

تأثير استخدام تمرينات بأستعمال كرات مختلفة الوزن والحجم في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم

قحطان جليل خليل⁽¹⁾، صالح راضي أميش⁽²⁾، علي سلمان عباس⁽³⁾

تأريخ تقديم البحث: (2020/10/10)، تأريخ قبول النشر (2020/11/8).

DOI: [https://doi.org/10.37359/JOPE.V32\(4\)2020.1045](https://doi.org/10.37359/JOPE.V32(4)2020.1045)

المستخلص

هدف البحث الى التعرف على تأثير استخدام التمرينات بأستعمال كرات مختلفة الأوزان والأحجام على تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم بعمر (9-10) سنوات، أذ أستخدم الباحثون المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث وفق نظام المجموعتين، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي مدرسة عمو بابا الكروية، وبمجموع (20) لاعبا، تم تقسيمهم عشوائيا بموجب القرعة الى مجموعتين متكافئتين أحدهما (تجريبية، وضابطة) قوام كل منهما (10) لاعبين. اذ أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة هو (العمر، 9.5 سنة) بانحراف معياري (± 0.502) و (الطول، 139سم) بانحراف معياري (± 2.167) و (الوزن، 36 كغم) بانحراف معياري (± 1.303)، وقد أظهرت النتائج أن استخدام تمرينات بأستعمال كرات مختلفة الوزن والحجم تأثير إيجابي على المتغيرات الخاصة بتطوير المهارات الأساسية وتحسن مستوى أداءها وبشكل معنوي كبير خاصة (المجموعة التجريبية) التي استعملت الكرة ذات الوزن الأقل والحجم الأصغر رقم (3)، بينما استعملت (المجموعة الضابطة) حجم الكرة القانوني الكبيرة حجم (5) فكانت نتائجها غير معنوية بالمقارنة مع المجموعة الأولى. وقد أوصى الباحثون بأعتماد المدربين والمشرفين التمرينات والكرات ذات الوزن والحجم الأقل من رقم (3) قيد البحث عند تعليم وتدريب الفئات العمرية الصغيرة من أعمار دون (10) سنوات عند التخطيط لتطوير مهاراتهم الأساسية ومواهبهم الكروية بدقة ويزمن اقل.

الكلمات المفتاحية: التمرينات، المهارات الأساسية، الكرات مختلفة الاحجام.

ABSTRACT

The Effect of Using Different Ball Weights and Sizes on Developing Some Fundamental Skills in Soccer

The research aimed at identifying the effect of using exercises with different ball sizes and weights on developing some fundamental skill in soccer players aged 9 – 10 years old. The researchers used the experimental method on (20) soccer player from Amo Baba Soccer School. The subjects were equally divided into two groups. The results showed that using different ball weights and sizes have positive effects on fundamental skill development and significantly improving level of performance in the experimental group that used ball with lesser weights and smaller size compared to the controlling group. The researchers recommended that coaches and supervisors should use ball with different weights and sizes when teaching soccer to younger age groups U10.

Keywords: basic skills, exercises and fundamental skills, different ball size.

(1) أساذ، دكتوراه تربية رياضية، الجامعة المستنصرية، كلية الهندسة، شعبة النشاطات الطلابية. (gahtansport@uomustansiriyah.edu.iq)
Kahtan Jaleel Khleel, Prof (PH.D), University of Almustanseria, College of engineering, Student activities, (gahtansport@uomustansiriyah.edu.iq) (+9647705324565).

(2) أستاذ، دكتوراه تربية رياضية، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (Dr.salehradi@gmail.com).
Saleh Radi Ameesh, Prof (PH.D), University of Baghdad, College of Physical Education and Sport Sciences, (Dr.salehradi@gmail.com) (+9647705077866).

(3) مدرس، دكتوراه تربية رياضية، الجامعة المستنصرية، قسم النشاطات الطلابية. (Alis_sport@yahoo.com)
Ali Salman Abbas, Instructor (PH.D), University of Almustanseria, Department of Student activities, (Alis_sport@yahoo.com) (+964703284481).

المقدمة:

تعد المدارس والأكاديميات التخصصية الكروية واحدة من عوامل الاستقطاب والانتقاء والتطوير والتي نالت اهتمام الكثير من المعنيين والخبراء في مجال كرة القدم وبمختلف أرجاء العالم والشعوب لكونها تلعب دوراً أساسياً في بناء قاعدة واسعة ورصينة وفق الإمكانيات الإدارية والفنية وأعداده بشكل علمي، للارتقاء بالمستوى وبمستقبل زاهر لهذه اللعبة والالتحاق بركب الدول المتقدمة في هذا المجال.

ولقد بذل المختصون والخبراء بكرة القدم قصارى جهدهم باستعمال الوسائل العلمية والعملية والترابط بين العلوم الرياضية المختلفة لأجل الارتقاء بمستويات الأداء وإتقان المهارات في ضوء الإمكانيات المتاحة وباستخدام مختلف السبل والطرق من أجل تحقيق الأهداف المرجوة منها وتحديد الأمثل والأفضل في نتائجها ومساهمتها في سرعة تطوير مهارات اللاعبين لاختصار الزمن، والجهد، والنفقات، والإمكانيات، أن إتقان اللاعب للمهارات هام ورئيسي لتنفيذ وظائف اللعب بشكل سليم وفعال كما يقلل من حالات فقدان الكرة. (محمد شوقي كشك، أمر الله أحمد البساطي، 2000، ص 210).

