

" تأثير تدريبات الإدراك الحس حركي على التصرف الخططي الهجومي لناشئي كرة القدم"

أ.م.د/ محمد رفاعي مصطفى مصطفى *

مشكلة البحث:

إن التطور الكبير الحادث في كرة القدم خلال الآونة الأخيرة واعتمادها على الأسلوب العلمي والتطور التكنولوجي من أجل النهوض باللاعبين والوصول بهم لأعلى المستويات البدنية والمهارية والخططية أجبر الباحثين والعاملين في مجال تدريب كرة القدم على أن يبذلوا جهود مضاعفة من أجل تطوير وتحديث الأساليب التدريبية المستخدمة والتعرف على أنسبها ونقاط القوة والضعف لكل أسلوب وتوفير الوقت والجهد وتحقيق النتائج المطلوبة.

والإدراك الحس حركي يلعب دوراً أساسياً في تعلم واكتساب المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية فهو يزيد من قدرة اللاعبين على تقدير العلاقات المكانية والزمانية عند أداء الحركات الرياضية المختلفة، ويعتمد على أعضاء الجسم الحسية ومدى قدرتها على استقبال المعلومات وتحليل المخ لها ومن ثم إعطاء الأوامر الحركية للعضلات لكي تقوم بالحركة المناسبة.

ويتفق كلاً من مفتي إبراهيم (٢٠٠٢م)، أوجست نيوماير August Neumaier (٢٠٠٦م)، رينهارد يانسون Reinhard Jansson (٢٠٠٧م)، كورت مانيب وجينتر شنابيل Kurt Meinel & Gunter Schnable (٢٠٠٨م) على أن أي حركة تحتاج إلى درجة عالية من الإدراك للمكان ووضع الجسم حتى يقوم بالحركة اللازمة للموقف، ويتم ذلك من خلال عمليات عقلية تبدأ بالإشارة العصبية الحسية ويترجمها المخ ويصدر أوامره للعضلات حتى تقوم بالحركة المناسبة للموقف، ويساعد الإدراك الحس حركي في إتقان الحركات من خلال زيادة القدرة على تقدير الموقف وتوقع المعلومات الحركية وتكوين خبرات لدى الفرد وعمل تغذية راجعة عند الأداء. (٢٢ : ٩٩)، (٣٠ : ١٢٢)، (٤٢ : ٣٨)، (٣٧ : ٢١٤)

ويشير محمد شحاته (٢٠٠٦م) إلى أنه لكي يتم تطوير الإدراك الحس حركي للاعب يجب إعطائه تدريبات وأنشطة حركية تهدف إلى تكوين كم كبير من المعلومات الحس حركية وفهم الأداء الصحيح مما يحقق إتقان وتحكم أفضل في الأداء الحركي. (١٨ : ١٧٥)

ويتفق كلاً من أحمد فتحي (٢٠١٧)، كرامة أحمد (٢٠٢٠م) على أن الإحساس والإدراك من المهارات العقلية العليا ولاعب كرة القدم يحتاج مجموعة من الإحساسات منها (الإحساس العضلي الحركي - الإحساس البصري - الإحساس بالتوازن - الإحساس بالقوة - الإحساس

* أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الألعاب الرياضية وألعاب المضرب - كلية علوم الرياضة - جامعة بورسعيد

السمعي) وجميع هذه الاحساسات ينتقل أثرها عن طريق الجهاز العصبي إلى المخ وهنا يأتي دور الإدراك في ترجمة هذه المثيرات وكيفية التعامل معها، فالإدراك لا يتم بدون إحساس والاحساس ليس له معنى بدون الإدراك. (٣ : ٢١٣)، (١٦ : ٨٨)

ويشير كلاً من طه إسماعيل وآخرون (١٩٩٣م)، جيرو بيسانز وجونر جيرستش Gero Brisanz & Gunnar Gerisch (٢٠١٠م)، بيتر شيرانير ونوربيرت الجرت Peter Schreiner & Norbert Elgert (٢٠١٣م)، كليي كروس Kelly Cross (٢٠١٩م) على أن الأداء الخططي في كرة القدم يعتمد على اللعب الجماعي وقدرات اللاعبين الفردية وفهمهم الجيد والذكاء في اللعب وقراءة المباراة وتوقع الأحداث جيداً وسرعة التصرف واتخاذ القرار في المواقف التي يتعرضوا لها وكل ذلك يحتاج إلى تفكير وإدراك ووعي لما سيقوم به من تصرف. (١٢ : ٢١)، (٣٤ : ٢٠٤)، (٤٠ : ١٧)، (٣٦ : ١٨٨)

ويتفق كلاً من عصام عبد الخالق (٢٠٠٥م)، مفتي إبراهيم (٢٠١٣م) على أن التصرف الخططي هو الناتج النهائي والتطبيقي لعملية التفكير الخططي فعند تعرض اللاعب لموقف أثناء المباراة فإنه يبدأ بملاحظة وتحليل الموقف ومحاولة إدراكه سريعاً ثم يقوم بعملية التفكير بهدف إيجاد حل للموقف مستخدماً إمكاناته وخبراته السابقة ثم يقوم بالحل الحركي الذي يظهر في صورة الأداء الخططي وكلما كان اللاعب تحليله وملاحظته وتفكيره بالموقف سليم كانت قدرته على اتخاذ القرار والتصرف الخططي سليمة. (١٤ : ٢٩٧)، (٢٣ : ٢٤٢)

ويشير كلاً من رفاعي مصطفى (٢٠٠٥م)، آلان هارجريفز وريتشارد باتي Alan Hargreaves & Richard Bate (٢٠١٠م)، حسن أبو عبده (٢٠١٩م)، موفق المولى وآخرون (٢٠١٩م) إلى أن اللاعبين يجب أن يتمتعوا بالذكاء الخططي حتى يتمكنوا من فهم وقراءة مواقف اللعب المتنوعة ويمكنهم اتخاذ القرارات والتصرف المناسب لموقف اللعب، ولذلك يجب أن يعمل الإعداد الخططي على تنمية المعارف والمعلومات ومبادئ خطط اللعب لدى اللاعبين وتعرضهم للعديد من المواقف حتى يكون لديهم العديد من البدائل التي تساعدهم على التصرف الخططي السليم وفقاً للموقف، وأن الهجوم في كرة القدم الحديثة أصبح معقد بصورة كبيرة ويحتاج إلى سرعة في التصرف فعلى اللاعب قراءة الموقف جيداً والتجهيز للقرار قبل الاستحواذ على الكرة بلحظات. (١١ : ١٧٢)، (٢٩ : ٢٧٦)، (٩ : ١٧٣)، (٢٧ : ٣٠)

ويوضح كلاً من ممدوح المحمدي ومحمد علي (١٩٩٨م)، عبد الستار جبار (٢٠٠٦م)، إبراهيم شعلان وعمر أبو المجد (٢٠١٩م) جوزيه جيلهرم وآخرون José Guilherme & etc.al (٢٠٢٢م) أن كرة القدم لعبة ذكاء وتكتيك فهي تحتاج من اللاعب التفكير والتحليل الفوري الذكي والقدرة على الإدراك للموقف وتوقع سلوك المنافس ويتخذ القرار المناسب في التوقيت المناسب، واللاعب الذكي هو الذي يتميز بالقدرة على سرعة وحسن التصرف أثناء مواقف اللعب المتغيرة. (٢٥ : ٤٥)، (١٣ : ٩٠)، (٢ : ١٠٣)، (٣٥ : ١٣٧)

ومن خلال العرض السابق وخبرة الباحث في تدريب كرة القدم ومتابعته تدريبات ومباريات الناشئين أن هناك ضعف في مستوى الجانب الخططي الهجومي لدى الناشئين وعدم قدرتهم على اتخاذ القرارات السليمة والتصرف بشكل مناسب أثناء الهجوم كما لاحظ أن مدربين الناشئين معظمهم يقوم بتدريب لاعبيهم بأسلوب تقليدي يعتمد على تنفيذ تدريبات سواء مهارية أو خططية وتكرارها وعدم التنوع فيها ومراعاة ارتباطها بما يحدث في المباريات وكذلك عدم درايتهم بتدريبات الإدراك الحس حركي، وهذا ما دفع الباحث نحو استخدام تدريبات الإدراك الحس حركي لأهميتها الكبيرة في تحسين مستوى الأداء، ومن خلال المسح المرجعي للدراسات السابقة في كرة القدم لاحظ الباحث أنه إلى حد علمه لا توجد دراسات تناول تأثير تدريبات الإدراك الحس حركي على التصرف الخططي الهجومي وأن معظمها تناول تأثيرها على الجوانب المهارية سواء الفردية أو المهارية أو المهارات الخططية الهجومية، ولذلك أثر الباحث استخدام الباحث تدريبات الإدراك الحس حركي والتعرف على تأثيرها على التصرف الخططي الهجومي لدى ناشئي كرة القدم تحت ١٨ سنة.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على:

تأثير استخدام تدريبات الإدراك الحس حركي على التصرف الخططي الهجومي لدى ناشئي كرة القدم تحت ١٨ سنة.

فرض البحث:

- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التصرف الخططي الهجومي ولصالح القياس البعدي.

مصطلح البحث:

التصرف الخططي الهجومي*:

هو الشكل النهائي لقرار اللاعب في حالة الهجوم والذي يتأسس على قدرته في التفكير وقراءة الموقف وخبراته السابقة. (تعريف إجرائي)

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي من خلال التصميم التجريبي لمجموعة واحدة باستخدام القياسين القبلي والبعدي نظراً لملائمته مع طبيعة البحث.

مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من ناشئي كرة القدم تحت ١٨ سنة بمحافظة الإسماعيلية والبالغ عددهم ٨ أندية والمسجلين بمنطقة الإسماعيلية لكرة القدم موسم (٢٠٢٥-٢٠٢٦م).

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئي كرة القدم تحت (١٨) سنة بنادي بلدية الإسماعيلية وبلغ عددهم (٢٤) لاعب كعينة أساسية، بالإضافة إلى (١٥) لاعب بنادي سكة حديد الإسماعيلية من خارج عينة البحث ومن نفس المجتمع كعينة استطلاعية وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)
توصيف عينة البحث

العينة	العدد	نوع العينة	النادي
المجموعة التجريبية	٢٤	أساسية	بلدية الإسماعيلية الرياضي
الدراسة الاستطلاعية	١٥	غير أساسية	سكة حديد الإسماعيلية
المجموع	٣٩	-	-

تجانس عينة البحث:

للتأكد من اعتدالية التوزيع للمجموعة التجريبية قام الباحث بحساب معاملات الالتواء لعينة البحث في المتغيرات الأساسية (السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي)، وبعض القدرات البدنية والمهارية ومستوى التصرف الخططي الهجومي والجدول (٢، ٣، ٤، ٥) توضح ذلك.

جدول (٢)

اعتدالية عينة البحث في المتغيرات الأساسية

(السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي) ن=٢٤

م	المتغيرات	وحدة القياس	س-	ع±	الوسيط	الالتواء
١	السن	سنة	١٧,٥٤	٠,٢٩	١٧,٦٠	٠,٤٢-
٢	الطول	سم	١٧١,٥٠	٤,٣١	١٧١,٥٠	٠,١٠-
٣	الوزن	كجم	٧٠,٠٨	٢,٣٢	٧٠,٠٠	٠,٥٤-
٤	العمر التدريبي	سنة	٥,٢٥	٠,٦١	٥,٠٠	٠,١٦-

يتضح من جدول (٢) أن قيم معامل الالتواء لمتغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبي قد تراوحت من (٠.٤٢-) إلى (٠.١٠-) وهذه القيم محصورة ما بين (٣±)، مما يدل على تجانس المجموعة التجريبية في هذه المتغيرات.

جدول (٣)

اعتدالية عينة البحث في بعض القدرات البدنية

ن=٢٤

م	القدرات	الاختبار	وحدة القياس	س-	ع±	الوسيط	الالتواء
١	السرعة	سرعة ٣٠ م	ث	٤,٦٥	٠,١١	٤,٦٥	٠,٠٦
٢	القوة المميزة بالسرعة	وثب عمودي	سم	٣٨,٣٣	١,٦١	٣٨,٠٠	٠,٢٣
٣		وثب عريض	سم	٢٠٥,٨٨	١,٤٥	٢٠٦,٠٠	٠,١٣-
٤	الرشاقة	إلينيوي Illinois	ث	١٧,٥٧	٠,٤٧	١٧,٤٦	١,٤٢

يتضح من جدول (٣) أن قيم معامل الالتواء لبعض القدرات البدنية (السرعة - القوة المميزة بالسرعة - الرشاقة) قد تراوحت من (-٠.١٣) إلى (١.٤٢) وهذه القيم محصورة ما بين (٣±)، مما يدل على تجانس المجموعة التجريبية في هذه المتغيرات.

جدول (٤)

اعتدالية عينة البحث في بعض المتغيرات المهارية

ن=٢٤

م	المتغيرات	الاختبار	وحدة القياس	س-	ع±	الوسيط	الالتواء
١	المراوغة	الجري المتعرج بالكرة	ث	١٣,٠١	٠,١٢	١٣,٠٢	٠,٩٧-
٢	التمرير	دقة التمرير	درجة	٤,٥٤	٠,٥٩	٤,٥٠	٠,٥٣
٣	التصويب	ركل الكرة على مرمى مقسم	درجة	١١,٥٨	١,٧٢	١٢,٠٠	٠,٣٨

يتضح من جدول (٤) أن قيم معامل الالتواء لبعض المتغيرات المهارية (المراوغة - التمرير - التصويب) قد تراوحت من (-٠.٩٧) إلى (٠.٥٣) وهذه القيم محصورة ما بين (٣±)، مما يدل على تجانس المجموعة التجريبية في هذه المتغيرات.

جدول (٥)

اعتدالية عينة البحث في مستوى التصرف الخططي الهجومي

ن=٢٤

الاختبار	وحدة القياس	س-	ع±	الوسيط	الالتواء
التصرف الخططي الهجومي	درجة	١٦١,٠٤	٣,٣٤	١٦١,٥٠	٠,٤٢-

يتضح من جدول (٥) أن قيمة معامل الالتواء لاختبار التصرف الخططي الهجومي بلغت (-٠.٤٢) وهذه القيمة محصورة ما بين (٣±)، مما يدل على تجانس المجموعة التجريبية في مستوى التصرف الخططي الهجومي.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

- مقياس التصرف الخططي الهجومي:

استخدم الباحث مقياس التفكير الخططي الهجومي باستخدام الحاسب الآلي والذي صممه محمد سلام (٢٠١٤) (١٩) والمكون من (٣٧) موقف زمن كل موقف (١٠) ثواني بإجمالي (٣٧٠) ثانية أي (٦.١) دقيقة وإجمالي الدرجة (٢٢٢) درجة، وقد حقق المقياس معاملات علمية عالية حيث تراوح صدق المقياس ما بين (٠.٧٧٩ - ٠.٩٠٩) ودرجة ثبات بلغت (٠.٨٥٤).

- الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث:

- ساعة إيقاف لأقرب (٠.١) من الثانية.
- حاسب آلي (لاب توب).
- مسطرة مدرجة.
- كرات قدم.
- أعلام.
- سلم توافق.
- شريط قياس.
- ميزان طبي إلكتروني.
- قمصان تدريب.
- أقماع صغيرة وكبيرة.
- حواجز صغيرة.
- مقاعد سويدية.

الدراسة الاستطلاعية:

أجرى الباحث الدراسة الاستطلاعية في الفترة من يوم الجمعة الموافق ٢٠٢٥/٧/١٨م إلى يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٥/٧/٢٣م على العينة الاستطلاعية والمكونة من (١٥) لاعب بنادي سكة حديد الإسماعيلية من خارج عينة البحث ومن نفس المجتمع وذلك من أجل التأكد من صلاحية وسلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة وجاهزية الملعب وإجراء المعاملات العلمية للاختبار.

المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة:

أولاً: صدق اختبار التصرف الخططي الهجومي:

للتأكد من صدق الاختبار المستخدم قيد البحث استخدم الباحث صدق التمايز من خلال تطبيق الاختبار على العينة الاستطلاعية والمكونة من (١٥) ناشئ تحت (١٨) سنة بنادي سكة حديد الإسماعيلية ثم تم ترتيب نتائجهم ترتيب تنازلي واختيار أفضل (٥) نتائج كعينة مميزة وأقل (٥) نتائج كعينة غير مميزة والجدول (٦) يوضح صدق التمايز للاختبار المستخدم قيد البحث.

جدول (٦)

دلالة الفروق بين المجموعة المميزة والغير مميزة في

اختبار التصرف الخططي الهجومي $n+1 = 2 = 10$

الاختبار	وحدة القياس	المجموعة المميزة		المجموعة الغير مميزة		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		س	ع±	س	ع±	ن	
التصرف الخططي الهجومي	درجة	١٦٥,٦٠	٢,٠٧	١٥٧,٢٠	٢,٥٩	٨,٤٠	٥,٦٦

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 2.306$

يتضح من الجدول (٦) أن هناك فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المميزة والغير مميزة في اختبار التصرف الخططي الهجومي قيد البحث حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على صدق الاختبار.

ثانياً: ثبات اختبار التصرف الخططي الهجومي:

لإيجاد معامل الثبات استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه تحت نفس الظروف والتعليمات بفواصل زمني (٥) أيام على العينة الاستطلاعية والمكونة من (١٥) ناشئ تحت (١٨) سنة بنادي سكة حديد الإسماعيلية ثم تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين نتائج التطبيقين، والجدول (٧) يوضح معامل الارتباط بين التطبيقين للاختبار المستخدم قيد البحث.

جدول (٧)

معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني في

اختبار التصرف الخططي الهجومي ن=١٥

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبار
	ع±	س	ع±	س		
٠,١٣	٣,٨٧	١٦٢,٤٠	٤,٢٨	١٦٢,٢٧	درجة	التصرف الخططي الهجومي

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 0.514$

يتضح من الجدول (٧) أن هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التطبيقين الأول والثاني في اختبار التصرف الخططي الهجومي قيد البحث حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على ثبات الاختبار قيد البحث.

برنامج تدريبات الإدراك الحس حركي:

من خلال المسح المرجعي للمراجع والدراسات السابقة في كرة القدم (١٠)، (٣٨)، (٧)، (٣٢)، (٤١)، (٢٨)، (١٧)، (١٥)، (٢١)، (٨)، (٣٢)، (٢٠)، (١)، (٤)، (٥)، (٣٩)، (٤٣) وخبرة الباحث الميدانية توصل الباحث إلى البيانات الأساسية لبرنامج تدريبات الإدراك الحس حركي من حيث (مدة البرنامج وعدد الأسابيع وعدد الوحدات التدريبية في الأسبوع ودرجة الأحمال وزمن تدريبات الإدراك الحس حركي داخل الوحدة وتدريب الإدراك الحس حركي المستخدمة) مرفق (١).

- البيانات الأساسية لبرنامج تدريبات الإدراك الحس حركي:

- مدة البرنامج (٨ أسابيع)
- المرحلة السنية تحت ١٨ سنة

- تم تنفيذ البرنامج بدءاً من يوم السبت الموافق ٢٠٢٥/٧/٢٦ وحتى يوم الجمعة الموافق ٢٠٢٥/٩/١٩.

- تم تطبيق البرنامج بملعب نادي بلدية الإسماعيلية الرياضي
- عدد الوحدات التدريبية بالأسبوع (٤) وحدات أيام (السبت والإثنين والأربعاء والجمعة)
- إجمالي عدد وحدات البرنامج (٣٢) وحدة
- زمن الوحدة التدريبية اليومية (٩٠) دقيقة
- إجمالي زمن البرنامج (٢٨٨٠) دقيقة
- زمن تدريبات الادراك الحس حركي بالبرنامج (٣٠) دقيقة
- إجمالي زمن تدريبات الادراك الحس حركي بالأسبوع الواحد (١٢٠) دقيقة
- إجمالي زمن تدريبات الادراك الحس حركي بالبرنامج ككل (٩٦٠) دقيقة

خطوات تنفيذ التجربة:

١- القياس القبلي:

أجرى الباحث القياس القبلي للمجموعة التجريبية قيد البحث يوم الجمعة الموافق ٢٠٢٥/٧/٢٥ م.

٢- تنفيذ التجربة الأساسية:

تم تطبيق برنامج تدريبات الإدراك الحس حركي المقترح قيد البحث بدءاً من يوم السبت الموافق ٢٠٢٥/٧/٢٦ وحتى يوم الجمعة الموافق ٢٠٢٥/٩/١٩ م وذلك بملعب نادي بلدية الإسماعيلية الرياضي.

٣- القياس البعدي:

أجرى الباحث القياس البعدي للمجموعة التجريبية قيد البحث يوم الإثنين الموافق ٢٠٢٥/٩/٢٢ م.

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث برنامج الحزم الإحصائية SPSS وذلك لإجراء المعالجات الإحصائية

التالية:

٢- الانحراف المعياري

٤- اختبار (ت)

١- المتوسط الحسابي

٣- معامل الارتباط

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

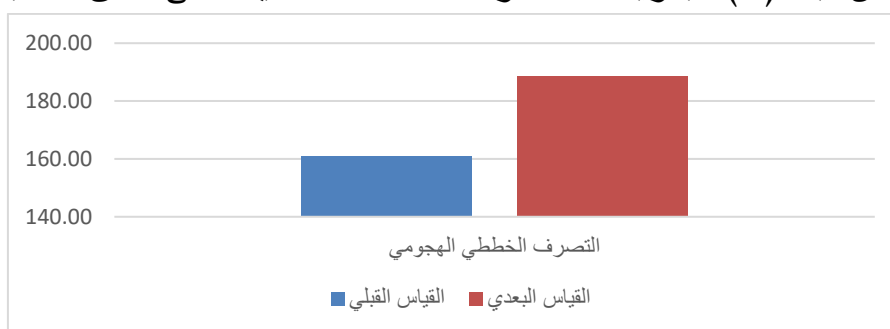
جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية
في اختبار التصرف الخططي الهجومي
ن=٢٤

الاختبار	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		س	ع±	س	ع±		
التصرف الخططي الهجومي	درجة	١٦١,٠٤	٣,٣٤	١٨٨,٥٠	٤,٠٣	٢٧,٤٦	٢٤,٩٩٩

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٦٩

يتضح من الجدول (٨) أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار التصرف الخططي الهجومي قيد البحث حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ مما يدل على صدق الاختبار.



شكل (١)

رسم بياني يوضح الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي
للمجموعة التجريبية في اختبار التصرف الخططي الهجومي قيد البحث

ثانياً: مناقشة النتائج:

يتضح من الجدول (٨) والشكل (١) أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار التصرف الخططي الهجومي قيد البحث ولصالح القياس البعدي.

ويعزي الباحث ذلك إلى تدريبات الإدراك الحس حركي المستخدمة بالبحث حيث أنه تم إعدادها وتصميمها بحيث تكون مشابهة للأداء الفعلي بالمباريات وتتطلب من اللاعب التركيز أثناء الأداء والاستجابة السريعة للمواقف التدريبية المتنوعة واعتمادها على ردود أفعال مختلفة وتغيير في الإيقاع والتوقيت والاتجاهات وفقاً للموقف المفاجئ الذي يتعرض له اللاعب، وكل ذلك يزيد من قدرة اللاعب على التفكير والتصرف السريع المناسب للموقف، كما أنها تحسن من كفاءة الجهاز العصبي المركزي وقدرته على التحليل الجيد للمثيرات الحسية ومن ثم الاستجابة المناسبة مع

الاقتصاد في المجهود المبذول وكل ذلك يزيد من القدرات العقلية للاعب مما يزيد من خبرته ويساعده في سرعة اتخاذ القرار والتصرف الجيد.

ويؤكد كلاً من جوزيه جيلهرم وآخرون **José Guilherme & etc.al** (٢٠٢٢م)، فابين سيجر ولويس فافي **Fabian Seeger & Loic Fave** (٢٠٢٢م) ان البرنامج يجب أن يتضمن تدريبات تعتمد على الإدراك والفهم لتحسين سرعة الحركة وتحسين العمليات العقلية ويتم التركيز فيها على الإدراك ومعالجة المعلومات والتوجيه واتخاذ القرارات المناسبة للموقف وتعزيز الرؤية المحيطة والربط بين العمليات الفنية بالكرة والمهام العقلية المتعددة وكذلك دمج الاستجابة للإشارات السمعية والبصرية مع الأداءات المهارية مثل الجري بالكرة، والتمرير، والمراوغة، والإنهاء أو ربطها مع الأداء الخططي مثل إعطاء إشارات وأوامر ملونة لتغيير اتجاه اللعب أو الضغط في مكان معين أو الإنهاء على مرمى محدد، وكل ذلك يحسن من قدرة اللاعبين على اتخاذ القرارات بسهولة وبسرعة. (٣٥ : ٦٤)، (٣٣ : ١٧)

ويتفق كلاً من ممدوح المحمدي ومحمد علي (١٩٩٨م)، رفاعي مصطفى (٢٠٠٥م)، موفق المولى (٢٠٠٩م)، مفتي إبراهيم (٢٠١٣م)، أمين هلال (٢٠١٧م) إلى أنه من خلال تحليل التصرف الخططي تم الاستدلال على أن من العوامل المؤدية لعدم تنفيذ اللاعبين لخطط اللعب هو عدم إدراكهم الجيد للموقف وضعف قدرتهم على تحليله وبالتالي تصرفهم بشكل غير مناسب، ولذلك يجب على المدربين أن يضعوا تدريبات تعتمد على سرعة التفكير والإدراك واللعب السريع وذلك من خلال إعطائه بعض المشكلات التدريبية تشبه مواقف المباريات المتغيرة وكذلك يمكن تقليل زمن الإدراك والاستجابة للموقف حيث يساهم ذلك في زيادة قدرته على سرعة التصرف الخططي وتؤثر بدرجة كبيرة في نتائج المباريات. (٢٥ : ٣١)، (١١ : ٢١٢)، (٢٦ : ١٩١)، (٢٤ : ٢٣٧)، (٦ : ٢٠٠)

كما يتفق كلاً من رينهارد يانسون **Reinhard Jansson** (٢٠٠٧م)، مفتي إبراهيم (٢٠١٣م) على أن تحسين كفاءة الإدراك بالمسافة والمساحة واللون والصوت والزمن والقدرة على تحليل المواقف المتغيرة من العوامل التي تساهم في اتخاذ القرارات المناسبة وبالتالي نجاح الأداء الخططي.. (٤٢ : ٤٠)، (٢٣ : ٢٢٦)

ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كلاً من حسين علي وهيثم غيدان (٢٠١٦م) (١٠)، لوكس هيلينا وآخرون **Lucas Helena & etc.al** (٢٠١٦م) (٣٨)، بن نعمة محمد وآخرون (٢٠١٨م) (٧)، ديبش شودي **Dipesh Choudhary** (٢٠١٩م) (٣٢)، راجفر سين **Rajveer Singh** (٢٠١٩م) (٤١)، نصار فارس ووليد محمد (٢٠٢٠م) (٢٨)، ماجد مصطفى وآخرون (٢٠٢١م) (١٧)، عصام محمد (٢٠٢١م) (١٥)، محمود محمود (٢٠٢١م) (٢١)، جنان صكر (٢٠٢٢م) (٨)، ديانا جيدو

وآخرون Diana Gidu & etc.al (٢٠٢٢م) (٣٢)، محمد عبد القادر (٢٠٢٢م) (٢٠)، إبراهيم علي (٢٠٢٤م) (١)، أحمد مراد (٢٠٢٤م) (٤)، أشرف جابر ومحمد منصور (٢٠٢٤م) (٥)، ميمى ستانكوفيتش وآخرون Mima Stankovic & etc.al (٢٠٢٤م) (٣٩)، يونج لي وشانج هو جوو Yeong Lee & Chang-hwa Joo (٢٠٢٤م) (٤٣)، التي أشارت إلى أهمية تدريبات الإدراك الحس حركي وأنها أثرت بشكل إيجابي في القدرات البدنية والمهارية والخططية، وأن التدريبات التي تشبه ما يحدث المباريات تزيد من التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم.

الاستنتاجات:

في حدود عينة البحث وخصائصها ومن خلال نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- ١- أن هناك أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار التصرف الخططي الهجومي قيد البحث ولصالح القياس البعدي.
- ٢- أن تدريبات الادراك الحس حركي المستخدمة قيد البحث أثرت إيجابياً على مستوى التصرف الخططي الهجومي لدى ناشئي كرة القدم تحت ١٨ سنة.

التوصيات:

- في إطار مجال الدراسة وما توصل إليه الباحث من استنتاجات يوصي الباحث بما يلي:
 في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث يوصي بما يلي:
- ١- أهمية استخدام تدريبات الادراك الحس حركي المستخدمة قيد البحث لما لها من تأثير إيجابي على مستوى التصرف الخططي الهجومي لدى ناشئي كرة القدم تحت ١٨ سنة.
 - ٢- ضرورة اهتمام مدربي الناشئين بالإدراك الحس حركي وتدريباته نظراً لدورها الفعال في جميع جوانب الأداء.
 - ٣- يجب أن يتم تدريب اللاعبين بأساليب مختلفة ويتعرضوا فيها لمواقف متغيرة مشابهة لما يحدث بالمباريات وتتطلب منهم التركيز العالي والتفكير لما لذلك من دور فعال في رفع مستوى التصرف الخططي الهجومي لديهم.
 - ٤- محاولة إجراء دراسات مشابهة وباستخدام التدريبات المقترحة قيد البحث على مراحل سنوية مختلفة والتعرف على تأثيرها.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- إبراهيم خورشيد علي (٢٠٢٤م): الادراك الحس حركي وعلاقته بدقة التهديف لدى لاعبي نادي بلاد الرافدين بكرة القدم، مجلة علوم الرياضة، المجلد ١٦، العدد ٦٠، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل.
- ٢- إبراهيم شعلان وعمر أبو المجد (٢٠١٩م): كرة القدم للموهوبين (التأسيس القاعدي للبرامج التربوية والتدريبية - الأداء المهاري بطريقة Michal Owens، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٣- أحمد عطية فتحي (٢٠١٧م): أساسيات تدريب كرة القدم، ط٢، القاهرة.
- ٤- أحمد مصطفى مراد (٢٠٢٤م): تأثير تمارين المواقف التنافسية بمناطق اللعب المختلفة على مستوى التصرف الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة القدم، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، المجلد ٧١، العدد ٣، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط.
- ٥- أشرف محمد جابر ومحمد مصطفى منصور (٢٠٢٤م): علاقة بعض متغيرات الادراك الحس-حركي (المكان - المسافة) بدقة مهارة الركل لدى لاعبي كرة القدم، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة العدد ١٠٥، الجزء ١، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ٦- أمين صبحي هلال (٢٠١٧م): الدليل التدريبي الشامل في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٧- بن نعمة محمد وبن رابع خير الدين وخروبي محمد فيصل (٢٠١٨م): علاقة القوة الانفجارية والإدراك الحس الحركي مع دقة التمرير الطويل لدى مدافعي كرة القدم U.15، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، العدد ١٥، الجزء ٢، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم.
- ٨- جنان غازي صكر (٢٠٢٢م): التصرف الخططي الهجومي وعلاقته بسرعة الاستجابة الحركية بكرة القدم، مجلة الرياضة المعاصرة، المجلد ٢١، العدد ٤، كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة للبنات، جامعة بغداد.
- ٩- حسن السيد أبو عبده (٢٠١٩م): الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، ماهي للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
- ١٠- حسين العلي علي وهيثم هاشم غيدان (٢٠١٦م): أثر تمارين مقترحة بالإدراك الحس - حركي على بعض المهارات الأساسية لدى حراس المرمى بكرة القدم لفئة المتقدمين، بحث منشور،

مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد ٢٨، العدد ٣، كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد.

١١- رفاعي مصطفى حسين (٢٠٠٥م): أصول تدريب كرة القدم، عامر للطباعة والنشر، المنصورة.

١٢- طه إسماعيل وعمر أبو المجد وإبراهيم شعلان (١٩٩٣م): جماعية اللعب في كرة القدم، مطابع الأهرام، القاهرة.

١٣- عبد الستار جبار (٢٠٠٦م): الذكاء الرياضي، دار زهران للنشر والطباعة، عمان، الأردن.

١٤- عصام الدين عبد الخالق (٢٠٠٥م): التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، ط ١٢، منشأة المعارف، الإسكندرية.

١٥- عصام فؤاد محمد (٢٠٢١م): تأثير تدريبات المواقف التنافسية وبعض المتغيرات البدنية والتصرف الخططي لناشئ كرة القدم، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية المتخصصة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسوان.

١٦- كرامة أحمد (٢٠٢٠م): محاضرات في كرة القدم، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة وهران، الجزائر.

١٧- ماجد مصطفى إسماعيل وبدر محمود شحاتة ومحمود عبد السلام جاب الله (٢٠٢١م): تأثير تمرينات مواقف لعب مقترحة على التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم وفقا لمراكز اللعب، بحث منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة المجلد ٩٢، العدد ٥، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

١٨- محمد إبراهيم شحاته (٢٠٠٦م): أساسيات التدريب الرياضي، المكتبة المصرية، الإسكندرية.

١٩- محمد بكر سلام (٢٠١٤م): بناء مقياس للتفكير الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة القدم باستخدام الحاسب الآلي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة مدينة السادات.

٢٠- محمد عامر عبد القادر (٢٠٢٢م): تأثير استخدام تدريبات المباريات المصغرة على التصرف الخططي الهجومي تحت ضغط المنافس في ثلث الملعب الهجومي لدى لاعبي كرة القدم، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية، المجلد ٤٣، العدد ٤٣، كلية التربية الرياضية، جامعة بورسعيد.

- ٢١- محمود مدحت محمود (٢٠٢١م): تأثير تطوير بعض متغيرات الإدراك الحس - حركي على مستوى الأداء الجماعي في كرة القدم، مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد ٦٨، العدد ١٢٩، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٢٢- مفتي إبراهيم حماد (٢٠٠٢م): المهارات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢٣- مفتي إبراهيم حماد (٢٠١٣م): المرجع الشامل في التدريب الرياضي، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٢٤- مفتي إبراهيم حماد (٢٠١٣م): المرجع الشامل في كرة القدم، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٢٥- ممدوح محمود المحمدي ومحمد علي محمود (١٩٩٨م): الإعداد الذهني وتطور التفكير الخططي للاعبين كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٦- موفق مجيد المولى (٢٠٠٩م): المدرب والعمل التكتيكي، دار الينابيع للنشر، العراق.
- ٢٧- موفق مجيد المولى وجبار رحيمة الكعبي وفاطمة عبد البصري (٢٠١٩م): المنهجية الحديثة في التخطيط والتدريب بكرة القدم، ط٢، الفصيل للنشر، العراق.
- ٢٨- نصار إسماعيل فارس ووليد خالد محمد (٢٠٢٠م): الإدراك الحسي الحركي وعلاقته بدقة أداء مهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم لدى لاعبي بعض اندية الدرجة الاولى، بحث منشور، مجلة الرياضة المعاصرة، المجلد ١٩، العدد ٢، كلية التربية الرياضية وعلوم الرياضة للبنات، جامعة بغداد.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 29- Alan Hargreaves & Richard Bate (2010): Skills and strategies for coaching soccer, 2nd ed, Human Kinetics, U.S.A.
- 30- August Neumaier (2006): Koordinative Anforderungsprofil und Koordinationstraining, Sportverlag Strauß, , 3. überarbeitete Auflage, Köln, Germany.
- 31- Diana Gidu, Dana Badau, Marius Stoica, Adrian Aron, George Focan, Dan Monea, Alina Stoica and Nicoleta Calota (2022): 2022 The Effects of Proprioceptive Training on Balance, Strength, Agility and Dribbling in Adolescent Male Soccer Players, International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(4), 2028.
- 32- Dipesh Choudhary (2019): Relationship study on kinesthetic perception with playing ability of state junior level football players, International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education 2019; 4(1): 2585-2587.
- 33- Fabian Seeger & Loic Fave (2022): Kreatives Fußball training 2.0, Meyer & Meyer Verlag, Germany.
- 34- Gero Bisanz & Gunnar Gerisch (2010): Fußball: Kondition, Technik, Taktik und Coaching. Meyer & Meyer Verlag, Germany.

- 35- **José Guilherme, Israel Teoldo and Júlio Garganta (2022):** Football intelligence: training and tactics for soccer success, Routledge Taylor & Francis Group, New York, USA.
- 36- **Kelly Cross (2019):** The Football Coaching Process (Coach Development), Football Australia Publication, Sydney, Australia.
- 37- **Kurt Meinel & Günter Schnabel (2008):** Bewegungslehr Sportmotorik, 10 durchgesehene Verlag, Südwest verlag, München, Germany.
- 38- **Lucas Heleno, Rubens da Silva, Leonardo Shigaki, Cynthia Araújo, Cristiane Candido, Victor Okazaki, Ariobaldo Frisseli, Christiane Macedo (2016):** Five-week sensory motor training program improves functional performance and postural control in young male soccer players – a blind randomized clinical trial, Journal Physical Therapy in Sport Volume 22, P.74-80.
- 39- **Mima Stanković, Ilma Čaprić, Borko Katanić, Omer Špirtović, Džejla Maljanović, Hamza Nailović, Iso Muković, Igor Jelaska and Nebojša Trajković (2024):** Proprioceptive training methods (PTM) in female soccer players – a systematic review, BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation, 16, 101.
- 40- **Peter Schreiner & Norbert Elgert (2013):** Attacking Soccer: Mastering the Modern Game, Meyer & Meyer Sport, UK.
- 41- **Rajveer Singh (2019):** 2019 Analysis of kinesthetic sense young football players, physical education and science students, International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education 2019; 4(1): 1041-1042.
- 42- **Reinhard Jansson (2007):** Koordinationstraining Im Fußball, Sportverlag Straus, Köln, Germany.
- 43- **Yeong Lee & Chang-Hwa Joo (2024):** The effects of proprioceptive exercise training on physical fitness and performance of soccer skills in young soccer players, Journal of Exercise Rehabilitation, 20(1), P.34-41.