

## تأثير استخدام مواقف اللعب في تطوير الجانب الحس حركي وتمركز اللاعبين في الثلث

### الهجومي بكرة القدم

م.د حسين احمد سلمان

<sup>1</sup> المديرية العامة للتربية في محافظة البصرة، العراق

\*الايمل: [hussein20@basrahaoe.iq](mailto:hussein20@basrahaoe.iq)

تاريخ نشر: 2026/01/25

تاريخ استلام: 2025/11/05

### الملخص

تهدف الدراسة إلى اعداد تمارينات لمواقف خططية لتطوير الجانب الحس الحركي لدى اللاعبين في الثلث الهجومي بكرة القدم والتركيز على التمرکز والاحساس بالمكان والزمان لتطوير التهديد وحسم الهجمة وكذلك إعطاء الثقة لدى اللاعب الشاب عندما يكون في الثلث الهجومي ان يتصرف صحيح ويتعامل بالصورة التي تتطلب الأداء الناجح داخل الملعب وخاصة الادوار الهجومية ، وأتُبعت الباحث الطريقة التجريبية مع مجموعتين (تجريبية  $n=8$ ، ضابطة  $n=8$ ) لمدة 8 أسابيع، بواقع ثلاث وحدات أسبوعية كل وحدة زمنها (60-75 دقيقة) (إجمالي 24 وحدة)، واما فروض البحث فكانت اعداد تمارينات التصرف الخططي للشباب بكرة القدم ، كذلك التعرف على أن المواقف اللعب لها تأثير في تطوير الجانب الحس حركي وتمركز اللاعبين الشباب بكرة القدم، وطُبقت اختبارات حس-حركية ومؤشرات تمرکز تحليل الفيديو/GPS قبل وبعد البرنامج، وعولجة احصائيا من خلال برنامج spss وكانت النتائج تحسن معنوي في اختبارات الحس-حركي وتحسن في مؤشرات التمرکز الهجومي للمجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة.

### الكلمات المفتاحية:

مواقف اللعب، الحس الحركي، الثلث الهجومي.



## The impact of game situations on the development of motor skills and player positioning is a common issue in football

Asst. Dr. Hussein Ahmed Salman

<sup>1</sup> General Directorate of Education in Basra Governorate, Iraq.

\*Corresponding author: [hussain20@basrahoe.iq](mailto:hussain20@basrahoe.iq)

Received: 05-11-2025

Publication: 25-01-2026

### Abstract

The study aims to design training exercises based on tactical situations to develop the perceptual–motor capabilities of football players in the attacking third, with a focus on positioning and spatial–temporal awareness to enhance finishing, resolve attacking plays, and build confidence in young players so they can act correctly and perform the required successful actions on the field, particularly in offensive roles. The researcher employed the experimental method with two groups (experimental  $n = 8$ , control  $n = 8$ ) over a period of eight weeks, with three training sessions per week, each lasting 60–75 minutes (a total of 24 sessions). The research hypotheses included designing tactical-behavior exercises for young football players and identifying the effect of playing situations on developing perceptual–motor abilities and positional behavior among young players. Perceptual–motor tests and positioning indicators based on video and GPS analysis were applied before and after the program. Data were statistically processed using the SPSS program. The results showed a significant improvement in perceptual–motor tests and offensive positioning indicators in the experimental group compared to the control group.

### Keywords:

Playing situations, Perceptual–motor ability, Attacking third.



