

تأثير تمارين مهارة وفقاً للتدوير العقلي باستخدام وسائل تعليمية في تطوير سرعه الاستجابة

الحركية ودقة المناولة بكرة القدم للصالات

فرح فلاح حسن¹، أ.م.د. صادق جعفر صادق²

الجامعة المستنصرية/كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

الجامعة المستنصرية/كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة²

(¹ Farah.F.Alsaady@gmail.com)

المستخلص: هدفت الدراسة الى إعداد تمارين مهارة وفقاً للتدوير العقلي وعلاقة في تطوير سرعه الاستجابة الحركية إذ تتلاءم مع قدرات عينة البحث. اذ استخدم الباحثان المنهج التجريبي بواقع مجموعتين مجموعته تجريبية والاخرى ضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملاءمته لطبيعة البحث. وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية طلبة كلية التربية الاساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة الثانية والبالغ عددهم (121) طالباً للعام الدراسي 2021/2020 . وقد قسم الباحثان الطلبة الى مجموعتين مجموعته تجريبية والبالغ عددهم (15) ومجموعته ضابطة والبالغ عددهم (16) فاصبح عدد العينة النهائي (131) طالباً . وقد استخدم الباحثان مجموعة اختبارات لقياس متغيرات البحث إذ استخدم ثلاث، اختبارات هي اختبار سرعة الاستجابة الحركية المعدل واختبار دقة المناولة وقد تم انجاز التمارين المهارية الموضوعة وفقاً للتدوير العقلي تم انجاز التجربة خلال مدة 8 اسابيع وحدة تعليمية واحدة في الاسبوع وذلك بسبب الوضع البلد الراهن بسبب تفشي وباء كورونا وعدم مقدرة الباحثان على استكمال التجربة لفرض حظر التجوال الكلي يوم 2021/2/15 المصادف يوم الاثنين على وفق توجيهات خلية الازمة المركزية وانقطاع الطلبة عن الدوام وتم الاكتفاء بهذا القدر من الوحدات التعليمية. إذ استمرت التمارين المهارية لمدة شهرين بواقع (8) أسابيع بواقع وحدة تعليمية اسبوعياً في يوم الاحد ليكون العدد الكلي للوحدات التعليمية (8) وحدة تعليمية . وزمن الوحدة التعليمية الكلي (90) دقيقة، زمن الجزء الرئيس في الوحدة التعليمية (60) دقيقة، وقد توصلت الباحثان الى عدة توصيات منها إجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة على مهارات والعباب اخرى فرقية وفردية وبمختلف الاعمار ولكلا الجنسين.

الكلمات المفتاحية: تمارين مهارة-التدوير العقلي-وسائل تعليمية-سرعه الاستجابة الحركية-كرة القدم للصالات.

1-المقدمة:

تعد رياضة كرة قدم الصالات من الرياضات الفرعية التي تزداد شعبيتها اتساعاً يوماً بعد يوم كونها تمثل أغلب مهارات اللعبة الأكثر شعبية في العالم ألا وهي لعبة كرة القدم، وأيضاً لسهولة ممارستها، وصغر حجم ملعبها، وكثرة مهاراتها، ووضوح فقرات ومواد قانونها، لذلك شهدت السنوات الأخيرة اهتماماً ملحوظاً بالدراسات المتعلقة بهذه اللعبة سواء كانت هذه الدراسات خاصة بعلم التدريب أو التعلم الحركي وجميعها تصب في مصلحة تطور أداء الرياضيين الممارسين لهذه الرياضة بوجه خاص، وتطور اللعبة بوجه عام .

ويعد التدوير العقلي من الاساليب الجديدة في مجال تحديد المستويات والافادة العقلية للمتعلمين، اذ انه ذو اهمية في أداء المهارات الرياضية، فهو الذي يمكن الرياضي من الوصول الى حالة عقلية تمنع دخول الافكار السلبية والمشتتة الى النشاط الحركي (مصطفى حسن باهي، وسمير عبد القادر جاد، 1999). ومن هنا تكمن أهمية هذا البحث من خلال مدى الاستفادة من التمرينات المهارية وفقاً للتدوير العقلي باستخدام وسائل تعليمية في تطوير سرعة الاستجابة الحركية ودقة المناولة بكرة القدم للصالات.

