

تأثير تمارين خاصة بوسيلة تدريبية مقترحة لتطوير دقة المناولة وعلاقتها بتركيز الانتباه للاعبين الشباب بكرة القدم بأعمار

(17-19) سنة

أ.م.د. ضياء ناجي عبود

2014م

1435 هـ

مستخلص البحث باللغة العربية.

يهدف البحث إلى اقتراح وسيلة تدريبية لتطوير دقة المناولة وتمارين خاصة بها ومن ثم معرفة علاقتها بتركيز الانتباه عند لاعبي كرة القدم وتم وضع تمارين مهارية خاصة بالوسيلة المقترحة وافترض الباحث ان الوسيلة المقترحة تساهم في تحقيق اهداف البحث وان التمارين المقترحة تطور دقة المناولة كذلك هناك علاقة لتركيز الانتباه بدقة المناولة واختار الباحث لاعبين شباب يمثلون نادي الشرطة بكرة القدم بأعمار (17-19) سنة وكان عدد عينة البحث (20) لاعب قسمت عينة البحث الى مجموعتين تجريبية (10) لاعبين وضابطة (10) لاعبين وتم تطبيق التجربة لمدة (8) أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية بالأسبوع ويتم خلالها استخدام الوسيلة التدريبية المقترحة والتمارين لتطوير الدقة بالمناولة للمجموعة التجريبية إما المجموعة الضابطة فيتم تطوير مهاراتها ومنها المناولة بالوسائل التدريبية المتاحة لها ومع مدرب الفريق وبإشراف الباحث واستنتج الباحث إن الوسيلة التدريبية المقترحة مع التمارين حققت أهداف البحث وأوصى باستخدامها لتطوير المهارات وبالأخص المناولة للفئات العمرية بكرة القدم

Abstract.

The effect of exercise training proposed private means to develop Passing and its relationship to focus attention of the young players in football

The research aims to propose a way of training for the development of precise handling and exercises of their own and then see their relationship to focus attention when football players were placed exercises skill private media of the proposed assumed researcher that means the proposed contribute to achieving the goals of research and that the exercise of the proposed development of precise handling as well as there is a relationship to focus attention carefully handling and researcher chose young players representing the Police Club football aged (17-19 years) and the number of research sample (20) player divided the sample into two experimental (10) players and officer (10) players have been applied experience for (8) weeks and instead (3) training units per week and during which the use of

the means proposed training and exercises to develop the precision handling of the experimental group either control group are to develop skills such as handling means training available to them and with the team coach and under the supervision of the researcher and the researcher concluded that the method proposed training with exercise has achieved the goals of the research and recommended its use for the development of skills and especially the handling of the age groups in football.

1- المبحث الأول: التعريف بالمبحث.

1-1 مقدمة وأهمية البحث:

ان مستوى كرة القدم والتطور الذي شهدته دول العالم في مجال الالعاب الرياضية بشكل عام وفي كرة القدم بشكل خاص هو نتيجة المثابرة والعمل والتخطيط السليم والبرمجة الدقيقة للمناهج العلمية والتدريبية من قبل الخبراء والمختصين في المجال اهمية وتلعب الدور الايجابي الفعال والوصول باللاعب إلى المستويات المتقدمة وإحراز مراكز متقدمة فضلا عن فائدتها في تطوير أغلب جوانب كرة القدم وخصوصاً الجانب المهاري فالعملية التدريبية التي يشترك بها المدرب واللاعب تكون أكثر فاعلية وايجابية باستخدام الوسائل والاجهزة بما يتلاءم مع متطلبات الأداء وأيضاً معرفة (كيف ومتى وأين) يمكن استخدامها فلا يجوز إن يبالغ بنا خصوصاً للفئات العمرية من اجل توفير للجهد والوقت والطاقة وتسريع عمليات التطور في جوانب كرة القدم.

وتشهد لعبة كرة القدم تطوراً في إيقاع اللعب من خلال مساهمة المهارات الحركية في تطبيق جوانب كرة القدم المختلفة وهذا بدوره يوفر عامل المتعة والإثارة وجمالية الأداء وأكثر ما يستخدم من مهارات كرة القدم هي "المناولة التي تعد أهم فنيات لعبة كرة القدم نظر لأنها الأكثر استخداماً طوال زمن المباراة" (10-12) ويتوقف الأداء بكرة القدم على عوامل عديدة من أهمها التركيز الذي هو توصيف الحواس وتهيئتها لاستقبال المثيرات" (2-151)

ولما كان اللعب الحديث يتطلب إتقان في الأداء وانتباه عالي فقد جاء هذا البحث الذي تكمن أهميته في استخدام تمارين خاصة بوسيلة مقترحة جديدة استخدمها الباحث لتطوير دقة المناولة ومن ثم إيجاد العلاقة بين دقة المناولة وتركيز الانتباه عند لاعبي كرة القدم الشباب بأعمار 17-19 سنة بكرة القدم.

