

تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب
الباحث علي هاشم محمد
أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

Received: 3/2/2020

Accepted: 12/2/2020

Published: 2020

تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب

الباحث علي هاشم محمد
أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الجامعة المستنصرية – كلية التربية الأساسية
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

المستخلص:

يهدف البحث الحالي الى إعداد تمارينات مركبة جماعية لكرة القدم تتلاءم وقدرات عينة البحث للتعرف على تأثير التدريبات المركبة الجماعية في تطوير بعض القدرات مهارية للشباب لكرة القدم، واستعمل في البحث المنهج التجريبي وبأسلوب المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث، وتمثل مجتمع البحث مجموعة من لاعبي نادي شباب قلعة سكر الرياضي وعددهم (12) لاعباً وأختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية وبأعمار من (16- 19) سنة ليمثلوا المجموعة التجريبية ، أما المجموعة الضابطة فكانت (12) لاعبا وبنفس أعمار المجموعة التجريبية أما العشر لاعبين الاخرين فتم إجراء التجربة الاستطلاعية عليهم. وعمد الباحثان الى إعداد تمارينات مركبة جماعية استغرقت مدة تطبيقها (10) أسابيع وبواقع وحدتين لأول اسبوعين وثلاث وحدات لباقي الوحدات التدريبية في الاسبوع، وبعد تنفيذ البرنامج التدريبي او التمارينات المركبة الجماعية واجراء الاختبارات القبليّة والبعديّة توصل الباحثان الى استنتاج مفاده إن استخدام التدريبات المركبة الجماعية ساعد في تطوير بعض القدرات مهارية للاعبين لكرة القدم .

كلمات مفتاحية: تمارينات مركبة جماعية، المهارات الهجومية، كرة القدم، الشباب .
ولاً: مقدمة البحث وأهميته:

تعد التدريبات المركبة الجماعية من اكثر الوسائل الحديثة لتطوير مستوى اللاعبين كونها تجمع بين الجانب المهارى والبدني والخططي والنفسي المرتبط بالأداء الجماعي التي تتناسب مع طبيعة الاداء التي تكون مشابهة لظروف اللعب وتزداد صعوبتها من خلال المنافسة داخل الملعب بمختلف تشكيلاتها المتنوعة التي تتكون بلاعبين أو ثلاثة لاعبين حتى نصل الى عدد الفريق الكامل وذلك باستخدام مجموعة من الأدوات والاساليب التدريبية المتنوعة التي تنسجم مع المتطلبات الخاصة لكل مهارة، إذ تساعد في تطوير القدرات مهارية الخاصة الواجب توفرها في اي لاعب كرة القدم، إن التنافس في كرة القدم يتطلب قدرات مهارية وبدنية وخططية تتميز بمستوى عال وهذه المتطلبات تكون متباينة بتباين مهارات اللعبة، إذ إن لكل مهارة متطلبات بدنية خاصة بها، ويمكن تحقيق هذه المتطلبات باستخدام التدريبات المركبة الجماعية، وأن فئة الشباب من الفئات الاكثر اهمية التي يجب الاهتمام والتركيز عليها ومحاولة تطويرها كون هذه المرحلة هي مرحلة بناء وتحسين مستوى جميع القدرات ومنها القدرات مهارية ومن هنا تكمن أهمية البحث من خلال استخدام هذه التدريبات

تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

المركبة الجماعية كوسيلة واداة تدريبية مساعدة في تطوير بعض القدرات المهارية بكرة القدم للشباب وذلك لمحاولة تحسين مستوى اللاعبين.

ثانياً: مشكلة البحث:

هنالك عدد من مبادئ اللعب الحديث والتي تكون لها علاقه متبادلة في نجاح اللعب، ولكن اكثر والا هم هي حيازة الكرة والتي تقرر كل شيء ، ان الاسلوب الذي يميز الكره الحديثه هي على اساس الانتشار الكبير والواسع والتبادل بين المراكز خلال مرحله بناء الهجمة وان الفكرة من هذا هو نظام الاستحواذ على الكره لزياده صعوبه مدافعي المنافس بالمراقبة ، ومن خلال التمارينات المركبة الجماعية يمكن تطوير بعض القدرات المهارية لدى اللاعبين وبذلك يستطيع الفريق السيطرة والاستحواذ على الكرة بصورة كبيرة وهذا ينتج عنه التحكم بالمباراة والحصول على نتيجة ايجابية والفوز ، ومن تراكم الخبرة لدى الباحثان في مجال الرياضة وكرة القدم ، ومن خلال المتابعة الميدانية قد لاحظ الباحثان ضعف في الاستحواذ على الكرة في المباريات لان هناك ضعف عام لدى اللاعبين بالقدرات المهارية والذي انعكس بشكل كبير على نسبة الاستحواذ على الكرة وخصوصا في المباريات المهمة والتي تطول مدتها . وان المناولات العديدة بين لاعبي خط الدفاع والوسط ، تعرف في لغة كرة القدم بالاستحواذ على الكرة ، اذ عندما يربح الفريق الكرة يحاول الاحتفاظ بها قدر المستطاع والفائدة من ذلك هو دفع اكبر عدد من لاعبي الفريق ، وتعني الزيادة العددية للأمام ومن ثم بناء اللعب في الثلث الاخير من الملعب . ويكون التدريب في الوحدات التدريبية لا ينصب بشكل اساسي بتنفيذ كيفية الاستحواذ على الكرة وبالتالي يقلل من فرص الفوز على المنافس لذا عمد الباحثان الى استخدام هذه التمارين المركبة الجماعية سعياً منه في تحسين مستوى اللاعبين بشكل خاص ومستوى الفريق بشكل عام.

ثالثاً: هدف البحث:

- التعرف على تأثير التمارينات المركبة الجماعية في تطوير بعض القدرات المهارية لدى الشباب بكرة القدم.

رابعاً: فرضيات البحث:

- وجود فروق ذات دلالة احصائية لنتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لبعض القدرات المهارية الهجومية للاعبين الشباب بكرة القدم .

خامساً : مجالات البحث:

المجال البشري: لاعبو شباب نادي قلعة سكر الرياضي بكرة القدم اعمار(16- 19) سنة .

المجال الزمني: للمدة من الاحد 2019 / 2/17 لغاية 2019/ 4/ 28

المجال المكاني: ملعب قلعة سكر الرياضي

تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات الهجومية في كرة القدم للشباب

الباحث علي هاشم محمد
أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الفصل الثاني / الإطار النظري والدراسات السابقة

- التمارينات المركبة:

هي التمارينات التي تتكون من اكثر من تمرين بهدف اكتساب اكثر من مهارة أو صفة ، وأنها تلك التمارين "التي تحتوي على تمارينات عدة الغرض منها اكتساب اللاعب اكثر من مهارة أو قدرة (1) ، وان من مميزاتها تكون مقارنة للحالات الحقيقية للعب اي المنافسات التي تساعد على تطوير قابليات اللاعب وكيفية التصرف اثناء مواقف اللعب وتسهم ايضا في تطور قابليات اللاعبين مهاريا ، بينما يعد لاديسلاف كاجاني ولاديسلاف كورسكي أن التمارين المركبة هي استيعاب الحركات المطلوبة وتنفيذها والخطة للاعبين من وضعيات عادية والتي تتسجم مع الحركات العادية للاعب داخل الملعب (2) ، بالإضافة الى ذلك يرى اللامي 2004 " أن هذه التمارينات تعمل على الاحساس بحمل المباراة وكذلك التغلب على عامل الخوف والاحساس بالثقة والقضاء على التشكك والتردد الذي يحدث في المنافسة (3) ، وان استخدامها لها فوائد عديدة منها(4):

1- التنوع بها يزيد الرغبة في الممارسة.

2- تنوع التمارينات ثبت انها من صالح الجهاز الوظيفي للاعب.

- المهارة:

تعرف المهارة بأنها "مقدرة الفرد على التوصل الى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الاتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن"(5).
(1) سامي الصفار وآخرون؛ كرة قدم، ج2، ط2: (جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987) ص170.

(2) لاديسلاف كاجاني ولاديسلاف كورسكي ؛ تدريب لاعب كرة القدم ، (ترجمة) صباح رضا

جبير وصباح محمد مصطفى ؛ بغداد ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، 1990) ص78 .

(3) عبد الله اللامي ؛ الاسس العلمية في التدريب الرياضي ، الطيف للطباعة ، 2004، ص126.

(4) محمد عبدة صالح ومفتي ابراهيم ، أساسيات كرة القدم، ط1: (القاهرة ، دار لمعرفة، 1994) ص192

(5) مفتي أبراهيم حماد؛ التدريب الرياضي الحديث: تخطيط وتدريب وقيادة، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة ، 2001 ، ص105.

