دراسة بعض القدرات البدنية والحركية والقياسات الانثروبومترية وعلاقتها بمهارة الدحرجة في كرة القدم

أ.م.د عارف عبد الجبار حسين
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة الانبار

م.م محمد صادق احمد
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة الانبار

م.م مها ودود كمال
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة ديالى

Emile: ll_netl@yahoo.com

M- 2018

ملخص البحث

يهدف البحث الى دراسة بعض القدرات البدنية والحركية والقياسات الانثروبومترية وعلاقتها بمهارة الدحرجة في كرة القدم من خلال التعرف على أهم القدرات البدنية والحركية والقياسات الانثروبومترية ومستوى مهارة الدحرجة لدى عينة الدراسة . ومعرفة نسبة مساهمة تلك القدرات البدنية والحركية والقياسات الانثروبومترية المدروسة في مهارة الدحرجة في كرة القدم . في محاولة من الباحثين للحد من مشكلة ضعف الاداء الفني لمهارة الجري بالكرة لدى اللاعبين سواء في التمرين او في المباريات الرسمية وعدم انسجام اللاعبين مع الكرة اثناء الجري بها ودحرجتها لا سيما عندما يتطلب الموقف الجري السريع كاستغلال هجمة مرتدة للوصل الى الهدف بالرغم من السرعة الحركية التي يمتلكها اللاعبين . وأستخدم الباحثون المنهج الوصفى بالأسلوب المسحى وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة . اما عينة البحث فقد اشتملت لاعبي كرة القدم من بعض الاندية بمحافظة الانبار يمثلون نوادي (نادي ابو ريشة الرياضي – ونادي الوحدة الرياضي – ونادي المستقبل الرياضي) والبالغ عددهم (81) لاعب وتم اختيارهم بالطريقة العمدية بعد استبعاد (4) لاعبين لاسباب مختلفة ، واجريت الدراسة الاساسية على (77) لاعب يمثلون العينة الاساسية وهم من فرق كرة القدم في محافظة الانبار .

اما اهم الاستنتاجات وما توصلت اليه الدراسة فكانت :-

1- وجود علاقة ارتباطيه طردية بين قدرة التوازن ومستوى اداء مهارة الجري بالكرة او "الدحرجة" لدى لاعبي اندية الانبار .
2- وجود علاقة ارتباطية طردية بين قدرة الرشاقة ومستوى اداء مهارة الجري بالكرة او "الدحرجة" لدى لاعبي اندية الانبار .
3- وجود نسبه مساهمة لبعض القدرات الحركية في اتقان مهارة الجري بالكرة او الدحرجة .

Study of some physical, motor and anthropometric measurements And its relationship with the skill of rolling in football

Dr. Aref Abdel-Jabbar Hussein / Faculty of Physical Education and Sports Sciences / Anbar University

M. Mohammed Sadiq Ahmed / Faculty of Physical Education and Sports Sciences / Anbar University

M. Maha wadud Kamal / Faculty of Physical Education and Sports Sciences / University of Diyala

Emile: ll_netl@yahoo.com

M.2018

Research Summary

The objective of this study is to study some physical and motor abilities and anthropometric measurements and their relation to the skill of rolling in football by identifying the most important physical and motor abilities and anthropometric measurements and the level of rolling skill in the study sample. And the percentage of the contribution of those physical and motor abilities and anthropometric measurements studied in the skill of rolling in football. In an attempt by researchers to reduce the problem of poor technical performance of the skill of running the ball in the players either in the exercise or in official games and the lack of harmony of players with the ball during the run and roll, especially when the situation requires rapid running as a counterattack to reach the goal despite the speed of motor Players. The descriptive method was used by the researchers in a descriptive manner to suit the nature of the study. The sample of the research included football players from some clubs in Anbar province representing the clubs (Abu Risha Sports Club, Al-Wehda Sports Club and Al-Mustaqbal Sports Club). The total number of players was (81) players and were chosen by deliberate method after excluding (4) players for different reasons. (77) players representing the basic sample who are from the football teams in Anbar province.

The main conclusions and findings of the study were

1-There is a positive correlation between the ability of the balance and the level of .performance of the skill of running the ball or "rolling" in the Anbar players

2-There is a relationship between the correlation between the fitness ability and the .level of performance of the skill of running the ball or "rolling" in the Anbar players

3- the existence of a percentage contribution to some of the abilities of motor skills in .mastering the skill of running ball or roll

IM IPESSD-CONFERENCE

1- المقدمة:

ان التطور الكبير الذي شهدته الرياضات التنافسية جميعا في السنوات الاخيرة نتج عنه تطورا ملموسا في طرق واساليب اللعب المختلفة ولعبة كرة القدم من الالعاب الفرقية المشوقة والمحببة للصغار والكبار لما تحمله من اثارة وسرعة وتشويق نتيجة لتطور مستوى اللاعبين بدنيا ومهاريا وخططيا مما جعل المعنيون يطلقون عليها لعبة المواهب المتعددة .

