

تأثير تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية في تطوير مجال الرؤيا لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم للاعبين بإعمار 14-16 سنوات

أ.د. سعد منعم النعيمي الشيشلي¹

جامعة بغداد/كلية العلوم السياسية¹

(¹ saadalsheekhly@yahoo.com)

المستخلص: لقد تنوعت طرائق واساليب التدريبية للوصول الى التدريب المؤثر عن طريق اكتساب المهارات الحركية للألعاب واستخدامها اثناء اللعب، ومن افضل تلك الاساليب التي لها تصاميم مقارنة لخطط اللعب اي مشابهة للعب الهدف منها توجيه المتدرب للأداءات الحركية المطلوبة منه اثناء المباراة،، لكون فن اللعب سوف يمد المتدرب بخيارات تقوده لتطبيق اللعب بصورة صحيحة، وبأسلوب حل المهمات الخططية للاقترب من اتقان المهارات، والذي يمكن التوصل اليه عن طريق الاعداد والتكرار لسلسلة من التمرينات التطبيقية على وفق اسلوب اللعب الطولي والتدرج بها من السهل الى الصعب مراعي الفروقات الفردية بين المتدربين، هدفها تطوير واكتساب المهارة وتحسينها من خلال اداء المهارات الاساسية اثناء اللعب، لكون المعرفة الخططية واستيعابها هو شيء ضروري بالعملية التدريبية بكرة القدم وذلك من خلال تطوير مجال الرؤيا والادراك الحس حركي الزماني والمكاني لدى المتدرب.

وكان البحث يهدف من ذلك:

1- اعداد تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية في تطوير مجال الرؤيا لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم للاعبين بإعمار 14-16 سنوات.

2- التعرف على تأثير تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية في تطوير مجال الرؤيا للمهارات الاساسية بكرة القدم قيد الدراسة لدى افراد عينة البحث (لاعبين بإعمار 14-16 سنوات).

فيما افترض الباحث ما يأتي:

1- هناك فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمهارات الاساسية بكرة القدم قيد الدراسة ولصالح نتائج الاختبارات البعديّة لإفراد عينة البحث.

واستنتج الباحث الاتي:

1- احدثت تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية أثراً إيجابياً ومعنوياً في تطوير نتائج المهارات الاساسية بكرة القدم قيد الدراسة لدى افراد عينة البحث.

2- ان عدد الوحدات التدريبية التي تم تنفيذ تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية المعدة من قبل الباحث كانت ملائمة لعينة البحث ومناسبة لتطوير المهارات الاساسية بكرة القدم قيد الدراسة (مهارة الدرجة، مهارة المناولة، مهارة السيطرة، مهارة التهديف).

3- هناك تأثيراً إيجابياً في احدث تحسناً في مجال الرؤيا البصرية لدى افراد عينة البحث.

ويوصي الباحث ما يلي:

1- التأكيد على المدربين استخدام تدريبات على وفق على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية في تطوير المهارات الاساسية بكرة القدم.

2- ضرورة استخدام تدريبات على وفق على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية للفئات العمرية كونه يساهم في تطوير مجال الرؤيا البصرية والادراك الحس حركي الزماني والمكاني.

الكلمات المفتاحية: التدريب الطولي - المقتربات الخططية - مجال الرؤيا - المهارات الاساسية - كرة القدم.

1-المقدمة:

وتشويق للمتدرب عن طريق التدريب بأسلوب اللعب بصورة مباشرة بكفاية وقدرة عالية، مما تولد حالة الدافعية لدى المتدرب وحته وتشجيعه على التدريب وهي من ضروريات عملية التدريب.

وبهذا تكمن أهمية البحث باستخدام أسلوب التدريب الطولي على وفق المقترحات الخططية من خلال فهم واستيعاب اللعب بوساطة استخدام المقترحات الخططية المبسطة، وأصبحت الحاجة ملحة في الوقت الحاضر الى تعليم والتدريب والتركيز حول ممارسة اللعب وأكثر منها في التعليم التكراري للمهارات وان تعليم اتخاذ القرار اثناء اللعب لم له تأثير في التعلم التكراري لاكتساب المهارات والشرح والعرض بينما يظهر تأثيرها بسبب الاقتراب من اللعب في اتخاذ القرار.

فمن بين المشاكل الخططية بالعملية التدريبية بكرة القدم هي كيفية اختيار المهارات الاساسية والاداءات الحركية المناسبة على وفق متغيرات اللعب، وعلى سبيل المثال كيفية اداء مهارة مناولة الكرة والسيطرة عليها والمراوغة والخداع والحجز والتصويب (التهديف) على المرمى لتسجيل الاصابة (هدف)، فضلا عن كيفية خلق الفراغ اي الاسناد والتغطية لغرض التصويب، وبهذا باتت عملية الربط بين المهارات الاساسية والاداء الخططي امر في غاية الضرورة لكونها تمكن المتدرب من التعرف على ما يجري من حوله اثناء ويحسن الاختيار والتصرف اتجاه تلك المتغيرات وتطوير ادائه في الوقت ذاته، لكون فن اللعب سوف يمد المتدرب بخيارات تقوده لتطبيق اللعب وعلاقته بالمهارات الحركية، بأسلوب حل المهمات الخططية للاقتراب من اتقان المهارات، والذي يمكن التوصل اليه عن طريق الاعداد والتكرار لسلسلة من التمرينات التطبيقية على وفق أسلوب اللعب الطولي والتدرج بها من السهل الى الصعب مراعي الفروقات الفردية بين المتدربين، هدفها تطوير واكتساب المهارة وتحسينها من خلال اداء المهارات الاساسية اثناء اللعب. لكون المعرفة الخططية واستيعابها هو شيء ضروري بالعملية التدريبية بكرة القدم، لذا فان معرفة اداء المهارة وكيفية اللعب هو الأكثر تحقيقا للتوصل الى اهداف التدريب من اجل تحقيق استراتيجية اللعب التي هي جزء من الافكار التدريبية التي تميز المدرب عن سواه، وهذا ما اكده (Booth, K; 1993) على ان تعلم

