

تأثير منهج تدريبي باستخدام تمارين خطية في تطوير فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية للاعبين كرة القدم للصالات

م. جاسم سعد جاسم

العراق. جامعة ذي قار. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

aijasmjasmaljasm@gmail.com

الملخص

تكمن أهمية البحث في دور خطط اللعب الدفاعية والهجومية الفردية منها والجماعية برفع مستوى القدرات البدنية والمهارات الأساسية لها في الانجاز (المنافسة) وما تحققه من عمليات تكيف وظيفية إضافية لبعض القدرات الوظيفية بالإضافة إلى مستوى فاعلية الأداء التي تكون مهمة لتقييم المستوى ومدى نجاح تطبيق هذه الخطط في المنافسات والذي يعكس دورها على تطوير الأداء البدني والمهاري والخططي للاعبين أثناء المنافسة في بطولة الدوري العراقي للدرجة الاولى لكرة القدم للصالات ومن خلال متابعة الباحث لأغلب مباريات الدرجة الأولى لدوري كرة القدم للصالات وكذلك تدريبات الفرق لاحظ ان هنالك ضعفا في الاداء الخططي ولعل السبب في ذلك يعود الى عدم تخصيص الوقت الكافي من الوحدة التدريبية للجوانب الخططية حيث ان اغلب المدربين يركزون على جوانب بدنية ومهارية اكثر من تركيزهم على الجوانب الخططية ، وهدف البحث الى إعداد منهج تدريبي باستخدام تمارين خطية فردية وجماعية (هجومية - دفاعية) للاعبين كرة القدم للصالات. التعرف على الفروق بين الاختبارات والقياسات القبلية والبعديّة لبعض القدرات البدنية والمهارية والمتغيرات الوظيفية وفاعلية الاداء للمجموعتين التجريبية والضابطة. واستخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين . واستنتج الباحث هناك فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة لمتغيرات البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة . لم يحصل تطور في المجموعة الضابطة بشكل مماثل لما حصل في المجموعة التجريبية في جميع والمهارات وفاعلية الأداء .

الكلمات المفتاحية : منهج تدريبي ، تمارين خطية ، كرة القدم للصالات

The impact of a training curriculum using planning exercises on developing the effectiveness of the defensive and offensive performance of the Hall football players of

Lect. Jassim Saad Jassim

Iraq. University of Dhi Qar. College of Physical Education and Sports Sciences
aijasmjasmaljasm@gmail.com

Abstract

The research significance lies in the role of individual and collective defensive and offensive of play plans by raising the level of physical abilities and basic skills in the achievement (competition) and the additional functional adaptations of some of the functional abilities in addition to the level of performance effectiveness that is important to evaluate the level and success of implementing these plans, which reflects their role in developing the physical, skill and planning performance of the players during the competition in the Iraqi league championship for the first class hall football.

Based on the researcher follow-up for most of matches of the hall football league as well as the training of the teams, he observed that there is weakness in the performance of the plans because of the lack of due time allocation of the training module of the planning aspects because most of the trainers focus on the physical and technical aspects rather than on the planning aspects. The research objective is to prepare a training curriculum using individual and collective planning exercises (offensive – defensive) for the hall football players and

identify the differences between the pre tests and post measurements of some physical and skill capabilities, functional variables and performance effectiveness of the experimental and control groups.

The researcher used the experimental method of the two groups. The researcher concluded there were significant differences between the pre and post tests of the research variables of the experimental and control groups.

There was no development in the control group similar to what happened in the experimental group in all skills and performance effectiveness.

