

# تأثير تمارينات خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

## للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

Received: 22/9/2020

Accepted: 19/10/2020

Published: 2021

# تأثير تمارينات خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

## للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

[imanshaab@gmail.com](mailto:imanshaab@gmail.com)

[Drhaiderahm15@gmail.com](mailto:Drhaiderahm15@gmail.com)

كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية

### مستخلص البحث:

هدفت الدراسة الى اعداد تمارينات وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري للاعبين كرة القدم الشباب في محافظة ميسان، فضلاً عن تأثير هذه التمارينات في نسبة التطور الاداء المهاري ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لمشكلة البحث، إذ تكونت عينة الدراسة من نادي دجلة الرياضي للشباب بكرة القدم في محافظة ميسان للموسم الرياضي (2018 – 2019م) و البالغ عددهم (20) لاعب ، وكانت مدة الدراسة من (15/6/2019م) لغاية (25/1/2020م)، واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الملاءمة لعينة الدراسة والنتائج، وبكل التفاصيل وأبرزها استخدام معامل الارتباط بيرسون و الوسط الحاسبي و القيمة التائية و غيرها من الوسائل الاحصائية المذكورة في الدراسة , عمد الباحث الى عرض و تحليل و مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الاحصائية لدرجات اللاعبين في الاختبارات القبلية و البعدية لعينة البحث و للمجموعتين التجريبية و الضابطة ، واستنتج الباحث ان التمارينات التي اعدها الباحث اثرت على عينة البحث و المجموعة التجريبية بشكل ايجابي و كذلك حصلت نسبة تطور في الاداء المهاري ، وأوصى الباحث بالاهتمام بالتمارين الخاصة لانها تساعد تطوير الاداء المهاري و كذلك الاهتمام بالجانب النفسي و التعليمي للاعبين من خلال اعتماد هذه التمارينات او تصميم تمارينات تتوافق مع الفئة العمرية للاعبين بكرة القدم .

**الكلمات المفتاحية:** تمارينات خاصة \_ مظاهر الانتباه \_ الاداء المهاري.

### 1 – التعريف بالبحث :

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

كرة القدم الحديثة شهدت تطورا ملحوظا في جميع النواحي (الوظيفية- البدنية- النفسية- الخطئية- المهارية) مما ادى الى تغيير طابع اللعب إذ أصبح يتسم بالسرعة والقوة والاداء الفني المميز، وكذلك بفضل الباحثين والمدرسين الذين ابتكروا أساليب جديدة والاسس العلمية الصحيحة في وضع تمارين خاصة لرفع المستوى العام لفرقهم والارتقاء بها الى أعلى المستويات. ولما كانت طبيعة الأداء لمهارات لعبة (كرة القدم ) على شكل حركات تكمل أحدهما الأخرى في تحقيق الفوز فيطلب من اللاعب أداء هذه المهارات على مستوى عالٍ من مظاهر الانتباه كالتركيز وتحويل الانتباه في دقة

# تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

## للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

المهارات بما ينسجم وقانون اللعبة بالشكل الصحيح . لذا يتطلب من اللاعبين الانتباه في التركيز والتحويل في تنفيذ المهارات الهجومية والدفاعية في وقت واحد بتوافق عضلي - عصبي . وان التوجه التنافسي هو إحدى الاستعدادات للاعب لمواجهة مواقف المنافسة والجهد الذي يبذله اللاعب من اجل الفوز والنجاح في انجازات الواجبات المكلف بها من هنا تكمن أهمية البحث في محاولة التعرف على تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري للاعبين الشباب بكرة القدم .

### 1-2 مشكلة البحث:

إن التطور السريع للعبة كرة القدم فتح آفاق جديدة أمام الباحثين والمدربين في هذا المجال، فليس الهدف الاساسي من العملية التعليمية و التدريبية هو تعلم المهارات فقط وانما و انما الارتقاء بمستوى اللاعبين من الجانب النفسي و المهاري و الخططي وبهذا نحتاج الى ضبط الاعداد النفسي و الاداء المهاري و الخططي سوية لغرض نجاح العملية التعليمية و التدريبية ، ويحرص الخبراء والباحثون في مجال لعبة كرة القدم على محاولة تحديث شكل و نوع التمارين داخل الوحدة التدريبية التي من شأنها رفع الجانب لتطوير الاداء المهاري، بوصفه مدخلاً سليماً لاحتراز أفضل النتائج الممكنة في ضوء قدرات اللاعب وامكاناته. ان معالجة المشكلة تحتاج الى إجراء اختبار لهذه الفكرة المستجدة في لعبة كرة القدم من خلال اعداد تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه لخلق بيئة تعليمية مشابهة للعب و اجراء الاختبارات اللازمة لتقييم المهارات و تقييم حالات اللعب بين المجموعتين التجريبية والضابطة ، واخيراً ان الحصيلة العلمية لمعالجة المشكلة ربما تظهر لنا الاستثمار الجيد لحالات اللعب الحديث والحد من ضياع الوقت والجهد . لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة والتعرف عليها من خلال توظيف تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه لغرض إيجاد الحلول لها من اجل الارتقاء بمستوى اللاعبين الممارسين لهذه اللعبة

### 1-3 أهداف البحث :

1. اعداد تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه تتلائم وقدرات عينة البحث.
2. التعرف على تأثير التمارين المعدة و المصممة من قبل الباحث في تطوير الاداء المهاري للاعبين كرة القدم الشباب .
3. التعرف على نسبة التطور في الاداء المهاري للاعبين كرة القدم الشباب.