لقد تنوعت طرائق واساليب التدريبية للوصول الى التدريب المؤثر عن طريق اكتساب المهارات الحركية للألعاب واستخدامها اثناء اللعب، فهناك التمرينات التطبيقية تبدأ بتعليم المهارات الحركية للعبة أولا وإتقانها الواحدة بعد الأخرى والتدرج بها من السهل الى الصعب ومن ثم استخدامها في حالة مشابهة لحالة اللعب، ومن افضل تلك الاساليب التي لها تصاميم مقارنة لخطط اللعب اي مشابهة للعب الهدف منها توجيه المتدرب للاداءات الحركية المطلوبة منه اثناء المباراة، لكون التعليم والتدريب للمهارات الحركية واستيعابها وإدراك اين تستخدم في اللعب هي من ضرورات عمليه التدريب، وهذا ما اكده (Booth, K: 1993) على ان تعلم المهارات مع تعلم أداء اللعب لغرض استيعاب المتعلم كيف تؤدي المهارة وكيف تستخدم في اللعب " (Booth, 1993, 27-31)، وأن من اساسيات العملية التدريبية على وفق المراحل العمرية المختلفة هي البدء بتعليم المهارات الأساسية باللعبة، ومن بعد ذلك التدريب على خطط اللعب بالتعاقب، فمثلا يمتطي المدرب في تطبيق التمرينات المهارية الواحدة بعد الأخرى كالمناولة والاستلام والتهديف (التصويب) وغيرها وبعدها بعدة اسابيع ينتقل الى تطبيق تلك المهارات في اثناء اللعب، ويبقى امام المدرب الفصل بين التعلم والتدريب لتلك المهارات الاساسية وادائها اثناء المباراة بأسلوب يتلاءم وطبيعة المنافسة والمنافس، لتلافي الفجوة التي قد تحدث اثناء تنفيذ تلك المهارات الاساسية والحركات والاداءات المطلوبة اثناء المباراة وذلك من خلال توحيد واستيعاب كيفية استخدام تلك المهارات الاساسية والاداءات والتحركات اثناء المباراة، من خلال مساعدة المتدرب للوصول الى التوقيت الصحيح في المكان والزمان المحددين من خلال تطوير سرعة الادراك الحس حركي والرؤيا البصرية وامكانية السيطرة والتحكم بالكرة، وتمكنه من حل مشاكل الخططية التي تواجهه اثناء المباراة واختيار الاستجابات الملائمة والمفروض استخدامها، لكون المتدرب سبق وان قام بتنفيذ تلك المهارات الاساسية او الاداءات او التحركات اثناء التمرينات الخططية وأصبحت لديه العديد من البرامج الحركية بمركز الذاكرة مما تمكنه من اختيار المناسب منها لتلك الظروف، فضلا عن ما يعطيه هذا الأسلوب من اثارة ومتعة

جدول (1) يبين تجانس العينة لمؤشرات النمو (الطول، والوزن، والعمر الزمني)

ت	مؤشرات النمو	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	الطول	سم	171.8	3.359	173	-0.926
2	الوزن	كغم	65.6	1.264	65.5	-0.543
3	العمر الزمني	سنة	15.3	0.823	15.5	-0.686

ومن خلال الجدول (1) تبين أن العينة متجانسة في مؤشرات النمو (الطول، والوزن، والعمر الزمني) إذ كانت قيم معامل الالتواء على التوالي (-0.926، -0.543، -0.686)، وجميع تلك القيم محصورة بين ± 1 ، وهي من خواص المنحنى الطبيعي.

2-3 وسائل جمع المعلومات والبيانات والأجهزة

والأدوات المستخدمة: هي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع الباحث بها حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات، واشتملت على التالي:

2-3-1 وسائل جمع البيانات: (الملاحظة والتجريب،

الاختبارات والقياسات، استمارة استبانة للسادة الخبراء، استمارة جمع البيانات وتفرغها، فريق عمل مساعد ملحق (1)).

2-3-2 وسائل جمع المعلومات: (المصادر والمراجع

العربية والأجنبية، المقابلات الشخصية، شبكة المعلومات العالمية (الانترنت)).

2-3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة: (ملعب كرة قدم،

كرات قدم عدد (20) نوع (molten)، شريط قياس بطول (30) متر، ساعة توقيت الكترونية عدد (2)، خراطيم بلاستيكية مختلفة الارتفاع عدد (20)، شواخص العدد (10)، شريط لاصق).

2-4 تحديد المتغيرات وترشيح اختباراتها:

2-4-1 تحديد المتغيرات المناسبة للدراسة: من خلال

المراجعة للمراجع والمصادر العلمية ذات العلاقة، فضلا عن استطلاع آراء الخبراء، وعلى ضوء خبرة الباحث، تم تحديد المهارات الأساسية بكرة القدم المناسبة للدراسة والتي اشتملت على (مهارة الدحرجة، مهارة المناولة، مهارة التهديف، مهارة سرعة الإدراك).

المهارات مع تعلم أداء اللعب لغرض استيعاب المتعلم كيف تؤدي المهارة وكيف تستخدم في اللعب " (Booth, K; 1993, 27-31)، وهذا ما أشار إليه (Buck, 1999) على أن تطور أداء اللعب يكون باستخدام نموذج تعليم المهارة عن طريق اللعب والتي تشكل سلسلة من تمارين التطبيقية الخططية مشابهة للعب وألعاب محورة لتعليم كيفية تعلم المهارات واللعب بنفس الوقت " (Buck, 1999, 34-57).

أهداف البحث: يهدف البحث إلى:

1- أعداد تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية في تطوير مجال الرؤيا لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين بإعمار 14-16 سنوات.

2- التعرف على تأثير تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية في تطوير مجال الرؤيا للمهارات الأساسية بكرة القدم قيد الدراسة لدى أفراد عينة البحث (لاعبين بإعمار 14-16 سنوات).

