتائج الاختبارات المهارية القبليّة و البعدية للمجموعة
الضابطة الجدول

الجدول رقم (6)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارات المهارية القبليّة
والبعدية للمجموعة الضابطة

المعالم الاحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		نسبة خطأ (*)	قيمة (ت) المحسوبة
		س	±ع	س	±ع		
التهديف	درجة	1,625	±0,518	2,125	±0,354	0,482	2,646
التمرير	درجة	2,625	±0,518	2,375	±0,463	0,34	1,000
الإخماد	درجة	1,875	±0,641	2,5000	±0,463	0,361	3,862
الدحرجة	درجة	7,779	±0,286	7,624	±0,271	0,773	2,332



* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وامام درجة حرية (7) ، قيمة (ت) الجدولية =2.26
من خلال ملاحظة الجدول (6) يتبين لنا ما يأتي :

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي في المهارات الاساسية قيد البحث (التهديف، الاخمداد ، الدرجة) اذت بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (2,646) ، (3,862) ، (2,332) . وهي اكبر من قيم (ت) الجدولية و البالغة (2.26) امام درجة حرية (7) و عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وبملاحظة نسبة البالغة على التوالي (0,482) ، (0,361) ، (0,773) .

وعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في مهارة

(التمرير) اذ بلغت قيم (ت) المحسوبة (1,000) وهي اصغر من قيمة (ت) الجدولية و البالغة(2.26) (امام درجة حرية (7) و عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وبملاحظة نسبة البالغة (0,34) .

4-2-3 عرض وتحليل و مناقشة نتائج لاختبارات المهارة البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الجدول رقم (7)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبارات المهارة البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

المعالم الاحصائية	الاختبار البعدي	الاختبار البعدي		الاختبار البعدي	الاختبار البعدي	المعالم الاحصائية
		الاختبار البعدي	الاختبار البعدي			
وحدة القياس	للمجموعة التجريبية	للمجموعة الضابطة	للمجموعة الضابطة	للمجموعة التجريبية	للمجموعة الضابطة	المعالم الاحصائية
المهارات الاساسية	س	±ع	س	±ع	س	المعالم الاحصائية
التهديف	درجة	2,875	±0,354	2,125	±0,354	4,243
التمرير	درجة	3,000	±0,000	2,375	±0,518	3,416



0,000	2,646	0,535	2,5000	0,000	3,000	درجة	الإخماد
0,674	6,230	0,271	7,624	0,205	6,875	درجة	الدرجة

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وامام درجة حرية (14) ، قيمة (ت) الجدولية
2.26=

من خلال ملاحظة الجدول (7) يتبين لنا ما يأتي :

وجود فروق فأن دلالة معنوية في الاختيار البعدي بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في جميع المهارات الأساسية قيد البحث (دقة التهديف ، دقة التمرير ، دقة الإخماد ، دقة الدرجة) اذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (4,243) ، (3,416) ، (2,646) ، (6,230) وهي اكبر من قيم (ت) الجدولية و البالغة (2.26) امام درجة حرية (7) و عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وبملاحظة نسبة البالغة على التوالي، (1,000) ، (0,000) ، (0,000) ، (0,674) .

ومن خلال الجدول (7) يتبين هناك فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات البعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية يعزو الباحث السبب في تطور المجموعة التجريبية الى استخدام البرنامج التدريبي الذي يتضمن التمارين الخطئية التموضعية و الاحتوائية و التي تتناسب قدرات و امكانيات اللاعبين ، اذ تعد المهارات الأساسية إحدى مكونات لعبة كرة قدم الصالات وهي العامل المهم لتنفيذ خطط اللعب و حسم المباراة ، وتذكر (فاتن) بأن " المهارات الأساسية هي عماد الأداء فيها وبدون إجادته بدرجة عالية تصبح مهمة تنفيذ الخطط صعبة ، فهي الوسيلة الوحيدة لتعامل اللاعب مع الكرة ، إذ هناك علاقة ارتباطية ايجابية بين إجادة المهارات الأساسية وارتفاع مستوى الأداء الخططي وان إتقان أداء المهارات الأساسية يجعل اللاعب يصل إلى تنفيذها بصورة آلية دون تفكير في جزئيات المهارة " (فاتن اسماعيل ، 19,2000)، حيث أكد (الحيالي) ان اداء اي مهارة يكون بشدة اقل من القسوى و بسرعة بطيئة ثم زيادة السرعة تدريجيا الى ان تصل الى السرعة و الشدة المثالية (الحيالي، 2007، 151).



