

تأثير تمارين توافقية مهارية في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة قدم الصالات لطالبات المرحلة

الاولى

أ.د رواء علاوي كاظم

م.د صفا علي عبد الكاظم

الملخص

2 مشكلة البحث :

يعد الاداء الحركي في لعبة كرة القدم للصالات من الواجبات المهمة التي يجب على اللاعبين إتقانها ومن خلال ملاحظة الباحثة كونها تدريسية وإطلاعها على الدراسات والبحوث السابقة حول لعبة كرة القدم للصالات لاحظت أن هناك ضعفاً في التوافق الحركي والمهارات الاساسية وصعوبة واضحة في تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات لدى طالبات المرحلة الاولى ويمكن ان يعود هذا إلى قلة استخدام التمارين التوافقية المهارية والتي من الممكن ان تساهم في عملية تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية لذا ارتأيت الباحثة دراسة هذه المشكلة ومحاولة حلها أو التغلب عليها من خلال اعداد مجموعة من التمارين التوافقية المهارية وتطبيقها على عينة البحث . اما أهداف البحث :

- أعداد تمارين توافقية مهارية بكرة القدم للصالات .

- تعرف تأثير التمارين التوافقية المهارية في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات لطالبات المرحلة الاولى . فرضيتا البحث :

1. للتمارين التوافقية المهارية تأثيرا ايجابيا في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات

لطالبات المرحلة الاولى . مجالات البحث :

1- 5- 1 المجال البشري : : طالبات المرحلة الاولى -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة بابل

1- 5- 2 المجال الزمني : : للمدة من(1/11/ 2025) ولغاية (15/ 1 / 2026) .

1- 5- 3 المجال المكاني : . ملعب كرة قدم الصالات -كلية التربية الرياضية -جامعة بابل . مجتمع البحث وعينته :

يشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل والبالغ عددهن 17

طالبة

أما العينة فتم اختيارها بطريقة العمدية بطريقة القرعة لتمثل إحداها المجموعة التجريبية والأخرى المجموعة الضابطة ،
وبلغ عدد أفراد العينة (16) طالبة بعد استبعاد (1) طالبة بسبب الحالة الصحية وممارستهم للعبة ضمن منتخب التربية
والراسبين في المرحلة نفسها ، الاستنتاجات

استناداً الى ما اسفرت عنه نتائج البحث توصلت الباحثتان الى الاستنتاجات الآتية:-

1- للتمرينات التوافقية المهارية تأثير إيجابي في تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات لطالبات
المرحلة الاولى .

2- ان التشويق والمتعة والتنافس الموجود في التمرينات التوافقية المهارية زاد من دافعية عينة البحث في اداء التمرينات
التوافقية المهارية وسهل عملية تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات.

3- ان التمرينات التوافقية المهارية المتنوعة كانت فعالة ولها تأثيرا واضح في تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية
بكرة القدم للصالات لطالبات المرحلة الاولى

2-5 التوصيات :-

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث يوصي بما يأتي :

1- اتباع الاسلوب العلمي عند اختيار التمرينات التوافقية المهارية للوحدة التعليمية مع مراعاتها لطبيعة وخصائص
الطالب.

2- ضرورة اعتماد التمرينات التوافقية المهارية على اهداف مختلفة خلال الوحدة التعليمية والتي كان لها التأثير
الاجابي في تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات لدى الطلاب .

3- اجراء دراسات مشابهة لاستخدام التمرينات التوافقية المهارية لبقية مهارات خماسي كرة القدم والالعاب الاخرى ولجميع
المراحل العمرية .

تنمية التوافق الحركي للطلاب والتي بدورها تساعد في تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات

1 . التعريف بالبحث :

1 . 1 المقدمة وأهمية البحث :

للتوافق الحركي دور مهم واساسي في الوصول الى الاداء الامثل ، ولأنه لا يمكن الوصول الى الاداء الآلي مالم تشترك جميع اجزاء الجسم لأداء المهارة من خلال تناسق وتوافق وتنظيم وترتيب هذه الاجزاء مع بعضها البعض لانجاز الواجب المطلوب فالمهارات الأساسية هي إحدى مكونات لعبة الخماسي فضلا عن اللياقة البدنية والصفات الحركية والنواحي النفسية والتربوية والذهنية والتي تعمل على تحسين مستوى الأداء جاءت أهمية البحث كونها تحاول الكشف في هذه التمرينات في تنمية التوافق الحركي وبإتباع الأسلوب العلمي الصحيح والتدرج والانتقال بالتعلم من السهل إلى الصعب وإدخال عامل التشويق والإثارة من خلال التمرينات التوافقية المهارية والتي تزيد من تنمية الطلاب صفة التوافق الحركي وتعلم المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات بشكل أفضل من الطرق التقليدية المتبعة .

1 . 2 مشكلة البحث :

يعد الاداء الحركي في لعبة كرة القدم للصالات من الواجبات المهمة التي يجب على اللاعبين إتقانها ومن خلال ملاحظة الباحثة كونها تدريسية وإطلاعها على الدراسات والبحوث السابقة حول لعبة كرة القدم للصالات لاحظت أن هناك ضعفاً في التوافق الحركي والمهارات الاساسية وصعوبة واضحة في تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات لدى طالبات المرحلة الاولى ويمكن ان يعود هذا إلى قلة استخدام التمرينات التوافقية المهارية والتي من الممكن ان تساهم في عملية تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية لذا ارتأت الباحثة دراسة هذه المشكلة ومحاولة حلها أو التغلب عليها من خلال اعداد مجموعة من التمرينات التوافقية المهارية وتطبيقها على عينة البحث .

1 . 3 أهداف البحث :

- أعداد تمرينات توافقية مهارية بكرة القدم للصالات .
- تعرف تأثير التمرينات التوافقية المهارية في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات لطالبات المرحلة الاولى .

1 . 4 فرضيتا البحث :

2. للتمرينات التوافقية المهارية تأثيرا ايجابي في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات لطالبات المرحلة الاولى .

1 - 5 مجالات البحث :

- 2- 5- 1 المجال البشري : : طالبات المرحلة الاولى -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة بابل

2- 5- 2 المجال الزمني : للمدة من (2025 /11/1) ولغاية (2026 / 1 /15).

5-1- 3 المجال المكاني :. ملعب كرة قدم الصالات -كلية التربية الرياضية -جامعة بابل .

6-1 تحديد المصطلحات :

التوافق الحركي : " معناه التنظيم والتنسيق الترتيب التوبيب/ فالتوافق ترتيب وتنظيم الجهد المبذول للكائن الحي طبقاً للهدف"⁽¹⁾ . " التوافق الحركي هو قدرة الفرد على إدماج أنواع من الحركات بين عمل الجهازين العصبي والعضلي في موقف واحد يتسم بالانسيابية وحسن الاداء " (التعريف الاجرائي) .

