

مجلة علوم الرياضة الدولية



مجلة  
الرياضة  
الدولية



المجلد الثاني العدد (٣)

أيار ٢٠٢٠ م شوال ١٤٤١ هـ

[WWW.ISSJKSA.COM](http://WWW.ISSJKSA.COM)

ISSN: 1658- 8452

جميع الحقوق محفوظة  
لمجلة علوم الرياضة الدولية

# مجلة علوم الرياضة الدولية

## International Sports Science Journal

مجلة علمية محكمة  
تصدر عن  
أكاديمية علوم الرياضة

رقم الإيداع: 4176 / 1441 هـ  
رقم الردمد: 8452 - 1658

معامل التأثير العربي ( .51 )

[info@issjksa.com](mailto:info@issjksa.com)



المحتويات	الصفحة
١-المحتويات	١
٢- أثر تـمـرـيـنـات الرؤـيـة الواسـعـة في بـعـض الـاداءـات المـهـاريـة لـلاعـبـي كـرة القـدم الشـباب بـأعـمار (١٧-١٩)	٢
٣- أثر تـمـرـيـنـات خـاصـة بـحـبال السـحـب المـطـاطيـة في تـطـوـير بـعـض المـتـغـيـرات البـايـومـيـكـانـيـكـيـة وأداء دقة مهارة الارسال للتنس الارضي بإعمار ١٦-١٧ سنة للموهوبين .... ١١	١١
٤- أثر تـمـرـيـنـات تـعـلـمـيـة بـاسـتـخـدـام و سـائـل مـسـاعـدـة في تـحـسـيـن الأـدـاء الفـنـي و انـجـاز ٢٥ مـتر مـشـي بـأعـمار (١٤-١٥) سـنـة	١٧
٥- تـأثـيـر بـرـنـامـج تـدـرـيـبـي بـاسـتـخـدـام و سـائـل سـمـعـيـة مـسـاعـدـة في تـطـوـير بـعـض المـهـارـات الـاسـاسـيـة لـلـمـكـفـوـيـن بـكـرة القـدم	٢٩
٦- تـأثـيـر تـمـرـيـنـات خـاصـة و فـق اسـلـوب التـضـمـيـن (الـاحـتـواء) في تـطـوـير بـعـض القـدـرات التـوافـقـيـة و دقة مهارة التهديف بالرأس من الثبات بكرة القدم بإعمار ١٣-١٥	٣٩

## أثر تمارين الرؤية الواسعة في بعض الاداءات المهارية للاعبي كرة القدم الشباب بأعمار (17-19)

م.م قرار عبدالاله كريم<sup>1</sup> أ.د حبيب علي طاهر<sup>2</sup> أ.م.د احمد مرتضى عبد الحسين<sup>3</sup>

جامعة كربلاء/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

جامعة كربلاء/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

جامعة كربلاء/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>3</sup>

<sup>1</sup> (qaralarubay@gamil.com)

**المستخلص:** انبثقت مشكلة البحث من عدة محاور منها ضعف في الاداء المهاري اثناء الاداء وهذا الضعف ناتج عن عدم استخدام تمارين الرؤية الواسعة والتي تساعد اللاعبين على رؤية ميدان اللعب بصورة شاملة وسريعة وما يدور به من تحركات مستمرة للزملاء والمنافسين، اما المحور الاخر فهو عدم اهتمام الكثير من المدربين باستخدام تمارين الرؤية الواسعة ضمن الوحدات التدريبية بالمقارنة بالجوانب البدنية والمهارية والخطئية، وعدم ادراك اللاعبين لأهمية هذه التمارين كمعرفتهم للتمارين الاخرى، بالإضافة الى الجدل الفكري من قبل الباحثين والكتاب بخصوص تمارين الرؤية الواسعة، ولغرض تطوير الاداء بكرة القدم للاعبين الشباب عمد الباحثون لتطبيق تمارين الرؤية الواسعة على نادي الخيرات الرياضي المسحوب بطريقة عشوائية (القرعة) من مجتمع اندية كربلاء حيث قسم النادي الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) لكل مجموعة (10) لاعبين، وكان الهدف هو تطوير الاداء المهاري وبعد اجراء الاختبارات القبلية وتطبيق التمارين المعدة من الباحثون لفترة (9) اسابيع وبواقع (3) وحدات اسبوعية ومن ثم اجراء الاختبارات البعدية والحصول على النتائج ثبت تأثير تمارين الرؤية الواسعة في تطوير الاداء المهاري لعينة البحث. **الكلمات المفتاحية:** تمارين الرؤية الواسعة، الاداء المهاري (المناولة، التهديف، حيازة اللاعب للكرة).

## 1-المقدمة:

وان الرؤية الواسعة لميدان اللعب من العناصر المهمة التي يجب ان يمتلكها لاعبو كرة القدم وبسبب زيادة سرعة الاداء في كرة القدم الحديثة لذ يتوجب على لاعبي كرة القدم مجال رؤية واسع لميدان اللعب، مما يعطي فرصة اكبر في التصرف الناجح والاقبال من الخطأ، مما يخدم تنفيذ المهارات بالشكل الامثل والسريع وتوصيل الكرة الى اللاعب الافضل او الاتجاه الاحسن والتي يلزم على المدربين التركيز عليها وتطويرها، وهذا ما اكده (محمد مصطفى يونس: 2009) "حيث اثبت ان فاعلية الاداء بكرة القدم يعتمد على مقدرة اللاعب على رؤية كل ما يدور حوله من مواقف متغيرة كذلك لابد للاعب ان يتخذ افضل وضع لرؤية ميدان اللعب والكرة والزميل والمنافس" (5: 6).

وبسبب تطور طرائق اللعب الحديثة لكرة القدم، اصبح جميع لاعبو الفريق الواحد يشتركون في صناعة الفرص ومن ثم تحقيق الاهداف، لذا يحتاج هؤلاء اللاعبين الى امتلاك رؤية واسعة لميدان اللعب لمعرفة حركة اللاعبين داخل الملعب ولإيصال الكرات الى من هو في المكان الصحيح ومن الممكن ان يشكل خطورة على الفريق المنافس، فضلا عن ايجاد حلول بديلة في حالة تغير مواقف اللعب لأن كرة القدم تتميز بتغير مواقفها اثناء الاداء لذلك يحتاج اللاعبين الشباب بكرة القدم الى فن التحرك داخل ميدان اللعب من اجل التغلب على المنافس لذا يجب ان يمتلك اللاعبون رؤية واسعة وشاملة ولكل ما يحيط باللاعب اثناء الاداء، لاستغلال الفراغات المؤثرة على المنافس والذي يعد الشيء المهم والاساسي بالنسبة للفريق، ويهدف البحث التعرف على تأثير تمرينات الرؤية الواسعة في بعض الاداءات المهارية للاعبين عينة البحث، ويفترض الباحثون وجود اثر للتمرينات المستخدمة في الاداء المهاري للاعبين كرة القدم الشباب عينة البحث.

## 2-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

**2-1 منهج البحث:** استخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة لكونه المنهج الملائم لحل المشكلة المطروحة.

**2-2 مجتمع البحث وعينته:** اختار الباحثون لاعبي اندية كربلاء لفئة الشباب للموسم (2019-2020) مجتمعاً لبحثهم المتكون من (9) اندية، وبالبالغ عددهم (245) لاعبا، وبعدها تم سحب نادي الخيرات من المجتمع ليمثل عينة البحث والتي سيجري الباحثون عليه بحثهم إذ تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية وضابطة وبواقع (10) لاعبين لكل مجموعة.

**2-2-1 تجانس عينة البحث:** بعد أن تم التعرف على القياسات التي تؤثر في متغيرات البحث المدروسة، والتي هي الطول والكتلة والعمر الزمني والتدريبي لما لها من علاقة بمتغيرات البحث قيد الدراسة اذ تم إجراء التجانس باستخدام اختبار ليفين بين أفراد العينة في هذه القياسات، وذلك لأجل ضبط المتغيرات البحثية التي تؤثر في التجربة، وكذلك لإرجاع الفروق الى المتغير المستقل.

الجدول (1) يبين التجانس.

تجانس عينة البحث				المتغيرات
Sig.	df2	df1	اختبار ليفين	
0.633	18	1	0.236	الطول
0.688	18	1	0.167	العمر التدريبي
0.097	18	1	3.075	الكتلة
0.661	18	1	0.199	العمر الزمني

من خلال الجدول (1) يمكننا ملاحظة قيمة (sig) ولجميع المتغيرات وهي اكبر من (0.05) وبذلك نقبل الفرض العدم الذي ينص على ان تجانس التباينات متساوية للعينة اي ان البيانات متجانسة .

## 2-2-2 تكافؤ مجموعتي البحث: لغرض الانطلاق من

خط شروع واحدة لمجموعتي البحث عمل الباحثون على أيجاد التكافؤ في المتغيرات التابعة لبعض الاداءات المهارية والذي اشتملت على المناولات وحيازة اللاعب للكرة والتهديف



حددت ثلاث متغيرات للأداء المهاري (حيارة اللاعب للكرة، المناولة، التهديد).

## 2-5 ترشيح الاختبارات المناسبة للمتغيرات المبحوثة:

تعد الاختبارات من أهم وسائل التقويم الموضوعي للقدرات المتنوعة في المجال الرياضي، إذ يعرف الاختبار بأنه موقف يتم وضعه وتقنيه لإظهار سلوك معين كأن يكون سلوك مهاري أو بدني بحيث يتطلب هذا السلوك تفاعل بين الشخص المختبر ومادة الاختبار (4). إذ تم تحديد اختبار للأداء المهاري وكالاتي:

### -اختبار الاداء المهاري (8 : 59):

**الهدف من الاختبار:** التعرف على مستوى اللاعبين من خلال اللعب لمستوى الاداء المهاري والذي يشمل (المناولات وحيارة اللاعب للكرة والتهديد).

**الادوات المستخدمة:** استمارات الاختبار على عدد الخبراء لتقييم الاداء المهاري، ملعب كرة قدم، جهاز ايفون سكس بلاس امريكي عدد (2)، ساعة توقيت.

**تقييم الاداء:** لقياس الاداء المهاري قام الباحثون بإجراء مباراة تجريبية لعينة البحث وتصويرها فيديوياً على أقراص (CD) لمدة ٤٠ دقيقة وعرضها على مجموعة من خبراء كرة القدم مرفقة باستمارة تقييم الأداء المهاري (ينظر ملحق 1) بكرة القدم التي أعدها (يحيى علوان)، بحيث تحتوي الاستمارة على حقلين خاصة بالأداء الملائم وحقل للأداء غير الملائم، كما موضح ادناه.

-مستوى الاداء الملائم: جيد جداً = 5 درجة .

-مستوى الاداء الملائم: جيد = 4 درجة.

-مستوى الاداء الملائم: متوسط = 3 درجة

-مستوى الاداء غير الملائم: ضعيف = 2 درجة

-مستوى الاداء غير الملائم: ضعيف جداً = 1 درجة .

## 2-6 الإجراءات الميدانية:

2-6-1 الاختبارات القبلية: أجرى الباحثون الاختبارات

القبلية لعينة البحث يوم الجمعة الموافق 2019/3/29

من خلال نتائج الاختبارات القبلية وبتطبيق القانون الاحصائي اختبار (T) للعينات المستقلة، وكما مبين في الجدول (2).

جدول (2) يبين تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية ولجميع متغيرات البحث

ت	متغيرات البحث	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		Sig	نوع الدلالة
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	المناولات	درجة	6.40	3.13	10.00	6.39	0.12	غير معنوي
2	حيارة اللاعب للكرة	درجة	6.90	2.80	8.50	5.87	0.44	غير معنوي
3	التهديد	درجة	2.20	2.82	2.70	2.11	0.65	غير معنوي

من الجدول (4) يمكن ملاحظة ان قيمة (sig) ولجميع متغيرات البحث هي اكبر من (0.05) وبذلك فأنا بصدد قبول الفرض العدم الذي يقول عدم وجود اختلاف بين درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية وان الفروق غير معنوية، مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث .

## 2-3 الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة في

البحث:

2-3-1 وسائل جمع البيانات: استخدم الباحثون المقابلة

والاستبانة والملاحظة والمصادر والمراجع والاختبار والقياس واستمارة تقييم الاداء المهاري المعدلة (ينظر ملحق 1).

## 2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

(جهاز ايفون 6 بلاس امريكي عدد (2)، كومبيوتر نوع ph صناعة كورية، ميزان طبي، نفاخة مطاطة عدد (10)، نظارة نصف مضللة من الاسفل عدد (10)، شواخص وأقمعة بلاستيكية مختلفة الاحجام عدد (40)، كرة قدم قانونية عدد (20)، صافرة عدد (2)، قمصان ملونة عدد (10)، مثبت رقبة عدد (10).

## 2-4 تحديد متغيرات البحث: من خلال اطلاع الباحثون

ومراجعة المصادر العلمية الخاصة بلعبة كرة القدم، ومن خلال مشكلة البحث والتي تتمثل في ضعف بعض المتغيرات او تأثير هذه المتغيرات على الاداء او لعلاقة المتغير المستقل بهذه المتغيرات تم تحديد متغيرات البحث حيث

### 3-1-1 عرض وتحليل نتائج اختبارات الاداء

#### المهاري (القبلي-البعدي) للمجموعة التجريبية:

للتعرف على نتائج الفروق بين الاختبارات القبالية والبعديية لمتغيرات الاداء المهاري بكرة القدم للمجموعة الضابطة، استعمل الباحثون اختبار (t) للعينات المتناظرة، كما هو مبين في الجدول (3).

ت	المتغيرات	الاختبار القبالي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	ف	ع ف	قيمة sig	نوع الدلالة
		ع	س	ع	س					
1	المناولات	6.39	13.80	8.50	13.80	4.52	3.80	0.84	0.00	معنوي
2	حياة اللاعب لكرة	5.87	8.50	7.46	13.80	4.70	5.30	1.12	0.00	معنوي
3	التهدف	2.70	2.11	5.80	4.61	2.67	3.10	1.15	0.02	معنوي

من خلال الجدول (3) يمكننا ملاحظة ان المؤشرات الاحصائية لنتائج القياسات القبالية والبعديية لجميع متغيرات البحث المدروسة وللمجموعة التجريبية دلت على وجود فروق معنوية بين القياسات القبالية والبعديية ولصالح القياسات البعديية بالنسبة للمجموعة التجريبية وما يؤكد ذلك هو قيمة (sig) المبينة في الجدول (3) ولجميع متغيرات البحث إذ كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05) وبذلك نقبل الفرض البديل والذي ينص على وجود فروق معنوية بين درجات القياسين القبالي والبعدي ولصالح القياس البعدي .

### 3-1-2 عرض وتحليل نتائج اختبارات الاداء

#### المهاري (القبلي-البعدي) للمجموعة الضابطة:

لغرض التحقق من فرض البحث قام الباحث بتحليل البيانات القبالية والبعديية باستخدام اختبار (t) للعينات المترابطة والجدول (4) يبين معنوية الفروق بين القياسين القبالي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث المدروسة.

ت	المتغيرات	الاختبار القبالي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	ف	ع ف	قيمة sig	نوع الدلالة
		ع	س	ع	س					
1	المناولات	3.13	6.40	2.90	7.70	2.75	1.30	0.47	0.02	معنوي
2	حياة اللاعب لكرة	2.80	6.90	3.02	8.60	5.07	1.70	0.33	0.00	معنوي
3	التهدف	2.20	2.82	2.10	2.33	0.26	0.10	0.37	0.79	غير معنوي

الساعة السادسة عصرأ في ملعب نادي الخيرات الرياضي في قضاء الخيرات.

### 2-6-2 تطبيق ترمينات الرؤية الواسعة على عينة

#### البحث:

- 1-المدة الزمنية لتنفيذ ترمينات البحث (9) أسابيع.
- 2-عدد الوحدات في الأسبوع (3) وحدات.
- 3-العدد الكلي للوحدات (27) وحدات تعليمية.
- 4-زمن الترمينات في كل وحدة (26-36) دقيقة .
- 5-عدد الترمينات في كل وحدة تدريبية (2-4) ترمين .
- 6-استخدم الباحثون طريقة التدريب التكراري والشدة المستخدمة للترمينات هي اقصى ما يستطيع اللاعب ادائه.
- 7-طبقت الترمينات في بداية القسم الرئيسي من الوحدة التدريبية وفي فترة الاعداد الخاص واستمرت لغاية فترة المنافسات باستخدام وسائل مساعدة كالنفاخات الهوائية والنظارات المضللة من الداخل ومثبت الرقبة.
- 2-6-3 الاختبارات البعديية: بعد الانتهاء من تطبيق الترمينات لجأ الباحثون لأجراء الاختبارات البعديية على عينة البحث يوم (الجمعة) الموافق (2019/6/7) في تمام الساعة (السادسة عصرأ) في ملعب نادي الخيرات الرياضي مع مراعاة توفير نفس الظروف والشروط التي كانت في الاختبارات القبالية قدر الامكان، مع الاعتماد على نفس الاجراءات التي تم الاعتماد عليها في الاختبارات القبالية.

### 2-7 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحثون برنامج

(SPSS) الاحصائي واستعانوا بالوسائل الاحصائية الاتية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل ارتباط بيرسون، اختبار ليفين، اختبار T للعينات المستقلة، اختبار T للعينات المترابطة) .

### 3-عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

### 3-1-1 عرض وتحليل نتائج اختبارات الاداء المهاري

لدى افراد عينة البحث:

ولجمع متغيرات البحث المدروسة إذ جاءت قيم الاوساط الحسابية للتجريبية اكبر من اوساط القياس البعدي للضابطة ولجميع المتغيرات.

### 3-2 مناقشة النتائج:

من خلال ما تم عرضه وتحليله في الجداول (3 و 4) ثبت وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية والبعدي وفي جميع الاختبارات ولصالح المجموعة التجريبية ولجميع متغيرات البحث المدروسة وهذا ما يؤكد فرض البحث القائل بأن هناك تأثير لتمرينات الرؤية الواسعة في بعض الاداءات المهارية لجميع خطوط اللعب للاعب كرة القدم الشباب عينة البحث، وأثبت هذا التأثير هو تأثير إيجابي في هذه المتغيرات وتبين نتائج اختبار الأداء المهاري لعينة البحث وجود فروق معنوية في مجموعتي البحث وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية ولجميع متغيرات الأداء المهاري (المناولة، حيازة اللاعب للكرة، التهديف) ويعزو الباحثون هذه الفروق الى أن تمرينات الرؤية الواسعة التي طبقت على المجموعة التجريبية، لأن هذه التمرينات تعمل على دقة أداء المتغيرات المهارية المدروسة المتمثلة في دقة المناولات بأنواعها وكذلك مهارة التهديف وتطوير حيازة اللاعب للكرة ولجميع خطوط اللعب، وبذلك ساعدت تمرينات الرؤية الواسعة على كيفية استخدام المهارات والوقت المناسب لها وحسب مواقف اللعب المختلفة لأن لاعبو كرة القدم ولجميع الخطوط لا يستطيعون تنفيذ الأداء المهاري بالشكل الجيد أو بالشكل المطلوب إلا من خلال امتلاك رؤية واسعة وشاملة لكل ما يحيط باللاعب من زملاء ومنافسين وهذا ما يتفق مع ما جاءت به نتائج دراسة كل من (ماجد مصطفى أحمد اسماعيل وعبد المحسن زكريا أحمد، 2006) بأن عملية التدريب باستخدام تمرينات الرؤية تلعب دوراً مهماً في فاعلية الأداء وتقدم المستوى المهاري للاعب كرة القدم (5: 23).

