

دراسة مقارنة لبعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية بين خطوط اللعب المختلفة في كرة القدم

ديندار فيضي محمد و أحمد علي خضر و آراز قادر حداد و دلخاز رمضان نبي
قسم العلوم الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة دهوك، اقليم كوردستان-العراق

(تاريخ استلام البحث: 26 حزيران، 2019، تاريخ القبول بالنشر: 12 ايلول، 2019)

الخلاصة

هدف البحث الى اجراء دراسة مقارنة بين بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية لخطوط اللعب المختلفة في كرة القدم وافترض الباحثون وجود فروق ذات دلالة معنوية لبعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية بين خطوط اللعب المختلفة في كرة القدم، وفي اجراءات البحث قام الباحثون باستخدام المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة ، واشتملت عينة البحث (25) لاعب (6) لاعبين لكل خط من خطوط اللعب وأستبعاد (7) لاعبين بسبب الأصابات وعدم اكمال الأختبارات وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية، وتم أستخدام البرنامج الإحصائي (spss)

ومن النتائج التي توصل اليها :

1- عدم ظهور فروق معنوية بين لاعبي أكاديمية الكورد في عناصر اللياقة البدنية الخاصة (الرشاقة . القوة الانفجارية للرجلين . السرعة الأنتقالية) بين خطوط اللعب المختلفة.

2- عدم ظهور فروق معنوية بين لاعبي أكاديمية الكورد لبعض المهارات الأساسية (الدحرجة . المناولة القصيرة . التهديف القريب) بين خطوط اللعب المختلفة

وقد اوصى الباحثون بعدد من التوصيات ومنها :

1- الأهتمام بعناصر اللياقة البدنية الخاصة لجميع خطوط اللعب وخاصة (الرشاقة . القوة الانفجارية للرجلين . السرعة الأنتقالية)

2- الأهتمام بالجانب المهاري والذي يشمل جميع المهارات الأساسية وخاصة (الدحرجة . المناولة القصيرة . التهديف القريب)

الكلمات الافتتاحية:الليقة البدنيه, المهارات الاساسيه, كره القدم

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة البحث وأهمية:

الصحيح وتوظيف المختصين في المجال الرياضي للعلوم كافة لخدمة الوصول الى المستويات العليا في الفعاليات والألعاب. لقد إهتمت العديد من بلدان العالم بتنمية القدرات البدنية للاعبين لكرة القدم إيماناً منها بانها الأساس الذي يتركز عليه إعداد اللاعبين وتحضيرهم ، إذ يظهر ذلك واضحاً في الدور الذي تؤديه الكفاءة البدنية في كرة القدم الحديثة ، والتي تتميز بالإيقاع السريع تحت ظروف اللعب المختلفة ووفق الخطط المتجددة ، وكما هو معروف فإن هناك إرتباط كبير وجوهري بين أنواع الإعداد (البدني، والمهاري، والخططي) وتعد اللياقة البدنية الدعامة الأساسية

ان التقدم بالمجال الرياضي يعكس مدى تقدم الدول وحجم رقيها واهتمامها ببناء الافراد وشخصيتهم ، فاللقاءات على المستويات العالمية والأولمبية والقارية والدولية تعتبر بمثابة طريقة لظهور مستوى أداء البدني والمهاري والأعجاز الانساني في الحركات الرياضية في اجمل صورها. (عبد الفتاح، 1993، 62)

تعد الإنجازات الكبيرة التي حدثت في مختلف الفعاليات لم تأت بالصدفة ولكن عن طريق التخطيط العلمي

يملك كل لاعب من مهارات أساسية تؤهله للعب في مركز دون الآخر، وكلما تمتع اللاعب بالقدرات البدنية و النفسية و الخططية العالية وقدرته على اظهارها في المباريات الفعلية كلما امكنه من الفوز بالمباريات وتحويل مجرياتها لصالحه ، وان اختلاف مراكز اللاعبين (الدفاع، الوسط ، الهجوم) أدى الى تمتع اللاعبين ببعض القدرات البدنية و المهارية دون الأخرى.

و تكمن مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن التساؤل التالي : هل هناك اختلاف بين لاعبي خطوط اللعب المختلفة في بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة وكذلك المهارات الاساسية ولمصلحة اي الخطوط.

1-3 هدف البحث :

1- التعرف على الفروق في بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة بين خطوط اللعب المختلفة في كرة القدم
2- التعرف على الفروق في بعض المهارات الأساسية بين خطوط اللعب المختلفة في كرة القدم.

1-4 فرضا البحث :

1- وجود فروق ذات دلالة معنوية في بعض العناصر اللياقة البدنية الخاصة بين خطوط اللعب المختلفة في كرة القدم.
2- وجود فروق ذات دلالة معنوية في بعض المهارات الأساسية بين خطوط اللعب المختلفة في كرة القدم.

1-5 مجالات البحث:

1- المجال البشري: لاعبي اكااديمية الكورد لكرة القدم .
2- المجال الزمني: 21 / 12 / 2017 - 5 / 4 / 2018/
3- المجال المكاني: ملعب نادي كاره الرياضي.

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة

1-2 الدراسات النظرية

1-1-1 اللياقة البدنية

والمؤثرة للإرتقاء بمستوى الأداء المهاري ، وإن الإرتقاء بالمستوى البدني والمهاري ذا أهمية بالغة في تنفيذ خطط اللعب المرسومة في لعبة كرة القدم. (البريفكاني ، 2012 ، 11)

