

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

بحث مقدم من

م . م عبدالله حويل

ملخص البحث

يهدف البحث الى التعرف على تأثير تدريبات اللعب الموجه والمشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين الناشئين . تم اختيار عينة البحث وهم لاعبو نادي الاتفاق الرياضي لناشئين والبالغ عددهم (٢٢) لاعب. وتم تقسيمهم عشوائيا إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بواقع (١٠) لاعبين لكل مجموعة بالطريقة البسيطة (القرعة) بعد استبعاد حراس المرمى وعددهم (٢). استخدم الباحث المنهج التدريبي بطريقة المجموعات المتكافئة كونه المنهج الملائم لحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه اما اهم الاستنتاجات فكانت:-

١-للتدريبات اللعب الموجه والمشروط أثرا ايجابيا في تطوير بعض المهارات الأساسية (الدرجة - المناولة- التهديف) للاعبين كرة القدم الشباب .

٢- هنالك أفضلية في تطوير بعض المهارات الأساسية (الدرجة - المناولة- التهديف) للاعبين كرة القدم الشباب .

اما اهم توصيات فكانت :-

١- ضرورة اعتماد التمرينات الموجه والمشروطة خلال فترة الأعداد العام لما لها من أهمية في تطوير بعض المهارات الأساسية (الدرجة - المناولة- التهديف) للاعبين كرة القدم الشباب لما لها من أهمية في تقييم الحالة التدريبية ومقدار تطور اللاعبين خلال هذه المرحلة التدريبية المهمة.

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

يشهد مجال تدريب كرة القدم في الآونة الأخيرة على المستوى العالمي تطوراً ملحوظاً وذلك من خلال ارتفاع مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين في المنافسات الدولية والقارية وتمشياً مع

هذا التطور يقوم المدربون بإعداد البرامج التدريبية البدنية والمهارية على مدار فترات الإعداد خلال الموسم الرياضي بما يتناسب مع طبيعة المنافسة والمرحلة السنية . لتنفيذ الواجبات الدفاعية والهجومية بفاعلية عالية تعد طريقة اللعب الموجه

والمراوغة والتحدي واجتياز الخصم هو جزء الاستقبال والاستدارة والرأس ، وعادة ما يكون إما عبارة عن أزواج من اللاعبين أو مجاميع من اللاعبين من خلال إعطاء حالات اللعب .

وتكمن أهمية البحث في تطوير حالات اللعب المختلفة ، وعادة ما يكون مع منافس ، بالاستعانة بالتسديدات والمناولات وهو أيضا يدخل في توضيح ثقافة اللعب وفقا لمقدرة اللاعب على الأداء المهاري من خلال تغيير اتجاه التمرين تغيير نوع المهارة التي تؤدي وشكل ذلك التمرين.

١-٢ مشكلة البحث :

من خلال خبرته الباحث الميدانية لاحظ إن اغلب المدربين في كرة القدم يسعون إلى تطوير كافة الجوانب الخاصة بتلك اللعبة ومنها الجانب المهاري الذي يعد من أهم الجوانب في تقرير مستوى الفريق ودرجة براعة لاعبيه بالتالي يعكس الحالة التدريبية التي نشأ وتدرّب عليها الفريق ، وخطوات تطوير ذلك المجال كما هو معروف بالطرق والأساليب التقليدية والتي لا تتناغم مع تطورات العصر سيما في حالة التطور الكبير الذي يحصل على المستوى البدني من خلال استفادة الجانب البدني من تكنولوجيا العصر وعليه يجب أن يشهد الجانب المهاري إبداعا وتطورا متناسبا مع تطور بقية المجالات كالمجال البدني

من الطرائق التي لها تأثيرها الواضح ويستخدمها المدربون كثيراً في فترة الإعداد الخاص لأنها تبدو سهلة الميول ، " وتتميز هذه الطريقة بتطوير العناصر البدنية والمهارية والخططية ، يتضح ذلك جليا في الألعاب الجماعية من خلال إعطاء واجبات في الاتجاه المراد تحقيقه أثناء سير اللعب بأشكاله المختلفة مع الالتزام بقانون وقواعد لعبة كرة القدم . واللعب الموجه أو المشروط هو من التمارين الممتعة وفيه يشترط المدرب على اللاعبين ثمة شروط ، مثلاً أن لا يتم تسجيل أي هدف إلا عن طريق ٤ مناولات وبلمسة واحدة ، أو وضع مربع محدد يطلب من الفريقين اللعب في داخله ومراوغة احدهم الآخر ، أو الطلب منهم لعب حالة (اللعب مع الجدار) واحد اثنين وعند تنفيذها يحصل الفريق على نقطة ، وهو من التمارين الهامة كونه يطور كثيراً من عقلية اللاعب ، ويخلق حالة من التطبيق الحرفي لتوجيهات المدرب واتخاذ القرار والوقوف على إمكانيات اللاعبين . وكذلك يعتمد على عدد من التمارين المهمة في الوحدات التدريبية ويختص بتطوير موهبة ومهارات اللاعبين في زيادة إحساسهم بالكرة والتمكن من لعبها بكل أنحاء الجسم وإعادة صقلها بشكل علمي اعتمادا على الإرشادات الخاصة بحالات التكتيك المراد التدرّب عليها من حيث المناولة والتسديد والخداع

٣- التعرف على الفروق بين القياسات والاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين الناشئين .

١-٤فروض البحث:

يفترض الباحث

١- هناك تأثير تدريبات اللعب الموجه والمشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين الشباب

٢- هناك الفروق ذات دلالة معنوية بين القياسات والاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين الناشئين

٣ - التعرف على الفروق بين القياسات والاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين الناشئين .