- أنواع المهارات الأساسية بكرة القدم:

1 - المناولة: إن عملية التمرير في كرة القدم بين اعضاء الفريق هي أساس الانسجام ومفتاح التفاهم بين اللاعبين داخل ارضية الملعب ، فكلما كانت المناولات والتمريرات دقيقة وصحيحة متقنة كلما كانت عملية الوصول الى مرمى الفريق الأخر سهل وأخطر نتيجة(1)

2 - التهديف: " هو السلاح القوي الذي يمتلكه الفريق لتهديد الفريق الخصم " (2)

3 - السيطرة على الكرة: "السيطرة على الكرة تعني امتلاكها ووضعها تحت تصرف وتحكم اللاعب

كي يحركها بالطريقة التي تناسب الموقف المتواجد فيه"(3).

تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات الهجومية في كرة القدم للشباب

الباحث علي هاشم محمد
أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

4 - **الدرجة:** "انها من المهارات المهمة والاساسية لكل لاعب وسرعه اللعب الحديث الذي يعتمد على الحركة السريعة مع تغيير المراكز والاماكن بالكرة"⁽⁴⁾.

5 - **المراوغة:** المراوغة هي فن التخلص من الخصم ما قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدما بعض الحركات الخداع التي يؤديها اما بجذعه او قدميه ، وهي سلاح اللاعب وعامل اساسي في تنفيذ الخطط الهجومية الفردية والجماعية⁽⁵⁾.

ثانيا: الدراسات السابقة ومنها:

- دراسة (ضياء ناجي عبود)⁽⁶⁾ (2003): الموسومة بـ (تأثير تداخل التمارين المركبة في تطوير بعض المهارات الاساسية بكرة القدم)

هدفت الدراسة الى: معرفة تأثير تداخل التمارين المركبة في تحسين وتطوير مستوى بعض المهارات الاساسية (الجري بالكرة والمناولة والتهديف والجري والاختامد) ، واستخدم الباحث المنهج(التجريبي) لمعرفة مدى تأثير تداخل التمارين المركبة لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم ، وتمت على عينة البحث من لاعبي نادي التجارة للشباب باعمار 17- 18 سنة حيث بلغ عدد افراد العينة من 20 لاعبا وقد قسمت الى مجموعتين تجريبية وضابطة بالتساوي 10 لكل مجموعة جاءت النتائج بتطور المجموعة التي نفذت عليها المنهاج (التمارين المركبة) وهي المجموعة التجريبية، وأوصى الباحث باستخدام هذا المنهج التجريبي او التدريبي واعتماده من قبل المدربين وذلك للنتائج الايجابية التي حصل عليها من خلال تطبيقه على المجموعة التجريبية.

- (1) عماد زبير احمد؛ التكنيك والتكتيك في خماسي كرة القدم، ط1، بغداد، شركة السندباد للطباعة، 2005، ص9.
- (2) وسام شامل كامل؛ اثر الجهد البدني على بعض القدرات البدنية الخاصة والمتغيرات البايوكينماتيكية ومستوى أداء مهارة التهديف في خماسي كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2007، ص49.
- (3) حنفي محمود مختار، الاسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الكتب الحديث، الكويت، 1984، ص75.
- (4) محمد عبد الله الهزاع ومختار احمد اينوبلي؛ المهارات الاساسية بكرة القدم، الكويت، مطابع صوت الخليج، 2001، ص128.
- (5) زهير قاسم الخشاب (واخرون)؛ ط2، موصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999، 171.
- (6) ضياء ناجي عبود ، تأثير تداخل التمارين المركبة في تطوير بعض المهارات الاساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد ، 2003.

**تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
الباحث علي هاشم محمد أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الفصل الثالث / منهج البحث واجراءاته الميدانية

اولاً - منهج البحث:
لقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي، لملائمته لطبيعة مشكلة البحث وأن لكل بحث هناك منهج خاص به ؛ لأنه يعتمد على طبيعة المشكلة ، إن طبيعة المشكلة وأهداف البحث هما اللذان يحددان البحث الذي يجب أن يلائم ، لذلك استخدم المنهج التجريبي ذو المجموعتين لملائمتها لطبيعة البحث والذي يكون (الأقرب والأكثر صدقاً لحل الكثير من المشاكل العلمية عملياً).

ثانياً - مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث وعينته من لاعبي نادي شباب قلعة سكر الرياضي لكرة القدم حيث بلغ عدد العينة (30) لاعبا، بأعمار (16-18) سنة قسموا الى مجموعتين تجريبية وضابطة وبلغ عدد اللاعبين في كل مجموعة (12) لاعبا ، فقد تم إجراء تجربة استطلاعية على (10) لاعبين من ضمن عينة البحث وتم استبعاد (6) لاعبين منهم ليكون عددهم المتبقي (24) لاعبا، لتجنب العوامل التي يمكن أن تؤثر في نتائج التجربة، لكي يستطيع الباحثان ان ينسبا الفرق بين المجموعة التجريبية والضابطة إلى العامل التجريبي، ولضبط المتغيرات الدخيلة ولحفظ السلامة الداخلية للتصميم التجريبي، وللتأكد من التجانس بين لاعبي المجموعتين تم استخراج (معامل الالتواء) ، وكما مبين في الجدول (1)

الجدول (1) : يبين تجانس العينة في متغيرات (العمر، العمر التدريبي، الطول، كتلة الجسم) قيمة معامل الالتواء.

ت	المتغيرات	وحدة القياس	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	عمر اللاعب	سنة	24	17,36	0,953	17,5	-0,114
2	الطول	سم		166,27	5,873	166,5	0,182
3	الكتلة	كغم		64,73	5,044	65,5	-0,316
4	العمر التدريبي	سنة		5,41	0,959	6	-0,25

يُلاحظ من الجدول (1) أن قيمة معامل الالتواء محصورة فيما بين (3+) وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث في المتغيرات المشار إليها في الجدول وإنهم ضمن المنحنى الطبيعي للتوزيع .

**تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
الباحث علي هاشم محمد أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

ثالثاً - الأدوات والجهزة والوسائل المساعدة:-

أ - الاجهزة والأدوات المستعملة في البحث:-

- 1- ساعة توقيت الكترونية عدد (2) .
- 2 - كرات قدم قانونية عدد (30) .
- 3 - (علامات ملونة) على شكل قطع بلاستيك.
- 4 - صافرة عدد (2) .
- 5 - شريط لاصق ملون .
- 6- شريط قياس (فيته) عدد (2).
- 7- شواخص بلاستيكية عدد (30) .
- 8- كاميرا فيديو نوع (Nikon) عدد (1) .
- 9- حواجز عدد (20) .
- 10- مراتب مرقمة بالأرقام (1،2،3،4) قياس (1،50×1،50) عدد (4).
- 11- حلقات دائرية قياس (60) سم.
- 12- شريط لاصق جلدي لتخطيط مناطق الاختبار وتحديدها .
- 13- حاسبة يدوية .
- 14- حاسوب لابتوب نوع (Dell) عدد (1) .
- 15- سلاالم تدريبية قياس (7) م عدد 4.
- 16- ملعب كرة القدم .

ب - الوسائل المساعدة:-

- " الوسائل التي تمكن الباحثان من جمع البيانات وحل مشكلة البحث لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات والوسائل من عينات وبيانات واجهزة"⁽¹⁾. ومن الوسائل التي أستعملها الباحثان هي:-
- 1- المصادر العربية والأجنبية.
 - 2- شبكة المعلومات الانترنت.
 - 3- استمارة تجميع البيانات والمعلومات عند تسجيل الاختبارات المستخدمة في البحث.
 - 4 - المقابلات الشخصية المباشرة .
 - 5- الاختبارات والقياس.

**تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
الباحث علي هاشم محمد
أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

6- فريق العمل المساعد.

رابعاً - إجراءات البحث الميدانية :-

أ- تحديد متغيرات البحث واختبارات البحث:-

قام الباحثان بالبحث عن المصادر وجمعا ما استطاعا الحصول عليه من الدراسات والمؤلفات والأبحاث العلمية التي تطرقت للقدرة المهارية في كرة القدم ، وبعد التباحث والتشاور مع بعض المختصين في لعبة كرة القدم عن طريق المقابلات الشخصية توصل الباحثان الى الاختبارات التي تتناسب مع القدرات الخاصة بلعبة الكرة القدم وكما مبين في الجدول (2).

(1) وجيه محجوب؛ طرق البحث العلمي ومناهجه ، ط2، بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1988، ص 133 .

جدول (2) : يبين القدرات المهارية واختباراتها.

اختبارات القدرات المهارية	القدرات المهارية
الجري إلى الأمام حول (5) شواخص بالأسلوب التنافسي	الدرجة
اختبار مثلث السرعة	
اختبار دقة المناولة	المناولة
اختبار دقة التهديف	التهديف

ب - الأختبارات المهارية .

* : الدرجة بالكرة بين (5) شواخص⁽¹⁾

1- الغرض من الاختبار: قياس القدرة على سرعة الدرجة بتغيير الاتجاه (الرشاقة الخاصة)

2 - الادوات اللازمة:

- مكان لاداء الاختبار يحدد فيه خط البداية على بعد (2م) من الشاخص الاول واربعة شواخص متتالية

المسافة بين كل شاخص واحد(1.5م) بحيث تكون مسافة الاختبار (8م) وعدد الشواخص (5).

- كرة قدم .