ويتفق كل من بطرس رزق الله (1994) وطه إسماعيل وآخرون (1989) على أن مستوى أداء لاعبي كرة القدم في أغلب العالم قد ارتفع بصورة مذهلة فكان لزاما علي القائمين علي أمر اللعبة ان يبحثوا عن طرق مواكبة لاعبيها لهذا التقدم، فأهم ما يميز كرة القدم الآن هو ارتفاع مستوى لياقة اللاعبين لدرجة الإمتياز وبالتالي يصل اللاعب إلي درجة ثبات واستقرار للمهارات تمكنه من اتقانها مهما تنوعت هذه المهارات وتغيرت الظروف ولا يأتي ذلك إلا بتحقيق مستوى متميز من اللياقة البدنية، حيث أنه قد تأكد علميا وعمليا أهمية اللياقة البدنية للاعب كرة القدم بجانب لياقته الفنية فلم يعد هناك مجالاً للاعب الذي يتمتع بمستوى عالي من المهارة دون أن يكون علي مستوى عالي من الناحية البدنية، لذلك أصبحت اللياقة البدنية والفنية لا يمكن فصلهما من أي مرحلة من مراحل الإعداد وكذلك أثناء فترة المباريات. (الخشاب، 2005، 8) (أسماعيل واخرون، 1989، 93) ان الاختلاف في المهام الملقة على كاهل اللاعبين يعود الى اختلاف مراكز اللعب حيث انه كلما امتلك اللاعب المهارة العالية بالاضافة الى النواحي الاخرى البدنية والخططية والنفسية كلما ارتفع مستوى التحكم في مجرى اللعب . (الرومي واخرون ، 2006 ، 117)

لذا تتجلى أهمية البحث الحالي في التعرف على اي خطوط اللعب المختلفة لدى لاعبي اكااديمية الكورد هي الأفضل في اداء بعض العناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية في كرة القدم.

1-2 مشكلة البحث :

ان كرة القدم الحالية تتميز بالإيقاع السريع المتغير لتحركات اللاعبين من جهة، ومن جهة اخرى اختلاف مهام اللاعبين والذي يعود الى اختلاف مراكز ومواقع اللاعبين وما

وهناك اختلاف في تحديد عناصر اللياقة البدنية فهناك من حددها بعشرة عناصر وهناك من حددها بخمسة وهناك من حددها بثلاثة فقط .
يقسم مفتي ابراهيم (2009) م عناصر اللياقة البدنية الى عدد عناصر هي كما يلي :

5. المرونة
6. الرشاقة
7. السرعة

التكنيكية التي تحتوي على عدد كبير من المهارات الحركية التي تحتاج الى قدر كبير من الامكانيات والقدرات البدنية لكي تؤدي بأسلوب جيد وأداء فني سليم . (أبو عبدة، 2013، 37)

2-1-3 الرشاقة :

يشير كل من حنفي مختار، مفتي إبراهيم (1989) أن الرشاقة هي مقدرة اللاعب على تغيير أوضاع جسمه أو اتجاهه أو سرعته سواء على الأرض أو في الهواء في إيقاع سليم. وهي أكثر العناصر البدنية استخداما في كرة القدم، وتمثل في جميع حركات الخداع مع أداء المهارات الأساسية مثل تغيير وضع الجسم عند التعامل مع الكرة، وتغيير سرعة الجري بالكرة أو بدونها، وتغيير اتجاه جري اللاعب يمينا أو يسارا أو خلفا، الوثب عاليا لضرب الكرة بالرأس، وتظهر الرشاقة بصورة واضحة عندما يكون اللاعب تحت ضغط منافس أو أكثر ويحاول التخلص منهم. (مختار وحماد، 1989، 45)

2-1-4 السرعة الانتقالية:

هي محاولة الانتقال من مكان لآخر باقصى سرعة ممكنة مما يعني التغلب على مسافة معينة في اقصر زمن ممكن". اما السرعة الانتقالية من وجهة النظر الفيزيائية وتعني "حركة الجسم وانتقال جميع اجزائه في فترة زمنية معينة على

هي قدرة الفرد على اداء أنشطة الحياة اليومية بكفاءة دون الإجهاد ، مع الإحتفاظ بجزء من الطاقة لمواجهة ظروف الحياة ، وهي مسألة فردية تتغير مع الفرد وفقا لمراحل النمو (فرحات، 2001، 189)، ان كفاءة مكونات اللياقة البدنية العامة للإيفاء بمستلزمات النشاط الحركي الخاص بالأنشطة والفعاليات الرياضية بشكل متخصص. (عبدالحميد و صبحي، 1997، 43)

1. القوة العضلية
2. التوافق
3. التحمل
4. التوازن

(حماد، 2009، 183)

2-1-2 أقسام اللياقة البدنية

ان اللياقة البدنية العامة هي القاعدة الواسعة والعمود الفقري للممارسة الأنشطة الرياضية لدى جميع الفئات السنية ، والتي تنبثق عنها اللياقة الخاصة التي تعني خصوصية شكل الرياضة وما يلزمها من إعداد طبقاً للطبيعة الرياضة لدى كل فرد من حيث الاتجاه الحركي للاداء والاجهزة العضوية المشاركة في الاداء. (الربضي، 2004، 82)

2-1-2-1 اللياقة البدنية العامة :

تعني إكساب اللاعب لجسم متكامل متزن ، والإعداد لبذل المجهود البدني الذي يتطلبه ممارسة النشاط الرياضي بصفة عامة دون تخصص لنوع معين من الألعاب . (جابر، 1990، 94)

2-2-1-2 اللياقة البدنية الخاصة :

تعد اللياقة البدنية الخاصة ضرورية للوصول إلى مستوى من القدرات الخاصة التي تتطلبها اللعبة . (جابر، 1990، 94) ، ويعرف حسن أبو عبدة (2013) م، وتعد القدرات البدنية الخاصة في كرة القدم عاملا هاما واساسيا لرفع مستوى الاداء المهاري، حيث أن القدرات البدنية تهدف الى تحديد عناصر بدنية معينة تلعب دورا بارزا في اتقان اللاعب للمهارات الاساسية، وتعدكرة القدم من الرياضات الجماعية

2-1-6 المهارات الاساسية في كرة القدم :

تعد المهارات الاساسية أحد الجوانب الفنية الهامة في نشاط كرة القدم وبدون أدائها وإتقانها بصورة جيدة لا يتمكن اللاعب من تنفيذ تعليمات المدرب الخاصة بالجانب الخططي أثناء المباراة، وتتميز كرة القدم بكثرة مهاراتها الأساسية وتنوعها ، ولقد ارتفع مستوى الأداء في كرة القدم بالتزامن مع تطور طرق اللعب المختلفة وتنوع الخطط الدفاعية والهجومية الأمر الذي يتطلب تميز لاعب كرة القدم بالقدرة الفائقة على الأداء المميز للمهارات الأساسية لكرة القدم. (أبو عبدة، 2012، 39)