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي

للمجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي، وذلك لملائمته طبيعة الدراسة.

2-2 مجتمع البحث وعينته: اشتمل مجتمع البحث على

لاعبي المراكز الوطنية لرعاية الموهبة الرياضية بكرة القدم/العراق للفئة العمرية (14-16) سنة والمسجلين لدى وزارة الشباب والرياضة للموسم الرياضي 2021/2020 والبالغ عددها (9) مراكز في مختلف محافظات العراق، إذ بلغ عدد أفراد مجتمع البحث (142) لاعبا، فيما تمثلت عينة البحث بلاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بكرة القدم/بغداد، إذ تم اختيارها بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (13) لاعبا، وتم استبعاد (3) لاعبين منهم، لعدم التزامهم وانقطاعهم عن التدريب، ليصبح العدد النهائي للعينة (10) لاعبا، لتشكل عينة البحث نسبة مئوية مقدارها (7.042%) من مجتمع البحث الأصلي، وقام الباحث بأجراء التجانس لأفراد عينة البحث بالمتغيرات قيد الدراسة، والجدول (1) يبين ذلك.



شكل (1) يوضح اختبار السرعة الإدراكية

ثانيا: اختبار مجال الرؤية لمهارة الدرجة (ياسر جعفر عبد الله: 2020، 75):

اسم الاختبار: اختبار درجة الكرة بين الاطارات المرقمة .
الهدف من الاختبار: قياس مجال الرؤية اثناء مهارة الدرجة.

طريقة الاداء: تحدد منطقة الاختبار (مستطيل 10 متر × 5 متر) توضع داخلها 5 مستطيلات مصممة وكل مستطيل في اعلاه يحمل رقم، توضع تلك المستطيلات المرقمة بشكل غير مرتب التسلسل داخل منطقة الاختبار المحددة، علما بان ارتفاع المستطيل 200 سم، ويقف اللاعب على نقطة البداية من الخط الخلفي من المستطيل وعند سماع الصافرة يبدأ بالدرجة من الخط الخلفي متجها نحو المستطيلات المرقمة، اذ يقوم بدرجة الكرة وعند رؤيته المستطيل الذي يحمل رقم 1 يدخل من خلاله متجها لنفس الخط الخلفي ويستمر بالدرجة حتى يصل مرة ثانية الى المستطيل رقم 2 وايضا يدخل متجها الى الخط الخلفي للميدان، الى نهاية تسلسل المستطيلات الخمسة، ثم ينهي الاختبار بالخروج مع الكرة من آخر مستطيل وهو رقم 5، كما موضح بالشكل (2).

الادوات المستخدمة: شواخص، كرة، صافرة، بورك.

طريقة التسجيل: يحتسب الزمن المستغرق للأداء ب (100/1) من الثانية، ويتم حساب الزمن الكلي للاختبار من لحظة بدء الاختبار (انطلاق الصافرة) لحين الانتهاء الوصول الى خط النهاية.

ملاحظة:

-التأكيد على صحة الأداء البدني والمهاري وفقاً لتعليمات الاختبار.

2-4-2 ترشيح الاختبارات المناسبة للمتغيرات قيد

الدراسة: في ضوء المراجع والمصادر العلمية واستطلاع اراء الخبراء الذي تم ترشيح الاختبارات الخاصة بالمهارات الاساسية بكرة القدم المناسبة لإفراد عينة البحث وهم من اللاعبين بكرة القدم من فئة العمرية بإعمار (14-16 سنة)، وذلك من خلا البداية الاعتماد على الاختبارات المقننة، وتم عرض تلك الاختبارات على مجموعة من الخبراء، وذلك للتعرف على ارائهم حول صلاحية الاختبارات لقياس المهارات الاساسية بكرة القدم، والاطلاع على ملاحظاتهم على تلك الاختبارات، فضلا عن ملائمتها لعينة البحث وبعد جمع استمارات الاستطلاع وتقرير الاجابات تم اعتماد الاختبارات المناسبة على ضوء راي الخبراء.

2-4-3 توصيف الاختبارات المستخدمة بالدراسة:

اولا: اختبار السرعة الإدراكية (الحسي العام)(ياسر جعفر عبد الله: 2016، 16):

الغرض من الاختبار: قياس السرعة الإدراكية الحركية.

الأدوات المستخدمة: شواخص عدد (3)، ملعب كرة قدم، ساعة توقيت.

مواصفات الأداء (طريقة الاداء): يتضمن الاختبار نقطتين

رئيسيتين هما (1-5) نقاط البداية والنهاية، المسافة من البداية إلى النقطة (A) 5 متر ومن النقطة (B، C) المسافة 5 متر، الركض من رقم 1 إلى النقطة A ومسها ثم الركض نحو B ومس النقطة ثم الركض نحو C ومس النقطة ثم الركض نحو A ومسها الرجوع إلى منطقة البداية والنهاية في الرقم 5.

طريقة التسجيل: احتساب الوقت لأقرب 1/10 ثانية إعطاء محاولة ثانية في حالة فشل المختبر في المحاولة الأولى، كما في الشكل (1).

وحدة القياس: (الدرجة/ثانية).

بشكل سليم، وفي حال عدم الدقة بالتهديف نحو الرقم المحدد (للهدف) يمنح صفر من الدرجة، وعندها نجمع الدرجات لتعبر عن درجة الدقة بالتهديف، ومن ثم نطبق المعادلة التالية (محمد مطر العجيلي: 2017، 80):

$$\text{المستوى المهاري لمجال الرؤية لمهارة المناولة} = \frac{\text{مجموع نقاط الدقة}}{\text{زمن الاداء}} \times 30$$

ملاحظة:

-التأكيد على صحة الأداء البدني والمهاري وفقاً لتعليمات الاختبار.

-على المُختبر أن يؤدي الاختبار بأسرع وقت مُمكن.



