



جامعة المنصورة
كلية التربية الرياضية

—

تأثير برنامج تدريبي لتنمية قدرة الاستجابة السريعة على فعالية التصويب لناشئي كرة القدم

ا/ حسن منير عبد الشكور النادي
باحت بمرحلة الماجستير - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة
العدد الرابع عشر - مارس ٢٠١٠ م

تأثير برنامج تدريبي لتنمية قدرة الاستجابة السريعة على فعالية التصويب لناشئي كرة القدم

أ/حسن منير عبد الشكور النادي

مقدمة ومشكلة البحث :

يتسم عالمنا المعاصر بتحولات علمية وسريعة أثرت ومازالت تؤثر في جميع نواحي الحياة ومنها النواحي الرياضية ، فلقد شاهدت السنوات الأخيرة بشكل منظم ومخطط الاهتمام بتطوير الأداء الرياضي ورفع مستوى وكفاءة الأداء البشري في مختلف الأنشطة الرياضية ، ويظهر ذلك جليا في كمية الأبحاث العلمية التي تناولت عمليات ترقية مستوى الأداء بدنيا ومهاريا وخطبيا للاعبين في مختلف الأنشطة الى أفضل مستوى ممكن تسمح به قدراتهم .

وتحتل كرة القدم مكانا متميزا بين الألعاب الرياضية المختلفة ويرجع ذلك الى شعبية اللعبة ، وقد نالت كرة القدم ايضا نصيبها من اهتمام الباحثين مما أدى الى تطوير شكل الاداء الفني لمجابهة مواقف اللعب المتغيرة وما يتطلبه ذلك من سرعة وثقة في تنفيذ المهارات والتحركات بكفاءة وكفاءة في جميع خطوط ومراكز اللعب وتعد المهارات الأساسية من أهم العوامل اللازمة لتحقيق الفوز وأصبحت تمثل السواد الأعظم لحسم نتائج المباريات وخاصة مهارة التصويب .

والقدرة على استجابة السريعة لها أهمية كبيرة في تحقيق التفوق والوصول الى المستويات العالية في الاداء الحركي في الأنشطة الرياضية وتختلف القدرة على الاستجابة السريعة من نشاط لآخر ، وذلك وفقا للمتطلبات المهارية والخطبية لكل نشاط. (٥ : ١٦٢)

• بحث بمرحلة الماجستير - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

وكرة القدم تتميز بالإيقاع السريع المتغير لتحركات اللاعبين ، وبالتالي اداء المهارات المتعددة بتوقيت يتميز بالسرعة العالية ، وهذا الأيقاع السريع المرتفع للاداء المهارى من العوامل الجوهرية التى تلعب دورا هاما فى فاعلية الاداء المهارى الهجومى . (٨ : ٢٠)

مما يتطلب من الفرد الرياضى امتلاك لقدرة الاستجابة السريعة عقب ظهور المثير حيث أن أى نشاط حركى يودية الفرد يكون نتيجة لمتغيرات حسية مختلفة يتم إدراكها عن طريق المستقبلات المختلفة ، حيث يقوم الفرد بالاستجابة لهذه المثيرات بواسطة الاداء الحركى (٧ : ٢٩٤)

ويجب علينا أن نضع فى الاعتبار أن سرعة رد الفعل لا بد أن ترتبط بعاملى السرعة والدقة ، فرد الفعل السريع الخاطى لا يؤدى الى نتائج ايجابية . (٩ : ١٦٥)

والفريق الجيد لا بد أن يتميز بقدرته على تنفيذ هجوم قوى حتى يتمكن من إحراز نتائج مقبولة ولا يتحقق هذا الا باتقان مهارة التصويب الفعال حيث يعتبر هذا هو النهاية الحتمية للاداء المهارى الهجومى ، ونتيجة تطور طرق اللعب الحديثة وتطور اللياقة البدنية للاعبى كرة القدم مما اسفر نلك على ضيق مساحات اللعب نتيجة الرقابة الجيدة من المدافعين مما يضطر المهاجمين الى استغلال انصاف الفرص من اجل خلق مجال للتصويب ومن هنا تظهر اهمية القدرة على الاستجابة السريعة ودورها فى عملية التصويب الفعال فى كرة القدم.

ويذكر مفتى ابراهيم (١٩٩٤م) أن الفريق يصبح فى حالة هجوم لعدد يتراوح متوسط ما بين ٤٥ الى ٦٥ مرة فى المباراة الواحدة . (١٠ : ١٩)

وهذا يؤكد الحجم الاكبر للجانب الهجومى فى المباريات الذى لا يعبر عن نتيجة المباراة الحقيقية ولا يؤثر فيها ما لم يكن هناك فعالية للتصويب .

وإنما أصبحت فاعلية الاداء المهارى الهجومى وخاصة التصويب من القضايا الملحة المطروحة على بساط البحث والدراسة .

ولقد لاحظ الباحث أن هناك ضعف فى مستوى نتائج فرقنا المحلية والقومية من الناحية الهجومية فى العديد من البطولات . سواء كانت هذه البطولات على المستوى المحلى أو الدولى . وقد يرجع ذلك الى عدة عوامل كثيرة ومتشابهة منها عدم وجود طريقة موضوعية يستخدمها المدربون فى اختيار اللاعبين ذو فاعلية فى الاداء المهارى الهجومى وخاصة التصويب والقدرة على الاستجابة السريعة.

ومن هنا كان اهتمام الباحث بتناول فعالية التصويب وقدرة الاستجابة السريعة وتحقيق مستوى الاداء لناشئى كرة القدم . ومن خلال المسح المرجعى والاطلاع على الدراسات السابقة وتخصص الباحث التطبيقى فى مجال كرة القدم وجد أن مشكلة البحث تكمن فى محاولة التعرف على العلاقة بين تطوير قدرة الاستجابة السريعة ودراسة تأثيرها على فعالية التصويب لدى ناشئى كرة القدم

هدف البحث:

١- بهدف هذا البحث الى التعرف على(تأثير تنمية قدرة الاستجابة السريعة على فعالية التصويب لناشئى كرة القدم)

فرض البحث :-

- توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلى والبعدي للمجموعة التجريبية فى قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب لناشئى كرة القدم قيد البحث لصالح القياس البعدي .