مشكلة البحث:

من خلال إطلاع الباحثان على الدراسات وبحوث المناهج التعليمية الخاصة بتعلم مهارات كرة قدم الصالات، وبالرغم من وجود العديد من الدراسات التي وظفت استخدام الأدوات والوسائل التعليمية في تعلم المهارات الرياضية المختلفة لكن مشكلة الدراسة هذه تكمن بقلة الدراسات التي أهتمت باستخدام تمرينات التدوير العقلي وادخالها بالمجال الرياضي بصورة عامة وكرة القدم للصالات بصورة خاصة لتطوير الاستجابة الحركية ودقة المناولة بكرة القدم للصالات، لذلك عمد الى عمل تمرينات مهارية وفقاً للتدوير العقلي لتطوير سرعة الاستجابة الحركية و دقة المناولة بكرة قدم للصالات . لذا ارتى الباحثان تقديم تمرينات مهارية وفقاً للتدوير العقلي باستخدام وسائل تعليمية لغرض تطوير سرعة الاستجابة الحركية ودقة المناولة بكرة القدم للصالات .

هدف البحث:

- 1-إعداد وتصميم تمرينات مهارية خاصة بمهارتي المناولة وفقاً للتدوير العقلي تتألم وقدرات عينة البحث .
- 2-التعرف على تأثير التمرينات المعدة على وفق التدوير العقلي على نتائج اختباري سرعة الاستجابة الحركية ودقة المناولة بكرة القدم للصالات لدى افراد عينة البحث المجموعتين (الضابطة والتجريبية).

فرض البحث:

- 1-هنالك فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج اختباري سرعة الاستجابة الحركية ودقة المناولة القبلية والبعدي لدى افراد المجموعتين ولصالح نتائج الاختبارات البعيدة.
- 2-هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعيدة البعيدة لدى افراد المجموعتين (الضابطة والتجريبية) ولصالح نتائج اختبارات البعيدة لأفراد المجموعة التجريبية .

مجالات البحث:

- المجال البشري:** طلاب الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/المرحلة الثالثة .
- المجال المكاني:** الملعب الخارجي لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الاساسية/الجامعة المستنصرية .

المجال الزماني: 2020/12/3 ولغاية 2021/2/14

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

- 2-1 **منهج البحث:** ان مشكلة البحث فرضت استخدام المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة المشكلة باستخدام تصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلية والبعدي .

- 2-2 **مجتمع البحث وعينته:** يكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثانية لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية/الجامعة المستنصرية للدراسة الصباحية والبالغ عددهم (121) طالباً للعام الدراسي 2020/2021 .
- وقد قسم الباحثان الطلبة الى مجموعتين مجموعته تجريبية وهم طلاب قاعة (2) ومجموعة ضابطة وهم طلاب قاعة (1)، تم اختيار نتائج (15) طالب من المجموعة التجريبية ونتائج (16) طالب من المجموعة الضابطة وبذلك اصبح عدد العينة (31)

الادوات اللازمة: (1-منطقة فضاء مستوية خالية من العوائق بطول 20 متر ويعرض 15 متر، 2-ساعة إيقاف، 3-شريط قياس، 4-شواخص ملونة).

وصف الاداء:

1-تحديد منطقة الاختبار بخمسة مواقع عبارة عن خمسة خطوط ذات نهاية واحدة (مشاركة المركز) وطول كل واحد منها 6.40 متر والمسافة بين كل موقع الى الآخر مع المركز يشكل زاوية مقدارها 45°.

2-يقف المختبر في نقطة المركز المحددة للاختبار بينما يقف الحكم ممسكا بساعة التوقيت خلف المختبر على بعد 1.5 متر للإعلان عن لون الموقع المطلوب .

3-يتخذ المختبر وضع الاستعداد بحيث يكون خط المنتصف بين القدمين مع حني الجذع للأمام قليلا .

4-عند سماع إشارة البدء يحاول المختبر الركض بأقصى سرعه باتجاه الموقع المحدد .

ادارة الاختبار: يجب أن يبدأ الاختبار بأن يعطى المحكم الإشارة الاتية:

-استعد - ابدأ وفي جميع المحاولات.

-مؤقت يقوم بإعطاء إشارة البدء وحساب الزمن المستغرق لاداء الاختبار.

-مسجل يقوم بالنداء على المختبرين وتسجيل النتائج .

التسجيل: الاختبار يقاس من 10 درجات إذ ان:

-يحسب الزمن الخاص بكل محاولة لا قرب 0.1 ثانية إذ يحسب الوسط الحسابي للمحاولات والدرجة المعيارية من (5 درجة) .

-تحسب درجة الدقة من (5) درجات وذلك بإعطاء 0.5 درجة للاتجاه الصحيح وصفر درجة للاتجاه الخاطئ .

