

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

مستغانم

قسم التدريب الرياضي



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص التدريب  
الرياضي والتحصير البدني  
بعنوان :

## أثر التغذية الراجعة كبرنامج حاسوبي على مهارة التصويب لدى المبتدئين في كرة القدم

دراسة ميدانية أجريت على لاعبي نادي وادي رهيو للفئة العمرية (9-12) سنة

تحت اشراف:  
أ. د. محمد صبان

إعداد الطالب:  
برابح إسلام

السنة الجامعية: 2018/2019



- مقدمة:

يشهد العالم في عصرنا الحالي تطورا علميا وتكنولوجيا ملحوظا في مختلف مجالات الحياة ، لذا فان دول العالم تسعى جاهدة لاستخدام العلم والتكنولوجيا و هذا لتطوير أساليب و طرق تقديم المعلومات من طرف المعلمين والمدرسين بالاعتماد على التقنيات الحديثة كأجهزة الحاسب الآلي والتطبيقات الإلكترونية التي تتناسب مع العملية التعليمية والتدريبية و مراعاة قدرات المتعلم حتى يمكن الوصول به إلى درجة عالية من الكفاءة والتحكم.

وفي هذا الصدد يشير كل من زغلول ، محمد وابو هرجة ، مكارم و عبد المنعم ، سعيد 2001 بأن استخدام برنامج تكنولوجيا الحاسوب يعتبر أحد الأساليب التكنولوجية الحديثة التي يمكن أن تساهم بشكل ايجابي في تطوير المناهج الدراسية حتى تواكب تطورات هذا العصر ، و لقد أشارت الكثير من الدراسات و البحوث التي أجريت في مجال التعليم إلى تفوق المتعلمين الذين تلقوا تعليماً عن طريق تكنولوجيا الحاسوب مقارنة بالطريقة التقليدية المتبعة في التعليم. ( آمال جابر متولي، مها محمد أمين،2005)

وقد مس هذا التطور التكنولوجي مجال التدريب الرياضي عامة وتدريب كرة القدم خاصة لما تحتله من اهمية مميزة بين سائر انواع الرياضات الجماعية،



فإن إعداد الرياضي للمشاركة في المسابقات الرياضية عملية بالغة الأهمية تتركز على عدة جوانب من حيث الإعداد البدني والنفسي والمهاري والخططي حتى نصل باللاعب إلى الفورما الرياضية والقدرة على الأداء، فمن حيث الجانب المهاري يتطلب على

أن تكون له القدرة على التصويب أثناء المباريات لأنه عامل مهاري يبنى عليه الهدف ، فهو محاولة إرسال الكرة المرمى بحيث تكون القذفة مصوبة كما ينبغي لإضفاء الفاعلية والخطورة اللازمة التي يشكلها المهاجمين على المرمى وهذا ما دفع الباحثين للبحث عن وسائل أكثر تطورا تتلاءم مع التقدم العلمي الحاصل مجال التدريب لتقدم للاعب تغذية راجعة ملائمة، ومن هذه الوسائل استخدام البرامج المتوفرة بالهواتف الذكية والألواح الإلكترونية و أجهزة الحاسوب. نظرا لما توفره من معطيات ومكاسب تساهم في تطبيق التعلم الفاعل، فالتطبيق الإلكتروني يجمع وسائل عدة في وسيلة واحدة فضلا عن انه يحقق التفاعل والتغذية الراجعة الفورية للمتعلّم عن طريق تصوير أداء المبتدئ ومقارنته مع محترف والتصحيح الآني للأخطاء وحثه على تقليد الأداء الصحيح ، وهنا تكمن أهمية البحث فيرى الباحث أن القيام بهذا البحث هو محاولة لاستخدام أحد الوسائل التكنولوجية الحديثة وهي التطبيقات الإلكترونية في العملية التدريبية ومعرفة تأثيرها على مهارة التصويب في كرة القدم كمحاولة لإيجاد حلول لرفع مستوى الأداء المهاري وتوضيح مراحل الأداء الحركي وإضفاء عنصر التشويق والدافعية لدي المبتدئين.

وعلى ضوء هذا قمنا بتقسيم بحثنا على النحو التالي:



تم تقسيم هذا البحث الى ثلاث جوانب ،الجانب التمهيدي : والذي يحتوي على إشكالية البحث مع تحديد الفرضيات وتبيان أهمية وأهداف البحث وتحديد المفاهيم والمصطلحات والتطرق الى بعض الدراسات المشابهة والتعليق عليها.

أما الجانب النظري من الدراسة الذي حددناه في أربعة فصول حيث خصص الفصل الاول للدراسة النظرية إلى التدريب الرياضي وتطرقنا فيه إلى مفهومه وخصائصه وواجباته وتطرقنا فيه إلى الوحدة التدريبية وأقسامها المشكلة لها وبنائها وأنواعها من حيث اساس الهدف المرجو منها.

في حين كان الفصل الثاني يحتوي على المهارات الاساسية في كرة القدم وتقسيماتها وخصائصها وبعدها خصصنا جانباً من مهارة التصويب في كرة القدم حيث تطرقنا إلى مفاهيمه وعناصره و أنواعه والعوامل المساعدة فيه.

وفي الفصل الثالث تطرقنا فيه للحاسب الالي و مميزات استخدام الحاسب الالي في عمليتي التعليم والتعلم في التدريب الرياضي و بعض البرامج الحاسوبية في ذلك بالإضافة الى تطرقنا الى التغذية الراجعة.

بينما خصص الفصل الرابع لعينة البحث المستخدمة وهي الأطفال من عمر 9-12 سنة وهي مرحلة الطفولة المتأخرة وتطرقنا فيه لمفهوم الطفولة المتأخرة و خصائص وسمات النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة ومتطلبات النمو خلال هذه المرحلة والخصائص البدنية للطفولة المتأخرة.





أما الجانب التطبيقي تناولناه في فصلين الفصل الأول منهجية البحث والعينة المستخدمة و أوضحت فيه متغيرات البحث وضبطها والادوات المستخدمة وطريقة توظيفها الى جانب الأسس العلمية للاختبارات والدراسة الإحصائية.

أما الفصل الثاني خصص لعرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية الاستنتاجات وناقشنا فيه الفرضيات وقدمنا بعض التوصيات والاقتراحات العامة .

## 2- الاشكالية:

بعد دراسة استطلاعية قام بها الطالب عند فريق شباب وادي رهيو بالملعب الرياضي الوحدة المغاربية لاحظ الباحث صعوبة إتقان بعض المهارات الاساسية في كرة القدم خاصة مهارة التصويب على المرمى لدى المبتدئين، ولاحظ الطالب ان الطريقة الاعتيادية تكاد تكون غير كافية لخلق تصور واضح عند المتعلمين لهذه المهارة، ويمكن ارجاع ذلك لاكتفاء المعلمين والمدربين بالطريقة الاعتيادية والاساليب التقليدية بالشرح اللفظي والنموذج العملي واستخدام الوسائل المساعدة البسيطة، كما أن هناك من لا يستطيعون رؤية نموذج المهارة بشكل واضح من زوايا مختلفة وبالتالي لا يتضح لهم النواحي الفنية لأداء المهارة بصورة سليمة، الأمر الذي قد يكون السبب في تأخر المتدربين لأداء الشكل الصحيح للمهارة وهنا يكمن تساؤلات الطالب التي يحاول الإجابة عنها وهي كالتالي:



### التساؤل العام :

- هل للوحدات التدريبية المدعمة بتقنيات البرامج الحاسوبية تأثير ايجابي على مهارة التصويب لدى الناشئين في كرة القدم ؟

### التساؤلات الفرعية :

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في مهارة التصويب لدى المبتدئين في كرة القدم ولصالح الاختبار البعدي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعدين للعينتين الضابطة والتجريبية في مهارة التصويب لدى المبتدئين كرة القدم ولصالح العينة التجريبية؟

### 2- أهداف البحث:

#### الهدف العام:

- التعرف على تأثير الوحدات التدريبية المدعمة بتقنيات البرامج الحاسوبية على مهارة التصويب لدى المبتدئين كرة القدم.



### الأهداف الفرعية:

- التعرف على الفروق الإحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في مهارة التصويب لدى المبتدئين في كرة القدم
- التعرف على الفروق الإحصائية بين الاختبارين البعدين للعينتين الضابطة والتجريبية في مهارة التصويب لدى المبتدئين في كرة القدم.

### 3- فرضيات البحث:

#### الفرض العام:

- للوحدات التدريبية المدعمة بتقنيات البرامج الحاسوبية تأثير ايجابي على مهارة التصويب لدى المبتدئين في كرة القدم.

#### الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في مهارة التصويب لدى المبتدئين في كرة القدم ولصالح الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعدين للعينتين الضابطة والتجريبية في مهارة التصويب لدى المبتدئين في كرة القدم ولصالح العينة التجريبية.



#### 4- أهمية البحث:

تتبع أهمية هذه الدراسة في انها:

- تعتبر هذه الدراسة محاولة لإثراء المعرفة وتبسيط الضوء على جوانب محددة لمعرفة أثر استخدام تقنيات البرامج الحاسوبية على تدريب مهارة التصويب في كرة القدم لدى المبتدئين.
- يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في معالجة بعض الصعوبات و المشاكل التي يواجهها مدربي كرة القدم في تطوير المبتدئين على تعلم مهارة التصويب وكذلك الاستفادة منها تطبيقيا في تطوير و اثراء و تعزيز نوعية التدريب .

#### 5- مصطلحات البحث:

##### مفهوم التدريب الرياضي :

التدريب الرياضي هو العمليات المختلفة التعليمية والتربوية والتنشئة، واعداد اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط و والقيادة التطبيقية بهدف تحقيق أعلى مستويات الرياضية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة. وهو أيضا العمليات التي تعتمد على الأسس التربوية والعلمية، والتي تهدف إلى قيادة وإعداد وتطوير القدرات والمستويات الرياضية في كافة جوانبها لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة الممارسة (حماد مفتي ابراهيم، 1998 ص 19).



### الوحدة التدريبية :

تعتبر وحدة التدريب اليومية هي القاعدة والركيزة الأساسية لعملية التخطيط , والخلفية الأساسية لعملية التدريب ومن خلالها تتحقق الواجبات الرئيسية والتربوية والتعليمية للوصول إلى اهداف التدريب.

كما ان الوحدة التدريبية الحجر الأساس المتكرر لبناء الهيكل التدريبي ليس فقط بالنسبة للدورة التدريبية الصغرى بل تمتد الدورات المتوسطة والكبرى, وبذلك يتوقف نجاح خطة التدريب السنوي على التشكيل الجيد للوحدات التدريبية في كل موسم من مواسم التدريب . (حسن السيد أبو عبده 2001 ص 353).

### برنامج حاسوبي :

برنامج الحاسوب (ويعرف أيضاً باسم تطبيق أو كيان برمجي). هو عبارة عن مجموعة أو سلسلة من الأوامر تعطى للحاسوب لتنفيذ مهمة معينة في إطار زمني. والمصطلح يطلق على جميع البرامج اللازمة لتشغيل الحاسوب وتنظيم عمل وحداته وكذلك تنسيق العلاقة بين هذه الوحدات (أيمن حمارشه 1995 ص 323).

### مهارة التصويب في كرة القدم :

يعرفه Claude Bayer على أنه نقطة قوة اللعب وقرار يعمل على جلب التفوق في الهجوم.

في حين يقول H.FURANEN.MASSANO أن التصويب هو عبارة عن خاتمة لتسلسل أفعال وعلاقات نوعاً ما معقدة بين اللاعبين.



ويعتبر التصويب إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب كرة القدم وتأتي فرصة التصويب دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس(محمد صبحي 1996 ، ص 34).

#### الفئة العمرية 9-12 سنة :

هي مرحلة إتقان الخبرات والمهارات اللغوية والحركية والعقلية السابق إكتسابها بحيث ينتقل الطفل تدريجيا من مرحلة الكسب إلى مرحلة الإتقان(عبد الرحمان عيساوي 1996 ص 86).

#### 6- الدراسات المشابهة:

##### الدراسة الأولى :

دراسة محمد حسن، 2003م بعنوان " وضع برنامج حاسوبي لتعلم سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئين " (دراسة ماجستير):

##### مشكلة البحث :

تمثلت مشكلة البحث في "عدم الوصول الى المستوى المطلوب من الاتقان في مستوى الأداء المهاري لسباحة الزحف على البطن لدى المبتدئين بسبب التشنت الذهني والملل نتيجة الطريقة التقليدية المتبعة في تعليم مفردات السباحة".



### هدف البحث :

" تصميم برنامج حاسوبي و التعرف على أثر استخدامه على تعلم سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئين.

" التعرف على أثر استخدام البرنامج الحاسوبي المعد من طرف الباحث على تعلم سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئين.

### فرض البحث :

ومن أهم الفرضيات التي طرحها الباحث هي " البرنامج الحاسوبي المعد أكثر فاعلية وتأثيرا على مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن لدى المبتدئين من الطريقة التقليدية.

### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

وتكونت عينة البحث من (20) طالبا من طلبة الصف الأول بكلية التربية الرياضية ببور سعيد تم اختيارهم عشوائيا.

وكانت أهم نتيجة توصل إليها الباحث " البرنامج الحاسوبي المعد ساهم بطريقة إيجابية في تحسين مستوى تعلم سباحة الزحف على البطن لأفراد المجموعة التجريبية مما يدل على فاعليته ، وأوصى الباحث باستخدام البرامج الحاسوبية الحديثة في العملية التعليمية والتدريبية لما تحققه من نتائج إيجابية ولما تضيفه من تشويق وتفاعل أثناء الحصة".



### الدراسة الثانية :

سوزان سليم داود وإياد صالح سلمان, أثر البرمجة الخطية والمتفرعة باستخدام الحاسوب في تعلم سلسلة حركية على جهاز المتوازي في الجيم ناستيك الفني والاحتفاظ بها, بحث منشور بمجلة الرافين لعلوم الرياضة، جامعة بغداد، العراق، 2012.

### مشكلة البحث :

هل للبرمجة الخطية والمتفرعة باستخدام الحاسوب أثر في تعلم سلسلة حركية على جهاز المتوازي في الجيم ناستيك الفني والاحتفاظ بها.

### أهداف البحث :

تصميم وتطبيق برنامجين تعليميين باستخدام الحاسوب، التعرف على أثر البرمجة الخطية والمتفرعة باستخدام الحاسوب في تعلم السلسلة الحركية على جهاز المتوازي. الكشف عن الأسلوب الأفضل في الاحتفاظ بتعلم السلسلة الحركية.

### فروض البحث :

هناك فروق متباينة ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين المجاميع البحثية في تعلم السلسلة الحركية ولصالح المجموعة الثانية, هناك فروق متباينة في الاحتفاظ بتعلم السلسلة الحركية على جهاز المتوازي بين المجاميع البحثية ولصالح المجموعة الثانية,

### منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي.





### عينة البحث :

عينة عمدية مكونة من 30 طالبا من كلية التربية البدنية بجامعة بغداد.

### أدوات البحث :

التعليم المبرمج وفق البرمجية الخطية والمتفرعة, اختبار السلسلة الحركية على جهاز المتوازي, التحليل الحركي البيو ميكانيكي, التصوير بالفيديو.

### الاستنتاجات :

للتعليم المبرمج باستخدام البرمجة المتفرعة فاعلية في حدوث التعلم أحسن من البرمجة الخطية والأسلوب الأمري.

### الدراسة الثالثة :

دراسة عطاء الله أحمد تأثير بعض أساليب التغذية الراجعة الفورية في تعلم بعض المهارات في الكرة الطائرة للأطفال بعمر 9-12 سنة ,الجزائر 2004.

### هدف الدراسة :

معرفة تأثير استخدام أساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية وأفضلها في تعلم بعض مهارات الاساسية في الكرة الطائرة عند الجنسين.



### فرضية الدراسة :

استخدام بعض اساليب التعليم بالتغذية الراجعة الفورية يؤثر ايجابيا على تعلم مهارة الارسل والتمرير والاعداد وأن هذا التأثير يختلف بحسب نوع الاسلوب ونوع المهارة وصعوبتها عند الذكور و الإناث.

### عينة الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة من مجموع تلاميذ المرحلة السنية (9-12) سنة, من مجموع ثلاث ولايات وكان اختيار العينات بالطريقة المقصودة.

### أدوات البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي.

### الاستنتاجات :

أستنتج الباحث ان افضل انواع اساليب التدريس بالتغذية الراجعة الفورية واحسنها يتبع نوع المهارة وصعوبتها عند الذكور والإناث واوصى باستخدام التغذية الراجعة الفورية في دروس التربية الرياضية بغية تعليم المهارات الاساسية.



## 6- التعليق على الدراسات:

تلقي الدراسات السابقة الضوء على كثير من الأساسيات التي تفيد البحث الحالي كما تبرز نوع العلاقة بين الدراسات وبعضها البعض وعلاقتها بالدراسة موضوع البحث ومن النقاط المشتركة بين بحثنا هي فكرة البحث وهي كيفية الوصول إلى طريقة فعالة لتحسين مستوى الأداء المهاري، واستخدمت الدراسات السابقة نفس المنهج المستخدم في بحثنا وهو المنهج التجريبي وكان هناك إجماع على ضرورة استخدام الحاسوب وبرامجه في العملية التدريبية نظرا لفوائده العديدة والتسهيلات التي يقدمها للمعلم والمتعلم على حد سواء. كما ساعدتنا هذه الدراسات على تحديد الطريق لمعرفة أهم الأدوات التي يمكننا الاستعانة بها في دراستنا.

رغم إتباع الدراسات العلمية السابقة نفس المنهج وهو التجريبي فقد اختلفت طريقة الاستعمال تماما بحيث ركزت الدراسات السابقة على عرض نموذج المهارات فقط ، أما في دراستنا اعتمدنا على طريقة عصرية حديثة في إجراء البحث من خلال تصوير المهارة الحركية الخاصة بالمبتدئ وعرضها عليه وعرض النموذج المثالي لتسهيل عملية التعلم أكثر للمبتدئ ومساعدته على التطبيق وذلك باستخدام وسيلة عصرية منتشرة ومتوفرة وهي التطبيقات الإلكترونية.



### تمهيد:

التدريب الرياضي "عملية تربوية مخططة مبنية على أسس سليمة وخصائص فريدة ويعتمد أساساً على مجموعات مختلفة من التمرينات الهادفة تعمل على وصول اللاعب إلى الأداء المثالي موضوعة في قالب على شكل وحدات تدريبية مبنية على أسس علمية ومنظمة.

### 1-1- مفهوم التدريب الرياضي:

يعرف التدريب على أنه جميع العمليات التي تشمل (بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية، وتعلم التكتيك و التكتيك، وتطوير القابلات العقلية ضمن منهج علمي مبرمج وهاذاف خاضع لأسس تربوية قصد الوصول بالرياض إلى أعلى مستوى ممكن)(ناهد رسن سكر 2002 ص9).

### 1-2- خصائص التدريب:

يتميز التدريب بالعديد من الخصائص الجوهرية والمؤثرة والتي تضيفي على العملية التدريبية والقائمين عليها بمجموعة من المتطلبات الجديدة والمتطورة ومنها أن:

- التدريب الرياضي هدفه الرئيسي محاولة الوصول بالفرد إلى مستوى عال في نوع النشاط الرياضي الممارس.
- يتميز التدريب الرياضي بخاصية اعتماده على طرق البحث العلمي.
- يتميز بمراعاة ديناميكية تطور القدرات البدنية الأعمار السنية المختلفة.



- يتميز التدريب الرياضي لخصوصية مراعاة الفروق الفردية.
- يتميز التدريب الرياضي بدور المدرب وشخصيته القيادة لعملية التدريب (الدور القيادي للمدرب)
- يتميز التدريب الرياضي بالتأثير على أسلوب وتشكيل حياة الفرد.

### 1-3- واجبات التدريب الرياضي:

- ان ضمان الوصول بالفرد إلى أعلى مستوى رياضي يلقي على عملية التدريب الرياضي مسؤولية تحقيق واجبات معينة.
- وتتلخص اهم الواجبات التي يجب على عملية التدريب الرياضي تحقيقها فيما يلي:

#### 1-3-1 - الواجبات التعليمية:

- تتضمن الواجبات التعليمية جميع التعليمات التي تستهدف التأثير على قدرات ومهارات ومعلومات ومعارف الفرد الرياضي، وتشمل اهم الواجبات التعليمية لعملية التدريب الرياضي على ما يلي:

- التنمية الشاملة المتزنة للصفات أو القدرات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة و التحمل والعمل على الارتقاء بالحالة الصحية للفرد.
- التنمية الخاصة الصفات أو القدرات البدنية الضرورية.
- تعلم وإتقان المهارات الحركية الأساسية لنمو النشاط الرياضي التخصص
- للوصول إلى أعلى مستوى رياضي.



