

عبد.ã.ã      Í áŃPáCae.ã.Ã      .Ä.Äلمياء حسن محمد

## الرحيم عاشور

## ١- التعريف بالبحث

## ١-١ المقدمة وأهمية البحث

ان بناء فريق يضم (11) لاعب متماسكا" ومتكاملا" ويتمتع بايقاع سريع ومنظم يتطلب التخطيط الجيد وبرمجة التدريب وفق متطلبات يحتاجها اعضاء الفريق الواحد ، وهذا يعني ان الخطوة التالية هي جعل اللاعب ذو نوعية ممتازة . وهذا يعتمد على دور المدرب في تخطيط التدريب بلما ينسجم ومتطلبات وقابليات اللاعبين ( المهارية والخططية والعقلية والبدنية ) وبالتالي سوف يصل اللاعبون تديجيا" إلى اعلى مستويات العمل وفق متطلبات الأداء في مواقف اللعب المختلفة اذ ان المدرب يوجه واللاعب يرفع مستوى ادائه عندما يستجيب لخطط اللعب الأساسية ، وان التخطيط يفرض على المدرب ان يكون ملما" بفن كرة القدم حيث اكد خبراء الاتحاد الآسيوي 2000 (ان على المدرب ان يكون مطلعاً جيداً" في سياسة كرة القدم (التكنيك والتكتيك والدقة والنظرية والتمرين )) وهو ايضا" يحتاج إلى فهم اساسي في علم الرياضة من اجل الحصول على نتائج مرضية للفريق وعليه ان يضع تمارينات مركبة تشمل اشكال اللعب الجماعي وعملية الهجوم والدفاع التي يتعلم فيها اللاعب المنهول ودقتها وسرعة الأداء مع اختصار عدد لمسات الكرة تدريجيا" وهذا يتاثر بمقدار وحجم تمارينات الملعب وفي هذا اكد الفريد كونزه 1983 ( يمكن اتقان اللعب فنيا" وخططيا" في ملعب صغير مما يجبر اللاعبين على الدقة في الأداء من الناحية الفنية اضافة إلى مايشيرها من متعة وسرور لدى اللاعبين ويعطيهم حافزا" لأدراك واجبات اللعب (1:168) . ومن كل ما تقدم يمكننا القول ان استراتيجية اختلاف خطط اللعب والمعمول بتا اصبحت مدار نقاش دائم في كل اروقة الرياضة بهدف الوقوف على

فاعلية هذه الاستراتيجية في التخطيط لتطوير اللاعب ، وقد لاحظ الباحثون من خلال متابعة العمليات التدريبية في الأندية لفترة طويلة وجد ان الوحدات التدريبية تحتوي على لعب في مساحات محدودة على الرغم من وجود ملاعب كبيرة .  
ما دفع الباحثون إلى اجراء مقابلات شخصية مع خبراء لعبة كرة القدم حول هذا الموضوع واتضح ان هناك وجهات نظر مختلفة حول التدريب في الملاعب :

هل الملعب الصغير يؤثر في تطوير مهارات لاعب كرة القدم ؟

## ٢-١ أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى :

- 1- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المعد على تطوير مهارات لاعبي منتخب البصرة / للشباب بكرة القدم .
- 2- التعرف على تأثير الملعب الصغير في تطوير مهارات كرة القدم .

## 3-1 فروض الدراسة

- 1- ان البرنامج المعد له تأثير على تطوير المهارات قيد الدراسة
- 2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي والصالح البعدي في مستوى المهارات الأساسية لمجموعة الملعب الصغير .
- 3- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي والصالح البعدي في مستوى المهارات الأساسية لمجموعة الملعب الكبير بين التدريب في ملعب صغير والتدريب في ملعب كبير في المهارات الأساسية .
- 4- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي والصالح البعدي بين التدريب في ملعب صغير والتدريب في ملعب كبير في المهارات الأساسية . قيد الدراسة ولصالح مجموعة التدريب في الملعب الصغير .

#### 1-4 مجالات الدراسة :

1-5-1 المجال البشري : لاعبو منتخب البصرة للشباب بكرة القدم وعددهم

22

1-5-2 المجال المكاني : ملاعب الرميطة ، البحري ، الميناء .

