



تأثير تمارينات خاصة لتطوير سرعة ودقة المناولة والسيطرة للاعبين كرة القدم الصالات

أ. د. أمجاد عبد الحميد بدر الماجد

الجامعة المستنصرية، بغداد \ العراق

The Effect of Special Exercises to Develop Speed, Accuracy of Handling and Control for Futsal Players

Prof. Dr. Amjad Abdul Hamid Almajid

Mustansiriyah University, Baghdad / Iraq

dr_amjadalmajid.edbs@uomustansiriyah.edu.iq



المستخلص

هدف البحث الى وضع تمرينات خاصة لتطوير سرعة اداء المناولة والسيطرة بكرة القدم الصالات، والتعرف على تاثير التمرينات الخاصة على تطوير سرعة اداء مهارة المناولة والسيطرة بكرة القدم الصالات. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بما يتناسب وحل مشكلة البحث المراد بحثها، وقد اعتمدت الباحثة في تنفيذ بحثها على عينة من لاعبي نادي العربي الرياضي بكرة القدم للصالات إذ بلغ عددهم (20) لاعبا اختيروا بصورة عمديه من مجموع اللاعبين الكلي والبالغ عددهم (25) لاعبا، اذ بلغت نسبتهم (80%) من مجتمع البحث الاصلي. واختارت الباحثة اختبار المناولة المرتدة على الجدار لمدة (20) ثانية، اختبار السيطرة على الكرة لمدة (30) ثانية داخل دائرة قطرها (2.5) متر.

واستخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية (SPSS) الاصدار (25). واستنتجت الباحثة من بحثها وجود فروق ذو دلالة معنوية في اختبار سرعة ودقة المناولة للاعبي كرة القدم صالات بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسات القبلية والبعدية ولصالح المجموعة التجريبية، فروق ذو دلالة معنوية في اختبار السيطرة للاعبي كرة القدم الصالات بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسات القبلية والبعدية ولصالح المجموعة التجريبية، توفقت التمرينات الخاصة فاعليتها على تطوير مهارتي سرعة ودقة المناولة ومهارة السيطرة لدى لاعبي كرة القدم الصالات.

الكلمات المفتاحية: تمرينات خاصة، السرعة، الدقة، كرة قدم الصالات



Abstract

The research aimed to develop specific exercises to improve the speed of passing and ball control in futsal, and to identify the effect of these exercises on improving the speed of passing and ball control skills in futsal. The researcher used the experimental method, which was appropriate for addressing the research problem. The researcher conducted the study on a sample of (20) futsal players from Al-Arabi Sports Club, who were purposefully selected from a total of (25) players, representing (80%) of the original research population. The researcher chose two tests: a (20) second bounced pass against a wall test and a (30) second ball control test within a circle with a diameter of (2.5) meters.

The researcher used the SPSS statistical package (version 25). The researcher concluded from her research that there were statistically significant differences in the speed and accuracy of passing test for futsal players between the experimental and control groups in the pre- and post-measurements, in favor of the experimental group. There were also statistically significant differences in the control test for futsal players between the experimental and control groups in the pre- and post-measurements, in favor of the experimental group. The specific exercises proved effective in developing the speed and accuracy of passing skills and the control skill among futsal players.

Keywords: Special exercises, speed, accuracy, futsal.



1 - المقدمة

1 - 1 أهمية البحث

تعد مهارات كرة القدم الصالات عامل مهم لتأدية خطط اللعب والحسم للمباريات كما تعد تلك المهارات هي أساس الاداء في اللعبة وعدم التمكن منها نجد صعوبة في تنفيذ خطط اللعب، وهنالك مهارات مهمة جدا في عملية الاداء ونقل الكرة ومنها مهارة المناولة وهي المهارة الأكثر استخداما في لعبة كرة القدم الصالات وان اعادة تلك المهارة بدقة واداء عالي تمكن الفريق من اللعب الجماعي عالي المستوى وكذلك تزيد من ثقة اللاعبين بانفسهم ولذلك تعد من اهم المهارات للفريق حيث ان متطلبات اللعب الحديث تعطي لها اولوية وان اغلب المدربين يدرّبون لاعبيهم على الوصول الى الدقة في تكنيك مهارة المناولة، وكذلك توجد هنالك مهارات يتوقف على اجادتها الكثير من امور الخطط ومنها مهارة السيطرة فهي من الاسس المهمة في الاحتفاظ بالكرة وهي من الامور الحيوية في السيطرة بالكرة بأكثر من مكان في ارض الملعب. لذلك تعد مهارات المناولة والسيطرة من المهارات التي يجب تطويرها والعمل عليها لانها من متطلبات اللعب الحديث وهي مهارات تتطلب دقة ووقت لتطويرها ومن هنا جاءت اهمية البحث.