## 1- المقدمة وأهمية البحث:

يسعى العالم إلى تغيير حقيقي في جميع العلوم من خلال أفكار جديدة أو من خلال تطور الجانب الخاص لدى الفرد وهذا يحتاج إلى تحديد أهم المواقف التي يعاني منها الإنسان والخوض في هذه العلوم ومنها علوم الرياضة الذي يعمل على تطوير الألعاب بكافة اصنافها الجماعية والفردية ، ومن هذه الألعاب لعبة كرة القدم والتي تحتاج إلى تطوير في جميع الجوانب ، وتعد لعبة كرة القدم لعبة متعددة الواجبات والادوار والتي تستخدم بها المواقف الهجومية والدفاعية والتي تتطلب احساس حركي لتطوير تلك الواجبات والمواقف والتي تعد مهمة داخل الملعب وخاصة الهجومية التي تحتاج تمرکز وتغيير المكان للاعب من دور الى اخر والتي تعتبر هذه الأدوار مهمة وحاسمة بشكل كبير وذلك للتعامل مع الكرة والمساحة واتجاه المرمى وبوجود المنافس في المباراة لحسم نتائجها بشكل خاص والبطولة بشكل عام لحسم ما عمل عليه المدرب داخل الوحدة التدريبية من عمل بدني ومهاري وخططي لابد من ترجمة هذا التطوير من خلال تطوير الجانب الحس الحركي ويعرفه (عبدالعزیز عبد الكريم 1996.137)" عملية الادراك نقوم بتفسير الاحساسات وذلك عن طريق المعلومات الموجودة والمخزونة في الذاكرة، وكذلك نتيجة المواقف والخبرات السابقة في هذا الموقف ، يمكن للاعب من خلال الادراك يمكن تحديد المكان المناسب لاستقبال الكرة وكيفية ضربها وكيفية تمريرها وغيرها من المواقف المختلفة في اللعب" ، ولما له من أثر كبير على ذهنية وفكر اللاعب في تنفيذ الأدوار الهجومية التي تبناها الباحث وهذا من خلال متابعة اداء مباريات الدوري المحلي الممتاز للشباب بكرة القدم ولكون الباحث ذو شئ في مجال التدريب بكرة القدم ولكونه مدرب اسوي سعى لبحث هذه المشكلة وهي الضعف في تمرکز اللاعبين في الثلث الهجومي والاحساس بالمكان الخالي ومن هنا تجلت مشكلة البحث حيث عمل الباحث تمرينات لمواقف خطية لتطوير الجانب الحس الحركي لدى اللاعبين في الثلث الهجومي بكرة القدم، وقد لاحظ مهاجمين دوري الشباب بكرة القدم يفتقدون او لديهم ضعف تمرکز واحساس في المكان الذي يكون مناسب للتهديف او لصناعة الفرصة نلاحظ بعض الهجمات تأتي من جانب لنجد الجانب الاخر غير متوازن او فارغ تماما لصناعة فرصة حقيقية بل تكون الحركة روتينية الأشغال المكان دون معرفة كيف يمكن خلق موقف للتسجيل وهذا ينذر بخطر لدى مستقبل الفريق وضياح لجهد اللاعب والمدرب ويخلق حالة من الضياح لدى الفريق بصورة عامة حيث تهدف الدراسة إلى صياغة تمرينات لمواقف خطية لتطوير الجانب الحس الحركي لدى اللاعبين في الثلث الهجومي بكرة القدم والتركيز على التمرکز والاحساس بالمكان والزمان لتطوير التهديف وحسم الهجمة وكذلك إعطاء الثقة لدى اللاعب الشاب عندما يكون في الثلث الهجومي ان يتصرف صحيح ويتعامل بالصورة التي تتطلب الأداء الناجح داخل الملعب وخاصة الادوار الهجومية ، وأثبتت الطريقة التجريبية مع مجموعتين (تجريبية n=8،



ضابطة (n=8) لمدة 8 أسابيع، بواقع ثلاث وحدات أسبوعية طُبقت اختبارات حسّ-حركية ومؤشرات تمرکز تحليل الفيديو/GPS قبل وبعد تطبيق التمرينات.

### 2-1 مشكلة البحث:

يسعى المدرب الى تطوير الجانب البدني والمهاري والخططي لإظهار بأفضل صورة داخل المستطيل الأخضر لتحقيق الفوز والبطولة وهذا يترجم من خلال الرؤيا الواضحة عندما يكون لدى اللاعب إحساس في المكان وتقدير الزمان في الثلث الهجومي من خلال التمرکز الصحيح والمناسب لمواقف اللعب الهجومية من خلال صناعة الأهداف او التهديد وقد تجلت مشكلة البحث في تطوير الجانب الحس حركي في الثلث الهجومي من خلال مواقف لعب تشابه حالات اللعب داخل الوحدات والمباراة تهدف الى الاطلاع على المواقف التي يتعرض لها اللاعب داخل الملعب وترسم بداخلة لزيادة الخبرة من خلال الاطلاع على اكثر المواقف الخططية لحل مشكلة التمرکز بصناعة الهدف والتهديد عندما يكون بالثلث الهجومي .

### 3-1 اهداف البحث:

- 1- التعرف على أن التمرينات وفق المواقف اللعب لها تأثير في تطوير الجانب الحس حركي وتمرکز اللاعبين الشباب بكرة القدم للمجموعتين.
- 2- اعداد تمرينات وفق التصرف الخططي ومدى تأثيرها على تطوير الجانب الحس الحركي والتمرکز في الثلث الهجومي لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم.