### 1-4 فروض البحث:

1. هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة و نتائج الاختبارات البعديّة لمجموعي البحث التجريبية و الضابطة في الاداء المهاري للاعبين كرة القدم الشباب و لصالح الاختبارات البعديّة
2. هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعديّة و لمجموعي البحث التجريبية و الضابطة في الاداء المهاري و لصالح المجموعة التجريبية.

# تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

## للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

### 5-1 مجالات البحث

- المجال البشري: لاعبي كرة القدم الشباب في ميسان
- المجال الزمني: المدة من 2019/6/15 - 2020/1/25 .
- المجال المكاني: ملاعب اندية الدرجة الاولى بكرة القدم في ميسان

### 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

#### 1-2 منهج البحث:-

بغية الوصول الى اهداف البحث ، اختار الباحث المنهج المناسب لحل مشكلة البحث ( لان المنهج هو الطريق المؤدي الى الكشف عن الحقيقة في العلوم المختلفة ، وذلك عن طريق جملة من القواعد العامة التي تسيطر على سير العقل وتحدد عملياته لكي يصل الى نتيجة مقبولة ومعلومة ) (1) . فقد اختار الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث والدراسة الحالية .

#### 2-2 مجتمع البحث وعينه:-

تم تحديد مجتمع البحث من لاعبي الشباب بكرة القدم في محافظة ميسان للموسم الرياضي (2018-2019) والمسجلة أسماؤهم في الاتحاد المركزي العراقي والمتمثلة بالاندية ( المجر الكبير, والميمونة , وكميت, و دجلة , و الرسالة ) البالغ عددها(120) لاعب، و اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية المتمثلة بنادي دجلة الرياضي و البالغ عددهم (25) لاعب و قد جاء اختيار الباحث لهذه العينة لأنه يرى إنها مناسبة لتمثيل مجتمع البحث .كما تم استبعاد (5) لاعبين لاجراء التجربة الاستطلاعية و تم تقسيم بقية اللاعبين بطريقة القرعة البالغ عددهم (20) لاعب الى مجموعتين (10) لاعبين للمجموعة الضابطة و (10) لاعبين للمجموعة التجريبية و بنسبة مئوية (20.83 % ) كما موضح في الجدول ( 1 )

جدول ( 1 ) يمثل مجتمع و عينة البحث حسب الأندية

| عدد اللاعبين |    |             | اسم النادي   |
|--------------|----|-------------|--------------|
| عينة البحث   |    | مجتمع البحث |              |
| -            |    | 24          | المجر الكبير |
| -            |    | 23          | الميمونة     |
| -            |    | 23          | كميت         |
| -            |    | 25          | الرسالة      |
| مج ض         | 10 | 25          | دجلة         |
| مج ت         | 10 |             |              |
| الاستطلاعية  | 5  |             |              |
| 25           |    | 120         | المجموع      |

## تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

#### 2-3 تجانس عينة البحث

ولأجل التعرف على تجانس العينة قام الباحث باستخراج معامل الالتواء للعينة ، لكي تكون التجربة الميدانية الرئيسية ونتائجها عالية الدقة ، إذ قام الباحث باستخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط و معامل الالتواء لمتغيرات ( الطول والعمر الزمني والعمر التدريبي و الكتلة ) ، والجدول ( 2 ) يوضح تجانس أفراد العينة في هذه المتغيرات .

جدول ( 2 ) يبين تجانس عينة البحث في متغيرات (الطول، والكتلة، العمر التدريبي)

| المتغيرات      | وحدة القياس | الوسط الحسابي | الوسيط  | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|----------------|-------------|---------------|---------|-------------------|----------------|
| الطول          | سم          | 168.700       | 169.000 | 4.111             | -0.219         |
| الكتلة         | كغم         | 60.600        | 62.500  | 6.275             | -0.908         |
| العمر التدريبي | سنة         | 3.3 00        | 4.000   | 0.789             | - 0.760        |

من الجدول ( 2 ) نلاحظ إن جميع قيم الالتواء محصورة بين  $(3\pm)$  وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث في متطلبات البحث و ان جميع القياسات تحقق منحني التوزيع الطبيعي .

#### 2-4 تكافؤ عينة البحث

لتجنب العوامل التي قد تؤثر في نتائج التجربة ، وحتى يستطيع الباحث ان يرجح الفرق الى العامل التجريبي ولأجل تحقيق التكافؤ لعينة البحث قام الباحث بضبط متغيرات البحث (الاداء المهاري) للاعبين الشباب بكرة القدم .

جدول ( 3 ) يبين المعالم الإحصائية (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وقيمة(ت) المحسوبة ودلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات القبلية

| الدلالة | القيمة الاحتمالية | قيمة ( ت ) المحسوبة | المجموعة الضابطة |        | المجموعة التجريبية |        | وحدة القياس | المعاملات الاحصائية<br>اسم الاختبار |
|---------|-------------------|---------------------|------------------|--------|--------------------|--------|-------------|-------------------------------------|
|         |                   |                     | ع±               | س      | ع±                 | س      |             |                                     |
| غير دال | 0.874             | 0.161               | 1.397            | 56.079 | 1.356              | 55.980 | الثانية     | الاداء المهاري                      |

## تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

يتضح من الجدول ( 3 ) ان قيمة ( ت ) المحسوبة كانت اقل من قيمة ( ت ) الجدولية عند مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 18 ) وهذا يعني ان الفروق كانت غير معنوية بين افراد مجموعتي البحث في متغيرات البحث وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين .

#### 2-5 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

##### 2-5-1 وسائل جمع المعلومات:-

تعد وسائل البحث العلمي بمختلف أنواعها سواء كانت عينات أو بيانات أو استمارات ، من الأساسيات التي يعتمد عليها الباحث للوصول الى حل المشكلة المتعلقة بدراسته وتحقيق أهدافه لذا استخدم الباحث ما يأتي :

□ المقابلة : عمد الباحث الى استطلاع آراء خبراء لعبة كرة القدم والمتخصصين في مجال علم النفس الرياضي و التعلم الحركي و التدريب الرياضي لكي يعطي للبحث أغناءً ثرياً لبحثه ولوضع الحلول لكثير من التساؤلات في ذهن الباحث حول مشكلته و في متغيرات البحث.

□ الاختبارات والقياس المعنوية بالدراسة .

□ استمارة فردية لتسجيل نتائج اختبار الاداء المهاري .

□ استمارة تفريغ البيانات .

##### 2-5-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:-

□ جهاز حاسوب شخصي (لابتوب) نوع (Dell).

□ ميزان طبي لقياس الوزن .

□ شريط قياس جلدي بطول (100م).

□ شواخص بلاستيكية عدد (10).

□ كرات قدم عدد (10) كرات

□ ساعة توقيت عدد (3) نوع Casio .

□ كامرة فيديو نوع (Nikon) يابانية الصنع عدد (1).

##### 2-6 اجراءات البحث الميدانية

##### 2-6-1 تحديد المتغيرات المستخدمة في البحث

ان لعبة كرة القدم من الالعاب الرياضية التي تطورت في العصر الحديث واخذت شكلاً جديداً في عدة جوانب التي يتطلبها الاداء التنافسي ، ولأجل اعداد مجموعة من التمارين الخاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه و الاختبارات لغرض عرضها على الخبراء المختصين في كرة القدم والتدريب الرياضي والاختبارات والقياس فقد تم وضعها على ثلاث محاور كالتالي :

1. اعداد تمارين على وفق بعض مظاهر الانتباه .

2. اختبار الاداء المهاري.

## تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

#### 2-3-6 اختبار الاداء المهاري

اسم الاختبار: اختبار صادق للاداء المهاري (2)

هدف الاختبار: قياس الاداء المهاري في لعبة كرة القدم

شروط تطبيق الاختبار: يتطلب الاختبار وجود ثلاث اشخاص , مدير الاختبار , مؤقت , مسجل

الاجهزة و الادوات:

1. ملعب كرة قدم

2. جدار امس مؤشر عليه منطقة 1,30 متر × 2,20 متر , و يحدد خط امام الجدار على بعد 5 متر

3. هدف كرة قدم بقياسات قانونية مقسم الى (6) اقسام متساوية بواسطة قواطع حديدية او خشبية او

حبال سمكية

4. شريط لاصق ملون لتخطيط مناطق الاختبارات و تحديدها

5. ساعة توقيت عدد (2)

6. صافرة عدد (2)

7. كرات قدم قانونية و شواخص عدد 7

وصف الاختبار :

-يقف المختبر على الخط (أ) يوضع الاستعداد

-عندما يسمع المختبر اشارة البدء من قبل مدير الاختبار و هي ( صوت الصافرة ) يقوم بدرجعة الكرة بصورة مستقيمة لمسافة 3 متر حتى يصل الى الشاخص الاول من الشواخص الخمسة للدرجعة المتعرجة من بينها و باي طريقة يختارها المختبر للدرجعة و بعد اجتياز الشاخص الخامس يدحرج الكرة بصورة مستقيمة وصولا الى الشاخص السابع و الدوران من حوله و الرجوع بالكرة نحو الشواخص الخمسة للدرجعة المتعرجة و من ثم الانتهاء من نقطة البداية التي ابتداء منها .

-يترك المختبر الكرة بعد اجتياز الخط (أ) و يقوم بالركض نحو المحطة الثانية للاختبار و هي محطة المناولة المرتدة ابتداء من الخط (ب) و التي توجد على الخط كرة المناولة المرتدة يقوم باداء المناولة المرتدة من على خط (ب) نحو المستطيل المرسوم على الحائط و استلامها من على الخط او بعد اجتيازها للخط لمدة (20) ثانية بعد انتهاء (20) ثانية يترك الكرة و يركض نحو المحطة الثالثة للاختبار و هي محطة التهديد و التي توجد في منطقة المرمى القريبة من محطة المناولة و التي تبعد 2 متر عن خط الركلة الجانبية لنصف ملعب محطة التهديد , يقوم المختبر بتسديد الكرات الموضوعة على خط منطقة التهديد الثانية (10) متر نحو الهدف و تكون بعدد (5) كرات تكون واحدة منها موضوعة على علامة الجزاء الثانية (2) منها على جانبها الايمن و مثلها على الجانب الايسر تبعد الواحدة عن الاخرى (50) سم بانتهاء تسديد الكرة الخامسة ينتهي الاختبار .

