

تأثير استخدام ادوات تدريبية مساعدة في تطوير

الاداء المهاري لدى لاعبي منتخب كلية المعارف الجامعة بكرة القدم

بحث تقدم به

م.م. اياد خلف مرزوك حسين

ayad90756@gmail.com

المديرة العامة لتربية الانبار

الكلمات المفتاحية: ادوات تدريبية مساعدة ، الاداء المهاري ، كرة القدم.

مستخلص البحث

هدف البحث الى وضع تمرينات باستخدام ادوات تدريبيه ومعرفه مدى تأثيرها على الاداء المهاري لدى لاعبي منتخب كلية المعارف بكرة القدم , وافترض الباحث ان هناك فروقا ذات دلالة احصائية في تطوير الاداء المهاري بين الاختبارين القبلي والبعدي , استخدم الباحث المنهج التجريبي ذي المجموعة التجريبية الواحدة على عينة مكونة من(20) لاعبا يمثلون منتخب كلية المعارف الجامعة بكرة القدم , واعتمد الباحث على الادوات والمصادر والمراجع العلمية ذات العلاقة بموضوع البحث وذلك لتحقيق اهداف البحث وفروضه , ثم تم اجراء القياسات والاختبارات القبليه ومن ثم تطبيق المنهج التدريبي المتضمن تمارين باستخدام ادوات تدريبية مساعدة ثم الاختبارات البعدية , وفي ضوء اهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث ومنهج البحث المستعمل وطبيعة الاساليب الاحصائية التي استخدمت لتحليل النتائج استنتج الباحث الى ان الادوات التدريبية المساعدة المستخدمة في البحث اظهرت فروقا معنوية بين نتائج الاختبار القبلي ونتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية وفي الاختبار المستخدم , وأوصى بأجراء بحوث ودراسات باستخدام ادوات اخرى لغرض تطوير اداء ومهارات كرة القدم .



The Effect of Using Training tools to help develop the skillful performance of the players of AlMaarif University College football team

Asst. lect. Ayad Khalaf Marzok

(Directorate of Anbar)

Abstract

The study aims at developing exercises using training tools and identifying the extent of their impact on the skill performance of the players of AlMaarif University College football team. The researchers assumed that there were statistically significant differences in the development of skill performance between the pre and post tests. The two researchers used the experimental method with one experimental group on a sample of (20) players representing AlMaarif University College Football team. The researchers relied on the tools, scientific sources and references related to the subject of the research in order to achieve the goals and hypotheses of the research. Then, the pre-measurements and tests were conducted and then the training curriculum was included, including exercises using auxiliary training tools then the post tests. Research objectives, hypotheses, the limits of the research sample, the research method used, and the nature of the statistical methods used to analyze the results, the two researchers concluded that the supporting training tools used in the research showed significant differences between the pre-test results and the post-test results of the experimental group and in the test used. The researchers recommend conducting research and studies using other tools for the purpose of developing football performance and skills.

Keywords: training aids, skill performance, football.

الفصل الأول

1-التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

يعد التدريب الرياضي من اهم العلوم التي حظيت بالاهتمام الكبير من المدربين والباحثين والاكاديميين , هذا الامر الذي دفعهم لأجراء البحوث والدراسات العديدة من اجل التعرف على المشكلات التي تواجههم في الوصول لتحقيق المستويات العالية في الاداء في مختلف الالعاب الرياضية ذلك من خلال استخدام الاساليب العلمية الحديثة في التدريب .

لعبة كرة القدم واحدة من الالعاب التي لاقت اهتماما كبيرا نظرا لأنها اللعبة الشعبية الاولى في العالم وذلك من خلال ايجاد واستخدام كل ما هو جديد من الطرق والاساليب والوسائل والادوات التي تساهم في رفع مستوى اداء اللاعبين للوصول الى الاداء الامثل , اذ تتكون هذه اللعبة من مهارات أساسية عدة تتطلب من ممارسيها إتقان هذه المهارات في مواقف اللعب المختلفة , فإتقان تلك المهارات يعد عاملا أساسياً مهماً في تحقيق الفوز للفريق , لذلك يعتبر الاداء المهاري " من أكثر متطلبات اللعبة ظهوراً في كرة القدم فضلاً عن تميز هذه اللعبة بطابع مركب وذلك لارتباطها بالصفات الأخرى من جهة وبالاداء المهاري من جهة أخرى " (1) .

