

تأثير تمارين خاصة في تطوير دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) بكرة القدم لدى طلبة المرحلة الإعدادية بأعمار 15-16 سنة

م.م الأمير حيدر حسين¹

وزارة التربية العراقية /المديرية العامة لتربية بغداد/الكرخ الثانية¹

(¹ Ameer.Haidar2204p@cope.uobaghdad.edu.iq)

المستخلص: مشكلة البحث لاحظ ان هنالك ضعف واضح لدى الطلبة في دقة أداء مهارة المناولة بكرة القدم لذلك ارتأى الباحث تصميم تمارين خاصة لتطوير دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) بكرة القدم لدى العينة، وهدف البحث الى إعداد تمارين خاصة في تطوير دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) بكرة القدم، فضلاً عن معرفة تأثير التمارين الخاصة في تطوير دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) بكرة القدم لدى طلبة المرحلة الإعدادية. اعتمد الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبارين القبلي والبعدي، لأنه المنهج الذي يتلاءم مع مشكلة البحث وأهدافه، إذ يتكون مجتمع البحث من (80) طالباً، أما عدد طلاب عينة البحث فسيبلغ (20) طالباً، سيشكل هذا العدد ما نسبته (25%) من مجتمع الأصل، ومن ثم تم تقسيم العينة الى مجموعتين متكافئتين متساويتين بالعدد (ضابطة وتجريبية) بشكل عشوائي بوساطة القرعة، استنتج الباحث ان التمارين المعدة ذات تأثير ايجابي في تحسين مستوى الأداء لمهارة (المناولة القصيرة والمتوسطة) وأنها ذات تأثير ايجابي على دافعية الطلبة ورغبتهم في أداء مهارة (المناولة القصيرة والمتوسطة) والتنافس فضلاً عن زيادة التشويق والإثارة لديهم.

الكلمات المفتاحية: تمارين خاصة - دقة المناولة - المرحلة الإعدادية .

I . S . S . J

1- المقدمة:

تعد الرياضة احد المحافل الهامة للمجتمع وتمثل الإشكال الراقية للظاهرة الحركية للإنسان التي يكون جوهرها المنافسة المنظمة لمعرفة قدرات الفرد وإمكانياته ولعبة كرة القدم إحدى الرياضات المهمة باعتبارها من الألعاب الجماعية الأكثر شعبية وممارسة في العالم نظرا لاستقطابها للكثير من المتابعين والممارسين في البلدان المختلفة كونها من الألعاب التي تستحوذ على اهتمام اغلب المتابعين والمسؤولين والمعنيين بالشأن الرياضي وذلك للخصوصية والمتعة التي تقدمها إلى مشاهديها، إذ أخذت هذه اللعبة بالتطور المستمر والذي لم يكن وليد الصدفة وإنما جاء من خلال الجهود المستمرة التي قام بها الكثير من الباحثين والمختصين بهذه اللعبة باعتمادهم على العلوم المختلفة مثل علم الاختبارات والمقاييس وعلم التدريب والتعلم الحركي والفلسفة وعلم النفس والبايوميكانيك والخ ...

وتعد المناولة ركيزة من الركائز المهمة للمهارات الهجومية الأساسية بكرة القدم و تمثل الهدف الرئيس الذي يساعد الفريق على تحقيق الأفضلية في المباراة بوساطة السيطرة على الكرة والحياسة لأطول مدة زمنية ممكنة، فضلاً عن ان دقة وسرعة المناولة القصير والمتوسطة أصبحت من متطلبات اللعب الحديث، ومن اجل وصول اللاعب الى إتقان مهارة المناولة لابد أن يمتلك المتطلبات المهارية الخاصة بالمهارة، وأيضاً استخدام أساليب ووسائل تدريبية خاصة بمهارة المناولة كما ويجب ان يجعل لها المدرس أو المدرب أهمية في مفردات الدرس أو الوحدة التدريبية وإعطائها الوقت الكافي، وخصوصاً أن هذه المهارة هي من تمنحك الأفضلية في كسب نقاط المباراة بوساطة مناولة دقيقة الى المهاجم المتحرك أو قدرة السيطرة على مجرى المباراة والتحكم بمستوى المباراة بوساطة نقل الكرة بين أعضاء الفريق الواحد دون إعطاء فرصة للمنافس لقطع الكرة والاستحواذ عليها. ومن هنا جاءت أهمية البحث في وضع تمارين خاصة في تطوير دقة المناولة القصيرة والمتوسطة لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

مشكلة البحث:

من خلال مشاهدة الباحث لدوري المدارس والمراحل الدراسية

للمدارس وبوساطة خبرته الميدانية كونه تدريسي لمادة التربية الرياضية وللاعب سابق ومدرّب حالي في كرة القدم لاحظ ان هنالك ضعف واضح لدى الطلبة في دقة أداء مهارة المناولة بكرة القدم لذلك ارتأى الباحث تصميم تمارين خاصة لتطوير دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) بكرة القدم لدى طلبة المرحلة الإعدادية بأعمار 15- 16 سنة

أهداف البحث:

- 1-إعداد تمارين خاصة في تطوير دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) بكرة القدم لطلبة المرحلة الإعدادية.
- 2-معرفة تأثير التمارين الخاصة في تطوير دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) بكرة القدم لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

فرضيات البحث:

- 1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المدروسة.
- 2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية في المتغيرات المدروسة.

