

تأثير تمرينات باستخدام جهاز تدريبي في تطوير دقة التهديف للاعبي منتخب كلية التربية

الأساسية/جامعة ديالى بكرة القدم الصالات

م.د. مصطفى مهدي عيدان¹ م.د. مثنى ستار حسين²

جامعة ديالى/كلية التربية الأساسية¹

جامعة ديالى/كلية التربية الأساسية²

(¹ mostafaaljubury@yahoo.com)

المستخلص: هدف البحث إلى التعرف على تأثير تمرينات باستخدام جهاز تدريبي في تطوير دقة التهديف للاعبي منتخب كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى بكرة القدم الصالات. واستخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة لملائمته طبيعة البحث، إذ اختار الباحثان عينة البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبي منتخب كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى بكرة القدم الصالات والبالغ عددهم (16) لسنة 2023/2022، إذ تم تقسيم العينة الى مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة القرعة بواقع (7) لاعب للمجموعة الواحدة وقد تم استبعاد حراس المرمى عدد (2). وبعد الانتهاء من الاختبارات تم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة للحصول على النتائج وبعدها تم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها وقد توصل الباحثان إلى أهم الاستنتاجات ان التمرينات باستخدام جهاز تدريبي ساعدت في زيادة دقة التهديف، أما أهم التوصيات فكانت ضرورة الاهتمام باستخدام جهاز تدريبي في تطوير باقي المهارات الأساسية بكرة القدم الصالات.

الكلمات المفتاحية: جهاز تدريبي - دقة التهديف - منتخب كلية التربية الأساسية- كرة القدم الصالات.

I . S . S . J

1- المقدمة:

أن التطور العلمي الحاصل في جميع المجالات الرياضية، قد فتح هذا التطور أفقاً جديدة للبحث والمعرفة وقد دخل في مجالات الرياضة كافة، ومنها مجال كرة القدم بصورة عامة ومجال كرة القدم للصالات بصورة خاصة .

أن التغيرات في مختلف الألعاب الرياضية سواء كانت في الألعاب الفردية أم الفرقية كانت نتيجة للجهود المبذولة في تطوير هذه الألعاب والحصول على المزيد من الفهم الجيد والعميق لما يوجد مناسب وقواعد في علم التدريب الرياضي من أجل رفع مستوى الحالة التدريبية للاعبين والوصول الى المستويات العليا وذلك لا يأتي إلا من خلال البحث والاطلاع المستمر على كلما هو جديد للحصول على المعلومات الجديدة وذلك باتباع الوسائل والأساليب العلمية الحديثة والمنظمة .

ومن هذه الألعاب الفرقية هي لعبة كرة القدم والتي تمتاز بقرات عديدة ومتنوعة منها المهارية والبدنية والحركية وما تلعبه هذه القرات من دور فاعل في تحقيق أعلى مستوى مهاري للعبة، وان الارتقاء بالمستوى لا يتم إلا باستخدام تدريب علمي يشمل كل المرتكزات العلمية التدريبية سواء كانت مهارية أو بدنية أو خطية أو نفسية أو عقلية والارتقاء بكل ما من شأنه ظهور المستوى المهاري الجيد في المنافسات أو المباريات، كما ان استخدام الأجهزة المختلفة في العملية التدريبية يجعل عملية التدريب أكثر فعالية وإيجابية، إذ يصبح اللاعب مسؤولاً ومشاركاً وإيجابياً على نحو كبير، ولعبة كرة القدم للصالات احد هذه الألعاب أن كرة القدم الحديثة تمتاز بسرعة الحركة لإمكانية لاعبي الفريق من التحرك لأخذ المكان المناسب وفتح الثغرات في دفاع الفريق المنافس والمحكم مع امتلاك مهارة عالية جداً تسمح لهم بالسيطرة على الكرة والتحكم فيها والقدرة على التهديف بدقة عالية من أجل استغلال الفرص وتسجيل الأهداف.

وتكمن أهمية البحث في تطوير دقة التهديف للاعبين الشباب بكرة القدم للصالات، من خلال استخدام تمارين خاصة باستخدام جهاز تدريبي وذلك لخلق أجواء وظروف تدريبية مشابهة لظروف المباراة كما ان للأجهزة والوسائل التدريبية المساعدة دوراً مهماً وفاعلاً في عملية تدريب اللاعبين وبالتالي

مساعدة للاعبين في تسجيل الأهداف .

