



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية الأساسية

تأثير تمارينات توافقية مهارية في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات لطلاب الأول متوسط

رسالة مقدمة إلى مجلس كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى
وهي من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية الرياضية

من قبل

نصير كردي ذباح

بإشراف

أ. م . د . أحمد رمضان أحمد

أ.د. فرات جبار سعد الله

2015م

1436هـ

الباب الاول

1 - التعريف بالبحث

1 - 1 المقدمة وأهمية البحث

1 - 2 مشكلة البحث

1 - 3 أهداف البحث

1 - 4 فروض البحث

1 - 5 مجالات البحث

1 - 5 - 1 المجال البشري

1 - 5 - 2 المجال الزماني

1 - 5 - 3 المجال المكاني

1 - 6 تحديد المصطلحات

الباب الأول

1 . التعريف بالبحث :

1 . 1 المقدمة وأهمية البحث :

إن التطور العلمي الكبير الذي حدث في مختلف مجالات الحياة يعود إلى إتباع الأساليب العلمية الحديثة والمتطورة من أجهزة ومعدات للوصول إلى الغايات والأهداف المرجوة ، لذا فالمجال الرياضي قد شهد تطوراً ملحوظاً من خلال تقدم المستويات الرياضية الذي جاء نتيجة التخطيط السليم والمبرمج .

ولعبة كرة القدم للصالات واحدة من تطورات كرة القدم الحديثة في العراق فهي أسلوب لعب جديد وتملك عنصر إثارة وتشويق أكثر للجمهور ، وتحظى هذه اللعبة برعاية واهتمام كبيرين في كل مكان لكونها من الألعاب التي ازدهرت شعبيتها بشكل كبير في العالم ويرغب في ممارستها ومشاهدتها الكبار والصغار لما تتمتع به هذه اللعبة من مهارات حركية وأحداث ومواقف تعمل على إثارة وتشويق الجميع نحو الممارسة والمشاهدة ، ولتشابه مهاراتها الأساسية مع مهارات كرة القدم للساحات الخارجية هذا مما أدى إلى ممارستها من قبل عدد كبير من اللاعبين ، لذا يحتاج لاعب الصالات إلى أداء حركي عال وجيد ويتطلب استخدام أجزاء جسمه بصورة كبيرة مع تغير المكان والمحافظة على الأداء نفسه بدقة عالية وحسن الأداء .

للتوافق الحركي دور مهم و اساسي في الوصول الى الاداء الامثل , ولأنه لا يمكن الوصول الى الاداء الآلي مالم تشترك جميع اجزاء الجسم لأداء المهارة من خلال تناسق وتوافق وتنظيم وترتيب هذه الاجزاء مع بعضها البعض لانجاز الواجب المطلوب وهو الوصول بالأداء المثالي للاعب كرة القدم للصالات وخاصة فئة الاشبال .

فالمهارات الأساسية هي إحدى مكونات لعبة الخماسي فضلا عن اللياقة البدنية والصفات الحركية والنواحي النفسية والتربوية والذهنية والتي تعمل على تحسين مستوى الأداء ، لذا يتطلب الاهتمام بالإعداد المهاري من خلال اختبار طرق وأساليب تعليمية متنوعة هدفها تنمية القدرات الحركية وتعلم والمهارات الأساسية بشكل أفضل .

ولكي تعم الفائدة على طلاب المرحلة المتوسطة جاءت أهمية البحث كونها تحاول الكشف في هذه التمرينات في تنمية التوافق الحركي واتباع الأسلوب العلمي الصحيح والتدرج والانتقال بالتعلم من السهل إلى الصعب وإدخال عامل التشويق والإثارة من خلال التمرينات التوافقية المهارية والتي تزيد من تنمية الطلاب صفة التوافق الحركي وتعلم المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات بشكل أفضل من الطرق التقليدية المتبعة .

1 . 2 مشكلة البحث :

يعد الاداء الحركي في لعبة كرة القدم للصالات من الواجبات المهمة التي يجب على اللاعبين إتقانها ومن خلال ملاحظة الباحث كونه لاعبا سابقا في الاندية ومدرسا في وزارة التربية وإطلاع على الدراسات والبحوث السابقة حول لعبة كرة القدم للصالات في المدارس المتوسطة لاحظ أن هناك ضعفاً في التوافق الحركي والمهارات الأساسية وصعوبة واضحة في تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات لدى طلاب الاول متوسط ويمكن ان يعود هذا إلى قلة استخدام التمرينات التوافقية المهارية والتي من الممكن ان تساهم في عملية تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الأساسية لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة ومحاولة حلها أو التغلب عليها من خلال اعداد مجموعة من التمرينات التوافقية المهارية وتطبيقها على عينة البحث والتي ستساعد في تنمية التوافق الحركي وتعلم المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات لطلاب الاول متوسط .

1 . 3 أهداف البحث :

- أعداد تمرينات توافقية مهارية بكرة القدم للصالات .
- تعرف تأثير التمرينات التوافقية المهارية في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات لطلاب الأول متوسط.
- تعرف افضلية المجموعتين التجريبية والضابطة في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات لطلاب الاول متوسط.
- التعرف على نسبة التطور الحاصلة لدى المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث .

1. 4 فرضيتا البحث :

1. للتمرينات التوافقية المهارية تأثيرا ايجابيا في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للصالات لطلاب الأول المتوسط.
2. هناك افضلية للتمرينات التوافقية المهارية عن التمرينات التقليدية في تنمية التوافق الحركي وتعلم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم للصالات لطلاب الاول متوسط .

