



فاعلية برنامج تدريبي باستخدام جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام لتطوير دقة تهديف الركلات الحرة
المباشرة بكرة القدم للاعبين الناشئين
أ.م.د وليد سمير هادي العارضي جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.م.د رشا طالب ذياب جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
Dr.rasha_taleb82@yahoo.com waleedsameer88@yahoo.com

ملخص البحث

تعتبر الركلات الحرة المباشرة ذات أهمية كبيرة في حسم نتيجة مباراة كرة القدم ، اما الأهمية عدم وجود جهاز مشابه. مشكلة البحث: هل أن التدريب باستخدام الجهاز يعمل على تطوير دقة التهديف للركلة الحرة؟ اما الهدف فكان التعرف على فاعلية البرنامج التدريبي باستخدام جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام لتطوير دقة تهديف الركلات الحرة المباشرة بكرة القدم للاعبين الناشئين .. الكلمات المفتاحية: (الجدار الدفاعي متعدد المهام, دقة التهديف , الركلة الحرة المباشرة) .

The effectiveness of a training program using a The defensive wall device Multi-tasking to develop the accuracy of the direct free kick score for young players

Dr. Tasha taleb deab

Dr. Waleed Sameer Hadi

Dr.rasha_taleb82@yahoo.com

waleedsameer88@yahoo.com

Abstract

Direct free kicks are important in determining the outcome of a football match, and the importance of not having a similar device. Research problem: Is training using the device to develop the accuracy of scoring for free kick? The goal was to identify the effectiveness of the training program using a multi-tasking firewall system to develop the accuracy of the direct free kicks score for the young players. Keywords: (Multi-tasking defensive wall, scoring accuracy, direct free kick).

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

تعتبر الركلات الحرة المباشرة ذات أهمية كبيرة في حسم نتيجة مباراة كرة القدم ، وان الاستفادة منها في المباريات يستوجب من الباحثين بذل المزيد من الجهد والاهتمام بهذه الحالة من خلال تدريب لاعبين يجيدون دقة التهديف لها بشكل جيد من خلال برامج تدريبية علمية واجهزة مخترعة تسهم في تطوير الركلات الحرة ، فضلا عن ذلك فان تدريب لاعبين على زيادة سرعة ودقة الكرة يؤدي الى زيادة الصعوبة على الحراس مما يؤدي الى فوز الفريق ، من هنا تبلورت أهمية البحث في إعداد برنامج تدريبي باستخدام جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام لتطوير دقة تهديف الركلات الحرة المباشرة ليكون هذا البرنامج والجهاز المخترع اداة بيد المدربين يستعان بها لتطوير اللاعبين لهذه الحالات بفاعلية مميزة .

1-2 مشكلة البحث :

مما لا شك فيه ان اعداد لاعبين مميزين لديهم الدقة العالية والسرعة المناسبة للركلة الحرة المباشرة يتطلب من المدربين اعداد برنامجا تدريبيا باستخدام اجهزة مبتكرة واختراعات علمية تهدف الى التغيير



والتنوع تساعد على انجاز هذه المهمة ، كما ويتبادر الى اذهاننا السؤال الاتي لاجل تطوير دقة التهديف للركلة الحرة من خلال البرنامج التدريبي المعد بأستخدام الجهاز المخترع هل يكون بشكل متساوي ام لا تبعا لنوع الاداء وقابلية فئة اللاعب عليه؟ لذا سعى الباحث للخوض في هذه المشكلة لايجاد حل موضوعي لمعالجة هذه المشكلة بما يناسبها في هذا المجال من خلال اعداد برنامج تدريبي باستخدام جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام لتطوير دقة تهديف الركلات الحرة المباشرة وتطبيقه على فئات الناشئين .

1-3- أهداف البحث :

هدفا البحث :

1- التعرف على فاعلية البرنامج التدريبي لتطوير دقة تهديف الركلات الحرة المباشرة بكرة القدم للاعبين الناشئين

2- التعرف على فاعلية البرنامج التدريبي باستخدام جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام لتطوير دقة تهديف الركلات الحرة المباشرة بكرة القدم للاعبين الناشئين .

