

تأثير تمارين هجومية خاصة في تطور بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة قدم الصالات
ياسر قاسم الياس

Yasserqassm99@gmail.com

ملخص البحث

الكلمات المفتاحية: (مهارات أساسية، كرة قدم الصالات)

يهدف البحث الكشف عما يأتي :

- الكشف عن أثر استخدام تمارين هجومية خاصة للمجموعة التجريبية في بعض المهارات الأساسية .
- دلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة للاختبارات البعدية في بعض المهارات الأساسية.

وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث وتم تنفيذ التجربة على عينة من لاعبي منتخب التربية لمحافظة نينوى بكرة قدم للصالات للموسم الدراسي (2020 – 2021) و البالغ عددهم (40) لاعبا، وتم اختيار افضل (18) لاعبا منهم.

واستنتج الباحث ما يأتي:

- تطور المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين الهجومية الخاصة خلال المنهج التدريبي تطورا في المهارات الأساسية الآتية: (التهديف، التمرير، الاخمد، الدرجة) أفضل من المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهج المعد من قبل المدرب.
- اكتسبت المجموعة التجريبية التي استخدمت المنهج التدريبي تطورا في جميع المهارات الأساسية التي تناولها البحث عند مقارنة النتائج بين الاختبارين القبلي والبدي لمصلحة الاختبار البدي.
- لم تكتسب المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهج التدريبي للمدرب تقدما في المهارات الأساسية المذكورة سابقا عند مقارنة نتائجها بين الاختبارين القبلي والبدي سوى في بعض المهارات الأساسية (التهديف، الاخمد، الدرجة) التي أظهرت فروقا معنوية في الاختبار البدي للمجموعة الضابطة.

The effect of special attack exercises in some skill variables for futsal players Yasir Qasim Alyas

Keyword ((Basic Skills, Futsal))

Abstract

The research aims to uncover the following:

- The detection of the effect of using The effect of special attack exercises for the experimental group on some skill variables.
- The significance of the differences between the experimental and control research groups for dimensional tests in some skill variables.

The researcher used the experimental method for its suitability and the nature of the research, and the experiment was carried out on a sample of the Nineveh governorate's education team with football for halls for the academic season (2020-2021), of which (45) players were selected, and the best (18) players were selected. The researchers concluded the following:

- The experimental group that used planning The effect of special attack exercises developed through the training curriculum an improvement in the following skill variables (scoring, passing, damping, rolling) better than the control group that used the curriculum prepared by the trainer.
 - The experimental group that used the training curriculum acquired a development in all the basic skills dealt with in the research when comparing results between the pre and post tests in favor of the post test.
 - The control group that used the trainer's training curriculum did not gain progress in the previously mentioned skill variables when comparing its results between the pre and posttests except in some skill variables.
- (Scoring, suppression, and rolling), which showed significant differences in the post-test of the control group.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

إن المستويات المتقدمة في الفعاليات الرياضية المختلفة تحتاج الى تخطيط علمي سليم وتسخير الجهود كافة في مجال التدريب الرياضي وطرقه واساليبه بحيث تساعد المدربين والباحثين العاملين في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة الذين يسعون بشكل جدي من خلال البحث والاطلاع لاكتشاف المزيد من الأساليب والطرق التدريبية الحديثة والنظريات العلمية التي تخص التدريب الرياضي، والتي بدورها تعمل على تنمية المهارات الأساسية، لتحقيق تنمية شاملة في كافة الصفات البدنية والمهارات الأساسية والتفكير الخططي للاعب كرة قدم الصالات، وان ذلك لا يتم الا عن طريق الكشف والاطلاع على كل ما هو حديث وتهيئة جميع مستلزمات العملية التدريبية من دعم مالي وملاعب وإعداد مدربين علمياً وعملياً في المجال التخصصي للنشاط وكذلك التعاون المنسق والمتكامل ما بين عمل المدرب الذي يمتلك الخبرة العلمية والعملية وقابلية لاعبيه في تحقيق الاداء الأفضل في النشاط الرياضي التخصصي. (البياتي، 2021، 10).

ولعبة كرة قدم الصالات واحدة من تطورات كرة القدم الحديثة فهي أمست لعبة جديدة تتوفر فيها عناصر المتعة والاثارة والتشويق للجمهور الرياضي، وتحظى برعاية واهتمام كبيرين في كل مكان لكونها من الالعاب التي ازدهرت شعبيتها بشكل كبير في العالم ويرغب في ممارستها وملائمتها لكلا الجنسين لما تتمتع به هذه اللعبة من مهارات حركية واحداث ومواقف تعمل على الاثارة وتشويق الجميع نحو الممارسة والمشاهدة، ولتشابه مهاراتها الأساسية مع مهارات كرة القدم الام هذا مما ادى الى ممارستها من قبل عدد كبير من اللاعبين، لذا يحتاج لاعب الصالات الى اداء حركي عال وممتاز يتطلب استخدام اجزاء جسمه بصورة كبيرة مع تغير المكان والمحافظة على الاداء نفسه وبدقة عالية (قصي، 2013، 10).

