

تمرينات خاصة في تطوير دقة التهديف بكرة قدم الصالات للاعبين نادي بلاد الرافدين الرياضي

م.م انتظار عبد الستار جاسم¹، ا.م.د. اثير قاسم محمد²، ا.د. رشا طالب ذياب³، م.م أية طالب ذياب⁴

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

جامعة سامراء/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة³

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة⁴

(¹ atheer55551@gmail.com)

المستخلص: تكمن اهمية البحث لكون اللاعب يحتاج لمميزات وقابليات مهارية عالية جدا لامكانية استخدامها في مساحات ضيقة وفي ملعب صغير المساحة وتحت ضغط المنافس والجمهور والضغط النفسي، كل ذلك لابد من تحقيقه بوساطة تمرينات خاصة لتطوير دقة اداء مهارة التهديف بكرة قدم الصالات التي تعد الحل الامثل وبشكل علمي مدروس لمجابهة كافة الظروف و المتغيرات وبالتالي الارتقاء بمستوى اللاعبين و الحصول على افضل الحلول وتحقيق النتائج الافضل وبوقت مبكر .

تكمن مشكلة البحث بأن هناك قلة في استخدام التمرينات المهارية الفعالة التي تساهم بشكل مبكر في تحسين دقة اداء مهارة التهديف بكرة قدم الصالات للاعبين في الظروف التي تواجه لاعب كرة قدم الصالات سواء كان التحكم تحت سيطرته أم تلك التي تتطلب منه أن يستجيب للظروف الخارجية المحيطة به مما حد بالباحثين اللوج في هذه المشكلة، فيما تكمن هدف الدراسة هو التعرف على تأثير التمرينات الخاصة و المتبعة في تطوير دقة اداء مهارة التهديف بكرة قدم الصالات، واجريت الدراسة على عينة من لاعبي نادي بلاد الرافدين الرياضي، باستعمال المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبارين القبلي والبعدي وعشوائية الاختيار، وذلك بتقسيم عينة البحث الى مجموعتين متكافئتين بواقع (12 للاعب) لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية، اذ استخدمت المجموعة التجريبية التمرينات الخاصة المعدة من قبل الباحثين، فيما استخدمت المجموعة التجريبية التمرينات الخاصة المعدة من قبل الباحثين في حين استعملت المجموعة الضابطة التمرينات المتبعة من قبل المدرب.

وتم التوصل الى استنتاجات تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تطور دقة اداء مهارة التهديف بكرة قدم الصالات. ونسبة تطور المجموعة التجريبية في متغير البحث كانت افضل من المجموعة الضابطة .

وقد اوصى الباحثين على ضرورة الاهتمام بتنويع التمرينات الخاصة التي تتناسب مع طبيعة اداء لعبة كرة قدم الصالات وادائها بظروف مختلفة و التأكيد على اجراء بحوث ودراسات على عينات اخرى وبفئات عمرية مختلفة في لعبة كرة القدم .

الكلمات المفتاحية: تمرينات خاصة - التهديف - كرة القدم - نادي بلاد الرافدين.

1-المقدمة:

تعد لعبة كرة قدم الصالات من الألعاب الجماعية التي شهدت تطوراً كبيراً في الآونة الأخيرة، إذ تتطلب من اللاعبين قدراً عالياً من المهارة والسرعة والدقة في التهديف، مما يجعل من الضروري إعداد برامج تدريبية متخصصة تواكب متطلبات الأداء العالي. ويُعد عنصر التهديف من أهم العناصر التي تحسم نتائج المباريات، ويعتمد بشكل مباشر على كفاءة اللاعب في اتخاذ القرار والتصويب بدقة في ظروف اللعب المختلفة ومن هذا المنطلق، تبرز أهمية إعداد تمارين خاصة تهدف إلى تطوير دقة التهديف لدى لاعبي كرة قدم الصالات، خصوصاً في ظل التنافس الشديد على المستويين المحلي والدولي، والحاجة إلى مواكبة التطورات الحديثة في أساليب التدريب وتكمن أهمية البحث في

- 1-يسلط الضوء على أحد الجوانب الفنية المهمة في لعبة كرة قدم الصالات، وهو دقة التهديف.
- 2-يقدم تمارين خاصة قد تسهم في تطوير أداء اللاعبين ورفع مستواهم المهاري.
- 3-يساعد مدربي الأندية على اعتماد برامج تدريبية فعّالة ومبنية على أسس علمية.
- 4-يُعد مرجعاً علمياً يمكن أن يُستفاد منه في تطوير أساليب التدريب الخاصة بمهارة التهديف.
- 5-يسهم في رفد المكتبة الرياضية العراقية بدراسة ميدانية تطبيقية تخدم فئة مهمة من اللاعبين.

