

## استخدام تمارين للرشاقة لتطوير بعض المهارات التحكيمية للحكام المساعدين بكرة القدم للدرجة الاولى محافظة بغداد

أ.م.د. صباح قاسم خلف      نهلة صبيح عبيد  
زينب شاكر حمود

2018م

1439 هـ

### مستخلص البحث باللغة العربية.

تعتبر الرشاقة من القدرات الحركية المهمة للحكام المساعدين وهي من ضمن متطلبات اجتياز الاختبارات الحديثة للحكام المساعدين والتي ادخلت حديثا في ايلول 2016 ويحتاج الحكام المساعدين الى هذه القدرة لتطوير بعض المهارات التحكيمية ومنها التسلل والتحركات وهي صلب عمل الحكام المساعدين لذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة وكل مجموعة تتكون من (10) حكام وهناك (4) حكام للتجربة الاستطلاعية عملت المجموعة التجريبية على التمارين الذي اعده الباحث فيما استخدمت المجموعة الضابطة المنهج المتبع من قبل لجنة الحكام واستخدم الباحث اختبار الرشاقة والمقنن من قبل الاتحاد الدولي لكرة القدم واستنتج الباحث ان للرشاقة دور في تطوير بعض المهارات التحكيمية ومنها الاشارات والتحركات ويوصي الباحث الحكام المساعدين على التدريب لتطوير قدرة الرشاقة والغاية منها تحسين مهاراتهم التحكيمية.

### Abstract.

#### Using Agility Exercises For Developing Some Refereeing Skills Of First Class Assistant Referees In Baghdad

Agility is considered an important motor ability for assistant referees and it is vital for passing modern tests issued in September 2016. The researcher used the experimental method. The subjects were (10) referees; four of them for pilot study. The experimental group followed the exercises designed by the while the controlling group used the traditional exercises followed by the refereeing committee. All referees were tested the standardized agility test issued by the FIFA. The researchers concluded that agility plays a vital role in developing some refereeing skill. Finally they recommend developing agility for improving refereeing skills.

**Keywords:** motor abilities, agility, referees, refereeing skills.

## 1- المبحث الأول: التعريف بالمبحث.

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعتبر لعبة كرة القدم من بين الألعاب التي نالت اهتمام العاملين في مجال في لعبة كرة القدم فقد بلغت من الشهرة مرتبة لم تبلغها أي لعبة أخرى في العالم، إذ نسجت خيوطا شعبية داخل مختلف طبقات المجتمع إذ يمارسها الكبار والصغار والنساء والرجال وحظيت باهتمام كبير من مختلف شرائح المجتمع.

الحكم هو جزء من لعبة كرة القدم ولهم دور كبير وتأثير عالي في إيصال المباراة الى النجاح وتقليل الأخطاء وهنا يأتي دور الحكام المساعدين الذي يساهم مع طاقم التحكيم في إيصال المباراة الى بر الأمان ، زاد الاهتمام بالحكام والقيام بالدورات والمعسكرات التحكيمية سواء الداخلية او الخارجية للسعي في تطوير قدراتهم البدنية والحركية والمهارات التحكيمية لمواكبة التطور الهائل في مستوى لاعبي كرة القدم والعمل المستمر لتطوير قدراتهم الحركية ومنها الرشاقة للحكام المساعدين..

ان اعداد منهج متكامل للحكام المساعدين بصورة صحيحة وإدخال الجانب العلمي لهذه المنهج وما له من تأثير في الناحية البدنية والحركية ومنها الرشاقة إضافة تطوير بعض المهارات التحكيمية للحكام المساعدين ومنها مهارتي والتحركات والاشارات.

تكمن أهمية البحث بأعداد تمارين خاصة بالرشاقة لتطوير بعض المهارات التحكيمية ومنها تحركات الحكام المساعدين والاشارات حيث تعتبر قدرة الرشاقة من الاختبارات المهمة للحكام المساعدين المعتمدة من قبل الاتحاد الدولي عام (2016) والذي لم يتطرق لها أي احد من الباحثين سابقا بسبب إدخالها في شهر أيلول من عام (2016).