ويرى الباحث ان النتائج التي حصل عليها في الاختبارات المهارية البعدية ولصالح المجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية يعود ذلك الى طبيعة المنهاج التدريبي للباحث في تحسين المتغيرات التابعة للبحث قيد الدراسة ، والتي تتضمن استخدام تمرينات خطية تموضعية واحتوائية وفق اساليب حديثة تتلائم ومتطلبات كرة قدم الصالات. فلا يمكن تنفيذ أي خطة مهما كانت بسيطة بدون إجادة المهارات الفنية للعبة ، كالمناولة و المراوغة و السيطرة على الكرة ، والجمل الخطية الموضوعية لاختراق دفاع الفريق المنافس وسيكتب الفشل لأي خطة في حالة عدم إجادة أحد اللاعبين لمهارة المناولة ، او السيطرة والدرجة والمراوغة وبالتالي لا يمكنه بالمرّة اختراق أحد المدافعين و عمل المناولة للزملاء او التصويب على المرمى ، وتنفيذ هذه الأساليب على أرض الملعب تعتبر مهمة شاقة للغاية، وتتطلب من جميع اللاعبين القدرة على التكيف ، حيث فهم جميع اللاعبين أدوارهم ونفوذها بشكل رائع ، وهنا تكمن نقطة قوة الفريق ومن كل ما تقدم يمكن القول أن اداء المهارات يعد ركنا أساسيا من اركان نجاح الخطط الموضوعية قيد البحث بهذين الأسلوبين الحديثين .

4- الخاتمة:

تطور المجموعة التجريبية التي استخدمت التمرينات الخطية (التموضعية و الاحتوائية) خلال المنهاج التدريبي تطورا في المتغيرات المهارية الآتية : (التهديف، التمرير، الاخمد، الدرجة) أفضل من المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهاج المعد من المدرب، اكتسبت المجموعة التجريبية التي استخدمت المنهاج التدريبي تطورا في المهارات الأساسية كافة التي تناولها البحث عند مقارنة النتائج بين الاختبارين القبلي والبعدى لمصلحة الاختبار البعدى، لم تكتسب المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهاج التدريبي للمدرب تقدما في المتغيرات المهارية المذكورة سابقا عند مقارنة نتائجها بين الاختبارين القبلي والبعدى سوى في بعض المهارات الاساسية (التهديف، الاخمد، الدرجة) التي أظهرت فروقا معنوية في الاختبار البعدى للمجموعة الضابطة .



و يوصي الباحث بما يأتي استخدام التمرينات الخطئية (التموضعية و الاحتوائية) في التدريب لفائدتها في تطوير المهارات الاساسية بكرة قدم للصالات، اعتماد التدريبات ذات الشدد المثالية او شدد المباريات في تصميم المناهج التدريبية ، عند التدريب بهذين الاسلوبين، إجراء المزيد من البحوث و الدراسات المشابهة على فئات عمرية مختلفة ومن كلا الجنسين.

المصادر العربية و الاجنبية:

المصادر العربية

- التكريتي، وديع ياسين والعبيدي ، حسن محمد عبد(1999):"التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية" ، طبعة مزيدة ، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل ، العراق .
- الحياي ، معن عبد الكريم (2007): أثر اختلاف أساليب التحكم بمكونات الحمل البدني في بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين القدم للشباب ، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
- فان دالين، ديوبولد (1984) : "مناهج البحث في التربية وعلم النفس" ، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخرون ، ط3 ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- عبدالحفيظ ، اخلاص محمد و باهي، مصطفى حسين(2002) : "طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية" ، دار الكتب للنشر ، القاهرة .
- كونزة، الفريد (1980): كرة القدم ترجمة ماهر البياتي وسليمان علي حسين ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، العراق .
- فانتن إسماعيل العزاوي(2000): اثر تداخل أساليب التمرينات في التعلم ونقل أثره إلى بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد.
- <http://vimeo.com/115136383>



التمرين الثالث : (4 × 4 + حارس مرمى)

هدف التمرين : التوضع واخذ المكان المناسب لاستلام الكرة والتخلص من الرقابة بالنسبة للفريق Y والاحتواء ومحاولة قطع الكرة و الحصول على خطأ بالنسبة للفريق X .
الادوات المستخدمة : فانيلات حمراء اللون للفريق التموضعي (Y) و فانيلات زرقاء اللون للفريق الاحتوائي (X) - كرات - هدف .
قياس الملعب : 20 × 20 م .