مجالات البحث:

المجال البشري: طلبة المرحلة الإعدادية بأعمار (15-16 سنة) للسنة الدراسية 2021/2022م.

المجال الزماني: المدة الزمنية من 2021/12/19 الى 2022/4/1م.

المجال المكاني: الساحة المدرسية

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: " هو الأسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه والذي يمكن من خلاله التوصل الى حل مشكلته "(وجيه محجوب واحمد بري حسين؛ 2002، ص 34). وعلى الباحث أن يختار المنهج الذي يتلاءم مع أهداف البحث ويسهم في حل مشكلته، لذا اعتمد الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) ذات الاختبارين القبلي والبعدي، لأنه المنهج الذي يتلاءم مع مشكلة البحث وأهدافه.

الجدول (1) يبين تكافؤ العينة في نتائج الاختبارات القبلية للمجموعتين (التجريبية والضابطة)

المعالجات الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت المصوبة	دلالة الفروق
		م	±ع	م	±ع		
اختبار دقة المناولة القصيرة	درجة	2.300	0.823	2.200	0.788	0.277	غير معنوي
اختبار دقة المناولة المتوسطة	درجة	1.800	0.282	1.890	0.202	0.818-	غير معنوي

(*) درجة الحرية = 18 ومستوى دلالة T-Test (0.05) = 2.101 الجبولية

2- الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات: (المصادر والمراجع

العلمية العربية والأجنبية، الاختبار والقياس، الملاحظة).

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث: (شريط

قياس، ساحة المدرسة، كرات قدم، بورك للرسم والتخطيط،

مسطبة عدد (4)، شواخص عدد (10)، ساعات توقيت عدد

(2)، صافرة (1)، لايتوب نوع (Dell)، كاميرا تصوير).

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد المهارات الأساسية: قام الباحث

بالإطلاع على العديد من المصادر والمراجع العلمية الخاصة،

كما وتم تحديد المهارات الأساسية الأكثر استخداماً في المدارس،

والبطولات المدرسية أيضاً والتي تتناسب وأعمار طلبة المرحلة

الإعدادية لغرض اختبار البعض منها، ومن ثم تم تحديد المناولة

(القصيرة والمتوسطة) بكرة القدم كمغيرات تحت الدراسة.

2-4-2 تحديد الاختبارات: بعد أن تم تحديد المتغيرات

تحت الدراسة من قبل الباحث والمختصين، قام الباحث بترشيح

اختبار واحد لكل متغير تم اختياره من أجل تبيان مدى كفاءة

العينة في أداء تلك المتغيرات والتي يُعبر عنها ذلك الاختبار.

2-4-2-1 اختبار المناولة المرتدة: (زهير قاسم

الخشاب، محمد خضر اسمر الحباني و ماهر احمد البياتي:

1999م، ص 217):

هدف الاختبار: قياس دقة المناولات القصيرة.

الأدوات المستخدمة: (صافرة، ساعة توقيت، مسطبة عدد 2،

كرة قدم، شريط قياس).

طريقة الأداء: توضع الكرة على محيط نصف دائرة (150) سم،

ويوضع مسطبتان طول كل منهما 120 سم إذا يبعد بعضهما

عن الآخر مسافة 8 متر من منتصف المسطبة ويبعدان عن

مركز الدائرة بمسافة 8 متر أيضاً، عند الصافرة يبدأ اللاعب

2-2 مجتمع البحث وعينته: حدد الباحث مجتمع البحث

بالطريقة العمدية وهم طلبة المرحلة الإعدادية، والذين تتراوح

أعمارهم بين (15-16 سنة)، أما عينة البحث والتي تم تحديدها

بالطريقة العشوائية، والتي ستتضمن طلبة الصف الرابع

الإعدادي للعام الدراسي 2021/2022، إذ يتكون مجتمع

البحث من (80) طالباً، أما عدد طلاب عينة البحث فسيبلغ

(20) طالباً، سيشكل هذا العدد ما نسبته (25%) من مجتمع

الأصل، ومن ثم تم تقسيم العينة الى مجموعتين متكافئتين

متساويتين بالعدد (ضابطة وتجريبية) بشكل عشوائي بوساطة

القرعة، وتم إجراء التجانس والتكافؤ وكما هو مبين ادناه.

