

تأثير تدريبات مراكز اللعب في تطوير الاداء الخططي وفاعلية
الاداء للاعبي كرة القدم الشباب

م. م علي محمد جابر
أ.د عقيل حسن فالح
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

اشتمل البحث على خمسة فصول : حيث تجلت اهمية البحث في التعرف على دور تدريبات مراكز اللعب في الاداء الخططي للاعبين وفق مراكز اللعب وماهو دورها برفع المستوى الفني الدفاعي والهجومي للاعبين بمعرفة فاعلية الاداء من خلال تسليط هذه التدريبات ، اما مشكلة البحث بان هناك قلة الاهتمام باستخدام تدريبات مراكز اللعب التي يكون تطبيقها ذات تأثير مباشر برفع المستوى الخططي للاعبين فضلاً عن اكتسابه فاعلية اداء متطوره بسبب ردها للمعرفة الذهنية للاعب لواجباته الميدانية .

Summary of the research

The effect of play center training on developing tactical performance and performance effectiveness for young soccer players

By / M. Ali Muhammad Jaber

Prof. Aqeel

Hassan Faleh

The research included five chapters: the importance of the research was manifested in identifying the role of training center training in the tactical performance of players according to the playing centers and what their role is to raise the technical and defensive and offensive level of players by knowing the effectiveness of performance by shedding these exercises. As for the research problem, there is a lack of interest in using training Play centers whose application is of direct influence by raising the tactical level of players as well as gaining advanced performance effectiveness due to their supplementing the player's mental knowledge of his field duties.

١-التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة واهمية البحث :

في ظل التطور الكبير والسريع الذي يشهده العالم بعلومه التي تهدف لتحسين الانتاج العلمي لشتى المجالات العلمية النظرية والعملية لهذه العلوم والتي منها علم التدريب الرياضي الذي يسعى بالوصول لأعلى مستويات الأداء وتحقيق أفضل الانجازات في السباقات المختلفة

والتي منها كرة القدم التي اتسمت بالتطور العلمي لمتطلباتها البدنية والمهارية والخطية التي تأهل اللاعب لخوض المباريات بأفضل ما يمكن للاعبين .

كرة القدم تعد من الألعاب التي تتميز بتنوع الأداء البدني والمهاري والخطي من حيث تبادل الأدوار بين الفريقين للنواحي الهجومية والدفاعية التي تكون باداء قوي وسريع ومفاجئ بتغيير اتجاه اللعب من مركز لمركز فضلاً عن الأداء المهاري للاعبين الذي يكون بقدر عالٍ تحت ضغط مباشر من المنافس .وعليه يكون مبدأ التخصص لمراكز اللاعبين دور كبير في إتمام نجاح العملية التدريبية التي ترفع من مستوى اللاعبين بصورة أفضل من غيرها من الأساليب والوسائل التدريبية كونها تنمي القابليات البدنية والمهارية للاعبين حسب مركزه الدفاعي والهجومية فضلاً عن الترابط الحركي للمراكز مع بعضها بهذه التدريبات التي تساهم في بناء جسور المعرفة الخطية للمنافسة بين هذه المراكز التي سوف تقلل من الأخطاء والسلبيات التي ترافق كل لاعب أثناء أدائه بفضل هذه التدريبات المركزه والهادفه لطبيعة الواجبات المناطة لكل لاعب وفق مركزه باللعب ،ومن هنا حدي بنا الي تدريبات الخاصة لمراكز اللعب لما لها من دور كبير في الارتقاء بالنواحي الخطية للاعبين وكذلك المستوى الاداء الفني المتكامل من الناحية الدفاعية والهجومية ومن هنا تجلت اهمية البحث في التعرف على دور تدريبات مراكز اللعب في الاداء الخطي للاعبين وفق مراكز اللعب وماهو دورها برفع المستوى الفني الدفاعي والهجومى للاعبين بمعرفة فاعلية الاداء من خلال تسليط هذه التدريبات

١-٢ مشكلة البحث

بما أن لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية التي تتعدد بها الواجبات خلال المنافسة فمنها ما يكون دفاعياً او هجومياً او كلاهما وخاصة مع تطور اللعبة التي أصبحت ذات طابع سريع ومفاجئ لمواقف اللعب بين مراكزها خلال تنفيذ المهام والواجبات لكل لاعب ، وعلى ذلك لابد من امتلاك اللاعبين لأداء بدني بكفاءة وفاعلية عالية خلال شوطي المباراة لذلك يجب تدريب اللاعبين تحت ظروف مشابهة للمنافسة لكل لاعب (مركز) وإدراكه بالمواقف الخطية المنتابه لمركزه لكي يتم صقل الاداء الفني والخطي بكل دقة واتقان من قبل كل لاعب ، ومن خلال المتابعة والبيان راي بعض مدربي كرة القدم وجد عدم الاهتمام بهذه التدريبات باستخدامها مما تجلت هذه المشكلة بقلة اهتمام بعض مدربي كرة القدم بتدريبات مراكز اللعب والتي يكون تطبيقها ذات تأثير مباشر برفع المستوى الخطي للاعبين فضلاً عن اكتسابه فاعلية اداء متطوره بسبب رفدها للمعرفة الذهنية للاعب لواجباته الميدانية .