ومن خلال خبرة الباحثان المتواضعة وجدوا أن اغلب اللاعبين لديهم ضعفاً في المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات ومن هذه المهارات هي مهارة التهديف وذلك بإيجاد حلول مناسبة لها مما يؤثر بشكل مباشر على نتائج المباريات، وان اغلب التمارينات المتبعة في تطوير المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم للصالات هي تمارينات تقليدية لا تعتمد على التنوع والإثارة والتشويق وعدم استخدام الأجهزة وتأخذ وقتاً وجهداً من المدرب واللاعبين، لذا ارتأى الباحثان تصميم جهاز تدريبي لتطوير مهارة التهديف بكرة القدم للصالات.

إما أهداف البحث هو:

-إعداد تمارينات باستخدام جهاز تدريبي في تطوير دقة التهديف للاعبين منتخب كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى بكرة القدم للصالات.

-التعرف على تأثير تمارينات باستخدام جهاز تدريبي في تطوير دقة التهديف للاعبين منتخب كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى بكرة القدم للصالات.

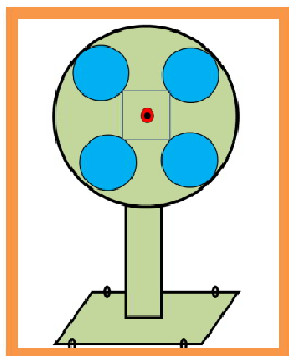
واقترض الباحثان هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار دقة التهديف بكرة القدم للصالات للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبار البعدي.

وتضمنت مجالات البحث المجال البشري ويشمل لاعبي منتخب كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى بكرة القدم للصالات، أما المجال الزمني كان المدة من 2023/1/11 الى 2023/5/30، إما المجال المكاني فكان ملعب كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة لملائمته طبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته: واختار الباحثان عينة البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبي منتخب كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى بكرة القدم للصالات والبالغ عددهم (16) لسنة



صورة (1) توضح جهاز الدوائر

2-4-2 الاختبارات المستخدمة بالبحث: عمد الباحثان

لقياس دقة التهديف بكرة القدم للصالات الى استخدام اختبار التهديف نحو مرمى مقسم الى مربعات.

اسم الاختبار: التهديف نحو هدف مقسم الى مربعات مرقمة من الجانبين (بعث عبد المطلب عبد الحمزة: 2011، 210).

الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديف نحو الهدف.

الأدوات: كرات قدم (للصالات) عدد (5)، شريط لتعيين منطقة التهديف للاختبار، هدف كرة القدم للصالات بعرض 3 متر وبارتفاع 2 متر، ملعب كرة القدم للصالات.

وصف الأداء: توضع (5) كرات في أماكن مختلفة ومحددة بمسافة (10 متر) عن الهدف، إذ يقوم المختبر بالتهديف في المناطق المؤشرة في الاختبار على وفق أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر المسافة بين كرة وأخرى (50) سم. كما موضح بالشكل (8) .

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

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

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

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

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

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

(صفر) خارج حنود التهديف.

تعطى المختبرة محاولة واحدة.

قياس كل مربع في كلا الجانبين يبلغ 66.6 سم .

2023/2022، إذ تم تقسيم العينة الى مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة القرعة بواقع (8) لاعب للمجموعة الواحدة وقد تم استبعاد حراس المرمى (2) حارس مرمى.

2-1-2 تكافؤ العينة: أجرى الباحثان عملية التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار دقة التهديف بكرة القدم الصالات كما موضح بالجدول (1).

الجدول (1) يبين تكافؤ العينة في اختبار دقة التهديف

المتغيرات	المجموعات	وحدة القياس	N	س-	± ع	قيمة (ت)	نسبة الخطأ	الدالة
اختبار دقة التهديف بكرة القدم الصالات	المجموعة التجريبية	درجة	8	5.25	1.035	0.552	0.590	غير معنوي
	المجموعة الضابطة	درجة	8	5	0.755			

من الجدول (1) تبين ان دلالة الفروق غير معنوية دل ذلك على ان المجموعتين متكافئتين في اختبار دقة التهديف بكرة القدم الصالات.

2-3 الوسائل والأدوات المستخدمة في البحث:

المصادر العربية، الملاحظة، الاختبارات والقياس، شريط قياس، ميزان الكتروني، استمارة تسجيل الاختبارات، كرة قدم للصالات عدد (10)، ملعب كرة قدم للصالات، ساعة توقيت يدوية، هدف كرة قدم للصالات، صافرة، حاسبة الكترونية، جهاز الدوائر، حاسبة لابتوب نوع (TOSHIBA).