ويشير (يحيى علوان، 2015) على إن اللاعب عندما يريد أن يتخذ قرار بالتهديف على المرمى لابد لهذا اللاعب أن يعرف تمركز حارس المرمى وهذا يأتي بنظرة خاطفة للمرمى قبل

من خلال الجدول (4) يمكننا ملاحظة ان المؤشرات الاحصائية لنتائج القياسات القبلية والبعدي ولمتغيري (المناولات، حيازة اللاعب للكرة) وللمجموعة الضابطة دلت على وجود فروق معنوية بين القياسات القبلية والبعدي ولصالح القياسات البعدي بالنسبة للمجموعة الضابطة وما يؤكد ذلك هو قيمة (sig) المبينة في الجدول (4) للمتغيرات المذكورة حيث كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05) وبذلك نقبل الفرض البديل والذي ينص على وجود فرق بين درجات القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي اما فيما يخص متغير (التهديف) فلم تكن هناك فروق في هذه المتغير وما يؤكد ذلك قيمة (sig) لها اكبر من (0.05) وبذلك نرفض الفرض البديل ونقبل الفرض الصفري الذي ينص على عدم وجود فروق بين الاختبارات القبلية والبعدي لهذه المتغير.

### 3-1-3 عرض وتحليل نتائج اختبارات الاداء المهاري (البعدي) بين المجموعة التجريبية والضابطة:

جدول (5) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ومستوى الدلالة بين الاختبارات البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية

ت	المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	ع	ع	قيمة sig	نوع الدلالة
		ع	س	ع	س					
1	المناولات	2.90	7.70	8.50	13.80	2.14	6.10	2.84	0.04	معنوي
2	حيازة اللاعب للكرة	3.02	8.60	7.46	13.80	2.04	5.20	2.54	0.05	معنوي
3	التهديف	2.33	2.10	4.61	5.80	2.26	3.70	1.63	0.03	معنوي

من خلال الجدول (5) يمكننا ملاحظة ان المؤشرات الاحصائية لنتائج الاختبارات البعدي لجميع متغيرات البحث المدروسة وللمجموعتين التجريبية والضابطة، دلت النتائج على وجود فروق معنوية بين القياسات البعدي ولصالح القياسات البعدي بالنسبة للمجموعة التجريبية، وما يؤكد ذلك هو قيمة (sig) المبينة في الجدول (5) ولجميع متغيرات البحث إذ كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05) وبذلك نقبل الفرض البديل والذي ينص على وجود فروق معنوية بين درجات القياس البعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية ولغرض معرفة حقيقة الفروق لابد من الاشارة الى قيم الاوساط الحسابية للمجموعة التجريبية



اتخاذ القرارات الملائمة لتلك المثيرات والتي تخدم الأداء (1):  
173-172).

ويشير (سلطان منصور بديري، 2018) على أن أهم العوامل المؤثرة على التهديد أو التصويب على المرمى هو اتجاه النظر أو زاوية النظر أي اتساع زاوية الرؤية لدى اللاعب المنفذ مهارة التهديد وأكد أيضاً على أن أغلب المهارات بكرة القدم تحتاج الى وضوح زوايا الرؤية أثناء الأداء الهجومي والدفاعي (3):  
99-102).

ويذكر (سعد منعم وهه فال خورشيد، 2012) بأن هناك حالات لا تصلح للتهديد ومنها التقدير الخاطئ للمسافة الموجودة بين اللاعب المستحوذ على الكرة والمرمى وكذلك عندما يكون منافس قريب على المنفذ للتهديد او تواجد زميل يمتلك فرصة اكبر للتسجيل وهذا يتطلب من اللاعب رؤية واسعة وعمل مسح شامل لكل ما يحيط باللاعب (2): 337).

ويرى الباحثون ومن خلال ما تحصلوا عليه من نتائج بأن تدريبات الرؤية هي مفتاح النجاح في دقة الأداءات مهارية والمتمثل في دقة المناولات بأنواعها لأنها تجعل اللاعبين قادرين على رؤية اللاعب الذي يتخذ الوضع الأنسب للفريق وتوصيل الكرة إليه والذي يشكل خطورة على مرمى الفريق المنافس فضلاً عن تأثير التمرينات على حيازة اللاعب للكرة ولا يقصد الباحثون هنا بحيازة الكرة هو الوقت الذي تبقى الكرة فيه مع اللاعب وإنما يقصد عندما تأتي الكرة للاعب يصبح اللاعب قادر على رؤية ما يحيط به من منافسين وبالتالي الحركة بالكرة الى الاتجاه الأيمن للكرة والمؤثر على الفريق المنافس وعدم إمكانية المنافسين من قطعهم للكرة لأننا نعرف عندما يكون اللاعب حائز على الكرة ويتحرك بها لا بد له من مشاهدة جميع التحركات من زملاء، فضلاً عن حركة المنافس الذي يريد قطع الكرة وكذلك رؤية الأماكن الخطرة أو رؤية الثغرات في الفريق المنافس، ويرى الباحثون أيضاً بأن هذه التمرينات هي مهمة لجميع الرياضات وخاصة الألعاب الجماعية، وتعد من الأعمدة الأساسية لنجاح لاعبو كرة القدم أثناء الأداء .

التسديد أو يأخذ نظرة قبل استلام الكرة ،وبذلك لا بد أن يمتلك اللاعبون رؤية واسعة يستطيع من خلالها التعرف على كل ما يحيط باللاعب من متغيرات وبالتالي اختيار الأنسب منها خدمتاً للفريق (8): 110).

أما فيما يخص المجموعة الضابطة ومن خلال ما تم عرضه في الجدول (4) ثبت وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لمتغيري المناولات وحيازة اللاعب للكرة، ويعزو الباحثون ذلك التطور الى الالتزام والاستمرارية في أداء الوحدات التدريبية فضلاً عن ما يقدمه المدرب من تمرينات قد ساعدت في إظهار هذه الفروق فضلاً عن المنافسة التي حدثت بين المجموعتين لأخذ مكان أساسي في الفريق، وبالرغم من التطور الحاصل للمجموعة الضابطة إلا أنه أقل من تطور المجموعة التجريبية ولجميع متغيرات البحث المدروسة والجدول (4) يوضح فرق الاوساط الحسابية لمتغيرات البحث اما بالنسبة لمهارة التهديد لم تكون هنالك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ويعزو الباحثون عدم تطور هذه المتغير الى عدم استخدام تمرينات الرؤية الواسعة لأنها كانت الفارق الوحيد بين المجموعة التجريبية والضابطة.

من خلال ما تم عرضه من نتائج في جدول (5) للاختبارات البعدية اتضح وجود فروق معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية ولجميع متغيرات البحث، وتؤكد النتائج التي تحصل عليها الباحثون إلى وجود تأثير لتمرينات الرؤية الواسعة على عينة البحث التجريبية في متغيرات الأداء المهاري، وهو ما يحقق هدف البحث.

ويرى الباحثون بأن اللاعبين الذين يتمكنون من استخدام حركات الرأس وحركات العينين بصورة صحيحة وسريعة يساعد اللاعبين في السيطرة على جميع متغيرات الاداء وبالتالي رؤية كل ما يحيط بهم من متغيرات مما يساعد في سرعة تفسير المعلومات الواردة عن طريق العينين والذي يساعد في سرعة اتخاذ القرارات أثناء الأداءات المختلفة في التدريب والمباريات ويتفق ذلك مع ما أشار له (جمال صبري فرج، 2019) إذ أكد بأن العينين هي أحد مصادر استقبال المثيرات والمعلومات ومن خلال جمع مثيرات عديدة يدرك اللاعبون هذه المثيرات ومن ثم

## الملاحق

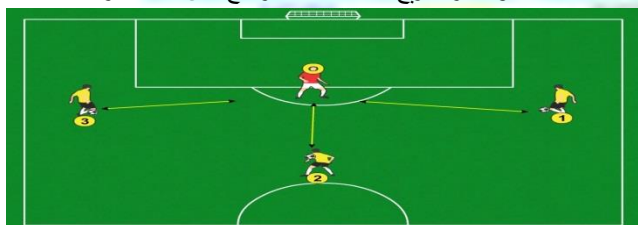
ملحق (١) استمارة تقييم الاداء المهاري للاعبى كرة القدم المعدلة

التقييم					حيازة اللاعب للكرة					المناولات				
غير ملائم		ملائم			غير ملائم		ملائم			غير ملائم		ملائم		
ضد	ضد	متوسط	جيد	جيد	ضد	ضد	متوسط	جيد	جيد	ضد	ضد	متوسط	جيد	جيد
ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف	ف
جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا	جدا
1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

ملحق (٢) نماذج للتمرينات المستخدمة في البحث

تمرين (١): تمرين استلام الكرة وتسليمها الى ثلاث جهات من الامام واليمين

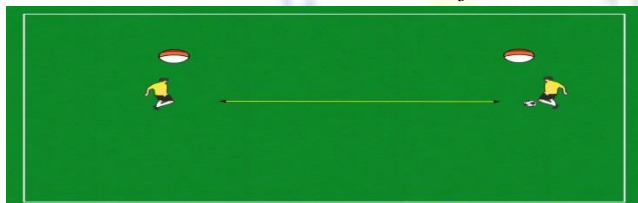
واليسار بمربع مساحة ٣٠ متر مع لبس مثبت الرقبة.



تمرين (٢): تمرين المناولة بين زميلين بمربع ٨ متر مع مسك نفاخة مطاطية

وضربها باليد وعدم جعلها تسقط على الارض اثناء البدء

بالتمرين.



تمرين (٣): تمرين اللعب ٣ ضد ٢ بلمستين ثم لمسة واحدة في مربع مساحته

١٨ متر مع تغطية احدى العينين بنظارة نصف مضللة .



## 4-الخاتمة:

ولقد توصل الباحثون الى الاستنتاجات التالية:

1-ساعدت تمرينات البحث اللاعبين الشباب في دقة المناولات

ودقة التهديف بالإضافة الى حيازة اللاعب للكرة والحفاظ

عليها والتحرك بها للمكان المؤثر على الفريق المنافس.

2-ساهمت تمرينات الرؤية الواسعة ومن خلال تنوع الوسائل

المساعدة في تقبل أفراد العينة للتمرينات والرغبة في التدريب

مما أدى الى تطوير متغيرات البحث المدروسة وتطوير

الأداء.

فيما يوصي الباحثون بالاتي:

1-إجراء دراسات وبحوث أخرى تتناول تمرينات الرؤية الواسعة

وتطبيقها على فئات أخرى (ناشئين - متقدمين).

2-الاهتمام بتدريبات العين وحركة رأس اللاعب وإدراجها ضمن

تدريبات لاعبي كرة القدم الشباب لأهميتها في الأداء لأن

أغلب المعلومات تأتي عن طريق العين.

3-ينبغي القيام بدراسات تتناول الرؤية الواسعة كمتغير تابع بعد

أن يتم وضع اختبار خاص بها.

## المصادر:

- [١] جمال صبري فرج العبدالله؛ موسوعة المطاولة والتحمل (التدريب-الفسولوجيا-الانجاز)، ط١: (عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2019).
- [٢] سعد منعم الشخيلي وهه فال خورشيد؛ تدريب كرة القدم المبادئ والتطبيقات: (السليمانية، مكتب به بوه ند للطباعة، ٢٠١٢).
- [٣] سلطان منصور أحمد بديري؛ أسس ومبادئ التحليل الفني في كرة القدم، ط١: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠١٨).
- [٤] عبدالمنعم احمد جاسم الجنابي؛ اساسيات القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط١: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠١٩).
- [٥] ماجد مصطفى احمد وعبدالمحسن زكريا احمد؛ تأثير تدريبات الرؤية على بعض القدرات البصرية ومستوى الاداء المهاري بكرة القدم: (بحث منشور، القاهرة، ٢٠٠٦).
- [٦] محمد مصطفى يونس؛ دراسة تحليلية لمستوى المهارات البصرية وعلاقتها بفاعلية الاداء المهاري للاعبى كرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشوره، جامعة المنصورة، كلية التربية الرياضية، ٢٠١٧).
- [٧] يحيى علوان منهل؛ تأثير منهج تدريبي في تطوير القدرات البدنية والجهد والحيازة في أداء مباراة كرة القدم باستخدام قياس منظومة الأداء البدني الالكترونية: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠١٠).
- [٨] يحيى علوان منهل؛ أثر تمارين اللعب بمساحات صغيرة في تطوير المعرفة والتصرف الخططي للاعبى كرة القدم الشباب في المواقف الهجومية: (اطروحة نكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢٠١٥).

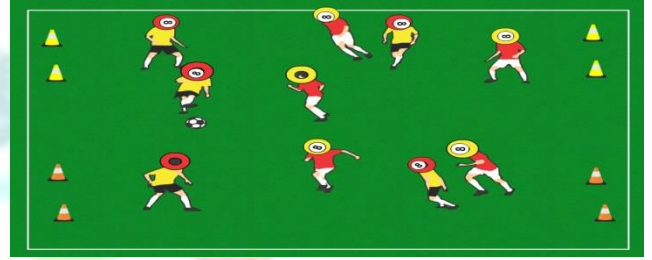
تمرين (٤): مناولة الكرة لمسافة ٢٠ متر على هدف من شاخصين عرضه

٣ متر مع وضع مثبت رقية.



تمرين (٥): تمرين اللعب ٥ ضد ٥ في مربع مساحته ٣٠ متر وعلى اربع

اهداف صغيرة مسافة كل هدف ٢ متر مع وضع مثبت رقية.



## أثر تمرينات خاصة بحبال السحب المطاطية في تطوير بعض المتغيرات البايوميكانيكية وأداء دقة

### مهارة الارسال للتنس الارضي بإعمار ١٦-١٧ سنة للموهوبين

أ.م.د ندى رياض محمد<sup>1</sup>

وزارة التربية/تربية الرصافة الثانية/مشرف فني أقدم<sup>1</sup>

(<sup>1</sup> saadalsheekhly@yahoo.com)

**المستخلص:** تم التطرق إلى تقدم الحاصل في الالعاب والفعاليات الرياضية لم يكن وليد الصدفة ، بل جاء نتيجة الابحاث والعمل المتواصل من خلال استخدام الوسائل والاساليب الحديثة والأجهزة والأدوات المتنوعة للوصول بالتعلم إلى مستوى متقدم، ولذلك أن استخدام حبال السحب المطاطية كأسلوب جديد من وسائل التعلم لتطوير القدرات الخاصة بفعالية التنس والتي حظيت باهتمام كبير في الآونة الأخيرة نتيجة شعبيتها على المستوى العالمي والأولمبي، لذلك تكمن الأهمية باستخدام هذا الاسلوب في تطوير المتغيرات البايوميكانيكية في أداء دقة مهارة الارسال في التنس الارضي. إن مشكلة البحث في مهارة الارسال تكمن في صعوبة أدائها عد المتعلمين من المواهب الذي يستطيع توجيه الارسال بصورة مثالية، لذلك عالج البحث أثر تمرينات بحبال السحب المطاطية في تطوير بعض المتغيرات البايوميكانيكية وأداء دقة مهارة الارسال لأفراد العينة، لذلك أظهرت الاختبارات أن هناك علاقة ذات دلالة معنوية باستخدام هذا الاسلوب لتطوير المتغيرات قيد البحث وتطوير مهارة الارسال لأفراد العينة، كما استنتجت الباحثة أن استخدام هذا الاسلوب أظهر معنوية المتغيرات لصالح الاختبار البعدي نتيجة استخدام هذا الاسلوب، كما أوصت بتطوير قدرات بدنية مهارية باستخدام حبال السحب المطاطية لعينات أخرى ولألعاب أخرى.

**الكلمات المفتاحية:** حبال السحب المطاطية، البايوميكانيكية، الارسال للتنس الارضى.



## ١-المقدمة:

مواكبة العلم في الدول المتطور. ومن ذلك قامت باستخدام أثر التمرينات هذه في تطوير المتغيرات البايوميكانيكية قيد الدراسة كسرعة الزاوية في دقة مهارة أداء مهارة الارسال لأفراد العينة من لاعبي التنس الأرضي للموهوبين بإعمار ١٦-١٧ سنة من للموهوبين.

### أهداف البحث:

- ١- اعداد تمرينات باستخدام حبال السحب المطاطية.
- ٢- معرفة أثر هذه التمرينات في تطوير بعض المتغيرات البايوميكانيكية ودقة مهارة الارسال لإفراد العينة.

### فروض البحث:

- ١- هناك علاقة ذات دلالة احصائية في الاختبارات القبليّة والبعدية في تطوير المتغيرات البايوميكانيكية قيد الدراسة لأفراد عينة البحث.
- ٢- هناك علاقة ذات دلالة احصائية في الاختبارات القبليّة والبعدية للمتغيرات البايوميكانيكية وأداء دقة مهارة الارسال لأفراد العينة.

### مجالات البحث:

- المجال البشري:** لاعبي مركز نادي الصيد بالتنس الأرضي.
- المجال الزمني:** من الفترة ٢٠١٩/٩/١٥ لغاية ٢٠١٩/١١/١٥.

- المجال المكاني:** ملاعب نادي الصيد الرياضي للتنس/المنصور .

### تحديد المصطلحات

**-المتغيرات البايوميكانيكية:** هي التزويد بالوصف اللفظي في خدمة تصحيح الحركة وفقاً لمعطيات مختلفة كيناميكية هذه الحركة وهذا ما يمكن للاعب يشكل معلومات يمكن الاستفادة منها أثناء الأداء وتحسينها من خلال التدريب والتي تركز على الشروط الميكانيكية للأداء الأنسب (١): (١٤٦).

**-حبال السحب المطاطية:** وهي احدى الوسائل المساعدة كمقاومات مختلفة أثناء التدريب في الأداء المهاري وأثر بالفعالية في زيادة مقدار القوة العضلية وسرعتها نتيجة

إن التقدم العلمي او التطور التقني من أهم السمات المميزة للعصر الحديث وما ينتج عنه من اعداد كبيرة من المتعلمين يجعل العملية التعليمية تواجه قضايا مهمة في مقدمتها تطوير اساليب التعلم الحديثة لغرض الوصول إلى تحقيق الاهداف التربوية المنشودة. ومن ذلك تعد فعالية التنس واحدة من الفعاليات التي حظيت باهتمام الخبراء والمختصين نتيجة تطويرها بين الالعب في الأونة الأخيرة وأصبح لها شعبية كبيرة ومرموقة ونتيجة ذلك لا بد من البحث إلى إمكانية إيجاد وسائل تطوير تلك الفعالية لأداء متطلباتها الفنية. وتعد الوسائل والأدوات واحدة من تلك المتطلبات لتطوير هذه الفعالية والحبال السحب المطاطية من الاساليب الحديثة في التدريب كونها تلعب دور مؤثر وفعال في تطوير القدرات الخاصة والمتغيرات البايوميكانيكية أحد هذه المتطلبات من سرعة زاوية للذراع الضاربة وزاوية انطلاق الكرة وسرعة انطلاق الكرة كمتطلبات بايوميكانيكية مؤثر في دقة مهارة الارسال للتنس الأرضي لأفراد العينة. وقد برزت أهمية البحث باستخدام أثر لتمرينات بحبال السحب المطاطية لحل المشكلة وأثرها في تطوير المتغيرات قيد البحث في أداء دقة مهارة الارسال للتنس الأرضي لأفراد العينة من الموهوبين بإعمار ١٦-١٧ سنة للموهوبين.

### مشكلة البحث:

من خلال عمل الباحثة في المؤسسات التربوية التعليمية كانت هناك جملة من المشاكل والصعوبات في العملية التدريبية والتعليمية للموهوبين في رياضة التنس ولاسيما في الأدوات والوسائل التعليمية أدت إلى تدني مستوى رياضة التنس في القطر في السنوات الأخيرة. ومن ذلك أبرزت الباحثة من خلال متابعتها لأفراد العينة كونهم طلاب متوسطة واعدادية، لذلك بادرت باستخدام اسلوب التعلم أثر تمرينات بالحبال السحب المطاطية كأسلوب جديد لحل المشكلة في تطوير المتغيرات البايوميكانيكية في دقة مهارة الارسال للتنس الأرضي لأفراد العينة. ومن ذلك قامت الباحثة باستخدام التمرينات وفق التفكير العلمي بشكل عقلاني والتي تجعل العملية التدريبية التعليمية

3-الملاحظة والتحليل.