1-4- مجالات البحث :

1-4-1- المجال البشري: ناشئين اكااديمية سيوس بكرة القدم السويدية في العراق / الديوانية .

1-4-2- المجال المكاني : ملعب جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

1-4-3- المجال الزمني : 2018/7/3 ولغاية 2018/10/23.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :-

1-2- منهج البحث : استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين لملاءمته طبيعة المشكلة .

2-2- مجتمع وعينة البحث :

اشتمل مجتمع البحث على اكااديمية سيوس بكرة القدم السويدية وهم (60) لاعبا, وعليه فقد حدد الباحث مجتمع البحث الحالي ممثلاً بلاعبي اكااديمية سيوس بكرة القدم السويدية فئة الناشئين إذ كان عدد العينة (20) لاعب , تم تقسيمهم الى مجموعتين التجريبية الاولى (10) لاعبين, و(10) لاعبين للمجموعة التجريبية الثانية , وكانت نسبة العينة تساوي (33.33%) الى مجتمع البحث , وتم إدخال المتغير التجريبي باستخدام جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام على المجموعة التجريبية الثانية بواسطة مساعد المدرب في حين اقتصر تدريب المجموعة التجريبية الاولى التي تعتمد على البرنامج التدريبي .

2-3- الوسائل والاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :-

2-3-1- وسائل جمع المعلومات :المصادر والمراجع العربية , شبكة المعلومات الانترنت , الملاحظة والمقابلات الشخصية المفتوحة و آراء الخبراء , الاستثمارات الخاصة لجمع نتائج الاختبار .

2-3-2- الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث: ملعب كرة قدم قانوني .كرات قدم قانونية عدد (20) كرة . حاسوب محمول نوع (Dell) . الجهاز المصمم المستخدم في البحث (جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام) . صافرة . معالم اضافية (اعلام وشواخص) عدد (5) . ساعة توقيت الكترونية يابانية المنشأ عدد(3). شريط قياس متري بطول (15) مصنوع من الكتان .ميزان طبي لقياس الوزن صيني الصنع .

2-3-4- الجدار الدفاعي متعدد المهام : جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام هو جهاز رياضي على شكل حائط بشري من الدمى صورة رقم (1)، تم فصل الطرف الاعلى (الراس والجذع) من الجهاز عن الطرف الاسفل (الحوض والساقين) ، ذو حركة كهربائية وميكانيكية (لتدوير صورة الطرف الاسفل) وحركة يدوية (للطرف الاعلى من الدمى) ، متغير الارتفاعات ، يهدف الى تعليم وتدريب التهديف للركلة الحرة المباشرة وغير المباشرة بكرة القدم للاعبين والطلبة ولجميع الاطوال والفئات من خلال التدرج من السهل الى الصعب , مراعاة الفروق الفردية في مستوى الاداء (ضعيف ، متوسط ، جيد), والشكل رقم (1) يوضح الجهاز.



4-2- اجراءات البحث :

3-4-1- اسم الاختبار : دقة التهديف بوجه القدم من الداخل للركلة الحرة المباشرة (1) :

2-5- التجربة الاستطلاعية : أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية قبل الخوض في إجراءات البحث بتاريخ 2018/7/8 على عينة مكونة من (2) لاعبين من خارج مجتمع البحث في (3) عصرا وكانت الغرض منها:

1- التعرف على المعوقات التي تواجه العمل أثناء التجربة . 2- التأكد من صلاحية الجهاز .

2-6- إجراءات البحث الميدانية : إن إجراءات البحث الميدانية تمثلت بالاختبار القبلي والبرنامج التدريبي المستخدم على المجموعة التجريبية الاولى والمجموعة التجريبية الثانية ومن ثم إجراء الاختبار البعدي .