ومن خلال هذه المقدمة تبرز أهمية البحث من خلال تجريب عدداً من التمرينات الهجومية الخاصة بكرة قدم الصالات وباتباع الاسلوب العلمي الصحيح في التدريب من حيث التدرج في الحمل التدريبي من خلال استخدام هذه التمارين المشابهة لمواقف اللعب والتي تزيد من اكتساب اللاعبين للقدرات الهجومية بالإضافة الى الصفات البدنية والمهارات الأساسية والتفكير الخططي بشكل افضل من الطرق التقليدية المتبعة.

2-1 مشكلة البحث:

تحتاج العملية التدريبية اليوم التخصص في أي اداء تدريبي للاعبين بمعنى استخدام التمارين الخاصة التي تضمن الارتقاء للمهارات الأساسية وفق برامج تدريبية مقننه متكاملة في الأهداف والمتطلبات قائمة على اسس علمية تخدم خصوصية ومتطلبات اللعبة سواءً أكانت فردية أم جماعية , ومن خلال اطلاع الباحث على البحوث والبرامج التدريبية خلص ان مفهوم الاداء في المباراة يتوقف على مهارات اللاعبين وحالتهم البدنية والخططية والذهنية والنفسية ويترك التحرك في الملعب لخبرة اللاعبين, اذ يتم تنفيذ جميع الواجبات البدنية والمهارية والذهنية بصورة منفردة, بالإضافة الى افتقارها الى العنصر المهم والاساس وهو التهديد

الذي تتوج به الهجمات الناجحة و الذي يعد ثمرة كل الجهود المبذولة في المباراة , لذا عمد الباحث في هذه الدراسة الى تبني آلية تطوير الهجوم عن طريق ربط مراحل الاعداد المختلفة بعملية اعداد مدمج ما بين مراحل الاعداد في مواقف اللعب الحقيقية باستخدام تمارين هجومية خاصة مترابطة في الاعداد كاملة في الاهداف والمتطلبات التي تواكب مواقف اللعب الفعلية للمنافسة من حيث الاستمرار والترابط في تنفيذ هذه المواقف, والتي تطبق في حالة اللعب وبشدة منافسة حقيقية, والتي يحتاجها اللاعب للأداء في اللعب من اجل التفكير والانتقاء للحلول المؤثرة وبأقصى سرعة ممكنة وخلال زمن المباراة وظروفها المتغيرة وبوجود المنافس, لمعرفة مدى قدرتها ومستوى تأثيرها في تطوير المهارات الاساسية لدى اللاعبين و مدى امكانية اعتمادها من قبل المدربين في اعداد وتصميم البرامج التدريبية.

ومن ما تقدم اعلاه يمكن القول ان مشكلة البحث تتعلق في الأداء الهجومي للاعبين كرة قدم الصالات, لذا ارتأى الباحث الخوض في غمار هذه المشكلة والمتمثلة بتطبيق تمارين تركز على الجانب الهجومي بكل دقة بغية ملاحظة مكامن الضعف لعينة البحث ومحاولة معالجة هذه المشكلة والسعي من خلال تطبيق التمارين تطوير الجانب المهاري, ويتبادر من خلال ما تقدم تطرح بعض التساؤلات :

1. هل لتطبيق التمارين الهجومية الخاصة تأثير في تطوير المهارات الاساسية و التفكير لدى لاعبي كرة قدم الصالات ؟.

2. هل للتمارين الهجومية الخاصة فاعلية ايجابية للاعبين كرة قدم الصالات للمواقف المختلفة في اللعب ؟.

3-1 هدفا البحث :

يهدف البحث الكشف عما يأتي :

1-3-1 الكشف عن اثر استخدام التمارين الهجومية الخاصة للمجموعة التجريبية في بعض المهارات الاساسية .

1-3-2 دلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة للاختبارات البعدية في بعض المهارات الاساسية .

4-1 فرضيتا البحث :

1-4-1: توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبلية و البعدية للمجموعة التجريبية و لصالح الاختبار البعدي في تنفيذ التمارين الهجومية الخاصة في بعض المهارات الاساسية.

1-4-2: يوجد فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في بعض المهارات الاساسية.

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: لاعبو منتخب تربية نينوى كرة قدم الصالات من (15-18) سنة.

1-5-2 المجال الزماني: للمدة من 2021 / 1/16 ولغاية 2021/3/15.