مشكلة البحث:

عد مهارة التهديف من المهارات الحاسمة في لعبة كرة قدم الصالات، لما لها من تأثير مباشر في تحقيق نتائج المباريات. ويواجه العديد من المدربين صعوبة في تحسين دقة التهديف لدى اللاعبين، بالرغم من امتلاكهم لمهارات فنية وبدنية جيدة، مما يشير إلى وجود قصور في البرامج التدريبية المتبعة في هذا الجانب الحيوي ورغم الأهمية الكبيرة لهذه المهارة، إلا أن الملاحظ في أداء لاعبي نادي بلاد الرافدين الرياضي هو انخفاض مستوى دقة التهديف خلال المباريات الرسمية، وهو ما قد يعود إلى عدم استخدام تمارين خاصة ومركزة لتطوير هذه المهارة الأساسية، مما يدعو إلى البحث في هذا الجانب وإيجاد حلول تدريبية فعالة.ومن هنا

تتحدد مشكلة البحث في الاجابة على التساؤل التالي
ما تأثير التمرينات الخاصة في تطوير دقة التهديف لدى لاعبي كرة قدم الصالات في نادي بلاد الرافدين الرياضي؟

اهداف البحث:

- 1-إعداد تمارين خاصة تهدف إلى تطوير دقة التهديف في كرة قدم الصالات.
- 2-التعرف على مستوى دقة التهديف لدى لاعبي نادي بلاد الرافدين الرياضي قبل تنفيذ التمرينات الخاصة.
- 3-معرفة تأثير التمرينات الخاصة في تحسين دقة التهديف بعد تطبيقها على عينة البحث.
- 4-تقديم توصيات علمية وعملية تسهم في رفع كفاءة التدريب المهاري لدى لاعبي كرة قدم الصالات.

فرض البحث:

- 1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في دقة التهديف لصالح الاختبار البعدي لدى لاعبي نادي بلاد الرافدين الرياضي.
- 2-أن التمرينات الخاصة تسهم بشكل إيجابي وفَعَال في تطوير دقة التهديف لدى لاعبي كرة قدم الصالات.

2-منهجية البحث وأجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثين المنهج التجريبي والذي يعرف بأنه " هو تغيير متعمد والمضبوط للشروط المحددة للظاهرة، وملاحظة نواتج التغيير في الظاهرة موضوع الدراسة ويعرف أيضاً بأنه استخدام التجربة في إثبات الفروض (قنديلجي: 2012، ص148) وبأسلوب التصميم التجريبي للمجموعات المتكافئة الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدي.

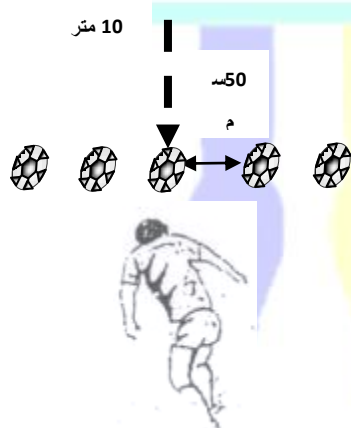
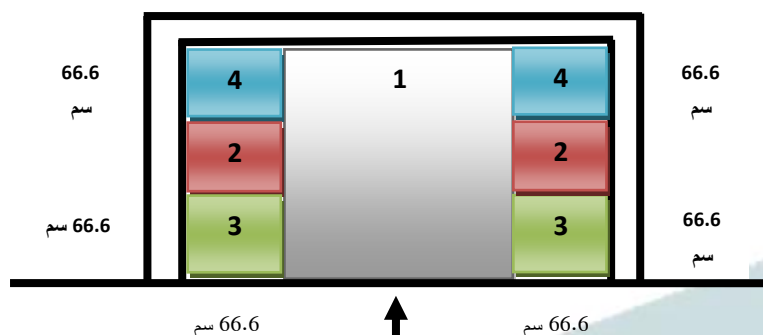
2-2 مجتمع البحث وعينته: تكونت من لاعبي نادي بلاد الرافدين الرياضي لفئة الشباب وبالطريقة العشوائية إذ بلغ عدد اللاعبين (37 لاعبا)، وقد تكونت عينة البحث من (24 لاعبا) تم استبعاد غير المواطنين منهم وقد قسمت العينة بطريقة القرعة الى مجموعتين الاولى تجريبية وقوامها (12 لاعبا) و الثانية ضابطة وقوامها (12 لاعبا) وبهذا تكونت النسبة المئوية (64.8%) من مجتمع البحث.

