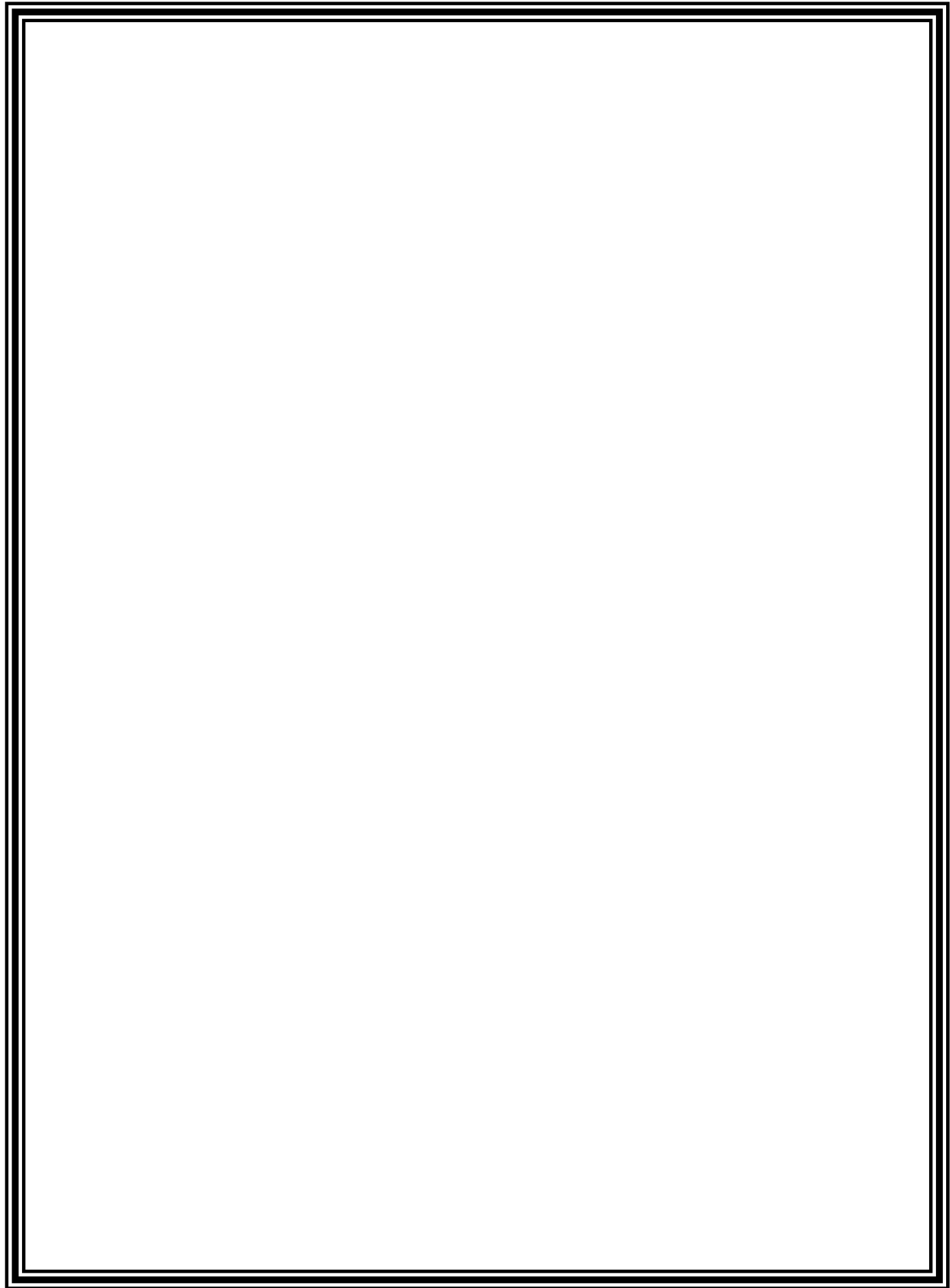


الدراسات الرياضية



تأثير تمرينات مهارية في مهارات (الدحرجة والتمرير والتهديف) للطالبات بكرة قدم الصالات

المدرس

ايفان نعمة كاظم

جامعة الكوفة/ كلية التربية للبنات

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

المدرس المساعد

رغدة اسماعيل خليل

جامعة الكوفة/ كلية التربية للبنات

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأثير تمرينات مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) للطلّابات بكرة قدم الصالات

المدرس

ايفان نعمة كاظم

جامعة الكوفة/ كلية التربية للبنات

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

المدرس المساعد

رغدة اسماعيل خليل

جامعة الكوفة/ كلية التربية للبنات

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث :

أن الهدف الأساسي من عملية التدريب الرياضي هو محاولة إيصال الطالبة إلى التكامل في الأداء الرياضي وتحقيق النتائج باستخدام أفضل الطرق والوسائل العلمية المتوفرة في كافة الألعاب الرياضية ، ومنها لعبة كرة قدم الصالات التي تعد واحدة من الألعاب الرياضية التي بدأت تنتشر بشكل واسع في الآونة الأخيرة بمختلف دول العالم ، لذا بدأ المدربون والمتخصصون بهذه اللعبة بالبحث عن أفضل الطرائق والأساليب التدريبية التي تعتمد على نوعية القدرات البدنية والمهارية والخططية التي تتطلبها اللعبة ، والتي يجب أن تبنى على أساسها الواجبات المطلوبة لذا هدف البحث :

١- معرفة تأثير التمرينات المهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) للطلّابات بكرة قدم الصالات
٢- تعديل بعض اختبارات القدرات البدنية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) للطلّابات بكرة قدم الصالات لتلائم الطالّابات
٣- التعرف على أفضلية الفروق الإحصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) للطلّابات بكرة قدم الصالات .
وللتحقق من أهداف البحث وضعت الباحثة الفروض الآتية :
١- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي.

تأثير تمرينات مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

٢- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية في عدد من المهارات الاساسية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية.

أجريت الدراسة على عينة من طالبات المرحلة الاولى بكرة قدم الصالات البالغ عددهن (٢٣) طالبة للعام الدراسي ٢٠١٦-٢٠١٧م وتكونت عينة البحث من (٢٠ طالبة) يمثلن نسبة (٨٧٪) من مجتمع البحث ثم البدء بتنفيذ المنهاج التدريبي المهاري للفترة من (٢٨/٤/٢٠١٧) لغاية (٢١/٦/٢٠١٧) ، ثم إجراء الاختبارات البعدية باتباع الاجراءات نفسها التي اعتمدت في الاختبار القبلي لكلتا المجموعتين .

الباب الاول

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

إن التخطيط للتدريب في كرة قدم الصالات يجب أن يبنى على أساس الواجبات المطلوبة من (الطالبات) تنفيذها وهذا لن يتحقق إلا باعتماد نظم وقوانين وقواعد ونظريات تتركز على المعارف والخبرات الميدانية والتحليل والتقصي التي تتناسب مع النشاط التخصصي وذلك بهدف الوصول إلى تحقيق الأهداف واستثمار كل ما يمكن أن يؤثر ايجابيا باللاعبات للارتقاء بمستواهن المهاري والبدني والوظيفي وبانتشار

لعبة كرة قدم الصالات في العالم وتطورها في كل جوانبها البدنية والمهارية والخططية ولوجود الترابط في كل هذه الجوانب بات مهما تخطي كل الصعاب في تدريبها، وخاصة فيما يتعلق بكرة قدم الصالات للنساء لأنها تعتبر حديثة الانتشار فهي تحتاج الى تخطي كل الأمور التقليدية في التدريب ومحاولة المدربين في توجيه فكرهم في تقدم هذه اللعبة بهدف رفع مستوى الأعداد البدني والمهاري ولأنهما أساس الأداء وركن أساسي في اللعبة

وهنا ظهرت أهمية البحث في وضع تمرينات مهارية تعتمد على مجموعة من التمارين تشبه إلى حد كبير ما تؤديه الطالبة في الملعب من أداء مهاري بالكرة والحركة بدون كرة واخذ الفراغ والأمر الآخر الأكثر أهمية هو تعديل الاختبارات البدنية والمهارية الخاصة بلاعبي كرة قدم الصالات لتتلاءم مع الطالبات فضلا عن انه البحث الأول الذي يتناول التدريب الرياضي في كرة القدم للصالات للنساء والذي يأمل الباحثة من خلاله تقديم دراسة علمية تساعد في تطوير لعبة كرة قدم الصالات للنساء.

٢-١ مشكلة البحث :

أن الهدف الأساسي من عملية التدريب الرياضي هو محاولة إيصال اللاعب إلى التكامل في الأداء الرياضي وتحقيق النتائج باستخدام أفضل الطرق والوسائل العلمية الأخرى ، وفي كرة قدم

تأثير تمارين مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

والضابطة في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) للطالبات بكرة قدم الصالات .

١-٤ فروض البحث :

١- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي.

٢- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية.

١-٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري : طالبات المرحلة الاولى / كلية التربية للبنات / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧ م)

١-٥-٢ المجال الزمني : المدة من ١٠/٧/٢٠١٦ ولغاية ٢٧/٦/٢٠١٧

١-٥-٣ المجال المكاني : ملعب كلية التربية للبنات / قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الكوفة.

