

تأثير التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية
بكرة القدم للناشئين

م.م رعد عبدالله كاظم

اد عادل عباس ذياب

اد فرات جبار سعدالله

adilsport691@gmail.com raadalzobiey@gmail.com drfur203@gmail.com

المستخلص

يشهد العالم اليوم تطوراً متواصلاً لا يمكن استيعابه من قبل برامج التعلم وطرائقها مما يُحتم وجود برامج تُمكن المُتعلّم من تطوير المهارات الحركية بهدف تنمية إمكاناته وقابلياته وتجلت أهمية البحث في معرفة تأثير التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم، وتم استخدام المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة على عينة قوامها (20) ناشئاً اختيروا عشوائياً من بين لاعبي المدرسة الكروية بكرة القدم بأعمار (15) سنة للموسم الرياضي 2022/2023، ومن خلال المعالجات الإحصائية تم التوصل إلى إن للتمرينات المهارية المستندة الى الدماغ أهمية كبيرة في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم، وقد أوصى الباحثون إلى استخدام التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم.

الكلمات المفتاحية: تمرينات مهارية ، مهارات هجومية ،كرة القدم

**The effect of exercises Symmetrical to the brain in developing skills attack
for junior footballers .**

Prof. Dr Furat. J. Saadalla prof. dr Adil .A. Dheyab Raad .A. kadam

Abstract :

The world today is witnessing a continuous development that cannot be comprehended by learning programs and methods, which necessitates the existence of programs that enable the learner to develop motor skills in order to develop his capabilities and capabilities . The experimental method was used, with the design of the two equal experimental groups, on a sample of (20) juniors who were randomly selected from among the football school players at the age of (15) years for the sports season 2022/2023. Simulation is of great importance in developing skills attack for junior footballers, and researchers have recommended the use of exercises specific Symmetrical to the brain in developing skills attack for junior footballers.

Keywords: skill exercises, offensive skills, football

التعريف بالبحث:

المقدمة وأهمية البحث:

يشهد العالم اليوم تطوراً ملحوظاً لا يمكن استيعابه من قبل برامج التعلم وطرائقها واساليبها مما يُحتم وجود برامج تُمكن المُتعلّم من تطوير المهارات الحركية بهدف تنمية إمكاناته وقابلياته , وتُعد كُرة القدم من الألعاب الفرقية الجماهيرية لما تحمله من إثارة وتشويق نتيجة لتطوير مستوى اللاعبين بدنياً ومهارياً وخططياً مما جعل المعنويون يطلقون عليها "العبة المواهب المتعددة" (Saunder, 1997)، ولكي ترتقي الفرق والمنتخبات في مجال كرة القدم كان اهتمامها منصباً على إعداد قاعدة واسعة من ممارسي اللعبة وبأعمار صغيرة وصولاً إلى المستويات العُليا، وبما أن الانسان يتفاعل مع البيئة عن طريق الحواس البصرية والسمعية

عند انتباهه للمثيرات التي يتلقاها مما يجعله بحاجة للتفسير في الدماغ في ضوء خبراته السابقة أثناء اتخاذ القرار، وان استخدام التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ تبعاً للفروق الفردية للناشئين يُعد من النماذج التعليمية الجديدة والقليلة الاستعمال وللوصول الى تطوير مهارات كرة القدم .

إن تعلم المهارات بدلالة التمرينات المستندة الى الدماغ يؤكد على انه تحت ظروف تعلم مناسبة يستطيع كل المتعلمين تعلم ما يعطى لهم بدقة عالية، وفي ظل الظروف المناسبة يتمكن غالبية المتدربين من استثمار أقصى قدراتهم في عملية التدريب ، وتعد الرياضة المهتمة بالجانب العقلي من العلوم الجديدة التي بدأ الاهتمام بها في العالم العربي فهي تعنى بتنشيط شقي الدماغ ليعملا معا بالكفاءة نفسها لزيادة سرعة انتقال السيالات والاشارات العصبية من الدماغ الى الاطراف الحركية فضلا عن زيادة سرعة السيالات بين شقي الدماغ وهذا بدوره يسهم في زيادة الكفاءة الحركية والعمليات العقلية التي تسهم بزيادة دقة البرامج الحركية فكلما امكن اشراك جزئي الدماغ معا في الاداء كلما تحسنت القدرات الحركية بشكل واضح من اجل تحسين الاداء الحركي والقدرة على التركيز والتذكر والحفظ فضلا عن استرخاء العضلات .

