

ملخص البحث

((الذكاء المعرفي وعلاقته بالتصرف الخططي الهجومي للاعبي أندية المنطقة

الجنوبية بكرة السلة))

أ.د. عبد الودود أحمد خطاب الزبيدي

ريام ماجد جبار

ويهدف البحث إلى :

- التعرف على العلاقة بين الذكاء المعرفي والتصرف الخططي للاعبي الأندية الرياضية بكرة السلة في المنطقة الجنوبية .

وأفترض الباحثان :

- هناك علاقة ارتباط معنوية بين الذكاء المعرفي والتصرف الخططي للاعبي الأندية الرياضية بكرة السلة في المنطقة الجنوبية .

واستخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته وطبيعة البحث ، واشتمل مجتمع البحث على لاعبي أندية الدرجتين الأولى والثانية بكرة السلة للمنطقة الجنوبية للموسم الرياضي (٢٠١٤ - ٢٠١٥) وواقع (٢٨٠) لاعباً يمثلون (٢٠) نادياً ، . استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، النسبة المئوية ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، الخطأ المعياري ، معادلة سييرمان براون) .

واستنتجت الباحثان ما يأتي :

- يتمتع لاعبو أندية كرة السلة للمنطقة الجنوبية للدرجتين الأولى والثانية بمستوى عالٍ من الذكاء المعرفي لكون الوسط الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي لدرجاتهم على المقياس .

- يتمتع لاعبو أندية كرة السلة للمنطقة الجنوبية للدرجتين الأولى والثانية بمستوى جيد من التصرف الخططي لأن الوسط الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي لدرجاتهم على المقياس .

وأوصى الباحثان بـ :

- التأكيد على استخدام الوسائل العلمية في الإعداد النفسي والقدرات العقلية للاعبين التي تعزز من الذكاء المعرفي .
- التأكيد على مدربي الفرق الرياضية بكرة السلة بالاهتمام بالقدرات والمهارات الخططية للاعبين في الوحدات التدريبية لما لها من دور فعال في تطوير التصرف الخططي وتزويد من ذكائهم المعرفي لمجريات المباريات .
- إجراء دراسات أخرى عن الذكاء المعرفي لمستويات وعينات أخرى بالألعاب الرياضية المختلفة .

Abstract

((Constructing a scale of cognitive intelligence and its relation with tactical behavior Offensive for basketball players in the southern region clubs))

Riyam Majid Jabbar

Prof. Dr. Abdulwadood A. Al-zubaidy.

The aim of the research:-

- Identifying the level of the cognitive intelligence for the basketball players in the southern governorates.

The researcher proposed:-

- There is a moral relationship between cognitive intelligence and some of the basic skills for basketball players in the southern governorate.

The researcher used the descriptive approach in the survey method and correlational relations because of its suitability to the nature of the research, and the research population included basketball players of the first and second class clubs in the southern region for the sport season (2014-2015) which is composed of (280) players representing (20) clubs .

The researcher used questionnaire forms as a research tool and this was forwarded to a number of specialist and experienced persons in the field of sports, psychological and educational sciences and basketball to demonstrate their opinions in the efficiency of cognitive intelligence and tactical behavior scales .

The researcher used the following statistical measures:

- 1- The mean
- 2- The standard deviation
- 3- The percentage
- 4- Pearson correlation coefficient
- 5- The standard error
- 6- Spearman Brown equation

The researcher concluded the following:

- No significant differences in the level of cognitive intelligence and tactical behavior appeared between basketball players of the first and second class clubs in the southern region.
- The cognitive intelligence and tactical behaviorscales ,which the researcher has constructed, had been adopted in the measurement and calibration of similar researches done on basketball players in the Iraqi clubs.
- Emphasis on the use of scientific means in the psychological and mental preparation of the players to enhance their cognitive intelligence.
- Performing other studies about tactical behavior of basket ballplayers and correlation with different practical and psychological variables.

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

يشهد المجال الرياضي تطوراً علمياً وتقنياً هائلاً في مختلف العلوم الرياضية ، ويُعد التطور العلمي معياراً يقاس به هذا التقدم في المجال الرياضي ، وهذا ما جعل الباحثين يولون الاهتمام الكبير بالأبحاث العلمية ، وأن التربية الرياضية خطت خطوات واسعة نحو التقدم في العصر الحديث وأن الاندماج ما بين العلوم المختلفة وتسخيرها لعلوم التربية الرياضية أظهر نتائج ايجابية في انجازات الألعاب الرياضية ، ومن هنا أخذ مجال البحث العلمي في مختلف المجالات ومنها المجال النفسي الرياضي اهتماماً واضحاً بالذكاء واختباراته للوصول إلى المستوى المطلوب من الإنجاز العالي ، وأن القدرات العقلية تعتمد على نسبة النمو العقلي الذي يتأثر بشكل كبير بالممارسة للفعاليات الرياضية ، إذ إن هذه الفعاليات تساهم في تنشيط القدرات

الذهنية والبدنية وبالتالي تنعكس على ذكاء الرياضي وتحسين نسبة الذكاء لديه ، وأن الذكاء من وجهة نظر الباحثين وعلماء النفس هو من أكثر الموضوعات التي يدور حولها الجدل والحوار ولم يتفق العلماء على تعريف واحد للذكاء ، وأنه يعد أحد التطورات السيكلوجية التي تخدم الرياضي وتحفز القدرات العقلية له من أجل رفع مستوى أدائه وإنجازه في لعبة كرة السلة .

وكرة السلة من الألعاب الرياضية التي وصلت إلى مستوى متطور نتيجة لدخول الجانب العلمي في جميع جوانبها ، ومن بين هذه النواحي القدرات العقلية ويعد الذكاء للاعبين جزء من هذه القدرات العقلية ، وأن الإيقاع السريع وعمليات الهجوم السريعة التي حددها قانون اللعبة بـ (٢٤ ثانية) تحتم على لاعب كرة السلة إنهاء الهجمة خلال الزمن المحدد ، وعليه فإنه لا بد من استخدام ذكائه في السيطرة على مجريات اللعب وتغيير الخطط بشكل سريع وأني داخل الساحة وحسب توجيهات المدرب خلال الوحدات التدريبية في استخدام الخطط البديلة ، وتحديد مركز اللاعب في الفريق وتقوم عليه العديد من الخطط التي يمكن أن يستعين بها الفريق في اختراق دفاعات الخصم وتسجيل النقاط ، ومن هذا فإن اللاعب الذي لا يمتلك ذكاءً معرفياً لا يمكنه مجارة اللاعبين في الفرق المنافسة .

ويحاول الباحثان الوصول إلى نتائج تدعم شيئاً من جوانب قياس الذكاء المعرفي للاعبين كرة السلة ونوع العلاقة مع تصرفه الخططي وما تووّل إليه نتائج المنافسات ، وان نوع المنافسة يفرض على اللاعب أن يتصرف وفق الإعداد البدني والمهاري والاستخدام الأمثل قبل الأداء مباشرة وترجع أهمية البحث إلى أن الذكاء بشكل عام والذكاء المعرفي بشكل خاص له تأثير على المستوى المهاري والخططي وتقليل نسبة الخطأ في أداء اللاعبين وإنجاح خطط الأداء ، وذلك باختيار أفضل الحلول للمواقف خلال المباراة للوصول إلى تنفيذ خططي جيد وتحسين قابليتهم على العمل لزيادة حجم التطور التدريبي والتنافسي الحاصل في قدراتهم واستخدام التخطيط المبرمج بشكل يتناسب مع إمكانيات اللاعبين لتطويرها والوصول إلى الآلية في الأداء وتطبيقه الصحيح والمناسب للجوانب الخططية والمهارية والبدنية و لتحقيق الاقتصاد في الجهد واستخدام اللاعب لذكائه داخل الملعب من خلال برمجة العمليات السريعة لمواجهة متطلبات العمل الخططي وتقليل نسبة الخطأ في أداء اللاعبين .

٢-١ مشكلة البحث :

ومن خلال مشاهدة الباحثان للكثير من مباريات كرة السلة للدوري العراقي لمباريات الدرجة الممتازة والدرجة الأولى فإنها لاحظت أن الكثير من اللاعبين يتخذون موقفاً معيناً مختلفاً عن توجيهات المدرب وبالتالي فإن الكثير من الفرص تضيع بعدم تحقيق الهدف من إنهاء الهجمات مما يؤدي إلى خسارة الفريق للمباريات الأمر الذي ينعكس على ترتيبه بين الفرق ولا سيما عدم الوصول إلى فرق المقدمة ، وترى الباحثان أن القياس للذكاء المعرفي (العقلي) للاعب كرة السلة جزء من القياس النفسي وفي الوقت نفسه ضروري لمهمة التدريب التي يقوم بها المدرب وما يزود به لاعبيه من خطط مختلفة تجعل اللاعب يتصرف وفق خطط منهجية مدروسة ، وأن مدربي كرة السلة بحاجة ماسة للمقاييس والاختبارات الأدائية لتحديد مستوى اللاعبين ، ومن هنا تكمن مشكلة البحث في الإجابة عن التساؤل الآتي :

- هل للذكاء المعرفي علاقة ارتباط ايجابية ام سلبية مع التصرف الخططي للاعبين كرة السلة في المنطقة الجنوبية ؟

٣-١ أهداف البحث :

- التعرف على العلاقة بين الذكاء المعرفي والتصرف الخططي للاعبين الأندية الرياضية بكرة السلة في المنطقة الجنوبية .

٤-١ فرض البحث :

- هناك علاقة ارتباط معنوية بين الذكاء المعرفي والتصرف الخططي للاعبين الأندية الرياضية بكرة السلة في المنطقة الجنوبية .

٥-١ مجالات البحث :

المجال البشري : لاعبو الأندية الرياضية بكرة السلة في المنطقة الجنوبية للموسم الرياضي ٢٠١٤ - ٢٠١٥ .

المجال الزمني : المدة من ١٥ / ٢ / ٢٠١٥ ولغاية ١٥ / ١١ / ٢٠١٥ .

المجال المكاني : القاعات الرياضية لأندية المنطقة الجنوبية بكرة السلة .

٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :-

٢-١- الدراسات النظرية :-

٢-١-١- مفهوم الذكاء :-

يعد مفهوم الذكاء من أكثر المفاهيم السيكولوجية (قديماً وحديثاً) التي يدور حولها حوار وجدل ونقاش عميق وطويل ليس فقط بين علماء النفس والمشتغلين بالقياس وإنما أيضاً بين مستخدمي اختبارات الذكاء والمختبرين بها .

ويرجع ذلك إلى ما ترتب على هذا المفهوم وأساليب قياسه من مشكلات متعددة اجتماعية وتربوية . فمفهوم الذكاء يتسم بتعدد تعريفاته وتنوعها ؛ نظراً لعدم وضوح المقصود منه على وجه التحديد مما أدى إلى اختلاف وجهات نظر علماء النفس حوله^(١) .

٢-١-٢- الذكاء المعرفي :

وهو نشاط عقلي يتميز بالصعوبة والتعقيد والتجريد والاقتصاد والتكيف الهادف والقيمة الاجتماعية والابتكار والحفاظ على هذا النشاط في ظروف تستلزم تركيز الطاقة ومقاومة القوة الانفعالية ودعم القدرات المعرفية والعقلية .

ويعرفه (إبراهيم محمد المغازي ، ٢٠٠٣) مقدرة عقلية عامة تتدخل في كافة الأنشطة العقلية والذهنية بدرجات متفاوتة ، والقدرة على التعلم في سائر جوانب الحياة وحدة الفهم وسرعته ودقته وصوابه في أداء الواجبات^(٢) .

٢-١-٤- الذكاء المعرفي في المجال الرياضي :

من خلال ما تقدم فإن الباحثان توجز الذكاء المعرفي في المجال الرياضي بما يأتي :

(١) محمد عبد الهادي حسين ؛ تربويات المخ البشري، ط١، (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ٢٠٠٣) ، ص ٤٩ .

(٢) إبراهيم محمد المغازي ؛ الذكاء الاجتماعي والوجداني والقرن الحادي والعشرين ، بحوث ومقالات ، (المنصورة ، ٢٠٠٣) ، ص ٦٥ .

- ١- الذكاء المعرفي له دور هام في نشاط الرياضي بشكل عام وللاعب كرة السلة خاصة .
- ٢- الذكاء المعرفي له أهمية في تنفيذ الخطط الهجومية والدفاعية .
- ٣- الذكاء المعرفي له دور في سرعة الاستجابة وتقدير مواقف اللعب لزملائه في الفريق .
- ٤- الذكاء المعرفي يُمكن الرياضي من خداع المنافس في المواقف الخاصة باللعب .
- ٥- الذكاء المعرفي يُمكن الرياضي من حسم الصراع بين تفكير الرياضي وتفكير منافسه .
- ٦- الذكاء المعرفي يجعل الرياضي أكثر نضوجاً في اختيار المواقف البديلة في اللحظات الحرجة .

٢-١-٥ التصرف الخططي :

إن التصرف الخططي يعتمد على تفكير وذكاء اللاعب و أن التفكير هو " سلسلة من النشاطات العقلية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير يتم استقباله عن طريق واحد أو أكثر من الحواس الخمس " (٢) وان لاعب كرة السلة يستخدم حاسة النظر اكثر من الحواس الاخرى سواء في التدريب او المباريات ، والتصرف الخططي للاعب كرة السلة يلعب دوراً مهماً في المباريات من خلال أداء اللاعب أثناء متغيرات الدفاع والهجوم ، فيستطيع لاعب كرة السلة أن يدرك المواقف المتعددة أثناء المباراة ثم يقوم بتحليلها ويعقب ذلك الاستجابة الخططية لهذه المواقف وكل ذلك لا يتعدى أجزاء الثانية الواحدة ، وتستدعي المواقف الهجومية المتغيرة في مباراة كرة السلة ان تكون سرعة التفكير له لاتخاذ القرارات الواجب إزاء كل موقف من مواقف اللعب بدقة عالية ، وتتوقف هذه التصرفات الخططية على خبرات اللاعب السابقة وشدة تركيزه وانتباهه على ما يحدث في الساحة فضلاً عن تحركات الفريق المنافس الآتية .

تتطلب سرعة التصرف للاعب كرة السلة مقدرته على تفسير المعلومات التي تصل إليه عن طريق ملاحظة ومتابعة المواقف المختلفة ومجريات المباريات أثناء المباراة وكلما كان اللاعب قادراً على الملاحظة بدقة للمواقف الخططية التي تصل إليه وتفهمها ؛ يكون قادراً على التفكير السريع مستنتجاً ما يجب عمله ومنفذاً التحرك المطلوب في الوقت المناسب تماماً ، لأن ذلك له الأثر في أداءه السليم أثناء المباراة وعلى المدرب أن يدرّب اللاعب على سرعة فهم أوضاع اللعب وسرعة التصرف بطريقة سليمة ، ومع تكرار التمرينات الخططية التي

(٢) زيدون راشد حمدون ؛ بناء مقياس التفكير الخططي لحالات اللعب الخاصة الهجومية للاعبين كرة السلة في العراق ، رسالة ماجستير ، (كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ٢٠١٤) ، ص ١٦ .

تشبه المنافسات وتنوع هذه التمرينات يمكن تقليل زمن إدراك اللاعب للمواقف وزيادة مقدرته على التصرف السريع ، والتصرف الخططي هو أعلى أشكال عمليات التفكير وهو التفكير الذاتي الإبداعي الذي بواسطته يحصل الفرد على حلول جديدة واختيار المهارات الخططية وأشكالها المتنوعة ونجاحها يتطلب تفكيراً مبدعاً تظهر نتيجته بالعمل داخل الساحة ويعمل التفكير الإبداعي على إيجاد طرائق وحلول جديدة فالتصرف الخططي له أهميته كنتيجة للعمل الفكري^(٢).

ويؤدي التصرف الخططي الصحيح دوراً مهماً في نشاط الفرد واستجاباته خلال ممارسته للعبته المفضلة والأنشطة الرياضية المختلفة ، وبخاصة تنفيذ خطط اللعب المتعددة وأدائها ويتمثل ذلك في محاولة سرعة تقدير لاعب كرة السلة لموقفه وإدراك العلاقات المرتبطة بسير اللعبة والقدرة على الاستدلال والتعليل حتى يستطيع الاستجابة الصحيحة بما يتناسب والموقف ، وهناك الكثير من الأنشطة الرياضية التي يقع فيها العبء الأكبر على عمليات التفكير في أثناء الاستجابات الخططية المختلفة وخاصةً لاعبي كرة السلة^(١).

ويعتمد التصرف الخططي على التصور العقلي او الذهني للاعب إذ إن في وسعه أن يستحضر في ذهنه صورة مهارة أو مهارات معينة ويمكنه أن يستحضر مع هذه الصورة الذهنية مشاعره وانفعالاته التي ترتبط بهذا الموقف المعين فعندما يستحضر اللاعب الصورة الذهنية لموقف المنافسة فإن ذلك يحقق فرصة التفكير في الأسلوب الملائم للتغلب على منافسه وربما اقتراح البدائل المناسبة^(١).

٢-٢-٢- الدراسات السابقة :

١-٢-٢ دراسة (محمد توفيق الوليلي ، ١٩٨٤)

(٢) الاتحاد الدولي لكرة السلة ؛ كرة السلة للاعبين الشباب (توجيهات للمدربين) ، مدريد ، ٢٠٠٠ ، ص ٩٥ .

(١) Goosey T. & Butterworth D. (2002) : Free throw shooting Technique of male wheelchair Basketball ,Adapted Physical Activity Quarterly , Issu 19 , vol. 2 , p 357 .

(١) اسامة كامل راتب ؛ علم نفس الرياضة (المفاهيم والتطبيقات) ، ط ٤ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٧) ، ص ٣١٧ .

هدفت الدراسة إلى إعداد مقياس لقياس التصرف الخططي ، والتعرف على العلاقة بين مستوى الذكاء والتصرف الخططي .

وشملت عينة الدراسة لاعبي الفرق العربية المشاركة في البطولة الإفريقية الخامسة بالقاهرة للمدة من (٢٢ يوليو وحتى ٣١ يوليو ١٩٨٣) ، وهي مصر (١٦ لاعبا) ، والمغرب (١٤ لاعبا) ، والجزائر (١٣ لاعبا) ، اذ كان المجموع الكلي لافراد العينة (٤٣ لاعبا) ، وقد استخدم الباحث : الاستبيان والمقابلة الشخصية والتحليل ومقياس التصرف الخططي الذي أعده الباحث كوسائل لجمع البيانات ، أما الوسائل الإحصائية التي استخدمت فهي : الوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، وتحليل التباين ، واختبار (ت) ومعامل الارتباط البسيط ، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة :-

- عدم وجود فروق معنوية في مستوى الذكاء والتصرف الخططي لدى لاعبي الخط الخلفي.
- وجود فروق معنوية في مستوى الذكاء والتصرف الخططي لدى لاعبي الخط الأمامي .
- ارتفاع مستوى التصرف الخططي لدى معظم اللاعبين عن مستوى القدرات العقلية.
- صلاحية اختبار المواقف للدلالة على مستوى التصرف الخططي الهجومي والدفاعي.

٣- إجراءات البحث

٣-١ منهج البحث:

اعتمدت الباحثان على المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والعلاقات المتبادلة لملاءمته طبيعة البحث .

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

حدد مجتمع البحث بلاعبين أندية المنطقة الجنوبية المشاركة وغير المشاركة* بدوري كرة السلة (البصرة ، و ذي قار ، و ميسان ، و واسط ، و المثنى) ، للموسم الرياضي (٢٠١٤-٢٠١٥) ، وبواقع (٢٨٠) لاعبا يمثلون (٢٠) نادياً للمحافظات المذكورة ، تم تنفيذ

(٣) محمد توفيق الوليلي ؛ العلاقة بين الذكاء والتصرف الخططي للاعبين الفرق الإفريقية بكرة اليد ، المؤتمر العلمي الخامس لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٤ ، ص ٢٣١ .

* الاندية غير المشاركة في الدوري لاسباب ادارية

إجراءات البحث عليهم بوصفهم عينة للبناء والتطبيق ، وقد بلغت عينة البناء (١٩٧) لاعباً يمثلون (١٤) نادياً رياضياً ، وبنسبة (٧٠.٣ %) وتم استبعاد (١٥) لاعباً لاشتراكهم بالتجربة الاستطلاعية ، وقد وزعت عليهم مقياس الذكاء المعرفي والتصرف الخططي بصيغتهما الأولية وقد تم إهمال (١٣) استمارة لعدم توافر شروط الإجابة الصحيحة حيث إنها استمارات اللاعبين الذين لا يقرأون ولا يكتبون وتم اعتماد (١٦٩) إجابة صحيحة ، أما فيما يخص عينة التطبيق فقد اشتملت على لاعبي (٦) أندية وبواقع ناديين من كل محافظة (نادي واحد من الدرجة الأولى ونادي واحد من الدرجة الثانية) والأندية هي من محافظات (البصرة وميسان والمثنى) وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية بطريقة القرعة إذ تم إجراء قرعة لاختيار المحافظة ومن ثم اختيار نادي واحد من الدرجة الأولى ونادي من الدرجة الثانية ولم تدخل محافظة واسط في القرعة لكون أندية من الدرجة الأولى فقط ، وقد بلغ عددهم (٨٣) لاعباً ويمثلون ما نسبته (٢٩.٧ %) من مجتمع البحث والجدولان (١ ، ٢) يبينان ذلك :

الجدول (١)

عدد أفراد مجتمع البحث حسب الأندية الرياضية

ت	المحافظة	النادي	الدرجة	عدد اللاعبين
١-	البصرة	البصرة	أولى	١٥
		الاتحاد	ثانية	١٣
		البحري	ثانية	١٣
		القرنة	ثانية	١٢
٢-	ميسان	نفظ ميسان	أولى	١٤
		دجلة	ثانية	١٤
		العمارة	ثانية	١٥
		ميسان	ثانية	١٥
		الامير	ثانية	١٣

١٥	أولى	الناصرية	ذي قار	٣-
١٤	أولى	الفرات		
١٥	ثانية	قلعة سكر		
١٥	ثانية	بلدية الناصرية		
١٤	أولى	الحي	واسط	٤-
١٤	أولى	الكوت		
١٥	أولى	النعمانية		
١٣	أولى	الموقفية		
١٢	أولى	السماوة	المنشي	٥-
١٥	ثانية	المنشي		
١٤	ثانية	ثورة العشرون		
٢٨٠	المجموع			

٣-٣ أدوات البحث:

٣-٣-١ مقياس الذكاء المعرفي :

استخدم الباحثان مقياس الذكاء المعرفي والذي تم بناءه من قبل الباحثان (عبدالودود احمد وريام ماجد ٢٠١٦) والمكون من (٦٠) فقرة بصورته النهائية وتكون الإجابة عنه من خلال اختيار بديل واحد من خمسة بدائل هي (تنطبق علي تماماً ، تنطبق علي غالباً ، تنطبق علي أحياناً ، تنطبق علي نادراً ، لا تنطبق علي مطلقاً) وحددت الدرجات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) على التوالي لل فقرات الايجابية جميع الفرات عا ما تذكر في الفقرات السلبية وتعطى الدرجات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) لل فقرات السلبية (٢٢ ، ٢٧ ، ٣٤ ، ٣٥ ، ٣٧ ، ٤٢ ، ٤٤ ، ٥٦) ، وبذلك تراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (٦٠ - ٣٠٠) وأن المتوسط الفرض لمقياس الذكاء المعرفي بلغ (١٨٠) الملحق (١) .

٣-٣-١-١-١ - ثبات المقياس :

يعد الثبات من المؤشرات الضرورية كونه يعني " مدى قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للسمه التي يهدف لقياسها "(١) .

وهناك عدة طرائق لحساب الثبات وقد اعتمدت الباحثان على : -

٣-٣-١-١-١-١ - طريقة التجزئة النصفية :

لقد اعتمدت الباحثان على هذه الطريقة كونها تتطلب الاختبار لمرة واحدة فقط وقد تم الاعتماد على البيانات التي حصلت عليها الباحثان المتعلقة بدرجات إجابات (١٥) لاعبا .

إن هذه الطريقة تعتمد على تجزئة الاختبار إلى جزأين ، الجزء الأول يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الفردية ، والجزء الثاني يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الزوجية ، إذ تم احتساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين الدرجات المشار إليها أعلاه والذي بلغ (٠.٨١٩) ، إلا أن هذه الطريقة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا يجب أن يتم تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل ، وقد قامت الباحثان باستخدام معادلة (سبيرمان - براون) * بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك أصبح ثبات المقياس (٠.٩٠٠) وهو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه .

٣-٣-٢ - مقياس التصرف الخططي :

استخدم الباحثان مقياس الذكاء المعرفي والذي تم بناءه من قبل الباحثان (عبدالودود احمد وريام ماجد ٢٠١٦) والمكون من (٣٠) موقفاً بصورته النهائية وتكون الإجابة عنه من اختيار بديل واحد من أربعة بدائل وتعطى الدرجات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤) إذ يختار اللاعب أحد البدائل الأربعة المحددة في مقياس التصرف الخططي والذي قامت الباحثان ببنائه وهناك مفتاح

(١) صلاح الدين محمود علام ؛ القياس والتقويم التربوي والنفسي ، أساسياته - تطبيقاته - توجهات معاصرة ،

ط ١٠ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠) ، ص ١٣١ .

* معادلة سبيرمان براون = ٢ × معامل الثبات ÷ ١ + معامل الثبات

التصحيح حسب الموقف المختار الذي يحدده اللاعب ، حيث تم توزيع المواقف والدرجات للاختيارات عشوائياً لكي لا يتم تحديد تسلسل بديل واحد من هذه البدائل ، وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (٣٠ - ١٢٠) والملحق (٢) يبين مفتاح التصحيح ، وأن المتوسط الفرضي لمقياس التصرف الخططي بلغ (٧٥) .

٣-٣-٢-٤ - ثبات المقياس :

هناك عدة طرائق لحساب الثبات وقد اعتمدت الباحثان على الأسلوب نفسه الذي اعتمد لحساب ثبات مقياس الذكاء المعرفي وهو : -

٣-٣-٢-٤ - ١ - طريقة التجزئة النصفية :

إذ تم احتساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين الدرجات المشار إليها آنفاً والذي بلغ (٠.٧٩٤) ، إلا أن هذه الطريقة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا يجب أن يتم تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل ، وقد قامت الباحثان باستخدام معادلة (سبيرمان - براون) بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك أصبح ثبات المقياس (٠.٨٨٥) وهو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه .

٣-٤ - التطبيق النهائي للمقياسين :

من أجل التعرف على العلاقة بين الذكاء المعرفي والتصرف الخططي للاعبين كرة السلة لأندية المنطقة الجنوبية ، والفروق في الذكاء المعرفي والتصرف الخططي بين الأندية المشاركة وغير المشاركة ، فقد قامت الباحثان وذلك لتحقيق أهداف البحث الأخرى في المدة من ١٢ - ١٨ / ١٠ / ٢٠١٥ ، بتطبيق المقياسين على عينة التطبيق والبالغ عددها (٨٣) لاعباً .

٣-٥ - الوسائل الإحصائية :

- النسبة المئوية .

- الوسط الحسابي .

- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون .
- معادلة سبيرمان براون^(٢).
- المتوسط الفرضي .
- الخطأ المعياري للمقياس .
- استخدمت الباحثان الحاسوب الآلي على وفق نظام (SPSS) لتحليل البيانات في البحث الحالي .

٤- عرض النتائج ومناقشتها :

سيتم عرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات التي تم الحصول عليها من خلال مجموعة الإجراءات التي قامت الباحثان بها ، وبعد أن تم تحقيق هدفي البحث الأول والثاني المتضمنين بناء مقياسي الذكاء المعرفي والتصرف الخططي لدى لاعبي كرة السلة :

الجدول (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من مقياسي الذكاء المعرفي والتصرف الخططي

المتغير	س	ع	لمتوسط الفرضي
الذكاء المعرفي	244.084	12.554	١٨٠
التصرف الخططي	82.096	5.511	٧٥

يتبين من الجدول (2) أن الأوساط الحسابية لدرجات لاعبي كرة السلة على مقياس الذكاء المعرفي كان (244.084) وعلى مقياس التصرف الخططي كان (82.096) ، والانحرافات المعيارية كانت لمقياس الذكاء المعرفي (12.554) ولمقياس التصرف الخططي (5.511) ، وأن

(٢) عبدالله الحوسي ؛ التطبيقات العملية لمبادئ الاحصاء ط ٤ ، (القاهرة ، مكتبة عين شمس ، ٢٠٠٩) ،

*
المتوسط الفرضي لمقياس الذكاء المعرفي كان (١٨٠) وعند مقارنته بالوسط الحسابي (244.084) يتبين أنه أقل من الوسط الحسابي وهذا يدل على أن عينة البحث يتمتعون بذكاء معرفي يمكنهم من تنفيذ الخطط التي قام المدرب بتدريبيهم عليها أثناء الوحدات التدريبية أو أثناء المباراة استناداً لتوجيهات مدربيهم ومحاولة التغلب على أي خطط مقابلة من الفرق المنافسة وإيجاد الطريقة المناسبة للتغلب عليهم ، أي إنهم يدركون مستواهم الفكري والمعرفي والخططي واستغلاله في تطوير ألعابهم أثناء مباريات كرة السلة ، والمتوسط الفرضي للتصرف الخططي كان (٧٥) وهو أقل من الوسط الحسابي والبالغ (82.096) وبذلك فإن عينة البحث لديهم المقدرة على التصرف الخططي أثناء المباريات ومتغيرات مجرياتها ، وهم بذلك يفهمون أن لديهم مهارات وتصرفاً خططياً أنياً يمكنهم من إنجاز خطط مدربيهم أثناء التدريب والمنافسة وهذا ما يؤكد (عبدالعزيز ، ٢٠٠٩) أن التفكير والتصرف الخططي من ضمن العمليات العقلية التي تتم من حصول اللاعب على معلومات وأفكار جديدة يتم دمجها مع ما لديه من معلومات سابقة تمكنه من تكوين أفكار وخطط جديدة تتلائم مع موقف المنافسة التي تساعد اللاعب على القيام بحل المواقف الصعبة لكون اللاعب يقوم بالتفكير السريع والمسبق للحالة التي يمر بها الموقف التدريبي ليكون هناك موقفاً أو تصرفاً خططياً من اللاعب لحالة اللعب هذه ، وان خطط اللعب ما هي إلا عملية اختبار للمهارات الحركية التي قام بها اللاعبون أثناء التدريب ليتم أدائها بأفضل منها خلال المنافسة أو المباريات وان الموقف أو التصرف الخططي يتطلب أداء العمليات العقلية والمعرفية (١) .

ولذلك ترى الباحثان أن المدربين يبدون اهتمامهم بلاعب أو أكثر خلال مدة الوحدات التدريبية لكونهم يقومون بمهارات أو تصرف مهاري تفوق ما تعلموه وتدريبوا عليه خلالها ، وذلك من خزين هذه المعلومات التدريبية أو الخططية ويقوم المدربون بزجهم في المباريات كافة وخاصة التي يتقارب فيها المستوى بين فريقهم وآخر ولدور هؤلاء اللاعبين في حسمها لصالح فريقهم .

وللتحقق من الفرضية والتي تنص :

هناك علاقة ارتباط معنوية بين الذكاء المعرفي والتصرف الخططي للاعبين الأندية

الرياضية بكرة السلة في المحافظات الجنوبية .

الجدول (٣)

* المتوسط الفرضي = مجموع البدائل ÷ عدد البدائل × عدد الفقرات.

(١) عبدالعزيز سعدون ديبسان الشمري (٢٠٠٩) : المهارات النفسية وعلاقتها بالتصرف الخططي لمدربي كرة

اليد بالكويت ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الكويت ، ص ٨ .

مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة (r) المحسوبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الإحصائيات
					المقياس
*.....	٨١	٠.٦٠٣	12.554	244.084	الذكاء المعرفي
			5.511	82.096	التصرف الخططي

* معامل الارتباط معنوي عند درجة حرية ٨١ ونسبة خطأ ≥ ٠.٠٥

يتضح من الجدول (3) أن قيمة معامل الارتباط بين درجات اللاعبين على مقياسي الذكاء المعرفي والتصرف الخططي بلغ (٠.٦٠٣) ومستوى الدلالة كان (٠.٠٠٠٠) وهو اقل من نسبة الخطأ (٠.٠٥) وهذا يدل على أن قيمة معامل الارتباط معنوية وتفسر العلاقة بين درجات اللاعبين على مقياسي الذكاء المعرفي والتصرف الخططي بأنها علاقة إيجابية وطردية أي إنه كلما زادت درجات اللاعبين على مقياس الذكاء المعرفي زادت بالنسبة نفسها درجاتهم على مقياس التصرف الخططي ، وتعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن اللاعبين كلما كان لديهم ذكاء معرفي سيمكنهم من اتخاذ التصرف الخططي الصحيح للموقف المعين لحالة اللعب التي يتعرض لها وتمكنه من التغلب على اللاعب المنافس بالحفاظ على الاستحواذ على الكرة خلال زمن الهجمة المحدد وفق القانون بـ (٢٤) ثانية من دون ضياع الكرة وتحول إلى هجمة للفريق المنافس مما يؤدي إلى ضياع هجمة لفريقه واستغلال هجمة للفريق المنافس إذ أن القدرات المعرفية ومنها الذكاء المعرفي تمكن اللاعب من قدرته على التغلب على المواقف المحرجة وخصوصاً عند اقتراب زمن الهجمة من النفاذ ، وهذا ما يؤكد عليه (محمد حسن علاوي ، ٢٠٠٢) أن خبرات اللاعب من معلومات ومواقف تدريبية ومعارف وإعداد خططي التي اكتسبها اللاعب في تدريب المنافسات والتعلم الخططي من خلال إشراكه في المنافسات لتطبيق ما تعلمه واكتسبه من خبرات هي من أهم العوامل التي تعمل على توجيه اللاعب توجيهاً صحيحاً ومثالياً لأداء التصرف الخططي المطلوب للموقف التنافسي الذي يمر به ، وأن إتقان اللاعب لمختلف المواقف الخططية واستخدام ذكائه الميداني في المباريات يجعله مقتصداً في جهده البدني والعقلي

لتنظيم الأداء الأمثل أن كان مهارياً أو خططياً ، مما يجعله يسخر كل قواه الفكرية لخدمة التصرف الخططي لذلك الموقف التنافسي (١) .

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

٥-١ الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث التي توصلت إليها الباحثان وعرضها ومناقشتها تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

- ١- لم تظهر فروق تذكر بمستوى الذكاء المعرفي والتصرف الخططي بين لاعبي أندية الدرجتين الأولى والثانية للمنطقة الجنوبية لكرة السلة .
- ٢- ظهرت ان هناك علاقة ارتباط معنوية طردية بين درجات اللاعبين على مقياسي الذكاء المعرفي والتصرف الخططي وإيجابية .

٥-٢ التوصيات :

في ضوء الاستنتاجات التي قدمتها الباحثان أوصت بما يأتي :

- ١- التأكيد على استخدام الوسائل العلمية في الإعداد النفسي والقدرات العقلية للاعبين التي تعزز من الذكاء المعرفي .
- ٢- التأكيد على مدربي الفرق الرياضية لكرة السلة بالاهتمام بالقدرات والمهارات الخططية للاعبين في الوحدات التدريبية لما لها من دور فعال في تطوير التصرف الخططي وتزويد من تفكيرهم المعرفي لمجريات المباريات .
- ٣- إجراء دراسات أخرى عن الذكاء المعرفي لمستويات وعينات أخرى بالألعاب الرياضية المختلفة .

(١) محمد حسن علاوي (٢٠٠٢) : علم نفس التدريب والمنافسة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ص ٨٩ .

المصادر العربية والاجنبية :

- محمد عبد الهادي حسين ؛ تربويات المخ البشري، ط١، (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ٢٠٠٣) .
- ابراهيم محمد المغازي ؛ الذكاء الاجتماعي والوجداني والقرن الحادي والعشرين ، بحوث ومقالات ، (المنصورة ، ٢٠٠٣) .
- زيدون راشد حمدون ؛ بناء مقياس التفكير الخططي لحالات اللعب الخاصة الهجومية للاعبين كرة السلة في العراق ، رسالة ماجستير ، (كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ٢٠١٤) .
- الاتحاد الدولي لكرة السلة ؛ كرة السلة للاعبين الشباب (توجيهات للمدربين) ، مدريد ، ٢٠٠٠ .
- اسامة كامل راتب ؛ علم نفس الرياضة (المفاهيم والتطبيقات) ، ط ٤ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٧) .
- محمد توفيق الوليلي ؛ العلاقة بين الذكاء والتصرف الخططي للاعبين الفرق الافريقية بكرة اليد ، المؤتمر العلمي الخامس لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٤ .
- صلاح الدين محمود علام ؛ القياس والتقويم التربوي والنفسي ، أساسياته - تطبيقاته - توجهات معاصرة ، ط ١٠ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠) .
- عبدالله الحوسي ؛ التطبيقات العملية لمبادئ الاحصاء ط ٤ ، (القاهرة ، مكتبة عين شمس ، ٢٠٠٩) .
- عبدالعزيز سعدون دبيسان الشمري (٢٠٠٩) : المهارات النفسية وعلاقتها بالتصرف الخططي لمدربي كرة اليد بالكويت ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الكويت .
- محمد حسن علاوي (٢٠٠٢) : علم نفس التدريب والمنافسة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

(1) Goosey T. & Butterworth D. (2002) : Free throw shooting Technique of male wheelchair Basketball ,Adapted Physical Activity Quarterly , Issu 19 , vol. 2 , p 357 .

الملحق (١)

مقياس الذكاء المعرفي بصيغته النهائية

ت	الفقرات	تنطبق عليّ تماماً	تنطبق عليّ غالباً	تنطبق عليّ أحياناً	تنطبق عليّ نادراً	لا تنطبق عليّ مطلقاً
١	استثمر كل لحظة من وقتي لأداء التدريب مع زملائي					
٢	من النشاطات العلمية توعية اللاعبين بقوانين اللعبة					
٣	من أولوياتي التخطيط لحل المشاكل والاستعداد لمواجهتها					
٤	احترام أنظمة وقوانين اللعبة جزء من ذكاء اللاعب					
٥	معرفتي بقوانين اللعبة تبعني عن المجادلة في المنافسات					
٦	أحاول تحسين مستوى أنجازي باللعبة من خلال قراءة المصادر العلمية					
٧	أشعر أن واجباتي مهمة ويجب إنجازها بدقة					
٨	أشارك زملائي بمناقشة خطوات التدريب بدقة وتركيز					
٩	يراعي المدرب الفروق الفردية بالمستوى المعرفي بين اللاعبين					
١٠	يركز المدرب على اللاعبين المميزين بأدائهم العالي للخطط التدريبية					
١١	أسعى دائماً لتقديم أفكار جديدة لخطط اللعب أثناء الوحدات التدريبية					
١٢	يمكن أن أضع خططاً لنفسي وأحققها عن طريق دعم زملائي					
١٣	رغبة زملائي في مناقشة قوانين اللعبة تزيد من معرفتي لها					
١٤	اعتمد على إمكانياتي العقلية في اتخاذ جميع القرارات					
١٥	لا بد من زيادة معرفتي العلمية في التدريب للفوز ببطولة ما					
١٦	تقودني المعرفة العلمية لزيادة الذكاء في التدريب والمنافسة					
١٧	غالباً ما أذاع عن أفكاري بكل دقة أثناء المناقشات					
١٨	أمارس الألعاب الفكرية لكي أطور قابليتي في الهجوم والدفاع					

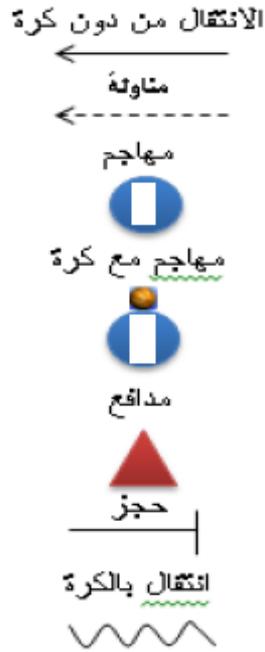
				احترم المنافسين الذين يتميزون بمعرفتهم لقوانين اللعبة	١٩
				أخطت بنفسني لأداء المباريات المقبلة وما هو مطلوب عملي فيها بما لا يتقاطع مع توجيهات المدرب	٢٠
				أكثر ما يعجبني في لعبة كرة السلة روح المنافسة العالية	٢١
				عند مشاهدتي لمباريات كرة السلة لا اشعر برغبة للمشاركة باللعب إذا كان مستوى الأداء ضعيف	٢٢
				عندما أشاهد فريقاً يلعب كرة السلة أرغب أن أكون أحدهم إذا كان مستوى الأداء جيداً	٢٣
				ممارسة لعبة كرة السلة تساعدني في التحكم بانفعالاتي العصبية	٢٤
				ممارسة لعبة كرة السلة تساعدني في التعامل بحكمة مع المواقف الإنسانية	٢٥
				لعبة كرة السلة تشعرني بالحماس عندما أشاهد المباريات	٢٦
				أشعر بارتباك عندما يطلب مني أداء بعض المهارات في لعبة كرة السلة	٢٧
				اللعب الجماعي يجعلني أبذل المزيد من الجهد أثناء المنافسات	٢٨
				تشعرتني لعبة كرة السلة بالثقة بالنفس	٢٩
				التهديف في كرة السلة من مناطق بعيدة يزيد من دفاعي عن منطقتي	٣٠
				أحب أن ابتكر أفكاراً أو خططاً علمية	٣١
				اعتقد أنني أؤدي المهارات الحركية بانسيابية عالية	٣٢
				عند أدائي للمهارات الحركية المتعددة فأنتني لا أجد صعوبة في أدائها	٣٣
				يصعب علي أداء بعض المهارات التي تتطلب الربط بين الحواس والحركة	٣٤
				اشعر بالتوتر إذا كان زميلي متفوقاً علي في عنصر قوة	٣٥
				تزداد قوتي في الأداء باستمرار عكس الكثير من زملائي	٣٦
				بطء حركتي يفقدني الكثير من مهاراتي ودقتي أثناء أداء حركة جديدة	٣٧

					يمكنني استعادة سرعتي ودقتي خلال أدائي للمهارات المكررة بسهولة	٣٨
					استطيع أن أعود لحالتي الطبيعية بسرعة بعد أدائي لمجهود بدني قوي	٣٩
					حضور الآخرين لا يشتت انتباهي بل يدفعني نحو الأداء الجيد	٤٠
					الأحداث والموضوعات الرياضية تثير انتباهي	٤١
					أصبح في حالة توتر وارتباك عندما أفكر أن زملائي أفضل مني	٤٢
					أشعر بالاستقرار النفسي عندما أحقق المطلوب مني	٤٣
					أشعر إنني أكاد أن ابكي وبشدة عند فشلي بالأداء	٤٤
					استطيع التفاعل مع زملائي الجدد بسهولة	٤٥
					استطيع إعطاء رد فعل سريع لموقف رياضي معين لتلافي الأخطاء	٤٦
					استطيع التكيف سريعاً مع مستجدات اللعبة	٤٧
					أشعر بالفطرة أنني أمتلك ذكاءً ميدانياً أثناء أدائي للمهارات الصعبة	٤٨
					استطيع الاحتفاظ في ذهني بتكنيك مفصل عن الأداء	٤٩
					أشعر أنني أمتلك سرعة بديهية عالية لمواجهة المواقف من حولي	٥٠
					استطيع كشف نوايا المقابل بمجرد ملاحظة حركة بسيطة من قبله	٥١
					بإمكاني القدرة على إيجاد كافة الحلول للمشاكل التي تواجهني	٥٢
					استطيع تغيير تفكيري بسرعة وحسب الظروف التي تواجهني	٥٣
					أشعر بأنني مهيناً ذهنياً لأي حركة تدريب عليها سابقاً.	٥٤
					أزيد من تدريبي عندما أودي أفضل ما عندي في المباراة السابقة	٥٥
					رداءة تجهيزاتي الرياضية لا تؤثر على أدائي	٥٦
					تزداد حماستي كلما كان المنافس قوياً	٥٧
					ممارسة لعبة كرة السلة تزيد من تطوير خطتي الهجومية	٥٨

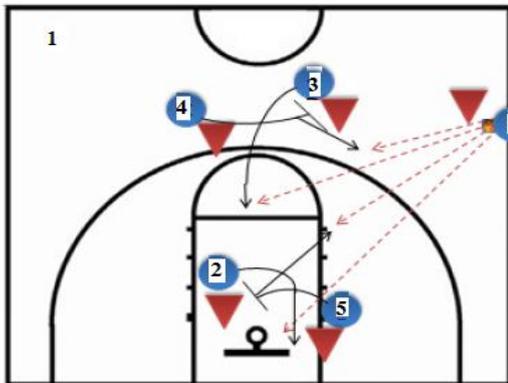
					استخدم ذكائي في شد انتباه الحكام نحوي	٥٩
					أمارس خداع المنافس بدون كرة لكي أعطي فرصة هجوم ناجحة لفريقي	٦٠

الملحق (٢)

مقياس التصرف الخططي

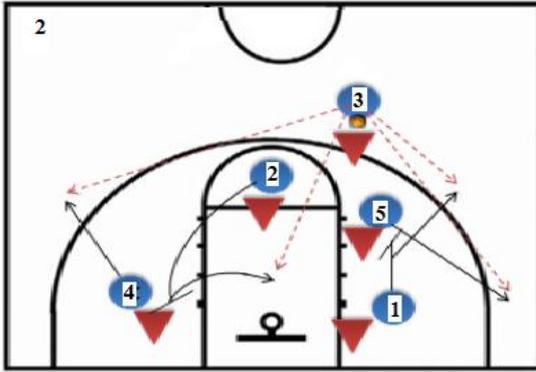


الموقف الأول : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



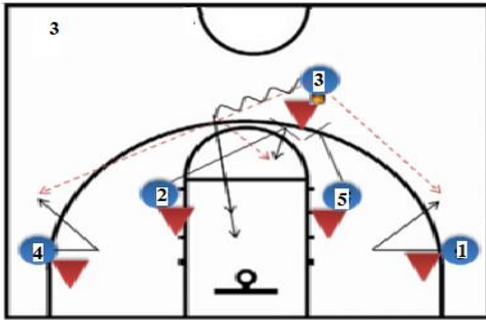
- ١- يقوم اللاعب رقم ٥ بالحجز للاعب رقم ٢ ليقوم باستلام الكرة والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٥ بالدوران خارجا لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ٤ بالحجز للاعب رقم ٣ ويقطع لاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ٤ بالدوران خارجا لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف الثاني : يقف اللاعب رقم ٣ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب رقم 2 بالحجز للاعب رقم ٤ ليدخل ويقوم باستلام الكرة والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ١ بالحجز للاعب رقم ٥ ليحرج ويقوم باستلام الكرة والتهديف من خارج قوس ٣ نقاط .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ٢ بالدوران والدخول لمنطقة الهدف للاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ١ بالخروج من منطقة الهدف لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف الثالث : يقف اللاعب رقم ٣ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



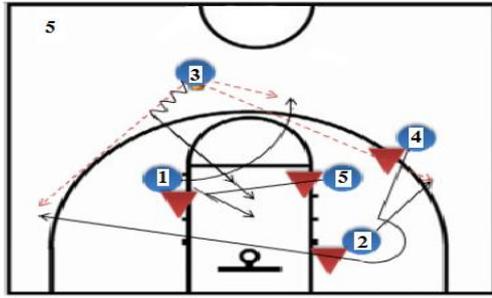
- ١- يقوم اللاعبان 2 و ٥ بالحجز للاعب رقم ٣ ليقوم بالطبطة والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٢ بالدخول الى منطقة الهدف واستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ٤ بالخداع ثم يخرج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ١ بالخداع ثم يخرج لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف الرابع : يقف اللاعب رقم ٣ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٥ بالحجز للاعب ٢ ليقوم بالقطع والاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٤ بالخداع ويخرج لاستلام والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ١ بالخداع ثم يخرج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ١ بالطبطة ثم يقوم بالتهديف من خارج قوس ٣ نقاط .

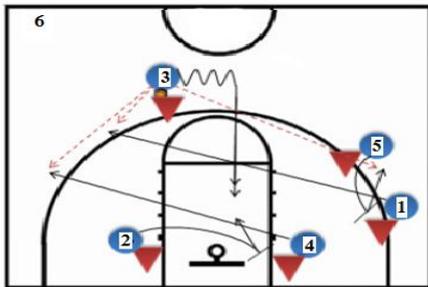
الموقف الخامس : يقف اللاعب رقم ٣ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٥ بالحجز للاعب ٣ ليقوم بالاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٤ بالقطع من حول اللاعب ٤ ويخرج للتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ٢ بالخداع ثم يخرج للتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ١ بالطبقة ثم يقوم بالتهديف .

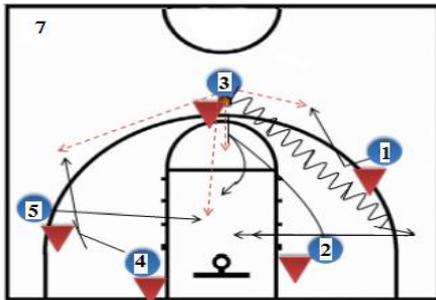
الموقف السادس : يقف اللاعب رقم ٣ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح

منها



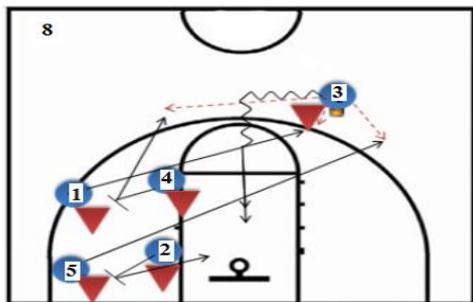
- ١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٤ ليتحرك خارج قوس ٣ نقاط ليقوم بالاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب ٥ بالحجز للاعب ١ ليتحرك خارج قوس ٣ نقاط ليقوم بالاستلام والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ١ بالدوران ثم يخرج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ٣ بالطبقة ثم يقوم بالتهديف من خارج قوس ٣ نقاط .

الموقف السابع : يقف اللاعب رقم ٣ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



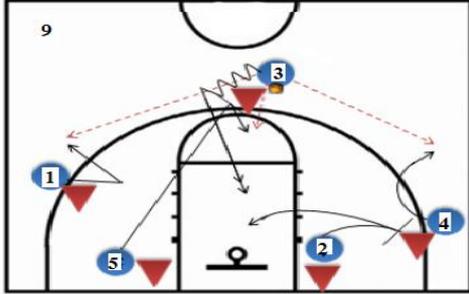
- ١- يقوم اللاعب ٤ بالحجز للاعب ٥ ليقوم بالقطع استلام الكرة والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٤ بالدوران ثم يخرج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ١ بالخداع لاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٣ ليقوم بالقطع واستلام الكرة والتهديف .

الموقف الثامن : يقف اللاعب رقم ٣ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



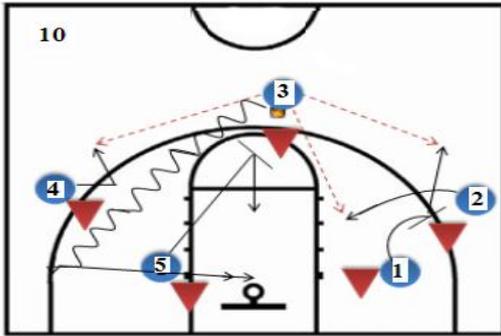
- ١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٥ ليقوم بالقطع للخارج و استلام الكرة والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٤ للاعب ٣ ليقوم بالقطع و استلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ٤ بالدوران خارجا لاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ٣ بالقطع جانبا لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف التاسع : يقف اللاعب رقم ٣ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٤ ليخرج للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ١ بالخداع ثم يخرج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ٥ بالحجز للاعب ٣ ويقطع جانبا ويقوم بالتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ٥ بالدوران للداخل لاستلام الكرة والتهديف .

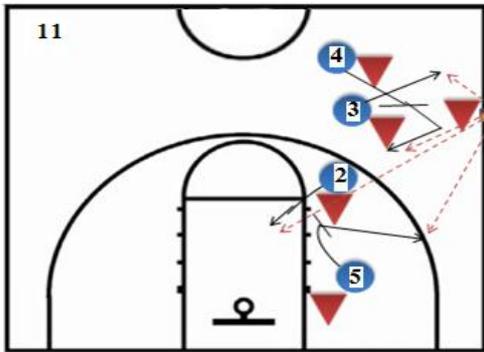
الموقف العاشر : يقف اللاعب رقم ٣ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ١ بالحجز للاعب ٢ ليخرج للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ١ بالدوران للخارج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب رقم ٤ بالخداع ليخرج للاستلام والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ٥ بالحجز للاعب ٣ ليدخل للاستلام والتهديف .

الموقف الحادي عشر : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح

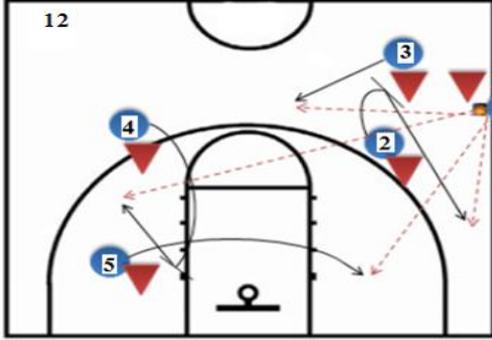
منها



- ١- يقوم اللاعب ٥ بالحجز للاعب ٢ ليدخل للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٥ بالدوران للخارج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٤ بالحجز للاعب ١ ليخرج للاستلام والتهديف .
- ٤- بعد قيام اللاعب ٤ بالحجز يقوم بالخداع ثم استلام الكرة والتهديف .

الموقف الثاني عشر : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف

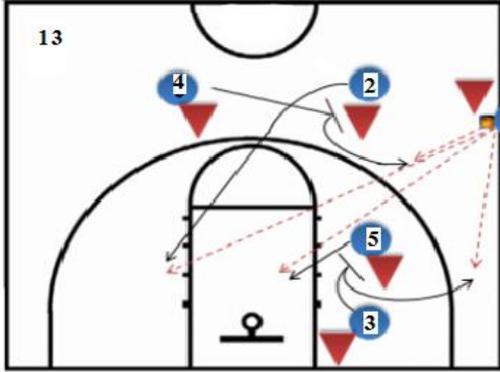
الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٤ بالحجز للاعب ٥ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٤ بالدوران للخارج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٣ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٤- يؤدي اللاعب ٤ بالدوران خارجا ثم يقوم باستلام الكرة والتهديف .

الموقف الثالث عشر : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف

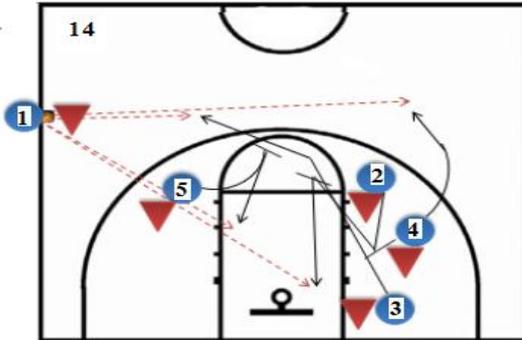
الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٣ بالحجز للاعب ٥ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٢- يؤدي اللاعب رقم ٣ الدوران بعد الحجز خارجا لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٤ بالحجز للاعب ٢ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٤- يؤدي اللاعب رقم ٣ الدوران خارجا لاستلام الكرة والتهديف .

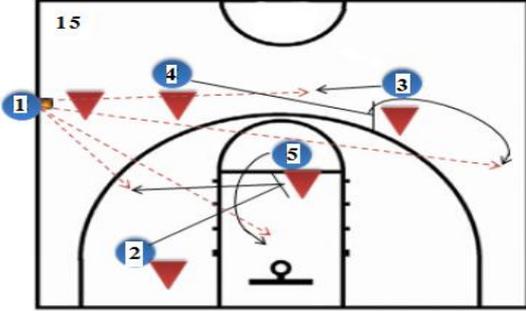
الموقف الرابع عشر : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف

الصحيح منها



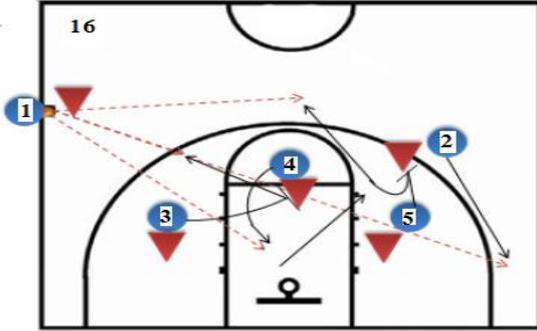
- ١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٤ ويخرج للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعبان ٢ و ٥ بالحجز للاعب رقم ٣ ويخرج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يؤدي اللاعب رقم ٢ الدوران للداخل لاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يؤدي اللاعب رقم ٥ الدوران للداخل لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف الخامس عشر : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



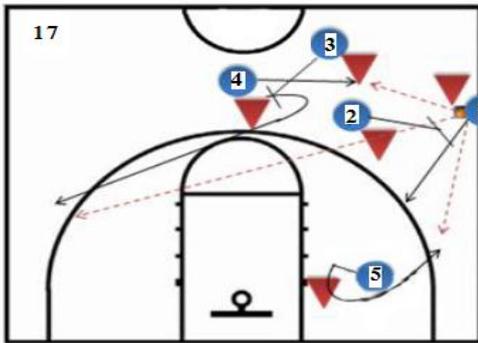
- ١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٥ ليدخل للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٤ بالحجز للاعب ٣ ويدخل للاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يؤدي اللاعب رقم ٢ الدوران خارجا لاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يؤدي اللاعب رقم ٤ الدوران خارجا لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف السادس عشر : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٣ بالحجز للاعب ٤ ليدخل للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٥ بالحجز للاعب رقم ٢ ويدخل للاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يؤدي اللاعب رقم ٣ الدوران خارجا لاستلام الكرة والتهديف .
- ٤- يؤدي اللاعب رقم ٥ الدوران خارجا لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف السابع عشر : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف



- الصحيح منها
- ١- يقوم اللاعب ٣ بالحجز للاعب ٤ ويخرج للاستلام والقطع .
 - ٢- يؤدي اللاعب رقم ٣ الدوران جانبا لاستلام الكرة والتهديف .
 - ٣- يقوم اللاعب ٥ بالخداع خارجا للاستلام والتهديف .
 - ٤- بعد قيام اللاعب ٤ بالحجز يقوم بالخداع ثم استلام الكرة والتهديف .

الموقف الثامن العاشر : يقف اللاعب رقم ٤ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف

الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ١ بالحجز للاعب ٥ ويقطع نحو السلة للتهديف .
- ٢- يؤدي اللاعب رقم ١ الدوران جانبا لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٣ بالحجز للاعب ٢ ويقطع نحو الرمية الحرة للتهديف .
- ٤- يؤدي اللاعب رقم ٣ الدوران جانبا لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف التاسع عشر : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح

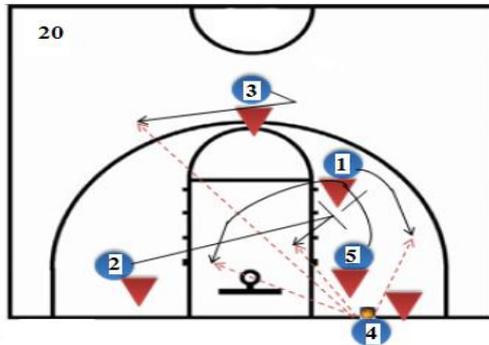
منها



- ١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٥ ويقطع نحو السلة للتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٤ بالدوران بعد الحجز لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يتقاطع اللاعب ١ مع اللاعب ٢ ويذهب للاستلام والتهديف .
- ٤- يتقاطع اللاعب ٢ مع اللاعب ١ ويذهب لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف العشرون : يقف اللاعب رقم ٤ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف

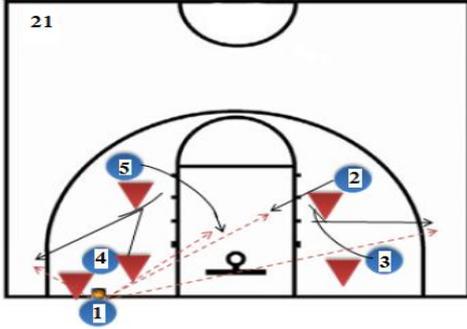
الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٥ بالحجز للاعب ١ ويتحرك جانبا للتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب رقم ٥ ويقوم بالدوران تحت السلة للتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٥ بالقطع نحو السلة للاستلام والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب ٣ بالخداع ثم استلام الكرة والتهديف من خارج القوس .

الموقف الحادي والعشرون : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح

منها



١- يقوم اللاعب ٤ بالحجز للاعب ٢ ويقطع نحو السلة للتهديف

٢- يقوم اللاعب ٢ بالدوران جانبا لاستلام الكرة للتهديف .

٣- يقوم اللاعب ٣ بالحجز للاعب ٢ ويقطع نحو السلة للتهديف .

٤- يقوم اللاعب ٣ بالدوران جانبا ثم استلام الكرة والتهديف

الموقف الثاني والعشرون : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح

الصحيح منها



١- يخرج اللاعب ٤ بعد اخذ حجز من اللاعبان ٢ و ٥ نحو السلة للتهديف .

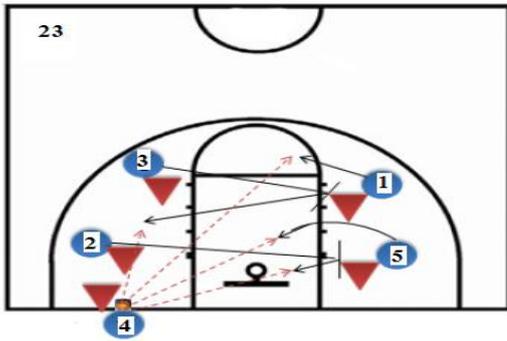
٢- يقوم اللاعب رقم ٥ بالدوران للخارج لاستلام الكرة والتهديف .

٣- يقوم اللاعب ٢ بالدوران جانبا لاستلام الكرة والتهديف .

٤- يقوم اللاعب ٣ بالخداع خارج منطقة الرمية الحرة ثم استلام الكرة والتهديف .

الموقف الثالث والعشرون : يقف اللاعب رقم ٤ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح

الصحيح منها



١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٥ ليدخل منطقة الهدف لاستلام والتهديف .

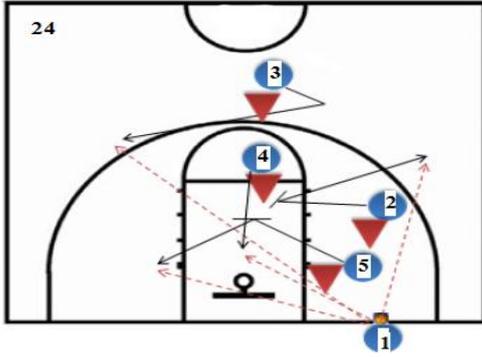
٢- يقوم اللاعب رقم ٣ بالحجز للاعب ١ ليدخل منطقة الرمية الحرة لاستلام الكرة والتهديف .

٣- يقوم اللاعب ٣ بالدوران لاستلام والتهديف .

٤- يقوم اللاعب ٤ بالدوران تحت السلة ثم استلام الكرة والتهديف .

الموقف الرابع والعشرون : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح

الصحيح منها



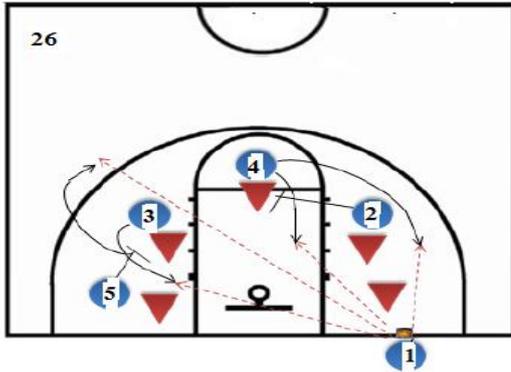
- ١- يقوم اللاعب ٢ و ٥ بالحجز المزدوج للاعب ٤ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٤ بعد الحجز بالخروج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٥ بعد الحجز ليخرج للاستلام والتهديف .
- ٤- بعد قيام اللاعب ١ بالخداع خارج منطقة الهدف ثم استلام الكرة والتهديف .

الموقف الخامس والعشرون : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



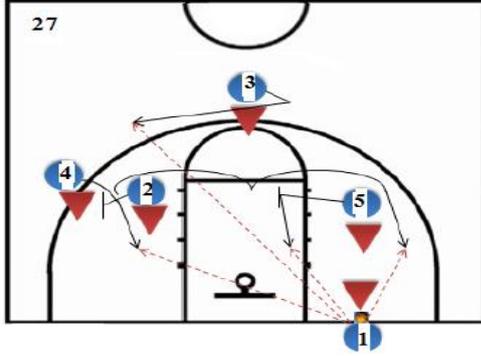
- ١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٤ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٢ بالدوران لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٣ بالحجز للاعب ٤ ليخرج للتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ٣ بالدوران لاستلام الكرة والتهديف .

الموقف السادس والعشرون : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٤ ليدخل للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٢ بعد الحجز والدوران ليدخل لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٥ بالحجز للاعب ٣ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب رقم ٥ بالدوران ويخرج ثم استلام الكرة والتهديف .

الموقف السابع والعشرون : يقف اللاعب رقم ١ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



- ١-يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٤ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٢-يقوم اللاعب رقم ٥ بالحجز للاعب ٢ ويخرج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٥ بالدوران تحت السلة للاستلام والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب ٤ بالخداع ثم استلام الكرة والتهديف من خارج قوس ٣ نقاط .

الموقف الثامن والعشرون : يقف اللاعب رقم ٤ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف

الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٥ بالحجز للاعب ١ ليدخل للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٥ بالدوران جانبا لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٤ بالحجز للاعب ١ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٤- بعد قيام اللاعب ٢ بالدوران للجانب ثم استلام الكرة والتهديف .

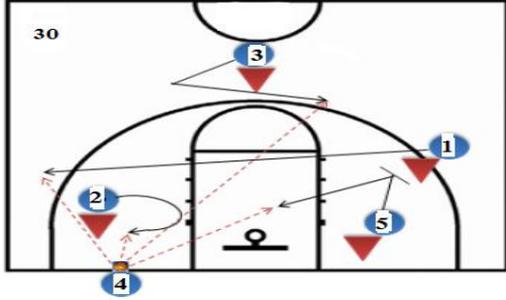
الموقف التاسع والعشرون : يقف اللاعب رقم ٤ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح

منها



- ١- يقوم اللاعب ٢ بالحجز للاعب ٥ ليدخل نحو السلة للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٢ بالدوران للخارج لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٣ بالحجز للاعب ١ ويقطع للاستلام والتهديف .
- ٤- يقوم اللاعب ٣ بالدوران جانبا ثم استلام الكرة والتهديف .

الموقف الثلاثون : يقف اللاعب رقم ٤ ومعه الكرة وأمامك أربعة حالات اختر الموقف الصحيح منها



- ١- يقوم اللاعب ٥ بالحجز للاعب ١ ليدخل للاستلام والتهديف .
- ٢- يقوم اللاعب رقم ٢ بالخداع ويذهب لاستلام الكرة والتهديف .
- ٣- يقوم اللاعب ٥ بعد الحجز الدوران تحت السلة .
- ٤- يقوم اللاعب ٣ بالخداع ثم استلام الكرة والتهديف .

الملحق (٣)

مفتاح تصحيح مواقف اللعب لمقياس التصرف الخططي بصيغته النهائية

الدرجة				رقم الموقف	الدرجة				رقم الموقف
٤	٣	٢	١		٤	٣	٢	١	
١	٣	٤	٢	١٦	١	٤	٣	٢	١
٢	١	٤	٣	١٧	٢	١	٣	٤	٢
٤	٢	٣	١	١٨	٣	٢	٤	١	٣
٣	٢	٤	١	١٩	٤	١	٢	٣	٤
٤	٣	١	٢	٢٠	٢	٣	١	٤	٥
٤	١	٣	٢	٢١	٣	١	٤	٢	٦
٣	١	٤	٢	٢٢	٣	٢	٤	١	٧
٤	٢	٣	١	٢٣	١	٣	٤	٢	٨
٣	٢	١	٤	٢٤	٢	١	٣	٤	٩
٤	٣	١	٢	٢٥	١	٢	٣	٤	١٠
٤	١	٢	٣	٢٦	٤	٢	٣	١	١١
٣	١	٤	٢	٢٧	٤	٢	٣	١	١٢
١	٢	٣	٤	٢٨	٤	٣	١	٢	١٣
٣	١	٤	٢	٢٩	٤	١	٣	٢	١٤
٤	٢	٣	١	٣٠	٣	١	٤	٢	١٥

اثر منهج تعليمي باستخدام الألعاب الحركية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم
لطلبة المدارس المتوسطة

م.د. واثق مدلل عبيد م. محمد ضايح محمد م.م. محمد رحيم غاوي

إنّ المستوى الرياضي المتقدم الذي وصلت إليه دول عديدة هو نتيجة للتقدم العلمي الذي اعتمد على نتائج البحوث والدراسات التي أجريت في هذا المجال لذا وجب على العاملين في هذا المجال استخدام أفضل طرائق التعلم ، من اجل خلق أناس قادرين على الإحساس بالتغيرات وضبطها واستخدامها ، اذ هدفت الدراسة الى بناء برنامج تعليمي بالألعاب الحركية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم والتعرف على اثر البرنامج التعليمي وتناول الإطار النظري للعب ومفهومة وماهيته و مفهوم الألعاب الحركية و تصنيف اللعب والمهارات الأساسية بكرة القدم اذ تم استخدام البرنامج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث ولتحقيق هدف الدراسة ، اختير مجتمع البحث بالطريقة العمدية إذ تمثل طلاب الصف الأول المتوسط ، أما عينة البحث فقد اختيرت بالطريقة العشوائية باستخدام القرعة، وبعد اجراء الاختبارات و ظهور النتائج أثبتت صلاحية البرنامج التعليمي المعد بالألعاب الحركية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وتفوق المجموعة التجريبية في نتائج جميع الاختبارات .

Following a curriculum using the kinetic Games to learn some basic skills in football for middle school students

Search provided by

M.Dr. Wathik M. Abeed M. Mohamed D. Mohamed

M.M. Mohamed R. Gawi

The progress that the world is witnessing today the result of the developments that occur in the educational field, so must the workers in this field use the best methods of learning, in order to create people who are able to sense changes and adjust and use, students are their basis in the face of the challenges of the times, although care students in the age group Initial is the bedrock of the origin of sound stages of their development following as the study aimed to build a curriculum games motor to learn some basic skills in football and recognize the impact of the curriculum and address the theoretical framework of play and

understandable and what it is and the concept of gaming kinetic and classification play and the basic skills of football as was the use of the experimental method for its relevance to the nature of the research and to achieve a goal of the study, was selected research community way intentional, representing the first-graders average, the study sample was selected randomly using a lottery, and after conducting tests and the appearance of the results proved the validity of the curriculum prepared games motor learning some skills basic football and the superiority of the experimental group in the results of all the tests.

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

يعد اللعب هو الوسيط التربوي المهم الذي يساعد على نمو التلاميذ بدنيا وحركيا وعقليا ومعرفيا واجتماعيا وانفعاليا إذ انه وسيلة من الوسائل لفهم نفسياتهم والوقوف على استعداداتهم ، فمن خلالها يعبر التلميذ عن نفسه بحرية ويتفاعل مع غيره من التلاميذ، لذا تعد افضل طريقة يكتشف بها التلميذ الحياة ويكتسب خبرات جديدة عن مهاراته الذاتية وعن غيره من التلاميذ ويخلق عالمه الخاص به المليء بالاستكشاف والتخيل والحركة فهو يحول العالم الكبير إلى عالم صغير بحجمه ومن خلاله يطور نفسه ويثبت ذاته ويكون شخصيته ، وان أفضل الألعاب هو اللعب الذي يختاره أو يصنعه بنفسه أو يكتشف بنفسه طريقة جديدة للعب ، وتعد المدرسة ميداناً خصباً لتعليم أنماط مختلفة من الأنشطة الحركية حيث أنها القاعدة الأساسية لتعلم المهارات الحركية ، لان المدرسة هي من أهم مراحل حياة الإنسان فيها تنمو قدرات التلميذ وتتضح مواهبه وتكون قابلة للتأثير والتوجيه والتشكيل وتحديد اتجاهاته في المستقبل ، فالأنشطة الحركية التي يهتم بها درس التربية الرياضية هي الأنشطة الأكثر شيوعا وممارسة من قبل التلاميذ داخل الدرس وخارجه وتسهم بدور كبير في تطوير المهارات الحركية الاساسية ، إذ تعد هذه المهارات القاعدة الاساسية للممارسات الحركية وان ممارستها والعناية بتطويرها تعد دعامة أساسية في النشاط الرياضي التخصصي في المراحل التالية للطفولة حيث أن التعلم يعتمد على عاملين الأول هو موهبة التلميذ والعامل الثاني والاهم هو ميل التلميذ تجاه تعلم اللعبة ، وانطلاقاً من هذه الحقائق برزت أهمية البحث باستخدام برنامج تعليمي بالألعاب الحركية تعنى بتلامذة المرحلة المتوسطة لتعليم التلاميذ أنشطة متنوعة قائمة على المنافسة مع الذات والآخرين وحرص الباحثون على انتقاء الألعاب التي تنمي تفكير التلميذ وتعلمه أشياء جديدة في بيئته وتوسع آفاقه المعرفية وتطور مهاراته الحركية التي تساعده في تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم لان لعبة كرة

القدم من الألعاب التي تحتاج إلى إدراك التلاميذ البيئة المختلفة في حالات اللعب ومساعدتهم على التكيف مع هذه الحالات فكرة القدم من الألعاب الترويحية الممتعة والمشوقة والتي تحتاج إلى تنافس لذا إن استخدام برنامج تعليمي بالألعاب الحركية يمكن ان يساعد بشكل كبير في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم .

١-٢ مشكلة البحث :

إن البيئة التي يتعامل معها التلاميذ في هذه المرحلة تمثل الأسرة والمدرسة إذ لا بد من أن يعملوا جنباً إلى جنب لتحسين تعلمه وتنشئه ولعل من ابرز الأسباب التي دفعت الباحثون لإجراء هذه الدراسة ، هو أن النشاط السائد في درس التربية الرياضية محاط بغلاف تقليدي في محتواه ولا يساعد التلاميذ بشكل كبيرة في التعلم وان هنالك ضعف في تعلم المهارات الحركية بصورة عامة ومهارات كرة القدم بصورة خاصة لذا ارتأى الباحثون استخدام برنامج تعليمي بالألعاب الحركية لتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم وان استخدام البرنامج يفسح المجال أمام التلاميذ للتعبير عن ذاتهم وإمكانياتهم الحركية ويساعدهم بشكل نموذجي في تعلم المهارات الرياضية وخاصة مهارات كرة القدم .