وتمتاز لعبة كرة القدم بكثرة مهاراتها وتنوعها فضلا عن ارتباطها بالقدرات ، وقد اضفت هذه الصفة على اللعبة أهمية خاصة ، فزاد إقبال اللاعبين على تعلم فنونها ، لذلك احتلت المكانة

الأولى بين الالعاب الاخرى وبسبب هذه الاهمية الكبيرة للقدرات البدنية والحركية والمهارية للاعب كرة القدم زاد الاهتمام في تدريبها . (45 :1)

ومع التطور الحالي لفنون وطرق اللعب اصبح من الضروري رفع امكانيات اللاعبين بدنيا ومهاريا الى أعلى مستوى ممكن ، ومن اجل ذلك لم يعد هناك مجال للاعب الذي يتمتع بمستوى عال من المهارة دون ان يكون على مستوى مماثل من الناحية البدنية وهكذا اصبحت اللياقة البدنية والمهارية لا يمكن فصلها في اي مرحلة من مراحل الاعداد وكذلك في اثناء فترات المباراة. (32: 10)

وهنالك مجموعة من القدرات الحركية التي تلعب دور كبير في انتاج الشكل النهائي للحركات الرياضية المختلفة والتي تعمل بالاضافة الى الصفات البدنية الرئيسية والاساسية (القوة والسرعة والمطاولة) وكذلك القدرات البدنية (القوة المميزة بالسرعة والقدرة الانفجارية ومطاولة السرعة ومطاولة القوة) وبذلك تتكون الوحدة المتكاملة لانتاج الحركات الرياضية التي تمتاز بالسهولة والانسيابية. (21)

ويرى وجيه محجوب بان القدرات الحركية هي قدرات يكتسبها الفرد من البيئة المحيطة مثل المرونة والرشاقة والتوازن ، ويكون التدريب والممارسة اساس لها ويمكن ان تتطور حسب قابلية الفرد الجسمية والحسية والادراكية والجسمية . (57:14)

ومن المعلوم ان الوصول إلى المستويات الرياضية العالية تتطلب توافر العديد من المتطلبات حتى يمكن تحقيق اداء متميز ، وتعتبر القياسات الانثروبومترية إحدى هذه المتطلبات ، وهي إحدى الدعامات الأساسية التي يتحتم ضرورة تمتع الممارسين لكل نشاط رياضي بالمواصفات الانثروبومترية الخاصة بهذا النشاط حيث يوضح العديد من العلماء إلى ان لكل نشاط رياضي متطلبات بدنيه خاصة تميزه عن غيره من الأنشطة الاخرى . (4 :2)

وبما ان مهارة الجري بالكرة او الدحرجة تعتبر من المهارات الاساسية الفردية المهمة بالرغم من ان كرة القدم الحديثة تعتمد على الحركة السريعة مع تغير الاماكن الا ان استخدام الدحرجة ما زال لا غنى عنها في مواقف كثيرة وذلك لان الدحرجة ليست غاية بل وسيلة للوصول الى الفعالية التالية التي يبغيها اللاعب . (26 :6)

ومهارة الجري بالكرة فتعني الجري بها والتنقل معها من مكان الى مكان اخر بالملعب مع سيطرته عليها في اتجاه مرمى الفريق المنافس ، ويجب ان يكون الجري بالكرة فعال ومفيد للفريق وان لا يكون لمجرد الجري بها ولكن يجب على اللاعب ان يكون له هدف يرجى تحقيقه من خلال هذا الجري . (131 : 13)

لذا تكمن أهمية البحث في تسليط الضوء على دراسة بعض القدرات الحركية والقياسات الانثروبومتريه وعلاقتها بأداء مهارة الجري بالكرة او الدحرجة للاعبي كرة القدم .

المشكلة

فمن خلال مشاهدة الباحثون ومتابعتهم لفرق اندية الدرجة الثانية بكرة القدم في محافظة الانبار وفي حدود علمهم لاحظوا ضعف الاداء الفني لمهارة الجري بالكرة لدى اللاعبين سواء في التمرين او في المباريات الرسمية وعدم الانسجام الواضح بين اللاعبين والكرة اثناء الجري بها ودحرجتها . وبما ان القدرات البدنية والحركية والمقاييس الجسمية (الانثروبومترية) يعتبران مطلبين أساسيين للتفوق واتقان المهارات واداؤها بشكل انسيابب مع الاقتصاد في الجهد .

لذا فقد جاءت هذه الدراسة لتلقي الضوء على خصوصية تلك العلاقة ، وبما يسهم في وضع بعض الأسس العلمية التي تعمل على رفع مستوى اللعبة ، وكذلك زيادة المعرفة النظرية للمدربين والباحثين من اجل اختصار الوقت ، والتاكيد على انتقاء اللاعب المناسب للعبة ، مع مراعاة اختيار أفضل القياسات الجسمية (الانثروبومترية) التي تساهم في الاداء المهاري للعبة كرة القدم ، ومعرفة مدى نسبة مساهمتها في مستوى إنجاز مهارة الجري بالكرة على وجه الخصوص ، لما لها من أهمية في تحقيق النجاح والتفوق في هذه اللعبة .

وبناءا على ذلك وايمانا من الباحثين بأهمية هذين المطلبين كمحددين للإنجاز تتجلى هذه المشكلة في إظهار تلك العلاقة وبيان نسب مساهمة تلك القدرات الحركية سواء بدنية او حركية والقياسات الانثروبومترية في اداء مهارة الجري بالكرة للاعبين لعلنا نخرج بنتائج تساعد المدربين على انتهاج الأسلوب العلمي الأمثل في عملية الاختيار .

هدف البحث

يهدف البحث الى دراسة بعض القدرات البدنية والحركية والقياسات الانثروبومترية وعلاقتها بمهارة الدحرجة في كرة القدم من خلال التعرف على :-

1- أهم القدرات البدنية والحركية وعلاقتها بمهارة الدحرجة في كرة القدم .
2- اهم القياسات الانثروبومترية وعلاقتها بمهارة الدحرجة في كرة القدم .
3- نسبة مساهمة بعض القدرات البدنية والحركية والقياسات الانثروبومترية في مهارة الدحرجة في كرة القدم .

فروض البحث

1- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين بعض القدرات البدنية والحركية ومهارة الدحرجة في كرة القدم .

2- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين القياسات الانثروبومترية ومهارة الدحرجة في كرة القدم .

3- وجود نسبة مساهمة لبعض القدرات البدنية والحركية والقياسات الانثروبومترية في مهارة الدحرجة في كرة القدم .

2-1 منهج البحث

أستخدم الباحثون المنهج الوصفى بالأسلوب المسحى وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة .

2-2 مجالات البحث :

2-2-1 المجال البشري : لاعبو اندية الدرجة الثانية بكرة في القدم في محافظة الانبار وهم (نادي ابو ريشة الرياضي – ونادي الوحدة الرياضي – ونادي المستقبل الرياضي) .

2-2-2 المجال الزمني : أجريت جميع إجراءات البحث في الفترة من (2015/2/10) وحتى (5/ 4/ 2015) .

2-2-3 المجال المكاني : نفذت جميع إجراءات البحث على ملاعب اندية

(نادي ابو ريشة الرياضي – ونادي الوحدة الرياضي – ونادي المستقبل الرياضي)

2-3 عينة البحث

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي كرة القدم لبعض الاندية بمحافظة الانبار وهم :

(نادي ابو ريشة الرياضي – ونادي الوحدة الرياضي – ونادي المستقبل الرياضي) والبالغ عددهم (81) لاعب وتم اختيارهم بالطريقة العمدية وتم استبعاد (4) لاعبين لعدم التزامهم بالحضور واستكمال اجراءات الاختبارات حيث اجريت الدراسة الاساسية على (77) لاعبا يمثلون العينة الاساسية وهم من فرق كرة القدم في محافظة الانبار وبنسبة (95%) من مجتمع الاصل .

2-4 وسائل جمع البيانات

استلزم الحصول على البيانات الموجبة لحل مشكلة البحث العديد من الوسائل وهي :

- المصادر والمراجع العلمية والبحوث والدراسات المشابهة والمرتبطة
- الاختبارات والقياسات
- استمارات لتفريغ وتدوين البيانات الخاصة بالاختبارات .

1st IPESSD-CONFERENCE

2-5 الأجهزة والأدوات المستخدمة

- شريط قياس لقياس الطول بالسنتيمتر – ميزان طبي لقياس الوزن بالكجم / صيني المنشأ
- كرات قدم عدد (5) – ساعة توقيت الكترونية لحساب الزمن المستغرق
- قوائم لاختبار مهارة الجري بالكرة – صافرة – عارضة توازن بعرض (10)سم وطول 4م وسمك 3-5 سم – الجير (البورك) للتحديد

2-6 الاختبارات المستخدمة

أستخدم الباحثان مجموعة من الاختبارات المقننة من المراجع العلمية والتي تتمثل فى : -

- الاختبارات البدنية . **مرفق (2)**
- الاختبارات المهارية . **مرفق (3)**

2-7 القياسات الأنثروبومترية

1- الطول الكلي للجسم / سم 2- الوزن / كجم 3- العمر / السنة

الاطوال :-

1- طول الطرف السفلي / سم 2- طول الساق / سم 3- طول الفخذ / سم

4- طول القدم / سم 5- طول الجذع / سم

الاعراض :-

1- عرض الصدر / سم 2 - عرض الحوض / سم

3- عرض الركبة / سم 4- عرض رسغ القدم / سم

المحيطات : -

1- محيط الصدر / سم 2- محيط البطن / سم

3- محيط الفخذ / سم 4- محيط السمانة / سم

سمك ثنايا الجلد :-

1- خلف العضد / ملم 2- اسفل اللوح / ملم

3- اعلى بروز العظم الحرقفي / ملم 4- سمانة الساق / ملم

2-8 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثون الحقيبة الاحصائية spss لاستخراج البيانات بما يتلائم مع فروض البحث .

3-1 عرض ومناقشة النتائج

جدول رقم (1) يبين وصف المتغيرات المدروسة في البحث

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
المهارة	23.69	7.75	77
الطول الكلي	172.10	6.78	77
الوزن	61.58	7.80	77

العمر	15.34	0.48	77
طول السفلي	98.95	6.05	77
طول الساق	40.73	4.76	77
طول الفخد	46.69	3.95	77
طول القدم	23.75	1.16	77
طول الجدع	44.31	2.08	77
عرض الصدر	42.90	2.82	77
عرض الحوض	39.13	3.87	77
عرض الركبة	14.19	1.97	77
عرض الرسغ	11.81	0.69	77
محيط الصدر	86.51	5.88	77
محيط البطن	77.97	6.59	77
محيط الفخد	50.71	5.06	77
محيط السمانة	28.75	4.58	77
خلف العضد	1.02	0.39	77
اسفل اللوح	0.94	0.54	77
اعلى بروز	1.44	0.54	77
سمانة الساق	0.92	0.46	77
المرونة	25.40	5.32	77
القوة المميزة	10.00	1.97	77
الرشاقة	7.31	0.37	77
التوازن	6.21	2.00	77

الفرض الصفري : الانحدار بين المتغير التابع (المهارة) والمتغيرات المستقلة يساوي صفرا أي ان الانحدار غير معنوي والمتغير المستقل غير مرتبط بالمتغيرات التابعة

الفرض البديل: الانحدار بين المتغير التابع والمتغيرات المستقلة لا يساوي صفر أي ان الانحدار معنوي المتغسر المستقل مرتبط بالمتغيرات التابعة.

كما ان جدول (2) في الملحق رقم (1) يبين مصفوفة الارتباط بين المتغير التابع والمتغيرات المستقلة لبعض القياسات الجسمية والقدرات الحركية ، اذ يبين بان هناك علاقات دالة بين مهارة الدحرجة وبعض المتغيرات لكون مستوى الدلالة اقل من (0.05) ومتغير (عرض الحوض ، عرض الركبة،عرض الرسغ ،محيط البطن ،اسفل اللوح ،اعلى البروز ،الرشاقة ، التوازن) اما باقي المتغيرات كانت دلالتها اكبر من (0.05) مما يدلل على عدم الدلالة .

