

أثر التعلم باللعب في تطوير بعض القدرات التوافقية بكرة القدم للأشبال

أ.د. مازن عبد الهادي أحمد ، م.م. عدنان خيرى عبيد

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Adnan. kairy@yahoo.com

الملخص

من خلال تطبيق القواعد الاساسية والمعلومات الحديثة والاساليب التعليمية الملائمة لهذه الفئة مع عدم اغفال تطوير القدرات التوافقية اللازمة والضرورية لخدمة للاعب كرة القدم . ولكي يحصل اللاعب على حركات توافقية عاليا وعلى مهارات ذات مستوى عال يجب التعلم المبكر على تنمية تلك القدرات إذ يتفق الكثير من الخبراء على ان القدرات التوافقية تعتبر قاعدة اساسية تركز عليها العديد من المهارات الحركية وخصوصا تلك الحركات الاكثر تعقيدا . حيث تتركز مشكلة البحث تطوير في القدرات التوافقية بكرة القدم مما يسبب هدر بالجهد والوقت وبالتالي عدم تحقيق النتائج المطلوبة. ومن اهداف البحث هو التعرف على اثر اسلوب التعلم باللعب المباشر في تطوير بعض القدرات التوافقية بكرة القدم للأشبال ، أشتمل مجتمع

البحث على اللاعبين الاشبال بأعمار (١٣-١٤) سنة في المدارس التخصصية لرعاية الموهبين بكرة القدم في محافظة بابل ، وهذا ما حصل فعلاً عند تطبيق التمرينات المعدة من قبل الباحثان للمجموعة التجريبية حيث ظهر في بداية التجربة ضعف في الاداء الحركي وعدم انسيابية للمجموعة التجريبية ومن خلال تكرار هذه الوحدات التعليمية وبمعدل (٣) وحدات اسبوعياً ولمدة (٨) اسابيع من تطبيق المنهج التعليمي لاحظ الباحثان حصول تطور في هذه القدرات التوافقية.

الكلمات المفتاحية: التعلم ، القدرات التوافقية ، كرة القدم

effect of learning by playing on developing some harmonic abilities of football Cubs

The

Prof. Dr.Mazin Abdul Hadi Ahmed, Assistant Lect. Adnan Khairi Obaid

Iraq. University of Babylon. College of Physical Education and Sports Science

Adnan. kairy@yahoo.com

Abstract

Through the application of basic rules, modern information and educational methods appropriate for this category, while not neglecting the development of the necessary consensual capabilities necessary to serve the football player. In order for the player to obtain high consensual movements and high-level skills, early learning must develop these capabilities, as many experts agree that consensual abilities are considered a basic basis for many of the motor skills, especially those more complex movements. The research problem focused on developing harmonic capabilities in football, which causes waste of time and effort and consequently not achieving the required results. One of the research objectives is to identify the impact of the learning method by playing directly on developing some consensual capabilities of football cubs.

Young players at the age of (13-14) years in the specialized schools to care for football talents in Babil Governorate, and this is what actually happened when applying exercises prepared by the researchers for the experimental group, where at the beginning of the experiment, there was a weakness in the motor performance and lack of flow of the experimental group and through repeating these educational units at the rate of (3) units per week and for a period of (8) weeks from applying the educational curriculum. The researchers note that there has been an development in these harmonic capabilities.

Key words: learning, harmonic abilities, football

١- المقدمة:

بذل المختصون جهودا حثيثة من اجل تطوير اللعبة ، فلم تعد المهارة وحدها هي الفيصل كما كانت قبل أكثر من نصف قرن من الآن ، بل أصبحت الاسلوب والطريقة التدريبية والتعليمية اضافة الى التخطيط في مجال الفئات العمرية الصغيرة وبالأخص مرحلة الاشبال تعتبر وسيلة ضرورية للتقدم بالحالة التعليمية للاعبين من خلال تطبيق القواعد الاساسية والمعلومات الحديثة والاساليب التعليمية الملائمة لهذه الفئة مع عدم اغفال تطوير القدرات التوافقية اللازمة والضرورية لخدمة للاعب كرة القدم . فتوافرها يمكن ان على تحقيق نتائج افضل واداء اجمل كون ان هناك علاقة ارتباطية طرديا بين القدرات التوافقية واداء المهارات الحركية . ولكي يحصل اللاعب على حركات توافقية عاليا وعلى مهارات ذات مستوى عال يجب التعلم المبكر على تنمية تلك القدرات إذ يتفق الكثير من الخبراء على ان القدرات التوافقية تعتبر قاعدة اساسية تركز عليها العديد من المهارات الحركية وخصوصا تلك الحركات الأكثر تعقيدا .

ومن هنا تتجلى اهمية البحث وهي من المراحل العمرية المفضلة لاكتساب مكونات القدرات التوافقية بكرة القدم للأشبال فهي تعتبر من الفئات العمرية المناسبة للتخصص الرياضي المبكر في معظم الانشطة الرياضية ولا سيما كرة القدم .

ومن خلال عمل الباحثان كمدرسين لمادة التربية الرياضية لاحظ الباحثان انخفاض واضح في مستوى النتائج المتحققة في بطولات التربيات بصورة عامة وكذلك المدارس التخصصية بصورة خاصة بمحافظة بابل حيث تتركز مشكلة البحث تطوير في القدرات التوافقية بكرة القدم مما يسبب هدر بالجهد والوقت وبالتالي عدم تحقيق النتائج المطلوبة. لذا ارتى الباحثان تنفيذ مجموعة من التمرينات في تطوير بعض القدرات التوافقية للاعبين بكرة القدم الاشبال.

ويهدف البحث الى:

١- التعرف على اثر اسلوب التعلم باللعب المباشر في تطوير بعض القدرات التوافقية بكرة القدم للأشبال.

٢- إجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

أشتمل مجتمع البحث على اللاعبين الاشبال بأعمار (١٣-١٤) سنة في المدارس التخصصية لرعاية الموهبين بكرة القدم في محافظة بابل والبالغ عددهم (٣٨) لاعب وتم تقسيم العينة الى (٨) عينة تجربة استطلاعية و(١٥) العينة التجريبية و(١٥) العينة الضابطة بواسطة القرعة

٢-٣ الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

٢-٣-١ وسائل جمع البيانات

- المصادر والمراجع

- المقابلات الشخصية

- الملاحظة

- الاختبارات والمقاييس

٢-٣-٢ الأجهزة والأدوات المستعملة في البحث

- ملعب كرة القدم.

- كرات قدم عدد (١٥) .

- كامرة فيديو نوع(sony) عدد (١).

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية:

٢-٤-١ تحديد وتوصيف اختبارات القدرات التوافقية

١- القدرة على سرعة الاستجابة

٢- القدرة على تقدير الوضع

٢-٤-٢ الاختبارات التوافقية

الاختبار الاول: سرعة الاستجابة (مصطفى جاسم عبد زيد ، ٢٠١٧ ، ص ٧٥)

اختبار رمي واستقبال كرة تنس على الحائط (٢٠ مرة)
الأدوات المستخدمة: كرة تنس، صافرة، شريط قياس، حائط ويرسم خط على بعد ٥ م من الحائط .

طريقة الأداء: يمكن اداء الاختبار بتمرير الكرة باليد على الحائط واستقبالها باليد الاخرى وبنفس الشروط .

