

منهج تدريبي وفق استراتيجية حل المشكلات التجزئة والتجميع للمستوى الأول الآسيوي وأثره بأهم الجوانب البدنية لحراس المرمى لكرة القدم في الدوري العراقي

استلام البحث : ٢٠٢٣/٦/٧

ا. د عادل تركي حسن الدلوي

م.م صفاء كاظم راضي الغزالي

جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

قبول البحث : ٢٠٢٣/١٠/١٧

adilturky.1956@gmail.comSafaa.kadhumi@gmail.com

ملخص البحث

تبلورت مشكلة البحث في المناهج التدريبية لدورات التدريبية الآسيوية (level_1) لتأهيل حراس المرمى على مستوى قارة آسيا، ومن هذه المشكلات هي عدم تحديث تلك المناهج التدريبية منذ ١٩٩٨م، فضلاً عن الخوض في مجال جديد في البحث العلمي اشراك استراتيجيات حل المشكلات المعروفة في البحث العلمي وبالتحديد في المناهج التدريبية، لذا ارتأ الباحث الخوض في هذه التجربة من خلال استراتيجية حل المشكلات (التجزئة والتجميع) التي تتضمن إعدادات تدريبات تطويرية لغرض حل المشكلات التي تقف عائقاً أمام تطوير الجوانب البدنية التي تسهم في تطوير المهارات الهجومية والدفاعية لحراس مرمى كرة القدم، والتمارين التي يضعها مدرب حراس المرمى في تلك المناهج التدريبية .

وقد هدف البحث إلى والتعرف على تأثير المناهج التدريبية المعد من قبل الباحث والخاصة بالناشئين وفق استراتيجية حل المشكلات (التجزئة والتجميع)، في الجوانب البدنية لحراس المرمى لكرة القدم .

اختار الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي لتطبيق مفردات المنهج التدريبي، وإستراتيجية حل المشكلات ، وحدد مجتمع البحث مدربي حراس المرمى في الدوري العراقي لكرة القدم، وعمد الباحث إلى اختيار حراس المرمى الذين ينشطون في الدوري العراقي لناشئين .

الكلمات المفتاحية: المنهج التدريبي- استراتيجيات حل المشكلات التجزئة والتجميع – القدرات البدنية البدنية .

A training curriculum according to the problem-solving strategy (fragmentation and assembly) for the Asian level (Level_1) and its impact on the most important physical aspects of football goalkeeper coaches in the Iraqi league

M. M. Safaa Kazem Radhi Al-Ghazali
Al-Qadisiyah University

Dr. Adel Turki Hassan Al-Dalawy
Al-Qadisiyah University

Abstract

The research problem crystallized in the training curricula of the Asian training courses (level_1) for the qualification of goalkeeper coaches, and among these problems is that these training curricula have not been challenged since 1998 AD, as well as delving into a new field in scientific research involving strategies to solve known problems in scientific research in the training curricula, so The researcher decided to delve into this experiment by using a problem-solving strategy (fragmentation and assembly), which includes preparing developmental exercises for the purpose of solving problems that stand in the way of developing the physical aspects that contribute to the development of the offensive and defensive skills of the football goalkeeper, and the exercises that the goalkeeper coaches put in those curricula.

The research aimed to identify the effect of the proposed training curricula for youngsters according to the problem-solving strategy (fragmentation and assembly) on the physical aspects of football goalkeeper coaches.

The researcher used the experimental approach by designing one experimental group with two pre- and post-tests to apply the vocabulary of the training curriculum and the problem-solving strategy. Those who have obtained the certificate of the training course for the qualification of football goalkeeper coaches at its juniors.

(strategies for solving problems, fragmentation and assembly - physical abilities).

١- المقدمة:

يتميز التدريب الرياضي بخاصية الاعتماد على البحث العلمي لتحقيق أعلى مستويات الإنجاز معتمداً على نظريات ومعارف مستخلصة من نتائج البحوث العلمية لعديد من العلوم المرتبطة بالمجال الرياضي، كعلم النفس والتربية والاجتماع الرياضي وعلم الحركة والميكانيكا الحيوية والتشريح والفسولوجي والاختبارات والمقاييس، ولم يعد الوصول لأعلى مستويات الإنجاز الرياضي متروكا للخبرة أو الموهبة فقط بل أصبح يعتمد بشكل رئيسي على العلم من حل كثير من المشاكل التدريب الناتجة في حجم الأحمال التدريبية وتشكيلها وأكثرها فاعلية، وأفضل وسائل التخلص من آثار الأحمال التدريبية لاستعادة القوة (استعادة الشفاء)، لزيادة عدد مرات التدريب وحدوث التكيف الوظيفي والنفسي مع متطلبات المستويات العالية". (١٧-٢)