- ساعة توقيت الكترونية .

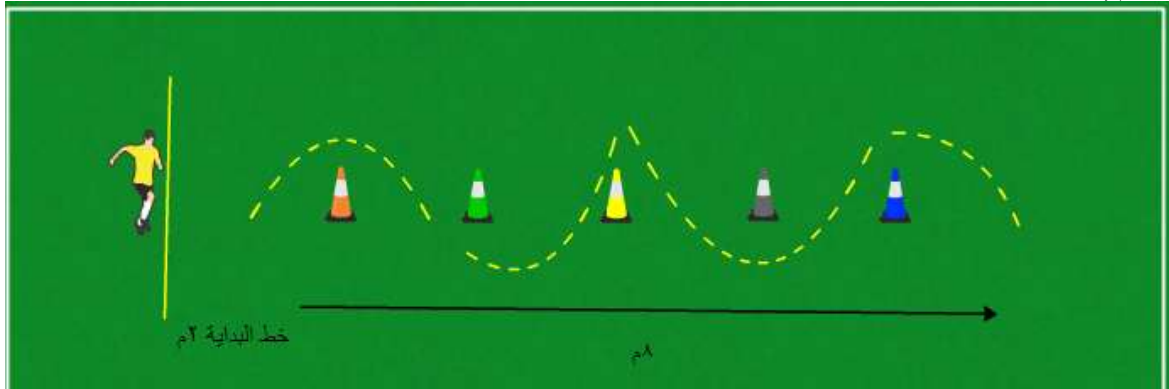
**تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
الباحث علي هاشم محمد أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

3- وصف الاداء: بعد سماع اشارة البدء يقوم اللاعب بالدرجة بسرعة واجتياز الشواخص الخمسة والوصول الى خط النهاية باسرع وقت.

4 - تعليمات الاختبار:

- يمكن للاعب ان يبدأ باجتياز الشاخص الاول من جهة اليمين او اليسار.
 - يجب ان لا تتوقف حركة اللاعب في اثناء الاختبار.
 - اذا خرجت الكرة من سيطرة اللاعب لا تحتسب المحاولة .
 - تعطى للاعب محاولتان ويحتسب له افضل زمن يسجله .
 - اذا عبر اللاعب احد الشواخص لا تحتسب المحاولة.
- 5 - طريقة التسجيل:** يحتسب الزمن لاقرب 1/100 من الثانية.

اسماعيل سليم عبد : تحديد اهم القدرات البدنية والمهارية لاختيار اللاعبين الشباب بكرة القدم (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 ، ص 60 .



الشكل (1) يبين اختبار الدرجة بالكرة بين (5) شواخص

ثانيا : اسم الاختبار: (اختبار مثلث السرعة)
وهو قياس السرعة الانتقالية بالكرة .

- 1- **الغرض من الاختبار :** هو قياس الانتقالية وكذلك القدرة على التحكم بالكرة أثناء الدرجة والتقدم في المسار الأخير من ضلع المثلث المتساوي الأضلاع .
- 2- **وصف الاختبار (1) :** ملعب ، يحدد مثلث متساوي الأضلاع بقياس (15) متر نضع شاخص في قمة المثلث ومن الجهة اليسرى لقاعدة المثلث نضع كرة كما في الشكل (10) وعند إشارة البداية يركض اللاعب ضلعي المثلث وعند وصول إلى القاعدة يدحرج بسرعة وبطريقة حرة إذ يمس الكرة (3) مرات كحد أدنى .

¹ ستانيواف تيموفيج ، كرة القدم للناشئين ؛ ترجمة ، كاظم عبد الربيعي و عبد الله إبراهيم المشهداني : (البصرة ، دار الحكمة ، 1991) ، ص 273 .

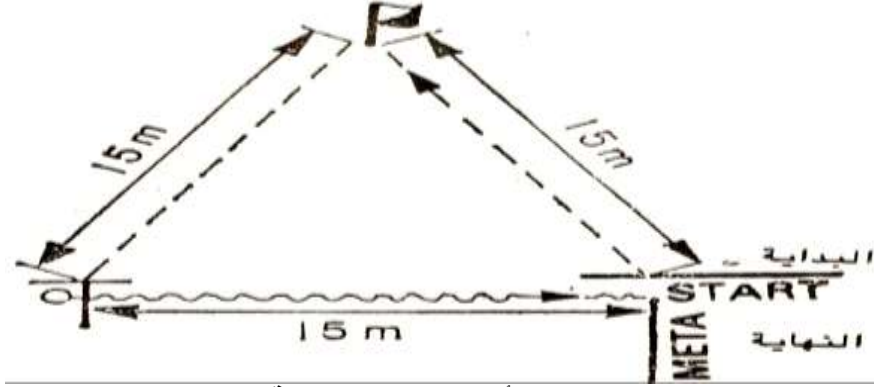
تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

3- تقويم الاختبار

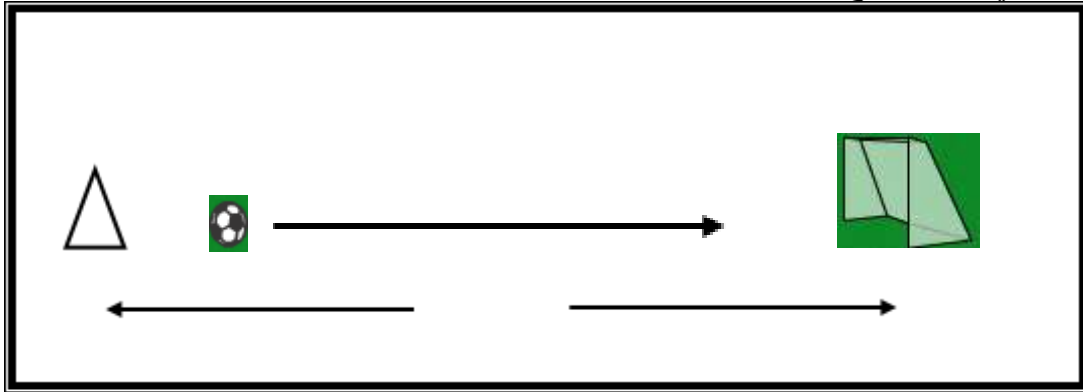
يكون بقياس الوقت المقيس بساعة التوقيت إلى خط النهاية ، يقوم اللاعب بإجراء ثلاثة محاولات متتالية ويحسب له أقل زمن من تلك المحاولات .



شكل (2) اختبار مثلث السرعة .

*: اختبار قياس دقة المناولة⁽¹⁾

- 1- اسم الاختبار : المناولة نحو هدف يبعد مسافة (20) متراً .
- 2- الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة .
- 3- الادوات المستخدمة: كرات قدم عدد(5) ، هدف صغير ابعاده 110سم × 63 سم .
- 4- إجراءات الاختبار: يرسم خط بطول(1)متراً كخط بداية على مسافة(20) متراً عن الهدف الصغير ، وتوضع كرة ثابتة على خط البداية.
- 5- وصف الاختبار: يقف اللاعب خلف خط البداية مواجهاً للهدف الصغير ، ويبدأ عند اعطاء الإشارة بتصويب الكرة نحو الهدف لتدخل اليه، وتعطى لكل اللاعب(5) خمسة محاولات متتالية.
- 6- التسجيل: تحسب الدرجة من مجموع الدرجات التي حصل عليها اللاعب من تصويب الكرات الخمس وعلى النحو التالي :
 - درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل الى الهدف الصغير.
 - درجة واحد اذا مسكت الكرة القائم او العارضة ولم تدخل الهدف.
 - صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير.



شكل رقم (3) يبين اختبار المناولة

تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

* اختبار التهديف بدقة نحو هدف مقسم (2).

- 1- الهدف من الاختبار : قياس دقة التهديف نحو الهدف .
- 2 - الأدوات المستخدمة : كرات قدم عدد (6)، شريط لتعيين منطقة التهديف للاختبار، هدف كرة قدم ، ملعب كرة قدم.

(1) رعد حسين حمزة: أثر استخدام وسيلة المناطق المحددة في تنمية المهارات الاساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1999، ص 14.

(2) اسعد لازم علي: مصدر سبق ذكره، 2004، ص 80.

3 - طريقة الأداء:

- توضع (6) كرات قدم على خط منطقة الجزاء الذي يبعد (18) ياردة عن الهدف وكما موضح في الشكل (4) بين كرة وأخرى (1متر) إذ يقف اللاعب خلف الكرة رقم (1) وعندما تعطى له إشارة البدء يقوم اللاعب بالتهديف في المناطق المؤشرة في الاختبار وعلى وفق أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الواحد بعد الآخر حتى الكرة السادسة ويكون التصويب يوجه القدم .

- يبدأ الاختبار من الكرة رقم (1) وينتهي في الكرة (6).

- لا تعد المحاولة صحيحة في حالة عدم تسجيل أي هدف من الأهداف الثلاثة من كل جهة فضلاً عن الهدف الوسط .