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تصميم جهاز الدوائر التدريبي لتطوير دقة

التهديف: عمد الباحثان الى تصميم جهاز تدريبي لتطوير دقة التهديف بكرة القدم الصالات يعتمد على حركة دائرة قطرها 180 سم وداخل هذه الدائرة أربعة دوائر صغيرة قطر الدائرة الواحدة 40 سم فوائد الجهاز وأهدافه هو تطوير دقة التهديف، ارتفاع الجهاز عن الأرض 2 متر، وكما موضح بالصورة (1).

الساعة (10) صباحا على ملعب كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى بكرة القدم للصالاتوسعى الباحثان على تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث المكان والزمان والأدوات المستخدمة والطريقة التي يتم بها تنفيذ الاختبار وفريق العمل المساعد من أجل السيطرة على جميع الظروف قدر الإمكان وتوفير الظروف نفسها عند إجراء الاختبار البعدي.

2-7 التجربة الرئيسية: تم البدء بتنفيذ التجربة الرئيسية بتاريخ 2023/1/23 ولغاية 2023/3/22 باستخدام تمرينات باستخدام جهاز تربي في تطوير دقة التهديف بكرة القدم للصالات والمعدة من قبل الباحثان وقد بلغت عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة وبمعدل ثلاثة وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد (السبت، الاثنين، الأربعاء) وكانت مدة تطبيق التمرينات في القسم الرئيس ما بين (40-50) دقيقة بشدة من 80 % الى 100%، وبطريقة التدريب التكراري، وكانت مدة الوحدات التدريبية (8) أسابيع .

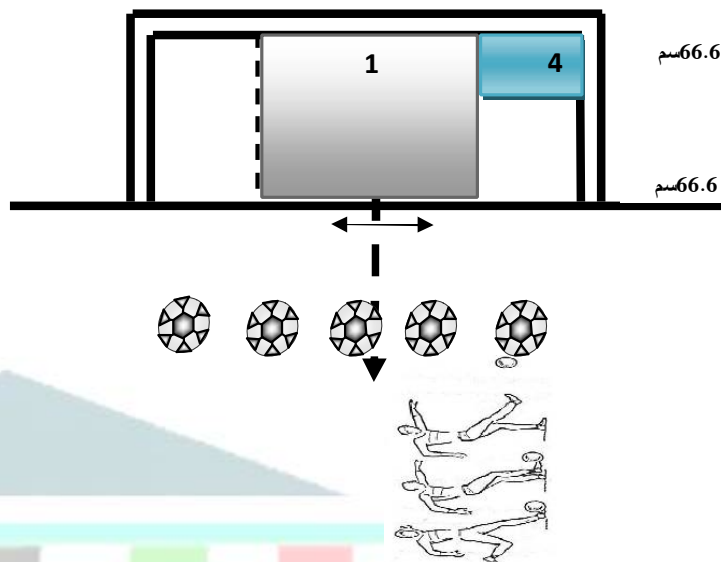
2-8 الاختبارات والبعدي: تم إجراء الاختبار البعدي على عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ التمرينات في يوم السبت المصادف 2023/3/25 في الساعة (10) صباحا وعلى ملعب كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى بكرة القدم للصالات وحاول الباحثان بمساعدة فريق العمل المساعد بتوفير نفس الظروف التي تم إجراء الاختبار القبلي بها من أجل الحصول على نتائج ذو مصداقية عالية.

2-9 الوسائل الإحصائية: تم استخدام الحقيبة الإحصائية (spss 23) في المعالجة الإحصائية .

قياس المربع في الوسط يبلغ 166.8سم

66.6سم

66.6سم



الشكل (1) يوضح اختبار دقة التهديف بكرة القدم للصالات

2-5 التجارب الاستطلاعية:

2-5-1 التجربة الاستطلاعية الأولى: أجرى الباحثان

التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2023/1/14 في يوم السبت على (4) لاعبين يمثلون نادي ديالى الرياضي بكرة القدم للصالات وعلى القاعة المغلقة لنادي ديالى الرياضي وكان الهدف من التجربة التعرف على طريقة تأدية اختبار دقة التهديف بصورة جيدة ودقيقة ومعرفة الوقت الذي يستغرقه الاختبار وحصول فريق العمل المساعد على معلومات كافية عن طريقة أداء الاختبار والتعرف على المعوقات التي من الممكن ان تواجه الباحثان.