١-٥مجالات البحث:

المجال البشري : لاعبو نادي الاتفاق الديواني

المجال الزمني : من ١٢/١/ ٢٠١٠ إلى ١٥/٢/٢٠١٠

والنفسي والتربوي. ولذا فقد ارتأيت من استحداث تدريبات تخصصية للجانب المهاري يمكن استخدامها بديلة عن التدريبات التقليدية لتطوير الجانب المهاري وتلك التدريبات تسمى بالتدريبات المشروطة، التي تنفذ وفقا لشروط محددة وقواعد معينة يضعها المدرب عند التدريب أمام لاعبيه وتكون أكثر صعوبة وأكثر تعقيداً من التدريبات التقليدية لاحتوائها على متطلبين أو أكثر يجب تطبيقها والعمل على تحقيقها ، وتحتسب نتائجها بناءا على مقدار دقة العمل بتحقيقها وسرعة تنفيذها وفقاً للشروط الموضوعية وإيجاد أسلوب جديد وحديث نوعي في التدريبات التخصصية لتطوير بعض المهارات الأساسية المختلفة للاعبين الناشئين بكرة القدم

١-٣أهداف البحث:

يهدف البحث إلى

١- التعرف على تأثير تدريبات اللعب الموجه والمشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين الناشئين .

٢- التعرف على الفروق بين القياسات والاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين الناشئين .

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

المجال المكاني : ملعب نادي الاتفاق الرياضي	٢-٣ عينة البحث : تم اختيار عينة البحث وهم لاعبو نادي الاتفاق الرياضي لناشئين والبالغ عددهم (٢٢) لاعب. وتم تقسيمهم عشوائيا إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بواقع (١٠) لاعبين لكل مجموعة بالطريقة البسيطة (القرعة) بعد استبعاد حراس المرمى وعددهم (٢) وكما مبين في الجدول (١)
٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
١-٣ منهج البحث	
استخدم الباحث المنهج التدريبي بطريقة المجموعات المتكافئة كونه المنهج الملائم لحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .	

جدول (١)

يبين المجموعتين التجريبية والضابطة وعددهم والأسلوب المتبع مع النسبة المئوية

ت	المجاميع	الأسلوب التدريبي المستخدم	عدد لاعبين المجموعة	النسبة المئوية
١	التجريبية	المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث	١٠	٧,٢٧
٢	الضابطة	تدريبات الخاصة للمدرب	١٠	٧,٢٧
المجموع:			٢٠	١٤,٥٤

ولغرض التحقق من تجانس وتكافؤ المجموعتين قام الباحث بإجراءات يرمى من ورائها ضبط المتغيرات التالية .

١-٢-٣ تجانس وتكافؤ لعينة البحث: لكي يتسنى إرجاع الفروق بين المجموعتين إلى العامل التجريبي فيجب إن تكون المجموعتان متكافئتين في جميع المتغيرات عدا المتغير التجريبي

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

الجدول (٢)

يبين تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في كافة المتغيرات المبحوثة.

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		(ت) المحسوبة	(ت) * الجدولية	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
	ت	القياسات	س-	ع+	س-	ع+		
١	العمر / السنة	١٦	١٠.٥٤	١٦.٥	٠.٥٢٧	١.٢٤٢	١٨	عشوائي
٢	الطول / سم	١٦٤	٥.٥٦	١٦٥.١ ٦	٣.٣٤	٠.٥٤٦		عشوائي
٣	الوزن / كغم	٥٣.٣٣	١٠.٦٣ ٧	٥٥.٦	٥.٢٣	٠.٣٤٦		عشوائي
	الدرجة	١١.٢	١.٥٥	١١.٦٠	٠.٦٩	١.٧٦٢		عشوائي
	المنافسة	٤.٧	٠.٨٢	٥.٢	٠.٩٦	٠.٧٩٣		عشوائي
	التهديف	٩.٤٢	٠.٦٢	٨.٣٣	٢.٤٦	١.٣٢٥		عشوائي

١- المقابلات الشخصية. (*)

٢. الملاحظة

٣ - الأدوات البحث والأجهزة والأدوات المساعدة

٣-١-٣- أدوات البحث :

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

٣-٤-١- تحديد الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث :	٣. استنباه
٣-٤-١-١- استمارة تحديد المهارات الأساسية واختباراتها :	٤. التجريب
استعان الباحث باستمارة استبيان لغرض تحديد أهم المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين الناشئين ومن ثم تم عرضها على الخبراء والمختصين (*) في تدريب كرة القدم ، وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات ومعالمتها إحصائيا تم قبول المهارات التي حصلت على نسبة ٥٨% وكما مبين في الجدول (٣)	٣-٣-٢- الأجهزة والأدوات المساعدة
	- جهاز قياس الطول والوزن.
	- شريط قياس .
	- ساعة توقيت نوع (DIAMOND) عدد (٤) ياباني المنشأ .
	- كرات قدم قانونية عدد (٨) .
	- وشاخص عدد (١٠) .
	٣-٤-٣- إجراءات البحث الميدانية

الجدول (٣)

يبين الأهمية النسبية لاتفاق الخبراء حول المهارات الأساسية

المهارات الأساسية	الدرجة المتحققة	درجة القبول	الأهمية النسبية	نسبة القبول	الدلالة الإحصائية
١ المناولة	١٨	١٥%	٧٢%	٥٢.٥%	قبول
٢ الدحرجة	١٦		٦٤%	قبول	قبول
٣ التهديد	١٧		٦٨%		قبول
٤ المراوغة	١٢		٤٨%		رفض
٥ مهاجمة الكرة (قطع الكرة)	١٠		٤٠%		رفض

