

تأثير استخدام تمرينات فى مساحات محددة على بعض المتغيرات الخطية لذي لاعبي**كرة القدم**

* أ.د / ممدوح محمود محمدي

** أ.د / عمر احمد على

*** / محمد صلاح

* أستاذ تدريب كرة القدم بكلية التربية الرياضية – جامعة المنيا .

** أستاذ تدريب كرة القدم بكلية التربية الرياضية – جامعة المنيا .

*** مدرس مساعد بقسم الرياضات الجماعية وألعاب المضرب □ جامعة المنيا

معرف الوثيقة الرقمي ١٠.٢١٦٠٨/SSJ.٢٠٢٠.٩٣١٩٠

مقدمة البحث

يعتبر البحث العلمي هو حجر الزاوية للتقدم والتطور الكبير والسريع حيث أنه هو الوسيلة التي يقاس بها مدى تقدم الشعوب وتطورها ، لما يحدثه من تقدم حضاري ورفي بشري في جميع مجالات الحياة .

والأنشطة الرياضية هي من أهم مجالات الحياة التي أثر فيها البحث العلمي وساعد على تقدمها وتطورها ، فقد أصبح هناك علاقة إيجابية بين الدول المتقدمة علمياً وتفوقها في المجال الرياضي وكذلك بين نتائجها في البطولات العالمية وتصنيفها الدولي بين الأمم .

والإعداد الخطي في كرة القدم تمتزج فيه كافة أنواع الإعدادات الأخرى سواء بدنية مهارية إرادية أو ذهنية و هو ما أشار إليه " بيتر تريديويل " Peter Treadwell (١٩٩٥) بأنه الجزء الهام في مباراة كرة القدم وهو الذي يعطي معنى محدد لطبيعة أداء الفريق ، بالإضافة إلى أن الأفكار والإستراتيجيات التي تجعل كل عمل فردي عمل ذو شكل منطقي (٢٧ : ٦٢)

وينفق كل من "جيرهارد هامزن ، يورج دانيل " Gerhard Hamsen & Jorg Daniel (١٩٩٧) ، " طه إسماعيل وآخرون " (١٩٩٣) أن الأداء الخطي الهجومي هو أحد مخرجات الإعداد الخطي الجيد وهو بذلك يعتمد بدرجة كبيرة على إستراتيجية تحرك الأفراد واندماجها في الأداء الجماعي للفريق. (٢٦:٢٠، ١٩) (٥٥:٨)

يتفق كل من " أشرف جابر " (٢٠١١) ، " جيروبيزانتش ، جونارجريش " Gero Bisanz & Gunnar Gerisch (١٩٩٨) أن من أهم متطلبات الأداء الخطي في كرة القدم هو إتقان المهارات الأساسية التي هي من أهم وسائل تنفيذ خطط اللعب سواء الهجومية أو الدفاعية

الفرة منها أو الجماعية ، فكل خطة تعتمد على مهارة أو أكثر لتنفيذها ، ومن هنا فإن إتقان المهارات والتدريب عليها في ظروف تشبه ما يحدث في المباراة أمر هام لنجاح خطط اللعب .
(٢٤ : ٢١) (٢٠٥ ، ٢٠٤)

يشير " طه إسماعيل " (١٩٩٣) أن التدريبات في المساحات المختلفة تؤدي إلى تنمية مقدرة اللاعب على الأداء والتفكير الجيد وهذا يعني تصميم تلك التدريبات بطرق وأساليب متعددة ومتغيرة المواقف ، وبتكرار التدريب عليها يمكن أن تساعد اللاعب على الفهم السريع للأداء والتحريك المطلوب وأيضاً للمواقف المحتمل مجابتهها أثناء المباراة ويتم ذلك وفق تدريبات تطبيقية في ملاعب مصغرة ذات مساحات مختلفة ومجموعات (٢ × ٢) (٢ × ٤) (٤ × ٤) (٣ × ٦) حيث تؤدي تلك التدريبات بطريقة سلسلة تنتهي بمواقف اللعب أثناء المباراة .
(٢٩ : ٨) .

مشكلة البحث

من خلال خبرة الباحثون بقسم الرياضات الجماعية وقائمين على تدريس مادة كرة القدم بكلية التربية الرياضية ، إضافة إلى عملهم في حقل التدريب ، وفي إطار ما أتيح لهم من الإطلاع عليه من الدراسات السابقة في الألعاب الجماعية بصفة عامة وكرة القدم على وجه الخصوص ، لاحظ قصوراً في أداء اللاعبين في المساحات الضيقة ، حيث لا يستطيعون أداء المهارات تحت ضغط أثناء المنافسة داخل الملعب بالرغم من تميزهم في أداء تلك المهارات بصورة منفردة ، ويرجع الباحث ذلك القصور إلى أن معظم المدربين العاملين يقومون بتدريب اللاعبين على المهارات بصورة منفردة دون الربط أو الدمج بين هذه الأداءات ، إضافة إلى عدم تأديتها كما في مواقف اللعب الفعلية أثناء المباراة أو في مساحات الضيقة وهذا مما دفع الباحثون وأثار انتباههم في محاولة منهم لتصميم برنامج تدريبي باستخدام تمرينات في مساحات محددة ومعرفة تأثيرها على بعض المتغيرات الخطئية للاعبين كرة القدم .

هدف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على :-

تأثير البرنامج التدريبي المقترح على بعض المتغيرات الخطئية (موجات الهجوم - التصويب (ايجابي ، سلبي) ، التحركات السائدة (٢/١ ، ٣/٢/١ ، اوفر لابل) لدى لاعبي كرة القدم .

فروض البحث

في ضوء هدف البحث يفترض الباحثون ما يلي :

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدي في المتغيرات الخطئية (موجات الهجوم -التصويب) (إيجابي ، سلبي)- التحركات السائدة (٢/١ ، ٣/٢/١ ، او فر لآب)) لدى لاعبي كرة القدم في اتجاه القياس البعدي .

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية في معدل التغير بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدي في المتغيرات الخطئية (موجات الهجوم -التصويب) (إيجابي ، سلبي)- التحركات السائدة (٢/١ ، ٣/٢/١ ، او فر لآب)) لدى لاعبي كرة القدم في اتجاه القياس البعدي.

مصطلحات البحث

- موجات الهجوم :

" هي عدد مرات استحواذ الفريق على الكرة والتحول بها الى الهجوم من جزء الى آخر بالملاعب ثم الى المنطقة المؤثرة مشكلاً محاولة لتهديد مرمى المنافس أو إحراز الهدف " (١ : ٥)

- التصويب الإيجابي:

"هو قدرة اللاعب على ركل الكرة بدقة في اتجاه المرمى بين القائمين وأسفل العارضة (بصرف النظر عن إحراز هدف من عدمه) ، مستغلاً فرصة التهديف " (٤ : ١٠)

- التصويب السلبي:

"هو قيام اللاعب بأداء التصويب تجاه المرمى مع ابتعاد الكرة كلياً عن المرمى مع ملاحظة عدم تصدي حارس المرمى لها " (١ : ٦) .

التحركات السائدة في خطط الهجوم :

تلك التحركات التي يكثر استخدامها خطئياً من الجانب الهجومي أو هي تلك التحركات التي تتكرر خلال اللعب الهجومي للمباراة وفي مراحلها المختلفة ولكن باستخدام عدد قليل نسبياً من المهاجمين من ٢ : ٤ لاعبين على الأكثر وفي كافة مناطق اللعب (٨ : ١٩٧)

الدراسات السابقة

- الدراسة الأولى

دراسة قام بها " محمد صبحي " (٢٠١٦) (١٤) " بعنوان دراسة" مقارنة لتأثير المباريات المصغرة والألعاب التمهيدية على بعض الأداءات المهارية والخططية للناشئين في كرة " القدم وهدفت الدراسة إلى تصميم برنامج للمباريات المصغرة على بعض الأداءات المهارية والخططية للناشئين في كرة القدم ، والتعرف على تأثيره على بعض الأداءات المهارية والخططية للناشئين في كرة القدم ، وتصميم برنامج للألعاب التمهيدية على بعض الأداءات المهارية والخططية للناشئين في كرة القدم ، التعرف على تأثيره على بعض الأداءات المهارية والخططية للناشئين في كرة القدم ، واستخدام الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين ، و شملت عينة البحث على ٣٠ ناشئ تم اختيارهم بطريقة عمدية من ناشئ نادي العاب دمنهور الرياضي تحت ١٣ سنة ، كما استخدم الباحث في جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية ، وكانت اهم النتائج إيجابية البرنامج التدريبي المقترح باستخدام المباريات المصغرة على بعض الأداءات المهارية والخططية للناشئين في كرة القدم .

- الدراسة الثانية

دراسة قام بها " عمر أحمد " (٢٠١٣) (١٣) بعنوان " التحركات السائدة في مساحات محددة كتوجه لتطوير الأداء الخططي الهجومي في مباريات كرة القدم" وهدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تدريبي باستخدام التحركات السائدة في مساحات محددة لتطوير الأداء الخططي الهجومي لمباريات كرة القدم واستخدام الباحث المنهج التجريبي حيث انه المنهج الملائم لطبيعة البحث واشتملت عينة البحث على ٢٠ لاعب من لاعبي الدرجة الأولى لفريق نادي المنيا الرياضي لموسم الرياضي ٢٠١٠ / ٢٠١١ كما استخدم الباحث في جمع البيانات الملاحظة العلمية ،استمارة البيانات ، استمارة التحليل ، وكانت اهم النتائج وجود تقدم إيجابي في حجم الوصول للمرمى ، والإنتهاء على المرمى (التسديدات) ، زمن الامتلاك (الاستحواذ) كذلك وجود تقدم إيجابي في الحد من عدد مرات الوقوع في مصيدة التسلل ، وعدد التميريرات الفاشلة ، والتصويب السلبي .

- الدراسة الثالثة

دراسة قام بها " علي محمد ، حسين حبيب ، فؤاد حماد " (٢٠١٤) (١٠) بعنوان " تأثير تمرينات مركبة خاصة وفق مناطق محددة لتطوير مستوى بعض القدرات البدنية والقواعد

الدفاعية للاعب كرة القدم" هدفت الدراسة للتعرف على تأثير التمرينات الخاصة وفق مناطق محددة في تطوير مستوى بعض القدرات البدنية والقواعد الدفاعية للاعب كرة القدم و تكون مجتمع البحث من لاعبي نادي الانبار الرياضي بلعبة كرة القدم والبالغ عددهم (٣٢) لاعبا لعام (٢٠١٣)، حيث تم اختيار (١٦) لاعب بالطريقة العمدية لضمان مشاركة اللاعبين الأساسيين في المباريات الاختبارات و استخدام الباحث في جمع البيانات استمارة تحليل الاداء الدفاعي و الاختبارات وكانت اهم النتائج التمرينات المركبة التي طبقت على عينة البحث كان لها تأثير فعال على تطوير بعض القدرات البدنية والقواعد الدفاعية لعينة البحث قيد الدراسة و التمرينات الخاصة وفق مناطق محددة ضمن المنهاج التدريبي في مرحلة الإعداد الخاص لها تأثير ايجابي في تطوير القدرات البدنية والقواعد الدفاعية للمتغيرات قيد الدراسة لعينة البحث

خطة إجراءات البحث

منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج التجريبي ، باستخدام التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة عن طريق القياس القبلي والبعدي لها .

مجتمع وعينة البحث

يشمل مجتمع البحث لاعبي كرة القدم بدوري (القسم الرابع) والمسجلين في قوائم الاتحاد المصري لكرة القدم في الموسم الرياضي ٢٠١٨/٢٠١٩ والتي تضم (٦) ستة فرق ، هذا وقد قام الباحثون باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من فريق مركز شباب البرجاية وقد بلغ حجم العينة (٢٥) لاعبا مسجلين بالإتحاد المصري لكرة القدم في الموسم الرياضي ٢٠١٨ / ٢٠١٩ ، وقد وقع اختيار الباحث على هذه العينة للأسباب التالية :

- توافر الأجهزة والأدوات المساعدة في عملية التدريب .
- إمكانية الانتظام في التدريب خلال الموسم التدريبي لجميع اللاعبين .
- وسائل جمع البيانات :
- الملاحظة العلمية :
- استخدام الباحثون الملاحظة في تحديد مشكلة البحث وكذلك لتحليل المباريات .

- استمارة جمع بيانات اللاعبين العامة :

والتي تضم الاسم . تاريخ الميلاد . الطول . الوزن . النادي السابق . العمر التدريبي . مركز اللعب . مركز اللعب . المركز البديل . ملحق (١)

- استمارة تحليل المتغيرات الخطئية قيد البحث (من إعداد الباحثون . ملحق (٢)

من خلال تحليل بعض المراجع العلمية المتخصصة (توصل الباحثون إلى عدد (٣) متغيرات يمكن ان تتاثر بالمساحات المحددة في كرة القدم وهى :

١ - موجات الهجوم

٢ - التصويب (ايجابي وسلبي)

٣ - التحركات السادة ومنها :

أ. التحرك لتخطي المدافعين بالتمريرة الحائطية (١ / ٢) .

ب. التحرك لتخطي المدافعين بالتمريرة الثلاثية (٣ / ٢ / ١) .

ت. التحرك لمكان مناسب من خلف الزميل (الأوفرلاب) .

وقد قام الباحثون بعرض استمارتي التحليل على عدد من خبراء كرة القدم من السادة أعضاء هيئة التدريس بالجامعات وقد اتفق جميعهم على جميع التحركات الهجومية السائدة وكذا مؤشرات الأداء الخطئي قيد البحث .

- الأجهزة والأدوات :

- ساعات إيقاف .

- كاميرا فيديو حديثة للتصوير المرئي .

- جهاز فيديو لعرض المباريات ثم تحليلها

التوزيع الطبيعي لعينة البحث :

قام الباحثون بالتأكد من مدى اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث للمتغيرات الديموجرافية (، الطول ، الوزن ، العمر التدريبي) " وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للعينة

الاساسية في المتغيرات الديموجرافية " (ن = ٢٥)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	٢٦.٠٠	٢٧.٠٠	٣.٤٦	-٠.٧٧
الطول	سم	١٧٠.٠٨	١٦٩.٠٠	٥.٥١	٠.٤٧
الوزن	كجم	٦٨.٤٠	٦٨.٠٠	٤.٤٩	-٠.٣٠
العمر التدريبي	سنة	١٠.٨٠	١١.٠٠	٢.٧٦	-١.٣٧

ينضح من الجدول (١) ما يلي :

أن قيم معاملات الالتواء لكل من " معدلات النمو " السن ، الطول ، الوزن ، العمر التدريبي " لعينة البحث تنحصر ما بين (٣+ ، ٣-) مما يشير إلى اعتدالية توزيع عينة البحث .

المعاملات العلمية لاستمارة التحليل:

أولاً : الصدق

١- صدق المحتوى :

قام الباحثون بعرض الصورة المبدئية لاستمارة تحليل المتغيرات الخطية على مجموعة من الخبراء بلغ قوامهم (١٠) عشرة خبراء في مجال تدريب كرة القدم . وذلك لإبداء رأيهم فيها بعد توضيح الهدف منها للتأكد من صحتها ومناسبتها لقياس المتغيرات الخطية (موجات الهجوم ، التصويب الإيجابي، التصويب السلبي ، ٢/١ ، ٣/٢/١ ، أوفر لاب) .

٢- الصدق المنطقي :

قام الباحثون بإجراء دراسة تحليلية للمراجع والدراسات السابقة عربية وأجنبية في مجال رياضة كرة القدم والتي وضعت من قبل للمقارنة في أن العناصر الخاصة بالاستمارة تقيس ما وضعت من اجله ، وتحقق أهداف البحث .

٣- الصدق الذاتي :

قام الباحثون بإيجاد الصدق الذاتي لاستمارة المتغيرات الخطئية قيد البحث وذلك عن طريق إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات وهو يفيد في تحديد النهاية العظمى لمعاملات الصدق التجريبي والصدق العاملي ، بمعنى أن الحد الأدنى لمعامل الاختبار يجب ألا يتجاوز الصدق الذاتي والجدول (٢) يوضح النتيجة

جدول (٢)

معاملات الصدق الذاتي لاستمارة تحليل مباريات كرة القدم

للمتغيرات الخطئية قيد البحث (ن = ٤)

عناصر التحليل	معاملات الصدق الذاتي
موجات الهجوم	٠.٩٧
التصويب الايجابي	٠.٩٧
التصويب السلبي	٠.٩٨
٢/١	٠.٩٨
٣/٢/١	٠.٩٧
أوفر لاب	٠.٩٧

يتضح من جدول (٢) ما يلي :

تراوحت معاملات الصدق الذاتي لاستمارة تحليل المتغيرات الخطئية قيد البحث لأربع مباريات كرة قدم ما بين (٠.٩٧ ، ٠.٩٨) وجميعها معاملات ارتباط دالة إحصائياً حيث أن جميع قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة ٠.٠٥ مما يشير إلى صدق الاستمارة

ب- الثبات :

لحساب ثبات استمارة تحليل المتغيرات الخطئية قيد البحث قام الباحثون باستخدام التطبيق ثم اعادة التطبيق (Test - Re - Test) وذلك من خلال تحليل (٤) أربع مباريات من بطولات سابقة مسجلة على شرائط الفيديو ، ثم أعيد تحليلها مرة أخرى ، ثم قام الباحث بحساب معامل الثبات عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين التطبيق واعداد التطبيق وجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣)

معاملات الثبات لاستمارة تحليل مباريات كرة القدم للمتغيرات الخطئية قيد البحث (ن = ٤)

معامل الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		عناصر التحليل
	ع	م	ع	م	
*٠.٩٥	٢.٦٢	٧.٢٥	١.٥٠	٦.٧٥	موجات الهجوم
*٠.٩٦	١.٥٠	٧.٢٥	١.١٥	٧.٠٠	التصويب الإيجابي
*٠.٩٧	١.٨٢	٧.٠٠	١.٥٠	٦.٧٥	التصويب السلبي
*٠.٩٧	٠.٨١	٧.٠٠	١.٢٥	٥.٧٥	٢/١
*٠.٩٦	١.٧٠	٥.٧٥	٠.٩٥	٣.٧٥	٣/٢/١
*٠.٩٥	١.٨٢	٦.٠٠	٠.٩٥	٣.٧٥	اوفر لاب

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢) = ٠.٩٥

يتضح من جدول (٣) ما يلي :

تراوحت معاملات الثبات بين التطبيق وإعادة التطبيق لاستمارة تحليل المتغيرات الخطئية قيد البحث لأربع مباريات كرة قدم ما بين (٠.٩٧ ، ٠.٩٥) وجميعها معاملات ارتباط دالة إحصائياً حيث أن جميع قيم (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات الاستمارة .

الخطوات التنفيذية للبحث :

الدراسة الاستطلاعية :

أولاً : دراسة استطلاعية أولى :

قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية بالاتفاق مع مصورو كاميرا الفيديو لتحديد أنسب الأماكن للتصوير ، ومدى القدرة على الدقة في تصوير المباريات ، وذلك على مباراة بين فريقي نادي سمالوط ومركز شباب البرجاية ، وكان ذلك يوم الاثنين الموافق ٢٠١٨/ ٧ / ٢ على ملعب مركز شباب البرجاية .

وقد أسفرت الدراسة الاستطلاعية عن :

١. نجاح مصورو الفيديو في تحديد أنسب الأماكن للتصوير .
 ٢. التأكد من صلاحية الكاميرات المستخدمة في التصوير .
 ٣. دقة ومهارة المصورين في إخراج تصوير المباريات بالصورة المطلوبة .
 ٤. صلاحية استمارة تحليل الأداء الخططي الخاصة بالمتغيرات الخططية الهجومية .
 ٥. فهم ودقة المساعدين في استخدام استمارات التحليل أثناء تسجيل النتائج .
- صلاحية المكان الذي سيتم فيه تطبيق البرنامج حيث تم في ملعب مركز شباب البرجاية.

ثانيا : الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (١٨) ناشئ من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث لمعرفة مدى الثبات "لاستمارة تحليل المباريات " للمتغيرات الخططية الدفاعية أثناء الإنعكاس قيد البحث وذلك من خلال تصوير أربعة مباريات "تطبيق اول " وبعد مرور اسبوعين قام الباحث بإجراء التطبيق الثاني واعدة الاربعة مباريات وذلك في الفترة من ١٢ / ٧ / ٢٠١٨ إلى ٤ / ٨ / ٢٠١٨ م.

وقد أسفرت الدراسة الاستطلاعية عن ثبات استمارات التحليل الخططي " استمارة تسجيل التحليل الخططي للمتغيرات الخططية خلال المباريات ".

البرنامج الزمني لتطبيق البحث والتجربة الأساسية :

اولا : القياس القبلي :

- التحليل القبلي للأداء الخططي " للمتغيرات الخططية " :

قام الباحثون بتحليل مباريات فريق مركز شباب البرجاية ت عن طريق شرائط الفيديو لأربع مباريات وكانت على النحو التالي :

جدول (٤)

التحليل القبلي للأداء الخططي الهجومي

اليوم والتاريخ	المباراة
١- السبت الموافق ٢٠١٨/٨/١٨	م. ش البرجاية X م. ش العودة
٢- الأربعاء الموافق ٢٠١٨/٨/٢٢	م. ش البرجاية X م. ش مطاي
٣- السبت الموافق ٢٠١٤/ ٨/ ٢٥	م. ش البرجاية X م. ش ديرمواس
٤- الثلاثاء الموافق ٢٠١٤/ ٨/ ٢٨	م. ش البرجاية X نادي مطاي

وقد قام الباحثون بوضع نتائج القياسات القبليّة بالصورة التالية :

نتائج التحليل القبلي للمباريات لقياس المتغيرات الخطئية من خلال جمع بيانات المتغيرات الخطئية التالية :

- موجات الهجوم .

- التصويب .

- التحركات الساندة

أ. التحرك لتخطي المدافعين بالتمريرة الحائطية (١ : ٢)

ب. التحرك لتخطي المدافعين بالتمريرة الثلاثية (١ : ٢ : ٣)

ت. التحرك لمكان مناسب من خلف الزميل (الأوفرلاب)

ثانياً :تطبيق البرنامج :

قام الباحثون بتطبيق البرنامج التدريبي على أفراد العينة في الفترة من يوم الجمعة الموافق ٣١ / ٨ / ٢٠١٨ م الى يوم الأربعاء الموافق ٢١ / ١١ / ٢٠١٨ م .

القياس البعدي :

ثالثاً :التحليل البعدي للأداء الخطئي " للمتغيرات الخطئية " :

قام الباحثون بتحليل مباريات فريق مركز شباب البرجاية عن طريق شرائط الفيديو لأربع مباريات وكانت على النحو التالي :

جدول (٥)

التحليل البعدي للأداء الخطئي الهجومي

المباراة	اليوم والتاريخ
م.ش البرجاية X نادي مطاي	١ - الجمعة الموافق ٢٣ / ١١ / ٢٠١٨
م.ش البرجاية X نادي سمالوط	٢ - الجمعة الموافق ٧ / ١٢ / ٢٠١٨
م.ش البرجاية X م.ش مطاي	٣ - الجمعة الموافق ١٤ / ١٢ / ٢٠١٨
م.ش البرجاية X نادي مغاغة	٤ - الجمعة الموافق ٢١ / ١٢ / ٢٠١٨

المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث :

في ضوء هدف وفروض البحث استخدم الباحثون الأساليب الإحصائية التالية : " الوسط الحسابي ، الوسيط ، الانحراف المعياري ، معامل الالتواء ، معامل الارتباط ، اختبارات ، معدل التغير .

وقد ارتضى الباحثون مستوى دلالة عند مستوى (٠.٠٥) للتأكد من مغنوية النتائج الإحصائية للبحث .

عرض نتائج البحث:

سوف يقوم الباحثون بعرض نتائج البحث كما يلي :

١- دلالة الفروق الاحصائية بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدى في المتغيرات الخطئية (موجات الهجوم -التصويب الايجابي - التصويب السلبي ، ٢/١ ، ٣/٢/١ ، اوفر لاب) لدى لاعبي كرة القدم.

٢- معدل التغير بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدى فى المتغيرات الخطئية (موجات الهجوم - التصويب الايجابي - التصويب السلبي ، ٢/١ ، ٣/٢/١ ، اوفر لاب) لدى لاعبي كرة القدم .

وجدولي (٦ ، ٧) يوضحان النتائج كما يلي :

جدول (٦)

دلالة الفروق الاحصائية بين متوسط درجات القياس

القبلي والبعدى في المتغيرات الخطئية (ن=٤)

م	المتغيرات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدى	الفرق	الانحراف المعياري للفرق	قيمة "ت"	القيمة الدالة p
١	موجات هجوم	٦.٧٥	١١.٢٥	٤.٥٠	١.٢٩	٦.٩٧*	٠.٠٠٦
٢	التصويب الإيجابي	٤.٧٥	٩.٠٠	٤.٢٥	١.٧٠	٤.٩٧*	٠.٠١٥
٣	التصويب السلبي	٦.٧٥	٣.٧٥	٣.٠٠	١.٤١	٤.٢٤*	٠.٠٢٣
٤	٢/١	٤.٢٥	٧.٢٥	٣.٠٠	٠.٨١	٧.٣٤*	٠.٠٠٥
٥	٣/٢/١	٣.٧٥	٦.٢٥	٢.٥٠	١.٢٩	٣.٨٧*	٠.٠٣٠
٦	أوفر لاب	٣.٧٥	٦.٥٠	٢.٧٥	١.٧٠	٣.٢٢*	٠.٠٤٨

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (٣) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.١٨

يتضح من جدول (٧) ما يلي

توجد فروق دالة احصائية بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدى في المتغيرات الخطئية (موجات الهجوم، التصويب الإيجابي، التصويب السلبي، ون تو، ون ثري، أوفر لاب) وتراوحت قيم (ت) ما بين (٣.٢٢ ، ٧.٣٤) وهى قيم دالة احصائياً في اتجاه القياس البعدى ، ويعنى ذلك ان هذه الفروق حقيقية وغير راجعة للصدفة .

٣- معدل التغير بين متوسط درجات القياس القبلي والبعدى فى المتغيرات الخطئية (موجات الهجوم - التصويب الايجابي - التصويب السلبي ، ون تو ، ون ثري ، اوفر لاب) لدى لاعبي كرة القدم .

جدول (٧)

معدل التغير بين القياسين القبلي والبعدى

في المتغيرات الخطئية (ن=٤)

م	المتغيرات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدى	الفرق	معدل التغير
١	موجات هجوم	٦.٧٥	١١.٢٥	٤.٥٠	٦٦.٦٦
٢	التصويب الإيجابي	٤.٧٥	٩.٠٠	٤.٢٥	٨٩.٤٧
٣	التصويب السلبي	٦.٧٥	٣.٧٥	٣.٠٠	٤٤.٤٤
٤	٢/١	٤.٢٥	٧.٢٥	٣.٠٠	٧٠.٥٨
٥	٣/٢/١	٣.٧٥	٦.٢٥	٢.٥٠	٦٦.٦٦
٦	أوفر لاب	٣.٧٥	٦.٥٠	٢.٧٥	٧٣.٣٣

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

يوجد تغير في جميع المتغيرات الخطئية (موجات الهجوم ، التصويب ، التصويب الإيجابي ، التصويب السلبي ، ون تو ، ون ثري ، أوفر لاب) وتراوح هذا التغير ما بين (٤٤.٤٤ %) لمتغير التصويب السلبي ، (٨٩.٤٧ %) لمتغير التصويب الإيجابي وهذا التغير في اتجاه القياس البعدى .

مناقشة نتائج البحث:**بالنسبة لموجات الهجوم**

ويعزو الباحثون هذه الزيادة في معدل تغير القياس البعدي عن القياس القبلي في زيادة معدل موجات الهجوم إلى البرنامج التدريبي باستخدام تمرينات المساحات المحددة ، حيث أدى تكرار استخدام تلك التمرينات إلى إتقان الواجبات الهجومية والدفاعية لكل مركز على حدة إلى تنسيق وتنظيم اللعب وعدم التعارض في أداء المهام بين لاعبي الفريق كما ساعد في استغلال جميع المساحات في الملعب دون إهمال مساحة معينة قد تكون ذات أهمية في سير مجريات المباراة وبالتالي سهل كثيرا في ملاحظة مواطن الخلل في أداء الفريق التي يسببها عدم انجاز احد اللاعبين في احد المراكز لمهامه بالدرجة المطلوبة أي أن التدرينات التي تشبه ما يحدث في المباريات أثناء فترة الإعداد أدت إلى تطوير الأداء الخططي الهجومي وزيادة النزعة الهجومية للفريق ومحاولة بذل أقصى جهد للاستحواذ على الكرة والتحول بها من الوضع الدفاعي إلى الوضع الهجومي وتكرار محاولات الهجوم على مرمى المنافس .

وتتفق نتائج ما توصل إليه الباحث مع نتائج دراسة كل من دراسة "عمر علي" (٢٠٠١) (١٢) ، دراسة " يحيى كامل " (٢٠٠١) (١٨) ، دراسة " خالد عبد النبي " (٢٠٠٢) (٧) ، " علي يوسف زربية " (٢٠٠٥) (١١) ، " أحمد البدوي " (٢٠٠٧) (١) ، " عصام طلعت " (٢٠١١) (٩) والتي تشير نتائجها إلى أن البرنامج التدريبي المقترح يؤثر إيجابياً على زيادة عدد موجات الهجوم لدي لاعبي كرة القدم .

ويرى الباحثون أن استخدام تمرينات المساحات المحددة وتدريب اللاعبين عليها وإتقان كل لاعب لواجباته وأدائها على أكمل وجه والربط بين اللاعبين وبعضهم يساعد على تنسيق وتنظيم اللعب وتطبيق المبادئ الخططية من خلال التدريب على المهارات الأساسية وأدى الجمل الخططية المتفق عليها وأداء كل لاعب لدوره بإتقان وبالصورة المطلوبة ودمج التمرينات المهارية بالجمل الخططية بالمساحات المحددة يساهم في زيادة فاعلية الهجوم بشكل منظم يضمن إتمام الهجوم بنجاح .

ويعزي الباحثون هذه الزيادة في معدل تغير القياس البعدي عن القياس القبلي في زيادة معدل موجات الهجوم إلى البرنامج التدريبي المقترح ، حيث أدى تكرار استخدام صيغ وأشكال الأداء المهاري المركب عن طريق التمرينات في مساحات محددة والتدرينات التي تشبه ما يحدث في المباريات أثناء فترة الإعداد إلى تطوير الأداء الخططي الهجومي وزيادة النزعة الهجومية

للفريق ومحاولة بذل أقصى جهد للاستحواذ على الكرة والتحول بها من الوضع الدفاعي إلى الوضع الهجومي وتكرار محاولات الهجوم على مرمى المنافس.

وتتفق نتائج ما توصل إليه الباحث مع نتائج دراسة كل من دراسة " عمر علي " (٢٠٠١) (١٢) ، دراسة " يحيى كامل " (٢٠٠١) (١٨) ، دراسة " خالد عبد النبي " (٢٠٠٢) (٧) ، دراسة " علي يوسف زربية " (٢٠٠٥) (١١) ، دراسة " أحمد البدوي " (٢٠٠٧) (١) ، دراسة " عصام طلعت " (٢٠١١) (٩) والتي تشير نتائجها إلى أن البرنامج التدريبي المقترح يؤثر إيجابياً على زيادة عدد موجات الهجوم لدي لاعبي كرة القدم .

بالنسبة للتصويب

جاء في المرتبة الأولى التصويب بلغ متوسط القياس القبلي (٣.٣٣) مقابل (٨.٠٠) في القياس البعدي محققاً معدل تغير قدره (١٤٠.٢٤) ، ويعزي الباحث هذه الزيادة الملحوظة في معدل تغير القياس البعدي عن القياس القبلي في زيادة نسبة التصويب الإيجابي على المرمى ونقص نسبة التصويب السلبي على المرمى إلى البرنامج التدريبي المقترح حيث اعتمد الباحث في تصميم التمرينات المساحات المحددة على أن ينتهي أغلبها بالتصويب القوي المؤثر على المرمى ، مع وضع أولوية التصويب قبل التمرير في المنطقة المؤثرة ، وكذلك التصويب بكلتا القدمين اليمنى واليسرى مما زاد من فاعلية التصويب وإيجابيته على مرمى الفريق المنافس .

وهذا يتفق مع ما ذكره " ديباك جيان Deepak Jain " (٢٠٠١) إن القاعدة الأساسية عند التدريب على مهارة التصويب هو أن يتدرب اللاعبون على التصويب بكلتا القدمين الأيمن الذي يؤدي إلى زيادة نسبة التصويب خلال المباريات (٢٢ : ١٨٦) .

كما يرى الباحثون أن تدريب اللاعبين على أداء التصويب بأي جزء من أجزاء القدم ومن أي مكان في الثلث الهجومي يسمح بالتصويب وبأي وضع يتخذه الجسم سواء من الحركة أو من الثبات أو من الوثب ولأي لاعب من اللاعبين داخل الفريق على اختلاف مراكزهم تحت ضغط المنافس وفي ظروف تشبه ما يحدث في المباراة مع التدرج في وجود المدافعين من السلبي إلى الإيجابي لمحاولة منع اللاعب من التصويب على المرمى من خلال الاحتكاك الجسماني بلاعبين آخرين كانت من العوامل التي ساهمت في تقدم مستوى التصويب الإيجابي على المرمى.

بالنسبة التحركات السائدة

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجداول ظهرت وجود فروق معنوية في التحركات السائدة وذلك بسبب أن التمرينات المستخدمة في البرنامج التدريبي (المساحات المحددة)

كانت تحتوي على مجموعة من القواعد الخطئية حيث يحتوي كل تمرين من التمرينات على عدة قواعد خطئية عند تنفيذها وتكرارها في التمرين الواحد وتحت شروط وواجبات محدد وضمن قانون اللعبة أسهمت في رسم الصورة الحقيقية في ذهن كل لاعب عند أدائها في المباريات ، حيث أن ترابط هذه القواعد فيما بينها سواء كانت هجومية أو دفاعية تبين لنا الصورة النهائية لمجمل تحركات اللاعبين أو الفريق أثناء المباريات .

ويرجع الباحثون ذلك إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التدريبي المستخدم تلك التحركات في مساحات محددة على اللاعبين عينة البحث .

وجاء ترتيب التحركات وفقاً لمعدل التغير كما يلي : التحرك لمكان مناسب من خلف الزميل (الأوفرلاب) ثم التحرك لتخطي المدافعين بالتمريرة الثلاثية (١ : ٢ : ٣) ، ثم يلي ذلك التحرك لتخطي المدافعين بالتمريرة الحائطية (١ : ٢) ، ويرجع الباحث ذلك إلى التأثير الإيجابي للبرنامج التدريبي المستخدم تلك التحركات في مساحات محددة على اللاعبين عينة البحث .

الإستخلاصات

في ضوء أهداف البحث ومنهجه وباستخدام الأساليب الإحصائية الملائمة توصل الباحثون للنتائج التالية :

- ١- تحسن مستوى الأداء الخططي لدى الفريق في متغيرات (التصويب الإيجابي ، اوفر لاب ، ٢/١ ، ٣/٢/١ ، موجات الهجوم ، التصويب السلبي) على الترتيب في اتجاه القياسات البعدية لها .
- ٢- يتميز البرنامج التدريبي للفريق بالتدرج الإيجابي خططياً ويتضح ذلك من خلال تغير مستوى الأداء الخططي في المتغيرات الخطئية (التصويب الإيجابي، اوفر لاب، ٢/١ ، ٣/٢/١ ، موجات الهجوم ، التصويب السلبي)، من مباراة إلى مباراة أخرى في اتجاه القياسات البعدية
- ٣- تباين مستوى البرنامج التدريبي المقترح بدنياً ومهارياً وخططياً وهذا ما تشير إليه معدلات التغير المختلفة كل حسب نسبته لدى لاعبين كرة القدم عينة البحث .
- ٤- يراعى البرنامج التدريبي المقترح الفروق الفردية لدى لاعبين كرة القدم عينة البحث من خلال التنوع في محتوياته ومكوناته ونلاحظ ذلك من خلال معدل التغير الذي ظهر من نتائج البحث بدنياً ومهارياً وخططياً .

التوصيات

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحثون :

- ١- يوصي الباحثون باعتماد تمارينات المساحات المحددة ضمن المنهج التدريبي بكرة القدم.
- ٢- الاهتمام بالخطوة الزمنية لتنفيذ البرامج التدريبية للوصول إلى أفضل نتائج يمكن الوصول إليها .
- ٣- تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على مستويات رياضية مختلفة لتأكيد نتائجه بطريقة موضوعية تجريبية .
- ٤- قياس نتائج البحث الحالي ومقارنتها بنتائج الأبحاث الأخرى على نفس المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية قيد البحث لإدراك الأخطاء النظرية والعملية لإجراءات البحث والبحوث الأخرى المرتبطة وتوضيح ذلك للباحثين مستقبلياً .

قائمة المراجع

أولاً : باللغة العربية

- ١- أحمد البدوي أحمد دردير (٢٠٠٧) : تأثير برنامج تدريبي للتحركات الهجومية على بعض المتغيرات الخططية لدى ناشئى كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .
- ٢- أشرف محمد على جابر (٢٠١١) : طرق اللعب في كرة القدم الحديثة بين الدفاع والهجوم ، الجزء الأول ، مكتب النجاح ، القاهرة . (ص ٢٤)
- ٣- أمر الله احمد البساطى(١٩٩٦) : التدريب والإعداد البدنى فى كرة القدم ، منشأة المعارف .
- ٤- جمال إسماعيل مطاوع : تطوير الأداء الخططي الهجومي بالزيادة العددية وتأثيره على نتائج المباريات في كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٥ م .
- ٥- جنيدى مصطفى محمد (٢٠١١) : " تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات المهارية في الملاعب المصغرة على بعض المبادئ الخططية الهجومية لناشئى كرة القدم بمحافظة أسيوط " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط .
- ٦- حنفي محمود مختار (١٩٩٨): المدير الفني لكرة القدم ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة
- ٧- خالد سعد النبي (١٩٩٧): تنمية سرعة ودقة الأداء الحركي لدى ناشئى كرة القدم ،رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- ٨- طه محمود إسماعيل ، عمرو أبو المجد ، وإبراهيم شعلان (١٩٩٣): جماعية اللعب في كرة القدم ، مطابع الأهرام التجارية ، قليوب .
- ٩- عصام طلعت عبد الحميد (٢٠١١) : تأثير برنامج تدريبي مقترح لفترة الإعداد باستخدام التمرينات المركبة على بعض المتغيرات الخططية الهجومية لناشئى كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ،
- ١٠- علي محمد خلف ،حسين حبيب مصلح.، فؤاد حماد عسل(٢٠١٤): تأثير تمرينات مركبة خاصة وفق مناطق محددة لتطوير مستوى بعض القدرات البدنية والقواعد

الدفاعية للاعبين كرة القدم مجلة علوم التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية، جامعة الانبار، العراق

١١- علي يوسف علي زربية (٢٠٠٥): برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء الخططي الهجومي وتأثيره على خلق فرص التهديد لدي لاعبي كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

١٢- عمر أحمد علي (٢٠٠١): الأداء الخططي الهجومي باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردي وعلاقتها بفرص التهديد في كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

١٣- عمر احمد علي (٢٠١٣): التحركات السائدة في مساحات محددة كتوجه لتطوير الأداء الخططي الهجومي في مباريات كرة القدم ، بحث منشور ، مجلة علوم وفنون التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية جامعة اسيوط

١٤- محمد صبحي عبد المنعم (٢٠١٦): " دراسة مقارنة لتأثير المباريات المصغرة والألعاب التمهيدية على بعض الأداءات المهارية والخططية للناشئين في كرة القدم " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية

١٥- محمد لطفي السيد ، عمر أحمد علي (٢٠١٠) : " فاعلية التحركات الخططية الهجومية في إحراز الأهداف خلال مباريات كرة القدم " ، بحث منشورة ، مجلة علوم التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، العدد السابع عشر .

١٦-مفتي إبراهيم حماد (١٩٩٠) : الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

١٧-منتصر شحاته حسين (٢٠١٢): " تأثير برنامج مقترح على فاعلية المواقف الثابتة في الثلث الهجومي لناشئي كرة القدم " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط .

١٨- يحي أحمد كامل (٢٠٠١): تأثير برنامج تدريبي باستخدام بعض المواقف الخططية على مستوى الأداء الهجومي لاعبي كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

ثانياً : باللغة الأجنبية

١٩. Alan Gibbon ,Johan Cartwrit (٢٠٠٥) : Teaching soccer to Boys , G Bell & sonesleted,London .
٢٠. Aleksandar Janković , Bojan Leontijević , Milan Pašić , Veselin Jelušić (٢٠١٢) : " Influence of Certain Tactical Attacking Patterns On The Result Achieved By The Teams Participants Of The ٢٠١٠ FIFA World Cup In South Africa ", Physical Culture, volume ٦٥ , No (١).
٢١. Bisanz , Gero & Gerisch , Gunnar (١٩٩٨) : Fußballtraining Technik aktik , Rowohlt Taschenbuch Verlag , Hamburg
٢٢. Deepak Jain , o. p. Sharma (٢٠٠١) : teaching & coaching football , KHEL SAHITYA Kendra , Hindustan offset printers .
٢٣. Dellal, A., Owen,A., Wonge,D .P., Krustrup, P., van Exsel, M., &Mallo, J.Technical and physical demands of small vs. large sided games in relation to playing position in elite soccer. Human Movement Science, ٢٠١٢; ٣١ .
٢٤. Detlef Brüggemann & Dirk Albrecht (١٩٩٨): Modernes Fußball training das Systematisch Lehrbuch für Trainer, übungesleit ,Sportstudenten, Und Spiele , ٤.Aufl. , Hofmann Verlag , Düsseldorf.
٢٥. Gerhard Bauer (١٩٩٧) : Lehrbuch Fußball Erfolgreiches Training von Technik, Taktik , und Kondition , ٥ . Aufl., BLV Verlagsgesellschaft , München .
٢٦. Gerhard Hamsen & Jorg Daniel (١٩٩٧) : Fussball Jugend Training , Grundlagen Übungen – Programme , rowohlt taschenbuch verlag , Hamburg .
٢٧. Peter Tredwell (١٩٩٥) : Soccer Training, A&C Black, London

ملخص البحث

**"تأثير استخدام تمارين في مساحات محددة على بعض المتغيرات الخطئية
لدى لاعبي كرة القدم"**

* أ. د / ممدوح محمود محمدي

** أ. د / عمر احمد على

*** / محمد صلاح

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام تمارين في مساحات محددة على بعض المتغيرات الخطئية لدى لاعبي كرة القدم لفريق مركز شباب البرجاية وذلك من خلال التعرف على تأثير البرنامج التدريبي باستخدام التمارين في مساحات محددة على بعض المتغيرات الخطئية مثل

- موجات الهجوم
- التصويب (التصويب الايجابي - التصويب السلبي)
- التحركات الساندة مثل (٢/١ ، ٣/٢/١ ، اوفر لاپ) لدى لاعبي كرة القدم.

وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي باستخدام نموذج من التصميمات التجريبية لمجموعة تجريبية واحدة بإتباع القياس القبلي والبعدي لها ، واختار الباحثون عينة عمدية متمثلة في فريق مركز شباب البرجاية موسم ٢٠١٨ / ٢٠١٩ بدوري القسم الرابع ، واستخدم الباحثون في جمع البيانات المراجع العلمية والدراسات السابقة ، الملاحظة العلمية ، البرنامج التدريبي ، كاميرا فيديو لتصوير المباريات ، استمارات استطلاع الرأي، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحثون وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلي والبعدي في المتغيرات الخطئية والتي تتمثل في موجات الهجوم والتصويب والتحركات الساندة وفي اتجاه القياس البعدي .

* أستاذ تدريب كرة القدم بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .

** أستاذ تدريب كرة القدم بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا.

*** مدرس مساعد بقسم الرياضات الجماعية وألعاب المضرب - جامعة المنيا

Research Summary

The effect of using exercises in specific areas on some of the tactical variables of football players"

* Prof / Mamdouh Mahmoud Mohammadi

** Prof / Omar Ahmed Ali

*** Mohamed Salah

The research aims to identify the effect of using exercises in specific areas on some of the schematic variables of football players of the Al-Barajah Youth Center team, by identifying the effect of the training program using exercises in specific areas on some of the plans like:

- Attack waves
- Correction (positive correction - negative correction)
- The prevailing moves such as (١/٢, ١/٢/٣, Over Lab) football players.

The researchers used the experimental approach using a model of experimental designs for one experimental group using pre and post measurement for them, and the researchers chose an intentional sample represented in the team of the Barjaiya Youth Center season ٢٠١٨/٢٠١٩ in the fourth division league, and the researchers used to collect data scientific references and previous studies, scientific observation, The training program, video camera for shooting matches, polling questionnaires, and among the most important results of the researchers are the presence of statistically significant differences between the averages of the tribal and the dimensional measurements in the planning variables that are represented in the waves of the machine Gom, aiming and prevailing moves in the direction of telemetry.

* Professor of football training, Faculty of Physical Education - Minia University.

** Professor of football training, Faculty of Physical Education - Minia University.

*** Assistant teacher, team sports and racket games - Minia University