١-٣ هدفا البحث :

١-٣-١ بناء برنامج تعليمي باستخدام الألعاب الحركية لتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لطلبة المرحلة المتوسطة.

١-٣-٢ التعرف على اثر البرنامج التعليمي باستخدام الألعاب الحركية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لطلبة المرحلة المتوسطة.

١-٣-٣ التعرف على دلالة الفروق في الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة لتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لطلبة المرحلة المتوسطة.

١-٤ فرضا البحث :

١-٤-١ توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم .

١-٤-٢ توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم .

٥-١ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري: تم اختيار عينة البحث من طلاب المرحلة المتوسطة لتربية الرصافة الثالثة بغداد .

٢-٥-١ المجال الزمني: من الفترة ١١ / ٢ / ٢٠١٣ لغاية ٢٤ / ٥ / ٢٠١٣.

٣-٥-١ المجال المكاني : الساحة الخارجية لمتوسطة صقر قريش.

٦-١ تحديد المصطلحات :

١-٦-١ الألعاب الحركية :

عرفت بأنها "نشاط موجه يقوم به التلاميذ لتطوير سلوكهم وقدراتهم العقلية والجسمية والوجدانية ، ويحقق في نفس الوقت المتعة والتسلية ويستثمر أنشطة اللعب في اكتساب المعرفة وتقريب مبادئ العلم للأطفال وتوسيع آفاقهم المعرفية"^(١).

وعرفها الباحثون بانها نشاط يقوم به الطالب بمجموعة من الحركات لتحقيق هدف ما لغرض تعلم بعض مهارات كرة القدم.

٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

١-٢ الدراسات النظرية :

٢-١-١ اللعب مفهومه وماهيته :

يعد اللعب ظاهرة سلوكية تسود عالم الكائنات الحية ولاسيما الإنسان ويبرز دوره بشكل واضح في مرحلة الطفولة ، وهو يعد مفتاحا هاما للكبار يساعدهم على اكتشاف القدرات الكامنة للأطفال ، ومن خلال اللعب تنمو مدارك الأطفال العقلية والانفعالية والاجتماعية ، كما انه يسهم بدور حيوي في تكوين شخصية الطفل بأبعادها وسماتها كافة فالعب هو احد المفردات الرئيسية في عالم الطفولة واحد أدوات التعلم واكتساب الخبرة ، لذلك تعد لعبة الطفل من منظور علماء النفس والتربية ورقة في غاية الأهمية في ملف الطفولة^(٢).

^١ - www.wahat.com,2003c

^٢ - وليد احمد المصري: دراسة تحليلية لطبيعة العلاقة بين اللعب وتأثيره في شخصية أطفال السادسة ، مجلة (المعلم/الطالب) العدد الثاني ، دائرة التربية والتعليم ، عمان الأردن ، ١٩٩٨ ، ص٤-٥

للعب استعداد فطري عند الطفل يتم من خلاله التخلص من الطاقة الزائدة فهو مقدمة للعمل الجدي الهادف ، إذ يشعر الطفل فيه بقدرته على التعامل مع الآخرين ، وبمقدرته اللغوية والعقلية والجسدية ، ومن خلاله يكتسب الطفل المعرفة الدقيقة بخصائص الأشياء التي تحيط به ، فلعب فوائد متعددة في هذه المرحلة والمرحلة التي تليها فمن خلاله يتعلم الطفل عادات التحكم في الذات والتعاون والثقة بالنفس ، وتنمي مواهبه وقدراته على الإبداع (١) .

إن تحديد مفهوم اللعب ليس بالأمر البسيط بل هو في غاية الصعوبة، فمفهوم اللعب "نشاط حر موجه أو غير موجه يكون على شكل حركة أو عمل ، يمارس فردياً أو جماعياً ويستثمر طاقة الجسم الحركية والذهنية ويمتاز بالسرعة والخفة لارتباطه بالدوافع الداخلية ولا يتعب صاحبه ، وبه يتمثل الفرد المعلومات ويصبح جزءاً من حياته" (٢).

ويرى الباحثون بان اللعب هو أسلوب حياة يكتشف من خلاله العلاقات الخاصة والعامة للأشياء نتيجة تفاعل الإنسان مع البيئة الداخلية والخارجية ويساهم بشكل كبيرة في توجيه ميول الفرد نحو الأشياء الايجابية .

٢-١-٢ مفهوم الألعاب الحركية :

إن الألعاب الحركية اكثر انتشارا وشيوعا في عالم الطفولة حيث تتميز الحركات في محتوى اللعب (العدو ، القفز ، الرمي بأنواعه ، تسليم ومسك الكرة) وذلك لكونه نشاطاً تعليمياً وحركياً موجهاً وهادفاً إلى تنمية الطفل تنمية شاملة بشكل عام وتنمية القدرات البدنية والحركية بشكل خاص فضلا عن كونها ترمي إلى التغلب على الصعوبات والعقبات التي توضع في الطريق للتوصل إلى هدف اللعبة ، وان هذا النوع من اللعب يكون ذا قيمة تربوية إذا ما استغل بطريقة صحيحة وبني على أسس علمية سليمة كونه وسيلة للتربية البدنية العامة للأطفال وكذلك وسيلة للاستعداد وللألعاب الرياضية ، ويمكن أن تكون الألعاب الحركية منفردة لشخص واحد وتنظم على الأغلب من قبل الطلبة أنفسهم (اللعب بالكرة ، مع الحبل ، دحرجة الطوق وغيرها) ، ويمكن أن يستخدمها المربون لتنظيم وقت فراغ الأطفال بما يرونه نافعا ، وتتميز كل الألعاب الحركية الجماعية بعنصر المنافسة (فكل مشارك يلعب من اجل نفسه أو لمجموعته) وكذلك بالتعاون المتبادل من اجل الوصول الى الهدف المطلوب (٣) .

١ - www.children education.com, 2004

٢ - بلقيس احمد ، توفيق مرعي: الميسر في سايكولوجية اللعب ، ط١، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، عمان، الأردن ١٩٨٠، ص١٥.

٣ - ريسان مجيد خريبط: مصدر سبق ذكره ، ص ١١-١٣

٢-١-٤ المهارات الأساسية بكرة القدم :

إن مصطلح المهارات الأساسية من المصطلحات الشائع الاستخدام في عموم جوانب الحياة خاصة في المجال الرياضي حيث يمكن تعريف المهارة بشكلها العام بأنها " القدرة على انجاز عمل ما "(١) ، أما في المجال الرياضي بأنها " القدرة على استخدام الجهازين العصبي والعضلي الاستخدام الصحيح لإخراج القوة العضلية اللازمة لأداء الحركات المطلوبة في المهارة بشكل دقيق ، وفي التوقيت المناسب "(٢) ،

أما في مجال كرة القدم فقد عرفها (جارلس هيوز) بأنها " قابلية الوجود في المكان الصحيح والزمان الصحيح واختيار الفن الجيد عند الطلب ، فالأساس المهاري يرتبط باتخاذ القرار والاختيار "(٣).

وتقسم المهارات الأساسية بكرة القدم ما يأتي : - (٤)

- | | | |
|------------------------|--------------------------------|-----------------------|
| ١- المناولة | ٢- ضرب الكرة بالرأس | ٣- إخماد الكرة |
| ٤- دحرجة الكرة | ٥- التهديف | ٦- السيطرة بالكرة |
| ٧- مراوغة الخصم وخداعه | ٨- الرمية الجانبية (باليدين) | ٩- مهارات حارس المرمى |

ويرى الباحثون إن هنالك مهارة مهمة وهي تحرك اللاعب بدون كرة.

٢-٢ الدراسات السابقة :

١- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين ؛ الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي . ط ١ : (القاهرة ، دار الفكر

١٩٨٧) ص ٢١ .

٢- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين ؛ المصدر سبق ذكره ، ص ٨٥ .

٣- جارلس هيوز ؛ كرة القدم الخطط والمهارات . (ترجمة) موفق مجيد : الموصل ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠ ص ٢٤

٤- حنفي مختار ؛ الأسس العامة في تدريب كرة القدم : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٨ ص ٧٨ .

٥- جاسم محمد نايف الرومي : تأثير برامج حركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض للعمر (٥-٦) سنوات ، مجلة الراافدين للعلوم الرياضية ، المجلد ٥ ، العدد ١٢ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، (١٩٩٩أ).

٢-٢-١ دراسة جاسم محمد نايف ١٩٩٩^(٥) :

(برنامج العاب صغيرة مقترح لتطوير المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بكرة اليد سبعة أفراد
لمرحلة الطفولة المبكرة من ٦ - ٩ سنوات) .

- هدفت الدراسة :

إلى التعرف على اثر برنامج العاب صغيرة مقترح في تطوير المهارات الحركية الاساسية
المرتبطة بكرة اليد، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي ، تكونت عينة البحث من (٣٠٠) تلميذ
وتلميذة من الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية. وتم اختبار عينة البحث من خلال
إجراء الاختبارات الخاصة بالمهارات الحركية الاساسية المرتبطة بكرة اليد وهي (سرعة الرمي ،
واللقف مع التوقف ، الركض ٣٠م) ، وتم تخصيص (١٠) دقائق لتعليم الألعاب الصغيرة من
الزمن الكلي للدرس الواحد، وواقع (٣٠) دقيقة أسبوعياً، وتوصلت الدراسة إلى أن برنامج
الألعاب الصغيرة المقترح أدى إلى تطوير المهارات الحركية المرتبطة بكرة اليد وذلك للصفوف
الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية.

٢-٢-٢ دراسة صفية منصور سلطان ، وأبو قنديل ، وأميرة عبد الفتاح ١٩٨٦^(١) :

" اثر برنامج مقترح على بعض المهارات الحركية الاساسية لاطفال دور الحضانة بمحافظة
الشرقية "

- هدفت الدراسة :

إلى وضع برنامج رياضي ترويجي لاطفال دور الحضانة ومعرفة تأثير البرنامج المقترح
للأطفال على بعض المهارات الحركية الأساسية لاطفال ما قبل المدرسة بعمر (٤ - ٥) سنوات
واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، اشتملت عينة البحث على (١٠٠) طفل وطفلة تم تقسيمهم
الى مجموعتين متساويتين بالعدد ، وتوصلت الدراسة إلى أن للبرنامج الرياضي اثر ايجابي في
تحسن تعلم كل المهارات الحركية الأساسية لدى اطفال هذه المجموعة من الذكور والإناث ،
وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين ذكور المجموعة التجريبية وإناثها في تحسن قياسات كل
المهارات الحركية الأساسية .

- الاستفادة من الدراسات السابقة :

^١ - صفية منصور سلطان ، وأبو قنديل، أميرة عبد الفتاح: برنامج العاب صغيرة مقترح لتطوير المهارات
الحركية الاساسية المرتبطة بكرة اليد سبعة أفراد لمرحلة الطفولة المبكرة من سن (٦-٩) سنوات ، مجلة بحوث
التربية الرياضية المجلد الثالث ، العددان (٥-٦)، كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق، جامعة الزقازيق،
القاهرة ، (١٩٨٦) .

يبين الباحثون من خلال ما يأتي :

الأهداف :

كانت أهداف الدراسة الحالية متشابهة ومختلفة مع أهداف هذه الدراسات ، فقد تشابهت دراسة الباحثون مع دراسة جاسم محمد نايف ١٩٩٩ باستخدام برنامج بالألعاب الصغيرة واختلفت معها من حيث المهارات الحركية المراد تعلمها وفقاً لأسلوب التعلم بالألعاب الحركية .

وتشابهت مع دراسة صفية منصور سلطان ، وأبو قنديل وأميرة عبد الفتاح (١٩٨٦) مع الدراسة الحالية ، باستخدام برنامج مقترح ولكنها اختلفت عنها في تعلم بعض المهارات.

بينما انفردت الدراسة الحالية في كون هدفها إعداد برنامج تعليمي بالألعاب الحركية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم .

- منهج البحث :

إن المنهج المستخدم في جميع الدراسات السابقة هو المنهج التجريبي والذي استخدمه الباحثون في تحقيق أهداف الدراسة .

العينة :

كانت عينات الدراسات السابقة بمراحل عمرية مختلفة ولكلا الجنسين وقد اختلفت الدراسات السابقة كلها في عدد أفراد عينتها استناداً إلى طبيعة تلك الدراسات.

أما الدراسة الحالية فقد بلغ عدد عينة البحث (٤٠) طالب قسموا عشوائياً إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وكان جميع أفراد العينة من الطلاب المبتدئين في تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم .

- الاستنتاجات :

أكدت الدراسات السابقة أن برنامج الألعاب الحركية من الأساليب المناسبة في تعلم المهارات الحركية من خلال ظهور الفروق الدالة إحصائياً .

- أما الدراسة الحالية :

فسوف يتم ذكر الاستنتاجات والتوصيات التي يتم التوصل إليها في الفصل الخامس .

٣ - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

٣-١ منهجية البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين وهما المجموعة التجريبية والضابطة لملاءمته في تحقيق أهداف البحث ، إذ يعد المنهج التجريبي أحد مناهج البحث العلمي الأكثر استخداماً في مجالات البحث ؛ كونه ((يقوم على أساس التعامل المباشر والواقعي مع الظواهر المختلفة ويقوم على ركيزتين أساسيتين هما الملاحظة والتجربة بأنواعها))^(١).

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

اختير مجتمع البحث بالطريقة العمدية إذ تمثل طلاب الصف الأول المتوسط من متوسطة صقر قریش إحدى مدارس (مديرية تربية الرصافة الثالثة - بغداد) للعام الدراسي ٢٠١٢ - ٢٠١٣ ، والبالغ عددهم (٩٦) طالبا مقسمين إلى ثلاث شعب (أ - ب - ج) وبواقع (٣٢) طالب في كل شعبة ، أما عينة البحث فقد اختيرت بالطريقة العشوائية باستخدام القرعة فكانت شعبة (ب) هي المجموعة التجريبية التي يطبق عليها البرنامج التعليمي باستخدام الألعاب الحركية لتعلم بعض مهارات الأساسية بكرة القدم أما المجموعة الضابطة فقد اختيرت أيضاً بالطريقة العشوائية فكانت شعبة (أ) إذ بلغ عدد أفراد عينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة (٤٠) طالب كل مجموعة (٢٠) طالب بعد استبعاد الطلاب الراسبين والطلاب الذين يتعذر مشاركتهم بالدرس والممارسين للعبة (لاعبي الأندية) والطلاب الذين تغيّبوا عن الاختبارات القبلية أو البعدية أو الذين تغيّبوا أكثر من وحدتين تعليميتين أثناء تنفيذ البرنامج التعليمي. وكان سبب الاختيار العمدي لعينة البحث .

- ١- سهولة الاتصال بالعينة والتأكد من أن العينة لم يطبق عليها أي برنامج تعليمي مشابه .
- ٢- توافر الإمكانيات المادية والبشرية في المدرسة بما يضمن تنفيذ جميع الوحدات التعليمية.
- ٣- إن مادة كرة القدم معدة في المنهاج الدراسي لهذه المرحلة إضافة إلى وجود مدرس ذي خبرة.

٣-٢-١ تجانس العينة :

^١ - عبد المعطي محمد عساف (وآخرون) : التطورات المنهجية وعملية البحث العلمي : عمان ، دار وائل للتوزيع والنشر ، ٢٠٠٠ ، ص ٧٩-٨٠

(*) انظر الملحق رقم (١)

من أجل إيجاد التجانس بين أفراد عينة البحث ولغرض تجنب العوامل التي قد تؤثر في نتائج التجربة أخذت القياسات الخاصة بمتغيرات (الطول ، الوزن ، العمر) (*).

جدول (١)

يبين تجانس أفراد عينة البحث

المتغيرات	العينة (ن)	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
الطول (سم)	40	148.41	7.15	148	0.172
الوزن (كغم)	40	41.12	6.45	40	0.520
العمر (شهر)	40	153.5	6.03	151	1.243

ويلاحظ من الجدول رقم (١) أن قيم معامل الالتواء جميعها كانت بين $(3 \pm)$ وهذا يدل على تجانس عينة البحث في متغيرات (الطول ، الوزن ، العمر) وأن جميع القياسات تقع تحت منحى التوزيع الطبيعي .

٣-٢-٢ تكافؤ العينة :

عمد الباحثون تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين (تجريبية ، ضابطة) باعتماد الطريقة العشوائية (القرعة) ولكي يكون التقسيم غير منحاز لإحدى المجموعتين وللحفاظ على الموضوعية العلمية أجريت عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات والجدول (٢) يبين تكافؤ العينة في نتائج الاختبارات القبلية للمجموعتين (التجريبية والضابطة) .

جدول (٢)

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

المعالجات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت المحسوبة	دلالة الفرق
		ع±	س	ع±	س		
المناوله	درجة	0.864	4.300	0.760	4.500	0.777	غير معنوي
الدرجة	درجة	1.056	15.509	1.130	15.474	0.101	غير معنوي

(*) درجة الحرية = 38 ومستوى دلالة (0.05) T-Test الجدولية = 2.02

٣-٣ الأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة :

٣-٣-١ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

استعان الباحثون بالأجهزة والأدوات الآتية :

- ميزان طبي لقياس الوزن .
- شريط معدني لقياس الطول عدد (٢) .
- صافرة .
- ساعة الكترونية
- ١٠ كرات قدم .

٣-٣-٢ الوسائل المساعدة في جمع المعلومات :

استعان الباحثون بالوسائل البحثية الآتية :

- المصادر العربية والأجنبية .
- الملاحظة والتدوين .
- المقابلات الشخصية .
- البرنامج التعليمي .
- التجربة الاستطلاعية .
- استمارة تفرغ البيانات للاختبارات القبليّة والبعدية .
- المعالجات الإحصائية .

٣-٤ إجراءات البحث الميدانية :

٣-٤-١ تحديد المهارات :

عمد الباحثون باختيار بعض المهارات الأساسية بكرة القدم معتمداً على المصادر العلمية في الاختصاص والمنهج المقرر للمرحلة المتوسطة المعتمد في مديريات التربية.

٣-٤-٢ الأسس العلمية للاختبارات :

* صدق الاختبار :

يقصد بصدق الاختبار " أن يقيس الاختبار ما أردنا أن يقيس وليس شيئاً آخر غيره ، أو إلى جانبه"^(١) ، أي يكون صادقاً عندما يقيس الغرض الذي وضع من أجله ، فقد ذكر محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان " إن الاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها"^(٢) ، وللتأكد من صدق الاختبار تم عرض جميع الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمتخصصين، وعلى ضوء آرائهم تم اختيار الاختبارات الملائمة لقياس متغيرات البحث ، وقد عمد الباحثون بإيجاد معامل صدق الاختبارات باعتماد معامل الصدق الذاتي الذي هو " صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة إلى الدرجات الحقيقية ، ويقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات للاختبار "^(٣) والجدول (٣) يوضح ذلك.

* ثبات الاختبار :

إن ثبات الاختبار يعني إذا أجري اختبار ما على عينة ثم أعيد هذا الاختبار على العينة نفسها وتحت الظروف عينها فان النتائج التي ظهرت في المرة الأولى هي اتساق للنتائج التي ظهرت في المرة الثانية^(٤) ، أي الثبات هو درجة الاتساق في النتائج ، أي استقرار نتائج التقويم للفرد إذا أعيد التقويم في زمنين مختلفين وتحت الظروف عينها فان هذا الاختبار يعد ثابتاً .

وستخدم الباحثون طريقة الاختبار وإعادة الاختبار لإيجاد معامل الثبات لأنها من انساب الطرائق المتبعة في ثبات الاختبار ، ويؤكد (Tuckman) أن " طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه جديرة بالإتباع في البحوث التطبيقية "^(٥) ، وقد اجري الاختبار الأول في يوم الخميس الموافق 2013 / 2 / 14 وأعيد الاختبار نفسه مرة أخرى بعد (٥) أيام أي في يوم 2013 / 2 / 19 على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها التي تم فيها الاختبار الأول .

١ - فريدة كامل أبو زينة ؛ أساسيات القياس والتقويم في التربية . ط١ : الكويت ، مكتبة الفلاح ، ١٩٩٨ ص ٦٤ .

٢ - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : مصدر سبق ذكره ، ص٢٥٤

٣ - ثامر محسن (وآخرون) ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم : الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٩١ ص ٢٠٨ .

٢- مصطفى حسين باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، الثبات ، الصدق ، الموضوعية – المعايير : القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩ ص ٥ .

3- Tuckman . Bruce w . conducting educational research . 2nd edition , newyourk : Har court Brace Jovanovich , 1978 , p ,162 .

واعتمد الباحثون معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الاختبارين كما مبين في جدول (٣).

* موضوعية الاختبار :

يقصد بموضوعية الاختبار " عدم تأثر الاختبار بتغير المحكمين ، وأن الاختبار يعطي النتائج نفسها أياً كان القائم بالتحكيم " (١) ، وعلى الرغم من أن الاختبارات المعتمدة كانت واضحة ومفهومة وبعيدة عن التقويم الذاتي ، إذ القائم بعملية الاختبار يستخدم وحدات المسافة والزمن والتكرار بتدوين النتائج ، فضلاً على أن فريق العمل كان من ذوي الاختصاص في التربية الرياضية ، إذ تم استخراج موضوعية الاختبارات المستخدمة عن طريق حساب قيمة معامل الارتباط البسيط (لبيرسون) بين درجات الحكمين (*) والجدول (٣) يوضح ذلك .

والملاحق رقم (٣) يوضح الاختبارات المستخدمة بالبحث .

جدول (٣)

يوضح الأسس العلمية للاختبارات (معامل الصدق ، الثبات ، الموضوعية)

ت	الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات	الصدق	الموضوعية	الدلالة
١	اختبار المناولة	التكرار	0.88	0.93	0.95	دال
٢	اختبار الدرجة	الزمن وأجزائه	0.85	0.92	0.96	دال

مستوى الدلالة (0.05) درجة الحرية (8) قيمة معامل الارتباط الجدولية 0.632

الاختبارات المستخدمة بالبحث

١ - اختبار المناولة باتجاه الجدار لمدة (١٥) ثا :

هدف الإختبار: قياس مهارة المناولة .

الأدوات المستخدمة : (صافرة، ساعة توقيت ، كرة قدم، شريط قياس).

٤ - محمد صبحي حسنين: القياس والتقويم في التربية الرياضية والتربية البدنية . القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٥ ، ص٢٠٢

طريقة الأداء: يقوم اللاعب عند سماع الصافرة بركل الكرة من على بعد (٣م) نحو الجدار بعرض (٣م) ويستمر بالمناولة بعد ارتداد الكرة مدّة (٥ ثا) .
التسجيل:

_ تعطى محاولتان لكل مختبر ويتم تسجيل أفضلهما .

_ يحتسب للاعب عدد المناولات التي يقوم بتأديتها خلال (٥ ثا).

٢- اختبار الدرجة بين (٨) شواخص المعدل تم تعديل عدد الشواخص :

الاختبار : الدرجة بالكرة بين (٨) شواخص

الغرض من الإختبار : قياس مهارة الدرجة والقدرة على سرعة الدرجة بتغيير الإتجاه .
الأدوات المستخدمة:

(كرة قدم _ ساعة توقيت _ (٨) شواخص مناسبة الإرتفاع بغية تحديد منطقة الإختبار بحيث تكون المسافة بين شاخص وآخر (١.٥م).

وصف الأداء:

يقف اللاعب ومعه الكرة خلف خط البداية وعندما تعطى إشارة البدء يقوم بالجري بالكرة بين الشواخص ، ويمكنه استخدام القدم اليمين أو اليسار أو كليهما .

عدد المحاولات المطلوبة :

تعطى للاعب محاولتان وتحتسب الأفضل منهما ويمكن إعطاء محاولة أخرى إذا ما وقع خطأ غير مقصود من اللاعب كأجتياز شاخصين معاً أو إسقاط أحد الشواخص.

القياس :

يحتسب الزمن المستغرق ذهاباً وإياباً ويسجل الزمن لأقرب ١/١٠٠ من الثانية.

٣-٤-٣ الاختبار القبلي :

أجرى الاختبارات القبلية ؛ للمهارات قيد الدراسة (المناولة ، الدرجة) في يوم الخميس الساعة التاسعة صباحاً الموافق 2013/2/21 م للمجموعتين (التجريبية والضابطة) ، إذ تم إجراء جميع الاختبارات في الساحة الخارجية لمتوسطة صقر قريش ، بإشراف الباحثون وتنفيذ مدرس التربية الرياضية وبمساعدة فريق العمل المساعد (*) بعد توفير متطلبات الاختبارات وتهيئة ملعب كرة القدم لإجراء الاختبارات بدقة .

٣-٤-٤ تنفيذ البرنامج التعليمي :

إن البرنامج التعليمي هو ((تنظيم وتخطيط لأنشطة المتعلمين بطريقة منظمة مقصودة تعليمية أو تدريبية))^(١)، ويمثل البرنامج المستوى التطبيقي لعملية التعليم إذ يحصل من خلاله تحويل المادة التعليمية إلى أداة تنفيذية للوصول إلى الهدف المراد تحقيقه في تسهيل وتبسيط عملية التعليم لتعلم المهارات بشكل أيسر وأسرع من أجل النهوض بالعملية التعليمية ، ومن خلال الدراسة النظرية لبعض المصادر العلمية والدراسات المشابهة والسابقة والأخذ بآراء المختصين أعدّ منهج تعليمي بالألعاب الحركية لتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، لأفراد المجموعة التجريبية مستفيداً من الدرس الخاص للتربية الرياضية للصف الأول المتوسط .
تكون البرنامج التعليمي من (14) وحدة تعليمية بواقع وحدتين تعليميتين أسبوعياً ، زمن تنفيذ الوحدة التعليمية (45) دقيقة بحسب وقت الدرس وبزمن كلي (630) دقيقة .

وتضمنت الوحدة التعليمية الواحدة في البرنامج التعليمي .

أولاً : القسم التحضيري (10) دقيقة :

إذ يقف الطلاب أمام المدرس بانتظام ويؤخذ الغياب للوصول إلى الجو التربوي ، بعدها يبدأ الطلاب بالسير والهولة ، ومن ثم يبدأ الإعداد العام والخاص ، الإعداد العام (المقدمة) وهو بشكل عام سير وهولة بأنواعها وفعاليات وحركات وتمارين وتشمل جميع أجزاء الجسم في حين يكون الإعداد الخاص (تمارين بدنية) لتهيئة أعضاء الجسم الخاصة بأداء الحركة المطلوبة ، وذلك استعداداً للمهام البدنية و تجنباً من الإصابات ورفعاً للحالة المعنوية .

ثانياً: القسم الرئيسي : (30) دقيقة ويشمل هذا القسم جزئين :

أ- الجزء التعليمي :

يبدأ المدرس بتحديد وأتخاذ جميع قرارات التخطيط قبل الدرس إذ يحدد الهدف الحركي من الألعاب المعدة بحيث يكون لها أهداف تساعد على تعليم التسلسل الحركي لمهارات كرة القدم الذي يريد أن يصل إليه الطلاب لأعداد الهدف الحركي النهائي .

ب- الجزء التطبيقي :

^١ - مروان عبد المجيد إبراهيم : أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، عمان ، مؤسسة الوراق ، ٢٠٠٠ ص ٦٥

(*)١- قصر عبد السادة زرجي ماجستير طرائق تدريس تربية رياضية - الجامعة المستنصرية

٢- حيدر رحيم طالب دراسات عليا كلية التربية الرياضية جامعة بغداد - لاعب كرة قدم

يبدأ الطلاب بتطبيق الألعاب الحركية التي توصلوا إلى تكتيكها من خلال عرضها وشرحها من قبل المدرس بالجزء التعليمي ، إذ يقسم الطلاب إلى مجموعتين أو أكثر كل مجموعة تؤدي الألعاب المطلوبة ، مع التأكيد على التسلسل الحركي لأجزاء اللعبة إذ يبدأ تطبيق الألعاب من البسيط إلى المعقد وتطبق الحركات بشكل جماعي وتعد عملية إعطاء التغذية الراجعة أثناء تنفيذ الحركات أو بعد أدائها مباشرةً من العمليات المهمة حتى يتم انجاز الهدف الحركي ، وإن إعطاءها للمتعلم يسهم في انتقاله إلى الخطوة التالية وأما في حالة عدم استجابة المتعلم الصحيحة فإن المعلم يقوم بإعطاء تغذية راجعة تصحيحية لمساعدة المتعلم لتصحيح المسار الحركي للعبة.

ثالثاً: القسم الختامي (5) دقائق :

جمع الطلاب وإعطاء تمارين تهدئة أو لعبة صغيرة تنافسية. ثم تجميع الأجهزة والأدوات ، وأداء الصيحة الرياضية والانصراف وكانت آخر وحدة تعليمية للمنهج في يوم الاثنين الموافق 2013 / 4 / 15 م والملحق (٤) يوضح نموذج لوحدة تعليمية خاصة .

٣-٤-٥ الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التعليمي الذي استغرق (7) أسابيع ولغرض تحديد المستوى الذي وصلت إليه عينة البحث وللوقوف على مدى استفادة المجموعة التجريبية من تطبيق البرنامج التعليمية أجريت الاختبارات البعدية بتاريخ 2013 / 4 / 17 مفي الساحة الخارجية لمتوسطة صقر قريش وقد اتبعت الشروط والإجراءات نفسها التي اتبعت في الاختبارات القبالية من أجل ضبط المتغيرات التي تؤثر على نتائج التجربة،وقد أنجزت التجربة بيوم واحدٍ ولجميع الطلاب .

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعتين والبعدية بين المجموعتين من خلال عرض الجداول لتوضيح نتائج الاختبارات للمهارات الأساسية بكرة القدم .

٤-١ عرض نتائج الاختبارات وتحليلها :

٤-١-٢ عرض نتائج الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعة التجريبية وتحليلها

ومناقشتها :

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط والانحراف المعياري للفروق وقيمة (ت) المحسوبة لنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية

دلالة الفروق	قيمة T المحسوبة	الانحراف المعياري للفروق ف هـ	فرق الأوساط ف	الاختبارات البعدية		الاختبارات القبليّة		وحدة القياس	ن	الملاحظات الإحصائية الاختبارات
				ع ±	س	ع ±	س			
*دال معنوي	14.22	0.246	3.500	0.523	7.80	0.864	4.30	التكرار	20	المناولة
*دال معنوي	16.292	0.211	3.442	0.665	12.06	1.056	15.50	الزمن	20	الدرجة

(*) بلغت قيمة T-Test الجدولية 2.09 تحت مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 19

يبين الجدول (٤) إن نتائج اختبار المناولة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدية ، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (4.30) بانحراف معياري قدره (0.864) للاختبار القبلي، وقيمة الوسط الحسابي (7.80) بانحراف معياري قدره (0.523) للاختبار البعدية، أما متوسط الفروق فبلغ (3.50) والانحراف المعياري للفروق (0.246) وعند استعمال قانون T.Test للعينات المتناظرة ظهرت قيمة (T) المحسوبة (14.22) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.09) تحت ومستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (19) ، مما يدل على وجود فرق معنوي ذات دلالة إحصائية لصالح نتائج الاختبار البعدية، أما في نتائج اختبار مهارة الدرجة للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدية ، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (15.50) بانحراف معياري قدره (1.056) للاختبار القبلي، وقيمة الوسط الحسابي (12.06) بانحراف معياري قدره (0.665) للاختبار البعدية، أما متوسط الفروق فبلغ (3.442) والانحراف المعياري للفروق (0.211) وعند استعمال قانون T. Test للعينات المتناظرة ظهرت قيمة (T) المحسوبة (16.292) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.09) تحت ومستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (19) ، مما يدل على وجود فرق معنوي ذات دلالة إحصائية لصالح نتائج الاختبار البعدية .

أظهرت النتائج التي عرضت في الجدول (٤) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدية ، و يعزو الباحث تحسن أفراد المجموعة التجريبية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم إلى فاعلية استخدام

البرنامج التعليمي بالألعاب الحركية المقترح إذ يقدم هذا البرنامج مفهوماً مختلفاً لتصميم العمل فالطالب يؤدي اللعبة بأسلوب جمع بين المنافسة في الأداء والبهجة والسرور فضلاً عن التعاون فيما بين الطلاب لأداء اللعبة بشكل يهدف إلى تحسين عملية التعلم بشكل عملي لأن الفرد يحب المنافسة على أن لا تكون من النوع المجهد بل بسيطة وخفيفة ولا يتخللها النداءات الشكلية^(١) ، لذا فإن الهدف الأساس هو تحسين عملية التعلم ومساعدة المتعلم في كيفية اتخاذ القرارات المناسبة حول أي منهاج تعليمي ، كما إن برنامج التعليمي بالألعاب الحركية الذي استخدم على شكل مسابقات لعب دور في زيادة فاعلية أداء الطلاب و زيادة التفاعل الاجتماعي عن طريق الاحتكاك القائم على النشاط وتعزيز المثل والإغراض التي يسعى من أجلها ، وتطوير الشعور الذاتي والتعاون والمنافسة البدنية الهادفة^(٢) ، فضلاً عن ان تدريب الطلاب على المهارات المختلفة ، منها اللعب يحسن من مهارة التفاعل الاجتماعي لديهم^(٣) .

٤-١-١ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة وتحليلها

ومناقشتها :

جدول (٥)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط والانحراف المعياري للفروق وقيمة (ت) المحسوبة لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة

المعلّات الأصليّة الاختبارات	ن	وحدة القياس	الاختبارات القبلية		الاختبارات البعديّة		فرق الأوساط ف	الانحراف المعياري للفروق ف هـ	قيمة T المحسوبة	دلالة الفروق
			س	ع ±	س	ع ±				
المناولة	20	التكرار	4.50	0.760	6.60	0.820	2.100	0.176	11.917	*دال معنوي

^١ - محمد سعيد عزمي: اساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الاساسي بين النظرية والتطبيق، منشأة المعاف، الاسكندرية، ١٩٩٦، ص٣٦

^٢ - عبد علي الجسماني : علم النفس وتطبيقاته التربوية والاجتماعية ، مكتبة الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٩، ص١٤٨ .

^٣- Ronning, J., Nebuzoka, D. (1993) : Promoting Social interaction and status of children with intellectual disabilities in zambia, journal of special Education, Vol. 27, No. (3).p88

^٣- محمد أحمد الحمّامي، و مصطفى ، عايدة عبد العزيز : الترويج بين النظرية والتطبيق ، ط٢، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، ٢٠٠١، ص ٥٨

الدرجة	20	الزمن	15.47	1.130	13.27	0.740	2.203	0.246	8.938	دال* معنوي
--------	----	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	---------------

(*) بلغت قيمة T-Test الجدولية 2.093 تحت مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 19

من خلال ملاحظة الجدول (٥) يبين إن نتائج اختبار المناولة للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي ، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (4.50) بانحراف معياري قدره (0.760) للاختبار القبلي، وقيمة الوسط الحسابي (6.60) بانحراف معياري قدره (0.820) للاختبار البعدي، أما متوسط الفروق فبلغ (2.100) والانحراف المعياري للفروق (0.176) وعند استعمال قانون T.Test للعينات المتناظرة ظهرت قيمة (T) المحسوبة (11.917) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.09) تحت ومستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (19) ، مما يدل على وجود فرق معنوي ذات دلالة إحصائية لصالح نتائج الاختبار البعدي .

يبين الجدول رقم (٥) نتائج اختبار مهارة الدرجة للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي ، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (15.47) بانحراف معياري قدره (1.130) للاختبار القبلي، وقيمة الوسط الحسابي (13.27) بانحراف معياري قدره (0.740) للاختبار البعدي، أما متوسط الفروق فبلغ (2.203) والانحراف المعياري للفروق (0.246) وعند استعمال قانون T. Test للعينات المتناظرة ظهرت قيمة (T) المحسوبة (8.938) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية البالغة (2.09) تحت ومستوى دلالة (0.05) و درجة حرية (19) ، مما يدل على وجود فرق معنوي ذات دلالة إحصائية لصالح نتائج الاختبار البعدي .

أظهرت النتائج في الجدول (٥) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث سبب تعلم أفراد المجموعة الضابطة قد جاء بصورة منطقية من خلال التزام أفراد هذه المجموعة بالوحدات التعليمية الخاصة بهم والبالغ عددها (14) وحدة ضمن مدة تطبيق المنهج الخاص بالمجموعة الضابطة وبواقع وحدتين أسبوعياً فضلاً عن ان الطلاب في مرحلة المراهقة الأولى والتي لها "مواصفات خاصة إذ تظهر فيها تغيرات عديدة لها طبيعة معقدة منها حاجة الفرد إلى التدريب على هوايات مختلفة للكشف عن قدراته فضلاً عن رغبة الفرد في الحصول على رضا الجماعة"^(١) ، كما أن الزيادة الحاصلة في النمو الجسمي يقابلها زيادة في القدرة العقلية من ناحية

^١ - حسن سعيد معوض: طرق التدريس في التربية الرياضية، المكتبة المدرسية، مطبعة دار نشر الثقافة

الانتباه والتركيز والملاحظة وكل هذه النواحي لها أثر كبير في التعلم وبالأخص تعلم المهارات المتعددة^(١).

٤-٢ عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين (التجريبية والضابطة) وتحليلها

ومناقشتها :

جدول (٦)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) الجدولية والمحسوبة للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبارات البعدية

دلالة الفروق	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الملاحظات الإحصائية الاختبار
			ع±	س	ع±	س		
* معنوي	2.02	5.514	0.820	6.600	0.523	7.800	التكرار	المناولة
* معنوي		5.408	0.740	13.27	0.665	12.06	الزمن	الدرجة

(١) درجة الحرية = 38 مستوى دلالة (0.05)

من خلال الإطلاع على الجدول (٦) الذي يعرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ، تبين لنا بأن الوسط الحسابي في اختيار المجموعة التجريبية (برنامج الألعاب الحركية) لمهارة المناولة كان (7.800) والانحراف المعياري (0.523) ، أما المجموعة الضابطة (الأسلوب المتبع من قبل المدرس) فقد كان الوسط الحسابي (6.600) والانحراف المعياري (0.820) ، وبعد حساب قيمة (ت) باستخدام قانون T .Test للعينات المستقلة غير المترابطة للتعرف على دلالة الفرق بين نتائج الاختبارين والتي كانت (5.514) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.02) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (38) ، وهذا يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي (للمجموعتين) لاختبار المناولة ولصالح المجموعة التجريبية .

يبين الجدول (٦) نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين ، إذ بلغ الوسط الحسابي في اختيار مهارة الدرجة للمجموعة التجريبية كان (12.06) والانحراف المعياري (0.665) ، أما

^١ - وجيه محجوب : التحليل الحركي ، بغداد : مطبعة التعليم العالي . ١٩٨٧. ص ١٩٥

المجموعة الضابطة فقد كان الوسط الحسابي (13.27) والانحراف المعياري (0.740) ، وبعد حساب قيمة (ت) باستخدام قانون T .Test . للعينات المستقلة غير المترابطة للتعرف على دلالة الفرق بين نتائج الاختبارين والتي كانت (5.408) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.02) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (38) ، وهذا يدل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي (للمجموعتين) ولصالح المجموعة التجريبية

أظهرت النتائج في الجدول (٦) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعديتين (التجريبية والضابطة) ولصالح المجموعة التجريبية ، والتي حققت تعلم أفضل من خلال نتائج الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية بكرة القدم (المناولة ، الدرجة) ويعزو الباحثون سبب هذه الفروق إلى استخدام البرنامج التعليمي المقترح بالألعاب الحركية في تعلم بعض المهارات الأساسية الذي تلقته المجموعة التجريبية إذ تميز برنامج الألعاب الحركية بعنصر التشويق والإثارة والتنوع والشمولية في اللعب وأدوات اللعب وهذا ساهم في تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم ، إضافة إلى التدرج في الوحدات التعليمية باستخدام أسلوب الألعاب الحركية من خلال توفير عدة مستويات ذات بداية مختلفة في مستوى الصعوبة لكل مهارة من المهارات الأساسية الخاصة باللعبة إذ أن اغلب ألعاب البرنامج التعليمي كانت منبثقة من البيئة التي يعيش فيها التلميذ وكانت متسلسلة الواحدة تلو الأخرى ، ويؤكد (الالوسي ، ١٩٨٨) إذا كانت البيئة منظمة بشكل تثير بعض حاجات الفرد ودوافعه فإنه يهتم فيها وتصبح عنصراً مهماً في إدراكه لها أما إذا كانت منظمة بشكل لا تتعلق باهتماماته أو حاجاته فإنه لا يدركها ، فحاجات الفرد الصغير واهتماماته تختلف عن حاجات واهتمامات الشخص الكبير وعليه فإن البيئة الصالحة لنمو قدراته هي البيئة المناسبة لإشباع حاجاته واهتماماته^(١) ، كما أن ألعاب المنهج التعليمي المقترح جمع ما بين المنافسة في الأداء وروح البهجة والسرور ، حيث أكد (معوض ، ١٩٦٣) إلى " أن الطفل يحب المنافسة ولكن نظراً لسرعة تعبته تمكن المعلم أن يدخل ألعاب المنافسة على أن لا يكون من النوع المجهد بل بسيطة وخفيفة " ^(٢) ، إضافة إلى التنوع في مسافات اللعب فقد ساعد بشكل كبير في تحسين عملية التعلم فقد أكد (Magill:1998) إلى " أن التنوع في مسافات التمرين و في مستوى صعوبة الحركة سوف يزيد من اكتساب الخبرة التعليمية التي تساعد على أداء المهارة بشكل أفضل ^(٣) "، إضافة إلى أن استخدام البرنامج التعليمي بالألعاب الحركية اتبع الأسس السليمة بالتعليم فقد اتبع أسلوب الشرح

^١ - جمال حسين الالوسي : علم النفس العام ، مطابع التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد ، ١٩٨٨ ، ص ٢٣٣

^٢ - حسن سعيد معوض : طرق التدريس في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٦٣ ، ص ٥٠

3- Magill , A. Richard , Motor Learning , Boston , Mc grow Hill , 1998.p230

والعرض أثناء تنفيذ الألعاب ومحاولة ربط اللعبة بتعلم المهارات وهذا ما أكده (ظافر 2002) في أن " من الظواهر الطبيعية لعملية التعلم هو انه لا بد أن يكون هناك تطور في التعلم ما دام المدرس يتبع خطوات الأسس السليمة للتعلم والتعليم ولكي تكون بداية التعلم سليمة فلا بد من توضيح الشرح والعرض والتمرين على الأداء الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخ وثبات الأداء".^(١)

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

٥ - ١ الاستنتاجات :

استنتج الباحثون ما يأتي :

١- إن نتائج الاختبارات أثبتت صلاحية البرنامج التعليمي المعد باستخدام الألعاب الحركية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم .

٢- تحسن أداء المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية ولكن بمستوى اقل من المجموعة التجريبية وتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في نتائج الاختبارات.

٣- أبرزت الألعاب الحركية قدرات الطلاب بإنتاج أفكار جديدة نتيجة المتعة والسرور والبهجة التي يبعثها أسلوب الألعاب الحركية وانه زاد من دافعية الطلاب نحو التعلم من خلال الاستمرار في الاستجابات الصحيحة وزيادة رغبتهم في الدرس نظراً لإعطائهم حرية في التعبير ولاشتراكهم جميعاً في العملية التعليمية إضافة إلى دور التغذية الراجعة الذي يعد متميزاً لارتباطها بكل خطوة من خطوات عملية التعلم.

٥ - ٢ التوصيات

في ضوء ما توصل إليه البحث الحالي من نتائج ، وضع الباحثون جملة توصيات :-

١- اعتماد أسلوب الألعاب الحركية في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لطلاب الصف الأول المتوسطة وخاصة للمتعلمين المبتدئين ..

^١ - ظافر هاشم الكاظمي : الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس: أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٢، ص١٠٢

- ٢- يوصي الباحثون بأن توفر مديرية التربية والنشاط الرياضي المستلزمات الخاصة بالألعاب الرياضية كافة ولاسيما كرة القدم .
- ٣- الاهتمام بالموهوبين ، باعتبار أن المدرسة هي القاعدة والرافد الأساسي التي تنطلق منها الألعاب كافة .
- ٤- إجراء دراسات مشابهة على مهارات كرة القدم الأخرى أو على فعاليات رياضية أخرى باستخدام أسلوب الألعاب الحركية وعلى عينات كبيرة .

المصادر

- بسطويسي احمد وعباس احمد ؛ طرق التدريس في مجال التربية الرياضية : الموصل، مديرية مطبعة الجامعة ، ١٩٨٤ .
- بلقيس احمد ، توفيق مرعي: الميسر في سايكولوجية اللعب ، ط١، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، عمان،الأردن ١٩٨٠ .
- ثامر محسن (وآخرون) ؛ الاختبار والتحليل بكره القدم : الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٩١ .
- جارلس هيوز ؛ كره القدم الخطط والمهارات . (ترجمة) موفق مجيد : الموصل ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠ .
- جاسم محمد نايف الرومي : تأثير برامج حركية مختلفة في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والذكاء لأطفال الرياض للعمر (٥-٦) سنوات ، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ، المجلد ٥ ، العدد ١٢ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، (١٩٩٩أ).
- جمال حسين الالوسي : علم النفس العام ، مطابع التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد ، ١٩٨٨ .
- حسان حسن محمد: طفل ما قبل المدرسة الابتدائية ، دراسات وبحوث تربوية، مكتبة الطالب الجامعي، مكة المكرمة ، ١٩٨٦ .
- حسن سعيد معوض: طرق التدريس في التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٦٣ .
- حسن سعيد معوض : طرق التدريس في التربية الرياضية ،المكتبة المدرسية، مطبعة دار نشر الثقافة . ١٩٨٢ .
- حنفي مختار ؛ الأسس العامة في تدريب كرة القدم : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٨ .

- صفية منصور سلطان ، وأبو قنديل ، أميرة عبد الفتاح: برنامج العاب صغيرة مقترح لتطوير المهارات الحركية الأساسية المرتبطة بكرة اليد سبعة أفراد لمرحلة الطفولة المبكرة من سن (٦-٩) سنوات ، مجلة بحوث التربية الرياضية المجلد الثالث ، العددان (٥-٦)، كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق، جامعة الزقازيق، القاهرة ، (١٩٨٦).
- ظافر هاشم الكاظمي : الأسلوب التدريسي المتداخل وتأثيره في التعلم والتطور من خلال الخيارات التنظيمية المكانية لبيئة تعليم التنس: أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٢.
- عبد الكريم رحيم المرجاني : دراسة بعض المحددات الأساسية كمؤشر لانتقاء أشبال الملاكمة ، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد ، التربية الرياضية ، سنة ١٩٩٨.
- عبد المعطي محمد عساف (وآخرون) : التطورات المنهجية وعملية البحث العلمي : عمان ، دار وائل للتوزيع والنشر ، ٢٠٠٠ .
- عبد علي الجسماني : علم النفس وتطبيقاته التربوية والاجتماعية ، مكتبة الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٩.
- عفاف عبد الكريم: البرامج الحركية والتدريس للصغار، منشأة المعارف بالإسكندرية ، القاهرة ، ١٩٩٥.
- فريدة كامل أبو زينة؛ أساسيات القياس والتقويم في التربية ، ط١: الكويت ، مكتبة الفلاح ، ١٩٩٨ .
- محمد أحمد الحمادي، و مصطفى ، عايدة عبد العزيز : الترويج بين النظرية والتطبيق ، ط٢، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١.
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين ؛ الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي . ط١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي، ١٩٨٧).
- محمد سعيد عزمي : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٦.
- محمد صبحي حسنين: القياس والتقويم في التربية الرياضية والتربية البدنية . القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٥.
- مروان عبد المجيد إبراهيم : أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، عمان ، مؤسسة الوراق ، ٢٠٠٠.

- مصطفى حسين باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، الثبات ، الصدق ، الموضوعية المعايير : القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩. وجيه محجوب: التحليل الحركي ، بغداد : مطبعة التعليم العالي . ١٩٨٧.
- ٢٧- وديع ياسين و حسن محمود ،التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ،جامعة الموصل ، ١٩٩٩.
- ٢٨- وليد احمد المصري: دراسة تحليلية لطبيعة العلاقة بين اللعب وتأثيره في شخصية أطفال السادسة ، مجلة (المعلم/الطالب) العدد الثاني ، دائرة التربية والتعليم ، عمان الأردن ، ١٩٩٨.
- 29- Magill , A. Richard , Motor Learning , Boston , Mc grow Hill , 1998.
- 30- Ronning, J., Nebuzoka, D. (1993) : Promoting Social interaction and status of children with intellectual disabilities in zambia, journal of special Education, Vol. 27, No. (3).
- 31- Tuckman . Bruce w . conducting educational research . 2nd edition , newyork : Har court Brace Jovanovich , 1978.
- 32- www.childreneducation.com,2004.
- 33- www.wahat.com,2003c.

الملاحق
ملحق رقم (١)

ت	اسم الطالب	العمر	الوزن	الطول

الملحق (٢)

استمارة استبانة لتحديد الاختبارات المهارية بكرة القدم

الأستاذ المحترم .

يروم الباحثون إجراء بحث الموسم ب : اثر منهج تعليمي بالألعاب الحركية في تعلم

بعض المهارات الأساسية بكرة القدم .

على عينة من المبتدئين ونظراً لمكانتكم العلمية البارزة في الميدان الرياضي حرص الباحثون على أخذ رأيكم في اختيار الأنسب من الاختبارات المرفقة طياً مع هذه الاستمارة الخاصة ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم وهي (المناولة، الدرجة) .

يرجى التفضل بوضع إشارة (✓) أمام الاختبار الأنسب لقياس الصفة المراد قياسها .

مع الشكر والتقدير .

اسم الخبير :

اللقب العلمي :

التاريخ :

التوقيع :

الباحثون

م.د. واثق مدلل عبيد

م.محمد ضايح محمد

م.م.محمد رحيم غاوي

الاختبار الأنسب	الاختبار	المهارة
	المناولة باتجاه مصطبة لمدة ١٥ ثانية	المناولة
الاختبار الذي حصل على نسبة الاتفاق	المناولة المرتدة على الجدار لمدة ١٥ ثانية	
	الاستقبال والمناولة نحو هدف معين	
	الدرجة بالكرة لمسافة ١٠ م ذهاباً وإياباً بأفضل زمن لمرة واحدة	الدرجة
الاختبار الذي حصل على نسبة الاتفاق	درجة الكرة بين ٨ شواخص والمسافة بين شاخص وآخر (١.٥ م) ذهاباً وإياباً	
	درجة الكرة بين ١٠ شواخص ذهاباً وإياباً	

الاختبارات المستخدمة بالبحث

١- اختبار المناولة باتجاه الجدار لمدة (١٥) ثا :

هدف الإختبار: قياس مهارة المناولة .

الأدوات المستخدمة: (صافرة، ساعة توقيت ، كرة قدم، شريط قياس).

طريقة الأداء: يقوم اللاعب عند سماع الصافرة بركل الكرة من على بعد (٣م) نحو الجدار بعرض (٣م) ويستمر بالمناولة بعد ارتداد الكرة مدّة (٥ ثا) .

التسجيل:

_ تعطى محاولتان لكل مختبر ويتم تسجيل أفضلهما .

_ يحتسب للاعب عدد المناولات التي يقوم بتأديتها خلال (٥ ثا).

٢- اختبار الدرجة بين (٨) شواخص المعدل تم تعديل عدد الشواخص :

الاختبار: الدرجة بالكرة بين (٨) شواخص

الغرض من الإختبار: قياس مهارة الدرجة والقدرة على سرعة الدرجة بتغيير الإتجاه .

الأدوات المستخدمة:

(كرة قدم _ ساعة توقيت _ (٨) شواخص مناسبة الإرتفاع بغية تحديد منطقة الإختبار بحيث تكون المسافة بين شاخص وآخر (١.٥م).

وصف الأداء:

يقف اللاعب ومعه الكرة خلف خط البداية وعندما تعطى إشارة البدء يقوم بالجري بالكرة بين الشواخص ، ويمكنه استخدام القدم اليمين أو اليسار أو كليهما .

عدد المحاولات المطلوبة :

تعطى للاعب محاولتان وتحتسب الأفضل منهما ويمكن إعطاء محاولة أخرى إذا ما وقع خطأ غير مقصود من اللاعب كأجتياز شاخصين معاً أو إسقاط أحد الشواخص.

القياس :

يحتسب الزمن المستغرق ذهاباً وإياباً ويسجل الزمن لأقرب ١/١٠٠ من الثانية.

ملحق (٤)

أنموذج من الوحدات التعليمية

الهدف التعليمي / تعليم الطلاب مهارة الدرجة		الوحدة - الأولى		الصف / الأول المتوسط	
الفعالية - كرة القدم				التاريخ / / ٢٠١٣	
الهدف التربوي / الاحترام المتبادل ، النظام				الأدوات / (٨ كرات قدم ، ١٠ شواخص)	
				الوقت / ٤٥ دقيقة	
الوقت	أقسام الوحدة	التفاصيل	التنظيم	الملاحظات	
١٠ دقائق	المقدمة	يقف الطلاب على شكل خط مستقيم ← أخذ الغياب ← تجهيز أدوات الدرس والتأكد من صلاحيتها ← توجيه الطلاب بخلع كل ما يعرضهم للإصابات ← بدء الدرس بصيحة (رياضة - نشاط) .	x x x x x	التأكيد على الوقوف الصحيح التأكيد على النظام بين الطلاب.	
	إحماء عام	السير الاعتيادي ← السير على الكعبين ← السير على المشطين ← الهرولة الخفيفة ← الهرولة مع تدوير الذراعين للأمام والخلف ← الهرولة مع تحويل الذراعين للجانبين ⇌ التعاقب ← تخفيف الهرولة بالتنفس للأسفل بمد الذراعين نحو القدمين وثني الجذع للأمام .		١-التأكيد على المسافة بين الطلاب ٢- التأكيد على المجاميع العضلية المشتركة بالعمل ٣- التأكيد على الحركات أثناء الهرولة.	
	إحماء خاص	(الوقوف) القفز الموزون (الذراعان تخرصر) ، حني الرقبة أسفل أعلى ، حني الرقبة للجانبين يمين يسار (وقوف) مد الذراعين جانباً وأماماً ← (جلوس طويل فتحة) ، الذراعان على الأرض مائلتا، ضغط الجذع أماماً أسفل (الثبات ٢٠ ثا) ← (جلوس حواجز) ثني الجذع أماماً والضغط (١٠ ثا) (وقوف) تبادل رفع الرجلين حر .		٤- يقف الطلاب بشكل متقابل. التأكيد على الأداء الصحيح. ٥-تمارين السير والهرولة تكون بشكل دائري وحول الملعب.	

	<p>× × × × × × × × × ×</p>	<p>يقوم المدرس بتحديد الواجب الحركي المطلوب تنفيذه أذ يحدد الهدف الحركي من الألعاب المعدة بحيث يكون لها أهداف تساعد على تعليم التسلسل الحركي لمهارات الدرجة الذي يصل إليه الطلاب من خلال مجموعة الألعاب المعدة .</p>	<p>القسم التعليمي</p>	<p>الجزء الرئيس</p>	<p>٣٠ دقيقة</p>
<p>يعمل المدرس على تشجيع الطلاب أثناء الأداء . يراقب المدرس أداء الطلاب ويعطي تصحيحاً للأخطاء .</p>	<p>× × × × × × × × × ×</p>	<p>يبدأ الطلاب بتطبيق الألعاب الحركية التي توصلوا إلى تكتيكها التي تم عرضها وشرحها من قبل المدرس بالجزء التعليمي ، اذ يقسم الطلاب إلى مجموعتين أو أكثر كل مجموعة تؤدي الألعاب المطلوبة</p> <p>١- لعبة مراقبة الكرة - يقسم الطلاب الى مجموعتين يقفوا على شكل دائرة يبعد كل طالب عن الآخر بمقدار ٢ متر ويقف طالب (١) او (٢) في وسط الدائرة ، تبدأ اللعبة بان يمرر الطلاب الكرة بينهم وفي أي اتجاه دون ان تمس الأرض ، يراقب الطالب الوسط الكرة محاولاً مسكها او لمسها فإذا تمكن من ذلك حل محل الطالب الذي كانت بيده الكرة .</p>	<p>القسم التطبيقي</p>		
<p>المحافظة على النظام</p>	<p>× × × ×</p>	<p>- تمارين تهدئة واسترخاء تمارين استرخاء وتهدئة عامة. - إنهاء الدرس بالصيحة الرياضية . - إعادة الأدوات إلى مكانها ثم الإيعاز بالانصراف</p>		<p>الجزء الختامي</p>	<p>٥ دقائق</p>

الملخص

((فاعلية اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم))

ا.م. جاسم صالح المعجون

م.م. مهلان رمضان صالح

يهدف البحث الى الكشف عن فاعلية :

- اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم .
استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث ، اما عينة البحث فتكونت من شعبتين (ج ، د) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية لتكون مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية ، اذ ستتعلم المجموعة الاولى (الضابطة) (ج) الاداء الفني للمهارات قيد البحث بالأسلوب الاعتيادي والمتبع من قبل مدرس المادة ، أما المجموعة الثانية (التجريبية) (د) فستتعلم الاداء الفني والتحصيل المعرفي للمهارات قيد البحث بأسلوب الاكتشاف الموجه، وكان عدد الطلاب في المجموعتين (٥٧) طالباً ، وتم اختيار (١٢) طالباً من كل مجموعة ، وأصبحت عينة البحث (٢٤) طالباً بعد استبعاد كل من ، الطلاب المؤجلين والتاركين للدراسة وعددهم (٧) طلاب والطلاب الممارسين للعبة (لاعبى الاندية ومنتخب الجامعة) و عددهم (٦) طلاب وعينات التجارب الاستطلاعية و عددهم (٢٠) طالباً .

ومن ابرز النتائج التي توصل اليها الباحثان كانت :

- إن أسلوب الاكتشاف الموجه له تأثير ايجابي في اكتساب الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم .
- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في اكتساب المهارات الاساسية بكرة القدم قيد البحث .
- إعطاء التغذية الراجعة في كل خطوات أسلوب الاكتشاف الموجه يؤدي إلى تعزيز الأداء المهاري.

اما بالنسبة للتوصيات فقد اوصى الباحثان الى

- حثُ التدريسيين على استخدام اسلوب الاكتشاف ضمن المنهاج التعليمي .

Abstract

Effective of Directed Discovering Style in Cognitive Achievement and Technical Performance Learning for

a Number of Basic Skills in Football

Assist.Prof.Jasim Salih Al-Majoon

Kahlan Ramadan Salih

Oct.2014 A.D.

1435 A.H.

The research aims at reveal the effectiveness of :

- Directed discovering style in cognitive achievement in technical learning for a number of basic skills in football.
- Sample consisted of students from the first year of study/ College of Sport/ Tikrit University, for the Academic year 2013-2014, totaling 24 students out of 90 students in the research scope, divided the sample into two groups, an experimental and control group, by 12 students per group, and applied to the experimental group curriculum manner guided discovery in addition to the collection of knowledge, while applied to the control group (method of teaching ordinary course), was the harmonization and the equivalence of the two groups in the variables of mass and height and age and some physical tests and motor, which has relationship skills under discussion, personal interview was used, metrology, testing and scientific observation and questionnaire as a means to gather information.

The researcher concluded the following:

- The method of guided discovery has a positive effect on the acquisition of technical performance of a number of basic skills in football.
- Superiority of the experimental group on the control group in the acquisition of basic skills in football under discussion.
- Giving feedback in all steps of guided discovery method leads to enhance performance skills.

The Researcher recommends the following:

- Urging the lecturers to use the style of discovery within the curriculum.

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

امتاز عصرنا الحالي بالتطور التكنولوجي الهائل لذا أصبح علينا ان نواكب هذا التطور بكل سماته والاستفادة منه في تحسين فاعلية العملية التدريسية ، ويعد ابتكار اساليب التدريس من العناصر المهمة لإحداث هذه الفاعلية في التدريس.

ولغرض معالجة المواقف التعليمية على اختلافها في أثناء درس التربية الرياضية وُجدت أساليب تدريس جديدة تفعل دور المتعلم تعليمياً وتعلمياً ، ومن هذه الاساليب اسلوب الاكتشاف الموجه والذي يعد من الاساليب المعاصرة التي تعطي المتعلم دوراً كبيراً في اثناء التدريس من خلال المشاركة الفاعلة في عملية التدريس ، اذ يرى (فراس السليتي ، ٢٠٠٨) " أن التدريس الفعال هو الذي يجعل المتعلم باحثاً عن المعلومة بشتى الوسائل الممكنة وبكلمات أكثر دقة هو نمط من التدريس يعتمد على النشاط الذاتي والمشاركة الايجابية للمتعلم ، والتي من خلالها قد يقوم بالبحث مستخدماً مجموعة من الانشطة والعمليات العلمية كالملاحظة ووضع الفروض وقراءة البيانات والاستنتاج ، والتي تساعده في التوصل الى المعلومة بنفسه ، وتحت اشراف المدرس وتوجيهه وتقويمه" (١) ، ولعبة كرة القدم تعد من الالعاب الجماعية والمشوقة والاكثر جماهيرية من بين الالعاب الاخرى لذلك يتطلب تطوير مهاراتها المتعددة لتحقيق مستوى عالٍ من الاداء الفني ، لذا استخدم الباحثين هذا الاسلوب التدريسي آملاً بإحداث التعلم المطلوب لعدد من مهارات كرة القدم ومن خلال تزويدهم بالمعلومات المعرفية ونقل هذه المعلومات من معلومات نظرية الى واقع في الاداء والتعرف على مدى فاعلية هذا الاسلوب في تعلم الاداء الفني لديهم وهنا تكمن أهمية البحث .

١-٢ مشكلة البحث :

لقد تعددت استخدامات اساليب التدريس في تدريس التربية الرياضية من خلال قيام الكثير من الباحثين بتطبيقها على عينات مختلفة وبمهارات من فعاليات مختلفة كذلك ، الا ان العديد من مدرسي المادة مازال يمارس التدريس وفقاً لخبرته الميدانية في مجال تخصصه والتي تُغيب دور المتعلم عن المشاركة الفاعلة في العملية التعليمية .

ومن خلال اطلاع الباحثين على اداء بعض مدرسي التربية الرياضية في أثناء تنفيذ الدرس ، وجد أن أغلبهم مازال يهمل دور المتعلم ولا يُعقله في العملية التعليمية ، لذا عمد الباحثين الى استخدام اسلوب تدريس الاكتشاف الموجه في محاولة لمعالجة مواقف التدريس المختلفة في الدرس ولهذا تحددت مشكلة البحث بالإجابة عن التساؤل الاتي :

١. فراس السليتي ؛ استراتيجيات التعلم والتعليم النظرية والتطبيق : (عمان ، جدارا للكتاب العالمي ، ٢٠٠٨) ص ٥٥.

- هل إن استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه ذو فاعلية في تعلم الاداء الفني لعدد من

المهارات الاساسية بكرة القدم ؟

٣-١ هدف البحث :

يهدف البحث الى الكشف عن فاعلية :

- اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم .

٤-١ فرضا البحث :

- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث

الضابطة والتجريبية في اختبار الأداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم.

- توجد فروق ذات دلالة معنوية في نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث الضابطة

والتجريبية في اختبار الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم.

٥-١ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري :

طلاب السنة الدراسية الاولى للدراسات الصباحية في كلية التربية الرياضية/جامعة تكريت

للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤ .

٢-٥-١ المجال الزمني :

للفترة من ١١ / ٢ / ٢٠١٤ لغاية ٩ / ٦ / ٢٠١٤ .

٣-٥-١ المجال المكاني :

ملعب كرة القدم في كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت .

٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

١-٢ الدراسات النظرية :

١-١-٢ اسلوب الاكتشاف الموجه

يُعد أسلوب الاكتشاف من الاساليب المعاصرة والذي يعتمد على اشغال المتعلم في

العملية التعليمية من خلال طرح الأسئلة على المتعلم والتي تؤدي بدورها الى اكتشاف مهارات

الطلبة ذهنياً وحركياً ، وهذا ما أكده (محمد سعيد ، ٢٠٠٤) بأن اسلوب الاكتشاف الموجه هو

الاسلوب الاول في اشغال التلميذ في عملية الاكتشاف اذ يعمل على تطوير قناة الناحية الذهنية (تنشيط العمليات الذهنية) إذ يستخدم فيه المدرس العبارات والالفاظ التي تتضمن التساؤل مع عدم ذكر الحلول وذلك لدفع المتعلم للبحث وراء الحل لإيجاد حلول للتساؤل ، وبذلك يوجد المدرس لدى الطالب المتعلم الفضول لمعرفة الحلول الصحيحة وبما ينمي مواهبه فضلاً عن توجيهها من قبل المدرس (١) .

ان اسلوب الاكتشاف من الاساليب التي توفر للطالب فرص استكشاف الحركة والتجريب، وتنمية صفات المبادرة والإبداع وان جوهرها هو العلاقة الخاصة التي تنشأ بين المدرس والطالب ، إذ ان دور المدرس في عملية الاكتشاف هو التوجيه والتشجيع وايجاد الحوافز والاندفاع عند الطلبة من خلال تنويع الحركات والأنشطة وفسح المجال أمامهم لتحديد ما يقومون به بأنفسهم في اطار قواعد عامة يضعها المدرس (٢) .

من خلال ما تقدم يرى الباحثان ان اسلوب التعلم بالاكتشاف هو نقلة علمية ونوعية في التعلم وذلك بتشجيع المتعلم على التفكير بمسألة مطروحة امامه لاكتشاف عناصرها بنفسه ومن ثم وضع الحلول الملائمة لها.

٢-١-٢ المهارات الاساسية بكرة القدم :

تعد مهارات كرة القدم الركيزة الأولى والأساسية في هذه اللعبة إذ إنها تدل على مستوى الفريق وتعدّ سلم الارتقاء للوصول إلى أفضل المستويات، ومن خلال المهارة يمكن التحكم بالكرة بسهولة والتخلص من المنافس بمواقف عصيبة والتغلب على أكثر من منافس في كثير من الأحيان، ولهذا نرى ان أكثر الوحدات التعليمية تحتل فيها المهارات الجانب الكبير ولفترات طويلة حتى يتم إتقانها لكون درجة إتقان المهارات الأساسية لنوع النشاط الممارس تعد من الأمور المهمة التي يعتمد عليها التنفيذ الخططي في مواقف اللعب المختلفة.

وتعرف المهارات الاساسية لكرة القدم بأنها " كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في اطار قانون كرة القدم ، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها " (٣).

ان المهارات الأساسية هي " تكنيك اللعبة و الأداء الذي يقوم به اللاعب مع الكرة مباشرة أو الحركات التي يؤديها في المنطقة القريبة من الكرة ، إذ تحتوي كرة القدم على مهارات عديدة

١. محمد سعيد عزمي ؛ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الاساسي بين النظرية والتطبيق : (الاسكندرية ، دار الوفا لندنيا للطباعة والنشر ، ٢٠٠٤) ص ٩٠ .

٢. محمود داود الربيعي ؛ التعلم والتعليم في التربية البدنية والرياضية ، ط١ : (بيروت ، دار الكتب العلمية ، ٢٠١٢) ، ص ١٧٦ .

٣. حنفي محمود مختار ؛ الأسس العلمية في تدريب كرة القدم : (مصر، دار الفكر العربي ، ١٩٨٢) ص ٦٥ .

تؤدى البعض منها بالكرة والآخر بدون كرة وعلى المدرب الجمع بينهما فكلاهما يشكل أساساً لتحقيق التكنيك العالي^(١).

١-٢-١-٢ الاخمد (ايقاف حركة الكرة)

يعد الاخمد من أهم المهارات الاساسية بكرة القدم ويقصد به عملية استقبال الكرة من قبل اللاعب والسيطرة عليها وجعلها تحت تصرفه بأي جزء من الجسم عدا اليدين وبالطريقة المناسبة بهدف المناولة أو الدحرجة أو التهديف .

كما ان مهارة الاخمد من المهارات الواسعة والمتعددة من حيث التنفيذ لأنها تشمل جميع انحاء الجسم ماعدا (اليدين) وان اللاعب الجيد والماهر هو الذي يستطيع ان يخمد الكرة القادمة باتجاه الجزء الذي يراه مناسباً بأسرع وقت ممكن وبأقل جهد وعليه فان هذه المهارة تتطلب توقيتاً سريعاً ودقيقاً في الاداء وان أي خطأ في الاخمد قد يؤدي الى خسارة او ضياع فرصة لا تعوض في تحقيق الهدف ومن ثم الفوز^(٢).

ان اللاعب الذي يتقن هذه المهارة تكون لديه امكانات كبيرة في التصرف والتحكم بالكرة وهو في حالة الحركة ، فهي تجعله لا يعطي الفرصة للمدافع لقطع الكرة فضلاً عن أنه يكسب الوقت ، فاللاعب يهيئ الكرة بالسرعة الممكنة من اجل المناولة أو التهديف أو للقيام بحركة أخرى يريدتها اللاعب في تحقيق سرعة تنفيذ الواجبات الخطئية^(٣) .

١-٢-٢-٢ التهديف

يعد التهديف احدى المهارات الاساسية بكرة القدم ومن وسائل الهجوم الفردي والذي يتطلب من اللاعب قدرة عالية من الدقة والتركيز وامتلاك مهارات فنية عالية في الاداء لمختلف انواع ركل الكرة .

ان مهارة التهديف هي عبارة عن قدرات وامكانات متعددة على اللاعب أن يلتم بها ومنها القابلية الجسمية والعضلية والمهارة الفنية والخطئية بالإضافة الى الصفات النفسية فضلاً عن استخدام اشكال مختلفة لتمارين التهديف لان تكرار التمرين نفسه قد يصيب اللاعب بالملل^(٤) .

^١ . يوسف لازم كماش ؛ المهارات الأساسية في كرة القدم ، تعليم - تدريب : (عمان ، مكتبة دار الخليج ، ١٩٩٩) ص١٥ .

^٢ . زهير الخشاب، محمد خضر اسمر الحيايلى؛ كرة القدم لطلاب كليات واقسام التربية الرياضية ، ط٢ : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٩) ص١٥٩ .

^٣ . يوسف لازم كماش؛ مصدر سبق ذكره ، ص٥٧ .

^٤ . محمد مصطفى (وآخرون) ؛ كرة القدم للصفوف الثالثة : (الموصل ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩١) ص ٢٨٦-٢٨٧ .

ان الاختيار الأمثل للتهديف يعدّ واحداً من أهم عناصر نجاح التهديف وكثيراً ما نجد لاعبين قد فقدوا فرصة التهديف على المرمى نتيجة تباطؤهم وتأخيرهم التهديف للحظات الأمر الذي تكون نتيجته إغلاق الحارس أو المدافع زاوية التهديف ، أو ان التأخير قد يؤدي إلى وقوف المدافعين أمام المرمى ، وبهذا يجب على لاعب كرة القدم أن يتميز بتكنيك التهديف ، إذ ان التهديف هو النهاية الطبيعية لعملية الهجوم وتحقيق الهدف من المباراة وهو الفوز وذلك بإحراز أكبر عدد من الاهداف خلال المباراة .

٢-٢ الدراسات السابقة

٢-٢-١ دراسة طارق محمد نهاد الطائي (٢٠٠٧)^(١):

(تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه بالتعلم المتسلسل في اكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة القدم)

هدفت الدراسة الى:

- التعرف على تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه بالتعلم المتسلسل في اكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.

تم اختيار مجتمع الدراسة بالطريقة العمدية من طلاب كلية الفنون الجميلة / جامعة بغداد ، المرحلة الاولى ، وتم تقسيم عينة الدراسة بالطريقة العشوائية بحيث قسمت على مجموعتين ، المجموعة الضابطة وتشمل (١١) طالباً والمجموعة التجريبية وتشمل (١٣) طالباً . استغرق تنفيذ المنهج التعليمي (١٢) أسبوعاً وبواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع، وبهذا بلغ عدد الوحدات التعليمية (٢٤) وحدة تعليمية لكل مجموعة.

وتوصلت الدراسة إلى ما يأتي :

- إن استخدام أسلوب الاكتشاف الموجه بالتعلم المتسلسل اكثر فاعلية من الطريقة التقليدية المتبعة في اكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة القدم.
- ان استخدام اساليب التعلم الحديثة (التعلم المتسلسل) ساهم في تنمية الاداء المهاري وتطويره.
- استنتج الباحث ان اعطاء التغذية الراجعة في كل خطوات اسلوب الاكتشاف الموجه يؤدي الى تعزيز الاداء المهاري.

^١ طارق محمد نهاد؛ تأثير أسلوب الاكتشاف الموجه بالتعلم المتسلسل في اكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى ، ٢٠٠٧).

- أثبتت نتائج الاختبارات نجاحها بحيث انعكست على الدروس العملية الاخرى من حيث الاداء في الجانب الحركي وخاصة في درس اللياقة المسرحية .

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

استخدم الباحثين المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث ومشكلته .

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

حدّد مجتمع البحث بطلاب السنة الدراسية الاولى للدراسات الصباحية في كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤ ، والذين تم اختيارهم بطريقة عمدية والبالغ عددهم (٩٠) طالباً موزعين على ثلاث شعب (ب ، ج ، د) * ليكونوا مجتمع البحث.

اما عينة البحث فتكونت من شعبتين (ج ، د) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية لتكون مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية والبالغ عددهم (٥٧) طالباً ، اذ سنتعلم المجموعة الاولى (الضابطة) والمتمثلة بشعبة (ج) الاداء الفني للمهارات بالأسلوب الاعتيادي والمتبع من قبل مدرس المادة ، أما المجموعة الثانية (التجريبية) والمتمثلة بشعبة (د) تنفذ الاداء الفني للمهارات قيد البحث بأسلوب الاكتشاف الموجه وتم اختيار (١٢) طالباً من كل مجموعة ، وأصبحت عينة البحث (٢٤) طالباً بعد استبعاد كل من :

- الطلاب المؤجلين والتاركين للدراسة وعددهم (٧) طلاب .

- الطلاب الممارسين للعبة (لاعبي الاندية ومنتخب الجامعة) و عددهم (٦) طلاب .

- عينات التجارب الاستطلاعية و عددهم (٢٠) طالباً .

٣ - ٣ تجانس وتكافؤ مجموعتي البحث :

٣-٣-١ التجانس في المتغيرات الجسمية :

قام الباحثين بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث لكلتا المجموعتين للمتغيرات (الطول ، الكتلة، العمر الزمني) والجدول (١) يبين ذلك .

* علماً ان شعبة (أ) هي للطالبات .

