

السرعة الانتقالية وعلاقتها بالرشاقة للحكام المساعدين الدرجة الثانية بكرة القدم

أ.د. أحمد ناجي محمود كرار عباس لعبيبي

١٤٣٨ هـ

٢٠١٧

مستخلص البحث باللغة العربية.

تتضمن الرسالة خمسة أبواب وهي: الباب الأول الذي احتوى على مقدمة البحث وأهميته، وتضمن الحديث عن الاهتمام الكبير بلعبة كرة القدم من كافة الجوانب للمساهمة في ارتقاء هذه اللعبة من كل الاطراف وهناك من يهتم بالبحث وايجاد الوسائل الحديثة لتطوير هذه اللعبة ومنها رفع مستوى اللياقة البدنية للاعبين والجانب الفني من خلال ايجاد التمارين الحديثة التي تعمل على ذلك وهناك من يهتم بالعنصر الاساسي والفعال وهم الحكام من خلال تطويرهم من كافة الجوانب سواء الجانب البدني او المهاري او العقلي للوصول الى افضل المستويات المطلوبة والاهتمام بكافة القدرات البدنية لأنها تعتبر الاساس وتكمن أهمية البحث في التعرف على مستوى السرعة الانتقالية والرشاقة ومدى الارتباط بينهما لان المتغيرين ذات اهمية للحكام وخصوصاً الحكام المساعدين، اما مشكلة البحث هي ملاحظة وجود ضعف لدى الحكام المساعدين في متغير السرعة والرشاقة، أما هدف الدراسة فكان هو التعرف مدى على العلاقة ما بين السرعة الانتقالية والرشاقة للحكام المساعدين الدرجة الثانية بكرة القدم. أما الباب الثاني تطرق الباحث الدراسات النظرية والدراسات السابقة ومنها حكام كرة القدم واهم المتغيرات المبحوثة وهي السرعة والرشاقة وماهي اهمية الرشاقة بالنسبة للحكام المساعدين، اما الدراسة السابقة ومنها دراسة احمد كاظم (٢٠١٦) فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على حكام الدرجة الثانية والذي بلغ عددهم (٢٥ حكم) وتم اختبارهم باختبار (yoyo test)، اما الباب الثالث فأشتمل على منهجية البحث وإجراءاته الميدانية، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المجموعة الواحدة وتكونت المجموعة من (١٠ حكام مساعدين) درجة ثانية، وتم اختبارهم باستخدام الاختبارات الدولية المعتمدة للحكام المساعدين وهي اختبار الرشاقة الكودا واختبار السرعة (٣٠ متر) باختبار واحد لمعرفة هل هنالك علاقة بين القدرات البدنية، كما تضمن الباب الرابع عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها، والتي يمكن التوصل إلى تحقيق أهداف البحث وفروضه، وبعد معالجة البيانات إحصائياً تضمن الباب الخامس الاستنتاجات والتوصيات ومن أهم الاستنتاجات هي، إن للسرعة تأثير في تطوير قدرة

الرشاقة وتحسين الانجاز لدى عينة البحث، ومن خلال الاستنتاجات وضع الباحث عدة توصيات منها، إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية والتأكيد على بقية القدرات البدنية للحكام المساعدين والحكام الوسط بكرة القدم.

Abstract.

Transitional Speed And its Relationship With 2nd Class Soccer Assistant Referees' Agility

The importance of the research lies in identifying the level of transitional speed and agility and the correlation among the variables. The aim of the research is to identify the extant of relationship between transitional speed and agility in second class assistant referees in soccer. The researcher used the descriptive method. The subjects were (25) 2nd class assistant referees. The researcher applied the YoYo test on a group of 10 2nd class assistant referees. The data was collected and treated using proper statistical operations. The researcher concluded that speed affect the development of agility and improve achievement. Finally he recommended making similar studies on the rest of physical abilities of assistant soccer referees.

١ - المبحث الأول: التعريف بالبحث.