1-5-3 المجال المكاني: قاعة الالعاب الفرقية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

6-1 تحديد المصطلحات :

1-6-1 التعريف الاجرائي للتمارين الهجومية الخاصة : مجموعة من الحركات والتنقلات في الثلث الهجومي من ملعب الفريق المنافس بالكرة او بدونها باستخدام المهارات الاساسية والتفكير الذهني لمواقف اللعب الهجومية من اجل الاحتفاظ بالكرة من قبل الفريق المهاجم أو التقدم وتسجيل هدف في مرمى الفريق المنافس.

1-6-2 كرة قدم الصالات: هي فن اتقان اللعب المهاري والخططي الدفاعي والهجومي الفعال لفنون كرة القدم العالية والتميزة والحرفية في الاداء داخل المساحات الضيقة والصغيرة للتحرك و المناورة بالكرة او بدونها (كشك , 2004 , 22) .

2- منهج البحث وإجراءاته :

1-2 منهج البحث :

استخدم المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة مشكلة البحث ، وهو يعد من ادق أنواع البحوث العلمية التي تؤثر على علاقة المتغيرين المستقل والتابع في التجربة ، اذ ان المنهج التجريبي هو المنهج الذي يستطيع الباحث من خلاله اختبار الفروض التي تتعلق بعلاقات السبب بالنتيجة . (عبدالحفيظ وباهي ، 2002 ، 107) .

2-2 مجتمع وعينة البحث:

حددت عينة البحث بالطريقة العمدية بلاعبي منتخب التربية لمحافضة نينوى بكرة قدم للصالات للموسم الدراسي (2020 – 2021) و البالغ عددهم (45) لاعباً، تقترب اعمارهم بين (15-18) سنة، وتم اختيار افضل (16) لاعباً كعينة للتطبيق بالطريقة العمدية.

2-3 تكافؤ و تجانس مجموعتي البحث

1-3-2 تجانس عينة البحث :

تم اجراء التجانس لعينة البحث في متغيرات (العمر ، الطول ، الكتلة) والجدول (2) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و قيمة معامل الاختلاف للمتغيرات المعتمدة في التجانس. الجدول رقم (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و قيمة معامل الاختلاف بين أفراد عينة من اجل التجانس في متغيرات العمر و الطول و الكتلة

المتغيرات	وحدة القياس	العينة		قيمة معامل الاختلاف
		س	± ع	
العمر	سنة	16,750	0,931	5,56%
الطول	سم	1,650	0,034	2,06%
الكتلة	كغم	56,750	4,612	8,13%

من خلال الجدول رقم (1) يتبين ان قيم معامل الاختلاف كانت على التوالي (5,56 ، 2,06 ، 8,13) وجميع هذه القيم اصغر من (30%) ، وهذا يدل على ان عينة البحث متجانسة في متغيرات (العمر ، الطول ، الكتلة)، (التكريري و العبيدي، 1999، 161).

2-3-2 تكافؤ مجموعتي البحث:

تكافؤ مجموعتي البحث لتجريبية و الضابطة في المتغيرات المهارية والتي حددها السادة المختصون و التي تم اعتمادها والجدول رقم (2) يوضح ذلك.

الجدول رقم (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للتكافؤ في عدد من المهارات الاساسية بين مجموعتي البحث التجريبية و الضابطة

المتغيرات الاحصائية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
		س	± ع	س	± ع		
العمر	سنة	16,850	0,991	16,625	0,916	0,524	2,365
الطول	سم	1,658	0,033	1,643	0,034	0,896	
الكتلة	كغم	57,875	4,086	55,625	5,097	0,894	
التهديف من الكرات الثابتة	درجة	1,750	0,463	1,625	0,518	0,509	
التمرير	درجة	2,375	0,518	2,625	0,518	0,966	
الاخماد	درجة	2,000	0,000	1,625	0,518	0,000	
الدحرجة	ثا	8,066	0,536	7,779	0,286	1,339	

غير معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$ وبدرجة حرية (14) قيمة (ت) الجدولية (2,365)

يتبين من خلال ملاحظتنا للجدول (2) بأن هناك فروق غير معنوية في جميع المهارات الأساسية (التهديف والتمرير والاختام والدرجة) بين المجموعتين التجريبية والضابطة إذ كانت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (0,509), (0,966), (0,000), (1,339), وهي اصغر من قيم (ت) الجدولية والبالغة (2.26) امام درجة حرية (14) وعند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ اذا لا يوجد فروق معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية.

يتبين من خلال ملاحظتنا للجدول (3) بأن هناك فروق غير معنوية في متغيرات (الطول والعمر والكتلة) بين المجموعتين التجريبية والضابطة إذ كانت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (0,524), (0,896), (0,894), وهي اصغر من قيم (ت) الجدولية والبالغة (2.26) امام درجة حرية (14) وعند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ اذا لا يوجد فروق معنوية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة.