أذ يعد التطور العلمي التجريبي هو الحلقة الأساسية التي تربط مناهج العمل الأخرى لتصبح سلسلة مترابطة تعتمد على أساليب البحث العلمي للكشف عن أدق التفاصيل والفروقات الخاصة بالعملية التدريبية للوصول إلى نتائج مهمة وصادقة وبما يضمن الارتقاء بالنتائج نحو الأفضل.

إن التمرينات تعرف على أنها تكيف الفرد مع نفسه ومع مجتمعه الخارجي تكييفاً يؤدي إلى أقصى ما يمكن من الكفاية والسعادة لكل من الفرد والمجتمع الذي ينتمي إليه هذا الفرد. (العبيدي، 2009، ص 10). في حين تعرف المهارات الأساسية على إن المهارات الأساسية تعني كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي لغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء أكانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها. (مختار، 1994، ص 21). أو على أنها كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها. (الخشاب، 1999، ص 142).

واهتمت كثير من الدراسات والبحوث بالفئات العمرية كان إذ من الضروري التفاعل مع فئة البراعم خاصة الأعمار (9-10 سنوات) لأن اللاعب الرياضي في هذا العمر يعد الأساس والقاعدة الصلبة في البناء المهاري والحركي ومحطة للتواصل في المستقبل الرياضي وتحقيق مستوى متقدم وتميز يمكن انتقائه لتمثيل البلد. وتعد كرة القدم من الألعاب المشوقة والمحبة للصغار والكبار لما تحمله من آثار وسرعة وتشويق نتيجة لتطوير مستوى اللاعبين بدنياً ومهارياً ووظيفياً وخططياً ونفسياً مما جعل المعنيين "يطلقون عليها لعبة المواهب المتعددة." (Samnclson. 1997 . p . 60)

وقد أكدت العديد من الدراسات المشابهة على تأثير تمارين خاصة بكرة مختلفة الوزن منها دراسة عبد الرزاق كاظم وامجد جاسم عباس (2017) إذ يشير البحث إلى أن مهارة الدقة في التهديف هي المرحلة الأخيرة من عمل فريق جماعي نهاية تعتمد على نجاح أو فشل التهديف، هناك ضعف في أغلب الفرق في التهديف وخاصاً لدى فرق مندييات وزارة الشباب والرياضة. ومن هنا جاءت فكرة الباحث إلى إيجاد أداة مضافة إلى تمارين خاصة لتطوير مهارة الدقة في التهديف وهي التلاعب بوزن الكرة ومدى تأثيرها على المهارة إذ تم تصنيع كرات بوزن 500غم لها كل المواصفات القانونية من الحجم وضغط الكرة الداخلي والمواد المصنعة للكرة. استخدم الباحث المنهج التجريبي إذ تكون مجتمع البحث من لاعبي منتدى شباب البياع بكرة القدم بأعمار (14-16) سنة عددهم (14) لاعب من أصل (180) لاعب على مستوى بغداد، تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية تكونت من مجموعتين ضابطة (7) لاعبين وتجريبية (7) لاعبين وبلغت نسبة (7.7)% من مجتمع الأصل. وقد استنتج الباحثان مساهمة التمارين الخاصة بكرات مختلفة الأوزان في تطوير مهارة دقة التهديف بكرة القدم، وهناك تطور في المجموعة التجريبية التي استخدمت الكرات الأثقل من القانونية وظهر التفوق في مهارة التهديف لصالح المجموعة التجريبية وأوصت الدراسة على استخدام الكرات الأثقل من القانونية بشرط المحافظة على خصوصية الكرة من ناحية الحجم والمواد المصنعة، كما وأكدت على المدرب إعطاء زمن أكثر للتدريب على الكرة الأكثر وزن.

أما دراسة هشام محمد حمدون (2008) فتم استخدام المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث 25 لاعب، أهم النتائج أدوات إختبارات مهارية، أدوات تقييم برنامج التدريبات بأكثر من كرة باوزان مختلفة تساعد على زيادة نسبة التحسن لسرعة ودقة الأداءات المهارية المركبة الخاصة بلاعبي كرة القدم.

في حين ان دراسة بارق حسوني عباس (2017) استخدمت المنهج التجريبي، واشتملت عينة البحث 35 لاعب يمثلون منتدى الاسكان الشباب بكرة القدم تم تقسيم العينة الى مجموعتين الأولى ضابطة والثانية تجريبية واستنتجت الدراسة ان التمارين باستعمال الكرات المختلفة الأوزان والأحجام لها تأثير ايجابي علة قدرات اللاعبين البدنية والمهارية وأوصت الدراسة بضرورة اعتماد المدربين على الكرات المختلفة الأوزان والأحجام في التدريب مما لها اثر على تطوير قابليات اللاعبين وخصوصا الفئات العمرية الصغيرة.