Keywords: training curriculum , planning exercises , club football

١- المقدمة :

أن المتطلبات الحديثة في هذه اللعبة تطلبت الحاجة الكبيرة إلى إعداد اللاعبين بدنياً ومهارياً وخططياً ووظيفياً بشكل جيد ولاسيما أن تغيرات الانجاز الكروي الحديثة يرتبط بتسريع خطط اللعب واتقانها الدفاعية والهجومية الأمر الذي يعني رفع الكفاءة البدنية والمهارية والوظيفية للاعبين لإتمام نجاح خطط اللعب في أصعب الظروف والمواقف التنافسية في المباراة ، إذ تتميز كرة القدم للصالات بتعدد خطط اللعب وتنوعها التي تكون سريعة ومفاجئة من قبل الفريق لتحقيق غايته بالتغلب على المنافس ، ومن خلال ذلك نجد لكرة القدم للصالات متطلبات تدريبية خاصة تفرضها طبيعة اللعبة بسبب خطتها الدفاعية والهجومية (الفردية-الجماعية) التي تكون معقدة ومميزة من ناحية السرعة والدقة في التنفيذ بما يضمن تحقيق الانجاز الامثل لأداء الفريق، وهذا يكون من خلال إعداد اللاعبين إعداداً متكاملًا من جميع النواحي فضلاً عن المتابعة المستمرة لتقويم فاعلية الأداء لهم خلال المنافسات لتلافي الأخطاء وتعزيز الخطط والمهارات الأساسية للاعبين وتقويمها لمعرفة مدى نجاح العملية التدريبية، ومن هنا تكمن أهمية البحث في دور خطط اللعب الدفاعية والهجومية الفردية منها والجماعية برفع مستوى القدرات البدنية والمهارات الأساسية لها في الانجاز (المنافسة) وما تحققه من عمليات تكيف وظيفية إضافية لبعض القدرات الوظيفية بالإضافة إلى مستوى فاعلية الأداء التي تكون مهمة لتقييم المستوى ومدى نجاح تطبيق هذه الخطط في المنافسات والذي يعكس دورها على تطوير الأداء البدني والمهاري والخططي للاعبين أثناء المنافسة في بطولة الدوري العراقي للدرجة الاولى بكرة القدم للصالات.

وتعد كرة القدم للصالات من الألعاب التي تتطوي على خطط لعب كثيرة ومتنوعة وما تحتويه هذه الخطط من أداء بدني ومهاري عالٍ لتنفيذها بكل دقة من قبل اللاعبين .

ومن خلال متابعة الباحث لأغلب مباريات الدرجة الأولى لدوري كرة القدم للصالات وكذلك تدريبات الفرق لاحظ ان هنالك ضعفاً في الاداء الخططي ولعل السبب في ذلك يعود الى عدم تخصيص الوقت الكافي من الوحدة التدريبية للجوانب الخططية حيث ان اغلب المدربين يركزون على جوانب بدنية ومهارية اكثر من تركيزهم على الجوانب الخططية ، وعليه فلا بد من تدريب لاعبي كرة القدم للصالات تدريباً مشابهاً لظروف المباراة وخصوصاً أن فترات الأعداد بكرة القدم الحديثة أصبحت ذات طابع تخصصي للواجبات الدفاعية والهجومية أي (خطط اللعب) لكثرة المنافسات وإكساب اللاعبين خطط اللعب لكل ما هو جديد ومفيد وباستمرار للتغلب على المنافس وإتقانها يكون بشكل دقيق جداً من قبل لاعبي الفريق، الأمر الذي حدا بالباحث الى دراسة هذه المشكلة ووضع بعض الحلول التي من شأنها ان ترتقي بالمهارات الأساسية بكرة القدم (الصالات) بشكل عام

ويهدف البحث الى :

- ١- إعداد تمارين خطية فردية وجماعية (هجومية - دفاعية) للاعبين كرة القدم للصالات.
- ٢- التعرف على الفروق بين الاختبارات والقياسات القبلية والبعدية لبعض القدرات البدنية والمهارية والمتغيرات الوظيفية وفاعلية الاداء للمجموعتين التجريبية والضابطة.

٢- اجراءات البحث :

١-٢ منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة المشكلة المراد حلها ولتحقيق أهداف البحث وفروضه مستخدماً أسلوب المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدى.