تأتي أهمية البحث في استخدام التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ في الوحدات التدريبية سيؤدي إلى ممارسة الناشئين للكثير من الحركات المهارية وهذا بدوره يؤدي إلى إتقان المهارات الحركية أثناء المنافسة.

1-2 مشكلة البحث:

من خلال خبرة الباحثون ومتابعتهم الميدانية لفئة الناشئين لاحظوا عدم معرفة نوع التمرين المهارى المؤدى والمستخدم في استقبال المعلومات و تخزينها في الدماغ بالإضافة الى قلة استخدام التمرينات المناسبة لعملية الخزن في الذاكرة وبالتالي وضع هذه التمرينات الخاصة وتحديدتها الذي يعد مهما في تعلم المهارات الحركية بكرة القدم بالإضافة الى ضعف اطلاع المدربين للجوانب العقلية التي يمتاز بها كل لاعب وعدم ايلائها الاهتمام الكبير في أثناء الوحدات التدريبية والتي تحتاج إلى وضع وحدات تدريبية ومناهج مناسبة لهم ، وقلة اهتمام بعض المدربين على تطبيق الأساليب العلمية المتضمنة تقسيم اللاعبين حسب طبيعة استقبالهم للمعلومات ومعالجتها لذا وجد ان من الضروري اشراك الدماغ في عملية التعلم كونه الموجه الرئيسي لعملية توجيه العضلات الى كيفية المسار الحركي الصحيح لأداء المهارات الحركية ويتطلب العمل في المجال الرياضي التكامل التام بين العقل والجسم المستخدم في عملية فهم واستيعاب المادة التعليمية مما دعا إلى استخدام هذه التمرينات إسهاما في رفع مستوى اللعبة .

1-3 أهداف البحث:

يهدف البحث إلى:

- إعداد التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ لتطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم .
- التعرف على تأثير التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم.

- التعرف على افضلية المجموعتين التجريبية والضابطة في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم .

1-4 فرضيتا البحث:

- هناك تأثير إيجابي للتمرينات المهارية المستندة الى الدماغ في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم .

- هناك افضلية للتمرينات المهارية المستندة الى الدماغ عن الاسلوب المتبع في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: عينة من ناشئي المدرسة الكروية بكرة القدم وبعده 20 ناشئ.

1-5-2 المجال الزمني: 2022/8/15 ولغاية 2022/11/1

1-5-3 المجال المكاني: قاعات وملاعب المدرسة الكروية بكرة القدم في محافظة ديالى .

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

1-3 منهج البحث:

أن مشكلة البحث هي الجوهر الأساسي التي يتم في ضوءها تحديد المنهج الملائم، إذ أن المنهج هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة لاكتشاف الحقيقة "وعليه فأن طبيعة المشكلة اقتضت من الباحثان استخدام المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين لحل المشكلة وتحقيق أهداف البحث.
2-3 عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على (20) لاعبا من ناشئي المدرسة الكروية بكرة القدم بأعمار (15) سنة للموسم الرياضي 2022 – 2023 تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من أصل 30 ناشئاً، وبما يشكل نسبته (66.66%) من مجتمع البحث، تم تقسيمهم إلى مجموعتين الأولى تجريبية تستخدم التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ وبعدها (10) ناشئ والثانية ضابطة تستخدم الاسلوب المتبع وبعدها (10) ناشئ .
3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة ووسائل جمع المعلومات:

وهي " الوسيلة التي يستطيع من خلالها الباحث جمع البيانات وحل مشكلته لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وعينات وأجهزة" (محجوب، 1993).
1-3-3 وسائل جمع المعلومات:

- 1- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- 2- المقابلات الشخصية.
- 3- استمارة الاستبانة.
- 4- الاختبارات والمقاييس.
- 5- الملاحظة والتجريب.
- 6- استمارات لتسجيل نتائج الاختبارات الخاصة باللاعبين.
- 7- الوسائل الإحصائية.

2-3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- جهاز حاسوب (P4)+ أقراص C.D.
- جهاز عرض (Data Show).
- كاميرا تصوير فيديو نوع (Sony).
- حاسبة يدوية نوع (Sharp).
- جهاز قياس الوزن صيني المنشأ.
- شريط قياس الطول.
- حبال.
- شواخص عدد (20).
- اعلام عدد (10).
- ساعة توقيت الكترونية عدد(5). نوع (T.F) صينية المنشأ.
- بورك لتخطيط مناطق الاختبارات وتحديدھا.
- كرات قدم عدد (30)
- شريط لاصق لتقسيم الهدف.
- كراسي عدد(5).
- أهداف تدريب متحركة بقياس الهدف القانوني.
- ملعب كرة قدم.
- صافرة نوع (AGME).

4-3 تحديد متغيرات البحث:

1-4-3 المهارات الهجومية بكرة القدم:

يبين الجدول (1) المهارات الهجومية بكرة القدم التي تم اعتمادها في البحث، ويبين نفس الجدول اختبارات هذه المهارات التي تم تطبيقها على أفراد العينة.

جدول (1)

المهارات الهجومية واختباراتها المستخدمة في البحث

ت	المهارات الهجومية	الاختبار المختار
1	المناوله	مناوله الكره نحو(3) دوائر على الارض (3-5-7)م لمسافه(15) م متحده المركز.
2	الاحماد	السيطره على الكره داخل مربع 2×2 م
3	التهديف	التهديف نحو هدف مقسم الى مربعات .

ولمنع تأثير الفروق الفردية في مؤشرات نمو الناشئين على متغيرات البحث التي تؤثر على نتائج التجربة تطلب تجانس العينة عن طريق منحى التوزيع الطبيعي. إذ استخدم قانون معامل الالتواء لمؤشرات النمو(الطول، الكتلة، العمر).

جدول (2)

يبين تجانس العينة في مؤشرات النمو

ت	مؤشرات النمو	وحدة القياس	الوسط الحسابي س	الانحراف المعياري ±ع	الوسيط و	معامل الالتواء ل
1	الطول	سم	164	73.4	164	-0.72
2	الكتلة	كغم	53.82	4.92	53	+0.69
3	العمر	سنة	15.10	0.61	15	-0.63

يبين الجدول (2) أن عينة البحث متجانسة في مؤشرات النمو (الطول، الكتلة، العمر) إذ كانت قيم معامل الالتواء على التوالي (-0.72, +0.69, -0.63) وهي جميعها قيم محصورة بين ± 1 إذ انه "كلما كانت قيم معامل الالتواء محصورة بين ± 1 دل ذلك على إن الدرجات موزعة توزيعاً اعتدالياً. 3-6 التجارب الاستطلاعية:

بهدف معرفة أهم المعوقات التي قد تواجه الباحثون عند تنفيذ التجربة الرئيسية والتأكد من صلاحية الاختبارات ووضوح تعليماته وحساب الوقت المستغرق ومدى تفاعل العينة في تنفيذها ولضمان الحصول على نتائج موثوق بها، تم العمل بما يأتي:

3-6-1 التجربة الاستطلاعية الأولى: أجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية الأولى بتاريخ 20 - 8 - 2022 وذلك لمعرفة ملاءمة الاختبارات المهارية لأفراد عينة البحث .

3-6-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: تم إجراء التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ 28- 8 - 2022 على عينة من (5) ناشئين من غير عينة البحث ، وذلك للتعرف على صلاحية التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية بكرة القدم .

3-7 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة: بغية التعرف على الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة وبعد إطلاع الباحثون على العديد من المصادر والدراسات السابقة، أتضح إنها مقننة إذ تم استخراج صدقها وثباتها في العديد من الدراسات فضلاً عن استخدامها على عينات مماثلة.

3-8 إجراءات البحث الرئيسية: 3-8-1 الاختبارات القبلية:

عد الانتهاء من جمع وتجانس العينة. تم إجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث بتاريخ 3 - 9 - 2022 وعلى ملعب المدرسة الكروية في محافظة ديالى بكرة القدم. إذ تم تثبيت الظروف الخاصة بالاختبارات وطريقة إجرائها وفريق العمل من أجل تحقيق الظروف نفسها قدر الإمكان عند إجراء الاختبارات البعدية.

