

بعض المهارات الاساسية في كرة القدم المفتوح وعلاقتها بالمؤشرات الوظيفية لحراس المرمى فئة الشباب

لؤي خشان عبد الحسن
أ.د. عمار جاسم مسلم
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

ان لعبة كرة القدم اصبحت في تقدم مستمر في مستوى الاداء الرياضي . مما دعى المهتمين في التدريب الى الاهتمام بشكل كبير في حراس المرمى والعمل على اعدادهم بطريقة تتسجم مع التغيرات في القانون الدولي وذلك بعد ما لسما حلهم بمسك الكرة باليدين القادمة من الزميل . حيث تتوضح مشكلة البحث في اعطاء مدى اهمية المهارات وارتباطها بالمتغيرات الوظيفية ومنها عضلة القلب وهو مايفسح المجال امام المدربين بتطوير الاجهزة الحيوية من اجل تطور المهارات الاساسية . وبالتالي يمكن صياغة المشكلة في السؤال التالي :

السؤال : هل توجد علاقة بين الاداء الفني لحراس المرمى الشباب ومستوى المؤشرات الوظيفية لهم؟ وقد هدف البحث الى التعرف على بعض علاقات الارتباط بين المهارات الاساسية مع المؤشرات الوظيفية لحراس المرمى بكرة القدم .وقد افترض الباحثان وجود علاقات ارتباط معنوية بين بعض المهارات الاساسية والمؤشرات الوظيفية لحراس المرمى بكرة القدم . وقد استخدم الباحث ان المنهج الوصفي لملائمته حل مشكلة البحث. وضمت عينة البحث ١٦ حارس مرمى من اندية الشباب لمدينة البصرة وقد توصل الباحثان الى العديد من الاستنتاجات واهمها :

- ١-ان جميع القياسات ضمن الحدود الطبيعية للمعايير الطبية لعينات الشباب الغير ممارسين للرياضة وهذا يبين انخفاض مستوى اللياقة البدنية لحراس المرمى لفئة الشباب .
 - ٢-ان المهارات الاساسية لحراس المرمى تحت المستوى المقبول من خلال نتائج الاداء والدقة .
- واهم مايرصي بها لباحث ان مايلى :
- ١-التاكيد على التمارين المتخصصة والمشابهة لنوع المنافسة .
 - ٢-الاهتمام بالمهارات التي تستخدم بالرجلين وهو ماينسجم مع التعديلات في القانون الدولي .

some basic skills in open soccer and their relationship to job indicators For youth goalkeepers

Luay Khashan Abdul Hassan
Prof. Ammar Jassim Muslim
Conclusion

Football game becomes in continuous progress in the field of sport practicing ,that makes the interested people in training give great care to goal keepers ,and prepare them in away reconcile with international law changes ,like don't allow them catch football by hands that comes from friends. So the problem of research explains of giving the importance to the skills and its connection with

functional changes like (heart muscle that gives coach a great space to develop active devices to improve the main skills.

Question: Is there relation between young goal keepers and the levels of functional ? so the research aims to know the relations between the skills and functional work of goal keepers .

The two researchers supposed that there is manner relation between the main skills and functional features of goal keepers ,the two researcher used descriptive method that suit the problem of the research , and the sample includes 16 goal keepers from Basra Youth clubs and the two researcher concluded the following:

1-All normal measurement for medical criteria from un sporty young people all explains the decrease level of fitness for young goal keepers.

2-The main skills of the goal keepers under the acceptable level from the results of practice.

The recommendations of the two researchers :

1-Confirm they should practice special exercises and similar for competitions.

2-Should take care of skills done by foot that coexist with national law.

١ - التعريف بالبحث .

١-١ المقدمة واهمية البحث .

ان جميع ما نلاحظه من تطور وتقدم في جميع مجالات الحياة هو ناتج عن حركة البحث العلمي بتذليل وحل جميع المشاكل التي تواجه العاملين في حقول العلم المختلفة وان الرياضة واحدة من العلوم التي ارتبطت بتقدم المجتمعات ومظهر من مظاهر النمو العلمي والاجتماعي والتربوي والصحيوهذا لا يتم الا من خلال تشخيص مواطن القوة والضعف وكيفية تصحيحها وهذا يتطلب المام العاملين في حقل التدريب بعلم التدريب الرياضي وارتباطاته بالعلوم الاخرى وكيفية توظيفها من اجل حل المشاكل التي تواجه المدربين وكيفية العمل على تحسين مستوى الاداء . كما ان لعبة كرة القدم اصبحت من الالعاب التي في تقدم مستمر في مستوى الاداء الرياضي مما تتطلب البحث على جميع الجوانب التي تسعى الى التغلب على المنافسين مما دعى المهتمين في حقل التدريب الى الاهتمام بشكل كبير في حراس المرمى والعمل على اعدادهم بطريقة تتسجم مع التغيرات في القانون الدولي وذلك بعدم السماح لهم بمسك الكرة بالدين القادمة من الزميل كما تزايدت الواجبات والصعوبات على حراس المرمى من خلال اعتباره المدافع القشاش بالفريق وآخر خط دفاعي اضافة الى تطوير تصرفاته الخططية من خلال تطوير خبيراته في بناء الهجوم وبالتالي تتوضح مشكلة البحث في اعطاء مدى اهمية المهارات وارتباطه بالمتغيرات الوظيفية ومنها عضلة القلب وهو ما يفسح المجال امام المدربين بتطوير الاجهزة الحيوية من اجل تطور المهارات الاساسية

٢-١ مشكلة البحث .