### 4-1 فروض البحث:

- 1- هل يوجد فروقات بين عينة البحث في الجانب الحس الحركي وتمرکز اللاعبين بالثلث الهجومي لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم.
- 2- توجد فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية في اختبارات الإدراك الحس-حركي بعد تطبيق البرنامج.

### 5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: لاعبي شباب نادي الميناء الرياضي بكرة القدم في البصرة.
- 2-5-1 المجال المكاني: ملاعب التمرين في المدينة الرياضية في البصرة.
- 3-5-1 المجال الزماني: الفترة من يوم الأربعاء 2025/4/2 ولغاية يوم الاثنين 2025/10/20 .



## 2- منهجية البحث:

اختار الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعتين (التجريبية والضابطة) لملائمة طبيعة مشكلة البحث أن التجريب هو تغيير متعمد ومضبوط للشروط المحددة لحدث ما، وملاحظة التغيرات الناتجة في الحدث ذاته وتفسيرها» (ديبولد فان دالين 2: 277)

## 1-2 المجتمع وعينة البحث:

اختار الباحث عينة البحث تعد من اهم عوامل النجاح حيث يبعد الدراسة عن الوقوع بالأخطاء مما يعطي البيانات الدقة ، وان العينة المختارة «هي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليه» (6: 139)، فقد تحدد مجتمع البحث بلاعبين شباب نادي الميناء الرياضي بكرة القدم للموسم الرياضي 2024-2025 والبالغ عددهم (24) لاعباً، أما عينة البحث فقد تكونت من (16) لاعب وقد اختيرت بطريقة عمدية وهم من اللاعبين الذين يشاركون بشكل مباشر بصناعة الهجوم والهجمات حيث تم تقسيمهم بصورة عشوائية إلى مجموعتين بالتساوي (8) لاعبين يمثلون المجموعة التجريبية و(8) لاعبين يمثلون المجموعة الضابطة وبنسبة مقدارها (66.66%) من اصل المجتمع توزيع عشوائياً 8 لاعبين في كل مجموعة (حيث طبقة حسب المراكز— لكل فريق 3 مهاجمين، 3 وسط، 2 مدافعين)، ولمعرفة صحة اختيار العينة ومدى تجانسها فقد استعان الباحث بمعامل الاختلاف لنتائج المسح الميداني للقياسات الجسمية للمجموعتين (التجريبية والضابطة)، وكذلك لغرض إيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات الدراسة، فقد تم استخدام اختبار (ت) والذي أظهر عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين (التجريبية والضابطة) في تلك المتغيرات، وكما مبين في الجدول (1).

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية (ن=8)		المجموعة الضابطة (ن=8)		Df	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة (Sig)	الدلالة الإحصائية
		س	± ع	س	± ع				
العمر	سنة	18.62	0.74	18.55	0.69	14	0.21	0.83	غير دال
الطول	سم	175.3	4.8	174.6	4.2	14	0.34	0.74	غير دال
الوزن	كغم	68.7	5.2	69.1	4.9	14	0.18	0.86	غير دال
التوافق البصري الحركي	ثوانٍ	7.44	0.81	7.36	0.79	14	0.25	0.80	غير دال
التوازن الديناميكي	ثوانٍ	9.59	1.05	9.68	1.10	14	0.19	0.85	غير دال
سرعة الاستجابة	م/ث	1.33	0.19	1.31	0.21	14	0.26	0.79	غير دال
معدل التواجد في الثلث الهجومي	عدد المرات	18.7	2.5	18.9	2.6	14	0.17	0.88	غير دال