التمرينات التوافقية : "هي الحركات الفعالة التي تعتمد على العمل المنظم والمنسق بين الجهاز العصبي العضلي ، فإذا ما كان التنسيق جيد بين عمل الجهازين العصبي والعضلي تصبح الحركة منسجمة وهذا ما يعبر عنه (بالتوافق العصبي العضلي) وعندها يشعر الفرد بالقدرة على الاداء بشكل جيد " ⁽²⁾ .

3 - منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

3 - 1 منهج البحث :

، أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة المشكلة المراد حلها لان المشكلة هي التي تحدد المنهج المستخدم للحصول على المعلومات والنتائج الدقيقة .

يبين تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي

ت	المجموعات	الخطوة الاولى	الثانية	الثالثة	الخطوة الرابعة	الخطوة الخامسة
		الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي		
1	المجموعة التجريبية	اختبارات التوافق الحركي والمهارات الأساسية	التمرينات التوافقية المهارية	اختبارات التوافق الحركي والمهارات الأساسية	الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين	الفرق بين المجموعتين في الاختبار البعدي
2	المجموعة الضابطة		المنهج المتبع			

3- 2 إجراءات البحث الميدانية

3-2-1 مجتمع البحث وعينته :

⁽¹⁾ فرات جبار سعد الله ؛ أساسيات في التعلم الحركي، ط1: (عمان ، الاردن ، دار الرضوان للنشر والتوزيع، 2015) ص136.

⁽²⁾ أبو العلا احمد عبد الفتاح ؛ التدريب الرياضي الاسس الفسيولوجية ، ط1 (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997) ، ص 25 .

يشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل والبالغ عددهن 17

طالبة

أما العينة فتم اختيارها بطريقة العمدية بطريقة القرعة لتمثل إحداها المجموعة التجريبية والأخرى المجموعة الضابطة ،
وبلغ عدد أفراد العينة (16) طالبة بعد استبعاد (1) طالبة بسبب الحالة الصحية وممارستهم للعبة ضمن منتخب التربية
والراسبين في المرحلة نفسها

جدول (2)

يبين أعداد طلاب العينة في المجموعتين التجريبية والضابطة ونسبهم المئوية

توزيع المجموعات	عدد الطلاب	المستبعدون	عدد العينة	النسبة المئوية
شعبة (أ) تجريبية	17	1	8	%47.05
شعبة (ب) ضابطة	17	0	8	%47.05
المجموع	17	1	16	%94.11

3 - 3 وسائل جمع المعلومات والادوات المستخدمة في البحث :-

3 - 3 - 1 وسائل جمع المعلومات :-

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية .
- الدراسات والبحوث السابقة .
- إستمارة استبيان لتحديد الاختبارات الملائمة لأجراء البحث * .
- الوسائل الاحصائية .

3 - 4 تحديد متغيرات البحث .

3 - 4 - 1 تحديد أهم اختبارات التوافق الحركي :-

* أنظر الملحق (3 ، 4 ، 5) .

قام الباحث بتصميم استمارة استبانة* موضحاً فيها اختبارات التوافق الحركي بكرة القدم للصالات التي اجتمعت المصادر عليها وبعد عرضها على المختصين البالغ عددهم (ثلاثة عشر مختصاً) أستخرج الباحث النسبة المئوية لاختبار التوافق الحركي اذ أعتمد الباحث الاختبارات التي حصلت أعلى نسبة مئوية من الاتفاق ، إذ تم اختيار بطارية اختبار التوافق التي أعتمدها قصي حاتم في أطروحته وكانت هي كما موضحاً في الجدول (5).

الجدول (3)

يبين اتفاق الخبراء والمختصين بالنسبة المئوية في اختبارات التوافق الحركي

النسبة المئوية	اختبارات التوافق الحركي	ت
92%	التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليمنى بكرة القدم	1
85%	التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليسرى بكرة القدم	2
85%	التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدمين بكرة القدم	3
77%	التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب	4

3-4-2 مواصفات اختبارات التوافق الحركي (1) :

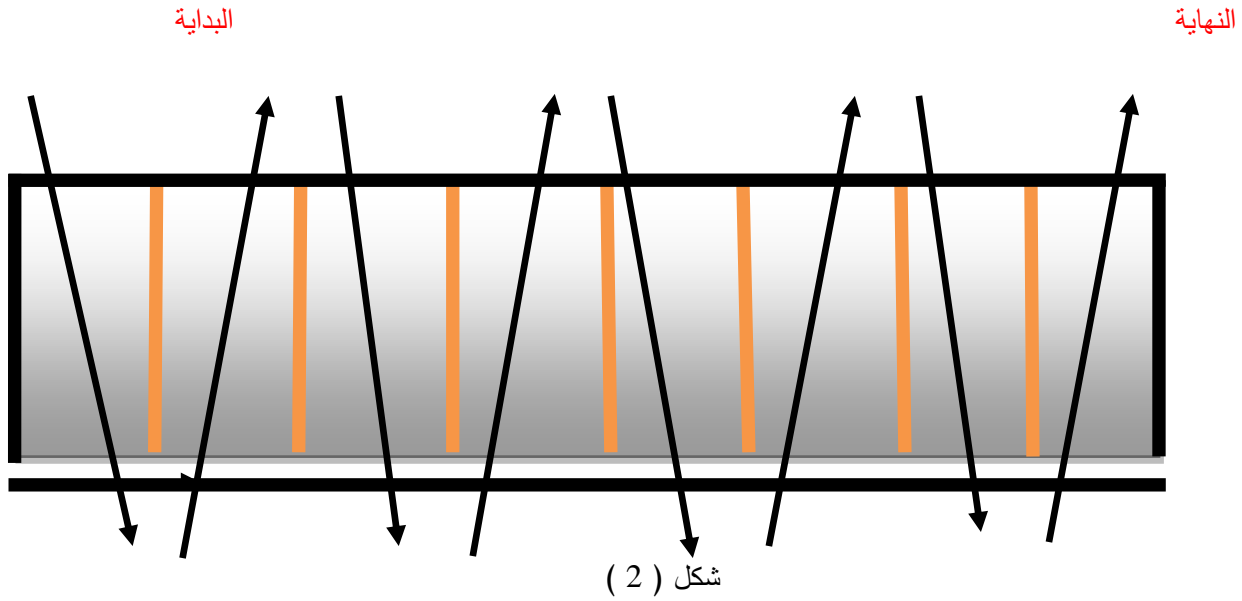
الإختبار الأول :

- أسم الإختبار:- التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب .
- الغرض من الإختبار :- قياس التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب .
- الادوات :- صافرة ، ساعة إيقاف ، مسطح على شكل مدرج مقسم الى ثمانية أقسام بشكل مستطيل .
- مواصفات الإداء :- يقوم المختبر بعملية القفز على المشطين بالتعاقب والانتقال عبر الثمانية مستطيلات إذ يبلغ قياس كل مستطيل في المدرج بعرض (40سم) وطوله (35سم) من داخل الحافة الخارجية للمدرج إذ يبلغ الطول الكلي للمدرج (280سم) وكما مبين في الشكل (2) .

* أنظر الملحق (3) .