الجدول (١)

التجانس بالطول والكتلة والعمر لعينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
الطول	سم	١٧٣.٩٨	٦.٣٢	١٧٠	٠.٦٢٨
الكتلة	كغم	٧٣.٥٥	٩.٢٧	٥٨	٠.٢٧٤
العمر	سنة	٢٠.٩١٥	١.٦٦	٢٠	٠.٥٤٩

يتبين من الجدول (١) أن قيم معامل الالتواء كلها انحصرت بين $(1 \pm)$ مما يشير إلى تجانس عينة البحث في المتغيرات آنفة الذكر.

٣-٣-٢ التكافؤ في بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية :

من اجل تحديد عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم قام الباحثان بإعداد استمارة استبيان ملحق (١) بهدف تحديد أهم العناصر البدنية والحركية المؤثرة في تعلم عدد من المهارات الأساسية في كرة القدم واختباراتها ، وتم عرضها على السادة ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (٢) ، والجدول (٢) يبين ذلك ، ثم قام الباحثان بإجراء اختبارات التكافؤ بين مجموعتي البحث في عدد من عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم عدد من المهارات الأساسية بكرة القدم في يومي الثلاثاء والاربعاء الموافق (٤-٥ / ٣ / ٢٠١٤) في الساعة التاسعة صباحاً ، وعلى ملعب الجامعة والقاعة الداخلية في كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت، وبمساعدة فريق العمل المساعد* ، والجدول (٣) يبين تكافؤ عينتي البحث في عدد من عناصر اللياقة البدنية والحركية.

الجدول (٢)

أهم عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم المهارات الأساسية قيد الدراسة في كرة القدم واختباراتها ونسب اتفاق السادة الخبراء

* اشتمل فريق العمل المساعد على كل من :

- محمد سعد جبر ، ماجستير تربية رياضية .
- لقمان صالح كريم ، طالب ماجستير ، كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت .
- وسام مهدي صالح ، بكالوريوس تربية رياضية ، قسم النشاطات الرياضية والفنية / جامعة تكريت .
- عبدالله كوان سالم ، مصور ، قسم النشاطات الرياضية والفنية / جامعة تكريت .

وقد رشحت العناصر التالية واختباراتها وكما يأتي :

- القوة الانفجارية للرجلين

تم قياسها بواسطة اختبار القفز العمودي من الثبات (١) .

- السرعة الانتقالية

ت	عناصر اللياقة البدنية والحركية	عدد الخبراء		اختباراتها	نسبة الاتفاق %	عدد الخبراء		نسبة الاتفاق %
		الكلية	المتفقيين			الكلية	المتفقيين	
١	القوة الانفجارية للرجلين	٩	٩	اختبار القفز العمودي من الثبات	%١٠٠	٩	٩	%١٠٠
٢	السرعة الانتقالية	٩	٩	اختبار ركض (٣٠ م) من بداية متحركة (وضع طائر)	%١٠٠	٩	٩	%١٠٠
٣	القوة المميزة بالسرعة للرجلين	٩	٧	اختبار ثلاث جولات لأكبر مسافة ممكنة لكل رجل على حده	%٧٧	٧	٩	%٧٧
٤	المرونة	٩	٨	اختبار ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف على الصندوق	%٨٨	٨	٩	%٧٧
٥	الرشاقة	٩	٧	الركض بين الشواخص لمسافة (٧م)	%٧٧	٧	٩	%٧٧
٦	التوافق	٩	٧	اختبار الجري في شكل 8	%٧٧	٧	٩	%٧٧

تم قياسها بواسطة اختبار ركض ٣٠م من بداية متحركة (وضع طائر) (٢) .

- القوة المميزة بالسرعة للرجلين

اختبار ثلاث جولات لأكبر مسافة ممكنة لكل رجل على حده (٣) .

- المرونة

١. محمد صبحي حسانين ؛ القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية ، ط٤ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١) ص٣٠٤-٣٠٥ .

٢. ربيع خلف جميل ؛ تصميم وبناء اختبارات لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين خماسي كرة القدم : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل ، ٢٠٠٩) ص١٤٥-١٦٠ .

٣. قيس ناجي عبد الجبار و بسطويسي أحمد؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٧) ص٣٤٦ .

تم قياسها بواسطة اختبار ثنائي الجذع أماماً أسفل من الوقوف على الصندوق (١) .

- الرشاقة

الركض بين الشواخص لمسافة (٧م) (٢) .

- التوافق

اختبار الجري في شكل 8 (٣) .

الجدول (٣)

تكافؤ عينتي البحث في عدد من عناصر اللياقة البدنية والحركية

دلالة الفروق	مستوى الدلالة Sig	T	الضابطة		التجريبية		وحدة القياس	عناصر اللياقة البدنية والحركية
			ع	س	ع	س		
غير معنوي	٠.٢٠٩	٣.٠٨١	٣.٩٨٧	٤٢.٥٨٣	٥.٢٠٧	٣٦.٧٥	السنتيمتر	القوة الانفجارية لعضلات الرجلين
غير معنوي	٠.٥٢٢	٠.٤٠٤	٠.٢٩٧	٤.١٤٥	٠.٢٢١	٤.١٨	الثانية	السرعة الانتقالية
غير معنوي	٠.٠٦٢	٠.١٩٥	٠.٩٠٥	٤.٩٣٧	٠.٣٢٣	٤.٨٨	المتر	القوة المميزة بالسرعة للرجلين
غير معنوي	٠.٥٦٣	٠.٥٢٨	٧.٦٢١	١١.٤١٦	٧.٨٤٠	٩.٧٥	السنتيمتر	المرونة
غير معنوي	٠.٩١٢	١.٨٥٩	٠.٨٨٢	٧.٧٧٦	١.٠٤٣	٨.٥١	الثانية	الرشاقة
غير معنوي	٠.٠٩٢	١.٤٨٦	٠.٥٥٠	٧.٧٠٥	٠.٢٢٥	٧.٩٦	الثانية	التوافق

* معنوي عندما تكون قيمة (sig) اصغر او يساوي (٠,٠٥) .

يتبين من الجدول (٣) أن قيمة (sig) في جميع الاختبارات كانت اكبر من (٠,٠٥) وأمام درجة حرية (٢٢) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في اختبارات عناصر

١. علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي : (جامعة القادسية ، مطبعة ودار التعليم العالي والبحث العلمي ، ٢٠٠٤) ص ١٣٠ .

٢. ربيع خلف ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ١٤٥-١٦٠ .

٣. محمد صبحي حسانين ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ٣٢١-٣٢٢ .

اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم قيد البحث والذي دل على تكافؤ عينة البحث في المتغيرات آنفة الذكر .

ثم قام الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد بإجراء اختبارات التكافؤ في عدد من مهارات كرة القدم قيد البحث بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في يوم الاثنين الموافق (٢٠١٤/٣/١٧) الساعة التاسعة صباحاً وعلى ملعب كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت والجدول (٥) يبين ذلك .

الجدول (٥)

الايوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة و دلالة الفروق (للمهارات قيد الدراسة) في اختبار تكافؤ المهارات

المعالم الاحصائية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحتسبة	مستوى الدلالة Sig	دلالة الفروق	المتغيرات
		ع ±	س	ع ±	س				
الاحكام	الدرجة	٤.١٢٥	٠.٣١٠	٣.٩٥٨	٥.٤١٦	١.٤٠٥	٠.١٠٤	غير معنوي	
التهديف	الدرجة	٤	٠.٢١٣	٣.٨٣٣	٥.٧٠٨	٠.١٨٣	٠.٠٨٤	غير معنوي	القريب
	الدرجة	٤.٢١٥	٠.٤٨٢	٣.٨٧٥	٥.٦٦٦	١.٢١٠	٠.١٤٠	غير معنوي	البعيد

* معنوي اذا كان مستوى الدلالة اصغر أو يساوي (٠,٠٥)

يتبين من الجدول (٥) ان قيم مستويات الدلالة أكبر من قيمة (٠,٠٥) و هذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة وهذا يدل على تكافؤهما في المهارات آنفة الذكر .

٣-٤ الاجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات :

٣-٤-١ الأجهزة:

- كاميرا نوع (Sony) يابانية الصنع عدد (١)
- حامل ثلاثي عدد (١)

- شريط كاسيت حجم (٤ملم) عدد (٢)
- اقراص (DVD) عدد (٦)
- لابتوب نوع (Dell) عدد (١)
- جهاز طبي لقياس الوزن والطول عدد (١)
- ساعة توقيت الكترونية عدد (٢)

٣-٤-٢ الادوات :

- كرات قدم حجم (٥) عدد (١٢)
- شواخص عدد (١٢)
- هدف كرة يد عدد (١)
- بورك ، كيس عدد (١)
- شريط قياس عدد (١)
- شريط لاصق عدد (٢)
- طباشير عدد (١) علبه
- صافرة عدد (٢)

٣-٤-٣ وسائل جمع المعلومات :

٣-٤-٣-١ تحليل المحتوى

٣-٤-٣-٢ المقابلات الشخصية :

قام الباحثين بإجراء المقابلات الشخصية مع عدد من المختصين ، الملحق (٢) ، في مجال التربية الرياضية باختصاص كرة القدم وطرائق التدريس ، للإفادة من آرائهم فيما يخص المعلومات المتعلقة بموضوع الدراسة .

٣-٤-٣-٣ استمارات الاستبيان :

٣-٤-٣-٣-١ استمارة استبيان حول تحديد درجة الأهمية لكل قسم من أقسام الشكل الظاهري للمهارات الحركية قيد البحث والملحق (٣) يبين ذلك .

٣-٤-٣-٣-٢ استمارة استبيان لتقييم الشكل الظاهري للحركة (المواقف التعليمية) للمهارات قيد الدراسة في الاختبارات القبلية والبعدية والملحق (٤) يبين ذلك .

٣-٤-٣-٣-٣ استمارة استبيان حول تحديد صلاحية المنهاج المستخدم والملحق (٥) يبين ذلك .

تم إجراء الملاحظة العلمية لتقييم الشكل الظاهري للمهارات قيد الدراسة، إذ استخدم الباحثان التصوير الفيديوي للمواقف التعليمية وفي الاختبارين القبلي والبعدي ، ثم تم تحويل التصوير إلى أقراص (DVD) وتم توزيعها مع استمارات التقييم المعدة لهذا الغرض على ثلاثة مقومين، الملحق(٨) من قبل تدريسيين اختصاص في كرة القدم ، ملحق (٢) ، للمواقف التعليمية في الاختبارات القبلي والبعدي لعينة البحث ، ملحق (٤)، لتعذر حضورهم إلى مكان الاختبارين القبلي والبعدي، إذ يعطي كل مقوم درجة من (١٠) للأقسام الثلاثة ويتم استخراج الوسط الحسابي بين درجات المقومين الثلاثة لكل طالب عن كل مهارة لإظهار درجة تقييم المهارة النهائية .

٣-٥ التجارب الاستطلاعية :

٣-٥-١ التجربة الاستطلاعية الاولى للأداء المهارى (المواقف التعليمية) :

اجرى الباحثين بمساعدة فريق العمل المساعد تجربة استطلاعية خاصة بأداء المهارات قيد البحث ، والمواقف التعليمية على عينة من الطلاب والبالغ عددهم (١٠) طلاب من الذين تم استبعادهم عن تجربة البحث الرئيسة ، وتمت التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين الموافق ٢٠١٤/٣/١١ .

٣-٥-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية حول المنهاج التعليمي المستخدم بأسلوب الاكتشاف الموجه :

قام الباحثين وبمساعدة فريق العمل المساعد بإجراء تجربة استطلاعية في يوم الخميس الموافق (٢٠١٤/٣/١٣) على عينة من الطلاب والبالغ عددهم (١٠) طلاب ، والذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ومن الذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسة .

٣-٦ الاختبارات القبليّة :

تم اجراء الاختبارات القبليّة لمجموعتي البحث التجريبيّة والضابطة عن طريق تصوير المواقف التعليمية التي تم وضعها لتقييم الاداء الظاهري للمهارات كرة القدم الاساسية قيد الدراسة ، في يوم الاثنين الموافق (٢٠١٤/٣/١٧) الساعة التاسعة صباحاً ، فضلاً عن ان الباحثين

وبمساعدة فريق العمل المساعد قاموا بشرح تلك المواقف وعرضها قبل البدء بتنفيذ الاختبارات القبلية من أجل تكوين صورة واضحة لكل موقف أمام عينة الدراسة.

٣-٧ التجربة الرئيسية :

قام الباحثين وبالتعاون مع فريق العمل المساعد بالبدء في تنفيذ المنهاج التعليمي يوم الاربعاء الموافق (٢٠١٤/٣/١٩) بحسب جدول الدروس الاسبوعي الاسبوعي ولغاية يوم الاثنين الموافق (٢٠١٤/٥/١٢) ، وبالنظر لحدوث عطل ومناسبات خلال مدة تنفيذ المنهاج التعليمي فقد عوضت الوحدات التعليمية في أيام أخرى وذلك بزيادة اسبوعين للعمل على إتمام تنفيذ الوحدات المخصصة بالمنهاج التعليمي ، اذ تم تطبيق الوحدات التعليمية على عينة البحث وتم اعطاء المجموعة التجريبية المادة التعليمية باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه أما المجموعة الضابطة فتم اعطاؤها المادة التعليمية بالأسلوب الاعتيادي والمتبع من قبل مدرس المادة.

٣-٨ الاختبارات البعدية :

تم اجراء الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة بعد الانتهاء من تنفيذ المنهاج التعليمي ، اذ تم تصوير اداء الطلاب للمهارات قيد الدراسة من خلال ادائهم للمواقف التعليمية ، وبالظروف نفسها التي تم فيها اجراء الاختبارات القبلية من حيث المكان والاجهزة والادوات واسلوب التنفيذ ، وذلك في يوم الاربعاء الموافق (٢٠١٤/٥/١٤) الساعة التاسعة صباحاً .

٣-٩ الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحثين البرنامج الاحصائي الـ (Spss) ، (الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية) وذلك لمعالجة البيانات الخاصة بالبحث والتي تضمنت المتطلبات الاحصائية للبحث :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- معامل الالتواء . النسبة المئوية.
- المنوال.
- النسبة المئوية .
- اختبار (T-Test) لوسطين حسابيين مرتبطين .
- اختبار (T-Test) لوسطين حسابيين غير مرتبطين .

٤- عرض النتائج ومناقشتها

٤-١ عرض ومناقشة نتائج الفروق (ت) بين الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه في تقييم الأداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم .

الجدول (٤)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و قيم (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة الإحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تقييم الأداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم للمجموعة الضابطة

المهارات	الاختباران والمتغيرات الإحصائية	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة (sig)	دلالة الفروق
			-س	ع±	-س	ع±			
التهديف	القريب	درجة	٣.٨٣٣	٠.٤٤٣	٥.٧٠٨	٠.٣٩٦	١٢.٣١٠	٠.٠٠٠	معنوي ^(*)
		درجة	٣.٨٧٥	٠.٣١٠	٥.٦٦٦	٠.٤٤٣	١٣.٧٨٧	٠.٠٠٠	معنوي ^(*)
	البعيد	درجة	٣.٩٥٨	٠.٣٩٦	٥.٤١٦	٠.٤٦٨	٨.٦٧٦	٠.٠٠٠	معنوي ^(*)
الاخمداد		درجة	٣.٩٥٨	٠.٣٩٦	٥.٤١٦	٠.٤٦٨	٨.٦٧٦	٠.٠٠٠	معنوي ^(*)

(*) معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر أو يساوي (٠,٠٥) عند درجة حرية (١١)

يتبين من الجدول (٤) ان الوسط الحسابي لمهارة **الاخمداد** في الاختبار القبلي قد بلغ (٣.٩٥٨)، وانحراف معياري قيمته (٠.٣٩٦)، في حين ان الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي قد بلغ (٥.٤١٦)، بانحراف معياري قيمته (٠.٤٦٨)، علما ان قيمة (ت) المحسوبة (٨.٦٧٦) وقيمة مستوى الدلالة (sig) (٠.٠٠٠) ، مما يدل على ان هناك فروقا معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة .

وان الوسط الحسابي لمهارة **التهديف القريب** في الاختبار القبلي قد بلغ (٣.٨٣٣)، وانحراف معياري قيمته (٠.٤٤٣)، في حين ان الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي قد بلغ (٥.٧٠٨)، بانحراف معياري قيمته (٠.٣٩٦)، علما ان قيمة (ت) المحسوبة

(١٢.٣١٠) وقيمة (sig) (٠.٠٠٠) ، مما يدل على ان هناك فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة .

ويتبين أيضا ان الوسط الحسابي لمهارة **التهدف البعيد** في الاختبار القبلي قد بلغ (٣.٨٧٥) ، وبانحراف معياري قيمته (٠.٣١٠) ، في حين ان الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي قد بلغ (٥.٦٦٦) ، بانحراف معياري قيمته (٠.٤٤٣) ، علما ان قيمة (ت) المحسوبة (١٣.٧٨٧) وقيمة مستوى الدلالة (sig) (٠.٠٠٠) ، مما يدل على أن هناك فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة .

الجدول (٥)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة الإحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في تقييم الأداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكره القدم للمجموعة التجريبية بأسلوب الاكتشاف الموجه

دلالة الفروق	مستوى الدلالة (sig)	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	الاختبارات والمتغيرات الإحصائية	
			ع±	س-	ع±	س-		المهارات	
معنوي (*)	٠.٠٠٠	١٩.٠٨٨	٠.٦٥١	٧.٣٣٣	٠.٣١٠	٤.١٢٥	درجة	الاخماد	
معنوي (*)	٠.٠٠٠	٣٧	٠.١٤٤	٧.٠٤١	٠.٢١٣	٤	درجة	القريب	التهدف
معنوي (*)	٠.٠٠٠	٣٢.٠٤٥	٠.٢١٣	٧	٠.٤٨٢	٤.٢١٥	درجة	البعيد	

(*) معنوي إذا كان مستوى الدلالة اصغر او يساوي (٠.٠٥)

يتبين من الجدول (٥) أن الوسط الحسابي لمهارة الاخماد في الاختبار القبلي قد بلغ (٤.١٢٥) ، وبانحراف معياري قيمته (٠.٣١٠) ، في حين ان الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي قد بلغ (٧.٣٣) ، بانحراف معياري مقداره (٠.٦٥١) ، علما ان قيمة (ت) المحسوبة (١٩.٠٨٨) وقيمة مستوى الدلالة (sig) (٠.٠٠٠) وبدرجة حرية (١١) ، مما يدل على

ان هناك فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بأسلوب الاكتشاف الموجه .

وان الوسط الحسابي لمهارة التهديف القريب في الاختبار القبلي قد بلغ (٤) ، وبانحراف معياري قيمته (٠.٢١٣) ، في حين ان الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي قد بلغ (٧.٠٤١) ، وبانحراف معياري قيمته (٠.١٤٤) ، علما ان قيمة (ت) المحسوبة (٣٧) وقيمة مستوى الدلالة (sig) (٠.٠٠٠) ، مما يدل على أن هناك فروقا معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بأسلوب الاكتشاف الموجه.

ويتبين أيضا أن الوسط الحسابي لمهارة التهديف البعيد في الاختبار القبلي قد بلغ (٤.٢١٥) ، وبانحراف معياري قيمته (٠.٤٨٢) ، في حين ان الوسط الحسابي للمهارة نفسها للاختبار البعدي قد بلغ (٧) ، بانحراف معياري قيمته (٢١٣) ، علما ان قيمة (ت) المحسوبة (٣٢.٠٤٥) وقيمة مستوى الدلالة (sig) (٠.٠٠٠) وبدرجة حرية (١١) ، مما يدل على أن هناك فروقا معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بأسلوب الاكتشاف الموجه.

يتبين من نتائج الجدولين (٤) و (٥) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في تقييم أداء عدد من المهارات الأساسية بكرة القدم ولصالح الاختبار البعدي ، ويعزو الباحثين سبب ذلك الى فاعلية المنهاجين التعليميين الذين طبقا على المجموعتين التجريبية والضابطة وما يتضمناه من طريقة عرض مميزة للمادة التعليمية وموحدة لكلتا المجموعتين ، وبأسلوب تطبيق يختلف للمجموعة التجريبية عنه في المجموعة الضابطة ، والتي أدت إلى تحقيق نتائج أفضل في الاختبار البعدي لكلتا المجموعتين .

ويعزو الباحثين سبب تحسن المجموعة الضابطة إلى استخدام المدرس اسلوباً خاصاً به، إذ ان الشرح والعرض والتمرين على المهارات وتكرارها أو تدرجها من السهل إلى الصعب والتغذية الراجعة قد جاءت منسجمة مع استراتيجية التعلم؛ لأن التدرج لعدد من المحاولات يثبت الأداء المهاري وصولاً إلى التعلم المؤثر والفعال .

أما المجموعة التجريبية التي استخدمت اسلوب الاكتشاف الموجه وما احتوته الوحدات التعليمية من تمارين متناهية الدقة والتدرج فيها وكذلك معلومات معرفية أدت بالتالي الى وصف دقيق للأداء الفني للحركة والدور الذي يشغله المدرس من اعطاء الملاحظات والتوجيهات والثناء

على الطلاب أثناء أداء التمارين المهارية والتغذية الراجعة عند أداء المهارات الحركية ، كل هذا أدى إلى تحسن الأداء الفني للطلاب وانعكس ذلك على التحسن الذي حصل عليه الطلاب في الاختبار البعدي، إذ إنّه كلما اقترب الأداء من الصورة المثلى كلما كانت النتائج عالية بفضل الحصول على الاقتصاد بالجهد المبذول والتركيز على الجهد الخاص الذي يخدم الأداء الفني للمهارات الأساسية الثلاث فيحقق بذلك انسجاماً بين الطالب والأداء وبين المرونة المبذولة والنتائج الحركية المتمثلة بالأداء الفني للمهارات ، إذ إنَّ أداء المهارة بانتظام يساعد على تعلمها وتثبيتها فضلاً عن اعطاء التغذية الراجعة من قبل مدرس المادة للطلاب أدى إلى إتقان الأداء الفني للمهارات ، إذ انه " عند تنفيذ المنهاج بشكل فعال فإن الاداء العام للطلاب يتحسن كثيراً ومن ثم يمكن للطلاب ان يكتسبوا فائدة اضافية وهي تطوير تعلم جديد عن كيفية تعلم المهارات "(١).

ان هذه المهارات تعد من المهارات التي تحتاج عند تطبيقها إلى التدرج في تعلمها من السهل إلى الصعب ومن ثم أدائها بالشكل الكامل لان " تجزئة أو تقسيم المهارة إلى أجزاء من خلال الاسئلة الموضوعية وأدائها بالأسلوب الجزئي يكون أكثر ملائمة في تعلم المبتدئين " (٢) .

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج الفروق (ت) بين الاختبار البعدي لمجموعتي البحث

التجريبية والضابطة في تقييم الأداء الفني لعدد من المهارات الأساسية بكرة القدم

الجدول (٦)

دلالة الفروق	مستوى الدلالة (sig)	قيمة (ت) المحسوبة	البعدي التجريبية		البعدي الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات الاحصائية المهارات
			ع±	س-	ع±	س-		
معنوي (*)	٠.٠٠٠	٨.٢٧٤	٠.٦٥١	٧.٣٣٣	٠.٤٦٨	٥.٤١٦	درجة	الاخمد

^١ محمد محمود الحيلة ؛ التصميم التعليمي نظرية وممارسة ، ط١ : (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، ١٩٩٩) ص٦٤.

^٢ Schmidt.A. Richard. Moter learning and performance: (Kintics Books,cohming Illinois,1991) P183.

التهدف	القريب	درجة	٥.٧٠٨	٠.٣٩٦	٧.٠٤١	٠.١٤٤	١٠.٩٤٧	٠.٠٠٠	معنوي(*)
	البعيد	درجة	٥.٦٦٦	٠.٤٤٣	٧	٢.١٣	٨.٩٦٤	٠.٠٠٠	معنوي(*)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة الإحصائية بين الاختبارين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تقييم أداء عدد من المهارات الأساسية بكرة القدم

* معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر أو يساوي (٠.٠٥) عند درجة حرية (٢٢)

يتبين من الجدول (٦) ان الوسط الحسابي لمهارة **الاخماد** في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قد بلغ (٥.٤١٦)، و بانحراف معياري قيمته (٠.٤٦٨)، في حين ان الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه قد بلغ (٧.٣٣٣)، و بانحراف معياري قيمته (١٩.٠٨٨) علما ان قيمة (ت) المحسوبة قد بلغت (٨.٢٧٤) وقيمة مستوى الدلالة (sig) (٠.٠٠٠)، مما يدل على ان هناك فروقا معنوية بين نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه .

وان الوسط الحسابي لمهارة **التهدف القريب** في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قد بلغ (٨.٧٠٨)، و بانحراف معياري قيمته (٠.٣٩٦)، في حين ان الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه قد بلغ (٧.٠٤١)، و بانحراف معياري قيمته (٧٣)، علما ان قيمة (ت) المحسوبة قد بلغت (١٠.٩٤٧) وقيمة مستوى الدلالة (sig) (٠.٠٠٠)، مما يدل على ان هناك فروقا معنوية بين نتائج الاختبارين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه .

و يتبين أيضا ان الوسط الحسابي لمهارة **التهدف البعيد** في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قد بلغ (٥.٦٦)، و بانحراف معياري قيمته (٠.٤٤٣)، في حين ان الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه قد بلغ (٧)، و بانحراف معياري قيمته (٣٢.٠٤٥) علما ان قيمة (ت) المحسوبة قد بلغت (٨.٩٦٤) وقيمة مستوى الدلالة (sig) (٠.٠٠٠)، مما يدل على ان هناك فروقا معنوية

بين نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه .

يتبين من الجدول (٦) أن هناك فروقا ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في تقييم أداء مهارات (الاخماد ، التهديف القريب ، التهديف البعيد) بكرة القدم ولصالح المجموعة التجريبية باستخدام اسلوب الاكتشاف الموجه ، ويعزو الباحثين سبب ذلك الى فاعلية المنهاج التعليمي الذي طبق على المجموعة التجريبية إذا ما قورن بالبرنامج التعليمي الذي طبق على المجموعة الضابطة ، إذ ان فاعلية اسلوب الاكتشاف الموجه الذي استخدمه الباحثين في المنهاج التعليمي كان له أثر واضح في عملية تعلم المهارات قيد الدراسة ، كذلك ان هذا الاسلوب أشغل الطالب في عملية الاكتشاف ودفعه الى الاهتمام بعملية جمع المعلومات واكتشاف الاهداف فهو يؤكد على التفاعل المتسلسل والايجابي بين المدرس والطالب ، وهذا ما ظهر بصورة واضحة في الاختبار البعدي في المهارات قيد البحث ، اذ ان العلاقة الفاعلة والبناءة التي كانت في المجموعة التجريبية بين المدرس والطالب أدت الى زيادة الثقة بينهم وبالتالي الى تطوير قدرة الطالب في الاجابة عن الأسئلة والتي أدت الى زيادة دافعية الطالب نحو التعلم ، وهذا ما اشار اليه (موستن واشورث ، ١٩٩١) بأن هذا الاسلوب يعمل على زيادة الفاعلية بين المدرس والطالب والتي من خلالها يمكن التوصل الى الاجابة عن الاسئلة المتتالية التي يوجهها المدرس الى طلابه (١) .

ومما سبق يتضح ان استخدام اسلوب الاكتشاف الموجه يؤثر تأثيراً ايجابياً في مراحل تعلم المهارات الرياضية بشكل عام والمهارات الاساسية بكرة القدم بشكل خاص .

- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

- إن أسلوب الاكتشاف الموجه له تأثير ايجابي في اكتساب الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم .
- تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في اكتساب المهارات الاساسية بكرة القدم قيد البحث .

٢-٥ التوصيات

١. موسكا موستن و سارة اشورث؛ تدريس التربية الرياضية، (ترجمة) جمال صالح حسن (واخرون) : (الموصل، دار الكتب للطباعة، ١٩٩١). ص.٢٧٣

- حثّ التدريسيين على استخدام اسلوب الاكتشاف ضمن المنهاج التعليمي لما له من مردود في الناحيتين المعرفية والمهارية على الطالب .

المصادر العربية والاجنبية

- حنفي محمود مختار؛ الأسس العلمية في تدريب كرة القدم: (مصر، دار الفكر العربي ، ١٩٨٢) .
- ربيع خلف جميل ؛ تصميم وبناء اختبارات لقياس بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين خماسي كرة القدم : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل ، ٢٠٠٩) .
- زهير الخشاب، محمد خضر اسمر الحيايالي؛ كرة القدم لطلاب كليات واقسام التربية الرياضية ، ط ٢ : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٩) .
- طارق محمد نهاد؛ تأثير اسلوب الاكتشاف الموجه بالتعلم المتسلسل في اكتساب بعض المهارات الاساسية بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى ، ٢٠٠٧) .
- علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي : (جامعة القادسية ، مطبعة ودار التعليم العالي والبحث العلمي ، ٢٠٠٤) .
- فراس السليتي ؛ استراتيجيات التعلم والتعليم النظرية والتطبيق : (عمان ، جدارا للكتاب العالمي ، ٢٠٠٨) .
- قيس ناجي عبد الجبار و بسطويسي أحمد؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٧) .
- محمد سعيد عزمي ؛ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الاساسي بين النظرية والتطبيق : (الاسكندرية ، دار الوفا لدنيا للطباعة والنشر، ٢٠٠٤) .
- محمد صبحي حسنين ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ط ٤ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١) .
- محمد مصطفى (وآخرون) ؛ كرة القدم للصفوف الثالثة : (الموصل ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩١) .
- محمود داود الربيعي محمود داود الربيعي ؛ التعلم والتعليم في التربية البدنية والرياضية ، ط ١ : (بيروت ، دار الكتب العلمية ، ٢٠١٢) .
- محمد محمود الحيلة ؛ التصميم التعليمي نظرية وممارسة ، ط ١ : (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، ١٩٩٩)

- موسكا موستن و سارة اشوورث؛ تدريس التربية الرياضية، (ترجمة) جمال صالح حسن (واخرون) : (الموصل، دار الكتب للطباعة، ١٩٩١).
- يوسف لازم كماش ؛ المهارات الأساسية في كرة القدم ، تعليم - تدريب : (عمان ، مكتبة دار الخليج ، ١٩٩٩) .
- Schmidt.A. Richard. Moter learning and performance: (Kintics Books, cohming Illinois, 1991).

الملحق (١)

استبيان لتحديد بعض عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في

الاداء الفني بكرة القدم واختباراتها

الاستاذ الفاضل المحترم .

تحية طيبة:

يروم الباحثين إجراء البحث الموسوم (فاعلية اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم) ، على عينه من طلاب كلية التربية الرياضية - جامعة تكريت / السنة الدراسية الأولى - الفصل الدراسي الثاني .

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، يرجى تحديد أهم عناصر اللياقة البدنية والحركية المؤثرة في تعلم عدد من المهارات الاساسية بكرة القدم واختباراتها .

التوقيع :

الاسم الثلاثي :

اللقب العلمي :

الاختصاص :

التاريخ :

مكان العمل :

كهلان رمضان صالح

أ.م. جاسم صالح معجون

ت	عناصر اللياقة البدنية والحركية	الاختبارات	الاختيار	الملاحظات
١	القوة الانفجارية للذراعين	رمي كرة طبية من وضع الجلوس على الكرسي من الثبات لأبعد مسافة.		
٢	القوة الانفجارية للرجلين	- الطفر العريض من الثبات.		
		- القفر العمودي من الثبات.		
		- القفز الى الاتجاهات الأربعة		
٣	القوة المميزة بالسرعة	- ثني الركبتين ومدهما في (٢٠ ثانية) .		
		- الحجل لأقصى مسافة في (١٠ ثوان) .		
		- الوثب العريض من الثبات من دون استخدام الذراعين.		
		- ثلاث حجلات لأكبر مسافة لكل رجل على حده.		
٤	السرعة الانتقالية	- ركض (١٠٠ م) من البدء العالي.		
		- السرعة الانتقالية في زمن (٦ ثوان) .		
		- ركض (٣٠ م) من بداية متحركة (وضع طائر) .		
		- عدو (٥٠ يارد) .		
٥	المرونة	- ثني الجذع إلى الأمام والأسفل من الوقوف على الصندوق.		
		- من وضع الانبطاح مد الجذع خلفاً.		
		- من وضع الجلوس ومد الركبتين ثني الجذع اماماً.		
		- الوقوف فتحاً للقدمين ومباعدتهما لأقصى مدى.		
٦	التوافق	- نط الحبل.		
		- الجري في شكل 8 .		

		- الحبو .		
		- الركض المتعرج بين الشواخص .	الرشاقة	٧
		- الركض بين الشواخص لمسافة (٧ م) .		
		- الجري المتعرج بين الموانع .		
		- الجري المكوكي		
		- التصويب بالقدم على المستطيلات المتداخلة .	الدقة	٨
		- دقة التمرير .		

الملحق (٢)

السادة الخبراء والمختصون الذين تم الاستعانة بخبراتهم

ت	الاسم	الاختصاص	الجامعة	الاستشارات						
				١	٢	٣	٤	٥	٦	
١.	أ.د. عدنان جواد خلف	طرائق تدريس	كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت	*						
٢.	أ.د. لؤي غانم سعيد	بايوميكانيك / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل						*	
٣.	أ.د. عبدالكريم محمود أحمد	طرائق تدريس	قسم التربية الرياضية / جامعة سامراء	*						
٤.	أ.د. محمد خضر أسمر	تعلم حركي / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	*	*	*	*	*	*	*
٥.	أ.د. جاسم محمد نايف	تعلم حركي / العاب القوى	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	*						
٦.	أ.د. زهير قاسم الخشاب	تدريب رياضي / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	*						
٧.	أ.د. هاشم احمد سليمان	قياس وتقويم / كرة سلة	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	*						
٨.	أ.د. صالح راضي اميش	تدريب رياضي / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد	*						
٩.	أ.د. نبيل عبدالوهاب غازي	طرائق تدريس	كلية التربية الرياضية / الجامعة المستنصرية	*	*					
١٠.	أ.د. مكي محمود حسين	قياس وتقويم / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	*		*				
١١.	أ.د. اسماعيل محمد رضا	مناهج التربية الرياضية وطرائق التدريس	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد	*						
١٢.	أ.د. طلال نجم عبدالله	طرائق تدريس	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	*	*	*				
١٣.	أ.د. أياد محمد شيت	طرائق تدريس	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	*						
١٤.	أ.د. عبد المنعم احمد جاسم	قياس وتقويم / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت	*	*	*				
١٥.	أ.م.د. كاظم عبد شحتول	تدريب رياضي / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد	*	*					
١٦.	أ.م.د. رعد حسين حمزه	تدريب رياضي / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد	*		*				
١٧.	أ.م.د. نوفل فاضل رشيد	تعلم حركي / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	*	*	*	*	*	*	*
١٨.	أ.م.د. معن عبدالكريم جاسم	تدريب رياضي / كرة قدم	كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	*		*				

*					كلية التربية الرياضية / جامعة تكريت	علم النفس الرياضي / كرة قدم	أ.م.د جاسم عباس علي	.١٩
				*	كلية التربية الرياضية / جامعة كويه	طرائق تدريس / كرة قدم	أ.م.د سعيد صالح حمد	.٢٠
				*	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد	تدريب رياضي / كرة قدم	أ.م.د ضياء ناجي عبود	.٢١
					كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد	تدريب رياضي / كرة قدم	م.د موفق عيسى خضر	.٢٢
		*	*		كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل	تدريب رياضي / كرة قدم	م.د طارق حسين حبيه	.٢٣

* الاستشارات

١. تحديد عناصر اللياقة البدنية والحركية واختباراتها .
٢. تحديد صلاحية الوحدات التعليمية .
٣. تحديد كيفية تقييم درجة الاداء وكيفية تقسيم الدرجة لأقسام المهارات .
٤. تحديد المواقف التعليمية .
٥. تقييم الأداء الفني للمهارات.
٦. المقابلة الشخصية .

الملحق (٣)

استبيان آراء الخبراء والمختصين حول كيفية تحديد درجة الأداء من

كم درجة وكيفية تقسيم الدرجة على اقسام المهارات قيد الدراسة

الاستاذ الفاضل المحترم .

تحية طيبة:

يروم الباحثين إجراء البحث الموسوم (فاعلية اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم) ، على عينه من طلاب كلية التربية الرياضية - جامعة تكريت / السنة الدراسية الأولى - الفصل الدراسي الثاني .

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى التفضل بالاطلاع على المواقف التعليمية التي يتم عن طريقها تقييم الشكل الظاهري لأداء المهارات قيد البحث على ان يكون التقييم من (١٠) درجات لجميع الاقسام .

مع جزيل الشكر والتقدير ...

اقسام المهارة		القسم الاعدادي	القسم الرئيسي	القسم الختامي	المجموع
المهارات		الدرجة	الدرجة	الدرجة	الدرجة
مهارة الاخاماد					
مهارة التهديف	القريب				
	البعيد				

ملاحظة : يمكن اضافة أي تقسيم آخر تزونه مناسباً .

الاسم الثلاثي :	التوقيع :
اللقب العلمي :	تاريخ الحصول على اللقب العلمي :
الاختصاص :	مكان العمل :

كهلان رمضان صالح

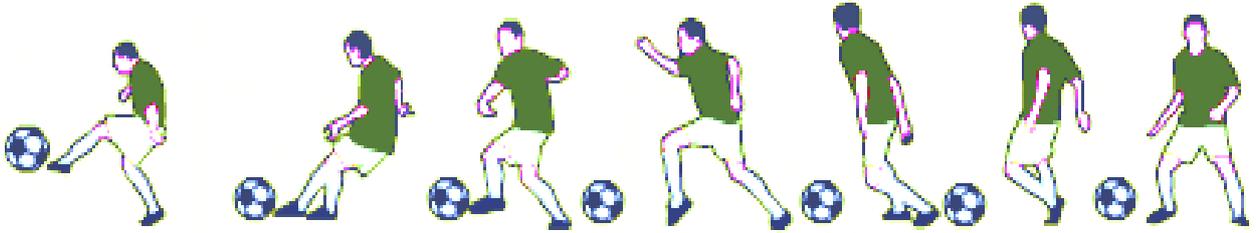
أ.م جاسم صالح معجون



مهارة التهديف القريب

٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

مهارة التهديف البعيد



٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

مهارة الاخماد



الملحق (٤)

استبيان آراء الخبراء والمختصين حول تحديد المواقف التعليمية التي يتم عن طريقها تقييم الشكل الظاهري لأداء المهارات قيد البحث

الاستاذ الفاضل المحترم .

تحية طيبة:

يروم الباحثين إجراء البحث الموسوم (فاعلية أسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم) ، على عينه من طلاب كلية التربية الرياضية - جامعة تكريت / السنة الدراسية الأولى - الفصل الدراسي الثاني ، علماً المهارات هي (الاخمد ، التهديد القريب ، التهديد البعيد) .

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، فقد حرص الباحثين على أخذ رأيكم في ذلك ، لذا يرجى التفضل بالاطلاع على المواقف التعليمية والتي يتم عن طريقها تقييم الشكل

أقسام المهارة حسب التسلسل الرقمي للصور المتسلسلة			اقسام المهارة	
القسم الختامي	القسم الرئيس	القسم الاعدادي	المهارات	
من () الى ()	من () الى ()	من () الى ()	مهارة الاخمد	
من () الى ()	من () الى ()	من () الى ()	القريب	مهارة
من () الى ()	من () الى ()	من () الى ()	البعيد	التهديد

مع فائق الشكر والتقدير ...

التوقيع :	الاسم الثلاثي :
تاريخ الحصول على اللقب العلمي :	اللقب العلمي :
مكان العمل :	الاختصاص :

كهلان رمضان صالح

أ.م جاسم صالح معجون

التأشير

اسم الموقف : دقة التهديد القريب

الهدف من الموقف : تقييم الشكل الظاهري لمهارة التهديد القريب.

الادوات المستخدمة : (٣) كرات قدم حجم (٥) ، حبل لتقسيم المرمى ، شريط قياس ، هدف كرة قدم ، ساحة كرة قدم .

الاجراءات :

- توضع الكرة على بعد (٢٤) قدم من المرمى .
- يوضع شاخص على بعد (١٠) أقدام من الكرة .
- يقسم المرمى إلى تسعة أقسام بواسطة الحبل .
- يقف الطالب خلف الشاخص الموجود ، وعندما يعطي إشارة البدء يتحرك باتجاه الكرة من خلف الشاخص ليقوم بركلها نحو المرمى .

التعليمات :

- ١ . يقف الطالب خلف الشاخص وفي اتجاه المرمى.
- ٢ . عند إشارة البدء يقوم الطالب بالركض من خلف الشاخص ثم يقوم بركل الكرة بالقدم الاولى ويعود للدوران حول الشاخص ثم يتجه للكرة الثانية ويركلها الى المرمى ويكون

- أعلى من مستوى الأرض وللاعب الحرية باختيار إحدى القدمين وبأي قسم من القدم نحو المرمى لإدخالها إلى المربعات المرسومة في المرمى.
٣. يسمح بضرب الكرة بأي قدم من القدمين وبأي قسم من القدم.
٤. عندما تخرج الكرة بعيداً عن المنطقة ، يكون للطالب الحق في استخدام إحدى الكرات الاحتياطية بسرعة.
٥. يعطى كل طالب محاولتان متتاليتان ويتم تقييم الأداء الأفضل من المحاولتين .
- اسم الموقف : دقة التهديف البعيد

التأشير

الهدف من الموقف : تقييم الشكل الظاهري لمهارة التهديف البعيد

الأدوات المستخدمة :- كرة قدم عدد (٣) حجم (٥) ، هدف كرة قدم ، هدف كرة يد
يوضع داخل هدف كرة القدم

إجراءات الاختبار :-

توضع الكرات عند نقطة التهديف على بعد (٢٠) متراً عن المرمى ، يقوم الطالب بركل الكرة بقوة نحو المرمى وتكون غير متدرجة على الأرض .

التعليمات :-

- تعطى لكل طالب محاولتان ويتم تقييم الأداء الأفضل من المحاولتين .
- للطالب الحرية في استخدام الرجل الأفضل وبأي قسم من القدم.

اسم الموقف : إيقاف حركة الكرة (الاخمد) بالقدم او الصدر او الفخذ

الهدف من الموقف : تقييم الشكل الظاهري لمهارة الاخمد

الأدوات المستخدمة :

- (٣) كرات قدم حجم (٥) ، شريط قياس ، بورك .

الإجراءات :

- تخطيط منطقة الاختبار (٢×٢) م .

- يقف المختبر خلف منطقة الاختبار المحددة .
- يقف المدرس ومعه الكرة على خط يبعد (٦) م من منطقة الاختبار .

وصف الأداء :

- بعد إعطاء إشارة البدء يرمي الكرة (كرة عالية) للطالب الذي يتقدم من خط البداية إلى داخل المنطقة المحددة محاولاً إيقاف الكرة بأي جزء من أجزاء الجسم ما عدا الذراعين ومن ثم العودة إلى خط البداية والانطلاق ثانية .
- تعطى لكل مختبر محاولتان .
- إذا أخطأ المدرس فتعاد المحاولة ولا تحتسب .
- يتم رمي الكرة بحركة اليدين من الأسفل للأعلى .

الملحق رقم (٦)

استمارة تقييم الأداء لمهارات

(الاخمد ، التهديق القريب ، التهديق البعيد) بكرة القدم

الاستاذ الفاضل المحترم

يروم الباحثين إجراء البحث الموسوم (فاعلية اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم

الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم) ، على عينه من طلاب كلية التربية

الرياضية - جامعة تكريت / السنة الدراسية الأولى - الفصل الدراسي الثاني.

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى تفضلكم بتقييم الاداء للمهارات من خلال الاطلاع على تصوير الاختبارات القبلية و البعدية ، علماً بأن الدرجة الكلية للتقييم هي (١٠) درجات مقسمة درجتين للجزء الاعدادي ، (٦) درجات للجزء الرئيس ، درجتين للجزء الختامي.

المرفقات :

كهلان رمضان صالح

أ.م جاسم صالح معجون

التوقيع :	الاسم الثلاثي :
تاريخ الحصول على اللقب العلمي :	اللقب العلمي :
مكان العمل :	الاختصاص :

ت	الاسم الثلاثي	القسم التحضيري للمهارة (درجتان)	القسم الرئيس للمهارة (٦ درجات)	القسم الختامي للمهارة (درجتان)	المجموع
١					
٢					
٣					
٤					
٥					
٦					
٧					
٨					
٩					
١٠					
١١					
١٢					

استمارة تقييم الأداء لمهارات (الاخمد ، التهديق القرب ، التهديق البعيد) بكرة قدم *

الاختبار :

اسم المهارة :

* الاستمارة تستخدم للمجموعتين التجريبية والضابطة و للاختبارين (القبلي والبعدي)

الملحق (٧)

استبيان آراء الخبراء حول صلاحية الوحدات التعليمية والخاصة بتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم بأسلوب الاكتشاف الموجه

الاستاذ الفاضل المحترم .

تحية طيبة:

يروم الباحثين إجراء البحث الموسوم (فاعلية اسلوب الاكتشاف الموجه في تعلم الاداء الفني لعدد من المهارات الاساسية بكرة القدم) ، وعلى عينه من طلاب كلية التربية الرياضية - جامعة تكريت / السنة الدراسية الأولى - الفصل الدراسي الثاني .

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال ، لذا يرجى التفضل بالاطلاع على هذه الوحدات التعليمية وبيان رأيكم في صلاحيتها وملاءمتها للبحث .

مع جزيل الشكر والتقدير ...

التوقيع :	الاسم الثلاثي :
تاريخ الحصول على اللقب العلمي :	اللقب العلمي :
مكان العمل :	الاختصاص :

كهلان رمضان صالح

أ.م. جاسم صالح معجون

تأثير تمارينات (مهارية-خطية) لتطوير دقة التهديف بكرة القدم للاعبين الناشئين بأعمار
(١٤-١٦) سنة

م.م. زاهد قاسم محمد

أ.م.د. جاسم عباس علي

يهدف البحث الى

- ١- اعداد تمارينات (مهارية- خطية) لتطوير دقة التهديف.
 - ٢- التعرف على تأثير التمارينات (مهارية- خطية) على دقة التهديف
 - ٣- التعرف على الفروقات بين المجموعات الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية في تطوير التهديف
- تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بلاعبين نادي سامراء (فئة الناشئين) بالطريقة العمدية البالغ عددهم (٣٨) لاعب وتم اختيار (٢٤) لاعبا عشوائيا من مجتمع البحث الأصلي واستبعاد (١٤) لاعبين وهم (٢) حراس مرمى و(١٢) لاعبين تم إجراء التجربة الاستطلاعية عليهم، وبذلك تم تقسيم عينة البحث ال(٢٤) لاعبا والذين يمثلون نسبة (٦٣,١٥%) من أصل مجتمع البحث الكلي، إلى مجموعتين على وفق ترتيب الأرقام الفردية والزوجية ومن ثم تحديد المجموعتين (الضابطة والتجريبية) بالطريقة العشوائية (طريقة القرعة).

وتم معالجة البيانات بواسطة استخدام البرنامج الجاهز spss الاحصائي ووجد ان هناك تأثيرات للتمارين من تطوير دقة التهديف وتبين تطور المجموعة التجريبية اكبر من المجموعة الضابطة .

The effect of exercise (skill-tactical) scoring for the development of football for young players between the ages of accuracy (14-16 years)

Asst prof. Jassim Abbas Ali MM Zahid Mohammad Qasim

The research aims to

1. Prepare exercises (Mharrih- tactical) to develop a scoring accuracy.
2. Identify the effect of exercise (Mharrih- tactical) scoring accuracy
3. Identify the differences between the experimental and control groups in the post tests in the development of scoring

Was identified research society of my players Samarra Club (junior category) way deliberate's (38) player was chosen (24) players at random from the research community and original exclusion (14) players who are (2) goalkeepers and 12 players were conducted experiment Expeditionary them, and so was the research sample the division (24) as a player and who represent the percentage (63.15%) out of the research community overall, to two groups according to the order of odd and even numbers and then determine the two groups (control and experimental) indiscriminate way (lottery. (

And then process the data by using the ready-spss statistical program and found that there are effects of the exercises develop the scoring accuracy and shows the evolution of the experimental group is greater than the control group.

١ - التعريف بالبحث

١ - ١ مقدمة البحث وأهميته :

ان التقدم الذي حدث في مجالات الحياة بصورة عامة وفي مجال المنافسات الرياضية لم يكن وليد الصدفة انما كان نتيجة جهود قام بها العلماء والمتخصصون في المجالين الاكاديمي والتطبيقي باستخدام منهجية علمية تهدف إلى تطوير قدرات ومهارات اللاعبين في كافة المستويات .

وتختلف طبيعة الألعاب الرياضية من حيث التفصيل والشكل الخارجي فيتأثر الأداء الرياضي باختلاف هذه الطبيعة ، وكرة القدم هي إحدى تلك الألعاب الرياضية التي تتأثر بهذه الطبيعة . حيث تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الأكثر شعبية وشغفا في العالم لما لها من أهمية في نفوس الجماهير " وكرة القدم من أكثر الألعاب توفيرا للمتعة للاعب والمتفرج خصوصا إذا أديت من لاعبين ماهرين لأنهم يؤيدونها بجمالية وانسيابية تبدو للمشاهدين بأنها لعبة سهلة وبسيطة بالرغم من صعوبة فعاليتها وكثرة متطلباتها البدنية والفنية والخطية والنفسية" (١).

"وتتصف لعبة كرة القدم بكثرة متغيراتها وسرعة التنفيذ والتصرف الخطي الصحيح إزاء تلك المواقف المتغيرة والمتعددة ولكي يصبح اللاعب متفاعلا مع محيطه أثناء المباراة والمشاركة ضمن المجموعة والفهم الصحيح بتحقيق الواجبات المناطة به خطيا من خلال المدرب وخلق

١ . مختار سالم ؛ كرة القدم لعبة الملايين ، ط٣ : (بيروت ، مؤسسة المعارف ، ٢٠٠٣) ص ١٥ .

أداء رائعاً في تناغم وانسيابية بحركة اللاعب فردياً وجماعياً معتمداً على قراءة الأفكار بين اللاعبين من جهة والمدرّب من جهة أخرى" (١).

وتعد مهارة التهديف من المهارات الأساسية والمهمة في لعبة كرة القدم وهي التي تحسم المباراة وأن لعبة كرة القدم الحديثة تفرض على اللاعب تحمل واجبات دفاعية وهجومية في آن واحد، فضلاً عن تطور مستوى حراس المرمى تحتم على اللاعب أن يمتلك إضافة إلى القوة دقة التهديف العالية طيلة فترة المباراة ، لأهمية هذه المهارة في تعزيز الفوز أو تعديل النتيجة لصالح الفريق.

ان لعبة كرة القدم هي لعبة متعة وتشويق وان المتعة في كرة القدم متأتية من خلال اللعب السريع وتسجيل الأهداف مما جعلها اكثر الالعاب شعبية ممارسة ومشاهدة ، إن هذه المتعة توفرها اساليب اللعب الحديثة في بلدان العالم المتقدمة في مجال كرة القدم ، لذا بات علينا نحن في العراق الاهتمام بالدقة عند التهديف على المرمى والابتعاد عن التهديف العشوائي من خلال تركيز اللاعبين عند الوصول لمنطقة التهديف .

ان اهمية البحث تكمن في أن استخدام التمرينات (مهارية - خطية) خلال الوحدات التدريبية وخاصة للاعبين الناشئين كوسيلة تدريبية مساعدة لتطوير دقة التهديف على المرمى والذي ينسجم مع اساليب اللعب الحديث لانها مشابهة لحالة اللعب .

١ - ٢ مشكلة البحث

على الرغم من التطور والتقدم الذي يشهده العالم اليوم في طرق التدريب الحديثة لرفع قدرات اللاعبين لمستوى عال مما ينعكس على الأداء الجيد وتوفير المتعة والتشويق من خلال نقل الكرات بسرعة وبدقة وبلمسة واحدة بحيث تظهر لعبة كرة القدم بأنها لعبة سهلة وممتعة بالأداء الخططي وتسجيل الأهداف والدقة في التهديف على المرمى من خلال الاقلال من الحركات الزائدة والاقتصاد بالجهد ودقة في اتخاذ القرار.

إلا أن الباحث ومن خلال خبرة كونه لاعباً سابقاً ومدرباً حالياً ومن متابعته لفرق الناشئين ، لاحظ أن لعب هذه الفرق يتميز بعدم تنفيذ الدقة عند التهديف على المرمى وإنما التهديف العشوائي الفاقد للدقة مما يفقد جهود الفريق في إيصال الكرة إلى مكان التهديف ، ووجد أن أغلبية المدربين يركزون في مفردات مهاجمهم التدريبية على تطوير الجانب البدني وقلة

٢. موفق مجيد المولى ؛ الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم ، ط ١ : (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر ،

٢٠٠٠) ص ١٢٥ .

اهتمام المدربين على تطبيق الأساليب العلمية المتضمنة لتطوير دقة التهديف ضمن مناهجهم التدريبية .

لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال إعداد تمارينات (مهارة - خطوية) وتطبيقها أثناء الوحدات التدريبية والتعرف على تأثيرها في تطوير دقة التهديف للاعبين الناشئين.

١ - ٣ أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

- ١- اعداد تمارينات (مهارة - خطوية) لتطوير دقة التهديف بكرة القدم .
- ٢- التعرف على تأثير التمارينات (مهارة - خطوية) على دقة التهديف بكرة القدم.
- ٣- التعرف على الفروقات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية في تطوير دقة التهديف.

١ - ٤ فروض البحث :

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبالية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية .
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .
- هناك تأثير للتمارين في تطوير دقة التهديف .

١ - ٥ مجالات البحث

١ - ٥ - ١ المجال البشري : لاعبي نادي سامراء (فئة الناشئين) (١٤-١٦) * للموسم ٢٠١٢ / ٢٠١٣ .

١ - ٥ - ٢ المجال الزمني : المدة من ٩ / ٢ / ٢٠١٣ ولغاية ٢ / ٥ / ٢٠١٣

١ - ٥ - ٣ المجال المكاني : ملعب نادي سامراء الرياضي .

٢- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

١-٢ الدراسات النظرية

٢ - ١ - ١ . التمارينات (مهارة خطوية):-.

أن التطور السريع والكبير في لعبة كرة القدم ، إنما جاء نتيجة التطور والتقدم في مجال تدريب كرة القدم واستتباط الطرائق والأساليب والوسائل التدريبية المتنوعة والمؤثرة إيجابيا في رفع مستوى قابلية اللاعب من الجوانب المهارية والبدنية والخطوية والنفسية .

أن اللعب الحديث في كرة القدم يتطلب من اللاعب امتلاك مستوى عال لهذه الجوانب واستخدامها بشكل جيد في الأداء ، وهذا يحتم على المدربين استخدام وسائل تدريبية يكون من شأنها الجمع بين مكونان أكثر من جانب في التدريب وواحد من هذه الأساليب التدريبية التمرينات المركبة ، إذ تلعب هذه التمرينات دورا مهما وبارزا في الجمع بين مكونان جانب واحد أو أكثر فيمكن إدخال أكثر من مهارة أساسية أو أكثر من صفة بدنية وحالة خطوية في تمرين واحد ، وأن التمرين المركب هو الذي يحتوي على تمرينات عدة بغرض إكساب اللاعب أكثر من مهارة أو مقدره .

ويذكر (لايسلاف كاجاني ولاديسلاف كورسكي، ١٩٩٠) " أن سلسلة التمرينات المركبة يمكن من خلالها استخدام أكثر من مهارة فنية أساسية أو صفة بدنية من التمرين ، فضلا عن أن هذه التمرينات تدخل ضمن سلسلة التمرينات التي تحكمها الكيفية في الأداء وبشكل دقيق ، وتثبيت حالات ومتطلبات تدريبية خاصة تخدم تنفيذ الأداء المطلوب في المباراة"^(١).

وتعد التمرينات المركبة إحدى أهم تمرينات اللعبة التي تعمل على تطوير جميع جوانب اللعبة كونها مشابهة لواجب اللاعب في ظروف المباراة ، وتجمع أكثر من مهارة في التمرين الواحد وكذلك أكثر من صفة بدنية وحالة خطوية وتؤدي في مراحل الأعداد المختلفة فضلا عن تنوعها الذي يساعد على زيادة عنصري الرغبة والتشويق عند ممارستها .

وهناك عدة تعريفات خاصة بالتمرينات المركبة فقد عرضها (محمد جلال قريطم ومحمد عبده الوحش ، ١٩٦٧) " بأنها التمرينات التي يشمل كل تدريب فيها على قسمين أو أكثر من المهارات الأساسية"^(٢).

ويعرفها (محمد عبده الوحش ومفتي إبراهيم ١٩٩٤) "أن التمرينات المركبة هي التي تتضمن أكثر من مهارة أو صفة بدنية ، وبواسطتها يمكن أن تتأهل القابليان الفنية والتكتيكية والبدنية"^(٣)

* حسب تصنيفات الاتحاد الدولي لكرة القدم .

١ . لاديسلاف كاجاني ولاديسلاف كورسكي؛ تدريب لاعبي كرة القدم ، ترجمة صباح رضا وصباح مصطفى : (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠) ص ٧٢ .

٢ . محمد جلال قريطم ، محمد عبده الوحش؛ كرة القدم : (القاهرة ، دار النشر ، ١٩٦٧) ص ٢٥٥ .

٣ . محمد عبده الوحش ، مفتي إبراهيم؛ أساسيات كرة القدم ، ط ١ : (القاهرة ، دار علم المعرفة ، ١٩٩٤) ص ٦٩ .

(وبرى ناجي كاظم ٢٠١٠) " أن التمرينات الخاصة أو المركبة بأن هذا النوع من التمرينات هو الأساس في تدريبات كرة القدم لما تحتويه من تطوير للصفات البدنية والمهارية والخطية وتطوير ذهنية اللاعب وإدراكه تحسباً للتطورات التي تطرأ أثناء المباريات وخلق ترابط مهاري خطي وانسجام لدى اللاعبين عن طريق الظروف المشابهة لظروف المباريات وجعل التوقع والتوقيت ضمن ضوابط خطية وترابط فكري بين اللاعبين من جهة والمدرّب من جهة أخرى^(١).

تسمى هذه التمرينات بالتمارين الخطية أو الجماعية ، فهناك تمارين عديدة تحت هذا المسمى وهذه التعريفات تطبق كلاً وفق الهدف الذي وضعت من أجله^(٢) .

وبعد التعرف على ماهية التمرينات المركبة وإشكالها يمكن أن يعرف الباحث التمرينات المركبة في لعبة كرة القدم هي عبارة عن التمرينات تنمي أو تطور مهارة معينة أو عدة مهارات أو صفة بدنية أو نواحي خطية في وقت واحد وهي عبارة عن ربط عدة مهارات بالناحية الخطية لأجل تطوير الجانب الخطي .

٢ - ١ - ٢ . التهديد :-

تعد مهارة التهديد من المهارات المهمة المميزة جدا في الألعاب الجماعية جميعها وعلى وجه الخصوص لعبة كرة القدم، إذ تعد من أهم أجزاء اللعب الهجومي في كرة القدم واحد أساسياته الرئيسية في تقرير وحسم نتائج الكثير من المباريات ، كما وتعد المرحلة الأخيرة من مراحل بناء الخطط الهجومية والتي يقع على عاتقها تسجيل الأهداف في مرمى الخصم ، كما أن المباراة التي ليس فيها أهداف تصبح مباراة غير مثيرة كون أن مبدأ لعبة كرة القدم هو إحراز الأهداف بالدرجة الأساس ، لذلك أصبح التدريب على التهديد من أهم وأولويات التدريب اليومي للاعبين .

إن الفريق الجيد والذي تخشاه الفرق دائما هو الفريق الذي يتميز بامتلاكه اللاعبين الذين يجيدون التهديد بشكل جيد وبأنواعه كافة ومن مواقف عدة وأوضاع مختلفة ، كما أن من مميزات المهاجم الجيد إتقانه لمهارة التهديد بكلتا رجليه ورأسه بصورة ممتازة ، فضلا عن استخدام عنصر القوة والسرعة والدقة والموازنة بينهما لتحقيق الأداء المطلوب ، إذ يشير (ثامر

^١ . ناجي كاظم علي ؛ تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخطي ودقته بكرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠١٠) ص ٣٣ .

^٢ . ناجي كاظم ؛ نفس المصدر ، ص ٣٢ .

محسن ، ١٩٨٤) و (وميض شامل ، ٢٠٠٣) " أن المهاجم الجيد هو الذي يستطيع التهديد بكلتا القدمين بشكل فعال ومؤثر وأن عنصر القوة والسرعة صفتان مهمتان فضلا عن الدقة العالية في عملية التهديد وعلى اللاعب أن يوازن بينهما طبقا للمواقف التي يتوجب فيها أداء عملية التهديد" (١)(٢).

ويرى المختصون بلعبة كرة القدم حول مهارة التهديد ما يأتي :-

إذ يذكر (حنفي محمود ، ١٩٩٤) "أن التهديد هو السلاح القوي الذي يملكه الفريق لتهديد الفريق الآخر ، واللاعب الذي يجيد عملية التهديد هو لاعب تخشاه الفرق الأخرى ، وتسجيل الأهداف في مرمى الفريق الخصم هو الغاية الرئيسة من التنافس في المباراة" (٣) .

كما يرى (ضياء ناجي ، ٢٠٠٣) نقلا عن (مؤيد البدري ، ١٩٨٢) "أن التهديد هو النهاية الطبيعية لعملية الهجوم ، وهو فعالية هجومية يقوم بها أحيانا المهاجم بمفرده (مجهود فردي) في محاولة لتسجيل هدف أو نتيجة مجهود جماعي بين اللاعبين ينتج عنه تسجيل هدف" (٤) .

ويرى الباحث بأن التهديد هو المحصلة النهائية لمجهود الفريق من خلال إصابة مرمى الفريق الخصم بطريقة قانونية من خلال استغلال قدرات لاعبيه البدنية والمهارية والخطيطة والنفسية .

وان التهديد من المهارات الأساسية وذات التأثير الأساسي على نتيجة المباراة وبدون عملية التهديد وإحراز الأهداف فإنه يلغى المبدأ الرئيسي من إقامة المباراة وتصبح لعبة غير مشوقة ولا تحمل طابع الإثارة والندية للجمهور ، وان الدقة ضرورية في جميع المهارات في كرة

^١ . ثامر محسن ؛ واقع التهديد عند لاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم في العراق : (بغداد ، مطبعة أركان ، ١٩٨٤) ، ص ٣٢ .

^٢ . ووميض شامل كامل ؛ تأثير تمارين خاصة في تطوير السرعة والرشاقة والسرعة الحركية وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم: (رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٣)، ص ٢٤ .

^٣ . حنفي محمود مختار ؛ الأسس العلمية في تدريب كرة القدم : (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٤) ، ص ١٠٢ .

^٤ . ضياء ناجي عبود؛ تأثير استخدام منهج تدريبي وفق مستويات الحمل الفترية منخفضة ومرتفعة الشدة في تطوير بعض المهارات الحركية بكرة القدم: (أطروحة دكتوراه، غير منشورة ،جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٦)، ص ١٨ .

القدم وخاصة مهارة التهديف إذ تلعب دورا مهما فيها إذ يجب مراعاة الدقة عند التهديف على المرمى .

٢ - ١ - ٢ - ١ . أنواع التهديف^(١) .

أولا : التهديف بالقدمين :-

إن المهاجم الجيد هو الذي يستطيع التهديف بكلتا القدمين بشكل فعال ومؤثر واللاعب الذي يستعمل قدما واحدة في التهديف فإنه يفقد فرصا ثمينة لإصابة هدف الخصم ، ويمكن أن تحقق المقدرة على التهديف بالقدمين الأغراض الآتية :-

- ١- عنصر المفاجئة .
- ٢- عدم إعطاء الفرصة للدفاع للتغطية .
- ٣- السرعة والمباغنة .
- ٤- عدم ضياع فرصة التهديف بالقدم التي تشكل زاوية مفتوحة مع التهديف .

ثانيا: التهديف بالرأس :-

لا يزال التهديف بالرأس يؤدي دورا بارزا في تحقيق الفوز ، ولا يمكن التفكير في كرة القدم من دون استعمال الرأس .

أما التهديف المتميز فيتصف^(٢) :-

- ١- الدقة : وتعني اختيار المكان الملائم لوضع الكرة التي من خلالها يتم إحراز الهدف .
- ٢- القوة : وتعني إعطاء الكرة الزخم المناسب لتحركها .
- ٣- السرعة : وتعني سرعة اتخاذ القرار بالتهديف وسرعة تنفيذه .

وهناك بعض المناطق المؤثرة التي يتم من خلالها تحديد نسبة الأهداف ، إذ كلما اقترب التهديف من المرمى ازدادت نسبة تسجيل الأهداف ، وكما مبين في الشكل الآتي^(٣) ، وهذا لا

١ . ثامر محسن إسماعيل ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ٣٣ .

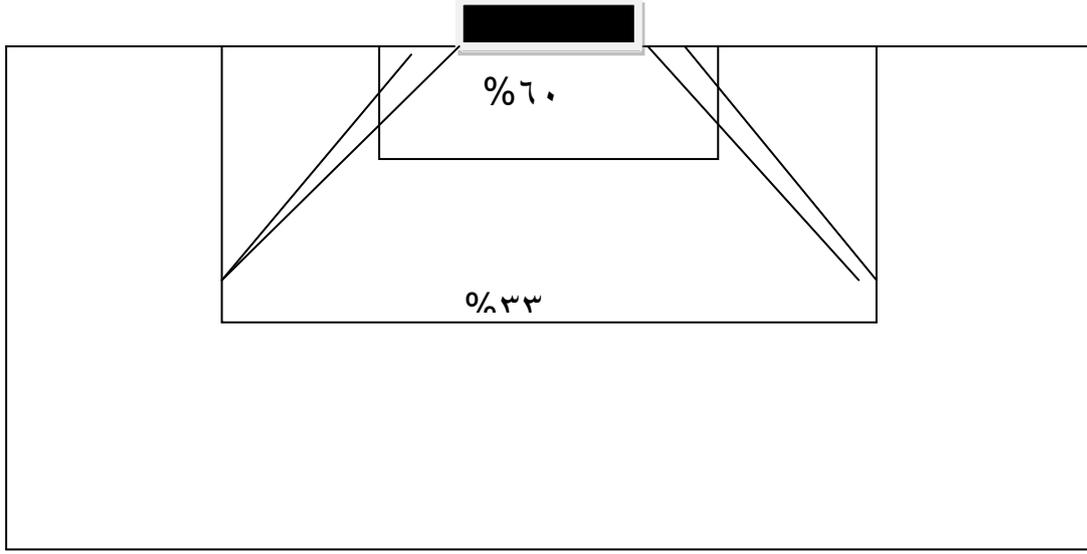
٢ . عادل تركي ، سلام جبار ؛ كرة القدم - تعليم - تدريب، ط ١ : (البصرة ، مطبعة النخيل ، ٢٠٠٩) ، ص ٥٥ .

٣ . ضياء ناجي عبود ؛ تأثير تداخل التمرينات المركبة في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٣) ، ص ١٨ .

يعني أن بقية المناطق لا تعد مناطق متاحة لتسجيل الأهداف إذ لا يمكن التقليل من قيمة التهديد من هذه المناطق لاسيما إذا توفر لدى اللاعب الوقت والمساحة والإمكانية الكافية لأداء التهديد .

شكل رقم (١)

يوضح المناطق التي تحدد من خلالها النسبة العالية من الأهداف



٢-٢ الدراسات السابقة

٢ - ٢ - ١ . دراسة ضياء منير شوكت ٢٠٠٦^(١) :-

تأثير ترمينات خطية تعليميه بأسلوب اللعب في تعلم واحتفاظ وتطبيق الأداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب .

أهداف الدراسة :-

- ١ . إعداد الترمينات خطية تعليميه بأسلوب اللعب .
- ٢ . التعرف على تأثير الخطية بأسلوب اللعب بالتعلم والاحتفاظ وتقويم الأداء لبعض المهارات بكرة القدم .
- ٣ . التعرف على أسلوب التعليم والأسلوب المعتمد في تعلم واحتفاظ وتقويم بعض الأداء .

^١ . ضياء منير شوكت، تأثير ترمينات خطية تعليميه بأسلوب اللعب في تعلم واحتفاظ وتطبيق الأداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب: (أطروحة دكتوراه، غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ٢٠٠٦)، ص ٢٩.

عينة البحث :-

طبق البحث على عينة بلغت ٣٠ طالب من طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة بغداد تم تقسيمها إلى مجموعتين بالطريقة العشوائية ١٥ طالبا لكل مجموعة .

واستطاع الباحث التوصل إلى النتائج الآتية :-

- أن أسلوبي تعلم المهارات المتبعة والتعلم عن طريق التمرينات وكذلك التمرينات الخطيطة التعليمية بأسلوب اللعب قد حققت تأثير إيجابي وزادة من كفاءة المتعلمين معرفيا ومهاريا .

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :-

١-٣ منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة المراد حلها ولتحقيق أهداف البحث وفروضه.

واستخدم الباحث تصميم المجموعتين المتكافئتين وهما الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدي بحيث تكون المجموعتان "متكافئتان تماما في ظروفهما جميعا ما عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر في المجموعة التجريبية"^(١).

٢-٣ مجتمع البحث وعينته :-

تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بلاعبي نادي سامراء (فئة الناشئين) بالطريقة العمدية البالغ عددهم (٣٨) لاعب وتم اختيار (٢٤) لاعبا عشوائيا من مجتمع البحث الأصلي واستبعاد (١٤) لاعبين وهم (٢) حراس مرمى و(١٢) لاعبين تم إجراء التجربة الاستطلاعية عليهم، وبذلك تم تقسيم عينة البحث ال(٢٤) لاعبا والذين يمثلون نسبة (٦٣,١٥%) من أصل مجتمع البحث الكلي، إلى مجموعتين على وفق ترتيب الأرقام الفردية والزوجية ومن ثم تحديد المجموعتين (الضابطة والتجريبية) بالطريقة العشوائية (طريقة القرعة).

٣-٣ تجانس العينة :-

^١ . ريسان خريبط، مناهج البحث العلمي في التربية البدنية : (الموصل، مديرية الكتب والطباعة والنشر، ١٩٨٧) ص٩٩.

قام الباحث بإجراء التجانس للعينة وهي من الأمور المهمة والواجب إتباعها لضبط المتغيرات وإرجاع الفروق إلى العامل التجريبي، وعلى الرغم من أن العينة المختارة هي من فئة عمرية واحدة (فئة الناشئين من ١٤، ١٦ سنة) (*) ولغرض التحقق من تجانسها استخدم الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة الجدول (١) يبين ذلك .

الجدول (١)

يبين تجانس عينة البحث بمعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث في الاختبار القبلي

الاختبارات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سم	١٦٦.١٢٥	١٦٧.٥٠٠	٨.٣٣٧	١.٨٦٣
الوزن	كغم	٦٠.٤٥٨	٦١.٠٠٠	٨.٤٠٩	٠.٩٥٥-
العمر	سنة	١٥.٢٠٨	١٥.٠٠٠	٠.٧٧٩	٠.٣٩٥-
العمر التدريبي	سنة	٢.٩١٧	٣.٠٠٠	٠.٨٨١	٠.٢٤٥-
دقة التهديف	درجة	٧.٠٤٢	٧.٠٠٠	١.٩٦٧	٠.٤٧٢

حجم العينة الكلي (٢٤).

من الجدول (١) يتضح:

إن قيم معامل الالتواء كلها انحصرت بين (± 3) مما يدل على تماثل توزيع عينة البحث الأمر الذي يحقق تجانس عينة البحث في المتغيرات قيد البحث كلها.

٣-٤ تكافؤ مجموعتي البحث :-

لكي تكون مجموعتا البحث (التجريبية والضابطة) متكافئتين في متغيرات البحث قيد الدراسة، وقبل بدء الباحث بتجريب المتغير المستقل (تطبيق التمرينات (مهارة- خطية)) لجأ الباحث إلى تحقيق مبدأ التكافؤ بين هاتين المجموعتين، إذ ينبغي على كل باحث ان تكون مجاميع البحث متكافئة على الأقل فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث .

* حسب تصنيف الاتحاد الدولي لكرة القدم .

الجدول (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق في متغيرات الطول والوزن والعمر والتدريب في الاختبارات قيد البحث بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س			
الطول	سم	١٦٨.٠٨٣	٥.١٧٨	١٦٤.١٦٧	١٠.٤٩٥	١.١٥٩	٠.٢٥٩	عشوائي
الوزن	كغم	٦٣.٧٥٠	٤.٥٩٥	٥٧.١٦٧	١٠.١٥٤	٢.٠٤٦	٠.٠٥٣	عشوائي
العمر	سنة	١٥.٣٣٣	٠.٧٧٩	١٥.٠٨٣	٠.٧٩٣	٠.٧٧٩	٠.٤٤٤	عشوائي
دقة التهديف	درجة	٧.٠٠٠	١.٧٥٨	٧.٠٨٣	٢.٢٣٤	٠.١٠٢	٠.٩٢٠	عشوائي

درجة الحرية (٢٢=٢-١٢+١٢).

* معنوي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠.٠٥)

من الجدول (٢) يتبين:

عشوائية الفروق بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات قيد البحث كلها عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وأمام درجة حرية (٢٢)، إذ ظهرت مستويات الخطأ كلها أكبر من (٠.٠٥)، مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات قيد البحث كلها في الاختبار القبلي.

٣-٥ الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة :-

٣-٥-١ وسائل جمع المعلومات :-

٨ المراجع والمصادر العربية والأجنبية والدراسات السابقة.

٨ المقابلات الشخصية .

٨ استمارات الاستبانة .

٨ فريق العمل المساعد. (*)

٨ الاختبارات والقياسات.

(*) ملحق رقم (١) .

٨ التجربة الاستطلاعية.

٣-٥-٢ الأجهزة والأدوات المستخدمة .:

٨ كاميرا تصوير فيديو نوع (Suny) ياباني المنشأ

٨ حاسبة إلكترونية نوع (casio)

٨ جهاز لقياس الوزن والطول

٨ شريط قياس ، وحبال بأطوال مختلفة ومادة بورك

٨ كرات قدم عدد (١٥)

٨ صافرة حكم عدد (٤)

٨ حاسبة شخصية لاب توب نوع (Dell) أمريكية الصنع

٣-٦ إجراءات البحث الميدانية

٣-٦-١ تحديد اختبار دقة التهديد

قام الباحث بترشيح اختبارات مقننة لقياس دقة التهديد من خلال إعداد استمارة أستبانة^(*) وتم توزيع الاستمارة على الخبراء والمتخصصين^(**) وتم اختيار اختبار الذي حصل على أعلى نسبة من بين الاختبارات وكما مبين بالجدول (٣)

الجدول (٣)

يوضح الاختبارات لقياس دقة التهديد بحسب آراء الخبراء والمتخصصين وعدد التكرارات والنسبة المئوية لكل اختبار

ت	الاختبار	التكرار	النسبة المئوية	الاختبارات المرشحة	عدد الخبراء
١	ضرب الكرة نحو هدف مرسوم على حائط	٤	٣٦,٣٦%		١١
٢	اختبار تهديد الكرات	٥	٤٥,٤٥%		
٣	قياس الدقة في التهديد	١٠	٩٠,٩%	√	

١- التهديد بعدد من الكرات نحو الهدف مقسم إلى مربعات^(١).