### 2-1 مشكلة البحث:

لغرض الارتقاء بمستوى الحكام وخاصة الحكام المساعدين منهم لابد التخطيط السليم والجيد للمنهج المبني على الأسس العلمية من خلال الأجهزة والأدوات الحديثة التي استخدمها الحكم المساعدين في اختباره من اجل اعداد الحكام اعدادا شاملا ولاسيما في الجوانب الحركية والمهارات التحكيمية التي يعتمد عليها في تطوير الجوانب الأخرى.

تعتبر الرشاقة من القدرات الحركية المهمة للحكام المساعدين التي ترتبط ارتباطاً جدياً في مهاراتهم التحكيمية ومنها مهارتي التحركات الخاصة بالحكم المساعد وكذلك اشاراته حيث تعتبر الرشاقة من اهم الصفات الحكم المساعد وناقته في اعطاء قرار ما.

لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة ووضع تمارين خاصة بالرشاقة لتطوير بعض المهارات التحكيمية للحكم المساعد في اصاله الى حالة من مستوى جيد بأسلوب علمي مدروس.

### 3-1 اهداف البحث:

- استخدام تمارين للرشاقة لتطوير بعض المهارات التحكيمية للحكام المساعدين بكرة القدم للدرجة الاولى لمحافظة بغداد.
- معرفة تأثير التمارين للرشاقة لتطوير بعض المهارات التحكيمية للحكام المساعدين بكرة القدم للدرجة الاولى لمحافظة بغداد.

### 4-1 فرض البحث:

- للرشاقة دور مهم في تطوير بعض المهارات التحكيمية ومنها التحركات والاشارات للحكام المساعدين.

### 5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: الحكام المساعدين بكرة القدم للموسم 2016-2017 في محافظة بغداد.
- 2-5-1 المجال الزمني: الفترة من (2016/11/15) ولغاية (2017/3/15).
- 3-5-1 المجال المكاني: ملاعب وقاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة بغداد وملعب الشعب الدولي/ بغداد وملاعب بغداد.

## 2- المبحث الثاني: الدراسات النظرية.

### 1-2 الرشاقة للحكام المساعدين:

الرشاقة هي واحدة من عناصر اللياقة البدنية المهمة والتي يحتاجها الحكم المساعد كرة القدم في المجال التطبيقي اذ ان الحكم المساعد سوف يواجه مواقف تحتاج منه الى اداء حركي مغاير لبعضها البعض على وفق ظروف التحركات داخل الملعب وتقادي كل من اللاعبين والكرة بسرعة عالية" (82:1).

ولذلك سوف يحتاج الحكم المساعد الى مستوى عالي من الاستجابة والتوافق والتوازن والعديد من الامور في اثناء قيامه بالتوقف بشكل مفاجئ وبناء عليه ينبغي على الحكم المساعد ان يكون على مستوى عال نسبياً من مدى الحركة في المفصل والا فان النقص هذه الصفة قد يكون سبباً في حدوث اصابة لبعض الحكام المساعدين وتكمن اهميتها بظهور الحكام بأداء حركي يعبر عن مدى الحكم ولخلاصة اعداده البدني. وتعرف الرشاقة بانها "القدرة على تغيير اتجاه الجسم او بعض اجزائه بسرعة". (340:2) وبمعنى قدرة الحكم المساعد على تغيير اوضاع جسمه بسرعة وبتوقيت سليم سواء كان ذلك للجسم بأكمله او لأجزاء من الجسم ونظراً لارتباط الرشاقة بالعديد من القدرات الحركية الاخرى كالقوة والسرعة والمرونة وكما اشار لها (مفتي ابراهيم 2001) ان للرشاقة "مكانة خاصة لدى العديد من الصفات البدنية اذ ترتبط بها وبكافة القدرات الحركية" (199:3)، وعرفها (قاسم حسن حسين 1998) انها تعني "قدرة الرياضي على حل واجب حركي او عدة واجبات حركية في نوع الفعالية او اللعبة الرياضية وفق التصرف سليم" (502:4).

## 2-2 المهارات التحكيمية للحكام المساعدين

المهارات التحكيمية يصعب تعلمها او فهمها وتطبيقها من خلال الأساليب التقليدية لأنها بحاجة الى التفكير والتطبيق العميق والتشاور والمناقشة وتركيب الأفكار لتشكيل المواقف الصحيحة بلباقة ومهارة في اثناء إدارة المباراة وعند اتخاذ قرار لوجود حالة تنافي قانون اللعبة لذلك "الدخول في أساليب حديثة تنثري الجانب المعرفي والتحكيمي لدى الحكم وكذلك اتخاذ المواقف الصحيحة في تحكيم كرة القدم" (5:5).

