

تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع لتطوير الجانب المعرفي الخططي للاعبين الشباب بأعمار
(دون سن 19) سنة بكرة القدم

م.م. ابو بكر يوسف محمد ، م.م. ازهر طاهر منشد

العراق. جامعة بغداد. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Azhar_68@yahoo.com

الملخص

يشير البحث إلى معرفة مستوى الجانب المعرفي بالنواحي الخططية لدى اللاعبين الشباب والعمل على تطويره من خلال وضع تمارين خاصة تساعد على اتخاذ الاجراء الملائم ، وتطوير المعرفة المسبقة التي تتلاءم مع تغيرات ومجريات المباراة.

وتكمن مشكلة البحث ان هناك الكثير من التذبذب في الجانب المعرفي لأغلب اللاعبين الشباب لأندية بغداد ويتصرف اللاعبون على اساس معرفتهم التي لم تبنى بشكل علمي دقيق وبالتالي يواجهون صعوبات عديدة في التصرف اثناء المباريات. ويهدف البحث الى :

1- التعرف على مستوى الجانب المعرفي الخططي للاعبين اندية بغداد لكرة القدم لفئة الشباب.

2- اعداد تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع لتطوير الجانب المعرفي الخططي للاعبين الشباب بكرة القدم.

واستخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين والاختبارات القبالية والبعديية وان مجتمع البحث يتكون من اندية بغداد لفئة الشباب بأعمار

(دون سن ال19 سنة)، اما عينة البحث هم شباب نادي الصناعة (المجموعة التجريبيية) ، وشباب نادي الشرطة (المجموعة الضابطة) ، واستخدم منهج تجريبي على عينة البحث التجريبيية لفترة 8 اسابيع واجراء اختبارات بعديية لكلا العينتين.

الكلمات المفتاحية: تمرينات خاصة ، اللعب السريع ، كرة القدم

The effect of quick play style exercises to develop the cognitive aspect of plans among young players (under 19 years old) in football

Assistant Lect. Abu Bakr Youssef Mohamed, Assistant Lect. AzharTahir Munshid

Iraq. Baghdad University. College of Physical Education and Sports Science

Azhar_68@yahoo.com

Abstract

The research aims to identify the level of cognitive aspect of plans among young players in football and working to develop it through the development of special exercises that help to take appropriate action, and the development of advance knowledge that is appropriate to the changes and course of the game. The research problem lies in that there is a lot of fluctuation in the cognitive side of most of the young players of Baghdad clubs, and the players act on the basis of their knowledge, which was not built in an accurate scientific manner, therefore they face many difficulties in acting during the matches. The research aims to:

1. Identify the level of the cognitive aspect of the plans of the Baghdad Football Club players for the youth category.
2. Prepare quick play style exercises to develop the cognitive aspect of football young players.

The researchers used the experimental approach to design two equivalent groups and the pre and post tests . The research community consists of Baghdad clubs for the youth ages under the age of 19 years. The research sample consists of Alsinaa (Industry) Club young players (the experimental group), and Alshoortaa(police) club young players (the control group) ,and the use of an experimental method on the experimental research sample for a period of 8 weeks and conducting posttests for both samples.

Keywords: special exercises, quick play, football

ان لعبة كرة القدم تستحوذ على اهتمام الكثير من شعوب العالم وذلك لما لها من مميزات وعناصر عديدة ومنها التشويق المستمر اثناء المباراة والاثارة والمنافسة الشديدة وبالإضافة الى قدرتها على بناء الجانب البدني والصحي وتنمية القدرة على التفكير في اصعب الظروف من خلال عزل الكثير من المتغيرات التي تطرأ اثناء اللعب والتركيز على الاداء المهاري وبأعلى دقة ممكنة كإيصال الكرة للزميل بصورة صحيحة تحت الضغط من الخصم وبهذا التنوع الكبير في مجريات اللعب والتنافس بين المنتخبات والاندية العالمية فقد سلبت عقول المشاهدين والمشجعين الصغار والكبار على حد سواء وبذلك اصبحت من اهم المؤثرات الاجتماعية في مختلف دول العالم، وتعد كرة القدم احدى الالعاب الرياضية التي تعتمد على التفكير بصورة سريعة بما يلائم سرعة المباراة وضغط المسلط من قبل المنافسين بشكل عام وبشكل خاص في المباريات التي تتميز بقوة المنافسة بين الفريقين بصورة خاصة والبطولة بشكل عام وما يحدد عنها من مجالات لعب مختلفة والتي تتطلب من اللاعبين التعامل بحذر مع تلك المتغيرات وذلك بتفكير معرفي مسبق ملائم وفقا لمعرفتهم والتصرف اثناء المباراة وتنفيذها بأسلوب سريع على ان يتناغم اسلوب المعرفة مع التصرف الجيد والسليم في التنفيذ وفقا لمجريات الحالة للحفاظ على توازن مستويات اللعبة من قبل اللاعبين اثناء المباريات وعلى ان تكون بشكل محكم وغير عشوائي برغم الظروف التي تواجه اللاعب الخارجية والداخلية وحسب مجريات المباراة.

