



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية الأساسية
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأثير تمرينات مهارية بالأسلوبين الثابت والمتغير في تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة التهديف بكرة القدم الصالات لطلاب الأول المتوسط

مرسالة مقدمة إلى

مجلس كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة

مرسالة مقدمة من قبل

مصطفى سعد طاهر

بإشراف

أ. د. فرات جبار سعد الله

الباب الاول

1- التعريف بالبحث:

1 - 1 المقدمة وأهمية البحث:

إن عصرنا الحاضر هو عصر الحداثة والتقدم العلمي والمعرفي على جميع مجالات الحياة وفتح هذا التطور افاقاً جديدة للمعرفة من خلال اتباع الأسس العلمية والاعتماد على مختلف العلوم وتوظيفها للوصول إلى الأهداف المرجوة ، إذ إنّ المجال الرياضي هو أحد المجالات التي شهدت تقدماً كبيراً في مختلف أنواع الألعاب والفعاليات من خلال التخطيط المنظم واتباع الأساليب الملائمة .

تعد كرة القدم واحدة من بين الألعاب والفعاليات التي حظيت باهتمام العاملين في المجال الرياضي هي كرة القدم ، وهي من أهم الرياضات الشعبية على مستوى العالم والتي تتطلب مهارات عديدة لمواجهة الضغوطات والاعباء أثناء المباراة مما أدى إلى اهتمام العلماء والمختصين في تطوير النواحي البدنية والمهارية اعتماداً على الأساليب العلمية في عالم كرة القدم ، فالغاية من اللعبة هو تحقيق أكثر عدد من الأهداف والفوز في المباراة ؛ لذا نجد الكثير من المدربين والمعلمين يبحثون عن أفضل الطرق لتحقيق الأهداف في المباريات ، وهذا ما يسعون إليه إذ يستخدمون أفضل الأساليب لإيصال المعلومات وتعليم المهارات للطلاب من خلال شرح وعرض وتطبيق وتكرار المهارة الى أن يصل إلى مرحلة الاتقان في ، وتتفق هذه العملية مع مفاهيم التعلم الحركي في عملية انتقال المعلومات من المعلم إلى الطالب كذلك في التغيرات التي تحدث في السلوك الحركي والنتيجة من العملية التعليمية والتي تهدف إلى اكتساب المتعلم صفات بدنية او قدرات حركية او مهارية .

وهذا ما اكده (فرات جبار 2015) هو نشاط يحدث داخل الكائن الحي لا يمكن ملاحظته بصورة مباشرة ويتغير المتعلمون بطرق غير مفهومة تماماً حيث يكتسبون الجديد من المعلومات والمهارات والعادات ⁽¹⁾ إن للتوافق الحركي دور أساسي في تعلم المهارات "ويؤدي الافتقار لهذا العامل إلى ارتباك الأداء وعدم الكفاءة وحدوث الاصابة ويصل التوافق الى درجة عالية في المراحل السنية ما بين (13 . 14سنة) إن تمرينات التوافق يجب أن تعطى للمتعم حتى يستطيع ان يحافظ بشكل كبير على الأداء المهاري"⁽²⁾

إن تطور التوافق يحسن من درجة الأداء الحركي وتقل تبعاً لذلك الحركات غير الضرورية ، لأن الأجزاء المكونة للأداء الحركي ليس لها معنى مالم تتم في اطار التعامل الكلي باتجاه تحقيق الهدف ، إذ أن أي أداء مهما كان صغيراً لا بد وان يحدث ضمن سلسلة من العمليات الحركية ، وتبرز أهمية التوافق في أنه أحد الاهداف الرئيسية للتربية البدنية من أجل الوصول إلى أداء حركي صحيح .

كما إن التهديد غاية لعبة كرة القدم للصالات وان اللعبة لا معنى لها ولا إثارة بدونه ، وهو واحداً من أهم أجزاء اللعب الهجومي ومن أهم مهارات كرة القدم للصالات . "وبعد من أهم اساسيات لعبة كرة القدم على الاطلاق ومن جهة أخرى فإن اضاءة الفرص الكثيرة سيؤدي إلى الاحباط لدى اعضاء الفريق ، إذ إن الهدف النهائي لكل

(1) فرات جبار سعد الله ؛ أساسيات في التعلم الحركي : ط1 (عمان ، دار الرضوان للنشر والتوزيع ، 2015) ص 25 .

