

دراسة العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم. صنف أكبر من 20 سنة

"دراسة ميدانية بنادي اتحاد مستقبل مدينة بالرحال"

عبد الصمد بولعبايز (1) أ.د جمال زعجوب (2)

1- جامعة الجزائر 3، boulaabzabdessamed@yahoo.com

2- جامعة الجزائر 3، zaaboub_d@yahoo.fr

تاريخ القبول: 2021/07/06

تاريخ المراجعة: 2019/04/24

تاريخ الإيداع: 2019/04/24

ملخص

تهدف الدراسة الى معرفة طبيعة العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم صنف أكبر من 20 سنة، ولتحقيق هذا الهدف استخدمنا الاختبارات كأداة للقياس إذ طبقنا اختبار فلامينغ ولقياس مستوى التوازن، واختبار الحبال لقياس مستوى دقة التصويب في كرة القدم، وفي ضوء الفرضيات والمنهج المتبع ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات وعرض ومناقشة النتائج المحققة، تمكنت مجموعة من إثبات صحة فرضية البحث والتوصل إلى الاستنتاج التالي: توجد علاقة طردية قوية التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة. الكلمات المفتاحية: توازن، دقة، تصويب، توافق عصبي عضلي.

The Study of Relationship between the Postural Balance and the Precision of Shooting among the Soccer Players over 20 years old.

Field Study Conducted at The Club of USMBerrahal

Abstract

The study aims at finding out the nature of the relationship between the postural balance and precision shooting among soccer players over 20 years old, and to achieve this objective. The tests were used as a measurement tool, as the flamingho test was applied to measure the level of postural balance, and test the « worner nelson » to measure the precision shooting at soccer. In light of the hypotheses and the methodology followed, able to validate the hypothesis of research and reach the following conclusion: There is a strong correlation between the postural balance and the precision shooting at soccer players over 20 years old.

Keywords: Postural balance, precision, shooting, Neuromuscular coordination.

L'étude de la relation entre l'équilibre postural et la précision de tir chez les joueurs de football – Catégorie de plus de 20 ans

Etude de terrain auprès du Club de l'USMBerrahal

Résumé

Cette étude vise à découvrir la nature de la relation entre l'équilibre postural et la précision de tir chez les joueurs de football. Pour atteindre cet objectif, nous avons utilisé les tests comme un outil de mesure ; le test "flamingho" pour mesurer le niveau de l'équilibre, et le test de « worner nelson » pour mesurer la précision de tir chez les joueurs de football. Après la présentation et la discussion des résultats, nous étions en mesure de prouver la validité de l'hypothèse de recherche: qui sous-tend qu'il y a une forte corrélation entre l'équilibre postural et la précision de tir chez les joueurs de football plus de 20 ans.

Les mots-clés: Équilibre posturale, précision, tir, coordination neuromusculaire.

: عبد الصمد بولعبايز ، boulaabzabdessamed@yahoo.com

شهد النشاط الرياضي وعلى مر السنين منحى تصاعديا من حيث مستوى الأداء ولعل أبرز هذه الأنشطة التي عرفت هذا التطور هي كرة القدم، التي كانت في بداياتها تلعب بطريقة تقليدية بسيطة لا تعرف تقنيات معقدة وصعبة إذ كانت أكثر سهولة، فتسجيل الأهداف كان في متناول أي لاعب في الميدان فما يميز اللعبة آنذاك هي طريقة اللعبة المعروفة بالجري والقذف، ومع مرور الوقت بدأت صعوبة ممارسة هذه الرياضة ترتفع من مرحلة إلى أخرى، فمثلا بعد صدور قانون التسلسل سنة 1863 انخفض عدد الأهداف المسجل في إنجلترا خلال هذا الموسم الرياضي انخفاضاً كبيراً مقارنة بالموسم الأخرى الماضية⁽¹⁾، وكرة القدم اليوم هي أكثر صعوبة وأكثر تعقيداً، هذا الأخير الذي طرأ على الجانب التكتيكي والذي يعني فن تسيير المباراة وتجلي في مظاهر عديدة أثناء المباريات تمثل في قلة المحاولات وقلة الفرص وصعوبة الاحتفاظ بالكرة وقلة تسجيل الأهداف، فرض بدوره تطوراً في الجانب التقني والمهاري، كما قال الخبير حنفي محمود مختار من أهم مميزات كرة القدم الآن ه وارتفاع مستوى الأداء وخاصة في الجانب المهاري والصراعات الثنائية، وسرعة استجابتهم، حقيقة كان للاعبين في الماضي مقدرةً فائقةً على التحكم في الكرة، ولكن هذا التحكم وهذا الأداء الرائع كان غالباً بطيئاً وبطريقة كلاسيكية⁽²⁾.

وبالتأكيد أبرز الأسلحة المستعملة للفوز في المباريات هي التصويب على المرمى الذي أصبح تقنية ضرورية على اللاعبين إتقانها مهما كان المنصب الذي يشغله فلم تعد حكراً على المهاجمين فقط بل أن كل اللاعبين يجب أن يتدربوا وأن تكون لهم مقدرة كبيرة على التصويب الدقيق والقوي على المرمى، وهنا يكمن التباين الملاحظ عند اللاعبين على اختلاف مستوياتهم في دقة وقوة التصويب، فاللاعب الجزائري على وجه الخصوص يعاني من ضعف في هذا الجانب وعلى هذا الأساس يجب أن نعرف العوامل الأساسية المتحكمة في تطوير هذه المهارة⁽³⁾. تتطلب قوة التصويب توظيف كل القوة العضلية للرجل المصوبة لحظة التصويب وهنا تظهر أهمية التوافق العصبي العضلي، فما يقوم به الجهاز العصبي لتصحيح دائم ومستمر لوضعية الجسم بالنسبة لعمودية مركز العطالة معقد جداً، بناءً على المعلومات الواردة إليه من خلال المستقبلات الحسية، ومن خلال المعلومات الميكانيكية، والمعلومات الحركية، من أجل أن تظهر لنا الوضعية في هذه الصورة من الدقة والثبات، أ وبالأحرى من التوازن⁽⁴⁾.