١-٣ اهداف البحث:

١- اعداد تدريبات لمراكز اللعب بكرة القدم .

٢- التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة بمستوى الأداء الخططي لكلا المجموعتين .

٣- التعرف على مستوى فاعلية الاداء للاعبين كرة القدم الشباب .

٤- التعرف على الفروق للاختبارات البعديّة بمستوى الأداء الخططي وفاعلية الاداء بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة .

٤-١ فروض البحث :

- ١- توجد فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة بمستوى الأداء الخططي للمجموعتين .
- ٢- توجد بعض الفروق المعنوية بمستوى فاعلية الاداء ولكلا المجموعتين التجريبيّة والضابطة
- ٣- وجود فروق ذات دلالة معنوية للاختبارات البعديّة للاداء الخططي وفاعلية الاداء بين المجموعتين .

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري / لاعبي فئة الشباب (نادي الزبير - نادي نفط الجنوب)

٢-٥-١ المجال المكاني / ملعب الزبير -ملعب نفط الجنوب

٣-٥-١ المجال الزمني / للفترة من ٣٠ / ٨ / ٢٠١٩ ولغاية ١٥ / ١ / ٢٠٢٠ م

٢- الدراسات النظرية

١-٢ مراكز اللعب : بالرغم من تطور لعبة كرة القدم الحديثة فإنها تتطلب المشاركة الفعلية من قبل اللاعبين بالواجبات الهجومية والدفاعية خلال المنافسة بغض النظر عن المركز الذي يلعب به اللاعب فكل مركز له تلك الواجبات بدءاً من مركز الحارس المرمى الذي يكون أول واجب هجومي يبدأ منه ناهيك عن واجباته الدفاعية الأساسية بالدفاع عن مرماه ، وتعد مراكز اللاعبين بأنها " تنظيم وتنسيق وتوزيع المهام خلال الأداء حتى لا يحدث تعارض بين واجباتهم ، وحتى لا يحدث ايضاً التركيز على بعض الجوانب على حساب إهمال بعض الجوانب الأخرى سواء كان ذلك في الهجوم او الدفاع .(٦ : ٢٣٥)

٣-منهج البحث واجراءاته الميدانية

١-٣ منهج البحث : تم استخدام المنهج التجريبي لملائمته طبيعة مشكلة البحث

٢-٣ عينة البحث : تم اختيار عينة البحث الرئيسية بصورة عمدية على لاعبو شباب (نادي الزبير و نادي نفط الجنوب) وبواقع (١٦) لاعباً لكل نادي ولجميع مراكز اللعب بواقع (لاعبين لكل مركز) وموزعين على مجموعتين تجريبيّة والتي مثلت لاعبي نادي الزبير اما الضابطة فكانت لاعبي نادي نفط الجنوب وبلغت النسبة المئوية لعينة البحث من مجتمع الاصل (٦٦%) وقد قام الباحث باجراء التجانس بين المجموعتين كما هو في جدول (١).

جدول (١) يبين التجانس لأفراد العينة في متغيرات (العمر -الطول -الوزن - العمر التدريبي)

القياسات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
العمر بالسنة	١٨,٢	٠,٨٦	%٤,٧٢
الطول سم	١٧١,٦	٦,٤	%٣,٧
الكتلة كغم	٦٨,٨	٤,٢	%٦,١
العمر التدريبي	٢,٧	٠,٦٦	%٢٤,٤

٣-٣ وسائل جمع المعلومات

١- المصادر العربية والاجنبية

٢- شبكة المعلومات الدولية

٣- المقابلات الشخصية

٤- استمارة استبيان لاستطلاع رأي الخبراء في تحديد متغيرات الاداء الخططي والاختبارات الخاصة بها

٥- استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد صلاحية استمارة فاعلية الاداء.

٦- فريق العمل المساعد

٣-٤ إجراءات البحث الميدانية:

٣-٤-١ تحديد اختبارات الاداء الخططي: قام الباحث بعرض مجموعة من الاختبارات الخططية الفردية والجماعية على السادة الخبراء والمختصين في مجال لعبة كرة القدم كما موضح بملحق (١) حيث تم الاتفاق على اختيارها كونها تحقق الغاية من قياس الاداء الخططي الفردي والجماعي وكما مبين في جدول (٢)

جدول (٢)

يبين اختبارات الاداء الخططي وتكرارها والنسبة المئوية

ت	الاختبارات	التكرار	النسبة المئوية	المقبولة
١	اختبار الجري بالكرة خططياً	١٣	%١٠٠	مقبول
٢	اختبار المراوغة بالكرة	١١	%٨٤	مقبول
٣	اختبار المناولة الجدارية	١٣	%١٠٠	مقبول
٤	الربط الخططي	١٢	%٩٢	مقبول
٥	تغيير الاتجاه	١٠	%٧٧	مقبول
٦	المركب الخططي	٧	%٥٤	غير مقبول
٧	الجري الحر	١٣	%١٠٠	مقبول