ويتفق كل من حسن أبو عبده (2013) م و حنفي مختار (1993) م و مفتي ابراهيم (1984) م على تقسيم المهارات الأساسية بالكرة الى :

- 5- ضرب الكرة بالرأس.
 - 6- المهاجمة .
 - 7- رمية التماس.
 - 8- حراسة المرمى.
 - يجب أن تمتاز بالسرعة
 - التفاهم والانسجام بين أعضاء الفريق الواحد .
- (Nigolaspronk, 1991, 6-8)

2-1-6-2 الدرجة بالكرة :

أهمية مهارة الدرجة (الجري) بالكرة في كثير من المواقف التي تتطلب من اللاعب الانطلاق السريع للامام لكسب مساحه وخاصة في المناطق الخالية أو عند مراوغة الخصم والمرور منه ثم الجري السريع بالكرة للابتعاد عنه وخاصة لاعبي الوسط ، حيث يتطلب الجري بالكرة في مختلف الاتجاهات والتحكم فيها بحيث لا تتعد الكرة أثناء حركتها عن اللاعب والأداء بإيقاع معتدل ومتزن . (كشك وألبساطي، 2000، 57)، ويعرف حسن ابو عبدة (2012) بانها من المهارات الاساسية التي يجب ان يتقنها

نفس المسافة لحركة هذه الاجزاء بالاتجاه نفسه، أي يحدث الانتقال في الحركة عندما يتحرك جسم ما بشكل تكون فيه المسافة المقطوعة كل نقطة من نقاط الجسم فيه يوازي بعضها البعض ، ويتطابق كل منه تمام المطابقة . (حسين، 1998، 30-31)

2-1-5 القوة الانفجارية :

هي عبارة عن (أمكانية المجاميع العضلية في تفجير اقصى قوة في اقل زمن ممكن) وعلى ذلك فهي (عبارة عن قوة قصوى متفجرة لحظية ، حيث نجدها متطلبة في لحظات معينة في الأداء المهاري الحركي كما هو في لحظة البداية عند العدائين أو في لحظة الارتقاء عند الوثابيين أو الرمي عند الرماة في العاب القوى أو في لحظة الضربة الساحقة "الكبس" في الكرة الطائرة أو التصويب على الهدف في كرة القدم أو اليد ... الخ) . (حسين و احمد، 1979 ، 21-32)

- 1- ركلات الكرة بالقدم (المناوله)
 - 2- الجري بالكرة.
 - 3- الخداع بالكرة (المراوغة)
 - 4- السيطرة على الكرة.
- (أبو عبده ، 2013 ، 133)، (المختار، 1993 ، 70)، (حماد، 1984 ، 34)

2-1-6-1 المناولة :

تعد المناولة من أكثر المهارات الاساسية تكررًا في المباريات وهي الفعالية الاكثر اهمية في كرة القدم مقارنة بالمهارات الأخرى . (رضا وآخرون، 1999، 28)

ويشير نيكولاس برونكس (1991) م إن التمرير أمر أساس لكل لاعب كرة القدم لأنه يستخدم خلال المباراة أكثر من أي مهارة أخرى وبعد استلام اللاعب للكرة يفكر مباشرة بالمبادرة الى تمريرها إلى زميل، وتتأثر المناولة بأرضية الملعب والظروف الجوية وهناك ثلاثة عناصر مهمة وفعالة تؤثر في نجاح المناولة هي :

- يجب أن تكون دقيقة

المرمى حاليا حيز كبير من اهتمام المدربين و تخصيص اوقات للتدريب عليه سواء داخل الوحدة التدريبية أو من خلال الواجبات والتدريبات الفردية الاضافية . (أبو عبدة، 2013، 182)

2-1-6-3-1-7 خطوط اللعب في كرة القدم:

لقد تطورت طرق اللعب تطورا سريعا حتى وصلت الى ما هي عليه الآن ومع تطور طرق اللعب حدثت تغيرات جوهرية في مراكز اللاعبين لتخدم خطوط اللعب الثلاث في تنفيذ واجبات اللاعبين بالشكل المطلوب ضمن طرق اللعب المختلفة. (صالح، 2011، 79)

لاعبوا الخط الدفاع : واجبهما الأول هو الدفاع و واجبهما الثاني هو الهجوم
لاعبو خط الوسط : يتساوى واجبهما الهجومى مع واجبهما الدفاعي تقريبا

لاعبوا خط الهجوم : واجبهما الأول هو الهجوم و واجبهما الثاني هو الدفاع (حماد، 1984، 235)

تفكير الخططي : لا يختلف الأثنان على أن عملية الأعداد الخططي يعتمد بصورة شاملة على عمليات الأعداد البدني والمهاري لان تنفيذ الجانب الخططي يتطلب مواصفات خاصة للاعبى كرة القدم من اهمها :

3- الجانب التربوي والنفسي

4- القدرات العقلية والصحية

(العلاقة بين عدد من الصفات البدنية والمهارات الاساسية للاعبى كرة القدم)

يهدف البحث الى التعرف على العلاقة بين عدد من الصفات البدنية والمهارات الاساسية للاعبى نادي دهوك الرياضي كرة القدم .

- كانت العينة بعدد (24) لاعب من نادي دهوك الرياضي والمشارك ضمن دوري اندية درجة الأولى بكرة القدم للموسم (1992) م وتم أسبعاد حراس المرمى واللاعبين المصابين وعددهم (4) لاعبين بذلك بلغت عدد العينة (20) لاعبا .

اللاعبين بلا استثناء وهي تؤدي بعدة طرق يختار فيها اللاعب الطريقة المناسبة والتي تتناسب مع التفكير اللخططي. (أبو عبدة، 83، 2012)

2-1-6-3-1-2 : الهدف

هي المحاولة الفعلية الجادة من اللاعب المهاجم لادخال الكرة في مرمى الخصم وتعد من أهم اجزاء اللعب الهجومى، بل واحدا من أهم اساسيات كرة القدم على الاطلاق، وبواسطته يمكن انهاء الجهد المبذول من قبل الفريق من بدأ الهجوم وبناءه وتطويره، والفريق الذي يجيد لاعبه التهديد تخشاه الفرق الأخرى، وتكون فرصته كبيرة في الفوز بالمباراة وبالعكس ذلك فأن الفريق الذي لا يجيد لاعبه التهديد تكون فرص فوزه في المباراة معدومة. وتزداد حلاوة المباراة كلما زادت احتمالات تسجيل الاهداف ، والتهديد يعتمد بدرجة كبيرة على خبرة اللاعب ومستواه التدريبي (الخشاب و ذنون، 2005، 99) .