## 3-2 الإشارات: (68:6)

تعتبر من المهارات التحكيمية المهمة للحكم المساعد وتبين مدى شخصية الحكم المساعد من خلال الأناقة والدقة والرشاقة في اداء أشارته ومن خلال تقييم الحكم المساعد لابد ان يلاحظ مقيم الحكام على نوعية الإشارات والوضوح ومواجهة الريبة لميدان اللعب والحكم وتغير اليد والتوقيت والمظهر والاشارات الخاصة والبدايات الثمانية وخطوط التسلل الثلاث والتفريق بين الإشارة لخروج الكرة من الملعب والإشارة لارتكاب مخالفة أو خطأ فني والتفريق بين اشارة التسلل وإشارة المخالفة والاستخدام غير الضروري للريبة في الحالات الواضحة او خلف ظهر الحكم او عدم رؤيته، فاعلية الإشارة في المساعدة العملية للحكم نحو إدارة المباراة، الإشارة للحالات الخاصة مثل تحديد مكان المخالفة لمعرفة ما اذا كانت داخل او خارج منطقة الجزاء استخدام الريبة بصورة عامة.

يرى الباحث ان استخدام الاشارة في الوقت والمكان المناسب لحالة معينة تبين للمتابع قدرة الحكم المساعد على اتخاذ القرار وبصورة صحيحة مع امكانية الأناقة والرشاقة في استخدام الريبة.

## 4-2 المواقف والتحركات: (152:6)

تعتبر من المهارات المهمة للحكم المساعد وهي تدل على لياقته البدنية وفهمه للحالات التي تستوجب تحرك وموقف سليم ومن اهم المواقف والتحركات الذي على ضوئه يتم تقييمه (مواقف الريات الثمانية ، الموقف القيادي وتصحيح الموقف الخاص التعمق الى خط المرمى ،التركيز الذهني لمعرفة صاحب البداية في الحالات السبع ، الرشاقة والانطلاق والسرعة والاحتفاظ بوضع او تصحيحه، حالة الاستعداد اليقظ في الوضع الدقيق أي الانتباه الدقيق للاعبين أثناء المباراة في حالة حدوث حالة ما لاتخاذ قرار صائب لهذه الحالة ، واعطاء الجهد 100% طيلة المباراة دون اي تكاسل او تهاون.

### 3- المبحث الثالث: منهج البحث واجراءاته والميدانية:

ان طبيعة المشكلة هي التي تحدد المنهج الذي يختاره الباحث لغرض الوصول الى النتائج لذا استخدم الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعتين التجريبية والضابطة.

#### 1-3 مجتمع البحث وعينته:

إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها هي التي ستحدد طبيعة المجتمع أو العينة التي يختارها (7:217). حدد الباحث مجتمع البحث الحالي ممثلاً بالحكام المساعدين للدرجة الأولى (محافظة بغداد) بكرة القدم في العراق من المعتمدين لدى الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم للموسم الكروي (2016-2017) البالغ عددهم (30) حكماً، وتم اختيار عينة البحث التجريبية (20) حكماً مساعداً بالطريقة العمدية، حيث تم تقسيمهم على مجموعتين منها (10) حكماً مساعداً للمجموعة التجريبية و(10) حكماً مساعداً للمجموعة الضابطة، وتم اختيار (4) حكام مساعدين للتجربة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية (القرعة) يمثلون نسبة مئوية مقدارها (80%) من مجتمع البحث،

#### 2-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

##### 1-2-3 أدوات البحث:

استعان الباحث بالأدوات الآتية:

1. الملاحظة: تم تحديد مشكلة البحث من خلال ملاحظة الباحث لمباريات كرة القدم وعلى المستويات المحلية (دوري الممتاز العراقي) والعربية والآسيوية والدولية كافة.
2. المقابلة: أجرى الباحث مقابلات واستشارات شخصية لذوي الخبرة والاختصاص في الاختبارات والقياس والإحصاء الرياضي والتعلم الحركي وعلم النفس الرياضي والتربوي للاستفادة من خبراتهم وآرائهم على نحو ما مبين من أسماء وألقاب علمية لهم في الملحق (1)، وذلك لغرض جمع المعلومات حول مشكلة البحث وبعض الإجراءات المهمة لمستوى أداء الحكام المساعدين.
3. الاستعانة بدراسة (محمد كاظم عرب 2013).

