

مُستخلص الأطروحة باللغة العربية

(تأثير تمرينات بوسائل تدريبية في تطوير بعض القدرات البدنية

والمهارية للاعبى الخطوط المختلفة في كرة القدم للناشئين)

المشرف

الباحث

أ.د. جبار علي جبار

قيس بنوان شريف

م ٢٠١٩

هـ ١٤٤١

المستخلص

نظراً لأن لعبة كرة القدم من الألعاب التي يلعب الإعداد البدني فيها دوراً كبيراً في حسم نتائج المباريات ومدى إرتباط القدرات البدنية في الإرتقاء بالمستوى المهاري صار من المحتمّ تطوير تلك القدرات البدنية والمهارية ، لذا يعد ضعف المستوى البدني والمهاري مشكلة حقيقية تواجه اللاعبين الناشئين ، لذا هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير تمرينات خاصة بوسائل تدريبية مصنعة من قبل الباحث في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية للاعبى خطوط اللعب الثلاثة المتمثلة بخط الدفاع والوسط والهجوم ، حدد الباحث مجتمع البحث بأكاديميات ذي قار الكروية لفئة الناشئين والبالغ عددهم (٢٠) أكاديمية ، وإختار الباحث عينة البحث المتمثلة بلاعبى أكاديمية البطحاء الكروية للناشئين للأعمار من (١٥-١٧) سنة والبالغ عددهم (٢٤) لاعباً حيث بلغ نسبة تمثيل العينة لمجتمع البحث (٥%) ، إستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (ضابطة وتجريبية) بعدما تم تقسيم العينة بواقع (١٢) لاعباً لكل مجموعة، تتدرب المجموعة الضابطة وفقاً للمنهج المعد من قبل مدربهم ومن دون التعرض لمتغيرات البحث، أما المجموعة التجريبية فتخضع لمتغيرات البحث وتتدرب وفق التمرينات التي أعدها الباحث على الوسائل التدريبية ، بلغ عدد الوسائل التدريبية التي أعدها الباحث (١١) وسيلة تدريبية منها (٣) وسائل جاهزة غير مصنعة ، وتم تطبيق (٣٣) تمرين خلال الوحدات التدريبية البالغة (٢٤) وحدة تدريبية خلال ثمانية أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تدريبية إسبوعياً . أظهرت نتائج الإختبارات البعدية تطوراً دالاً إحصائياً ولصالح المجموعة التجريبية ، كما تبيّن وجود فروق معنوية بين خطي الدفاع والهجوم في مهارة المناولة المتوسطة ولصالح خط الدفاع .