مجلة الثقافة الرياضية

SPORTS CULTURE JOURNAL

Vol.17, No.1, (2026): 217-232.

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت

Tikrit University

IRAQI

Iraqi Academic Journals

DOI : https://doi.org/10.25130/sc.2026.17.1.13

ISSN: 2070 – 1234 / E - ISSN: 2616 – 5678

https://jsc.tu.edu.iq/index.php/jsc/index

The Effect of Composite (Cognitive-Skill) Exercises on Developing Passing and Shooting Skills for Junior Football Players

*Karrar Razzaq hameed

Ministry of Education, Directorate of Education of Al-Najaf Al-Ashraf

ARTICLE

Received: 3/3 / 2026

Revised: 18/ 4/ 2026

Accepted: 20/ 4/ 2026

Available online: 30 /6/ 2026

Keywords

- combined exercises
- cognitive skill
- passing skill
- shooting skill
- football

ABSTRACT

This research aims to develop combined (cognitive skill) exercises to improve the passing and shooting skills of junior football players. It also seeks to identify the impact of these cognitive-skill exercises on developing these skills. The researcher employed an experimental design with two equivalent groups, using pre- and post-tests. The main research sample consisted of 30 junior players representing Najaf Football Club during the 2025-2026 season. The players were randomly divided equally into two groups. The experimental group followed the combined (cognitive skill) exercises, while the control group followed the training method used by the coach. After extracting and processing the results using appropriate statistical methods, the researcher reached several conclusions, most notably that the combined (cognitive skill) exercises play an effective and influential role in developing the passing and shooting skills of junior football players. Based on these conclusions, the researcher recommends... With several recommendations, the most important of which is to emphasize the inclusion of combined (cognitive skill) exercises in the training units within the training curriculum for junior players in developing basic football skills.

Corresponding Author; Karrar Razzaq hameed

Ministry of Education , Directorate of Education of Al-Najaf Al-Ashraf

Email: mailto:Kararalazzam@gmail.com

© This is an open access article under the CC By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

تأثير تمرينات مركبة (إدراكية–مهارية) في تطوير مهارتي المناولة والتهديف للاعبي كرة القدم الأشبال

كرار رزاق حميد

وزارة التربية / مديرية تربية النجف الاشرف

تفاصيل المقال

تاريخ الاستلام: 3 /3 / 2026

النسخة المعدلة : 18/4/ 2026

تاريخ القبول: 20/4/ 2026

متوفر على الانترنت : 2026/6/30

الكلمات المفتاحية

- تمرينات مركبة
- إدراكية-مهارية
- مهارة المناولة
- مهارة والتهديف
- كرة القدم

الخلاصة

يهدف البحث الى إعداد تمرينات مركبة (إدراكية– مهارية) لتطوير مهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم للأشبال ، كذلك التعرف على تأثير التمرينات (الإدراكية–المهارية) في تطوير مهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم للأشبال ،واتبع الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبارين القبلي والبعدي،وعلى عينة البحث الرئيسة البالغ عددها والبالغ عددها (30) لاعباً شبلاً يمثلون نادي النجف بكرة القدم للموسم الرياضي (2025–2026)، اذ تم تقسيمهم على مجموعتين بالتساوي بطريقة عشوائية وبأسلوب القرعة ،واتبعت المجموعة التجريبية التمرينات المركبة (الإدراكية–المهارية) ، في حين اتبعت المجموعة الضابطة الأسلوب التدريبي المتبع من قبل المدرب, وبعد استخراج النتائج ومعالجتها بالوسائل الإحصائية الملائمة، توصل الباحث إلى مجموعة من الاستنتاجات أهمها للتمرينات المركبة (الإدراكية–المهارية) على دور فعال ومؤثر في تطوير مهارتي المناولة والتهديف للاعبي كرة القدم الأشبال ، وفي ضوء هذه الاستنتاجات أوصى الباحث بتوصيات عدة من أهمها هو التأكيد على إدخال التمرينات المركبة (الإدراكية–المهارية) في الوحدات التدريبية ضمن المنهج التدريبي للأشبال في تطوير المهارات الأساسية بكرة القدم .