المصطلحات المستخدمة في البحث :**التصويب**

هو الوسيلة الفعالة لإحراز الاهداف في مرمى الفريق المنافس مستغلا قدراته البدنية والفنية والنفسية والذهنية التي يستخدمها اللاعب المهاجم للتغلب على التكتلات والكثرة العددية للاعبى الفريق المنافس للدفاع داخل منطقة الجزاء وهو السلاح القوي الذي يستخدم لاحراز الاهداف ضمنه إطار قانون اللعبة (٣ : ١٨٠)

قدرة الاستجابة السريعة

ينكر خالد جمال (١٩٩٢) أن رد الفعل الحركى يقف عند تلك العمليات العصبية والنفسية بينما تمتد الاستجابة الحركية الى احتوائها على العمليات الحركية ، وعلى هذا فإن زمن الاستجابة يحتوى على زمن رد الفعل بالإضافة لزمن الحركة ، أى أن الوقت الكلى الذى ينقضى من بدء ظهور المثير وحتى ينتهى الاداء . (٤ : ٢٥-٢٦) .

الدراسات السابقة

أولا الدراسات العربية

م	الباحث	العنوان	الاهداف	المنهج	العينة	اهم النتائج
١	ابراهيم عادل ابراهيم (١٩٩٤) (١)	تأثير برنامج تدريبي مقترح على دقة التصويب في كرة القدم	التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على المستوى البدني والمستوى المهاري لعينة البحث	التجريبي	(٥٠) لاعب	أثر البرنامج التدريبي المقترح بطريقة متوازنة على لاعبي البحث " دفاع - وسط - هجوم " في مستوى الاداء البدني والمهاري ودقة التصويب
٢	اسلام مسعد (٢٠٠٧) (٢)	تأثير برنامج تدريبات نوعية لمكونات التوافق العقلي العصبي على فاعلية الاداءات المهارية المركبة لنادي كرة القدم	التعرف على تأثير البرنامج التدريبي على فاعلية الاداءات المهارية المركبة لدى الناديين في كرة القدم	التجريبي	٢٤ نادسي تحت ١٧ بمنطقة التفكيرية لكرة القدم	أن البرنامج التدريبي أثر تأثيرا إيجابيا على مكونات التوافق العقلي العصبي قيد البحث (الرشاقة والقدرة وسرعة الاداء والاحساس بالمسافة والاحساس بالزمن)
٣	سلي محمود طه (٢٠٠٧) (٦)	تأثير برنامج تدريبي لبعض القدرات التوافقية على فاعلية أداء ضرب الكرة بالرأس لنادي كرة القدم	التعرف على تأثير برنامج تدريبي لبعض القدرات التوافقية على فاعلية أداء ضرب الكرة بالرأس لنادي كرة القدم		(٢٤) نادسي تحت (١٧) سنة	أثر البرنامج على القدرات التوافقية قيد البحث وايضا تأثير على فاعلية أداء مهارة ضرب الكرة بالرأس تأثيرا إيجابيا

ثانيا الدراسات الاجنبية

م	الباحث	العنوان	الاهداف	المنهج	العينة	اهم النتائج
١	زك Zak Henryk duda (٢٠٠٣) (١٥)	مستوى القدرات التوافقية وكفاءة اللاعب لنادي كرة القدم	تحديد تأثير المهارات التوافقية على السلوك الحركي للاعبين أثناء الانشطة المهارية (التكتيكية) والخطية (التكتيكية)	التجريبي	(٢٠) نادسي في من (١٧) سنة	مستوى أداء لاعبي كرة القدم (من الناحية المهارية والخطية) يخضع على مستوى تطوير المهارات التوافقية
٥	لويس بلشر luxbacher (٢٠٠٣) (١١)	ضرب الكرة بالرأس والتصويب	يوضح الباحث كيف أن لاعبي كرة القدم يستخدموا الرأس في أسلوب إحراز أو تسجيل الاهداف وصل لاولم متعددة من اساليب التصويب	الوصفي	مباريات كرة قدم	يصف البحث تنظيم لعاب الرأس و التصويب مثل عدد التفكك التي تم لعبها بوعده للاعبين والهدف والاهداف والاسلوب ، والخطوات للممارسة والتسجيل

استفادة الباحث من الدراسات المرجعية :

في ضوء ما اشارت اليه الدراسات المرجعية استفاد الباحث مما يلي :

١. تحديد المنهج المستخدم في البحث وكذلك تحديد حجم العينة التي تناسب الدراسة الحالية .
٢. تحديد الاطار العام للدراسة الحالية والخطوات المتبعة في اجراء البحث فنيا وإداريا .
٣. الاستفادة من كيفية الاستعانة بالادوات والاجهزة المستخدمة .
٤. تحديد الاختبارات المهارية وايضا اختبارات الاستجابة السريعة قيد البحث .
٥. التعرف على انصب الاساليب والمعالجات الاحصائية للاستفادة منها في الدراسة الحالية .
٦. الاستفادة من نتائج الدراسات المرجعية في مناقشة نتائج الدراسة الحالية .

طرق وإجراءات البحث

منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام تصميم المجموعتين احدهما تجريبية يطبق عليها البرنامج المقترح والآخرى ضابطة يطبق عليها البرنامج التقليدي.

عينة البحث

تم اختيار عينة قوامها (٢٨) ناشئ بالطريقة العمدية من ناشئ كرة القدم تحت (١٥) سنة بنادي المنصورة الرياضي ، ثم تم استبعاد بعض الناشئين وعددهم (٢) وذلك لعدم انتظام بعضهم واصابة (٢) وبذلك يبلغ إجمالي عينة البحث ٢٤ ناشئ وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين احدهما تجريبية والآخرى ضابطة وقوام كل منها ١٢ ناشئ.