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

أن رياضة كرة القدم بلغت من التطور والشهرة مرتبة لم تبلغها اي رياضة اخرى في العالم، حيث نسجت خيوطها داخل مختلف طبقات المجتمع، وحظت بالاهتمام الواسع من قبل الممارسين للعبة والمشاهدين ووسائل الاعلام، حيث اثار هذا الاهتمام العديد من الباحثين في مجال التربية الرياضية للدراسة والتحليل من اجل المساهمة ايضاً في تطور ونجاح اللعبة، فمنهم من ركز على تطوير الجانب البدني للفرق الرياضية لأنه عنصر اساسي للنجاح، وهناك من اهتم بدراسة تطوير الحكام وتحسين مستوى ادائهم في مختلف المباريات سواء كانت محلية او قارية او دولية، وان تطوير لعبة كرة القدم يعتمد على جميع العناصر منها اللاعبين والحكام، وبما ان لعبة كرة القدم تتوقف على القرارات الفورية والسريعة التي يتخذها الحكام ومساعديه، اذ يجب تطوير وتأهيل الركيزة الاساسية للعبة وهم الحكام المساعدين لان المباريات تتوقف على دقة اتخاذهم للقرارات، وأن الاتحاد الدولي بكرة القدم يسعى دائماً بأن تكون هذه اللعبة في قلب الحدث للنهوض والارتقاء إلى المستويات العليا من خلال العناية الكبيرة في إعداد العناصر الأساسية لهذه اللعبة، والتي تتمثل في الحكام، اللاعبين، والمدربين، ومن بين تلك الاهتمامات هم الحكام المساعدين، وفي السنوات الأخيرة شهدت العملية التحكيمية اهتمام كبير مما زاد من الفائدة للعبة لكونه عنصر رئيسي من عناصر اللعبة ليسهم في تطويرها في

العصر الحديث وتكمن أهمية البحث في التعرف على مستوى السرعة الانتقالية والرشاقة ومدى الارتباط بينهما وعلى اساس نتائج الاختبارات يتم وضع تمارين مركبة في المناهج لتحسين الانجاز .

٢-١ مشكلة البحث:

للتحكيم في كرة القدم عدة متطلبات ومنها اللياقة البدنية التي تعد عنصراً أساسياً فضلاً عن بقية النواحي الاخرى. ومن أهم ما يجب أن يمتاز به حكم كرة القدم هو أن يتمتع بلياقة بدنية جيدة تمكنه من التحرك بصورة دائمة وبشكل جيد من البداية الى النهاية وتكسبه قدرة كافية على الجري بسرعة لمسافات طويلة وقصيرة ليكون قريباً من حالات اللعب وبشكل غير متداخل مع زاوية الكرة في خط تحرك من بزوايا رؤية مناسبة لتمييز الاخطاء وهذا يتطلب سرعة ورشاقة بمستوى عالي لتمكنه من الوصول الى هذه المرحلة واجتياز الاختبارات الدولية بنجاح ويبقى محافظاً على إمكانيته البدنية طول مدة الأداء وهذا يعتمد على تطوير قدرات بدنية خاصة تتلاءم مع تلك المتطلبات وتتبع المنهج التدريبي المناسب وطريقة التدريب المثلى للارتقاء للمستوى المطلوب.

ومن خلال متابعة الباحث فقد لاحظ أنّ بعض الحكام المساعدين عدم قدرتهم على اجتياز الاختبار البدني وضعف العناصر المهمة لديهم وهي السرعة والرشاقة لديهم. وذلك لأن الاختبارات قد تغيرت وازدادت اختبار اخر وهو اختبار الرشاقة خاص بالحكام المساعدين ولهذا اصبحت لها متطلبات خاصة تختلف عن سابقتها لكنها بنفس الاهداف، وان الاختبار الحديث يمتاز بصعوبة اكثر مقارنة بالاختبارات السابقة.

٣-١ هدف البحث :

- التعرف على مدى العلاقة بين متغير السرعة الانتقالية والرشاقة للحكام المساعدين الدرجة الثانية بكرة القدم.

٤-١ مجالات البحث:

١-٤-١ المجال البشري: الحكام المساعدين بكرة القدم الدرجة الثانية في محافظة بغداد لسنة (٢٠١٦-٢٠١٧ م).

٢-٤-١ المجال الزمني: المدة من ٢٠١٧/٤/١٩ لغاية ٢٠١٧/٦/٢.

٣-٤-١ المجال المكاني: ملعب منتدى شباب الشعب الرياضي/ بغداد.

٢ - المبحث الثاني: الدراسات النظرية والدراسات المشابهة.