وكذلك أكد (هوكوند وبيبلر ، 1988) على " ضرورة استخدام وسائل تدريب عند تنمية وتطوير المهارات للاعب كرة القدم"(2) . والذي يرتبط بتطوير الاداء البدني والمهاري لكرة القدم ، وفي ضوء ما تقدم جاءت هذه المحاولة من الباحث في تجريب وسائل وأدوات تدريبية مساعدة , يعتقد انها ذات تأثير إيجابي في رفع مستوى الصفات البدنية والمهارية وصولاً الى الاداء المهاري الامثل لكرة القدم .

2-2 مشكلة البحث:

تتلخص مشكلة البحث من خلال الاطلاع والمتابعة الميدانية لتدريبات منتخب كلية المعارف الجامعة , لاحظ الباحث قلة استخدام الوسائل والادوات التدريبية الفعالة وكذلك قلة اعتماد الأسلوب العلمي الأكاديمي في بناء البرامج التدريبية , مما يضمن تطوير مختلف القدرات البدنية والمهارية والذي ينعكس على مستوى اداء اللاعبين الفني والمهاري ، وهذا ما دفع الباحث الى محاولة الاجابة عن التساؤل الآتية : هل ان استخدام الادوات والوسائل التدريبية المساعدة والتي اثبتت فاعليتها في العديد من الالعاب الرياضية المختلفة يمكن استخدامها في كرة القدم , لذلك قرر الباحث الخوض في تلك المشكلة والاجابة عن هذا التساؤل من خلال وضع تمرينات باستخدام تلك الادوات والوسائل التي تهدف لرفع مستوى الاداء المهاري للاعبين .

3-1 هدفا البحث:

1. وضع تمرينات باستخدام ادوات تدريبية مساعده لتطوير الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .
2. التعرف على تأثير استخدام الادوات التدريبية المساعده في تطوير الاداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .

4-1 فرضية البحث:

1. توجد فروق ذات دلالة احصائية في تطوير الاداء المهاري بين الاختبارين القبلي والبعدي .

(1) حنفي محمود مختار ومفتي أبراهيم ؛ الإعداد البدني بكررة القدم ، (القاهرة . دار الفكر العربي . ب ت)ص45.

(2) هوكوند وبيبلر ؛ كرة القدم (ترجمة) يوركن شلايف . المعهد العالي للتربية الرياضية . لايبزج . 1988، ص 30 .

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبو منتخب كلية المعارف بكرة القدم .

2-5-1 المجال المكاني : ملعب كلية المعارف لكرة القدم .

3-5-1 المجال الزمني : للمدة من 2021/10/28 الى 2022/2/12 .

الفصل الثاني

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

المنهج هو الطريق الواضح للوصول إلى الهدف المنشود، وإن طبيعة المشكلة المدروسة هي التي تحدد المنهج المستخدم، إذ تم استخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي، لأن المنهج التجريبي هو "المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر" (1).

2-2 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والتي تمثلت بلاعبي منتخب كلية المعارف الجامعة بكرة القدم في محافظة الانبار (2021-2022) والبالغ عددهم (22) لاعباً وقد تم استبعاد لاعبين وهما حارسا المرمى , وبذلك أصبحت عينة البحث التجريبية (20) لاعباً يمثلون نسبة (90,90%) من عينة البحث .

1-2-2 تجانس لعينة البحث :

تم إجراء التجانس بين مجموعة البحث التجريبية وفق مواصفات العينة في (الطول، الوزن ، العمر) كما في الجدول (1) .

الجدول (1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمتغيرات المعتمدة في التجانس .

المؤشرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الألتواء
الطول	170.790	5.222	170.40	0.152
الوزن	65.120	7.974	66	0.425
العمر	18.172	0.442	18	1.200

(1) محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999) ص217.

ومن الجدول (1) يتبين أنّ قيم معامل الالتواء كانت محصورة بين $(3\pm)$ مما يدل على أنّ العينة متجانسة في متغيرات الطول والوزن والعمر ، مما يدل على تطابق قيم هذه المتغيرات لأفراد عينة البحث وهذا يعني تجانسهما في هذه المتغيرات.

2-3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

قد استخدم الباحث الأدوات والوسائل اللازمة والضرورية لحل مشكلة بحثه.