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

٣-٤-١ تحديد أهم الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية :
تم وضع لكل مهارة ثلاثة اختبارات في استمارة الاستبيان وتم عرضها على الخبراء والمختصين (*) في التدريب الرياضي والاختبارات والقياس في

كرة القدم . وبعد جمع الاستمارات وتقريغ البيانات ومعاملتها إحصائيا تم قبول المهارات التي حصلت على نسبة ٥٨% وكما مبين في الجدول (٤)

الجدول (٤)

يبين النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول الاختبارات المرشحة للبحث

ت	المهارات الأساسية	الاختبارات المرشحة	عدد الخبراء	الدرجة المتحققة	النسبة المئوية
١	المناولة	اختبار دقة تمرير الكرة نحو هدف مرسوم على الأرض	٥	٢٤	٨٠%
		المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة ٢٠ متر		١٦	٥٣.٣%
		دقة المناولة على ٤ أهداف من مسافة ١٥ متر		١٠	٢٠%
٢	الدرجة	درجة الكرة المتموجة بين (٥) شاخص المسافة بين شاخص وآخر ٢ متر		١٨	٣٦%
		الجري المتعرج بالكرة بين (٥) شاخص مسافة ٧م		٩	١٨%
		الركض المتعرج بين ١٠ قوائم بارتفاع ١٥٠ سم		١٣	٢٦%
٣	التهديف	ركل الكرة على هدف مقسم إلى مربعات		٢١	٤٢%
		دقة التهديف القريب على دائرة ١٠ مرات من مسافة ٢٠ متر		١٢	٢٤%
		دقة التهديف البعيد من مسافة ٢٠ متر		١٧	٣٤%

وحجم التمرين ، وسوف يطبق المنهج التدريبي على المجموعة التدريبية . وقد تضمن منهج التدريب عدة أمور من أهمها :

العدد الكلي للجرعات التدريبية (٢٤) وحدة تدريبية ، تتدرب المجموعة التدريبية بواقع (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع . إما المجموعة الضابطة فتتدرب بوحدة تدريبية نفسها وحسب المنهج المعد من قبل المدرب ، طريقة التمرين للأسابيع التدريبية (١ : ٢) وبالطريقة نفسها للوحدات التدريبية اليومية ، الشدة المستخدمة خلال الوحدة التدريبية من (٦٤ % - ١٠٠ %) من أقصى مقدرة اللاعب وتم تحديد الشدة القصوى لكل تمرين من التمارين المستخدمة في التجربة الاستطلاعية الثانية 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 ، الحجم التدريبي : 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

٣-٤-٢ التجربة الاستطلاعية

" وهي عملية الغرض منها التعرف على المعوقات التي تواجه الباحث إنشاء القيام بالتجربة الرئيسية اجري الباحث التجربة الاستطلاعية يوم الجمعة الموافق ٥ / ١ / ٢٠١٠ الساعة الثالثة والنصف عصرا على ملعب نادي الاتفاق الرياضي على عينة مؤلفة من (٤) لاعبين من لاعبي نادي الاتفاق الرياضي بمساعدة فريق العمل والكادر التدريبي للفريق . وكان الهدف منها :

- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات - التأكد من صلاحية الاختبارات للأفراد العينة .
 - التأكد من كفاءة فريق العمل - التعرف على الوقت اللازم والمستغرق في تنفيذ الاختبارات - التعرف على المعوقات . وتلافي الأخطاء . والتدخل في العمل .
- ٣- ٥ المنهج التدريبي المستخدم

قام لباحث بإعداد منهج تدريبي معتمداً منهجاً مقترحاً بما يتناسب والظروف المختلفة للعينة . وتكون الفترة المناسبة للمنهج الإعداد الخاص والتي تستغرق (٦) أسابيع وبمعدل (٤) وحدات تدريبية في الأسبوع . وركز الباحث على العمل في تطوير وتحسين التدريبات الذي تؤدي وفق اللعب المشروط من حيث عدد اللمسات الكرة وأسلوب اللعب ودرجة الصعوبة من حيث الشدة

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

والمدرين لغرض تسهيل مهمة أدائها وتقليل الوقت المفقود من الوحدة التدريبية، اشتمل الإحماء 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 .	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 ، زمن الوحدة التدريبية (٩٠ - ١٢٠) دقيقة بما فيها القسم التحضيري والقسم الختامي ، مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين، توفير أفضل الأدوات والمستلزمات لأداء التمارين، عرض التمارين المستخدمة على اللاعبين
---	---

جدول (6)

يوضح للمنهج التدريبي خلال مدة التدريب

الأسبوع	الشدة	الزمن	التكرار	الراحة بين التكرارات	الراحة بين المجموعات	عدد المجموعات	الحجم الكلي للتمرين	التمارين المستخدمة
الأول	٦٥%	٦٠ ث	٤	٣٠ ث	٦٠ ث	٤	١٥	درجة الكرة مسافة ٢٠ م تكون عدد لمسات الكرة ٣٥ لمسة باتجاهات مختلفة
الثاني	٧٠%	٦٠ ث	٦	١٨٠ ث	٣٠٠ ث	١	٣٤	ثلاثة لاعبين يتبادلون الكرة بمربع طوله ٣٠ م يتبادلون المراكز عكس اتجاه الكرة لمسة واحدة ومناولة

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

الثالث	٨٠%	٤٠ ث	٩	١٢٠ ث	١٨٠ ث	١	٢٥ ث	لعب ٤ ضد ٤ ويحدد اللعب بمناولة الكرة
الرابع	٧٠%	٦٠ ث	٨	١٨٠ ث	٣٠٠ ث	١	٣٤ د	يشكل لاعبون مثلث يتبادلون الكرة والمراكز باتجاه الكرة
الخامس	٨٥%	٢٠ ث	١٢	٦٠ ث	٣٠٠ ث	١	٢٠ د	لعب ٥ ضد ٢ تحدد بلمس واحدة ويتطور التمرين إلى لمستين .
السادس	٩٠%	١٠ ث	١٢	٣٠ ث	١٥٠ ث	١	١٢ د	درجة الكرة زكراك بين ٥ حواجز ذهابا وإيابا

٣-٦- الاختبارات البعدية :

بعد إن يتم تطبيق مفردات التدريبية المقترحة ،سوف يقوم الباحث بإجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث (التجريبية والضابطة) مع مراعاة إن تؤدي الاختبارات تحت نفس الظروف المشابهة لطريقة إجراء الاختبارات القبلية من حيث أجواء الاختبار ومكان الاختبار والأدوات المستخدمة .

