



جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأثير تمارين هجومية خاصة في عدد من المتغيرات البدنية و المهارية والتفكير الخططي للاعبي كرة قدم الصالات

ياسر قاسم الياس العمري

اطروحة دكتوراه

التربية البدنية وعلوم الرياضة / علم التدريب الرياضي

بإشراف

أ.م.د. عثمان عدنان البياتي

٢٠٢١ م

١٤٤٢ هـ

ملخص الاطروحة

تأثير تمارين هجومية خاصة في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية والتفكير الخططي للاعبي كرة قدم الصالات

الباحث

ياسر قاسم الياس

المشرف

أ.م.د. عثمان عدنان البياتي

٢٠٢١ م - ١٤٤٢ هـ

الاداء المميز في كرة قدم الصالات يجب أن يبنى على اللعب الهجومي الذي يكون أساسه مستوى عالٍ من الصفات البدنية والمهارات الاساسية والتفكير الخططي العقلي التي يمتلكها اللاعبين, من اجل تنفيذ الواجبات المطلوبة منهم بدقة ومستوى عالي من الانجاز داخل ساحة اللعب وخلال المنافسة, وهذا لن يتحقق الا بالاعتماد على قوانين وقواعد ونظريات توظف العمل التدريبي للارتقاء بمستوى اللاعب في المتغيرات المطلوبة للنشاط التخصصي, وذلك بهدف الوصول إلى تحقيق الأهداف واستثمار كل ما يمكن أن يؤثر إيجابيا باللاعبين للارتقاء بمستوى المتغيرات البدنية و المهارية ومستوى التفكير الخططي لديهم.

لذا هدف البحث الى ما يأتي الكشف عن:

- ١- تأثير التمارين الهجومية الخاصة في بعض الصفات البدنية والمهارات الاساسية والتفكير الخططي للاعبي كرة قدم الصالات للمجموعة التجريبية.
- ٢- دلالة الفروق بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة للاختبارات البعدية في بعض المتغيرات البدنية والمهارية والتفكير الخططي .

ولتحقيق أهداف البحث وضع الباحث الفروض الآتية :

- ١- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارات القبلي البعدية للمجموعة التجريبية و لمصلحة الاختبار البعدي في تنفيذ التمارين الهجومية الخاصة الصفات البدنية والمهارات الاساسية والتفكير الخططي.

- ٢- توجد فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في بعض الصفات البدنية والمهارات الاساسية والتفكير الخططي.

أجري البحث على منتخب تربية نينوى بكرة قدم الصالات, البالغ عددهم (٤٥) لاعبا" والمشارك بدوري تربيات العراق والحائز على المركز الاول للعام الدراسي ٢٠١٨-٢٠١٩ واقتربت أعمارهم بين (١٥-١٩) سنة, وتكونت عينة التطبيق من (١٦) لاعبا" تمثل نسبة (٣٥,٥٥%) من عينة البحث الرئيسة, وقد قسمت العينة الى مجموعتين تجريبية وضابطة من خلال أتباع طريقة الاختيار العشوائي بالقرعة وبواقع (٨) لاعبين لكل مجموعة فضلا عن حارس مرمى لكل مجموعة.

وتم تحقيق التجانس لمجموعتي البحث في متغيرات (الطول والعمر و الوزن)، وأجري التكافؤ في الصفات البدنية والمهارات الأساسية والتفكير الخططي والعمر التدريبي للاعبين باستخدام الاختبارات البدنية والمهارية ومقياس التفكير الخططي لكرة قدم الصالات .

وتم إجراء الاختبارات القبلية باستخدام اختبارات الصفات البدنية التي تضم (السرعة الانتقالية وسرعة حركة الرجلين والقوة المميزة بالسرعة للرجلين وسرعة الاستجابة) والمهارات الأساسية (الدحرجة والتمرير والتهديف والإخماد) ومقياس التفكير الخططي (سرعة التفكير الخططي وتنظيم التفكير الخططي ومرونة التفكير الخططي). إذ قام الباحث بوضع تمارين هجومية خاصة , وقد استغرق تنفيذها (٨ اسابيع) وبواقع وحدة لكل يوم من الأحد والثلاثاء والخميس.

وتم البدء بتنفيذ المنهاج التدريبي في يوم الخميس الموافق (٢٠٢٠/١/٢) والانتهاه منه يوم الأحد الموافق (٢٠٢٠/٣/١٧).

تم إجراء الاختبارات البعدية باتباع الإجراءات نفسها التي اعتمدت في الاختبار القبلي لكلا المجموعتين في يوم الثلاثاء الموافق (٢٠٢٠/٣/١٧).

واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية (الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و (ت) للعينات المرتبطة والغير مرتبطة ومعامل الاختلاف, معامل الارتباط البسيط بيرسون.

الاستنتاجات:

١. تطور المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين (الهجومية الخاصة) في الصفات البدنية الآتية (السرعة الانتقالية والسرعة الحركية للرجلين والقوة المميزة بالسرعة للرجلين) وفي المهارات الأساسية الآتية: (التهديف والإخماد والتمرير والدحرجة) وفي التفكير الخططي (سرعة التفكير الخططي وتنظيم التفكير الخططي ومرونة التفكير الخططي) تطورا أفضل من المجموعة الضابطة التي استخدمت المنهاج المعد من المدرب.