2-1 مشكلة البحث:

لقد حرص الخبراء والمدربين في كرة القدم على تحديث الأساليب والإشكال التدريبية بغرض تحقيق اهداف العملية التدريبية من خلال اتقان الجوانب الاساسية بكرة القدم المهارية والخطية والبدنية والمعرفية... الخ ولكون الباحث يعمل في حقل التدريب فقد لاحظ أغلب مدربي فرق الفئات العمرية وخصوصاً الشباب بأعمار 17-19 سنة يهملون فكرة استحداث وسائل واساليب تدريبية والاعتماد على الاجهزة المتعارف عليها والمتوفرة منذ القدم عليه لجأ الباحث الى

وضع تمارين مهارية واقتراح وسيلة تدريبية لتطوير دقة المناولة ومن ثم معرفة علاقتها بتركيز الانتباه للاعبين الشباب بأعمار 17-19 سنة.

3-1 أهداف البحث:

- 1- وضع تمرين مهارية تستخدم مع الوسيلة المقترحة لتطوير دقة المناولة.
- 2- معرفة تأثير التمارين بالوسيلة المساعدة في تطوير دقة المناولة
- 3- معرفة العلاقة الارتباطية بين دقة المناولة والتركيز عند مجموعتي البحث.

4-1 فروض البحث:

- 1- التمارين بالوسيلة المقترحة تساهم في تحقيق اهداف البحث.
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين.
- 3- وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعة التجريبية والضابطة.
- 4- وجود علاقة ارتباطية بين دقة المناولة وتركيز الانتباه لدى عينة البحث التجريبية والضابطة.

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري (لاعبى شباب نادي الشرطة الرياضي بكره القدم).
- 2-5-1 المجال الزماني (الفترة الزمنية من 1-9-2010 ولغاية 30-10-2010).
- 3-5-1 المجال المكاني (ملعب نادي الشرطة).

2- المبحث الثاني: الدراسات النظرية.

1-2 الاجهزة والادوات المساعدة:

يستطيع المدرب الجيد الاستفادة الكاملة من التقنية الحديثة والمتطورة في الأجهزة التدريبية والأدوات كذلك من التكنولوجيا المتطورة في حقل التدريب التي يمكن الاستفادة منها بعملية التدريب للارتقاء بقدرات اللاعبين للمستويات العليا وكثيرا ما تستخدم الأجهزة والأدوات في التدريب على المهارات أو الجانب البدني لما لها من فائدة في التمارين الداخلة في الأداء وعن طريق الأجهزة والأدوات يستطيع المدرب إعطاء التمارين السهلة أو الصعبة أو التدرج من السهل إلى الصعب كيفما يشاء، فضلاً عن تطوير النواحي الخطئية والصفات البدنية (4-152)

واستناداً الى ما تم ذكره آنفاً نتوصل إلى إمكانية الاستفادة من الأجهزة والأدوات للأسباب الآتية:

- تختصر الوقت بالوحدة التدريبية.
- الإثارة والتشويق التي تضيقها للعملية التدريبية
- إمكانية استخدامها بأشكالها المتنوعة

2-2 المهارة الرياضية:

المهارة الرياضية "هي الأداء الحركي الضروري الذي يهدف إلى تحقيق غرض معين في الرياضة التخصصية وفقاً لقواعد التنافس الرياضي" (9-80)

أهداف تطوير كفاءة الأداء المهاري: تهدف عملية تطوير الاداء المهاري الى ما يلي:

- اداء ثابت للمستوى وغير متذبذب في تنفيذ المحاولات.
- أعلى درجات الدقة.
- الانسيابية وعدم تقطع الاداء.
- بذل أقصى جهد ممكن أثناء الأداء
- أعلى استئارة للدافعية.
- الوصول إلى درجة إلية الأداء من خلال مواصفات الأهداف السابقة مجتمعة.
- توفير درجة مناسبة من المرونة والتكيف مع الظروف المحيطة بالأداء خلال المنافسة (جماهير. ميدان تنافس. طقس) (9-80)

2-3 المهارات الأساسية بكرة القدم:

أن رياضة كرة القدم هي رياضة فريدة من نوعها في المطالب البدنية العالية والجوانب الخطئية ولكن بدون المهارات العالية فلن يكون الفريق قادر على مواجهة الفرق الأخرى.