تشير القيم في الجدول (1) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية ( $p > 0.05$ ) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع المتغيرات القبلية قيد البحث، سواء كانت بدنية (العمر، الطول، الوزن) أو حس-حركية (التوافق البصري الحركي، التوازن، سرعة الاستجابة) أو مهارية (التركيز في الثلث الهجومي)، وهذا يدل على أن العينة متجانسة ومتكافئة قبل تنفيذ الوحدات التدريبية، مما يعزز من صدق المقارنة العلمية بين نتائج المجموعتين بعد التطبيق، ويرى (عبد الرحمن بدوي 2022) أن تحقيق التجانس في خصائص العينة يعد من المتطلبات الإحصائية الأساسية لأي بحث تجريبي لضمان أن الفروق بعد التطبيق تُعزى إلى البرنامج نفسه وليس إلى اختلافات أولية بين الأفراد، كما أشار (Cohen & Holliday 2021) إلى أن التكافؤ القبلي في البحوث التجريبية الرياضية يساهم في رفع الثبات الداخلي للتجربة، ويقلل من أثر المتغيرات الدخيلة على النتائج، ويتفق ذلك مع ما ذكره الكسار (2023) بأن العينة المتجانسة في الخصائص البدنية والمهارية تُمكن الباحث من تحديد أثر الموقف التدريبي بدقة، لأن أي تغيير لاحق يُعد ناتجاً عن تأثير التمرينات وليس عن اختلاف المستويات المسبقة، وبذلك يمكن القول إن نتائج الاختبارات القبلية تؤكد أن المجموعتين بدأتا من مستوى متقارب، مما يسمح بإجراء المقارنة البعدية بثقة عالية.

## 2-2 الاختبارات المستخدمة في الدراسة

### أولاً/اختبارات الحس-حركي

#### 1- اختبار التنسيق بصري-قدمي: (محمد حسن علاوي 2000)

##### \*طريقة الاداء

- 1- يقف اللاعب خلف خط، ويُحدد أمامه هدف دائري مثبت على الحائط.
- 2- يُرمى الكرة بيد واحدة إلى الهدف ويعيد التقاطها 30 ثانية.
- 3- يُحتسب عدد اللمسات الصحيحة والزمن المستغرق لإتمام عدد ثابت من المحاولات.
- 3- تُسجل أفضل محاولة من محاولتين.

#### 2- اختبار توازن-ديناميكي (حسن علي عبد الستار 2015)

##### \*طريقة الاداء

- 1- يقف اللاعب على رجل واحدة.
- 2- يحرك القدم الأخرى في 3 اتجاهات (أمامي - جانبي - خلفي).
- 3- يقاس مدى الإطالة بالسنتيمتر.
- 4- تُحسب مجموع درجات الاتجاهات الثلاثة.



### 3- اختبار رد الفعل البصري (مجدي إسماعيل 2014)

#### \*طريقة الأداء:

- 1- يقف اللاعب أمام جهاز استجابة ضوئية.
- 2- عند ظهور الضوء يضغط اللاعب على زر.
- 3- يقاس الزمن بالثواني باستخدام أجهزة RT .
- 4- تُحتسب أفضل نتيجة من 3 محاولات.

#### ثانياً /اختبار التمرکز في الثلث الهجومي:

### 1- اختبار التواجد في الثلث الهجومي (باسل عباس حسن 2019)

#### \*طريقة الاداء

- 1- تحليل أداء اللاعب من خلال مباراة مصغرة 8×8.
  - 2- يقسم الملعب إلى ثلاثة أثلاث طولية (دفاعية، وسطية، هجومية)
  - 3- يسجل عدد مرات دخول اللاعب إلى الثلث الهجومي خلال 15 دقيقة.
  - 4- اللاعب = عدد مرات الظهور في الثلث.
- اللاعب = عدد مرات الظهور في الثلث الهجومي خلال الوحدة الزمنية المحددة.

### 2- اختبار الاستلام في مناطق التهديد (حيدر علي جبار 2020)

#### طريقة الاداء

- 1- تحديد مربعات (منطقة التهديد) في العمق.
  - 2- تسجيل عدد مرات استلام اللاعب للكرة داخل المناطق.
  - 3- مدة الاختبار 10-12 دقيقة من اللعب الحقيقي.
- طريقة التسجيل: اللاعب = عدد مرات الاستلام داخل منطقة التهديد خلال زمن الاختبار.
- ### 3- اختبار التمرير الناجح في الثلث الهجومي (علي الطائي 2018).

#### طريقة الأداء

1. يُراقب اللاعب خلال جزء من مباراة أو لعبة مصغرة داخل الثلث الهجومي.
2. يتم ترميز كل تمريرة يؤديها داخل حدود الثلث الهجومي.
3. تُعد التمريرة ناجحة إذا:
  - وصلت إلى زميل بشكل صحيح.
  - تمت السيطرة عليها دون فقدان.