1 - 2 مشكلة البحث

من الامور المهمة التي تشير اليها الدراسات الحديثة بكرة القدم الصالات هي سرعة الاداء وهذا الامر يتطلب نقل الكرة من مكان الى مكان اخر بسرعة ودقة عالية اثناء المباريات من ارتفاعات ومسافات مختلفة وحسب متغيرات اللعب ان تلك الامور تعد امور اساسية من اجل الاداء العالي والابتعاد عن العشوائيات في المباريات، لذلك ومن خلال خبرة الباحثة لكونها تدريسية لمادة كرة القدم الصالات وكذلك مدربة في اللعبة ذاتها حيث لاحظت ان اللاعبين يتسمون ببطء المناولة وعدم القدرة على السيطرة خصوصا في المسافات القصيرة وهذه الميزات من متطلبات لعبة كرة القدم الصالات لذلك عملت الباحثة على تطوير هاتين مهارتين وايجاد تمرينات خاصة يتم اختيارها بدقة عالية لرفد اللاعبين بكرة القدم الصالات والرفع من كفاءة ادائهم.



1 - 3 هدف البحث

- 1 - وضع تمارين خاصة لتطوير سرعة اداء المناولة والسيطرة بكرة القدم الصالات.
- 2 - التعرف على تأثير التمارين الخاصة على تطوير سرعة اداء مهارة المناولة والسيطرة بكرة القدم الصالات

1 - 4 فرضيتا البحث

- 1 - هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبارات البعدية.
- 2 - هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

1 - 5 مجالات البحث

- 1 - 5 - 1 المجال البشري: لاعبي نادي العربي الرياضي بكرة القدم الصالات.
- 1 - 5 - 2 المجال الزمني: من 1/10 ولغاية 20/12 للعام 2025.
- 1 - 5 - 3 المجال المكاني: القاعة الرياضية لنادي العربي الرياضي.



2 - منهج البحث وأجرائه الميدانية

2 - 1 منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بما يتناسب وحل مشكلة البحث المراد بحثها , اذ يقصد بالضبط التجريبي هو ازالة أي تأثير لأي متغير غير المتغير المستقل لان المتغير التابع يتأثر بعوامل كثيرة غير العامل التجريبي (خير الدين عويس: 1999، 125)، وذلك الشيء يمثل قدرة الباحثين على التحكم في جميع المتغيرات والعوامل الأساسية باستثناء متغير واحد يتم السيطرة عليه وتغييره لغرض معرفة تأثيره في العملية التعليمية او التدريبية.

2 - 2 عينة البحث

ينظر الى مصطلح العينة على انها جزء من كل او بعض من جميع، وتتلخص فكرة دراسة العينات في انه اذا كان هدفنا الوصول الى تعميمات حول ظاهرة معينة فاننا بالطبع لابد لنا من دراسة بضع الحالات (علاوي، راتب: 2017، 175)، لذلك لجأت الباحثة الى اختيار عدد محدود من هذا الكل ليكون موضع الدراسة والبحث، وقد أعتمدت الباحثة في تنفيذ بحثها على عينة من لاعبي نادي العربي الرياضي بكرة القدم الصالات إذ بلغ عددهم (20) لاعبا اختيروا بصورة عمدية من مجموع اللاعبين الكلي والبالغ عددهم (25) لاعبا“ اذ بلغت نسبتهم (80%) من مجتمع البحث الاصلي.

2 - 3 تجانس وتكافؤ عينة البحث

لتنجب كل العوامل التي قد تؤثر في نتائج التجربة وارجاع الفروق الى العامل التجريبي عمدت الباحثة الى اجراء تجانس لعينة البحث في متغيرات (الطول، الوزن، العمر) وقد اظهرت نتائج جدول (1) ان العينة البحثية متجانسة حيث كان معامل الالتواء المحسوب اقل من الجدولية وهذا المؤشر جدي اذ كلما قلت القيمة صفرا يدل ذلك على اعتدالية التوزيع او قريب منه.



