



الرقم الدولي: ISSN-e: 2710 - 5016  
ISSN: 2074 - 6032

مجلة علوم الرياضة

المجلد الرابع عشر

العدد 51

عدد خاص بوقائع المؤتمر الافتراضي الدولي الثاني  
للتربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

تمرينات خاصة بوسائل تدريبية مساعدة في تطوير القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف

للاعبات كرة قدم الصالات لمنتخب تربية ديالى

وسام عبد الرزاق جبارة

البريد الالكتروني [Wa556886@gmail.com](mailto:Wa556886@gmail.com)

مديرية تربية ديالى

هاتف 07703999669

هشام رعد فخري

كلية هندسة المعلومات ، جامعة النهرين

[hisham.RR2022@gmail.com](mailto:hisham.RR2022@gmail.com)

#### مستخلص البحث

إن عملية الوصول إلى المستويات العليا وتحقيق الفوز لم تعد سهلة المنال وذلك لان المستوى الرياضي الآن وفي معظم الأنشطة الرياضية قد وصل إلى مستويات تقترب من الأداء المطلوب وأصبح تحقيق الإنجازات الرياضية المتميزة والفوز بالبطولات العالمية دليلاً على رقي الدول وتحضرها.

وقد كان لكرة قدم الصالات نصيباً كبيراً من التطور الذي شهدته الألعاب الرياضية الفردية منها والفرقية وذلك لعدّها اللعبة الأولى في العالم جمهوراً واهتماماً وإثارة وعليه فان مدربي كرة قدم الصالات يتسابقون مع الزمن لجل الارتقاء بجميع جوانب أعداد هذه اللعبة.

تكمن مشكلة البحث ان اغلب اللاعبين لديهم ضعفاً في القوة المميزة بالسرعة بالرغم من التدريب فضلاً عن عدم ايجاد حلول مناسبة لها مما يؤثر بشكل مباشر على نتائج المباريات وهذا يجعل الامر صعباً من الناحية الفنية، وان التمرينات المتبعة هي تمرينات تقليدية لا تعتمد التنوع والاثارة والتشويق ، لذا ارتأى الباحثان الى اللوح في هذه المشكلة.

ويرمي الباحثان الى معرفة القوة المميزة بالسرعة وعلاقته بأداء دقة التهديف لدى لاعبات كرة القدم للصالات ويفترض الباحثان وجود فروق ذات دلالة احصائية في نتائج الاختبارات البعدية في القوة المميزة بالسرعة ومهارة دقة التهديف لدى لاعبات كرة القدم للصالات بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.



اما عينة البحث فتكونت من للاعبات منتخب تربية ديالى (بنات) البالغ عددهن (16) لاعبه كرة القدم للصالات للموسم 2021 - 2022 تم اختيارهن بطريقة عمدية، وقد قسمن على مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة القرعة كل مجموعة مكونة من ( 8 ) لاعبات.  
الكلمات المفتاحية: القوة المميزة بالسرعة، دقة التهديف كرة قدم الصالات

***Special exercises with training aids to help develop the distinctive strength of speed and scoring accuracy for the female futsal players of the Diyala Education team***

***Wissam Abdul Razzaq Jbara Dr-***

***Email Wa556886@gmail.com***

***Diyala Education Directorate***

***Phone 07703999669***

***Hisham Raad Fakhri***

***hisham.RR2022@gmail.com***

***Al-Nahrain University, Collage of Information Engineering***

***Summary of the research***

***The process of reaching the highest levels and achieving victory is no longer easy to achieve, because the level of sports now and in most sports activities has reached levels close to the required performance, and the achievement of distinguished sports achievements and winning international championships is evidence of the advancement and civilized countries.***

***Futsal has had a large share of the development witnessed by individual and team sports, because it is considered the number one game in the world by audience, interest and excitement. Therefore, futsal coaches are racing against time to improve all aspects of the numbers of this game.***

***Keywords: strength, speed, scoring accuracy, futsal***

***The problem of the research is that most of the players have a weakness in the strength characteristic of speed despite the training as well as the lack of suitable solutions for it, which directly affects the results of the matches and this makes it difficult from a technical point of view, and that the exercises used are traditional exercises that do not depend on diversity, excitement and suspense, so The researcher thought to log into this problem.***

***The two researchers aim to find out the strength characteristic of speed and its relationship to the performance of the scoring accuracy of the***

*futsal players. The researchers assume that there are statistically significant differences in the results of the post-tests in the strength characteristic of speed and the skill of scoring accuracy for the futsal players between the experimental and control groups and in favor of the experimental group.*