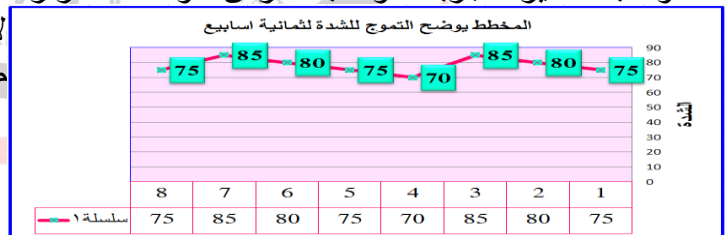
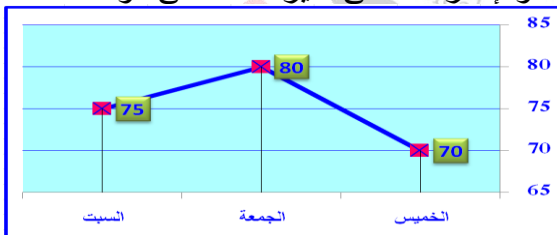
2-7-1- التجربة الرئيسية : أجريت التجربة الرئيسية يوم الثلاثاء المصادف 2018/7/10 ولغاية يوم الاحد المصادف 2018/9/30 ، واشتملت على تطبيق البرنامج التدريبي والجهاز المخترع .

2-8-1- الاختبار القبلي : تم إجراء القياسات والاختبار القبلي لعينة البحث في الساعة الثالثة عصراً من يوم الثلاثاء المصادف 2018/7/10 في ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . لقد تم تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبار من حيث المكان والزمان والادوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد لغرض تحقيق الظروف نفسها او قريبة قدر الامكان من ظروف الاختبار البعدي .

2-8-2- البرنامج التدريبي : اعتمد الباحث على خبرته الاكاديمية النظرية والميدانية التخصصية في مجال رياضة كرة القدم ، في اعداد البرنامج التدريبي لتطوير دقة تهديف الكرات الحرة المباشرة بكرة القدم . وتم تحديد (90 دقيقة) لكل وحدة تدريبية بواقع ثلاث وحدات بالاسبوع ولمدة (8) اسابيع . وتم اعتماد الشرح لإيضاح المهارة وكيفية تدريبها حسب البرنامج المعد لكل من المجموعتين التجريبتين ، مع مراعاة ما يلي :

1- تدريب المجموعة التجريبية الاولى بالبرنامج التدريبي المعد .

2- تدريب المجموعة التجريبية الثانية بالبرنامج المعد بالإضافة الى استخدام (جهاز الجدار الدفاعي المتعدد المهام) (2) بواسطة مساعد المدرب . أما عمل الباحث فكان مقتصر على تهيئة الجهاز للمجموعة التجريبية الثانية والإشراف والقيام بتدريبها ، ورفعها بعد الانتهاء من الوحدة التدريبية ، ومتابعة سير التجربة ، وضبط الزمن ، وعدد التكرارات ، والإشراف على سير العمل في الوحدات



الشكل رقم (1) يوضح أسلوب النموج (1-3) بين الاسبوع . الشكل رقم (2) يوضح أسلوب النموج (1-2) بين الايام

1 حبيب شاكر جبر : أثر تمارين مشابهة للأداء في بعض المتغيرات البايوميكانيكية لقدم الارتكاز ودقة تهديف الكرات الحرة المباشرة من مناطق مختلفة بكرة القدم ، اطروحة دكتوراة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة القادسية ، 2012 ، ص 44-49 .

2 - علاء جبار عبود، وآخرون: جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام ، براءة اختراع مسجلة لدى الجهاز المركزي للتقييس والسيطرة النوعية ، رقم 5495، 2018 .



3-8-3- الاختبارات البعدية : تم إجراء الاختبار البعدي لعينة البحث في يوم الاحد المصادف 2018/9/30 بعد الانتهاء من مدة تطبيق البرنامج التدريبي المعد وجهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام والذي استغرقت (8) أسابيع , وقد حرص الباحث على توفير ظروف الاختبار القبلي وإجراءاته المتبعة للاختبار وبمساعدة فريق العمل .