4-البرمجيات والتطبيقات المستخدمة في الحاسوب

برنامج (Dart Fish) و (Hero Soft) و (Excel).

5-شبكة المعلومات الدولية.

## 2-3-2 الأجهزة المستخدمة:

1-كاميرا الفيديو ثابتة ذو السرعة (٢٥ صورة/ بالثانية)

عدد (١) وأشرطة نوع (Sony) للتصوير المتغيرات

والبايوميكانيكية.

2-جهاز لاب توب نوع (Dell).

3-مقياس رسم متري وأشرطة لاصقة ملونة.

4-شريط قياس متري وميزان طبي الكتروني.

5-علامات إرشادية ولوحات ترقيم.

6-مضارب تنس قانونية حجم (٥٣-٥٨) عدد (٨).

7-كرات تنس قانونية عدد (٣٠).

8-شواخص عدد (١٠).

9-سلة حمل الكرات.

10-ملعب قانوني للتنس.

## 2-4 تحديد المتغيرات قيد الدراسة وترشيح اختباراتها:

لغرض قياس المتغيرات قيد الدراسة وجب تحديد الاختبارات التي

ترتبط بالظاهرة المطلوب قياسها (٤: ٢٠١). إذ قامت الباحثة

بتحديد الاختبارات لمتغيرات البحث المطلوبة من متغيرات

بايوميكانيكية ودقة مهارة الارسال لأفراد العينة.

## 2-4-1 الاختبارات المستخدمة في البحث:

الغرض من الاختبار: قياس دقة الارسال.

الأدوات: مضرب لكل مختبر وكرات عدد (٢٠) كرة تنس.

الإجراءات: تخطيط منطقة الاختبار.

اللاعب			
٤	٣	٢	١
٢٤ قدم	١٨ قدم	٢٠ قدم	١٠ قدم

التكيف على وفق الابعازات العصبية العضلية استناداً

لقانون (الدفع = القوة × الزمن) وفي ضربة الارسال تحتاج

إلى أكبر كمية من القوة والسرعة لأداء فعال للارسال (٢):

(١٣٩).

## 2-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: إن المنهج هو " الطريقة التي يتبعها

الباحث في دراسة المشكلة لاكتشاف الحقيقة " (٣: ٨٣)،

استخدمت الباحثة المنهج التعليمي التجريبي لملاءمة إجراءات

البحث الميدانية.

2-2 مجتمع البحث وعينته: مثل مجتمع البحث لاعبو

مركز نادي الصيد بالتنس الأرضي وعددهم (١٤)، وقد تم

اختيار (٦) لاعبين لكل مجموعة الضابطة والتجريبية عن

طريق الارقام الفردية والزوجية و(٢) تم إجراء التجربة

الاستطلاعية عليهم بالوحدات التدريبية في المركز.

2-2-1 تجانس العينة: قامت الباحثة بإجراء التجانس

من حيث متغيرات العمر التدريبي الطول والوزن لأفراد عينة

البحث.

الجدول (١) يبين التوزيع الاعتمالي للتجانس بين أفراد العينة

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الوزن	غم/كغم	٦٨,٧١	٦,٤٥	٠,٤٤
الطول	سم/م	١٣٥,٠٧	٧,٧٧	٠,٣٩
العمر التدريبي	سنة/شهر	٧,٧١	١,٠٦	٠,٢١

الجدول (١) يبين أن العينة متجانسة في متغيرات الطول

الوزن العمر التدريبي، إذ كانت قيمة معامل الالتواء أقل من

(±٣) وهذا يدل على تجانس العينة من لاعبي في التنس

الأرضي.

## 2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة المستخدمة:

### 2-3-1 وسائل جمع المعلومات:

1-المصادر العربية والأجنبية.

2-المقابلات الشخصية وآراء الخبراء.

للعيونة، إذ قامت الباحثة بنصب آلي تصوير من خلال كاميرتي فيديو سرعة (١٢٠ ص/ثا) تبع النقاط التشريحية و تم نصب آلة تصوير بشكل عمودي على مركز فوق المرسل ومكان المرسل وعلى بعد (٦,٥ متر) الكاميرا الأولى بشكل عمودي على مركز ومكان المختبر المنفذ ونصب الكاميرا على بعد (٦,٧٥ متر) وبارتفاع لعدستها (١,٣٥ متر) و تم ايجاد سرعة الزاوية للذراع الرامية وزاوية انطلاق الكرة وسرعة انطلاق الكرة ثم التحليل لمراحل الأداء عن طريق برامج التحليل الحركي (Kin over) .

**2-5 التجربة الاستطلاعية:** أجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية على (٢) من خارج عينة البحث، ثم تطبيق البرامج عليهم والتعرف على المعوقات التي واجهت الباحثة أثناء وقت تنفيذ البرامج والاختبارات وإمكانية التصوير وتحليل النتائج الخاصة للمتغيرات البيوميكانيكية يوم ٢٠١٩/٩/١٧ الساعة الرابعة عصراً.

## 2-6 الإجراءات الميدانية البحث:

**2-6-1 الاختبارات القبليّة:** تم إجراء الاختبارات القبليّة للمجموعة التجريبية يوم ٢٠١٩/٩/١٩ الساعة الرابعة عصراً لمفردات المتغيرات قيد الدراسة من مهارة دقة الارسال وتصوير المتغيرات البيوميكانيكية لسرعة زاوية الذراع الرامية وسرعة انطلاق الكرة وزاوية انطلاق الكرة ودقة مهارة الارسال لأفراد العينة.

## 2-6-2 منهج التمرينات باستخدام حبال السحب

**المطاطية:** تم اعداد برنامج تدريبي باستخدام حبال السحب لشدة متنوعة من الشدة (٨٥%) إلى الشدة (٩٥%) حسب الحجم والشدة والراحة والتكرار باستخدام هكذا اسلوب من التدريب حسب طول الحبال ومدى مطاطية الحبل، إذ تضمن البرامج وحدات تدريبية تعليمية لوحدين تدريبتين في الاسبوع (الأحد والاربعاء) ومن ذلك تم اعتبار طول الحبل المطاط الاصلي هو بداية شدة الحبل وفق قانون التأثير أي امتداد الحبل بقدر طوله الحقيقي أثناء أداء التمرينات يمثل الشدة القصوية المستخدمة وتحديد التكرار القصوي. ومن ثم تحديد

## تحديد أربع مناطق كالآتي:

١-منطقة رقم ١ وتكون بين خط الارسال وخط القاعدة بعمق ١٨ قدم.

2-منطقة رقم ٢ وتكون بين خلف القاعدة مباشرة واتساع ١٠ قدم.

3-منطقة رقم ٣ وتكون خلف المنطقة رقم ٢ واتساع ١٠ قدم أيضاً.

٤-منطقة رقم ٤ وتكون على بعد ٢٠ قدم من خط الارسال وهي عبارة عن سياج.

تحدد المستطيلات أرقام (١-٢-٣-٤-٥-٦) وهي عبارة عن قيم تشير إلى مناطق أبعادها كالآتي:

الرقم (١) يشير إلى مستطيل ١٣×١٥

الرقم (٢) يشير إلى مستطيل ١٠ × ٥

الرقم (٣-٤-٥-٦) يشير إلى المستطيلات أبعاد كل منها ١.5 × 3 قدم.

**التطبيق:** يقف اللاعب خلف خط القاعدة ثم يقوم بإرسال ١٠ كرات متتالية على الاهداف المحددة في نصف الملعب المقابل وقد يحاول اللاعب المختبر الحصول على أعلى درجة وبذلك بأن تسقط الكرة على المستطيل رقم (٦) ثم ترتد إلى المنطقة رقم (٤) السياج.

**التسجيل:** تطبق القواعد الدولية في الارسال.

-تحسب درجة كل ارقام المناطق التي تسقط فيها الكرة، مثلاً إذا سقطت الكرة بعد الارسال مباشرة على المستطيل رقم (٤)، ثم أردتت وسقطت في المنطقة رقم (٢) فإن الدرجة لهذه المحاولة (٦=٤+٢) درجات.

-يعطى كل مختبر ١٠ محاولات متتالية.

-درجة المختبر هي مجموع النقاط التي يحصل عليها من المحاولات العشرة.

## 2-4-2 ميكانيكية المتغيرات قيد الدراسة: أهم العوامل

الميكانيكية التي تؤدي دور في تحقيق ارسال مثالي فعال لعينة البحث، إذ مثلت سرعة الزاوية للذراع الرامية وزاوية انطلاق الكرة وسرعة انطلاق الكرة ودقة الارسال الأرضي

ومعنوية غير دال للعينه الضابطة.

أما متغير زاوية انطلاق الكرة كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (٩٥,٥٠٠) وبانحراف معياري (١١,٠٠٨)، أما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (٩٠,٥١٣) وبانحراف معياري (١٧,٣٢١) أما قيمة (ف) (١٧,٢٧٥) أما قيمة (ع) (ف) (١٣,٥٩٧)، وكانت قيمة (T) (1.577) وعند مستوى دلالة (٠,٣٣٣) وبدلالة غير معنوية، أما متغير سرعة انطلاق الكرة في الاختبار القبلي كان المتوسط الحسابي (٢٥,١٠٩) وبانحراف معياري (٥,٦٨٧) أما في الاختبار البعدي كان الوسط الحسابي (٢٦,٤٩٩) وبانحراف معياري (٥,٤٨٥) أما قيمة (ف) (١,٣٨١) و(ع) (ف) (٨,٨٨٣)، أما قيمة (T) المحتسبة (٠,٦٦٠) وعند مستوى دلالة (٠,٥١٨) دلالة احصائية فير دالة، أما متغير الارسال فكان في الاختبار القبلي فيه الوسط الحسابي (٢٥,٠٠٠) والانحراف المعياري (١,١٩)، أما في الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي (٢٧,٠٠٠) وبانحراف معياري (٠,٧٣) أما قيمة (ف) (٢,٠٠٠)، أما (ع) (ف) (١,٦٨)، أما قيمة (T) المحتسبة (٣,٧٩) وعند مستوى دلالة (٠,٠٠٠) وعند دلالة غير معنوية لصالح العينة.

الجدول (٣) يبين المعالم الاحصائية للاختبار القبلي والبعدي للمتغيرات

البايوميكانيكية والارسال للمجموعة التجريبية لأفراد العينة

المتغيرات الاحصائية	وحدة القياس	التجربة القبلي		التجربة البعدي		ف	ع	T	مستوى الدلالة	معنوية
		ع	س	ع	س					
سرعة الزاوية للذراع الرامية	ثا / درجة	١١٣,٧	١٧,١٣٦	٢٥,٤٤٣	٩,٢٤٩	٣٣,١٥٣	١,١٨٤	٠,٢٥٣	دال	غير
زاوية انطلاق الكرة	ثا / درجة	٩٥,٥٠٠	١١,٠٠٨	٩,٥١٣	١٧,٢٧٥	١٣,٥٩٧	١,٥٧٧	٠,٣٣٣	دال	غير
سرعة انطلاق الكرة	ثا / درجة	٢٥,١٠٩	٥,٦٨٧	٢٦,٤٩٩	١,٣٨١	٨,٨٨٣	٠,٦٦٠	٠,٥١٨	دال	غير
الارسال	درجة	٢٥,٠٠٠	١,١٩	٢٧,٠٠٠	٠,٧٣	٣,٧٩	١,٦٨	٠,٠٠٠	دال	غير

الجدول (٣) يبين أن المتغيرات قيد الدراسة لسرعة الزاوية للذراع الرامية وزاوية انطلاق الكرة وسرعة انطلاق الكرة والارسال للاختبارات القبلي والبعدي وفروق الاوساط والانحرافات وقيمة (T) ومستوى الدلالة ومعنوية الفروق غير دالة لصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قيد الدراسة ثمة استخدام حبال السحب من الحبال المطاطية في تطوير المتغيرات قيد الدراسة ومن ذلك أظهرت أن الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمتغير السرعة الزاوية للذراع الرامية (١١٣,٧) وبانحراف معياري (١٧,١٣٦)، أما في الاختبار البعدي كان المتوسط الحسابي (٩٥,٥٠٠) وبانحراف معياري (١١,٠٠٨)، أما متغير الفروق (ف) كان (٩,٢٤٩) أما (ع) (ف) (٣٣,١٥٣)، أما قيم (T) المحسوبة فكانت (١,١٨٤) وعند مستوى دلالة (٠,٢٥٣)

التكرارات المطلوب الأداء فيها بالشدة المطلوبة، حيث تمت بوحدين تدريبتين في الاسبوع زمن الوحدة (٢٥-٣٠) دقيقة.

### 2-6-3 الاختبارات البعديّة: بعد انتهاء البرنامج التدريبي

أجرت الباحثة الاختبارات البعديّة يوم ٢٠١٩/١١/١٩ الساعة الثالثة عصراً وبففس الظروف التي تمت فيها الاختبارات القبليّة من حيث الزمن والمكان والاجهزة والأدوات وطريقة التنفيذ وإدارة فريق العمل المساعد.

### 2-7 الوسائل الاحصائية: استخدمت الباحثة الحقيبة

الاحصائية (spss) لمعالجة البيانات.

### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

### 3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات للمتغيرات قيد

### البحث لدى أفراد عينة البحث:

الجدول (٢) يبين المعالم الاحصائية للاختبار القبلي والبعدي للمتغيرات

البايوميكانيكية والارسال للمجموعة الضابطة لأفراد العينة

المتغيرات الاحصائية	وحدة القياس	التجربة القبلي		التجربة البعدي		ف	ع	T	مستوى الدلالة	معنوية
		ع	س	ع	س					
سرعة الزاوية للذراع الرامية	ثا / درجة	١١٣,٧	١٧,١٣٦	٢٥,٤٤٣	٩,٢٤٩	٣٣,١٥٣	١,١٨٤	٠,٢٥٣	دال	غير
زاوية انطلاق الكرة	ثا / درجة	٩٥,٥٠٠	١١,٠٠٨	٩,٥١٣	١٧,٢٧٥	١٣,٥٩٧	١,٥٧٧	٠,٣٣٣	دال	غير
سرعة انطلاق الكرة	ثا / درجة	٢٥,١٠٩	٥,٦٨٧	٢٦,٤٩٩	١,٣٨١	٨,٨٨٣	٠,٦٦٠	٠,٥١٨	دال	غير
الارسال	درجة	٢٥,٠٠٠	١,١٩	٢٧,٠٠٠	٠,٧٣	٣,٧٩	١,٦٨	٠,٠٠٠	دال	غير

الجدول (٢) يبين أن المتغيرات قيد الدراسة السرعة الزاوية

للذراع الرامية وزاوية انطلاق الكرة وسرعة انطلاق الكرة والارسال للاختبارات القبلي والبعدي وفروق الاوساط والانحرافات وقيمة (T) ومستوى الدلالة ومعنوية الفروق غير دالة لصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قيد الدراسة ثمة استخدام حبال السحب من الحبال المطاطية في تطوير المتغيرات قيد الدراسة ومن ذلك أظهرت أن الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمتغير السرعة الزاوية للذراع الرامية (١١٣,٧) وبانحراف معياري (١٧,١٣٦)، أما في الاختبار البعدي كان المتوسط الحسابي (٩٥,٥٠٠) وبانحراف معياري (١١,٠٠٨)، أما متغير الفروق (ف) كان (٩,٢٤٩) أما (ع) (ف) (٣٣,١٥٣)، أما قيم (T) المحسوبة فكانت (١,١٨٤) وعند مستوى دلالة (٠,٢٥٣)



والضابطة. ومن ذلك أظهرت المتغيرات قيد الدراسة ما يلي من الجدول أن متغير السرعة الزاوية للذراع الرامية كان المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (١٠٩,٩٥) في الاختبار القبلي، أما في الاختبار البعدي فكان الانحراف المعياري (٢٥,٤٤٣)، أما المتغير للمجموعة التجريبية كان المتوسط الحسابي (١٥٧,١٨) والانحراف المعياري (٣٨,٩٢٦)، أما قيمة (T) المحتسبة فبلغت (٤,١٧٤) وأما مستوى الدلالة فبلغ (٠,٠٠٠) وعند معنوية الفروق أصبحت دالة. أما متغير زاوية انطلاق الكرة فأن الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة كان (٩٠,٥١٣) وأما الانحراف المعياري (١٧,٣٢١) أما المتغير للمجموعة التجريبية كان (١٠٣,٤٣) وانحراف معياري (١٢,٣٢٦) أما قيمة (T) المحتسبة (٢,٢٣٧) أما مستوى الدلالة (٠,٠٣١) وعند معنوية دالة للمتغير. أما متغير سرعة انطلاق الكرة كان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٢٦,٤٩٩) وانحراف معياري (٥,٤٨٥) أما المتغير للمجموعة التجريبية كان الوسط الحسابي (٣٠,٨٥٢) وانحراف معياري (٤,١١١) أما قيمة (T) المحتسبة (٢,٦٨٣) وعند مستوى دالة (٠,٠٠١) وعند معنوية دالة للمتغير. أما الارسل للمجموعة الضابطة كان الوسط الحسابي (٨١,٣٤) وانحراف معياري (١,٩١) أما المتغير للمجموعة التجريبية كان الوسط الحسابي (٣٦,٠٠٠) وانحراف معياري (٠,٣٧) أما قيمة (T) المحتسبة (٢,٦١) أما مستوى الدلالة (٠,٠٢) وعند معنوية دالة للمتغير.

### ٢-٣ مناقشة النتائج:

ما تقدم للجدول (٢-٣-٤) يبين أن قيم الاوساط متباينة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لكل من السرعة الزاوية للذراع الرامية وزاوية انطلاق الكرة وسرعة انطلاق الكرة والارسل لأفراد العينة، كما أن هناك تحسن في الأداء في المجموعة التجريبية للمتغيرات متغير الدراسة بفعل أثر التمرينات بالحبال المطاطية وتحسين الوسط الحسابي للسرعة الزاوية للذراع الرامية وزاوية انطلاق الكرة وسرعة انطلاق الكرة والارسل للمجموعة التجريبية وهذا يدل على تطور القوة لمجمل عضلات الجسم التي تعد سبب رئيس في تحقيق متطلبات الأداء حسب

(ف) (٦٥,٩٢١)، أما قيمة (ع) (٤٦,١٢١)، أما قيمة (T) المحتسبة (٦,٠٣٥) وعند مستوى دالة (٠,٠٠٠) وبدلالة معنوية لصالح الاختبار البعدي، أما متغير زاوية انطلاق الكرة كان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (٩٥,٦٦٥) وانحراف معياري (٩,٤٥٦) أما في الاختبار البعدي كان المتوسط الحسابي (١٠٣,٣٤) وانحراف معياري (١٢,٣٢٦) أما قيمة (ف) (٧,٧٧٦) أما قيمة (ع) (١٣,٦٣٥)، أما قيمة (T) (2,240) وعند مستوى دالة (٠,٠٢٦) وعند مستوى دالة احصائية معنوية، أما متغير سرعة انطلاق الكرة فكان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (٢٣,٩٨٥) وانحراف معياري (٥,٦٩٩) أما الاختبار البعدي كان المتوسط الحسابي (٣,٨٥٢) وانحراف معياري (٤,١١١)، أما قيمة (ف) (٦,٨٤٥) و(ع) (٧,٦١٠) أما قيمة (T) المحتسبة (٣,٨٢٧) أما مستوى الدلالة (١,٠١) وعند مستوى دالة معنوية، أما متغير الارسل في الاختبار القبلي كان المتوسط الحسابي (٣١,٨٥) وانحراف معياري (١,٠١) أما في الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي (٣٣,٨١) وانحراف معياري (١,٨٩)، أما قيمة (ف) (١,٩٥)، أما (ع) (ف) فكانت (١,٠٢) أما قيمة (T) المحتسبة فكانت (٢,٤٩) وعند مستوى دالة (٠,٠١) ومعنوي لصالح الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية في متغيرات البحث قيد الدراسة.