*As for the research sample, it consisted of the (16) female football players of Diyala University (girls) for the 2021-2022 season, who were chosen in a deliberate way, and they were divided into two experimental and control groups using the lottery method each group consisting of (8) female players.*

### 1-المقدمة:

ولعبة كرة القدم للصالات واحدة من العاب كرة القدم الحديثة حيث تمتاز القوة المميزة بالسرعة الفائقة لإمكانية لاعبات الفريق من التحرك لأخذ المكان المناسب وفتح الثغرات في دفاع الفريق الصلب والمحكم مع امتلاك مهارة عالية جداً تسمح لهم بالسيطرة على الكرة والتحكم فيها والقدرة على المناولة بجميع انواعها من اوضاع مختلفة إضافة الى القوة الكافية من اجل التقدم والتراجع والانتقال في كافة جوانب الملعب من اجل الاستحواذ على الكرة دون خوف أو خلق الفراغ السريع .

تلعب سرعة القوة المميزة بالسرعة ومهارة المناولة دوراً كبيراً في قدرة اللاعبات على السيطرة والتحكم بالكرة في المواقف والاتجاهات المطلوبة ، فقد اصبح من الضروري على اللاعبة ان لا تؤخر من حركة الكرة لأنها يجب ان تكون في حركة دائمية وعليه ان تفكر في الحركة التي تعقبها عندما تصل اليها مهما كانت سرعة ومكان الكرة وحركة الخصم

أن القوة المميزة بالسرعة ومهارة المناولة كانت دائماً محل اهتمام المتخصصين في مجال التعلم الحركي وعلم التدريب الرياضي . ومن هنا فكان من الضروري أعداد تمارين خاصة وباستخدام وسائل مساعدة لكي تحفز اللاعبات أثناء التطبيق وتساعد في تطوير قدراتها البدنية والحركية والمهارية في ظروف تشبه ما يحدث في المباراة أذ تلعب هذه التمارين دوراً كبيراً في نجاح العملية التدريبية .

ومن هنا تكمن اهمية البحث في دراسة القوة المميزة بالسرعة ومهارة المناولة للاعبات الصالات بكرة القدم وتطويرها عن طريق استخدام تمارين خاصة باستخدام وسائل مساعدة وذلك لجعل ظروف التدريب مشابهة لظروف المباراة قدر الامكان ، ان للاجهزة والوسائل مساعدة دوراً مهماً

وفاعلاً في تدريب اللاعبين ، كما ان للجانب النفسي الذي تؤديه اهمية كبيرة في خلق الدوافع ويجاد الرغبة في العمل وصولاً الى المعرفة المطلوبة فهي تقليل الجهد واختصار الوقت من المدرب واللاعب ، وتدريب بمفردها ، وتساعد على نقل المعرفة وتوضح الجوانب المبهمة

**مشكلة البحث :**

ومن خلال خبرة الباحث المتواضعة وجد ان اغلب اللاعبين لديهم ضعفاً في القوة المميزة بالسرعة بالرغم من التدريب فضلاً عن عدم ايجاد حلول مناسبة لها مما يؤثر بشكل مباشر على نتائج المباريات وهذا يجعل الامر صعباً من الناحية الفنية ، وان التمرينات المتبعة في تطوير القوة المميزة بالسرعة ومهارة المناولة في لعبة كرة القدم للصالات هي تمرينات تقليدية لا تعتمد التنوع والاثارة والتشويق واستخدام الاجهزة وتأخذ وقتاً طويلاً وجهداً أكبر من المدرب واللاعبات . لذا ارتأى الباحث اللوح في هذه المشكلة من خلال ايجاد وسائل جديدة لتطوير هذه المتغيرات وذلك عن طريق استخدام تمرينات مختلفة ومن مسافات مختلفة وباستخدام الاجهزة والوسائل المساعدة التي اعتمدها ، فضلاً عن ان استخدام الاجهزة والادوات ليست مقتصرة على عملية التغيير والتنوع فحسب وإنما اكتشاف الكثير من القدرات والقابليات التي تتميز بها اللاعبين واستثمار ذلك في تطوير تلك القدرات .

ويرمي الباحث اعداد تمرينات خاصة باستخدام الوسائل المساعدة في القوة المميزة بالسرعة ومهارة المناولة والتعرف على تأثير التمرينات خاصة باستخدام الوسائل المساعدة في تطوير القوة المميزة بالسرعة لدى لاعبات كرة القدم للصالات.