2-2-1 تجانس العينة:

جدول (2) تجانس العينة في متغيرات (الطول والوزن والعمر)

المعالجات الإحصائية الاختبارات	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة		
	م	±ع	م	±ع	م	±ع
الطول	173.700	4.989	0.256	172.700	5.677	0.451
الوزن	73.500	5.060	0.733-	74.000	4.760	0.417-
العمر	15.450	0.320	0.114	15.500	0.319	0.459-

يتضح من الجدول (2) أن قيمة معامل الالتواء تتراوح بين

(0.256، 0.451) (-0.733، -0.417) (0.114، -

0.459) على التوالي بالنسبة لمتغير الطول والوزن والعمر،

وهي تتحصر بين (±3) وهذا يدل على أن العينة موزعة توزيعاً

طبيعياً مما يدل على تجانسها .

2-2-2 تكافؤ العينة: اعتمد الباحث على تقسيم عينة

البحث إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) بوساطة الطريقة

العشوائية (القرعة) من خلال تقسيم عينة البحث الى مجموعتين

متساويتين بطريقة الترتيب المزدوج فالمجموعة التجريبية ذات

الأرقام الزوجية، والمجموعة الضابطة ذات الأرقام الفردية، ولكي

يكون التقسيم غير منحاز لإحدى المجموعتين وللحفاظ على

الموضوعية العلمية، تم إجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي

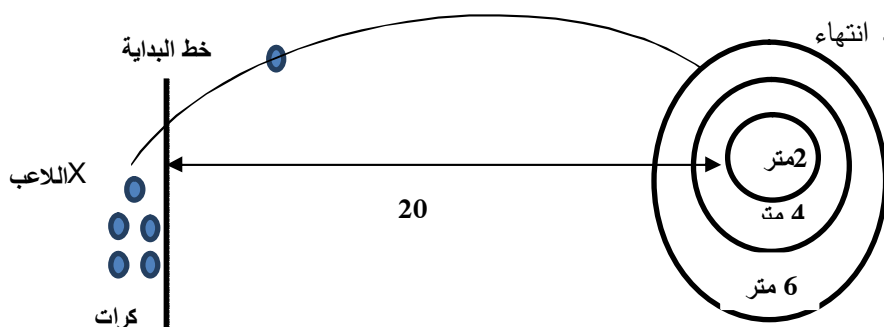
البحث لضبط المتغيرات المدروسة، والجدول (1) يبين تكافؤ

العينة في نتائج الاختبارات القبلية للمجموعتين (التجريبية

والضابطة)، وقبل إجراء التكافؤ قام الباحث بإعطاء وحدة

تعريفية عن كيفية إجراء الاختبارات على عينة البحث مجتمعة.

درجة، تعد المحاولة فاشلة في حال سقوط الكرة خارج الدائرة.



الشكل (2) يوضح اختبار المناولة المتوسطة

2-5 التجربة الاستطلاعية: قام الباحث بإجراء التجربة

الاستطلاعية يوم الأحد الموافق 2021/12/19م على عينة يتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث مكونة من (10) طالب من مدرسة (ثانوية القرطاس الأدبية)، وذلك للتعرف على:

- 1-مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث.
- 2-قُدرة العينة على أداء الاختبارات الموضوعة.
- 3-مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث ودرجة صعوبتها.
- 4-عدد المحاولات المناسبة والتي تتفق مع هدف كل اختبار.
- 5-المدة الزمنية التي يستغرقها كل اختبار.
- 6-المدة الزمنية التي تستغرقها الاختبارات.
- 7-التعرف على المعوقات التي قد تظهر لتلافي حدوثها في

التجربة الرئيسية.

8-تنظيم اتجاه سير الطلبة لأداء الاختبارات.

9-إلية تسجيل درجة الاختبار.

2-6 التجربة الرئيسية:

2-6-1 الاختبارات القبلية: تم إجراء الاختبارات القبلية

الخاصة باختباري دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) بكرة القدم لعينة البحث المصافد الثلاثاء بتاريخ 2021/12/21 وعلى ساحة المدرسة .

2-6-2 التمرينات الخاصة: قام الباحث بإعداد تمرينات

خاصة لتطوير المتغيرات المدروسة (دقة المناولة القصيرة والمتوسطة) على عينة البحث وحرص الباحث على ان تكون هذه التمرينات مناسبة لمستوى العينة، وتم تطبيق التمرينات على المجموعة التجريبية، كما وتم أيضا تهيئة الوسائل والأدوات

بضرب الكرة باتجاه المقعد الأول وبعد كل ضربة يركض باتجاه ارتداد الكرة عن المقعد ويحرجها نحو الدائرة، ثم يضرب بالقدم الأخرى الى المقعد الثاني وهكذا يستمر التناوب الى حد انتهاء وقت الاختبار (30) ثانية.