طريقة التسجيل:

-ان عمل المسجل هو تسجيل الزمن الذي يستغرقه من لحظة سماع صافرة البداية و حتى لحظة انطلاق الكرة الخامسة التي قام بتسديدها المختبر في محطة التهديد , و كذلك تسجيل عدد المناولات

## تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

الصحيحة في محطة المناولة المرتدة و عدد النقاط التي حصل عليها على وفق استمارة التسجيل المعدة مسبقا .

-يقوم مدير الاختبار بتقرير عدد المناولات الصحيحة طبقا لشروط تنفيذها و كذلك يقوم بتقرير عدد نقاط التي يحصل عليها المختبر و كالآتي :

-عندما تذهب الكرة في المربع (1) , (5) يحصل المختبر على اربعة نقاط

-عندما تذهب الكرة في المربع (2) , (6) يحصل المختبر على ثلاث نقاط

-عندما تذهب الكرة في المربع (3) , (4) يحصل المختبر على نقطتين و نقطة واحدة على التوالي

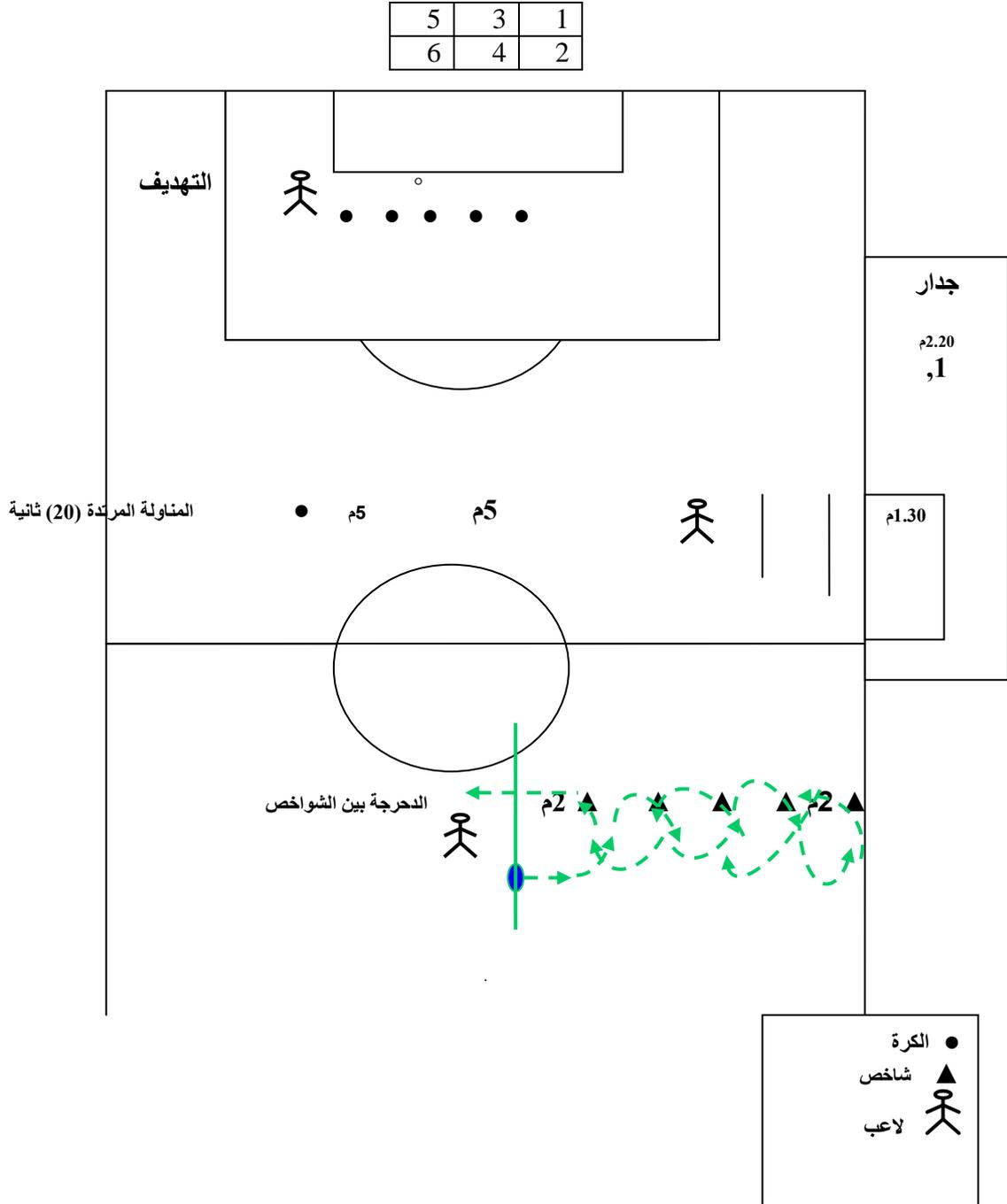
يقوم المدير بعد انتهاء تسجيل النتائج بخصم ثمانية واحدة من زمن الاداء الكلي عن كل نقطة حصل عليها المختبر في محطة التهديف و كذلك خصم ثمانية واحدة عن كل مناولة صحيحة بعد المناولة التاسعة , و زيادة ثمانية واحدة عن كل مناولة تقل عن (9) مناولات و كذلك زيادة ثمانية واحدة على الزمن الكلي للاداء عن كل مس و تحريك لشخواس الدرجة المتعرجة الخمسة وظيفة المؤقت هو توقيت الزمن الكلي للاداء و كذلك توقيت زمن محطة المناولة المرتدة كما في الشكل (1).

# تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

## للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان الحمداوي



شكل (1)  
اختبار الاداء المهاري

## تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

#### 7-2 التجربة الاستطلاعية:

أجريت التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (5) لاعب من لاعبي نادي دجلة من أندية الدرجة الأولى للشباب في محافظة ميسان وقد تمت التجربة يوم (الأربعاء) الموافق (2019/6/26) اذ كان الزمن المستغرق للاختبار (الكفاءة الذاتية) هو من 15 إلى 25 دقيقة لمجموع فقرات المقياس. وبعد اختبار المقياس قام الباحث بإجراء اختبارات الاداء المهاري والاداء الخططي وبمساعدة فريق العمل المساعد.

#### 8-2 الأسس العلمية للاختبارات:

سعى الباحث إلى اعتماد الأسس العلمية في عملية التقنين للاختبارات المختارة على الرغم من كونها اختبارات مقننة لغرض التثبيت من علميتها بما يتلائم مع مستوى عينة البحث , أي تحديد مدى صدقها وثباتها وموضوعيتها.

#### 1-8-2 ثبات الاختبارات:

قام الباحث بإيجاد الثبات للمقياس قيد الدراسة إذ يعد الثبات من أهم صفات الاختبار الجيد ، ويقصد بثبات الاختبار هو ((إعطاء نفس النتائج إذا ما أعيد تطبيقه على نفس العينة في فترتين مختلفتين وفي ظروف متشابهة)) (1)، ويعبر عن الثبات ((بمعامل الثبات الذي هو شكل من أشكال معامل الارتباط بين نتائج الاختبار في فترتين متتاليتين)) (2) ، إذ تم حساب معامل ثبات للمقياس بطريق (الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار)، إذ طبق الباحث المقياس في التجربة الاستطلاعية على (5) لاعباً وذلك يوم الأربعاء الموافق 2019/6/25 ، وبعد مرور (7) أيام تم إعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها في التجربة الاستطلاعية ، وفقا لما أشار إليه (ذوقان عبيدات وآخرون) (( لمعرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على العينة بعد مرور سبعة أيام على الاختبار الأول )) (3) وبعدها عولجت البيانات التي حصل عليها الباحث من الاختبارين لمتغيرات البحث ( الكفاءة الذاتية و الاداء المهاري و الخططي ) في ضوء حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات كل اختبارين ، وذلك لأنه ((كلما اقتربت القيمة من  $(1\pm)$  تعني الارتباط قوي وبالعكس كلما ابتعدت القيمة من  $(1\pm)$  تعني الارتباط ضعيفا)) (1) .

#### 2-8-2 صدق الاختبارات :

ويقصد به ((قدرة الاختبار على قياس ما وضع من أجله أو السمة المراد قياسها)) (2) ، فالصدق احد المعاملات الأساسية للاختبار الجيد , وللتأكد من صدق الاختبار تم استعمال معامل الصدق الذاتي وهو (صدق الدرجات التجريبية للاختبارات المتعلقة بالدرجات الحقيقة التي خلصت من شوائب أخطاء القياس ، وبذلك تكون الدرجات الحقيقية للاختبارات هي المحك الذي ينسب إليه الصدق) (3) ، ويقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار ،

#### 3-8-2 موضوعية الاختبارات:

بالرغم من وضوح المقياس ووجود الدرجات التي لا يختلف عليها المصححين أراد الباحث أن تتم الأسس العلمية للمقياس بإيجاد الموضوعية . يتصف الاختبار الجيد بالموضوعية وهو " الاختبار الذي

## تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

يعطي النتائج نفسها مهما اختلف المصححون أي إن النتائج لا تتأثر بالمصحح أو شخصيته ويكون الاختبار موضوعياً إذا كانت أسئلته محددة وإجاباته محددة بحيث يكون للسؤال الواحد جواباً واحداً فقط ولا يترك مجالاً للشك " (1). ولذا فإن المقياس يتسم بالموضوعية ويمكن تطبيقه على البيئة العراقية . و كما في الجدول (4).

جدول (4) يبين قيم معاملات الثبات والصدق الذاتي والموضوعية في بعض متغيرات البحث،  
(الاداء المهاري )

| ت | المتغيرات      | وحدة القياس | درجة الثبات | الصدق الذاتي | الموضوعية |
|---|----------------|-------------|-------------|--------------|-----------|
| 1 | الاداء المهاري | الثانية     | 0.849       | 0.921        | 0.960     |

### 2-9 تجربة البحث الرئيسية

اجرى الباحث تجربته الرئيسية في التاريخ المذكور ادناه و على ملاعب اندية الدرجة الاولى بكرة القدم في محافظة ميسان .

### 3-9-1 التطبيق القبلي للاختبار

بعد أن تم تطبيق المقياس على عينة البحث قام الباحث بتطبيق اختبارات الاداء المهاري و من ثم اختبارات الاداء الخططي على مجموعتي البحث الضابطة و التجريبية للاعبين الشباب بكرة القدم لنادي جلة في ميسان .