من خلال خبرة الباحثان وكونهم مارسوا للعبة كرة القدم ومتابع الى البطولات العالمية والقارية والمحلية . ومن المهتمين بشؤون كرة القدم وما يحدث من تغيرات في فقرات قانونها والذي يغير من واجبات بعض مراكز اللعب كذلك التغيرات التي طرأت على طرق اللعب ومايقابلهم نقله الدراسات التي تناولت مركز حراس مما دفع الباحث الى اختيار حراس المرمى كعينة لبحثه وبيان اهمية هذا المركز في لعبة كرة القدم . ان الباحثان ومن خلال متابعتهم لمستوى حراس المرمى لوحظ ان هنالك انخفاض في مستوى الاداء لديهم حيث شوهدهم فقدان حيابة الكرة من قبل حراس المرمى بسبب عدم دقة الاداء المهاري في مناولة الكرة بالذراع او القدم او فقدانهم للكرة عند ايقافها حيث اصاغ الباحث المشكلة على شكل السؤال ادناه كما ان المؤشرات الوظيفية التي يجب ان يمتلكها حراس المرمى تتسجم مع الصفات البدنية المتخصصة التي يحتاجها ولاسيما ان سلامة وتكيف عضلة القلب ومؤشرات جهاز الدوران يعطي القابلية والقاعدة الوظيفية التي يستند عليها حراس المرمى لتطوير كافة قابلياتهم البدنية والتخصصية للتصدي لتصويبات الخصوم وحركاتهم وافشال خططهم الهجومية واعادة البناء الهجوم الصحيح من الخلف .وبالتالي يمكن صياغة المشكلة في السؤال التالي :

السؤال : هل توجد علاقة بين الاداء الفني لحراس المرمى الشباب ومستوى المؤشرات الوظيفية لهم ؟

١-٣ اهداف البحث:

- ١- التعرف على مستوى بعض المهارات والمؤشرات الوظيفية لحراس المرمى الشباب.
- ٢- التعرف على بعض علاقات الارتباط بين المهارات الاساسية مع المؤشرات الوظيفية لحراس المرمى بكرة القدم .

١-٤ فروض البحث:

- ١- وجود علاقات ارتباط معنوية بين بعض المهارات الاساسية والمؤشرات الوظيفية لحراس المرمى بكرة القدم.

١-٥ مجالات البحث.

- ١-٥-١ المجال البشري : (١٦) حارس مرمى من أندية محافظة البصرة للشباب .
- ١-٥-٢ المجال المكاني :مستشفى المدينة العام . عيادة د.عبد الرحيم حسن الحمراي ملعب الفيحاء الرياضي

١-٥-٣ المجال الزمني : ٢٠١٨/١١/١٢ ولغاية ٢٠١٩/٤/١٠

٢- الدراسات النظرية.

- ٢-١ حراس المرمى في كرة القدم .

كرة القدم واحدة من الالعاب الجماعية التي اخذت بالتطور يم بعد يوم نتيجة لظهور كل ما هو جديد في مجال التدريب والاعداد فيها سواء كان مرتبطاً في الاعداد البدني او المهاري او الخططي مما يحتم على العاملين في حقل التدريب الالمام والاطلاع بكل ما هو جديد في هذا المجال . حيث لم يعد حارس المرمى آخر دفاع في الفريق فحسب بل ايضا هو المهاجم الاول في الفريق. لذا فواجبة في الحالة الاولى هو منع دخول الكرات التي يتم تصويبها باتجاه مرماه سواء بأبعادها باليدين او اليد الواحدة او مسكها . حيث يسمح قانون كرة القدم لحارس المرمى ان يستخدم كلتا يديه في مسك ولعب الكرة داخل منطقة الجزاء وفي بعض الاحيان ولظروف اللعب ومجرياته يتطلب منه الخروج الى خارج منطقة الجزاء لملاقات الكرة او مهاجمتها او الاشتراك في بنائة الهجمة لفريقه من خلال تمرير الكرة باليد او مناولة طويلة بالقدم .

حيث تنقسم المهارات الهجومية : ١- مناولة الكرة باليد ٢- مناولة الكرة الارضية ٣- مناولة الكرة العالية . (١:٤)

٢-٢- القلب والنشاط البدني :

تحدث الكثير من التغيرات الفسيولوجية في عضلة القلب من جراء ممارسة التدريب الرياضي والنشاط البدني حيث ان عضلة القلب قابلة للتطوير حالها حال العضلات الاخرى من جراء النشاط البدني ومنذ ذلك الحين تطورت طرق قياسات حجم القلب. اذ يدل حجم القلب على كفاءة انتاجه بالنسبة للرياضيين الا ان حجم القلب يرتبط بأحجام الجسم ايضاً.ومن خلال الدراسات المتخصصة في عضلة القلب لوحظ ان هنالك زيادة في حجم القلب لدى الرجال الممارسين للنشاط الرياضي اكبر منه بالنسبة لغير الممارسين له وترتبط زيادة حجم القلب بعدة اسباب منها نوع النشاط الرياضي كما لوحظ انه اقل حجم لدى الرياضيين قد بلغ (٥٩٠ سم^٣) (٢:٤) .

٣- منهجية البحث واجراءاته الميدانية .

٣-١ منهج البحث .