2-3-1 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية .
- شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت) .
- المقابلات الشخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص .
- فريق العمل المساعد .
- الاختبارات والقياس .

2-3-2 اجهزة وادوات البحث:

- ساعة توقيت إلكترونية عدد (2) .
- ساعة الكترونية لقياس النبض عدد (1) . كوربا المنشأ .
- حاسبة إلكترونية يدوية . صينية المنشأ .
- كرات قدم عدد (12) .
- شريط قياس بطول (20م) .
- شريط لاصق ملون .
- صافرة عدد (2) .
- شواخص .
- أقماع .

2-4-4 الاختبارات المستخدمة في البحث :

الاختبار الاول: اختبار الاداء المهاري بكرة القدم⁽¹⁾.

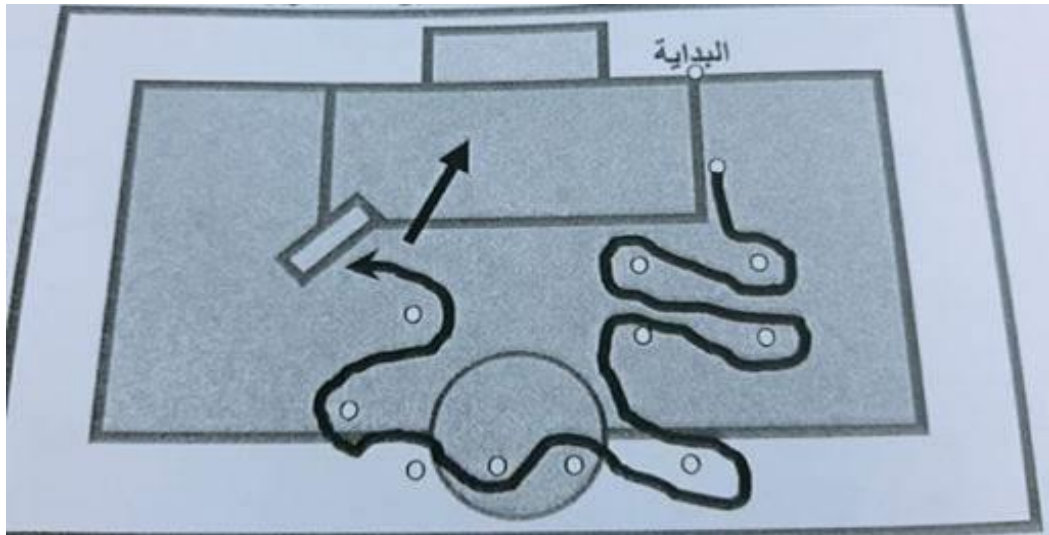
الهدف من الاختبار: قياس الاداء المهاري بكرة القدم.

الأدوات المستخدمة: نصف ملعب كرة قدم وساعة توقيت الكترونيه وصافرة وموانع عدد(4) وشواخص عدد (6) واعلام عدد (3) وشريط قياس وكرة قدم واحدة ومصطبة واحدة.

(1) احمد محمد خاطر, علي فهمي البيك؛ القياس في المجال الرياضي, مصر, دار المعارف, 1978, ص456-457.

مواصفات الأداء: يبدأ اللاعب بالجري من منطقة البداية المحددة عند زاوية منطقة الجراء الموجودة مع خط المرمى حيث توجد كرة على بعد (10م) من نقطة البداية وعليه الدرجة بالكرة بين اربعة موانع المسافة بين كل زوجين (طوليا 4 م وعرضيا 2 م) ثم يكمل الدرجة بالكرة حتى خط منتصف الملعب ليقابل قائم يمر من جانبيه وعلى (5م) من هذا القائم يوجد اربعة شواخص على مسافات مختلفة وهي على التوالي (1,5م, 1م, 2م, 1م) ومنثم يتجه بعد المرور من جانب القائم الاخير الى المرمى وعلى بعد (10م) يوجد قائم ليمر من جانبه ويمرر الكرة الى المقعد السويدي المائل مع خط الجري لترتد اليه الكرة فيقوم بركلها باتجاه المرمى.

التسجيل: يحتسب الزمن من لحظة البداية الى لحظة التهديف ويضاف (10\1) من الثانية في حالة اصطدام اللاعب بأحد الشواخص وإيقاعه على الارض كما موضح في الشكل (1) .