(*) ملحق رقم (٢)

(**) ملحق رقم (٣)

١ . مفتي إبراهيم حماد ؛ الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم : (القاهرة ، دار الفكر العربي ،

١٩٩٤)، ص٢٦.

الغرض من الاختبار :- قياس دقة التهديف

الأدوات المستخدمة :-

١- ملعب كرة القدم

٢- شريط لتحديد منطقة التهديف للاختبار

٣- (٥)كرات قدم توضع في أماكن محددة من منطقة الجزاء، كما موضح في

الشكل(٨).

• وصف الأداء :-

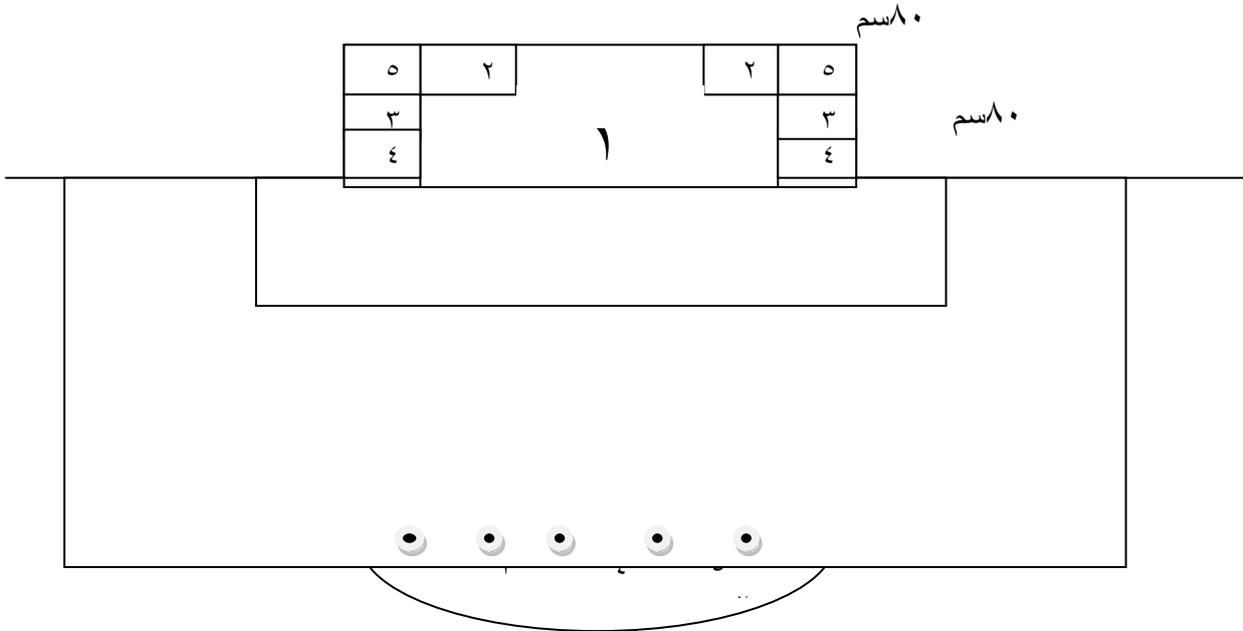
يقف اللاعب خلف الكرة رقم (١) وعندما تعطى إشارة البدء يصوب الكرة إلى المرمى بوجه أو بداخل القدم الأمامي ثم يكرر التصويب بالكرة رقم (٢) وهكذا حتى ينتهي من تصويب الكرة رقم (٥) على أن يأخذ اللاعب الوقت الكافي المناسب لتنفيذ التصويب .

• التسجيل :-

• تحتسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من تصويب الكرات الخمس بحيث تنال كل تصويبه الدرجة المحددة في كل منطقة التي تذهب إليها الكرة على أن تحتسب خطوط التقسيم ضمن المنطقة الأعلى درجة ويراعى أن التصويب خارج حدود المرمى تكون درجة صفر .

شكل (٢)

يبين اختبار دقة التهديف



٣-٧ التجربة الاستطلاعية .

- التجربة الاستطلاعية "تجربة مصغرة مشابهة للتجربة الرئيسية"^(١)

٣-٨ الأسس العلمية للاختبار

إن الاختبارات المستخدمة في البحث هي اختبارات مقننة والاختبار المقنن "هو الذي إذا ما جرى استخدامه لعينات مشابهة للعينة المراد اختبارها اثبت درجة عالية من المعنوية من حيث الصدق والثبات والموضوعية تحت الظروف والإمكانات المتاحة نفسها"^(٢) وقد تم إيجاد صدق الاختبارات المستخدمة في البحث وثباتها وموضوعيتها بعد إجراء التجربة الاستطلاعية وقبل البدء بالاختبارات القبليّة.

٣-٨-١ صدق الاختبار

إن الصدق "هو أن يقيس الاختبار ما أردنا له أن يقيس وليس شيئاً آخر غيره"^(٣) ومن أجل إن يتأكد الباحث من صدق الاختبار تم عرضه على مجموعة من الخبراء والمتخصصين^(*) وقد اجمعوا على صدق الاختبار في قياس الصفة المراد قياسها فضلاً عن احتساب الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات

$$\text{الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{الثبات}} \text{ وكما مبين في الجدول (٤)}$$

٣-٨-٢ ثبات الاختبار

ثبات الاختبار يعني إذا أجرى اختبار ما على العينة ثم أعيد هذا الاختبار على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها فإن النتائج التي ظهرت في المرة الأولى هي نفسها في المرة الثانية"^(٤) وتم حساب معامل ثبات الاختبار وفق للأسس العلمية عن طريق تطبيق الاختبارات على عينة من اللاعبين وعددهم (٨) لاعبين ولم يدخلوا ضمن عينة البحث وتم إعادة الاختبار بعد (٧) أيام على نفس العينة وتحت الظروف ذاتها ثم قام الباحث باستخدام معامل الارتباط البسيط يرسون

^١ . وجيه محبوب ، احمد البدري؛ البحث العلمي : (بابل، مطبعة التعليم العالي، ٢٠٠٢) ص ٣٥.

^٢ قيس ناجي ، بسطوسي احمد ؛ الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي : (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٧)، ص ١٣٩.

^٣ . فريدة كامل أبو زينة؛ أساسيات القياس والتقويم في التربية ط ١ : (الكويت ، مكتبة الفلاح، ١٩٩٨) ص ٦٤

^٤ . مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق الثبات - الصدق - الموضوعية - المعايير : (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩) ص ٥٥.

بين الاختبار الأول والثاني وأظهرت نتائج أن هناك علاقة ارتباط عالية وهي تدل على درجة ثبات عالي.

جدول رقم (٤)

يبين المعاملات العلمية للاختبار

ت	الاختبارات	معامل الثبات	الصدق الذاتي
١	دقة التهديف	0.95	0.97

٣-٨-٢ موضوعية الاختبار :-

يقصد بموضوعية الاختبار "عدم تدخل ذاتية الباحث وآرائه ومعتقداته في نتائج الاختبار"^(١) وبما أن الاختبارات المستخدمة في البحث واضحة وغير مبهمه ويعيده عن التقويم الذاتي وتم تطبيقها من قبل الباحثين على البيئة العراقية إذ تم التسجيل باستخدام وحدات (زمن/ثا، درجة/وقت محدد ، درجة/حسب مكان الكرة) الأمر الذي جعل الباحث يعد الاختبارات المستعملة ذات موضوعية عالية

٣-٩ الاختبارات القلبية :-

قام فريق العمل المساعد وبأشراف من الباحث بأجراء الاختبارات القلبية لعينة البحث والبالغ عددهم (٢٤) وذلك في الساعة الرابعة عصراً من يومالجمعة المصادف ١٥ /٢/ ٢٠١٣ وعلى ملعب نادي سامراء الرياضي.

٣-١٠ التجربة الرئيسية :-

• قام الباحث بأعداد تمرينات (مهارية - خطية) بكرة القدم موزعة على (٣٠) وحدة تدريبية وبواقع ثلاث وحدات في الأسبوع (الاحد،الثلاثاء، الخميس) ولمدة شهرين ونصف أي (١٥) اسبوع في فترة الإعداد الخاص وراعى الباحث المستوى التدريبي والمرحلة العمرية لعينة البحث معتمداً على المراجع والمصادر العلمية الخاصة بعلم التدريب فضلا عن اراء الخبراء والمتخصصين^(*) بكرة القدم للإفادة من آرائهم وخبرتهم العلمية وتوجيهاتهم من اجل إخراج التمرينات بشكلها النهائي وراعى الباحث

^١ . عبدالله عبدالرحمن الكندي ،محمد عبدالدايم؛ مدخل إلى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ط٢: (الكويت، مكتبة الفلاح،١٩٩٩) ص١٣٥.

*. ملحق رقم (٤) .

• يتم تحديد الشدة فيما يتعلق بالتمرنات عن طريق النبض القصوى وكالاتي :

- يطرح العمر من ٢٢٠ لاستخراج النبض القصوى^(١)

- تطبيق قانون النبض القصوى

$$\frac{\text{النبض القصوى} \times \text{الشدة المطلوبة}^{(٢)}}{100}$$

١٠٠

وابتداً تنفيذ التمرينات يوم الأحد المصادف ١٧/٢/٢٠١٣ واستمر لغاية يوم الخميس المصادف ٢٨/٤/٢٠١٣.

٣-١١ الاختبارات البعدية

تم اجراء الاختبارات البعدية على عينة البحث بعد الانتهاء من تنفيذ التمرينات الساعة الخامسة يوم الثلاثاء المصادف ٢/٥/٢٠١٣ وبالشروط والضوابط المتبعة في الاختبارات القبلية وفريق العمل المساعد وبأشراف مباشر من الباحث .

٣-١٢ الوسائل الإحصائية :-

استخدام الباحث نظام SPSS الإحصائي

- النسبة المئوية
- الوسط الحسابي
- الوسيط
- الانحراف المعياري
- معامل الصدق الذاتي
- معامل الارتباط لبيرسون
- اختبار (t-test) للعينات المستقلة
- اختبار (t-test) للعينات الغير المستقلة
- قانون نسبة التطور.

^١ . محمد رضا إبراهيم ؛ التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي ، ط ١ : (بغداد ، مكتب الفضلي ، ٢٠٠٨) ، ص ١٠٦ .

^٢ . موفق اسعد محمود ؛ اساسيات التدريب الرياضي ، ط ١ : (سوريا ، دمشق ، دار نور للنشر ٢٠١١) ص ٨٧ .

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

٤-١ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة وتحليلها.

الجدول (٥)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة الضابطة في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات قيد البحث

الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
ع	س	ع	س		
٢.٥٧٠	٧.٣٣٣	١.٧٥٨	٧.٠٠٠	درجة	دقة التهديد

من الجدول (٥) يتبين:

- في اختبار دقة التهديد: بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (٧.٠٠٠) بانحراف معياري مقداره (١.٧٥٨)، في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (٧.٣٣٣) بانحراف معياري مقداره (٢.٥٧٠).

الجدول (٦)

يبين فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات قيد البحث للمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفرق	نسبة التطور %
دقة التهديد	درجة	٠.٣٣٣	٢.٢٦٩	٠.٥٠٩	٠.٦٢١	عشوائي	4.757

* درجة الحرية (١٢-١=١١).

* معنوي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠.٠٥)

من الجدول (٦) يتبين:

- في اختبار دقة التهديد: بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (٠.٣٣٣) بانحراف معياري للفرق مقداره (٢.٢٦٩)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة (٠.٥٠٩)، في حين كان مستوى الخطأ (٠.٠٠٠٠)، مما يدل على معنوية الفرق بين

الاختبارين القبلي والبعدى عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) وأمام درجة حرية (١١) ولمصلحة الاختبار البعدى.

٤-١-٢ نتائج الاختبارات القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية وتحليلها.

الجدول (٧)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدى في الاختبارات قيد البحث

الاختبار البعدى		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
ع	س	ع	س		
٣.٢٥١	١٤.٧٥٠	٢.٢٣٤	٧.٠٨٣	درجة	دقة التهديد

من الجدول (٧) يتبين:

- في اختبار دقة التهديد: بلغ الوسط الحسابى في الاختبار القبلي (٧.٠٨٣) بانحراف معياري مقداره (٢.٢٣٤)، في حين بلغ الوسط الحسابى في الاختبار البعدى (١٤.٧٥٠) بانحراف معياري مقداره (٣.٢٥١).

الجدول (٨)

يبين فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعيارى وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى في الاختبارات قيد البحث للمجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق	نسبة التطور %
دقة التهديد	درجة	٧.٦٦٧	٢.٧٠٨	٩.٨٠٧	٠.٠٠٠	معنوي	108.245

* درجة الحرية (١٢-١=١١).

* معنوي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠.٠٥)

من الجدول (٨) يتبين:

- في اختبار دقة التهديد: بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدى (٧.٦٦٧) بانحراف معياري للفروق مقداره (٢.٧٠٨)، وبلغت قيمة (t) المحسوبة (٩.٨٠٧)، في حين كان مستوى الخطأ (٠.٠٠٠)، مما يدل على معنوية الفروق بين

الاختبارين القبلي والبعدي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) وأمام درجة حرية (١١) ولمصلحة الاختبار البعدي.

٤-٢ مناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات قيد البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

من خلال الجدول (٥) والجدول (٦) والأشكال (٣) والذي يبين أن هناك تطورا ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار (دقة التهديد) لكن لم تظهر فروق معنوية.

ويعزو الباحث التطور الحاصل للمجموعة الضابطة إلى استخدام التمرينات المعدة من قبل المدرب والمطبقة في البرنامج التدريبي وبالأسلوب الخاص بالمدرب ومايعزز كلامنا هو نسبة التطور الحاصلة في اختبار دقة التهديد والبالغة (4.759%) ويرى الباحث أنه حصل تطور ولكن لم يصل إلى المعنوية ، لعدم خضوعهم إلى التمرينات التي من شأنها رفع هذه المهارة ولم يتم اختيار تمارين تكون قريبة لحالة اللعب حيث أكد (مفتى إبراهيم، 1999) "أن الوصول باللاعب إلى تحقيق مستوى جيد في المباراة لابد من التركيز على الاختيار الجيد للتمرينات الهادفة ووضع اللاعب في ظروف تدريبه خاصة قريبة من ظروف المباراة"^(١).

ويتضح أيضا عدم وجود فروق معنوية في اختبار دقة التهديد ويعزو الباحث أسباب ذلك إلى أنه من الواجب بناء الوحدة التدريبية على أسس صحيحة تعطى التهديد مكانته الحقيقية في الوحدة التدريبية وان تطبيق قواعد من شأنها تطوير هذه المهارة وهذه القواعد هي^(٢) :

- يجب أن تكون التمرينات في ظروف مشابهه لظروف اللعب
 - استخدام أنواع التهديد
 - في بداية التدريب يجب التركيز على الدقة والتدرج للوصول إلى التهديد الديناميكي القوي .
- كما يعزو الباحث التطور المعنوي الحاصل في المجموعة التجريبية إلى طبيعة التمرينات المركبة التي تم انتقائها وإعدادها من قبل الباحث وتطبيقها ضمن البرنامج التدريبي للمدرب إذ

^١ . مفتى إبراهيم حماد؛ بناء فريق كرة القدم، ط١: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 1999)،ص١١٤ .

^٢ . [Http://www.sovtalbaha.com/vb/show_thread.php?t=16834,p1](http://www.sovtalbaha.com/vb/show_thread.php?t=16834,p1)

"أن اختيار التمرينات المناسبة للهدف المطلوب والتدريب عليها تسهم في تحقيق مميزات اللعب الحديث" (١).

ويضيف (مفتى إبراهيم، 1999) أيضا "الوصول باللاعب إلى تحقيق مستوى جيد من الأداء المهاري والخططي في المباراة لابد من الاختيار الجيد للتمرينات الهادفة ووضع اللاعب في ظروف تدريبية خاصة قربه من ظروف المباراة" (٢)، فضلا من أن التمارين كانت مشابه لمواقف وحالات اللعب وهذا ما أدى إلى تطوير اللاعبين "إذ كلما زاد الاهتمام بتقديم تدريبات مماثلة لموقف المنافسة أمكن تعلم اللاعبين المهارات والنواحي الخطيطة الصحيحة على نحو أفضل" (٣)، ومن العرض والتحليل المبين في الجدولين (٧) و (٨) والأشكال البيانية (٣) قد أظهرت النتائج بأن هناك تطور حاصل في اختبار دقة التهديف والبالغ (١٠٨.٢٤٥%) حيث أن التمرينات (مهارة خطيطة) التي أدخلت ضمن المنهاج التدريبي أدت إلى تطوير مهارة التهديف بشكل كبير إذ أن هذه المهارة تحتاج إلى تدريب مكثف ومستمر لاعتمادها بشكل مباشر إلى عنصر الدقة الذي يتطور من خلال مواصلة التدريب المستمر والناجح.

وان استخدام التمرينات (مهارة خطيطة) جاء على شكل مواقف متنوعة يتطلبها اللعب الحديث من الجري والاستلام والتوافق بين التسليم والاستلام وأداء حركات التمويه بين الأعلام ويشير (مفتى حماد، ١٩٩٤) "أن من الأهداف الأساسية للتدريب هو الوصول باللاعب إلى أداء المهارة بصورة آلية ويصل اللاعب إلى هذه المرحلة من خلال التكرار الدائم للأداء واعتماد التمرينات المتنوعة" (٤) لذا فإن زيادة الدقة في التهديف تتطلب تطوير إتقان التهديف والأداء الفني مع تكرار ذلك بوجود أو عدم وجود مدافع وأداء التهديف في ظروف المباراة فضلا عن ذلك تحديد مكان استلام الكرة المناسب والتأكيد على اتخاذ القرار الصحيح حول وقت التصويب والتصويب عند المسافة المناسبة وأنه لا يمكن للاعب كرة القدم أن يحقق الدقة في التهديف بوضع الكرة في مرمى الخصم إذا طبق الأداء بشكل بطيء وذلك لأن حارس المرمى يكون مستعد لمسك الكرة البطيئة التي أرسلها ذلك اللاعب فضلا عن وجود الوقت لانقضاء المنافس على الكرة وعليه يجب أن يمتلك لاعب كرة القدم الدقة في التهديف مع سرعة عالية في الأداء من أجل تصعيب الوضع على حارس مرمى المنافس في التصدي للكرة .

١ . كاظم الربيعي، عبد الله المشهداني؛ كرة القدم للناشئين : (البصرة ، مطبعة دار الحكمة ١٩٩١) ص ١٨١.

٢ . مفتى إبراهيم حماد (1999)؛ المصدر السابق ، ص 114 .

٣ . اسامة كامل راتب؛ الاعداد النفسى لتدريب الناشئين، ط١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي، 1997) ص 80 .

٤ . مفتى إبراهيم حماد؛ الجديد في الأعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، (القاهرة: دار الفكر العربي، ١٩٩٤)، ص ١٢٥.

ومن خلال ما تم عرضه في الجداول (٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨) ومناقشتها ومن خلال ما تم تحقيقه من نسب تطور في متغيرات البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية ، فإن هذا يحقق الفرض الأول للبحث .

٤-٣ عرض نتائج الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية الاختبارات قيد البحث وتحليلها.

الجدول (٩)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق في الاختبارات قيد البحث بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي

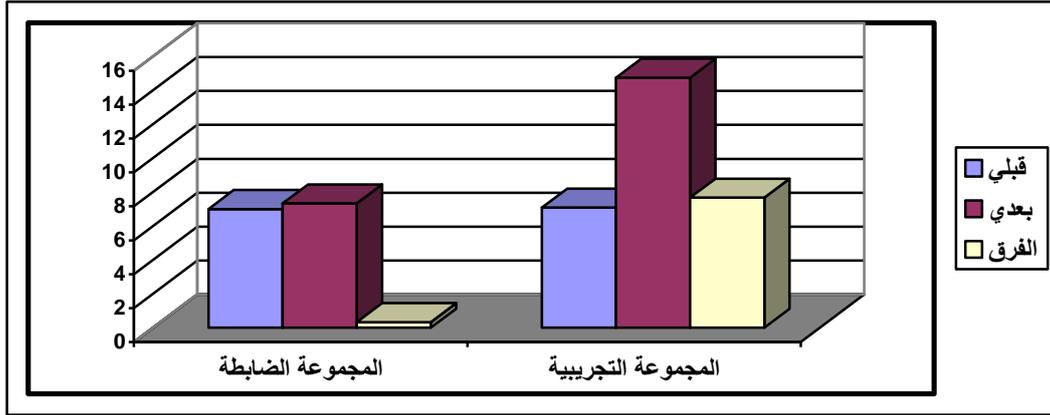
الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع			
دقة التهديد	درجة	٧.٣٣٣	٢.٥٧٠	١٤.٧٥٠	٣.٢٥١	٦.٢٠٠	٠.٠٠٠	معنوي

درجة الحرية (٢٢=٢-١٢+١٢).

* معنوي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠.٠٥)

من الجدول (٩) يتبين:

- في اختبار دقة التهديد: معنوية الفروق في نتائج الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، إذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٦.٢٠٠)، في حين كان مستوى الخطأ (٠.٠٠٠)، مما يدل على معنوية الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) وأمام درجة حرية (٢٢) ولمصلحة المجموعة التجريبية.



الشكل (٣)

يوضح الوسطين الحسابيين في الاختبارين القبلي والبعدي والفرق بينهما في اختبار سرعة الأداء الخطي (دقة التهديف)

4.4 مناقشة نتائج الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبارات قيد البحث .

يتضح من خلال النتائج المعروضة في الجدول (9) والشكل البياني (٣) أن هناك فرقا معنويا في نتائج الاختبارات البعدية قيد البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية .

ويعزو الباحث سبب ذلك إلى التنظيم الجيد في تسلسل التمرينات المركبة والتي تضمنت على مجموعة من التمرينات (المهارية والخطية) المتداخلة والهادفة ، إضافة للاهتمام والحرص من قبل أفراد المجموعة التجريبية في تطبيق المفردات الخاصة بالبحث ضمن البرنامج التدريبي للمدرب ، وإلى التنظيم الدقيق لتلك المفردات من قبل الباحث معتمدا على المصادر العلمية الخاصة بعلم التدريب الرياضي ، ورأى الخبراء والمختصين بلعبة كرة القدم كما يؤكد الباحث أن التمرينات المختارة هي تمرينات واقعية ومناسبة ومشابهة في أدائها مع بعض حالات الأداء الخاص بالمباراة كما أن أسلوب تنفيذها يتميز بالشدة العالية وبظروف قريبة من ظروف المباراة قدر الإمكان في أثناء التدريب يعمل على تحقيق تأثيرا ايجابيا في مستوى القدرات قيد البحث إذ يذكر (مفتي إبراهيم، ١٩٩٨) انه "كلما اقترنت ظروف التمرين من ظرف المنافسة (المباراة) كان

التمرين أكثر فائدة للاعب ويحقق أهداف الوصول لمستوى أداء المباراة^(١) وهذا ما ساعد فعلا في تطوير المتغيرات قيد البحث .

ويرى الباحث أن من أسباب التطورات الفنية للمجموعة التجريبية استخدام الوسائل التدريبية المساعدة كالشواخص التي استخدمتها المجموعة التجريبية ساهم في تطويرها من خلال إعطاء نتائج أكثر في الاختبارات قيد البحث مقارنة مع المجموعة الضابطة وهذا ما أكده (موفق أسعد، ٢٠٠٧) "من أن الشاخص عبارة عن هيكل يمكن استخدامه في تطور قدرات المتدرب والمتعلم من الناحية البدنية والمهارية للاعب المنظمة وهي أدوات ضرورية ومهمة بمختلف أنواعها وأشكالها وأبعادها ، تصل به إلى أداء ما مطلوب منه سواء أكانت بدنية أم مهارية أم خطية"^(٢) .

وان عملية استخدامها تؤمن للقائمين عليها ما يأتي :

- تطبيق التمارين بصورة مثالية .
- أن استخدامها يخلق الرغبة والتشويق للمتعلمين .
- استخدامها يعطي واقعية وحماس وتنافس في الأداء واللعب .

ويضيف (عبدالمجيد نعمان ومحمد عبده ، ١٩٦٧) "أن الاستخدام الجيد للوسائل المساعدة من قبل المدرب يمكنه من تطوير الصفات البدنية وفي الوقت نفسه تعمل على إتقان اللاعب للمهارات والخطط وتنفيذها على وفق متطلبات اللعب الحديث"^(٣) .

وكذلك استخدام تمارين جديدة يتدرب عليها اللاعبون وهذا يتفق مع ما جاء به (قاسم حسن وعبد علي ١٩٨٨) "يرتفع مستوى الانجاز الرياضي بسرعة في أثناء استعمال تمارين جديدة لم يتعود عليها الرياضي وتحمل جرعات خاصة"^(٤) حيث أن نوعيه التمرينات (مهارة خطية) كانت جديدة على اللاعبين حيث لم يتعود اللاعبين على هكذا تمارين فكان تأثير التمرينات على المجموعة التجريبية واضحا ، وكذلك أن استخدام هذه التمرينات من المجموعة التجريبية كان له

^١ . مفتي إبراهيم حماد ؛ التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة : (القاهرة ، دار الفكر العربي، ١٩٩٨) ، ص ٢٠٠ .

^٢ . موفق اسعد محمود ؛ الاختبارات والتكتيك في كرة القدم ، ط ٢ ؛ (عمان، دار دجلة للنشر، ٢٠٠٧) ، ص ٥٦ .

^٣ . عبد المجيد نعمان ، محمد عبده صالح ؛ كرة القدم تدريب وخطط : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٦٧) ، ص ٢١٥ .

^٤ . قاسم حسن ، عبد علي نصي ؛ مبادئ علم التدريب الرياضي : (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٨) ، ص ١٠٥ .

الأثر الواضح في تطوير المتغير قيد البحث إذ احتوت التمرينات المعدة من قبل الباحث والتي كانت طريقة جديدة أبعدت الملل الذي سيطر على اللاعبين نتيجة استخدام التمارين المعتادة مما أدى ذلك الى اندفاع اللاعبين لأداء تمريناتهم بشكل جدي ويتفاعل كبير نتيجة المتعة في أداء تمريناتهم المركبة .

وكذلك ان استخدام التكرار للتمرينات من قبل المجموعة التجريبية كان له أثر إيجابيا على أفراد العينة من المجموعة التجريبية وهذا ما أكدته (قاسم لزام، ٢٠٠٥) الذي أكد أن "يلعب التكرار دورا مهما في عملية التدريب لأن لا يحدث تدريب بدون تكرار فالتكرار يتعلق بالنشاطات كافة التي يقوم بها الفرد الرياضي من خلال اكتساب المعلومات والمعارف والمهارات"^(١) .

والتمارين التي اختارها الباحث في التمرينات الخاصة المقترحة مشابهة لما يحدث في المباراة بحيث يكون اللاعب مقيدا بمساحة محددة من الملعب لا يحيد عنها طوال الوحدة التدريبية وهذا ما يحدث فعلا في كرة القدم الحديثة كأن يكون اللاعب محصورا في مساحة محددة في منتصف الملعب فقط.

كما يعزو الباحث التطور الحاصل للمجموعة التجريبية إلى الفترة التي اعتمدها الباحث لتطبيق المنهاج الخاص بالمجموعة التجريبية والذي امتد لمدة ١٠ أسابيع مما انعكس بشكل إيجابي على المجموعة التجريبية ويذكر (أمراة احمد) "أن التمرينات التي تتكون من سرعة وانتقال وتنفيذ خطة سريعة في كرة القدم يجب ان تبدأ بعد اكتساب مستوى مناسب من التكيف البدني ويكون بعد مدة مناسبة من التدريب (أربعة أسابيع تقريبا)^(٢) واعتمد الباحث في التمرينات مهارية خطية على اعتماد التحرك السريع لأفراد عينة البحث التجريبية بالاعتماد على المناولات السريعة دون درجة الكرة إذ أن ذلك يحقق مبدأ التنقل السريع مع توافر الدقة العالية عند إعطاء المناولة لتحقيق الهدف من تطبيق الأداء الخطي، أشار (حنفي محمود، ١٩٨١) "إلى اللعب الجماعي للفريق عن طريق المناولة إذ قال أن المناول الدقيقة في الوقت المناسب هي الأساس في اللعب الجماعي واللعب الجماعي هو التقييم الحقيقي لقدرة الفريق على الأداء القوي أو الضعيف أثناء المباراة"^(٣) ، وتعتبر المناولة السريعة والانتقال لتحقيق موقف خطي

^١ . قاسم لزام صبر وآخرون ؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم : (الاسكندرية ، دار الوفاء للطباعة والنشر، ٢٠٠٥)، ص ٢٩ .

^٢ . . أمر الله احمد السباطي ؛ قواعد أسس التدريب الرياضي وتطبيقاته : (الاسكندرية ، دار المعرفة، ١٩٩٨) ، ص ١٣٤ .

^٣ . حنفي محمود مختار؛ مدرب كرة القدم : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1980) ، ص ٩ .

سريع عن حقيقة التماسك والربط بين اللاعبين في الفريق الواحد والدليل على ذلك عمل الفريق كمجموعة واحدة متعاونة ولذلك يجب أن لا يستهان بها عند التدريب وان تستخدم بذكاء ويهدف وهذه قاعدة للوصول بالفرق الى الأداء المثالي وفي أغلب الأحيان الطريق الأسهل والأسرع لإيصال الكرة الى المرمى الخضم^(١) وهذا ما حرص الباحث على تنفيذه عند تطبيق التمرينات المهارية خطوية ، إذ حرص على أن يتقن أفراد المجموعة التجريبية المهارات الأساسية البسيطة والمعقدة ، والفردية أو المركبة ، بدقة وسهولة إذ أن ذلك يعد مؤشرا لنجاح اللاعبين والفريق ويعد هذا الاتقان للمهارات" اساسا للارتقاء والتفوق سواء كان ذلك في الوحدات التدريبية أم الاختبارات المهارية والخطوية أم المنافسة الحقيقية"^(٢).

ويرجح الباحث بأن سبب هذا التطور في الاختبار البعدي لمتغيرات البحث ناتج عن التأثير الكبير الذي أحدثته التمرينات التي صممت من الباحث والتي أثرت ضمنا في الأداء المهاري وأنعكاسة على زيادة دقة التهديد وان اختيارها كان لها الأثر الإيجابي في نجاح التدريبات المقترحة وماله من أثر في تحسين التداخل بين كل من سرعة الأداء وتحقيق الدقة في التهديد في أثناء التمرينات كان له تأثير إيجابي في تطوير الأداء الأمثل المتميز بتحقيق الدقة العالية وزمن الأداء والترابط بينهما .

وبهذه الاسباب تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في الاختبار قيد البحث ومايعزز كلامنا هو نسبة التطور التي تم تحقيقها والمبينة في الجدول (٨) الخاص بالمجموعة التجريبية حيث بلغت فيه التطور في دقة التهديد (١٠٨,٢٤٥%) وبهذا تحقق الفرض الثاني للبحث ومن خلال ما تقدم من عرض للنتائج الخاصة بالاختبار قيد البحث البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية تبين أن المجموعة التجريبية قد تفوقت على المجموعة الضابطة في المتغير قيد البحث مما يدل أن استخدام التمرينات المركبة (مهارة خطوية) للمجموعة التجريبية هو أفضل من استخدام التمرينات التقليدية والمعدة من قبل المدرب للمجموعة الضابطة وبهذا تحقق الفرض الثالث .

^١ . Diclemente, Frank (1974) : soccer III ustrated for coach and players , second edition , the ronlad press co.new York .p28.

^٢ . سعد فاضل عبدالقادر؛فاعلية المستويين البدني والمهاري في تحديد كفاءة الأداء للاعبين كرة السلة وحسب مراكز اللعب (علاقة - مساهمة- تنبؤ):(اطروحة دكتوراه ، غير منشورة، كلية التربية الرياضية،جامعة الموصل،٢٠٠٠)ص٢٠.

5 الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

من خلال نتائج البحث والوسائل الاحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها توصل الباحث الى الاستنتاجات الآتية

- ١- أن للتمرينات (مهارة خطوية) تأثير في تطوير دقة التهديد .
- ٢- نسبة تطور المجموعة التجريبية أكبر من المجموعة الضابطة في اختبار دقة التهديد .
- ٣- إن البرنامج التدريبي المعد من قبل المدرب للمجموعة الضابطة والمواظبة على التمرين اسهم في التطور الحاصل في اختبار دقة التهديد ولم يرتقي لمستوى المعنوية .
- ٤- استخدام التمرينات (مهارة خطوية) ضمن المنهج التجريبي في مرحلة الاعداد الخاص كان له الأثر الايجابي الفعال في تطوير دقة التهديد .

5-2 التوصيات

- ١- الاهتمام من قبل المدربين في لعبة كرة القدم على استخدام التمرينات (مهارة خطوية) في التدريب لما لها من تأثير فعال في تنمية جوانب التدريب كافة اضافة الى الاختيار الجيد لنوعية التمرينات المناسبة والهادفة والتي تحقق اهداف التدريب .
- ٢- ضرورة المزوجة بين تدريب المهارات الاساسية والقدرات البدنية الخطوية في التدريبات وذلك لترابطهما فيما بينهما .
- ٣- يمكن استخدام هذه التمرينات مع مختلف الاعداد ومنها الشباب والمتقدمين .
- ٤- التوجه الى استخدام التنوع في التمرين وذلك لأدخال المتعة والتشويق في نفوس اللاعبين .

- المصادر

- اسامة كامل راتب؛ الاعداد النفسى لتدريب الناشئين، ط١: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 1997).
- أمر الله احمد السباطي ؛ قواعد أسس التدريب الرياضى وتطبيقاته: (الاسكندرية، دار المعرفة، ١٩٩٨).

- ثامر محسن ؛ واقع التهديف عند لاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم في العراق : (بغداد ، مطبعة أركان ، ١٩٨٤) .
- حنفي محمود مختار ؛ الأسس العلمية في تدريب كرة القدم : (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٤) .
- حنفي محمود مختار؛ مدرب كرة القدم : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1980) .
- ريسان خريبط، مناهج البحث العلمي في التربية البدنية : (الموصل، مديرية الكتب والطباعة والنشر، ١٩٨٧) .
- سعد فاضل عبدالقادر؛ فاعلية المستويين البدني والمهاري في تحديد كفاءة الأداء للاعبين كرة السلة وحسب مراكز اللعب (علاقة - مساهمة - تنبؤ): (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، ٢٠٠٠) .
- ضياء منير شوكت؛ تأثير تمارين خطية تعليميه بأسلوب اللعب في تعلم واحتفاظ وتطبيق الأداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب: (أطروحة دكتوراه، غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ٢٠٠٦) .
- ضياء ناجي عبود ؛ تأثير تداخل التمارين المركبة في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٣) .
- ضياء ناجي عبود؛ تأثير استخدام منهج تدريبي وفق مستويات الحمل الفترية منخفضة ومرتفعة الشدة في تطوير بعض المهارات الحركية بكرة القدم: (أطروحة دكتوراه، غير منشورة ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٦) .
- عادل تركي ، سلام جبار؛ كرة القدم - تعليم - تدريب، ط ١ : (البصرة ، مطبعة النخيل ، ٢٠٠٩) .
- عبد المجيد نعمان ، محمد عبده صالح؛ كرة القدم تدريب وخطط: (القاهرة ، دار الفكر العربي، ١٩٦٧) .
- عبدالله عبدالرحمن الكندي ، محمد عبدالدايم؛ مدخل إلى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ط ٢ : (الكويت، مكتبة الفلاح، ١٩٩٩) .
- فريدة كامل أبو زينة؛ أساسيات القياس والتقويم في التربية ط ١ : (الكويت ، مكتبة الفلاح، ١٩٩٨) .
- قاسم حسن ، عبد علي نصي؛ مبادئ علم التدريب الرياضي: (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٨) .

- قاسم لزام صبر وآخرون ؛ أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم : (الاسكندرية ، دار الوفاء للطباعة والنشر ، ٢٠٠٥).
- قيس ناجي ، بسطوسي احمد ؛ الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي : (بغداد، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٧).
- كاظم الربيعي ، عبد الله المشهداني ؛ كرة القدم للناشئين : (البصرة ، مطبعة دار الحكمة ، ١٩٩١).
- لاديلاف كاجاني ولاديسلاف كورسكي ؛ تدريب لاعبي كرة القدم ، ترجمة صباح رضا وصباح مصطفى : (بغداد ، مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠).
- محمد جلال قريطيم ، محمد عبده الوحش ؛ كرة القدم : (القاهرة ، دار النشر ، ١٩٦٧).
- محمد رضا إبراهيم ؛ التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي ، ط ١ : (بغداد ، مكتب الفضلي ، ٢٠٠٨).
- محمد عبده الوحش ، مفتي إبراهيم ؛ أساسيات كرة القدم ، ط ١ : (القاهرة ، دار علم المعرفة ، ١٩٩٤).
- مختار سالم ؛ كرة القدم لعبة الملايين ، ط ٣ : (بيروت ، مؤسسة المعارف ، ٢٠٠٣).
- مصطفى حسين باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق الثبات - الصدق - الموضوعية - المعايير : (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩).
- مفتي إبراهيم حماد ؛ بناء فريق كرة القدم ، ط ١ : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999).
- مفتي إبراهيم حماد ؛ الجديفي الأعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم ، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٤).
- مفتي إبراهيم حماد ؛ التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة : (القاهرة ، دار الفكر العربي، ١٩٩٨).
- مفتي إبراهيم حماد ؛ الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤).
- موفق اسعد محمود ؛ اساسيات التدريب الرياضي ، ط ١ : (سوريا ، دمشق ، دار نور للنشر ٢٠١١).
- موفق اسعد محمود ؛ الاختبارات والتكتيك في كرة القدم ، ط ٢ ؛ (عمان، دار دجلة للنشر، ٢٠٠٧).
- موفق مجيد المولى ؛ الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم ، ط ١ : (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر ، ٢٠٠٠).

-
- ناجي كاظم علي ؛ تأثير تمارينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخططي ودقته بكرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠١٠) .
 - وجيه محجوب ، احمد البدري ؛ البحث العلمي : (بابل، مطبعة التعليم العالي، ٢٠٠٢) .
 - وميض شامل كامل ؛ تأثير تمارينات خاصة في تطوير السرعة والرشاقة والسرعة الحركية وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم : (رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٣) .
 - Diclemente, Frank (1974) : soccer III ustrated for coach and players , second edition , the ronlad press co.new York .
 - Http://www.sovtalbaha.com/vb/show threed.php?t=16834.

تقنين أختبار التهديد القريب بباطن القدم المقرون ببعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى للاعبي كرة القدم الصالات

محمد خليل ابراهيم أ.د. عبدالمنعم أحمد جاسم

١٤٣٦ هـ جامعة تكريت - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ٢٠١٥ م

تحددت مشكلة البحث في:-

عدم وجود اختبارات مهارية لمهارة التهديد للاعبي كرة القدم الصالات تعتمد بالاساس في طبيعة تطبيقها على بعض مظاهر الانتباه (حجم الانتباه، توزيع الانتباه، تحويل الانتباه) لشكل المرمى يمكن الاعتماد عليها في تقويم هذه المظاهر. وهدفت الدراسة إلى:-

- تقنين اختبار التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أداءها على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى المصممة للاعبي كرة اليد على لاعبي كرة القدم للصالات.

- وضع جداول ومستويات معيارية لاختبار التهديد القريب بباطن القدم لشكل المرمى المقنن على لاعبي كرة القدم للصالات.

إستخدم الباحثان المنهج الوصفي بطريقة المسح لملائمته وطبيعة مشكلة البحث، وقد حدد مجتمع البحث بلاعبي اندية العراق للدرجة الممتازة بكرة القدم للصالات والبالغ عددهم (٣٢٤) لاعباً يمثلون (٢٢) نادياً وتم تحديد ذلك بعد الاستعانة بالإحصائيات الموجودة في الاتحاد العراقي لكرة القدم/لجنة الصالات، وتكونت العينة التي اختيرت بالطريقة العمدية من الاندية التي استطاع الباحثان الوصول اليها وبلغت العينة (٢٠٤) لاعباً يمثلون (١٤) نادياً، وتكونت العينة التي أختيرت بالطريقة العمدية مما يأتي:-

توصل الباحثان إلى الاستنتاجات التالية:-

١- تم التوصل إلى تقنين : اختبار التهديد على شكل المرمى (أرقام غير ملونة) المقرونة ببعض مظاهر الانتباه (حجم، توزيع، تحويل انتباه) المقننة على لاعبي كرة القدم للصالات.

٢- تم وضع مستويات ودرجات معيارية للاختبارات المقننة.

وقد أوصى الباحثان بعدد من التوصيات منها :

١- استخدام الاختبار الذي تم تقنينه في الحكم الدوري على مستوى التهديد القريب بباطن القدم المقرون ببعض مظاهر الانتباه (حجم، توزيع، تحويل الانتباه).

٢- الاستعانة من قبل المدربين بالأختبار المقنن من اجل الحكم على مستوى الانتباه لدى اللاعبين في مهارة التهديد القريب بباطن القدم المقرونة ببعض مظاهر الانتباه.

٣- العمل على اجراء دراسات اخرى على مهارات اخرى وأقرانها بمظاهر الانتباه الاخرى.

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

تعد عملية القياس والتقويم عاملاً مهماً و أساسياً في مجال التربية الرياضية إذ إن البحوث العلمية العملية والنظرية تبنى على أساس الاختبار والقياس في مجال التربية الرياضية، ويعتمد البحث العلمي في التربية الرياضية على جمع البيانات عن الظواهر من خلال تطبيق الاختبار او القياس على عينات تمثل شرائح مختلفة من المجتمع بمختلف مستوياتهم لغرض معرفة المستويات وإعداد البرامج التي تتناسب مع كل نوع وكل مستوى، وهناك عدة خطوات لبناء الاختبارات وأهم هذه الخطوات هو التقنين الذي من خلاله يتم وضع وتحديد الشروط والتعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار وكذلك بناء المعايير (المستويات والدرجات المعيارية).

ويعد التقنين خطوة مهمة في بناء الاختبارات في جميع الجوانب ومنها الجانب العقلي الذي هو أحد محددات التفوق في أية لعبة رياضية وخاصة لعبة كرة القدم الصالات والذي يعتمد عليه لاعب كرة القدم الصالات والفريق متظافراً مع الجوانب الأخرى (البدنية و المهارية والجسمية والوظيفية والخطوية) للوصول إلى النجاح والتفوق الرياضي، وأن عملية التقنين لها بعدان وهما (المعايير وتقنين طريقة إجراء الاختبار)، ومن العمليات العقلية منها الانتباه الذي هو "عملية تساعد الفرد على أن ينتقي المثيرات التي يريدتها ويعزل المثيرات الأخرى وكأنها غير موجودة"^(١)

وتبرز أهمية الانتباه في مجال لعبة كرة القدم الصالات بمختلف مظاهره في ضوء ظروف اللعب المختلفة أثناء المباراة ومنها وجود اللاعبين زملاء في الفريق الواحد واللاعبين المنافسين والجمهور ، مستقلاً عن حالات اللعب التي تتطلب الانتباه بمظاهره المختلفة إذ إن على لاعب كرة القدم الصالات الانتباه إلى زميله من أجل نجاح عملية مناولة الكرة أو الانتباه إلى المنافسين أو إلى الهدف من أجل نجاح

(١)رابحة حسن عباس؛نسبة مساهمة مظاهر الانتباه والتصور العقلي في التقدير الكمي للحركات الإيقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية: (بحث منشور، مجلة علوم التربية الرياضية،كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، العدد الاول، المجلد الرابع، ٢٠١١)ص٢٤٣.

عملية التقدم بالكرة وتسجيل الأهداف واللاعب ماهو إلا وحدة متكاملة يظهر خلال المباراة.

ولكن نجد أن العديد من الاختبارات التي يمكن على أساسها قياس الانتباه بمظاهره المختلفة تتم بمعزل عن الجانب المهاري وبوسائل وأدوات قياس تعتمد بالأساس على الورقة والقلم للإجابة وذلك يظهر جلياً في عددٍ من الدراسات منها: (محمد حيدر سليمان، ١٩٩٥)^(١)، (سبهان محمود احمد الزهيري، ١٩٩٦)^(٢)، (بحري حسن عبدالله، ١٩٩٩)^(٣)، وأن جميع الاختبارات المهارية في مجال لعبة كرة القدم التي استخدمت على نطاق واسع من قبل مجموعة كبيرة من الباحثين تعتمد بالأساس على عزل الجانب المهاري عن العمليات العقلية التي من ضمنها الانتباه والتي لا يوجد مجال للشك بأنه لولا وجودها لما أمكن اللاعب من أداء هذه الاختبارات، وهنا يبدو لنا وجه القصور في الاعتماد على هذه الاختبارات والتي تشكل بعداً كبيراً بينما وفي الواقع ومن المعروف أن الاختبار الجيد هو الاختبار الذي يقترب في إجراءاته من الواقع.

ومن خلال إطلاع الباحث على الأدبيات الخاصة بمجال التربية الرياضية وجد أن هناك اختبارات مهارية تم تصميمها تعتمد بالأساس على بعض مظاهر الانتباه من خلال دمج المهارة بالعمليات العقلية إذ تم بناء مجموعة من هذه الاختبارات من قبل (سعيد نزار سعيد، ٢٠٠٩)^(٤) ومن هنا جاءت فكرة أستثمار ذلك وتوظيفه في لعبة كرة القدم الصالات لذا تبرز أهمية البحث الحالي بالآتي:

- توفير اختبارات لمهارة التهديف المعتمدة على بعض مظاهر الانتباه للأستفادة منها في تقييم مستوى هؤلاء اللاعبين وكذلك توفير وسائل قياس لمظاهر الانتباه من خلال تقنين عدد من الاختبارات المهارية المعتمدة على بعض مظاهر الانتباه.

(١) محمد حيدر سليمان؛ دراسة بعض مظاهر الانتباه لدى لاعبي الالعاب الفردية والجماعية(رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٥).

(٢) سبهان محمود احمد الزهيري؛ معايير تقويم بعض مظاهر الانتباه لدى لاعبي التنس(رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٦).

(٣) بحري حسن عبدالله؛ علاقة بعض مظاهر الانتباه بأهم المهارات الاساسية بكرة القدم (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صلاح الدين، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٩).

(٤) سعيد نزار سعيد؛ أثر تمرينات لتطوير الادراك الحس- حركي وبعض مظاهر الانتباه في أداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة اليد(اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة السليمانية، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٩).

- توفير اختبارات لمهارة (التهديف) القريب بباطن القدم المعتمدة في أدائها على بعض مظاهر الانتباه (حجم، توزيع، تحويل الانتباه) للأستفادة منها كأدوات لتقويم مستوى لاعبي كرة القدم للصالات من خلال وضع مستويات ومعايير الاختبارات لهذه المهارة المعتمدة في أدائها على بعض مظاهر الانتباه.

٢-١ مشكلة البحث:

من خلال اطلاع الباحثان على ادبيات القياس والتقويم في المجال الرياضي بشكل عام ولعبة كرة القدم للصالات على وجه الخصوص وحصرهما لعدد من أختبارات مظاهر الانتباه لاحظوا عدم وجود اختبارات تقيس هذه المظاهر غير الاختبارات الكتابية هذا من جهة ومن جهة اخرى تعد هذه الاختبارات في طبيعة اجراءها وتطبيقها تكون بعيدة عن ظروف اللعبة التخصصية كرة القدم للصالات ومهاراتها المختلفة، لذا تبرز مشكلة البحث في:-

عدم وجود اختبارات مهارية لمهارة التهديف للاعبي كرة القدم للصالات تعتمد بالاساس في طبيعة تطبيقها على بعض مظاهر الانتباه (حجم الانتباه، توزيع الانتباه، تحويل الانتباه) يمكن الاعتماد عليها في تقويم هذه المظاهر.

٣-١ اهداف البحث:

- تقنين اختبار التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أداءها على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى المصممة للاعبي كرة اليد على لاعبي كرة القدم الصالات.

- وضع جداول ومستويات معيارية لاختبار التهديف لشكل المرمى المقنن على لاعبي كرة القدم الصالات.

٤-١ مجالات البحث

- المجال البشري: اندية العراق للدرجة الممتازة بكرة القدم الصالات للموسم الرياضي ٢٠١٥-٢٠١٦.

- المجال الزمني: ٢٠١٥/٩/٥ - ٢٠١٥/١١/٥.

- المجال المكاني: القاعات الرياضية المغلقة للأندية الرياضية (الشباب، الطلبة، العدل، بلد).

٥-١ تحديد المصطلحات

- **مظاهر الانتباه:** وهي ما يحتاجه كل نشاط رياضي ولكن بدرجات متفاوتة تبعاً لطبيعة ومكونات ذلك النشاط^(١).
- **إجرائياً:** وهي تلك المظاهر التي يحتاجها لاعب كرة القدم الصالات للوصول الى المستوى العالي في الاداء، والتي على اللاعب ان تتوازن افكاره مع مظاهر الانتباه والاجادة التامة لها.

٢-١ الدراسات النظرية:

٢-١-١ التقنين:

٢-١-١-٢ مفهوم التقنين:

تقنين الاختبار يعد المرحلة الأخيرة من مراحل بناء الاختبار وهو يقتضي أن تكون تعليمات الاختبار واضحة، وصياغة بنوده وطريقة تصحيحه موحدة في كل المواقف ومما يسمح بالحصول على النتائج نفسها تقريباً في حالة إعادة إجراء الاختبار، كما نستخرج له معايير معينة تحدد معنى الدرجة الخام التي يحصل عليها الفرد في ضوء وتمركز وتشتت درجات أفراد عينة التقنين^(٢)، وتعني كلمة التقنين في المجال الرياضي ان للاختبار مواصفات وشروطا علمية يطبق في ضوءها فالاختبار المقنن هو اختبار أعطي من قبل للعديد من العينات او المجموعات تحت ظروف مقننه واشتقت له معايير فالتقنين يهدف لتحديد الوزن أو الثقل العلمي للاختبار^(٣)، والتقنين هو "رسم خطة شاملة وواضحة ومحددة لجميع خطوات الاختبار وإجراءاته وطريقة تطبيقه وتفسير درجاته وتحديد السلوك المطلوب من الفرد والشروط المحيطة به اثناء تطبيق الاختبار بالاضافة الى وجود معايير لتفسير النتائج"^(٤)، وهو أيضاً "عملية منظومية تشمل توحيد إجراءات تطبيق وتصحيح وتفسير درجات الاختبار والتأكد من خصائصه السيكومترية بغرض بناء معايير له"^(٥)، حيث يفهم ان التقنين هو "الظروف المثالية التي يستطيع فيها مصمم الاختبار أو أداة

(١) عامر سعيد الخيكاني، وآخرون؛ علم النفس الرياضي، ط١: (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، ٢٠١٥) ص١٧١.

(٢) أمطانيوس ميخائيل؛ القياس والتقويم في التربية الحديثة: (دمشق، منشورات جامعة دمشق، ١٩٩٦) ص٣٤٩.

(٣) كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون؛ القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد - نظريات وتطبيقات، ط١: (القاهرة، دار الكتاب للنشر، ٢٠٠٢) ص٢٩.

(٤) علي سموم الفرطوسي وآخرون؛ القياس والاختبار والتقويم في المجال الرياضي (بغداد، مطبعة المهيم، ٢٠١٤) ص١٧٨.

(٥) زاهر حسين شاكر الثقفي؛ تقنين اختبار الذكاء المنظومي (TSIS) لروثمان علي طلاب التربية الخاصة بجامعة ام القرى: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ام القرى، كلية التربية، قسم علم النفس، ٢٠١٤) ص٤٢.

القياس ضبط جميع المتغيرات ما عدا المتغير الذي يهدف الاختبار لقياسه^(١)، وإن أهمية تقنين الاختبارات تكمن في إيجاد جداول معيارية من خلال الدرجات الخام التي نحصل عليها من خلال تطبيق الاختبارات على عينة التقنين حيث تعد المعايير أساساً لتفسير درجة الفرد على القياس أو اختبار مافي ضوء اداء الفعلي للأفراد الاخرين الذي ينتمي اليهم هذا الفرد لتعطي مقاييس قابلة للمقارنة بين الافراد أو بين الأختبارات^(٢).

ان "عملية اشتقاق المعايير تعد اخر الخطوات التجريبية التي تمر بها عملية تقنين الأختبار أو المقياس في صورته النهائية من خلال تطبيقه على عينة ممثلة للمجتمع"^(٣). وقد يكون للأختبار جدول للمعايير، الا ان اجراءات تطبيقه قد تكون غير محددة كما إنه قد يكون للأختبار اجراءات تطبيق مقننة تقنياً جيداً، إلا انه لم تشتق له معايير، ومن الواضح ان استخراج المعايير لا يكون دقيقاً ما لم تقنن تقنياً جيداً^(٤).

٢-١-١-٢ الخطوات الأساسية في عملية التقنين:

لعملية التقنين عدة خطوات يمكن اجمالها بالاتي^(٥):

١- تحديد المجتمع الذي سيقنن عليه الاختبار تحديداً اجرائياً دقيقاً:

إن هذه الخطوة هي الأساس لضمان صحة الخطوات اللاحقة في عملية التقنين، وتتضمن هذه الخطوات تحديد أهم الخصائص من حيث الخصائص الجغرافية والسكانية والاقتصادية وتوزيع الفئات العمرية فيه ونوعية التعليم والتركيبة الاجتماعية، إذ يتم من خلال هذه المعلومات تحديد العينة التي تمثل المجتمع تمثيلاً جيداً، وأن هذه المعلومات تمثل خصائص المجتمع التي على ضوءها يتم تعميم نتائج الاختبار على المجتمعات الأخرى.

٢- اختيار العينة الممثلة للمجتمع وتحديد أسلوب اختيارها:

(١) صلاح الدين محمود علام؛ القياس والتقويم التربوي والنفسي: أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٢) ص ٢٩.

(٢) فؤاد ابو حطب وآخرون؛ التقويم النفسي، ط٣: (القاهرة، الانجلو المصرية، ١٩٨٧) ص ١٨٠-١٨١.

(٣) محمد عبدالسلام احمد؛ المقياس النفسي التربوي، ط٢، المجلد ١: (القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٨١) ص ٣٠١.

(٤) مروان عبد المجيد ابراهيم؛ الاسس العلمية والطرق الاحصائية للأختبار والمقاييس في التربية الرياضية: (المملكة الاردنية، عمان، دار الفكر، ١٩٩٩) ص ١٦٢.

(٥) عبدالرحمن بن عبدالله النبعي؛ تقنين اختبار رافن للمصفوفات المتتابعة المتقدم على طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية بمنطقة مكة المكرمة: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة ام القرى، ٢٠٠١) ص ٣٢.

وتعتمد هذه الخطوة على الخطوة السابقة حيث ان تحديد حجم العينة واسلوب اختيارها يعتمد بشكل كبير على المعلومات المتوفرة عن مجتمع الدراسة كما تعتمد على الامكانيات المادية والبشرية المتاحة، وبصفة عامة كلما كان مجتمع العينة كبيراً كلما كان افضل واقرب الى التمثيل الجيد للعينة.

٣- التخطيط الجيد والمسبق لتطبيق الاختبار:

وتتمثل هذه الخطوة في وضع خطة شاملة لتطبيق الاختبار وتتضمن تحديد الاجراءات والخطوات التي سوف تتبع، وتجهيز جميع ادوات ومستلزمات الاختبار، مع وضع قوائم بأسماء الاماكن التي سوف يتم تطبيق الاختبار فيها (اسماء المدارس مثلاً)، مع وضع برنامج زمني للتنفيذ.

٤- تطبيق الاختبار:

وتستلزم هذه الخطوة توحيد ظروف اجراء وتطبيق الاختبار لجميع افراد العينة وذلك لتحقيق مبدأ تكافؤ الفرص امام الجميع لضمان ان الفروق التي رصدها الاختبار تعود للفروق في اداء الافراد فقط.

٥- تحليل فقرات الاختبار:

وذلك للتعرف على مدى فعالية فقرات الاختبار، ومدى اسهامها في الحصول على خصائص سيكومترية (الصدق والثبات) تتفق مع خصائص الاختبار الجيد، وتشمل هذه الخطوة التعرف على صعوبة كل فقرة من الفقرات، وقدرتها التمييزية، وتباينها، كما تشمل التعرف على مدى فعالية المشتتات لكل فقرة.

٦- ايجاد الخصائص السيكومترية للاختبار (الصدق والثبات):

وذلك للتأكد من ان الاختبار فعلاً يقيس ما وضع لقياسه فقط، وان الفرق بين اداء الافراد في الاختبار ناتج عن الاداء الحقيقي للأفراد وليس بسبب أخطاء القياس العشوائية.

٧- ايجاد معايير الاداء:

وذلك من خلال اداء مجموعة التقنين وذلك بغرض توفير إطار مرجعي يمكن من خلاله الحكم على اداء الفرد في الاختبار.

٢-١-١-٣ مميزات الاختبارات المقننة:

إن أهم مميزات الاختبارات التي يتم تقنينها هي^(١):-

١- انها تتمتع بمعاملات صدق وثبات مقبولة بالنسبة لعينة التقنين التي اعدت لها في الاصل.

(١) علي سموم الفرطوسي وآخرون (٢٠١٤)؛ مصدر سبق ذكره، ص ١٨٠.

- ٢- ان لها كراسة تعليمات توضح كافة المعلومات اللازمة لتطبيق الاختبار.
- ٣- ان لها معايير تعكس مستويات اداء عينة (مجموعة) التقنين الاصلية.
- ٤- ان لها مفتاح تصحيح يوضح اتجاهات العبارات (الاسئلة) الموجبة والعبارات السالبة لتعيين الدرجات الخاصة بكل اجابة.
- ٥- تعرف هذه الاختبارات في معظم الاحيان بأسم الاختبارات المنشورة وذلك لكونها تحظى بالنشر من قبل الدوريات والمراجع العلمية المتخصصة والتي تتمتع بسمعة محلية وعالمية.

وبالباحثون يستخدمون الاختبارات المقتنة للأسباب التالية:

- ١- توفر عليهم بذل الجهد والوقت لوضع اختبارات قد تحقق او لا تحقق الهدف الذي يسعون اليه.
- ٢- تمكنهم من اجراء مقارنة بين اداء افراد عينتهم مع افراد اخرين طبق عليهم الاختبار نفسه.

وتستخدم الاختبارات المقتنة لتحقيق عدد من الاهداف والاعراض ومنها^(١):

- ١- تدعيم صنع القرار .
- ٢- للأغراض التفسيرية.
- ٣- معرفة مستوى الاداء الحالي ورصد التغير والاختلاف.
- ٤- إعطاء صورة عامة عن الفروق في مستويات الاداء وما تتضمنه تلك الفروق من حاجة للقيام بخطوات او قرارات معينة.
- ٥- في مجال القرارات الانتقالية والارشادية.
- ٦- التنبؤ بالقدرات المستقبلية والاستعداد للمرحلة المقبلة.
- ٧- الكشف المبدئي عن الذين لديهم مشاكل أو صعوبات في مجال معين وبالتالي العمل على المساعدة في التخطيط والإعداد لبرامج العلاج والتدخل المبكر.

٢-١-٢ الانتباه:

٢-١-٢-١ مفهوم الانتباه:

يعتبر الانتباه من العمليات العقلية الاكثر أهمية في حياتنا اليومية فهو "العملية العقلية الاساسية التي تقوم عليها العمليات العقلية الاخرى"^(٢) وللانتباه الدور الكبير في التعرف على البيئة المحيطة والتكيف معها ، حيث يتعرض الانسان للعديد من المثيرات والمحفزات الا انه غير

(١) زاهر حسين شاكر النقي (٢٠١٤)؛ مصدر سبق ذكره، ص ٤٧.

(٢) فاخر عاقل؛ علم النفس، ط٧: (بيروت، دار العلم للملايين، ١٩٨١) ص ٦٢١.

قادر على استيعابها جميعاً كأنظر الى عدة صور او اشكال مختلفة او الاستماع الى أكثر من شخص في وقت واحد، فألانتباه هنا بدوره يقوم بمساعدة الانسان على العزل بين هذه المثيرات وتوجيه الطاقة العقلية نحو مثير معين، فالانتباه "هو توجيه الشعور وتركيزه في شئ معين استعداداً لملاحظته او ادائه او التفكير فيه"^(١). إذا نستخدم الانتباه لغرض "توجيه اجهزتنا الحسية وادراكية لأختيار معلومات معينة لمعالجتها وتخصيص الطاقة اللازمة للقيام بهذه المعالجة"^(٢)، حيث ان عملية الانتباه عامل مهم للإنسان في حياته وذلك لأن الانتباه "يساعد الفرد على ان ينتقي المثيرات التي يريدتها ويعزل المثيرات الاخرى وكأنها غير موجودة"^(٣)، ووصفت اليزابيث (Elizabeth) الانتباه انه "عملية يتم من خلالها دمج الاوامر العقلية مع المهام والانشطة الحالية، أي انه يتم دمج النشاط المستمر مع المعلومات الواصلة حديثاً مما يؤدي الى الاختيار الصحيح للمعلومات"^(٤)، وتوجد عدة تعاريف توضح معنى الانتباه حيث عرفته (جنان سعيد) "هو عملية توجيه وتركيز للوعي في منبه ما"^(٥)، وعرفه (علي يوسف) بأنه "حالة تسبق الاداء وتنكف المهارات وفق تجربة الفرد بأنتباه نحو النشاط الممارس وتعتبر استثارة وتوجيه تركيز العمليات النفسية"^(٦) وعرفه ايضاً (يوسف عبدالامير) "صفة نفسية مهمة تقوم عليها اغلب العمليات العقلية والجسمية المهمة"^(٧)، وكذلك يعرفه (علي الامير) "وهو عملية ارادية ينتخب من خلالها الرياضي منبهاً او موضوعاً معيناً يهيمه ويحصر شعوره وحواسه فيه"^(٨).

ومن خلال التعاريف السابقة يمكن ان نعطي مفهوماً للانتباه بأنه هو أحد العمليات العقلية التي تسبق عملية الاداء والذي من خلاله توجه الرياضي نحو النشاط الرياضي الممارس وإستثارة حواسه في تحقيق الاداء الامثل للمهارة.

٢-٢-١-٢ مظاهر الانتباه:

- (١) حلمي المليجي؛ علم النفس المعاصر، ط٨: (بيروت، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، ٢٠٠٠) ص ١٩٧.
- (٢) جنان سعيد الرحو؛ أساسيات في علم النفس، ط١: (جامعة الموصل، الدار العربية للعلوم، ٢٠٠٥) ص ١٣٢.
- (٣) رابحة حسن عباس (٢٠١١)؛ مصدر سبق ذكره، ص ٢٤٣.
- (٤) Elizabeth A. Styles; THE PSYCHOLOGY OF ATTENTION (Buckingham- shire College, Bucks, UK, The Taylor & Francis e-Library, 2005)p193.
- (٥) جنان سعيد الرحو (٢٠٠٥)؛ مصدر سبق ذكره، ص ١٣٢.
- (٦) علي يوسف حسين البياتي؛ دراسات مقدمة في علم النفس الرياضي، ط٦: (النجف، دار الضياء للطباعة، ٢٠١٥) ص ٨٦.
- (٧) يوسف عبدالامير؛ واقع الناحية النفسية الرياضية عند لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٨٤) ص ٤٩.
- (٨) علي الأمير؛ فلسفة النفس، ط١: (بغداد، دار الشؤون الثقافية العامة، ٢٠٠٢) ص ٢٤١.

"تعد مظاهر الانتباه ميزاناً بين الالعب فعلى الالعب ان تتوازن افكاره مع مظاهر الانتباه والاجادة التامة لها، وعملية الانتقال من مظهر الى اخر بالدقة والوضوح المطلوبين نفسيهما، وان الانتباه ينمو ويتطور خلال التخصص بالممارسة وقد يشترك اكثر من مظهر من مظاهر الانتباه في فعالية معينة"^(١).

هناك العديد من مظاهر الانتباه من اهمها ما يلي^(٢) :

أ - حجم الانتباه.

ب - حدة (شدة) الانتباه.

ج - تركيز الانتباه.

د - انتقاء الانتباه.

هـ - ثبات الانتباه.

و - توزيع الانتباه.

ز - تحويل الانتباه.

ح - تشتت الانتباه.

وسيتناول الباحثان مظاهر الأنتباه قيد دراسته وهي (حجم، توزيع، تحويل) الأنتباه.

١- حجم الانتباه:

هو عدد الاشياء الواضحة والتي يمكن ادراكها في لحظة محددة عند عرضها، ويطلق على حجم الانتباه مصطلح مدى الانتباه وهو ما يمكن ان ننتبه اليه في المرة الواحدة. إذا يقصد بحجم الانتباه هو عدد المعلومات او المثيرات التي يمكن للاعب الانتباه اليها من بين المعلومات او المثيرات المدركة في لحظة معينة من الزمن.

وعلى ذلك كلما كانت كمية المعلومات او المثيرات التي يدركها اللاعب في لحظة معينة من الزمن كبيرة، كلما كان حجم الانتباه كبيراً وعلى العكس من ذلك كلما كانت المعلومات أو المثيرات التي يدركها اللاعب في لحظة معينة من الزمن قليلة، كلما قل حجم الانتباه^(٣).

وتتطلب الالعب الجماعية من اللاعب الذي يمارسها ان تكون لديه القدرة على حجم انتباه واسع لتعدد المثيرات التي يتعامل معها فلاعب كرة القدم يجب ان يضع في مجال انتباهه الكرة والزميل والخصم والحكم وحارس المرمى وموقعه وفي الوقت نفسه يجب عليه ان لا يوسع حجم انتباهه لكي يتمكن من السيطرة عليها في درجة واحدة من الدقة والوضوح ان متطلبات اللعب

(١) عامر سعيد الخيكاني، واخرون(٢٠١٥)؛ مصدر سبق ذكره، ص ١٧١.

(٢) محمد حسن علاوي(١٩٩٧)؛ مصدر سبق ذكره، ص ٣٢٥.

(٣) محمد حسن علاوي(١٩٩٧)؛ مصدر سبق ذكره، ص ٣٢٦-٣٢٥.

وسرعة الانشطة التي يقوم بها اللاعب يجب ان تكون جميعها بدرجة واحدة من السهولة والوضوح (١).

ويرى الباحثان بأن حجم الانتباه يعني قدرة الفرد على الانتباه على عدة اشياء في وقت واحد، وعلى سبيل المثال يكون حجم الانتباه للاعب كرة القدم الصالات في موقف لعب معين على كل من (الكرة، الزميل، الحكم، الجمهور) كما في حالة اللعب المختلفة ، فيما يكون في وقت آخر على كل من (الكرة، حارس المرمى) كما في ركنتي الجزاء (٦، ١٠) متر.

٢- توزيع الانتباه:

يعرف توزيع الانتباه بانه "العمليات العقلية أو النشاط النفسي (أي الانتباه الموجه) نحو عدة أشياء أو أنشطة في وقت واحد" (٢).

"فالانتباه يكون موزعاً اذا ما اتسع مجاله وتعددت وحداته...اذ يقصد بتوزيع الانتباه قدرة اللاعب على توجيه انتباهه نحو أكثر من مثير في وقت واحد، أو توجيه انتباهه نحو استيعاب وفهم أكثر من معلومة من مصادر مختلفة في وقت واحد" (٣).

ويرى ألباحثان بأن توزيع الانتباه يعني قدرة الرياضي على توزيع انتباهه على أكثر من مثير في وقت واحد، فلاعب كرة القدم الصالات مثلاً يوزع الانتباه باتجاه حركة الكرة وألزملاء وألفريق المنافس بالإضافة الى الحكم والجمهور في وقت واحد.

٣- تحويل الانتباه:

ويقصد به هو "القدرة على سرعة توجيه الانتباه من نشاط إلى نشاط آخر وبنفس الشدة" (٤).
ان تحويل الانتباه مرتبط بمرونة العمليات العصبية، والرياضيين الذين يزاولون ألواناً مختلفة من النشاط الرياضي يتمتعون بأماكنيات مختلفة لمظاهر الانتباه ومنها سرعة التحويل (٥)، وتختلف القدرة على تحويل الانتباه من رياضي إلى آخر على وفق الخصائص والمميزات الفردية لكل رياضي، ومن العوامل المؤثرة في تحويل الانتباه هي: (٦)

- اختيار طريقة الانتباه

(١) بحري حسن عبدالله (١٩٩٩)؛ مصدر سبق ذكره، ص ١٤.

(٢) عامر سعيد الخبكاني؛ علم النفس الرياضي: (النجف، دار الضياء للطباعة، ٢٠١٥) ص ١٧٤.

(٣) محمد حسن علاوي (١٩٩٧)؛ مصدر سبق ذكره، ص ٣٢٧.

(٤) عدنان يوسف العتوم؛ علم النفس المعرفي (النظرية والتطبيق)، ط ٢: (عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، ٢٠١٠) ص ٦٣.

(٥) محمد حسن علاوي (١٩٩٧)؛ مصدر سبق ذكره، ص ٣٢٧.

(٦) محمد العربي شمعون؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي، ط ١: (جامعة حلوان، دار الفكر العربي، ١٩٦٨) ص ٢٧٤.

- توقيت تحويل الانتباه

- الضغط العصبي

- الألم

تظهر أهمية تحويل الانتباه "عند أداء المهارات المفتوحة أو الرياضات ذات الطابع الديناميكي والتي يحاول بها اللاعب تحويل الانتباه من المجال الواسع الى المجال الضيق"^(١). ويرى الباحثان بأن تحويل الأنتباه يعني قدرة الرياضي على سرعة تغيير توجيه انتباهه من مثير الى مثير اخر بنفس الوقت وبنفس الحدة، فلاعب كرة القدم الصالات الذي يمتاز بأملاكه لتحويل انتباهه جيد يستطيع تحويل الانتباه مثلاً من ألزميل بعد أستلام المناولة إلى حارس ألمرمى وألمرمى لغرض التهديد.

٢-٢ الدراسات المشابهة

أولاً: دراسة سعيد نزار سعيد (٢٠٠٩)^(٢):

" أثر تمارين لتطوير الإدراك الحس-حركي وبعض مظاهر الانتباه في أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة اليد"
هدفت الدراسة إلى:

- تصميم وتقنين مجموعة من اختبارات المهارات الأساسية (المناولة و التصويب) التي تعتمد في أدائها على بعض مظاهر الانتباه والإدراك الحس - الحركي.
- وضع مجموعة من التمارين لتطوير بعض مظاهر الانتباه والإدراك الحس-حركي التي تحسن أداء مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد.
- التعرف على أثر استخدام مجموعة التمارين الموضوعية لتطوير بعض مظاهر الانتباه والإدراك الحس-حركي في تحسين أداء مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد.

أجري البحث على عينة مثلت (١٢٦) لاعباً مثلوا أندية كردستان العراق المشاركين في دوري أندية الدرجة الممتازة بكرة اليد، استخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة الدراسات المعيارية وكذلك استخدم المنهج التجريبي، أما المعالجات الاحصائية فقد استخدم الباحث: الوسط الحسابي، والمنوال، والانحراف المعياري، ومعامل الالتواء، واختبار (ت) للعينات المرتبطة، واختبار (ت) للعينات المستقلة، واختبار كا^٢، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون).

المقاييس المستخدمة:

(١) عامر سعيد الخبكاني وآخرون؛ مصدر سبق ذكره، ص ١٧٥.

(٢) سعيد نزار سعيد (٢٠٠٩)؛ مصدر سبق ذكره.

استخدم الباحث اختبارات المناولة والتصويب بكرة اليد التي اعتمدت على مظهرين للإدراك الحس-حركي وثلاثة مظاهر للانتباه هي:-

- المناولة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أدائها على حجم الانتباه للدوائر المتداخلة.
- المناولة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أدائها على توزيع الانتباه للدوائر المتداخلة.
- المناولة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أدائها على تحويل الانتباه للدوائر المتداخلة.
- التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أدائها على حجم الانتباه لشكل المرمى.
- التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أدائها على توزيع الانتباه لشكل المرمى.
- التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أدائها على تحويل الانتباه لشكل المرمى.

وقد أظهرت النتائج:

-تم التوصل إلى تصميم اختبارات لمهارتي المناولة والتصويب التي تعتمد على بعض متغيرات الانتباه (الحجم و التوزيع و التحويل) للاعبين كرة اليد في إقليم كردستان العراق.
-تم التوصل إلى تصميم اختبار (التصويبة السوطية من فوق الرأس التي تعتمد في أدائها على الإدراك الحس-حركي للقوة) للاعبين كرة اليد في إقليم كردستان العراق.
-تم التوصل إلى وضع مستويات معيارية للاعبين كرة اليد في إقليم كردستان العراق في اختبارات التصويب والمناولة التي تعتمد في أدائها على بعض مظاهر الانتباه والإدراك الحس-حركي.

ثانياً: دراسة علاء جبار عبود الكروشي(٢٠٠٨)^(١):

"تصميم وتقنين اختبار دقة التهديد للركلة الحرة المباشرة بكرة القدم"
هدفت الدراسة إلى:

- تصميم وتقنين اختبار دقة التهديد للركلة الحرة المباشرة بكرة القدم.
أجري البحث على عينة مثلت (٤٤) نادياً رياضياً مثلوا أندية الدرجتين الممتازة والأولى في منطقتي الفرات الأوسط والجنوب. استخدم الباحث المنهج الوصفي، أما المعالجات الاحصائية فقد استخدم الباحث: الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والارتباط البسيط (بيرسون)، واختبار (ت) لمعنوية معاملات الارتباط، واختبار (ت) للعينات المستقلة ولعينتين متساويتين، واختبار مربع كاي (كا^٢) في حال متغير واحد.

المقاييس المستخدمة:

- استخدم الباحث اختبار التصويب من الثبات بوجود جدار في كرة القدم.

(١) علاء جبار عبود الكروشي؛ تصميم وتقنين اختبار دقة التهديد للركلة الحرة المباشرة بكرة القدم: (مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد ١، العدد ٩، ٢٠٠٨).