يقف المختبر أمام حائط و خلف الخط المرسوم على الأرض حيث يتم الاختبار وفقاً للتسلل الآتي:

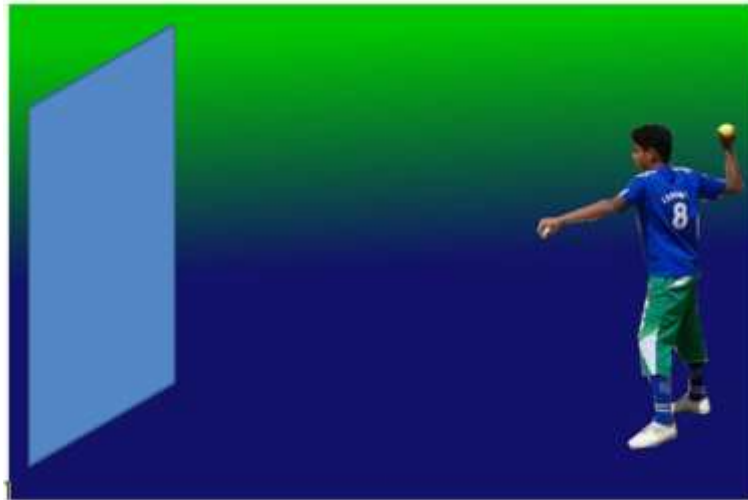
- تمرير الكرة خمس مرات متتالية باليد اليمني على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط بنفس (باليد) .

- تمرير الكرة خمس مرات متتالية باليد اليسرى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط باليد اليسرى

- تمرير الكرة خمس مرات متتالية باليد اليمني على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط باليد اليسرى .

- تمرير الكرة خمس مرات متتالية باليد اليسرى على أن يستقبل المختبر الكرة بعد ارتدادها من الحائط باليد اليمني.

حساب الدرجة: لكل محاولة صحيحة تحسب درجة للمختبر والدرجة النهائية من (٢٠) درجة وتعطى لكل لاعب محاولتين واحتساب أفضلها .



الشكل (١) يوضح اختبار رمي واستقبال كرة تنس على الحائط (سرعة الاستجابة)

الاختبار الثاني: القفز على الدوائر المرقمة

الغرض من الاختبار:

قياس توافق الرجلين والعينين، قياس تقدير الوضع.

الادوات المستخدمة:

ساعة إيقاف/ترسم على الارض ثماني دوائر على ان يكون قطر كل منها ٦٠ سم وترقم الدوائر

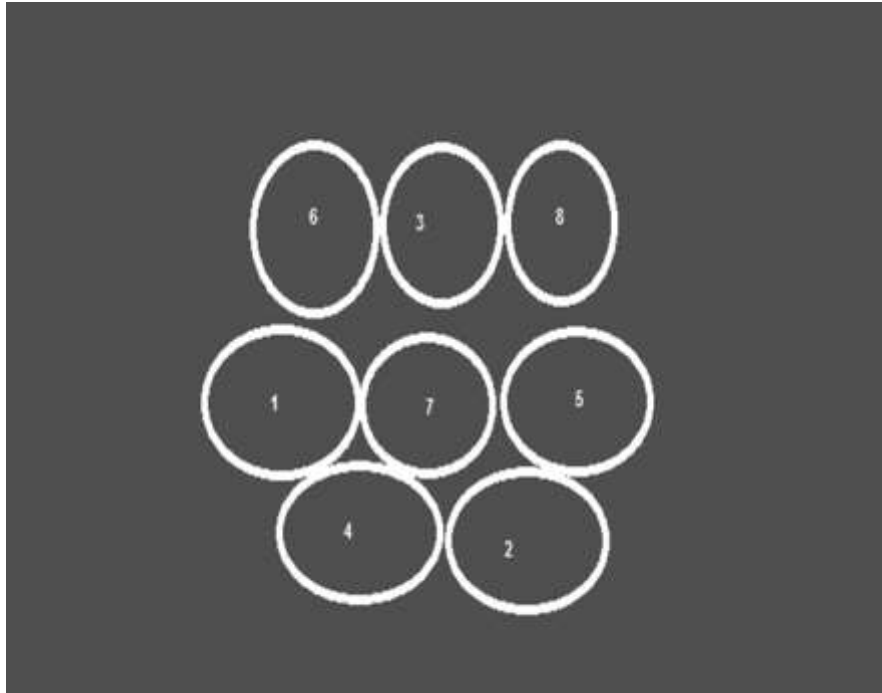
كما هو وارد بالشكل (٢)

مواصفات الاداء :

يقف اللاعب داخل الدائرة رقم واحد وعند سماع اشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معا الى الدائرة

رقم ٢ ثم الى الدائرة رقم ٣ وهكذا الى الدائرة رقم ٨ ويؤدي ذلك بأقصى سرعة.

