

## تأثير برنامج تدريبي مقترح على مستوى اداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم

\*حسن سعد مساعد المجدد

### المقدمة ومشكلة البحث:

شهدت لعبة كرة القدم تطورا كبيرا من حيث المهارات و الخطط مما أدى الى إحداث تطور مماثل في إعداد اللاعبين من أجل الوصول بهم الى المستويات العليا في اللعبة و بذلك فهي تتطلب من لاعبيها أن يكونوا على قدر جيد من الأداء و هذا بالطبع لا يأتي الا من خلال إكتساب الصفات البدنية و التي تكون مطلوبة بدرجات متباينة لتحسين مستوى الأداء و الإنجاز.

يشير "حسن أبو عبده (٢٠١٥م)" إلى أن الإعداد البدني يعتبر من الواجبات الأساسية للتدريب في كرة القدم إذ أن اللاعب بدون إكتساب الإعداد البدني العام والخاص لا يستطيع أن يؤدي واجباته في المباراة بإتقان حيث يعمل الإعداد البدني على تنمية و تحسين حالة اللاعب البدنية والحركية لمجابهة أعباء ومتطلبات عمليات التدريب والمنافسة أثناء المباريات بأقل جهد مع القدرة على سرعة إستعادة الشفاء.(٥ : ٢٤)

و يتفق كل من "أمر الله البساطي (٢٠٠٣م)" و"بسطويسي أحمد (١٩٩٩م)" على أن التدريب الرياضي يهدف الى الوصول بالرياضي الى أعلى مستوى ممكن في النشاط الرياضي الممارس وذلك عن طريق رفع مستوى الحالة التدريبية للاعب وهي تشمل على (الحالة البدنية - الحالة المهارية - الحالة الخطئية - الحالة النفسية - الحالة الذهنية ) وأن وصول اللاعب الى مستوى عالي من حيث الحالة البدنية يمكنه من أداء مختلف المهارات الحركية وتشكل حجر الأساس للوصول به الى مستويات رياضية عالية و يرتبط ذلك إرتباطا وثيقا بمدى الإهتمام بتنمية الصفات البدنية للاعبين حيث يسهم ذلك بشكل فعال في إتقان متطلبات اللعبة المختارة من حيث الصفات البدنية.(٣ : ٢٦٨)،(٤ : ١٥٥)

ويرى " محمد عبده صالح واخرون ( ١٩٩٧ ) أن هناك عدة عوامل تؤثر في مستوى تنفيذ اللاعبين لمهارة التصويب كواحدة من اهم مهارات كرة القدم على الاطلاق اهمها القوة والسرعة وكذلك مدى قدرة اللاعب على اداء المهارة بالشكل الصحيح تحت ضغط المنافس ( ١٠ : ٥٥ )

ويذكر "محمد كشك (١٩٨٦م)" أن التصويب يمثل الحد الفاصل والعامل الأساسي في تحديد نتيجة المباراة وذلك لان جميع مكونات اللعب الخطئية تصبح عديمة الفائدة إذا لم تنته بالتصويب ، والتصويب أهم واجبات اللعب الهجومي فكل تحرك فردي أو جماعي في كرة القدم يجب أن يخطط له بحيث يؤدي الي خلق فرصة مناسبة للتصويب. (١١:٩)

ويؤكد "مفتي إبراهيم (٢٠٠٩م)" أن أسباب فشل التصويب علي المرمي يتمثل في:

(١) عدم الاهتمام بتمرينات التصويب التي تشبه ما يحدث في المباراة.

(٢) تغاضي المدرب أو أخفاقة في تصحيح النواحي الفنية في التصويت.

كما إشار إلي أخفاق اللاعب في أداء التصويب الجيد ليس الوحيد دائما في عدم تحقيق التصويب لهدفه ، ولكن هناك عدة عناصر أخرى تحدد مدى نجاح التصويب أو فشله ، ومن هذه العناصر ما يلي :

(١) دقة وقوة التصويب .

(٢) ارتفاع مسار الكرة وهي مصوبة الى المرمى .

(٣) الزاوية التي تصوب اليها الكرة .

(٤) توقيت التصويب .

( ١٤ : ٩٥-٩٩ )

ويؤكد مفتى ابراهيم حماد (٢٠٠١) على ان تدريبات المنافسة احد اهم الوسائل الحديثة التي يمكن للمدرب من خلالها الارتقاء بقدرات لاعبيه البدنية والمهارية والخططية وذلك اذا ما تم وضع هذا النوع من التدريبات فى اطار برنامج مقنن ومدروس (١٣ : ٢٥)

كما يرى حسن ابو عبده(٢٠١٥) ان تدريبات المنافسة تعد وسيلة هامة للارتقاء بالنواحي المارية والخططية للاعبى كرة القدم وذلك لما تحمله من واقعية فى اداء اللاعبين قد تتطابق مع الكثير من المواقف التي تحدث اثناء المباريات ( ٣ : ١١٦)

ويرى حنفى مختار (١٩٩٨) ان تدريبات المنافسة من اهم انواع التمرينات والتي ترفع من مستوى كفاءة الاداء للاعب وتصل به الى الحالة التدريبية (١٢ : ٧٧)

ومن خلال متابعة الباحث للكثير من مباريات الناشئين بدولة الكويت لاحظ انخفاض قدرات اللاعبين فى اداء مهارة التصويب رغم اهميتها وتأثيرها الواضح فى نتائج المباريات مما دفع الباحث الى تبني فكرة اعداد برنامج تدريبي مقترح باستخدام تدريبات المنافسة وذلك لمعرفة مدى تاثير ذلك البرنامج وما يحتويه من تدريبات منافسة على مستوى اداء اللاعبين لمهارة التصويب اثناء المباريات

**هدف البحث :**

تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام تدريبات المنافسة ومعرفة مدى تأثيره على اداء اللاعبين لمهارة التصويب في كرة القدم

**فروض البحث :**

٤- توجد فروق داله إحصائياً بين القياسين (القبلى - البعدى) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية فى اداء مهارة التصويب لدى عينة البحث .

٥- توجد فروق داله إحصائياً بين القياسين (القبلى - البعدى) لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة فى اداء مهارة التصويب لدى عينة البحث .

٦- توجد فروق داله إحصائياً بين القياس البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية فى اداء مهارة التصويب لدى عينة البحث

## مصطلحات البحث :

تدريبات المنافسة:-

ويؤكد مفتى إبراهيم حماد(٢٠٠١) على ان تدريبات المنافسة تلك التدريبات التى تتشابه فى ادائها مع ما يحدث للاعب اثناء المباراة (١٣:٧٠)

الدراسات السابقة :

(١) اجرى اشرف فكرى عبد العزيز راجح ( ١٩٩٧ ) ( ٢ ) دراسة بعنوان ( اثر استخدام تمرينات المنافسة على

تنمية الصفات البدنية والمهارات الاساسية لناشئى كرة القدم)

\* هدف البحث:- التعرف على اثر استخدام تمرينات المنافسة على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الاساسية لناشئى كرة القدم

\* منهج البحث:- ستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين اقدمهم تجريبية والاخرى ضابطة

\* عينة البحث:- بلغ حجم عينة البحث ٣٠ لاعب من ناشئى نادى القناة الرياضى بالاسماعيلية تحت ١٢ سنة

\* اهم النتائج:- كشفت الدراسة عن ان البرنامج التدريبى المقترح له تاثير ايجابيا على تنمية بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الاساسية لناشئى كرة القدم

(٢) اجرى خالد عبد الفتاح الخضرى ( ٢٠١١ ) ( ٧ ) بحث بعنوان (تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات التنافسية

على بعض مكونات اللياقة البدنية وفاعلية الاداء المهارى لناشئى كرة القدم )

\*هدف البحث :- يهدف البحث الى معرفة مدى تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات التنافسية على بعض مكونات اللياقة البدنية وفاعلية الاداء المهارى لناشئى كرة القدم

\* منهج البحث:- استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين اقدمهم تجريبية والاخرى ضابطة

\*عينة البحث:- بلغ حجم العينة ٢٤ لاعب ناشئى تحت ١٦ سنة من اللاعبين المقيدى بنادى نبروه الرياضى

\*اهم النتائج:- ان البرنامج التدريبى المقترح باستخدام التمرينات التنافسية و المطبق على لاعبي المجموعة التجريبية

اثر بشكل ايجابى واضح فى مكونات اللياقة البدنية وفى فاعلية الاداء المهارى

(٣) اجرى اسامة على عبد الرحمن (٢٠١٥) ( ١ ) بحث بعنوان ( تأثير تدريبات المنافسة على مستوى اداء بعض

المهارات الهجومية للمبارزين تحت ٢٠ سنة )

\*هدف البحث :- يهدف البحث الى معرفة مدى تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات المنافسة على مستوى اداء بعض

المهارات الهجومية للمبارزين تحت ٢٠ سنة

\* منهج البحث:- استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين اقدمهم تجريبية والاخرى ضابطة

\*عينة البحث:- لاعبي المباراة بنادي السلاح السكندري وعددهم ٢٦ لاعب مقيدين بسجلات الاتحاد المصري

\*اهم النتائج:- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تدريبات المنافسة اثر بشكل ايجابي على مستوى اداء بعض المهارات الهجومية للمبارزين تحت ٢٠ سنة

### إجراءات البحث

#### منهج البحث :

أستخدم الباحث المنهج التجريبي نظراً لملاءمته لنوع وطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس (القبلي والبعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة

#### مجتمع وعينة البحث :

يمثل مجتمع البحث ناشئي كرة القدم تحت ١٩ سنة في نادي السالمية الكويتي والمسجلين بالإتحاد الكويتي لكرة القدم للموسم الرياضي ٢٠١٨/٢٠١٩ ، حيث تتكون عينة البحث من (٣٠) لاعب، وتم إختيارهم بالطريقة العمدية مقسمين كالاتي (١١) لاعب كعينة تجريبية (١١) لاعب كعينة ضابطة و(٩) لاعبين كعينة استطلاعية، وقد تم إجراء التجانس لعينة البحث في متغيرات النمو والعمرالتدريبي وبعض المتغيرات البدنية والمهارية والجداول (٢، ٣، ٤) يوضحوا ذلك.

#### جدول (١)

##### توصيف مجتمع وعينة البحث

م	التوصيف	العدد
١	العينة التجريبية	١١
٢	العينة الضابطة	١١
	لاعبة العينة الاستطلاعية	٩
	المجموع	٣٠

#### تجانس عينة البحث :

- تجانس عينة البحث في معدلات النمو والعمر التدريبي

#### جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث

في متغيرات الطول والوزن و السن والعمر التدريبي ن = ٣٠

المتغير	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	السنتيمتر	١٧٠.٥٥٣	١٧٠.٥٣٢	٢.٣١	٠.٥٣
الوزن	الكيلوجرام	٥٩.٥٣	٥٠.٥٣	٢.٥٩	٠.٥٧
السن	السنة	١٨.٥٤	١٨.٥٠	٠.٢٤٠	٠.٦٨-
العمر التدريبي	السنة	١.٩٩	٢.٦٦	٠.٥٤	٠.٣٥-

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء لعينة البحث قيد انحصرت ما بين  $(\pm 3)$ ، مما يعنى وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الاعتدالي، ويؤكد على تجانس عينة البحث ككل في بعض متغيرات الطول والوزن و السن والعمر التدريبي قيد البحث

### تجانس عينة البحث فى المتغيرات البدنية

#### جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث في بعض المتغيرات البدنية ن = ٣٠

الاختبارات	الغرض من الاختبار	وحده القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
اختبار عدو ٣٠م من الوقوف	السرعة الانتقالية	ثانيه	٦.٢٢٠	٦.٢٠	٠.٢٦	٠.٩١
اختبار تمرير الكرة على مقعد سويدي خلال ١٠ اث	تحمل الأداء	عدد	٨.٥٥٠	٨.٠٠	٠.٧١	٠.٥١-
اختبار الجرى الزججى بارو	رشاقة	ثانيه	٧١.٥٥١	٧.٥٠	٠.٣٧	٠.٣٥
اختبار الوشب العريض من الثبات	القدرة العضلية	سم	٢١٠.٠٠	٢١.٠٠	٠.٢١	٠.٣٩
اختبار جرى ٣٠م x ٥مرات	تحمل السرعة	ثانيه	٥٥.٢١٠	٥.١٢٣	٠.٥٥	٠.٥٤-
اختبار الجلوس من الرقود	تحمل القوة	عدد	٣٣.١٥٨	٣.١٣٤	٢.٣٢	٠.٣٢-
اختبار ثنى الجذع أماما أسفل من الوقوف	المرونة	سم	٢.٥٥٠	٠.٢٥٠	٠.٨٨	٠.٥٥
اختبار الجرى ٨٠٠م	التحمل العام	دقيقه	١.٨٨٠	٠.١٨٨	٠.٠٩	١.٠٥-

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الالتواء لعينة البحث قيد انحصرت ما بين  $(\pm 3)$ ، مما يعنى وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الاعتدالي، ويؤكد على تجانس عينة البحث ككل في بعض المتغيرات البدنية قيد البحث

### تجانس عينة البحث فى اختبارات مهارة التصويب قيد البحث

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث  
في اختبارات مهارة التصويب قيد البحث

ن = ٣٠

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	وحده القياس	الإختبارات	
١.٢٤	٠.١٧	٥.٠٢	٥.٢١	ث	زمن الأداء	ركل الكرة من ٣٥ م على المرمى
٠.٧٧	٠.٨٩	١.٩٨	١.٥٩	درجة	دقة التصويب	
١.٦٦	٠.٥٤	٥.٩٥	٥.٤٤	ث	زمن الأداء	التصويب على المرمى المقسم
١.٢٣	١.٧٠	١.٩٩	١.٥٥	درجة	دقة التصويب	
٠.١٢	٠.٥٥	٥.٩٨	٥.٥٧	ث	زمن الأداء	تصويب الكرة بسرعة
٠.٠٤	٠.٧٨	١.٩٥	١.٩٠	درجة	سرعة التصويب	
٠.٥٥	٠.٤٥	٣.٩٥	٣.٤٥	ث	زمن الأداء	ركل الكرة نحو هدف مرسوم على الحائط
٠.٦٨	٠.٧٧	٢.٠٠	١.٨٨	درجة	دقة التصويب	
٠.٦٥	٠.٣٥	٥.٥٥	٥.٨٥	ث	زمن الأداء	ركل الكرة على مرمى كرة القدم وبداخله مرمى كرة يد
٠.٤٤	٠.٦٦	١.٩٩	١.٦٠	درجة	دقة التصويب	
٠.٢٠-	٠.٦٤	١.٩٩	١.٨٥	درجة	دقة التصويب	

قام الباحث بأجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث ( التجريبية - الضابطة ) في المتغيرات الأساسية المستخدمة قيد البحث  
كما هو موضح بالجدول رقم (٥)

جدول (٥)

دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي لدى المجموعتين  
التجريبية والضابطة متغيرات الطول والوزن و السن والعمر التدريبي

ن = ٢ = ١١

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحده القياس	الإختبارات
		ع±	س	ع±	س		
٠.٥٥	٢.٠٠٣	١٦.٥٢٦	١٦٨.٥٥	١٧.٥٣٢	١٧٠.٥٥٣	السنتمتر	الطول
١.٢٤	٠.٧٠١-	٦.٣٢	٦٠.٢٣١	٥.٥٣	٥٩.٥٣	الكيلوجرام	الوزن
٠.٢٧.	٠.٣٢	١٨.٥٥	١٨.٢٢	١٨.٥٠	١٨.٥٤	السنة	السن
٠.٦٠	٠.١٤	١.٨٩	١.٨٥	٢.٦٦	١.٩٩	السنة	العمر التدريبي

يتضح من الجدول (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ في متغيرات الطول والوزن و  
السن والعمر التدريبي المجموعة التجريبية والضابطة للقياس القبلي قيد البحث مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث

جدول (٦)

دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي لدى المجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات البدنية قيد البحث

ن=١١ ن=٢

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحده القياس	الإختبارات
		ع±	س	ع±	س		
٠.٥٤	٠.٦٦-	٠.٥٥	٦.٨٨	٠.٢٦	٦.٢٢٠	ثانيه	اختبار عدو ٣٠ من الوقوف
١.٥٤	١.٣٢	٠.٦٥	٧.٢٣	٠.٧١	٨.٥٥٠	عدد	اختبار تمرير الكرة على مقعد سويدي خلال ١٠ ث
٠.١٥	١.٩٠١-	٠.٤٤	٧٣.٤٥٢	٠.٣٧	٧١.٥٥١	ثانيه	اختبار الجرى الزجراجي بارو
٠.٦٥	١.٧٨٧	٠.٢٣	٢٠٨.٢١٣	٠.٢١	٢١٠.٠٠٠	سم	اختبار الوثب العريض من الثبات
٠.٨٥	١.٩١٥-	٠.٣٥	٥٧.١٢٥	٠.٥٥	٥٥.٢١٠	ثانيه	اختبار جرى ٣٠ × ٥ مرات
٠.٦٣	١.٥٦	١.٨٩٠	٣١.٥٩٨	٢.٣٢	٣٣.١٥٨	عدد	اختبار الجلوس من الرقود
٠.٣٥	٠.٢٤٦	٠.٧٥	٢.٣٠٤	٠.٨٨	٢.٥٥٠	سم	اختبار ثنى الجذع أماما أسفل من الوقوف
٠.٤٥	٠.٠٢٥-	٠.٩٨٢	١.٩٠٥	٠.٠٩	١.٨٨٠	دقيقه	اختبار الجرى ٨٠٠ م

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية ٣٨ ومستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٢

يتضح من الجدول (٦) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ في للمتغيرات البدنية بين المجموعة التجريبية والضابطة للقياس القبلي قيد البحث مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث.

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي لدى المجموعتين  
التجريبية والضابطة في اختبارات مهارة التصويب قيد البحث

ن=١=٢=١١

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحده القياس	الإختبارات
		ع±	س	ع±	س		
١.٠٦	٠.١٩	٠.١١	٤.٠٢	٠.١٧	٥.٢١	درجة	ركل الكرة من ٣٥ م على المرمى
١.٧٨	٠.٤٤-	٠.٣٢	٤.٨٨	٠.٥٤	٥.٤٤	درجة	التصويب على المرمى المقسم
٠.٧٥	٠.٢١-	٠.٤٣	٤.٧٨	٠.٥٥	٥.٥٧	درجة	تصويب الكرة بسرعة
٠.٨٠	٠.٢-	٠.٥٥	٢.٦٥	٠.٤٥	٣.٤٥	درجة	ركل الكرة نحو هدف مرسوم على الحائط
٠.٥٦	٠.١٤-	٠.٥٥	٤.٩٩	٠.٣٥	٥.٨٥	درجة	ركل الكرة على مرمى كرة القدم ويدخله مرمى كرة يد

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية ٣٨ ومستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٢

يتضح من الجدول (٧) أن قيم ت المحسوبة أقل من قيم ت الجدولية مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات قيد البحث، كما يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ في اختبارات مهارة التصويب بين المجموعة التجريبية والضابطة للقياس القبلي قيد البحث مما يدل على تكافؤ مجموعتي البحث

وسائل وأدوات جمع البيانات :

٢- المسح المرجعي

- ومن خلال المسح المرجعي للمراجع العلمية والدراسات والبحوث السابقة مثل ( رائد حلمي ١٩٩٩، مفتى إبراهيم ١٩٩٧ م ، ياسر محفوظ ٢٠٠٨ م ، وذلك لتحديد متغيرات البرنامج من حيث (مدته البرنامج وعدد الأسابيع داخل البرنامج وعدد مرات التدريب الإيسبوعية وكذلك فترات التدريب اليومية وزمن وحدات التدريب ودرجات الحمل والأحمال المستخدمة ) ووضع البرنامج في صورته النهائية.

- (٢) إستمارة تسجيل البيانات :مرفق (١)

إستمارة تسجيل البيانات الخاصة بعينة البحث وأشتملت على البيانات الشخصية للاعب و نتائج الإختبارات الخاصة بالأداءات المهارية المندمجة ، السن ، الطول ، الوزن ، العمر التدريبي



الإختبارات المستخدمة :

- إختبارات الصفات البدنية و مهارة التصويب: مرفق (٢)

توصل الباحث إلى الإختبارات التي يمكن الاستفادة منها والتي تقيس الصفات البدنية قيد البحث و مهارة التصويب قيد البحث

الأجهزة المستخدمة :

- جهاز رستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر .
- ميزان طبي معايير لقياس الوزن بالكيلوجرام .
- أقماع كبيرة .
- أقماع صغيرة .
- كرات قدم .
- شريط قياس .
- ساعة إيقاف الكترونية لأقرب (١/١٠٠ث) .
- مقعد سويدي .
- أطباق بلاستيك .
- أطواق .

مرمى كرة يدرة التصويب

**خطوات تنفيذ البحث**

قام الباحث بإجراء القياس القبلي على عينة الدراسة الأساسية (التجريبية) فى مهارة التصويب يوم الخميس الموافق ١١/١٥/ ٢٠١٨/ و ليوم واحد وذلك بملاعب نادى السالمية الرياضى بدولة الكويت

تم تنفيذ برنامج التدريب المقترح باستخدام تدريبات المنافسة ( مرفق ٣) لتحسين مستوى مهارة التصويب قيد البحث لناشئى كرة القدم تحت ١٩ سنة لمدة (٨) إسبوع

بواقع ٤ وحدات إسبوعيا ، خلال الفترة من ٢٠١٨/١١/١٧ إلى ٢٠١٩/١/١٠ وذلك بملاعب نادى السالمية الرياضى بدولة الكويت

وقام الباحث بتجميع البيانات وجدولتها تمهيداً لمعالجتها إحصائياً وعرضها ومناقشتها وإستخلاص النتائج منها.

**المعالجات الإحصائية:**

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية Spss باستخدام الحاسب الآلى وذلك من خلال المعالجات الإحصائية التالية :

- المتوسط.
- الوسيط.

- الإنحراف المعياري.
  - معامل الالتواء.
  - إختبار ( ت ).
  - معامل الارتباط لبيرسون. / نسب التحسن
- عرض ومناقشة النتائج

عرض نتائج قياسات اختبارات مهارة التصويب قيدالبحث :

### جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين (القبلي والبعدي) لدى مجموعة  
التجريبية للمتغيرات قيد البحث

ن=١١

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحده القياس	الإختبارات
		ع±	س	ع±	س		
9.02	0.67	0.42	5.88	٠.١٧	٥.٢١	درجة	ركل الكرة من ٣٥ م على المرمى
2.61	2.46	0.31	7.90	٠.٥٤	٥.٤٤	درجة	التصويب على المرمى المقسم
17.00	1.22	0.32	6.79	٠.٥٥	٥.٥٧	درجة	تصويب الكرة بسرعة
17.26	0.4	0.34	3.85	٠.٤٥	٣.٤٥	درجة	ركل الكرة نحو هدف مرسوم على الحائط
22.20	0.81	0.26	6.66	٠.٣٥	٥.٨٥	درجة	ركل الكرة على مرمى كرة القدم وبداخله مرمى كرة يد

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٥ = ١.٧٦

يتضح من الجدول (١٣) أن قيم ت المحسوبة اكبر من قيم ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ في المتغيرات قيد البحث بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث للمجموعة التجريبية.

جدول (٩)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين ( القبلي والبعدي ) لدى مجموعة الضابطة للمتغيرات قيد البحث ن=١١

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	القياس البعدي		القياس القبلي		وحده القياس	الإختبارات
		ع±	س	ع±	س		
3.04	0.27	0.64	4.68	0.69	5.95	درجة	ركل الكرة من ٣٥ م على المرمى
4.13	0.51-	0.44	3.47	0.26	5.96	درجة	التصويب على المرمى المقسم
12.09	1.67	0.40	4.36	0.55	6.02	درجة	تصويب الكرة بسرعة
91.00	0.23	0.34	3.28	0.34	4.51	درجة	ركل الكرة نحو هدف مرسوم على الحائط
8.95	0.37	0.30	4.02	0.35	5.39	درجة	ركل الكرة على مرمى كرة القدم وبداخله مرمى كرة يد

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٧٦

يتضح من الجدول (١٤) أن قيم ت المحسوبة اكبر من قيم ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ في المتغيرات قيد البحث بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي للمتغيرات قيد البحث للمجموعة الضابطة

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطي القياس البعدي لدى المجموعتين التجريبية والضابطة للمتغيرات قيد البحث ن=١١

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحده القياس	الإختبارات
		ع±	س	ع±	س		
2.96	0.51-	0.64	5.68	0.42	6.17	درجة	ركل الكرة من ٣٥ م على المرمى
4.76	0.57-	0.44	4.47	0.31	5.90	درجة	التصويب على المرمى المقسم
5.00	0.57-	0.40	2.36	0.32	3.79	درجة	تصويب الكرة بسرعة
4.02	0.43-	0.34	2.28	0.34	3.85	درجة	ركل الكرة نحو هدف مرسوم على الحائط
3.96	0.35-	0.30	3.02	0.26	4.66	درجة	ركل الكرة على مرمى كرة القدم وبداخله مرمى كرة يد

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٧٦

يتضح من الجدول (١٥) أن قيم ت المحسوبة اكبر من قيم ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ فى المتغيرات قيد البحث بين القياس البعدى للمجموعتين التجريبيه والضابطة لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبيه للمتغيرات قيد البحث

#### مناقشة النتائج :

مناقشة نتائج الفرض الأول : يتضح من الجدول (٨) أن قيم ت المحسوبة اكبر من قيم ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ فى

المتغيرات قيد البحث بين القياس القبلى والقياس البعدى لصالح القياس البعدى للمتغيرات قيد البحث للمجموعة التجريبيه. ويرجع الباحث ذلك إلى تدريبات المنافسة والتي تعتمد على استخدام تدريبات تتشابه مع تلك المواقف التي تحدث اثناء المباريات مما يعمل على ارتقاء اللاعب فى اداء مهارة التصويب المستهدفة من هذه التمرينات والجدير بالذكر ان هذا يتفق مع ما ذكره حسن ابو عبده (٢٠١٥) (٥) ومفتى ابراهيم (٢٠٠٩) (١٤) فى ان كلما تشابه التدريب مع ما يحدث فى المباراة كلما كان ذلك اكثر فائدة للاعب وبذلك يتحقق الفرض الاول للبحث والذي ينص على توجد فروق داله إحصائياً بين القياسين (القبلى - البعدى) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبيه فى اداء مهارة التصويب لدى عينة البحث

#### مناقشة نتائج الفرض الثانى :

يتضح من الجدول (٩) أن قيم ت المحسوبة اكبر من قيم ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ فى المتغيرات قيد البحث بين القياس القبلى والقياس البعدى لصالح القياس البعدى للمتغيرات قيد البحث للمجموعة الضابطة

ويرجع الباحث هذا التقدم إلى إحتواء البرنامج التدريبى (التقليدى) التى خضعت له المجموعة الضابطة على تدريبات التصويب و يتفق هذا مع ما يشير إليه حنفى مختار (١٩٩٧ م) (٦) أن أداء المهارة يستلزم توافر عنصر السرعة لأدائها خلال فترة زمنية محددة .

بذلك يتحقق الفرض الذى ينص على

توجد فروق داله إحصائياً بين القياسين (القبلى - البعدى) لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة فى اداء مهارة التصويب لدى عينة البحث

#### مناقشة نتائج الفرض الثالث :

يتضح من الجدول (١٠) أن قيم ت المحسوبة اكبر من قيم ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ فى المتغيرات قيد البحث بين القياس البعدى للمجموعتين التجريبيه والضابطة لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبيه للمتغيرات قيد البحث .

ويعزو الباحث التحسن الحادث للمجموعة التجريبيه فى اختبارات مهارة التصويب قيد البحث، إلى فعالية البرنامج التدريبى المقترح الذى يتسم بوجود تمرينات المنافسة فى الجزء الرئيسى من الوحدات التدريبية وكذلك مراعات التدرج المنتظم فى الارتقاء بالأحمال التدريبية ومدى صعوبة التدريبات المستخدمة فى البرنامج ويتفق هذا مع نتائج دراسة كلا من محمد مختار الزغبى (١٩٩٥) (١) و خالد عبد الفتاح الخضرى (٢٠٠١) (٦) فى ان البرنامج التدريبى المعد بشكل

علمى اذا ما توافرت فيه تدريبات مناسبة لطبيعة الاداء اثناء المباريات قد ياثّر تأثيراً إيجابياً في تطوير مستوى الاداء المهارى للاعب

وبذلك يتحقق الفرض الذى ينص على :-

توجد فروق داله إحصائياً بين القياس البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية في اداء مهارة التصويب لدى عينة البحث

#### الإستنتاجات :

فى ضوء نتائج البحث وفى حدود العينة والمعالجات الإحصائية توصل الباحث للاستنتاجات التالية:

- أظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثيراً إيجابياً فى تطوير اداء اللاعب لمهارة التصويب

-أظهر البرنامج التدريبي ان تدريبات المنافسة لها تاثير ايجابي على اداء اللاعب لمهارة التصويب

#### التوصيات :

فى ضوء الاستخلاصات التى إعتمدت عليها طبيعة الدراسة والإجراءات التى تم إتباعها ونتائج التحليل الإحصائى والاستنتاجات التى تم التوصل إليها يوصى الباحث بالأتى :-

١ - يوصى الباحث بضرورة استخدام تمرينات المنافسة من قبل المدربين فى تنمية

مهارات اساسية اخرى فى كرة القدم لما لها من دور فعال فى ذلك

٢ - يوصى الباحث مدربي كرة القدم بضرورة الاهتمام بتنمية وتدريب اللاعبين على مهارة التصويب لما

لها من اهمية كبرى فى حسم نتائج المباريات

## المراجع:

### أولاً المراجع العربية :

- ١- اسامة على عبد الرحمن : تاثير تدريبات المنافسة على مستوى اداء بعض المهارات الهجومية للمبارزين تحت ٢٠ سنة .رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة ٢٠١٦م
- ٢- اشرف فكرى :- اثر استخدام تدريبات المنافسة عمى تنمية الصفات البدنية.رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية
- ٣- امر الله البساطى :- الإعداد البدنى فى كرة القدم ، دار المعارف، الاسكندرية. ١٩٩٧
- ٤- بسطويسى :اسس ونظريات التدريب الرياضى، دار الفكر القاهرة. ١٩٩٩
- ٥- حسن السيد ابو عبده :الاعداد البدنى للاعبى كرة القدم . الفتح للطباعة والنشر الاسكندرية ٢٠١٥
- ٦- حنفى محمود مختار : الاسس العلمية فى تدريب كرة القدم . دار الفكر العربى ١٩٩٧
- ٧- خالد عبد الفتاح الخضرى: تاثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات التنافسية على بعض مكونات اللياقة البدنية وفاعلية الاداء المهارى لناشئى كرة القدم المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة ٢٠١١
- ٨- رائد حلمى رمضان :- تاثير برنامج تدريبي للاعداد البدنى الخاص على مستوى الاداء المهارى ونتائج المباريات للاعبى كرة القدم تحت ١٨ سنة رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية جامعة قناة السويس ١٩٩٩
- ٩- محمد شوقي كشك،أمر الله أحمد البساطى: أسس الإعداد المهارى و الخططى فى كرة القدم ( ناشئين - كبار ) ، ط٢ ، منشأة دار المعارف ، الإسكندرية، ٢٠٠٠م.
- ١٠- محمد عبده صالح .:- اساسيات كرة القدم دار المعارف القاهرة ١٩٩٤
- ١١- محمد مختار الزغبى:تاثير تمرينات المنافسة على بعض القدرات البدنية ومهارة التصويب للاعبى كرة القدم رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية جامعة قناة السويس ١٩٩٥
- ١٢- مفتى إبراهيم حماد:التدريب الرياضى الحديث (تخطيط - تطبيق - قياده)، ط١، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٩٨م
- ١٣- مفتى ابراهيم حماد: الجديد فى الاعداد البدنى والخططى للعبى كرة القدم دار الفكر العربى القاهرة ٢٠٠١م
- ١٤- مفتى ابراهيم حماد : الاعداد المهارى والخططى للاعبى كرة القدم دار الفكر العربى القاهرة ٢٠٠٩
- ١٥- ياسر محفوظ الجوهري: تنمية القدرات التوافقية لتطوير مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى براعم كرة القدم ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية للبنين ببها ، العدد الأول ، جامعه ببها ، ٢٠٠٨م

## مستخلص البحث

### تأثير برنامج تدريبي مقترح على مستوى أداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم

\*حسن سعد مساعد المجدد

يهدف البحث إلى وضع برنامج تدريبي مقترح باستخدام تدريبات المنافسة والتعرف على مدى تأثيره على أداء اللاعبين لمهارة التصويب في كرة القدم ، أستخدم الباحث المنهج التجريبي، حيث بلغت عينة البحث (٣٠) لاعب من ناشئي كرة القدم تحت ١٩ سنة في نادي السالمية الكويتي والمسجلين بالإتحاد الكويتي لكرة القدم للموسم الرياضي ٢٠١٨/٢٠١٩ ، وأظهرت النتائج أن تدريبات المنافسة لها تأثير ايجابي على أداء اللاعب لمهارة التصويب.

الكلمات المفتاحية : تدريبات المنافسة

## **Abstract**

### **Effect of a proposed training program on performance level of shooting skills for football players**

**\*Hassan Saad Assistant frozen**

**The aim of the research is to set up a proposed training program using competitive training and to identify its impact on the performance level of the players of shooting skills in football. The researcher used the experimental method. The sample of the research included (30) of the players of the football under 19 years in the Salmiya Kuwaiti Club and who are registered in the Kuwaiti Football Federation for the sports season 2018/2019. Results showed that competition exercises have a positive effect on the player's performance of the skill of correction**

**Keywords: Competition Exercises**