ويعرف حسن أبو عبدة (2013) م هي وسيلة فعالة يستخدمها اللاعب المهاجم للتغلب على التكتلات والكثرة العددية للاعبى الفريق الخصم في الدفاع داخل منطقة الجزاء وهو السلاح القوي الذي يستخدم لإحراز الأهداف في مرمى الفريق المنافس مستغلا قابلياته البدنية والفنية والنفسية والذهنية ضمن إطار قانون اللعبة. ويأخذ التهديد على

1- أتقان الجوانب الفنية والمهارة

2- امتلاك القدرات البدنية

تختلف طرق اللعب عن بعضها من حيث عوامل بنائها والتي تتحدد فيما يلي :

- تشكيلة خط الدفاع مع لاعب حر (القشاش) او بدون لاعب حر

- عدد لاعبي الوسط

- عدد لاعبي الهجوم وتوزيع الواجبات عليهم. (صالح، 2011، 20-76)

2-2 الدراسات المشابهة و السابقة :

2-2-1 دراسة الحياي (1994) م :

3 اجراءات البحث

3-1 منهج البحث :

أستخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث.

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث على لاعبي أكاديمية دالكورد والبالغ عددهم (25) لاعبا الموزعون على الخطوط الثلاث حيث تكونت عينة البحث من (18) لاعب يمثلون نسبة (72%) من مجتمع البحث ، قسمت على خطوط الثلاثة لكل خط (6) لاعبين من خطوط اللعب المختلفة تم اختيارهم بصورة عمدية ، وقد تم أستبعاد حراس المرمى و عددهم (2) و (5) لاعبين ممن قامو باداء بالتجربة الأستطلاعية.

- تم استخدام مجموعة من الاختبارات المهارية والبدنية والتي سبق أن طبقت على لاعبي أندية الدرجة الأولى في القطر .

تم أستخدام المعالجات الاحصائية الأتية (الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط، أختبار معنوية معامل الارتباط) .

اسفرت النتائج مما يأتي :

— وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين ركض(50)متر واختبار الدرجة بين (10)قوائم.

— وجود علاقة ذات دلالة معنوية معنوية بين اختبار الركض المرتد (4*9) متر واختبار الدرجة بين (10) قوائم.

— وجود علاقة ذات دلالة معنوية معنوية بين أختبار الوثب العريض من الثبات وأختبار الدرجة بين (10) قوائم.

(الحيالي، 1994)

جدول رقم (1): العدد الكلي للعبنة والمستبعدون وعدد أفراد العينة النهائية

لاعيي أكاديمية دالكورد	العدد الكلي للعبنة	المستبعدون	عدد أفراد النهائية للعبنة	النسبة المئوية
لاعيي أكاديمية دالكورد	25	7	18	72%

3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة :

- الشواخص

- لاصق

- شريط قياس

- كومبيوتر (dell)

المصادر والمراجع، الأستبيان ، الأختبارات والمقاييس

- ساحة كرة القدم قانونيه

- كرات قدم رقم 4 عدد (15)

- ساعة توقيت عدد 2 (flot)

- صافرة (fox)

3-4 وسائل جمع البيانات :

محلقي رقم (2) على الخبراء في ملحق رقم (3) بعد اختيار اهم العناصر اللياقة البدنية الخاصة و المهارات الأساسية في ملحق رقم (1) و (2) من قبل الخبراء والمختصين وفق

قام الباحثون بتوزيع استمارة استبيان لتحديد أهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة الملحق رقم (1) وكذلك بتوزيع استمارة استبيان لتحديد المهارات الأساسية في كرة القدم

- شريط قياس وقطعة الطباشير .
 - يخطط مكان الوثب بخطوط متوازية يدل كل خط منها على المسافة بينه وبين خط الارتقاء بالمتر كما تقسم المسافة بين الأمتار بخطوط أخرى متوازية، المسافة بين كل خط والأخر 5سم وتدل أيضا على مسافة بينها وبين خط الأرتقاء.

- تختلف المسافة بين خط الأرتقاء والخط الأول بأختلاف السن والجنس.

وصف الأداء:

- يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلاً ومتوازيتان، بحيث يلامس مشط القدم خط البداية من الجهة الخارجية.

- يبدأ اللاعب بمرجحة الذراعين للخلف مع ثني الركبتين والميل للأمام قليلا ، ثم يقوم بالقفزة للأمام لأقصى مسافة ممكنة ،عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للأمام.

- يجب الارتقاء بالقدمين معا وليس بقدم واحدة .

- يسمح بالإحماء قبل أداء الاختبار .

- لكل لاعب ثلاث محاولات على التوالي ويتم احتساب احسن محاولة.

- يسمح للمختبر بتأدية الاختبار بالحذاء او عاري القدمين.

حساب النتائج :

- يكون القياس من خط البداية حتى آخر جزء من الجسم يلمس الأرض ناحية هذا الخط .

- خط البداية يكون بعرض 5 سم ويدخل في القياس..

- تقاس كل محاولة لأقرب 5 سم.

- تحتسب للمختبر درجة أحسن محاولة. (البيك واخرون، 2009، 100-101)

3-5-3 اختبار السرعة الانتقالية :

تحدد منطقة إجراء الاختبار بخطين أحدهما للبداية والأخر بعد (30) متر للنهاية.

أدوات الاختبار:

أختياراتهم قام الباحثون بتوزيع استمارة ملحق رقم (4) على نفس السادة المتخصصين والخبراء لأختيار أهم الاختبارات المناسبة لتلك العناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية التي تم اختيارها .

3-5-3 الاختبارات المستخدمة بالبحث :

3-5-1 إختبار بارو الرشاقة :

أسم الإختبار : إختبار بارو

الهدف من الإختبار : قياس صفة الرشاقة

الأدوات المستخدمة : خمسة قوائم أو خمسة كراسي بدلا من القوائم ، ساعة إيقاف ، مستطيل طوله (10×16) قدما. تثبت أربعة قوائم عموديا على الأرض في الأركان الأربعة للمستطيل. ويثبت القوائم الخامس في منتصف المستطيل.