### 2-9-3 ( التجربة الرئيسية ) :

تم المباشرة بإجراء التجربة الرئيسية بتاريخ 6 / 7 / 2019 ولغاية 29 / 8 / 2019 ولمدة (8) أسابيع إذ بلغ عدد الوحدات (24) وحدة وبواقع (3) وحدات في الأسبوع أي ان الباحث استخدم الجزء الرئيسي من مجمل الوحدة وحيث تشابهت الظروف جميعها للمجموعتين الضابطة والتجريبية في القسم التحضيرى والقسم الختامي من أقسام الوحدة وقد حدد الباحث بعض مظاهر الانتباه مسبقا و تمثلت بتركيز الانتباه وتحويل الانتباه وحجم الانتباه و شدة الانتباه و اعداد التمارين الخاصة بهذه المظاهر بعد عرضها على مجموعة من الخبراء.

### 2-9-4 الاختبارات البعدية :

تم إجراء الاختبارات البعدية بتاريخ 31 / 8 / 2019 لمعرفة مدى التحسن والتطور الحاصل في متغيرات الدراسة أي مدى تطور الكفاءة الذاتية الاداء المهاري و الاداء الخططي للاعبين الشباب بكرة القدم .

2-10 الوسائل الإحصائية: (spss) تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام البرنامج الجاهز

## تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

1-3 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة ومناقشتها:

عمد الباحث بتطبيق الاختبارات على عينة البحث الرئيسة للمجموعتين (التجريبية والضابطة) المكونة من (10) لاعبين لكل مجموعة .

1-3-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في متغير البحث (الاداء المهاري )، ومناقشتها:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية من الباحث ، ومعالجتها إحصائياً وكما مبين في الجدول (5) .

الجدول (5) يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في متغير البحث (الاداء المهاري)

| الدالة | مستوى الدالة | قيمة (T) المحسوبة | البعدى |        | القبلي |        | وحدة القياس | المعاملات الاحصائية<br>اسم الاختبار |
|--------|--------------|-------------------|--------|--------|--------|--------|-------------|-------------------------------------|
|        |              |                   | ع±     | س      | ع±     | س      |             |                                     |
| دال    | 0.00         | 27.936            | 1.842  | 42.333 | 1.356  | 55.980 | الثانية     | الاداء المهاري                      |

1-3-2 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في متغير البحث (الاداء المهاري) ومناقشتها:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة من الباحث ، ومعالجتها إحصائياً وكما مبين في الجدول (6) .

الجدول (6) يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في متغير البحث (الاداء المهاري)

| الدالة | مستوى الدالة | قيمة (T) المحسوبة | البعدى |        | القبلي |        | وحدة القياس | المعاملات الاحصائية<br>اسم الاختبار |
|--------|--------------|-------------------|--------|--------|--------|--------|-------------|-------------------------------------|
|        |              |                   | ع±     | س      | ع±     | س      |             |                                     |
| دال    | 0.01         | 3.067             | 4.425  | 50.812 | 1.397  | 56.079 | الثانية     | الاداء المهاري                      |

درجة الحرية (ن-1) (10-1) (9)  $\geq (0.05)$  Sig

## تأثير ترمينات خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعب كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

#### 3-1-3 مناقشة النتائج

بدراسة الجداول (5، 6) والمتعلقة بالفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولكل من المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات الكفاءة الذاتية و الاداء المهاري و الاداء الخططي، أتضح إن قيمة (ت) المحسوبة للمجموعة التجريبية كانت ذات دلالة معنوية في جميع الاختبارات، وكذلك كانت قيمة (ت) المحسوبة ذات دلالة معنوية في جميع متغيرات البحث. ويرى الباحث إن سبب هذا التفوق في الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية قد تعود إلى أن اللاعبين يتعرضون لمواقف وخبرات متعددة ويمارسون نشاطات تنافسية تتطلب الكثير من الانتباه والناجم عن المنهاج المعد من قبل الباحث ، مما يجعلهم يعتمدون بدرجة كبيرة على التحكم والسيطرة الادراك عند الأداء وبما يتطابق مع حركات أجزاء الجسم المختلفة مما يجعلهم يتفوقون في اختبارات الكفاءة الذاتية و الاداء المهاري و الاداء الخططي عن أقرانهم من المجموعة الضابطة. وهذا يظهر مدى تأثير الترمينات الخاصة التي ادخلت في المنهج التدريبي للمجموعة التجريبية على تطوير واضح في متغيرات البحث وذلك بفعل الترمينات المعدة على وفق بعض مظاهر الانتباه " اذ تعد واحدة من اهم العمليات العقلية التي يحتاجها لاعب كرة القدم بدرجات كبيرة اثناء تعلم المهارات الحركية وخاصة اثناء الوحدات التدريبية وهذه العملية تتطلب اعلى درجة او مستوى من الانتباه لغرض فهم اللاعب لكافة اجزاء المهارة الحركية المطلوب تعلمها والتدريب عليها"(1) الامر الذي يؤدي الى اعطاء صورة متكاملة عن طبيعة الاداء الحركي للمهارة المطلوب تنفيذها. اذ يحتاج لاعب كرة القدم في عمليات التعلم الاولى للمهارة الحركية الانتباه الكامل لمجريات الاداء الحركي بشكله الكامل والجزئي من خلال استقبال المثيرات الرئيسية المشاركة في العمل والتي تأتي من حاستي السمع والبصر مما يؤدي الى تكوين آلية العمل الحركي بواسطة اختيار المثير الرئيسي المناسب للعمل الحركي وبالتالي تكوين او اختيار الاستجابة الحركية المناسبة للمثير المختار هذا بدوره ممكن ان يطور الاداء المهاري و كما موضح في نتائج البحث الحالي .