في مجال التدريب الرياضي، غالباً ما تظهر المشاكل، بما في ذلك المشاكل الناشئة عن التدريب، كما يمكن أن تظهر المشاكل عند التعامل مع اللاعبين، ويعمل المدرب على حلها بكل ما أوتي من تفكير وابتكار، وهو دائماً ما يبدأ بالمشكلة قبل أن تبدأ به لذلك غالباً ما يجد نفسه في منعطف حرج ويصبح يائساً من وجود دليل لتوجيهه على الطريق الصحيح وإخراجه من تلك المشكلة، ويصبح في أشد الحاجة لدليل يرشده إلى الطريق السليم الذي يخرج من تلك المشكلة، ويسعى المدرب الناجح إلى الاستفادة من المشكلات التي واجهها من قبل، ويحرص على تطوير نظام شخصي لتحذيره والإنذاره من اقتراب المشكلة، وهو يتبع الطرق والأسس العلمية لاتخاذ القرارات السريعة الفعالة لمواجهة تلك المشكلات، انطلاقاً من خبراته السابقة ومعرفة الأساسية بحل المشكلات "ويتوقف مقدار نجاح المدرب في العملية التربوية على ما يتصف به من خصائص وسمات وقدرات ومعارف لذا لا بد من أن يتصف المدرب الرياضي عامة وكرة القدم خاصة بمواصفات ومميزات خاصة لكي يكتب لعمله النجاح". (١٠-٩).

ويعتقد الباحث أن الاستثمار الصحيح في استراتيجيات حل المشكلات (التجزئة والتجميع) في المناهج التدريبية الخاصة بمركز حراس المرمى لكرة القدم يساهم بتطوير القدرات البدنية الخاصة والأداء الفني (المهاري والخططي) والنفسي والربط بين الجانبين العملي والنظري لما لهما من أثر في مساعدة حراس المرمى على فهم المهارات وتحسين أدائهم، فضلاً عن ذلك تنمية القدرات المعرفية لعينة البحث.

١- الغرض من الدراسة:

وتكمن أيضاً أهمية البحث بضرورة تزويد مدربي حراس مرمى لعبة كرة القدم بإستراتيجيات البحث العلمي الحديثة (استراتيجية التجزئة والتجميع)، والتي يمثل إتقانها والإلمام بها مطلباً رئيسياً في تحقيق مناهج تدريبية متكاملة وحديثة، والتعرف على تأثير تلك الإستراتيجيات في تطوير البدنية للمناهج التدريبية، فضلاً عن ذلك الربط بين الجانبين النظري والتطبيقي لما لهما من أثر في مساعدة مدربي حراس المرمى بمختلف مستوياتهم على فهم المهارات وتحسين أدائهم، ولتتم اختيار المناهج التدريبية المتكاملة وبالطريقة الصحيحة والابتعاد عن الطريقة التقليدية في إعداد المناهج التدريبية ذلك من خلال البحث والنقسي العلمي ووضع الخطوات والطرق العلمية والعملية في بناء هذه المناهج ليكون دليلاً في الكشف عن العلاقة بين إستراتيجيات البحث العلمي لدى المدربين وتطور مستوى هذا المركز المهم في فريق كرة القدم.

٢- اجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث (Research method):

يعد اختيار المنهج الملائم ضرورة من ضرورات البحث العلمي "اختيار منهج البحث الذي يلائم طبيعة المشكلة يوصل إلى تحقيق أهداف البحث، والمنهج هو الطريقة السليمة التي يعتمدها الباحث للوصول إلى هدفه المنشود الذي حدده في بداية بحثه". (١٠-٨)

وعليه استخدام الباحث المنهج التجريبي، لملاءمته في حل مشكلة البحث ولكون المنهج التجريبي يتضمن "تطبيق المنهج التجريبي على مجموعة واحدة تخضع الى قياس قبلي ثم يتم ادخال المتغير التجريبي المراد اختبار تأثيره ثم يجري قياس بعدي وتقارن درجات القياسين القبلي والبعدي لاختبار دلالة الفروق". (١٤-٥٩)

٣-٢ مجتمع البحث (Research Community):

إن مشكلة البحث وحدودها هي من تحدد طبيعة مجتمعها، فمجتمع البحث يعني "عناصر ومفردات المشكلة جميعهم أو الظاهرة قيد الدراسة". (٤٤-٧)

لذلك تضمن مجتمع البحث هم جميع حراس المرمى في الدوري العراقي لكرة القدم فئة (الناشئين)، من خلال إحصائية تم الحصول عليها من قبل الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم.

