

اثر منهج تدريبي لتطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين الناشئين كرة القدم بأعمار (14-16 سنة)

م.م اية طالب ذياب¹ ا.د رشا طالب ذياب² ا.م.د احمد ولهان حميد³ م.م. اضواء ورور نعمة⁴

¹ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى

² كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى

³ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى

⁴ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى

(¹ rasha.talib@uodiyala.edu.iq, ² aya.talib@uodiyala.edu.iq, ³ adhwaaarwar@ gmail.com, ⁴

Ahmed.walhan.@uodiyala.edu.iq)

المستخلص: تناول الباحثين أهمية كرة القدم والمكانة المتميزة التي تحتلها والتطورات في أساليب لعب الفريق والمهارات الأساسية دوراً كبيراً في قدرة اللاعبين على السيطرة والتحكم بالكرة في المواقف والاتجاهات المطلوبة، فقد أصبح من الضروري على اللاعب أن لا يؤخر من حركة الكرة لأنها يجب أن تكون في حركة دائمية وعليه أن يفكر في الحركة التي تعقبها عندما تصل إليه مهما كانت سرعة ومكان الكرة وحركة (المنافس).

لذا تكمن أهمية البحث في دراسة اثر المنهج التدريبي لتطوير المهارات الأساسية لدى ناشئين كرة القدم باعتبار أن الجانب المهاري من الجوانب الأساسية لشخصية الناشئ لذا يحاول علم التدريب الرياضي إن يتقهم سلوك الشخص وخبرته وعملياته العقلية في المجال .

تكمن مشكلة البحث في قلة الاهتمام بالجانب المهاري حداً بالباحثين اللوج في هذه المشكلة، إذ حاول الباحثين أن يصب اهتمامهم في إيجاد وسيلة مساعدة لتطوير الجانب المهاري من خلال أعداد منهج تدريبي مقترح لتطوير المهارات الأساسية لدى اللاعب الناشئ مساهمة من الباحثين بمساعدة اللاعبين في هذه الفعالية للنهوض بمستوى اللعبة.

ويقترض الباحثين هناك فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية والمجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات الأساسية بكرة القدم ولصالح الاختبارات القبلية ولصالح المجموعة التجريبية .

إما عينة البحث فقد تكونت من اللاعبين الناشئين لنادي الخالص وبلدروز للموسم الكروي 2022-2023 والبالغ عددهم (24) لاعباً مع استبعاد حراس المرمى وقد قسم الباحثين العينة على مجموعتين تجريبية وضابطة

الكلمات المفتاحية: منهج تدريبي - المهارات الأساسية - كرة قدم

1- المقدمة:

أن التقدم وتطور العلم اخذ ينعكس على شتى مجالات الحياة ومن هذه المجالات المجال الرياضي نتيجة لإتباع الأساليب الحديثة والتخطيط الجيد عن طريق البحوث العلمية والتي تحاول الابتعاد عن المؤلف وإيجاد أفاق جديدة لا حدود لها في علوم الرياضة ومن هذه العلوم علم التدريب الرياضي الذي شهدا تطوراً واسعاً واتخذت نظرياته منحى جديداً لمواكبة الاتجاهات الحديثة وقد أخذت كرة القدم مواكبة هذا التطور والتقدم إذ تطورت كثير في أساليب التدريب في نواحي مختلفة منها بشكل خاص التطورات في أساليب لعب الفريق من ناحية تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية كي يفاجئ بها المنافس .