(صفر) خارج حدود التهديد.

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 التهديد

2-5 التجارب الاستطلاعية:

2-5-1 التجربة الاستطلاعية الاولى: إذ أجرى الباحثين

التجربة على عينة مكونة من (10 لاعبين) من غير عينة البحث وذلك بتاريخ 2025/2/2. وهم من لاعبي نادي بهرز الرياضي في نفس الفئة العمرية، وكان هدف الباحثين من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على ملائمة الاختبارات الموضوعية مع عينة البحث وفنتها العمرية وكفاءة الفريق المساعد في العمل والتعرف الوقت المستغرق في اداء الاختبار المهاري وصلاحيه الادوات المستخدمة في البحث للاختبارات المهارية لمهارة المناولة لغرض تجاوز الاخطاء التي قد تظهر عند تنفيذ الاختبار المهاري وقد تم أعيد الاختبار عليهم بعد (5 أيام) للتعرف على كل النقاط أعلاه .

2-3 وسائل جمع المعلومات و الأدوات والأجهزة

المستخدمة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات المستخدمة في

البحث: (المصادر والمراجع العربية والأجنبية، الاستبانة، استمارات لجمع و تفريغ البيانات، الملاحظة و المقابلات الشخصية، التجارب الاستطلاعية، فريق العمل المساعد، الوسائل الإحصائية).

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

ملعب كرة يد متكامل، هدف كرة قدم ، صفارة نوع Fox، كرات قدم صالات حجم 4 قانونية عدد (12) كرة، شواخص بلاستيكية بارتفاع (38 سم) عدد (12) شاخص، شريط قياس وشريط لاصق ملون، ساعة توقيت نوع Sewan، كاميرا تصوير فديوية نوع Sony .

2-4 الاختبارات المستخدمة بالدراسة:

اسم الاختبار: التهديد نحو هدف مقسم الى مربعات مرقمة من الجانبين (عبد حمزة: 2011، ص210).

الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديد نحو الهدف.

الادوات: كرات قدم (للصالات) عدد (5)، شريط لتعيين منطقة التهديد للاختبار، هدف كرة القدم للصالات، ملعب كرة القدم لصالات.

وصف الاداء: توضع (5) كرات في أماكن مختلفة ومحددة بمسافة (10 متر) عن الهدف إذ تقوم المختبرة بالتهديد في المناطق المؤشرة في الاختبار على وفق أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر المسافة بين كرة وأخرى (50) سم. كما موضح بالشكل (1) .

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

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

(4) درجات عند التهديد في المجال رقم (4).

(3) درجات عند التهديد في المجال رقم (3).

(2) درجتان عند التهديد في المجال رقم (2).

(1) درجة واحدة عند التهديد في المجال رقم (1).

تكرار التمرينات المهارية الخاصة وتصحيح الاخطاء الناتجة من الاداء و توجيه اللاعبين على الاداء الصحيح والدقيق وتقديم التغذية الراجعة وعرض النموذج الافضل للمجموعة التجريبية فقط، فيما كانت المجموعة الضابطة تستخدم تمرينات المدرب المتبعة فقط .

إذ اتفقت المجموعتان التجريبية والضابطة بالتالي:

1- زمن الوحدة التدريبية.

2- الجزء التحضيري من الوحدة التدريبية والذي يتضمن الاحماء بشقيه العام و الخاص.

3- زمن الجزء التطبيقي من الوحدة التدريبية في القسم الرئيس.

4- نهاية الجزء التطبيقي من القسم الرئيسي في الوحدة التدريبية و المقدرة بـ (15 دقيقة).

5- الجزء الختامي.