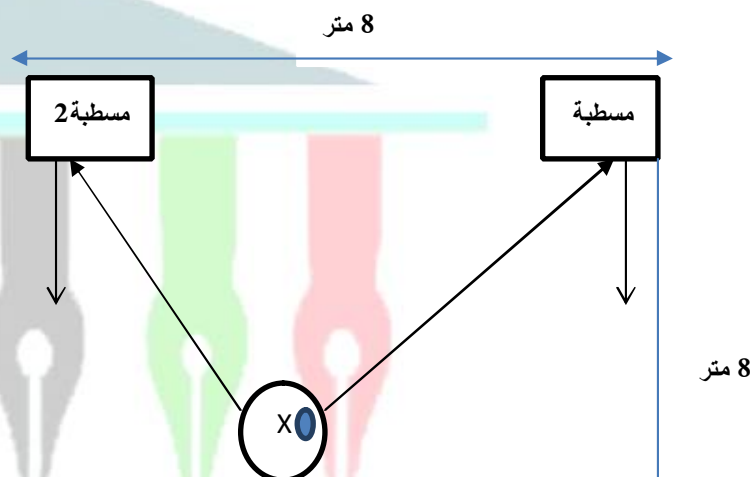
التسجيل:

(10) درجات لكل (5) مرات ناجحة

(7) درجات لكل (4) مرات ناجحة

(3) درجات لكل (3) مرات ناجحة

(1) درجات لكل (1) مرات ناجحة



الشكل (1) يوضح اختبار المناولة المرتدة

2-4-2 اختبار دقة المناولة المتوسطة (زهير قاسم

الخشاب، محمد خضر اسمر الحيايني و ماهر احمد البياتي:

1999، ص 213):

هدف الاختبار: قياس دقة المناولات المتوسطة

الأدوات المستخدمة: (منطقة محددة لإجراء الاختبار، كرات قدم، شريط قياس).

ترسم ثلاث دوائر متداخلة، أقطارها على التوالي (2 متر، 4 متر، 6 متر) تعطى لها درجات على التوالي (2، 4، 6) ويكون مركز الدوائر نقطة البعد بين خط البداية والدوائر الثلاث والتي تكون المسافة (20 متر)

التسجيل: تعطى للطلاب 5 محاولات متتالية تحسب عدد الدرجات التي تحصل عليها الطالب من المحاولات الخمس.

توجيهات عامة: في حال وقوع الكرة على الخطوط الدوائر تعطى الدرجات التالية وحسب التسلسل للدوائر (5، 3، 1)

ان قيمة (T) المحسوبة (-6.403) أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.26) تحت مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (9)، مما يدل على وجود فرق معنوي ذي دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي، وكذلك يتبين من الجدول (2) أن نتائج اختبار دقة " المناولة المتوسطة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي، وبعد استعمال قانون T-Test للعينات المتناظرة غير المستقلة ظهرت قيمة (T) المحسوبة (-14.833) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.26) تحت مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (9)، مما يدل على وجود فرق معنوي ذي دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي، إما المجموعة الضابطة في اختبار المناولة القصيرة لم تظهر فروق معنوية وذلك لان قيمة (T) المحسوبة اصغر من قيمة (T) الجدولية، كما ويتبين من الجدول (2) أن هناك تطوراً نو دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لاختبار مهارة المناولة القصير والمناولة المتوسطة، ويعزو الباحث هذا التطور الحاصل نتيجة لتطبيق التمرينات المعدة من قبله والتي اختيرت وأعدت بشكل يتناسب مع المرحلة العمرية وتضمنت تمرينات مهارية مشابهة لظروف الأداء في المباريات، إذا يتطلب من اللاعب استلام ومناولة الكرة الى الزميل بدقة ومن الحركة بأسرع ما يمكن، ووضعت التمرينات في وحدات تدريبية وكانت بشكل مترج الصعوبة مستندة بذلك الى المصادر العلمية ومبادئ علم التدريب الرياضي، فضلاً عن التزام عينة البحث وانتظامهم بأداء التمرينات والحضور وعدم الانقطاع كان له الأثر الكبير في هذا التطور لمستوى الأداء، إذ يذكر حنفي محمود ان استمرار اللاعب والتزامه في العملية التدريبية له اثر هام وكبير في وصوله إلى مستوى عالي من الدقة والتكامل لأداء الفني للمهارة " (حنفي محمود: 1994م، ص 54).

أما نتائج المجموعة الضابطة، يعزو الباحث أنها لم تتقدم في نتائج الاختبارات البعدية لمهارة دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) وذلك لإتباعها برنامج تعليمي لايركز على تطوير دقة المناولة تحت ظروف اللعب الأداء المهاري بل على تعليم المهارات الأساسية وفقاً للطريقة التقليدية في التدريس، دون ربط

المساعدة الخاصة بتطبيق الاختبارات القبلية والبعدي والتمرينات الخاصة للمتغيرات المدروسة على عينة البحث، ولمدة 8 أسابيع وبواقع وحدتين في الأسبوع ولتاريخ 2022/2/28.