- تعلم و إتقان القدرات الخططية وعن طرق التدريب المختلفة و النواحي الصحية المرتبطة بالنشاط الرياضي وعن القوانين واللوائح والأنظمة الرياضية.

### 1-3-2- الواجبات التربوية:

تتضمن الواجبات التربوية للتدريب كل المؤثرات التربوية المنظمة التي تستهدف تطوير السمات الخلقية و الإرادة وغيرها من مختلف الخصائص و الملامح الأخرى للشخصية، وتشمل اهم الواجبات التربوية للتدريب على ما يلي:

تربية الناشئ على حب الرياضة، وأن يكون النشاط الرياضي ذو المستوى العالي من الحاجات الأساسية للفرد.

تربية وتطوير الخصائص والسمات الإرادة كالمثابرة وربط النفس والجرأة والتصميم.

تربية و تطوير السمات الخلقية الحميدة للفرد كحب الوطن والخلق الرياضي والروح الرياضية.

تشكيل مختلف دوافع وحاجات وميول الفرد و الارتقاء بها.(محمد حسن علاوي 1998 ص41).

### 1-4- الوحدة التدريبية:

تعتبر الوحدة التدريبية القاعدة والركيزة الأساسية لعملية التخطيط، والخلفية الأساسية لعملية التدريب ومن خلالها تتحقق الواجبات الرئيسية التربوية و التعليمية للوصول إلى أهداف التدريب، ويتوقف نجاح خطة التدريب على التشكيل الجيد



للوحدات التدريبية في كل موسم من مواسم التدريب والذي تحتويه الدورات المختلفة حيث يعتمد اساسا على تقنين حمل التدريب في كل وحدة من تلك الوحدات (حسن السيد عبده 2002 ص353).

وهناك بعض الاعتبارات الهامة و الضرورية التي يجب أن يراعيها المدرب عند تنفيذ الوحدات التدريبية ليضمن نتائجها منها :

- أن يكون هناك هدف واضح للوحدة التدريبية تسعى لتحقيقه خلال الزمن الفعلي للوحدة.
- ان تساهم كافة المحتويات في الوحدة فيتحقق هدفها بما في ذلك الإحماء و التهيئة.
- ان يكون ترتيب المحتويات في الوحدة يساعد على تحقيق أفضل النتائج الممكن تحقيقها للوصول إلى الأهداف المسطرة.
- تحديد أزمنة كل جزء وكل تمرين في الوحدة وفترة دوامه وفترة الراحة بكل دقة.
- ان تكون الأحمال التدريبية محددة بدقة وموضوع على أسس علمية (أبوزيد عماد الدين 2005 ص 309).

#### 1-5- أقسام الوحدة التدريبية :

تتكون الوحدة التدريبية من ثلاث أجزاء رئيسية، حيث ترتبط تلك الأجزاء بهدف من كل وحدة سواء كان تعليمية أو تدريبي وبذلك تبنى الوحدة التدريبية على وفق



المتطلبات التدريبية الخاصة وهناك وحدة تدريبية لمرة واحدة و لمرتين أو ثلاث مرات في اليوم الواحد كما يأتي:

زمن الوحدة التدريبية لمرة واحدة في اليوم وتشمل:

- وحدة تدريبية قصيرة (30-90) دقيقة.
- وحدة تدريبية متوسطة (2-3) ساعة
- وحدة تدريبية طويلة (أكثر من ثلاث ساعات) (عامر فاخر شغاني 2014 ص 106).

#### 1-6- البناء الأساسي للوحدة التدريبية :

##### 1-6-1- القسم التحضيري :

ان لهذا القسم أكثر من مصطلح إذ يطلق عليه الإحماء، التسخين، المقدمة، الاعداد، ويهدف إلى إعداد اللاعب وتهيئته وينمي جميع النواحي لأداء الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية وبصورة جيدة بالإضافة إلى تجاوز حدوث الإصابات من خلال التهيئة المنظمة والمتدرجة من الوحدة التدريبية وبصورة جيدة بالإضافة إلى تجاوز حدوث الإصابات من خلال التهيئة المنظمة و المتدرجة للأجهزة والأعضاء الجسمية بغية تحمل أعباء الحمل القادم على الوجه الأكمل.

أما الفترة التي تستغرقها فتعتمد على طبيعة الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية والحالة المناخية وطبيعة اللاعب.





### 1-6-2- الجزء الرئيسي :

يشمل التمارين التي يكون لها التأثير الرئيسي في تحقيق أهداف الوحدة التدريبية، ومن هذا القسم يعادل (70-80%) من الزمن المخصص للوحدة. (فاطمة عبد المالك آخرون، 2016 ص 82).

وتقع أهمية كبرى بالنسبة للجزء الأساسي للوحدة التدريبية في ترتيب أولوية تنمية القدرات البدنية والمتمثل في التمرينات الخاصة، بل يتعدى ذلك إلى ترتيب الجزء الخاص بتعليم وتحسين مستوى كل المهارات الفنية و الخططية (يسويطي احمد، 1999، ص 333).

### 1-6-3- القسم الختامي :

يهدف هذا الجزء إلى محاولة العودة بالفرد إلى حالته الطبيعية أو ما يقارب منها قدر الإمكان، وذلك بعد الجهد المبذول خلال هذا الجزء يخفض حمل التدريب الواقع على كاهل الفرد بصورة تدريجية، فضلا عن عودة الفرد الرياضي إلى حالة الاستشفاء و التهيئة إلى ما بعد استكمال متطلبات التدريب (عامر فاخر ص 108). يستغرق هذا الجزء حوالي (7\_10%) من الزمن المخصص لوحدة التدريب، يحتوي هذا الجزء على تمارين الاسترخاء و التهيئة (فاطمة عبد الملك 2011 ص 82).

### 1-7- أنواع الوحدات التدريبية على أساس الهدف :

إن أنواع الوحدات التدريبية على أساس الهدف كثيرة ومنها:



### 1-7-1 وحدة تعليمية :

1تمثل الوحدة التعليمية في مجال التدريب أولى و الوحدات الخاصة بتعليم والتعرف على المهارات الفنية و الخططية التي تحتاج من المدرب سرد بعض المعلومات النظرية حول تاريخ وتكنيك مهارات الألعاب وتؤدي خلال بداية الموسم بكثرة خاصة مع المبتدئين.

### 1-7-2 - وحدة تعليمية تدريبية :

يذكر hara1979 بأن موقعها بالنسبة للسنة التدريبية بعد الوحدات التعليمية وتحتل مكانة مهمة لتدريب المبتدئين و الناشئين، وذلك في أول مراحل تعلمهم للمهارات الرياضية والتدريب عليه حتى يصل اللاعب من مرحلة الإدراك الاولي للمهارة إلى الإدراك الجيد والذي يتميز بخلوه من الأخطاء الفنية بقدر الإمكان (بسيوطي أحمد 1996 ص 335).

### 1-7-3 - وحدة استشفائية :

وينظر التدريب حاليا إليها على أنها من المكونات الأساسية للتخطيط وتقنين وتوزيع الاحتمال التدريبية للاعب خلال برنامجه التدريبية، ويراعي عندها المدرب انخفاض مرات التكرار مع التنوع في الاحتمال التدريبية ليوفر للاعب الظروف الملائمة للتخلص من مخلفات التمثيل الغذائي ومخلفات التعب.



#### 1-7-4 - وحدة تقييمية :

تعتبر الوحدات التقييمية خاصة بقياس المستوى، وذلك منذ بداية السنة التدريبية وحتى موسم المنافسات للوقوف على مستوى اللاعب ومعرفة ما ينقصه من قدرات بدنية أو مهارية أو خطية (بسيوطي أحمد 1999 ص 337).

#### الخلاصة :

تطرقنا في هذا الفصل إلى مفهوم التدريب الرياضي وخصائصه وبعض واجباته، كما تطرقنا إلى الوحدة التدريبية وأقسامها والبناء الأساسي لها واختتمنا هذا الفصل بأنواع الوحدات التدريبية على أساس الهدف المرجو منها.



❖ تمهيد:

إن الهدف من التعلم المهارات الأساسية هو جعل اللاعب قادراً على التصرف بالكرة بأي جزء من جسمه حسب قانون اللعبة في أي وقت من أوقات اللعبة ، الأمر الذي يجعله قادر على تنفيذ الخطط الدفاعية و هجومية بكفاءة و ايجابية ، و عندما يصل اللاعب إلى مرحلة أداء جميع المهارات الأساسية للعبة بدقة. و إتقان يمكن أن يعتمد عليه في التعاون مع أعضاء الفريق في تنفيذ الواجبات، و تطبيق الخطة المعتمدة. ويأتي هذا الفصل ليتضمن وصفا للمهارات القاعدية لكرة القدم مع التركيز على مهارة التصويب.

2-1 - مفهوم المهارة:

لفظ مهارة Skill يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، وهو بذلك يشمل كافة الأداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والدقة. وهناك ثلاث أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية Cognitive Skill مثل الحساب، الجبر، الهندسة.
- مهارات ادراكية perceptual skill مثل: مهارات إدراك أشكال معينة.
- مهارات حركية motor skill مثل: المهارات الرياضية كالتصويب.



## 2-2- تعريف المهارة الحركية:

تعرف المهارة الحركية الرياضية بأنها " مدى كفاءة الأفراد على أداء واجب حركي معين".

## 2-3- خصائص المهارة الحركية:

### 2-3-1- المهارة تعلم: المهارة تتطلب التدريب والتحسين بالخبرة.

### 2-3-2- المهارة لها نتيجة نهائية:

ونعني بذلك النتيجة النهائية لأداء المهارة الهدف المطلوب تحقيقه من الأداء، وبالقطة فإن هذا الهدف معروف لدى الفرد المؤدي للمهارة قبل الشروع في تنفيذه.

### 2-3-3- المهارة تحقق النتائج

بثبات: نعني بذلك ان تنفيذ المهارة يتحقق خلاله الهدف من ادائها بصورة ثابتة من أداء إلى آخر من خلال المحاولات المتعددة المتتالية.

### 2-3-4- المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية:

وهو ما يعني أن أداء المهارة يتم بتوافق وتجانس وانسيابية وتوقيت سليم، وبسرعة وببطء طبقا لمتطلبات الأداء الحركي خلالها(مفتي ابراهيم حماد 2002 ص 13-14).



## 2-4- تصنيف المهارات الحركية الرياضية:

يجب على المدربين والمعلمين حتى الأفراد الرياضيين ان يتعرفوا على تصنيف المهارات المختلفة حتى يتمكن كل منهم من تحليل الخصائص المختلفة التي يجب أن توضع في الاعتبار عند تعلمها والتدريب عليها وكذلك تحديد الأهمية النسبية للأساليب المؤثرة في إتقانها ومن ثم تحديد طرق التدريب عليها.

صنف سينجر 1982 singer المهارات طبقا للمحددات الرئيسية التالية:

- أجزاء الجسم المشاركة في أداء المهارة.
- فترة دوام أداء المهارة.
- المعارف المشاركة في اداء المهارة.
- التغذية المراجعة المستخدمة في اداء المهارت (مفتي ابراهيم حماد 2002 ص15).

## 2-5- مفهوم المهارات القاعدية في كرة القدم:

هي عبارة عن نوع معين من العمل والأداء، يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض اجزائه لتحقيق الأداء البدني الخاص. وهي بهذا الشكل تعتمد اساسا على الحركة و تتضمن التفاعل بين عمليات معرفية و ادراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء(حسن السيد ابو عبدو 2002 ص 27).



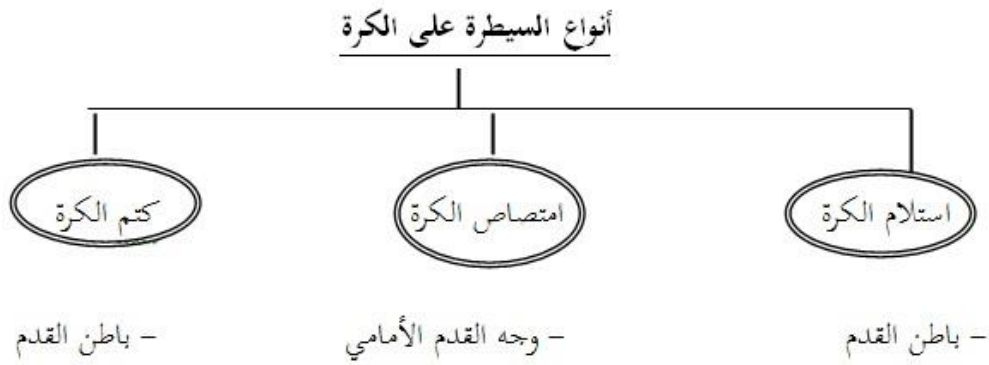
## 2-6- تقسيم المهارات الأساسية القاعدية بالكرة:

### 2-6-1- التمرير:

التمرير وسيلة ربط أولية بين لاعبين أو أكثر، تسمح لتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد.  
(Turpin, b. 1990 P 99).

### 2-6-2- السيطرة على الكرة:

هو إخضاع الكرة تحت تصرف اللعب والهيمنة عليها وجعلها بعيدة عن متناول الخصم، وذلك بالتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسب ظروف المباراة والسيطرة على الكرة تتم في جميع الارتفاعات و المستويات سواء كانت الكرات أرضية أو منخفضة الارتفاع أو مرتفعة، ومن الملاحظ أن الكرة لا تسير على الأرض أو في الهواء طوال زمن المباراة. كذلك فإن سرعة الكرة تختلف حسب قوة ركلها وبالتالي فإن السيطرة على الكرة تخضع لمكانها وارتفاعها أثناء المباراة , فهناك الكرات العالية والمرتفعة والأرضية والكرات المنخفضة الارتفاع ولذلك يمكن تقسيم أنواع السيطرة على الكرة إلى ثلاث أقسام مثلما هو موضح في الشكل رقم (01). (حسن السيد ابو عبده 2002 ص 115).



الشكل رقم (1) يوضح أنواع السيطرة على الكرة

## 2-6-3- الجري بالكرة:

عندما يجري اللاعب بالكرة فهذا يعني أن الكرة تقع تحت سيطرته فيقوم بأداء كافة الحركات والمهارات التي يريد تنفيذها وقد اصطلح على تسمية هذه المهارة "بالجري بالكرة" حيث غالبا ما يؤدي اللاعب هذه المهارة بالجري (محمد رضا الوقاد 2003 ص 171).

## 2-6-4- المراوغة:

هي فن التخلص من الخصم وخداعه، مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدم بعض الحركات الخداع التي يؤديها إما بجذع أو بقدميه، وهي سلاح اللاعب وعامل أساسي في تنفيذ الخطط الهجومية الفردية والجماعية. والمراوغة تعتبر من أصعب المهارات الأساسية في كرة القدم لذلك يجب أن يضعها اللاعب المهاجم نصب عينيه، أن المراوغة لا بد أن تكون بسبب ولها هدف لفائدة الفريق وليس للاستعراض ونسبة أداء المراوغة كبيرة بالنسبة للاعبين الهجوم وتقل





بالنسبة لمساعدى الدفاع و أقل لباقي أفراد الدفاع، ومن أهم صفات المراوغة الناجحة ما يلي:

- اختيار الطريقة المناسبة لموقف اللعب والتي غالبا لا يتوقعها المنافس.
- قدرة اللاعب المهاجم على إقناع الخصم المدافع بتحريك الخداع.
- أن تتصف المراوغة بعنصر المفاجئة.
- قدرة اللاعب المهاجم على تغيير أوضاع جسمه بسرعة ورشاقة.
- قدرة اللاعب المهاجم على استخدام أكثر من طريقة للمراوغة.
- قدرة اللاعب على تغيير سرعة رتم الأداء.
- حسن اختيار اللاعب للتوقيت السليم للمراوغة. (حسن السيد ابو عبده 2002 ص 153).

## 2-6-5- التصويب:

يعتبر التصويب إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التصويب بعد المحاورة او بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين، ويجب قبل التصويب ان يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس.

ان التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل في التصويب أو فقدان الفريق للكرة إذا صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا امام الكثير من



اللاعبين، وعلى هذا فالتصويب لا بد له من صفات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب ليصل إلى مرحلة الاتقان في تكنيك التصويب تحت كل الظروف مثل:

- التدريب على التصويب في ظروف سهلة وبسيطة.
- الارتفاع التدريجي بسرعة الأداء.
- استخدام الوسائل المساعدة (الحائط القسمة، الأقماع والشواخص، الحواجز، المقاعد، المرمى متعددة المساحات).
- أن تؤدي تمارين التصويب من اتجاهات متغيرة المسار للكرة.
- تثبيت مهارة التصويب عن طريق تغيير الظروف الخارجية، مثل استخدام مدافع سلبى ولكن بفعالية (محمد صبحي حسنين 1995 ص 11).

## 2-7- الشروط والمبادئ القاعدية في التصويب:

### 2-7-1- الدقة في الاتجاه:

- مهمة لتوجيه مساحة التصويب لذا فهي تخضع إلى :
- توجيه قدم الارتكاز وكذا مساحة الاتصال في الاتجاه المراد.
  - الحوض يكون عموديا في هذا الاتجاه المراد.
  - تثبيت رجل الارتكاز.
- وهناك مبادئ خاصة بالحركة هي :



- تتطلب ضرب الكرة إلى نقطة محددة.
- بعد أقصى مسافة للتصويب.
- صلابة الرسغ.
- توجيه ركلة التصويب تبعا للمسار المراد بعد الارتطام بالكرة.

### 2-7-2- عناصر الدقة في العلو:

- غير بعيد عن المعطيات الخارجية المحددة للمسار والمرتكزة اساسا وخصوصا على اتجاه التصويب فإن هذه الأخيرة مشتركة بـ :
- وضعية قدم الارتكاز.
  - توجيه مساحة الاتصال ( التلامس).
  - المكان الموجه اليه الكرة بعد القذف.

ان توجيه خط الركبة ومساحة التلامس عموديا هو عنصر اساسي في تحديد اتجاه القذف أو التصويب سواء كان تصويبا افقيا أو إلى الأعلى.

### 2-7-3- التصويب الى أعلى:

أثناء الاصطدام يكون مائلا إلى الاعلى، فقدم الارتكاز مزاحة بالنسبة للكرة كلما كانت قدم الارتكاز مبعدة عن الكرة كلما كانت زاوية القذف معتبرة.



## 2-7-4- التصويب الأفقي:

أثناء التلامس أو الاصطدام اتجاه التصويب يكون افقيا وقدم الارتكاز حينها مع مستوى الكرة، وقدم التصويب ممددة نحو الافق.

## 2-8- عناصر القوة في التصويب:

عرض مختلف العوامل يفترض وجود :

- استطاعة عضلية.
  - اتزان جيد وصلابة الارتكازات.
  - سعة الأوزان لكل السلسلة المفصلية المشاركة في الحركة.
  - سرعة تثبيت مساحة التلامس.
  - صلابة مساحة التلامس وكذا مواقع مفصل الدم، الركبة والحوش.
- ضرورة الوصول إلى الكرة بسرعة جدية، وإعطاء دفع على رجل الارتكاز ثم السقوط بعد التلامس على قدم الارتكاز. (مفتي ابراهيم حماد 1998 ص 69).

## 2-9- الجوانب التي يعتمد عليها التصويب في كرة القدم:

يعتمد التصويب في كرة القدم على ثلاث جوانب هي :

- 1- قدم الارتكاز : وضعيتها تحدد مسار الكرة، إذ كونها بجانب الكرة يسمح بإعطاء مسار منخفض لها، وعلى العكس من ذلك فكونها خلف الكرة يساهم في إعطاء الكرة مسارا هوائيا عاليا، كما يجب أن تحمل وزن الجسم الذي يتواجد في اتزان غير ثابت أثناء التنفيذ.



ب- رجل التصويب : يشترط تثبيت رسغ القدم الخصوبة لكي تسمح بتحويل حدي للقوة مع امتداد الفخذ وأثناء الركبة.

ج - الجذع : باعتبار التصويب كحركة كلية للجسم فإن، وضعية الجذع تحدد أيضا مسار الكرة فالجذع المثني إلى الأمام يحدد مساراً للكرة اما الانحناء إلى الخلف فيسمح بتصويب عالي (مفتي ابراهيم حماد 1998 ص 70).

## 2-10- أنواع التصويب في كرة القدم:

يمكن أن نقسم تكتيك مهارة التصويب إلى قسمين حسب حالات العب التي يمكن أن نجدها في مباراة كرة القدم وهي :

- التصويب من الثبات.

- التصويب من الحركة.