2-3-3 اختيار المتغيرات المهارية واختباراتها في كرة القدم للصالات:

تم تحليل محتوى المصادر العلمية لاختيار المهارات الأساسية المهمة في كرة قدم الصالات , وبعد ذلك تم تصميم استمارة استبيان لأجل اختيار المهارات الأساسية و اختباراتها المهمة للاعبين كرة قدم الصالات و تم توزيعها على مجموعه من المتخصصين في مجالات (علم التدريب الرياضي, كرة القدم للصالات, القياس و التقويم) , والجدولين (3) و(4) يبينان نسب اتفاق الخبراء للمتغيرات البدنية و اختباراتها للاعبين كرة قدم للصالات.

الجدول رقم (3)

يبين نسبة اتفاق الخبراء للمهارات الأساسية المختارة في كرة قدم للصالات.

المهارات الأساسية	المختصين	المتفقين	الاتفاق
التهديف من الكرات الثابتة	12	9	75%
الاختام	12	10	83,33%
التمرير	12	10	83,33%
الدرجة	12	11	91,66%

وقد تم اعتماد المهارات الأساسية في الجدول (3) التي حصلت على نسبة اتفاق (75%) فأكثر
الجدول رقم (4)

يبين نسب اتفاق المختصين للاختبارات المهارية المختارة في كرة قدم للصالات

الاختبارات المهارية	المهارات الأساسية	المختصين	المتفقين	الاتفاق
التهديف من الكرات الثابتة	التهديف	12	12	100%
الاختام الارضي من الحركة	الاختام	12	9	75%
التمرير على الدوائر المرسومة	التمرير	12	11	91,66%
الدرجة بالكرة حول مربع	الدرجة	12	9	75%

وقد تم اعتماد المتغيرات المهارية المذكورة في الجدول رقم (3) و اختباراتها في الجدول رقم (4) و التي حصلت على نسبة اتفاق (75%) فما فوق إذ يشير بلوم و اخرون الى انه يجب على الباحث الحصول على نسبة اتفاق (75%) فأكثر من اراء المحكمين للاعتماد. (بلوم و اخرون, 1983, 126)

2-4 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث :

- ميزان الكتروني لقياس كتلة الجسم ، شريط قياس عدد 1 ، شواخص صغيرة عدد 20
- كرات قدم للصالات عدد 10 ، صافرات عدد 5 ، ساعة توقيت عدد 5
- شريط لاصق متعدد الالوان ، اقلام خط لكتابة الارقام ، حواجز ارتفاع 30 سم و عرض 20 سم
- ارقام بلاستيكية حجم كبير للدلالة و احتساب النقاط ، آلة تصوير فديو و صور للتوثيق

2-5 وسائل جمع المعلومات و البيانات (ادوات البحث):

- تحليل المحتوى ، المقابلة الشخصية ، الاستبيان ، المقاييس و الاختبارات .

2-7 الاجراءات الميدانية للبحث:

2-7-1 التجارب الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الاولى في يوم الثلاثاء الموافق (2021/1/12) على اللاعبين من عينة البحث (منتخب تربية نينوى كرة قدم للصالات) وبمساعدة فريق العمل, وكان الغرض منها التعرف على مدى امكانية تطبيق التمارين التوضعية والاحتوائية, فضلا عن التعرف والكشف عن الاخطاء والمعوقات التي تحدث وكذلك تعرف فريق العمل المساعد على هذا النوع من التجارب .

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الثانية في يوم الخميس الموافق (2021/1/14) على اللاعبين من عينة البحث (منتخب تربية نينوى كرة قدم للصالات) وبمساعدة فريق العمل, وكان الغرض منها التعرف على مدى امكانية تطبيق اللاعبين للمهارات الاساسية قيد البحث, فضلا عن التعرف والكشف عن الاخطاء والمعوقات التي تحدث .

2-7-2 الاختبارات القبلية:

في يوم الخميس الموافق (2021/1/17) تم اجراء الاختبارات القبلية المهارية .