الجدول (٤) يبين المعالم الاحصائية للاختبار البعدي للمتغيرات البيوميكانيكية والارسل بين المجموعة الضابطة والتجريبية

المتغيرات الاحصائية	وحدة القياس	التجربة القبلي		التجربة البعدية		قيم T المحتسبة	مستوى الدلالة	المعنوية
		ع	س	ع	س			
سرعة الزاوية للذراع الرامية	درجة	١٠٩,٩٥	٢٥,٤٤٣	١٧٥,١٨	٣٨,٩٢٦	٤,١٧٢	٠,٠٠٠	دال
زاوية انطلاق الكرة	درجة	٩٠,٥١٣	١٧,٣٢١	١٠٣,٤٣	١٢,٣٢٦	٢,٢٣٧	٠,٠٣١	دال
سرعة انطلاق الكرة	ثا	٢٦,٤٩٩	٥,٤٨٥	٣٠,٨٥٢	٤,١١١	٢,٦٨٣	٠,٠٠١	دال
الارسل	درجة	٣٤,٨١	١,٩١	٣٦,٠٠٠	٠,٧٣	٢,٦١	٠,٠٠٢	دال

الجدول (٤) يبين أن المتغيرات قيد الدراسة لسرعة الزاوية للذراع الرامية وزاوية انطلاق الكرة وسرعة انطلاق الكرة والارسل قد أوجدت معنوية الفروق للاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية

### المصادر

- [١] صريح عبدالكريم الفضلي: التطبيقات الياوميكانيكية في التدريب الرياضي والأداء الحركي، عمان، دار دجلة ٢٠١٠.
- [٢] محمد حسن علاوي؛ وابو العلا أحمد عبدالفتاح: فسيولوجيا التدريب الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي ١٩٨٤.
- [٣] وجيه محجوب: البحث العلمي ومناهجه، ط٣، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر ١٩٩٨.
- [٤] قاسم حسن حسين وآخرون: تحليل الميكانيكا الحيوية في فعاليات العاب القوى، البصرة، مطبعة دار الحكمة، ١٩٩١.
- [٥] قاسم حسن حسين وآخرون: تحليل الميكانيكا الحيوية في فعاليات العاب القوى، البصرة، مطبعة دار الحكم، ١٩٩١.
- [6] Bartonietz-Rotational. Shot put technique- Biomechanics and recommendations for traamiing. Track and Field Quarerly. Review3. 1994

### الملاحق

#### ملحق (١) انموذج لوحدة تدريبية

اسم التمرين	التكرار	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموع
سحب حبال من فوق الراس مع الحركة	٦-٨ مرة	٢-٣ د	٥-٧ د
سحب حبال ضد الحركة	٦-٨ مرة	٢-٣ د	٥-٧ د
تدريب مشترك مع مع الزميل بالتبادل بحبال السحب	٦-٨ مرة	٢-٣ د	٥-٧ د

تضمن البرنامج وحدات لتمرينات حبال السحب لمدة (٨) أسابيع للشدة من (٨٠-٩٥%) حسب نظام هكذا مقاومات حسب طول الحبل ومدى مطاطية للشدد المستخدمة في الأداء لحدثين في الاسبوع (الاحد والاربعاء) من كل اسبوع و(٢٤) وحدة تدريبية تضمنت الشدد والحجم والراحة والتكرار بنظام تدريب المقاومات بحبال السحب لتوزيع الجهد لفترات البرنامج التدريبي لأفراد العينة.

قانون نيوتن الثاني (٤: ٢٢١).

ومن ذلك أن التطور الحاصل في تحسين الانقباض للعضلات العاملة العامة نتيجة التدريبات بحبال السحب المطبقة على افراد العينة تشير إلى أن الدراسات أن القوة العضلية لأي مجموعة من مجاميع الجسم إنما تمثل قوة مطلقة لتلك المجموعة الخاصة وأي تطور للسرعة الزاوية وزاوية الانطلاق وسرعة الانطلاق والارسال لمتغيرات البحث نتيجة تركيز على تدريبها يحقق التحسن لمتغيرات البحث في المتغيرات الياوميكانيكية يحقق التحسن النوعي لها (٥: ٢٧).

ومن هذا أدى التحسن لسرعة الانطلاق وزاوية الانطلاق للكرة والسرعة الزاوية للذراع الرامية والارسال أدت إلى الاعتماد على الأداء في المقاومات لحبال السحب التي أدت بدورها سبب التطور الحاصل (٦: ١٣١) والذي أدى إلى تطور الكميات الكيميائية لمتغيرات البحث قيد الدراسة.

#### ٤-الخاتمة:

وعلى ضوء النتائج التي اظهرتها الدراسة توصلت الباحثة الى الاستنتاجات التالية:

1- أن تدريب حبال السحب أدى تطور المتغيرات قيد الدراسة ولاسيما للمجموعة التجريبية.

2- أن تدريبات حبال السحب أدت إلى تطور عملية الارسال لأفراد العينة ولصالح المجموعة التجريبية.

3- التطور الحاصل في القدرات البدنية أسهم بشكل فعال ومؤثر في المتغيرات قيد الدراسة للمجموعتين التجريبية الضابطة ولصالح التجريبية.

فيما يوصي الباحث بالاتي:

1- امكانية استخدام حبال السحب ضرورة لتطوير القدرات الخاصة لأفراد عينات أخرى وتطوير قدرات أخرى.

2- تأكيد للمدرسين العمل على استخدام وسائل وأدوات وأجهزة لتطوير الجهد البدني بأقل جهد ممكن.

3- ضرورة اجراء بحوث مشابهة لالعاب أخرى وفعاليات مقارنة.

## أثر تمارين تعليمية باستخدام وسائل مساعدة في تحسين الأداء الفني وانجاز ٢٥ متر مشي بأعمار (١٤-١٥) سنة

أ.م.د. منذر حسين محمد<sup>1</sup>

وزارة التربية/ تربية الرصافة الثانية/ الاشراف التربوي<sup>1</sup>

(saadalsheekhly@yahoo.com)<sup>1</sup>

**المستخلص:** تضمن البحث تمارين تعليمية باستخدام وسائل مساعدة في تحسين الأداء الفني لرياضة المشي ٢٥ متر لعينة البحث، إذ استخدم الباحث ثلاث وسائل تعليمية في تحسين الأداء للمبتدئين من أفراد العينة، إذ استخدم التمارين التعليمية باستخدام عصي للتدوير حركة المجداف والسير فوق خط وحمل العصا على شكل قطار، وتضمنت التمارين باستخدام هذه الوسائل للمجموعتين ضابطة وتجريبية، وقد شملت (٦) لاعبين للمجموعة الضابطة (٦) للمجموعة التجريبية، إذ تضمن مجمع البحث من ممارسي رياضة المشي في محافظة الكوت من الموهبين بأعمار (١٤-١٥)، وقد فرض البحث وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي، وكذلك البعديين لمجاميع البحث للمجموعة التجريبية في تحسين الأداء الفني لأفراد العينة. واستنتج البحث أن التمارين التعليمية باستخدام الوسائل المساعدة أثرت بشكل فعال في تحسين الأداء والانجاز لأفراد العينة، كما أوصى الباحث باستخدام تمارين تعليمية باستخدام وسائل أخرى لفعاليات أخرى في تحسين الأداء الفني.

**الكلمات المفتاحية:** تمارين تعليمية، وسائل مساعدة، انجاز ٢٥ متر مشي.

## ١-المقدمة:

لذلك قام باستخدام تمارين سرعة وطول الخطوة للسير فوق خطوط وحركة المجذاف لتدوير الورك والذي يساعد على حركة انسيابية لرياضي المشي وحمل العصي على شكل قطار لتطوير حركة الزراعين ومدى تأثير هذه التمارين باستخدام الوسائل المساعدة في تعليم وتحسين الأداء الفني وانجاز مشي ٢٥ متراً لأفراد عينة البحث من الموهوبين بأعمار (١٤-١٥) سنة.

### أهداف البحث:

١- اعداد تمارين تعليمية خاصة بوسائل مساعدة في تحسين الأداء لعينة البحث.

٢- تأثير هذه التمارين باستخدام الوسائل المساعدة في انجاز مشي ٢٥ متراً لأفراد العينة.

### فروض البحث:

١- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبالية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الأداء الفني لأفراد العينة.

٢- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبالية والبعديّة للمجموعتين الضابطة والتجريبية وانجاز ٢٥ متراً مشي لأفراد عينة البحث.

### مجالات البحث:

١- المجال البشري: منسابقو رياضة المشي مركز محافظة واسط بأعمار (١٤-١٥) سنة.

٢- المجال الزمني: من ٢٠١٩/١١/١٥ لغاية ٢٠٢٠/١/١٥.

٣- المجال المكاني: ملعب الكوت الاولمبي-مركز رياضة المشي أندية الكوت.

### تحديد المصطلحات:

**سباق المشي:** هو التقدم للمتسابقين بخطوات متصلة بالأرض بحيث لا يكون هناك اتصال واضح (يرى بالعين المجردة)، كما يجب أن تكون الرجل المتقدمة مستقيمة (عدم الثني في الركبة) من لحظة الاتصال بالأرض حتى الوصول إلى الوضع الراسي المستقيم (١: ٢٨٩).

تعد عملية التعلم من أهم العمليات التربوية التي تحتاج إلى التخطيط العلمي السليم لكي يصل إلى الأهداف أو إيصال المعلومة إلى أفراد العينة بأفضل الأساليب، إذ يعتمد التعلم على مدى فاعلية الوسائل المساعدة باستخدام تمارين خاصة لتعلم المهارة التي تعد من وسائل التعلم على مدى فاعلية الوقت المحدد لأداء المهارة وبما أن رياضة المشي تحتاج إلى حركات خاصة تجنباً للطيران والثني أثناء المشي، لذلك قام الباحث باستخدام تمارين لوسائل خاصة باستخدام عصي وخطوط لتعلم المهارة، لذلك استخدم هذه الوسائل في عملية حركة الحوض بحركة المجذاف باستخدام العصي وحركة السير على الخطوط بسرعة وطول الخطوة وأيضاً استخدام حمل العصي على شكل قطار لتطوير حركة الزراعين والاكتاف في تعليم رياضة المشي وأداء مثالي. أن نظريات التعلم باستخدام الوسائل والتمارين الخاصة تعد الوسيلة المهمة التي تؤدي إلى تنمية اللياقة البدنية الخاصة للنشاطات الرياضية المختلفة وبناء الجسم بما يناسب المتطلبات الفنية لهذه الفعالية، كما أن التمرين والممارسة باستخدام الوسائل المساعدة يشكلان إحدى المتطلبات الرئيسية في العباب تعلم المهارة الحركية لرياضة المشي، لذلك تعطي خصائص متنوعة باستخدام الوسائل والأدوات التعليمية وأثرة التشويق وتحسين الحالة النفسية، ومن ذلك جاءت أهمية البحث باستخدام تمارين خاصة باستخدام وسائل مساعدة في تحسين الأداء الفني وانجاز مشي ٢٥ متر لأفراد عينة البحث.

### مشكلة البحث:

من خلال رؤية الباحث كونه بطل عربي في رياضة المشي ويعمل في مجال التدريب والأشراف التربوي في وزارة التربية وجد أن هناك تذبذب في انجاز رياضي المشي على المستوى المحلي إلى مستوى رياضة المشي العربية والعالمية، لذلك قام بحل المشكلة باستخدام وسائل مساعدة أثر تمارين خاصة تعليمية في تطوير الأداء الفني لرياضة المشي، وهل أن هذه التمارين الخاصة لها الأثر في تطوير الأداء الفني؟ والتي يبين فيها النقص في تنظيم اساليب التعلم المستخدمة في رياضة المشي،



جدول (٢) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T)

المحسوبة ومستوى الدلالة لأداء مهارة المشي للعيينة من اختبار

التكافؤ

المتغيرات	التجربة القبلية		التجربة البعدية		قيم T	مستوى الخطأ	مستوى الدلالة
	ع	س	ع	س			
الأداء الفني لمشي ٢٥ متراً	٦,٢٥	٠,٧٠	٦,١١	٠,٤٢	٠,١٨	٠,٥٨	غير معنوي

\*معنوي عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠,٠٥).

يبين الجدول (٢) أن مستوى الخطأ أكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥) وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتين البحث (التجريبية والضابطة) وهذا يدل على تكافؤهما في الأداء للمهارة الفنية للمشي.

### 3-5 وسائل جمع المعلومات: (المصادر والمراجع العربية

والأجنبية، المقابلات الشخصية، استمارة للخبراء والمختصين، الوسائل المساعدة).

### ٣-٦ الأجهزة والأدوات المستخدمة:

#### ٣-٦-١ الأجهزة المستخدمة: (مجال ركض قانوني،

ساعات توقيت عدد (٢)، عصي خشبية عدد (١٠)، حاسبة

يدوية نوع (LG) ، كاميرا فيديو نوع (Nicon) ، ميزان طبي،

شريط قياس، حاسبة (Dell)(LOPTOP) .

#### ٣-٧ التجربة الاستطلاعية: قام الباحث بإجراء التجربة

الاستطلاعية يوم ١٢/١١/٢٠١٩ على لاعبين اثنين من خارج

عيينة البحث في ملعب الكوت الدولي وذلك للوصول إلى نتائج

دقيقة قبل تنفيذ البرامج التعليمية، إذ تعد "التجربة الاستطلاعية

تدريباً عملياً للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات

التي تواجهه أثناء الاختبار لتفاديها" (٤: ١٨٧)، تهدف التجربة

الاستطلاعية إلى ما يلي:

١-صلاحية المنهج التعليمي التطبيقي بالشكل النهائي.

٢-صلاحية لأجهزة الأدوات.

٣-توفير شروط الأمان والسلامة للاعبين.

٤-معرفة المعوقات التي تصادف الباحث واللاعبين لتلافي

الأخطاء.

## ٢-منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي التعليمي

بالتصميم التجريبي للمجموعتين الضابطة والتجريبية

لملائمتها للإجراءات البحث الميدانية وحل مشكلة البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته: تم اختيار عينة البحث بالطريقة

العمدية من لاعبي رياضة المشي في محافظة واسط

والبالغ عددهم (١٦) متسابقاً بأعمار (١٤-١٥) سنة

والذين يتدربون في ملعب الكوت الدولي، وتم اختبار

العينة بالطريقة العمدية عن طريق الأرقام الفردية والزوجية

وتم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، إذ مثلت

العينة (٦) ضابطة و(٦) تجريبية وأثنين أجريت عليهم

التجربة الاستطلاعية (٢: ٤١) .

3-3 تجانس وتكافؤ العينة: قام الباحث بإجراء التجانس

بين أفراد العينة للمتغيرات (العمر التدريبي، الطول، كتلة

الجسم) وقد أخذ بنظر الحسبان أن جميع اللاعبين يقعون

ضمن التوزيع الطبيعي وذلك من خلال معامل الالتواء والذي

يقع ضمن (١±).

الجدول (١) يبين تجانس عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر التدريبي	سنة/ شهر	٢	٠,٠	٠,٠
الطول	م/ سم	١,٦٥	١,٦٧	٠,٢٠٢-
كتلة الجسم	كغم/غم	٥٧,٤٥	٠,٥٧-	٠,٥٤٨

من الجدول (١) يبين أن قيم معامل الالتواء تتراوح ما بين (١±)

وهذا يدل التوزيع الطبيعي للعينة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة

معنوية بين المجموعتين مما يدل على التجانس لأفراد العينة.

3-4 تكافؤ العينة للضابطة والتجريبية: ومن ذلك قام

الباحث بإجراء التكافؤ للمجموعتين الضابطة والتجريبية لكي

تستطيعان أن تفرزان الفروق بين النتائج إلى العوامل المستقلة

قيد البحث، لذلك قام بإجراء التكافؤ بين المجموعتين في مهارة

الأداء الفني لرياضي المشي. ومن ذلك يوضح الجدول (٢) ذلك

(٣: ١٩٢).

الدرجات الباقية وتقسيمها على (٢) لتكون هي الدرجة لأداء المهارة الفنية، إذ استخدم الباحث تفرغ الاستمارة الخاصة بالأداء الفني لمهارة المشي الرياضي.

٣-١٠ الوسائل الاحصائية: تم استخراج الوسائل الاحصائية بالحقيبة الاحصائية (spss) لمعالجة البيانات الخاصة والتي تضمنت الوسائل الاحصائية التالية (٥: ٢٦٨): (الوسط الحسابي، انحراف معياري، معامل الالتواء، قانون دلالة الفروق لعينتين المرتبطتين، قانون دلالة الفروق لمتوسطين غير مرتبطين لعينتين متساويتين).

### ٣-٤ عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

٣-١ عرض وتحليل نتائج الفروق (ت) بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في تقييم الأداء الفني لمهارة المشي (٢٥ متر) لعينة البحث:

جدول (٣) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة ومستوى الدلالة بين الاختبارين القبلي والبعدي في تقييم الأداء الفني للمجموعة التجريبية لأفراد عينة البحث

المعالم الاحصائية الاختبار	وحدة القياس	التجربة القبلي		التجربة البعدي		قيم T المحسوبة	مستوى الدلالة (SIG)	نوع الدلالة
		ع	س	ع	س			
الأداء الفني لمشي ٢٥ متراً	ثا	٠,٨٦	٦,٤٠	٠,١١	٦,١٠	٤,٦١٥	٠,٠٠	معنوي

إذ كان مستوى المعنوية (sig) أقل أو أصغر من نسبة خطأ (٠,٠٥)

تبين من الجدول (٣) أن الوسط الحسابي لمهارة الأداء الفني لمشي (٢٥ متر) في الاختبار القبلي (٦,٤٠) وبانحراف معياري (٠,٨٦) في حين أن الوسط الحسابي للأداء الفني لمشي (٢٥ متر) في الاختبار البعدي قد بلغ (٦,١٠) وبانحراف معياري (٠,١١)، أما قيمة T كانت (٤,٦١٥)، أما قيمة مستوى الدلالة (sig) بلغت (0.00) وعند مستوى دلالة معنوية مما يدل على أن هناك فروق معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي.

٣-٨ الاختبارات القبلي: أجرى الباحث الاختبار القبلي لعينة البحث يوم ٢٠١٩/١١/١٥ الساعة الثالثة عصراً على ملعب الكوت الدولي، إذ تم التصوير للاختبارات وتصوير الأداء الفني للمشي حركياً بشكل فيديوي.

٣-٨-١ التجربة الرئيسية: قام الباحث بتنفيذ (٢٤) وحدة تعليمية للتمرينات الخاصة بالوسائل المساعدة المعدة لهذا الغرض من عصي وأدوات خاصة للبرامج التعليمية لمفردات البرامج التدريبية بمعدل وحدتين تعلمتين في الاسبوع (الاحد والارباء) وزمن كل وحدة تعليمية (٤٥) دقيقة للمجموعتين الضابطة والتجريبية، إذ قامت المجموعة التجريبية بأداء التمرينات الخاصة باستخدام الوسائل المساعدة بعد أن شرح الباحث عملية الأداء للتمرينات وأداء الحركة فيها والتي يراد تعلمها في الوحدة التعليمية باستخدام التمرينات التعليمية الخاصة، حيث تضمنت التكرارات لأداء التمرينات حسب طول البرامج التعليمي لأفراد العينة لـ (٨) أسابيع، أما المجموعة الضابطة بقيت على برامجها التعليمي للتمرينات التقليدية ضمن البرامج التعليمي المتبع من المدرب لتعلم مهارة الأداء الفني لرياضة المشي.