مواصفات الأداء : من مكان البداية (بجانب أحد القوائم الأربعة المحددة للمستطيل) يجري المختبر على شكل رقم (8) باللغة الإنجليزية. يؤدي المختبر هذا العمل ثلاث مرات .

توجيهات (شروط) : - يجب عدم لمس القوائم أثناء الجري .

- يجب أتباع خط السير المحدد بدقة. و اذا حدث أن خالف المختبر خط السير يعاد الاختبار بعد أن يحصل على راحة كافية.

التسجيل : يحتسب الزمن الذي قطعه اللاعب في ثلاث دورات . (حسانين، 1995، 282)

3-5-2 اختبار الوثب العريض من الثبات :

اسم الاختبار :الوثب العريض من الثبات

الهدف من الإختبار :قياس قدرة الأنفجارية للأطراف السفلى

الأدوات :

- قاعة داخلية ويراعي أن يكون المكان مستوي وخالي من العوائق وغير أملس.

بالقدم اليمنى لادخالها بين الشاخصين، بعد انتهاء الدورة،

يقوم اللاعب بالمناولة بالقدم اليسرى للكرات الأربعة

الأخرى، محاولاً إدخالها للمرمى في الدورة الثانية

التسجيل : تمنح للاعب الواحد (8 محاولات) أربعة بالقدم

اليمنى وأربعة بالقدم اليسرى وفي حالة دخول الكرة بين

الشاخصين تعطي له درجة واحدة وفي حال عدم إدخالها

بين الشاخصين يعطي له صفراً، والدرجة الكلية للاختبار(8)

درجات. (الخشاب و ذنون، 2005، 84)

3-5-6 اختبار التهديد على المرمى :

غرض من الاختبار : قياس دقة التهديد على المرمى

الأدوات : ساحة كرة القدم ، كرات قدم عدد (5)

اجراء الاختبارات : يرسم خط مواز لخط المرمى على بعد

(12) ياردة منه توضع الكرة على نقطة الجزاء باتجاه

المرمى، يقوم اللاعب بضرب الكرة بالقدم وبقوة لأدخالها

الى المرمى، تعطي للاعب خمس محاولات

التسجيل : يتم احتساب مجموع المحاولات الخمس

1- اذا دخلت الكرة المرمى ومن وضع الصيران يمنح

اللاعب درجتين.

2- اذا دخلت الكرة المرمى بعد مسها الأرض مرة واحدة

يمنح اللاعب درجة واحدة.

3- اذا دخل الكرة المرمى من وضع الدرجة على الأرض

يمنح اللاعب نصف درجة.

4- في حالة عدم دخول الكرة للمرمى يمنح اللاعب صفراً .

(الخشاب و ذنون، 2005، 151)

3-6 التجربة الاستطلاعية :

ان التجربة الاستطلاعية بمثابة التجربة الرئيسية حيث

يجب توافر كافة الشروط في الاختبارات الاستطلاعية وان

تؤدي تحت نفس ظروف التجربة الرئيسية .

أجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية في يوم السبت

المصادف 2018/1/27 بمصاحبة كادر العمل المساعد

على عدد من اللاعبين الذين لم تدخل اسمائهم في التجربة

- ساعة توقيت.

- صافرة.

المسجل : يقوم بالنداء على الأسماء أولاً وتسجيل زمن

الاختبار ثانياً.

المؤقت :

- يعطي إشارة البدء والنهية مع التوقيت وملاحظة صحة

الأداء .

- يعطي اللاعب محاولة واحدة فقط. (أسماعيل وآخرون،

1989، 249)

3-5-4 اختبار الدرجة بالكرة في خط سير متعرج :

الغرض من الاختبار : قياس قدرة اللاعب على الدرجة.

أدوات المستخدمة : خمس شواخص ، كرة قدم ، ساعة

أيقاف

وصف الأداء : تخطيط منطقة الاختبار بوضع خمس

شواخص بخط مستقيم يبعد أحدهم عن الآخر بمسافة

تساوي (9) قدم ويبعد الشاخص الأول عن خط البداية (9)

قدم أيضاً يقف اللاعب ومعه الكرة يقف اللاعب خلف خط

البداية وعند أخذ الإشارة يقوم اللاعب بدرجة الكرة بين

الشواخص ذهاباً وأياباً بأقل زمن وأداء عالي والرجوع الى خط

البداية ووتمنح لكل لاعب محاولتين

التسجيل : يحتسب الزمن لأقرب 1/100 من الثانية، درجة

اللاعب هي الزمن الكلي الذي يستغرقه اللاعب عند أداء

المحاولتين. (الخشاب و ذنون، 2005، 22)

3-5-5 اختبار المناولة القصيرة :

الهدف من الإختبار : دقة المناولة القصيرة

وصف الأداء : على بعد (15)م حول نقطة (أ) الذي هو

نقطة مركز يوضع أربعة اهداف مسافة الأهداف (1) متر

ويوضع على بعد (2)م من نقطة (أ) كرتين باتجاه كل

الأهداف يكون مجموع الكرات (8) كرات كل كرتين

لهدف. يقف اللاعب عند نقطة (أ) وعند إعطاء الإشارة

يركض ليضرب إحدى الكرتين الموضوعة أمام كل الأهداف

- الرئيسية ومن نفس مجتمع البحث اذ بلغ عددهم (5) لاعبين من اكااديمية دالكورد و الهدف من ذلك ما يأتي :
- التعرف على الصعوبات والمعوقات التي تواجه الباحث .
 - التعرف الوقت المستغرق في تنفيذ الأختبارات .
 - التعرف صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة .

3-7 التجربة الرئيسية :

تم اجراء الاختبارات المستخدمة في البحث بتاريخ 2018/1/29 على كافة أفراد عينة البحث من خلال إحدى وحدات تدريبية في ملعب نادي كاره بمحافظة دهوك وكان الأختبارات بالتسلسل الأتي (الرشاقة ، الدحرجة بالكرة ، السرعة الأتقالية ، قوة الانفجارية لرجلين ، التهديف ، مناولة القصيرة) مع مراعاة اعطاء فترات الراحة كاملة بين اختبار و آخر لضمان أداء اللاعب الاختبار الثاني على أكمل وجه .