جدول رقم (3)

Variables Entered/Removed(a)

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	التوازن	.	Stepwise (Criteria: Probability-of-F-to-enter <= .050, Probability-of-F-to-remove >= .100).
2	الرشاقة	.	Stepwise (Criteria: Probability-of-F-to-enter <= .050, Probability-of-F-to-remove >= .100).

a Dependent Variable: مهارة الدحرجة

واعلاه يوضح جدول رقم (3) اسماء المتغيرات التي ادخلت في معادلة انحدار المهارة وهو متغير التوازن والرشاقة .

جدول (4)

Std. Error of the Estimate	Adjusted R Square	R Square	R	Model
7.31475	.110	.122	.349(a)	1
7.04595	.174	.196	.442(b)	2

a Predictors: (Constant), التوزان

b Predictors: (Constant), التوزان, الرشاقة

c Dependent Variable: الدحرجة

كما ويوضح جدول رقم (4) معامل الارتباط بين المتغير التابع والمتغيرات المستقلة في العمود الثاني وهو (0.349) وكدلك مربع معامل الارتباط في العمود الثالث (0.122) ومربع معامل الارتباط المعدل في العمود الرابع (0.11) والخطاء المعياري في التقدير (7.31) ، وبدلك تفسر (المتغيرات المستقلة) 8

جدول رقم (5)

ANOVA(c)

Sig.	F	Mean Square	df	Sum of Squares		Model
.002(a)	10.373	555.021	1	555.021	Regression	1
		53.505	75	4012.912	Residual	
			76	4567.933	Total	
.000(b)	9.006	447.087	2	894.174	Regression	2
		49.645	74	3673.759	Residual	
			76	4567.933	Total	

1st IPESSD-CONFERENCE

a Predictors: (Constant), التوازن

b Predictors: (Constant) التوزان, الرشاقة

c Dependent Variable: الدحرجة

ويوضح الجدول الخامس نتائج التباين (انوفا) لاختبار معنوية الانحدار ونلاحظ ان قيمة (ف = 10.37) بقيمة احتمالية تساوي (0.02) اصغر من قمة (0.05) وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرض البديل وهو ان الانحدار معنوي لا يساوي صفر وبالتالي توجد علاقة بين متغير الدحرجة والمتغيرات التوزانوالرشاقة . ولكننا لا نعرف تحديدا اي المتغيرين هو الذي اضاف تفسيرا

جوهريا للتباين في المتغير التابع الدحرجة لذلك نذهب الى جدول تفصيل معامل معادلة الانحدار ليتضح لنا دلك الامر

جدول رقم (6) يوضح معاملات نموذج الانحدار

Correlations			Sig.	t	Standardized Coefficients	Unstandardized Coefficients			Model
Part	Partial	Zero-order			Beta	Std. Error	B		
			0.495	0.685		6.112	4.187	(Constant)	1
0.349	0.349	0.349	0.002	3.221	0.349	0.427	1.374	التوزان	
			0.280	-1.089		7.567	-8.237	(Constant)	2
0.376	0.386	0.349	0.001	3.603	0.378	0.413	1.489	التوزان	
0.272	0.291	0.234	0.011	2.614	0.274	0.413	1.080	الرشاقة	

يوضح الجدول رقم (6) معاملات نموذج الانحدار والتي تساعد في الحصول على معادلة خط الانحدار بين المتغيرات وتكون معادلة خط الانحدار = 4.187 predicted y (: family size) (1.37)+ المهارة وتدل بيانات الجدول السابق على ان المتغير الوحيد ذو الدلالة الاحصائية التوزان والرشاقة فقط كما يتضح في مستوى الدلالة لهما .

(جدول 7) اسماء المتغيرات التي تم استبعادها بالطريقة التدريجية

Collinearity Statistics	Partial Correlation	Sig.	t	Beta In		Model
Tolerance						
0.977	-0.014	0.903	-0.123	-0.014	الوزن	1
0.929	0.022	0.848	0.192	0.022	العمر	
0.997	-0.201	0.082	-1.761	-0.188	طول السفلي	
0.985	-0.055	0.638	-0.472	-0.052	طول الساق	
0.985	0.011	0.924	0.096	0.011	طول الفخد	
0.998	0.016	0.889	0.141	0.015	طول القدم	
1.000	0.117	0.313	1.015	0.110	طول الجدع	
0.865	-0.194	0.093	-1.700	-0.195	عرض الصدر	
0.793	0.134	0.250	1.160	0.141	عرض الحوض	
0.677	0.032	0.784	0.275	0.036	عرض الركبة	
0.897	-0.161	0.165	-1.402	-0.159	عرض الرسغ	
0.912	0.049	0.677	0.418	0.048	محيط الصدر	
0.949	0.005	0.964	0.045	0.005	محيط البطن	
0.997	-0.146	0.208	-1.269	-0.137	محيط الفخد	
0.752	-0.078	0.504	-0.671	-0.084	محيط السمانة	
0.963	0.138	0.235	1.198	0.132	خلف العضد	