3-9- الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث :

بعد جمع البيانات والمعلومات التي قام الباحث بإجراء التحليلات الإحصائية (SPSS) :
الفصل الثالث : عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يتضمن هذا الباب عرض وتحليل ومناقشة النتائج ، بعد ان استكمل الباحث جمع البيانات الناتجة عن الاختبار المستخدم والتي تم وضعها على شكل جداول لما تمثله من سهولة في استخلاص الادلة العلمية ولأنها أداة توضيحية مناسبة للبحث تمكنا من تحقيق أهداف وفرضيات البحث في ضوء الإجراءات الميدانية التي قام بها الباحث .

3-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية الاولى والتجريبية الثانية لدقة التهديف للكرة الحرة المباشرة .
جدول رقم (1) يبين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي لمجموعتي البحث التجريبية الاولى والتجريبية الثانية .

المجموعات	المهارات	وحدة القياس	قبلي		بعدي		قيمة T المحسوبة	مستوى دلالة
			س	±ع	س	±ع		
التجريبية 1	دقة التهديف	درجة	4,600	0,516	5,700	0,675	0,000	معنوي
التجريبية 2	دقة التهديف	درجة	4,500	0,527	7,300	0,483	0,000	معنوي

3-2- مناقشة نتائج الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية الاولى والتجريبية الثانية

من خلال ملاحظة الجدول (1) نجد أن هناك فروقاً معنوية في نتائج الاختبار لدقة التهديف للاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية الاولى والتجريبية الثانية. ويعزو الباحث هذا التطور للمجموعتين إلى استخدام البرنامج التدريبي من خلال الكادر التدريبي لما لها من تأثير فعال في اكتساب المقدرة على تنفيذ ركل الكرة بالطريقة المناسبة , إذ ان وضع اللاعبين الناشئين في حالة تدريب وتشويق الأمر الذي أدى الى زيادة الحركة والتكرار والفاعلية في دقة التهديف الذي بدوره أدى الى تطوير اداء الركلة الحرة المباشرة , وفي هذا الصدد يشير (علي جلال الدين) "أن من المبادئ الأساسية لتدريب الدقة هو أن الدقة تتطلب حجماً كبيراً من التكرار" (3) . ويرى الباحث ان من اسباب التطور لعينة البحث هو ان الوحدات التدريبية كانت تحتوي على التنوع من خلال التغيرات في شكل التمارين سواء كانت , المسافات , الاتجاهات , والزوايا وكذلك التنوع في زوايا الجهاز المستخدم في البحث كالزيادة بارتفاع الدمى وبعد وقرب مكان الكرة عن اللاعب وغيرها من التمرينات التي تجعل من الناشئ أكثر قدرة على أداء تنفيذ الركلة الحرة المباشرة بكرة القدم .

3-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبيتين .

جدول (2) يبين نتائج الاختبارين البعدي و البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية .

³-علي جلال الدين : الدقة , ط1 , مركز الكتاب للنشر , 2005 , ص 38 .



النتيجة	مستوى الدلالة	قيمة T المحسوبة	التجريبية الثانية		التجريبية الاولى		المهارة	ت
			±ع	س	±ع	س		
معنوي	6,096	0,000	0,483	7,300	0,675	5,700	دقة التهديف	1

من خلال ملاحظة الجدول (2) نجد أن هناك فروقاً معنوية في نتائج اختبار دقة التهديف للاختبار البعدي والبعدي للمجموعتين التجريبية الاولى والتجريبية الثانية التي استعملت بدورها الجهاز المخترع بالإضافة الى البرنامج التدريبي. ويعزو الباحث سبب التطور إلى أن العمل التربوي أدى إلى تكوين العديد من الاتجاهات التي يرغب بها اللاعب الناشئ وهي اتجاهات جيدة نحو اتخاذ القرار لحل المشاكل ومعرفة اسباب تطور أداء تنفيذ الركلة الحرة المباشرة ووجود الصورة التي تتغير في الجهاز للطرف السفلي والتي تعطي طابع التغيير والتنوع , من اجل الوصول إلى الأداء المثالي ويذكر بهذا الصدد (محمود البسيوني , 1975) " على أن التدريب الذي يؤدي إلى تكوين اتجاهات مرغوبة بالمتدرب أكثر جدوى من التدريب الذي يؤدي إلى كسب المعرفة فقط " (4). ويعزو الباحث أن سبب ذلك يعود إلى أن اللاعبين في هذا الجهاز يعملون بروح التشويق والاثارة الأمر الذي يعطي حافزاً نحو تكرار تنفيذ الركلة الحرة المباشرة وبشكل محدد وبمعنى آخر أن هدف التدريب قد تم تحديده من قبل المدرب مسبقاً ومن خلال ذلك يعمل اللاعب الناشئ .

وكذلك يعزو الباحث السبب في أفضلية المجموعة التجريبية الثانية إلى فاعلية البرنامج التدريبي مع الجهاز المخترع إذ أن الهدف الذي يسعى إليه البرنامج هو تعديل مستوى الأداء بما ينسجم مع قدرات عينة البحث من اجل الحصول على تطوير افضل والوصول إلى مستوى جيد لأداء تنفيذ الركلة الحرة المباشرة .

الفصل الرابع

4-الاستنتاجات والتوصيات :-

4-1-الاستنتاجات :-

- 1- إن جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام كان له اثر ايجابي في تطوير دقة تهديف الركلة الحرة المباشرة ولصالح المجموعة التجريبية وهذا ما اشارت اليه الفروق المعنوية في قيم المتغيرات .
- 2- إن استخدام جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام ساعد في التقليل من الجهد المبذول من المدرب في عملية تصحيح الأخطاء وإعطاء التغذية الراجعة المناسبة .
- 3- ملائمة البرنامج التدريبي باستخدام الجهاز ولصالح المجموعة التجريبية الثانية .

4-2-التوصيات :-

- 1- استخدام جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام في تدريب وتطوير دقة تهديف الركلة الحرة المباشرة وذلك لأنه يساعد في تحقيق الهدف المنشود .
- 2- ضرورة جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام في تطوير دقة تهديف الركلة الحرة المباشرة وخاصة الناشئين في كرة القدم .

المصادر

- 1) محمود البسيوني : أصول التربية الفنية , ط2 , دار المعارف , القاهرة , 1975 .
- 2) علي جلال الدين : الدقة , ط1 , مركز الكتاب للنشر , 2005 .

⁴ محمود البسيوني : أصول التربية الفنية , ط2 , دار المعارف , القاهرة , 1975 , ص 76 .



(3) حبيب شاكر جبر : أثر تمرينات مشابهة للأداء في بعض المتغيرات البايوميكانيكية لقدم الارتكاز ودقة تهديف الركلات الحرة المباشرة من مناطق مختلفة بكرة القدم , اطروحة دكتوراة , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , جامعة القادسية , 2012 .
 (4) علاء جبار عبود، وآخرون: جهاز الجدار الدفاعي متعدد المهام ، براءة اختراع مسجلة لدى الجهاز المركزي للتقييس والسيطرة النوعية ، رقم 5495، 2018 .



الاسم	الوحدة التدريبية	هدف الوحدة التدريبية	
		الاسم	الهدف
الاسم	الوحدة التدريبية	الاسم	الهدف
18.33	الوحدة الاولى	الاسم	الهدف
14.30	الوحدة الثانية	الاسم	الهدف
13.68	الوحدة الثالثة	الاسم	الهدف

الاسم	الوحدة التدريبية	الاسم	الهدف
18.33	الوحدة الاولى	الاسم	الهدف
14.30	الوحدة الثانية	الاسم	الهدف
13.68	الوحدة الثالثة	الاسم	الهدف

الاسم	الوحدة التدريبية	الاسم	الهدف
18.33	الوحدة الاولى	الاسم	الهدف
14.30	الوحدة الثانية	الاسم	الهدف
13.68	الوحدة الثالثة	الاسم	الهدف