-الدرجة الكلية هي حاصل جمع درجة الزمن + الدقة .

2-3-4-2 اختبار دقة المناولة (قصي حاتم خلف

عباس الساعدي، 2008، ص 70):

اسم الاختبار: المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة (10 متر).

الهدف من الاختبار: قياس المناولة.

طالب يمثلون نسبة (25.61%) من مجتمع البحث . ثم قام الباحثان بأجراء التجانس لبعض المتغيرات وكما موضح في الجدول (1)

الجدول (1) يبين تجانس العينة والقياسات الانثروبومترية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر	سنة /شهر	18.91	18.00	0.792	0.161
2	الكتلة	كيلو غرام	66.166	65.00	9.989	-0.160
3	الطول	سم	180.583	179.0	6.359	0.453

بما أن جميع قيم معامل الالتواء محصورة بين (3±) بما ان العينة من ضمن المنحى الطبيعي للتوزيع لذا فالعينة متجانسة في هذه المتغيرات.

2-3-4-2 الادوات والاجهزة والوسائل المساعدة:

2-3-4-2 وسائل جمع المعلومات: (المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية، مواقع الانترنت، استمارة تسجيل معلومات ملحق (1)، استمارة تفرغ البيانات ملحق (2)).

2-3-4-2 الادوات المستخدمة: (شريط قياس (فيتة) عدد (1)، كرة قدم قانونية عدد (10)، أقماع ملونة بارتفاع 50 سم عدد (10)، اهداف صغيره قياس 120 × 120 عدد (2)).

2-3-4-2 الأجهزة المستخدمة: (كاميرا تصوير فديوية نوع (SONY) عدد (1)، كاميرا تصوير فوتوغراف نوع (Nikon) عدد (1)، ساعة الكترونية للتوقيت نوع (Diamond) تقيس لغاية 0.001 (الوسائل التعليمية التي تم استخدامها في البحث هي اقمام مختلفة الاحجام و شواخص حديدية على هيئة لاعب عدد (5) واهداف صغيرة بقياس (60×60) وكذلك (120×120)).

2-3-4-2 توصيف الاختبارات المستخدمة:

2-3-4-2 اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقائية المعدل (مثال ناجي فالح الشبلي، 2010):
الغرض من الاختبار: قياس القدرة على الاستجابة الحركية بسرعه ودقة وفقاً لاختبار المثير .

2-6-1 ثبات الاختبارات: عمد الباحثان على معامل

الثبات للاختبار المهاري للطلاب عن طريق اعادة الاختبار، اذ تم تطبيق الاختبار على عينة من طلاب المرحلة الثانية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية كلية التربية الاساسية الذي كان عددهم (20) طالباً في يوم الثلاثاء 2020/12/8 وتم اعادة الاختبار يوم الاحد بتاريخ 2020/12/13 وباستخدام قانون الارتباط البسيط (البيرسون) تم استخراج درجة عالية من الثبات بلغت قيمتها (0.87) لسرعة الاستجابة الحركية اما بلغت درجة الثبات لدقة المناولة (0.90) .

2-6-2 صدق الاختبارات: قام الباحثان باستخراج الصدق

الذاتي للاختبارات من خلال المعادلة الاتية:

(الصدق الذاتي=الثبات)(سعاد عبد حسين وهيب وآخرون، ص 97)، اذ بلغت قيمة معامل الصدق لسرعة الاستجابة الحركية ب (0.93) اما بلغت دقة المناولة (0.94) .

2-6-3 موضوعية الاختبارات: اعتمد درجات الدقة

الموضوعة في الاختبارات على وفق التقسيم الموضوعة لمناطق الدقة المحددة بأرقام ويتم تسجيل رقم المنطقة وهذا لا يختلف عليه أثنان .

2-7 إجراءات التجربة الرئيسية:

2-7-1 الاختبارات القبلية: قام الباحثان بإجراء

الاختبارات القبلية لعينة البحث وكانت في يوم الخميس الموافق 2020/12/17 تمام الساعة 9 صباحاً بمساعدة فريق العمل المساعد على ارضيه القاعة الخارجية لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة .

ولضمان خط الشروع الواحد للمجموعتين فقد عمد الباحثان الى استخراج التكافؤ للعينة في المتغيرات المبحوثة كافة، من خلال إيجاد التكافؤ لعينة البحث وذلك باعتماده على نتائج الاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة، والجدول (2) يبين تكافؤ مجموعتي البحث .

الأدوات المستخدمة: كرات قدم عدد (5)، هدف صغير أبعاده 60 X 60 سم، شريط قياس، شريط لاصق .