١-٢ الدراسات النظرية:

١-١-٢ حكام كرة القدم:

(أن أعلى سلطة تمارس وتطبق في ميدان اللعب اثناء المباراة هي عند حكام كرة القدم لانهم يعتبرون سلطة قضائية عليا في الملعب خلال المباراة التي يكلفون بقيادتها من قبل الاتحاد الدولي او القاري او الوطني، ويتم تطبيق قانون لعبة كرة القدم بصورة صحيحة وعادلة بين الفريقين من اجل إخراج المباراة بأحسن صورة وبأقل عدد من الاخطاء الى بر الامان) (١١:١)، فالحكم "هو الشخص الممارس للتحكيم ومسجل ومعتمد سجلات الاتحاد بهذه الصفة فهو عنصر مهم وأساسي في لعبة كرة القدم وله دور كبير في تطور مستوى اللعبة وتحقيق اهدافها من خلال تطبيق قانون اللعبة خلال المنافسات الرياضية" (٤٤:٢).

وان مباريات كرة القدم يديرها (٤ حكام) لديهم سلطة بتطبيق قوانين اللعبة بالمباراة أذ تتوقف نتيجة المباراة على صافرة الحكم وأشاره الحكم المساعد، ولا يمكن لأي صفة او اي شخص التدخل في اتخاذ القرارات من قبل حكام المباراة لأن الحكام لهم القرار في الملعب من خلال تطبيق القانون بالشكل الصحيح لإخراج المباراة بصورة مثالية.

وأن واجبات الحكم ليس تطبيق قانون اللعبة فقط، وإنما التأكد من سلامة اللاعبين من الاصابة ايضاً وكذلك العمل الجماعي الذي يقوم به حكام المباراة للسيطرة على اجواء المباراة من خلال معاقبة المخالفات الاكثر شدة، لأن الحكام عندهم السلطة منذ دخولهم الى ارضية ميدان اللعب الى حين مغادرتهم لميدان اللعب بعد المباراة لاتخاذ اي قرار، ويقوم الحكام الاخرين باحتساب المخالفات والاطخاء عندما تكون رؤيتهم اوضح من الحكم ولكن يتم اتخاذ القرار النهائي دائماً من قبل الحكم ويتم مراقبة اجتياز الكرة من على خط التماس وخط المرمى واحتساب رمية تماس او ركلة ركنية او الخطأ الذي يكون قريب من الحكم المساعد وكذلك احتساب مخالفات التسلل من قبل الحكم المساعد.(٤٥:٣).

يتأثر الحكم المساعد بكرة القدم خلال قيادته للمباريات بعدة عوامل وفي مقدمتها اللياقة البدنية التي يمتلكها وتتوقف على مستواه التدريبي، لأن هدف التدريب هو اعداد الحكم المساعد في كافة النواحي ومنها الجانب البدني، ليتمكن من اكمال المباراة بصورة جيدة وبتحركات صحيحة، وان عدم قدرة الحكم المساعد عن مجارة اللعب السريع وتحركه بكل رشاقة وسرعة تؤثر على اتخاذه للقرارات بصحة ودقة، لكل الفعاليات متطلبات بدنية تختلف عن سواها وان حكم كرة القدم متطلبات خاصة، ويمكن تطوير بعض القدرات البدنية للحكام المساعدين بكرة القدم وفقاً للاختبارات البدنية التي يخضعون لها للاعتماد والترقية من درجة الى اخرى والتي تشبه ما يتطلب اثناء المباريات من اداء للحكم، ولهذا يعتبر تحكيم كرة القدم بأنه مهنة معقدة، وسبب ذلك هو صلاحية الحكم، مساحة ميدان اللعب، عدد اللاعبين، وطول مدة

المباراة، وظروف المباراة وعمر الحكم. وكذلك الهدف الحقيقي من التحكيم هو تحقيق المبادئ الأساسية الأتية: المساواة، والعدالة والمتعة، وعليه أصبح دور الحكام دوراً أساسياً في غاية الأهمية (٤:١٦).

حيث يرى الباحث ان الواجبات تكون كثيرة وكبيرة على الحكام لذلك يجب تطوير القدرات البدنية لأنه مطلوب من الحكم المساعد التواجد القريب من الحالات ومجارة اللعب السريع اي ان الحكم المساعد يحتاج الى السرعة وبالتحديد السرعة الانتقالية لكي يتمكن من الانتقال الى الحالة بأسرع وقت وكذلك يحتاج الى الرشاقة لكي يؤدي الحركة بشكل أفضل لأنه يتحرك بشكل جانبي دائماً اثناء المباراة وخصوصاً الحكم المساعد وذلك لمراقبة تحركات اللاعبين في مخالفات التسلل.