4-1 عرض النتائج وتحليلها:

بعد الإنتهاء من اجراءات البحث أستخدم الباحثون الوسائل الإحصائية المناسبة لتحقيق أهداف البحث واختبار فرضياته .

جدول (2): يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمركز الدفاع

المتغيرات	وحدة القياس	س	±ع
السرعة الأتقالية	ثا	5.58	0.29
الرشاقة	ثا	23.70	1.57
الوثب من النبات	م	1.80	0.30
الدحرجة	ثا	12.92	1.14
مناولة القصيرة	درجة	4.16	1.94
تهديف القريب	درجة	7.91	1.42

يتبين من الجدول رقم (2) ان قيمة الأوساط الحسابية للاعبين خط الدفاع بلغت على التوالي (5,58 ، 23,70 ، 1,80 ، 12,92 ، 4,16 ، 7,91) والانحرافات المعيارية (0,29 ، 1,57 ، 0,30 ، 1,14 ، 1,94 ، 1,42) من حيث العناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية.

جدول (3): يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمركز الاوسط

المتغيرات	وحدة القياس	س	±ع
السرعة الأتقالية	ثا	5.38	0.29
الرشاقة	ثا	24.11	0.93
الوثب من النبات	م	1.71	0.16

1.08	11.68	ثا	الدرجة
1.96	3.33	درجة	مناولة القصيرة
2.50	6.50	درجة	تهديف القريب

يتبين من الجدول رقم (3) ان قيمة الأوساط الحسابية للاعبين خط الوسط بلغت على التوالي (5,38 ، 24,11 ، 1,71 ، 11,68 ، 3,33 ، 6,50) والانحرافات المعيارية (0,29 ، 0,93 ، 0,16 ، 1,08 ، 1,96 ، 2,50) من حيث العناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية

جدول (4): يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمركز الهجوم

المتغيرات	المعالج الاحصائية	وحدة القياس	س	ع±
السرعة الانتقالية	ثا	ثا	5.45	0.34
الرشاقة	ثا	ثا	24.51	1.16
الوثب من الثبات	م	م	1.77	0.04
درجة	ثا	ثا	12.61	0.54
مناولة القصيرة	درجة	درجة	4.33	0.81
تهديف القريب	درجة	درجة	9.08	0.80

يتبين من الجدول رقم (4) ان قيمة الأوساط الحسابية للاعبين خط الهجوم بلغت على التوالي (5,45 ، 24,51 ، 1,77 ، 12,61 ، 4,33 ، 9,08) والانحرافات المعيارية (0,34 ، 1,16 ، 0,04 ، 0,54 ، 0,81 ، 0,80) من حيث العناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية

جدول (5): يبين نتائج التحليل التباين في مراكز اللعب الثلاثة في متغيرات الاختبارات البدنية

المتغيرات	المعالج الاحصائية	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	احتمالية نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
السرعة الانتقالية	ثا	ثا	بين المجموعات	0.125	2	0.062	0.64	0.54	غير معنوي
			داخل المجموعات	1.462	15	0.097			
الرشاقة	ثا	ثا	بين المجموعات	2.00	2	1.00	0.63	0.54	غير معنوي
			داخل المجموعات	23.59	15	1.57			
الوثب من الثبات	م	م	بين المجموعات	0.02	2	0.01	0.25	0.77	غير معنوي
			داخل المجموعات	0.62	15	0.04			

يتبين جدول رقم (5) أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين خطوط اللعب المختلفة في عناصر اللياقة البدنية الخاصة حيث بلغت قيمة ف المحتسبة لكل من (السرعة الانتقالية و الرشاقة و قفز من الثبات) على التوالي (0,64)، (0,63، 0,25) وهي لا ترتقي الى درجة معنوية التي يجب أن تكون في حدود (0,05)

جدول (6): يبين نتائج التحليل التباين في مراكز اللعب الثلاثة في مهارات الاساسية

المتغيرات	المعالج الاحصائية	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	احتمالية نسبة الخطأ	الدلالة
الدرجة	ثا	بين المجموعات	5.03	2	2.51	2.71	0.98	غير معنوي	
	داخلة المجموعات	13.90	15	0.92					
مناولة القصيرة	درجة	بين المجموعات	3.44	2	1.72	0.62	0.55	غير معنوي	
	داخلة المجموعات	41.50	15	2.76					
تهديف القريب	درجة	بين المجموعات	20.08	2	10.04	3.35	0.06	غير معنوي	
	داخلة المجموعات	44.91	15	2.99					

البدنية الخاصة وعدم الأستمرار في الوحدات التدريبية، حيث يؤكد حسن أبو عبده (2013) م بان القدرات البدنية الخاصة تعد عاملا هاما وأساسيا لرفع مستوى الأداء المهاري عند اللاعبين، إذ أن القدرات البدنية تهدف الى تحديد عناصر البدنية معينة تلعب دورا بارزا في أتقان اللاعب المهارات الأساسية للعبة. وكرة القدم كأحدى الألعاب الرياضية الجماعية تعد من الرياضات التكنيكية التي تحتوي على عدد كبير من المهارات الحركية والتي تحتاج لقدر كبير من الأمكانيات والقدرات البدنية لكل تتم بأسلوب جيد وأداء فني سليم. (أبو عبدة ، 2013 ، 37)

يتبين من الجدول رقم (6) أنه لا يوجد فروق ذات دلالة معنوية بين خطوط اللعب المختلفة المهارات الأساسية حيث بلغ قيمة ف المحتسبة لكل من (الدرجة و المناولة القصيرة و التهديف القريب) على التوالي (2,71، 0,55، 0,06) وهي لا ترتقي الى درجة المعنوية التي يجب أن تكون بحدود (0,05)

2-4 مناقشة النتائج :

من الجدول رقم (5) يتبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين خطوط اللعب المختلفة في عناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين أكاديمية الكورد ويعزو الباحثون ذلك نتيجة التدريب المتقطع للاعبين وضعف الاهتمام بالقدرات

طريق المناولة و نوع المناولة يتوقف على نوعية الملعب الذي تجري عليه المباراة، يضاف الى ذلك الظروف الجوية التي تؤثر على المناولات و خاصة الجو الماطر . (محمود، 2008، 93)