٢. حققت المجموعة التجريبية التي استخدمت التمارين الهجومية الخاصة تطورا في الصفات البدنية وفي المهارات الأساسية (التهديف والإخماد والتمرير والدحرجة) وفي التفكير الخططي (سرعة التفكير وتنظيم التفكير ومرونة التفكير) التي تناولها البحث عند مقارنة النتائج بين الاختبارين القبلي والبعدى لمصلحة الاختبار البعدى.

التوصيات

من خلال الاستنتاجات التي حصل عليها الباحث يوصي بما يأتي :

١. استخدام التمارين الهجومية الخاصة في التدريب لفائدتها في تطوير الصفات البدنية والمهارات الأساسية و التفكير الخططي بكرة قدم الصالات .

٢. اعتماد التدريب الفترى المرتفع الشدة باستخدام شدة الأداء المثالية في تصميم المناهج التدريبية للاعبى كرة قدم الصالات.

University Of Mosul
College of physical Education
And Sport Sciences



**The effect of special attack exercises on a
number of physical, skill and planning
variables for futsal players**

Yasir Qasim Alyas Alomari

Degree Ph. D of Training

Physical Education And Sport Sciences

Supervised by

Assistant professor Dr.

Othman Adnan Al-Bayati

2021 A.D.

1442 A.H

Abstract

"The effect of special attack exercises on a number of physical, skill and planning variables for futsal players"

Supervisor

Prof. Dr. Othman A. Albyati

Researcher

Yasir Q.Alyas Alomari

2021

Distinguished performance in futsal football must be based on offensive play whose basis is a high level of physical qualities, basic skills and schematic mental thinking that the players possess, in order to carry out the duties required of them accurately and with a high level of achievement inside the playing field and during the competition, and this will only be achieved By relying on laws, rules and theories that employ training work to raise the level of the player in the variables required for the specialized activity, with the aim of reaching the achievement of goals and investing everything that could positively affect the players to raise the level of physical and skill variables and their level of schematic thinking.

Therefore, The aim of the research is to reveal:

- 1- The effect of special offensive exercises on some physical characteristics, basic skills, and schematic thinking of the gymnasium soccer players of the experimental group.
- 2- The significance of the differences between the two groups of experimental and control research for post-tests in some physical and skill variables and schematic thinking.

The researcher assumed the following:

- 1- The effect of special offensive exercises on some physical characteristics, basic skills, and schematic thinking of the gymnasium soccer players of the experimental group.
- 2- The significance of the differences between the experimental and control research groups for the dimensional tests in some physical and skill variables and schematic thinking.

To achieve the objectives of the research, the researcher put the following hypotheses:

- 1- There are significant differences between the pre-post tests of the experimental group and the interest of the post test in the implementation of special offensive exercises, physical characteristics, basic skills and schematic thinking.
- 2- There are significant differences in the dimensional tests between the experimental and control research groups in some physical characteristics, basic skills and schematic thinking.

The research was conducted on the Nineveh Futsal Education team, whose number is (45) players, and participates in the Iraq Education League, who won first place for the 2018-2019 academic year, and their ages approached between (15-19) years, and the application sample consisted of (16) players representing A percentage (35.55%) of the main research sample, and the sample was divided into two experimental and control groups by following the method of random selection by lot with (8) players for each group in addition to a goalkeeper for each group.

Homogeneity was achieved for the two groups of research in variables (height, age and weight), and equivalence in physical characteristics, basic skills, planning thinking and the training age of the players was carried out using physical and skill tests and the linear thinking scale of futsal football.

The pre-tests were conducted using tests of physical characteristics that include (transition velocity, leg movement velocity, strength characteristic of velocity of the two legs and speed of response), basic skills (rolling, passing, scoring and damping) and the measurement of linear thinking (velocity of linear thinking, organization of linear thinking, and flexibility of schematic thinking). As the researcher developed special offensive exercises, which took (8 weeks) to be carried out by one unit every day from Sunday, Tuesday and Thursday.

The implementation of the training curriculum was started on Thursday (2/1/2020) and ended on Sunday (3/17/2020).

The post-tests were conducted by following the same procedures that were adopted in the pretest tests for both groups on Tuesday (3/17/2020).

The researcher used the following statistical methods (arithmetic mean, standard deviation, and (T) for linked and unrelated samples, coefficient of variation, simple correlation coefficient, Pearson.

The researcher reached the following conclusions:

1. The development of the experimental group that used the exercises (special offensive) in the following physical characteristics (transitional velocity and movement velocity of the two men and the distinctive strength of velocity of the two men) and in the following basic skills: (scoring, suppressing, passing and rolling) and in schematic thinking (speed of linear thinking, organization of linear thinking, flexibility of thinking Al-Nabati) developed better than the control group that used the curriculum prepared by the trainer.

2. The experimental group that used the special offensive exercises achieved an improvement in physical attributes and basic skills (scoring, damping, passing and rolling) and in linear thinking (thinking speed, organization of thinking and flexibility of thinking) that was dealt with by the research when comparing results between the pre and post tests in favor of the post test.

Recommendations:

Through the conclusions obtained by the researcher, he recommends the following:

1. The use of special offensive exercises in training for their use in developing physical attributes, basic skills and planning thinking in futsal football.

2. Adopting high-intensity interval training by using the ideal intensity in designing training curricula for futsal players.