الشكل (3) يوضح اختبار مناولة الكرة الى الصندوق المرقم

رابعا: اختبار مجال الرؤية لمهارة التهديف (ياسر جعفر عبد الله: 2020، 78):

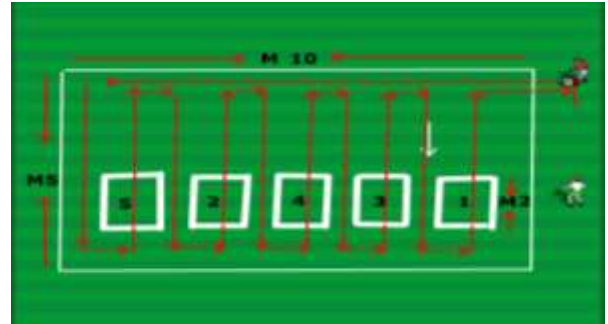
اسم الاختبار: التهديف نحو الارقام:

الهدف من الاختبار: قياس مجال رؤية الهدف أثناء التهديف.

الادوات المستخدمة: كرة قدم عدد 6، صافرة .

طريقة الاداء: توضع 6 كرات على خط واحد يبعد 5 متر من خط التهديف الذي يبعد 15 متر عن المرمى، وتكون المسافة بين كرة واخرى 50 سم، ومن ثم نقسم المرمى الى 6 اقسام وكما موضح في الشكل ادناه على ان تكون الارقام غير مرتبة التسلسل اي قد يكون الاول رقم 4 والثاني رقم 2 والثالث رقم 1، يقف المختبر على الخط الذي يبعد 5 متر من خط التهديف ويكون اتجاه المختبر عكس اتجاه المرمى عند سماع الصافرة يقوم اللاعب بدحرجة الكرة رقم واحدة عكس اتجاهه بحيث يكون متجهة نحو المرمى ويستمر بالدحرجة حتى يصل خط التهديف، عندها يقوم بعملية التهديف على وفق الارقام المثبتة ويبدأ بالرقم

-على المُختبر أن يؤدي الاختبار بأسرع وقت مُمكن.



الشكل (2) يوضح اختبار مجال الرؤية في مهارة الدحرجة

ثالثا: اختبار مجال الرؤية لمهارة المناولة (ياسر جعفر عبد الله: 2020، 76):

اسم الاختبار: اختبار مناولة الكرة على هدف مرقم.

الهدف من الاختبار: قياس مجال الرؤية أثناء الاداء لمهارة المناولة.

توصيف الاختبار: توضع خمس كرات على خط واحد وتكون المسافة بين الكرات 50 سم، وتوضع امام الكرات اهداف بقياس الارتفاع 90 سم والعرض 100 سم، وعلى عارضة كل هدف توضع ارقام مثبتة بأعمدة تحمل ارقام من 1-5 ويكون العمود بارتفاع 150 سم، ليصبح الارتفاع الكلي للرقم من الارض 240 سم، على ان تكون الارقام غير متسلسلة اي قد يكون الهدف الاول رقم 4 والثاني رقم 2 والثالث رقم 1، وتكون المسافة بين الاهداف 1 متر، تبعد الاهداف المرقمة عن خط اداء المناولة 10 متر، يقوم اللاعب بدحرجة الكرة لمسافة 5 متر حتى يصل خط اداء المناولة ويقوم بمناولة الكرة الى الاهداف وحسب التسلسل اي من 1-5 وبأسرع وقت ممكن، يقوم المختبر بتنفيذ التهديف على وفق تسلسل ترقيم الاهداف أي من 1-5، وكما موضحة بالشكل (3).

الادوات: صندوق مرقم عدد 5، كرة قدم عدد 5، صافرة، بورك.

طريقة التسجيل: تحتسب الدرجة وفق الزمن المستغرق من لحظة الابعاز والبدء ولغاية لحظة وصول الكرة الخامسة الى الهدف او تمس عارضة الهدف الخامس او الخط الوهمي للهدف الخامسة بـ (100/1) من الثانية، فضلا عن احتساب درجة واحدة لكل تهديف نحو الرقم المحدد على وفق ايعاز المؤقت

2-5-1 التجربة الاستطلاعية الأولى: قام الباحث

بالتعاون مع فريق العمل المساعد ملحق (1) بأجراء التجربة الاستطلاعية لعينة البحث في يوم الجمعة الموافق 2020/8/14 على ملعب المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بكرة القدم/بغداد، على عينة الاستطلاع البالغ عددهم (4) لاعبين من ضمن مجتمع البحث تم اختيارهم بطريقة عشوائية. وكان الهدف من أجراء التجربة الاستطلاعية هو:

1- معرفة الظروف المحيطة بالعمل بغية الوصول الى الأسلوب التنظيمي الناجح في الاختبارات.

2- معرفة العوامل والمعوقات التي تواجه تنفيذ الاختبارات واحتياجاتها.

3- تحديد الفترة الزمنية التي يستغرقها الاختبار.

4- كفاءة الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة والإمكانات للاختبارات.

5- توزيع واجبات العمل على فريق العمل المساعد وتحديد تسلسل إجراء الاختبار.

6- فهم ومعرفة إمكانية فريق العمل المساعد وقدرتهم على أداء الاختبارات كافة.

7- ملاءمة استمارة تسجيل البيانات للغرض الذي أعدت له.

8- ملائمة الاختبارات لعينة البحث.

2-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: كما قام الباحث

بإجراء تجربة استطلاعية أخرى للتمرينات المستخدمة يوم الاحد الموافق 2020/8/16 على ملعب المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بكرة القدم/بغداد، وعلى نفس لاعبي عينة الاستطلاع الاولى وذلك للتعرف على ما يلي:

1- معرفة العوامل والمعوقات التي تواجه تنفيذ التمرينات واحتياجاتها.

2- مدى صعوبة وملاءمة التمرينات المستخدمة للعينة.

3- معرفة مدة العمل والراحة لكل تمرين.

4- تحديد الوقت الناتج لكل تمرين لتحديد الشدة المطلوبة.