وقد أظهرت النتائج:

- ١- بأن للاختبار المبتكر إمكانية التمييز بين المختبرين.
- ٢- بأن الاختبار المبتكر صالح لاختبار دقة التهديف للركلة الحرة المباشرة من فوق الجدار لفئة الشباب والمتقدمين وإمكانية استخدامه في القياس.

٣-١ منهج البحث:

إستخدم الباحثان المنهج الوصفي بطريقة المسح لملائمته وطبيعته مشكلة البحث.

٣-٢ مجتمع وعينة البحث:

حُدّد مجتمع البحث بلاعبي أندية العراق للدرجة الممتازة بكرة القدم للصالات البالغ عددهم (٣٢٤) لاعباً يمثلون (٢٢) نادياً وتم تحديد ذلك بعد الاستعانة بالإحصائيات الموجودة في الاتحاد العراقي لكرة القدم/لجنة الصالات^(١)، وتكونت العينة التي اختيرت بالطريقة العمدية من الأندية التي استطاع الباحث الوصول إليها وبلغت العينة (٢٠٤) لاعباً يمثلون (١٤) نادياً، مثلت مانسبته (٦٢,٩٦٢%) وكما هو مبين في الجدول (١).

الجدول (١)

مجتمع البحث وعيناته والنسبة المئوية

ت	الأندية	العدد	عينة التجربة الاستطلاعية	عينة الاسس العلمية	عينة التقنين
١	الخالدون	١١	١١	-	-
٢	النجدة	١٥	-	١٥	-
٣	امانة بغداد	١٥	-	١٥	-
٤	الشرطة	١٥	-	-	١٥
٥	غاز الشمال	١٤	-	-	١٤
٦	الجنسية	١٥	-	-	١٥
٧	الشرقية	١٤	-	-	١٤
٨	الكاظمية	١٥	-	-	١٥
٩	القوة الجوية	١٤	-	-	١٤
١٠	الكوفة	١٤	-	-	١٤
١١	بلد	١٦	-	-	١٦
١٢	بلادي	١٥	-	-	١٥
١٣	ديالى	١٦	-	-	١٦

(١) تطلب الامر عدداً الإجراءات الإدارية والموافقات الرسمية وكما يأتي:

- مخاطبة الاتحاد العراقي لكرة القدم/لجنة الصالات، من قبل عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت بالكتاب المرقم ٢٣٢٣/٧/٣ في ٢٠١٥/٩/٢ بهدف تسهيل مهمة الباحث.
- مخاطبة الاتحاد العراقي لكرة القدم/لجنة الصالات لأندية الدرجة الممتازة بالكتاب ذي العدد ١٧٥٧/٧ في ٢٠١٥/٩/٣ وذلك للسماح للباحث بإجراء تجربة بحثه.

١٥	-	-	١٥	شهران	١٤
١٦٣	٣٠	١١	٢٠٤	المجموع	
%٧٩,٩٠١	%١٤,٧٠٥	%٥,٣٩٢	%١٠٠	النسبة المئوية	

وتكونت عينة البحث التي أختيرت بالطريقة العمدية مما يأتي:-

- (عينة التجربة الاستطلاعية) بلغت (١١) لاعباً من نادي الخالدون مثلوا ما نسبته (٥,٣٩٢%) من عينة البحث الكلية.
- (عينة الأسس العلمية) تبلغ (٣٠) لاعباً من ناديي (النجدة، وأمانة بغداد) مثلت ما نسبته (١٤,٧٠٥%) من عينة البحث الكلية.
- (عينة التقنين) بلغت (١٦٣) لاعباً مثلوا ما نسبته (٧٩,٩٠١%) من عينة البحث الكلية.

٣-٣ الاجهزة الأدوات:

- ساعة توقيت نوع (sewan).
- كاميرة فيديو نوع (sony) يابانية الصنع.
- حاسوب نوع (Dell) صيني الصنع.
- شريط قياس (٥٠) متر.
- شريط لاصق لتحديد المسافات على الارض.
- صافرة كندية الصنع.
- لوحات (بوسترات) نوع (فلكس) مرسوم عليها .
- كرات قدم صالات.

٣-٤ وسائل جمع البيانات:

إستعان الباحثان بعدد من وسائل جمع البيانات متمثلة بالاستبيان والأختبارات فضلاً عن العينة واستمارة تسجيل خاصة أعدت لجمع بيانات التجربة الميدانية من أجل الوصول إلى أهداف البحث وعلى النحو الآتي:-

٣-٤-١ الاستبيان:

أعد الباحثان استمارة إستبيان وزعت على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال (كرة القدم والقياس والتقويم وعلم النفس الرياضي) للحصول على نسبة اتفاهم حول الاختبار وسوف يتم شرح هذه الاجراءات في تفاصيل عملية التقنين.

٣-٤-٢ الاختبارات:

إستخدم الباحثان الاختبارات التي تم بناءها من قبل (سعيد نزار سعيد، ٢٠٠٩)^(١) على لاعبي كرة اليد وهي:

١- اختبار التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أداءها على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى.

٣-٥ خطوات تقنين الاختبارات:

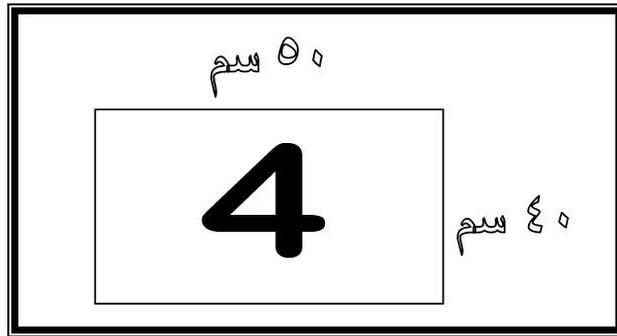
٣-٥-١ تقنين اجراءات الاختبارات:

بعد أن قام الباحثان بتحديد الاختبارات التي سوف يقومون بتقنينها على لاعبي كرة القدم للصالات قام بأجراء عدد من التعديلات والأجراءات الخاصة بأشكال الأختبارات (المواقف الحركية) لكي تتلائم مع طبيعة لعبة كرة القدم للصالات حيث تم ما يأتي:

١- اختبار مهارة التهديف القريب بباطن القدم المقرون ببعض مظاهر الانتباه قام الباحثان بأجراء عدد من التعديلات في أشكال الاختبارات ومواقعها الحركية ليتلائم مع صيغة مماشية للعبة كرة القدم للصالات حيث تم ما يأتي:-

• قام الباحثان بتعديل اختبار التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أدائها على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى وكما يأتي:-

- قام الباحثان بتعديل إجراءات الاختبار حيث غيرت الأشكال داخل المستطيلات إلى (أرقام غير ملونة) وبنفس القياسات، كما عدّل بُعد مسافة الاداء من (٧متر) الى (٦متر) عن الاشكال، كما في الشكلين (١) و(٢).



الشكل (١)

يوضح المستطيل داخل شكل المرمى مع القياسات

(١) سعيد نزار سعيد؛ مصدر سبق ذكره، ص ٥٦-٦٣.

6	5	4	3	2	1
3	2	1	4	5	6
4	5	6	3	2	1
6	1	3	5	4	2
1	2	5	4	3	6

الشكل (٢)

يوضح شكل المرمى مع المستطيلات المرقمة داخل المرمى

٣-٥-٢ تحديد الاختبارات:

بعد أن قام الباحثان بتعديل طريقة اجراء الاختبار قاموا بوضع الاختباران بأستمارات إستبيان ملحق(١)، وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال (القياس والتقويم وعلم النفس الرياضي) الملحق (٢)، وكما في الجدول (٢).

الجدول (٢)

الاختبارات وعدد الخبراء الكلي ونسبة الاتفاق

الاختبارات المرشحة	النسبة المئوية	عدد الخبراء الكلي	الاختبارات	المهارة	ت
✓	%١٠٠	١٠	اختبار التهديد بباطن القدم الذي يعتمد في أدائه على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى (الوان غير ملونة)	التهديد	١
	%٤٠		اختبار التهديد بباطن القدم الذي يعتمد في أدائه على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى (ارقام ملونة)		

من الجدول (٢) يتبين بأن الاختبار الذي تم ترشيحه من قبل ألسادة ذوي الخبرة والأختصاص والتي حصلت على نسبة إتفاق (٨٠%) فأكثر إذ يشير (بلوم وآخرون) " على الباحث الحصول على الموافقة بنسبة ٧٥ % فأكثر من آراء المحكمين"^(١) هو :-
 - اختبار التهديد بباطن القدم الذي يعتمد في أدائه على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى (ارقام غير ملونة).

(١) بنيامين بلوم وآخرون ؛ تقييم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد أمين المفتي وآخرون : (القاهرة ، دار ماكروهيل ، ١٩٨٣) ص ١٢٦ .

٣-٦ التجربة الاستطلاعية:

للتعرف على مدى إمكانية تطبيق الاختبارات التي تم ترشيحها من قبل الخبراء والمختصين كان لابد من إجراء تجربة استطلاعية يومي السبت والاحد ٥-٢٠١٥/٩/٦ في الساعة الثالثة مساءً في قاعة نادي الشباب الرياضي على (١١) لاعباً يمثلون نادي الخالدون أحد اندية الدوري الممتاز لكرة القدم للصالات، للوقوف على أهم المعوقات التي قد تواجه الباحثان وفريق العمل المساعد ملحق (٣).

٣-٧ المعاملات العلمية للأختبارات المرشحة:

تم اجراء المعاملات العلمية للأختبارات بأعتماد على البيانات (٣٠) لاعباً يمثلون ناديي (النجدة، أمانة بغداد) حيث تم إجراء الاختبارات على الناديين يومي الثلاثاء والاربعاء ٨-٢٠١٥/٩/٩ وعلى قاعة نادي الطلبة الرياضي.

٣-٧-١ الصدق:

استعان الباحثان بأكثر من نوع من انواع الصدق وكما يأتي:-

٣-٧-١-١ الصدق الظاهري:

توجب على الباحثان إطلاع السادة ذوي الخبرة والاختصاص على الاختبارات التي يقوم بتقنينها من أجل اكسابه الصدق الظاهري من خلال إقرار السادة ذوي الخبرة والاختصاص للأختبارات المرشحة، ويستخدم هذه "الطريقة لحساب صدق المحتوى والصدق الظاهري معاً، حيث يطلب من الخبير ابداء رأيه في الأختبار، حيث يعتمد على التفكير المنطقي أو ما يوصف بالتفكير الناقد والخبرة الذاتية"^(١)، وقد تم ذلك للباحثان من خلال ترشيح السادة ذوي الخبرة والاختصاص لعدد من الاختبارات.

٣-٧-١-٢ الصدق الذاتي:

قام الباحثان بإيجاد الصدق الذاتي الذي يعد مؤشراً للصدق التجريبي لجميع الاختبارات عن طريق استخراج الجذر التربيعي لمعامل الثبات ويعني صدق الاختبار "ان تكون مهمة الاختبار قياس وتقويم الصفة التي وضع من أجلها الاختبار فعلاً"^(٢) والجدول (٣) يبين ذلك.

(١) ليلي السيد فرحات؛ القياس والأختبار في التربية الرياضية: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠١)

ص ١٢٣.

(٢) علي سلوم؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي: (جامعة القادسية، الطيف للطباعة، ٢٠٠٤)

ص ٥٨.

٣-٧-٢ الثبات:

من أجل الحصول على ثبات الأختبارات ومدى قدرتها على إعطاء النتائج نفسها أو نتائج مقارنة في حالة إعادة تطبيقها، إستعان الباحثان بطريقة تطبيق وإعادة تطبيق الأختبار بالأستعانة بالبيانات لنادي (النجدة، أمانة بغداد) والتي طبقت يومي الثلاثاء والاربعاء ٨-٩/٩/٢٠١٥ وتم إعادة تطبيق الأختبارات على نفس العينة وتحت نفس الظروف في يومي الاربعاء والخميس ١٦-١٧/٩/٢٠١٥ وقد أوجد الباحثان معامل الثبات من خلال إيجاد معامل الارتباط بين التطبيق (الأول وألثاني) وكما في الجدول(٣).

٣-٧-٣ الموضوعية:

من أجل زيادة رصانة الاختبارات المرشحة على الرغم من توفر وحدات قياسية موضوعية فيها، وقد تم إيجاد الموضوعية من خلال إيجاد معامل الارتباط البسيط بين درجة حكمين أثنين (*) وكما في الجدول(٣).

الجدول(٣)

المعاملات العلمية للأختبار

الموضوعية	الصدق الذاتي	معامل الثبات	الثبات				المظهر	الاختبارات	ت
			التطبيق الثاني		التطبيق الأول				
			ع±	س-	ع±	س-			
٠,٩٠	٠,٩٨	٠,٩٤٣	١,٥٦٤	٥,٣٦٦	١,٥٢٤	٥,٤٣٣	الحجم	١	
٠,٩١	٠,٩٥	٠,٩١٧	٢,٥٨٧	٩,٨٣٣	٢,٦٤٨	٩,٨٦٦	التوزيع		
٠,٩٣	٠,٩١	٠,٨٣٢	١,٣١٧	٤,٧١١	١,٦٠٢	٤,٨٣٣	التحويل		

من خلال الجدول (٣) نجد إن الاختبار يتمتع بمعامل ثبات وموضوعية وصدق ذاتي عالٍ.

٣-٨ التجربة الرئيسية:

(*) - جمال حميد شاهين أعدادية
- ضياء كاظم جبر متوسطة
مدرّب نادي النجدة الرياضي
مساعد مدرّب نادي النجدة الرياضي

قام الباحثان بتطبيق الأختبار بصورته النهائية على عينة التقنين والتي قوامها (١٦٣) لاعباً وللفترة من ٢٠١٥/٩/٢١ لغاية ٢٠١٥/١١/٥ ويواقع يومين لكل نادي وبمساعدة فريق العمل المساعد.

٣-٩ الوسائل الأحصائية:

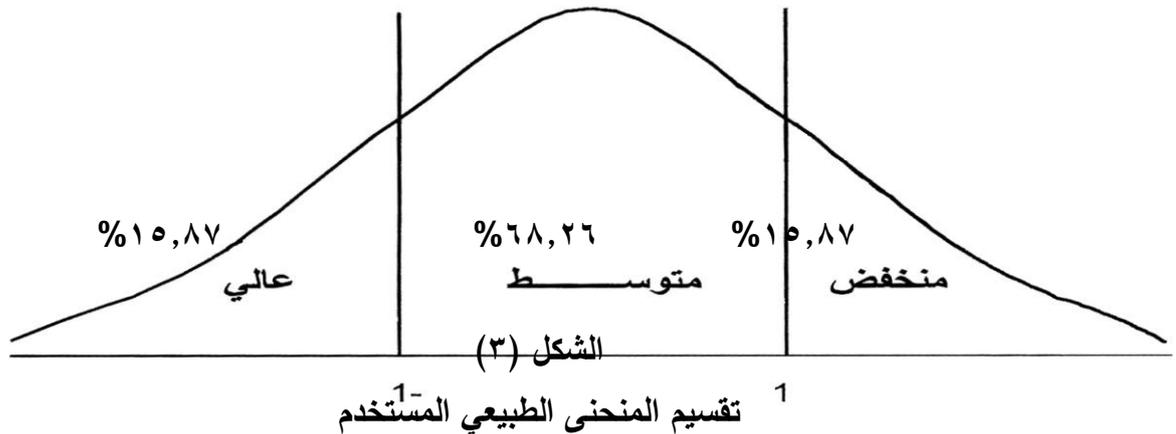
- النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، المنوال، أختبار كا^٢، معامل الالتواء، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، الدرجة المعيارية (٥-٦)^(١).

وقد تم التوصل الى النتائج بأستخدام النظام الأحصائي SPSS.

٤- عرض وتحليل النتائج:

٤-١ عرض وتحليل اختبارات التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (أرقام غير ملونة) المقرونة ببعض مظاهر الانتباه (حجم، توزيع، تحويل انتباه) المقننة على لاعبي كرة القدم للصالات

يتناول الباحثان في هذا المبحث الشكل النهائي لاختبارات التهديد المقرونة ببعض مظاهر الانتباه (حجم، توزيع، تحويل الانتباه) المقننة على لاعبي كرة القدم للصالات والتي تتضمن وضع لمستويات والدرجات المعيارية وقد اعتمد الباحثان التوزيع الطبيعي بثلاث مستويات بحيث يمثل كل مستوى انحرافين معياريين والشكل (٣) يوضح ذلك



(١) Kinkendll DR, et al; Measurement & evaluation for physical educators, 2th cdil
:(Humanki _netics publishers, Inc, 1987)p31.

٤-١-١ المواصفات التفصيلية لأختبار التهديف القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون بحجم الانتباه المقنن على لاعبي كرة القدم الصالات.

- الهدف من الاختبار:

قياس حجم الانتباه في اداء التصويب.

- المكان:قاعة داخلية.

- الادوات:

كرات قدم قانونية ولوحة(بوستر) يرسم عليها هدفان بالمواصفات القانونية أي (٢×٣) م تعلق على الحائط ، و(٣٠) مستطيل داخل الهدف (أ) بواقع (٦×٥) أي مايعادل (٦) مستطيلات في السطر الواحد، ويبلغ ارتفاع المستطيل (٤٠)سم و بعرض (٥٠)سم، ثم داخل كل مستطيل رقم معين وتعاد الأرقام ال (٦) في السطر الثاني والثالث والرابع والخامس ولكن بشكل عشوائي، وكذلك الحال نفسه بالنسبة للهدف (ب) المجاور للهدف(أ) علماً بأن الهدفين لا يتشابهان في تحديد الارقام في السطور ويكرر الرقم الواحد (٥)مرات في الهدف الواحد، شكل(٤) (٥).

- المحكمون:

يكون عدد المحكمين في هذا الاختبار (٣)أشخاص وواجباتهم تكون كما يأتي:أحد المحكمين بيده ساعة توقيت^(٥) وصافرة، والمحكم الثاني بيده الورقة التي فيها الأرقام سلفاً والتي يقرؤها اللاعبين في كل مظهر من المظاهر الثلاثة:(الحجم و التحويل والتوزيع)، ومحكم يؤشر فقط (ناجح - فاشل)عند تمكن اللاعب من ضرب الرقم أو عدم تمكنه.

- طريقة الاداء:

يقوم اللاعب بأداء تهديف بباطن القدم ومن الثبات وعلى بعد (٦)أمتار على الهدف (أ) ثم

الهدف(ب):

١- تطبيق مظهر (حجم الانتباه): يقف اللاعب خلف الخط المحدد وهو (٧) أمتار وعندما يذكر المحكم الرقم، يبدأ اللاعب بالتهديف على الرقم (٢) مثلاً) والذي يشير له المحكم مسبقاً قبل بدأ الاختبار، اذ يكون التهديف على (٢)الذي يبدأ تباعاً من السطر الاول والذي يمثل أعلى المرمى وحتى الرقم ٢ الموجود في السطر الاخير (أسفل المرمى)، ثم ينتقل الى المرمى الثاني مباشرة ويهدف على الرقم(٢) أيضاً، أي ان كل لاعب يهدف (١٠)كرات نحو الهدفين. و يشرح للاعب كيفية أداء الاختبار من قبل المحكم قبل بدء اللاعب بالتهديف على الهدفين.

(٥) يستخدم التوقيت للتمويه على اللاعب كي يؤدي بأسرع ما يمكن.

٢- **تطبيق مظهر (تحويل الانتباه):** يقف اللاعب خلف الخط المحدد وهو (٧) أمتار وعندما يذكر المحكم الرقم، ويبدأ اللاعب بالتهديف على الرقم المحدد الذي يشير له المحكم مسبقاً قبل بدأ الاختبار وكذلك الذي يشير له أثناء الاداء، اذ يعطى الابعاز لكل سطرين بتغيير الرقم من قبل المحكم ويكون التهديف على (٥) أرقام مختلفة، وعلى سبيل المثال يبدأ التهديف على (٣) تباعاً من السطر الاول والثاني ثم على (٦) في السطرين الثالث والرابع ثم التصويب على (٥) في السطر الخامس والاول لهدف (ب) ثم التهديف على (٢) في سطر الثاني والثالث ثم التهديف على (٤) في السطر الرابع والخامس، أي ان كل لاعب يهدف (١٠) كرات نحو الهدفين.

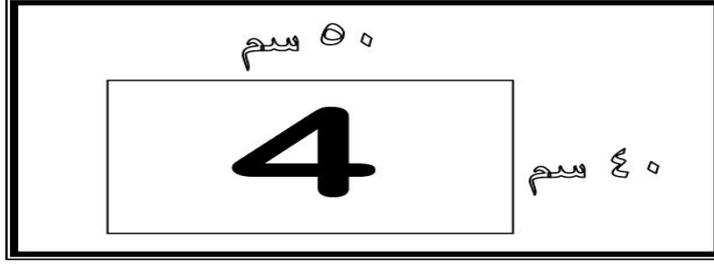
٣- **تطبيق مظهر (التوزيع الانتباه):** يقف اللاعب خلف الخط المحدد وهو (٧) أمتار وعندما يذكر المحكم الرقمين، ويبدأ اللاعب بالتهديف على (الرقمين المحددين) والذي يشير له المحكم مسبقاً قبل بدأ الاختبار، فمثلاً يبدأ التهديف على الرقمين (٦ و٢) تباعاً من السطر الاول والذي يمثل أعلى المرمى وحتى (٦ و٢) الاخير أسفل المرمى، ثم ينتقل الى المرمى الثاني مباشرة ويهدف على الرقمين (٦ و٢) أيضاً، أي يهدف كل لاعب (٢٠) كرة نحو الهدفين. و يشرح للاعب كيفية أداء الاختبار من قبل المحكم قبل بدء اللاعب بالتهديف على الهدفين، الشكل (٥).

- شروط الاداء:

- يتم الاداء بشكل سريع وفي حالة تعمد اللاعب في الاداء البطيء يوقف المحكم المحاولة ويطلب اعادتها مع تغير الارقام.
- يستخدم عشرة كرات في الاداء
- يقوم اللاعب بالاداء بوقوفه امام الهدف الاول ويقوم بالتهديف على الرقم المحدد، وعند انتهاء الواجب المطلوب من الهدف الاول مباشرةً يتحول الى امام الهدف الثاني.
- يتم الاداء من خلف الـ (٦) أمتار ولا يجوز للاعب لمس وفي حالة للمس تتم اعادة المحاولة مع تغيير الرقم.

- التقييم:

- يكون التسجيل عن طريق احتساب عدد الاهداف الصحيحة (الناجحة) على الرقم المطلوب لمظهر حجم الانتباه.
- ويحصل اللاعب عند نجاحه على (١) درجة وعند عدم تمكنه يعطى (صفر) وهكذا يحصل على الدرجة المطلوبة للمظهر وكلما كانت الدرجة أعلى كلما كانت النتيجة أفضل.



شكل (٤)

يوضح المستطيل داخل شكل المرمى مع القياسات



شكل (٥)

اختبار التهديف القريب بباطن القدم شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون ببعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى

٤-١-٢ المستويات والدرجات المعيارية (٥-٦) لاختبار التهديف القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون ببعض مظاهر الانتباه للاعب كرة القدم الصالات.

٤-١-٢-١ المستويات والدرجات المعيارية (٥-٦) لاختبار التهديف القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون بحجم الانتباه المقنن للاعب كرة القدم الصالات.

الجدول (٤)

المعاملات الاحصائية لاختبار التهديف القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون بمظهر حجم الانتباه المقنن للاعب كرة القدم الصالات

س ⁻	ع±	المنوال	اوطأ قيمة	اعلى قيمة	الألتواء	كا ^٢
٥,٠٦١	١,٦٥٤	٤	١	٨	٠,٦٤	١,١٨٨

من خلال الجدول (٤) نستدل ان الاختبار ملائم لمستوى العينة ويقترب من التوزيع الطبيعي بدلالة معامل الالتواء فضلاً على ان قيمة (كا^٢) المحسوبة أصغر من القيمة الجدولية البالغة (٥,٩٩) عند درجة حرية (٢).

الجدول (٥)

المستويات المعيارية لاختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون بمظهر حجم الانتباه المقتن للاعب كرة القدم الصالات

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية
عالي	٧- فما فوق	٢٨	١٧,١٧%
متوسط	٦-٣	١٠٥	٦٤,٤١%
منخفض	٢- فما دون	٣٠	١٨,٤٠%

الجدول (٦)

الدرجات الخام والدرجات المعيارية (٥-٦) لاختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون بمظهر حجم الانتباه المقتن على لاعبي كرة القدم للصالات

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٥-٦	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٥-٦
١	٩,٠٧٠	٥	٤٩,٣٨٥
٢	١٩,١٤٩	٦	٥٩,٤٦٣
٣	٢٩,٢٢٨	٧	٦٩,٥٤٢
٤	٣٩,٣٠٦	٨	٧٩,٦٢٠

٤-١-٢-٢ المستويات والدرجات المعيارية (٥-٦) لأختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون بتوزيع الانتباه المقتن على لاعبي كرة القدم للصالات.

الجدول (٧)

المعاملات الاحصائية لاختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون بمظهر توزيع الانتباه المقتن على لاعبي كرة القدم للصالات

س-	ع±	المنوال	اوطأ قيمة	اعلى قيمة	الألتواء	كا ^٢
١٠,٠٤٢	٢,٨٠٠	٩	٣	١٧	٠,٣٧	٠,٥٩٢

من خلال الجدول (٧) نستدل ان الاختبار ملائم لمستوى العينة ويقترب من التوزيع الطبيعي بدلالة معامل الالتواء فضلاً على ان قيمة (كا^٢) المحسوبة أصغر من القيمة الجدولية البالغة (٥,٩٩) عند درجة حرية (٢).

الجدول (٨)

المستويات المعيارية لاختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام) المقرون بمظهر توزيع الانتباه المقتن على لاعبي كرة القدم للمصالات

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية
عالي	١٣- فما فوق	٢٩	١٧,٧٩%
متوسط	١٢-٧	١٠٧	٦٥,٦٤%
منخفض	٦- فما دون	٢٧	١٦,٥٦%

الجدول (٩)

الدرجات الخام والدرجات المعيارية (٥-٦) لاختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام) المقرون بمظهر توزيع الانتباه المقتن على لاعبي كرة القدم للمصالات

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٥-٦	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٥-٦
٣	٨,٠٧٤	١١	٥٥,٧٠٣
٤	١٤,٠٢٨	١٢	٦١,٦٥٧
٥	١٩,٩٨٢	١٣	٦٧,٦١٠
٦	٢٥,٩٣٥	١٤	٧٣,٥٦٤
٧	٣١,٨٨٩	١٥	٧٩,٥١٧
٨	٣٧,٨٤٢	١٦	٨٥,٤٧١
٩	٤٣,٧٩٦	١٧	

١٠	٤٩,٧٤٩
----	--------

٤-١-٢-٣ المستويات والدرجات المعيارية (٥-٦) لأختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام غير ملونة) المقرون بتحويل الانتباه المقنن على لاعبي كرة القدم للصالات.

الجدول (١٠)

المعاملات الاحصائية لاختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام) المقرون بمظهر تحويل الانتباه المقنن على لاعبي كرة القدم للصالات

س-	ع±	المنوال	اوطاً قيمة	اعلى قيمة	الألتواء	كا ^٢
٤,٧٠٥	١,٤١٣	٤	١	٨	٠,٤٩	١,٣٠٤

من خلال الجدول (١٠) نستدل ان الاختبار ملائم لمستوى العينة ويقتررب من التوزيع الطبيعي بدلالة معامل الالتواء فضلاً على ان قيمة (كا^٢) المحسوبة أصغر من القيمة الجدولية البالغة (٥,٩٩) عند درجة حرية (٢).

الجدول (١١)

المستويات المعيارية لاختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام) المقرون بمظهر تحويل الانتباه المقنن على لاعبي كرة القدم للصالات

المستوى	القيم	التكرارات	النسبة المئوية
عالي	٧-فما فوق	٢٣	١٤,١١%
متوسط	٦-٣	١١٨	٧٢,٣٩%
منخفض	٢-فما دون	٢٢	١٣,٤٩%

الجدول (١٢)

الدرجات الخام والدرجات المعيارية (٥-٦) لاختبار التهديد القريب بباطن القدم على شكل المرمى (ارقام) المقرون بمظهر تحويل الانتباه المقنن على لاعبي كرة القدم للصالات

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٥-٦	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية ٥-٦
١	٦,٢٨٩	٥	٥٣,٤٨٠

٦٥,٢٧٧	٦	١٨,٠٨٧	٢
٧٧,٠٧٥	٧	٢٩,٨٨٥	٣
٨٨,٨٧٣	٨	٤١,٦٨٢	٤

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

١-٥ الاستنتاجات:

١- تم التوصل إلى تقنين : اختبار التهديف على شكل المرمى (أرقام غير ملونة) المقرونة ببعض مظاهر الانتباه (حجم، توزيع، تحويل انتباه) المقننة على لاعبي كرة القدم الصالات.

٢- تم وضع مستويات ودرجات معيارية للاختبارات المقننة.

٢-٥ التوصيات:

- ١- استخدام الاختبار الذي تم تقنيه في الحكم الدوري على مستوى التهديف القريب بباطن القدم المقرونة ببعض مظاهر الانتباه (حجم، توزيع، تحويل الانتباه).
- ٢- الاستعانة من قبل المدربين بالاختبار المقنن من اجل الحكم على مستوى الانتباه لدى اللاعبين في مهارة التهديف القريب بباطن القدم المقرونة ببعض مظاهر الانتباه.
- ٣- العمل على اجراء دراسات اخرى على مهارات اخرى وأقرانها بمظاهر الانتباه الاخرى.

المصادر

- أمطانيوس ميخائيل؛ القياس والتقويم في التربية الحديثة:(دمشق، منشورات جامعة دمشق، ١٩٩٦).
- بنيامين بلوم وآخرون ؛ تقييم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد أمين المفتي وآخرون : (القاهرة ، دار ماكروهيل ، ١٩٨٣).
- عامر سعيد الخبكاني؛ علم النفس الرياضي:(النجف، دار الضياء للطباعة، ٢٠١٥).
- عدنان يوسف العتوم؛ علم النفس المعرفي(النظرية والتطبيق)، ط٢:(عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، ٢٠١٠).
- علي الأمير؛ فلسفة النفس ، ط١:(بغداد، دار الشؤون الثقافية العامة ، ٢٠٠٢).
- علي سلوم؛الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي:(جامعة القادسية، الطيف

- للطباعة، ٢٠٠٤).
- علي يوسف حسين البياتي؛ دراسات مقدمة في علم النفس الرياضي، ط٦: (النجف، دار الضياء للطباعة، ٢٠١٥).
- ليلي السيد فرحات؛ القياس والأختبار في التربية الرياضية: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠١).
- محمد العربي شمعون؛ التدريب العقلي في المجال الرياضي، ط١: (جامعة حلوان، دار الفكر العربي، ١٩٦٨).
- يوسف عبدالامير؛ واقع الناحية النفسية الرياضية عند لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٨٤).
- أمطانيوس ميخائيل؛ القياس والتقويم في التربية الحديثة: (دمشق، منشورات جامعة دمشق، ١٩٩٦).
- بحري حسن عبدالله؛ علاقة بعض مظاهر الانتباه بأهم المهارات الاساسية بكرة القدم (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صلاح الدين، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٩).
- جنان سعيد الرحو؛ أساسيات في علم النفس، ط١: (جامعة الموصل، الدار العربية للعلوم، ٢٠٠٥).
- حلمي المليجي؛ علم النفس المعاصر، ط٨: (بيروت، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، ٢٠٠٠).
- رابحة حسن عباس؛ نسبة مساهمة مظاهر الانتباه والتصور العقلي في التقدير الكمي للحركات الإيقاعية لطالبات كلية التربية الرياضية: (بحث منشور، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الاول، المجلد الرابع، ٢٠١١).
- زاهر حسين شاكر النقي؛ تقنين اختبار الذكاء المنطومي (TSIS) لروثمان على طلاب التربية الخاصة بجامعة ام القرى: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ام القرى، كلية التربية، قسم علم النفس، ٢٠١٤).
- سبهان محمود احمد الزهيري؛ معايير تقويم بعض مظاهر الانتباه لدى لاعبي التنس (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٦).
- سعيد نزار سعيد؛ أثر تمرينات لتطوير الادراك الحس - حركي وبعض مظاهر الانتباه في اداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة اليد (اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة السليمانية، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٩).
- صلاح الدين محمود علام؛ القياس والتقويم التربوي والنفسى: اساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٢).

- عامر سعيد الخيكاني، وآخرون؛ علم النفس الرياضي، ط١: (النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، ٢٠١٥).
- عبدالرحمن بن عبدالله النفيعي؛ تقنين اختبار رافن للمصفوفات المتتابعة المتقدم على طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية بمنطقة مكة المكرمة: (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة ام القرى، ٢٠٠١).
- عصام النمر؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية الخاصة (الاردن، دار البازوري، ٢٠٠٨).
- علي سموم الفرطوسي وآخرون؛ القياس والاختبار والتقويم في المجال الرياضي (بغداد، مطبعة المهيم، ٢٠١٤).
- فاخر عاقل؛ علم النفس، ط٧: (بيروت، دار العلم للملايين، ١٩٨١).
- فؤاد ابو حطب وآخرون؛ التقويم النفسي، ط٣: (القاهرة، الانجلو المصرية، ١٩٨٧).
- كاظم جابر أمير؛ الأختبارات والقياسات الفسيولوجية في المجال الرياضي. ط١ (الكويت، دار الحرية، ١٩٩٧).
- كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون؛ القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد - نظريات وتطبيقات، ط١: (القاهرة، دار الكتاب للنشر، ٢٠٠٢).
- محمد حسن علاوي؛ علم النفس المدرب والتدريب الرياضي، ط١: (القاهرة، دار المعارف، ١٩٩٧).
- محمد حيدر سليمان؛ دراسة بعض مظاهر الانتباه لدى لاعبي الالعاب الفردية والجماعية (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٥).
- محمد عبدالسلام احمد؛ المقياس النفسي التريوي، ط٢، المجلد ١: (القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٨١).
- مروان عبد المجيد ابراهيم؛ الاسس العلمية والطرق الاحصائية للأختبار والمقاييس في التربية الرياضية: (المملكة الاردنية، عمان، دار الفكر، ١٩٩٩).
- Kinkendll DR, et al; Measurement & evaluation for physical educators, 2th cdil : (Humanki _netics publishers, Inc, 1987.
- Elizabeth A.Styles; THE PSYCHOLOGY OF ATTENTION (Buckingham- shire College, Bucks, UK, The Taylor & Francis e-Library, 2005).

الملحق (١)

الاستبيان المعروض على أسادة الخبراء

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

استبيان آراء السادة ذوي الاختصاص حول تحديد اختبارات مهاتي (المناولة والتهديف)

المقرونة ببعض مظاهر الانتباه على لاعبي كرة القدم للصالات

الاستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة:

في النية اجراء البحث الموسوم:

(تقنين بعض اختبارات مهاتي المناولة والتهديف المقرونة ببعض مظاهر الانتباه على

لاعبي كرة القدم للصالات)

- تقنين اختبار التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أداءها على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى المصممة للاعبي كرة اليد على لاعبي كرة القدم للصالات.

- وضع جداول ومستويات معيارية لاختبار التهديف لشكل المرمى المقنن على لاعبي كرة القدم للصالات.

الانتباه (حجم، توزيع، تحويل الانتباه) للاعبين.

عينة البحث: لاعبي اندية العراق للدرجة الممتازة بكرة القدم للصالات.

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال يرجى:

- اختيار اختباراً واحداً تروونه مناسباً.
- وضع علامة (√) في المربع المناسب.
- اجراء التعديل المناسب على أي اختبار تروونه مناسباً.

مع خالص الشكر والتقدير...

الاسم الثلاثي	الجامعة/الكلية		
الاختصاص الدقيق	تاريخ الحصول على اللقب العلمي		
الشهادة	التوقيع		
اللقب العلمي	التاريخ		

الباحثان

أ.د. عبدالمنعم احمد جاسم

محمد خليل ابراهيم

الاختبار الأصلي

لمهارة التهديف

اختبار التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أدائها على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى^(١).

- الهدف من الاختبار:

قياس (حجم و توزيع و تحويل) الانتباه في اداء التصويب.

- المكان: قاعة داخلية.

- الادوات:

كرة يد قانونية وقطعة قماش يرسم عليها هدفان بالمواصفات القانونية أي (٣×٢) م تعلق على الحائط ، و (٣٠) مستطيل داخل الهدف (أ) بواقع (٦×٥) أي مايعادل (٦) مستطيلات في السطر الواحد، ويبلغ ارتفاع المستطيل (٤٠) سم و بعرض (٥٠) سم، ثم داخل كل مستطيل يرسم شكل معين وتعاد الأشكال ال (٦) في السطر الثاني والثالث والرابع والخامس ولكن بشكل عشوائي، وكذلك الحال نفسه بالنسبة للهدف (ب) المجاور للهدف (أ) علماً بأن الهدفين لا يتشابهان في تحديد الاشكال في السطورو يكرر الشكل الواحد (٥) مرات في الهدف الواحد، شكل (٦) (٧).

- المحكمون:

يكون عدد المحكمين في هذا الاختبار (٣) أشخاص وواجباتهم تكون كما يأتي: أحد المحكمين بيده ساعة توقيت (°) وصافرة، والمحكم الثاني بيده الورقة التي فيها الأشكال سلفاً والتي يقرأها للاعبين في كل مظهر من المظاهر الثلاثة: (الحجم و التحويل و التوزيع)، ومحكم يؤشر فقط (ناجح - فاشل) عند تمكن اللاعب من ضرب الشكل أو عدم تمكنه.

- طريقة الاداء:

يقوم اللاعب بأداء التصويبات من مستوى الرأس ومن الثبات وعلى بعد (٧) أمتار على الهدف (أ) ثم الهدف (ب):

١- تطبيق مظهر (حجم الانتباه): يقف اللاعب خلف الخط المحدد وهو (٧) أمتار وعندما يذكر المحكم الشكل، يبدأ اللاعب بالتصويب على شكل (النجمة مثلاً) - ملحق (١) - والذي يشير له المحكم مسبقاً قبل بدأ الاختبار، اذ يكون التصويب على (النجمة) التي تبدأ تباعاً من السطر الاول والذي يمثل أعلى المرمى وحتى النجمة الموجودة في السطر الاخير (أسفل

(١) سعيد نزار سعيد؛ مصدر سبق ذكره، ص ٦٠.
(*) يستخدم التوقيت للتمويه على اللاعب كي يؤدي بأسرع ما يمكن.

المرمى)، ثم ينتقل الى المرمى الثاني مباشرة ويصوب على شكل (النجمة) أيضاً، أي ان كل لاعب يصوب (١٠) كرات نحو الهدفين. و يشرح للاعب كيفية أداء الاختبار من قبل المحكم قبل بدء اللاعب بالتصويب على الهدفين.

٢- تطبيق مظهر (تحويل الانتباه): يقف اللاعب خلف الخط المحدد وهو (٧) أمتار وعندما يذكر المحكم الشكل، ويبدأ اللاعب بالتصويب على الشكل المحدد الذي يشير له المحكم مسبقاً قبل بدأ الاختبار وكذلك الذي يشير له أثناء الاداء، اذ يعطى الابعاز لكل سطرين بتغيير الشكل من قبل المحكم ويكون التصويب على (٥) أشكال مختلفة ،وعلى سبيل المثال يبدأ التصويب على (المستطيل) تبعاً من السطر الاول والثاني ثم على (النجمة) في السطرين الثالث والرابع ثم التصويب على (المربع) في السطر الخامس والاول لهدف (ب) ثم التصويب على (الدائرة) في سطر الثاني والثالث ثم التصويب على (المثلث) في السطر الرابع والخامس، أي ان كل لاعب يصوب (١٠) كرات نحو الهدفين.

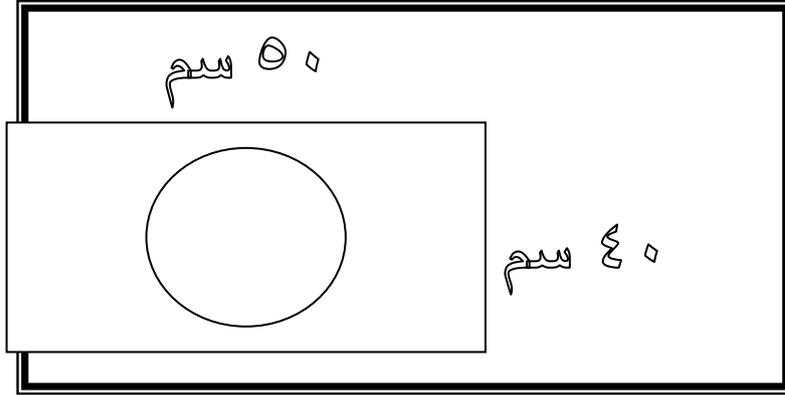
٣- تطبيق مظهر (التوزيع الانتباه): يقف اللاعب خلف الخط المحدد وهو (٧) أمتار وعندما يذكر المحكم الشكلين، ويبدأ اللاعب بالتصويب على (شكلين محددين) -ملحق(١)- والذي يشير له المحكم مسبقاً قبل بدأ الاختبار، فمثلاً يبدأ التصويب على الشكلين (سداسي الاضلاع و المثلث) تبعاً من السطر الاول والذي يمثل أعلى المرمى وحتى (سداسي الاضلاع و مثلث) الاخير أسفل المرمى، ثم ينتقل الى المرمى الثاني مباشرة ويصوب على شكل (سداسي الاضلاع و المثلث) أيضاً، أي يصوب كل لاعب (٢٠) كرة نحو الهدفين. و يشرح للاعب كيفية أداء الاختبار من قبل المحكم قبل بدء اللاعب بالتصويب على الهدفين، الشكل(٧).

- شروط الاداء:

- يتم الاداء بشكل سريع وفي حالة تعمد اللاعب في الاداء البطيء يوقف المحكم المحاولة ويطلب اعادتها مع تغيير الاشكال.
- يستخدم كرة واحدة في الاداء وتكون هناك كرة احتياطية ثانية في حالة ذهاب الكرة بعيداً عند ارتدادها.
- يقوم اللاعب بالاداء بوقوفه امام الهدف الاول ويقوم بالتصويب على الشكل المحدد، وعند انتهاء الواجب المطلوب من الهدف الاول مباشرةً يتحول الى امام الهدف الثاني.
- يتم الاداء من خلف ال(٧) أمتار ولا يجوز للاعب لمسه وفي حالة اللمس تتم اعادة المحاولة مع تغيير الشكل.

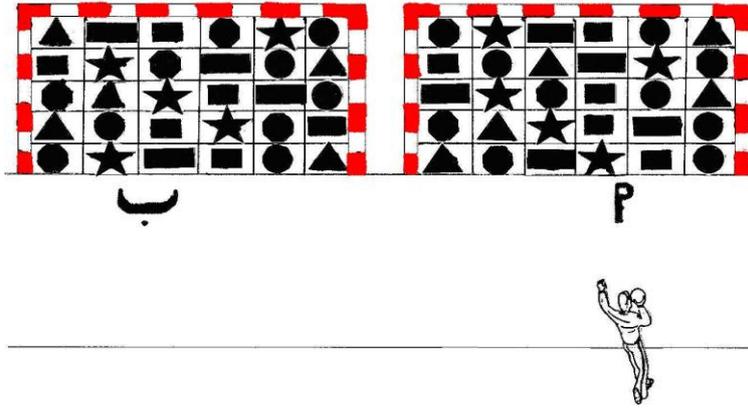
- التقويم:

- يكون التسجيل عن طريق احتساب عدد التصويبات الصحيحة (الناجحة) على الشكل المطلوب لكل مظهر من المظاهر الثلاثة.
- ويحصل اللاعب عند نجاحه على (١) درجة وعند عدم تمكنه يعطى (صفر) وهكذا يحصل على الدرجة المطلوبة للمظهر وكلما كانت الدرجة أعلى كلما كانت النتيجة أفضل.



شكل (٦)

يوضح المستطيل مع القياسات ويداخله احد الاشكال



شكل (٧)

التصويبة السوطية من مستوى الرأس التي تعتمد في أدائه على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى

الاختبارات المقترحة

لمهارة التهديد

(النموذج المقترح الاول)

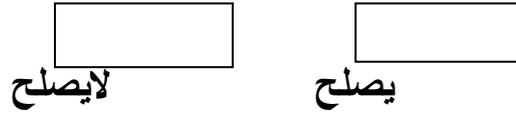
اختبار التهديف بباطن القدم الذي يعتمد في أدائه على

بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى

(النموذج المقترح الاول)

اختبار التهديف بباطن القدم الذي يعتمد في أدائه على

بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى



- الهدف من الاختبار:

قياس (حجم و توزيع و تحويل) الانتباه في اداء التصويب.

- المكان: قاعة داخلية.

- الادوات:

كرات قدم قانونية وقطعة قماش يرسم عليها هدفان بالمواصفات القانونية أي (٣×٢) م تعلق على الحائط ، ومستطيل داخل الهدف (أ) (٣٠) بواقع (٥×٦) أي مايعادل (٦) مستطيلات في السطر الواحد، ويبلغ ارتفاع المستطيل (٤٠) سم و بعرض (٥٠) سم، ثم داخل كل مستطيل رقم معين وتعاد الأرقام ال (٦) في السطر الثاني والثالث والرابع والخامس ولكن بشكل عشوائي، وكذلك الحال نفسه بالنسبة للهدف (ب) المجاور للهدف (أ) علماً بأن الهدفين لا يتشابهان في تحديد الارقام في السطور ويكرر الرقم الواحد (٥) مرات في الهدف الواحد وتكون غير ملونة ، شكل (٨) (٩).

- المحكمون:

يكون عدد المحكمين في هذا الاختبار (٣) أشخاص وواجباتهم تكون كما يأتي: أحد المحكمين بيده ساعة توقيت (°) وصافرة، والمحكم الثاني بيده الورقة التي فيها الأرقام سلفاً والتي يقرأها اللاعبين في كل مظهر من المظاهر الثلاثة: (الحجم و التحويل والتوزيع)، ومحكم يؤشر فقط (ناجح - فاشل) عند تمكن اللاعب من ضرب الرقم أو عدم تمكنه.

- طريقة الاداء:

(*) يستخدم التوقيت للتمويه على اللاعب كي يؤدي بأسرع ما يمكن.

يقوم اللاعب بأداء تهديف بباطن القدم ومن الثبات وعلى بعد (٧) أمتار على الهدف (أ) ثم الهدف (ب):

١ - **تطبيق مظهر (حجم الانتباه):** يقف اللاعب خلف الخط المحدد وهو (٧) أمتار وعندما يذكر المحكم الرقم، يبدأ اللاعب بالتهديف على الرقم (٢) مثلاً) والذي يشير له المحكم مسبقاً قبل بدأ الاختبار، اذ يكون التهديف على (٢) الذي يبدأ تباعاً من السطر الاول والذي يمثل أعلى المرمى وحتى الرقم ٢ الموجود في السطر الاخير (أسفل المرمى)، ثم ينتقل الى المرمى الثاني مباشرة ويهدف على الرقم (٢) أيضاً، أي ان كل لاعب يهدف (١٠) كرات نحو الهدفين. و يشرح للاعب كيفية أداء الاختبار من قبل المحكم قبل بدء اللاعب بالتهديف على الهدفين.

٢ - **تطبيق مظهر (تحويل الانتباه):** يقف اللاعب خلف الخط المحدد وهو (٧) أمتار وعندما يذكر المحكم الرقم، ويبدأ اللاعب بالتهديف على الرقم المحدد الذي يشير له المحكم مسبقاً قبل بدأ الاختبار وكذلك الذي يشير له أثناء الاداء، اذ يعطى الايعاز لكل سطرين بتغيير الرقم من قبل المحكم ويكون التهديف على (٥) أرقام مختلفة، وعلى سبيل المثال يبدأ التهديف على (٣) تباعاً من السطر الاول والثاني ثم على (٦) في السطرين الثالث والرابع ثم التصويب على (٥) في السطر الخامس والاول لهدف (ب) ثم التهديف على (٢) في سطر الثاني والثالث ثم التهديف على (٤) في السطر الرابع والخامس، أي ان كل لاعب يهدف (١٠) كرات نحو الهدفين.

٣ - **تطبيق مظهر (التوزيع الانتباه):** يقف اللاعب خلف الخط المحدد وهو (٧) أمتار وعندما يذكر المحكم الرقمين، ويبدأ اللاعب بالتهديف على (الرقمين المحددين) والذي يشير له المحكم مسبقاً قبل بدأ الاختبار، فمثلاً يبدأ التهديف على الرقمين (٦ و٢) تباعاً من السطر الاول والذي يمثل أعلى المرمى وحتى (٦ و٢) الاخير أسفل المرمى، ثم ينتقل الى المرمى الثاني مباشرة ويهدف على الرقمين (٦ و٢) أيضاً، أي يهدف كل لاعب (٢٠) كرة نحو الهدفين. و يشرح للاعب كيفية أداء الاختبار من قبل المحكم قبل بدء اللاعب بالتهديف على الهدفين، الشكل (٩).

- شروط الاداء:

- يتم الاداء بشكل سريع وفي حالة تعمد اللاعب في الاداء البطيء يوقف المحكم المحاولة ويطلب اعادتها مع تغيير الارقام.

- يستخدم خمسة كرات في الاداء

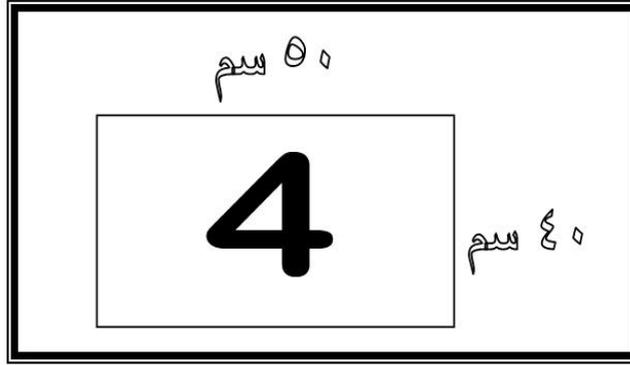
- يقوم اللاعب بالاداء بوقوفه امام الهدف الاول ويقوم بالتهديف على الرقم المحدد، وعند انتهاء الواجب المطلوب من الهدف الاول مباشرةً يتحول الى امام الهدف الثاني.

- يتم الاداء من خلف الـ(٧) أمتار ولا يجوز للاعب لمسه وفي حالة اللمس تتم اعادة المحاولة مع تغيير الرقم.

- التقويم:

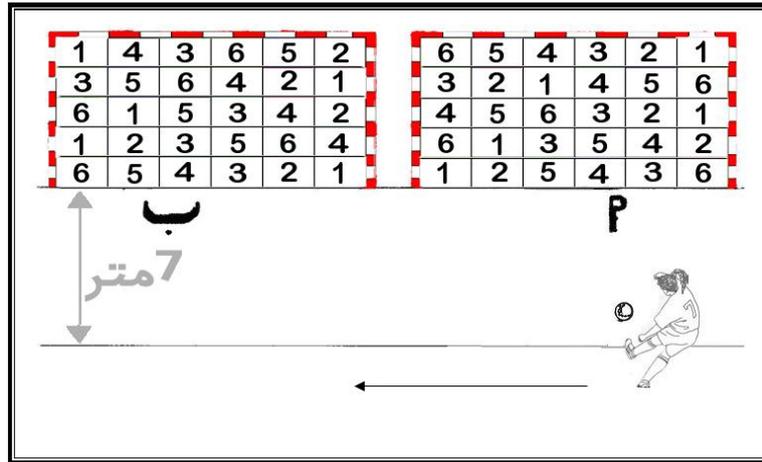
- يكون التسجيل عن طريق احتساب عدد الاهداف الصحيحة (الناجحة) على الرقم المطلوب لكل مظهر من المظاهر الثلاثة.

- ويحصل اللاعب عند نجاحه على (١) درجة وعند عدم تمكنه يعطى (صفر) وهكذا يحصل على الدرجة المطلوبة للمظهر وكلما كانت الدرجة أعلى كلما كانت النتيجة أفضل.



شكل (٨)

يوضح المستطيل داخل شكل المرمى مع القياسات



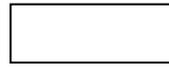
شكل (٩)

اختبار التهديف بباطن القدم التي تعتمد في أدائه على بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى

(النموذج المقترح الثاني)

اختبار التهديف بباطن القدم الذي يعتمد في أدائه على

بعض مظاهر الانتباه لشكل المرمى



لا يصلح

يصلح

لا يختلف عن الاختبار الاول سواء أن الارقام ملونة

ملحق (٢)

أسماء أسادة الخبراء والمختصين

ت	اللقب العلمي والاسم الثلاثي	الأختصاص	مكان العمل
١	أ.د ثيلا م يونس علاوي	قياس وتقويم- كرة قدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الموصل
٢	أ.د فائن محمد رشيد	قياس وتقويم- كرة طائرة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت
٣	أ.د عبدالودود أحمد خطاب	علم النفس الرياضي – كرة سلة	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت
٤	أ.د علي سموم الفرطوسي	قياس وتقويم	كلية التربية الاساسية- جامعة المستنصرية
٥	أ.د فداء أكرم سليم	طرائق تدريس- كرة قدم صالات	كلية التربية الرياضية – جامعة صلاح الدين/اربيل
٦	أ.م.د مجيد خدا يخش أسد	قياس وتقويم- كرة القدم للصالات	كلية التربية الرياضية- جامعة السليمانية
٧	أ.م.د سامان حمد سلمان	فلسجة تدريب- كرة قدم	كلية التربية الرياضية – جامعة صلاح الدين/اربيل
٨	أ.م.د الان قادر رسول	علم النفس الرياضي – كرة قدم	كلية التربية الرياضية – جامعة صلاح الدين/اربيل
٩	أ.م.د جاسم عباس علي	علم النفس الرياضي – كرة قدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة تكريت
١٠	أ.م.د سعيد نزار سعيد	علم النفس الرياضي – كرة يد	كلية التربية الرياضية – جامعة

ملحق (٣)
فريق العمل المساعد

ت	الأسم الثلاثي	الشهادة	مكان العمل
١	ميثم عبدالرضا محمد	بكلوريوس تربية رياضية	طالب ماجستير - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت
٢	عبدالرزاق ابو الهيل لابل	بكلوريوس تربية رياضية	مدرب نادي غاز الشمال الرياضي
٣	مصطفى عبدالكريم مهدي	دبلوم فني	-
٤	جمال حميد شاهين	إعدادية	مدرب نادي النجدة الرياضي
٥	امير سعد عبدالباقي	إعدادية	طالب مرحلة رابعة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت

ملخص البحث

تأثير استخدام تمارين بدنية خاصة في الماء لتعلم الأداء الفني لسباحة الصدر للطلبات .

السيدة : خلود إبراهيم عواد

تهدف الدراسة التعرف على تأثير المنهج التعليمي باستخدام تمارين بدنية خاصة في الماء لتعلم الأداء الفني لسباحة الصدر ، تم اجراء الدراسة على عينة من طالبات المرحلة الرابعة بكلية التربية الرياضية / جامعة السليمانية ٢٠١٤-٢٠١٥ ، بلغ عدد افراد العينة (٢٠) طالبة وزعت على مجموعتين ضابطة وتجريبية وبواقع عشر طالبات لكل مجموعة تم تحقيق تجانس افراد العينة بمتغيرات الطول والكتلة والعمر وباستخدام معامل الالتواء وكذلك تكافؤ مجموعتي البحث في بعض المهارات في السباحة ، أجريت الاختبارات القبليّة على مجموعتي البحث ثم طبقت التمرينات البدنية الخاصة في الماء على المجموعة التجريبية فقط ولمدة (٤) اسابيع وبواقع ثلاث وحدات في الاسبوع ويزمن (٩٠) دقيقة لكل وحدة ، بعدها تم اجراء الاختبارات البعدية ومن ثم معالجة البيانات احصائيا بـ (SPSS) ، استنتجت الباحثة ان التمرينات البدنية الخاصة المقترحة اثرت بمستوى الاداء الفني لسباحة الصدر ، واوصت الباحثة بضرورة استخدام التمرينات البدنية الخاصة في الماء في كافة انواع السباحة .

Abstract

**The Effect Of Using Special Physical Exercises In The Water On Learning Breaststroke Artistic Performance for Female Students
Khlood Ibrahim Awad .**

The Aims of The Study Identifying the effect of the teaching program using special physical exercises in the water on learning the artistic performance in breaststroke in female students , The researcher used the experimental method. The subjects were (20) forth year female students of physical education college/University of Slaymania for the academic year 2014 - 2015. The subjects were divided into experimental group and controlling group. The experimental group used the special physical exercises in the water while the controlling group followed the traditional teaching method. The researcher used the experimental method using a teaching program for learning the artistic performance of breaststroke. The experiment lasted for four weeks with three teaching sessions per week making a total of 12 teaching sessions for each group.

The experiment was executed in the period from 4/4/2015 till 5/5/2014, The data was collected, displayed and analyzed using proper statistical methods especially SPSS , the researcher came up with many conclusions the effect of special physical exercises in learning the artistic performance of breaststroke , and recommended Using special physical exercises in the water in learning the artistic performance of breaststroke in all curricula of physical education colleges for female students .

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة واهمية البحث :

السباحة هي إحدى أنواع الرياضات المائية الهامة والتي تستغل الوسط المائي كوسيلة للتحرك خلاله عن طريق كل من حركات الذراعين والرجلين والجذع بغرض الارتقاء بكفاءة الإنسان البدنية والمهارية والنفسية والاجتماعية والعقلية .

وتعد رياضة السباحة اليوم من بين الفعاليات والرياضات الأكثر شمولاً وانتشاراً في دول العالم لكونها تحتل مكانة بارزة في الدورات العالمية والاولمبية ، ويذكر (أبو العلا احمد ، ١٩٩٤) " بان السباحة رسالة وواجب إلزامي على كل فرد أن يتعلمها ويعلمها لغيره ، حيث تمكنه من المحافظة على حياته وإنقاذ الآخرين من الغرق"^(١).

فهي من الفعاليات الرياضية التي يمكن أن تمارس من قبل كافة أفراد المجتمع ومن كلا الجنسين (ذكورا وإناث) وفي مختلف مراحل العمر مما يعطيها أهمية متميزة عن باقي الرياضات الأخرى إذ تعطي الجسم الكثير من المقاومة ضد الأمراض بالإضافة إلى الجانب الترويحي الذي يبعد الإنسان عن المحيط العملي الذي يعيش فيه^(٢) .

ان تعلم السباحة يبدأ من خلال تعلم المبادئ والمهارات الأساسية وإتقانها ، لذا يتطلب اختيار التمرينات البدنية الخاصة المناسبة والتي تحقق الهدف بأقل وقت .

" وتعد طريقة سباحة الصدر واحدة من أبطأ طرائق السباحة الاولمبية حيث يعود ذلك إلى وضع الجسم الذي يتغير من الوضع الأفقي الى الوضع المائل مما يزيد من المقاومة التي تعيق انسيابية الجسم ويتطلب ذلك جهداً اكبر للتغلب على تلك المقاومات" ومما لاشك فيه أن الجهد البدني المبذول يتطلب اختيار مجموعة من التمرينات البدنية الخاصة والمناسبة في مراحل تعلم سباحة الصدر حيث أنها تساعد السباح على التخلص من التوتر وتزيل التعب والإجهاد وتحافظ

١- أبو العلا احمد ؛ المهارات الأساسية لتعليم السباحة ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤) ص ١١ .
٢- علي زكي ، (وآخرون) ، السباحة تكنيك - تعليم - تدريب - إنقاذ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٢) ص ٣ .

على طاقته وتحسن كفاءة الجهاز الدوري التنفسي مع تنمية قدرة السباح على استخدام المجموعات العضلية الضرورية واسترخاء المجموعات الغير ضرورية^(٣).
ومن خلال ما تقدم تتجلى أهمية البحث باستخدام التمرينات البدنية الخاصة وتأثير هذه التمرينات في تعلم سباحة الصدر بوصفها جزءاً أساسياً من الوحدة التعليمية وليست جزءاً مكملها .

٢-١ مشكلة البحث :

لكون الباحثة كانت طالبة في كلية التربية الرياضية ومن خلال ممارستها للمهارة ومتابعتها وملاحظتها لأداء الطالبات في المسبح ، لاحظت وجود مشكلة تكمن في ضعف تنفيذ الأداء الفني للمهارة قيد الدراسة ، مما حدا بالباحثة إلى دراسة هذه المهارة للوصول بالأداء إلى الأفضل من خلال برنامج تعليمي مقترح باستخدام (تمارين بدنية خاصة في الماء) ، والوصول إلى الإجابة عن التساؤل الآتي :

- هل لاستخدام التمارين البدنية الخاصة في الماء اثر في تعلم الأداء الفني لسباحة الصدر للطالبات ؟

٣-١ أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

١- التعرف على تأثير المنهج التعليمي باستخدام تمارين بدنية خاصة في الماء لتعلم الأداء الفني لسباحة الصدر.

٤-١ فروض البحث :

افتترضت الباحثة ما يأتي :-

١- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمنهج التعليمي المقترح باستخدام التمارين البدنية الخاصة لتعلم الأداء الفني لسباحة الصدر ولصالح الاختبار البعدي .

٢- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعديين لمجموعتي البحث لتعلم الأداء الفني لسباحة الصدر ولصالح المجموعة التجريبية .

٥-١ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري :- طالبات المرحلة الرابعة - كلية التربية الرياضية - جامعة السليمانية للعام الدراسي (٢٠١٤ - ٢٠١٥) .

١-٥-٢ المجال الزمني :- من ٢٤ - ٣ - ٢٠١٥ لغاية ٥ - ٥ - ٢٠١٥ .

٣- فرقد عبد الجبار كاظم ؛ تأثير تمرينات خاصة بالاسترخاء في تطوير انجاز سباحة ٢٠٠٠ م منوع فردي: (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٠) ص ٢٩ .

٣-٥-١ المجال المكاني :- حوض السباحة المغلق - كلية التربية الرياضية - جامعة
السليمانية

١-٢ الدراسات النظرية :

١-١-٢ ١-٢-١ تمارين الماء :

تزايد الوعي وانتشر الاعتقاد بفوائد وقيم تمارين الماء ، فهي تعتبر الآن واحدة من احدث الطرق على مستوى العالم اجمع حيث تعمل كطب وقائي وعلاج طبيعي في مواجهة في العديد من علاج حالات الإصابة أو التأهيل بعد الإصابة أو الجراحة أو اللياقة العامة للصحة وإنقاص الوزن والرشاقة ^(١) ، وتعد هذه التمارين مفيدة جدا لمختلف أنواع الرياضة على الرغم من قلة استخدامها اذ من النادر ما نجد وحدات تعليمية تتضمن هذه التمارين ، ويمكن تنفيذها في البحيرات والأنهار وكذلك المسابح وتكون دائما ممتعة وتجلب الفائدة للاعبين من خلال أشكالها المختلفة في العملية التعليمية وكثير من الاختصاصين يوصون بتمارين الماء ^(٢).

٢-١-٢ ٢-١-٢ سباحة الصدر

تعتبر سباحة الصدر احد أنواع السباحة ومن أقدم طرق السباحة التي مارسها الإنسان ، وقد أدخلت إلى فعاليات الألعاب الاولمبية في عام ، وقد اعتبرها (Marti and Bill , 1989) " بأنها سباحة الرشاقة وخطوة البراعة ، وهي السباحة المنفردة في أن تكون ضربات الذراعين تحت الماء وهي لا تستخدم فقط خلال المنافسة ولكنها مهمة في أنها تلعب دورا مهما جدا في إنقاذ الحياة وتعتبر هي السباحة المريحة " ^(٣) .

١-٢-١-٢ ١-٢-١-٢ الاداء الفني لسباحة الصدر :

وفيما يلي وصف الأداء الحركي لسباحة الصدر ^(٤) :

١- وضع الجسم :

يكون وضع الجسم أفقيا قليلاً وبنسبة اكبر من ميلان الجسم ي السباحة الحرة ، مع عدم رفع الرأس عالياً حتى لا يتسبب في هبوط الرجلين إلى الأسفل ، ويكون مستوى الماء أعلى الأنف عند الحاجبين .

٢- ضربات الرجلين :

وتؤدي ضربات الرجلين بطريقة الدفعة الضيقة بأوسع الكتفين تقريباً ، وتبدأ بثني الركبتين ، وسحب العقبين لأعلى ، وعند ثني الركبتين يكون الساقان أفقيين ومفردتين تحت سطح الماء

١- خيرية إبراهيم السكري ، محمد جابر بريقع ؛ تمارين الماء ، تأهيل - علاج - لياقة ، ط ١ ، (الإسكندرية ، مطبعة نور الإسلام ١٩٩٩) ص ٢
٢- أنا اسكارود يموفيا ، (ترجمة) ، هاشم ياسر حسن ؛ الموسوعة التطبيقية للألعاب الرياضية ، ج ٣ ، ط ١ ، (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٨) ص ١٠١ .
3- Martin ,Collis and Bill Kirchoff , Swimming , Allyh and Bacon , Inc . Boston , 1984 ,p .50

4- فيصل رشيد عياش ؛ رياضة السباحة ، (الموصل ، بيت الحكمة ، ١٩٨٩) ، ص ١١٧ .

مباشرةً والعقبان قرب المقعدة وتكون القدمان مفتوحتين للخارج تماماً ، تبدأ مرحلة الدفع بدفعة قوية للخلف والخارج بقوة وبسرعة وضم الرجلين في نهاية حركة الدفع حتى تصل الساقان في وضع أفقي وممدودتين تماماً .

٣- ضربات الذراعين :

تبدأ مرحلة الشد بعد مد الذراعين أماماً وبعمق يتراوح ما بين (١٥-٢٠) سم ، عندها يتم توجيه الكفين للخارج وانشاء المرفقين ويستمر الذراعان في الشد حتى وصول الكفين عموديتين تحت الكتف عندها تبدأ مرحلة الدفع بالكفين والمرفقين بحركة دفعة سريعة للخلف عندها تقترب اليدين بسرعة من الصدر حيث تبدأ الحركة الرجوعية بمد الذراعين في حركة مد للأمام مع استدارة الكفين حتى تصلان في نهاية المد إلى وضع راحة اليدين إلى الأسفل ^(١).

٤- التنفس :

يتم أخذ الشهيق في أثناء مرحلة الدفع بالذراعين ، بحيث يكون الذقن ملامساً لسطح الماء ، وفي أثناء نهاية مرحلة الشد بالذراعين والانزلاق مع مد الذراعين أمام الرجلين خلفاً يتم خفض الرأس تحت سطح الماء عند مستوى مفرق الشعر طرح الزفير ، ويؤخذ التنفس مرة كل ضربه أو ضربتين للذراعين ^(٢) .

٥- التوافق :

يوجد ثلاث طرق توقيت أداء ضربات الرجلين والذراعين وهي ^(٣) :-

الطريقة المستمرة : وفيها تؤدي ضربات الذراعين متماتلتين مع حركة الدفع لرجلين معاً .
طريقة الانزلاق : تظهر في أداء السباح فترة قصيرة للانزلاق بعد أكمال حركة مد الذراعين وحركة لدفع الكراجية بالرجلين .
طريقة التداخل : وفيها تبدأ الذراعان حركتهما الشد والدفع في أثناء حركة ضم الرجلين للداخل في نهاية حركة الدفع .

٢-٢ الدراسات السابقة :

٢-٢-١ دراسة حيدر عبد الصاحب (٢٠٠٠) ^(٤) :

" تأثير تمارين بعد التعلم على تطوير الأداء الفني والجهود والاحتفاظ في سباحة الصدر " هدفت الدراسة إلى :

١- محمد سيد علي رحيم ، ناهده رسن سكر ؛ السباحة لطلاب كليات التربية الرياضية (البصرة ، دار الحكمة ، ١٩٨٨) ص ١١٤ .
٢- أسامة كامل راتب ، علي محمد زكي ؛ الأسس العلمية للسباحة - تدريب - تخطيط - برامج تحليل حركي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨) ص ٢٤٢ .
٣- أبو العلا احمد عبد الفتاح ؛ تدريب السباحة للمستويات العليا ، ط ١ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤) ص ١٩ .

٤- حيدر عبد الصاحب عليوي العبيدي ؛ تأثير تمارين بعد التعلم على تطور الأداء الفني والجهود والاحتفاظ في سباحة الصدر : رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، (٢٠٠٠) .

- التعرف على تأثير تمارين بعد التعلم على تطور المستوى والاحتفاظ والجهد في سباحة الصدر.

- التعرف على الفرق بين تأثير استخدام حركات مهارية جديدة لفعالية ثانوية وبدونها في تمارين بعد التعلم على تطور الأداء الفني والجهد والاحتفاظ في سباحة الصدر ، طبقت الدراسة على عينة من (٣١) طالبا من المرحلة الأولى لكلية التربية الرياضية / جامعة بغداد بأعمار (١٩ - ٢١) سنة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، تم تقسيمهم ثلاثة مجاميع (مجموعتان تجريبيتان ومجموعة ضابطة) ، استغرق تنفيذ المنهج التعليمي على (٨) وحدة تعليمية بمعدل (٢) وحدة في الاسبوع ولمدة (٤) أسابيع .

وقد استنتج الباحث :

- تأثير تمارين بعد التعلم على تطور الأداء الفني والجهد والاحتفاظ في سباحة الصدر .
- استخدام تمارين بعد التعلم بدون إدخال حركات مهارية جديدة هو أفضل في تطوير الأداء الفني والجهد والاحتفاظ في سباحة الصدر .

3- منهج البحث واجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث " لان المنهج التجريبي هو المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر "(١).

٣-٢ مجتمع البحث وعينه :

تكون مجتمع البحث من طالبات المرحلة الرابعة / كلية التربية الرياضية / جامعة السليمانية للعام الدراسي ٢٠١٤ / ٢٠١٥ والبالغ عددهن (٣٠) طالبة تم اختيارهن بالطريقة العمدية موزعات على شعبتين (أ ، ب) ، أما عينة البحث فقد تم اختيارهن بالطريقة العشوائية وتكونت من (٢٠) طالبةً يمثلن نسبة (٦٦%) من مجتمع الأصل . قسمت إلى مجموعتين الأولى تجريبية متمثلة بشعبة (أ) والثانية ضابطة متمثلة بشعبة (ب) وبواقع (١٠) طالبة في كل مجموعة ، بعد أن استبعدت الباحثة عددا من أفراد عينة البحث وهم :

- (٨) طالبة للتجارب الاستطلاعية .

- (٢) المصابات .

والجدول (١) يبين ذلك :

١- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب ؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩) ص ٢١٧ .

مجموعة البحث وحجم العينة والأسلوب المستخدم في التدريس

الشعبة	المجموعة	العدد الكلي	المستبعدون	حجم العينة	الأسلوب التدريسي
أ	التجريبية	١٧	٧	١٠	استخدام تمارين بدنية خاصة
ب	الضابطة	١٣	٣	١٠	اسلوب التدريس الاعتيادي
المجموع		٣٠	١٠	٢٠	

٣-٣ تجانس وتكافؤ عينة البحث :

قامت الباحثة بالتحقق من تجانس المجموعتين من حيث العمر والكتلة والطول وتم التحقق من التكافؤ في بعض الاختبارات المهارية للسباحة والتي تؤثر في تعلم مهارة السباحة قيد البحث والتي تم تحديدها من قبل ذوي الخبرة والاختصاص في مجال مادة السباحة في الملحق رقم (٤) ، من اجل ضبط هذه المتغيرات والجدولين (٢) و (٣) يبينان ذلك .

الجدول (٢)

تجانس عينة البحث بمعامل الالتواء في متغيرات كتلة الجسم والعمر وبعض الاختبارات المهارية للسباحة

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الكتلة	كغم	٦٤,٥٥٠	٦٥,٠٠٠	٣,٩١٣	١,٠٠٣
الطول	سم	١٦٦,٤٥٠	١٦٥,٥٠٠	٥,٧٩٩	١,٩٤٨
العمر	سنة	٢٣,٠٥٠	٢٣,٠٠٠	١,٠٩٩	٠,٦٣٦-
الطفو المتكور	درجة	٥٤,٥٠٠	٥٦,٥٠٠	٥,٤٧٢	٠,٧٩٤-
الطفو الثابت	درجة	٢٤,٢٥٠	١٥,٠٠٠	٣٤,٥٢٨	٢,٨٦٥
الطفو المتحرك	درجة	١٨,٠٠٠	١٧,٥٠٠	٣,٥٩١	١,٩٨٠

حجم العينة الكلي (٢٠).

من الجدول (٢) يتبين :

إنَّ قيم معامل الالتواء كلها انحصرت بين الطبيعية لمعامل الالتواء (± 3) مما يدل على تماثل توزيع عينة البحث الأمر الذي يحقق تجانس عينة البحث في متغيرات كتلة الجسم والعمر والطول والاختبارات المهارية .

الجدول (٣)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق لمتغيرات كتلة الجسم والعمر والطول وبعض الاختبارات المهارية المختارة بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار التكافؤ

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س			
الكتلة	كغم	٣.٩٧٢	٦٤.٥٥٥	٣.٤٤٦	٦٣.١٠٠	١,٧٤٤	٠,٠٩٨	عشوائي
الطول	سم	٨.٠٠٣	١٦٦.٤٥٠	٢.٦٣٥	١٦٦.٥٠	٠.٠٣٨	٠.٩٧٠	عشوائي
العمر	سنة	٢٣.١٠٠	٢٣.٠٠٠	١.١٥٥	١.١٠١	٠.١٩٨	٠.٨٤٥	عشوائي
الطفو المتكور	درجة	٥٤.٥٠٠	٥٤.٥٠٠	٥٤.٥٠٠	٥٤.٥٠٠	٠.٠٠٠	١.٠٠٠	عشوائي
الطفو الثابت	درجة	٢.٢٩٧	١٣.٠٠٠	٤٧.٢٢٦	٣٥.٥٠٠	١.٥٠٥	٠.١٥٠	عشوائي
الطفو المتحرك	درجة	٤.٥٩٥	١٨.٥٠٠	٢.٣٥٧	١٧.٥٠٠	٠.٦١٢	٠.٥٤٨	عشوائي
الأداء الفني	درجة	٠.٧٨٩	٢.٢٠٠	٠.٤٨٣	٢.٣٠٠	٠.٣٤٢	٠.٧٣٦	عشوائي

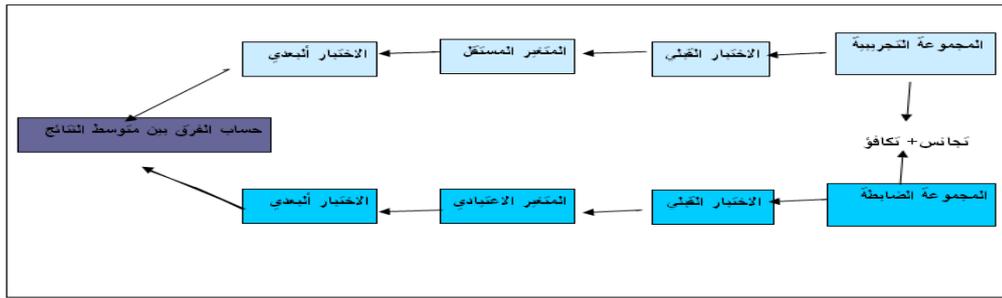
درجة الحرية (١٠+١٠-٢=١٨). معنوي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠.٠٥)

من الجدول (٣) يتبين:

عشوائية الفروق بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات كتلة الجسم والعمر والطول وبعض الاختبارات المهارية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) وأمام درجة حرية (١٨)، إذ ظهرت مستويات الخطأ كلها أكبر من (٠.٠٥)، مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات كتلة الجسم والعمر والطول والاختبارات المهارية .