في حين ان الاختلاف بينهما هو ان المجموعة الضابطة تطبق تمرينات مدرب الفريق المتبعة بينما المجموعة التجريبية تطبق التمرينات الخاصة بالمهارة المعدة من قبل الباحثين لتطوير دقة اداء مهارة المناولة بكرة قدم الصالات وبأشراف من قبل الباحثين وبمعاونة الكادر المساعد وكما هو مبين في الجدول (2).

جدول (2) يبين أقسام الوحدات التعليمية و ازمائها و النسب المئوية

ت	اقسام الوحدة التدريبية	الوقت	الوقت في اسبوع	الوقت خلال تجربة البحث	النسبة المئوية
		دقيقة	دقيقة	دقيقة	دقيقة
1	القسم التحضيري	10 د	50 د	400 د	16,66%
	الحضور	2 د	10 د	80 د	3,33%
	الاحماء:	8 د	40 د	320 د	13,33%
	الاحماء العام	3 د	15 د	120 د	5%
2	الاحماء الخاص	5 د	25 د	200 د	8,33%
	القسم الرئيس	45 د	225 د	1800 د	75%
	اعادة المهارة السابقة	5 د	25 د	200 د	8,33%
	الجانب التعليمي	5 د	25 د	200 د	8,33%
3	الجانب التطبيقي	35 د	175 د	1400 د	58,34%
	القسم الختامي	5 د	25 د	200 د	8,33%
	المجموع	60 د	300 د	2400 د	99,99% 100% ≅

2-9 الاختبارات البعدية: تم اجراء الاختبارات البعدية لعينة

البحث التي قسمت لمجموعتين ضابطة وتجريبية بتاريخ 2025/4/5، و بعد ان أنهى الباحثون تجربة البحث الرئيسة لهاتين المجموعتين إذ تم اتباع نفس الاجراءات التي اتبعها

2-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: من أجل التوصل

الى الطريقة الدقيقة لإجراء التمرينات الخاصة و المفردات التي وضعها الباحثين للحصول على النتائج المرجوة من البحث. قام الباحثين بإجراء هذه التجربة للتمرينات المهارية الخاصة لمهارة المناولة بكرة قدم الصالات على نفس عينة التجربة الاستطلاعية الاولى والمكونة من (10 لاعبين) وذلك بتاريخ 2025/2/4. بالتعاون مع فريق العمل المساعد ومن خلال هذه التجربة تم التعرف على ما يأتي: (ملائمة التمرينات الخاصة المهارية لمستوى العينة وفنتهم العمرية ومدى ملائمة الازمنة التي وضعها الباحثين في تنفيذ التمرينات الخاصة في الوحدة التعليمية والتعرف على الصعوبات والمعوقات التي تحدث عند تنفيذ التمرينات ومدى استجابة العينة لهذه التمرينات الخاصة)

2-6 تكافؤ مجموعتي البحث في متغير البحث

التابعة:

جدول (1) يبين تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات قيد البحث

المتغيرات	الاحصائية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت	الدالة
			س	ع	س	ع		
دقة المناولة	درجة		20.769	3.370	19.923	2.900	0.686	0.05
			غير دال					

*قيمة t الجدولية (2.074) امام درجة حرية مقدارها (22)

2-7 الاختبارات القبليّة: قام الباحثين بأجراء الاختبارات

القبليّة لعينة البحث بتاريخ 2025/2/9 وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في قاعة جامعة بلاد الرافدين الخاصة باختبار اداء مهارة المناولة بكرة قدم الصالات، وقد قام الباحثين بتهيئة الظروف الخاصة بالاختبارات وطريقة إجرائها وفريق العمل من أجل تحقيق الظروف نفسها قدر الإمكان عند إجراء الاختبارات البعدية.

2-8 التجربة الرئيسة: استعمل الباحثين التمرينات المهارية

الخاصة في تطوير التصويب التي مدتها (60 دقيقة) اذ اختصر عمله في الجانب التطبيقي للقسم الرئيسي من الوحدة والذي كانت مدته (35 دقيقة) استثمر الباحثون منه (20 دقيقة) فقط للتمرينات المهارية الخاصة إذ استمرت فترة التجربة الرئيسة لمدة ثمانية اسابيع متتالية وبمعدل (خمس وحدات تعليمية) في الاسبوع الواحد إذ كان مجموع الوحدات التعليمية (40 وحدة تعليمية) طيلة مدة التجربة الرئيسة، إذ اكد الباحثون على ضرورة

المحسوبة قد بلغت (5.132) لمهارة المناولة بكرة قدم الصالات، وعند مقارنة هذه القيم بالقيمة الجدولية (2.201) امام درجة حرية (11=1-12) وبمستوى دلالة (0.05) وجدت انها اكبر من القيمة الجدولية، لذا فالفروق دالة احصائيا بين الاختبارات القبلية والبعدية لمتغير البحث في المجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعدية.