"إن دراسة المهارات الأساسية ومعرفة الطرق المختلفة في تعليمها وتدريبها تعد من المواضيع المهمة التي يتطلبها اللعب المتطور بكرة القدم (14-9)

وان المستوى المهاري المتطور الذي يتميز به لاعبو الفريق سيساعد على تطبيق مفردات خطط اللعب بافضل مايمكن وبما يحقق الفوز (5-31-32)

2-4 المناولة:

ان كرة القدم هي لعبة جماعية واحسن الفرق هي التي تستطيع ارباك الفرق الاخرى من خلال المناولات الدقيقة وغالباً ما تنتهي كل الجهود المبذولة بمناولة غير دقيقة الى اللاعب الزميل عليه فأن اللاعب مالم يكن قادراً على القيام بمناولة جيدة ودقيقة الى زملائه فأن الجهود الفنية والبدنية والخطئية للفريق بأكمله تذهب سدى وتكمن أهمية المناولة بالنقاط الاتية: (18-72)

- 1- تسمح للفريق بتحريك الكرة بسرعة في الملعب والحفاظ على الحياة
- 2- تخلق مساحة من الانتشار في الملعب
- 3- تهيئة الفرص في تسجيل الاهداف

2-4-1 اهم القواعد في تنفيذ المناولة: (17 - 11)

ان المناولة الفعالة هي التي تتم ببساطة وسرعة جيدة خصوصاً عند المحترفون.

- المناولة الجيدة هي التي تكون في المكان والوقت المناسب.
- المناولات السريعة هي وسيلة للحصول على اختراق جيد وذلك بأقل عدد من اللمسات.
- اذا كان اللاعب لا يستطيع مناولة الكرة بسرعة ودقة فإنه يفقد حيازة الكرة.

2-4-2 انواع المناولات: (11-18)

1- المناولة بداخل القدم.

2- المناولة بخارج القدم.

3- المناولة بوجه القدم.

2-5 الانتباه:

يزخر العالم الخارجي بالكثير من المنبهات الحسية البصرية والسمعية واللمسية. كذلك فإن جسم الإنسان هو مصدر لكثير من المنبهات الصادرة من داخله فضلا عن الذهن الذي يزخر بسيل من الخواطر والأفكار ولكن لا ينتبه إلى هذه المنبهات جميعها التي تأتيه من كل جانب وفي كل لحظة بل يختار ما يهيمه معرفتها ما يستجيب لحاجته ويتجاهل ما عداه. (2-151)

فالانتباه "هو توظيف الحواس وتهيئتها لاستقبال المثيرات" (15-63) وهو "شكل خاص للنشاط العقلي عند الإنسان كذلك هو عامل ضروري وهام لأداء أي نشاط على أكمل وجه وبدونه يتعذر قيام العمليات العقلية بوظائفها على النحو المطلوب" (11-140) "إذ إن خاصية الانتباه دائمة التغيير لأنها مرتبطة بالمواقف المتغيرة وخاصة في ألعاب الكرة" (6-68).

2-6 التركيز

"إن التركيز من العمليات العقلية التي ينتج عنها فعل حركي جيد ،أذ إن التركيز يساعد على رد الفعل الجيد ومن ثم الاستجابة الحركية الجيدة ، فتركيز الانتباه يحقق الفعل الحركي الصعب دون الانتباه الى التفاصيل الاخرى ، لأن الانتباه يعطل الفعل الحركي السريع ومن ثم يصبح رد الفعل ضعيف ، فالتركيز يسهل الحركة الضعيفة والدقيقة وخاصة إن هذه العملية يكون مدتها قصيره جدا ، فالتركيز هو تجميع الأفكار وهو جوهره التفكير لخدمة الواجب إذ إن مدته الزمنية قصيرة جدا لأنه يقطع التركيز والانتباه عن المحيط الخارجي لأداء أدق التفاصيل ، ولا يمكن ان يكون التركيز واضحا إلا بعد إن تجري عمليات التدريب بشكل جيد على المهارات" (11-49)

3- المبحث الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

3-1 منهج البحث:

"إن المنهج هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة الحقيقية "عليه استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبيتين الضابطة والتجريبية لحل مشكلة البحث والوصول الى نتائج حقيقية عن الاداء من الناحية العلمية والعملية" (3-425).

2-3 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والمتمثلة بشباب نادي (الشرطة) أذ اشتملت عينة البحث على (30) لاعباً (من لاعبي شباب الشرطة بكرة القدم بأعمار 17-19 سنة) وتم استبعاد الحراس عدد (3) و (7) لاعبين بسبب الاصابة وغيابهم عن حضور الوحدات التدريبية مع الفريق قبل اجراء البحث، أذ أصبح العدد (20) لاعبا وتم تقسيم عينة البحث عشوائيا إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وعدد أفراد كل منهما (10) لاعبي، وقد أستخدم الباحث اسلوب المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة وللاختبارات القبلية والبعديّة.

3-3 أجهزة البحث وادواته ووسائله:

"هي الوسائل او الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلة مهما كانت تلك الادوات او البيانات او الاجهزة او العينان" (13- 161)

1-3-3 الاجهزة والادوات:

- جهاز مقترح ملحق (1)
- شريط قياس
- كرات قدم عدد (10) - مرمى كرة قدم.

2-3-3 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والاجنبية.
- استمارة تسجيل.
- قوائم تقرير البيانات.
- الوسائل الاحصائية.
- الاختبارات.

4-3 إجراءات البحث:

1-4-3 اختبار المناولة باتجاه هدف أبعاده (50 X 75) سم من مسافة (50 سم. 7م) (7-45)

- الهدف: قياس دقة المناولة.
- الادوات.
- كرات قدم عدد (4).
- شريط قياس.
- هدف صغير.
- وصف الاداء: يقف المختبر ومعه الكرة على بعد (5.7م) من الهدف وعند سماع الاشارة يقوم المختبر بمناولة الكرة وهي ثابتة باتجاه الهدف.

- شروط الاداء: يبدأ الاختبار من الكرة رقم (1) وينتهي بالكرة رقم (4)
- طريقة التسجيل:

- ✓ يعطى للمختبر (4) محاولات.
- ✓ تحتسب للمختبر (درجتان) للمحاولة الناجحة.
- ✓ تحتسب للمختبر درجة واحدة للمحاولة التي تمس فيها الكرة العارضة أو القائمين.
- ✓ تحتسب للمختبر (صفر) من الدرجات للمحاولة الفاشلة خارج الهدف.

3-4-2 استمارة (بورن - أنفيموف) لقياس مظاهر الانتباه (7-193): ملحق رقم (2)

يعد هذا الاختبار من الاختبارات الخاصة بالرياضيين والمتقدم لقياس خمس من مظاهر الانتباه (الحدة. التركيز. التوزيع. التحويل. الثبات)

- **مكونات القياس:** أن المقياس الموضح في الملحق (2) عبارة عن ورقة تحتوي على (31) سطراً من الأرقام العربية الموزعة على شكل مجموعات تتكون من (3-5) أرقام ويحتوي كل سطر على (10) مجموعات ، أي أن مجموع أرقامها (40) رقماً. أي ان الاختبار يحتوي على (1240) رقماً ، وقد وضعت بترتيب وتسلسل مقننكما روعي في وضعها ان تكون غير منتظمة في توزيعها وغير متساوية لتفادي احتمالات الحفظ.

- **طريقة تطبيق المقياس:** يتم شرح الاختبار للاعبين المختبرين عن طريق ملاحظتهم لورقة المقياس وكما يأتي:
أنظر الى الورقة التي بين يديك بحيث تلاحظ الأرقام والتراكيب الموجودة بصورة جيدة وحاول ان تبحث عن الأرقام المطلوبة منك شطبها وذلك بوضع خط مائل عليها بالقلم الرصاص على المختبر ان يعي الدقة والسرعة قدر المستطاع لان مدة الاختبار (دقيقة واحدة) فقط حيث يقوم بشطب كل مجموعة تنتهي بالرقمين (97) وتبدأ بالأسطر الواحد بعد الآخر ومن اليسار إلى اليمين يبدأ الاختبار بكلمة (استعد) وعند سماعها يأخذ المختبر ورقة الاختبار الموضوعه أمامه للاختبار وهو (دقيقة واحدة) تعطى كلمة (قف) بعدها يقوم (المختبر) بوضع خط تحت أخر مجموعة وصل إليها.

3-5 التجربة الاستطلاعية

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على (10) لاعبين من فريق شباب الشرطة ومن خارج عينة البحث بتاريخ(9/1) المصادف يوم الاربعاء وهي تدريب عملي على اختبار دقة المناولة واختبار نظري على تركيز الانتباه

3-6 الاختبارات القبليّة:

اجري الباحث الاختبارات القبليّة على عينة البحث المتمثلة بشباب الشرطة بمجموعتيه الضابطة والتجريبية في يوم (الجمعة 3-9) الساعة (الواحدة ظهراً) من سنة (2010) وعلى ملعب (الشرطة)

3-7 التجربة الرئيسيّة:

من أجل تحقيق أهداف البحث تم وضع تمارين مهارية من قبل الباحث وتطبيقها على الأداة المقترحة لتطوير المناولة بكرة القدم ، وتم الابتداء بالتجربة في (4-9-2010) المصادف يوم (السبت) ويمعدل ثلاث وحدات

تدريبية بالأسبوع (السبت – الثلاثاء – الخميس) أذ استمر تطبيق التمرينات ضمن الجزء الرئيسي الخاص بالجانب المهاري من القسم الخاص بالوحدة التدريبية ويزمن (30) دقيقة ولمدة ثمانية اسابيع أما باقي اقسام الوحدة التدريبية فيتم تدريبها مع الفريق والملاك التدريبي باستخدام التمرينات (ملحق رقم 2) كذلك نفس المدة للمجموعة الضابطة وقد استخدم الباحث طريقة التدريب الفترتي منخفض ومرتفع الشدة لتطوير دقة المناولة وتم تحديد الشدة عن طريق (معادلة كارفونين):
معدل النبض = النبض القسوي – النبض وقت الراحة ومن ثم معدل النبض يضرب الشدة/100 + النبض بالراحة (9-171)

3-8 الاختبارات البعدية:

تم اجراء الاختبارات البعدية يوم السبت المصادف (30-10-2010) في اجواء مشابهة للاختبار القبلي من حيث الوقت وتوفير متطلبات الاختبار)

3-9 الوسائل الاحصائية. (5-45)

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار T- TEST للعينات المتناظرة.
- اختبار T_ TEST للعينات الغير المتناظرة.
- معامل ارتباط بيرسون.

4- المبحث الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدى لدقة المناولة للمجموعتين التجريبية والضابطة:

الجدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة والجدولية لنتائج اختبار دقة المناولة للمجموعتين التجريبية والضابطة (قبلي – بعدى)

المجموعة	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		ف الأوساط	نسبة الخطأ	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	دلالة الفروق
	ع±	س	ع±	س					
التجريبية	0.31	1.566	0.24	2.63	1.06	0.04	24.02	2.26	معنوي
الضابطة	0.34	1.73	0.39	1.83	0.10	0.05	1.96		غير معنوي

تحت مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (9)

من خلال عرض الجدول (1) تبين لنا ان الوسط الحسابي للفرق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية بلغ (1.06 درجة) وبنسبة خطأ (0.04 درجة) وبلغت قيمة (T) المحسوبة (24.2) درجة وبمقارنتها مع الجدولية التي تبلغ (2.26) درجة وبمستوى دلالة (0.05) درجة تبين ان هناك فرق معنوي لصالح الاختبار البعدى لهذه المجموعة.

أما الوسط الحسابي للفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة فقد بلغ (0,10) درجة وبنسبة (0,05) درجة وبلغت قيمة (T) المحسوبة (1,96) درجة وبمقارنتها مع الجدولية التي تبلغ (2,26) درجة وبمستوى دلالة (0,05) درجة تبين ان هناك فرق غير معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة.

2-4 عرض نتائج اختبار دقة المناولة للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار البعدي:

الجدول (2)

يبين اختبار دقة المناولة للمجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار البعدي

الاختبار	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف الأوساط	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	دلالة الفروق
	س	ع±	س	ع±				
المناولة باتجاه هدف	2.63	0.24	1.83	0.39	0.8	5.45	2.10	معنوي

عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0,05)

من خلال الجدول (2) الخاص بالاختبار البعدي للمجموعة التجريبية تبين ان الوسط الحساب لهذه المجموعة هو (2,63) درجة والانحراف المعياري (0,24) أما المجموعة الضابطة فقد كان الوسط الحسابي له (1,83) درجة وبانحراف معياري بلغ (0,39) وبسبب فرق الأوساط الحسابية ولصالح المجموعة التجريبية والذي بلغ (0,8) درجة ولما كانت قيمة (T) المحسوبة اكبر من الجدولية البالغة (2,10) درجة فقد دل على معنوية الفروق ولصالح المجموعة في الاختبار البعدي.

