



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الموصل

كلية التربية الأساسية

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأثير الألعاب الجانبية الصغيرة المسبوقة بالتمارين البدنية على وفق
أشكال اللعب في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين كرة
القدم الشباب

أطروحة دكتوراه

تقدم بها

بشار جميل علي شرف الهسنياني

التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

الأستاذ المساعد الدكتور

محمود حمدون يونس الحياي

ملخص الأطروحة

" تأثير الألعاب الجانبية الصغيرة المسبوقة بالتمارين البدنية على وفق أشكال اللعب في عدد

من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم الشباب "

المشرف

الباحث

أ.م.د. محمود حمدون يونس الحيايلى

بشار جميل علي شرف الهسنياني

٢٠٢٣ م

١٤٤٥ هـ

الألعاب الجانبية الصغيرة عبارة عن مواقف تنافسية معدلة وهدفها الوصول باللاعب إلى تحقيق مستويات عالية من الأداء البدني والمهاري والخططي والنفسي والتكيف الذي تعتمد عليها اللعبة. وتحدد بشروط وقواعد وعدد اللاعبين وبمساحة محددة للعب وبوجود المنافس، وزمن المباراة واستخدام أهداف صغيرة أو كبيرة، وتتشابه مع المواقف والأشكال الحقيقية للعبة كرة القدم.

هدف البحث إلى الكشف عما يأتي :

- دلالة الفروق الإحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين المجموعة التجريبية.
- دلالة الفروق الإحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين المجموعة الضابطة.
- دلالة الفروق الإحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية.

افترض الباحث الفرضيات الآتية :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين المجموعة الضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث، وحددت عينة البحث من لاعبي شباب نادي زاخو، للموسم الكروي (٢٠٢٢-٢٠٢٣)، والبالغ عددهم (٢٨) لاعباً، وقد قسمت هذه العينة على مجموعتين تجريبية وضابطة من خلال إتباع طريقة الاختيار العشوائي باستخدام القرعة وبواقع (١٠) لاعبين لكل مجموعة، وتم استبعاد (٥) لاعبين و(٣) حراس مرمى. وتم تحقيق بين مجموعتي البحث باستخدام اختبار (Shapiro Wilk) لمعرفة اعتدالية التوزيع الطبيعي لعينة البحث، وبعدها تم إجراء التجانس من خلال اختبار (Levene's) للمتغيرات (العمر، والطول، والكتلة، العمر التدريبي) والمتغيرات البدنية والمهارية والتكافؤ في (المتغيرات البدنية، والمهارات الأساسية) واستخدم الباحث تصميم المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة العشوائية ذات الاختبار القبلي والبعدي، واشتملت وسائل جمع البيانات على تحليل المحتوى والمقابلات الشخصية والاستبيان والاختبارات والقياسات.

بلغ عدد الوحدات التدريبية للبرنامج التدريبي (٣٢) وحدة تدريبية بواقع (٤) وحدات تدريبية في الأسبوع وتضمنت تمرينات للمجموعة التجريبية على دورتين متوسطتين، وتكونت كل دورة متوسطة من (٤) دورات صغرى وبواقع (٨) أسابيع ويتموج حركة حمل في كل دورة متوسطة (٣ : ١)، تم البدء بتنفيذ التمرينات بتاريخ (٢٧/٨/٢٠٢٢) وتم الانتهاء من تنفيذ جميع الوحدات التدريبية الخاصة بتطبيق التمرينات للاعبين المجموعة التجريبية بتاريخ (١٩/١٠/٢٠٢٢)، وتم استخدام الحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة البيانات.

توصل الباحث إلى مجموعة من الاستنتاجات كان أهمها ما يأتي:

- ١- حققت الألعاب الجانبية الصغيرة المسبوقة بالتمرينات البدنية على وفق أشكال اللعب تقدماً إيجابياً في جميع المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين المجموعة التجريبية.
- ٢- حققت المجموعة الضابطة تقدماً إيجابياً في جميع المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين المجموعة الضابطة.
- ٣- حققت المجموعة التجريبية التي نفذت الألعاب الجانبية الصغيرة المسبوقة بالتمرينات البدنية على وفق أشكال اللعب تطوراً أفضل من المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات البدنية والمهارية.