4. بعد انتهاء مدة الاختبار، تُحسب نسبة النجاح:

$$\text{نسبة النجاح} = \frac{\text{عدد التمريرات الناجحة}}{\text{مجموع التمريرات في الثلث الهجومي}} \times 100$$

مجموع التمريرات في الثلث الهجومي

طريقة التسجيل: يسجل للاعب = نسبة التمريرات الناجحة داخل الثلث الهجومي (%).

## 3-2 التجربة الرئيسية

1- الاختبارات القبليّة: قام الباحث مع فريق عمل مساعد اجراء تجربة استطلاعية على بعض من العينة لمعرفة أوقات وتوزيع وملائمة الاختبارات للعينة قبل يومين من اجراء التجربة الرئيسية، ثم إجراء الاختبارات التي وقع عليها الاختيار في البحث وذلك يوم الخميس الموافق 2025/4/10.

- عرض وتطبيق مواقف اللعب المقترحة: اعد الباحث تمرينات لمواقف لعب تشابه حالات المباريات لتطوير الجانب الحس الحركي والتمركز للاعبين في الثلث الهجومي بواقع (8 أسابيع)، و(3 وحدات تدريبية أسبوعياً)، كل وحدة زمنها (60-75 دقيقة) (إجمالي 24 وحدة)، وبعد الاطلاع على المصادر والكتب الخاصة بالمواقف والتصرفات اللعب تم اعداد تمرينات وفق المواقف التي تلائم طبيعة مشكلة الدراسة لتغطية الفترة المقررة للتجربة من يوم السبت 2025/4/12 ولغاية يوم الخميس 2025/6/12 الفترة التي استغرقت مدة عرض المواقف اللعب على عينة البحث.

اعداد تمرينات وفق مواقف اللعب (حالات تدريبية مشابهة لمواقف المباريات Small-Sided Games ومواقف نهائية خاصة بالثلث الهجومي)

لكل وحدة تدريبية (60-75 دقيقة) تتكون من إحماء تقني-حركي ثم مواقف لعب مركزة ثم استشفاء .  
التمارين المستخدمة وفق مواقف اللعب (ثلاثة أنواع أساسية من مواقف اللعب خلال الأسبوع)  
1- موقف 1 (3v4 A) (الثلث الهجومي محدد) الهدف: تمركز هجومي واستلام في عمق الثلث الهجومي

\* الملعب: مستطيل مصغر (40 × 30 م) مع منطقة هجومية محددة (آخر 20 م).

\* القواعد: الفريق المهاجم يحق له 4 تمريرات قبل محاولة التهديف، يجب أن يصل لاعب إلى داخل منطقة الهدف (مربع 8×8) لاستلام التمريرة النهائية.

\* التركيز: التحركات الخالية عن الكرة، التمركز خلف أو بين المدافعين، استلام في المساحات.

\* المدة: 4 × 6 دقائق لعب فعال مع 3 دقائق راحة.

2- موقف 2 (2v3 B) (تمركز تحت الضغط واتخاذ القرار) .

\* الملعب: جزء من الثلث الهجومي (عرض 30 م × عمق 18 م).



\* القواعد: 3 مهاجمين ضد 2 مدافعين، كل مرة يدخل مهاجم جديد من منطقة معينة (محاكاة تبديلات المسارات). الفائز هو من يصنع فرصة أو يهدر الكرة.

\* التركيز: التمريرات بين الخطوط، الدعم الثلاثي، السحب وخلق المساحات.

\* المدة: 4 × 6 دقائق.

### 3- موقف (دورة التنسيق بصري-قدمي ثم إنهاء)

\* وصف: rondo 2-5 في دائرة ثم فور فقدان أو الفوز بالكرة يتم التحرك لسير 2×3 في الثلث الهجومي والإنهاء.

\* التركيز: سرعة تنفيذ، قرار أول لمس، رؤية الملعب والتمركز للتمرير النهائي أو التسديد.

\* المدة: 5 مجموعات × (3 دقائق رندو + 3 دقائق نهائي).

< ملاحظات تطبيقية: كل أسبوع يتم زيادة مستوى التعقيد (الزمن، عدد الضغوط، قيود اللمسات).

\* تسجيل الفيديو في كل وحدة رئيسية مرتين أسبوعياً لتحليل التمرکز.

# إجراءات القياس قبل وبعد

1- قبل التطبيق (الأسبوع 0) تطبيق جميع اختبارات الحس-حركي + تسجيل مباراة ودية/موقف لعب لقياس التمرکز.