(1) قصي حاتم خلف ؛ تأثير تمرينات الشبكة التدريبية بإسلوب اللعب في تطوير أهم مؤشرات التوافق الحركي وبعض المهارات الأساسية لدى ناشئي كرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، جامعة ديالى ، كلية التربية الأساسية ، 2013) ص 84 .

- التسجيل :- يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثمانية مستطيلات .



يوضح اختبار التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب

- الإختبار الثاني :

- أسم الإختبار :- التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليمنى بكرة

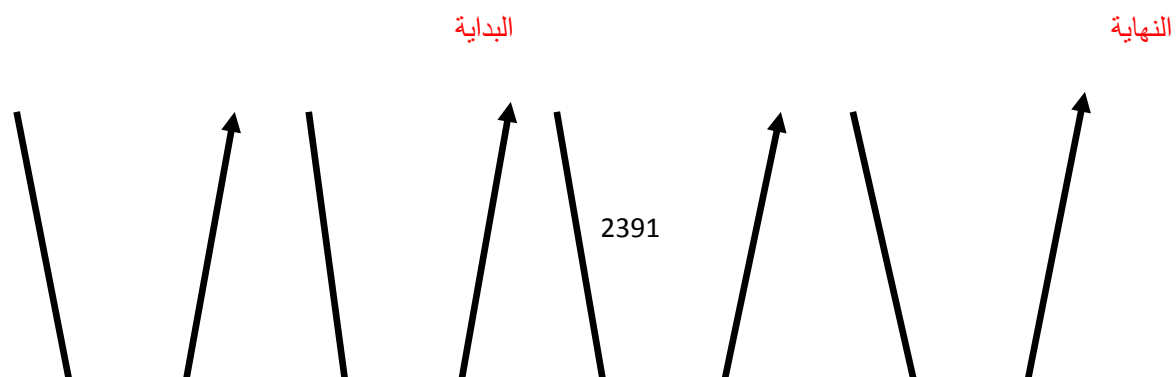
- القدم .

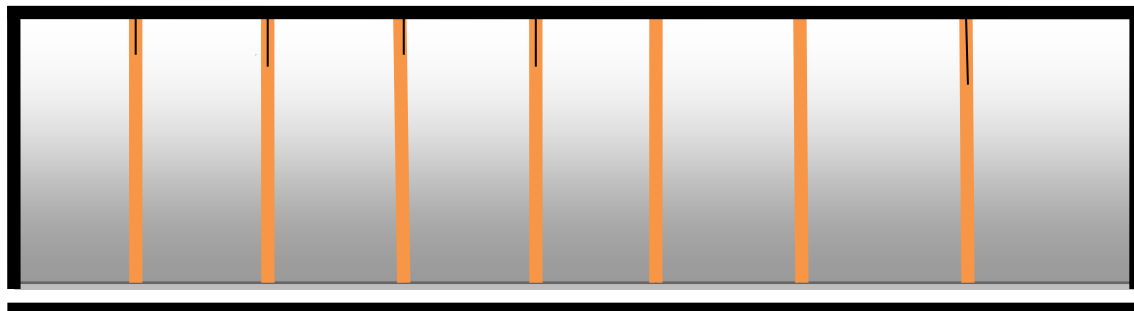
- الغرض من الإختبار :- قياس التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليمنى بكرة القدم .

- الادوات :- صافرة ، ساعة إيقاف ، مسطح على شكل مدرج مقسم الى ثمانية أقسام بشكل مستطيل ، كرة قدم خماسي عدد (1).

- مواصفات الإداء :- يقوم المختبر بعملية القفز على المشطين بالتعاقب والانتقال عبر الثمانية مستطيلات إذ يبلغ قياس كل مستطيل في المدرج بعرض (40سم) وطوله (35سم) من داخل الحافة الخارجية للمدرج إذ يبلغ الطول الكلي للمدرج (280سم) مع استلام الكرة من قبل المدرب ويقوم المختبر بمناولة الكرة برجله اليمين من جهة اليسار من جهة المدرج وكما مبين في الشكل (3) .

- التسجيل :- يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثمانية مستطيلات .





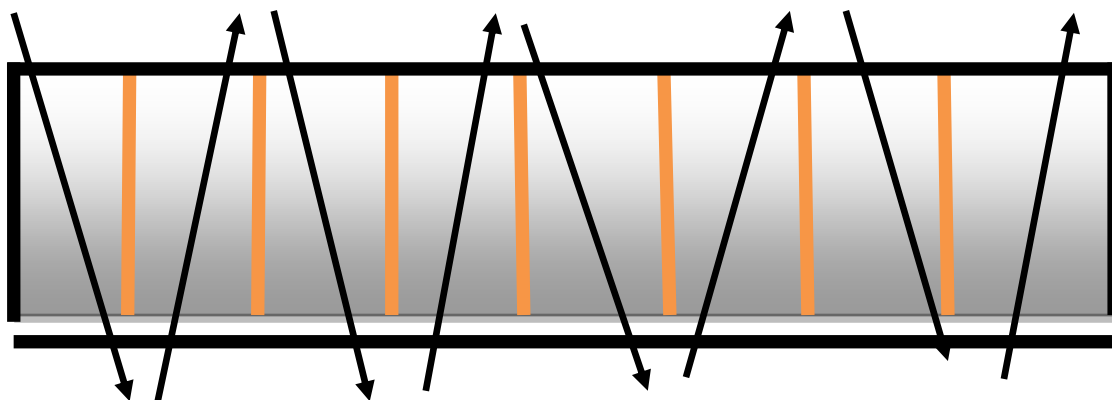
شكل (3)

يوضح اختبار التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليمنى بكرة القدم

- الإختبار الثالث :
- أسم الإختبار :- التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليسرى بكرة القدم .
- الغرض من الإختبار :- قياس التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليسرى بكرة القدم .
- الادوات :- صافرة ، ساعة إيقاف ، مسطح على شكل مدرج مقسم الى ثمانية أقسام بشكل مستطيل ، كرة قدم خماسي عدد (1) .
- مواصفات الإداء :- يقوم المختبر بعملية القفز على المشطين بالتعاقب والانتقال عبر الثمانية مستطيلات إذ يبلغ قياس كل مستطيل في المدرج بعرض (40سم) وطوله (35سم) من داخل الحافة الخارجية للمدرج إذ يبلغ الطول الكلي للمدرج (280سم) مع استلام الكرة من قبل المدرب ويقوم المختبر بمناولة الكرة برجله اليسار من جهة اليمين من جهة المدرج وكما مبين في الشكل (4) .
- التسجيل :- يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثمانية مستطيلات .