اجراء الاختيار: يرسم خط البداية بطول (1 متر) وعلى مسافة (10 متر) عن الهدف الصغير وتوضع الكرات الخمس على خط البداية وعند سماع اشارة البدء يقوم المختبر بتهديف هذه الكرات نحو الهدف الصغير من خلال اتخاذه المكان الصحيح عند خط البداية وحسب ما موضح في الشكل.

التسجيل: تحتسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المختبر من مناولة الكرات الخمس وعلى النحو الاتي:

1- (2 درجة) لكل محاولة صحيحة تدخل الهدف الصغير .

2- (1 درجة) اذا مست الكرة القائم او العارضة ولم تدخل الهدف .

3- (صفر) في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير .

حدود الدرجة هي من (صفر-10)

2-5 التجارب الاستطلاعية:

2-5-1 التجربة الاستطلاعية : أجريت التجربة

الاستطلاعية في يوم الثلاثاء المصادف 2020/12/1 الساعة 10 صباحاً بحضور فريق عمل المساعد وكان الغرض منها التعرف على مدى صلاحية الاختبارات من حيث الصعوبة ومقدرة الطلبة من تأديتها، فضلاً عن ضبط الوقت المستغرق لكل اختبار، فيما قام الباحثان بأخذ القياسات الجسمية لجميع الطلاب وكتلتهم واعمارهم البيولوجية والتدريبية، إذ تمثلوا بطلاب المرحلة الثانية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة كلية التربية الاساسية/الجامعة المستنصرية، وكان عددهم 121 طالباً وكذلك تم تحديد عدد التمرينات داخل الوحدات التعليمية وزمن الوحدة ومدى استيعاب الطلبة للتمرينات والتأكد من سلامة الادوات المستخدمة .

2-6 الاسس العلمية للاختبارات: تعد الاسس العلمية

للاختبار شرطاً لا بد من توافره بحيث لا تعتمد نتائجه ما دام هذا الشرط غير متوافر فيه وعليه فقد سعى الباحثان الى ايجاد كل من الثبات والصدق والموضوعية للاختبارات سرعة الاستجابة الحركية والمهارية (دقة المناولة) المستخدمة وكالاتي:

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية

للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:

3-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية

والبعدية للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

الجدول (4) يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم اختبار (T) لنتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية

متغيرات البحث	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (T)	درجة Sig	الدالة
		ع	س-	ع	س-			
الاستجابة الحركية	درجة	4.06	.885	5.29	.660	-1.234	.89353	0.000
دقة المناولة	درجة	3.0	1.85	7.60	1.50	-4.6	-6.74	0.000

معنوي $\geq (0.05)$

من خلال عرض الجدول (4) يتضح لنا المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدي .

اختبار نيلسون لسرعة الاستجابة الحركية الانتقالية المعدل إذ بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (4.06) وانحراف معياري بلغ (8.85)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (5.29) وانحراف معياري (0.66)، و بلغت قيمة (T) (-5.351) وقيمة مستوى الدلالة (0.05) وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح الاختبار البعدي .

اختبار دقة المناولة بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (3.0) وانحراف معياري بلغ (1.85)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (7.60) وانحراف معياري (1.50)، و بلغت قيمة (T) (-6.74) وقيمة مستوى الدلالة (0.05) وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح الاختبار البعدي .

3-1-2 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية

للمجموعة التجريبية:

اظهرت نتائج الجدول (4) لاختبار سرعة الاستجابة الحركية للمجموعة التجريبية ان هناك فرقا ذي دلالة معنوية لصالح المجموعة التجريبية للاختبار البعدي مما يدل على وجود تطور في اختبار نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية المعدل.

جدول (2) يبين قيم اختبار (T-test) لإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث في اختبار المتغيرات قيد الدراسة في الاختبارات القبلية

متغيرات البحث	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		قيمة (T)	درجة sig	الدالة
		ع	س-	ع	س-			
الاستجابة الحركية	درجة	4.06	0.885	4.59	1.32	0.64	0.528	غير دال
دقة المناولة	درجة	3	1.85	2.46	1.76	-0.12	0.481	غير دال

معنوي $\geq (0.05)$

2-8-2 التجربة الرئيسة: على وفق نتائج الاختبارات

القبلية لعينة البحث عمد الباحثان الى بناء تمارين مهارية وفقاً للتدوير العقلي ضمن القسم الرئيس تهدف الى تطوير سرعه الاستجابة الحركية ودقة المناولة لدى اللاعبين بالكرة القم للصالات . إذ قسم الباحثان العينة الى مجموعتين وهي كالاتي: -المجموعة الأولى (التجريبية) نفذت التمارين المهارية المعدة من قبل الباحثين بمقدار (30-45) دقيقة داخل الجزء الرئيس لكل وحدة.

-المجموعة الثانية (الضابطة) نفذت المنهج المتبع في القسم . كان البدء بتطبيق الوحدات التعليمية في يوم الاحد الموافق 2020/12/20 في الساعة الـ 10.30 صباحاً وانتهى في يوم الاحد الموافق 2021/2/7.

2-8-3 الاختبارات البعدية: اجريت الاختبارات البعدية

للمجموعتين التجريبية والبالغ عددهم (15) طالباً والمجموعة الضابطة والبالغ عددهم (16) طالباً في يوم الاحد الموافق 2021/2/14 وذلك بعد انتهاء مدة تطبيق التمارين، وقد حرص الباحثان على توافر الشروط نفسها التي أجريت فيها الاختبارات القبلية من حيث المكان والزمان والادوات وطريقة تنفيذ الاختبارات وأمكن وضع كاميرات التصوير والأبعاد الملائمة نفسها والتي تم اعتمادها في الاختبارات القبلية و حساب الدرجات وبوجود الفريق المساعد ذاته في الاختبارات القبلية .

2-9 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحثان نظام الحقيبة

الاحصائية Spss .

وزوايا الهدف، اذ ان التمرينات المعدة لتطوير الدقة المناولة من المدرب يساعد على تقصير رد الفعل وزيادة سرعة الاستجابة الحركية .

3-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ومناقشتها:

3-2-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة:

بعد أن انتهت الباحث من اختباره القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة من عينة البحث عمدت إلى تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً كما في الجدول (5).

الجدول (5) يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم اختبار (T) لنتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة

متغيرات البحث	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف .	ع ف .	قيمة (T)	درجة Sig	الدالة
		س -	ع	س -	ع					
الاستجابة الحركية	درجة	4.59	1.32	4.66	1.15	0.069-	1.945	0.138-	0.892	غير
المناولة	درجة	2.46	1.76	5.0	2.56	2.533-	3.377	2.905-	0.012	دال

يبين فرق الأوساط الحسابية والانحراف المعياري لفرق الأوساط وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفرق بين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي للمجاميع البحثية . معنوي تحت مستوى دلالة ≥ 0.05

من خلال عرض الجدول (5) يتضح لنا المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمجموعة الضابطة للاختبارين القبلي والبعدي .

اختبار نيلسون لسرعة الاستجابة الحركية الانتقالية المعدل إذ بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (4.59) وانحراف معياري بلغ (1.32)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (4.66) وانحراف معياري (1.15)، وبلغت قيمة (T) (-1.38) وقيمة مستوى الدلالة (0.05) وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح الاختبار البعدي .

اختبار دقة المناولة بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (2.46) وانحراف معياري بلغ (1.76)، فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي (5.0) وانحراف معياري (2.56)، وبلغت قيمة (T) (-2.905) وقيمة مستوى الدلالة (0.05) وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح الاختبار البعدي .

ويعزو الباحثان ذلك الى استخدام تمرينات مهارية وفقاً للتدوير العقلي سواء كانت لتطوير سرعة الاستجابة او دقة المناولة :-
سرعه الاستجابة الحركية اذ تم التدرج في استعمال الوسائل التعليمية على العينة اي كان هناك تدرج بالصعوبة من خلال تقليل مسافة الاداء وزيادة المسافة وكذلك التغير في زاوية الوسائل المستخدمة وتغير في زاوية المرمى مما خلق فرص تحدي لدى اللاعب من خلال التنفيذ او ركل الكرة قبل اجتيازها للمسافة المحددة وبالتالي زيادة سرعة الاستجابة الحركية من خلال التكرار وتنوعه وهذا بدوره يؤدي الى سرعة في اتخاذ القرار .

فضلا عن استعمال الوسائل التعليمية في التمرينات يجعل اداء التمرين في ظروف تكاد تكون مشابهة لظروف اللعب وهذا بدوره يعزز من فاعلية التمرينات في تطوير اللاعب مهارياً، ويعد ذلك من الاساليب التعليمية حديثة الاستخدام، وان التنفيذ الصحيح والمستمر لتلك التمرينات تقلل زمن الاستجابة مما يكيف اللاعب لهذا الغرض وتقديم الفرصة لصقل مواهبهم .