ولقد تنوعت وتعددت ابتكار الوسائل والسبل التي جعلها متفوقة لتحقيق الغايات ومنطلق لإيجاد أفضل الطرائق لأستخدامها من قبل المعنيين والمدربين، فكان أستعمال واستخدام التمرينات بالكرات مختلفة الأوزان والأحجام قد تكون هي إحدى الوسائل التطويرية لمهارات اللاعب، وإيجاد مدى تأثيرها وفعاليتها في أتقان المهارات الأساسية للاعبين البراعم وتحسين مستوى أداءه بكفاءة عالية، لأنها الإطار والقاعدة الأساسية في عملية الإبداع ومفتاح النجاح ، والبناء السليم للتطور في المستوى الرياضي لاسيما في لعبة كرة القدم من خلال توظيف إمكاناته وقدراته البدنية والعقلية والمهارية وصقل موهبته، أذ يعتقد أنها تساهم بشكل فاعل بخلق الشخصية المتزنة القادرة على التعامل مع مختلف الظروف الخاصة به.

ومن هنا تكمن أهمية البحث في معرفة تأثير أستعمال كرات مختلفة الأوزان والأحجام خلال تمرينات الوحدات التعليمية_التدريبية في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى اللاعبين البراعم (الصغار) بكرة القدم. والرغبة بتحقيق نتائج ايجابية والإمكانات الادارية والفنية لإعداد بشكل علمي لتقديم الأداء الأفضل.

اذ الاهتمام بقاعدة الفئات العمرية (الصغار) بكرة القدم ركيزة أساسية للتطوير المهاري والحركي والتربوي والنفسي فضلا عن أنها تملك عنصر إثارة وتشويق وجاذبية يعشقها الصغار قبل الكبار مما جعلها تحظى بأهتمام الباحثين والخبراء في اللعبة والوصول الى نتائج ايجابية تنعكس على سرعة تطور مستوى اللاعبين ودقة وجمالية أداءهم وزيادة إثارة وحماس الجمهور .

ومن خلال خبرة الباحثين في مجال اللعبة والملاحظة المستمرة ومتابعة عمل المدربين العاملين مع الفئات العمرية وخاصة فئة البراعم ويعمر (9_10) سنوات بكرة القدم في بغداد لاحظنا أن هناك صعوبة وبطئ وضعف في تطور أداء المهارات الأساسية لدى اللاعبين موضوع الدراسة، كما تبين عدم استخدام أو تنوع أستعمال أوزان وأحجام مختلفة للكرات أثناء الوحدات التعليمية_التدريبية وبما يتناسب وأعمار اللاعبين وقدراتهم الجسمية والبدنية لهم، أذ أنهم يستخدمون فقط الكرات القانونية(حجم 5 ووزن يصل الى 500غم، ومحيطها يصل الى (70سم) ولأجل معالجة هذه المشكلة التي تعد عائقاً على طريق النهوض بالمستوى الرياضي للفئات العمرية(الصغار) وإيجاد الحلول المناسبة، لذلك ارتأى الباحثون دراسة هذه المشكلة بأستعمال كرات مختلفة الوزن والحجم وتأثيرها على سرعة تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.

أما أهداف البحث فتمثلت بـ:

- أعداد تمرينات خاصة موحدة بأستعمال كرات مختلفة الأوزان والحجوم للاعبي كرة القدم بعمر (9_10) سنوات.
- التعرف على تأثير أستعمال التمرينات الخاصة بكرات مختلفة الأوزان والحجوم في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين بأعمار (9_10) سنوات في بغداد.

الطريقة والأدوات:

أن اختيار المنهج الملائم لبحث المشكلة العلمية يعد من الخطوات المهمة التي يترتب عليها البحث، وأن المنهج التجريبي يعد الأكثر ملاءمة لطبيعة البحث وأهدافه، إذ يعد من أكثر الوسائل كفاية في الوصول الى معرفة موثوق بها. (فان دالين، 1985، ص 407). لذا استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة مشكلة البحث وأهدافه إذ يمثل " الاقتراب الأكثر صدقا لحل العديد من المشاكل العلمية وبصورة عملية ونظرية" (علاوي، 2000، ص 2134).

كما وأن المجتمع هو جميع الأشياء أو الأشخاص الذين يشكلون مفردات أو جزئيات الظاهرة موضوع البحث. (الجابري، 2011، ص 245). أن عملية تحديد مجتمع البحث أمر ضروري ومهم، كون مجتمع البحث يعتمد عليه الباحثون في تحديد حجم العينة المختارة. (عقيل، 1999، ص 222). وفي ضوء ذلك تم اختيار مجتمع البحث من لاعبو (مدرسة عمو بابا) التخصصية لكرة القدم في بغداد بأعمار (9_10) سنوات والبالغ عددهم 20 لاعباً. كما يرتبط اختيار عينة البحث ارتباطاً وثيقاً بالأهداف التي يضعها الباحث لبحثه، وأن اختيار العينة يجب أن يكون ممثلاً للمجتمع الأصلي تمثيلاً حقيقياً بحيث يتوفر في هذه العينة شرطاً رئيساً هو إمكانية تعميم نتائجها على المجموعة الأصلية التي اختيرت منها. (النجيعي ، 1983 ، ص 102).