1 - 5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : : طلاب الصف الاول متوسط - ثانوية طرفة بن العبد للبنين ديالى/المركز.
- 1-5-2 المجال الزمني : للمدة من(1/9/2014) ولغاية (15/4/2015).
- 1-5-3 المجال المكاني :. ساحة ثانوية طرفة بن العبد للبنين .

1-6 تحديد المصطلحات :

التوافق الحركي : " معناه التنظيم والتنسيق الترتيب التوبوب/ فالتوافق ترتيب وتنظيم الجهد المبذول للكائن الحي طبقاً للهدف"⁽¹⁾ . " التوافق الحركي هو قدرة الفرد على إدماج أنواع من الحركات بين عمل الجهازين العصبي والعضلي في موقف واحد يتسم بالانسيابية وحسن الاداء" (التعريف الاجرائي) .

التمرينات التوافقية : "هي الحركات الفعالة التي تعتمد على العمل المنظم والمنسق بين الجهاز العصبي العضلي , فإذا ما كان التنسيق جيد بين عمل الجهازين العصبي والعضلي تصبح الحركة منسجمة وهذا ما يعبر عنه (بالتوافق العصبي العضلي) وعندها يشعر الفرد بالقدرة على الاداء بشكل جيد " ⁽²⁾ .

التمرينات المهارية : " هي تثبيت أداء المهارات الأساسية تحت ظروف تشبه ما يحدث في المباراة حيث يستخدم المدرب تمرينات تخلق فيها مواقف مثل تلك التي تحدث في المباراة"⁽³⁾

(1) فرات جبار سعد الله ؛ اساسيات في التعلم الحركي، ط1: (عمان ، الاردن ، دار الرضوان للنشر والتوزيع، 2015) ص136.

(2) أبو العلا احمد عبد الفتاح ؛ التدريب الرياضي الاسس الفسيولوجية ، ط1 (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997) ، ص 25 .

(2) زهير قاسم الخشاب وآخرون ؛ التدريب في كرة القدم ، ط2 : (الموصل ، جامعة الموصل ، 1991) ص 189 .

1436 A. H.

2015 A.D.

Abstract

This Study falls into five chapters

Chapter One: An Introduction to the Study

It focused on the status of futsal in the world and the developments in learning and new methods and sciences related to this game. The researcher also proposed finding new methods of learning that are suitable for schools by designing skill exercises to develop motor concord and learning some basic skills in futsal. The study aim is to discover a methodologically correct way for training first intermediate students marked by easy to difficult gradation as well as implementing the factors of stimulation and excitement that help in increasing the motor concord and learning basic skills in futsal in a better way than traditional training.

Study Problem

Throughout the researcher's observation and review of the previous studies as well as interviewing the experts in intermediate school futsal, he found that there is a weakness in motor concord and skill performance and an obvious difficulty in learning the basic skills of futsal in intermediate school. This can be justified by the lack of skill exercises that participate in developing motor concord and learning basic skills. The researcher sought studying this problem by preparing a set of skill exercises an applying them on a sample of the students of the first primary grade.

Aims of the Study

- Preparing futsal skill exercises for the students of the first intermediate grade.

- Investigating the effect of these exercises in developing the motor concord and learning basic skills of futsal in the students of the first intermediate grade.
- Examining the advance of the two groups: experimental and control groups in developing the motor concord and learning basic skills of futsal in the students of the first intermediate grade.
- Examining the rate of development in the two groups in the variables of the study.

Study Hypothesis

1. Skill exercises have a positive effect on developing the motor concord and learning basic skills of futsal in the students of the first intermediate grade.
2. There is an advantage of skill exercises over traditional exercises in developing the motor concord and learning basic skills of futsal in the students of the first intermediate grade.

Study Limitations

1. Human Limitation: the students of the first intermediate grade, Turfa bin Al Abd Secondary School for Boys, Diyala Province
2. Time Limitation: September 2014- April 2015
3. Space limitation: Schools Playground.

Chapter Two: Theoretical Framework

The first section in this chapter dealt with the concepts of skill exercises, motor concord, and basic skills of futsal. It also reviewed the

literature of similar studies and discussed the similarities and the differences with the ongoing study.

Chapter Three: Methodology and Field Procedures

This chapter dealt with the method of the research and field procedures. The researcher has followed the two balanced group design. The sample of the study included 40 students of Turfa bin Alabd Secondary school for boys divided into two groups: the experimental and control group. The sample was chosen deliberately.

The main experiment started in 30/11/2014 till 25/1/2015. The period of the experiment lasted for eight weeks, two educational units a week with a grand total of 16 units.

This chapter also included the devices, aids, data collection means, pilot experiments, tests, scientific basis for pretests and posttests, and statistical means of data processing.

Chapter Four: Results and Analysis

This chapter has shown the results of this study by means of charts and figures then the discussion of these results.

Chapter Five: Conclusions and Recommendations

This study reached at the following conclusions:

1. Skill exercises have a positive effect on developing the motor concord and learning basic skills of futsal in the students of the first intermediate grade.
2. Suspense, entertainment, and competition in skill exercises have increased the motive of the study sample in performing skill exercises

and facilitated the process of developing motor concord and learning the basic skills of futsal in the students of the first intermediate grade.

Recommendations

1. Approving skill exercises by the Directory of Physical Activity in Diyala Province due to the increase of motor concord and learning basic skills of futsal as well as increasing suspense and competition in the students.
2. Following scientific basis when choosing skill exercises in educational units considering the nature, characteristics, and individual differences of the students.