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية :

٢-١ كرة قدم الصالات :

الصالات فان (الطالبة) تقوم بأداء حركات اللعب المختلفة بالكرة وبدونها طيلة فترة المباراة ، وهذا يتطلب منها قدرا جيدا من المهارات الاساسية الى جانب القدرات الاخرى .

ومن خلال المشاهدة الميدانية لبعض المباريات لاحظت الباحثة أن حركة الطالبات في الملعب تعتمد بدرجة كبيرة على المهارات الأساسية العالية التي يجب أن تمتلكها الطالبة والتي تمكنها من التغلب على الفريق المنافس وان الطالبات عليهن الركض المستمر في الملعب لغرض تحقيق الواجبات الدفاعية والهجومية سواء كان ذلك في حالة حيازة الكرة او عند فقدانها

ومن هنا برزت مشكلة البحث في التفكير جديا في كيفية تطوير المهارات الاساسية للطالبات من خلال وضع تمارين مهارية التي تعمل على تحقيق اهداف البحث.

١-٣ اهداف البحث :

١- معرفة تأثير التمارين المهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) للطالبات بكرة قدم الصالات

٢- تعديل بعض اختبارات القدرات البدنية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف) للطالبات بكرة قدم الصالات لتلائم الطالبات

٣- التعرف على أفضلية الفروق الإحصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية

تأثير تمارين مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

كرة القدم الى الزميل أو عندما يريد جذب مدافع إليه لأبعاده عن التغطية وعندما يريد التقدم بالكرة في مساحة خالية . (LOUIS,1992, 134) وترى الباحثة أهمية مهارة الدرجة بالنسبة للطالبات كرة قدم الصالات فهي تلعب دورا مهما في التنقل بين طالبات الفريق الخصم مع الكرة وخاصة في الحالات التي لا يمكن للطالبة فيها من أداء مهارة أخرى بسبب العدد الكبير من الطالبات في الملعب من جهة وعدم اخذ الفراغ من الزميلات في الأماكن الجيدة من جهة أخرى .

٢-٢-٢ التمرير :

وللتمرير عدة تعريفات فقد عرفت "أنها عصب كرة قدم الصالات هو التمريرات الدقيقة في الوقت المناسب بين لاعبي الفريق الواحد لنقل الكرة باتجاه الفريق المنافس بأسرع وقت واللعب الجماعي هو تقويم حقيقي لقدرة الفريق على لعبة كرة قدم الصالات والتي تتطلب الأداء العالي أثناء المباراة وإتقان التمريرات". (احمد ، ٢٠٠٥ ، ١١٢). وترى الباحثة أهمية هذه المهارة كونها أكثر المهارات استخداما في اللعب ولا يحقق اللعب الجيد أكثر من التمريرات الجيدة التي يقوم بها الفريق وذلك لان التمريرات الجيدة والدقيقة وفي الوقت المناسب بين طالبات الفريق في نقل الكرة في أرجاء الملعب ستؤدي حتما لتحقيق

كرة قدم للصالات هي واحدة من الألعاب الرياضية التي لاقت شعبية واسعة في معظم دول العالم وهي من الألعاب التي تمتاز بطابع الإثارة والمتعة ،حيث نشأت هذه اللعبة في دول أمريكا الجنوبية (الاورغواي) في مدينة مونتيفيديو عام (١٩٣٠). وكذلك في مدينة ساو باولو البرازيلية حيث انتشرت القواعد الأولى لها في هذه المدينة عام (١٩٣٦). أما في اسبانيا عرفت بفوت بولا سال (الاسبانية) وتعني كرة القدم في قاعة كبيرة. وكرة لصالات في البرتغال هي اختصار للعبارة البرتغالية (ULBALL) ، (<http://www.fual.net84./his>)، وعلى اثر الخلاف بين ال (FIFA) وال (FIFUSA) اتفقت الادارة العليا لهما على صياغة الكلمة (FUT-SAL) سنة (١٩٨٥).

<http://futsalplus.com.au/aboutfutsal.htm>

٢-٢ المهارات الأساسية :

١-٢-٢ الدرجة :

تعد الدرجة بالكرة من المهارات الأساسية التي يتحتم على جميع اللاعبين إتقانها آذ لأغنى لأي لاعب عن هذه المهارة وعلى اللاعب الربط بين سرعته وتحكمه بالكرة خلال ركضه بها وألا فقد السيطرة عليها وأصبحت من نصيب خصمه . (الراوي ، ٢٠٠١ ، ٧٨) ، والدرجة تستخدم من قبل اللاعب عندما لا يكون أمامه فرصة تمرير

تأثير تمارين مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

الهدف في إيصال تمريره جيدة لإحراز هدف في مرمى الفريق المنافس .

