

## تأثير برنامج تدريبي مقترح لتحسين دقة التصويب المباشر على المرمى في الثلث الهجومي الأخير للملعب في كرة القدم

أ.أبو بكر أبو القاسم الشيباني بن سعود  
Abobakr.saud@gmail.com

### المستخلص:

هدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تدريبي مقترح لتحسين دقة التصويب المباشر على المرمى في الثلث الهجومي الأخير للملعب في كرة القدم ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية من فريق الأواسط بنادي أساريا الرياضي الجامعي لكرة القدم للموسم الرياضي ( 2021 - 2022 ) حيث بلغ عددهم (10) لاعبين ناشئين تم تقسيمهم عشوائيا الى مجموعتين متساويتين تجريبية وضابطة (5) لاعبين لكل مجموعة ، وكانت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح يؤثر ايجابيا في زيادة فرص التهديف وموجة الهجوم للناشئين في كرة القدم أي احراز الأهداف من الركلات الثابتة .

### **The effect of a proposed training program to obtain the accuracy of direct shooting at the goal in the last offensive third of the football stadium**

Abu Bakr Abu Al-Qasim Al-Shaibani bin Saud

#### **Abstract:**

The research aimed to identify the effect of a proposed training program to improve the accuracy of direct shooting at the goal in the last offensive third of the soccer field.

The experimental method was used on a deliberate sample of (10) young players from the middle team of the Asaria Club (The University Sports Club for Football) during the sports season (2021-2022), the sample was randomly divided into two equal groups: (5) players for the experimental group and (5) players for the control group.

The most important results were that the proposed training program affects positively in increasing the chances of football juniors in targeted scoring, (scoring goals from fixed kicks).

## مقدمة البحث:

تعد كرة القدم من الألعاب التي لقت الاهتمام العالمي المتزايد في كل بلدان العالم حيث شهدت تطوراً هائلاً في إعداد اللاعبين وتميز هذا التطور بارتفاع مستوى الأداء المهارى والبدني والخططي والنفسي والذهني للاعبين من حيث امتلاكهم للقدرات والمهارات العالية وتمتعهم بمستوى بدني جيد وتطوير تفكيرهم الجماعي وقدرتهم علي تنظيم تحركاتهم الخططية لتكوين وحدة الفريق وعلى أساس ذلك يتم تنفيذ التفكير الخططي والمهاري في كل موقف من مواقف المباراة . (7:2)

ولكي يصبح اللاعب ماهراً في كرة القدم فإن عليه أن يكون قادراً على التعامل مع الكثير من المتغيرات المختلفة ويمكنه أن يعوض عن النقص في أسلوبه واستعداداته البدنية بالتحكم الكامل في قدراته المهارية وحسن التصرف في المواقف المختلفة وهذا يدل على أن الإعداد المهاري في كرة القدم يعتمد على الأسس البدنية والنفسية والعقلية التي تلعب دوراً مهماً في إعداد اللاعبين . (7 : 2)

ولاعب كرة القدم يحتاج باستمرار إلى مهارة التصويب والتدريب عليها في كل وحدة تدريبية لكي يثبت لديه الأداء المهاري الصحيح بصورة جيدة وتنسخ في الذاكرة طريقة الأداء ، ولكي تنجح مهارة التصويب في تحقيق هدفها يلزم أن يكون اللاعب قادراً على أداء مهارة التصويب بالقدم بالطريقة الصحيحة وبحسب الموقف والمكان الذي يتواجد فيه اللاعب ، ولقد اختلفت وجهات النظر حول مهارة التصويب على المرمى بالقدم فالمدرسة المجرية وضعت ضمن المهارات الأساسية أما المدرسة الألمانية فاعتبرته ضمن الخطط لذلك فالأداء الفني لمهارة التصويب مختلف باختلاف المواقف التي يتواجد فيها اللاعب من حيث حركة اللاعب والمسافة وكيفية الأداء ، وهذا 'يعدّ عملاً مهارياً معقداً قد تختص به مهارة التصويب بالقدم دون غيرها من المهارات الأساسية في كرة القدم. (1 : 4)

## مشكلة البحث:

من المعروف أن لاعبي فريق كرة القدم يشغلون مراكز مختلفة في الملعب ، وهي ثلاث مراكز رئيسية: ( الدفاع - الوسط - الهجوم ) ، وأن مناطق اللعب الثلاث الهجومية تعد مهمة وخاصة منطقة الثلث الهجومي ، إذ تعد المنطقة المؤثرة والفعالة التي يسجل اللاعبون من خلالها الاهداف ، ويجب شغل المراكز الخاصة والمهمة من حيث وجود اللاعب المناسب في الموقع المناسب حسب قدراته ومستوياته في الأداء ، إن التخطيط العلمي للبرنامج التدريبي المقترح لتحسين دقة التصويب من الوسائل الفعالة التي تؤدي إلى التقدم بمستوى الناشئين ، تواجه كثيرا من المعوقات التي تعرقل مسيرة اللعبة وذلك يرجع لعدة أسباب منها: عدم استعمال البرامج التدريبية المقننة والمبنية على أسس علمية ، فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة مالم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس وبرامج علمية متينة في مجال كرة القدم ، وأن اتقان مهارة التصويب يعتبر من أهم العوامل التي تحقق للفريق الفوز والانتصار .