وأوصى الباحث بعدة توصيات ومقترحات وكما يأتي:

ح

١- ضرورة الاهتمام بالألعاب الجانبية الصغيرة المسبوقة بالتمرنات البدنية على وفق أشكال اللعب من قبل المدربين وذلك لما ظهرته نتائج البحث من تحسن واضح في جميع المتغيرات البدنية والمهارية.

٢- ضرورة تصميم وتطبيق الألعاب الجانبية المسبوقة بالأداء البدني على وفق مناطق اللعب التي تحدث أثناء المباريات.

٣- ضرورة الاهتمام بطرائق التدريب المستخدمة كلاً حسب الصفة البدنية المستخدمة في الألعاب الجانبية الصغيرة المسبوقة بالتمرنات البدنية على وفق أشكال اللعب.

Abstract

"The effect of small sided games preceded by physical exercises according to the forms of play in a number of physical and skill variables for Soccer Players` Youth"

Researcher

Bashar Jameel Ali ALhasnyany

Supervised by

Assist. Prof. Mahmood Hamdoon ALhyali

1445 AH

2023AD

Small side games are modified competitive situations whose goal is to reach the player to achieve high levels of physical, skill, tactical and psychological performance and conditioning on which the game depends. It is determined by terms and rules, the number of players, a specific space to play, the presence of the opponent, the time of the match, and the use of small or large goals, and it is similar to the corresponding and real forms of the football game.

The aim of the research is to discover the following:

- Significance of statistical differences between the pre and post tests in a number of physical and skill variables for the players of the experimental group.
- Significance of statistical differences between the pre and post tests in a number of physical and skill variables for the players of the control group.
- Significance of statistical differences between the experimental and control groups in the post-test in a number of physical and skill variables.

The researcher assumed the following hypotheses:

- There are statistically significant differences in a number of physical and skill variables for the players of the experimental group between the pre and post tests and in favor of the post test.
- There are statistically significant differences in a number of physical and skill variables for the players of the control group between the pre and post tests.

B

- There are statistically significant differences in a number of physical and skill variables between the experimental and control groups in the post-test and in favor of the experimental group.

The researcher used the experimental approach due to its suitability to the nature of the research, and the research sample was selected from the youth players of Zakho Club, for the football season (2022-2023), amounting to (28) players. 10 players per group, (5) players and (3) goalkeepers were excluded.

There was an investigation between the two research groups using (Shapiro Wilk) test to find out the moderation of the normal distribution of the research sample, and then homogenization was carried out through (Levene's) test for the variables (age, height, mass, training age) and the physical and skill variables and equivalence in (physical variables, basic skills). The researcher used the design of the experimental group and the random control group with a pre and post test, and the data collection methods included content analysis, personal interviews, questionnaire, tests and measurements.

The number of training units for the training program was (32) training units, at a rate of (4) training units per week, and it included exercises for the experimental group in two medium sessions, and each medium session consisted of (4) small courses, at a rate of (8) weeks, with a ripple of pregnancy movement in each medium session (3: 1), the implementation of the exercises began on (27/8/2022), and all training modules related to the application of the exercises for the players of the experimental group were completed on (10/19/2022), and the statistical bag (spss) was used to process the data.

The researcher reached a set of conclusions, the most important of which are the following:

- 1- Small side games preceded by physical exercises, according to the forms of play, achieved positive progress in all physical and skill variables for the players of the experimental group.
- 2- The control group achieved positive progress in all physical and skill variables for the players of the control group.
- 3- The experimental group that implemented small side games preceded by physical exercises according to the forms of play achieved better development than the control group in all physical and skill variables.

The researcher recommended several recommendations and proposals, as follows:

C

- 1- The need to pay attention to small side games preceded by physical exercises according to the forms of play by the coaches, as the results of the research showed a clear improvement in all physical and skill variables.
- 2- The need to design and implement side games preceded by physical performance according to the playing areas that occur during matches.
- 3 - The need to pay attention to the training methods used, each according to the physical capacity used in the small side games preceded by physical exercises according to the forms of play.
- 4- The possibility of conducting similar research for other age groups and for both sexes in football, as well as conducting similar studies on other organized games.

University of Mosul
College of Basic Education
Depart. Physical Education & Sport Sciences



**The Effect of Small Sided Games Preceded by
Physical Exercises According to The Forms of
Play in a Number of Physical and Skill
Variables for Soccer Players` Youth**

Researcher
Bashar Jameel Ali ALhasnyany

Ph D. Dissertation
Physical Education And Sport Sciences

Supervised by
Assist. Prof. Mahmood Hamdoon ALhyali