

مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة - المجلد / 2 - العدد / 2 نيسان 2020

تأثير تمارين بوسيلة اختبارية لتطوير دقة النطح بالراس من حالة اللعب الثابت للاعبين الناشئين
بكرة القدم

أ.د. علي سلمان الطرفي

dtali-altrfi@yahoo.com

حسن فرحان شنيشل

Hassanfarhan@gmail.com

الكلمات الافتتاحية :- الاختبارات الرياضية ، الدقة ، كرة القدم
ملخص البحث

اشتمل البحث على اربعة ابواب موزعة على الشكل التالي

- ١- اشتمل البحث على مقدمة بسيطة حول لعبة كرة القدم ومشكلة البحث واهدافه .
- ٢- تضمن الباب الثاني عرض النتائج والمعالجة الاحصائية وتحليلها ومناقشتها باسلوب علمي دقيق ومدعم بالمصادر العلمية ومن خلال المناقشات تم التوصل الى اهداف البحث .
- ٣- الخاتمة اشتملت على الاستنتاجات والتوصيات

(Effect of exercises by the means of test on developing the Accuracy of hitting the ball with head from the immovable states among the foot ball beginners players)

Dr.Ali Salman Al Tarfi

dtali-altrfi@yahoo.com

Hassan Farhan Shneshel

Hassanfarhan@gmail.com

TheOpening words :- Sports test , Accuracy , Foot ball

1-The research included a simple in trodution to the foot ball game research problem and goals.

2-This section includes a presentation of the reslts of the statistical processing using a set of tables and then analyzed discussed in a scientific and accurate method the objectives of the research and verify the hypothesis of research.

3-Conclusion Including conclusions and recommendations

١-١ المقدمة واهمية البحث :-

ان التطور الكبير والواسع الذي يشهده العالم اليوم يعود الى البحوث العلمية والعملية والتجارب التي يقوم بها كوكبة من العلماء والباحثين الذين يواصلون الليل بالنهار من اجل الانجاز وتحسين الاداء الرياضي . ان هذا التطور لا يتم الا من خلال الدراسات العلمية المستمرة والمعتمدة على علوم عدة مترابطة ومرتبطة بالمجال الرياضي ولكون لعبة كرة القدم هي من اكثر الالعاب الرياضية التي دخلت الى قلوب الناس واصبحت لها مدارس كروية في كل العالم تعتمد على عملية صقل موهبة اللاعبين ذوي المهارات العالية باعتبارهم القاعدة الاساسية والاساس في الانتشار في الاندية الرياضية والتي يعتمد عليها في تطوير الفئات العمرية من خلال سنوات التدريب الطويلة على وفق برامج ومناهج علمية مدروسة وياشراف مدربين متخصصين في عالم كرة القدم ومن اجل الارتقاء بمستوى اللاعبين الناشئين لابد من دراسة سلوكهم في اثناء سعيهم لتحقيق اهدافهم المستقبلية من حيث مكونات وسمات الشخصية ومستوى انفعالهم في اثناء التدريب والمنافسات سعيا لتقوية الجانب البدني والمهاري والخططي للاعبين الناشئين. وتعد الاختبارات من اهم المنافذ التي تمهد السبيل للقائمين في المجال الرياضي لمراقبة تطور العملية التدريبية الرياضية لان عملية الاختبارات تساهم في متابعة الحالة التدريبية للرياضي وامكانية المدرب ايضا ان اجراء الاختبارات الدورية امر لابد ان يقوم به المدرب .

ان العمل التدريبي يحتاج الى المتابعة وهذه المتابعة لا بد ان تكون عن طريق الاختبارات وذلك لتشخيص مواطن الضعف والقوة . وتعد لعبة كرة القدم من اهم الالعاب التي اخذت شهرة واسعة كونها تمتع المشاهدين وتشدهم اليها حيث تستاثر باهتمام الملايين من شعوب العالم العربي ودول العالم كافة . وتلعب الاجهزة والوسائل الاختبارية التي تستخدم في عملية تعليم وتدريب اللاعبين دورا بارزا وكبيراً في تطوير الاداء الرياضي وتساغده في وصول اللاعب الى مرحلة الالية في الاداء والمهارة .

٢-١ مشكلة البحث :- من خلال ممارسة الباحث للعبة كرة القدم وحضوره لاغلب المباريات الخاصة بفئة الناشئين بكرة القدم لاحظ وجود مشكلة لدى اللاعبين من فئة الناشئين وهي ضياع اغلب الكرات التي تلعب بالراس اثناء مواجهة اللاعب للهدف وعدم دقة توجيه الكرات الى المرمى وبالتالي تسجيل الاهداف وان هناك عشرات الفرص التي تتوفر للاعبين المهاجمين الناشئين وتذهب هباءاً من جراء الضعف الواضح في دقة هذه الضربات وهذا مادعى الباحث الى دراسة هذه المشكلة وايجاد الحلول المناسبة لها من خلال البحث المقدم .

٣-١ اهداف البحث :-

- ١- تصميم وسيلة اختبارية تدريبية لتطوير دقة نطح الكرة بالراس لدى اللاعبين الناشئين
- ٢- وضع تمارين خاصة وفق الوسيلة الاختبارية لتطوير دقة نطح الكرة بالراس للاعبين الناشئين
- ٣- التعرف على تاثير الوسيلة الاختبارية في تطوير دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت
- ٤-١ مجالات البحث :-

- ١- المجال البشري :- اللاعبين الناشئين لمدروستي عمو بابا والموهبة الرياضية
- ٢- المجال الزماني :- من تاريخ (٢٠١٨-١٢-٢٠) ولغاية (٢٠١٩-٦-٢٠)
- ٣- المجال المكاني :- ملعب الموهبة الرياضية التابع لوزارة الشباب والرياضة

١-٢ منهج البحث :- استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمته لموضوع البحث حيث عمد الباحث الى تطبيق المجموعة التجريبية الواحدة اعماماً للفائدة وبطريقة الاختبارات القبلية والبعديّة . والمنهج التجريبي (هو الطريق المؤدي الى كشف الحقيقة في العلوم المختلفة وذلك عن طريق جملة من القواعد العامة لكي تصل الى نتيجة مقبولة ومعلومة)

٢-٢ مجتمع وعينة البحث :- تم تحديد مجتمع الاصل من اللاعبين من فئة الناشئين لمدروستي عمو بابا والموهبة الرياضية حيث بلغ عددهم (٥٠) لاعبا اماعينة البحث فقد عمد الباحث الى الطلب من المدربين ترشيح (١٠) لاعبين من كل مدرسة وفق مواصفات الطول والمركز حيث كانت عينة البحث متكونة من (٢٠) لاعب شكلت نسبة مقدارها (٤٠%) .

٣-٢ الوسائل والادوات المستخدمة في البحث :-

١-١ ملعب كرة قدم قانوني

٢- عارضة مرمى كرة قدم قانونية

٣- كرة قدم عدد (٢٠)

٤- صافرة عدد (٢)

٥- الوسيلة الاختبارية

٦- شواخص عدد (١٢)

٧- اربطة بلاستيكية

٨- شريط قياس

٩- مادة البورك

١٠- قاذف كرات

١١- كامرة تصوير حديثة

١٢- حاسبة لابتوب

٤-٢ الوسيلة الاختبارية :-

نظرا لطبيعة البحث والمهارات المدروسة قام الباحث ومشرفه بتصميم وسيلة اختبارية .
والوسيلة الاختبارية هي عبارة عن ستة الواح من الخشب وقياس كل لوح من هذه الالواح الخشبية (٢,٤٤)م الطول و(١,٢٢)م العرض حيث تربط هذه الالواح الخشبية الستة مع بعضها البعض لكي تصبح عبارة عن لوح واحد وتربط على عارضة مرمى كرة القدم وبذلك يصبح قياس هذه الالواح الستة جميعها (٧,٣٢)م عرضا و(٢,٤٤)م الارتفاع أي يصبح قياس جميع هذه الالواح الستة بمقاس مرمى كرة القدم ويوجد في هذه الالواح فتحات دائرية مرقمة وعدد هذه الفتحات الدائرية هو (١٨) دائرة مفتوحة ويبلغ قطر الدائرة الواحدة (٥٠) سم وتكون المسافة بين دائرة ودائرة اخرى (٢٥) سم ويوجد فوق كل فتحة دائرية رقم حيث تكون الارقام العالية في الزوايا العليا والسفلى وهي تمثل اصعب نقاط يمكن ان يصلها حارس المرمى اما الارقام الدنيا فتكون في الوسط وتعلق هذه الوسيلة الاختبارية على مرمى كرة القدم وتثبت جيدا بواسطة اشربة بلاستيكية محكمة ومن جميع الجهات لكي تصبح على شكل مرمى كرة القدم وتمتاز هذه الوسيلة الاختبارية بسهولة نقلها وحملها وسرعة ربطها وتفكيكها اضافة الى ان هذه الوسيلة الاختبارية لاتحتاج الى مكان كبير وواسع لحفظها .

٢-٥ الية العمل على الوسيلة الاختبارية :-

نظرا لعدم وجود اختبارات خاصة لمهارة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت فقد قام الباحث بتصميم وسيلة اختبارية واختبارات لهذا الغرض وقد تم عرضها على بعض المختصين في هذا المجال .

١- تثبت نقاط
اداء الاختبار على بعد (٦) ياردة عن خط المرمى
٢- يتم منح كل لاعب (٩) محاولات من حالة اللعب الثابت حيث تشمل هذه المحاولات (٣) محاولات يميناً و(٣) محاولات يساراً (٣) من الامام

٣- تحتسب المحاولات وتجمع نقاطها اذا اجتازت الكرة الفتحة الدائرية المرقمة وتهمل المحاولات وتعتبر فاشلة في حالة عدم اجتياز الكرة للفتحات الدائرية

٤- يكون الاختبار كالاتي حيث يقف اللاعب الذي يؤدي الاختبار بالقرب من خط الستة ياردة وفوق مربع قياسه (متر في متر) مرسوم على الارض بمادة البورك حيث تلعب الكرة الى اللاعب المنفذ للاختبار بواسطة قاذف الكرات الذي يكون على خط منطقة (١٨) ياردة في حالة الاختبار لجهة اليمين او اليسار ويكون خلف المرمى اذا كان الاختبار من الامام حيث ترسل الكرة الى اللاعب المنفذ للاختبار ويقوم اللاعب بنطح الكرة بالراس باتجاه الفتحات الدائرية المرقمة وتكون لكل لاعب مختبر (٩) محاولات (٣) لجهة اليمين و(٣) لجهة اليسار (٣) من الامام

التجربة الاستطلاعية :-

٢-٤

تعد التجربة الاستطلاعية واحدة من الشروط الاساسية في البحث العلمي اذ انها (عملية تنقيح منهجية البحث في جميع المعلومات قبل البدء بالتجربة الرئيسية) (١).

حيث قام الباحث باجراء التجربة الاستطلاعية بعد تحديد الاختبارات على عينة مؤلفة من (١٠) لاعبين من فئة الناشئين تمثل المدرستين الكروية عمويابا والموهبة الرياضية حيث بعد ان يتم الاختبار على العينة يوم الجمعة المصادف ٢٠١٩-٢-١ سيتم اعادة الاختبار نفسه على العينة نفسها بعد (٧) ايام في يوم الجمعة المصادف ٢٠١٩-٢-٨ وكان الهدف من ذلك هو :-

١- التعرف على مدى استجابة عينة البحث للاختبارات وتفاعلهم معها ومدى ملائمتها لهم

٢- معرفة الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبار

٣- معرفة مدى قدرة فريق العمل المساعد على اجراء الاختبار

٤- التعرف على التسلسل المنطقي لاداء الاختبار

٥- مدى سلامة الادوات المستعملة وصلابتها

٧-٢ التمرينات المستخدمة لتطوير مهارة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت:-

لقد اعتمد الباحث على التمارين التي يستخدم فيها مهارة نطح الكرة بالراس من اجل زيادة الدقة في توجيه الضربات الراسية ومع زيادة في تكرار التمارين الخاصة بمهارة نطح الكرة بالراس اصبح لدى اللاعبين الناشئين القدرة والمهارة الصحيحة والدقة العالية التي تمكن اللاعبين من اداء الاختبار بشكل صحيح وبمهارة عالية .

٨-٢ اجراءات البحث الميدانية :-

من اجل تحقيق اهداف البحث من جهة والوقوف على تهيئة واعداد المتغيرات الخاصة بالبحث اذ قام الباحث باجراء التجربة الرئيسية في تاريخ (٢٠١٩-٢-١٥) حيث قام باجراء الاختبارات على عينة البحث وتم جمع البيانات الخاصة بالاختبارات في استمارة خاصة بجمع البيانات .

٩-٢ الوسائل الاحصائية :-

تم استخدام الوسائل الاحصائية في البرنامج الجاهز للحقيبة الاحصائية (Spss) لمعالجة البيانات

٣- عرض وتحليل النتائج ومناقشة النتائج :-

١-٣ عرض وتحليل النتائج :-

٢-٣- عرض نتائج اختبار دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت

جدول (١)

يمثل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحتسبة وقيمة (t) الجدولية والدلالة المعنوية

المتغير	جهة نطح الكرة	القبلي		البعدي		قيمة (t) المحتسبة	قيمة (t) الجدولية	الدلالة
		S	X	S	X			
دقة نطح الكرة بالراس من الوضع الثابت	من الامام	٣٩,٣٣	٢,٢١	٦٨,٥٥	٢,٣٠	٣,٤٣	٢,٨٦١	معنوي
	من اليسار	٤١,٧٤	٢,١٧	٤٥,٦٠	٢,١٤	٣,١٩		معنوي
	من اليمين	٤٩,١٨	١,٨٢	٦١,٢٠	١,٧٧	٣,٨٠		معنوي

تحليل نتائج اختبار دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت :-

في الجدول رقم (١) يتبين لنا قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي لاختبار دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت ومن الامام (٣٩,٣٣) اما قيمة الانحراف المعياري لنفس المتغير فقد بلغت (٣,٢١) .

اما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي لاختبار دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت من الامام (٦٨,٥٥) اما قيمة الانحراف المعياري لنفس الاختبار البعدي فقد بلغت (٢,٣٠) علما ان قيمة T المحتسبة تساوي (٣,٤٣) وان قيمة T الجدولية تساوي (٢,٨٦١) وبدلالة معنوي.

وفي نفس الجدول ايضا يتبين لنا قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي لاختبار دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت ومن جهة اليسار تساوي (٤١,٧٤) اما قيمة الانحراف المعياري لنفس الاختبار فقد بلغت (٢,١٧) اما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي لاختبار دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت من جهة اليسار تساوي (٤٥,٦٠) اما قيمة الانحراف المعياري لنفس الاختبار فقد بلغت (٢,١٤) علما ان قيمة T المحتسبة تساوي (٢,١٩) وان قيمة T الجدولية تساوي (٢,٨٦١) وبدلالة معنوي

وفي نفس الجدول ايضا يتبين لنا قيمة الوسط الحسابي للاختبار القبلي لاختبار دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت ومن جهة اليمين تساوي (٤٩,١٨) اما قيمة الانحراف المعياري لنفس الاختبار فقد بلغت (١,٨٢) اما قيمة الوسط الحسابي للاختبار البعدي لاختبار دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت ومن جهة اليمين تساوي (٦١,٢٠) اما قيمة الانحراف المعياري لنفس الاختبار فقد بلغت (١,٧٧) علما ان قيمة T المحسوبة تساوي (٣,٨٠) وان قيمة T الجدولية تساوي (٢,٨٦١) وبدلالة معنوي

٣-٣ مناقشة النتائج :-

يعزو الباحث الفروق المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي الى فاعلية الوسيلة الاختبارية المصممة وتأثيرها وكذلك التمرينات الخاصة والمعدة من قبل الباحث ايضا اذ ساعدت التمرينات المستخدمة والوسيلة الاختبارية الى تطوير دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت حيث ان استخدام الوسيلة الاختبارية والادوات في التدريب على المهارات له فائدة في دقة الاداء فعن طريقها يكون في استطاعة المدرب ان يجعل اللاعب يستطيع ان يكرر التمرين مرارا باوضاع الكرة نفسها وبالطريقة نفسها المطلوب تعلمها حتى يجيد اداء المهارة بدقة