٣-٤-٢ استمارة فاعلية الاداء: بعد الاطلاع على الأدبيات والمصادر والمراجع التي تخص لعبة كرة القدم لم يتم الحصول على استمارة فاعلية الأداء لمراكز اللعب التي تم ترشيحها حيث عمد الباحث إلى تصميم هذه الاستمارة ملحق (٢) ونظراً لكثرة حالاتها وموافقها تم عرضها على مجموعة من الخبراء ،اذ اشتملت على استمارتي دفاعية وهجومية لكل مركز من مراكز اللعب وتم اجراء المعاملات العلمية من ثبات وموضوعية وفق جدول (٣) حيث تم الحصول على الصدق الظاهري للاستمارة من خلال عرضها على الخبراء والمختصين الذين اجمعوا على صدق الحالات التي سوف يتم قياسها وشمولها لها " (٧٦:) علماً بان الباحث استخدم المعادلات التالية لغرض استخراج فاعلية الاداء الدفاعية والهجومية . (: ٥٧)

مجموع الاداء الدفاعي الفاشل للاعب في المباريات + (٢×مجموع الاداء الدفاعي الناجح للاعب بالمباريات) = نسبة نجاح الاداء الدفاعي للاعب في المباريات

مجموع الاداء الدفاعي الفاشل للفريق ككل في المباريات + (٢×مجموع الاداء الدفاعي الناجح للفريق ككل في المباريات)

مجموع الاداء الدفاعي الناجح للاعب في المباريات + (٢×مجموع الاداء الدفاعي الفاشل للاعب بالمباريات)

نسبة فشل الاداء الدفاعي للاعب في المباريات =

مجموع الاداء الدفاعي الناجح للفريق ككل في المباريات + (٢×مجموع الاداء الدفاعي الفاشل لفريق ككل في المباريات)

جدول (٣)

يبين معامل الثبات والموضوعية

ت	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية	الدلالة Slg
١	استمارة فاعلية الاداء الدفاعية	٠,٨٨	٠,٩٠	٠,٠٠٦
٢	استمارة فاعلية الاداء الهجومية	٠,٩١	٠,٩٣	٠,٠٠٠

٣-٤-٣ الاختبارات المستخدمة :

اولاً/ اختبار المناولة الجدارية الخططية (دبل باص) والتهديف (٩ : ٧٢)

الهدف : سرعة ودقة اداء المناولة الجدارية والتهديف.

الادوات المستخدمة: كرة قدم/ ملعب كرة قدم /هدف مقسم بشريط الى مناطق عدة / شريط للقياس /ساعات توقيت ٣ / شواخص بارترفاع ١م كمنافس عدد٢ /بورك/ صافره.

وصف الاداء: تحديد موقع اللاعب والمدرّب و المدرّب مساعد مربع مساحته ٢مترمربع بمادة البورك لاستلام الكرة وتسليمها ويوضع شاخص بارتفاع ١متر في منتصف المسافة بين اللاعب والمدرّب وبين المدرّب واتجاه اللاعب الذي يبعد ٣م ، التهديف على المرمى من خارج منطقة الجزاء الذي يبعد اللاعب مسافة ٥م

ثانياً/ اختبار الربط الخططي والتهديف (٩ : ٧٤)

هدف الاختبار: سرعة ودقة الربط الخططي

الادوات المستخدمة: كرة قدم قانونية ، هدف مقسم بشريط ملون الى مناطق عدة ، ساعات توقيت ، شريط للقياس ، صافره ، بورك ، شاخص بارتفاع ١م عدد٣/ ملعب كرة قدم.

وصف الاختبار وادائه: يتم تحديد موقع لكل لاعب مربع مساحته ٢مترمربع بمادة البورك لاستلام وتسليم الكرة ويوضع شاخص بارتفاع ١متر في منتصف المسافة بين كل لاعبين كمنافس سلمي ، في حين أن منطقة التهديف على المرمى المقسم كل منطقة الجزاء حول منطقة ال ٦ ياردات

ثالثاً/ اختبار الأداء الخططي بتغيير الاتجاه والتهديف (٩ : ٧٧)

الهدف : سرعة الاداء الخططي ودقته.

المستوى: شباب.

الادوات المستخدمة: كرة قدم/ملعب كرة قدم /هدف مقسم بشريط الى مناطق عدة / شريط للقياس /ساعات توقيت/ ٥ شواخص بارتفاع ١م كمنافس /بورك/ صافره.

وصف الأداء: يتم تحديد موقع لكل لاعب مربع مساحته ٢متر بمادة البورك لاستلام الكرة وتسليمه ويوضع شاخص بارتفاع ١متر في منتصف المسافة بين كل لاعبين كمنافس ، في حين أن منطقة التهديف على المرمى المقسم الى ٥ مناطق تحدد كل منطقة الجزاء حول منطقة ال ٦ ياردات وينفذ الاختبار من خمسة لاعبين في مواقعهم المحددة مسبقا ويتم تبادل مواقعهم بعد انتهاء كل محاولة تهديف على المرمى بالتعاقب

رابعاً/ اختبار الجري بالكرة (٢ : ٧٣)

الغرض من الاختبار: قياس قدرة اللاعب باستخدام الجري بالكرة خططيا.