والملاحظ كذلك عند بعض اللاعبين ه وقدرتهم على التصويب بقوة لكن بغياب الدقة المطلوبة وخاصة في الوضعيات الصعبة أين يكون اللاعب فاقداً للتوازن في حين البعض الآخر يكون قادراً على استعادة التوازن بسرعة أ والحفاظ عليه وهنا تظهر أهمية الجهاز العصبي في التحكم في الجهاز العضلي والحفاظ على التوازن، فإننا نحصي نسبة عالية من التصويبات غير المؤطرة والتي لا تحتاج أن يصدها حارس مرمى والسبب ه وعدم إتقان التصويب وتأكيد اللاعب على القوة دون دقة، فالتصويب في كرة القدم يتطلب درجة عالية من التوافق مابين الجهازين العصبي والعضلي، وتظهر أهمية ودور هذا التوافق في قدرة اللاعب على التوازن والارتكاز ما يضمن قوة ودقة في آن واحد، ومن هذا المنطلق تأتي هذه الدراسة لمعرفة العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة.

1- أسئلة البحث:

1-1 السؤال الرئيسي:

- هل توجد علاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة ؟

2-1 الأسئلة الفرعية:

- ما هي طبيعة العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة ؟

2- فرضيات البحث:

1-2 الفرضية الرئيسية:

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة.

2-2 الفرضية الفرعية:

توجد علاقة طردية قوية بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة

3- أهداف البحث :

- معرفة الأسباب والعوامل المتحكمة في دقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم.

- إيجاد حلول علمية ميدانية لمشكلة التصويب لدى لاعبي كرة القدم في الجزائر.

- معرفة العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم.

4- أهمية الدراسة:

- ربط جسور بين مخابر الجامعة والوسط الرياضي من خلال تطبيق اختبارات وأعمال البحث على الأندية الرياضية.

- المساهمة في تقييم وتحليل ومعرفة أسباب ضعف اللاعب الجزائري في التصويب بالقوة والدقة اللازمة.

5- تحديد مصطلحات البحث:

• التوازن: l'équilibre postural:

التعريف الإجمالي: هي مقدرة الجهاز العصبي على التحكم في الجهاز العضلي من خلال المحافظة على ثبات القوام والجسم في وضع محدد في السكون أو الحركة.

• دقة التصويب: la precision de tir :

التعريف الإجمالي: هي القدرة على تصويب الكرة إلى نقطة أو زاوية محددة.

• التوافق العصبي العضلي: la coordination neuromusculaire:

التعريف الإجمالي: ويقصد به درجة المرونة والانسيابية والتآزر بين الجهاز العصبي والجهاز العضلي أثناء الأداء الحركي.

• كرة القدم: le football:

التعريف الإجمالي: هي رياضة جماعية تلعب في ميدان مستطيل الشكل به اثنان وعشرون لاعبا يتواجه فيه فريقان لكل فريقاً أحد عشر لاعبا يتنافسان على تسجيل الأهداف في مرمى الخصم ، بحيث يفوز الفريق الذي يسجل أكبر عدد من الأهداف خلال تسعين دقيقة ، يسير المباراة حكم ساحة رئيسي وحكمان مساعدان على خط التماس.

6 - الدراسات السابقة:

1-6- دراسة د. كمال كحلي وآخرون 2016 م: دراسة بعنوان علاقة التوازن الحركي بدقة التهديف لدى لاعبي

كرة القدم صنف أكبر.

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى دقة التهديف عند عينة البحث قصد الدراسة وكذلك التعرف على مستوى التوازن الحركي عند عينة البحث، وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي والبحث عن طبيعة العلاقة بين المتغيرين بعد إجراء بطارية الاختبارات، وقد كانت أهم النتائج المتوصل إليها كالاتي توجد علاقة طردية قوية بين التوازن الحركي ودقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة.

6-2- دراسة بوقرة عبد الرحمان وآخرون 2015 بعنوان دراسة العلاقة بين الانتباه الانتقائي البصري ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم. صنف أقل من 20 سنة:

أهم النتائج التي توصل إليها الباحثون هي وجود علاقة طردية قوية بين الانتباه الانتقائي البصري ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 20 سنة.

توصل الباحث إلى أن الدقة في كرة القدم لا تتحكم فيها العوامل المهارية فقط بل قد يتخطى ذلك إلى العمليات العقلية العليا من الانتباه إلى الإدراك الحسي الحركي، وقد أوصت مجموعة البحث إلى ضرورة العمل على دراسة متغير دقة التصويب مع متغيرات أخرى كالعامل البدني ومنها التوازن.

6-3- دراسة مزارى فاتح وآخرون 2018 بعنوان أثر الاتزان على تحسين دقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم (صنف أشبال):

توصلت مجموعة البحث إلى أن للاتزان أثر على تحسين دقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال، وقد أكدت مجموعة البحث على أهمية التوازن في تحقيق الدقة عند التصويب من طرف اللاعبين، وجاء في توصيات هذه الدراسة ضرورة إجراء دراسات أخرى على عينات مختلفة ومع فئات عمرية أكبر من أجل التوصل إلى نتائج أدق وأكثر شمولية.