2-8-3 التجربة الرئيسية:

تم تصميم التمرينات التوضعية و الاحتوائية الخاصة بالبحث ذلك بعد الانتهاء من التجارب الاستطلاعية و ضبط الازمنة الخاصة بكيفية تطبيق التمرينات التوضعية و الاحتوائية التي يتم عرضها على مجموعه من السادة المختصون في علم التدريب الرياضي و كرة القدم لبيان رأيهم في مدى صلاحية التمرينات, و بعد عرض الاستبيان المذكور تم الاخذ بملاحظات السادة المختصون وكما مبين في البحث , وقد راعى الباحث في المنهاج التدريبي ما يأتي :

- 1- طبقت هذه التمرينات كجزء من الوحدات التدريبية الكاملة .
- 2- تكون المنهاج التدريبي من (8) اسابيع (دورات صغرى).
- 3- تكون التمرينات التوضعية و الاحتوائية (المختلطة) في المنهاج التدريبي من دورتين و كل دورة متوسطة تحتوي على (4) دورات صغرى.
- 4- تكونت كل دورة صغرى من ثلاث وحدات تدريبية في الاسبوع, اي تنفذ كل مجموعه (24) وحدة تدريبية خلال المنهاج التدريبي.
- 5- تم اجراء الوحدات التدريبية في أيام (الاحد، الثلاثاء، الخميس) بمعدل وحدة في اليوم.
- 6- تم استخدام طريقة التدريب الفترتي المرتفع الشدة في التدريب
- 7- الشدة المستخدمة في المنهاج التدريبي (شدة مباراة).
- 8- حدد الباحث فترات الراحة بين التكرارات عن طريق التجارب الاستطلاعية وذلك بالاعتماد على عودة النبض (110 – 120) نبضة / د و استخدمت الراحة السلبية.

9- حدد الباحث الراحة بين المجاميع عن طريق التجارب الاستطلاعية وذلك بالاعتماد على عودة النبض الى (100 – 110) نبضة / د .

11- قسمت عينة البحث الى مجموعتين (تجريبية و ضابطة) ، التجريبية طبقت التمارين التموضعية والاحتوائية بينما المجموعة الضابطة طبقت البرنامج التدريبي للمدرب.

12- نفذت التجربة بتاريخ (2021/1/19) وانتهى بتاريخ (2021/3/21)، سبقها فترة اسبوع واحد لإجراء التجارب الاستطلاعية و الاختبارات القبلية

2-8-4 الاختبارات البدنية البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة للمجموعة التجريبية قام الباحث بأجراء الاختبارات البعدية المهارية على لاعبي عينة البحث في يوم الثلاثاء الموافق (2021/3/23) ، وبنفس الأسلوب و الظروف و تسلسل تنفيذ الاختبارات القبلية المهارية.

2-9 الوسائل الاحصائية :

تم استخدام الوسائل الاحصائية من خلال الاعتماد على الحقيبة الاحصائية (SPSS) بواسطة الحاسبة (الكمبيوتر) وهي كما يأتي:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- النسبة المئوية

- اختبار (T-TEST) للعينات المرتبطة. (عمر و اخرون ,2001, 89 – 90).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

بعد ان تم الانتهاء من تنفيذ المنهاج التدريبي قام الباحث بجمع البيانات المتعلقة بمتغيرات البحث وللمجموعتين التجريبية (التمارين الهجومية الخاصة) والضابطة (تدريبات المدرب) ومعالجتها احصائياً لغرض تحقيق اهداف وفروض البحث .

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية (التمارين الهجومية الخاصة) والمجموعة الضابطة :

3-1-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات المهارية القبلية و البعدية للمجموعة التجريبية

الجدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارات المهارية القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية

ت الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية		الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية		وحدة القياس	المعالم الاحصائية المهارات الاساسية
		ع ±	س	ع ±	س		
2.26	4,965	0,354	2,875	0,463	1,750	درجة	التهديف
	3,416	0,000	3,000	0,518	2,375	درجة	التمرير
	5,292	0,000	3,000	0,354	1,875	درجة	الإخماد
	6,694	0,205	6,875	0,536	8,066	درجة	الدرجة

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وامام درجة حرية (7) ، قيمة (ت) الجدولية = 2.26من

من خلال ملاحظة الجدول (5) يتبين لنا ما يأتي

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي في جميع المهارات الأساسية قيد البحث (التهديف , الدرجة , التمرير , الإخماد) اذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (4,965) ، (3,416) ، (5,292) ، (6,694) وهي اكبر من قيم (ت) الجدولية (2.26) امام درجة حرية (7) و عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$. ويعزو الباحث التطور الذي حصل لدى افراد المجموعة التجريبية في المهارات الأساسية قيد البحث جاء نتيجة التمارين (الهجومية الخاصة) المقننة و الشاملة لكل مراحل الاعداء عن طريق الاعداد المدمج و المركب لمراحل الاعداد المختلفة , وهي مناسبة الى درجة كبيرة مستوى و قدرات اللاعبين المختلفة فضلا عن أستخدم طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة بأسلوب الاعداء و التكرار , و ذكر (Owen) إن اعادة التمرين و تكراره تمكن اللاعب من اتقان المهارة و ادائها بشكل افضل (Owen,1975,73) و يؤكد (كونزة) ان البناء الجيد للاعب كرة القدم يجب ان تكون الكرة هي المحور عند اداء تمرينات التدريب لاكتساب الاداء المهاري مع توفر الملاحظة الدقيقة التي تكسب الرياضي المهارات (كونزة), (1980,22).