3-1-2 عرض نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية وتحليلها:

جدول (5) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم t المحسوبة والدلالة لمتغيرات البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية.

المعالم الاحصائية للمتغيرات	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		T المحسوبة	الدالة 0.05
		س	ع	س	ع		
دقة التهذيب	درجة	5.666	0.623	4.000	1.414	3.582	دال

*قيمة t الجدولية (2.074) بدرجة حرية (22).

يتبين من الجدول (5) نتائج الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغير البحث للاختبارات البعدية ان قيم (t) المحسوبة كانت (3.582) لمهارة المناولة بكرة قدم الصالات وعند مقارنة قيم ت المحسوبة بالقيمة الجدولية (2.074) امام درجة حرية (11=1-12) وبمستوى دلالة (0.05) وجد ان القيمة المحسوبة كانت دالة احصائيا.

3-1-3 عرض نتائج نسبة مقدار التطور بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث وتحليلها:

جدول (6) يبين نسبة مقدار التطور بين الاختبارات (القبلية والبعدية) للمجموعتين الضابطة والتجريبية

المجموعة	المتغيرات	وحدة القياس	الاوساط الحسابية للاختبارات البعدية	الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية	نسبة مقدار التطور %
الضابطة	دقة المناولة	درجة	4.000	3.666	9.110
التجريبية	دقة المناولة	درجة	5.666	4.000	41.650

تبين في الجدول (6) ان المتغير قيد البحث قد تطور وهذا ما يعزوه الباحثين الى التمرينات المتبعة من قبل مدرب الفريق والتي كان لها الدور الايجابي من حيث رفع دقة الاداء المهاري للمهارة فيها لكن تأثيرها كان اقل من مستوى تأثير التمرينات الخاصة المعدة من الباحثين والتي تم تطبيقها بأشراف كادر العمل المساعد، اما في المجموعة الضابطة فقد حدث تحسن في مستوى دقة الاداء المهاري للمهارة يعزوه الباحثين الى التمرينات

الباحثون وفريق العمل في الاختبارات القبلية وتحت نفس الظروف وفي نفس الطريقة ونفس القاعة المغلقة في جامعة بلاد الرافدين التابعة لنادي بلاد الرافدين الرياضي.

2-10 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحثون الحقيبة الاحصائية spss.

3-عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

بعد أن حصل الباحثين على الدرجات والبيانات لمتغيرات البحث وتطبيق المنهج التدريبي عن طريق الاختبارات القبلية والبعدية الخاصة بمجموعتي البحث وبعد استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة لها كانت النتائج التالي:

3-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة وتحليلها:

جدول (3) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة والدلالة بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في متغير البحث

المعالم الاحصائية للمتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	الدالة 0.05
		س	ع	س	ع		
دقة التهذيب	درجة	3.666	1.795	4.000	1.414	3.802	دال

*قيمة (t) الجدولية (2.201) بدرجة حرية مقدارها (11=1-12)

يتبين من الجدول (3) الذي يعنى بعرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في متغير البحث التابعة وقد تبين ان قيم (t) المحسوبة كانت (3.802) لدقة المناولة، وعند مقارنة هذه القيم بالقيمة الجدولية (2.201) امام درجة حرية (11=1-12) وبمستوى دلالة (0.05) وجدت ان القيمة كانت اكبر من القيمة الجدولية وبذا تكون الفروق دالة احصائياً ولصالح الاختبارات البعدية.

3-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية وتحليلها:

جدول (4) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الحسابي للفروق وانحرافاتها المعيارية وقيم t المحسوبة و الدلالة للاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية وتحليلها.