الاطلاع على الدراسات السابقة ضرورة ملحة في مجال البحث العلمي من أجل تفادي الأخطاء السابقة وكذلك من أجل الانطلاق من نقاط النهاية والبحث عن الحلول من زوايا مختلفة وبطرائق مختلفة بغية تأكيد النتائج وتوحيد المعارف، وهذا ما عملت عليه مجموعة البحث في هذا العمل المتواضع، فقد أكدت أغلب الدراسات التي تناولت موضوع التصويب على أنه مهارة تتحكم فيها عدة عوامل منها الجانب المهاري والجانب البدني والجانب النفسي.

الدراسة التطبيقية:

في الواقع إن المنهجية الصارمة هي وحدها الكفيلة بالوصول إلى النتائج الصادقة، إذا كانت المنهجية المستعملة في البحث محل جدال، فإن النتائج هي الأخرى ستكون محل جدال، ونظرا إلى أهمية ذلك فإنه لمن الأهمية القصوى أن تعرض المنهجية وتوضح في تقرير البحث⁽⁵⁾.

1. المنهج المتبع في الدراسة:

تهدف الدراسة إلى إيجاد طبيعة العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة. ولهذا قمنا باختيار المنهج الملائم ألا وه المنهج الوصفي ومن ثم القيام بإجراء بطارية اختبارات لقياس مستوى التوازن، واختبار لقياس دقة التصويب، ومن بعدها البحث عن طبيعة العلاقة بينهما باستخدام أدوات وتقنيات الإحصاء الوصفي (المتوسط الحسابي الانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط بيرسون).

2- الدراسة الاستطلاعية:

بغية الوصول إلى النتائج المرجوة وتحقيق أهداف البحث لابد من القيام بدراسة استطلاعية تعطينا فكرة عن مدى قابلية جمع المعلومات من أرض الواقع وتطبيق الاختبارات المختارة في هذه الدراسة، بعد جس نبض الواقع الرياضي بولاية عناية ارتأينا اختيار نادي اتحاد مستقبل مدينة بالرحال «USMBERRAHAL» كعينة للدراسة نصير التسهيلات الموجودة.

-النادي الرياضي الهاوي اتحاد مستقبل مدينة بالرحال USMB صنف أكبر من عشرين سنة:

وكما ذكرنا يعود اختيارنا لهذه العينة كون الباحث ه والمسؤول التقني عن هذه العينة قد وجد من الدراسة فرصة حتى يعلم لاعبيه دور العلم والتطورات الحاصلة في مجال التدريب وكذلك معايير تصنيف اللاعبين وتقييمهم، هذا بدوره حفز اللاعبين لاجتياز الاختبارات ومعرفة قدراتهم فيما يتعلق بمستوى التوازن ومستوى دقة التصويب لديهم.

تم بعد ذلك تم الاعتماد على اختبار علمي محكم مصمم لقياس مستوى التوازن وه واختبار فلامينغ والذي قمنا بإخضاعه للدراسة الاستطلاعية حتى نتأكد من صلاحيته ميدانيا، وكذلك اختبار قياس مستوى دقة التصويب الذي ه واختبار الحبال.

تضمنت العينة الاستطلاعية حوالي 20% من عدد العينة الأصلية للبحث أي 6 لاعبين من أصل 23 وقد تم استبعاد العينة الاستطلاعية من عينة البحث، ثم إجراء الاختبارات الاستطلاعية عليها يوم 17 سبتمبر 2018، وأعيدت نفس الاختبارات على نفس المجموعة بعد 3 أسابيع بتاريخ 08 أكتوبر 2018 وهذا بغرض الحصول على صدق وثبات وموضوعية الاختبارات المختارة.

2-1-1 الاختبارات المستخدمة:

2-1-1 مفهوم الاختبارات: هي عبارة عن أداة لجمع المعلومات حيث تكون موجهة لتمثيل الوقائع، والغاية من استعمالها في بحثنا هي التمكن من تسجيل كل نتائج اللاعبين، وتعتبر هذه التقنية الوسيلة الأنسب في موضوع بحثنا والمتمثل في دراسة تحليلية لنتائج اللاعبين وإيجاد العلاقة بين المتغيرين.

- اختبار لقياس التوازن الثابت فلامينغ و FLAMINGHO

- اختبار لقياس دقة التصويب اختبار الحبال.

2-1-2 الشروط العلمية للاختبارات.

يجب على الباحث قبل قيامه بأي اختبار أن يراعي فيها الشروط المتمثلة في (الصدق، الثبات، الموضوعية).

3- الدراسة الأساسية:

3-1 الضبط الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

3-1-1 متغيرات الدراسة

- موضوع الدراسة: دراسة العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم صنف أكبر من 20 سنة.
- المتغير الأول: التوازن.
- المتغير الثاني: دقة التصويب.

3-1-2- التحكم في المتغيرات العشوائية

أ- التحكم في الزمن: وه ونفس الوقت المخصص لأداء الحصص التدريبية داخل الملعب بالنسبة للاعبين، حيث يكون وقت إجراء التدريبات على النح والتالي:

- يوم الاثنين مساءً: من 17:00 ← 18:30.

- يوم الأربعاء مساءً: من 17:00 ← 18:30.

- السن: وينحصر سن اللاعبين بين 20 و25 سنة.

- الجنس: كل اللاعبين من الذكور.