2-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: تم إجراء التجربة

الاستطلاعية الثانية بتاريخ 2023/1/18 في يوم الأربعاء وعلى القاعة المغلقة لنادي ديالى الرياضي على (4) لاعبين يمثلون نادي ديالى الرياضي بكرة القدم للصالات وذلك للتعرف على طريقة تأدية تمرينات باستخدام وسائل تدريبية مساعدة في تطوير دقة التهديف وذلك من أجل تعرف المدرب وفريق العمل المساعد على طريقة أداء التمرينات ومعرفة زمن أداء كل تمرين.

2-6 الاختبارات القبلي:

تم إجراء الاختبارات القبلي على عينة البحث في يوم السبت المصادف 2023/1/21 في تمام

الأدوات والوسائل المساعدة داخل إطار التمرينات اليومية وعلى طول فترة تنفيذ مفردات هذا المنهج من قبل هذه المجموعة، مع التركيز على إعطاء التكرارات المناسبة والمبرمجة بشكل دقيق يتناسب مع قدرات اللاعبين في هذه المرحلة، وهذا ما أكدته كل من (أبو العلا عبد الفتاح ومحمد نصر الدين رضوان، 1993) بان " التدريب المستمر على أداء أي مهارة وتوضيح الأداء الصحيح وتصحيح الأخطاء يؤدي الى أن يصبح أداؤها آليا ودقيقا دون التفكير في أجزائها " (أبو العلا عبد الفتاح ومحمد نصر الدين رضوان: 1993، 76)، وهذا ما نكره (صيري العوي: 1997) " يمكن أن يصبح اللاعب في الأداء الفني للمهارة آليا عند التدريب المنتظم بالكرة والتكرار الكثير للتمرينات النوعية الخاصة " (صيري العوي: 1997، 53)، وان التوجيهات المستمرة من المدرب في تحفيز اللاعبين بتنفيذ التمرينات مع تصحيح الأخطاء عن طريق الإعادة بالتكرارات المبرمجة الموضوعية أصلا في الوحدة لتنفيذها من قبل اللاعبين ساهمت بصورة ايجابية على مستوى اللاعبين ومن خلال تشكيل حمل التدريب وتغيير نسبها وأنواعها طبقا لهدف التدريب والطرائق والأساليب المستخدمة الأمر الذي جعل تطور لاعبي هذه المجموعة التدريبية سريعا وفعالا في نتائج الاختبار والذي يعد مؤشرا لتطور مهارة التهديف بكرة القدم الصالات وبشكل بارز فضلا عن تنفيذ واجبات هذه التمرينات من قبل اللاعبين على طول مدة الوحدات التدريبية والذي اعتمد في رفع عدد التكرارات التي وضعت لتلائم مستوى اللاعبين و أعطاهم الراحة المناسبة ما بين التمارين وما بين المجاميع التطبيقية فضلا عن إظهار جو ملائم أثناء الأداء وهذا ما أكدته (سلمى زكي الشناف: 2015) " إن استخدام الأجهزة والوسائل والأدوات المساعدة المختلفة تجعل عملية التدريب على المهارات أكثر فاعلية وإيجابية، وذلك لان استخدامها في العملية التدريبية تؤدي إلى تنمية القدرات الحركية والمهارية لدى اللاعب وتعمل على تخفيف اكبر قدر ممكن من الكفاية التدريبية " (سلمى زكي الشناف: 2015، 19)، وهذا ما نكره (رشيد عبد العزيز وخالد ناصر، 2014) " للأجهزة والأدوات المساعدة دور مهم في تطور المهارات الأساسية للألعاب الرياضية لما لها من تأثير ايجابي وفاعل في تطوير هذه المهارات فهي تؤخر ظهور التعب

3- عرض وتحليل نتائج البحث ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج الاختبار (القبلي-البعدي) لاختبار

دقة التهديف بكرة القدم للصالات للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

الجدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبار (القبلي- البعدي) للمجموعة التجريبية

ت	الوسائل الاحصائية المتغيرات	N	وسط حسابي		انحراف معياري		الخطأ المعياري	
			قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي
1	اختبار دقة التهديف بكرة القدم للصالات	8	5.25	12.75	1.035	1.035	0.365	0.365

الجدول (3) المعالم الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للاختبارات القبلية والبعدي لاختبار دقة التهديف بكرة القدم للصالات للمجموعة التجريبية

ت	الوسائل الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	س ف	ع ف	T المحسوبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
1	اختبار دقة التهديف بكرة القدم للصالات	درجة	-	7.50	1.141	0.000	معنوي

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

من خلال الجدول (3) الذي يبين فروق الأوساط الحسابية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبار (القبلي-البعدي) لاختبار دقة التهديف بكرة القدم للصالات للمجموعة التجريبية إذ اظهر هذا الجدول أن جميع قيم نسبة الخطأ بين القياسين (القبلي-البعدي) كانت قيمتها اقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني أن جميع قيم (t) المحسوبة ذات قيمة معنوية بين القياسين (القبلي-البعدي) وبالتالي هناك فروق بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

إما مناقشة نتائج المجموعة التجريبية تبين من الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبار دقة التهديف بكرة الصالات ويعزو الباحثان سبب تلك الفروق المعنوية بين نتائج الاختبار (القبلي-البعدي) ولصالح الاختبار البعدي لاختبار دقة التهديف الى فاعلية استخدام تمرينات باستخدام جهاز تدريبي والتي استخدمها الباحثان على مدار شهرين وطبقها على عينة البحث وكان تأثيرها واضح على نتائج المجموعة التجريبية لأنها محددة الأهداف، وتم التخرج في استخدام التمرينات من السهل الى الصعب واختيار زمن الأداء من الأقصر الى الأطول، إذ كانت ملائمة للعينة كذلك الهدف الذي وضعت من اجله، أن الطريقة التي اعتمدها في بناء التمرينات كانت على وفق استخدام

اظهر هذا الجدول ان جميع قيم نسبة الخطأ بين القياسين (القبلي-البعدي) كانت قيمتها اقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني ان جميع قيم (t) المحسوبة ذات قيمة معنوية بين القياسين (القبلي-البعدي) وبالتالي هناك فروق بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

إما مناقشة نتائج المجموعة الضابطة تبين من الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبار دقة التهديد بكرة القدم الصالات ويعزو الباحثان سبب تلك الفروق المعنوية بين نتائج الاختبار (القبلي-البعدي) ولصالح الاختبار البعدي الى فاعلية استخدام المنهج المعد من قبل المدرب إذ ان المنهج المستخدم من قبل المدرب تم وضعه بصورة علمية سليمة قد راعا فيه مستويات اللاعبين وقراراتهم وقابلياتهم من خلال عملية اختيار الطريقة الصحيحة والمناسبة في التعامل مع اللاعبين وقد تم استخدام التدرج من السهل الى الصعب في تطبيق المنهج وهذا ما أكدته (محمد صبحي حسانين: 1995) " من الملاحظ أن الوصول الى الأداء النموذجي مع نسبة قليلة من الأخطاء تأتي من خلال التمرين الفعال والمناسب إذ يصل المتعلم الى أداء سريع ودقيق وهذه إحدى علامات إتقان التعلم والوصول الى مرحلة الآلية في الأداء " (محمد صبحي حسانين: 1995، 267).

3-3 عرض وتحليل نتائج الاختبار (البعدي-البعدي) لاختبار دقة التهديد بكرة القدم للصالات للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها:

الجدول (6) المعالم الإحصائية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ للاختبارات البعيدة لاختبار دقة التهديد بكرة القدم للصالات للمجموعتين التجريبية والضابطة

ت	المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		نسبة الخطأ	الدلالة
			ع±	س±	ع±	س±		
1	اختبار دقة التهديد بكرة القدم للصالات	درجة	1.035	12.75	0.640	8.12	0.000	معنوي

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

من خلال الجدول (6) الذي يبين فروق الأوساط الحسابية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبار (البعدي-البعدي) لاختبار دقة التهديد بكرة القدم للصالات للمجموعتين التجريبية والضابطة إذ اظهر هذا الجدول ان قيمة نسبة الخطأ بين