1-5-3 المجال الزمني : الفترة من 2000/6/15 ولغاية 2001/10/1 .

#### 2-1 اجراءات الدراسة :

##### 2-1 منهج الدراسة

استخدم الباحثان النهج التجريبي لتحقيق اهداف وفروض الدراسة وذلك

باستخدام المجموعتين التجريبتين

المتغيرات المستقلة

1- الملعب الصغير

2- الملعب الكبير

المتغيرات التابعة

المهارات بكرة القدم ( دقة المناولة ، الأخماد ، الدرجة بالكرة )

##### 2-2 عينة الدراسة

لقد تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية حيث بلغ عددهم (22) لاعبا

لمجموعة التدريب للملعب الصغير و(11) لاعب لمجموعة التدريب للملعب الكبير .

وتم ايجاد التكافؤ بين المجموعتين في متغيرات العمر والطول والوزن والمهارات قيد

الدراسة

#### جدول رقم(1)

يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي البحث في

متغيرات التكافؤ والمهارات قيد الدراسة

| المتغيرات | المجموعة التجريبية | المجموعة الضابطة | قيمة ت المحتسبة | الدلالة |
|-----------|--------------------|------------------|-----------------|---------|
|-----------|--------------------|------------------|-----------------|---------|

|               |       |       |       |       |      |           |
|---------------|-------|-------|-------|-------|------|-----------|
| العمر         | ١٧,٣٣ | ٠,٦٥  | ١٧,٤١ | ٠,٦٧  | ٠,٣٠ | غير معنوي |
| الوزن         | ٥٧,٥٨ | ٠,٠٨  | ٥٧    | ٠,٨٥  | ١,٤٦ | غير معنوي |
| الطول         | ١,٦٤  | ٠,٠١٦ | ١,٦٤  | ٠,٠١٥ | ١,٢٣ | غير معنوي |
| المناولة      | ١,٨٣  | ١,٠٢  | ١,٦٦  | ٠,٩٨  | ٠,٩٤ | غير معنوي |
| الأخمد        | ٢,٦٦  | ٠,٩٨  | ٢,٥٠  | ٠,٩٠  | ١,-  | غير معنوي |
| الدرجة بالكرة | ١٤,٠٦ | ٠,٠٠٧ | ١٣,٢٩ | ٠,٧٠  | ١,٠٦ | غير معنوي |

قيمة (ت) الجدولية تحت مستوى (٠,٠٥) = ٢,٠٩

### جدول رقم (٢)

يوضح الاختبارات ومعامل الثبات والصدق الذاتي

| الاختبارات    | معامل الثبات | معامل الصدق الذاتي |
|---------------|--------------|--------------------|
| دقة المناولة  | ٠,٩٥         | ٠,٩٧               |
| الأخمد        | ٠,٩٠         | ٠,٩٤               |
| الدرجة بالكرة | ٠,٩٣         | ٠,٩٦               |

### البرنامج التدريبي

في ضوء الأهداف التي حددها الباحثان للبرنامج التدريبي المقترح لتنمية بعض المهارات الأساسية لكرة القدم للاعبين الشباب ويرى الباحثان في البرنامج التالي :

١- ان يسهم البرنامج التدريبي عند التدريب في الملعب الصغير على تحقيق

اهداف الأعداد المهاري

٢- ان يتلائم وخصائص اللاعبين.

٣- ان يتسم بالمرونة عند التنفيذ.

4- يأخذ بنظر الاعتبار الأماكن المتوفرة .

وقد تم تطبيق البرنامج للتدريب في الملعب الصغير بعد ان تم اجراء الاختبارات القبلية على عينة البحث والتي تخص المهارات قيد الدراسة .

بلغ مجموع الوحدة التدريبية (٥٠) وحدة استمرت لفترة (١٠) اسابيع زمن الوحدة التدريبية الواحدة ٢,٣٠ أي ١٢٥ ساعة خلال فترة اجراء البرنامج

والملاحق رقم (١) يوضح محتويات البرنامج .

وادلناه شكل رقم (١) يوضح اقسام الوحدة التدريبية

## عرض ومناقشة النتائج

من اجل تحقيق فرضيات البحث سوف نعرض جدول رقم (٥،٤،٣) أدناه ونناقش نتائجه .