(2) يوسف لازم كماش وآخرون ؛ اعداد وتدريب اللاعبين الناشئين بكرة القدم : (عمان ، دار الايام للنشر والتوزيع ، 2017) ص 171 .

فريق هو خلق فرصة أو فرص لتسجيل الاهداف"⁽¹⁾ . وفي هذه اللعبة تكون فرص التهديف كثيرة لكون ساحة اللعب صغيرة وكون اللعبة تتسم بالسرعة والحركة بالتالي يكون وقت الوصول إلى مرمى الفريقين بسرعة ؛ لذلك فإن كل فرصة من هذه الفرص تكون مؤثرة على نتيجة المباراة بالرغم من تعددها واضاعتها تتبعها فرصة لتسجيل هدف من قبل الفريق المنافس ، وقد يؤدي عدم اجادة فرصة واحدة للتهديف الى خسارة مباراة كاملة .

تأتي أهمية البحث من استعمال أساليب تعليمية مختلفة في تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة التهديف بكرة القدم للصالات باتباع الأسلوب العلمي الصحيح والتدرج بالتعلم من حيث السهولة والصعوبة في التمرينات وادخال عامل التشويق والإثارة والتعلم بشكل افضل حيث استخدم الباحث أحد أساليب جدولة التمرين وهو الاسلوب الثابت والمتغير في تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة التهديف بكرة قدم الصالات.

1 - 2 مشكلة البحث:

إن التقدم الرياضي الذي نلاحظه في هذه الأيام على الصعيد العالمي في جميع الالعاب بشكل مذهل أدى الى اهتمام معظم المختصين في علم الحركة لتعلم واتقان المهارات الرياضية والارتقاء بمستوى اللعبة ومن خلال كون الباحث مدرب في مديرية شباب ورياضة ديالى ، لاحظ وجود ضعف في التوافق الحركي ومهارة التهديف بكرة قدم الصالات ، لأن الضعف في التوافق الحركي يعد عائقاً لتعلم مهارات كرة قدم الصالات كذلك ، إن الضعف في مهارة التهديف يجعل الفريق يخسر الكثير من الهجمات وبالتالي عدم تسجيل هدف وهو ما يبحث عنه كل فريق للفوز على المنافس ؛ لذا يجب استخدام عدة اساليب علمية لتعلم التهديف لتجنب

(1) مصطفى جاسم عبد زيد ؛ الاتجاهات الحديثة في تدريب كرة القدم الصالات : (مطبعة اليوسف ،

اضاعة الفرص . لذا أستخدم الباحث تمرينات مهارية بالأسلوبين الثابت والمتغير وهو أحد أساليب جدولة الممارسة في تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة التهديف بكرة قدم الصالات.

1 - 3 أهداف البحث:

- 1 - إعداد تمرينات مهارية بالأسلوبين الثابت والمتغير في تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة التهديف بكرة القدم الصالات لطلاب الأول المتوسط .
- 2 - التعرف على تأثير التمرينات المهارية بالأسلوبين الثابت والمتغير في تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة التهديف بكرة القدم الصالات لطلاب الأول المتوسط .

1 - 4 فروض البحث:

- 1 - للتمرينات المهارية بالأسلوب الثابت تأثير ايجابي في تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة التهديف بكرة القدم الصالات لطلاب الأول المتوسط.
- 2 - للتمرينات المهارية بالأسلوب المتغير تأثير ايجابي في تنمية التوافق الحركي وتعلم مهارة التهديف بكرة القدم الصالات لطلاب الأول المتوسط.
- 3-هناك افضلية للتمرينات المهارية بالاسلوبين الثابت والمتغير في متغيرات البحث

1 - 5 مجالات البحث:

- 1- 5 - 1 المجال البشري :طلاب الصف الاول المتوسط
- 1- 5 - 2 المجال الزمني : من 3 / 9 / 2017 الى 3 / 20 / 2018
- 1- 5 - 3 المجال المكاني : مدرسة المالكي المتوسطة للبنين محافظة ديالى

1 - 6 تحديد المصطلحات

- التمرين الثابت "وهو مهارة متكررة لها زمن واحد ومسار واحد أي هو تكرار له زمن ومسار ثابت وكل التمارين والمهارات المغلقة هي تمارين ثابتة ويعني أيضا التكرارات المتعاقبة لأداء وتنفيذ ثابت اذ يخضع المتعلم لمتغير واحد فقط خلال مدة الوحدة التعليمية"⁽¹⁾.