وبهدف تحقيق ذلك قام الباحثون بإجراء عملية التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ولكافة الإختبارات المهارية وقد تم استخدام اختبار (T) للعينات المستقلة وأظهرت النتائج وجود فروق غير معنوية بين المجموعتين مما يؤكد التكافؤ بينهما كما موضح بالجدول (3).

الجدول (3) يوضح التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية القبلية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودالاتهما الإحصائية.

الدلالة الإحصائية	قيمة (T) الجدول (*)	قيمة (T) المحتسبة	المجموعتان								المعالجات الإحصائية الاختبارات	ت
			الضابطة				التجريبية					
			ع	س-	وحدة القياس	العدد	ع	س-	وحدة القياس	العدد		
غير معنوي	2,048	0.71	0.62	5.48	درجة	10	0.58	5.52	درجة	10	المناولة	1
غير معنوي		0.84	0.85	5.71	درجة	10	0.39	5.83	درجة	10	الاحماد	2
غير معنوي		0,63	0,93	14,39	درجة	10	0,71	14,72	درجة	10	التهديف	

(*) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18).

3-8-2 التجربة الرئيسية:

تم إعداد التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ لئيساهم في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم اعتماداً على المصادر العلمية مراعيًا الأسس العلمية في إعداد هذه التمرينات وتطبيقها والتنوع في أداءها داخل الوحدة التدريبية وإتباع مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ، وتضمن المنهج التدريبي (18) وحدة تعليمية ولمدة (6) أسابيع للفترة من 2022/9/5 ولغاية 2022/10/17 وبواقع (3) ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع ويزمن قدره (55) دقيقة من زمن الوحدة التعليمية الكلي البالغ (60-90) دقيقة وتحديداً (القسم الرئيسي / الجانب التطبيقي) إذ إن عمل الباحثان مقتصر في الجزئين التعليمي والتطبيقي فقط من القسم الرئيسي للوحدة التعليمية وبوقت (55 د) وخصصت (15 د) للجزء التعليمي و(40 د) للجزء التطبيقي، والعمل في سائر أقسام الوحدة التدريبية مع طاقم تدريب فريق ناشئة أعمار (15) سنة في المدرسة الكروية بكرة القدم.

3-8-3 الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تنفيذ التمرينات الخاصة تم إجراء الاختبارات البعدية للمتغيرات قيد الدراسة بتاريخ 2022/10/20 للمجموعتين التجريبية والضابطة وبمساعدة فريق العمل المساعد وبإشراف الباحثان. 3-9 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثون الوسائل الإحصائية الآتية لتحليل البيانات واستخراج النتائج.

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- T – test للعينات المتناظرة
- T – test للعينات المستقلة

عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارية ومناقشتها:

الجدول (4)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودالاتهما الإحصائية للاختبارات المهارية القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

ت	المعالجات الإحصائية	قبلي				بعدي		قيمة (T) المحتسبة	قيمة (T) الجدولية (*)	الدلالة الإحصائية
		العدد	وحدة القياس	-س	ع	-س	ع			
1	المناوله	10	درجة	5.52	0.58	8.02	0.68	6.45	2,145	معنوي
2	الاخمداد	10	درجة	5.83	0.39	8.11	0.57	5.83		معنوي
	التهديف	10	درجة	14,72	0,71	18,21	0,82	4,95		معنوي

(* تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9).

يتضح من نتائج الجدول (4) إن قيمة (T) المحتسبة للاختبارات المهارية البعدية للمجموعة التجريبية هي اكبر من قيمتها في الاختبار القبلي عند مستوى دلالة (0.5%) ودرجة حرية (9) ، إن معنوية الفروق أعلاه بيان واضح لأثر التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ في مستوى الأداء المهاري للاعبين والتي أدت إلى زيادة قدرة اللاعب على تنفيذ ما مطلوب منه خلال التكرار والتدريب أثناء الوحدات التدريبية تحت ظروف مختلفة أدى إلى تطور المهارات الهجومية وهذا ما أشار إليه (قاسم المندلاوي وآخرون, 1990) "إن استخدام التمارين المتنوعة والهادفة لها تأثير ايجابي في تطوير المهارة".