أسباب اختيار العينة

- جميع أفراد العينة من ناشئين نادي المنصورة المسجلين في الاتحاد المصري لكرة القدم في الموسم الرياضي ٢٠٠٩ / ٢٠١٠ م.
- متوسط السن والعمر التدريبي لأفراد العينة متقارب إلى حد كبير
- أهمية تلك المرحلة السنوية المقترحة في اكتساب الناشئ للقدرات التوافقية

تجانس عينة البحث

قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث قبل تطبيق البرنامج في المتغيرات التي قد تؤثر على نتائج البحث كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (١)

تجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية ن - ٢٤

الاعتبارات	التمييز	التوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
السن	سنة	١٥,١٢٥	١٥	٠,٤٤٨	٠,٦٤١
الطول	سم	١٥٥,٢٩٢	١٥٦	١,٨٥٣	٠,٠٢٥
الوزن	كجم	٥٤,٣٧٥	٥٤,٥	١,٧٨٩	٠,٣٢٤
العمر التدريبي	سنة	٣,٣٣٣	٣	٠,٥٦٥	٠,٠٥٩

يوضح جدول (١) وجود تجانس بين أفراد العينة في القياسات الأساسية وذلك من خلال النتائج ، حيث أن قيم معامل الالتواء تنحصر بين (+٣ ، -٣).

تكافؤ عينة البحث

قام الباحث بإجراء التكافؤ بين أفراد عينة البحث قبل تطبيق البرنامج في المتغيرات المستقلة (قدرة الاستجابة السريعة) والمتغيرات التابعة (فعالية التصويب) كما هو موضح في الجداول التالية:

جدول (٢)

تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات الأساسية والبدنية
والوظيفية والمستوى الرقسي ن-١-٢-١٢

T	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		التمييز	الاختبارات	
	العرفان معياري	متوسط	العرفان معياري	متوسط			
٠,٢٧٢-	٠,١٠٥	٢,٢٧٤	٠,١٢٠	٢,٢٦٢	ث	التصويب على المرمي المقسم	قدرة الاستجابة
٠,١٩٠-	٠,٠٣٣	٢,١٩١	٠,٠٥١	٢,١٨٨	ث	التصويب على المرمي والطم	السرعة
٠,٤٣٦	٠,٤٥٢	١,٢٥	٠,٤٩٢	١,٣٢٣	درجة	من الحركة	فعالية
٠,٣٩٤-	٠,٥١٥	٠,٥٨٣	٠,٥٢٢	٠,٥	درجة	من الثبات	للتصويب

قيمة T الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٧١٧ * = دال

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين كل من درجات المجموعة الضابطة ودرجات المجموعة التجريبية في الاختبارات المطبقة ، حيث أن قيمة T المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يعني تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات للمختارة .

الإجراءات التنفيذية للدراسة

أولاً : تحديد تدريبات قدرة الاستجابة السريعة (محتوى البرنامج)

قام الباحث لتحديد التدريبات المستخدمة في تنمية قدرة الاستجابة السريعة للاعبين كرة القدم باتباع الخطوات التالية :

١. عمل معص مرجعي لتدريبات قدرة الاستجابة السريعة (عامة).
٢. عمل معص مرجعي لتدريبات قدرة الاستجابة السريعة (الخاصة بكرة القدم).
٣. بناء على نتائج المعص المرجعي قام الباحث باختيار ٢٤ تدريب نوعي ذات اتجاهات وتركيبات مختلفة لتنمية قدرة الاستجابة السريعة للاعبين كرة القدم .

ثانياً: تحديد إختبارات البحث

أولاً تحديد إختبارات فترة الاستجابة السريعة

قام الباحث بعمل مسح مرجعي للدراسات والمراجع التي تناولت الإختبارات المهارية في كرة القدم بصفة عامة وإختبارات قيد الدراسة على وجه الخصوص وبناءاً على ذلك المسح المرجعي قام الباحث باختيار الإختبارين التاليين :

١- إختبار التصويب على المرمى المقسم

٢- إختبار التصويب على المرمى والعلم

ثانياً تحديد إختبارات فعالية التصويب

قام الباحث بعمل مسح مرجعي للدراسات والمراجع التي تناولت الإختبارات المهارية في كرة القدم بصفة عامة وإختبارات قيد الدراسة على وجه الخصوص وبناءاً على ذلك المسح المرجعي قام الباحث باختيار الإختبارين التاليين :-

١ . التصويب على المرمى المقسم من الثبات

٢ . التصويب المباشر من الحركة

الدراسة الاستطلاعية الأولى

وقد تم إجرائها في الفترة من ٢٧/٦/٢٠٠٩م الى ٢٨/٦/٢٠٠٩م

أهداف الدراسة:

تحديد المعاملات العظمية لإختبارات قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب قيد البحث.

إجراءات الدراسة:

قام الباحث بحساب المعاملات العظمية (صدق - ثبات) لإختبارات قدرة الاستجابة السريعة قيد البحث، كما يتضح من الجداول التالية:

جدول (٣)

معامل الصدق للاختبارات قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب

ن-٢-١

T	مجموعة مميزة		مجموعة غير المميزة		التمييز	الاختبارات	
	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	متوسط			
*٨,٩١٢	٠,٠٨٧	١,٧٤	٠,٠٨٥	٢,١٨٢	ث	المرمي والمقسم	قدرة الاستجابة السريعة
*١٨,٦٢٢	٠,٠٩٧	١,٤٠٢	٠,٠٤٧	٢,٢٢٢	ث	المرمي والطم	فعالية التصويب
*٧,٠٥٠	٠,٥١٦	٣,٦٦٧	٠,٥٤٨	١,٥	درجة	من الحركة	
*١٠,٣٠٤	٠,٥٤٨	٣,٥	٠,٥١٦	٠,٣٣٣	درجة	من الثبات	

قيمة "T" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٨١٢ * = دال

يتضح من جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائية بين كل من درجات العينة المميزة ودرجات العينة غير المميزة في الاختبارات المطبقة، حيث أن قيمة T المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ وهذا يضي قدرة الاختبارات المستخدمة على التمييز بين المستويات المختلفة أي أنها تعد صادقة لقياس الصفات التي وضعت لقياسها.

