

مجلة جامعة طبرق للعلوم الاجتماعية والإنسانية

Tobruk University Journal of Social & Human Sciences

ISSN: 2789-5068

www.jshs.tu.edu.ly



تأثير تحسين التوافق العضلي العصبي على دقة التمرير لدى ناشئين كرة القدم إعداد البحوث

أ.م. د. جلال محمد سالم الشامخ

عضو هيئة تدريس بجامعة بنغازي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-المرج

galal.mohamed120@yahoo.com

أ.م. د. الشريف عبد الجليل الشريف الغزالي

عضو هيئة تدريس بجامعة بنغازي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-المرج

Sheefo100@gamil.com

أ.م. د. جمعة يوسف إبراهيم

عضو هيئة تدريس بجامعة بنغازي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-المرج

Gomaayoussif7@gamil.com

الملخص

هدف البحث للتعرف على نسبة التحسن الحادث في مستوى التوافق العضلي العصبي ودقة التمرير لناشئي كرة القدم في نادي السد بنغازي، اشتملت عينة البحث على 34 لاعب يمثلون ناشئي نادي السد للموسم الرياضي 2021-2022 تحت 17 سنة و المشاركين في بطولة الدوري للقطاعات. استخدم الباحثون المنهج التجريبي بأسلوب القياس القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة بإجراء قياس قبلي قبل تنفيذ البرنامج التدريبي وقياس بعدي بعد تنفيذ البرنامج واستخدم الباحثون مجموعة من الادوات في البحث تتمثل فيما يلي اختبارات الاداءات المهارية للتمرير بأنواعه في كرة القدم و استمارة تحليل التمرير في كرة القدم بأنواعه واشكاله و البرنامج التدريبي الموجه نحو تطوير التوافق العضلي العصبي في كرة القدم، و بعد جمع البيانات تم تحليلها بواسطة SPASS أظهرت نتائج

الاختبارات قيمة ت المحسوبة بلغت 3.67 ومستوى الدالة 0.01 وهذه القيمة تعتبر دالة احصائية عند مستوى الدلالة 1.15 مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية كانت ذات فعالية في الاختبارات البعدية، وهذا يدل على ان البرنامج التدريبي المقترح قد كان ذات فاعلية في تنمية وتطوير المتغيرات المهارية لنادي كرة القدم بنادي السد.

Abstract:

The aim of the research is to identify the rate of improvement in the level of neuromuscular compatibility and passing accuracy for soccer players at Al-Sadd Club in Benghazi. The researchers used the experimental method in the pre and post measurement method for one group by conducting a pre measurement before implementing the training program and a post measurement after implementing the program. The training program aimed at developing neuromuscular coordination in football, and after collecting the data, it was analyzed by SPASS. The results of the tests showed that the calculated t value was 3.67, and the function level was 0.01, and this value is considered a statistical function at the level of significance 1.15, which means that there are statistically significant differences in favor of the experimental group. It was effective in the post-tests, and this indicates that the proposed training program has been effective in developing the skill variables of the football juniors at Al-Sadd Club.

التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث

تعد لعبة كرة القدم الأكثر شيوعاً بين شعوب العالم فهي لعبة الفقراء والأغنياء، وتعدُّ لعبة كرة القدم من الرياضات الجماعية القائمة على مبدأ التعاون وروح الفريق، حيث يتم تشكيل فريقين يتكون كل منهما من إحدى عشر لاعبا يقومون بتمرير الكرة فيما بينهم بهدف إدخالها في مرمى الخصم، ويحظر عليهم أثناء ذلك استخدام أيديهم للتعامل مع الكرة، فيما عدا حارس المرمى الذي يُسمح له القيام بذلك ما دام داخل ما يُعرف بمنطقة الجزاء، وتنتهي اللعبة بفوز الفريق الذي يُسجل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم ان التدريب الرياضي يقوم على مبدأ العلم لتطوير قدرات اللاعب البدنية وبعض المهارات الأساسية التي تعتمد على المصادقة، تقوم على مبدأ المحاولة والخطأ، ولكنها عملية مدروسة ومخططة تخطيطاً سليماً يعتمد على دف من خلالها إلى تنمية العملية الكلية المنظمة والموجهة للنهوض بمستوى اللاعبين من خلال مؤثرات منسقة الكفاءة البدنية والاستعداد لأداء الجهد وذلك للوصول لأعلى مستوى رياضي (1).