التسجيل: تسجل الزمن الذي استغرقه اللاعب في الانتقال عبر ثماني دوائر.



الشكل (٢) يوضح اختبار القفز على الدوائر المرقمة

٢-٤-٣ التجربة الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الخاصة باختبارات القدرات التوافقية على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (٨) لاعبا (في يوم الاحد المصادف ٢٠١٨/٧/١ لمعرفة صلاحيتها وإمكانية تطبيقها على العينة الرئيسية وتم إعادة تطبيق الاختبارات بعد مرور عشرة أيام في يوم الاربعاء ، أي بتاريخ ٢٠١٨/٧/١١ .

٢-٤-٤ الأسس العلمية لاختبارات القدرات التوافقية والمهارية

١- صدق الاختبارات

تم التحقق من صدق الاختبارات باستخدام صدق المحتوى من خلال عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين، واعتماد دلالة (٢١) في ذلك، وقد تبين إن جميع الاختبارات المرشحة تمتاز بالصدق .

٢- ثبات الاختبارات:

استعمل الباحثان طريقة إعادة الاختبار للكشف عن معامل الثبات للاختبارات وذلك باعتماد طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة التجربة الاستطلاعية نفسها في يومين متتابعين بالظروف قدر الإمكان ، إذ قام الباحثان بتطبيق الاختبار على عينة التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠١٨/٧/١، وتم إعادة الاختبار على العينة نفسها بعد عشرة أيام من الاختبار الأول بتاريخ ٢٠١٨/٧/١١ ومن خلال إيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين النتائج تبين أن الاختبارات تمتاز بالثبات.

٣- موضوعية الاختبارات

تحقق الباحثان من موضوعية الاختبارات من خلال اعتماد نتائج تقييم اثنين من المحكمين وإجراء معامل الارتباط البسيط بين تقييميهما حيث تبين أن الاختبارات لديها موضوعية عالية

٢-٥-٥ التجربة الرئيسية:

٢-٥-١ الاختبارات القبلية:

باشر الباحثان بإجراء الاختبار القبلي على أفراد العينة الأساسية من لاعبي المدرسة التخصصية الاشبال في محافظة بابل والبالغ عددهم (٣٠) لاعبا بتاريخ الثلاثاء والمصادف ٢٠١٨/٨/٧ إذ قام الباحثان بإجراء الاختبارات القبلية للقدرات التوافقية لأفراد عينة البحث وعلى ملعب المدرسة التخصصية.

٢-٥-٢ تنفيذ البرنامج (المنهج التعليمي)

ولغرض ان تكون النتائج دقيقة وعدم التحيز لأي مجموعة فقد تم تكليف مدرب الفريق ومساعدته بتنفيذ الوحدات التعليمية بأسلوب التعلم باللعب المباشر على عينة البحث وبإشراف مباشر من الباحثان والمشرف والفريق المساعد .

- بدأت التجربة الرئيسية في يوم الاحد الموافق ٢٠١٨/٨/١٢ ولغاية يوم الاربعاء

٢٠١٨/١٠/١٠

- مدة اسلوب التعليمي التعلم اللعب كانت ثمانية أسابيع .

- عدد الوحدات التعليمية خلال الاسلوب التعليمي (٢٤) وحدة تعليمية وبواقع (٣) وحدات تعليمية في الاسبوع الواحد.

- زمن كل وحدة تعليمية (٩٠) دقيقة .