3-1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغير البحث(الاداء المهاري)ومناقشتها:

بعد تفرغ البيانات الخاصة بالاختبارين البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة من الباحث ، ومعالجتها إحصائياً وكما مبين في الجدول (7).

## تأثير تمارين خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

الجدول (7) يبين نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية و الضابطة في اختبار البحث (الاداء المهاري)

| الدالة | مستوى الدالة | قيمة (T) المحسوبة | المجموعة الضابطة |        | المجموعة التجريبية |        | وحدة القياس | المعاملات الاحصائية |
|--------|--------------|-------------------|------------------|--------|--------------------|--------|-------------|---------------------|
|        |              |                   | ع±               | س      | ع±                 | س      |             |                     |
| دال    | 0.00         | 5.595             | 4.425            | 50.812 | 1.842              | 42.333 | الثانية     | اسم الاختبار        |
|        |              |                   |                  |        |                    |        |             | الاداء المهاري      |

0.05 (Sig) ≥ درجة الحرية (ن-2) (2-20) ،

### 3-5 مناقشة النتائج:

من العرض والتحليل المبين في الجدول (7) أظهرت هذه النتائج بان هناك فروقاً معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعدية للكفاءة الذاتية للاداء المهاري و الاداء الخططي للمجموعتين الضابطة و التجريبية لعينة البحث و لصالح المجموعة التجريبية. ويعزو الباحث هذا التطور الحاصل في الاداء المهاري للمجموعة التجريبية و الذي يفوق التطور الحاصل للمجموعة الضابطة الى التمارين الخاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه المعدة من قبل الباحث التي ادخلت في المنهج التدريبي والتي تتكون من اكثر من مهارة اساسية ومن خلال عملية التدريب المستمر والمتواصل أدت الى زيادة قدرة اللاعب على اداء ما مطلوب منه من مهارات خاصة والتي هي ثمرة خبرة اللاعب في تنفيذ هذه المتطلبات. ونتيجة الى ممارسة التدريب المهاري وعملية التكرار الحاصلة من خلال التمارين الخاصة المتنوعة اثناء الوحدات التدريبية ادى ذلك الى و الاداء المهاري للاعب عينة البحث و لصالح المجموعة التجريبية. وهذه النتيجة التي توصل اليها الباحث تتفق مع ما أشار إليه (كمال بكديش و رالف رزق الله 2002) " في أي نشاط حركي تمثل الحركة إحدى طرائق توافق الجسم مع محيطه الخارجي والذي يعتمد بدوره على نشاط العضلات التي يقوم الجهاز العصبي بتنظيم عملها " (1) والباحث يعزو التطور في اختبائي الاداء المهاري بالنسبة للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة إلى أن تطبيق الاداء المهاري عملية ليست بالسهلة ولكن التدريب المتواصل عليها وضمن اسس علمية مع دمج الجانب النفسي في تصميم التمارين الداخلة في الوحدات التدريبية يعطي نتائج ايجابية ، وقد أكد ( محمد صبحي حسانين وحمدي عبد المنعم 2000) " إن الانتباه متغير مهم وحاسم في المباراة ، فالتركيز بمعدلات مناسبة وتحويل الانتباه بسرعة إلى الأجزاء المختلفة للملعب على وفق متطلبات الأداء في المباراة يعدان مؤثران مهمان للاعب الذي لديه طموح للوصول إلى أعلى المستويات " (3).

# تأثير تمارينات خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

## للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان المحمداوي

### 4- الاستنتاجات و التوصيات

#### 1-4 الاستنتاجات:

- 1- للتمرينات الخاصة ايضا تأثير ايجابي في تطوير الاداء المهاري للاعبين كرة القدم الشباب.
- 2- للتمرينات الخاصة الأثر الايجابي الكبير تحسين الجوانب النفسية و المهارية للاعبين كرة القدم الشباب.

#### 2-4 توصية البحث:

الاهتمام بالتمرينات الخاصة على وفق مظاهر الانتباه لأنها تساعد على تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب .

#### المصادر العربية والاجنبية

- أميرة حنا مرقس؛ بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بدقة التصويب بكرة اليد ( رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2000 .
- عامر ابراهيم قنديلجي ، البحث العلمي باستخدام مصادر معلومات ، بغداد : مطابع دار الشؤون الثقافية العامة ، 1993 .
- عبد الرحمن العيسوي : القياس النفسي والتجريبي في علم النفس والتربية ، بيروت ، دار النهضة العربية، 1974 .
- علي سلوم جواد الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية ، 2004 .
- رمزية الغريب : التقويم والقياس النفسي والتربوي ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1971 .
- ذوقان العبيدات وآخرون : البحث العلمي ومفهومه ، ما أدواته وأساليبه ، عمان ، شركة الطابع النموذجية ، 1982 .
- كمال بكديش ورفق رزق الله ؛ مدخل إلى ميادين علم النفس ومناهجه ، ط1 ( بيروت ، دار الطليعة ، 2002 .
- محمد حسن علاوي: علم نفس التدريب و المنافسة الرياضية , القاهرة , دار الفكر العربي , 2002.
- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل والراتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط1, القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999.
- محمد صبحي حسانين وحدي عبد المنعم ؛ الأسس العلمية بالكرة الطائرة وطرق القياس والتقويم ، ط1 (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2000) .
- محمد صبحي حسانين، محمد عبد السلام راغب : القوام السليم للجميع ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995.
- مصطفى باهي : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق الصدق والثبات والموضوعية والمعايير ، ط1، مركز الكتاب للنشر ، 1999 .