البداية

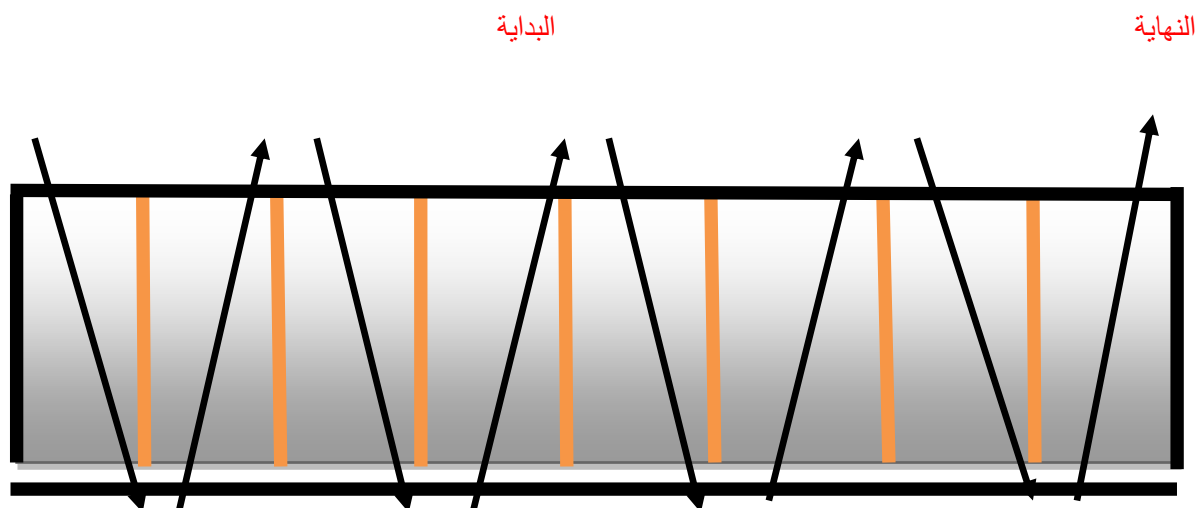
النهاية



شكل (4) يوضح اختبار التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليسرى بكرة القدم

▪ الإختبار الرابع :

- أسم الإختبار:- التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدمين بكرة القدم.
- الغرض من الإختبار :- قياس التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدمين بكرة القدم .
- الادوات :- صافرة ، ساعة إيقاف ، مسطح على شكل مدرج مقسم الى ثمانية أقسام بشكل مستطيل ، كرات قدم خماسي عدد (2) .
- مواصفات الإداء :- يقوم المختبر بعملية القفز على المشطين بالتعاقب والانتقال عبر الثمانية مستطيلات إذ يبلغ قياس كل مستطيل في المدرج بعرض (40سم) وطوله (35سم) من داخل الحافة الخارجية للمدرج إذ يبلغ الطول الكلي للمدرج (280سم) مع استلام الكرة من قبل المدرب ومساعدته ويقوم المختبر بمناولة الكرة برجله اليمين من جهة اليسار ورجله اليسار من جهة اليمين من المدرج وكما مبين في الشكل (5) .
- التسجيل :- يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثمانية مستطيلات .



شكل (5)

يوضح اختبار التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدمين بكرة القدم

3 - 4 - 3 تحديد اهم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات:-

. قامت الباحثتان بعرض استمارة استبانة على مجموعة من الخبراء البالغ عددهم (13) خبير من العاملين في المجال الرياضي الأكاديمي ، لتحديد أهم المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات، ولهذا فقد وقع اختيارهم على بعض المكونات وأعطوا أهميتها للباحث وبعد جمع البيانات وتفرغها ومعالجتها إحصائياً بحسب النسبة المئوية عن طريق استمارة تفرغ البيانات التي أعدتها الباحثتان .

جدول (4)

يبين اتفاق الخبراء والمختصين بالنسب المئوية في اختيار مكونات الاداء المهاري كرة القدم للصالات

ت	المهارات الأساسية	المجموع (13) خبير	النسبة المئوية
1	دقة المناولة	65	% 100
2	دقة التهديف	65	% 100
3	الدحرجة	62	%95
4	الاخماد	40	%62

3 - 4 - 4 ترشيح الاختبارات الخاصة للمهارات الأساسية بكرة القدم للصالات:

بعد ان حددت المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات في ضوء ما أفرزته الاستبانة الخاصة بها ، قام الباحث بالاطلاع على الرسائل والاطاريح ومصادر القياس والتقويم التي لها علاقة باختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات(قيد البحث) وأعدت الباحثتان استبانة* أخرى بغية ترشيح أهم الاختبارات الخاصة بقياس المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات . وعرضت الاستبانة على خبراء في مجال التخصص البالغ عددهم (13) بعد وضع لكل مهارة ثلاثة اختبارات .

جدول (5)

يبين النسب المئوية للاختبارات المرشحة من قبل الخبراء والمختصين

ت	المهارات الأساسية	الاختبارات المهارية (13) خبير	الهدف من الاختبار	التكرار	النسبة المئوية
---	-------------------	---------------------------------	-------------------	---------	----------------

* أنظر الملحق (5) .

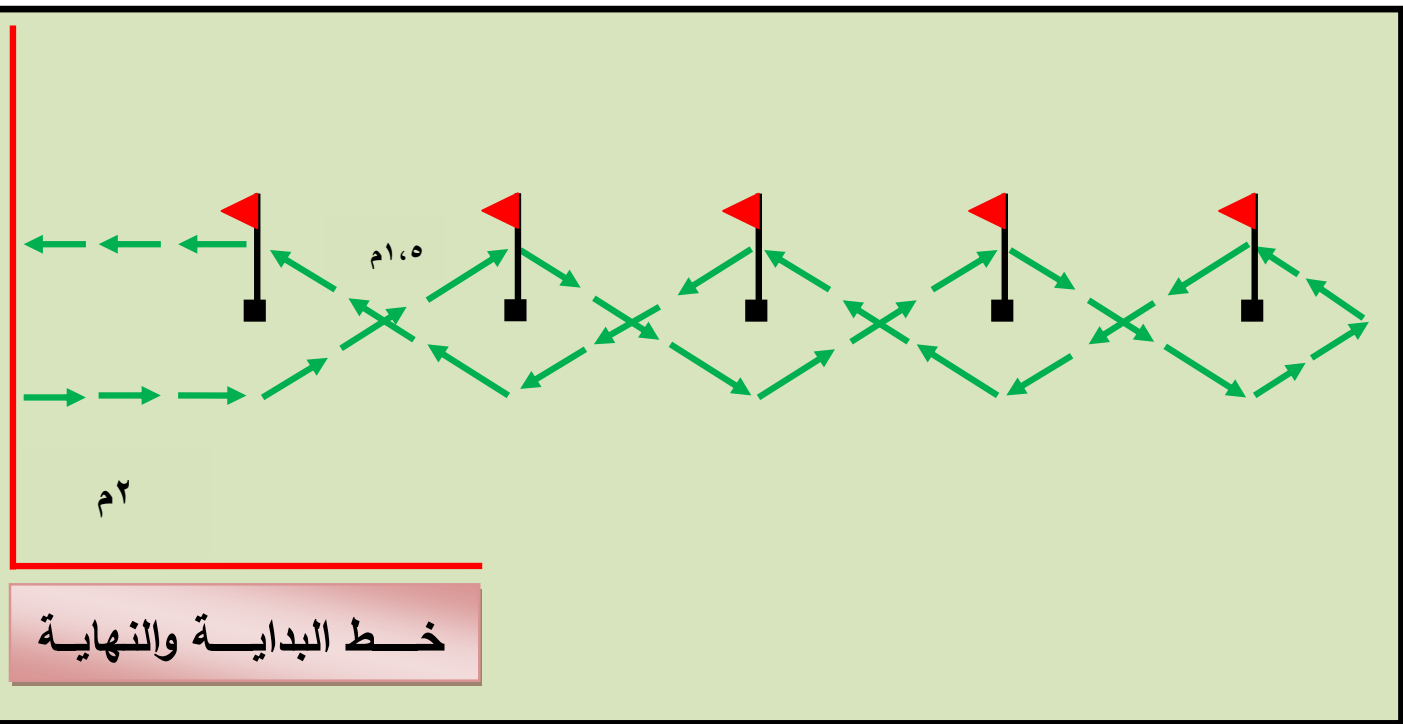
الدرجة	1	1- الدرجة بالكرة بين (5 شواخص) بين شاخص وآخر (1,5م) ذهابا وإيابا . 2- درجة الكرة حول اربعة شواخص على شكل قوس . 3- الدرجة بين شواخص مختلفة المسافات .	قياس القدرة على الدرجة	10	77 %
دقة المناولة المناولة الشخصية	2	1- اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد (15 م) ارتفاع (75 سم) ويعرض (1 م) . 2- اختبار تمرير الكرة نحو ثلاث دوائر متداخلة مرسومة على الارض من مسافة (10 م) . 3- اختبار المناولة المرتدة من مسافة (8 م) على جدار لمدة (30 ثانية) .	قياس دقة التسليم والمناولة	9	69 %
دقة التهديد ابعاد الهدف 2x3 مقسم الى مربعات	3	1- اختبار التهديد نحو هدف مقسم الى مربعات من الجانبين . 2- اختبار التهديد بالقدم على المستطيلات المتداخلة على الجدار . 3- اختبار التهديد من الحركة بين الشواخص ، مختلفة المسافات .	قياس دقة التهديد	9	69 %
				2	15 %
				2	15 %

