



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية الاساسية  
قسم التربية البدنية و علوم الرياضة

((تأثير تمارين مهارية معززة بالتحفيز السمعي البصري في  
تطوير سرعة الاستجابة الحركية واداء المهارات الاساسية  
لحراس مرمى كرة القدم الناشئين))

اطروحة دكتوراه تقدم بها  
{محمد شاكر حميد}

الى مجلس كلية التربية الاساسية و هي جزء من متطلبات  
نيل درجة الدكتوراه فلسفة في التربية البدنية و علوم  
الرياضة

بإشراف  
أ.د فرات جبار سعد الله

2019 م

نيسان

1438 هـ

شعبان

## 1- التعريف بالبحث :-

### 1-1 مقدمة البحث و أهميته :

نحن نمر الان في عصر يتسم بالتطور السريع الذي لم يسبق له مثيل ، إذ شهد العالم في السنوات الاخيرة تقدماً ملحوظاً في كافة مجالات الحياة خاصة في مجالات المعرفة و البحث العلمي و التكنولوجيا الذي كان للحركة الرياضية نصيب وافر فيه ، والتربية البدنية و العلوم الرياضية واحدة من هذه المجالات التي شهدت تطوراً كبيراً في مختلف المستويات ومعظم الالعاب الرياضية نتيجة لما قدمته العلوم المختلفة في هذا المجال وصولاً الى المستويات العليا ، و التطور الذي حصل في مجال كرة القدم العالمية على سبيل المثال جاء نتيجة حتمية لآعتماد النهج العلمي بشكل أساس و واسع آخذين بنظر الإعتبار نتائج البحوث و الدراسات التي تختص بدراسة اللاعب من حيث الأداء المهاري والخططي المميز للاعبين ، وهذا بسبب الإهتمام المتواصل و الدقيق بالعوامل التي يمكن أن تساعد هذا التفوق ونتيجة الاهتمام الكبير بلعبة كرة القدم وخصوصية مركز حارس المرمى ، هذا ما جعل الخبراء والمختصون يبحثون عن وسائل حديثة بالتدريب الرياضي تضم نمطاً تدريبياً يشمل الأساليب والتدريبية المتبعة من اجل تطوير ورفع مستوى أداء اللاعبين و السعي نحو التقدم لا يأتي بمحظ الصدفة أو بالطرائق العشوائية إنما هناك أسس لمجمل هذه العملية التي تحدد الفرد الذي يحمل المسؤولية المناطة به وخاصة فئة الناشئين الذين يعدون الركيزة القوية لبناء مستوى متقدم بكرة القدم ويمثلون القاعدة الأساسية والعريضة فيما لو جرى تدريبهم بأساليب وطرق حديثة فضلاً عن اعدادهم أعداداً بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً وتربوياً .

و إنّ في لعبة كرة القدم اللاعب الذي يشكل ثقلأ أساسياً وعنصراً بارزاً في تشكيلة الفريق هو حارس المرمى و يعد نصف الفريق كما يصفه العديد من المختصين في مجال كرة القدم وانه اللاعب الأكثر أهمية في الفريق، ويكون آخر الخطوط الدفاعية في الفريق . و الخطأ الذي يرتكبه يحدد نتيجة المباراة ، فضلاً عن إنه يعد المنظم الحركي لهجوم الفريق خلال اللعب، وكثيراً ما يقال إنّ نتيجة المباراة بين فريقين متكافئين تعتمد على وضع حارس المرمى و كفايته .

و تشكل التمرينات المهارية لحراس المرمى اهمية كبيرة لحساسية مركزه في الفريق ، فقد أصبح مثار الأهتمام من قبل الباحثين من خلال إجراء دراسات حول تطوير التمارين المهارية التي من شأنها رفع كفاءة المهارات الاساسية لحارس المرمى ، و تطوير العلمية التدريبية والتي تؤكد العناية بالقدرات المهارية واستعمال تمارين مهارية متنوعة وفق المهام المناطه لحراس المرمى بهدف الوصول الى مستوى عال بمهاراته و قدراته النفسية و العقلية و و البدنية الخاصة لحراس المرمى بكرة القدم

وإنَّ التدريب النفسي العقلي ذو اهمية كبيرة في مجال التدريب الرياضي خاصة اذا كان اللاعب اغلب مهاراته هي مهارات نفسحركية التي تستلزم استخدام العضلات بتأزر مع اهمية الادراك للمثيرات التي تتطلب استجابة حركية ، كما يقدم التحفيز السمعي البصري المضاف الى التدريبات المهارية التي يتلقاها اللاعب إمداد اللاعبين بالطرق المناسبة التي أسهمت في ضبط الأفكار وتعديل السلوك للوصول إلى أداء المهارة بشكل افضل والمساعدة في زيادة القدرة على الاستجابة الحركية من خلال التدريب المنتظم ، إذ تكون مهارات حارس المرمى مركبة من عدة عوامل يستخدمها في المباريات، فضلاً عن معرفة قوانين اللعب التي تتطلب أن يؤدي المهارات الأساسية الخاصة بمنتهى السرعة والدقة مع إمكانية وقدرة عالية في تغيير إتجاهه مع الكرة، لحسم المواقف والحالات المتعددة في الملعب بجرأة ودقة عالية من الحارس في إتخاذ القرار والتصرف بالكرة بطريقة أسرع من غيره ، و تعد سرعة الاستجابة الحركية من العوامل المهمة لأداء الناجح خاصة لحراس المرمى ، فإنه لا يستطيع الوصول إلى مستويات الأداء العالية والايفاء بكافة المتطلبات و الواجبات المكلف بها إلا عندما يتوفر له سرعة الاستجابة الحركية لاداء للمهارات بشكل جيد ، وإنَّ الأداء المتميز لا يحدث إلا عندما يركز الرياضي إنتباهه على العوامل المرتبطة بالمهارة . و ما جرى اثباته من خلال عدة دراسات ان هناك علاقة ارتباطية وثيقة بين مستوى القدرات العقلية والتفوق الرياضي، و أكدت أنَّ الممارسة العقلية كاستراتيجية معرفية اكثر فاعلية من عدم الممارسة، ويجب استخدامها بطريقة مكملة مع الممارسة البدنية لإعطاء نتائج افضل<sup>(1)</sup>

(1) فرات جبار سعد الله: أثر التدريب العقلي المتنوع في النواحي المعرفية و المهارية والخطوية بكرة القدم على لاعبي فرق الشباب لأندية محافظة بغداد بأعمار 17-19 سنة، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2001، ص34.

وتكمن أهمية البحث في إمكانية استخدام تقنية التحفيز السمعي البصري باستخدام جهاز (DAVID) بأسلوب الجلسات النفسية من خلال جلسات (التنشيط و التأمل و معزز الدماغ و النوم و المزاج) و معرفة مدى تأثيرها عندما تصاحب التمرينات مهارية على سرعة الاستجابة الحركية بسبب عدّها الجزء الأساس لاداء كافة المهارات الخاصة بحراس المرمى و تأثيرها ايضاً على الاداء الاقصى للمهارات ليفيد منها المعنيون و المختصون في مجال كرة القدم بشكل خاص أو بقية الألعاب الرياضية المختلفة بشكل عام و عدّها احد الاساليب التدريبية الحديثة التي يمكن الاعتماد عليها في التدريب ، كما يروم البحث الحالي الى رفع مستوى حارس المرمى الذي يأخذ حيزاً كبيراً من تفكير المختصين بكرة القدم ومنها على وجه الخصوص التدريبات النفسية والصفات أو السمات الإدراكية التي يمتاز بها الحارس، و الاثر في الاداء الاقصى للمهارات الاساسية و على اثرها تضع مناهج تدريبية و تدريبات علمية ليصبح ذلك الرياضي الذي يتحمل تلك المسؤولية الكبيرة مميزاً في الجماعة (الفريق)، ويكون قادراً على أداء واجبه على أتم وجه وأحسن صورة هذا ما دفع الباحث إلى استخدام الاساليب التدريبية المعززة بالتحفيز السمعي البصري بهدف الارتقاء بهذه الفئة .

## 1-2 مشكلة البحث

ان ما يميز حارس المرمى عن بقية اللاعبين هو التدريب الفردي لكونه يختلف عن بقية لاعبي الفريق بالواجبات و المهام المكلف بها و الذي يؤديها بمفرده ضمن مساحة معينة و محدده وما يحتاجه من القدرات مهارية و التي تختلف عن اي لاعب اخر المواصفات النفسية العقلية الادراكية لتمكنه من اداء واجبه بأفضل صورة ،وإن الافتقار الى الانتباه يعد مشكلة مهمة يواجهها بعض حراس مرمى كرة القدم الذي يمثل ركناً مهماً في الفريق و مشكلة عدم الانتباه ترجع الى قلة استخدام الاساليب الحديثة في التدريب واثر عدم العناية الكافية بخصوصية هذا المركز و تحميله تلك المسؤولية بالاعتماد على التدريب البدني و المهاري فقط ينتج عن ذلك فجوه كبيرة بين الفرق العالمية المتقدمة و فرق القطر هذا قد دفع أصحاب الخبرة والاختصاص بان يفكروا في إيجاد افضل الأساليب والطرق التي تساهم في تطوير هذا اللاعب فضلا عن ذلك فان معظم المدربين

ان لم يكن جميعهم ليس لهم دراية بفاعلية التدريب الحديث ولذلك لا يدخل ضمن وحداتهم التدريبية ، والى جانب ذلك قلة الاهتمام بالوسائل التدريبية (البصرية والسمعية والحسية) والتي تعد وسائل مهمة وفاعلة في تعليم وتعزيز وتطوير مستوى أداء اللاعبين و إعدادهم للمنافسات ، وهذا يعد قصوراً واضحاً في العملية التدريبية مع اهمال جوانب في غاية الاهمية منها العناصر النفسية و العقلية إذ إن الاداء الخاص بحراس المرمى يتطلب قدراً من الاستخدامات العقلية فضلاً عن العمليات العقلية البدنية و صفاتها منها سرعة الاستجابة الحركية فيجب ان يمتاز الحارس بقصر زمن الاستجابة الحركية وإصدار القرارات حتى يكون قادراً على القيام بذلك فالواجب تطوير إمكانياته العقلية بهدف الوصول الى الكرة قبل دخولها الهدف ولهذا فان التدريب باستخدام الوسائل الحديثة التي تساعد الفرد على التحفيز السمعي البصري يعد جزءاً مهماً في التدريب الرياضي و التوقع المسبق للحركة و كل هذا يحدث من خلال استخدام الوسائل الحديثة في التدريب و استخدام التقنيات الخاصة بالتحفيز بأسلوب الجلسات النفسية المعززة للتمرينات المهارية لتطوير اداء المهارات الاساسية الدفاعية و الهجومية لحراس المرمى.

الأمر الذي دفع الباحث إلى استخدام تقنية التحفيز السمعي البصري في التدريبات المهارية لتطوير التمرينات المهارية لحراس المرمى لتطوير سرعة الاستجابة الحركية و المهارات الاساسية له و وضع هذا الاسلوب تحت تصرف العاملين والمختصين في هذا المجال بهدف تطوير تلك الوسائل التدريبية .

### 1-3 اهداف البحث:

- 1-تطبيق تمرينات مهارية معززة بالتحفيز السمعي البصري لحراس مرمى كرة القدم الناشئين.
- 2-التعرف على تأثير التمرينات المهارية المعززة بالتحفيز السمعي البصري في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لدى حراس مرمى المنتخب العراقي الناشئين بكرة القدم .
- 3-التعرف على تأثير التمرينات المهارية المعززة بالتحفيز السمعي البصري في تطوير المهارات الاساسية الدفاعية لدى حراس مرمى المنتخب العراقي الناشئين بكرة القدم .
- 4-التعرف على تأثير التمرينات المهارية المعززة بالتحفيز السمعي البصري في تطوير المهارات الاساسية الهجومية لدى حراس مرمى المنتخب العراقي الناشئين بكرة القدم .

## 1-4 فروض البحث

- 1- للتمرينات المهارية المعززة بالتحفيز السمعي البصري تأثير ايجابي في تطوير سرعة الاستجابة الحركية لدى حراس مرمى المنتخب العراقي الناشئين بكرة القدم .
- 2- للتمرينات المهارية المعززة بالتحفيز السمعي البصري تأثير ايجابي في تطوير المهارات الاساسية الدفاعية لدى حراس مرمى المنتخب العراقي الناشئين بكرة القدم .
- 3- للتمرينات المهارية المعززة بالتحفيز السمعي البصري تأثير ايجابي في تطوير المهارات الاساسية الهجومية لدى حراس مرمى المنتخب العراقي الناشئين بكرة القدم .

## 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: حراس مرمى المنتخب العراقي الناشئين للموسم الكروي (2017-2018) و الذي يبلغ عددهم (10) حراس .

1-5-2 المجال الزمني: المدة من 2017/11/1 الى قيد الدراسة 2019/1/6

1-5-3 المجال المكاني: ملاعب المنتخب العراقي ، ملعب الشعب الثاني وملعب جامعة بغداد مجمع الجادرية مختبر البايوميكانيك في جامعة بغداد مجمع الجادرية.

## 1-6 تحديد المصطلحات :

1-6-1 التمرينات المهارية : تعريف اجرائي/ سلوك ارادي موجه في عملية التدريب اي قيام المجموعات العضلية بالجسم والجهاز الحركي بالعمل بشكل يتفق مع القوانين ومبادئ التشريح وفسولوجيا الرياضة لتحقيق هدف معين و الوصول بالحالة التدريبية الى حالة الاداء المثالي لدى حارس مرمى المنتخب العراقي الناشئين بكرة القدم .

1-6-2 التحفيز السمعي البصري: تعريف اجرائي/ تقنية حديثة تستخدم بهدف توحيد الموجات الدماغية الصادرة عن الدماغ اثناء اجراء العمليات العقلية و تطوير فاعيلة التمرينات المهارية لدى حارس مرمى المنتخب العراقي الناشئين بكرة القدم .

1-6-2 سرعة الاستجابة الحركية (Speed of motor response): تعريف

اجرائي: هي استجابة الفرد الحركية لأي مثير ومقدار نقل السيالات العصبية من الجهاز العصبي المركزي للعضلات للاستجابة لهذا المثير بأقل زمن ممكن لدى حارس مرمى المنتخب العراقي الناشئين بكرة القدم .



## Abstract

The dissertation contained five chapters:

### **Chapter One: Identifying the Research**

This chapter contained an introduction, importance, problem, aims, hypotheses, and domains of research.

### **Introduction and Importance of Research:**

The development in the International football field, for example, is an inevitable result of adopting scientific approaches basically and widely. The importance of research is the possibility of using audiovisual stimulation technique using the (DAVID) device in style of psychological sessions through sessions (activation, meditation, brain enhancing, sleep, and mood) and to know the range of their effect when accompanied by the skill exercises on the fast dynamic response because of being the main part of performing all special skills for goalkeepers. The current research aims to raise the level of this individual sports player (goalkeeper), which occupies a lot space when specialists think (football). So that athlete becomes able to bear the great distinctive responsibility within group (team), and will be able to perform his duty perfectly and at the best picture, this prompted the researcher to use training methods associated with audiovisual stimulation in order to improve this category.

### **The Problem of Research:**

The lack of attention, especially in football goalkeepers as being the important part of the team is not to use the modern methods in training and the lack of adequate care of the specificity of this center and baring responsibility by depending on physical and skillful training only, resulting a large gap between the International advanced teams and local teams. As well as, the lack of interest in the training methods (visual, auditory, and sensory), which are considered important and effective means of teaching, enhancing and developing the level of performance of the players and preparing them for competitions, by neglecting the most important aspects, namely psychological and mental elements. The special performance of the goalkeepers requires an amount of mental uses

0-1900V  
1/24



besides physical mental processes and their characteristics, including the fast dynamic response. The goalkeeper should shorten the time of the dynamic response and make decisions to be able to do his duties to develop his mental ability in order to reach the ball before entering the goal and all this occurs by using modern devices of training and the use of special techniques for stimulation in the manner of psychological sessions associated with the skillful exercises to develop the skills of goalkeepers.

The reason that prompted the researcher to use the technique of audiovisual stimulation in the skillful technical exercises aims to develop skilled exercises for goalkeepers in order to develop the speed of dynamic response and basic skills and put this method under the supervision of workers and specialists in this area to develop these training tools.

### **The Aims of Research:**

1. Preparing skillful exercises accompanying the audiovisual stimulation for young football goalkeepers.
2. To identify the effect of skillful exercises accompanying the audiovisual stimulation in developing the speed of dynamic response for young goalkeepers of Iraqi National football team.
3. To identify the impact skillful exercises accompanying the audiovisual stimulation in developing basic defensive skills for young goalkeepers of Iraqi National football team.
4. To identify the impact of the exercise skills associated with audiovisual stimulation in the development of basic offensive skills for young goalkeepers of Iraqi National football team.

### **Hypotheses of the Study:**

1. The skillful exercises associated with audiovisual stimulation have a positive impact in developing the speed of the dynamic response for young goalkeepers of Iraqi National football team.
2. The skillful exercises associated with audiovisual stimulation have a positive impact in developing the speed of the basic defensive skills for young goalkeepers of Iraqi National football team.

Handwritten signature and date: 2007/10/10



3. The skillful exercises associated with audiovisual stimulation have a positive impact in developing the speed of the basic offensive skills for young goalkeepers of Iraqi National football team.

### **The Domains of Study:**

**1-5-1 Human Domain:** young goalkeepers of Iraqi National football team, for the football season (2017-2018) about (6) goalkeepers registered at the Iraqi Central Football Union.

**1-5-2 Chronical Domain:** From the period 1/11/2017 till / /2019.

**1-5-3 Spatial Domain:** Team football fields, Al-Shaab Secondary football field, biomechanics' laboratory at University of Baghdad in Al-Jadriya Compound.

### **Chapter Two:**

This chapter concluded theoretical and previous studies and many subjects were mentioned some were the brain and controlling the movement, besides treating data and the waves on half part of the brain, brain waves and their jobs, measuring the vibrations and classifying them, besides the possibility of controlling these brain waves and their effect on human behavior and the speed of dynamic response besides, basic defensive skills for goalkeepers, and basic offensive skills for goalkeepers, and finally similar Arabic and Foreign previous studies.

### **Chapter Three: Research Curriculum and Field Procedures**

The researcher used the experimental method to design the one group with the pre-tests and post-tests for being suitable for the nature of the study on the research community of (6) goalkeepers in the Young Football Iraqi National Team (2017/2018). The researcher conducted the pilot experiment on a sample from outside the sample of the research represented by (4) goalkeepers to identify the validity of the tests through scientific foundations. The field procedures for the study tests for the use of the device included (BATAK MICRO) device, which measures the speed of dynamic response to several variables tests of basic defense skills and basic offensive skills.

00 ✓  
2-17/1/18



#### **Chapter Four:**

The results were presented in the form of tables and enhanced in graphic, and then analyzed and discussed in a scientific way, depending on the scientific findings by the researcher, including Arabic, Foreign, and the documentation from the Internet.

#### **Chapter Five:**

##### **The researcher concluded the following:**

- There is a rapid development in the speed of dynamic response for young football goalkeepers.
- There is a development in the performance of basic defense skills for young football goalkeepers.
- There is a development in the performance of basic offensive skills for young football goalkeepers.

##### **The researcher came up with the following recommendations:**

- benefiting from the exercises that were used in the research in the in developing speed of dynamic response and basic defense and offensive skills.
- Emphasizing on developing speed of dynamic response in the exercises used to train goalkeepers because it is a factor of success for special requirements in the performance of this center.
- Emphasizing on the interest in associated exercises with audiovisual stimulation to develop the speed of dynamic response and skills of goalkeepers in general.

Handwritten signature or initials in Arabic script, possibly reading "عبدالله بن محمد" (Abdullah bin Muhammad).