و يؤكد (3) ان الحالة المهارية للاعب كرة القدم تعتبر احد الاسس المهمة التي تحدد كفاءة الاداء المهاري و الخططي، لان اي خطة مهما كانت درجة اختيارها يمكن ان تفشل اذا لم يتم اخذ القدرات البدنية بعين الاعتبار، كذلك لا يمكن تنفيذ الاداء المهاري بطريقة الية بدون امتلاك اللاعب للسمات و الخصائص المهارية التي من شأنها ان تخدم الاداء الحركي للمهارات الأساسية..

ان الاعداد المهاري جزء رئيسي في منظومة الاعداد العام الخططي ، البدني، النفسي، المعرفي. فتكامل انواع هذه الاعدادات و مزجها و ترابطها جيدا ذلك كله يساهم في تحقيق هدف التدريب الرياضي و هو الفوز بإيجاب في اعداد خططي جيد بالمنافسات، و تعد لعبة كرة القدم من الالعب المهمة و المميزة و من انواع الرياضات ذات خبرة و ممارسة من القائمين بالتدريب على و ضع الخطط المناسبة لإداء الفريق في المباريات و القدرة على التصرف الامثل في المواقف التي تحتاج الى قرارات سريعة و ناجحة.

1-2 مشكلة البحث:

تعتمد عملية التدريب الرياضي لناشي كرة القدم على تحسين الأداء المهاري بشكل خاص، وذلك انطلاقاً من أن المباريات تأخذ شكلاً تنافسياً صعباً مما فرض على الناشئين ضرورة امتلاك قدرات فنية عالية بالإضافة إلى القدرة على تنفيذ الوجبات الخططية. كما أن الأداء في لعبة كرة القدم يتميز باحتوائه على كثير من التمريرات الدقيقة والمتنوعة وينبغي على لاعب كرة القدم أن يتقنها سواء كانت تمريرات قصيرة او طويلة لتحقيق التميز والتفوق على منافسة لذا كان التدريب على تلك الاداءات المهارية يشغل حيزاً زمنياً في برامج إعداد وتدريب الناشئين والكبار من ناشئي كرة القدم.

حيث أن التمريرات المتعددة في كرة القدم هي مفتاح فوز أي فريق وان الإعداد المهاري و التوافق العضلي العصبي لدى الناشئين أثناء الوحدات التدريبية له أهمية كبيرة لان الأداء المهاري في كرة القدم يمثل مجموعه من الاداءات المهارية المنفذة والموجهة بالكرة أو بدون كرة ويتطلب تنفيذها أساس من القدرات البدنية والعقلية وتندمج جميعها لأداء مهاري متكامل يتفق وطبيعة ومتطلبات مواقف اللعب المتغيرة المختلفة وتحت ضغط المنافسين وبسرعة دقة وتوقيت مناسب وتوظيف الاداءات المهارية بما يتنافس مع متطلبات مراكز اللعب المختلفة.

وتعد مباراة كرة القدم مجموعة من التحركات الواعية والقرارات السريعة تتحقق عن طريق استخدام الأسلوب الأمثل للمهارات وفق المواقف وبالسريعة الملائمة لاستغلال أخطاء المنافس في عمليات التمركز الدفاعي عند لحظة افتكاك الكرة. ومن هذا المنطلق ومن خلال خبرة الباحثون كمدرسين حالياً وكلاعبين سابقين وعملهم كمشرفين رياضيين واحتكاكهم المباشر بهذه المرحلة العمرية تمثلت أهمية البحث في تحسين التوافق العضلي العصبي وتأثيره على دقة التمرير لدى ناشئي كرة القدم.

1-3 أهداف البحث:

تهدف الدراسة الحالية التعرف إلى الاتي:

- 1- مستوى التوافق العضلي العصبي لدى ناشئي كرة القدم في نادي السد.
- 2- اعداد برنامج تدريبي بهدف تحسين التوافق العضلي العصبي لناشي كرة القدم في نادي السد.
- 3- التعرف على نسبة التحسن الحادث في مستوى التوافق العضلي العصبي ودقة التمرير لناشي كرة القدم في نادي السد.

1-4 فروض البحث:

- 1- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في تحسين التوافق

العضلي العصبي لناشي كرة القدم في السد.

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في زيادة دقة التمرير لناشئي كرة القدم في نادي السد

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال الزمني:

اجريت جميع اجراءات البحث خلال الفترة من 2021/9/15 حتى 2022/08/30.

2-5-1 المجال المكاني:

تمت اجراءات البحث وتطبيق البرنامج التدريبي بملعب نادي السد بينغازي.

3-5-1 المجال البشري:

اجريت الدراسة على لاعبي كرة القدم الناشئين في نادي السد بينغازي.

1-2 منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي عن طريق الملاحظة العلمية لمستوى التمرير بأنواعه في عدد (5) مباريات قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي.

استخدم الباحثون المنهج التجريبي بأسلوب القياس القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة بإجراء قياس قبلي قبل تنفيذ البرنامج التدريبي وقياس بعدي بعد تنفيذ البرنامج.

2-2 عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على 34 لاعب يمثلون ناشئ نادي السد للموسم الرياضي 2021-2022 تحت 17 سنة و المشاركين في بطولة الدوري للقطاعات. وبعد استبعاد 4 حراس مرمى تصبح العينة 30 ناشئ. حيث اجريت الدراسة الاستطلاعية على 15 ناشئ يمثلون نادي النجمة. في حين اجريت الدراسة الاساسية على 25 ناشئ يمثلون نادي السد بينغازي والذي اختاره الباحثون كون احدهم مدربا بالنادي. والجدول التالي يوضح التوصيف الإحصائي للبيانات الاساسية لعينة البحث الكلية بدون حراس المرمى.

جدول (1)

التوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث في المتغيرات الأولية الاساسية قبل التجربة (تجانس العينة)

$$N = 30$$

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	القيمة القصوى	القيمة الدنيا	N	المجموعة	
61756.	12.68	11.99	10.91	15	العمر	الضابطة
16344.	1.435	1.82	1.133	15	الطول	
7.0212	20.8787	50.99	21.98	15	الوزن	
62799.	12.5111	11.97	10.97	15	العمر	

التجريبية	الطول	15	1.52	1.51	1.4921	118979.
	الوزن	15	27.99	12.01	41.9787	11.56433

وقد قسم الباحثون افراد العينة إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين احدهما تجريبية (15) لاعبا والأخرى ضابطة (15) لاعبا، وعمد الباحثون إلى ايجاد التكافؤ بين مجموعتي الدراسة في متغيرات الطول والعمر والوزن بالإضافة، إلى المتغيرات المهارية.

2-3 ادوات وقياسات البحث:

استخدم الباحثون مجموعة من الادوات في البحث تتمثل فيما يلي:

- اختبارات الاداءات المهارية للتمرير بأنواعه في كرة القدم.
- استمارة تحليل التمرير في كرة القدم بأنواعه واشكاله.
- البرنامج التدريبي الموجه نحو تطوير التوافق العضلي العصبي في كرة القدم.

2-4 اولاً: الاختبارات المهارية للتمرير.

خطوات تحديد الاختبارات المهارية للتمرير:

- بعد اطلاع الباحثون على المراجع العلمية والدراسات المرجعية التي اوردها امرالله البساطي 2000، ص112، حنفي مختار 2000 ص 102 ، وحسن ابوعبدة 2012، ص 67. قام بتحديد 7 اداءات مهارية للتمرير. ثم قام يعرضها على السادة الخبراء (15 خبير) لتحديد اهم الاداءات المهارية للتمرير.

جدول (2):

استطلاع آراء الخبراء في أهم مهارات تمرير الكرة بالقدم

رقم المهارة	المهارة	موافق		موافق إلى حد ما		غير موافق		الاهمية النسبية
		التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	
1	تمرير الكرة بمقدمة (سن) القدم الأمامي	12	84.62	3	15.38	0	0.00	92.31
2	تمرير الكرة (بداخل) باطن القدم	15	100	0	0.00	0	0.00	100
3	تمرير الكرة بوجه القدم الخارجي	11	76.92	2	15.38	2	7.69	84.62
4	تمرير الكرة بوجه القدم الامامي	13	92.31	2	7.692	0	0.00	96.15

جدول (2) ن = 15

1-4-2 ثانيا: الاختبارات البدنية للتوافق العضلي العصبي.

خطوات تحديد الاختبارات البدنية:

بعد اطلاع الباحثون على المراجع العلمية والدراسات المرجعية التي اوردها محمود أبو العين،

1985 ص 111، مفتي إبراهيم حماد 1985 ص 132 ، محي الدين عبد العال الغريب 2009، ص 63 . قام بتحديد

بعض الخصائص البدنية للتوافق العضلي العصبي. ثم قام بعرضها على السادة الخبراء لتحديد اهم الاداءات المهارية للتمرير مرفق (2) من خلال:

الاختبار الأول :

اختبار الدوائر المرقمة:

الغرض من الاختبار : قياس التوافق بين العين والرجلين .

الأجهزة الأدوات المستخدمة :

- ساعة توقيت الكترونية ، يرسم على الارض ثماني دوائر على ان يكون قطر كل منها ستون (60) (سنتمتر) . ترقيم الدوائر.
- مواصفات الأداء : يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) عند سماع اشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معاً الى الدائرة رقم (2) ثم الى الدائرة رقم (3) ثم الدائرة رقم (4) حتى الدائرة رقم (8) يتم ذلك بأقصى سرعة .
- التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني دوائر.

الاختبار الثاني:

اختبار الاعلام الملونة:

الغرض من الاختبار : قياس التوافق بين سرعة التفكير ورد الفعل.

الأجهزة الأدوات المستخدمة :

- ساعة توقيت الكترونية، يوضع على الارض تسع اعلام على ان يكون لكل ثلاث ألوان لون موحد.
- مواصفات الأداء : يقوم اللاعب بالركض حول الاعلام وعند استلام الكرة يقوم بإرجاعها من لمسه واحدة الى المدرب ومن ثم يقوم بالركض حول الاعلام ذات نفس لون العلم الذي استلم منه الكرة

1-4-2 الدراسة الاستطلاعية الاولى:

والتي اجريت في الفترة من الاربعاء 2021/5/2 وحتى الخميس 2021/5/17 ولمدة اسبوعين. والجدول (3) التالي يوضح نتائج

الدراسة.

الدوائر المرقمة الاعلام الملونة	وحدة القياس	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	معامل الارتباط	T	مستوى الدالة
اختبار مختار لدقة التمرير	ث/زمن	الضابطة	15	15.11	0.941	.8881	1.4213
		التجريبية	15	13.76	0.543		
إخبار مختار لدقة التمرير	هدف	الضابطة	15	1.08	0.779	.9888	1.3421
		التجريبية	15	1.73	0.96		
دقة التمرير	هدف	الضابطة	15	1.798	0.80	-.239	1.8213
		التجريبية	15	1.86	0.74		
التمرير بالجري المتعرج بالكرة	ث/زمن	الضابطة	15	31.01	0.41	1.42	1.63
		التجريبية	15	29.61	0.12		
تمرير الكرة البعد مسافة	متر	الضابطة	15	15.02	0.81	.5051	1.6343
		التجريبية	15	13.72	0.86		
التمرير القصير بالكرة	عدد	الضابطة	15	3.36	0.85	0.042	1.3077
		التجريبية	15	3.88	0.75		

2-4-2 الدراسة الاستطلاعية الثانية :

اجريت الدراسة الاستطلاعية الثانية على عينة استطلاعية قوامها 15 ناشئ كرة قدم يمثلون نادى النجمة الرياضى ببنغازى وذلك بهدف حساب صدق وثبات اختبارات التوافق و الاداءات المهارية . واجريت هذه الدراسة في الفترة من الثلاثاء 2021/5/22 وحتى الخميس 2021/5/31 ولمدة 9 ايام. والجداول التالية توضح نتائج الدراسة.

2-4-3 صدق التمايز:

جدول (3)

دلالة الفروق بين الربيع الاعلى والربيع الادنى لإيجاد صدق (الاختبارات التوافق)

المجموعة	N	المتوسط	الانحراف	T	مستوى الدالة
العمر	15	11.6688	.59721	.49911	.6001
	15	11.9933	.58094	.6201	.4961
الطول	15	1.1167	.06443	-.4881	.6765
	15	1.5111	.07989	-.4876	.6432
الوزن	15	38.6655	6.98794	-.8977	.4012
	15	41.2324	7.012324	-.8971	.2971

4-4-2 ثبات إعادة الاختبار:

حيث تم إعادة تطبيق الاختبارات على المجموعة الاستطلاعية بعد اسبوع من التطبيق الأول وذلك للتأكد من ثبات إعادة تطبيق اختبارات التوافق و دقة التمرير وتم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني والجدول (4) يوضح نتائج ثبات إعادة التطبيق.

جدول (4)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لإيجاد ثبات (اختبارات التوافق ودقة التمرير)

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		الثبات (ر)	مستوى الدالة
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
مختار لدقة التمرير	زمن	13.1901	1.97998	13.5670	4.00021	0.995	0.01
مختار لدقة التمرير	اهداف	.4990	.57789	.2543	.43452	0.99	0.01
دقة التمرير	اهداف	1.4400	1.16749	1.24536	.69868	0.99	0.01
التمرير بالجري المتعرج	زمن	28.5987	4.87912	32.9231	2.8867	0.98	0.01
تمرير الكرة لأبعد مسافة	متر	11.8790	4.66470	12.6870	5.32458	0.89	0.01
التمرير القصير	عدد	2.5110	.70811	2.7012	.67678	0.99	0.01

*معنوى عند مستوى $0.05 = 2.14$

يتضح من جدول (4) والخاص بدلالة الفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني ومعامل الارتباط بين التطبيقين لإيجاد ثبات (اختبارات التوافق ودقة التمرير)، عدم وجود فروق معنوية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني. حيث بلغت قيمة ت المحسوبة ما بين (0.02 الى 0.44) وهذه القيم غير معنوية عند مستوى 0.05. كما بلغ معامل الارتباط ما بين (0.89 الى 0.99) مما يؤكد ان الاختبارات

تتسم بالثبات وانها تعطى نفس النتائج اذا اعيد تطبيقها مرة اخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف. وبذلك تم تحديد اختبارات التوافق ودقة التمرير وتقنينها.

3- عرض ومناقشة النتائج:

في ضل اجراء الدراسة وبعد انتهاء و تطبيق كافة المتطلبات البحثية توصل الباحثون الى النتائج التالية:

جدول (5)

الرقم	المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي = 05 - ن		القياس البعدي = 05 ن		قيمة ت	مستوى الدلالة	النسبة المئوية للتغير (%)
			الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط			
1	التمرير بالجري المتعرج بالكرة	ث/زمن	4.55	28.99	1.39	24.81	4.91	0.00	49،-20
2	تمرير الكرة لأبعد مسافة	متر	5.79	14.64	3.08	29.99	3.69	0.01	433،5
3	التمرير القصير	عدد	2.02	4.04	17.13	18.73	3.23	0.03	98،280
4 أ	إختبار مختار لدقة التمرير	زمن	1.98	13.96	1.02	13.10	2.34	0.02	18،-8
4 ب	إختبار مختار لدقة التمرير	اهداف	0.90	0.83	1.17	1.89	2.76	0.01	51،146

جدول (6)

مقارنة القياس القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في مكونات التوافق العضلي العصبي ن = 15

المتغيرات	وحدة قياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"	نسبة التحسن
		س	ع	س	ع		
اختبار الدوائر الرقمية	ثانية	1.8	0.312	1.27	0.349	6.82	32.55%
اختبار الاعلام الملونة	ثانية	1.08	0.792	2	0.359	6.16	54.54%

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 2.201

جدول (7)

مقارنة القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في مكونات التوافق العضلي العصبي ن = 15

المتغيرات	وحدة قياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة "ت"	نسبة التحسن
		س	ع	س	ع		
اختبار الدوائر الرقمية	ث	1.85	0.155	0.27	0.073	9.43	82.45%
اختبار الاعلام الملونة	ث	1.31	0.284	3.64	0.142	8.20	112.12%

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 2.201

1- دلت النتائج على وجود التأثير الإيجابي لتحسين التوافق العضلي العصبي على دقة التمرير في كرة القدم لدى ناشئي كرة القدم بنادي السد بنغازي.

2- اثر البرنامج تأثيراً ايجابياً على تحسين زمن التمرير حيث قل زمن الاداءات المهارية للتمرير.

3- اوضحت النتائج وجود تأثير إيجابي للبرنامج التدريبي على تقليل زمن التمريرة لناشئي كرة القدم في نادي السد بنغازي .

4- أثر البرنامج تأثيراً ايجابياً على تحسين نسبة الدقة في التمرير بعد تطبيق البرنامج التدريبي.

5- اظهرت النتائج المتعاقبة بالفرض الثاني من خلال جدول رقم 5 أنه يوجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسطات

الاختبارات المهارية ما بين القياس القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدي في متغيرات التمرير موضع الدراسة، حيث

يلاحظ من نتائج الجدول رقم 5 ان تقدما واضحا وملموسا قد حصل على افراد المجموعة التجريبية الخاضعة

للبرنامج التدريبي المقترح، بمعنى ان البرنامج التدريبي المقترح قد حقق تطورا وتقدما لدى افراد المجموعة التجريبية

في جميع متغيرات مهارة التمرير قيد الدراسة.

6- ومن خلال استعراض الجدول رقم 5 نلاحظ ان المتوسط الحسابي الاختبار التميرير بالجري بالكرة في خط متعرج انخفض من 28.89 ث إلى 24.74 ث وان قيمة ت المحسوبة بلغت 4.89 ومستوى الدلالة 1.11 وهذه القيمة تعتبر دالة احصائية عند مستوى الدالة 1.15 مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدى في اختبار الجري بالكرة في خط متعرج ولصالح البعدى، حيث وصلت نسبة التغير 19.49 - %

7- ويرى الباحثون ان السبب في ذلك يعود إلى تأثير البرنامج التدريبي المنفذ، بالإضافة إلى اعطاء التدريبات البسيطة والموجهة والتنافسية التي ادت إلى الارتقاء والتطور في مهارة التميرير بالكرة في خط متعرج وكذلك الثقة بالنفس والجرأة على القيام بتحركات فردية التي اكتسبها خلال البرنامج التدريبي. وهذا ما اكده شعلان وعفيفي 2011، ص 55، انه يتوقف نجاح اداء مهارة الجري بالكرة على الثقة بالنفس والجرأة على القيام بتحركات فردية واختيار اللحظة المناسبة للقيام بالمراوغة.

8- اما فيما يتعلق في إخبار تمرير الكرة لأبعد مسافة ارتفع المتوسط الحسابي من 14.62 م إلى 29.98 م وان قيمة ت المحسوبة بلغت 3.67 ومستوى الدالة 0.01 وهذه القيمة تعتبر دالة احصائية عند مستوى الدلالة 1.15 مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين

القياسين القبلي والبعدى في اختبار ركل الكرة البعد مسافة ولصالح البعدى، حيث وصلت نسبة التغير 45 % . ويرى الباحثون ان السبب في ذلك يعود إلى التعلم السليم لمهارة تمرير الكرة بالإضافة إلى التمرينات التي تعطى كانت بها بعض تمرينات القوة العضلية، بالإضافة إلى التدريبات التنافسية التي ادت إلى حسن استخدام تمرير الكرة من حيث السيطرة وكذلك استخدام القدم اليسرى اثناء التقسيمة، و التقسيمات ذات طابع مشروط بالإضافة إلى زيادة سرعة الحركة اثناء تمرير الكرة وزيادة القوة العضلية للفخذ من خلال استخدام القدم غير المميّزة أدى إلى هذا التطور الكبير لمهارة تمرير الكرة كما اكدت عليه دراسة بورج واخرون (Borg, et al, 2002، ص 45، حيث اشار إلى ان زيادة سرعة الحركة اثناء تمرير الكرة يؤدي إلى تطوير مهارة التميرير.

