اللعب الهجومي (الابداعي) واثره في الادراك الحسي وسرعة الاداء الخططي للاعبي كرة القدم الشباب

م.د عماد عوده جوده emadoda.joda@gmail.com

م. عقيل رحمن مراح aqeel1011mrahs@gmail.com

ملخص البحث

هدفت الدراسة اعداد تمارين اللعب الهجومي (الابداعي) للاعبي كرة القدم الشباب وكذالك التعرف على تاثير تمارين اللعب الهجومي (الابداعي) في الادراك الحسي وسرعة الاداء الخططي للاعبي كرة القدم الشباب وكذالك التعرف على افضلية المجموعتين في الاختبار البعدي للمتغيرات المدروسة وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة وقد حدد مجتمع البحث باللاعبين الشباب ، المنتمين إلى نادي الديوانية الرياضي للموسم (2016-2017م) ، والبالغ عددهم (20) لاعباً . وتم اجراء التجانس لمجتمع البحث وبعد ذلك تم تقسيمهم الى مجموعتين متكافئتين (ضابطة وتجريبية) , حيث بلغ عدد كل مجموعة على عشرة لاعبين ، وبعد ذلك تم اجراء التجانس الاختبارات القبلية والتي من خلالها تم حساب التجانس والتكافؤ للمجموعتين ومن ثم شرع الباحث في تطبيق اللعب الهجومي والتي استغرقت (8) أسبوع بواقع (3) جرعات أسبوعيا (السبت،الاثنين،الأربعاء) وبذلك يكون العدد الكلي للجرعات التدريبية (24) جرعة تدريبية وبأسلوب التدريب الفتري منخفض الشدة، واهم مااستنتجة الباحثان ان لتمارين اللعب الهجومي الابداعي فاعلية في تطور الادراك الحسي وسرعة الاداء الخططي للاعبي كرة القدم الشباب و ان فاعلية العب الهجومي الابداعي ساهم بشكل كبير في تطوير الادراك الحسي والربط الخططي والتهديف .

Abstract

(Creative) and its impact on the cognitive perception and quick performance of the schematic young football players

Emadodajoda emad emad oda.joda@gmail.com
Aqeel rhman mrah aqeel1011mrahs@jmail.com

The aim of the study was to prepare the creative play exercises for the young football players, and also to identify the effect of the creative play exercises on the sensory perception and the speed of the performance of the young football players. Also, the two groups were tested in the post-test of the studied variables. The problem The search community has identified young players from the Diwaniyah Sports Club for the season (2016-2017), with 20 players. The homogeneity of the research community was conducted and then they were divided into two equal groups (control and experimental) (8) weeks (3) weekly doses (Saturday, Monday, Wednesday). The total number of training doses (24) training doses and the method of low-intensity infant training, and

the most important Maastntj researchers that the exercises creative play creative effectiveness in the development of cognitive perception and rapid performance of the planners of young football players and the effectiveness of creative offensive play contributed significantly to the development of awareness Sensory and To link the tactical and scoring.

المقدمة واهمية البحث :

يزداد الاهتمام بلعبة كرة القدم في بلدان العالم المتطورة منها أو النامية نظرا لما تحتله هذه اللعبة من مكانة لدى الجميع ، إذ حظيت هذه اللعبة ببحوث كثيرة وكان لهذه البحوث دور مهم وأساس في تطوير مستوى اللاعبين، وأخذت الدول تبذل جهودا كبيرة لتوفير التسهيلات المادية والمعنوية للارتقاء بهذه اللعبة لمختلف الفئات والأعمار.

من اجل الارتقاء بمستوى اللعبة لابد من التركيز على جميع النواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية والارتقاء بها لأن لعبة كرة القدم تكون متشعبة ومتغيرة الظروف . وتعد التمرينات الخططية مهمة في تدريب كرة القدم لان اللعبة تعتمد على تسجيل الاهداف من اجل حسم المباريات .

لهذا كثيرا ما دئب المدربون في التنوع في استعمال الخطط الهجومية لكسر الحصون الدفاعية للفرق المتنافسة لهذا تكمن اهمية البحث في اعطاء تمارين تخدم الجانب الهجومي وتحت الضغط الدائم لخاق جو من المنافسة مشابهة لحالات اللعب الحقيقية من اجل تحسين الجوانب الخططية للاعبين الشباب .

لهذا ارتأى الباحثان الخوض في هذه الدراسة من اجل تحسين سرعة اداء التصرف الخططي للاعبي الشباب بكرة القدم .

مشكلة البحث :

من خلال خبرة الباحثان ومشاهدته لدوريات المحلية للفئات العمرية يوجد ضعف واضح في اتمام الهجمات بصورة صحيحة بسبب ان معظم التمارين الهجومية المعطاة من قبل المدربين تعطى بدفاع سلبي مما يؤدي اللاعبون المهاجمون التمارين بصورة سهلة ومريحة نتيجة عدم

جود ضغط من المدافعين لهذا سعى الباحثان في ايجاد تمارين اللعب الهجومي تحت الضغط بشكل مشابه لما يحدث في المباريات ليكون اللاعب صورة عقلية لما يحدث مسبقا نتيجة اداء التمارين المعطاة .