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث

تمتلك لعبة كرة القدم شعبية جماهيرية كبيرة على نحو واسع في بلدان العالم، المختلفة وقد تطورت هذه اللعبة بشكل كبير وملحوظ في السنوات الأخيرة نتيجة للارتقاء بمستوى اللاعبين البدني والحركي والمهاري والنفسي، وهذا ما سعت اليه البحوث والدراسات العلمية في تحقيق هذا التطور، وتعددت أساليب تعلم المهارات الحركية التي تهدف جميعها إلى اكتساب الأداء الفني للمهارات وتطوير دقتها، ونتيجة ذلك فان البحث مازال قائماً ومستمراً في مجال لعبة كرة القدم عن الأساليب المستعلمة في ذلك لإيجاد وإعداد أفضل التمرينات لخدمة الأداء المهاري في هذه اللعبة، إذ تعد التمرينات الادراكية والمهارية من الأسس العلمية الصحيحة في تطوير المهارات الاساسية وذلك بتوجيه الاهتمام الكلي إلى مراحل تعلم المهارات الحركية الأساسية وإتباع خطوات عملية التعلم الحركي الصحيحة من حيث الابتداء بالسهل والتدرج إلى الصعب مما يسهل عملية الأداء المهاري إذ إن التدرج في الأداء يكون من السهل إلى الصعب وبناء كل تدريب على التدريب السابق له بصورة صحيحة مما يعني اكتساب الخبرات. (Al-Dulaimi, 2011)

وعلى هذا الأساس فان أهمية البحث تكمن في إعداد وتهيئة مجموعة من التمرينات الادراكية-المهارية بإتباع الأسلوب العلمي الصحيح في التدرج والانتقال من السهل إلى الصعب والعمل على اكتساب المتعلم الأداء الفني الصحيح وإدخال عامل لتشويق والإثارة لدى اللاعب الشبل من خلال إدخال تمرينات قد تعمل وتساعد في هذا الغرض بشكل أفضل من الأسلوب المتبع (الاعتيادي).

1-2 مشكلة البحث

من خلال خبرة الباحث واطلاعه وملاحظته لعملية تعلم المهارات الاساسية للاعبين الاشبال بكرة القدم، وجدو قلة استعمال التمرينات المركبة (الادراكية – المهارية) أو ادخالها ضمن الوحدات التعليمية لهذه الفئة العمرية ، وبالتالي قد ينعكس ذلك على حالة مستوى اللاعب والفريق ككل، ولهذا ارتأى الباحث ادخال تمرينات مركبة (ادراكية – مهارية) تتيح للاعبين الأشبال فرص اكتساب الأداء الفني لمهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم للأشبال وإتقانها ، وقد تحددت أهداف البحث بإعداد تمرينات مركبة (إدراكية- مهارية) لتطوير مهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم للأشبال ، كذلك التعرف على تأثير التمرينات (الإدراكية-المهارية) في تطوير مهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم للأشبال .

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

1-3 اهداف البحث

1- إعداد تمرينات مركبة (إدراكية- مهارية) لتطوير مهارتي المناولة والتهديف للاعبي كرة القدم الأشبال .

2- كذلك التعرف على تأثير التمرينات (الإدراكية-المهارية) في تطوير مهارتي المناولة والتهديف للاعبي كرة القدم الأشبال.

1-4 فروض البحث

1- هناك تأثير للتمرينات المركبة (الإدراكية- المهارية) في تطوير مهارتي المناولة والتهديف للاعبي كرة القدم الأشبال.

2- هناك افضلية في التأثير بين افراد المجوعتين وافضلية التأثير لصالح افراد المجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية .

1-5 مجالات البحث : تمثل المجال البشري بلاعبي نادي النجف بكرة القدم الاشبال للموسم الرياضي (2025-2026)، وكان وقت اجراء التجربة بتاريخ من 2025/12/1 لغاية 2026/3/28 , اما في ما يخص مكان تطبيق التمرينات المركبة الإدراكية-المهارية والتجارب الميدانية فقد اختار الباحث ملعب نادي النجف كرة القدم .

2- منهجية البحث وإجراءات الميدانية

2-1 منهج البحث

يعدَّ المنهج من العوامل المهمة التي يتبعها الباحث لحل مشكلته ويتم اختياره طبقاً لطبيعة المشكلة المراد دراستها إذ أن طبيعة المشكلة حتم على الباحث استخدام المنهج التجريبي لكونه يتلاءم وطبيعة مشكلة البحث، وبتصميم أسلوب المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبارين القبلي والبعدي .

2-2 مجتمع وعينة البحث :

تم تحديد مجتمع البحث بلاعبي اشبال نادي النجف بكرة القدم للموسم الرياضي (2025-2026)، والبالغ عددهم (30) لاعب واختارهم الباحث بالكامل للتجربة بطريقة الحصر الشامل ، اذ تم تقسيمهم على مجموعتين بالتساوي (15) لاعب لكل مجموعة بطريقة عشوائية وبأسلوب القرعة ، واتبعت المجموعة التجريبية التمرينات المركبة (الإدراكية-المهارية) ، في حين اتبعت المجموعة الضابطة الأسلوب التدريبي المتبع من قبل المدرب .

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

2-3 الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة في البحث

2-3-1 وسائل جمع البيانات

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- المقابلات الشخصية .
- الاختبارات والقياسات .
- استمارات خاصة لتسجيل نتائج الاختبارات للاعبين .

2-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة

1-ملعب كرة قدم قانوني بملحقاته.

2-كرات قدم قانونية عدد (20).

3-شواخص عدد(6).

4-هدف صغير أبعاده (110×63) سم.

5-شريط قياس(سم).

6-ساعة توقيت يدوية عدد(2).

7-أدوات مكتبية مختلفة (أوراق، أقلام ...الخ).

8-شريط لاصق ملون.

9-بورك.

10-حاسبة الكترونية يدوية عدد(1) نوع (Casio).

11-ميزان طبي(كغم) لقياس الوزن.

12-حاسبة الكترونية عدد (15) نوع ،(IIII)PENTIUM ESCORT .

13-استمارات تفريغ البيانات.

14-استمارات تقييم المهارات.

2-4 إجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 تحديد الاختبارات الخاصة بمهارتي المناولة والتهديف

اولاً :اختبار مهارة المناولة بكرة القدم

- **اسم الاختبار**: المناولة نحو الهدف صغير يبعد مسافة (12) متر. (Mufti, 1994)
- **الهدف من الاختبار**: قياس دقة المناولة.

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

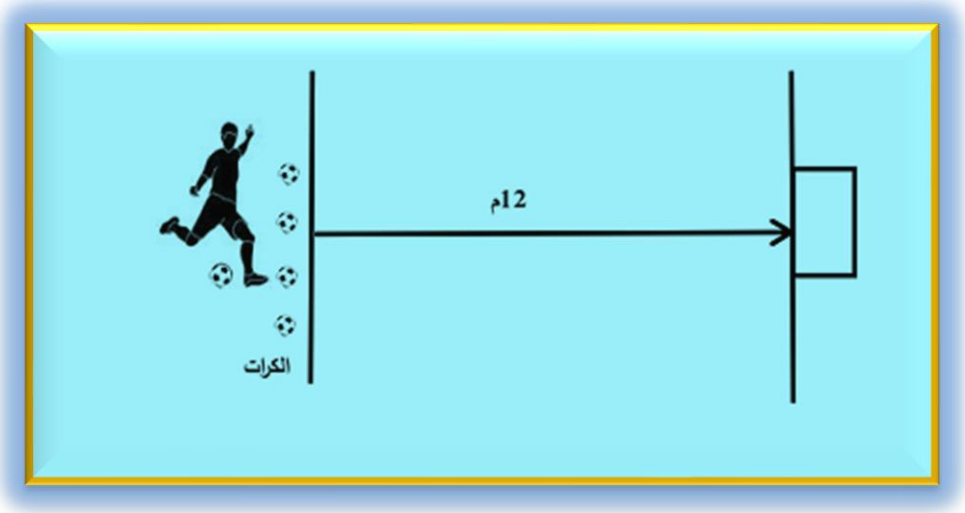
- **الأدوات المستعملة:** كرات قدم عدد(5)، هدف صغير أبعاده (110×63) سم، شريط قياس، بورك، استمارة تقييم .
- **إجراءات الاختبار:** يرسم خط للبداية بطول(1)متر وعلى مسافة(12)متر عن الهدف الصغير، وتوضع كرات ثابتة على خط البداية.
- **مواصفات الأداء:** يقف اللاعب خلف خط البداية موجهاً للهدف الصغير، ويبدأ عند إعطاء الإشارة بمناولة الكرات نحو الهدف لتدخل إليه، وتعطى لكل لاعب (5)محاولات متتالية.
- **طريقة التسجيل:** تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من مناولة الكرات الخمسة وعلى النحو **الآتي:**

1-درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل الهدف الصغير.

2-درجة واحدة إذا مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف.

3-صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير.

4-الدرجة الكلية للاختبار هي(10) درجات، وكما هو موضح في الشكل(1).



الشكل (1)

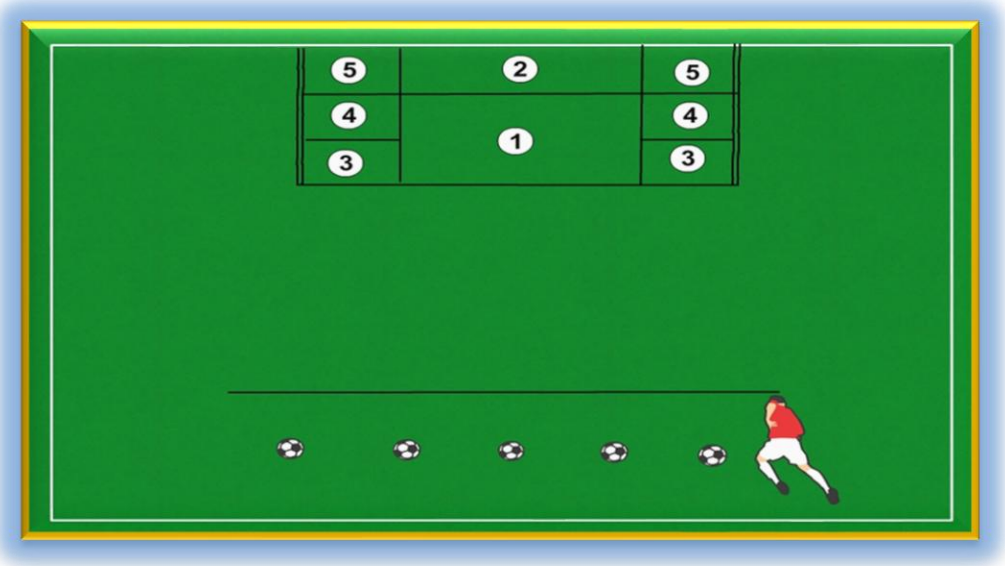
يوضح اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة (12) متر

2- اختبار مهارة التهديف

- **اسم الاختبار :** التهديف على مرمى مقسم إلى مربعات. (Mufti, 1994)
- **الهدف من الاختبار :** قياس دقة أداء مهارة التهديف بكرة القدم.

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

- **الأدوات المستعملة** : ملعب كرة قدم، شريط لتحديد منطقة التهديف للاختبار، توضع(5) كرات قدم في أماكن محددة من منطقة الجزاء، استمارة تقييم .
- **مواصفات الأداء** : يقف اللاعب خلف الكرة رقم(1) وعندما تعطى إشارة البدء يهدف الكرة إلى المرمى بوجه أو بداخل أو بخارج القدم الأمامي، ثم يكرر التصويب بالكرة رقم(2) وهكذا حتى ينتهي من تهديف الكرة رقم (5)على أن يأخذ اللاعب الوقت الكافي المناسب لتنفيذ التهديف.
- **طريقة التسجيل:** تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من تهديف الكرات الخمس بحيث تنال كل محاولة تهديف الدرجة المحددة في كل منطقة التي تذهب إليها الكرة على أن تحسب خطوط التقسيم ضمن المنطقة الأعلى درجة، وإذا كان التهديف من خارج حدود المرمى تكون درجة صفر.
- الدرجة الكلية للاختبار هي(25) درجة، وكما موضح في الشكل (2) .



الشكل (2)

يوضح اختبار دقة أداء مهارة التهديف بكرة القدم

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

2-4 التجربة الرئيسية

2-4-1 الاختبارات القبلية

أجريت الاختبارات القبلية للمهارات (المناولة ، والتهديف) بكرة القدم على عينة البحث (المجموعتين الضابطة والتجريبية) بتاريخ 2025/12/21 في الساعة في ملعب كرة القدم التابع لنادي النجف الرياضي، وتمت هذه الاختبارات بمساعدة فريق العمل المساعد (*) .

2-4-3 تنفيذ مفردات تمرينات (إدراكية-مهارية)

أعد الباحث مفردات تمرينات مركبة (إدراكية-مهارية) , وكان تنفيذ المفردات كما **يأتي:-**

1- بدأ تطبيق مفردات التمرينات الإدراكية-المهارية بتاريخ 2025/12/27 في أثناء الوحدات التدريبية وفي القسم الرئيس فقط وانتهت بتاريخ 2026/2/18, في ملعب كرة القدم التابع لنادي النجف الرياضي .

2- مدة التنفيذ الكلية(8) أسابيع.

3- عدد الوحدات في الأسبوع (2) وحدتين.

4- عدد الوحدات الكلية (16) وحدة تدريبية.

5-زمن الوحدة التدريبية (60) دقيقة.

6-اتبع الباحث التمرينات المركبة (الإدراكية-المهارية) مع المجموعة التجريبية.

8-اتبع لاعبو المجموعة الضابطة ، الأسلوب التدريبي المتبع من قبل مدرب الفريق * نفسه ، وبعدد الوحدات التدريبية نفسها وزمن الوحدة التعليمية كذلك .

9- ايام التدريب في فترة الاعداد وهي الجمعة والثلاثاء .

10-اتبعت في الوحدات التدريبية الخطوات الأتية في تطبيقها:-

- **القسم الرئيس** : وبلغت مدته (40) دقيقة ويتكون **من:-**

- **النشاط التعليمي** : وهو الجزء الذي يتم فيه عرض مهارات كرة القدم وتبلغ مدته (10) دقائق بعد الانتهاء من الجزء التحضيري ويقوم المدرب بتقديم المهارات للاعبين الاشبال، ويتم تطبيق النشاط التعليمي بعد الانتهاء من الجزء التحضيري، ويقف اللاعبون على شكل مربع ناقص ضلع، ويقوم المدرب بشرح المهارة المطلوبة وعرضها عليهم والاستماع إلى أسئلة اللاعبين على المهارة والإجابة عليها، وبعدها يقوم المدرب بتوزيع اللاعبين على مجموعات بحسب طبيعة التمرينات الادراكية – المهارية.

(*) ينظر الملحق (1) .

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

-**النشاط التطبيقي** : يقوم اللاعبون الأشبال بتطبيق ما تم عرضه عليهم من مهارات حركية في النشاط التطبيقي الذي تبلغ مدته(30) دقيقة، إذ يتم في هذه المجموعة تقسيم اللاعبين على مجموعات بحسب طبيعة التمرينات الإدراكية-المهارية، ويتم تطبيق المهارة عن طريق استعمال هذه التمرينات.

ج-**القسم الختامي** : وتبلغ مدته (10) دقائق وفي هذا الجزء من الوحدة التدريبية يقوم المدرب بإعطاء تمرينات تهدئة للجسم وألعاب صغيرة وبعد ذلك يسمح للاعبين الأشبال بالانصراف.

3-4-3 الاختبارات البعدية

أجريت الاختبارات القبلية للمهارات (المناولة، والتهديف) بكرة القدم على عينة البحث (المجموعتين الضابطة والتجريبية) بتاريخ 2026/2/22 في ملعب كرة القدم التابع لنادي النجف الرياضي،وتمت هذه الاختبارات بمساعدة فريق العمل المساعد .

3-5 الوسائل الاحصائية : اعتمد الباحث على الوسائل الاحصائية الاتية:

1-الوسط الحسابي.

2- الانحراف المعياري.

3- قانون (t) للعينات المتناظرة والمستقلة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية للمتغيرات قيد البحث .

3-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة للمتغيرات المبحوثة.

الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية

المجموعة	المتغير	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	نوع الدلالة
			سَ	±ع	سَ	±ع		
الضابطة	المناولة	درجة	4.49	1.09	6.89	0.98	4.96	معنوي
التجريبية	المناولة	درجة	5.533	0.498	8.021	0.35	7.056	معنوي
قيمة (t) الجدولية (2.77) مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)								

لمهارة المناولة بكرة القدم للمجموعتين الضابطة والتجريبية

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

3-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية للمتغيرات المبحوثة:

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة بين الاختبارات القبلية والبعدية لمهارة التهديف بكرة القدم للمجموعتين الضابطة والتجريبية

المتغير	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	نوع الدلالة
		سَ	±ع	سَ	±ع		
المناولة	درجة	6.89	0.98	8.021	0.35	6.325	معنوي
التهديف	درجة	15.29	1.26	20.67	1.13	8.124	معنوي
قيمة (t) الجدولية (2.15) مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28)							

3-1-3 عرض نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين للمتغيرات المبحوثة:

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة للاختبارات البعدية بين افراد المجموعتين للمتغيرات المبحوثة

المجموعة	المتغير	وحدة القياس	القبلي		البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	نوع الدلالة
			سَ	±ع	سَ	±ع		
الضابطة	التهديف	درجة	10.95	1.48	15.29	1.26	4.34	معنوي
التجريبية	التهديف	درجة	11.83	1.42	20.67	1.13	9.67	معنوي
قيمة (t) الجدولية (2.77) مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)								

4-2-2 مناقشة نتائج :

من خلال النتائج التي عرضت في الجداول (1و2) التي تبين وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لمهارات (المناولة، والتهديف) بكرة القدم للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبارات البعدية، ويعزو الباحث سبب هذه الفروق في نتائج ضمن المجموعة الضابطة وللمهارات جميعها إلى أسلوب المدرب المتبع قد أظهر كفاية وتأثير عن طريق مجموعة التمرينات المنفذة في الوحدات التدريبية والمنظمة من حيث الزمن المخصص والتكرار ، إذ أن من الأمور الطبيعية لعملية التدريب هو أن يكون هناك تطور في الأداء المهاري ما دام المدرب يتبع الخطوات والأسس السليمة لعملية التدريب والتمرن على الأداء المهاري الصحيح والتركيز عليه لحين ترسيخه وثباته ، ومن خلال

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

المحاولات التكرارية يعتمد على خطوات تبدأ من الشرح والعرض للمهارة المطلوب تعلمها وبعدها التمرين على المهارات يكون على شكل محاولات تكرارية وترافق هذه المحاولات التغذية الراجعة إلى اللاعبين الأشبال بشكل فردي أو جماعي على ضوء أدائهم ، وإن الزيادة التدريجية لمجموعة المحاولات في التمرين التكراري قد رسم الأداء وثبته في ذهن اللاعب الشب مما يعزز تطوير الأداء وإتقانه ، فضلاً عن أن الشرح والعرض والتمرين على هذه المهارات وتسلسلها على وفق مبدا التدرج والتغذية الراجعة جاءت منسجمة مع أسلوب المدرب المتبع ، وبذلك" تحقق مبدأ مهم جداً من مبادئ التدريب هو مبدأ التدرج في التعلم من الاكتساب إلى الاحتفاظ وصولاً إلى الثبات وهذا هو التطور الطبيعي للتعلم الحركي". (Khayoun, 2002)

أما ما يخص نتائج المجموعة التجريبية فيعزو الباحث سبب الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية إلى فاعلية التمرينات الإدراكية المهارية التي اتبعتها في أثناء الوحدات التدريبية المخصصة لها ، إذ أن طبيعة التمرينات المركبة (الإدراكية المهارية) التي أعدها الباحث أدت إلى تشجيع اللاعب وتدريبه من خلال استعمال التنوع في هذه التمرينات في أثناء التطبيق العملي للمهارات الأمر الذي جعل من العملية التدريبية مشوقة وممتعة بحيث تم التخلص من حالة الملل والضجر التي قد يتعرض إليها اللاعب الشبل عند استعمال الأسلوب المتبع معه والذي يبتعد في جوانبه عن التشويق والإثارة، إذ توجد "أساليب عدة لإثارة دوافع المتعلم نحو الفعالية أو اللعبة لتعلم مهاراتها وممارستها ومن هذه الأساليب هي تسهيل فرص التعلم الحركي ووضوح الهدف المناسب لتعلم المهارة وتطويرها، فضلاً عن التوازن في إشباع حاجات المتعلم" (Al-Dulaimi, 2011)، لأن الدافع شرط ضروري لتعلم المهارة، إذ كلما كان الدافع لدى المتعلم قوياً كلما اقترب من الأداء الجيد الذي لا يحتاج إلى جهد ووقت كبيرين، وهذا ما تم تأكيده في أن "تنظيم التمرينات المهارية وتنوعها وزيادة عدد محاولاتها يساهم في إضفاء جو جديد يثير لدى المتعلم نوعا من المتعة والاندفاع نحو أداء هذه التمرينات وتكرارها دون أن تثير لديه مشاعر الملل أو الضجر"(Adnan, 2007)

كما ويعزو الباحث سبب معنوية الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح البعدية إلى إيجابية التمرينات المركبة (الإدراكية المهارية) ، إذ إن استعمالها ضمن الوحدات التدريبية أسهم مساهمة فعالة في تطوير أداء المهارات ، لأن هذه التمرينات تُعد "من الأساليب العلمية الحديثة التي يكون فيها المتعلم محور العملية التعليمية مما يزيد من دافعيته نحو عملية التعلم، فضلاً عن إنها تعمل على توفير وقت كافي لتطبيق وتقديم المعلومات وتصحيح الأخطاء مما أتاح فرصة اكبر للتدريب على المهارة".(Shibl, 2001) ، فضلا عن ذلك زودت التمرينات الإدراكية اللاعب الشبل بمعلومات تكفي

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

ضمان حصوله على خبرة قيمة وذلك يضمن اتجاهاته في استعماله لقدراته، وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن التمرينات الإدراكية هي" إحدى الوسائل المهمة للتعلم والأداء المهاري، وتظهر أهميتها من خلال إحساس اللاعب بحركة أجزاء جسمه وبالأداة (الكرة) ، ومدى السيطرة على تغير وضع الجسم بالكرة أو من دون كرة وفقاً لما يتطلبه الواجب الحركي ، " إذ تتطلب العضلات العاملة في كل مهارة من مهاراتها قوة معينة للأداء الحركي تبعاً للانقباضات العضلية وما تتضمنها من إحساس بالجهد العضلي وسرعة الحركة والتوازن" (Abdel-Fattah & Hassanein, 1997) ، فضلاً عن المواقف المتغيرة في لعبة كرة القدم والإيقاع السريع، تتطلب إدراكا واسعاً لطبيعة مجريات اللعبة، كالمسافات والأزمنة والمكان وسرعة الدحرجة وقوة المناولة والتهديف ودقتها.

ومن خلال ملاحظة نتائج الجداول (1و2) التي تبين وجود فروق معنوية في نتائج الاختبارات البعدية لمهارات كرة القدم (المناولة، والتهديف) للمجموعتين الضابطة والتجريبية ، إذ كانت الأفضلية لصالح المجموعة التجريبية , ويعزو الباحث ذلك إلى إن التمرينات الإدراكية المهارية أعطت للاعب الشبل الفرص الكافية للاعتماد على نفسه في الأداء المهاري، وهذا كله يعتمد على سلامة الحواس لأن معظمها تؤدي دوراً مهماً في تعلم المهارات الحركية الرياضية سواء في أثناء تعلمها أم التدريب عليها وهي تتداخل وتشترك معا ليتم التطور الحركي السليم، إذ "يتأثر تعلم المهارات الحركية وتطوير أدائها تأثراً بالغاً بسلامة الحواس وحدتها، فلكي يمارس المتعلم أو اللاعب مهارة معينة يجب أن يدركها إدراكاً جيداً حتى يقف على جوانبها ودقائقها، والإدراك ما هو إلا ترجمة للإحساسات فكلما كانت الحواس البصرية والسمعية والحس حركية سليمة كان الإدراك دقيقاً وبالتالي كانت الممارسة صحيحة والتعلم فعالاً."(Al-Fadhli, 2007)

كما يعزو الباحث سبب الأفضلية للمجموعة التجريبية , إلى ملائمة التمرينات الادراكية-المهارية ، الأمر الذي ساعد أفراد مجموعة على فهم وإدراك التفاصيل الدقيقة للمهارات وتطبيقها بالرجوع للمحكات والواجبات الخاصة بكل مهارة للوصول إلى الأداء المهاري السليم لكل منها اعتماداً على مبدأ التغذية الراجعة الذاتية، لكي يكون للاعب الشبل الإدراك الكامل بتفاصيل المهارة وهذا يتفق مع ما تم ذكره في أن " الأحاسيس تؤدي دوراً مهماً في التوافق الحركي للمهارة والتنسيق بين الجهاز العضلي والعصبي مما يوفر الإحساس بالجهد والمقاومة عند أداء المهارة وإنَ التعرف على المعالجة يسهم في سهولة وانسياب الأداء الحركي للمهارة" (Arab & Kadhim, 2009)، فضلاً عن أن"حاسة اللمس تقدم معلومات حول أشكال المواد المختلفة وأحجامها ونوعية سطحها، وأجهزة التوازن تقدم معلومات مهمة

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

للتمرينات البدنية التي تشمل الميل والدوران حول محاور الجسم المختلفة" (Al-Talib & Al-Wais, 1993).

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

بناءً على نتائج البحث التي تم التوصل اليها في حدود مجتمع البحث أمكن التوصل الى الاستنتاجات الآتية: -

1- للتمرينات المركبة (الإدراكية-المهارية) دور فعال ومؤثر في تطوير مهارة المناولة بكرة القدم للأشبال.

2- للتمرينات المركبة (الإدراكية-المهارية) دور فعال ومؤثر في تطوير مهارة التهديف بكرة القدم للأشبال.

3- حققت المجموعة التجريبية تفوقاً في الاختبارات البعدية في مهارتي المناولة والتهديف على حساب افراد المجموعة الضابطة.

التوصيات

في ضوء الاستنتاجات التي توصل لها الباحث يوصون بعدة توصيات :-

1- التأكيد على إدخال التمرينات المركبة (الإدراكية-المهارية) في الوحدات التدريبية ضمن المنهج التدريبي للأشبال في تطوير وبعض مهارات كرة القدم.

2- التأكيد على إجراء دورات تطويرية مستمرة لمدربي كرة القدم في مدارس الموهبة الرياضية لغرض اطلاعهم على أحدث التمرينات الادراكية وتدريبهم على كيفية تطبيقها على لاعبيهم.

3- التأكيد على إجراء دراسات أخرى لمهارات كرة القدم الأخرى ومهارات الألعاب الرياضية الفردية والجماعية باستعمال التمرينات المركبة الإدراكية المهارية وعلى عينات أخرى ولكلا الجنسين.

References

1. Abdel-Fattah, Abu Al-Ala Ahmed & Hassanein, Mohammed Sobhi (1997). *Physiology and Morphology of Sport and Methods of Measurement and Evaluation* (1st ed.). Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
2. Adnan, Ban (2007). *The Command and Practice Styles for Individuals with Situational Anxiety and Their Effect on Learning Some Basic Skills on the Balance Beam and Retention in Artistic Gymnastics*. PhD Dissertation, University of Baghdad, Faculty of Physical Education.
3. Al-Dulaimi, Nahida Abdul Zaid (2011). *Selections in Motor Learning*. Najaf: Dar Al-Diya for Printing and Publishing.

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

4. Al-Fadhli, Sareeh Abdul Karim (2007). *Applications of Biomechanics in Training and Motor Performance*. Baghdad: House of Books and Documents.
5. Al-Talib, Nizar Majid & Al-Wais, Kamil Taha (1993). *Sports Psychology*. Baghdad: Dar Al-Hikma for Printing and Publishing.
6. Arab, Mohammed Jassam & Kadhim, Hussein Ali (2009). *Sports Psychology* (1st ed.). Najaf: Dar Al-Diya for Printing and Design.
7. Khayoun, Yarub (2002). *Motor Learning Between Theory and Application*. Baghdad: Al-Sakhra Printing Office.
8. Mufti, Ibrahim (1994). *New Trends in Skill and Tactical Preparation for Soccer Players*. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
9. Shibl, Faiza Mohammed (2001). *The Effect of a Proposed Program Using the Divergent Style on Learning Some Volleyball Skills*. PhD Dissertation, Tanta University, Faculty of Physical Education.

ملحق (1)

يبين أسماء فريق العمل المساعد

ت	الاسم	مكان العمل
1	د. محمود ناصر راضي	جامعة الكوفة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	د. مصطفى سلمان كاظم	جامعة الكوفة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	م.م كرار عبد هادي هاشم	مديرية تربية محافظة النجف الاشرف

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

ملحق (2)

يبين نموذج من الوحدات

المجموعة : التجريبية العدد : (15) لاعب

الهدف التدريبي :تطوير أداء (المناولة) زمن القسم الرئيس : (40) دقيقة

أقسام الوحدة	الوقت	الفعاليات والمهارات الحركية	الملاحظات
القسم الرئيس	40 د		
الجزء التعليمي	10 دقائق	شرح طريقة اداء التمرينات الإدراكية المهارية بالتركيز على الانظمة التمثيلية من قبل مدرب الفريق.	التأكيد على فهم اللاعبين للنواحي الفنية للأداء مع الانتباه لشـــرح وعرض المهارات
الجزء التطبيقي	30 دقيقة		
	5 دقائق	– يقف لاعبين المسافة بينهما(3) أمتار على خط واحد, ويبدأ التمرين بحركة اللاعبين بدحرجة الكرة سوية إلى الأمام لمسافة(10) أمتار ثم العودة من دون أن يسبق أحدهما الأخر.	التأكيد على التزامن بالحركة
	5 دقائق	–يقف لاعبين المسافة بينهما(3) أمتار على خط واحد , ويبدأ التمرين بمناولة الكرة واستلامها بين اللاعبين مع حركتهما سوية إلى الأمام لمسافة(10) أمتار ثم العودة من دون أن يسبق أحدهما الأخر.	التأكيد على دقة المناولة وإدراك المسافة
	5 دقائق	–يقف لاعبين أثنين أو ثلاثة لاعبين داخل دائرتين قطر كل دائرة (1) متر والمسافة بين الدائرتين(3) أمتار, عند الإشارة يتحرك كل لاعب ليأخذ مكان زميله في الدائرة المقابلة.	التأكيد على دقة المناولة وإدراك المسافة
	5 دقائق	–يقف لاعبين لدى أحدهما كرة داخل دائرتين قطر كل دائرة (1) متر والمسافة بين الدائرتين (3)أمتار, عند	التأكيد على دقة المناولة وإدراك المسافة

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

		الإشارة يناول اللاعب الكرة إلى زميله الذي يخمد الكرة بعد استلامها على الأرض ويتحرك كل لاعب بدحرجة كرة ثانية ليأخذ مكان زميله في الدائرة المقابلة.	
	5 دقائق	–يقف لاعبين لدى كلاهما كرة داخل دائرتين قطر كل دائرة (1) متر والمسافة بين الدائرتين (3)أمتار, عند الإشارة يناول اللاعب الكرة إلى زميله الذي يخمد الكرة بعد استلامها على الأرض ويتحرك كل لاعب بدحرجة كرة ثانية ليأخذ مكان زميله في الدائرة المقابلة.	التأكيد بالحفاظ على المسافة ودقة المناولة

- تعطى دقيقة واحدة للراحة بين تمرين وآخر.

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0