مختلفة في الاداء يحقق مبداء التكيف على اداء المهارات وفق ظروف المنافسة وهذا ما يحتاجه التدريب الرياضي اذ يفضل ان تكون التمرينات المستخدمة مقارنة لظروف المنافسة والمباراة وهذا يجعل من التمرينات المعدة باستخدام مهارة نطح الكرة بالراس ذات اهمية كبيرة للاعبين الناشئين وان مدى تأثير التمرينات باستخدام الوسيلة الاختبارية من خلال اداء وتكرار التمارين المعدة مع مراعاة التغيير في التمرين وتعدده كذلك فان اندفاع اللاعبين نحو الاداء المهاري لوسائل حديثة وسهلة الاستخدام والتي لم تستخدم سابقا يثير فضول اللاعب في تجربة ما هو جديد يجعله اي اللاعب ان يؤدي التكرارات بكل ثقة ورغبة والعمل نحو الافضل وبالتالي فان ذلك يدل على ان اتجاه المؤشر يكون نحو التأثير الايجابي للتمرينات وان اتاحة الفرصة للاعب لاداء التمارين بسرعة بطيئة خلال التكرارات الاولى يسمح برؤية واضحة مما يتيح له تصحيح المسارات ومن ثم زيادة الدقة في نطح الكرة بالراس . ان التمرينات الرياضية هي مجموعة من الازواضع والحركات التي تهدف الى تشكيل الجسم وبناء وتنمية القدرات الحركية المختلفة للوصول الرياضي لاعلى مستوى ممكن من الاداء الرياضي والوظيفي وفي مجالات الحياة المختلفة معتمدا على الاسس التربوية والعلمية ويتفق الباحث مع وسام صلاح عبد الحسين وسامر يوسف متعب والذين اكدوا بان التعلم والتدريب بواسطة الاجهزة والوسائل المساعدة يحقق مبداء السرعة في التعلم وابعاد الملل عن المتعلم فضلا عن دورها في اطالة تذكر المتعلم لاداء المهارات الرياضية والميل القوي والرغبة للتعلم ومساعدة المتعلم لاداء المهارات الرياضية والميل القوي والرغبة للتعلم ومساعدة المتعلم في تنمية مهاراته الرياضية

٤ - الاستنتاجات والتوصيات :-

٤-١ الاستنتاجات :-

من خلال عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها تم التوصل الى الاستنتاجات الاتية :-
١- ان للوسيلة الاختبارية المصممة فاعلية ايجابية في تطور دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت

٢- ان للتمرينات المصممة تأثير ايجابي في تطور مستوى دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت

٣- اثبتت الوسيلة الاختبارية نجاحها في عملية التدريب والاختبار

٤- ان للوسيلة الاختبارية المصممة في الوحدات التدريبية زاد من حماس اللاعبين وتصميمهم على نجاح الأداء

٤ - ٢ التوصيات :-

من خلال الاستنتاجات التي خرج بها الباحث يوصي الباحث بما يلي :-

- ١- اعتماد الوسيلة الاختبارية المصممة في تطوير دقة نطح الكرة بالراس من حالة اللعب الثابت
- ٢- استعمال التمارين قيد الدراسة في التدريب والتركيز على اتقان اللاعب لمهارة نطح الكرة بالراس وفق الوسيلة الاختبارية
- ٣- استعمال الوسيلة الاختبارية المصممة في تطوير مهارة نطح الكرة بالراس لفئات اخرى سواء الشباب او المتقدمين
- ٤- استعمال الاجهزة والوسائل المساعدة لتنشيط المهارات الجديدة لدى اللاعبين المبتدئين

المصادر :-

- 1- عامر ابراهيم قنديلجي; البحث العلمي باستخدام مصادر المعلومات ، بغداد ، (مطبعة دار الشؤون الثقافية) ، 1993.
- ١ - ظافر هاشم الكاظمي; التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والاطارح التربوية والنفسية-التخطيط والتصميم ، بغداد ، (دار الكتب والوثائق) ، 2012.
- 3- حنفي محمود المختار; الاسس العلمية في تدريب كرة القدم ، مدينة نصر ، (دار الفكر العربي) ، 1998.
- 4- نبيلة خليفة واخرون; الاسس العلمية للجماز والتمرينات ، القاهرة ، (دار الفكر العربي) ، 1990.
- 5- وسام صلاح عبد الحسين وسامر يوسف متعب; التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية ، ط ١ . لبنان ، (دار الكتب العلمية) ، 2014.