

فاعلية التدريب المدمج على تنمية الإدراك الحس حركي (المسافة، الزمن) لناشئ كرة اليد

بحث تجريبي اجري على لاعبي فريق واد سلي لكرة اليد اقل من 15 سنة

مرسلي العربي، معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضة، جامعة شلف - الجزائر
عدي صالح، معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضة، جامعة ورقلة - الجزائر

ملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التدريب المدمج مواقف اللعب على تنمية الإدراك الحس حركي (المسافة-الزمن)، وافترض الباحث تأثير تمارين مواقف اللعب ايجابيا على تنمية بعض الإدراك الحس حركية وقد استخدم المنهج التجريبي، وشملت عينة البحث 34 لاعب بطريقة عمدتي، 16 لاعب لعينة تجريبية طبق عليها البرنامج باستراتيجية التدريب المدمج في مدة 8 أسابيع (ميكروسيكل) في فترة المنافسة الأولى حيث اعتمدنا في هذا البرنامج على طريقة التدريب بأسلوب مواقف اللعب والتي يحتوي على مجموعة تمارين تتشابه مع مواقف المنافسة الحقيقية التي يمكن إن يواجهها اللاعب أثناء المباريات، و16 لاعب أخر كعينة ضابطة طبق عليها البرنامج التقليدي اعتمادا على طريقة التدريب المنفصل والذي لا يحقق العلاقة مع السيناريو الحقيقي الذي يواجهه اللاعب أثناء المنافسة، وتوصل إلى تحسن في نتائج معظم الاختبارات للمجموعة التجريبية في اختبارات الإدراك الحسي حركي، ولذا التأثير الايجابي للإدراك الحس حركي على تطوير بعض المهارات الأساسية، ويوصى باستخدام برامج التدريب العقلي ووضعها في برامج تعليمية، إذ تساهم في تسهيل تعلم واكتساب وإتقان المهارات الأساسية في رياضة كرة القدم وخاصة الناشئين وصغار السن، كما يوصى ببعتماد برامج التدريب بمواقف اللعب لما له من فائدة في تحسين مستوى الإنجاز.

الكلمات المفتاحية: تمارين مواقف اللعب- الإدراك الحسي حركي- الأداء المهاري

Abstract:

The object of our research consists the effect of ntegr training programmed on the improvement of some perception sensori motour (spatio temporally) also shows the relation between the perception sensorimotour and the performance skill on the football for the young players who are less then 14years old Wherewe have adopted in our study this topic on the sample purely community consists of 30 players from the emerging team MCSAIDA under14 years oldwere selected by deliberatemanner. They were selected by intentional method 15 player as experimental community applied contextual training programmed which take 8 weeks (8 microcycle) in the first half period of competition wherewe have adopted inthis pragramon the contextual training methodthat contains exercisear similar to the real competition that can befaced by the playerinthe positions of real competition (positions - solutions) and make a good decisions in situations for the game 15 players as controls community applied by the traditional program depending on the training to separate method that does not allow to make the relationship with the real scenario for the game.it shows positive improvement in the result of the experimental group of perception (sensoriMotour) tests than the results improvement positive impact of perception kinesthetic sense (space-time) to develop some basic skills, As conclusions we advise coach to use the cognitive training which facilitate apprentissage ship opportunity and also it recommended the adoption of contextual training programs because itsinterest in improving the level of achievement

Keywords: contextual training method - perception sensoriMotour- technical skills – football

مقدمة وإشكالية البحث:

إن للمهارات العقلية دورا رئيسا في السلوك الحركي اليومي للإنسان بصورة عامة والمهارات الأساسية الخاصة باللعبة التي يمارسها الرياضي بصورة خاصة ومنها كرة القدم، وذلك من خلال الإقلال من الحركات الزائدة والاقتصاد بالجهد المبذول ودقة في اتخاذ القرار من خلال معلومات دقيقة وبرامج حركية متنوعة مخزونة في الذاكرة مما يؤدي إلى حصول الاستجابة الحركية الدقيقة وبالتالي الوصول إلى اللعب المتكامل الذي تحتاجه لعبة كرة اليد. وتعد لعبة كرة اليد من الألعاب التي يكون محيطها وفيرا بالمتغيرات والمتغيرات، وهي تحتاج إلى عمليات عقلية ذهنية (مثل الانتباه، التركيز، الإحساس، الإدراك، كما إن " خصائص كل نوع من أنواع الرياضات تؤكد على نوع معين من عمليات الإدراك والإحساس (وجيه محجوب، 1989، ص32)، كما يشير (Harra) على أن التدريب العقلي يعتبر أحد الأساليب الحديثة المستخدمة في اكتساب المهارات الحركية و تطويرها إلى جانب الإعداد للمنافسة والتي تتطلب قدرا كبيرا من استخدام المهارات النفسية و العقلية وإصدار القرارات لما يجب التركيز عليها خلال التدريب قبل الوصول إلى المنافسة (Harra,1994,p56)، حيث يعد الإدراك الحس حركي جانب من جوانب التدريب العقلي واحد الإبعاد المهمة في لعبة كرة اليد وتظهر أهميته في إحساس اللاعب بحركة أجزاء جسمه بالأداء (الكرة) ومدى السيطرة على تغيير وضع الجسم مع الكرة أو بدونها وفقا لم يتطلبه الواجب الحركي، إذ تتطلب العضلات العاملة في كل مهارة من مهارتها قوة معينة للأداء الحركي تبعا للانقباضات العضلية وما تتضمنها من أحساس بالجهد العضلي وسرعة الحركة والتوازن، إذ أن الإدراك الحس حركي لدى اللاعب ناتج عن تطور إمكانيات الفرد في التعامل مع المتغيرات أثناء الأداء في المباراة كالزملاء والمنافسين بالإضافة إلى الكرة وجميعها مثيرات متحركة ومتغيرة، وبالنظر إلى طبيعة الأداء في كرة اليد حيث يشكل الأداء المهاري مجموعة من الأداءات الحركية المندمجة بالكرة وبدونها والتي يتطلب تنفيذها من اللاعب قدرات بدنية ومعرفية نفسية تتكامل مع الإخراج هذا الأداء بالصورة والشكل المناسب لمواقف اللعب، حيث يؤكد (Jospiph). على نجاح حركات اللاعب بامتلاكه الإدراكات المناسبة، إذ تعطيه القابلية على اكتشاف أفضل الحركات المناسبة وقابلية التوافق الحركي (Jospiph Mercier,2002,p61). حيث إن عملية التدريب المخططة تعمل على تعليم تنمية و تطوير هذه القدرات لدى اللاعبين أثناء الوحدة التدريبية من خلال وضع اللاعبين في مواقع لعب تشبه المواقف الحقيقية أثناء المباراة بمجموعة تمارين تعمل على تنمية مقدرة اللعب على فهم وإدراك متغيرات اللعب وكيفية الاستجابة لحل المشكلات أثناء المباراة الأمر الذي يسمح باللاعب باكتساب خبرات معرفية تسمح له بالتصرف السليم. ، نحن نتفق مع Turpin والذي يفكر باننا المدربين عليهم بإيجاد وطرق تدريب ووضعيات تتوفر على موصفات المنافسة لا من حيث النوعية ولا من حيث الكمية يبحثون على المجودات التي يتطلبها لاعب كرة القدم من سرعة تتناسب مع تنفيذ لقطات اللعب ومن مهارات تقنية التي يمكن أن يقدمها اللاعب أثناء المنافسة ضد الخصم وبمشاركة الزملاء . (Turpin,1998,p65), إلا أن الباحث ومن خلال خبرته الميدانية ومن متابعته لبعض فرق الناشئين وجد أن أغلب المدربين يركزون في مفردات مناهجهم التدريبية على تطوير الجانب البدني والجانب المهاري، وقلة اهتمام بعض المدربين على تطبيق الأساليب العلمية المتضمنة تطوير المهارات العقلية الأساسية ضمن مناهجهم التدريبية لازالوا يعتمدون على أساليب وطرق تقليدية في عملية التكوين اعتمادهم على طريقة التدريب المنفصل واختيارهم مجموعة تمارين منفصلة غير مشوقة تربطها علاقة بسيطة بواقع اللعب.

من هنا نستخلص أنه هناك اختلاف كبير بين حقيقة اللعب ووسائل التحليل المنتهجة من قبل مدربي الشباب الأمر لدى دفعنا إلى اتجاه إلى هذه الدراسة من خلال اقتراح برنامج تدريبي اعتمدنا فيه على مجموعة تمارين بأسلوب مواقف اللعب تعمل على تنمية الإدراك الحس حركي للاعبين من أجل القيام بالواجبات مهارية والخطوية الموكلة لهم، وعليه نطرح التساؤل الرئيسي التالي :
أثر فاعلية التدريب المدمج على تنمية الإدراك الحس حركي (المسافة، الزمن) لناشئي كرة اليد أقل من (15 سنة) ؟

ويتفرع هذا السؤال إلى الأسئلة التالية:

- هل تؤثر فاعلية التدريب المدمج ايجابيا في تنمية الإدراك الحس حركي (المسافة) لناشئي كرة القدم ؟
- هل تؤثر فاعلية التدريب المدمج ايجابيا في تنمية الإدراك الحس حركي (الزمن) لناشئي كرة القدم ؟

أهداف البحث:

الهدف العام:

- معرفة تأثير التدريب المدمج على تنمية الإدراك الحس حركي (المسافة، الزمن) لناشئي كرة اليد أقل من (15 سنة).