وتريد من قوة تحمل اللاعب على الاستمرار في الأداء " (رشيد عبد العزيز وخالد ناصر: 2014، 46). ويعزو الباحثان سبب وجود الفروق المعنوية لنتائج اختبار مهارة دقة التهديد بكرة القدم الصالات الى استخدام تمارين باستخدام جهاز تدريبي إذ أن نوعية التمارين الخاصة بمهارة التهديد كانت تحاكي الظروف التي يمر به اللاعب أثناء المباراة مما أدت الى جعل اللاعبين تحت تأثير حافز قوي وهو أداء المهارة بصورة صحيحة إذ كان عليه إصابة النواثر الصغيرة الموضوعة في الجهاز في كل تمرين من التمارين بدقة عالية، ان الأداء الصحيح وبمسارات حركية صحيحة وبأخطاء قليلة وبتكرارات مناسبة سوف تؤدي وصول اللاعبين الى الأداء النموذجي لأداء مهارة التهديد وبالنتيجة الآلية بالأداء نتيجة التكرارات تتكون لدى خبرات في كيفية التصرف في المواقف المختلفة والمتغيرة التي يمر بها أثناء المباريات، وهذا ما ذكره (صالح راضي اميش، 1990) " كلما ازدادت خبرة اللاعب كلما استطاع ان يصوب المرمى في المكان المناسب وبالقوة المناسبة " (صالح راضي اميش: 1990، 74).

3-2 عرض وتحليل نتائج الاختبار (القبلي-البعدي) لاختبار دقة التهديد بكرة القدم للصالات للمجموعة الضابطة ومناقشتها:

الجدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبار (القبلي-البعدي) للمجموعة الضابطة

ت	الوسائل الإحصائية المتغيرات	N	وسط حسابي		انحراف معياري		الخطأ المعياري	
			قبلي	بعدي	قبلي	بعدي	قبلي	بعدي
1	اختبار دقة التهديد بكرة القدم للصالات	8	5	8.12	0.755	0.640	0.267	0.226

الجدول (5) المعالم الإحصائية وقيمة (t) المحسوبة والجدولية للاختبارات القبلي والبعدي لاختبار دقة التهديد بكرة القدم للصالات للمجموعة الضابطة

ت	الوسائل الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	س ف	ع ف	T المحسوبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
1	اختبار دقة التهديد بكرة القدم للصالات	درجة	-	3.12	0.834	0.000	معنوي

معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

من خلال الجدول (5) الذي يبين فروق الأوساط الحسابية وقيمة (t) المحسوبة ونسبة الخطأ بين الاختبار (القبلي-البعدي) لاختبار دقة التهديد بكرة القدم للصالات للمجموعة الضابطة إذ

المناسبة والمبرمجة بشكل دقيق يتناسب مع قدرة اللاعبين في هذه المرحلة، وإن عمليات التطبيق للتمرينات من قبل اللاعبين فضلاً عن التوجيهات المستمرة من قبل المدرب بتصحيح أخطاء الأداء عن طريق الشرح والتنفيذ باستخدام النموذج عن طريق التغذية الراجعة، وهذا ما أثبتته قيمة الفروقات المعنوية التي توصل إليها الباحثان مقارنة بقيمة الفروقات للمجموعة الضابطة، وهذا ما أكد (سعد منعم الشخيلي، 2000) " أن عملية التدريب بكرة القدم هي عملية طويلة الأمد ولها خصوصياتها وان الاعتماد الأساسي هو في تحسين اللياقة البدنية للاعبين وان كانت اللياقة البدنية ليست الهدف الأساسي، أن هذا العامل هو الحاسم لتطوير العوامل الأخرى، فاللياقة البدنية تعني تكيف الوظائف الجسمية لملائمته مدى واسع من المتطلبات الخارجية والداخلية التي تؤثر في الفرد، أن هذا التكيف الخاص والملائم له علاقة بقابلية الأداء، وأن كرة القدم الحديثة تتطلب مستوى عالياً من اللياقة البدنية والمهارة والتي تحتاج إلى متطلبات جسدية ووظيفية مما يتطلب منهاجاً تدريبياً واسعاً لتعزيز القدرات والتحمل العضلي وكفاية القلب والأوعية الدموية" (سعد منعم الشخيلي، 2000، 137) .

أن عملية التدريب تهدف إلى تطوير اللاعبين من كافة الجوانب وبالأخص المهارات الأساسية بكرة القدم بصورة عامة ومهارة التهديد بصورة خاصة إذ أنها " تشكل جانباً هاماً من جوانب الوحدة التدريبية اليومية انطلاقاً من المبدأ القائل بأن المهارات الأساسية هي أساس لعبة كرة القدم، إذ أن اللاعب بدونها لا يستطيع أن ينفذ الواجبات الخطئية المكلف بها، فلاعب كرة القدم ممكن أن يكون لاعباً جيداً إذا استوعب المهارات الأساسية وأتقنها بالشكل المطلوب بذلك فإن أهم واجبات التدريب هو العمل إلى الوصول باللاعبين إلى أعلى مستوى من الحالة التدريبية " (سعد منعم الشخيلي، 2019، 265)، وأن عملية التحكم في التكرارات ومدة الراحة ما بين هذه التكرارات وبين التمرينات قد تم وضعها بشكل علمي إذ تسمح للاعب باستعادة الطاقة لأداء التمرين التالي، وهذا ما أكدته (عبد الرحمن عبد الحميد، 2000: 251) " لا تكون الراحة طويلة جداً حتى لا تؤدي إلى الاستشفاء الكامل ولا قصيرة جداً حتى لا تؤدي إلى التعب وانخفاض مستوى الأداء " (عبد الرحمن عبد الحميد،

القياسين (البعدي-البعدي) كانت قيمتها أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني أن قيمة (t) المحسوبة ذات قيمة معنوية بين القياسين وبالتالي هناك فروق بين القياسين ولصالح المجموعة التجريبية .

إما مناقشة النتائج تبين من الجدول (6) وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبار دقة التهديد ويعزو الباحثان سبب تلك الفروق المعنوية بين نتائج الاختبار ولصالح المجموعة التجريبية في اختبار دقة التهديد إلى فاعلية استخدام تمرينات باستخدام جهاز تدريبي من قبل المجموعة التجريبية التي تم وضعها وفق الأسس العلمية السليمة والتي كانت ملائمة مع قدرات وخصائص اللاعبين وقد تم استخدام التدرج في تطبيق التمرينات من السهل إلى الصعب والتحكم بالككرارات وفترات الراحة إذ يذكر (سعد منعم الشخيلي، 2002) " أن عملية التدريب تهدف إلى تأهيل وتطوير مستوى الرياضي الذي يتعرض إلى برامج تدريبية على وفق الأساليب العلمية، وتأتي تلك التطورات نتيجة الالتزام بالمبادئ الأساسية لعلم التدريب، وأحد تلك المبادئ هو قاعدة التدرج بالتدريب، وقاعدة تناسب الحمل التدريبي مع قدرات وقابلية الرياضي " (سعد منعم الشخيلي، 2002، 63)، أن استخدام التمرينات باستخدام جهاز تدريبي بصورة منتظمة قد ساعدت على ظهور تطور في مستوى اللاعبين وذلك من خلال أحداث تغييرات فسيولوجية للاعبين من ثم ارتفاع المستوى البدني والمهاري وهذا ما أكدته (محمد حسن علاوي وأبو العلا احمد، 1984) " على أن حمل التدريب هو الوسيلة الرئيسة لإحداث التأثيرات الفسيولوجية للجسم مما يحقق تحسين الاستجابات، ومن ثم تكيف أجهزة الجسم والارتفاع بالمستوى، لذا يعد من أهم عوامل نجاح المنهج التدريبي ومن ثم تحسين المستوى " (محمد حسن علاوي وأبو العلا احمد، 1984، 22)، أن فاعلية التمرينات باستخدام الأجهزة والأدوات المساعدة والتي قام بتنفيذها المدرب على لاعبي العينة التجريبية وعلى طول التمرينات وتفاعل اللاعبين ورغبتهم في تنفيذ مفردات هذا المنهج والالتزام المباشر من قبلهم بتنفيذ الواجبات المطلوبة من مدربيهم بفاعلية و بانتظام، أن الطريقة التي أعدت فيها التمرينات على وفق استخدام الجهاز الداخل الوحدة التدريبية، مع تعدد أشكال استخدام هذه التمرينات بوضعيات مختلفة، مع إعطاء التكرارات

. (251، 2000).

4- الخاتمة:

من خلال ما تم عرضه من نتائج والتي تم الحصول عليها من قبل الباحثان استنتجا الى ان التمرينات باستخدام جهاز تربيها لها تأثير في زيادة دقة التهديف بكرة القدم للصالات لدى اللاعبين بكرة القدم، وبناء على نتائج البحث يوصي الباحثان ضرورة الاهتمام باستخدام التمرينات باستخدام جهاز تربيها بتطوير دقة التهديف بكرة القدم للصالات من قبل المدربين، وإجراء بحوث أخرى مشابهة لتطوير دقة التهديف للفئات العمرية بكرة القدم، استخدام الجهاز التربيها إلا من قبل الأندية الرياضية بكرة القدم للصالات.

المصادر:

- [1] أبو العلا عبد الفتاح ومحمد نصر الدين رضوان؛ فسيولوجيا اللياقة البدنية، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1993).
- [2] بحث عبد المطلب عبد الحمزة؛ تصميم وتقنين بطاريته اختبار (بدنية-مهارة) لاختيار ناشئي خماسي كرة القدم في بغداد للأعمار (14-16) سنة: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2011).
- [3] رشيد بن عبد العزيز وخالد ناصر؛ أساليب التعليم في التربية البدنية: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2014).
- [4] سعد منعم الشخيلي؛ اثر استخدام منهج تربيها على نتائج اختبار كوبر لحكام كرة القدم، (مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، مجلد (13)، عدد (1)، 2002).
- [5] سعد منعم الشخيلي؛ دراسات وروى في التربية البدنية والرياضية، ط1: (بغداد، مكتب شمس الأندلس للطباعة والنشر، 2019).
- [6] سعد منعم الشخيلي؛ دراسة فاعلية الأداء وعلاقتها ببعض المؤشرات الوظيفية للاعب بكرة القدم: (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2000).
- [7] سلمى زكي الناشف؛ تكنولوجيا الرياضة، ط1: (عمان، الأردن، دار المناهج للنشر والتوزيع، 2015).
- [8] صالح راضي اميش؛ تأثير أهم عناصر اللياقة البدنية والمهارات الرياضية في مستوى الانجاز: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1990).
- [9] صبري العنوي؛ حدة الانتباه لدى لاعبي كرة القدم وتأثيره باختلاف الحمل البدني، (مجلة العربي الرياضية، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية، 1997).
- [10] عبد الرحمن عبد الحميد زاهر؛ فسيولوجيا مسابقات الوثب والفقر، ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2000).
- [11] محمد حسن علوي و أبو العلا احمد؛ فسيولوجية التدريب الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1984).
- [12] محمد صبحي حسانين؛ التقويم والقباس في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط3: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1995).

الملاحق:

ملحق (1) يوضح التمرينات المستخدمة

ت	التمرين	الملاحظات
1	تمرين تهديف الكرات نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز الموضوع داخل المرمى من مسافة (6) متر عدد الكرات (5)	
2	تمرين تهديف الكرات نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز الموضوع داخل المرمى من مسافة (9) متر عدد الكرات (5)	
3	تمرين تهديف الكرات نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز الموضوع داخل المرمى من جهة اليمين ومن مسافة (6) متر عدد الكرات (5)	
4	تمرين تهديف الكرات نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز الموضوع داخل المرمى من جهة اليسار ومن مسافة (6) متر عدد الكرات (5)	
5	تمرين تهديف الكرات نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز الموضوع داخل المرمى من جهة اليمين ومن مسافة (9) متر عدد الكرات (5)	
6	تمرين تهديف الكرات نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز الموضوع داخل المرمى من جهة اليسار ومن مسافة (9) متر عدد الكرات (5)	
7	تمرين الدرجة بين شواخص عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز	
8	تمرين الدرجة بين شواخص عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز من جهة اليمين	
9	تمرين الدرجة بين شواخص عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز من جهة اليسار	
10	تمرين القفز فوق موانع عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز	
11	تمرين القفز فوق موانع عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز من جهة اليمين	
12	تمرين القفز فوق موانع عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز من جهة اليسار	
13	تمرين القفز فوق موانع عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف بعد استلام الكرات من قبل المدرب الواقف جهة اليمين نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز	
14	تمرين القفز فوق موانع عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف بعد استلام الكرات من قبل المدرب الواقف جهة اليسار نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز	
15	تمرين تسليم الكرات الى المدرب الواقف أمام المرمى وعلى مسافة (6) متر واستلام الكرات للقيام بالتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز	
16	تمرين تسليم الكرات الى المدرب الواقف أمام المرمى وعلى مسافة (6) متر واستلام الكرات للقيام بالتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز مع تحديد رقم الدائرة قبل القيام بالتهديف	
17	تمرين الدرجة بين شواخص عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز مع تحديد رقم الدائرة من قبل المدرب قبل القيام بالتهديف	
18	تمرين القفز فوق موانع عدد (3) موضوعة أمام المرمى وعلى مسافة (10) متر والتهديف نحو الدوائر الصغيرة الموجودة داخل الجهاز مع تحديد رقم الدائرة من قبل المدرب قبل القيام بالتهديف	

I . S . S . J



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 5, issue 12, December 2023

ISSN: 1658- 8452