2- بينية (أسبوع 4) قياس مرئي/تقييم تطور (اختياري لتحليل المسار).

3- بعد التطبيق (الأسبوع 9) إعادة تطبيق كل الاختبارات وتحليل الفيديو بنفس المعايير.

- الاختبارات البعدية: بعد الانتهاء من التجربة الرئيسية قام الباحث بعد يوم واحد بأجراء الاختبارات

البعدية على عينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة يوم السبت الموافق 2025/6/14 في تمام الساعة الثالثة عصراً وبنفس السياق المتبع في الاختبارات القبلية.

- الوسائل الإحصائية: استخدام الباحث البرنامج الإحصائي (SPSS) لاستخراج النتائج.

- مناقشة نتائج الدراسة

عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لعينة البحث ولكلا للمجموعتين التجريبية والضابطة

ومن خلال الجدول (2) يبين الفروق بين المتوسطات القبلية والبعدية للاختبارات الحس-حركية للمجموعتين.



جدول (2): الفروق بين المتوسطات القبلية والبعدي للاختبارات الحس-حركية للمجموعتين

المتغيرات	المجموعة تجريبية	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المح سوبة	مستوى الدالة (Sig)	الدالة الإحصائية
		ع	س	ع	س			
التوافق البصري الحركي/ (ث)	تجريبية	7.42	0.85	5.96	0.71	5.27	0.001	دال
التوازن الديناميكي (ثوان)	تجريبية	9.63	1.11	7.58	0.92	4.89	0.001	دال
سرعة الاستجابة الحركية (م/ث)	تجريبية	1.32	0.18	1.56	0.16	3.96	0.002	دال
التوافق البصري الحركي (ثوان)	ضابطة	7.38	0.79	7.20	0.82	1.02	0.32	غير دال
التوازن الديناميكي (ثوان)	ضابطة	9.69	1.08	9.54	1.03	0.88	0.40	غير دال
سرعة الاستجابة الحركية (م/ث)	ضابطة	1.31	0.21	1.33	0.22	0.74	0.47	غير دال

اما في الجدول رقم (3) فقد يوضح اهم النتائج التي توصل لها الباحث للاختبارات الخاصة بتمركز

اللاعبين بالثلث الهجومي لعينة البحث ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة.

جدول (3): نتائج الاختبارات الخاصة بتمركز اللاعبين في الثلث الهجومي

المتغيرات	المجموعة تجريبية	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المح سوبة	مستوى الدالة (Sig)	الدالة الإحصائية
		ع	±ع	س	±ع			
معدل التواجد في الثلث الهجومي (مرة/المباراة)	تجريبية	18.6	2.4	27.9	3.1	6.12	0.001	دال
معدل الاستلام في مناطق التهديد	تجريبية	5.3	1.1	9.7	1.5	5.85	0.001	دال
معدل التمريرات الناجحة في الثلث الهجومي (%)	تجريبية	63.4	5.8	78.2	6.2	4.92	0.001	دال
معدل التواجد في الثلث الهجومي (مرة/المباراة)	ضابطة	18.9	2.6	19.7	2.8	0.93	0.36	غير دال
معدل الاستلام في مناطق التهديد	ضابطة	5.2	1.0	5.6	1.1	1.14	0.28	غير دال
معدل التمريرات الناجحة في الثلث الهجومي (%)	ضابطة	62.7	5.6	63.4	5.9	0.65	0.52	غير دال

تشير النتائج الواردة في الجدولين (2) و(3) إلى وجود تحسن كبير في الأداء الحس-حركي وتمرركز اللاعبين في الثلث الهجومي لصالح المجموعة التجريبية التي تدرت باستخدام مواقف اللعب المصغرة مقارنة بالمجموعة الضابطة التي اعتمدت على الأسلوب التقليدي.

واما المجموعة الضابطة فقد ظهرت النتائج من خلال الجداول أعلاه أن المجموعة الضابطة، التي اعتمدت على الأسلوب التدريبي التقليدي، لم تُظهر فروقاً دالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي في جميع المتغيرات (0.05) ، وهذا يعني أن التغيرات التي حصلت طفيفة جداً، ويمكن اعتبارها ناتجة عن عوامل التدريب الاعتيادي أو الخبرة الزمنية وليس عن أسلوب تدريبي جديد.