3-4 مناقشة نتائج اختبار دقة المناولة للمجموعتين التجريبية والضابطة:

أظهرت النتائج التي عرضت في الجدولين (1) و(2) لاختبار دقة المناولة حصول تطور معنوي ما بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية، ويعزو الباحث هذه النتائج الى استخدام ذي كان الاداء فيها مقارب ولو بنسبة بسيطة لما يحدث في المباراة من خلال التنظيم والتنوع أن استخدام الأجهزة والأدوات تساعد في تطوير التفاصيل الدقيقة للمهارة إذ يكون التمرين في أوضاع معينة تجعل اللاعب الاداء بالتكرارات والتحكم بالتدرج وزيادة صعوبة المهارة من السهل الى الصعب لينعكس ذلك على دقة الاداء وثباتها.

أما المجموعة الضابطة فأن عدم حصول فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ربما يرجع الى إهمال الوسائل المساعدة الحديثة والبقاء على الوسائل التقليدية او عدم التدرج في تدريب المهارات من السهل الى الصعب وقلة التركيز على الظروف المقاربة للمباراة "فنوعية التمرين يعني الكيفية التي يؤدي فيها التمرين ويعتمد على الدوافع والاعادة وتجنب الاخطاء وأدراك ظروف بيئة التمرين وحالاته أذ ان لهذه المفاهيم أهداف وهي التغيير الحاصل والواضح في شكل اداء الحركة للتوصل الى مستوى متقدم في الاداء والسيطرة والتحكم بالأداء" (8-111)

4-4 عرض نتائج علاقة الارتباط بين المناولة وتركيز الانتباه للمجموعة التجريبية للاختبار البعدي:

جدول (3)

يبين معامل الارتباط بين تركيز الانتباه ودقة المناولة بكرة القدم للمجموعة التجريبية .

س	ص	س	ص	س
240	20.63	5920	42.74	64.497

بعد استخدام قانون الارتباط البسيط لبيرسون عوملت النتائج في الجدول رقم (3) لمعرفة معامل الارتباط بين تركيز الانتباه ودقة المناولة بكرة القدم ، وظهر لنا معامل الارتباط (0.46) وبعد الكشف في جدول القيم العشوائية العظمى مقابل (ن10) ظهر (0.63) درجة وبما أن هناك ارتباط بلغ (0.47) وهو (اصغر) من القيمة الجدولية وهذا يدل على ان هناك ارتباط (غير معنوي) بين تركيز الانتباه ودقة المناولة بكرة القدم لدى عينة البحث التجريبية.

4-4-1 مناقشة نتائج معامل الارتباط بين الانتباه ودقة المناولة للمجموعة التجريبية:

من خلال الجدول (3) نلاحظ ان هناك ارتباط غير معنوي بين تركيز الانتباه ودقة المناولة ويعزو الباحث ذلك الى ان اداء المهارات بالكرة وتحت متغيرات وظروف انية كثيرة يزيد من خبرات اللاعب في اتخاذ القرارات ويقلل من زمن الاستجابة وهذا يعني التحضير لمتغيرات عديدة وبدوره يقلل من تركيز الانتباه "ورغم تغير مواقف اللعب وتعددتها فأن تركيز الانتباه مهم جداً في التمرين والمباراة حتى يتمكن اللاعب من الادراك الحقيقي والدقيق للمواقف حيث يكون هناك ملاحظة وتفكير واتخاذ قرار وسرعة تصرف" (4-277-278)، "فكلما زاد الاهتمام بتدريبات مشابهة لظروف اللعب كلما امكن تعليم المهارة بشكل أفضل" (1-80)

4-4-2 عرض وتحليل ومناقشة معامل الارتباط بين الانتباه ودقة المناولة للمجموعة الضابطة للاختبار البعدي:

جدول رقم (4)

يبين علاقة الارتباط بين المناولة والانتباه للمجموعة الضابطة

س	ص	س	ص	س
240	19.83	5920	22.42	432.6

بعد استخدام قانون الارتباط البسيط لبيرسون عوملت النتائج في الجدول رقم (4) لمعرفة معامل الارتباط بين تركيز الانتباه ودقة المناولة بكرة القدم ، وظهر لنا معامل الارتباط (0.83) وبعد الكشف في جدول القيم العشوائية العظمى مقابل (ن10) ظهر (0.63) وبما أن هناك ارتباط بلغ (0.83) درجة وهو اكبر من القيمة الجدولية وهذا يدل على ان هناك ارتباط (معنوي) بين تركيز الانتباه ودقة المناولة بكرة القدم لدى عينة البحث الضابطة.