ومن خلال عمل الباحث في تدريب الناشئين ومتابعة البرامج التدريبية بالمرحلة السنية ومشاهدته العديد من مباريات فريق الاواسط لاحظ أن الكثير من اللاعبين لا يجيدون الدقة المطلوبة في التصويب المباشر على المرمى من أماكن متفرقة وأبعاد مختلفة في الثلث الهجومي الأخير للملعب سواء كان ذلك أثناء المباريات الرسمية أو التجريبية والذي قد يكون السبب في ذلك هو ضعف في أداء مهارة التصويب ودقتها أو وجود قصور في العضلات العاملة أو فقدان التركيز المطلوب أثناء التصويب مما برزت في هذه مشكلة البحث ، ومن هنا يري الباحث ضرورة وضع برنامج تدريبي لمعالجة هذه المشكلة وهو تحسين دقة التصويب المباشر على المرمى لي استثمار عدة أخطاء مباشرة تقع في حدود منطقة الجزاء التي غالباً ما تحدث خلال المباريات بمسافات مختلفة واتجاهات متنوعة لما له من أهمية تستحق البحث ، وذلك من خلال البرنامج التدريبي المقترح لغرض تحسين دقة مهارة التصويب على المرمى الذي قد يعمل على تنمية وتطوير مستوى الأداء الفني لمهارة التصويب ودقتها مع قطاع الناشئين باعتبار أن الناشئ يمكن العمل معه مبكراً من أجل تثبيت وتكوين المسار الحركي للأداء الحركي لمهارة التصويب إلى حد اعتباره يسير طبقاً لنموذج حركي ثابت يتم تخزينه في الذاكرة عن طريق التدريب وتحسين الأداء الفني لمهارة التصويب ودقتها .

من خلال ما سبق ومن خلال نتائج الدراسات السابقة التي أثبتت أن البرنامج التدريبي له التأثير الإيجابي على تحسين دقة التصويب المباشر على المرمى مثل دراسة أحمد زكي (2001)،(3) ودراسة هيثم فتح الله (2010)،(12) وعلى هذا الاساس جاءت فكرة هذا البحث والتي تجلت أهميتها في أن البرامج التدريبية لها دو كبير وحساس في تكوين اللاعبين حيث أنها الوسيلة التي يمكن من خلالها اكساب اللاعبين القدرات ، والتي تساهم في الارتقاء بمستواهم إلى أقصى درجة ولا يتم هذا إلا من خلال إعداد برامج تدريبية مقننة وسليمة.

## أهداف البحث:

1. التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح لتحسين دقة التصويب المباشر على المرمى من المناطق المؤثرة

حول منطقة الجزاء.

2. التعرف على العلاقة بين المسافة ومكان التصويب المباشر بفرص زيادة عدد الأهداف في الثلث الهجومي الاخير للملعب.

**فروض البحث:**

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في تحسين دقة التصويب المباشر للمجموعة التجريبية.

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغيرات المتعلقة بتحسين دقة التصويب المباشر على المرمى (قيد البحث) ولصالح المجموعة التجريبية.

3. توجد علاقة بين مكان التصويب ودقة مهارة التصويب المباشر على المرمى (فرص زيادة عدد الاهداف).

**المصطلحات المستخدمة في البحث:**

1- العمق الهجومي: "هو الثلث الاخير الخاص بالمنافس والذى يقترب من مرمى الفريق المنافس ضمن

حدود خط 18 ياردة ويقاس بالمسافة بين آخر لاعب مدافع والمهاجم عند حيازة الكرة" (13:4)

2- دقة التصويب: "هو الاداء الدقيق للحركة خلال الاحساس ومدى اقتراب القياسات من بعضها واقتراب

النتيجة النهائية من القيمة الحقيقية اي تطابق الانجاز مع الهدف". (26:5)

3- المهارة: "هي عبارة عن إحساسات حركية ومعلومات تستقبلها أجهزة الحس المختلفة في الجسم

وتوجهات تصدر من المخ لإحداث استجابات محددة بغرض إنجاز مهمة معينة أو سلسلة متعاقبة من

حركات أجزاء محددة من الجسم لإنجازها ، وهو عمل يمتاز بالتفرد والخصوصية وهي تكتسب بالتعلم ،

وتتضمن قدرة الفرد على استخدام الأساليب الفنية في الأداء. (12:8)

**الدراسات المشابهة:**

1- دراسة نوري حسن الخبولى (2005) (11)