3-4-5 مواصفات الاختبارات المختارة للمهارات الاساسية بكرة القدم للصالات :-

- الاختبار الاول .
- الدرجة : -
- اسم الاختبار:- اختبار الدرجة بالكرة بين (5 شواخص) بين شاخص وآخر (1,5م) ذهابا وإيابا ⁽¹⁾ .
- الغرض من الاختبار:- قياس مدى قدرة المختبر على التحكم في الكرة في أثناء الجري بها بين الشواخص.
- الادوات : - كرة قدم (لصالات) عدد (1) ، شواخص عدد (5) ، ساعة توقيت ، ملعب توضع فيه (5) شواخص في خط مستقيم المسافة بين شاخص وآخر (1.5م) والمسافة بين خط البداية وأول شاخص (2م).

(1) فرات جبار وهافال خورشيد ؛ مصدر سبق ذكره ، 2011 ، ص 215 .

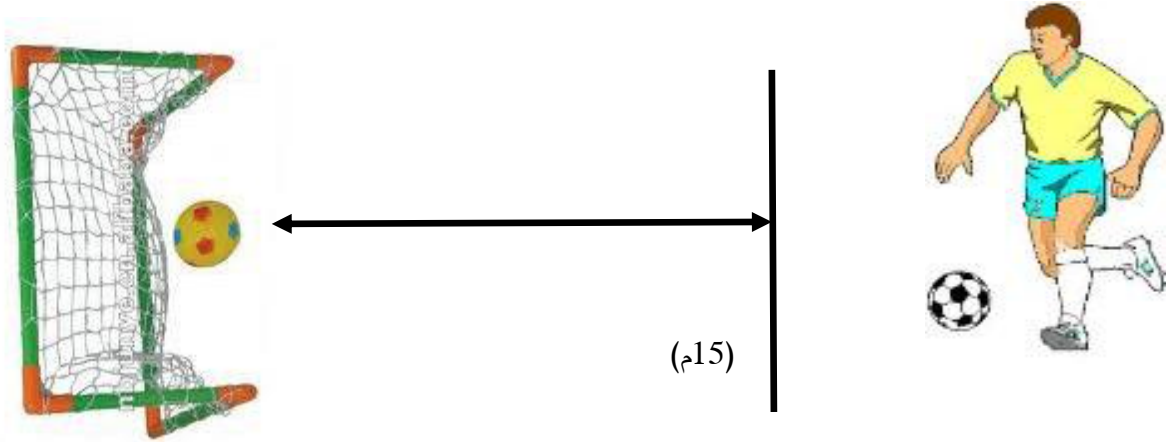
- وصف الاداء : - يقف المختبر بالكرة على خط البداية، وعند إعطاء إشارة البدء يجري المختبر بين الشواخص جرياً متعرجاً حتى يصل إلى آخر شاخص يدور حوله ويعود إلى خط البداية بالطريقة نفسها، للاعب الحق في استخدام كلتا القدمين ، وكما موضح في الشكل (6) .
- شروط الاداء : -
- يمكن للمختبر أن يبدأ باجتياز الشاخص الأول من جهة اليمين أو اليسار.
- يجب عدم توقف حركة اللاعب في أثناء الاختبار.
- تعاد المحاولة في حال سقوط الشاخص .
- طريقة التسجيل : -
- يحتسب للمختبر الزمن لأقرب ثانية من لحظة إعطائه إشارة البدء حتى عودته لخط البداية مرة أخرى .



- الغرض من الاختبار:- قياس دقة المناولة .
- الادوات : - كرات قدم خماسي عدد (5) ، وهدف صغير أبعاده (1م x 75سم).

(1) ثامر محسن اسماعيل وآخرون ؛ الاختبار والتحليل لكرة القدم : (الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1999)

- اجراءات الاختبار : - يرسم خط بطول (1م) على بعد (15م) عن الهدف الصغير، وتوضع كرة ثابتة على خط البداية بحسب ما موضح في الشكل (7) .
- وصف الاداء : - يقف اللاعب خلف خط البداية مواجهاً للهدف الصغير، يبدأ عند إعطاء الاشارة بمناولة الكرة نحو الهدف لتدخل اليه ، وتعطى لكل لاعب (5) خمس محاولات متتالية .
- طريقة التسجيل : -
- تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي حصل عليها اللاعب من مناولة الكرات الخمس وعلى النحو الآتي :
 - ✚ درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل الى الهدف الصغير .
 - ✚ درجة واحدة إذا مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف .
 - ✚ صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير .



الشكل (7)

يوضح اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة (15م)

▪ الاختبار الثالث .

▪ التهديد .

▪ اسم الاختبار:- التهديد نحو هدف مقسم الى مربعات مرقمة من الجانبين (1)

▪ الغرض من الاختبار:- قياس دقة التهديد نحو الهدف.

▪ الادوات : -

✚ كرات قدم (للصالات) عدد (5).

✚ شريط لتعيين منطقة التهديد للاختبار .

✚ هدف كرة القدم للصالات.

✚ ملعب كرة القدم لصالات.