جدول (1)

يبين تجانس العينة في متغيرات الطول والوزن والعمر

ت	متغيرات	وحدة قياس	وسط حسابي	انحراف معياري	معامل التواء	دلالة
1	اطوال	سم	143	5,54	0,56	عشوائي
2	اوزان	كغم	44,25	3,19	017	عشوائي
3	اعمار	سنة	12,7	1,22	0,69	عشوائي

وبعد أجراء التجانس قسمت عينة البحث بطريقة القرعة إلى مجموعتين وعلى النحو الآتي:
مجموعة تجريبية: عددها (10) لاعبين وهي المجموعة التي طبقت التمارينات الخاصة في تطوير سرعة المناولة والسيطرة بكرة القدم الصالات.
مجموعة ضابطة: عددها (10) لاعبين وهي المجموعة التي ستعمل على تطوير مهارات قيد الدراسة من خلال منهج مدرب الفريق. والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)

يبين طبيعة عمل مجموعات البحث

مجم	نوع مجم	طبيعة العمل	العدد
الاولى	التجريبية	طبقت التمارينات الخاصة الموضوعية من قبل الباحث في سرعة ودقة المناولة والسيطرة	10
الثانية	الضابطة	عملت على تطوير المهارات قيد الدراسة حسب المنهج الموضوع من قبل مدرب الفريق	10

وبعد ان قسمت الباحثة العينة الى مجموعتين اجرى عليهم التكافؤ في الاختبارات الاتية:-
 1 - اختبار المناولة المرتدة على الجدار لمدة (20) ثانية.
 2 - اختبار السيطرة على الكرة لمدة (30) ثانية داخل دائرة قطرها (2.5) متر.
 وقد ظهر من الجدول (3) ان جميع قيم (ت) المحسوبة اقل من قيمة (ت) الجدولية تحت درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0,05) والبالغة (16,2) وعليه فان مجموعتي البحث متكافئتان والجدول (3) يوضح ذلك.



جدول (3)
يبين تكافؤ مجموعتي البحث في الاختبارات المستخدمة

ت	المعالجات الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	الدالة
			س ⁻	ع ⁺	س ⁻	ع ⁺			
1	اختبار المناولة المرتدة على الجدار لمدة (20) ثانية	ثانية	12,90	0,7	14,7	0,98	1,26	2,16	غير معنوي
2	اختبار السيطرة على الكرة لمدة (30) ثانية	ثانية	10,84	0,19	14	0,79	2		غير معنوي

2 - 4 الوسائل والأدوات المستخدمة في البحث

تمت الاستعانة بالوسائل الاتية «مصادر، ملاحظة تجريبي، اختبارات مهارية، قياسات جسمية، استمارات تسجيل، فريق عمل مساعد، جهاز قياس وزن وطول، ملعب كرة قدم الصالات، كرات قدم الصالات، صافرة، ساعة توقيت الكترونية ولغاية 100/1 من الثانية، شواخص عدد(30)».

2 - 5 تحديد الاختبارات

إن أهم ماتحتاجه الباحثة هو اختيار او وضع اختبارات متعددة لقياس بعض المتغيرات التي ترتبط بالظاهرة المراد قياسها وبناء على ذلك قامت الباحثة ولكونها تدريسية للمادة كرة القدم الصالات باختيار اختبارين للمهارات المراد تطويرها.

2 - 5 - 1 اختبار المناولة المرتدة على الجدار لمدة (20) ثانية (الحميدي، 4، 2025)

الغرض من الاختبار: القياس لدقة المناولة.

الأدوات: - الجدار ملس يؤشر عليه منطه 1 متر × 2 متر، ويحدد خط امام الجدار على بعد (5) متر.

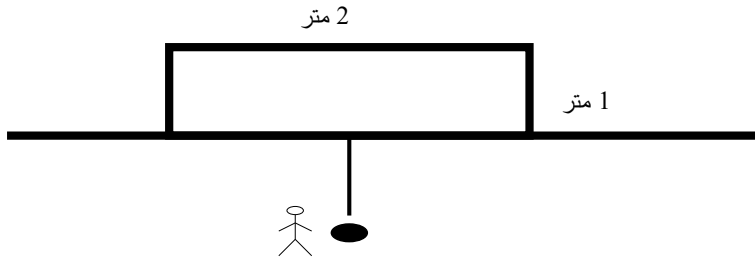
- كرات خماسي كرة القدم قانونية عدد (3)، ساعة التوقيت الكترونية.