جدول (٤)

ن-٦ نبات اختبارات قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب

ر	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		التمييز	الاختبارات	
	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	متوسط			
*٠,٨٣٩	٠,١٠٧	٢,١٤٨	٠,٠٨٥	٢,١٨٢	ث	المرمي والمقسم	قدرة الاستجابة السريعة
*٠,٨١٦	٠,٠٤٧	٢,١٧٢	٠,٠٤٧	٢,٢٢٢	ث	المرمي والطم	فعالية التصويب
*٠,٧٦٩	٠,٥٤٨	٠,٥	٠,٥١٦	٠,٣٣٣	درجة	من الحركة	
*٠,٨٥٥	٠,١٠٧	٢,١٤٨	٠,٠٨٥	٢,١٨٢	درجة	من الثبات	

قيمة "ر" الجدولية عند درجة حرية ٥ ومستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٧٥٢ * = دال

يتضح من جدول (٤) أن هناك ارتباط طردي دال بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات قيد البحث ، مما يدل على ثبات الاختبارات المطبقة في البحث .

الأجهزة والأدوات المستخدمة

- كرات قدم
- أقماع
- أطباق
- شريط قياس
- ساعة إيقاف الكترونية لأقرب (١/١٠٠ ث)
- حواجز
- أطواق
- مرمى مقسم
- جهاز تمرير الكرة

البرنامج التدريبي

الهدف من البرنامج

يهدف البرنامج التدريبي إلى تنمية قدرة الاستجابة السريعة الخاصة بالاداءات المهارية للناشئين تحت ١٥ سنة.

أسس وضع البرنامج التدريبي

- مدة البرنامج التدريبي المقترح ١٠ أسابيع
- عدد الوحدات التدريبية داخل الأسبوع ٣ وحدات
- زمن الوحدة التدريبية من ٩٠ إلى ١٢٠ ق
- شدة الحمل المستخدمة (شدة قصوى - شدة أقل من القصوى)
- تحديد واختيار محتوى البرنامج التدريبي

التجربة الأساسية

القياس القبلي

تم إجراء القياس القبلي لجميع أفراد عينة البحث وعددهم ٢٤ ناشئ في الفترة من ٢٠٠٩/٧/٥م إلى ٢٠٠٩/٧/٤م

واشتملت هذه القياسات على الآتي:

١- اختبارات قدرة الاستجابة السريعة

٢- اختبارات فعالية التصويب

٣- اختبارات للمتغيرات الأساسية (الطول والوزن).

تنفيذ البرنامج

تم تنفيذ البرنامج التدريبي على أفراد المجموعة التجريبية وذلك باستخدام التدريبات النوعية حيث استغرقت ١٠ أسابيع في الفترة من ٢٠٠٩/٧/١١م إلى ٢٠٠٩/٩/١٦م وقد تولى الباحث تدريب أفراد المجموعة التجريبية.

القياسات البعدية

تم إجراء القياسات البعدية في نهاية المدة المقررة لتنفيذ البرنامج التدريبي وذلك في الفترة من ٢٠٠٩/٩/١٩م إلى ٢٠٠٩/٩/٢٠م

المعالجات الإحصائية

وقد استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي
- الوسيط
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- معامل ارتباط الفا كرومباخ
- اختبار مان ويتي
- اختبار "ت"
- معادلة نسبة التحسن

عرض النتائج

جدول (٥)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لإختبارات

سرعة الاستجابة الحركية ن-١٢

T	القياس البعدي		القياس القبلي		التمييز	الاختبارات
	الاعراف معياري	متوسط	الاعراف معياري	متوسط		
*٩,٧٦٠	٠,٠٥٦	٢,٠٦١	٠,١٠٥	٢,٢٧٤	ث	سرعة الاستجابة للتصويب على المرعى المقسم
*١٥,٤٩٦	٠,٠٦٩	١,٨١٦	٠,٠٢٣	٢,١٩١	ث	سرعة الاستجابة للتصويب على المرعى والعلم

قيمة "T" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٧٩٦ = * دال

يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين كل من درجات القياس القبلي ودرجات القياس البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات سرعة الاستجابة الحركية المطبقة، حيث أن قيمة T المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥

جدول (٦)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لإختبارات

فعالية التصويب ن-١٢

T	القياس البعدي		القياس القبلي		التمييز	الاختبارات
	الاعراف معياري	متوسط	الاعراف معياري	متوسط		
*٤,٩٢٦-	٠,٧٧٨	٢,٦٦٧	٠,٤٥٢	١,٢٥٠	درجة	التصويب من الحركة
*١٣,٤٠٤-	٠,٤٩٢	٢,٣٣٣	٠,٥١٥	٠,٥٨٣	درجة	التصويب من الثبات

قيمة "T" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٧٩٦ = * دال

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائياً بين كل من درجات القياس القبلي ودرجات القياس البعدي للمجموعة الضابطة في اختبارات فعالية التصويب، حيث أن قيمة T المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥

جدول (٧)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لإختبارات
سرعة الاستجابة الحركية ن-١٢

T	القياس البعدي		القياس القبلي		التمييز	الاختبارات
	الاعراف معياري	متوسط	الاعراف معياري	متوسط		
*٩,٩٤٤	٠,١٣١	١,٧٣٤	٠,١٢٠	٢,٢٦٢	ث	سرعة الاستجابة الحركية للتصويب

قيمة "T" الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 1.796$ *دال

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين كل من درجات القياس القبلي ودرجات القياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات سرعة الاستجابة الحركية المطبقة ، حيث أن قيمة T المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 .