2-6-6 الاجراءات الميدانية للبحث:

2-6-1 الاختبارات القبلية: في يوم الجمعة الموافق

2020/9/4 في الساعة الثالثة ظهرا قام الباحث بأجراء اختبارات القبلية على افراد عينة البحث بمساعدة فريق العمل

واحد، وبعدها يركض المختبر مسرعا باتجاه الكرة رقم (2) ويقوم بدحرجتها باتجاه المرمى المرقم من (1-6) بشكل غير مرتب، والتهديف يكون باتجاه الرقم (2)، ومن ثم يتجه نحو الكرة الثالثة والتهديف يكون باتجاه الرقم (3)، وهكذا لبقية الكرات الست وبأسرع وقت ممكن، كما موضحة بالشكل (4).

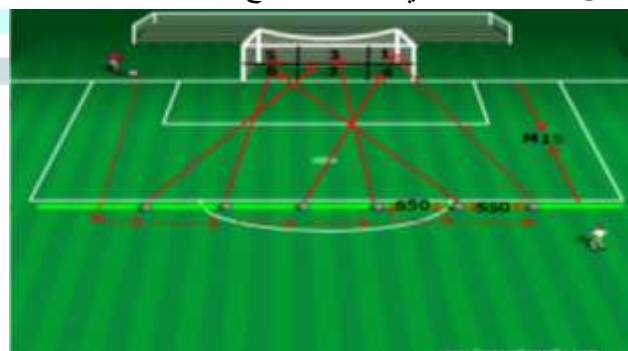
طريقة التسجيل: احتساب الوقت المستغرق من اليعاز والبدء ولغاية لحظة وصول الكرة السادسة الى المرمى او تمس عارضة المرمى او الخط الوهمي للمرمى بـ (100/1) من الثانية، فضلا عن احتساب درجة واحدة لكل تهديف نحو الرقم المحدد، وفي حال عدم الدقة بالتهديف نحو الرقم المحدد يمنح صفر من الدرجة، وعندها نجمع الدرجات لتعبر عن درجة الدقة بالتهديف، ومن ثم نطبق المعادلة التالية (محمد مطر العجيلي: 2017، 80):

$$\text{المستوى المهاري لجمال الرؤية لمهارة التهديف} = \frac{\text{مجموع نقاط الدقة}}{\text{زمن الاداء}} \times 30$$

ملاحظة:

- التأكيد على صحة الأداء البدني والمهاري وفقاً لتعليمات الاختبار.

- على المختبر أن يؤدي الاختبار بأسرع وقت مُمكن.



الشكل (4) يوضح اختبار التهديف نحو الارقام

2-5-2 التجارب الاستطلاعية: لكي يتمكن في معرفة

الظروف المختلفة التي من الممكن تواجه الباحث أثناء تنفيذ الاختبارات أو التمرينات المستخدمة، سعى للقيام بتجربة استطلاعية على عينة من مجتمع البحث والبالغ عددهم (4) لاعب من خارج افراد عينة البحث، على ملعب المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بكرة القدم/بغداد.

-اعتماد طريقة التدريب الفكري المنخفض والمرتفع الشدة في تنفيذ التمرينات الخاصة لتطوير مجال الرؤيا للمهارات الاساسية بكرة القدم قيد الدراسة والمتمثلة بـ (مهارة الدحرجة، مهارة المناولة، مهارة التهديف، مهارة سرعة الادراك).

-تقسيم الوحدات التدريبية بمعدل ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع أيام (الاحد، والأربعاء، والجمعة)، ولمدة (8) أسابيع أي بمقدار (24) وحدة تدريبية، وكان زمن تطبيق مفردات التدريب ما بين (20) دقيقة الى (40) دقيقة، اثناء القسم الرئيس.

-اعتمد الباحث على المصادر العلمية (سعد منعم الشخيلي، هافال خورشيد رفيق: 2012، 54) في تحديد الشدة التدريبية للتمرينات، فضلا عن تثبيت عدد المجاميع ومدد الراحة بين التكرارات بكل شدة من الشدّد التدريبية.

-بلغ عدد التمرينات للوحدة التدريبية الواحدة (4) تمرين ينفذ الواحد بعد الآخر، وكما موضحة بالملحق (3).

-تم تحديد مكونات حمل التدريب من (شدة، الحجم، الراحة) على وفق المصادر العلمية من حيث:

1-عدد التكرارات للشدة (70%) (7) تكرار، ومدة الراحة (1) دقيقة وعدد المجاميع (2) ومدد الراحة بين المجاميع (3) دقيقة.

2-عدد التكرارات الشدة (75%) (6) تكرار، الراحة بين التكرارات (2) دقيقة، وعدد المجاميع (2)، ومدد الراحة بين المجاميع (3) دقيقة.

3-عدد التكرارات الشدة (80%) (5) تكرارات، الراحة بين التكرارات (2) دقيقة، وعدد المجاميع (2)، ومدد الراحة بين المجاميع (3) دقيقة.

4-عدد التكرارات الشدة (85%) (4) تكرارات، الراحة بين التكرارات (2) دقيقة، وعدد المجاميع (2)، ومدد الراحة بين المجاميع (3) دقيقة.

5-عدد التكرارات الشدة (90%) (3) تكرارات، الراحة بين التكرارات (2) دقيقة، وعدد المجاميع (1).

6-تم تثبيت الشدة للوحدات التدريبية اليومية على وفق ما حددته المصادر العلمية للشدة المستعملة لطريقة التدريب الفكري المنخفض والمرتفع الشدة ما بين (70%-90%).

7-استخدم مبدأ خفض الحجم التدريبي واستعمال مبدأ نسبة العمل إلى الراحة (1:3) في أثناء الدورة المتوسطة الشهرية، إذ

المساعد، على ملعب المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية بكرة القدم/بغداد، اذا تم تنفيذ الاختبارات المرشحة بشروطها وتثبيت المعلومات جميعا من قبل افراد عينة البحث، وذلك سعيا من الباحث على تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبارات جميعها من حيث الزمان والمكان والأدوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد من أجل السيطرة قدر الإمكان على خلق ظروف متشابهة عند إجراء الاختبارات البعيدة.