٣-٧ الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة نتائج واختبار وتحقيق فرضيات البحث
٤- عرض لنتائج وتحليلها ومناقشتها

١- قانون الأهمية النسبية

٢. قانون النسبة المئوية

٣. معامل الارتباط بيرسون

٤. معامل الاختلاف

٥. الأوساط الحسابية

٦. الانحرافات المعيارية

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

- ٤-١- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة .
للمهارات الأساسية
٤-١-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية .

جدول (٦)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق للمهارات الأساسية للاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة (التجريبية)

المتغيرات	وحدة القياس	قبل التدريب		بعد التدريب		(* قيمة (ت)		دلالة الفروق
		س	± ع	س	± ع	المحسوبة	الجدولية	
درجة الكرة	ثانية	11.2	± 1.55	9.1	± 1.20	6.7	2.10	معنوي
المنافسة	درجة	4.7	± 0.82	6.8	± 1.14	7.57		معنوي
التهديف	درجة	9.42	± 0.62	8.45	± 0.13	7.1		معنوي

(*) قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٣٠) ومستوى دلالة (٠.٠٥)

بانحرافات معيارها (١,٢٠ ، ١,١٤ ، ٠,١٣) على التوالي ، وبعد معالجة البيانات إحصائياً تبين أن قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية قد بلغت (٦,٧ ، ٧,٥٧ ، ٧,١) على التوالي وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢,١٠) عند درجة حرية (١٥) واحتمال خطأ (٠.٠٥) وهذا يعني إن الفرق معنوي لصالح لاختبار البعدي.

يبين الجدول (٦) نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة (التجريبية) وقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي أذ بلغت الأوساط الحسابية في الاختبار القبلي (١١.٤ ، ٤,٧ ، ٩.٤٢) على التوالي بانحرافات معيارية لهما (٠,٨٢ ، ٠,٦٢ ، ٠,٥٥) على التوالي ، في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعتين (٩,١ ، ٦,٨ ، ٨.٤٥)

التدريبي وكذلك الادوات والوسائل المستخدمة في مهارة المناولة لان الميدان التدريبي يعد وسيلة تحفيزية تعمل على استثارة دوافع وطاقات اللاعب المتدرب في كرة القدم من خلال نوعية لتدريبات المستخدمة التي يتضمنها الوحدات التدريبية فضلا عن تهيئة الجو المناسب والتشويق والإثارة لممارسة التدريب من اجل التخفيف عن شدة الحمل البدني والنفسي للاعب ، فضلا عن رغبة اللاعبين في التطور نحو الافضل في مجال كرة القدم (فالمناولة الصحيحة تغرس الثقة عند اللاعبين الواعي والإدراك لاستخدام المناولة خططيا افضل استخدام)^(٢) . فضلا عن التدريب على المناولة يقوم المدرب بتوجيه لاعبيه نوعية التمرينات يقوم بها ، في مساعدة المدرب للاعبين في اتخاذ القرار السليم اثناء المباراة فان التمرينات التي يختارها في التدريب يجب ان تمثل واقع ما يحدث في المباراة "^(١) .

إما بالنسبة لمهارة التهديف ، نلاحظ أيضا من الجدول (٦) إن هنالك فروق معنوية ولصالح القياس أبعدي ، ويفسر الباحث سبب هذه الفروق المعنوية يرجع إلى استخدام التمرينات المشروطة والموجهة للمجموعة التجريبية والتي تضمنت تمرينات التهديف على المرمى في اغلب

٤-١-١-١- مناقشة نتائج للمهارات الأساسية للاختبارين القبلي والبعدي للاختبارات القبالية والبعدية للمجموعة (التجريبية) ويعزو الباحث سبب هذا التطور 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 (ان أحد الأسباب التي تؤكد على أهمية أداء تدريبات اللياقة البدنية باستخدام الكرة مما يعطي اللاعب الفرصة لكي ينمي مهاراته الفنية والخططية تحت ظروف مشابهة للمباراة كما ان هذا النوع من التدريب تكون له دافعية اكثر مقارنة بالتدريب بدون كرة)^(١) .

وهنا نؤكد على ان اغلب التمارين المستخدمة في المنهج التدريبي الذي تعرضت له المجموعة التجريبية والمعدة من قبل الباحث كانت باستخدام الكرة حتى لا يفقد اللاعب الإحساس بالكرة والمتعة في التدريب ومن اجل تطوير المهارة الى المستوى الذي يطمح له لاعب كرة القدم .

ومن خلال ما نلاحظه في الجدول (٦) ان هنالك تطورا واضحا في المهارات كافة ، فمثلا مهارة المناولة يرى الباحث ان سبب التطور هو التنوع في التمارين المركبة المستخدمة في المنهج

(٢) مقتي ابراهيم : مصدر سبق ذكره ، ١٩٩٤ ، ص ١١٠ .

(١) حنفي محمود مختار : مصدر سبق ذكره ، ١٩٨٨ ، ص ٩٠ .