ويفترض وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية وللمجموعتين التجريبية والضابطة في القوة المميزة بالسرعة ومهارة المناولة لدى لاعبات كرة القدم للصالات ، وجود فروق ذات دلالة احصائية في نتائج الاختبارات البعدية في القوة المميزة بالسرعة ومهارة المناولة لدى لاعبات كرة القدم للصالات بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

## 2- منهجية البحث والاجراءات الميدانية:

2-1 منهج البحث: واتبع الباحث في تصميم بحثه على اسلوب المجموعتين المتكافئتين ( التجريبية والضابطة ) ؛ إذ أجرى الباحث الاختبارات القبليّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في القوة الميزة بالسرعة ومهارة المناولة بكرة القدم للصالات ، ثم طبق المتغير المستقل على

المجموعة التجريبية دون الضابطة ثم أجرى الاختبارات البعدية للمجموعتين واستخرج الفروق بين الاختبارات إحصائياً .

2-2 مجتمع البحث وعينته: ان عملية اختيار العينة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بطبيعة البحث المأخوذة منه العينة " فهي النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليها (السعداوي ، الجنابي، 2013، ص13) حيث تم تحديد العينة من لاعبات فريق منتخب جامعة ديالى (بنات) بكرة القدم للصالات مجتمعاً للبحث اختيرت بالطريقة العمدية

وقد اعتمد الباحثان في تنفيذ بحثهم على عينة من لاعبات فريق منتخب تربية ديالى (بنات) البالغ عددهن (16) لاعبة بكرة القدم للصالات تم اختيارهن بطريقة عمدية ، وقد قسمن على مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة القرعة كل مجموعة مكونة من ( 8 ) لاعبات . أما النسبة المئوية للعينة من عينة البحث فقد بلغت ( 100% ) .

2-2-1 تكافؤ العينة: تم اجراء التكافؤ للمجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات سرعة الادراك الحركي ومهارة المناولة بكرة القدم للصالات على ضوء بيانات الاختبار القبلي، كما مبين بالجدول (1)

الجدول (1) يبين تكافؤ افراد عينة البحث

ت المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة نسبة الخطأ (T)	نسبة F
		س -	ع ±	س -	ع ±		
1 القوة المميزة الزمن بالسرعة	الزمن	4.750	1.165	5.250	1.282	.816	.428
2 التهديف	الدرجة	2.875	1.126	2.750	1.282	.207	.839

يتضح من الجدول (1) ان قيم نسبة الخطأ هي اكبر من قيمة مستوى دلالة (0.05) مما يدل على تكافؤ العينة في سرعة الادراك الحركي ومهارة الدرجة بكرة القدم للصالات.

2-3 وسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث ( المصادر والمراجع العربية والاجنبية ، الاختبار والقياس .استمارة استبانة ، قوائم تفرغ البيانات ، الوسائل الاحصائية ، التجارب الاستطلاعية ، ملعب كرة القدم للصالات، كرات قدم للصالات عدد ( 10 ) رقم ( 4 ) ،

اهداف صغيرة (80 سم x 80 سم ، ساعة توقيت الكترونية نوع ( KISLO ) ، صافرة نوع ( FOX ) كندية الصنع ، شواخص بلاستيكية )  
4-2 مواصفات الاختبارات:

الاختبار الاول: القوة المميزة بالسرعة :- (حسين ، احمد ، 2000،ص154)

الهدف من الاختبار:- قياس القوة المميزة بالسرعة .

الأدوات المستخدمة:- ساعة توقيت ، صافرة ، شريط قياس ، استمارة تسجيل .

طريقة الأداء :- تقف اللاعبات المختبرات خلف علامة محددة على الأرض وبعد سماع الصافرة تقوم اللاعبه بالحجل على رجل واحدة وباختيار اللاعبه وبخط مستقيم محدد وبأسرع ما يمكن .

التسجيل :- تسجل المسافة التي قطعتها المختبره خلال فترة (10) ثا وتعطى للمختبره محاولة واحدة فقط .



الشكل (2) يبين طريقة اداء اختبار القوة المميزة بالسرعة

الاختبار الثاني: التهديد نحو هدف مقسم الى مربعات مرقمة من الجانبين(عبد الحمزة ، 2011،ص210) الغرض من الاختبار:- قياس دقة التهديد نحو الهدف.

■ الادوات :

■ كرات قدم ( للصالات) عدد (5).

■ شريط لتعيين منطقة التهديد للاختبار.

■ هدف كرة القدم للصالات.

ملعب كرة القدم لصالات.

وصف الاداء :- توضع (5) كرات في أماكن مختلفة ومحددة بمسافة (10م) عن الهدف إذ تقوم المختبرة بالتهديف في المناطق المؤشرة في الإختبار على وفق أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر المسافة بين كرة وأخرى (50) سم. كما موضح بالشكل ( 8 ) .

▪ شروط الاداء :- يبدأ الاختبار من الكرة ( 1 ) وينتهي بالكرة رقم ( 5 ) .

طريقة التسجيل :- تحتسب عدد الإصابات التي تدخل الأهداف أو تمس جوانبها وكالاتي :-

((4)) درجات عند التهديف في المجال رقم ((4))، ((3)) درجات عند التهديف في المجال رقم

((3))

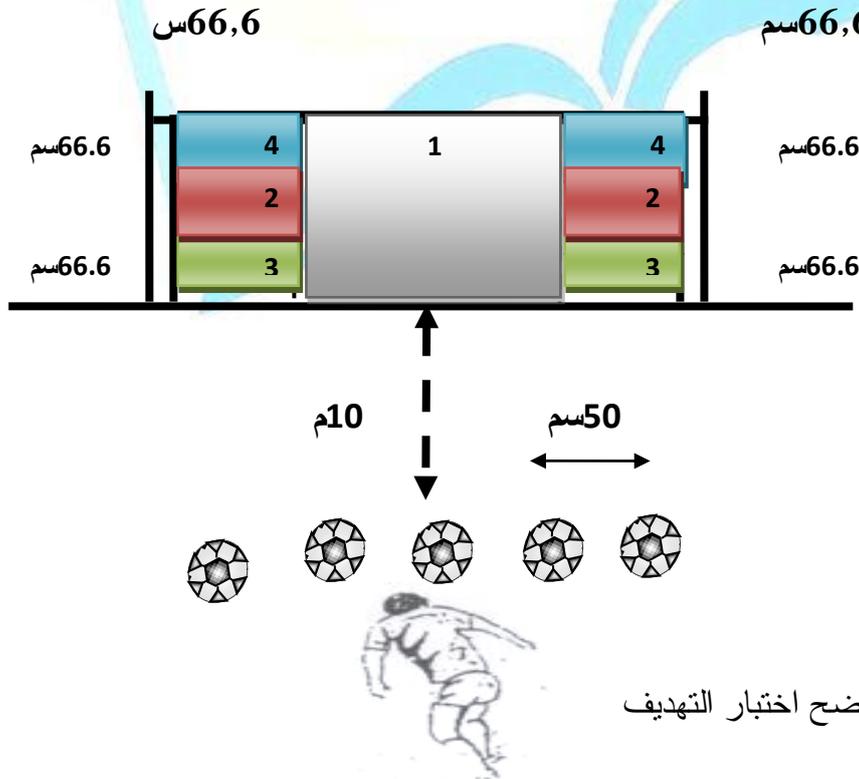
((2)) درجتان عند التهديف في المجال رقم ((2))، ((1)) درجة واحدة عند التهديف في المجال رقم

((1))

((صفر)) خارج حدود التهديف ((، (تعطى المختبرة محاولة واحدة))،

((قياس كل مربع في كلا الجانبين يبلغ 66,6 سم))، ((قياس المربع في الوسط يبلغ 166,8 سم

((



الشكل ( 3 ) يوضح اختبار التهديف

## 2-4 التجارب الاستطلاعية :

من اجل الوقوف على السلبيات التي قد تواجه تطبيق اختبارات القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديد بكرة القدم للصالات ولبيان مدى صلاحيتها لعينة البحث ، لذا قام الباحثين بإجراء التجربة الاستطلاعية الاولى في يوم ( الجمعة ) المصادف ( 5 / 11 / 2021 ) على عينة مكونة من ( 8 ) لاعبات من منتخب جامعة ديالى وبعد الانتهاء من التجربة الاستطلاعية الأولى تم التوصل إلى إجراء تعديلات عدة على الاختبارات وبعد تثبيت التعديلات التي أجريت على الاختبارات كافة ، قام الباحث بتطبيق التجربة الاستطلاعية الثانية في يوم ( الخميس ) الموافق ( 11 / 11 / 2021 ) على نفس عينة التجربة الاستطلاعية الاولى والمكونة من ( 8 ) من لاعبات منتخب جامعة ديالى، وكان الهدف من هذه التجربة الاستطلاعية هو تطبيق مفردات الاختبار بعد إجراء التعديلات فضلاً عن إيجاد الأسس العلمية للاختبارات وبعدها أجرى الباحث التجربة الخاصة للتمرينات على عينة البحث الرئيسية والمكونة من (16) لاعب وذلك في يوم ( الثلاثاء ) الموافق ( 16 / 11 / 2021 ) .

## 2-5 الاسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

2 - 5 - 1 صدق الاختبار: -

2 - 5 - 2 ثبات الاختبار : -

2 - 5 - 3 موضوعية الاختبارات

## 2-6 الاجراءات الميدانية:

2-6-1 الاختبارات القبليّة: قام الباحثان اجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث في يوم (الجمعة) المصادف (2021/11/19) الخاصة باختبارات القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديد الساعة الثانية عشر ظهرا وعلى ملعب كرة القدم للصالات في القاعة المغلقة التابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى، وقد قام الباحث بتثبيت الظروف وطريقة اجراء الاختبارات وفريق العمل المساعد من اجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند اجراء الاختبارات البعدية

2-6-2 التجربة الرئيسية (تطبيق التمرينات): تم تطبيق التجربة الرئيسية والمنهج التدريبي على المجموعة التجريبية فقط بينما طبقت المجموعة الضابطة المنهج الخاصة الخاص بمدرب الفريق، وقد خضعت الوحدات التدريبية لأشراف المباشر من قبل الباحث بمساعدة مدرب الفريق

ومساعدة لعينة البحث في يوم (السبت ) المصادف (2021/11/20) والانتهاه منها في يوم ( الثلاثاء) المصادف ( 11 / 1 / 2022) على افراد المجموعة التجريبية وبواقع (3) وحدات تدريبية بالأسبوع الواحد أيام (السبت-الثلاثاء-الخميس) ولمدة (8) اسابيع، وبلغ مجموع عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة، واستخدم الباحثان في التجربة مجموعة من التمرينات باستخدام الاساليب العلمية الحديثة التي تؤدي بطريقة تناسب وطبيعة اللعبة ومستوى اللاعبين وعددها (40) تمريناً، وأقتصر عمل الباحث في الجزء الرئيس الخاص بالجانب (الحركي والاداء المهاري لمهارة دقة التهديف ) من الوحدات التدريبية وبالبالغ زمنه (45) دقيقة، اذ ان تجربة البحث تبدأ في مرحلة الاعداد الخاص (التي تسبق المنافسات)، حيث كانت النسب كالآتي

-القسم التحضيري: بلغ زمنه الكلي (240) دقيقة، وبمعدل (10) دقيقة من الوحدة التدريبية، وبلغت نسبته (67، 16%).

-القسم الرئيسي: بلغ زمنه الكلي (1080) دقيقة وبمعدل (45) دقيقة في الوحدة التدريبية الواحدة، وبلغت نسبته (75%).

-القسم الختامي: وبلغ الزمن الكلي لهذا القسم (120) دقيقة، وبمعدل (5) دقائق في الوحدة التدريبية الواحدة، ونسبته (8,3%).

2-6-3 الاختبارات البعدية: أجرى الباحث الاختبارات البعدية لعينة بحثه يوم السبت الموافق 2022/1/ 15 وقد اتبع الباحث الطريقة نفسها في الاختبارات القبلية، وذلك بعد الانتهاء من المدة المقررة للمنهج التدريبي، البالغ (24) وحدة تدريبية والذي استغرق (8 أسابيع)

2-7 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية ( SPSS ) لمعالجة البيانات التي حصل عليها .

3-عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

قام الباحثان بعرض النتائج التي توصل اليها ومناقشتها للتعرف على مدى تأثير التمرينات الخاصة بالأجهزة والوسائل التدريبية المساعدة في تطوير القوة المميزة بالسرعة والتهديف للاعبات كرة القدم للمصالات وبعد استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة لها كانت النتائج ما يأتي:

## جدول (2)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري ونسبة التطور بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القوة المميزة بالسرعة والتهديف

ت	المتغيرات	الاختبار القبلي			الاختبار البعدي		
		س-	ع	الخطأ المعياري	س-	ع	الخطأ المعياري
1	القوة المميزة بالسرعة	4.750	1.165	0.412	10.375	1.598	0.565
2	التهديف	2.875	1.126	0.398	6.750	1.581	0.559
	نسبة التطور						102.43%
							108.27%

يتضح من الجدول (2) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري ونسبة التطور لمتغيرات البحث (القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف) للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، ففي اختبار القوة المميزة بالسرعة بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (4.750) والانحراف المعياري (1.165) وخطأ معياري قدره (0.412) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي القوة المميزة بالسرعة في الاختبار البعدي (10.375) والانحراف المعياري (1.598) والخطأ المعياري (0.565) أما نسبة التطور القوة المميزة بالسرعة بلغت (102,43%) ، وبلغت قيمة الوسط الحسابي لمهارة التهديف للاختبار القبلي (2.875) والانحراف المعياري (1.126) والخطأ المعياري (0.398) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي لمهارة التهديف في الاختبار البعدي (6.750) والانحراف المعياري (1.581) والخطأ المعياري (0.559) اما نسبة التطور لمهارة التهديف فقد بلغت (108,27%) .

2-3 عرض وتحليل نتائج اختبارات القوة المميزة بالسرعة والتهديف بكرة القدم للصالات في الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة الضابطة ومناقشتها .

### جدول (3)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ونسبة التطور بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القوة المميزة بالسرعة والتهديف

ت المتغيرات	الاختبار القبلي			الاختبار البعدي			نسبة التطور
	ع	س-	الخطأ المعياري	ع	س-	الخطأ المعياري	
1 القوة المميزة بالسرعة	5.250	1.282	0.453	7.250	2.659	0.940	%51.72
2 التهديف	2.750	1.282	0.453	4.625	2.134	0.754	%67.65

يتضح من الجدول (13) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري ونسبة التطور لمتغيرات البحث (القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف قد البحث) للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، ففي اختبار القوة المميزة بالسرعة بلغت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار القبلي (5.250) والانحراف المعياري (1.282) وخطأ معياري قدره (0.453) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي القوة المميزة بالسرعة في الاختبار البعدي (7.250) والانحراف المعياري (2.659) والخطأ المعياري (0.940) أما نسبة التطور القوة المميزة بالسرعة بلغت (51,72%)، وبلغت قيمة الوسط الحسابي لمهارة التهديف للاختبار القبلي (2.750) والانحراف المعياري (1.282) والخطأ المعياري (0.453) في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي لمهارة التهديف في الاختبار البعدي (4.625) والانحراف المعياري (2.134) والخطأ المعياري (0.754) أما نسبة التطور لمهارة التهديف فقد بلغت (67,65%) .

3-3 عرض وتحليل نتائج اختبارات القوة المميزة بالسرعة والتهديف بكرة القدم للصالات في الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية ومناقشتها .

قيم متوسط الفروق وانحرافات الفروق وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف للمجموعة التجريبية.

جدول (4) القبلي + البعدي ( التجريبية )

ت	المتغيرات	وحدة القياس	ع ف	قيمة (t)	نسبة الخطأ	الدلالة الاحصائية
1	القوة المميزة بالسرعة	زمن	5.625	21.384	0.000	معنوي
4	التهديف	الدرجة	3.875	17.102	0.000	معنوي

يتضح من الجدول (4) قيم متوسط الفروق وانحرافات الفروق وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف قيد البحث للمجموعة التجريبية فقد بلغت قيم متوسط الفروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي القوة المميزة بالسرعة (5.625) وانحراف الفروق قدره (0.744) وبلغت قيمة (t) المحسوبة (21.384) ظهرت فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي إذ بلغت نسبة الخطأ (0,000) وهي أصغر من نسبة الخطأ (0,05) وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي ، وبلغت قيم متوسط الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي لمهارة التهديف (2.875) وانحراف الفروق (0.641) وبلغت قيمة (t) المحسوبة (17.102) وظهرت فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ، إذ بلغت نسبة الخطأ (0,000) وهي أصغر من نسبة الخطأ (0,05) وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

3 - 3 - 1 مناقشة نتائج الاختبارات من خلال ملاحظتنا الجدول (13) يتبين لنا في (القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف) بأنه ظهرت هناك فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية ، ويعزو الباحث سبب ذلك الى تطبيق المنهج التدريبي الذي يحتوي على تمارين بالاجهزة والأدوات المساعدة التي ساهمت بشكل كبير في تطوير القوة والسرعة للاعبات من حيث التميز واتخاذ القرار الصحيح في لعب الكرة سواء للاعبة الزميلة أو اثناء التهديف والتحرك بالكرة وبدون كرة عن طريق تمارين مركبة متقدمة خاصة بهذه الادراكات"، وتيفق الباحث في ذلك مع (قاسم لزام صبر) الذي يؤكد على ان

عملية تنظيم التدريب تلعب دورا اساسيا في تطوير مهارات اللاعبين الاساسية بما ينسجم مع قابليات اللاعبين وتلعب ظروف التدريب ( صبر ، 2005 ، ص122 ) وهذا ما أكدته ايضا ( سلمى زكي ، 2015 ) باقولها " إن استخدام الاجهزة والأدوات المساعدة المختلفة تجعل عملية التدريب على المهارات أكثر فاعلية وإيجابية ، وذلك لان استخدامها في العملية التدريبية تؤدي إلى تنمية القدرات الحركية والبدنية والمهارية لدى اللاعب وتعمل على تخفيف اكبر قدر ممكن من الكفاية التدريبية (الناشف ، 2015، ص46) 3-4 عرض وتحليل نتائج اختبارات القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف بكرة القدم للصالات في الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة ومناقشتها . قيم متوسط الفروق وانحرافات الفروق وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف للمجموعة الضابطة . جدول (15) القبلي + البعدي ( الضابطة )

ت	المتغيرات	وحدة القياس	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ الاحصائية	الدلالة
1	القوة المميزة بالسرعة	الزمن	2.000	3.347	0.000	معنوي
4	التهديف	الدرجة	1.875	5.351	0.000	معنوي

يتضح من الجدول ( 15 ) قيم الاوساط الحسابية والانحرافات ومتوسط الفروق وانحرافات الفروق وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي لاختبار القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف للمجموعة الضابطة فقد بلغت قيم متوسط الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي القوة المميزة بالسرعة (2.000) وانحراف الفروق (1.690) وبلغت قيمة (t) المحسوبة (3.347) ظهرت فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي إذ بلغت نسبة الخطأ (0,000) وهي أصغر من نسبة الخطأ (0,05) وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح الاختبار البعدي .

وبلغت قيم متوسط الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي لمهارة التهديف (1.875) وانحراف الفروق (0.991) وبلغت قيمة (t) المحسوبة (5.351) ظهرت فروق معنوية بين الاختبار القبلي

والبعدي ، إذ بلغت نسبة الخطأ (0,000) وهي أصغر من نسبة الخطأ (0,05) وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .  
3 - 5 عرض وتحليل نتائج اختبارات القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف بكرة القدم للصالات في الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ومناقشتها .  
قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار البعدي وقيمة (t) المحسوبة لاختبار القوة المميزة بالسرعة ودقة التهديف بكرة القدم للصالات للمجموعتين التجريبية والضابطة .

### جدول (5)

البعدي + البعدي في متغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (t) المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة الاحصائية
			ع - +	س -	ع - +	س -			
1	القوة المميزة بالسرعة	الدرجة	10.375	1.598	7.250	2.659	2.849	0.013	معنوي
4	التهديف	الدرجة	6.750	1.581	4.625	2.134	2.263	0.040	معنوي

يتضح من الجدول (5) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي لسرعة الادراك الحركي والمهارات الأساسية وقيمة (t) المحسوبة ، إذ بلغت قيمة الوسط الحسابي للقوة المميزة بالسرعة للمجموعة التجريبية (10.375) وانحراف معياري (1.598)، اما المجموعة الضابطة فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (7,250) وانحراف معياري (2,659) وقد بلغت قيمة (t) المحسوبة (2,849) وظهرت فروق معنوية بين المجموعتين إذ بلغت نسبة الخطأ (0,013) وهي أصغر من نسبة الخطأ (0,05) وهذا يعني وجود فروق معنوية بين المجموعتين في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

وبلغت قيمة الوسط الحسابي لمهارة التهديف للمجموعة التجريبية (6,750) وانحراف معياري (1,581) اما المجموعة الضابطة فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (4,625) وانحراف معياري (2,134) وقد بلغت قيمة (t) المحسوبة (2,263) وظهرت فروق معنوية بين المجموعتين إذ بلغت الخطأ (0,040) وهي اصغر من نسبة الخطأ (0,05) وهذا يعني وجود فروق معنوية بين المجموعتين في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية ، ويعزو الباحث هذه الفروق الى ما