### ٣-٨-٢ تم اجراء الاختبارات البعدي لعينة البحث:

بعد الانتهاء من البرامج التعليمي ٢٠٢٠/١/١٥، إذ تم التصوير لأداء مهارة المشي لـ (٢٥ متر) لعينة البحث.

٣-٩ الأداء الفني لتقييم الأداء: استخدم الباحث التصوير الفيديوي واعاده على قرص مضغوط (CD) لتقييم الأداء الفني لعينة البحث من الخبراء المختصين في مجال التعلم لتقييم الأداء من قبل مقيمين بالتعلم الحركي. وتقييم الأداء الفني في الاختبارات القبلي والبعدي من ذوي الاختصاص والخبرة في مجال رياضة العاب القوى واستخدام كل منهم استمارة خاصة لتقييم فيها خصم للحركات حسب حروف الأداء الغير فني ولكل جزء من أجزاء الحركة كحركة الذراعين وتدوير الحوض وحركة الساقين بالثني والطيران ولكل حركة وتعطى درجات حركة نموذجية مجموعها (١٠) درجات، ثم يستخرج الوسط الحسابي لكل لاعب بعد حذف أعلى درجة وحذف أقل درجة وجمع

(٠,٠١) للمجموعة التجريبية في حين أن الوسط الحسابي لمتغير المهارة مشي (٢٥ متر) نفسها في الاختبار البعدي بلغ (٦,٤٠) وبانحراف معياري (٠,٧٤) للمجموعة الضابطة. علماً أن قيمة مستوى الدلالة (0,00)(sig) مما يدل على أن هناك فروق معنوية بين نتائج الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية.

### ٢-٣ مناقشة النتائج:

### ١-٢-٣ مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات

### البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لقيمة الأداء

### الفني لـ (٢٥ متر) مشي:

ومن خلال ملاحظتنا للجدول (٥) تبين لنا تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة بين الاختبارين البعديين في تقييم الأداء الفني لإنجاز (٢٥ متر) مشي لأفراد عينة البحث ويعزو الباحث السبب في ظهور تلك الفروق إلى فاعلية التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة لتعليم المهارة التي تم استخدامها من قبل الباحث مع المجموعة التجريبية التي أسهمت في تحقيق التحسن في الأداء الفني وإنجاز العينة المطلوب أن يتعلمها المتعلم نتيجة استخدام الوسائل المساعدة مقارنة بالمجموعة الضابطة التي اعتمدت على بدورها على الطريقة الاعتيادية المتبعة من قبل المدرب. فالتمارين التي وضعها الباحث مع المجموعة التجريبية نتيجة استخدام الوسائل المساعدة عملت على زيادة إدراك اللاعبين وخبراتهم التي أدت إلى تحسين في المستوى للأداء الفني الصحيح لأداء مهارة المشي (٢٥م) وتحقيق الانجاز وانعكاس ذلك على الأداء الفني للمهارة بصورة عالية من حيث حركة الذراعين الفعالة وتدوير الورك والخطوات وتردد الخطوات لأداء مثالي للمهارة لأفراد عينة البحث.

وفي ضوء ما تمت مناقشته فإن التمرينات الخاصة التعليمية باستخدام الوسائل المساعدة التي تم استخدامها من قبل الباحث مع المجموعة التجريبية قد أكدت بشكل واضح في تحسين الأداء الفني وتحقيق الانجاز لأفراد العينة مشي (٢٥ متر) من خلال

### ١-١-٣ عرض وتحليل نتائج الفروق (t) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تقييم الأداء الفني لمشي (٢٥ متر) لأفراد العينة:

الجدول (٤) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (T) المحسوبة ومستوى الدلالة بين الاختبارين القبلي والبعدي في تقييم الأداء الفني لمشي (٢٥ متر) لأفراد العينة للاختبارين القبلي والبعدي في تقييم الأداء الفني للمجموعة التجريبية لأفراد عينة البحث

المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	التجربة القبلي		التجربة البعدي		قيم T المحسوبة	مستوى الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع		
الانجاز الأداء الفني لمشي ٢٥ متراً	ثا	٦,٨٠	٠,٩٩	٦,٧٠	٠,٨٤	٤,٦٦	٠,٠٤

لذلك إذا كان مستوى المعنوية (sig) أقل أو أصغر من نسبة الخطأ (٠,٠٥).

يبين الجدول (٤) أن الوسط الحسابي لإنجاز (٢٥ متر) مشي لأداء المهارة قد بلغ (٦,٨٠) وبانحراف معياري (٠,٩٩) أما في الاختبار البعدي كان الوسط الحسابي (٦,٧٠) وبانحراف معياري (٠,٨٤) أما قيمة (T) المحسوبة كانت (٤,٦٦) وعند مستوى دلالة (٠,٠٤) وبدلالة معنوية لصالح الاختبار البعدي مما يدل إذ هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح البعدي.

### ٢-١-٣ عرض وتحليل نتائج الفروق (T) بين الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تقييم الأداء الفني لمشي (٢٥ متر) لأفراد العينة:

الجدول (٥) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة ومستوى الدلالة بين الاختبارين البعديين في تقييم الأداء الفني لإنجاز (٢٥ متر) مشي للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبارين القبلي والبعدي في تقييم الأداء الفني للمجموعة التجريبية لأفراد عينة البحث

المعالم الإحصائية المتغيرات	وحدة القياس	البعدي للتجريبية		البعدي للضابطة		قيم T المحسوبة	مستوى الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع		
الأداء الفني لمهارة لمشي ٢٥ متراً	ثا	٦,٠٣	٠,٠١	٦,٤٠	٠,٧٤	٣,٢٥	٠,٠٠

لذلك إذا كان مستوى المعنوية (sig) أقل أو أصغر من (٠,٠٥) يكون معنوي

تبين من الجدول (٥) أن الوسط الحسابي لمهارة مشي (٢٥ متر) في الاختبار القبلي قد بلغ (٦,٠٣) وبانحراف معياري



الفروق في الاختبارات القبلية والبعديّة في تقييم مستوى الأداء الفني للمجموعة الضابطة لصالح الاختبارات البعديّة التي اتبعت الأسلوب التقليدي، وهذا أمر طبيعي كون المجموعة الضابطة أيضاً خضعت للتعليم من قبل مدرب الفريق في نفس المدة المقررة من التجربة الرئيسيّة، فضلاً عن الممارسة المستمرة في سير المنهاج المتبع من قبل أفراد العينة من اللاعبين وما يحتويه من شرح وعرض واعطاء التعليمات والارشادات الخاصة بكل مفردة من مفردات البرامج أو المنهاج مما يؤدي إلى التعليم ومن ثم تحسين في مستوى الأداء للمهارة (قيد البحث).

#### ٤- الخاتمة:

من خلال عرض النتائج ومناقشتها توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

١- أن التمرينات التعليمية الخاصة باستخدام الوسائل المساعدة كان لها الأثر في تحسين الأداء الفني وانجاز مشي (٢٥ متر) لأفراد العينة.

٢- تفوق لاعبي المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي التي استخدمت الوسائل المساعدة في التمرينات التعليمية الخاصة لعينة البحث على لاعبي المجموعة الضابطة في متغيرات البحث.

#### أوصى الباحث في الدراسة على ما يلي:

١- ضرورة استخدام تمرينات بوسائل مساعدة أخرى لتطوير وتحسين الأداء الفني لرياضة المشي.

٢- اعتماد نتائج التمرينات باستخدام وسائل تعليمية خاصة لاتحاد ألعاب القوى في فعاليات أخرى.

#### المصادر:

- [١] صريح عبدالكريم الفضلي: القانون الدولي لألعاب القوى، دار الضياء للطبع والنشر - النجف الأشرف ٢٠١٤.
- [٢] قاسم المنذلاوي (وآخرون): الاختبار والقياس في التربية البدنية، الموصل، مطابع التعليم العالي ٢٠٠١.
- [٣] محمد خليل عباس (وآخرون): مدخل مناهج البحث العلمي وعلم النفس، ط٤، عمان، دار الميسرة للنشر والطباعة، ٢٠١٢.
- [٤] قاسم المنذلاوي (وآخرون): الاختبار والقياس في التربية البدنية، الموصل، مطابع التعليم العالي ١٩٨٩.
- [٥] محمد خيرى سليم ابو زيد: التحليل الاحصائي للبيانات باستخرج SPSS، عمان دار جرير للنشر، ٢٠١٠.
- [6] Schmid A Richard and Graig A Wrisberg Motor Learning and peormance (Human kentic 2000 cit.
- [٧] يحيى محمد صالح: تأثير تمرينات الفرضية الخاصة على المستوى في الأداء في الجمباز. بحث منشور في مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان، المجلد السادس، العدد الثاني ١٩٨٣.

توظيف هذه التمرينات التعليمية الخاصة باستخدام الوسائل المساعدة لإخراج الواجب الحركي لمهارة مشي (٢٥ متر) بشكل دقيق، وقد اشار إليها (Schmid) بقوله " أن طموحنا هو زيادة سعة التعلم على الاستيعاب والسيطرة على الأداء الفني للمهارات والحركات أو أثناء الأداء الفني للحركات أو المهارات في أي لعبة أو فعالية من الألعاب (٧: ٢٤٤).

ويعزو الباحث هذا الفرق إلى اختلاف تأثير التمرينات باستخدام الوسائل المساعدة للتعلم الخاص بالمجموعة التجريبية على البرامج التقليدية وهذا يتفق مع ما أشارت إليه دراسة كل من (يحيى محمد صالح ١٩٨٣) (٩: ١٨٥) وعمر حلمي محمد ٢٠٠١ (١٠: ٢٢١).

#### ٣-٢-٢ منافسة نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة لتقييم الأداء الفني وانجاز (٢٥ متر) مشي لأفراد عينة البحث:

بعد أن تم عرض النتائج للاختبارات للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها في المحاور السابقة تبين من النتائج للجدولين (٣-٤) وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تقييم الأداء الفني لمهارة مشي (٢٥ متر) والانجاز لأفراد العينة . ويعزو الباحث سبب ذلك يعود إلى فعالية استخدام تمرينات بالوسائل المساعدة التي يتم استخدامها ولصالح الاختبار البعدي. وكما يعزو الباحث سبب ذلك إلى تغيير أفراد العينة في المجموعة التجريبية للتمرينات التعليمية باستخدام الوسائل المساعدة للعصي والخطوط بالأداء للتمرينات أثرت بشكل فعال يؤثر في سرعة تحسين الأداء لتعليم المهارة لأفراد العينة من حركة زرايين فعالة ورجلين بخطوات للخطوة وطول الخطوة وترددها وحركة تدوير الحوض لزيادة الحركة المثالة في رياضة المشي، إذ اعتمدت بالأداء اختلاف تأثير التمرينات التعليمية خاصة للمجموعة التجريبية عن المنهج التقليدي، إذ اعتمد على التمرينات التعليمية الخاصة والتي بنيت على أسس علمية ومبادئ الارتقاء بمستوى الأداء الفني لأفراد العينة، أما بخصوص المجموعة الضابطة فقد كانت دلالات



[٨] عمر حلمي محمد: تأثير برامج تدريبي للتمرينات العرضية الخاصة على مستوى أداء مهارة (تكاشيف) على جهاز العقلة (مجلة اسبوت للعلوم والفنون الرياضية ، جامعة اسبوت، القاهرة ٢٠٠١ .

## الملاحق

ملحق (١) يوضح أنموذج لوحددة تعليمية

اسم التمرين	التكرار	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموع
١-السير على خط مستقيم بمسافة ٣٠ متر	٦-٨ مرة	٢-٣ د	٥ - ٧ د
٢-السير على شكل قطار مع حمل العصي لمسافة ٥٠ متر	٦-٨ مرة	٢-٣ د	
٣-حركة المجذاف بالعصي بمسافة ٣٠ متر	٦-٨ مرة	٢-٣ د	

تضمن البرامج التعليمي التدريبي الشدة بالأداء من ٨٠% إلى الشدة ٩٥% ولوحدتين في الاسبوع (الاحد والاربعاء) لمدة (٨) أسابيع، حيث التدرج بالشدة والتكرار والراحة بين التكرارات وبين المجموع حيث التكرارات والشدة والحجم لمفردات الوحدات التعليمية للبرنامج التدريبي المعد من قبل الباحث حيث التكرارات والشدة للإداء والراحة بين التكرارات والراحة بين المجموع.

## تأثير برنامج تدريبي باستخدام وسائل سمعية مساعدة في تطوير بعض المهارات الاساسية للمكفوفين

### بكرة القدم

م. احمد سلمان صالح<sup>1</sup> ا.م.د. علاء خلف حيدر<sup>2</sup>

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>1</sup>

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

([1saadalsheekhly@yahoo.com](mailto:1saadalsheekhly@yahoo.com))

**المستخلص:** وفي بداية الممارسة الرياضية يكون من الصعب اخراج الكفيف من عزلته وادماجه في النشاط الرياضي، ولذلك لابد ان يراعي المدرب الرياضي ذلك، وان يكتسب ثقة الكفيف اولا، إذ ان الهدف العام من ممارسة الرياضة هو التقليل من الاثار السلبية للإعاقة وليس زيادتها بإداء رياضات لا تتلائم مع نوع ودرجة الاعاقة والانشطة الرياضية، وهناك بعض الانشطة التي لابد ان يمارسها المكفوفون وهي الخاصة بتنمية اللياقة البدنية والحركية، لذلك تهدف الرياضة للمكفوفين الى استعادة كفاءتهم الوظيفية، فضلا عن تدريب الجهاز العضلي وتنمية لياقته ومساعدتهم على التأقلم في الحياة، يجب اهتمام بتنمية نظام التوازن بالجسم للمكفوفين، وذلك بزيادة الاعتماد على المستقبلات الحسية في الجلد والعضلات والمفاصل، لتعويض المستقبلات الحسية البصرية المفقودة، إذ لها دور في نظام التوازن بالجسم مع الجهاز العصبي والجهاز السمعي. يجب الاهتمام بتنمية القدرة الحركية للكفيف من رشاقة ومرونة وتوافق وتوازن ثابت وتوازن حركي، وتكمن اهمية البحث باستخدام برنامج تدريبي مقترح في تطوير الاداء الخططي للمكفوفين بكرة القدم

**ومن اهم لاستنتاجات التي توصل اليها الباحثان ما يلي:**

ان المكفوف يستطيع لعب كرة القدم عند توفر الامن والادوات المناسبة والمدربين المختصين والتي تولد لدى المكفوف الاستعداد البدني والنفسي لبذل الجهد.

ان اهم الامور الواجب مراعاتها عند اعداد التمرينات المستخدمة في المناهج التدريبية هي معرفة مستوى العينة وبالتالي وضع التمرينات والشدد وفق ذلك المستوى ومن الممكن ان ترفع الشد عند تحسين مستوى العينة تدريجيا.

**الكلمات المفتاحية:** وسائل سمعية، المهارات الاساسية، المكفوفين، كرة القدم.

## ١-المقدمة:

يعد الاهتمام بالرياضة بشكل عام والانجاز العالي بشكل خاص مقياساً للتقدم العلمي للشعوب. كما وتركز هذا الاهتمام في السنوات الأخيرة بالرياضة من خلال التنوع بالوسائل المستخدمة في التدريب والبرامج التدريبية وفقاً للتخطيط العلمي الصحيح ولمختلف شرائح المجتمع ومنها شريحة المعاقين. إذ تهيء لهم الفرص الكافية لتطوير قدراتهم البدنية والمهارية والحركية وذلك لحاجة هذه الشريحة إلى برامج خاصة تتناسب مع قابلياتهم الحركية واندفاعاتهم ورغباتهم الذاتية بغرض رفع مستواهم" (ابن المصدر)، وهناك بعض الأنشطة التي لا بد ان يمارسها المكفوفون وهي الخاصة بتنمية اللياقة البدنية والحركية، لذلك تهدف الرياضة للمكفوفين الى استعادة كفاءتهم الوظيفية، فضلاً عن تدريب الجهاز العضلي وتنمية لياقته ومساعدتهم على التأقلم في الحياة، يجب اهتمام بتنمية نظام التوازن بالجسم للمكفوفين، وذلك بزيادة الاعتماد على المستقبلات الحسية في الجلد والعضلات والمفاصل، لتعويض المستقبلات الحسية البصرية المفقودة، إذ لها دور في نظام التوازن بالجسم مع الجهاز العصبي والجهاز السمعي، يجب الاهتمام بتنمية القدرة الحركية للكفيف من رشاقة ومرونة وتوافق وتوازن ثابت وتوازن حركي، كذلك تغير الأوضاع من الوقوف ومن السقوط على الارض، لا بد ان يكون النشاط الرياضي الذي يمارسه الكفيف يتناسب مع نوع الإعاقة مع وجوب تشجيعه على الاستمرارية في الممارسة، وذلك لتنمية عناصر اللياقة البدنية العامة والخاصة، والتي تساعده على الحركة والعمل بكفاءة وقل جهد ممكن، وتحاشي الخطر" (خلف، قيس جيا، حيدر، علاء خلف، ٢٠١٧، ٣٥)، إن لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية التي تحتاج إلى المهارات الهجومية والدفاعية التي من شأنها تحديد المستوى الذي يلعب فيه الرياضيون، هذا فيما يخص الأصحاء، أما فيما يخص المعاقين فإن لها قوانين معدلة تتلاءم ونوع الإعاقة وحدتها، والذي من شأنه قيام المدرب المتخصص لكل نوع من أنواع الإعاقة أن يضع برنامجاً تدريبياً يتلاءم وخصوصية أفراد فريقه. من هنا جاءت أهمية البحث في وتكمن

أهمية البحث باستخدام برنامج تدريبي مقترح في تطوير المهارات الأساسية للمكفوفين بكرة القدم.

## ٢- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

١-٢ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة لملائمته ومشكلة البحث. وهو المنهج " الذي يعد الاختبار الحقيقي للعلاقات الخاصة بالسبب او الاثر، ويمثل الاقتراب الاكثر صدقاً لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة عملية " (محمد حسن علاوي واسامة كامل راتب، ١٩٩٩، ٢١٧) .

٢-٢ مجتمع البحث وعينته: اختار الباحثان عينة بحثه من الرياضيين المكفوفين والمسجلين في اللجنة البارالمبية فرع ديالى والبالغ عددهم (١٠) رياضياً مكفوفاً، كما تم الاستعانة بلاعبين اثنين مبصرين من نادي الخالص الرياضي لمركز حراسة المرمى، تم تقسيم العينة الى مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة القرعة اذ تكونت كل مجموعة من ٤ لاعبين يضاف لهم حارس مرمى مبصر تكون كل مجموعة فريق متكامل العدد.

الجدول (١) يبين تجانس العينة.

الالتواء	التباين	الانحراف المعياري	الوسيط	الخطأ المعياري	الوسط الحسابي	
-0.480	1.982	1.408	21.500	0.498	21.375	العمر
-0.237	9.429	3.071	66.500	1.086	66.500	الوزن
-0.304	1.554	1.246	170.00	0.441	170.125	الطول
-1.440	0.214	0.463	12.000	0.164	11.750	العمر التدريبي

اذ يبين الجدول (١) تجانس العينة في المتغيرات (العمر، الوزن، الطول والعمر التدريبي) اذ كان معامل الالتواء اقل من ٣ مما يدل على تجانس العينة.

## ٢-٣ الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات:

١-٣-٢ الأجهزة المستخدمة في الدراسة: (الجهاز الصوتي (الشخص الصوتي)، جهاز التواصل لحكام كرة القدم، حاسبة (لا بتوب) نوع Lenovo core i7، هاتف محمول (موبايل) نوع Samsung j7 .

