



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية الرياضية

تأثير منهج تدريبي وفق الأهداف الغترية في تطوير الثقة بالنفس و التكيف للشباب بكرة القدم

رسالة تقدم بها

وانثق وسمي راضي العبادي

إلى مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى
وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في
التربية الرياضية

بأشراف

أ.د عبد الرحمن ناصر راشد

أ.د نبيل محمود شاكر

2011م

1432هـ

الباب الاول

- 1- التعريف بالبحث.
- 1-1 المقدمة وأهمية البحث.
- 2-1 مشكلة البحث.
- 3-1 أهداف البحث.
- 4-1 فروض البحث.
- 5-1 مجالات البحث.
 - 1-5-1 المجال البشري.
 - 2-5-1 المجال الزماني.
 - 3-5-1 المجال المكاني.
- 6-1 التعريف بالمصطلحات.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

ان التقدم والتطور الكبير الذي شهدته مختلف الالعاب الرياضية في العالم قد فاق التوقعات وأن هذا السبيل المنهمر من الاسس والنظريات العلمية التي استطاعت بها بعض دول العالم ان تصل بالرياضيين الى قدرات وحدود كانت في الماضي القريب ضرباً من ضروب الخيال هو نتيجة أبداعات العقول البشرية من مربين وعلماء ومدربين ، وقد اخذت كرة القدم ، اللعبة الاولى في العالم جمهوراً وأهتماماً وأثارة نصيبها من هذا التطور معتمدة على ماقدمته لها العلوم الاخرى ، كعلم التدريب ومختلف العلوم الفلسجية والطبية ، وعلم القياس والتقويم الذي أصبحت علاقته وثيقة بهذه اللعبة ولم يعد بمقدور المدربين الاستغناء عنه كونه يمثل "20% من العملية التدريبية " (1) كل ذلك أضاف على اللعبة أهتماماً كبيراً وجعل أداء اللاعبين قمة من الاثارة والحماسة. ان قناعة العاملين والمهتمين في مجال كرة القدم بان العلوم أنفة الذكر لها دوراً حيوياً في تطوير مستويات اللاعبين لذلك بدؤوا بالكشف عن الوسائل والاليات التي ترتبط بالعلوم السابقة وقد وجدوا أن أحد هذه الاليات هو وضع الاهداف ومدى تأثيرها في مستوى الاداء المهاري للاعبين كرة القدم . أن التحقق من درجة فاعلية أسلوب وضع الاهداف في مجال القياس والتقويم أستدعى استخدام بعض المعادلات المستندة على تكرار اداء الاختبارات مهارية لكرة القدم ، حيث ان هذه المعادلات وضعت على ضوء مايمكن الفرد من تحقيقه في أثناء تقدمه في الاداء وبذلك يتم الابتعاد عن وضع الاهداف بشكل ذاتي .

ان الثقة بالنفس من الصفات النفسية الارادية التي يحتاجها لاعب كرة القدم وخصوصاً عند تعلم وأتقان المهارات الخاصة باللعبة ، لان لاعب كرة القدم عندما يمتلك قدر كبير من الثقة بالنفس ستساعده في أتمام الواجبات المناطة به من خلال اقتصاده بالجهد المبذول وسرعة اتخاذ وتنفيذ القرار وهذا ما تتطلبه اداء مهارة التهديد لانها تعد من اهم مهارات لعبة كرة القدم كونها تحدد نتائج المباريات من خلال تسجيل اكبر عدد من الاهداف .

أن أهمية البحث تكمن في أن هذه الالية او هذه الوسيلة (الطريقة الاحصائية) التي أستخدمها الباحث بطريقتها الموضوعية تشكل أهمية بالغة في مجال التدريب لانها تعطينا تقويماً موضوعياً عن مدى تقدم مستوى اللاعب المهاري بأستخدام وضع الاهداف وبالتالي نجاح عمل المدرب والعملية التدريبية بصورة عامة .