الادوات: ملعب كرة قدم ، كرات قدم عدد(٢) ، اعلام عدد(٣) ، شريط قياس ، ساعة توقيت، بورك ، مترجم لغة صم وبكم، شخص يؤدي نموذج تعليمي.

وصف الاداء: يقوم اللاعب بمناولة الكرة قطرية الى اللاعب الزميل ثم الجري للأمام لمسافة (١٥)م لاستلام الكرة والجري بها بين الاعلام عددها (٣) والمسافة بين علم واخر (٣)م ثم الجري طوليا بالكرة بين خطين عرضهما (١٥،٥)م لمسافة (٢٢)م ثم الدوران مباشرة بعد اجتياز الخطين و مواجهة منطقة الجزاء لمناولة الكرة عرضية (قوسيا) الى داخل المنطقة ونحو الدوائر

المرسومة التي نصف قطرها (١,٥)م **التسجيل**: يتم احتساب الزمن لحظة بدء اللاعب بالأداء ويتم احتساب افضل زمن للمحاولات الثلاث.

الشروط: يخفض (١)ثا اذا سقطت الكرة في الدائرة رقم (١) و(٢). يخفض (٢)ثا اذا سقطت الكرة في الدائرة رقم(٣). يعطى اللاعب زمن (٣)دقيقة راحة بين كل محاولة. خامساً/ اختبار المراوغة بالكرة (٢ : ٧٥)

الغرض من الاختبار: قياس قدرة اللاعب باستخدام المراوغة خططيا.

الادوات : كرات قدم عدد(٣)، هدف كرة قدم، شريط قياس، بورك، اعلام عدد(٥) مربعات لزوايا الهدف عدد(٦)، مترجم لغة صم وبكم، شخص يؤدي نموذج تعليمي.

وصف الاختبار: يقف اللاعب خلف خط البدء بمسافة (٢)م ومعه الكرة وعند سماع اشارة البدء يقوم بالجري بالكرة لاجتياز اعلام عددها(٥) والتي غير منتظمة على خط واحد وان المسافة بين العلم الاول والثالث (٣)م وبين الثالث والخامس(٣)م ثم التهديف نحو المربعات الموضوعة بالهدف المقسم، وبعدها اجتياز اخر علم والتهديف من خلف الخط الذي يبعد عن اخر علم بمسافة (١,٥)م كما موضح في الشكل (٥).

التسجيل: ١- يخفض الزمن (٣)ثا في حال التسجيل في المربع رقم (١) اليمنى او اليسرى. ٢ يخفض الزمن (٢)ثا في حال التسجيل في المربع رقم(٢). ٣- يخفض الزمن (١)ثا في حال التسجيل في المربع رقم(٣). ٤- لا يخفض الزمن عندما تمس الكرة الاضلاع بين المربعات او تذهب خارج الهدف.

سادساً/ اختبار الجري الحر (٣ : ٥٩)

الغرض من الاختبار: الجري الحر وصنع الفراغ.

الادوات المستخدمة: كرة قدم ، شريط قياس، ساعة ايقاف.

وصف الاداء: لاعبان مهاجمان المسافة بينهما(٥-٦)م المهاجم (٢) يقوم بالتحرك لليمين او اليسار لسحب المدافع المراقب له من الخلف يعود لاستلام الكرة من المهاجم (١) في منطقة الدائرة التي انطلق منها.

شروط الاختبار: قطر الدائرة (١)م ومسافة التحرك(٣)م لكل جهة تقاس من محيط الدائرة وتحدد بخطين .يختار المهاجم الجهة التي يتحرك نحوها.

التسجيل: يسجل الزمن الاقرب (1,٠٠) من الثانية من لحظة اشارة البدء حتى استلام الكرة .

٣-٥ التجربة الاستطلاعية :

٣-٥-١ التجربة الاستطلاعية الاولى : قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الأولى للفترة

من ٢٠١٩/٩/٢٠ ولغاية ٢٠١٩/٩/٣٠ لأعداد اختبار استمارة فاعلية الاداء وإجراء المعاملات

العلمية للاختبار وكذلك الاختبارات الخططية وكانت تهدف إلى ما يلي :