### جدول رقم (٣)

بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واختيار (ت) للمهارات قيد الدراسة لمجموعة الملعب الصغير في الاختبار القبلي والبعدي

| المتغيرات     | الاختبار القبلي |       | الاختبار البعدي |      | قيمة (ت) المحتسبة |
|---------------|-----------------|-------|-----------------|------|-------------------|
|               | س               | ع     | ع               | ع    |                   |
| دقة المناولة  | ١،٨٣            | ١،٠٢  | ٦،٦٦            | ٢،٩  | *٦،٧٥             |
| الأخمد        | ٢،٦٦            | ٠،٩٨  | ٦،٨٣            | ٢،١٦ | *٨،٠١             |
| الدرجة بالكرة | ١٤،٠٦           | ٠،٠٠٧ | ١٢،٥٩           | ٠،٢٧ | *١٨،٩             |

### قيمة (ت) الجدولية تحت مستوى دلالة (٠،٠٥) = ٢،٢٠

يتضح من الجدول (٣) والذي يبين قيمة (ت) المحتسبة في اختبارات ( دقة المناولة والأخمد ودرجة الكرة) وللمجموعة التجريبية فقد بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي لدقة المناولة (١،٨٣) بانحراف (١،٠٢) اما الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (٦،٦٦) وبانحراف (٢،٩) وعند معالجة البيانات احصائياً اتضح ان قيمة الفرق بين الاختبارين قد بلغ (٦،٧٥) وهي اكبر من قيمة (ت) المحتسبة والبالغة (٢،٢٠) تحت مستوى دلالة (٠،٠٥) .

اما مهارة الأخمد فقد بلغ الوسط الحسابي للاختبار القبلي (٢،٦٦) بانحراف (٠،٩٨) اما الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (٦،٨٣) بانحراف (٢،١٦) فيما بلغت قيمة (ت) المحتسبة (٨،٠١) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (٢،٢٠) مما يدل على وجود فروق لصالح الاختبار البعدي .

اما مهارة درجة الكرة فقد بلغ الوسط الحسابي (١٤،٠٦) بانحراف (٠،٠٠٧) في الاختبار القبلي اما في الاختبار البعدي فقد بلغ الوسط الحسابي (١٢،٥٩) بانحراف (٠،٢٧) بينما بلغت قيمة الفرق بين الاختبارين (١٨،٩) لأختبارت المحتسبة وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢،٢٠) ولصالح الاختبار البعدي .

### أدول رقم (٣)

بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واختيار (ت) للمهارات قيد الدراسة لمجموعة الملعب الكبير في الاختبار القبلي والبعدي

| المتغيرات     | الاختبار القبلي |      | الاختبار البعدي |      | قيمة (ت) المحتسبة |
|---------------|-----------------|------|-----------------|------|-------------------|
|               | س               | ع    | ع               | ع    |                   |
| دقة المناولة  | ١,٦٦            | ٠,٩٨ | 4               | ١,٨٠ | * ٧,٠٠            |
| الأخماد       | ٢,٥٠            | ٠,٩٠ | ٤,٥             | ١,٢٤ | * ٤,٦٩            |
| الدرجة بالكرة | ١٤,٠٧           | ٢,٧٠ | ١٣,٧٥           | ٠,٠٩ | * ٠,٨٥            |

قيمة (ت) الجدولية تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٢,٢٠

ومن خلال الجدول رقم (4) يتضح ان الأوساط الحسابية لمهارة دقة المناولة والأخماد ودرجة الكرة كانت في الاختبار القبلي على التوالي (١,٦٦)  $\hat{E}$  (٢,٥٠)  $\hat{E}$  (١٤,٠٧) فيما كانت الانحرافات المعيارية لها (٠,٩٨)  $\hat{E}$  (٠,٩٠)  $\hat{E}$  (٢,٧٠)  $\hat{E}$  بلغت قيمة (٤) المحتسبة على التوالي (٧,٠٠)  $\hat{E}$  (٤,٦٩)  $\hat{E}$  (٠,٨٥) اما في الاختبارات البعدية فكانت الأوساط الحسابية للمهارات (4)  $\hat{E}$  (٤,٥)  $\hat{E}$  (١٣,٧٥) فيما بلغت الانحرافات المعيارية (١,٨٠)  $\hat{E}$  (١,٢٤)  $\hat{E}$  (٠,٠٩) ولمقارنة (٤) المحتسبة البالغة (٠,٨٥) مع قيمة (٤) الجدولية البالغة (٢,٢٠) نجد ان القيمة المحتسبة اصغر من الجدولية وهذا يدل على عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدي في مهارة درجة كرة القدم .

