

تأثير تمارين مركبة (مهارة خطية) على وفق الأسلوب المعرفي في الأداء المهاري بكرة القدم للناشئين بأعمار (14 – 16) سنة.

م.م. احمد حمد الله سالم

2018م

1439 هـ

مستخلص البحث باللغة العربية.

هدفت الدراسة إلى تصنيف عينة البحث إلى أربع مجموعات (مجموعتين ضابطة، ومجموعتين تجريبية)، إذ إن المجموعتان الضابطة تتكون من (8) لاعبين من أسلوب التفضيل المعرفي (التحليلي)، و(8) لاعبين من أسلوب التفضيل المعرفي (الشمولي) فتأخذ المجموعة الضابطة المنهج التدريبي المتبع من قبل المدرب، إضافة إلى المجموعتان التجريبية كذلك تتكون من (8) لاعبين من أسلوب التفضيل المعرفي (التحليلي)، و(8) لاعبين من أسلوب التفضيل المعرفي (الشمولي) أما المجموعة التجريبية فتأخذ المنهج المعد من قبل الباحث، وهو تمارين مركبة ومدى تأثير التمارين في الاداء المهاري واستخدم الباحث المنهج التدريبي لملاءمته لطبيعة المشكلة، وتمثلت عينة البحث من لاعبي نادي التاجي الرياضي والبالغ عددهم (32) لاعبين، واستمرت مدة تنفيذ المنهج (12) اسبوعا بواقع (3) وحدات تدريبية في الاسبوع، وبعد معالجة النتائج إحصائيا باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) توصل الباحث إلى ان التدريب باستعمال تمارين مركبة (مهارة وخطية) لها تأثير ايجابي في تحسن الاداء المهاري بكرة القدم للمجموعة التجريبية، ويوصي الباحث بضرورة استخدام تمارين المركبة مع إجراء دراسات للأساليب المعرفية (التحليلي - الشمولي) على الفئات العمرية الأخرى بكرة القدم (كالأشبال والشباب والمتقدمين والفرق النسائية بكرة القدم).

Abstract.

The Effect of Compound Exercises (Tactical Skills) According to Cognitive Style On Skill Performance Of Young Soccer Players Aged 14 – 16 years old

The research aimed at classifying the subject into four groups; two controlling groups and two experimental groups as follows, each of the two controlling groups consisted of (8) players used the traditional method. The two experimental groups also consisted of (8) for analytical cognitive style and (8) for holistic cognitive style designed by the researcher. The researcher used the experimental method. The subjects were (32) players from Al Tagi sport club. The training program lasted for 12 weeks with three training sessions per week. The data was collected and treated using SPSS. The researcher concluded using compound exercises have a positive effect on improving skill performance in the experimental group. Finally the researcher recommended the necessity of using compound exercises as well as making similar studies on other age groups in soccer (young, youth, advance, and women's soccer).

Keywords: compound exercises, skill, cognitive style, skill performance.

1- المبحث الأول: التعريف بالبحث.

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

إن التطور العلمي الحاصل في المجال الرياضي فرض أفاقاً جديدة لا حدود لها في العلوم الرياضية كالتدريب الرياضي والتعلم الحركي اللذين يشهدان تطوراً واسعاً، واتخذت نظرياتهم منحى جديداً لمواكبة الاتجاهات الحديثة في التعلم والتدريب، للتوصل الى تحقيق افضل النتائج الجيدة من خلال اتباع الاساليب العلمية الدقيقة والموضوعية بشكل سليم مخطط له، وبهذا اصبح اتباع كل ما هو جديد وابداعي في العلوم الرياضية ضرورة لا بد من اخذها بنظر الاعتبار عند التخطيط للعملية التعليمية والتدريبية ومناهجها، أي بمعنى ان الانتقال من تدريب المهارات بالتسلسل الواحدة تلو الاخرى وتدريبها يكون عن طريق كيفية استخدامها في حالات قريبيه او مشابهة للعب، كما إن التمارين المركبة لها دورا مهما في تثبيت الأداء المهاري والتي تكون تحت ظروف تشبه ما يحدث في المباراة حيث يستخدم المدرب تمارينات تخلق فيها مواقف مثل تلك التي تحدث في المباراة، وتكمن اهمية البحث في محاولة الباحثين إيجاد أسلوب تدريبي لتطوير مهارات اللعبة من خلال وضع تمارين مشابهة لحالة اللعب (التكنيك) والتي سوف نستخدمها في كرة القدم وبتجاهين هما تحقيق التدريب الأفضل وأداء اللعب. وتعد محاولة علمية جديدة للتقصي عن تأثير هذا الأسلوب ومقارنته بأسلوب التدريب المتبع وهي إضافة نوعية لأساليب التدريب.

2-1 مشكلة البحث:

وذلك سبب قلة الاهتمام الواضح بسرعة الأداء المهاري وقلة الاهتمام في تدريب اللاعب المركب (المهاري والخططي) للناشئين والذي يستخدموا اللاعبين بنسب متفاوتة وذلك بسبب عدم أتباع المدربين الأساليب الحديثة بعيداً عن المعالجة والتصحيح والتطوير. فضلاً عن قلة البحوث والدراسات العلمية التي تطرقت الى أهمية تأثير التمارين المركبة في تطوير بعض المبادئ المهارية بكرة القدم على حد علم الباحث.

3-1 اهداف البحث:

1. التعرف على أسلوب التفضيل المعرفي (التحليلي - الشمولي) لعينة البحث.
2. إعداد تمارين مركبة (مهارة وخططية) تتلاءم وقدرات عينة البحث.
3. التعرف على تأثير التمارين المركبة (مهارة خططية) في الأداء المهاري على وفق أسلوب التفضيل (التحليلي - الشمولي) لعينة البحث.

4-1 فرض البحث:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجاميع التجريبية والضابطة في الاداء المهاري على وفق أسلوب التفضيل المعرفي (التحليلي-الشمولي).

5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: لاعبو نادي التاجي الرياضي.
- 2-5-1 المجال الزمني: من 2017/10/15 ولغاية 2017/12/20.
- 3-5-1 المجال المكاني: ملعب نادي التاجي الرياضي بغداد / الكرخ.

6-1 تحديد المصطلحات

- التمارين مركبة: "بأنه التمارين أو المحاولات المتعددة التي يؤدي فيها الفرد تمارين أساسية ومنتظمة الصعوبة من اجل اكتساب المهارة التي سبق وأن أتقنها اللاعبون وأنها مشابهة لواجب اللاعب في اللعب الحقيقي" (13:129)
- التمارين مهارية خططية: "هي نوعية من تمارين تكون موجهة نحو تحسين التكيف مع متطلبات المباراة وزيادة قدرة اللاعب على قراءة المواقف وسرعة اتخاذ القرار المهاري المناسب لموقف اللعب من خلال التدريبات المركبة والمتنوعة والمتكررة لمواقف شبيهة لما يحدث في المباراة". (1:25)
- الاسلوب المعرفي: بأنه مجموعة من المميزات والخصائص التي تميز اللاعب من حيث الوظائف العقلية والإدراك. (13:12)

- الأسلوب (التحليلي - الشمولي): بأنه ذلك الأسلوب الذي يصف التمايز بين الأفراد في تعاملهم مع مواقف الحياة بصورة شاملة مقابل الأفراد الذين يوجهونها بصورة تحليلية، والتقيد بجزء محدد منها. (60:5)

2- المبحث الثاني: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.

1-2 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتان الضابطين والمجموعتان التجريبتان مع قياس قبلي وبعدي، لملاءمته مع طبيعة المشكلة المراد دراستها.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بلاعبين ناشئين نادي التاجي الرياضي للعام 2017 - 2018 م والبالغ عددهم (32) لاعبين وبعمر (14-16) سنة.

3-2 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والأجنبية.
- الشبكة المعلوماتية الانترنت.
- المقابلات الشخصية.
- الملاحظة والتجريب.
- القياسات والاختبارات الخاصة.

4-2 الأجهزة والأدوات المستعملة في البحث:

- حاسبة الكترونية نوع (hp).
- حاسبة يدوية عدد (2).
- ساعة توقيت الكترونية عدد (3).
- جهاز ميزان قياس الطول والوزن.
- آلة تصوير حديثة نوع دجتال.
- استخدم الباحث الأدوات الآتية أثناء تنفيذ بحثه:
- صافرة عدد (2).
- مسامير تثبيت الحبال.
- مسحوق لبورك والطباشير.
- كرات قدم قانونية عدد (15).

- ساحة كرة قدم قانونية.
- هدف كرة قدم قانوني عدد (2).
- شريط قياس بطول (50) متر.
- حبال مختلف الأطوال.
- حلقات دائرية عدد (20).
- شواخص مخروطية الشكل وبارتفاعات مختلفة عدد (20).

5-2 خطوات إجراء البحث:

بعد اطلاع الباحث على أغلب المصادر العلمية فضلا عن المقابلات الشخصية التي أجراها الباحث مع الخبراء وذوي الاختصاص (علم التدريب) لغرض الإفادة من آرائهم وتوجيهاتهم، عمد الباحث إلى اعداد تمارين مركبة مهارية وخطية لاجل تحسين الاداء المهاري بكرة القدم للناشئين.

6-2 مقياس الأسلوب التفضيل المعرفي (التحليلي - الشمولي):

بعد اطلاع الباحث على المقاييس التي تقيس الفروق الموجودة بين اللاعبين في مجال الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي)، وبعد الاتفاق مع السيد المشرف، تم اختيار المقياس الذي أعده الباحث (عامر سعيد جاسم ومحمد حاتم عبد الزهرة، 2015) (11:219) ويتكون مقياس الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) من (15) موقفا اختياريًا ولكل موقف اثنان بدائل (احدهما)، تحليلي يأخذ رقم (1)، وشمولي يأخذ رقم (2)، وبعد إتمام المهمة من قبل اللاعبين. إذ يتم تصنيف اللاعبين إلى تحليلين وشموليين إذ أن إعداد التعليمات الخاصة بالمقياس التي توضح للمختبر كيفية الإجابة عن فقراته، وقد روعي في إعداد هذه التعليمات إن تكون واضحة وسهلة الفهم ولزيادة الوضوح فقد تضمنت التعليمات مثال خاص عن كيفية الإجابة عن فقرات المقياس، وأشار في التعليمات إلى انه ليس هناك إجابة صحيحة وإجابة خاطئة بقدر ما تعبر عن رأيهم، كما طلب من اللاعبين ضرورة الإجابة عن جميع فقرات المقياس بكل صراحة ودقة وان إجاباتهم لأغراض البحث العلمي فقط وأن ذكر الاسم للاعب والنادي يكون من أجل الحصول على الانجاز فقط وقد وضعت تعليمات الإجابة على المقياس من دون الإشارة إلى اسم المقياس صراحة إذ يشير كرونباخ إلى إن التسمية الصريحة لمثل هذه المقاييس قد تدفع المستجيب إلى تزييف الإجابة أو الامتناع عن الإجابة الدقيقة، فقد استخدم الباحث هذا المقياس على فئة الناشئين بكرة القدم بعد عرض المقياس على الخبراء. وموافقة جميع الخبراء على هذا المقياس كونه ملائم للبيئة العراقية والمرحلة العمرية وسبق ان استخدم في البيئة العراقية.

7-2 اختيار اختبارات البحث:

الاختبار الأول:

- اسم الاختبار: مناولة الكرة على هدف مرسوم على الحائط (10:60)، (1 × 1) م وبارتفاع عن الأرض (10م)، ومن مسافة (3)، م ومدة 30 ثا.

- المستوى: ناشئين.
- الغرض من الاختبار: قياس دقة المناولة وبأسرع وقت.
- الأدوات المستعملة: كرة قدم، وشريط، وصافرة، وساعة توقيت.
- وصف الاختبار: يقف اللاعب أمام حائط وخلف خط يبعد عن الحائط بـ (3) م ويرسم هدف على الحائط (1×1) م، وتعطى للاعب محاولتان ويأخذ أحسن محاولة منها، ثم يقوم اللاعب عند سماع الصافرة بركل الكرة على الهدف المرسوم على الحائط بشكل مستمر ومدة (30) ثا وبشرط ألا يعبر الخط وإنما يركلها بعد أن يعبر الخط.
- القياس: يحسب عدد المرات التي دخلت فيها الكرة الهدف بـ (30) ثا ولأحسن محاولة.

الاختبار الثاني:

- اسم الاختبار: الدرجة بين (5) شواخص ذهابا وإيابا (5:75).
- الغرض من الاختبار: قياس القدرة على سرعة الدرجة بتغيير الاتجاه. المستوى: ناشئين.
- الأدوات المستخدمة: مكان لأداء الاختبار يحدد فيه خط البداية على بعد (2) م من الشاخص الأول وأربعة شواخص متتالية مسافة بين كل شاخص وآخر (1.5 م) بحيث تكون مسافة الاختبار (8) م وعدد الشواخص (5). كرة قدم، وساعة توقيت، وصافرة.
- طريقة الأداء: بعد سماع إشارة البدء يقوم اللاعب بدرجة الكرة بسرعة واجتياز الشواخص الخمسة والعودة أيضاً باجتياز الشواخص والوصول إلى خط البداية والنهاية بأسرع وقت.
- تعليمات الاختبار: يمكن للاعب أن يبدأ باجتياز الشاخص الأول من جهة اليمين أو اليسار، يجب عدم توقف حركة اللاعب في أثناء الاختبار. إذا خرجت الكرة من سيطرة اللاعب لا تحتسب المحاولة. تعطى للاعب محاولتان ويحتسب له أفضل زمن يسجله.
- القياس: يحتسب الزمن لأقرب 100/1 من الثانية.

الاختبار الثالث:

- اسم الاختبار: اختبار تهديف الكرات. (6:108)
- الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديف.
- المستوى: ناشئين.
- الأدوات المستخدمة: سبع كرات قدم، وشاخص، وحبل، ومرمى مقسم على مناطق محددة.
- طريقة الأداء: توزع (7) كرات في منطقة الجراء، ويبدأ بالركض من خلف الشاخص الموجود على قوس الجراء باتجاه الكرة الأولى فيهدف ويعود للدوران حول الشاخص، ثم يتوجه للكرة الثانية، وهكذا مع الكرات

كلها، ويكون التهديف أعلى من مستوى سطح الأرض، وللاعب الحرية باختبار أي قدم، على أن يتم الأداء من وضع الركض.

- **طريقة التسجيل:** تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من تهديف الكرات السبع وعلى النحو الآتي: يمنح اللاعب (3) درجات إذا دخلت الكرة في المنطقتين المحددتين (2،1). يمنح اللاعب درجة واحدة إذا دخلت الكرة في المنطقة المحددة (3). يمنح اللاعب صفرًا إذا خرجت الكرة من منطقة المرمى.

8-2 التجربة الاستطلاعية:

أجري الباحث هذه التجربة على (10) لاعبين من لاعبي نادي العمال الرياضي لفئة الناشئين في بغداد / الكرخ، وعمدا بتطبيق الاختبارات المختارة بتاريخ 2017/8/9 م، الموافق يوم الأربعاء للتوصل الى الآتي: مدى ملائمة الاختبارات مستوى أفراد العينة، والتأكد من صلاحية الأدوات وملاءمة المكان لتنفيذ الاختبارات، معرفة مدى كفاية الفريق المساعد، وتفهمه للاختبار، ومراعاة سلامة المختبرين، معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات، وتجاوز الأخطاء التي قد تحدث عند تنفيذها.

9-2 التجربة الرئيسية: تمارينات المركبة (مهارية وخطوية):

أعدّ الباحث تمارينات مركبة (مهارية وخطوية)، وذلك لتحقيق هدف الوصول الى تطوير المتغيرات المبحوثة لكل من الاسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) لدى المجموعة التجريبية من لاعبي ناشئي نادي التاجي الرياضي فقد اعد الباحث تمارينات أي إنه يعتمد على استخدام أسلوب تدريبي حديثة أسلوب لتطوير متغيرات البحث المهارية والخطوية، إذ استند الباحث في إعداده الى بعض المصادر والمراجع العلمية، وقد راعى الباحث في التمارينات مستوى القابلية البدنية لعينة البحث والأدوات المستخدمة وطريقة التنفيذ والظروف الاقتصادية، وتضمنت التمارينات الأجزاء الآتية:

- بدأ تمارينات بالتطبيق في يوم الاثنين الموافق (2017/9/25) وانتهى يوم السبت (2017/12/30).
- التمارينات المعدة كانت لفئة الناشئين، استمر زمن تطبيق الوحدات التدريبية المعدة من الباحث مدة (12) أسبوع.
- عدد الوحدات التدريبية في الأسبوع الواحد (3) وحدات تدريبية أجريت في أيام (السبت، والاثنين، والأربعاء).
- بلغ مجموع الوحدات التدريبية الكلية (36) وحدة تدريبية، استغرقت زمن القسم الرئيس للوحدة التدريبية زمنا يتراوح (40) دقيقة. في إثناء فترات الراحة بين التمارينات يعمل الباحث وفريق العمل المساعد على تقديم التوجيهات إضافة إلى إعطاء تغذية راجعة من أجل تصحيح الأخطاء، اقتصر العمل مع المجموعة التجريبية في أثناء الزمن المخصص من القسم الرئيس، الزمن المتبقي من الوحدة التدريبية تعمل به المجموعة التجريبية مع مدرب الفريق، استخدم تمارين مهارية وخطوية في تطوير الأداء المهاري من طريق وضع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع، وضع التمارينات المستخدمة في الوحدات التدريبية بطريقة مشابهة لحالات اللعب بالاعتماد على التمارين المركبة فضلا عن إجراء تمارينات مهارية وخطوية مع إعطاء مدة راحة مناسبة تكون على شكل

هرولة أو مشي بحسب طبيعة التمرين، تم تطبيق تمرينات المركبة على عينة البحث بطريقة تدريجية من حيث الأداء المهاري والخططي مع استخدام الكرات بطريقة التدريجية في التمرينات لغرض الحصول على الآلية في تنفيذ الأداء ودقة التهديف، قام الباحث وبمساعدة فريق العمل بزيادة تكرار التمرين المهاري والخططي في حالة صعوبة الأداء للتمرين في الوحدة التدريبية وتنوع الأداء الحركي، إذ قام الباحث وفريق العمل المساعد بتكرار الوحدات التدريبية نفسها التي أعدت في الشهر الأول واستخدامها في الشهر الثاني والثالث لكن تختلف في كل وحدة تدريبية صعوبة التمرينات من حيث الأدوات المستخدمة في التمرين كزيادة عدد الشواخص أو زيادة وتقليل المسافة بين اللاعبين أو استخدام مدافعين أكثر وبالعكس.

2-10 الاختبارات البعدية:

بعد انتهاء التمرينات المعدة من قبل الباحث بتاريخ 2017/12/30م المصادف يوم السبت والذي استغرق (12) أسبوعا ولغرض تحديد المستوى الذي وصلت اليه عينة البحث (التجريبية والضابطة)، أجريت الاختبارات البعدية للمجاميع (التجريبية والضابطة)، واتبعت الشروط والإجراءات نفسها التي اتبعت في الاختبارات القبلية من اجل ضبط المتغيرات التي تؤثر في نتائج التجربة، من الزمان، والمكان، والأدوات، والأجهزة وفريق العمل المساعد، ليتسنى توفير الظروف المشابهة أو المقاربة للاختبارات القبلية، أجرى الباحث الاختبارات البعدية يوم الاثنين بتاريخ (1-1-2018) في الساعة الثالثة مساء في ملعب نادي التاجي الرياضي.

2-11 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) على جهاز الحاسوب لمعالجة كافة بيانات البحث.

- الوسط الحسابي، الوسيط.
- الانحراف المعياري، معامل الالتواء.
- اختبار (T) لدلالة الفروق بين المتوسطات.
- تحليل التباين، أقل نسبة فروق (L. S. D).
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

3- المبحث الثالث: عرض النتائج ومناقشتها.

1-3 عرض نتائج الاداء المهاري وتحليلها:

1-1-3 عرض نتائج الاداء المهاري في الاختبار القبلي:

الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج الاداء المهاري للمجموعات الأربع في الاختبار القبلي

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبي التحليلي		التجريبي الشمولي		الضابطة التحليلي		الضابطة الشمولي	
		ع	س	ع	س	ع	س	ع	س
المناوله	د	1.309	6.00	2.587	6.875	1.505	6.375	1.603	7.00
الدرجة	ثا	0.798	9.576	1.117	9.820	0.536	9.882	0.564	9.978
التهديف	د	0.834	8.875	1.690	8.500	0.925	8.00	1.060	8.375

عند درجة حرية (7)، وعند مستوى دلالة (0.05)

3-1-2 عرض المهارات للاختبار البعدي للمجاميع الأربعة وتحليلها:

ومن أجل التعرف الى الأوساط الحسابية بين الاختبارات البعدية للمجموعات الأربع في الاختبار البعدي

عرض الباحث هذه الأوساط بالجدول الآتي:

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمهارات والمجموعات الأربع للمجاميع الأربعة في الاختبارات البعدية

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبي التحليلي		التجريبي الشمولي		الضابطة التحليلي		الضابطة الشمولي	
		ع	س	ع	س	ع	س	ع	س
المناوله	د	1.927	10.50	1.511	10.00	1.414	7.500	1.356	7.875
الدرجة	ثا	0.465	8.900	0.547	9.121	0.981	9.958	0.471	9.801
والتهديف	د	0.834	11.125	1.690	9.500	1.125	9.875	0.707	9.750

عند درجة حرية (7)، وعند مستوى دلالة (0.05)

2-3 عرض الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمهارات الأساسية للمجموعات الأربع وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (3)

يبين فرق الأوساط الحسابية وانحرافه المعياري وقيمة (t) المحسوبة ودلالة الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعات الأربع.

المتغيرات	المجموعة	ف	ع	قيمة (t) لمحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
المناوله	التجريبي التحليلي	4.500	1.603	7.937	0.000	معنوي
	التجريبي الشمولي	3.125	2.295	3.851	0.006	معنوي
	الضابطة التحليلي	1.125	0.991	3.211	0.015	معنوي
	الضابطة الشمولي	0.875	0.640	3.862	0.006	معنوي
الدرجة	التجريبي التحليلي	0.676	0.470	4.064	0.005	معنوي
	التجريبي الشمولي	0.698	0.798	2.475	0.043	معنوي
	الضابطة التحليلي	0.076	0.882	0.244	0.814	عشوائي
	الضابطة الشمولي	0.1775	0.208	2.405	0.047	معنوي
التهديف	التجريبي التحليلي	2.2500	1.281	4.965	0.002	معنوي
	التجريبي الشمولي	1.00	0.534	5.292	0.001	معنوي
	الضابطة التحليلي	1.875	1.356	3.910	0.006	معنوي
	الضابطة الشمولي	1.375	1.060	3.667	0.008	معنوي

عند درجة حرية (7)، وعند مستوى دلالة (0.05)

مما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في المجموعات (التجريبي التحليلي- التجريبي الشمولي، والضابطة التحليلي- الضابطة الشمولي) ولصالح الاختبار البعدي، ومن المقارنة بين الأوساط الحسابية، يعزو الباحث ذلك إلى أن أهم مزية للرياضي الجيد هي القدرة على تحويل انتباهه من بين مؤثرات البيئة الآتية من الخارج والمؤثرات الذاتية من الداخل (الجسم) وان سرعة تغير الظروف البيئية في المباراة تتطلب من اللاعب أن ينقل تركيز انتباهه من حالة إلى أخرى وغالبا يتطلب أن يسبق الأحداث بوجه خاص في الألعاب الفرقية فهو ينتبه إلى المنافس والزميل والتغيرات في الخطة (تكتيك) اللعب الى جانب ذلك يتطلب منة التغيرات السريعة في طبيعة اللعب وأن يركز انتباهه على متغيرات اللعب. " فالجهد البدني والمشاعر والإحساس بالألم والانشغال بالأخطاء المرتكبة كلها تحول انتباه اللاعب من التركيز على ظروف المباراة إلى ما يحس ويشعر به وبذلك يفقد تركيزه ويهبط أدائه ولا يستطيع التركيز على المثيرات الضرورية (3:89)، لذلك جاءت تمارينات المركبة أثراً ليعكس القدرة على

اختيار التمرينات الضرورية المطلوبة وتجاهل التمرينات ذات صعوبة الأداء وهذا يعكس القدرة في التركيز على عدة مثيرات ذات العلاقة في آن واحد. ويعني ذلك إن أجاد أي مهارة تتطلب الإعداد والتدريب ومواصلة الجهد لتحقيق مستوى مناسب من تدريب هذه المهارة، وان تطورها لا يتم إلا بالتدريب المتواصل من طريق التدريب على المهارات التي تتطلب التركيز وهذا يحتاج جهداً عقلياً كبيراً فاللاعب لن يحقق مستوى عالٍ من اللياقة البدنية والأداء المهاري والخططي، وعلى اللاعب التدريب على مهارات التي من بينها تركيز الانتباه ولذلك يرى الباحث أن دور التمرينات قد أضافت إلى المجموعة التجريبية دوراً مميزاً.

3-3 عرض نتائج تحليل التباين للمهارات الأساسية للاختبار البعدي للمجموعات الأربع وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (4)

يبين تحليل التباين لمتغيرات الإيقاع بين المجموعات الأربع (التجريبي التحليلي - التجريبي الشمولي، والضابطة التحليلي - الضابطة الشمولي) في الاختبار البعدي

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
المنافسة	بين	54.094	3	18.031	7.330	0.001	معنوي
	داخل	68.875	28	2.460			
الدرجة	بين	6.342	3	2.114	4.969	0.007	معنوي
	داخل	11.910	28	0.425			
التهديف	بين	12.625	3	4.208	3.343	0.033	معنوي
	داخل	35.250	28	1.259			

عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (3-28)، وقيمة (F) الجدولية (2,758)

3-4 عرض وتحليل ومناقشة أقل فروق معنوية بين المجموعات:

الجدول (5)

يبين اختبار أقل فرق معنوي بين المجموعات الأربع في الاختبار البعدي في المناولة

المجاميع	الأوساط الحسابية	فرق الأوساط	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
التجريبي التحليلي - التجريبي الشمولي	10.00- 10.50	0.500	0.529	عشوائي
التجريبي التحليلي - الضابطة التحليلي	7.500- 10.50	*3.00	0.001	معنوي
التجريبي التحليلي - الضابطة الشمولي	7.875-10.50	*2.625	0.002	معنوي
التجريبي الشمولي - الضابطة التحليلي	7.500-10.00	*0.250	0.004	معنوي
التجريبي الشمولي - الضابطة الشمولي	7.875- 10.00	*0.2125	0.011	معنوي
الضابطة التحليلي - الضابطة الشمولي	7.875- 7.500	0.375	0.636	عشوائي

3-5 مناقشة مهارة المناولة:

يتضح من الجدول (5) أن هناك فروق معنوية دالة إحصائياً بعد المقارنة مع قيم (LSD) المحسوبة لصالح كل من المجموعة الأولى لذوي التفضيل التحليلي التي استخدمت تمرينات المركبة (المهارية والخطوية) المعدة من قبل الباحث سبب وجود فروق معنوية أيضاً بين الاختبارات البعدية في المجاميع التدريبية والضابطة، ولمصلحة المجموعة التدريبية، ويعزو الباحث هذا التطور في هذه المهارة إلى التمرينات في أنموذج الوحدات التدريبية وتنظيمها وطريقة تبويب تلك الوحدات التدريبية من حيث الزمن المخصص لها من خلال استمرارية أدائها والعدد الكبير من التكرارات لكونها مهارة منفردة، أو من حيث ربطها مع المهارات الأخرى، وكذلك يعزو الباحث التطور في هذه المهارة في استعمال الأجهزة المساعدة كالأهداف الصغيرة المتحركة والمناولة المباشرة والمستمرة للزميل، والمناولات القصيرة والطويلة في ظروف مشابهة للعب، ويرى الباحث أن من الأمور التي ساعدت في تطوير مهارة المناولة هو تطوير بعض القدرات البدنية من المناولة والانطلاق ثم الاستلام مرة ثانية، واللعب القطري، والركض وتحديد مكان الكرة، واللعب واحد ضد واحد، والمساهمة الفعالة في تشتيت محاولات المنافس وكيفية الاستفادة من هذه العمليات وتسخيرها في خدمة اللعب وبناء الهجوم المضاد، إذ (" يتطلب انجاز لاعب كرة قدم للاداءات المهارية بأشكالها المتعددة والمتنوعة خلال المباراة ضرورة توافر بعض القدرات البدنية والعقلية الحاسمة، وأن المقصود في امتلاك اللاعب (الناشئ - المتقدم) لتلك الصفات أو افتقاره لها يعكس بوضوح ضعف المستوى المهاري له" (2:166)

الجدول (6)

يبين اختبار أقل فرق معنوي بين المجموعات الأربع في الاختبار البعدي في الدرجة

المجاميع	الأوساط الحسابية	فرق الأوساط	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
التجريبي التحليلي – التجريبي الشمولي	9.121- 8.900	0.221	0.503	عشوائي
التجريبي التحليلي – الضابطة التحليلي	9.958- 8.900	-1.058	0.003	معنوي
التجريبي التحليلي – الضابطة الشمولي	9.801- 8.900	*0.901	0.010	معنوي
التجريبي الشمولي – الضابطة التحليلي	9.958- 9.121	*0.837	0.016	معنوي
التجريبي الشمولي – الضابطة الشمولي	9.801- 9.121	*0.680	0.046	معنوي
الضابطة التحليلي – الضابطة الشمولي	9.801- 9.958	0.157	0.633	عشوائي
الضابطة التحليلي – الضابطة الشمولي	9.801- 9.958	0.157	0.633	عشوائي

6-3 مناقشة مهارة الدرجة.

ويعزو الباحث أن الدرجة عند أداء المهارات الحركية خلال المباريات والمنافسات تلعب دوراً مهماً في تحقيق عدد من الأهداف واستغلال الفرص ومواقف اللعب، وهذا يجعل من اللاعب أن يكون تركيزه في إثناء الدرجة في المباريات يتوقف على اتجاهين: أحدهما الأداء الصحيح للدرجة، وثانيهما سرعة أداء المهارة عند استقبال لعب الكرة وتغير الاتجاه، إن درجة كرة القدم مرتبطة ارتباط وثيق مع (التوافق العصبي العضلي) إضافة إلى دقة الأداء المهاري وهذا ما أشار إليه (سامي الصفار) " إن من الخصائص المميزة لأعمار (14 - 16) سنة هي حب الدرجة بالكرة والتي يجب الاستفادة منها في عملية التدريب (8:167). أن التمرينات المركبة دوراً مهماً في تثبيت أداء المهارات الأساسية والخطئية التي تكون تحت ظروف تشبه ما يحدث في المباراة إذ يستخدم المدرب تمرينات تخلق فيها مواقف مثل تلك التي تحدث في المباراة (7:189)، ولهذه التمرينات أهمية كبيرة في تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم إضافة إلى الجوانب الخطئية التي تؤدي إلى تحسين الجوانب النفسية لدى اللاعبين.

الجدول (7)

يبين اختبار أقل فرق معنوي بين المجموعات الاربع في الاختبار البعدي في التهديف

المجاميع	الأوساط الحسابية	فرق الأوساط	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
التجريبي التحليلي - التجريبي الشمولي	9.500- 11.125	1.625	0.009	معنوي
التجريبي التحليلي - الضابطة التحليلي	9.875- 11.125	1.250	0.034	معنوي
التجريبي التحليلي - الضابطة الشمولي	9.750- 11.125	*1.375	0.021	معنوي
التجريبي الشمولي - الضابطة التحليلي	9.875- 9.500	*0.375	0.509	عشوائي
التجريبي الشمولي - الضابطة الشمولي	9.750- 9.500	0.2500	0.659	عشوائي
الضابطة التحليلي - الضابطة الشمولي	9.750- 9.875	*0.125	0.825	عشوائي

7-3 مناقشة مهارة التهديف:

إن ما تحقق من نتائج لاعبي مجموعتين البحث قبل البدء بتنفيذ واستخدام تمارينات اللعب المباشر (تكتيك أو تكتيك)، فإن أي تغيير يحدث في النتائج سواء كان هذا التغيير بالاتجاه (الايجابي أو السلبي) يكون نتيجة التدريب الذي خضعت له (المجموعة التجريبية) التي أعدت من الباحث وكذلك التمارينات المعدة من المدرب للمجموعة الضابطة، ويعزو الباحث أن تطور المجموعة التجريبية إلى استخدام الباحث طريقة التدريب الفترتي المنخفض الشدة والمرتفع الشدة وكانت النتيجة واضحة للمجموعة التجريبية (عينة البحث) مع منهجية صياغة مفردات الوحدات التدريبية على وفق أسلوب علمي والتدرج في إعطاء التمارينات، وإن التمارين المركبة عند استخدامه مع فئة الناشئين يعطي دورا ايجابيا ومهماً في أثناء المباريات وخلق أجواء مشابهة لها في حالات اللعب المهارية والخطية، إذ إن تدريب المهارات الأساسية بكرة القدم وبصورة قريبة من حالات مشابهة لأجواء المباريات زاد من تطورهما" (80:9).

4- الاستنتاجات والتوصيات.

1-4 الاستنتاجات:

بعد أن تمت معالجة النتائج وتحليلها ومناقشتها، خلص الباحثان الى الاستنتاج الآتي:

1. أن للتمارين المركبة دوراً مهماً في تثبيت الأداء المهاري والتي تكون تحت ظروف تشبه ما يحدث في المباراة إذ يستخدم المدرب تمارينات تخلق فيها مواقف مثل تلك التي تحدث في المباراة.
2. أن تفوق اللاعبين التحليلين في الاختبار البعدي يعود إلى قدرتهم على تحليل الموقف مما جعلهم يعتمدون على أنفسهم في انجاز الأداء ويكون بعد إتقان المهارات.

3. إن التمرينات المعدة من قبل الباحث لها أثر واضح في المبادئ المهارية والخطبية الهجومية فالمهارات لها علاقة تعتمد على أساس قدرات وقابليات اللاعبين الفردية.

2-4 التوصيات:

- على وفق ما تم استخلاصه من نتائج، يوصى الباحثان بما يأتي:-
1. ضرورة اعتماد تمرينات المركبة لتطوير لاعبي كرة القدم للناشئين من قبل الاتحاد المركزي العراقي بكرة القدم.
 2. اعتماد آلية تعتمد على الأسلوب التفضيلي المعرفي في تطبيق عملي لإعداد اللاعبين.
 3. ضرورة اعتماد الدراسة من قبل مدربي ناشئي الأندية الرياضية.
 4. يقترح الباحث إجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة تقيس أساليب معرفية تفضيلية أخرى.

المصادر.

1. أمر الله احمد البساطي: الاتجاهات الحديثة والمفاهيم للتدريب المهاري والخططي، القاهرة دار المعارف، 2000، ص25
2. أمر الله السباطي، محمد كشك، اسس الاعداد المهاري والخططي في كرة القدم (ناشئين – كبار)، الاسكندرية: دار المعارف، 2000، ص:166.
3. تيرس عوديشو انويا: دليل الرياضي للإعداد النفسي، عمان، دار وائل ، 2002، ص:89.
4. حسام سعيد المؤمن: منهج مقترح لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية للاعبي خماسي كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2001، ص:75.
5. رجاء محمود ابو علام: علم النفس التربوي، دار القلم، الكويت، ط4، 1986، ص:60.
6. رعد حسين حمزة: تأثير تمرينات خاصة في تطوير التحمل الخاص وعلاقته بالأداء المهاري بكرة القدم، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2003، ص:108.
7. زهير قاسم الخشاب (وآخرون): مصدر سبق ذكره، ط 2، 1999، ص: 189.
8. سامي الصفار وآخرون: أسس التدريب في كرة القدم، بغداد، مطابع التعليم العالي، 1990، ص: 167.
9. سلام عمر محمد البليبيسي: أثر استخدام أسلوب التدريب الدائري في بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية لدى لاعبي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، 2000، ص: 80.
10. ضياء جابر محمد: تأثير اساليب مختلفة في التدريب الذهني وتعليم عدد من مهارات كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2002، ص60.

11. عامر سعيد جاسم ومحمد حاتم عبد الزهرة؛ التنبؤ بالإنجاز بدلالة الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) والتحكم الانفعالي للاعبين بعض فعاليات الساحة والميدان، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 8، العدد 2، 2015، (219:4).

12. اليث عياش: الأسلوب المعرفي الاندفاعي - التألمي وعلاقته بالإبداع لدى طلاب المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، التربية، المستنصرية، 2003، (13:6)

13- نجاح مهدي شلش وأكرم محمد صبحي: التعلم الحركي، ط2 جامعة البصرة، دار الكتب للطباعة والنشر، 2000، ص-130129

ملحق (1)

يوضح تمرينات المركبة (مهارية وخطية) للوحات التدريبية للأسبوع الأول.

التمرين (1):

- الهدف من التمرين: تطوير مهارة الدحرجة والمناولة والتهديف، وحارس مرمى، عدد اللاعبين: 2،
- الأدوات المستخدمة: كرة قدم عدد 10، صافرة عدد 1، شواخص عدد 3،
- وصف التمرين: من جهة اليسار لمنتصف الملعب، يقوم اللاعب رقم 1 الركض بين ثلاثة شواخص ومن ثم التمرير يكون من اللاعب رقم 2 والموجود على جهة اليسار يقوم بتمرير الكرة الى الرقم 1 وأمام قوس الجزاء يقوم اللاعب بالتهديف، علماً أن التمرين يكرر على جميع اللاعبين.

التمرين (2):

- الهدف من التمرين: تطوير مهارة المناولة بين اللاعبين، عدد اللاعبين: 16، 8 مقابل 8
- الأدوات المستخدمة: كرة قدم عدد 8، صافرة عدد 1، شواخص عدد 16،
- طريقة الأداء: يتكون التمرين من لاعبين لكل فريق وينقسم الملعب ويكون في كل جهة 8 شواخص ويبدأ التمرين بين اللاعبين عند سماع الصافرة من المدرب، وتكون المناولة أرضية ومن مس الكرة من قبل اللاعبين.

تمرين (3)

- الهدف من التمرين: تطوير الجانب الخطي،
- عدد اللاعبين: 3
- الأدوات المستخدمة: كرة قدم عدد 10، صافرة عدد 1، شواخص عدد 4
- طريقة الاداء: يتكون التمرين من 3 لاعبين، لاعب في الزاوية اليمين ومعه كرات عدد 5 ولاعب في جهة اليسار معه 5 كرات يقوم اللاعب رقم 1 بعملية الانطلاق الى منطقة الجزاء ويقوم به احد اللاعبين من جهة الزاوية اليمين أو اليسار بمناولة الكرة الى الرقم واحد والتهديف.

ملحق (2)

نموذج لوحدة تدريبية

الوحدة التدريبية الاولى من الاسبوع الاول							
اليوم والشهر	زمن كل تمرين	الراحة بين المجموعات	عدد المجموعات	الراحة بين التكرارات	عدد التكرار	زمن الأداء	التمرينات
الاسبوع الأول	340 ثا 5,40 د	180 ثا	2	60 ثا	2	10 ثا	تمرين (1)
	240 ثا 7 د	4 د	2	60 ثا	2	15 ثا	تمرين (2)
	420 ثا 10 د	300 ثا	2	60 ثا	2	20 ثا	تمرين (3)
	17,20 د	مباراة بين الفريقين بأسلوب اللعب المباشر والموجة					مباراة

ملحق (2)

نموذج لوحدة تدريبية

الوحدة التدريبية الاولى من الاسبوع الاول								
اليوم والشهر	زمن كل تمرين	الراحة بين المجموعات	عدد المجموعات	الراحة بين التكرارات	عدد التكرار	زمن الأداء	التمرينات	
الاسبوع الاول	340 ثا	180 ثا	2	60 ثا	2	10 ثا	تمرين (1)	
	5,40 د							
	240 ثا	4 د	2	60 ثا	2	15 ثا	تمرين (2)	
	7 د							
	420 ثا	300 ثا	2	60 ثا	2	20 ثا	تمرين (3)	
	10 د							
	17,20 د	مباراة بين الفريقين بأسلوب اللعب المباشر والموجة						مباراة

مقياس الاسلوب (التحليلي - الشمولي)

ت	الفقرات	موافق	غير موافق
1	حينما أشعر بالإحراج من أداء معين فأني: أ-أكتفي بتبرير ذلك الموقف. (ت)، ب-أنسحب من ذلك الموقف. (ش)		
2	يتسم استنتاجي عن الأداء الناجح بالاعتماد على: أ-الحدس والتخمين لها. (ت)، ب-البحث عن أسبابه. (ش)		
3	إذا كلفت بإنجاز مهمة ما لخدمة النادي فأني أرغب بالعمل: أ-بصورة منفردة ومستقلة. (ت)، ب-الجماعي مع الآخرين. (ش)		
4	إذا شاهدت بطولة في إحدى سفراتي، فأني أركز على: أ-أداء لاعبين محددين. (ت)، ب-البطولة كلها. (ش)		
5	الظروف الصعبة التي يمر بها النادي في الوقت الحاضر فإنها: أ-تؤثر في أدائي تأثيراً شديداً. (ت) ب-لا تعنيني تلك الظروف وأدع الأمور لأهلها. (ش)		

		يسعدني أن يكون حديث المدرب حول بطولة ما أ – بالدخول مباشرة في صلب الموضوع. (ت) ب – مقترناً بتقديم مقدمة عامة حول الموضوع. (ش)	6
		إذا تعرضت لضغوط نفسية من قبل أفراد أسرتي فأني: أ – لا أجد تأثيراً لتلك الضغوط في مجال المنافسة. (ت) ب – أجد صعوبة في مجال المنافسة. (ش)	7
		أفضل التدريب في جو: أ – الهدوء التام. (ت)، ب – يتخلله صوت الجمهور. (ش)	8
		عندما أشاهد مجموعة من التمارين الرياضية التي تهمني فاني أفضل. أ – التركيز على التمرينات المهمة ذات العلاقة. (ت) ب – التركيز على التمرينات بوجه عام. (ش)	9
		أفضل تعلم المهارات الرياضية بأسلوب: أ – خطوة بخطوة. (ت)، ب – شامل ومترابط. (ش)	10
		عندما تطرح خطط تدريبية جديدة فأني أفضل مناقشتها: أ – لوحدي أو مع لاعب زميل أنسجم معه. (ت) ب – مع مجموعة من اللاعبين ضمن الوحدة التدريبية. (ش)	11
		عندما أختار زميلاً لي في التدريب فأني اعتمد على: أ – قرارى الشخصي. (ت)، ب – آراء الزملاء أو آراء المدربين. (ش)	12
		إذا اختلفت طريقة تدريبي عن طريقة تدريب الآخرين في شيء ما فأني: أ – استمع لوجهة نظرهم وأناقشها. (ت) ب – أتجنب الدخول معهم في الأمور التفصيلية. (ش)	13
		حينما أشاهد بطل رياضي في كرة القدم فأني: أ – أرغب بمعرفة تفاصيل تفوقه. (ت) ب – اكتفي بالتعرف إليه وألتقط صورة معه. (ش)	14
		عندما أخلد إلى النوم فأني: أ – أحاول مراجعة أحداث اليوم الذي مررت به. (ت) ب – استرخي لنوم هادئ دون الخوض بمراجعة تلك الأحداث. (ش)	15