

تطوير بعض المتغيرات الخطئية الهجومية وتأثيره على فعالية الأداء المهارى
وبعض المتغيرات الفنية (حجم الوصول- الإنهاء على المرمى) للاعبى كرة القدم
(*) ممدوح محمود مجدى

مقدمة و مشكلة البحث

لقد صاحب التطور فى طرق اللعب الحديثة تنوعاً ملحوظاً للخطط الهجومية والدفاعية ، وأصبحت الفرق تهاجم بثمانية أو تسعة لاعبين وتدافع بالفريق كله طوال زمن المباراة واتسمت الكرة الحديثة بالسرعة بكل صورها (سرعة الأداء الحركي- سرعة رد الفعل - الانتقالية سرعة التحول من الهجوم للدفاع والعكس - سرعة اتخاذ القرار)

ومن الملاحظ مع هذا التطور أن هناك كثير من التحركات تكون عشوائية مما يجعل الفريق يفقد الكرة فى أجزاء الملعب الثلاثة وتكون بنسبة أكبر فى ثلثى الملعب الأوسط والهجومى (Miss Pass) .

كذلك اللعب بعرض الملعب باستمرار أو تمرير الكرة للخلف مما يعوق التقدم للأمام وبالتالي تقليل حجم الوصول إلى المرمى ومحاولة خلق فرص للتهديد والتي قد تصل فى بعض المباريات إلى ٤-٥ محاولات فقط خلال ٩٠ دقيقة (زمن المباراة) .

ففرق كرة القدم عبارة عن جماعة صغيرة متعاونة فى اتصال حيث أعضاء الفريق يسهمون بروح المسئولية والترابط بين الأداء الجماعى والحماس لتحقيق هدف اللعبة بالفوز على الفريق المنافس . (١٥ : ٥٩)

ولاشك أنه عندما تشاهد مباراة لكرة القدم تلاحظ جماعات صغيرة من الأفراد (ثنائية - ثلاثية - رباعية - خماسية) هذه المجموعات يغيرون علاقاتهم فى تأثير متبادل مستمر مع بعضهم لبعض وتفاعلات هذه الجماعات وإعادة تجميع اللاعبين خلال اللعب ثابتة فى نواحي معينة ، ومتغيرة فى نواحي أخرى فهي ثابتة

(*) أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضى- كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا

لأنه بدون الاتفاق بين اللاعبين على التزامهم بمجموعة موحدة من القواعد فإن اللاعبين سيلعبون كل لاعب حسب ما يراه (Free For All) . (٢٨ : ٣٩)
وخطط اللعب ما هي إلا عملية اختيار لمهارة حركية معينة في موقف معين تتطلب دائماً وفي كل وقت إسهام العمليات التفكيرية أثناء الأداء في ظل وجود منافس الذي يحاول بكل قواه إحباط النجاح الذي ينوي الفرد تحقيقه وتظل كرة القدم منافسة بين تفكيري (تفكير اللاعب في مواجهة تفكير منافسة) . (٣٠ : ٤٦)
ويرى الباحث أن فشل (العمل الحركي) الهجوم يتوقف على عدة نقاط فنية يأتي في مقدمتها التحركات العشوائية مما يجعل الفريق أثناء الهجوم يفقد الكرة بنسبة كبيرة جداً والتي تتمثل في عمل مساعدة خاطئة (مسافة - زاوية - وضع جسم اللاعب المساعد) كذلك كثرة اللعب بعرض الملعب أو للخلف وهي مبادئ راسخة في ذهن اللاعبين (امتلاك وسط الملعب يجعل الفريق مسيطراً ومتفوقاً وله اليد العليا في المباراة) هذا الفكر يقلل من خلق فرص تهديف كذلك تقليل نسبة فعالية الأداء المهارى للاعبين .

ويذكر فرج بيومي عن علي السلمي (١٩٧٩) أنه بالرغم من أن للعوامل الفنية أهمية في تحديد الكفاية الإنتاجية لأي مشروع بصفة عامة إلا أنها ليست كافية لضمان حد معقول من الإنتاجية وبالتالي أصبحت دراسة محددات (الأداء الفردي والجماعي) للعمل مدخلاً أساسياً لأي محاولة لزيادة الكفاية الإنتاجية وتحسين مستويات الأداء . (١٥ : ٢٢٨)

ومن خلال تحليل العديد من البطولات قسم الخبراء مجموعات اللعب إلى ثلاث أنواع :-

- ١- المجموعة المباشرة مع الكرة .
 - ٢- المجموعة المساعدة .
 - ٣- المجموعة العكسية .
- وتتكون المجموعة المباشرة مع الكرة من مجموعات (ثنائية - ثلاثية - رباعية - خماسية) تكون كل منها تشكيل معين مرفق رقم (٦) .

من هنا ومن خلال عمل الباحث كمدرّب عام للفريق الأول لنادي إتحاد الشرطة الرياضي موسم (٢٠١١-٢٠١٢) وجد أن أهمية البحث لتطوير المستوى الفني للفريق هو تحديد بعض المتغيرات الهجومية الحديثة والتي تتمثل في :-

- ١- الاستلام في الظهر خلف المدافعين .
- ٢- السند (المساعدة الصحيحة في الهجوم) مسافة - زاوية - وضع جسم اللاعب المساعد ويكون في اتجاه الهجوم (Open Body) .
- ٣- التمرير للاعب الثالث وليس الأقرب في معظم الأحوال .
- ٤- ترابط الخطوط والذي يحقق عمق جيد للفريق .
- ٥- توسيع جبهة الهجوم .
- ٦- اللعب المباشر .

وذلك لمحاولة تنفيذ كرة هجومية حديثة تساعد على زيادة فعالية الأداء وتتسم بحجم وصول جيد للثلاث الهجومى ويكون هذا الوصول بشكل مؤثر يساعد الفريق على الانتهاء على المرمى (فرص التهديد) بشكل مثالى .

من ثم يمكن نستخلص أنه للأداء المهارى الدقيق واستمرار الأداء الخططى طول زمن المباراة لابد وأن تكون هناك حالة تدريبية يكون أحد أهم مكوناتها الجرى الحر بوعي .

لذا قد يساهم هذا البحث فى تطوير البرامج التدريبية الخاصة بالمتغيرات الخططية الهجومية للاعبين قيد البحث فى حالة ثبات صحة نتائجها والأخذ بها

التعليق على الدراسات السابقة

أولاً :- التعليق على الدراسات العربية :

- استخدم جميع الباحثين المنهج التجريبي كمنهج ملائم لطبيعة هذا النوع من الأبحاث .
- أشارت دراسة كل من محمد على محمود (١٩٨٦) (١٦) وممدوح محيى (١٩٩٠) (٢١) وجمال إسماعيل (١٩٩٥) (٧) وعمر أحمد على (٢٠٠١) (١٤) ويحيى كامل (٢٠٠١) (٢٤) وإسلام مسعد (٢٠٠٧) (١) واحمد مصطفى (٢٠١٢) (٢) لأهمية وضع البرامج على أسس علمية لفترة الإعداد حيث إنها القاعدة الأساسية لما يليها من فترات .
- تطرقت دراسة ممدوح محيى (١٧) للتخطيط لفترة المنافسات وهى من أهم الفترات والتي يشترك فيها الفريق فى المباريات الرسمية والتي تحتاج إلى تقنين التدريب بشكل علمى يتناسب مع قوة المباريات وتوقيتات ومواعيد كل مباراة وعددها خلال الأسبوع .

ثانياً :- التعليق على الدراسات الأجنبية :

- استخدم أيزمان سافن (١٩٩٦) (٢٧) المنهج التجريبي كمنهج ملائم لطبيعة هذا النوع من الدراسات أما دراسة ثومفارت ميشيل (١٩٩٦) (٣١) Thumfart Michael وفاسيلس أرماتس وآخرون (٢٠٠٥) (٣٣) Vasikis Armatas فقد استخدموا المنهج الوصفي لملائمته لدراستهم .
- لم يرى الباحث بعض الجوانب الخطئية في موضوع البحث مثل (الاستلام بالظهر و التميرير اللاعب القالدين وليس للأخر وهذا يبرز أهمية البحث فى الجانب التطبيقي سواء للاعبين أو المدربين .

أوجه الاستفادة من الدراسات المرتبطة :

من خلال الإطلاع على الدراسات المرتبطة بالدراسة قيد البحث إستفاد الباحث ما يلي:

- ١ . الوقوف على أهداف الدراسة وصياغتها بشكل أفضل.
- ٢ . تحديد افضل المتغيرات المرتبطة بمشكلة البحث.
- ٣ . تحديد المنهج العلمي المناسب للدراسة قيد البحث.
- ٤ . تحديد الخطوات المتبعة في إجراءات البحث
- ٥ . التعرف على المشكلات التي يمكن أن تواجه الباحث أثناء التطبيق والسعي لحلها.
- ٦ . التعرف على انسب المعالجات الإحصائية للبحث.
- ٧ . التعرف على القياسات المناسبة لتجانس عينة البحث .
- ٨ . تحديد الأسلوب الأمثل لعرض البيانات ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها .
- ٩ . الاستفادة من بعض المقارنات التي تمت في الدراسات السابقة الى التوصل الى حقائق علمية حول مشكلة البحث
- ١٠ . ضرورة تمشى البرنامج الرياضي مع خصائص ومميزات عينة البحث مع مراعاة الفروق الفردية بين الأفراد .
- ١١ . الاستفادة من حقائق الدراسات العلمية السابقة كسند علمي للدراسة الحالية
- ١٢ . التعرف على المشكلات التي يمكن أن تواجه الباحث أثناء تطبيق البرنامج والعمل على علاجها

أهداف البحث

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تدريبي للفريق الأول (إتحاد الشرطة) ومعرفة تأثيره على :-

- ١- نسبة التحسن المئوية لفعالية الأداء المهارى لدى العينة قيد البحث .
- ٢- نسبة التحسن للاستحواذ على الكرة للعينة قيد البحث .
- ٣- نسبة التحسن للمتغيرات الخططية للعينة قيد البحث .
- ٤- نسبة تغير بعض المتغيرات الفنية (حجم الوصول للمرمى - الإنهاء على المرمى) .

فروض البحث

فى ضوء أهداف البحث يفترض الباحث ما يلى :-

- ١- زيادة نسبة التحسن المئوية لفعالية الأداء المهارى لدى العينة قيد البحث
- ٢- زيادة نسبة التحسن للاستحواذ على الكرة لدى العينة قيد البحث .
- ٣- زيادة نسبة التحسن للمتغيرات الخططية للعينة قيد البحث .
- ٤- زيادة نسبة تغير بعض المتغيرات الفنية (حجم الوصول للمرمى - الإنهاء على المرمى) للعينة قيد البحث .

مصطلحات البحث

حجم الوصول للمرمى :

عدد محاولات الفريق المهاجم للوصول إلى الثلث الأمامي (الهجومى) لبدء تطوير إنهاء الهجوم على المرمى . (تعريف إجرائي)

فعالية الأداء المهارى

مجموع المهارات الأساسية الصحيحة التي يؤديها اللاعب خلال المباراة.(

تعريف إجرائي)

الإنهاء على المرمى

هي محاولة التهديف في احد المهارات الأساسية التي يسمح بها القانون سواء فردياً او جماعياً من اللاعب المستحوذ على الكرة (الممر لها) إلى اللاعب المستقبل للكرة الذى يقوم بالمسة الاخيرة محاولاً إحراز هدف .
(تعريف إجرائي)

خطة وإجراءات البحث

منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة هذا البحث واستخدم الباحث التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بإتباع القياس القبلي والبعدي .

عينة البحث

إشتملت عينة البحث الكلية على لاعبي الفريق الأول بنادي اتحاد الشرطة الرياضى وقوامها (٣٠) لاعب (٢٥) لاعب من الفريق الأول وخمسة لاعبون منضمون من فريق (٢٠) سنة للموسم الرياضى (٢٠١١-٢٠١٢) والعينة الأصلية (١٤) لاعب (١١) لاعب أساسى + ثلاث لاعبين إحتياطى يتم تبديلهم خلال المباريات .

أدوات جمع البيانات

- ١- التصوير المرئى - التسجيل بكاميرا فيديو .
- ٢- المراجع والأبحاث العلمية .
- ٣- استمارة تحليل للمهارات الحركية لقياس فعالية الأداء . مرفق (١)
- ٤- استمارة تحليل المتغيرات الخطئية الهجومية قيد البحث . مرفق (٢)
- ٥- الأجهزة والأدوات المساعدة فى عملية التدريب (كرات - أطباق - حواجز - ارماع) .
- ٦- السجلات الخاصة بكل من (بيانات كل لاعب على حدة - سجلات التدريب - سجلات التحليل) .

البرنامج التدريبي المقترح

قام الباحث بتصميم البرنامج التدريبي وفق الواقع العملي الميداني وباستخدام الأسلوب العلمي والذي يتناسب مع لاعبي الفريق الأول بهدف تطوير بعض المتغيرات الهجومية الخطئية ومعرفة تأثيره على نسبة الاستحواذ وفعالية الأداء وحجم الوصول للمرمى بفعالية . مرفق (٥)

الخطوات المتبعة لتخطيط البرنامج

- ١- تحديد عدد الأسابيع المكونة لفترة الإعداد (٩) أسابيع .
 - ٢- تحديد دورة الحمل وقد حددها الباحث (٢ : ١) .
 - ٣- تحديد عدد دقائق التدريب وفقاً لدرجات حمل تدريب كل أسبوع وقد حدد الباحث الأسبوع الأقصى بـ ٨٤٠ دقيقة والأسبوع العالي بـ ٧٢٠ دقيقة والأسبوع المتوسط بـ ٦٠٠ دقيقة .
 - ٤- توزيع الزمن كل إعداد (بدنى - مهارى - خطى) بدءاً من الأسبوع الأول حتى الأسبوع التاسع وفقاً للنسب العلمية لكل إعداد أسبوعياً .
- مرفق (٤)

التمرينات الفنية المختارة لمحتوى البرنامج

أولاً :- التمرينات الخطئية المختارة لتنفيذ البرنامج

- تم تقسيم التمرينات الخطئية وفقاً لتخطيط البرنامج بتوزيعها على طرق التدريب على خطط اللعب كذلك وفقاً لطريقة اللعب ٣-٤-٣ وكانت كالتالى :-

- ١- تمرينات فى مساحات محددة مربعات - مستطيلات بعدد يتناسب مع المساحة (١٢) تمرين .
- ٢- تمرينات مجموعة × مجموعة على مرمى واحد (Tac) (١٧) تمرين مقسمة إلى :-

- | | |
|-------------------------|-------------|
| أ- إنهاء عن طريق الجناح | (٩) تمرينات |
| ب- إنهاء عن طريق العمق | (٨) تمرينات |

- ٣- تـمـرـيـنـات مـجـمـوعـة × مـجـمـوعـة عـلـى مـرـمـيـن فـى مـسـاحـة مـحـدـدة (١١)
- . تمرين Small Sided game .
- ٤- التـدـرـيـب الطـولـى (١٠) تـمـرـيـنـات .
- ٥- مـجـمـوعـة × مـجـمـوعـة عـلـى مـرـمـيـن بـالـعـدـد القـانـونـى (١١ × ١١) تـقـسـيـمـه
- (٤) تـمـرـيـنـات . مـرفـق (٧)

ثانياً :- التـمـرـيـنـات المـهـارـيـة المـخـتـارـة لـتـنـفـيـذ الـبـرـنـامـج

- تم تقسيم التمرينات المهارية على طرق التدريب على المهارات الأساسية المرتبطة بخطط اللعب وطريقة اللعب ٣-٤-٣ وهى كالتالى
- ١- التـمـرـيـنـات فـى نـصـف مـلـعـب (١٣) تـمـرـيـن مـقـسـمـة إـلـى :-
- أ- إـنـهـاء عـن طـرـيـق الجـناح (٨) تـمـرـيـنـات
- ب- إـنـهـاء عـن طـرـيـق العـمـق (٥) تـمـرـيـنـات
- ٢- التـمـرـيـنـات المـركـبـة فـى مـلـعـب كـامـل (٨) تـمـرـيـنـات . مـرفـق (٨)

تـنـفـيـذ الـبـرـنـامـج

استغل الباحث فترة توقف الدورى وقام بالتنسيق مع الفرق المشتركة بعمل المباريات الودية للقياسين القبلى والبعدى بعد مدة ٩ أسابيع فترة البرنامج المقترح وكانت الفرق على النحو التالى :-

١- نادى المقاولون العرب

٢- نادى مصر المقاصة

٣- نادى سموحة

٤- نادى وادى دجلة

الـجـدول الزـمـنـى لـتـطـبـيـق الـبـرـنـامـج

الـقـيـاس الـقـبـلـى :

قام الباحث بإجراء القياس القبلى بتصوير أربع مباريات بمعدل كل أسبوع

مباراة أيام ٢٠١١/٣/٨ ، ٢٠١١/٣/١٥ ، ٢٠١١/٣/٢٢ ، ٢٠١١/٣/٢٩ .

تطبيق البرنامج

طبق الباحث البرنامج التدريبي إبتداءً من ٢٠١١/٤/٣٠ إلى ٢٠١١/٧/٨.

القياس البعدى :

بعد الانتهاء من المدة المحددة للبرنامج قام الباحث بإجراء القياس البعدى بنفس الشروط التي تم إتباعها فى القياس القبلى وذلك بمعدل كل أسبوع مباراة أيام ٢٠١١/٧/٨ ، ٢٠١١/٧/١٥ ، ٢٠١١/٧/٢٢ ، ٢٠١١/٧/٢٩ .

المعالجة الإحصائية

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :-

$$١ - \text{النسبة المئوية للتغير} = \frac{\text{عدد المحاولات الصحيحة} \times ١٠٠}{\text{العدد الكلى للمحاولات}}$$

٢ - معامل الارتباط البسيط T-Test

٣ - استخدم الباحث برنامج (SPSS 19)

عرض ومناقشة النتائج
أولاً :- عرض النتائج

جدول رقم (٣)

نسبة التغيير بين القياسين القبلي والبعدى لفعالية الأداء المهارى

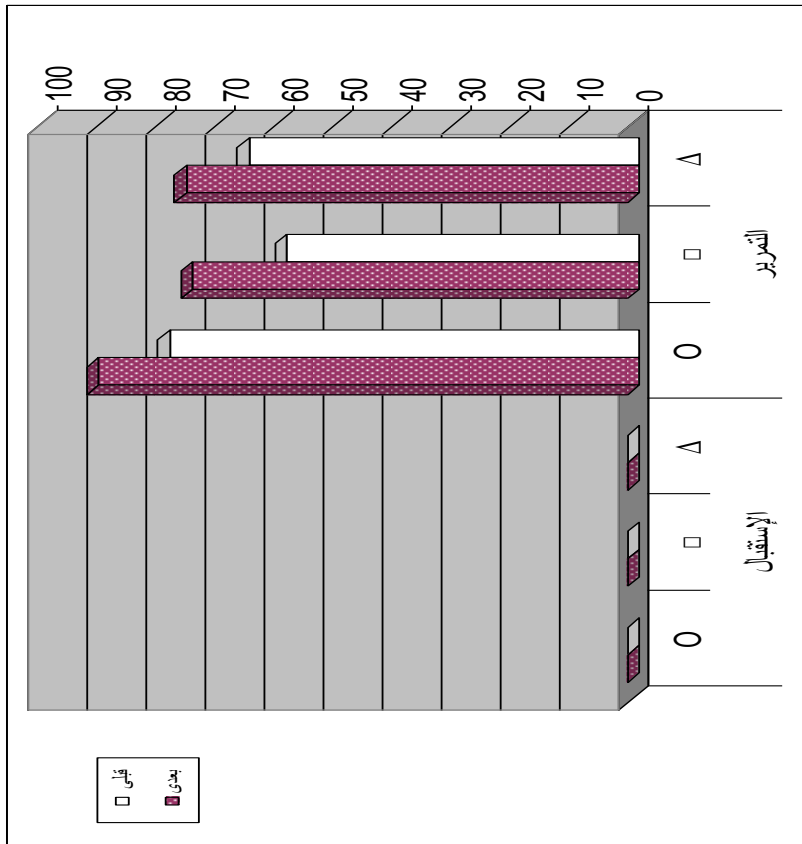
للمهارات الأساسية في أجزاء الملعب الثلاثة للعينه قيد البحث ن=١٤

نسبة التغيير بين القياسين القبلي والبعدى	القياس البعدى			القياس القبلي			ملعب كرة القدم	المهارات الأساسية
	النسبة المئوية	عدد المحاولات الصحيحة	العدد الكلي في المباريات	النسبة المئوية	عدد المحاولات الصحيحة	العدد الكلي في المباريات		
10.74%	76.85%	312	406	66.11%	238	360	△	التمرير
16.03%	75.71%	483	638	59.68%	370	620	□	
12.05%	91.54%	238	260	79.49%	186	234	○	
16.05%	87.90%	334	380	71.85%	194	270	△	الاستقبال
13.20%	91.72%	532	580	78.52%	402	512	□	
4.79%	91.36%	222	243	86.57%	174	201	○	
21.94%	85.71%	120	140	63.77%	88	138	△	الجرى بالكرة
9.23%	88.75%	142	160	79.52%	132	166	□	
20.57%	96.08%	98	102	75.51%	74	98	○	
29.04%	80.56%	29	36	51.52%	17	33	△	ضرب الكرة بالرأس
12.50%	79.17%	19	24	66.67%	14	21	□	
24.48%	85.19%	23	27	60.71%	17	28	○	
27.94%	77.94%	53	68	50.00%	24	48	△	مهاجمة الكرة
17.75%	86.67%	65	75	68.92%	51	74	□	
14.86%	79.49%	62	78	64.63%	53	82	○	

46.31%	77.08%	37	48	30.77%	8	26	Δ	التصويب
16.67%	50.00%	1	2	33.33%	1	3	□	
		2770	3267		2043	2914		المجموع الكل

مفاتيح الرموز : Δ الثلث الهجومي □ الثلث الأوسط ○ الثلث الدفاعي

يتضح من جدول رقم (٣) أن هناك تقدم في نسبة التحسن لجميع المهارات في الثلاث أثلاث الدفاعي (الخلفي) - الأوسط - الهجومي (الأمامي) وذلك في جميع المهارات الأساسية لقياس معدل فعالية الأداء (المهاري) بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للعينة قيد البحث



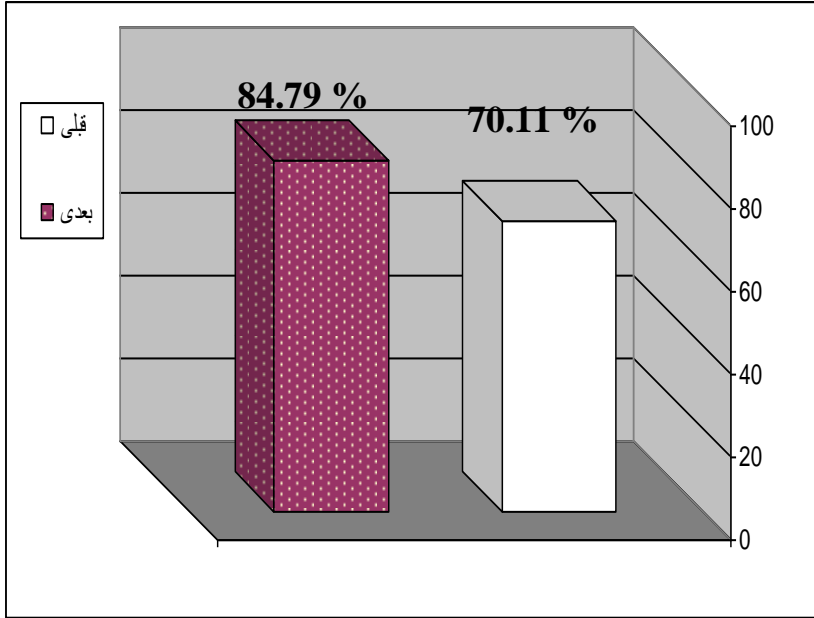
جدول رقم (٤)

نسبة التحسن الكلية لفعالية الأداء المهاري بين القياسين

القبلي والبعدي للعينة قيد البحث ن=١٤

نسبة التحسن %	القياس البعدي			القياس القبلي			المباراة
	النسبة المئوية	عدد المحاولات الصحيحة	المجموع الكلي	النسبة المئوية	عدد المحاولات الصحيحة	المجموع الكلي	
8.74%	70.38%	663	942	61.64%	450	730	الأولى
17.50%	82.41%	651	790	64.91%	455	701	الثانية
23.21%	97.12%	674	694	73.91%	510	690	الثالثة
13.18%	92.99%	782	841	79.19%	628	793	الرابعة
		2770	3267		2043	2914	المجموع
14.68 %	$\frac{2770 \times 100}{3267} = 84.79\%$			$\frac{2043 \times 100}{2914} = 70.11\%$			نسبة التحسن الكلية لفعالية الأداء

يتضح من جدول رقم (٤) أن هناك تقدم إيجابي في نسبة التحسن لفعالية الأداء المهاري بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي



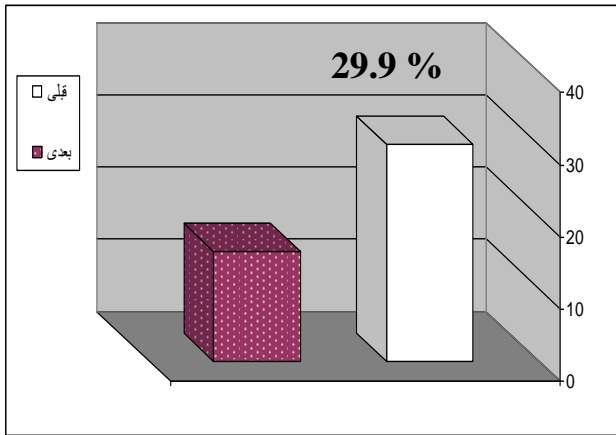
نسبة التحسن الكلية لفعالية الأداء المهاري بين القياسين القبلي والبعدي للعينة

جدول رقم (٥)
نسبة التحسن للاستحواذ (عدم فقد الكرة) لمجموع

المتغير الفني	القياس القبلي			القياس البعدي			نسبة التحسن
	المجموع الكلي	المحاولات الصحيحة	فرق المجموع	المجموع الكلي	المحاولات الصحيحة	فرق المجموع	
نسبة الاستحواذ	2914	2043	871	3267	2770	497	
النسبة المئوية لفقد الكرة	100×871		$\% 29.9 =$	100×497		$\% 15.21 =$	$\% 13.88$
	2914			3267			

المهارات الأساسية للعينة قيد البحث

يتضح من جدول رقم (٥) أن هناك تحسن ملحوظ في نسبة التحسن للاستحواذ (عدم فقد الكرة) والتي تعتبر المؤشر الأول للاستحواذ على الكرة .



جدول رقم (٦)

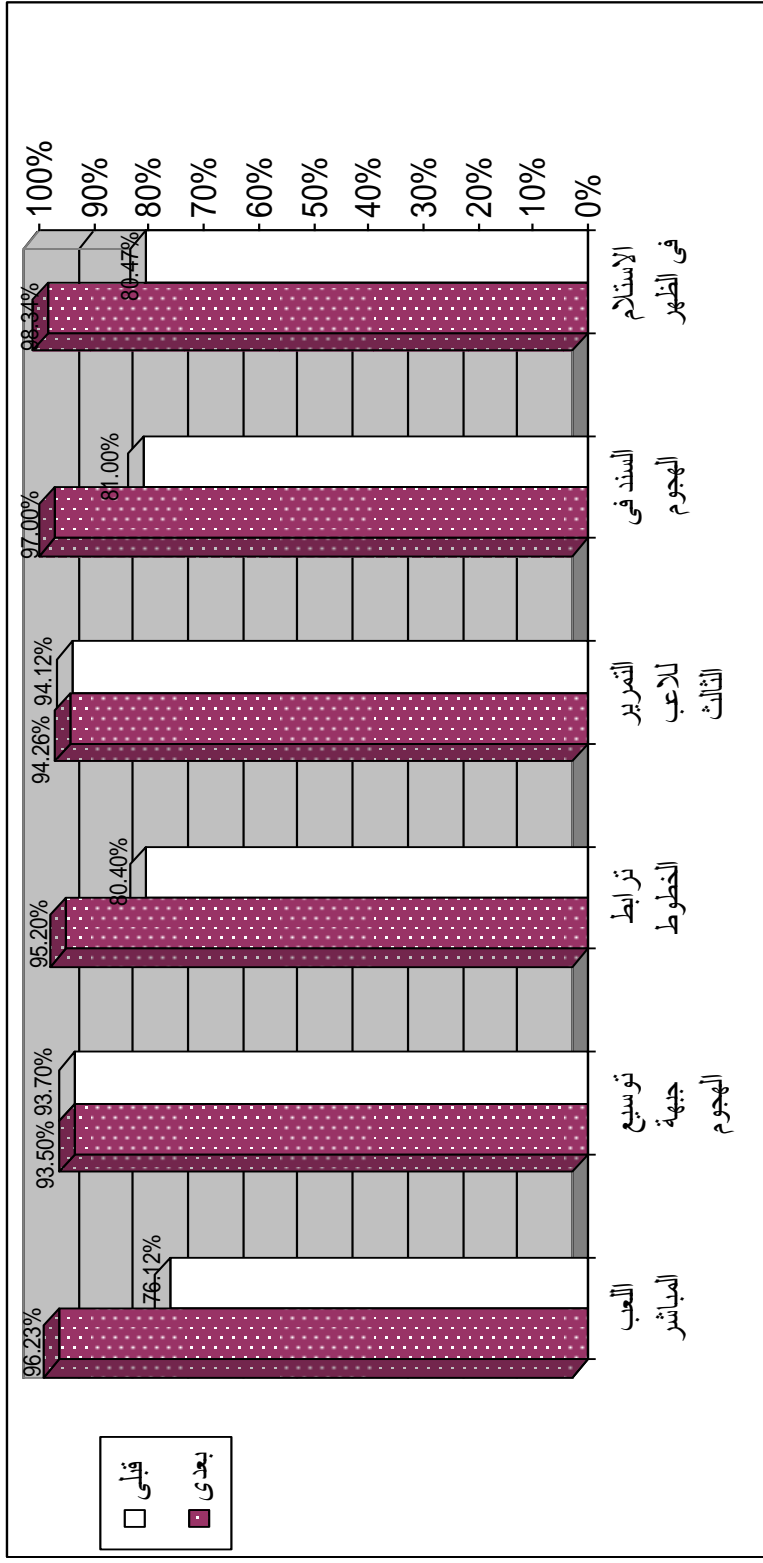
نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي

للمتغيرات الخطئية للعينة قيد البحث ن=١٤

نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي	القياس البعدي					القياس القبلي					رقم المباراة	الملعب	المتغيرات الخطئية
	النسبة المئوية	المجموع الكلي للمحاولات الصحيحة	المحاولات الصحيحة لكل مباراة	المجموع الكلي للمباريات	مجموع محاولات كل مباراة	النسبة المئوية	المجموع الكلي للمحاولات الصحيحة	المحاولات الصحيحة لكل مباراة	المجموع الكلي للمباريات	مجموع محاولات كل مباراة			
% 17.87	% 98.34	1007	243	1024	249	% 80.47	598	138	732	170	1	الاستلام في الظهر	
			249		253			160		179	2		
			228		231			149		188	3		
			287		291			142		195	4		
% 16.00	% 97.00	905	211	933	221	% 80.9	503	119	621	150	1	مسافة وزاوية السند ووضع الجسم open) (body	
			230		238			133		153	2		
			214		219			122		141	3		
			250		255			129		177	4		
% 14.00	% 94.26	115	34	122	36	% 94.12	80	21	85	23	1	التمرير للاعب الثالث	
			44		45			32		34	2		
			19		22			12		12	3		
			18		19			15		16	4		
% 14.80	% 95.20	160	38	168	39	% 80.40	111	26	138	34	1	ترابط	

			32		34			24		33	2	الخطوط
			40		41			29		31	3	عمق
			50		45			32		40	4	الفريق
												واتساعه
%	93.50 - %	68	27	92	28	93.70 %	74	20	79	22	1	توسيع جبهة الهجوم
			25		27			28		30	2	
			17		18			11		11	3	
			17		19			15		16	4	
20.11 %	96.23 %	897	219	932	230	76.12 %	612	149	804	179	1	العب المباشر
			234		227			151		194	2	
			227		235			148		203	3	
			217		240			164		210	4	

يتضح من جدول رقم (٦) أن هناك تقدم في نسبة التحسن لجميع المتغيرات الخطئية (عدا) توسيع جبهة الهجوم بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للعينة قيد البحث



نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمتغيرات الخطئية للعبة قيد البحث

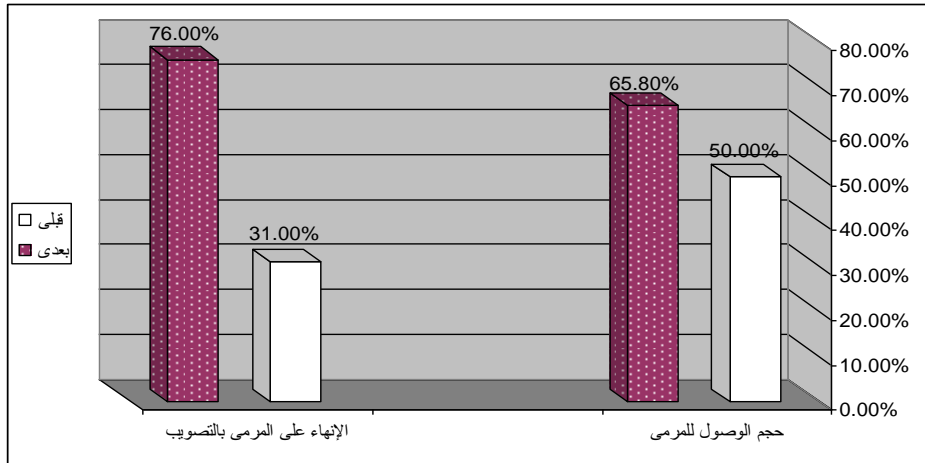
شكل رقم (٤)

جدول رقم (٧)

نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لحجم الوصول إلى المرمى
والإنهاء على المرمى (فرص التهديد) للعينة قيد البحث ن=١٤

نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي	القياس البعدي				القياس القبلي				المباراة رقم	المتغيرات الخطئية		
	النسبة المئوية	عدد المحاولات الصحيحة	المجموع الكلي في المباريات	عدد محاولات الوصول	النسبة المئوية	عدد المحاولات الصحيحة	المجموع الكلي في المباريات	عدد محاولات الوصول				
% 15.82	% 65.82	52	12	79	18	50.00	29	8	58	15	1	حجم الوصول
			14					7		13	2	
			14					6		16	3	
			12					8		14	4	
% 44.96	% 76.00	38	9	50	12	31.05	9	3	29	8	1	الإنهاء على المرمى
			11					2		7	2	
			10					1		5	3	
			8					3		9	4	

يتضح من جدول (٧) أن هناك تقدم إيجابي في نسبة التحسن لحجم الوصول إلى المرمى وكذلك الإنهاء على المرمى (التصويب) فرص التهديد للعينة قيد البحث بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي .



نسبة التحسن الكلية لحجم الوصول للمرمى والإنهاء على المرمى
بين القياسين القبلي والبعدي

جدول رقم (٨)

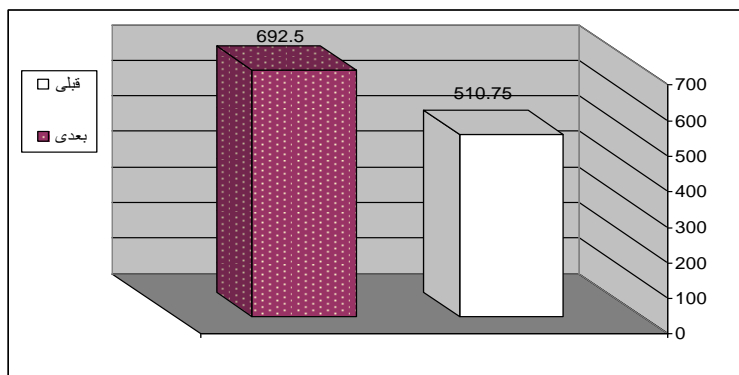
دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لفعالية الأداء المهاري

(ن = ١٤)

قيمة T المحسوبة	بعدي		قبلي		المتغير
	ع	س	ع	س	
2.309 -	60.401	692.5	82.758	510.75	فعالية الأداء

قيمة T الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.77$

يتضح من جدول رقم (٨) أن هناك فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لفعالية الأداء .



نسبة التحسن لفعالية الأداء المهاري بين القياسين القبلي

والبعدي

جدول رقم (٩)

دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي
في المتغيرات الخطئية قيد البحث ن=١٤

قيمة T الجدولية	قيمة T المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات الخطئية
		ع	س	ع	س	
1.77	23.09	25.209	256	53.70 9	158	الاستلام في الظهر
1.77	23.09	16.82	233.25	15.37	155.25	مسافة وزاوية السند
1.77	1.155 -	12.179	30.5	9.36	21.25	التمرير للاعب الثالث
1.77	1.597 -	8.52	42	3.87	34.5	ترابط الخطوط
1.77	0.577 -	5.22	23	8.18	19.75	توسيع جبهة الهجوم
1.77	2.309 -	5.715	233	13.33 9	196.5	اللعب المباشر

قيمة T الجدولية عند مستوى دلالة $1.77 = 0.05$

يتضح من جدول رقم (٩) ما يلي :

وجود فروق دالة إحصائياً في متغيري الاستلام في الظهر ، كذلك مسافة
وزاوية السند ومتغير اللعب المباشر وعدم وجود دلالة إحصائياً في باقي المتغيرات
الخطئية (التمرير للاعب الثالث - ترابط الخطوط - توسيع جبهة الهجوم) .

ثانياً :- مناقشة النتائج

وفقاً لترتيب النتائج ومن خلال فروض البحث وتحقيقاً لأهدافه سوف يقوم الباحث بمناقشة النتائج وتفسيرها .

الفرض الأول :- تزيد نسبة التحسن المئوية لفعالية الأداء لدى عينة البحث .
أظهرت نتائج الدراسة فى جدول رقم (٣) أن هناك تحسن فى نسب كل المهارات الأساسية فى أثلاث الملعب (الخلفى " الدفاعى " - الأوسط - الأمامى " الهجومى ") حيث تراوحت نسبة التحسن ما بين ٩.٢٣ % لمهارة الجرى بالكرة : ٤٦.٣١ % لمهارة التصويب على المرمى وذلك لصالح القياس البعدى .
كذلك يتضح من جول (٤) نسبة التحسن الكلية لفعالية الأداء ١٤.٦٨ % فى مجموع الأربع مباريات مما يشير إلى تأثير البرنامج على تحسين فعالية الأداء فى كل الملعب والتي اشتملت محتوياته على التأكيد على تنفيذ النقاط الفنية لكل تمرين من التمرينات المختارة ووضعها بترتيب علمى مترابط بين وحداته اليومية من يوم إلى يوم ومن أسبوع إلى أسبوع للوصول إلى الأداء المثالى فى شكل مجموعات .
وتتفق هذه النتائج مع نتائج ممدوح محبى (٢١) فى زيادة فعالية الأداء لصالح القياس البعدى .

ويذكر طه إسماعيل وآخرون (١٩٨٩) أنه لا بد أن يكون التدريب فى كرة القدم وفق برنامج مخطط ومنظم ومستمر وله أهداف والتي تتمشى مع قدرات اللاعبين ومتطلبات المراحل المختلفة للموسم والذي يؤدي بذلك إلى تحسين الحالة التدريبية العامة للاعبين (١٠ : ١٧) .

كما يتضح من جدول (٨) أن هناك فروق دالة إحصائياً لفعالية الأداء بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لمجموع الأربع مباريات لصالح القياس البعدى حيث تشير قيمة T المحسوبة (- ٢.٣٠٩) وقيمة T الجدولية (١.٧٧) ويعزى الباحث هذا الفرق إلى البرنامج المقترح وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كل من محمد على محمود (١٩٨٦) (١٦) و ممدوح محبى (١١٩٠) (٢١) و جمال إسماعيل (١٩٩٥) (٧) و ممدوح محبى (١٩٩٦) (٢٢) وعمر أحمد على

(٢٠٠١) (١٤) ويحي كامل (٢٠٠١) (٢٤) وأحمد البدوي (٢٠٠٧) (١) وإسلام مسعد (٢٠٠٧) (٢) وأحمد مصطفى (٢٠١٢) (٣) وأيزمان سافن Eiseman Saven (١٩٩٦) (٢٧) فى أن البرامج التدريبية المخططة على أسس علمية سليمة تعمل على تطوير وتحسين ما وضعت من اجله .

الفرض الثانى :- تزيد نسبة التحسن للاستحواذ على الكرة لدى العينة قيد البحث .

يتضح من جدول (٥) أن هناك نسبة تحسن فى عدم فقد الكرة حيث كانت فى القياس القبلى ٢٩.٩ % أما فى القياس البعدى فكانت ١٥.٢١ % بنسبة تغير ١٤.٦٩ % لصالح القياس البعدى وهذا مؤشر إلى مستوى التقدم فى عدم فقد الكرة فى الأجزاء الثلاثة للملعب بشكل ملحوظ ويرى الباحث أن أكبر مشكلة لدى المدرب هو عدم قدرة لاعبيه على الاحتفاظ بالكرة لفترة مناسبة حيث يظل الفريق مهاجماً طوال فترة استحواذه على الكرة وبالتالي تزيد فرص محاولات وصوله لمرمى المنافس ومحاولة إحراز أهداف وبالتالي تبرز أهمية الاستحواذ بصفة عامة لكل الفرق أنه يجعل الفريق دائماً فى حالة هجومية ويؤكد حنفى مختار (١٩٨٨) وديفيد هيجس (١٩٩١) David Hughes أن هناك ارتباط وثيق بين الأداء الفردى والعمل الجماعى ، فكلما كان هناك لاعبين تمتلك مهارات فنية عالية تستطيع أن تنفذ خطط اللعب فى ظل وجود مشاركة (تحت ضغط) بشكل جيد .

(٦ : ١٨٢) (٢٥ : ٤٩)

الفرض الثالث :- تزيد نسبة تغير بعض المتغيرات الخططية للعينة قيد البحث .

يتضح من جدول (٦) أن هناك تحسن فى نسبة تغير بعض المتغيرات الخططية وهى كالأتى الاستلام فى الظهر تحسن بنسبة (١٧.٨٧ %) والسند فى الهجوم بنسبة (١٦ %) وترابط الخطوط عمق " الفريق واتساعه " بنسبة (١٤.٨ %) كذلك اللعب المباشر بنسبة (٢٠.١١ %) .

أما التميرير للاعب الثالث وتوسيع جبهة الهجوم كانت النسبة تقريباً متساوية بين القياسين القبلى والبعدى بالرغم من زيادة حجم التكرارات العامة للمتغيرين حيث كان المجموع الكلى فى القياس القبلى (٨٥) لمجموع الأربع مباريات منها ٨٠ محاولة صحيحة بنسبة ٩٤.١٢ ٪ أما فى القياس البعدى كان المجموع الكلى للأربع مباريات كان (١٢٢) منها ١١٥ محاولة صحيحة بنسبة ٩٤.٢٦ ٪ .

أما توسيع جبهة الهجوم لم يكن هناك تحسن فى النسبة العامة بين القياس القبلى والبعدى ولكن مقارنة بين الحجم الكلى للتكرارات كان هناك تحسن طفيف مثل المتغير السابق .

كذلك يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً فى المتغيرات الخططية (الاستلام فى الظهر - مسافة وزاوية السند - واللعب المباشر) وعدم وجود دلالة على باقى المتغيرات (التميرير للاعب الثالث - ترابط الخطوط - توسيع جبهة الهجوم)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كل من يحيى أحمد كامل (٢٠٠١) (٢٤) و أحمد البدوى (٢٠٠٧) (١) والتي كان أهم نتائجها أن البرنامج التدريبى لكل منهما أدى إلى تطوير مستوى الأداء الهجومى للاعبين وتطوير بعض المبادئ الهجومية فردياً وجماعياً للاعبين وأن منطقة الجناح هى مفتاح الهجوم لأى فريق .

الفرض الرابع :- تزيد نسبة تغير المتغيرات الفنية (حجم الوصول للمرمى - الإنهاء على المرمى) للعينة قيد البحث .

يتضح من جدول (٧) أن هناك تحسن فى نسبة التحسن بين القياسين القبلى والبعدى فى المتغيرات الفنية حجم الوصول للمرمى بنسبة ١٥.٨٢ ٪ كذلك الإنهاء على المرمى بنسبة ٤٤.٩٦ ٪ على التوالى وهذا ما توافقت معه دراسات كل من عمر أحمد على (٢٠٠١) (١٤) تأثير البرنامج إيجابى على زيادة فرص التهديد وكذلك عدد موجات الهجوم ونتائج المباريات كذلك دراسة أحمد مصطفى (٢٠١٢) (٢) أن البرنامج ساهم فى تحسين متغير دقة التصويب الإيجابى (الإنهاء على المرمى) لدى العينة قيد البحث كذلك دراسة أيزمان سافن Eiseman Saven

(١٩٩٦) (٢٧) والتي كان من أهم نتائجها أن الانتظام والتدرج السليم للوحدات التدريبية أدى إلى تطوير الأداء المهارى والخططى مما زاد من نسبة فعالية الأداء الهجوى وفرص التهديف .

الاستخلاصات والتوصيات

أولاً : الاستخلاصات

فى ضوء الأهداف والفروض والمعالجات الإحصائية لتحليل وعرض ومناقشة النتائج يستخلص الباحث الآتى :-

- ١- حدوث تحسن فى فعالية الأداء المهارى لمجموع المهارات الأساسية فى كل الملعب (الثلث الخلفى - الثلث الأوسط - الثلث الهجوى) حيث تراوحت نسبة التحسن من ٩.٢٣ ٪ إلى ٤٦.٣١ ٪ .
- ٢- حدوث تحسن فى نسبة الاستحواذ على الكرة بنسبة ١٤.٦٩ ٪ مما يشير إلى مستوى تقدم ملموس فى عدم فقد الكرة فى أجزاء الملعب الثلاثة .

- ٣- حدوث تحسن فى المتغيرات الخططية قيد البحث وهى على التوالى (الاستلام فى الظهر - والسند فى الهجوم - ترابط الخطوط - واللعب المباشر) وكانت نسبة التحسن ما بين ١٤.٨ ٪ إلى ٢٠.١١ ٪ .
- ٤- حدوث تحسن فى المتغيرات الفنية (حجم الوصول للمرمى - الإنهاء على المرمى) وذلك بنسبة ١٥.٨٢ ٪ إلى ٤٤.٩٦ ٪ على التوالى .

ثانياً : التوصيات

- ١- الاستفادة من البرنامج التدريبى المقترح لمتغيرات أخرى خاصة بأبحاث جديدة
- ٢- يوصى الباحث باستخدام البرنامج التدريبى المقترح لفرق الدرجة الأولى بأساليب مختلفة للتنفيذ والخاصة بكل مدرب على حدة .

٣- توجيه الأبحاث العلمية فى مجال التطبيق لمتغيرات مهارية وخطوية
أخرى بالإضافة لتتوع التوجيه إلى الجوانب الدفاعية والعلاقات بينهم .
٤- تخطيط البرامج على أسس علمية سليمة تتاسب مع كل مرحلة سنوية على
حدة .

٥- الاهتمام بحجم وشدة التدريب على مهاراتي التمرير والاستقبال فى
مناطق الملعب الثلاثة (تحت ضغط) إذ يمثل ٨٠ ٪ من أداء مجموع
المهارات الأساسية لفعالية الأداء .

٦- توجيه اللاعبين لاتخاذ قرارات التمرير للأمام باستمرار كإستراتيجية
تكتيكية تأتي فى المقام الأول للكرة الحديثة .

٧- غرس ثقافة ترابط الفريق الذى يجعل مجموع الأحد عشر لاعب يلعبون
كوحدة واحدة وخاصة أثناء التحول من الهجوم إلى الدفاع والعكس والذى
يؤثر على نجاح الأداء المهارى والخطوى هجومياً ودفاعياً بشكل مثالى

المراجع العربية

- ١ - أحمد البدوي أحمد دردير : " تأثير برنامج تدريبي للتحركات الهجومية على
بعض المتغيرات الخطوية لدى ناشئ كرة القدم " :
رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية
- جامعة المنيا ، ٢٠٠٧ م
- ٢ - أحمد مصطفى كمال : " تأثير برنامج تدريبي للتوازن على دقة التصويب
للاعبي كرة القدم " رسالة ماجستير غير منشورة -
كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، ٢٠١٢ م
- ٣ - إسلام سعد فرغلي : " تأثير برنامج تدريبات نوعية لمكونات التوافق
العصلي العصبي على فعالية الأداءات المهارية المركبة
لناشئ كرة القدم " رسالة ماجستير غير منشورة -
كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة ، ٢٠٠٧ م

- ٤ - أشرف محمد أحمد جابر : " طرق اللعب في كرة القدم الحديثة بين الدفاع والهجوم " الجزء الأول - دار النجاح - القاهرة ،
٢٠١١ م
- ٥ - حنفي محمود مختار : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم - دار الفكر العربي - القاهرة ، ١٩٧٤ ،
- ٦ - حنفي محمود مختار : أسس تخطيط برامج التدريب الرياضي - دار زهران للنشر - القاهرة ، ١٩٨٨ م
- ٧ - جمال إسماعيل محمد : " تطوير الأداء الخططي الهجومي بالزيادة العددية وتأثيره على نتائج المباريات في كرة القدم " رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، ١٩٩٥ م
- ٨ - جمال إسماعيل محمد ، منير عابدين : تأثير برنامج تدريب بالأثقال لتنمية القوة المميزة بالسرعة على تحسين دقة التصويب في كرة القدم - مجلة علوم وفنون الرياضة - كلية التربية الرياضية للبنات - القاهرة - العدد الأول ، ٢٠٠٤ م
- ٩ - سامي محمد طه : تأثير برنامج تدريبي لبعض القدرات التوافقية على فعالية أداء ضرب الكرة بالرأس لناشئ كرة القدم - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة المنصورة
- ١٠ - طه محمود إسماعيل ، عمرو أبو المجد ، إبراهيم شعلان : كرة القدم بين النظرية والتطبيق الإعداد البدني في كرة القدم - دار الفكر العربي - القاهرة ، ١٩٨٩ م
- ١١ - طه محمود إسماعيل : جماعية اللعب في كرة القدم - الطبعة الأولى - مطابع الأهرام - القاهرة ، ١٩٩٣ م

- ١٢ - عصام عبد الخالق التدريب الرياضي ونظرياته ط ٩ - دار المعارف - القاهرة ، ٢٠٠٣ م
- ١٣ - عمرو احمد أبو المجد ، جمال إسماعيل محمد : تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين في كرة القدم - مركز الكتاب للنشر - القاهرة ، ١٩٧٩ م
- ١٤ - عمر أحمد علي : الأداء الخططي الهجومي باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردي وعلاقتها بفرص التهديف في كرة القدم - رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، ٢٠٠١ م
- ١٥ - فرج حسين بيومي : دراسة تحليلية للتحركات الدفاعية والهجومية الأساسية للاعبين فرق الدوري الممتاز لكرة القدم بجمهورية مصر العربية - رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية الرياضية - بالإسكندرية - جامعة حلوان ، ١٩٧٩ م
- ١٦ - محمد علي محمود : تأثير برنامج تدريبي مقترح لكرة القدم للمبتدئين على مستوى الأداء البدني والمهاري - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، ١٩٨٦ م
- ١٧ - مفتي إبراهيم حماد : الهجوم في كرة القدم - دار الفكر العربي - القاهرة ، ١٩٩٠ م
- ١٨ - مفتي إبراهيم حماد : بناء فريق كرة القدم - دار الفكر العربي - ط - القاهرة ، ١٩٩٩ م

- ١٩ - مفتى إبراهيم حماد : البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم - الجزء الأول - مركز الكتاب للنشر - القاهرة ، ٢٠٠٢ م
- ٢٠ - محمد رضا الوقاد : التخطيط الحديث في كرة القدم - دار السعادة للطباعة - ط - ٢٠٠٣ م
- ٢١ - ممدوح محمود مجدي : تأثير برنامج تدريبي مقترح لفترة الإعداد على تحمل الأداء لناشئ كرة القدم - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، ١٩٩٠ م
- ٢٢ - ممدوح محمود مجدي : تطوير التوازن الإيقاعي للتحركات الدفاعية والهجومية وعلاقته بفعالية الأداء - رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، ١٩٩٦ م
- ٢٣ - ممدوح محمود مجدي ، محمد علي محمود : الإعداد الذهني وتطوير التفكير الخططي للاعبين كرة القدم - دار الفكر العربي - القاهرة ، ١٩٩٨ م
- ٢٤ - يحيى أحمد كامل : تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام بعض المواقف الخطئية على مستوى الأداء الهجومي للاعبين كرة القدم - رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، ٢٠٠١ م

المراجع الأجنبية

- 25 - **David Hughes** : Selecting and training your strikers .
Texas Coach 36 : 48 - 51 oc 1991
- 26 - **David G . L . Simone , Barker** : Defferential
improvement in joint position sense after

balance training , school of human
movement and exercise science , the
university western , Australia (p . 35)
2002

27 – **Eisemann,s.** : " Möglichkeiten zur verbesserung das
Angriffsspiles Durch die gezielte
anwendung vos piel formen im technisch
taktischen raining , Doktorarbeit sport
wissenschaftliche fakuttat universitat
Leipzig 1996

28 – **Joe Luxbacher** : Individual Attacking Tactics . sch
coach , 62 : 38–39 AG 1992

29 – **Mahmoud Houssain mahmoud** : Balance Exercise as
the basis for devel oping the level of
physical avn skill performance in
basketball young players 2011

30 – **Neil Lanham** : The important of team measurement
soccer . J . 37 : 46 – 47 AG 1992

31 – **Thumfart Michael** " Das training der taktischen hand
Eltnsfaiskeit " Doktorarabet , institute fur

sport und sport wissenschaft universtitat
Heidelberg 1996

- 32 – **Tom Rowney** : Restructuring your drills to improve finishing . soccer Journal 37 : 20–24 Mr / Ap : 1992
- 33 – **Vasilis Armatas , Athanasios Giannakos , Dionisis Ampatis & paraskevi sileloglou** , Analysis of the successful Counter – Attacks in high – standard soccer games Department of physical education & sport science , Aristoteles University of thessaloniki , Hellas , Education (2005) , 3 , 187 – 195
- 34 – **Zak , s , Duda , Henryk** : level of coordinating ability But Efficiency of game of young football players : (2003)
- 35 – **Zbigniew Withowski** : Specific coordination properties as criterion of forecasting of soccer players sport Achievements , team games in physical Education and sport , Poland , 2005

المرفقات

- مرفق (١) : استمارة تحليل المهارات الحركية (فعالية الأداء)
- مرفق (٢) استمارة تحليل المتغيرات الخططية الهجومية قيد البحث
- مرفق (٣) النقاط الفنية للمتغيرات الخططية الهجومية قيد البحث
- مرفق (٤) توزيع زمن الإعدادات المختلفة على مراحل فترة الإعداد وفقاً للنسب العلمية لكل إعداد أسبوعياً
- مرفق (٥) البرنامج التدريبي المقترح
- مرفق (٦) تشكيلات اللعب الثنائية - الثلاثية - الرباعية - الخماسية
- مرفق (٧) التمرينات الخططية المختارة لتنفيذ البرنامج
- * تمرينات في مساحات محددة بعدد يتناسب مع المساحة (١٢ تمرين)
- * تمرينات مجموعة × مجموعة على مرمى واحد Tac لطريقة اللعب ٣-٣-٤
- * عن طريق الجناح (٩ تمرينات)
- * عن طريق العمق (٨ تمرينات)
- * تمرينات مجموعة × مجموعة على مرميين في مساحة محددة (١١ تمرين)
- * التدريب الطولي (١٠ تمرينات)
- * تمرينات مجموعة × مجموعة بالعدد القانوني ١١ × ١١ (تقسيمة) (٤ تمرينات)
- مرفق (٨) : التمرينات المهارية المختارة لتنفيذ البرنامج
- أ - التمرينات المركبة في نصف ملعب لطريقة اللعب ٣-٤-٣ (١٣ تمرين)
- ب - الإنهاء عن طريق الجناح (٨ تمرينات)
- ج - الإنهاء عن طريق العمق (٥ تمرينات)
- د - التمرينات المركبة في ملعب كامل لطريقة اللعب ٣-٤-٣ (٥ تمرينات)