وصف الاداء: - بعد سماع الاشارة للبدء يقوم اللاعب الذي يقف خلف البداية كما موضح بالشكل (1) بضرب الكرة على الجدار وضربها مرة اخرى بعد ارتدادها من الجدار وهكذا لحين انتهاء مدة الاختبار (20) ثانية.

تعليمات الاختبار: - لا يتم ضرب الكرة المرتدة من الجدار الا خلف خط البداية، اذا خرجت الكرة خارج سيطرة اللاعب يقوم باخذ احدى الكرتين الاخريتين دون توقف. - يمكن ضرب الكرة باي قدم وباي جزء منها.

حساب الدرجات تسجل العدد لضربات الكرة الصحيحة نحو الجدار خلال (20) ثانية.



شكل (1)

يوضح اختبار المناولة المرتدة على الجدار لمدة (20) ثانية

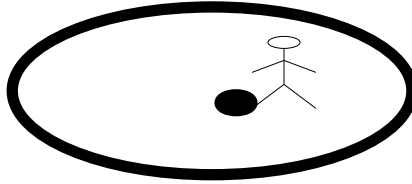
2 - 5 - 2 اختبار السيطرة على الكرة لمدة (30) ثانية داخل دائرة قطرها (2.5) متر (الحميدي، 2025، 5):

غرض الاختبار: قياس قدرة اللاعب على السيطرة والتحكم في تنطيط الكرة.

الادوات: كرات خماسي كرة القدم الصالات قانونية، ساعة توقيت، دائرة قطرها (2.5) متر) **الوصف:** ترسم دائرة قطرها (2) متر يدخل اللاعب الدائرة كما موضح بالشكل (2) وعند سماع اشارة البدء يقوم اللاعب بتنطيط الكرة باجزاء جسمه عدا الذراعين وتحسب تنطيط الكرة خلال (30) ثانية ويسمح باسقاط الكرة مرتين ولكن تشطب نقطة عند كل اسقاط كرة وفي المرة الثالثة تعد المحاولة فاشلة.

حساب الدرجات: (تعطى محاولتين وتحسب المحاولة الافضل، يحسب عدد تكرارات التنطيط خلال (30) الثانية.

توجيهات: (يسمح ان تلمس الكرة الارض مرتان، لايسمح للاعب بالخروج من الدائرة).



شكل (2)

يوضح اختبار السيطرة على الكرة لمدة (30) ثانية داخل دائرة قطرها (2) متر

2 - 6 التجربة الاستطلاعية

عمدت الباحثة الى إجراء تجربة استطلاعية من اجل الوقوف على السلبيات والايجابيات المتوقع حدوثها، ومن اجل ابراز واطهار الصورة الحقيقية للاختبارات حيث اجريت في يوم الاثنين الموافق (2025/9/1)، وعلى عينة مكونة من (4) لاعبين وهم من خارج عينة البحث الاصلية وبعد خمسة أيام اعيدت التجربة على نفس اللاعبين وفي الظروف نفسها.

2 - 7 الأسس العلمية للاختبارات

2 - 7 - 1 الثبات

استخدمت الباحثة طريقة الاختبار واعادة الاختبار بفاصل زمني وقدره (4) اربعة ايام حيث طبق الاختبار بتاريخ يوم الاثنين الموافق (2025/9/1) واعيد في يوم الجمعة الموافق (2025/9/5)، وبعد المعالجات الاحصائية بطريقة الارتباط البسيط بيرسون تبين لنا ان الاختبارات لها درجة ثبات مرتفعة والجدول (4) يوضح ذلك.

2 - 7 - 2 الصدق

بما ان معامل الصدق تتوقف على الثبات للاختبار حيث ان الاختبار الذي يتميز بثبات عالي يتميز بصدق عالي
لذا استخدمت الباحثة طريقة الصدق الذاتي لاستخراج قيمة معامل الصدق لكل اختبار وحسب القانون و جدول (4) يوضح ذلك.

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل ثبات الاختبار}}$$



2 - 7 - 3 الموضوعية

عمدت الباحثة الى حساب الموضوعية عن طريق (ارتباط بين درجات اثنان من المحكمين يقومان بوضع درجات لمجموعة واحدة من الأفراد وفي نفس الوقت)، وذلك عند تطبيق الاختبارات للمرة الثانية، إذ دلت النتائج بعد معالجتها إحصائياً على ان جميع الاختبارات تتمتع بموضوعية عالية والجدول (4) يبين ذلك.