٣ - ٤ التصميم التجريبي :

استخدمت الباحثة التصميم التجريبي الذي يطلق عليه التصميم التجريبي الحقيقي ذو الضبط المحكم والشكل (١) يوضح ذلك :



الشكل (١)

يوضح التصميم التجريبي

٣ - ٥ الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة في البحث :

إن " توفر مجموعة من الأجهزة والأدوات الضرورية لغرض استخدامها لحل المشكلة مهما كانت تلك الأدوات والتأكد من أن هذه الأدوات تلائم البحث لتحقيق الفروض"^(١) . وعليه استخدمت الباحثة الأجهزة والأدوات والوسائل التي ساعدتها على إجراء بحثها وهي كالآتي :

٣ - ٥ - ١ الأجهزة :

١- حاسبة (Lap Tob) نوع (Dell).

٢- ساعات توقيتية .

٣- ميزان الكتروني .

٤- مقياس الطول لقياس طول الطالبة بالسنتيمتر .

٣ - ٥ - ٢ الأدوات :

١- حوض السباحة المغلق .

٢- صافرة .

٣- عصا إنقاذ (٣) .

٤- طوافات فلينية .

٥- لوح .

٦- جوب .

٧- شريط قياس .

٣ - ٥ - ٣ وسائل جمع المعلومات :

١- المصادر العربية والأجنبية .

٢- المقابلات الشخصية مع أساتذة السباحة وخبرائها .

٣- استمارات الاستبيان .

٤- استمارة تقويم الأداء الفني .

٥- القوانين الإحصائية المستخدمة .

٣-٦ استمارة تقويم الأداء الفني

١- وجيه محبوب ؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩٣) ص ١٧٩ .

لغرض التعرف على تأثير التمرينات البدنية الخاصة على تعلم الأداء الفني لسباحة الصدر ، قامت الباحثة بالاستعانة باستمرار تقويم الأداء الفني لسباحة الصدر الملحق رقم (٢) والتي سبق أن اعدت وطبقت في دراسة (وضاح غانم الصميدعي ، ٢٠٠٤)^(١) ، حيث صممت هذه الاستمارة لأجل وضع درجات الأداء الفني لسباحة الصدر .

٣ - ٧ الشروط العلمية للاختبارات :

قامت الباحثة بتطبيق الإجراءات العلمية (الصدق والثبات والموضوعية) وعلى النحو الآتي :

٣-٧-١ صدق استمارة الاختبار :

يقصد بصدق الاختبار "أن تكون مهمة الاختبار قياس وتقويم الصفة التي وضع من أجلها"^(١) ، وقد اعتمدت الباحثة على صدق المحكمين (الصدق المنطقي) اذ يمكن التحقق من صدق الاختبار بعرضه على عدد من المختصين في المجال الذي يقيسه الاختبار ، فإذا قال الخبراء أن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه فالباحث يستطيع على حكم الخبراء^(٢) ، وقد تم عرض الاختبار على مجموعة من المختصين في مجال القياس والتقويم والسباحة في الملحق رقم (٤) واجمعوا على صدق الاختبار لقياس ما وضع من أجله وبنسبة اتفاق (٨٦ %) .

٣-٧-٢ ثبات استمارة الاختبار :

يعد الثبات من أهم الصفات في الاختبار الجيد ، وقد عرفه (علي سلوم ، ٢٠٠٤) على انه " إذا ما أعيد الاختبار مرة أو مرات أخرى على نفس العينة أو عينات أخرى بنفس المواصفات وتحت نفس الظروف يعطي نتائج معنوية"^(٣) ،

ولحساب معامل الثبات اختارت الباحثة طريقة إعادة الاختبار والتي أجريت بتاريخ ٣

/ ٣ / ٢٠١٥ وتم إعادة أسلوب نفسه على عينة من مجتمع البحث وعددهم (٨) طالبات

ممن لم يدخلن ضمن عينة البحث الأساسية بتاريخ ٨ / ٣ / ٢٠١٥ ، وقامت الباحثة بحساب

معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الاختبارين وأظهرت قيمة معامل الارتباط

المحسوبة (٠,٨٧١) وهي درجة عالية مما يؤكد ثبات الاختبار .

٣-٧-٣ موضوعية استمارة الاختبار

" يعد الاختبار موضوعياً إذا أعطيت الدرجات نفسها بغض النظر عن الشخص الذي يصححه "^(٤) ، والموضوعية " هي عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شيء ما أو على موضوع معين

١- وضاح غانم الصميدعي ؛ المراحل العمرية المناسبة للبدء في تعلم سباحتي الصدر والحرّة : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٤) .

١- علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، (جامعة القادسية ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، ٢٠٠٤) ص ٢٢ .

٢- دوقان بعيدات وآخرون ؛ البحث العلمي ، مفهومه ، أدواته ، أساليبه ، (الأردن ، دار المجدلاوي للنشر والتوزيع ، ١٩٨٢) ص ٣٦٠ .

٣- علي سلوم جواد ؛ المصدر السابق ، ص ٢٧ .

"^(٥) ، وعلى الرغم من أن الاختبار واضح وسهل التطبيق ، ولغرض التأكد من موضوعية الاختبار قامت الباحثة بالتحقق من ذلك بتسجيل نتائج الاختبار من قبل حكمين * في آن واحد وأظهرت نتائج معامل الارتباط البسيط بان هناك علاقة ارتباط عالية في الاختبار وبذلك تحققت الموضوعية لاستمارة الاختبار ، وأصبحت جاهزة ، للتطبيق على عينة البحث .

٣ - ٨ خطوات الإجراءات الميدانية :

٣ - ٨ - ١ تحديد التمارين المستخدمة في البحث :

من خلال اطلاع الباحثة على تحليل المصادر العلمية ومقابلة ذوي الخبرة والاختصاص في مجال السباحة قامت الباحثة بتحديد مجموعة من التمارين البدنية الخاصة الملحق رقم (١) والتي لها علاقة بالأداء الفني لسباحة الصدر وبعد عرضها على ذوي الخبرة والاختصاص في مجال طرائق التدريس واللياقة البدنية والسباحة تم اختيار (١٠) تمارين في الماء لغرض توزيعها في الوحدات التعليمية .

٣ - ٨ - ٢ التجربة الاستطلاعية :

قامت الباحثة باجراء التجربة الاستطلاعية واستغرقت التجربة يومين بتاريخ ٢٤-٢٥-٣-٢٠١٥ في المسبح المغلق لكلية التربية الرياضية / جامعة السليمانية على عينة مكونة من (٨) طالبة ممن هن خارج عينة التجربة الرئيسية ومن مجتمع البحث .

٣ - ٨ - ٣ البرنامج التعليمي :

استخدمت الباحثة البرنامج التعليمي المقترح الملحق (٣) بعد عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال طرائق التدريس والتعلم الحركي والسباحة ملحق (٤) واجمعوا على صلاحيته للتطبيق بعد إجراء بعض التعديلات التي تتلائم والهدف في البحث ، حيث قامت مدرسة المادة بتدريس البرنامج التعليمي للمجموعة التجريبية ، وتضمن البرنامج (١٢) وحدة تعليمية ولكل مجموعة بواقع (٣) وحدات في الاسبوع وكان زمن الوحدة التعليمية (٩٠) دقيقة.

٣ - ٨ - ٤ الاختبار القبلي :

٤- فاخر عاقل ؛ أسس البحث العلمي في العلوم السلوكي ، ط١ ، (بيروت ، دار العلم للحلابين ، ١٩٧١) ص٢٢٣
٥- مصطفى حسين باهي ؛ المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق ، ط١ ، (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩) ص٤٤ .

* اسماء الحكام :
- إيمان نجم الدين الجاف ، أستاذ مساعد ، تعلم / سباحة ، كلية التربية الرياضية / جامعة السليمانية .
- نديم فرج محمد ، مدرس ، طب رياضي / سباحة ، كلية التربية الرياضية / جامعة السليمانية .

بعد الانتهاء من المحاضرتين التعريفيتين ، تم إجراء الاختبار القبلي لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) يوم الاثنين (٢ / ٤ / ٢٠١٥) وفق استمارة تقويم الأداء لسباحة الصدر وبطريقة حساب النقاط والتي لها دور فاعل في مجال التربية الرياضية .

٣-٨-٥ تنفيذ التجربة الرئيسية :

قامت مدرسة المادة * بتنفيذ (١٢) وحدة تعليمية لتعلم الاداء الفني لسباحة الصدر لكلا المجموعتين التجريبية والضابطة ، وبإشراف الباحثة وفق الفترة الزمنية المقررة واعتباراً من ٤ / ٤ / ٢٠١٥ ولغاية ٥ / ٥ / ٢٠١٥ .

٣-٨-٦ الاختبار البعدي :

خضعت المجموعتين التجريبية والضابطة بعد انتهاء مدة تطبيق التجربة لاختبارات تقويم الأداء الفني لسباحة الصدر يوم ٥ / ٥ / ٢٠١٥ وفي حوض السباحة المغلق في كلية التربية الرياضية / جامعة السليمانية وبنفس طريقة الاختبار القبلي .

٣-٩ الوسائل الإحصائية : استخدمت الباحثة حقيبة (SPSS) لاستخراج النتائج .

٤ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٤ - ١ عرض نتائج اختبار الأداء الفني لسباحة الصدر وتحليلها ومناقشتها :

٤ - ١ - ١ عرض نتائج الوسط الحسابي والانحراف المعياري في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار الأداء الفني لسباحة الصدر وتحليلها .

الجدول (٤)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار الأداء الفني لسباحة الصدر

الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المجموعة	الاختبار
ع	س	ع	س			
١,٠٨	٦,٥٠٠	٠,٧٨٩	٢,٢٠٠	درجة	الضابطة	الأداء الفني لسباحة الصدر
١,٢٦٩	١٠,٥٠٠	٠,٤٨٣	٢,٣٠٠	درجة	التجريبية	

* ماني عارف احمد ، مدربة العاب ، مدرسة مادة السباحة للمرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية / جامعة السليمانية

من الجدول (٤) يتبين :

أن قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة في اختبار الأداء الفني لسباحة الصدر بلغ (٢,٢٠٠) درجة بانحراف معياري مقداره (٠,٧٨٩) اما في الاختبار البعدي فبلغ الوسط الحسابي (٦,٥٠٠) درجة بانحراف معياري مقداره (١,٠٨) ، في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية (٢,٣٠٠) درجة بانحراف معياري مقداره (٠,٤٨٣) اما في الاختبار البعدي فبلغ الوسط الحسابي (١٠,٥٠٠) درجة بانحراف معياري مقداره (١,٢٦٩) .

٤ - ١ - ٢ عرض نتائج فرق الاوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق والنسبة المئوية للتحسن والتطور في الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار الأداء الفني لسباحة الصدر وتحليلها .

الجدول (٥)

فرق الاوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق والنسبة المئوية للتحسن والتطور بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار الاداء الفني لسباحة الصدر

الاختبار	المجموعة	وحدة القياس	ف	ع ف	قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق	نسبة التطور %
الأداء الفني لسباحة الصدر	الضابطة	درجة	٤,٣٠٠	١,٣٣٨	١٠,١٦٧	٠,٠٠٠	معنوي	١٩٥,٤٥٥
	التجريبية		٨,٢٠٠	١,٢٢٩	٢١,٠٩٤	٠,٠٠٠	معنوي	٣٥٦,٥٢٢

* درجة الحرية (١٠+٢-١٨ = ١٨). معنوي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠.٠٥) من الجدول (٥) يتبين :

ان قيمة فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار الأداء الفني لسباحة الصدر للمجموعة الضابطة بلغت (٤,٣٠٠) بانحراف معياري للفروق مقداره (١,٣٣٨) وبلغت قيمة (t) المحسوبة البالغة (١٠,١٦٧) حيث كان مستوى الخطأ (٠,٠٠٠) مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين عند مستوى خطأ (٠,٠٥) أمام درجة حرية (١٨) ونسبة مئوية التحسن مقدارها (١٩٥,٤٥٥ %) ، في حين بلغت قيمة الاوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (٨,٢٠٠) بانحراف معياري للفروق مقداره (١,٢٢٩) وبلغت قيمة (t) المحسوبة البالغة (٢١,٠٩٤) حيث كان

مستوى الخطأ (٠,٠٠٠) ، مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين عند مستوى خطأ (٠,٠٥) امام درجة حرية (١٨)

ولمصلحة الاختبار البعدي وبنسبة مئوية للتحسن مقدارها (٣٥٦,٥٢٢ %) .

٤-١-٣ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق في الاختبار البعدي لاختبار الأداء الفني لسباحة الصدر بين المجموعتين الضابطة والتجريبية .

الجدول رقم (٦)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق في اختبار الأداء الفني لسباحة الصدر بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي

الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س			
الأداء	درجة	١,٠٨٠	٦,٥٠٠	١,٢٦٩	١٠,٥٠٠	٧,٥٨٩	٠,٠٠٠	معنوي

* درجة الحرية (١٨=٢-٠١+١٠) معنوي عند مستوى الخطأ (٠.٠٥) إذا كان مستوى الخطأ أصغر من (٠.٠٥) .

من الجدول (٦) يتبين :

معنوية الفروق في نتائج الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار الاداء الفني لسباحة الصدر ، اذ بلغت قيمة (t) المحسوبة (٧,٥٨٩) ، في حين كان مستوى الخطأ (٠,٠٠٠) ، مما يدل على معنوية الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية عند مستوى الخطأ (٠,٠٥) و امام درجة حرية (١٨) ولمصلحة المجموعة التجريبية .

٤-٢ مناقشة نتائج اختبار (t) واختبار النسبة المئوية للتحسن والتطور بين متوسط نتائج المجموعة التجريبية والضابطة لتقييم الأداء الفني لسباحة الصدر .

يتبين من الجدول (٥) وجود فروق معنوية في الاختبارات القبليّة والبعديّة لتقييم الأداء الفني لسباحة الصدر للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعديّة ، وفي ضوء النتائج التي تم الحصول عليها من نتائج (اختبارات مستوى التحسن والتطور) وجود فروق معنوية بين مستوى درجات المجموعة التجريبية التي درست باستخدام التمارين البدنية الخاصة في الماء ،

ومتوسط درجات المجموعة الضابطة التي درست باستخدام الاسلوب التدريسي الاعتيادي في تعلم الاداء الفني لسباحة الصدر للطالبات ولمصلحة المجموعة التجريبية وهذا يتفق مع الفرض الاول .

ويبين من الجدول (٦) وجود فروق معنوية بين متوسط درجات الفروق (t) بين نتائج المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين البدنية الخاصة في الماء ، والمجموعة الضابطة التي استخدمت اسلوب التدريس الاعتيادي ، في تعلم الاداء الفني لسباحة الصدر ولمصلحة المجموعة التجريبية وهذا يتفق مع الفرض الثاني .

وبما انه تم تعريض المجموعتين لنفس ظروف التجربة باستثناء المتغير التجريبي الذي تعرضت له المجموعة التجريبية .

تعزو الباحثة هذه النتيجة الى التأثير الفعال للبرنامج التعليمي باستخدام التمرينات البدنية الخاصة في الماء وانه قد أدى الى تحقيق فن أداء مهارة سباحة الصدر للوصول بها الى افضل مستوى والذي تحقق من خلال درجات التقييم .

وكذلك ان تنفيذ الطالبات في المجموعة التجريبية لهذه التمرينات قد أثرت بشكل مباشر في سرعة تعلم المهارة ، " إذ تساعد هذه التمرينات إلى إتقان الحركات الفرعية التي تمثل مجموعها المهارة المطلوب تعلمها وتحقق التناسق بين هذه الحركات مما يجعل أدائها في تتابع صحيح وزمن مناسب " (١) ، أي ان التمرينات تقود الى أداء الحركة بدرجة عالية من الإتقان وبتوقيت جيد ومن خلال الشرح والعرض لكل تمرين وكذلك استخدام صور توضيحية لكل تمرين.

والسبب الاخر لهذه النتيجة من خلال الممارسة والتكرار " فهي عامل مساعد وضروري في عملية تفاعل الفرد مع المهارة والسيطرة على حركاته وتحقيق التناسق بين الحركات المكونة للمهارة في أداء متتابع سليم وزمن مناسب " (٢) .

وقد اكد (وجيه ، ٢٠٠٠) عن أهمية تكرار الأداء المهاري واستخدام النماذج الحركية أمام المتعلمين في تعلم المهارة وتثبيتها (٣) .

ويضيف (يعرب ، ٢٠١٠) إن كيفية وضع التمارين ومناوبتها وتدرجها في التعلم سيؤدي إلى استثمار أفضل الظروف للوصول إلى أقصى تعلم (٤) .

١- احمد خاطر ، (وآخرون) ؛ دراسات في التعلم الحركي في التربية الرياضية ، (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٧٨) ص ٦٩ .

٢- نجاح شلش ، اكرم محمد صبحي ؛ التعلم الحركي ، (البصرة ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٧٥) ص ١٣ .

٣- وجيه محجوب ؛ المصدر السابق ، ص ١٤٢ .

٤- يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، (بغداد ، الكلمة الطيبة ، ٢٠١٠) ص ١٦٧ .

وهذا يتفق مع ما ذكره (محمود ، ٢٠١٠) ان التمرين هو اداء حركي معلوم في الزمن والتكرار ولا يمكن التعلم الا عن طريقه ويؤدي الى تطوير المهارة ، والتعلم بدون التمرين لا يوجد تعلم كما يمكن القول ان التمرين هو كل تعلم يكون هدفه التقدم السريع لكل من الناحية الجسمية والعقلية وزيادة التعلم الحركي التكنيكي (٥) .

لذلك يتبين لنا فاعلية استخدام التمارين البدني الخاصة والمنتوعة والتي طبقت في القسم الرئيسي من الوحدة التعليمية والتي اثبتت اثارها الايجابية من خلال النتائج التي تم الحصول عليها فكان اختيار وانتقاء التمارين الخاصة في الماء لها الدور الفاعل في ذلك حيث أنها تقود المتعلم إلى الاقتصاد في الحركات وتقليل الحركات الزائدة والتي يؤدي إلى بذل جهد ذهني اقل ، أي أن الأداء الفني يكون بدون تفكير في تفاصيل حركات الفعالية وبشكل إيجابي (أوتوماتيكي) إذ أن زيادة الممارسة والتكرار تجعل حركات المتعلم دقيقة ويكون أدائها بدون تفكير في تفاصيل الحركة .

من خلال ما تقدم ترى الباحثة ان التمرينات البدنية الخاصة في الماء لها الدور الفعال في التحسن والتطور في الاداء الفني لسباحة الصدر باستخدام الممارسة والتكرار .

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

٥-١ الاستنتاجات :

وقد تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

١ - فاعلية التمارين البدنية الخاصة المختارة في البرنامج التعليمي في تعلم الأداء الفني لسباحة الصدر .

٢ - استخدام التكرارات في تنفيذ البرنامج التعليمي وفق الوقت المحدد ساهمت في تحسين مستوى الأداء الفني لسباحة الصدر للطالبات .

٥-٢ التوصيات :

وقد أوصت الباحثة بما يلي :

١ . استخدام التمرينات البدنية الخاصة في الماء في تعلم الأداء الفني لسباحة الصدر في مناهج كليات التربية الرياضية للطالبات .

٢ . إجراء بحوث باستخدام التمرينات البدنية الخاصة في الماء لتعلم الأداء الفني لأنواع أخرى من السباحة .

٥- محمود داود الربيعي ، التعلم والتعليم في التربية البدنية والرياضية ، (النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، ٢٠١١) ص ٢٧٩ .

٣. تطبيق البرنامج التعليمي المقترح باستخدام التمرينات البدنية الخاصة في الماء في تعلم الأداء الفني لسباحة الصدر على عينة من الطلاب .
٤. أعداد برامج تعليمية للمعلمين والمدرسين لتدريبهم على كيفية تطبيق التمرينات البدنية الخاصة في الماء في التعلم وكذلك كيفية وضع الخطط لتطبيقها في العملية التعليمية.

المصادر العربية

- أبو العلا احمد عبد الفتاح ؛ تدريب السباحة للمستويات العليا ، ط١ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤).
- أبو العلا احمد ؛ المهارات الأساسية لتعليم السباحة ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤) .
- أسامة كامل راتب ، علي محمد زكي ؛ الأسس العلمية للسباحة – تدريب – تخطيط – برامج تحليل حركي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨) .
- احمد خاطر ، (وآخرون) ؛ دراسات في التعلم الحركي في التربية الرياضية ، (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٧٨) .
- أنا اسكارود يمؤفا ، (ترجمة) ، هاشم ياسر حسن ؛ الموسوعة التطبيقية للألعاب الرياضية ، ج٣ ، ط١ ، (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٨) .
- خيرية إبراهيم السكري ، محمد جابر بريقع ؛ تمرينات الماء ، تأهيل – علاج – لياقة ، ط١ ، (الإسكندرية ، مطبعة نور الإسلام ، ١٩٩٩) .
- نوقان بعيدات وآخرون ؛ البحث العلمي ، مفهومه ، أدواته ، أساليبه ، (الأردن ، دار المجدلوي للنشر والتوزيع ، ١٩٨٢) .
- علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، (جامعة القادسية ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، ٢٠٠٤) .
- علي زكي ، (وآخرون) ، السباحة تكتيك – تعليم – تدريب – إنقاذ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٢) .
- فيصل رشيد عياش ؛ رياضة السباحة ، (الموصل ، بيت الحكمة ، ١٩٨٩) .
- فاخر عاقل ؛ أسس البحث العلمي في العلوم السلوكي ، ط١ ، (بيروت ، دار العلم للحلابين ، ١٩٧١) .
- فرقد عبد الجبار كاظم ؛ تأثير تمرينات خاصة بالاسترخاء في تطوير انجاز سباحة ٢٠٠٠ م منوع فردي: رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٠) .
- محمد سيد علي رحيم ، ناهده رسن سكر ؛ السباحة لطلاب كليات التربية الرياضية (البصرة ، دار الحكمة ، ١٩٨٨) .

- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب ؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩) .
- مصطفى حسين باهي ؛ المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق ، ط ١ ، (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩) .
- محمود داود الربيعي ، التعلم والتعليم في التربية البدنية والرياضية ، (النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، ٢٠١١) .
- نجاح شلش ، اكرم محمد صبحي ؛ التعلم الحركي ، (البصرة ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٧٥) .
- وضاح غانم الصميدعي ؛ المراحل لعمرية المناسبة للبدء في تعلم سباحتي الصدر والحرية : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل/ كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٤)
- وجيه محجوب ؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، ١٩٩٣) .
- يعرب خيون ؛ التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، (بغداد ، الكلمة الطيبة ، ٢٠١٠) .
- المصادر الاجنبية
- Martin ,Collis and Bill Kirchhoff , Swimming , Allyh and Bacon , Inc .
Boston , 1984 .

الملحق (١)

بسم الله الرحمن الرحيم

استمارة استبيان لتحديد أنواع التمارين البدنية الخاصة في الماء

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة ،

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم (تأثير استخدام تمارين بدنية خاصة في الماء لتعلم الأداء الفني لسباحة الصدر للطالبات) على طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية - جامعة السليمانية ، وما نعهده فيكم من الخبرة والمكانة العلمية راجين إبداء رأيكم حول أي التمارين المناسبة في تعلم الأداء الفني لسباحة الصدر ومن خلال وضع (✓) أمام التمرين المناسب .

شاكرين ومقدرين جهودكم .

ملاحظة : من الممكن إضافة اي تمرين مناسب .

الاسم :

اللقب العلمي:

الاختصاص :

مكان العمل :

التوقيع :

التاريخ :

الباحثة

خلود إبراهيم عواد

يصلح بغد التعديل	لايصلح	يصلح	التمارين البدنية في الماء	
			(الوقوف) تدوير الذراع اليمين أمام الوجه على سطح الماء . (تمرين حر) يعاد التمرين على الذراع اليسار .	١-
			(الوقوف) تدوير الذراعين معا أمام الوجه على سطح الماء .	٢-
			(الوقوف) تدوير الذراعين مع تدوير الكف . (تمرين حر)	٣-
✓			(الوقوف فتحا ، الزراعان اماما) تدوير الذراعين امام الوجه وتكون الحركة بطيئة . (تمرين حر)	٤-
			(الوقوف) تدوير الذراعين ثم دخولها داخل الماء الى مستوى الخصر ثم اماما . (تمرين حر)	٥-
✓			(الوقوف ن الزراعان موازية للكتف جانبا مع ثني المرفقين اماما) تدوير الساعدين للداخل ثم مد وثني الذراعين للامام . (٢ عدة)	٦-
✓			(الوقوف ، فتحا) الذراعين اماما مع تدوير الساعدين والكفين للاعلى امام الصدر . (٢ عدة)	٧-

٨-	(الوقوف) مد وتني الذراعين اماما . (٢ عدة)		
٩-	(الوقوف فتحا ، الذراعان اماما) تدوير الساعدين جانبا ثم اسفل ثم اماما . (٤ عدة)	✓	
١٠-	(الوقوف فتحا ، الذراعان امام جدار الحوض) تدوير الذراعين جانبا ثم اسفل ثم اماما ومس الجدار باصابع اليد . (تمرين حر)	✓	
١١-	(الوقوف فتحا ، انحناء الجذع للاسفل) تدوير الذراعين اماما جانبا بمستوى الصدر (يعاد التمرين مع المشي) .	✓	
١٢-	(الوقوف فتحا ، الذراعان اماما) تدوير الذراعين جانبا ثم اماما مع خفض الرأس ورفع . (يعاد التمرين بوقوف المدرسة خلف الطالبة ومسك ذراعيها عند تأدية الحركة مع الحفاظ على بقاء الرأس داخل الماء عند مد الذراعين وكذلك يعاد مع المشي (تمرين حر)	✓	
١٣-	(وضع الطفو على البطن) مسك الزميلة للرجلين وتدوير الذراعين للجانبين . (تمرين حر)		
١٤-	(وضع الطفو على البطن) مسك الزميلة لرجل واحدة مع تدوير الذراعين للجانبين . (تمرين حر)		
١٥-	مسك حافة الحوض ، ثني الرجلين ومدهما للجانبين . (تمرين حر)		
١٦-	(الطفو على البطن) مسك الزميلة للرجلين وأداء حركة الذراعين لسباحة الصدر كاملة . (تمرين حر)	✓	
١٧-	(الطفو على البطن ، مس القدمين لحافة الحوض ووضع الطوافة تحت الورك) تدوير الذراعين اماما ثم جانبا مع خفض ورفع الراس .	✓	
١٨-	(الطفو على البطن ، مسك الزميلة للرجلين والشد بالذراعين لمرّة واحدة ثم الشد لمرتين ثم ثلاث شدات .	✓	
١٩-	(الطفو ، مسك حافة الحوض ومسك القدمين من قبل المدرسة) ثني الرجلين وملاصقة الكعبين ثم تدويرهما للجانبين ثم مدهما .	✓	

٢٠-	(اسناد القدمين على جدار الحوض ، مسك اليدين من قبل المدرسة) ثني الرجلين والثبات على هذا الوضع لعدة ثواني .	✓		
-----	---	---	--	--

الملحق (2)

استمارة التقويم النهائي للسباحة الصدر

عناصر الاداء الاساسية		ضربات الذراعين					ضربات الرجلين					التنفس		التوافق	
وصف أقسام حركة سباحة الصدر		١.مد الذراعين أماماً مع مواجهة الكفين للخارج بزاوية . ٢.مسك الماء ومواجهة الكفين للماء . ٣.الشد بالذراعين للخارج ثم للأسفل وللخلف مع بقاء المرفقين اعلى من الكفين . ٤.ضغط الماء اسفل الصدر بحركة ضم قوية وسريعة من المرفقين وتقارب الكفين متواجهين اسفل الوجه مباشرة . ٥.الحركة الرجوعية اسفل سطح الماء مباشرة بمد الذراعين مستقيمين للأمام ودوران الكفين بمواجهة قاع المسبح .					١.تبدأ حركة الرجلين عندما تمتد الذراعان ويدخل الرأس قليلاً في الماء . ٢.ثني الركبتين لسحب الكعبين تجاه الورك مع ثني القدمين تجاه الساق وتباعد الكعبين والركبتين قليلاً . ٣.دفع الماء بواسطة الجانب الداخلي من الساقين والقدمين بقوة . ٤. ضم الرجلين في حركة دائرية سريعة والوصول لوضع الطفو .					١.يرفع الرأس للأعلى خلال الحركة الرجوعية للذراعين . ٢.يؤخذ الشهيق من الأمام عن طريق الفم بسرعة . ٣.طرح الزفير تحت سطح الماء عند إدخال الرأس قليلاً في الماء اثناء مرحلة امتداد الذراعين للأمام .		١.عندما تبدأ الذراعان ضغط الماء تحت الصدر يؤخذ الشهيق وتبدأ الرجلان في الحركة الرجوعية بواسطة الثني في الركبتين . ٢.التوقيت السليم بين ضربات الذراعين والتنفس والرجلين بالزمن المناسب .	
العلامة = ٣ درجات العلامة - = ٢ درجة العلامة × = ١ درجة		رقم الطالبة													
		١													
		٢													
		٣													
		٤													
		٥													
		٦													
		٧													
		٨													

بسم الله الرحمن الرحيم

استمارة استبيان

الأستاذ الفاضل المحترم

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم (تأثير استخدام تمارين بدنية خاصة في الماء لتعلم الأداء الفني لسباحة الصدر للطالبات) على طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية - جامعة السليمانية ، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة وكفاءة علمية ، تأمل الباحثة مساعدتكم في إبداء رأيكم حول صلاحية البرنامج التعليمي (باستخدام التمارين البدنية الخاصة في الماء) والمرفق طيا لتطبيقه على أفراد عينة البحث المتمثلة بطالبات المرحلة الرابعة / كلية التربية الرياضية .

مع فائق الشكر والتقدير

اسم الخبير :

اللقب العلمي :

الاختصاص :

مكان العمل :

التاريخ :

التوقيع :

الباحثة

خلود إبراهيم عواد

نموذج لوحدة تعليمية باستخدام تمارين بدنيه في الماء

- الوحدة التعليمية :
الهدف التعليمي .
- عدد الطالبات: () طالبة .
الزمن : (٩٠) .

الملاحظات	الفعاليات	الزمن	الأقسام
النشاط الإداري - الإحماء العام والخاص		٢٠ دقيقة	القسم الإعدادي
يتضمن الأنشطة والفعاليات التالية		٦٥ دقيقة	القسم الرئيسي
يكون متداخلاً بالتنفيذ مع النشاط التطبيقي حيث يتم شرح وعرض كل تمرين من تمارين النشاط التطبيقي قبل أدائه مباشرة .			النشاط لتعليمي
يتضمن أداء التمرينات في الماء*			النشاط التطبيقي
		٦ دقيقة	تمرين رقم (١)
		٦ دقيقة	تمرين رقم (٢)
		٦ دقيقة	تمرين رقم (٣)
		٦ دقيقة	تمرين رقم (٤)
		٦ دقيقة	تمرين رقم (٥)
		دقيقة	تمرين رقم (٦)
		٦ دقيقة	تمرين رقم (٧)
		٦ دقيقة	تمرين رقم (٨)
		٦ دقيقة	تمرين رقم (٩)
		٦ دقيقة	تمرين رقم (١٠)
تمارين تهدئة واسترخاء		٥ دقيقة	القسم الختامي

* يكون زمن عرض وشرح كل تمرين من تمارين تمارين الماء (٢) دقيقة وراحة بين المجموعات (١) دقيقة .

الملحق (٦)

استمارة الخبراء والمختصين الذين وزعت عليهم استمارات الاستبيان لتحديد متغيرات الدراسة وكذلك الذين تمت معهم المقابلات الشخصية

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل	طبيعة الاستشارة			
					١	٢	٣	٤
١	قصي عبد اللطيف	أستاذ	بايو ميكانيك/ السباحة	جامعة بغداد	*	*	*	*
٢	وديع يايسين التكريتي	أستاذ	بايوميكانيك / رفع اثقال	جامعة الموصل	*	*	*	*
٣	جنان سلمان الغبان	استاذ	التعلم الحركي / السباحة	جامعة بغداد	*	*	*	*
٤	عفاف عبدالله الكاتب	أستاذ	طرائق التدريس/ السباحة	جامعة بغداد	*	*	*	*
٥		أستاذ	بايو ميكانيك/ السباحة	جامعة صلاح الدين	*	*	*	*
٦	صفاء ذنون الامام	استاذ مساعد	بايو ميكانيك/ السباحة	جامعة الموصل	*	*	*	*
٧	ايمان نجم الدين الجاف	استاذ مساعد	التعلم الحركي / السباحة	جامعة السلیمانیة	*			
٨	علي طه الاعرجي	استاذ مساعد	لسباحة	جامعة الموصل	*	*	*	*
٩	مقداد سيد جعفر	استاذ مساعد	السباحة	جامعة الموصل	*	*	*	*
١٠	فلاح طه حمو	استاذ مساعد	بايوميكانيك / السباحة	جامعة الموصل		*	*	
١١	مصطفى صلاح الدين العبيدي	استاذ مساعد	التعلم الحركي / السباحة	جامعة بغداد		*	*	
١٢	وفاء صباح محمد	مدرس	فلسجالتدريب /السباحة	جامعة بغداد	*		*	*

طبيعة الاستشارة :-

- ١- تحديد التمارين البدنية الخاصة .
- ٢- ترشيح المهارات لاختبارات التكافؤ .
- ٣- مدى صلاحية البرنامج التعليمي .
- ٤- المقابلات الشخصية .

((تأثير تمارينات تحمل الأداء القصير في عدد من المتغيرات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر

التعب لدى بعض لاعبي كرة القدم الشباب))

م . د. طارق حسين محمد م . د محمد شاكر علي م . محمود حمدون يونس

يهدف البحث الى الكشف عن :

تأثير تمارينات تحمل الاداء القصير في عدد من المتغيرات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب للاعبي كرة القدم(المجموعة التجريبية) والفروق في عدد من المتغيرات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب بين الاختبارين القبلي والبعدي للاعبي كرة القدم الشباب (المجموعة الضابطة) فضلا عن الفروق في عدد من المتغيرات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي .

واستخدم الباحثون المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث، وتم تنفيذ التجربة على عينة من لاعبي شباب نادي أربيل الرياضي بكرة القدم والبالغ عددهم (٢٨) لاعباً وبأعمار (١٦-١٩) سنة، اختيروا بالطريقة العمدية وقسموا بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) وواقع (١٠) لاعبين لكل مجموعة، بعد أن تم استبعاد (٨) لاعبين منهم (٥) لاعبين للتجربة الاستطلاعية و (٣) لاعبين لكونهم حراساً للمرمى. وتم تحقيق التجانس والتكافؤ بين مجموعتي البحث في المتغيرات الآتية (العمر، الطول، الكتلة)، والمتغيرات المهارية والوظيفية . وقد تم اعتماد التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي.

وتضمنت إجراءات البحث تصميم برنامج تدريبي بأسلوب تمارين تحمل الأداء القصير على المجموعة التجريبية، فضلاً عن إجراء عدد من التجارب الاستطلاعية لتحديد التمارين المستخدمة، فضلاً عن التكرارات وأوقات الراحة المناسبة وزمن الأداء لهذه التمارين، وبعد ذلك تم إجراء الاختبارات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب القبلي، ثم تم تنفيذ البرنامج التدريبي، إذ نفذت المجموعة التجريبية تمارينات تحمل الأداء القصير ضمن المنهاج التدريبي ، بينما نفذت المجموعة الضابطة البرنامج المعد من قبل مدرب الفريق.

واستغرق تنفيذ التجربة (٨) أسابيع خلال دورتين متوسطتين وواقع أربع دورات صغرى بكل دورة متوسطة ويتموج حركة حمل (٣ - ١) وواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع، وبعد ذلك قام الباحثون بإجراء الاختبارات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب البعدي بالإجراءات والخطوات نفسها التي اتبعت في الاختبارات القبليّة. واستخدم الباحثون الوسائل الإحصائية

الآتية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، اختبار (ت) للعينات المرتبطة، اختبار (ت) للعينات المستقلة).

وتوصل الباحثون الى الاستنتاجات الآتية:

إن تمارينات تحمل الأداء القصير احدثت تطوراً معنوياً في جميع المتغيرات المهارية قيد الدراسة لدى المجموعة التجريبية. وحققت المجموعة الضابطة تطوراً معنوياً في مهارة الدرجة ومهارة التهديف القريب ومهارة الإخماد لدى المجموعة الضابطة ، ولم يحدث أي تطور في بقية المتغيرات المهارية.

حققت المجموعة التجريبية التي استخدمت تمارينات تحمل الأداء القصير تطوراً أفضل من المجموعة الضابطة التي استخدمت ضمن المنهاج المعد من قبل المدرب في جميع المتغيرات المهارية و متغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب قيد الدراسة التي تناولها البحث.

وأوصى الباحثون بما يأتي:

استخدام تمارينات تحمل الأداء القصير في تدريب لاعبي كرة القدم الشباب، كذلك استخدام طريقة التدريب الفكري وبالأداء المثالي وبصعوبة أداء يصل النبض الى (١٧٠ - ١٨٠) ن/د في تطوير المتغيرات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب للاعبي كرة القدم عند استخدام مثل هذه تمارينات، وتقنين المناهج التدريبية على وفق الأسس العلمية واعتماد المؤشرات الوظيفية اساساً لتحديد الأحمال وفترات الراحة البيئية، وإجراء بحوث ودراسات مشابهة على فعاليات رياضية فرقية أخرى، ولفئات عمرية مختلفة

Abstract

The Effect of Short Performance Toleration Exercises in some - Skillful and the Anaerobic ability and indicant fatigue variables for the Young Football Players

lecturer. Dr

lecturer. Dr

lecturer

Tariq Hussain

Mohammad Shaker

mahmood Hamdoon

The research aims at:

the effect short performance toleration exercise in some skillful and anaerobic ability and indicant fatigue variable for the experimental

group. Identification on the effect short performance toleration exercise in some skillful and anaerobic ability and indicant fatigue variable in post-test for the experimental and controlled group.

The researcher has adopted the experimental methodology for its convenience to the nature of the research. The experiment has been carried

out on a sample of youth Arbil Athletic Club for football players which are (28) players in (16-19) ages and all of them selected intentionally and divided randomly into two experimental and controlled groups as (10) players for each group. After excluding (8) players from the whole group; (5) of them for exploratory experiment, and (3) players for they are goalkeepers.

The homogeneity and the equivalence have been achieved between both research groups in (age, tallness and mass) variables, and in the skillful variables determined by the specialist experts. The experimental design has been adopted called the random controlled group design in both pre and post-tests.

The research procedures included designing training method in style of the exercises of short performance toleration on the experimental group. Moreover, some of exploratory experiments achieved to determine the using exercises, as well as the repetitions, suitable resting time, and performance time to these exercises. After that, the physical, skillful, and the aerobic and anaerobic abilities pre-tests were achieved. Then, the training method is carried out when the experimental group implemented the suggested training method, whereas the controlled group implemented the method that is prepared by the coach.

The time of experiment is carried out during (8) weeks within two intermediate courses as four small courses for each intermediate course

with load movement wave (3:1) as three training units per week. After that, the researcher has carried out the skillful and functional post-tests in the same procedures of pre-tests. Henceforth, the researcher used the following statistical means: (arithmetic mean, standard deviation, the percentage, t-test for the correlating samples, and t-test for the independent samples).

The researcher concluded the following results:

The exercises of short performance toleration achieved a spiritual developing in some the skillful variables to the experimental group. And The training method was prepared by the coach achieved a spiritual developing in rolling skill, close targeting skill, and extensional skill to the controlled group. Whereas nothing happened to other skillful variables. And The experimental group which implemented the exercises of short performance toleration achieved better developing from the controlled group which implemented the method was prepared by the coach in some the skillful variables which carried out by the research. And The experimental group which carried out the exercises of short performance toleration achieved better developing from the controlled group which implemented the method was prepared by the coach in idicant fatigue and anaerobic variables which carried out by the research.

The researcher suggests the following recommendations:

using the exercises of short performance toleration for training the young football players. And using the periodic training method with typical performance and performance difficulty of arrive the puls (170-180)p/ m to develop the physical, skillful, and functional variables to the football players when using these exercis And Restricting the training curricula to appropriate the scientific principles and depending the functional indicators to determine the loads and the periodic rests. And making

similar researches and studies on other athletic team activities and different age levels.

١ - التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

تعد عملية التدريب الرياضي قاعدة واسعة تعتمد على الكثير من الأسس العلمية والتي يجب إتباعها للوصول إلى المستويات الرياضية العليا في أي فعالية وكل حسب خصوصيتها ويعود السبب في ذلك إلى تطور الفعاليات الرياضية المختلفة ووصولها إلى أعلى المستويات ، إذ يؤدي اللاعبون الجهد العضلي ذو الشدة القصوى أو الأقل من القصوى وبحسب ما تتطلبه ظروف اللعب المختلفة ، ولأن معظم الصفات البدنية الخاصة بكرة القدم يتم آداؤها تحت ظل العمل اللاهوائي المنقطع من خلال التبادل مع العمل الهوائي الذي يعتمد عليه اللاعبين في فترة الاستشفاء والتي تساعد اللاعب في أداء الحركات المتكررة والمهارات الأساسية بهذه اللعبة كرة القدم بكفاءة بدنية عالية للفترة الزمنية المحددة للمباراة لضمان الاقتصاد بالجهد والوصول إلى أفضل أداء حركي (الحيالي ، ٢٠٠٧ ، ١٩) .

وأن اللاعب الذي لا يمتلك قدر عالٍ من تحمل الأداء لا يستطيع أن يؤدي واجباته لفترة زمنية طويلة ويظهر عليه التعب بشكل مبكر مما يجعله يفقد التركيز ومن ثم لا يستطيع تطبيق واجباته البدنية والمهارية والخططية بشكل جيد مما ينعكس سلباً على حالته النفسية لباقي المباراة ، إن كل ما ذكر آنفاً يشير إلى أهمية البحث في تقنين منهاج تدريبي يحتوي على تمارين تحمل الأداء تطبق بطريقة التدريب الفتري وبالأسلوب المثالي الذي يتماشى مع الأداء في المباراة ، فضلاً عن خصوصية التمارين التي تتميز بتدريب الصفات البدنية والمهارية مجتمعة والابتعاد عن مضيعة الوقت في تدريب كل صفة ومهارة على حدة، وكذلك التشابه بين هذه التمارين (تحمل الأداء القصير) وطبيعة الفعالية من حيث الأداء المهاري والتي تساعد اللاعب في مواصلة الأداء إلى نهاية المباراة بمستوى جيد من القدرة اللاهوائية وقدرته على مواجهة التعب .

١-٢ مشكلة البحث :

من خلال إطلاع الباحثين على العديد من الوحدات التدريبية التي تنفذها الكثير من الأندية والمؤسسات كونهم كانوا لاعبين ودرّبوا الكثير من الفرق ، لاحظوا عند قراءتهم للتدريب هناك

قصور في العديد من الوحدات التدريبية والتي لا تعتمد على الترابط الصحيح ما بين القدرات اللاهوائية والمهارات الأساسية وفق أسس علمية بما يتماشى مع التطور الكبير الحاصل في مستوى الكرة العالمية وتأخير ظهور التعب عند استخدام هذا الترابط وبشكل نسبي ، وإن فعالية كرة القدم تحتوي على الكثير من المتغيرات والمواقف المتنوعة والتي تحتاج من اللاعب أن يؤديها وأن يكررها بشكل متواصل والقدرة على قطع مسافات متنوعة ضمن حدود الملعب بالكرة ومن دونها طوال فترة المباراة دون الهبوط في مستوى الأداء والشعور بالتعب ، وبما ان اللاعب في حركة مستمرة في الملعب فانه بحاجة إلى تمارين يمكن من خلالها تطوير المهارات الأساسية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب ، ومن بين تلك التمارين ما يسمى بتمرينات تحمل الأداء القصير والتي من خلالها يحاول الباحثين حل مشكلة البحث التي تتحدد في التساؤل الآتي :

هناك تأثير لتمرين تحمل الأداء القصير في بعض المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية لدى بعض لاعبي كرة القدم الشباب؟

١-٣ أهداف البحث :

يهدف البحث الى الكشف عن :

١-٣-١ تأثير تمرينات تحمل الأداء القصير في عدد المتغيرات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب للاعبى المجموعة التجريبية.

١-٣-٢ دلالة الفروق الاحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في عدد المتغيرات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب بالاختبار البعدي .

١-٤ فرضا البحث :

١-٤-١ وجود فروق ذات دلالة احصائية في عدد المتغيرات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب للمجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي .

١-٤-٢ وجود فروق ذات دلالة احصائية في عدد المتغيرات المهارية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب بين المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولمصلحة المجموعة التجريبية.

١-٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري: لاعبو شباب نادي أربيل الرياضي بكرة القدم من (١٦-١٩) سنة .

٢-٥-١ المجال المكاني: ملعب نادي أربيل الثاني / أربيل.

٣-٥-١ المجال الزمني: ابتداء من ٢٥/٩/٢٠١٥ ولغاية ٣/١٢/٢٠١٥

١-٢ الإطار النظري :

١-١-٢ تحمل الأداء : يعد تحمل الأداء مصطلحاً يحتوي على الكثير من الصفات البدنية والمهارات الأساسية المؤثرة في مستوى المنافسة للألعاب الرياضية بشكل عام ولعبة كرة القدم بشكل خاص التي تعتمد بشكل رئيس على أداء اللاعبين بشكل مستمر لغرض أداء الواجبات الدفاعية والهجومية والذي يبذل فيها كل لاعب خلال المباراة جهداً كبيراً من أجل تنفيذ الواجبات المعطاة اليه من قبل المدرب .

ويعرف تحمل الأداء بأنه إمكانية اللاعب على تنفيذ مجموعة من الواجبات الحركية والمهارية والخطية بشكل مستمر لفترة زمنية طويلة نسبياً دون الشعور بالتعب (حسن، ١٣، ٢٠١١) .
وعرفه عبد الخالق (عبد الخالق، ١٩٨٧) بأنه "المقدرة على تكرار أداء المهارات الحركية بشكلها الصحيح لفترات طويلة نسبياً" (عبد الخالق، ٢٢٩، ١٩٨٧)

واستناداً الى ما ذكر آنفاً يمكن تقسيم تحمل الأداء الى ثلاثة أزمنة بحيث تتناسب مع فترة الأعداد وكذلك إمكانية اللاعبين (البدنية ، المهارية ، الخطية) وتكون على الشكل الآتي:

١- تحمل الأداء للأزمنة القصيرة (المستخدمة في البحث) والذي يستمر فيه الأداء ما بين (٢٠ تا - ٦٠ تا) وتكون الراحة فيه غير كاملة لا تسمح للاستشفاء .

٢- تحمل الأداء للأزمنة المتوسطة والذي يستمر فيه الأداء ما بين (٤٠ تا - ٢ د) وتكون الراحة فيه شبه الاستشفاء .

٣- تحمل الأداء للأزمنة الطويلة والذي يستمر فيه الأداء ما بين (٢.٣٠ د - أكثر من ٣ د) وتكون الراحة كافية للاستشفاء .

- وتكون شدة العمل من (٥٠%-٧٠%) وتكون المجاميع ما بين (٤ - ٦) والجرعات التدريبية في الأسبوع ما بين (٣ - ٤)

(شغاتي ومذكور، ٢٠١٠، ١٩٤) .

ويرى الباحثون أن تحمل الأداء في فعالية كرة القدم يعد مصطلحاً ينضوي تحته أغلب الصفات البدنية والمهارية وكذلك الجمل الخططية ، فاللاعب الذي يمتلك مستوى جيد من تحمل الأداء له القدرة على تنفيذ الواجبات التي يعطيها المدرب والتي تتناسب مع المواقف المتغيرة في المباراة ، وليس تحمل الأداء هو فقط مقاومة التعب فحسب ، بل هو الإصرار على أداء الواجبات المكلف بها بكفاءة وحيوية إلى نهاية المنافسة وتأخير الهبوط بالمستوى .

٢-١-٢ القدرة اللاهوائية : يعد مفهوم القدرة اللاهوائية نشاط عضلي يعتمد على إنتاج الطاقة لا هوائياً أي بغياب الأوكسجين ، فلاعبي كرة القدم الذين يقومون بأداء مجهود عضلي بسرعة أو قوة قصوى فإن عملية توصيل الأوكسجين الى العضلات العاملة لا تستطيع أن تلبى حاجات العمل العضلي السريع من الطاقة وعلى هذا الأساس يتم إنتاج الطاقة من دون الأوكسجين أي بطريقة لاهوائية. (عبد الفتاح وسيد ، ١٩٩٣ ، ٤٩٢)

وكما يشبر سلامة بأن القدرة اللاهوائية للاعب كرة القدم تعني قدرة العضلات على القيام بانقباضات عضلية بالحد الأقصى لها خلال فترة زمنية من (١٠) ثوان حتى دقيقة أو دقيقتين، بحيث يكون الاعتماد على نظام اللاكتيك في إنتاج الطاقة، وتمثل القدرة اللاهوائية ايضاً قدرة العضلات على العمل في ظل الدين الأوكسجيني وتحمل الأداء تحت ظروف التعب العضلي الناتج من تراكم اللاكتات بالدم (سلامة ، ٢٠٠٠ ، ٢٨٢) .

٢-١-٣ التعب : هو عبارة عن هبوط وقتي في المقدرة على الاستمرار في اداء العمل، ومواقع التعب تكمن في الجهاز العصبي المركزي والجهاز العصبي المحيطي ومنطقة الأتصال بين العصب والليف العضلي للعضلة ، وقد اثبتت تجارب كثيرة ان هناك علاقة مباشرة بين استهلاك مصادر الطاقة مثل pc والكلايكوجين وحدوث التعب وبعد نقص الاوكسجين المعوق الرئيسي للأستمرار في الاداء فضلا عن تراكم حامض اللبنيك (قبع ، ٨٠ ، ١٩٩٩) . وأشار عبد الفتاح بأن التدريب غالبا ما يؤدي الى زيادة القدرة على أنتاج حامض اللبنيك في خلال التمرينات ذات الشدة القصوى ، اذ يزيد التدريب من القدرة على تحمل حامض اللبنيك المتراكم (عبد الفتاح ، ١٩٩٧ ، ١١٩).

ومن وجهة نظر الباحثون فإن لعبة كرة القدم من الالعاب التي تتطلب جهداً بدنياً ملحوظاً، إلى جانب الاداء المهاري المنفرد و المركب واداء التحركات الخططية ومع تكرار هذه الاحمال تبدأ تقل تدريجياً مقدرة عضلات الجسم حتى تصل الى حالة لا تقوى فيها على تحمل الاداء بالصورة المطلوبة نتيجة للعبء الكبير على العديد من أجهزة الجسم (الدوري والتنفسي و العصبي والعضلي).

٣- اجراءات البحث:

- ٣ - ١ منهج البحث :- تم استخدام المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث .
- ٢ - ٢ مجتمع البحث وعينته :حدد مجتمع البحث بالطريقة العمدية بلاعبي شباب نادي اربيل الرياضي بكرة القدم في محافظة اربيل البالغ عددهم (٢٨) لاعباً، وتم اختيار (٢٠) لاعباً كعينة للبحث بطريقة عمدية بعد أن تم استبعاد (٨) لاعبين، (٥) لاعبين للتجارب الاستطلاعية و (٣) حراس للمرمى وبذلك أصبحت النسبة المئوية لعينة البحث من المجتمع الاصلي (٧١.٤٢) بعد ذلك قسمت العينة بطريقة عشوائية إلى مجموعتين، تجريبية وضابطة تكونت كل مجموعة من (١٠) لاعبين.

الجدول (١) يبين مجتمع البحث وعينة البحث واللاعبين المستعدين ونسبهم المئوية

المتغيرات	العدد والنسبة المئوية	العدد (لاعب)	النسبة المئوية %
عينة البحث		٢٨	١٠٠%
عينة البحث الفعلية		٢٠	٧١.٤٢%
عينة التجربة الاستطلاعية		٥	١٧.٨٥%
حراس المرمى		٣	١٠.٧١%

٣-٣-٣ تجانس وتكافؤ مجموعتي البحث

٣-٣-٣-١ تجانس عينة البحث : تم إجراء التجانس في متغيرات (العمر ، الطول ، الكتلة) والجدول (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الاختلاف للمتغيرات المعتمدة في التجانس .

الجدول (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الاختلاف يبين التجانس بين عينة البحث

قيمة معامل الاختلاف	العينة		وحدة القياس	المتغيرات
	ع ±	س		
%٣.٢٤	٠.٥٨	١٧.٨٥	سنة	العمر
%٣.٤٨	٠.٠٦	١٧٢.٣٥	سم	الطول
%١١.٢٣	٧.٠٤	٦٢.٦٥	كغم	الكتلة

من خلال الجدول (٢) يتبين ان قيم معامل الاختلاف كانت على التوالي (٣.٢٤، ٣.٤٨، ١١.٢٣) وجميع هذه القيم اصغر من (٣٠ %)، وهذا يدل على أن العينة متجانسة في المتغيرات (العمر ، الطول ، الكتلة) .

٣-٣-٢ تكافؤ مجموعتي البحث في عدد من المهارات الأساسية والقدرة اللاهوائية ومؤشر التعب:

تم اجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المهارات الأساسية والمتغيرات الوظيفية وذلك بالاعتماد على المهارات الأساسية التي حددها السادة المتخصصون التي تم اعتمادها والجدول (٣) يبين ذلك.

الجدول (٣) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للتكافؤ في عدد من الصفات البدنية والمهارات الأساسية والقدرتين الهوائية واللاهوائية بين مجموعتي البحث

قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	الصفات البدنية والمهارات الأساسية ^(٢)
	ع±	س	ع±	س		
٠.٠٤	١.٠٦	٢٤.٧١	١.٣	٢٤.٦٩	ثانية	الدرجة
١.٢	٠.٩٤	٢.٣	٠.٧٨	١.٨	درجة	التمريرة (المناولة) القصيرة
٠.٢	٥.٣٧	٩.٦	٥.٣	٩.١	درجة	التمريرة (المناولة)المتوسطة
١.١٣	٣.١	١٨	٢.٩	١٩.٥	درجة	التهديف القريب
٠.٦	٢.٣	٦.٦	٢.١	٧	درجة	التهديف البعيد
٠.٤	١٧.١	٥٤	١٤.١	٥٠	درجة	الإخماد
٠.٥٢	٥٤.٩	٤١٣.٨	٥٧.٢	٤٠٠	واط	القدرة اللاهوائية
٠.٨٥	٠.٤٤	٦.١٩	٠.٤٨	٦.٠١	واط/ثا	مؤشر التعب

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ امام درجة حرية (١٨) قيمة (ت) الجدولية = (٢.١٠)

٣-٤ الأجهزة والادوات المستخدمة : ميزان الكتروني حساس لقياس وزن الجسم لأقرب (٥٠) غرام ، دوائر بلاستيكية قطر (٦٠) سم عدد (٦) ، شريط قياس عدد (١) ، شواخص كبيرة عدد (٤٠) ، شواخص صغيرة عدد (٥٠) ، سلم أرضي عدد (٢) ، كرات قدم عدد (٢٨) ، صافرات عدد (٢) ، طباشير ، بورك ، حواجز بارتفاع ٥٠ سم صناعة محلية ، ساعات ، إيقاف عدد (٢) لقياس الزمن لأقرب ١/١٠٠ من الثانية ، أهداف اتساع (١) م .

٣-٥ وسائل جمع المعلومات والبيانات (ادوات البحث) :

تم استخدام ادوات البحث الآتية: تحليل المحتوى ، المقابلة الشخصية ، الاستبيان ، المقاييس و الاختبارات .

٣-٦ المقاييس والاختبارات المستخدمة :

٣-٦-١ القياسات الجسمية :

٣-٦-١-١ قياس الطول الكلي للجسم : تم استخدام جدار مدرج لقياس طول الجسم، وعند القياس يقف اللاعب حافي القدمين وظهره ملاصق للجدار على ان تلامس الجدار مؤخرتا القدمين والوركين ولوحي الكتفين والنظر متجه للأمام ويقاس طول الجسم من الأرض ولأعلى نقطة في الجمجمة.

٣-٦-١-٢ قياس كتلة الجسم : لقياس الوزن يقف اللاعب على الميزان وهو يرتدي السروال فقط، ويتم قياس الوزن لأقرب مئة غرام.

٣-٦-١-٣ قياس النبض : الذي أستخدمه الباحثون في التجارب الاستطلاعية لتحديد زمن الراحة بين التكرارات وزمن الراحة بين المجاميع والشدة القصوى عند أداء التمرين وتم قياسه عن طريق الشريان السباتي.

٣-٧ الاختبارات المهارية : تم اعتماد الأختبارات المهارية عن طريق تحليل محتوى المصادر العلمية وهي :

- اختبار الركض المتعرج بالكرة (الدرجة) بين (١٠) شواخص المسافة بين شاخص وآخر (٢) مترين ذهاباً وإياباً لقياس القدرة على التحكم بدرجة الكرة (الخشاب وآخران، ١٩٩٠، ٢٧٨)

- اختبار دقة المناولة القصيرة من مسافة (١٥) متراً على (٤) اهداف باتساع متر، و(٨) كرات لقياس دقة التمريرات القصيرة (الخشاب وذنون، ٢٠٠٥، ٨٤-٨٥).

- اختبار دقة المناولة التمريزة المتوسطة على ثلاث دوائر مرسومة على الأرض من مسافة (٢٠) متراً لقياس دقة التمريزات المتوسطة (النعيمي، ١٩٩٢، ٣٩).
- اختبار سرعة ودقة التهديد القريب على مستطيلات مرسومة على الحائط لمدة (٣٠) ثانيةً (خالد، ١٩٩٧، ٣٨-٣٩).
- اختبار دقة التهديد البعيد (٥) كرات من قوس خط (١٨) يارد ، على الهدف يوجد فيه هدف كرة يد (الراوي ، ٢٠٠١ ، ٦٩) .
- اختبار دقة إيقاف الكرة (الإخماد) داخل دائرتين من مسافة (١٠) أمتار لقياس مدى قدرة اللاعب على التحكم في الكرة عن طريق الامتصاص او الكتم (الخشاب وذنون، ٢٠٠٥، ٥٦-٥٧).

٣-٨ اختبار القدرة اللاهوائية لـ (RAST)

هدف الاختبار: قياس القدرة اللاهوائية

وصف الاداء: يعد هذا الاختبار مقياساً للقدرة اللاهوائية للمختبر ، وتبدأ التحضيرات للاختبار بقياس وزن المختبر ثم اعطاه مدة (١٠) دقائق لغرض الإحماء يتبعها استعادة الأستشفاء لمدة (٥) دقائق، اما الاختبار فهو عبارة عن (٦) إنطلاقات سريعة لمسافة (٣٥) متر يكملها المختبر جميعاً وتعطى راحة امدها (١٠) ثوانٍ بين إنطلاقة وأخرى.

طريقة التسجيل: يتم تسجيل زمن قطع كل (٣٥) متراً على حدا بالثانية واجزاء المئة من الثانية، ويتم حساب نتائج القدرة اللاهوائية لكل تكرار كما يأتي:

$$\text{القدرة اللاهوائية (بالواط)} = \text{الوزن} \times \text{المسافة}^2 / \text{الزمن}^3$$

وبعد حساب (القدرة) للتكرارات الست يتم تحديد ما يأتي:

أعلى قدرة (بالواط) وهي عبارة عن أعلى قيمة مسجلة لزمن عدو (٣٥) متراً.

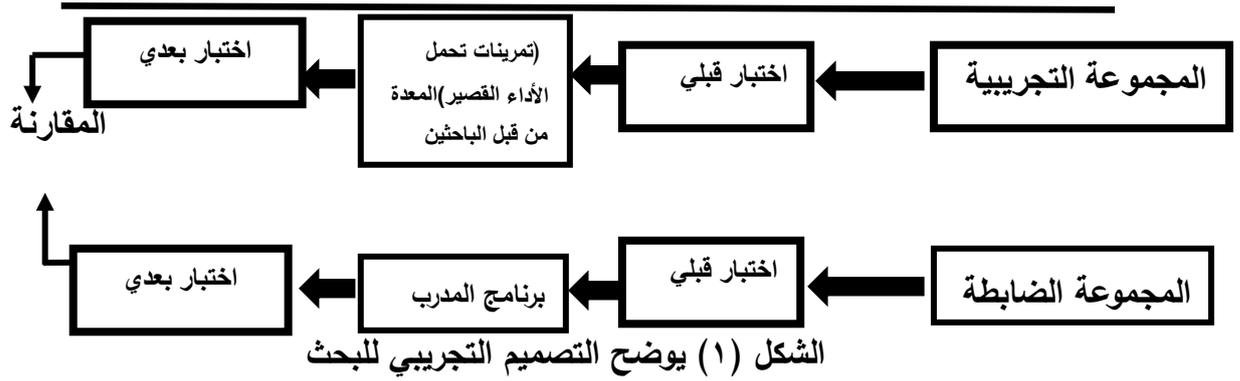
ادنى قدرة (بالواط) وهي عبارة عن ادنى قيمة مسجلة لزمن عدو (٣٥) متراً

معدل القدرة اللاهوائية (بالواط) وهي عبارة عن مجموع القيم مقسمة على الرقم (٦).

مؤشر التعب (واط/ثانية) = (اعلى قدرة - ادنى قدرة) / الزمن الكلي للانطلاقات .

(Rast, 2001,3)

٣-٩ التصميم التجريبي: استخدم الباحثون التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي" (الزوبعي، والغنام، ١٩٨١، ١٠٢-١١٢). والشكل (١) يوضح التصميم التجريبي المستخدم في تجربة البحث.



٣-١٠ المتغيرات المستقلة في البحث: (تمارين تحمل الأداء القصير) .

٣-١١ المتغيرات التابعة في البحث: المتغيرات المهارية- القدرة اللاهوائية - مؤشر التعب

٣-١٢ التجربة الاستطلاعية الأولى : اجريت هذه التجربة بتاريخ (٢٥/٩/٢٠١٥) على لاعبي عينة البحث وبمساعدة فريق العمل وكان الغرض منها التعرف على مدى امكانية تطبيق التمارين المقترحة وكيفية تطبيقها، فضلاً عن التعرف والكشف عن الأخطاء والمعوقات التي تحدث وكذلك تعرف فريق العمل المساعد* على هذا النوع من التجارب.

٣-١٣ التجربة الاستطلاعية الثانية : اجريت هذه التجربة بتاريخ (٢٧/٩/٢٠١٥) على لاعبي عينة البحث وهي تجربة للتأكد من صلاحية التمارين وتطبيقها في مجاميع، فضلاً عن تحديد زمن كل تمرين، فضلاً عن تحديد أوقات تحديد أوقات الراحة بين التكرارات والراحة بين المجاميع وذلك من خلال قياس معدل النبض و بمساعدة فريق العمل المساعد* .

٣-١٤ تنفيذ تمارينات تحمل الأداء القصير في المنهاج التدريبي : تم تصميم تمارينات تحمل الأداء القصير في البرنامج التدريبي الخاص بالبحث ، وذلك بعد الإنتهاء من التجارب الاستطلاعية وإتقان الأزمنة الخاصة بكيفية تطبيق تمارين تحمل الأداء القصير، وتم عرضها على مجموعة من السادة المختصون** في علم التدريب الرياضي وكرة القدم لبيان رأيهم عن مدى صلاحية البرنامج التدريبي، وبعد عرض الاستبيان المذكور تم الأخذ بملاحظات السادة المختصون وكما هو مبين في البحث. وقد راعى الباحثون في البرنامج التدريبي ما يأتي:

- * فريق العمل المساعد
- ** السادة المختصون
- م.د أحمد أسماعيل / دكتوراه/ تربية رياضية
 - م.د بسمان محمود/ دكتوراه/ تربية رياضية
 - م.م محمد خيرى / التربية الرياضية / طالب دكتوراه
 - أ. د زهير قاسم الخشاب
 - أ.م.د عبد الجبار عبد الرزاق الحسو
 - أ. د محمد خضر أسمر
 - أ. م. د موفق سعيد الدباغ

- بدء كافة الوحدات التدريبية بالإحماء العام من أجل تهيئة جميع الجسم، ثم القيام بإجراء الإحماء الخاص لجميع العضلات المشاركة في أداء كل تمرين في الوحدات التدريبية.
- طبقت هذه التمارين كجزء من الوحدات التدريبية الكاملة.
- تكون المنهاج من (٨) اسابيع (دورات صغرى) في القسم الرئيسي.
- تكونت تمارينات تحمل الاداء القصير في المنهاج التدريبي من دورتين متوسطتين وكل دورة متوسطة تحتوي على (٤) دورات صغرى ويكون تموج حركة الحمل في كل دورة متوسطة (٣-١).
- تكونت كل دورة صغرى من (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع، أي تنفذ كل مجموعة (٢٤) وحدة تدريبية خلال المنهاج التدريبي.
- تم استخدام طريقة التدريب الفترى المرتفع الشدة وبالأداء المثالي في تمارينات تحمل الأداء القصير.
- التحكم بحمل التدريب في المنهاج يكون بالاعتماد على الحجم من خلال زيادة عدد التكرارات لكل تمرين.
- الشدة المستخدمة في التمارين شدة مثالية بالأداء وبصعوبة أداء يصل النبض الى (١٧٠ - ١٨٠) ن/د معتمدة على أفضل أداء يقدمه اللاعب خلال التمرين، أي مراعاة التوافق الجيد بين الأداء البدني والمهاري (توافق الأداء).
- حدد الباحثون فترات الراحة بين التكرارات عن طريق التجارب الاستطلاعية وذلك بالاعتماد على عودة النبض إلى (١٢٠-١٣٠) ن/د ، واستخدمت الراحة الإيجابية.
- حدد الباحثون فترة الراحة بين المجاميع عن طريق التجارب الاستطلاعية وذلك بالاعتماد على عودة النبض إلى (٩٠-١٠٠) ن/د.
- قسمت العينة على مجموعتين (تجريبية وضابطة) المجموعة التجريبية ستطبق تمارينات تحمل الأداء القصير في حين المجموعة الضابطة ستطبق المنهاج المعد من قبل مدرب الفريق.
- تم إجراء الوحدات التدريبية الثلاثة في أيام (السبت، الثلاثاء، الخميس) .
- انتهاء الوحدات التدريبية بتمارين تهدئة واسترخاء العضلات.
- ان تموج حركة الحمل للتمرينات المستخدمة كان معتمداً على زمن الحمل التدريبي لكل دورة صغرى وكما موضح في الشكل (٢).

الاسابيع	مستوى الحمل								
الثامن	السابع	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الاول		
									حمل اقصى
									حمل عالي
									حمل متوسط
-١٠٠.٥	-١١٧	-١١٧	-١٠٠.٥	-٨٤	-١٠٠.٥	-٨٤	-٨٤		زمن الحمل بالدقيقة
(١٢٣.٩٦)	(١٤٤)	(١٤٤)	(١٢٣.٩٦)	(١٠٢.٩٦)	(١٢٣.٩٦)	(١٠٢.٩٦)	(١٠٢.٩٦)		

الشكل (٢) يوضح تموج حركة الحمل

٣-١٥ الاجراءات النهائية للبحث

٣-١٥-١ الاختبارات المهارات الأساسية والوظيفية القبلية

اليوم الاول: بتاريخ ٢٩/٩/٢٠١٥ تم اجراء الاختبارات الآتية: اختبار الجري بالكرة بين (١٠) شواخص ذهاباً واياباً ، اختبار القدرة اللاهوائية (RAST) ، اختبار دقة التمريرة القصيرة نحو (٤) اهداف باتساع متر واحد (٨) كرات ، اختبار ايقاف الكرة داخل دائرتين.

اليوم الثاني: بتاريخ ٣٠/٩/٢٠١٤ تم إجراء الاختبارات الآتية: اختبار دقة التهديف البعيد على هدف يوجد فيه هدف كرة يد (٥) كرات من قوس خط (١٨) يارداً ، اختبار دقة التهديف القريب على مستطيل من بعد ٢٠ متر/٣٠ ثانية ، اختبار دقة التمرير المتوسطة نحو (٣) دوائر من مسافة (٢٠) متراً . وقد تم إعطاء راحة كافية بين جميع الاختبارات للاستعادة الشفاء لا تقل عن (٥) دقائق، ورجوع النبض إلى (٩٠-١٠٠) ن/د.

٣-١٥-٢ تنفيذ تمرينات تحمل الأداء في المنهاج التدريبي : بعد الانتهاء من تطبيق الاختبارات المهارية والقدرة اللاهوائية تم تنفيذ تمرينات تحمل الأداء القصير في المنهاج التدريبي بتاريخ (١/١٠/٢٠١٥) ولغاية (١/١٢/٢٠١٥) .

٣-١٥-٣ الاختبارات المهارية والقدرة اللاهوائية البعيدة بعد الانتهاء من تنفيذ تمرينات تحمل

الأداء القصير في المنهاج التدريبي

قام الباحثون بإجراء الاختبارات البعيدة على لاعبي عينة البحث في المدة من (٢/١٢/٢٠١٥) ولغاية (٣/١٢/٢٠١٥) وبطريقة وتسلسل الاختبارات القبلية نفسها.

٣-١٦ الوسائل الإحصائية : تم استخدام الوسائل الإحصائية من خلال الاعتماد على الحقيبة الإحصائية (SPSS) بواسطة الحاسوب الآلي (الكومبيوتر) وهي كما يأتي:

- الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار (ت) للعينات المرتبطة ، اختبار (ت) للعينات الغير المستقلة ، النسبة المئوية ، معامل الاختلاف .

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٤-١ عرض النتائج وتحليلها:

٤-٢ عرض وتحليل ومناقشة نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في عدد من المتغيرات المهارية

٤-٢-١ عرض وتحليل ومناقشة نتائج المجموعة التجريبية في عدد من المتغيرات المهارية

الجدول (٦) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في عدد من المتغيرات المهارية للاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية

قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات المهارية
	ع±	س	ع±	س		
*١٦.٤	١.٠٧	٢٠.٨٥	١.٣	٢٤.٦٩	ثانية	الدرجة
*٢١.٦	٠.٩٩	٥.١	٠.٧٨	١.٨	درجة	التمريرة (المناولة) القصيرة
* ٨.٢٦	٤.٢	١٨.٥	٥.٣	٩.١	درجة	التمريرة (المناولة) المتوسطة
*١٠.٨	٣.٣	٢٨.٦	٢.٩	١٩.٥	درجة	التهدف القريب
*٦.٤	٠.٩١	١١.٢	٢.١	٧	درجة	التهدف البعيد
*١٢.٨	٩.١	٨٢	١٤.١	٥٠	درجة	الاخماد

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ وامام درجة حرية (٩) ، قيمة (ت) الجدولية = ٢.٢٦

من خلال ملاحظتنا للجدول (٦) يتبين لنا ان هناك فرقا معنوياً في المتغيرات المهارية بين الاختبارات القبلي والبعدى لدى المجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي وهي (الدرجة، والتمريرة القصيرة، والتمريرة المتوسطة، والتهدف القريب، والتهدف البعيد ، والاخماد)

إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (١٦.٤)، (٢١.٦)، (٨.٢٦)، (١٠.٨)، (٦.٤)، (١٢.٨) وهي جميعها أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.٢٦) عند درجة حرية (٩) ومستوى دلالة (٠.٠٥).

٤-٢-٢ عرض وتحليل ومناقشة نتائج المجموعة الضابطة في عدد من المتغيرات المهارية

الجدول (٧) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في عدد من المتغيرات المهارية للاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات المهارية
	ع+	س	ع+	س		
*١٠.١	٠.٣٦	٢٢.٨٥	١.٠٦	٢٤.٧١	ثانية	الدرجة
١.١٥	٠.٩٦	٢.٦	٠.٩٤	٢.٣	درجة	التمريرة (المناوله) القصيرة
١.٨	٤.٨	١٠.١	٥.٣٧	٩.٦	درجة	التمريرة (المناوله) المتوسطة
*١٩.٢	٣.٠٤	٢٢.٨	٣.١	١٨	درجة	التهديف القريب
١.١	٢.٣٧	٦.٩	٢.٣١	٦.٦	درجة	التهديف البعيد
*٦	١٥.٧	٦٦	١٧.١	٥٤	درجة	الإخماد

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ وامام درجة حرية (٩) ، قيمة (ت) الجدولية = ٢.٢٦

من خلال ملاحظتنا للجدول (٧) يتبين لنا أن هناك فرقاً معنوياً في (مهارة الدرجة ومهارة التهديف القريب ، ومهارة الإخماد) بين الاختبارين القبلي والبعدى لدى المجموعة الضابطة ولمصلحة الاختبار البعدى، إذ كانت قيمة (ت) المحسوبة وعلى التوالي (١٠.١) ، (١٩.٢) ، (٦) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.٢٦) عند درجة حرية (٩) ومستوى دلالة (٠.٠٥).

كما يتبين عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في المتغيرات المهارية لدى المجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدى وهي (، التمريرة القصيرة، التمريرة المتوسطة، التهديف البعيد) إذ كانت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (١.١٥)، (١.٨)، (١.١) وهي جميعها أصغر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.٢٦) عند درجة حرية (٩) ومستوى دلالة (٠.٠٥).

ويعزو الباحثون سبب تطور (مهارة الدرجة ومهارة التهديف القريب ومهارة الإخماد) لدى المجموعة الضابطة إلى المنهاج التدريبي الذي نفذته المجموعة الضابطة (المعد من قبل المدرب) .