و يرى الباحث ان التمارين الهجومية الخاصة التي استخدمت في البرنامج التدريبي فضلا عن التشكيل المقنن للحمل التدريبي من حيث الشدة و الحجم وفترات الراحة يشابه الى المواقف و الاداء الفعلي الذي يحصل داخل ساحة اللعب اثناء المنافسة .

2-2-4 عرض وتحليل و مناقشة نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة الجدول رقم (6)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارات المهارية القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة

ت الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة		الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة		وحدة القياس	المسالم الاحصائية المهارات الاساسية
		ع ±	س	ع ±	س		
2.26	2,646	0,354	2,125	0,518	1,625	درجة	التهديف
	1,000	0,463	2,375	0,518	2,625	درجة	التمرير
	3,862	0,463	2,5000	0,641	1,875	درجة	الإخماد
	2,332	0,271	7,624	0,286	7,779	درجة	الدرجة

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وامام درجة حرية (7) ، قيمة (ت) الجدولية = 2.26

من خلال ملاحظة الجدول (6) يتبين لنا ما يأتي :

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح الاختبار البعدي في المهارات الأساسية قيد البحث (التهديف , الإخماد , الدرجة) اذت بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (2,646) ، (3,862) ، (2,332) . وهي اكبر من قيم (ت) الجدولية و البالغة (2.26) امام درجة حرية (7) و عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$.

وعدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مهارة (التمرير) اذ بلغت قيم (ت) المحسوبة (1,000) وهي اصغر من قيمة (ت) الجدولية و البالغة (2.26) امام درجة حرية (7) و عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$.

3-2-4 عرض وتحليل و مناقشة نتائج لاختبارات المهارية البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة . الجدول رقم (7)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبارات المهارية البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

المعالم الاحصائية المهارات الاساسية	وحدة القياس	الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية		الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة	الجدولية
		س	ع ±	س	ع ±		
التهديف	درجة	2,875	0,354	2,125	0,354	4,243	2.26
التمرير	درجة	3,000	0,000	2,375	0,518	3,416	
الإخماد	درجة	3,000	0,000	2,5000	0,535	2,646	
الدرجة	درجة	6,875	0,205	7,624	0,271	6,230	

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ وامام درجة حرية (14) ، قيمة (ت) الجدولية = 2.26

من خلال ملاحظة الجدول (7) يتبين لنا ما يأتي :

وجود فروق فأن دلالة معنوية في الاختبار البعدي بين المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في جميع المهارات الاساسية قيد البحث (دقة التهديف , دقة التمرير , دقة الإخماد , دقة الدرجة) اذ بلغت قيم (ت) المحسوبة على التوالي (4,243) ، (3,416) ، (2,646) ، (6,230) وهي اكبر من قيم (ت) الجدولية و البالغة (2.26) امام درجة حرية (7) و عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$.

ومن خلال الجدول (7) يتبين هناك فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات البعدي للمجموعتين التجريبية و الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية يعزو الباحث السبب في تطور المجموعة التجريبية الى استخدام البرنامج التدريبي الذي يتضمن التمارين الهجومية الخاصة و التي تناسب قدرات و امكانيات اللاعبين ، اذ تعد المهارات الأساسية إحدى مكونات لعبة كرة قدم الصالات وهي العامل المهم لتنفيذ خطط اللعب و حسم المباراة ، وتذكر (فاتن) بأن " المهارات الأساسية هي عماد الأداء فيها وبدون إجادته بدرجة عالية تصبح مهمة تنفيذ الخطط صعبة ، فهي الوسيلة الوحيدة لتعامل اللاعب مع الكرة ، إذ هناك علاقة ارتباطية ايجابية بين إجادة المهارات الأساسية وارتفاع مستوى الأداء الخططي وان إتقان أداء المهارات الأساسية يجعل اللاعب يصل إلى تنفيذها بصورة آلية دون تفكير في جزئيات المهارة " (فاتن اسماعيل, 19,2000), حيث اكد (الحيالي) ان اداء اي مهارة يكون بشدة اقل من القصوى وبسرعة بطيئة ثم زيادة السرعة تدريجيا الى ان تصل الى السرعة و الشدة المثالية (الحيالي, 2007, 151).

ويرى الباحث ان النتائج التي حصل عليها في الاختبارات المهارية البعدي ولصالح المجموعة التجريبية في المهارات الاساسية يعود ذلك الى طبيعة المنهاج التدريبي للباحث في تطوير المهارات ، والتي تتضمن استخدام تمارين هجومية خاصة. فلا يمكن تنفيذ أي خطة مهما كانت بسيطة بدون إجادة المهارات الفنية للعبة ، والجمل الخططية الموضوعة لاختراق دفاع الفريق المنافس وبالتالي لا يمكنه بالمرّة اختراق أحد المدافعين و عمل المناولة للزملاء او التصويب على المرمى ، وتنفيذ هذه الأساليب على أرض الملعب تعتبر مهمة شاقة للغاية، وتتطلب من جميع اللاعبين القدرة على التكيف ، حيث فهم جميع اللاعبين أدوارهم بشكل رائع ، وهنا تكمن نقطة قوة الفريق ومن كل ما تقدم يمكن القول أن اداء المهارات يعد عاملا اساسيا في نجاح الخطط الموضوعة .

4- الخلاصة والتوصيات:

1-4 الخلاصة :

1-1-4 تطور المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين (الهجومية الخاصة) في المنهاج التدريبي تطورا في المهارات الاساسية : (التهديف, التمرير, الإخماد, الدرجة) أفضل من المجموعة الضابطة.

2-1-4 اكتسبت المجموعة التجريبية التي استخدمت المنهاج التدريبي تطورا في المهارات الأساسية كافة التي تناولها البحث عند مقارنة النتائج بين الاختبارين القبلي والبعدي لمصلحة الاختبار البعدي.

3-1-4 لم تكتسب المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهاج التدريبي للمدرب تقدما فــــي المتغيرات

المهارية المذكورة سابقا عند مقارنة نتائجها بين الاختبارين القبلي والبعدي سوى في بعض المهارات الاساسية (التهديف , الاخمد , الدحرجة) التي أظهرت فروقا معنوية في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة

2-4 التوصيات :

و يوصي الباحث بما يأتي :

- 1- استخدام التمارين الهجومية الخاصة في التدريب لفائدتها في تطوير المهارات الاساسية بكرة قدم للصالات .
 - 2- اعتماد التدريبات ذات الشدد المثالية او شدد المباريات في تصميم المناهج التدريبية ، عند التدريب بهذين الاسلوبين .
 - 3- إجراء المزيد من البحوث و الدراسات المشابهة على فئات عمرية مختلفة ومن كلا الجنسين.
- المصادر العربية و الاجنبية:
المصادر العربية

1. التكريتي، وديع ياسين والعبيدي ، حسن محمد عبد(1999):"التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية" ، طبعة مزيده ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، العراق.
2. الحيايي ، معن عبد الكريم (2007): أثر اختلاف أساليب التحكم بمكونات الحمل البدني في بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين القدم للشباب ، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
3. فان دالين، ديوبولد (1984) : "مناهج البحث في التربية وعلم النفس" ، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخرون ، ط3 ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
4. عبدالحفيظ ، اخلاص محمد و باهي، مصطفى حسين(2002) : " طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية" ، دار الكتب للنشر ، القاهرة .
5. كونزة، الفريد (1980): كرة القدم ترجمة ماهر البياتي وسليمان علي حسين، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، العراق.
6. فاتن إسماعيل العزاوي(2000): اثر تداخل أساليب التمرينات في التعلم ونقل أثره إلى بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد. التمرين الثالث : 4×4 + حارس مرمى)

هدف التمرين : التموضع واخذ المكان المناسب لاستلام الكرة والتخلص من الرقابة بالنسبة للفريق Y والاحتواء ومحاولة قطع الكرة و الحصول على خطأ بالنسبة للفريق X .
الادوات المستخدمة : فانيلات حمراء اللون للفريق التموضعي (Y) و فانيلات زرقاء اللون للفريق الاحتوائي (X) – كرات – هدف .
قياس الملعب : 20×20 م .
وصف التمرين : فريقين (Y - X) الفريق Y لاعبي الاسلوب التموضعي وعددهم (4) , الفريق (X) لاعبي الاسلوب الاحتوائي و عددهم 4 , ينتشر الفريق Y في ملعب التدريب المحدد و حسب خطة اللعب وعلى ضوء انتشار الفريق (Y) ينتشر الفريق (X), عند اشارة المدرب يقوم لاعبي الفريق (Y) بالحركة فيما بينهم لتطبيق تكتيك التمرين باستخدام المهارات الاساسية , يتبادل لاعبا الاسلوب التموضعي المواقع و التنوع في مواقع التموضع ضمن مساحة التدريب المحددة و المطلوب من لاعبي الفريق (X) احتواء لاعبي الفريق (Y) من خلال أساليب الدفاع المختلفة والمراقبة ومحاولة قطع الكرة و ارتكاب الفريق (Y) للأخطاء للحصول على الكرة ويتكون لاعبي الفريق (Y) من اربعة لاعبين وحسب الارقام

(A - B - C - D) حيث ينتشر اللاعبون حسب التكتيك المطلوب من قبل المدرب حيث يقوم اللاعب A الذي بحوزته الكرة بتمريرة اولى الى اللاعب B والحصول على تموضع جديد A1 ويقوم اللاعب B بدرجة الكرة والحصول على تمرير جديد B1 وعمل تمريرة ثالثة الى اللاعب D وفي هذه الاثناء يكون اللاعب A1 قد حصل على تموضع جديد A2 ثم يقوم اللاعب D بعمل تمريرة رابعة الى A2 الذي يكون في تموضع افضل واقرب الى تسجيل نقطة وكما في الشكل.