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لإختبارات
فعالية التصويب ن-١٢

T	القياس البعدي		القياس القبلي		التمييز	الاختبارات
	الاعراف معياري	متوسط	الاعراف معياري	متوسط		
*١٠,٣٨٣	٠,٤٩٢	٣,٦٦٧	٠,٤٩٢	١,٣٣٣	درجة	التصويب من الحركة
*١٥,٩٧٦	٠,٥١٥	٣,٥٨٣	٠,٥٢٢	٠,٥٠٠	درجة	التصويب من الثبات

قيمة "T" الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 1.796$ *دال

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين كل من درجات القياس القبلي ودرجات القياس البعدي للمجموعة التجريبية في اختبارات فعالية التصويب ، حيث أن قيمة T المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 .

جدول (٩)

دلالة فرق الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ن ١-٢-١٢

T	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		التمييز	الاختبارات	
	الاعراف معياري	متوسط	الاعراف معياري	متوسط		المرمي المقسم	سرعة الاستجابة
٧,٩٤٩-	٠,٠٥٦	٢,٠٦١	٠,١٣١	١,٧٣٤	ث	المرمي والعلم	الحركية
١٢,٩٨٥-	٠,٠٦٩	١,٨١٦	٠,٠٨٠	١,٤١٩	ث	الحركة	فعالية
٣,٧٦١	٠,٧٧٨	٢,٦٦٧	٠,٤٩٢	٣,٦٦٧	درجة	الثبات	التصويب
٦,٠٧٨	٠,٤٩٢	٢,٣٣٣	٠,٥١٥	٣,٥٨٣	درجة		

قيمة "T" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٧١٧ * = دل

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين كل من درجات المجموعة الضابطة ودرجات المجموعة التجريبية في اختبارات سرعة الاستجابة الحركية واختبارات فعالية التصويب ، حيث أن قيمة T المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥

ثانياً مناقشة النتائج

اولاً : مناقشة دلالة الفروق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرة على الاستجابة السريعة وفعالية التصويب لناشئي كرة القدم :

أظهرت نتائج الدراسة في جدول (٧) و (٨) ، الخاصة بمقارنة القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في اختبارات قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب.

ويعزى الباحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لجميع اختبارات قدرة الاستجابة السريعة وفعاليته التصويب لناشئي كرة القدم لصالح القياس البعدي إلى أن البرنامج التدريبي المقترح قد ساعد على رفع كفاءة الجهاز العضلي العصبي مما أثر بالإيجاب على تحسن القدرات التوافقية للاعبين وبالأخص القدرة المستهدفة من البرنامج وهي قدرة الاستجابة السريعة مما أثر بشكل كبير على مستوى الأداء المهاري وخاصة التصويب.

ويعزى الباحث هذا التقدم إلى البرنامج التدريبي الذي قام الباحث بتصميمه وتنفيذه والذي اشتملت محتوياته على تدريبات مقننة لتنمية قدرة الاستجابة السريعة الأمر الذي أسهم في تطوير مهارة التصويب في كرة القدم والمناسبة للمرحلة السنوية (عينة البحث)

كما تتفق النتائج مع ما أشارت إليه دراسة إبراهيم عادل إبراهيم (١٩٩٤) (١) أن التدريبات على المستوى البدني والمهاري يساعد على أداء دقة مهاره التصويب في كرة القدم.

كما أشار شاركي Sharkey (١٩٨٦) أن التدريب في هذه المرحلة السنوية يتسم بإداء تمرينات خاصة بنوع النشاط الممارس، كما تزداد كمية التدريب لتنمية مكونات اللياقة البدنية الخاصة. (١١ : ٢٦)

ومما تقدم نجد أن فرض البحث والذي ينص على " توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب في كرة القدم قيد البحث لصالح القياس البعدي " قد تحقق.

ثانيا : مناقشة دلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في في القدرة على الاستجابة السريعة وفعالية التصويب لناشئى كرة القدم :

أظهرت نتائج الدراسة في جدول (٩) الخاصة بدلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) لجميع اختبارات قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب لناشئى كرة القدم (قيد البحث) لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

ويعزي الباحث هذا التقدم للبرنامج التدريبي المقترح والذي كان له تأثير إيجابي للمجموعة التجريبية أكثر من البرنامج المتبع (التقليدي) الذي تم تنفيذه على المجموعة الضابطة .

ويتفق هذا مع ما أشار اليه كلا من شاركي Sharkey (١٩٨٦) وويستكوت Westcott (١٩٩٥) أن التركيز على اداء التدريبات الخاصة يصل بالفرد الى قمة المستوى Peak Performance في أقل وقت ممكن (١١ : ١٠،١٠) (١٣ : ٢٦)

ويتفق ذلك أيضا مع دراسة اسلام مسعد علي (٢٠٠٧م) (٢) التي من اهم نتائجها ان تنمية التوافق العضلي العصبي يعمل على تحسين وتطوير فاعلية الاداءات المهارية المركبة في كرة القدم.

كما تتفق النتائج مع دراسة سامي محمود طه (٢٠٠٧م) (٦) حيث كشفت تحليل نتائج البحث أن اداء لاعب كرة القدم لمهارة ضرب الكرة بالراس يعتمد على تنمية مستوى القدرات التوافقية.

كما اشارت نتائج دراسة زاك Zak (٢٠٠٣م) (١٥) على أهمية أداء تمرينات التوافق وعلاقتها بمستوى أداء لاعبي كرة القدم .