## 2-11- كيفية التصويب في كرة القدم:

هناك عدة إمكانيات للتصويب أثناء المباراة في كرة القدم، ولهذا فعلينا ان نهئي ونحضر اللاعب لكل الحالات التي يمكن أن تطرح له خلال المقابلة:

## 2-11-1- ضرب الكرة بوجه القدم:

يعتبر هذا النوع من الضربات من أصعب الأنواع وهو ليس سهلا كما يتصوره البعض، فالإصبع الكبير من القدم غالبا ما يصاب عندما يكون التنفيذ غير صحيح وتستخدم هذه الطريقة اما بالطريقة المستقيمة أو لولبية، وتستخدم في الضربات الحرة المباشرة القوية وللتمرير الطويل والسريع، ومن عيوبها انها لا تغطي دقة اللعب.



ويقول مفتي إبراهيم حماد وجه القدم الامامي هو الجزء الممتد من سن القدم حتى مفصل القدم وبمعنى آخر هو الجزء المغطى برباط الحذاء (مفتي ابراهيم حماد 1998 ص 99).

#### 2-11-2- ضرب الكرة بالقسم الداخلي من القدم:

تستخدم للمناولات القريبة والبعيد والعرضة وكذلك للمناولات اللولبية و المباشرة والغير مباشرة.

#### 2-11-3- ضرب الكرة بالقسم الخارجي من القدم:

تعتبر هذه المهارة من الضربات التي تخدم الأغراض التكتيكية حيث يلعب التكتيك هنا دورا كبيرا ويستخدم هذا النوع من الضربات للتسجيل من مناطق بعيدة إلى جانب التمريرات الطويلة و القصيرة.

#### 2-11-4- الضربة المنخفضة:

يتميز هذا النوع من الضرب بالطريقة التي يضرب بها القدم للكرة، إذ يحتفظ بالنشاط متجها إلى الأسفل حتى يرسل ظهر الكرة إلى الأرض، حيث إذا كانت الركبة بعيدة جدا خلف الكرة فإن الظهر القدم يرسل الكرة إلى الأعلى بعيدا عن سطح الأرض.

#### 2-11-5- ضرب الكرة بوجه القدم:

نلاحظ هذا النوع من الضربات في المستويات العالية حيث يظطر اللاعبون على أداء طرق غير عادية للوصول إلى الكرة وذلك باستعمال الزحف والركب وهم قادرين على ضرب الكرة.



### 2-11-6- الضربة الخاطفة:

تتم بسرعة فائقة وهذا من أجل تجنب قدم اللاعبين من المتابعة ومن مميزات هذه الضربة هي حدة الحركة التي تجعل منها ضربة جيدة.

### 2-11-7- ضرب الكرة من الدوران:

غالبا ما نلاحظها في المقابلات الوطنية وهي موجودة بكثرة في المستويات العالية ونجدها في الهجوم حيث تتم بطريقة فنية لتسجيل الهدف.

### 2-11-8- الضربة بخلف العقب:

تستخدم هذه الضربة لخداع الخصم، وهي من الضربات الفنية و الاستعراضية، كما يمكن عن طريقها استعمال تمريرات قصيرة وتسجيل أهداف جميلة.

### 2-11-9- الضربة الطائرة والنصف طائرة:

تستعمل عندما تكون الكرة في الهواء وفي توجيه ضربات منخفضة بعيدة المدى، مما يحدد ارتفاع الكرة نوع الضربة الطائرة، الضربة النصف طائرة تتطلب احساسا سليما للاتصال الكرة بظهر القدم لحظة ارتداد الكرة بالضبط.

### 2-11-10- الضربة المرفوعة:

نجد هذا النوع من الضربات بكثرة في المقابلات بحيث انها تستعمل للمناولات الطويلة والعرضية والضربات الطويلة و القصيرة التسديد، كما تحدد وضعية الجسم ارتفاع الكرة بالإضافة ان هذه الضربة تخدم الأغراض التكتيكي (محمد حامد الأفندي 1971 ص 43-44).



## 2-12- منهجية التصويب في كرة القدم:

أن المدرب ملزم بتقديم منهجية التصويب للاعبين أثناء التدريب وهذا اعتماد على كل الدراسات التي قام بها الاخصائيون في الميدان كي يصل إلى تحقيق غرضه الا وهو الأداء الجيد والتحكم في الكرة أثناء التسديد، وأثناء تقديم الحصة التدريبية يجب على المدرب ان يراعي قدرات اللاعبين حيث يجب أن يتبع المبدأ البيداغوجي من السهل إلى الصعب ويعطي لكل تمرين الوقت اللازم لتثبيت في ذهن اللاعبين، كما أنه يزودهم ببعض النصائح كي تكون القذف مصوبة من حيث القوة والتوجيه.

- ساق الارتكاز يكون ببعد 10 إلى 15سم بجانب الكرة.
- اليد تكون مع الساق المركز عليها إلى الأمام واليد الأخرى إلى الخلف.
- النظر إلى الكرة أثناء التسديد ضروري.

وتوجد عدة طرق تستعمل أثناء التدريب على مهارة التصويب تحدث عنها الدكتور "محمود عوض بسيوني" تتمثل في طريقة المحاولة والخطأ كلاهما تعتمد على إعادة المهارات مرات عديدة.

أن المدرب ملزم بتقديم منهجية التصويب للاعبين أثناء التدريب وهذا اعتماد على كل الدراسات التي قام بها الاخصائيون في الميدان كي يصل إلى تحقيق غرضه الا وهو الأداء الجيد والتحكم في الكرة أثناء التسديد وأثناء تقديم الحصة التدريبية يجب على المدرب ان يراعي قدرات اللاعبين حيث يجب أن يتبع المبدأ البيداغوجي من السهل





إلى الصعب ويعطي لكل تمرين الوقت اللازم لتثبيت في ذهن اللاعبين، كما أنه يزودهم ببعض النصائح كي تكون القذف مصوبة من حيث القوة والتوجيه.

- ساق الارتكاز يكون ببعد 10 إلى 15 سم بجانب الكرة.

- اليد تكون مع الساق المركز عليها إلى الأمام واليد الأخرى إلى الخلف. - النظر إلى الكرة أثناء التسديد ضروري.

وتوجد عدة طرق تستعمل أثناء التدريب على مهارة التصويب تحدث عنها الدكتور "محمود عوض بسيوني" تتمثل في طريقة المحاولة والخطأ كلاهما تعتمد على إعادة المهارات مرات عديدة.

## 2-13- التصويب أثناء التدريب:

ان حالات اللاعبين أثناء التدريب تختلف عنها في المنافسات وخاصة من الناحية النفسية، لهذا على المدربين اغتنام هذه الحالة النفسية في تعويد اللاعب على التصويب وتطبيق القواعد الأساسية أثناء تسديد الكرة، بالإضافة إلى هذا يجب خلق جو منافسة أثناء التدريب وذلك بخلق التنافس بين اللاعبين خاصة العمل الجاد ومنه كل المحاولات من طرف المدافعين.

## 2-14- التصويب أثناء الجري:

بما ان الجري جزء لا يتجزأ من لعبة كرة القدم فعلى المدرب ان يعتمد على الحالات التي يتلقاها اللاعب أثناء المنافسات ومنها الجري، وهذا بتقديم تمرينات وحالات



خاصة للتصويب أثناء الجري، هذا ما يسهل على اللاعبين التسديد ومباغثة المدافعين والحارس في نفس الوقت أثناء المنافسة.

## 2-14- التصويب في الحالات الصعبة:

نقصد بها الحالات التي يجدها اللاعب في المنافسات الرسمية أي وجود المهاجمين بين مجموعة من المدافعين الذين يعملون بدون تسامح في إطار الروح الرياضية من أجل منع المهاجمين من التسديد وتسجيل الأهداف، وبما أن هذه الحالة توجد بكثرة أثناء المنافسات الرسمية فعلى المدرب الإكثار منها.

## 2-15- التصويب أثناء اللعب:

نقصد به التسديد أثناء المقابلات الودية التي يجريها الفريق أو المقابلات بين عناصر الفريق، وتعتبر هذه الطريقة جد إيجابية وفعالة بحيث تجعل اللعب في حقيقة المقابلة ولهذا يجب الاعتماد على هذه الطريقة لأنها تسمح للمدرب من تعيين نقاط الضعف والقوة للفريق واللاعبين. (أحمد سعيد - أحمد قاسمي 1997 ص 11-12).

## خلاصة:

إن من أهم أهداف الفريق في كرة القدم تحقيق الفوز على الخصم و هذا الهدف لا يمكنه أن يتحقق إلا إذا تيقن تطبيق الخطط الدفاعية و الهجومية بكفاءة و إيجابية، هذه الخطط التي تعتمد على المهارات الأساسية و تعتبرها الأساس الذي تركز عليه و من هنا ركزنا في هذا الفصل على المهارات الأساسية في كرة القدم ومهارة التصويب خاصة لما تتطلبه من دقة في الأداء للحصول على النتائج الجيدة.



### تمهيد:

هناك الكثير من المتغيرات التي تؤثر على المتعلم منها المعلومات التي تعطى له خلال استجابته للشيء المراد تعلمه وتطبيقه من أجل الإنجاز الجيد أو تحسينه أو تصحيحه، وترشد المتعلم حول دقة الحركة أثناء الإنجاز وهذه المعلومات تأخذ أشكال مختلفة في البيئة التعليمية و منها الحاسب الآلي وبرامجه المختلفة التي تساعد على تحقيق التغذية الراجعة.

### 3-1- تعريف الحاسب الآلي:

هو جهاز إلكتروني قادر على استقبال البيانات ومعالجتها إلى معلومات ذات قيمة يخزنها في وسائط تخزين مختلفة، وفي الغالب يكون قادراً على تبادل هذه النتائج والمعلومات مع أجهزة أخرى متوافقة. تستطيع أسرع الحواسيب في يومنا هذا القيام بمئات بلايين العمليات الحسابية والمنطقية في ثوانٍ قليلة. تشغل الحواسيب برمجيات خاصة تسمى أنظمة التشغيل، فمن دونها يكون الحاسوب قطعة من الخردة، وتبين أنظمة التشغيل للحاسوب كيفية تنفيذ المهام كما أنها في الغالب توفر بيئة للمبرمجين ليطوروا عليه تطبيقاتهم (سالم مختار 1990 ص 90).

### 3-1-2- الحاسب الآلي ودوره في المجال الرياضي:

يعد استخدام الحاسب الآلي كأحد الأساليب التكنولوجية الحديثة التي تساهم بشكل ايجابي في تطوير المناهج الدراسية حتى تواكب تطورات العصر الحديث ،



ولقد أشارت الكثير من نتائج الدراسات والبحوث التي أجريت في مجال التعليم والتدريب إلى تفوق المتعلمين الذين تلقوا تعليمات عن طريق الحاسوب مقارنة بالطريقة التقليدية المتبعة ، وهذا يعنى أن استخدامه في العملية التعليمية والتدريبية يوفر الوقت كما انه يساهم في تكوين الاتجاهات الايجابية لدى المتعلمين .

وبالتالي يمكن استخدام الحاسوب في مناهج التربية الرياضية بالمؤسسات التعليمية من خلال تقديم موسوعة ومعلومات عن الأنشطة الرياضية المختلفة وقوانينها لتنمية الثقافة الرياضية لدى المتعلمين ، ويتناول أيضا برامج تعليمية وتدريبية لتنمية الصفات البدنية والحركية ، وترسيخ بعض مفاهيم التربية البدنية والرياضية، بالإضافة إلى البرامج الصحية التي تهتم بصحة المتعلمين ، وإكسابهم القوام الجيد . كما أن قيمة الكمبيوتر في تدريس مادة التربية الرياضية تكمن في قيامه بعرض وتوضيح حركات الجسم أثناء المهارات وكذلك بيان الحركات المختلفة وردود الفعل وكيفية تعرف التعلم على هذه المواقف ، كما يمكن من خلاله تعليم كيفية التركيز على المناطق المهمة في اللعب (كامل عباس محمد 2005 ص 81).

### 3-3- مميزات استخدام الحاسب الآلي في عمليتي التعليم والتعلم:

- زيادة حماس المتعلم كنتيجة للتجديد في العملية التعليمية وتقديم المادة بطريقة شيقة وأكثر وضوحا.
- يشجع المتعلم على الاستمرار في أدائه او يعدل من خطته في الاداء نتيجة الاستجابة للتعزيز الفوري السريع التي يتلقاها المتعلم من الحاسب الآلي والتي توضح له صحة الأداء أو أخطائه.
- التخلص من القيود التقليدية للتعليم



- يسمح للمتخصصين في مجال تدريس التربية الرياضية فرصة فحص استراتيجيات التدريس
- اختصار الوقت والجهد يساعد على تحليل الحركات والمهارات التي يحتويها المنهاج (سالم مختار 1990 ص95).

### 3-4- البرامج الحاسوبية لتحليل المهارات الحركية:

#### 3-4-1- برنامج كينوفيا kinovea:

هو مشغل فيديو لجميع عشاق الرياضة، يبطئ و يدرس و يعلق على فنيات رياضيينك او فنياتك يدعم التقاط الشاشة و تسجيل الصور الثابتة ومقاطع الفيديو و يحتوي الكثير من وظائف القياسات كما يوفر امكانية تأشير مركز ثقل الجسم والأدوات وحركتها ([WWW.kinovea.org](http://WWW.kinovea.org))

#### 3-4-2- برنامج pro-trainer:

يعد برنامج pro-trainer من أفضل البرامج المستخدمة في التحليل الحركي إذ يساعد هذا البرنامج في عمل الصور المتسلسلة للأداء بشكل بسيط ومذهل ويمكن من حساب الفترات الزمنية للأداء والاهم من ذلك يمكن الباحث من الحصول على البيانات بشكل data إذ يتعامل البرنامج مباشرة مع برنامج الأكسل وبالتالي يمكن معالجة البيانات إحصائيا مباشرة بعد الأداء كما يمكن حساب السرعة والمسافات والأزمنة والاتجاهات أوتوماتيكيا و حساب الفروقات بين اللاعبين والمقارنة بين أدائهم من خلال البرنامج. ([WWW.polar.com](http://WWW.polar.com))



#### -3-4- تطبيق coachNow:

تطبيق coachNow أحد التطبيقات المصممة خصيصاً للرياضة والرياضيين ، يقدم ميزة الحركة البطيئة أو Slow Motion ، حيث يمكنك تصوير فيديو وعرضه باستخدام ميزة الحركة البطيئة بكل سهولة لتبسيط المهارة وفهمها ويقسم الشاشة إلى نصفين لعمل مقارنة بين اداء الرياضي مع اداء شخص محترف ، مما يوفر التغذية الراجعة الفورية للمتدرب ايضا ويوفر هذا البرنامج الإمكانيات التالية :

- تحرير ملفات الفيديو المراد تحليلها
  - الرسم على ملف الفيديو مباشرة من خلال أدوات الرسم المتوفرة في البرنامج
  - تأشير الزوايا كافة ويتم بشكل منفصل أو متتابع.
  - تأشير مركز ثقل الجسم والأدوات وحركتها
  - يمكن وبسهولة استخراج المسار الحركي للأجسام
- ويعمل التطبيق على جميع اجهزة الحاسوب والهواتف الذكية والالواح الإلكترونية. ([www.coachnow.com](http://www.coachnow.com))

- للتحمل والعمل على الارتقاء بالحالة الصحية للفرد.
- التنمية الخاصة الصفات أو القدرات البدنية الضرورية.
- تعلم وإتقان المهارات الحركية الأساسية لنمو النشاط الرياضي التخصص للوصول إلى أعلى مستوى رياضي.



### 3-5- التغذية الراجعة:

عرفها وجيه محجوب بأنها جميع المعلومات التي يمكن أن يحصل عليها المتعلم من مصادر مختلفة سواء أكانت داخلية أم خارجية أو كليهما معاً، قبل أو بعد الأداء الحركي ، الهدف منها تعديل الاستجابات الحركية المثلى وهي إحدى الشروط الأساسية لعملية التعلم (وجيه محجوب 200 ص 78).

أما (Sage) فيراها عبارة عن المعلومات التي يحصل عليها الفرد أو يستقبلها كنتيجة لبعض المتغيرات ، ويضيف أن التغذية الراجعة هي المعلومات التي يستقبلها الفرد خلال أدائه لحركة أو بعدها ( George . sage 1989 P 56 )

### 3-6- أهمية التغذية الراجعة:

- إن للتغذية الراجعة أهمية كبيرة في عملية تعلم المهارات الحركية ومنها ما يأتي:
- تعمل التغذية الراجعة على إعلام المتعلم نتيجة تعلمه ، سواء كانت صحيحة أم خاطئة ، مما يقلل القلق والتوتر والذي قد يعتري المتعلم في حالة عدم معرفة نتائج تعلمه.
  - تعزز المتعلم وتشجعه على الاستمرار في عملية التعلم ، ولاسيما عندما يعرف بأن إجابته كانت صحيحة ، وهنا تعمل التغذية الراجعة على تدعيم العملية التعليمية .
  - أن معرفة المتعلم أن إجابته كانت خطأ، وما السبب لهذه الإجابة الخطأ يجعله يقتنع بأن ما حصل عليه من نتيجة أو علامة كان هو المسؤول عنها ،ومن ثم عليه مضاعفة جهده في المرات القادمة.



- إن تصحيح إجابة المتعلم الخطأ من شأنها أن تضعف الارتباطات الخطأ التي حدثت في ذاكرته وإحلال ارتباطات صحيحة محلها .
- أن استخدام التغذية الراجعة من شأنها أن تنشط عملية التعلم وتزيد من مستوى الدافعية للتعلم .
- تُعرّف عملية التغذية الراجعة المتعلم : أين يقف من الهدف المنشود ، وفيما إذا كان يحتاج إلى مدة طويلة لتحقيقه أم أنه قريب منه ، أي إنها تبين للمتعلم اتجاه سير تقدمه في العملية التعليمية . ( George . sage 1989 P 56 )

### 3-7- مصادر التغذية الراجعة:

- وضح (Del Rey) نقلاً عن يعرب خيون محددات التغذية الراجعة من خلال مصادرها وتم اعتماد هذه المحددات كتصنيف لأنواع التغذية الراجعة وكما يلي :
- داخلية (آنية مستمرة) ( نهائية)
  - خارجية (آنية مستمرة) ( نهائية وهي نوعين معلومات حول النتيجة ومعلومات حول الإداء) (يعرب خيون 2002 ص 98).





### 3-8- أنواع التغذية الراجعة:

برغم تنوع التصنيفات المختلفة للتغذية الراجعة والتي وضعها الباحثون والمتخصصون بهذا المجال ، يرى الباحث إنها تكون اما داخلية او خارجية وبحسب تصنيف (Del Rey) ولعل أكثر التصنيفات شيوعاً تصنيف عباس وعبد الكريم السامرائي وكما يلي :

1- التغذية الراجعة الأصلية (الطبيعية) 2- التغذية الراجعة الارشادية

3- التغذية الراجعة الداخلية . 4- التغذية الراجعة الخارجية

5- التغذية الراجعة الإضافية . 6- التغذية الراجعة النهائية

7- التغذية الراجعة المتأخرة . 8- التغذية الراجعة المتزامن

9- التغذية الراجعة المضخمة (التعزيزية). (عباس أحمد صالح وعبد الكريم السمرائي 2000 ص 120).



### 3-9- أنواع التغذية الراجعة حسب المصدر:

#### 3-9-1- التغذية الراجعة الداخلية:

وهي المعلومات التي تأتي من مصادر حسية داخلية إذ تشترك فيها عدة منظومات عصبية تؤثر في السيطرة على الحركة وان حركة الجسم تعطي تغذية راجعة عن طريق حافظ اي تأتي من داخل الجسم لتخبر القائم بالحركة عن مستوى أدائه، ولهذا النوع عدة مستويات:

- المستوى القاعدي : ويعمل عند مستوى لا إرادي.
- المستوى الاعلى الاول: حيث تعمل المستقبلات في النسيج العضلي والمفاصل على إصدار الحركة وهذا المستوى قابل للحكم التجريبي.
- المستوى الاعلى الثاني : حيث تتداخل المستقبلات الحسية الخارجية البصرية والسمعية وهذا المستوى خاضع للمعالجة التجريبية.

#### 3-9-2- التغذية الراجعة الخارجية:

وهي المعلومات الآتية من خارج الجسم كتعليمات المدرب وهذا النوع من التغذية الراجعة له تأثير كبير في تحسين الأداء وما على المعلم إلا أن يشير إلى الخطأ الذي حدث مع إعطاء الحل الصواب لتحسين الوضع لا داء أفضل.

وتشمل التغذية الراجعة الخارجية ما يأتي :

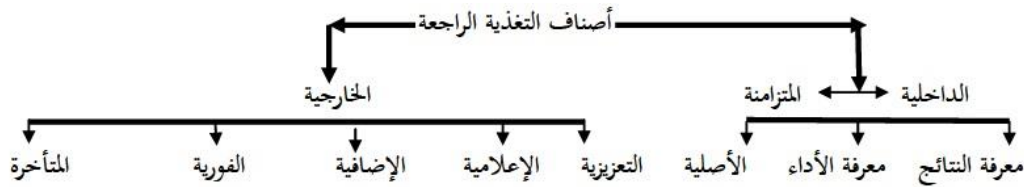
- التغذية الراجعة الاعلامية: وهي خاصة بالمعلومات التي تقدم للمعلم بعد استكمال استجابات للحركة، ومن الامثلة على ذلك كلمة، خطأ، صح، وهذه المعلومات بإمكانها ان تقلل أو تزيد من الاستجابة أثناء الأداء.



- التغذية الراجعة الإضافية: تعتبر ذات أهمية كبيرة في المراحل الأولى من التعلم الحركي للمهارة، ويمكن أن تعطى بصورة مباشرة من قبل المدرب أو بصورة غير مباشرة بواسطة وسائل أخرى كالنموذج أو الصور الثابتة. (مصطفى السايح محمد 2001 ص 199).

### 3-10- أنواع التغذية الراجعة الخارجية حسب الزمن:

- تغذية راجعة فورية : تقع بعد الإنجاز مباشرة ويمكن إعطاها بصورة واضحة اي بعد استكمال عملية الإنجاز ويشمل الوصف أو التقويم لمعرفة مستوى الأداء أو لمعرفة نتائج المجاز.
- التغذية الراجعة المؤجلة: تعطى بعد الإنجاز بفترة زمنية بسيطة أو بعد عدة تكرارات (نوال ابراهيم شلتوت 2008 ص 199)



الشكل رقم (2) يوضح تصنيف جمال عبد الله علي لأنواع التغذية الراجعة



### 3-11- وظائف التغذية الراجعة:

بالإضافة الى فوائد التغذية الراجعة من حيث صقل وتطوير الإداء وتزويد المتعلم بالمعلومات الخاصة بالحركة وتوجيه استجابته نحو الهدف الحركي خلال المواقف التعليمية فإن للتغذية الراجعة الوظائف التالية :

- إنها تمدنا بالمعلومات الخاصة عن الحركة ( وظيفة معلوماتية ) .
- يمكن أن تستخدم كنواب عندما تكون المعلومات مشجعة عن قرب الوصول الى الهدف (وظيفة تشجيعية).
- يمكن أن تصبح حافزاً قوياً للتعلم ( وظيفة دافعية ) .
- كما أن للتغذية ثلاث وظائف مهمة في تعلم المهارات والأداء:
  - التحفيز: كلما حاول اللاعب --- كلما قضى وقت أطول في تعلم المهارة فالتغذية الراجعة تلعب دور في تشجيع وتوجيه اللاعب، ويمكن أن نلاحظ أن التغذية الراجعة قد لا تعطي معلومات دقيقة عن أداء اللاعب ولكن على الأقل فإن الاندفاع للتكرار يعطي فرصة لتحسين الأداء.
  - التغذية الراجعة كمفهوم ثواب أو عقاب: الأفعال التي يتبعها التكرار تميل إلى أن تتكرر بينما الأحداث المتبوعة بعقاب تؤدي إلى عدم تكرار هذا أداء.
  - معلومات لتصحيح الأخطاء.
  - إحداث حركة أو سلوك في اتجاه هدف معين.
  - مقارنة آثار الحركة المؤداة بالاتجاه الصحيح للحركة وتحديد الخطأ .
  - استخدام إشارة الخطأ السابقة لإعادة توجيه التنظيم.



### 3-12- توقيتات التغذية الراجعة:

يذكر عباس أحمد وعبد الكريم محمود " إن الخطأ الشائع هو إعطاء التغذية الراجعة للأجزاء من الحركة ليست هي المقصودة في عملية التعلم " يرى الباحثان مثلما يساء استخدام التغذية الراجعة من حيث نوع أو كم المعلومات أحياناً يساء التوقيت المناسب لإعطاء المعلومات التصحيحية وهذا من الضروري الأخذ به بما يتلاءم مع نوع المهارات ، فهناك نوعين من التوقيت لإعطاء التغذية الراجعة وهي المستمرة أي المتزامنة مع الإداء ونهائية أي بعد الإداء(عباس احمد صالح السمرائي، عبد الكريم السمرائي 2000 ص 122).

### 3-12-1- التغذية الراجعة المتزامنة:

وهي معلومات تتزامن وتتساق مع اكتساب التعلم أو المهارة وذلك لأن تقديم المعلومات التي ترتبط بالتعلم أو اكتساب المهارة يأتي بتلازمها أو اقترانها بالعمل ، إذ أن هناك معلومات يمكن أن تقدم عندما تكون مهمة قد بدأت وفي أثناء ممارستها أو إدائها ، وهذا النوع يصاحب ويلزم التعلم والإداء وهو لم ينتهِ بعد ، وتقدم هذه التغذية الراجعة للمتعلمين على شكل تصحيح لاستلام الكرات أو ضربها أو التركيز على الأوضاع الصحيحة عند ممارسة بعض التمارين (فاضل محسن الازيرجاوي 1991 ص183).



### 3-12-2- التغذية الراجعة النهائية:

التغذية الراجعة النهائية : ومصدر هذا النوع من التغذية الراجعة خارجي إذ تعطى للمتعلّم معلومات بعد انتهاء المحاولة أو الإداء وعادةً ما تأخذ شكل معلومات عن النتيجة ومعلومات عن الإداء.

وإن هذين النوعان من التوقيت هما متغيري الدراسة كما إن هناك أمور يجب مراعاتها في طريقة تقديم التغذية الراجعة تأخذ بعين الاعتبار مستوى المتعلّم ودقة وحجم المعلومات المقدمة له (يعرب خيون 2002 ص 100).

### 3-13- خصائص التغذية الراجعة:

#### 3-13-1- الخاصية التعزيزية:

تشكل هذه الخاصية مرتكزاً رئيسياً في الدور الوظيفي للتغذية الراجعة الأمر الذي يساعد على التعلم، وقد ركز أحد الباحثين على هذه الخاصية من خلال التغذية الراجعة الفورية في التعلم المبرمج، حيث يرى أن إشعار الطالب بصحة استجابته يعززه، ويزيد احتمال تكرار الاستجابة الصحيحة فيما بعد.

#### 3-13-2- الخاصية الدافعية:

تسهم في اشادة التغذية الراجعة بحيث يستمتع المؤدي بالتعلم مما يحسن الاداء



### 3-13-3- الخاصية الموجهة:

تعمل هذه الخاصية على توجيه الفرد نحو أدائه فتبين له الأداء المتقن فيثبته، والأداء غير المتقن فيحذفه.

### 3-14- شروط التغذية الراجعة:

- يجب أن تتصف التغذية الراجعة بالدوام والاستمرارية.
- يجب أن تتم التغذية الراجعة في ضوء أهداف محددة.
- يتطلب تفسير نتائج التغذية الراجعة فهماً عميقاً، وتحليلاً علمياً دقيقاً.
- يجب أن تتصف عملية التغذية الراجعة بالشمولية ، بحيث تشمل جميع عناصر العملية التعليمية.
- يجب أن يستخدم في عملية التغذية الراجعة الأدوات اللازمة بصورة دقيقة .
- أن تكون مناسبة وفعالة.
- أن تكون الحاجة فعلية لها.
- مواكبة التغذية الراجعة الداخلية الخارجية والعكس صحيح.

### 3-15- تأثير التغذية الراجعة:

أن المعلومات المعطى تؤثر على المتعلم من حيث الاتي:

- تعزز الأعمال التي يقوم بها المتعلم وهذا التعزيز يزيد من قوة العمل.
- تقدم لنا معطى معين(معلومات).
- يمكن استخدامها لتعديل العمل أو تصحيحه .



### - 3 -16 دور المعلم في إدارة الظروف التي تؤثر في التغذية الراجعة:

التأكد من استيعاب الطلاب لمعلومات التغذية الراجعة .

التأكد من أن الطلاب يفهمون العلاقة الرابطة بين أعمالهم وما يقدمه المعلم من تغذية راجعة.

إعلام اللاعب بالهدف المرغوب تحقيقه.

على المعلم مراعاة تقديم التغذية الراجعة في الحال كلما أمكن ذلك.

(<http://lamya.yoo7.com/t371-topic>)

### الخلاصة:

مما تعرفنا عليه في هذا الفصل الثاني يتضح لنا أهمية الحاسب الآلي في المجال الرياضي وبرامجه المتعددة التي تساهم في عملية التعليم والتعلم من خلال التغذية الراجعة التي توفرها ومدى أهميتها التي تعود على المعلم والمتعلم، إذ يوفر الحاسب الآلي وبرامجه خبرات غنية وحية ومشوقة ومتعددة لتشبع كل اهتمامات المتعلم في جميع النواحي وتتيح له التحرر من الطرق التقليدية التي تعتمد على الشرح اللفظي فقط تجذب انتباه المتعلم وتركيزه وتدفعه إلى الاستمرارية في التدريب على المهارات بوضوح.





#### تمهيد:

ان الكائن البشري يمر بمراحل مختلفة تتميز بخصائص جسميه وسيكولوجيه وفيزيولوجيه وعقليه مختلفة، فالإنسان ينتقل من الطفولة الى الشباب الى الكهولة الى الشيخوخة، وفي هذا الفصل سنتطرق الى الطفولة المتأخرة التي تتناسب مع عينات بحثنا وسنقدم مفهومها وميزاتها والخصائص التي يمر بها الفرد في هذا السن بالإضافة الى الخصائص البدنية والنفسية.

#### 4-1- مرحلة الطفولة المتأخرة:

تدخل هذه الفترة العمرية بين المرحلتين المصنفة علميا وهي مرحلة الطفولة ومرحلة المراهقة وهي من أهم فترات تكوين الشخصية وثراء المعلومات وتطور المستوى الرياضي إذ ما وضعنا نصب أعيننا أثناء التدريب الحقائق الأساسية في كل الجوانب لهذه المرحلة السنية، واستطعنا أن نوظف كل المعلومات والحقائق في التعامل مع هؤلاء الصبية كيف نستمع لهم وكيف نكسب حبهم واحترامهم أو نعدل من سلوكهم وترفع من قدراتهم .

ويرى البعض أنها تبدأ من 9 - 12 سنة وهي تقابل مرحلة المدرسة الابتدائية تقريباً. حيث أن العلماء يعتبرون هذه المرحلة مناسبة في انتقاء الناشئين للممارسة الرياضية وانضمامهم للأنشطة المختلفة (منصور عبد المجيد 1998 ص 101).



#### 4-2- مفهوم الطفولة المتأخرة:

هي مرحلة اتقان الخبرات والمهارات اللغوية الحركية والعقلية السابق اكتسابها حيث ينتقل الطفل تدريجياً من مرحلة الى مرحلة الاتقان والطفل في حد ذاته ثابت وقليل المشاكل الانفعالية و يميل الطفل ميلاً شديداً الى الملكية التي تبدأ في النمو قبل ذلك كما يتجه الى الانتماء الى الجماعات المنتظمة بعد ان كان قبل ذلك بمجرد الاجتماع لمن في سنه، و من أهم مميزات هذه المرحلة اكتساب المهارات اللازمة للألعاب العديدة تنمية المهارات الأساسية للقراءة والكتابة والحساب سرعة الاستجابة للنهارا التعليمية تنمية المفاهيم اللازمة للحياة اليومية، ويعتبر العلماء ان هذه المرحلة يتحسن التوافق العضلي والعصبية لدى الطفل وكذلك الاحساس بالألوان ويمكن القول ان النمو الحركي يصل إلى ذروته، كما تعتبر المرحلة المثلى للتعلم الحركي واكتساب المهارات الحركية (عبد الرحمان عيسوي 1995 ص 42).

#### 4-3- خصائص وسمات النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة:

##### 4-3-1- النمو النفسي:

في هذه المرحلة يحب الاطفال اللعب بشده لذا يجب على المربي ان يأخذه بعين الاعتبار تعطيهم الشديد للعب وميلهم الطبيعي له فالطفل يحتاج إلى مربي كي يسيطر له اهداف النشاط كما يميلون إلى الأفكار وإنجازات الآخرين في المزيد من الاستقلالية ويزيد الاعتماد عليهم في تحمل المسؤولية ويميل إلى التعاون مع الآخرين واللعب



الجماعي، ويكون للطفل العزيمة والارادة لتعلم المهارات الحركية بغرض تحسين قدراته في اللعب.

#### 4-3-2- النمو الجسمي:

يسير النمو الجسمي في هذه المرحلة بطريقه بطيئة ومنتظمة بالمقارنة مع مراحل النمو الاخرى ولا تحدث تغيرات مفاجئة الى ان يصل الطفل الى سن البلوغ تنمو العضلات الكبيرة وتزداد المهارات الحركية المتصلة بها اتزاناً واثقاً مما يساعد الطفل على ممارسه اعماله و الالعب التي تحتاج الى العضلات الكبيرة وكثير من التآزر العضلي العصبي كما تلعب البيئة وثقافة المجتمع دوراً كبيراً في تفصيل العاب حركيه معينه لنوع اخر مما يكون له اثر في التنمية مهارات الحركية و للمربي دور في تقديم المعارف والمعلومات في ما يتعلق بمفهوم الواجبة الغذائية المتكاملة و الموازنة في تنميه الاتجاهات التغذوية والنظافة الشخصية والصحية والبيئية.

#### 4-3-4- الفروق الفردية:

تبدو الفروق الفردية واضحة جميع الاطفال لا ينمون بنفس الطريقه او بنفس المعدلات، فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبياً في الطول والبعض الآخر في الوزن بما يؤدي إلى تنوع الأنماط الجسمية العامة مثل الطول والوزن.

#### 4-3-5- النمو العقلي المعرفي:

يطلق "جان بياجيه" على تفكير الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة مصطلح التفكير الاجرائي بمعنى ان التفكير المنطقي للطفل في هذه المرحلة على العمليات العقلية و يصل هذا الطفل الى مرحله ما قبل العمليات من السنه الثانيه الى السنه السابعة تفكير في مرحله العمليات العيانية تفكير منطقي و لكنه تصور مرتبط بالاشياء او الاشياء



نفسها، يستمر في هذه المرحلة نمو الذكاء وانتقل فيها الى التفكير المجرد حيث يستخدم المفاهيم اي يصبح تفكيره واقعيا ويتحكم في العمليات العقلية دون المنطقية والمنطقية مع ادراك الاشياء لها القدرة على تقدير القياسات والكميات ثم مع السن 12 سنه ينمو لديه التفكير الاستدلالي اي تظهر لديه اشكالا فكريه اكثر استنتاجا استقراء وتطورا، اي فور التفكير التركيبي الذي يؤدي به الى استخدام المناهج لاكتشاف الواقع ثم بعد ذلك تنمو لديه القدرة على الابتكار.

#### 4-3-6- النمو الحسي:

يبدأ نمو الحواس يكتمل في هذه المرحلة، حيث يتطور الادراك الحسي وخاصة ادراك الزمن يتحسن في هذه المرحلة ادراك المدلولات الزمنية والتتابع الزمني للأحداث التاريخية ويلاحظ ان ادراك الزمن والشعور لماذا فتراته يختلف في الطفولة بصفه عامه عن المراهقة و عن الرشد والشيخوخة فشعور الطفل للعام الدراسي يستغرق اطول من شعور طالب الجامعة ويشعر الراشد والشيخ ان الزمن يولي مسرعا، وفي هذه المرحلة ايضا يميز الطفل بدقه اكثر بين الاوزان المختلفة و تزداد ثقته السماح وتمييز الطفل الانغام الموسيقية بدقه وتطور ذلك من البحث البسيط الى المعقد، وتتحسن الحاسة العضلية حتى سن 12.

وفي هذه المرحلة تصبر مرحله النشاط الحركي الواضح وتشاهد فيها زياده واضحه في القوه والطاقة طفل لا يستطيع ان يظل ساكنا بلا حركه مستمرة وتكون الحركة اسرع واكثر قوه التحكم فيها لدرجه افضل لاحظ اللعب مثل الجري والمطاردة ركوب الدراجة ذات العجلات والعلوم والسباق والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من الوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدي الطفل والتي تحتاج الى مهاره مشجعه اكثر من ذي



قبل و اثناء النشاط الحركي المستمر للطفل قد يتعرض في بعض الجروح الطفيفة ويميل الى كل ما هو عملي يبدو وكان الاطفال عمال صغار يمثلون نشاطا.

#### 4-3-8- النمو الاجتماعي:

يزداد تأثير جماعه الرفاق ويقوم التفاعل الاجتماعي مع الاقران على اشده من خلال التعاون والتنافس والولاء والتماسك ويستغرق العمل الجماعي والنشاط الاجتماعي الطفل معظم وقت الطفل، ويفتخر الطفل بعضويته في جماعة الرفاق، واستغرق العمل الجماعي والنشاط الاجتماعي معظم الوقت الطفل و افتخر في جماعه الرفاق و اللعب الجماعي و المباريات، ولكي يحصل الطفل على رضا الجماعة وقبولها له نجده يساير معايير ها ويطيع قائدها. (رأفت محمد البشناق 2010 ص 96-97-98).

#### 4-4- متطلبات النمو خلال فترة الطفولة المتأخرة:

سنوضح في ما يلي أهم المظاهر الرئيسية للطلاب خلال مراحل العمر حتى نبين مدى تتبعها وأهميته في عملية التكيف التي تساعد الفرد على أن يتقبل الحياة التي يحياها بقبول حسن دون عسر وهي :

- يكون الفرد اتجاه عام حول نفسه كائن حي ينمو.
- يتعلم الفرد كيف يصاحب اقرانه.
- يتعلم المهارات الأساسية للقراءة والكتابة والحساب.
- يكون المفاهيم والمدرجات الخاصة بالحياة اليومية.
- يكون الضمير، والقيم الأخلاقية و معايير السلوك.
- تكوين علاقات مع الرفقاء من كلا الجنسين.



- تكوين الاتجاهات النفسية المتصلة بالتجمعات البشرية المختلفة والمنظمات الاجتماعية.
- استقلال عاطفي عن الوالدين والكبار.
- تقبل الفرد التغييرات التي تحدث له نتيجة لنموه الجسدي (خليل مخائيل 1994 ص 49).

#### 4-5- الخصائص البدنية للطفولة المتأخرة:

بما ان الالعاب الرياضية تتطلب مجهودا بدنيا ونفسيا فمن الضروري معرفه الخصائص البدنية في هذه المرحلة العمرية الحساسة وذلك لما لها من الأهمية في نموهم السليم.

#### 4-5-1- المداومة:

المرحلة المفضلة لتنمية قدره المداومة هي من ثمانية الى 12 سنه في هذه المرحلة الطفل الذي يمارس الرياضة بانتظام يكون جهازه التنفسي متطور عن الطفل الذي لا يمارس اي رياضه.

#### 4-5-2- السرعة:

السرعة لها مرحله تطور فيها وهي 5 الى 13 سنه، اذا لم يطورها المربي فانه في المستقبل لن يستطيع تطويرها الا بنسبه قليله وحسب " بلاسر" الذي لا يتطور في الوقت المناسب ربما لن يتطور ابدًا.



#### 4-5-3- القوة:

يلاحظ على الطفل عند الاحتكاك مع الزميل أو عند قذف الكرة يستعمل القوة والتالي في مرحلة الطفولة المتأخرة لا يجب ان نبحت عن تنمية القوة عن طريق التمارين وانما نبحت عن تقوية عضله طبيعية دون شدة اضافيه.

#### 4-5-4- التوافق:

الطفل عند ممارسه الرياضة لا يستعمل القوة والسرعة والمداومة فقط بل يستعمل ايضا التوافق لا داء الحركات من خلال ادماج حركات من انواع مختلفة وذلك باستعمال السرعة والرشاقة و التوازن والدقة ومن المفضل تطوير التوافق بين 7 الى 11 سنة وحتى يتسنى ذلك يجب وضع الطفل في وضعيات عديده منها الحصول على تطوير افضل للتوافق.

#### 4-5-5- المرونة:

هذه الخاصية طبيعية حتى سن التاسعة و يجب تطويرها ابتداء من 9 سنوات لا نه فيما بعد يصبح تطوير صعب المنال ولا نستطيع الا المحافظة على المستوى لوحده.

#### 4-5-6- الرشاقة:

تعتبر من القدرات البدنية الهامة ذات الطبيعة المركبة حيث انها ترتبط جميع مكونات الاداء البدني والتي يأتي في مقدمتها القوة العضلية والسرعة والتوافق والتوازن الحركي وتعني الرشاقة بشكل عام انها قدره الجسم او اجزاء منه على تغيير اوضاع او اتجاه بسرعه ودقه.



#### 4-5-7- الدقة:

يلاحظ النمو الكبير بقدره الاطفال ما بين 7 الى 10 سنوات وبعد ذلك بين 10 الى 12 سنة على دقة اداء الحركة في الفضاء وتثبت في هذه الفترة ان الطفل يتعلم سرعه الحركات و يعرف كيف يستعمل ها هو استعمال عادات الحركية التي تعلمها لا نجاز نشاط حركي مع متطلبات الوضعية التي تختلف.

#### 4-5-8- التوازن:

في هذه المرحلة يتطور التوازن لدى الاطفال بشكل منتظم حيث يتحسن التوازن مع زياده العمر والتوازن يتأثر بطبيعة نمو البناء الجسماني خاصه ما يتعلق القياسات الجسمي. (عفاف أحمد عوسي 1994 ص 93-94).





### خلاصة :

النشاط البدني والرياضي له مكانه هامه في حياة الطفل ونموه لدوره الهام في تنميه مختلف الأنظمة من اجل نمو متناسق مما يؤدي الى الاخذ بعين الاعتبار معرفة مختلف التحولات اثناء ممارسه النشاط الرياضي مما يتطلب منه مجهود بدني ونفسي وقد تعرفنا في هذا الفصل على هذه الشريحة الهامة وأهم خصائصها ومتطلبات نموها.



## تمهيد

لا شك أن تقديم أي بحث عام من العلوم يقاس بدرجة الدقة التي يصل إليها في تحديد مفاهيم وفي دقة الأدوات المستخدمة وتزداد الصعوبة في المقياس الذي يعتمد على السلوك البشري في مجالاته المتعددة ولا يمكن للباحث أن يقوم بدراسة دون أن تكون له أدوات ومنهجية مناسبة لدراسته وفي هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في الدراسة و من أجل الحصول على نتائج علمية يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى.

### 1-1- منهج البحث:

استخدم الطالبان الباحثان المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما ضابطة وأخرى تجريبية وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة.

### 1-2- عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث من اللاعبين الأطفال (20 لاعب) لفريق شباب واد رهيو والذين تتراوح أعمارهم من (9-12) سنة، وبعد ذلك اتبع الباحث الطريقة العمدية في تقسيم أفراد عينة البحث إلى مجموعتين متساويتين (تجريبية وضابطة) بواقع (12) لاعب لكل مجموعة ولإرجاع الفروق للعامل التجريبي قام الباحث بحساب تجانس العينتين من حيث السن والوزن والطول لمعرفة مدى تكافئهما بحيث:

بلغت قيمة T المحسوبة لمتغير العمر 0.37 بمستوى دلالة T الجدولية 0.70 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وهذا معناه عدم وجود فروق معنوية دالة احصائيا ما يعني وجود تجانس لمتغير العمر.



وبالنسبة لمتغير الطول بلغت قيمة  $T$  المحسوبة 0.84 بمستوى دلالة  $T$  الجدولية 0.41 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وهذا معناه عدم وجود فروق معنوية دالة احصائيا ما يعني وجود تجانس لمتغير الطول.

كما بلغت قيمة  $T$  المحسوبة لمتغير الوزن 1.7 بمستوى دلالة  $T$  الجدولية 0.10 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وهذا معناه عدم وجود فروق معنوية دالة احصائيا ما يعني وجود تجانس لمتغير الوزن كذلك.

### 1-2-1- المجموعة التجريبية:

قوامها (12) لاعب وتم تعليم افرادها باستخدام البرنامج الحاسوبي والمتمثل في التطبيق الإلكتروني (coachNow) لتعلم مهارة التصويب في كرة القدم.

### 1-2-2- المجموعة الضابطة:

قوامها (12) لاعب واتبعت البرنامج التدريبي بالأسلوب التقليدي الذي يعتمد على الأوامر من قبل المدرب والشرح والتوضيح والتصحيح اللفظي فقط لتعلم مهارة التصويب في كرة القدم.

وقد إستعان الباحث بـ (6 لاعبين) من داخل مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية (عينة الدراسة الاستطلاعية) وذلك لحساب المعاملات العلمية (الصدق والثبات) للاختبارات المستخدمة في البحث

### 1-3- الدراسة الاستطلاعية:

قبل الشروع في الدراسة الاساسية قام الباحث بالوقوف على المشاكل والصعوبات التي يمكن أن تعرقل عملية تنفيذ الاختبارات حتى يتمكن من تفاديها في الدراسة الأساسية ،



وقد قام الباحث بتنظيم لقاء عملي قبلي مع عينة استطلاعية بتاريخ 2019/03/02 مكونة من 06 افراد تم فيه:

- شرح طريقة العمل والبرنامج الحاسوبي المستخدم.
- التأكد من سلامة الوسائل المختلفة المستخدمة في التجربة وصلاحياتها.
- معرفة الوقت الذي يستغرقه الاختبار.
- معرفة كفاءة الاختبارات المستخدمة مع العينة.

#### 1-4- متغيرات البحث:

##### 1-4-1- المتغير المستقل:

الوحدات التدريبية المدعمة بالبرنامج الحاسوبي (coachNnow).

##### 1-4-2- المتغير التابع:

مهارة التصويب في كرة القدم.

#### 1-5- الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث:

تم وضع العينة تحت تصرف الطالب بمساعدة وتوجيه مدرب الفريق، بحيث طبقت كلا العينتين نفس الوحدات التدريبية والفارق الوحيد هو استخدام العينة التجريبية لبرنامج حاسوبي أثناء التمارين، وهذا ما يتفق مع دراسة الدكتور إدريس خوجة "الدراسة الميدانية تتطلب من الباحث ضبط التغيرات قصد التحكم فيها من جهة، وعزل بقية المتغيرات الاخرى الداخلية، بدون هذا الضبط تصبح النتائج التي يتوصل إليها الباحث مستعصية عن التحليل والتصنيف والتفسير ومضللة نتائجها"، ويقصد بالضبط



الإجرائي للمتغيرات المحاولات المبذولة لإزالة التأثيرات، والمتغير الذي يمكن أن يؤثر على التابع "إدريس خوجة" (2006) ويقول محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب: "يصعب على الباحث أن يتعرف على مسببات الحقيقة للنائج بدون ممارسة الباحث لإجراءات الضبط الصحيحة.. (محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب 1987 ص 243).

وقد قام الباحث بضبط إجراءات البحث وهي كالتالي:

- المجموعتان تقومان بالتدريب في نفس اليوم وفي نفس الملعب.
- تخصيص نفس عدد الحصص في الأسبوع وهي حصتين في الأسبوع.
- ضبط الاختبار القبلي والبعدي حيث أن القياس يكون في توقيت واحد.
- المجموعات من بنفس العدد والجنس.

#### 1-6- مجلات البحث:

##### 1-6-1- المجال البشري:

شملت عينة البحث على 24 لاعب، تتراوح أعمارهم بين (9 - 12) سنة وهم اللاعبين بنادي شباب وادي رهيو.

##### 1-6-2- المجال المكاني:

أجريت التجربة بملعب الوحدة المغاربية بوادي رهيو غليزان.



### 1-6-3- المجال الزمني:

بدأ العمل في هذا البحث يوم 2019/03/02 إلى غاية 2019/05/04 وكانت هذه الفترة على مرحلتين:

- المرحلة الأولى: وكانت من 2019/03/02 إلى غاية 2019/03/05 وهي فترة إجراء الدراسة الاستطلاعية وتهيئة كل الظروف.
- المرحلة الثانية: هي مرحلة إجراء الاختبارات وتطبيق خطة البحث، وقد تم إجراء الاختبار المهارى القبلي للعينتين بتاريخ : 2019/03/09 والاختبار المهارى البعدي للعينتين بتاريخ 2019/05/04.

### 1-7- أدوات البحث:

إن الأدوات التي يستعملها الباحث في بحثه تعتبر المحور الذي يستند عليه ويوظفه في الوصول إلى كشف الحقيقة التي يبني عليها بحثه، وقد استعنا بعدة وسائل في جمع البيانات والتي ساعدتنا في كشف جوانب البحث وتحديدتها وهي كالتالي:

#### 1-7-1- الملاحظة:

قمنا بمعاينة ميدانية لنادي وادي رهيو غليزان بتاريخ 19/03/02 وقد قمنا بالملاحظة البسيطة لأداء المتدربين لدى النادي ولطريقة شرح المدربين للمهارات الحركية لكرة القدم ولاحظنا الظاهرة وهي صعوبة إتقان اللاعبين للأداء الصحيح لمهارة التصويب ، ثم وضعنا لها عدة فروض بعد طرح عدة أسئلة وفي الأخير قمنا بالتجريب للتحقق من صحة الفرضيات.



### 1-7-2- الوسائل المختلفة:

- الوحدات التدريبية
- سجل
- كاميرا هاتف Samsung M20
- جهاز ipad حجم كبير
- جهاز حاسوب محمول نوع Samsung not book
- أشرطة فيديو لمهارة التصويب في كرة القدم.
- برنامج (coachNnow)
- ميزان.
- الاختبارات المهارية لمهارة التصويب في كرة القدم.
- ساعة توقيت نوع Rucanor/1 ، صافرة، شريط قياس، مسطرة كبيرة الحجم، حبال، أقماع.

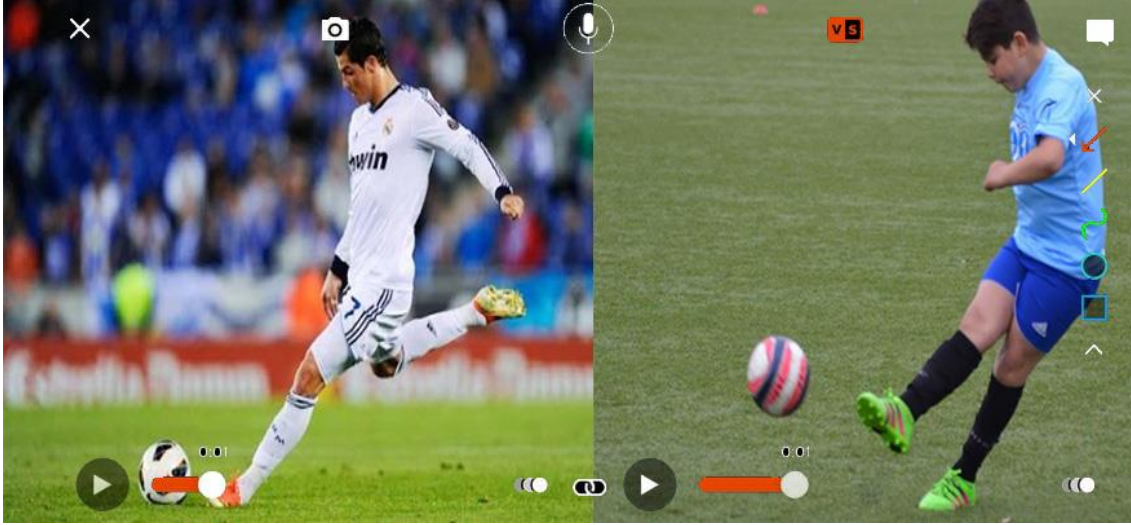
### 1-8- طريقة توظيف البرنامج الحاسوبي (coachNnow) مع عينة البحث

#### التجريبية:

بعد انتهاء الباحث من إجراء الاختبارات وضبط عينة البحث وكافة الأمور الإدارية والتدابير التي تضمن سير العمل، باشر بتطبيق البرنامج التدريبي المسطر باستخدام البرنامج الحاسوبي لمدة شهرين بمعدل وحدتين تدريبيتين كل أسبوع حيث يقوم الطالب الباحث بشرح حركات المهارة للعينة التجريبية باستخدام تكنولوجيا الحاسوب والمتمثلة في التطبيق الإلكتروني (coachNnow) لتعلم مهارة التصويب في كرة القدم، وذلك بتوجيه المتعلم إلى النظر لطريقة أدائه المعروضة أمامه مباشرة بالعرض البطيء



باستعمال جهاز العرض المعروف (data show) أو جهاز (ipad) أو الهاتف النقال ذكي، مع توضيح الطريقة الصحيحة بنموذج مثالي وهو فيديو اخر للاعب محترف في النصف الاخر من نفس الشاشة، مثلما هو موضح في الشكل رقم(03).



الشكل رقم (03) يوضح واجهة البرنامج الحاسوبي تطبيق coachNow بحيث يقسم الشاشة الى قسمين لعمل مقارنة.

#### 9-1- الاختبارات المستخدمة:

##### 1-9-1- اختبار المستطيلات المتداخلة:

الغرض : قياس دقة الرجل على التصويب.

الأدوات : 05 كرات قدم، حائط أمامه أرض ممددة.

يرسم على الحائط ثلاث مستطيلات متداخلة موضحة في الشكل رقم (,,) بحيث تمثل الأرض الحافة السفلية للمستطيل، ويبعد خط التصويب بـ 6 أمتار على الحائط وتصوب الكرة 5 مرات متتالية (محمد صبحي حسنين، 1995، صفحة 450).



- الشكل رقم (04) يوضح اختبار المستطيلات المتداخلة**



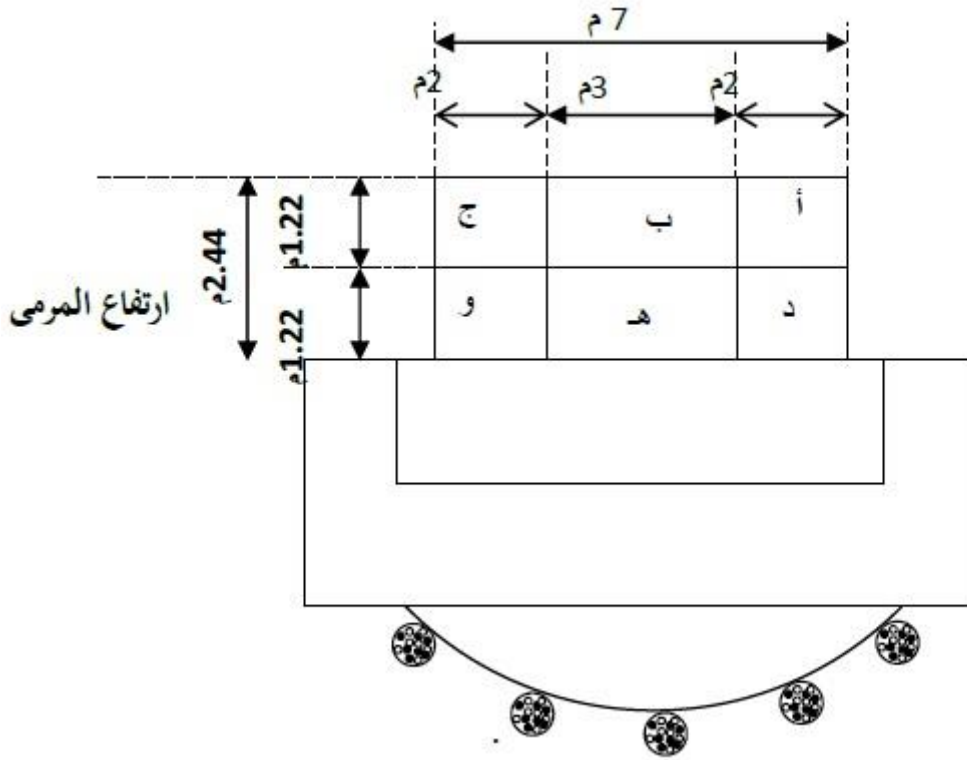
### 1-9-2- اختبار قياس دقة التصويب "الحبال":

طريقة العمل : تقسم المرمى إلى 6 أقسام بواسطة أحبال على طول ارتفاع المرمى، نسمي كل قسم بالأحرف الأبجدية أ، ب، ج، د، هـ، و، وحيث التقسيم يكون كالتالي على المرمى: .

- القسم الأول : " أ " طوله 2 متر وارتفاعه 1.22 متر
- القسم الثاني : " ب " طوله 3 متر وارتفاعه 1.22 متر
- القسم الثالث : " ج " طوله 2 متر وارتفاعه 1.22 متر
- القسم الرابع : " د " طوله 3 متر وارتفاعه 1.22 متر
- القسم الخامس : " هـ " طوله 2 متر وارتفاعه 1.22 متر
- القسم السادس : " و " طوله 3 متر وارتفاعه 1.22 متر.

**كيفية إجراء الاختبار :** يقوم اللاعب بتسديد خمس كرات ثابتة نحو المرمى بدقة متناهية خارج منطقة 18 متر، كما هو مبين في الشكل رقم (05) هدف الاختبار : محاولة كل لاعب التسجيل داخل الإطار (أ،د،ج،و) وبالتالي الحصول على العلامة الكاملة.

في القسم (ب،هـ) الحصول على نصف العلامة.  
نشير إلى أن النقطة الكاملة تساوي 4 نقاط وحتى يصل اللاعب إلى أكبر علامة وأكبر عدد من النقاط فهو مطالب بالتسديد داخل الإطارات (أ،د،ج،و) وهذا حتى يضمن 20 نقطة وهي العلامة الكاملة (زيان كمال، 1997 ص 66).



الشكل رقم (05) يوضح إختبار الحبال لـ "وارنر نلسن".

#### 10-1- الاسس العلمية للاختبارات:

لكي يكون الاختبار الذي وضع ذو مصداقية ودلالة لتقييم ما وضع لأجله ،ينبغي مراعاة الشروط والاسس العلمية التالية:

##### 1-10-1- ثبات الاختبار:

قام الباحث بحساب معامل الثبات باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه بفواصل زمني قدره أربعة أيام بين التطبيقين على نفس العينة الاستطلاعية الأولى وعددها (6 لاعبين) وهي عينة من خارج عينة البحث الأساسية وتم حساب معامل الارتباط "سبيرمان" لمعرفة مدى ثبات الاختبارين وكانت النتائج المحصل عليها كالتالي :



نتائج ثبات اختبار دقة التصويب "الحبال" 0.93 عند مستوى الدلالة 0.05  
نتائج ثبات اختبار التصويب "المستطيلات المتداخلة" 0.99 عند مستوى الدلالة  
0.05

#### 1-10-2- صدق الاختبار:

للحصول على صدق الاختبار قام الباحث باستخدام معامل الصدق الذاتي والذي  
يحسب بواسطة الجذر التربيعي لمعامل الثبات :

$$\text{صدق الاختبار} = \sqrt{\text{معامل ثبات الاختبار}}$$

نتائج صدق اختبار دقة التصويب "الحبال" 0.97 عند مستوى الدلالة 0.05  
نتائج صدق اختبار التصويب "المستطيلات المتداخلة" 0.96 عند مستوى الدلالة  
0.05

#### 1-10-3- الموضوعية:

بما ان طبيعة الاختبارين المستعملين في دراستنا تعتمد على أدوات قياسية واضحة  
كعدد النقاط المحرزة كما هي دون تحيز أو تعصب أو ادخال العوامل الشخصية فان  
الموضوعية حتما تتحقق.

#### 1-11- الوسائل الإحصائية:

لمعالجة البيانات قام الطالب الباحث بالاستعانة ببرنامج الرزم الإحصائية SPSS  
22.



حيث استخدم فيه :

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط سبيرمان
- T test لعينتين مرتبطتين
- T test لعينتين غير مرتبطتين
- صدق الاختبار.

#### 1-12- صعوبات البحث:

- غالبا ما تواجه البحوث التجريبية عراقيل تكون خارجة عن نطاق تحكم الباحث ومن الصعوبات التي واجهتنا أثناء العمل الميداني:
- اكتظاظ الملعب أحيانا
  - نقص في عتاد التدريب كعدد الكرات
  - الغيابات المفاجئة لبعض اللاعبين
  - حصر المدة التدريبية للعينة لشهرين فقط من قبل ادارة النادي.

#### الخلاصة:

يمكن اعتبار هذا الفصل الذي تناولنا فيه منهجية البحث واجراءاته الميدانية من بين أهم الفصول التي ضمتها دراستنا هذه لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات والعوامل التي كان بالإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة وتحقيق اهدافها بطريقة منهجية وصحيحة.



## تمهيد:

سننظر في هذا الفصل إلى المعالجة الإحصائية للمعطيات التي لدينا، وكل ما يتعلق بها من عرض وتحليل للنتائج، كما أننا سنقوم بعرض وتحليل النتائج التي توصلنا إليها ومناقشة فرضيات البحث، وبالإضافة إلى ذلك سنقوم بعرض بعض الاستنتاجات التي توصلنا إليها وسنضيف جملة من الاقتراحات والتوصيات التي من الممكن أن تقيد في المستقبل وفي الأخير سنقدم خاتمة لموضوعنا.

## 2-1- عرض وتحليل نتائج الدراسة: (الاختبارات)

## 2-1-1- اختبار قياس دقة التصويب "اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينة

## الضابطة بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي:

| المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | أعلى قيمة | أدنى قيمة | T    | دلالة T الجدولية | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|-----------------|-------------------|-----------|-----------|------|------------------|-------------|---------------|-------------------|
| 9.54            | 0.85              | 11        | 9         | 0.20 | 0.845            | 11          | 0.5           | غير دال           |
| 9.91            | 9.99              | 12        | 8         |      |                  |             |               |                   |

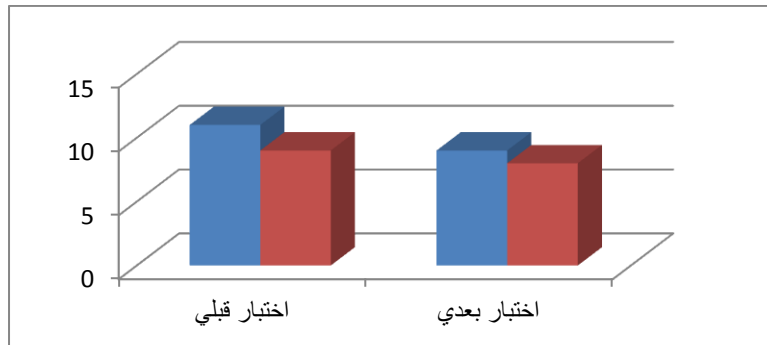
جدول رقم (01) يوضح نتائج "اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينة الضابطة بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي.



من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ ان المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي يقدر 9.54 ، وقد كان هذا الأخير قريبا لأدنى نتيجة محصلة من طرف المجموعة والمقدرة بـ (9 نقاط) اما الانحراف المعياري 0.85 ، كما حققت

المجموعة في الاختبار البعدي متوسطا يساوي 9.91 ، وانحرافا معياريا يقدر بـ 9.99 وهذا يدل على تقارب وتجانس نتائج عناصر المجموعة.

في حين سجلنا قيمه 0.20  $\downarrow$  (T المحسوبة) ، بمستوى الدلالة يساوي 0.845 ، وهو اكبر من 0.05 ، وبالتالي فهذا يدل على عدم وجود فروق معنويه بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي مثلما يوضحه المدرج رقم (01) وبالتالي عدم وجود تحسن في أداء الاختبار.



مدرج رقم (01) يوضح نتائج " اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينة الضابطة بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي



## 2-1-2- اختبار قياس دقة التصويب "اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينة

التجريبية بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي:

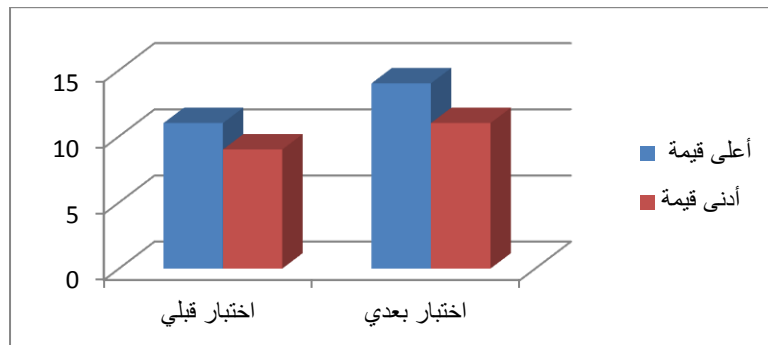
| الاختبار        | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | أعلى قيمة | أدنى قيمة | T    | دلالة T الجدولية | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|-----------------|-----------------|-------------------|-----------|-----------|------|------------------|-------------|---------------|-------------------|
| الاختبار القبلي | 10.25           | 0.75              | 11        | 9         | 8.66 | 0.001            | 11          | 0.5           | دال               |
| الاختبار البعدي | 12.57           | 0.86              | 14        | 11        |      |                  |             |               |                   |

جدول رقم (02) يوضح نتائج "اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينة التجريبية بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي.

من خلال الجدول رقم(02) نلاحظ ان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي يقدر 10.25 ، وقد كان هذا الأخير قريباً لأدنى نتيجة محصلة من طرف المجموعة والمقدرة بـ (9 نقاط) اما الانحراف المعياري 0.75 ، كما حققت المجموعة في الاختبار البعدي متوسطاً يساوي 12.75، وانحرافاً معيارياً يقدر بـ 9.86

في حين سجلنا قيمه 8.66 لـ (T المحسوبة) ، بمستوى الدلالة يساوي 0.001 ، وهو أصغر من 0.05 ، وبالتالي فهذا يدل على وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي مثلما يوضحه المدرج رقم (02) وبالتالي وجود قدرة وتحسن في أداء الاختبار.





مدرج رقم (02) يوضح نتائج " اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينة التجريبية  
بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي

2-1-3- نتائج اختبار قياس التصويب "اختبار الحبال" للعينة الضابطة بين  
الاختبار القبلي و الاختبار البعدي:

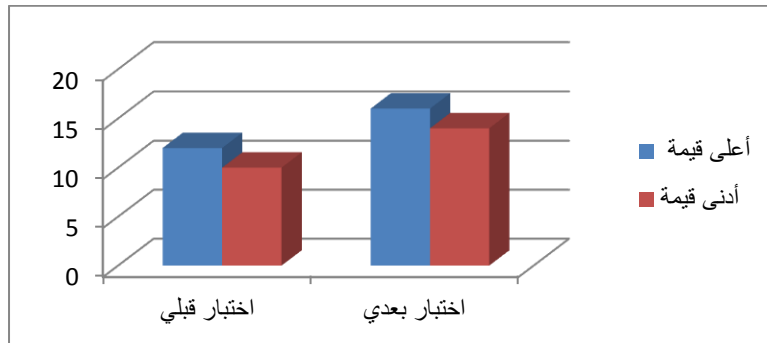
| الاختبار        | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | أعلى قيمة | أدنى قيمة | T    | دلالة T الجدولية | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|-----------------|-----------------|-------------------|-----------|-----------|------|------------------|-------------|---------------|-------------------|
| الاختبار القبلي | 8.23            | 0.20              | 9         | 8         | 1.48 | 0.166            | 11          | 0.5           | غير دال           |
| الاختبار البعدي | 8.66            | 0.14              | 10        | 8         |      |                  |             |               |                   |

جدول رقم (03) يوضح نتائج "تصويب الحبال" للعينة الضابطة بين الاختبار القبلي و البعدي.

من خلال الجدول رقم(03) نلاحظ ان المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي يقدر بـ 8.23 ، وقد كان هذا الأخير قريباً لأدنى نتيجة محصلة من طرف المجموعة والمقدرة بـ (8 نقاط) اما الانحراف المعياري 0.20 ، كما حققت



المجموعة في الاختبار البعدي متوسطا يساوي 8.66 ، وانحرافا معياريا يقدر بـ 0.14 ، وهذا يدل على تقارب وتجانس نتائج عناصر المجموعة. في حين سجلنا قيمه 1.48 لـ ( T المحسوبة ) ، بمستوى الدلالة يساوي 0.161 ، وهو اكبر من 0.05 ، وبالتالي فهذا يدل على عدم وجود فروق معنويه بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي مثلما يوضحه المدرج رقم (03) القبلي والبعدي مثلما يوضحه المدرج رقم (03) وبالتالي وجود قدرة وتحسن في أداء الاختبار.



جدول رقم (03) يوضح نتائج " تصويب الحبال " للعينة الضابطة بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي



## 2-1-4- نتائج اختبار قياس التصويب "اختبار الحبال" للعينة التجريبية بين

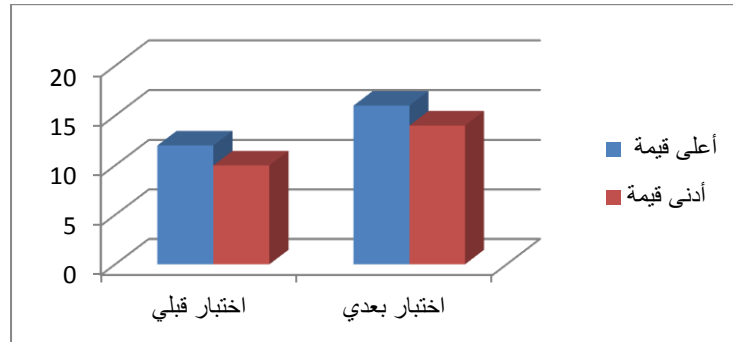
الاختبار القبلي و الاختبار البعدي:

| الاختبار        | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | أعلى قيمة | أدنى قيمة | T  | دلالة T الجدولية | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة الإحصائية |
|-----------------|-----------------|-------------------|-----------|-----------|----|------------------|-------------|---------------|-------------------|
| الاختبار القبلي | 10.75           | 0.75              | 12        | 10        | 25 | 0.001            | 11          | 0.5           | دال               |
| الاختبار البعدي | 14.97           | 0.66              | 16        | 14        |    |                  |             |               |                   |

جدول رقم (04) يوضح نتائج "اختبار الحبال" للعينة التجريبية بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي.

من خلال الجدول رقم(04) نلاحظ ان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي يقدر 10.75 ، وقد كان هذا الأخير قريباً لأدنى نتيجة محصلة من طرف المجموعة والمقدرة بـ (10 نقاط) اما الانحراف المعياري 0.75 ، كما حققت المجموعة في الاختبار البعدي متوسطاً يساوي 14.97، وانحرافاً معيارياً يقدر بـ 0.66

في حين سجلنا قيمه 25 لـ ( T المحسوبة ) ، بمستوى الدلالة يساوي 0.001 ، وهو أصغر من 0.05 ، وبالتالي فهذا يدل على وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي مثلما يوضحه المدرج رقم (04) وبالتالي وجود قدرة وتحسن في أداء الاختبار.



جدول رقم (04) يوضح نتائج " اختبار الحبال " للعينة التجريبية  
بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي

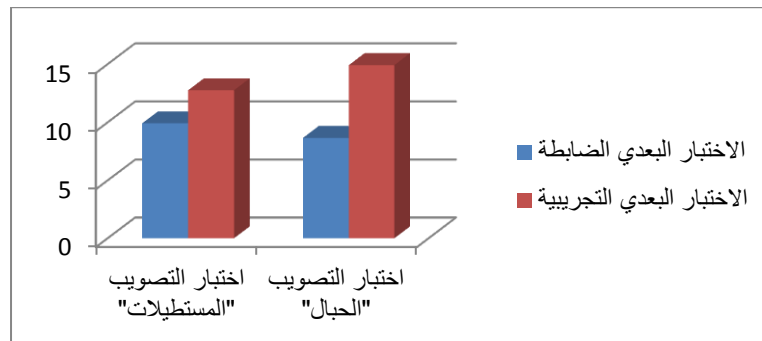
2-1-5- تحليل وتفسير نتائج الاختبارات البعدية للعينة التجريبية والضابطة  
الخاصة بالاختبارات قيد الدراسة:

| الاختبارات                        | الاختبار البعدي<br>الضابطة |          | الاختبار البعدي<br>التجريبية |          | T<br>المحسوبة | T<br>الجدولية | الدالة<br>الإحصائية |
|-----------------------------------|----------------------------|----------|------------------------------|----------|---------------|---------------|---------------------|
|                                   | المتوسط                    | الانحراف | المتوسط                      | الانحراف |               |               |                     |
| اختبار<br>التصويب<br>"المستطيلات" | 9.91                       | 9.99     | 12.75                        | 0.86     | 6.69          | 1.79          | دال                 |
| اختبار دقة<br>التصويب<br>"الحبال" | 8.66                       | 0.94     | 14.91                        | 0.66     | 25            |               | دال                 |

الجدول رقم (05) يوضح نتائج الاختبارات البعدية للعينة التجريبية والضابطة  
الخاصة بالاختبارات قيد الدراسة.



من خلال الجدول رقم (05) يلاحظ ان نتائج المتوسطات الحسابية لكل الاختبارات للعينه التجريبية احسن من نتائج الاختبارات الخاصة في المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي، كما سجلنا قيمه T الجدولية في كلا الاختبارين اختبار التصويب المستطيلات 6.69 و اختبار دقه التصويب 25 وهي كلها اكبر من الجدولية التي بلغت 1.79 ولما كانت القيمة المحسوبة اكبر من الجدولية دل ذلك على وجود فروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لصالح الاختبار البعدي، وهذا دلالة على نجاح البرنامج التدريبي الذي عملت به المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج الحاسوبي في الوحدات التدريبية عكس المجموعة الضابطة التي كانت تتدرب بالطريقة التقليدية.



جدول رقم (05) يوضح نتائج الاختبارات البعدية للعينه التجريبية

و الضابطة الخاصة بالاختبارات قيد الدراسة



## 2-2- مناقشة الفرضيات:

### 2-2-1- الفرضية الأولى:

بالنسبة للفرضية الأولى التي تنص على أنه:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في مهارة التصويب في كرة القدم ولصالح البعدي.

من خلال النتائج المتمثلة في الجدول الإحصائي رقم (02) يتضح لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في اختبار المستطيلات المتداخلة حيث نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي يقدر بـ 10.25 ، وقد كان هذا الأخير قريباً لأدنى نتيجة محصلة من طرف المجموعة والمقدرة بـ (9 نقاط) أما الانحراف المعياري 0.75 ، كما حققت المجموعة في هذا الاختبار البعدي متوسطاً يساوي 12.75، وانحرافاً معيارياً يقدر بـ 9.86

في حين سجلنا قيمه 8.66 لـ (T المحسوبة) ، بمستوى الدلالة يساوي 0.001 ، وهو أصغر من 0.05 ، وبالتالي فهذا يدل على وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

ونفس الأمر يؤكد الاختبار الثاني "اختبار الحبال" للعينة التجريبية بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي والذي يوضح نتائجه الجدول الإحصائي رقم (04) حيث نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي يقدر بـ 10.75 ، وقد كان هذا الأخير قريباً لأدنى نتيجة محصلة من طرف المجموعة والمقدرة بـ (10



نقاط) اما الانحراف المعياري 0.75 ، كما حققت المجموعة في الاختبار البعدي متوسطا يساوي 14.97، وانحرافا معياريا يقدر بـ 0.66

في حين سجلنا قيمه 25 لـ ( T المحسوبة ) ، بمستوى الدلالة يساوي 0.001 ، وهو أصغر من 0.05 ، وبالتالي فهذا يدل على وجود فروق معنويه بين نتائج الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

### 2-2-2 - الفرضية الثانية:

والتي تنص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين البعدين للعينتين الضابطة والتجريبية في مهارة التصويب لدى الناشئين ولصالح العينة التجريبية

من خلال النتائج المتمثلة في الجدول الإحصائي رقم (05) يلاحظ ان نتائج المتوسطات الحسابية لكل الاختبارات للعينة التجريبية احسن من نتائج الاختبارات الخاصة في المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي، كما سجلنا قيمه T الجدولية في كلا الاختبارين اختبار التصويب المستطيلات 6.69 و اختبار دقه التصويب 25 وهي كلها اكبر من الجدولية التي بلغت 1.79 ولما كانت القيمة المحسوبة اكبر من الجدولية دل ذلك على وجود فروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لصالح العينة التجريبية، وهذا دلالة على نجاح البرنامج التدريبي الذي عملت به المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج الحاسوبي في الوحدات التدريبية عكس المجموعة الضابطة التي كانت تتدرب بالطريقة التقليدية.



### 2-2-3 - الفرضية العامة:

والتي تنص على: للوحدات التدريبية المدعمة بتقنيات البرامج الحاسوبية تأثير ايجابي على مهارة التصويب لدى براعم كرة القدم.

من خلال الاجابة على الفرضيات الجزئية، والتي اثبتت ان الوحدات التدريبية المقترحة والمدعمة باستخدام برنامج حاسوبي اثر على مهارة التصويب فانه قد تحققت صحة هذه الفرضية، ويرجح الباحث ان سبب تقدم افراد المجموعة التجريبية على افراد المجموعة الضابطة استخدام المجموعة التجريبية للبرنامج الحاسوبي في تعلم مهارة التصويب.

حيث ساعد ذلك على اثارة اهتمام المتعلمين وتحفيزهم على بذل الجهد في التعلم وعدم شعورهم بالملل فالبرنامج الحاسوبي يمد المتعلمين بالخيارات ويأخذ في الاعتبار القدرات والفروق الفردية بينهم.

وهذا ما أشار إليه مصطفى عبد السميع (1999م) على ان التعليم بالحاسب الالي كان اكثر فعالية عن التعليم بالطريقة التقليدية، وأن الحاسب الالي عامل مساعد ومهم في طرق التدريس وانه فعال في تطوير انماط في وقت مناسب وبكفاءة عالية وبطريقة شيقة واكثر وضوحا وجاذبية.





## 2-3- الاستنتاجات:

من خلال الدراسة التي قمنا بها وفي ظل التساؤلات والأهداف الموضوعية سابقا وبعد النتائج الاحصائية يمكن استخلاص الاستنتاج التالي:

ان العينة التجريبية قدمت مردودا ونتائج افضل من العينة الضابطة وذلك لاستخدامها وسيلة تعليمية حديثة بطريقة ممتعة مما حفزهم على التدريب والتركيز، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه وفيقة مصطفى سالم (2001م) إن ان استخدام الكمبيوتر يساعد تحفيز حواس المتعلم بشكل كبير فهو يعتمد على المداخل الحسية للمتعم حيث يخاطب حاسة السمع والبصر واللمس بالإضافة الى عنصر الحركة لديه وبالتالي فهو يساعد على تحسين كفاءة هذه الحواس للمتعم. مع شرح المدرب اكثر، كما وجب التنويه على ان البرامج الحاسوبية والوسائل المساعدة لا تعني الاستغناء عن المدرب او المعلم بل هي وسائل مكمل ومسهلة فقط.

## 2-4- الاقتراحات والتوصيات:

بعد عرض النتائج والخروج ببعض الاستنتاجات لم يبق لنا الا تقديم بعض الاقتراحات والتوصيات في هذه الدراسة المتواضعة التي نتمنى أن تكون نقطة بحوث أخرى وفي حدود عينة البحث يوصي الباحث بما يلي:

- العمل على استخدام برامج الحاسب الالى لما من تاثير إيجابي على تحسين المهارات في كرة القدم.

- إعداد قاعات عرض مصممة على احدث النظم التكنولوجية بكل نادي وكل معاهد التربية البدنية للمساعدة في عملية التعليم والتدريب.



- اطلاع المدرسين والطلبة في المجال الرياضي على احدث النظم التكنولوجية من وسائل عرض واجهزة وادوات و الاستفادة منها.
- ضرورة التصحيح الانمي المباشر لأخطاء المتعلم ومساعدته في المقارنة بين ما تم من واجب حركي وما يجب اتقانه.
- القيام بتسطير برامج تعليمية وتدريبية باستخدام الحاسب الالي في مختلف أنواع الرياضات.

#### الخلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل الى عرض وتحليل نتائج الدراسة، كما انه تم مناقشة فرضيات البحث واضفنا بعض الاستنتاجات المستخلصة من تحليل النتائج وفي الاخير قدمت بتقديم بعض التوصيات.



### خلاصة عامة :

نظرا لأهمية الوسائل التكنولوجية الحديثة في مجال التدريب الرياضي ومدى ما تقدمه من تسهيل ومساعدة في العملية التدريبية خاصة لدى الاطفال الذين يصعب على المدرب توضيح وشرح مفردات المهارة الحركية مما يؤدي بالسلب في عملية اتقانها،

هنا انطلقت مشكلة الدراسة، فتطرقنا الى صياغة العنوان وكان "أثر وحدات تدريبية مقترحة مدعمة ببرنامج حاسوبي على مهارة التصويب لدى الناشئين في كرة القدم صنف 9 - 12 سنة" ، حيث هدفت الدراسة الى معرفة التعرف على تأثير الوحدات التدريبية المدعمة بتقنيات البرامج الحاسوبية على مهارة التصويب لدى براعم كرة القدم، وتضمنت الدراسة بابين كان الباب الأول مخصصا للدراسة النظرية وجاء بأربعة فصول حيث خصص الفصل الاول للدراسة النظرية إلى التدريب الرياضي وتطرقنا فيه إلى مفهومه وخصائصه وواجباته وتطرقنا فيه إلى الوحدة التدريبية وأقسامها المشكلة لها وبنائها وأنواعها من حيث اساس الهدف المرجو منها.

في حين كان الفصل الثاني يحتوي على المهارات الاساسية في كرة القدم وتقسيماتها وخصائصها وبعدها خصصنا جانبا من مهارة التصويب في كرة القدم حيث تطرقنا إلى مفاهيمه وعناصره و أنواعه والعوامل المساعدة فيه.

وفي الفصل الثالث تطرقنا فيه للحاسب الالي و مميزات استخدام الحاسب الالي في عمليتي التعليم والتعلم في التدريب الرياضي و بعض البرامج الحاسوبية في ذلك بالإضافة الى تطرقنا الى التغذية الراجعة.



بينما خصص الفصل الرابع لعينة البحث المستخدمة وهي الأطفال من عمر 9-12 سنة وهي مرحلة الطفولة المتأخرة وتطرقنا فيه لمفهوم الطفولة المتأخرة و خصائص وسمات النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة ومتطلبات النمو خلال هذه المرحلة والخصائص البدنية للطفولة المتأخرة.

أما الجانب التطبيقي تناولناه في فصلين الفصل الأول منهجية البحث والعينة المستخدمة و أوضحت فيه متغيرات البحث وضبطها والادوات المستخدمة وطريقة توظيفها الى جانب الأسس العلمية للاختبارات والدراسة الإحصائية.

أما الفصل الثاني خصص لعرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية الاستنتاجات وناقشنا فيه الفرضيات وقدمنا بعض التوصيات والاقتراحات العامة. .

## المصادر والمراجع:

ابو زيد، عماد الدين (2005). التخطيط والاسس العملية لبناء واعداد الفرق في الالعاب الرياضية، منشأة المعارف للنشر،

احمد سعيد - احمد قاسمي - حسن المندلامي. (1997)،التدريب الرياضي ، مطبعة العلاء.

ايمن حارشه (1995) ، كتاب الحاسوب برمجيات معدات ، اردن ، دار الشروق للنشر والتوزيع.

بسيوطي احمد 1996 "أسس ونظريات الحركة"، مصر، دار الفكر العربي،

بسيوطي احمد 1999 أسس ونظريات التدريب الرياضي،القاهرة، دار الفكر العربي،

حسن السيد أبو عبده (2001) الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، الإسكندرية مصر مكتبة الإشعاع الفنية،

حسن السيد ابو عبود. (2002). الاعداد النهاري للاعبي كرة القدم. الإسكندرية - مصر: مكتبة الإشعاع الفنية

حسن السيد عبده 2002 الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية،

حماد مفتي ابراهيم (1998) التدريب الحديث .تخطيط ,تطبيق, قيادة ,مصر القاهرة دار الفكر العربي

خليل مخائيل معوض 1994، سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة ،دار الفكر  
الجامعي الاسكندرية

رأفت محمد البشناق 2010 ، سيكولوجيا الأطفال، لبنان ، دار النفانس

سالم مختار. (1990). تكنولوجيا التجهيزات الرياضية. الاسكندرية: مؤسسة

عامر فاخر شغاني 2014، نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا عمان الاردن ط 1  
دار النشر عمان للنشر والتوزيع

عباس احمد صالح السمرائي 2000 عبد الكريم السمرائي،كفاءات التدريس في  
التربية الرياضية ط2 بغداد وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

عبد الرحمان العيساوي 1995، علم النفس النمو، مصر، دار المعارف الجامعية

عبد الرحمان عيساوي (1992) سيكولوجية النمو - دراسة النمو النفسي الإجتماعي  
نحو الطفل المراهق، دار النهضة العربية

عفاف احمد عوسي 1994. ثقافة الطفل بين الواقع والطموحات .مكتبة الزهراء

فاضل محسن الإيزرجاوي 1991 أسس علم النفس التربوي : جامعة الموصل ، دار  
الكتب للطباعة والنشر ،

فاطمة عبد المالك، نوال مهدي 2011، التدريب الرياضي، ط1،دار المجتمع العربي  
للنشر و التوزيع،

كمال عباس محمد 2005 تصميم برنامج التدريب السنوي باستخدام الحاسب الآلي في  
رياضية السباحة و الجودو ( دراسة مقارنة لمرحلة تحت 17 سنة ) ، رسالة دكتوراه  
غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ،  
محمد حامد الافندي. (1971). المهارات الأساسية خطط أصول التدريب. القاهرة -  
مصر: عالم الكتب

محمد حسن علاوي 1998، علم التدريب الرياضي، دار المعارف .  
محمد رضا الوقاد. (2003). التخطيط الحديث في كرة القدم. مصر: دار السعادة  
محمد صبحي (1996) القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ج 1 "ط3، دار  
الفكر العربي،

محمد صبحي حسنين. (1995). التقويم والقياس في التربية البدنية 1 القاهرة مصر،  
الديوان الوطني المطبوعات الجامعية

محمود حسن. (1997). المنهاج الشامل لمعلمي ومدربي السباحة. دار المعارف  
مصطفى السايح محمد 2001 اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية ،  
مطبعة الاشعاع الإسكندرية 2001.

مفتي إبراهيم حماد(1998).التدريب الرياضي الحديث. تخطيط-تطبيق-قيادة،. مصر  
القاهرة دار الفكر العربي.

مفتي إبراهيم حماد. (2002). المهارات الرياضية. جامعة حلوان- مصر : مركز  
الكتاب للنشر

منصور , عبد المجيد (1998) , علم نفس الطفولة , القاهرة , دار الفكر العربي

ناهد رسن سكر , علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية, دار الثقافة للنشر والتوزيع

نوال ابراهيم شلتوت 2008 طرق واساليب التدريس في التربية البدنية والرياضية ط 1 دار الوفاء لدنيا الطبع والنشر الاسكندرية

وجيه محجوب(2000) التعلم وجدولة التدريب ، مطبعة وزارة التربية

وجيه محجوب. (1987). التحليل الحركي الفيزيائي والفيسيولوجي للحركات الرياضية. بغداد: مطبعة التعليم العالي

يعرب خيون (2002) التعلم بين النظرية والتطبيق بغداد ، مكتب الصخر للطباعة

### المراجع باللغة الاجنبية

Georg sage in1998 ,robber:motor Learning &control

.physioLogicaL brown ,publishers ,dopugre .Lowas

<http://lamya.yoo7.com/t371-topic>

Turpin, b. (1990). Préparation et entraînement du footballeur.

Paris– france: édition amphora

### المواقع الالكترونية

**Récupéré sur kinovea org .(2017)**

**/WWW.kinovea.org/en/downloads**



coachseye.com: تم الاسترداد من (2017)

[www.coachseye.com/package/individual](http://www.coachseye.com/package/individual)

dartifish.com: تم الاسترداد من www.dartifish.com (2017)

hudll.com: تم الاسترداد من (2017)

[www.hudll.com/support/technique](http://www.hudll.com/support/technique)

polar.com: تم الاسترداد من WWW.polar.com./us (2017)

iraqcad.org: تم الاسترداد من (iraqcad. (2007

الملاحق

| الملحق رقم(1) يبين بيانات العينة الاستطلاعية: |       |      |       |
|-----------------------------------------------|-------|------|-------|
| اللاعب                                        | الطول | السن | الوزن |
| 1                                             | 1.4   | 12   | 40    |
| 2                                             | 1.5   | 11   | 45    |
| 3                                             | 1.47  | 11   | 43    |
| 4                                             | 1.41  | 12   | 40    |
| 5                                             | 1.43  | 11   | 45    |
| 6                                             | 1.5   | 10   | 38    |
| الملحق رقم(2) يبين بيانات العينة الضابطة:     |       |      |       |
| 1                                             | 1.5   | 12   | 45    |
| 2                                             | 1.45  | 11   | 38    |
| 3                                             | 1.56  | 11   | 35    |
| 4                                             | 1.57  | 12   | 42    |
| 5                                             | 1.5   | 12   | 46    |
| 6                                             | 1.5   | 12   | 49    |
| 7                                             | 1.55  | 12   | 43    |
| 8                                             | 1.5   | 12   | 46    |
| 9                                             | 1.47  | 11   | 45    |
| 10                                            | 1.48  | 12   | 43    |
| 11                                            | 1.44  | 10   | 44    |
| 12                                            | 1.42  | 11   | 45    |
| الملحق رقم(3) يبين بيانات العينة التجريبية:   |       |      |       |
| 13                                            | 1.5   | 12   | 45    |
| 14                                            | 1.5   | 12   | 50    |
| 15                                            | 1.55  | 12   | 42    |
| 16                                            | 1.45  | 10   | 45    |
| 17                                            | 1.48  | 11   | 45    |
| 18                                            | 1.42  | 10   | 42    |
| 19                                            | 1.55  | 12   | 48    |
| 20                                            | 1.5   | 11   | 46    |
| 21                                            | 1.40  | 11   | 36    |
| 22                                            | 1.42  | 12   | 38    |
| 23                                            | 1.40  | 10   | 45    |
| 24                                            | 1.5   | 11   | 43    |

الملحق رقم (4) يبين نتائج اختباري التصويب للعينه الاستطلاعية:

| نتائج التصويب "الجمال" |      | نتائج اختبار التصويب "المستطيلات المتداخلة" |      | العينه |
|------------------------|------|---------------------------------------------|------|--------|
| بعدي                   | قبلي | بعدي                                        | قبلي |        |
| 10                     | 10   | 10                                          | 9    | 1      |
| 11                     | 8    | 9                                           | 8    | 2      |
| 8                      | 9    | 11                                          | 10   | 3      |
| 10                     | 11   | 8                                           | 11   | 4      |
| 9                      | 8    | 9                                           | 9    | 5      |
| 10                     | 10   | 11                                          | 12   | 6      |

الملحق رقم (5) نتائج اختبار التصويب من مناطق مختلفة :

| عينة البحث التجريبية |    | عينة البحث الضابطة |    | اللاعب |
|----------------------|----|--------------------|----|--------|
| 13                   | 9  | 11                 | 10 | 1      |
| 14                   | 11 | 10                 | 9  | 2      |
| 13                   | 10 | 9                  | 10 | 3      |
| 13                   | 10 | 11                 | 10 | 4      |
| 14                   | 11 | 10                 | 9  | 5      |
| 12                   | 9  | 10                 | 10 | 6      |
| 13                   | 10 | 9                  | 10 | 7      |
| 12                   | 10 | 11                 | 11 | 8      |
| 13                   | 11 | 8                  | 10 | 9      |
| 12                   | 10 | 9                  | 12 | 10     |
| 11                   | 11 | 11                 | 9  | 11     |
| 13                   | 11 | 10                 | 10 | 12     |

الملحق رقم (6) نتائج اختبار التصويب بالحبال

| عينة البحث التجريبية |    | عينة البحث الضابطة |    | اللاعب |
|----------------------|----|--------------------|----|--------|
| 15                   | 11 | 9                  | 9  | 1      |
| 15                   | 10 | 9                  | 10 | 2      |
| 16                   | 11 | 8                  | 8  | 3      |
| 16                   | 12 | 9                  | 9  | 4      |
| 15                   | 10 | 9                  | 9  | 5      |
| 15                   | 11 | 8                  | 8  | 6      |
| 15                   | 11 | 9                  | 9  | 7      |
| 14                   | 10 | 8                  | 8  | 8      |
| 14                   | 10 | 9                  | 9  | 9      |
| 15                   | 12 | 8                  | 8  | 10     |
| 15                   | 11 | 9                  | 10 | 11     |
| 14                   | 10 | 9                  | 9  | 12     |

الحصة رقم : 01

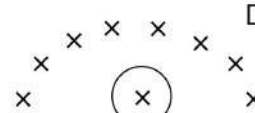
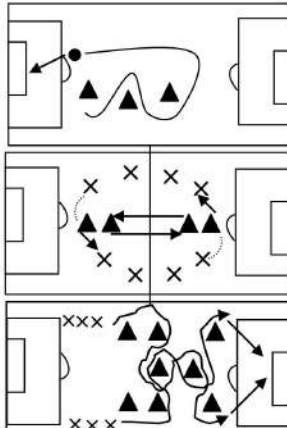
مدة الحصة : 60 دقيقة

الوسائل المستعملة :

صافرة ، ميقاتية ، أقماع

ipad \_هاتف ذكي

### الهدف : تحسين ضرب الكرة بعد المراوغة.

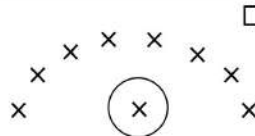
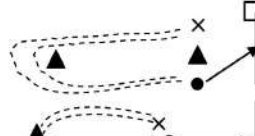
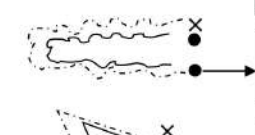
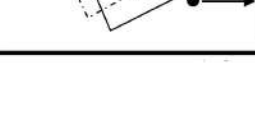
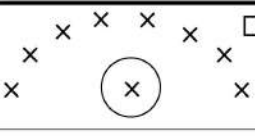
| المراحل           | محتوى الحصة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | المدة             | التشكيلات                                                                           | الملاحظات                                               |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| المرحلة التحضيرية | <p>- شرح كيفية سير الحصة</p> <p>- جري خفيف داخل الملعب مع تغيير الاتجاهات</p> <p>- جري بالكرة و القيام بتمريرات مع الزميل</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 15د               |    | التأكيد على سلامة كل اللاعبين                           |
| المرحلة الرئيسية  | <p>- نقسم الفريق إلى أربع أفواج كل فوجين متقابلين البعد بينهما 15م ، ونضع أربع أشخاص متقابلين مثنى مثنى يبعدان عن بعضهما بـ 30م ويبعد كل زوج من الأشخاص عن كل فوج بـ 15 م ينطلق اللاعب بالكرة نحو الشواخص بحيث يمر عبرها على شكل (8) وعند النهاية يقذف الكرة إلى الفوج (2) نفس العمل للفوج (2)</p> <p>- نقسم الفريق إلى فوجين متقابلين يبعدان بـ 5م عن بعضهما متقابلين للمرمى وتبعد مربعين بـ 6 شواخص ونضع في وسط كل مربع قمع شاهد ، ينطلق اللاعب من الفوج (1) بالكرة ليمر على الشاخص (1) وعند وصوله إلى الشاخص (2) يمررها بالعقب إلى الفوج (2) الذي ينطلق اللاعب الأول منه ليمر عبر الشاخص (1) و(2) و(4) عند وصوله إلى الشاخص (3) يمرر الكرة إلى اللاعب الذي انطلق بالكرة أول مرة وهذا الأخير يقوم بالمرور عبر الشاخص 4 و 6 وينهي عمله بالقذف نحو المرمى.</p> | 10د<br>15د<br>15د |   | التركيز على دقة قى القذف والعمل بالرجلين اليمنى واليسرى |
|                   | <p>يقوم المدرب بتصوير طريقة قذف اللاعب مباشرة وتوضيح المهارة له مستخدما البرنامج الالكتروني مع مقارنة اداءه مع فيديو لاعب احترافي والاشارة الى الخطا وتصحيحه فوريا</p> <p>يقوم المدرب بشرح كافة المهارة بدقة مستخدما البرنامج الحاسوبي بالهاتف والاشارة الى الكيفية الصحيحة واختيار افضل نموذج مستخدما ميزة العرض البطيء لشرح دقائق المهارة ثم يسمح للاعبين إعادة محاولة القذف</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 10د<br>10د        |                                                                                     | التركيز الجيد                                           |
| المرحلة الختامية  | <p>- تمارينات الاسترخاء تكون وذلك عن طريق تمريرات بين اللاعبين مع إعطاء حوصلة عن الحصة.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 5د                |  | العودة إلى الحالة الطبيعية إعطاء بعض النصائح والإرشادات |

الحصة رقم : 02

مدة الحصة : 60 دقيقة

الوسائل المستعملة  
صافرة ، ميقاتية ، أقماع  
ipad \_ هاتف ذكي

الهدف : تعلم مهارة التصويب مع الجري

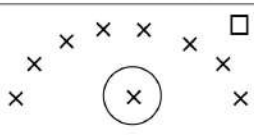
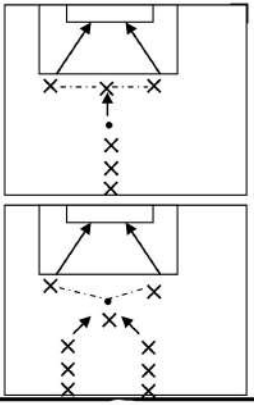
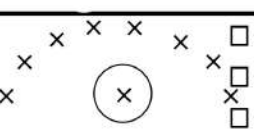
| المراحل           | محتوى الحصة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | المدة                                                                | التشكيلات                                                                                                                                                                                                                                                  | الملاحظات                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| المرحلة التحضيرية | <p>- شرح هدف الحصة.</p> <p>لعبة 10 تمريرات بعد تقسيم اللاعبين.</p> <p>القيام بتسخين خاص ( خاصة الأطراف السفلية منها).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 15د                                                                  |                                                                                                                                                                           | مراعاة الجانب الصحي<br>واهتمام اللاعبين مع شرح<br>محتوى الحصة                                                                                                                                              |
| المرحلة الرئيسية  | <p>- تقسيم اللاعبين الى فريقين ويقوم المدرب بشرح التمرينات مستخدما نماذج متوفر على البرنامج الالكتروني</p> <p>- في خط مستقيم يحدد بشاهدين المسافة بينهم 10م . ينطلق اللاعب من الشاهد الأول بسرعة باتجاه الثاني ثم العودة إلى الشاهد الأول بسرعة أيضا ، حيث يجد أمامه الكرة فيقذفها نحو المرمى ونفس الشيء للأفواج</p> <p>بالباقية مع عدد من التكرارات.</p> <p>- نفس التمرين لكن هذه المرة الشكل يكون نصف دائرة.</p> <p>- نفس التمرين لكن هذه المرة الشكل يكون منكسر.</p> <p>- نفس التمرين لكن هذه المرة الشكل يكون مثلث.</p> <p>- على مستوى خط 18م اللاعبون يعبرون سلسلة من الضربات نحو المرمى.</p> | <p>3-2<br/>تكرارات</p> <p>3-2<br/>تكرارات</p> <p>3-2<br/>تكرارات</p> |    | <p>فترة الإسترخاء تكون كاملة</p> <p>(03د) التطبيق الجيد لتقنية</p> <p>التسديد في حالة الجري في كل</p> <p>حالة من الحالات السابقة.</p> <p>التركيز على الرجلين الإثنين</p> <p>"اليمنى واليسرى" في العمل.</p> |
|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 10د                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                            |
|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 10د                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                            |
|                   | <p>مرحلة الشرح</p> <p>يقوم-المدرب بشرح كافة المهارة بدقة مستخدما البرنامج الحاسوبي بالهاتف والاشارة الى الكيفية الصحيحة واختيار افضل نموذج مستخدما ميزة العرض البطيء لشرح دقائق المهارة ثم يسمح للاعبين إعادة محاولة القذف</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                            |
| المرحلة الختامية  | <p>تمرينات الاسترخاء بواسطة كرة ، قيام بتمرينات إعطاء بعد ذلك حوصلة للحصة وتقييمها.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 5د                                                                   |                                                                                                                                                                         | <p>التأكيد من الاسترخاء الجيد</p> <p>مع إعطاء بعض النصائح</p> <p>والإرشادات. □</p>                                                                                                                         |

الحصة رقم : 03

مدة الحصة : 60 دقيقة

الوسائل المستعملة  
صافرة ، ميقاتية ، أقماع  
ipad \_ هاتف ذكي

الهدف : تعلم تقنية ضرب الكرة من وضعيات ثابتة غير مباشرة .

| المراحل                                  | محتوى الحصة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | المدة      | التشكيلات                                                                           | الملاحظات                                                                                                   |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| المرحلة التحضيرية                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- إحماء داخل الميدان عن طريق درجة الكرة على شكل (8) تبادل التمريرات بالرأس والرجلين .</li> <li>- تبادل الكرات بتمريرات طويلة</li> <li>- تمرينات للمرونة ولتتمديد العضلي.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 15د        |    | عرض وشرح محتوى الحصة مع مراعاة الجانب الصحي                                                                 |
| المرحلة الرئيسية                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- تقسم الفريق إلى فوجين ، كل فوج يعمل في نصف الملعب بحيث يقف اللاعبون على بعد م . ، يقوم اللاعب الأول بتمرير الكرة إلى الممر الأخير يهيئه له لكي يقذف صوب المرمى .</li> <li>*تقسم اللاعبين إلى فوجين يعملان مقابلين لمرمى على شكل خطين متوازيين ويبعدان عن المرمى . ونضع ممر في خط 18م.</li> <li>- نقسم اللاعبين إلى (4) أفواج ، كل فوجين يعملان مقابلين باتجاه مع وضع ممر يمر مرة إلى الفوج الأول ومرة إلى الفوج الثاني وكل لاعب يستقبل الكرة يقذف مباشرة نحو المرمى بدون مراقبة.</li> <li>- نفس التمرين مع وضع الحارس.</li> <li>- نفس التمرين مع وضع جدار.</li> <li>- نفس التمرين مع وضع حارس وجدار الصد.</li> </ul> | 20د        |   | التركيز على أن يكون العمل بالرجلين وأن يكون دون مراقبة الكرة حتى يكون هناك استعاب القذبة تكون دقيقة وقوية . |
| مرحلة الشرح<br>استخدام البرنامج الحاسوبي | <p>يقوم المدرب بتصوير طريقة قذف اللاعب مباشرة وتوضيح المهارة له مستخدماً البرنامج الإلكتروني مع مقارنة ادائه مع فيديو لاعب احترافي والإشارة إلى الخطأ وتصحيحه فوراً</p> <p>يقوم المدرب بشرح كافة المهارة بدقة مستخدماً البرنامج الحاسوبي بالهاتف والإشارة إلى الكيفية الصحيحة واختيار أفضل نموذج مستخدماً ميزة العرض البطيء لشرح دقائق المهارة ثم يسمح للاعبين بمحاولة القذف</p>                                                                                                                                                                                                                                                                              | 10د<br>10د |                                                                                     |                                                                                                             |
| المرحلة الختامية                         | القيام بتمريرات بالكرة مع جري خفيف وإعطاء للاعبين بعض النصائح.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 5د         |  | التأكيد من العودة النهائية                                                                                  |



## ملخص البحث باللغة العربية.

اثر وحدات تدريبية مقترحة باستخدام برنامج حاسوبي على مهارة التصويب لدى  
المبتدئين في كرة القدم

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر وحدات تدريبية مقترحة باستخدام برنامج حاسوبي وهو تطبيق (caochnow) على تعلم مهارة التصويب لدى المبتدئين من الاطفال لاعبي نادي شباب وادي رهيو، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (24) لاعبا من الفئة العمرية (9-12) ، قسمت إلى مجموعتين المجموعة الاولى تجريبية قوامها (12) لاعب تعلمت باستخدام البرنامج الحاسوبي ومجموعة ضابطة قوامها (12) تعلمت بالطريقة التقليدية التي تعتمد على الشرح اللفظي من قبل المدرب، ودلت نتائج الاختبارات المستخدمة في الدراسة (اختبار التصويب المستطيلات المتداخلة و اختبار دقة التصويب الحبال) على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد مجموعتي البحث التجريبية والضابطة من حيث نتائج الاختبار المستخدم في البحث لصالح العينة التجريبية أكثر.

واستنتج الباحث أن لاستخدام البرنامج الحاسوبي أثر إيجابي على تدريب مهارة التصويب لدى المبتدئين.

في حين كانت توصيات الباحث على ضرورة استخدام البرنامج الحاسوبي في تعلم مهاري التصويب، لمساعدة المتدرب على إدراك الشكل الصحيح للحركة وأخذ تصور دقيق عن كيفية الأداء لها، إضافة إلى التصحيح الانني المباشر للأخطاء من المعلم

في المقارنة بين ما تم من واجب حركي وما يجب ان يتم عن طريق العرض الحركي  
الحي للحركة أثناء الاداء.

### **Résumé en français**

**L'impact des modules de formation proposés à l'aide d'un  
programme informatique sur La performance du tir pour les  
débutants en football**

**L'étude visait à connaître l'impact des modules de  
formation proposés à l'aide d'un programme informatique,  
l'application (caochnow) sur l'apprentissage des techniques  
de correction pour les débutants des joueurs du club de  
jeunes ouad rhio, et à réaliser que cette chercheuse a utilisé  
la méthode expérimentale sur un échantillon de (24) joueurs  
du groupe d'âge (9-12) Le premier groupe comprenait un  
groupe expérimental (12) de joueurs utilisant le logiciel et  
un groupe de contrôle (12) apprenant la méthode  
traditionnelle basée sur l'explication verbale de l'instructeur  
et sur les résultats des tests utilisés dans l'étude (correction  
de rectangles superposés et correction de précision des  
tests) Cordes) p Il y avait des différences significatives entre  
les groupes expérimental et témoin en termes de résultats**

**des tests utilisés dans la recherche en faveur de  
.l'échantillon expérimental plus**

**Le chercheur a conclu que l'utilisation du programme  
informatique avait un effet positif sur l'entraînement aux  
.techniques de correction chez les débutants**

**Alors que les recommandations du chercheur sur la  
nécessité d'utiliser le programme informatique pour  
apprendre les techniques de correction, aider le stagiaire à  
reconnaître la forme correcte du mouvement et à percevoir  
avec précision comment le réaliser, en plus de la correction  
immédiate des erreurs commises par l'enseignant lors de la  
comparaison entre ce qui a été fait et ce qui devrait être fait  
À travers l'affichage en direct du mouvement pendant la  
représentation**

## **Abstract in English**

**The impact of training modules proposed using a computer program on the skill of shooting in the beginners in football**

**The study aimed to know the impact of the proposed training modules using a computer program, the application (caochnow) on learning the skill shooting the ball for beginners of the players of the youth club of wad rhio, and to achieve this researcher used the experimental method on a sample of (24) players age group (9–12) The first group consisted of experimental group (12) players learned using the software and a control group (12) learned the traditional method based on the verbal explanation by the instructor, and the results of the tests used in the study (test correction overlapping rectangles and test accuracy correction) Ropes) p There were significant differences between the experimental and control groups in terms of the test results used in the research in favor of the experimental .sample more**

**The researcher concluded that the use of the computer program has a positive effect on the training of correction skill in beginners**

**While the recommendations of the researcher on the need to use the computer program in learning the skills of correction, to help the trainee to recognize the correct form of the movement and take an accurate perception of how to perform it, in addition to the immediate real-time correction of errors from the teacher in the comparison between what was done and what should be done Through the live motion ..display of the movement during the performance**

# إهداء

إلى كل من ساعد على إتمام هذا البحث وقدم لنا  
العون ومد لنا يد المساعدة وزودنا بالمعلومات اللازمة  
لإتمام هذا البحث وأخص بالذكر: الأستاذ الدكتور:  
محمد صبان والأستاذ الدكتور: بن لكحل منصور  
والدكتور: دحون العومري  
و إلى الذين كانوا عوناً لنا في بحثنا هذا ونورا يضيء  
الظلمة التي كانت تقف أحياناً في طريقنا.  
إلى من زرعوا التفاؤل في دربنا وقدموا لنا المساعدات  
والتسهيلات والأفكار والمعلومات، ربما دون يشعروا  
وإلى سندي وقوتي وملاذي بعد الله أُمي الغالية

## قائمة الأشكال البيانية

| الرقم | العنوان                                                                                                        | الصفحة |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 01    | أنواع السيطرة على الكرة                                                                                        | 27     |
| 02    | تصنيف جمال عبد الله علي لأنواع التغذية الراجعة                                                                 | 46     |
| 03    | واجهة البرنامج الحاسوبي تطبيق coachNnow                                                                        | 67     |
| 04    | اختبار المستطيلات المتداخلة                                                                                    | 68     |
| 05    | اختبار الحبال لـ "وارنر نلسن".                                                                                 | 70     |
| 06    | مدرج نتائج " اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينه الضابطة<br>بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي               | 74     |
| 07    | مدرج الجدول يوضح نتائج " اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينه التجريبية<br>بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي | 76     |
| 08    | مدرج الجدول يوضح نتائج " تصويب الحبال " للعينه الضابطة<br>بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي                 | 77     |
| 09    | مدرج الجدول يوضح نتائج " اختبار الحبال " للعينه التجريبية<br>بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي              | 79     |
| 10    | مدرج الجدول نتائج الاختبارات البعديه للعينه التجريبية<br>و الضابطة الخاصة بالاختبارات قيد الدراس               | 80     |

## قائمة الجداول

| الرقم | العنوان                                                                                    | الصفحة |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 01    | نتائج "اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينة الضابطة بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي   | 73     |
| 02    | نتائج "اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينة التجريبية بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي | 75     |
| 03    | نتائج "تصويب الحبال" للعينة الضابطة بين الاختبار القبلي و البعدي                           | 76     |
| 04    | نتائج "اختبار الحبال" للعينة التجريبية بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي               | 78     |
| 05    | نتائج الاختبارات البعدية للعينة التجريبية والضابطة الخاصة بالاختبارات قيد الدراسة          | 79     |



## محتوى البحث

العنوان:

إهداء

شكر و عرفان

قائمة المحتويات:

محتوى البحث

قائمة الجداول

قائمة الاشكال

التعريف بالبحث :

- 1- مقدمة: ..... 1
- 2- الاشكالية: ..... 4
- التساؤل العام : ..... 4
- التساؤلات الفرعية : ..... 5
- 2- أهداف البحث: ..... 5
- الهدف العام: ..... 5
- الأهداف الفرعية: ..... 6
- 3- فرضيات البحث: ..... 6

|    |                             |
|----|-----------------------------|
| 6  | الفرض العام:                |
| 6  | الفرضيات الجزئية:           |
| 7  | 4- أهمية البحث:             |
| 7  | 5- مصطلحات البحث:           |
| 9  | 6- الدراسات المشابهة:       |
| 14 | 6- التعليق على الدراسات:    |
|    | الباب الاول الدراسة النظرية |

## الفصل الاول التدريب الرياضي والوحدة التدريبية

|    |                                        |
|----|----------------------------------------|
| 15 | تمهيد:                                 |
| 15 | 1-1- مفهوم التدريب الرياضي:            |
| 15 | 2-1- خصائص التدريب:                    |
| 16 | 3-1- واجبات التدريب الرياضي:           |
| 16 | 3-1-1- الواجبات التعليمية:             |
| 17 | 3-1-2- الواجبات التربوية:              |
| 17 | 4-1- الوحدة التدريبية:                 |
| 18 | 5-1- أقسام الوحدة التدريبية :          |
| 19 | 6-1- البناء الأساسي للوحدة التدريبية : |
| 19 | 6-1-1- القسم التحضيري :                |

20 ..... 2-6-1- الجزء الرئيسي :

20 ..... 3-6-1- القسم الختامي :

.....  
21 ..... 1-7-1 وحدة تعليمية :

21 ..... 2-7-1 وحدة تعليمية تدريبية :

21 ..... 3-7-1 وحدة استشفائية :

22 ..... 4-7-1 وحدة تقويمية :

22 ..... الخلاصة :

## الفصل الثاني

### المهارات الأساسية القاعدية بالكرة

23 ..... تمهيد

23 ..... 1-2- مفهوم المهارة:

24 ..... 2-2- تعريف المهارة الحركية:

24 ..... 3-2- خصائص المهارة الحركية:

24 ..... 1-3-2- المهارة تعلم: المهارة تتطلب التدريب والتحسين بالخبرة. ...

24 ..... 2-3-2- المهارة لها نتيجة نهائية:

24 ..... 3-3-2- المهارة تحقق النتائج

|       |                                                     |
|-------|-----------------------------------------------------|
| 24    | 2-3-4- المهارة تؤدي باقتصادية في الجهد وبفاعلية:    |
| 25    | 2-4- تصنيف المهارات الحركية الرياضية:               |
| 25    | 2-5- مفهوم المهارات القاعدية في كرة القدم:          |
| 26    | 2-6- تقسيم المهارات الاساسية القاعدية بالكرة:       |
| 26    | 2-6-1- التمرير:                                     |
| 26    | 2-6-2- السيطرة على الكرة:                           |
| 27    | 2-6-3- الجري بالكرة:                                |
| 27    | 2-6-4- المراوغة:                                    |
| 28    | 2-6-5- التصويب:                                     |
| 29    | 2-7- الشروط والمبادئ القاعدية في التصويب:           |
| 29    | 2-7-1- الدقة في الاتجاه:                            |
| ..... |                                                     |
| 30    | 2-7-2- عناصر الدقة في العلو:                        |
| 30    | 2-7-3- التصويب الى أعلى:                            |
| 30    | 2-7-4- التصويب الأفقي:                              |
| 31    | 2-8- عناصر القوة في التصويب:                        |
| 31    | 2-9- الجوانب التي يعتمد عليها التصويب في كرة القدم: |
| 32    | 2-10- أنواع التصويب في كرة القدم:                   |
| 32    | 2-11- كيفية التصويب في كرة القدم:                   |
| 32    | 2-11-1- ضرب الكرة بوجه القدم:                       |
| 32    | 2-11-2- ضرب الكرة بالقسم الداخلي من القدم:          |

|    |                                                  |
|----|--------------------------------------------------|
| 33 | 2-11-3- ضرب الكرة بالقسم الخارجي من القدم: ..... |
| 33 | 2-11-4- الضربة المنخفضة: .....                   |
| 34 | 2-11-6- الضربة الخاطفة: .....                    |
| 34 | 2-11-7- ضرب الكرة من الدوران: .....              |
| 34 | 2-11-8- الضربة بخلف العقب: .....                 |
| 34 | 2-11-9- الضربة الطائرة والنصف طائرة: .....       |
| 34 | 2-11-10- الضربة المرفوعة: .....                  |
| 35 | 2-12- منهجية التصويب في كرة القدم: .....         |
| 36 | 2-13- التصويب أثناء التدريب: .....               |
| 36 | 2-14- التصويب أثناء الجري: .....                 |
| 37 | 2-14- التصويب في الحالات الصعبة: .....           |
| 37 | 2-15- التصويب أثناء اللعب: .....                 |
| 37 | خلاصة: .....                                     |

### الفصل الثالث: الحاسب الآلي والتغذية الراجعة

|    |                                                                   |
|----|-------------------------------------------------------------------|
| 38 | تمهيد: .....                                                      |
| 38 | 3-1- تعريف الحاسب الآلي: .....                                    |
| 38 | 3-1-2- الحاسب الآلي ودوره في المجال الرياضي: .....                |
| 39 | 3-3- مميزات استخدام الحاسب الآلي في عمليتي التعليم والتعلم: ..... |

|    |                                                       |
|----|-------------------------------------------------------|
| 40 | 4-3- البرامج الحاسوبية لتحليل المهارات الحركية: ..... |
| 40 | 3-4-1- برنامج كينوفيا kinovea: .....                  |
| 39 | 3-4-2- برنامج pro-trainer: .....                      |
| 41 | 3-4- تطبيق coachNow: .....                            |
| 42 | 3-5- التغذية الراجعة: .....                           |
| 42 | 3-6- أهمية التغذية الراجعة: .....                     |
| 43 | 3-7- مصادر التغذية الراجعة: .....                     |
| 45 | 3-8- أنواع التغذية الراجعة: .....                     |
| 45 | 3-9- أنواع التغذية الراجعة حسب المصدر: .....          |
| 45 | 3-9-1- التغذية الراجعة الداخلية: .....                |
| 45 | 3-9-2- التغذية الراجعة الخارجية: .....                |
| 46 | 3-10- أنواع التغذية الراجعة الخارجية حسب الزمن: ..... |
| 47 | 3-11- وظائف التغذية الراجعة: .....                    |

|                                      |                                                                |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 48                                   | 12-3- توقيتات التغذية الراجعة:                                 |
| 48                                   | 1-12-3- التغذية الراجعة المتزامنة:                             |
| 49                                   | 2-12-3- التغذية الراجعة النهائية:                              |
| 49                                   | 13-3- خصائص التغذية الراجعة:                                   |
| 49                                   | 1-13-3- الخاصية التعزيزية:                                     |
| 49                                   | 2-13-3- الخاصية الدافعية:                                      |
| 50                                   | 3-13-3- الخاصية الموجهة:                                       |
| 50                                   | 14-3- شروط التغذية الراجعة:                                    |
| 50                                   | 15-3- تأثير التغذية الراجعة:                                   |
| 51                                   | 16-3- دور المعلم في إدارة الظروف التي تؤثر في التغذية الراجعة: |
| 51                                   | الخلاصة:                                                       |
| الفصل الرابع: مرحلة الطفولة المتأخرة |                                                                |
| 52                                   | تمهيد:                                                         |
| 51                                   | 1-4- مرحلة الطفولة المتأخرة:                                   |
| 53                                   | 2-4- مفهوم الطفولة المتأخرة:                                   |
| 53                                   | 3-4- خصائص وسمات النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة:              |
| 53                                   | 1-3-4- النمو النفسي:                                           |
| 54                                   | 2-3-4- النمو الجسمي:                                           |
| 54                                   | 4-3-4- الفروق الفردية:                                         |
| 53                                   | 5-3-4- النمو العقلي المعرفي:                                   |
| 55                                   | 6-3-4- النمو الحسي:                                            |

|    |       |                                                |
|----|-------|------------------------------------------------|
| 56 | ..... | 4-3-8- النمو الاجتماعي:                        |
| 56 | ..... | 4-4- متطلبات النمو خلال فترة الطفولة المتأخرة: |
| 57 | ..... | 4-5- الخصائص البدنية للطفولة المتأخرة:         |
| 57 | ..... | 4-5-1- المداومة:                               |
| 56 | ..... | 4-5-2- السرعة:                                 |
| 58 | ..... | 4-5-3- القوة:                                  |
| 58 | ..... | 4-5-4- التوافق:                                |
| 58 | ..... | 4-5-5- المرونة:                                |
| 58 | ..... | 4-5-6- الرشاقة:                                |
| 59 | ..... | 4-5-7- الدقة:                                  |
| 59 | ..... | 4-5-8- التوازن:                                |
| 60 | ..... | خلاصة :                                        |



## الباب الثاني: الجانب التطبيقي

### الفصل الاول: منهجية البحث واجراءاته الميدانية

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| تمهيد:                                                                 | 61 |
| 1-1- منهج البحث:                                                       | 61 |
| 2-1- عينة البحث:                                                       | 61 |
| 1-2-1- المجموعة التجريبية:                                             | 62 |
| 2-2-1- المجموعة الضابطة:                                               | 62 |
| 3-1- الدراسة الاستطلاعية:                                              | 62 |
| 4-1- متغيرات البحث:                                                    | 63 |
| 1-4-1- المتغير المستقل:                                                | 63 |
| 2-4-1- المتغير التابع:                                                 | 63 |
| 5-1- الضبط الاجرائي لمتغيرات البحث:                                    | 63 |
| 6-1- مجالات البحث:                                                     | 64 |
| 1-6-1- المجال البشري:                                                  | 64 |
| 2-6-1- المجال المكاني:                                                 | 64 |
| 3-6-1- المجال الزماني:                                                 | 65 |
| 7-1- أدوات البحث:                                                      | 65 |
| 2-7-1- الوسائل المختلفة:                                               | 66 |
| 8-1- طريقة توظيف البرنامج الحاسوبي (coachNow) مع عينة البحث التجريبية: | 66 |
| 9-1- الاختبارات المستخدمة:                                             | 67 |

|    |                                                              |
|----|--------------------------------------------------------------|
| 67 | 1-9-1- اختبار المستطيلات المتداخلة:                          |
| 69 | 1-9-2- اختبار قياس دقة التصويب "الحبال":                     |
| 70 | 1-10- الاسس العلمية للاختبارات:                              |
| 70 | 1-10-1- ثبات الاختبار:                                       |
| 71 | 1-10-2- صدق الاختبار:                                        |
| 71 | 1-10-3- الموضوعية:                                           |
| 71 | 1-11- الوسائل الاحصائية:                                     |
| 72 | 1-12- صعوبات البحث:                                          |
| 72 | الخلاصة:                                                     |
|    | 2-1-1- اختبار قياس دقة التصويب "اختبار المستطيلات المتداخلة" |
| 73 | للعينة الضابطة بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي:        |

## الفصل الثاني : عرض وتحليل النتائج

تمهيد: ..... 73

1-2- عرض وتحليل نتائج الدراسة: (الاختبارات) ..... 73

2-1-2- اختبار قياس دقة التصويب "اختبار المستطيلات المتداخلة" للعينة

التجريبية بين الاختبار القبلي و الاختبار البعدي: ..... 75

2-1-3- نتائج اختبار قياس التصويب "اختبار الحبال" للعينة الضابطة بين

الاختبار القبلي و الاختبار البعدي: ..... 76

2-1-5- تحليل وتفسير نتائج الاختبارات البعدية للعينة التجريبية والضابطة

الخاصة بالاختبارات قيد الدراسة: ..... 79

2-2- مناقشة الفرضيات: ..... 81

2-2-1- الفرضية الأولى: ..... 81

2-2-2- الفرضية الثانية: ..... 82

2-2-3- الفرضية العامة: ..... 83

2-3- الاستنتاجات: ..... 85

2-4- الاقتراحات والتوصيات: ..... 85

الخلاصة: ..... 86

خلاصة عامة

: ..... 87