



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية الرياضية

تأثير تمارينات خاصة باستخدام جهاز مساعد

(RANDOM SHOT) في تطوير سرعة

الاستجابة الحركية ودقة التهديف للناشئين بكرة

القدم للصالات

رسالة مقدمة الى مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في علوم التربية

الرياضية

تقدمها الطالب

هجوم اسماعيل جمعة

بإشراف

أ.د ماجدة حميد كمبش

٢٠١٤ م

١٤٣٥ هـ

١- التعريف بالبحث :

١-١ مقدمة البحث واهميته :

لقد شهد المجال الرياضي تقدماً كبيراً في مختلف الميادين ، إذ انعكس التقدم على تطور القدرات البدنية والحركية وارتقاء المستوى المهاري والخططي للاعبين في المستويات كافة ، إنَّ التقدم في مستوى الأداء للألعاب الرياضية كان نتيجة لاستخدام الطرق العلمية الحديثة والوسائل من أجل تطوير حالة الفرد الرياضي والوصول به الى أعلى المستويات وأفضلها في نوع النشاط الممارس .

إن استخدام الأجهزة والأدوات المساعدة في التدريب الرياضي له تأثير فعال في العملية التدريبية لما لها من فوائد فهي تبقى في عوز شديد على المدرب الجيد اذا انها تعينه على اداء مهمته بصورة حسنة والتي قد تساعد في تسريع عملية التدريب نتيجة لاختصار الوقت وبناء تصور حركي صحيح .

ولعبة كرة القدم للصالات من الألعاب الرياضية التي تمتاز بالقوة المميزة بالسرعة في الدفاع والهجوم ولأفراد الفريق كافة لحصول حالة التفوق على الفريق المنافس وان ذلك لا يحصل الا اذا انتهت تلك الهجمات بتسجيل اكبر عدد من الاهداف لتحقيق الفوز ، وهذا بدوره لا يتم الا عند اقترانه بسرعة استجابة حركية ودقة في التهديف ومن مسافات مختلفة ولجميع افراد الفريق للوصول الى الهدف المنشود، وبهذا فان سرعة الاستجابة والدقة هما من القدرات التي غالبا ما تحتاجها اغلب الرياضات ولعبة كرة القدم للصالات واحدة منها لما يتميز أداؤها الحركي بالدقة وسرعة

الاستجابة، ففي كرة القدم فإن سرعة الاستجابة الحركية " هي الزمن الذي يستغرقه الاداء منذ أن ظهرت فرصة التهديد الى نهاية عملية التهديد"^(١).

وتعد الدقة احدى مكونات القدرات الحركية وهي عامل مهم في العديد من الالعاب الرياضية ومنها لعبة كرة القدم للصالات لأنها تحتاج الى اداء مهاري عالي المستوى لان مناطق اللعب ضيقة وصغيرة فضلا عن الحاجة الى مستوى عالٍ من القدرات الحركية والمهارية إذ إن الدقة " قدرة الفرد على اداء الحركات بصورة تامة وإصابة الهدف "^(٢) ، لذا يجب أن يؤخذ بنظر الاعتبار كيفية تطوير اللاعب الناشئ من الناحيتين المهارية والحركية .

إذ إن مرحلة الناشئين تعتبر مرحلة الاساس في تطور المهارات الحركية حيث تكون قابلية التدريب سريعة جدا ويمتاز مسارها بالانسيابية والاستقرار ويهدف التدريب الى تهيئتهم واعدادهم للتقدم بمستواهم حيث ان في هذه المرحلة تزداد سرعة التردد والاداء السريع .

ومن هنا جاءت أهمية البحث في كيفية تطوير لاعبي كرة القدم للصالات فئة الناشئين على وفق الأسس العلمية، عن طريق تمرينات خاصة باستخدام جهاز سمعي والذي بفعاليته يتم تطوير سرعة الاستجابة الحركية ودقة التهديد للناشئين وتعد نقلة علمية في مجال كرة القدم للصالات ، أيماناً منه بان هذه التمرينات المعدة ستساهم في معالجة الضعف ومحاولة تحسين الأداء وتطويرهم ولاسيما لاعبو الصالات بكرة القدم لفئة الناشئين .

(١) قاسم لزام صبر ؛ نظرية الاستعداد وتدريبات المناطق المحددة بكرة القدم ، ط١ . بغداد : دار الكتب والوثائق ، ٢٠٠٩ ، ص٤١ .

(٢) رافد مهدي قدوري ؛ جوهر التعلم الحركي ، ط١ . بغداد : دار الكتب والوثائق ، ٢٠١٣ ، ص٩٨ .

٢-١ مشكلة البحث :

إنّ لعبة كرة القدم للصالات تتطلب الارتقاء في جميع مراحل الاعداد للحالة المهارية والحركية للاعب الى المستوى الذي يجعله يحقق كل ما تتطلبه لعبة كرة القدم للصالات من متطلبات الشكل الامثل ، وتعد سرعة الاستجابة الحركية ودقة التهديد في لعبة كرة القدم للصالات ذات اهمية خاصة في هذا الاعداد فضلا عن العناصر والمتطلبات الأخرى ، ومن خلال خبرة الباحث الميدانية واستطلاع اراء مدربي منتخبات تربية ديالى بكرة القدم للصالات لاحظ بان التمرينات والطرق المتبعة في تطوير سرعة الاستجابة الحركية والدقة في التهديد هي تمرينات تقليدية لا تعتمد على التنوع والاثارة والتشويق وتأخذ وقتاً طويلاً وجهداً اكبر ، لذا أراد الباحث دراسة هذه المشكلة من خلال استخدام جهاز مساعد في حل هذه المشكلة على وفق أسس علمية وهذه الأجهزة لم يلاحظها الباحث في تدريبات الفرق المحلية بشكل عام لذا قام الباحث باستخدام تمرينات معدة على هذا الجهاز الحديث في حل هذه المشكلة بشكل علمي دقيق من خلال إعداد تمرينات خاصة باستخدام جهاز مساعد لتطوير سرعة الاستجابة الحركية ودقة التهديد للناشئين بكرة القدم للصالات من أجل تطوير مستوى اللاعبين والارتقاء بمستوى اللعبة .