٢-٢ مجتمع البحث وعينة :

تم تحديد مجتمع البحث أندية الدرجة الاولى بكرة القدم الصالات في محافظة ذي قار للموسم 2017-2018 والبالغ عددهم (7) أندية وهم (النصر ، البلدية ، الفرات ، اكد ، الغراف ، القلعة ، سوق الشيوخ)، اما عينة البحث فقد تم تحديدها بالطريقة العمدية وهم لاعبو (اندية البلدية والفرات) وبذلك فهم يمثلون نسبة (28.5) من مجتمع الأصل، تم تقسيم العينة إلى مجموعتين التجريبية وهم لاعبو نادي البلدية والضابطة لاعبو نادي الفرات وبواقع (12) لاعباً لكل مجموعة وبذلك أصبحت النسبة المئوية لعينة البحث (77.4)

الجدول(1)

يبين تجانس أفراد عينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل الاختلاف
١	الطول	سم	170	7.950	0.104	4.66%
٢	الكتلة	كغم	67	5.532	0.069	8.19%
٣	العمر	سنة	22	1.654	-0.556	7.2%
٤	العمر التدريبي	سنة	3	0.710	-0.087	27.04%

الجدول (2)

يبين تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المحسوبة	الدالة الإحصائية	المعنوية الحقيقية
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
١	الطول	سم	172	8.928	168	6.692	0.164	0.257	غير معنوي
٢	الكتلة	كغم	66	5.333	68	5.790	0.843	0.408	غير معنوي
٣	العمر	سنة	22	1.723	23	1.602	0.859	0.400	غير معنوي
٤	العمر التدريبي	سنة	3	0.778	3	0.668	0.281	0.871	غير معنوي

* معنوية عند مستوى دلالة (0.05) عند درجة حرية 22

٢-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

تم استخدام الوسائل والأدوات والأجهزة التي تساعد الباحث في انجاز الاختبارات الخاصة بموضوع البحث

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية

- تحديد المهارات الأساسية

تم تحديد أهم المهارات الأساسية قيد الدراسة والتي هي (المناول - الإخماد - المراوغة - التهديف).

- تحديد متغيرات فاعلية الأداء

نظراً لكثرة متغيرات فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية في لعبة كرة قدم الصالات ومن أجل حصر أهم هذه

المتغيرات من خلال وضوحها في التصوير الفيديوي والمباشر قام الباحث باستطلاع آراء الخبراء

والمختصين في مجال كرة القدم إذ احتوت استمارة الاستبيان على (٩) حالات دفاعية و(١٥) حالة

هجومية وبعد عرضها على السادة الخبراء تم اختيار (١٢) حالة هجومية و(٧) حالات دفاعية وذلك

اعتماداً على نسبة اتفاق (75%) وأكثر والجدول (٣) يبين ذلك

الجدول (3)

يبين الحالات الدفاعية والهجومية الخاصة بفاعلية الأداء

النتيجة	النسبة المئوية	الدرجة من 10	فاعلية الأداء	ت
مقبول	80	8	الجري الحر	١
مقبول	90	9	تبادل المراكز	٢
مقبول	100	10	ضربة حرة مباشرة تسبب في الحصول عليها الفريق	٣
مقبول	90	9	مناولة جدارية(دبل باص)	٤
مقبول	80	8	استغلال الفراغ المناسب بدون الكرة	٥
مقبول	80	8	الكرة المرتدة من الحارس	٦
مقبول	100	10	المراوغة والمناولة أو التهديف	٧
مقبول	100	10	المناولة مع الاستلام من قبل الزميل	٨
مقبول	80	8	عدم التركيز الصحيح بملعب المنافس	٩
مقبول	80	8	التأخير في الهجوم(حيازة)	١٠
مقبول	90	9	عدم متابعة الكرة من حامي الهدف	١١
مقبول	100	10	عدم مشاركة حامي الهدف في حالات تتطلب هذا الموقف	١٢
يستبعد	50	5	التهديف الصحيح	١٣
يستبعد	60	6	الدرجة ثم المناولة أو التهديف أو سحب لاعب	١٤
يستبعد	50	5	مراوغة وعدم نجاحها أو أداء مناولة أو تهديف	١٥
مقبول	100	10	قطع الكرة من المنافس	١٦
مقبول	90	9	التنظيم الدفاعي لمنطقة الهدف(دفاع المنطقة)	١٧
مقبول	80	8	إجبار المنافس على إرجاع الكرة للخلف	١٨
مقبول	90	9	لعب رجل لرجل	١٩
مقبول	90	9	ارتكاب ضربة حرة مباشرة ضد الفريق	٢٠
مقبول	80	8	إرجاع الكرة لحامي الهدف	٢١
مقبول	80	8	الاستحواذ واللعب للخلف	٢٢
يستبعد	50	5	التغطية الدفاعية	٢٣
تستبعد	60	6	الانتقال من الهجوم إلى الدفاع وبالعكس	٢٤

