

تأثير اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م .د. وسام جليل سبع

تأثير اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم

م .د. وسام جليل سبع
جامعة ديالى/ كلية التربية الاساسية

المخلص :

تضمن البحث عرض مقدمته واهميته ثم مشكلة البحث التي صاغها الباحث بان هناك حاجة الى الاهتمام باستعمال اساليب تدريبية حديثة لتطوير الصفات البدنية والأداء المهاري فضلا عن هدف البحث المتمثل بالتعرف على تأثير اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم واستعمل الباحث الاسلوب التنافسي في الوحدات التدريبية لعينة البحث فبعد اجراء الاختبارات وتحليل نتائجها توصل الى ان هناك فرق ذو دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحث هذه النتيجة الى ان الاسلوب التنافسي في الوحدات التدريبية له تأثير ايجابي ويوصي الى اجراء هذا الاسلوب مع فئات عمرية اخرى للتعرف على اثره.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن تقدم الفرق الرياضية بجميع الالعاب الرياضية ومنها لعبة كرة القدم ، فان تقارب مستويات تلك الفرق جعلها تعمل بشكل جدي ، والتقصي على افضل السبل لتحقيق افضل الانجازات ، حيث ان الاتجاهات العلمية الحديثة لمدربي كرة القدم تتضمن استعمال اساليب ترفع قابليات وإمكانات اللاعبين البدنية والمهارية والخطوية، فضلا عن تطوير الألعاب الرياضية والاعتماد على التخطيط السليم في العملية التدريبية والذي قد ساهم بشكل كبير في معرفة الكثير من الجوانب التي كان من الصعوبة التوصل إليها عبر الأساليب الأخرى التي يعتمد عليها أكثر المدربين في تطوير فرقهم من أجل تحقيق الانجازات الرياضية وذلك من خلال التعرف على الإيجابيات والسلبيات والقدرات والقابليات التي يتميز بها اللاعبين والوصول إلى الحلول الناجحة.

إن التنافس الكبير بين الفرق الرياضية في المجالات كافة يحتم على المدربين في جميع الاختصاصات ولا سيما كرة القدم على المواصلة إجراء الاختبارات لمعرفة قابلية اللاعبين من بداية فترة الإعداد وحتى الدخول إلى فترة المنافسة وإعطاء المناهج التدريبية بالأساليب التي تساعد لاعبي كرة القدم من ناحية اللياقة البدنية وقدرة اللاعبين في التفوق على لاعبي الفرق الأخرى في البطولات والدورات الرياضية الموسمية وكذلك المشاركات الخارجية .

تأثير اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م .د. وسام جليل سبع

"ان الهدف من تطبيق أساليب تدريب حديثة في الوحدات التدريبية هو الوصول الى نتائج جيدة تعتمد على الموضوعية بالاستناد الى معايير معينة يعتمد عليها العاملون في حقل التربية الرياضية المدرسية والاندية وغيرهم ، وذلك لرفع مستواهم مع الإسهام بتحقيق أعلى مراتب تطور امكانات اللاعبين في مظاهر الحياة جميعها ، وذلك بوضعهم في ظروف ملائمة تتيح لهم ممارسة الأنشطة وما يتبعها من قابليات واعمال لضمان تحقيق اغراض واهداف التدريب الرياضي. (الريبيعي، 2001 : 142)

ولغرض إكمال العملية التدريبية في لعبة كرة القدم بشكلها المطلوب وتطوير القدرات البدنية وإمكانيات اللاعبين، لا بد من استعمال اساليب مغايرة للأساليب الاعتيادية ومنها اسلوب المنافسة وخاصة في فترة الإعداد الخاص وإجراء بعض المباريات التجريبية ومن خلال هذه المباريات يمكن تطبيق التدريب بأسلوب المنافسة التي تعتمد على الأداء الكامل للمباراة وفي شوطها الأول والثاني .

وتكمن أهمية البحث في استعمال اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الهجومية للاعبين كرة القدم.

1-2 مشكلة البحث :

تعد لعبة كرة القدم من الالعاب التي يتصف لاعبيها بلياقة بدنية عالية فضلا عن الاداء المهاري الأمثل مما يجعل هناك الحاجة الى الاهتمام باستعمال اساليب تدريبية لتطوير الصفات البدنية والاداء المهاري، فضلا عن تطوير الإمكانيات الفردية للاعبين بالتالي تحتاج إلى الاساليب التدريبية على وفق هذه المهام ، فان استخدام اساليب التدريب الحديثة هي واحدة من أساسيات بناء فرق كرة القدم وكون الباحث هو احد اللاعبين السابقين ولا زال على تماس مع اغلب فرق كرة القدم، لذا أرئتى الباحث ان يستخدم اسلوب المنافسات لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الاساسية.

1-3 هدف البحث :

التعرف على تأثير اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.

1-4 فرض البحث :

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة في استعمال اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين عينة البحث كرة القدم ولصالح الاختبارات البعديّة.

تأثير اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م .د. وسام جليل سبع

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : لاعبو نادي ههب المشاركين في دوري الدرجة الاولى .

1-5-2 المجال الزمني : 1 / 8 / 2017 ولغاية 1 / 2 / 2018 .

1-5-3 المجال المكاني : ملعب نادي ههب الرياضي بكرة القدم - ديالى .

3- منهج البحث واجراءاته الميدانية

1-3 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لملاءمته لمشكلة البحث. " إنَّ البحث التجريبي هو احد انواع البحوث واكثرها دقة , وان مهمة الباحث التجريبي يتعدى الوصف او تحديد حالة ولا يقتصر نشاطه على ملاحظة ما هو موجود ووصفه بل يقوم بمعالجة عوامل بحثه تحت شروط مضبوطة ضبطاً دقيقاً ليتحقق من كيفية حدوث حادثة معينة.(العزاوي, 2008: 109)

2-3 عينة البحث

قام الباحث بتحديد مجتمع البحث والمتمثل بفرق اندية الدرجة الاولى في محافظة ديالى والبالغ عددهم (6 فرق) وعددهم (108لاعب) وتم اختيار العينة التي تمثل (20.37%) من مجتمع الاصل بالطريقة العمدية المتمثل بنادي ههب الرياضي وقد بلغ افراد العينة (22) لاعبا، تم استبعاد (4) لاعبين لتفويض التجربة الاستطلاعية، لذلك اصبح عدد العينة (18) لاعبا.بعدها قام الباحث بإيجاد التجانس والتكافؤ للعينة وفق الاسس العلمية.

3-3 التصميم التجريبي

قام الباحث بتصميم تجريبي لمجموعة واحدة وكما في الشكل (1) .

شكل (1)

التصميم التجريبي

الاختبار	المتغير	الاختبار	المجموعة
اختبار بعدي	بالأسلوب التنافسي الجماعي	اختبار قبلي	المجموعة التجريبية

3-4 الاجهزة والادوات المستعملة في البحث: يقصد بأدوات البحث هي "الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات، بيانات، عينات، أجهزة ...".

(محجوب، 1993: 179)

- صافرة عدد (4)

- ملعب كرة قدم

تأثير اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م .د. وسام جليل سبع

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية

- استمارات استبانة لآراء الخبراء والمختصين .

- شواخص عدد (10).

- كرات قدم عدد (6).

3-5 خطوات اجراء البحث

3-5-1 تحديد بعض الصفات البدنية والمهارات الاساسية للاعبين كرة القدم:

بعد اطلاع الباحث على بعض محتويات المصادر العلمية المختلفة في هذا المجال تم تحديد بعض الصفات البدنية والمهارات الهجومية للاعبين كرة القدم ولغرض اختيار الملاءمة منها قام الباحث بعرض استبانة تتضمن الصفات البدنية والمهارات الهجومية على عدد من الأساتذة المتخصصين والخبراء في مجال التربية الرياضية والبالغ عددهم (15) وذلك لغرض تحديد أهميتها بطريقة علمية ، وبعد جمع البيانات وتفرغها حصل الباحث على تحديد المهارات الأكثر أهمية والخاصة بالدراسة الحالية ، وكما هو موضح في الجدول (1) .

الجدول (1)

يوضح الأهمية النسبية لتحديد المهارات الاساسية بحسب آراء الخبراء

ت	المهارات	الأهمية النسبية
1	المناوله (ضرب الكرة بالقدم)	94 %
2	المراوغة(الخداع)	52%
3	الدرجة	88 %
4	ضرب الكرة بالرأس	43 %
5	الرمية الجانبيه	45 %
6	المراوغة والخداع	36 %
7	المهاجمة بالكرة (قطع الكرة)	40 %
8	إخماد الكرة (إيقاف حركة الكرة)	52 %
9	التهديف	99%
10	المكافئة	38 %

وبعد ان قام الباحث بتحليل نتائج الاستبانات الخاصة بتحديد الأهمية لبعض الصفات البدنية حيث يلاحظ من الجدول (2) تلك الصفات ونسب اتفاق الخبراء وأهميتها في لعبة كرة القدم .

تأثير أسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م. د. وسام جليل سبع

الجدول (2)

يوضح الأهمية النسبية لتحديد الصفات البدنية بحسب آراء الخبراء

ت	المهارات	الأهمية النسبية
1	القوة المميزة بالسرعة	54 %
2	القوة الانفجارية للرجلين	90 %
3	السرعة الانتقالية	88 %
4	سرعة الاستجابة	48 %
5	مطاولة السرعة	78 %
6	التوافق	94 %
7	الرشاقة	84 %
8	السرعة الحركية	48 %
9	المرونة العامة	98 %
10	المطاولة العامة	92 %

3-5-2 التجربة الاستطلاعية :

بعد استكمال الإجراءات المطلوبة وتحديد الصفات البدنية والمهارات الهجومية قيد الدراسة ، وللتعرف على العوامل والمعوقات التي من الممكن أن تصادف الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسية، ومن أجل الحصول على نتائج صحيحة ودقيقة وفقاً للطرق العلمية المتبعة، أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية بتاريخ (2017/8/28) وفي تمام الساعة الخامسة عصراً على عينة مكونة من (أربعة لاعبين) من لاعبي نادي ههب الرياضي إذ اختيرت هذه العينة بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وقد أسهمت التجربة الاستطلاعية في التوصل إلى .

- 1- معرفة الوقت الذي يستغرقه كل اختبار .
- 2- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لمستوى العينة .
- 3- التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات ومدى ملاءمتها .
- 4- تنظيم العمل وإجراءات الوحدة التعليمية التدريبية المتمثلة بتوقيتها وبجميع أقسامها .
- 5- تشخيص المعوقات والسلبيات التي تصادف اللاعبين عند تنفيذ التجربة .
- 6- توضيح العمل لمدرّب الفريق ومساعديه على تطبيق الأسلوب التنافسي.

3-5-3 الاختبارات القبليّة :

تم إجراء الاختبار القبلي من قبل الباحث على لاعبي نادي ههب الرياضي وذلك قبل البدء في تنفيذ المنهاج التدريبي الاعتيادي لغرض تحديد مستوى عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية لدى عينة البحث قبل التدريب بالأسلوب التنافسي.

تأثير أسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م .د. وسام جليل سبع

3-5-4 تنفيذ المنهج التدريبي بالأسلوب التنافسي :

بعد اطلاع الباحث على أكثر المصادر المتوافرة في مجال علم التدريب الرياضي، وكرة القدم، قام الباحث بتنفيذ الوحدات التدريبية للفريق بالأسلوب التنافسي ملحق (2) والذي راعى فيه الأمور المتعلقة بالنمو والتطور البدني والحركي لهذه المرحلة فضلاً عن الأجهزة والأدوات المتوفرة، ولغرض أن تكون النتائج دقيقة وعدم التحيز لأسلوب التنافسي فقد تم تكليف مدرب الفريق ومساعدته بتنفيذ الوحدات التدريبية بالأسلوب التنافسي على عينة البحث وبإشراف مباشر من الباحث .

- استغرقت الوحدات التدريبية بالأسلوب التنافسي (12) أسبوعاً .
- عدد الوحدات التدريبية بالأسلوب التنافسي في الأسبوع الواحد (3) وحدات.
- عدد الوحدات التدريبية بالأسلوب التنافسي ولكل مهارة (12) وحدة في أربعة أسابيع.
- عدد الوحدات الكلية هو (36) وحدة للمجموعة التجريبية الواحدة .
- زمن الوحدة التدريبية بالأسلوب التنافسي الواحدة هو (90) دقيقة .

3-5-5 الأسس العلمية للاختبارات :

سعى الباحث إلى اعتماد الأسس العلمية في عملية تطبيق الاختبارات على الرغم من كونها اختبارات مقننة لغرض تحديد مدى عملية هذه الاختبارات المختارة .

3-5-5-1 صدق الاختبار :

من الأمور المهمة الواجب توافرها في الاختبار هو الصدق، ومن أجل الحصول على معامل الصدق للاختبارات المستخدمة تم استخدام صدق المحتوى أو المضمون وذلك عن طريق عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم والاختبار والقياس وعلم التدريب وعلوم الحركة وقد ثبت صدق الاختبار الظاهري بعد أن اتفق الخبراء على أنها تحقق الغرض الذي وضعت من أجله وكذلك ملائمتها للفئة العمرية قيد البحث .

3-5-5-2 ثبات الاختبار :

يعد الاختبار ثابتاً إذا كان يؤدي إلى النتائج نفسها أو نتائج متقاربة في كل مرة، ولحساب معامل الثبات استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية للاختبار، وقد قام الباحث باستخراج معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج الاختبار، واستخرج معنوية الارتباط عن طريق الوسيلة الإحصائية (تر) لمعنوية الارتباط وقد توصل الباحث إلى أن الاختبارات البدنية والمهارية تتمتع بمعنوية عالية وذلك لأن جميع قيم (تر) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية والبالغة (2.16) وبدرجة حرية (13) وعند مستوى دلالة (0.05). مما يدل أن الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات كما مبين في الجدول (3).

تأثير أسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م .د. وسام جليل سبع

3-5-5-3 موضوعية الاختبار :

الموضوعية من العوامل المهمة والتي يجب أن تتوفر في الاختبار الجيد والتي تعني التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية، والموضوعية هي من أهم صفات البحث الجيد، لذا فإن الاختبارات المستخدمة في البحث تعتمد مفرداتها على البساطة والوضوح وكذلك سهولة الفهم من قبل أفراد العينة وتعتمد على أدوات قياس واضحة لأن نتائج تلك الاختبارات يتم تسجيلها بواسطة (الزمن/ ثانية دقيقة، المسافة/ سم، عدد مرات النجاح/ درجة). (الياسري، 2010: 134) انها ذات موضوعية عالية وأنها ذات دلالة معنوية لأن قيم (تر) المحسوبة أكبر من قيمة (تر) الجدولية والبالغة (2.16) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (17) كما مبين بالجدول (3) .

الجدول (3)

يبين معامل الثبات والموضوعية وقيمة (تر) للاختبارات المستخدمة في البحث

المتغيرات	الاختبارات المستخدمة في البحث	وحدة القياس	الثبات	قيمة (تر) المحسوبة	الموضوعية	قيمة (تر) المحسوبة
القدرات البدنية	القوة الانفجارية للرجلين	الوثب الطويل من الثبات	سم	0,80	9.04	0.84
	سرعة الانتقالية	ركض ٣٠ م من البداية العالي	دقيقة	0,82	9.71	0.85
	مطاولة السرعة	ركض ١٥٠ م من البداية العالية	دقيقة	0,84	12.55	0.90
	المطاولة العامة	اختبار ركض (١٠٠٠م)	دقيقة	0,91	10.48	0.82
	التوافق	اختبار الدوائر المرقمة	دقيقة	0,93	14.88	0.92
	الرشاقة	الركض المرتد (١٠ م بين خطين ٤×)	دقيقة	0,88	17.16	1.87
المهارية	المرونة	المرونة الحركية (ثني ومد وتدوير العمود الفقري) خلال ٣٠ ثانية	عدد/ ٣٠ ثانية	0,86	11.41	0.94
	التمرير	المناوله المرتدة على هدف مرسوم على (١) م من × الحائط (١ مسافة (٣م) في ٣٠ ثانية	عدد/ ٣٠ ثانية	0,89	13.23	0.85
	الدرجة	الجري المتعرج بالكرة بين (٥) شواخص ذهاباً وإياباً	ثانية	0,83	10.07	0.92
	التهدف	التصويب بعدد من الكرات نحو هدف مقسم إلى مربعات	درجة	0,96	23.16	92 .0

علماً أن قيمة (تر) الجدولية عند درجة حرية (17) ومستوى دلالة (0.05) تبلغ (2.1).
6-5-3 الاختبارات البعدية :

بعد الانتهاء من تنفيذ مفردات المنهاج تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث لمعرفة المستوى الذي وصل إليه اللاعبون في المتغيرات البدنية والمهارية في ملعب نادي ههب الرياضي وقد حرص الباحث على توفير كافة الظروف والمتطلبات التي تم فيها الاختبار القبلي لعينة البحث .

تأثير أسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م. د. وسام جليل سبع

3-6 الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) . (الكناي، 102:2009-136)

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

تم جمع بيانات الاختبارات القبليّة والبعدية للناحية البدنية والمهارية لمجموعة البحث التي تدرّبها بالأسلوب التنافسي الجماعي، ومن خلال المعالجات الإحصائية لهذه الاختبارات ظهرت النتائج الآتية:

4-1 عرض نتائج الاختبارات البدنية والمهارية وتحليلها ومناقشتها :

بالأسلوب التنافسي الجماعي في الاختبارين القبلي والبعدى، والجدول (4) يبين قيم (ت) لنتائج الاختبارات البدنية والمهارية لمتغيرات البحث. ويذكر (يعرب خيون) في هذا الجانب "ان المتعلم يستفيد من التدريب بالتنافس حتى يضع اللبنة الافضل للحركة المراد تنفيذها حتى يصل الى وضع البرنامج الذي يحاول ان ينفذه ويحقق الاداء المثالي. (يعرب خيون ، 2002: 83)

الجدول (4)

يبين قيم (ت) لنتائج الاختبارات البدنية والمهارية بأسلوب التنافسي بين الاختبارات القبليّة والبعدية لمتغيرات البحث

نوع الدلالة	قيمة ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المتغيرات
		ع	س-	ع	س-	
معنوي	11.326	0.08459	1.9031	0.06245	1.6025	الوثب الطويل من الثبات
معنوي	6.097	0.29844	4,1237	0.58276	5.1369	ركض ٣٠ م من البداية العالي
معنوي	10.886	0.36197	9.5113	0.54801	11.5206	ركض ١٥٠ م من البداية العالية
معنوي	20.579	0.94415	19.7319	1.08071	24.6631	اختبار ركض (١٠٠٠م)
معنوي	8.434	0.31925	3.8350	0.3263	4.5337	اختبار الدوائر المرقمة
معنوي	20.162	0.50062	5.3813	0.72813	9.3794	الركض المرتد بين خطين (٤×١٠م)
معنوي	14.038	1.78769	255625	1.31022	19.6250	المرونة الحركية (ثني ومد وتدوير العمود الفقري) خلال ٣٠ ثانية
معنوي	13.345	2.51578	20.0625	0.50000	11.6250	المناولة المرتدة على هدف مرسوم على الحائط مسافة (٣م) في ٣٠ ثانية
معنوي	15.477	0.75646	11.6887	0.98220	15.6925	الجري المتعرج بالكرة بين (٥) شواخص ذهاباً وإياباً
معنوي	13.300	1.52753	11.7500	1.03280	5.5000	التصويب بعدد من الكرات نحو هدف مقسم إلى مربعات

القيمة الجدولية (2.13) تحت درجة حرية (15) ومستوى دلالة (0.05).

ومن خلال الجدول (4) يلاحظ ما يأتي:

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات درجات الاختبارين القبلي والبعدى في جميع عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية بكرة القدم لدى عينة البحث والتي استخدمت (أسلوب

تأثير أسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعب كرة القدم.....
م .د. وسام جليل سبع

التنافس الجماعي) إذ ان قيمة (ت) المحسوبة لعناصر اللياقة البدنية والمهارية والتي انحصرت ما بين (6.097 - 20.579) هي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.13) وبدرجة حرية (17) وتحت مستوى دلالة (0.05) ومما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحث سبب ظهور المعنوية لمصلحة نتائج الاختبارات البدنية والمهارية بأسلوب التنافسي يدفع باللاعب الى جمع معلومات اكبر تحيط هذه المعلومات بكل ما تحتاج اليه هذه المهارات لتحقيق الاستجابة للمثيرات والمواقف التي تظهر في المنافسات تكونت ترسخت في ذهن اللاعب والعمل بهذه المهارات اثناء اللعب . وهذا ما أكده ظافر هاشم الذي اشار الى " ان اللاعب يجمع معلوماته ويكتشف كيفية تحقيق الهدف والانجاز". (هاشم، 2006: 28)

وان اللاعب يعتمد هنا على المعلم بدرجة كبيرة للحصول على كافة المعلومات التي يود الحصول عليها وبما ان هذه المعلومات كانت متأتيه من مصدر التعليم وهو المعلم فهذا حقق فرصة اكبر في تصحيح الاخطاء دون تثبيتها ومما ادى الى وصول المتعلم الى درجة كبيرة من عملية التنافس. اذ اشار محمد سعد زغلول واخرون " ان الأسلوب التنافسي الذي يقوم فيه المدرب بقيادة تفكير المتعلمين في الاتجاه المراد تحقيقه ولذا يقدم لهم التوجيه بدرجة تكفي للإنجاز المتوقع منهم انجازه " . (زغلول، 2001: 115)

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

1- كان لأسلوب التنافس تأثير إيجابي في تطوير القدرات البدنية والمهارات الأساسية بكرة القدم.
2- أن التشويق والتمرينات المتنوعة والتنافس الموجود نتيجة استخدام هذه الأسلوب زاد من دافعية اللاعبين في الأداء وكذلك سهل عملية اكتساب وتطوير القدرات البدنية والمهارية بكرة القدم .

5-2 التوصيات :

1- استخدام الأسلوب التنافسي في تطوير القدرات البدنية (الرشاقة، مطاولة السرعة، المطاولة العامة، التوافق) وكذلك المهارات الأساسية (المناولة، الدرجة، التهديف) بكرة القدم
2- إجراء دراسات مشابهة لفئات عمرية مختلفة باستخدام أساليب التنافس ومعرفة تأثيرها في المتغيرات البدنية والمهارية .
3- مراعاة مبدأ التدرج في التطبيق بالنسبة للتمرينات وذلك لمنح اللاعب الفرصة في التعبير عن قدراته البدنية والمهارية اثناء استخدام الأسلوب التنافسي.

تأثير اسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م .د. وسام جليل سبع

المصادر :

- ❖ بسطويسي احمد . اسس ونظريات الحركة ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996 .
- ❖ ظافر هاشم ؛ محاضرات القاها على طلبة الدكتوراه في العام الدراسي 2006-2007 .
- ❖ عايد كريم عبد عون الكناني ؛ مقدمة في الإحصاء والتطبيقات (S.P.S.S)، النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2009.
- ❖ عطية، محسن علي، تقويم اداء مدرسي اللغة العربية، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، 2008م.
- ❖ قاسم لزام صبر؛ موضوعات في التعلم الحركي، بغداد، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2005.
- ❖ محمد سعد زغلول وآخرون؛ تكنولوجيا التعليم وأساليبها في التربية الرياضية، ط1، القاهرة، مكتب الكتاب للنشر، 2001.
- ❖ محمود داود سلمان الربيعي؛ الإشراف والتقويم في التربية الرياضية ، عمان ، دار المناهج، 2001.
- ❖ وجيه محبوب؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1993.
- ❖ الياسري، محمد جاسم، الاختبارات، دار الضياء للطباعة، النجف الاشرف، العراق، 2017م.
- ❖ يعرب خيون، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، بغداد، مكتب الصخرة للطباعة، 2002 .

الملحق (1)

ملحق بأسماء السادة الخبراء والمختصين الذين تمت الاستعانة بهم لتحديد متغيرات البحث

ت	اللقب العلمي	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	أ . د	فرات جبار سعد الله	تعلم حركي/ كرة قدم	كلية التربية الاساسية/جامعة ديالى
2	أ.د	عبد الرحمن ناصر	اختبارات/ كرة قدم	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
3	أ.م.د	احمد رمضان أحمد	علم النفس-كرة قدم	كلية التربية الاساسية/جامعة ديالى
4	أ.م. د	قصي حاتم خلف	تعلم حركي/ كرة قدم	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
5	أ.م. د	عادل عباس ذياب	تعلم حركي/ كرة قدم	كلية التربية الاساسية/جامعة ديالى
6	أ.م. د	ضياء مولود	علم التدريب /كرة قدم صالات	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
7	أ.م. د	أياد حميد رشيد	علم التدريب	كلية التربية الاساسية/جامعة ديالى
8	أ.م. د	احمد شاكر محمود	فلسفة تدريب	كلية التربية الاساسية/جامعة ديالى
9	أ.م. د	علاء خلف حسين	كرة قدم	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
10	أ.م. د	لقاء غالب ذياب	تعلم حركي/ كرة قدم صالات	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى

تأثير أسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م. د. وسام جليل سبع

11	أ.م.د.	نبراس هدايت	تعلم حركي/ كرة قدم صالات	كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى
12	أ.م.د.	خالد خميس جابر	علم التدريب	كلية التربية الاساسية/ جامعة ديالى
13	أ.م.د.	امال صبيح سلمان	فلسفة تدريب	كلية التربية الاساسية/ جامعة ديالى
14	أ.م.د.	شهاب احمد عكاب	ادارة / كرة قدم	كلية التربية الاساسية/ جامعة ديالى
15	أ.م.	رشوان محمد جعفر	تعلم حركي	كلية التربية الاساسية/ جامعة ديالى

ملحق (2)

انموذج لوحدية التدريبية

الإحماء/ كانت مدته لاتزيد عن 15 دقيقة ويتضمن مشي ثم هرولة وتمارين المرجحة والتدوير من الحركة والتنمطية لعضلات ومفاصل اجزاء الجسم كافة بعد ذلك تمارين تزايد السرعة وتمارين مختلفة للاحاساس بالكرة.

القسم الرئيسي /

ت	التمارين	هدف التمرين
1	من وضع الوقوف ثني الساقين بزاوية 90 درجة القفز بكلتا القدمين لصد كرة جانبية ارضية بالذراعين تبعد 2.5 متر يمينا ويسارا	القوة الانفجارية
2	من وضع الوقوف ثني الساقين بزاوية 90 درجة القفز بكلتا القدمين لصد كرة جانبية بمستوى الحوض بالقدمين تبعد 2.5 متر يمينا ويسارا	القوة الانفجارية
3	من وضع الوقوف ثني الساقين بزاوية 90 درجة القفز بكلتا القدمين لصد كرة جانبية بمستوى الكتف بالذراعين تبعد 2.5 متر يمينا ويسارا	القوة الانفجارية
4	من وضع الجلوس الطويل النهوض والقفز لصد كرة جانبية ارضية بالقدمين تبعد 0.5 متر يمينا ويسارا	القوة الانفجارية
5	من وضع الجلوس الطويل النهوض والقفز لصد كرة جانبية بمستوى الحوض بالقدم تبعد 1.5 متر يمينا ويسارا	القوة الانفجارية
6	من وضع الجلوس الطويل النهوض والقفز لصد كرة جانبية بمستوى الكتف بالقدمين تبعد 2 متر يمينا ويسارا	القوة الانفجارية
7	من وضع الوقوف بزاوية 90 درجة القفز بكلتا القدمين من فوق مانع بارتفاع 50 سم لصد كرة جانبية بالقدم بمستوى الحوض بالذراعين تبعد 1.5 متر يمينا ويسارا	القوة الانفجارية
8	من وضع الوقوف بزاوية 90 درجة القفز بكلتا القدمين من فوق مانع بارتفاع 50 سم لضرب كرة جانبية بمستوى الكتف بالراس تبعد 1 متر يمينا ويسارا	القوة الانفجارية

التهدئة/ كانت مدتها لا تزيد عن 5 دقائق حيث تضمنت تمارين تمطية وسحب لعضلات الجسم من وضع الجلوس مع الزميل وكذلك الاسترخاء الذهني.

تأثير أسلوب المنافسات في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم.....
م .د. وسام جليل سبع

Abstract:

The research included presentation of its introduction and importance and then the problem of research formulated by the researcher that there is a need to pay attention to the use of modern training methods for the development of physical qualities and skill performance as well as the objective of research is to identify the impact of the style of competitions in the development of some physical qualities and basic skills of football players and used the method of competitive in After the testing and analysis of the results, there was a statistically significant difference between the tribal and remote tests in favor of the post-test. The researcher attributed this result to the fact that the competitive method in the training units Has a positive effect and recommends that this method be used with other age groups to identify its effect