2-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية ومناقشتها:

الجدول (5)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالتهما الإحصائية للاختبارات المهارية القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة

ت	المعالجات الإحصائية	المجموعة الضابطة						قيمة (T) المحتسبة	قيمة (T) الجدولية (*)	الدلالة الإحصائية
		قبلي		بعدي		العدد	وحدة القياس			
		-س	ع	-س	ع			-س	ع	
1	المناوله	10	درجة	5.48	0.62	7.04	0.89	4.75	2,145	معنوي
2	الاخمداد	10	درجة	5.71	0.85	6.19	0.72	3.14		معنوي
	التهديف	10	درجة	14,39	0,93	17,06	0,62	3,24		معنوي

(* تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (9) .

يتضح من نتائج الجدول (3) إن قيمة (T) المحتسبة للاختبارات المهارية البعدية للمجموعة الضابطة هي اكبر من قيمتها في الاختبار القبلي ، وبعد مقارنة القيمة المحتسبة بالقيمة الجدولية البالغة (2,145) عند مستوى دلالة (0.5%) ودرجة حرية (9) يتضح لنا إن قيمة (T) المحتسبة اكبر من قيمتها الجدولية، إن معنوية الفروق أعلاه بيان واضح لأثر التمرينات المتبعة في تطوير المهارات الهجومية الذي انعكس ايجابياً عليها لوجود علاقة طردية بين مستوى اللاعب العقلي وبين تطوره مهارياً الذي يُعد جزءاً مُكماً للتدريب الرياضي بغية الوصول إلى المستوى المهاري الأفضل.

3-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية ومناقشتها:

الجدول (6)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالتهما الإحصائية للاختبارات المهارية البعدية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة

ت	المعالجات الإحصائية	المجموعتان							
		التجريبية				الضابطة			
		العدد	وحدة القياس	-س	ع	العدد	وحدة القياس	-س	ع
		د	اس	د	اس	د	اس	د	اس

		الاختبارات										
معنوي	2,04	3.32	0.89	7.04	درج ة	10	0.68	8.02	درج ة	10	المناولة	1
معنوي	8	4.23	0.72	6.19	درج ة	10	0.57	8.11	درج ة	10	الاخمد	2
معنوي		3,17	0.62	17,06	درج ة	10	0,82	18,21	درج ة	10	التهديف	

(* تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18) .

يتضح من نتائج الجدول (6) الخاص بالاختبارات المهارية البعدية للمجموعتين التجريبيية والضابطة وجود فروق معنوية بين المجموعتين، إذ كانت قيمة (T) المحتسبة في اختبارات المناولة والاخمد والتهديف اكبر من قيمتها الجدولية عند درجة حرية (18) واحتمال خطأ (0.05%) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين التجريبيية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبيية التي استخدمت التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ وهذه النتائج دليل واضح لتأثير التمرينات على المجموعة التجريبيية في دقة خزن المعلومات وتحسن القدرة على معالجة المعلومات، " إذ كلما كانت المعلومات مخزونة بدقة كلما سهل استدعائها" (جروان، 1999) ، ويؤكد (فرات جبار وهه فال خورشيد) إلى "إن لعبة كرة القدم تحتاج إلى متطلبات عقلية وبدنية عالية جداً لغرض التهيؤ العام والصحيح بالمستوى المطلوب من الجانب الفني والسلوكي لدى اللاعب أثناء التدريب والمباراة لغرض تنفيذ واجبات سريعة ومفاجئة ومتكررة ومتعددة في السرعة الممكنة والتوقيت المناسب"، ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى إن التمرينات قد أعطت لعينة البحث فرصة جيدة على اداء وتطوير المهارات لما لها من تأثير فاعل على المتغيرات المهارية والقدرات العقلية للمجموعة التجريبيية.

كما يعزو الباحثان الى ان هذا التطور الحاصل بسبب التمرينات التي استخدمها قد ساهمت في تنشيط عمل الدماغ وتقوية الذاكرة وهذا يتفق مع (ابراهيم الفقي، 2000) الذي يؤكد على ان "افضل التمرينات الرياضية المنظمة التي تستهدف الدماغ بصورة منتظمة يزيد من مستويات التغذية العصبية وتبدأ الخلايا بالانتشار والترابط والتواصل معا بطرق جديدة وهي الطرق الكامنة وراء عملية التعلم اي تعلم حقيقة جديدة او مهارة جديدة وتخزينها لاستعمالها لاحقا". ويتفق ذلك ايضا مع ما جاء به (نبيل عبد الهادي واخرون، 2000) الذي يؤكد على "ان التجهيز الاعمق للمادة المتعلمة من خلال توظيف مساحة اكبر من شبكة ترابطات المعاني داخل الذاكرة مما ييسر التذكر والاسترجاع اللاحق للمادة المتعلمة فتذكر المعلومات يعتمد بدرجة كبيرة وعالية على طريقة التعامل مع المعلومات داخل الدماغ خلال عملية التعلم وكلما كان المستوى عميقا في معالجة تلك المعلومات كلما كان التذكر والاحتفاظ بالمعلومات كبير".