وهذا ما دعى الباحثان في الدراسة الحالية في التركيز على عوامل التفكير بعمليات عقلية والتي تتطلب الوجةة التقاربية في معرفة التصرف الخططي الامثل في حل المشكلات وتعتمد في جوهرها على حلول انتقائية معروفة مسبقا لدى اللاعبين والتوصل الى نتيجة نهائية لحل واحد صحيح لكل مشكلة واعطاء نتيجة ملائمة تتلاءم مع مجريات اللعب لكون المعرفة المسبقة تعد عاملا اساسيا في تحديد ذلك الموقف.

وفي لعبة كرة القدم تطرأ ضغوط كثيرة منها بدنية ومهارية ومعرفية على اللاعبين اثناء سير المباريات وهذا ينعكس على تفكيرهم عند تنفيذهم خطة اللعب واتخاذ القرار المناسب وبسرعة والذي يكون له دور في حسم الموقف كون اللاعبين تقع عليهم مسؤولية تنفيذ تلك الخطط وكون اكثر اللاعبين في الفئات العمرية يفتقرون للمعرفة المسبقة في التصرف الخططي كعملية الربط في الهجمة ومعرفة التصرف الصحيح بصورة سريعة.

ولكون الباحثان لاعبان سابقان في الدوري العراقي ومتابعان لأغلب مباريات فئة الشباب بكرة القدم ولقائهم بنخبة من المختصين في كرة القدم لاحظا ان هناك الكثير من التذبذب في الجانب المعرفي بالنواحي الخططية لأغلب اللاعبين الشباب لأندية بغداد ويتصرف اللاعبون على اساس معرفتهم الغير

مناسبة في الاغلب احيانا، وهنا تكمن مشكلة البحث من خلال انخفاض مستوى الجانب المعرفي بالنواحي الخططية لدى الاعبين الشباب وعدم امكانيتهم تطبيق الخطط المرسومة من قبل المدربين بالشكل الامثل. ويهدف البحث الى:

1- التعرف على مستوى الجانب المعرفي بالنواحي الخططية للاعبي اندية بغداد لكرة القدم لفئة الشباب.

2- اعداد تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع لتطوير الجانب المعرفي بالنواحي الخططية للاعبين الشباب بكرة القدم.

2- اجراءات وإجراءاته:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته مع طبيعة المشكلة ولتحقيق اهداف البحث، وتصميم المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدي).

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي شباب اندية بغداد بكرة القدم للموسم

(2018-2019) والبالغ عددها (9) اندية، وشملت عينة البحث التي تمثل الانموذج الذي سوف يجري الباحثان عملهم عليه إذ قام الباحثان بتحديد المجموعة التجريبية وهم شباب نادي الصناعة الرياضي بكرة القدم بعمر دون سن 19 سنة على وفق تصنيف الإتحاد الدولي لكرة القدم، إذ شملت عينة البحث (10) لاعبا من أصل (24) لاعبا يمثلون الفريق بكرة القدم والمسجلين رسميا ضمن كشوفات الإتحاد العراقي المركزي لكرة القدم مع استبعاد الاعبين المصابين اما العينة الضابطة (10) لاعبين من نادي الشرطة.

2-3 تجانس وتكافؤ العينة: تم إجراء التجانس بين أفراد عينة البحث باستخدام الأسلوب الإحصائي (معامل الالتواء) بين متوسطات الطول والوزن والعمر لمجمل لاعبي المجموعتين التجريبيّة والضابطة كما في الجدول (1) فضلاً عن تكافؤ المجموعتين في الاختبارات القبلية وكما في الجدول (2).