4-4-3 مناقشة نتائج معامل الارتباط بين الانتباه ودقة المناولة للمجموعة الضابطة:

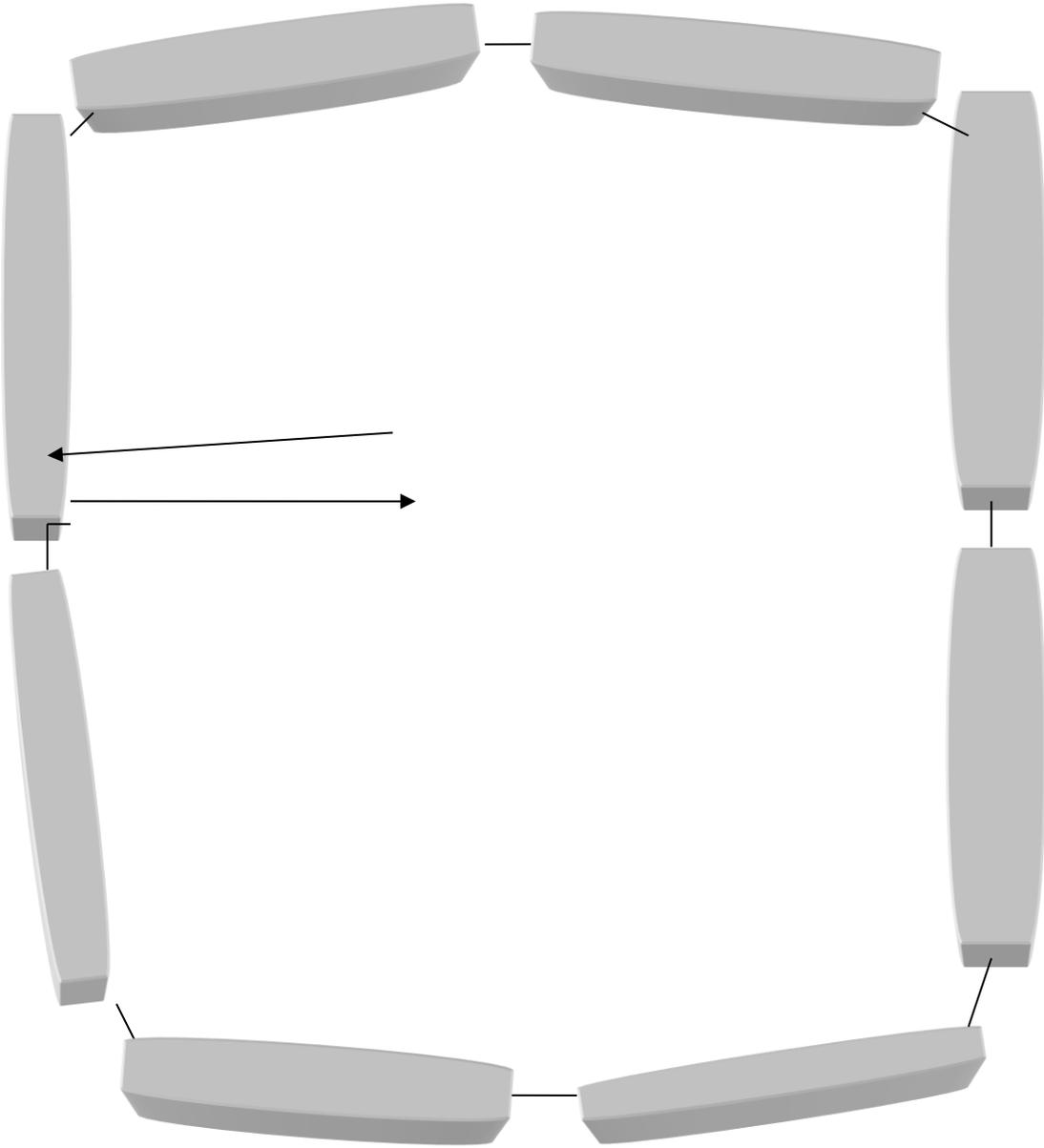
من خلال الجدول (4) يتبين أن هناك ارتباط معنوي بين الانتباه ودقة المناولة "فنوعية التمرين يعني الكيفية التي يؤدي بها التمرين ويعتمد على الدافع والاعادة وتجنب الاخطاء وأدراك ظروف بيئة التمرين وحالاته أذ ان لهذه المفاهيم أهداف وهي التغيير الحاصل والواضح في شكل اداء الحركة للتوصل الى مستوى متقدم في الاداء والسيطرة والتحكم" (8-111).

المصادر.

- 1- اسامة كامل راتب. الاعداد النفسية لتدريب الناشئين. ط1. القاهرة. دار الفكر العربي. 1997.
- 2- احمد عزت راجح أصول علم النفس. ط9. الاسكندرية ، المكتب المصري الحديث ، 1993.
- 3- أحمد بدر. أصول البحث العلمي ومناهجه. ط3. القاهرة. مكتبة الانكلو المصرية. 1977.
- 4- خنفي محمود مختار الاسس العلمية في تدريب كرة القدم. مدينة نصر. دار الفكر العربي. 2008.
- 5- صالح راضي اميش. تأثير اهم عناصر اللياقة البدنية والمهارات الرياضية في مستوى الانجاز. رسالة ماجستير. جامعة بغداد كلية التربية الرياضية. 199.
- 6- عبد الستار عبد الجبار الضمد. فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة. ط1. عمان دار الفكر للطباعة. 2000.
- 7- فرات جبار سعد الله. تأثير استخدام اساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطية بكرة القدم. دكتوراه. جامعة بغداد. كلية التربية الرياضية. 2001. -
- 8- قاسم لزام. موضوعات في التعلم الحركي. ط2. بغداد. دار البراق للطباعة والنشر. 2012.
- 9- مفتي ابراهيم حماد. التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة. دار الفكر العربي. 1998.
- 10- مفتي ابراهيم حماد. الاعداد المهاري والخطي للاعب كرة القدم. ط2. القاهرة. دار الفكر العربي. 1985.
- 11- محمد محمود بني يونس. علم النفس الفسيولوجي. عمان. دار وائل للطباعة والنشر. 2002
- 12- وجيه محجوب واخرون. مظاهر الانتباه بدقة التصويب بكرة القدم. دار الفكر العربي للطباعة. بت
- 13- وجيه محجوب. اصول البحث العلمي ومناهجه. ط1. عمان. دار المناهج. 2001.
- 14- يوسف لازم كماش. المهارات الاساسية بكرة القدم. تعليم وتدريب. عمان. دار الخليج. 1999.
- 15- يعرب خيون وعادل فاضل. التطور الحركي واختبارات الاطفال. بغداد. مكتب العادل. 2007.
- 16- Phelps.J. Danil and (others). basic soccer skills. Phblisher. no.1996.
- 17- Chapmans 5 and (otherers). soccer coaching manual.USA.LA 84foundation.2008.
- 18- Laprath debra. coaching girls soc cer successfully. USA. human. kinetice. 2009.

ملحق رقم (1)

يبين الجهاز المقترح من قبل الباحث



الجهاز المقترح:

يتكون الجهاز من ثمانية الواح بعرض (متر) وارتفاع (25 سنتمتر) يقف اللاعب وسط مساحة الجهاز

ويقوم بالمناولة والاستلام الكرة بعد ارتطامها باللوح وفيما يلي بعض النماذج من التمرينات:

التمرين الاول (1): المناولة والاستقبال والدوران عكس عقرب الساعة ثم اداء التمرين مع عقرب الساعة.

التمرين الثاني (2): يدخل لاعبان بكرتين الى وسط المساحة في الجهاز عندما يلعب كل لاعب كرة الى اللوح يستلمها

ويناول الى زميله وهكذا يستمر التمرين.

التمرين الثالث (3): يدخل لاعبان الى وسك المساحة في الجهاز عندما يلعب كل لاعب الكرة باتجاه اللوح يستلم احدهما كرة الثاني وهكذا.

التمرين الرابع (4): كرة باليد خارج الجهاز مع المدرب وكرة بالداخل مع اللاعب عندما يلعب اللاعب الكرة باتجاه اللوح ويستلم مه بعد ارتطامها باللوح يستلم كرة من خارج الجهاز بواسطة اليد من المدرب فيقوم بإرجاعها بياطن القدم الى يد المدرب.

التمرين الخامس (5): تمرين واحد ضد واحد داخل مساحة الجهاز يقوم الفريق المساعد بحساب عدد المناولات لكل لاعب باتجاه اللوح بالداخل خلال وقت التمرين.