في المقابل، أظهرت المجموعة التجريبية فروقاً جوهرية في كل المتغيرات، مما يؤكد أن مواقف اللعب المصغرة كان لها التأثير المباشر في تطوير:

- الاستجابة الحركية السريعة.
- الإدراك الحس-حركي.
- وتحسين التموضع الجماعي داخل الثلث الهجومي.

ويتفق هذا مع نتائج Silva وآخرون (2022) و González-Rodenas وآخرون (2024) الذين أوضحوا أن المواقف التكتيكية الصغيرة تزيد من الكثافة الإدراكية للاعبين، مما يسرع تطور القدرات الحس-حركية والتكتيكية لديهم، ويُعزى هذا التحسن إلى أن مواقف اللعب تُحفّز العمليات الإدراكية الحركية من خلال الدمج بين المثيرات البصرية والمواقف التكتيكية الواقعية، مما يؤدي إلى استجابة أكثر دقة وسرعة هذه النتيجة تتفق مع ما أشار إليه Sarmento وآخرون (2018) بأن التدريب ضمن مواقف اللعب المصغرة يعزز الترابط بين الإدراك واتخاذ القرار والاستجابة الحركية، وهي مكونات أساسية للجانب الحس-حركي.

كما أن ارتفاع قيم (t) ودلالة الفروق في اختبارات التوازن وسرعة الاستجابة يؤكد أن البرنامج التدريبي ساهم في تحسين التوافق العصبي العضلي، نتيجة التكرار العالي للمواقف المتغيرة التي تتطلب توازنًا حركيًا مستمرًا. هذا يتوافق مع دراسة مرسلي (2023) التي أوضحت أن تمارينات المواقف تزيد من فعالية التكيف العصبي وتنمية الإدراك المكاني.

أما بالنسبة لمؤشرات التمرکز في الثلث الهجومي، فإن زيادة معدل التواجد في المناطق الهجومية وارتفاع نسب التمريرات الناجحة يدل على تحسن في التموضع الجماعي والتفاهم الخططي بين اللاعبين، مما ينعكس إيجابًا على الأداء التكتيكي، وتدعم هذه النتيجة دراسة Gonzalez-Rodenas وآخرون (2024) التي أظهرت أن التحكم في تصميم المواقف (عدد اللاعبين، المساحة، القواعد) يُعد أداة فعالة لتعديل أنماط التمرکز داخل الملعب.

تُظهر هذه النتائج أن مواقف اللعب المصممة بعناية وفق مبادئ التصميم التمثيلي (Representative Design) تُسهم في نقل التعلم من بيئة التدريب إلى المباراة الفعلية، لأن اللاعب يتعامل مع نفس المتغيرات البيئية والموقفية كما أن الفروق الكبيرة بين القياسين القبلي والبعدي تشير إلى فاعلية التدريب القصير المدى (8 أسابيع) في إحداث تحسين ملموس في الأداء الحس-حركي، وعلى الرغم من أن بعض الدراسات (مثل Garganta، 2020) ترى أن ترسيخ سلوك التمرکز يتطلب فترة زمنية أطول.



### الاستنتاجات والتوصيات

اهم ما استنتج الباحث في هذه الدراسة هي:

- 1- ان اعداد تمرينات وفق مواقف لعب هجومية في تطوير الجانب الحس حركي في الثلث الهجومي لها تأثير إيجابي تناغم إمكانية مستوى عينة البحث وهم في مرحلة الشباب.
- 2- ان ما حققته المجموعة التجريبية من تطور مقارنة بالمجموعة الضابطة في جميع متغيرات يبين ان التمرينات المستخدمة تحاكي ما يدور داخل المباراة وهي تبين ان التطور كان معنويا للمجموعة التجريبية.

اما اهم ما يوصي به الباحث في هذه الدراسة:

- 1- أن اعداد مواقف اللعب يجب أن يُراعى خصائص التمرکز في الثلث الهجومي، ويزيد من التمثيل الواقعي في تحديد مناطق الاستلام، عدد اللمسات، الضغوط الزمنية، التبديل بين وضعيات هجومية ودفاعية.
- 2- يتضح ان التدريب على مواقف لعب هجومية تعطي الرغبة والاثارة لدى للاعب في مرحلة الشباب، كما يوصي الباحث ان تأخذ دراسة مشابهة في تطوير عينات مختلفة.