4 - طريقة التسجيل : تحتسب عدد الإصابات التي تدخل أو تمس جوانب الأهداف الأربعة المحددة في كل جهة والوسط من الهدف بحيث تحتسب درجات كل كرة من الكرات الست وكالاتي :

— 4 درجات عند التهديف في المجال رقم (4) .

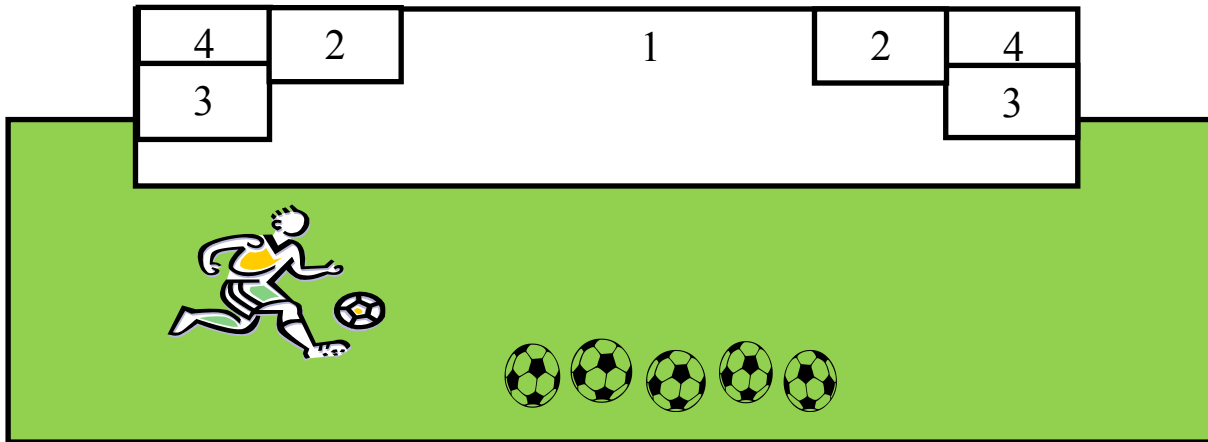
— 3 درجات عند التهديف في المجال رقم (3) .

— 2 درجتان عند التهديف في المجال رقم (2) .

— درجة واحدة عند التهديف في المجال رقم (1) .

— صفر عند التهديف الفاشل .

— يعطى للمختبر محاولة واحدة والتي تشمل على ست كرات.



الشكل (4) يوضح طريقة أداء اختبار التهديف باتجاه هدف مقسم الى مناطق

**تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
الباحث علي هاشم محمد
أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

ج - الأسس العلمية لاختبارات موضوعة البحث

1 - صدق الاختبارات:

استخدم الباحثان الصدق الظاهري بوساطة تحديد الاختبارات جميعها من قبل اللجنة العلمية و آراء الخبراء المختصين، ومن خلالهم تم الحصول على صدق الاختبار، وكذلك قام الباحث باستخراج نوع آخر من الصدق هو الصدق الذاتي الذاتي من خلال الجذر التربيعي للثبات، "أن الصدق هو تقدير لمعرفة ما إذا كان الاختبار يقيس ما نريد أن نقيسه به، ولا شيء غير مما نريد نقيسه به"⁽¹⁾.

2 - ثبات الاختبارات:

"الثبات يعني مدى الدقة التي يقيس بها الاختبار الظاهرة موضوع القياس"⁽²⁾، ولغرض معرفة نقاء الاختبار من الأخطاء، عمد الباحثان إلى اختبار عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (30)، لاعب ومن ثم إعادة الاختبار عليهم بعد مرور سبعة أيام، ومن ثم معالجة بيانات الاختبار إحصائياً من خلال معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

3 - موضوعية الاختبارات:

الموضوعية تعني أن الاختبار غير خاضع للتقديرات الذاتية، فالاختبارات الموضوعية تعني "الاختبارات كلها التي تخرج رأي المصحح أو حكمه، من عملية التصحيح لان الجواب محدد كما أنها لا تتأثر بالعوامل الذاتية والشخصية للمصحح وتعني عدم اختلاف المقدر في الحكم على شيء ما.... أو على موضوع معين"⁽³⁾، وبما إن الاختبارات استعملت وحدات قياس مختلفة، فقد قام الباحثان باستخراج الموضوعية من خلال الارتباط درجات محكمين اثنين وكما مبين بالجدول رقم (3).

الجدول (3) يبين معاملات الثبات والصدق الذاتي والموضوعية لمتغيرات البحث

1	مثث السرعة	0.778	0.010	0.882	0.958	0.000
2	دقة المناولة (درجة)	0.919	0.000	0.958	0.871	0.001
3	الجري بين الشواخص (ثانية)	0.827	0.020	0.909	0.761	0.000
4	دقة التهديف (درجة)	0.765	0.014	0.874	0.779	0.003

- (1) مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق(الثبات، الصدق، الموضوعية، المعايير)، ط1، (القاهرة، مركز الكتاب والنشر، 1999)، ص26.
- (2) قاسم حسن المندلاوي وآخرون؛ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية، (الموصل، مطبعة التعليم العالي، 1989)، ص107.
- (3) قيس ناجي وبسطويسي احمد؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي، 14(بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987)، ص131.

تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات الهجومية في كرة القدم للشباب

الباحث علي هاشم محمد
أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

خامساً - التجربة الاستطلاعية

لقد قام الباحثان بإجراء تجربتهما الاستطلاعية على عشرة لاعبين من خارج عينة البحث في الساعة الثالثة من عصر يوم الثلاثاء الموافق 2019/ 2 / 5 على ملعب نادي قلعة سكر الرياضي وقد أعطي مدة (15) دقيقة للأحماء وقد وضحت الاختبارات التي تم شرحها وكيفية أدائها بالشكل الصحيح وكيف يتم احتساب النقاط وقد توصل الباحث من التجربة الى ما يأتي:-

- 1- التعرف على الاداء الصحيح لكل اختبار وكيفية ادائه .
 - 2- اعلام فريق العمل المساعد عن كيفية اداء الاختبار بشرح مبسط لكل اختبار وكيفية التسجيل .
 - 3- التعرف على مدة الاداء عند تطبيق الاختبارات لدى افراد العينة .
 - 4- الصعوبات التي تواجه العينة عند تطبيقها للاختبارات .
 - 5- التعرف على عدد المحاولات وكيفية احتسابها .
 - 6- مدى ملائمة الادوات المستخدمة لدى عينة البحث .
 - 7- التعرف على الأداء السهل والصعب للاعبين عند تطبيق الاختبارات .
- الوحدات التمهيديّة لتنفيذ التدريبات المركبة الجماعية:-

أجرى الباحثان بمساعدة مدرب الفريق والمساعدين وحدتين تدريبيتين تمهيديتين على اثني عشر لاعبا قبل البدء بتنفيذ التجربة الرئيسية وقد تمت هاتان وحدتان يومي (الخميس والجمعة) الموافق- 2019/2/8-7م وكان الهدف منها ما يأتي:-

- أخذ فكرة عن كيفية استقبال اللاعبين وبدنياً وذهنياً للتدريبات المركبة الجماعية .
- التأكد من زمن اجراء الوحدة التدريبية في الوقت المحدد لها .
- التأكد من تحديد الأزمنة التي تم وضعها من قبل الباحث عند تنفيذ التدريبات خلال الوحدة التدريبية.

- التأكيد على استخدام اسلوب التنوع في التمرين ، وذلك لإدخال التشويق والمتعة في نفوس اللاعبين
- يجب الاهتمام بالزمن من حيث تحديد مدة الراحة بين التمرينات وبين تكرار وآخر، ومجموعة وأخرى، وذلك بقياس النبض وأعادته إلى حالته الطبيعية.
- ضرورة التأكد من عدد التكرارات المستخدمة عند تنفيذ التجارب.

سادساً — الاختبارات القبليّة:

لقد تم إجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث في يومي الاحد الموافق 2019/ 2/10 على ملعب قلعة سكر لكرة القدم في الساعة الثالثة عصرا ، ولقد ثبت الباحثان الظروف وطرق إجراء الاختبارات بإشرافهما وبمساعدة فريق العمل من أجل أن تتحقق نفس الظروف عند إجراء الاختبارات البعديّة ، وأكملت الاختبارات يوم الثلاثاء الموافق 2019/2/ 12 ، وبعدها تم إجراء الاختبارات المهاريّة وهي (الدرجة بالكرة بين (5) شواخص ، واختبار مثلث السرعة في أقل زمن، واختبار دقة المناولة ، واختبار دقة التهديف) .والجدول رقم (4) يبين ذلك :

**تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
الباحث علي هاشم محمد أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الجدول (4) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمت (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة بين الاختبارات القبلية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في جميع الاختبارات

المعالجات الإحصائية اسم الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	Sig	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			
مثلث السرعة	ثانية	8.231	0.587	8.67	0.979	-1.331	0.197	غير دال
دقة المناولة	درجة	2.166	1.114	1.75	0.965	0.979	0.338	غير دال
ركض بين الشواخص	ثانية	8.595	0.982	8.56	0.673	0.102	0.92	غير دال
دقة التهديف	درجة	9	1.279	8.583	1.443	0.748	0.462	غير دال