الأهداف الفرعية:

- معرفة تأثير التدريب المدمج على تنمية الإدراك الحس حركي (المسافة) لناشئي كرة اليد
- معرفة تأثير التدريب المدمج على تنمية الإدراك الحس حركي (الزمن) لناشئي كرة اليد

فرضيات البحث:

- الفرضية العامة

تؤثر فاعلية التدريب المدمج ايجابيا على تنمية الإدراك الحس حركية (المسافة، الزمن) لناشئي كرة اليد أقل من (15 سنة)

- الفرضيات الفرعية:

- تؤثر فاعلية مواقف اللعب ايجابيا على تنمية الإدراك الحس حركي (المسافة) لناشئي كرة اليد
- تؤثر فاعلية مواقف اللعب ايجابيا على تنمية الإدراك الحس حركي (الزمن) لناشئي كرة اليد
أهمية البحث: محاولة التغلب على القصور في البرامج التدريبية العادية باقتراح برنامج تدريبي باستخدام مجموعة لمواقف اللعب الحقيقية في تنمية الإدراك الحس حركي (المسافة، الزمن)

الخلفية النظرية

تشهد السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام بالمجال التطبيقي لعلم النفس الرياضي وأصبح من المؤلف تخصيص برامج لتدريب المهارات النفسية مع تطوير المهارات الحركية والقدرات البدنية والنواحي الخطوية (بترس.1991ص142)، الشيء الذي نلمسه في علم النفس المعرفي كاتجاه معاصر لعلم النفس يهدف إلى كشف هذه القوى النفسية والعقلية وطبيعة عملها من تفسيرها. ضبطها وتطويرها وتحسينها عند الاضطراب وتنظيم العمليات العقلية في اكتساب المعرفة عدة خطوات منها الانتباه الإدراك التعلم والذاكرة التي تعتبر من أهم العمليات العقلية بالنسبة للإنسان وضوابطه السلوكية في ضوء علاقته الصميمة بمجتمعه الذي يعيش فيه. باعتباره كائن يرتب. وينضم ذكرياته وفق لإطارات المجتمع العامة بالإضافة إلى مجتمعه الخاص (مصطفى غالب 1995)

الدراسات السابقة والمثابها:

- دراسة زهرة شهاب أحمد، سوزان سليم داود، إياد صالح (2002): هدف البحث إلى التعرف على علاقة التوافق الحركي والإدراك الحس حركي بمستوى الأداء المهاري على أجهزة الجمناستيك الفني

لطلبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية /جامعة بغداد /الجادرية .استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي واشتملت عينة البحث على طالبات كلية التربية الرياضية جامعة بغداد المرحلة الدراسية الثانية قسم العلوم التطبيقية والمتكونة من 35 طالبة وقد توصل الباحثون من خلال النتائج بعد التحليل الإحصائي إلى وجود علاقة ارتباط غير معنوية بين التوافق والإدراك الحس حركي ومهارات الجمناستيك، في ضوء مناقشة النتائج توصل الباحث إلى عدة استنتاجات -الإدراك الحس حركي له دور كبير في رفع مستوى الأداء المهاري لمهارات الجمناستيك الفني إلا أن النتائج أظهرت بوجود علاقة ارتباط غير معنوية ما بين الإدراك الحس حركي ومستوى الأداء المهاري مما حمل الباحث على وضع مجموعة من التوصياتومنها بناء منهاج تدريبي لتطوير التوافق والإدراك الحس حركي وذلك لرفع مستوى الأداء المهاري في الجمناستيك الفني للطالبات - دراسة رابحة محمد لطفى (1996): بعض متغيرات الإدراك الحس حركي المهمة في دقة التصويبة الثلاثية في كرة السلة تهدف إلى التعرف على متغيرات الإدراك الحس حركي المهمة في التصويبة الثلاثية في كرة السلة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي للائمه لطبيعة إجراءات البحث و قياسات هو ذلك على عتبة اختيرت بطريقة الحصر الشامل و كان عدد في (30) ناشئة من مجتمع ناشئات كرة السلة بالمحافظة الشرقية و التي تتراوح أعمارهم من (15-18) سنة، وأسفرت نتائج الدراسة إلى:

1- وجود علاقات ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بدقة التصويبة الثلاثية واختبارات الإدراك الحس حركي (الذراع أماما و عاليا . قوة الدفع بالقدم و الذراع)

ومرجحة الساعد عن المرفق 60 والإحساس بالتوازن و الزمن، وإدراك الانتباه وإدراك نصف القوة . والإشارة للهدف على الحائط، وإدراك المسافة الجانبية والأمامية ومرور الذراع أعلى القوس.

2- أهم تغيرات الإدراك الحس حركي المهمة في دقة التصويب الثلاثية كانت على التوالي. (أدراك نصف القوة، قوة الدفع للذراع، مرجحة الساعد عن المرفق ، والإشارة للهدف على الحائط . مرور الذراع أعلى القوس ، و بلغت نسبة مساهمة هذه المتغيرات 48.78 % وفي الأخير يوصى الباحث على تدريب ناشئات كرة السلة على تنمية الإدراك الحس حركي لديهن بصفة عامة و تنمية المتغيرات ذات الدلالة والمهمة في دقة التصويبة الثلاثية بصفة خاصة ، باعتبار أن التصويب هو المحطة الحقيقية للأداء

إجراءات البحث الميدانية

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج التجريبي وتتمثل استخدامنا للمنهج التجريبي صيغتنا لمفردات البرنامج التدريبي المقترح بتوظيف الوحدات التدريبية كمتغير منتقل لهذا البحث بينما تمثل المتغير التابع في تنمية بعض الادراكات الحس حركية (المسافة،الزمن)

- مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية والمتمثلة في فريق واد سلي لكرة اليد تحت 15 سنة ناشئين والتي يبلغ عددهم 34 لاعب حيث قام الباحث بتقسيم العينة إلى عينة تجريبية وعينة ضابطة بطريقة عشوائية بتتحية حراس المرمى وعددهم 2. طبق البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة التجريبية بعد عرضه على مجموعة من الخبراء في مجال التدريب الرياضي كما طبق البرنامج التقليدي على العينة الضابطة، والتي أشرف عليها المدرب المساع د وقد تم إجراء التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة لعينة البحث وذلك بدراسة بعض المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير وأكدت الدراسات السابقة حيث راعى الباحث مدى تجانس العينتين في ما يخص الطول، الوزن .

مجالات البحث:

المجال البشري: تمثلت عينة المجموعتين الذين استخدمهم البلعث في لاعبي فريق واد سلي لكرة اليد صنف الناشئين تحت 15 سنة والمكون من 34 لاعب تم اختيارهم بطريقة عمدية وقسمت العينة إلى قسمين بطريقة عشوائية 16 لاعب كعينة تجريبية و 16 لاعب كعينة ضابطة مع تنحية حراس المرمى **المجال الزماني:** لقد امتدت فترة العمل التجريبي منذ لقاء المشرف حتى نهاية فترة المنافسة الأولى إلى مرحلتين أساسيتين هما

المرحلة الأولى: تمثلت في انجاز التجربة الاستطلاعية والتي اجريا فيها الاختبار القبلي يوم 11/10/2014 وبعد أربعة أيام أجرينا الاختبار البعدي 14/10/2013 على نفس المجموعة والتي تمثلت في لاعبي فريق حماية المدنية

المرحلة الثانية: والتي تمثلت في الدراسة التجريبية الرئيسية والتي امتدت ما بين 23/10/2014 إلى غاية 20/01/2014 حيث تم فيها تطبيق وحدات البرنامج التدريبي المقترح مع إجراء الاختبارات **المجال المكاني:** أجريت كل الاختبارات القبلية والبعديّة بالإضافة إلى الوحدات التدريبية في الملعب واد سلي الشلف.

الأسس العلمية للاختبارات:

صدق المحكمين:

لقد شرع الباحث في القيام باستطلاع آراء عدد من الأساتذة والدكاترة والمدربين إلى جانب الاعتماد على المراجع ر بغرض التحليل والتفكير المنطقي في اختيار اختبارات الإدراك الحسي الحركي والاختبارات المهارية وامتدت هذه المرحلة من 10 أبريل 2014 إلى 30 أبريل 2014 حيث نظمت في استمارة استبنايه عرضت على (8) محكمين وذلك لأجل تحديد أدق الاختبارات الموجهة لقياس المتغير التابع المستهدف من البحث وللتحقق من صدق الاختبارات المستخدمة استعان الباحث بأراء الخبراء والتحقق من الصدق الظاهري وقد حصلت على تأييد أغلبية المحكمين

ثبات الاختبار:

لإعطاء الاختبارات ثباتا بالاعتماد على اختبار 'ت' ستودنت باعتمادنا على الاختبارات البعدية وعلى قيمتين sig ومقارنتها عند مستوى الدلالة 5 % .وبالنظر إلى مستوى المعنوي للاختبارات الإدراك الحسي حركي (المسافة –الزمن) (القفز العمودي – الركضة التقريبية – الخطوة الجانبية- تقدير الزمن 8 ثا) نجد القيم التالية (0.21 ، 0.12 ، 0.35 ، 0.65) وبما إن كل القيم اكبر من 0.05 فإننا نحتمل H_0 والتي مفادها عدم وجود اختلاف معنوي مما يؤكد الاختيارات تتمتع بدرجة ثبات عالية

صدق الاختبار:

من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا معامل الصدق الذاتي باعتباره اصدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار (نبيل عبد الهادي،1990ص171) وقد تبين أن الاختبارات تتمتع بدرجة صدق ذاتي عال

موضوعية الاختبار:

إن بطارية الاختبارات المستخدمة في هذا البحث سهلة وواضحة الفهم وغير قابلة لتأويل إذ أن الاختبار ذا الموضوعية الجيدة هو الاختبار الذي يبعد الشك وقد تم استعمال الاختبارات ضمن الوحدات التدريبية وهذا ما يمنحها موضوعية ومصداقية جيدة

الجدول رقم (01): يبين نتائج اختبار تجانس العينة المستقلة

الاختبارات		اختبار T لتساوي المتوسطات					
المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	T ستودنت	درجة الحرية	الدلالة معنوية	مجال الثقة للفرق عند 95 %	
						أعلى	أسفل
0.62	1.16	0.41	-1.02	7	0.21	0.20-	0.32
1.05	2.05	0.55	-1.40	7	0.12	0.23-	0.65
0.12	0.35	0.12	-0.24	7	0.35	-0.24	0.17
0.85	1.16	0.41	-1.22	7	0.56	-1.22	0.72

مواصفات الاختبارات

اختبارات الإدراك الحسي حركي
 أولا- اختبار الإدراك الحسي حركي لمسافة القفز العمودي
 ثانيا- اختبار الإدراك الحس حركي بمسافة الركضة التقريبية
 ثالثا- اختبار الإدراك الحسي حركي لمسافة الجانبية
 رابعا- اختبار الإدراك الحسي الحركي بتقدير الزمن (8 ثا)
 الوسائل الإحصائية: قد اعتمد الباحث في معالجته على نظام (19-spss) وقد اعتمدنا على المعادلات الإحصائية التالية:- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار ليفن لاختبار تساوي التباينات - اختبار الفرضية حول الفرق بين متوسط مجتمعين مستقلين تباينهما غير معلوم اختبار (T)

عرض ومناقشة نتائج البحث

نتائج الاختبارات القبليّة لعينة البحث

الجدول رقم (02): يوضح مدى التباين بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في نتائج اختبارات القبليّة للإدراك الحس حركي والمهارات الأساسية باستخدام اختبار T لتساوي المتوسطات

الاختبارات		اختبار T لتساوي المتوسطات					
المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	T ستودنت	درجة الحرية	الدلالة معنوية	مجال الثقة للفرق عند 95 %	
						أعلى	أسفل
0.86	2.61	0.67	1.28	14	0.22	0.58-	2.31
0.86	4.62	0.67	0.72	14	0.48	1.69-	3.42
1.20	3.89	1.00	1.19	14	0.25	0.95-	3.35
0.07-	0.66	0.17	0.46-	14	0.65	0.44-	0.29

من خلال الجدول يتبين لنا فالنظر إلى قيمة T نجد أن قيمة دلالة المعنوية أساسية لاختبارات الإدراك الحس حركي الخاصة بالمسافة والزمن القفز العمودي- الركضة التقريبية- المسافة الجانبية-تقدير

الزمن 8 ثا (0.22 ، 0.48 ، 0.25 ، 0.65)، مما يجعلنا نقبل بـ H_0 مفادها عدم وجود فروق معنوية لمعنى عدم وجود اختلاف وهذا كذلك ما يؤكد مجال الثقة حيث نجد أن قيم 0 لكل المجالات مما يدل على تجانس العينتين لهما نفس التباين

نتائج الاختبارات الإدراك الحسي حركي القبلي والبعدي لعينة البحث

اختبارات الإدراك الحس حركي

الجدول رقم (03) يبين نتائج الاختبارات القبلي و البعدي لعينة البحث في اختبار الإحساس بالقفز

العمودي الركضة التقريبية المسافة الجانبية تقدير الزمن(8ثا)

الدلالة	درجة الحرية	T	اختبار العينة					*مستوى الدلالة 0.05		
			مجال الثقة للفرق % 95		خطا معياري متوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
			أعلى	أسفل				قبلي-بعدي	العينة التجريبية	الفقر العمودي
0.00	14	4.28-	2.92-	8.80-	1.36	5.30	5.86-	قبلي-بعدي	العينة التجريبية	الفقر العمودي
0.94	14	0.07-	3.82	4.09-	1.86	7.15	1.33-	قبلي-بعدي	العينة الضابطة	
00	14	8.33-	12.6-	21.3-	2.04	7.90	17-	قبلي-بعدي	العينة التجريبية	الركضة التقريبية
0.5	14	0.68-	2.67	5.20-	1.84	7.11	1.26-	قبلي-بعدي	العينة الضابطة	
00	14	7.25-	7.23-	13.3-	1.41	5.84	10.26-	قبلي-بعدي	العينة التجريبية	المسافة الجانبية
0.71	14	0.37-	1.59	2.25-	0.89	3.47	0.33-	قبلي-بعدي	العينة الضابطة	
0.03	14	3.61-	0.18-	0.72-	0.12	0.48	0.45-	قبلي-بعدي	العينة التجريبية	تقدير الزمن 8 ثا
0.29	14	1.09-	0.39	1.22-	0.37	1.46	0.41-	قبلي-بعدي	العينة الضابطة	

من خلال الجدول الذي يبين مقارنة نتائج الاختبار القبلي والبعدي لعينة البحث في اختبار الإحساس بالقفز العمودي . المسافة بالمسافة

المجموعة التجريبية: بالنظر إلى المستوى المعنوي لاختبار الإحساس بالقفز العمودي الركضة التقريبية. المسافة الجانبية . بتقدير الزمن (8 ثا)، نجد أن قيمة الدلالة تساوي (0.00-0.00-0.00) (0.03) وهي أصغر من قيمة 0.05 فإننا لا نقبل H_0 والتي مفادها أنه يوجد اختلاف معنوي ما بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي، وهذا ما يؤكد كذلك مجال الثقة للفرق عند 95 % حيث نجد أن قيمة 0 لا تنتمي للمجال (-8.80 / -2.92) (-21.37 / -12.62) (-13.30 / -7.23) (-0.72 / -0.18) (0.39 / 1.22-)

المجموعة الضابطة: بالنظر إلى المستوى المعنوي اختبار الإحساس بالقفز العمودي. الركضة التقريبية. المسافة الجانبية . بتقدير الزمن(8ثا)

نجد أن قيمة الدلالة تساوي 0.94 - 0.50 - 0.71 - 0.29 وهي أكبر من قيمة 0.05 فإننا نقبل H_0 والتي مفادها أنه لا يوجد اختلاف معنوي ما بين الاختبار القبلي والبعدي. وهذا ما يؤكد كذلك مجال الثقة للفرق عند 95% حيث نجد أن قيمة 0 لا تنتمي للمجال (- 4.09 - 3.83) (- 2.67/5.20) (- 1.59 / 2.25) ومما يؤكد النتائج السالفة الذكر الفرق بين المتوسط الحسابي للمجموعتين التجريبية والضابطة حقق أحسن متوسط حسابي وهذا راجع إلى تطبيق البرنامج التدريبي بشكل أحسن مما هو عليه مقارنة مع البرنامج التقليدي المطبق على العينة الضابطة

نتائج المقارنة لاختبارات الإدراك الحسي حركي البعدية لعينة البحث
عرض وتحليل نتائج اختبار الإدراك الحسي حركي
الجدول رقم (05): عرض وتحليل نتائج اختبار الإدراك الحسي حركي والاختبارات المهارية البعدية

		اختبار T لتساوي المتوسطات						
مجال الثقة للفرق عند 95		الدلالة معنوية	درجة الحرية	T ستودنت	الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	المتوسط	
أعلى	أسفل							
8.55	4.64	0.00	14	7.25	0.90	3.52	6.60	القفز العمودي
21.4	11.76	0.00	14	7.36	2.25	8.72	16.6	الركضة التقريبية
9.72	4.62	0.00	14	6.13	1.17	4.55	7.20	المسافة الجانبية
13.47	8.52	0.00	14	9.13	1.21	4.71	0.04-	تقدير الزمن (ثا)
1.63-	3.69-	0.00	14	5.13-	0.54	2.11	2.8-	المناولة المرتدة
1.45	3.60	0.00	14	5.10	0.65	2.16	3.50	التصويب

بعد إجراء اختبارات الإدراك الحسي حركي والاختبارات المهارية البعدية قام الباحث بمعالجة النتائج المتحصل عليها إحصائياً وذلك باستخدام اختبار المتوسطات وذلك بمقارنة قيمة الدلالة المعنوية ومقارنتها بمستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 30 وكذلك القراءة عند مجال الثقة 95% كما هو موضح في الجداول التالية .

من خلال الجدول (05) يبين لنا بالنظر إلى مستوى المعنوية لاختبار T لتساوي المتوسطات نجد أن قيمة الدلالة المعنوية اختبار الإحساس بمسافة القفز العمودي الركضة التقريبية - المسافة الجانبية- الزمن (ثا) وهي (0.00-0.00-0.00-0.00) أقل من قيمة 0.05 مما يجعلنا لانقبل H_0 والتي مفادها وجود فروق معنوية بمعنى وجود اختلاف وهذا كذلك ما يؤكد مجال الثقة حيث نجد أن قيمة 0 غير موجودة في مجال الثقة وعلى هذا التحصل الإحصائي يأخذ الباحث بالتفسير المقترح كون أن متوسط الفرق لعينة البحث ضابطة وتجريبية له دلالة إحصائية هناك فروق لصالح العينة التجريبية وهذا راجع إلى تطبيق البرنامج التدريبي باستخدام تمارين مواقف اللعب ومما يؤكد النتائج السالفة الفرق بين المتوسط الحسابي للمجموعتين التجريبية والضابطة لهذا الاختبار أين يتبين حقق أحسن متوسط حسابي وهذا راجع إلى تطبيق البرنامج التدريبي بشكل أحسن مما هو عليه مقارنة مع البرنامج التقليدي المطبق على العينة الضابطة، وقد يعزنا ذلك لمجموعة التمارين المختارة من المدرب والتي تعمل على تنمية الادر اكات الحسي حركية بالمسافة والزمن ومن خلال التدريب المستمر بتطبيق برنامج التدريب العقلي المصاحب للتدريب المهاري الذي أسهم في سرعة عملية التعلم وامتلاك اللاعبين لمستقبلات حس حركية جيدة للمسافة والزمن وه ذا ما يئكده حنفي مختار 1993 على أهمية أدراك للمسافة والزمن (مختار 1993ص59)

مناقشة فرضيات البحث

الفرضية الأولى: تؤثر فاعلية التدريب المدمج ايجابيا على تنمية الإدراك الحس حركي(المسافة) لناشئي كرة القدم أقل من (14 سنة).

مناقشة الفرضية الأولى: إن النتائج التي توصلت إليها الدراسة تثبت صحة فرضية البحث الأولى حيث يوضح الجدول (03) إن هناك قيم اصغر من قيمة 0.05 في اختبار (الإحساس بالقفز العمودي - الركضة التقريبية - المسافة الجانبية) والتي لا تقبل H_0 في نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في جميع الإدراك الحس حركي للمسافة ولصالح الاختبار البعدي .

يوضح الجدول (03) أن هناك قيم أكبر من قيمة 0.05 في اختبار الإحساس بالقفز العمودي- الركضة التقريبية - المسافة الجانبية) والتي لا تقبل H_0 في نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الإدراك الحس حركي للمسافة والتي تدل على عدم وجود اختلاف ، ويعز الباحث ذلك في نتائج التجربة الضابطة على عدم تكامل المناهج التدريبية وافتقارها التخطيط السليم مع التقسيم الغير متكافئ

لغرض تنمية القدرات العقلية ومنها قدرات الإدراك الحس حركي من خلال تقديم وحدات تدريبية بأسلوب التدريب المنفصل والذي لا يعمل على التعامل على المثيرات الموجودة في المباراة كالزملاء والمدافعين والكرة وجميعها مثيرات متحركة ومتغيرة التي تساعد على التعرف على الموقف الحركي

بالسرعة الممكنة، أما بالنسبة لنتائج المجموعة التجريبية والتي كان ايجابية من خلال استعمال أسلوب مواقف اللعب والتي تعطي أهمية لتنمية القدرات العقلية فضلا عن التدريب المستمر والمتواصل الذي أدى إلى زيادة قدرة اللاعب على التركيز ودقة الأداء المهاري وهذا بدوره يؤدي إلى تنمية عملية الإدراك المكاني وهذا ما يؤكد ماكس مايار آدا كلما زادت فترات التدريب وتشابهت مع المواقف التي

يوجهها اللاعب أثناء المنافسة بالنسبة للاعب كلما زادت خبرته وتجربته وإدراكه لمواقف اللعب المختلفة (ماكس مايار . 1994ص17) كما يؤكد حاسم محمد القيسي أن اللاعب يستطيع عن طريق الإدراك تحديد المكان المناسب لاستقبال الكرة وكيفية التصويب والتمرير وغيرها من مواقف اللعب المختلفة (القيسي 200ص63) عليه النتائج المتحصل عليها تؤكد صحة الفرضية الأولى

الفرضية الثانية: تؤثر فاعلية التدريب المدمج ايجابيا على تنمية الإدراك الحس حركي(تقدير الزمن 8ثا) لناشئي كرة القدم أقل من (14 سنة).

مناقشة الفرضية الثانية: إن النتائج التي توصلت إليها الدراسة تثبت صحة فرضية البحث الأولى حيث توضح الجداول (04) إن هناك قيم اصغر من قيمة 0.05 في اختبار الإحساس (تقدير الزمن 8ثا) والتي تقبل لا H_0 في نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الإدراك الحس حركي للزمن

ولصالح الاختبار البعدي . يوضح الجدول (04) أن هناك قيمة أكبر من قيمة 0.05 في اختبار الإحساس (تقدير الزمن 8ثا) والتي تقبل H_0 في نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الإدراك الحس حركية للزمن ولصالح الاختبار البعدي والتي تدل على عدم وجود اختلاف ، ويعز الباحث ذلك في نتائج التجربة

الضابطة على أن هنالك خلل واضحا في عملية إعطاء الوحدات التدريبية وهذا ما يؤكد لنا أن المدربين يركزون في تدريباتهم على تدريبات منفصلة ويهملون جوانب أخرى مما يؤثر في تنمية قدرات الحس حركية الزمنية، أما بالنسبة لنتائج المجموعة التجريبية والتي كان ايجابية من خلال استعمال تمارين مواقف اللعب والتي تعطي أهمية لتنمية القدرات العقلية فضلا عن التدريب المستمر والمتواصل الذي أدى إلى زيادة قدرة اللاعب على التركيز وهذا بدوره يؤدي إلى تنمية عملية الإدراك الزماني

باعتبارها تمارين تعمل على تنمية كل حواس الجسم في التعامل مع المثيرات المتغيرة أثناء التمرين

وتكراره من ناحية التعرف عليها وتأويلها وإدراكها بشكل دقيق وه ذا ما يساعده في التعرف على الموقف الحركي أثناء المنافسة والذي بدوره يسهل عملية اتخاذ القرار الملائم للموقف الحركي والذي بدوره يسهل عملية اتخاذ القرار الملائم للموقف الحركي وبالسرعة المطلوبة وه ذا ما تؤكد دراسة أحلام شلبي 1978 حيث أشارت إلى أن التدريب يساعد على تحسين تقدير المسافة والزمن. كما أن الإحساس بتقدير الزمن يحتاج إلى فترة زمنية أكبر لتنميتها من الإحساس بتقدير الأزمنة الأكبر (شلبي. 1997. ص 97) واتضح للباحث أهمية التدريب تحت ضغط ظروف المباراة ومتغيراتها وعليه النتائج المتحصل عليها تؤكد صحة الفرضية الثانية

الاستنتاجات:

- هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية، بين العينة التجريبية و الضابطة وهي لصالح العينة التجريبية حيث اتضح أن قيمة الدلالة المعنوية اصغر من قيمة 0.05 والتي لا تقبل بـ H_0 لاختبارات الإدراك الحسي حركي للمسافة (اختبار الإحساس بالقفز العمودي – الإحساس بمسافة الركضة التقريبية - الإحساس بمسافة الوثب الجانبية)
- هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة وهي لصالح العينة التجريبية حيث اتضح أن قيمة الدلالة المعنوية اصغر من قيمة 0.05 والتي لا تقبل H_0 لاختبارات الإدراك الحسي حركي للزمن (تقدير الزمن (8 ثا))
- اقتراحات مستقبلية:** من خلال ما توصل إليه البحث من نتائج واستنتاجات يوصي بما يلي
- ضرورة خلق توازن بين أسلوب التدريب المدمج وأسلوب التدريب المنفصل
- ضرورة الاهتمام باختبارات الإدراك الحسي حركي و الاختبارات المهارية قبل وإثناء وبعد تنفيذ أي برنامج
- إجراء بحوث مشابهة باستخدام أسلوب مواقف اللعب كفاعلية هذا الأسلوب على الأداء الخططي

المصادر و المراجع

- إبراهيم زكي خطابية. (1996). موسوعة الكرة الطائرة الحديثة . القاهرة: دار الفكر العربي.
- إبراهيم شعلان عمر أبو المجد. (1996). أسس بناء كرة القدم الشاملة. مكتبة الأكاديمية.
- إبراهيم شعلان. (1989). كرة القدم بين النظرية والتطبيق والإعداد البدني في كرة القدم.
- إبراهيم وجيه محمود. (1995). أسس التعلم ونظرياته وتطبيقاته. الإسكندرية: دار المعارف.
- أبو العلا عبد الفتاح، أحمد نصر الدين السيد. (2003). قسيولوجيا اللياقة البدنية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- أبو العلا عبد الفتاح. (1985). بيولوجيا الرياضة . القاهرة: دار الفكر العربي.
- أبو علاء أحمد عبد الفتاح و إبراهيم شعلان، (1994)، فيزيولوجيا التدريب في كرة القدم، دار الفكر العربي.
- أبو الفتاح إبراهيم شعلان. (1993). فسيولوجية تدريب كرة القدم. القاهرة : دار الفكر العربي.
- أمر الله البساطي. (1980). التدريب والإعداد البدني. مصر: مطبعة الإسكندرية.
- احمد عزت راجح. (1977). أصول علم النفس. ط11. القاهرة : دار المعارف
- أحمد امين. (1992). علم النفس الرياضي – مبادئه و تطبيقاته، ألفنيه للطباعة و النشر، الإسكندرية .
- أمين أنور الخولي و أسامة كامل راتب. (1982)، التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة.

- أمين أنور الخولي و أسامة كامل راتب،(2007)، نظريات و برامج التربية الحركية للأطفال، دار الفكر العرب
- أحمد صقر عاشور.(1989).السلوك الإنساني في المنظمات. الاسكندرية:الدار الجامعية للطباعة والنشر .
- أحمد سيد مصطفى.(2005). إدارة السلوك التنظيمي : رؤية معاصرة لسلوك الناس في العمل .القاهرة.
- أسامة كامل راتب.(1999) . تدريب المهارات العقلية. القاهرة : دار الفكر.
- الحيلة محمد محمود. (2003)، الألعاب التربوية و تقنيات إنتاجها سيكولوجيا و تعليميا. عمان: دار المسيرة.
- العتو احمد عزت راجح. (1977). أصول علم النفس.ط11.القاهرة :دار المعارف.
- العيسوي عبد الرحمن .(1974). علم النفس الفسيولوجي. بيرزت: دار النهضة العربية.
- العيسوي عبد الرحمن.(2000).بين النظرية و التطبيق. عمان :دار النشر للتوزيع.
- العيسوي عبد الرحمن.(2000). علم النفس الفسيولوجي- دراسة في تفسير السلوك الإنساني.الاسكندرية :دار المعرفة الجامعية.
- الزيات فتحي .(1998)، صعوبات التعلم الاسس النظرية والتشخيصية والعلاجية.مكتبة النهضة المصرية.
- الين وديع فرج.(1996). خبرات في الألعاب للصغار و الكبار . الاسكندرية :منشأة المعارف الإسكندرية
- بطرس رزق الله. (1994). طرق التدريب في مجال التربية الرياضية. العراق: جامعة بغداد.
- بطرس رزق الله. (1992). متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية. مصر : مطبعة الإسكندرية.
- Abernethy et al .(2001). expertise and perception of kinematic and situational probability information .
- Dellal et Coll.(2008).entrainement a la performance en football édition De Boeck collk science et practice de sport
- Dellal, a. (2008). l entrainement a la performance. debook.
- DOUCET, C. (2002). FOOTBALL ENTRAINMENT TACTIQUE. PARIS: -OMPHORA.
- Jurgan, w. (1995). manuel entrainement. paris: vigot.
- Jones .S and Drust .B (2007) psychological and technical de monde of 4/4 and 8/8 game in elet youth soccer player
- Karin Bui.(2000). l'introductiona la psychologie du sport. paris : edchiron .
- lambertin, f. (2000). football preparation physique integrie. paris: omphora.
- Lewin, a. w. (2002). junior football. paris: flammarion ..
- MERCIER, G. (2006). football comprendre et pratique faire savoir pour savoir faire

- Serge Nicolas .(2003) la psychologie cognitive Arnaud Colin .Edition Paris.
- Seguin, f. g. (2004). football initiation et perfectionnement des jeunes.paris: omphora.
- Tturpine, b. (2002). preparation et entrainementde footballeur. omphora.