جدول (1) يبين تجانس العينة

المتغيرات	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء
الطول (سم)	20	166.8	3.63	167	0.165
الوزن (كغم)	20	55.18	4.96	53.50	1.016
العمر (شهر)	20	160	4.98	161.5	0.903
العمر التدريبي (بالسنة)	20	4.20	0.61	4.5	1.475

جدول (2) يبين تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	الاختبار	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		T المحسوبة	القيمة الاحتمالية	الدلالة الإحصائية
		س-	ع ±	س-	ع ±			
1	التحصيل المعرفي	8.70	1.57	8.10	2.15	0.65	0.48	غير دال

2-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث.

- ملعب كرة قدم قانوني.
- كرات قدم قانونية عدد (15).
- شواخص عدد (25).
- صافرة عدد (4).
- فانيلة تدريب (بلك) بثلاث ألوان عدد (24).
- اهداف كرة قدم متحركة.
- ساعة توقيت الكترونية عدد (2).
- جهاز حاسوب محمول نوع (DELL).
- كامرة فيديو لتوثيق البيانات (CANON).

2-4 خطوات واجراءات البحث الميدانية:

من خلال اطلاع الباحثان على بعض المصادر والمراجع العلمية والبحوث في كرة القدم اعتمد الباحثان استمارة الاختبارات المعرفية التي صممها (مصطفى سلام فرج) . (مصطفى سلام فرج ، 2018)

والتي هي عبارة عن اختبارات معتمدة من قبل (FIFA) والتي تم ترجمتها من قبله واطاف عليها مجموعة ثانية من الاسئلة التي تخدم نفس الهدف وتم عرضها على الخبراء (ملحق 1) وذوي الاختصاص في مجال الاختبارات والقياس والتدريب بكرة القدم لغرض التعرف على مدى صلاحيتها.

2-4-1 اختبار التصرف المعرفي:

اعتمد الباحثان استمارة اختبارات التصرف المعرفي والتي تم التطرق اليها سابقا والتي تضمنت مجموعة من الاختبارات لقياس القدرات المعرفية لدى اللاعبين في الجانب النظري في حالات التصرف الخططي الهجومي ومواقف اللعب المختلفة, وفيما يلي وصف دقيق للاختبار.

- اسم الاختبار: اختبار التصرف المعرفي

- الهدف من الاختبار: التعرف على مستوى معرفة اللاعبين في المهارات الحركية ومواقف اللعب التي تسهم بإنجاح التحركات الخططية .

- الادوات اللازمة: استمارات اختبار على عدد المختبرين, اقلام رصاص, ساعة توقيت . قاعة جلوس اللاعبين لأداء الاختبار.

- وصف كيفية الاختبار: تحتوي الاستمارة الخاصة بالاختبار على (40) مقسمة الى نصفين (20) سؤال قبلي و(20) سؤال بعدي (ملحق 2) تهتم بالحالات الخططية في لعبة كرة القدم الاكثر استخداما, ولكل حالة من الحالات توجد عدد من الاختيارات واحدة صحيحة, يتطلب من اللاعب ان يقرأ الاشكال ويشاهدها بشكل مركز, ومن ثم يختار الاجابة المطلوبة تنفيذها في الموقف الخططي المطلوب.

- وقت الاجابة عن الاسئلة والاشكال المحددة في الاستمارة هوة (14) دقيقة بمعدل (20) ثانية لكل سؤال .

- التسجيل : يعطى (درجة واحدة) لكل جواب صحيح على الاشكال الـ40 وبهذا يصبح مجموع الدرجات 40 درجة التي مقسمة على الاختبارين القبلي والبعدي 20 سؤال قبلي و 20 سؤال بعدي فاذا كانت الاجوبة جميعها صحيحة فان الدرجات النهائية تكون 20 درجة من 20 وهي تمثل نسبة 100% من النسبة المئوية للإجابات الصحيحة.

- تقويم الاختبار ضمن الأسس العلمية :

يتم إجراء تقويم علمي للاختبار عن طريق إيجاد معاملات الصدق والثبات، واعتمد الباحثان الصدق الظاهري ويقصد بهذا النوع من الصدق أن يتم عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء من ذوي الاختصاص لتقرير مدى صلاحيتها في قياس الظاهرة أو السمة المطلوب قياسها، وقد تحقق الصدق الظاهري في مقياس هذه الدراسة من خلال عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء في مجال تدريب كرة القدم والاختبار والقياس والاختبارات والقياس للحكم وكانت نسبة الموافقة على تطبيق الاختبارات (87%) وهي نسبة مقبولة.