لغرض وصول الباحث لنتائج بحثه الصحيحة لابد من اختيار منهجية بحث تلائم طريقة المشكلة البحثية وتحقيق اهدافه حيث يعرف المنهج " الطريقة التي تعتمد على التفكير الاستقرائي والاستنتاجي واستخدام اساليب الملاحظة العلمية الفروض والتجربة لحل مشكلة معينة والوصول الى نتيجة معينة." (٤: ٣)

ولغرض تطبيق البحث استخدم الباحث المنهج الوصفي لأنه يناسب المشكلة البحثية التي يروم الباحث حلها . حيث عرف المنهج الوصفي " هو منهج يهتم بجمع اوصاف دقيقة علمية للظاهرة المدروسة ووصف الوضع الراهن "

٢-٣ مجتمع وعينة البحث . حدد الباحث مجتمع الاصل بحراس المرمى لأندية الشباب في محافظة البصرة وقد اختار الباحث حراس المرمى بالطريقة العمدية والبالغ عددها (١٦) حارس مرمى موزعين على (٥) اندية من اصل (١٤) نادي في المحافظة تضم (٣٥) حارس مرمى حيث شكلت نسبة مئوية (٤٥,٧ %) من المجتمع الاصلي لحراس المرمى المسجلين للموسم الكروي (٢٠١٨-٢٠١٩) حسب الكتاب من الاتحاد الفرعي لكرة القدم .

جدول رقم (١) يبين عدد الاندية وعدد حراس المرمى في عينة البحث ونسبها المئوية

ت	اندية الشباب	العدد الكلي للحراس	النسبة
١	نادي الميناء	٤	%١٠٠
٢	نادي البحري	٢	%١٠٠
٣	نادي القرنة	٣	%١٠٠
٤	نادي الصادق	٤	%١٠٠
٥	نادي المدينة	٣	%١٠٠
	المجموع	١٦	%١٠٠

الجدول رقم (٢) يبين تجانس العينة في متغيرات (الطول والوزن والعمر والتدريبي طول الذراع طول الرجل)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
١	الوزن	كغم	٧٣,٥	٢,٣٦	٣,٢١
٢	الطول	سم	١٨٣	١,٧٣	٠,٩٤
٣	العمر	سنة	١٧,٦٦	٠,٤٧	٢,٦٦
٤	العمر التدريبي	شهر	٢٤,٣٣	٢,٢١	٩,٠٨
٥	طول الذراع	سم	٧٥,٨٣	١,٥٧	٢,٠٧
٦	طول الرجل	سم	٩٦,٦٦	١,١٠	١,١٣

ولكي يكون تجانس العينة مقبول وضمن الحدود المطلوبة يجب ان تكون قيمة معامل الاختلاف اقل من (٣٠) وهي تتراوح بين (٠,٩٤-٩,٠٨) وكما موضح في الجدول رقم (٢) حيث يدل ذلك على ان الدرجات والقياسات ذات توزيع اعتدالي . اما اذا زادت عن ذلك فأنا في العينة خلل وان واختيارها غير موفق .

٣-٣ وسائل جمع المعلومات .

- ١- المصادر العربية والاجنبية .٢-الاختبارات والقياس .٣-شبكة المعلومات (الانترنت).
 - ٤-استمارة تصميم الاختبارات .٥-المقابلات الشخصية.
 - ٣-٤- الاختبارات المهارية المستخدمة بالبحث .
 - ٣-٤-١ اختبار: مسك الكرات عالية الارتفاع . (٦ : ٤)
- الهدف من الاختبار: قياس القدرة المهارية لحارس المرمى على مسك الكرات العالية فوق الرأس .

الادوات اللازمة : نصف ميدان نظامي لكرة القدم . وعمل حارس المرمى في منطقة الجزاء.كرات عدد(١٠) . مرمى قانوني.شواخص لتحديد تقسيم منطقة الجزاء . شريط قياس .استمارة تسجيل.

مواصفات الاختبار: يقف حارس المرمى في المكان المحدد في المرمى وعلى وفق موقع الكرة من المرمى . وعند سماع الايعاز من قبل المدرب . على الحارس الخروج من المرمى الى المناطق المقسمة لمسك الكرة العالية التي تنفذ امام منطقة الجزاء. وجهتي الملعب الجانبية .

شروط الاختبار :

- ١- تعطى للمختبر (حارس المرمى) عشر كرات (٤) كرات من الامام و (٣) كرات لكل جانب من خارج منطقة الجزاء .
 - ٢- يكون خروج الحارس المختبر داخل منطقة الاختبار المحددة حسب تقسيم منطقة الجزاء.
 - ٣- يدخل الحارس الاخر بوصفه لاعباً منافس في هذه المناطق لزيادة المنافسة بين المختبرين وسرعة خروج الحارس على مسك الكرة من اعلى نقطة وحسب القانون الدولي لكرة القدم.
 - ٤- في حالة عدم وصول الكرة الى الاماكن المحددة من قبل المدرب تعاد المحاولة .
- تسجيل الدرجات:

- ١- تعطى (٣) درجات عند مسك الكرة مباشرة بشكل تام من الاعلى ومن فوق اللاعب المنافس.
 - ٢- تعطى (٢) درجتان عند مسك الكرة على دفتين .
 - ٣- تعطى (١) درجة عند ابعاد الكرة من فوق اللاعب المنافس .
 - ٤- يعطى (صفر) في حال عدم وصول المختبر الى الكرة او دخولها الى المرمى من قبل اللاعب المنافس .
 - ٥- يحسب المعدل الوسطي لمجموع درجات المحاولات . اي مجموع درجات المحاولات العشر
- ٣-٤-٢ اختبار: مسك الكرة الارضية المتدرجة .

الهدف من الاختبار: قياس القدرة المهارية لحارس المرمى على صد ومسك الكرات الارضية المتدرجة الامامية والجانبية (اليمين واليسار) .

الادوات اللازمة : نصف ملعب نظامي لكرة القدم . وعمل حارس المرمى في منطقة الجزاء كرات عدد (١٠) . اقماع تدريب لتحديد المناطق المحددة . صفارة . شريط قياس . استمارة تسجيل .

مواصفات الاختبار: يقف حارس المرمى في المكان المحدد داخل المرمى وعلى بعد (١,٥) متر عن خط المرمى من الامام ويدافع عن مرماه على وفق موقع الكرة من خارج منطقة الجزاء والكرات ال (٦) تكون على خط ال (١٨) ياردة والمسافه بين كرة واخرى (٢) متر لغرض التصويب الامامي اما من الجانب يقف الحارس على بعد ذراع من احدى اعمدة المرمى . وعند سماع اليعاز يبدأ بالدفاع عن مرماه ومنع الكرة من الدخول ان كانت امامية . اما اذا كانت جانبية يقوم بالدفاع عن المناطق المحددة من الجانب اليمين واليسار فيما يتم التصويب من على خط ال (١٨) ياردة الجانبي (الايمن والايسر) بواسطة كرتين لكل جانب

شروط الاختبار : اذا اخطأ المدرب في ركل الكرة وعدم ايصالها الى المكان المحدد تعاد المحاولة . يتم التصويب على المختبر (حارس المرمى) (١٠) كرات . منها (٦) كرات امامية المسافة بين كرة واخرى (٢) متر . واربع كرات للجانبين اثنتان للجانب اليمين ومثلها للجانب الايسر .

تسجيل الدرجات: يسجل للحارس المختبر مجموع الدرجات التي يحصل عليها من التصويبات العشرة وكالتالي.

• تعطى (٣) درجات للكرة التي يمسكها مباشرة بشكل تام من وضع السقوط الجانب البعيد .
• تعطى (٢) درجتان للكرة التي يمسكها من وضع الوقوف الامامي . او مسكها على دفتين من السقوط

• تعطى (١) درجة في حالة ابعاد الكرة من المرمى والكرة قريبة على الحارس .
• تعطى (٣) درجة في حال ابعاد الكرة من المرمى وهي صعبة المسك .
• تعطى (صفر) في حالة دخول الكرة المرمى .
• اذا ارتدت الكرة من العمود بالتصويب المباشر من قبل المدرب وعدم تدخل الحارس تعاد المحاولة .

• اما من الجانب تعطى (٢) درجة عند مسك الكرة مباشرة من السقوط الجانبي داخل ال (٦) ياردة

• يعطي الحارس (٣) درجات عند مسك الكرة مباشرة خارج ال (٦) ياردة . ويعطى (١) في حالة عدم مسكها . و(صفر) عند عبور الكرة الحارس .

٣-٤-٣ اختبار: تمرير الكرة نحو هدف مرسوم على الارض . (٧ : ٥)

الادوات المستعملة : بورك لتحطيط الدوائر . كرات قدم .

- وصف الاختبار:** ١- ترسم ثلاث دوائر للمركز نفسة اقطارها (٣) م . (٥) م . (٧) م .
- ٢- يحدد خط البدء على بعد (٢٥) م من المركز وبطول (٥) م من جانب يقف اللاعب خلف خط البداية ثم يقوم بمناولة الكرات الخمسة على التوالي في الهواء محاولاً اسقاطها في الدائرة الصغيرة .
- ٣- يقوم اللاعب بمحاولتين متتاليتين .
- ٤- عندما تمس الكرة اي خط مشترك تحتسب الدرجة الاكبر .
- ٥- كل محاولة (٥) كرات .
- طريقة التسجيل:** اصغر دائرة (٣) درجات . (٢) درجة الدائرة الثانية . (١) درجة الدائرة الثالثة . (صفر) خارج الدائرة .
- ٣-٤-٤ اختبار: الاخمام. (٨ : ٦)
- الهدف من الاختبار:** قياس الدقة في ايقاف الكرة واستعادة التحكم فيها بجانب القدم او بالقدم او بالخذ او بالصدر
- الادوات المستعملة:** (٥) كرات قدم قانونية . بورك . صافرة .
- أجراء الأختبار:** تخطيط منطقة الاختبار .
- يقف اللاعب خلف منطقة الاختبار .
 - يقف اللاعب ومعه الكرة على خط (أ) وبعد اعطاء اشارة البدء ترمي (كرة عالية) للاعب الذي يتقدم من خط البداية داخل منطقة الاختبار محاولاً ايقاف الكرة بأي جزء من اجزاء جسمه ماعدا الذراعين ومن ثم العودة الى خط البداية وهكذا يكرر اللاعب المحاولة (٥) مرات متتالية يجب ان يتم ايقاف الكرة خلف الخط ضمن المنطقة المحددة للاختبار على ان تكون احدى القدمين داخل منطقة الاختبار .
 - اذا اخطأ المدرب في رمي الكرة تعاد المحاولة ولا تحتسب .
 - يكون رمي الكرة بحركة اليدين من الاسفل الى الاعلى ولا تحتسب المحاولة في الحالات التالية...
- ١- اذا لم ينجح اللاعب في ايقاف الكرة .
- ٢- اذا اجتاز اي خط من خطوط منطقة الاختبار .
- ٣- اذا اوقف الكرة بطريقة غير قانونية في كرة القدم .
- طريقة التسجيل:** تعطى درجتان لكل محاولة صحيحة .
- تعطى عشر درجات لمجموع المحاولات الخمس .
- ٣-٤-٥ اختبار: دقة المناولة الطويلة بالقدم من الكرة الطائرة.
- الهدف من الاختبار:** قياس دقة ركل الكرة لأبعد مسافة بالقدم .

الادوات المستعملة : ملعب كرة قدم . كرات عدد (٩) . صافرة . اشرطه ملونه . شواخص(٣).

وصف الاختبار : من خلال النتائج التي تم التوصل اليها بأجراء التجربة الاستطلاعية تم وضع القياسات والابعاد الخاصة بالأختبار حيث يتم الاختبار كالتالي

يتم تقسيم الملعب الى ثلاث مناطق كل منطقة تحتوي على ثلاث مربعات موزعة على الملعب (يمين - وسط - يسار) وبحجم (٤×٤ م) لكل مربع . تبعد المنطقة الاولى عن منطقة الجزاء (١٦ م) وتبعد المنطقة الثانية عن المنطقة الاولى (٢,٥م) وتبعد المنطقة الثالثة عن المنطقة الثانية (٢,٥م) تبعد المربعات الجانبية عن خط التماس (١ م) .

طريقة الاداء : يتم وضع الكرات الـ (٩) على خط الستة ياردة وعند اعطاء اشارة البدء يقوم حارس المرمى بحمل الكرة باليد ويتجه نحو المربعات المستهدفة ثم رميها بالهواء وركلها بالقدم على المربعات الثلاثة في المنطقة الاولى وحسب التسلسل (يمين . وسط . يسار) وهكذا يعاد الاداء على المنطقتين الثانية والثالثة .حيث يجب ان لايجتاز حارس المرمى خط(الـ ١٨ ياردة بالتنفيذ)

طريقة التسجيل : يؤدي الحارس (٩) محاولات من داخل منطقة الجزاء وتحتسب الدرجات كالتالي.

- ١- المنطقة الاولى : درجة واحدة لكل محاولة صحيحة داخل المربع .
 - ٢- المنطقة الثانية : درجتان لكل محاولة صحيحة داخل المربع .
 - ٣- المنطقة الثالثة : ثلاث درجات لكل محاولة صحيحة داخل المربع .
 - ٤- تعتبر الخطوط من ضمن مساحة المربعات المستهدفة .
 - ٥- تعطى المحاولة صفر في حال عدم وصول الكرة الى المربع المستهدف .
- ٣-٥-٢-٦ اختبار : **دقة المناولة الطويلة بالذراع .**
- الهدف من الاختبار :** قياس دقة مناولة الكرة باليد لأبعد مسافة ممكنة .

الادوات المستعملة : ملعب كرة قدم . كرات عدد (٩) . صافرة . اشرطه ملونه . شواخص(٣).

وصف الاختبار : من خلال النتائج التي تم التوصل اليها بأجراء التجربة الاستطلاعية تم وضع القياسات والابعاد الخاصة بالأختبار حيث يتم الاختبار كالتالي

يتم تقسيم الملعب الى ثلاث مناطق كل منطقة تحتوي على ثلاث مربعات موزعة على الملعب (يمين - وسط - يسار) وبحجم (٣×٣ م) لكل مربع . تبعد المنطقة الاولى عن منطقة الجزاء (٤ م) وتبعد المنطقة الثانية عن المنطقة الاولى (٢م) وتبعد المنطقة الثالثة عن المنطقة الثانية (٢م) تبعد المربعات الجانبية عن خط التماس (١ م) .

طريقة الاداء : يتم وضع الكرات الـ (٩) على خط الستة ياردة وعند اعطاء اشارة البدء يقوم حارس المرمى بحمل الكرة باليد ويتجه نحو المربعات المستهدفة ثم رميها على المربعات الثلاثة

في المنطقة الاولى وحسب التسلسل (يمين . وسط . يسار) وهكذا يعاد الاداء على المنطقتين الثانية والثالثة . حيث يجب ان لايجتاز حارس المرمى خط(ال ١٨ ياردة بالتنفيذ) **طريقة التسجيل** : يؤدي الحارس (٩) محاولات من داخل منطقة الجزاء وتحتسب الدرجات كالتالي .

- ١- المنطقة الاولى : درجة واحدة لكل محاولة صحيحة داخل المربع .
 - ٢- المنطقة الثانية : درجتان لكل محاولة صحيحة داخل المربع .
 - ٣- المنطقة الثالثة : ثلاث درجات لكل محاولة صحيحة داخل المربع .
 - ٤- تعتبر الخطوط من ضمن مساحة المربعات المستهدفة .
 - ٤- تعطى المحاولة صفر في حال عدم وصول الكرة الى المربع المستهدف .
- ٣-٥ مؤشرات جهاز الدوران وقياسات عضلة القلب . (٧:١٠)

ضمت القياسات لعضلة القلب في جهاز الأيكو بأستخدام طبقة (2D) والتي تستخدم لتحديد الحركات الانقباضية والانبساطية وحركات الصمامات القلبية . وكذلك استخدام طريقة M.MODE والتي تستخدم لقياس الابعاد المختلفة لأجزاء سمك واطوال العضلة القلبية كما ان مستوى الترددات التي استخدمت في القياس هي (3.5 MHZ) ميكاهيرتز . علماً انه تم القياس ولجميع افراد العينة من حراس المرمى صباح اليوم المخصص لهم من التجربة الرئيسية في الساعة (١١ صباحاً) وقد منح كل فرد(٥) دقائق راحة من وضع الاستلقاء قبل عملية الفحص بجهاز الايكو فضلاً عن مراعاة درجة الحرارة للغرفة بين (٢٣-٢٦) وقد شملت قياسات عضلة القلب مايلي

- ١_ LA قطر البطين الايسر Leftatrium Dimencion
- ٢_ LVEDD قطر البطين الايسر نهاية الانبساط Leftventricular End Diastolic
- ٣_ LVESD قطر البطين الايسر نهاية التقلص End Systolic Dimencion
- Leftventricular
- ٤_ LVPW سمك الجدار الخلفي لعضلة البطين الايسر Postererlor wall Thickness
- ٥_ IVS سمك الحاجز البطني Ientr VicalInter Postererlor wall Thickness
- ٦_ AO قطر الشريان الابهر Aoritc Root Dimenicio
- ٧_ SV حجم الدم المدفوع في الضربة الواحدة Streke Volume
- ٨_ EF % النسبة المئوية الخارجة من الدم في الضربة الواحدة Ejection Fraction

٣-٦ التجربة الرئيسية : حيث تعد هذه التجربة اهم جزء في البحث فمن خلال هذه التجربة وتطبيق الاختبار تظهر لنا المعطيات والارقام التي تخص المشكلة البحثية اي ان التجربة الرئيسية هي المحور الاساس الذي تدور حولة كل فصول البحث الاخرى اي ان النتائج والارقام

التي تظهر سوف تعتمد في تفسير الفروض التي وضعها الباحث ومدى تحقيق الاهداف الموضوعية . وبناءً على ماتقدم قام الباحث بأجراء التجربة الرئيسية حيث امتدت الى عدة ايام استمرت من المده (٢٤/١/٢٠١٩ الى ٢٠/٣/٢٠١٩) .

٣-٧ الوسائل الاحصائية . (٨:١٠)

- ١- قانون النسبة المئوية . ٢- معامل الاختلاف . ٣- الوسط الحسابي . ٤- الانحراف المعياري .
 - ٥- معامل الارتباط البسيط ل (بيرسون) . ٦- البرنامج الاحصائي (SPSS) . ٧- قانون (كأ^٢)
- حسن التطابق .

٤- عرض ومناقشة النتائج :

٤-١ عرض ومناقشة نتائج الالوساط الحسابية للمتغيرات الوظيفية والمهارات الاساسية

لحراس المرمى :

جدول رقم (٣) يبين المتغيرات الوظيفية قيد الدراسة لحراس المرمى .

المتغيرات	IVS	LVPWd	LVEDd	LVESD	SV	EF	LA	AO
الوسط	٩،٩	٩،٤	٤٢،١١	٢٠،١	٦٤،٨	%٦٢،٣	٢٢،٦	٢٢،٩

يتضح من الجدول رقم (٣) ان الوسط الحسابي لقياس قطر الشريان الايهر (AO) بلغ (٢٢،٩) ملم كما ان الوسط الحسابي لقياس قطر الاذين الايسر (LA) بلغ (٢٢،٦) ملم كما ان الوسط الحسابي لقياس النسبة الخارجة من الدم (EF) بلغت (%٦٢،٣) مليلتر كما ان الوسط الحسابي لقياس حجم الدم المدفوع في الضربة الواحدة (SV) بلغ (٦٤،٨) مليلتر كما ان الوسط الحسابي لقياس قطر البطين الايسر في نهاية النقل (LVESD) بلغ (٢٠،١) ملم كما ان الوسط الحسابي لقياس قطر البطين الايسر نهاية الانبساط (LVEDd) بلغ (٤٢،١١) ملم كما ان الوسط الحسابي لقياس سمك الجدار الخلفي لعضلة البطين الايسر (LVPWd) بلغ (٩،٤) ملم كما ان الوسط الحسابي لقياس سمك الحاجز البطيني (IVS) بلغ (٩،٩) ملم . يرى الباحثان ان جميع القياسات الخاصة بعضلة القلب لعينة حراس المرمى هي ضمن القياسات الطبيعية ولكن من خلال الالوساط الحسابية ان مستوى التكيف لدى قياسات العضلة لم يدل على وجود تغيرات كبيرة لدى حراس المرمى الشباب وهذا ما يذكره ابو العلا عبد الفتاح " يختلف سمك جدار القلب تبعاً لاختلاف شدة العمل الذي يقوم به كل جزء من اجزاء القلب" فيبلغ سمك جدار البطين الايسر (LVPWd) حوالي ١٠-١٥ ملم (١١ : ٩) وهذا مؤشر على ان محتوى التمارين اضافة الى الاحمال البدنية لم يكن بمستوى يحدث التغيرات الكبيرة التي يحتاجها حراس المرمى خلال الوحدات التدريبية التي يخضونها .

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج الالوساط الحسابية لمتغيرات المهارات الاساسية لحراس المرمى :

جدول رقم (٤) يبين المتغيرات الوظيفية قيد الدراسة لحراس المرمى

اسم الاختبار	مسك الكرات العالية	مسك الكرات الارضية	دقة المناولة الطويلة بالقدم	دقة المناولة الطويلة بالذراع	المناولة على هدف مرسوم على الارض	اختبار الاخمام
الوسط	٢١،١٦	١٧،٦٦	٨،٣٣	١٠،١٦	٢٣،٥	٨،٣٣

يتضح من الجدول رقم (٤) ان الوسط الحسابي لاختبار مسك الكرات العالية بلغ (٢١،١٦) درجة كما ان الوسط الحسابي لاختبار مسك الكرات الارضية بلغ (١٧،٦٦) درجة كما ان الوسط الحسابي لاختبار دقة المناولة الطويلة بالقدم بلغ (٨،٣٣) درجة كما ان الوسط الحسابي لاختبار دقة المناولة الطويلة بالذراع بلغ (١٠،١٦) درجة كما ان الوسط الحسابي لاختبار المناولة على هدف مرسوم على الارض بلغ (٢٣،٥) درجة كما ان الوسط الحسابي لاختبار الاخمام بلغ (٨،٣٣) درجة.