- الوسائل البيداغوجية: تقاس جميع الاختبارات بنفس الوسائل التقييمية والأجهزة مع جميع اللاعبين بالإضافة إلى العينة الاستطلاعية.

3-1-3 الفرضيات الإحصائية للدراسة:

• الفرضية الصفرية: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة.

• الفرضية البديلة: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة.

1- مجالات البحث:**1-4 المجال الزمني:**

• المرحلة العملية: مرحلة البحث البيبليوغرافي والميداني:

- إجراء اختبار قياس التوازن فلامينغ و": في أكتوبر 2018.

- اختبار قياس دقة التصويب "اختبار الحبال" في: أكتوبر 2018.

2-4 المجال المكاني: لقد تم إجراء الاختبارين على العينة التجريبية في الملعب المعشوشب اصطناعيا" الكاليتوسة"، بالنسبة للاختبارين.

3-4 المجال البشري (مجتمع البحث):

لكي يكون البحث مقبولاً وقابلًا للإنجاز، لابد من تعريف مجتمع البحث الذي نريد فحصه، وأن نوضح المقاييس المستعملة من أجل حصر مجتمع دراستنا الذي يتكون من جميع فرق أكبر من 20 سنة في أندية كرة القدم بولاية عنابة.

4-4 عينة البحث:

تعتبر العينة من الأدوات الأساسية في البحوث العلمية والهدف الأساسي منها الحصول على معلومات وبيانات على المجتمع الأصلي للبحث. فقد تمثلت عينة البحث في النادي الرياضي الهاوي اتحاد مستقبل مدينة بالرحال الذي يلعب في القسم "الشرفي" للبطولة الولائية لكرة القدم وقمنا باختيار صنف أكبر من 20 سنة، وذلك راجع للمستوى المقبول عند جل اللاعبين ونضجهم من الناحية التقنية والبدنية كون الفريق يعد من أبرز النوادي بمدينة عنابة الذي يعمل على تكوين اللاعبين من الفرق الشبابية الصغرى حتى يصلوا إلى فريق الأكاير.

وقد اختيرت هذه العينة بصفتها عينة متجانسة من حيث المرحلة السنوية والمورفولوجية ، تتكون العينة الأصلية من 23 لاعبا من صنف الأكاير تم اختيار منهم 17 لاعبا كعينة للدراسة حيث تم استبعاد 6 لاعبين شاركوا في الدراسة الاستطلاعية.

4-4-1- كيفية اختيار العينة: قام البحث باختيار العينة بالطريقة القصدية.

4- أدوات جمع البيانات: عمل الباحث على اختيار الاختبارات كأداة لجمع المعلومات، وبرنامج exel لمعالجة تحليل النتائج إحصائيا.

1-5 الاختبارات (بطارية الاختبارات):

أ- اختبار فلامينغو FLB⁽⁶⁾ .

الغرض: قياس مستوى التوازن العام".

* وصف الاختبار: اختبار الوقوف على قدم واحدة فوق عارضة.

- الأدوات:

* عارضة بطول 50سم تكون صلبة ، ارتفاعها 3سم وعرضها 4سم، دعامتان طول كل منهما 10سم ويعرض

2سم تتركز عليها العارضة لتحقيق مزيد من الثبات.

* تستخدم ساعة إيقاف.

- تعليمات المفحوص:

* حاول أن تتزن لأطول وقت ممكن على المحور الطولي للعارضة مستندا على قدمك المفضلة.

* قم بثني الرجل الحرة خلفا وأمسكها بقبضة يدك (اليمنى مع الرجل اليمنى أ والعكس).

* يمكنك استخدام الذراع الأخرى للمحافظة على اتزانك.

* استند على القائم بعملية الاختبار للوصول إلى الوضع الصحيح.

* يتم حساب زمن بدء الاختبار بمجرد ترك الاستناد على ساعدي المختبر.

* حاول الاحتفاظ بوضع الاتزان لمدة دقيقة.

* عند فقدان الاتزان في كل مرحلة ، عندئذ يتوقف حساب الزمن.

- توجيهات للقائم بالاختبار:

* اتخذ مكانا مناسباً أمام المفحوص.

* يسمح للمفحوص بمحاولة تجريبية وذلك للإحساس بالاختبار وللتأكد من أن التعليمات واضحة.

* يتم تنفيذ الاختبار بعد هذه المحاولة.

* ابدأ تشغيل ساعة الإيقاف عند ترك المفحوص للذراع المستند عليها.

* توقف الساعة بمجرد فقدان المفحوص لاتزانه من خلال تركه للقدم الحرة أ وملامسة الأرض بأي جزء من الجسم

* بعد كل سقوط قم بمساعدة المفحوص مرة ثانية لبدء الوضع الصحيح.

- التسجيل: تحسب عدد مرات السقوط (ملامسة الأرض بأحد أعضاء الجسم) خلال 60 ثانية.

- اختبار قياس دقة التصويب: "الحبال": اقتراح وارنر نلسن "worner Nelson" أستاذ بالجامعة الكاثوليكية

بلوفن.

- طريقة العمل: نقسم المرمى إلى 06 أقسام بواسطة أحبال على طول ارتفاع المرمى ، نسمي كل قسم بالأحرف الأبجدية أ ، ب ، ج ، د ، هـ ، وحيث التقسيم يكون كالتالي على طول المرمى.

القسم الأول: "أ" طوله 2م وارتفاعه 1.22م.

القسم الثاني: "ب" طوله 3م وارتفاعه 1.22م.

القسم الثالث: "ج" طوله 2م وارتفاعه 1.22م.

القسم الرابع: "د" طوله 3م وارتفاعه 1.22م.

القسم الخامس: "هـ" طوله 2م وارتفاعه 1.22م.

القسم السادس: "و" طوله 3م وارتفاعه 1.22م.

- كيفية إجراء الاختبار: يقوم اللاعب بتسديد 5 كرات ثابتة، نح والمرمى بدقة متناهية خارج منطقة 18م كما ه ومبين في الشكل رقم (05).

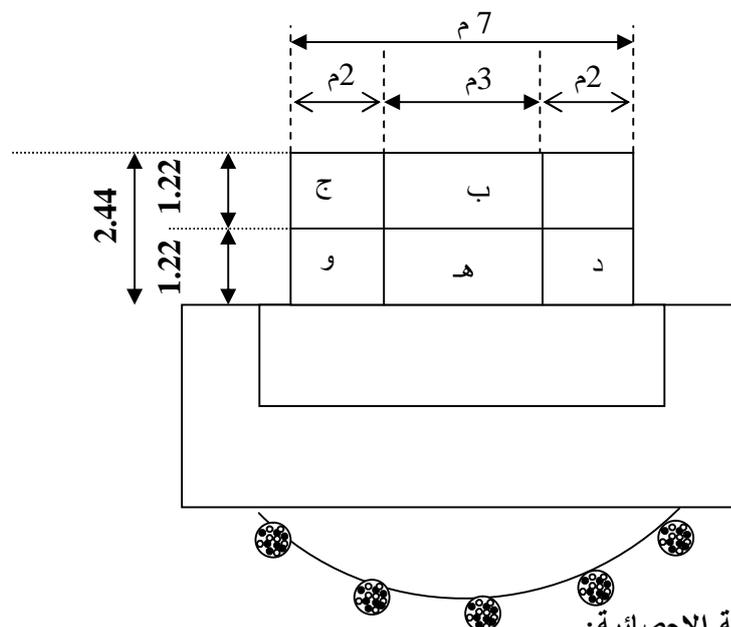
- هدف الاختبار

* محاولة كل لاعب التسجيل داخل الإطار (أ، د ، ج ، و) وبالتالي الحصول على العلامة الكاملة.

* في القسم (ب ، هـ) الحصول على نصف العلامة.

نشير أن النقطة الكاملة تساوي 4 نقاط وحتى يصل اللاعب إلى أكبر علامة وأكبر عدد من النقاط فه

ومطالب بالتسديد داخل الإطارات (أ، ج، د، و) وهذا حتى يضمن 20 نقطة وهي العلامة الكاملة.



2-5 أدوات التحليل والمعالجة الإحصائية:

بعد مرحلة التطبيق تم تفريغ نتائج الاختبارين في جداول بغرض تحليلها ومعالجتها عن طريق البرنامج الرياضي "excelle" وهذا من أجل مناقشة الفرضيات في ضوء أهداف البحث، وقد استخدمنا الأساليب الإحصائية التالية:

* المتوسط الحسابي: * الانحراف المعياري: * معامل ثبات الاختبار: * r : معامل الارتباط البسيط بيرسون

6- عرض وتحليل نتائج الدراسة (الاختبارات):

6-1- نتائج اختبارات الدراسة الميدانية:

نتائج اختبار التوازن FLB:

عدد العينة	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
17	14	05	8.11	2.89

الجدول رقم (01): يبين نتائج اختبار التوازن للعينة الأساسية.

تحليل الجدول:

سنحاول من خلال الجدول رقم (01) معرفة نتائج قياس مستوى التوازن عند المجموعة الأساسية. فنلاحظ أن المتوسط الحسابي يقدر بـ 8.11، يزيد قليلا عن أدنى نتيجة محصلة من طرف المجموعة المقدر بـ (05 نقطة) وينقص بـ 6 درجات عن أعلى قيمة والتي تقدر بـ 14، كما نلاحظ أن التشتت المحسوب بالانحراف المعياري يقدر بـ 2.89، ما يدل على بعض التباين في تجانس أفراد العينة. والجدير بالذكر إن علامة 14 تدل على عدد مرات الإخفاق والسقوط، فإنه كلما كان العدد منخفضا دل على ارتفاع مستوى التوازن فالعملية عكسية فإن أحسن نتيجة محققة هي نتيجة 5 أي إخفاق خمس مرات فقط خلال 60 ثانية.

فإننا بالعودة إلى الخلفية النظرية للبحث والدراسات التي تطرقت إلى موضوع التوازن كأحد الصفات البدنية أوالحركية معتبرة إياه عنصرا من العناصر الحركية التي يجب مراعاتها عند التدريب المهاري، وكما يؤكد الباحثون أن التوازن بأنواعه المختلفة واحد من أهم الوظائف المعقدة في الجسم والخاصة بالجهاز العصبي، فالتوازن ه والقدرة على الاحتفاظ بوضع معين للجسم أثناء الثبات أو الحركة⁽⁷⁾.

كما ان المهارة تعني القدرة على أداء الحركة في وضعيات مختلفة، فتؤدي بانسيابية وسهولة واقتصادية في العمل كونها استجابات حركية متناغمة تتم بإيعازات عصبية إلى المجاميع العضلية الخاصة بالحركة⁽⁸⁾. فالعمل على قياس وتقييم مستوى التوازن لدى لاعبي كرة القدم يجب أن يأخذ حيزا هاما في العملية التدريبية لما له من دور بارز في خلق التميز والتفوق خلال المنافسة.

نتائج اختبار دقة التصويب "

عدد العينة	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
17	18	8	12.11	3.12

الجدول رقم (02): يبين نتائج اختبار الحبال لدقة التصويب للعينة الأساسية.

تحليل الجدول:

تعتبر مهارة التصويب من بين المهارات الأساسية في كرة القدم، التي يعمل اللاعبون على إتقانها منذ انخراطهم في صفوف النوادي الرياضية، خاصة إذا تعلق الأمر بمتطلبات كرة القدم الحديثة، فهي من بين أولويات تحضير اللاعبين وتطوير مستواهم طيلة الموسم الرياضي، فاللاعب الذي لا يتقن هذه المهارة ليس جديرا بأن يكون عنصرا من عناصر فرق كرة القدم، فهي ليست مهارة تخصصية بحيث يتقنها لاعبون محددون في الفريق، فهذه المهارة يجب أن يتقنها كل اللاعبين فوق أرضية الميدان⁽⁹⁾، لكن ما لمسناه في مستوى اللاعبين المحليين ه والتباين في التحكم في هذه التقنية فيما بينهم وخاصة حسب المناصب، لذلك من الضروري قياسها

وتقيّمها عند لاعبي كرة القدم باستخدام مقاييس واختبارات بدلا من الاعتماد على المباريات والملاحظة في المنافسات، فهي السلاح القوي الذي يملكه الفريق لتهديد الفريق الآخر (10).

نلاحظ من الجدول رقم (02) أن المجموعة تحصلت في اختبار قياس مستوى دقة التصويب على متوسط حسابي يقدر بـ 12.11 نقطة، حيث كانت أدنى قيمة متحصل عليها تقدر بـ (08 نقطة) وأعلى قيمة تقدر بـ (18 نقاط)، كما نلاحظ أن التشتت المحسوب بالانحراف المعياري يقدر بـ 3.12 نقطة إذ إن هذا الأخير يدل على تباين في نتائج عناصر المجموعة بعدها قليلا من المتوسط الحسابي للمجموعة ككل. إن سبب هذا التباين موضوعي ويرجع إلى المناصب والمهام التخصصية الموكلة إلى اللاعبين فكلما قلت المهام الهجومية للاعبين نلاحظ نقصاً في دقة التهديف وهذا راجع لكثافة التدريبات الخاصة على هذه المهارة لدى المهاجمين مقارنة مع اللاعبين في المناصب الأخرى.

إيجاد العلاقة بين نتائج الاختبارين:

في إطار موضوع الدراسة والتي تهدف إلى إيجاد العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة، ومن خلال النتائج المحصل عليها من الاختبارات التقنية التي شملت اختبار قياس التوازن (فلامينغو) واختبار لقياس دقة التصويب (اختبار الحبال)، والمستعملة مع العينة الأساسية التي يقدر عددها بـ 17 لاعبا، والتي دونت في الجداول، سنقوم بمناقشة النتائج المحصل عليها في ضوء الفرضيات المطروحة، والتحليل الإحصائي لهذه الأخيرة في محاولة لإبراز بعض العوامل الرئيسية التي لها دخل في تحديد النتائج المحصل عليها، والتي قد تساهم في فهم الغموض الذي يدور حولها.

ولغرض إيجاد هذه العلاقة قمنا بالاعتماد على برنامج 20 spss:

م الحسابي	ان المعيارى	قيمة R المحتسبة	مستوى الدلالة	عدد العينة N	Df درجة الحرية (N-2)
8.11	2.98	-0.77	0.01	17	17-2=15
12.11	3.12				

الجدول رقم (03) يوضح العلاقة الارتباطية بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم

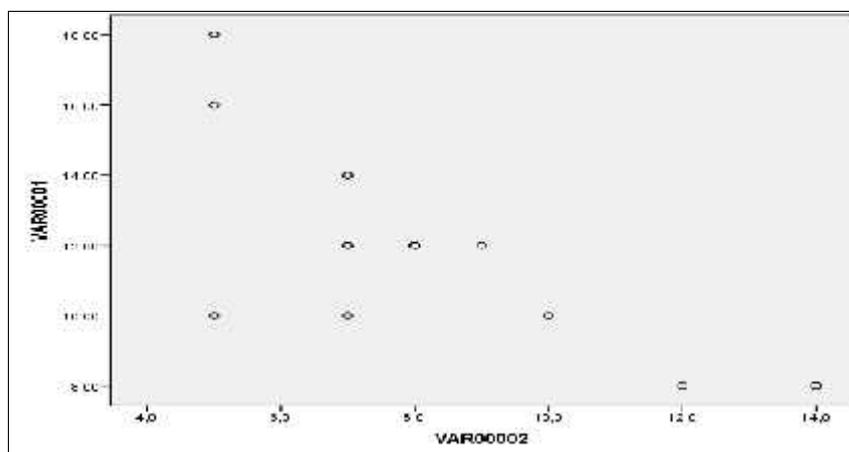
تحليل جدول النتائج الذي يوضح العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم.

من خلال النتائج المتحصل عليها من اختبارات قياس مستوى التوازن العام واختبار الحبال لقياس دقة التصويب تم حساب معامل الارتباط البسيط بيرسون الذي يساوي (-0.77) كما بين برنامج SPSS وجود دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01، ومنه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تقول: **توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة.**

تظهر لنا قيمة معامل الارتباط أن العلاقة عكسية قوية ما لا يتطابق مع فرضية البحث التي تقول توجد علاقة طردية قوية بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أكبر من 20 سنة، لكن بفهم محتوى اختبار التوازن فإننا نستخلص أنه كلما زادت القيم التي يحصلها المختبر فإنه يعني ضعف في مستوى التوازن، فالرياضي الذي

يحقق علامة 6 يعتبر أفضل من الرياضي الذي يحقق علامة 10 فهذه العلامات تدل على عدد الأخطاء المسجلة، إذن بقراءة أخرى لنتائج دراسة العلاقة ومعامل الارتباط نقول: كلما زاد عدد الأخطاء في اختبار التوازن قلّ مستوى الدقة في اختبار التصويب، ومنه كلما زاد مستوى التوازن زاد مستوى دقة التصويب، ومنه توجد علاقة طردية قوية بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم.

- عرض لوحة الانتشار:



الشكل رقم (01) يوضح لوحة الانتشار لنتائج العلاقة بين مستوى التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة مناقشة وتحليل لوحة الانتشار:

ومن خلال تمثيل النتائج المحصل عليها على لوحة الانتشار كما أشرنا سابقا نلاحظ وجود علاقة عكسية قوية بين نتائج اختبار التوازن ومهارة دقة التصويب لدى العينة الأساسية حيث كلما زادت عدد الأخطاء والسقوط في اختبار التوازن قلت ونقصت نتائج الدقة في التصويب والعكس صحيح وهذا ما يدعم صحة الفرضية المطروحة، ومنه النتيجة العكسية كلما زاد مستوى التوازن زادت معه دقة التصويب.

إلا أننا نلاحظ على لوحة الانتشار بعض الحالات الشاذة التي وجدنا لها تفسيرات علمية والتي دعمت نتائج البحث.

الحالة الأولى: تحصل اللاعب على نسبة عالية في التوازن قدرت بـ 5 أخطاء فقط درجة يقابلها قيمة ضعيفة في اختبار قياس دقة التصويب قدرت بـ 10 وهذا ما يتناقض ظاهريا مع الفرضية الرئيسية لكن بالعودة إلى جدول النتائج المفصل في قائمة اللاعبين تبين أن صاحبها لاعب ينشط في منصب حارس مرمى، وهذه النتيجة تعتبر منطقية بالنسبة لحارس مرمى الذي ينتظر منه أن يتميز بقدرة توازن عالية لأن طبيعة مركزه تتطلب ذلك وبطبيعة الحال قدراته التقنية ومنها دقة التصويب ستكون محدودة وضعيفة لأنها مهارة لا يتدرب عليها كثيرا ولا يحتاجها إلا في حالات نادرة، وهذه النتائج تبين أن هناك عاملاً آخر يتحكم في عملية التصويب بالإضافة إلى العامل البدني والتوازن، وهما العامل التقني.

الحالة الثانية: هذا اللاعب تحصل على نسبة ضعيفة في اختبار قياس التوازن قدرت بـ 10 أخطاء ويقابلها نتيجة متوسطة في اختبار دقة التصويب قدرت بـ 10 نقاط في حين كان من المنتظر أن يتحصل على علامة ضعيفة، لكن بالعودة إلى جدول النتائج التفصيلية نلاحظ أن هذا اللاعب كانت كل كراته مصوية في وسط المرمى أي في المناطق (ب،هـ) التي يتحصل فيها على نصف العلامة المقدر بـ 2 نقطة عن كل تصويبه، مما يوحي إلينا أن هذا اللاعب لم يكلف نفسه عناء البحث عن وضعية مثلى وتوازن أفضل ليتمكن من تصويب كراته إلى الزوايا الصعبة في المناطق (ا،ج،د،و) التي يتحصل فيها على العلامة الكاملة أي 4 نقاط عن كل تصويبه

ناجحة، فإنه صوب الكرة مباشرة دون ثني الركبة ثنيا كاملا مما قد يفقده التوازن، وكونه يعلم مسبقا أن قدرة التوازن لديه ضعيفة قرر عدم المخاطرة واعتمد على مهاراته الفنية الآلية المخزونة في ذاكرته الحركية وصوب الكرة في وسط المرمى في المنطقة ليحصل على نقطتين عن كل محاولة فيكون مجموعها 10 نقاط بعد 5 محاولات، وهذا يعتبر سهلا على أي لاعب لعب الفئات السنوية الصغرى أن يصوب الكرة في وسط المرمى بنجاح بطريقة آلية دون الحاجة إلى البحث عن توازن جيد.

الحالة الثالثة: يمكننا اعتبارها بالحالة المثالية كون هذا اللاعب تحصل على درجة عالية في كلا الاختبارين مقارنة مع زملائه حيث تحصل في اختبار قياس التوازن على 5 وهي أحسن نتيجة أي ارتكب أقل عدد مرات السقوط وعلى نتيجة 18 في اختبار دقة التصويب وهي نتائج متميزة، وتؤكد صحة الفرضية المطروحة أي كلما زاد مستوى التوازن زادت دقة التصويب لدى اللاعب.

فالتصويب يعني توجيه الكرة نح وزاوية محددة بدقة، وهذا يتطلب كفاءةً وتوافقاً بين الجهازين العضلي والعصبي. كما يلزم أن تكون السيالة العصبية المرسله إلى العضلات من الجهاز العصبي دقيقة وسريعة، سواء ما كان منها موجها للعضلات القابضة أو للعضلات الباسطة، من أجل ضمان توجيه الحركة في الاتجاه المطلوب بالدقة اللازمة لإصابة الهدف⁽¹¹⁾.

ففي لحظة ضرب الكرة يكون الجسم في حالة الوقوف على قدم واحدة ما يجعله عرضة لفقدان التوازن جراء الحركة المراد إنشاؤها، كما أن حركة الذراعين تساهم بشكل إيجابي في استعادة التوازن⁽¹²⁾، فإن دقة الأداء المهاري ترتبط بمدى تطور مستوى التوازن لدى لاعبي كرة القدم.

وفي محاولة لتفسير نتائج هذا اللاعب رجعنا إلى ملحق النتائج المفصل لمعرفة صاحبها، تبين لنا أنه لاعب ينشط في منصب مهاجم صريح وتوج الموسم الفارط بلقب هداف النادي بواقع 17 هدفاً.

الاستنتاج ومناقشة فرضية البحث:

في حدود طبيعة الدراسة ومجالاتها، وفي ضوء الفرضيات والمنهج المتبع ومن خلال التحليل الإحصائي للبيانات والنتائج المحققة من خلال تطبيق اختبائي قياس التوازن ودقة التصويب على اللاعبين المختبرين، وبعد عرض النتائج ومناقشتها تمكنت مجموعة البحث من إثبات صحة فرضية البحث والتوصل إلى الاستنتاج التالي:

- توجد علاقة طردية قوية بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم صنف أكبر من 20 سنة.

خلاصة:

ومن خلال مناقشة النتائج توصلت مجموعة البحث إلى تحقيق هدف البحث وه معرفة العلاقة بين التوازن ودقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم وبذلك تحققت فرضية البحث.

وهذه النتائج تبين مدى تداخل عدة عوامل تحدد نجاعة أداء التقنية (التصويب نح والرمي) بالدقة المطلوبة إضافة إلى العامل البدني يوجد العامل الفني لذا فهذه النتائج يمكن اعتبارها بداية الطريق نح ودراسات أشمل وأوسع أين يمكن أن نتطرق إلى كل العوامل التي تساهم في تحسين دقة التصويب.

الاقتراحات والتوصيات:

بناءً على ما توصلت إليه الدراسة من نتائج، سنحاول تقديم توجيهات خاصة يستفيد منها مدرب ولاعبي كرة القدم والجهات الوصية على إعداد برامج التكوين للاعبي كرة القدم على النحو التالي:

1- التوصيات:

٢٠ التأكيد على أهمية التوازن في الوحدات التدريبية لغرض تطوير دقة التصويب في كرة القدم.
 ٢١ ضرورة التعرف على خصائص دقة التصويب والتوازن من قبل المدربين وذلك للتعرف على الفروق بين اللاعبين.

٢٢ التأكيد على إجراء الاختبارات الخاصة بمظاهر التوازن لفترات متباعدة للتعرف على مدى التطور الذي حصل للاعبين لأهميته في تطوير دقة التصويب.

٢٣ ضرورة شمول الوحدات التدريبية على التمرينات الخاصة بتنمية مستوى التوازن لتطوير دقة التصويب.
 ٢٤ ضرورة التدريب على التمرينات الخاصة بالتهديف وعلى ضربات الجزاء والركلات المباشرة من أجل تطوير الحالة البدنية التي يجب أن يتوافر فيها التوازن أثناء التصويب من حالات اللعب وتنفيذ ضربات الجزاء
 ٢٥ ضرورة إخضاع اللاعبين إلى مواقف وظروف مشابهة لظروف المباريات أثناء الوحدات التدريبية لتعويد اللاعبين على التعامل مع المواقف المختلفة بدرجات عالية من الانتباه والتوازن وبشكل مستمر.

2- الاقتراحات:

٢٦ إجراء دراسة مشابهة وعلى عينات مختلفة وأكبر لغرض معرفة العلاقة الارتباطية بين مظاهر التوازن ودقة التصويب بشكل أوسع.

٢٧ دراسة فاعلية برنامج تدريبي مقترح لتنمية التوازن عند لاعبي كرة القدم.

قائمة المراجع:

- 1- محمد فتحي عبد الله (2015)، مهد التكتيك الكروي...هجوم كاسح يهذب التسلسل. (<https://www.almasryalyoum.com/news/details/805391>)
- 2- حنفي محمود مختار(1998)، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، مصر، ط1.ص11.
- 3- حماني إبراهيم وآخرون، أثر الاتزان على تحسين دقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم(صنف اشبال)، المجلة العلمية لعلوم وتكنولوجيا الأنشطة البدنية والرياضيةجامعة مستغانم الجزائر، المجلد 15، العدد 2، 2018.ص 152.
- 4-pascal Prévost(2013), la bible de la preparation physique,edition@mphora,paris.p 498.
- 5- موريس آنجرس(2010)، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، ترجمة بوزيد صحرابي وآخرون، دار القصب لل نشر، الجزائر.ص 444.
- 6-allender camille, revue de litterature des testes de proprioception du genou et de la cheville. nancy, institut lorrain de formation en masso-kinesitherapie, France, 2012.p 20.
- 7- كمال كحلي، علاقة التوازن الحركي بدقة التهديف لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر. المعيار المجلد 7، العدد1، جوان 2016.ص 148.
- 8- عادل تركي حسن ، سلام جبار. كرة القدم تعليم وتدريب، البصرة، ص 12.
- 9- مرجع نفسه.ص68
- 10- مرجع سابق.
- 11- ضمياء على وآخرون، علاقة دقة الأداء وبعض أنواع القوة العضلية بالمهارات الهجومية بكرة اليد، مجلة علوم الرياضة، الموصل العراق، مجلد 9 العدد3، 2016.ص 188
- 12- مزيان بوحاج، بطارية اختبارات لتقويم بعض القدرات البدنية والمهارية أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أوسط، أطروحة دكتوراه، جامعة الجزائر3، 2012. ص59.