### جدول رقم (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) للمجموعتين في الاختبارات البعدية للمهارات قيد الدراسة

| المتغيرات     | مجموعة الملعب الصغير |      | مجموعة الملعب الكبير |       | قيمة (ت) المحتسبة |
|---------------|----------------------|------|----------------------|-------|-------------------|
| دقة المناولة  | ٦,٦٦                 | ٢,٩  | 4                    | ١,٨٠  | * ٢,٦٤            |
| الأخماد       | ٦,٨٣                 | ٢,١٦ | ٤,٥                  | ١,٢٤  | * ٣,٢٣            |
| الدرجة بالكرة | ١٢,٥٩                | ٠,٢٧ | ١٣,٧٥                | ٠,٠٠٩ | * ١٣,٩١           |

قيمة (ت) الجدولية تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٢,٠٩

يتضح من الجدول (5) ان الوسط الحسابي لدقة المناولة لمجموعة الملعب الصغير بلغت ٦,٦٦ فيما بلغ لمجموعة الملعب الكبير (4) وبلغت قيمة (ت) المحتسبة (٢,٦٤) فيما بلغت الجدولية (٢,٠٩) ولما كانت المحتسبة اكبر من الجدولية فهذا يدل على وجود فروق معنوية لصالح مجموعة الملعب الصغير .

- اما مهارة الأخماد فقد بلغ الوسط الحسابي للاخماد للمجموعة الأولى (٦,٨٣) وبلغ للمجموعة الثانية (٤,٥) وبلغت قيم (ت) المحتسبة (٣,٢٣) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢,٢٠) وهذا يدل ان الفروق كانت لصالح المجموعة التي تدربت في الملعب الصغير وفي المهارة الأخيرة دحرجة الكرة اتضح ان الوسط الحسابي للمجموعة الأولى بلغت (١٢,٥٩) فيما بلغت للمجموعة الثانية (١٣,٧٥) وبلغت قيمة (ت) المحتسبة (١٣,١٩) فيما بلغت القيمة الجدولية (٢,٠٩) وهذا يدل على وجود فروق معنوية لصالح مجموعة الملعب الصغير وهذا ما يحقق الغرض الثالث .

ويفسر الباحثان تلك النتائج إلى اهمية ان يمتلك لاعب كرة القدم المهارات الأساسية وأن يؤديها بكل سرعة ودقة وهذا ما يشير إليه يوسف لازم ٢٠٠٠ إلى ان (لاعب كرة القدم يجب ان يمتلك المهارات الأساسية ويؤديها بسرعة ودقة ) وهذا يتطلب أن يكون التدريب وفق اساليب غير مألوفة لدى اللاعبين كتغيير الملعب أو اللعب في مساحات ضيقة وصغيرة من اجل ان يحصل اللاعب على تكيف خاص باداء المهارات للوصول إلى الانجاز الماهر ويؤكد في ذلك وجيه محجوب (ان خصائص الأنجاز الماهر هو التكيف والذي يعني السيطرة على الحالات الغير متوقعة ) اذ علينا اعتماد قواعد التطوير مع التحوير البيئي المناسب والتكيفات التدريبية ( 6: ٢٥٦) ويذكر محجوب (ان الرياضي في الأنجاز الماهر يجب ان يتحكم بأداء المهارة وفق جميع المتغيرات المحيطة به كالأجهزة و البيئة الخارجية . (6: ٢٥٦) ومن هنا برزت حقيقة ان اللعب مفادها ان اللعب في مثل هذه الظروف يتيح للاعب فرصة لتطوير دقة المهارة وسرعة ادائها خاصة" اذا ما ارتبط ذلك بالأثارة والتشويق التي يشيرها اللعب في الملعب الصغير علاوة ان الملعب الصغير يفيد اللاعب في اتخاذ القرار المناسب عند لقاء الخصم ،هذا فضلا" انها تعتبر ( وحدة تدريبية ذات طراز خاص توفر الأثارة المناسبة وتساعد على تنمية القدرات العامة التي تعمل على تطوير وتثبيت المهارات الفنية للاداء (4: ١٧٤ ) كذلك فان (اللعب في حيز صغير يجعل اللعب يتقن اللعب فنيا" وهذه المسافة الصغير تجبر اللاعب على الدقة في الأداء ) (٦: ١٦٨)