٢-٣-٣ التهديف :

وتعد لعبة كرة قدم الصالات من الألعاب الجماعية بين فريقين متنافسين والفائز بالمباراة الذي يدخل اكبر عدد ممكن من الأهداف في مرمى الفريق الآخر ولما كانت هذه النتيجة هي الغاية التي يسعى إليها الفريقان فان الصراع على الاستحواذ على الكرة وأداء العديد من المهارات الأساسية والأساليب الدفاعية والهجومية للوصول الى تسجيل الأهداف لأ يتم ألا عن طريق الإتقان الجيد لمهارة التهديف (المؤمن ، ٢٠٠٨ ، ٣٩) . وترى الباحثة بان التهديف هو نكهة المباراة وكل الحركات والمهارات والأداء البدني والخططي الذي تقوم به الطالبات في الملعب ضد الفريق المنافس هو لتحقيق التهديف بقوة وبدقة مناسبة في مرمى الفريق المنافس والفريق الذي يكثر لاعباته التهديف هو الفريق الأوفر حظا في الفوز بالمباراة .

الباب الثالث

٣- إجراءات البحث :

٣-١ منهج البحث :

استخدم المنهج التجريبي وهو يعد " ادق انواع البحوث العلمية التي تؤثر على المتغير المستقل والتابع في التجربة ،اذ ان المنهج التجريبي هو المنهج الذي يستطيع الباحث عن طريقه اختبار الفروض والتي تتعلق بعلاقات السبب بالنتيجة " (عبد الحفيظ وباهي ، ٢٠٠٢ ، ١٠٧) لملائمته وطبيعة ومشكلة البحث.

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

تألف مجتمع البحث طالبات المرحلة الاولى للعام الدراسي (٢٠١٦ - ٢٠١٧) تم اختيارها بالطريقة العشوائية البالغ عددهن (٢٣) طالبة وتكونت عينة البحث من (٢٠ طالبة) يمثلن نسبة (٨٧٪) من مجتمع البحث وقد قسمت العينة الى مجموعتين تجريبية وضابطة باستخدام طريقة الاختيار العشوائي بالقرعة وبواقع (١٠) طالبات لكل مجموعة .

٣-٣ تحديد القدرات البدنية واختباراتها :

٣-٣-١ تحديد القدرات البدنية الخاصة واختباراتها في كرة قدم الصالات :

لغرض لتحديد القدرات البدنية الخاصة بكرة قدم الصالات واختباراتها

تأثير تمارين مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

لجدول (٢) يبين القدرات البدنية الخاصة واختباراتها ونسب اتفاق الخبراء

القدرات البدنية	الاختبارات	نسبة الاتفاق %
سرعة الاستجابة	الركض عكس الإشارة	٩٦
القوة المميزة بالسرعة	القفز بالتعاقب بكلتا الرجلين لا بعد مسافة	٩٢
الرشاقة	الجري باتجاهات مختلفة حول (٥) شواخص	٨٨
السرعة الحركية	تدوير الرجلين حول كرة قدم خماسي	٨٠
القوة الانفجارية للرجلين	دفع كرة طبية زنة (١,٥) كغم موضوع على جهاز لا بعد مسافة لكل رجل على حدة	٧٦

٣-٣-٢ تحديد المهارات الأساسية في كرة قدم الصالات واختباراتها :
المهارات الأساسية واختباراتها التي تناسب أهداف البحث .
بعد الاطلاع على المصادر العلمية والمراجع ذات العلاقة بكرة قدم الصالات ولغرض تحديد

الجدول (٢) يبين المهارات الأساسية واختباراتها ونسب اتفاق الخبراء

المهارات الأساسية	نسبة الاتفاق %	الاختبارات	نسبة الاتفاق %
الدرجة	١٠٠	الدرجة بالكرة حول (٥) شواخص بطريقة بارو	٨٠
التهديف	١٠٠	التهديف من الكرات الثابتة على اربعة تقسيمات	٨٠
التمرير	١٠٠	التمرير كرة أرضية من الدرجة على مسطبة مقسمة	٧٦

أولاً : اختبارات القدرات البدنية (المصدر قبل التعديل الزهيري، ٢٠٠٩)
- اختبار القوة الانفجارية للرجلين : تغير وزن الكرة الطبية من (١,٥ كغم الى ١ كغم)
- اختبار السرعة الحركية: تقليل عدد التكرارات الى (٧ تكرار) بأقل زمن.
- اختبار سرعة الاستجابة : أ. تغير المسافة بين الشاخصين من (١٠ م) الى (٧ م)
ب. تغير المسافة من شريط اللاصق الى الشاخص من (١,٥ م) إلى (٢,٥ م)
- اختبار الرشاقة : تغير المسافة من (٤x٢ م الى (٣x٤ م

تأثير تمارينات مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

قدم صالات عدد (١٠) ، صافرة ، كرة طبية
زنة (١كغم)

٣-٥ وسائل جمع البيانات :

تحليل المحتوى ، الاختبارات والقياس ،
الاستبيان ، المقابلة الشخصية.