المعالم الاحصائية للمتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		T المحسوبة	الدالة 0.05
		س	ع	س	ع		
دقة التهذيب	درجة	4.000	1.623	5.666	0.623	5.132	دال

*قيمة t الجدولية (2.201) بدرجة حرية مقدارها (11)

يتضح من الجدول (4) الخاص بعرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في متغير البحث التابعة ان قيم t

ما يؤكد (احمد عريبي عودة، 2014) (الى ان تطوير مستوى الاداء الفني للاعبين من خلال اتاحة الفرصة لزيادة عدد التكرارات فضلا عن اعطاء التغذية الراجعة لمعالجة الاخطاء اثناء الاداء و تدريب المهارات الحركية تؤدي الى تصحيح استجابات اللاعب و توجيه سلوكه الحركي نحو الشكل الصحيح الذي يرفع من مستوى دقة اداء تدريب المهارة) (عودة: 2014، ص191).

فضلا عن ذلك اسلوب اداء التمرينات وتنوعها وتشابه قسم كبير منها لمواقف وحالات اللعب مما ادى الى تحسن مستوى الاداء الحركي المهاري ودقته لا مكانية استخدامها في ظروف اللعب المختلفة التي قد تواجه اللاعب في مثل لعبه مهارية كلعبة كرة قدم الصالات ومن ثم اداء المهارة بدقة عالية وبأقل عدد ممكن الاخطاء (فعند وضع تمارين تطوير مستوى الدقة يجب ان يراعي المدرب الحالات التي تكون مشابهة لحالات اللعب الحقيقي في كرة اليد، اذ ان اللاعب يحتاج الى دقة مهارية عالية خصوصاً عندما يتعامل مع الكرة بوجود منافس فعال قريب . إذ يعتمد مستوى الدقة وفي جميع مراحل الاعداد على نوعية التمارين المستخدمة) (شريدة: 2015، ص141).

3-2-2 مناقشة تأثير التمرينات الخاصة في تطوير متغيرات البحث:

يتبين من النتائج التي حصل عليها الباحثين في الجدولين (5 و6) ظهر هناك تطورا وتحسنا ملحوظا في المتغير مهارة (اداء مهارة التهديد بكرة قدم الصالات) في دقة ادائهم المهاري وللمجموعة التجريبية نسبة اكثر ولصالح الاختبارات البعيدة. إذ يعزو الباحثين سبب ذلك التحسن الى طريقة اعداد و استخدام التمرينات الخاصة المرتكزة على اسلوب علمي صحيح مدروس الجوانب ومدى مناسبتها مع مستوى افراد عينة البحث.

اذ ان " فاعلية التمرينات الرياضية الموضوعة بشكل علمي والتي تتناسب مع امكانيات اللاعبين تعد احد الوسائل المهمة في اكتساب دقة الاداء الحركي والمهاري لذا يجب الانتباه الى الهدف الموضوع و مميزات اللاعب الخاصة " (Allen, 2014, p121).

إن للتنوع في التمرينات الخاصة الدور البارز أيضاً إذ عمد

المتبعة من قبل مدرب الفريق والتي كانت ايضا ايجابية من حيث رفع مستوى دقة الاداء المهاري لكن تأثيرها كان اقل من مستوى تأثير استخدام التمرينات الخاصة المتبعة من قبل الباحثين وكادر العمل المساعد .

3-2 مناقشة النتائج:

3-2-1 مناقشة تأثير التمرينات الخاصة والمتبعة في متغيرات البحث للاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعتين الضابطة والتجريبية:

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحثين في الجدولين (3، 4) وفي ضوء الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية و البعيدة لعينة البحث في الاختبار المهاري لمهارة المناولة بكرة قدم الصالات يظهر مدى تأثير التمرينات الخاصة وتطبيقها من قبل لاعبي العينة من اللاعبين وهذا ما يؤكد (هاني الدسوقي، 205) " أن من المهم ان تكون الافراد مندفعين لتطوير المهارات الحركية لغرض الحصول على اقصى تعلم، فاذا نظر المدرب الى المهمة على انها ليست ذات معنى او غير مفضلة فان التدريب على المهارة سيكون محددا، واذا كان الدافع منخفضاً جداً فقد لا يحدث تدريب مطلقاً " (ابراهيم: 2005، ص63).

وكذلك يظهر تأثير التمرينات المتبعة من قبل مدرب الفريق في تحسن دقة الاداء المهاري ومدى ايجابية التأثير للتمرينات الخاصة التي استخدمت إذ بنيت على اسس علمية صحيحة هادفة روعي فيها الاداء الفني للاعبين والفئة العمرية المختارة قيد البحث والوقت الفعلي لهذه التمرينات المهارية الخاصة " حيث ان المدرب الناجح هو الذي يعلم الاهداف التي يمكن تحقيقها من اعطاء كل نوع من التمارين كما انه يعلم تماماً الوقت الذي يعطى فيه التمرين في الوحدة التدريبية اليومية والزمن الذي يستغرقه " (اللقائي: 2014، ص23).

ويعزو الباحثين اسباب تحسن مستوى دقة الاداء المهاري لمهارة المناولة بكرة قدم الصالات الى استخدام التكرارات الصحيحة للمهارات المختارة والتمرينات الخاصة ومعالجة وتصحيح الاخطاء وبأسلوب علمي صحيح وتربوي واتاحة الفرصة للاعبين بإداء اكثر عدد من التكرارات الصحيحة وتوجيههم نحو الاداء الدقيق مما لعب دوراً بارزاً في اوصولهم للمستوى الافضل. وهذا

الخاصة مع اعمار العينة والوقت المناسب الذي اعطيت لهم هذه التمرينات لتساهم بشكل جدي في رفع وتحسين مستوى دقة ادائهم المهاري وكما يشير اليه (نبيل محمود شاكر، 2015) " بأن التدريب اذا جاء في الوقت المناسب وهو الوقت الذي يكون فيه الفرد مستعداً من الناحية النفسية للاستفادة والتلقي كان مفيداً وناجحاً واسهم في التطور الحركي عند الفرد " (شاكر: 2015، ص145).

4-الخاتمة:

وتوصل الباحثين الى الاستنتاجات التالية:

- 1-أظهرت التمرينات الخاصة المستخدمة في البحث فاعلية واضحة في تحسين دقة التهديد لدى لاعبي نادي بلاد الرافدين الرياضي.
 - 2-هناك تطور ملحوظ في أداء اللاعبين في الاختبار البعدي مقارنة بالاختبار القبلي مما يؤكد نجاح المنهج التدريبي.
 - 3-ساعدت التمرينات على تعزيز التركيز والدقة الحركية لدى اللاعبين أثناء لحظات الحسم في المباريات.
 - 4-تمرينات المصممة كانت ملائمة لمستوى اللاعبين العمري والبدني.
 - 5-أسهمت التمرينات في تحسين الأداء الفني دون التأثير على الجانب البدني.
- ويوصي الباحثين الى:
- 1-اعتماد التمرينات الخاصة المستخدمة في هذه الدراسة ضمن الوحدات التدريبية اليومية لتطوير دقة التهديد في كرة قدم الصالات
 - 2-ضرورة تصميم مناهج تدريبية مماثلة تستهدف مهارات أخرى مثل التمرير أو الاستلام تحت الضغط.
 - 3-إجراء دراسات مستقبلية مماثلة على فئات عمرية أو أندية مختلفة للتحقق من تعميم نتائج البحث.
 - 4-تشجيع المدربين على استخدام التمرينات المهارية المركبة التي تحاكي ظروف اللعب الحقيقية.
 - 5-إدخال أساليب تقييم دوري لمهارة التهديد ضمن خطة الإعداد للموسم الرياضي.

المصادر:

[1] احمد حسين اللقاني؛ الوسائل التدريبية الحديثة في المناهج التدريبية، ط1:

الباحثين الى استخدام تمرينات خاصة متنوعة تركز على تحسين دقة الاداء المهاري للمهارة قيد البحث المختارة وفي ظروف متغيرة الاحوال وفي مكانات مختلفة إذ كانت مرة تطبق داخل القاعة المغلقة ومرة أخرى في الساحة الخارجية، اذ يؤكد (قاسم لازم صبر، 2009) " ان التمرينات الرياضية تستخدم لتطوير النواحي الخطئية و المهارية والبدنية وكذلك تنمية الخبرات لدى اللاعبين التي هي الهدف الحقيقي من عملية التدريب الرياضي " (صبر: 2009، 87).