الباب الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها تم استنتاج الآتي:

- 1- للتمرينات المهارية المستندة الى الدماغ تأثير ايجابي في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم .
- 2- استخدام التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ ضمن المنهج التدريبي في مرحلة الأعداد الخاص له الأثر الايجابي الفعال في تطوير دقة بعض المهارات الهجومية لناشئي كرة القدم .
- 3- ملائمة التمرينات المستخدمة لعينة البحث لاحتوائها على المحفزات التي تثير اهتمام الطلبة اثناء احرازهم للمعلومات مما ادى الى استثارة الدماغ وبقائه نشط اثناء عرض المعلومات والذي سهل الاحتفاظ بها وعدم نسيانها.

2-5 التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث نوصي بما يأتي:-

- 1- اعتماد التمرينات المهارية المستندة الى الدماغ ضمن المناهج التدريبية للناشئين بكرة القدم للأعمار 15 سنة.
- 2- الاهتمام بالتمرينات المهارية المستندة الى الدماغ لأنها تساعد على تطوير بعض المهارات الهجومية للناشئين بكرة القدم للأعمار 15 سنة.
- 3- ضرورة وجود متخصصين في علم النفس الرياضي مع المنتخبات الوطنية للإسهام في بنائها النفسي والمعرفي والعقلي.

المصادر العربية

- مجيد، ريسان خريبط (1987)، مناهج البحث العلمي في التربية البدنية، الموصل: مديرية الكتب للطباعة والنشر.
- راضي، صالح: اقتبسهُ فرات جبار العزاوي (1998)؛ تحديد مستويات معيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية العامة والخاصة لفرق الشباب بكرة القدم: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية/ جامعة بغداد.
- مصطفى، عشوري (1994)؛ مدخل علم النفس المعاصر: القاهرة، ب م.
- سعدالله، فرات جبار (2008)، مفاهيم عامة في التعلم الحركي: ديالى، ط1، مطبعة المتنبى .
- سعد الله، فرات جبار وخورشيد، هه فال (2011)، التدريب المعرفي والعقلي للاعبين كرة القدم، ط1: عمان، دار دجلة للنشر والتوزيع.
- المندلأوي، قاسم (وآخرون) (1990)؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية: الموصل، مطابع التعليم العالي.
- جروان، فتحي (1999)؛ تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات، ط1: العين، ب ط.
- التكريتي، محمود (2003)؛ أفاق بلا حدود: الإمارات العربية المتحدة، ب ط.
- محسن، ثامر، والصفار سامي (1988)؛ أصول التدريب بكرة القدم: بغداد، مطبعة جامعة بغداد.
- الخشاب، زهير قاسم (وآخرون) (1999)؛ كرة القدم، ط2، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر.
- محجوب، وجيه (1988)؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط2: بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر.
- رزق، عمر احمد (1988)؛ التعلم الاتقائي: رسالة المعلم، المجلد التاسع والعشرون، العدد الثاني، قسم المطبوعات، وزارة التربية والتعليم، عمان.

المصادر الأجنبية

- Siobhon Fourmier , cecileMonjourzo La mémoire de travail revue
- rééducation orthophonique N 201 (Mars 2000) .
- Les tranber de la memoire , edition (Pierre Mardaga, ؛(Martial van derliden
- 1989) p 12.
- Samnclson , Boh . Back to the Bcginning Avcom publishing (vol . swo, I .V.
- S. A.
- Samnclson , Boh . Back to the Bcginning Avcom publishing (vol . swo, I . V
- . S . A . 1997).
- Les tranber de la memoire , edition : Pierre Mardaga, ؛Martial van derliden
- 1989.