وصف التمرين : فريقين (X - Y) الفريق Y لاعبي الاسلوب التموضعي وعددهم (4) ، الفريق (X) لاعبي الاسلوب الاحتوائي و عددهم 4 ، ينتشر الفريق Y في ملعب التدريب المحدد و حسب خطة اللعب وعلى ضوء انتشار الفريق (Y) ينتشر الفريق (X)، عند اشارة المدرب يقوم لاعبي الفريق (Y) بالحركة فيما بينهم لتطبيق تكتيك التمرين باستخدام المهارات الاساسية ، يتبادل لاعبو الاسلوب التموضعي المواقع و التتبع في مواقع التموضع ضمن مساحة التدريب المحددة و المطلوب من لاعبي الفريق (X) احتواء لاعبي الفريق (Y) من خلال أساليب الدفاع المختلفة والمراقبة ومحاولة قطع الكرة و ارتكاب الفريق (Y) للأخطاء للحصول على الكرة ويتكون لاعبي الفريق (Y) من اربعة لاعبين وحسب الارقام (D - C - B - A) حيث ينتشر اللاعبون حسب التكتيك المطلوب من قبل المدرب حيث يقوم اللاعب A الذي بحوزته الكرة بتمريرة اولى الى اللاعب B والحصول على تموضع جديد A1 ويقوم اللاعب B بدحرجة الكرة والحصول على تمركز جديد B1 وعمل تمريرة ثالثة الى اللاعب D وفي هذه الاثناء يكون اللاعب A1 قد حصل على تموضع جديد A2 ثم يقوم اللاعب D بعمل تمريرة رابعة الى A2 الذي يكون في تموضع افضل واقرب الى تسجيل نقطة وكما في الشكل.



التمرين الرابع : (4 × 4 + حارس مرمى).

هدف التمرين : التموضع واخذ المكان المناسب لاستلام الكرة والتخلص من الرقابة بالنسبة للفريق Y والاحتواء ومحاولة قطع الكرة والحصول على خطأ بالنسبة للفريق X .
الادوات المستخدمة : فانيلات حمراء اللون للفريق التموضعي (Y) و فانيلات زرقاء اللون للفريق الاحتوائي (X) - كرات - هدف .
قياس الملعب : 20 × 20 م .

وصف التمرين : فريقين (Y - X) الفريق Y لاعبي الاسلوب التموضعي وعددهم (4) ، الفريق (X) لاعبي الاسلوب الاحتوائي و عددهم 4 ، ينتشر الفريق Y في ملعب التدريب المحدد و حسب خطة اللعب وعلى ضوء انتشار الفريق (Y) ينتشر الفريق (X) ، عند اشارة المدرب يقوم لاعبي الفريق (Y) بالحركة فيما بينهم لتطبيق تكتيك التمرين باستخدام المهارات الاساسية ، يتبادل لاعبو الاسلوب التموضعي المواقع والتنويع في مواقع التموضع ضمن مساحة التدريب المحددة و المطلوب من لاعبي الفريق (X) احتواء لاعبي الفريق (Y) من خلال أساليب الدفاع المختلفة والمراقبة ومحاولة قطع الكرة و ارتكاب الفريق (Y) للأخطاء للحصول على الكرة ويتكون لاعبي الفريق (Y) من اربعة لاعبين وحسب الارقام (A - B - C - D) حيث ينتشر اللاعبون حسب التكتيك



المطلوب من قبل المدرب ، يقوم اللاعب A الذي بحوزته الكرة بتمريرة اولى الى اللاعب B ويحصل على تموضع جديد A1 يقوم اللاعب B بالدرجة والحصول على تموضع جديد B1 وفي هذه الاثناء يكون اللاعب C قد حصل على تموضع جديد C1 حيث يقوم اللاعب B1 بعمل تمريرة ثالثة الى اللاعب C1 وفي هذه الاثناء يكون اللاعب A1 قد تموضع من جديد ليصبح A2 يقوم الاخير بعمل تمريرة رابعه الى اللاعب A2 الذي يكون اقرب الى الهدف لتسجيل نقطة.

Y الفريق التموضعي (A,B,C,D) اللون الازرق

X الفريق الاحتوائي اللون الاحمر





السادة ذوو الخبرة والاختصاص بمجالات علم التدريب الرياضي والقياس والتقويم وكرة القدم الذين تم عرض استمارات الاستبيان عليهم لانتقاء أهم القدرات البدنية والمهارات الأساسية و صلاحية مواقف مقياس التفكير الخططي واختبارتهما الخاصة بهما في كرة القدم والتمارين والمنهاج التدريبي المستخدم في البحث الحالي

اسم المتخصصين	المهارات الاساسية	الاختبارات المهارية	تمارين	التخصص العلمي	اللقب العلمي	اسم الكلية	اسم الجامعة
د.محمد خضر أسمر			*	تعلم حركي - كرة قدم	أستاذ	التربية الرياضية	الموصل
د.هاشم أحمد سليمان		*		قياس وتقويم	أستاذ	التربية الرياضية	الموصل
د.مكي محمود حسين	*	*	*	قياس وتقويم - كرة قدم	أستاذ د	التربية الرياضية	الموصل
د.إيثار عبد الكريم قاسم		*		قياس وتقويم	أستاذ	التربية الرياضية	الموصل
د.ضرغام جاسم النعيمي		*	*	قياس وتقويم - كرة قدم	استاذ	التربية الرياضية	الموصل
د.نوفل محمد محمود			*	تدريب رياضي	أستاذ مساعد	التربية الرياضية	الموصل
د. سعد فاضل		*		قياس وتقويم	استاذ مساعد	التربية الاساسية	الموصل
د. مكي محمود حمودات				تدريب رياضي	استاذ مساعد	التربية الرياضية	الموصل
د.نبيل محمد عبد الله			*	تدريب رياضي	استاذ مساعد	التربية الرياضية	الموصل



الموصل	التربية الرياضية	استاذ مساعد	تدريب رياضي - كرة قدم	*		*	د.معن عبدالكريم الحياي
الموصل	التربية الرياضية	استاذ مساعد	قياس وتقويم		*		د.سبهان أحمد الزهيري
الموصل	التربية الرياضية	استاذ مساعد	تدريب رياضي	*			د.عبد الجبار عبد الرزاق
الموصل	التربية الرياضية	استاذ مساعد	قياس وتقويم		*		د.عمر سمير ذنون
الموصل	التربية الرياضية	مدرس	قياس وتقويم		*	*	ربيع خلف الزهيري
الموصل	التربية الرياضية	استاذ مساعد	قياس وتقويم		*		د.علي حسين
الموصل	التربية الرياضية	مدرس	تدريب رياضي - كرة قدم			*	د.طارق حجية
الموصل	التربية الرياضية	مدرس مساعد	تدريب رياضي - كرة قدم		*	*	عمار شهاب
الموصل	التربية الرياضية	مدرس	تدريب رياضي - كرة قدم	*		*	علي زهير
الموصل	التربية الأساسية	استاذ مساعد	قياس وتقويم		*		احمد مؤيد
الموصل	التربية	استاذ	تدريب	*		*	هادي احمد



	الرياضية	مساعد	رياضي - كرة قدم				
الموصل	التربية الأساسية	استاذ مساعد	قياس وتقويم		*		احمد هشام
الموصل	التربية الرياضية	استاذ مساعد	تدريب رياضي - كرة قدم	*		*	محمود حمدون





نموذج للوحدات التدريبية

الجزء التدريبي من الاعداد الخططي للدورة المتوسطة الاولى والثانية (الدورة الصغرى الأولى والخامسة) للمنهج التدريبي للمجموعة التجريبية الأولى (الوحدة التدريبية (13,1))

الجزء التدريبي	رقم التمرين	فترة دوام التمرين	الشدة	التكرار	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	المجموعات	الزمن الكلي لكل تمرين
الاعداد الخططي -13	1	25 ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30 ثا	2-1 د	3-2	6,30 د- 11,45 د
	2	30 ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30 ثا	2-1 د	3-2	6,30 د- 11,45 د

(الوحدة التدريبية (14,2))

الجزء التدريبي	رقم التمرين	فترة دوام التمرين	الشدة	التكرار	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	المجموعات	الزمن الكلي لكل تمرين
الاعداد الخططي -13	3	25 ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30 ثا	2-1 د	3-2	6,30 د- 11,45 د
	4	30 ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30 ثا	2-1 د	3-2	6,30 د- 11,45 د



الوحدة التدريبية (15,3)

الجزء التدريبي	رقم التمرين	فترة دوام التمرين	الشدة	التكرار	الراحة ببين التكرارات	الراحة بين المجموعات	المجموعات	الزمن الكلي لكل تمرين
الاعداد الخططي -13	2-1	30ثا	اداء مثالي) مباراة)	3	30ثا	2-1د	3-2	6,30د- 11,45د
	4-3	30ثا	اداء مثالي) مباراة)	3	30ثا	2-1د	3-2	6,30د- 11,45د

علوم الرياضة