9- اما فيما يتعلق في اختبار التميرير القصير فقد ارتفع المتوسط الحسابي من 4.03 مرة إلى 18.78 مرة، وان قيمة ت المحسوبة بلغت 3.20 ومستوى الدلالة كانت 0.03 وهذه القيمة تعتبر دالة احصائية عند مستوى الدلالة 1.15 مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدى في اختبار التميرير القصير ولصالح البعدى، حيث وصل نسبة التغير إلى 98.284 %

10- يتضح من جدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات القياس القبلي و البعدى للمجموعة الضابطة في مكونات التوافق العضلي العصبي حيث فاقت قيم "ت" المحسوبة قيمتها الجدولية عند درجة حرية 11 ومستوى معنوية 0.05 في هذه المتغيرات لصالح القياس البعدى كما تراوحت نسب التحسن في تلك المتغيرات ما بين (32.55% : 54.54%).

11- يتضح من جدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مكونات التوافق العضلي العصبي حيث فاقت قيم "ت" المحسوبة قيمتها الجدولية عند درجة حرية 11 ومستوى معنوية 0.05 في تلك المتغيرات لصالح القياس البعدي كما تراوحت نسب التحسن في تلك المتغيرات ما بين (82.45%:112.12%).

12- ويعزو الباحثون هذا التقدم الحاصل إلى البداية في الوحدة التدريبية التي كانت تعطى بالكرات حيث طابع الاحساس بالبداية وتوفر لكل لاعب كرة له زاد من دقة مهارة التمرير، والارتياح العام لا لعبين حيث مثل هذه المهارات تعطى واللاعب مرتاح وليس عنده اعباء بدنية، بالإضافة إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح المنفذ من قبلهم، وعامل التشويق واستثارة حماسهم أدى إلى هذا التطور الكبير في مهارة التمرير. كما ان اتقان مثل هذه المهارة يستطيع اللاعب ان يتقدم في المهارات الأخرى حيث يتوقف اداء جميع المهارات على مدى اتقان اللاعب استقبال الكرة و تمريرها، وهذا ما اكده حسن ابوعبده ، 2013 ص 23، حيث اشار ان اتقان هذه المهارات يستطيع اللاعب ان يتقدم في المهارات الأخرى .

4 - الاستنتاجات و التوصيات :

1-4 الاستنتاجات :

1. البرنامج التدريبي المقترح لمدة ثمانية اسابيع، وبمعدل ثلاث وحدات تدريبية، له تأثير ايجابي ذو دلالة احصائية على تطوير المتغيرات المهارية للتمرير) التمرير بالجري بالكرة في خط متعرج، تمرير الكرة لأبعد مسافة، التمرير القصير ، دقة التمرير.
2. اظهرت الدراسة ان نتائج الاختبارات على المجموعة التجريبية كانت ذات فعالية في الاختبارات البعدية، وهذا يدل على ان البرنامج التدريبي المقترح قد كان ذات فاعلية في تنمية وتطوير المتغيرات المهارية لناشئي كرة القدم بنادي السد.
- 3 . اظهرت الدراسة ان المجموعة التجريبية قد تفوقت على المجموعة الضابطة في معظم وكافة المتغيرات المهارية) التمرير بالجري بالكرة في خط متعرج، تمرير الكرة لأبعد مسافة، التمرير القصير، دقة التمرير، من حيث عدد الأهداف
- 4 . ظهور تطور في مستوى اداء اللاعبين في مختلف المهارات الأساسية التمرير بالجري بالكرة في خط متعرج، التمرير القصير، تمرير الكرة لأبعد مسافة، دقة التمرير لدى المجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ولكن بنسب اقل مقارنة بنتائج المجموعة التجريبية

2-4 التوصيات :

في حدود منهج البحث والادوات المستخدمة و الاستخلاص يوصي الباحثون بما يلي:

مناشدة الاتحاد الليبي لكرة القدم بمراعاة ما يلي:

1- الاسترشاد بأسس البرنامج التدريبي المطبق في البحث خلال تدريب الناشئين على التمرير في كرة القدم بنادي

السد ببنغازي.

2- ضرورة اهتمام المدربين بالتوافق العضلي العصبي وذلك لأهميته وفاعليته في كرة القدم.