تم تطبيق الوحدات التعليمية على الجزء الرئيسي (٦٠) دقيقة فقط

٢-٥-٣ الاختبار البعدي

بعد استكمال تطبيق المنهج التعليمي وفق التعلم باللعب على أفراد المجموعة والمتضمن (٢٤) وحدة تعليمية قام الباحثان بأجراء الاختبار البعدي في يومي الاربعاء والخميس المصادف ١٠/١١/٢٠١٨ الساعة الرابعة عصراً في ملعب الاسكان محافظة بابل .

٢-٦ الوسائل الإحصائية المستخدمة:

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات .

٣-١ عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (١) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارات القبلية والبعدية و فرق الاوساط وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات القدرات التوافقية

المعالم الاحصائية المتغيرات	المجموعات	وحدة القياس	قبلي		بعدي		فرق الاوساط	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة sig	الدلالة
			س	± ع	س	± ع				
سرعة الاستجابة	التجريبية	درجة	٨,٦٦	١,٥٤	١٦,١٣	١,١٢	٧,٤٦	٢٠,٥٤	٠,٠٠٠	معنوي
	الضابطة	درجة	٩,١٣	١,١٨	١٤,٠٦	١,٠٩	٤,٩٣	١٠,٩١	٠,٠٠٠	معنوي
تقدير الوضع*	التجريبية	ثانية	١٤,٤٦	٠,٥٧	١١,١٢	٠,٦٥	٣,٣٣	١٢,٩٨	٠,٠٠٠	معنوي
	الضابطة	ثانية	١٤,٢٧	٠,١٤	١٢,٣٧	٠,٢٩	١,٩٠	٤,٢٦	٠,٠٠٠	معنوي

من الجدول (١) ظهر لنا الوسط الحسابي بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار سرعة الاستجابة القبلي (٨,٦٦ ، ٩,١٣) بانحراف معياري (١,٥٤ ، ١,١٨) والوسط الحسابي البعدي (١٦,١٣,١٤,٠٦) بانحراف معياري (١,١٢,١,٠٩) ومتوسط الفروق (٧,٤٦ ، ٤,٩٣) وكانت قيمة (ت) المحسوبة (٢٠,٥٤ ، ١٠,٩١) والمعنوية الحقيقية ٠,٠٠٠ وهي اقل من ٠,٠٥ وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي عند درجة حرية (١٤) لمتغير سرعة الاستجابة. وفي متغير تقدير الوضع بين المجموعتين التجريبية والضابطة ظهر لنا ان الوسط الحسابي القبلي (١٤,٤٦ ، ١٤,٢٧) بانحراف معياري (٠,٥٧ ، ٠,١٤) والوسط الحسابي البعدي (١٢,٣٧ ، ١١,١٢) بانحراف معياري (٦,٥٠ ، ٢,٩٠) ومتوسط الفروق (٣,٣٣ ، ١,٩٠) وقيمة (ت) المحسوبة (١٢,٩٨ ، ٤,٢٦) والمعنوية الحقيقية ٠,٠٠٠ وهي اقل من ٠,٠٥ عند درجة حرية (١٤) وهذا يدل على وجود فرق معنوي .

٢-٣ مناقشة النتائج: مناقشة نتائج اختبارات القدرات التوافقية البعدية بين المجموعة التجريبية والضابطة

يعزو الباحثان نتائج المجموعة التجريبية في قدرة سرعة الاستجابة وتقدير الوضع والتكيف مع الاوضاع المتغيرة الى اسلوب التعلم باللعب المباشر قد حقق الهدف منه في رفع وتطوير المستوى لهذه القدرة من خلال التنوع في تمارين الوحدات التعليمية المنظمة بما يخدم الواجب الحركي للمهارة بشكل عام ، المعد والمقدمة من قبل الباحثان وزادت من الدافعية والتشويق عند الأداء ككل ، فضلا عن تنظيمها بشكل يضمن التدرج في الأداء من البسيط إلى المعقد كان عاملا مساعدا في زيادة فاعلية التعلم وجعله أكثر تأثيرا ومن ثم تحقيق مستوى جيد في الاحتفاظ ، ويدعم ذلك ما ذكره (قاسم لزوم ، ٢٠٠٥) "أن التنظيم والتوحيد الذي تتصف به المهارة يلعب دورا ايجابيا في درجة الإتقان ، فالمهارات التي تعرض ذات تنظيم جيد في تعاقب أجزائها يتحقق التعلم فيها بشكل أسرع وأسهل وبعدها تحقق قدرات اكبر في الاحتفاظ بها " (قاسم لزوم صبر ، ٢٠٠٥ ، ص٣٠٨)