## تأثير تمارينات خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

### للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان الحمداوي

- 
- 
- Princess Hanna Markus; Some Aspects of Attention and Their Relation to Accuracy of Correction with Handball (Master Thesis, unpublished, College of Physical Education, University of Baghdad, 2000.
  - Amer Ibrahim Kandilji, Scientific Research Using Information Sources, Baghdad: General Cultural Affairs House Press, 1993.
  - Abdel-Rahman Al-Essawi: Psychological and Empirical Measurement in Psychology and Education, Beirut, Dar Al-Nahda Al-Arabiya, 1974.
  - Ali Salloum Jawad Al-Hakim: Tests, Measurement and Statistics in the Mathematical Field, Ministry of Higher Education and Scientific Research, Al-Qadisiyah University, 2004.
  - The Symbolism of the Stranger: Evaluation, Psychological and Educational Assessment, Cairo, The Anglo-Egyptian Library, 1971.
  - Thuqan Al-Obaidat and Others: Scientific Research and Its Concept, What Its Tools and Methods, Amman, Al-Tabaa Model Company, 1982.
  - Kamal Bakdash and Ralph Rizkallah; An Introduction to the Fields of Psychology and Its Curricula, 1st Edition (Beirut, Dar Al Taleea, 2002.
  - Muhammad Hassan Allawi: The Psychology of Training and Sports Competition, Cairo, Arab Thought House, 2002.
  - Muhammad Hassan Allawi, Osama Kamel and the salary: Scientific Research in Physical Education and Sports Psychology, 1st Edition, Cairo, Arab Thought House, 1999.
  - Muhammad Subhi Hassanein and Hamdi Abdel Moneim; Scientific Foundations of Volleyball and Methods of Measurement and Evaluation, 1st Edition (Cairo, Al-Kitab Center for Publishing, 2000.)
  - Mohamed Sobhi Hassanein, Mohamed Abdel Salam Ragheb: The Right Body for All, The Arab Thought House, Cairo, 1995.
  - Mustafa Bahi: Scientific Transactions between Theory and Practice, Truthfulness, Consistency, Objectivity and Standards, 1st Edition, The Book Center for Publishing, 1999.
  - Sadiq Jafar Sadiq : Ddesignigna Test to Measure sport skill performance For Futsal , Swedish . The Swedish Journal of Scientific Research , VOL .3, Lssue 6 , June 2016

تأثير ترمينات خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري  
للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان الحمد اوي

الوحدة التدريبية الاولى

الشهر : الاول

الاسبوع : الاول

المكان : نادي دجلة الرياضي

الهدف : التركيز في الاداء المهاري والاداء الخططي

الزمن الكلي لاداء اللاعب : 122 ثا

عدد اللاعبين (10)

التاريخ : 2019/7/6

| ت       | رمز الترمينات | التكرار | الزمن بالثانية | الزمن بالدقيقة |
|---------|---------------|---------|----------------|----------------|
| 1       | D1            | 8       | 35ثا           | 4.66           |
| 2       | B2            | 10      | 20ثا           | 3.33           |
| 3       | C2            | 10      | 25ثا           | 4.16           |
| المجموع | 3             | 28      | 80ثا           | 12.15          |

# تأثير تمارينات خاصة على وفق بعض مظاهر الانتباه في تطوير الاداء المهاري

## للاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ايمان حمد شهاب

م.م. حيدر عبدالواحد غضبان الحمداوي

---

---

### *The effect of special exercises on according to some aspects of attention in developing the skillful performance of young football players*

Haider Abdul Wahid Ghadhban

Prof. Dr. Iman Hamad Shihab

[Drhaideralm15@gmail.com](mailto:Drhaideralm15@gmail.com)

[imanshaab@gmail.com](mailto:imanshaab@gmail.com)

University of Mustansiriyah/College of Basic Education

#### **Abstract:**

The study aimed to prepare exercises according to some aspects of attention in developing the skillful performance of young soccer players in Maysan governorate, as well as the effect of these exercises on the rate of skill development. Foot in Maysan governorate for the sports season (2018-2019) and the number of (20) players, and the duration of the study was from (6/15/2019) to (1/25/2020 AD), and the researcher used the appropriate statistical means for the sample of the study and the results. The details, most notably the use of the correlation coefficient of Pearson, the computational mean, the T-value and other statistical means mentioned in the study, the researcher intended to present, analyze and discuss the results of the study in light of the statistical scores of the players in the pre and posttests of the research sample and for the experimental and control groups, and concluded The researcher said that the exercises prepared by the researcher affected the research sample and the experimental group positively, as well as a rate of improvement in skill performance, and the researcher recommended the adoption of special exercises in the educational curricula Training and training for young football players and interest in special exercises because they help the development of skillful performance, as well as concern for the psychological and educational aspect of the players by adopting these exercises or designing exercises that are compatible with the age group of football players.