جدول (4)

يبين معامل الثبات والصدق الذاتي والموضوعية للاختبارات

ت	الاختبارات	وحدة القياس	الثبات	الصدق الذاتي	الموضوعية
1	اختبار المناولة المرتدة على الجدار لمدة (20) ثانية	الثانية	0.88	0.94	0.89
2	اختبار السيطرة على الكرة لمدة (30) ثانية	الثانية	0.89	0.96	0.95

2 - 8 التمارينات الخاصة

بغية التوصل الى ادق النتائج لحل مشكلة البحث ومن اجل تحقيق اهداف البحث اتبعت الباحثة السياق العلمي السليم إذ تم وضع مجموعة من التمارينات المقترحة ملحق (1) بهدف تطوير سرعة اداء المناولة والسيطرة بكرة القدم الصالات حسب خبرة الباحثة الشخصية كونها تدريسية للمادة ومدربة لها.

لذلك عملت على وضع تمارينات خاصة موضوعية والهدف منها التطوير للمهارات البحثية لكونهما تلعبا دورا مهما وحاسما في مباريات كرة القدم للصالات وتعتبران اساسيان في تنفيذ العديد من الواجبات الخططية، ولغرض تحقيق اهداف البحث عمدت الباحثة الى وضع تمارينات عدة لتطوير المهارتين المذكورتين، ثم عمدت الباحثة الى تطبيق هذه التمارينات على العينة المتمثلة بالمجموعة التجريبية إذ طبقت هذه المجموعة التمارينات لمدة (10) أسابيع وبواقع وحدتين تدريبيتين في الأسبوع لكل مهارة والجدول (5) يبين ذلك وقد خضعت هذه العينة إلى قياسين قبلي وبعدي في الاختبارات قيد الدراسة. أما مجموعة البحث الثانية فلم تطبق التمارينات الخاصة بل عملت وفق المنهج المعد من قبل مدرب الفريق وخضعت كذلك الى قياسين قبلي وبعدي في ذات الاختبارات التي خضعت لها المجموعة التجريبية.



جدول (5)

يبين الزمن للتمرينات في الوحدة التدريبية الواحدة وفي الأسبوع الواحد والزمن الكلي للتمرينات خلال (10) أسابيع ولكل مهارة

الزمن الكلي للتمرينات الخاصة خلال (10) أسابيع	الأسابيع										غير كامل ألامنه
	العاشر	التاسع	الثامن	السابع	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول	زمن التمرينات في الوحدة التدريبية الواحدة للمهارة الواحدة
	47د	44د	41د	38د	35د	32د	29د	26د	23د	20د	زمن التمرينات في الوحدة التدريبية الواحدة للمهارة الواحدة
670د	94د	88د	82د	76د	70د	64د	58د	52د	46د	40د	زمن التمرينات في الأسبوع للمهارة الواحدة

2 - 9 الوسائل الإحصائية

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية (SPSS) (الاصدار (25).



3 - عرض وتحليل ومناقشة النتائج:-

3 - 1 عرض وتحليل النتائج:-

3 - 1 - 1 عرض وتحليل نتائج المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدى في الاختبارات قيد الدراسة:

جدول (6)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة والدلالة الإحصائية للقياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في الاختبارين قيد الدراسة

ت	المعالجات الإحصائية الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي	القياس البعدى	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدلالة
1	اختبار المناولة على الجدار لمدة (3) ثا	ث	12,42	0,5	10,75	0,49	3,43
2	اختبار السيطرة على الكرة لمدة (30) ثا داخل دائرة قطرها (2,5) م	ث	9,31	0,15	12,41	1,52	3,89
						2,22	معنوي
							معنوي

تبين للباحثة من خلال نتائج جدول (6) ان وسط مجموعة البحث التجريبية في اختبار المناولة على الجدار ولمدة (3) ثا قد بلغ (12,42) بانحراف معياري بلغ (0,5) اما قياسات المهارة البعدية فقد بلغ وسطها الحسابي (10,75) بانحراف معياري بلغ (0,49)، علما ان قيمة (ت) المحسوبة للاختبارين قد بلغت (3,43) ولصالح اختبار البحث البعدى وهي بذلك اكبر من القيمة (ت) الجدولية البالغة (2,22) تحت درجة الحرية (9) وعند مستوى الدلالة (0,05)، اما في اختبار السيطرة على الكرة فقد بلغ الوسط الحسابي للقياسات القبلىة (9,31) بانحراف معياري بلغ (0,15)، اما قياسات المهارة البعدية فقد بلغ وسطها الحسابي (12,41) بانحراف معياري بلغ (1,52)، علما ان قيمة (ت) المحسوبة للاختبارين قد بلغت (3,89)، ولصالح اختبار البحث البعدى وهي بذلك اكبر من القيمة (ت) الجدولية البالغة (2,22)، تحت درجة الحرية (9) وعند مستوى الدلالة (0,05).