2-6-3 الاختبارات البعدية: تم تطبيق التمرينات الخاصة والمعدة من الباحث على المجموعة التجريبية، وتم إجراء الاختبارات البعدية بتاريخ 2022/3/2، مع مراعاة المحافظة على نفس الظروف ومكان الاختبارات القبلية لتلافي متغيرات الظروف على الاختبارات البعدية لعينة البحث.

2-7 الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث: تم استخراج نتائج البحث الإحصائية باستخدام الحقيبة الإحصائية الـ (SPSS): (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، اختبار T للعينات المرتبطة، اختبار T للعينات غير المرتبطة).

3-1 عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1-1 عرض وتحليل نتائج اختبائي دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية والضابطة ومناقشتها:

الجدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و فرق الأوساط والانحراف المعياري للفروق وقيمة (ت) المحسوبة لنتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية والضابطة

المعالجات الإحصائية الاختبارات	ن	المجموعة	وحدة القياس	الاختبارات القبلية		الاختبارات البعدية		فرق الأوساط ف	ف هـ	قيمة T المحسوبة	دلالة الفروق
				ع±	س	ع±	س				
اختبار دقة المناولة القصيرة	10	تجريبية	درجة	2.300	0.823	6.400	2.633	4.100-	2.024	6.403-	معنوي
اختبار دقة المناولة المتوسطة	10	تجريبية	درجة	1.800	0.282	3.280	0.463	1.480-	0.315	14.833-	معنوي
اختبار دقة المناولة القصيرة	10	ضابطة	درجة	2.200	0.788	2.400	0.699	0.200-	0.918	0.688-	غير معنوي
اختبار دقة المناولة المتوسطة	10	ضابطة	درجة	1.890	0.202	1.970	0.226	0.080-	0.168	1.500-	غير معنوي

(*) بلغت قيمة T-Test الجدولية = 2.26 تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 9

أظهرت النتائج في الجدول (2) ان اختبار دقة المناولة القصيرة للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي وبعد استخدام قانون T-Test للعينات المتناظرة غير المستقلة

من قبله كان لها الأثر في إحداث الفروق بين المجموعتين، إذ تم إعطاؤها بما ينسجم مع إمكانيات اللاعبين وبشكل مترج ابتداء من التمرينات البسيطة مع الزميل ومن ثم الانتقال الى التمرينات المشابهة لواقع الأداء المهاري في ظروف مشابهة لأداء المباريات، فضلاً عن مراعاة مكونات الحمل التدريبي وإعطاء راحة بين التكرارات والتمرينات تتناسب مع مستوى شدة الأداء للطلبة ساعد ذلك على تطوير تطور سرعة ودقة الأداء في أداء المهارات (دقة المناولة القصيرة والمتوسطة)، وقد راعى الباحث مبدأ الإعادة والتكرار والتدرج من السهل الى الصعب في أداء التمرينات مستندا في ذلك على المصادر العلمية إذ يؤكد ذلك (محمد رضا إبراهيم، 2008) ان جميع مكونات حمل التدريب يجب ان تزداد نسبةً للتحسن الكلي الذي يحققه الرياضي أي كلما ارتفع مستوى تحسن الرياضي كلما كانت الحاجة الى زيادة مكونات الحمل التدريبي أكثر (محمد رضا إبراهيم المدامغة: 2008م، ص88)، ويرى الباحث ان التمرينات ساعدت على تطوير دقة أداء مهارة (المناولة القصيرة والمتوسطة) بما يتلاءم مع مساراتها الحركية وبشكل انسيابي متناسق. وأيضاً يعزو الباحث التطور الحاصل في مستوى الأداء الى عملية التنظيم والتنسيق التي اتبعت في وضع التمرينات وفق الأسس العلمية وبما يتفق مع إمكانيات الطلاب وباستخدام الأدوات والوسائل المساعدة، إذ يمكن ان يصل الرياضي الى مستوى متقدم من الأداء والانجاز بوساطة تنظيم وترتيب المنهج التدريبي المستخدم من قبله (شامل كامل، كاظم الربيعي: ب، ص55)، أيضاً ان عملية التنويع والتركيب في التمرينات الموضوعة أدى الى زيادة الدافعية لدى الطلبة نحو الأداء فضلاً عن بث روح التشويق والتحدى والإثارة، وهذا ما أكدته (إبراهيم جبار شنين، 2011) "من الشروط الواجب توافرها بالتمرينات يجب أن تكون مختلفة لغرض التأثير الشامل في الجسم والابتعاد عن الملل وبث روح التحدي" (إبراهيم جبار شنين: 2011، ص29)، كما ويؤكد (احمد أمين فوزي، 2008) ان التنوع في الأدوات وتمريناتها كل ذلك من شأنه استثارة اللاعبين وزيادة دافعتهم نحو التقدم والارتفاع بالمستوى الرياضي ("احمد امين فوزي: 2008، ص20).

تعلم المهارة بظروف مشابهة لشكل الأداء في المباريات وهذا ما يفتقد له درس التربية الرياضية فضلاً عن قلة التركيز على التمرينات المركبة أثناء الدرس، إذ ان مجمل التركيز يكون على أداء المهارات الأساسية دون التركيز على تطوير دقة الأداء.

3-1-2 عرض وتحليل نتائج اختبائي دقة المناولة (القصيرة والمتوسطة) البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:

الجدول (3) يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) الجدولية والمحسوبة في الاختبارات المهارية البعدية للمجموعتين (التجريبية والضابطة).

المعالجات الإحصائية الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت المحسوبة	دلالة الفروق
		ع±	س	ع±	س		
اختبار المناولة القصيرة	درجة	6.40	2.633	2.40	0.699	4.643	* معنوي
اختبار المناولة المتوسطة	درجة	3.280	0.463	1.970	0.226	8.027	* معنوي

(*) قيمة T-Test الجدولية = 2.101 تحت درجة الحرية = 18 و مستوى دلالة (0.05)

تبين من الجدول (3) نتائج الفروق للمتغيرات البحث (دقة المناولة القصيرة والمتوسطة) للمجموعتين التجريبية والضابطة، إذا أظهرت النتائج وبعد استخدام قانون (T) للعينات المستقلة ان هناك فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبار دقة المناولة القصيرة وذلك لان قيمة (T) المحسوبة اكبر من (T) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18) وبالعودة الى الأوساط الحسابية للمجموعتين يتبين ان الفروق لصالح المجموعة التجريبية في اختبار المناولة لان وسطها الحسابي (6.40) اكبر من الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة والبالغ (2.40)، ويتبين أيضاً وجود فروق معنوية في اختبار دقة المناولة المتوسطة بين المجموعتين لان قيمة (T) المحسوبة اكبر من قيمة (T) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18) وبالعودة الى الأوساط الحسابية للمجموعتين يتبين ان الفروق لصالح المجموعة التجريبية لان وسطها الحسابي (3.280) اكبر من الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة والبالغ (1.970)، .

ويعزو الباحث سبب ذلك الى ان التمرينات المستخدمة والمعدة

4- الخاتمة:

وعلى ضوء النتائج التي توصل إليها الدراسة استنتج الباحث التالي:

- 1-التمرينات المعدة من قبل الأبحاث ذات تأثير ايجابي في تحسين مستوى الأداء لمهارة (المناوله القصيرة والمتوسطة).
- 2-التمرينات المعدة من قبل الأبحاث ذات تأثير ايجابي في تحسين دقة الأداء لمهارة (المناوله القصيرة والمتوسطة).
- 3-التمرينات المعدة من قبل الباحث ذات تأثير ايجابي على دافعية الطلبة ورغبتهم في أداء مهارة (المناوله القصيرة والمتوسطة) والتنافس فضلاً عن زيادة التشويق والإثارة لديهم.

وعلى ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث يوصي بالتالي:

- 1-اعتماد التمرينات المعدة من قبل الباحث لتطوير دقة أداء مهارتي المناولة القصير والمتوسطة.
- 2-ضرورة اعتماد تمرينات تحاكي واقع الأداء الفعلي المشابهة لظروف اللعب في درس التربية الرياضية، وفي المباريات المدرسية لما لها من أهمية ودور في تحسين مستوى الأداء المهاري للطلبة.
- 3-إجراء دراسات مشابهة على متغيرات مهارية أخرى وعلى عينة بأعمار مختلفة.

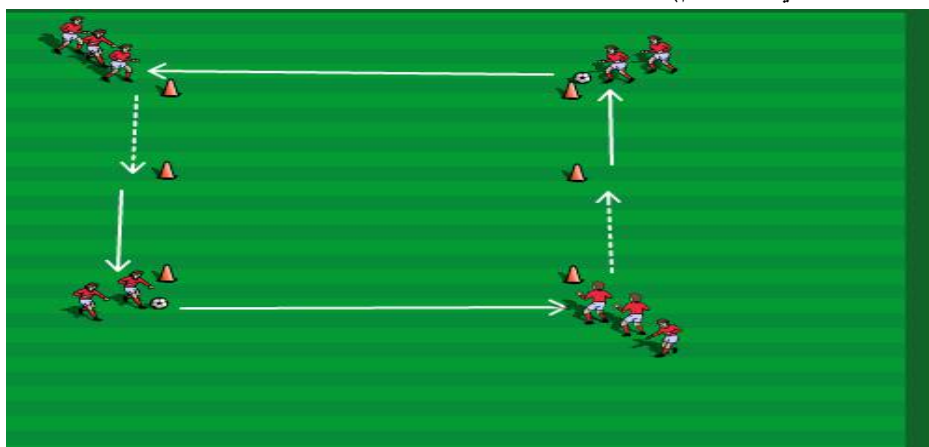
المصادر:

- [1] زهير قاسم الخشاب، ومحمد خضر اسمر الحياني و ماهر احمد البياتي؛ كرة القدم، ط2: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999م).
- [2] حنفي محمود؛ مدرب كرة القدم، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994م)، ص 54.
- [3] محمد رضا إبراهيم المدامغة؛ التطبيقات الميدانية لنظريات وطرائق التدريب الرياضي، ط1: (بغداد، مكتبة الفضلي، 2008م)، ص88.
- [4] شامل كامل، وكاظم الربيعي؛ المرتكزات الحديثة لكرة القدم: (مؤسسة الممتاز للطباعة والتجليد، ب، ت)، ص55.
- [5] إبراهيم جبار شنين؛ اثر التمرينات المهارية الخاصة في دقة أداء بعض المهارات الأساسية ونشاط الجهد الكهربائي للعضلات العاملة للاعبين الموهبتين: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2011)، ص29.
- [6] احمد أمين فوزي؛ سيكولوجية التدريب الرياضي للناشئين، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2008)، ص20.

الملاحق:

الملحق (1) يوضح أنموذج للتمارين المستخدمة في البحث

تمرين رقم 1 (المنافسة والاستقبال في كرة القدم).



اسم التمرين: (المنافسة والاستقبال والانتقال في كرة القدم).

مساحة اللعب: (10 متر المسافة بين شاخص وآخر).

عدد اللاعبين: 10 لاعب.

الأدوات المستخدمة: كرات قدم، شواخص، شريط قياس.

الزمن الكلي للتمرين = 18 دقيقة

زمن التمرين: (3 دقيقة $\times$ 4) = 12 دقيقة.

وزمن الراحة بين التكرارات = 2 دقيقة.

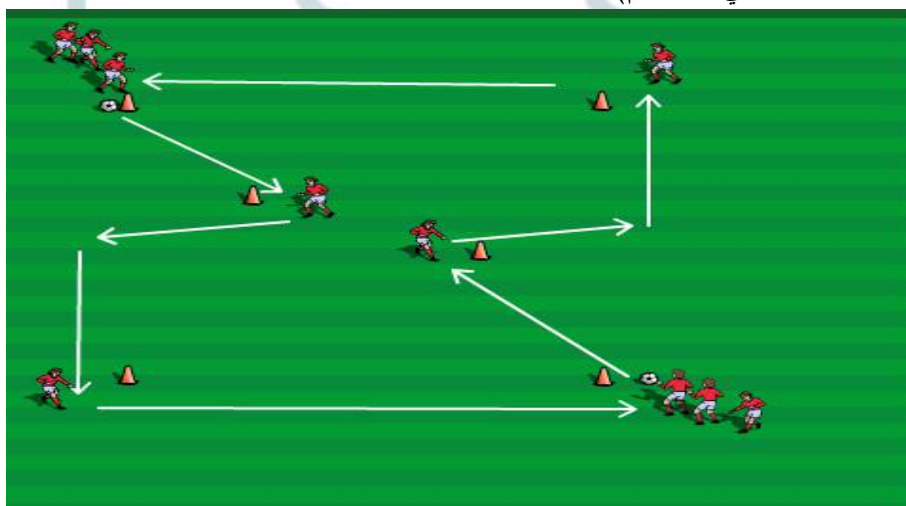
الهدف من التمرين: زيادة قدرة اللاعبين على التمرير ودقة التمرير.

نقاط التمرين الرئيسية:

-تمرير الكرة بأسرع وقت ممكن وبأقل عدد من اللمسات (إيقاع أداء سريع).

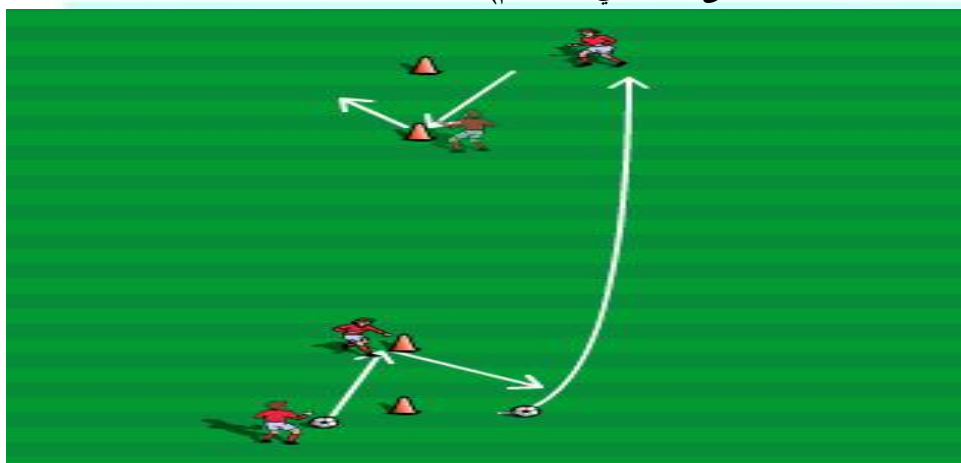
-التأكيد على استخدام كلا القدمين عن استلام الكرة و التمرير للزميل .

2 تمرين رقم 2 (الدبل باص والانتقال في كرة القدم).



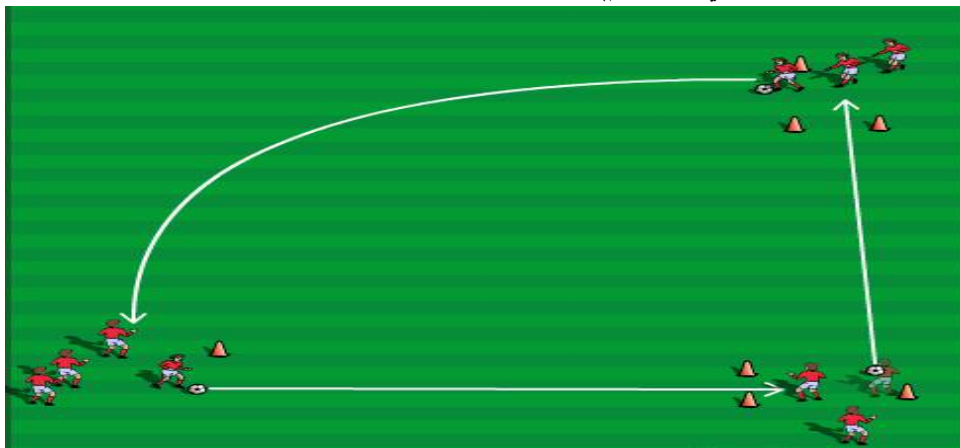
اسم التمرين: (الدبل باص والانتقال في كرة القدم) .
 مساحة اللعب: (10 متر المسافة بين شاخص وآخر).
 عدد اللاعبين: 10.
 الأدوات المستخدمة: كرات قدم، شواخص، شريط قياس.
 الزمن الكلي للتمرين = 18 دقيقة.
 زمن التمرين: (3 دقيقة $\times$ 4) = 12 دقيقة.
 وزمن الراحة بين التكرارات = 2 دقيقة.
 الهدف من التمرين: زيادة قدرة اللاعبين على التمرير ودقة التمرير.
 نقاط التمرين الرئيسية:

-تمرير الكرة بأسرع وقت ممكن وبأقل عدد من اللمسات.
 -التأكيد على استخدام كلا القدمين عن استلام الكرة والمناولة للزميل.
 تمرين رقم 3 (دبل باص ومناولة متوسطة الى الزميل في كرة القدم).



اسم التمرين: (دبل باص والمناولة المتوسطة الى الزميل في كرة القدم).
 مساحة اللعب: (4 متر بين الشواخص القريبة لمناولة الدبل باص و 20 متر بين الشواخص المتباعدة للمناولة المتوسطة).
 عدد اللاعبين: 4 لاعبين.
 الأدوات المستخدمة: كرات قدم، شواخص، شريط قياس.
 الزمن الكلي للتمرين = 18 دقيقة.
 زمن التمرين: (3 دقيقة $\times$ 4) = 12 دقيقة.
 وزمن الراحة بين التكرارات = 2 دقيقة.
 الهدف من التمرين: زيادة قدرة اللاعبين على المناولة القصيرة والمتوسطة ودقة المناولة
 نقاط التمرين الرئيسية:
 -التأكيد على استخدام كلا القدمين عند أداء المناولة.
 -المناولة الى مستوى صدر الزميل والى مستوى الخصر.
 -الرؤيا المسبقة قبل أداء المناولة الى الزميل.

تمرين رقم 4 (المنافلة القصيرة والمتوسطة في كرة القدم).



اسم التمرين: (دقة المنافلة القصيرة والمنافلة المتوسطة الى الزميل في كرة القدم) والانتقال.
مساحة اللعب: (10 متر بين الشواخص لأداء المنافلة القصيرة و20 متر بين الشواخص المتباعدة لأداء المنافلة المتوسطة).
عدد اللاعبين: 10 لاعب.

الأدوات المستخدمة: كرات قدم، شواخص شريط قياس .

الزمن الكلي للتمرين = 18 دقيقة.

زمن التمرين: (3دقيقة × 4) = 12 دقيقة.

وزمن الراحة بين التكرارات = 2 دقيقة.

الهدف من التمرين: زيادة قدرة اللاعبين على المنافلة القصيرة والمتوسطة ودقة المنافلة.

نقاط التمرين الرئيسية:

- التأكيد على استخدام كلا القدمين عند أداء المنافلة.
- المنافلة الى مستوى صدر الزميل والى مستوى الخصر.
- الرؤيا المسبقة قبل أداء المنافلة الى الزميل.
- المنافلة بداخل الهدف الى الزميل.

I . S . S . J