٢-١-٢ بعض المتطلبات البدنية لحكام كرة القدم :

١-٢-١-٢ السرعة:

تعتبر قدرة السرعة من العناصر المهمة والضرورية في كل الفعاليات الرياضية بشكل عام وفي رياضة كرة القدم بشكل خاص وتعد مهمة وضرورية بالنسبة للحكام، وهناك فروق واضحة بين سرعة الحكام والمساعدين، وأن السرعة ترتبط وبشكل مؤثر بعناصر اللياقة البدنية الأخرى جميعها، وعليه يعرفها (محمد حسن علاوي، ١٩٩٢) بأنها "أمكانية الرياضي من أداء حركات معينة في أقصر زمن ممكن" (٥:١٥١)، وإيضاً هي "قابلية الرياضي على قطع مسافة معينة في أقل زمن ممكن" (٦:٣٤٢).

يحتاج الحكم والحكم المساعد إلى السرعة بأشكالها المختلفة ومنها السرعة الانتقالية، وتعد السرعة متطلب رئيسي لحكام كرة القدم ومكوناً مهماً، فيجب على الحكم المساعد ان يمتلك سرعة انتقالية ليكون قريباً من الحالات التي تحدث اثناء الاداء لضمان اتخاذ القرار الصحيح من خلال الوصول في الوقت المناسب وذلك بامتلاك سرعة انتقالية جيدة وتسهل له خلق زاوية رؤية مناسبة افضل من غيره، وتمكنه من مواكبة سرعة اللاعبين ومجارة اللعب وأن السرعة الانتقالية هي الاساس لكل السرعة حيث ان الحكم الذي يمتلك سرعة جيدة سوف يصل المكان والزمان المناسب لاتخاذ القرار الصائب والدقيق.

حيث يرى الباحث ان السرعة الانتقالية مهمة للحكم وخصوصاً الحكم المساعد اما اذا لم تكن لديه السرعة الكافية فسوف يتأثر ادائه سلبياً ويمكن تعريفها "هي قدرة الحكم او الرياضي على الانتقال من مكان الى اخر بأقصى سرعة ممكنة وبأقل زمن ممكن.

"كما ترتبط السرعة ببقية المكونات الأخرى، إذ ترتبط بالرشاقة، والتوافق، والقوة، والتحمل وهي " مكون مهم للعديد من جوانب الأداء البدني في الرياضات المختلفة" (٧:٥٩).

وأن الجهاز العصبي يتأثر بتدريبات السرعة، حيث يقوم بنقل الاشارات العصبية الى العضلات، عندما يكون براحة تامة، فيمكن تطوير السرعة بشكل كبير، لذلك يجب ان يكون الرياضي غير مجهداً عند تدريب السرعة، وان السرعة واحدة من القدرات المرتبطة بالبناء العصبي للفرد، ولأجل ذلك يجب ان يكون التوافق العضلي العصبي على مستوى جيد.

واخيراً، فإن السرعة بالنسبة للحكام والمساعدين لها دور كبير، وبالأخص في المباريات التي تتميز بسرعتها، والاختبارات التي تتميز بالصعوبة اذا لم يكن اعداد الحكام بشكل جيد ومتكامل لجميع القدرات وخصوصاً السرعة، وهناك ضرورة لحكام كرة القدم لتطوير سرعتهم ليساهموا بشكل كبير بأداء الواجبات بشكل جيد، إذ تمكنه السرعة من الانتقال داخل الملعب بصورة سريعة وفقاً لطبيعة المواقف والحافز.

٢-٢-١-٢ الرشاقة:

في لعبة كرة القدم هنالك قدرات بدنية مهمة وضرورية ومن هذه القدرات هي الرشاقة لان من خلالها يستطيع الرياضي تغيير اتجاه ووضع جسمه في الهواء أو على الأرض، وهي عبارة تناسق وانسجام الحركات التي يؤديها الرياضي باستخدام التوافق العصبي العضلي، وأن الرشاقة بوضوح يمكن رؤيتها خلال الأداء الحركي الذي يتطلب الدقة والسرعة.

اذ يعرفها محمد عبد الحسن "امكانية تغير أوضاع واتجاه الجسم على الأرض او في الهواء بدقة وانسيابية وتوقيت صحيح" (١٣١:٨)

اما كمال جميل فيعرف الرشاقة بانها "امكانية الرياضي على تغير اتجاه الحركة والنجاح في تطبيق حركة أخرى بتكنيك اخر" (١٠٠:٩)

ويرى الباحث الرشاقة بانها "قدرة الحكم او الرياضي على تغيير اتجاهه وسرعته بدقة وتوافق وانسيابية وفي الزمان والمكان المناسب".