دقة المناولة

ان التدريب المنتظم بالكرة ضمن تمرينات المناولة وتكرارها إذ يصل اللاعب الى مرحلة الالية اذ تؤدي المهارة دون حصول تشتت عند الاداء كذلك فان الوسائل المستخدمة الدور الاكبر في تفعيل البرامج .

فاستخدام الادوات المساعدة في التمرينات تجعل من الاداء قريبا الى حد ما لظروف اللعب وبالتالي يحسن من مستوى الدقة، وكلما ازدادت خبرة اللاعب نتيجة التكرار كلما زاد تحسن الدقة، إذ ان التكرار يساعد في التصحيح المستمر عن طريق البصر اضافة الى تقوية الاحساس بالمديات، وان استخدام الاسلوب الامثل في تدرج حجم الاهداف واختلاف المسافات في اداء التمرين كل ذلك يؤدي الى تطوير الدقة وهذا هو هدف التمرين، اذ ان الاستخدام الامثل في التمرينات الموضوعة وفقاً للتدوير العقلي اذ ان التمرينات المستخدمة تساعد في توجيه المهارة نحو اداء مشابه لظروف اللعب، كذلك فالتمرير الجيد يجب ان يكون في الوقت المناسب والمكان المناسب وقد تم ذلك من خلال التحكم بمسافات الاداء وتنوع الاهداف وتغير احجام ووضعيات

3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية بعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:

3-3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة:

الجدول (6) يبين بيانات الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المبحوثة

متغيرات البحث	وحدة القياس	التجريبية		الضابطة		قيمة (T)	درجة Sig	الدالة
		ع	س	ع	س			
الاستجابة الحركية	درجة	5.29	0.66	4.66	1.15	-1.73	.105	غير دال
المناولة	درجة	7.60	1.50	5	2.56	-3.85	.002	دال

معنوي $\geq (0.05)$

من خلال عرض الجدول (6) يتضح لنا المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري للمجموعة التجريبية والضابطة للاختبارين البعدي البعدي لنتائج اختبار نيلسون لسرعه الاستجابة الحركية الانتقالية المعدل، إذ بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (5.29) وانحراف معياري بلغ (0.66)، فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (4.66) وانحراف معياري (1.15)، وبلغت قيمة (T) (-1.73) وقيمة مستوى الدلالة (0.05) وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية .

اختبار دقة المناولة بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (7.60) وانحراف معياري بلغ (1.50)، فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (5.0) وانحراف معياري (2.56)، وبلغت قيمة (T) (-3.85) وقيمة مستوى الدلالة (0.05) وبذلك يكون الفرق معنوياً ولصالح المجموعة التجريبية.

3-3-2 مناقشة نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة:

بعد عرض وتحليل النتائج الخاصة بالاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة، تبين لنا وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبارات (نيلسون للاستجابة الحركية الانتقالية واختبار دقة المناولة) ولصالح المجموعة التجريبية وتعزو الباحثان ذلك إلى التطور الحاصل في سرعة الاستجابة الحركية للمجموعة التجريبية إلى نوعية التمرينات المعتمدة وما لها من تأثير فعال في تحسين مستوى سرعه الاستجابة الحركية، إذ تعد سرعة الاستجابة الحركية قدرة مهمة في لعبة كرة القدم للصالات

3-2-2 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة:

من خلال الجدول (5) فقد اظهرت النتائج وجود فروقاً معنوية ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة ولمصلحة الاختبار البعدي، ويعزو الباحثان هذه الفروق إلى استفادة المجموعة الضابطة من المنهج المتبع من لدن المدرس الذي كان يركز فيه على جانب الحركة السريعة في تطبيق بعض الجوانب مهاريه وطريقة التدريب المستخدمة لتطوير بعض القدرات البدنية، وكان سبب هذا التطور في:

سرعه الاستجابة الحركية إلى المنهج الذي وضعه قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة وطريقة اداء التمرينات المستخدمة داخل الدرس لتطوير بعض القدرات البدنية والحركية مما تساعده على تطوير بسيط في سرعة الاستجابة الحركية لهذه المجموعة، و قد اطلعت عليه الباحثان سابقاً.

