

مشكلة البحث وأهميته :

لقد كان للتطور العلمي والتقدم الحاصل أثره الكبير في مختلف مجالات الحياة وفي أغلب دول العالم حيث ان هذا الأثر لم يأتي ارتجالاً او كان وليد الصدفة بل انه جاء من جراء الأبحاث واستخدام الوسائل العلمية والقدرات الحركية الخاصة في كل جانب من جوانب الإعداد الرياضي المتكامل للاعب او الفريق وخاصة انه ترك أثر فاعلاً في مجال واسع ورحب كمجال التربية الرياضية ، لهذا فأن المستويات الرياضية المختلفة أخذت التطور بشكل واضح وملحوظ ولاسيما في كرة القدم التي تعد إحدى الألعاب الرياضية الشعبية والجمهيرية والعالمية المحببة بين ممارسيها كونها تمارس في أغلب الأماكن وفي أي ظروف ، إذ يمارسها الأطفال والناشئون والشباب والنساء وكبار السن أيضا وهذا ما جعلها أن تأخذ تلك الصفة ، ولأهميتها تم إدخالها في مناهج معاهد وكليات التربية الرياضية في جميع أنحاء العالم لغرض تخريج أجيال من القادة والمختصين في التدريب والتحكيم والتعليم ، وعند دخول كرة القدم في البطولات والدوريات العالمية أخذت أغلب دول العالم بأعداد فرقها لغرض الفوز في البطولات والتنافس للحصول على الأوسمة والكؤوس الرياضية .

والمقصود بالتدريب الرياضي للناشئين هو خلق قاعدة عريضة للمقدرة الرياضية ولهذا يجب أن يبدأ تدريب الناشئين في السن الذي يسمح بالتنمية القصوى لقدراتهم المختلفة حيث أن التدريب الحديث في مختلف الأنشطة الرياضية يهدف إلى الوصول باللاعب لأرقى مستويات الأداء خلال المباراة ، حيث يتطلب الأداء بعض من القدرات البدنية والمهارية الخاصة وتعد العامل الحاسم في كسب المباريات عند تساوي المستوى والأداء بين الفرق .

والمقصود (مفهوم) التدريب الرياضي للناشئين هو خلق قاعدة عريضة للمقدرة الرياضية ولهذا يجب أن يبدأ تدريب الناشئين في السن الذي يسمح بالتنمية القصوى لقدراتهم المختلفة حيث أن التدريب الحديث في مختلف الأنشطة الرياضية يهدف إلى الوصول باللاعب لأرقى مستويات الأداء خلال المباراة ، وهناك العديد من المفاهيم التي تدخل ضمن مفهوم القدرات أو المتطلبات الحركية البدنية والمهارية والتي تبدو في ظاهرها متباينة إلا أنها تلتقي في المضمون ، فقد أصبح من الصعب حصر هذا المفهوم وتحديدده لأنه يشمل الفرد من جميع نواحيه البدنية والمهارية النفسية والأستعداد الرياضي لتحقيق المتطلبات والقدرات الخاصة بالألعاب الرياضية.

وعلى الرغم من أختلاف وجهات النظر بين العلماء والباحثين في تحديد مكونات القدرات البدنية والمهارية إلا أنها في النهاية تصب في مجرى واحد ، ولا تختلف عن بعضها فهي ترتبط بالتمرينات التي يؤديها اللاعب ومقدرته على بذل مجهوده البدني والمهاري ، وبما أن لعبة كرة القدم من الألعاب التي يحتاج فيها اللاعب سرعة حركية عالية ومجهوداً بدنياً ومهارياً كبيراً ، فهي تتميز بتغيرات مستمرة لحجم وقيم مستوى الجهد المبذول حتى يمكن إجراء مختلف أنواع الركض والتصويب وهذه الفعاليات تختلف أختلاف متبايناً على طول مدة اللعب من حيث شدة وحجم الجهد الذي ينجم عنه الأداء .

ويتفق محمد علاوي ومارك ايفانس **Mark evans (1994)** على أن تنمية القدرات البدنية والمهارية يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتنمية المهارات الحركية الأساسية وأنه لا يستطيع الفرد الرياضي إتقان المهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الذي يتخصص منه في حالة أقتقاره للقدرات البدنية والمهارية الضرورية لهذا النشاط ، ويضيف بأن الطابع المميز للمهارات الحركية الأساسية للنشاط التخصصي هو الذي يحدد القدرات البدنية والمهارية الضرورية التي يجب تنميتها وتطويرها للوصول إلى أعلى مستوى ممكن . (21:66)

أما الدقة بصورة عامة هي إحدى الكلمات التي كثيراً ما نستخدمها في حياتنا العامة ونطلقها على الأشياء التي نريد أتمامها على أكمل وجه ، وتطلق هذه الكلمة بالمجال الرياضي على اللاعبين عندما نحتاج إلى بعض من الحركات او القدرات الحركية إلى الدقة او (دقة التصويب) نحو المرمى وفي أي زاوية مناسبة عكس اتجاه او

حركة حارس المرمى لإحراز الهدف المطلوب ، وأن كلمة دقة تعني القدرة على توجيه الحركات الأرادية التي يقوم بها الفرد نحو هدف معين ، وتوجيه الحركات الأرادية نحو هدف محدد او معين يتطلب كفاءة عالية في الجهازين العصبي والعضلي ، فالدقة تتطلب سيطرة كاملة على العضلات الأرادية لتوجيهها نحو هدف وبأتجاه معين ، كما يتطلب الأمر أن تكون الأشارات العصبية الواردة الى العضلات في الجهاز العصبي محكمة التوجيه .

ولقد اختلفت الآراء بشأن معنى الدقة وذلك يرجع الى تميزها بالطابع المركب نظراً لإرتباطها الوثيق بكل من الصفات الجسمية من جهة وصفات تكنيك الأداء الحركي من جهة أخرى ، وتعرف " بأنها قدرة الفرد على التحكم في حركاته الأرادية نحو هدف معين" .

تعد الدقة عاملاً أساسياً ومهما في أغلب المهارات الحركية المكونة للفعاليات الرياضية المختلفة ، إذ أن عدداً كبيراً من مهارات الألعاب الرياضية تعتمد على الدقة في إحراز نقطة او أصابة الهدف ومن ثم تحقيق الفوز ، وفي كرة القدم الدقة تعني الكفاءة في أصابة الهدف ، إذ أنها عامل مهم ويتوقف عليها أصابة الهدف وبالتالي حسم المباراة وتحقيق الفوز وهو المطلوب في كرة القدم ، ويجب ان تقاس الدقة عن طريق تصويب الكرة على المرمى بصورة صحيحة ومتقنة بالقدم ويجب ان يكون التصويب بدقة كافية وأن التركيز في التصويب هام جداً.

(٨٠:٨٦)

ويقسم شمت ورسبرج Schmidt and wrisberg (٢٠٠٠)

الدقة الى عدة أنواع وهي :

(١) الدقة المكانية : نوع من الدقة يتطلب حركات هادفة نسبة الى الموقع المكاني لنقطة نهاية الحركة .

(٢) الدقة الزمنية : نوع من الدقة يتطلب سرعة حركية نسبة الى الدقة في زمن الحركة ، ويشار اليها غالباً بدقة التوقيت .

ويضيف محمد حسنين (١٩٧٩) " أن الدقة تعني الكفاءة في أصابة الهدف" .

ويفضل التدريب على دقة التصويب سواء من الحركة او من الثبات وأتقانها ليتسنى للفريق ضمان إنهاء الهجوم الفعال بالتصويب الدقيقة نحو المرمى بشكل ناجح وفعال ، فأذ ما فشل اللاعب بصورة عامة في إحراز الأهداف فإن جهود الفريق جميعها والتي أوصلت اللاعب في الفريق الواحد واللاعب المهاجم بشكل خاص الى وضع التصويب المناسب تذهب سدى ، هذا فضلاً عن فقدان الفريق فرصة إحراز الأهداف وحسم نتيجة المباريات لصالح الفريق ، ومن هنا جاءت أهمية البحث في التعرف على : تأثير برنامج تدريبي على تطوير بعض القدرات الحركية المرتبطة بدقة التصويب لدى ناشئي كرة القدم في العراق .

من العرض السابق ومن خلال المسح المرجعي والدراسات العلمية التي تناولت تنمية القدرات الحركية في كرة القدم إلا أن هذه الدراسات وقراءاتها النظرية لم تتطرق إلى تنمية القدرات الحركية المرتبطة بدقة التصويب في كرة القدم ، وفي حدود علم الباحث ومن خلال متابعته لمباريات كرة القدم للناشئين في العراق ، لاحظ ارتفاع معدلات التصويب في المباريات مع قلة الأهداف الناجحة. ومن خلال سؤال المدربين عن أسباب سوء نتائج المباريات وقلة الأهداف أوعزوا ذلك إلى أسباب قد يكون منها عدم اهتمام المدربين بتنمية دقة التصويب من الأماكن المختلفة بل وقد صرح البعض أنه قد تصل الأسباب إلى وجود قصور في تنمية القدرات الحركية المرتبطة بدقة التصويب في كرة القدم ، وأن برامج التدريب الموضوعة من المدربين ليست على أسس علمية سليمة ، مما دفع الباحث للقيام بهذا البحث كمحاولة لتقديم بعض الحلول العلمية المناسبة للتغلب على تنمية القدرات الحركية المرتبطة بدقة التصويب في كرة القدم تحت ١٦ سنة في العراق .

ومما سبق يتضح أن للبحث أهمية كبيرة في العمل على تطوير بعض القدرات الحركية المرتبطة بدقة التصويب لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة في العراق ، مما يؤدي إلى تنمية دقة التصويب من الأماكن والزوايا المختلفة والعمل على تحسين عدد الأهداف في المباريات.

هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير برنامج تدريبي على تطوير بعض القدرات الحركية المرتبطة بدقة التصويب لدى ناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة في العراق من خلال :-

- ١ . تصميم برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض القدرات الحركية للاعبين كرة القدم تحت ١٦ سنة .
- ٢ . التعرف على مستوى تطور القدرات الحركية المرتبطة بدقة التصويب قيد البحث لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة لكرة القدم في العراق .
- ٣ . التعرف على مستوى دقة التصويب لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة في العراق .
- ٤ . التعرف على العلاقة بين بعض القدرات الحركية ودقة التصويب لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة في العراق .

فروض البحث :

١. توجد فروق دالة احصائياً بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض القدرات الحركية المرتبطة بدقة التصويب لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة في العراق لصالح القياس البعدي .
٢. توجد فروق دالة احصائياً بين نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في دقة التصويب لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة في العراق لصالح القياس البعدي .
٣. توجد علاقة بين بعض القدرات الحركية ودقة التصويب في كرة القدم تحت ١٦ سنة في العراق .

١١ تدريب الناشئين بكرة القدم :

يعد التدريب الرياضي أحد علوم التربية البدنية والرياضية التي جرى الأهتمام بها بشكل كبير، له أسس ومبادئ ثابتة يجب الأهتمام بها والأعتماد عليها في بناء البرامج التدريبية والوصول باللاعبين إلى المستويات العليا .
(١٠:٩٨)

والتدريب الرياضي هو عملية أعداد اللاعبين من جوانب متعددة أي أنه عملية تربوية هادفة موجهة ذات تخطيط علمي لإعداد اللاعبين بمختلف مستوياتهم على وفق قدراتهم (براعم ، ناشئين ، متقدمين) أعداداً متعدد الجوانب بدنياً ومهارياً وفنياً وخططياً ونفسياً للوصول إلى أعلى مستوى ممكن .
(١٢:٢٤)

وتستمر عملية التدريب طوال حياة الفرد بصورة عامة وفقاً لإحتياجاته كفرد وكعضو بالمجتمع ، والتدريب وسيلة وليس غاية في حد ذاته فهو يعمل على إعطاء الفرصة الكاملة للفرد لتأدية واجباته بأعلى مستوى من الكفاءة ، فيعمل على تنمية وتطوير قدرات الفرد البدنية والمهارية والنفسية وإمكانية أستخدامها للحصول على أكبر نفع لذاته وبالتالي للمجتمع المحيط به .
(٥:٤٤)

يجب أن تصمم البرامج التدريبية للناشئين بطريقة تحاكي تصميم البرامج التدريبية للمستويات العالية (الذين يمثلون المنتخبات القومية والدولية) ، مع مراعات الخصائص الفسيولوجية والمكونات الجسمية للناشئين ، فيعمل هذا على إثارة دافعية هؤلاء الناشئين على التدريب ، مما يدفعهم إلى تحمل أعباء التدريب العنيف ، ويكسبهم بعض المفاهيم الجيدة عن التدريب .
(٨-٧: ٢٤)

يهدف تدريب الناشئين إلى أعداد وتهيئة الناشئ للوصول إلى المستويات الرياضية العالية المناسبة لخصائص مرحلته السنية ومميزاته الفردية وإمكانية التطور البيولوجي لديه ، وبمقدرته على التلائم والتكيف لمتطلبات المستويات العالية وبناء قاعدة ثابتة لتلك المستويات تشمل تدريب كل من المبتدئين والمتقدمين وهي مرحلة بنائية ويبدأ التدريب للناشئين بمرحلة أعداد قائمة بذاتها ، يتداخل تحتها تدريب المبتدئين من البداية ثم المواصلة مع تدريب المتقدمين ، ويجب النظر إلى مرحلة الناشئين في كرة القدم على أنها مرحلة كفاح من أجل الفوز من خلال قواعد اللعب وليس بالتركيز على الفوز فقط وعلى المدرب أن يعلم جيداً أن هذا الناشئ له الحق في اللعب كصغير وليس كبالغ تحت قيادة رياضية مؤهلة والأشتراك المتكافئ والفرص المتساوية للكفاح من أجل الفوز .

(٣٥:٤٤)

٤ القدرات الحركية:

تشكل القدرات الحركية عاملاً مهماً وأساسياً لرفع مستوى الأداء المهاري في نوع النشاط الرياضي الممارس ، حيث أن هذه القدرات تهدف إلى تحديد عناصر بدنية دون غيرها في ضوء ما تتطلبه طبيعة كل نشاط كما أننا نجد الفرد لا يستطيع إتقان المهارات الأساسية لنوع النشاط الممارس في حالة إفتقاره لهذه القدرات البدنية الخاصة ، وكرة القدم للناشئين كأحد الأنشطة الرياضية التي تعد من الرياضات التكتيكية التي تحتوي على عدد كبير من المهارات الحركية بالكرة وهذه المهارات تحتاج إلى قدر معين من الإمكانيات والقدرات الحركية لكي تتم بأسلوب جيد وأداء فني سليم . (١٥٤:٣٨)

يذكر وجيه محجوب (١٩٨٩) أن القدرات الحركية هي نفسها الصفات الحركية وهي صفات يكتسبها الإنسان من المحيط او تكون موجوده فمثلاً الرشاقة والمهارة والمرونة وأداء التكنيك العالي والمطاطية ، أي القدرة على الحركة تأتي عن طريق التمرين وتطور، ويشير أيضا الى ان تسمية الصفات جاءت لأنها صفة للحركة الإنسانية التي تؤدي من قبل الكائن الحي وخاصة بالمستويات العالية ويمكن أن نسميها القدرات الحركية .

وقسم القدرات الحركية أو القابليات الحركية أو الصفات الحركية إلى ما يأتي :



(٨٥:٩٠)