وصف الاداء :- توضع (5) كرات في أماكن مختلفة ومحددة بمسافة (10م) عن الهدف إذ يقوم المختبر بالتهديد في

المناطق المؤشرة في الإختبار على وفق أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر المسافة بين كرة وأخرى (50)

سم. كما موضح بالشكل (8) .

▪ شروط الاداء : - يبدأ الاختبار من الكرة (1) وينتهي بالكرة رقم (5) .

طريقة التسجيل : - تحتسب عدد الإصابات التي تدخل الأهداف أو تمس جوانبها وكالاتي :-

✚ (4) درجات عند التهديد في المجال رقم (4).

✚ (3) درجات عند التهديد في المجال رقم (3).

✚ (2) درجتان عند التهديد في المجال رقم (2).

✚ (1) درجة واحدة عند التهديد في المجال رقم (1).

✚ (صفر) خارج حدود التهديد.

✚ يعطى المختبر محاولة واحدة.

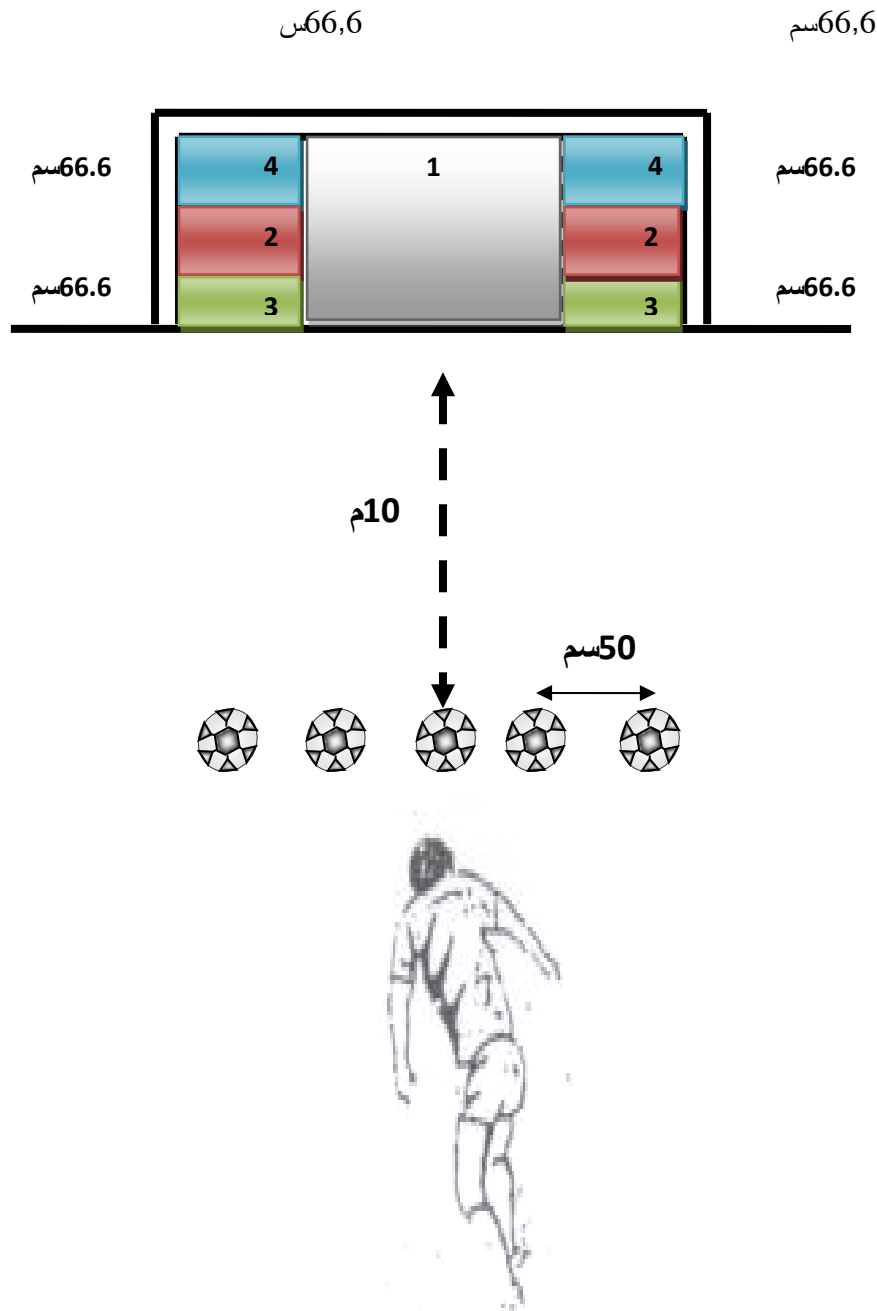
(1) بعث عبد المطلب عبد الحمزة ؛ تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية - مهارية) لاختبار ناشيء خماسي كرة القدم

في بغداد للاعمار (14 - 16) سنة : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2011) ص

. 210

قياس كل مربع في كلا الجانبين يبلغ 66,6 سم .

قياس المربع في الوسط يبلغ 166,8 سم



الشكل (8)

يوضح اختبار التهديف

3-5 التجارب الاستطلاعية:

قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية لاختبارات التوافق الحركي عينة مكونة من (5 طلاب) من عينة البحث

يوم الاحد الموافق (7 / 11 / 2025) في تمام الساعة العاشرة صباحا على عينة مكونة

3-6 الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث :

سعى الباحث الى ايجاد الاسس العلمية في الاختبارات لغرض تحديد مدى صلاحية هذه الاختبارات التي تنبأها والمختارة اي مدى صدقها وثباتها وموضوعيتها.

3-6-1 صدق الاختبار : -

يقصد بصدق الاختبار " هو قدرته على قياس ما وضع من أجله أو ما يفترض الاختبار أن يقيسه سواء أكانت صفة بدنية أم مهارية أم نفسية أم سمة من السمات الشخصية" ⁽¹⁾ . وهناك أنواع عدة من صدق الاختبار، لذا قامت الباحثتان باستخراج الصدق بطريقة الصدق الظاهري للاختبارات الخاصة بالتوافق الحركي والمهارات الاساسية بكرة القدم للصالات قيد البحث وذلك من خلال عرض الاختبارات على الخبير المختص قبل تنفيذها للحكم على مدى صلاحيتها وقدرتها على قياس ما وضعت لأجله، ومدى ملاءمتها لمستوى أفراد العينة .

3-6-2 ثبات الاختبار : -

، أذ تم اجراء الاختبار الاول للتوافق الحركي يوم الاحد الموافق (16 / 11 / 2025) وأعيد الاختبار نفسه مرة ثانية بعد مرور (سبعة أيام) في يوم الاحد الموافق (23 / 11 / 2025) على العينة نفسها والمكونة من (10) طلاب من عينة البحث الرئيسية، اما ثبات اختبارات المهارات الاساسية فكان الاختبار الاول يوم الاثنين 2025/11/17 واعيد بعد سبعة ايام في يوم الاثنين 2025/11/24، قد تم حساب الثبات بواسطة معامل ارتباط بيرسون والجدولين (8) و (9) يوضحان ذلك .

