

## تأثير تمرينات الشبكة التدريبية في تطوير بعض الصفات الحركية

### والمهارية بكرة القدم

طالب الدكتوراه – م.م قصي حاتم خلف الساعدي

جامعة ديالى – كلية التربية الرياضية

#### ملخص البحث

تضمن الباب الأول مقدمة البحث وأهميته أذ تطرق فيها الباحث الى الطرائق العلمية الحديثة في التدريب الرياضي والتي ساهمت في تطوير بعض الصفات الحركية والمهارية وتكمن مشكلة البحث في قلة استخدام أساليب الشبكة التدريبية وخاصة منها التمرينات المهارية في تدريب كرة القدم لذا ارتأى الباحث اعداد تمرينات حركية مهارية ضمن أسلوب الشبكة التدريبية ويهدف البحث الى استخدام تمرينات الشبكة التدريبية لتطوير بعض الصفات الحركية والمهارية بكرة القدم ، اما الباب الثاني فقد بين اهمية تدريب كرة القدم والى اهمية التمرينات وتطرق الباحث ايضا الى الأداء المهاري بكرة القدم . وتم اختيار المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة واستخدم الباحث الأجهزة والأدوات التي تخص عمله اما في الباب الرابع فقد أستعرض الباحث النتائج التي توصل اليها ومناقشتها والتطور الحاصل معززاً ذلك بالمصادر والمراجع العربية اما في الباب الخامس فأستنتج الباحث بأن لتمرينات الشبكة التدريبية تأثير ايجابي في تطوير الصفات الحركية والمهارية للاعبين الناشئين بكرة القدم وأوصى باعتماد تمرينات خاصة وفق اسلوب الشبكة التدريبية ضمن المناهج التدريبية الخاصة للاعبين الناشئين بكرة القدم .

**The impact of network training exercises skill in the  
development of the implementation of the skill and speed  
decision-making in football**

**Researcher: Qusay Hatem kalaf**

Summary

Ensure Part I Introduction Search, relevance and touched them to the scientific methods of modern sports training and that contributed to the development of physical abilities and skills and is the research problem in the lack of use of methods network training and particularly the exercise of skill training football so felt researcher preparing exercises skill implemented in a manner network training and aims Find such a exercises to develop the implementation of skill and speed decision-making in football, either Part II shows the importance of football training and the importance of exercise and the researcher also touched performance skills in football. Was chosen as the research methodology for suitability nature of the problem and the researcher used devices and tools belonging to his work either in Part IV displays researcher's findings and discuss the evolution enhanced the sources and references Arabic either in Part V Vstantj researcher that the exercises network training positive influence in the development of performance skills and tactical players junior football and recommends the adoption of special exercises according to the style of network training into the training curriculum for young football players.

## الباب الأول

### 1- التعريف بالبحث:

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

أن التطور السريع لهذه اللعبة جاء نتيجة استخدام الطرائق العلمية الحديثة في التدريب الرياضي والتي ساهمت في تطوير القدرات الحركية والمهارية وأن نجاح أي عملية تدريبية تعتمد على الاسس الخاصة في الاعداد المتكامل لكل فعالية وصولاً باللاعب للمستوى العالي بالأداء والفهم الصحيح بتحقيق الواجبات المناطة به حركياً ومهارياً من خلال المدرب وخلق أداءاً رائعاً في تناغم وانسيابية بحركة اللاعب فردياً وجماعياً معتمداً على قراءة الافكار بين اللاعبين من جهة والمدرب من جهة اخرى.. ومن هنا تكمن اهمية البحث كونه محاولة بحثية تهتم في ترسيخ فكرة أسلوب الشبكة التدريبية الخاصة بالتمرينات الحركية والمهارية المتميزة بالدقة العالية في واقع اندية محافظة ديالى بكرة القدم ومن خلال تطبيقها لتحقيق هذا الهدف. وكذلك في تجربة استخدام تدريبات الشبكة التدريبية الخاصة بالأعداد المهاري التي تتميز بالتطبيق السريع والدقة العالية ، ومعرفة مدى تأثيرهما في تطوير سرعة المهارات الأساسية بكرة القدم.

#### 2-1 مشكلة البحث:

تكمن مشكلة البحث في قلة استخدام أساليب الشبكة التدريبية وخاصة منها التمرينات الحركية والمهارية في تدريب كرة القدم.. لذا ارتأى الباحث اعداد تمرينات حركية ومهارية ضمن أسلوب الشبكة التدريبية ، بهدف تطوير اداء المهارات الاساسية بكرة القدم.