اهداف البحث :

1- اعداد تمارين اللعب الهجومي (الابداعي) للاعبي كرة القدم الشباب

2- التعرف على تاثير تمارين اللعب الهجومي (الابداعي) في الادراك الحسي وسرعة الاداء الخططي للاعبي كرة القدم الشباب

3- التعرف على افضلية المجموعتين في الاختبار البعدي للمتغيرات المدروسة

فرضا البحث :

1- لتمارين اللعب الهجومي (الابداعي) تاثير ايجابي في الادراك الحسي وسرعة الاداء الخططي للاعبي كرة القدم الشباب

2- هناك فروق معنوية في الاختبار البعدي للمجموعتين في المتغيرات المدروسة ولصالح المجموعة التجريبية

مجالات البحث :

المجال البشري : لاعبو شباب الديوانية دون الـ 19 سنة والبالغ عددهم (20) لاعب .

المجال الزماني : 3 / 3 / 2017 ولغاية 25 / 6 / 2017 .

المجال المكاني : ملعب نادي الديوانية الرياضي .

منهج البحث :

استعمال الباحثان المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة

مجتمع البحث :

تمثل مجتمع البحث باللاعبين الشباب ، المنتمين إلى نادي الديوانية الرياضي للموسم (2016-2017م) ، والبالغ عددهم (20) لاعباً . وتم اجراء التجانس لمجتمع البحث وبعد ذلك

تم تقسيمهم الى مجموعتين متكافئتين (ضابطة وتجريبية) , حيث بلغ عدد كل مجموعة على عشرة لاعبين .

الجدول (1)

يبين تجانس وتكافؤ مجتمع البحث في المتغيرات المؤثرة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		معامل الاختلاف	المجموعة التجريبية		معامل الاختلاف	قيمة T المحسوبة	الدلالة
		س	ع		س	ع			
الطول	**سم**	175.00	4.876	2.786	173.10	4.306	2.488	0.924	غير معنوي
الكتلة	**كغم**	67.200	6.356	9.458	70.300	5.314	7.558	1.183	غير معنوي
العمر	**سنة**	17.700	0.483	2.729	17.500	0.707	4.041	0.739	غير معنوي
العمر التدريبي	**سنة**	3.100	0.738	23.802	3.600	0.516	14.344	1.756	غير معنوي
الادراك الحسي	**ثانية**	56.500	3.659	6.476	55.300	3.917	7.084	0.708	غير معنوي
المناولة الجدارية والتهديف	**ثانية**	5.550	0.643	11.592	5.950	0.762	12.806	1.268	غير معنوي
الربط الخططي والتهديف	**ثانية**	15.100	0.994	6.586	14.300	1.947	13.612	1.157	غير معنوي

* عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (18) هي (2.101)

اجراءات البحث الميدانية :

اولا: **اختبار الإدراك الحسي بالكرة** [1]

اختبار الإحساس بالكرة واللاعب معصوب العينين .

الهدف من الاختبار:

معرفة مدى احساس اللاعب قدرتة على التعرف على كرات اللعب والاحساس بها .

تسجيل الدرجات :

يتم تسجيل زمن الإحساس بالكرة لدى لاعبي كرة القدم (الفتره التي يقضيها اللاعب في اختيار الكرة الصحيحة) بتحديد مدى السرعة والدقة التي يميزون بها كرات القدم من بين كرات تختلف عنها اختلافا يسيرا في الحجم ؛ والشكل ؛ والمادة والوزن) خلال دقيقه واحده .

طريقة الاداء:

---

(1) محمد حامد الافندي:علم النفس الرياضي(والأسس النفسية للتربية الرياضية) دار الهنا ، القاهرة، 1975، ص169 .

حيث تعصب أعين اللاعب ويتم وضعه امام الكرات ويستخدم قدمه بالضغط وإحساس الكرات المطلوبة وهو يرتدي الأحذية الخاصة باللعب عند اختيار الكرات وفي اقصر زمن ممكن

الادوات المطلوبة :

كرات قدم – كرات سله – كرات طائره – كرات يد – كرات قدم غير قانونيه – كرت قدم قانونيه

(بحيث توضع كرة قدم واحدة مع مجموعة من الكرات تختلف اختلافا بسيطا كأن تكون مع مجموعة من كرات طائرة وكرات سلة وكرات يد وكرات قدم تختلف عن الكرات القانونية من حيث الحجم والشكل والوزن) . استعان الباحثان عند اداء الاختبار ب(12) كره مختلفة الانواع والاشكال وتم وضع كرة قدم واحده بين هذه الكرات .