3- ضرورة تدريب الناشئين على سرعة الاداءات المهارية الموجهة.

4- وضع برامج على أسس علمية تربط بين النواحي البدنية و الخططية والمهارية والنفسية و الذهنية على أساس علمي.

5- الاستفادة من البرنامج التدريبي موضع الدراسة وعمل برامج تدريبية للناشئين في جميع المراحل السنية وذلك لخلق

قاعدة عريضة من الناشئين معدة بدنياً وخططياً حتى يمكنهم الارتقاء بمستوى كرة القدم.

6- ضرورة الربط بين القياسات والاختبارات الموقفية وكذلك وسائل الملاحظة العلمية والاستفادة منها في تقييم الأداء

المهاري والخططي.

المراجع

- 1- حسن السيد أبو عبده (2015) : الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم (النظرية والتطبيق)، ماهي للطباعة والنشر، الإسكندرية.
- 2- حسن أبو عبده، جابر رشاد (1990) : دراسة مقارنة لفاعلية التهديف في بطولة كأس العالم لكرة القدم بالمكسيك 1986، إيطاليا 1990، نظريات وتطبيقات، العدد السابع عشر كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- 3- حنفي محمود مختار (1995) : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 4- حنفي محمود مختار (2008) : كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 5- خالد سعيد عبد النبي (1997) : تنمية سرعة ودقة الأداء الحركي لدي ناشئي كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- 6- ذكي محمد حسن (1997) : المدرب الرياضي، أسس العمل في مهنة التدريب، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- 7- زهران السيد عبد الله (2000) : المهارات الفنية للبطولة العالمية في كرة القدم، شركة الجلاء.

مجلة جامعة طبرق للعلوم الاجتماعية والإنسانية العدد الرابع عشر - يناير 2024 م

أ.م. د. الشريف عبد الجليل الشريف الغزالي. أ.م. د. جمعة يوسف إبراهيم أ.م. د. جلال محمد سالم الشامخ

- | | | | |
|------|---|--------|--|
| 8 - | زهير علي الخشاب | (1990) | : كرة القدم، جامعة الموصل، العراق. |
| 9 - | سراج الدين محمد عبد المنعم | (2007) | : الموسوعة العلمية في التدريب، دليل الإعداد البدني لكرة القدم، الطبعة الأولى، القاهرة. |
| 10 - | سليمان فاروق سليمان | (1993) | : تأثير أسلوب مقترح لإكساب بعض المهارات المندمجة علي مستوى الأداء الفني لناشئي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية. |
| 11 - | طارق محمد جابر | (2002) | : تأثير برنامج تدريبي للأداء المهارى المركب على فاعلية بعض المبادئ الخططية الهجومية لناشئي كرة القدم، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط. |
| 12 - | طه إسماعيل،
عمرو أبو المجد،
إبراهيم شعلان | (1989) | : كرة القدم بين النظرية والتطبيق والإعداد البدني، دار الفكر العربي، القاهرة. |
| 13 - | عادل عبد البصير | (1992) | : التدريب الرياضي المتكامل بين النظرية والتطبيق، المكتبة المتحدة، بور فؤاد. |
| 14 - | عادل عبد الحميد الفاضى | (1996) | : دراسة تحليلية لبعض الخطط الهجومية لفرق المستويات العالية في كرة القدم، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية. |
| 15 - | عبد الباسط محمد عبد الحليم | (1998) | : تأثير برنامج تدريبي لبعض الأداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية. |
| 16 - | عصام الدين عبد الخالق | (2003) | : التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، ط10، دار المعارف بالإسكندرية. |
| 17 - | عصام أمين حلمي،
محمد بريقع | (1997) | : التدريب الرياضي، أسس، ومفاهيم - اتجاهات، دار المعارف، الإسكندرية. |
| 18 - | علي عبد الواحد،
طلحة حسام | (1991) | : كينسولوجيا الرياضة (أسس التحليل الحركي)، دار الكتاب العربي، القاهرة. |
| 19 - | علي فهمي البيك | (1992) | : أسس إعداد لاعبي كرة القدم والألعاب الجماعية، دار المعارف، الإسكندرية. |