٢-٤-١ الاختبارات المهارية :

١- اختبار التهديف :

اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات من بعد (10) م (وميض شامل كامل ، ٢٠١٢ ، ص٦٧)
اسم الاختبار:- اختبار التهديف على الهدف المقسم بدرجات من بعد (10) م.

٢- اختبار المناولة :

المناولة باتجاه هدف صغير من على بعد (10م). (وميض شامل كامل ، ٢٠١٢ ، ص٦٨)

اسم الاختبار:- المناولة باتجاه هدف صغير من على بعد (10م).

٣- اختبار الإخماد :

اسم الاختبار:- الإخماد الأرضي من الحركة. (فرج عبد الجليل عبد الرضا ، ٢٠١٢ ، ص٦٦)

٤- اختبار المراوغة :

اسم الاختبار:- اختبار المرور بين الشواخص (المراوغة) لمسافة ١٥ م

(احمد مرتضى اليساري ، ٢٠٠٨ ، ص٦٥)

الغرض من الاختبار :- قياس سرعة أداء مهارة المراوغة

٢-٤-٢ استمارة فاعلية الأداء :

بعد اطلاع الباحث على مجموعة من المصادر والبحوث تم إعداد وتصميم استمارة فاعلية الأداء بكرة القدم الصالات والخاصة بالحركات والمواقف الدفاعية والهجومية ومن خلال المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء الذين أبد آراءهم حول الحالات والنقاط التي تحسب لكل حالة اذ اشتملت الاستمارة على المحاور الآتية وكيفية احتسابها كما يلي:

أولاً:- الحالات والمواقف الهجومية :

١- الجري الحر واستلام الكرة: عند قيام اللاعب بالجري الحر ويكون من منطقة المنافس واستلامه للكرة يمنح نقطتان وفي حالة قيامه بالجري الحر وعدم استلامه للكرة نقطة واحدة وفي حالة الاستلام وقطع الكرة منه تمنح نقطتان ضده .

٢- تبادل المراكز واستلام الكرة: عند قيام لاعبين أو أكثر بعملية تبادل المراكز واستلام الكرة من قبل اللاعب يمنح نقطتين، وفي حالة عدم الاستلام مع إجراء التبادل نقطة واحدة، وفي حالة قطع الكرة منه مباشرة نقطتان ضده .

٣- ضربة حرة مباشرة: تسبب في الحصول عليها الفريق: عند قيام احد اللاعبين بتسبب ضربة حرة مباشرة للفريق تمنح له نقطة واحدة.

٤- مناولة جدارية (دبل باص): عند قيام لاعبين اثنين بلعب الكرة دبل باص واستلامها مرة أخرى يمنح نقطة واحدة ، وفي حالة عدم إكمال الدبل باص تمنح نقطة عليه.