#### 3-1 هدفا البحث:

1 – أعداد تمرينات الشبكة التدريبية لتطوير الصفات الحركية والمهارية للاعبين كرة القدم.

2 – التعرف على تأثير تمرينات الشبكة التدريبية في تطوير الصفات الحركية والمهارية بكرة القدم.

#### 4-1 فرضية البحث:

1. توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الأختبارات البعدية في تطوير بعض الصفات الحركية والمهارية بكرة القدم .

#### 5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : مجموعة من لاعبي نادي ديالى الرياضي لفئة الناشئين بكرة القدم.

2-5-1 المجال الزمني : المدة من 2012/10/1 ولغاية 2013/1/15.

3-5-1 المجال المكاني : ملعب نادي ديالى الرياضي.

#### 6-1 تحديد المصطلحات:

● الشبكة التدريبية:- وهي عبارة عن (مجموعة من التمرينات تشمل المربعات-حيث الطول الكلي للشبكة 60 ياردة وعرضها 40 ياردة تقسم إلى مربعات حسب مناطق اللعب) (الربيعي، والمولى)<sup>(1)</sup>.

### الباب الثاني

#### 2- الدراسات النظرية والمشابهة:

##### 1-2 الدراسات النظرية:

##### 1-1-2 التدريب الحديث في كرة القدم:

إن الهدف العام للتدريب في كرة القدم يتحقق من خلال التدريب المستمر والمنظم والعمل الهادف للمدرب مع لاعبيه لتكوين مجموعة لها أهداف مشتركة وان التوازن

(1) كاظم عبد الربيعي، موفق مجيد المولى ؛ الأعداد البدني بكرة القدم :الموصل، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر.1988،ص 213.

في تطوير هذه الصفات مع التطوير البدني لأعضاء الفريق يساعد على تنمية الصفات المعنوية والروحية والتي تؤثر بشكل إيجابي ليس على مستوى الرياضي فقط بل وفي الحياة العملية والاجتماعية أيضاً<sup>(1)</sup> وعليه يتضح إن التدريب في كرة القدم الحديثة هو " عملية تربوية مبنية على أسس علمية تعمل على تنمية الصفات البدنية للاعب والارتفاع بمقدرته الفنية وإكسابه الخبرات الفنية والخططية بهدف الوصول بجميع لاعبي الفريق إلى أعلى مستوى في الأداء الرياضي بغرض تحقيق الهدف من التدريب وهو الفوز في المباراة ".<sup>(2)</sup> إن التدريب الحديث ليس فقط اعطاء التمارين لكنه عملية معقدة جداً وإن تطور رياضة الانجاز تتأثر بعوامل عدة تتطلب من المدرب كفاية تمكنه من المعرفة والخبرة فالتدريب في كرة القدم الحديثة هو عملية مخطط لها، منهجياً من أجل التكامل الرياضي وهدفها الوصول إلى الأداء أو الإنجاز المثالي وتهيئة اللاعب والفريق"<sup>(3)</sup>.

من هذا يتضح أن لعبة كرة القدم الحديثة تميزت بالسرعة والقوة وأصبح لزاماً على لاعبي الفريق التحرك لأخذ المكان المناسب وفتح الثغرات في دفاع الفريق المنافس وفي الوقت نفسه إيجاد لاعبين مدافعين أكثر من لاعبي خط الهجوم للفريق المنافس وضرورة امتلاك لاعبي كرة القدم في الوقت الحاضر قدرات كافية من المهارة التي تسمح لهم بالسيطرة على الكرة والتحكم بها وكذلك القدرة على المناولة في أثناء الركض بأنواعه والتمويه والتهديف بدقة وكذلك القوة الكافية من أجل الاستحواذ على الكرة دون خوف وهذا ما يسمى باللعب الرجولي.

## 2-1-2 الشبكة التدريبية:

تعتمد آلية الشبكة التدريبية لأسلوب اللعب في المناطق المحددة على (9) عناصر مختلفة تعمل على زيادة تركيز اللاعبين بتنمية مهاراتهم العصبية والادراكية

(1) لاسلاف و كورسيكي ؛ تدريب لاعب كرة القدم ، ترجمة صباح رضا وصباح محمد مصطفى، مطبعة التعليم العالي ، بغداد ، 1990، ص8.

(2) معتز يونس الطائي؛ أثر برنامجين بأسلوبي التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل ، 2001، ص15.

(3)الاتحاد الآسيوي لكرة القدم ، المنهاج التدريب للشهادة فنى (( B )) ترجمة كاظم الربيعي ، بغداد ، 1997 ، ص41

والتوافقية ومختلف المهارات الاخرى، فالطريقة الجديدة للتدريب هي بحق ثورة على الطرق التقليدية اذ تعتمد هذه الطريقة على استخدام بعض الاجهزة والادوات وحتى الاجهزة الالكترونية ان تطلب الامر والتي تنمي مدركات اللاعبين وتجعلهم اكثر تفاهما في الملعب، فلنا ان نتصور لعب الفريق حينما يكون كل من اللاعبين يفهم ما يفكر فيه الاخر بشكل تام مشيراً الى انه يتوقع ان تحقق الطريقة صدى واسع جداً على مستوى الفرق الرياضية.

ولهذه التمرينات أهمية كبيرة في تنمية الصفات الحركية والبدنية والمهارية والخطية كالرشاقة والتوافق والمرونة والدقة الحركية ولان هذه التمرينات محببة إلى نفوس اللاعبين وقد تعطى في مرحلة تعلم المهارات الأساسية وهذا ما أكده (حنفي محمود 1994) بقوله " يجب على المدرب أو المعلم أن يكون ملماً بهذه التمرينات والعناية التامة بها والاعتناء بإعداد اللعبة من حيث الملعب والأدوات "(1).

ويرى (سعد منعم وهه فال خورشيد، 2012) "بأن تلك التدريبات يجب أن تتسجم مع قدرات وقابليات اللاعب من حيث الكم والكيفية التي تعطى بها والمرحلة العمرية هي الأخرى يجب أخذها بنظر الحسبان في أثناء عملية التدريب بما ينسجم مع قدراته وقابلياته للوصول إلى عملية الأعداد المتكامل والمتزن ، والغرض منه تنمية القدرات البدنية والوظيفية المتمثلة في الجهازين الدوري والتنفسي"(2).

**ويرى الباحث** بأن هذه التمرينات لها أهمية كبيرة لما لها من تأثير مباشر في حالة التدريب لدى اللاعبين، ويمكن تطبيقها في مساحة كبيرة من الملعب وفي حالات مشابهة لما يحدث أثناء اللعب من خلال تنفيذ التمرينات باعتماد الأسس العلمية وبذلك تعمل على تطوير الصفات البدنية وإتقان المهارات الأساسية التي تم تعلمها سابقا وفي الوقت نفسه تنمي خبرات اللاعبين الخطية، فضلا عن إنها محببة في نفوس اللاعبين كونها تختم بعملية التهديف على المرمى مما يزيد اللاعبين متعة وإثارة عند أداء هذه التمرينات.

(1) حنفي محمود مختار ؛ الأسس العلمية في تدريب كرة القدم : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994، ص135 .  
(2) سعد منعم الشبخلي ، هه فال خورشيد ؛ تدريب كرة القدم المبادئ والتطبيقات ، ط1 : العراق ، السليمانية ، مكتب به يوه ند للطباعة والنشر ، 2012، ص48.

## 2-1-3-1 عناصر الية الشبكة التدريبية(1):

### 1- التمرکز في المواقع الصحيحة:

من المتعارف عليه ان ابعاد الملعب هي (73م عرض ×110م طول) وبناءً على الطريقة الجديدة سيتم تقسيم الملعب الى ثلاثة اقسام بالتساوي في المساحة ( الطول والعرض) اي يتكون الملعب من ( الثلث الهجومي والوسط والثلث الدفاعي) ونسمي كل منطقة يمثلها مستطيل معين على حسب موقعها بالحروف العربية (أ.ب.ج) مقرون بأحد الارقام (3.2.1) بالإضافة لذلك يتم تقسيم كل نصف ملعب الى ثلاث مساحات.

ويرى الباحث بأن الفريق الجيد عليه الأهتمام بتلك المفاهيم من حيث مناطق ومساحات الملعب منذ المراحل التدريبية الأولى لخلق استراتيجية خاصة في الفريق أثناء المباراة.

### 2- التواجد في الموقع المحدد وفي زمن محدد:

تعتمد هذه القاعدة على تدريب اللاعبين على اتخاذ المواقع السليمة في ازمة محددة بحيث تكون لحظة وصول الكرة الى منطقة ما هي نفسها لحظة وصول اللاعب.

### 3- الشواخص والادوات:

يقصد بها استخدام اقماع وشواخص وحواجز بأشكال مختلفة وحتى ايضاً شواخص متحركة ان استدعى الامر ويتم التحكم فيها بواسطة وحدة تحكم منفصلة ، ومن الممكن تحريك هذه الحواجز بطول وعرض الملعب أو رأسياً ارتفاعاً وأنخفاضاً.

### 4- الاحتفاظ بالتوازن اثناء اللعب :

يقصد بها تدريب اللاعبين على تمرينات تعمل على حفظ التوازن والتوافق العالي لعمل حركات مختلفة في اتجاهات مضادة دون السقوط على الارض وتكون من مرحلتين.

### ❖ الاولى :-

أ- هي جعل اللاعب ان يجري بسرعة معينة ( كبيرة او متوسطة) في خطوط متعرجة ثم خطوط شديدة التعرج بدون حواجز.

(1) Alan Hargreaves, Richard, skills strategies for coaching soccer:p.o box 5076  
champaign,USA,2012,P72-84.

ب- وضع حواجز ثابتة على مسافات متباعدة ثم على مسافات متقاربة فوق الخطوط المتعرجة.

ج- وضع حواجز متحركة على مسافات مختلفة ( متقاربة او متباعدة) وبسرعات مختلفة ( متوسطة وكبيرة ) فوق الخطوط المتعرجة.

## 2-2دراسة (ناجي كاظم علي، 2010)<sup>(1)</sup>:

عنوان الاطروحة: تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخططي ودقته بكرة القدم

### اهداف البحث

- 1 – وضع تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع بكرة القدم .
- 2- أعداد اختبارات لقياس سرعة الاداء الخططي ودقته معاً بكرة القدم.
- 3 – تعرف تأثير التمرينات الخاصة بأسلوب اللعب السريع في سرعة الأداء الخططي ودقته بكرة القدم .

### اما عينة البحث:

فهي مجموعة من لاعبي فئة الشباب لنادي بغداد (الدوري الممتاز) بأعمار (18-19)<sup>(\*)</sup>سنة للموسم 2010/2009.

### اما استنتاجات البحث:

1. إن تمرينات الإعداد الخططي المركب كان لها دور إيجابي في تطوير مستوى الاداء المهاري وسرعة تنفيذه متمثلاً بتطور زمن هذا الاداء ودقته وهذا ما اشارة اليه الفروق المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.

<sup>(1)</sup>ناجي كاظم علي ؛ تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخططي ودقته بكرة القدم ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية،2010.

(\*) حسب تقسيمات الاتحاد الدولي لكرة القدم .

2. إن التمرينات التي طبقت كان لها دور إيجابي في تنمية الدقة والزمن، اذ ظهر التحسن في هذا المؤشر بفعل تطبيق التكرار الصحيح خلال الاداء الخططي .
3. ان التمرينات المستخدمة كان لها دور ايجابي في تطوير السرعة في هذا الاداء وكذلك تحقيق الدقة المطلوبة له.

### الباب الثالث

## 3 - منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

### 1-3 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث.

### 2-3 عينة البحث:

أشتملت عينة البحث على 18 لاعباً من لاعبي نادي ديالى الرياضي لفئة الناشئين بكرة القدم وقد اختيروا بالطريقة العمدية من أصل 22 لاعباً أذ تم أستبعاد (3) لاعبين كونهم عينة التجربة الأستطلاعية و(2) لاعبين هم حراس المرمى لهذا بلغت النسبة المئوية لعينة البحث (81.81%).

### 1-3-3 الاجهزة والادوات

- شريط قياس وحبل
- كرات قدم عدد 10
- شواخص عدد 10
- ساعة توقيت اليكترونية

### 2-4-3 وسائل جمع البيانات

- المقابلات الشخصية
- المصادر والمراجع والدراسات السابقة.

• شبكة المعلومات العالمية.

• الاختبارات والقياسات.

### 3-5 إجراءات البحث:

#### 3-5-1 تحديد متغيرات البحث:

بعد الاطلاع على المصادر العربية ورسائل الماجستير وأطاريح الدكتوراه وبعض البحوث العلمية التي استخدمت واحتوت على كيفية وأهمية مؤشرات التوافق الحركي والمهارات الأساسية لكرة القدم واختباراتها ولكون "الاختبارات من أهم وسائل تقويم اللاعبين سواء للوقوف على مستوى قدراتهم ( البدنية ، الحركية ، النفسية ،الذهنية ) ومستواهم المهاري بالنسبة للأنشطة التخصصية التي يمارسونها" (1)

#### 3-5-2 التجربة الاستطلاعية:

وهي عبارة عن تجربة صغيرة أو عمل مصغر للدراسة العامة يقوم بها الباحث بغية الوقوف على السلبيات والايجابيات التي ترافق إجراء التجربة الرئيسية للبحث"، إذ تم إجراء هذه التجربة وذلك في يوم الثلاثاء الموافق 2012/10/15 ، وذلك على عينة مكونة من (3) لاعبين ومن خلال هذه التجربة تم التعرف على ما يأتي:-

1- معرفة صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة.

2- التأكد من مدى ملائمة استمارة الاختبارات المستخدمة لعينة البحث.

3- الوقوف على كفاءة فريق العمل المساعد.

4- معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث.

#### 3-8 الاختبارات القبلية :-

تم إجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث بعد تحديد وتثبيت كافة الظروف من حيث المكان والزمان والأدوات المستخدمة وفريق العمل المساعد وذلك في يوم الخميس الموافق 2012/10/17.

(1) بسطويسي احمد ؛ أسس نظريات الحركة : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 ، ص288.

### 11-3 التجربة الرئيسية:-

تم تطبيق المنهج على عينة البحث التجريبية خلال وحداتهم التدريبية وفي الأيام والأوقات المخصصة لهم ، اذ بلغ عدد الوحدات التدريبية (36) وحدة تدريبية وبواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد موزعة على (12) أسبوع اذ ان وقت الوحدة التدريبية (90د) اذ ان زمن التمرينات كانت تتراوح ما بين (1د – 15 د) ، وتم العمل في التجربة الرئيسية في يوم الخميس الموافق 2012/10/20 والانتهاه منها في يوم الأربعاء الموافق 2013/1/2.

### 12-3 الاختبارات البعدية :-

تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث بعد تحديد وتثبيت كافة الظروف من حيث المكان والزمان والأدوات المستخدمة وفريق العمل المساعد وذلك في يوم السبت الموافق 2013 /1/5 .

### 13-3 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات الناتجة من خلال الاختبارات القبليّة والبعدية عن طريق نظام (spss) .

## الباب الرابع

### 1-4 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1-1-4 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة التطور للاختبارات الحركية في القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية وتحليلها:

## الجدول (1)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي و  
فرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور لاختبارات الصفات الحركية بكرة القدم.

الاختبارات	وحدة القياس	القبلي		البعدي		الفرق بين الأوساط	نسبة التطور
		ع	س-	ع	س-		
الرشاقة	زمن	1.067	8.797	0.898	7.662	1.135	%12.902
التوافق الحركي	زمن	1.307	11.712	1.022	9.509	2.203	%18.809

يتضح لنا من الجدول (1) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و فرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور في الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات الصفات الحركية قيد البحث . إذ كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للرشاقة (8,797) والانحراف المعياري (1,067) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (7,662) والانحراف المعياري (0,898) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي للتوافق الحركي (11,712) والانحراف المعياري (1,307) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (9,509) والانحراف المعياري (1,022).

وكان الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للرشاقة (1,135) ونسبة التطور كانت (%12,902) وبلغ الفرق في الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي للتوافق الحركي (2,203) ونسبة التطور في هذا المؤشر كانت (%18,809)

## الجدول (2)

يبين قيم الأوساط الحسابية للفروق ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات الصفات الحركية

الاختبارات	وحدة القياس	ف س	مج ح 2 ف	(T) المحسوبة	(T) الجدولية	دلالة الفروق
الرشاقة	زمن/ثا	1,135	1,026	4,695	1,74	معنوي
التوافق الحركي		2,203	1,221	7,652		معنوي

قيمة (T) الجدولية (1,74) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (17) .

يتضح لنا من الجدول (2) والذي يبين لنا قيم الأوساط الحسابية للفروق ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات الرشاقة و التوافق الحركي قيد البحث .

أذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار الرشاقة (1,135) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (1,026) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (4,695) والتي قيمتها اكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (1,74) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (17) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

وبلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار التوافق الحركي (2,203) ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق (1,221) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (7,652) والتي قيمتها اكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (1,74) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (17) ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

4 - 1- 2 عرض وتحليل نتائج اختبارات المهارات الأساسية لعينة البحث:

لغرض معرفة الفروق بين الأوساط الحسابية في الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات المهارات الأساسية لعينة البحث ، ومعرفة نسبة التطور في تلك المهارات ، استخدم الباحث القوانين الإحصائية الخاصة لمعالجة البيانات واستخراج النسب المطلوبة وحسب ما مبين في الجدول (3) .

### الجدول (3)

قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي وفرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور لاختبارات المهارات الأساسية .

ت	المهارات الأساسية	وحدة القياس	القبلي		البعدي		الفرق بين الأوساط	نسبة التطور
			ع	س-	ع	س-		
1	الدرجة	زمن/ثا	1,213	12,618	0,882	9,961	2,657	%21,057
2	المناولة	درجة	1,42	4,20	1,18	5,10	0,90	% 21,43

يتضح لنا من الجدول (3) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية ونسبة التطور في الاختبارين القبلي والبعدي للمهارات الأساسية قيد البحث ، إذ كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمهارة الدرجة (12,618) والانحراف المعياري (1,213) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبارات البعدية (9,961) والانحراف المعياري (0,882) أما فرق الأوساط الحسابية فبلغ (2,657) ولهذا بلغت نسبة التطور لمهارة الدرجة (%21,057)، وبلغ الوسط الحسابي في الاختبار القبلي لمهارة المناولة (4,20) والانحراف المعياري (1,42) في حين كان الوسط الحسابي في الاختبارات البعدية (5,10) والانحراف المعياري (1,18) أما فرق الأوساط الحسابية فبلغ (0,90) وبلغت نسبة التطور لمهارة المناولة (21,43) %).

ولغرض معرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في المهارات الأساسية قيد البحث ، استخدم الباحث القوانين الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات وحسب ما مبين في الجدول (4).

#### الجدول (4)

يبين قيم الأوساط الحسابية للفروق ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (T) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات المهارات الأساسية .

ت	الاختبارات	وحدة القياس	س- ف	مج ح 2 ف	(T) المحسوبة	(T) الجدولية	دلالة الفروق
1	الدرجة	زمن/ثا	2,657	1,119	10,075	1,74	معنوي
2	المناوله	درجة	2,5	40,8	7,58		معنوي

قيمة (T) الجدولية (1,74) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (17) .

يتضح لنا من الجدول (4) والذي يبين لنا قيم الأوساط الحسابية للفروق ومجموع مربعات انحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق وقيمة (T) المحسوبة و (T) الجدولية ودلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبارات المهارات الأساسية قيد البحث . أذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار مهارة الدرجة (2,657) في حين كانت قيمة مجموع تلك الفروق للمهارة (1,119) وكانت قيمة (T) المحسوبة (10,075) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للدرجة ولصالح الاختبار البعدي . وبلغت قيمة الوسط الحسابي للفروق في اختبار مهارة المناولة (2,5) في حين كانت قيمة مجموع تلك الفروق للمهارة (40,8) وكانت قيمة (T) المحسوبة (7,58) وهي اكبر من قيمة (T) الجدولية مما يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمناولة ولصالح الاختبار البعدي.

## 2-4 مناقشة النتائج:

يرى الباحث التمرينات التي طبقت على المجموعة التجريبية بأسلوب الشبكة التدريبية وظهور التفوق الواضح لدى لاعبي المجموعة التجريبية والذي يعزوه الباحث الى المنهجية التي أتبعها في صياغة مفردات وحدات التمرينات وفق أسلوب علمي والتدرج الصحيح في إعادة التمارين وتكرارها مما أدى الى إتقان اللاعبين الاداء المهاري وإن استخدام الأساليب التدريبية وفر للاعبين أجواء مشابهة للعب الحقيقي مع إعطاء دافعيه أكثر نحو التدريب وهذا ما يتفق مع ما أشار إليه (البليسي) نقلاً عن (مختار) إلى "أن التدريب على المهارات يجب أن يكون تحت ظروف مشابهة لأجواء المباراة ، فضلاً عن ذلك فأن تصغير المساحات على شكل مربعات او دوائر أو أي شكل هندسي اخر يجعل من جميع التحركات التي يؤديها اللاعب تقع في بؤرة إدراك جميع اللاعبين بمعنى آخر يقف اللاعبون في تشكيل نفسه الذي سيتحركون به في مساحات صغيرة تلك التي تعمل كبديل للشرح على السبورة بحيث يكون الانموذج مجسداً ومحسوساً من اللاعبين أنفسهم"<sup>(1)</sup> ، فضلاً عن ذلك فان الهدف من تنفيذ التمرينات الخاصة على المجموعة التجريبية لتمكين افراد هذه المجموعة من التمتع بالمشاركة في اللعب بصورة جديّة واستيعابهم لنموذج للأداء الفني للمهارات من خلال اللعب والمعرفة الخطئية واستيعابها.

## الباب الخامس

(1) سلام عمر محمد البليسي: أثر استخدام أسلوب التدريب الدائري في بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية لدى لاعبي كرة

القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل 2000 ص 80

## 5- الاستنتاجات والتوصيات:

### 1-5 الاستنتاجات:

- 1- لتمريعات الشبكة التدريبية تأثير ايجابي في تطوير الاداء الحركي والمهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم .
- 2- استخدام التمرينات ضمن المنهج التدريبي في مرحلة الاعداد الخاص له الاثر الايجابي الفعال في تطوير الاداء الحركي والمهاري .

### 2-5 التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث يوصي بما يأتي:

- 1- يوصي الباحث باعتماد تمرينات خاصة وفق اسلوب الشبكة التدريبية ضمن المناهج التدريبية الخاصة للشباب بكرة القدم .
- 2- يجب الاهتمام بهذه التمرينات وفق مناطق محددة لأنها تساعد وبشكل فعال اللاعبين مهارياً وخططياً.

## المصادر

- الاتحاد الاسيوي لكرة القدم ، المنهاج التدريب للشهادة فئى (( B )) ترجمة كاظم الربيعي ، بغداد ، 1997 ، ص41 زهير قاسم الخشاب واخرون: مصدر سبق ذكره ، 1999 .
- الاتحاد الاسيوي لكرة القدم ، المنهاج التدريب للشهادة فئى (( B )) ترجمة كاظم الربيعي ، بغداد ، 1997.
- ثامر محسن ووائل ناجي ؛ الالعاب الخاصة في تدريب كرة القدم ، (بغداد ، الشركة المركزية للطباعة والاعلام ، 1975 ) .
- حارث غفوري جاسم : تأثير تمرينات خاصة في تطوير دقة تنفيذ الركلة الحرة بكرة القدم، رسالة ماجستير جامعة ديالى 2008.
- سلام عمر محمد البليبيسي: أثر استخدام أسلوب التدريب الدائري في بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية لدى لاعبي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل 2000 .
- ضياء منير فاضل شوكت ؛ تأثير تمرينات خطية تعليمية بأسلوب اللعب في تعلم واحتفاظ وتقويم الاداء لبعض المهارات بكرة القدم للطلاب ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، 2006.
- لاسبلاف و كورسيكي ؛ تدريب لاعبي كرة القدم ، ترجمة صباح رضا وصباح محمد مصطفى، مطبعة التعليم العالي ، بغداد ، 1990.
- لاسبلاف و كورسيكي ؛ تدريب لاعبي كرة القدم ، ترجمة صباح رضا وصباح محمد مصطفى، مطبعة التعليم العالي ، بغداد ، 1990، ص8.
- محمد شعلان ؛ منتديات غرابيل : الاعداد المهاري في التدريب الرياضي ، 2008.

- معتز يونس الطائي؛ أثر برنامجين بأسلوب التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل ، 2001.
- معتز يونس الطائي؛ أثر برنامجين بأسلوب التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل ، 2001، ص 15.
- ناجي كاظم علي ؛ تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخططي ودقته بكرة القدم ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية، 2010.
- يوسف لازم كماش؛ المهارات الاساسية في كرة القدم تعليم -تدريب:عمان ،دار الخليج للطباعة، 1999).
- يوسف لازم كماش؛ المهارات الاساسية في كرة القدم تعليم -تدريب:عمان ،دار الخليج للطباعة، 1999).
- **Alan Hargreaves, Richard, skills strategies for coaching soccer:p.o box 5076 champaign.USA,2012.**