3 - 1 - 2 عرض وتحليل نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارات قيد الدراسة:-

جدول (7)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة والدلالة الإحصائية للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارين قيد الدراسة

ت	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	الدالة
			س-	ع+	س-	ع+			
1	اختبار المناولة على الجدار لمدة (3) ثا	ثانية	13,22	0,6	12,54	1,17	2,89	2,26	معنوي
2	اختبار السيطرة على الكرة لمدة (30) ثا داخل دائرة قطرها (2,5) م	درجة	10,73	0,94	12,33	0,72	2,77		معنوي

تبين للباحثة من خلال نتائج جدول (7) ان وسط مجموعة البحث الضابطة في اختبار المناولة على الجدار ولمدة (3) ثا قد بلغ (13,22) بانحراف معياري بلغ (0,6) اما قياسات المهارة البعدية فقد بلغ وسطها الحسابي (12,54) بانحراف معياري بلغ (1,17)، علما ان قيمة (ت) المحسوبة للاختبارين قد بلغت (2,89) ولصالح اختبار البحث البعدي وهي بذلك اكبر من القيمة (ت) الجدولية البالغة (2,26) تحت درجة الحرية (9) وعند مستوى الدلالة (0,05).

اما في اختبار السيطرة على الكرة فقد بلغ الوسط الحسابي للقياسات القبلية (10,73) بانحراف معياري بلغ (0,94) اما قياسات المهارة البعدية فقد بلغ وسطها الحسابي (12,33) بانحراف معياري بلغ (0,72)، علما ان قيمة (ت) المحسوبة للاختبارين قد بلغت (2,77)، ولصالح اختبار البحث البعدي وهي بذلك اكبر من القيمة (ت) الجدولية البالغة (2,26)، تحت درجة الحرية (9) وعند مستوى الدلالة (0,05).

3 - 1 - 4 عرض وتحليل مستوى التطور للمجموعتين

استفادت الباحثة من قانون نسبة التطور للتعرف على النسب المحققة للمجموعتين التجريبية والضابطة حيث اظهرت النتائج نسبة تطور جيدة في اختبار سرعة ودقة المناولة بين



القياسات القبلية والبعديّة (15,22) اما النسبة للتطور وللاختبار نفسة قد بلغت (5,66)، اما نتائج اختبار السيطرة اظهرت النتائج نسبة تطور جيدة بين القياسات القبلية والبعديّة (22,7) اما نسبة التطور للاختبار نفسة قد بلغت (8,44).

3 - 2 مناقشة النتائج

تبين من خلال النتائج الموضحة في الجدول (6) والذي بين نتائج مجموعة البحث التجريبية في القياسات القبلية والبعديّة قيد الدراسة، وكذلك الجدول (7) الذي وضح لنا نتائج مجموعة البحث الضابطة في القياسات القبلية والبعديّة للاختبارات البحثية، وتبين من خلال عرض وتحليل مستوى التطور للمجموعتين ان نسبة التطور للعمل في المجموعات البحثية، إذ تبين من خلال الارقام والمعالجات الاحصائية ان نسبة التطور في المجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة، إن استخدام التمارين المختارة في البحث كان لها الاثر الكبير في تطوير مهارة سرعة ودقة المناولة ومهارة السيطرة لدى لاعبي كرة القدم الصالات، اما المجموعة الضابطة التي استخدمت التمارينات الخاصة بالمنهج الموضوع من قبل مدربهم حيث كان مستواهم اقل من المجموعة التجريبية.

ان هذه النتائج الهادفة لتطوير سرعة ودقة المناولة ومهارة السيطرة بكرة القدم الصالات كانت قد تحققت بفضل اختيار الباحثة للتمارين المناسبة لمتطلبات اللعبة التي تمتاز بالسرعة والدقة لذلك يجب على المدربين والقائمين على اللعبة الاعتناء باختيار تمارينهم من اجل مساعدة اللاعب على الاداء المثالي الدقيق والسريع، كذلك يجب على المدربين اختيار تمارين مشابهة لتلك الظروف الخاصة المطلوبة اثناء سير المباراة الرسمية،

إذ أشار مختار على ان سرعة اداء المهارات يعد احد الصفات والمميزات الهامة للاعبين كرة القدم الصالات من اجل اجادة اللاعبين أداء مهاراته خلال المباريات الرسمية وبالسرعة المثالية لذا على المدربين إختيار التمارين التي تشابه تماماً ما سوف يحدث أثناء المباريات الرسمية وكذلك يقوم بتدريب اللاعبين عليها مع التدرج في الأداء حتى يتعود اللاعبون على الاداء وبالسرعة والقوة نفسها التي يجب أن تؤدي بها في أثناء المباريات الرسمية (حنفي مختار: 1989، 93)

ان حرص الباحثة على تادية اللاعبين وبشدد محددة كما تمت مراعاة اداء اللاعبين التمارينات بكلتا القدمين حتى يتمكن اللاعبين من اداء المهارات المختارة في كافة ظروف المباراة وتحت اصعب التأثيرات، كذلك اكدت الباحثة على اختيار تمارين متنوعة وشاملة ومختلفة المواقف



التي من الممكن ان يتعرض لها اللاعبين خلال المنافسات الرسمية لان المهارة كما وصفها (نجاح 2011) تعني مدى الكفاءة للاعبين على اداء الواجبات الحركية باتقان كبير وجهد قليل وبأقل زمن ممكن يتناسب مع طبيعة المهارة واللعبة (نجاح مهدي شلش: 2011، 71).

لذلك تعزو الباحثة اسباب تطور وتفوق المجموعة التجريبية الى أسباب عدة منها التأثير الايجابي للتمرينات على اللاعبين وهذا ما اشار اليه كامل (1991) ان مهج التدريب الجيد يعد قوة دافعة للرياضيين بحد ذاته (اسامة كامل راتب: 1991، 7). كذلك اشار مفتي ابراهيم حماد (1998) ان التطور للحالة التدريبية في الرياضات التخصصية يتحقق عن طريق اجتماع مقومات عدة منها العمل على الوصول للأحجام التدريبية والتخطيط للحصول على أقصى قدر من التوازن بين احمال التدريب للاعداد والمنافسات فضلاً عن مراعاة العلاقة بين الشدة والراحة وكلها عوامل تساعد اللاعب على التقدم باضطراد ومحسوس دون حدوث أي تأثيرات جانبية (مفتي إبراهيم حماد: 1998، 7).

وكذلك اشار قاسم وموفق (2007) الى ان المدرب الناجح هو من يقوم بتقديم الارشادات الى اللاعبين خلال سير التدريبات واللعب لاجل متابعة وتوجيه ردود افعال اللاعبين (قاسم لزام، موفق المولى: 2007، 52).



4 - الاستنتاجات والتوصيات

4 - 1 الاستنتاجات

- (1) اوجدت فروق ذو دلالة معنوية في اختبار سرعة ودقة المناولة للاعبين كرة القدم الصالات بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسات القبلية والبعدية ولصالح المجموعة التجريبية.
- (2) اوجدت فروق ذو دلالة معنوية في اختبار السيطرة للاعبين كرة القدم الصالات بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسات القبلية والبعدية ولصالح المجموعة التجريبية.
- (3) توفقت التمارين الخاصة فاعليتها على تطوير مهارتي سرعة ودقة المناولة ومهارة السيطرة لدى لاعبي كرة القدم الصالات.

4 - 2 التوصيات

- (1) اهمية استخدام التمارين الخاصة والمطبقة لتطوير سرعة أداء مهارة المناولة والسيطرة للاعبين كرة القدم الصالات ولجميع الفئات.
- (2) يجب ان تكون فترة التدريب على هذا النوع من المهارات هو في فترة الإعداد الخاص نظراً لوجود الوقت الكافي.
- (3) ضرورة شمول مهارات كرة القدم الصالات في فترة الإعداد العام وبما يتناسب ومفردات التدريبات الموضوعة.



المصادر

1. اسامة كامل راتب؛ (1998)، *دوافع التفوق في النشاط الرياضي*، القاهرة: دار الفكر العربي.
2. حنفي محمود مختار؛ (1989)، *الاسس العلمية في تدريب كرة القدم*، القاهرة، دار الفكر العربي.
3. خير الدين علي عويس؛ (1999)، *دليل البحث العلمي*، القاهرة، دار الفكر العربي.
4. علي حمد الحميدي؛ (2025)، *Rationing a variety of tests to develop some skills interms of time and accuracy of the maximum performance of futsal players*، بحث منشور في مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية 2025.
5. قاسم لزام؛ موفق مجيد المولى؛ (2007)، *تدريب التكتيك بكرة القدم بين النظرية والتطبيق*، بغداد، الدار الجامعية للطباعة والنشر والترجمة.
6. محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب؛ (2017)، *الاتجاهات المعاصرة في البحث العلمي*، القاهرة، دار الفكر العربي.
7. محمد حسن علاوي واسامة كامل راتب؛ (1999)، *البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي*، القاهرة، دار الفكر العربي.
8. محمد صبحي حسنين؛ (1995)، *التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية*، القاهرة، دار الفكر،
9. مروان عبد المجيد؛ (1999)، *الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية*، عمان، دار الفكر.
10. مروان عبد المجيد؛ (2000)، *اسس البحث العلمي لاعداد الرسائل الجامعية*، عمان، مؤسسة الوراق.
11. مفتي إبراهيم حماد؛ (1998)، *التدريب الرياضي-تخطيط -تطبيق -قيادة ط1*، القاهرة، دار الفكر العربي.
12. نجاح مهدي شلش؛ (2011)، *التعلم والتطور الحركي للمهارات الرياضية*، بغداد، دار الكتب والوثائق.



ملحق (1) انموذج للتمارين المستخدمة

اسم التمرين	طريقة التنفيذ	الهدف من التمرين
تمارين دقة وسرعة المناولة بكرة القدم الصالات	تمرين المناولة في مربع ضيق (4×4م)	رسم مربع صغير، يقف لاعبان في منتصف الملعب واثنان على الاطراف، لاعب الاطراف يقوم بتمرير الكرة لمركز المربع، لاعب الوسط يستلم ويمرر بسرعة للجهة الأخرى.
	رونдо فوتسال (3 ضد 1)	ثلاثة لاعبين حول لاعب واحد في الوسط، الهدف تمرير الكرة باستمرار بين الثلاثة بدون فقدها، كلما زادت السرعة زادت الصعوبة في الاداء
	تمرين Wall Pass لمسة مع مناولة مرتدة	لاعب يقف بجانب حائط أو زميل واقف، يناول الكرة بلمسة واحدة ثم يستلمها بلمسة ثانية، يكرر إلى عشرة تكرار ثم يغير الاتجاه
	تمرين مسار المرمى الصغير	ضع سلسلة من الأقماع بمسافات متفاوتة، اللاعب يمرر الكرة من مخروط لمخروط مع تعديل القوة والاتجاه
	تمرين التمرير مع الجري	قسم اللاعبين لثنائيين واقفين على مسافة 10 أمتار، كل لاعب يمرر الكرة لمرافقه ويلحقه، الاستلام لمسة واحدة وإعادة التمرير
تمارين السيطرة على الكرة بكرة القدم الصالات	درجة الكرة بين الاقماع	ضع 5 أقماع متتالية لمسافة قريبة ومرر الكرة ذهابا وايابا بداخل وخارج القدمين، تركيز، لمسات قصيرة، النظر اماما، تغيير الاتجاه
	لمسات بالإطار العلوي للكرة	الوقوف نفس المكان ضغط الكرة برفق بقدميك بالتناوب لمسة واخرى، تطبيق: 30 ثانية لكل جولة مع زيادة المدة تدريجيًا
	تغييرات اتجاه سريعة	سحب الكرة للخلف بباطن القدم، ادفعها إلى زاوية جديدة بقدمك الأخرى، تطبيق كرر 30-60 ثانية في كل اتجاه
	معارك لاعب ضد لاعب	مساحة صغيرة (6 × 6 أمتار)، يحاول اللاعب الهجوم الحفاظ على الكرة بينما يدافع الآخر، تركيز، اتخاذ قرار سريع، حماية الكرة، اختيار لمسة مناسبة
	المراوغة مع مراعاة الخصم	زوج اللاعبين، واحد يقود والآخر يحاكي حركته بينما يتحكم في الكرة