2-6-2 التجربة الرئيسة (تطبيق تمرينات على وفق

التدريب الطولي للمقتربات الخططية): قام الباحث بإعداد تمرينات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية التي تهدف الى تطوير الترابط المهاري والخططي، فضلا عن تطوير مجال الرؤيا والرؤيا البصرية للمهارات الاساسية بكرة القدم قيد الدراسة والمتمثلة بـ (مهارة الدحرجة، مهارة المناولة، مهارة التهديف، مهارة سرعة الادراك)، لتلافي الفجوة التي قد تحدث اثناء تنفيذ تلك المهارات الاساسية والحركات والاداءات المطلوبة اثناء المباراة وذلك من خلال توحيد واستيعاب كيفية استخدام تلك المهارات الاساسية والاداءات والحركات اثناء المباراة، من خلال مساعدة المتدرب للوصول الى التوقيت الصحيح في المكان والزمان المحددين من خلال تطوير سرعة الادراك الحس حركي والرؤيا البصرية وامكانية السيطرة والتحكم بالكرة، وتمكنه من حل مشاكل الخططية التي تواجهه اثناء المباراة واختيار الاستجابات الملائمة والمفروض استخدامها، وتم اعتماد الباحث في اعداد تلك التمرينات على ما متوافر من مصادر ومراجع بعلم التدريب الرياضي وخبرة الباحث، لكي تكون تلك التمرينات ذي فعالية جيدة، وقد تم عرض التمرينات على ذوي الاختصاص والخبرة في مجال التدريب الرياضي وكرة القدم والاختبارات والقياس ملحق (2)، مع مراعاة توافر المستلزمات المستعملة والظروف المحيطة لأفراد عينة البحث، إذ تم البدء بتطبيق التمرينات الخاصة خلال مرحلة الاعداد الخاص يوم الاحد المصادف 2020/9/6 وانتهى التطبيق يوم السبت الموافق 2020/10/25 على عينة من افراد مجتمع البحث الأصلي، وتم مراعاة الاتي: -تم مراعاة الفروق الفردية لإفراد عينة البحث عند إعداد التمرينات.

من احتمالات الخطأ في المراحل التالية من البحث فضلا عن تعززها بالأدلة العلمية لتمنحها القوة، وعلى النحو التالي:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمتغيرات المبحوثة لدى أفراد عينة البحث ومناقشتها:

لمعرفة معنوية الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى للمتغيرات المبحوثة والمتمثلة بـ (مهارة التهديف، ومهارة الدحرجة، ومهارة المناولة، وسرعة الادراك) لدى افراد عينة البحث، وبعد الانتهاء من الاختبارات البعدية وجمع البيانات استخدم الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة، وكما مبين في جدولين (2، 3).

الجدول (2) يبين المعالم الاحصائية لنتائج الاختبارات (القبلي والبعدى) ونسبة التطور للمتغيرات قيد الدراسة لدى افراد عينة البحث للمتغيرات قيد البحث

المتغيرات	المعالم الاحصائية	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	نسبة التطور
المناولة	الاختبار القبلي	10	2.5	0.5	0.348	50%
	الاختبار البعدى	10	5	0.54	0.24	
الدحرجة	الاختبار القبلي	10	24.5	1.5	0.179	19.512%
	الاختبار البعدى	10	20.5	1.5	0.142	
التهديف	الاختبار القبلي	10	2	0.72	0.324	63.636%
	الاختبار البعدى	10	5.5	0.9	0.362	
سرعة الادراك	الاختبار القبلي	10	11.5	1.1	0.201	27.777%
	الاختبار البعدى	10	9	0.68	0.193	

الجدول (3) يبين فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمتي (t) المحسوبة ونسبة خطأ بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى للمتغيرات قيد الدراسة لدى افراد عينة البحث

المتغيرات	المعالم الاحصائية	وحدة القياس	س-ف	ع ف	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
المناولة	درجة/ثانية	2.5-	0.085	8.531	2.262	معنوي
	ثانية	4	0.080	14.071		معنوي
التهديف	درجة/ثانية	3-	0.284	10.553		معنوي
	ثانية	2	0.414	4.826		معنوي

* درجة الحرية (9=1-10) بمستوى دلالة (0.05).

3-2 مناقشة النتائج:

يعزو الباحث اسباب تلك الفروق لتأثير تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية التي تمكن المتدرب من التعرف على كيفية التحرك الخططي واجراء المحاولات التكرارية عليه واستيعابه هو حالة ضرورية بكرة القدم، فمن خلال دمج تعلم والتدريب على المهارات وكيفية استخدامها في اللعب بنفس

تم تصاعد الحمل التدريبي في الأسبوع الأول والثاني والثالث وخفضه في الأسبوع الرابع ليكون الاستشفاء، وفي الشهر الثاني أيضاً تم استخدام المبدأ نفسه، أي التمرين والتدرج في تخطيط حمل التدريب، والتموج بالأحمال التدريبية وكيفية رفع الحمل وخفضه خلال تطبيق التمرينات (سعد منعم الشخيلي: 2019، 258) (سعد منعم الشخيلي: 2004، 93).

8-تم استخدام التمرينات نفسها خلال الوحدات التدريبية الاربعة والعشرون لغرض التعلم والتكيف لكل تمرين تم تصاعد الشدة في الأسبوع الثاني والثالث والانخفاض بالشدة بالأسبوع الرابع، كما اختلفت التمرينات واستخدم التصفيع في أدائها في الشهر الثاني.

2-6-3 الاختبارات البعدية: في يوم الاحد الموافق

2020/10/28 في الساعة الثالثة عصراً، تم إجراء الاختبارات البعدية لإفراد عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ التمرينات الخاصة بعد مرور شهرين، وقد راعى الباحث توافر التنظيم وشروط تنفيذ الاختبارات وتحت الظروف والإمكانات نفسها المستعملة مشابهاً تجريبياً للظرف في الاختبارات القبلية لغرض الحصول على نتائج ذات مصداقية عالية، بمساعدة فريق العمل اذا قام الباحث بتطبيق الاختبارات بشروطها وتدوين النتائج و المعلومات جميعاً.