### المصادر

- 1- باسل عباس حسن – (2019) مجلة جامعة بابل الرياضية حول تحليل التمرکز.
- 2- حسن علي عبد الستار: (2015) *التوازن في كرة القدم* – مجلة دراسات التربية الرياضية.
- 3- حيدر علي جبار – (2020) جامعة بغداد، أطروحة عن التمرکز الهجومي.
- 4- ديولد فان دالين: *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*، (ترجمة) محمد نبيل نوفل (وآخرون)، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، 1984.
- 5- عبد الرحمن بدوي (2022) الأسس الإحصائية في البحوث الرياضية القاهرة: دار الفكر العربي.
- 6- الكسار، علي محمد (2023) *مناهج البحث التجريبي في التربية البدنية والرياضية* جامعة بغداد.
- 7- مجدي إسماعيل: (2014) *اختبارات القدرات الحركية* – القاهرة.
- 8- محمد حسن علاوي: (2000) *اختبارات ومقاييس في التربية الرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 9- مرسل، العر (2023) *فاعلية تمارين مواقف اللعب في تنمية الإدراك الحس حركي لدى لاعبي كرة القدم* مجلة علوم الرياضة العربية.
- 10- مصطفى كمال مراد (2024) *تأثير تمرينات المواقف التنافسية بمناطق اللعب المختلفة على مستوى التصرف الخططي الهجوم* مجلة دراسات وبحوث التربية البدنية.
- 11- علي الطائي (2018). *مجلة علوم الرياضة العراقية – تحليل التمرير الهجومي*.
- 12- Anwar, G. M. (2024). *Examining the influence of eight weeks of small-sided games on soccer performance indicators. Sports Coaching Review.*



- 13- Barbero-Álvarez, J. C. (2019). *Cognitive load and perceptual-motor adaptation during small-sided games*. **Journal of Sports Sciences**, 37(12), 1387–1395.
- 14- Castellano, J., et al. (2016). *Influence of player skill level on small-sided game performance indicators*. **European Journal of Sport Science**, 16(3), 290–297.
- 15- Clemente, F. M., et al. (2021). *Capturing and quantifying tactical behaviours of football players using positional data: A systematic review*. **Frontiers in Psychology**, 12, 646623.
- 16- Garganta, J. (2020). *Tactical behaviour and game performance: From microstructure to macrostructure in football*. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, 20(3), 45–59.
- 17- González-Ródenas, J., Aranda-Moreno, M., et al. (2024). *Effects of different tactical formations on positional team behaviour in football*. **International Journal of Performance Analysis in Sport**.
- 18- Sarmiento, H., Clemente, F. M., Harper, L. D., Costa, I. T., Owen, A., & Figueiredo, A. J. (2018). *Small-sided games in soccer: A systematic review*. **Sports Medicine**, 48(4), 693–714.
- 19- Silva, A. F., et al. (2022). *Effects of small-sided games training on technical performance and decision-making in youth soccer players*. **BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation**, 14(1), 65.



الملاحق:

الأسبوع: الأول

العينة: مج التجريبية (8)

اليوم: السبت \_ الاثنين \_ الأربعاء

لاعبين الوحدة التدريبية: 1 + 2 + 3

هدف الوحدة: تطوير تمرکز هجومي واستلام في عمق الثلث الهجومي.

الوحدة: 60-70 دقيقة

أقسام الوحدة	التمرينات المستخدمة			الحمل التدريبي		الراحة بين المجاميع
	الشدة	الحجم	الراحة			
القسم التحضيري	1- الاحماء العام 2- الإحماء الخاص (تقني-حركي)			تهيئة الجسم للدخول المنافسة والتأكيد على الجانب الذهني		13د
القسم الرئيسي	1- موقف 4v3 — A (الثلث الهجومي محدد) — الهدف: تمرکز هجومي واستلام في عمق الثلث الهجومي * الملعب: مستطيل مصغر (30 × 40 م) مع منطقة هجومية محددة (آخر 20 م). * القواعد: الفريق المهاجم يحق له 4 تمريرات قبل محاولة التهديف، يجب أن يصل لاعب إلى داخل منطقة الهدف (مربع 8×8) لاستلام التمريرة النهائية. * التركيز: التحركات الخالية عن الكرة، التمرکز خلف أو بين المدافعين، استلام في المساحات.			95 %	المدة: 4 6 × دقائق لعب فعال مع	رجوع النبض الى وضعه الطبيعي 120 - 130 ض/د
القسم الختامي	الاستشفاء وعودة الجسم الى طبيعة او مقارب			7د		