0.923	0.176	0.129	1.536	0.172	اسفل اللوح	
0.987	-0.056	0.629	-0.485	-0.053	اعلى بروز	
0.995	0.113	0.331	0.978	0.106	سمانة الساق	
0.941	0.061	0.598	0.529	0.059	المرونة	
0.989	0.291	0.011	2.614	0.274	القوة المميزة	
0.967	0.135	0.246	1.169	0.128	الرشاقة	
0.965	0.130	0.265	1.124	0.124	التوازن	
0.976	-0.025	0.832	-0.213	-0.023	الوزن	2
0.929	0.026	0.828	0.218	0.024	العمر	
0.684	-0.047	0.686	-0.406	-0.051	طول السفلي	
0.983	-0.042	0.718	-0.363	-0.038	طول الساق	
0.984	0.005	0.966	0.043	0.005	طول الفخد	
0.996	0.005	0.963	0.047	0.005	طول القدم	
0.927	0.042	0.721	0.358	0.039	طول الجدع	
0.864	-0.213	0.066	-1.866	-0.206	عرض الصدر	
0.793	0.132	0.259	1.137	0.133	عرض الحوض	
0.665	-0.006	0.958	-0.053	-0.007	عرض الركبة	
0.894	-0.152	0.192	-1.316	-0.144	عرض الرسغ	
0.912	0.056	0.635	0.476	0.052	محيط الصدر	
0.948	-0.002	0.989	-0.014	-0.001	محيط البطن	
0.980	-0.114	0.331	-0.979	-0.103	محيط الفخد	
0.727	-0.026	0.824	-0.223	-0.027	محيط السمانة	
0.958	0.166	0.155	1.435	0.152	خلف العضد	
0.916	0.210	0.070	1.838	0.197	اسفل اللوح	
0.960	-0.009	0.938	-0.078	-0.008	اعلى بروز	
0.979	0.158	0.176	1.365	0.143	سمانة الساق	
0.940	0.057	0.630	0.484	0.052	المرونة	
0.909	0.222	0.056	1.944	0.209	القوة المميزة	
0.879	0.047	0.690	0.401	0.045	الرشاقة	

ويبين الجدول رقم (7) المتغيرات التي تم استبعادها ، وهي المتغيرات المذكورة بالجدول حيث ان الارتباط الجزئي بينهم وبين الدحرجة غير دال احصائيا كما يتضح من قيم sig علما ان الارتباط ضعيفا كما مبين بالعمود السادس النسبة المئوية .

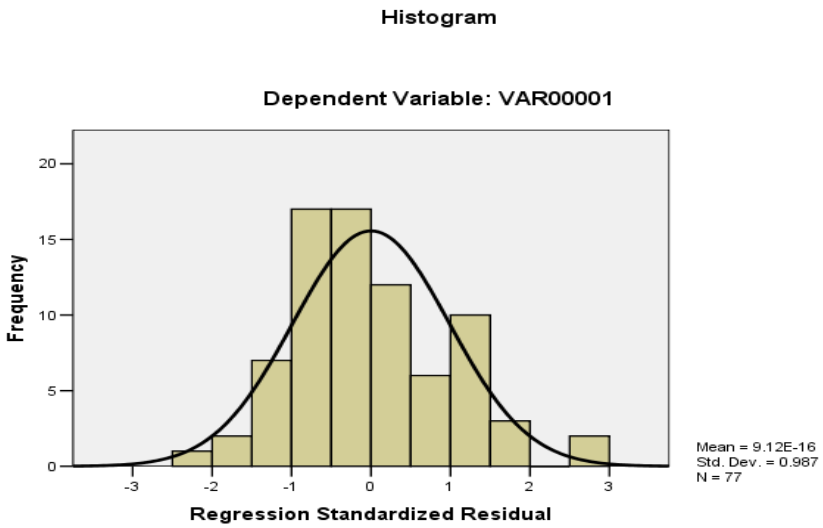
جدول رقم (8)

Residuals Statistics(a)

N	Std. Deviation	Mean	Maximum	Minimum	
77	3.43008	23.6883	37.7251	18.2331	Predicted Value
77	1.000	.000	4.092	-1.590	Std. Predicted Value
77	.466	1.312	4.141	.808	Standard Error of Predicted Value
77	3.20952	23.6236	34.0481	18.3045	Adjusted Predicted Value
77	6.95262	.00000	20.14557	-14.49079	Residual
77	.987	.000	2.859	-2.057	Std. Residual
77	1.010	.004	2.891	-2.082	Stud. Residual
77	7.29649	.06469	20.58998	-14.85586	Deleted Residual
77	1.025	.008	3.048	-2.132	Stud. Deleted Residual
77	3.147	1.974	25.270	.013	Mahal. Distance
77	.041	.017	.263	.000	Cook's Distance
77	.041	.026	.332	.000	Centered Leverage Value

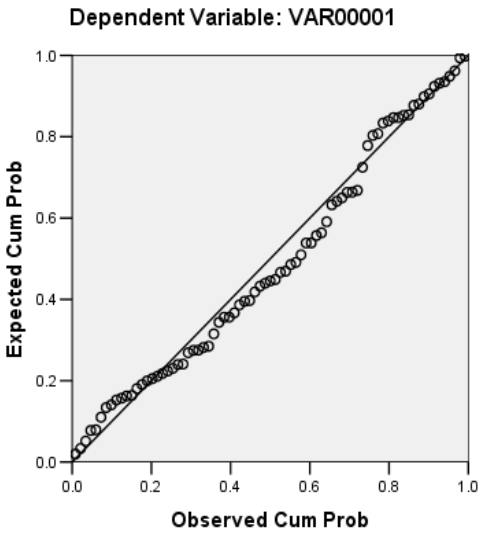
a Dependent Variable: VAR00001

يتبين من الجدول رقم (8) احصائيات البواقي وهي الفروق بين القيم المشاهدة وخط الانحدار المقدر وتتضح به قيمة mahal العظمى (25.27) وهي اقل من القيمة الحرجة كاي تربيع وبالتالي لا توجد قيم متطرفة متعددة المتغيرات وهو شرط من شروط تطبيق تحليل الانحدار المتعدد.



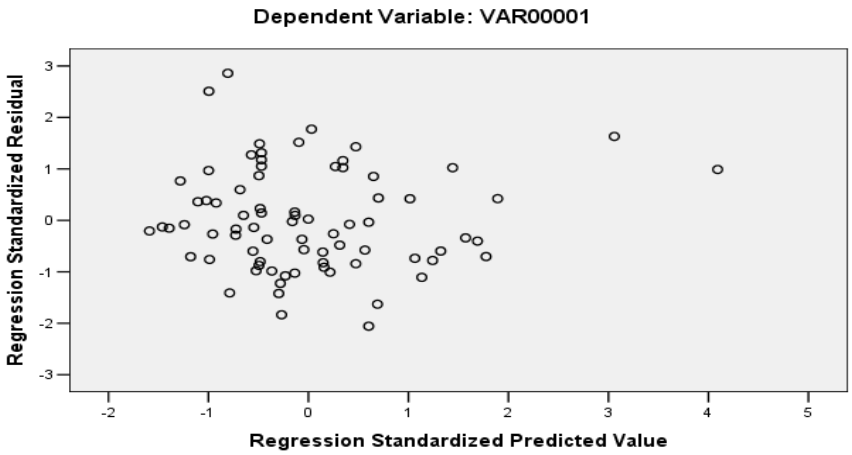
الرسم التوضيحي رقم (1) الذي يوضح المدرج التكراري ان البيانات يتبع التوزيع الطبيعي

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



الرسم التوضيحي رقم (2) الذي يوضح ان النقاط كلها تتجمع حول الخط المستقيم وبالتالي فان البواقي Residuals تتوزع حسب التوزيع الطبيعي وهو شرط من شروط اختبار الانحار

Scatterplot



الرسم البياني رقم (3) الذي يوضح شكل الانتشار للبواقي مع القيم المتوقعة ومنه يتضح عدم وجود نمط معين للنقاط في الشكل وهدا يتسق مع شرط الخطية المتطلب لاختبار الانحدار

من خلال الجداول والرسومات البيانية السابقة يتضح وجود علاقة ارتباط معنوية بين بعض القدرات الحركية ومهارة الدحرجة او (الجري بالكرة) لدى لاعبي اندية الانبار ، ومن أهم تلك القدرات هي التوازن العام والرشاقة . ويفسر الباحثون ذلك بان لكل نشاط رياضي متطلباته البدنية

والحركية الخاصة به ، ولذا أصبح من المهم تحديد تلك القدرات الأساسية المطلوبة للنجاح والاستمرار فيه وفي مقدمتها لعبة كرة القدم ، والتي اصبحت اليوم من الألعاب الجماعية ذات الطابع السريع وهذا ما نلاحظه من خلال اداء الفرق الكبيرة في البطولات العالمية والتي تحتاج إلى مجهود بدني وسرعة ولياقة بدنية عالية واتقان المهارات باقل جهد ممكن ، وان الإعداد البدني هو أساس النجاح وبدونه فان اللاعبين وبغض النظر عن نوع المهارات والمواهب التي يمتلكونها لا يستطيعون استعمال مهاراتهم وأساليبهم بكفاءة وهذا يتضح جليا في إهدار الفرص في تسجيل الأهداف وتضييع جهد الفريق . حيث أن الانسجام بشكل كبير بين اللاعب والكرة اثناء الجري بيها يتيح له استثمار الفرص المتاحة سواء كانت مرتدة او مواقف دفاعية تتطلب ابعاد الخطر عن المرمى مع عدم اضاعة الكرة ، وان الفريق الذي يجيد اعضاءه الجري بالكرة ودحرجتها بشكل سريع ومتناسق يعتبر ذلك إحدى عوامل الثقة لدى اللاعبين كما أنها تخلق في نفوسهم الشعور بالسيطرة على ارضية الملعب .

ويؤكد ذلك ما يراه محمد كشك وهارون محمد (2004) اذ أن الحالة البدنية تعد بمقومتها وعناصرها المتنوعة المؤشر الهام لهبوط أو فقدان اللاعب لفورمته الرياضية ، فبدون إعداد بدني سليم لا يستطيع اللاعب تنفيذ المهارات بالدقة والتكامل وبالتالي لن يتمكن من تنفيذ التكتيك الموضوع للمباراة بالطريقة الناجحة والمؤثرة ، كما أن اللاعب الذي يتميز بالتوازن الحركي الجيد يستطيع توجيه قدرته على تحسين وترقية مستوى أدائه للعديد من الحركات والأوضاع ، وأن قلة امتلاك اللاعب للاتزان الحركي لا يسمح له بسرعة الاستجابة المناسبة في ضوء استجابات المنافسة وعدم توجيه الأداء بدقة وفعالية. (40: 11)

وفى هذا الصدد يذكر حسن أبوعبده (2013) ايضا أن الرشاقة من أكثر المكونات البدنية أهمية بالنسبة للأنشطة الرياضية التي تتطلب تغيير اتجاهات الجسم أو أوضاعه في الهواء أو على الأرض، وبقدر كبير من السرعة والدقة والتوافق والقدرة. (5 : 107)

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة ياسر حسين منصور (2001) (15) ان عنصر الرشاقة من أهم العناصر التي تساهم في تحسين الاداءات المهارية للاعبى كرة القدم .

ويذكر كلا من أمر الله البساطى (1997) ، مفتي إبراهيم (1999) أن لتحسين الرشاقة يساعد المدرب على إكساب اللاعب للمهارات المختلفة وتحت ظروف متنوعة مثل التدريبات المركبة والربط بين أداء المهارات ببعضها مع التغير فى سرعة أداؤها من البطئ إلى السريع بشرط توافر الدقة والإنسيابية فى التدريبات . (3 : 169) (12 : 159)

كما يؤكد ديبوار كريفيلد Deborah carisfield (2001) أن الرشاقة من أهم الصفات التى تعمل على سرعة تعلم المهارات الحركية واتقانها بسهولة كما في الأداءات المهارية المركبة . (32 : 16)

كما وتتفق هذه الدراسة مع نتائج دراسة سيد الحداد محمد (2006) (7) حيث أوضحت نتائج دراسته أن الرشاقة تساهم فى تطوير ورفع مستوى أداء المهارات الأساسية للاعبى كرة القدم .

وهذا ما يراه غازي صالح محمود (2007) اذ اكد على ان رشاقة لاعبي كرة القدم تظهر خلال الصراع الكروي نظرا لارتباطها باداء المهارات الفنية المختلفة كالمراوغة والجري بالكرة ، كما يذكر زهير الخشاب واخرون بان حركات الرشاقة لدى لاعب كرة القدم تظهر في ركل الكرة والتهديف والدحرجة بالكرة ، حيث تعد الرشاقة من اهم الصفات في اداء المهارات في كرة القدم التي تعمل على سرعة تعلم المهارة الحركية واتقانها . (9 : 42)

في حين يتفق محمد كشك وهارون محمد (2004) على أن عنصر التوازن الحركي أحد عناصر الأعداد البدني الهامة جدا والتي يحتاجها اللاعب بشكل كبير لأداء جميع المهارات سواء كانت اساسية او مركبة في لعبة كرة القدم . (11 :40)

ويرى الباحثون بأن القدرات الحركية في كرة القدم تشكل عاملا هاما وأساسيا لرفع مستوى الأداء المهاري حيث أن تلك القدرات تلعب دورا بارزا في إتقان اللاعب للمهارات الأساسية في كرة القدم ومنها الجري بالكرة او الدحرجة لما له دور ايجابي في استثمار جهود اللاعبين والفريق ككل في حسم نتائج المباريات .

وتتفق هذه الدراسة ايضا مع ما اظهرته دراسة جمال صبري فرج ومحمد بجاي عطية (2014) (4) والتي اكدت على ان تطور القابليات الحركية احد الاسباب المهمة التي تساعد على تطور مهارة الدحرجة بالكرة بشكل ملحوظ وان تطور القابليات الحركية جاء من تطور الرشاقة لان تمارين الرشاقة تساعد على تعلم واتقان المهارة بصورة ممتازة .

اما عن القياسات الانثروبومترية فيرى الباحثون ان اللاعبين طوال القامة هم الاقل سيطرة على الكرة اثناء الجري بها او دحرجتها وبما ان الدحرجة بالكرة كانت محكومة باداء عدد معين من مرات الملامسة وكذلك عدم ابتعاد الكرة عن القدم لاكثر من ثلاث امتار حسب طريقة الجري فمن الطبيعي ان اللاعبين قصار القامة الذين يملكون طول فخذ وطول ساق اقل هم الاسرع في عملية دحرجة الكرة والسيطرة عليها لان اعتماد اللاعب يكون اكثر على تردد الخطوة وليس على طولها .

4 – الخاتمة

فى ضوء الأهداف والفروض وعينة وإجراءات البحث امكن التوصل للاستنتاجات الاتية:

وجود علاقة ارتباطيه طردية بين قدرة التوازن ومستوى اداء مهارة الجري بالكرة او "الدحرجة" لدى لاعبي اندية الانبار. وجود علاقة ارتباطية طردية بين قدرة الرشاقة ومستوى اداء مهارة الجري بالكرة او "الدحرجة" لدى لاعبي اندية الانبار وجود نسبه مساهمة لبعض القدرات الحركية في اتقان مهارة الجري بالكرة او الدحرجة.

المصادر

اولا / المصادر العربية

1- ابراهيم حنفي شعلان (2009) : كرة القدم للبراعم والاشبال (9 – 12) سنه، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

2- أبو العلا احمد عبد الفتاح ، إبراهيم حنفي شعلان (1994) : فسيولوجيا التدريب في كرة القدم 650 تدريب الكفاءة الفسيولوجية والحركية الإعداد البدني للاعب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

3- أمر الله أحمد البساطى (1997) : التدريب والإعداد البدنى فى كرة القدم ، دار المعارف ، الإسكندرية .

4- جمال صبري فرج ومحمد بجاي عطية (2014) : اثر تمرينات الرشاقة في تطوير السرعة الانتقالية وبعض المهارات للاعبين الشباب بكرة القدم ، مجلة كربلاء لعلوم التربية الرياضية .

5- حسن السيد ابو عبده (2013) : الاتجاهات الحديثة فى تخطيط وتدريب كرة القدم ، الطبعة العاشرة ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية .

6- سامي الصفار (1984) : الاعداد الفني بكرة القدم ، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد .

7- سيد الحداد محمد حسن (2006) : تأثير برنامج تدريبي للقوة المميزة بالسرعة علي التقدم بالمستوي المهاري المرتبط بالرشاقة الخاصة للاعبي كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .

8- عصام الدين عبد الخالق (2005) : التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، دار المعارف بالإسكندرية .

9- غازي صالح محمود (2007) : الاسس العلمية والتطبيقية لكرة القدم ، بغداد ، مكتب الزاكي للطباعة .

10- محمد حازم ابو يوسف (2005) : أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، الطبعة الاولى ، دار الوفاء، الإسكندرية .

11- محمد شوقي كشك وهارون محمد (2004) : كرة القدم الخماسية ، مكتبة الجزيرة المنصورة ، القاهرة .

12- مفتى ابراهيم حماد (1999) : بناء فريق كرة قدم ، ط1 ، دار الفكر العربى ، القاهرة .

13- مفتي ابراهيم حماد (2010) : المرجع الشامل في التدريب الرياضي التطبيقات العلمية ، ط1 ، دار الكتب الحديث ، القاهرة .

14- وجيه محجوب واخرون (2000) : نظريات التعلم والتطورالحركي ، ط2 ، بغداد ، دار الكتب والوثائق .

15- ياسر حسين منصور (2001) : الأهمية النسبية للعناصر البدنية المساهمة فى أداء بعض مهارات كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان .

ثانيا / المصادر الاجنبية

16- Deborah carisfield : (2001) , Winning soccer for Givls.U.S.A ,.

ثالثا / شبكة المعلومات العالمية (الانترنيت)

17- المكتبة الرياضية الشاملة / قسم العلوم الانسانية – التدريب الرياضي بتاريخ 2013/1/5 http://www.sport.ta4a.us/human-sciences/athletic-training/570-motor-skills.html

مرفق رقم (1)

أ- اختبارات القدرات البدنية وتتمثل في :-

1-اسم الاختبار : اختبار ثني الجذع للامام من الوقوف [9]

غرض الاختبار : قياس مرونة عامود الفقري

الادوات : مقعد بدون ظهر ارتفاعه (50) سم مسطرة مقسمة من صفر الي (100) مثبتة عاموديا علي المقعد بحيث يكون رقم (50) موازيا لسطح المسطرة وارقم (100) موازيا للحافة سفلي للمقعد

[9] حسن السيد أبو عبده (2014): الإعداد المهاري للاعبي كرة القدم " بين النظرية والتطبيق "، مطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية.

طريقة الاداء : يقف المختبر فوق المقعد والقدمان مضمونتان مع تثبيت اصابع القدمين علي حافة المقعد مع الاحتفاظ بالركبتين مفرودتين ، يقوم المختبر بثني جذعه لامام والاسفل بحيث يدفع المؤشر باطراف اصابعه الي ابعد مسافة ممكنة ، علي ان يثبت عند اخر مسافة يصل لها لمدة ثانيتين .

تعليمات الاختبار : يجب عدم ثني الركبتين اثناء الاداء للمختبر محاولتان تسجل له افضلهما.

يجب ان يتم ثني جذع ببطء

يجب الثبات عند اخر مسافة يصل اليها المختبر لمدة ثانيتين

حساب النتائج : تسجل للمختبر المسافة التي حققها في محاولتين و تحسب له المسافة الاكبر بالسنتيمتر .

2-اسم الإختبار : اختبار الحجل (5) حجلات لكل رجل (المعدل)[10]

غرض الإختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين .

الأدوات : أرض مستوية مناسبة لإجراء الإختبار لا تقل منطقة الإختبار عن (15م) شريط قياس.

وصف الأداء : يقف المختبر وقدم القفز تمس خط البداية والساق الحرة طليقة للخلف وعند إعطاء الإشارة يقوم بالحجل للأمام خمس حجلات مرة باليمين ومرة باليسار لأبعد مسافة.

شروط الأداء :
- للمختبر الحرية في البدء بالقفز بأي رجل من الرجلين .
- أن يتم الحجل دون ملامسة الرجل الأخرى الأرض .
- على المختبر أن يؤدي خمس حجلات متتالية بالرجل نفسها ثم يليها بخمس حجلات متتالية بالرجل الأخرى .
- عدم التوقف في أثناء القفز .

طريقة التسجيل :
- للمختبر محاولتان تحتسب المحاولة الأفضل.
- تسجل المسافة المقطوعة

[10] حميد عبد النبي عبد الكاظم (1990): برنامج تدريبي مقترح للقوة المميزة بالسرعة وأثرها في انجاز ركض 400م: رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد 1990 .

مرفق رقم (2)

ب- اختبارات القدرات الحركية وتتمثل في :-

1- اسم الاختبار : اختبار الجري المتعرج (بارو)[11]

الغرض من الاختبار : قياس الرشاقة

الادوات المستخدمة : ساعة ايقاف عشر 10/1 ثانية - خمس قوائم او حواجز-مستطيل طوله 5×3 متر تثبت اربع قوائم عمودية على الارض في اركان المستطيل ويثبت الخامس في منتصف المستطيل .

الاجراءات : من مكان البداية بجانب احد القوائم الاربعة المحددة للمستطيل يجري المختبر بطريقة الجري المتعرج نحو القوائم .

التسجيل : يعطى المختبر محاولتين بحيث يسجل له الزمن لأقرب عشر 10/1 ثانية لافضل محاولة .

توجيهات : عدم لمس القوائم اثناء الجري-اذا خالف المختبر خط السير المحدد يعاد الاختبار مرة اخرى .

2- اسم الاختبار : اختبار المشي علي العارضة

غرض من الاختبار : قياس التوازن العام

الادوات : ساعة ايقاف – عارضة توازن بعرض (10)سم وطول 4م وسمك 3-5 سم ،.ارض مستوية

طريقة الاداء : عند سماع الاشارة بالبدء يقوم المختبر بالمشي على العارضة الى النهاية ثم الدوران والرجوع مرة اخرى الى نقطة البداية بأقصى سرعة وبدون لمس أي جزء من الجسم الارض خارج العارضة .

حساب النتائج : يحسب الزمن المستغرق في المشي على العارضة ،وعند ملامسة اي جزء من الجسم الارض خارج العارضة تضاف ثانية للوقت المستغرق

1st IPESSD-CONFERENCE

[11] حسن السيد أبو عبده (2014): الإعداد المهاري للاعبي كرة القدم " بين النظرية والتطبيق "، مطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية.

مرفق رقم (3)

ج- اختبارات مهارية (مهارة الجري بالكرة) :

اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم [12]

الغرض من الاختبار : قياس مدى مقدرة اللاعب على التحكم في الكرة أثناء الجري بها بين القوائم .

الادوات : (10) قوائم ، كرة قدم ، ساعة إيقاف .

طريقة الاداء : - توضع (10) قوائم في خط مستقيم والمسافة بين كل قائم والآخر (2) م . والمسافة بين خط البداية وأول قائم (2) م أيضاً .

- يقف اللاعب بالكرة على خط البداية وعند إشارة البدء يجري اللاعب بين القوائم جريا متعرجا حتى يصل إلى آخر قائم ويدور حوله ويعود إلى خط البداية بنفس الطريقة . يعطي اللاعب محاولتين وتحسب للاعب المحاولة الافضل .

التسجيل : يحتسب للاعب الزمن لأقرب ثانية من لحظة إعطاء إشارة البدء حتى عودته لخط البداية مرة أخرى .

1st IPESSD-CONFERENCE

[12] ثامر محسن إسماعيل (2000): الاختبارات والتحليل بكرة القدم، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل