

تقويم الحالة التدريبية على وفق المؤشر النفسي وعلاقتها ببعض المهارات الاساسية

الخاصة للاعبي كرة القدم الصالات بأعمار ١٤ - ١٦ سنة

م . د علي خليفة بريص العبادي

جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملخص

الباب الأول - التعريف بالبحث

تناول الباحث أهمية كرة القدم والمكانة المتميزة التي تحتلها والتطورات في أساليب لعب الفريق ، ومن هذه العلوم علم النفس الذي له إسهامات ودور فعال ومؤثر في هذا التطور .
مشكلة البحث :-

هي قلة الاهتمام بالجانب النفسي حدا بالباحث الولوج في هذه المشكلة

. أهداف البحث :-

تقويم الحالة التدريبية بدلالة المؤشر النفسي وبعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم الصالات

الباب الثاني :- الدراسات النظرية والمرتبطة .:

الباب الثالث :- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

استخدم الباحثان المنهج التجريبي واتبع الباحث تصميم المجموعتين .

الباب الرابع - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

تم فيه عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة فضلاً عن مناقشة النتائج التي توصل إليها .

الباب الخامس : الاستنتاجات والتوصيات

يستنتج الباحث ما يلي

البرنامج التدريبي المعد وفق اسس تدريبه حديثة مع التمارين النفسية كان سبب بتفوق

المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات في الاختبارات

البعديّة.

يوصي الباحث ما يلي

ضرورة استعمال البرنامج التدريبي الحالي على عينات مختلفة كأن تكون اناث.



**Evaluating the training status according to the psychological index
and its relationship to some basic skills Special for futsal soccer
players ages 14 - 16 years**

M . Dr. Ali Khalifa Brees Al-Abadi

Chapter One - Introduction to Research

The researcher dealt with the importance of football, the distinguished position it occupies and developments in the team's playing styles, and among these sciences is psychology that has contributions and an effective and influential role in this .development

-: Research problem

It is the lack of interest in the psychological aspect, so the researcher has access to this problem

:Research objectives

Evaluating the training status in terms of psychological index and some basic skills of futsal football players

:Chapter Two: Theoretical and related studies

Chapter Three: Research Methodology and Field Procedures

The researchers used the experimental method and the researcher .followed the design of the two groups

Chapter Four - Presenting, analyzing and discussing the results

The mathematical mean, standard deviations, calculated and tabulated value (T) of pre and post test results were presented, in .addition to discussing its results

Chapter Five: Conclusions and Recommendations

The researcher concludes the following

The training program prepared according to the foundations of his recent training with psychological exercises was the reason why the experimental group outperformed the control group in all variables .in the post-test

The researcher recommends the following

The necessity of using the current training program on different samples, such as female

الباب الأول

١ - التعريف بالبحث

٢ - مقدمة البحث وأهميته

أن التقدم وتطور العلم اخذ ينعكس على شتى مجالات الحياة ومن هذه المجالات المجالس الرياضية نتيجة لإتباع الأساليب الحديثة والتخطيط الجيد عن طريق البحوث العلمية والتي تحاول الابتعاد عن المألوف وإيجاد أفاق جديدة لا حدود لها في علوم الرياضة ومن هذه العلوم علم التدريب وعلم النفس الرياضي اللذان شهدا تطورا واسعا واتخذت نظرياتهم منحى جديداً لمواكبة الاتجاهات الحديثة وقد أخذت ، وهذه التطورات العلمية التي شهدتها المجالات الرياضية كافة كان لكرة القدم الصالات حصة منها تمثلت بالعمل والرؤيا والإعداد الجيد للوصول إلى أعلى مستوى في محاولة لتطوير هذه الفعالية بشكل خاص التطورات في أساليب لعب الفريق من ناحية تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية كي يفاجئ بها المنافس.

١-٢ مشكلة البحث

ومن خلال الملاحظة المستمرة للبا حثان كونهما لاعبان ومدربان وتدريبان بهذه اللعبة لاحظ ان هناك حلقة مفقودة في البرامج التدريبية وهي عدم تقويم هذه البرامج من خلال اختبارات نفسية ومهارية دورية خلال فترة التنفيذ ، لهذا لا يعرف اغلب المدربين مستوى لاعبيهم من هذه الناحية وهل ان هذه البرامج تسير بالاتجاه الذي يحقق الاهداف المرسومة ونظرا لأهمية الاختبارات الدورية التي توفر معلومات كثيرة عن نقاط الضعف في البرامج التدريبية ارتأى الباحث استخدام تقويم الحالة التدريبية على وفق المؤشر النفسي وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم الصالات.

١-٣ اهداف البحث

١ - التعرف على قيم المؤشرات النفسية للاعب كرة القدم الصالات

٢ - التعرف على قيم بعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم الصالات

٣ - تقويم الحالة التدريبية بدلالة المؤشرات النفسية وبعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم الصالات

١-٤ فروض البحث

١- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين قيم المؤشرات النفسية وبعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم الصالات

١-٥ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري : ناشئين اندية محافظة ديالى بكرة القدم الصالات.

١-٥-٢ المجال الزمني : للمدة من ١٨ / ٥ / ٢٠١٩ ولغاية ١٥ / ١٢ / ٢٠١٩

١-٥-٣ المجال المكاني المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية ديالى و ملعب خماسي كرة قدم (تارتان) نادي شهربان الرياضي بلدروز والخالص.

الباب الثاني

الدراسات النظرية والمرتبطة

تناول الباحث في القسم الأول من هذا الباب الدراسات النظرية لموضوع و في القسم الثاني من هذا الباب بعض الدراسات السابقة لموضوع البحث.

الباب الثالث

٣- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث

تعد المنهجية ذات أهمية في البحوث العلمية، ذلك إن قيمة البحث ونتائجه ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالمنهج الذي يتبعه الباحث. فالمنهج هو "الخطوات الفكرية التي يسلكها الباحث لحل مشكلة معينة، وعليه استعمل الباحث المنهج التجريبي الذي يقوم على " تغير معتمد ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما ، وملاحظة التغيرات الناتجة من الحدث ذاته وتفسيرها.(الشوك، ٥١، ٢٠٠٤)

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

قام الباحثان باختيار مجتمع بحثهما اندية محافظة ديالى بالطريقة العشوائية (القرعة)، من الناشئين والبالغ عددهن (١٣٥) لاعب بواقع ٧ اندية (شهربان ، الوجيهية ، كنعان، بعقوبة ،خان بني سعد ،بلدروز ، الخالص) اختار الباحثان شهربان بالطريقة العشوائية أيضاً لتمثل المجموعة التجريبية، والخالص لتمثل المجموعة الضابطة. قاما الباحثان باستبعاد حراس المرمى، عند إجراء اختبارات البحث. حيث إنَّ عدد المجموعة التجريبية تمثل بـ (٢٠) من نادي شهربان بالطريقة العشوائية (القرعة)، وأيضاً عدد المجموعة الضابطة (٢٠) من نادي الخالص بالطريقة نفسها، وبهذا أصبحت نسبة العينة (٢٩.٦٢٩%).

٣-٣ وسائل جمع المعلومات



((المصادر العربية والأجنبية،، الاستمارات الخاصة بمقياس الاسترخاء النفسي) المعدل ،

الاختبارات المهارية الخاصة بكرة القدم)

٣- ٤ مقياس الاستقرار النفسي

٣- ٤- ١ تحديد مجالات المقياس :

لغرض تحديد مجالات المقياس قام الباحث بالاطلاع على المصادر العلمية والدراسات

السابقة ذات الصلة بموضوع (الاسترخاء النفسي) فضلاً عن المصادر العلمية والدراسات السابقة

التي درست متغير الاسترخاء النفسي مثل: . دراسة عبد الغفور العزاوي (٢٠١٣) م مروة شهيد

الزبيدي (٢٠١٢) م . وقد وجد الباحث أن هذه الدراسات تؤكد على أن مفهوم الاسترخاء النفسي

متعدد المجالات . وقد وضع الباحث تعريفاً نظرياً وإجرائياً لمفهوم الاسترخاء النفسي في مجال

علم النفس الرياضي وبعد التدقيق اختار الباحث مقياس الاسترخاء النفسي عبد الغفور العزاوي (

٢٠١٣) (العزاوي، ٢٠١٣، ص١٧٨) .

٣- ٤- ٢ عرض المقياس على ذوي الخبرة والاختصاص:

بعد تحديد المقياس قام الباحث بعرض المقياس بفقراته على السادة الخبراء والمحكمين وذوي

الاختصاص في علم النفس العام وعلم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي والتجريبي وفي

القياس والتقويم وفي طرائق التدريس والبالغ عددهم (٢٥) إذ يشير (بلوم وآخرون ، ١٩٨٣) إلى

أن على الباحث أن يحصل على نسبة اتفاق الخبراء في صلاحية الفقرات وإمكانية إجراء

تعديلات بنسبة لأتقل عن (٧٥ %) . (بتيامين، ١٩٨٣، ص١٢٣)

٣- ٥ مواصفات الاختبارات

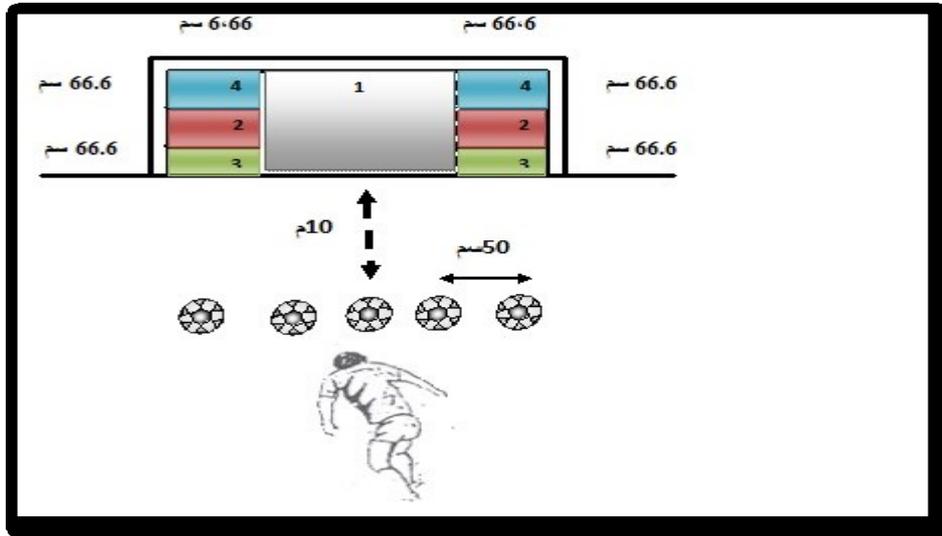
اسم الاختبار: اختبار التهديف نحو هدف كرة قدم الصالات مقسم على مربعات مرقمة من

الجانبين (احمد، ٢٠١٣، ص ٢٧)

الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديف نحو الهدف.

الأدوات: كرات قدم (للصالات) عدد (٥)، وشريط لتعيين منطقة التهديف للاختبار، وهدف كرة قدم الصالات، وملعب كرة القدم لصالات.
وصف الأداء:

توضع (٥) كرات في أماكن مختلفة ومحددة بمسافة (١٠م) عن الهدف إذ يقوم المختبر بالتهديف في المناطق المؤشرة في الاختبار على وفق أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر المسافة بين كرة وأخرى (٥٠سم) كما هو



شكل (١) اختبار مهارة التهديف بالدرجة بالكرة بين الشواخص والتهديف

٢- اختبار دقة المناولة

اسم الاختبار: اختبار المناولة باتجاه هدف أبعاده (٧٥×٥٠سم) من مسافة (٧.٥م) (عبد الحمزة ٢٠١١)

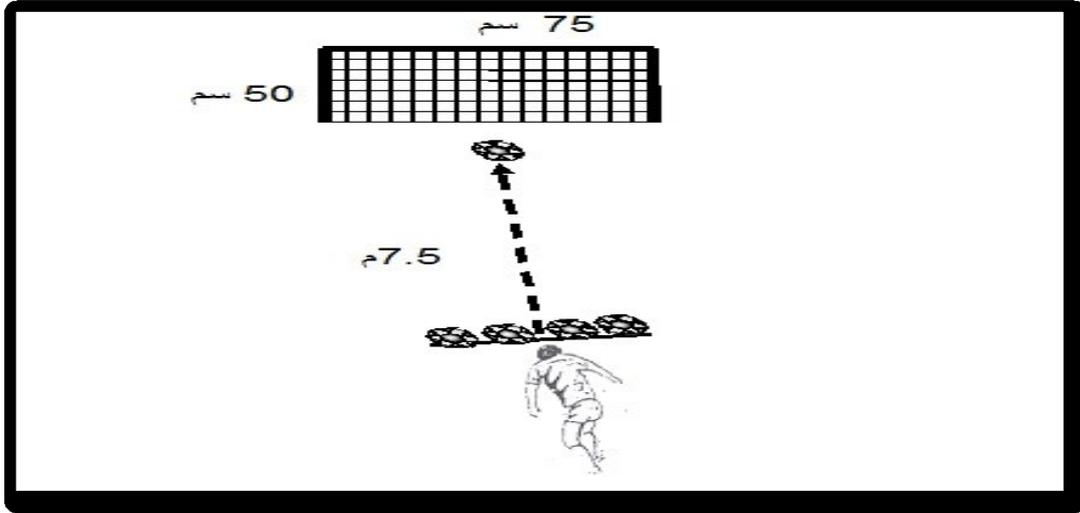
الغرض من الاختبار: قياس دقة المناولة.

الأدوات: كرات عدد (٥)، وشريط قياس، وهدف صغير أبعاده (٧٥×٥٠سم).

وصف الأداء: يقف المختبر ومعه الكرة على بُعد (٧.٥م) من الهدف، وعند سماع الإشارة يقوم

بمناولة الكرة وهي ثابتة باتجاه الهدف، كما هو موضح في الشكل (٢).

شروط الأداء: يبدأ الاختبار من الكرة رقم (١) وينتهي بالكرة رقم (٥).



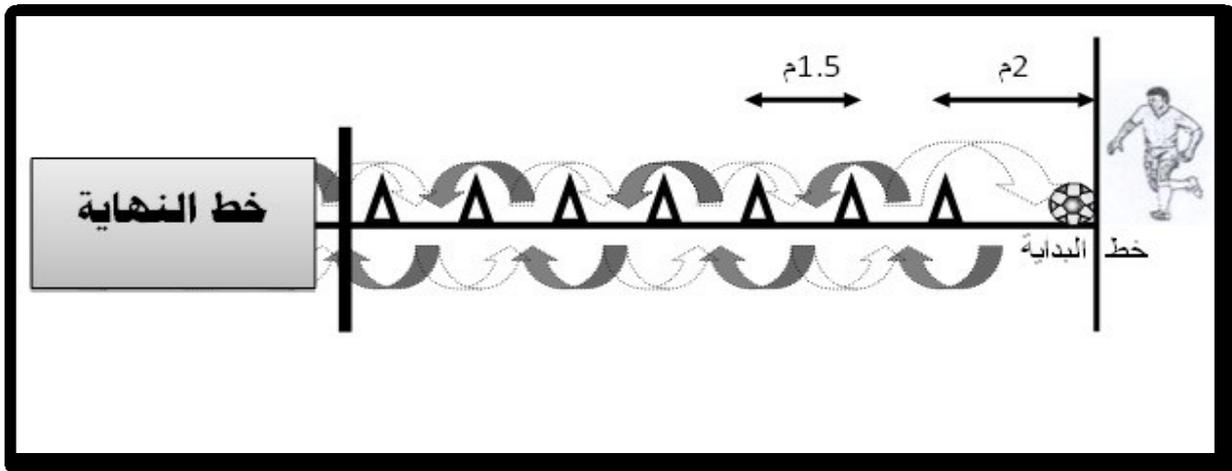
شكل (٢) رسم توضيحي لاختبار المناولة

٢- الدرجة

اسم الاختبار: درجة الكرة بين (٧) شواخص المسافة بين شاخص وآخر (١.٥م)
(College, 2005)

الغرض من الاختبار: قياس مدى قدرة المختبر على التحكم في الكرة في أثناء الجري بها بين الشواخص.

الأدوات: كرة قدم للصالات عدد (١)، شواخص عدد (٧)، ساعة توقيت، ملعب توضع فيه (٧) شواخص في خط مستقيم المسافة بين شاخص وآخر (١.٥م) والمسافة بين خط البداية وأول شاخص (٢م)، شريط لاصق من أجل تثبيت الشواخص..



شكل (٣) رسم مخطط اختبار مهارة الدرجة ، الدرجة المستقيمة والمتعرجة ذهاباً وإياباً

٣-٦ التجارب الاستطلاعية :

٣-٦-١ التجربة الاستطلاعية الاولى :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية الاولى يوم السبت المصادف ١٨ / ٥ / ٢٠١٩ في ملعب نادي الوجيية

والتجربة الاستطلاعية الثانية الخميس بتاريخ ٢٣/٥/٢٠١٩ على عينة من لاعبين (١٩) من غير عينة التجربة الرئيسية ، مع وجود فريق العمل المساعد والتجربة الاستطلاعية تعد بمثابة دراسة أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامة بتجربته تهدف إلى اختيار أساليب البحث وأدواته(الياسري، ٢٠١٠، ص٥٨) .

٣-٧-١ الأسس العلمية للاختبارات

٣-٧-١ صدق الاختبار Face validity

يقصد بصدق الاختبار " قياس الاختبار فعلا" أو حقيقة ما وضع لقياسه (الصميدعي، ٢٠١٢، ص١٠٢) .

٣-٧-٢ معامل ثبات الاختبار

ثبات الاختبار يعني "إذا اجري اختبار ما على عينة ثم أعيد هذا الاختبار على العينة نفسها وتحت الظروف عينها فإن النتائج التي ظهرت في المرة الأولى هي النتائج نفسها في المرة الثانية (الحكيم، ٢٠٠٤، ص١٠٩) إذ تم حساب اختبارات مقياس الاسترخاء النفسي والاختبارات المهارية عن طريق التطبيق وأعدته (Test and Retest) على أفراد العينة الاستطلاعية ، وبفاصل زمني قدرة خمسة أيام في المدة من ١٨/٥ وحتى ٢٣/٥/٢٠١٩ م ، وبعدها تم إيجاد معامل الارتباط البسيط (ارتباط بيرسون) بين نتائج التطبيق الأول والثاني

٣-٧-٣ موضوعية الاختبار

الموضوعية هي "عدم تدخل ذاتية الباحثان وآرائه ومعتقداته في نتائج الاختبار(عبد المجيد و الياسري ، ٢٠٠٣، ص١٥٤) . أن الاختبارات التي تم استخدامها في البحث بعيدة عن التقويم الذاتي والتحيز .

٣-٨ البرنامج التدريبي

٣-٧ الاختبارات القبليّة:

أجرت الباحثان الاختبارات القبليّة يوم الخميس المصادف ٣٠ / ٥ / ٢٠١٩ في نادي شهرين الرياضي في تمام الساعة (٩ صباحًا)، إذ تم إجراء اختبارات مقياس التوافق النفسي ،الدحرجة، والمناولة، والتهديف، فقام الباحثان بتوضيح الاختبارات للعينة و تم الانتهاء من الاختبارات الساعة (١١ صباحًا).

٣-٨ التجربة الرئيسية:

قام الباحثان بإجراء التجربة الرئيسية للبحث، وذلك بإدخال المتغير المستقل على المجموعة التجريبية، التي بدأت في يوم الاثنين المصادف ٢٠١٩/٦/٣ وبواقع وحدتين في الأسبوع (الاثنين، الأربعاء) ولمدة (٨) أسابيع بمجموع (١٦) وحدة تدريبية سبقتها وحدة تعليمية تعريفية، لتوضيح بعض الإجراءات الخاصة بالتجربة.

انتهت التجربة في يوم الأربعاء ٢٠١٩/١٢/١٥ قام الباحثان بإعداد (٢٤) تمريناً للمهارات و١٦ تمرين نفسي قيد البحث، راعت فيها التدرج من السهل إلى الصعب والفروق الفردية ومستوى العينة علماً ان زمن الوحدة التدريبية هو (٩٠) دقيقة، مقسم على ثلاثة أقسام وعلى النحو الآتي: القسم التمهيدي: ومدته (٢٠ دقائق) ويشمل:

المقدمة والإحماء: ومدته (١٠ دقائق) تجري بها عملية أخذ الغياب وإجراء الإحماء.

التمرينات المهارية: ومدتها (١٠ دقائق)

القسم الرئيس: ومدته (٦٠ دقيقة) مقسم على قسمين:

النشاط التعليمي: مدته (١٠ دقيقة) يتم عن طريقه شرح المهارة من لدن المدرب.

النشاط التطبيقي: مدته (٣٠) دقيقة يتم في أثناء تطبيق التمرينات بواقع ثلاثة تمرينات مدة كل تمرين (١٠) دقائق. و (١٠) دقيقة للتمرين النفسي بواقع (٤) تمارين نفسية مدة كل تمرين (٢.٥) دقيقة

القسم الختامي: مدته (١٠) دقائق يتم عن طريقه التهدئة (الاستشفاء)، والوقوف وإنهاء الوحدة التدريبية.

٣-١٠ الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثان البرنامج الإحصائي (SPSS) لمعالجة البيانات

١- الباب الرابع

٢-٤ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

تم جمع بيانات الاختبارات القبلية والبعديّة لمقياس التوافق النفسي وبعض المهارات الأساسية لمجموعتي البحث، ومن خلال المعالجات الإحصائية لهذه الاختبارات ظهرت النتائج الآتية:-

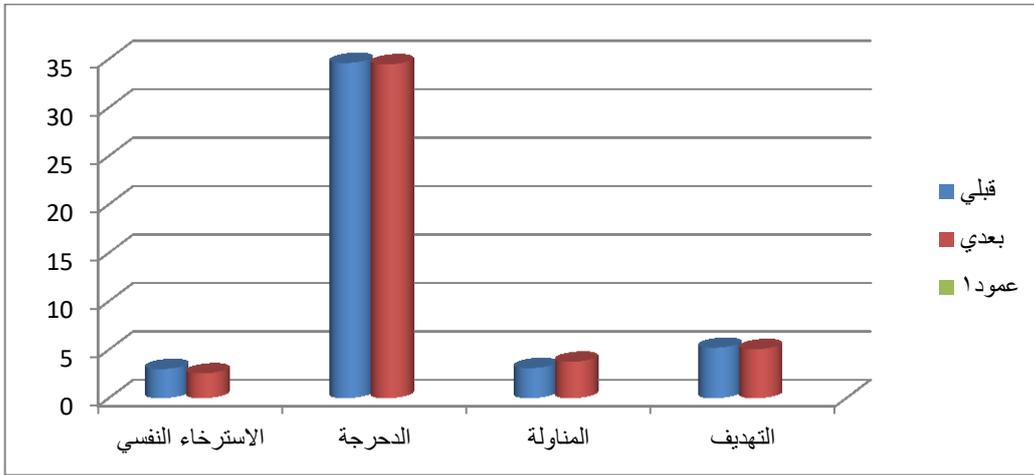
٤-١ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة الضابطة وتحليلها:

الجدول (٦)

يبين الأوساط الحسابية الانحرافات المعيارية قيد البحث للمجموعة الضابطة.

وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات
ع	س	ع	س		
١.٢٧٦	٢.٥٥٠	١.٤٨٦	٣.٠٠٠	درجة	الاسترخاء النفسي
٥.٤٣٣	٣٤.٤٥٠	٦.٠٦٤	٣٤.٦٠٠	زمن	الدرجة
١.٠٦٩	٣.٧٥٠	٠.٩٦٧	٣.١٠٠	درجة	المنافسة
٢.٣٧٢	٥.٠٥٠	١.٩٦٢	٥.٢٠٠	درجة	التهدف



الشكل (٥)

يوضح قيمة الأوساط الحسابية القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة.

الجدول (٧)

يوضح فرق الأوساط وانحراف الفروق وقيمة (t) المحسوبة قيد البحث للمجموعة الضابطة.

المعالجات المتغيرات	وحدة القياس	س ف	ع ف	t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
الاسترخاء النفسي	درجة	٠.٤٥٠	٢.٠١٢	١.٠٠٠	٠.٣٣٠	غير معنوي
الدرجة	زمن	0.150	4.319	٠.١٥٥	٠.٨٧٨	غير معنوي

المناولة	درجة	0.650	1.136	٢.٥٥٧	0.01	معنوي
التهديف	درجة	0.1500	2.777	٠.٢٤٢	0.812	غير معنوي

أنَّ الوسط الحسابي الخاص بالاسترخاء النفسي في الاختبار القبلي هو (٣.٠٠٠) في حين نسبة الخطأ (٠.٣٣٠) وهي أكبر من (٠.٠٥)، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لهذا المتغير.

أنَّ الوسط الحسابي للدرجة في الاختبار القبلي هو (٣٤.٦٠٠) في حين نسبة الخطأ (٠.٨٧٨) وهي أكبر من (٠.٠٥)، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لهذا المتغير.

والوسط الحسابي للمناولة في الاختبار القبلي هو (٣.١٠٠) بانحراف معياري في حين نسبة الخطأ (٠.٠١) وهي أصغر من (٠.٠٥)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لهذا المتغير.

ان الوسط الحسابي للتهديف في الاختبار القبلي هو (٥.٢٠٠) في حين نسبة الخطأ (٠.٨١٢) وهي أكبر من (٠.٠٥)، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لهذا المتغير.

٤-١-١ مناقشة نتائج المجموعة الضابطة:

إنَّ المجموعة الضابطة هي المجموعة التي لا تتعرض للمتغير التجريبي، وتبقى تحت ظروف عادية فهي أساس الحكم ومعرفة النتيجة وهذا ما أكده (الشوك و فتحي ٢٠٠٤، ص١٢٢) ، وعن طريق عرض النتائج في الجدولين (٦ و٧) للاختبارات الخاصة بالمهارات المدروسة تبين أنَّ هناك متغيراً معنوياً (المناولة) وثلاثة متغيرات غير معنوية (الاسترخاء النفسي ،الدرجة ، والتهديف) بعد مقارنة الاختبارين القبلي والبعدي.

إنَّ سبب ضعف المهارات المدروسة للعبة كرة قدم الصالات في الاندية بحسب رأي الباحثان يكمن في عدم استعمال تمارينات مدروسة مرتكزة على بعض الوسائل الحديثة المستعملة عالمياً في الوقت الحاضر ، وأيضاً هناك عشوائية في التمارينات المعدة من القائمين على التدريب

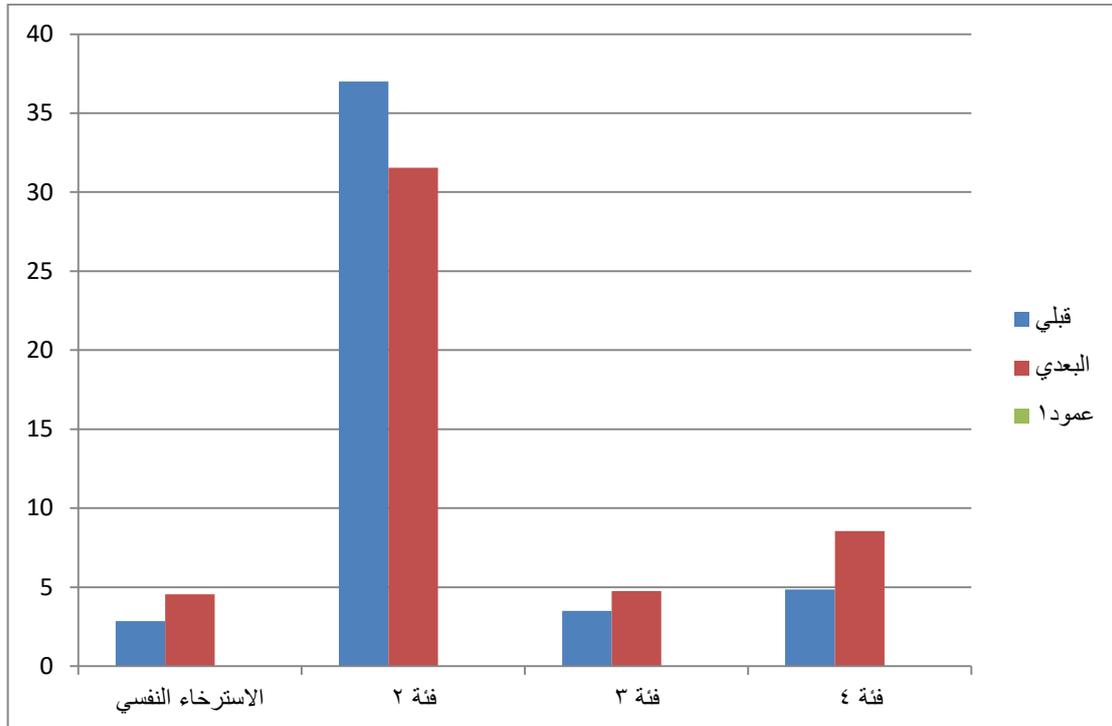
٤-٢ عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية وتحليلها

ومناقشتها:

الجدول (٨)

يوضح الأوساط الحسابية الانحرافات المعيارية قيد البحث للمجموعة التجريبية.

البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات
ع	س	ع	س		
٠.٩٩٨	٤.٥٥٠	١.٠٣٩	٢.٨٥٠	درجة	التوافق النفسي
٦.٥٢٥	٣١.٥٥٠	٧.٣٥٥	٣٧.٠٠٠	زمن	الدرجة
٠.٩٦٦	٤.٧٥٠	١.٣٥٧	٣.٥٠٠	درجة	المناولة
١.٧٦١	٨.٥٥٠	١.٩٥٤	٤.٨٥٠	درجة	التهديف



الشكل (٦)

يوضح قيم الأوساط الحسابية القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية.

الجدول (٩)

يبين فرق الأوساط وانحراف الفروق وقيمة (t) المحسوبة قيد البحث للمجموعة التجريبية.

المعالجات المتغيرات	وحدة القياس	س ف	ع ف	t المحسوبة	نسبة الخطأ	الدالة
التوافق النفسي	درجة	١.٧٠٠	١.١٢٨	٦.٧٣٦	٠.٠٠٠	معنوي
الدرجة	زمن	5.450	3.068	٧.٩٤٢	0.000	معنوي
المناولة	درجة	1.250	1.208	٤.٦٢٦	0.000	معنوي
التهديف	درجة	3.700	1.688	٩.٧٩٧	0.000	معنوي

يتبين من الجدول (٨) أنّ الوسط الحسابي الاسترخاء النفسي في الاختبار القبلي هو (٢.٨٥٠) في حين نسبة الخطأ (٠.٠٠٠٠) وهي أصغر من (٠.٠٠٥)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي. أنّ الوسط الحسابي للدرجة في الاختبار القبلي هو (٣٧.٠٠٠) في حين نسبة الخطأ (٠.٠٠٠٠) وهي أصغر من (٠.٠٠٥)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي.

أنّ الوسط الحسابي للمناولة في الاختبار القبلي هو (٣.٥٠٠) في حين نسبة الخطأ (٠.٠٠٠٠) وهي أصغر من (٠.٠٠٥)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي.

يتبين من الجدول (٨) أنّ الوسط الحسابي للتهديف في الاختبار القبلي هو (٤.٨٥٠) في حين نسبة الخطأ (٠.٠٠٠٠) وهي أصغر من (٠.٠٠٥)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة الاختبار البعدي.

٤-٢-١ مناقشة نتائج المجموعة التجريبية:

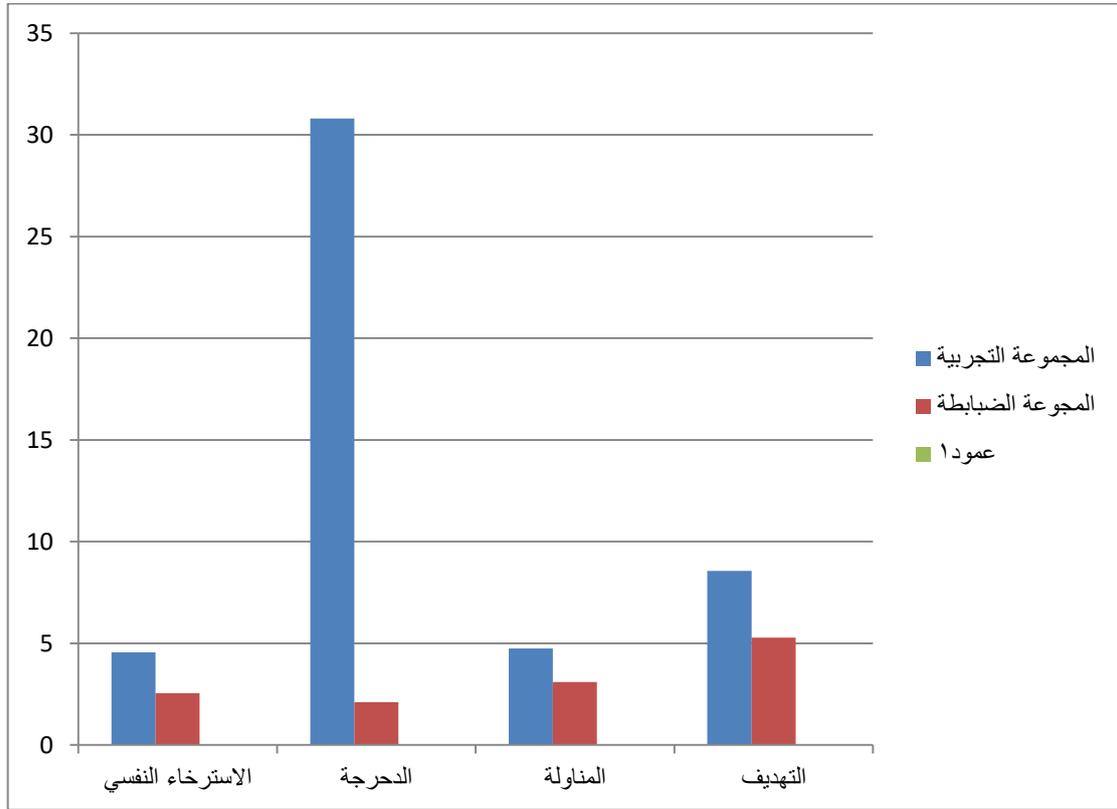
يتبين من الجدولين (٨ و ٩) أنّ هناك فروقاً معنوية للتوافق النفسي و للمهارات الثلاثة المدروسة (الدرجة، والمناولة، والتهديف) ولمصلحة الاختبار البعدي بحسب الأوساط الحسابية المذكورة في الجدول (٨)، ويعزو الباحثان هذا التطور إلى نوعية التمرينات المستعملة المعززة بالوسائل التدريبية الحديثة التي كان لها الأثر الكبير في تعلّم هذه المهارات ، وكذلك إلى عدد التكرارات الذي يتخلله أوقات راحة كافية.

٤-٣ عرض نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها.

الجدول (١٠)

يوضح نتائج الاختبارات البعدية قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة.

الدالة	قيمة t		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات
	نسبة الخطأ	المحسوبة t	ع	س	ع	س		
معنوي	٠.٠٠٠٠	٥.٥٤٠	١.٢٧٦	٢.٥٥٠	٠.٩٩٨	٤.٥٥٠	درجة	الاسترخاء النفسي
معنوي	٠.٠٠٤	٢.٠٩٩	٥.٤٧٧	٣٤.٦٨٤	٦.٢٠٣	٣٠.٨٠٠	زمن	دحرجة
معنوي	٠.٠٠٠٤	٣.١٠٢	١.٠٦٩	٣.٧٥٠	٠.٩٦٦	٤.٧٥٠	درجة	مناولة
معنوي	٠.٠٠٠٠	٥.٢٧١	٢.٣٧٢	٥.٠٥٠	١.٧٦١	٨.٥٥٠	درجة	تهديف



الشكل (٧)

يوضح الرسم البياني لقيمة الأوساط الحسابية البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة. ويتبين من الجدول (١٠) أنَّ قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي الخاص بالاسترخاء النفسي كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٤.٥٥٠) بانحراف معياري (٠.٩٩٨)، والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٢.٥٥٠) بانحراف معياري (١.٢٧٦)، وبالتالي فإنَّ قيمة (t) المحسوبة هي (٥.٥٤٠)، في حين نسبة الخطأ (٠.٠٠٠) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

وقيمة الأوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي للدرجة كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٣٠.٨٠٠) بانحراف معياري (٦.٢٠٣)، والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٣٤.٦٨٤) بانحراف معياري (٥.٤٧٧)، وبالتالي فإنَّ قيمة (t) المحسوبة هي (٢.٠٩٩)، في حين نسبة

الخطأ (٠.٠٠٤) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

وقيمة الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي للمناولة كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٤.٧٥٠) بانحراف معياري (٠.٩٦٦)، والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٣.٧٥٠) بانحراف معياري (١.٠٦٩)، وبالتالي فإن قيمة (t) المحسوبة هي (٣.١٠٢)، في حين نسبة الخطأ (٠.٠٠٤) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي للتهديف كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٨.٥٥٠) بانحراف معياري (١.٧٦١)، والوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (٥.٠٥٠) بانحراف معياري (٢.٣٧٢)، وبالتالي فإن قيمة (t) المحسوبة هي (٥.٢٧١)، في حين نسبة الخطأ (٠.٠٠٠) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية للمجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية.

٤-٣-١ مناقشة نتائج المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية:

يبين الجدول (١٠) الفروق المعنوية للتوافق النفسي للمهارات المدروسة (الدرجة، والمناولة، والتهديف) ولمصلحة المجموعة التجريبية بحسب الأوساط الحسابية، كون الأوساط الحسابية للمجموعة التجريبية أكبر من أوساط المجموعة الضابطة عدا مهارة الدرجة، كون وحدة قياسها الزمن (الزمن الأقل له الأفضلية).

يعزو الباحثان معنوية الفروق للمجموعة التجريبية التمرينات المعززة بالوسائل التدريبية الحديثة كما إن التركيز على إعطاء التكرارات المناسبة واستعمال الوسائل التدريبية الحديثة واسلوب العرض وبشكل دقيق يتناسب مع قدرات اللاعبين ، والتوجيهات المستمرة من المدرس في تحفيزهم على مشاهدة الأداء الصحيح وتنفيذ هذه التمرينات مع العمل على تصحيح الأخطاء عن طريق الإعادة أسهمت بالتأثيرات الايجابية في مستوى اللاعبين (محمود ،حسن ،٢٠١٣ ص١٤٣) وتتسجم نتائج الدراسة مع النتائج التي جاء بها كل من (عامر فاخر شغافي ٢٠١١) و (علي صبحي خلف ٢٠٠٠)، التي تؤكد "أن الوسائل التعليمية تساعد على توفير الجهد والوقت المبذول

من المتعلمين والمتدربين وتساعدهم على إثارة الدافعية عند المتدربين وتشويقهم (شغافي ٢٠١١ ، خلف ٢٠٠ ، ص٢٣١ و ص٤٢١)

ويرى الباحثان أنَّ الوسائل التدريبية الحديثة وطريقة العرض كان لها الاثر الكبير في تعلم المهارات ، كون العينة ناشئين فهم قليلون المشاهدة للعبة كرة القدم، فضلاً عن ممارستها، فهنا كانت الوسائل التدريبية الحديثة وطريقة العرض عاملاً أساسياً في التعلم

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

١-٥ الاستنتاجات:

استناداً إلى نتائج البحث وفي ضوء أهدافه وفروضه توصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية:

١. إنّ البرنامج التدريبي المتضمن التمرينات المهارية المعزز بالموشر النفسي الذي طبق على المجموعة التجريبية كان لها الأثر الكبير في تعلم مهارة الدحرجة، والمناولة، والتهديف، إذ ظهر هذا التحسن في الأداء نتيجة التكرار الصحيح للتمرينات على وفق الأسلوب التدريبي الحديث.
٢. الاسلوب التدريبي باستخدام التكرار بالتمرينات المهارية المعززة بالموشر النفسي والتدرج بها من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب على وفق أسس تدريبيه كان لها تأثير كبير في تعلم مهارة الدحرجة، والمناولة، والتهديف.
٣. البرنامج التدريبي المتنوع بعرض التمرينات باستخدام الاساليب الحديثة للتدريب وطريقة العرض أضفت على الوحدة التدريبيه عامل الإثارة والتشويق، ممّا انعكس وبشكل ملحوظ في تعلم المهارات الاساسية.
٤. البرنامج التدريبي المعد وفق اسس تدريبيه حديثة مع التمارين النفسية كان سبب بتفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات في الاختبارات البعدية.

٥-٢ التوصيات:

١. تطبيق البرنامج التدريبي المعزز بالموشر النفسي في مناهج التربية الرياضية .

٢. اعتماد الأسلوب التدريبي الحديث عند إعداد التمرينات وتطبيقها ومراعاة مستوى العينة من ناحية المرحلة العمرية والجنس والتدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
٣. ضرورة استعمال الوسائل التدريبية الحديثة في الدرس كشاشات العرض.
٤. يجب التأكيد على توافر معلومات دقيقة وكثيرة عن المهارات المراد .
٥. ضرورة إجراء دراسات أخرى على مهارات أخرى وفعاليات مختلفة.
٦. ضرورة استعمال البرنامج التدريبي الحالي على عينات مختلفة كأن تكون اناث.

المصادر العربية والأجنبية

- بعث عبدالمطلب عبدالحمزة، تصميم وتقنين بطاريتي اختبار (بدنية - مهارية) لاختيار ناشئي خماسي كرة القدم في بغداد بأعمار (١٤ - ١٦) سنة: (جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير، ٢٠١١).
- بلوم بنيامين واخزون ؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد أمين المفتي واخزون ، دار ماكرو هين ، القاهرة ، ١٩٨٣.
- صدام محمد أحمد ؛ تأثير تمرينات خاصة بمساحات لعب مصغرة في تطوير بعض القدرات الحركية والمهارات الاساسية للاعبين الصالات بكرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة ديالى ، ٢٠١٣ .
- عامر فاخر شغافي ؛ علم التدريب الرياضي - نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا (بغداد ، باب المعظم ، مكتب النور) ٢٠١١ .
- عبد الغفور ردام كيطان العزاوي ، تأثير تمرينات خاصة في تطوير الاستقرار النفسي والاداء الفني لبعض المسكات في المصارعة الرومانية للشباب اعمار (١٨ - ٢٠) سنة ، ص ٢٠١٣ .
- علي سلوم الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ، ط ١ ، (جامعة القادسية ، ٢٠٠٤) .
- علي صبحي خلف؛ تأثير استعمال جهاز مساعد مقترح في تعلم بعض المهارات الحركية على جهاز المتوازي: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٠).
- غازي صالح محمود وهاشم ياسر حسن؛ (كرة القدم التدريب المهاري، ط ١، عمان الأردن، مكتبة المجتمع العربي، ٢٠١٣م).



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة
دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

- محمد جاسم الياسري ؛ الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية : (النجف ، دار الياء للطباعة والتصميم ، ٢٠١٠).
- مروان عبد المجيد ، محمد جاسم الياسري ؛ القياس والتقويم في التربية البدنية ، ط ١ ، ص الوراق للنشر ، عمان ، ٢٠٠٣ .
- نوري إبراهيم الشوك و رافع صالح فتحي ؛ دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية: (بغداد (ب.م)، ٢٠٠٤).
- نوري إبراهيم الشوك و رافع صالح فتحي؛ دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية: (العراق، جامعة بغداد، ٢٠٠٤).
- American College of Sports Medicine: Lippincott Williams & Wilkins. Guidelines for exercise testing and prescription, ed 7, Baltimore, 2005