ومما تقدم نجد أن فرض البحث والذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب في كرة القدم قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية " قد تحقق

ثالثاً : مناقشة دلالة الفروق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرة على الاستجابة السريعة وفعالية التصويب لناشئي كرة القدم :

أظهرت نتائج الدراسة في جدول (٥) و (٦) ، الخاصة بمقارنة القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي (٠,٠٥) في اختبارات قدرة الاستجابة السريعة والاداءات الهجومية الفردية .

ويعزي الباحث سبب تقدم المجموعة الضابطة في القياس البعدي عن القياس القبلي لجميع اختبارات قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب لناشئي كرة القدم إلى أن تطبيق البرنامج المتبع (التقليدي) قد احتوى على تدريبات سرعة الاستجابة الحركية الخاصة بالاداءات المهارية في كرة القدم ومما لا شك فيه فإن ذلك البرنامج المتبع في معظم الأندية والفرق لا بد وأنه يشتمل على تدريبات خاصة بالاداءات المهارية في كرة القدم سواء كانت تلك الاداءات فردية أو مركبة وبالتالي فإن ذلك البرنامج لا بد وأنه سيؤثر تأثير إيجابي على تنمية وتحسين قدرة الاستجابة السريعة والاداءات الهجومية انفرادية لكرة القدم مثل مهارة التصويب وفي النهاية سوف يكون مقدار التحسن بين المجموعتين في القياس البعدي هو الفاصل بين تقدم المجموعتين.

الاستخلاصات :

وفي ضوء أهداف وفروض البحث واستناداً إلى ما أظهرته نتائج البحث يمكن استخلاص الآتي:

١ . أظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثيراً إيجابياً على قدرة الاستجابة السريعة لناشئي كرة القدم

٢. أظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثيراً إيجابياً على تحسن فعالية التصويب لناشئي كرة القدم

٣. تفوقت المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة الضابطة في تحسن قدرة الاستجابة السريعة مما كان له أثراً إيجابياً على تحسن مهارة التصويب للاعبين كرة القدم

التوصيات :

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث وما تم استخلاصه من تلك النتائج، يوصي الباحث بما يلي:

١. الاستعانة بالبرنامج التدريبي المقترح لتنمية قدرة الاستجابة السريعة بهدف تحسين فعالية التصويب في كرة القدم كنموذج يمكن الاعتماد عليه ضمن البرنامج التدريبي العام.

٢. ضرورة اهتمام المدربين بتنمية القدرات التوافقية من خلال الجانب التطبيقي المرتبط بالمهارات الأساسية ووضعها في شكل تدريبات متدرجة الصعوبة من حيث التركيب تحقياً لمبادئ الخصوصية والتنوع والاختلاف.

٣. مراعاة خصائص النمو عند العمل مع الناشئين وذلك حتى يمكن التخطيط للارتقاء بمستوياتهم بما يتناسب مع إمكانياتهم البدنية، الجسمية، الحركية، العقلية، والاجتماعية.

٤. إجراء دراسات مماثلة مع إضافة المتغيرات التالية:

أ - اختبار قدرات توافقية أخرى خاصة للاعبين كرة القدم.

ب- اختبار بعض المهارات الفنية الأخرى.

ج- تطبيق البحث على مراحل سنوية أخرى.

المراجع

أولا المراجع العربية

- ١- ابراهيم عادل ابراهيم : تأثير برنامج تدريبي مقترح على دقة التصويب في كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة . كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٤م
- ٢- اسلام معبد على : تأثير برنامج تدريبات نوعية لمكونات التوافق العضلي العصبي على فاعلية بعض الاداءات المهارية المرتبة لنادي كرة القدم . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٧م .
- ٣- حسن السيد ابو عبده : الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط٧، ٢٠٠٧م
- ٤- خالد جمال محمود : تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية سرعة الاستجابة الحركية لممارسي المبارزة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، ١٩٩٢م
- ٥- سالم احمد سالم : مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات البدنية والمستوى الرقمي لدى متسابقى الميدان والمضمار ، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، القاهرة، ١٩٨٥م

- ٦- سلمي محمود طه : تأثير برنامج تدريبي لبعض القدرات التوافقية على فعالية أداء ضرب الكرة بالرأس لناشئي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بالمنصورة ، ٢٠٠٧م .
- ٧- عبد الحميد أحمد : الملاكمة ، ط ٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ١٩٨٧م
- ٨- محمد بلال : استراتيجية الاداء الهجومي للاعبى كرة القدم وعلاقتها ببعض المتغيرات المختارة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٠م
- ٩- محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضى . ط ١٣ ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٤م
- ١٠- مفتي إبراهيم حماد : الجديد فى الإعداد المهارى والخططى للاعب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤م

ثانيا المراجع الأجنبية

- 11- Josepha.Luxbac : Heading and Shooting games ,Human kinetics , 2003 [http:// articles . Sirc ca/search . Cfm 2 id = 5-953236 . 2003](http://articles.Sirc.ca/search.Cfm?id=5-953236)
- 12- Sharkey, B.J : Coaches Guide to sport Physiology, Human Kinetic Publishers, Illinois, 1986.

- 13- Sharma, K. D. : Effects of Biological Age on Coordination abilities, Biology of sport, S. 61-67,1992<http://www.bispdatenbanken.de/jsp/ausgabeliteratur.jsp;jsessionid=98C9699DDC32973512D5691877E4A9C6>
- 14- Westcott, W. : Strength Fitness, Physiological Principles and Training Techniques, Brown & Benchmark, Iowa, 1995.
- 15- Zak,S. Duda,H. : Level of coordinating ability but Efficiency of game of young football players, 2003.

ملخص البحث

مقدمة ومشكلة البحث :

يتسم عالمنا المعاصر بتحولات علمية وسريعة أثرت ومازالت تؤثر في جميع نواحي الحياة ومنها النواحي الرياضية ، فلقد شاهدت السنوات الأخيرة بشكل منظم ومخطط الاهتمام بتطوير الأداء الرياضي ورفع مستوى وكفاءة الأداء البشري في مختلف الأنشطة الرياضية ، ويظهر ذلك جليا في كمية الأبحاث العلمية التي تناولت عمليات ترقية مستوى الأداء بدنيا ومهاريا وخطبيا للاعبين في مختلف الأنشطة الى أفضل مستوى ممكن تسمح به قدراتهم .

وتحتل كرة القدم مكانا متميزا بين الألعاب الرياضية المختلفة ويرجع ذلك الى شعبية اللعبة ، وقد نالت كرة القدم ايضا نصيبها من اهتمام الباحثين مما أدى الى تطوير شكل الاداء الفني لمجابهة مواقف اللعب المتغيرة وما يتطلبه ذلك من سرعة ودقة في تنفيذ المهارات والتحركات بكفاية وكفاءة في جميع خطوط ومراكز اللعب وتعد المهارات الأساسية من أهم العوامل اللازمة لتحقيق الفوز وأصبحت تمثل السواد الأعظم لحسم نتائج المباريات وخاصة مهارة التصويب .

ومن هنا كان اهتمام الباحث بتناول فعالية التصويب وقدرة الاستجابة السريعة وتحقيق مستوى الاداء لناشئي كرة القدم . ومن خلال المسح المرجعي والاطلاع على الدراسات السابقة وتخصص الباحث التطبيقى في مجال كرة القدم وجد أن مشكلة البحث تكمن في محاولة التعرف على العلاقة بين تطوير قدرة الاستجابة السريعة ودراسة تأثيرها على فعالية التصويب لدى ناشئي كرة القدم.

هدف البحث:

يهدف هذا البحث الى (التعرف على تأثير تنمية قدرة الاستجابة السريعة على فعالية التصويب لناشلي كرة القدم) وذلك من خلال :

- تصميم وتطبيق برنامج تدريبي مقترح لتنمية قدرة الاستجابة السريعة .
- معرفة تأثير تنمية قدرة الاستجابة السريعة على فعالية التصويب لناشلي كرة القدم.

فروض البحث :-

- توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب لناشلي كرة القدم قيد البحث لصالح القياس البعدي
- توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب لناشلي كرة القدم قيد البحث لصالح القياس البعدي
- توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة قدرة الاستجابة السريعة وفعالية التصويب لناشلي كرة القدم قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية

طرق وإجراءات البحث

منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام تصميم المجموعتين احدهما تجريبية يطبق عليها البرنامج المقترح والأخرى ضابطة يطبق عليها البرنامج التقليدي.

عينة البحث

تم اختيار عينة قوامها (٢٨) ناشئ بالطريقة العمدية من ناشئ كرة القدم تحت (١٥) سنة بنادي المنصورة الرياضي ، ثم تم استبعاد بعض الناشئ وعددهم (٢) وذلك لعدم انتظام بعضهم واصابة اثنان وبذلك يبلغ إجمالي عينة البحث ٢٤ ناشئ وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وقوام كل منها ١٢ ناشئ.

الإجراءات التنفيذية للدراسة**أولاً : تحديد تدريبات قدرة الاستجابة السريعة (محتوى البرنامج)**

قام الباحث لتحديد التدريبات المستخدمة في تنمية قدرة الاستجابة السريعة للاعب كرة القدم باتباع الخطوات التالية :

٤. عمل مسح مرجعي لتدريبات قدرة الاستجابة السريعة (عامة).
٥. عمل مسح مرجعي لتدريبات قدرة الاستجابة السريعة (الخاصة بكرة القدم).
٦. بناء على نتائج المسح المرجعي قام الباحث باختبار ٢٤ تدريب نوعي ذات اتجاهات وتركيبات مختلفة لتنمية قدرة الاستجابة السريعة للاعب كرة القدم

ثانياً: تحديد إختبارات البحث**أولاً تحديد إختبارات قدرة الاستجابة السريعة**

قام الباحث بعمل مسح مرجعي للدراسات والمراجع التي تناولت الإختبارات المهارية في كرة القدم بصفة عامة وإختبارات قيد الدراسة على وجه الخصوص وبناء على ذلك المسح المرجعي قام الباحث بوضع واختيار الإختبارين التاليين :

٣- إختبار التصويب على المرمى المقسم

٤- إختبار التصويب على المرمى والعلم

ثانياً تعديد إختيارات فعالية التصويب

قام الباحث بعمل مسح مرجعي للدراسات والمراجع التي تناولت الإختبارات المهارية في كرة القدم بصفة عامة وإختبارات قيد الدراسة على وجه الخصوص وبناءاً على ذلك المسح المرجعي قام الباحث بوضع وإختيار الإختبارين التاليين :-

٣. التصويب على المرمى المقسم من الثبات

التصويب المباشر من الحركة

الأجهزة والأدوات المستخدمة

- كرات قدم
- أقماع
- أطباق
- شريط قياس
- ساعة إيقاف الكترونية لأقرب (١/١٠٠ ث)
- حواجز
- أطواق
- مرمى مقسم
- جهاز تمرير الكرة

المعالجات الإحصائية

وقد استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي
- المتوسط
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- معامل ارتباط الفا كرومباخ
- إختيار مان ويتني
- إختيار "ت"
- معادلة نسبة التحسن

الاستخلاصات :

وفي ضوء أهداف وفروض البحث واستناداً إلى ما أظهرته نتائج البحث يمكن استخلاص الآتي:

- ١- أظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثيراً إيجابياً على سرعة الاستجابة السريعة لكرة القدم
- ٢- أظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثيراً إيجابياً على تحسن فعالية التصويب في كرة القدم
- ٣- تفوقت المجموعة التجريبية التي طُبِقَ عليها البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة الضابطة في تحسن قدرة الاستجابة السريعة مما كان له عظيم الأثر على تحسن مهارة التصويب للاعبين كرة القدم

التوصيات :

في ضوء ما أظهرته نتائج البحث وما تم استخلاصه من تلك النتائج، يوصي الباحث بما يلي:

- ١- الاستعانة بالبرنامج التدريبي المقترح لتنمية قدرة الاستجابة السريعة بهدف تحسين فعالية التصويب في كرة القدم.
- ٢- ضرورة اهتمام المدربين بتنمية القدرات التوافقية ووضعها في شكل تدريبات متدرجة الصعوبة من حيث التركيب تحقيقاً لمبادئ الخصوصية والتنوع والاختلاف.
- ٣- مراعاة خصائص النمو عند العمل مع الناشئين وذلك حتى يمكن التخطيط للارتقاء بمستوياتهم بما يتناسب مع إمكانياتهم البدنية، الجسمية، الحركية، العقلية، والاجتماعية.
- ٤- إجراء دراسات مماثلة مع إضافة المتغيرات التالية:
 - أ - اختيار قدرات توافقية أخرى خاصة للاعبين كرة القدم.
 - ب- اختيار بعض المهارات الفنية الأخرى.
 - ج- تطبيق البحث على مراحل سنوية أخرى.

Summary

Introduction and research problem:

Our contemporary world is undergoing a scientific and rapidly influenced and still influence all aspects of life, including aspects sports, I have seen in recent years in an orderly and planned attention to the development of athletic performance and raise the level and adequacy of human performance in various sports activities and is reflected in the amount of scientific research, which dealt with upgrades the level of performance and physical and Mharria Kttiya players in various activities to the best possible level allowed by their abilities.

Occupies a football a distinguished place among the different sports due to the popularity of the game, having won the football also has its share of the attention of researchers, which led to the development of the form of performance art to counter the positions of play changing and the requisite speed and accuracy in the implementation of skills and moves with efficiency and effectiveness in all lines The play centers are the basic skills of the most important factors needed to win and become a majority to decide matches and special skill correction.

Hence the concern of the researcher to address the effectiveness of the correction and the ability to respond quickly and achieve a level of performance of an emerging football. Through literature review and look at previous studies and devoted researcher applied in the field of football research found that the problem lies in trying to identify the relationship between the development of rapid response capacity and to study their impact on the effectiveness of the correction to the youth team football.

Aim:

This research aims to:

- 1- Design and implement a training program proposed to develop the capacity to respond swiftly.
- 2- Know the impact of the development of rapid response capacity on the effectiveness of correction for youth team football.

Hypotheses of the research:-

- There are significant differences between the two measures of pre and post control group in the capacity of rapid response and effective correction for youth team football under consideration for telemetric
- There are significant differences between the two measures of pre and post experimental group in the capacity of rapid

response and effective correction for youth team football under consideration for telemetric

- There are significant differences between the two measures Badien for the two experimental and control capability, rapid response and effectiveness of the correction for youth team football under consideration for the experimental group
- Research methods and procedures Research Methodology
The researcher used the experimental method using the two groups, one experimental design is applied to the proposed program and the other officer is applied to a conventional program.

Sample Search

Has been selected a sample of (28) arising in the manner intentionally from youth team football under, (15) years Club Mansoura sports, and has been the exclusion of certain young people and the number (2) due to lack of regularity of some of them and wounding two and bringing the total research sample 24 was due to have been divided into two groups barter an experimental and a control group and the strength of each, including 12 young men.

Operational procedures of the study

First: determine the capacity of rapid response training (content of the program) The researcher to select the exercises used in the

development of the capacity to respond rapidly to football players to follow the following steps:

4. Survey work of reference for training rapid response capacity (in general).
5. Survey work of reference for training rapid response capacity (for football).
6. Based on the results of the survey reference, the researcher selected 24 specific training with trends and different combinations to develop the capacity to respond rapidly to football players

II: Tests Find

First: determine the ability of rapid response tests

The researcher did a survey of reference for studies and references that dealt with skill tests in football in general and describes tests under study in particular, and based on the literature review, the researcher developed and tested the following tests:

- 3 - Test Taking aim at the goal chunked
- 4 - Test Taking aim at the goal and science Secondly, setting tests the effectiveness of the correction

The researcher did a survey of reference for studies and references that dealt with skill tests in football in general and

describes tests under study in particular, and based on the literature review, the researcher developed and tested the following tests:-

3. Corrigendum to the goal of stability chunked

Direct correction of the movement

Hardware and tools used

- Footballs Suppositories dishes, tape measure
- stopwatch to the nearest auction (1 / 100 W) barriers
- Hoops My goal is divided to pass the ball

Statistical treatments

The researcher used the following statistical treatments:

- the arithmetic average median
- the standard deviation coefficient of torsion
- correlation coefficient alpha Krumbach Mann and Whitney test
- Test "T"equalize the ratio of improvement Insights:

In light of the objectives and hypotheses of the research and based on the Results of the research can draw the following:

4. Proposed training program showed a positive impact on the speed of rapid response to football
5. Proposed training program showed a positive impact on improving the effectiveness of the correction in football

6. Outperformed the experimental group, which was applied as the training program proposed to the control group in improving the capacity of rapid response, which had a great impact on the improvement of skill correction for football players

Recommendations:

In light of the Results of the research and what has been deduced from these results, the researcher recommends the following:

5. The use of the training program proposed for the development of rapid response capacity in order to improve the effectiveness of the correction in football.
6. Paying attention to capacity development of trainers compatibility and put it in the form of training graduated difficulty in terms of structure investigation of the principles of privacy, diversity and difference.
7. Taking into account the characteristics of growth when working with young people so that you can plan to upgrade their previous levels commensurate with the potential physical, physical, motor, mental, and social development.
8. **Conduct similar studies with the addition of the following variables:**
 - A - select capabilities consensus again, especially for football players.
 - B - select some other technical skills.
 - C - applying the research on stages of another Sunni.