(4 × 4 + حارس مرمى).

هدف التمرين : التموضع واخذ المكان المناسب لاستلام الكرة والتخلص من الرقابة بالنسبة للفريق Y والاحتواء ومحاولة قطع الكرة والحصول على خطأ بالنسبة للفريق X .
الادوات المستخدمة : فانيلات حمراء للفريق التموضعي (Y) وفانيلات زرقاء للفريق الاحتوائي (X) - كرات - هدف .
قياس الملعب : 20 × 20 م.

وصف التمرين : فريقين (Y - X) الفريق Y لاعبي الاسلوب التموضعي وعددهم (4) , الفريق (X) لاعبي الاسلوب الاحتوائي وعددهم 4 , ينتشر الفريق Y في ملعب التدريب المحدد وحسب خطة اللعب وعلى ضوء انتشار الفريق (Y) ينتشر الفريق (X) عند اشارة المدرب يقوم لاعبي الفريق (Y) بالحركة فيما بينهم لتطبيق تكتيك التمرين باستخدام المهارات الاساسية , يتبادل لاعبو الاسلوب التموضعي المواقع والتنوع في مواقع التموضع ضمن مساحة التدريب المحددة والمطلوب من لاعبي الفريق (X) احتواء لاعبي الفريق (Y) من خلال أساليب الدفاع المختلفة والمراقبة ومحاولة قطع الكرة و ارتكاب الفريق (Y) للأخطاء للحصول على الكرة ويتكون لاعبي الفريق (Y) من اربعة لاعبين وحسب الارقام (A - B - C - D) حيث ينتشر اللاعبون حسب التكتيك المطلوب من قبل المدرب , يقوم اللاعب A الذي بحوزته الكرة بتمريرة اولى الى اللاعب B ويحصل على تموضع جديد A1 يقوم اللاعب B بالدرجة والحصول على تموضع جديد B1 وفي هذه الاثناء يكون اللاعب C قد حصل على تموضع جديد C1 حيث يقوم اللاعب B1 بعمل تمريرة ثالثة الى اللاعب C1 وفي هذه الاثناء يكون اللاعب A1 قد تموضع من جديد ليصبح A2 يقوم الاخير بعمل تمريرة رابعة الى اللاعب A2 الذي يكون اقرب الى الهدف لتسجيل نقطة.

Y الفريق التموضعي (A,B,C,D) اللون الازرق
X الفريق الاحتوائي اللون الاحمر

نموذج للوحدات التدريبية

الجزء التدريبي من الاعداد الخططي للدورة المتوسطة الاولى والثانية (الدورة الصغرى الاولى والخامسة) للمنهج التدريبي للمجموعة التجريبية الاولى (الوحدة التدريبية (13,1))

الجزء التدريبي	رقم التمرين	فترة دوام التمرين	الشدة	التكرار	الراحة ببين التكرارات	الراحة بين المجموعات	المجموعات	الزمن الكلي لكل تمرين
الاعداد الخططي -13 23,30 دقيقة	1	25ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30ثا	د2-1	3-2	د6,30 د11,45
	2	30ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30ثا	د2-1	3-2	د6,30 د11,45

(الوحدة التدريبية (14,2))

الجزء التدريبي	رقم التمرين	فترة دوام التمرين	الشدة	التكرار	الراحة ببين التكرارات	الراحة بين المجموعات	المجموعات	الزمن الكلي لكل تمرين
الاعداد الخططي -13 23,30 دقيقة	3	25ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30ثا	د2-1	3-2	د6,30 د11,45
	4	30ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30ثا	د2-1	3-2	د6,30 د11,45

(الوحدة التدريبية (15,3))

الجزء التدريبي	رقم التمرين	فترة دوام التمرين	الشدة	التكرار	الراحة ببين التكرارات	الراحة بين المجموعات	المجموعات	الزمن الكلي لكل تمرين
الاعداد الخططي -13 23,30 دقيقة	2-1	30ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30ثا	د2-1	3-2	د6,30 د11,45
	4-3	30ثا	اداء مثالي (مباراة)	3	30ثا	د2-1	3-2	د6,30 د11,45