جدول (6)

يبين معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي للاختبارات التوافق الحركي

ت	الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
1	اختبار التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب	ثانية	0.83	0.91
2	اختبار التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليمنى بكرة القدم	ثانية	0.73	0.85
3	اختبار التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليسرى بكرة القدم	ثانية	0.91	0.95
4	اختبار التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدمين بكرة القدم	ثانية	0.80	0.89

(1) لؤي غانم الصميدعي (وآخرون) ؛ الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي : ط1 (اربيل ، 2012) ص 102 .

جدول (7)

يبيّن معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي لاختبارات المهارات الأساسية

ت	الاختبارات	وحدة القياس	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
1	اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد 15م ارتفاع (75 سم) ويعرض (1 م)	درجة	0.92	0.95
2	اختبار الدرجة بين (5) شواخص ذهابا وإيابا بين شاخص وآخر 1,5م	ثانية	0.81	0.90
3	اختبار التهديد نحو هدف مقسم الى مربعات	درجة	0.74	0.86

3-6-3 موضوعية الاختبارات : -

يقصد بموضوعية الاختبار بأنها "الاتفاق في الآراء في أكثر من محكم لترتيب أو تقييم الافراد في أثناء الاختبار" (1). وبما ان الاختبارات التي تم استخدامها تعتمد على ادوات قياس واضحة ولأن نتائج الاختبارات يتم تسجيلها بوحدات (الزمن ، ثانية / درجة) الامر الذي جعل الباحثان يعد الاختبارات المستخدمة في البحث ذات موضوعية عالية .

3-7-7 تطبيق تجربة البحث :-

3-7-1 الاختبار القبلي : -

تم اجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث في يوم الخميس الموافق (7 / 11 / 2025) ، وقد قامت الباحثة بتثبيت الظروف وطريقة اجراء الاختبارات وفريق العمل المساعد من اجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند اجراء الاختبارات البعيدة

3-8-8 تطبيق التجربة الرئيسية : -

3-8-1 التجربة الرئيسية : -

(1) لؤي غانم الصميدعي و(آخرون)؛ مصدر سبق ذكره ، 2010 ، ص 137 .

تم العمل بالتجربة الرئيسة لعينة البحث في يوم الاحد الموافق (7 / 11 / 2025) والانتهاؤها منها في يوم الاربعاء الموافق (30 / 12 / 2025) على افراد المجموعة التجريبية وبواقع (وحدتين) تعليمية بالأسبوع الواحد (الاحد ، والثلاثاء) وبلغ عدد الوحدات التعليمية (16) وحدة واستغرق زمن كل وحدة تعليمية (45) دقيقة

3-8-2 الاختبارات البعدية :

تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية وبعد مضي فترة ثمانية أسابيع على تطبيق التمرينات خلال دروس التربية الرياضية المخصصة لهم. في يوم الأحد المصادف 5 / 1 / 2026 في تمام الساعة التاسعة صباحاً . وحرصت الباحثة على تثبيت الظروف نفسها التي استعملت في الاختبار القبلي من حيث الزمان والمكان والأدوات المستعملة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد.

3-9 الوسائل الإحصائية :

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات الناتجة من خلال الاختبارات القبلية والبعدية عن طريق نظام (spss) .

الباب الرابع

4 - عرض وتحليلها النتائج ومناقشتها :

4-1-1 عرض وتحليل نتائج اختبارات التوافق الحركي في الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة

التجريبية ومناقشتها .

الجدول (8)

الاختبارات التوافق الحركي	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		نسبة التطور	س-ف	ع ف	T المحسوبة	T الجدولية	الدلالة الاحصائية
		س-ع	+ع	س-	+ع						
التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب	ث/د	7.030	0.59	5.156	0.71	26.65 %	1.874	1.30	6.44	1.73	معنوي
التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليمنى بكرة القدم		12.50	1.27	7	0.97	44 %	5.5	2.24	11		معنوي
التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليسرى بكرة القدم		13.14	1.12	7.72	0.56	41.24 %	5.42	1.69	14.64		معنوي
التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدمين بكرة القدم		14.26	0.66	9.55	0.53	33.02 %	4.71	1.21	17.44		معنوي

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة التطور وفرق المتوسطات ومجموع الانحرافات عن متوسطاتها الحسابية والقيم التائية المحسوبة والجدولية لأفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات التوافق الحركي

4 - 1 - 2 عرض وتحليل نتائج اختبارات التوافق الحركي في الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة

الضابطة ومناقشتها :-.

لغرض معرفة الفروق بين الأوساط الحسابية للتوافق الحركي (قيد البحث) في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ومعرفة انحراف الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق استخدم الباحث القوانين الاحصائية المناسبة لمعالجة البيانات واستخراج النسب المطلوبة وحسب ما مبين في الجدول (12) .

الجدول (9)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة التطور وفرق المتوسطات ومجموع الانحرافات عن متوسطاتها الحسابية والقيم التائية المحسوبة والجدولية لأفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات التوافق الحركي

اختبارات التوافق الحركي	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		نسبة التطور	س-ف	ع ف	T المحسوبة	T الجدولية	الدالة الاحصائية
		س-	ع +	س-	ع +						
التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب	ث/د	7,39	0,483	7,21	0,481	%2,435	0,18	0,96	0,85	1,73	غير معنوي
التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليمنى بكرة القدم		8,72	0,55	8,38	0,562	%3,90	0,34	1,11	1,41		غير معنوي
التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليسرى بكرة القدم		9,83	1,60	9,61	1,43	%2,23	0,22	3,03	0,32		غير معنوي
التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدمين بكرة القدم		13,39	1,34	13,21	0,82	%1,34	0,18	2,17	0,37		غير معنوي

4 - 1 - 3 عرض وتحليل نتائج اختبارات التوافق الحركي في الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة ومناقشتها .

جدول (10)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات البعدية للمجموعتين

التجريبية والضابطة في التوافق الحركي

الدالة الاحصائية	T الجدولية	T المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	اختبارات التوافق الحركي
			ع - +	س -	ع - +	س -		
معنوي	1,69	10,84	0.71	5.15 6	0.481	7.21	ثانية	التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب
معنوي		5,52	0.97	7	0.562	8.38		التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليمنى بكرة القدم
معنوي		5,4	0.568	7.72	1.43	9.61		التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم اليسرى بكرة القدم
معنوي		16,63	0.53	9.55	0.82	13.21		التوافق بين العين والرجلين بالتعاقب بالقدم بكرة القدم

4 - 2 عرض وتحليل نتائج اختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم للصلالات في الاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث .

4 - 2 - 1 عرض وتحليل نتائج اختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم للصلالات في الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ومناقشتها

جدول (11)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الأوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في المهارات الأساسية بكرة القدم للصلالات

المهارات الأساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		نسبة التطور	س-ف	ع ف	T المحسوبة	T الجدولية	الدلالة الاحصائية
		س-	ع +	س-	ع +						
الدرجة	ثانية	12.9	1.67	10.36	1.33	20,12 %	2,61	3.01	3,89	1,73	معنوي
المناولة	درجة	3.05	0.94	4.65	1.06	52,45 %	1,6	2.03	3,55		معنوي
التهديف	درجة	6.65	1.59	9.65	1.46	45.11 %	3	3.05	4,41		معنوي

4 - 2 - 2 عرض وتحليل نتائج اختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات في الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ومناقشتها

جدول (12)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الأوساط الحسابية للفروق وانحرافات الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المهارات الأساسية

المهارات الأساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		نسبة التطور	س-ف	ع ف	T المحسوبة	T الجدولية	الدلالة الاحصائية
		س-	ع +	س-	ع +						
الدرجة	ثانية	13,2	1,91	12,35	1,49	6,52 %	0,86	3,40	1,13	1,73	غير معنوي
المناولة	درجة	2,85	1,30	3,15	1,08	10,52 %	0,3	2,39	0,56		غير معنوي
التهديف	درجة	6,1	1,61	7	2,49	14,75 %	0,9	4,11	0,98		غير معنوي

4 - 2 - 3 عرض وتحليل نتائج اختبارات المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات في الاختبارات البعيدة للمجموعة التجريبية والضابطة ومناقشتها .

لغرض معرفة الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات البعيدة للمجموعتين التجريبية والضابطة في مكونات الاداء المهاري بكرة القدم للصالات ، وبحسب ما مبين في الجدول (19) .

جدول (13)

الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة للاختبارات البعيدة للمجموعتين

التجريبية والضابطة في مكونات المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات

المهارات الاساسية	وحدة القياس	المجموعة الضابط		المجموعة التجريبية		T المحسوبة	T الجدولية	الدالة الاحصائية
		س -	ع + -	س -	ع + -			
الدرجة	ثانية	12,35	1,49	10,36	1,33	4,42	1,69	معنوي
المناولة	درجة	3,15	1,08	4,65	1,06	4,41		معنوي
التهديف	درجة	7	2,49	9,65	1,46	4,01		معنوي

ت الجدولية (1,69) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (38) .

يتضح لنا من الجدول (13) قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم الاوساط في الاختبارات البعيدة للمجموعة

التجريبية والضابطة في المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

استناداً الى ما اسفرت عنه نتائج البحث توصلت الباحثان الى الاستنتاجات الاتية:-

4- للتمرينات التوافقية مهارية تاثير ايجابي في تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات لطالبات

المرحلة الاولى .

- 5- ان التشويق والمتعة والتنافس الموجود في التمرينات التوافقية المهارية زاد من دافعية عينة البحث في اداء التمرينات التوافقية المهارية وسهل عملية تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات.
- 6- ان التمرينات التوافقية المهارية المتنوعة كانت فعالة ولها تأثيرا واضح في تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات لطالبات المرحلة الاولى

5-2 التوصيات :-

- في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث يوصي بما يأتي :
- 4- اتباع الاسلوب العلمي عند اختيار التمرينات التوافقية المهارية للوحدة التعليمية مع مراعاتها لطبيعة وخصائص الطالب.
- 5- ضرورة اعتماد التمرينات التوافقية المهارية على اهداف مختلفة خلال الوحدة التعليمية والتي كان لها التأثير الايجابي في تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات لدى الطلاب .
- 6- اجراء دراسات مشابهة لاستخدام التمرينات التوافقية المهارية لبقية مهارات خماسي كرة القدم والالعاب الاخرى ولجميع المراحل العمرية .

المصادر العربية

❖ القرآن الكريم

- ❖ أبو العلا احمد عبد الفتاح ؛ التدريب الرياضي الاسس الفسيولوجية ، ط1 (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997)
- ❖ أسعد لازم علي ووميض شامل كامل ، دراسة تقويمية للدورة التدريبية الاولى بكرة القدم الخماسي للصالات المقامة في محافظة البصرة ، (2010) .
- ❖ أمين انور واسامة كامل ؛ التربية الحركية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1983) .
- ❖ بعث عبد المطلب عبد الحمزة ؛ تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية - مهارية) لاختبار ناشيء خماسي كرة القدم في بغداد للاعمار (14 - 16) سنة : (جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2011) .
- ❖ ثامر محسن (وآخرون) ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم : (الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1991) .
- ❖ ثامر محسن اسماعيل وآخرون ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم : (الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1999) .

- ❖ ثائر رشيد حسن المطر؛ تأثير تمرينات مهارية بجهاز قاذف الكرات في تنمية التوقع الحركي وتعلم المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة للناشئين (أطروحة دكتوراه ، جامعة ديالى ، 2014).
- ❖ حنفي محمود مختار؛ الأسس العلمية في تدريب كرة القدم . (القاهرة : دار الفكر العربي ، 2001) .
- ❖ خليل إبراهيم سليمان الحديثي؛ التعلم الحركي ، (سوريا، دار العرب للدراسات والنشر والترجمة، 2013 م) .
- ❖ رافد مهدي قدوري ؛ جواهر التعلم الحركي ، ط1: (المطبعة المركزية /جامعة ديالى ، 2013) .
- ❖ ريسان خريط مجيد ؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج 1 : (جامعة البصرة ، 1989) .
- ❖ زهير الخشاب (وآخرون) . كرة القدم . ط 1 . الموصل : (دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988) .
- ❖ زهير قاسم الخشاب (وآخرون) ؛ كرة القدم، ط2(الموصل ،دار الكتب للطباعة والنشر، 1999) .
- ❖ زهير قاسم الخشاب وآخرون ؛ التدريب في كرة القدم ، ط2 : (الموصل ، جامعة الموصل ، 1991) .
- ❖ زهير قاسم الخشاب ومعتز يوسف ذنون ؛ كرة القدم مهارات – اختبارات – قانون ، ط1: (بيروت ، لبنان ، 2014) .
- ❖ سالم محمود مجعف؛ موسوعة الالعاب الجماعية ، ط1: (دار الاسة للنشر والتوزيع ، 2004) .
- ❖ سامي الصفار ؛ الاعداد الفني في كرة القدم : (بغداد ، جامعة بغداد ، 1984) .
- ❖ صباح رضا (وآخرون) ؛ كرة القدم للصفوف الثالثة : (بغداد ، دار الحكمة للطباعة ، 1991) .
- ❖ صدام محمد احمد؛ تأثير تمرينات خاصة بمساحات لعب مصغرة في تطوير بعض القدرات الحركية والمهارات الاساسية للاعبين الصالات بكرة القدم ، (رسالة ماجستير ،جامعة ديالى ،التربية الاساسية، 2013) .
- ❖ عادل تركي حسن وسلام جبار صاحب ؛ كرة القدم، تعليم، تدريب، ط1 . (البصرة: مطبعة النيل، 2009) .
- ❖ عادل فاضل علي ؛ التوافق الحركي مساراته ومنحنياته ، (الاكاديمية الرياضية العراقية ، 2005) .