إذ هناك عدة عوامل تلعب دور كبير في تنمية سرعة الاستجابة الحركية كالعوامل الفسيولوجية والنفسية التي تؤثر في سرعة رد الفعل وبداية الحركة والتي يمكن تمهيتها بالتدريب وهذا ما كانت عليه المجموعة الضابطة من خلال التدريبات اليومية في تحسين وتطوير سرعة الاستجابة الحركية. ويذكر (علي سبهان، 2004) أن سرعة الاستجابة الحركية ضرورية للاعب فهو يحتاج إلى التكيف السريع لما يقوم به المنافس، وهذا يعتمد على سرعة الاستجابة الحركية ومقدار سرعة حركته وابتجاء وأوضاع مختلفة (علي سبهان صخي الكعبي، 2004، ص 15)، ويتفق الباحثان مع هذا . ومن الجدير بالذكر ان التدرج في تدريب المهارات من السهل الى الصعب واعطاء التعليمات لتصحيح الاخطاء اثناء وبعد الاداء عمل على زيادة دافعية العينة . وعلى الرغم من ان التمرينات لم تتأثر بمؤثرات خارجية الا انها ادت الى تحسن مستوى افراد العينة من ناحية الاداء المهاري بقدر معين وينسب متفاوتة لكل مهارة فضلاً عن التطور في اداء المهارات تختلف من شخص الى اخرى إذ توجد فروقات في مستواهم في تعلم المهارات في كرة القدم للصالات (اسراء خلف، 2019، ص51).

4-الخاتمة:

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحثان فقد خرج بالاستنتاجات الآتية:

1-تبين ان للتمرينات المهارية المعدة المصممة من قبل الباحثان وفقاً للتدوير العقلي كان لها تأثير إيجابي في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لعينة البحث التي زودت بها .

2-تبين ان للتمرينات المهارية المعدة المصممة من قبل الباحثان وفقاً للتدوير العقلي في تطوير دقة المناولة لعينة البحث التي زودت بها.

3-تبين ان للوسائل التعليمية المستخدمة من قبل الباحثان كان لها دور كبير في تطوير سرعة الاستجابة الحركية ودقة المناولة لعينة المجموعة التجريبية التي استعملها .

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثان يوصي بما يأتي:

1-العمل على الافادة من نتائج الدراسة الحالية باستخدام التمرينات المهارية وفقاً للتدوير العقلي وذلك لتناسبها مع اعمار الطلاب اذ يحتاج الطلاب لأجواء التنافس والمرح فيما بينهم .

2-اعتماد التمرينات المستخدمة لأنها تساعد على تطوير مختلف في القدرات والمهارات الاساسية بكرة القدم للصالات.

3-ضرورة اجراء دراسات وبحوث حول التدوير العقلي والتعمق اكثر في الجانب النظري والعملي من حيث استخدام الوسائل الخاصة بالتدوير العقلي التي تشمل الاهداف الصغيرة والشواخص وكذلك الاعتماد في تغير زوايا وقياسات الملعب.

المصادر:

- [1] اسراء خلف: تأثير استخدام تمرينات التشكيلات الحركية في تعلم اداء بعض المهارات الارضية الحرة والدافعية العقلية في الجمناستيك الايقاعي للطلاب: (رسالة ماجستير، كلية التربية الاساسية، جامعة المستنصرية، 2019)، ص 51
- [2] سعاد عبد الحسين وهيب وآخرون؛ موسوعة الاختبارات الفسيولوجية في المجال الرياضي: (بغداد، دار الكتب والوثائق للنشر، 2014)، ص 97 .
- [3] علي سبهان صخي الكعبي؛ التوقع وسرعة الاستجابة الحركية وعلاقتها بدقة أداء المهارات الدفاعية للاعب الحر بالكرة الطائرة: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2004)، ص 15.
- [4] عمر محمد مجيد تأثير تمرينات خاصة بالأثقال لتطوير تحمل القوة و أداء بعض المهارات الهجومية المركبة بكرة السلة بأعمار (18) سنة فما دون: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2009)، ص 113.

إذ أصبح الأداء البدني و المهاري و الخططي في كرة القدم للصالات لا غنى عنه في أحد أجزائه على هذه القدرة، فاللاعب مطالب أن يركز الأداء في اتجاهين أحدهما الأداء الصحيح للمهارة والآخر سرعة إنجاز المهارة المطلوبة، والمعرفة الجيدة لأسلوب سرعة الاستجابة الحركية وإتقانها إحدى عوامل الثقة لدى اللاعب المدافع وسرعة أداء والمناولة الى الزميل فضلاً عن لاعب المهاجم أثناء التحرك بالكرة في المواقف المختلفة فسرعة الاستجابة الحركية للقديمين لها أهمية كبيرة في هذه اللعبة لذا أنفق العديد من المختصين على " أن اللاعب المدافع الجيد هو الذي يجيد استخدام قدمه، فحركات القديمين أصبحت أمراً ضرورياً لنجاح المهارات المختلفة سواء في الدفاع أو الهجوم فضلاً عن الدور الرئيس والمهم لسرعة الاستجابة الحركية للقديمين " (محمود داود، 2020 ، ص 65)، والتي تميز لاعب كرة القدم للصالات .

اذ إن التمرينات المستخدمة كان لها تأثير بمستوى الأداء المهاري لدى اللاعبين، إذ إن كثيراً من اللاعبين يفقدون دقتهم المهارية عندما يكون هناك خلل في بعض القدرات الحركية التي تقع من ضمنها الاستجابة الحركية، وتتفق الباحثان مع ما يراه (عمر محمد، 2009) " إذ إن التعب الذي يولده الجهد المبذول سواء في التدريب أو المنافسة يفقد اللاعب تركيزه ودقته في أثناء الأداء المهاري " (عمر محمد مجيد، 2009، ص 113)، لذلك فإن تطور سرعة الاستجابة الحركية ساعد اللاعبين على أداء المهارات بشكل جيد .

أما للمجموعة الضابطة فلم تظهر فروق بين الاختبارات البعدية من تغير مؤشر سرعة الاستجابة الحركية ودقة المناولة من التطور الذي حدث، ويعزو الباحثان ذلك إلى عدم فاعلية المنهج المتبع للدرس في تطوير نقاط الضعف لدى اللاعبين ومن ثم انعكاسها على مستوى اللاعبين في نتائج اختبار سرعة الاستجابة ودقة المناولة في كرة القدم للصالات .

ومما يقدم من النتائج يتحقق للباحثين ما أفترضه في فرضيته الثانية .

[5] قصي حاتم خلف عباس الساعدي؛ تأثير تمارين مشابهة للعب في اكتساب بعض الصفات الحركية والمهارات الأساسية بخماسي كرة القدم: (رسالة ماجستير، جامعة ديالى، 2008)، ص 70.

[6] مثال ناجي فالح الشبلي؛ تصميم وتقنين اختبارات لبعض القدرات البدنية والحركية لطلاب المدارس الثانوية في بغداد وبأعمار (13- 18) سنة، (اطروحة دكتورا)، جامعه بغداد، كلية التربية الرياضية، 2010 .

[7] محمود داوود؛ المدرب والتدريب لكرة القدم، (دار الفكر العربي، 2020)، ص 65

[8] مصطفى حسن باهي، وسمير عبد القادر جاد؛ سيكولوجية التفوق الرياضي تنمية المهارات العقلية: (القاهرة، مكتبة النهضة العربية، 1999)

الملاحق:

ملحق (1) يوضح انموذج من الوحدات التعليمية

الاسبوع: الاول

الوحدة التعليمية: الاولى

الادوات المستخدمة: ملعب كرة قدم للصالات كرات، شواخص،

اقماع، اهداف مصغرة

عدد الطلاب: 15

زمن الوحدة التعليمية: 90 دقيقة

الزمن الكلي للتمرينات: 35.2 دقيقة

الهدف من الوحدة التعليمية: تعلم التمرينات المهارية وفقاً

للتدوير العقلي

الاسم	الزمن	الشرح				الملاحظات		
القسم الاعدادي	20 د	يشمل الاعداد العام والخاص والتهيئة للقسم الرئيس				من قبل استاذ المادة		
القسم الرئيس	60 د	الجزء التعليمي	10 / د تعلم الخطوات التعليمية للمهارات التطبيقية				شرح من قبل الباحث	
			رمز التمرين	زمن التمرين	المجماع	الراحة بين المجماع	زمن العمل الكلي	
			A1	50 ثا	4	30 ثا	4.8 د	زمن الانتقال من تمرين الى اخر 1 د
			A2	50 ثا	4	30 ثا	4.8 د	زمن الانتقال من تمرين الى اخر 1 د
			A10	50 ثا	4	30 ثا	4.8 د	زمن الانتقال من تمرين الى اخر 1 د
			A14	60 ثا	4	30 ثا	5.5 د	زمن الانتقال من تمرين الى اخر 1 د
			B1	60 ثا	4	30 ثا	5.5 د	زمن الانتقال من تمرين الى اخر 1 د
			C1	50 ثا	4	30 ثا	4.8 د	
			مج	5.3 د		3 د	30.2	5 د
					20 / د الوقت المتبقي من الجزء الرئيسي اخذ المنهج المتبع من قبل الاستاذ			
القسم الخاص	10 د	مباراة صغيرة وتمريظات تهيئة واسترخاء						



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 4, issue 1, January 2022

ISSN: 1658- 8452