- ١- معرفة المدة الزمنية المناسبة لاداء الاختبارات الخططية .
- ٢- معرفة مدى ملائمة فاعلية الاداء لفئة الشباب .
- ٣- التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد أثناء تنفيذ الاختبارات
- ٣-٥-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية : قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية الثالثة بتاريخ ٢٠١٩/١٠/١ ولغاية ٢٠١٩/١٠/٥ وكانت على مجموعة من لاعبين نادي الزبير والبالغ عددهم (٨) لاعبين وكانت الغاية منها :
- ١- تحديد وحساب وقت كل تمرين من التمارين المستخدمة
- ٢- مدى ملائمة التمرينات المستخدمة لأفراد العينة .
- ٣- التعرف على أزمنا الراحة لكل تكرار وما بين المجموعات باستخدام النبض .
- ٤- تحديد الشدة المستخدمة للتمرينات المعدة
- ٣-٦ التجربة الرئيسية
- ٣-٦-١ الاختبارات القبليّة : قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة بتاريخ ٢٠١٩/١٠/٢ ولغاية ٢٠١٩/١٠/١٥ وبالترتيب والإجراءات التالية : اليوم الاول والثاني / الاختبارات الخاصة بالاداء الخططي على لاعبي نادي نفط الجنوب
- اليوم الثالث والرابع / الاختبارات الخاصة بالاداء الخططي على لاعبي نادي نفط الجنوب لأحد ٢٠١٩/ ١٠/٦ تصوير مباراة شباب الزبير وشباب كهرياء الهارثة .
- الثلاثاء ٢٠١٩/١٠/٨ تصوير مباراة شباب نفط الجنوب والبصرة .
- الاثنين ٢٠١٩/١٠/١٤ تصوير مباراة شباب نفط الجنوب والبحري .
- الثلاثاء ٢٠١٩ / ١٠ / ١٥ تصوير مباراة شباب الزبير والفيحاء .
- ٣-٦-٢ المنهج التجريبي
- من خلال اطلاع الباحث على العديد من البحوث والمصادر والدراسات المتوفرة في علم التدريب وكذلك استشارة الخبراء والمختصين وخبرة الاستاذ المشرف وخبرت الباحث المتواضعة وبعد اطلاعه على مجموعة من المناهج التدريبية التي تخص (فئة الشباب) قام الباحث بأعداد مجموعة من التمرينات الخاصة لمراكز اللعب المختلفة وعددها (٤٦) تمرينا اذ تم تطبيق هذه التمارين بتاريخ (٢٧/١٠/٢٠١٩) ولغاية(٢٧/١٢/٢٠١٩) اي بواقع (٨) اسابيع وبواقع (٣) وحدات تدريبية بالأسبوع
- (الاحد والثلاثاء والخميس) وقد قام الباحث بمراعاة ما يلي:
- ١-التدرج والتنوع بالتمرينات المستخدمة لكل مركز من مراكز اللعب
- ٢-قام الباحث بمراعاة اسس العلمية بالحمل التدريبي المستخدم حيث تم الزيادة التدريجية وكذلك التموج بين فترات التدريب داخل الدورة التدريبية المتوسطة .

٣- استخدم الباحث التموج بين الوحدات التدريبية للدائرة الصغرى وبتشكيل (١:٢) وكذلك بين الدورات التدريبية بتشكيل (١:١) لأنه يمثل الأسلوب الأمثل لتشكيل درجات الحمل المتتالية ويعني ذلك ان درجات الحمل المتتالية لا تسير على وتيرة واحده.

٤- تم تطبيق التمرينات بالقسم الرئيسي للوحدة التدريبية وبطرقتي (التدريب التكراري والفتري)

٥- تم تطبيق التمرينات في فترة الأعداد الخاص وما قبل المنافسة.

٣-٦-٣ الاختبارات البعدية : بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التدريبي تم إجراء الاختبار البعدي على أفراد عينة البحث بتاريخ ٢٠١٩/١٢/٢٨ ولغاية ٢٠٢٠/٢/٥ وقد سعى الباحث الى تهيئة الظروف نفسها بالاختبارات القبلية وبنفس الترتيب .

٣-٧ الوسائل الاحصائية : استخدام الحقيبة الاحصائية SPSS اصدار ٢١

٤- عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية

٤-١-١ عرض نتائج الاختبارات (القبلية والبعدية) في الاداء الخططي للمجموعة التجريبية وتحليلها.

جدول (٤) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبارات الاداء الخططي للمجموعة التجريبية

Sig	قيمة T المحسوبة	الخطأ المعياري	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
٠,٠٠٠	٧,٨	٠,١١٢	٠,٤٦١	١٣,٥	٠,٦٨٧	١٤,٤٢	ثا	الجري بالكرة
٠,٠٠٠	١٠,٤	٠,٠٨٦	٠,٦٩٣	١١,٣٩	٠,٦٨	١٢,٢٩	ثا	المراوغة
٠,٠٠١	٤,٤	٠,٠٩٩	٠,٢٩٨	٢,٧	٠,٢٨٦	٣,٢	ثا	الجري الحر
٠,٠٠٠	١٠,٩٤	٠,٣٢٩	٠,٥٢	٦,٨٥	٠,٧٧	٣,٢٥	د / ثا	الربط الخططي
٠,٠٠٣	٤,٦٥	٠,٣٥٠١	٠,٩١	٥,٤٢	١,٠٨	٣,٧٩	د/ثا	الاداء الخططي بتغير الاتجاه
٠,٠٠٠	٧,٠٣	٠,٤٩٢	١,٢١	٧,٨٢	١,٤٨	٤,٣٦	د/ثا	المناولة الجداريه مع التهديف

من خلال جدول (٤) نجد ان جميع قيم (ت) المحسوبة اكبر من الجدولية البالغة (١,٨) عند درجة حرية (١٥) ومستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على معنوية الفروق ولصالح الاختبارات البعدية .

