

" علاقة التوازن الحركي بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم صنف اكابر " بحث وصفي أجري على اكابر فرق كرة القدم بلدية سيدي لخضر ولاية مستغانم

د. كمال كحلي
د. واضح أحمد الأمين
د. مقدس مولي ادريس

ملخص:

تهدف الدراسة إلى: الكشف على علاقة التوازن الحركي بدقة التهديف لدى اكابر كرة القدم

الغرض من الدراسة: تحديد بعض أسباب ضعف دقة التهديف لدى اكابر كرة القدم

العينة: اكابر كرة القدم وعددهم 24 ينشطون بالدوري الوطني اكابر فرق كرة القدم بلديه سيدي لخضر ولاية مستغانم
طريقة الاختيار: عمدية

الأداة المستخدمة: اختبار التوازن الحركي ودقة التهديف

أهم استنتاج: - وجود فروق في مستوى تطور الصفتين عند عينة قصد الدراسة

- وجود علاقة ارتباطية قوية بين صفتين قصد الدراسة

Résumé:

L'étude vise à: déterminer la relation d'équilibre cinétique avec précision dans les tirs aux buts en football

Le but de l'étude: déterminer l'impact de l'équilibre cinétique sur la précision aux tirs au but cas du football

Échantillon: 24 footballeurs d'équipes de la Ligue nationale de football Sidi Lakhdar Mostaganem

Méthode de sélection d'échantillon: intentionnelle

Outil utilisé : test d'équilibre cinétique et la précision aux tirs au but

La conclusion la plus importante:

- Les différences dans le niveau de développement deux qualités motrice

- Il existe une forte corrélation entre les deux qualités motrices traits dans l'étude

Les propositions les plus importantes: l'inclusion d'équilibre cinétique dans les enjeux des séances des tirs au but

مقدمة

بعد الاحتراف في كرة القدم الاكثر أهمية وتنظيماً بين أشكال الاحتراف الرياضي، وقد ساهم في نشر اللعبة على المستوى العالمي. ويستدعي تطوير كرة القدم وضع الخطط لدعم جوانب القوة ومعالجة القصور في أنظمة الاحتراف المطبقة. لذا فقد تبنت

اتحادات كرة القدم في بعض دول العالم وضع استراتيجيات لتطوير الاحتراف وفقاً لسياسات وخطط محددة المعالم. (لدوسري، محمد بن هشام بن محمد، 2014)

إن اعتمد الدول المسيطرة رياضياً على الطرق والمناهج التدريبية المستمدة من العلوم الحديثة جعل من برمجهم التدريبية تتفاعل مع خصائص الفردية للمتدرب في جوانبه البيولوجية والبيو ميكانيكية والفسيولوجية ذات علاقة بالصفات البدنية والنفسية والحركية. (إبراهيم أحمد سلامة 1995).

إن مستوى الذي أصبحت عليه المهارات الكروية يرجع بالضرورة إلى اللاعبين الذين اظهر مهاراتهم وقدراتهم وخبراتهم بشكل جعل منهم نجوماً في سماء كرة القدم، والمدربين الذين انصبت اهتمامهم في البحث

عن عصارات الأفكار من أجل تنفيذها على المستطيل الأخضر. (د. صريح عبد الكريم الفضلي 2010). ونظراً لا تدبذب إنجازات الأندية والمنتخبات الجزائرية لكرة القدم خلال الحقبة الأخيرة إقليمياً ودولياً، كانت هناك حاجة للبحث عن بعض أسباب تدني المستوى، ومن بينها الوصول إلى مرمة الخصم كون النتيجة هي وحدها لغة الفوز.

إن ضعف النخبة الوطنية في ترجمة الهجمات إلى أهداف جعل من اهتمامات الباحثون تتوجه إلى عنصر الاتزان الحركي كأحد العناصر الإعداد البدني الحركي الهامة التي يحتاج إليها اللاعب في أداء جميع المهارات الأساسية والبدنية في لعبة كرة القدم من خلفية نظرية يشير إليها (حسين والحياط، 2005) بأنه يجب تسليط الضوء على مسألة تحقيق التوازن الحركي والذي يعد عنصر هاماً والذي بدوره يؤثر في دقة التهديف عند لاعبي كرة القدم، وهنا يظهر السبب البارز في اختيار هذا الموضوع هو الارتباط المباشر بالاختصاص والخبرة الميدانية ورغبة الباحثين في الكشف عن علاقة هذا العنصر بدقة التهديف عند عينة من لاعبين اكابر فريق سيدي لخضر (ولاية مستغانم)

- المصطلحات الواردة ضمن الدراسة:**مفهوم التوازن الحركي:**

هو قدرة اللاعب على التوازن والسيطرة على جسمه أثناء أداء الحركي معين، ولكي يكون متزناً في وضعية الحركة يجب أن يسيطر على جميع أجزاء جسمه وتكون مكونة محصلة القوى المؤثرة عليه معدومة أي أثناء القيام بعملية التصويب في كرة القدم. (صريح عبد الكريم الفضلي، ط 1، 2010، 341-351).

مفهوم الدقة وأهميتها:

تعرف الدقة بأنها قدرة الفرد على السيطرة على حركته الإرادية لتوجيه شيء نحو شيء آخر. (موفق أسعد محمود، 105، 2008، ط2). كما عرفها المفتي إبراهيم حاد (ط1، 1997، 28) "بأنها صفة حركة تستخدم لتنفيذ واجب حركي معين، بحيث يكون فيه هدف وتوجيه الحركات الإرادية نحو هدف ما يتطلب كفاءة عالية من الجهازين العصبي والعضلي، فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على العضلات الإرادية لتوجيهها نحو هدف معين، كما يتطلب الأمر أن تكون الإرشادات العصبية الواردة إلى العضلات من الجهاز العصبي محكمة التوجيه، سواء ما كان منها موجه للعضلات العاملة أو للعضلات المقابلة لها، حتى تؤدي الحركة في الاتجاه المطلوب وبالدقة اللازمة للإصابة الهدف، فإذا حدث خلل في الإرشادات الواردة فإن ذلك يؤثر على دقة الحركة". أي أن الدقة هي قدرة الفرد على السيطرة على توجيه حركته الإرادية نحو هدف معين بتنظيم محكم من الجهازين العصبي والعضلي وبتركيز أكثر إحكاماً لتوجيه الكرة بفعالية محكمة نحو المرمى.

~ مفهوم التهديد:

يعد التهديد من المهارات الأساسية في كرة القدم، وعن طريقه يمكن حسم نتائج المباريات، وكل ما يقوم اللاعبون داخل الملعب بنتاجه صوب هدف واحد وهو خلق فرصة مناسبة للتهديد غالباً إذ يعد التهديد إحدى وسائل الهجوم الفردي الذي يتسلح به اللاعب لتحقيق هدف في مرمى الفريق الآخر. (موفق أسعد محمود، 104، 2009).

- الدراسات المشابهة والمرتبطة:

تعتبر الدراسات السابقة والمباشرة من أهم الدعايم المساعدة للباحث وبها يستطيع تكوين خلفيته النظرية والتطبيقية في تفسير النتائج.

دراسة سعد سعود فؤاد من الجزائر 2002 م:

دراسة بعنوان: أثر الاتزان على تعلم دقة التصويب عند تلاميذ الطور الثالث (13-15) سنة فريق مدرسي.

كانت هذه الدراسة تهدف إلى كل من:

- محاولة تجسيد المستوى التقني للاعب الفني المتمدرس (دقة التصويب).

- إبراز أثر الاتزان على تعلم دقة التصويب عند التلميذ المتمدرس.

- إدماج وحدات تدريبية للاتزان قصد تسهيل تعلم دقة التصويب.

وعلى ضوء هذا جاءت أهمية البحث لما سينتج من خلال هذه الدراسة وما سنضيفه في مجال البحث العلمي والمعرفة الإنسانية في مجال التدريب الرياضي .

- مشكلة البحث:

إن أصل مشكلتنا مستند من الملاحظات الميدانية التي تحصلنا عليها إثر اجرائنا لهذه الدراسة حبت رصدنا ضمن زيارتنا الميدانية لفئة الأكابر أثناء الحصص التدريبية والمقابلات نقص إن لم نسمة ضعف في دقة التصويب حيث تنفق هذه الملاحظة مع دراسة (سعيد سعود فؤاد 2000) والتي استخلص فيها أن برنامجها التدريبي المقترح بالتوازن أثر في تعلم دقة التصويب في كرة القدم.

وعلى ضوء ما سبق نشير أهمية الموضوع في أهمية التعاون بين الجهازين العصبي والعضلي في تحكم لاعب في أداء الحركة مع التغلب على مقاومة العوامل الميكانيكية المؤثرة على مركز ثقل الجسم كعامل الجاذبية الأرضية وشددها للجسم.

لهذا أردنا تسليط الضوء على تحديد علاقة دقة التهديد بالتوازن الحركي عند لاعب كرة القدم أكبر سيدي لخضر، وعليه نطرح التساؤل العام الموالي: - ما هي طبيعة علاقة دقة التهديد بالتوازن الحركي؟ وعلى أساس هذه الإشكالية نتطرح الأسئلة الفرعية:

- هل توجد فروق في مستوى التوازن الحركي عند عينة البحث قصد الدراسة؟

- هل توجد فروق في مستوى دقة التهديد عند عينة البحث قصد الدراسة؟

- ما هي طبيعة هذه الفروق؟

- أهداف الدراسة:

يهدف البحث إلى:

~ التعرف على مستوى دقة التهديد عند عينة البحث قصد الدراسة.

~ التعرف على مستوى التوازن الحركي عند عينة البحث قصد الدراسة.

~ معرفة طبيعة هذه الفروق.

- فرضيات البحث:**~ الفرضية العامة:**

- كلما زاد التوازن الحركي زادت الدقة في كرة القدم.

~ الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة التوازن الحركي عند عينة البحث قيد الدراسة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة دقة عند عينة البحث قيد الدراسة.

- هناك علاقة طردية قوية بين الصفتين لمصلحة اللاعب الأكثر اتزان.

- الدراسة الاستطلاعية:

من أجل التعرف على المعوقات التي يمكن أن ترافق إجراء الاختبارات، ولضمان السير الحسن لتجربة البحث، قاما الطالبان الباحثان بهذه التجربة الاستطلاعية لأجل معرفة:

- مدى تطابق أدوات القياس مع العينة.
- تحديد أنسب الاختبارات لقياس التوازن الحركي ودقة التهديد.
- قياس صلاحية الاختبارات (صدق، ثبات وموضوعية) المراد استعمالها في التجربة الرئيسية لمعرفة الاختبارات حتى يكون لها ثقل علمي.
- معرفة أهم الصعوبات التي تواجه الطالبان الباحثان من أجل تجنبها وضبط المتغيرات.

وقد أخرجت الدراسة الاستطلاعية على ممر الخطوات التالية:
أولاً: شرع الباحثون في الوقوف على الصعوبات التي قد تواجه تطبيق الاختبارات، فتم الأخذ بالاعتبارات التالية:
- مراجعة الدراسات السابقة المرتبطة بمضمون البحث.
- مراجعة الإطار النظري للبحث الحالي.

- الدراسة الأساسية:**- منهج البحث:**

اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي للملاءمة طبيعة المشكلة بغية إنجاز بحثها على نحو أفضل.

- مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث في لاعبين فريق سيدي لخضر صنف أكابر والذي يتكون من (24) لاعب اقل من 16 سنة وتم توزيعهم على التحو التالي:

- 10 لاعبين للتجربة الاستطلاعية.

- 14 لاعبا للدراسة الأساسية.

- عينة البحث:

تم اختيار عينة مكونة من 10 بغرض حساب الأسس العلمية للاختبارات وتم عزلهم في التجربة الأساسية التي تكونت عينتها من 14 لاعب أساسيين يشاركون في المنافسات

- مجالات البحث:**1-4-8 المجال البشري:**

كما سبق شرح ذلك في عينة البحث نشير الى عزل الحارسين خوفا من ان يؤثران على النتائج

2-4-8 المجال الزمني:

لقد امتدت مدة البحث من يوم الأحد (2014/12/07) إلى يوم الثلاثاء (2015/06/09) وكان ذلك على التحو التالي:

* امتدت فترة العمل النظري من يوم السبت (2014/12/27) إلى يوم السبت (2015/04/04).

* امتدت فترة العمل التجريبي على عدة مراحل أساسية:

وقد اعتمد الباحث في دراسته على المنهج التجريبي بتصميم المجموعات المتكافئة على عينة تتكون من عشرين لاعب من فريقين مدرسين يمثلان مجتمع البحث.

وكانت من أهم النتائج المتوصل إليها:

- وجود فروق دالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للعينات التجريبية ولصالح الاختبارات البعدية.
- للبرنامج التدريبي المقترح المبني على وحدات تدريبية للاتزان الحركي أثر في تعلم دقة التصويب في كرة القدم.
- وكانت أهم التوصيات التي اقترحتها:
- توفير الوسائل البيداغوجية اللازمة لغرض تحسين وتطوير القدرات البدنية والمهارية.

- ضرورة المشاركة الفعالة في المنافسات رياضية محلية.

- إدراج تمارين وبرامج لتحسين القدرة على الاتزان في المناهج المدرسية.
- التركيز على الفئات الدنيا للطورين الأول والثاني للعمل حول الخصائص نفس حركية وتحسينها في سن الطفولة 6-11 سنة.

- دراسة صريح عبد الكريم من العراق 2000م.

دراسة بعنوان: علاقة الاتزان الحركي والانفعالي ببعض الصفات البدنية ومستوى ركض المواهب. هدفت الدراسة إلى:

- التعرف على العلاقة بين الاتزان الحركي والانفعالي وبين مستوى أداء بعض مهارات ركض المواهب.
- التعرف على العلاقة بين الاتزان الحركي والانفعالي وبين الصفات البدنية.

حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي على عينة تتكون من 66 طالبا تم اختيارهم عشوائيا من بين طلاب المرحلة الثانية. وكان من أهم النتائج المتوصل إليها ما يلي:

- توجد علاقة طردية بين الاتزان الحركي ومستوى أداء ركض المانع.
- توجد علاقة طردية بين الاتزان الحركي والقوة العضلية وعلاقة عكسية بين الاتزان الانفعالي والرشاقة والسرعة.
- توجد علاقة عكسية بين الاتزان الانفعالي والسرعة والرشاقة.
- توجد علاقة طردية بين الاتزان الحركي والانفعالي.

وأوصى الباحث بما يلي:

- الاهتمام بالبرامج التعليمية والتدريبية الخاصة بالاتزان الحركي مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى الأداء بركض المواهب.
- ضرورة الاهتمام بالبرامج التدريبية سواء بالنسبة للاتزان الحركي والانفعالي في مجال التدريب والتدريس.
- الاهتمام بالاختبارات النفسية في اختبار القبول لما لها من أهمية في مستوى تحصيل الطالب في مجال البحث العلمي.

- الإلمام النظري حول موضوع البحث من خلال التّراسة والإطلاع على جملة من المصادر والمراجع في الاختصاص المعينة والملاحظة وأجراء الاختبارات بغرض تقصى ظاهرة البحث.

- الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

- ثبات الاختبار:

يقصد بثبات الاختبار أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس العينة وفي نفس الظروف، ويذكر (نبيل عبد الهادي) أنّ هذا الأساس العلمي: "يعتبر من المقومات الأساسية للاختبار الجيد حيث يفترض أن يعطي الاختبار نفس النتائج تقريباً إذا أعيد استخدامه مرّة أخرى".

واستبعاداً لأيّ متغيّرات أخرى مؤثّرة، امتدّت الفترة الزمنية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للتّجربة الاستطلاعية مدّة (أسبوع)، حيث أعيدت نفس الاختبارات وفي نفس التوقيت والمكان والظروف يوم الثلاثاء (2015/03/10) على الساعة (12:45).

وبعد الانتهاء من إجراء الاختبارات القبليّة والبعديّة للتّجربة الاستطلاعية على حسب مواصفاتها المحدّدة، قاما الطّالب الباحث بحساب معامل الارتباط بيرسون، وقد أفرزت هذه المعالجة عن مجموعة من النتائج الملخّصة في الجدول الموالي:

جدول رقم " 01 " يمثّل ثبات الاختبارات

مستوى الدلالة الإحصائية	درجة الحرية (ن-1)	القيمة الجدولية (ر)	القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط	حجم العينة	
0.05	09	0.60	0.70 0.79	10	التوازن الحركي دقة التهديف

نلاحظ من خلال النتائج المدوّنة في الجدول أعلاه أنّ كلّ القيم المتحصّل عليها حسابياً، حيث بلغت أدنى قيمة (0.74) وأعلى قيمة (0.79) وهي أكبر من قيمة (ر الجدولية) التي بلغت (0.60) عند درجة حرية (ن-1) = (09) ومستوى الدلالة الإحصائية (0.05).

مما تشير إلى مدى ارتباط نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للتّجربة الاستطلاعية، وهذا التحصيل يؤكّد على ثبات الاختبارين المستعملين.

- صدق الاختبارات:

يذكر (منبارو ومكجي): "أنّ الصدق يعني المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي وضع من أجله" وبغرض التعرّف على الصدق الّذاتي للاختبارات، استخدم الطّالبان الباحثان المعادلة التّالية: الصدق

$$\text{الذاتي} = \sqrt{\text{الثبات معامل}}$$

المرحلة الأولى: تمثّلت في انتقاء الاختبارات الخاصّة بالتوازن الحركي ودقة التصويب وكان ذلك يوم الأحد (2015/02/01)، بعدها تمّ عرضها على الأستاذ المشرف والذي بدوره أبدى موافقته عليها.

المرحلة الثانية: تمّ استخراج وثيقة لتسهيل مهمّة العمل في نادي سيدي لخضر من معهد التّربية البدنية و الرياضية بمستغّام وكان ذلك يوم الأحد (2015/02/15).

المرحلة الثالثة: تمثّلت في إجراء التّجربة الاستطلاعية على (10) لاعبين حيث أجريت الاختبارات القبليّة يوم الثلاثاء (2015/03/03) على الساعة (12:45) بملاعب الرياضي سيدي لخضر، و بعد أسبوع تمّ إجراء الاختبارات البعديّة على نفس العينة وفي نفس الظروف و التوقيت وكان ذلك يوم الثلاثاء (2015/03/10) على الساعة (12:45).

المرحلة الرابعة: وتمثّلت في الشّروع في التّجربة الرّئيسية حيث تمّ إجراء الاختبارات المنتقاة على العيّنتين:

- (14) لاعب اساسي.
- يتقنون التهديف ويتمتعون بلياقة جيدة.
- يشاركون في المنافسات
- المجال المكاني:

جميع الاختبارات جرت في ملعب سيدي لخضر

- الضبط الإجرائي للمتغيرات البحث:

إنّ الدّراسة الميدانية تتطلّب ضبط المتغيّرات قصد التّحكّم فيها من جهة وعزل بقيّة المتغيرات الأخرى من جهة أخرى، بحيث يذكر (محمد حسن علاوي) و (أسامة كمال راتب): "يصعب على الباحث أن يتعرّف على المتسبّبات الحقيقيّة للنتائج بدون ممارسة الباحث لإجراءات الضّبط الصّحيحة".

ولأجل هذه الاعتبارات عمل الباحثون على استبعاد كل المتغيّرات التي قد تؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على نتائج البحث بحيث كان الضّبط على النحو التّالي:

- لقد اعتمد الباحثون على تطبيق نفس الاختبارات، نفس عدد التكرارات وفي نفس الوقت على جميع أفراد العينة.
- تمّ استبعاد كل العينة التي يمكن أن تأثر على مصداقية النتائج.
- ضبط المتغيّرات التي ترتبط بخصائص العينة:
- اختيار أفراد المجموعة الممارسة للرياضة من نفس أفراد المجتمع الأصلي.
- مراعاة التّكافؤ بين أفراد عينة البحث (السن، الوزن، الطّول).
- توزيع العينة الى مجموعتين على حسب المتغيرات المستقلة قصد الدّراسة

- أدوات البحث:

لقد استخدم الطّالب الباحث لأجل إنجاز بحثه على نحو أفضل مجموعة من الأدوات:

جدول رقم "02" يمثل صدق الاختبارات

حجم العينة	القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط	القيمة الجدولية (ر)	درجة الحرية (ن-1)	مستوى الدلالة الاحصائية
التوازن الحركي	0.86	0.60	09	0.05
دقة التهديف	0.89			

لقد تبين من خلال النتائج الإحصائية المدونة في الجدول أعلاه أنّ الاختبارات صادقة فيما وضعت لقياسه، وهذا يحكم أنّ كلّ مؤشرات الثبات التي تأرجحت بين 0.86 و 0.89 وهي أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط التي بلغت (0.60) وهذا عند درجة الحرية (ن-1)= (09) و مستوى الدلالة الإحصائية (0.05).

- موضوعية الاختبارات:

يعرف "بارو" و"مكجي" الموضوعية بكونها "درجة الانساق بين أفراد مختلفين لنفس الاختبار، ويعبر عنه بمعامل الارتباط"، وفي هذا السياق استخدم الطالبان الباحثان اختبارين سهلين وواضحين وبعيدين عن التقييم الذاتي أي أنّها تقيزان موضوعية عالية.

وقد تمّ اختيار هذان الاختباران بعد الإطلاع على مجموعة من المصادر، بعدها تمّ عرضها على الأستاذ المشرف بغية الأخذ برأيه، واستشارته والاستفادة من خبرته وهذا بهدف الاختيار الأنسب للاختبارات التي لها علاقة مباشرة بهدف البحث.

- مواصفات الاختبارات والقياسات المستخدمة:

أولاً- القياسات:

قياس الطول:

غرض الاختبار: قياس طول.

طريقة الأداء: يجب أن يكون الجسم أثناء القياس في وضعية شاقولية وعلى استقامة صحيحة، وتكون الرجلين حافيتين.

الأدوات المستخدمة: شريط قياس أو لوحة خشبية مرقمة.

التسجيل: يتم القياس من أعلى نقطة في الرأس ومساحة الارتكاز (القدمين).

قياس الوزن:

الغرض منه: قياس وزن الجسم.

الأدوات المستعملة: ميزان إلكتروني.

طريقة الأداء: يقف المختبر فوق الميزان بهدوء و بعد ثبات الرقم يسجل الوزن بالكيلو غرام .

ملاحظة: يجب الالتزام بالثبات فوق الميزان.

ثانياً- الاختبارات:

أ- اختبار دقة التصويب: (موفق اسعد محمود، 2007)

الغرض من الاختبار - قياس دقة الرجل المصوبة

الأدوات المستعملة: خمس كرات قدم - حائط أمام ارض ممهدة - يرسم على الحائط ثلاثة مستطيلات متداخلة أبعادها كما في الشكل.



مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف الخط المواجه للحائط ثم يقوم بتصويب الكرات الخمسة (متتالية) على المستطيلات محاولاً إصابة المستطيل الصغير - للمختبر الحرية في استخدام أي من القدمين. التسجيل:

1- إذا أصابت الكرة المستطيل الصغير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر ثلاث درجات.

2- إذا أصابت الكرة المستطيل الأوسط (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجتان.

3- إذا أصابت الكرة المستطيل الكبير (داخل المستطيل أو على الخطوط المحددة له) يحسب للمختبر درجة واحدة.

4- إذا خرجت الكرة خارج المستطيلات الثلاثة تحتسب للمختبر صفر.

وقد أعطى ثبات 0.883 وموضوعية 0.994 وصدق عند مستوى معنوية 1%.

ب- إختبار التوازن الحركي: (ادريس خوجة محمد رضا، 2006)

- اختبار الدرجات

أ- الأدوات: ترسم خمس دوائر، نصف قطر الدائرة الأولى 18 سم وتبعد الدائرة الثانية عن الأولى بـ 10 سم والثالثة بـ 20 سم، والرابعة 30 سم، والخامسة 50 سم. يرسم خط طوله 6 متر من نصف قطر الدائرة الأولى (الداخلية).

ب- مواصفات الأداء: تبدأ الدرجات من نهاية خط 6 أمتار عمل 5 درجات في خمس ثوان بحيث تنتهي الدرجة الخامسة داخل الدائرة الداخلية، عمل 10 وثبات في المكان داخل الدائرة الداخلية لأقصى ارتفاع ممكن بحيث تكون هذه الوثبات بدون ثني الركبتين.

ج- التسجيل:

- أداء 10 وثبات داخل الدائرة الأولى بعد أداء خمس درجات 5 درجات.

- أداء 10 وثبات داخل الدائرة الثانية بعد أداء خمس درجات 4 درجات.

- أداء 10 وثبات داخل الدائرة الثالثة بعد أداء خمس درجات 3 درجات.

الجدول رقم (4): يوضح مقارنة في اختبار الدقة في التهديد
يوضح الجدول رقم (4) نتائج الاختبار وجود اختلافات في صفة دقة التصويب بين اللاعبين عند مستوى 0.05 والتي قدرها البرنامج الاحصائي ب 0.00
نما تقدم يمكن أن نستنتج أن العينة المفحوصة لا تتميز بمستوى واحد في صفة الدقة في التهديد.

3- مقارنة بين الاختبارين توزن حركي والدقة في التهديد

التوازن الحركي	الدقة	ع	د	درجة الحرارة	مستوى	T الجدولية	Sig. (2-tailed)	الدلالة الإحصائية
س	ع	س	ع	ن-1	ي			
2	1	1	1	13	0.05	5.078		
7	9	9	9					
1	3	2	2					دال

الجدول رقم (5): يوضح مقارنة بين الاختبارين توزن حركي والدقة في التهديد

يظهر من خلال الجدول رقم (5) الذي يوضح مقارنة بين نتائج الاختبارين توزن حركي والدقة في التهديد ما يلي:
إن الفرق بين الاختبار توزن حركي والدقة في التهديد للمجموعة قيد البحث هو فرق دال إحصائياً (معنوي) حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (5.078)، وهذه القيمة هي أقل من مستوى الدلالة (0.05) وعليه يمكن أن نستنتج أن عينة البحث التي خضعت للتجربة لا تتميز بنفس مستوى توازن والدقة.

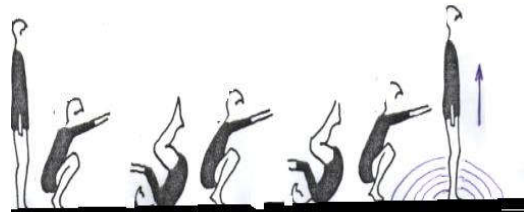
4- العلاقة بين التوازن المتحرك ودقة التهديد

دقة التهديد	توازن المتحرك
Pearson Correlation	1
Sig. (2-tailed)	.820**
N	14
Pearson Correlation	1
Sig. (2-tailed)	.820**
N	14

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

الجدول رقم (6): يوضح نتائج معامل الارتباط لاختبار التوازن المتحرك ودقة التهديد

- أداء 10 وثبات داخل الدائرة الرابعة بعد أداء خمس درجات 2 درجة.
- أداء 10 وثبات داخل الدائرة الخامسة بعد أداء خمس درجات 1 درجة.
- أداء الوثب خارج الدائرة الخامسة بعد أداء خمس درجات 0 درجات



8-10- الطريقة استخدام الاختبارات:

تم احتساب أحسن محاولة من محاولة واحدة ضمن اختبار الدقة

8-11- الدراسات الإحصائية:

لقد اعتمد الباحثون على المعادلات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

- معامل الارتباط البسيط بيرسون.

- معامل الصدق الذاتي.

- اختبار "ت" ستودنت (للعينات مرتبطة والمتساوية العدد).

9- عرض ومناقشة النتائج الميدانية:

إن معطيات الإطار المنهجي تقتضي عرض ومناقشة النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية وعلى أساس العلاقة الوظيفية بينها وبين الإطار النظري يمكننا الحكم والتعليق على النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية في البحث على النحو التالي:

إن التوازن الحركي يؤثر إيجابياً على زيادة دقة التهديد.

وللتحقق من هذا الفرض قموا بإجراء مقارنة بين الاختبارين:

1- مقارنة بين نتائج اختبار التوازن الحركي

التوازن الحركي	عدد العينة	درجة الحرارة	مستوى	T المحسوبة	الدلالة الإحصائية
س	ع	ن-1	ي		
2.71	.99	14	13	10.21	دال

الجدول رقم (3): يوضح مقارنة في الاختبار التوازن الحركي

يوضح الجدول رقم (3) نتائج الاختبار وجود اختلافات في صفة التوازن الحركي بين اللاعبين عند مستوى 0.05 والتي قدرها البرنامج الاحصائي ب 0.00
نما تقدم يمكن أن نستنتج أن العينة المفحوصة لا تتميز بمستوى واحد في صفة التوازن الحركي.

2- مقارنة بين نتائج الاختبار الدقة في التهديد

دقة التصويب	عدد العينة	درجة الحرارة	مستوى	T المحسوبة	الدلالة الإحصائية
س	ع	ن-1	ي		
1.93	.91	14	13	7.87	دال

- استنتاجات الدراسة:

من خلال التجربة التي قمنا بها في ضوء النتائج التي تمت معالجتها إحصائياً تم التوصل إلى ما يلي:

- توجد فروق دالة إحصائية في صفة التوازن الحركي لدى عينة البحث

- توجد فروق دالة إحصائية في صفة الدقة في التهديف في كرة القدم لدى عينة البحث

- هناك علاقة ارتباطية قوية موجبة بين الصفتين قيد الدراسة

- مناقشة الفرضيات**- مناقشة الفرضية الأولى**

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة التوازن الحركي عند عينة البحث قصد الدراسة.

إن النتائج جدول رقم (3) التي توصلت إليها الدراسة تثبت صحة فرضية البحث الأولى، ذلك أن ت المحسوبة هي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05. مما يعني اختلاف تطور هذه الصفة عند العينة قصد الدراسة بالرغم من أنها تمارس نفس البرنامج حيث أننا إذا رجعنا إلى الخلفية النظرية أو الميدانية للدراسة وهذا بالرجوع إلى الدراسات المشابهة التي تناولت موضوع التوازن الحركي كأحد الصفات البدنية أو الحركية كمتطلب حيث يؤكد البشتاوي (2010): "هو عنصر من العناصر الحركية التي يجب مراعاتها عند تدريب أي مهارة حركية كونه الأساس الذي تقوم عليه المهارة". (البشتاوي، 2010، ص 365).

لهذا يؤكد الباحثون أن التوازن بأنواعه المختلفة واحد من أهم الوظائف المعقدة في الجسم والخاصة بالجهاز العصبي المركزي والمحيطي في استجابته وذلك للحفاظ على ثبات الجسم، حيث أن ردود الأفعال داخل الجسم تؤثر وتتأثر ببعضها البعض ويشترك في ذلك الكثير من الأجهزة الحسية والحركية، ويتفق العلماء على اختيار الاحتفاظ بتوازن الجسم في مجال الجاذبية الأرضية يتحقق نتيجة التوافق بين نشاطات مجموعة مركبة من الأجهزة الحيوية وأنظمتها داخل الجسم والتي تعطي ميكانيكية عمل موحدة وتشمل على الناحية الوظيفية الحركية للجهاز الحسي، ولا ينفصل عنها كلا من الجهازين البصري والسمعي وكذلك الجهاز الحسي، فالتوازن هو القدرة على الاحتفاظ بوضع معين للجسم أثناء الثبات أو الحركة (وجدالسيد، 2002، ص 134) لهذا يشير الباحثون إلى نتائج دراسة (سعيد سعود فؤاد 2000) والتي استخلص فيها أن برنامجه التدريبي المقترح بالتوازن الحركي أثر في تعلم دقة التصويب في كرة القدم وعليه ينصح الباحثون بالتركيز على تدريب هذه الصفة عند عينة البحث.

حيث يؤكد «لافوز» و«سميث» على أن التدريب يؤدي إلى تطوير التوازن بصورة ملموسة وله دور كبير في تنميته، والأكثر من هذا أكد «سينشر»: «أن التوازن يتحسن بزيادة العمر بين 11 إلى 16 سنة».

وعلى ضوء ما سبق ذكره ننوه إلى أهمية معرفة المدربين أنه من بين العوامل التي تتحكم في التوازن هي (مركز الثقل، مساحة قاعدة الارتكاز، ثقل الجسم، عوامل فيسيولوجية)، حتى يستطيع إدراجها بكيفية ذات فعالية في برامجه التدريبية وهذا كله للارتقاء بهذه الصفة لدى جميع عناصر الفريق.

- مناقشة الفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة دقة التهديف عند عينة البحث قصد الدراسة.

تبين من خلال نتائج الجدول رقم 4 ضمن عرض ومناقشة النتائج الدراسة صحة الفرض البحثي الثاني، وذلك لأن ت المحسوبة هي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05. مما يعني اختلاف تطور هذه المهارة عند العينة قصد الدراسة بالرغم من أنها تمارس نفس البرنامج ومن اعتبار أن التهديف "الجيد (هو السلاح القوي الذي يملكه الفريق لتهديد الفريق الآخر)" (حفي مختار بدون سنة). وأن المراجع تحدد أهمية التهديف في كرة القدم ودوره في تحقيق الفوز للفريق ومن أجل نجاحه يجب أن يتصف التهديف بمتطلبات أو على اللاعب أن يتميز بها وهي:

الدقة: ولها أهمية في لعبة كرة القدم وخاصة في عملية التهديف أذ تعد الصفة الأولى التي يجب أن يتميز بها اللاعبون لضرب الكرة نحو المرمى "فالتهديف نحو المرمى يتطلب الدقة قبل كل شيء"

القوة: وهي صفة ضرورية في هذه اللعبة ويجب أن يمتلكها كل لاعب كالقوة البدنية وقوة الضرب وقوة القفز في حركات اللعب الأخرى وبخاصة أثناء عملية التهديف

السرعة: لقد أشار (هارة) في المهارات الفنية إلى أهمية السرعة بقوله (أن الحكم على ضبط المهارات الفنية بقدرتها أداءها السريع ونجاح تطبيقها في المنافسات).

يشير الطالب إلى أهمية جمع هذه المتطلبات في صورة الدقة من أجل تسديد الكرة بفاعلية تسهم في نجس الفوز ومغالطة حرس المرمى وعلى ضوء ما سبق ذكره ننوه إلى أهمية معرفة المدربين أنه من بين العوامل التي تتحكم في الدقة هي التوافق العضلي التوازن والرشاقة حتى يستطيع إدراجها بكيفية ذات فعالية في برامجه التدريبية وهذا كله للارتقاء بهذه الصفة لدى جميع عناصر الفريق.

- العلاقة بين التوازن المتحرك ودقة التهديف

العلاقة بين التوازن والدقة التهديف في كرة القدم من خلال الجدول رقم 5 فإن العينة لا تتميز بنفس مستوى التوازن والدقة بالرغم من أنها تمارس نفس البرنامج وأنها متكافئة ومتجانسة في العمر التدريبي في حين أن العلاقة بين الصفتين والمدونة ضمن الجدول رقم 6 فإننا وجدنا أن طبيعة العلاقة بين المتغيرين قصد الدراسة طردية موجبة.

-المراجع-

- نصريج عبد الكريم أفضلي واخرون. (2012). تأثير تدريبات البلايومترك المائية في تطوير بعض القدرات الخاصة وسرعة الانطلاق للاعبين الوثب العالي. العراق: مجلة علوم التربية الرياضية العدد الثالث (ج2) المجلد الخامس.
- أبو العلا احمد عبد الفتاح. (1997). التدريب الرياضي (الأسس الفسيولوجية). مصر: دار الفكر العربي.
- لدوسري، محمد بن هشام بن محمد، (2014). إستراتيجية لتطوير نظام احتراف كرة القدم بالملكة العربية السعودية. المملكة العربية السعودية: اطروحة (دكتوراة)-جامعة الأسكندرية. كلية التربية الرياضية بنين. قسم الإدارة الرياضية والترويج.
- باليستيروس، الفاريز أسس ومبادئ التعلم والتدريب في ألعاب القوى، الاتحاد الدولي لألعاب القوى، مركز التنمية الإقليمي بالقاهرة، ترجمة عثمان رفعت، محمود فتحي 1991.
- طلحة حسين حسام الدين واخرون، الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي، القوة - القدرة - تحمل القوة - المرونة - مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997.
- بسطويسى احمد، سباقات المضمار ومسابقات الميدان، تعليم - تكتيك - تدريب، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1997.
- محمدي كاظم علي، دراسة مقارنة لبعض الاساليب المستخدمة لتنمية القوة المميزة بالسرعة في انجاز الوثبة الثلاثية، بحث منشور في مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العدد العاشر، 1995
- محمد رضا إبراهيم، تأثير تمارين القفز المختلفة على تحسين القوة القصوى الثابتة، والقوة المميزة بالسرعة، بحث منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1994
- محمد عثمان، موسوعة ألعاب القوى، تكتيك- تدريب - تعليم - تحكيم، دار الفكر للنشر، الكويت 1990
- محمد رضا المدامغة، التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي، دار الكتب والوثائق، بغداد، 2008. ص 643.
- Sharkey, B.J Physiology of Fitness, 3rd .. ed., Human Kinetics Books, Illinois, 1990
- George, D Crash Training to state Championship, Track Coach, Formerly Track Technique, Noo.147, Spring, 1999.

مما يبين مستوى ارتباط التوازن الحركي بصفة الدقة التهديد في كرة القدم، وعليه نجلب اهتمام المدرب الى مراجعة هذين المتغيرين في برنامج التدريب الذي كشف عن تركيز مدرب على تطوير الجانب المهاري والبدني واغفاله على المتطلبات او الصفات الحركية التي لها ارتباط بالجهاز العصبي وادواره في اخراج الحركة السوية وعليه تؤكد أن "التدريب المنظم والمبرمج على الأسس العلمية يؤدي الى تطوير المستوى بشكل أفضل وتم الارتقاء بمستوى اللاعبين" (هارة، 1974، ص137).

- خلاصة عامة

يشير (حسين والخياط، 2005) بأنه يجب تسليط الضوء على مسألة تحقيق التوازن الحركي والذي يعد عنصر هاماً والذي بدوره يؤثر في دقة التهديد عند لاعبي كرة القدم لهذا يؤكد الباحثون ان نقص هذا المطلب الحركي ساهم في النتائج المتحصل عليها وعليه ينصحون بإدراج المتطلبات الحركية لكل مهارة من اعتبار أن البرنامج التدريبي هو أحد العناصر التدريب كما أنه أحد الأركان الأساسية لعملية التدريب، وحتى تكتمل البنية الأساسية لعملية التدريب والتعليم والاعتداد على مبدأ التدريب الفعال لا بد من الاهتمام بتوظيف هذه المتطلب الحركي كأساس علمي في عملية التدريب باعتبارها المساهم الأول في زيادة الدقة التي تعد مطلب الأساسي في التهديد في كرة القدم

إن إتقان والوصول للأداء المثالي للمهارات قصد الدراسة يتطلب توفير أو امتلاك عدد من المتطلبات والتي لها علاقة مباشرة وطيدة بأداء الجيد لتلك المهارات وبالأخص المهارات التي تتطلب مدى قدرة اللاعب على السيطرة والتعامل مع الكرة التي تعتمد بالدرجة الأولى على قابلية الإحساس المباشر بالكرة والقدرات الحركية للاعب يأتي ذلك من خلال تطبيق برامج السيطرة الحركية والبرامج الحركية والتحكم بالمهارات الحركية والآلية" الطائي، 1999. ص 18).

-إقتراحات-

- بغية الإفادة في التغير الضروري من واقع التدريب المعاش وتحسينه نريد إيراد التوصيات التالية:
- ضرورة ادراج برامج التدريبية لتحسين التوازن الحركي والدقة.
 - ضرورة إدماج التوازن الحركي والدقة في حصص التهديد.
 - إجراء بحوث تجريبية مشابهة تتضمن العلاقة بين أنواع التوازن ودقة أنواع التهديد.
 - القيام ببحوث مشابهة تستهدف اقتراح برامج تدريبية لها فعالية في نمو هذه الصفتين عبر المراحل التدريبية.

كمال كحلي / واضح أحمد الأمين / مقدس مولي ادريس