(١) ابو العلا احمد : مصدر سبق ذكره ، ١٩٨٨ ، ص ٢٣٦-٢٣٧ .

بدونها لاستطيع إن ينفذ الواجبات الخططية المكلف بها فلاعب كرة القدم ممكن ان يكون لاعب جيد اذا استوعب المهارات الأساسية وأتقنها بالشكل المطلوب ، لذلك فان اهم واجبات التدريب هو العمل الى الوصول باللاعبين الى أعلى مستوى من الحالة التدريبية ^(٢) .

ويرى الباحث إن التدريبات المستخدمة من قبل الباحث في المنهج التدريبي كانت تتضمن تمارين الدرجة المتنوعة والتي تؤكد على أهمية الأداء الصحيح إنشاء التطبيق لهذه التمارين مما انعكس على التطور الواضح للمجموعة التجريبية في القياس ألبعدي وهذا يدل على تأثير التمارين المستخدمة على عينة البحث التجريبية ، (إذ إن مهارة الدرجة هي عملية ربط لقيادة الكرة ، ولمس الكرة ، والتوقف ، والاستدارة ، وتغير مسار الكرة والجذع) واللاعب الجيد يعرف تماما متى يجري بالكرة ومتى يعطي تمريره ، لذلك هي من المهارات الفردية التي يستخدمها لاعب كرة القدم بالتقدم إلى الإمام باتجاه مرمى الفريق المنافس .

التمرينات مما أدى إلى تطور التهديد ، إذ كان الوضع النهائي في اغلب التمرينات المشروطة ينتهي بالتهديد على المرمى وبتكرارات كثيرة وفي مواقف مشابهة إلى المواقف التي تحدث إنشاء المباراة ، ولكي تحرز الأهداف يجب التأكيد على آلية التهديد من حيث الوضع التشريحي الصحيح لجسم اللاعب إنشاء التهديد ، وهنا يؤكد (مفتي ابراهيم ١٩٩٤) " إن دقة التهديد وقوته لها دور أساسي في نجاحه وكلما زادت خبرة اللاعب وتدريباته زادت مقدرته على التهديد بقوة ودقة في المكان المحدد ^(٣) "

لذا يعتبر التهديد خلاصة مجهود فريق بأكمله ، وهنا يجب إن نؤكد على الاهتمام بهذه المهارة من خلال تنوع التمرينات عليها إنشاء الوحدات التدريبية ومن أوضاع وأماكن ومسافات مختلفة بما يخدم الوصول الى مرحلة الثبات والإلية لها . إما بالنسبة لمهارة الدرجة ، نلاحظ أيضا إن هنالك فروقا معنوية ولصالح القياس ألبعدي ، ويرى الباحث ان التمرينات المركبة المستخدمة في الوحدات التدريبية اليومية عملت على إيصال اللاعبين الى درجة الإتقان في المهارات الحركية من خلال تنوعها وتكرارها إنشاء التدريب وهذا ما أكده (يوسف لازم كماش ١٩٩٩) " إذ إن المهارات الأساسية هي أساس لعبة كرة القدم ، وان اللاعب

^(٢) يوسف لازم كماش : مصدر سبق ذكره ، ١٩٩٩ ، ص ١٦ .

^(٣) مفتي ابراهيم : نفس المصدر السابق ، ١٩٩٤ ، ص ٩٩ .

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

جدول (٧)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق للمهارات الأساسية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة (الضابطة)

المتغيرات	وحدة القياس	قبل التدريب		بعد التدريب		(*قيمة (ت)		دلالة الفروق
		س	ع	س	ع	المحسوبة	الجدولية	
د حرجة الكرة	ثانية	١١.٦	٠.٦٩	١٠.٨	٠.٧٦	٣.٦٦	2.10	معنوي
المناولة	درجة	٥.٢٥	٠.٩٦	٦.٩١	١.٨٨	١.٢٠		معنوي
التهديف	درجة	٨.٣٣	٢.٤٦	٨.١٦	٣.١٨	٠.٢٢		معنوي

٣.١٨) على التوالي ، وبعد معالجة البيانات إحصائياً تبين أن قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة الضابطة قد بلغت (٣,٦٦ ، ١,٢٠ ، ٠,٢٢) على التوالي وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢,١٠) عند درجة حرية (١٥) واحتمال خطأ (٠.٠٥) وهذا يعني إن الفرق معنوي لصالح لاختبارالبعدي.

يبين الجدول(٦) نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة (الضابطة) . وقد أظهرت النتائج وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي أذ بلغت الأوساط الحسابية في الاختبار القبلي (١١.٦٠ ، ٥,٢٥ ، ٨.٣٣) على التوالي بانحرافات معيارية لهما (٠,٦٩ ، ٠,٦٩ ، ٢,٤٦) على التوالي ، في حين بلغ الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعتين (١٠,٨٠ ، ٦.٩١ ، ٨.١٦) بانحرافات معيارها (٠,٧٦ ، ١,٨٨ ،

، أي ان اللاعب يصل الى درجة عالية من الثبات في الاداء المهاري والأوتوماتيكية عندما يكون التدريب مستمرا وبدون انقطاع فضلا على التركيز بالتمارين ذات الطابع المتغير والمتنوع .

أما بالنسبة لمهارة التهديف نجد ان هذا التطور جاء نتيجة كثرة استخدام التهديف إثناء الوحدات التدريبية للمدرب اذ ان اغلب مدربي كرة القدم يؤكد على مهارة التهديف اذ يعدونها (من اهم اهداف التدريب اليومي للاعبين كرة القدم او قد يتوقف اداء نجاح المباراة على لحظة واحدة حاسمة يصوب فيها اللاعب الكرة الى مرمى المنافس ويسجل هدفا)^(٣).