**طريقة التسجيل:** يمنح اللاعب ثلاث محاولات ويحسب له اقل زمن. اذ يبدأ التوقيت لحظة دخول الكرة منطقة الاختبار الى حين السيطرة عليها وايقافها تحت القدم من قبل اللاعب المختبر.

**الأدوات المستخدمة:** كرة قدم ذات أجراس عدد ٣، صافرة، ساعة توقيت، قرطاسية واربعة شواخص بلاستيكية أرضية. -تعد المحاولة فاشلة إذا خرجت الكرة خارج منطقة الاختبار.

### ثانياً: اختبار المناولة:

اسم الاختبار: مناولة الكرة نحو هدف صوتي.

الغرض من الاختبار: قياس دقة المناولة للاعب المكفوف.

**وصف الاختبار:** تحدد منطقة الاختبار بطول ٣,٤٠ متر على الخط الجانبي، اذ يوضع في منتصف الخط هدف بأبعاد ١ متر × ١ متر وفوق الهدف يوضع جهاز صوتي يتم التحكم به من قبل المدرب، وعلى جانبي الهدف توضع ٤ شواخص على شكل أعمدة بارتفاع ٥٠ سم وعلى بعد ٣٠ سم عن قائمي الهدف وبين شاخص واخر أيضاً. وعلى بعد ١٥ متر امام الهدف يكون خط البداية للأداء. اذ يقوم اللاعب بعد سماع الجهاز الصوتي بمناولة الكرة باتجاه الصوت.

**طريقة التسجيل:** يؤدي اللاعب خمس محاولات. ويمنح ٥ درجة عند دخول الكرة الى الهدف و ٤ درجات عند مرور الكرة بين القائم والشاخص الأول وثلاث درجات عند مرور الكرة بين الشاخص الأول والثاني ودرجتان بين الشاخص الثاني والثالث ودرجة واحدة بين الثالث والرابع، ومن كلا الجهتين.

**الأدوات المستخدمة:** كرة قدم ذات أجراس عدد ٥، هدف بأبعاد ١ متر × ١ متر، شواخص عمودية عدد ٨، شريط قياس إضافة الى الشاخص الصوتي.

-تعد المحاولة فاشلة إذا خرجت الكرة خارج منطقة الاختبار

### ثالثاً: اختبار الجري بالكرة:

اسم الاختبار: الجري بالكرة لمسافة ١٠ متر .

الغرض من الاختبار: قياس سرعة الجري بالكرة.

**وصف الاختبار:** تحدد منطقة الاختبار بخط ١٠ متر وفي منتصف الملعب طولياً، يوضع على نهايتي الخط جهاز

**٢-٣-٢ الأدوات المستخدمة:** (كرة قدم ذات أجراس عدد ٥، شواخص بلاستيكية عدد ١٠، هدف بأبعاد ١١ x متر، عصابة عين عدد ٢٠، قرطاسية، صافرة، بطارية جافة ٩ فولت عدد ٢٠، اسمنت ابيض، شريط قياس).

**٣-٣-٢ وسائل جمع المعلومات:** (المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية، المقابلات الشخصية، شبكة المعلومات (الانترنت)، الاختبارات والمقاييس).

### 2-4 إجراءات البحث الميدانية:

**٢-٤-١ اعداد المنهج التدريبي:** قام الباحثان بعد الاطلاع على المصادر العلمية العربية والأجنبية واجراء بعض المقابلات الشخصية مع ذوي الاختصاص ومشاهدة العديد من مباريات وتدريبات المكفوفين عبر اليوتيوب والتعرف على اهم ما يلزم المكفوفين في التدريب، بوضع مفردات المنهج التدريبي المستخدم في الدراسة من تمارين وتوقيات وعرضها على البعض من أصحاب الاختصاص في التدريب الرياضي، وتوفير أدوات التدريب الخاصة باللعبة من كرات وواقيات للعين والاتفاق على مكان التدريب، اذ تم شراء الكرات والواقيات عن طريق موقع الامازون الالكتروني بواسطة احد الأصدقاء المقيم في المانيا إضافة الى الواقيات التي قام الباحثان بصنعها في البيت بمواد بسيطة، والاتفاق مع اللجنة البارالمبية فرع ديالى بتوفير مكان التدريب الذي خصه مشكوراً مستثمر منتدى الكاطون في ديالى وابدى تعاونه مع الباحثان.

### ٢-٤-٢ الاختبارات المستخدمة في الدراسة:

#### أولاً: اختبار السيطرة على الكرة:

اسم الاختبار: استلام الكرة والسيطرة عليها.

الغرض من الاختبار: قياس إمكانية اللاعب المكفوف في سرعة السيطرة على الكرة.

**وصف الاختبار:** تحدد منطقة الاختبار بمربع ٢ متر × ٢ متر يقع على الخط الجانبي من الملعب ويقف اللاعب في منتصف منطقة الاختبار وعلى الخط الجانبي، وعلى بعد ١٠ متر يقف المدرب الذي يقوم بركل الكرة متدرجة الى منطقة الاختبار.



في يوم السبت الموافق ٢٠١٩/٣/١٦ وفي تمام الساعة الرابعة والنصف عصراً وعلى ملعب خماسي الكرة في منتدى الكاطون في ديالى، للتعرف على عمل وصلاحيات الشاخص الصوتي والسماعة الخاصة بالحكام ومدى وملاءمتها واستيعابها من قبل عينة البحث وإمكانية المكفوفين من سماع الشاخص الصوتي ولأي مسافة ممكن سماعه إضافة الى سماع البلوتوث التي يسمع من خلالها التوجيهات والتعليمات لكي يتحرك وفق ذلك. ٢٢م. كما ان سماع البلوتوث كانت مناسبة لإعطاء التعليمات كما انها غير معرقله لحركة اللاعب.

#### ٢-٣-٤-٢ التجربة الاستطلاعية الخاصة

**بالاختبارات المهارية:** في يوم الاثنين الموافق ٢٠١٩/٣/١٨ وفي تمام الساعة الرابعة والنصف عصراً وعلى ملعب خماسي الكرة في منتدى الكاطون في ديالى، أجري الباحثان تجربة استطلاعية ثانية للتعرف على صلاحية وملاءمة الاختبارات المهارية للعينة إضافة الى التعرف على إمكانية فريق العمل المساعد في إدارة الاختبارات إضافة الى مدة كل اختبار وطرق تسجيل النتائج وتوفير الأدوات اللازمة لكل اختبار مع تسجيل وتثبيت جميع الظروف لمراعاتها في الاختبار البعدي .

#### ٢-٤-٤ المعاملات الإحصائية:

٢-٤-٤-١ **الصدق:** الصدق من الأسس العلمية التي يجب ان يتصف بها الاختبار الجيد انه " مدى صلاحية الاختبار أو المقياس في قياس ما وضع من أجله " (يلي السيد فرحات، ٢٠٠٥، ص٣٥).

اذ اعتمد الباحثان في استخراج معامل الصدق للاختبارات المهارية على صدق المحتوى إذ "يعتمد صدق المحتوى للاختبار بصورة أساسية على مدى إمكانية تمثيل الاختبار لمحتويات عناصره، وكذلك المواقف والجوانب التي يقيسها تمثيلاً صادقاً ومتجانساً وذات معنوية عالية لتحقيق الهدف الذي وضع من أجله الاختبار (علي سلوم جواد الحكيم، ٢٠٠٤، ٢٣).

صوتي (الشاخص الصوتي)، اذ يبدأ اللاعب الاختبار عند سماعه الشاخص الأول بالتحضير والسيطرة على الكرة وتجهيزها للجري بها وعند انطفاء الصوت الأول ينطلق الصوت الثاني ليقوم اللاعب بدرجة الكرة باتجاهه .

**طريقة التسجيل:** يحسب الزمن المستغرق من لحظة انطلاق الصوت الثاني الى وصول اللاعب واجتياز الشاخص.

**الأدوات المستخدمة:** (كرة قدم ذات أجراس عدد ١، ساعة توقيت، قرطاسية إضافة الى الشاخص الصوتي).  
-تعاد المحاولة عند فقدان الكرة .

#### رابعاً: اختبار التهديد:

اسم الاختبار: التهديد نحو المرمى المقسم الى خمسة اقسام طولية.

**الغرض من الاختبار:** قياس دقة التهديد للاعب كرة القدم المكفوفين.

**وصف الاختبار:** تحدد منطقة التهديد من خط ال ٩ متر، ويقسم المرمى الى خمسة اقسام طولياً متساوية بالقياس أي ٦٠ سم لكل قسم، ويوضع على قائمي المرمى أجهزة صوتية يتحكم بها المدرب لتحديد ابعاد المرمى للاعب المكفوف، اذ يبدأ الاختبار عند تشغيل الأجهزة الصوتية بالتعاقب لمدة ٥ثانية لكل محاولة اذ يقوم اللاعب بعدها بالتهديد نحو المرمى.

**طريقة التسجيل:** يعطى للاعب ١٠ محاولات ويمنح ٣ درجات عند دخول الكرة في المنطقة رقم ٣ من الجانبين ودرجتان عند دخول الكرة المنطقة رقم ٢ ومن الجانبين ايضاً ودرجة واحدة عند دخول الكرة منتصف الهدف في المنطقة رقم ١، وصفر إذا ذهبت الكرة الى خارج المرمى. ما عند ارتطام الكرة بالعمود فتعطى ثلاث درجات إذا دخلت الكرة للمرمى وصفر إذا خرجت عن المرمى.

**الأدوات المستخدمة:** كرة قدم ذات أجراس عدد ٥، قرطاسية، شريط قياس، اشرطة ملونة إضافة الى الجهاز الصوتي.

#### ٢-٤-٣ التجارب الاستطلاعية:

#### ٢-٤-٣-١ التجربة الاستطلاعية الخاصة

**بالشاخص الصوتي:** قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية

٢-٤-٤-٣ الموضوعية : الموضوعية هي " درجة الاتفاق فيما بين مقدري الدرجة" (محمد نصر الدين رضوان، ٢٠٠٦، ١٦٨). وبما ان الاختبارات التي وضعها الباحثان اعتمدت في قياسها على الساعة لقياس الزمن والدرجة لقياس الدقة فهي اختبارات غير خاضعة للاجتهاد والتأويل بين فريق العمل المساعد، كما ان الباحثان وضع تعليمات واضحة لكل اختبار وكيفية اجراءه وطريقة تسجيل نتائجه اذ ان النتائج في هذه الاختبارات تكون سهلة وواضحة " فالحصول على معامل موضوعية عالي لا بد ان يحدد للمحكمن طريقة القياس الصحيحة فاذا قام الفردان باستخدام نفس اجهزة القياس واتباع نفس التعليمات ونفس شروط الاجراء فان النتائج تكون واحدة تقريباً " (ليلي السيد فرحات، ٢٠٠٧م، ١٧٠) فضلا عن الاختبار الخططي الذي استعان الباحثان بذوي الاختصاص لغرض التعرف على موضوعية الاستمارة. اذ استخرج الباحثان معامل الارتباط بين تقدير حكمن من ذوي الاختصاص وكانت ذات موضوعية عالية.

٢-٤-٥ الاختبار القبلي: قام الباحثان بإجراء الاختبار القبلي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في يوم السبت الموافق ٢٠١٩/٣/٣٠ وفي تمام الساعة الرابعة عصراً مبتدئاً بتطبيق الاختبارات المهارية بمساعدة فريق العمل وبعدها باختبار الأداء الخططي بمساعدة فريق العمل والمحكمن إضافة الى اثنين من حراس المرمى المتواصلين مع الباحثان. وقد عمل الباحثان على تسجيل البيانات في أوراق اعدت مسبقاً لكل اختبار إضافة الى تثبيت جميع الظروف لمراعاتها في الاختبار البعدي.

٢-٤-٦ المنهج التدريبي: في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٩/٤/٢ بدأ الباحثان بتنفيذ المنهج التدريبي الذي أعده مسبقاً، اذ عمد الباحثان الى تقسيم المنهج التدريبي الى دوائر تدريبية متوسطة مدة كل دائرة تدريبية ثلاث أسابيع بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع تهدف كل دائرة تدريبية الى تطوير صفة محددة. ملحق (١).

واعتمد الباحثان في استخراج معامل الصدق لاستمارة الأداء الخططي على الصدق الظاهري اذ قام بتوزيع الاستمارة على مجموعة من الخبراء والمختصين في الاختبار والقياس وتدريب كرة القدم وخماسي كرة القدم والذي غالباً "ما يتم عن طريق الحكم المنطقي على كينونة او وجود السمة او الصفة او القدرة المعنية للحق عما إذا كانت وسيلة القياس المقترحة تقيسها فعلاً أو لا (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان، ٢٠٠٠، ٢٥٨).

٢-٤-٢ ثبات الاختبار: ويعني الثبات " مدى الدقة أو الاتقان أو الاتساق الذي يقيس به الاختبار الظاهرة التي وضع من أجلها" (محمد نصر الدين رضوان، ٢٠٠٦، ٩٨)، اذ قام الباحثان بإيجاد معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبارات المهارية والخططية وإعادتها في يومين مختلفين في التاريخ ومتشابهين بالظروف على عينة البحث اذ " إن هذه الطريقة تعتبر من أنسب الطرق لتحديد ثبات الكثير من المقاييس والاختبارات في المجال الحركي" (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان، ٢٠٠٠، ٢٨٣) اذ أجرى الباحثان التطبيق الأول للاختبارات المهارية والخططية في يوم السبت الموافق ٢٠١٩/٣/٢٣ وتمت إعادة الاختبارات في يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٣/٢٨، اذ تم تسجيل البيانات وتوثيقها ومعالجتها احصائياً لاستخراج معامل الارتباط البسيط (بيرسون) وكانت معاملات الارتباط ذات دلالة معنوية وكما مبين في الجدول (٢).

الجدول (٢) يبين قيم معامل الارتباط للمتغيرات المبحوثة

المهارة	الاجراءات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	نسبة الخطأ
المناوله	التطبيق الاول	٤,٧٥٠	٠,٤٥٢	١*	%٠,٠٠
	التطبيق الثاني	٤,٧٥٠	٠,٤٥٢		
السيطرة	التطبيق الاول	١٠,٠٠٠	٠,٧٣٩	٠,٩٤١**	%٠,٠٠
	التطبيق الثاني	٩,٥٠٠	٠,٦٧٤		
الجري بالكرة	التطبيق الاول	٦,٢٥٠	٠,٩٦٥	٠,٨٩٤**	%٠,٠٠
	التطبيق الثاني	٦,٦٦٧	١,١٥٥		
التهديف	التطبيق الاول	٩,٨٣٣	٠,٧١٨	٠,٩٢٤**	%٠,٠٠
	التطبيق الثاني	١٠,٠٠٠	٠,٨٥٣		

### ٢-٣ مناقشة نتائج المجموعة التجريبية في

#### الاختبارين القبلي والبعدي لمتغيرات الأداء المهاري:

من خلال عرض نتائج المجموعة التجريبية في اختبارات الأداء المهاري (المناوله، السيطرة على الكرة، الجري بالكرة والتهديف) القبليه والبعديه، ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الاختبارات البعديه، يعزو الباحثان ذلك الى التمرينات المتسلسله وفق اهداف محددة في كل وحدة تدريبية وكذلك الترابط التسلسلي للأهداف التي وضعت لكل دائرة تدريبية مع الهدف التالي للدائرة التدريبية التالية، كما ان استخدام الأجهزة الصوتية ساعد في ظهور الفروق في الاختبارات اذ ان الأجهزة الصوتية كانت مثير قوي وممتع لأفراد عينة البحث التجريبية.

وحرص الباحثان على ان يكون المحتوى العام للمنهج التدريبي متناسباً مع قدرات المكفوفين المهارية والحركية إضافة الى توفير الوسائل والأجهزة الصوتية التي سهلت على الكفيف الكثير من الأمور، اذ ان "من اهم الطرق التعويضية والبدلية التي يمكن استخدامها بشكل فعال في تدريب الكفيف هي تنمية مهارة الاستماع لديهم والتي تؤدي الى شد انتباههم بطريقة مشوقة" (سعيد العزة، ٢٠٠٠، ٢٣٨)، وبما ان الحرمان البصري الذي يعاني منه المكفوفين كان العائق لحركتهم فأنا الباحثان حرص على تقوية وتنشيط حاسة السمع في التعرف والتنقل بالكرة إضافة الى الدقة في الأداء لإصابة الأهداف الثابتة في المناولة والتهديف وبتكرار التمرينات التي تعمل على تقوية حاسة السمع أدى الى ظهور الفروق في السيطرة على الكرة عند استلامها او عندما تكون قريبة، فالحاجة الى إدراك مكانها وطريقة السيطرة عليها أصبحت اقل زمناً نتيجة التكرار.

(اذ تبرز أهمية الاستفادة من الحواس البديلة وخاصة حاستي السمع واللمس كأهم المنافذ البديلة التي تعوض فقد حاسة البصر حيث يتم الاعتماد الأكبر عليها عند المكفوفين ولذلك تزداد الحاجة لتطوير مهارة الاستماع واللمس لدى الكفيف (محمد إبراهيم أبو عون، ٢٠٠٧، ٢٧)، لذلك عمد الباحثان على ان تكون التمرينات في جو هادئ بعيد عن الضوضاء ليتمكن من إيصال المعلومات والايعارات وتطبيق التمرينات

٢-٤-٧ الاختبار البعدي : قام الباحثان بعد الانتهاء من تنفيذ فقرات المنهج التدريبي بالاختبارات البعديه للمجموعتين التجريبية والضابطة، وذلك في يوم الثلاثاء ٢٧/٨/٢٠١٩ وفي تمام الساعة الخامسة عصراً وعلى ملعب خماسي الكرة في منتدى الكاطون في ديالى، منفذاً جميع الاختبارات المهارية والخططية التي أجريت في الاختبار القبلي ومراعياً جميع الظروف التي ثبتها الباحثان مسبقاً بمساعدة فريق العمل والسادة المحكمين .

٢-٥ الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (spss).

### ٣- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

#### ٣-١ عرض وتحليل نتائج اختبارات الأداء المهاري

للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي: استخدم الباحثان اختبار ولكوكسن لاستخراج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغيرات الأداء المهاري للمجموعة التجريبية وكما مبين في الجداول الإحصائية التالية:

جدول (٣) يبين اختبار ولكوكسن بدلالة (٠,٠٥) لقيم الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الجدولية	المحسوبة	Wilcoxon		رتبة الفرق	الفرق	القبلي	البعدي	اختبار
		w+	w-					
٠,٠٠٠٥	٠	٠	١٠	٤	١١-	17	6	اختبار المناولة
				٢,٥	١٠-	16	6	
				٢,٥	١٠-	20	10	
				١	١٤-	19	5	
٠,٠٠٠٥	٠	١٠	٠	٣,٥	٢+	3	5	اختبار السيطرة
				٣,٥	٢+	2	4	
				١,٥	٣+	2	5	
				١,٥	٣+	2	5	
٠,٠٠٠٥	٠	١٠	٠	١	٦+	5	11	اختبار الجري بالكرة
				٣	٥+	4	9	
				٣	٥+	4	9	
				٣	٥+	5	10	
٠,٠٠٠٥	٠	٠	١٠	4	٩-	21	12	اختبار التهديف
				٢	١١-	21	10	
				1	١٢-	23	11	
				٣	١٠-	19	9	

لإحداث هذه الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي وأيضاً هناك الدافع والرغبة في التدريب من قبل اللاعبين المكفوفين فكانت الملاحظة الجميلة هي عدم تغيب اللاعبين عن الوحدات التدريبية والالتزام التام بالتعليمات والتوقيتات التي يعطيها المدرب والذي من خلال النتائج قام بدوره بجدية وعلى أكمل وجه بالاستمرار بالتدريب والممارسة.

" إذ ان التدريب والممارسة على مهارة معينة ضمن واجب حركي يؤديان الى زيادة الخبرة واحداث تطور في الأداء لذلك فان الممارسة تعد اهم متغير في عملية التعليم والتدريب والتطوير للمهارات المعقدة وحتى البسيطة" (قاسم لزام وآخرون، ٢٠٠٥، ٥٦)، فمن خلال النتائج الإحصائية الدالة لصالح الاختبار البعدي يتبين ان المدرب استخدم تمارين تناسب مع العينة والمتغيرات قيد البحث خلال الوحدات التدريبية للمجموعة الضابطة مراعيًا فيها الشدد التدريبية والطريقة التدريبية التي بينت فاعليتها في اظهار الفروق.

### ٣-٥ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الأداء المهاري:

جدول (٥) يبين اختبار مان وتتي بدلالة (٠,٠٥) لقيم المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية

الدالة	الجدولية	Mann-whitney test			المناولة	
		المحسوبة	الكبرى	الصغرى	التجريبية	الضابطة
اختبار المناولة	٠,١٧١	٠	١٦	٠	11	17
					12	16
					10	20
					11	19
اختبار السيطرة	٠,١٧١	٠	١٦	٠	4	3
					3	2
					4	2
					5	2
اختبار الجري بالكرة	٠,١٧١	٠	١٦	٠	8	5
					7	4
					8	4
					8	5
اختبار التهديد	٠,١٧١	٠	١٦	٠	14	21
					15	21
					14	23
					13	19

للمكفوفين بشكل كامل وإبقاء اللاعب متيقظاً عن طريق تشجيعه في المشاركة المتكررة في التمرينات اذ يشير (Bischoff, 1979) الى ان التعلم الفعال عن طريق السمع يتطلب انتباه المتعلم وتركيزه واقترح إزالة المشتتات الخارجية او تقليلها الى اقصى حد ممكن وتشجيع المشاركة والتأكيد على ان المادة السمعية مفيدة وممتعة (Bischoff,R, 1979,9).

### ٣-٣ عرض وتحليل نتائج اختبارات الأداء المهاري للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي:

الجدول (٤) يبين اختبار ولكوكسن بدلالة (٠,٠٥) لقيم الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

الجدولية	المحسوبة	Wilcoxon		رتبة الفرق	الفرق	البعدي	القبلي
		w+	w-				
٠,٠٠٠٥	٠	٠	١٠	٢,٥	٤-	11	7
				١	٥-	12	7
				٤	١-	10	9
				٢,٥	٤-	11	7
٠,٠٠٤٧	٠	٣	٠	٢	١+	4	5
				١	٢+	3	5
				٠	٠	4	4
				٠	٠	5	5
٠,٠٠٠٥	٠	١٠	٠	٢,٥	٢+	8	10
				١	٤+	7	11
				٢,٥	٢+	8	10
				٤	١+	8	9
٠,٠٠٠٥	٠	٠	١٠	1	٤-	14	10
				٢,٥	٣-	15	12
				4	٢-	14	12
				٢,٥	٣-	13	10

### ٣-٤ مناقشة نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات الأداء المهاري:

من خلال النتائج التي ظهرت في الجدول الإحصائية (٤) تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغيرات الأداء المهاري (المناولة، السيطرة على الكرة الجري بالكرة والتهديد) للمجموعة الضابطة. مما يعني ان المنهج التدريبي المتبع مع المجموعة الضابطة له تأثير إيجابي في احداث فروق إحصائية كما ان الفترة التدريبية كانت مناسبة



صوتي على ان يتم بصورة مستمرة بان يجري بمساعدة مرشد ثم يجري بمفرده واستخدام التغذية الراجعة ليكون هناك صلة بين التوجه والحركة (Berner, CortherineL, comp.Lindh Peter, 1980, 39)، وكان المنهج التدريبي محددًا بأهداف بين التوجه والحركة اذ كان لكل تمرين هدف محدد إضافة التعليمات والتوجيهات من قبل المدرب والتي هي ايعازات لأشكال الحركة .

واضافة الى استهداف حاسة السمع للاعبين المكفوفين استهدف الباحثان حاسة اللمس عن طريق التنبيه دائما بوضع الذراعين اماماً وذلك لتفادي أي عارض وللإحساس بأبعاد الملعب، كما انها تعد وسيلة لتحديد الوجهة التي يتحرك اليها اللاعب المكفوف مما أدى تطور الحركة لديهم "لان التطور الأساسي للإدراك الحركي ينمو لدى المكفوفين بطريقة مباشرة وغير مباشرة بتعرضهم لخبرات حركية مختلفة من خلال اللمس حتى يصبح قادرا على التوجه والتحرك" (محمد نشأت احمد، ١٩٩٧، ١٠٩)، ومن خلال التوجه والحركة وفق التمرينات المعدة سواء بالكرة او بدونها جعل اللاعب المكفوف عارفاً بالمكان والمسافات التي يتحرك باتجاهها والهدف من حركته، هذا ما لاحظته الباحثان من حركة اللاعبين اثناء التمرينات اذ كانت حركاتهم اسرع واصح مما كانت عليه أي ان اللاعبين أصبحت لديهم الثقة بالنفس عند تنفيذ الحركات باتجاه الصوت او وفق الايعاز وبدأ المكفوف يعي ويفهم التعليمات التي يصدرها المدرب او المرشد او حارس المرمى وينفذها ويتحرك بموجبها بشكل اسرع مما كان عليه واصبح متكيفا مع البيئة التي حوله اذ ان المتابع للتدريبات يشعر بهذا التغيير بشكل سريع اذ كان "من الضرورة الاهتمام بأداء التدريبات على الحركة للتعرف على المكان والمسافات وان معرفة اتجاه الصوت ساعدهم في أداء المهارات الحركية مستخدمين حاسة السمع لتحديد الحركة والتكيف بين حاسة السمع وحركة الكفيف مما يكسبه ثقة بالنفس" (Anthony, Best: 1992, p159) .

"ان الكفيف لابد ان يتعلم طرق أخرى ليصبح متكيفاً مع البيئة من حوله عن طريق استخدام الحواس الأخرى مثل اللمس وذلك عن طريق التدريبات الرياضية والتحرك وتشجيعهم

### ٣-٦ مناقشة نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لمتغيرات الأداء المهاري:

من الجدول (٥) التي تبين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الأداء المهاري والتي أوضحت وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح المجموعة التجريبية في جميع الاختبارات، اذ ان الأداء المهاري يمثل جميع الحركات الهادفة التي تؤدي لغرض معين في الحدود التي يسمح بها قانون اللعبة ويتوقف على أدائها واتقانها وصول اللاعب الى المستوى الذي يرغب به وبالتالي وصول الفريق الى مستوى مهاري أعلى.

ولقد عمد الباحثان في المنهج التدريبي الى استهداف الأداء المهاري اولاً، وتحقيق اهداف تدريبية في هذه المراحل التي تتكون من دوائر تدريبية ذات اهداف محددة ومتسلسلة وفق ما تحتاجه نوعية اللاعبين وصولاً الى الهدف الأخير وهو الأداء الخططي.

اذ يعزو الباحثان تطور المجموعة التجريبية في الأداء المهاري الى نوعية التمرينات المستخدمة وتأثيرها الفعال في تطوير مستوى أداء اللاعبين المكفوفين، فاستخدام الأجهزة السمعية التي تصدر أصواتاً في التمرينات جعلت اللاعبين المكفوفين أكثر دراية بأبعاد الملعب واتجاه حركتهم وكذلك الاحساس بالأمان مما جعل التدريب منتظم بشكل مؤثر اذ ان "تحرك الكفيف نحو مثير صوتي بصفة منتظمة يعتبر احدى اشكال التدريب المنتظم وذلك لخفض نسبة الخطأ او الانحراف عند التوجه نحو مصدر الصوت (Anthony.B.Best:Teaching 167, 1992, وهذا ما اكد عليه المنهج المستخدم فمن خلال الممارسة المنتظمة قام الباحثان بالزيادة التدريجية للمسافات والتكرارات خلال الوحدات التدريبية اذ كان التدرج بالتمرينات من السهل الى الصعب فكانت التمرينات تشمل تحرك الكفيف مع مرشد وبعد ذلك بمفرده ببطء وبعد ذلك بدأت السرعة بالتصاعد وبدأ الأداء الحركي بالتحسن اذ ساعدت الوسائل السمعية بتقليل الأخطاء وهذا ما أكده Berner في دراسة عام ١٩٨٠ "من الضروري سير الكفيف بخط مستقيم نحو مثير

الشخص الصوتي الأول ثم الثاني والثالث امرا مشوقا بالنسبة لهم كما انه تحدياً بين اللاعب والاعاقاة، " إذا ان الأنشطة والتدريبات المنتظمة للمكفوفين تعد أساسية لهم لذا لابد ان يتعامل الكفيف مثل المبصر في التدريبات الرياضية التي تكون مصدر للسعادة وطريقة لإطلاق الطاقة المختزنة لديهم" (Leonardt, M, 1990, 41). ويرى الباحثان ان تمارينات الإحساس بالمكان وتمارين الإحساس بالكرة ساعد من ناحية أخرى في تطوير مهارة الجري بالكرة نتيجة لارتباطها بالاتجاهات وما يصاحبها من تغيير، هذه التمارينات التي وضعت وفق أسس علمية بما يتلائم ومستوى العينة واعاقتهم البصرية وكذلك التخطيطي السليم للتمارين ضمن المنهج التدريبي بما يضمن التأثير الإيجابي في مستوى الأداء المهاري للعينة مراعيًا التدريج بالشدد التدريبية " اذ يتميز التدريب في كرة القدم بالتخطيط والتنظيم والاستمرار، وعلى اسس علمية لما يضمن مدة التأثير الايجابي على مستوى اللاعب واستمراره كمقدمة في الجوانب المختلفة لكرة القدم كبدء التدرج في ارتفاع مستوى الحمل والتوقيت الصحيح لتكراره " (ضياء منير فاضل، ٢٠٠٦، ١٢٥)، اما في مهارة التهديف فكان للوسائل السمعية الدور الفعال في ظهور الفروق الإحصائية بين المجموعتين وذلك لأنها حددت المجال المكاني للتهديف، اذ ان في كرة القدم للمكفوفين الاعتماد الكبير على حاسة السمع في تحديد الاتجاه اذ عمد الباحثان الى ادخال مثير صوتي في قائمي المرمى الذي أدى الى زيادة مقدرة الكفيف في تحديد المسافة والابعد بينه وبين المرمى وبالتالي التأثير الإيجابي في دقة أداء مهارة التهديف، إضافة الى التمارينات التي كانت تستهدف حاسة السمع من خلال اصدر صوت لفترة قليلة من الزمن يرتفع تدريجيا وفق صعوبة التمرين وطول المسافة بين بداية الحركة والرمى .

على الحركة داخل المنزل والمدرسة والملعب (Bonnie) (2, Dodson, Burk Everttw. Hila, 1989)، ففي اختبار المناولة الذي شهد فروقا ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية الذي يعزوه الباحثان للتمارين التي استخدمها في المنهج التدريبي وترتيبها وتنظيمها من حيث عدد التمارينات والتكرارات المؤداة لكل تمرين إضافة الى نوعية التمارينات التي كانت ملائمة ومستوى العينة وحاجاتهم وملائمة للمهارة إضافة الى استخدام الوسائل السمعية والأدوات كأهداف صغيرة او شواخص لغرض أداء المناولة بدقة والتي ساهمت بتحديد المكان الذي ترسل اليه الكرة .

كما ويعزو التطور الحاصل في مهارة السيطرة على الكرة الى عدة أسباب منها التركيز على أداء المهارة بشكل فردي حر او مع الزملاء او مع المدرب والمرشدين، الامر الذي أدى الى زيادة وتنمية الإحساس بالكرة وتوافق حاسة السمع مع حركة الكرة وبالتالي توجيه حركة القدمين بصورة صحيحة تؤدي الى السيطرة على الكرة ونتيجة لتكرار التمارين الخاصة بالسيطرة على الكرة ونوعيتها والوقت المخصص لها في المنهج ، زاد إحساس اللاعب المكفوف بالكرة وحركتها وتطورت استجاباته الحركية تجاه الكرة وادت الى اكتساب خبرة حركية تساعده في التعامل مع الكرة "اذ ان الاحساس بالكرة ينمو عند اللاعب مع التمرين، ويكون نوعاً خاصاً من الملاحظة العالية التي تجعله يستطيع التعامل مع الكرة بخبرته، وان تمارينات السيطرة على الكرة التي تخلق الاحساس، تجعل (الصدافة) بين اللاعب والكرة قوية، مما يجعلها طوعه وتحت سيطرته في أثناء الحركة" (حنفي محمود مختار، ١٩٩٣، ٩٧) وفي الفروق الإحصائية التي ظهرت في اختبارات الجري بالكرة يعزوها الباحثان الى التمارينات التي كان لها الأثر الكبير في ظهور تلك الفروق، اذ كان الزمن المحصص لتمارين الجري بالكرة مناسباً للعينة ومؤثراً في الأداء كما ان نوعية التمارينات كانت ملائمة لحركة اللاعبين المكفوفين إضافة الى الارشاد والتوجيه المستمر من قبل الكادر التدريبي أدى الى معالجة الأخطاء وتذليل الصعوبات التي تواجه اللاعبين بالإضافة الى ادخال الوسائل السمعية التي جعلت من الجري بالكرة ممتعا اذ ان الوصول الى

- [15] Anthony.B.Best:Teaching Children with visual impairment ,1992.
- [16] Berner, Cortherine L,comp.Lindh Peter: Orientation and mobility curriculum ,crossroads to independence ,Georgia dept of education , Atlanta, office of the state school and special sevice,1980.
- [17] Bonnie Dodson,Burk Everttw.Hila:An orientation mobility primer for fanmilies and young children , American foundation the blind, New York,1989.
- [18] Leonnardt,M:Apreliminary report on mannerisms and blindsms of visual impairment and blindness may, 1990.

#### ٤- الخاتمة:

ومن اهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحثان ما يلي.

- ١- ان المكفوف يستطيع لعب كرة القدم عند توفر الامن والادوات المناسبة والمدرسين المختصين والتي تولد لدى المكفوف الاستعداد البدني والنفسي لبذل الجهد .
  - ٢- ان اهم الامور الواجب مراعاتها عند اعداد التمرينات المستخدمة في المناهج التدريبية هي معرفة مستوى العينة وبالتالي وضع التمرينات والشدد وفق ذلك المستوى ومن الممكن ان ترفع الشد عند تحسين مستوى العينة تدريجيا.
- اما اهم التوصيات فكانت:

- ١- ضرورة الاهتمام بهذه الشريحة من المجتمع ومساعدتهم في تحقيق رغباتهم مهما كانت صعبة.
- ٢- الاهتمام بشكل اكبر ب الفعاليات الرياضية الجماعية من قبل اللجان الفرعية في جميع محافظات العراق لان البطولات الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة تقتصر على الالعاب الفردية

#### المصادر:

- [١] سعيد العزة؛ التربية الخاصة لذوي الاحتياجات الخاصة العقلية والبصرية والسمعية والحركية، ط١، دار العالمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن ،٢٠٠٠.
- [٢] ضياء منير فاضل؛ تأثير تمرينات خطوية تعليمية بأسلوب اللعب في تعلم واحفاظ وتكوين الأداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، العراق، ٢٠٠٦.
- [٣] علي سلوم جواد الحكيم: الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، القادسية، الطيف للطباعة، ٢٠٠٤.
- [٤] قاسم لزام وآخرون: أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم، بغداد، ٢٠٠٥.
- [٥] ليلي السيد فرحات : القياس والاختبار في التربية الرياضية ، ط٣ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٥.
- [٦] محمد إبراهيم أبو عون : فعالية استخدام برنامج ابصار (virgo) في اكساب مهارات استخدام الحاسوب والانترنت لدى الطلاب المكفوفين بالجامعة الإسلامية بغزة ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة ،فلسطين، ٢٠٠٧.
- [٧] محمد حسن علاوي واسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس: القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩.
- [٨] محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠.
- [٩] محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط٢، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠.
- [١٠] محمد نشأت احمد؛ تنمية خاصتي تحديد الاتجاه والمسافة وتأثيرهما على اهم مظاهر السلوك الحركي لدى التلاميذ المكفوفين من ٦-١٢ سنوات، أطروحة دكتوراه، جامعة الإسكندرية، مصر، ١٩٩٧.
- [١١] محمد نصر الدين رضوان : المنخل الى القياس للتربية البدنية والرياضية ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٦.
- [١٢] محمد نصر الدين رضوان: المنخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية، ط١، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٦.
- [١٣] حنفي محمود مختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، مصر ، القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٣.
- [14]. Bishoff,R.: the least restrictive educational program, Education of the visually handicapped, 1979

## تأثير تمارينات خاصة وفق اسلوب التضمين (الاحتواء) في تطوير بعض القدرات التوافقية ودقة مهارة

### التهديف بالرأس من الثبات بكرة القدم بإعمار ١٣-١٥

م. رياض هاني جودة<sup>1</sup> م.م فارس حسين خضر<sup>2</sup>

وزارة التربية/تربية الرصافة الثاني/الاشراف التربوي<sup>1</sup>

وزارة التربية/مديرية تربية صلاح الدين/الاشراف التربوي<sup>2</sup>

(<sup>1</sup> saadalsheekhly@yahoo.com)

**المستخلص:** نظرا للتقدم الكبير لفعالية كرة القدم وشعبيتها جعل المختصين والخبراء في مجال التدريب والتعلم لاستخدام اساليب التطور لهذه اللعبة لما تعتمد على المرتكزات الاساسية في اداء المهارات فيها. ومنها التطور في القدرات التوافقية كالمرونة والرشاقة والتوافق في دقة مهارة التهديف بالرأس من الثبات لإفراد عينة البحث بإعمار ١٣- ١٥ سنة من مركز مدرسة عمو باب بكرة القدم ونظراً لأهمية القدرات التوافقية في دقة التهديف، استخدم الباحثان اسلوب التضمين (الاحتواء) الذي يساوي لإصحاب القدرات الضعيفة لتعلم المهارة واتقانها لذلك لجأ الباحثان الى استخدام هذا الاسلوب لتعلم القدرات التوافقية وتدريبها في دقة مهارة التهديف بالرأس من الثبات اثر تمارينات خاصة لحل المشكلة لذلك هدف البحث الى وضع تمارين توافقية واثرها في تطوير دقة مهارة التهديف في الرأس من الثبات اما فروق البحث ان هناك علاقة بين الاختبارات القبلية والبعدي لتطوير القدرات التوافقية ودقة التهديف لإفراد عينة البحث، كما استنتج البحث ان هناك فروق معنوية باستخدام التمارين لأسلوب التعلم التضمين الاحتواء في تطوير القدرات التوافقية ودقة مهارة التهديف بالرأس من الثبات في الاختبار البعدي كما اوصى الباحثان ان استخدام تمارين اضافية على تطوير قدرات اخرى لاستخدام أنشطة رياضية لفعاليات مغارية.

**الكلمات المفتاحية:** اسلوب التضمين (الاحتواء)، القدرات التوافقية، كرة القدم.



## ١- المقدمة:

العينة وفق متطلبات بعض القدرات التوافقية كالمرونة والتوافق والرشاقة في دقة مهارة التهديف بالرأس لأفراد العينة كون هذا الأسلوب من التعلم للتضمنين (الاحتواء) يعطي للمتعلم الاهتمام الكافي لتعلم واتقان المهارة. ومن ذلك أصبح واحد من الأمور المهمة التي يجب على المدرب في تحديد مستوى أداء لاعبيه لإتقان المهارة وفق بعض القدرات التوافقية كالرشاقة والمرونة والتوافق الخاصة بكرة القدم لأفراد عينة البحث.

### أهداف البحث:

١- وضع تمارين توافقية لتطوير دقة مهارة التهديف بالرأس لأفراد العينة.

٢- التعرف على تأثير هذه التمارين في دقة مهارة التهديف بالرأس لأفراد العينة.

### فروض البحث:

١- هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبالية والبعدية للقدرات التوافقية لأفراد العينة.

٢- هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبالية والبعدية للقدرات التوافقية ودقة مهارة التهديف بالرأس لأفراد العينة.

### مجالات البحث:

**المجال البشري:** لاعبو مدرسة عمو بابا بكرة القدم بإعمار ١٣-١٥ سنة.

**المجال الزمني:** للفترة من ٢٠١٩/١٠/٣٠ لغاية ٢٠١٩/١٢/٣٠

**المجال المكاني:** ملاعب وزارة الشباب والرياضة/ملعب المرحوم علي حسين شهاب للفئات العمرية

### تحديد المصطلحات:

-**التضمنين (الاحتواء):** وهو أسلوب تدريسي يأخذ بنظر الحسبان مستويات اللاعبين وذلك يأخذ القرار عند أداء المهارة أو الحركة من المستوى الذي يمكن أداءه ضمن العمل الواحد لقدرات اللاعب للاشتراك في العمل الحركي

أخذت كرة القدم الاهتمام العالمي المتزايد كونها من أكثر الألعاب شعبية في العالم وشهدت تطوراً متزايداً في السنوات الأخيرة على نطاق دولي واسع في نواحيها البدنية والتوافقية والخطية والتي ترتبط بعلاقات متداخلة، لذا تلعب القدرات التوافقية دوراً مهماً في تحقيق الانجاز، وذلك اعتمدت هذه النواحي على أداء المهارات فيها، ومنها مهارة التهديف بالرأس إحدى المرتكزات الأساسية في هذه اللعبة، ومن خلال اتقان مستوى الأداء لهذه المهارة كونها عنصر من عناصر الفوز بعد جهد أداء الفريق وتعد هذه المهارة من المهارات الصعبة والمهمة في تحقيق الأهداف كون منغذي هذه المهارة يجب أن يمتازوا بقدرات توافقية لإتقان المهارة وتسجيل الأهداف من خلال ذلك، ومن هنا قام الباحثان باستخدام أسلوب تمارين خاصة للقدرات التوافقية ضمن التعلم بأسلوب التضمنين والذي يعد أحد أساليب التعلم لاحتواء وضع اللاعبين ضمن تعلم هذه المهارة في الوحدات التدريبية التعليمية بشكل فعال ويتمشى مع القدرات الخاصة التوافقية للاعبين كرة القدم بدل أبعاد لأصحاب القدرات الضعيفة والذي يعد هذا الأسلوب أسلوباً فعالاً، لذلك أن يؤخذ هذا الأسلوب بنظر الحسبان المستويات للتعلم لأفراد العينة لإتقان المهارة لذلك يتخذ القرار لأداء الحركة في المستوى الذي يعكس ضمن العمل الواحد، أن التهديف وتطوير الموضوعات المهمة في التدريب للموهوبين يؤخذ بنظر الحسبان على تطوير قابلياتهم التوافقية الفعالة لأداء مهارة دقة التهديف بالرأس لأفراد العينة باستخدام هذا الأسلوب المتقن الجديد.

**مشكلة البحث:** على الرغم من التطور الحاصل في المجالات كافة وكرة القدم بصورة خاصة في أساليب تعلم المهارات ولاسيما مهارة التهديف بالرأس، لكن هذه الأساليب في التعلم تواجه مشاكل عديدة تحول من دون التقدم وإتقان المهارات ولاسيما مهارة التهديف بالرأس كونها جاءت لنهاية هجمة من جهد فريق كامل، لذلك فان الباحثان باستخدام أحد أساليب التعلم وهو أسلوب التضمنين (الاحتواء) لإتقان المهارة لأفراد

تمثل حاجة ضرورية لتحقيق أهداف البحث هي: (المصادر العربية والأجنبية، الاختبارات والقياس، فريق مساعد).

### 2-3-2 الأدوات المستخدمة في البحث: (ساعة توقيت

عدد (٢)، شريط قياس، شريط لاصق، أهداف كرة قدم قانونية، كرات قدم عدد (٧)، ملعب تدريب قانوني، صافرة، قاذف كرات، اربطة بلاستيكية، مانيرا تصوير حديثة، حاسبة (لايتوب).

### ٢-٤ ترشيح الاختبارات المستخدمة بالبحث:

أولاً: اختبار الرشاقة: الركض الزكزاكي (٧×٢ متر) بوجود (٥) موانع.

الهدف من الاختبار: قياس الرشاقة

الأجهزة والأدوات: (٥) موانع أو كراسي منخفضة، ساعة توقيت، خطن بداية ونهاية.

وصف الاختبار: من الوقوف عند خط البداية بعرض متر واحد والذي يبعد عن أول مانع (٣) أمتار، الجري بين الموانع الخمس والتي تبلغ المسافة بين كل مانع وآخر أقرب إلى ١٠/١ أ.ثا.

ثانياً: اختبار التوافق: اختبار الدوائر المرقمة (٧: ٨):

الهدف من الاختبار: قياس توافق الرجلين والعينين.

الأجهزة والأدوات: ساعة توقيت، يرسم على الارض ثماني دوائر على أن يكون قطر كل منها (٦٠سم)، ترقم الدوائر من (١-٨).

وصف الاختبار: يقف المختبر داخل الدائرة رقم (١) عند سماع اشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معاً إلى الدائرة (٢) ثم إلى الدائرة رقم (٣) ثم الدائرة رقم (٤) حتى رقم (٨)، يتم ذلك بأقصى سرعة.

التسجيل: يحسب للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني دوائر بالثواني.

ثالثاً: اختبار المرونة: اختبار دقة مهارة التهديد بالرأس من الثبات (٩: ٦٢).

اسم الاختبار: دقة التهديد بالرأس من الثبات.

المطلوب. وحسب توفير فرص التنافس في الأداء الحركي (١: ٩٥).

دقة التهديد بالرأس: وهي إحدى المهارات المهمة في عمليات الهجوم لحسم نتيجة المباراة وتحصيل الهدف بعد عمليات نقل الكرة لحين فرصة التهديد (٢: ٤٣).

القدرات التوافقية: وهي مكونة من ثلاثة مكونات اساسية (المرونة والرشاقة والتوافق) تتميز بالأهمية المتساوية وكان كل صفة تتعامل داخلياً مع مكوناتها لتتفاعل مع اللاعبين الآخرين لأجل الوصول للمستويات العليا (٣: ٧٧).

### ٢-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث: "إن طبيعة المشكلة هي التي تحدد منهج البحث من أجل الوصول إلى الحقيقة وبالتالي الكشف عنها، وذلك عن طريق الاستقصاء الشامل والدقيق للظواهر والأدلة المتعلقة بمشكلة البحث" (٤: ٣١)، فالمنهج هو "الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم المختلفة، وذلك عن طريق جملة من القواعد العامة التي تسيطر على سير الفعل وتحديد عملياته حتى يصل إلى نتيجة مقبولة" (٥: ٦٤)، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته اجراءات البحث الميدانية.

2-2 مجتمع البحث وعينه: إن عملية اختيار العينة المناسبة تعد مسألة ضرورية لتحقيق أهداف البحث لأنها "ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختيارها على وفق قواعد وطرائق علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً" (٦: ٦٤). وبناءً على ذلك كان المجتمع الأصلي للبحث هم لاعبي مدرسة عمو بابا بكرة القدم والبالغ عددهم (١٦) لاعباً من مجتمع البحث والبالغ عددهم (٣٢) لاعباً ونسبتهم (%٥٠).

### 2-3 الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث:

2-3-1 وسائل جميع المعلومات: استخدم الباحث وسائل عدة لجمع المعلومات والبيانات المطلوبة للبحث، إذ

تضمنت (شدة وحجم وراحة وتكرار) بين المجاميع وللمفردات التدريبية لتعلم مهارة الكرة بالرأس لأفراد العينة وفق التعلم لأسلوب التضمنين لأفراد العينة، حيث قام الباحثان باستخدام تمارين التوافقية وفق الاساليب التدريبية لوحدة البرنامج التدريبي المعد حسب مفردات البرنامج، وحيث التكرارات للوحدة التعليمية، إذ يتم شرح المهارة وتصحيح الأخطاء والاستعانة بالمدرّب للتصحيح لتلقي التغذية الراجعة أو أبداء المساعدة مراعي لوحدة التعليم حسب قابلية اللاعب لأداء المهارة مع التدرج في صعوبة أداء المهارة بالتدرج للواجب الحركي لاحتواء جميع قابليات اللاعبين لأداء التمرين ويتضمن ذلك التصحيح بالمقارنة مع الواجب لتعلم المهارة ويحق له اتخاذ قرار:

- تكرار نفس الأداء لتعلم مهارة ضرب الكرة بالرأس.
- اختبار مستوى أعلى لصعوبة ضرب الكرة بالرأس.
- اختبار مستوى أدنى لتعلم أدنى ضرب الكرة بالرأس.

**2-6-3 الاختبار البعدي:** أجريت الاختبارات البعدية لأفراد العينة لمفردات القدرات التوافقية ودقة ضرب الكرة بالرأس قيد الدراسة يوم ٢٠١٩/١٢/٧ في وزارة الشباب والرياضة مدرسة عمو بابا بكرة القدم - ملعب المرجوم علي حسين شهاب للفئات العمرية.

**2-6-7 الوسائل الاحصائية:** استخدم الباحثان البرنامج الاحصائي (SPSS) ومنها استخراج: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قيمة (t) المحسوبة، قيمة (T) الجدولية).

**الأدوات:** مرمى مقسم إلى (١٨) فتحة على شكل أشرطة لاصقة محكمة ترقم بشكل واضح وأرقام متباعدة ومتفرقة.

**وصف الاختبار:** يتم اعطاء كل لاعب (٩) محاولات من الثبات و(٩) من حالة الحركة و(٣) يمين و(٣) من اليسار و(٣) من الأمام.

**التسجيل:** يتم تسجيل المحاولات التي تدخل من الفتحات والتي لا تدخل تهمل، ثم الاعتماد على جهاز قاذف الكرات لأداء الاختبار ومن ثم الاستعانة به من رئيس مدرسة عمو بابا من ثم تصحيحه من قبل باحث دراسات عليا.

**2-5 التجربة الاستطلاعية:** من أجل الحصول على نتائج

صحيحة ودقيقة في إتباع الاسلوب العلمي قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة (٢) لاعبين خارج عينة البحث يوم ٢٠١٩/١٠/٥، إذ كان الغرض من التجربة:

- ١-التعرف على مدى صلاحية الأجهزة المستخدمة للاختبارات.

- ٢-التعرف على المشاكل والصعوبات التي قد تظهر عند اجراء الاختبارات الرئيسية.

- ٣-معرفة الوقت المستغرق للاختبارات لمراعاة ذلك في الاختبارات الرئيسية.

- ٤-معرفة مدى كفاية فريق العمل المساعد.

**2-6 إجراءات البحث الميدانية**

**2-6-1 الاختبار القبلي:** أجريت الاختبارات القبلية يوم ٢٠١٩ / ١٠ / ٧ الساعة الثالثة عصراً في ملعب وزارة الشباب والرياضة لرعاية الموهبة الرياضية.

**2-6-2 البرنامج التدريبي:** في ضوء التجربة

الاستطلاعية أعد الباحث تمارين خاصة بالقدرات التوافقية (الرشاقة، المرونة، التوافق، ودقة مهارة التهديف بالرأس) وطبقت ضمن الوحدة التدريبية في الجزء الرئيس، وتضمن البرنامج وحدات تدريبية للقدرات التوافقية (الرشاقة، المرونة، التوافق)، في وحدات خاصة لوحدين تدريبيين في الاسبوع (الاثنين والاربعاء) من كل اسبوع ولمدة ثمانية أسابيع، إذ

### ٣- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

٣-١ عرض وتحليل المتغيرات قيد الدراسة الرشاقة والمرونة والتوافق ودقة التهديد بالرأس والاختبارات القبلية والبعدية للاختبارات ويبين فيها الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (T) المحتسبة وقيمة (T) الجدولية ومستوى الدلالة لمتغيرات البحث:

جدول (١) يبين الأوساط الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة وقيمة (T) الجدولية ومستوى الدلالة للمتغيرات التوافقية ودقة التهديد بالرأس لأفراد العينة.

المعالم الاحصائية للمتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	الدلالة الاحصائية
		ع	س	ع	س			
الرشاقة	ثا	٨,٨١	٠,٢٨٢	٨,٢٨٥	٠,١٥٩	٤,٣٢٧	٠,٠٠٥	معنوي
التوافق	ثا	٧,١٧٠	٠,٣٣٠	٦,٥١٢	٠,٢٤٠	٥,٣٢١	٠,٠٠٢	معنوي
المرونة	م/سم	١,١٦٩	٠,٠١٧	١,١٨	٠,٠٢٠	٣,٦٢١	٠,٠٠٣	معنوي
دقة التهديد بالرأس من الثبات	درجة	٧,٨٩٣	٠,١٧٢	٨,٨٨١	٠,٧١٦	٠,١٩٨	٠,٠٠١	معنوي

الجدول (١) يبين متغير الرشاقة إذ كان المتوسط الحسابي (٨,٨١) وانحراف معياري (٠,٢٨٢) في الاختبار القبلي، أما في الاختبار البعدي فكان المتوسط الحسابي (٨,٢٨٥) وانحراف معياري (٠,١٥٩) وقيمة (T) المحتسبة (٤,٣٢٧)، أما قيمة (T) الجدولية فكانت (٠,٠٥) وبدلالة معنوية للاختبار البعدي، أما متغير قدرة التوافق فكان المتوسط الحسابي في الاختبار القبلي (٧,١٧٠) وانحراف معياري (٠,٣٣٠)، أما في الاختبار البعدي للمتغير فإن الوسط الحسابي (٦,٥١٢) وانحراف معياري (٠,٣٣٠)، أما في الاختبار البعدي للمتغير فإن الوسط الحسابي (٦,٥١٢) وانحراف معياري (٠,٢٤٠)، أما قيمة (T) المحتسبة (٥,٣٢١) وقيمة (T) الجدولية (٠,٠٠٢) وبدلالة احصائية للاختبار البعدية معنوية. أما متغير المرونة فكان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (١,١٦٩) وانحراف معياري (٠,٠١٧)، أما في الاختبار البعدي كان المتوسط الحسابي لمتغير المرونة (١,١٨) وانحراف معياري

(٠,٠٢٠)، أما قيمة (T) المحتسبة (٣,٦٢١)، أما (T) الجدولية فكانت (٠,٠٠٣) وبدلالة معنوية لصالح الاختبار البعدي للمتغير. أما متغير دقة التهديد بالرأس فكان في الاختبار القبلي المتوسط الحسابي (٧,٨٩٣) وانحراف معياري (٠,١٧٢)، أما في الاختبار البعدي كان المتوسط الحسابي (٨,٨٨١) وانحراف معياري (٠,٧١٦)، أما قيمة (T) المحتسبة فكانت (٠,١٩٨)، أما قيمة (T) الجدولية فكانت (٠,٠٠١)، أما الدلالة الاحصائية كانت معنوية لصالح الاختبار البعدي لمتغير دقة التهديد بالرأس لأفراد العينة.

### ٣-٢ مناقشة النتائج:

من الجدول (١) تبين أن هناك فروق لصالح الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث لقدرة التوافق ودقة مهارة التهديد بالرأس، ويعزو الباحثان إلى استخدام وحدات التعلم المحتوية على محطات اضافية ساعدت في تنمية التمارين لتطوير القدرات التوافقية (المرونة والرشاقة والتوافق)، وهذا ما يتفق مع تطور مستوى أفراد العينة مع عباس وعبدالكريم السامرائي اللذان يريان "إن الواجبات الاضافية تؤدي إلى تصعيد الجهد عن التلاميذ ومن ثم تطوير مهاراتهم التوافقية والحركية وعناصر اللياقة البدنية لديهم" (٧: ٦١)، كما استنتج الباحثان النتائج لمعنوية الفروق لدقة مهارة التهديد بالرأس أيضاً في الاختبار البعدي، كما تشير عنايات محمد فرج إلى "أن استخدام واجبات اضافية في درس التربية الرياضية يهدف إلى الارتقاء بمستوى الأداء وتثبيت واتقان المهارات الحركية" (٨: ١٢١).

### ٤- الخاتمة:

أثبتت النتائج الاتي:

- ١- وجود فروق معنوية لصالح عينة البحث في الاختبار البعدي لمتغيرات قيد الدراسة لقدرة التوافق (الرشاقة والمرونة والتوافق ودقة مهارة التهديد بالرأس) لأفراد العينة.
- ٢- أن لاستخدام تمارين خاصة لوحدة اضافية له الأثر في تطوير القدرات التوافقية قيد الدراسة ودقة مهارة التهديد بالرأس لأفراد العينة.



### فيما اوصى الباحث بالاتي:

- ١- استخدام تمارينات اضافية تعمل على تطوير بعض المهارات الأخرى لفعاليات مغايرة.
- ٢- استخدام واجبات لتمرينات في تطوير أنشطة وفعاليات أخرى.

### الملاحق

ملحق (١) يوضح انموذج لوحدة تعليمية باستخدام اسلوب التضمنين الاحتواء لتطوير القدرات التوافقية ودقة مهارة التهديف بالرأس من الثبات

### المصادر:

- [١] وجيه محجوب (وآخرون): نظريات التعلم والتطور الحركي، بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٠.
- [٢] عادل فاضل علي: تأثير استخدامات أنظمة قواعد المعرفة في برامج التعلم بالنموذج على المهارات الهجومية بالمبارزة، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، ٢٠٠٠.
- [٣] حنفي مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٣.
- [٤] عامر إبراهيم قنديلجي: البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات، ط١، عمان، دار البازوري العلمية، ١٩٩٩.
- [٥] محمد أزهر سعيد السماك (وآخرون): أصول البحث العلمي، ط١، الموصل، جامعة الموصل، مديرية الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٦.
- [٦] حسن فرحان شنشيل: تأثير تمارينات خاصة لتطوير دقة التهديف بالرأس من الثبات والحركة للاعبين الناشئين، رسالة ماجستير، ٢٠١٩.
- [٧] عباس عبدالكريم السامرائي: كتابات تدريسية في طرائق التدريس - التربية الرياضية، جامعة بغداد، مطبعة دار الحكمة ١٩٩١.
- [٨] عنايات محمد فرج: مناهج وطرق التدريس في التربية البدنية وإدارة النشاط الخارجي، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٨.

الملاحظات	التنظيم	مفردات البرنامج	القسم الاعدادي	د ١٠
		-الحضور لإفراد العينة وتحضير وجلب الادوات لساحة الملعب	القسم الاداري	د ٢
		-هرولة دورتين حول الملعب احماء للذراعين والساقين ورفع درجة حرارة الجسم	الاحماء العام	د ٤
		-لعب الكرات بالرأس تدوير حول شواخص الركض على شكل زكزاك.	الاحماء الخاص	د ٤
يكون اللاعب مسؤول على اتقان المهارة حتى لو كان ضعيفا فيها في ضوء توجيه المدرب لإتقان المهارة وتطوير القدرات التوافقية لديه .	٥ مرة ٣ مرة ٣ مرة ٣ مرة	١-الركض على شكل مكوكي ١٥ متر لتطوير الرشاقة ٢-الركض على شكل دائرة لتطوير المرونة ٣-القفز على دوائر على شكل اطواق على الارض لتطوير التوافق. ٤-نطح الكرة بالأساليب التالية: أ-نطح الكرة على حائط ب-تبادل نطح الكرة بين زميلين. ج-تبادل نطح الكرة من ٣ - ٤ اشخاص	التدريب العام الجزء الرئيسي	د ٤٥