٤-٢-٣ عرض وتحليل ومناقشة نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في عدد من المتغيرات المهارية

الجدول (٨) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة في عدد من المتغيرات المهارة للمجموعين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية

قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المعالم الإحصائية
	الاختبار البعدي	س	ع±	س		
*٤.٥	٠.٣٦	٢٢.٨٥	١.٠٧	٢٠.٨٥	ثانية	الدرجة
*٥.٧	٠.٩٦	٢.٦	٠.٩٩	٥.١	درجة	التمريرة (المناولة) القصيرة
*٤.١	٤.٨	١٠.١	٤.٢	١٨.٥	درجة	التمريرة (المناولة) المتوسطة
*٤.٠٧	٣.٠٤	٢٢.٨	٣.٣	٢٨.٦	درجة	التهديف القريب
*١٢.٨	٢.٣٧	٦.٩	٠.٩١	١١.٢	درجة	التهديف البعيد
*٢.٧	١٥.٧	٦٦	٩.١	٨٢	درجة	الاخماد

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ وامام درجة حرية (١٨) ، قيمة (ت) الجدولية = ٢.١٠

من خلال ملاحظتنا للجدول (٨) يتبين أن الفروق كانت معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية في المتغيرات المهارة جميعها (الدرجة، التمريرة القصيرة، التمريرة المتوسطة، التهديف القريب، التهديف البعيد، الاخمد) إذ كانت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (٤.٥)، (٥.٧)، (٤.١)، (٤.٠٧)، (١٢.٨)، (٢.٧) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٠) عند درجة حرية (١٨) وامام مستوى معنوية (٠.٠٥).

يعزو الباحثون سبب هذا التطور للمجموعة التجريبية في الجدول (٦) والجدول (٨) في جميع المهارات الأساسية (قيد البحث) إلى أتباع الأسس العلمية والمنهجية السليمة في إعداد تمارين تحمل الأداء القصير ضمن المنهاج التدريبي ، من خلال عدد التكرارات لتمرين تحمل الأداء والتي اقتربت ما بين (٤-٦) تكرارات ويزمن أداء من (٤٥ - ٥٥) ثا خلال (٣) وحدات تدريبية ضمن الدورة الصغرى (٤) دورات صغرى ضمن الدورة المتوسطة الواحدة ولدورتين متوسطتين وبما يلائم مستوى الفئة العمرية (الشباب) ويشير (Owen & Clark, 1975) " بأن اعادة التمرين عدة مرات تمكن اللاعب من إتقان المهارة وأدائها بشكل أحسن وذلك لأن التمرين الكثير على المهارات الحركية واعادتها بصورة صحيحة يساعد على أدائها بشكل سليم خلال اللعب" (Owen & Clark, 1975, 13). وأكد ذلك (ابراهيم، ١٩٩٤). إذ إن تكرار التمارين في الوحدات التدريبية يجعل اللاعبين أقل خطأ في فقدان الكرة أو أكثر تحكماً بها نتيجة لزيادة إحساس اللاعب بالكرة، مما يجعل اللاعب يأخذ الوضع الصحيح لأداء المهارة،

ومن ثم تجنب الأخطاء التي يقع فيها كما أنها تكسبه التوافق الجيد لأداء المهارة" (ابراهيم، ١٩٩٤، ٢٢). وأشار الى ذلك (حسن ، ٢٠٠٩) أن تنفيذ أكبر عدد من التكرارات ضمن الشروط الخاصة لظروف اللعب يساعد على رفع مستوى الدقة في تنفيذ أساليب أداء اللاعبين المهاري (حسن ، ٢٠٠٩، ١٤). فضلا عن ما تضمنته هذه التمارين الى العديد مع المهارات الاساسية ومتغيرات متنوعة تتفق مع ما موجود في المباراة ، إذ يشير (مختار، ب - ت) بان هذه التمارين تجبر اللاعب على أن يلعب الكرة بسرعة مع الانتباه إلى الكرات الأخرى وبذلك تنمي مقدرة اللاعب الحركية وفي نفس الوقت تزداد كفاءته الخططية فضلا عن أنها تتميز برفع مستوى المهارات الأساسية لدى اللاعب (مختار ب - ت ، ١١٢)، ذلك وتم استخدام مبدأ التدرج عن طريق حجم الحمل التدريبي ويتموج حركة حمل (٣ - ١) واستخدم الباحثون عملية التكيف والتنشيت في هذا التدرج وهي من القواعد الأساسية في التدريب . كما يؤكد (الطائي ، ٢٠١١) نقلا عن (الحجار) مما سبق بأنه " يجب على المدرب الرجوع الى مبدأ التدرج في التدريب الذي يعد الحجر الأساس للمناهج التدريبية لتطوير الصفات البدنية والمهارية والخططية والوصول باللاعب الى المستوى الأفضل معتمدا على شيئين في ذلك هما التنشيت والتكيف" (الطائي، ٢٠٠١، ٤٨) فضلا عن أن المدرب الرياضي يستطيع ضبط الحمل التدريبي والتحكم فيه من خلال التغيير بالزيادة أو النقصان في أي من مكونات الحمل (الشدة ، الحجم ، فترات الراحة) والتغيير في أي مكون من هذه المكونات يؤدي إلى تغيير درجته ويجب مراعاة العلاقة بين مكونات حمل التدريب الثلاثة عند ضبطه والتحكم فيه (البشتاوي والخوaja ، ٢٠٠٥، ٨٣) وأورد (صبر وآخران، ٢٠٠٥) بأن مستوى أداء المهارة يتوقف على التدريب على هذه المهارات فضلاً عن الاستعداد البدني للمهارة المراد اكتسابها(صبر وآخران ، ٢٠٠٥ ، ٧٥) ولكي يحقق لاعب كرة القدم أعلى مستوى من الأداء في اللعب خلال المباريات يجب أن يعد إعداداً فنياً متكاملًا في ضوء متطلبات ممارسة كرة القدم الحديثة والتي تتطلب مستوى عاليًا من الكفاءة البدنية المهارية حتى يتمكن اللاعب من أداء الواجبات الخططية الموكلة إليه بكفاءة طوال زمن المباراة .

(ابو عبدة، ٢٠١٢، ٩)

٢-٤ عرض وتحليل ومناقشة نتائج المجموعتين التجريبيية والضابطة بمتغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب

١-٢-٤ عرض وتحليل ومناقشة نتائج المجموعة التجريبيية بمتغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب

الجدول (٩) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بمتغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات الوظيفية
	ع±	س	ع±	س		
٦.٦	٥٨.٥	٥٧٣.٢	٥٧.٢	٤٠٠.٦	الواط	القدرة اللاهوائية
٣.٦٥	٠.٣٩	٥.١٧	٠.٤٨	٦.٠١	واط/ ثا	مؤشر التعب

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ وامام درجة حرية (٩) ، قيمة (ت) الجدولية = ٢.٢٦

من خلال ملاحظتنا للجدول (٩) يتبين لنا وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي في المتغيرات الوظيفية (القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب) إذ كانت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (٦.٦)، (٣.٦٥) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.٢٦) عند درجة حرية (٩) وامام مستوى معنوية (٠.٠٥).

٤-٢-٢ عرض وتحليل ومناقشة نتائج المجموعة الضابطة بمتغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب

الجدول (١٠) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بمتغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات الوظيفية
	ع±	س	ع±	س		
٢.٠٢	٥٤.٨	٤١٤.٤	٥٤.٩	٤١٣.٨	الواط	القدرة اللاهوائية
١.٢٧	٠.٣٩	٦.٠١	٠.٤٤	٦.٠٩	واط/ ثا	مؤشر التعب

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ وامام درجة حرية (٩) ، قيمة (ت) الجدولية = ٢.٢٦

من خلال ملاحظتنا للجدول (١٠) يتبين لنا وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة إذ كانت قيم (ت) المحسوبة (٢.٠٢)، (١.٢٧)

وهي اصغر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.٢٦) عند درجة حرية (٩) وامام مستوى معنوية (٠.٠٥).

٤-٢-٣ عرض وتحليل ومناقشة نتائج المجموعتين التجريبيه والضابطة بمتغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب

الجدول (١١) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بمتغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر

التعب في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبيه والضابطة

قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة التجريبية الاختبار البعدي		المجموعة الضابطة الاختبار البعدي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات الوظيفية
	ع±	س	ع±	س		
٦.٢	٥٨.٥	٥٧٣.٢	٥٤.٨	٤١٤.٤	الواط	القدرة اللاهوائية
٣.٤٢	٠.٣٥	٥.١٧	٠.٣٩	٦.٠١	واط/ثا	مؤشر التعب

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠.٠٥)$ وامام درجة حرية (١٨) ، قيمة (ت) الجدولية = ٢.١٠

من خلال ملاحظتنا للجدول (١١) يتبين لنا وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى المجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي في المتغيرات الوظيفية (القدرة اللاهوائية، مؤشر التعب) إذ كانت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (٦.٢)، (٣.٤٢) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.١٠) عند درجة حرية (١٨) وأمام مستوى معنوية (٠.٠٥).

يعزو الباحثين سبب هذا التفوق للمجموعة التجريبية في المتغيرات (القدرة اللاهوائية و مؤشر التعب) إلى فعالية تمارينات تحمل الأداء القصير ضمن المنهاج التدريبي و بطريقة التدريب الفترتي المرتفع الشدة وبالأداء المثالي وبصعوبة أداء يصل النبض الى (١٧٠-١٨٠) ن/د التي ساعدت اللاعب في تحمل الجهد المتواصل من خلال الراحة البنينية الناقصة بين تكرار وآخر والتي أسهمت في عملية الضغط على النظام العامل مما أدى إلى "التطور الكبير في قابلية تحمل لمسافات القصيرة وزيادة كفاءته ويحدث تقدماً سريعاً نتيجة للتدريب على زيادة التفاعلات اللاهوائية وكذلك له القدرة على زيادة عدد وظائف الأوعية الدموية وزيادة كلايوجين العضلات في أقصر وقت ممكن" (الشيخلي، ١٩٩١، ٣٧). وأشار (ابراهيم، ٢٠٠٤) إلى أن تمارينات الانشطة اللاهوائية تمارس بتبادل تكرار اداء التمرين مع الراحة التي تفصل بين كل اداء وبين الاداء التالي له ، بدرجة صعوبة عالية (ابراهيم، ٢٣٧، ٢٠٠٤)، وأن الترابط الوثيق بين طريقة التدريب وزمن أداء التمرين وعمل أنظمة الطاقة والتدرج بحجم الحمل التدريبي من خلال التكرارات التي نفذت هو أحد الأسباب الرئيس التي أسهمت في هذا التطور، كما ان المطاولة

اللاهوائية تعمل على زيادة الكفاءة في قدرة العضلة على تحمل نقص الأوكسجين وزيادة قدرتها على استخدام نظم الطاقة اللاهوائية (عبد الفتاح وسيد، ٢٠٠٣، ١٥٣-١٥٤) وأن استخدام هذا التقنين بمكونات الحمل التدريبي وبشكل منتظم ساعد اللاعبين على الأداء المتكرر ولنهاية الوحدة التدريبية دون الهبوط بمستوى الاداء والقدرة على الاستشفاء السريع وبما يتناسب وسرعة الأداء. ويشير (Bernie, 1979) أن " عملية التدريب لأية فعالية تتطلب التأكيد على احداث تكيف في أنظمة الطاقة المساهمة في تلك الفعالية" (Bernie, 1979, 32)، وكانت تمرينات حمل الأداء القصير ضمن المنهاج التدريبي الذي نفذت ، تم تصميمها بشكل موجه وتخصصي من خلال ما تحتويه من متغيرات قريبة إلى ما موجود في المنافسة ، ان الجسم يستجيب ويتكيف لنمط ومقدار المتطلبات البدنية المسلطة ، إذ تشير الخصوصية إلى أنه ليس فقط اختيار التمرين ولكن كيف يعمل التمرين بشدة عالية أم منخفضة والى عدد المجموعات والتكرارات ومقدار الراحة (نظام الطاقة العامل) (مذكور و شغاتي ، ١٥١، ٢٠١١) . ومن خلال ما سبق ذكره من أسس علمية التي ألتزم بها الباحثون وضبط متغيرات البحث بعملية تدريبية منظمة أسهمت في عملية هذا التطور المعنوي وأورد (ابو زيد ، ٢٠٠٥) إلى أن التدريب الرياضي ما هو إلا عمليات إخضاع الجسم لأداء أنواع مختلفة من الاحمال البدنية تؤدي في النهاية إلى تغيرات فسيولوجية وظيفية ينتج عنها زيادة كفاءة القدرات الهوائية واللاهوائية وتكيفها على مواجهة المتطلبات الوظيفية والبنائية لطبيعة النشاط الرياضي الممارس بكفاءة عالية مع الاقتصاد بالجهد (ابو زيد ، ٢٠٠٥، ١٨٣) . وأشار (شغاتي ، ٢٠١١) "ان كل زيادة في حمل البرنامج التدريبي من حيث الشدة والحجم تقابلها زيادة أخرى في القدرة الوظيفية للأجهزة الداخلية والأعضاء بما يضمن نمو وتطور النتيجة الرياضية وتطورها" (شغاتي ، ٣٢، ٢٠١١) . وأكد ذلك (سلامة ، ٢٠٠٠) أن الإعداد الفسيولوجي في كرة القدم يؤدي الى توجيه برامج التدريب لتنمية اللياقة اللاهوائية ليتمكن اللاعب من تأدية واجباته الفنية بكفاءة من دون الشعور المبكر بالتعب الناتج عن نقص الأوكسجين في أثناء الأداء مع قدرة أجهزة الجسم على سرعة تسديد هذا الدين خلال انخفاض معدل اللعب ، ويجب أن تنظم الوحدات التدريبية أهدافها للسعي نحو تنمية وتحسين نظم إطلاق الطاقة الهوائية واللاهوائية تمشياً مع طبيعة الأداء الحديث في كرة القدم (سلامة، ٢٨٢، ٢٠٠٠) .

١-٥ الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها، توصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية:

_ إن تمرينات حمل الأداء القصير أحدثت تأثيراً واضحاً في جميع المتغيرات مهارية قيد الدراسة لدى المجموعة التجريبية.

_ حققت المجموعة الضابطة تأثيراً واضحاً في مهارات الدرجة والتهديف القريب والإخماد لدى المجموعة الضابطة، ولم يحدث أي تطور في بقية المتغيرات المهارية.

_ حققت المجموعة التجريبية التي استخدمت تمرينات تحمل الأداء القصير تطوراً أفضل من المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهاج المعد من قبل المدرب في جميع المتغيرات المهارية قيد الدراسة التي تناولها البحث.

_ إن تمرينات تحمل الأداء القصير أحدثت تأثيراً واضحاً في متغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب لدى المجموعة التجريبية.

_ حققت المجموعة التجريبية التي استخدمت تمرينات تحمل الأداء القصير تطوراً أفضل من المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهاج المعد من قبل المدرب في متغيرات القدرة اللاهوائية ومؤشر التعب التي تناولها البحث.

٢-٥ التوصيات

يوصي الباحثون بما يأتي:

_ استخدام تمارين تحمل الأداء القصير في تدريب لاعبي كرة القدم الشباب.

_ استخدام طريقة التدريب الفترى وبالأداء المثالي وبصعوبة أداء يصل النبض الى (١٧٠-١٨٠) ن/د في تطوير المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية للاعبي كرة القدم عند استخدام مثل هذه التمارين.

_ إجراء بحوث ودراسات مشابهة على فعاليات رياضية فرقية أخرى، ولفئات عمرية مختلفة.

المصادر :

١. إبراهيم، مفتي (١٩٩٤): "الجديد في الإعداد المهارى بالخطى للاعب كرة القدم"، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
٢. أبو عبده، حسن السيد (٢٠١٢) : "الإعداد المهارى للاعبى كرة القدم النظرية والتطبيق"، الاسكندرية .
٣. أبو زيد، عماد الدين عباس (٢٠٠٥): "التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق فى الألعاب الجماعية (نظريات، تطبيقات)"، الطبعة الأولى، منشأة المعارف، الإسكندرية، مصر.
٤. بسطويسي، أحمد (١٩٩٤) : أسس ونظريات التدريب الرياضى، دار الفكر العربي - القاهرة .
٥. البشتاوي، مهند حسين والخوaja، احمد إبراهيم (٢٠٠٥): مبادئ التدريب الرياضى، الطبعة الأولى، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

٦. حسن ، هاشم ياسر (٢٠٠٩) : "تطوير اداء المهارات الهجومية في مناطق اللعب المختلفة بكرة القدم"، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
٧. حسن ، هاشم ياسر (٢٠١١) : " تحمل الأداء للاعب كرة القدم " ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان .
٨. الحياي، معن عبد الكريم (٢٠٠٧): "اثر اختلاف أساليب التحكم بالحمل التدريبي في بعض المتغيرات البدنية والمهارة للاعب كرة القدم الشباب"، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
٩. خالد، عبد الغني صبحي (١٩٩٧): "أثر استخدام بعض الاجهزة والادوات المساعدة في تعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
١٠. الخشاب، زهير قاسم وأخران (١٩٩٠): "تصميم وتفتين اختبارات لقياس بعض المهارات الحركية الاساسية بكرة القدم"، بحث منشور، المؤتمر العلمي السادس لكليات واقسام التربية الرياضية.
١١. الخشاب، زهير قاسم وذنون، معتز يونس (٢٠٠٥): " كرة القدم - مهارات - اختبارات - قانون"، دار ابن الهيثم للطباعة والنشر، الموصل.
١٢. الراوي، مكي محمود حسين (٢٠٠١): " بناء بطارية اختبار المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين شباب محافظة نينوى (دراسة عملية)" ، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
١٣. الزويبي، عبد الجليل والغانم، محمد احمد (١٩٨١): "مناهج البحث في التربية"، ج١، مطبعة التعليم العالي، جامعة بغداد، بغداد، العراق.
١٤. سلامة ، بهاء الدين ابراهيم (٢٠٠٠) : " فسيولوجيا الرياضة والأداء البدني (لاكتات الدم) "، دار الفكر العربي ، القاهرة .
١٥. شغاتي ، عامر فاخر (٢٠١٠) : استراتيجيات وطرائق التدريب الرياضي ، ط١، بغداد
١٦. شغاتي ، عامر فاخر (٢٠١١) : "علم التدريب الرياضي نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا"، مكتب النور، بغداد.
١٧. الشبخلي، سعد منعم (١٩٩١): " تحديد أنسب طريقة لتدريب المطاولة الخاصة لراكبي المسافات المتوسطة ٨٠٠م"، رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية ،جامعة البصرة ،١٩٩١.
١٨. صبر ، قاسم لزام وأخران (٢٠٠٥): " أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم " مطبعة التعليم العالي ، بغداد.
١٩. عبد الخالق ، عصام (١٩٨٧) : "علم التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات"، ط٣ ، دار الكتب الجامعية الاسكندرية ، مصر .
٢٠. عبد الفتاح ، أبو العلا أحمد وسيد، احمد نصر الدين (١٩٩٣): "فسيولوجية اللياقة البدنية" ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة.
٢١. عبد الفتاح، أبو العلا احمد (١٩٩٧): "التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية"، دار الفكر العربي ، القاهرة.
٢٢. علاوي ،محمد حسن (١٩٧٩): "علم التدريب الرياضي"، ط٦ ، دار المعارف ، مصر.
٢٣. مختار، حنفي محمود (ب-ت): "المدير الفني لكرة القدم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.

٢٤. مذکور، فاضل كامل و شغاتي، عامرفاخر و (٢٠١١) : "اتجاهات حديثة في تدريب التحمل - القوة

- الإطالة - التهذئة "، ط١، مكتبة المجتمع العربي، عمان.

٢٥. النعيمي، ضرغام جاسم محمد (١٩٩٢): " وضع درجات معيارية لبعض المهارات الأساسية بكرة

القدم لطلاب كلية التربية الرياضية"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة

الموصل.

26. Rast (2001): **The Running** – based anaerobic sport test, Peak performance.

27. Owen, B., and Clark, N., (1975): **Beginners outdo to Scoring and Caching**,

Pelhan book, ltd. London.

أستخدم هذا الحمل التدريبي في الأسبوع الأول والثاني والرابع من الدورة المتوسطة الأولى الجدول (١)

اليوم	التمرينات المستخدمة	زمن الأداء (ثانية)	التكرار	عدد المجموع	زمن الراحة بين التكرارات (دقيقة)	زمن الراحة بين المجموع (دقيقة)	زمن أداء التمرين الكلي (دقيقة)	زمن التمارين في الوحدة التدريبية (دقيقة)
السبت	تمرين (١)	٥٥-٤٥ ثا	٤	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٤-١٦(١٧.١٦-١٤)	٢٨-٣٢(٣٤.٣٢-٢٨)
	تمرين (٢)	٥٥-٤٥ ثا	٤	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٤-١٦(١٧.١٦-١٤)	٢٨-٣٢(٣٤.٣٢-٢٨)
الأثنين	تمرين (٣)	٥٥-٤٥ ثا	٤	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٤-١٦(١٧.١٦-١٤)	٢٨-٣٢(٣٤.٣٢-٢٨)
	تمرين (٤)	٥٥-٤٥ ثا	٤	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٤-١٦(١٧.١٦-١٤)	٢٨-٣٢(٣٤.٣٢-٢٨)
الخميس	تمرين (٥)	٥٥-٤٥ ثا	٤	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٤-١٦(١٧.١٦-١٤)	٢٨-٣٢(٣٤.٣٢-٢٨)
	تمرين (٦)	٥٥-٤٥ ثا	٤	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٤-١٦(١٧.١٦-١٤)	٢٨-٣٢(٣٤.٣٢-٢٨)

أستخدم هذا الحمل التدريبي في الأسبوع الثالث من الدورة المتوسطة الأولى والأسبوع الخامس والأسبوع الثامن من الدورة المتوسطة الثانية

الجدول (٢)

اليوم	التمرينات المستخدمة	زمن الأداء (ثانية)	التكرار	عدد المجموع	زمن الراحة بين التكرارات (دقيقة)	زمن الراحة بين المجموع (دقيقة)	زمن أداء التمرين الكلي (دقيقة)	زمن التمارين في الوحدة التدريبية (دقيقة)
السبت	تمرين (١)	٥٥-٤٥ ثا	٥	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٦.٧٥-٢٠.٥٨(٢٠.٥٨-١٦.٧٥)	٣٣.٥-٤١.١٦(٤١.١٦-٣٣.٥)
	تمرين (٢)	٥٥-٤٥ ثا	٥	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٦.٧٥-٢٠.٥٨(٢٠.٥٨-١٦.٧٥)	٣٣.٥-٤١.١٦(٤١.١٦-٣٣.٥)
الأثنين	تمرين (٣)	٥٥-٤٥ ثا	٥	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٦.٧٥-٢٠.٥٨(٢٠.٥٨-١٦.٧٥)	٣٣.٥-٤١.١٦(٤١.١٦-٣٣.٥)
	تمرين (٤)	٥٥-٤٥ ثا	٥	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٦.٧٥-٢٠.٥٨(٢٠.٥٨-١٦.٧٥)	٣٣.٥-٤١.١٦(٤١.١٦-٣٣.٥)
الخميس	تمرين (٥)	٥٥-٤٥ ثا	٥	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٦.٧٥-٢٠.٥٨(٢٠.٥٨-١٦.٧٥)	٣٣.٥-٤١.١٦(٤١.١٦-٣٣.٥)
	تمرين (٦)	٥٥-٤٥ ثا	٥	١	٢-٢(٢.٥-٢)	٥-٦(٦-٥)	١٦.٧٥-٢٠.٥٨(٢٠.٥٨-١٦.٧٥)	٣٣.٥-٤١.١٦(٤١.١٦-٣٣.٥)

أستخدم هذا الحمل التدريبي في الأسبوع السادس والأسبوع السابع من الدورة المتوسطة الثانية الجدول (٣)

التمارين التي نفذت في المنهاج التدريبي والتي تم اختيارها من قبل الخبراء والمختصين تم تنفيذ التمارين بمساحة نصف ملعب، وكانت مساحة كل جزء من التمرين ٥×٥ م أو ٦×٦ م والمسافة بين جزء وآخر ١٠ م ونفذت جميع التمارين من خط الهدف القريب من خط ال ١٨ يارد الجانبي وبشكل حرف L مقلوب وينتهي بالتهديف والمسافة بين الشواخص للتمارين أغلبها كانت ١ م .

_ التمرين الأول : يبدأ التمرين بالقفز من فوق الموانع ثم التسليم والاستلام من الموانع ثم الحركة بالكرة بين الشواخص زكزاك ثم الانتقال الى الحركة بالكرة على شكل علامة ثم الانتقال الى الاستلام بالصدر والتسليم بداحل القدم من الجهتين ثم الانتقال الى التهديف والتسليم الى المساعد والقفز من فوق الموانع والحركة بين الشواخص ثم الاستلام والتهديف .

_ التمرين الثاني : يبدأ التمرين بالحركة الزكزاك بين الشواخص ثم استلام وتسليم ثم الحركة على السلم ثم استلام وتسليم بالراس ثم المناولة ثم الصدر ثم الانتقال الى الاستلام والدوران والتسليم من المساعدين ثم التسليم الى المساعد والقفز من فوق الموانع والاستلام والتسليم ثم الحركة بين الشواخص زكزاك ثم التهديف .

_ التمرين الثالث : يبدأ التمرين بالحركة فوق السلم ثم الحركة بين الشواخص بالكرة ثم القفز من فوق الموانع وبعدها الاستلام والتسليم مع المساعد من خلال ذهاب واياب لاربع شواخص وبعدها الانتقال الى الحركة بين الشواخص ثم التهديف .

_ التمرين الرابع : يبدأ التمرين بالحركة بين الشواخص ثم الانتقال الاستلام والتسليم ثم القفز من فوق الموانع والحركة بين الشواخص ثم القفز من فوق الموانع الى المساعد ثم التسليم الى المساعد ثم الانتقال

اليوم	التمرينات المستخدمة	زمن الأداء (ثانية)	التكرار	عدد المجموع	زمن الراحة بين التكرارات (دقيقة)	زمن الراحة بين المجموع (دقيقة)	زمن أداء التمرين الكلي (دقيقة)	زمن التمارين في الوحدة التدريبية (دقيقة)
السبت	تمرين (١)	٥٥-٤٥ ثا	٦	١	٢-٢.٥ (دقيقة)	٥-٦ (دقيقة)	١٩.٥-٢٤ (دقيقة)	٣٩-٤٨ (دقيقة)
	تمرين (٢)	٥٥-٤٥ ثا	٦	١	٢-٢.٥ (دقيقة)			
الأثنين	تمرين (٣)	٥٥-٤٥ ثا	٦	١	٢-٢.٥ (دقيقة)	٥-٦ (دقيقة)	١٩.٥-٢٤ (دقيقة)	٣٩-٤٨ (دقيقة)
	تمرين (٤)	٥٥-٤٥ ثا	٦	١	٢-٢.٥ (دقيقة)			
الخميس	تمرين (٥)	٥٥-٤٥ ثا	٦	١	٢-٢.٥ (دقيقة)	٥-٦ (دقيقة)	١٩.٥-٢٤ (دقيقة)	٣٩-٤٨ (دقيقة)
	تمرين (٦)	٥٥-٤٥ ثا	٦	١	٢-٢.٥ (دقيقة)			

الى التهديف والتسليم الى المساعد والقفز من فوق الموانع والاستلام والتهديف .

_ التمرين الخامس : يبدأ التمرين بالقفز بين الدوائر ثم الاستلام والتسليم وبعدها القفز من فوق الموانع ثم الحركة الجانبية والاستلام والتسليم بالرأي مع المساعد ثم الحركة على السلم وبعدها القفز من فوق الموانع والدرجة ثم الدوران ثم التهديف من خلال الدرجة الزكزاك بين الشواخص والتسليم والاستلام والتهديف .

_ التمرين السادس : يبدأ التمرين بالحركة بين الشواخص ثم الحركة بالكرة بين الشواخص ثم الانتقال والتسليم للكرة للمساعد والقفز من فوق الموانع ثم الحركة زكزاك بين الموانع بدوم كرة ثم الانتقال الى الاستلام والدوران ثم الدرجة بين الموانع والتسليم ثم الانتقال الى التهديف الحركة زكزاك والتسليم والاستلام والتهديف

**((تأثير استخدام تمارين خاصة لسرعة التردد الحركي في تطوير الأداء المهاري
المركب ودقة التصويب بكرة السلة))**

أ.م.د هلال عبد الكريم صالح

أ.م.د إشراق علي محمود

تحددت أهمية البحث في ضرورة تطوير الصفات البدنية الخاصة للاعب كرة السلة وخاصة سرعة التردد الحركي لارتباطه بالأداء المهاري والخططي السريع والمركب للاعب .. وتحددت مشكلة البحث في ضعف الأداء المهاري الذي يؤثر بشكل مباشر في الأداء الخططي والذي ظهر في مستوى أداء فروقا واضحة في سرعة الأداء المهاري وبالتالي الخططي وخاصة بين اللاعبين الأجانب في العراق واللاعبين المحليين فضلاً عن المنتخبات الوطنية والأخرى الدولية، وخاصة في سرعة أداء التصويب ودقته .. واستعان الباحثان بعينة تتألف من ١٠ لاعبين من اللاعبين الشباب بأعمار ١٧-١٨ سنة .. واستخدم الباحثان اختبارات سرعة التردد الحركي للذراعين والرجلين والأداء المهاري المركب ودقة التصويب من القفز، واستخدم تصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي .. وبعد أن خضعت العينة إلى أن التمارين الخاصة المقترحة من قبل الباحثان خرج بعدة استنتاجات أهمها، أن التمارين أثرت تأثيراً إيجابياً في تطوير سرعة التردد الحركي للذراعين والرجلين وتطورت العينة كذلك في اختبارات الأداء المهاري المركب ودقة التصويب من القفز بكرة السلة .. إزاء ذلك اقترح الباحثان عدة توصيات أهمها الاستفادة من التمارين المقترحة واستخدامها بنفس الأسلوب الذي اتبعه الباحثان، والقيام ببحوث مماثلة لفئات أخرى وتعميم النتائج .

Abstract

The effect of using special exercises to Speed of motor frequency for developing the complex performance skill and shooting accuracy in basketball

Asst. Prof. Dr Hilaal Abed Alkareem Salih

Asst. Prof. Dr. Ishraq Ali Mahmood

The objective of this research is the necessary to develop basic skills of the basketball player, especially the speed frequency because of its effect on the complex performance and tactical skills of the player.

The issue of the research is to seek the weaknesses of the performance which is related directly to the tactical performance which occurs in local and international Iraqi basketball teams.

The studies have shown the differences in speed performance which leads to tactical performance for the international and local players in Iraq for their shooting accuracy .

The researchers used ten players who are between the ages of 17 and 18, and the researchers also used tests for speed frequency of the arms and limbs, complex performance and shooting accuracy. After the players have done the suggested exercises, the researchers came out with a number of conclusions the most important is :-

The exercises have effected positively in the development of arms and limbs speed frequency and it how developed the complex performance and shooting accuracy of the basketball jump shot . Because of that, the researchers have suggested a number of recommendation, the most important is the benefit use of the suggested exercises the same way done by the researchers and doing more researches for different ages and generalize the results .

١ - التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث :-

تتميز الفعاليات الرياضية المختلفة بخصوصية قدراتها البدنية والعقلية والنفسية، وتؤثر هذه القدرات على الناتج النهائي للأداء ألا وهو الجانب الخططي (التكتيكي) ويتجلى هذا التأثير في الفعاليات الفرقية والتي تتسم بتغيراتها بسرعة الاداء المركب والمفتوح على احتمالات عديدة منها متوقعة وغير متوقعة.

ويلعب متغير السرعة في الجانب البدني أهم المتغيرات المؤثرة في الأداء المهاري العالي المستوى وبالتالي الأداء الخططي وخاصة في لعبة كرة السلة التي تتميز بأداء فني عالي السرعة والإتقان وبوجود المنافس المدافع التي تجعل من المهاجم يكون تحت ظروف وضغوط عالية التأثير .. فعملية التفوق على المنافس ليست بالسهولة التي قد يراها البعض عند تقارب المستوى أو النتيجة، حيث يكون عامل سرعة الأداء في كرة السلة هو العامل الحاسم في التفوق على المدافع أو إيقاف المهاجم ..

إن مستوى الأداء المهاري في كرة السلة ينصب على قدرة الذراعين والرجلين على التعامل مع الموقف الهجومي والدفاعي في الانتقال السريع لأخذ الوضع والقرار المناسب للأداء بل وتنفيذ الأداء، وذلك يعتمد على سرعة أداء هذين الطرفين في جسم اللاعب لغرض الانتقال السريع على وفق مواقف اللعب .. وعليه يلعب التردد الحركي كصفة بدنية

خاصة الدور الأساسي في سرعة تردد أعضاء الجسم لغرض الانتقال السريع من وضع الى آخر ليكون في أغلب مواقف اللعب هو عامل الجسم للتغلب على المنافس مهارياً .. أو النجاح في الاداء الخططي (التكتيكي) .

ومن خلال ذلك اصبح من المحتم على المدربين العمل الجاد لتطوير هذه الصفة البدنية الخاصة لدعم تنمية مهارات اللاعب وتطوير استجاباته في مختلف المواقف، من هنا تأتي أهمية البحث في كونه يضع تمرينات خاصة لتطوير صفة سرعة التردد الحركي ودقة التصويب من القفز، حيث يمثل الاداء المهاري المركب أقرب الاداءات للاداء الفعلي في اثناء اللعب، فضلاً عن أن مسألة التصويب من القفز من أكثر المهارات الهجومية تأثيراً في حسم النتائج لفرق كرة السلة .

٢-١ مشكلة البحث :-

تظهر المشاهدات العديدة لمستويات لفرق كرة السلة في العالم سرعة الأداء المهاري والخططي، وأصبح الأداء السريع سمة يتصف بها اللاعبون للحصول على التفوق الهجومي أو الدفاعي على خصومهم .. وعند المقارنة مع أداء اللاعب والفرق العراقية نجد أن هناك فروقاً واسعة في مستوى عامل السرعة وجودة الأداء العام ينعكس سلباً على الأداء الفردي والخططي وبالتالي على النتائج، وقد ظهر ذلك الفرق أكثر وضوحاً عندما دخل اللاعبون الأجانب ميدان كرة السلة العراقية حيث اتسم أداء هؤلاء اللاعبون بسرعة الأداء المهاري العالي المستوى وفي مختلف المهارات الدفاعية والهجومية وخاصة في سرعة ودقة التصويب من أوضاع مختلفة وكان لهم القدرة على حسم النتائج من خلال ذلك، ثم ظهرت نتائج هذه الفروق في ضعف نتائج المنتخبات الوطنية العراقية في المشاركات الدولية المختلفة وذلك يعد مشكلة حقيقية تستوجب وضع الحلول والمعالجات العلمية لها .. ولكون احد الباحثان هو احد لاعبي المنتخبات الوطنية لسنتين عدة ومدرب للمنتخب الوطني والناشئين والاندية العراقية بكرة السلة فضلاً عن كونها تدريسيان في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد لذلك فان الرؤية والشعور بالمشكلات التي تعاني منها اللعبة ستكون واضحة لهما بفضل ماسبق ذكره والخبرات المتراكمة نتيجة التعليم - التدريب للعبة فوجدا ان التدريب الخاص لصفة معينة مثل سرعة التردد الحركي ضروري لاعبي كرة السلة لارتباطها بسرعة اداء المهارات الحركية المختلفة من خلال وضع تمرينات خاصة لتطوير هذه الصفة المهمة وتطبيقها بأسلوب خاص يتماشى مع متطلبات سرعة الأداء المهاري للاعبي كرة السلة الناشئين كونهم القاعدة الأساسية لتطوير اللعبة.

٣-١ أهداف البحث :-

- إعداد تمارين خاصة لتطوير سرعة التردد الحركي للذراعين والرجلين للاعبين كرة السلة الناشئين.

- التعرف على تأثير التمارين الخاصة على الأداء المهاري المركب ودقة التصويب من القفز للاعبين كرة السلة.

٤-١ فروض البحث :-

- هناك تأثير للتمارين الخاصة على الأداء المهاري المركب ودقة التصويب من القفز للاعبين كرة السلة الناشئين.

٥-١ مجالات البحث :-

١-٥-١ المجال البشري : مجموعة من اللاعبين الناشئين بكرة السلة بأعمار ١٥-١٦ سنة

٢-٥-١ المجال المكاني : المركز التدريبي لتربية بغداد الرصافة .

٣-٥-١ المجال الزمني : من ٢٠١٤/٧/٣ ولغاية ٢٠١٤/٨/١٩ .

٢- الدراسات النظرية :

٢-١ السرعة في الفعاليات الرياضية :-

أن مفهوم السرعة كصفة حركية ترتبط بقدرة الانسان على القيام بحركات معينة بأقصر مدة زمنية معينة وتحت ظروف مختلفة قد ترتبط بطبيعة الفعالية وقد يرتبط هذا المبدأ بفترة زمنية محدودة .. وتشير المصادر أن صفة السرعة تتصف بالنسبة في بعض الفعاليات خاصة اذا ما ارتبطت بأداء لهاوي معين وفي موقف معين كالألعاب الفرقية مثلاً وتتصف بكونها مطلقة اذا ما ارتبطت بفعاليات اخرى قبل سباق ١٠٠م - ٢٠٠م مثلاً (٨:١٩٦) ففي حالة ارتباطها بفعاليات مثل كرة السلة وإنصافها بالنسبية (بين القسوى، المتوسطة، البطيئة) فأنها ترتبط بزمن رد الفعل الذي يعتمد على جوانب عقلية ومن خلال العلاقة بين المثير والاستجابة وهنا تظهر أهمية فهم المثير بمتغيراته المختلفة لغرض الاستجابة إليه وبالتالي الاستجابة بسرعة معينة مناسبة للموقف الرياضي .. في يوضح سباق ١٠٠م مثلاً ارتباط أداء السرعة بمثير بسيط جداً وهو انطلاقة البداية ثم الانطلاق بسرعة قسوى .. ويشير فرانك ديك (١٩٨٠) الى أن السرعة هي القدرة على

تحريك اطراف الجسم أو جزء من روافع الجسم أو الجسم ككل في أقل وقت ممكن وتصل الحركة الى الحد الاقصى للسرعة حينما لا يكون هناك أي تحميل على الاطراف أو الاجزاء المتحركة مثل سرعة حركة الذراع للاعب القرص (٦) ويدل ذلك على انه كلما قلت المقاومة على جزء معين من اجزاء الجسم يتطلب منه سرعة عالية ازداد الحد الاقصى لسرعة ذلك الجزء، وفي كرة السلة تزداد أهمية صفة السرعة في الانتقال السريع من الدفاع الى الهجوم في تنفيذ الهجوم السريع وكذلك في حركات الخداع وذلك من خلال سرعة تردد الرجلين فضلاً عن أهمية سرعة الذراعين في تنفيذ مهارات مهمة مثل المناولات والطبطة والتهديف بشكل خاص حيث تمثل سرعة التهديف أهمية قصوى للتغلب على دفاع المنافس أثناء الاداء.

٢-٢ تدريب السرعة لمرحلة الاختصاص (١٥-١٦) سنة

تشير المصادر الى أن مستوى السرعة يتوقف على مستوى ومواصفات الاداء الحركي أي (التكنيك) بصورة كبيرة فضلاً عن سمات شخصية مثل الادارة والتصميم (٣:٢٩٤) ويرى الباحث أيضاً أن مستوى السرعة يرتبط بطبيعة الاداء المهاري الذي يتعدى الاداء الفني الحركي (التكنيك) كون مستوى الاداء المهاري يتأثر ببيئة الاداء بكل تأثيراته، فقيام لاعب كرة السلة بأداء التصويب في اختبار معين مختلف عن أدائه اثناء اللعب بوجود المنافس وحالة التصويب وظروف اللعب المختلفة.

ويرى محمد رضا ومهدي كاظم أن تحسين مستوى قابلية السرعة يتم بمرور الزمن وتقدم العمر، لذلك عندما يدخل الرياضي مرحلة سن ما بعد البلوغ يصبح تحسن السرعة وتحسن زمن اداء الحركة أكثر وضوحاً خصوصاً للبنين، أما بالنسبة للبنات فإنهم يظهرون تحسن مستوى في المرحلة المتأخرة من سن البلوغ (٣:١٠٠) ويرى(وايت ١٩٨٣) أن تطبيق منهجاً تدريبياً منظماً تنظيمياً علمياً يمكن المدربين من تحسين قابلية سرعة رياضتهم ضمن حدود قدرته الكامنة لدى كل واحد منهم (٢٣:٢٨٣) مما يدل على أهمية الفروق الفردية بين الرياضيين في تقنين تدريب السرعة، ويشير (دي فريز ١٩٨٠) الى ان القابلية الحركية لعمليات الأعصاب والتغيير السريع بين عملية الاثارة وعملية الكبح وتنظيم نموذج مثالي للتوافق العصبي-العضلي (٢٢:١٧٤) اشارة الى الاثارة الفسيولوجية المرتبطة بصفة السرعة، حيث يتعلم الجهاز العصبي المركزي ومن خلال التدريب كيفية القيام باختبار سرعة العمل المناسب لأداء التقلص العضلي المطلوبة كما في الاداء المهاري في الفعاليات المختلفة ومنها كرة السلة .. ويرى طارق لطفي زهران (٢٠٠٤) (٧:٧٥) أن تخطيط تدريب السرعة هي نوعية السرعة و أولياتها بالنسبة لنوع الرياضة بشكل عام ولكل لاعب بصفة فردية خاصة .

٢-٣ الأداء المهاري الهجومي بكرة السلة :

قد يتفق المختصين في كرة السلة على فلسفة أن الدفاع أفضل وسيلة للهجوم للأثر النفسي الايجابي الذي يحققه الدفاع الناجح .. وعلى الرغم من ذلك يمكن أن يكون الهجوم الناجح الفعال سبباً أساسياً في تفكيك الدفاع وضعفه فاستخدام المهارات الهجومية المختلفة (التمرير، الطبطبة، والتصويب) بأسلوب ابداعي عال وضمن اداء خططي مؤثر يمكن التغلب على أقوى الدفاعات المنظمة بكرة السلة، فالأداء المهاري يدل على مقدرة اللاعبين الى نتيجة ايجابية عالية من خلال القيام باداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان وبأقل قدر من الجهد (٤٣:١١) فاداء مهارة التمرير مثلاً هو أحد الأساسيات المهارية الحركية الهجومية في انتقال الكرة الى أماكن مختلفة في الملعب حيث يمكن من خلاله الحصول على أفضل موقف أو وضع للتصويب خاصة اذا اقترن اداء المناولة بسرعة حركية (١٢:٤٣-٥٤) وهنا تظهر أهمية سرعة تردد الذراعين في تحقيق سرعة اداء التمرير ووصول الكرة بصورة سريعة الى المهدف، كما ويدل سرعة اداء مهارة الطبطبة في الانتقال السريع بالكرة من الدفاع الى الهجوم وفي تجاوز المنافس بالخداع بالطبطبة ضرورة تحقيق سرعة تردد عالية في الذراعين والرجلين وبمختلف الاتجاهات لتحقيق الوضع الافضل للوصول الى السلة أو اىصال الكرة الى موقف هجومي آخر، ويأتي التصويب على رأس المهارات الهجومية الاخرى فهو العامل الاكثر تأثيراً في نتيجة المباراة (٧٧:١٢) وامتع الجماهير .. أما فيما يخص الاداء المهاري المركب والذي يرتبط باداء سلسلة من المهارات ترتبط بطبيعة المواقف المختلفة والمتغيرة بكرة السلة، فإنه يحتم على اللاعبين مزامنة هذا التركيب باستخدام اشكال حركية مركبة ومترابطة بدقة وسرعة مناسبة لتلك المواقف ولا سيما في الاداء المهاري الهجومي لتحقيق أفضل وضع هجومي يمكن من خلاله التغلب على مختلف التشكيلات الدفاعية التي يواجهها اللاعب والفريق ككل .. من ذلك نستنتج أن صفة السرعة المرتبطة بسرعة التردد لذلك الجزء من اجزاء الجسم سنحتاجها أن تكون مطلقة وقصوى عندما يكون هدفها السرعة المجردة فقط أما عند ارتباطها ببيئة الفعلية وطبيعة الموقف في فعاليات ككرة السلة فانها يجب ان تكون مناسبة أي ان يكون تردد ذلك بجزء مناسباً للاداء المهاري الفعال .

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

١-٣ منهج البحث :-

يعد المنهج التجريبي من اقرب مناهج البحث العلمي لحل المشاكل التي تتطرق الى التجريب في تطوير الصفات والظواهر المختلفة (٣٧٧:٥)، ونظراً لطبيعة المشكلة التي تطرق اليها الباحثان فإنه استخدم المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته طبيعة بحثهما.

٣-٢ عينة البحث :-

اختار الباحثان عينة بحثهما بالطريقة العمدية وشملت على ١٠ لاعبين من اللاعبين الناشئين بأعمار ١٥-١٦ سنة وهم لاعبين منتخب تربية الرصافة/١ بكرة السلة وقد اختار الباحثان هذه العينة نظراً لكونها من أكثر لاعبي الفرق التزاماً بالتدريب المنتظم وأكثرهم تجانساً

٣-٣ ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات :

٣-٣-١ أدوات البحث :-

- كرات سلة عدد (٨) .
- قائمين حديد مع خيط سميك لاجراء الاختبار الخاص بسرعة التردد الحركي .
- حاسوب محمول نوع (Dell) .
- شواخص عدد (٦) .

٣-٣-٢ وسائل جمع المعلومات :-

- المصادر العربية والأجنبية .
- المقابلات الشخصية .
- الاختبار والقياس .
- استمارات تفريغ البيانات .
- فريق عمل مساعد .

* فريق العمل المساعد هم : حسام عبد المطلب/ مدرب منتخب الرصافة/١ بكرة السلة .

- مهند محمد حسين/ مدرس تربية رياضية/ مساعد مدرب .

- باسم دلف/ مدرب كرة سلة .

٣-٤ الاختبارات المستخدمة :

٣-٤-١ اختبارات سرعة التردد الحركي (١٠:٣٠٦) :-

٣-٤-١-١ اختبار الجري في المكان لمدة ١٥ ثانية :-

الغرض من الاختبار: قياس سرعة تردد الرجلين .

طريقة الأداء : الوقوف بين قائمين متصلين بخيط يكون بمستوى فخذ اللاعب المختبر عندما يكون موازياً للأرض . عند الإشارة بدء الجري في كل خطوة بمستوى العارضة أو الخيط وتحسب عدد مرات لمس الخيط على إحدى الركبتين ولمدة ١٥ ثانية .

التقييم : عدد المرات مؤشر لسرعة التردد .

٣-٤-١-٢ اختبار سرعة تردد الذراع :-

الغرض من الاختبار : قياس سرعة تردد الذراع .

طريقة الاداء : ورقة بيضاء يرسم عليها اربع مربعات متلاصقة كل منها ١٠سم ، ويجلس المختبر ويديه قلم وعند سماع الاشارة يبدأ المختبر في وضع أكبر عدد من النقط في كل مربع ولمدة ١٠ ثواني، ثم يتحول للمربع الذي يليه وهكذا حتى ينتهي من المربعات الاربعة، ويكون الوقت المستغرق ٤٠ ثانية وتحسب عدد النقاط في كل مربع .

المعايير :

- ٧٠ نقطة لكل مربع جيد جداً .

- ٦٠ نقطة لكل مربع جيد .

- ٥٠ نقطة لكل مربع فوق المتوسط .

- ٤٥ نقطة لكل مربع متوسط .

- ٤٠ نقطة لكل مربع اقل من المتوسط .

- ٣٥ نقطة لكل مربع ضعيف .

٣-٤-٢ الاختبارات المهارية :

٣-٤-٢-١ اختبار الاداء المهاري المركب (١٩:٧٦) :-

اسم الاختبار : اختبار ال ٧ شواخص .

الغرض من الاختبار : قياس المهارات الهجومية المركبة .

وصف الاداء : يقف اللاعب عند خط البداية (الشاخص الاول) وعند اعطائه الاشارة يقوم اللاعب بالانطلاق مباشرة نحو الشاخص الثاني بالطبطة بالكرة ثم الثالث ثم الرابع ثم الخامس ثم السادس، وقبل الوصول الى الشاخص الرابع يقوم اللاعب بمناولة الكرة الى اللاعب (١) ثم يقوم بالحجز والدوران ثم استلام الكرة ثم الانطلاق نحو اللاعب رقم(٢) والذي يقف على الخط الجانبي ببعد ٢م عند خط المنتصف وفي الساحة الأمامية من الملعب لأداء (٢) مناولات ثم الانطلاق الى الهدف لأداء (٥) متابعات بالكرة ثم سحب الكرة والاتجاه الى الهدف الموجود في الساحة الخلفية لأداء التهديف السلمي.

التسجيل : يحسب الزمن لخطة البدء حتى عبور خط النهائية، وعند الخطأ في التهديف تضاف (١) ثانية الى وقت اللاعب .

٣-٤-٢-٢ اختبار التصويب من القفز بكرة السلة (١٨:٢٠٠) :

الغرض من الاختبار : تقويم مهارة دقة التصويب بالقفز .

وصف الاداء : يقوم المختبر باداء الطبطة من منتصف الملعب باتجاه الهدف وعند وصول المختبر الى قوس ال(٣) نقاط يقوم بالقفز والتصويب، ويمنح المختبر (١٠) عشرة محاولات ولا تحتسب كل محاولة لا تؤدي بالقفز .

التسجيل : تمنح للمختبر (١٠) عشرة محاولات وتحتسب لكل محاولة ناجحة نقطة واحدة .

٣-٥ الشروط العلمية للاختبارات :

٣-٥-١ : الصدق : قام الباحث بالحصول على صدق الاختبارات من خلال صدق المحتوى وذلك عن طريق عرضها على مجموعة من الخبراء* والمختصين في اختصاصات علم التدريب الرياضي وكرة السلة والاختبار والقياس .

٣-٥-٢ : الثبات : تم الحصول على ثبات الاختبارات من خلال الاختبار وإعادة الاختبار بعد ثلاثة ايام على عينة عشوائية من مجتمع البحث ومن خارج العينة .

* اسماء الخبراء : أ.م.د. وسن حنون علي / فسلجة تدريب - كرة السلة .

- أ.م.د. مهند عبد الستار عبد الهادي/ تدريب - كرة السلة .

- م.د. زيد شاكر محمود/ فسلجة تدريب - كرة سلة .

٣-٥-٣ : الموضوعية : تم الحصول على موضوعية الاختبارات من خلال أن الاختبارات تقيس قياساً رقمياً لا يقبل الخطأ .

الجدول (١) يبين معامل صدق وثبات الاختبارات المستخدمة

ت	الاختبارات	الصدق	الثبات
١	سرعة التردد الحركي للذراعين	٠,٩٤	٠,٨٧
٢	سرعة التردد الحركي للرجلين	٠,٩٣	٠,٨٩
٣	الاداء المهاري المركب	٠,٨١	٠,٨١
٤	دقة التصويب بالقفز	٠,٩١	٠,٧٩

٣-٦ اجراءات البحث الميدانية :

اقترح الباحثان (١٠) عشرة تمارين تأخذ تطوير جانبيين مهمين هما الجانب البدني الخاص بتطوير صفة سرعة التردد الحركي والجانب المهاري .. فضلاً عن تمارين متداخلة لتطوير الجانبين، وقد اعتمدوا الاسس العلمية في تنظيم الحمل التدريبي وتنفيذ التمارين، وكان اسلوب تنفيذها أن تؤدي جميعاً في كل وحدة تدريبية.. وقد طبقت التمارين المقترحة بواقع ثلاث مرات اسبوعياً ول(٦) اسابيع، وبذلك يكون تطبيق التمارين في (١٨) ثمانية عشر وحدة تدريبية، وفيما يأتي تعليمات اداء التمارين خلال الوحدات التدريبية :

١- تؤدي التمارين ل(٦) اسابيع بواقع ٣ مرات في الاسبوع، أي أن عدد مرات الاداء ١٨ وحدة .

٢- مدة أداء التمارين تتراوح بين ٢٠-٢٥ دقيقة في كل وحدة تدريبية.

٣- تنفذ التمارين في فترة الاعداد الخاص.

٤- زمن الراحة ١٥-٢٠ ثانية بين التكرارات ومن ١-٢ دقيقة بين المجموعات.

٥- يوضع الحمل حسب قابلية كل لاعب وعلى اختلاف اختصاصاتهم في مراكز اللعب، حيث يزداد الحمل التدريبي من وحدة الى اخرى بزيادة ٢-٣ تكرارات وحسب قابلية اللاعب مع ثبات الزمن، ويؤدي اللاعبون مجموعتين في الاسبوع الاول ثم زيادة مجموعة واحدة في كل اسبوع تدريبي، عدى الاسبوع ال٦ ينخفض الحمل لاعادة تجميع القوى.

الجدول رقم (٢) يوضح أسلوب وضع الحمل التدريبي في أداء التمارين المقترحة بين أسلوب الحمل التدريبي في أداء التمارين المقترحة

الراحة	الحجم	الشدة %	الأسابيع
٢٠-٢٥ ثا بين التكرارات	٢×١	٧٥-٨٠	س ١
١ - ١,٣٠ د بين المجموعات			

٢س	٨٥-٨٠	٣×١	٣٠-٢٠ ثا بين التكرارات ٢-١ د بين المجموعات
٣س	٩٠-٨٥	٤×١	٣٠-٢٥ بين التكرارات ٢,٣٠-١,٣٠ د بين المجموعات
٤س	٩٥-٩٠	٤×١	٤٠-٣٠ ثا بين التكرارات ٣,٣٠-٢ د بين المجموعات
٥س	٩٥-٩٠	٤×١	٥٠-٤٠ ثا بين التكرارات ٤-٣ د بين المجموعات
٦س	٨٥-٨٠	٣×١	٤٠-٣٠ ثا بين التكرارات ٣-٢ د بين المجموعات

٣-٦-١ التمرينات الخاصة حسب ترتيب استخدامها :

- ١- التقدم بأداء سريع على خطوط نصف الملعب وبالتناوب .. رفع الركبتين على التوالي على الخط الجانبي - رفع الركبتين أماماً مستوى واطي على خط المنتصف - ضرب العاقبين بالورك على الخط الجانبي - رفع الركبتين عالياً بمستوى الحزام على الخط النهائي - ٣ عدات رفع الركبتين واطئاً ثم ٣ عدات ضرب العاقبين بالورك ثم ٣ عدات رفع الركبتين عالياً .
- ٢- من خط البداية الذهاب بأداء سريع الى وسط الملعب والرجوع برفع الركبتين واطئاً والعودة برفع الركبتين عالياً مع دفع كرتي التنس عالياً والاستلام بالتوالي .
- ٣- مسك حبلين بوزن ٢ كيلو غرام ومرجحتهاما بالتناوب سريعاً مع الرفع الواطئ والسريع للركبتين .

٤- الركض الجانبي السريع يميناً ويساراً لمسافة ٥م والتمرير السريع مع ثلاث لاعبين بثلاث كرات.

٥- اللعب مع الحبل بأداء سريع وبشكل فردي - والقفز برجل ورجلين على الحبل المحمول من قبل لاعبين.

٦- القفز المتكرر السريع مع ضرب الكرة على اللوحة بالذراعين ثم بالذراع الواحدة وبالتناوب

٧- التصويب المتكرر السريع من مسافات تتباعد بالتدرج مع تسليم سريع للاعب المصوب .

٨- الطبطبة بسرعة عالية على الشواخص ٤،٣،٢،١ المتمركزة على خط ٣نقاط بالتساوي

والعودة الى الخط النهائي ثم التصويب بالقفز من الامام ثم سحب الكرة والانطلاق السريع

الى الساحة الامامية والتمرير الى الزميل الواقف جانباً بمستوى خط الرمية الحرة والاستلام

والطبطبة الى الخط الجانبي ثم العودة والتصويب بالقفز من الجانبين.

٩- على خطوط نصف الملعب وبالتناوب على كل خط :-

الخط الجانبي : ١- دفع واستلام الكرة الطيبة ١,٥ كغم دفع الى الاعلى بتكرار سريع مع

رفع وخفض واطى للركبتين سريع

خط المنتصف : ٢- الطبطبة السريعة بكرتين- مرتين طبطبة عالية - ٤ مرات طبطبة

واطئة .

الخط الجانبي : ٣- الرفع والخفض السريع بمستوى الحزام على جانبي الخط.

الخط النهائي : ٤- اللعب بالحبل بأداء سريع ٣ خطوات بطريقة الركض و ٣ خطوات

بطريقة القفز السريع الى نهاية الخط .

١٠- ٤ لاعبين كل اثنين في جانب الاول يؤدي التمرين ويحمل الكرة الى الخط النهائي والآخر

يحمل كرتين للتمرير- ينطلق اللاعب الاول بسرعة عالية الى وسط الملعب والعودة والتصويب

من القفز من داخل حدود الثلاث نقاط ثم يستلم الكرة الثانية والثالثة من زميله والتصويب

بالقفز مع تباعد المسافة الاداء على الجانبين ثم يقوم زميله بنفس الدور.

٧-٣ التجربة الاستطلاعية:

أجرى الباحثان تجربة استطلاعية للتعرف على الصعوبات التي يمكن أن تواجه تنفيذ الاختبارات المستخدمة في البحث وكيفية تلافيتها والوقت المستغرق لها، فضلاً عن التأكد من تدريب فريق العمل المساعد على طريقة تنفيذ الاختبارات والتأكد من دقة تسجيل النتائج .

٣-٨ التجربة الرئيسية:

بعد أن أدت العينة الاختبارات القبلية بتاريخ ٢٠١٤/٧/٢ خضعت الى تنفيذ التمرينات الخاصة المقترحة بتاريخ ٢٠١٤/٧/٤ أي بعد يومين من تنفيذ الاختبارات القبلية ولمدة شهر ونصف (سنة اسابيع)، ثم قام الباحثان بتنفيذ الاختبارات البعدية بعد يوم واحد من انتهاء تنفيذ العينة للتمرينات أي بتاريخ ٢٠١٤/٨/١٩ .

٣-٩ الوسائل الإحصائية المستخدمة :

استخدم الباحثان البرنامج الإحصائي (spss) في معالجة البيانات التي حصل عليها .

٤ - عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

بعد أن قام الباحثان بإجراء الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث قيد الدراسة حصل على البيانات الناتجة عن هذه الاختبارات، ثم قام ومن خلال المعالجات الإحصائية المناسبة بمقارنتها بنتائج الاختبارات القبلية للحصول على نتائج تجريبية .. وظهرت النتائج كما يأتي:

٤-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات :-

٤-١-١ عرض وتحليل نتائج اختبارات سرعة التردد الحركي :

جدول (٣) يبين نتائج اختباري سرعة التردد الحركي للذراعين والرجلين

النتيجة	T الجدولية	T المحتسبة	ف هـ	ف	بعدي		قبلي		المعالجات الاختبارات
					ع	س	ع	س	
معنوي		٥,٤٤٩	٠,٤٢	٢,٣	٦,٢٩٤٧	٦٥,٧٢٧٦	٦,٨٦٧٦	٥٩,٨١٨	سرعة التردد الحركي للذراعين
معنوي	٢,٢٢	٤,٤١٤	٠,١٣	٢,٤	٤,٤٧٢١	٥٢, _	٤,٦٤٩٥	٤٧,٢٧٢٧	سرعة التردد الحركي للرجلين

القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٥) وبدرجة الحرية (٩=١-١٠) = ١,٨٣

يوضح الجدول (٣) نتائج الاختبارات القبلي والبعدي لاختباري سرعة التردد الحركي للذراعين والرجلين، حيث بلغ الوسط الحسابي لاختبار سرعة التردد الحركي للذراعين في الاختبار القبلي (٥٩,٨١٨) بانحراف معياري (٦,٨٦٧٦)، وكانت قيمة T المحتسبة (٥,٤٤٩) وهي أكبر من الجدولية البالغة (١,٨٣) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية لصالح الاختبار البعدي . أما في اختبار سرعة التردد الحركي للرجلين فقد بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (٤٧,٢٧٢٧) بانحراف معياري (٤,٦٤٩٥)، وبلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي (٥٢,_) بانحراف معياري (٤,٤٧٢١)، وبلغت قيمة T المحتسبة (٤,٤١٤) وهي أكبر من الجدولية البالغة (١,٨٣) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي.

٤-١-٢ عرض وتحليل نتائج اختبارات الأداء المهاري بكرة السلة :

جدول رقم (٤) يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لاختباري الأداء المهاري المركب

ودقة التصويب من القفز

النتيجة	T الجدولية	T المحتسبة	ف هـ	ف	بعدي		قبلي		المعالجة الإحصائية
					ع	س	ع	س	
معنوي		١٦,١٧٦	١,٣٩٨	٧,٤٩١	١,٤٦٦	٣١,٦٥٠	٢,٢١١	٣٨,٦٠٠	اختبار الاداء المهاري المركب
معنوي	١,٨٣	٦,٥٧٢	٠,٥٥٤	٣,٦٦٦	١,٧٤	٦,٢٢٠	١,٥٣	٣,٤٢٦	دقة التصويب بالقفز بكرة السلة

القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٥) بدرجة حرية (٩=١-١٠) = ١,٨٣

يوضح الجدول رقم (٤) نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لاختبار الاداء المهاري المركب حيث كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي ٣٨,٦٠٠ بانحراف معياري ٢,٢١١ وبلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي ٣١,٦٥٠ بانحراف معياري ١,٤٦٦ وبلغت قيمة T المحتسبة ١٦,١٧٦ وهي اكبر من الجدولية البالغة ١,٨٣ مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.. أما في اختبار دقة التصويب بالقفز بكرة السلة فقد كان الوسط الحسابي للاختبار القبلي ٣,٤٢٦ بانحراف معياري ١,٥٣ وبلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي ٦,٢٢٠ بانحراف معياري ١,٧٤ ، وكانت قيمة T المحتسبة ٦,٥٧٢ وهي اكبر من الجدولية البالغة ١,٨٣ مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

٤-٢ مناقشة نتائج الاختبارات :

٤-٢-١ مناقشة اختبارات سرعة التردد الحركي :-

يتضح من الجدول (٣) أن عينة البحث حصلت على تطوراً ايجابياً في اختبار سرعة التردد الحركي لعضلات الذراعين حيث أظهرت النتائج فروقاً معنوية لصالح الاختبار البعدي .. مما يدل على أن التمرينات التي استخدمها الباحثان من حيث الشكل والنوع والتقنين التدريبي الذي ينتج عنه تأثيراً تدريبياً اتضح من خلال النتائج ادى الى تطور سرعة اداء الذراعين في هذا الاختبار، ومما لا شك فيه أن صفة السرعة تتطلب بدلاً سريعاً للقوة أي أن هناك قوة مبذولة في أسرع تردد ممكن وهذا يدل على وجود تطور في قابلية الترابط العضلي في بذل قوة مناسبة بسرعة اداء مطلوبة (٢٨٥:٩) لذلك تظهر هنا اهمية أن ينتبه المدرب في تطوير سرعة تردد الحركات الخاصة بأعضاء الجسم الى اقتراح التمرينات التي تطور سرعة الحركات المنفردة عندما تكون المقاومة الخارجية قليلة وسرعة التردد للحركات مع تطوير زمن رد الفعل الحركي للعضلة وهي تمثل قيم رد الفعل الحركي (٢٨٦:٩) المرتبط بطبيعة الفعاليات الرياضية وخاصة الفعاليات الفرعية مثل كرة السلة التي تتسم بسرعة الاداء الحركي المهاري لوجود منافس قريب وضغط بشكل مستمر مع تغيير مفاجئ في مواقف اللعب أن سرعة الانقباض العضلي يتوقف على التداخل بين الخيوط البروتينية (الاكتومايوسين) وعندما يزداد طول العضلة أو يقل فإن سرعة الانقباض تقل (٧٥:١) وبذلك كان من الضروري الحصول على سرعة انقباض عالية بنتيجة تناسب قوة الانقباض (الطول المناسب) مع متطلبات الاداء الحركي لانتاج سرعة تردد عالية للذراعين في هذا الاختبار وبالتأكيد فإن لاعب كرة السلة في عملية التصويب فإنه يبذل قوة مناسبة ترتبط ببعده وقربه عن الهدف والمنافس وما يرتبط بذلك من زمن المباراة أو زمن الهجوم المتبقي حيث أن جملة هذه المتغيرات تؤثر تأثير مباشر على سرعة رد الفعل الحركي المتمثل بحالة التصويب وكافة الحركات المركبة للاعب كرة السلة .

ويتضح من الجدول (٣) أن عينة البحث حصلت على تطوراً ايجابياً واضحاً في اختبار التردد الحركي للرجلين من خلال الفروق المعنوية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي .. أن التطور الايجابي الحاصل يعزى لنفس الأسباب التي ذكرت في اختبار

التردد الحركي لعضلات الذراعين.. فضلاً عن أن سرعة حركة الرجلين في عملية ضرب الرجل ورفعها تتعلق الى حد بعيد بزمن رد الفعل وهو ما يظهر بشكل أساسي في الركض السريع (٢٨٦:٩) ويتطابق الى حد بعيد مع حركة الرجلين في الاختبار حيث أن التطور الحاصل في الاختبار البعدي يدل على تطور سرعة التردد الحركي للرجلين والذي يرتبط الى حد كبير بأهمية سرعة حركة الرجلين للاعب كرة السلة في تنفيذ عدة مهارات هجومية ودفاعية، فأكثر المهارات تؤدي من حركة تتصف بالسرعة الفائقة من أوضاع صعبة نتيجة قرب المدافع وشدة الضغط أو سرعة الأداء المهاري للمهاجم التي تجبر المدافع على الانتقال السريع من منطقة الى أخرى ومن وضع الى آخر لإيقاف المهاجم مما يتطلب تردد عالي السرعة للرجلين بشكل خاص مع حركة ذراعين لإيقاف الكرة ..

ومما سبق تظهر أهمية تطوير القدرات البدنية للاعب وخاصة لاعب كرة السلة ، وهنا يذكر حلمي حسين ١٩٩٥ أن القدرات البدنية الخاصة هي التي تمكن الفرد الرياضي من أداء مختلف المهارات الحركية لألوان النشاط المتعدد وهي الحجر الأساس لوصول الفرد الى أعلى المستويات الرياضية (١٤:٣٩:٤) وهذا ما يرمي اليه الباحثان من خلال تطوير سرعة التردد الحركي باعتبارها من القدرات الخاصة التي ترتبط بتطوير المهارات الرياضية بشكل عام وكرة السلة بشكل خاص.

٤-٢-٢ مناقشة نتائج الاختبارات المهارية بكرة السلة :

يتضح من النتائج التي ظهرت في الجدول رقم(٤) لاختبار الأداء المهاري المركب أن العينة قد حصلت على تطور ايجابي في نتائج الاختبار البعدي يعزوه الباحثان الى تأثير التمرينات المقترحة وبأسلوبها المتبع والتي أعطى تطوراً بدنياً ملحوظاً ظهر في سرعة التردد الحركي لعضلات الذراعين والرجلين مما انعكس هذا التطور على سرعة ودقة الأداء المهاري المركب والذي تضمنه ارتباط عدة مهارات مثل الطبطبة والحجز والتبديل والتمرير والاستلام ومن ثم التهديد حيث أن الأداء المركب يقترب بشكل كبير الى الأداء العضلي للاعب كرة السلة في أثناء المباراة وهذا ما ترمي اليه كنتاج نهائي للأداء الكلي، حيث يؤكد محمد حسن ابو عيبة ١٩٩٥ على وجوب قيام المدربين بتهيئة الأجواء اللازمة للأداء اثناء المباراة عن طريق تعليم

اللاعبين كيفية أداء كل مهارة على حدة الى حد الإتقان ومن ثم ربط هذه المهارات ببعضها بشكل سليم لتصبح مركبة مع وضع التمارين المتنوعة على الشكل المطابق لما يحدث في المباراة ثم وضع اللاعبين في وضع الاختبار عن طريق إشراكهم في مباراة حقيقية بصورة تدريبية لمعرفة مدى استفادتهم من هذه التدريبات (١٧: ط،ي،ك) أن هذا التطور أيضا هو نتاج لتطوير القدرات البدنية الخاصة كما اشرنا والتي لها ارتباط حركي مشابهة للأداء المهاري العضلي حيث أكد (محمد رضا إبراهيم ١٩٩٦) على تحسين وإتقان العناصر الفنية للعبة يتطلب تمارين خاصة تشترك في أدائها العضلات الرئيسية وأداء تمارين مشابهة تماما للنموذج الفني للمهارات (٣:١٤) .

ويتضح من الجدول (٤) أن هناك تطورا ايجابيا في نتائج عينة البحث في اختبار دقة التهديد بالقفز وهو ايضا نتاج لتطير السمات البدنية الخاصة التي تمثلت بالتمرينات المقترحة في نوعها وشكلها واسلوب تدريبها حيث اشتملت في عمومها على تحسين سرعة رد الفعل وسرعة تردد الاعضاء العاملة بشكل اساسي في اكثر مهارات كرة السلة شيوعا في الجانب الهجومي والدفاعي وهذا ما يشير اليه (طارق لطفي زهران ٢٠٠٤) في اختلاف اولوية عنصر السرعة في الانشطة الرياضية المختلفة كذلك فإن الخطوة الاساسية التي يمكن ان يبنى عليها تخطيط تدريب السرعة هي تحديد نوعية السرعة واولويتها بالنسبة لنوع الرياضة بشكل عام ولكل لاعب بصيغة فردية وأن من اهم ما يمكن تحقيق ذلك من خلال تنفيذ الواجبات المرتبطة بتحسين رد الفعل وزيادة سرعة التردد (١٨:٧) فضلا عن نقاط أخرى .. ونظرا لكون أن مهارة التصويب من القفز من اكثر الاسلحة الهجومية فاعلية لوجود دفاع في أكثر الاحيان، يجب أن يقترن بالسرعة ودقة الاداء (٩٠:١٢) ويؤكد أيضا (امجد العتوم وآخرون ٢٠١١) أيضا في كون التهديد من القفز من أكثر أنواع التهديد شيوعا وتؤدي في أكثر الاحيان من حالة التخلص من المدافع لأجل التهديد (٦٠:٢) وأكد أيضا (بريان كوكمان) أن التصويب من القفز غالبا ما يؤدي من حركة معينة أو من الثبات (٤٤:٢١) وفي كلا الحالتين فإن المطلوب هنا هو سرعة تردد حركة الرجلين لتخطي المنافس وسرعة تردد حركة الذراعين من خلال سبق المنافس في اخذ الوضع الدفاعي اللازم لمنع التصويب .. فضلا عن أن زيادة التكرارات للاداء المهاري وخاصة التهديد يؤدي الى تحسين المهارة (٢٥:١٦) وخاصة المهارات الهجومية والتنويع النهائي للاداء

المهاري الهجومي المؤثر والذي يتسبب في فوز أو خسارة الفريق وبذلك فإن اهداف وفروض البحث قد تحققت من خلال النتائج التي حصل عليها الباحثان نتيجة التمرينات المقترحة.

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

١-٥ الاستنتاجات :-

في ضوء النتائج التي ظهرت في نتائج البحث فإن الباحثان توصلا الى الاستنتاجات التالية:

* ان التمرينات المقترحة ادت الى تطور سرعة التردد الحركي لعضلات الذراعين للاعبين كرة السلة باعمار (١٥-١٦) سنة.

* ان التمرينات المقترحة ادت الى تطور سرعة التردد الحركي لعضلات الرجلين للاعبين كرة السلة باعمار (١٥-١٦) سنة.

* أن التأثير الايجابي للتمرينات المعدة من قبل الباحث في سرعة التردد الحركي لعضلات الذراعين والرجلين كان له التأثير الايجابي في تطوير الأداء المهاري المركب ودقة التصويب بالقفز بكرة السلة .. ويعود ذلك الى نوع التمرينات الموضوعه وأسلوب استخدامها .

٥-٢ التوصيات :

* اعتماد التمرينات المقترحة من قبل الباحث في تطوير سرعة التردد الحركي لعضلات الذراعين والرجلين وتطوير الاداء المهاري المركب ودقة التصويب من القفز بكرة السلة .

* اعتماد الاسلوب الذي اعتمده الباحث في استخدام التمرينات التي نفذها على عينة البحث .

* من الضروري والاساسي الاعتماد على تطوير الصفات البدنية الخاصة والمرتبطة بشكل مباشر في تطوير الاداء المهاري للاعب كرة السلة بحسب ما جاء في نتائج البحث وما اشارت اليه الادبيات العلمية .

* اجراء بحوث مماثلة لتطوير صفات بدنية خاصة أخرى لتطوير الاداء المهاري الهجومي والدفاعي للاعبين كرة السلة وعلى عينات مختلفة أخرى في العمر والجنس.

المصادر العربية والاجنبية :

- السيد عبد المقصود؛ نظريات التدريب الرياضي (تدريب فسيولوجيا القوة، ط١، القاهرة، مركز الكتاب، ١٩٨٧) .
- أمجد العتوم، حسن العادي، تمام العبدلات؛ عالم كرة السلة، (مكتبة المجتمع العربي، عمان، الاردن ٢٠١١) .
- حسين علي العلي، عامر فاخر شغاتي؛ استراتيجيات طرائق واساليب التدريب الرياضي، (دار الكتب والوثائق، بغداد ٢٠١٣) .
- حلمي حسين؛ اللياقة البدنية، مكوناتها والعوامل المؤثرة عليها، (دار المتنبي، ١٩٩٥) .
- ديوبولد فاندالين؛ ترجمة محمد نبيل؛ مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس، ط٢ القاهرة، ١٩٧٥) .
- شبكة المعلومات الدولية/ الانترنت؛ المدرّب العربي دليلك الى العاب القوى والتدريب الرياضي.
- طارق لطفي زهران؛ تنمية سرعة التردد الحركي للاعب خلال الهجوم المنظم في كرة اليد، (جامعة الاسكندرية، كلية التربية الرياضية للبنات ، الاسكندرية ، ٢٠٠٤) .
- قاسم حسن حسين، قيس ناجي عبد الجبار؛ مكونات الصفات الحركية، (جامعة بغداد، مطبعة جامعة بغداد، ١٩٨٤) .
- قاسم حسن حسين، عبد علي نصيف؛ علم التدريب الرياضي، ط٢ (جامعة بغداد، بغداد ١٩٨٧) .
- قيس ناجي عبد الجبار، بسطوبي أحمد؛ الاختبارات والقياس ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي، (جامعة بغداد، بغداد ١٩٨٤) .
- محمد محمود عبد الكريم، محمد صبحي حسانين؛ الحديث في كرة السلة، الاسس العلمية والتطبيقية، (القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩) .
- محمد عبد الرحيم اسماعيل؛ الاساسيات المهارية والخطية الهجومية في كرة السلة، (جامعة الاسكندرية ٢٠٠٣) .