اما مهارة الدحرجة دلت النتائج على وجود فروق معنوية ايضا ، ويرى الباحث ان سبب ذلك هو ان التمارين المستخدمة من قبل المدرب اشتملت على تمارين الدحرجة وتم ربطها مع المهارات الأخرى لما كان لها الأثر في تحسين الاداء الفردي للاعب باعتبارها وسيلة التنقل داخل الملعب أي التحرك من مكان الى آخر وبسرعة مختلفة وهذا ما أكده (محمد عبده صالح الوحش ومفتي إبراهيم ١٩٩٤) " بالرغم من ان كرة القدم الحديثة ترمي الى سرعة الاداء وتفضل التمرير السريع المباشر عن الدحرجة بـ_____

٤-٢-٢ مناقشة نتائج اختبارات الاداء المهاري بكرة القدم وللمجموعة الضابطة بين الجدول (٧) وجود فروق معنوية في قياس الاداء المهاري ولصالح القياس البعدي ، اذ أظهرت النتائج وجود تطور للمجموعة الضابطة . ويرى الباحث هذا التطور الى ان الطريقة المتبعة في التدريب لدى المدرب تتضمن تكرار اداء المهارات وهذا يولد حالة الإحساس لدى اللاعب اذ ان التركيز يكون على الاداء المهاري دون الصفات البدنية (ان الإحساس بالكرة ينمو مع التمرين ويكون نوعا خاصا من الملاحظة العالية التي تجعله يستطيع ان يتعامل مع الكرة بخبرته وينشا مع ذلك ان يدرك اللاعب بدقة خواص الكرة)^(١) .

وبغية تفسير النتائج لمهارة المناولة نجدها هي الأكثر استخداما طوال وقت التدريب والمباراة مما يجعل التركيز عليها عال اثناء الوحدات التدريبية (اذ يلعب الاستمرار دورا هاما في وصول اللاعب الى المستوى العالي من الاداء المهاري من حيث الدقة ، والتكامل ، والية الاداء الفني العالي)^(٢) ومن هنا نجد ان التدريب المستمر على المهارة مع الاداء الواضح واستخدام التغذية الراجعة لتصحيح الأخطاء يجعل الأداء اليا ودقيقا

(١) حنفي محمود مختار : الاسس العلمية في تدريب كرة القدم

، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٧٨ ، ص ١١٤ .

(٢) حنفي محمود مختار : نفس المصدر السابق ، ص ٥٤ .

(٣) حنفي محمود مختار : نفس المصدر السابق ، ص ١٨٧ .

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

لمسافات ، الا ان استخدام الكرة ما زال لاغنى عنه في مواقف كثيرة من المباريات ، فمثلا قد يكون غير متوافر للاعب امكانية التمرير الى زميل او التصويب وهنا يكون المحتم عليه التحرك بها حتى تتاح له فرصة التمرير او التصويب ، كما قد يلجا الى الدرجة بالكرة لجذب منافس مدافع اليه فيستطيع بذلك التمرير الى الزميل بحرية اكثر^(١) .

جدول (٨)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق للمهارات الأساسية للاختبار والبعدي للمجموعة (التجريبية والضابطة)

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		(*) قيمة (ت)		دلالة الفروق
		س	± ع	س	± ع	المحسوبة	الجدولية	
درجة الكرة	ثانية	٩.١	١.٢٠	١٠.٨	٠.٧٦	5.41	2.10	معنوي
المناولة	درجة	6.8	1.14	٦.٩١	١.٨٨	٨.٢٧		معنوي
التهديف	درجة	8.45	0.13	٨.١٦	٣.١٨	٤.٥١		معنوي

(١) محمد عبده صالح الوحش ، مفتي ابراهيم : مصدر سبق ذكره ، ١٩٩٤ ، ص ٣٥ .

للعينات المستقلة ومنه جاءت النتائج التي تشير الى ان قيمة (T) المحسوبة (٥.٥١) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢.١٠) بدرجة حرية (١٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يعني وجود فروقا معنوية في القياس بعد التدريب بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية

- الدرجة

بالنسبة للمجموعة الضابطة ظهر عندها ان قيمة الوسط الحسابي يساوي (٩.٥٣٨) وبانحراف معياري (٠.٦٣) وقد بلغت قيمتها عند المجموعة التجريبية (٨.٤٥) وبانحراف معياري (٠.٣٦) ، هذا يكشف الحال المتباين عند كل من المجموعتين ، ولبيان حقيقة هذه التباين استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المستقلة ومنه جاءت النتائج التي تشير الى ان قيمة (T) المحسوبة (٤.٧٥) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢.١٠) بدرجة حرية (١٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يعني وجود فروقا معنوية في القياس بعد التدريب بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية .

٤-٢-٦ مناقشة نتائج اختبارات الأداء المهاري بكرة القدم لقياس بعد التدريب وللمجموعتين الضابطة والتجريبية .

يبين الجدول (٨) ان هنالك فروق معنوية في نتائج القياس ألبعدي لكل من الاختبارات المعنية بالمهارات الأساسية بكرة القدم

يبين الجدول (٨) قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري لأي من المتغيرات المبحوثة لحالة بعد التدريب مابين المجموعتين الضابطة والتجريبية الخاضعة للتجريب .