1-2 مشكلة البحث:

(1) محمد صبحي وحمدى عبد المنعم؛ الاسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس ، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1977، ص 7 .

ان الاهتمام بموضوع الاختبار والقياس واعتماده مبدءاً اساسياً في عمل المدربين يعد من الامور التي تؤدي الى التخطيط السليم والبعيد عن الارتجال والعشوائية فضلاً عن استخدام الاختبارات والقياس من شأنها اعطاء صورة واضحة عن حقيقة المستوى الفعلي للاعبين وتجعل المدرب قادراً على التنبؤ ولو بقدر معين من النتائج والمستويات ، وهذه إحدى صفات المدرب الناجح .

ان أسلوب وضع الاهداف في ابسط صورة وغاياته يمكن ان يقدم ويوضح الطريق المناسب للوصول الى مايرغب اليه الرياضي وما يحاول ان يحققه من انجازات رياضية ومن خلال وضع الاهداف يمكن ان نرى ماذا يجب علينا ان نعمل وما هي الاشياء التي نستطيع ان نحققها وفق رؤية علمية تعطي الثقة والاعتقاد الذاتي على تحقيق اهداف اخرى .

ان الباحث ومن خلال خبرته المتواضعة كونه لاعباً ومهتماً بمجال كرة القدم ومن خلال متابعته المستمرة للفرق العراقية وجد ان أغلب اللاعبين وخصوصاً المهاجمين منهم يهدرون العديد من الفرص المحققة لتسجيل الاهداف اثناء المباريات التي يخوضونها وبالتالي سؤدي ذلك الى خسارة الفرق التي يمثلوها في تلك المباريات وعدم وصولهم الى مستوى البطولات والانجازات بسبب الضعف الواضح في اداء مهارة التهديف .

لذلك ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال استخدام وضع الاهداف والتي يمكن قياسها بصورة موضوعية والخروج بنتائج تخدم العملية التدريبية وبالتالي تطوير مستوى اللاعبين وفرقنا العراقية .

- 1- وضع مفردات منهج تدريبي مقترح وفق الاهداف الفترية في تطوير الثقة بالنفس والتهديف للشباب بكرة القدم.
- 2- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في متغيري التهديف من الثبات والتهديف من الحركة لمجموعات البحث الثلاثة.
- 3- التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات البعديّة في متغيرات التهديف من الثبات والتهديف من الحركة والثقة بالنفس لمجموعات البحث الثلاثة.
- 4- الكشف عن نسبة التطور في مهارة التهديف لمجموعات البحث الثلاثة.

1-4 فروض البحث:

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية والبعديّة في متغيري التهديف في كرة القدم بين مجاميع البحث الثلاثة.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعديّة في متغير الثقة بالنفس والتهديف بكرة القدم لدى افراد المجاميع التجريبية قيد البحث.
- 3- للمنهج التجريبي التدريبي المقترح تأثير ايجابي في تطوير الثقة بالنفس والتهديف بكرة القدم للشباب وفق الاهداف الفترية المقترحة.

1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري: عينة من لاعبي نادي القوة الجوية بكرة القدم فئة الشباب وبأعمار (17-19) سنة.
- 1-5-2 المجال المكاني: ملعب نادي القوة الجوية بكرة القدم .
- 1-5-3 المجال الزمني: المدة الواقعة من 2011/1/15 ولغاية 2011/5/20 .

1-6 التعريف بالمصطلحات

الهدف الفترى: هو التحديد الموضوعي لمستوى التقدم خلال مراحل زمنية معينة.⁽¹⁾

الثقة بالنفس: هي الاعتقاد او درجة التأكد التي يمتلكها الافراد حول قدراتهم على ان يكونوا ناجحين في الرياضة.⁽²⁾

(1) سعد جلال، محمد حسن علاوي؛ علم النفس التربوي والرياضي : (القاهرة، دار المعارف، ب. ت) ص38.

(2) اسامة كامل راتب؛ علم نفس الرياضة (المفاهيم-التطبيقات) : (القاهرة، دار الفكر العربي، 1997) ص335.

Abstract

The Impact of a Training Curriculum in Accordance with the Periodical Goals in the Development of Self-Confidence and Scoring for Young Football Players

The present study contains five parts, they are:

Part I: Definition of Research

This part contains the introduction and the importance of study by mentioning to the importance of the game of football and its prestigious over its other sports and the impact of coaches and stakeholders in employing other sciences for the development of this game and search for new means and mechanisms contributing to this development. As a result, new means and mechanisms appeared to set periodical goals and its use by testing the player more than once to determine the level of development and achieve the targets set for it.

The importance of the present study lies in the development of goals, identify and describe the mechanism used in an objective manner in the training of young football players and its impact on the level of their performance skills.

The problem of the study was noted by the researcher through his experience as a player and he found that most of coaches do not depend on objective tests and there are no periodical goals in their training curriculum lead them to the general goal.

Objectives of the present study are:

- Develop training curriculum items according to the proposed periodical goals in the development of self-confidence and scoring for youth football.
- Understand the impact of training curriculum in accordance with the periodical goals in the development of self-confidence and scoring football with members of the experimental sample.
- Identify the post tests differences in a variable of self-confidence and scoring football by members of the experimental groups.
- Identify the differences in the post tests in a variable of self-confidence and scoring football between the experimental groups and control group.

B

The hypotheses are:

- There is a positive effect for proposed training curriculum in the development of self-confidence and scoring in football for young players according to proposed periodical goals.
- There are no statistically significant differences in the post tests in a variable of self-confidence and scoring in football with the members of the experimental groups.
- There are no statistically significant differences in the post tests in a variable of self-confidence and scoring in football between the experimental groups and the control group in favor of the experimental groups (members of the study sample).

Domains of the present study:

- The Human domain: the young players of the Air Force Club football (18 players).
- Temporal domain: from 27/3/2011 till 20/5/2011.
- Spatial domain: Stadium of Air Force Football Club.

Part II: Theoretical Related Previous Studies

The present study contains theoretical framework and previous studies that are relevant to the subject matter, as has been discussed in the theoretical framework to: (Athletic training, modern training in football, the goals in the sport, the basic principles in building goals and the impact of the coach in the development of the commitment of athletes to achieve the targets, also has been mentioned to the issue of self-confidence, characteristics and kinds of theories and their development in the sports field was addressed, also to the concept of skill and basic skills of football and scoring skills as well as related previous studies.

Part III: the research methodology and field procedures

This section includes clarification of the methodology used in research which is the experimental method, and means of gathering data and equipments, tools, tests scoring, which identified the details of each of them in the body of the present study. And to identify the selected sample which is young players of Air Force Club in an intentional method, the research sample contains (18) players randomly divided into three groups, Group I (objective periodical goals), the second group

C

(experimental group) and the third group (control), six players per group, and the results were addressed by the following statistical means: The weighted mean, standard deviation, the law of (T), the law of analysis of variance, the law (LSD), and the law of rate of progress.

Part IV: Presentation and Analysis of Test Results and Discussion

This section is to present the results of the tests that have emerged through the use of statistical methods mentioned in Part III that the researcher analyzed and discussed. It shows that that the level of the first experimental group that worked in accordance with the objective periodical goals has overtaken the members of the second and third groups as developed their findings in the tests scoring.

Part V: Conclusions and Recommendations

- 1- Results of T-Test, Analysis of Variance, L.S.D., Law of Rate of Progress showed that the first experimental group is better in tests of scoring over other two groups.
- 2- As it can be shown from the results of second group, that the conducted experimental curriculum has great impact on developing of scoring skill.

Recommendations:

- 1- Taking care of objective periodical goals in measurable manner in order to improve level of payers.
- 2- The tests are an effective means show the actual level of players as well as evaluating the training curriculum of the coach.