- محمد رضا ابراهيم، مهدي كاظم علي؛ اسس التدريب الرياضي للاعمار المختلفة، (دار الكتب والوثائق، بغداد ٢٠١٣) .
- محمد رضا ابراهيم؛ ملخصات البحوث في علوم التدريب الرياضي والتربية البدنية، (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية للبنات ١٩٩٦) .
- محمد حسن علاوي، اسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، (القاهرة، دار الفكر العربي ١٩٩٩) .
- محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي، (القاهرة، دار المعارف ١٩٨٩) .
- محمد حسن أبو عبيبة؛ تأثير تدريبات القوة المميزة بالسرعة على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لكرة السلة باعمار ١٦-١٧ سنة، (اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٥) .
- محمد عبد الرحيم اسماعيل؛ الهجوم في كرة السلة، (منشأة المعارف، الاسكندرية، ١٩٩٥) .
- مؤيد عبد الله جاسم وفائز بشير حمودات؛ كرة السلة، ط٢ (الموصل، مطبعة جامعة الموصل ١٩٩٩) .
- ليث محمد عبد الرزاق؛ تأثير تحمل القدرة في أداء بعض المهارات الهجومية المركبة لكرة السلة في بغداد بأعمار ١٦-١٨ سنة (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٩) .
- 21- Brian coleman; basketball Techniques, teaching and training -
- 22- De vries; H. physiology of exercise (31 ded, Dubuque, LA: Brown 1980 .
- 23- White; M. Ideas for increasing speed, In J. Javer(ed), los Altose, Tafnews press, 1983 .

"اثر أسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة في تنمية الاتجاه النفسي للطلاب نحو

مادة طرائق تدريس التربية الرياضية"

أ.د. وليد وعد الله علي *

م.د. امينة كريم **

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل / العراق *

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كركوك / العراق **

walidwadalla@yahoo.com

amena972@yahoo.com

الملخص

يهدف البحث إلى الكشف عن اثر اسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة في تنمية الاتجاه النفسي للطلاب نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية ، واستخدم المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة وعينة البحث تكونت من (٣٦) طالباً من السنة الدراسية الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦) وزعوا إلى مجموعتين متكافئتين كل مجموعة تكونت من (١٨) طالباً وتطلب تحقيق أهداف البحث استخدام مقياس الاتجاه النفسي نحو مادة طرائق التدريس وهو مقنن على البيئة العراقية ، اجري تكافؤ بين مجموعتي البحث في الاتجاه نحو المادة وبعد الانتهاء من المنهج التعليمي اجري الاختبار البعدي لمجموعتي البحث وتم معالجة البيانات احصائياً وتوصل البحث إلى الاستنتاجات الآتية :

١- إن المجموعات الصغيرة المرنة ذات تأثير ايجابي في تنمية الاتجاه النفسي للطلاب نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية.

٢- تفوق المجموعات الصغيرة المرنة في تنمية الاتجاه النفسي للطلاب نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية على المجموعة الضابطة التي استخدمت الاسلوب الاعتيادي في التعليم .
ويوصي الباحثان :

١- إدخال أسلوب المجموعات الصغيرة المرنة في تدريس مادة طرائق تدريس التربية الرياضية لما لها من تأثير ايجابي على الاتجاه النفسي للطلاب نحو المادة .

Abstract

"The Effect of Small cooperative groups Flexible Style in students' attitudes toward the development of material teaching methods ."

Dr. Walid.W. Ali * & Dr. Amina Karim**

College of Physical Education and Sports Science / Mosul / Iraq University*

College of Physical Education and Sports Science / Kirkuk / Iraq University**

walidwadalla@yahoo.com

amena 972@ yahoo.com

The research aims to reveal the effect of Small cooperative groups Flexible style in students' attitudes develop toward material teaching methods.Used the experimental method and the research sample consisted of 36 students from the second academic year at the College of Physical Education and Sports Science at Mustansiriya University for the academic year (2015- 2016) and distributed into two unequal each group consisted of 18 students .To achieve the objectives of the research using psychological direction scale toward studied the methods of teaching, which is codified in the Iraqi environment, Cubs equivalence between systemic research in the direction towards the material and after the completion of the curriculum puppies posttest Search for the two groups were statistically significant data processing and researchers to reach the following conclusions:

1. achieved a small cooperative groups flexible method of significant influence in changing students' attitudes towards material teaching methods.
2. outperformed the experimental group that used the method of small flexible cooperative groups when compared to results of the control group, which used the usual style followed in the development of students' attitudes toward material teaching methods.
3. The usual style of teaching has achieved positive change students' attitudes toward material teaching methods.

We recommend:

1. The need to use the method of small cooperative groups flexible in the teaching of physical exercise a vocabulary curriculum material methods of teaching physical education for students of the second school year.

١- التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

إن التطور العلمي الذي يشهده العالم في شتى مجالات الحياة قد أصبح السمة المميزة لهذا العصر ومن المجالات التي شملها هذا التطور والتغير، المناهج وأساليب تدريسها، حيث أصبح

المتعلم محور العملية التعليمية وله الدور الفعال والنشط فيها ، أما دور المعلم فقد تبدل ليتركز على دور المشرف والموجه الذي يخطط ويهيئ البيئة التعليمية المناسبة للمتعلمين .
تعد أسلوب المجموعات التعاونية إحدى أنواع أساليب التعلم التعاوني ، إذ يتيح للمتعلمين فرصة العمل والقيام بدور ايجابي نشط والتفاعل مع المواقف المختلفة ، لتحصيل الحقائق والمعلومات المتصلة بأنفسهم ، كما أن ما يتعرض له المتعلمين من مواقف جماعية تتيح لهم فرص جمع البيانات والأدلة والشواهد، كما يجدون المجال مفتوحاً لتقديم الأشياء وإصدار الأحكام ، ثم يشعرون بدورهم في العملية التعليمية وأنهم قادرين على أن يعلموا أنفسهم بدرجة ما ، الأمر الذي يؤدي إلى تعلم أفضل وقد برزت أهمية أسلوب المجموعات التعاونية على زيادة فاعلية التعلم وقد أجمعت الدراسات التي قامت في هذا المجال على أهميتها.

ولكي ينجح المدرس في تفعيل المجموعات الصغيرة المرنة ، يجب أن يخطط جيداً للأنشطة التي سوف يقدمها لكل مجموعة ويجب تنويع الأنشطة المقدمة للمتعلمين كي تستفيد المجموعات من بعضها البعض اثناء العرض وكذلك التنويع يبعث على التجديد والنشاط ويترد الملل من تكرار عرض نفس النشاط لدى المتعلمين .

ويذكر (كوجك ، ٢٠٠٨) "ان إستراتيجية المجموعات الصغيرة المرنة تستند على أساس مهم هو أن كل طالب في الصف هو عضو في مجموعات مختلفة متعددة يشكلها المعلم في ضوء أهداف التعليم والتعلم ، وفقاً لاحتياجاته التعليمية ، ويسمح بانتقال الطالب من مجموعة إلى مجموعة أخرى، تبعاً لاحتياجاته التعليمية ، وعمل المعلم متابعة الطلاب من خلال الانتقال والتجول بين المجموعات لتيسر عملية التعلم ومتابعة جميع الطلاب ، ويتم تهيئة وإعداد المكان وتزويده بمصادر تعلم مناسبة لكل مجموعة على حدة تتناسب مع طبيعة المحتوى المادة لمسوى الانجاز الذي حققه ، وعلى المعلم أن يهتم بتقييم الطلاب بشكل منفرد وفقاً لكل منهم". (كوجك ، ٢٠٠٨، ١٢٣).

وتكمن أهمية البحث في إن التعلم وفق المجموعات الصغيرة تجعل الطلاب محور العملية التعليمية التعليمية وتساعد في تنمية المسؤولية الفردية والمسؤولية الجماعية لدى الطلاب وتنمية روح التعاون والعمل الجماعي بينهم وإعطاء المدرس فرصة للتعرف على حاجاتهم والاستجابة لها وتبادل الأفكار فيما بينهم واحترام آراء الآخرين وتقبل وجهات نظرهم وتنمية أسلوب التعلم الذاتي لدى الطلاب وتدريبهم على حل المشكلة أو الإسهام في حلها ، وزيادة مقدرة الطالب على اتخاذ القرار وإكسابهم مهارات القيادة والاتصال والتواصل مع الآخرين .

٢-١ مشكلة البحث :

يواجه الطلاب صعاباً متعددة في تعلم واكتساب أداء درس التربية الرياضية في مادة طرائق تدريس للسنة الدراسية الثانية في كلية التربية البدنية ، ويسعى المدرسون إلى إيجاد الأساليب المناسبة التي تساعد الطلاب على مواجهة هذه الصعاب ، ويعد أسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة أحد الأساليب التدريسية المعاصرة في التعليم ، لهذا فإن مواكبة التطور والتغيير في المجالات المختلفة عامة وفي مجال تدريس التربية الرياضية خاصة يحتم علينا استخدام وإيجاد أساليب تدريسية حديثة تركز على المتعلم كمحور أساس وفعال في العملية التعليمية والابتعاد عن الأسلوب الاعتيادي الذي يركز على المعلم كمحور أساس في العملية التعليمية والذي يضعف مشاركة المتعلمين في تنفيذ النشاطات هذا بالتالي يولد اتجاهات غير إيجابية نحو المادة التعليمية مما ينعكس أيضاً على فهمهم للمادة ومستوى تحصيلهم ، ومن خلال الملاحظة الميدانية في تنفيذ درس التربية الرياضية لمادة طرائق التدريس ، وجدنا أن الأسلوب الاعتيادي هو من أكثر الأساليب استخداماً في التدريس ، وإن هناك إغفالاً واضحاً للأساليب الحديثة في تدريس المواد النظرية العملية (كالأسلوب التعاوني أو المناقشة ٠٠٠ الخ) والتي تعتمد في تقسيم الصف إلى مجموعات صغيرة تدعو المتعلمين إلى مشاركة فعالة بينهم وتزيد من اتجاههم نحو المادة، وتتمثل مشكلة البحث في الإجابة على التساؤل الآتي :

ما هو أثر المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة في تنمية الاتجاه النفسي للطلاب نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية ؟

٣-١ هدفاً البحث :

١- الكشف عن أثر أسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة في تنمية الاتجاه النفسي للطلاب نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية .

٢- التعرف على الفروق بين تأثير أسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة وأسلوب مدرس المادة في تنمية الاتجاه النفسي للطلاب نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية .

٤-١ فرضا البحث:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية التي درست أسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة ومتوسط درجات المجموعة الضابطة التي درست بأسلوب مدرس المادة في مقياس الاتجاه النفسي للطلاب نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية .

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية التي درست أسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة ومتوسط درجات المجموعة الضابطة التي درست بأسلوب الاعتيادي في مقياس الاتجاه النفسي للطلاب نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية .

١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري : طلاب السنة الدراسية الثانية ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة المستنصرية للعام الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦) .

١-٥-٢ المجال الزمني : للمدة من ٦ / ١٢ / ٢٠١٥ ولغاية ٢٤ / ١ / ٢٠١٦ .

١-٥-٣ المجال المكاني : قاعة وملعب الجامعة المستنصرية .

١-٦ تحديد المصطلحات:

١-٦-١ أسلوب التعلم التعاوني: هو أسلوب تدريس يتم فيه استخدام مجموعات صغيرة يتراوح عددهم عادة من (٢-٦) وتضم كل منها طلاب ذوي مستويات مختلفة وكل طالب في المجموعة ليس مسئولاً عن تعلمه فقط بل أن يساعد زملاءه في المجموعة علي التعلم وبالتالي يوفر جواً من الإنجاز والتحصيل والمتعة أثناء التعلم. (الاطوي، ١٩٩٨، ٤٥).

١-٦-٢ أسلوب المجموعات التعاونية المرنة : وهي طريقة تدريس يعمل فيه الطلاب بمجموعات صغيرة داخل الصف كل منها مختلف مستويات التحصيلية يتعاون طلاب المجموعة الواحدة في تحقيق هدف أو عدة أهداف مختلفة لزيادة تعلمهم وتعليم بعضهم بعضاً . (القبيلات، ٢٠٠٥، ١٤٢).

١-٦-٣ الاتجاه النفسي: انه "استعداد وجداني مكتسب ثابت نسبياً يحدد شعور الفرد وسلوكه نحو موضوعات معينة ، ويتضمن حكماً عليها بالقبول او الرفض وهذه الموضوعات قد تكون أشياء أو أفكاراً أو أشخاصاً أو مبادئ أو نظماً اجتماعية. (العمامرة ، ١٩٩٩ ، ٣١٠).

٢- الإطار النظري والدراسات المرتبطة :

٢-١ الإطار النظري :

٢-١-١ **التعلم التعاوني:** يعد التعاون قيمة كبرى من القيم الاجتماعية المهمة التي يحث عليها الدين الإسلامي الحنيف في القرآن الكريم فقال تعالى "وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ" (المائدة: ٢). وكما ركزت الأحاديث النبوية الشريفة على التعاون لما لها من آثار إيجابية على حياة الفرد والمجتمع.

وكانت المناداة بضرورة استخدام التعلم التعاوني كأسلوب تعليمي تعليمي قد تبلورت نتيجة إجراء العديد من البحوث والدراسات لمعرفة اهتمامات الطلاب وميولهم واتجاهاتهم ، وجاءت النتائج لتؤكد على تفضيل الطلاب للأنشطة التي تشبع حاجاتهم مثل الإخاء والمحبة والتعاون، كما وأكدت الدراسات الحديثة على أن الطلاب حين يتعلمون من بعضهم بعضاً ويجري بينهم التشاور والتفاعل والنقاش ويتبادلون الأدوار والخبرات والمهارات، يكون تعلمهم أفضل وأكثر ثباتاً من أن يتعلموا لوحدهم. ولا يتأتى ذلك إلا من خلال استخدام عمل مفيد وتعاوني مستمر. (سعادة وآخرون، ٢٠٠٨، ٣٣-٣٥)

ويمكن القول أن التعلم التعاوني عبارة عن أسلوب يقوم فيها الطلاب بالعمل في مجموعات صغيرة، تضم كل مجموعة طلاب يختلفون في مستوياتهم التحصيلية (متفوق تحصيلياً، ومنخفض تحصيلياً) يتعاونون فيما بينهم لزيادة تعلمهم ولتحقيق أهداف مختلفة.

٢-١-٢ **العناصر أو المبادئ الأساسية في التعلم التعاوني:** (الحيلة، ٢٠٠١، ١٤٥-١٥٠)

إن معظم التربويين حددوا مبادئ أساسية عدة لا يمكن للتعلم التعاوني أن يكون تعاونياً ومثمراً إلا إذا توافرت فيه هذه الركائز وهي:

- ١- **الاعتماد المتبادل الإيجابي:** إدراك الطلاب بأنهم سيجتازون المهمة التعليمية الموكلة إليهم معاً، أو يفشلون معاً.
- ٢- **المسؤولية الفردية:** كل طالب مسؤول عن تعلم الواجب ومساعدة زملائه على تعلمها.
- ٣- **التفاعل المشجع وجهاً لوجه:** يقصد به العمل على المزيد من إنجاح الطلاب بعضهم بعضاً، من خلال مساعدة وتبادل ودعم جهودهم بأنفسهم نحو التعلم.
- ٤- **المعالجة الجماعية:** أي مناقشة أعضاء المجموعة الواحدة لمدى تقدمهم نحو تحقيق الأهداف، ومدى محافظتهم على علاقات عمل فعالة.
- ٥- **المهارات الاجتماعية:** حيث يقدم الطلاب مهارات القيادة واتخاذ القرار، وبناء الثقة، وحل المنازعات اللازمة للعمل بفاعلية .

٢-٢-٣ مميزات أسلوب المجموعات الصغيرة المرنة: (كوجك، ٢٠٠٨، ١٢٣)

إن للأسلوب المجموعات الصغيرة المرنة مميزات هي:

- ١- تتيح فرصة كبيرة لمشاركة التلاميذ في تنسيق المكان وترتيبه واتخاذ القرارات .
- ٢- توفر الفرصة للتعارف عن قرب بين جميع الصف وتمنع التكتل بين التلاميذ .
- ٣- يتعلم التلاميذ مهارات العمل في فريق وتقبل الآراء المختلفة ومهارات التفاوض وحل الخلافات بطرق حضارية .
- ٤- يستطيع التلاميذ دراسة موضوع معين من وجهات نظر متعددة من خلال تلك المجموعات .
- ٥- تتيح فرصة تعليم وتعلم الاقران مع تبادل الادوار من موضوع الى اخر .
- ٦- تساعد على مرونة تشكيل المجموعات المعلم في ملاحظة سلوك التلاميذ في المجموعات المختلفة .

ويرى الباحثان الى ان نجاح اسلوب المجموعات الصغيرة المرنة تعتمد على وضوح ودقة المعلومات التي يقدمها المعلم للتلاميذ قبل البدء في العمل ، ثم على ملاحظتهم أثناء العمل ، والتدخل للمساعد أثناء إذا لزم الأمر ومثل كل اساليب التنوع تحتاج أسلوب المجموعات الصغيرة المرنة الى إدارة حاسمة من المعلم ومشاركة التلاميذ في تحمل مسؤولية النظام والالتزام بالقواعد المنطق عليها بالنسبة للسلوك داخل الدرس .

٢-٢ الدراسات المرتبطة :

٢-٢-١ - دراسة الأطوي (١٩٩٨) : "اثر التعلم التعاوني في تحقيق الاهداف التعليمية لفعالية التنس الأرضي" هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر التعلم التعاوني في تحقيق الأهداف المعرفية لمستويات (المعرفة ، الفهم ، التطبيق) والأهداف النفس حركية (العناصر البدنية والمهارات الحركية) والأهداف الانفعالية لفعالية التنس الأرضي . واستخدم المنهج التجريبي ، وشملت العينة بعضاً من طلاب المرحلة الرابعة / كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل ، للعام الدراسي (١٩٩٧-١٩٩٨) وعددهم (٣٢) طالباً ، قسموا إلى مجموعتين متساويتين ، الأولى ضابطة طبقت الطريقة التقليدية ، والأخرى تجريبية طبقت طريقة التعلم التعاوني ، وتم إجراء التكافؤ بين المجموعتين في عدد من المتغيرات ، وتم قياس مستوى التحصيل بوساطة اختبار التحصيل المعرفي واختبارات العناصر البدنية والمهارات الحركية ومقياس الاتجاه النفسي واستخدم الباحث في معالجته الإحصائية الاختبار التائي للعينات المستقلة واختبار حجم الأثر بوحدات الانحراف المعياري ، وأظهرت النتائج تفوق طلاب المجموعة التجريبية التي درست وفق طريقة التعلم التعاوني على طلاب المجموعة الضابطة التي درست وفق الطريقة التقليدية في تحقيق الأهداف (المعرفية والنفس حركية والانفعالية)

(الأطوي ، ١٩٩٨ ، أ-ب)

٢-٢-٢ دراسة الحايك (٢٠٠٤) "اثر استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني في تدريب كرة السلة على مفهوم الذات واتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية عند العامة" تهدف الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني في تدريس كرة السلة على مفهوم الذات بأبعاده الثلاثة ، تم اختيار عينة الدراسة المكونة من (٤٩) طالباً وطالبة (١٨ طالباً و ٣١ طالبة) من المسجلين في مساق كرة السلة . تم استخدام إستراتيجية التعلم التعاوني لمدة ثمانية أسابيع . واستخدام مقياس تنسي لمفهوم الذات ، وتصميم استبانة لمعرفة اتجاهات المتعلمين . وأسفرت نتائج التحليل الإحصائي :

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس مفهوم الذات بأبعاده الثلاثة (الذات البدنية ، الذات الشخصية ، الذات الاجتماعية) وعلى مفهوم أدوات الكلي ولصالح المجموعة التجريبية .

-وجود فروق من أصل أربعة مجالات هي : مجال محتوى المادة وطبيعتها ، ومجال مدرس المادة ، ومجال الأسلوب التدريسي وعلى المقياس بصورته الكلية ولصالح المجموعة التجريبية .

-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين على المقياسين تعزى للجنس .

(الحايك ، ٢٠٠٤ ، ١٧٤)

٢-٢-٣ دراسة البنا (٢٠١١): "اثر استخدام إستراتيجية المجموعات الصغيرة المرنة في تعلم فن أداء مهارتي التمرير من الأعلى والتمرير من الأسفل في الكرة الطائرة" تهدف الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام إستراتيجية المجموعات الصغيرة المرنة في تعلم فن أداء مهارتي التمرير من الأعلى والتمرير من الأسفل في الكرة الطائرة ، تم اختيار عينة الدراسة المكونة من (١٦) طالباً بعد استبعاد طلبة للمجموعة التجريبية و(١٦) طالبا للمجموعة الضابطة. وبعد تنفيذ إستراتيجية المجموعات الصغيرة المرنة ، وإجراء الاختبارات البعدية ومعالجة البيانات احصائياً توصل الباحث:

-إن تنويع التدريس باستخدام إستراتيجية المجموعات الصغيرة المرنة يحقق تعلماً أفضل عند مقارنتها بالطريقة الاعتيادية في تعلم فن أداء مهارتي التمرير من الأعلى والتمرير من الأسفل في الكرة الطائرة .

٣-١ منهج البحث: استخدم المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث .

٣-٢ مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من طلاب السنة الدراسية الثانية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦) والبالغ عددهم (٦٧) طالباً وطالبة يمثلون شعب (أ،ب،ج) أما عينة البحث فقد شملت (أ،ب)، إذ تم توزيعها بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) إلى مجموعة تجريبية وعدد أفراد العينة (١٨) طالباً ومجموعة ضابطة بلغت (١٨) طالباً كما تم تحديد أسلوب التدريس لكل مجموعة بالطريقة العشوائية. كما موضح في الجدول (١):

الجدول (١)

يبين مجتمع البحث وعينته وأسلوب التدريس

الشعبة	المجموعة	العدد الكلي	المستبعدين	التجربة النهائية	أسلوب التدريس
ب	التجريبية الأولى	٢٣	٥	١٨	اسلوب المجموعات الصغيرة المرنة
أ	الضابطة	٢١	٣	١٨	اسلوب مدرس المادة
المجموع الكلي		٤٤	٨	٣٦	

٣-٣ التصميم التجريبي : تم الاعتماد على تصميم المجموعات المتكافئة ذات الاختبار

القبلي والبعدي لملاءمته وأهداف البحث (فان دالين ، ١٩٨٥ ، ٣٦٦). والشكل (١) يوضح

التصميم التجريبي للبحث .

الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي	الاختبارات المجموعات
اختبار الاتجاه النفسي نحو المادة	اسلوب المجموعات الصغيرة المرنة	اختبار الاتجاه النفسي نحو المادة	التجريبية

الضابطة	أسلوب مدرس المادة
---------	-------------------

الشكل (١)

يوضح التصميم التجريبي للبحث

٣-٤ تكافؤ مجموعتي البحث : تم إجراء التكافؤ لمجموعتي البحث في عدد من المتغيرات (العمر الزمني والاتجاه النفسي نحو المادة) ٠ كما موضح في الجدول (٢):

الجدول (٢)

يبين نتائج الفروق بين مجموعتي البحث في متغيرات (العمر الزمني والاتجاه النفسي) ٠

قيمة ت المحسوبة	الاسلوب الاعتيادي		اسلوب المجموعات الصغيرة المرنة		المتغير
	ع±	س	ع±	س	
٠,٣٧٨	١٧,٩٤١	٢٤٠,٢٣١	١٨,١٧٤	٢٤١,٢٣٨	العمر الزمني(شهر)
١,٨٢٣	١٢,٤٠٧	٥٣,٦٢١	١٠,٠١٥	٥١,٠٤	الاتجاه نحو مادة طرائق التدريس(درجة)

* معنوي عند نسبة خطأ $\leq (٠,٠٥)$ ودرجة حرية (٣٤) قيمة ت الجدولية = (٢,٠٦)

٣-٤ أداة البحث:

٣-٤-١ قياس الاتجاه النفسي نحو مادة طرائق التدريس:

أ- صدق المقياس :

عرض المقياس بصورته الأولية وهو مقنن على البيئة العراقية من قبل (ملا عبدة ٢٠٠٤) على مجموعة من المحكمين (الملحق ١) ، وقد اتفق الجميع على إبقاء فقرات الاختبار مع إجراء بعض التعديلات اللغوية عليها وبهذا يكون المقياس مكوناً من (١٤) فقرة إيجابية و (١٣) فقرة سلبية ، وكما موضح في الملحق (٢) ٠ (ملا عبدة، ٢٠٠٤، ٥٢)

ب- ثبات المقياس :

طبق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (١٠) طلاب من مجتمع البحث بتاريخ ٢٠١٥/١٢/٦، ثم أعيد تطبيقه على نفس العينة بعد مرور أسبوع . واستخرج معامل ارتباط

بيرسون بين الأختبار الأول والثاني وقد بلغ (٠,٨٥) ويعد هذا معامل ثبات جيد ، وقد زود المقياس بالتعليمات التي توضح للطالب كيفية الإجابة على الفقرات بدقة وموضوعية ووضوح ، إذ تتم الإجابة عن المقياس في ورقة الإجابة المحددة وأعطيت ثلاثة بدائل للإجابة عن فقرات المقياس بالشكل (موافق ، محايد ، غير موافق) . بالاعتماد على طريقة ليكرت .

٣-٥ المنهج التعليمي :

بعد اعداد المنهج التعليمي من قبل الباحثين لغرض تنمية الاتجاه النفسي للطلبة اتجاه مادة طرائق التدريس وتضمن المنهاج (٦) أسابيع وواقع وحدة تعليمية واحدة أسبوعيا زمنها (٩٠) دقيقة أي (٦) وحدات تعليمية درست المجموعة التجريبية بأسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة و(٦) وحدات تعليمية درست المجموعة الضابطة بأسلوب مدرس المادة ، ونفذت التجربة يوم الاحد المصادف ٢٠١٥/١٢/٢٠ وانتهت ٢٠١٦/١/٢٤ إذ قام مدرس المادة (الاستاذ الدكتور وليد وعد الله علي) المنسب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية /الجامعة المستنصرية قيامه بتدريس مجموعتي البحث ، ويمكن توضيح ذلك:

-المجموعة التجريبية (أسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة):

- يتم تقسيم الطلاب إلى (٣) مجموعات كل مجموعة مكونة من (٦) طلاب ويتم تقسيمهم حسب ميولهم ورغباتهم للعمل معا في المجموعة وتحديد دور قائد في المجموعة على أن يتم تبادل الأدوار في كل وحدة تعليمية جديدة وفي الجزء التعليمي من الدرس يتم توضيح ذلك.

- يعطي مدرس المادة فكرة عن الموضوع السابق لكي يكون هناك ترابط بين المواضيع ، وبعدها يقوم مدرس اعادة شرح الازواضع الاساسية وكيفية اليعاز (كيفية النداء عليها) لربطها بالموضوع الجديد وهو الازواضع الاساسية والمشتقة بتحريك الذراعين ٠٠٠ الخ.

- يتم توزيع الطلاب في كل مجموعته مختلفة يشكلها المدرس على ضوء الأهداف وخصائص الطلاب، وقد تكون متجانسة أم مختلفة تبعا للموقف التعليمي أو الميول والخبرات .

- بعد اخذ المكان المناسب لكل مجموعة يقوم المدرس بطرح سؤال على مجاميع البحث الثلاث (كيف يتم اليعاز على الازواضع الخمسة في التمرين البدني) بذلك تقوم كل مجموعة بالتدريب على ايعاز الازواضع كافة وبمساعدة قائدة المجموعة لتنظيم عمل المجموعة ، ويكون التدريب ضمن زمن يقرره المدرس. كما موضح في الملحق (٣)٠

-من خلال العمل يسمح للطالب الانتقال بين المجموعات لتيسير عملية التعلم .

-على المدرس تهيئة مصادر تعلم مناسبة لكل مجموعة تتناسب المحتوى وخصائص الطلاب

-بعد الانتهاء من الوقت المخصص للواجب المطلوب تحقيقه بانسيابية بين المجاميع من خلال انتقال الطالب من مجموعة إلى أخرى للتوصل إلى تحقيق الواجب. يتم تكرار باقي الواجبات بنفس الطريقة هذه .

-تكليف الطلاب بالواجب البيتي الجديد بهدف التحضير والاستعداد وتيسير عمليتي التعليم والتعلم وتحقيق الاهداف ، والملحق (٣) يوضح نموذج لوحدة تعليمية .

٣-٦ تحديد الاختبار القبلي والبعدي :

إجري الاختبار القبلي يوم الاحد الموافق ٢٠١٥/١٢/١٣ ، وبعد الانتهاء من تنفيذ تجربة البحث ومدتها (٦) اسابيع لكل من المجموعة (التجريبية والضابطة) ، تم مباشرة اجراء الاختبار البعدي في مقياس الاتجاه من يوم الاحد الموافق ٢٤ /١/ ٢٠١٦ .

٣-٧ الوسائل الإحصائية :

١. الوسط الحسابي.
٢. الانحراف المعياري.
٣. معامل الارتباط البسيط(بيرسون).
٤. الاختبار التائي للعينات المرتبطة والمستقلة .
٥. وقد تمت الاستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS) لإجراء التحليل الإحصائي.

٤- عرض النتائج ومناقشتها :

٤-١ عرض نتائج الاتجاه النفسي نحو المادة ومناقشتها:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية التي درست بأسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة ومتوسط درجات المجموعة الضابطة التي درست بأسلوب الاعتيادي في مقياس الاتجاه النفسي نحو مادة طرائق التدريس .

الجدول (٣)

يبين دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعي البحث في مقياس الاتجاه النفسي نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية

قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		الاختبار المجموعة
	ع±	س	ع±	س	
*٦,٠٧	٧,٠٨	٦٣,٤٤٥	١٠,٠١٥	٥١,٠٤٩	التجريبية (درجة)
*٣,٦٤	٦,٨٩	٥٨,٧٥٤	١٢,٤٠٧	٥٣,٦٢١	الضابطة (درجة)

* معنوي عند نسبة خطأ $\leq (0,05)$ ودرجة حرية (١٧) قيمة ت الجدولية = (٢,١٤)

يتضح من الجدول (٣) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات الاختبارين القبلي والبعدي وللمجموعتين البحث التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي ، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة، ويعزى سبب ذلك على تعاون افراد المجموعة الواحدة وروح المشاركة وتبادل الخبرات بانسيابية بين المجاميع من خلال انتقال الطالب من مجموعة الى اخرى للتوصل الى تحقيق الواجب ، جعل الدرس مثيرا للطلبة وأكثر تشويقا من أسلوب مدرس المادة الذي يخلو من ذلك، " لان الطالب في المجموعة الصغيرة يقوم بدورين متكاملين يؤكدان نشاطه وهما دورا التدريس والتعليم في آن واحد بدافعية ذاتية وبالتالي فأن الجهد المبذول في الموقف يمكن أن يؤدي الى بقاء اثر التعلم ووظيفته وانتقاله ". (البنا، ٢٠١١، ١٦٤).

الجدول (٤) يبين دلالة الفروق لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الاختبار أبعدي

لمقياس الاتجاه النفسي للطلاب نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية

قيمة (ت) المحسوبة	الاسلوب الاعتيادي		المجموعات الصغيرة المرنة		الاختبار
	البعدي		البعدي		
	ع±	س	ع±	س	
*٢,٣١	٦,٨٩	٥٨,٧٥٤	٧,٠٨	٦٣,٤٤٥	الاتجاه النفسي نحو مادة طرائق تدريس (درجة)

* معنوي عند نسبة خطأ $\leq (٠,٠٥)$ ودرجة حرية (٣٤) قيمة ت الجدولية = (٢,٠٦)

يتضح من الجدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسطات مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في اختبار مقياس الاتجاه النفسي للاختبار أبعدي. إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢,٣١) درجة وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٤) والبالغة (٢,٠٤) مما يتضح انه يوجد فروق معنوية ولمصلحة المجموعة التجريبية التي درست بأسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة، ويعزى سبب ذلك إن استخدام أسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة يساهم في حرية حركة الطالب أي التنقل بين المجاميع الصغيرة المرنة ادى الى زيادة روح المشاركة في الدرس.

كما ويذكر (بركات، ٢٠٠٥) "ان أسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة يعطي الفرصة في تنمية المسؤولية الفردية والجماعية في الدرس وتنمي روح العمل الجماعي بين الطلاب وجعل الطالب محور العملية التعليمية التعليمية" (بركات، ٢٠٠٥، ٤) بينما اسلوب التدريس في المجموعة الضابطة التي تعلمت بأسلوب مدرس المادة تضمن على ان جميع قرارات التدريس هي من مسؤولية المدرس ولا يفسح المجال للمتعلمين التفاعل مع المدرس او فيما بينهم لتحقيق أهداف الدرس.

- البنا ، ليث محمد داؤود (٢٠١١) : اثر استخدام إستراتيجية المجموعات الصغيرة المرنة في تعلم فن أداء مهارتي التمرير من الأعلى والتمرير من الأسفل في الكرة الطائرة.
- الحايك ، صادق خالد (٢٠٠٤) : أثر استخدام استراتيجية التعلم التعاوني في تدريب كرة السلة على مفهوم الذات واتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية عند العامة ، مؤتمر التربية الرياضية ، الرياضة نموذج الحياة المعاصرة ، عدد خاص ، عمان ، الأردن .
- الحيلة، محمد محمود(٢٠٠١): طرائق التدريس وإستراتيجياته، دار الكتاب الجامعي، إمارة العين، الإمارات العربية المتحدة.
- سعادة، جودت أحمد وآخرون (٢٠٠٨) : التعلم التعاوني(نظريات وتطبيقات ودراسات)، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- العميرة ، محمد حسن (١٩٩٩) :أصول التربية التاريخية و الاجتماعية والنفسية والفلسفية ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان - الأردن .
- كوجك، كوثر حسين وآخرون (٢٠٠٨) : تنويع التدريس في الفصل دليل المعلم لتحسين طرق التعليم والتعلم في مدارس الوطن ، مكتب اليونسكو الاقليمي للتربية في الدول العربية ، بيروت .
- فان دالين ديوبولدب (١٩٨٥): مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط٣ ، ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة .
- القبيلات، راجي عيسى(٢٠٠٥): أساليب تدريس العلوم في المرحلة الأساسية الدنيا ومرحلة رياض الأطفال ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان، الأردن .
- ملا عبيدة ، سلوان خالد محمود (٢٠٠٧): أثر استخدام التعلم معاً والمناقشة بأسلوب المجموعات الصغيرة في التحصيل المعرفي والاتجاه نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، العراق .

الملحق (١)

أسماء السادة الخبراء والمختصين الذين تمت الإستعانة بخبراتهم

ت	أسماء الخبراء وألقابهم العلمية	الاختصاص	العنوان الوظيفي
١	أ.د علي سلمان عبد	قياس وتقييم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية
٢	أ.د غازي صالح محمود	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية
٣	م. احمد حسن ياس	طرائق تدريس	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية

الملحق (٢)

يوضح فقرات مقياس الاتجاه النفسي نحو مادة طرائق تدريس التربية الرياضية

عزيزي الطالب ضع علامة (✓) في المكان الذي يناسبك :

ت	الفقرات	موافق	محايد	غير موافق
١	حقاً مادة طرائق التدريس عانقاً لي في تحقيق التفوق والنجاح			
٢	حقاً مادة طرائق التدريس لها اهمية ضرورية لي			
٣	أتضايق عندما أكلف بأي نشاط يتصل بطرائق التدريس			
٤	لديه ميل شديد إلى مدرسي طرائق التدريس			
٥	أرى أن مادة طرائق التدريس لا ضرورة لها ضمن المناهج التي ندرسها			
٦	أشعر بعدم الاستفادة من دراسة مادة طرائق التدريس			

٧	أرى أن مادة طرائق التدريس فيها مجال أوسع لعرض المواضيع بمرونة وحرية
٨	أخشى الرسوب في مادة طرائق التدريس
٩	تنمي مادة طرائق التدريس جواً من المتعة والخيال لي
١٠	أرى مادة طرائق التدريس ذات أهمية أكبر عن باقي الدروس
١١	أحب النقاش مع زملائي للتفوق في مادة طرائق التدريس
١٢	أتجنب الاختلاط مع المتخصصين بطرائق التدريس
١٣	كثيراً ما أشعر بالملل في حصص مادة طرائق التدريس
١٤	أشعر ببطء انتهاء وقت درس طرائق التدريس
١٥	تؤثر مادة طرائق التدريس سلباً على معدلي الدراسي العام
١٦	أكثر مادة تخيفني في الامتحان هي طرائق التدريس
١٧	أشعر بالراحة النفسية في مادة طرائق التدريس
١٨	أتمنى زيادة زمن محاضرة طرائق التدريس
١٩	تنسم مادة طرائق التدريس بالمرونة والحرية التعبيرية
٢٠	لا أرغب قراءة المواضيع والمقالات الخاصة بطرائق التدريس
٢١	أفضل قراءة أي كتاب خارجي لا يتعلق بطرائق التدريس
٢٢	أشعر بالخوف عندما يحين موعد امتحان طرائق التدريس
٢٣	زيادة الاهتمام بواجبات الخاصة بمادة طرائق التدريس

			بوصفها مادة اساسية
٢٤			أحضر واجبات مادة طرائق التدريس حتى لو كنت مريضاً
٢٥			تتيح لي دراسة مادة طرائق التدريس فرصة لتعلم القيادة والتوجيه
٢٦			أرى أن لطرائق التدريس موضوعات مهمة تجعله موضع إعجاب لكثير من الطلاب
٢٧			أسعى دائماً لاقتناء مصادر ومراجع علمية تختص بمادة طرائق التدريس

ملحق (٣)

نموذج لوحدة تعليمية مقترحة بأسلوب المجموعات التعاونية الصغيرة المرنة

السنة: الثانية	الوحدة التعليمية الثانية	أسم الموضوع: الایعاز على
الايضاح الابتدائية والمشتقة		
الشعبة: ب	الاهداف التعليمية: ١- اكساب المعلومات عن	
	اصول الكتابة والایعاز	
	عن الوضع الابتدائي	المادة : طرائق تدريس التربية الرياضية
		والمشتق
الزمن : ٩٠ دقيقة	٢- تنمية اتجاهات الطلاب نحو مادة طرائق	
	تدريس التربية الرياضية	

أجزاء الوحدة	الزمن	محتوى الفعالية	الملاحظات
الجزء الإعدادي	٢٠ د		التأكيد على الحضور
المقدمة	٥ د	(المقدمة) تهيئة الأدوات والتجهيزات الرياضية وأخذ الغياب والحضور .	
الإحماء	٧ د	(الإحماء العام) تهيئة عامة لجميع أعضاء الجسم (الإحماء الخاص) تمرينات رقبة، تمرينات ذراعين، تمرينات جذع، تمرينات	التأكيد على اداء البدنية البدنية

رجالين	٨ د	الإحماء الخاص
	٦٠	الجزء الرئيسي
يتم شرح وربط المحاضرة السابقة بالحالية في اعادة شرح الازواض الاساسية وكيفية الازعاظ ، وكذلك الازواض المشتقة منها بتحريك الذراعين ٠٠٠٠٠ الخ ثم القيام	٥ د	الجزء التعليمي
	١٥ د	الجزء التطبيقي
تمرين رقم (١) : يقسم الطلاب على مجاميع تعاونية (٣) كل مجموعة تتضمن (٦) طلاب موزعين في نصف الملعب لتطبيق الازواض الاساسية للتمرين البدني ٠ (الوقوف-البروك-٠٠٠٠٠٠٠ الخ)، وبعد انتهاء العمل يمكن للطلاب الجيد ان ينتقل الى الى المجموعة الاخرى لتعزيز الاجابة الصحيحة التي توصلت اليه مجموعته وهكذا باقي التمارين والواجبات الاخرى ٠ (حرية تنقل الطالب بهدوء من مجموعة الى اخرى يعطي الفرصة على تعاون الجميع للتوصل على الاداء الصحيح ٠	٤٥ د	
تمرين رقم (٢) : يقسم الطلاب على مجاميع تعاونية (٣) كل مجموعة تتضمن (٦) طلاب موزعين في نصف الملعب لتطبيق الازواض المشتقة من الازواض الاساسية للتمرين البدني ٠ (الوقوف، تخصر -البروك، الذاعان عاليا - ٠٠٠٠٠٠٠ الخ)، وبعد انتهاء العمل يمكن للطلاب الجيد ان ينتقل الى الى المجموعة الاخرى لتعزيز الاجابة الصحيحة لتلك المجموعة التي توصلت اليه مجموعته وهكذا باقي التمارين والواجبات الاخرى ٠	١٥ د	
تمرين رقم (٣) : يقسم الطلاب على مجاميع تعاونية (٣) كل مجموعة تتضمن (٦) طلاب موزعين في نصف الملعب لتطبيق الازواض الخاصة للوضع الابتدائي (الاسناد الامامي ، الجلوس على الاربع ٠٠٠٠٠ الخ)، وبعد انتهاء العمل يمكن للطلاب الجيد ان ينتقل الى الى المجموعة الاخرى لتعزيز الاجابة الصحيحة التي توصلت اليه مجموعته وهكذا باقي التمارين والواجبات الاخرى ٠	١٥ د	
لعبة صغيرة ترويحية(سباق التتابع)، ثم الازعاظ الى الانصراف	١٠ د	الجزء الختامي

دراسة مقارنة لحالة الطلاقة النفسية لدى رياضيي الألعاب الجماعية والفردية في جامعة ديالى

م.د سنارية جبار محمود

Sanaraijabbar2010gmail.com

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

ملخص البحث :

هدف البحث قياس الطلاقة النفسية لدى رياضي الألعاب الفردية والجماعية لمنتخب كليات جامعة ديالى التي تتضمن (١٣) كلية استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملائمة طبيعة المشكلة ، اما عينة البحث تم اختيار (٨٢٣) لاعب ولاعبة من منتخب جامعة ديالى و لثلاثة عشر كلية التي تمثل مجتمع البحث بالطريقة العمدية ، قامت الباحثة بأجراء التجربة الرئيسية من خلال توزيع استمارة الاستبيان المرفقة في ملاحق البحث على عينة البحث البالغة عددها (٢٣٥) لاعب ولاعبة في الألعاب الفردية و (٥٨٨) لاعب ولاعبة في الألعاب الجماعية بعدها استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة نتائج البحث والتي تضمنت (الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة وقيمة F) وتوصلت الباحثة الى مجموعة من الاستنتاجات أهمها من خلال نتائج البحث ان حالة الطلاقة النفسية عند لاعبي الألعاب الجماعية والألعاب والفردية لا توجد فروق معنوية وليست لديهم طلاقة نفسية عالية .

Compared to the case of mental fluency among athletes collective and individual games Study

MD Snarah Jabbar Mahmood

College of Physical Education and Sport Sciences / University of Diyala

Research Summary:

The research aims to measure the psychological fluency with sporty individual and collective games for the team the faculties of the University of Diyala, which include 13 faculty researchers used the descriptive manner Survey for suitability nature of the problem, either the research sample was selected (912) for the athletes from the team of Diyala University and thirteen Faculty, which represents the research community way intentional, the researcher conducted a

major experiment through the distribution of the questionnaire attached in annexes research on the research sample the (275) athletes in individual games and (637) athletes in team sports then used researcher statistical bag of social Sciences (SPSS) to manipulate search results, which included (mean, standard deviation and the value of (t) calculated) researchers found a group of the most important conclusions through a search of the state of mental fluency when players intramural sports higher than the results of individual games.

١ - التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

ان أهمية الجانب النفسي وطرق الأعداد النفسي لها دور كبير في اعداد اللاعبين لتقبل الأحمال التدريبية العالية ودخول المنافسات الحركية والمثيرة في الألعاب الرياضية والطلاقة النفسية هي إحدى المظاهر النفسية المهمة التي يتسلح بها الرياضيون في الألعاب الرياضية المختلفة سواء كانت فردية او جماعية وكذلك للجنسين الذكور والإناث حيث تتحدد الطلاقة النفسية من خلال مظاهر الشخصية وأسلوبها الذي تتميز به في التعامل مع الواقع وكيفية إدراكها وما تتمتع به من خبرات نفسية وتجارب حياتية تعكس مدى الوعي بالمستجدات الموقفية التي تصادفها بين الحين والآخر ، حيث يعتقد الكثير ان هناك اختلاف بين لعبة واخرى سواء كانت فردية او جماعية بحاجة الى الطلاقة النفسية بل العكس ان كل الرياضيين يحتاجون الى أدرك الاتزان بين التحديات والمهارات في النشاط الرياضي وبالتالي الشعور بالاستمتاع أثناء وبعد الأداء الأفضل. (١)

ومن هنا تبرز أهمية البحث حول التميز النوعي لحالة الطلاقة النفسية للرياضيين جميعاً لغرض الارتقاء الى مشاعر سارة نصف مثالية الاستثارة وبهذا قد يصل اللاعب الى معنى جديد لحياته على الرغم من حالات اليأس والإحباط التي تنتشابه نتيجة الضغوط والاضطرابات التي يواجهها أثناء التدريب والمنافسات الرياضية .

٢-١ مشكلة البحث : وجدت الباحثة ان هناك بعض المظاهر النفسية المهمة لها علاقة كبيرة

على اداء الرياضيين سواء كانت في الالعاب الجماعية او الفردية ومن هذه المظاهر النفسية

١- حسن حسن عبدة (٢٠٠١ م) تقنين مقياس حالة الطلاقة النفسية لدى الرياضيين من طلاب الجامعة ، المجلة العلمية

للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامع حلوان .

الطلاقة النفسية التي لابد ان يتحلى بها اللاعبون بقدر كبير لتعكس غياب التوتر ومشاعر سارة لكل الضغوطات التي يواجهها اللاعبون اثناء التدريب والمنافسات الرياضية ، ان كثير من المنافسات يصل اللاعب الى حالة من الاستسلام والهبوط في المستوى والاداء نتيجة عدم تحمل الضغوطات والفشل وان عدم معرفة هذه التأثيرات بالنسبة للرياضيين تعد مشكلة كبيرة وحقيقية يواجهها الرياضيون على مستوى الالعاب الفردية والجماعية نتيجة قلة خبرة اللاعب وتصوراته واتجاهاته التي يحملها بداخله ازاء البيئة التي يتفاعل معها .

٣-١ أهداف البحث :

١- قياس الطلاقة النفسية لدى رياضي الالعاب الفردية والجماعية لمنتخب كليات جامعة ديالى التي تتضمن (١٣) كلية تتضمن الالعاب الفردية (٢٣٥) لاعب ولاعبة و(٥٨٨) للالعاب الجماعية ومجموع العينة (٨٢٣) .

٢- مقارنة لحالة الطلاقة النفسية بين بعض الالعاب الفردية (العاب قوى - مباراة - منضدة) وبعض الالعاب الجماعية (كرة السلة - كرة الطائرة - كرة قدم الصالات)

٤-١ فرض البحث : هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي الالعاب الفردية و الالعاب الجماعية في حالة الطلاقة النفسية .

٥-١ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري / رياضيو الالعاب الفردية و الالعاب الجماعية لمنتخبات كليات جامعة ديالى التي تتضمن (١٣) كلية .

٢-٥-١ المجال الزمني / من ٢٠ / ٢ / ٢٠١٥ / ولغاية ١ / ٥ / ٢٠١٥ .

٣-٥-١ المجال المكاني / القاعات الدراسية لكليات جامعة ديالى .

٦-١ تحديد المصطلحات :

حالة الطلاقة النفسية : هي حالة تعكس غياب التوتر ، القلق ، الملل ومشاعر سارة تصف مثالية الاستثارة . (١)

١-٢ الدراسات النظرية :

1- Aruthur S.Marr (1999): In the zone a biobehavioral theory of the flow experience, Ianna @ bell south and drmezmer , Company .

٢-١-١ مقدمة في الطلاقة النفسية :

تعد الطلاقة النفسية من المواضيع المهمة التي شغلت حيزاً واسعاً من اهتمام الدارسين والباحثين في شتى المجالات وذلك لعلاقتها بالأداء الرياضي ، وعلى الرغم من أهمية الجوانب البدنية والمهارية والخطية الخاصة بالأنشطة الرياضية في رفع مستوى أداء اللاعبين في المنافسات الرياضية فان هناك بعض الخصائص النفسية التي يتوقع ان تؤثر بصورة كبيرة في مستوى الأداء وتحقيق افضل النتائج وفي السنوات الأخير أكدت القراءات النظرية الدراسات البحثية وجود حالة الطلاقة النفسية (Psychological Flow State) أقل الظواهر النفسية فهماً في الرياضة رغم أنها تحقق زيادة الفاعلية المعرفية وانهماك الرياضي في الأداء من خلال البقاء في المنطقة الإدراكية وبتطابق القدرات والتحديات من خلال تحقيق الانتباه العام .

كما تتميز حالة الطلاقة النفسية بالتركيز والتحكم التام خلال الاداء الرياضي وعدم الوعي والاحساس بالزمن ، ويلاحظ خلال حالة الطلاقة النفسية وجود تكامل بين البدن والذهن والاندماج التام في الاداء والانعزال عن مصادر التشتت وزيادة القدرة على الاداء الآلي دون جهد عقلي من قبل اللاعب . (١)

٢-١-٢ أهمية الطلاقة النفسية في المنافسات الرياضية :

تعتمد الطلاقة النفسية على كيفية ادراك وحس اللاعب للمهارة والتحدي الذي يواجهه وتظهر هذه الطلاقة عندما يكافئ اللاعب نفسه عند تحدي مهارته والتفوق عليها . وأن لحظات الطلاقة تأتي عن طريق شعور اللاعب بالقلق يتبعها ملل وبعدها تكون حالة الطلاقة مباشرة ، وقد توصل الكثير من الباحثين ومنهم (Kimiecik , 1992) (Stein , 1992) ان الرياضيين الذين يتسمون بخبرة الطلاقة النفسية هم أكثر استمتاعاً بالرياضة ولديهم خبرات انفعالية موجبة من الرياضيين الذين لا يتسمون بتلك الخبرات ومن ثم على المسؤولين والمدربين وجميع العاملين في الحقل الرياضي التدريبي فهم حالة الطلاقة النفسية وكيف يشعر الرياضي بها مما يجعله أكثر قدرة وتحدي من اللاعبين الآخرين . ان الفهم الأفضل للطلاقة لأهمية الطلاقة النفسية والعوامل المرتبطة بها السبيل لجعل هذه الخبرة ممكن تحقيقها بالنسبة لجميع اللاعبين المشاركين في المنافسات الرياضية . (١)

١- عمرو احمد السيد : (٢٠٠١) بناء مقياس الطلاقة النفسية للرياضيين رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم .
١- محمد جسام عرب و حسين علي كاظم : علم النفس الرياضي ، ط١ ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف الأشرف ، ٢٠٠٩ م ، ص ١٥٢ .

وتعتمد الطلاقة النفسية على كيفية ادراك اللاعب للمهارات والتحديات التي تواجهه وان مفتاح نجاح اللعب في المنافسات الرياضية هو تعلمه طريقة السيطرة والتحكم في أفكاره من خلال تنظيم الطاقة النفسية فضلا عن مقدرته في السيطرة على مجريات عقله لانها ستؤثر بصورة وبالاخرى على مستوى الاداء سواء الايجابي او السلبي .

٢-١-٣ كيفية الوصول الى حالة الطلاقة النفسية :

يحتاج الرياضي الى تعبئة طاقته النفسية بقدر حاجته لتعبئة قواه البدنية للمنافسة وان اي اختلال في التوازن بينهما سيؤدي حتما الى عدم الوصول الى التعبئة البدنية النفسية والتي هي افضل تهيئة نفسية للاعب لتحقيق الاداء الجيد في المنافسات الرياضية ، وان قدرة اللاعب بالاستمتاع والرضا النفسي وتجاوزه لمتطلبات المهارة ذات الدقة والاتقان ووصوله الاقصى مستوى من الاداء تجعله يصل الى الطاقة العالية والابتعاد عن الخوف والشعور بالامان والدفع الذاتي يمكنه من الوصول الى الطلاقة النفسية وبما ان الطلاقة النفسية هامة للاعب لتحقيق مستوى افضل من الاداء فهي ايضا تشكل اثابة لمن يمتلكون القدرة على انجاز هذا الاداء دون النظر الى نتائجه فضلا عن ان خصائص الطلاقة لها تأثير مهم في توصيل اللاعب الى الاداء الامثل ومن هذه الخصائص التحرر من القلق وزيادة الوعي والادراك والاحساس بالاداء بدون جهد فضلا عن خبرة عالية بطاقة الاطلاق وتمثل الحالة المثالية لاداء اللاعب. (٢)

٢-١-٤ نظريات الطلاقة النفسية : (١)

ان مستوى التعبئة النفسية من لاعب لآخر يلعب دورا فعالا في تحديد ما يملكه هذا اللاعب من مستوى مقبول للتعبئة النفسية وعلاقة هذا المستوى في الأداء المهاري ، هناك العديد من العوامل المؤثرة في تحديد مستوى تعبئة الطاقة النفسية وقد تناولها الكثير من العلماء قدموا الدراسات في مجال علم النفس الرياضي وتناولوا مفهوم الاستثارة بالتحليل والتجريب والتفسير لمحاولة التوصل الى طبيعة العلاقة بين الاستثارة والأداء ، وحيث ظهرت العديد من النظريات والنماذج التي تفسر هذه العلاقة منها نظرية الافز (الدافع) نظرية نموذج u المقلوب نظرية هنن (منطقة الوظيفة المثلى) ونظرية الإخفاق الحاد .

٢- محمد جسام عرب: مصدر سبق ذكره ، ص٥٤

١ - هويدا اسماعيل ابراهيم ، بناء مقياس للطلاقة النفسية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في العراق ،

رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، بغداد ، ٢٠٠٥ .

١- نظرية الحافز (الدافع) :

قدم (Hull 1943) نظرية الدافع التي تقترض بوجود علاقة خطية بين الأداء والاستثارة وتقترض هذه النظرية ان الزيادة المفرطة للاستثارة تؤدي الى تحسين الاداء وزيادة في التعبئة النفسية ويتوقف ذلك على درجة صعوبة المهارة من ناحية ومدى إتقانها من ناحية اخرى والعكس صحيح .فهذه الطردية تساعد اللاعب لتحقيق افضل اداء ممكن خلال اتجاه اللاعب نحو مقدار الطاقة الايجابية اللازمة لتحقيق الفوز والاداء الحسن .

٢- نظرية انموذج حرف U المقلوب (العلاقة المنحنية)

في عام ١٩٠٨ (Yerkes & Dodson) باقتراح انموذج اليو المقلوب ان اساس ومفهوم هذه النظرية تشير الى ان هناك علاقة منحنية بينه وان ارتفاع الاستثارة يعمل على تقسيم الاداء الى نقطة محددة يطلق عليها مصطلح (Zon of Optimal Function) اي منطقة الطاقة المثلى وهنا تبرز أهمية المحافظة على مستويات الطاقة في حدودها المثلى للاستمرار في تحقيق أفضل اداء رياضي .

ان المرحلة اللاحقة التي تحدث على وجهين الأول زيادة الاستثارة عند حدودها المقبولة وهذا مردودة سلبية على الاداء اما الثاني انخفاض في مستوى الاستثارة الذي يولد عدم المبالاة في مستوى الاداء .

٣- نظرية منطقة هنن للوظيفة المثلى :

هذه النظرية امتداد طبيعي لنموذج يو المقلوب وعدم القدرة على مراعاة الفر وقات الفردية يرى (Hanin 1980) ان مستوى الاستثارة المثلى لأحد اللاعبين يختلف عن مستواه لدى زملائه الآخرين في نفس اللعبة . ويفترض هنن وجود منطقة للوظيفة المثلى لكل متنافس ويشير ايضاً الى امكانية تحديد الاستثارة المثلى عن طريقة تقييم المتكرر لاستثارة الرياضي وعلاقته بالاداء المتميز وتؤكد العديد من الدراسات على العلاقة الحاصلة بين وجود الرياضي في منطقة الوظيفة المثلى وتحقيق افضل أداء يمكن الوصول اليه .

٤- نظرية الإخفاق الحاد :

هي محاولة التعامل مع طبيعة الاستثارة كبناء متعدد الابعاد قدم (Hardy , Fazey 1987) انموذج معدل لفرضية اليو المقلوب المستمدة من نظرية الاخفاق الحاد والتي قدمت من قبل

(Thom 1970) كنموذج رياضي لوصف الانقطاع المفاجئ الذي يحدث في الحياة الطبيعية كنتيجة للتغيرات غير المتوقعة .

ان مقياس الطلاقة النفسية هو للأستاذ (عبد العزيز عبد الحميد) علم النفس الرياضي في جامعة الزقازيق ، وحيث طبق المقياس على البيئة العراقية وعلى عينة عددها (٨٢٣) لاعب ولاعبة لمنتخبات كليات جامعة ديالى ، ومن خلال النسبة المئوية لأراء الخبراء حول فقرات المقياس اتفق على نسبة (٦٥% - ٩٠%) لاعتماد الفقرات الصالحة .

ثبات المقياس :

لتحقق من ثبات مقياس الطلاقة النفسية استخدمت الباحثة طريقة معامل الفاكرونباخ وهي صورة عامة لمعادلة معامل الثبات وهو من اكثر مقاييس الثبات شيوعا وهذا النوع من الثبات يدعى التجانس الداخلي وهو يشير الى قوة الارتباط بين الفقرات في الاختبار ولا يجاد الثبات بهذه الطريقة اعتمدت الباحثة على بيانات عينة التجربة الرئيسية وبالغاة (٩٠٠) لاعب ولاعبة ثم استخدمت الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وعند استخراج معامل الثبات كانت قيمته (٩٠) وهو معامل ثبات عال ويمكن الوثوق فيه لتقدير ثبات الاختبار .

٢-٢ الدراسات المشابهة :

١-٢ دراسة هويدة إسماعيل إبراهيم ألعبي بعنوان مقياس الطلاقة النفسية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في العراق :

هدف هذا المقياس الى دراسة ظاهرة واقع البيئة العراقية لمعرفة الخصائص النفسية المرتبطة بتحقيق افضل خبرة رياضية .وكانت مشكلة البحث هو عدم قدرة اللاعب على اداء متطلبات المهارة الرياضية بدرجة عالية في البيئة العراقية واستنتجه الباحثة في التوصل الى ستة مجالات في بناء مقياس الطلاقة النفسية للاعبين العراقيين بكرة الطائرة وهي (الثقة بالنفس ، تركيز الانتباه ، مواجهة القلق ، الاستمتاع ، التحكم والسيطرة والية الاداء) .

٣ - منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

١-٣ منهج البحث : استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح المقارن بوصف هذه الدراسة تتناسب مع طبيعة المشكلة .

٢-٣ عينة البحث : تم حصر مجتمع البحث الذي يمثل لاعبي الألعاب الفردية و الألعاب الجماعية من رياضيو منتخبات كليات جامعة ديالى ٢٠١٥ ولبالغ عددهم (٨٢٣) بما فيهم الألعاب الفردية (٢٣٥) و الألعاب الجماعية (٥٨٨) بالاعتماد على شعبة النشاط الرياضي في كل كلية من كليات جامعة ديالى تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وحسب الجدول (١) .

جدول (١)

ت	الكليات	كرة سلة	كرة طائرة	العاب قوى	مبارزة	كرة منضدة	قدم صالات
١	كلية الادارة والاقتصاد	١٤	١٥	١٢	٥	٧	١٨
٢	كلية التربية والفنون الجميلة	١٠	١٢	٧	٣	٦	١٥
٣	كلية الطب البيطري	١٢	١٤	١٠	٣	٨	١٠
٤	كلية الطب	١٠	١٢	٦		٥	١٥
٥	كلية التربية الأصمعي	١٣	١٤	١٠	٤	٨	١٨
٦	كلية الفنون	١٥	١٧	٦	٥	٤	٢٨
٧	كلية التربية الاساسية	١٨	٢٠	١٠	٨	٩	٢٥
٨	كلية العلوم	١٥	١٤	٥	٣	٤	١٥
٩	كلية علوم القران	١٢	١٥	٨	٣	٦	٢٤
١٠	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٤	٢٥	١٨	١٤	١٥	٤٠

١٤	٣		٥	١٤	١٠	كلية الزراعة	١١
١٤	٧		٨	١٥	١٢	كلية الهندسة	١٢
٢٣٦	٨٢	٤٨	١٠٥	١٨٧	١٦٥	العدد	
٢٨.٦٧	٩.٩٦	٥.٨٣	١٢.٧٥	٢٢.٧٢	٢٠.٠٤	النسبة المئوية	

٣-٣ أدوات جمع المعلومات ووسائلها :

- المراجع والمصادر العربية والأجنبية ذات العلاقة .
- معلومات شبكة الاتصالات العالمية (الانترنت) .
- استمارة استطلاع رأي الخبراء لمقياس الطلاقة النفسية .
- استمارة التسجيل الخاصة بالبيانات .
- أقلام رصاص .
- ساعة توقيت الكترونية .

٤-٣ خطوات تنفيذ البحث : في المراحل الأولى للبحث وبعد تحديد أفراد عينة البحث قامت الباحثة باستطلاع آراء الخبراء والمختصون ملحق (١) في صلاحية استخدام مقياس حالة الطلاقة النفسية .

٥-٣ التجربة الاستطلاعية : قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية بغية التعرف على محتويات المقياس المستخدم في البحث والظروف المكانية والزمانية للاختبار لتلافي الصعوبات في التجربة الرئيسية ٣ / ٣ / ٢٠١٥ .

٦-٣ التجربة الرئيسية : قامت الباحثة بتوزيع مقياس الطلاقة النفسية على عينة البحث من رياضيو منتخبات جامعة ديالى (١٣) كلية بتاريخ ١٠ / ٣ / ٢٠١٥ ولغاية ١٢ / ٤ / ٢٠١٥ وبمساعدة أساتذة كليات جامعة ديالى (١٣) كلية وذلك بتخصيص (١٥) دقيقة الأخيرة من الدرس بعد التأكيد وتحديد وقت الاستجابة لدى أفراد العينة أثناء

التجربة الاستطلاعية للوقت الملائم لاستجابة المفحوصين وبعض أفراد العينة ثم استجاباتهم أثناء وقت فراغهم في الدوام الرسمي وبشكل مباشر .

٧-٢ الوسائل الإحصائية : استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الملائمة في الحقبة الإحصائية (SPSS) الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة وقيمة F.

٤ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

جدول (٢)

الجدول الوصفي الاحصائي لمتغيرات البحث في المجموعات

Maximum	Minimum	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عينة البحث	المجموعات
247.000	95.000	49.712	161.733	165	كرة سلة
238.000	95.000	46.724	162.326	187	الكرة الطائرة
238.000	95.000	46.722	160.373	236	كرة الصالات
238.000	95.000	50.343	152.167	48	المبارزة
238.000	95.000	48.184	156.232	82	منضدة
238.000	95.000	47.808	153.686	105	الالعاب قوى
247.000	95.000	47.807	159.345	823	Total

يتبين من الجدول (٢) ان لعبة كرة السلة الذي يبلغ عددهم (165) كان الوسط الحسابي قد بلغ (161.733) وانحراف معياري (49.712) واقل قيمة بلغت (95.000) وأعلى قيمة بلغت (247.000) اما لعبة كرة الطائرة الذي بلغ عددهم (187) كان الوسط الحسابي قد بلغ (162.326) وانحراف معياري (46.724) واقل قيمة بلغت (95.000) وأعلى قيمة بلغت (238.000) اما لعبة كرة الصالات البالغ عددهم (236) كان الوسط الحسابي قد بلغ (160.373) وانحراف معياري (46.722) واقل قيمة بلغت (95.000) وأعلى قيمة

(238.000) اما لعبة المبارزة البالغ عددها (48) كان الوسط الحسابي قد بلغ (152.167) وانحراف معياري (50.343) واقل قيمة بلغت (95.000) واعلى قيمة بلغت (238.000) اما لعبة المنضدة البالغ عددها (82) كان الوسط الحسابي يبلغ (156.232) وانحراف معياري (48.184) واقل قيمة بلغت (95.000) وأعلى قيمة بلغت(238.000) اما لعبة العاب القوى البالغ عددهم (105) قد بلغ الوسط الحسابي (153.686) وانحراف معياري (47.808) واقل قيمة بلغت (95.000) وأعلى قيمة (238.000) . حيث بلغ عدد العينة (823) ووسطهم الحسابي (159.345) وانحرافهم المعياري بلغ (47.807) واقل قيمة لهم بلغت (95.000) وأعلى قيمة لهم بلغت (247.000) .

جدول (٣)

مجموع المربعات بين المجموعات وداخل المجموعات

المجموعات	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	نسبة الخطأ
بين المجموعات	9483.550	5	1896.710	.829	.529
داخل المجموعات	1869222.448	817	2287.910		
المجموع	1878705.998	822			

ان جدول (3) يبين ان مجموع المربعات بين المجموعات قد بلغ (9483.550) وبدرجة حرية بلغت (5) ومتوسط المربعات بلغ (1896.710) و F بلغت (.829) وبنسبة خطأ (.529) اما مجموع المربعات داخل المجموعات قد بلغ (1869222.448) وبلغت درجة الحرية (817) حيث بلغ متوسط المربعات (2287.910) وبلغت F (.829) وبنسبة خطأ (.529) اما مجموعهم قد بلغ (1878705.998) وبدرجة حرية (822) .

جدول (٤)

الطلاقة النفسية للألعاب الفرقة والألعاب الفردية وقيمة ت

المجموعات	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	نسبة الخطأ
الاطلاقة النفسية	588	161.376	47.506	1.931	.054
الاطلاقة النفسية	235	154.264	48.280	1.917	.056

يبين الجدول (٢) ان الطلاقة النفسية للألعاب الفرقة البالغ عددهم (588) وبلغ الوسط الحسابي (161.376) وانحراف معياري (47.506) وبلغت قيمة ت (1.931) ونسبة خطأ (0.054) اما الطلاقة النفسية للألعاب الفردية البالغ عددهم (235) حيث بلغ الوسط الحسابي (154.264) وانحراف معياري (48.280) وقيمة ت (1.917) ونسبة خطأ (0.056) .

٤-٢ مناقشة النتائج :

في الجدول (2) تبين ان متغيرات البحث اي الالعب الفردية والجماعية قد حصلت على نسبة قليلة بالانسبة لانحرافها المعياري وفي جميع الالعب وهذا يدل على الدلالة غير معنوية لحالة الطلاقة لديهم ما عدا لعبة المباراة قد حصلت على نسبة جيدة من الانحراف المعياري وهي نسبة نصف قيمة المقياس الذي بلغ (50.343) اما أوساطهم الحسابية فكانت متفاوتة ولكن بنسب قليلة ايضا اما في جدول (٣) فكانت مجموع المربعات بين المجموعات وداخل المجموعات ايضا نسب قليلة جدا وفي جدول (٤) يبين ان الطلاقة النفسية للالعب الفردية والفرقة قد حصلت على نتائج متفاوتة بين أوساطها وانحرافات المعيارية وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الالعب الفرقة ووجود فروق معنوية للفردية في لعبة المباراة .

فسرت الباحثة هذه النتيجة باعتبار الألعاب الفردية تحتاج جمع كل الطاقات الذهنية والعقلية والنفسية والمعنويات العالية من تحقيق الأهداف في المنافسات الرياضية وبهذا لا بد من إطلاق عنان كل الامكانيات النفسية والجسمية في تحمل العواقب الطائفة أثناء المنافسة عكس الألعاب الفرقة يكون لديهم مستوى اقل من الطلاقة النفسية وذلك لخصوصية اللعبة وصعوبة الشعور بحالة من الطلاقة النفسية لانها تكون مجتمعة بين عدد كبير من اللاعبين على عكس الألعاب الفردية فهي شعور بين الفرد الرياضي وبين ذاته الذي يزيد من الطلاقة ووصول اللاعب بأعلى

مستويات الراحة الايجابية وتقليل التحمل في المنافسات الرياضية . ان أهمية الطلاقة النفسية تحقق الدعم الذاتي والمعنوي للاعب فضلا عن تميزها من خلال التفاعل الداخلي بحيث يلتزم اللاعب بالشعور لفترة طويلة فضلا عن تعبئة او تهيئة نفسية لدى الرياضي يستطيع بموجبها تحقيق أفضل أداء بحيث تحدث دون اثر للتوتر بأشكاله المختلفة ولاسيما الناتجة عن الانفعالات السلبية مثل الخوف والقلق والملل .^(١)

١-٥ الاستنتاجات :

١- استنتجت الباحثة ان حالة الطلاقة النفسية عند لاعبي الالعاب الفردية اعلى من الالعاب الفرقية في لعبة المباراة .

٢- تميز لاعبي المباراة مع لاعبي الالعاب الفردية عدم وجود طلاقة نفسية اكثر من غيرها من الألعاب .

٢-٥ التوصيات

١- التأكيد على تنفيذ البرامج والندوات النفسية لجميع الالعاب الرياضية .

٢- اعداد برامج سلوكية ومعرفية من قبل الخبراء والمختصين في المجالات النفسية في الجامعات العراقية .

٣- إجراء بحوث الطلاقة النفسية على العاب أخرى .

المصادر العربية والاجنبية :

- اسامة كامل راتب ، الاعداد النفسي للناشئين ، القاهرة ، دار الفكر للنشر ، ٢٠٠١ .
- حسن حسن عبدة (٢٠٠١ م) تقنين مقياس حالة الطلاقة النفسية لدى الرياضيين من طلاب الجامعة ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامع حلوان .

١- اسامة كامل راتب ، الاعداد النفسي للنشء ، القاهرة ، دار الفكر للنشر ، ٢٠٠١ .

- عمرو احمد السيد : (٢٠٠١) بناء مقياس الطلاقة النفسية للرياضيين رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم .

- ٤- محمد جسام عرب و حسين علي كاظم : علم النفس الرياضي ، ط ١ ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف الأشرف ، ٢٠٠٩ م ، ص ١٥٢ .

- ٥- محمد جسام عرب و حسين علي كاظم : علم النفس الرياضي ، ط ١ ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف الأشرف ، ٢٠٠٩ م ، ص ٥٤

- - هويدا اسماعيل ابراهيم ، بناء مقياس للطلاقة النفسية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في العراق ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، بغداد ، ٢٠٠٥ .

- Aruthur S.Marr (1999): In the zone a biobehavioral theory of the flow experience, Ianna @ bell south and drmezmer , Company .

ملحق (١)

قائمة بأسماء الخبراء والمختصين

ت	اللقب العلمي والشهادة	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
١	أ . م . د	الاء زهير	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى
٢	أ . م . د	كامل عبوا لكيالي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى
٣	أ . د	محمد جسام عرب	علم النفس الرياضي	خبير متقاعد

٤	أ . م . د	مها صبري احمد	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضي جامعة صلاح الدين
٥	أ . م . د	احمد رمضان احمد	علم النفس الرياضي	خبير متقاعد
٦	أ . د	خالد ابراهيم احمد	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد

ملحق (٢)

ت	الفقرات	تطبيق	درجة	درجة	درجة	لا تنطبق
		علي درجة كبيرة	متوسطة	مقبولة	قليلة	على
١	لدى الثقة في تحقيق أفضل أداء بالرغم من ضغوط المنافسة					
٢	استطيع توقع النتيجة عند رؤية المنافس					
٣	استطيع تحقيق أهدافي مهما كانت صعوبة المنافسة					
٤	لا أخشى تفوق المنافس أثناء المنافسة					
٥	يتحسن أدائي في المواقف التي تتطلب التحدي					
٦	لدى المقدرة على استعادة النجاح عند حدوث الفشل					
٧	لدى الشك في نفسي أثناء المباراة					

					تشغلني نتيجة المباراة مما يؤثر سلبا على نتيجتها	٨
					ارتكب أخطاء في المباراة لأني اهتم ببعض الواجبات الخطئية	٩
					ارتكب اخطاء كثيرة عندما افقد القدرة على التركيز	١٠
					ادائي المهاري يفقد الى الدقة في المنافسات	١١
					اخشى الفشل في تحقيق افضل اداء اثناء المنافسة	١٢
					اخشى التعرض للهزيمة من منافس ضعيف	١٣
					اشعر بان ضربات قلبي سريعة قبل اشتراكي في المنافسة	١٤
					اشعر بان جسمي مشدود اثناء المنافسة	١٥
					اشعر بان جسدي متوتر اثناء المنافسة	١٦
					ابذل أقصى جهد في المنافسة	١٧
					كلما زادت أهمية المباراة كنت أكثر استمتاعا بالاداء	١٨
					لدي القدرة على ضبط انفعالاتي أمام المنافس	١٩
					اتحكم في انفعالاتي طول فترة المباراة أو المنافسة	٢٠
					اتحكم في انفعالاتي اذا تعرضت لقرار خاطئ من الحكم	٢١
					احسن التصرف في اللحظات الصعبة من المباراة	٢٢
					من السهولة اثارتي أثناء المباراة	٢٣
					احساس بالاثارة يسهم في تحقيق أدائي في المنافسة	٢٤

					لدي القدرة على إتقان الأداء أثناء المنافسة	٢٥
					اشعر بالاستمتاع أثناء الأداء في المنافسة	٢٦
					لاهتم بالتدريب مثلما اهتم بالمنافسة	٢٧
					أدائي متذبذب وغير ثابت في المنافسات الهامة	٢٨
					اصل الى قمة الأداء المهاري في المنافسة	٢٩
					يقلقني آراء الجمهور ويشتت انتباهي	٣٠
					نقد الجمهور لأدائي يجعلني افقد تركيزي	٣١
					أجد صعوبة في الإتقان المهاري	٣٢
					انا غير متأكد من قدراتي ومهاراتي الرياضية أثناء المنافسة	٣٣
					أجيد الحركات التي تتطلب سرعة الأداء	٣٤
					أجيد التحليل السريع لتحركات المنافس	٣٥
					أشعر بالاسترخاء الذهني أثناء المباراة أو المنافسة	٣٦
					استطيع التذكير ما حدث في اللعب بعد نهاية المباراة	٣٧
					اخشى من احتمال إصابتي في المنافسة	٣٨
					اكون سعيدا عند تحقيق أهدافي في المباراة	٣٩
					اشعر بعدم الرضا عند الاشتراك في المباريات الضعيفة	٤٠
					لا استطيع التحكم في انفعالاتي عندما يضايقني احد المنافسين	٤١

					اشعر بالملل وعدم الرغبة وعدم اللعب أثناء المنافسة	٤٢
					استطيع التكيف مع ظروف المباراة الغير متوقعة	٤٣
					انتظر المنافسة بشوق ورغبة	٤٤
					اشعر بالقلق والتوتر أثناء المواقف الحاسمة في المنافسة	٤٥
					اصل الى درجة عالية من الدقة والإتقان يوم المباراة	٤٦
					قمت باداء المهام بطريقة اليه وتلقائية بدون تفكير	٤٧
					كان انتباهي مركزا كليا على ما كنت افعله	٤٨