لما يتضمنه أسس وقواعد علم التدريب الرياضي من اجل رفع مستوى الحالة التدريبية للوصول الى المستويات العليا وذلك من خلال البحث والاطلاع الدائم على كل ما هو جديد لإضافة معلومات جديدة بأتباع الوسائل والأساليب العلمية المنظمة لذا تعد لعبة كرة القدم واحدة من العاب كرة القدم الحديثة إذ تمتاز بالسرعة الفائقة لإمكانية لاعبي الفريق من التحرك لأخذ المكان المناسب وفتح الثغرات في دفاع الفريق الصلب والمحكم مع امتلاك مهارة عالية جداً تسمح لهم بالسيطرة على الكرة والتحكم فيها والقدرة على التهديف والدرجة والمناولة بجميع أنواعها من أوضاع مختلفة وبدقة متناهية فضلاً عن القوة الكافية من اجل التقدم والتراجع والانتقال في كافة جوانب الملعب من اجل الاستحواذ على الكرة دون خوف أو خلق الفراغ السريع.

لذا تكمن أهمية البحث في دراسة اثر المنهج التدريبي لتطوير مهارة الدرجة والمناولة والتهديف لدى ناشئين كرة القدم باعتبار أن الجانب المهاري من الجوانب الأساسية لشخصية الناشئ لذا يحاول علم التدريب الرياضي إن يتفهم سلوك الشخص وخبرته وعملياته العقلية في المجال .

مشكلة البحث:

ومن خلال خبرة الباحثين المتواضعة لكونهم مدربين بنادي بلروز والخالص وجد أن اغلب اللاعبين لديهم ضعفاً في الجانب المهاري وقلة الاهتمام بالجانب التدريبي حداً بالباحثين الولوج في هذه المشكلة، إذ حاول الباحثين أن يصب اهتمامهم

في إيجاد وسيلة مساعدة لتطوير مهارة الدرجة والمناولة والتهديف من خلال أعداد منهج تدريبي مقترح لتطوير الجانب المهاري لدى اللاعب الناشئ مساهمة من الباحث بمساعدة اللاعبين في هذه الفعالية للنهوض بمستوى اللعبة.

ويرمي الباحثين الى استخدام منهج تدريبي لتطوير مهارة الدرجة والمناولة والتهديف لناشئين لاعبي كرة القدم ومعرفة اثر المنهج التدريبي في تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئين . ويفترضون وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية وللمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية في وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

2- منهجية البحث والإجراءات الميدانية:

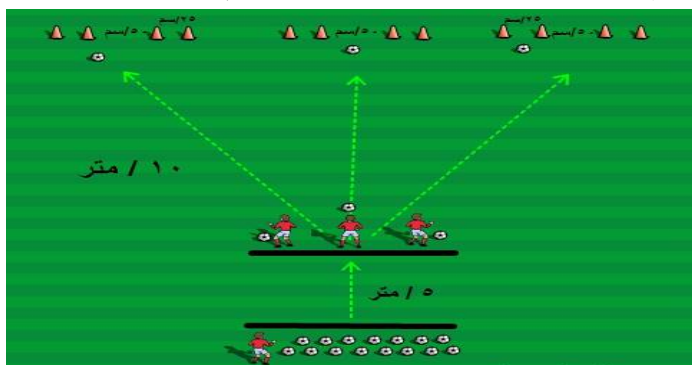
2-1 منهج البحث: إذ أستخدم الباحثين المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها لان المشكلة هي التي تحدد المنهج المستخدم للحصول على المعلومات والنتائج الدقيقة المنهج التجريبي والذي يعرف بأنه " هو تغيير متعمد والمضبوط للشروط المحددة للظاهرة، وملاحظة نواتج التغيير في الظاهرة موضوع الدراسة ويعرف أيضاً بأنه استخدام التجربة في إثبات الفروض (نوفل وفريل: 2010، ص244)، واتبع الباحثون في تصميم بحثهما على أسلوب المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة)؛ إذ أجرى الباحثين الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة في ومهارة الدرجة والمناولة والتهديف بكرة القدم.

2-2 مجتمع البحث وعينته: أن العينة " هي النموذج الذي يجري الباحث مجمل عمله عليها أو هي جزء من مجتمع البحث الذي يتناوله الباحث بالبحث والتحليل بهدف تعميم النتائج التي يحصل عليها على المجتمع الذي سحبت منه العينة " (علي وعكاب: 2013، ص33)، وإن نجاح الباحث في اختيار العينة الصحيحة من حيث النوع والحجم وطريقة السحب هو المفتاح السليم للوصول الى النتائج وإمكانية تعميمها على المجتمع المبحوث (صالح: 2009، ص85) .