✓ عنوان الدراسة: (أثر برنامج (إرشادي- معرفي) في تطوير الأداء بدلالة الذكاء الانفعالي للحكام المساعدين بكرة القدم).

✓ اهداف الدراسة:

1. إعداد برنامج (إرشادي - معرفي) وأثرهما في تطوير الأداء بدلالة الذكاء الانفعالي للحكام المساعدين الدرجة الأولى.
2. التعرف على أثر البرنامج الإرشادي - المعرفي في تطوير الذكاء الانفعالي والأداء للحكام المساعدين الدرجة الأولى بكرة القدم.

3. التعرف على نسبة المساهمة للذكاء الانفعالي في تطوير الأداء للحكام المساعدين الدرجة الأولى بكرة القدم.

✓ عينة الدراسة: اختار الباحث ايضاً عينة من الحكام المساعدين للدرجة الأولى يمثلون محافظة بغداد فقط بالطريقة العمدية إذ بلغ عددهم (30) حكماً مساعداً للتجربة الرئيسة للبحث، حيث تم تقسيمهم على مجموعتين منها (15) حكماً مساعداً للمجموعة التجريبية و(15) حكماً مساعداً للمجموعة الضابطة.

✓ استنتاجات:

1. بناء مقياس الذكاء الانفعالي للحكام المساعدين الدرجة الأولى بكرة القدم في العراق.
2. لمفردات البرنامج (الإرشادي - المعرفي) المطبق من قبل الباحث في دراسته تأثيراً إيجابياً، وأظهر تحسناً واضحاً وملموساً في تطوير الذكاء الانفعالي والأداء على الحكام المساعدين الدرجة الأولى بكرة القدم في العراق.

### 3-2-2 وسائل جمع المعلومات:

1. المصادر والمراجع العلمية: اطلع الباحث على العديد من المصادر والمراجع العلمية في مجال كرة القدم وعلم النفس الرياضي والبحث العلمي والاختبارات والقياس لدعم خطوات الدراسة الحالية بما هو علمي وورصين.
2. الدراسات والبحوث السابقة: اطلع الباحث على العديد من الدراسات السابقة.
3. الشبكة الدولية (الانترنت).

### 3-2-3 وسائل تحليل البيانات:

1. استمارات جمع البيانات وتفرغها.
2. استمارة تقييم الأداء للحكام المساعدين بكرة القدم الملحق (2).
3. الوسائل الإحصائية.
4. حاسبة يدوية نوع (CASIO).

### 3-2-4 الوسائل المساعدة:

- قاعة مغلقة.
- ساعة الكترونية لقياس الوقت نوع (CASIO).
- جهاز (DATA-SHOW).
- أقلام رصاص نوع (DOMS) عدد (30).
- حاسبة إلكترونية.
- جهاز (لابتوب) نوع (HPWindos7).

- أقراص (CD) لمواد قانون اللعبة. فريق العمل المساعد(\*) .

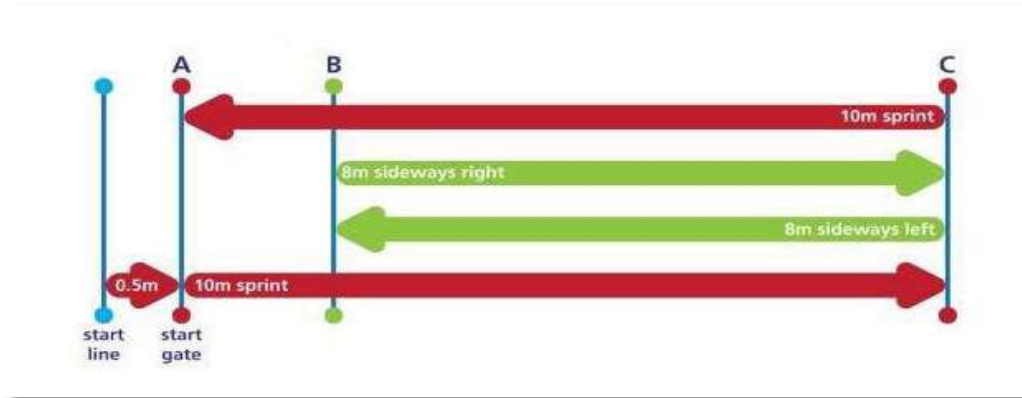
### 3-3 الاختبارات المعتمدة:

#### 1-3-3 اختبار قابلية تغير الاتجاه للحكام المساعدين

- الغرض من الاختبار: الرشاقة
- الأدوات: شواخص، صافرة
- طريقة الأداء: عند سماع صافرة البداية يتحرك الحكم بسرعة قصوى لمسافة 10 م الى الامام ثم يتحرك حركة جانبية لمسافة 8م على جهة اليسار ويتحرك حركة جانبية لمسافة 8م على جهة اليمين ثم يتحرك بسرعة قصوى الى خط البداية بمسافة 10م.

#### • الاوقات:

- ✓ الحكام المساعدين الدوليين + حكام الصف الأول: 10 ثانية
- ✓ الفئة الثانية: 10,10 ثانية
- ✓ الفئة الثالثة: 10,20 ثانية.
- طريقة التسجيل: يحتسب الزمن الذي استغرقه الحكم في أداء هذا الاختبار وتعطى الدرجات للفئة الثالثة:
  - ✓ تعطى (10) درجات للوقت المحدد من (9,50-9,0) ث
  - ✓ تعطى (8) درجات للوقت المحدد من (10,0-9,51) ث
  - ✓ تعطى (6) درجات فوق من (10,20-10,1) ث.
  - ✓ يعتبر الحكم فاشلا في الاختبار عند عبوره الوقت المحدد فوق (10,20) ث.



شكل (4)

يوضح الشكل اختبار قابلية تغير الاتجاه للحكام المساعدين

- أ.م.د سمير مهنا عناد. وزارة التربية / الكلية التربوية المفتوحة.
- م.د فارس سامي. جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية.
- عادل حسين القصاب. حكم دولي سابق.

### 3-3-2 اختبار (Video Test) للمهارات التحكيمية للحكام المساعدين:

يتم اجراء اختبارات Video Test من خلال عرض حالات تحكيمية للحكام المساعدين داخل قاعة مدة (40) دقيقة ويقوم المختبر في اختيار الحالة الصحيحة عن طريق استمارة خاصة للحالات التحكيمية مقننة ومعتمدة من قبل لجنة الحكام في الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم لاختبار الحكام. الملحق (1) يمثل استمارة الخاصة بالحكام المساعدين وتحتوي الاستمارة على (20) حالة ودرجة الاختبار من (100) درجة ل (20) سؤال لكل سؤال (5) درجات وكذلك من ضمن الأسئلة هنالك أسئلة ثم تقسم على (10) لتخرج الدرجة النهائية من (10) وتؤشر في الاستمارة وبين كل حالة واخرى (15ثانية) للإجابة ومدة العرض حسب وقت كل حالة وتكرر الحالة (2) مرة بالصورة الاعتيادية ومرة بالصورة البطيئة.

### 3-3-3 اختبار مستوى الاداء للحكام المساعدين

وكذلك اختبار مستوى الاداء للحكام المساعدين من خلال مباريات الدوري الممتاز الذي يقوم بتحكيما الحكم المساعد وعن طريق استمارة التقويم المقننة من قبل الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم ملحق رقم (1)

### 3-4 التجربة الاستطلاعية:

بعد استكمال جميع خطوات، قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (4) من الحكام المساعدين من مجتمع الأصل من محافظة بغداد وبالطريقة العشوائية، وذلك بعد ظهر يوم السبت الموافق 2016/10/25 في ملعب الشعب الدولي حيث تم فيها اختبار الرشاقة والمهارات التحكيمية للحكام المساعدين "وتعد التجربة الاستطلاعية طريقة لاستكشاف مدى ملاءمة أداة البحث المصممة وهو اختبارها قبل تنفيذها أي إجراء تجربة استكشافية (استطلاعية) للثبوت من مشكلتها" (184:9)، وإن الهدف من إجراء التجربة هو:

1. التأكد من وضوح التعليمات
2. التأكد من فهم الحكام المساعدين للبحث وبدائلها
3. التعرف على الوقت المستغرق للتمارين قبل الحكام المساعدين
4. التعرف على فاعلية بدائل الإجابة والأخطاء والصعوبات التي يمكن أن يواجهها الحكام المساعدين في التجربة الرئيسية.
5. التعرف على موضوعية الاستجابة وهو هدف اساسي في التجربة الاستطلاعية.