- التمرين المتغير "هو التمرين الذي يتم فيه تغيير الاتجاه أو تغيير المسافة أو تغيير الزمن على أساس التمارين الثابتة ويتم التغيير فيه من حيث الاتجاه والمسافة والزمن ، ويعني أيضاً سلسلة متعاقبة من ممارسات التمرين يخضع فيها المتعلم إلى متغيرات عدة في آن واحد خلال الممارسة الواحدة"⁽²⁾.

_ التوافق الحركي "وهو التنظيم والتنسيق الترتيب التبويب فالتوافق ترتيب وتنظيم الجهد المبذول للكائن الحي طبقاً للهدف ويختلف التوافق كل حسب العلم الذي يبحث فيه ويذكر (larson ، barrow) على أنه قدرة الفرد على ادماج حركات من أنواع مختلفة في اطار واحد"⁽³⁾.

(1) ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ أساسيات في التعلم الحركي : ط1 (الدار المنهجية للنشر والتوزيع ، عمان ، 2016) ص133 .

(2) ناهدة عبد زيد الدليمي ؛ المصدر السابق ، ص134.

(3) فرات جبار سعد الله ؛ مصدر سبق ذكره : (2015) ص136 .

Abstract

This thesis includes an introduction, research significance. The researcher addressed the scientific development which is taking place in various modern sciences, methods and approaches in the field of physical education, particularly in Futsal. In order to achieve the aims of physical education lesson and to acquire and learn its units, the teacher of physical education should use modern methods and approaches and suitable means for motor compatibility and skills. The importance of this research lies in the preparation of skills exercises in both fixed and variable modes in developing the motor compatibility and learning the scoring skill of futsal among intermediate first stage students. The research problem lies in the existence of poor and weak motor compatibility, which is the basis in learning the basic skills of futsal game as well as there is a weakness in scoring skill and this may be due to the failure of using appropriate methods in learning process of that skill.

The research Aims

This study aims at the following:–

- Preparation of skills exercises in both fixed and variable modes in developing the motor compatibility and learning the scoring skill of futsal among intermediate first stage students.
- Identification of the influence of skills exercises by the fixed and variable modes in the development of motor compatibility and learning the skill of scoring of futsal among intermediate first stage students.
- Recognizing the differences in the post–tests of the three research groups for the effect of prepared exercises in fixed and variable modes in the development of motor compatibility and learning the skill of scoring in futsal among intermediate first stage students.

This thesis hypothesises the following:

- It is hypothesized that skills exercises have positive influence on fixed mode in the development of motor compatibility and learning the skill of scoring in futsal among intermediate first stage students.

- It is assumed that skills exercises have positive impact on variable mode in the development of motor compatibility and learning the skill of scoring in futsal among intermediate first stage students.
- There is a preference for the skills exercises by fixed and variable modes in the research variables.

Research Fields

- The human field: intermediate first stage students.
- Time field: from 3/9/2017 to 20/3/2018
- The spatial field: Al-Maliki School for Boys.

This thesis deals with a set of theoretical aspects related to the topic of this research and its variables. The researcher determines a specific research methodology and its field procedures, as he adopted the experimental method, since it is approved to be precise and suitable to specific conditions of a particular activity. After that, the resulting outcomes of this same activity were observed and elucidated. Afterward, the research

sample has been divided into three groups, two experimental groups and one control group with pre-and post-test.

The results of the statistical processes were also analyzed, presented and tabulated in a set of tables, presenting arithmetic mean, standard deviations, LSD test and then the results of LSD and F tests were also discussed in a scientific and reference-supported manner to ensure the achievement of research objectives.

In the light of the above results, the researcher concluded the following:

Scheduling the exercise has a direct influence on having skill in a high level of accuracy and speed and the path of the motor would reach the higher levels as well.

In light of the conclusions, the researcher recommended the following:

It is necessary to adopt the use of exercise schedule in acquiring and learning the basic skills of Futsal.