٤-١-٢- عرض نتائج الاختبارات (القبلية والبعدية) للمتغيرات الاداء الخططي للمجموعة الضابطة وتحليلها

جدول (٥)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبارات الاداء الخططي

للمجموعة الضابطة

Sig	قيمة T فالمحسوبة	الخطأ المعياري	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
٠,٠٠٠	٦,٤	٠,١٢٧	٠,٦٣	١٤,٠١	٠,٧٥	١٤,٨	ثا	الجري بالكرة
٠,١٠٩	١,٧	٠,٢١٤	٠,٤٤	١٢,٤	١,٠٣	١٢,٧	ثا	المراوغة
٠,٠٤١	٢,٢٣	٠,١١٤	٠,٣	٣,١٧	٠,٣٦	٣,٤	ثا	الجري الحر
٠,٠٠٢	٤,٧٥	٠,٢٨٨	٠,٦٢	٤,٢١	٠,٩٣	٢,٨٤	ثا / د	الربط الخططي
٠,٨٩١	١,٤	٠,٣٩٢	٠,٧٤	٤,٦٢	١,٣٣	٤,٠٧	د/ثا	الاداء الخططي بتغيير الاتجاه
٠,٠٠٠	٧,٤	٠,٣٨٦	٠,٩٨	٦,٨٨	١,١٣	٤,٠١	د/ ثا	المناولة الجدارية مع التهديد

من خلال جدول (٥) نجد ان اغلب قيم (ت) المحسوبة هي اكبر من الجدولية البالغة (١,٨) عند درجة حرية (١٥) ومستوى دلالة (٠,٠٥) الا في اختبار (تغيير الاتجاه والمراوغة) لم تكن معنوية بالنسبة للاختبارات المجموعة الضابطة .

٤-١-٣ مناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للاداء الخططي للمجموعتين:

من خلال جدول (٤) و (٥) نجد وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمتغيرات الاداء الاداء الخططي ويعزو الباحث هذه المعنوية لتأثير التدريبات المستخدمة التي نفذت بشكل صحيح كونها ذات طابع تخصصي لتطوير الاداء الخططي للاعبين باستخدام وسائل واساليب تدريبية تراعي ذلك مما ساهمت في رفع المستوى الخططي للاعبين وهذا ما يتفق مع (كاظم الربيعي وموفق مجيد) " تستخدم اساليب تدريبية في اغلب مدارس كرة القدم العالمية بحيث تتلائم مع نوعية المهارات والخطط التي تتطلبها " (٣ : ٧٩) كما نرى بان التمارين المستخدمة والتي كانت منتظمة وبشكل علمي مدروس وبعيداً عن العشوائية في اداء تدريبيها وخصوصاً الاداء الخططي الذي يجب ان يكون ذات تنظيم وترتيب وتركيز واضح بادائه اثناء وضعه بالمنهاج وهذا يوضح ما تم تنفيذه بشكل علمي صحيح وفق مبادئ واسس خاصة ساهم بتطوير الاداء الخططي للاعبين وهذا ما يؤكد (مفتي ابراهيم حماد) " ان الفارق بين التدريب الرياضي العلمي والانشطة الاخرى المشابهة ان هناك العديد من الانشطة التي تمارس تحت مسمى ممارسة التدريب والرياضة والتي لا تستخدم الاسس العلمية للتدريب الرياضي حيث تعتمد تلك الانشطة على تنفيذ وحدات تدريبية عفوية غير نابعة من مخطط تدريبي علمي يهدف للارتقاء بالمستوى " (٧ : ٢٠)

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج القياسات القبلية والبعديّة لفاعلية الاداء

٤-٢-١- عرض نتائج الاختبارات (القبليّة والبعديّة) لفاعلية الاداء للمجموعة التجريبية وتحليلها

جدول (٦)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لفاعلية الاداء للمجموعة التجريبية

Sig	ت المحسوبة	الخطا المعياري	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		فاعلية اداء
			ع	س	ع	س	
٠,٠٠٨	٣,٨٥	٠,٧٢٣	١,٨٨	٩,٢٣	٢,٠٨	٦,٤٤	الدفاعية الناجح
٠,٧٨١	١,٠٧	٠,٣٨٧	٠,٨٩	٤,٠٨	١,٢١	٤,٤٧	الدفاعية الفاشل
٠,٠٠٠	٤,١٩	٠,٦٤٦	١,٤١	١٠,٢٣	٢,٠٧	٧,٥٢	الهجومية الناجح
٠,٠٠٣	٣,٢٤	٠,٥٢٠٥	١,٦٧	٣,٥٢	١,١٣	٥,٢١	الهجومية الفاشل

٤-٢-٢- عرض نتائج الاختبارات (القبليّة والبعديّة) لفاعلية الاداء للمجموعة الضابطة وتحليلها

جدول (٧)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لفاعلية الاداء للمجموعة الضابطة