يأتي : -أن فاعلية التمرينات الخاصة باستخدام الاجهزة والادوات المساعدة التي قام بتنفيذها المدرب على لاعبات العينة التجريبية وعلى طول التمرينات وتفاعل اللاعبات ورغبتهن في تنفيذ مفردات هذا المنهج والالتزام المباشر من قبلهن بتنفيذ الواجبات المطلوبة من مدربين بفاعلية و بانتظام ، ويتفق الباحث في ذلك مع عبد الحميد شرف ( 2013 ) الذي يؤكد على إنَّ للوسائل والأدوات المساعدة أثرًا مهمًا وفعالاً في العملية التدريبية من خلال ما يأتي : (( تعمل وسائل ومساعدات التدريب على جذب انتباه المشاركين وزيادة اهتمامهم بموضوع التدريب ، وتؤدي وسائل ومساعدات التدريب الى زيادة مشاركة المتدربين بصورة نشطة و ايجابية في التدريب ، تساعد على تطوير القدرات البدنية العامة والخاصة والاداء المهاري )) ( شرف 2013، ص58)

أما المجموعة الضابطة فان عدم تطورها بالشكل الجيد ربما يرجع الى عدم استخدام وسائل (الاجهزة والادوات) ، وهذا ما أكدهُ ( Thomas Peter ، 2012 ) بالقول " إنَّ التدريب على الاجهزة والأدوات المساعدة ناحية تدريبية تطبيقية مهمة تهدف الوصول باللاعبة إلى الأداء الصحيح الذي يوفر آلية الحركة الصحيحة والقوة اللازمة والسرعة والتوقيت المناسب ( p63 ، 2015 ، Austin )

#### 4-الخاتمة:

وتوصل الباحث الى الاستنتاجات التالية: إن التمرينات بالأجهزة والأدوات المساعدة ساهمت في تطور اداء ودقة مهارة التهديف بكرة القدم للصالات وايضاً ساهمت في تطوير القوة المميزة بالسرعة في اتخاذ القرار الصحيح وفي اداء مهارة التهديف بكرة القدم للصالات كما إن التمرينات بالأجهزة والأدوات المساعدة التي استخدمت في المنهج ساهمت كثيراً في ادخال عوامل كثيرة منها الإثارة والتشويق والمنافسة بين اللاعبات وروح التعاون والمثابرة الذي كان له تأثير في سهولة الأداء الحركي والمهاري وللاختبار القدرة على التميز بين الفروق الفردية للاعبات اثناء الأداء الحركي من حيث القوة والسرعة واتخاذ القرار الصحيح .

ويوصي الباحث: ضرورة الاهتمام بالمدركات الخاصة بلعبة كرة القدم للصالات عند تدريبي اللاعبين او اللاعبات وخاصة الفئات العمرية والاهتمام بالتدريب على تمارين السرعة الإدراكية البدئية و الحركية وذلك لضرورتها في لعبة كرة القدم للصالات والتأكيد على إعداد تمرينات جديدة في لعبة كرة القدم للصالات وتكون مشابهة والتأكيد اجراء دراسات مشابهة في تصميم



وتقنين اختبارات باستعمال الدرجات المعيارية في الألعاب الأخرى سواء كانت الفردية منها أم الجماعية وفئات عمرية مختلفة.

#### المصادر:

- بعث عبد المطلب عبد الحمزة ؛ تصميم وتقنين بطاريتي اختبار ( بدنية - مهارية ) لاختيار ناشيء خماسي كرة القدم في بغداد للاعمار ( 14 - 16 ) سنة : (رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2011 ) .
- سلمى زكي الناشف ؛ تكنولوجيا الرياضة ، ط1 ( عمان ، الاردن ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، 2015 ) .
- عبد الحميد شرف ؛ تكنولوجيا التعليم في التربية الرياضية ، ط2 ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2013 ) .
- قاسم حسن حسين وبسطويبي احمد ؛ التدريب العضلي الابروتوني في مجال الفعاليات الرياضية : (بغداد ، مطبعة الوطن العربي ، لسنة 2000) .
- قاسم لزام صبر ، أسس التعلم والتعليم بكرة القدم ، ط1 ، (بغداد، 2005) ، ص122 .
- محسن علي السعداوي و سلمان الحاج عكاب الجنابي ؛ ادوات البحث العلمي في التربية الرياضية ، ط1 ( عمان ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، 2113 ) - غازي محمود صالح ورياض مزهر ؛ خماسي كرة القدم الصالات ، ط1: (بغداد، مكتب النبراس للطباعة والتصميم، 2014) .
- -Dan Austin & Bryan Mann, The Complete Guide to train young soccer: (London, Ellis Harwood, 2015).