الجدول (1) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية للمجموعتين التجريبية والضابطة

بين متغيرات البحث وتكافؤ العينة وتجانسها

مستوى الخطأ	قيمة (T)	الضابطة		التجريبية		الاختبارات
		ع	س	ع	س	
0.92	1.63	2.01	10.33	1.49	10.12	الجري المتعرج بالكرة والدرجة
0.61	0.80	1.16	3.1	1.08	3.6	الأستلام والتسليم نحو هدف
0.63	1.52	0.68	1.6	1.79	2.00	احماد الكرة وأستعادة التحكم فيها
0.81	0.54	2.15	3.1	0.96	3.40	دقة التهديف على المرمى
0.70	0.90	1.12	31.4	1.56	31.3	السيطرة والأحاساس والتحكم بالكرة

* معنوي عند مستوى الخطأ (0.05) اذل كان مستوى الخطأ اصغر من (0.05)

بما أن قيمة (Sig) أكبر من قيمة مستوى الدلالة البالغة (5%) في كافة الأختبارات القبلية ، فهذا يدل عشوائية الفروق بين المجموعتين مما يدل على تكافؤ العينة وتجانسها في الأختبارات جميعها، وأنها في مستوى واحد.

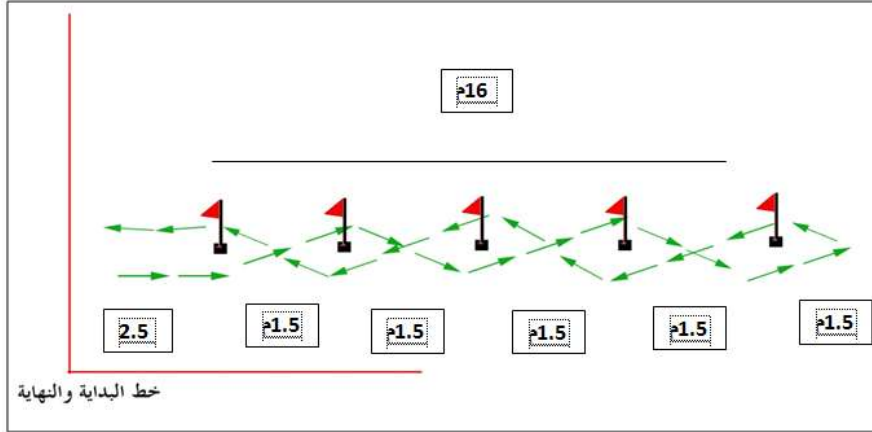
كما واستخدم الباحثون وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات الآتية: المصادر والمراجع العربية والأجنبية، والمقابلات الشخصية، الشبكة العالمية للمعلومات (الانترنت). وكرات قدم مختلفة الأوزان والأحجام وشواخص بلاستيكية عدد (10)، وساعة توقيت (1/ 100) نوع (sport timer)، وشريط قياس.

وتحددت فكرة الاختبارات المستخدمة في البحث من خلال اطلاع الباحثين على الدراسات والبحوث السابقة قام الباحثين بتحديد خمسة اختبارات لتطبيقها على عينة البحث، من خلال اختبارات قبلية وبعديّة للوصول الى النتائج التي يسعى الباحثون الوصول اليها. وتم اختيار الاختبارات التالية:

اختبار الجريء المتعرج بالكرة بين (5) شواخص ذهاباً والدرجة إياباً لمسافة (16) متر. (ثامر، محسن وآخرون، 1990، ص 160).

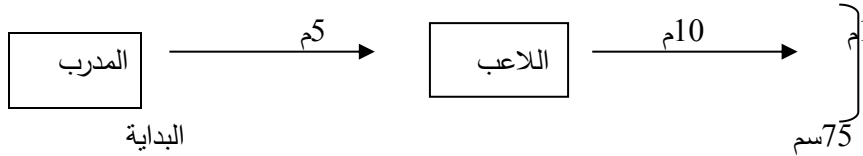
- الهدف: قياس القدرة على سرعة الدرجة وتغيير الاتجاه.
- مكان الأداء: ملعب كرة القدم.

- الأدوات المستخدمة : كرات قدم ، شواخص عدد 10. شريط قياس ، ساعة توقيت (1/ 100) ، صبغ تحديد الخطوط. صافرة.
- التسجيل: يحتسب الزمن الأقرب (1/ 100ثا).



اختبار الاستلام والمناولة باتجاه هدف صغير على بعد (10) م . (حمزة، 1999، ص37-38).