١-٢-٢-١-٢ نواع الرشاقة :

وأن الرشاقة تقسم الى (١٤٨:١٠)

- الرشاقة العامة: وهو امكانية الرياضي على تأدية واجبه الحركي الذي يتصف بالتنوع والتعدد وبدقة وانسيابية وتوقيت سليم.
- الرشاقة الخاصة: القدرة على اداء واجب حركي مطابق للتكوين والخصائص والتركييب الحركي لواجبات المنافسة في الرياضة التخصصية.

ويؤكد (مفتي ابراهيم ١٩٩٨م) ان الرشاقة تعتبر من أكثر القدرات البدنية المهمة وذلك لأنها عنصراً فعالاً بالنسبة للفعاليات الرياضية التي تتطلب سرعة التغيير من أداء إلى آخر أو دمج أكثر من مهارة مع بعضها أو تغيير اتجاهات الجسم، التوقف المفاجئ والانطلاق السريع وكل هذا يحدث في ظروف متغيرة وبأقل زمن (١١:١٥٩).

وحيث يرى الباحث ان حكام كرة القدم وخصوصاً المساعدين حاجتهم كبيرة الى الرشاقة وذلك بسبب حاجة الحكم الى التحرك بشكل جانبي بشكل مستمر والانطلاقات والتوقيفات المفاجئة التي تحدث وفقاً لطبيعة اللعب وكل هذا يجب ان يكون تحرك بخفة ودقة، وتأكيدياً على حاجة الحكم المساعد للرشاقة تم اضافة اختبار جديد للحكام المساعدين وهو اختبار الرشاقة (الكودا)، وان الحكام الذين يتمتعون برشاقة عالية يكون لديهم الانسياب الحركي والتوافق والتكامل في الحركات، التلائم والتكيف السريع مع المواقف الجديدة التي لم يتعود عليها التي تنتج من تغير نوعية ميدان اللعب او قياساته، والدقة في الاداء، الاقتصاد بالجهد مما يؤدي واجبه بأفضل صورة وأقل زمن ممكن.

٢-٢ الدراسات السابقة:

١-٢-٢ دراسة احمد كاظم (رسالة ماجستير) ٢٠١٦ (١٢)

- **عنوانها:** (تأثير منهاج تدريبي في تطوير بعض القدرات البدنية وأجتيياز اختبار yoyo لحكام الدرجة الثانية لكرة القدم).
- **اهدافها:**
 - ✓ إعداد منهج تدريبي في تطوير بعض القدرات البدنية واجتيياز اختبار yoyo.
 - ✓ التعرف على تأثير المنهج التدريبي في تطوير القدرات البدنية واجتيياز اختبار yoyo لعينة البحث.
- **عينة الدراسة:** اشتملت الدراسة على عينة من حكام الدرجة الثانية(حكام ساحة) في محافظة بغداد المعتمدين لدى الاتحاد المركزي لكرة القدم لعام(٢٠١٥-٢٠١٦) البالغ عددهم (٢٥) حكم ساحة، عن طريق اختيار مجموعة واحدة بالطريقة العشوائية، وتم تطبيق المنهج التدريبي المقترح على عينة البحث من قبل الباحث.
- **استنتجت الدراسة:**
 - ✓ كان للمنهج التدريبي دوراً ايجابياً في عملية تطوير قابلية الحكام البدنية اذ كان له نتائج كبيرة في تطوير قابليتهم.
 - ✓ كان للمنهج التدريبي دور واثر كبير في اجتيياز اختبار (yoyo).
 - ✓ ان تنوع طريقة التدريب (المستمر والفترتي بنوعيه والتكراري) قد اسهموا بشكل ايجابي مباشر في تطوير القدرات البدنية المختارة.

▪ اوجه التشابه والاختلاف مع دراسة أحمد كاظم:

اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في منهج البحث وهو اختيار المنهج الوصفي اما الدراسة السابقة استخدمت المنهج التجريبي.

اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في اختيار العينة وهم حكام مساعدين درجة ثانية بكرة القدم اما الدراسة السابقة استخدمت حكام ساحة ايضاً درجة ثانية.

اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسة السابقة في استخدام اختبارات حديثة للحكام المساعدين (اختبار ٣٠ متر ركض، اختبار الرشاقة (الكودا) اما الدراسة السابقة استخدمت اختبار (yoyo test).

٣- المبحث الثالث: منهج البحث واجراءاته الميدانية.

١-٣ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي ذات تصميم المجموعة الواحدة لملائمته طبيعة حل مشكلة البحث وتحقيق اهدافه.

٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث بالحكام المساعدين الدرجة الثانية في محافظة بغداد والمسجلين في سجلات الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم للعام (٢٠١٦-٢٠١٧)، والبالغ عددهم (٤٠) حكم مساعد، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة وبلغ عددهم (١٠) حكم مساعد، إذ بلغت نسبتهم (٢٥%)، لأن اختيار العينة يعد خطوة مهمة وجيدة في البحث العلمي.

٣-٣ أجهزة وأدوات البحث ووسائل جمع المعلومات:

هي الوسائل التي يستطيع الباحث من خلالها جمع البيانات المتعلقة بالبحث وحل المشكلات التي تحقق أهداف البحث (١٣:١٦١).

١-٣-٣ أجهزة البحث:

- حاسبة لابتوب (Acer) صيني الصنع.
- كامرة تصوير فيديو للتوثيق نوع (Sony) صيني الصنع.
- كامرة فوتغراف نوع (cannon) صيني الصنع.
- عجلة قياس الكترونية (فيته).

٢-٣-٣ أدوات البحث المستخدمة:

- ملعب كرة قدم يحتوي على مضمار ركض.
- صديرات ملونة (يلكات).
- ساعة توقيت عدد (٢).
- صافرة عدد (٢).
- رايات حكام مساعدين (٢).
- شواخص عدد (١٠).
- شريط لاصق ملون.
- استمارة تسجيل.
- ستاند كامرة.

٣-٣-٣ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات (الإنترنت).
- استمارة استحصال المعلومات.
- الحقيبة الإحصائية SPSS.
- فريق العمل المساعد (*).

٤-٣ الاختبارات المستخدمة في البحث: (٤:١٤)

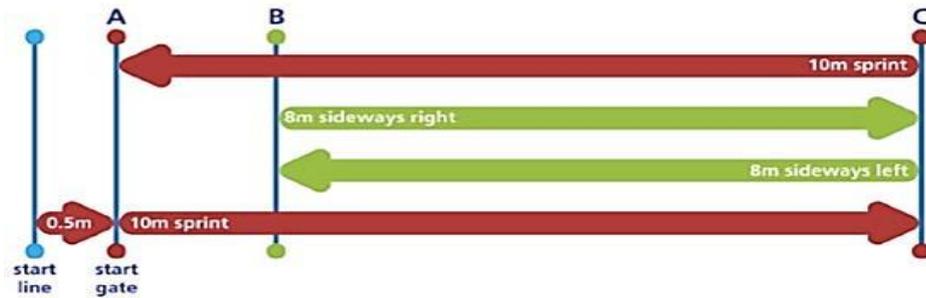
تم اختيار الاختبارين ادناه وهما اختبارين معتمدان للحكام المساعدين بكرة القدم من قبل الاتحاد الدولي بكرة القدم.

١-٤-٣ اختبار الرشاقة:

- أسم الاختبار: الكودا.
- الغرض من الاختبار: قياس الرشاقة لدى الحكام المساعدين بكرة القدم.
- الادوات المستخدمة: شواخص عدد (٨)، ساعة توقيت، شريط لاصق ملون، صافرة، عجلة قياس (فيتة)، استمارة تسجيل.
- وصف الاختبار: يقوم الحكم المساعد بالوقوف على بعد (٥٠ سم) من خط البداية ويقوم بالتهيؤ لغرض الاختبار وبعد سماع الصافرة يقوم بالانطلاق بأقصى سرعة ركض الى الامام لمسافة (١٠ متر)، ومن ثم الركض الجانبي

لليارس لمسافة (٨ متر)، ومن ثم التحرك الركض الجانبي لليمين ايضاً لمسافة (٨ متر) ومن ثم الانطلاق بأقصى سرعة لمسافة (١٠ متر) وكما موضح في الشكل رقم (١).

وهو اختبار خاص بالحكام المساعدين ويجري لمرة واحدة اذ يجب على الحكم المساعد قطع هذا الاختبار بزمن لا يتعدى (١٠:١٠ ثا) لحكم الدرجة الثانية واذا تجاوز الوقت المقرر تعتبر محاولة فاشلة تعاد المحاولة لمرة اخرى



الشكل رقم (١)

اختبار الرشاقة (الكودا) للحكام المساعدين

٣-٤-٢ اختبار السرعة :

- أسم الاختبار: اختبار ٣٠ متر من الوقوف.
- الغرض من الاختبار: قياس السرعة لدى الحكام المساعدين بكرة القدم.
- الادوات المستخدمة: شواخص (٦)، استمارة تسجيل، صافرة، ساعة توقيت ، عجلة قياس الكترونية (فيته).
- وصف الاختبار: يقوم الحكم بالوقوف خلف خط الانطلاق وبعد سماع الصافرة يقوم بالانطلاق بأقصى سرعة لمسافة (٣٠ م) وبواقع (٥ تكرارات) اذ يجب ان لا تتعدى المحاولة الواحدة (٤:٨٠ ثا) وتكون الراحة بين كل تكرار (٣٠ ثا) وفي حالة عدم اجتياز الحكم للزمن المحدد تعتبر محاولة فاشلة وتعاد المحاولة وكما موضح شكل الاختبار في الشكل رقم (٢).



الشكل رقم (٢)

اختبار السرعة للحكام المساعدين

٣-٥ إجراءات البحث الميدانية:

٣-٥-١ التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية لمعرفة التوقيت المطلوب لاختبارات الحكام البدنية الدولية لعينة البحث والزمن الكلي اللازم للاختبارات وكذلك الأدوات والمستلزمات المطلوبة وذلك في الساعة (٥) مساءً من يوم (الاحد) المصادف (٣٠-٤-٢٠١٧) على مجموعة من حكام الدرجة الثانية والبالغ عددهم (٤) حكام مساعدين) وعلى ملعب منتدى شباب الشعب.

٣-٥-٢ التجربة الرئيسية:

قام الباحث بأجراء الاختبارات البدنية الخاصة بالحكام المساعدين وهما اختبار الرشاقة (الكودا) واختبار السرعة (٣٠متر) في يوم الاثنين المصادف (٢٠١٧/٥/٢) على عينة البحث والتي تكونت من ١٠ حكام مساعدين بكرة القدم حيث بلغ الزمن الكلي للاختبارين (١:٣٠ ساعة) وتضمن كل من الاحماء وزمن الاداء للاختبارين.

٣-٦ الوسائل الإحصائية:

قام الباحث باستخدام الحقيبة الإحصائية SPSS (١٥:١٧٤) لاستخراج الوسائل الإحصائية التالية:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

٤- المبحث الرابع: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

٤-١ عرض نتائج علاقة ارتباط قدرة السرعة مع قدرة الرشاقة وتحليلها:

الجدول رقم (١)

يبين معامل الارتباط البسيط بيرسون والمعنوية الحقيقية ونوع الفرق بين متغيري الرشاقة والسرعة

المتغير	معامل الارتباط	المعنوية الحقيقية	نوع الفرق
السرعة-الرشاقة	.752*	.012	معنوي

من خلال الجدول رقم (١) والذي يبين معامل الارتباط البسيط بيرسون والمعنوية الحقيقية ونوع الفرق بين متغيري الرشاقة والسرعة نجد ان هناك علاقة ارتباط عالية بين اختبار السرعة (٣٠ متر) واختبار الرشاقة (الكودا) وبمعنوية مقدارها (٠.٠١٢).

٤-٢ مناقشة نتائج علاقة ارتباط قدرة السرعة مع قدرة الرشاقة:

ويعزو الباحث اسباب هذا الارتباط القوي بين متغيري السرعة والرشاقة هو ان تدريبات العينة كانت تعتمد الاسلوب العلمي والتمارين كانت مختلفة ومتراصة فيما بينها بحيث كانت تستخدم فيها كل القدرات البدنية التي يستفاد منها الحكم المساعد كما ان الحكم الذي لديه سرعة جيدة يكون لديه القدرة على التحرك برشاقة ويتوقيت وزمن مناسب كما أن الرشاقة لديها ارتباط قوي ببقية القدرات البدنية واهمها السرعة اذ يؤكد (طارق البناي ، ٢٠١٦) " ترتبط السرعة بمرونة المفاصل ومطاطية العضلات وخاصة بالنسبة للسرعة الانتقالية وايضاً ان تمارين الرشاقة هي عبارة عن تمارين للسرعة العالية مع تغيير الاتجاه المستمر ولا يمكن فصل السرعة عن الرشاقة وانما يتم دمج القدرتين لتطوير الرياضي اثناء تطوير اللياقة البدنية وان السرعة لها تأثير كبير على قدرة الرشاقة ، وأن تطوير الرشاقة يرتبط بارتفاع عناصر اللياقة البدنية" (١٦:١٦٦).