شكل (1)

يوضح اختبار الاداء المهاري بكرة القدم

2-5 التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية "دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته"⁽¹⁾، وبهدف معرفة أهم المعوقات التي قد تواجه الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسية ، ولضمان الحصول على نتائج موثوق بها ، أجرى الباحث تجربة استطلاعية يوم الخميس الموافق 28 /10/ 2021 في تمام الساعة 10 صباحاً على عينة مكونة من (5) لاعبين ، إذ تم اختيارهم عشوائياً ، وكان الغرض من هذه التجربة هو:

(1) مجمع اللغة العربية؛ معجم علم النفس والتربية، ج1: (القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية، 1984) ص79.

1- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحث في بحثه .

2- معرفة الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبار .

3- الوقوف على مدى كفاءة فريق العمل المساعد ودقته في تنفيذ الاختبار .

4- التأكد من صلاحية الاختبار ومدى تفاعل العينة في تنفيذ الاختبارات .

5- تهيئة استمارة تدوين النتائج الخاصة بالاختبار .

2 - 6 اجراءات البحث الميدانية:

كانت الاجراءات المستخدمة في البحث متمثلة في الاختبارات القبليّة التي اجريت على مجموعة البحث التجريبية , بعدها تم تنفيذ المنهج التدريبي باستخدام الادوات التدريبيّة المساعدة ومن ثم تم اجراء الاختبارات البعديّة على نفس المجموعة .

2-6-1 الاختبارات القبليّة:

تم اجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث يوم الاثنين المصادف 2021/11/1 في تمام الساعة العاشرة صباحا في ملعب كلية المعارف الجامعة , اذ سجلت قياسات الطول والوزن والعمر واجراء الاختبارات من قبل فريق العمل المساعد, ولقد قام الباحث بتثبيت الظروف المتعلقة بالاختبارات لجميع عينة البحث كالمكان والزمان .

2-6-2 المنهج التدريبي :

لغرض الحصول على افضل النتائج في تطوير الاداء المهاري للاعبين منتخب كلية المعارف الجامعة ، فقد تم اعداد مجموعة تمارين اعتمدا في تقويمهما على آراء الخبراء لكي تكون بمستوى علمي يتناسب وامكانيات العينة وكذلك تتناسب مع الامكانيات المتوفرة من وسائل وادوات مساعدة بغية الوصول بالعينة الى المستوى الذي يطور من ادائهم المهاري .

لقد استمر تطبيق المنهج التدريبي لمدة (12) اسابيع من 2021/11/3 ولغاية 2022/2/3 وبمعدل ثلاث وحدات تدريبيّة في الاسبوع حيث بلغ عدد الوحدات التدريبيّة الكلية (36) وحدة تدريبيّة .

وفيما يأتي بعض الملاحظات حول المنهج التدريبي المستعمل :

1. المنهج التدريبي المستخدم يقع ضمن مرحلة الاعداد الخاص .

2. المنهج المعد هو لفئة بأعمار (18-21) سنة .

3. تم استخدام تمارين بدنية مهارية خاصة لتنمية الاداء المهاري .

4. مدة المنهج المقترح (3) شهر .

5. مدة المنهج المقترح (12) اسابيع .

6. عدد الوحدات التدريبيّة الكلية (36) وحدة تدريبيّة .

7. ايام تطبيق الوحدات التدريبية السبت-الاثنين-الاربعاء .
8. زمن الوحدة التدريبية الكلي (70) دقيقة . والمخصص للبحث او التجربة يتراوح ما بين (35-40 دقيقة) .
9. يكون تطبيق التمارين بمنهج تجريبي بعد القسم الاعدادي (الاحماء) وفي الجزء الرئيسي .
10. اعتمد الباحث على مبدأ التدرج بالحمل بشكل منتظم حتى لا يؤدي الى ظاهرة الحمل الزائد التي تؤثر سلبا على اللاعبين.

2-6-3 الاختبارات البعدية:

تم اجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث في يوم الثلاثاء المصادف 2022/2/8 وفي تمام الساعة العاشرة صباحا في ملعب كلية المعارف الجامعة بعد الانتهاء من تنفيذ المنهج التدريبي , وقد عمل الباحث على توفير نفس الظروف من حيث المكان والزمان والادوات وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد الذي اجرى الاختبارات القبليّة .

2-7 الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الملائمة لمعالجة بياناته إحصائية .

- 1- الوسط الحسابي .
- 2- الانحراف المعياري .
- 3- قانون (ت) للعينات المرتبطة .
- 4- قانون النسبة المئوية .

الفصل الثالث

3 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1 عرض النتائج وتحليلها لاختبار الاداء المهاري:

جدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الاختبار القبلي والبعدى وقيم (ت) المحتسبة والجدولية(*) للمجموعة التجريبية في اختبار الاداء المهاري

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		س ف	ع ف	قيمة(ت) المحسوبة	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س				
اختبار الاداء المهاري	الزمن اثا	36,57	3,62	29,91	0,64	7,92	1,62	17,21	معنوي

(*) القيمة الجدولية ل(ت) تحت درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05) تساوي (1,729)

يبين الجدول (2) قيمة الوسط الحسابي القبلي لاختبار الاداء المهاري بلغت (36,57) وكان الانحراف

المعياري لهذا الاختبار (3,62). اما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (29,91) والانحراف المعياري (0,64) وكانت قيمة (ت) المحنسية (17,21) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,729) تحت درجة حرية (19) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين الاول والثاني ولصالح الثاني.

يعزو الباحث هذا التطور في الاداء المهاري الى استخدام عينة البحث للتدريب باستخدام التمرينات المعدة بشكل علمي وباستخدام الادوات المساعدة الامر الذي اثر بشكل واضح في تطور مستوى الاداء المهاري لعينة البحث.

وبما ان الهدف الأساسي من التدريب هو اكتساب مجموعة من القدرات المهارية والتي يمكن عن طريقها تحقيق مستوى من الأداء المهاري وهذا يعني ان التحسن الحاصل في مستوى أداء المهارات لم يكن مجرد صدفة بل كان نتيجة التمارين التي تصل بالأداء المهاري الى مراحل متقدمة, وهذا ما أكده (خليل إبراهيم إسماعيل) اذ يذكر " ان التطور والتحسن الذي يحصل في أداء المهارات الأساسية لا يأتي بصدفة او بصورة عشوائية ما لم يكن هناك تنفيذ للمناهج التعليمية والتدريبية بصورة منتظمة وفعالة وان تكون هذه المناهج مستند في وضعها وصياغتها الى الأسس العلمية الصحيحة في تكوينها وتنفيذها للوصول الى الأهداف التي وضعت من أجلها"⁽¹⁾.

الفصل الرابع

4- الاستنتاجات والتوصيات :

1-4 الاستنتاجات :

- 1-ان تمارين الاداء المهاري المستخدمة في البحث أظهرت فروق معنوية في نتائج الاختبار القبلي ونتائج الاختبار البعدي لمجموعة البحث التجريبية وفي الاختبار المستخدم .
- 2-ان الادوات التدريبية المساعدة المستخدمة لتطوير الاداء المهاري اثبتت فاعليتها .

2-4 التوصيات :

- 1- استخدام الادوات التدريبية المساعدة مع عينات مختلفة لواقع كرة القدم العراقية .
- 2- اجراء بحوث ودراسات للأساليب الاخرى ولغرض تطوير القدرات البدنية والمهارية المستخدمة في كرة القدم .

المصادر

- 1- حنفي محمود مختار ومفتي أبراهيم ؛ الإعداد البدني بكره القدم ، (القاهرة . دار الفكر العربي . ب ت).
- 2- هوكود وبيبلر ؛ كرة القدم (ترجمة) يوركن شلايف . المعهد العالي للتربية الرياضية . لايبزج . 1988 .
- 3- محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).
- 4- احمد محمد خاطر, علي فهمي البيك؛ القياس في المجال الرياضي, مصر, دار المعارف, 1978 .
- 5- مجمع اللغة العربية؛ معجم علم النفس والتربية، ج1: (القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية، 1984).

(1) خليل إبراهيم الحديثي: تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة , أطروحة دكتوراه , كلية التربية الرياضية , جامعة بغداد , 2003 , ص69.



6- خليل إبراهيم الحديثي: تأثير استخدام أسلوب التعلم التعاوني بطريقة التدريب الدائري في تعلم بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة , أطروحة دكتوراه , كلية التربية الرياضية , جامعة بغداد , 2003 , .