### 3-5 اجراءات البحث:

#### 3-5-1 الاختبار القبلي:

بعد تحديد عينة البحث (المجموعتين الضابطة والتجريبية)، قام الباحث بإجراء الاختبار القبلي للمجموعتين وهو اختبار الرشاقة وبعد جمع البيانات وتفرغها. وقام أيضاً بإجراء اختبار المهارات التحكيمية للمجموعتين في يوم



الخميس الموافق 2016/10/28 من خلال تحكيم مباريات بطولة الدوري الممتاز العراقي لكرة القدم لموسم (2016 – 2017) ولغاية يوم الخميس الموافق 2016/11/22 وذلك بعد الاتفاق مع دائرة الحكام المركزية في العراق بتكليف الحكام المساعدين في عينة البحث بتحكيم (4) مباريات لكل حكم (قيادة مباراة واحدة كل اسبوع) وكذلك تكليف مقيم للحكام واحد لكل مباراة من المعتمدين لدى الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم من اجل احتساب درجات تقييم الأداء الفني للحكام المساعدين.

### 3-5-2 التجربة الرئيسية:

قام الباحث بأجراء التمرينات المعدة وتطبيقه على المجموعة التجريبية (8) اسابيع ووحدين في الاسبوع، أما المجموعة الضابطة فكانت تطبق مفردات المنهج المعد من قبل دائرة الحكام المركزية في الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم وبأوقات وأيام المجموعة التجريبية نفسها، حيث تم إعداد التمرينات للحكام المساعدين لكرة القدم من قبل الباحث وتم عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي والملحق (1) يبين ذلك، مما يتمخض عنه تحسين مستوى الاداء لديهم، وينعكس ذلك في تقليل عدد الأخطاء المرتكبة في المباراة وابتداء تنفيذ البرنامج وتطبيقه في يوم السبت الموافق 2016/11/24 لغاية يوم السبت الموافق 2017/1/12 على عينة البحث، فكانت تطبق مفردات البرنامج بالإشراف المباشر من قبل الباحث وبمساعدة فريق العمل المساعد.

### 3-5-3 الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تنفيذ التمرينات الخاصة للمجموعة التجريبية، تم إجراء الاختبار البعدي لعينة البحث (المجموعة التجريبية والضابطة)، وذلك في يوم السبت الموافق 2016/1/19، ولغاية يوم الاثنين الموافق 2017/3/11، وراعى الباحث توافر التنظيم نفسه وشروط تنفيذ الاختبارات (الرشاقة والأداء الفني).

### 3-6 الوسائل الاحصائية:

1. الوسط الحسابي.
2. الانحراف المعياري.
3. اختبار t-test.
4. قانون ف

#### 4- المبحث الرابع: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

##### 1-4 عرض النتائج:

##### الجدول (1)

يبين دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	قيمة (t) الجدولية	نسبة التطور	الدلالة الإحصائية
	ع	س	ع	س				
المهارات التحكيمية	1.083	4.583	0.887	6.333	3.416	2.05	20.116	معنوي
الرشاقة	0.323	11.018	0.406	10.514	5.143		15.504	معنوي

مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (18)

##### 2-4 مناقشة النتائج

من خلال الجدول (1) يبين وتطور اختبار الرشاقة للحكام المساعدين وسبب ذلك الى استخدام التمارين الخاصة المعد من قبل الباحث ومدى انسجامه مع امكانيات الحكام الحركية اذ كانت ترمينات الرشاقة مشابهة الى حد كبير الى حالات الرشاقة التي يحتاجها الحكم المساعد خلال المباراة وذلك لانتقال داخل ارض الملعب لمتابعة حركة اللاعبين واتجاه الكرة والتخلص من اللاعبين والكرة وايجاد مواقف قريبة من اللعب بعيدة عن الكرة.