اما الثبات فيعد من أهم صفات الاختبار الجيد وهو "يعطي الاختبار النتائج نفسها إذا ما أعيد على المجموعة نفسها في الظروف نفسها ايضاً"

(رمزية الغريب ، 1987، ص653)

وتوجد طرائق عدة لقياس الثبات للاختبار إذ قام الباحثان بتطبيق الاختبارات واعادتها بعد (14) يوم على عينة مكونة من (10) لاعبين تم اختيارهم عشوائياً ولم يدخلوا ضمن عينة التطبيق، واطهرت النتائج ان هناك علاقة ارتباط عالية بلغت (0.751) وهي تدل على درجة ثبات عالي.

2-5 اجراءات البحث الميدانية:

2-5-1 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان بأجراء تجربة استطلاعية يوم الخميس الموافق 2019/2/14 لإجراء الاختبارات المعرفية الخاصة والتي تم تنفيذها على مجموعة من اللاعبين شباب نادي السياحة وعددهم (10) لاعبين وعلى ملعب منتدي البلديات، ان الهدف من التجربة استطلاعية التعرف على السليبيات والمعوقات التي قد تواجه الباحثان ومعرفة مدى صلاحية الاجهزة والادوات وتفايدها في الاختبارات الرئيسية فضلا عن معرفة زمن الاجابة على الاستمارة.

2-5-2 الاختبار القبلي:

بعد استكمال اجراءات الاسس العلمية للاختبارات واجراء التجربة الاستطلاعية قام الباحثان بإجراء الاختبارات القبليّة على عينة البحث اذ شملت الاختبار القبلي للتصرف المعرفي للمجموعة التجريبيّة في يوم الجمعة الموافق 2017/2/15 الساعة الثالثة عصرا على شباب نادي الصناعة الرياضي اما المجموعة الضابطة تم اجراء الاختبار في اليوم السبت الساعة الثالثة عصرا والموافق 2017/2/16 على شباب نادي الشرطة.

2-5-3 تنفيذ التمرينات الخاصة:

تم اعداد تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع كما مبين في ملحق (2) والتي يتم تطبيقها في القسم الرئيسي من الوحدة التدريبيّة من خلال تحديد الشدة وعدد التكرارات واوراق الراحة بين المجاميع وبين التكرارات وكما مبين في نموذج وحد تدريبيّة في الملحق (3)، وتم تطبيق الوحدات التدريبيّة لمدة (8) اسابيع بواقع (ثلاثة وحدات في الاسبوع) اذ بلغ مجموع الوحدات التدريبيّة (24) وحدة تدريبيّة، وكان زمن الوحدة التدريبيّة المخصص للتمرينات المعطى من قبل الباحثان (30) دقيقة من القسم الرئيسي للوحدة التدريبيّة، وقد بلغ مجموع الوقت الكلي (720) دقيقة التي أعطيت فيها التمرينات، ولتحقيق اهداف التمرينات قام الباحثان باتباع ما يأتي:

1- اعتمد الباحثان على طريقة التدريب الفكري بنوعية الذي يحمل صفة مشابهة لحالة اللعب، "ان طريقة التدريب الفكري تقوم على اساس تتابع منظم للحمل و الراحة، فبعد الحمل الذي يشخص من خلال شدة معينة والمدة المستغرقة يجب ان تتبع ذلك فترة راحة والتي تحدد على اساس ان تأثير الاثارة الجديد يبدأ في اللحظة التي يكون فيها فعل اثاره الحمل السابق مازال ظاهرا"

(زهير قاسم الخشاب وآخرون ، ص433)

2- تتراوح الشدة الكلية للتمرينات بين (75-90%) التي يتم قياسها بواسطة النبض.

2-5-4 الاختبار البعدي:

تم اجراء الاختبارات لكلى المجموعتين الضابطة والتجريبية بنفس طريقة الاختبارات القبليّة اذ تم اجراء الاختبار المعرفي للمجموعة التجريبية بتاريخ 2017/4/19 وتم اجراء الاختبار المعرفي للمجموعة الضابطة بتاريخ 2017/4/20 وبـنفس المكان والادوات والظروف التي طبقت في الاختبارات القبليّة وذلك لتحديد مستوى التطور المعرفي الذي وصلت إليه عينة البحث.

2-7 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية SPSS من خلال القوانين الاتية:

- الوسط الحسابي
- الوسيط
- معامل الالتواء
- الانحراف المعياري
- النسبة المئوية
- اختبار (ت) للعينات المتناظرة .
- اختبار (ت) للعينات غير المتناظرة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج مجموعتي البحث في الاختبارين (القبلي والبعدي).

3-1-1 عرض وتحليل النتائج في اختبار (T) للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي وتحليلها :

لغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات المعرفية للمجموعة الضابطة، قام الباحثان باستخدام اختبار (T-test) للعينات المتناظرة، وكما مبين في جدول (3)

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية للاختبارات القبلي والبعدي ومتوسط الفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة لأفراد المجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	سَ قبلي	سَ بعدي	سَ ف	ع ف	(T) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
التحصيل المعرفي	درجة	6.400	9.500	3.10	0.60	5.12	0.006	دال

دال عند نسبة خطأ أقل أو تساوي (0.05)

اذ يبين الجدول (3) ان الوسط الحسابي القبلي لاختبار التحصيل المعرفي (6.400) والوسط الحسابي البعدي (9.500) وان متوسط الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي (3.10) بانحراف معياري (0.60) وبلغت قيمة ت المحسوبة (5.12) فيما بلغت القيمة الاحتمالية للخطأ (0.006) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحثان هذا التطور البسيط هو نتيجة المنهاج التدريبي للعيينة الضابطة.

3-1-2 عرض وتحليل النتائج في اختبار (T) للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي وتحليلها :

لغرض معرفة معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في الاختبارات المعرفية للمجموعة التجريبية، قام الباحثان باستخدام اختبار (T-test) للعينات المتناظرة، وكما مبين في جدول (4).

جدول (4) يبين الاوساط الحسابية للاختبارات القبلية والبعدي ومتوسط الفروق والانحراف المعياري للفروق وقيمة (t) المحسوبة لأفراد المجموعة التجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	سَ قبلي	سَ بعدي	سَ ف	ع ف	(t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
التحصيل المعرفي	درجة	5.60	11.80	6.20	0.44	14.02	0.001	دال

دال عند نسبة خطأ اقل او تساوي (0.05)

اذ يبين الجدول (4) ان الوسط الحسابي القبلي لاختبار التحصيل المعرفي (5.60) والوسط الحسابي البعدي (11.80) وان متوسط الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي (6.20) بانحراف معياري (0.44) وبلغت قيمة ت المحسوبة (14.02) فيما بلغت القيمة الاحتمالية للخطأ (0.001) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية ولصالح الاختبار البعدي وان هذا التطور لدى العينة التجريبية سببه اتباعهم التمرينات المصممة من قبل الباحثان ذات الدور الفعال.

3-2 عرض نتائج مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية وتحليلها:

جدول (5) يبين والاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحسوبة والقيمة الاحتمالية للاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة

الدالة الإحصائية	القيمة الاحتمالية	T المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	الاختبار	ت
			ع ±	س-	ع ±	س-			
دال	2.101	4.116	1.03	11.80	1.43	9.50	درجة	التحصيل المعرفي	5

دال عند نسبة خطأ أقل أو تساوي (0.05)

يتبين من الجدول (5) ان اختبار التحصيل المعرفي يتبين ان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة بلغ (9.50) بانحراف معياري (1.43) فيما بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (11.80) بانحراف معياري (1.03) وبلغت قيمة ت المحسوبة (4.116) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية ولصالح المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحثان سبب هذه الفروق المعنوية لصالح المجموعة التجريبية بسبب تأثير التمرينات الخاصة بأسلوب اللعب السريع والتي صممها الباحثان وتم تطبيقها على المجموعة التجريبية إذ اثرت هذه التمرينات في:

- 1- ان تمارين اللعب السريع تزيد من امكانية خزن العديد من الخيارات الجيدة وسرعة استعادتها عند الحاجة لها في المباريات.
- 2- ان تمارين اللعب السريع كان الهدف منها تطوير الاداء من خلال زيادة سرعة اتخاذ القرار المناسب.
- 3- ان عملية التفكير المسبق يساعد في سرعة اتخاذ القرار ويعمل على الاقتصاد في الجهد المبذول اثناء المباريات.
- 4- تقليل نسبة الاخطاء في اتخاذ التصرف المعرفي السليم في عملية الإسناد والتغطية.

كما إنَّ التمرينات الخاصة ساعدت على تطوير الربط للمهارات الاساسية الذي أنعكس بدوره على التوافق بينها، فالمعروف في كرة القدم أنه عند تنفيذ اي أداء خططي مهاري تشارك فيه الرجلان والجذع والذراعان يتطلب ذلك توافقاً حركياً عالياً، وبدون وجود التوافق فإن العملية تكون غير متقنة

(زهير قاسم الخشاب ، وآخران ، ص 187)

اما الجانب المعرفي يتبين وجود عدم اهتمام الغير متعمد من قبل المدربين في المجموعة الضابطة والتركيز على تدريب البدني والمهاري بشكل كبير، وعدم وجود قدرة اللاعب على التصرف بالكرة خلال فترة الحيازة. ان هذا عدم الاهتمام لا يشمل تدريبي المجموعة الضابطة فقط وانما هي سمة موجودة في اكثر الفرق العراقية لذلك سعى الباحثان على حل هذه المشكلة في الفرق العراقية وخصوصا في الفئات العمرية والتي تعد القاعدة الاساسية للإعداد وبناء اللاعب من خلال ادخال اسلوب اللعب السريع في تطوير الاداء الخططي والاعتماد على المعرفة المسبقة لعملية الاداء المطلوب وهذا ما اكدته نتائج المجموعة التجريبية.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- لتمارين اللعب السريع أثر إيجابي في تطور الجانب المعرفي.
- 2- للجانب المعرفي دور كبير في نجاح الأسلوب الهجومي في اختيار الحلول المناسبة في مواقف اللعبة الهجومية.
- 3- التفكير المسبق له دور كبير في سرعة اتخاذ القرار المناسب.
- 4- كان هناك ضعف في معرفة اللاعبين بالمسبقة لإختيار افضل الحلول المتوافرة.
- 5- وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وفروق معنوية بين نتائج الاختبار البعدي لكلا المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين الخاصة التي صممها الباحثان.
- 6- حصل تطور واضح للمجموعة التجريبية قياسا بالمجموعة الضابطة في اختبار الجانب المعرفي.

4-2 التوصيات:

- 1- على مدربين فئة الشباب تصميم تمارين بأسلوب اللعب السريع وذلك لتطوير الجانب المعرفي لزيادة المعرفة المسبقة للتصرف الصحيح والامثل لدى اللاعبين.
- 2- التأكيد على إدخال تمارين اللعب السريع خلال فترة الإعداد الخاص والمنافسات لما لها من أهمية في تطوير الجانب المعرفي لدى اللاعبين.
- 3- على المدربين اجراء اختبارات معرفية بشكل مستمر خلال فترة الاعداد العام والخاص والمنافسات حتى نتأكد من مستوى المعرفة المسبقة لعملية اتخاذ القرار الامثل لدى اللاعبين.
- 4- التأكيد على إعداد وتصميم اختبارات معرفية جديدة تساعد على التعرف بمستوى المعرفة المسبقة الصحيحة لدى اللاعبين ومنها يتحدد فقرات البرنامج تدريبي.

المصادر

- رمزية الغريب، التقويم والقياس النفس والتربوي، (مكتبة الانجلو المصرية، 1987).
- مصطفى سلام فرج، تمرينات خاصة بأسلوب السريع لتطوير الجانب المعرفي ودقة الاداء الخططي للاعبين الناشئين بأعمار (14-16) سنة بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2018.

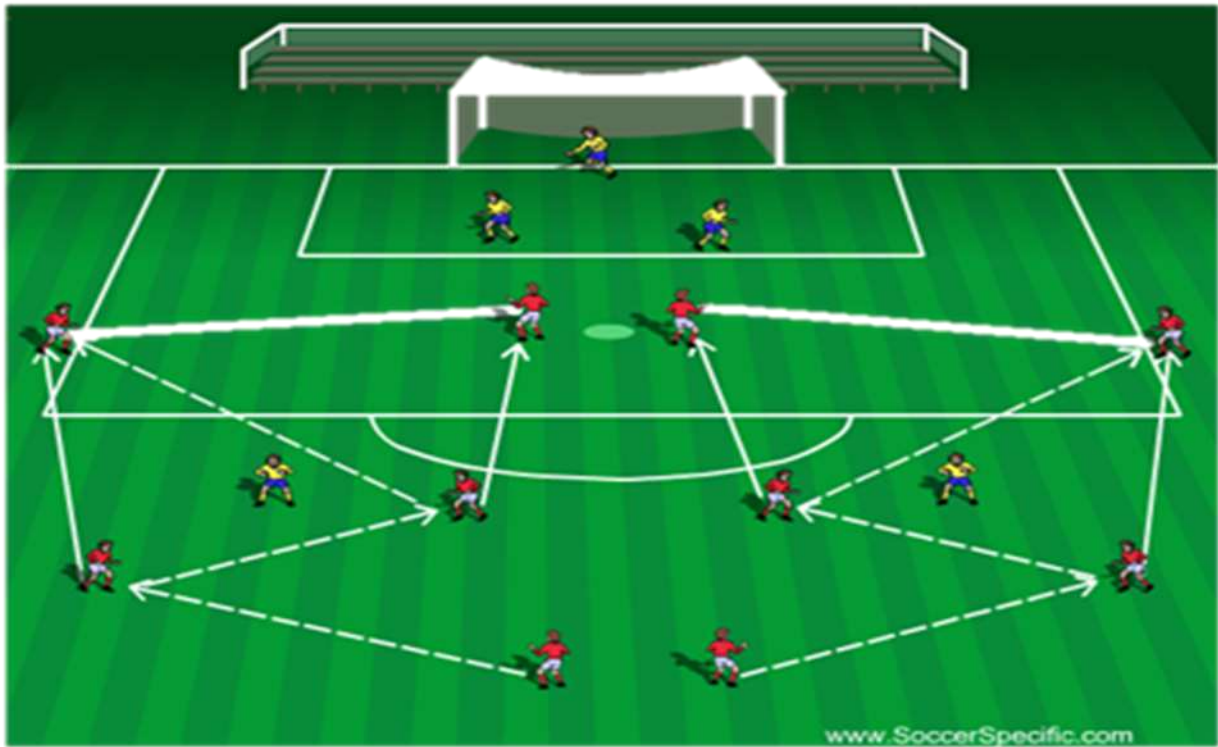
ملحق (1) يوضح اسماء الخبراء اسماء الخبراء الذي عرضت عليهم

استمارة تحليل المضمون

الاختصاص	الاسم
اختبار وقياس/كرة قدم	أ.د. صالح راضي اميش
اختبار وقياس/كرة قدم	أ.د. اسعد لازم
تدريب/كرة قدم	أ.م.د. ناجي كاظم
تدريب/كرة قدم	أ.م.د. يحيى علوان
تدريب/كرة قدم	أ.م.د. وميض شامل

ملحق (2) يوضح نموذج للتمارين المصممة

تمرين تطوير سرعة الاداء الخططي (الربط من الجانب والتهديف).
تنظيم التمرين: نصف ملعب مع حارس مرمى و4 لاعبين بحالة هجوم موزعين كما في الشكل مع وجود 3 مدافعين قرب منطقة الجزاء.
الأداء: يبدأ التمرين من خلال مناولة اللاعب (A) الى اللاعب (B) والذي يعطي مناولة مرتدة مع اللاعب (C) ويتجه اللاعب (A) واللاعب (C) داخل الجزاء واللاعب (B) يلعب عرضية بدقة للمهاجمين.



ملحق (3) يوضح نموذج للتمارين

القسم الرئيسي للوحدة التدريبية في فترة الاعداد الخاص الوحدة التدريبية رقم (2)

الوقت : الساعة 4 عصرا

التاريخ: 2019/2/19

الهدف: تطوير السرعة بالكرة ودقة المناولة

اليوم : الثلاثاء

زمن الوحدة: 30 دقيقة

الراحة بين المجاميع	عدد المجاميع	الراحة بين التكرارات	عدد التكرار	الشدة	التمرين
50 ثا	3	30 ثا	6	%75	تمرين رقم 1
1دقيقة	4	45 ثا	4	%90	تمرين رقم 2
45 ثا	3	30 ثا	6	%80	تمرين رقم 3