* عند درجة حرية (ن-2) = 22 ومستوى دلالة (0.05)

سابغاً- التجربة الرئيسية:-

تم إعداد التدريبات المركبة الجماعية من قبل الباحثان نظراً الى الخبرة واعتماداً على المصادر العلمية في مجال كرة القدم ، وقد تم تطبيق التدريبات المركبة الجماعية وفق ما يلي:-

- تم تنفيذ (28) وحدة تدريبية وقد طبقت فيها التمارين المركبة الجماعية في القسم الرئيسي للوحدة التدريبية، حيث استغرقت مدة تطبيقها (10) أسابيع وبواقع وحدتان تدريبيتان في الاسبوع الاول والثاني ، وثلاث وحدات تدريبية لباقي الوحدات، على أن يكون يوم السبت في الاسبوع نفسه كتعويض في حالة(العطل)وبدأ تطبيق التدريبات يوم الاحد الموافق 2 / 17 / 2019 ولغاية يوم الاحد الموافق 4/ 28 / 2019 .
- تم إجراءها على أساس التدرج في المستوى التدريبي والشدة من السهول الى المستوى الصعب وابتداءً من لاعبين ومن ثم ثلاث لاعبين ثم أربعة وخمسة حتى العدد الاساسي للاعبين كرة القدم .
- كان الوقت الكلي المخصص للتدريبات المركبة الجماعية في عشرة اسابيع بواقع (60)دقيقة تقريباً من القسم الرئيسي للوحدة التدريبية ، وبذلك بلغ مجموع العمل الكلي (1,680) دلمدة 10 اسابيع.
- تم استخدام وسائل وأدوات تدريبية مختلفة الاشكال والانواع لتخدم بشكل اساسي تطوير القدرات المهارية للاعبين وهي (سلالم تدريبية 7م ، حواجز قفز مختلفة الارتفاعات 20، 50 ، 60)سم ، خطوط اللعب، كرات ثانية مفاجئة اثناء الاداء.
- أستخدم الباحثان طريقة التدريب الفترتي منخفض الشدة والفترتي مرتفع الشدة بشكل متوافق مع الحجم التدريبي والشدة التي تم بها أداء الوحدات التدريبية وأستخدم الباحث في بعض هذه التدريبات الأداء التنافسي أثناء أداء هذه التدريبات.
- اعتمد الباحثان في التدريبات على أسلوب التكرار والتحسين بواقع (6-8) تكرار للتمارين التي يكون فيها زمن التمرين اقل من دقيقة واحدة وبواقع راحة لمدة دقيقتان بين التكرارات مع مراعات زمن الانتقال من تمرين الى آخر الذي كان ثلاث دقائق .

تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

• اعتمد في هذه التدريبات أسلوب التنوع أثناء تنفيذ الاداء لمختلف المراكز في خطوط اللعب مع تبادل الادوار اثناء تنفيذ التمارينات مع مراعات الجانب التخصصي للاعبين ضمن الخطوط الهجومية أو الدفاعية.

• ركز الباحثان في التدريبات على التنوع في الجانب الخططي الدفاعي والهجومى والانتقال من الدفاع الى الهجوم وذلك من خلال توافق الجهد البدني مع المتطلبات المهارية بوجود الادوات والوسائل التدريبية ضمن المسار الحركي الصحيح للمهارت.

• اعتمد في التدريبات اساليب لعب مشابهة لظروف اللعب وأكثر صعوبة في اثناء الاداء من خلال وجود:-

1- الإكثار من حركات اللعب في التمرين الواحد مع تغيير الادوات والوسائل التدريبية حسب القدرات التي يتم التأكيد على تطويرها والتي تخدم المهارات المستخدمة .

2- أكثر من لاعب ومغذي للكرة (المدرّب والمساعدين) لظروف لعب مشابهة.

3- عدم تحديد جهة الانطلاق أو مغذي الكرات في اثناء الاداء لغرض إعداد وتهيئة اللاعب لمختلف متغيرات ومواقف اللعب.

• أشترك في هذه التمارينات مدرب الفريق ومساعديه وكان التركيز الأكثر على الدقة في الاداء سواء في الهجومى او الدفاعي من اولويات هذه التمارينات ومن اجل تحقيق التطور الافضل قام الباحثان بالتحكم بزيادة نسبة الشدة من خلال التنوع في اشكال واساليب اداء التمارينات المركبة الجماعية المطابقة لحالات أو ظروف اللعب مع اضافة عنصر المنافسة لزيادة مستوى الصعوبة وكذلك لتفادي حالة الملل يتم رفع حالة التنافس والاثارة لدى اللاعبين ، وعليه " فان التدريب على الاداء او المهارة بشكل عام بنفس سرعة الاداء في المنافسات أو المباريات مهم جدا ويجب ان يخطط المدرب للوصول اليه تدريجياً وأن يراعى في ذلك اهمية الوصول لسرعته ثم دقة الاداء ثانياً مع التأكيد على زيادة السرعة تدريجياً" (1).

ويوضح الجدول (5) الوحدات التدريبية ومستوى الصعوبة من حيث عدد اللاعبين وزمن الوحدات وتاريخها .

(1) مفتي ابراهيم حماد : مصدر سبق ذكره ، ص: 200.

**تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
الباحث علي هاشم محمد أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

جدول (5)

يبين الوحدات التدريبية ومستوى الصعوبة من حيث عدد اللاعبين وزمن الوحدات وتاريخها.

الاسابيع	رقم الوحدة التدريبية	التاريخ	عدد اللاعبين (مستوى الصعوبة)	ارقام التدريبات المركبة الجماعية	زمن الجزء الرئيسي بالدقيقة
الاول	الاولى	2019/2/17	2-2-2-2	4-3-2-1	60
	الثانية	2019/2/20	3-3-2-2	10-9-6-5	60
	الثالثة	2019/2/24	3-3-2-2	12-11-8-7	60
الثاني	الرابعة	2019/2/27	3-3-3-2	13-9-14-4	60
	الخامسة	2019/3/3	4-4-3-2	16-15-10-6	60
الثالث	السادسة	2019/3/6	4-3-3-2	17-12-11-7	60
	السابعة	2019/3/8	5-2-2-2	18-8-5-3	60
	الثامنة	2019/3/10	6-7-2-2	20-19-2-1	60
الرابع	التاسعة	2019/3/13	6-4-4-3	21-17-15-13	60
	العاشرة	2019/3/15	8-5-8-3	22-18-23-14	60
	الحادية عشر	2019/3/17	7-4-9-8	19-16-25-24	60
الخامس	الثانية عشر	2019/3/20	8-8-6-8	23-22-20-26	60
	الثالثة عشر	2019/3/22	9-8-6-10	25-24-21-27	60
	الرابعة عشر	2019/3/24	10-4-10-3	28-16-29-9	60
السادس	الخامسة عشر	2019/3/27	6-6-4-12	21-20-17-30	60
	السادسة عشر	2019/3/29	12-4-5-7	31-15-18-19	60
	السابعة عشر	2019/3/31	10-6-8-12	28-21-26-32	60
السابع	الثامنة عشر	2019/4/3	10-8-8-4	27-23-24-17	60
	التاسعة عشر	2019/4/5	9-6-12-10	25-20-30-29	60
	العشرون	2019/4/7	12-3-3-2	31-14-9-8	60
الثامن	الواحدة والعشرون	2019/4/10	2-7-3-2	3-19-10-6	60
	الثانية والعشرون	2019/4/12	2-3-12-2	7-13-32-1	60
	الثالثة والعشرون	2019/4/14	4-8-10-2	16-22-27-5	60

تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

60	15-23-9-3	4-8-3-2	2019/4/17	الرابعة والعشرون	التاسع
60	28-24-13-4	10-8-3-2	2019/4/19	الخامسة والعشرون	
60	18-21-17-12	5-6-4-3	2019/4/21	السادسة والعشرون	العاشر
60	19-30-6-2	7-12-2-2	2019/4/24	السابعة والعشرون	
60	11-26-14-9	3-8-3-3	2019/4/26	الثامنة والعشرون	

ثامناً - الاختبارات البعدية:-

بعد أن تم الانتهاء من الوحدات التدريبية (28) وحدة تدريبية بعدها تم إجراء الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية ، بحيث اجريت الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية بتاريخ (2019/5/2) والمجموعة الضابطة بتاريخ (2019/5/3) ولقد حرص الباحثان عند إشرافهما على اجراءات البحث ومن خلال التعاون مع فريق العمل المساعد على تنفيذ الإجراءات نفسها المتبعة في الاختبارات القبلية مع تهيئة الظروف المناسبة من حيث المكان والزمان والادوات.

تاسعاً - الوسائل الاحصائية:-

قام الباحثان باستعمال الحقيبة الإحصائية (SPSS) لاستخراج قيم كل من:-
الوسيط ، اختبار (t) للمجموعات المترابطة وغير المترابطة ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، ارتباط بيرسون، ومعامل الالتواء .

الفصل الرابع / عرض النتائج ومناقشتها

اولاً : أ / عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدية والبعدية لمجموعتي البحث :

1 - عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدية لمجموعتي البحث في اختبار (اختبار مثلث السرعة)

جدول (6) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الفروق وانحرافات الفروق وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية والدالة المعنوية فما بين الاختبار القبلي والبعدية لمجموعتي البحث في اختبار (اختبار مثلث السرعة)

المجاميع	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف	ت	قيمة Sig	الدالة	
		س	±ع	س	±ع					
التجريبية	12	8.231	0.587	6.014	0.335	2.217	0.793	9.684	0.000	معنوي
الضابطة	12	8.67	0.979	7.1	0.401	1.57	0.824	6.599	0.000	معنوي

مستوى الدلالة (0.05)

درجة الحرية = (ن-1) = 11

تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

يتبين من الجدول رقم (6) ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي كان (8.231) والانحراف المعياري كان (0.587)، وفي الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية اصبح الوسط الحسابي (6.014) والانحراف المعياري (0.335)، وبلغ متوسط فرق الاوساط الحسابية بين الاختبارين (2.217) والانحراف المعياري للفروق (0.793) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (9.684) وبلغت قيمة (sig) (0.000) وهي اصغر من (0.05) وهذا يدل على معنوية الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

اما الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي كان (8.67) والانحراف المعياري كان (0.979)، وفي الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة اصبح الوسط الحسابي (7.1) والانحراف المعياري (0.401)، وبلغ متوسط الفرق الاوساط الحسابية بين الاختبارين (1.57) والانحراف المعياري للفروق (0.824) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (6.599) وبلغت قيمة (sig) (0.000) وهي اصغر من (0.05) وهذا يعني ان دلالة الفروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

2 - عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدي لمجموعتي البحث في اختبار دقة المناولة.

جدول (7) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الفروق وانحرافات الفروق وقمتي (ت) المحسوبة والجدولية والدالة المعنوية فما بين الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في اختبار دقة المناولة.

المجاميع	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي		ف	ت	قيمة	الدالة	وحدة القياس	ن	التجريبية
		±ع	س							
	±ع	س	±ع	س	ف هـ	المحسوبة		درجة	12	
التجريبية	1.114	2.166	1.001	6.714	4.54	-6.911	0.000	درجة	12	معنوي
الضابطة	0.965	1.75	1.288	4.25	-2.5	-4.855	0.001	درجة	12	معنوي

درجة الحرية = (ن-1) = 11 مستوى الدلالة (0.05)

يتبين من الجدول رقم (7) ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي كان (2.166) والانحراف المعياري كان (1.114)، اما في الاختبار البعدي فاصبح الوسط الحسابي (6.714) والانحراف المعياري (1.029)، وبلغ متوسط الفرق الاوساط الحسابية بين الاختبارين (4.548) والانحراف المعياري للفروق (1.758) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (-6.911) وبلغت قيمة (sig) (0.000) وهي اصغر من (0.05) وهذا يدل على معنوية الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي، اما الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي كان (1.75) والانحراف المعياري كان (0.965)، وفي الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة اصبح الوسط الحسابي (4.25) والانحراف المعياري (1.288)، وبلغ متوسط الفرق الاوساط الحسابية بين الاختبارين (-2.5) والانحراف المعياري للفروق (1.783) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (-4.855)

تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

وبلغت قيمة (sig) (0.001) وهي اصغر من (0.05) وهذا يعني ان دلالة الفروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

3 - عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدي لمجموعتي البحث في الركض بين الشواخص جدول (8) : يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الفروق وانحرافات الفروق وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية والدالة المعنوية فما بين الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في اختبار الركض بين الشواخص

المجموع	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف	ت	قيمة Sig	الدلالة		
		س	ع	س	ع						
التجريبية	12	ثانية	8.595	0.982	5.4	0.223	3.194	1.072	10.319	0.000	معنوي
الضابطة	12	ثانية	8.56	0.673	6.04	0.332	2.519	0.775	11.249	0.000	معنوي

مستوى الدلالة (0.05)

درجة الحرية = (ن-1) = 11

يتبين من الجدول (8) ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي كان (8.595) والانحراف المعياري كان (0.982)، وفي الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية اصبح الوسط الحسابي (5.4) والانحراف المعياري (0.223)، وبلغ متوسط فرق الاوساط الحسابية بين الاختبارين (3.194) والانحراف المعياري للفروق (1.072) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (10.319) وبلغت قيمة (sig) (0.000) وهي اصغر من (0.05) وهذا يدل على معنوية الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

اما الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي كان (8.56) والانحراف المعياري كان (0.673)، وفي الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة اصبح الوسط الحسابي (6.04) والانحراف المعياري (0.332)، وبلغ متوسط فرق الاوساط الحسابية بين الاختبارين (2.0519) والانحراف المعياري للفروق (0.775) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (11.249) وبلغت قيمة (sig) (0.000) وهي اصغر من (0.05) وهذا يعني ان دلالة الفروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

4 - عرض نتائج الاختبارات المهارية القبلية والبعدي لمجموعتي البحث في اختبار دقة التهديف. جدول (9) : يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومتوسط الفروق وانحرافات الفروق وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية والدالة المعنوية فما بين الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث في دقة التهديف.

**تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
الباحث علي هاشم محمد أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

المجاميع	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ف	ت المحسوبة	قيمة Sig	الدلالة
		س	ع±	س	ع±				
التجريبية	درجة	9	1.279	18.166	1.749	-9.166	14.116	0.000	معنوي
الضابطة	درجة	8.583	1.443	17.66	1.23	-9.083	14.625	0.000	معنوي

درجة الحرية = (ن-1) = 11 مستوى الدلالة (0.05)

يتبين من الجدول رقم (9) ان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي كان (9) والانحراف المعياري كان (1.279)، وفي الاختبار البعدي اصبح الوسط الحسابي (18.166) والانحراف المعياري (1.749)، وبلغ متوسط الفرق الاوساط الحسابية بين الاختبارين (-9.166) والانحراف المعياري للفروق (2.249) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (14.116) وبلغت قيمة (sig) (0.000) وهي اصغر من (0.05) وهذا يدل على معنوية الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

اما الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي كان (8.583) والانحراف المعياري كان (1.443)، وفي الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة اصبح الوسط الحسابي (17.66) والانحراف المعياري (1.23)، وبلغ متوسط فرق الاوساط الحسابية بين الاختبارين (-9.083) والانحراف المعياري للفروق (2.151) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (14.625) وبلغت قيمة (sig) (0.000) وهي اصغر من (0.05) وهذا يعني ان دلالة الفرق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

5- عرض نتائج الاختبارات المهارية البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحليلها ومناقشتها:

جدول (10): يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة بين الاختبارات البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في الاختبارات المهارية

الاختبارات	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة			(ت) المحسوبة	درجة الدلالة (Sig)
	ن	س	ع±	ن	س	ع±		
ركض حول الدائرة (ثانية)	12	6.014	0.335	12	7.1	0.401	-7.185	0.000
دقة المناولة (درجة)	12	6.714	1.001	12	4.25	1.288	2.925	0.001

تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

الجري بين الشواخص (ثانية)	12	5.4	0.223	12	6.04	0.332	-5.532	0.000	دال
دقة التهديد (درجة)	12	18.166	1.749	12	17.666	1.23	0.810	0.427	غير دال

درجة الحرية (ن-2) = 22 ومستوى الدلالة (0.05)

يتبين من الجدول (10) أن الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في اختبار الركض حول الدائرة كان (6.014) والانحراف المعياري (0.335)، أما المجموعة الضابطة فقد كان وسطها الحسابي (7.1) وانحرافها المعياري (0.401)، وبعد حساب قيمة (ت) المحسوبة باستخدام قانون (ت) للعينات غير المترابطة والتي كانت (-7.185)، وكانت قيمة (Sig) (0.000) \geq (0.05)، وهذا يعني وجود فرق معنوي إحصائياً فيما بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

أما في اختبار دقة المناولة فقد بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (5.116) والانحراف المعياري (1.029)، أما المجموعة الضابطة فقد كان وسطها الحسابي (4.25) وانحرافها المعياري (1.288)، وبعد حساب قيمة (ت) المحسوبة باستخدام قانون (ت) للعينات غير المترابطة والتي كانت (1.925)، وكانت قيمة (Sig) (0.067) \leq (0.05)، وهذا يعني عدم وجود فرق معنوي إحصائياً فيما بين مجموعتي البحث.