فضلاً عن التدريب الرشاقة بطريقة التدريب الفترتي كان له تأثيراً ايجابياً في تطوير صفة الرشاقة فالتمارين المعدة من الباحث الخاص بالرشاقة يتناسق في ترمينات مع الشدة العالية وفترات الراحة النسبية التي يتضمنها طريقة التدريب الفترتي والحركات التوافقية للحكم داخل ميدان اللعب وفي اثناء المباراة "اذ ان الرشاقة هي قدرة الحكم المساعد على السيطرة على الحركات التوافقية المعقدة كذلك قدرته على تعلم الحركات الرياضية خلال فترات زمنية قصيرة وكذلك القدرة مع تغير البرنامج الحركي بطريقة ايجابية في حالة التغير الغير متوقع للخطط الحركية المسبقة" (10:118).

ويرى الباحث ان قدرة الرشاقة التي تتمتع بمكان خاص بين القدرات الحركية والبدنية لحكام المساعد كرة القدم. اذ انها ترتبط مع سائر القدرات البدنية والحركية الاخرى، فضلاً عن العلاقة المتينة التي تربطها بالأداء الحركي الخاص للنشاط الممارس، وتظهر رشاقة الحكم المساعد في سرعة توافق ودقة ادائه وقدرته على تغير اوضاع جسمه وامكانية التوقف وتغير اتجاهه على وفق المواقف المناسبة في اللعب وللقدرات الحركية (الرشاقة) دور كبير في تكملة اللياقة البدنية للحكام المساعدين "ان اهم ما يميز عنصر الرشاقة هو ان يتم اداء الحركات الخاصة بالرشاقة باعلى سرعة ممكنة" (11:86).

وعلى ذلك فان اداء ترمينات خاصة بالنسبة للحكام المساعدين لا بد ان يتم من خلال طرائق التدريب الخاصة بالسرعة الحركية (سرعة الانتقال) اذ ان المجال التطبيقي سيواجه الحكم المساعد "مواقف تحتاج منه الى اداءات

حركية مغايرة لبعضها البعض على وفق ظروف التحركات داخل الملعب وتفادي كل من اللاعبين والكرة بسرعة عالية" (142:12).

وتعد الرشاقة من الصفات المهمة للحكام المساعدين حيث التحركات والاشارات الخاصة بهم بصورة انيقة تساعد في اضافة رونق مهم للحكام والمساعدين وخاصة الحكام الجدد لذلك " رشاقة الحكم دور فعال في تقديم اسلوب راقى وانيق في كيفية التصرف من تحركات واتخاذ قرارات واشارات اذ كانت هذه الاشارات للحكام والمساعدين" (102:13).

من خلال الجدول (1) يبين ومدى تطور المهارات التحكيمية للحكام المساعدين ويعزو الباحث ذلك الى التمرينات المستخدمة الذي اعده الباحث ويحتوي تمارين تناسب الحكام المساعدين ومنها الوسائل والافلام الخاصة بالحكام من دوريات العالم وبطولات العالم المختلفة رجال ونساء وحالات تحكيمية يتدرب عليها الحكام بتكرارات كثيرة الغرض منها تطوير الناحية الذهنية والمعرفية للحكام، اكثر الاوقات اعطى الباحث في وقت كافي للحكام في القاعات الدراسية لعرض هذه الافلام والتدريب عليها ولم يسبق للحكام الجدد مشاهدة هذه الافلام بعد ذلك اعطت نتائج ايجابية كبيرة في الاختبارات البعدية ورغبة كبيرة للحكام المساعدين في المشاهدة والتشويق بطريقة ايصال المعلومات اسهل وادق.

وهذا ما اكده (عزيز كريم وناس 2011) "على ان الحكم هو الذي يمتلك مجموعة من المهارات التحكيمية التي اكتسبها من خلال خبرته وصقلها عن طريق التدريب بأنواع مختلفة وهذه المهارات تمكنه من التصرف القيادي والاداء الجيد خلال ادارة المباراة" (66:14).