**بعنوان:** ( تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام الأثقال لعضلات الطرف السفلي في تحسين قوة ودقة التصويب

لناشئ كرة القدم من 14- 16 ) ، هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير البرنامج

التدريبي المقترح على تنمية صفة القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين والجدع والذراعين وكذلك على قوة ودقة

التصويب ، حيث استخدم الدارس المنهج التجريبي لملاءمته للدراسة ، واختيرت العينة بالطريقة العمدية وقوامها

40 ناشئاً تحت سن 16 عاماً لكرة القدم بنادي رفيق بصرمان سنة (2003-2004) ، قسموا عشوائياً إلى

مجموعتين متساويتين واستخدم فيها الاختبارات البدنية والمهارية كأدوات لجمع البيانات وطبق البرنامج ثمانية

أسابيع بواقع ثلاث وحدات أسبوعياً ، وكانت أهم النتائج التي توصل إليها:

- وجود علاقة بين قوة التصويب بالاختبار الذي أعده الدارس واختبار دقة التصويب وكان الاختبار مؤشراً جيداً

لتحسين قوة عضلات الطرف السفلي وبالتالي قوة التصويب .

## 2- دراسة مفتي إبراهيم محمد (1986) (10)

**بعنوان:** (دراسة مقارنة بين الدقة والسرعة عند التصويب لدى لاعبي كرة القدم) ، **وتهدف** الدراسة الي التعرف على أثر التركيز على الدقة والسرعة والدقة والسرعة معاً في التقدم بمستوى التصويب لدى لاعبي كرة القدم، حيث استخدم الدارس **المنهج** التجريبي وتم اختيار **العينة** بالطريقة العمدية التي قسمت إلى ثلاث مجموعات حيث ركزت المجموعة الأولى على دقة التصويب فقط بينما ركزت الثانية على السرعة في التصويب في حين ركزت الثالثة على الدقة والسرعة معا ، وكانت **أهمّ النتائج** التي تحصل عليها:

- التركيز على الدقة والسرعة معاً خلال تنمية التصويب على المرمى لدى لاعبي كرة القدم.

## 4-دراسة أحمد كمال (2001) (2).

**بعنوان:** ( التحليل الكيفي والكمي لطريقة أداء مهارة ركل الكرة بوجه القدم الداخلي للتصويب من الركلات

الحرّة المباشرة في ثلث الملعب الهجومي في كرة القدم) ، **هدفت** الدراسة التعرف

على الخصائص الكينماتيكية لطريقة أداء مهارة ركل الكرة بوجه القدم الداخلي في ثلث

الملعب الهجومي ، والخصائص الكينماتيكية لمقذوف الكرة ، حيث استخدم الدارس **المنهج**

الوصفي وكانت **العينة** لاعب واحد بالفريق المصري للشباب تم اختياره بالطريقة العمدية ، وكانت **أهم**

**النتائج** التي توصل إليها:

1- أهمية دور الرأس في توجيه أجزاء الجسم خلال مراحل الأداء.

2- أهمية المرحلة التمهيديّة والتي يتم فيها تجميع القوى أو السرعة المطلوبة.

3- المسار الحركي لنقطة مركز ثقل الجسم متقارباً مع نقاط الجسم التشريحية.

## اجراءات البحث

**منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لملاءمته لأهداف البحث بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية مع قياس قبلي وبعدي وذلك لطبيعة مشكلة البحث.

## مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من ناشئ كرة القدم لفئة الاواسط بنادي أساريا الرياضي الجامعي بالزاوية وعددهم (20) لاعباً المسجلين بكشوفات النادي والمقيدين لدى الاتحاد الفرعي بالمنطقة الغربية للموسم الرياضي (2021-2022م).

## عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من فريق الأواسط بنادي أساريا الرياضي الجامعي لكرة القدم للموسم الرياضي (2021-2022م) ، حيث بلغ عددهم (10) من اللاعبين تم تقسيمهم عشوائياً إلى

مجموعتين متساويتين عدد (5) ضابطة وعدد (5) تجريبية ، وقد فضل الباحث اختيار هذه العينة للأسباب التالية:

- 1- تعتبر عينة البحث تحت يد الباحث كونه مدرب للعينة بنادي أساريا الرياضي الجامعي الزاوية.
- 2- توفر الإمكانيات داخل النادي من ملعب وأجهزة وأدوات.

#### الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- رستا ميتر .....لقياس الطول بالسنتيمتر.
- ميزان طبي.....لقياس الوزن بالكيلو جرام.
- شريط قياس.....لقياس محيط عضلة الساق ومحيط عضلة الفخذ.
- بطاقة تسجيل.....استمارة تسجيل العمر والطول والوزن.
- استمارة تسجيل .....تفريغ وتقييم بيانات اللاعبين .
- ملعب كرة قدم - صافرة- دوائر بلاستيكية.
- كرات قدم قانونية - أقماع - ساعة لإيقاف الزمن.
- مرمى كرة قدم قانونية- حواجز - كرات طبية بأوزان مختلفة.
- لوحة خشبية - شريط قياس - شواخص علي هيئة لاعبين(7).