٣-٦ التصميم التجريبي :

استخدمت الباحثة التصميم التجريبي الذي
يطلق عليه اسم (تصميم المجموعة الضابطة
العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي البعدي
).

٣-٧ خطوات البحث الميدانية :

٣-٧-١ تصميم وتنفيذ المنهاج :

قامت الباحثة بما يأتي أثناء وضع المنهاج
التدريبي :

أولاً : بعد تحليل محتوى المصادر والبحوث
والدراسات العلمية وتحديد التمارين المهارية تم
تصميم المنهاج التدريبي المهاري.تم وضع
المنهاج التدريبي المقترح وبطريقة التدريب
(الفتري المرتفع الشدة) بحيث ينسجم مع الفئة
العمرية للطالبات ، وتم عرضه على مجموعة
من الخبراء والمختصين في مجال علم التدريب
الرياضي وفعالية كرة قدم الصالات بصورة
استبيان وذلك للتعرف على مدى صلاحيته
وملاءته لهذه الفئة العمرية وقد حصلت الباحثة

- اختبار السرعة الانتقالية :لم يجري تعديل
عليه

ثانياً : اختبارات المهارات الاساسية (المصدر
قبل التعديل الجبوري ،٢٠٠٨)

١- اختبار مهارة الدرجة : تغير المسافة بين
الشواخص من (٤×٢م) الى (٤×٣م)

٢- اختبار مهارة التمرير : استخدام (٥) كرات
قدم صالات بدلا من (١٠) كرات ،تغيير

المسافة بين الشواخص الى (١،٥م) ،المسافة
من خط البداية الى المصطبة (٦م)،تغير مسافة
المنطقة المحددة للدرجة الى (٢م)

٣- اختبار مهارة التهديف : تغير مسافة
التهديف من (٥م) إلى (٦م).

٤- اختبار مهارة الإخماد : التمرير كرة أرضية
من الدرجة على مسطبة مقسمة

١- إلغاء منطقة التمرير ، استخدام (٥كرات)
بدلا من (١٠) ، تغير مسافة مربع الإخماد من
(١،٥م) إلى (١م) ، مسافة اللاعبة عن خط
البداية من (١،٥م) الى (١م).

اما بقية اختبارات القدرات البدنية والمهارات
الاساسية فلم يجري عليها أي تعديل كونها
ملائمة للعينة.

٣- ٤ الأجهزة والأدوات المستخدمة :

شريط قياس عدد (١) ،ساعات توقيت عدد(٣) ،
ميزان طبي عدد(١)،شواخص عدد(٣٠) ،كرات

تأثير تمرينات مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتمهيد).....

٣-٧-٢ الخطة الزمنية لتنفيذ المنهاج التدريبي :
تضمن المنهاج التدريبي (٣٢) وحدة تدريبية
بطريقة التدريب الفكري المرتفع ، وقد استغرق
تنفيذ المنهاج (٨) أسابيع وكان في مرحلة
الإعداد العام ، ووزعت الوحدات التدريبية بواقع
أربع وحدات تدريبية في كل أسبوع .

٣-٧-٣ تنفيذ المنهاج التدريبي :

تم تنفيذ المنهاج التدريبي بطريقة التدريب الفكري
المرتفع الشدة وذلك للمدة من (٢٧/٤/٢٠١٧)
ولغاية (٢١/٦/٢٠١٧) ، وقد راعت الباحثة
الخطوات الآتية في المنهاج التدريبي :

١- تموج حركة الحمل كان (١:٣)

٢- فترة دوام المنهاج التدريبي (٨) أسابيع

٣- عدد الوحدات في المنهاج التدريبي
الأسبوعي (٤) وحدات تدريبية

٤- قام الباحثان بتطبيق المنهاج خلال فترة
الأعداد المهاري في جزء من القسم الرئيسي
خلال الوحدة

٥- الشدة المستخدمة في المنهاج التدريبي شدة
الأداء الأمثل للمهارة

٦- جميع التمارين تؤدي بين طالبين في وقت
واحد.

٧- لكل مهارة تمرينين تعاد خلال المنهاج
التدريبي .

٨- نسبة العمل الى الراحة بين التمارين (١ :
(٢

على موافقة أغلبية المختصين بنسبة اتفاق
(٧٥%) بعد الاستفادة من آرائهم وتوجيهاتهم
العلمية بشأن (تعديل أو حذف) بعض الفقرات
في سبيل الاستخدام الأمثل لهذا المنهاج التدريبي
وبما يعطي نتائج جيدة تخدم العملية التدريبية .

ثانيا : التجربة الاستطلاعية الخاصة بالتمارين
المهارية :

قبل البدء بتنفيذ المنهاج التدريبي أجرت الباحثة
عدة تجارب استطلاعية على الطالبات بكرة القدم
للصالات والبالغ عددهن (٢٠) طالبة وكانت
التجربة الأولى لتحديد الحد الأقصى للتكرار
وزمن التمارين وأزمنة فترات الراحة البينية بين
التكرارات والمجاميع والتمارين يوم
(١٤/٣/٢٠١٧) الثلاثاء والتجربة الثانية يوم
(٢١/٣/٢٠١٧) على عينة مؤلفة من (١٠)
طالبات اختيروا بالطريقة العمدية من مجتمع
البحث لغرض التعرف على الصعوبات
والمشاكل التي تواجه الباحثان أثناء تنفيذ
التمارين البدنية في المنهاج التدريبي ، اما
التجربة الثالثة فكانت إجراء وحدة تدريبية كاملة
لعينة البحث الأساسية وبمساعدة فريق العمل
المساعد المتمثلة ب(رغدة اسماعيل) مساعدة
المدرّب المنفذة للمنهاج التدريبي وكان الهدف
من تنفيذ هذه التجربة تعويد الطالبات على
الإحساس بالشدة المطلوبة وتدريب فريق العمل
على كيفية تنفيذ التمارين

تأثير تمارين مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

- ٩- المنهاج بأسلوب الإعادة والتكرار للمهارة ضمن الزمن المحدد للتمرين الواحد.
- ١٠- تم التحكم بدرجات الحمل من خلال الزيادة بالحجم مع الثبات بالشدة والراحة البينية وقد تم تنفيذ البحث على النحو التالي :
- أ- المجموعة التجريبية : طبقت المنهاج التدريبي المعد من الباحثة
- ب- المجموعة الضابطة : طبقت المنهاج المعد من المدرب .

الباب الرابع

- ٣-٧-٤ الإجراءات النهائية للبحث :
- ٣-٧-٥ اختبارات القدرات البدنية القبلية : تم تطبيقها بتاريخ (٢٠١٧/٤/٢٦) يوم الاربعاء
- ٣-٧-٦ تنفيذ الاختبارات البعدية (التجربة النهائية)
- ٤- عرض ومناقشة النتائج :
- ٤-١ عرض نتائج الفروق في الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية عدد من المهارات الأساسية بكرة قدم الصالات

الجدول (٣) يبين المعالم الإحصائية للمجموعة التجريبية في الاختبارات القبلية والبعديّة في عدد من المهارات الأساسية بكرة قدم الصالات

المعالم الإحصائية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
		ع±	س+	ع±	س+		
الدرجة	ثانية	٩,٧٣	٠,٦٧	٨,٨٧	٠,٣٨	*٣,٧١	٢,٢٦
التمرير	درجة	٩,٨٠	٢,١٤	١٢	١,٧٦	*٢,٩٩	
التهديف	درجة	٥,٦٠	١,٥٠	٧,٣٠	٠,٦٧	*٣,٧٩	

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ ودرجة حرية (٩)

تأثير تمارين مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

من الجدول (٣) يتبين إن قيمة (ت) المحسوبة لاختبارات (الدرجة ، التمرير ، التهديف) وكانت على التوالي (٣,٧١ ، ٢,٩٩ ، ٤,١٢) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (٢,٢٦) أمام درجة حرية (٩) وعند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي في هذه المهارات .