- المناولة

بالنسبة للمجموعة الضابطة ظهر عندها ان قيمة الوسط الحسابي يساوي (١١.٢) وبانحراف معياري (١.٥٥) وقد بلغت قيمتها عند المجموعة التجريبية (١٣.١) وبانحراف معياري (١.٠) ، وهذا يعني ان هنالك فروقا واضحة بين المجموعتين ، ولبيان حقيقة هذه الفروق استخدم الباحث اختبار (T) للعينات المستقلة ومنه جاءت النتائج إذ ظهرت قيمة (T) المحسوبة (٥.٣٩) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢.١٠) بدرجة حرية (١٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يعني وجود فروقا معنوية في القياس بعد التدريب بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية

- التهديف

بالنسبة للمجموعة الضابطة ظهر عندها ان قيمة الوسط الحسابي يساوي (٦.٨) وبانحراف معياري (١.٥٥) وقد بلغت قيمتها عند المجموعة التجريبية (١١) وبانحراف معياري (١.٩٤) ، هذا يكشف الحال المتباين عند كل من المجموعتين ، ولبيان حقيقة هذه التباين استخدم الباحث اختبار (T)

"^(٢) ، ومن هنا نجد ان الاداء الجيد للمناولة يغرس الثقة والوعي والإدراك عند اللاعبين عندما تستخدم بالشكل الامثل وهذا ما أراد الباحث أثباته من خلال تطبيق مفردات المنهج التدريبي والتمارين المركبة بكرة القدم .

- اما مهارة التهديف بين الجدول (١٣) وجود فروقا معنوية في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية ، ويرى الباحث ان سبب هذا التطور الملحوظ بشكل كبير ناتج عن التمرينات المركبة المستخدمة في المنهج التدريبي والتي اسهمت وبشكل فعال في تحسن مستوى الاداء المهاري للتهديف لأفراد المجموعة التجريبية ، اذ تعد هذه المهارة من المهارات الأساسية والمهمة في حسم نتيجة المباراة ، وبما ان غاية المباراة بكرة القدم هي الاهداف فيجب على المدربين تطوير هذه المهارة وفق الأسلوب الصحيح المبني وفق الأسس العلمية في استخدام التمارين المشروطة المتنوعة وبتكرارات محددة حسب الشدة وهذا ما تم تطبيقه في التمارين التي تم استخدامها في المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث من تنوع التمارين والتغير والتنوع في اوضاع التهديف والتي ساعدت اللاعب على اتقان المهارة بالشكل الجيد ، التدريبية مع فترات الراحة التي تضمن عدم وصول اللاعب الى التعب المبكر من خلال

(المناولة ، التهديف ، الدحرجة) والتي خضعت لها عينة البحث الضابطة والتجريبية ، اذ دلت النتائج على تقدم المجموعة التجريبية في القياس البعدي على المجموعة الضابطة ، ويفسر الباحث ذلك الى انتظام المجموعة التجريبية بالتدريب من خلال تطبيق التمرينات الموجه والمشروطة في الوحدات التدريبية والتي كانت لها الدور الكبير في تطور المهارات الأساسية .

- بالنسبة لمهارة المناولة نجد ان الوسط الحسابي والانحراف المعياري قد تطورت بنسبة عالية في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية ، ويرى الباحث هذا التطور سببه استخدام التمرينات المشروطة التي تضمنت نسبة عالية من تمرينات المناولة بأنواعها المختلفة وهذا قد يعزز قدرة اللاعب على اتقان المهارة بصورة جيدة والوصول الى الاداء النموذجي ، اذ يشير (صباح رضا ١٩٩١) (ان المناولة من اهم فنيات لعبة كرة القدم وان المناولات الدقيقة في المكان المناسب بين لاعبي الفريق الحائز على الكرة تعد مفتاح اللعب الهجومي وتعتبر الدقة في المناولة من اهم مقومات نجاح هذه المهارة)^(١) ، وبعدها (سلامة ١٩٨٧) "ان المناولة هي الوسيلة والأسلوب الفني الذي يتم من خلالها نقل وايقال الكرة الى الزميل او هدف الفريق المنافس بأسرع وقت ممكن

(٢) بهاء الدين سلامة : مصدر سبق ذكره ، ١٩٨٧ ، ص ٦٨ .

(١) صباح محمد رضا وآخرون : مصدر سبق ذكره ، ١٩٩١ ، ص ٢٨ .

الكرة من قدم اللاعب وبأقل وقت ممكن عما كانت عليه في القياس القبلي ، وهذا يدل على تأثير فاعلية التمرينات مشروطة المستخدمة في المساحات الصغيرة وكذلك الربط بين مهارة الدرجة والمهارات الأخرى ، لذا فان اللاعب الذي يجيد هذه المهارة من خلال تحركاته داخل الملعب يكون موضع تأثير على الفريق المنافس وهذا الأمر يدعو إلى تطوير هذه المهارة بشكل جيد لدى لاعبي كرة القدم وخصوصا في الفئات العمرية المختلفة .

٥-الاستنتاجات والتوصيات :-

٥-١-الاستنتاجات :-

١- للتمرينات اللعب الموجه والمشروط أثرا ايجابيا في تطوير بعض المهارات الأساسية (الدرجة - المناولة - التهديد) للاعبي كرة القدم الشباب .

٢- هنالك أفضلية في تطوير بعض المهارات الأساسية (الدرجة - المناولة - التهديد) للاعبي كرة القدم الشباب .

لأفراد العينة التجريبية مقارنة بالعينة الضابطة.
٣- إن استخدام التمرينات الموجه والمشروطة خلال (٤) وحدات تدريبية أسبوعية ولمدة (٦) أسابيع ساهمت بشكل فعال في تطوير المهارات الأساسية (الدرجة - المناولة - التهديد)

التكرار للأداء ، كما ان للتدريب الفكري صفة مميزة في خلق حالة من عملية التبادل المنتظم بين فترات العمل والراحة ، والاهتمام الجاد والمكثف بتدريبات التسديد على المرمى من عدة أماكن متنوعة ومسافات مختلفة وتحت ظروف مغايرة تشابه ما امكن مع التي تحدث في المباريات الحقيقية^(١) ، وبما ان " التهديد هو السلاح القوي بيد الفريق لتهديد الفريق المنافس ، وان اللاعب الذي يجيد التهديد يكون مصدر خطر على الفريق الآخر ، وان عملية التهديد لتسجيل الاهداف هي الشيء الذي يثير الجمهور ويجعل المباراة مثيرة ، اصبح التركيز عليها يأخذ حيزا مهما من وقت الوحدة التدريبية ، اذ ان جميع التمرينات الفنية والخططية تنتهى دائما بالتهديد^(٢) .