٥- المبحث الخامس: الاستنتاجات والتوصيات.

١-٥ الاستنتاجات:

أستنتج الباحث ما يلي:

١. ظهور علاقة ارتباط معنوية بين المتغيرات البدنية وهما السرعة الانتقالية والرشاقة.
٢. أن التمارين المستخدمة في تطوير السرعة والرشاقة كانت متوازنة في البرنامج التدريبي لدى العينة.

٥-٢ التوصيات:

١. التأكيد على إجراء الاختبارات العلمية دورياً للتعرف على مستوى القدرات البدنية لدى الحكام المساعدين.
٢. ضرورة إجراء دراسات خاصة أخرى بالحكام المساعدين والتي تتضمن الاهتمام بالقدرات البدنية الأخرى ولعينات أخرى وحكام وسط ايضاً.

المصادر:

١. مؤيد البديري وثامر محسن؛ قانون كرة القدم والمرشد العالمي: (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٧) ص ١١.
٢. ديار فخر الدين محمد؛ إحتراف حكام كرة القدم، ط١(دار الوفاء لنديا الطباعة، مصر، ٢٠١٥) ص ٤٤.
٣. قانون كرة القدم؛ (ترجمة)، هاني بلان، ب ط، (٢٠١٦) ص ٤٣.
٤. الاتحاد الآسيوي لكرة القدم؛ مواد قانون كرة القدم، ترجمة فاروق بوظو (اقتبسه) محمد عرب، ٢٠٠٣، ص ١٦.

٥. محمد حسن علاوي؛ علم التدريب الرياضي: (القاهرة، دار المعارف، ١٩٩٢) ص ١٥١.
٦. موفق مجيد المولى؛ الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم، ط١: (عمان، دار الفكر للطباعة، ٢٠٠٠م) ص ٣٤٢.
٧. نشوان عبد الله نشوان؛ فن الرياضة والصحة، ط١: (عمان، دار الحامد للنشر والتوزيع، ٢٠١٠) ص ٥٩.
٨. محمد عبد الحسن؛ علم التدريب الرياضي: ط١، (المكتبة الرياضية للنشر، ٢٠١٠)، ص ١٣١.
٩. كمال جميل الرضي؛ التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين. ط٢ (عمان، الجامعة الاردنية، ٢٠٠٤)، ص ١٠٠.
١٠. فاطمة عبد مالح، نوال مهدي جاسم، اسماء حميد؛ التدريب الرياضي. ط١ (عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، ٢٠١٠)، ص ١٤٨.
١١. مفتي ابراهيم؛ التدريب الرياضي الحديث. ط١ (لقاهرة: دار الفكر العربي للطبع والنشر، ١٩٩٨)، ص ١٥٩.
١٢. أحمد كاظم؛ تأثير منهج تدريبي في تطوير بعض القدرات البدنية واجتياز اختبار YOYO لحكام الدرجة الثانية لكرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، ٢٠١٦.
١٣. وجيه محجوب؛ أصول البحث العلمي ومناهجه، (عمان، دار المناهج للنشر والتوزيع، ٢٠٠٢)، ص ١٦١.
14. <https://www.labhipermedia.net>, fitness test for referees men and women, 2016.
١٥. محفوظ جودة؛ التحليل الاحصائي المتقدم باستخدام SPSS، ط١١، (عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، ٢٠٠٨) ص ١٧٤.
١٦. طارق احمد البناي؛ موسوعة تمارينات اللياقة البدنية، ط١ (الكويت، ٢٠١٦) ص ١٦١.

ملحق رقم (١)

فريق العمل المساعد

ت	الاسم	اللقب العلمي	مكان العمل
1	مصطفى فاضل خضير	طالب ماجستير	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢	نورس مهدي رحيم	طالب ماجستير	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٣	أمير ثامر عزيز	طالب ماجستير	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤	أحمد هيثم فاضل	طالب ماجستير	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة