



دراسة مقارنة لبعض القدرات البدنية – المهارية بين لاعبي خطوط اللعب المختلفة بكرة القدم

ryeadkreb@yahoo.com

م.م رياض مزهر خريبط

أ.د عبد الرحمن ناصر

الملخص

اشتمل البحث على اربعة ابواب موزعة على الشكل التالي

1- اشتمل البحث على مقدمة بسيطة حول لعبة كرة القدم ومشكلة البحث واهداف البحث ومنها (التعرف على بعض الصفات البدنية- المهارية للاعبين نادي الصناعة الرياضي بكره القدم حسب خطوط اللعب المختلفة) وايضا فرض البحث (وجود ظروف ذات دلالة معنوية بين القدرات البدنية - المهارية لدى لاعبي نادي الصناعة الرياضي) كما اشتملت عينة البحث على (18) لاعب من أصل 25 لاعب يمثل الباحث نسبة مقدارها 72% من مجتمع البحث الأصلي وقد اختار (6 لاعبين من الدفاع و6 من الوسط و6 من المهاجمين).

2- تضمن هذا الباب عرضاً لنتائج المعالجة الاحصائية باستخدام مجموعة من الجداول ومن ثم تحليلها ومناقشتها بأسلوب علمي دقيق ومدعم بالمصادر العلمية من خلال هذه المناقشة ثم التوصل الى اهداف البحث والتحقق من فرضيه البحث.

3- اشتمل على الاستنتاجات منها (وجود فروق دالة إحصائية في جري المتعرج بين الشواخص ودقة المناولة وكانت أفضل الخطوط هو خط الوسط ومن الهجوم والدفاع) والتوصيات منها (التركيز على تطوير الاداء البدني مصحوب مع المهارة لأنه من متطلبات اللعب الحديث).

الكلمات الافتتاحية :- القدرات البدنية – المهارية خطوط اللعب المختلفة بكرة القدم.

**((A comparative study of some physical abilities - and skill
between the players different play football lines))**

ryeadkreb@yahoo.com

Prof. Abdul Rahman Nasser MM.RiadMezherKahribt

- 1- section included research on the simple introduction about the game of football and the research problem and objectives of the research and which (to identify some of the qualities Alibdnah- skills for industry players and Sports Club football as different play lines) as well as the imposition of research (the presence of Living situation are significant moral between the physical abilities - skills among industry players and Sports Club) as the research sample included 18 players out of 25 players representing researcher ratio of the amount of 72% of the research community the original has chosen (6 players from the defense and 6 from the middle six of the attackers) .



- 2- and the door to ensure that the door presentation of the results of statistical processing using a set of tables, and then analyzed and discussed in a scientific manner accurate and supported by scientific sources through this discussion and then to reach the goals of the research and verification of the hypothesis.
- 3- section included the conclusions of which (the presence of statistically significant differences in the run winding between the pillars and precision handling and was the best lines is the midfield and attack and defense) and the recommendations of them (emphasis on the development accompanied by physical performance with the skill to that of modern playing requirements).

Keywords: - physical abilities - and skill to play different lines of football.

1- التعرف بالبحث :

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

تعتبر كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في معظم دول العالم إذ تحظى بأهمية خاصة لدى مزاوئها من قبل الشباب والكبار وتتطلب هذه اللعبة من مزاوئها التمتع بخصائص مهمة لكي يتم التمتع عند ممارستها ومن هذه عناصر اللياقة البدنية والتكتيك والتكتيك.

فالياقة البدنية إحدى الوسائل المهمة التي تعمل على تطوير الأداء في اللعبة هذا ما أكد الكثير من الباحثين والخبراء فكل شيء يحدث في اللعبة يعتمد على اللياقة البدنية ومن غير الممكن اللعب بمستوى بدون اللياقة والوصول إلى مستوى الأداء وهذا يتطلب من اللاعب المرور بسلسلة من التدريب المتواصل ولفترة طويلة مصحوب باختبارات ، ومن التطور الحديث في طرق اللعب جعل لكل لاعب دوره الخاص المعد في الملعب ولهذا فإن البداية الجيدة لكل لاعب لجمع المبادئ الأساسية للعب تامة للوصول إلى التنسيق الأمثل لمستوى اللعب بدنيا ومهاريا ومدى ارتباطها الوثيق في تعيين المستوى العام للاعب لكي يقوم بواجبه في حال انتقاله من الدفاع الى الوسط او الهجوم في المباراة فإذا توفره هذه العناصر في اللاعب أدى ذلك إلى زيادة كفاء اللاعب في أداء المتطلبات الفنية والبدنية طول المباراة.

ومما لا شك إن المتطلبات الحديثة للعب تتطلب من لاعب كرة القدم لياقة بدنية عالية تجعله مميزا في أداء وعليه إن محاوله تحديد بعض الصفات البدنية_ المهارية لكل خط من خطوط اللعب ، لذلك جاءت أهمية البحث وضع دراسة مقارنة لبعض القدرات البدنية_ مهاريه لخطوط اللعب المختلفة بكرة القدم .

تعد عملية الاختبار الرياضي بمفهومها العام والاختبار في الألعاب الفرقيه بأسلوب التخصص حسب خطوط اللعب المختلفة من المواضيع التي تحتل مكانه مميزه في مجال البحث العلمي وذلك لتمتع كالخط من خطوط اللعب المختلفة بشكل عام وفي كرة القدم بشكل خاص

سواء كانت بدنية او مهارية او بدني_ مهاري معا متميزة يساهم ذلك في الوصول إلى المستويات العليا بأقل جهد واقصر زمن ، ولكون لاعبي نادي الصناعة احد الاندية المشاركة في الدوري الممتاز والتي يجب على اللاعبين ان يتمتعون بجوانب بدنية وفنية عاليتين وهورافد الأساسي ونوات الاختيار لإيجاد لاعبي يخدمون المنتخبات الوطنية في المستقبل.

وهنا تكمن المشكلة من خلال خبرة الباحث كلاعب لمدة تسعة عشر سنة ومدرّب حاليا لمدة خمس سنوات في مجال لعبة كرة القدم وجد اغلب المدربين يتم اختيار لاعبي خطوط المختلفة المدافعين ولاعبي الوسط



والهجوم بشكل عشوائي دون الرجوع الى معرفة قدرات البدنية – المهارية (المركبة) اي بمعنى الاداء البدني مع المهاري معا وعدم مراعاتهم لمدى حاجة كل مركز من مراكز اللعب مما يؤدي ذلك للتعثر في عملية الوصول إلى أفضل النتائج من خلال اقصر الطرق ويرى الباحث إن الخوض في موضوع دراسة مقارنه لبعض القدرات البدنية _ المهارية لخطوط اللعب المختلفة لدى لاعبي نادي الصناعة بكرة القدم يعد امراً هاماً وملحاً في مجال البحث العلمي كون خطوط اللعب المختلفة (خط الدفاع – خط الوسط – خط الهجوم) ضعيفة من ناحية الإسناد والدفاع وبناء هجمة صحيحة لأجل إحراز الأهداف في المحصلة النهائية

1-2 أهداف البحث

- 1_ التعرف على بعض القدرات البدنية _ المهارية للاعبي خطوط اللعب المختلفة لكرة القدم .
- 2- التعرف على الفروق بين لاعبي خطوط اللعب المختلفة بكرة القدم في بعض القدرات البدنية –المهارية .

1-3 فروض البحث

- 1_ وجود فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبي خطوط اللعب المختلفة بكرة القدم في بعض القدرات البدنية –المهارية .

1-4 مجالات البحث

- 1-4-1 المجال البشري :_ فريق نادي الصناعة بكرة القدم
- 2-4-1 المجال الزمني :-2016/1/19 – 2016/ 2/3
- 3-4-1 المجال المكاني :- ملعب نادي الصناعة الرياضي

2- منهجية البحث واجراءته الميدانية

1-2 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح الملائمة لمشكلته وأهداف الدراسة ويرى الباحث إن المنهج الوصفي هو انسب المناهج استخدام للدراسة

2-2 عينة البحث

إن الأهداف التي يصفها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها هي التي تحدد طبيعة العينة التي سيختارها (4:41) وعلى الباحث إن يختار عينة بحثه بحيث تكون ممثلة للمجتمع مع الأصل تمثيلاً حقيقياً وبلوغ هذا الهدف فقد اختار الباحث عينة بحثه بالطريقة العمدية من اللاعبين لفريق نادي الصناعة الرياضي وقد اشتملت العينة على 18 لاعب من أصل 25 لاعب يمثل الباحث نسبة مقدارها 72% من مجتمع البحث الأصلي وقد اختار (6 لاعبين من الدفاع و6 من الوسط و6 من المهاجمين) كما في الجدول (1).

جدول (1)

يمثل تفاصيل العينة

ت	عينة البحث	العدد
1	خط الدفاع	6
2	خط الوسط	6
3	خط الهجوم	6

2-3 أدوات البحث

2-3-1 الأدوات المستخدمة



*كرات قدم قانونيه عدد(10)

*ساعات توقيت الالكترونية عدد(4)

*شواخص وإعلام عدد (14)

*شريط قياس طول (30) م

*حبل ليفي طول (40) م

2-3-2 وسائل جمع البيانات

*المصادر العربية والأجنبية

*الاختبارات والقياس

*استمارة استطلاع رأي الخبراء

*استمارة تسجيل الدرجات

2-4-2 الاختبارات المستخدمة في البحث

بعد الكشف عن المستوى الحقيقي لعينة البحث من الناحية البدنية فقد استعان الباحث بمجموعة من الاختبارات المصممة من قبل الباحث ولغرض التأكد من موضوعية وصلاحيه هذه الاختبارات فقد تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في المجال الرياضي وكانت الاختبارات .

2-4-1 الاختبارات البدنية_المهارية

اسم الاختبار : جري متعرج بالكرة جري بدون كرة قفز دبل باص وتهديف

الهدف من الاختبار : قياس تحمل الاداء ودقة التهديف(3:70)

الادوات : ملعب كرة قدم ، كرة ، شواخص عدد (13)، ماسكة كرة، ساعة توقيت، سلم ارضي
مواصفات الاداء: يقف المختبر على خط البدايةالذي يبعد (2)م عن الشاخص الاول وتحت قدمه كرة عند اعطاء الاشارة يقوم بدرجة الكرة بين خمسة شواخص يبعد شاخص عن الاخر مسافة (1) م وبعد اجتياز الشواخص يقوم بيقاف الكرة والركض بأقصى سرعة مسافة (30) م ومن ثم الاستدارة بسرعة والقيام بحركة الجري المتعرج بين خمسة شواخص يبعد الواحد عن الاخر مسافة (1م) وبعدها يقوم بركض بسرعة والقفز نحو كرة معلقة التي تبعد (2م) من اخر شاخص بحبل حيث يبلغ ارتفاع الكرة (40) سم عن طول كل لاعب ويتغير الارتفاع حسب طول اللاعب وبعد ذلك يقوم بالجري فوق السلم الارضي الذي يبلغ طوله (3 م) علما ان عدد فراغات السلم (15) فراغ اما ابعاده يبلغ (15) سم ومن ثم يلعبمناولة مع المدرب من كرة موضوعة على مسافة (2) م من السلم (دبل باص) ومن ثم التهديف نحو هدف مقسم .

التسجيل :

✓ يكون التوقيت من اشارة البدء ولغاية ضرب الكرة عند التوقيت

✓ يعطى لكل لاعب محاولة واحدة

✓ تحسب الدرجة النهائية للاعب من خلال جمع الدرجة المعيارية للزمن مع دقة ثم تقسم على اثنين

وتصبح الدرجة النهائية للاختبار.

2-4-2 اسم الاختبار : ركض لمسافة (180) م بكرة وبدون الكرة

الهدف من الاختبار : قياس تحمل السرعة وسرعة الدرجة المستقيمة(3:72)

الادوات : ملعب كرة قدم، كرة قدم عدد (1)، شواخص عدد (3) ساعة توقيت

مواصفات الاداء: من البدء الطائر يبدأ اللاعب على خط منطقة المرمى ومعه كرة وعند اعطاء الاشارة يبدأ اللاعب بالدرجة التحضيرية بالكرة الى الشاخص الاول ثم يبدأ بالدرجة سريعا نحو شاخص الثاني الذي يقع على منتصف الملعب الذي يبعد (45) م ومن ثم يترك الكرة ويكمل عملية الركض نحو الشاخص الثاني الذي يقع على بعد (45) م ومن ثم يبدأ الدوران حول الشاخص والرجوع الى الشاخص الثاني الذي يقع في منتصف الملعب ويأخذ الكرة خلال عملية الدرجة والرجوع الى نقطة البداية مع الكرة.

**التسجيل :**

- ✓ يحسب التوقيت من لحظة وصول اللاعب الى الشاخص
- ✓ يحسب للمختبر 90م بالنسبة للدرجة و 90م بالنسبة للتحمل السرعة
- ✓ تحسب الدرجة النهائية للاعب من خلال جمع الدرجة المعيارية لزمان الاداء مع زمن سرعة الدرجة ثم تقسم على اثنين وتعير الدرجة النهائية للاختبار

2-4-3 اسم اختبار : جري المتعرج بين الشواخص ودقة المناولة

الهدف الاختبار : قياس الرشاقة ودقة المناولة (3:72)

وصف الأداء : يتخذ المختبر وضع الاستعداد من البدء العالي خلف خط البداية الذي يبعد (2م) عن اول قائم عند اعطاء إشارة البدء يقوم بالجري الى القائم الاول ويعد الاجتياز يعمل على مناولة الى هدف يبعد (7.5)م بطول (1م) وبعرض (1م) ومن ثم الدخول بين الشاخص الثاني والثالث وبعد الاجتياز يعمل ايضا مناولة الى هدف صغير وبعدها الدخول بين الشاخص الثالث والرابع وبعد الاجتياز يعمل على دقة مناولة الى هدف وبعده الدخول بين الشاخص الرابع والخامس وكذلك يعمل على مناولة الى هدف صغير ومن ثم يجري بسرعة الى شاخص يبعد (2م) والالتفاف حول الشاخص ليعمل على الاداء بنفس الذهاب الى خط النهاية علما ان المسافة بين شاخص واخر (2م)

التسجيل:

- ✓ يسجل زمن الاداء الذي يستغرقه المختبر في قطع المسافة ذهابا وايابا واما بالنسبة الى دقة المناولة في حال دخول الكرة الى هدف تحسب درجتان اما في حال ارتطمت من العارضة او العمود تحسب درجتان واما في حال خروج الكرة يحسب صفرا
- ✓ تعاد المحاولة في حال حدوث اي خطأ او السقوط,
- ✓ تحسب الدرجة النهائية للاختبار من خلال جمع الدرجة المعيارية لزمان الاداء مع درجة دقة المناولة ثم تقسم على اثنين وتصبح الدرجة النهائية للاختبار.

2-5 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS

3- عرض ومناقشة النتائج :-**3-1 عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث**

جدول (2)

يبين المعالم الإحصائية للاختبارات

الاختبار	وحدة القياس	مراكز اللعب	الوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
جري متعرج بالكرة وجري بدون كرة وقفز ودبل باص وتهدف	درجة معياري	الدفاع	1.12	1.11	0.04	0.95
		الوسط	2.62	2.48	0.77	0.80
		الهجوم	1.86	1.85	0.08	0.75
ركض لمسافة (180) م بكرة		الدفاع	26.53	26.55	0.23	0.24



0.08	0.40	25.59	25.56	الوسط	ثانية	وبدون الكرة
0.30	0.02	26.00	26.00	الهجوم		
0.08	0.28	1.35	1.35	الدفاع	درجة معياري	جري المتعرج بين الشواخص ودقة المناولة
0.34	0.07	1.98	1.99	الوسط		
0.15	0.02	1.83	1.83	الهجوم		

2-3 عرض تحليل التباين (ANOVA) لمتغيرات البحث

جدول (3)

بين تحليل التباين (ANOVA) للمتغيرات البدنية _ المهارية

الاختبارات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	الدلالة
جري متعرج بالكرة وجري بدون كرة وقفز ودبل باص وتهديف	بين	6.72	2	3.36	16.74	دال
	داخل	3.06	15	0.20		
ركض لمسافة (180) م بكرة وبدون الكرة	بين	2.84	2	1.42	19.73	دال
	داخل	1.01	15	0.07		
جري المتعرج بين الشواخص ودقة المناولة	بين	1.32	2	0.66	23.68	دال
	داخل	0.42	15	0.02		

قيمة (F) الجدولية (3.68) عند درجة حرية (2-15) ومستوى دلالة (0.05%)

3-3 عرض النتائج

يتضح من جدول (3) الخاص بتحليل التباين لخطوط اللعب المختلفة في متغيرات البحث بان قيمة (F) المحسوبة اكبر من قيمة الجدولية ولغرض التعرف على ارجحية هذه الفروق إلى إي خط من الخطوط فقد استخدم الباحث اختبار (L. S. D) الخاص بأقل فرق معنوي بين الأوساط الحسابية وقد تبينه نتائج كما هو مبين في جدول (4)

جدول (4)

يبين نتائج (L.S.D) لمعرفة اقل فرق معنوي لاختبار مجاميع البحث الثلاث.

الاختبارات	وحدة القياس	المجاميع المقارن بينها	الفرق بين الاوساط	نتائج الفروق	L.S.D	معنوية الفروق
جري متعرج بالكرة وجري بدون كرة وقفز ودبل باص وتهديف	الدرجة	الدفاع - الوسط	1.12 - 2.62	1.5	0.54	لصالح خط الوسط
		الدفاع - الهجوم	1.12 - 1.86	0.74		لصالح خط الهجوم
		الوسط - الهجوم	1.86 - 2.62	0.76		لصالح خط الوسط
ركض مسافة		الدفاع - الوسط	25.56 - 26.53	0.97	0.32	لصالح خط الوسط

لصالح خط الهجوم		0.53	26.00 – 26.53	الدفاع - الهجوم	الثانية	180م كرة وبدون كرة
لصالح خط الوسط		0.44	26.00 – 25.56	الوسط - الهجوم		
لصالح خط الوسط	0.17	0.64	1.99 – 1.35	الدفاع - الوسط	الدرجة	جري المتعرج بين الشواخص ودقة المناولة
لصالح خط الهجوم		0.48	1.83 – 1.35	الدفاع - الهجوم		
لصالح خط الوسط		0.16	1.83 – 1.99	الوسط - الهجوم		

4-3 مناقشة اقل فرق معنوي

يتبين من جدول رقم (3) في اختبار جري متعرج بالكرة وجري بدون كرة وقفز ودبل باص وتهدف كانت افضلية واضحة للاعبين الوسط على لاعبي خط الدفاع والهجوم ويعزو الباحث الى ذلك لما يتمتع لاعبو خط الوسط من قدرات بدنية مع المهارية لأنه خصوصية المركز يتطلب الدفاع والتغطية للاستخلاص الكرة وبعدها الانتقال الى الهجوم والتنظيم ثم التسديد من خارج منطقة الجزاء.

فضلاً عن أن لاعب كرة قدم "لا يستطيع إتقان المهارات الأساسية في حالة افتقاره للصفات البدنية الضرورية ومن ناحية أخرى أن الطابع المميز للمهارات الأساسية بكرة القدم هو الذي يحدد نوعية الصفات البدنية الضرورية التي ينبغي تنميتها وتطويرها" (7:35) بالإضافة الى ذلك لغرض أداء عملية الربط بين خط الدفاع والهجوم وكذلك محاولة نقل الكرة من الدفاع إلى الهجوم والمجيء بالكرة او بدون الكرة من منطقة الفريق إلى منطقة فريق الخصم.

اما بالنسبة افضلية لاعبي خط الهجوم على لاعبي الدفاع الى الاختبارات الموضوعية تراعي القدرات البدنية مع المهارة وهذا بكل تأكيد الى تفوق لاعبي خط الهجوم لان تعامل لاعبي خط الهجوم افضل من خط الدفاع الذين يجيدون بالقوة البدنية فقط بدون الكرة وذلك لخصوصية المركز إن هناك علاقة بين تطوير اللياقة البدنية وتطوير المهارات وهذا ما أكدته (منى) (وحيه محجوب) إذ تذكر أن تطور المهارات يجب أن ترافقه عملية تطوير عناصر اللياقة البدنية إذ يجب النظر في عمليات التدريب إلى تنمية عناصر اللياقة البدنية وتنمية المهارات الحركية على إنها جزءان لعملية واحدة. (6:99)

اما بالنسبة الى الاختبار الثاني وهو ركض مسافة 180م كرة وبدون كرة ايضا تفوق لاعبي خط الوسط عن لاعبي خط الدفاع والهجوم يعزو الباحث الى ذلك ان محاولة نقل الكرات من منطقة الجزاء إلى الهجوم وكذلك المساهمة في بناء الهجمات كل ذلك يحتاج إلى قوة لحمل عالي سواء بكرة او بدون كرة وهذا ما ذكره (ابو العلا) وتظهر هذه القدرة بالنسبة للاعب كرة القدم في قدرتهم على قطع مسافات قصيرة وسريعة لمرات عديدة ولمدة طويلة نسبياً " (1:191) وذلك لمتطلبات هذا المركز في عملية ربط الدفاع الهجوم من خلال نقل الكرات من منطقة الدفاع الى الهجوم وكذلك محاولة الدفاع في حال فقدان الكرة.

اما بالنسبة افضلية لاعبي خط الهجوم عن خط الدفاع لان الاسلوب اللعب الحديث الذي يتبعه المدربون هو دفاع المنطقة من منتصف الملعب ويترك مسافة تقريبا (50)م عن خط الهدف فريق المنافس او بعض الاحيان تزيد المسافة وعند استلام الكرة يحتاج لاعبو المهاجمين الى سرعة عالية مع الكرة او بدون كرة للتحرك للاخذ الفراق وهذا يتكرر للاكثر من 30 مرة فلهذا يحتاج لاعبو خط الهجوم الى هذه التحمل العالي سواء بالكرة او بدون كرة.



وأما بالنسبة الى الاختبار الثالث (جري المتعرج بين الشواخص ودقة المناولة) ايضا ظهرت فروق واضحة للاعبى خط الوسط عن خط الهجوم والدفاع لان لاعبي خط الوسط يمتازون برشاقة عالية وخفة في الحركة لما يتطلب هذا المركز من متطلبات التي يجعل منه من افضل الخطوط البدنية والمهارية وهذا ما ذكره (مختار) تلعب الرشاقة دوراً هاماً بصورة أكبر عند الأداء المهاري المركب للاعب في المواقف المعقدة من المباراة " (5:85).

وأما بالنسبة افضلية المهاجمين عن خط الدفاع يعزو الباحث الى خصوصية المهاجمين يحتاج الى عملية الخداع وتمويه باجزاء الجسم لكي يتخلص من لاعبي المدافعين فيحتاجون الى رشاقة ممزوجة مع الاداء المهاري وهذا أسلوب تكتيكي من المهاجمين أثناء محاولة المهاجمة لاجتياز المدافعين ويؤكد كل من (امر الله السباطي وكشك) ذلك بقولهما " يتطلب انجاز لاعب كرة قدم للاداءات المهارية بأشكالها المتعددة والمتنوعة خلال المباراة ضرورة توافر بعض القدرات البدنية والعقلية الحاسمة وأن المقصود في امتلاك اللاعب (الناشئ - المتقدم) لتلك الصفات او افتقاره لها يعكس بوضوح ضعف المستوى المهاري له " (2:166).

الخاتمة

من خلال المعالجات الإحصائية والنتائج التي حصل عليها الباحث تم التوصل إلى الاستنتاجات ووجود فروق دالة إحصائية في اختبار جري متعرج بالكرة وجري بدون كرة وقفز ودبل باص وتهدف ولصالح خط الوسط ومن ثم يليه الهجوم وبعده الدفاع ووجود فروق دالة إحصائية في ركض مسافة 180م كرة وبدون كرة وكانت أفضل الخطوط هو خط الوسط ومن ثم الهجوم وبعدها الدفاع ووجود فروق دالة إحصائية في جري المتعرج بين الشواخص ودقة المناولة وكانت أفضل الخطوط هو خط الوسط ومن الهجوم والدفاع.

ويوصي الباحثان بالتركيز على تطوير الاداء البدني مصحوب مع المهارة لأنه من متطلبات اللعب الحديث والتركيز على تطوير الجانب المهاري لدى لاعبي خط الدفاع مع الاداء البدني لتحسين الواجب الهجومي بعد قطع الكرة وضرورة تدريب اللاعبين على تدريب اللاعبين بدني مع المهارة اول شيء لعنصر التشويق بالإضافة الى تطور الجانب البدني مع المهاري معا .

المصادر

- 1- أبو العلا عبد الفتاح وأحمد نصر الدين رضوان؛ حمل التدريب وصحة الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996.
- 2- امر الله السباطي ، محمد كشك ، اسس الاعداد المهارية والخطي في كرة القدم (ناشئين - كبار) ، الاسكندرية : دار المعارف ، 2000.
- 3- رياض مزهر خريبط ؛ تصميم وتقنين اختبارات بدنية - مهاري لتقويم حالة التدريب للاعبى الدرجة الاولى ، اطروحة دكتوراه لسنة 2016.
- 4- ماهر محمد عواد:-منهج تجريبي مقترح لتطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للفترة التحضيرية الثانية ، جامعة بغداد - كلية التربية 1990.
- 5- مختار ،حنفي محمود (1980) : مدرب الفريق بكرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 6- منى عبد الستار؛ علاقة الإعداد البدني والمهاري بمستوى الإنجاز ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1989.



7- هشام محمد إبراهيم : طرق استخدام تمارينات الألعاب لتطوير الإعداد البدني الخاص بلاعبي كرة القدم، بحث منشور ، المؤتمر العلمي الرياضي الأول لكليات التربية الرياضية ، العراق ، جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، 1985.