كما يجب على اللاعب أثناء درجة الكرة أن يخلق موازنة بين سرعة انطلاقه ودرجة تحكمه بها والا فقد سيطرته عليها وعدم امكانه الاحتفاظ بها بما يسهل على الخصم اقتناصها، وأحيانا قد يسعى اللاعب مع سرعته وتحكمه بالكرة إذا ما أضطرته الظروف الى الخداع والمراوغة لذا يجب على اللاعب أن يستعين باكثر من طريقة للتدريب لأتقان ذلك . (الخشاب و دنون، 2005، 11)

إذ إن إجادة التهديف وإمكانية لاعبي الفريق من دقة إصابة الهدف تعطي إمكانية ارتفاع معنويات لاعبي الفريق وتصعيد قدراته ورفع مستوى طموح اللاعبين وتحسين مستواهم وبذل أعلى جهد لتحقيق الفوز. (خليفة، 1999، 7)

5- النتائج والتوصيات

1-5 النتائج :

وقد توصل الباحثون الى عدد من النتائج ومنها :

3- عدم ظهور فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي أكاديمية الكورد في الصفات البدنية الخاصة (الرشاقة . القوة الانفجارية للرجلين. السرعة الأنتقالية) بين خطوط اللعب المختلفة.

4- عدم ظهور فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي أكاديمية الكورد في بعض المهارات الأساسية (الدرجة . المناولة القصيرة . التهديف القريب) بين خطوط اللعب المختلفة

5- ظهر ان افضل الخطوط في مستوى اللياقة البدنية الخاصة كان خط الوسط.

6- ظهر ان افضل الخطوط في مستوى المهارات الاساسية كان خط الهجوم.

ويشير طه إسماعيل وآخرون (1989) الى ازدياد اهمية القدرات البدنية الخاصة بلعبة كرة القدم في الآونة الأخيرة بشكل ملحوظ نظرا لزيادة متطلبات اللعب، اذ يجب على اللاعب أن يكون قادرا علي اللعب في كل مناطق ساحة اللعب مساهما في أعمال الدفاع والهجوم ، إضافة إلى ازدياد كثافة وسرعة التحركات بشكل ملحوظ الأمر الذي يتطلب وجود مستوى عالي من اللياقة البدنية لدي جميع لاعبي الفريق. (أسماعيل وآخرون، 1989، 7)

كما يتبين من الجدول رقم (6) عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين خطوط اللعب (دفاع ، وسط ، هجوم) المختلفة لبعض مهارات الأساسية لدى لاعبي أكاديمية الكورد ويعزو الباحثون ذلك لقلّة الأهتمام بتنمية وتطوير المهارات الأساسية خاصة مهارات الدرجة والمناولة و التهديف لأنها من اهم المهارات وأسهلها والتي لها الدور الكبير في الوصول الى هدف الخصم وتسجيل الاهداف وبالتالي تحقيق النتائج الجيدة وكذلك قلة الوقت المخصص لتنميتها خلال الوحد التدريبية وبالتالي يؤثر ذلك على عدد التكررات التي يؤديها اللاعب اثناء التدريب. حيث يؤكد حسن أبو عبده (2013) أن الأداء المهاري يلعب دوراً كبيراً في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق ويؤثر تأثيراً مباشراً في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى إرباك الخصم وعدم قدرته في السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية لأعضاء الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائماً بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم وإحراز الأهداف. (أبو عبدة، 2013، 29)

ويذكر موفق محمود (2008) م ان المناولات من أهم مقومات الأنصال بين اللاعبين سواء كانت بالرأس أم بالقدم، وربما لا يوجد شيء يؤثر على مستوى الفريق أكثر من المناولات غير الجيدة والمقطوعة، كما أنه لا يوجد شيء يزيد ثقة لاعبي الفريق بقدر المناولات المتقنة بين اللاعبين، ويستطيع أن يتبادل اللاعبون فيما بينهم الكرة مباشرة عن

5-2 التوصيات:

وقد اوصى الباحثون بعدد من التوصيات ومنها :

3- التأكيد على مدربي كرة القدم لفئة الناشئين على

الاهتمام بعناصر اللياقة البدنية الخاصة لجميع خطوط اللعب المختلفة وخاصة (الرشاقة . القوة الانفجارية للرجلين . السرعة الأتقالية).

4- التأكيد على مدربي كرة القدم لفئة الناشئين على

الاهتمام بالجانب المهاري لجميع خطوط اللعب المختلفة وخاصة (الدرجة . المناولة القصيرة . التهديد القريب).

5- القيام ببحوث مشابهة على عناصر بدنية اخرى.

6- القيام ببحوث مشابهة على مهارات اخرى.

7- اجراء دراسات علمية مشابهة على فئات عمرية

اخرى.

المصادر العربية والأجنبية

* القرآن الكريم

أبو عبدة، حسن السيد (2013) م : الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ، مطبعة الإشعاع ، الإسكندرية .

أسد، عبد الصاحب (2010) م : المهارات الاساسية في كرة القدم مطبعة الثقافة ، أربيل.

أسماعيل، طه وآخرون (1989) م : كرة القدم بين النظرية والتطبيق، دار الفكر العربي، القاهرة

البيك، علي فهمي وآخرون (2009) م : الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي ، ج 2 طرق قياس القدرات اللاهوائية والهوائية ، منشأة المعارف أسكندرية.

جابر، صباح رضا (1990) م : تدريب لاعب كرة القدم ، مطبعة دار السلام ، بغداد.

حسانين، محمد صبحي (1995) م : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، ج1، ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي .

حسين، قاسم حسن (1998) م : علم التدريب الرياضي للأعمار المختلفة، ط1، بغداد، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

حسين، قاسم حسن و احمد، بسطويسي (1979) م : التدريب العضلي الايزوتوني في مجال الفعاليات الرياضية ، بغداد : مطبعة الوطن العربي

حماد، مفتي ابراهيم (1984) م : اثر التدريب على مسافة رمية التماس في كرة القدم انتاج علمي ، بحوث مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة الحلوان ، المجلد الخامس ، العدد الثالث .