٣-٣ عينة البحث (Research Samples):

عينة البحث "التنفيذ خطوات البحث بشكل علمي دقيق يجب اختيار عينه ممثلة للمجتمع الأصل". (١٣-١٤٤)

فيما يتعلق بعينة الدراسة واختصاراً للوقت والجهد الذي يتطلبه تغطية كامل مجتمع الدراسة بصورة شاملة، وقد وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) ممثلة من مجتمع الدراسة من حراس المرمى في الدوري العراقي لكرة القدم الحاصلين على المستوى الأول للدورات التدريبية الآسيوية (Level-1)، لتأهيل حراس المرمى لكرة القدم.

واشتملت عينة البحث على (١٥٠) حارس المرمى ينشطون في الدوري العراقي لناشئين في كرة القدم؛ موزعين على (٥) محافظات بواقع (٣٠) حارساً لكل محافظة هي (الديوانية - النجف - بغداد - البصرة - كربلاء) أما العينة وبالطريقة العشوائية بأسلوب (القرعة) تم اختيار محافظة (النجف) لتكون المجموعة التجريبية الأولى والتي تعمل بمنهاج الاتحاد الآسيوي (Level-1)، والبالغ عددهم (٢٠) حارساً يمثلون نسبه (١٣%) بعد استبعاد (١٠) حارساً منهم، أما المجموعة الثانية التجريبية محافظة الديوانية، والتي تعمل بالمنهاج المقترح الذي أعده الباحث (المنهاج التدريبي المقترح واستراتيجيات حل المشكلات- التجزئة والتجميع) والبالغ عددهم (٢٠) حارساً يمثلون نسبه (١٣%) بعد استبعاد (١٠) مدرباً منهم، واستبعد الباحث عدد من أفراد العينة لأسباب عدم التزام حراس المرمى في تطبيق المنهاج التدريبي، والجدول (٢) يبين ذلك .

الجدول (٢)

يبين مجتمع وعينه البحث والنسبة المئوية

عينة البحث	العدد	النسبة المئوية	المستبعدون
المجموعة الضابطة	20	13%	10
المجموعة التجريبية	20	13%	10
عينة التجربة الاستطلاعية	10	7%	

٣-٤ الاختبارات البدنية :

٣-٤-١ تحديد الاختبارات البدنية للمناهج التدريبية:

في مجال تحديد الاختبارات والقياسات ولغرض التعرف على أفضل الاختبارات أستعان الباحث بالمصادر والمراجع العلمية والتشاور مع المشرف كونه متخصصاً في اختبارات حراس مرمى كرة قدم لغرض تحديد أنسب الاختبارات التي يمكن ان تقيس الصفات والقدرات البدنية والمهارات الاساسية لحراس المرمى، وعن طريق ذلك تم تحديد الاختبارات التالية .

٣-٤-٢ وصف الاختبارات البدنية لحراس مرمى كرة القدم :

أولاً. القوة الانفجارية للرجلين :

أ. اختبار القفز الأمامي من فوق المانع ارتفاع (٣٥) سم :

• الهدف من الاختبار:

قياس القوة الانفجارية لقدمي حراس المرمى بوساطة القفز الأمامي من الثبات للجانب الأيمن . (٦٧-٤)

ب. اختبار القفز الجانبي على جهة اليسار من فوق المانع ارتفاع (٣٥) سم :

• الهدف من الاختبار:

قياس القوة الانفجارية لقدمي حراس المرمى بوساطة القفز للجانب الأيسر من الثبات . (٦٧-٥)

ثانياً. القوة المميزة بالسرعة :

أ. اختبار الاستناد الأمامي (شناو) لمدة (١٠) ثوان :

• الهدف من الاختبار:

قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين لحراس المرمى بكرة القدم . (١١٢-٩)

ب. اختبار القفزة الثلاثية واستلام كرة قدم من الأعلى (استلام الكرة العالية) :

• الهدف من الاختبار:

قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الأطراف السفلى لحراس المرمى بكرة القدم. (٧٠-٩)

ثالثاً. الرشاقة :

أ. اختبار الركض المتعرج (زكزاك) بين الخراطيم الأربعة والطيران من فوق المانع واستلام كرة في الهواء

للجهة اليمين:

• الهدف من الاختبار

قياس الرشاقة الخاصة للجانب الأيمن لحراس المرمى بكرة القدم . (٧١-٩)

ب. اختبار الركض المتعرج (زكزاك) بين الخراطيم الأربعة والطيران من فوق المانع واستلام كرة في الهواء

للجهة اليسار:

• الهدف من الاختبار:

قياس الرشاقة الخاصة للجانب الأيسر لحراس المرمى بكرة القدم . (٧٢-٩)

رابعاً. القوة الانفجارية للذراعين :

أ. اختبار رمى كرة طبية وزن (٢كغم) :

• الهدف من الاختبار :

قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين لحراس المرمى بكرة القدم. (٦٤-٩)

ب. اختبار القفز الجانبي على جهة اليمين من فوق المانع ارتفاع (٣٥) سم

• الهدف من الاختبار :

قياس القوة الانفجارية لقدمي حارس المرمى بوساطة القفز الجانبي من الثبات للجانب الأيمن. (٥٥-١٢)

ت. اختبار القفز الجانبي على جهة اليمين من فوق المانع ارتفاع (٣٥) سم:

• الهدف من الاختبار :

قياس القوة الانفجارية لقدمي حارس المرمى بوساطة القفز الجانبي من الثبات للجانب الأيمن. (٥٦-١٢)

خامساً. اختبار الركض (٣٠) متراً من البدء العالي :

• الهدف من الاختبار :

قياس السرعة الانتقالية لحراس المرمى بكرة القدم. (٥٨-١٢)

سادساً. اختبار الدوائر المرقمة :

• الهدف من الاختبار :

قياس توافق الرجلين والعينين.

سابعاً. اختبار نلسون للاستجابة الحركية :

• الهدف من الاختبار :

قياس القدرة على الاستجابة والتحرك بسرعة ودقة وفقاً لاختبار المثير .

٤- عَرْضٌ وَتَحْلِيلٌ وَمُنَاقَشَةٌ نَتَائِجُ البَحْثِ :

٤-١ عَرْضٌ وَتَحْلِيلٌ وَمُنَاقَشَةٌ نَتَائِجُ بعض القدرات البدنية والمهارية والمعرفية وتحليلها ومناقشتها للمجموعة الضابطة والتجريبية :

٤-١-١ عَرْضٌ نَتَائِجُ بعض القدرات البدنية والمهارية والمعرفية وتحليلها ومناقشتها للمجموعة الضابطة (المنهج التدريبي الآسيوي المستوى الأول/level-1) :

الجداول رقم (٣)

يُبيِّن الفروق بين الاختبارات القبليَّة والبعدية في بعض القدرات البدنية والمهارية والمعرفية للمجموعة الضابطة (المنهج الآسيوي المستوى الأول/level-1)

ت	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ع ف	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			
1	المعرفي	1.126	13.875	1.035	17.250	-3.375	5.665	0.001
2	التحصيل المعرفي	0.726	9.653	0.567	8.749	0.904	4.940	0.002
3	الرشاقة	0.381	8.900	0.331	8.283	0.618	4.761	0.002
4	التوافق	0.596	5.888	0.430	4.509	1.379	14.089	0.000
5	السرعة الانتقالية	0.921	3.696	0.815	4.690	-0.994	13.221	0.000
6	القوة الانفجارية للذراعين	6.874	58.821	4.971	64.176	-5.355	2.539	0.039
6	القوة الانفجارية للرجلين							

يُبيِّن الجدول رقم (٣)، في ضوء البيانات المستخرجة لأفراد عينة البحث، الفروق في قيم بعض المتغيرات المعرفية والبدنية والمهارية (الرشاقة التوافق، السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية للذراعين، القوة الانفجارية للرجلين، إمساك الكرات العرضية، إبعاد الكرة العرضية بقبضة اليد، الارتماء الجانبي لإمساك الكرات، الارتماء لإبعاد الكرات، تمرير الكرة باليد في مستوي الصدر، إستقبال ومساك الكرة الأرضية من التهديد المتناوب)، في الاختبارين القبلي والبعدي وكما مبين في الجدول أعلاه فإن طبيعة أفراد العينة للمجموعة الضابطة (المنهج التدريبي الآسيوي للمستوى الأول/Level-1) أظهرت فروقاً بين الاختبارين القبلي والبعدي .

ففي متغير(اختبار التحصيل المعرفي)، وباستخدام اختبار(t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة(٥.٦٦٥) عند مستوى دلالة(٠.٠٠٢)، ودرجة حرية(٧)، بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة(المنهج الآسيوي المستوى الأول/Level-1)، ولصالح الاختبار البعدى .

أما متغير(الرشاقة)، وباستخدام اختبار(t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة(٤.٩٤٠) عند مستوى دلالة(٠.٠٠٢)، ودرجة حرية(٧)، بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة (المنهج الآسيوي المستوى الأول/Level-1)، ولصالح الاختبار البعدى .

أما في متغير(التوافق)، وباستخدام اختبار(t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة(٤.٧٦١)، عند مستوى دلالة(٠.٠٠٢)، ودرجة حرية(٧)، بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة(المنهج الآسيوي المستوى الأول/Level-1) ولصالح الاختبار البعدى .

وفي متغير(السرعة الانتقالية)، وباستخدام اختبار(t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق إذ بلغت قيمها المحسوبة(١٤.٠٨٩)، عند مستوى دلالة(٠.٠٠٠)، ودرجة حرية (٧)، بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة (المنهج الآسيوي المستوى الأول/Level-1) ولصالح الاختبار البعدى .

ففي متغير(القوة الانفجارية للذراعين)، وباستخدام اختبار(t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة(١٣.٢٢١) عند مستوى دلالة(٠.٠٠٠)، ودرجة حرية(٧)، بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة(المنهج الآسيوي المستوى الأول/Level-1)، ولصالح الاختبار البعدى .

أما في متغير(القوة الانفجارية للرجلين)، وباستخدام اختبار(t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة(٢.٥٣٩)، عند مستوى دلالة(٠.٠٣٩)، ودرجة حرية(٧) بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة(المنهج الآسيوي المستوى الأول/Level-1)، ولصالح الاختبار البعدى .

٤-١-١ مناقشة نتائج الاختبارات البدنية القبلية والبعدية في المنهج التدريبي الآسيوي المستوى الأول (Level-1) لمجموعة البحث الأولى:

من التحليل الإحصائي للنتائج المبينة في الجدول رقم(٣)، يُبيّن وجود تحسن في بعض المتغيرات المعرفية والبدنية والمهارية(التحصيل المعرفي، الرشاقة، التوافق، السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية للذراعين، القوة الانفجارية للرجلين، إمساك الكرات العرضية، إبعاد الكرة العرضية بقبضة اليد، الارتماء الجانبي لإمساك الكرات، الارتماء لإبعاد الكرات، تمرير الكرة باليد في مستوي الصدر، استقبال ومسك الكرة الارضية من التهديف المتناوب)، وهنا تظهر خبرات المدربين العاملين في اللجنة الفنية في الاتحاد الآسيوي لكرة القدم، في هذا المجال وخصوصا مع هذه الفئة العمرية المهمة(الناشئين)، والتي تعتبر القاعدة والركيزة الأساسية التي تقف عليها اللعبة في مداها باللاعبين الجدد والمميزين، حيث أثبتوا أنهم من أهل الخبرة في تحديد الصعوبة لكل قدرة. ويرى الباحث أن من أسباب ذلك مراعاة التمرينات وفقا لمنهاج الاتحاد الآسيوي لتأهيل مدربي حراس المرمى لكرة القدم والمبنية على أسس علمية، حيث راعى المنهاج الآسيوي لحراس المرمى(المستوى الأول/Level-1) ، مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب والتنوع في التمارين المستخدمة في المنهاج، وهذا ما أكده(مهند عبد الستار)إلى أن "هناك حقيقة علمية لا بد من الوقوف عندها وهي أن التمرينات المستخدمة تؤدي إلى تطوير الأداء إذا بني على أسس علمية في تنظيم عملية التدريب، واستخدام الحمل المناسب، وملاحظة الفروق الفردية، وتحت ظروف تدريبية جيدة، وبإشراف مدربين متخصصين، وعلى وفق الأسس العلمية تعمل على تطوير المستوى البدني والمهاري للاعبين" .

ومن التحليل الإحصائي للنتائج المبينة في الجدول رقم(٤-١) يُبيّن وجود تحسن في بعض المتغيرات المهارية، ويعزو الباحث هذا التحسن في الاختبارات المهارية(إمساك الكرات العرضية وإبعاد الكرة العرضية بقبضة اليد والارتماء الجانبي لإمساك الكرات والارتماء لإبعاد الكرات ومهارة تمرير الكرة باليد في مستوي الصدر ومهارة ضرب الكرة نصف الطائرة)، في الاختبار البعدى لمجموعة البحث الأولى التي استخدمت المنهج التدريبي الآسيوي(المستوى الأول/Level-1).

إذ يعتمد على نجاح حراس المرمى في إدماج مهارات أساسية عدة في إطار واحد والتغيير من سرعته واتجاهه، وهذا ما أشار إليه(حنفي محمود) "يحتاج اللاعب إلى استخدام جسمه بأكمله لأداء الحركة بمنتهى الإتقان مع القدرة على تغيير اتجاهه وسرعته بطريقة سهلة وانسيابية". كما يشير ماهر(كمال وحسانين)، إلى أن "التمريرات لكي تكتسب القوة المناسبة يلزم توفر قدرأ مناسباً من القوة العضلية في ذراع اللاعب للحصول على القوة والسرعة المطلوبتين في المناولة"، حيث أكد قاسم حسن "إن استعمال التدريب التخصصي وعلى وفق النشاط الممارس(خصوصية التدريب)، الذي ينتج عنه الارتقاء بالجوانب الخاصة بالمهارة"، وهذا أثبتته طبيعة التمرينات المستعملة في المنهج التدريبي الآسيوي أثناء العملية التدريبية المبنية على أسس علمية التي شملت على توزيع الأوقات التدريب على المنهج بشكل علمي تنوعت فيه التمرينات المركزة على الجانب المهاري مدعومة بالجانب البدني والتي ساهمت برفع مستوى اللاعبين المهاري وهذا ما أكده(وجيه محجوب)، أنّ "التكرار والتدريب يعطي للمهارة إتقاناً أكثر وتناسفاً وتألقاً حركياً أكثر دقة".

٢-١-٤ عرض نتائج بعض القدرات البدنية والمعرفية وتحليلها ومناقشتها للمجموعة التجريبية (المنهج التدريبي المقترح وفق إستراتيجية التجزئة والتجميع) للناشئين:

الجداول رقم (٤)

يُبيّن الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة في بعض القدرات البدنية والمهارية والمعرفية للمجموعة التجريبية الأولى (المنهج المقترح وفق إستراتيجية التجزئة والتجميع) للناشئين

ت	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س ف	ع ف	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س				
1	المعرفي	14.000	1.069	23.875	0.835	-9.875	1.246	22.409	0.000
2	التحصيل المعرفي	9.560	0.315	6.731	0.579	2.829	0.705	11.349	0.000
3	الرشاقة	8.508	0.418	7.199	0.392	1.309	0.554	6.684	0.000
4	التوافق	5.450	0.370	3.325	0.115	2.125	0.414	14.502	0.000
5	السرعة الانتقالية	3.971	0.742	7.081	0.473	-3.110	0.772	11.399	0.000
6	القوة الانفجارية للذراعين	59.183	5.785	75.089	1.794	-15.906	6.214	7.241	0.000
	القوة الانفجارية للرجلين								

يُبيّن الجدول رقم (٤)، إستراتيجية التجزئة والتجميع للناشئين، أظهرت فروقاً بين الاختبارين القبلي والبعدي، ففي متغير (اختبار التحصيل المعرفي)، وباستخدام اختبار (t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة (٢٢.٤٠٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٠٢)، ودرجة حرية (٧)، بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (المنهج المقترح وفق إستراتيجية التجزئة والتجميع) للناشئين، ولصالح الاختبار البعدي .

أما متغير (الرشاقة)، وباستخدام اختبار (t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة (١١.٣٤٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، ودرجة حرية (٧)، بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (المنهج المقترح وفق إستراتيجية التجزئة والتجميع) للناشئين، ولصالح الاختبار البعدي .

وفي متغير (التوافق)، وباستخدام اختبار (t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة (٦.٦٨٤)، عند مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، ودرجة حرية (٧) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (المنهج المقترح وفق إستراتيجية التجزئة والتجميع) للناشئين، ولصالح الاختبار البعدي .

أما متغير (السرعة الانتقالية)، وباستخدام اختبار (t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق إذ بلغت قيمها المحسوبة (١٤.٥٠٢)، عند مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، ودرجة حرية (٧) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (المنهج المقترح وفق إستراتيجية التجزئة والتجميع) للناشئين، ولصالح الاختبار البعدي .

ففي متغير (القوة الانفجارية للذراعين)، وباستخدام اختبار (t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة (١١.٣٩٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، ودرجة حرية (٧) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (المنهج المقترح وفق إستراتيجية التجزئة والتجميع) للناشئين، ولصالح الاختبار البعدي .

أما في متغير (القوة الانفجارية للرجلين)، وباستخدام اختبار (t) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق، إذ بلغت قيمها المحسوبة (٧.٢٤١)، عند مستوى دلالة (٠.٠٠٠)، ودرجة حرية (٧) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (المنهج المقترح وفق إستراتيجية التجزئة والتجميع) للناشئين، ولصالح الاختبار البعدي .

مناقشة المجموعة التجريبية المنهج المقترح وفق إستراتيجية (التجزئة والتجميع) للناشئين :

يُبيّن الجداول رقم (٤)، تبيّن وجود تحسن بعض المتغيرات المعرفية والبدنية والمهارية (التحصيل المعرفي، الرشاقة، التوافق، السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية للذراعين، القوة الانفجارية للرجلين)، وتفوق لأفراد المجموعة التجريبية، ويعزوه الباحث إلى أن الفروق المعنوية التي أظهرها الجداول أعلاه في التحصيل المعرفي لعينة البحث، يعزوه الباحث إلى التحسن المعرفي لمدربي حراس المرمى الناشئين، خصوصاً في الأسس والمعايير العلمية في الاختبارات البدنية والمهارية الذي تضمنه المنهج المعد من قبل الباحث، وقبلها عملية الانتقاء، التي تميزت بالابتعاد عن الطرق التقليدية كطريقة الملاحظة ومبدأ الصدفة وهذا ما أكدته كل من (عطا الله والقادر وبين قاصد)، إلى "أن أغلبية المدربين يجدون صعوبات في الميدان، وينظرون إلى طريقة الاختبارات والقياسات بأنها معقدة من أجل القيام بعملية الاختيار لحراس المرمى وبالتالي فهم يفضلون طريقة الملاحظة نظراً لسهولة تنفيذها ولا تكلف إمكانيات ووسائل مادية إلا أنها تخضع إلى الخبرة الميدانية وكفاءة المدرب مما يؤدي إلى الذاتية والعشوائية"، وأكد أيضاً (حنفي المختار) إلى أن "الاختبارات هي المقياس الحقيقي الذي يستطيع المدرب بواسطتها أن يحكم على حالة اللاعب الحقيقية".

من حيث التخطيط للمنهج التدريبي المعد، يمكن القول أنه يقسم بشكل عام وهنا كل ما يتعلق بالمنهج التدريبي والتعليمية لأنه معد لفئة الناشئين، إما بشكل خاص هي التمرينات البدنية والمهارية الخاصة ب(لاعب المرمى) فئة الناشئين التي وضعها الباحث باستخدام إستراتيجيات حل المشكلات، قد نقلت حراس المرمى فئة الناشئين من النمط الاعتيادي الذي يجعلهم متلقياً للمعارف التي يطرحها مدرب الحراس والذي يتضمنه المنهج التدريبي للمستوى الأول إلى نمط جديد مبني على التساؤل واختيار الحلول المناسبة للأداء البدني والمهاري وهذا ما حفز حراس المرمى للتجاوب مع هذه الإستراتيجية المناسبة من مجموع ثلاث إستراتيجيات، وكيفية التعامل معها والتي تُعدّ من الطرائق التعليمية الشائعة كما أثبتتها أدبيات التعلم، إذ يكتسب حراس المرمى الناشئين من خلال هذه الطريقة مجموعة من المعارف النظرية، والمهارات العملية والاتجاهات المرغوب فيها، كما أنه يجب أن يكتسبوا المهارات اللازمة للتفكير بأنواعه وحل المشكلات، لأن التعامل مع المهارات والمواقف المتعددة لا تحتاج فقط إلى المعارف والمهارات العملية كي يواجهوا اللعب بمتغيراتها وحركتها السريعة ومواقفها الجديدة المتجددة، بل لا بد لهم من اكتساب المهارات اللازمة للتعامل بنجاح مع معطيات جديدة ومواقف مشكلة لم تمر بخبراتهم البسيطة من قبل ولم يتعرضوا لها، وهنا لا بد من أن نشير إلى أن هناك عوامل أخرى كالتنوع في التمارين العملية التطبيقية للتعلم والتكرارات والتغذية الراجعة (المباشرة) واستثمار الوقت والجهد في تنظيم التكرارات وتوزيعها تعدها الوسيلة التعليمية الناجحة والفعالة وأكدها (Schmidt and Lee, Motor control and Learning-2005)، "بأن القاعدة الأساسية والضرورية في تعلم المهارات التي تظهر تقدماً واضحاً في التعلم هو الاهتمام بمحاولات التمرين وتنويعها، وإن اعتماد التنوع في طريقة ممارسة حالة اللعب بحلول أفكار المتعلم وأسلوبه بالتجزئة والتقطيع والتبسيط أعطى للطلاب خبرة كبيرة في تعلم الأجزاء لأن التكنيك الشائع في تعليم المهارات الحركية هو تقسيمها إلى أجزاء أو مقاطع صغيرة لأنها تخفف من درجة تعقيد المهارة وتساعد المتعلم على إتقان الجزء بصورة صحيحة قبل أن يوحدتها مع أجزاء المهارة سوية". محاولين النجاح وليبرهنوا على قدراتهم ويؤكدون ذاتيتهم ويثبت إمكاناتهم المعرفية والبدنية والمهارية التي ينظر إليها غالباً بالفصير واللامبالاة الأمر الذي سهل عملية فهم المتغيرات المبحوثة واستيعابها بأقسام الوحدة التدريبية (التحضيرية _ الرئيسية)، بالإضافة إلى أن أسباب هذه الفروق يعزوه الباحث إلى الأداءات التدريبية الجديدة التي تعرض لها حراس المرمى والتي تتميز بوضوح الهدف وما مطلوب من الحراس تحقيقه، ولم يكن متعارفاً عليها في الوحدات التعليمية الاعتيادية، مما أدى إلى تحسن واضح في أدائهم وهذا ما أشار إليه (فؤاد سليمان قلادة) "من أن وضوح الأهداف وتحديدها في ضوء سلوكيات أو مستويات أداء معينة فأنها تكون ذات مغزى وفاعلية"، وهذا ما أكدته (Schmidt, A. Richard and GraigWrisberg - 2000) "من أن التغذية الراجعة تزيد من طاقة الأفراد ودافعيتهم، وتعزز الأداء الصحيح وتجنب الأداء الخاطئ"، وكما يعزوه الباحث أسباب هذه الفروق إلى متغيرات أخرى تداخلت في عملية تحسن التعلم منها اتباع مبدأ التدرج في تعلم المهارات الحركية كذلك التكرار والممارسة، إذ إن الاستمرار على تكرار المهارة وتزويد حراس المرمى بالتغذية الراجعة من قبل مدربي الحراس يساعد الحارس على زيادة دافعيتهم ومن ثم حدوث آثار إيجابية في عملية التعلم .

المصادر:

١. إبراهيم احمد سلامة: مناهج البحث في التربية البدنية، دار المعارف للنشر، الاسكندرية، ١٩٨٠، ص٤٧.
٢. أمر الله البساطي : التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات)، دار جامعة ملك سعود للنشر، الرياض، ٢٠١٤م، ص١٧.
٣. أمر الله البساطي : قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاتها، الإسكندرية، منشأة المعارف، ١٩٩٨، ص٣.
٤. حسين جبار جاسم الدنيني : تأثير تمارين خاصة وفق تقسيم منطقة الجزاء لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية لحراس المرمى بكرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، ٢٠١٢، ص٦٧.
٥. حسين جبار جاسم الدنيني : تأثير تمارين خاصة وفق تقسيم منطقة الجزاء لتطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية لحراس المرمى بكرة القدم : رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، ٢٠١٢، ص٦٤.
٦. حنفي محمود مختار : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، مصر ١٩٩٤، ص ٢٢١ .
٧. ريسان خريبط مجيد: مناهج البحث في التربية الرياضية، جامعة البصرة، ١٩٨٧، ص ٤٤.
٨. سعد جلال ومحمد حسن علاوي : علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف، القاهرة، ١٩٨٢، ص١٠.
٩. سعد منعم الشبخلي وهافان رشيد، مصدر سبق ذكره، ٢٠١٢، ص١١٢ .
١٠. عامر ابراهيم : منهجية البحث العلمي، ط١، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، ٢٠١٢، ص ١٠ .
١١. علي عبد الأئمة كاظم: تأثير تمرينات المنافسة باستخدام مقومات متنوعة لتطوير بعض القدرات البدنية الخاصة والأداء المهاري للاعبين كرة السلة، رسالة ماجستير، كلية التربية الأساسية، جامعة المستنصرية، ٢٠٠٨.
١٢. فؤاد سليمان قلادة : الأهداف التربوية وتدريب المناهج، الإسكندرية، دار المطبوعات الجديدة، ١٩٨٩، ص١٧٧.
١٣. محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب : مصدر سبق ذكره، ١٩٩٩، ص١٤٤.
١٤. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس، القاهرة، ٢٠٠٠، ص٤٩.
١٥. مهند عبد الستار العاني: تأثير برنامج تدريبي مقترح لبعض الصفات البدنية والمهارية للاعبين كرة السلة للاعبين الناشئين، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، ٢٠٠١، ص٨١.
١٦. نوري الشوك ورافع الكبيسي : دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، بغداد، (ب).
١٧. هيلين وديع فرج : فن كرة الطائرة، القاهرة، ط١، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١٩٧٨، ص٦٥.
١٨. وجيه محجوب : طرق البحث العلمي ومناهجه، ط٢، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٨٨، ص١٣٣ .
١٩. مهند عبد الستار العاني: تأثير برنامج تدريبي مقترح لبعض الصفات البدنية والمهارية للاعبين كرة السلة للاعبين الناشئين، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، ٢٠٠١، ص٨١ .
٢٠. حنفي محمود مختار : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، القاهرة، ١٩٩٤م. ٢٠٠٢، ص٥٤ .
٢١. كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين : رباعية كرة اليد الحديثة، ج٣، ٢٠٠٢، ص ١٠١ .
٢٢. قاسم حسن حسين : اسس التدريب الرياضي، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٨، ص ٣٨.
٢٣. وجيه محجوب واخرون : نظريات التعلم والتطور الحركي، ط٢، بغداد، دار الكتب والوثائق، ٢٠٠٠، ص١٧٥ .
٢٤. عطا الله والقادر زيتوني وبن قاصد علي الحاج محمد : طرق ووسائل المتبعة لانتقاء المتفوق رياضيا ضمن الرياضة ودراسة، الجزائر، جامعة مستغانم، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، العدد السادس، ديسمبر، ٢٠٠٩، ص ٣٩٦.

المصادر الاجنبية:

- 1) Schmidt and Lee, Motor control and Learning, (IL. Human kentics, 2005), p.355.
- 2) Schmidt, A. Richard and GraigWrisberg; Motor Learning and Performance, (U.S.A. Human Kentics, Second Edition, 2000), p. 282.