"يتصف الاداء الحركي في بدايته بنقص الدقة والانسيابية وضعف الترابط والتنسيق بين المجموعات المختلفة ويرجع ذلك الى انتشار الاثار العصبية في مراكز عضلية متعددة، وينتج عن ذلك استثارة مجموعة من العضلات غير مطلوب اشتراكها في الاداء الحركي ، وبذلك يظهر الاداء مرتبكا ومتواضعا في سريانه وغير مرتبط وفيه حركات زائدة كمؤشر على عدم امكانية الفرد السيطرة على عضلات جسمه وبالتكرار والاصلاح يدخل الاداء في مرحلة التركيز ويقتصر على العضلات الخاصة للأداء الحركي فقط "

وهذا ما حصل فعلاً عند تطبيق التمرينات المعدة من قبل الباحثان للمجموعة التجريبية حيث ظهر في بداية التجربة ضعف في الاداء الحركي وعدم انسيابية للمجموعة التجريبية ومن خلال تكرار هذه الوحدات التعليمية وبمعدل (٣) وحدات اسبوعياً ولمدة (٨) اسابيع من تطبيق المنهج التعليمي لاحظ الباحثان حصول تطور في هذه القدرات التوافقية.

ويرى الباحثان بأن تمارين القدرات المستخدمة في المنهج التعليمي هي تمارين متسلسلة وهي ضمن المتطلبات البدنية للمهارة حيث يحتاج لاعب الكرة القدم إلى تطوير هذه القدرات التوافقية لتحسين دقة الاداء المهاري بالتالي تحسين النقل الحركي لأجزاء الجسم اللاعب سواء كان ذلك مع الكرة او بدون الكرة .

كما أن تمارين القدرات التوافقية الحركية كان لها اثر واضح في رفع مستوى الاداء المهاري والانتقال بمراحل تعلم المهارة بتوافق عضلي عصبي جيد

إذ يؤكد (Magill ، ١٩٩٨) على أن "تنوع خبرات التمرين وتنظيمها في مدد والتنوع في الحركة سوف يزيد من اكتساب الخبرة التعليمية من خلال اشتقاق خبرات تمرين متغيرة تزيد من قدرة أداء المهارة بشكل أفضل في مواقع الاختبار الحقيقية"

(Magill . 1998 . p230)

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١- لأسلوب التعلم باللعب المباشر تأثيراً ايجابياً في تطوير بعض القدرات التوافقية ومهارتي المناولة والتهدف ودقتهم وبشكل أفضل من المنهج التقليدي المتبع.

٤-٢ التوصيات:

١- ضرورة استخدام اسلوب التعلم باللعب المباشر في تعلم وتطوير القدرات والمهارات في كرة القدم او وبما يتلاءم ونوع المهارة وصنفها ومحيط أدائها المفتوح أو المغلق.

٢- الاهتمام بتدريب القدرات التوافقية من خلال تدريب المهارات الاساسية وبما يلائم كل قدرة.

المصادر

- قاسم لزام صبر : موضوعات في التعلم الحركي ، بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٥
- مصطفى جاسم عبد زيد ، تأثير استخدام تدريبات بعض القدرات التوافقية على مستوى بعض الاداءات المهارية المركبة للاعبين كرة القدم الصالات ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية ، ٢٠١٧

- Magill , A . Richard . Motor Learning . Co conepts and Application ,
Boston , Megraw – hill nhedition , 1998