2-7 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحث برنامج الحقيبة

الاحصائية (spss)، والوسائل الاحصائية التي تم استعمالها هي (وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي: 1999، 101-121-128-160-262-272-279): (قانون النسبة المئوية، معامل الالتواء، الوسيط، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قانون (ت) لإيجاد الفروق بين وسطين حسابيين مرتبطتين (للعينات المتناظرة)، قانون نسبة التطور).

3-عرض وتحليل نتائج الاختبارات ومناقشتها:

بعد تنفيذ الاختبارات القبلية والانتهاء من تطبيق التدريبات المستهدفة على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية، فضلاً عن تنفيذ الاختبارات البعدية للمتغيرات المبحوثة على عينة البحث من اجل الحصول على النتائج، تم معالجتها إحصائياً بالوسائل والمعالجات المناسبة وتفسير النتائج بشكل علمي لأجل تحقيق هدفاً للبحث واختبار الفرضية، تم عرض تلك النتائج على شكل جداول واشكال لتسهيل مهمة التعرف عليها لكونها تقلل

المهارات والعمل على تثبيتها وتنويعها اثناء المنافسة ان يقوم الرياضي من وقت لآخر بأداء تلك المهارات تحت ظروف مختلفة تتميز بزيادة درجة عامل الصعوبة ("حسن السيد ابو عبده: 2014، 79)، واكده (موفق مجيد المولى و(اخرين)، 2017) " ان البناء الحديث للفعاليات الخططية يعتمد على النقل السريع للكرة لأداء تلك الفعاليات ("موفق مجيد المولى و(اخرين): 2017، 98)، وهذا ما اكده (قرار عبد الاله كريم، 2015) على " ان استخدام هذه التمرينات تساهم وبشكل كبير في تطوير دقة اداء المناولة المتوسطة للاعبين الارتكاز بكرة القدم، لأنها تساعد على رؤية ميدان اللعب بصورة شاملة وسريعة ورؤية تحركات الزملاء مما يعطي فرصة اكبر في القدرة على اتخاذ القرار والاداء السليم من اجل اوصول الكرة الى اللاعب الذي يتواجد في المكان المناسب، لان عن طريق النظر يتمكن اللاعبون من ادراك مجال ميدان اللعب وادراك المسافات بين الزملاء والمنافسين، وايضا عن طريق النظر يستطيع اللاعب تحويل وتوزيع انتباهه لما يتطلبه موقف اللعب ("قرار عبد الاله كريم: 2015، 82)، وهذا يتفق مع ما جاء به كل من (ابو العلا عبد الفتاح ومحمد نصر الدين رضوان، 1993) بان " التدريب المستمر على اداء أي مهارة وتوضيح الاداء الصحيح وتصحيح الاخطاء يؤدي الى ان يصبح اداؤها آليا ودقيقا دون التفكير في اجزائها " (ابو العلا عبد الفتاح ومحمد نصر الدين رضوان: 1993، 76)، واكده (صبري العدوي، 1997) " يمكن ان يصبح اللاعب في الاداء الفني للمهارة آليا عند التدريب المنتظم بالكرة والتكرار الكثير للتمرينات النوعية الخاصة " (صبري العدوي: 1997، 53).

4-الخاتمة:

واستنتج الباحث الاتي:

- 1-أحدثت تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية أثراً إيجابياً ومعنوياً في تطوير نتائج المهارات الاساسية بكرة القدم قيد الدراسة لدى افراد عينة البحث.
- 2-ان عدد الوحدات التدريبية التي تم تنفيذ تدريبات على وفق التدريب الطولي للمقتربات الخططية المعدة من قبل الباحث كانت ملائمة لعينة البحث ومناسبة لتطوير المهارات

الوقت سوف تسهم تلك العملية التدريبية في تحقيق التوصل للتدريب المؤثر، وهذا ما اكده (Throop, 1999) و (Rink, 1996) فمن خلال ربط تعلم وتدريب المهارة باللعب المباشر سوف تساعد المتدرب على كيفية اداء المهارات واتقانها اثناء اللعب بمجالات واقعية مشابهة للعب والتعرف على متغيرات وأشكال وأنواع اداء المهارات وفي بيئة تعليمية وتدريبية متغيرة وهذا مما يزيد السيطرة واتخاذ القرار وتنفيذ المهارات والتحكم والقدرة والبراعة في الأداء والتوصل بالمتدربين الى حالة اللعب العشوائي المتغير والذي يشابه حالة اللعب (Throop, 1999, 163-169) (Bunker, and Al mond: 1999, 397 JUDITH: 1996)، فضلا عن كون هذا الاسلوب يسعى الى استيعاب حالة اللعب والاعتماد على المعرفة الخططية والمهارة ومعرفة قوانين اللعبة ولكافة المستويات، بأسلوب اللعب الخططي المصغر والذي يتضمن وصفا للقواعد الاساسية وتغييرات وشروط اللعب النظامي من خلال عرض الخطط او المقتربات الخططية المبسطة التي تستخدم اثناء الدفاع والهجوم، فضلا عن قرارات اللعب (ماذا يعمل) وحالة تنفيذ المهارة (كيف يؤدي) وهذا يقاس من خلال التنفيذ اثناء اللعب (Gabriele and Maxwell: 1995, 286)، لأنها تساعدهم في اكتساب المعرفة والاداء المهاري وتسهيل عملية اتخاذ القرار الخططي اثناء اللعب، لكون هذا الاسلوب يزيد لدى المتدرب استراتيجيات اللعب التي هي جزء من لعبة كرة القدم في الحالات الدفاعية والهجومية، وهذا ما اشار اليه (Throop, 1994) فان كل زيادة في خطط اللعب من خلال استيعاب واستخدام المقتربات الخططية التعليمية يعطي دافعا قويا لحل مهمات ومشاكل اللعب بصورة سهلة وبمهارة عالية، فضلا عن أداء المتدرب اثناء اللعب يكون أكثر كفاءة في اتخاذ القرار واختيار المهارة المناسبة في الاستجابات لمواقع محددة والتي تعكس معرفة أكثر (Throop, Bunker, and Al mond: 1994, 163-169)، فان الهدف المثالي لممارسة تعلم وتدريب المهارات عن طريق اللعب هو تمكن المتدربين من التمتع بالمشاركة في اللعب بكفاية وقدرة، وهذا سوف يزيد من دافعيتهم وحثهم وتشجيعهم على اللعب والمشاركة (Buck: 1999, 34-57)، وهذا ما اشار اليه (حسن السيد، 2014) " لضمان اتقان