#### الدراسات الاستطلاعية:

##### الدراسة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى على (5) لاعبين تم بعد أسبوع قبل تنفيذ البرنامج التدريبي.

##### الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قام بالتجربة الاستطلاعية الثانية على (5) لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية أو الأساسية وكان هدفها:

- تحديد الزمن المناسب لكل اختبار والزمن الكلي لتنفيذ البرنامج التدريبي.
- التعرف على مدى صلاحية الادوات والاجهزة واستمارات التسجيل المستخدمة في البحث.
- فهم المساعدين لمواصفات الاختبارات والقياسات المستخدمة في البرنامج التدريبي.
- اكتشاف المعوقات التي قد تواجه الباحث في أثناء التجربة الأساسية.
- التعرف على تشكيل حائط الصد من قبل حارس المرمى الأطول تم الأقصر بحسب نقطة التصويب.
- التعرف على من يركل الكرة بالرجل اليمنى ومن يركل الكرة بالرجل اليسرى.
- القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث: تم تحديدها وذلك لغرض التكافؤ بين اللاعبين.

( السن - الطول - الوزن - محيط عضلة الساق - محيط عضلة الفخذ )

الاختبارات المستخدمة للتدريب على دقة التصويب:

- اختبار دقة تصويب الكرة ناحية المرمى في جزء محدد.
- اختبار رسم دائرة على الحائط والتصويب عليها.

المعالجات الإحصائية:

من أجل معالجة البيانات استعان الباحث بالحقيبة الإحصائية (SPSS) لتحليل بيانات البحث ، واستخدم منها الأساليب الإحصائية التالية:

- الوسط الحسابي.
- الوسيط.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- النسبة المئوية للتحسن.
- اختبار (ت) لدلالة الفرق بين وسطين مرتبطين.
- اختبار (ت) لدلالة الفرق بين وسطين مستقلين.

القياس القبلي :

بعد تقسيم العينة إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين قام الباحث بأخذ القياسات القبلية من اللاعبين الراكلين لنادي أساريا الرياضي الجامعي حيث كان عددهم (10) لاعبين يمثلون العينة الأساسية وقد تم تقسيمهم عشوائيا إلى مجموعتين:

- المجموعة الأولى (تجريبية): قوامها (5) لاعبين وخاضعين للبرنامج التجريبي الأساسي.

- المجموعة الثانية (الضابطة): قوامها (5) لاعبين وخاضعين للبرنامج المعتاد للفريق للفترة من يوم السبت الموافق (9/19/2022م) إلى يوم الاربعاء الموافق (9/12/2022م).

### جدول (1)

يوضح المتغيرات الأساسية (الطول ، العمر ، الوزن) والمحيطات (قيد البحث) ن = 10

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط	الاختبارات	ر.م
0.37	0.05	1.73	1.73	الطول	1
-0.14	6.41	64.5	63.75	الوزن	2
0.0	0	17	17	العمر	3
0.62	2.28	32	33.07	محيط عضلة الساق يمين	4
0.25	2.56	33.25	33.31	محيط عضلة الساق يسار	5
0.54	3.95	48.5	49.38	محيط عضلة الفخذ يمين	6

0.25	3.82	49.25	49.38	محيط عضلة الفخذ يسار	7
------	------	-------	-------	----------------------	---

من الجدول (1) يلاحظ أنّ قيمّ معاملات الالتواء كلها قريبة من الصفر وهي من القيمّ المقبولة لمعامل الالتواء (أقل من  $\pm 3$ ) وبالتالي تحقق الثبات واتساق مقبول لغرض البحث العلمي ، حيث تشير هذه النسبة إلى مستوى جيد في الشكل العام للبيانات التي تم جمعها من خلال القياسات التي أجريت على العينة.

## جدول (2)

تكافؤ المجموعتين دلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في المتغيرات (قيد البحث) ن =

10

ر.م	الاختبارات	التجريبية		الضابطة		الفرق	قيمة ت	مستوى الدلالة
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
1	الطول	1.723	0.058	1.735	0.041	-0.013	-0.352	0.737
2	الوزن	60.750	7.805	66.750	3.304	-6.000	-1.416	0.207
3	العمر	17.000	0.000	17.000	0.000	0.000	-0.399	0.706
4	محيط عضلة الساق يمين	32.750	2.986	33.500	1.323	-0.750	-0.882	0.411
5	محيط عضلة الساق يسار	32.500	3.189	34.125	1.843	-1.625	-0.782	0.464
6	محيط عضلة الفخذ يمين	48.250	5.236	50.500	2.380	-2.250	-0.914	0.396
7	محيط عضلة الفخذ يسار	48.125	5.072	50.625	2.056	-2.500	-0.512	0.627

يتبين من جدول (2) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي البحث في القياسات القبليّة ، حيث يتضح بأنّ قيمة (ت) المحسوبة ولكافة المتغيرات أقل من قيم (ت) الجدولية وعند مستوى معنوية 0.05 ويؤكد ذلك مستوى الدلالة حيث إنّ كافة القيم هي أكبر من 0.05، مما يدل على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات الأساسية قيد البحث.

### التجربة الأساسية:

قام الباحث بإجراء التجربة الأساسية وبدء تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح وذلك للفترة من يوم السبت (09/19/2022م) إلى يوم السبت (19/12/2022م) ، الذي طبق على المجموعة التجريبية في ملعب نادي أساريا الرياضي (12) أسبوعاً ثلاثة أشهر متواصلة بمعدل (3) وحدات أسبوعياً أي (36) وحدة تدريبية بعد التدريب الأساسي بـ(15) دقيقة مع إعطاء راحة سلبية.

- تنظيم وإعداد عملية التدريب في البرنامج قام الباحث بما يلي :-

- شرح فكرة البحث والأداء المطلوب تنفيذه من قبل اللاعبين.
- وضع علامات ضابطة (أقماع) على أماكن النقاط التي سوف يصوب منها اللاعبين (18-20-22) .



- وضع (شاخص) لتحديد مقياس المسافة بين مكان التصويب المباشر وحائط الصد (15، 9) متر.
- توفير عدد (15) كرة قانونية.
- تجهيز اللاعبين للتصويب تبعاً للترتيب الموجود باستمرار التسجيل.
- الاهتمام بالتمرنات الغرضية (قيد البحث) لما لها من تأثير في أثناء تنفيذ البرنامج التدريبي .
- قام كل لاعب بأداء الإحماء الخاص بالمهارة (قيد البحث) وإمام كل لاعب بأداء تصويبية واحدة تجريبية في بداية كل وحدة تدريبية لأخذ الإحساس بالكرة أثناء التصويب ثم البدء في تنفيذ البرنامج التدريبي وهو تكرار محاولات دقة التصويب المتتالي على المرمى من النقاط المحددة ، وذلك لتركيز وتوجيه للاعب حتى لا يفقد الدقة المطلوبة (12) تصويبه واحدة لكل لاعب من كل مستوي افقي (3) مستويات افقية علي بعد (18-20-22) متر من خط المرمى وتم اختيار المستوى (22) الاول للركل تقاديا للتعب (36) ركلة من المستويات الثلاثة لكل لاعب في الوحدة التدريبية الواحدة وهذا عدد كافٍ لتحسين والتطوير وعند الانتهاء من كل (4) تصويبات متتالية يتجه اللاعب الى تنظيم السد الصناعي المكون من الشواخص الادمية حسب ترتيبات حارس المرمى على حسب الطول والمكان ، ويقوم الباحث بالشرح المتواصل وتشجيع اللاعبين وتوجيههم وتسجيل جميع المحاولات من طرف المساعدين سواء كانت خارج المرمى أم الممسكة من الحارس أم التي تم إحراز الأهداف منها في استمارة التسجيل الخاصة بتفريغ وتقييم بيانات اللاعبين .

#### تطبيق البرنامج التجريبي (القياسات البعيدة):

وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على عينة البحث لنادي أساريا الرياضي الجامعي للمجموعة التجريبية والبرنامج المعتاد (التقليدي) للمجموعة الضابطة قام الباحث بإجراء القياسات البعيدة وذلك على المجموعتين التجريبية والضابطة يوم الاثنين

(21 /12 /2022 م) ، والثلاثاء (22 /12 /2022م) تحت نفس الظروف التي أجريت بها القياسات القبلية.

#### عرض النتائج ومناقشتها:

قام الباحث باستخدام اختبار (ت) للفروق والنسبة المئوية للتحسن لإيجاد الفروق بين المتوسطات الحسابية في بعض المتغيرات المتعلقة بدقة التصويب المباشر من الأماكن المحددة قيد البحث بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي.

#### 1- عرض ومناقشة نتائج الفرض رقم (1)

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسيين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في دقة التصويب المباشر على المرمى للمجموعة التجريبية.

### جدول (3)

دلالة الفروق في الاختبارات المتعلقة بدقة التصويب المباشر بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية.

ت	الاختبارات	التجريبية قبلي		التجريبية بعدي		الفرق بين المتوسطات	قيمة ت	مستوى الدلالة
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط			
1	الجهة اليمنى (خارج المرمى)	1.291	3.50	0.577	1.500	2.000	2.828*	0.030
2	الجهة اليمنى (ممسكة من الحارس)	1.893	5.75	0.816	7.000	1.250	-1.213	0.271
3	الجهة اليمنى (هدف)	0.000	1.00	1.291	3.500	2.500	3.873*	0.008
4	الجهة الوسطى (خارج المرمى)	2.887	4.50	1.291	2.500	2.000	1.265	0.253
5	الجهة الوسطى (ممسكة من الحارس)	2.887	3.50	0.816	5.000	1.500	-1.000	0.356
6	الجهة الوسطى (هدف)	0.000	1.00	1.000	4.500	3.500	7.000*	0.000
7	الجهة اليسرى (خارج المرمى)	1.291	4.50	1.291	1.500	3.000	3.286*	0.017
8	الجهة اليسرى (ممسكة من الحارس)	0.957	4.25	1.414	7.000	2.750	-3.220*	0.018
9	الجهة اليسرى (هدف)	0.500	0.25	0.577	3.500	3.250	8.510*	0.000

(\* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

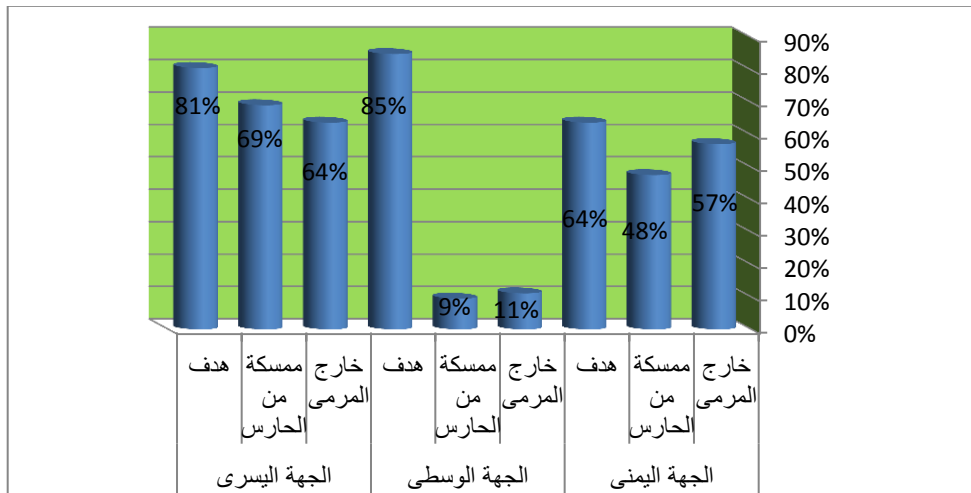
(\*\* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01).

يتبين من الجدول (3) أن متوسط الأهداف من الجهة اليمنى القبلي يساوي (1.00) ، وانحراف معياري مقداره (0.000) أما متوسط القياس البعدي يساوي (3.500) ، وانحراف معياري بلغ (1.291)، وأن الفرق بين المتوسطين كان (2.500 -) ولصالح القياس البعدي، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (-3.873) وهي ذات دلالة إحصائية ، وهذا واضح من خلال مستوى الدلالة والذي يساوي (0.008) وهو أقل من (0.01) وبالتالي الفرق

الظاهر هو فرق معنوي ودال إحصائيا وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الجهة اليمنى (هدف) ولصالح القياس البعدي ، كذلك إن متوسط مسك الكرة من الحارسمن الجهة الوسطى القبلي يساوي (3.50) ، وانحراف معياري مقداره(2.887) ، أما المتوسط القياس البعدي يساوي (5.000) وانحراف معياري بلغ (0.816) ، وأن الفرق بين المتوسطين بلغ (-1.500) ولصالح القياس البعدي، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (-1.000) وهي ليست ذات دلالة إحصائية ، وهذا واضح من خلال مستوى الدلالة والذي يساوي (0.356) وهو أكبر من(0.05) وبالتالي الفرق الظاهر هو فرق غير معنوي وغير دال إحصائيا وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط مسك الكرة من الحارس بالجهة الوسطى.

• وهذا يتفق مع ما ذكره مفتي ابراهيم حمادة (1990) بأن التصويب من الوسط يسهل فيه التحكم في توجيه الكرة بالمسارات المنحنية وهذا يتبع من خلال التدريب المستمر والمتكرر بوجه القدم الداخلي ووجه القدم الخارجي حسب الموقع. (9:118)

أيضا يتبين من الجدول(3) أن متوسط الأهداف من الجهة اليسرى القبلي يساوي (0.25) ، وانحراف معياري مقداره(0.500) ، أما المتوسط القياس البعدي يساوي (3.500) وانحراف معياري بلغ(0.577) ، وأن الفرق بين المتوسطين بلغ(-3.250) ولصالح القياس البعدي، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (-8.510) أيضا يتبين من الجدول(3) أن متوسطالأهداف من الجهة اليسرى القبلي يساوي (1.00)، وانحراف معياري مقداره (0.816) ، أما متوسط القياس البعدي فيساوي (3.500) ، وانحراف معياري بلغ (0.577) ، وأن الفرق بين المتوسطين بلغ (-2.500) ولصالح القياس البعدي، وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (5.000) وهي ذات دلالة إحصائية ، وهذا واضح من خلال مستوى الدلالة والذي يساوي(0.002) ، وبالتالي الفرق الظاهر هو فرق دال إحصائيا وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الأهداف من الجهة اليسرى ولصالح القياس البعدي.



شكل (1) يبين النسبة المئوية للتحسن للمتغيرات المتعلقة بدقة التصويب المباشر للعينة (قيد البحث) بين القياسيين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية

يتبين من الجدول (3) تأثير البرنامج التجريبي على لاعبي العينة التجريبية حيث بلغت النسبة المئوية للتأثير "مربع إيتا" (57.1) لمتغير ركل الكرة خارج المرمى من الجهة اليمنى أي: هناك تحسن كبير في تجنب ركل الكرات خارج المرمى ، ويعزى الدارس هذا التحسن إلى أثر المتغير المستقل (البرنامج التجريبي) على المتغير التابع لركل الكرات خارج المرمى.

وبالتالي كانت نتائج الدقة أي قدرة اللاعب علي ركل الكرة وتوجيهها نحو مرمي الفريق المنافس بين القائمين وتحت العارضة وفي جزء محدد منه يصعب على حارس المرمى التصدي لها ، وهذا يتفق مع ما ذكره حنفي مختار (2002) حيث يشير إلى أن تطوير دقة التصويب تنتج من خلال الاتي:

- استخدام التدريب على الأداء الفني للتصويب وتكراره بالأسلوب الصحيح لكل موقف في ظل ظروف سهلة ومبسطة مع تصحيح الأداء الفني للمهارات في كل موقف حيث تثبت مهارة التصويب الحلزوني بالكيفية الصحيحة في التدريب.

- التدرج في التدريب على دقة مهارة التصويب المباشر على المرمى في ظروف متغيرة.(6:28)

## 2- عرض ومناقشة نتائج الفرض رقم (3)

- توجد علاقة طردية عالية ذات دلالة إحصائية بين مكان الركلة ودقة التصويب المباشر على المرمى.

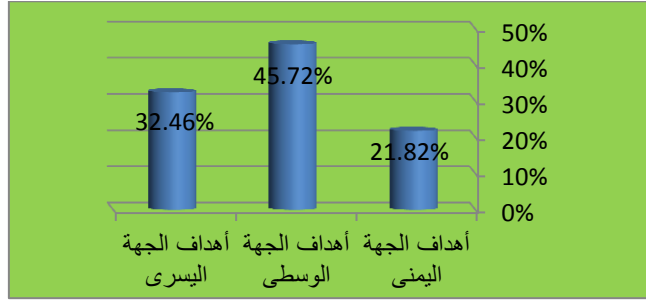
### جدول (4)

الإحصاء الوصفي للأهداف التي تحصل عليها اللاعبين الراكلين لدقة التصويب المباشر على المرمى

ضمن البرنامج التجريبي للعينة

النسبة المئوية	المجموع	الانحراف المعياري	المنوال	الوسيط	المتوسط الحسابي	البيان
21.82%	199	3.09	6	5	5.38	أهداف الجهة اليمنى
45.72%	417	6.34	16	12	11.27	أهداف الجهة الوسطى
32.46%	296	4.64	2	8	8	أهداف الجهة اليسرى
100%	912	المجموع				

يتبين من الجدول (4) أن المتوسط الحسابي للأهداف التي حصل عليها اللاعبين ضمن البرنامج التجريبي للعينة بلغ (11.27) من الجهة الوسطى ، وقد جاء في الترتيب الأول بين المراكز الأخرى ، حيث بلغت النسبة المئوية للأهداف في تلك الجهة (45.72%) ، أما في الترتيب الثاني فكانت الجهة اليسرى حيث بلغ المتوسط الحسابي (8) أهداف حيث بلغت النسبة المئوية (32.46%) ، أما المرتبة الأخيرة فكانت للأهداف التي تحصل عليها اللاعبين من الجهة اليمنى فقد بلغ المتوسط الحسابي (5.38) ، وبنسبة مئوية للأهداف بلغت (21.82%) والشكل رقم (2) يوضح ذلك.



شكل (2) يبين المتوسطات الحسابية والنسب المئوية للأهداف التي تحصلت عليها العينة (فيد البحث) في المجموعة التجريبية

### الاستنتاجات: توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

- 1- البرنامج التدريبي المقترح يؤثر إيجابياً في زيادة فرص التهديف وموجة الهجوم للناشئين في كرة القدم أي إحراز الأهداف من الركلات الثابتة.
- 2- تفوق المجموعة التجريبية عن الضابطة في القياسات البعدية للبرنامج التدريبي ونتج عنه تحسن كبير وملحوظ في تحسين دقة التصويب المباشر .
- 3- الجزء الأمامي لمنطقة الجراء كان أكثر الأماكن في الملعب التي يتم منه إحراز الأهداف (الجهة الوسطى).
- 4- البرنامج التدريبي المقترح يؤثر تأثيراً إيجابياً في دقة التصويب المباشر ويحسن من أدائها بدقة وقوة وبالتالي زيادة عدد الأهداف ترتفع في المباراة من أماكن متعددة في الملعب يؤثر إيجابياً في نتائج المباريات.
- 5- الاختبارات التي طبقت على عينة البحث لقياس دقة التصويب بالقدم من الكرات الثابتة وسيلة فعالة وصادقة في قياس دقة التصويب المباشر على المرمى .
- 6- المعدل الزمني المقترح على دقة التصويب المباشر على المرمى من اتجاهات متنوعة وابعاد مختلفة في البرنامج التدريبي ساعد على رفع مستوى تحسين التصويب المباشر ودقته.

### التوصيات: يوصي الباحث بما يلي:

- 1- الاهتمام بالتدريب على الدقة ثم السرعة ثم القوة مع الدقة والسرعة في التدريب على دقة التصويب المباشر لتنشيط الأداء المهارى الصحيح والفعال.
- 2- التأكيد على فن أداء دقة التصويب المباشر خلال التعليم والتدريب ،لأن ثبات زمن الأداء يساعد على تكوين حالة جيدة من الاستعداد الفني والحركي للمهارة التي يؤديها.
- 3- التركيز على دقة التصويب المباشر الثابت باستخدام حائط من اللاعبين أو حائط صناعي وإعطاء الوقت الكافي للتدريب عليها ومن اتجاهات مختلفة ،لما لهذه المهارة من أهمية بالغة وتنمية هذه المهارة مع الناشئين يسهم بشكل فعال بإكساب الناشئ دقة مهارة التصويب الثابت الدقيق ، ويعد هذا الأسلوب التصوبي من أكثر أساليب التصويب تكرار في المباراة.

4- إجراء المزيد من البحوث التي تستخدم في تحسين دقة التصويب المباشر وتقوية العضلات العاملة في مراحل سنية مختلفة لما لها من تأثير في الأداء البدني والمهاري والفني في دقة التصويب المباشر على المرمى في كرة القدم.

## المراجع

### أولاً- المراجع العربية:

- 1- إبراهيم عادل إبراهيم (1994):  
تأثير برنامج تدريبي مقترح على دقة التصويب في كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق للبنين.
- 2- أحمد كمال (2001):  
التحليل الكيفي والكمي بطريقة أداء مهارة ركل الكرة بوجه القدم الداخلي للتصويب من الركلات الحرة المباشرة في ثلث الملعب الهجومي في كرة القدم ، رسالة دكتوراه.
- 3- أحمد محمود زكي (2001):  
تأثير استخدام التدريب التكراري على تحسين دقة التصويب من المناطق المؤثرة حول منطقة الجزاء-المملكة العربية السعودية دار المعرف تطور حركة الانسان و اسسها الفنية .دار الطباعة والنشر ، الجودة.
- 4- السيد عبد المقصود (1985)
- 5- تمومين يخلف بن عريبي (2006):  
المحددات البيوميكانيكية الأداء بعض مهارات الدقة المرتبطة بالقدرة في المجال الرياضي، رسالة دكتوراه جامعة الاسكندرية، مصر العربية.
- 6- حنفي محمود مختار (2002):  
أثر برنامج تدريبي بالأثقال على الأداء المهاري في كرة القدم بالتطبيق على طلبة كلية التربية البدنية، ببورسعيد، رسالة دكتوراه ، جامعة قناة السويس.
- 7- صلاح الدين على دخيل (2003):  
تأثير برنامج تدريبي لبعض العمليات العقلية العليا على مستوى الأداء الخططي لاعبي فئة الأواسط في كرة القدم، كلية التربية البدنية ، قسم المناهج وطرق التدريس، رسالة ماجستير.

- 8- محمد حسن علاوي (1987):  
محمد نصر الدين رضوان  
الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي،  
دار الفكر العربي، القاهرة، مصر العربية.
- 9- مفتي إبراهيم حمادة (1990):  
الهجوم في كرة القدم، دار المعارف القاهرة، مصر  
العربية.
- 10- \_\_\_\_\_ (1986):  
دراسة مقارنة بين الدقة والسرعة عند التصويب  
لدى لاعبي كرة القدم، رسالة ماجستير، جامعة  
المنيا، مصر العربية.
- 11- نوري حسن الخبولي (2005):  
تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام الأثقال  
لعضلات الطرف السفلي في تحسين قوة ودقة  
التصويب لناشئ كرة القدم (14-16) رسالة  
ماجستير كلية التربية البدنية جامعة طرابلس، ليبيا.  
تطوير سرعة ودقة الاداء الهجومي لناشئ كرة  
القدم. نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية كلية  
التربية الرياضية جامعة الزقازيق.
- 12- هيثم فتح الله عبد الحفيظ (2010):