- ٥- استغلال الفراغ المناسب بدون الكرة: عند قيام اللاعب بالتحرك الصحيح بالفراغ واستلال الكرة يمنح نقطتين وعند التحرك الصحيح بالفراغ ولم يستلم الكرة نقطة واحدة.
- ٦- الكرة المرتدة من الحارس: عند الاستعادة من الكرة المرتدة للحارس يمنح نقطة واحدة في حال عدم المتابعة تمنح نقطة واحدة ضده.
- ٧- المراوغة والمناولة أو التهديف: عند قيام اللاعب بالمراوغة ومن ثم المناولة أو التهديف يمنح نقطتين وعند القيام بالمراوغة وعدم نجاح المناولة أو التهديف نقطة واحدة ضده.
- ٨- المناولة مع الاستلام من قبل الزميل: عند قيام اللاعب بمناولة الكرة للزميل، وفي حال استلامها تعطى نقطة واحدة وفشلها نقطة واحدة عليه.
- ٩- عدم التركيز الصحيح في ملعب المنافس: عند استلام الكرة في ملعب المنافس عدم التركيز واستغلالها تعطى نقطة واحدة عليه.
- ١٠- التأخير في الهجوم: عند استلام اللاعب للكرة في ملعب المنافس والقيام بتأخير الهجوم يعطى نقطتين عليه، أما إذا استلمها في ملعبه وقام بتأخير الهجوم يمنح نقطة واحدة.
- ١١- عدم متابعة الكرة من حارس مرمى المنافس: في حالة وجود كرة مرتدة من حارس مرمى المنافس وعدم متابعتها تمنح نقطة واحدة عليه وفي حال المتابعة تمنح نقطة واحدة له.
- ١٢- عدم مشاركة حامي الهدف في حالات تتطلب هذا الموقف: في حال تطلب اشتراك حارس المرمى والقيام بالزيادة العددية ولم يفعل يمنح نقطة واحدة عليه وفي حال الاشتراك يمنح نقطة واحدة له.
ثانياً:- الحالات والمواقف الدفاعية:
- ١- قطع الكرة من المنافس: عند قيام اللاعب بقطع الكرة من المنافس تمنح نقطة واحدة وعدم القطع تمنح نقطة واحدة عليه.
- ٢- التنظيم الدفاعي لمنطقة الهدف: عند قيام اللاعبين بالتنظيم الدفاعي وقطع الكرة تمنح نقطتان، وفي حال القيام بالتنظيم الدفاعي وعدم قطع الكرة تمنح نقطة واحدة وفي حالة اجتيازهم تمنح نقطتان عليه.
- ٣- إجبار المنافس على إرجاع الكرة للخلف: عند التنظيم والضغط على الفريق المنافس وإجباره العودة للخلف تمنح نقطة واحدة.
- ٤- اللعب رجل لرجل: عند القيام بالملازمة الفردية (رجل لرجل) وعدم استفادة الفريق المنافس من الكرة تمنح نقطتان وعند اللعب رجل لرجل واستفاد منها الفريق تمنح نقطة واحدة، وفي حال اجتياز الفريق المنافس وتخلص من الملازمة تمنح نقطتان عليه.
- ٥- ارتكاب ضربة حرة مباشرة ضد الفريق: عند ارتكاب اللاعب هذه المخالفة ضد الفريق يمنح نقطتين عليه.
- ٦- إرجاع الكرة إلى حامي الهدف: عند قيام اللاعب بإرجاع الكرة لحامي الهدف للحالة الأولى يمنح نقطة واحدة ضده وفي الحالة الثانية نقطتان.

٧- الاستحواذ واللعب للخلف: في حال الضغط من الفريق المنافس واللعب للخلف بملعبه يمنح نقطة واحده.

وبعد تثبيت البيانات في الاستمارة وعلى ضوء رأي المقيمين من خلال مشاهدة التصوير الفديوي لكل مباراة يتم معالجة البيانات باستخدام المعادلة الآتية:

١٠٠×	مجموع الأداء الدفاعي الفاشل للاعب في المباريات+(٢×مجموع الأداء الدفاعي الناجح للاعب في المباريات)	نسبة نجاح الأداء الدفاعي للاعب في المباريات= مجموع الأداء الدفاعي الفاشل للفريق ككل في المباريات+(٢×مجموع الأداء الدفاعي الناجح للفريق ككل في المباريات)
	مجموع الأداء الدفاعي الناجح للاعب في المباريات+(٢×مجموع الأداء الدفاعي الفاشل للفريق ككل في المباريات)	

١٠٠×	مجموع الأداء الدفاعي الناجح للاعب في المباريات+(٢×مجموع الأداء الدفاعي الناجح للاعب في المباريات)	نسبة فشل الأداء الدفاعي للاعب في المباريات= مجموع الأداء الدفاعي الناجح للفريق ككل في المباريات+(٢×مجموع الأداء الدفاعي الناجح للفريق ككل في المباريات)
	مجموع الأداء الدفاعي الناجح للاعب في المباريات+(٢×مجموع الأداء الدفاعي الفاشل للفريق ككل في المباريات)	

المعادلة نفسها تستخدم أيضا للتعرف على نسبة نجاح الأداء الهجومي للاعب في المباريات ، ولكن يستبدل الأداء الهجومي للاعب بدلاً من الأداء الدفاعي.

(علي فهمي ألبك وعماد الدين عباس أبو زيد ، ٢٠٠٣ ، ص٥٧)

٢-٥ التجارب الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية تدريباً عملياً للباحث للوقوف على المعوقات التي تقابله أثناء العمل لتقاديها مستقبلاً. لذا قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية للاختبارات بتاريخ 2018/8/25 وعلى قاعة منتدى شباب ذي قار على عينة من اللاعبين والبالغ عددهم (4) لاعبين من لاعبي نادي(القلعة)بكرة القدم الصالات وكان الهدف من التجربة:

١- معرفة الصعوبات التي ستواجه الباحث والعمل على تقاديها .

٢- معرفة الوقت المستغرق للاختبارات وتسلسلها.

٣- معرفة قدرة العينة على أداء الاختبارات المختارة .

٤- معرفة طبيعة آلية قياس المتغيرات الوظيفية وكذلك استخدام جهاز (Portamon Mk11 and

Oxysoft) لقياس تشبع الهيموكلوبين بالأوكسجين والوقت المحدد لكل لاعب.

٥- معرفة قدرة فريق العمل المساعد على معرفة الاختبارات وتحديدها .

٢-٧ التجربة الرئيسية :

٢-٧-١ الاختبارات القبلية :

تم إجراء الاختبارات القبلية بتاريخ 2017/9/18-30 وعلى المجموعتين التجريبية والضابطة ٢-٧-٢ المنهج التدريبي (تطبيق التمارين)

قام الباحث بإعداد مجموعة من التمارين الخطئية وعددها (51) تمرينا بعد الاطلاع على أدبيات ومراجع التدريب الرياضي وكرة القدم فضلا عن المقابلات الشخصية اذ تم تطبيق هذه التمرينات بتاريخ 2018/10/1 ولغاية 2018/12/1 أي بواقع (8) أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية بالأسبوع (الأحد ، الثلاثاء ، الخميس) وقد قام الباحث بمراعاة ما يلي :

١- تم التدرج بالشدة بدءا من (75-100%)

٢- التنوع بالتمرينات الخطئية لتشمل جميع أنواع خطط اللعب الدفاعية والهجومية الفردية والجماعية.

٣- تم تطبيق التمرينات بالقسم الرئيس للوحدة التدريبية وبطريقتي التدريب الفكري والتكراري.

٤- تم تطبيق التمرينات في فترة الإعداد الخاص وفترة ما قبل المنافسات.

٥- استخدم الباحث التمرينات بين الوحدات التدريبية بين الوحدات التدريبية للدائرة الصغرى

٦- تم تحديد زمن الراحة بين تكرار وآخر استناداً على معدل النبض (120-130) ض/د ، أما بين المجموعات فكان معدل النبض (110-120)ض/د) وهذا ما يؤكد بسطويسي احمد " تختلف فترات الراحة الايجابية بين كل تمرين وآخر ويمدد الزمن بما يحدهه اللاعب على طرائق التدريب وأساليب المختلفة من ناحية وشدة المثير اذ يكون عودة النبض إلى (110-120)ض/د) راحة ايجابية مستحسنة بين المجموعات ذات الشد العاليية". (بسطويسي احمد ، ١٩٩٩ ، ص٩٢)

٦- بلغ مجموع زمن التمرينات الخطئية المستخدمة هو (835) دقيقة وبواقع (من 97-120) د) لكل أسبوع.

٢-٧-٣ الاختبارات البعدية :

أجرى الباحث الاختبارات البعدية لعينة البحث بتاريخ 2018/12/2-3 وقد سعى الباحث إلى تهيئة الظروف نفسها من حيث المكان والزمان والأجهزة والأدوات أو طريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد لتتطابق قدر الإمكان الظروف التي تمت في الاختبارات القبلية وقد تم اختبار فاعلية الأداء بتصوير مباريات بطولة (اندية المحافظة) التي أقيمت على قاعة حيدر كامل وبواقع (3 مباريات)

٢-٨ الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية spss إصدار (٢٣) في معالجة النتائج .

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٣-١ عرض وتحليل نتائج الاختبارات (القبلية والبعدية) في المهارات الأساسية ومناقشتها

أولاً: - عرض نتائج الاختبارات (القبلية والبعديّة) في المهارات الأساسية للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها

الجدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعنوية الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في المهارات الأساسية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات القبلية		الاختبارات البعديّة		متوسط الفروق	الخطأ المعياري	قيمة t المحسوبة	الدلالة الإحصائية	المعنوية الحقيقية
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي					
١	المناوله	درجة	3.250	1.055	5.666	0.651	2.416	0.259	9.298	0.000	معنوي
٢	المراوغة	ثانية	7.541	0.582	6.366	0.528	1.175	0.222	5.280	0.000	معنوي
٣	الإخماد	درجة	3.583	1.240	7.833	1.029	4.250	0.371	11.430	0.000	معنوي
٤	التهديف	درجة	3.666	1.230	7.750	0.965	4.083	0.398	10.258	0.000	معنوي

معنوية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 11

٣-٢ عرض نتائج الاختبارات (القبلية والبعديّة) في المهارات الأساسية للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها

الجدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعنوية الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة في المهارات الأساسية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات القبلية		الاختبارات البعديّة		متوسط الفروق	الخطأ المعياري	قيمة t المحسوبة	الدلالة الإحصائية	المعنوية الحقيقية
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي					
١	المناوله	درجة	3.500	1.507	4.416	1.300	0.916	0.228	4.005	0.002	معنوي
٢	المراوغة	ثانية	7.436	0.696	6.810	0.432	0.626	0.252	2.480	0.031	معنوي
٣	الإخماد	درجة	3.750	1.544	4.833	1.337	1.083	0.357	3.026	0.012	معنوي
٤	التهديف	درجة	3.000	0.738	3.750	0.753	0.750	0.278	2.691	0.021	معنوي

معنوية عند مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية 11

٣-٣ مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمهارات الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة

من خلال الجدول (٤) (٥) نجد أن هناك فروقا معنوية في جميع اختبارات المهارات الأساسية ولصالح الاختبار البعدي ولكلا المجموعتين ، ويفسر الباحث هذه المعنوية إلى التمارين المستخدمة لكونها ذات طبيعة تخصصية تم تدريبها على وفق تمارين متنوعة لجميع الحالات الدفاعية والهجومية وان تكون بها مهارات أساسية متنوعة تساعد ذلك على تطوير هذه المهارات ، وهذا ما يتفق مع كاظم الربيعي وموفق المولى "تستخدم التدريبات في اغلب مدارس كرة القدم العالمية بحيث تتلاءم مع فترات الإعداد ونوعية المهارات التي تتطلبها". (كاظم الربيعي وموفق المولى ، ١٩٨٨ ، ص٧٩)

٣-٤ عرض وتحليل نتائج الاختبارات (القبلية والبعدي) في فاعلية الأداء
أولاً:- عرض نتائج الاختبارات (القبلية والبعدي) في فاعلية الأداء للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها
الجدول (٦)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة والدلالة الإحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية للمتغيرات قيد الدراسة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات القبلي		الاختبارات البعدي		متوسط الفروق	الخطأ المعياري	قيمة t المحسوبة	الدالة الإحصائية	المعنوية الحقيقية
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي					
١	الدفاعية	درجة	1.718	5.648	1.956	7.479	1.830	0.409	4.471	0.001	معنوي
٢	الهجومية	درجة	2.866	6.996	2.523	9.844	2.847	0.599	4.753	0.001	معنوي

معنوية عند 0.05 ودرجة حرية 22

ثانياً:- عرض نتائج الاختبارات (القبلية والبعدي) في فاعلية الأداء للمجموعة الضابطة وتحليلها
الجدول (٧)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومتوسط الفروق والخطأ المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة والدلالة الإحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة للمتغيرات قيد الدراسة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات القبلي		الاختبارات البعدي		متوسط الفروق	الخطأ المعياري	قيمة t المحسوبة	الدالة الإحصائية	المعنوية الحقيقية
			الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
١	الدفاعية	درجة	4.894	1.954	5.796	1.905	0.902	0.141	6.361	0.000	معنوي
٢	الهجومية	درجة	6.504	2.753	7.510	2.910	1.005	0.195	5.152	0.000	معنوي

معنوية عند 0.05 ودرجة حرية 22

ثالثاً:- مناقشة نتائج الاختبارات القبلي والبعدي في فاعلية الأداء وللمجموعتين التجريبية والضابطة من خلال الجدول (٦) و(٧) نجد أن هناك فرقا معنويا ولصالح الاختبارات البعدي، ويرى الباحث إن المنهج التدريبي المستخدم في فترة الإعداد الخاص كانت تهدف إلى تطوير قابليات اللاعبين المهارية والخططية لكي يتم رفع مستوى فاعلية أداء كل لاعب وبالتالي الاداءات كفريق ككل، وهذا ما حصل في رفع مستوى فاعلية الأداء لديهم أثناء تنفيذ التمرينات وتطبيقها بصورة أداء فعلي كما يحصل في المباريات، وهذا ما يشير إليه حنفي محمود "يجب أن يدرك المدرب جيدا القاعدة التي تقول (ما لا يؤدي في التمرين لا يؤدي في المباريات) ومعنى ذلك إذا لم يتدرب اللاعبون على خطط التمريرة الحائطية جيدا فأنهم لم ينفذوها في المباريات". (حنفي محمود مختار ، ١٩٩٧ ، ص١٥)

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١- اثرت التمرينات الخططية والمستخدمة في المنهج التدريبي على المهارات الاساسية وفاعلية الأداء للمجموعة التجريبية.

٢- هناك فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدي لمتغيرات البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة .

٣- لم يحصل تطور في المجموعة الضابطة بشكل مماثل لما حصل في المجمعنة التجريبية في جميع والمهارات وفاعلية الأداء .

٤-٢ التوصيات:

١- اعتماد التمارين الخططية المستخدمة في المنهج وبطرائق مختلفة لتطوير المهارات الاساسية وفاعلية الأداء .

٢- إجراء دراسة لتقييم الأداء للاعبين كرة القدم الصالات من خلال تقييم استمارة الأداء .

٣- التأكيد على التدريبات الخططية في لعبة كرة القدم الصالات لما لها من أهمية في تطوير الأداء لدى اللاعبين وكذلك تحسين الأداء للحصول على النتائج الايجابية .

ضرورة إجراء دراسات مشابهة على متغيرات فسيولوجية أخرى وتطويرها لدى لاعبي كرة قدم للصالات

المصادر

- احمد مرتضى اليساري : تأثير أرضية الملعب لتطوير الأداء الحركي وفق الجمل الخططية الفردية والجماعية للاعبين الشباب بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة القادسية ، ٢٠٠٨ .

- علي فهمي أنبيك وعماد الدين عباس أبو زيد : المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية تخطيط وتصميم البرامج والأعمال التدريبية نظريات - تطبيقات ، ط ١ ، منشأة المعارف جلال حزي وشركاد ٢٠٠٣ .

- فرج عبد الجليل عبد الرضا : تأثير استخدام أسلوب (الإتقان والإقران) في تعلم وتطوير مستوى الأداء لبعض المهارات الأساسية والمعرفية للناشئين بكرة القدم للصالات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة البصرة ، ٢٠١٢ .

- كاظم الربيعي وموفق المولى : الإعداد البدني بكرة القدم ، بغداد ، بيت الحكمة ، ١٩٨٨ .

- وميض شامل كامل : تأثير تمرينات خاصة في تطوير القدرات والمهارات الأساسية وعلاقتها بدقة التهديد من الثبات والحركة بكرة القدم للصالات ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠١٢ .