



P-ISSN: 2394-1685
E-ISSN: 2394-1693
Impact Factor (RJIF): 5.38
IJPESH 2024; 11(3): 230-234
© 2024 IJPESH
<https://www.kheljournal.com>
Received: 16-04-2024
Accepted: 23-05-2024

م.م كرار إبراهيم بدر
رؤساءة / الأستاذة تدريسية الجامعة
الطلابية النشاطات ق.سم / الجامعة
عراق

تأثير تمارينات الوندو في تحسين بعض المناولات للاعبين كرة القدم الناشئين

م.م كرار إبراهيم بدر

DOI: <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2024.v11.i3d.3344>

مستخلص البحث

تعد كرة القدم واحدة من الألعاب التي تتطلب إتقان المهارات و التركيز في الأداء وقد هدفت الدراسة الحالية إلى إعداد تمارينات الوندو لتحسين بعض المناولات للاعبين كرة القدم الناشئين في العراق وكذلك معرفة تأثير تمارينات الوندو في تطوير الجانب المهاري المتمثل بتحسين أنواع المناولات وقد طبق المنهج التجريبي على عينة تمثل احد فرق الناشئين المتمثل بناشئين نادي شباب العراق بأعمار (15-16) سنة وعددهم (20) لاعباً مثلوا المجموعة التجريبية الواحدة من خلال أعداد تمارينات الوندو لمدة 8 أسابيع تحتوي على تمارين تطوير أنواع المناولات للاعبين كرة القدم الناشئين بعد ذلك استخدم الوسائل الإحصائية التي تناسب هذه البحث ثم عرض ومناقشة النتائج وبالتالي أعطى الباحث أهم الاستنتاجات والتوصيات التي تناسب هذه الدراسة و من خلال استنتاجات البحث تبين إن التمارينات الذي وضعها الباحث قد أثرت بشكل ايجابي على نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية .

كلمات المفتاحية : تمارينات الوندو، المهارات ، المناولات ، كرة القدم ، الناشئين الكلمات المفتاحية :

1- تعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

كرة القدم هي رياضة جماعية لها مكانة بارزة بين الألعاب الرياضية الأخرى من حيث الانتشار والشعبية في بقاع العالم المختلفة , إذ تطور أسلوب لعبها يتوقف على كل جديد يطرأ على التدريب الذي ينعكس بدوره على تطوير المرتكزات الأساسية لبناء اللاعبين وهي كل من الأداء البدني والمهاري والخططي والنفسي والذهني و لا يمكن فصل هذه المرتكزات الأساسية الواحدة عن الأخرى وذلك باستخدام أفضل الطرق للوصول باللاعبين إلى أفضل المستويات وتحقيق الأهداف المرجوة . وتعد تمارينات الوندو عبارة عن تمارينات امتلاك الكرة لأطول فترة زمنية ممكنة من خلال المناولات بين اللاعبين بإيقاع لعب سريع التي لها تأثير ايجابي في اكتساب المهارات الأساسية وإتقانها وكذلك تفيد تمارين الوندو على اتخاذ القرارات بشكل أسرع فيما يتعلق بالتمرير والتحرك في المساحة للاستلام و أيضاً اللاعبين بكرة القدم يواجهون مشاكل كثيرة ، الوندو يساعدهم على الإبداع وحل هذه المشاكل لتحقيق أفضل النتائج , على الرغم إن لعبة كرة القدم تمارس من قبل فئات عمرية مختلفة إلا إن فئة الناشئين من الفئات التي تستوجب الاهتمام لتأسيس قاعدة عريضة لبناء الفرق والمنتخبات الوطنية ومن خلال هذه القاعدة يمكننا الوصول إلى أفضل الانجازات .

ومن هنا تبرز أهمية البحث في استخدام تمارينات الوندو في تحسين بعض المناولات للاعبين كرة القدم الناشئين والتي من خلالها تحسين المستوى بشكل أسرع مما يخدم المدربين واللعب وبالتالي استغلال الوقت والجهد في تحقيق الأهداف .

Corresponding Author:

م.م كرار إبراهيم بدر
رؤساءة / الأستاذة تدريسية الجامعة
الطلابية النشاطات ق.سم / الجامعة
عراق

2-1 مشكلة البحث

من أجل الارتقاء بمستوى لعبة كرة القدم لابد من التخطيط الجيد للبرامج التدريبية المبنية على الأسس العلمية العالية المستوى و إعداد اللاعبين إعداداً شاملاً وبمستوى عال وخاصة في الجانب المهاري ، لذلك تتطلب هذه اللعبة أن يتمتع اللاعبون بقدرات بدنية و مهارية يتوافق جيد في أداء دقة المناولات فضلاً عن المهارات الأساسية الأخرى التي يحتاجها اللاعبون ، ومن خلال اطلاع الباحث على المباريات ولالتقاء ببعض المدربين كونه مدرباً ومتابعته لدوري الفئات العمرية بكرة القدم وجد أن عدم إتقان مهارة المناولة تؤدي إلى كثرة التمريرات الخاطئة التي تقلل من نسبة الاحتفاظ بالكرة لفترات طويلة ، لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة و وضع الحلول العلمية المناسبة لها باستخدام تمرينات الروندو لتحسين بعض المناولات للاعبين كرة القدم .

3-1 أهداف البحث

- 1- إعداد تمرينات الروندو لتحسين بعض المناولات للاعبين كرة القدم للناشئين.
- 2- التعرف على تأثير تمرينات الروندو في تحسين بعض المناولات للاعبين كرة القدم للناشئين .

4-1 فروض البحث

- 1- هناك تأثير ايجابي لتمرينات الروندو في تحسين بعض المناولات للاعبين كرة القدم للناشئين .

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبو ناشئين نادي شباب العراق للموسم الكروي 2023-2024 .
- 2-5-1 المجال الزماني : (11/15 / 2023) إلى (5 / 1 / 2024)
- 3-5-1 المجال المكاني : ملعب نادي شباب العراق _ بغداد _ العطيفية .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية**2-1 منهج البحث**

إن المنهج الملائم لطبيعة المشكلة التي وجدها الباحث تتطلب معرفة تأثير التمرينات من خلال التجربة إذ استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو الاختبارين القبلي والبعدي .

2-2 مجتمع البحث وعينه

إذ يُعدّ اختيار العينة ركيزة رئيسة من ركائز البحث العلمي، بوصفها تمثل مجتمع الأصل أي هي "الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو تعدّ النموذج الذي يجري عليه الباحث مجمل محاور عمله" (ظافر هاشم الكاظمي، 2012، ص84) ، إذ تعدّ العينة طريقة لجمع البيانات والمعلومات وحالات محددة يتم اختيارها بأسلوب معين من جميع عناصر مفردات ومجتمع الدراسة وبما يخدم ويتناسب ويعمل على تحقيق أهداف الدراسة. تكون مجتمع البحث من لاعبي دوري ناشئين محافظة بغداد بكرة القدم بأعمار (15-16) سنة للموسم الرياضي (2023-2024) والبالغ عددهم (10) اندية وعدد اللاعبين المشاركين في الدوري (250) لاعبا , وتم اختيار عينة البحث عشوائيا وهم ناشئين نادي شباب العراق والبالغ عددهم (26) لاعبا يمثلون نسبة مقدارها (10,4) من مجتمع الأصل تم اختيار (20) لاعب وتم استبعاد أربعة منهم للتجربة الاستطلاعية و اثنان مصابان .

3-2 الوسائل والأجهزة والأدوات المستعملة في البحث**2-3-1 وسائل جمع المعلومات في البحث**

- 1- المصادر العربية والأجنبية.
- 2- الاستشارات و المقابلات الشخصية .
- 3- شبكة المعلومات الدولية (انترنت) .
- 4- الملاحظة الميدانية .

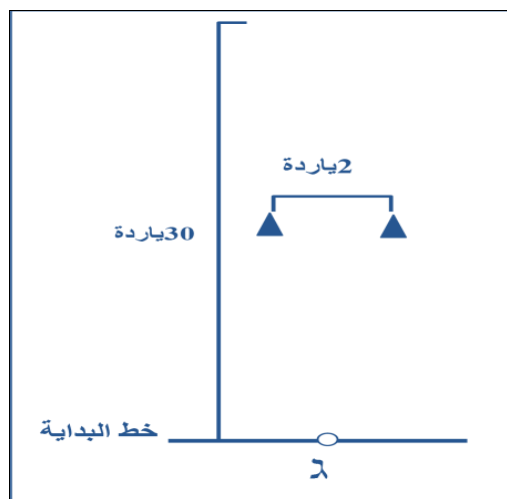
2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

- عدد (1) Lenovo - حاسبة الكترونية صينية -كاميرا نوع نيكون ياباني مع حامل كاميرا ثلاثي عدد (1) .
- استمارة تسجيل .
 - ساعة توقيت عدد (2) .
 - ملعب كرة قدم (1) .
 - كرات قدم عدد (10) حجم (5) .
 - شواخص عدد (25) .
 - صافرات عدد (2) .
 - شريط قياس عدد (2) فيته .
 - يلكات تدريب عدد (20) أزرق — برتقالي .

4-2 إجراءات البحث الميدانية

- 1-4-2 : اختبار تمرير الكرة بباطن القدم بين حاجزين (اثمار عبد المنعم، 2009، ص126)

اسم الاختبار	:
الغرض من الاختبار	: تمرير الكرة بباطن القدم بين حاجزين
الأدوات المستخدمة	: قياس دقة التمرير الأرضي القصير بباطن القدم اليمنى 3 كرات قدم ، حواجز بلاستيكية ، ملعب كرة قدم
طريقة الأداء	: تحدد مسافة 30 ياردة طولاً من خط البداية وفي منتصف المسافة وعلى بعد 15 ياردة بوضع حاجزين بلاستيكيين متقابلين بينهما مسافة 2 ياردة ، عند إشارة البدء يقوم اللاعب بتمرير 3 كرات الواحدة تلو الأخرى بين الحاجزين بباطن القدم اليمنى .
التسجيل	: يعطي لكل محاولة تمر بين الحاجزين البلاستيكيين درجة واحدة ومن ثم تجمع درجات المحاولات الثلاثة .



2-4-3 التجربة الاستطلاعية

قام فريق العمل المساعد بأشراف الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية يوم الثلاثاء المصادف (2023/11/28) في تمام الساعة الثالثة مساءً على (4) لاعبين من غير عينة البحث الغرض من التجربة الاستطلاعية الحصول على نتائج دقيقة وتحقيق السلامة .

2-4-4 الاختبارات القبلية

تم إجراء الاختبارات القبلية على أفراد عينة البحث قبل البدء بتنفيذ تدريبات الروندو ، حيث تم إجراء الاختبارات الخاصة بالبحث وبمساعدة فريق العمل المساعد بأشراف الباحث وعلى ملعب نادي شباب العراق في تمام الساعة الثالثة مساءً من يومي الثلاثاء (2023/12/5).

2-4-5 التجربة الرئيسية

بعد الانتهاء من الاختبارات القبلية ومعرفة مستوى اللاعبين عن طريق الاختبارات الخاصة بالبحث ومن أجل الوصول إلى حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .

قام الباحث بأعداد مجموعة من تمرينات الروندو وتم البدء بالتجربة الرئيسية في يوم الأحد المصادف (2023/12/10) والانتهاء يوم الأربعاء المصادف (2024/1/31) تم تطبيق التمرينات بواقع (3) وحدات في الأسبوع في الأيام (الأحد- الثلاثاء- الأربعاء) ولمدة (8) أسابيع بواقع (24) وحدة تدريبية خلال مدة الأعداد الخاص و يتراوح زمن الوحدة التدريبية المخصصة للتمرينات (30-35) دقيقة الجزء الرئيس (للجانب المهاري) بواقع تمرينين في كل وحدة تدريبية وتم مراعاة التدرج في الأحمال التدريبية في جميع الوحدات التدريبية وبما يناسب مستوى اللاعبين وقدراتهم مهارية والطريقة المستخدمة هي طريقة التدريب الفترتي المنخفض والمرتفع الشدة ، (polar). وتم تحديد شدة التدريب عن طريق استخدام جهاز البولر

3-4-6 الاختبارات البعيدة

بعد الانتهاء من التجربة الرئيسية تم إجراء الاختبارات البعيدة لعينة البحث بمساعدة فريق العمل المساعد وتحت الظروف نفسها التي أجريت للاختبارات القبلية وذلك لمعرفة التأثير الحاصل من جراء الاختبارات المستخدمة في يوم الأحد المصادف 2024/2/4.

3-5 الوسائل الإحصائية

في استخراج النتائج (spss)أستخدم الباحث الوسائل الإحصائية وتحليلها ومناقشتها .

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

بعد جمع البيانات التي حصل عليها الباحث من الاختبارات القبلية والبعيدة للاختبارات مهارية التي ترتبط بالبحث ، إذ تم معالجتها إحصائياً عن طريق استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري ، وللتحقق من صحة الفرضيات (sig) المحسوبة وقيمة ((وقيمة للبحث قام الباحث بعرض النتائج التي تم التوصل إليها وتحليلها ومناقشتها .

3-1 بحث لينة المهاريّة الاختبارات نتائج عرض 3-1

2-4-2 : دقة مهارة التمرير الطويل (محمد جمال سلمان ،2018،ص98)

اسم الاختبار : اختبار دقة مهارة التمرير الطويل .

الهدف منه : قياس مهارة التمرير الطويل .

الأدوات المستعملة : ملعب كرة قدم ، كرات عدد 5 ، شريط قياس ، شواخص .

مواصفات الأداء : نرسم مربع طول ضلعه (5) م بحيث يبعد عن الخط الذي يقوم عنده اللاعب من اجل التمرير مسافة (30) م وعند الإشارة يقوم اللاعب بتمرير الكرة بحيث تعطى له (5) محاولات وعند إشارة البدء يقوم المختبر بضرب الكرة لتكون طائرة في الهواء ثم يؤشر مكان سقوطها وتحتسب الدرجة على أساس ذلك . التسجيل : يتم إعطاء العلامات على أساس المكان الذي تسقط فيه الكرة أو لا تحتسب وكما يأتي :

أ- إذا سقطت الكرة داخل المربع في المحاولة الأولى تعطى له (5) نقاط .

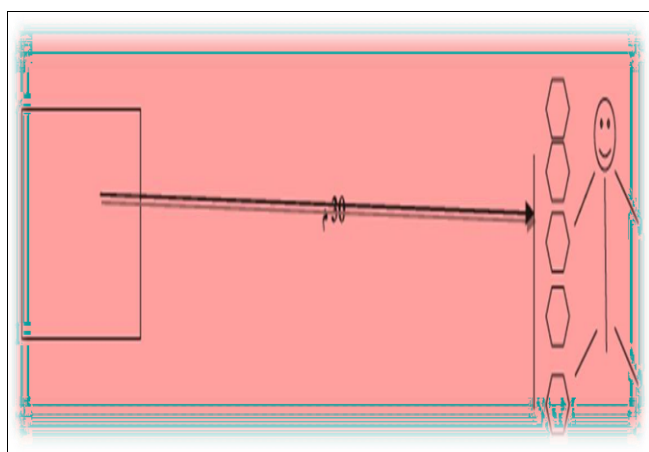
ب- إذا سقطت الكرة داخل المربع في المحاولة الثانية تعطى له (4) نقاط .

ج- إذا سقطت الكرة داخل المربع في المحاولة الثالثة تعطى له (3) نقاط .

د- إذا سقطت الكرة داخل المربع في المحاولة الرابعة تعطى له (2) نقاط .

هـ- إذا سقطت الكرة داخل المربع في المحاولة الخامسة تعطى له (1) نقاط .

و- إذا سقطت الكرة خارج المربع في تعطى له (0) نقاط .



والبعدي القبلية بالاختبارين المعيارية والاندحرافات الحاسبية الأوساطية بين: (1) جدول
الاجري بة لمجموعة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ت المحسوبة	sig	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			
تمرير الكرة بباطن القدم بين حاجزين	درجة	0.510	2.50	0.000	3.00	-4.719	0.000	معنوي
دقة مهارة التمرير الطويل	درجة	0.759	3.15	0.224	4.85	-10.682	0.000	معنوي

(0.05) () وتحت مستوى الدلالة (19=1-20) عند درجة حرية (0.05) معنوي >)

من خلال الجدول رقم (1) وعند ملاحظة المؤشرات الإحصائية للمجموعة التجريبية نجد هناك فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للاختبارات المهارية هذه ما يؤكد () اذ كانت تحت مستوى الدلالة (0.05) ، وبذلك نقبل sigقيمة () الفرض البديل والذي ينص على وجود فروق معنوية بين درجات الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي ، وقد تبين ذلك من خلال الفرق بين الأوساط الحسابية اذ كانت الأوساط الحسابية في الاختبار البعدي أفضل من الاختبار القبلي للاختبارات المهارية .

مناقشة نتائج

1-3

الاختبارات المهارية لعينة البحث

أظهرت نتائج الجدول (1) معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية .

ويعزو الباحث أسباب ذلك إلى استخدام تمارين الروندو للمجموعة التجريبية وكانت التمارين مدروسة وفق أسس علمية وضوابط تدريبية حديثة مع مراعاة قابليات وإمكانيات اللاعبين مما أدى الى تفاعل اللاعبين مع التمارين والتدريب المستمر لمدة شهرين إذ من المنطق أن يحصل تطور وهذا ما ظهر واضحاً في متغيرات (تمرير الكرة بباطن القدم بين حاجزين ، دقة مهارة التمرير الطويل) وهذه المهارات مهمة جداً للاعبين الفئات العمرية وصولاً للمتقدمين إذ كانت طبيعة التمارين تجعل الفريق أكثر استحواداً على الكرة و أكثر دقة في التمريرات وفرضت على اللاعبين اللعب بسرعة دون القسوة بلحمة او لمستين مما أدى الى احداث تكيف لدى اللاعبين وهذه يتفق مع (ضياء ناجي ،2019،ص32) " بأن التمريرات الطويلة تستخدم بغرض التقدم نحو المنافس وصعوبتها تكمن في دقة أدائها وإيصالها للزميل وتكون مسافتها 25م فما فوق و عند التدريب يراعى التنبيه باستمرار لدى الناشئين بأهمية استخدام نوع التمرير المناسب للموقف " وذكر (موفق مجيد المولى، 2014،ص19) (إن اللعب في مساحات مصغرة تعني مشاركة أقل عدد من اللاعبين مع اكثر زمن للعب بالكرة وهو الهدف والاهم ويمنح اللاعبين الخبرة الأحسن من خلال اللمس الأكثر للكرة في اللعب في لعب واقعي فيصبح اللاعب شامل التكوين ومفهم لدور زملائه من اللاعبين) و أشار(مصطفى محمد جندي،2011،ص81) " إذ إن امتلاك اللعب لأشكال متنوعة من التمارين متمثلة بمواقف اللعب مشابهة لمتطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضل المواقف والحلول تزيد من قدرة اللعب على المناورة وتنفيذ هذه المواقف بأماكن واتجاهات و مواقف لعب مختلفة " و يؤكد (محمد محمود مصلح ، 2020، ص3) الى إن تمارين الروندو تعمل على صقل المهارات بالشكل الذي يوصل اللاعب الى أمكانية اكتسابه مهارات حركية مركبة عالية المستوى تتمثل بمواقف اللعب الهجومية من خلال التخطيط الجيد

الذي يعد من الركائز الأساسية والمهمة لتطوير مستوى أداء المهارات بكرة القدم.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات :

- 1- استنتج الباحث أهمية التمارين المعدة في تطوير متغيرات البحث (تمرير الكرة بباطن القدم بين حاجزين ، دقة مهارة التمرير الطويل)
- 2- التمارين المشابهة لحالات اللعب قد ساعدت في تطوير الناحية المهارية للاعبين كرة القدم الناشئين .
- 3- تمارين الروندو أكثر واقعية في تطوير لاعبي كرة القدم للناشئين .

2-4 التوصيات

- 1- التأكيد على مدربي كرة القدم الاعتماد على تدريبات الروندو في تطوير النواحي المهارية .
- 2- تقنين تمارين الروندو واستخدامها في تدريب الفئات العمرية كافة .
- 3- إجراء بحوث و دراسات على عينات أخرى لمختلف الفئات العمرية .

المصادر

- ❖ انمار عبد المنعم: بناء بطارية اختبار مهارية للاعبين خماسي كرة القدم للمتقدمين ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 2009.
- ❖ ضياء ناجي عبود؛ المهارات الحديثة بكرة القدم ، العراق، دار الضياء للطباعة، 2019.
- ❖ ظافر هاشم الكاظمي: التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والأطاريح التربوية والنفسية: (بغداد، دار الكتب والوثائق للنشر، 2012) .
- ❖ محمد جمال سلمان : مقارنة بعض المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية وفق مستوى الأداء المهاري للاعبين كرة القدم بأعمار (13-15) سنة في بغداد ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة بغداد ، 2018.
- ❖ محمد محمود مصلح: تأثير تمارين الروندو في مساحات صغيرة على تعلم مهارة التمرير والاستلام لحراس المرمى بأكاديميات كرة القدم ، (مجلة بحوث التربية الشاملة ، العدد2، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، 2020.
- ❖ مصطفى محمد جندي : تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات المهارية في الملاعب المصغرة على بعض مبادئ

الخططية الهجومية لنادى كرة القدم ، رسالة ماجستير ،
كلية التربية الرياضية ، جامعة اسيوط ، 2011.
❖ موفق مجيد المولى ؛ أساليب الألعاب المصغرة بكرة القدم
، دار الينايب للنشر ، 2014.

نموذج تمرين

الهدف من التمرين : زيادة قدرة اللاعبين على التمرير بأنواعه

(15) م يحدد التمرين بواسطة X يتم التمرين على شكل مربع (15)
أقمار ، يتكون التمرين من (8) لاعبين (4+1 ضد 3) (4) لاعبين
مهاجمين و لاعب مساند يتحرك وسط منطقة التدريب اللاعبين
المهاجمون يرتدون شيرت ازرق بينما المدافعين يرتدون شيرت

احمر ينتشرون داخل المربع لهم حرية التحرك حسب مسار الكرة
واجبهم كيفية قطع الكرة من المهاجمين ومنعهم من التمرير وحال
خروج الكرة من منطقة اللعب يقوم المدرب بإدخال كرة جديدة الذي
يقف خارج منطقة التدريب و ذلك ضمن المدة الزمنية المحددة
للتمرين والتأكيد على عدد اللمسات من خلال لمسة أو لمستين
وكذلك الإسناد و الرؤية (من خلال تعويد اللاعب على رفع الرأس
للأعلى والتمرير إلى الزميل) .

(كل 10 تمريرات صحيحة تعتبر نقطة للفريق المهاجم (اللون
الأزرق) و كل قطع للكرة من قبل المدافع (اللون الأحمر) تعتبر
نقطة لهم)

اسم التمرين	الشدة	زمن الأداء	الراحة البينية	التكرار	المجاميع	الراحة بين المجاميع	الزمن الكلي
روندو	80	90 ثا	60 ثا	4	1	120 ثا	10 د