-الاختبار الثاني دقة المناولة:

هدف الاختبار: قياس دقة التسليم والمناولة (سبع: 205، ص210)

الأدوات المستخدمة: (شواخص (6) صغيرة و(6) كبيرة، وكرة قدم عدد، شريط لقياس المسافة، بورك، صافرة).

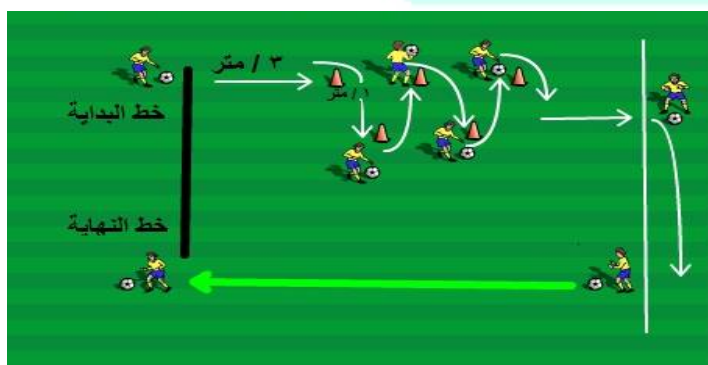


شكل (2) يوضح اختبار دقة المناولة

-الاختبار الثالث: اختبار الدرجة المستقيمة والمتعرجة ذهاباً وإياباً (5) شواخص (سبع: 2015، ص76):

الهدف من الاختبار: قياس القدرة على الدرجة (حسين: 2018، ص51)

الأدوات المستخدمة: كرة قدم، ساعة توقيت، (5) شواخص مناسبة الارتفاع.



الشكل (3) يوضح اختبار مهارة الدرجة، الدرجة المستقيمة والمتعرجة ذهاباً وإياباً

2- 5 التجارب الاستطلاعية: قام الباحثين بأجراء التجربة الاستطلاعية الأولى الاثنتين المصادف 2022/12/19 والتجربة الاستطلاعية الثانية يوم الأحد 2022/12/25 على العينة الاستطلاعية وعددهم 15 لاعب من فئة الناشئين أنفسهم ومن

يُحدد مجتمع البحث باللاعبين الناشئين لنادي الخالص وبلروز للموسم الكروي 2023/2022 والبالغ عددهم (24) لاعباً مع استبعاد حراس المرمى وقد قسم . وقد قسم الباحثين العينة على مجموعتين تجريبية وضابطة كل مجموعة (12) لاعب .

2- 3 وسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث:

المصادر والمراجع العربية والأجنبية، الاستبانة، استمارات لجمع وتقرير البيانات لقياس مهارة الدرجة والتهديف والمناولة، الملاحظة والمقابلات الشخصية، التجارب الاستطلاعية، فريق العمل المساعد، الوسائل الإحصائية، أما الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث، كرات قدم عدد (12) رقم (5)، كاميرا رقمية نوع (hero4)، ساعة توقيت الكترونية نوع (KISLO)، صافرة نوع (FOX) كندية الصنع، شواخص بلاستيكية، شريط قياس، شرائط كهربائية (البذات) ملونة خضراء وحمرات يبلغ طول الشريط الواحد (1 متر)، حبال لتقسيم المرمى، جهاز (Random shoot).

2- 4 مواصفات الاختبارات:

-الاختبار الأول دقة الهدف:

الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديف (العبادي: 2019، ص73).

الأدوات المستخدمة: كرة قدم قانونية عدد (5)، شريط لتقسيم المرمى، شريط قياس، شواخص عدد (6) .

وصف الاختبار: يبدأ اللاعب بالدرجة بين الشواخص من خط البداية إلى خط النهاية ويقوم بالتهديف نحو المرمى .



شكل (1) يوضح اختبار مهارة التهديف الدرجة بالكرة بين الشواخص والتهديف

ولم يتم التدخل في المنهج المستخدم من قبل المدرب بالنسبة للمجموعة الضابطة وتم إعطاء هذه التمرينات ولمدة (8) أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع في وقت الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية للفريق.

2-7-1 الاختبارات القبلية: تم إجراء الاختبارات القبلية

للبحث في يوم الجمعة المصادف 2023/1/6 لكل من (اختبارات الدرجة والمناولة والتهديف بكرة القدم لعينة البحث)، وقد قام الباحثين بتثبيت الظروف الخاصة بالاختبارات وطريقة إجرائها وفريق العمل من أجل تحقيق الظروف نفسها قدر الإمكان عند إجراء الاختبارات البعيدة.

2-7-2 التجربة الرئيسية (تطبيق المنهج التدريبي):

نفذ المنهج التدريبي في يوم الاثنين 2023/1/9 ولغاية السبت 2023/3/4 على أفراد المجموعة التجريبية بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد (السبت، الاثنين، الخميس) وبلغ عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة واستغرق زمن الوحدة التدريبية للأقسام الثلاثة من (1 إلى 6) وحدة تدريبية (90 دقيقة) ومن (7 إلى 12) وحدة تدريبية (100 دقيقة) ومن (13 إلى 18) وحدة تدريبية (110 دقيقة) ومن (19 إلى 24) وحدة تدريبية (120 دقيقة).

إذ اعتمد المنهج التدريبي على الخصائص الآتية (إبراهيم: 2013، ص88):

-مراعاة مبدأ التنوع والمرونة في أداء التمرينات داخل الوحدة التدريبية حتى لا يشعر الشاب بالملل والرتابة.

-مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين.

-اتباع مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.

-ساهم في رفع الروح المعنوية للاعبين وتقوية إرادتهم.

-ساهم في تحقيق الأهداف العامة والخاصة.

2-7-3 الاختبارات البعيدة: بعد الانتهاء من تطبيق

البرنامج التدريبي على عينة البحث أجريت القياسات البعيدة لمجاميع البحث (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) مراعيًا " في ذلك كل الظروف وطريقة التنفيذ والأدوات المستخدمة إذ تمت الاختبارات البعيدة الاثنين المصادف 2023/3/6

خارج العينة ومن نادي الخالص مع وجود فريق العمل المساعد والتجربة الاستطلاعية تعد بمثابة دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه بتجربته تهدف إلى اختيار أساليب البحث وأدواته (الياسري: 2010، ص58) .

2-6 الأسس العلمية للاختبارات:

2-6-1 صدق الاختبار: يقصد بصدق الاختبار " قدرته على قياس ما وضع من أجله أو ما يفترض الاختبار أن يقيسه سواء أكانت صفة بدنية أم مهارية أم نفسية أم سمة من السمات الشخصية (الصميدعي: 2012، ص102). وهناك عدة أنواع من صدق الاختبار، لذا عمد الباحثان باستخراج الصدق بطريقة صدق المحتوى للاختبار الذي تم تصميمه لقياس سرعة الإدراك الحركي والاختبارات الخاصة بمهارة التهديف بكرة القدم قيد البحث.

2-6-2 ثبات الاختبار: ثبات الاختبار يعني " مدى دقة الاختبار في القياس واتساق نتائجه عند تطبيقه مرات متعددة على نفس الأفراد (القمش والبوليز: 2002، ص109). وقد استخدم الباحثون لإيجاد معامل الثبات طريقة الاختبار وأعادته لأنها من أنسب الطرق المتبعة في ثبات الاختبار؛ إذ تم إجراء الاختبار الأول يوم الاثنين المصادف 2022/12/26 وأعيد الاختبار نفسه مرة ثانية بعد مرور (6 أيام) في يوم الأحد المصادف 2023/1/1 على نفس عينة الاستطلاع والمكونة من (15) لاعب من العينة التي تم اختيارها من لاعبين نادي الخالص ديالى.

2-6-3 موضوعية الاختبارات: أن الاختبارات التي تم استخدامها تعتمد على أدوات قياس واضحة ولأن نتائج الاختبارات يتم تسجيلها بوحدات (درجة) الأمر الذي جعل الباحثان يعد الاختبارات المستخدمة في البحث ذات موضوعية عالية عن طريق الاستعانة بمحكمين مستقلين في طريقة التوقيت وطريقة التسجيل.

2-7 الإجراءات الميدانية: طبق المنهج التدريبي معاً يتضمن تدريباً بدنياً وحركياً وذهنياً بأنواعه في وقت الجزء الرئيس على عينة من لاعبي كرة القدم لناشئين بأعمار دون (16) سنة ويمثلون نادي الخالص وبلدروز أندية محافظة ديالى

الجدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري بين الاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعة الضابطة.

المتغيرات	وحدة القياس	قبلي		بعدي	
		ع	س	ع	س
المناولة	درجة	0.492	1.333	0.651	1.333
الدرجة	الزمن	1.415	21.575	1.428	21.531
التهديف	درجة	4.687	23.833	4.788	24.750

الجدول (4) يبين الفرق في الوسط الحسابية والفرق في الانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة التطور بين الاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	س	ع	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	نسبة التطور	الدالة الإحصائية
الدرجة	الزمن	0.044	0.475	0.322		%34	غير دال
التهديف	درجة	0.917	0.668	4.750		%82	دال

(ت) الجدولية (1.796)، مستوى الدلالة (0.05)، درجة الحرية = 11.

ومن خلال اطلعنا على الجدول (3) و (4) يتبين ويتضح بان هنالك فروق دالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعيدة لمهارة الدرجة والتهديف والمناولة بكرة القدم للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي .

3-2 مناقشة النتائج:

من خلال الجداول (1)، و (2) و (3) و (4) أظهرت النتائج إلى تطور المجموعتين التجريبية والضابطة ويعزو الباحثين سبب ذلك إلى أن الاهتمام بتطبيق الاختبارات المهارية في عملية التدريب والمنافسات لها أهمية واسعة في تعزيز دوافع اللاعب وفيما يخص المهارات الأساسية بكرة القدم قيد البحث بالنسبة إلى المجموعة الضابطة ويعزو الباحثين ذلك إلى انه التدريب والتكرار المستمر للمهارات أدى إلى تطورها، لذلك فإن هذه المهارات " تتطور من خلال عملية التدريب المستمر " (محيسي: 1997، ص12). أما تطور المجموعة التجريبية فيعزو الباحثين ذلك إلى أن المنهج التدريبي الذي وضعه الباحثين كان له الأثر في تطويرها لدى عينة البحث. كما أن المهارات قيد البحث تعد من المهارات المهمة الواجب أن يتقنها لاعب كرة القدم وخاصة في مرحلة الشباب لكونها من المراحل الأولى في التعلم .

2023 لكل من مهارة الدرجة والتهديف والمناولة.

2- 8 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثين البرنامج

الإحصائي (spss) لمعالجة البيانات

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعيدة

للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

3-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية

والبعيدة للمجموعة التجريبية:

تم جمع بيانات الاختبارات القبلية والبعيدة لمقياس الصلابة النفسية وبعض المهارات الأساسية لمجموعتي البحث، ومن خلال المعالجات الإحصائية لهذه الاختبارات ظهرت النتائج التالية:

الجدول (1) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري بين الاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	قبلي		بعدي	
		ع	س	ع	س
المناولة	درجة	0.577	1.166	0.389	2.833
الدرجة	الزمن	2.350	22.896	1.764	18.994
التهديف	درجة	4.209	26.916	4.938	41.750

الجدول (2) يبين الفرق في الوسط الحسابية والفرق في الانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة ونسبة التطور بين الاختبارات القبلية والبعيدة للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	س	ع	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	نسبة التطور	الدالة الإحصائية
الدرجة	الزمن	3.902	20482	5.446		%86	دال
التهديف	درجة	14.834	6.991	7.350		%92	دال

(ت) الجدولية (1.796)، مستوى الدلالة (0.05)، درجة الحرية = 11.

من خلال ومن اجل توضيح وتجسيد هذه النتائج بشكل بياني نعرض هذا الشكل الذي يوضح الأوساط الحسابية القبلية والبعيدة لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم وللمجموعة التجريبية، ومن خلال اطلعنا على الجدول (1) و (2) يتبين ويتضح بأن هنالك فروقاً دالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعيدة لمهارة الدرجة والمناولة والتهديف بكرة القدم للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.

البحث، وهذا ما أشار إليه (المندلوي وآخرون، 1990) " إن استخدام التمرينات المتنوعة والهادفة لها تأثير إيجابي في تطوير المهارة "(المندلوي وآخرون: 1990، 44).

4- الخاتمة:

وتوصل الباحثون الى الاستنتاجات التالية:

1- أن المنهج المتبع من قبل المدرب له تأثير إيجابي ذو دلالة إحصائية على ودقة المهارات الأساسية قيد الدراسة، ولكن ليس بفاعلية المنهج المقترح.

2- وجود فروق ذات دلالة معنوية في المهارات الأساسية للعينة قيد الدراسة بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي واستخدام التمرينات المختارة ضمن المنهج التدريبي تأثير إيجابي في تطوير المهارات الأساسية بكرة القدم قيد الدراسة للمجموعة التجريبية.

وبوصي الباحثون بالتالي:

1- ضرورة استعمال المنهج التدريبي المعد من قبل الباحثين في تطوير المهارات الأساسية قيد الدراسة على فئات عمرية أخرى.

2- التأكيد على إشراك اللاعبين منافسات محلية الغرض منها معرفة تحسين دقة المهارات الأساسية قيد الدراسة بكرة القدم لديهم.

3- التأكيد على ضرورة اتباع الأسلوب العلمي عند اختيار التمرينات للوحدة التدريبية التي تكون ملائمة للمرحلة العمرية للإمكانية الأداء بالشكل الصحيح والذي يساعد في تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم.

المصادر:

- [1] علي خليفة العبادي؛ تأثير منهج تدريبي في التهيئة النفسية وتطوير دقة أداء بعض المهارات الأساسية للشباب بكرة القدم: (أطروحة دكتوراه غير منشورة جامعة ديالى، 2019).
- [2] غازي صالح محمود وهاشم ياسر حسن؛ كرة القدم التدريب المهاري، ط1: (عمان الأردن، مكتبة المجتمع العربي، 2013).
- [3] فرات جبار سعاد الله، و هه فال خورشيد الزهاوي؛ التدريب المعرفي والعقلي للاعبين كرة القدم، ط1: (عمان، شارع الملك حسين، مجمع الفحيص التجاري، 2011).
- [4] لؤي غانم الصميدعي (وآخرون)؛ الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي، ط1: (اربيل، 2012).
- [5] مثنى ستار حسين؛ تأثير تمرينات خاصة بوسائل تدريبية مساعدة في تطوير

3- عرض النتائج وتحليل قيمة (ت) في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:

الجدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

المتغيرات	وحدة القياس	تجريبية		ضابطة	
		ع	س	ع	س
المناوله	درجة	0.389	2.833	1.333	0.651
الدرجة	الزمن	1.764	18.994	21.531	1.428
التهديف	درجة	4.938	41.750	24.750	4.788

الجدول (6) يبين قيمة (ت) المحسوبة ونسبة التطور بين المجموعتين في الاختبارات البعدية

المتغيرات	وحدة القياس	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	نسبة التطور	الدالة الإحصائية
الدرجة	الزمن	3.872		%77	دال
التهديف	درجة	8.561		%94	دال

(ت) الجدولية (2.074)، مستوى الدلالة (0.05)، درجة الحرية = 22.

ومن اجل توضيح وتجسيد هذه النتائج بشكل بياني عرض هذا الشكل الذي يوضح الأوساط الحسابية البعدية التوافق النفسي وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم وللمجموعتين التجريبية والضابطة.

ومن خلال اطلعنا على الجدول (5) و(6) يتبين ويتضح بان هناك فروقا دالة إحصائية بين الاختبارات القبلي والبعدي بمهارة الدرجة والمناوله والتهديف بكرة القدم للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي

ويعزو الباحثين سبب تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبارات إلى أن المنهج الذي أعده الباحثين كان له الأثر الفعال في تطوير المهارات الأساسية بكرة القدم لديهم قيد الدراسة. وإن اختيار التمرينات المناسبة والتدريب المتواصل عليها يعطي نتائج ايجابية موكدا إلى للمنهج والتدريبي الذي طبق على هذه المجموعة والذي كان مبرمج ومقنن بشكل علمي مدروس من خلال عرضه على بعض من ذوي الاختصاص وأكثروا على علميته وهذا ما حدث بالفعل مع المجموعة التجريبية وإن التمارين المهارية المتنوعة والمشوقة التي تضمنها البرنامج ساعدت المجموعة التجريبية في تطوير المهارات قيد

- سرعة الإدراك الحركي وأداء بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة قدم الصالات بأعمار دون 19 سنة: (أطروحة دكتوراه غير منشورة، 2015).
- [6] محسن علي وسلمان الحاج عكاب؛ أدوات البحث العلمي في التربية الرياضية، ط1: (عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر، 2013).
- [7] محمد جاسم الياسري؛ الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية: (النجف، دار الياء للطباعة والتصميم، 2010).
- [8] مرتضى محسني؛ محاضرات الدورة التدريبية الدولية لكرة القدم: (كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1997).
- [9] مصطفى الفمش ومحمد البواز؛ القياس والتقويم في التربية الخاصة، ط1: (دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، عمان الأردن، 2002).
- [10] مفتي إبراهيم؛ المرجع الشامل في التدريب الرياضي (التطبيقات العملية)، ط1: (القاهرة، دار الكتاب الحديث، 2013).
- [11] توري إبراهيم الشوك و رافع صالح فتحي؛ دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية: (بغداد (ب.م)، 2004).
- [12] Dan Austin & Bryan Mann, The Complete Guide to train young soccer: (London, Ellis Harwood, 2015).

الملاحق:

الملحق (1) يوضح نموذج لوحدة تدريبية

الوحدة التعليمية والتدريبية: الأولى

التاريخ: 2003/3/2

الهدف: تعليم وتنمية المهارات الثلاث.

الزمن: 120 د

ت	القسم	الوقت	التفاصيل	الملاحظات
1	التحضير	15د	1- الاصطفاف واخذ الحضور وشرح واجبات وأهداف الوحدة التعليمية . 2- تمارين الإحماء والأعداد العام والتمطية وتهيئة جهازى الدوران والتنفس	مشاركة الجميع
2	الرئيس	100د	الزمن الكلي	الراحة هنا بين تمرين وآخر 30 ثانية أو اقل وبين مجموعة وأخرى 60 ثانية .
		10 د	عرض كيفية التنفيذ للمهارات	
		90 د	* تعليم ممارسة وتصحيح الأخطاء .	
			1- (تمرين المناولة)	
		90 د	2- (تمرين الحرجة)	26 تكرار
			3- (تمرين الإخماد)	20 تكرارات
				36 تكرار
3	الختامي	5 د	تمارين استرخاء .	



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 5, issue 8, August 2023

ISSN: 1658- 8452