ومن كل ما تقدم يمكننا القول ان الوصول للانجاز الأحسن دفع المدربين للتركيز على الطرق الكفيلة للوصول إلى الأداء والثبات فيه والتي تطور اللاعب مهاريا" لأن على اللاعب الماهر ان يتكيف مع الظروف الجديدة ليطور الأداء.

## 5- الأستنتاجات والتوصيات

### 5-1 الأستنتاجات

من خلال ماتم عرضه من نتائج استنتجنا ماييلي:

1- تطورت مهارة (الدقة والمناولة و الخمد و دحرجة الكرة ) عند التدريب في الملعب الصغير .

2- لم تتطور مهارة الدحرجة لمجموعة الملعب الصغير .

3- تفوقت مجموعة الملعب الصغير على مجموعة الملعب الكبير في جميع Cلمهارات قيد الدراسة

4- البرنامج التدريبي المعد ساهم في تطوير المهارات قيد الدراسة .

### 5-2 التوصيات

1- ادخال التدريب في الملعب الصغير في الوحدات التدريبية للاعبين الشباب.

2-

3- ضرورة اجراء بحوث مشابهة تشمل حالات التكنيك .

### الملحق رقم (١)

اقسام الوحدة التدريبية المستخدمة في الملعب الصغير

| الأسبوع              | التمرينات                                                                                                                                                           |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| الأول-الثاني والخامس | تنمية دقة المناولة – الأخمد<br>احماء – تمرينات متنوعة- تمرينات لياقة بدنية –<br>تمرينات بالكرة<br>(تمرينات تكوينية مركبة )+ تمرينات لعب                             |
| الثالث و السادس      | تنمية مهارة دحرجة الكرة<br>احماء – تمرينات متنوعة- أحماء خاص بالكرات+<br>تمرينات لياقة<br>تمرينات تكوينية خاصة بالدحرجة – جمل مهارية من<br>الدحرجة تمرينات لعب خاصة |

|                            |                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>الرابع<br/>والثامن</p>  | <p>تنمية دقة المناولة + دحرجة الكرة<br/>أحماء تمرينات متنوعة- أحماء خاص بالكرات-تمارين<br/>لياقة<br/>جمل مهارية خاصة بتمارين المناولة ثم الدحرجة –<br/>تمرينات ألعاب صغيرة خاصة</p>           |
| <p>التاسع و<br/>العاشر</p> | <p>تنمية مهارة الأخماد للدحرجة<br/>تمرينات الجمل الحركية المهارية الخاصة بالمهارات<br/>أعلاه<br/>تمرينات تكوينية مركبة وغير مركبة –تمرينات لعب<br/>على شكل منافسات ضمن شروط خاصة – تمارين</p> |

### المصادر

- ١- الفريد كونترة : كرة القدم (ترجمه ) ماهر البياتي وسليمان علي ، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل ، ١٩٨٨
- ٢- ريسان خريم مجيد : موسوعة الاختبار والقياس / الجزء الثاني ، مطبعة جامعة البصرة، ١٩٨٨
- ٣- زهير الخشاب وآخرون : كرة القدم وطبعة جامعة الموصل ، ١٩٩٩
- 4- يوسف لازم كماش ، المهارات الأساسية بكرة القدم ، دار الخليج ، عمان ، ١٩٩٩
- 5- وجيه محجوب ، التعلم وجدولة التدريب دار الوائل ، عمان ، ٢٠٠١
- 6- وديع ياسين ، الحسن محمد ، التطبيقات الأحصائية في بحوث التربية الرياضية دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، ١٩٩٩