إذ يؤكد (الناشف) " أن التمرين عنصر تقني اساسي في لعب المجموعة وهو يتيح التغلغل الجماعي في الملعب ويوثق الصلة بين اللاعبين والكرة ويسهلها ويحافظ عليها كما يمكن عن طريق التهديد التخلص من كثير من مدافعي الفريق المنافس . وللدقة أهمية كبيرة فيها إذ تعمل على جعل الكرة تحت سيطرة لاعبي الفريق الذي اذا امتازت مناوالت لاعبيه بالدقة والسرعة يكون اكثر كفاءة في تنفيذ خطط اللعب " (الناشف: 2015، ص 133).

فان التحسين في دقة اداء مهارة التهديد بكرة قدم الصالات فيعزوه الباحثين الى استخدام التمرينات المهارية الخاصة وطريقة عرض النموذج الصحيح وتطبيق مفردات التمرينات الخاصة من قبل افراد العينة وفاعلية هذه التمرينات والتكرارات الصحيحة على ادائها وتصحيح الاخطاء بشكل جيد من قبل الكادر المساعد. ويؤكد ذلك (Dan Austin, 2015) فيذهب إلى " ان المهارات الثابتة يمكن اتقانها بشكل اسهل واسرع من غيرها كونها تؤدي من وضع الثبات من قبل اللاعب وان المهارة الجديدة يمكن اتقانها بصورة متقنة عن طريق التعزيز والتكرار. فضلاً عن انه ورغم التواصل وعدم الانقطاع في تدريب المهارة في نشاط رياضي معين فان حدود مراحل التدريب تكون معروفة ومحددة بشكل واضح وتعلمه للمهارة يكون اسهل و اسرع (Austin: 2015, p144). ويؤكد (فرات جبار سعد الله 2015) " ان التكرار يعد اساسا للتدريب وتحديد عدد مرات تكرار الاداء للحركة يعد امر مهما، فهو يعتمد على فطنة المدرس وخبرته الى حد بعيد في تحديد عدد التكرارات المثلى الملائمة لكل مرحلة سنية " (سعد الله: 2015، ص133، 2015)، وكذلك يعزى التطور الحاصل الى تناسب التمرينات

(القاهرة، مؤسسة الخليج العربي، 2014).

- [2] بعث عبد المطلب عبد الحمزة؛ تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية- مهارية) لاختيار ناشئي خماسي كرة القدم في بغداد للأعمار (14-16) سنة: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2011).
- [3] سلطان فاضل شريدة؛ التمرينات البدنية ووظائف الأعضاء، ط1: (الاردن، دار دجلة، 2015).
- [4] سلمى زكي الناشف؛ تكنولوجيا الرياضة، ط1 (عمان، الاردن، دار المناهج للنشر والتوزيع، 2015).
- [5] عامر إبراهيم قنديلجي؛ منهجية البحث العلمي، ط1: (عمان، دار اليازوري العلمية للنشر، 2012).
- [6] فرات جبار سعد الله؛ اساسيات في التعلم الحركي: (عمان، الاردن، الرضون للنشر والتوزيع، 2015).
- [7] قاسم لزام صبر (وآخرون)؛ اسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم: (عمان، المعتمد للطباعة والتجليد، 2014).
- [8] قاسم لزام صبر؛ نظرية الاستعداد وتدريب المناطق المحددة بكرة القدم، ط1: (بغداد، دار الكتب والوثائق، 2009).
- [9] ناهدة عبد زيد؛ أساليب في التعلم الحركي، ط1: (لبنان، دار الكتب العلمية، 2013).
- [10] نبيل محمود شاكر؛ علوم الحركة: (جامعة ديالى، المطبعة المركزية، 2015).
- [11] هاني الدسوقي ابراهيم؛ الحديث في الوسائل والاجهزة الرياضية، ط2: (الاسكندرية، دار الوفاء لنديا للطباعة والنشر، 2015).
- [12] هاني الدسوقي ابراهيم؛ الحديث في الوسائل والاجهزة الرياضية، ط2: (الاسكندرية، دار الوفاء لنديا للطباعة والنشر، 2015).
- [13] وجيه محجوب؛ التعلم و التعليم و البرامج الحركية، ط1: (عمان، دار الفكر للطباعة و النشر، 2002).
- [14] Dan Austin & Bryan Mann; The Complete Guide to train young soccer: (London, Ellis Harwood, 2015).
- [15] Thomas Allen; Private power and how to develop it: (London, ERA, 2014).