

تأثير تمارينات اللعب المشروط وفق مساحات مختلفة في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين

أ.د محمد كاظم عرب

حمزة رشيد وادي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة واسط

المديرية العامة لتربية واسط

marab@uowasit.edu.iqhmztrshydwy@gmail.com

تاريخ نشر البحث 2024/6/25

تاريخ استلام البحث 2024/3/22

الملخص

يهدف البحث الى اعداد تمارينات اللعب المشروط وفق مساحات محددة والتعرف على تأثير تلك التمارينات على لاعبي كرة القدم الناشئين، . اما المنهج الذي اتبعه الباحثان فهو المنهج التجريبي لملائمته مشكلة البحث. وقد تحدد مجتمع بحثهما بلاعبي اندية الكوت لفئة الناشئين اما عينة البحث فقد اختارها الباحثان بالطريقة العشوائية المنتظمة اذ وقع الاختيار على ناديي الكوت بواقع (15) لاعب كمجموعة تجريبية ونادي الشرقية بواقع (15) لاعب كمجموعة ضابطة. وبعد تحديد المهارات الأساسية والاختبارات الملائمة من قبل الخبراء والمتخصصين شرع الباحث بتطبيق اختباره. ومن ثم أجرى الباحثان التجربة الرئيسة على عينة بحثه من خلال التمارينات بأسلوب اللعب المشروط وفق مساحات محددة والتي وضعت وفق الأسس العلمية من ناحية الشدة والحجم والتكرار مراعي الفروق الفردية لعينة بحثهما وقد استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية لاستخراج نتائج بحثهما. استنتج الباحثان بان تمارينات اللعب المشروط أحدثت تطوراً ملموساً في المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين وان تقييد اللاعبين بزمان او بمساحات محددة يؤدي الى تطور سريع في الأداء المهاري من ناحية تلك المهارات. ويوصي الباحثان بضرورة تطبيق تمارينات اللعب المشروط في الوحدات التدريبية بكرة القدم وكذلك ضرورة اعتماد تمارينات اللعب المشروط خلال فترة الاعداد الخاص لما لها من أهمية في تطوير المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين.

الكلمات المفتاحية : تمارينات اللعب ،مساحات مختلفة ، ناشئين ، كرة القدم

The effect of conditional play exercises according to different spaces in developing some basic skills among young football players

Hamza Rashid Wadi

hmztrshydwady@gmail.com

Prof. Dr. Muhammad Kazim Arab

marab@uowasit.edu.iq

**General Directorate of Education in Wasit College of Physical
Education and Sports Sciences / University of Wasit**

Date of receipt of the research 3/22/2024 Date of publication of the research 6/25/2024

Abstract

The research aims to prepare conditional play exercises according to specific spaces and to identify the effect of these exercises on young football players. As for the method followed by the researchers, it is the experimental method to suit the research problem. Their research community was determined by the players of the Kut clubs for the junior category. As for the research sample, the researchers chose it in a regular random way, as the choice fell on the Kut clubs with (15) players as an experimental group and the Eastern Club with (15) players as a control group. After identifying the basic skills and appropriate tests by experts and specialists, the researcher proceeded to apply his tests. Then the researchers conducted the main experiment on his research sample through exercises using the conditional play style according to specific spaces that were set according to scientific foundations in terms of intensity, size and repetition, taking into account the individual differences of their research sample. The researchers used the statistical bag to extract the results of their research. The researchers concluded that conditional play exercises brought about a tangible development in the basic skills of football for juniors, and that restricting players to a specific time or space leads to a rapid development in skill performance in terms of those skills. The researchers recommend the necessity of applying conditional play exercises in football training units, as well as the necessity of adopting conditional play exercises during the special preparation period due to their importance in developing basic skills in football for juniors.

Keywords: Play exercises, different spaces, juniors, football

1- التعريف بالبحث**1-2 المقدمة وأهمية البحث:**

تتميز لعبة كرة القدم بطابع خاص يميزها عن بقية الألعاب لطبيعة الأداء الحركي للعبة الذي يتطلب من اللاعب قدرات بدنية ومهارية تمكنه من أداء مختلف الحركات والمهارات الهجومية والدفاعية، إذ إن هذه المهارات تتطلب سرعة ودقة في الأداء بدرجة كبيرة. وإن الجانب المهاري هو القاعدة الرئيسة للنجاح في أي لعبة رياضية ولا سيما الألعاب الجماعية ومنها لعبة كرة القدم، فبدونه سيكون أداء الواجبات المطلوبة منه سواء الهجومية أم الدفاعية ضعيفاً، لذلك وجب على المدربين التركيز أثناء الوحدات التدريبية على تدريب هذا الجانب للوصول باللاعبين إلى إتقان المهارات والدقة في الأداء بصورة آلية من خلال مواقف اللعب المتباينة والمتعددة في الأداء التنافسي داخل المباريات. إن استخدام تمرينات تكون مشابهة لحالات اللعب المختلفة التي تمر على اللاعب أثناء المباريات هو من الأمور المهمة التي تتخللها الوحدات التدريبية في كرة القدم ومن تلك التمرينات هي تمرينات اللعب المشروط التي تعتبر إحدى أنواع التمرينات المهمة خلال الوحدات التدريبية وبالأخص في فترة الإعداد الخاص وفي فترة المنافسات لتطوير الجانب المهاري والخططي فضلاً عن اللياقة البدنية للاعب. واللعب المشروط هو من التمرينات الممتعة وفيه يشترط المدرب على اللاعبين ثمة شروط، مثلاً ألا يتم تسجيل هدف إلا عن طريق 4 مناوالات وبللمسة واحدة، أو وضع مربع محدد يطلب من الفريقين اللعب في داخله ومراوغة أحدهم الآخر، أو الطلب منهم لعب حالة (اللعب مع الجدار) واحد اثنين وعند تنفيذها يحصل الفريق على نقطة، وهو من التمرينات الهامة كونه يطور كثيراً من عقلية اللاعب ويخلق حالة من التطبيق الحرفي لتوجيهات المدرب واتخاذ القرار والوقوف على إمكانيات اللاعبين. وتعد المهارات الحركية في لعبة كرة القدم عاملاً مهماً في تطوير اللعبة، فضلاً عن الإعداد البدني والإعداد الخططي والإعداد النفسي، فالمهارات الحركية هي الركيزة الأولى لتحقيق الانجاز في مباريات كرة القدم، إذ تحتل جانباً مهماً في وحدة التدريب اليومية حيث يتم التدريب عليها لمدة طويلة حتى يتم إتقانها لكون درجة إتقان المهارات الحركية لنوع النشاط الممارس يعد من الأمور المهمة التي يعتمد عليها التنفيذ الخططي في مواقف اللعب المختلفة. وتعد المهارة سلاحاً للاعب كرة القدم في الملعب، وهذا يعني قدرته على التحكم في الكرة بسهولة وبدون مجهود زائد، فضلاً عن أنها تساعد اللاعب في التغلب على أكثر من المنافس، فضلاً عن أنها تخلق لحظات عصبية لفريق المنافس أمام مرماه. وأن امتلاك اللاعب للمهارات الحركية يساعده في تطبيق خطط اللعب وإن يصل إلى مرمى المنافس ويستحوذ على الكرة بفرصة وإمكانية أفضل. لذا تكمن أهمية البحث في إعداد تمرينات اللعب المشروط وفق مساحات مختلفة في

تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين، لتحقيق الأهداف المرجوة من عملية التدريب والتي تصب في خدمة رياضة هذا البلد.

2-1 مشكلة البحث:

تحددت مشكلة البحث من خلال استخدام المدربين للأساليب التقليدية في الوحدات التدريبية فمن خلال خبرة الباحثان الميدانية لتلك الأساليب لاحظ ان تلك الأساليب لا تتناغم في ظل تطورات العصر الحالي لا سيما حالة التطور الذي تشهده هذه اللعبة، وعليه سعى الباحثان الى استخدام تمارين تخصصية للجانب المهاري يمكن استخدامها بديلة عن التدريبات التقليدية لتطوير الجانب المهاري وتلك التدريبات تسمى تمارين اللعب المشروط، التي تنفذ وفقا لشروط محددة وقواعد معينة يضعها المدرب عند التدريب أمام لاعبيه وأكثر تعقيدا وتكون أكثر صعوبة من التمارين التقليدية لاحتوائها على مطلبين أو أكثر يجب تطبيقها والعمل على تحقيقها، وتحسب نتائجها بناءً على مقدار دقة العمل بتحقيقها وسرعة تنفيذها وفقا للشروط الموضوعية وإيجاد أسلوب جديد وحديث نوعي في التمارين التخصصية لتطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين الناشئين بكرة القدم.

3-1 أهداف البحث:

- 1- اعداد تمارين اللعب المشروط وفق مساحات مختلفة.
- 2- التعرف على تأثير تمارين اللعب المشروط وفق مساحات مختلفة في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين.

4-1 فرضا البحث:

- 1- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين.
- 2- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: عينة من لاعبي اندية الكوت والشرقية لفئة الناشئين.
- 2-5-1 المجال الزمني: الفترة من 15 / 1 / 2023 ولغاية 29 / 4 / 2024.
- 3-5-1 المجال المكاني: ملعب الكوت الأولمبي الثاني وملعب نادي الشرقية.

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:**1-3 منهج البحث:**

عمد الباحثان الى استخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدى لملائمته مشكلة البحث.

2-3 مجتمع وعينة البحث:

تحدد مجتمع البحث بلاعبى اندية الكوت بكرة القدم لفئة الناشئين بشكل عمدي والبالغ عددهم (9 أندية)، اما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية المنتظمة (القرعة) فقد وقع الاختيار على نادي الكوت ونادي الشرقية لفئة الناشئين اذ تم تقسيمهم الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) اذ وقع الاختيار على نادي الكوت كمجموعة تجريبية تكونت من (15 لاعب) اما المجموعة الضابطة فتتمثلت بنادي الشرقية الرياضي والتي تكونت أيضا من (15 لاعب) بعد استبعاد حراس المرمى لكلا الناديين. كما أجرى الباحثان عملية التجانس في متغيرات الطول والكتلة والعمر الزمني والتدريبي وقد أجرى الباحثان عملية التكافؤ في المهارات الأساسية بكرة القدم، كما بين ذلك في الجدول (1) و (2) لعملية التجانس والجدول (3) لعملية التكافؤ.

جدول (1)

يبين تجانس افراد المجموعة الضابطة

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		معامل الالتواء	الدالة
			س ⁻	±ع		
1	الطول	م	169.50	3.000	0,222	متجانس
2	الكتلة	كغم	68,50	4.654	0,969	متجانس
3	العمر الزمني	سنة	13.22	4.213	0,587	متجانس
4	العمر التدريبي	شهر	44,28	6,226	0,787	متجانس

جدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحسوبة	مستوى الثقة	دلالة الفروق
			س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]			
1	المهارات الاساسية	الدرجة	9.714	2.751	8.714	1.380	0.859	0.407	غير دال

عند درجة حرية = 28 وبمستوى دلالة (0,05) قيمة (t) الجدولية = 2,048

3-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:**1-3-3 وسائل جمع المعلومات:**

(1) الملاحظة.

(2) المقابلة.

(3) الشبكة الدولية للمعلومات (الانترنت).

(4) الاختبار والقياس.

2-3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

(1) كاميرا تصوير نوع (Sony) يابانية الصنع.

(2) لابتوب نوع (hp).

(3) جهاز لقياس الطول والوزن صيني الصنع.

(4) ملعب كرة قدم.

(5) كرات قدم عدد (20).

(6) أعمدة بلاستيك حجم (2 انج) بقياسات محددة.

(7) حواجز عدد (14).

(8) بورك لتحديد مساحات اللعب.

4-3 إجراءات البحث الميدانية:**1-4-3 تحديد متغيرات البحث:**

قام الباحثان بتحديد متغيرات البحث وهي بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الاحكام والتهديف والمناولة) والتي تتلاءم مع افراد عينة البحث كون الفئة المستهدفة من الدراسة هي فئة الناشئين وبما يتوافق مع أسلوب اللعب المشروط كون هذه المهارات تستخدم بكثرة خلال الأداء الخططي في الوحدة

التدريبية. وبعد تحديد تلك المهارات تم اختيار الاختبارات الملائمة لها، والتي تعمل على قياس تلك المهارات ومعرفة المستوى المهاري لهذه العينة. ومن تلك الاختبارات المقننة هي:

أولاً: التحكم بإيقاف حركة الكرة من مسافة (6) متر داخل مربع (2) متر. (الخشاب وآخرون: 1999:209)

ثانياً: دقة التهديف. (الخشاب وآخرون: 1999: 215)

ثالثاً: دقة تمرير الكرة نحو هدف مرسوم على الأرض. (فرحات الغالي: 2001: 64)

3-5 التجربة الاستطلاعية:

أجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية وبرفقة فريق العمل المساعد وعلى ملعب نادي النهريين الرياضي لعينة من خارج عينة البحث الرئيسة وبواقع (8) لاعبين، وذلك بتاريخ (2024/1/22) لمتغير المهارات الأساسية لكرة القدم وفي تمام الساعة (الثالثة) عصراً للتعرف على:

1- التعرف على الوقت اللازم لأجراء الاختبارات.

2- مدى جاهزية وصلاحية الأجهزة والادوات المستعملة في الاختبارات.

3- معرفة على مدى تقبل عينة البحث للاختبارات الموضوعية.

4- شرح آلية الاختبار وكيفية التسجيل لفريق العمل المساعد.

فضلاً عن التعرف على أهم المعوقات التي ستواجه الباحثان وفريق العمل في اختبارات البحث وملائمة استمارات التسجيل للغرض الذي أعدت له، حيث تم إجراء جميع الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية لكرة القدم وبالوقت نفسه تم اعتماد نتائج الاختبارات اعلاه للأسس العلمية الخاصة بالبحث فضلاً عن ذلك استفاد الباحثان من هذه التجربة في ترتيب وتسلسل الاختبارات وتحديد الوقت المناسب لها.

3-6 الاختبارات القبلية:

تم إجراء الاختبارات القبلية وعلى ملعب نادي الكوت الأولمبي الثاني بواسطة فريق العمل المساعد على عينة البحث للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وذلك يوم (الأربعاء) الموافق (2024/1/24) إذ تم إجراء الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية لكرة القدم وهي المناولة والاختام ودقة التهديف على مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) وعلى الملعب وفي الوقت نفسه.

3-7 التجربة الرئيسة:

قام الباحثان بأجراء تجربتهما الرئيسة بتاريخ (2024/1/28) المصادف ليوم (الاحد) وذلك بعد انتهاء الاختبارات القبلية لمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) إذ عمد الباحثان الى اعداد

تمارينات بأسلوب اللعب المشروط وفق الشروط والاسس العلمية فضلا عن عرض تلك التمرينات على مجموعة من السادة والخبراء المتخصصين في مجال التدريب الرياضي بكرة القدم، اذ تم تطبيق التمرينات على المجموعة التجريبية بأسلوب اللعب المشروط وفق مساحات محددة، في حين بقيت المجموعة الضابطة معتمدة على المنهج المستعمل من قبل المدرب. كما راعى الباحثان فترة الاعداد التي تمر بها عينة البحث وهي فترة الاعداد الخاص من ناحية الشدة والحمل والراحة إذا استعمل الحمل التموجي (1:2) في حين استخدم الباحثان طريقة التدريب المرتفع الشدة بشدة تتراوح من (65- 100 %) مراعيًا وقت الراحة بين تمرين وآخر.

3-7-1 تمرينات أسلوب اللعب المشروط:

تم تطبيق التمرينات التي اعدّها الباحثان اذ اقترحا ان تكون الفترة المناسبة للمنهج هي فترة الإعداد الخاص لعينة البحث وقد استغرقت تلك التمرينات (8) أسابيع وبمعدل (3) وحدات تدريبية في الاسبوع. تضمنت أيام (الاحد، الثلاثاء، الخميس) وركز الباحثان على العمل في تطوير وتحسين التدريبات الذي تؤدي وفق اللعب المشروط من حيث عدد اللمسات الكرة وأسلوب اللعب ودرجة الصعوبة من حيث الشدة. وحجم التمرين، وقد طبقت تلك التمرينات بهذا الأسلوب وفق مساحات محددة الغرض منها تطوير المهارات المدروسة فضلا إمكانية سرعة اللعب واتخاذ القرار المناسب في هكذا مساحات. وقد اجريت التمرينات بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الاسبوع أي بمعدل (24) وحدة تدريبية. إما المجموعة الضابطة فتتدرب بوحدات تدريبية نفسها وحسب المنهج المعد من قبل المدرب، كما اتبع الباحثان طريقة التمرين للأسابيع التدريبية (1:2) وبالطريقة نفسها للوحدات التدريبية اليومية، الشدة المستخدمة خلال الوحدة التدريبية من (65 - 100%) من أقصى مقدرة اللاعب وتم تحديد الشدة القصوى لكل تمرين من التمارين المستخدمة في التجربة الاستطلاعية من خلال زمن التمرين ودرجة الصعوبة والمساحة المستخدمة، والفترة التي يعود فيها اللاعب إلى حالته الطبيعية وهو زمن الراحة للوصول إلى المستوى الذي يسمح للاعب بتكرار التمارين المستخدمة خلال الوحدة التدريبية بكفاءة عالية وتجنب إعراض الحمل الزائد والإصابة، كما تم تحديد الحجم التدريبي على أساس عدد مرات التكرار للتمرين ولكل مجموعة مع مراعاة الشدة المستخدمة للوحدة التدريبية، يتم استخدام عدد من التدريبات البدنية والمهارية المشابه للأداء. في المباريات من نوعيات مختلفة (الفردية والمزدوجة والمركبة والجماعية) حيث قننت هذه التدريبات أو التمارين حسب صعوبة الأداء والغرض من هذه التمارين، ومساحة كل تمرين وزمنه وعدد مرات تكرار للتمرين الواحد، كما اخذ الباحثان القسم الرئيسي من زمن الوحدة التدريبية والبالغ (62 دقيقة) اما القسم

التحضيرية فقد بلغ (18 دقيقة) مقسم الى الاحماء العام والخاص والقسم الختامي بلغ (10 دقيقة) ولم يتدخل بهما الباحثان، كما وجب مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين، وتوفير أفضل الأدوات والمستلزمات لأداء التمارين، وعرض التمارين المستخدمة على اللاعبين والمدربين لغرض تسهيل مهمة أدائها وتقليل الوقت المفقود من الوحدة التدريبية، كما أكد الباحثان على ان يكون الإحماء يشمل على تدريبات متنوعة وبأساليب الحديثة بما يضمن تهيئة اللاعب لتحمل أعباء التدريب في القسم الرئيسي بواسطة الكرات لضمان عدم شعور اللاعب بالملل من إجراء نفس الإحماء في كل مرة

8-3 الاختبارات البعدية:

أجرى الباحثان اختباراتها البعدية بتاريخ (2024/3/24) للمجموعتين الضابطة والتجريبية حيث راعا بذلك نفس الظروف التي تم اجرائها في الاختبارات القبلية من حيث الوقت والأدوات اذ تم اجراء الاختبارات المتعلقة بالمهارات الأساسية بكرة القدم قيد الدراسة.

9-3 الوسائل الإحصائية:

استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها اذ تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية:

- 1- الوسط الحسابي.
- 2- الوسيط.
- 3- الانحراف المعياري.
- 4- معامل الالتواء.
- 5- اختبار (T) لعينتين مستقلتين.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

بعد ان استكمل الباحثان جمع البيانات الناتجة عن الاختبارات المستعملة التي وضعت بجدول، لما تمثله من سهولة في استخلاص الادلة العلمية، ولأنها أداة توضيحية مناسبة للبحث تمكن من تحقيق فرضيات البحث وأهدافه في ضوء الإجراءات الميدانية التي قام بها الباحثان. وسيعرض الباحثان نتائج قيم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.

4-1-1 عرض نتائج قيم بعض المهارات الأساسية الخاصة بموضوع البحث وتحليلها ومناقشتها**جدول (4)**

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبليّة، والبعدية وقيمة (t) المحسوبة ومعنوية الفروق في قيم المهارات الأساسية للمجموعة الضابطة

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t المحسوبة	مستوى الثقة	معنوية الفروق
			س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]			
1	دقة التهديف	الدرجة	8.857	1.345	15	1.914	2.557	0.001	معنوي
2	المناولة	الدرجة	2.064	0.214	1.312	0.107	2.613	0.002	معنوي
3	الاخماد	الدرجة	2.377	0.449	1.214	0.309	2.412	0.002	معنوي

عند درجة حرية (14) ومستوى دلالة 0.05 وقيمة (ت) الجدولية = 2,145

4-1-2 مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لبعض المهارات الأساسية للمجموعة الضابطة:

من خلال الجدول (4) تبين للباحثان ان هناك تطور ملحوظ في المهارات الأساسية لدى المجموعة الضابطة ولكن بفروق طفيفة. ويعزو الباحثان سبب ذلك الى التزام العينة بالوحدات التدريبية طيلة فترة الاعداد مما أدى الى تطور ملحوظ بالمهارات الأساسية بكرة القدم لدى المجموعة الضابطة، وهنا يرى الباحثان بان الوحدات التدريبية ذات الاتجاه الواحد والتي اتبعها المدرب أدت الى حدوث هذا التطور بالمهارات اذ يذكر (عامر فاخر شغاتي: 2011: 92) ان " المدرب في بعض الأحيان يلتزم بتكرار الجرعات التدريبية الخاصة لتنمية عنصر بدني او تحسين مهارة معينة ثم ينتقل الى العنصر او المهارة الأخرى" لذا يجد الباحثان بان على المدرب ان لا يستمر بوتيرة واحدة على التمرينات الموضوعية ضمن خطة التدريب في فترة الاعداد التي يعمل عليها اذ يذكر عامر فاخر " على المدرب ان يعمل على تنويع التمرينات واساليبها المستخدمة وتوزيعها على المجموعة العضلية لتلافي الملل في الوحدة التدريبية مثل استخدام التدريب المتغير والمركب والتي لها مردود كبير على

ابعد الملل عن الرياضيين". فضلا عن ذلك يرى الباحثان ان قلة الاهتمام باللعب وفق مساحات محددة يجعل من اللاعب الاعتماد على عدم التحرك بالفراغ اثناء اللعب واستلام الكرة لغرض زعزعة المنافس وخلق حالات لعب جديدة وهذا بدوره يقيد في تفكير اللاعب نحو كيفية بناء هجمات منسقة بين اللاعبين ويذكر (محمد العربي وماجد محمد: 2001: 66) ان زيادة التمرين ونوعيته سيزيد من الخبرة والمهارة في مواقف اللعب المختلفة."

ويرى الباحثان ان التمرينات التي يضعها المدرب يجب ان تكون وفق ما يتمتع بها افراد الفريق من ناحية الفروق الفردية ومن ناحية المستوى المهاري للاعب وما يتمتع به من مواصفات تجعله يستطيع ان ينفذ ما يطلبه المدرب خلال الوحدة التدريبية او المنافسة، بالإضافة الى عملية توزيع اللاعبين بمساحات محددة تتماشى مع مواقف اللعب المطلوبة وتكون مشابهة لحالات اللعب اذ يؤكد (هيثم الجبوري: 2011: 82) بان "تواجد اللاعبين في اماكن معينة تتطلب اداء حركياً يتناسب مع المكان الموجود فيه اللاعب بحيث يمكنه التعامل مع الاداة او الكرة حتى يتمكن من تحديد دقيق للمهارات المطلوبة".

4-1-3 عرض نتائج قيم بعض المهارات الاساسية الخاصة بموضوع البحث وتحليلها ومناقشتها للمجموعة التجريبية:

جدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية، والبعدية وقيمة (t) المحسوبة ومعنوية الفروق في قيم المهارات الاساسية للمجموعة التجريبية

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t المحسوبة	مستوى الثقة	معنوية الفروق
			س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]			
1	دقة الهدف	الدرجة	7.712	1.280	13.142	1.823	7.258	0.003	معنوي
2	المناوله	الدرجة	2.014	0.124	2.80	0.356	2.860	0.025	معنوي
3	الاخماد	الدرجة	1.028	0.178	1.651	0.248	6.355	0.001	معنوي

عند درجة حرية (14) ومستوى دلالة 0.05 وقيمة (ت) الجدولية = 2,145

4-1-4 مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمهارات الاساسية للمجموعة التجريبية:

يلاحظ الباحثان من خلال نتائج الجدول (5) انها تدل على تطور المجموعة التجريبية في متغير المهارات الأساسية بكرة القدم وهي الهدف والمناوله والاخماد، ويعزو الباحثان بان لتمرينات

أسلوب اللعب المشروط دور كبير في هذا التطور وخاصة في المستوى المهاري لحركة اللاعبين بالكرة أم بدونها في هذه المساحات المحددة الصغيرة جراء الضغط المستمر من قبل اللاعبين والتي تجبرهم على الحركة المستمرة طول فترة دوام التمرين من أجل خلق الفراغ واستغلاله أو استحداث الفراغ واحتلاله في اختيار الموقع المناسب للزميل لإمكانية تبادل الكرة بينهم "لان اختيار الموقع هذا يجب أن كون فعالاً بمعنى أن يقدم خدمة خطية للاعب الحائز على الكرة أو بقية اللاعبين.

ويجد الباحثان في الدراسة الحالية ان حركة اللاعب بالكرة او بدونها تعد من حالات اللعب الصحيحة سواء كانت في مساحات محددة او مختلفة، فضلاً عن حركات الإسناد التي تقدم العون إلى اللاعب الحائز على الكرة سواء كان الأخير تحت ضغط المنافس أم لم يكن، لان مفهوم الإسناد بكرة القدم يرتبط بأنواع الحركات الجري المختلف التي يؤديها اللاعبون مع زميلهم الحائز على الكرة لتقديم الحلول الأفضل اليه.

أما التطور المعنوي في المستوى المهاري فيعزوه الباحثان إلى الأسباب المذكورة آنفاً فضلاً عن تبادل الكرة بين اللاعبين ضمن الشروط المحددة في المساحات التدريبية المشار إليها في المنهاج التمرينات الموضوعية من خلال اللستين والثلاث لمسات بوجود تبادل المراكز وتحركات اللاعبين الواعية والهادفة إلى إرباك اللاعبين المنافسين لتشتيت انتباههم وتدفعهم إلى ارتكاب الأخطاء، والعكس بالنسبة للاعبين الزملاء الأمر الذي سيساعدهم في بناء الهجمات ونجاحها بفاعلية، وان تكرار مثل هذه الحركات تؤدي الى تفاهم بأفكار اللاعبين مما ينسجم الأداء وبالتالي يحدث تفوق عددي للفريق ويحصل اللاعب على الفائدة المرجوة من التمرين عندما يكون هذا العمل تحت الضغط الشديد وهذا ما حصل فعلاً في الأسبوع الثالث والرابع من فترة التمرينات، وكذلك يعزو الباحثان التطور الحاصل في مهارة المناولة الى التقدم بفعالية التدريب من الناحية المهارية من خلال التمرينات الخاصة وتنوعها فضلاً عن هذا فان التدريب المنتظم بالكرة مع التكرار للمهارة وصل باللاعب الى مرحلة متقدمة في الدقة والاداء المهاري بشكل عام، لذا فالتمرينات المتنوعة تمكن من تحقيق المطلوب اداءً حيث كانت الاولوية هو تحقيق الدقة وذلك عن طريق اداء المهارة من الدرجة بسرعة متوسطة او بطيئة وفق شروط يضعها المدرب ومن خلال مساحات محددة. فالأداء البطيء يساعد في رؤية واضحة لتصحيح الاخطاء واما التكرار فيزيد من احساس اللاعب بالمسافات من خلال تزويده بالمعلومات فضلاً عن زيادة خبرته وبالتالي زيادة في الدقة وهذا ما أشار اليه (kangan spencer:2004) " ان زيادة الدقة بزيادة الخبرة والتي تأتي من خلال التدريب والتكرار، وان التحكم في الدقة يتم من خلال التدرج أذ يكون

البداية بهدف كبير ثم الانتقال الى الاهداف الصغيرة بما يزيد من فاعلية اداء المهارة وهذا بدوره ينعكس بشكل ايجابي على الدقة.

2-4 عرض نتائج قيم بعض المتغيرات للمهارات الاساسية الخاصة بموضوع البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (6)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار البعدي وقيمة (t) المحسوبة ومعنوية الفروق في قيم المتغيرات للمهارات الاساسية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحسوبة	مستوى الثقة	معنوية الفروق
			س ⁻	ع [±]	س ⁻	ع [±]			
1	دقة التهديد	الدرجة	9.714	3.039	7.142	1.676	4.247	0.001	معنوي
2	المناولة	الدرجة	3.514	0.527	2.70	0.346	3.415	0.005	معنوي
3	الاخماد	الدرجة	2.30	0.182	1.671	0.228	5.680	0.000	معنوي

عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة 0.05 وقيمة (ت) الجدولية = 2,048

1-2-4 مناقشة نتائج قيم متغيرات المهارات الاساسية في الاختبارات البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية:

نلاحظ من خلال الجدول (6) بان هناك فروق معنوية في الاختبارات البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبار البعدي وهذا ما أكدته نتائج الدراسة الحالية التي ظهرت من خلال أسلوب اللعب المشروط وفق المساحات المحددة ويعزو الباحثان سبب هذه الفروق الى تدريبات اللعب المشروط هو مما انعكس على التطور الحاصل في المتغيرات المهارية، اذ أدى الى زيادة مقدرة اللاعب على اداء المهارات التي تتطلبها كرة القدم دون وصول اللاعب الى مرحلة التعب المبكر الذي قد يؤثر على الاداء المهاري وان أحد الأسباب التي تؤكد على أهمية أداء تدريبات اللياقة البدنية باستخدام الكرة مما يعطي اللاعب الفرصة لكي ينمي مهاراته الفنية والخطية تحت ظروف مشابهة للمباراة كما ان هذا النوع من التدريب تكون له دافعية اكثر مقارنة بالتدريب بدون كرة، وهنا نؤكد على ان اغلب التمارين المستخدمة في الوحدة التدريبية الذي تعرضت له المجموعة التجريبية والمعدة من قبل الباحثان كانت باستخدام الكرة حتى لا يفقد اللاعب الإحساس بالكرة والمتعة في التدريب ومن اجل تطوير المهارة الى المستوى الذي يطمح له لاعب كرة القدم. فمثلا مهارة المناولة يرى الباحثان ان سبب التطور هو التنوع في التمارين المركبة وكيفية تعامل اللاعب مع الكرة في هذه

المهارة يؤدي الى إحساس عالي بالكرة فيذكر (الطائي:2001: 54) " ان تعامل اللاعبين بكثرة مع الكرة زاد من احساسهم مع الكرة وتصورهم من حيث الكتلة والحجم والشكل فضلا عن أداء هذه التمارين يومياً جعل اللاعبين اكثر تحكما وسيطرة بالكرة" ففي التمرينات المقيدة بأسلوب اللعب المشروط وكذلك الادوات والوسائل المستخدمة في المهارات بكرة القدم، لان الميدان التدريبي يعد وسيلة تحفيزية تعمل على استثارة دوافع وطاقت اللاعب المدرب في كرة القدم من خلال نوعية التدريبات المستخدمة التي تضمنتها الوحدات التدريبية فضلا عن تهيئة الجو المناسب والتشويق والإثارة لممارسة التدريب من اجل التخفيف عن شدة الحمل البدني والنفسي للاعب، ان تحديد اللاعب بزمان محدد او عدد من اللمسات يؤدي الى عدم احتفاظه بالكرة لفترة طويلة التي قد تسبب فقدان للكرة، فضلا عن رغبة اللاعبين في التطور نحو الافضل في مجال كرة القدم، وعن التدريب الخططي، فان التمرينات التي يختارها المدرب في التدريب يجب ان تمثل واقع اللعبة او نوع النشاط الممارس للوصول الى المستويات العليا وهذا ما أشار اليه (محمد رضا الوقاد:2017: 39) "ان اعداد لاعب كرة القدم للوصول الى اعلى المستويات يتطلب استخدام كافة المبادئ والطرق والوسائل التي تساعد على تنمية كل من المهارة والخبرة وذلك عن طريق الإعادة والتكرار في ممارسة التمرينات والتدريبات". إما بالنسبة لمهارة التهديف فقد وضع الباحثان مساحات محددة للعب ومن ثم التهديف سواء بالراس او بالقدم لكن وفق شروط يضعها المدرب اذ يذكر (كاظم عبد الربيعي:2015: 56) "ان انهاء الهجوم هو الالهام الأول لتحقيق الفوز ومن يمتلك النهاية الجيدة يكون بيده مفتاح الفوز اذ ان انهاء الهجوم يعتمد على القدرة على التسديد من المسافات القريبة او البعيدة والقدرة على التوقع والحدس"، ويفسر الباحثان سبب هذه الفروق المعنوية يرجع إلى استخدام التمرينات المشروطة للمجموعة التجريبية والتي تضمنت تمرينات التهديف على المرمى في اغلب الاوقات. مما أدى إلى تطور التهديف، إذ كان الوضع النهائي في اغلب التمرينات المشروطة ينتهي بالتهديف على المرمى وبتكرارات كثيرة وفي مواقف مشابهة إلى المواقف التي تحدث أثناء المباراة، ولكي تحرز الأهداف يجب التأكيد على آلية التهديف من حيث الوضع التشريحي الصحيح لجسم اللاعب أثناء التهديف، لذا يعتبر التهديف خلاصة مجهود فريق بأكمله. ويرى الباحثان إن التدريبات المستخدمة من قبلهما في الوحدات التدريبية كانت تتضمن تمارين الاخمد المتنوعة والتي تؤكد على أهمية الأداء الصحيح أثناء التطبيق لهذه التمارين مما انعكس على التطور الواضح للمجموعة التجريبية في القياس البعدي وهذا يدل على تأثير التمارين المستخدمة على عينة البحث التجريبية، إذ إن مهارة الاخمد هي عملية ربط لقيادة الكرة ، ولمس الكرة ، والتوقف والاستدارة ، وتغير مسار الكرة والجذع واللاعب الجيد

يعرف تماما متى يجري الكرة ومتى يعطي تمريره ، لذلك هي من المهارات الفردية التي يستخدمها لاعب كرة القدم بالتقدم إلى الإمام باتجاه مرمى الفريق المنافس (عبد الله حويل: 2012: 309).

5- الاستنتاجات والتوصيات:

1-5 الاستنتاجات:

- 1- أحدثت تمارينات اللعب المشروط تطورا ملموسا في المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين.
- 2- ان تقييد اللاعبين بعدد من اللمسات وفق مساحات محددة أدى الى تطور ملحوظ في متغيرات البحث المدروسة.

2-5 التوصيات:

- 1- ضرورة تطبيق تمارينات اللعب المشروط في الوحدات التدريبية بكرة القدم.
- 2- التأكيد على مدربي كرة القدم باستخدام أسلوب اللعب او المنافسة لما له من تأثير إيجابي في تطوير متغيرات البحث المدروسة.

المصادر

- (1) مصطفى فرج محمد؛ تأثير تدريبات اللعب الموجه والمشروط في تطوير بعض المهارات الاساسية لكرة القدم للناشئين تحت 17 سنة (ليبيا، جامعة بنغازي، قسم علوم التربية البدنية، 2018) ص4.
 - (2) محمد كشك وامر الله احمد البساطي؛ أسس الاعداد المهاري والخططي بكرة القدم (مصر، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000) ص184.
 - (3) موفق مجيد المولى؛ الاساليب الحديثة في تدريب كرة القدم، ط، ١ (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2000) ص14.
 - (4) فرحات رمضان الغالي؛ الخصائص البيولوجية للاعب كرة القدم لترشيد انتقاء الناشئين، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، 2001).
 - (5) عامر فاخر شغاتي؛ علم التدريب الرياضي (نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا)، (بغداد، مكتبة النور، 2011).
 - (6) محمد العربي شمعون وماجد محمد اسماعيل؛ اللاعب والتدريب العقلي (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2001).
 - (7) هيثم محمد كاظم الجبوري؛ (تأثير تمرينات للإدراك الحس _ حركي والاسترخاء العقلي في الاداء المهاري والخططي الفردي للاعبين الشباب بكرة القدم) اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بابل، 2011.
 - (8) معتز يونس الطائي؛ أثر برنامجين تدريبيين بأسلوب التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، ص54.
 - (9) محمد رضا الوقاد؛ التخطيط الحديث في كرة القدم، ط2 (الأردن، دار السعادة للطباعة، 2017) ص39.
 - (10) كاظم عبد الربيعي؛ المدخل للتكتيك الحديث في كرة القدم، ط1 (بغداد، مؤسسة نائر العصامي، 2015) ص56.
 - (11) عبد الله حويل؛ تأثير تدريبات اللعب الموجه والمشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للناشئين تحت (17) سنة، بحث منشور في مجلة القادسية للعلوم الرياضية، المجلد 12، العدد 1، 2012.
- 1) kangan spencer ; E , Encyclopedia of sport sciences and medicine , 2004