- الهدف : قياس دقة الاستلام والمناولة.
- مكان الأداء : ملعب كرة القدم.
- - الأدوات: هدف صغير الأبعاد (100سم×75سم).
- طريقة الأداء: يعطى لكل مختبر (5) كرات لأداء خمسة محاولات من خلال الوقوف داخل مربع يبعد عن الهدف (10) متر اذ يقوم باستلام الكرة من المدرب والدوران باتجاه الهدف ومناولة الكرة.
- التسجيل: تسجل (2) درجة للمحاولة الناجحة (1) درجة التي تمس العارضة و(صفر) درجة للمحاولة الفاشلة.



اختبار الإخماد : (العزاوي، 1991، ص 65).

- الهدف: قياس إيقاف الكرة واستعادة التحكم فيها.
- وصف الأداء : يقف المختبر خلف المربع المرسوم بمسافة (4)م ويقوم المدرب بمناولة الكرة الذي يبعد (6)م عن منطقة الاختبار ، اذ يكون الإخماد بأي جزء من الجسم القانوني ولخمس محاولات متتالية .
- التسجيل: يحتسب لكل محاولة ناجحة (1) درجة.
- اختبار التصويب على المرمى: (أسعد، 2008، ص76).
- الهدف: قياس دقة التصويب.
- وصف الأداء : وضع خمس كرات موزعة أمام هدف لكرة اليد (3م×2م) وبمسافة تبعد (12) ياردة عن خط المرمى وبمسافة (2)م بين الكرات ، التسديد على المرمى من حالة الركض.
- التسجيل: تحتسب الدرجات حسب مكان دقة التصويب على المرمى ، وان الدرجات هي (2) درجة و(1) درجة (صفر) درجة.

السيطرة والإحساس والتحكم بالكرة (التنظيط) 30 ثا: (الربيعي وشامل، 1987، ص 56).

- الهدف: قياس سرعة وقدرة التحكم بالكرة بالهواء بجميع أجزاء الجسم عدا الذراعين.

- طريقة الأداء: مساحة محدودة (2,5م × 2,5م) ويستمر بالأداء حتى وان أسقطت الكرة لحين أكمل (30) ثا، وعدد المحاولات (2) وتسجل الأفضل.
 - التسجيل: تسجل خلال الوقت المحدد داخل مساحة الاختبار وخلال الوقت المخصص.
- وقام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2019/9/25 على عينة من (10) لاعبين بأعمار (9-10) من غير عينة الاختبار من مدرسة عمو بابا التخصصية بكرة القدم. وتم إجراء الاختبارات القبليّة على ملاعب مدرسة عمو بابا التخصصية بتاريخ 2019/10/5 وقد قام الباحثون بتثبيت الظروف الخاصة بالاختبار وطريقة إجرائها من أجل تحقيق نفس الظروف الخاصة بالاختبارات البعدية.
- وتم البدء بالتجربة الرئيسية لعينة البحث في ملاعب مدرسة عمو بابا التخصصية بكرة القدم في بغداد/ملعب الشعب الدولي الثاني في يوم 2019/10/12 ولمدة أربعة أشهر بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع وبمجموع (18) أسبوع وإجمالي (54) وحدة تدريبية، إذ بلغ زمن الوحدة التدريبية الكلي (80) دقيقة تشتمل على قسم تحضيري وقسم رئيسي وقسم ختامي، إذ يكون زمن القسم الرئيسي بحدود (60) حيث أن التمرينات المهارية موحدة وان المتغير الأساس فيها أوزان الكرات وحجمها إذ أن وزن الكرة حجم (3) يصل الى (360غم) ومحيطها يصل الى (63) سم بينما يكون وزن الكرة حجم (5) (500) غم ومحيطها يصل الى (70) سم.
- وبعد انتهاء تطبيق تجريبية البحث الرئيسية تم إجراء الاختبارات البعدية على ملاعب مدرسة عمو بابا / ملعب الشعب الثاني بتاريخ 2020 /2/17 وبنفس الظروف التي جرت بها الاختبارات القبليّة.
- وللحصول على نتائج البحث استخدم الباحثون الحقيبة الاحصائية SPSS لمعالجة البيانات من خلال قوانين الوسط الحسابي والاحتراف المعياري واختبارت للعينات المستقلة وغير المستقلة.

النتائج:

لغرض التوصل الى معرفة تأثير أستعمال كرات مختلفة الوزن والحجم على تطوير المهارات الأساسية بكرة القدم لدى عينة البحث، تم عرض جميع جداول نتائج الأختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين (التجريبية والضابطة) فضلا عن نتائج الأختبارات (البعدية-البعدية) لكلا المجموعتين لسهولة بيان الفروقات ذات العلاقة بالعمليات الإحصائية، ومن ثم تفسير كل النتائج بوضوح وسلاسة وفق التحليل العلمي الدقيق لغرض تحقيق أهداف البحث وفروضه وكما مبين في الجداول بالأرقام (2 و 3 و 4).

الجدول (2) يبين اختبار الفروق بين للاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة بين متغيرات البحث

قيمة (Sig)	قيمة (T)	البعدي		القبلي		الاختبارات
		ع	س	ع	س	
0.000	3.75	0.11	7.57	1.49	10.12	الجري المتعرج بالكرة والدرجة
0.000	3.31	2.23	7.9	1.08	3.6	الأستلام والتسليم نحو هدف
0.000	2.87	1.44	3.7	1.79	2.00	اخماد الكرة وأستعادة التحكم فيها
0.000	4.01	1.16	7.8	0.96	3.40	دقة التهديد على المرمى
0.000	5.21	2.05	49.5	1.56	31.3	السيطرة والأحاساس والتحكم بالكرة

* معنوي عند مستوى الخطأ (0.05) اذا كان مستوى الخطأ اصغر من (0.05).

الجدول (3) يبين اختبار الفروق بين للاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية بين متغيرات البحث

قيمة (Sig)	قيمة (T)	البعدي		القبلي		الاختبارات
		ع	س	ع	س	
0.000	2.58	2.31	9.19	2.01	10.33	الجري المتعرج بالكرة والدرجة
0.001	2.01	1.08	5.7	1.16	3.1	الأستلام والتسليم نحو هدف
0.000	3.25	1.66	2.5	0.68	1.6	اخماد الكرة وأستعادة التحكم فيها
0.08	0.76	0.92	4.9	2.15	3.1	دقة التهديد على المرمى
0.071	1.17	1.09	40.00	1.12	31.4	السيطرة والأحاساس والتحكم بالكرة

* معنوي عند مستوى الخطأ (0.05) اذا كان مستوى الخطأ اصغر من (0.05).

الجدول (4) يبين اختبار الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي في متغيرات البحث

قيمة (Sig)	قيمة (T)	الضابطة		التجريبية		الاختبارات
		ع	س	ع	س	
0.000	4.05	2.31	9.19	0.11	7.57	الجري المتعرج بالكرة والدرجة
0.000	6.12	1.08	5.7	2.23	7.9	الأستلام والتسليم نحو هدف
0.000	2.14	1.66	2.5	1.44	3.7	اخماد الكرة وأستعادة التحكم فيها
0.000	5.21	0.92	4.9	1.16	7.8	دقة التهديد على المرمى
0.000	11.91	1.09	40.00	2.05	49.5	السيطرة والأحاساس والتحكم بالكرة

* معنوي عند مستوى الخطأ (0.05) اذا كان مستوى الخطأ اصغر من (0.05).

المناقشة:

بعد عرض النتائج وتحليلها يبين الجدولين (2 و 3) أن هناك فروق معنوية في الأوساط الحسابية بين الأختبار القبلي والبعدي للمجموعتين (التجريبية و الضابطة) وأن هناك تطور أيجابي لأداء المهارات الأساسية، ويوعز الباحثون السبب الى تأثير استخدام التمرينات باستعمال كرات مختلفة الوزن والحجم على تطوير بعض المهارات الأساسية والذي قد اثر على

كلا المجموعتين، ولمعرفة أي منهما تطورت أكثر من الأخرى وبالمقارنة الأحصائية بين الأختبارات البعيدة للمجموعتين وفق الجدول رقم (4) فقد أظهرت النتائج أن هناك تطورا وتحسنا متميزا وفرقا معنوية كبيرا لدى (المجموعة التجريبية) عن (المجموعة الضابطة) في جميع المهارات الأساسية قيد البحث، والتي استعملت الكرة ذات الوزن الأقل والحجم الأصغر رقم (3) إذ أن التركيز على الأداء والتكرار المستمر للاعبين بالكرة خلال الوحدات التدريبية يؤدي الى إتقان المهارات بدرجة عالية لأنها تتناسب وقياساتهم الجسمية والعضلية والبدنية خاصة الأطراف السفلى التي تعرضت الى جهد اقل فكانت لها تأثير فعال حتى في مهارات الدقة لأنهم يسيطرون على تلك الكرات (الأخف والأصغر) بسهولة تجعلهم قادرين على التركيز على التكنيك التفصيلي لأداء المهارة.

كما التدريب بالكرات الثقيلة (حجم 5) في تطوير المهارات الأساسية، فضلا أن استخدام الكرات المتنوعة الوزن والحجم يضيف تنوعا في التدريب دون أن يضعف في تعلم المهارات، فهي تعد وسيلة مساعدة للتدريب في حالة عدم توفر العدد الكافي من الكرات، ثم أن لاعبي الفئات العمرية يمتلكون بعض القدرات الحركية والجسمية والمهارية والنفسية والتربوية الذي يعزز الثقة بالنفس أثناء أداء المهارات بكرات مختلفة الوزن والحجم مما يؤثر ايجابيا في أداء المهارات إذ أن تحقيق وأداء مستوى مهاري دقيق يتطلب توافر القدر المناسب والمستمر في التطور المهاري والحركي والنفسي والعقلي وهنا يؤكد المؤتمر العلمي الرياضي الرابع لكليات التربية الرياضية. (بحوث مؤتمر، 1985، ص 568).

فاللاعب المتميز والموهوب يتسم بتحمل المسؤولية والتحدي والتي تجعله يتمتع بالثقة بنفسه وثقة الآخرين به، وعندما يدرك اللاعب الصغار أن المسؤولية الملقاة عليه تعبر عن الثقة فيه يتقبلها وتجعله يبذل قصارى جهده في سبيل تحقيق المستوى والتفوق في الأداء المهاري. وهنا يشير (أحمد، 1972، ص 161) أن اللاعب الموهوب هو من يتحمل المسؤولية ويتمتع بثقة الآخرين به.

أن مهارات المناولة والتهديف تتم بالسرعة والحركة والدقة المطلوبة في وقت الوصول الى فرص الخصم بسرعة خاطفة وبأقل زمن ممكن لأنها تعد الجزء الأهم والأكثر إثارة في اللعبة والهدف النهائي لكل فريق هي فرصة تسجيل الأهداف.

أما مهارة الدحرجة فهي قدرة اللاعب على التحرك والانتقال بالكرة من مكان لآخر تحت ضغط المنافسين وبهذا فان اللاعب بحاجة الى توافق عصبي- عضلي عال وبتوازن كي تؤدي بانسيابية وارتقاء.

الاستنتاجات:

- هناك فروق معنوية متنوعة بين أستعمال الكرات المختلفة الوزن والحجم وتطوير المهارات الأساسية بكرة القدم لعينة البحث في الأختبارات القبلية-البعيدة.
- هناك فروق معنوية وتطورا واضحا حققتها المجموعة (التجريبية) في الأختبارات البعيدة - البعيدة عن المجموعة (الضابطة) في جميع المهارات الأساسية بكرة القدم قيد البحث.
- أستعمال كرات مختلفة (الأوزان والأحجام) يمكن أن يضيف تنوعا وتشويقا في التعلم والتدريب والتطوير للمهارات الأساسية دون أن يضعف سرعة وتعلم المهارات .
- ضرورة أعتداد التمرينات والكرات ذات الوزن والحجم الأقل رقم (3) المستخدمة في البحث لتطوير المهارات الأساسية لعينة البحث بشكل واضح.
- ضرورة الاهتمام بمقاييس وإجراءات الأختبارات الدورية لذلك.
- ضرورة أعام نتائج البحث على جميع الأندية والمدربين والمشرفين على الفئات العمرية خاصة دون (11) سنة.

المصادر

- الخشاب زهير قاسم وآخرون: (1999) كرة القدم، ط2 . دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- النجيعي، محمد لبيب ومرسي، محمد منير: (1983) البحث التربوي .أصوله. مناهجه. القاهرة، عالم الكتاب.
- أسعد لازم علي: (2008) القيمة التنبؤية للمستوى المهاري بدلالة بعض القدرات البدنية والوظيفية كمؤشر لانتقاء ناشيء كرة القدم. أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- أحمد عزت راجح. (1972) أصول علم النفس، ط11، القاهرة ، دار المعارف.
- بحوث المؤتمر العلمي الرياضي الرابع لكليات التربية الرياضية، العراق، تحت شعار اللياقة البدنية والمجتمع، ط1985،1.
- بارق حسوني عباس. (2017). تأثير تمارين باستعمال كرات مختلفة الأحجام والأوزان لتطوير بعض الصفات والقدرات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين الشباب بكرة القدم. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة القادسية.
- ثامر محسن وآخرون. (1990) الاختبار والتحليل بكرة القدم. الموصل، مطبعة جامعة الموصل.
- عبد الرزاق كاظم وامجد جاسم عباس. (2017). تأثير تمارين خاصة بكرة مختلفة الوزن على مهارة دقة التهديف بكرة القدم بأعمار (14 - 16) سنة. مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد، المجلد التاسع والعشرون، العدد الثالث لسنة 2017).
- شامل كامل و كاظم الربيعي. (1987) المرتكزات الحديثة بكرة القدم. بغداد، مؤسسة المختار للطباعة والتجليد.
- قحطان جليل العزاوي : تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم. (1991). رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- علاوي، محمد حسن وراتب، أسامة كامل (2000) البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة، دار الفكر العربي.
- عقيل، حسين (1999) فلسفة مناهج البحث العلمي. القاهرة، مكتبة مدبولي للنشر.
- فان دالين، ديو بولد (1985) مناهج البحث في التربية وعلم النفس. (ترجمة)، محمد نبيل وآخرون، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية للطباعة.
- محمد جاسم العبيدي (2009). مشكلات الصحة النفسية، امراضها وعلاجها، ط1، عمان، دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- محمد شوقي كشك، أمر أحمد البساطي (2000). أسس الإعداد المهارى والخططي في كرة القدم ناشئين- كبار. ط2، دار المعارف الإسكندرية.
- مختار، حنفي محمود (1994). الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- هشام محمد أحمد حمدون (2008) تأثير التدريب باستخدام أكثر من كرة على بعض الأداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية.
- Samnclson, Boh (1997). Back to the Bcginning Avcom publishing.

الملاحق

1. التهديف:

- (التهديف بوجه القدم نحو هدف مرسوم من مسافة (18) يارد (10) كرات يمين + يسار).
- (التهديف داخل القدم نحو هدف مرسوم من مسافة (18) يارد (10) كرات يمين + يسار).
- الدرجة (5)م ثم التهديف من (18) يارد (يمين +يسار). 10 مرات.
- من الاستلام الأمامي تهديف من (18) يارد (يمين +يسار). 10 مرات.
- من الاستلام الجانبي تهديف من (18) يارد (يمين +يسار). 10 مرات.
- التهديف نحو الأهداف العالية بوجه القدم (تمرين حر).

2. التنطيط:

- السيطرة بقدم واحدة يمين + يسار خلال (5) دقائق.
- السيطرة بقدمين حر خلال (10) دقائق .
- السيطرة بالركبتين حر خلال (10) دقائق .
- السيطرة بجميع أجزاء الجسم + الصدر عدا اليدين (10) دقائق.

3. الاستلام:

- استلام من الثبات .
- استلام من التقدم .
- استلام من التراجع .
- استلام من التحرك لليمين.
- استلام من التحرك للييسار.
- استلام بالفخذ (يمين + يسار).
- استلام بالقفز بالقدم.
- استلام بالقفز بالفخذ.
- استلام بالقفز بالصدر.

4. الدرجة :

- درجة (دريل) بالرجل اليسار(15)م.
- درجة (دريل) بالرجل اليمين(15)م.
- درجة (دريل) بكلتا القدمين(15)م.
- سحب الكرة الى الخلف بالرجل اليسار (5)م.
- سحب الكرة الى الخلف بالرجل اليسار (5)م.
- درجة جانبية بداخل بخارج القدم(15).

أ نموذج لوحة تعليمية / تدريبية

أقسام الوحدة التدريبية	الزمن بالدقائق	الفعاليات والأنشطة
المقدمة (الإعداد العام)	10 +	الجزء الذي يتضمن شرح المفردات الأساسية للوحدة التدريبية وتهيئة اللاعبين بشكل جيد مع التركيز على الأعداد القسمة والتركيز على الهدف الأساس الذي تتضمنه الوحدة التدريبية.
	3 +	
الإعداد الخاص (التمارين البدنية)	12 +	يطلب تهيئة الرياضي من الناحية الجسمانية والوظيفية ورفع كفاءة الأجهزة الوظيفية لمنع حدوث أي إصابة كما يتطلب أداء حركي جيد من أجل وصول اللاعبين إلى مستوى يمكنهم من الأداء الحركي الخاص بالعدالة فضلا عن تهيئة أجزاء الجسم التي ستشارك في الوحدة التدريبية.
	60 +	يقوم المدرب بشرح مهارة الدرجة لمسافة 10م ثم المناولة للزميل ويقوم بأداء مهارة الدرجة أمام الطالب ثم الأداء من قبل النموذج (الزميل) ثم يقوم المدرب بتصحيح الأخطاء أثناء الأداء.
القسم الرئيسي (الجزء التعليمي)	5 +	يقوم اللاعب بدرجة الكرة لمسافة 10م ثم المناولة للزميل المقابل، يستقبل الثاني الكرة ويكرر نفس العمل.
	10 +	يقوم المدرب بشرح مهارة الدرجة بين الشواخص بشكل مسبق وكثافة القدمين ثم المناولة ويقوم بأداء مهارة الدرجة بين الشواخص أمام الطالب ثم الأداء من قبل النموذج (الزميل) ثم يقوم المدرب بتصحيح الأخطاء أثناء الأداء.
القسم الختامي (لعبة تروحية)	5 +	يجري اللاعب بالكرة بين الشواخص بشكل مسبق وكثافة القدمين ثم يمررها للزميل المقابل، يستقبل الثاني الكرة ويكرر نفس العمل.
	10 +	شرح وعرض المهارة المراد تعلمها من قبل المدرب.
	5 +	التطبيق بالكرة، ثم المناولة للزميل.
	5 +	شرح المهارة المراد تعلمها ثم تطبيق من قبل المدرب.
	10 +	الدرجة بين لاعبين لمسافة 10 متر ثم التهديف نحو المرمى.
القسم الختامي (لعبة تروحية)	5 +	(تمرير الكرة) لعبة صغيرة - وثوب اللاعبين بشكل نسق خطي (مجموعتين) متساويتين بمسافات مناسبة بحمل اللاعب الأول الكرة وعند سماح الصدفرة يمرر الكرة من بين قدم اللاعبين الثنين خلفه إلى آخر لاعب يركض بها إلى المقدمة وهكذا حتى آخر لاعب والفريق الأسرع هو الفائز.
		لعبة لمس الكرة: لعبة صغيرة: جلوس اللاعبين بشكل نسق خطي (مجموعتين) متساويتين ومتقابلتين المسافة بين مجموعة وأخرى 10 متر، توضع كرة في منتصف الفريقين، بعد أن يقوم المدرب بإعطاء أرقام للاعبين بحيث يحفظ كل لاعب رقمه، يبدأ المدرب المبدأ بمناداة رقم بعدها يطلق اللاعب المعني يلتمس الكرة والذي يلتمس الكرة أولاً تسجل له نقطة، الفريق الذي يجمع أكثر نقاط هو الفائز.