- اما بالنسبة لمهارة الدرجة يبين الجدول (٨) وجود فروق معنوية في القياس البعدي ولصالح المجموعة لتجريبية ، ويرى الباحث هذا التطور لكثرة التمرينات المستخدمة في المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث ولتنوع التمارين المستخدمة لمهارة الدرجة مما انعكس على تطور المهارة من خلال النتائج الظاهرة لنا ، اذ اصبح للاعب المقدرة على الدرجة بانسيابية ورشاقة دون ابتعاد

(١) حنفي مختار سالم : كرة القدم لعبة الملايين ، ط٢ ، بيروت ، مؤسسة

المعارف ، ١٩٨٨ ، ص٤٧ .

(٢) حنفي مختار : مصدر سبق ذكره ، ص١٩٠ .

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

- | | |
|---|--|
| <p>٣. حنفي محمود مختار : <u>الأسس العلمية في تدريب كرة القدم</u> ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٩ ،</p> <p>٤. حنفي محمود ابراهيم . <u>الاسس العلمية في تدريب كرة القدم</u> . القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ .</p> <p>٥. حنفي مختار (ب ت) : <u>الأسس العلمية في تدريب كرة القدم</u> ، دار الفكر العربي ، القاهرة</p> <p>٦. حنفي مختار : <u>المدير الفني لكرة القدم</u> ، القاهرة ، دار الفكر العربي ١٩٩٨</p> <p>٧. حنفي مختار <u>الاسس العلمية في تدريب كرة القدم</u> ، دار الكتب الحديث ، الكويت ١٩٧٨</p> <p>٨. زهير الخشاب وآخرون : <u>كرة القدم</u> ، ط ٢ محدثة ، جامعة الموصل ، دار الكتب لطباعة والنشر ، ١٩٩٩ ،</p> <p>٩. زهير الخشاب وآخرون : <u>مصدر سبق ذكره</u> ، ١٩٩٠ .</p> <p>١٠. صباح رضا وآخرون : <u>كرة القدم للصفوف الثالثة</u> ، بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر ١٩٩١</p> <p>١١. طه إسماعيل وآخرون : <u>كرة القدم بين النظرية والتطبيق</u> ، دار الفكر العربي ، القاهرة ١٩٨٩ .</p> <p>١٢. عبد القادر زينل. <u>كرة القدم للناشئين</u>، عمان: مطبعة عبود، ١٩٩٤، ص ٢١</p> | <p>٥-٢-التوصيات :</p> <p>٢- ضرورة اعتماد التمرينات الموجه والمشروطة خلال فترة الأعداد العام لما لها من أهمية في تطوير بعض المهارات الأساسية (الدرجة - المناولة- التهديد) للاعبين كرة القدم الشباب لما لها من أهمية في تقييم الحالة التدريبية ومقدار تطور اللاعبين خلال هذه المرحلة التدريبية المهمة.</p> <p>٢ - ضرورة إجراء دراسات مشابهة ولفئات عمرية أخرى وبطرائق تدريبية أخرى معنية بتطوير بعض المهارات الأساسية (الدرجة - المناولة- التهديد) للاعبين كرة القدم الشباب .</p> <p>٣- التأكيد على استخدام طريقة التدريب (اللعب الموجه والمشروط) لما له من أهمية بالغة في بعض المهارات الأساسية (الدرجة - المناولة- التهديد) للاعبين كرة القدم الشباب .</p> <p>المصادر العربية والاجنبية</p> <p>١- مصادر العربية :-</p> <p>١. أمر الله البساطي : <u>قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته</u> ، الإسكندرية ، مسلة المعارف، ١٩٨٨</p> <p>٢. بهاء الدين سلامة : <u>الاعداد المهاري في كرة القدم</u> ، الرياض، مكتبة الطالب الجامعي ١٩٨٧.</p> |
|---|--|

تأثير تدريبات اللعب الموجه و الشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل

١٣. عادل تركي ،سلام جبار: مصدر سبق
ذكرة،ص١٢.
١٤. كاظم الربيعي - عبد الله المشهداني كرة القدم
للناشئين ، مطبعة دار الحكمة ، جامعة
البصرة ١٩٩١
١٥. كاظم الربيعي - موفق المولى : الاعداد
البدني لكرة القدم ، دار الكتب للطباعة والنشر
، جامعة الموصل ١٩٨٨
١٦. مفتي ابراهيم حماد - محمد صالح عبدة
الوحش : اساسيات كرة القدم ، المنصورة ،
مؤسسة مختار للنشر والتوزيع ١٩٩٤
١٧. مفتي إبراهيم حمادة : الجديد في الاعداد
المهاري والخططي للاعب كرة القدم: القاهرة،
دار الفكر العربي ، ١٩٩٤.
١٨. يوسف لازم كماش ، المهارات الأساسية بكرة
القدم ، دار الخليج ، عمان ، ١٩٩٩
١٩. موفق مجيد المولى: الأساليب الخططية بكرة
القدم، بغداد، دار الحكمة للطباعة
والنشر، ١٩٩٠..

تأثير تدريبات اللعب الموجه و المشروط في تطوير بعض المهارات الأساسية

بكرة القدم للناشئين تحت (١٧) سنة

م . م عبدالله حويل