وفي اختبار الجري بين الشواخص فقد بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (5.4) والانحراف المعياري (0.223)، أما المجموعة الضابطة فقد كان وسطها الحسابي (6.04) وانحرافها المعياري (0.332)، وبعد حساب قيمة (ت) المحسوبة باستخدام قانون (ت) للعينات غير المترابطة والتي كانت (-5.532)، وكانت قيمة (Sig) (0.000) \geq (0.05)، وهذا يعني عدم وجود فرق معنوي إحصائياً فيما بين مجموعتي البحث ولصالح المجموعة التجريبية، أما في اختبار دقة التهديد فقد بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (18.166) والانحراف المعياري (1.749)، أما المجموعة الضابطة فقد كان وسطها الحسابي (17.666) وانحرافها المعياري (1.23)، وبعد حساب قيمة (ت) المحسوبة باستخدام قانون (ت) للعينات غير المترابطة والتي كانت (0.810)، وكانت قيمة (Sig) (0.427) \leq (0.05)، وهذا يعني عدم وجود فرق معنوي إحصائياً فيما بين مجموعتي البحث.

- مناقشة نتائج الاختبارات المهارية :-

من مراجعة جداول المعالم والدلالة الإحصائية لنتائج المهارات الأساسية في الاختبارات القبلية والبعديّة في الجداول (6) و(7) و(8) و(9)، يتبين دلالة الفروق لصالح الاختبارات البعديّة، وكذلك بالنسبة للجدول (10) الخاص بالاختبارات البعديّة نجد ان الاختبارات جميعها لصالح المجموعة التجريبية، في ماعدا التهديد يرجع الى اعتماد المنهج التدريبي على الأساليب العلمية، في وضع التمارين الخاصة بتطوير المهارات موضوع البحث، ساعدت من خلال تنوعها على تحسين الجانب المهاري لدى أفراد عينة البحث، مما جعلها العامل الرئيس في ارتفاع مستوى الأداء فضلا عن التمارين المركبة المعدة والمواقف المختلفة التي طبقت من خلالها وكذلك الموقف المختلفة التي من المرجح حدوثها أثناء المباراة ادت الى الما اللاعب بالمكان والتوقيت السليم باتخاذ القرار مما انعكس ايجابياً على الأداء المهاري للاعبين وهذا يتفق مع ما جاء في أدبيات تدريب كرة القدم والتي حددت واجبات اللاعبين في اتخاذ الموقف الملائم لوضعية اللعب، وهذا ما تحقق في طريقة مواقف اللعب من خلال الربط بين تطوير هذه المهارات وتطوير القدرات البدنية " أن الاستمرار في عملية التعلم

تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

والتدريب بشكل منتظم ومتواصل، من العوامل المهمة في نجاح عملية التعلم والتدريب الرياضي، ولتحقيق المستوى المطلوب للأداء البدني الجيد لحركات مهارية معينة، يجب الاعتماد بالدرجة الأولى على الاستمرارية وتكرار الأداء البدني لهذه الحركات والمهارات⁽¹⁾

1- حمدي أحمد وياسر عبد العظيم اقتبس مصطفى حسن عبد الكريم: تأثير منهج تدريبي مقترح في تطوير دقة وسرعة الطعن في لعبة المبارزة للمعاقين، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2000، ص100.

ويعزو الباحثان تطور دقة المناولة والدرجة لدى أفراد عينة البحث، من خلال اعتماد أبسط أشكال هذه المهارة، الذي يتمثل باستلام الكرة وتسليمها بباطن القدم وتنفيذه من مسافات مختلفة، إذ نجد أن التركيز على شكل هذا الأداء يمثل أساساً لتلك المهارة، وعن طريقه يتم التوسع في تعلم واكتساب الأشكال الأكثر صعوبة للمهارة نفسها، إذ يذكر محمد رفعت أن " من الأساسيات المهمة بالنسبة للاعب تمكنه من وضع الكرة تحت سيطرته كاملة في مواقف اللعب المختلفة "⁽¹⁾. فالدرجة تعد (من أهم المبادئ الأساسية للعبة كرة القدم وعلى إتقانها يتوقف إلى حد كبير نجاح اللاعب وبروزه)⁽²⁾ وإتقان هذه المهارة يتوقف على قدرات اللاعب الفنية وخبراته التي اكتسبها من التدريب والمنافسات. ويعزو الباحثان سبب الفروق في مهارة الجري بين الشواخص ان التمارينات المستخدمة اثناء الوحدة التدريبية تعتمد على مختلف التمارين المهارية المعتادة بالكرة وبعض التطبيقات الخطئية ومستندة على حمل مقنن، وكذلك اعتماد التقنين في أداء الوحدات التدريبية " إذ يستطيع المدرب أن يضع للاعبه في البرنامج محتوى يناسب من مستوى مهارتهم ومستوى المهارات يحدد بدرجة كبيرة الخطط التي يمكن أن تدرج في البرنامج التدريبي "⁽³⁾

كما أن التطور الحاصل في الصفات البدنية فضلاً عن القدرات الحركية والتي كانت مرتبطة مع حركات الخفة والتوازن الرشاقة في التمارينات المركبة والتي عملت على تحسين سرعة الأداء مما ادت الى تطور القدرات المهارية ، له أثر واضح في تطور مستوى اللاعبين في أداء المهارات قيد البحث عن طريق اختيار التدريب على تمارينات خاصة تناسب طبيعة العينة " اختيار التمارين المناسبة تمكن المدرب من تطوير الصفات البدنية وفي الوقت نفسه تعمل على إتقان اللاعب للمهارات⁽⁴⁾. فضلاً عن أن التمارينات المركبة التي وضعت من قبل الباحث من خلال دراسة حالات تحدث في اثناء اللعب وبالتالي انها تصي في مصلحة الاداء المهاري وهذا ادى الى تطور اللاعبين حتى في توافق حركاتهم مع الكرة ومن ثم اداء المهارات بدون اخطاء،" اذ كلما زاد الاهتمام بتقديم تدريبات مماثلة لموقف المنافسة أمكن تعليم اللاعبين المهارة الصحيحة على نحو أفضل⁽⁵⁾.

كما يعزو الباحثان سبب الفروق المعنوية في الاداء المهاري في الاختبار البعدي ما عدا التهديد لان اللاعب وقع تحت ظروف متغيرة اثناء تنفيذ التمارينات فضلاً عن ذلك إعطاء التمارينات التي تشابهه مع طبيعة المباراة سوف تساعد اللاعب على إتقان هذه المهارة بشكل جيد.

كما قام الباحثان بوضع عدة تمارينات متنوعة مختلفة بمنافس وغير منافس من شأنها ان تطور سرعة التحول بالكرة عند الدرجة وسرعة التفكير لاتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب وإلى سرعة المناولة وكذلك إلى سرعة التهديد عندما يكون قريب من مرمى المنافس.

1- محمد رفعت: كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية، بيروت، دار مكتبة الهلال للطباعة والنشر، 1998، ص126.

تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

2- حسن عبد الجواد: كرة القدم المبادئ الأساسية-الألعاب الإعدادية-القانون الدولي، دار العلم للملايين، بيروت (1977 ص56)

3- مفتي إبراهيم حماد؛ موسوعة التعلم والتدريب في كرة القدم البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم، ج1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997، ص.330

4 — حنفي محمود مختار . المدير الفني لكرة القدم . القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، 1998 ، ص46.

5 — اسامة كامل راتب. الأعداد النفسية لتدريب الناشئين. ط1. القاهرة: دار الفكر العربي، 1997، ص80.

ويعزو الباحثان عدم ظهور الفروق المعنوية في الاختبارات البعدية بين التجريبية والضابطة بالرغم من تطورهما في الاختبار القبلي والبعدى للمجموعتين لهما من خصوصية أذ انها تعد من اصعب مهارات كرة القدم واكثرها احتياجاً الى خبرة ومزاج نفسي عالي أذ ويصف (المولى) ويعدها بالمهارة الأكثر إثارة في لعبة كرة القدم⁽¹⁾ . كما ان مهارة التهديد تتوقف على الاحساس والتفكير بالمجال والمكان والصحيح وبالرغم من ان الباحثان راعى هذه المتطلبات ولكنه يبدو اصطدم بخبرة العينة الغير كبيرة في هذا المجال أي مجال التهديد .

الفصل الخامس / الاستنتاجات ، التوصيات

الاستنتاجات:-

من خلال نتائج الاختبارات ومن خلال النتائج الاحصائية قد توصل الباحثان الى الاستنتاجات الآتية :-
1- إن للتدريبات المركبة الجماعية تأثيراً ايجابياً في تطوير بعض القدرات المهارية للاعبين لكرة القدم .

2- إن للتدريبات المركبة الجماعية كان لها الأثر الاكبر في تطوير صفة السرعة الانتقالية على لاعبي خط الهجوم . 3- ان تنفيذ التدريبات المركبة الجماعية باستخدام الوسائل والادوات التدريبية على وفق محاكاة ظروف اللعب لها الاثر الاكبر في تطوير تحمل الاداء الميداني البدني المهاري للاعبين لكرة القدم .

4 - إن للتدريبات المركبة الجماعية تأثيراً ايجابياً في تطور للدفاع والوسط والهجوم في مهارة المناولة المرتدة والتهديد والجري بالكرة.

2-5 التوصيات:

1- التأكيد على استخدام التدريبات المركبة الجماعية لأنها تؤدي الى تطوير حالة الانسجام والتماسك للفريق وتحسين الخصوصية المهارية.

2- تأكيد استخدام اسلوب التنوع في التمرين ، وذلك لإدخال التشويق والمتعة في نفوس اللاعبين.

3- الاهتمام بتطوير القدرات المهارية والبدنية الاساسية بكرة وبدونها في أن واحد في تنفيذ التدريب اختزالاً للوقت.

4- امكانية استخدام هذه التمارين على فرق الفئات العمرية والمتقدمين المختلفة.

**تأثير تمارين مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
الباحث علي هاشم محمد أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

(1) موفق مجيد المولى، الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم، ط 1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان (2000 ص161)

المصادر

*** المصادر العربية**

- اسامة كامل راتب : الأعداد النفسي لتدريب الناشئين. ط1. القاهرة: دار الفكر العربي، 1997.
- اسماعيل سليم عبد : تحديد اهم القدرات البدنية والمهارية لاختيار اللاعبين الشباب بكرة القدم (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 .
- وجيه محجوب؛ طرق البحث العلمي ومناهجه ، ط2، بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1988، ص133 .
- وسام شامل كامل؛ اثر الجهد البدني على بعض القدرات البدنية الخاصة والمتغيرات البايوكيميائية ومستوى أداء مهارة التهديف في خماسي كرة القدم ،رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ،جامعة بغداد، 2007.
- زهير قاسم الخشاب: ط2، موصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999.
- حمدي أحمد وياسر عبد العظيم اقتبسه مصطفى حسن عبد الكريم: تأثير منهج تدريبي مقترح في تطوير دقة وسرعة الطعن في لعبة المباراة للمعاقين، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2000 .
- حنفي محمود مختار: الاسس العلمية لتدريب كرة القدم، دار الكتب الحديث ،الكويت، 1984.
- _____ : المدير الفني لكرة القدم . القاهرة :
- مركز الكتاب للنشر ، 1998 .
- حسن عبد الجواد: كرة القدم المبادئ الأساسية- الألعاب الإعدادية-القانون الدولي، دار العلم للملايين، بيروت(1977).
- لادسيلاف كاجاني ولادسيلاف كورسيكي ؛ تدريب لاعب كرة القدم ، (ترجمة) صباح رضا جبير وصباح
- محمد مصطفى ؛ بغداد ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، 1990.
- موفق مجيد المولى، الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم، ط 1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ،عمان(2000) .
- محمد عبد الله الهزاع ومختار احمد اينوبلي؛ المهارات. الاساسية بكرة القدم ، الكويت، مطابع صوت الخليج، 2001.
- محمد صالح الوحش ومفتي إبراهيم : أساسيات كرة القدم ، ط1 ، القاهرة ، عالم المعرفة ، 1994 .
- محمد رفعت: كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية، بيروت، دار مكتبة الهلال للطباعة والنشر، 1998 .

تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

- مفتي إبراهيم حماد؛ موسوعة التعلم والتدريب في كرة القدم البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم، ج1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997.
- القيادة، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- مصطفى حسين باهي؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق (الثبات، الصدق، الموضوعية، المعايير)، ط1، القاهرة، مركز الكتاب والنشر، 1999.
- سامي الصفار، كرة القدم" كتاب منهجي لطلاب كليات التربية البدنية والرياضية:"، ج1، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، بغداد، 1989.
- ستانيفاف تيموفيج ، كرة القدم للناشئين ؛ ترجمة ، كاظم عبد الربيعي و عبد الله إبراهيم المشهداني ، البصرة ، دار الحكمة ، 1991.
- عبد الله حسين اللامي ؛ اساسيات التعلم الحركي ، القادسية: جامعة القادسية ، كلية التربية ، 2004
- عماد زبير احمد؛ التكنيك والتكتيك في خماسي كرة القدم ، ط1، بغداد ،شركة السندباد للطباعة، 2005.
- قاسم حسن المندلاوي وآخرون؛ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية، (الموصل، مطبعة التعليم العالي، 198).
- قيس ناجي وبسطويسي احمد؛ الاختبارات ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي، 14 (بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987).
- رعد حسين حمزة: أثر استخدام وسيلة المناطق المحددة في تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 1999.
- ضياء ناجي عبود ، تأثير تداخل التمارينات المركبة في تطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد ، 2003.

الملاحق

(أنموذج عن التمارينات المركبة المستعملة في البحث)



- التمرين السادس

عدد اللاعبين: 2

هدف التمرين: تطوير السرعة الحركية وتطوير

المناول الطويلة والتهديف وتطوير الهجمة

المرتدة من خلال الزيادة العددية.

وصف الاداء: يقوم اللاعبان بالإداء البدني ، حيث يقوم اللاعب رقم (1) باجتياز الشواخص ، بينما اللاعب رقم (2) يجتاز السلم وفي اخر السلم يستلم الكرة ويناولها للاعب رقم (1) عند اجتازه اخر شاخص يستلمها اللاعب رقم (1) ويعمل دبل باص للاعب الثاني وينطلق بنفس الجهة اليسرى ، هنا

تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات

الهجومية في كرة القدم للشباب

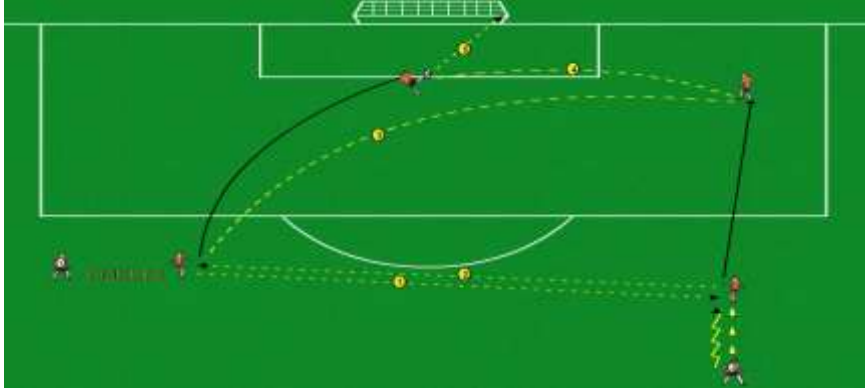
أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

الباحث علي هاشم محمد

يقوم اللاعب رقم 2 بمناولة طويلة امام اللاعب رقم 1 وينطلق باتجاه المرمى للزيادة العددية في الهجمة المرتدة ، وعند استلامها من قبل الرقم 1 يناولها للرقم 2 للتصويب على المرمى.

الاجهزة والادوات:

- 1-شواخص عدد3
- 2- سلم عدد 1
- 3- كرات عدد 3



(أنموذج عن الوحدات التدريبية)

الوحدة التدريبية: الخامسة اليوم والتاريخ: 2019/3/3

الهدف البدني تطوير: السرعة الانتقالية الهدف المهاري والخططي: تطوير دقة التهديف والقوة الانفجارية والمناولة الطويلة والجانب الخططي من خلال التحرك بدون كرة واخذ الفراغ

مكان التدريب: ملعب قلعة سكر الرياضي زمن الوحدة التدريبية: 90 د

الادوات والوسائل المستخدمة: ملعب كرة قدم، كرات قدم ، سلاالم، حواجز ، شواخص تمرين، دوائر.

الاقسام	ت	التمارين	التطبيقات	الملاحظات
الاعدادي	15	الاحماء: هرولة خفيفة + تمارين سويدية + تمارين تمطية.		
تمارين مهارية	10	السيطرة بالكرة مع الدرجة لمسافة 3 م .		

القسم	ت	رقم التمرين	شدة التمرين	زمن التمرين	التكرارات	الراحة بين التكرارات
الرئيسي	60	T6	80%	1 د	8	1،27 د
زمن الانتقال من تمرين لآخر 2 د						
		T10	85%	1 د	7	1،27 د

**تأثير تمارينات مركبة جماعية لتطوير بعض المهارات
الهجومية في كرة القدم للشباب**
 الباحث علي هاشم محمد أ.د. مصطفى حسن عبد الكريم

زمن الانتقال من تمرين لآخر 2 د							
12.27	1،27 د	6	1 د	%95	T15		
زمن الانتقال من تمرين لآخر 2 د							
10.08	1،27 د	5	1 د	%90	T16		
المجموع / 60 د	هرولة خفيفة + تمارين + لعبة ترفيهية					ت	القسم

**The impact of group training exercises to develop some skills
Offensive in youth football**
Assistant professor/ Mostafa Hassan Abdel Karim
Researcher / Ali Hashem Mohammed

Abstract:

The present research aims to prepare a group football training exercises that fit the capabilities of the research sample to identify the impact of the group training exercises in developing some of the skills of the youth football skills, and used in the research experimental method and the method of equal groups with pre- and post-test to suit its nature, The research community represented a group of (12) athletes from Qalaat Sukkar youth club. The researcher chose the research sample in the deliberate way and the ages of (16-19) years to represent the experimental group, The survey was conducted on them. The researchers have prepared a group of composite exercises lasted for 10 weeks and two units for the first two weeks and three units for the rest of the training units in a week, and after the implementation of the training program or group exercises and conducting pre- and post-tests the researchers came to the conclusion that the use of group training exercises helped in Developing some skills for football players.

Key words: group training, offensive skills, football, youth.