



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة



**تأثير تمرينات خاصة بوسائل تدريبية مساعدة في تطوير
سرعة الإدراك الحس حركي وبعض المهارات الأساسية
للاعبات كرة القدم الصالات بأعمار (16-18) سنة .**

اطروحة دكتوراه مقدمة
إلى مجلس كلية التربية الأساسية- جامعة ديالى
وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الدكتوراه فلسفة في
التربية

البدنية وعلوم الرياضة
من قبل
مثنى ستار حسين الخزرجي

بإشراف

أ. د. عبد الرحمن ناصر راشد

2018 م

1439 هـ

الباب الاول

1 – التعريف بالبحث

1 – 1 المقدمة وأهمية البحث

1 – 2 مشكلة البحث

1 – 3 أهداف البحث

1 – 4 فرضا البحث

1 – 5 مجالات البحث

1 – 5 – 1 المجال البشري

1 – 5 – 2 المجال الزماني

1 – 5 – 3 المجال المكاني

الباب الأول

1 - التعريف بالبحث

1 - 1 مقدمة البحث وأهميته: -

أن ما يميز عصرنا الحاضر هو التطور العلمي الحاصل في مجالات الحياة والذي أحدث تغييرات في كل مرافق حياتنا العصرية ، اذ فتح هذا التطور أفقاً جديدة للبحث والمعرفة ودخل في مجالات الحياة كافة ، ومنها المجال الرياضي.

وان التغييرات في مختلف الالعاب الرياضية سواء كانت من الالعاب الفرعية او الفردية كانت نتيجةً للجهود المستمرة نحو المزيد من الفهم العميق لما يتضمنه اسس وقواعد علم التدريب الرياضي من اجل رفع مستوى الحالة التدريبية للوصول الى المستويات العليا وذلك من خلال البحث والاطلاع الدائم على كل ما هو جديد لإضافة معلومات جديدة باتباع الوسائل والاساليب العلمية المنظمة .

و لعبة كرة القدم من الالعاب الفرعية التي تمتاز بقدرات عديدة منها البدنية والحركية والمهارية وما لهذه القدرات من أثر فاعل في تحقيق أعلى مستوى مهاري للعبة ، وان الارتقاء بهذا المستوى لا يتم الا اذا كان هناك تدريب علمي يشمل كل المرتكزات العلمية التدريبية سواء أكانت بدنية، أو خطية، أو مهارية، أو نفسية، أو عقلية، وترقية كل ما من شأنه إظهار المستوى المهارى الجيد في أثناء المنافسة أو المباريات .

إنّ كرة القدم الصالات تمتاز بسرعة الادراك الحس حركي لإمكانية لاعبات الفريق من التحرك لأخذ المكان المناسب وفتح الثغرات في دفاع الفريق المنافس مع امتلاك مهارة عالية بالسيطرة على الكرة والتحكم فيها فضلاً عن القوة والسرعة الكافية من اجل التقدم والتراجع والانتقال والاستحواذ على الكرة وخلق الفراغ المناسب .

ان للوسائل والادوات التدريبية المساعدة دوراً مهماً وفاعلاً في تدريب اللاعبين ، كما ان للجانب النفسي الذي تؤديه اهمية كبيرة في خلق الدوافع وايجاد الرغبة في العمل وصولاً الى المعرفة المطلوبة في تقليل الجهد واختصار الوقت من المدرب واللاعب، وتساعد على نقل المعرفة وتوضح الجوانب المبهمة وتثبت عملية الادراك والمهارة وتزيد من قدرات اللاعب الحركية والمهارية .

ومن هنا تكمن اهمية البحث في دراسة سرعة الادراك الحس حركي والمهارات الاساسية للاعبات كرة القدم الصالات وتطويرها عن طريق استخدام تمارين خاصة باستخدام وسائل وادوات مساعدة حديثة وذلك لجعل ظروف التدريب مشابهة لظروف المباراة قدر الامكان ، كما ان استخدام الوسائل التدريبية المختلفة في العملية التدريبية يجعل عملية التدريب اكثر فاعلية ،

1-2 مشكلة البحث :-

من اجل الارتقاء بمستوى لعبة كرة قدم الصالات لابد من التخطيط السليم والجيد للبرامج التدريبية المبنية على الاسس العلمية واستخدام الوسائل التدريبية الرياضية الحديثة من أجل اعداد اللاعبات اعداداً شاملاً .

ومن خلال خبرة الباحث كونه لاعب كرة قدم سابق ومدرب في الفترة الحالية وجد ان اغلب اللاعبات لديهن ضعف في سرعة الادراك الحس حركي بالرغم من التدريب فضلاً عن عدم ايجاد حلول مناسبة لها مما يؤثر بشكل مباشر على نتائج المباريات وهذا يجعل الامر صعباً من الناحية المهارية، وان التمارينات المتبعة في تطوير سرعة الادراك الحس حركي والمهارات الاساسية في لعبة كرة القدم الصالات هي تمارينات تقليدية لا تعتمد التنوع والاثارة والتشويق واستخدام الاجهزة وتأخذ وقتاً طويلاً وجهداً أكبر من المدرب واللاعبات .

لذا ارتأى الباحث إيجاد وسائل جديدة لتطوير هذه المتغيرات وذلك عن طريق استخدام تمارين مختلفة ومن مسافات مختلفة وباستخدام الأجهزة والوسائل المساعدة التي اعتمدها ، إذ يعد استخدام الأجهزة والوسائل التدريبية المساعدة المختلفة من الاتجاهات الحديثة والمتطورة في الألعاب والرياضات الحديثة لما لها من دور مؤثر وفعال في التأثير على القدرات العقلية والحركية والمهارات الأساسية في تلك الألعاب، فضلاً عن ان استخدام الأجهزة والادوات ليست مقتصرة على عملية التغيير والتنوع فحسب وإنما اكتشاف الكثير من القابليات التي تتميز بها اللاعبين واستثمار ذلك في تطوير تلك القابليات .

1-3 أهداف البحث :-

- 1- بناء اختبار سرعة الادراك الحس حركي.
- 2- اعداد تمارين خاصة بوسائل تدريبية مساعدة في تطوير سرعة الادراك الحس حركي وبعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الصالات.
- 3- التعرف على تأثير التمارين الخاصة باستخدام الوسائل التدريبية المساعدة في تطوير سرعة الادراك الحس حركي وبعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الصالات.
- 4- التعرف على نسبة التطور الحاصلة لدى المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث .
- 5- التعرف على افضلية التأثير بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث.

1-4 فرضا البحث :-

- 1- توافر فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة وللمجموعتين التجريبية والضابطة في سرعة الادراك الحس حركي وبعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الصالات.

2-توافر فروق ذات دلالة احصائية في نتائج الاختبارات البعدية في سرعة الادراك الحس حركي وبعض المهارات الاساسية للاعبات كرة القدم الصالات بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

1- 5 مجالات البحث :-

1- 5- 1 المجال البشري: - لاعبات فريق مديرية الشباب والرياضة ديالى بكرة القدم الصالات لسنة(2017) بأعمار(16-18) سنة .

1- 5- 2 المجال الزمني :- للمدة من (2016/11/31) ولغاية (2018/3/26)

1- 5- 3 المجال المكاني: - القاعة المغلقة لنادي ديالى الرياضي (مركز بعقوبة).

Abstract

The effect of Specific Exercises with Assistance Training Devices on the Development of Speed Motor Perception and some of the Basic Skills of Futsal Female Players (16-18) Years

The Researcher

Muthanna Staar Hussein
(Ph.D.)

March. 2018A.D.

The Supervisor

Prof. Abdul-Rahman Nasser Rashed

Jumada Al- Akhira 1439 A.H.

The dissertation comprises five sections:

Section One: Defining Research

1. Defining Research

1.1 The Introduction and the importance of research

What is distinguished our present age is the scientific development in the fields of life, which has brought the changes in all the facilities of our modern life. This development has opened up new horizons for research and knowledge and admitted into all areas of life, including sports. Thus, the changes in the various sports, whether from individual or groups games which are considered as the result of ongoing efforts towards more deep understanding of what is included in the foundations and rules of sports training to raise the level of the training situation to reach to the higher levels, and through the search and constant access to the newest in order add new information using the devices and organized scientific methods. Futsal is characterized by rapid motor perception of the team female players to move to take the right place and open gaps in the defense of the firm and tight team with the team's possession of a very high skill that allows them to control the ball as well as the ability in all kinds of passing with different situations , deceit and accurately scoring and finely in addition to the enough strength to move forward, retreat and move across the stadium in order to take possession of the ball without fear or create a vacuum. The speed of motor perception and basic skills play a big role in the ability of players to control the ball in required positions and directions. It has become necessary for the player not to delay the movement of the ball because it must be in a permanent movement and she should think about the movement that follow when she reaches to it no matter how fast and where the ball and the opponent's movement are.

1.2 The Problem of the research

In order to upgrade the level of futsal, it must be a proper and good planning for training programmes based on the scientific foundations and

the use of modern instruments and sports tools in order to prepare the players comprehensively, especially on the two sides of physical and skill, which depend on the development of other aspects and raise the performance of female players.

Through the humble experience of the researcher, he finds that most female players have a weakness in the speed of motor awareness despite the training as well as the lack of finding appropriate solutions to them, which directly affects the results of matches and this makes it difficult technically. The exercises in the development of speed of motor perception and basic skills in futsal are traditional exercises which do not depend on the diversity , excitement , suspense and the use of equipment and take a lot of time and effort than the coach and female players.

1.3 The aims of research

The current research aims at:

1. Preparing specific exercises with assistance training devices on the development of speed motor perception and some basic skills of futsal female players.
2. Identifying the impact of specific exercises with assistance training devices on the development of speed motor perception and some basic skills of futsal female players.
3. Identifying the proportion of development in the experimental and control groups in the research variables.

1.4 Hypotheses of the research

1. There are statistically significant differences between the results of pretest and post test for the experimental and control groups and in the speed of motor perception and some basic skills of futsal female players.
2. There are statistically significant differences between the results of post test in the speed of motor perception and some basic skills of futsal female players between the experimental and control groups and in favor of experimental group.

1.5 Research Fields

1.5.1 Human Field: Youth and sports directorate of Diyala
(female) futsal for the year (2017) - for ages
16-18 years.

1.5.2 Temporal Field: for the period (31/11/2016) until
(26/3/2018).

1.5.3 Spatial Field: The indoor hall of Diyala Sports Club.

Section Two : Theoretical background and similar studies

In the first section, the researcher deals with the theoretical studies of the exercises as well as the awareness , speed awareness and basic skills of futsal (under research), in addition to some previous studies and it has

been discussed the similarities and differences between the previous studies and the current study.

Section Three: Research methodology and field procedures

This section includes the research methodology and field procedures. The researcher used the experimental approach and followed two equal groups design. The sample of the research is chosen deliberately and represented by Youth and sports directorate of Diyala (female) futsal players include 16 players which divide on the two sets of experimental and control groups. The main experiment is carried out from (19/8/2017 to 17/10/2017) and amounted to (8 weeks) with (3) training units per week and the total training units are (24) units.

Section Four: - Presentation and discussion of the results.

In this section, the researcher presents the results through tables and forms and then discusses them.

Section Five : Conclusions and Recommendations.

The dissertation includes the most important conclusions and recommendations:

1. The composite exercises in the devices and assistance aids helped to develop the speed of motor perception and speed in making the right decision and in the performance of most of futsal basic skills .
2. The composite exercises in the devices and assistance aids which are used in curriculum contributed greatly on inserting many factors, including excitement , suspense and competition among the players as well as the spirit of cooperation and perseverance among the players, which has an impact on the ease of motor and skill performance.

The main recommendations are:

1. The needs to prepare new exercises in futsal and be similar to the situations of play and these exercises with modern devices and tools have multi - use.
2. Conducting similar studies in the design and construction of tests using standard scores in other games, whether individual or groups and with different ages.