يرى الباحثان ان الاوساط الحسابية التي تمثل المهارات الاساسية بكرة القدم الى الحراس هي دون المستوى المطلوب بسبب ان جميع النتائج لم تصل الى المستوى المقبول للدرجة القصوى الى الاختبارات التي تم تنفيذها من قبل الحراس المختبرين. كما يرى الباحثان ان المهارات التي تؤدي بالذراع هي افضل من المهارات التي تؤدي بالقدم يعود ذلك الى ان الاحساس اكبر في الذراعين مما هو عليه في القدمين اضافة الى اهتمام المدربين بالتمارين التي تطور المهارات التي تؤدي بالذراعين واليدين واهمال التمارين التي تحسن الاداء بالقدمين حيث ان تطور الجانب البدني والوظيفي للجسم الرياضي عامل اساس ومهم في اتقان اداء المهارات الحركية والوصول الى المستوى الفني المطلوب (١٢ : ١٠). وهذا ما يؤكد ريسان " يضمن الاعداد التكتيكي المناسب استخداماً اقتصادياً ومثالياً للقدرات الفسيولوجية " (١٢ : ١١) اي ان الاداء المهاري المتقن من قبل الرياضي سيوفر على الجسم الكثير من الطاقة .

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات الوظيفية قيد الدراسة ومهارات

حراس المرمى

جدول رقم (٥) يبين مصفوفة الارتباطات بين المتغيرات الوظيفية ومهارات كرة القدم لحراس المرمى

اختبار الاخمام	المناولة على هدف مرسوم على الارض	دقة المناولة الطويلة بالذراع	دقة المناولة الطويلة بالقدم	مسك الكرات الارضية	مسك الكرات العالية	
٠،٤٩	*٠،٧٤	*٠،٦٧	٠،٥٩	٠،٦١	٠،٥٥	IVSd
٠،٥٢	٠،٦١	٠،٦٠	*٠،٦٦	٠،٧٣	٠،٤٩	LVPWd
*٠،٨٢	*٠،٧٨	*٠،٧٧	*٠،٦٨	*٠،٦٦	٠،٧٣	LVIDd
*٠،٨٠	*٠،٧٤	*٠،٨٩	*٠،٦٧	*٠،٦٩	*٠،٧٨	ESD
*٠،٨٥	*٠،٨٩	*٠،٧١	*٠،٧٧	*٠،٧٨	*٠،٦٨	SV
*٠،٦٨	*٠،٧٩	*٠،٧٣	*٠،٦٨	*٠،٦٤	*٠،٦١	EF
٠،٤٣	٠،٥٦	٠،٦١	٠،٦٠	٠،٥٨	٠،٥٩	LA
٠،٤٢	٠،٦٢	٠،٥٥	٠،٥٧	*٠،٧٨	*٠،٦٨	AO

درجة الحرية (١٤) مستوى (١%) (٠،٦٣)

يتضح من الجدول رقم (٥) وجود علاقة ارتباط بين سمك الحاجز البطيني واختبار مناولة الكرة على هدف مرسوم على الارض واختبار دقة المناولة الطويلة بالذراع . في حين لم تحدث علاقة ارتباط في المهارات المتبقية . كما يتضح وجود وجود علاقة ارتباط بين سمك الجدار الخلفي للبطين الايسر واختبار دقة المناولة الطويلة بالقدم . في حين لم تحدث علاقة ارتباط في المهارات المتبقية .

وجود علاقة ارتباط بين قطر البطين الايسر نهاية الانبساط واختبار مسك الكرات الارضية واختبار دقة المناولة الطويلة بالقدمو مناولة الكرة على هدف مرسوم على الارض واختبار دقة المناولة الطويلة بالذراع واختبار الاخمام.في حين لم تحدث علاقة ارتباط في المهارات المتبقية . وجود علاقة ارتباط بين قطر البطين الايسر نهاية التقلص واختبار مسك الكرات العاليه واختبار مسك الكرات الارضية واختبار دقة المناولة الطويلة بالقدم واختبار دقة المناولة الطويلة بالذراع واختبار مناولة الكرة على هدف مرسوم على الارض واختبار الاخمام. وجود علاقة ارتباط بين حجم الدم المدفوع في الضربة الواحدة واختبار مسك الكرات العاليه واختبار مسك الكرات الارضية واختبار دقة المناولة الطويلة بالقدم واختبار دقة المناولة الطويلة بالذراع واختبار مناولة الكرة على هدف مرسوم على الارض واختبار الاخمام.

وجود علاقة ارتباط بين النسبة المئوية الخارجة من الدم واختبار مسك الكرات العاليه واختبار مسك الكرات الارضية واختبار دقة المناولة الطويلة بالقدم واختبار دقة المناولة الطويلة بالذراع واختبار مناولة الكرة على هدف مرسوم على الارض واختبار الاخمام.في حين لم تحدث علاقة ارتباط بين قطر الاذين الايسر والمهارات المتبقية . وجود علاقة ارتباط بين قطر الشريان الابهر واختبار مسك الكرات العاليه واختبار مسك الكرات الارضية . في حين لم تحدث علاقة ارتباط في المهارات المتبقية .

يرى الباحثان ان سبب علاقات الارتباط الموجبة الحادثة بين متغيرات قياسات عضلة القلب مع المهارات الاساسية لحراس المرمى بالقدم والذراع دليل على هناك علاقة بين تحسن العمل الوظيفي لاجهزة الجسم ومنها عضلة القلب التي تعد من اهم عضلات الجسم اضافة الى احد اعضاء الجهاز الدوري الذي يعتمد عليه اثناء الاداء الرياضي بتوفير الدم المحمل بالاكسجين او سد الدين الاوكسجيني وارجاع الاستشفاء والتهيئة الى اداء العمل القادم كما يرى الباحثان ان التوسع في قطر الشريان الابهر اضافة التوسع في قطر البطين الايسر دليل على العائد الدموي الذي سوف يندفع من عضلة القلب ومنها ما اوضحه النسبة الخارجة من الدم (EF %) كما ان زيادة قطر الشريان الابهر الى الانسجام مع الزيادة الحاصلة في الدم العائد والتي جميعها تصب في توفر بيئة جسدية تمكن الرياضيين من اداء المهارات بصورة صحيحة اذ التحسن الوظيفي يكون بخدمة التحسن والتطور البدني وكلاهما يصب في تحسن الاداء المهاري وهذا كان سببا بحدوث العلاقات الايجابية بين القياسات لعضلة القلب والاداء المهاري لحراس المرمى .

٥-الاستنتاجات والتوصيات :

١-٥ الاستنتاجات : اهم ما استنتجه الباحثان ما يأتي :

- ١- ان جميع القياسات ضمن الحدود الطبيعية للمعايير الطبية لعينات الشباب الغير ممارسين للرياضة وهذا يبين انخفاض مستوى اللياقة البدنية لحراس المرمى لفئة الشباب .
- ٢- ان المهارات الاساسية لحراس المرمى تحت المستوى المقبول من خلال نتائج الاداء والدقة .
- ٣- ان الاداء المهاري بالذراعين هو افضل من اداء بالقدمين وهو يبين ان المنهج المخصص للتدريب بين حراس المرمى يؤكد على الذراعين بشكل اكثر من القدمين .
- ٤- وجود علاقات ارتباط مختلفة بين الاداء المهاري وقياسات عضلة القلب اهمها ان التوسع في قطر البطين الايسر الذي يمثل التوسع في نهاية الانبساط ودليل على زيادة الدم العائد والذي يعقبه قوة التقلص البطين لدفع الدم

٢-٥ التوصيات : اهم ما يوصي به الباحثان ما يأتي :

- ١- زيادة الاحمال البدنية ولا سيما التاكيد على الشدد العالية في مناهج التدريبية لحراس المرمى كون الشدة العالية تكسب تكيفات عالية .
- ٢- التاكيد على التمارين المتخصصة والمشابهة لنوع المنافسة .
- ٣- الاهتمام بالمهارات وتحسن دقتها لتقليل فقدان الكرة واستمرار حيازتها اضافة الى بناء الهجوم الصحيح من قبل حراس المرمى .
- ٤- الاهتمام بالمهارات التي تستخدم بالرجلين وهو ما ينسجم مع التعديلات في القانون الدولي .

المصادر

- ١- حكمت عبد الستار علوان . اثر تمارين بدنية ومهارية في تطوير قدرة حراس مرمى كرة القدم لحسم الكرات العالية داخل منطقة الجزاء . مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية . العدد ٤٩ . ٢٠١٦ .
- ٢- احمد فرحان علي التميمي وحسين مناتي الحجامي . فسيولوجيا الجهد البدني . ط١ . العراق . مؤسسة دار الصادق الثقافية ٢٠١٧ .
- ٣- حيدر عبدالرزاق . اساسيات كتابة البحث العلمي . ط١ . العراق . الغدير للطباعة والنشر امحدودة .
- ٤- حسين جبار جاسم الديناوي . تأثير تمارين خاصة وفق تقسيم منطقة الجزاء لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الاساسية لحراس المرمى بكرة القدم . رسالة ماجستير . العراق . جامعة ديالى . كلية التربية الرياضية .
- ٥- ماجد عبدالحميد رشيد . تأثير تمارين بأستعمال كرات مختلفة الاحجام والاوزان لتطوير بعض الصفات والقدرات البدنية والمهارات الاساسية للاعبين الشباب بكرة القدم . رسالة ماجستير . العراق . جامعة القادسية . كلية التربية الرياضية . ٢٠١٣ .
- ٦- عبدالحميد مجيد سلطان . أثرتعلم المبرمج الخطي بأستخدام الحاسوب المصغر والموجه في تعليم اداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم . رسالة ماجستير . العراق . جامعة البصرة . كلية التربية الرياضية .
- ٧- عمار جاسم مسلم . اثر الحمل البدني على بعض المتغيرات الفسيولوجية لجهاز الدوران والكتروليات الدم وعلاقتها بقياسات عضلة القلب . اطروحة دكتوراه . العراق . جامعة البصرة . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- ٨- عبدالرحمن ناصر راشد . مدخل الى الاحصاء التطبيقي في علوم التربية الرياضية . ط١ . العراق . مكتبة دجلة للطباعة والنشر .
- ٩- ابو العلا الفتاح . فسيولوجيا التدريب الرياضية . ط١ . مصر . دار الفكر العربي .
- ١٠- زهير قاسم الخشاب وآخرون . كرة القدم . العراق . دار الكتب للطباعة والنشر . ١٩٨٨ .

١١- ريسان خريبط . التدريب الرياضي . العراق . مديرية دار الكتب للطباعة والنشر .