[12] ياسر جعفر عبد الله؛ تأثير تمرينات خاصة في تطوير سرعة الادراك ومجال الرؤية عند اداء بعض المهارات الاساسية للاعبين الشباب بكرة القدم: (اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، 2020)، ص75 وص76 وص77 وص78.

[13] ياسر جعفر عبد الله؛ تأثير تمرينات مركبة وخطية في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية للاعبين الشباب بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة ديالى، 2016)، ص16.

[14]Booth, K., An introduction to netball ,Buletion of physicaleducation,1993,19 ,p.27-31.

[15]Buck ,Quoted by Harrison, precce, blackmore, Effect of two instruction al models, on skill development game play ,Joe. Of ph. Ed. 1999, p. 34-57.

[16]Gabriele and Maxwell ,1995 quoted by ,turner and Thomas an investigation into teaching games for under standing effects on skills knowledge , and game play ,rec ,qua ,1999 p.286.

[17]Rink, E. JUDITH, Tactical and skill Approaches to teaching sport and game, journal of teaching phy Ed. 1996, p. 397

[18]Throop, Bunker, and Al mond, A change in focus for teaching of games, sport pedagogy, 1994, p 163-169.

الملاحق:

الملحق (1) يوضح اسماء واللقاب العلمية لفريق عمل مساعد.

ت	الاسم الثلاثي	التخصص	مكان العمل
1	د. حسين جبار	تدريب رياضي/كرة قدم	مدرب حراس مرمى منتخب الشباب العراقي
2	د. هادي محمد	تدريب رياضي/كرة قدم	مدرب حراس مرمى مدرسة المواهب الرياضية
3	م.م. رائد سلمان	تدريب رياضي/كرة قدم	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

الملحق (2) يوضح اسماء واللقاب العلمية لذوي الاختصاص والخبرة في

مجال التدريب الرياضي والاختبارات والقياس وكرة القدم.

ت	الاسم الثلاثي	التخصص	مكان العمل
1	أ.د. رائد فائق عبد الجبار	بايوميكانيك/ساحة وميدان	جامعة السليمانية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.د. هافال خورشيد رفيق	تدريب رياضي/كرة قدم	جامعة السليمانية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ.د. مجيد خدا يخش	الاختبارات والقياس/كرة قدم	جامعة السليمانية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الاساسية بكرة القدم قيد الدراسة (مهارة الدرجعة، مهارة المناولة، مهارة السيطرة، مهارة التهديف).

3-هناك تأثيرا ايجابيا في احدث تحسنا في مجال الرؤيا البصرية لدى افراد عينة البحث.

ويوصي الباحث ما يلي:

1-التأكيد على المدربين استخدام تدريبات على وفق وعلى وفق التدريب الطولي للمقتربات الخطية في تطوير المهارات الاساسية بكرة القدم.

2-ضرورة استخدام تدريبات على وفق وعلى وفق التدريب الطولي للمقتربات الخطية للفئات العمرية كونه يسهم في تطوير مجال الرؤيا البصرية والادراك الحس حركي الزماني والمكاني.

المصادر:

[1] ابو العلا عبد الفتاح ومحمد نصر الدين رضوان؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1993)، ص76.

[2] حسن السيد ابو عبده؛ الاعداد المهاري للاعبين كرة القدم: (الاسكندرية، ماهي للنشر والتوزيع، 2014)، ص79.

[3] سعد منعم الشخيلي، هافال خورشيد رفيق؛ تدريب كرة القدم المبادئ والتطبيقات: (سليمانية، مكتب به يوه ند للطباعة والنشر، 2012)، ص54.

[4] سعد منعم الشخيلي؛ دراسات وروى بالتربية البدنية والرياضة: (بغداد، مكتب شمس الاندلس للطباعة والنشر، 2019)، ص258.

[5] سعد منعم الشخيلي؛ مجموعة بحوث منشورة: (بغداد، مكتبة الكرار، 2004)، ص93.

[6] صبري العدوي؛ حدة الانتباه لدى لاعبي كرة القدم وتأثيره باختلاف الحمل البدني: (بحث منشور في مجلة العربي الرياضية، جامعة حلوان، 1997)، ص53.

[7] قرار عبد الاله كريم؛ أثر تمرينات النظر الواسع في تطوير المهارات البصرية ومظاهر الانتباه ودقة المناولة للاعبين الارتكاز الشباب بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل، 2015)، ص82.

[8] قرار عبد الاله؛ أثر تمرينات الرؤية الواسعة في دقة بعض الاداءات المهارية للاعبين كرة القدم: (بحث منشور بمجلة علوم الرياضة الدولية، المجلد الثاني العدد الثالث، 2020).

[9] محمد مطر العجيلي؛ حساب درجات اختبارات الدقة في مجالات البحوث الرياضية: (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2017)، ص80.

[10]موفق مجيد المولى و(آخرون)؛ المنهجية الحديثة في التخطيط والتدريب بكرة القدم، ط1: (بغداد، الفصيل للطباعة والنشر، 2017)، ص98.

[11]وديع ياسين التكريتي وحسن محمد عبد العبيدي؛ التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999)

الملحق (3) يوضح انموذج من تدريبات على وفق اسلوب التدريب الطولي للمقتربات الخطية المستخدمة









Dr. Fathalla Elshora screen