ان مساهمة المحاضرات النظرية في القاعة على استيعاب عينة البحث كان لها دوراً ايجابياً للمهارات التحكيمية ومنها ما هو قيد الدراسة والتدريب عليها بعد ذلك في اثناء الوحدات التدريبية بأسلوب ربط المهارات التحكيمية مركبة (بدنية مهارية).

وادخال اتخاذ القرار والاشارات والتمركز والمواقف الخاصة بالحكام ومساهمة (فريق العمل المساعد) على التمارين المخصصة لتطوير هذه المهارات والتنوع في التدريب على التمارين والتغير في اسلوبها وعدم استخدام اسلوب واحد يساعد الحكم في تطوير وتحسين مهاراته التحكيمية" (170:15). وكل هذا يحقق الهدف الاول من خلال ان للتمارين المعدة للرشاقة دور في تطوير بعض المهارات التحكيمية

## 5- المبحث الخامس: الاستنتاجات والتوصيات.

### 1-5 الاستنتاجات:

1. للتمرينات المستخدمة ساهمت في تطوير المهارات التحكيمية.
2. الرشاقة عامل مهم في تطوير مهارة الحكام المساعدين.
3. اهمية التحركات للحكام المساعدين تعتمد على الرشاقة.
4. تمارين الرشاقة ساهمت في تطوير التحركات والمواقف.

### 2-5 التوصيات:

1. اعتماد التمارين للرشاقة للحكام المساعدين.
2. توجيه الحكام المساعدين الاكثار من تمارين الرشاقة.
3. يمكن استخدام هذه التمارين لباقي الدرجات التحكيمية.
4. ممكن الاعتماد لجنة الحكام على الاكاديميين في تمارين حكاهم.

## المصادر.

1. علي فهم البيك (1997): اسس وبرامج التدريب الرياضي للحكام، ط1، الاسكندرية، منشأ المعارف، ص82.
2. مهند حسين واحمد ابراهيم(2005): مبادئ التدريب الرياضي، ط1، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، 2005، ص340.
3. مفتي ابراهيم حماد(2001): التدريب الرياضي الحديث، القاهرة، دار الفكر العربي ص 199.
4. قاسم حسن حسين (1998): علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة، عمان، دار الفكر، 502.
5. أحمد عبد الله عبد القادر: تأثير استخدام التدريس المنظومي وتبادل الأدوار في اكساب المعرفة وتنمية المهارات التحكيمية في كرة القدم (أطروحة دكتوراه، جامعة صلاح الدين، كلية التربية الرياضية، أربيل، 2014) ص5.
6. قانون كرة القدم (2013): ص68.
7. محمد حسن علاوي (1999): أسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، ص217.
8. نشرة الاتحاد الدولي بكرة القدم، تموز، 2016
9. روجر ويمر وجوزيف دومنيك: مقدمة في أسس البحث العلمي-مناهج البحث العلمي، ترجمة، صالح خليل أبو إصبع، ط6، عمان، دار آرام للدراسات والنشر والتوزيع، 1997، ص184.
10. عبد الله حسين اللامي (2004): الاسس العلمية للتدريب الرياضي، بغداد، دار الكتب والوثائق، ص118.

11. على فهمي البيك (1997): اسس وبرامج التدريب الرياضي للحكام، ط 1، الاسكندرية، منشأ المعارف، ص86.
12. علاء عبد القادر(2011): تأثير منهج تدريبي في تطوير بعض القدرات البدنية والمعرفية والنفسية ودقة قرارات الحكام بكرة القدم، اطروحة كلية التربية الرياضية، ص142.
13. واثق محمد عبد الله (2015): منهج تدريبي باسلوبى المنفرد والمركب لتطوير بعض القدرات الدنية والمعرفية وتركيز الانتباه لاجتياز اختبارات اللياقة البدنية لحكام الفرات الاوسط للدرجة الاولى بكرة القدم، اطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة القادسية، ص102.
14. عزيز كريم وناس (2011): جودة اتخاذ القرار وفقاً للخبرة التحكيمية بدلالة موقع الضبط وانماط القيادة الرياضية لدى حكام كرة القدم، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، ص66.
15. سعد منعم الشخيلي (2000): مجموعة بحوث منشورة، بغداد، مكتب الكرار للطباعة، ص170.
16. الاتحاد الدولي لكرة القدم.