Sig	ت المحسوبة	الخطا المعياري	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		فاعلية اداء
			ع	س	ع	س	
٠,٠٠٤	٢,٧٦	٠,٦٤٧	١,٦٣	٧,٧٢	١,٩١	٥,٩٣	الدفاعية الناجح
٠,٦٥١	٠,٥٥	٠,٣٨٤	١,١٢	٤,٠١	٠,٧٦	٣,٨٢	الدفاعية الفاشل
٠,٠٠٠	٧,٤٤	٠,١٤٩	٠,٦٧	٨,٣٢	١,٤٨	٧,٢١	الهجومية الناجح
٠,٩٨١	٠,٣٣	٠,١٤٦	١,٥٥	٤,٢٣	١,٧٩	٤,٦٢	الهجومية الفاشل

من خلال جدول (٧) نجد بان الحالة الدفاعية الفاشلة والهجومية الفاشلة غير معنوية كونها اكبر من القيمة (ت) الجدولية .

٤-٢-٣ مناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة في فاعلية الاداء للمجموعتين التجريبية والضابطة

من خلال جدول (٦) و(٧) نجد وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي لاختبارات البعديّة ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة ويعزو الباحث هذه المعنوية الى ان المنهج التدريبي المستخدم في فترة الاعداد الخاص وما قبل المنافسة له اثر ايجابي في تطوير اللاعبين في الجانب البدني والمهاري والخططي حيث عمل على رفع مستواهم مما اثر على فاعلية الاداء بحكم ان اكثر التمرينات كانت تحاكي الواقع فضلاً عن كون التمرينات

المقدمة للاعبين ذات خصوصية مشابهة لمجريات المباريات وهذا ما اشار اليه (حنفي محمود)
"ما لا يؤدي في التمرين لا يؤدي في المباريات" (١ : ١٥).

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية للاداء الخطي :

٤-٢-١ عرض نتائج اختبارات الاداء الخطي للمجموعتين (التجريبية والضابطة) للاختبارات البعدية وتحليلها

جدول (٨)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لاختبارات الاداء الخطي

بين المجموعتين التجريبية والضابطة

Sig	قيمة T فالمحسوبة	الخطأ المعياري	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
			ع	س	ع	س		
٠,٠١٩	٢,٤٧	٠,١٩٥	٠,٦٣	١٤,٠١	٠,٤٦١	١٣,٥	ثا	الجري بالكرة
٠,٠٠٠	٥,٠٤	٠,٢٠٥	٠,٤٤	١٢,٤	٠,٦٩٣	١١,٣٩	ثا	المراوغة بالكرة
٠,٠٠١	٣,٦	٠,١٠٥	٠,٣	٣,١٧	٠,٢٩٨	٢,٧	ثا	الجري الحر
٠,٠٠٠	١٧,٦	٠,١٤٧	٠,٦٢	٤,٢١	٠,٥٢	٦,٨٥	د/ثا	الربط الخطي
٠,٠٠١	٣,٤	٠,٢٣٤	٠,٧٤	٤,٦٢	٠,٩١	٥,٤٢	د/ثا	الاداء الخطي بتغير الاتجاه
٠,٠١٤	٣,١٧	٠,٢٩٦	٠,٩٨	٦,٨٨	١,٢١	٧,٨٢	د/ثا	المناوله الجداريه مع التهديد بالحركة

٤-٢-٢ مناقشة نتائج الاختبارات البعدية في الاداء الخطي للمجموعتين التجريبية والضابطة

من خلال الجدول (٦) نجد ان معنوية الفروق كانت لصالح المجموعة التجريبية في اختبارات الاداء الخطي ويعزو الباحث الى تأثير تدريب مراكز اللعب المعده من قبل الباحث على وفق اسس علمية صحيحة ساهمت في تطوير الاداء الخطي لدى اللاعبين مقارنة بالمنهج التقليدي الذي اعده المدرب للمجموعة الضابطة كون هذه التدريبات ساهمت بشكل فعال في تطوير الاداء الخطي لان كل لاعب يقوم باداء التمرينات الخطية من ضمن مركزة وهذا عمل يكون مشابهه لما يواجهه اللاعب في المباريات وهذا ما اشار اليه (موفق مجيد المولى و اخرون) " ان تطبيق الفعاليات الخطية ومتطلباتها تزداد خلال هذه الفترة وذلك لتحسين الانسجام بين اللاعبين على اختلاف مراكزهم وواجباتهم في المباريات" (٨ : ٢٥)

وقد ركز الباحث على الاهتمام بالاداء الخطي في مراكز اللعب المختلفة عن طريق التدريبات الفردية والجماعية بين المراكز التي تزيد في انسجام اللاعبين على الاداء الخطي رغم اختلاف مراكزهم وكذلك لتفادي الاخطاء التكتيكية اثناء المباريات وكذلك لها دور في تحسين الجانب المهاري والبدني لانها تضع اللاعب في مواقف مشابهه او قريبة الى مجريات المباريات ولهذا كان تأثير تدريب مراكز العب على الاداء الخطي واضح وفعال بحكم جعل اللاعب يتعايش مع

ما يواجهه اثناء المنافسة وهذا ما يؤكد عليه (قاسم حسن) "ان افضل وسيلة للتدريب على الفعاليات هو التدريب على خصائص اللعب وواجباته ومهاراته نفسها وهذا يضمن تقدما بالمستوى البدني والمهاري والخططي" (٤ : ٤٤) .