ثانيا : اختبار المناولة الجدارية الخططية (دبل باص) والتهديف[1] :

اسم الاختبار/ المناولة الجدارية (دبل باص) مع التهديف بالحركة

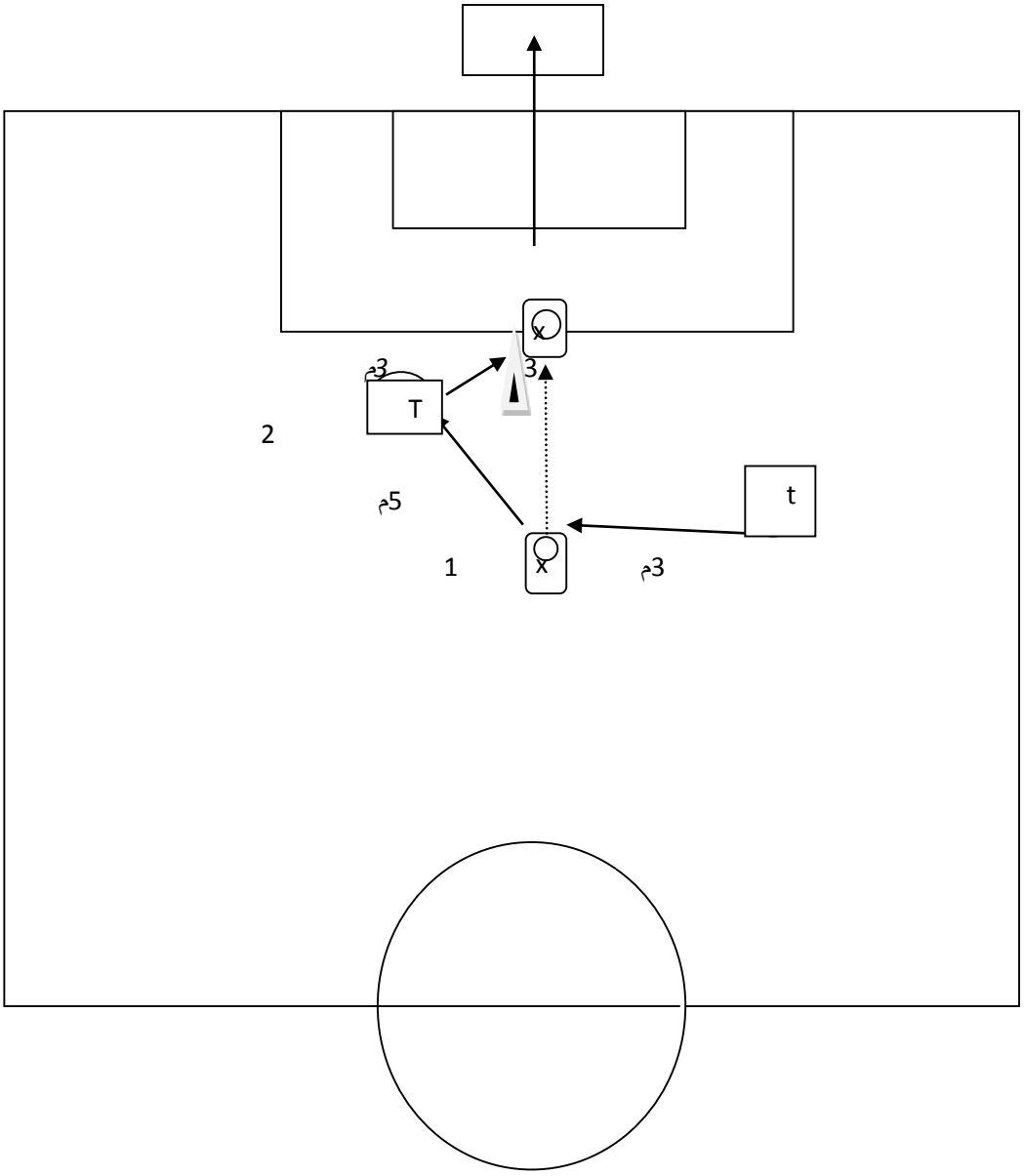
- الهدف – سرعة أداء المناولة الجدارية والتهديف.
- الادوات المستخدمة/ كرة القدم/ ملعب كرة القدم/ هدف/شريط للقياس/ ساعة توقيف/شواخص بارتفاع 1م كمنافس عدد2/بورك/صافرة.
- وصف الاداء/ يتم تحديد موقع اللاعب والمدرب، والمدرب المساعد في مربع مساحته 2 م^2 بمادة البورك لاستلام الكرة وتسليمها ويوضع شاخص بارتفاع 1 متر في منتصف المسافة بين اللاعب والمدرب وبين المدرب واتجاه اللاعب الذي يبعد 3م، يتم التهديف على المرمى من خارج منطقة الجزاء (قوس الجزاء) الذي يبعد عن اللاعب مسافة 5م، ينفذ الاختبار من لاعب واحد ومدرب ومدرب مساعد كمساعدين، يبدأ التوقيت حين يستلم اللاعب الكرة من المدرب على بعد 3م في الموقع رقم (1) ويناول الكرة بالمباشر للمدرب المساعد الذي يبعد عنه 5م في الموقع رقم (2) للجانب وينطلق بسرعة خلف الشاخص للموقع رقم (3) الذي يناول

---

(1) ناجي كاظم علي : تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخططي ودقته بكرة القدم , أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2010 ، ص 72 .

اليه المدرب المساعد، لمسافة 3م ثم يهدف بالمباشر على الهدف بعد مناولتها من المدرب المساعد كما في الشكل (1)، وينفذ الاختبار بدون حامي هدف في المرمى.

- التسجيل : يبدأ التوقيت من لحظة استلام اللاعب الكرة من المدرب إلى لحظة عبور الكرة خط المرمى بعد التهديف.



الشكل (1)

يوضح الاختبار الخططي المناولة الجدارية (الدبل باص) والتهديف

ثالثا : اختبار الربط الخططي والتهديف[1]

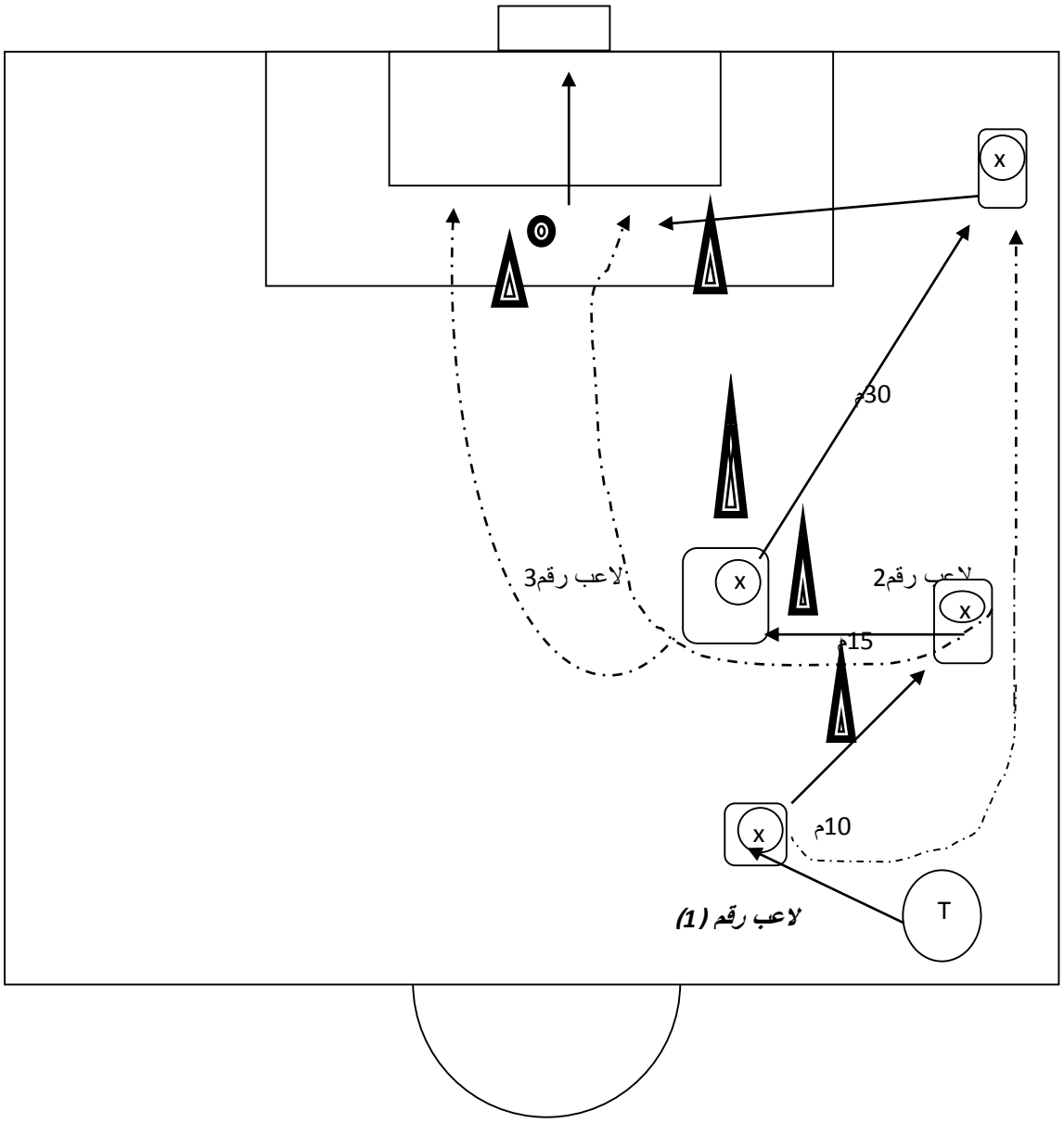
- اسم الاختبار /الربط الخططي
- هدف الاختبار/ سرعة الربط الخططي
- الأدوات المستخدمة/ كرة قدم قانونية ، هدف كرة قدم ، ساعات توقيف عدد 3، شريط للقياس، صافرة، بورك، شاخص بارتفاع 1م عدد 5 ، ملعب كرة قدم.
- وصف الاختبار/ يتم تحديد موقع لكل لاعب مربع مساحته 2متر مربع بمادة البورك لاستلام الكرة وتسليمها ويوضع شاخصاً بارتفاع 1متر في منتصف المسافة بين كل لاعبين كمنافس سلبي، في حين أن منطقة التهديف على المرمى هي كل منطقة الجزاء حول منطقة ال6 ياردات كما في الشكل (2).

ينفذ الاختبار من قبل ثلاثة لاعبين في مواقعهم المحددة مسبقا ويتم تبادل مواقعهم بعد انتهاء كل محاولة تهديف على المرمى بالتعاقب، إذ يستلم اللاعب رقم (1) الكرة من بمناولة من المدرب الذي يبعد ثلاثة أمتار ثم يقوم بمناولة الكرة إلى اللاعب رقم (2) بالمباشر (بلمسة اولمستين) الذي يبعد عنه مسافة 10 أمتار ثم ينتقل بأقصى سرعة من خلف اللاعب رقم (2) باتجاه الموقع رقم 4 ثم يقوم اللاعب رقم 2 بمناولة الكرة بالمباشر (بلمسة اولمستين) إلى اللاعب رقم 3 الذي يبعد عنه مسافة 15 مترا وينتقل باتجاه المنطقة المحددة للتهديف، ويقوم اللاعب رقم 3 بمناولة الكرة إلى الأمام للجانبٍ للاعب رقم 1 المتجه لموقع رقم 4 الذي يبعد مسافة 30 متراً ما بين منطقة الجزاء والزاوية ويقوم اللاعب رقم 3 بلمسة اولمستين بتحويلها حرة إلى اللاعب رقم 2 في منطقة التهديف المحددة للتنفيذ على الهدف حول ال6 ياردات، وبذلك يتم تنفيذ الاختبار بالتعاقب ولكل مختبر كما في الشكل (2).

---

(1) ناجي كاظم ، مصدر سبق ذكره ، ص75 .

التسجيل: يحتسب الوقت للاعب من لحظة استلامه الكرة إلى لحظة التهديف أي بعد عبور الكرة لخط المرمى ، وتجمع توقيتات الأماكن الثلاثة للاعب ويعد وقت اللاعب بعد جمعها أي يكون لكل لاعب ثلاثة أوقات بعد انتقاله بين الأماكن الثلاثة ويتم جمع الأوقات الثلاثة للاعب لتكون وقتاً واحداً .



الشكل (2)

يوضح اختبار الربط الخططي والتهديف

التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية للمغيرات المدروسة على عينة مكونة من (5) لاعبين من مجتمع البحث وذلك بتاريخ 2017/3/21 وكان الهدف منها التعرف على :

1. مدى ملائمة الاختبارات لمستوى العينة
2. كفاءة كادر العمل المساعد
3. الصعوبات والمشكلات التي قد تواجه الباحثان عند تنفيذ الاختبار
4. الوقت المستغرق في تنفيذ الاختبار والقياس .

الاختبار القبلي :

في الساعة الرابعةٍ عصرا من يوم الخميس الموافق 2017/3/30 تم اجراء الاختبار القبلي لعينة البحث في متغيرات الادراك الحسي وسرعة الاداء الخططي للاعبي كرة القدم الشباب على ملعب الديوانية الرياضي .

مفردات اللعب الهجومي (الابداعي) :

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة والمصادر العلمية في التدريب الرياضي ورياضة كرة القدم وكذلك للدورات التدريبية المعتمدة من قبل الاتحاد الاسيوي تم وضع مفردات التمارين المقترحة ومراعاة مكونات الحمل بناءً على مستوى اللاعبين والمرحلة التدريبية ، وفق النقاط الآتية:

1- مراعاة الباحثان مبدأ التنوع في اللعب الهجومي إذ ستكون اغلب التمرينات بالكرات بما يضمن عدم شعور اللاعبين بالملل من جراء إعادة التدريبات نفسها.

2- مدة تطبيق اللعب الهجومي (8) أسبوع بواقع (3) جرعات أسبوعيا (السبت،الاثنين،الأربعاء) وبذلك يكون العدد الكلي للجرعات التدريبية (24) جرعة تدريبية وبأسلوب التدريب الفتري منخفض الشدة.

3- تم تطبيق مفردات تدريبات اللعب الهجومي من الفترة 2017/4/1 ولغاية 2017/5/24.

4- الشدة المستعملة تراوحت مابينٍ (60- 80%) من أقصى مقدرة للاعب, إذ تم تحديد الشدة القصوى للتدريبات المستعملة في التجربة الاستطلاعية باستخدام الزمن لكل لاعب .

5- راعى الباحثانٍ ان تكون التمارين مشابهة لأجواء المنافسة من حيث الدفاع الجدي ضد اللعب الهجومي المتبع .

الاختبار البعدي :

في الساعة الرابعة عصرا من يوم السبت الموافق 2017/5/27م تم اجراء الاختبار البعدي لعينة البحث مع مراعاة نفس ظروف اجراء الاختبار القبلي قدر الامكان في استخراج متغيرات الادراك الحسي وسرعة الاداء الخططي للاعبي كرة القدم الشباب على ملعب الديوانية الرياضي .

الوسائل الاحصائية :

الوسط الحسابي

الانحراف المعياري

معامل الاختلاف

اختبار (ت) للعينات المترابطة

اختبار (ت) للعينات المستقلة

عرض وتحليل نتائج للمتغيرات المدروسة للمجموعة الضابطة

جدول (2)

يبين الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات المدروسة

الاختبارات المستخدمة	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة(ت) المحسوبة	قيمة(ت) الجدولية	الدلالة
		سَ	ع	سَ	ع			
الادراك الحسي	ثانية	56.500	3.659	54.300	2.497	3.498	2.262	معنوي
المناولة الجدارية والتهديف	ثانية	5.550	0.643	4.790	0.593	3.568		معنوي
الربط الخططي والتهديف	ثانية	15.100	0.994	13.800	1.033	2.899		معنوي

* عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (9)

دلت نتائج البحث من الجدول (2) على وجود فروق معنوية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في جميع المتغيرات (الادراك الحسي , المناولة الجدارية والتهديف , الربط الخططي والتهديف) إذ بلغت قيمتي (ت) المحسوبة (3.498 ، 3.568 , 2.899) على التوالي وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.262) عند درجة حرية (9) و مستوى دلالة (0.05) .

عرض وتحليل نتائج للمتغيرات المدروسة للمجموعة التجريبية

جدول (3)

يبين الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المدروسة

الاختبارات المستخدمة	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة(ت) المحسوبة	قيمة(ت) الجدولية	الدلالة
		سَ	ع	سَ	ع			
الادراك الحسي	**ثانية**	55.300	3.917	51.000	2.449	6.442	2.262	معنوي
المناولة الجدارية والتهديف	**ثانية**	5.950	0.762	4.350	0.474	6.857		معنوي
الربط الخططي والتهديف	**ثانية**	14.300	1.947	12.500	1.269	5.014		معنوي

* عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (9)

دلت نتائج البحث من الجدول (3) على وجود فروق معنوية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في جميع المتغيرات (الادراك الحسي , المناولة الجدارية والتهديف , الربط الخططي والتهديف) إذ بلغت قيمتي (ت) المحسوبة (6.442 ، 6.856 , 5.014) على التوالي وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.262) عند درجة حرية (9) و مستوى دلالة (0.05) .

عرض وتحليل نتائج المتغيرات المدروسة للمجموعتين الضابطة والتجريبية

جدول (4)

يبين الفروق بين القياسين البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المدروسة

الاختبارات المستخدمة	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة(ت) المحسوبة	قيمة(ت) الجدولية	الدلالة
		سَ	ع	سَ	ع			
الادراك الحسي	**ثانية**	54.300	2.497	51.000	2.449	2.984	2.101	معنوي
المناولة الجدارية والتهديف	**ثانية**	4.790	0.593	4.350	0.474	1.832		غير معنوي
الربط الخططي والتهديف	**ثانية**	13.800	1.033	12.500	1.269	2.512		معنوي

* عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (18)

دلت نتائج البحث من الجدول (4) على وجود فروق معنوية في نتائج الاختبارين البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات (الادراك الحسي , الربط الخططي والتهديف) إذ بلغت قيمتي (ت) المحسوبة (2.984 ، 2.512) على التوالي وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.101) عند درجة حرية (18) و مستوى دلالة (0.05) في حين لم تظهر فروق معنوية في متغير المناولة الجدارية والتهديف اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1.832) على التوالي وهي اقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة (2.101) عند درجة حرية (18) و مستوى دلالة (0.05) .

مناقشة نتائج الاختبارات (القبلي – البعدي) و (البعدي – البعدي) للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المدروسة :

من خلال نتائج التحليل الإحصائي في الجدولين (2) و (3) ظهرت فروق معنوية في المتغيرات المدروسة وللمجموعتين الضابطة و التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.

حيث ظهر تطور معنوي في الاختبارات المستخدمة (الادراك الحسي , الربط الخططي والتهديف) للمجموعة الضابطة إذ يعزو الباحثان هذا التطور للمفردات التمارين المعطاة من قبل مدرب الفريق والتركيز على الجوانب الخططية والمهارية كونها العنصر الاساس لتحقيق الفوز . وكذلك

حصل تطور معنوي في الاختبارات المستخدمة (الادراك الحسي , الربط الخططي والتهديف) للمجموعة الضابطة إذ يعزو الباحثان هذا التطور الى فاعلية اللعب الهجومي الابداعي وماحتوته التمارين المعطاة من قبل الباحثان على جوانب مهارية وخططية ومشابهة لطبيعة اللعب وهذا ما أكدته الدورات التدريبية من قبل الاتحاد الاسيوي على ان تكون التمارين مشابهة للمنافسة والطبيعة الاداء المتغيرة كون لعبة كرة القدم من المهارات المفتوحة والمثير متغير وكذلك اعتمد الباحثان في تمارينه المبنية على وفق اسلوب علمي سليم على مكونات الحمل التدريبي ومراعاة للفروق الفردية بين اللاعبين وهذا ما يؤكده (قاسم حسن حسين) " في ان عملية التدريب هي تلك العملية المنظمة المستمرة التي تكسب الفرد معرفة او مهارة او قدرة او افكار أو آراء لازمة لأداء عمل معين او بلوغ هدف معين فضلاً عن تحقيق اهداف تنظيمية و التكيف مع العمل و ما يقدم للفرد من معلومات معينة او مهارات او اتجاهات ذهنية لازمة في وجهة النظر التنظيمية لتحقيق اهداف لمؤسسة "[1] , وكان هدف هذه التمارين هي محاولة ايصال اللاعب الى حالة اللعب الهجومي الابداعي لما يحدث في المباراة قدر الامكان وهو ما يهدف أليه المدرب لغرض إيصال اللاعب الى السيطرة والتحكم في المهارات والذي ينعكس بدوره على الادراك الحسي والذي يساعد على اتخاذ قرار تنفيذ المهارة بدقة وسرعة . وهذا ما أكده (Magill 1998) أن تنويع خبرات التمرين وتنظيمها والتنوع في الحركة سوف يزيد من خبرة ومقدرته على أداء المهارة بشكل أفضل " [2].

وقد تبين لنا في جدول(4) تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارات المستخدمة (الادراك الحسي , الربط الخططي والتهديف) ، إذ يعزو الباحثان هذا التقدم إلى طبيعة مفردات اللعب في تطوير الادراك الحسي كونه من الصفات المهمة التي تساعد اللاعب في ادراك ما في الملعب من مؤثرات قد تؤثر على اللاعب وهذا الإدراك الحسّي يساعد اللاعب على توافق حركاته مع الكرة وخصائصها ويرتبط بذلك دقّة إدراك ووزن الكرة وشكلها وقوة الضربة وسرعتها كما يسمح له من القدرة على السيطرة على الكرة وإيقافها ، ان الأداء الجيد يعتمد على السيطرة على الأحاسيس والانفعالات والتخلص من التوتر)[3] . اما

([1]) قاسم حسن حسين : تدريب اللياقة البدنية والتكنيك الرياضي في ألعاب الرياضة , بغداد , مطبعة التعليم العالي , 1999 , ص119 .

([2]) Magill . A . Richard : Motor learing and application , mc Graw – Hill , Boston , 1998 , P282 .

(3) عبد الستار جبار الضمد: فسيولوجية العمليات العقلية في الرياضة ، ط1، دار الفكر للطباعة، الأردن، 2000،ص36-37

التطور الحاصل في اداء مهارة الربط الخططي والتهديف الى تركيز الباحثان في مفردات اللعب الهجومي على تحسين الجانب الخططي المقرون بالتهديف كون مهارة التهديف هي التي تحسم المباراة ومتعة كرة القدم ويتفق الباحثان مع (مفتي) نقلاً عن (كال هتيس) على " أن الهدف النهائي في لعبة كرة القدم هو أدخال الكرة في هدف الخصم بالرغم من المقاومة المنظمة التي يبديها الخصوم لذا يعتبر احد وسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومي الفردي والتي تشمل المحاورة أو المراوغة والخداع والتصويب " [1] .

الاستنتاجات والتوصيات :

الاستنتاجات :

1- ان لتمارين اللعب الهجومي الابداعي فاعلية في تطور الادراك الحسي وسرعة الاداء الخططي للاعبي كرة القدم الشباب .

2- ان فاعلية العب الهجومي الابداعي ساهم بشكل كبير في تطوير الادراك الحسي والربط الخططي والتهديف .

4- ان لتمارين اللعب الهجومي الابداعي فاعلية التخلص من المراقبة واستقبال الكرات تحت الضغط وتحسين مهارة التهديف للاعبي كرة القدم الشباب .

التوصيات:

1- اعتماد التمارين اللعب الهجومي الابداعي في المناهج التدريبية للاعبي كرة القدم الشباب .

2- أجراء دراسات مشابهة ولفئات عمرية أخرى .

3- استعمال طريقة التدريب الفتري منخفض الشدة لما له من تاثير ايجابي في تطوير الاختبارات المدروسة.

المصادر :

- عبد الستار جبار الضمد: فسيولوجية العمليات العقلية في الرياضة ، ط1، دار الفكر للطباعة، الأردن، 2000،ص36-37
- قاسم حسن حسين : تدريب اللياقة البدنية والتكنيك الرياضي في ألعاب الرياضة , بغداد , مطبعة التعليم العالي , 1999 , ص119 .

(1) مفتي إبراهيم حماد : الهجوم في كرة القدم كرة القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990, ص91.

- محمد حامد الافندي:علم النفس الرياضي(والأسس النفسية للتربية الرياضية) دار الهنا ، القاهرة، 1975، ص169 .
- مفتي إبراهيم حماد : الهجوم في كرة القدم كرة القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990, ص91.
- ناجي كاظم علي : تأثير تمرينات خاصة بأسلوب اللعب السريع في تطوير سرعة الأداء الخططي ودقته بكرة القدم , أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2010 ، ص 72 .
- Magill . A . Richard : Motor learing and application , mc Graw – Hill , Boston , 1998 , P282 .

ملحق (1)

يوضح نموذج من التمارين المعطاة في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية

الوحدة التدريبية	التمرينات	الشدة	التكرار	الراحة بين التكرارات	الراحة بين التمارين	زمن التمرين	الزمن الكلي
الأولى	1	% 60	4	2-1.5 دقيقة	3 دقيقة	4:30	17:2
	4		4	2-1.5 دقيقة	3 دقيقة	3:15	12:6
	7		4	2-1.5 دقيقة	3 دقيقة	3:30	13:2

ملحق (1)

نموذج لتمارين اللعب الهجومي الابداعي

هدف التمرين الاول : تطوير اللعب الهجومي الابداعي

تطور التمرين

1-المهاجمه:

-الدخول لمنطقة التسجيل

-اللاعب المراقب يهرب من الرقابة ، والغير المراقب يسجل .

-منطقة التسجيل.

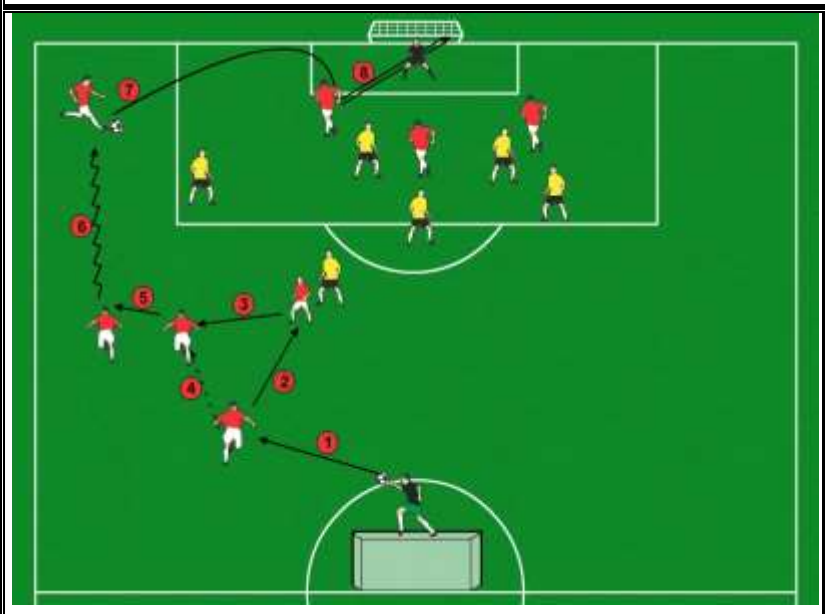
-مشاهدة الكرة .

-اليقظة من الدفاع والحارس .

-قرر كيف تتصل بالكرة .

-عند الاتصال بالكرة أن تكون هادئ – صبور – جدي – قوي .

-تهديف بالقدم – بالرأس – بالصدر .



شرح التمرين :

1-الحارس يمرر الكرة للمدافع القريب.

2-المدافع يلعب الكرة أمامه المحايد

3- اللاعب المحايد يلعب ون تو مع نفس اللاعب

4-ينطلق ليستلم الكرة من المحايد

5- يناول للاعب الشبه المندفع من الجانب

6-يدحرج اللاعب الشبه بالكره للزاوية

7-عمل مناولة عرضية باتجاه الهدف منطقة ال18 يارده

8-المهاجم تهديف على المرمى

مساحة اللعب :

(40 X 60) متر

الأدوات :

كرات – سترات – أقماع – أهداف متحركة-ساعة توقيت

اللاعبين :

16 لاعب (6 لاعب – 6 لاعب– 2 محايدان – 2 حارس مرمى).

النقاط الفنية : حركة المهاجم للهروب من الرقابة – توقيت الجري – الوصول إلى منطقة التسجيل في الوقت المناسب – قرار الاتصال بالكرة – التصويب