٤-٢ مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في عدد من المهارات الأساسية في كرة قدم الصالات من خلال عرض الجدول (٣) يبين ان هناك فروق معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي . إن التطور الذي حدث للمجموعة التدريبية يعود أسبابه إلى التمارين المهارية المكثفة والموضوعة في المنهاج التدريبي والتي وضعت وصممت بحيث تناسبهم مما أدى إلى حدوث هذا التطور في

الأداء المهاري هذا بالإضافة إلى استخدام طريقة التدريب الفكري والمرتفع الشدة بأسلوب الإعادة والتكرار حيث لإعادة التمارين وتطبيقها بشكل صحيح الأثر في تطورها في الأداء . حيث يشير (Owen) "إن إعادة التمرين عدة مرات تمكن اللاعب من إتقان المهارة وأدائها بشكل أحسن وذلك لان التمرين الكثير المهارات الحركية وإعادتها بصورة صحيحة يساعد على أدائها بشكل سليم " (1975,73) , (Owen وترى الباحثة إن فاعلية التمارين المهارية في المنهاج والتي كانت تشابه إلى حد كبير الأداء في الملعب حيث كان المسافات المختارة في التمارين محددة بحيث تناسب مساحة ملعب كرة قدم الصالات قد ساهمت في حدوث تطور الأداء المهاري للطلقات.

٤-٣ عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في عدد من المهارات الأساسية بكرة قدم الصالات الجدول (٤) يبين المعالم الإحصائية للمجموعة الضابطة في الاختبارات القبلي والبعدي في عدد من المهارات الأساسية بكرة قدم الصالات

المعالم الإحصائية المهارات الأساسية	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية
		ع±	س+	ع±	س+		
الدرجة	ثانية	٩,٩٠	٠,٧٣	٩,٨٠	٠,٦٨	١,٢٣	٢,٢٦
التمرير	درجة	٩,٤٠	٢,٠١	٩,٩٠	١,٥٢	١,٢٤	
التهديف	درجة	٦,٣٠	١,٥٦	٦,٨٠	١,٠٣	١,٦٢	

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ ودرجة حرية (٩)

تأثير تمرينات مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

وترى الباحثة ان السبب في ذلك اعتماد المدرب منهج تدريبي غير مدروس من الناحية العلمية حيث انه كان له الأثر في تطوير بعض القدرات البدنية الخاصة ولكن بإهمال أمور أخرى منها معرفة قدرات طالباته الحقيقة وعدم إبراز هذه القدرات في الاداء المهاري لهن .

وهذا يتفق مع ما ذكره عبد الجواد (١٩٧٧) " من أهم المبادئ الأساسية للعبة كرة القدم وعلى إتقانها يتوقف إلى حد كبير نجاح اللاعب وبروزه " (عبد الجواد ، ١٩٧٧ ، ٥٦)

٤-٥ عرض نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث في بعض المهارات الأساسية بكرة قدم الصالات

من الجدول (٤) يتبين أن قيمة (ت) المحسوبة لاختبارات (الدرجة ، التمرير ، التهديف) وكانت على التوالي (١،٢٣ ، ١،٢٤ ، ١،٦٢) وهي اقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (٢،٢٦) أمام درجة حرية (٩) وعند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وهذا يعني عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار ألبعدي في هذه المهارات .

٤-٤ مناقشة نتائج الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في عدد من المهارات الأساسية بكرة قدم الصالات .

من الجدول (٤) يتبين عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ، ولكن التطور كان في الأوساط الحسابية وبشكل قليل جدا.

الجدول (٥) يبين المعالم الإحصائية لمجموعتي البحث في الاختبارات البعدية عدد من المهارات الأساسية بكرة قدم

الصالات

قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	مجموعة ضابطة		مجموعة تجريبية		وحدة القياس	المعالم الإحصائية
		ع+ -	س+	ع±	س+		المهارات الأساسية
٢،١٠	*٣،٧٥	٠،٦٨	٩،٨٠	٠،٣٨	٨،٧٨	زمن	درجة
	*٢،٨٤	١،٥٢	٩،٩٠	١،٧٦	١٢	درجة	التمرير
	*٢،٩١	١،٠٣	٦،٨٠	٠،٧٦	٧،٣٠	درجة	التهديف

*معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ ودرجة حرية (١٨)

تأثير تمارين مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

من الجدول (٥) يتبين أن قيمة (ت) المحسوبة لاختبارات (الدرجة ، التمرير ، التهديف) وكانت على التوالي (٣,٧٥، ٢,٨٤، ٢,٩١) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (٢,١٠) أمام درجة حرية (١٨) وعند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارين البعدين ولمصلحة المجموعة التجريبية في هذه المهارات .

٤-٦ مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث في عدد من المهارات الأساسية بكرة قدم الصالات من خلال الجدول (٥) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

يعود السبب في تطور المجموعة التجريبية الى استخدام التمارين المهارية واستخدام الشدة المثالية للأداء التي استخدمتها الباحثة في تطبيق التمارين المهارية وهذا يتفق مع ما ذكره الحياي (٢٠٠٧) "أن أداء أي مهارة يكون بشدة اقل من القصوى أو شدة تتناسب مع متطلبات أداء المهارة (شدة مثالية للأداء) في معظم حالات اللعب " (الحياي ، ٢٠٠٠ ، ١٥١) .

فضلا عن ان الباحثة ترى ان المنهجية العلمية في وضع التمارين واعتماد مبدأ التدرج في التكرارات قد أسهم في حدوث تطور للمجموعة

التجريبية وهذا ما يؤكدته المؤن (٢٠٠٨) " ان اعتماد مبدأ التدرج في زيادة التكرارات وتصعيب الأداء واستخدام تمارين مشابهة لخصوصية المتطلبات الفنية للعبة فضلا عن التسلسل الصحيح المتبع في أداء التمارين يساهم في التطوير (المؤن ، ٢٠٠٨ ، ٨٥)

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

١-٥ الاستنتاجات :

١- حققت المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين المهارية خلال المنهاج التدريبي تطورا في المهارات الاساسية قيد البحث (الدرجة ، المناولة ، التهديف) أفضل من المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهاج المعد من المدرب .

٢- حققت المجموعة التجريبية التي استخدمت المنهاج التدريبي تحسنا واضحا في جميع المهارات الاساسية التي تناولها البحث عند مقارنة النتائج بين الاختبارين القبلي والبعدي لمصلحة الاختبار ألبعدي

٥-٢ التوصيات :

١. استخدام المنهاج التدريبي بتمارينه المهارية في التدريب لايجابيته في تطوير جميع المهارات الاساسية بكرة قدم الصالات قيد البحث.

تأثير تمارين مهارية في مهارات (الدرجة والتمرير والتهديف).....

المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين القدم للشباب ،

أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الموصل

٣- الراوي ، مكي محمود (٢٠٠١) بناء بطارية اختبار

المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين شباب محافظة

نينوى ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية

الرياضية ، جامعة الموصل

٤- المؤمن ، حسام سعيد كريم (٢٠٠٨) تأثير منهج

تدريبي في تطوير بعض القدرات الحركية والمهارات

الأساسية والتطبيقات الهجومية للاعبين خماسي كرة القدم

للشباب ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية

الرياضية ، جامعة بابل ، العراق .

25 الشبكة العنكبوتية للمعلومات -

<http://futsalplus.com.au/aboutfutsal.h>

26-tm

٢. استخدام التدريب الفكري المرتفع الشدة ويشدد

أداء مثالية لفاعليتها في التدريب المهاري .

٣. إجراء الاختبارات المهارية الدورية للوقوف

على مستوى التطور لدى اللاعبين ومعرفة تأثير

مناهج التدريب عليهن

٤. إجراء بحوث ودراسات مشابهة على الفئات

العمرية المختلفة ولمهارات أخرى .

المصادر:

١- احمد عماد زبير (٢٠٠٥) " التكنيك والتكتيك في

خماسي كرة القدم "، ط١، شركة السندباد للطباعة ،

بغداد، العراق

٢- الحياي ، معن عبد الكريم (٢٠٠٧) اثر اختلاف

أساليب التحكم بمكونات الحمل البدني في بعض

Effect of skill exercises in the skills of rolling, scrolling and scoring for female students

M. Evan Nehme Kazem

Research Summary

The main objective of the sports training process is to try to get the student to integrate in the performance of sports and achieve results using the best scientific methods available in all sports, including football game halls, which is one of the sports that began to spread widely in recent times in various countries The world, so the coaches and specialists in this game began to search for the best methods and methods of training that depend on the quality of physical abilities and skill and planning required by the game, on which to build the required duties.

So the goal of the research:

- ١ knowledge of the impact of the exercise skills in the skills (rolling, scrolling and scoring) for female football club
- ٢ Modification of some tests of physical abilities in the skills (rolling, scrolling and scoring) for female students of football halls to suit the students
- ٣ Recognition of the superiority of the statistical differences in the post-tests between the experimental and control groups in the skills of rolling, scrolling and

coring for the female students in the football field. To investigate the research objectives, the researcher made the following assumptions:

- ١ There are significant differences between the results of tribal and remote tests in the skills (rolling, scrolling and scoring) of the experimental group and the benefit of the post-test.
- ٢ There are significant differences between the results of the tests in the dimension of a number of basic skills between the experimental and control groups and the interest of the experimental group.

The study consisted of (20) students representing (87%) of the research community and then the implementation of the professional training curriculum for the period (28/4) / 2017) until (21/6/2017), and then conduct remote tests following the same procedures adopted in the tribal test for both groups.