٤-٢-٣ عرض نتائج الاختبارات البعدية لفاعلية الاداء بين المجموعتين

جدول (٩)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة لفاعلية الاداء بين

المجموعتين

Sig	ت المحسوبة	الخطا المعياري	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		فاعلية اداء
			ع	س	ع	س	
٠,٠٠٦	٣,٣٢	٠,٤٥٤	١,٦٣	٧,٧٢	١,٨٨	٩,٢٣	الدفاعية الناجح
٠,٨٨١	٠,٤٨	٠,٦٢١	١,١٢	٤,٠١	٠,٨٩	٤,٠٨	الدفاعية الفاشل
٠,٠٠٠	٦,٧٢	٠,٢٨٤	٠,٦٧	٨,٣٢	١,٤١	١٠,٢٣	الهجومية الناجح
٠,٠٨٧	١,٩	٠,٣٧٢	١,٥٥	٤,٢٣	١,٦٧	٣,٥٢	الهجومية الفاشل

من خلال جدول (٩) نجد ان معنوية الفروق كانت لصالح المجموعة التجريبية في فاعلية الاداء بينما لم تكن هناك اي فروق في حالات الدفاعية الفاشلة .

٤-٢-٤ مناقشة نتائج الاختبارات البعدية في فاعلية الاداء للمجموعتين التجريبية والضابطة

تبين من الجدول(٩) ان هناك فروق معنوية دالة في الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في متغيرات فاعلية الاداء في الحالات (الدفاعية والهجومية). ويفسر الباحث هذه المعنوية الى تاثير تدريب مراكز اللعب في البرنامج التدريبي التي احتوت على تمرينات لبدنية وخطوية لها دور فعال في تطوير فاعلية الاداء فكان هناك ترابط بين الجانب البدني والمهاري والخططي فساعد على تطوير مستوى افراد العينة وهذا ما اشار اليه(قاسم حسن حسين) "ان تحقيق الاداء الجيد هو نتاج للترابط بين المستويات البدنية والمهارية والخطوية والنفسية" (٤ : ١٤٤) .

٥- الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات :

١- ان لتدريبات مراكز اللعب المعدة التاثير الكبير في رفع مستوى اللاعبين الى افضل المستويات.

٢- تفوق المجموعة التجريبية في الاختبارات الخطوية وفاعلية الاداء .

٣- تدريبات مراكز اللعب تؤدي بالاقتصادية بالعمل التدريب من حيث تقديم كمية من المفاهيم التدريبية بتمرينات هادفة ومشابه لما يحدث بالمباراة .

٢-٥ التوصيات

- ١- اعتماد تدريب مراكز اللعب بالدوائر التدريبية لما لها من مردودات ايجابية للاعبين .
- ٢- يوصي الباحث ضرورة اتباع المدربين السبل الحديثة في تدريب اللاعبين وخاصة الفئات العمرية من حداثة الاساليب الوسائل التدريبية .
- ٣- اجراء دراسات وابحاث مشابهة على مراكز اللعب تهدف بتطوير نواحي مهارية او خطية اخرى او وظيفية .

المصادر

- ١- حنفي محمود مختار: برنامج التدريب السنوي في كرة القدم ، القاهرة، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧
- ٢ - علي عودة صالح :تأثير التدريب المركب بطريقتين مختلفتين في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية والاداء الخطي الفردي الهجومي بكرة القدم .رسالة ماجستير .جامعة البصرة ٢٠١٥
- ٣- عبد علي جعفر : تأثير التدريب الفردي على بعض الصفات البدنية الخاصة والتصرف الخطي الهجومي بكرة القدم .رسالة ماجستير ،جامعة البصرة،٢٠٠٦
- ٣- قاسم حسن حسين : اسس التدريب الرياضي، عمان ، دار الفكر العربي، ١٩٩٨
- ٤- قاسم حسن: التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق ، بغداد ، مطبعة علاء، ١٩٩٩
- ٥- كاظم عبد الربيعي وموفق مجيد المولى: الاعداد البدني بكرة القدم ، بغداد ، بيت الحكمة ١٩٨٨
- ٦- مفتي ابراهيم حماد : الجديد في الاعداد المهاري والخطي للاعب كرة القدم، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥
- ٧- مفتي ابراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١
- ٨- موفق مجيد المولى واخرون : الاساليب الخطية بكرة القدم ،بغداد ، مطبعة الجامعة . ١٩٩٠
- ٩- ناجي كاظم علي : : تأثير تمرينات خاصة باسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الاداء الخطي ودقته بكرة القدم ، اطروحة دكتوراه.جامعة بغداد . ٢٠١٠