حماد، مفتي ابراهيم (1994) م : الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

حماد، مفتي ابراهيم (1994) م : الجديد في الأعداد الخططي والمهاري للاعب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.

الحيالي، نوفل محمد محمود (1994) م : العلاقة بين بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعب كرة القدم ، مجلة الرافدين منشورة .

الخشاب، زهير قاسم وذنون، معتز يونس (2005) م : كرة القدم مهارات- اختبارات- قانون ، دار ابن الاثير للطباعة والنشر ، الموصل .

خليف، عمار كاظم (1999) م : اثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير مهارة التهديد بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد .

الريضي، كمال (2004) م : التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرون وائل للنشر ، عمان الأردن.

رضا، صباح وآخرون (1999) م : كرة القدم لطلبة المرحلة الثالثة ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد .

صالح، غازي محمود (2011) م : كرة القدم (المفاهيم- التدريب)، ط1 ، المجتمع العربي لنشر والتوزيع،الأردن، عمان

عبد الحميد، كمال وصبحي ، محمد (1997) م : اللياقة البدنية ومكوناتها ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

عبد الفتاح، أبو العلا أحمد ، رضوان، محمد نصر الدين (1993) م : فسيولوجيا اللياقة البدنية ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

فرحات، لبلبي السيد (2001) م : القياس والاختبار في التربية الرياضية ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

كشك، محمد وألبساطي ، أمر الله (2000) م : أسس الإعداد المهاري والخططي في كره القدم ، مصر جامعه الاسكندرية .

محمود، موفق أسعد (2007) م : الاختبارات التكتيكية في كرة القدم ، دار دجلة ، عمان.

المختار، حنفي محمود (1993) م : اسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

Nigolaspronk : (1991) , the soccer push pass
national and conditioning excoriation
journal 12 no.
1.

مختار، حنفي محمود وحماد، مفتي أبراهيم (1989) م : الأعداد
البدني في كرة القدم ، دار زهران للنشر والتوزيع القاهرة.

(قه كولينه كا به راوردكارى بو هندهك ره گه زین شيانین له شى یین تاییه ت وچالاکیین بنه رته تی د
ناقبه را هیلین یاری یین ژیکجودا د ته پا پییدا)

پوخته

ئارمانجا زانینا جوداهیین د ناقبه را هیلین یاری یین ژیکجودا د ته پا پییدا د هندهك ره گه زین
شیانین له شى یین تاییه ت وچالاکیین بنه رته تی. قه کوله ران گریمان کریه کو جوداهیین خودان
ده لاله ته کا ناماری بو هندهك ره گه زین شيانین له شى یین تاییه ت وچالاکیین بنه رته تی د ناقبه را
هیلین یاری یین د ته پا پییدا هه نه و د بجههینانین قه کولینیدا قه کوله ران ریبازا سالوخدان ب شیوازى
به راوردكارى بكارهینایه، نه وژی ب نه نجامان گه هشتن. سامپلا قه کولین (25) یاریکه ر ب
خو قه گرتیه. (6) یاریکه ر بو هر هیله کا ژ هیلین یاری یین و دوبرکنا (7) یاریکه ران ژ نه نجام
هنگافتنان و نه تمامکرنا تافیکرن و سامپل ب مه به ست هاتیه هه لیژارتن. هه روه سا پروگرام
شلو قه کرنا ناماری (SPSS) هاتیه بكارهینان. قه کوله ر گه هشتینه هژماره کا نه نجامان ژوانزی:
جوداهیین هزری (معنوی) د ناقبه را یاریکه رین نه کادیمیا دالکورددا د ساخله تین له شى یین
تاییه تدا (ره شاقه، هیزا په قاندن بو هه ردوو پییان، له ذاتیا قه گوهازتن) د ناقبه را هیلین یاری یین
ژیکجودا په یدانه بووینه.

وداهیین هزری د ناقبه را یاریکه رین نه کادیمیا دالکورددا د هندهك چالاکیین بنه رته تی (گرلیبوون،
پاسدانا کورت، شوتکرنا نیزیک) د ناقبه را هیلین یاری یین ژیکجودا په یدانه بووینه.

قه کوله ران هژماره کا راسپاردا راسپارده کرینه ژوانزی:

1. گرنگیدان ب ره گه زین شيانین له شى یین تاییه ت بو هه می هیلین یاری یین، ب تاییه ت (ره شاقه،
هیزا په قاندن بو هه ردوو پییان، له ذاتیا قه گوهازتن).

2. گرنگیدان ب لایه نن چالاکیین نه وی هه می چالاکیین بنه رته تی، ب تاییه ت (گرلیبوون، پاسدانا
کورت، شوتکرنا نیزیک) ب خو قه دگریت.

A COMPARATIVE STUDY OF SOME ELEMENTS OF SPECIFIC PHYSICAL FITNESS AND BASIC SKILLS AMONG THE VARIOUS PLAYING LINES IN FOOTBALL.

**DINDAR FAIDHI MOHAMMED, DILKHAS RAMADHAN NABI, ARAZ QADER HADAD
and AHMED ALI KHDHR**

Dept. Of Sport Sciences, college of physical education, University of Duhok, Kurdistan Regional – Iraq

ABSTRACT

This research aims at identifying the differences between the various playing lines in football regarding some elements of specific physical fitness and basic skills. The study hypothesizes that there are statistical differences of some elements of physical fitness and basic skills among the various playing lines in football. The research has adopted the descriptive approach through comparison to arrive at its findings and conclusions. The sample of the study consists of (25) players, (6) players for each line and it excludes (7) players because of being injured or not completing tests. The sample has been chosen by intentional method and statistical analytical program (SPSS) has been used.

The study has arrived at some findings and conclusions, among which are the following:

- 1. There are significant differences among the players of Dalkurd academy in terms of specific physical features (fitness, the ultimate strength of feet, transitional speed) among the various playing lines.**
- 2. There are no significant differences among the players of Dalkurd academy regarding basic skills (rolling, short passes, close targeting) among the various playing lines.**

The study has recommended the following:

- 1. Attention should be paid to elements of specific physical fitness of all playing lines particularly fitness, the ultimate strength of feet, transitional speeds.**
- 2. Attention should be paid to the skillful aspect including all basic skills particularly rolling, short passes and close targeting.**