٣-١ أهداف البحث:

١. إعداد تمرينات خاصة باستخدام جهاز مساعد لتطوير سرعة الاستجابة الحركية ودقة التهديف للاعبين الناشئين بكرة القدم للصالات .
٢. تعرّف على تأثير التمرينات الخاصة باستخدام جهاز مساعد لتطوير سرعة الاستجابة الحركية ودقة التهديف بين الاختبارات القبلية والبعديّة للاعبين الناشئين بكرة القدم للصالات للمجموعتين التجريبية والضابطة .
٣. تعرّف على نسبة التطور الحاصلة لدى المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث .

٤-١ فرضيتا البحث :

١. هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة لسرعة الاستجابة الحركية ودقة التهديف للمجموعتين التجريبية والضابطة .
٢. هناك فروق ذات دلالة احصائية في سرعة الاستجابة الحركية ودقة التهديف بين الاختبارات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة .

٥-١ مجالات البحث :

- ١-٥-١ المجال البشري: لاعبي منتخب تربية ديالى (للناشئين) .
- ٢-٥-١ المجال الزمني : للفترة من ٣ / ٢ / ٢٠١٤ ولغاية ١٨ / ٤ / ٢٠١٤.
- ٣-٥-١ المجال المكاني : ساحة كرة القدم للصالات المجاورة لمدرسة المجتبي الابتدائية .

٦-١ تحديد المصطلحات :**جهاز RANDOM SHOT (الناطق العشوائي) :**

ان RANDOM SHOT هو جهاز تدريب ويستخدم في نظام تدريبي لتحسين التركيز وسرعة رد الفعل في كثير من الالعاب والفعاليات وبالأخص كرة القدم فضلا عن متعة التدريب ويمكن استخدامه من قبل المستويات الرياضية كافة .



Abstract

THE EFFECT OF TRAINING BY USING RANDOM SHOT IN DEVELOPING THE RELATIONSHIP BETWEEN MOTION SPEED AND HIT ACCURACY FOR YOUNG BOYS IN FOOTBALL IN A SMALL HALL SPACE

Submitte by

Hijoom Ismaeel J

2014 C.

Supervised by

Prof. Dr. Majida Hameed Kambash

1435 H.

The thesis included five chapters.

Chapter one : introduction

It includes on introduction and advantage this thesis since the searcher mentioned about the important of football in small hall space. The speed of potential response is very important for the players. In football the potential response is the duration time at the starting of opportunity hitting the ball until ending the process of hitting and the speed of potential response. The hit accuracy of football in small hall space needs to accuracy, the accuracy is very important in all technician or skill for the layer and that means how to control on the potential performance and guidance for hit skill and for this reason , the thesis is important to know the relationship between speed of the potential response and hit accuracy for football players in small hall space. This relationship will develop the weakness and try improvement the performance for football in small hall space.

The goal of this thesis is to know the relationship between the speed of potential response and hit accuracy by using football in small hall field.

There are differences in statics functions between the speed of potential response and hit accuracy for one test.

The problem of thesis

The football in small hall space requires the skill in all levels of players that make them to the best. The speed of the potential response and hit accuracy in football is very important in training and for that the researcher noted that the training and manners in developing the speed of potential response and hit accuracy is mimic training and don't depend on quality and activity and that takes more time and effort. For this reason, the researcher wanted to study this problem through using a device to solve this problem under science conditions. The researcher didn't see these devices in training of team and for that the researcher used this device and training to solve this problem in science manner to develop the speed of potential response and hit accuracy.

The aim of thesis

1 – prepare a special training by using a device to develop the speed of potential response and hit accuracy for young boys in football in small hall space.

2 - knowing the affect of training by using a device to develop the speed of potential response and hit accuracy for young boys in football in small hall space.

3 – knowing the ranging of developing in practical and theoretical in this thesis.

The thesis field was ;

1 – The human field

The team of Diyala young boy (secondary level).

2 – The space and time field.

The small hall space for sport Diyala club in 21/2/2014.

Chapter two : -

it included the theoretical studies and similarities studies. In the theoretical studies, the researcher talked about the football game for small hall space and its history and the potential response and hit accuracy.

Chapter three :-

The researcher used the describing material to know the problem of the thesis but the thesis item included 16 players of football game in small hall space from Diyala team. The researcher started to fix the three testing ; the first test is moving and hitting the ball , the second test is the speed of potential response and third test is the hit accuracy on four goal angles by using device ((Random Shot)). The researcher submitted testing under their results for team in practical and theoretical by statics calculations. The researcher did a special training by using the references text books and ideas of experts in training of football field. The training included to develop the speed of potential response and hit accuracy in small hall space and finishing from training (24) units with (3) units in a week and after that the researcher used the band of statics SPSS to treat the data to know the main goals of this thesis.