

علاقة القوة الانفجارية والادراك الحس الحركي مع دقة التمرير الطويل لدى مدافعي كرة القدم U15 "

بن نعجة محمد، بن رابح خير الدين، خروبي محمد فيصل.

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية- المركز الجامعي تسيमित-

تاريخ الإيداع: 2018/02/14 تاريخ القبول: 2018/12/03 تاريخ النشر: 2018/12/07

الملخص :

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة الموجودة بين كل من القوة الانفجارية والإدراك الحس حركي مع دقة التمرير لدى المدافعين ، واعتمد الباحثون على المنهج الوصفي ،وعلى عينة مقدره ب 20 لاعبا لكرة القدم أقل من 15 سنة الناشطين في الجهوى الأول لرابطة سعيدة و قد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العمدية، ولجمع النتائج تم استخدام اختبارات بدنية لقياس القوة الانفجارية، ومهارية لقياس دقة التمرير الطويل واختبار خاص لقياس الإدراك الحس الحركي وتم التأكد من الأسس العلمية لهذه الاختبارات، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى وجود علاقة ارتباط معنوية دالة احصائيا بين الإدراك الحس الحركي ومهارة دقة التمرير الطويل لدى اللاعبين المدافعين ،ووجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائيا بين القوة الانفجارية والادراك الحس الحركي مع مهارة دقة التمرير الطويل لدى مدافعي كرة القدم أقل من 15 سنة ،واقترح الباحثون في الأخير أن يكون هناك اهتمام بالإدراك الحس الحركي في مختلف خطط التدريب اليومية أو الاسبوعية من أجل تطوير هذه القابلية لدى اللاعبين الناشئين .

الكلمات الدالة: القوة الانفجارية، الإدراك الحس الحركي ، دقة التمرير الطويل ،المدافعين في كرة القدم .

Relationship between the explosive power and the sensory-motor perception with the precision of the long pass at the level of the defenders in football.

Abstract:

The aim of this study is to know the relationship between the explosive power and the sensory-motor perception with the precision of the long pass at the level of the defenders in football. Twenty football players aged by 15 years old participated in this study. The footballers were required to perform a physical test (explosive force), a technical test (pass) and a perception test. The results of our study has showed us that there is a significant correlation between the studied variables, according to these results; the researchers suggest that sensory-motor perception should be integrated into the various training sessions in order to improve this quality among young players.

Keywords :the explosive power - the sensory-motor perception- the precision of the long pass- the defenders.

:

يعتبر الوصول إلى المستوى العالي في كرة القدم محصلة ناتجة عن توفر وتطور مختلف الجوانب المؤثرة في كفاءة لاعب كرة القدم، والمتمثلة في الجانب البدني و المهاري والخططي والنفسي وغيرها، ومدى تقاربها من حيث المستوى، وهبوط مستوى واحد من الجوانب المؤثرة لا يتيح للاعب الوصول للمستوى العالي .

و" أن الصفات البدنية هي ركيزة وأساس المهارات الأساسية ومن هذه الصفات القوة العضلية والتي تعزى أهمية القوة لكونها ترتبط ببعض المكونات الحركية البدنية ارتباطا وثيقا مثل القوة المميزة بالسرعة، السرعة الانتقالية والتحمل فضلا عن جانب الصحة العامة والحالة النفسية" (أبو العلا عبد الفتاح واحمد نصر الدين 2003، ص85) وبالتالي فالقوة الانفجارية هي مكون هام في اللياقة

البدنية ،ولدى لاعب كرة القدم خاصة فهي تستعمل في العديد من المهارات سواءا بالكرة أو بدون الكرة كالتسديد والمراوغة ،والارتقاء لضرب الكرة بالرأس ، وتكون لفترة زمنية قصيرة وبالتالي "فهي القدرة على مقاومة أقل من القصى ،ولكن في أسرع زمن ممكن ،وبناء على ذلك فإنه بالنسبة إلى تكرر ذلك ،فإنه لابد من لحظة زمنية معينة بعد أداء الحركة يجمع فيها اللاعب قوته مثل الوثب المتكرر ". (أبو زيد عماد الدين 2005، ص 270) فالقوة الانفجارية تشترك فيها العضلات بانقباضات سريعة لإنتاج قوة ،هذه القوة تعتمد على مدى إدراك الفرد لمتطلبات البيئة الموجود فيها كبعد المسافة ،أو زمن التمرير أو بعد الزميل عنه إذا اراد التمرير له فهنا يكون إدراك ينتج عنها إحساس عضلي تكون نتيجته حركة ،هذا ما يصطلح عليه الإدراك الحس الحركي ،الذي هو "عبارة عن إثارة الاعضاء الحسية الموجودة في العضلات والأعصاب والمفاصل ،فهي تزود العقل بالمعلومات بما يجب أن تفعله اجزاء الجسم عند القيام بتنفيذ اي مهارة " (قاسم حسن حسين . 1998، ص841)، كما تعتبر المدركات الحس-حركية من بين الاسس التي تبنى عليها المهارة في الالعب الجماعية حيث يؤكد **سنجر Singer 1980** "أن الإدراك الحس الحركي يسهم بشكل عميق في تعلم وأداء المهارات الحركية ،وقد أظهرت العديد من الدراسات أهمية الإدراك الحس الحركي في تعلم العديد من الانشطة " (p205 1980 Singer ,N Robert).

فمهارات اللاعب المدافع التي من بينها التمرير يعتمد كثيرا على الإدراك الحس حركي للاعب التي من خلاله نستطيع الحكم على دقة التمرير خاصة التمريرة الطويلة التي تستخدم في العديد من المهارات الهجومية في كرة القدم خاصة الهجوم السريع ،حيث "يعد الإدراك الحسي الحركي جزءا من العمليات العقلية المهمة في النشاط الرياضي عاما وفي لعبة كرة القدم ،ويتضمن ذلك دقة الإدراك الحسي الخاص في الكرة وهذه مجموعة من إدراكات حسية تتدرج تحت ما يسمى (الإحساس بالكرة) فلقد أوضحت الدراسات أن اللاعبين الدوليين يمكنهم سهولة إدراك الفروق بين الأوزان ودرجة المطاطية وسرعة وارتفاع طيران الكرة واتجاهها . (عبد الستار جبار الضمد 2000، ص36) وقد أوضحت بعض الدراسات أن الجوانب البدنية وخاصة الإدراك الحس الحركي مهمة في تنفيذ مختلف مهارات كرة القدم كدراسة **فيصل غازي عبد الحسن وآخرون 2014** " أن اللاعبين يمتلكون

الإحساس الخاص بالقوة لتنفيذ التهديف في كرة القدم (فيصل غازي عبد الحسن وآخرون 2014، ص401-417) و كذلك دراسة هاوكار سلار أحمد 2011" التي أثبتت وجود ارتباط غير معنوي بين القوة الانفجارية ودقة التمريرات في كرة القدم (هاوكار سلار أحمد 2011، ص350-371). تعد كرة القدم لعبة مليئة بالمهارات الحركية وكل مهارة لها شروط تقنية وميكانيكية من أجل التوفيق في تنفيذها ، وكذلك قوة مناسبة قادمة من الاحساسات العضلية ،وعلى لاعب كرة القدم أن يكون على درجة كبيرة لمعرفة مصدر الاحساسات وكذا موضع الجسم أثناء تنفيذ مهارة ما ،وحسب "أبو العلا عبد الفتاح ومحمد صبحي حسنين 1997" فإن أهمية الإدراك الحس الحركي تظهر جليا في أن العضلات العاملة في أي حركة من المهارات تحتاج إلى قوة معينة للأداء الحركي لغرض الاحساس بالجهد وسرعة الحركة والتوازن (أبو العلا أحمد عبد الفتاح ،محمد صبحي حسنين 1997،ص175) ، وبالتالي فإن التدريب الرياضي يجب أن لا يقتصر على الاهتمام بالجانب البدني ،المهاري ،الخططي وإهمال للجانب العقلي والنفسي ، بل يجب الاهتمام بالإدراك الحس الحركي في برامج التدريب حيث يمكن تنميته وتطويره وهو يساهم في عملية التعلم والتدريب وبالتالي الوصول باللاعب إلى الإجابة المثلى في تنفيذ المهارات الحركية وفق القوة ،حيث يؤكد ذلك "لؤي حسين شكر 2011" أن القدرات الحس الحركية لها دور في تطور الأداء وأن اللاعب الجيد في أثناء التعلم والتدريب يستطيع أن يربط بين أداء المهارات ذهنيا وبدنيا (لؤي حسين شكر 2011) ونحاول في بحثنا هذا الربط بين الجانب البدني المتمثل في القوة الانفجارية مع الجانب العقلي المتمثل في جانب الإدراك الحس حركي مع الجانب المهاري المتمثل في دقة التمرير الطويل.

الطريقة وأدوات:

1- عينة البحث :

شملت عينة البحث 20 لاعبا لكرة القدم من صنف الاواسط (13- 14) 08 من فريق الاتحاد الرياضي لبلدية السوق و 06 من فريق أولمبي مديسة و 06 من فريق بكير بالسوق الناشطين في

الجهوى الأول لرابطة سعيدة و قد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العمدية ،وقد تم إجراء الاختبارات في الفترة الممتدة من 14 فيفري إلى غاية 18 فيفري 2016

1-1- العينة من حيث المواصفات والتجانس:

الجدول رقم (01) متغيرات السن، الطول، الوزن، العمر التدريبي الموالي:

المتغيرات الإحصائية	المتغيرات	الانحراف المعياري	الوسيط
14	0.79	14	00
165.3	5.90	165.2	-0.10
57.65	7,65	2.77	-0.12
4.05	4	1.19	0.041

جاءت قيم معامل الإلتواء بالنسبة لمتغيرات (السن ، الطول ، الوزن ، عدد سنوات الممارسة) بالنسبة للعينة الضابطة و التجريبية ككل محصورة بين (-3 ، +3) ما يشير إلى تجانس العينة من حيث هذه المتغيرات .

-2 / :

2-1- المنهج المستخدم :

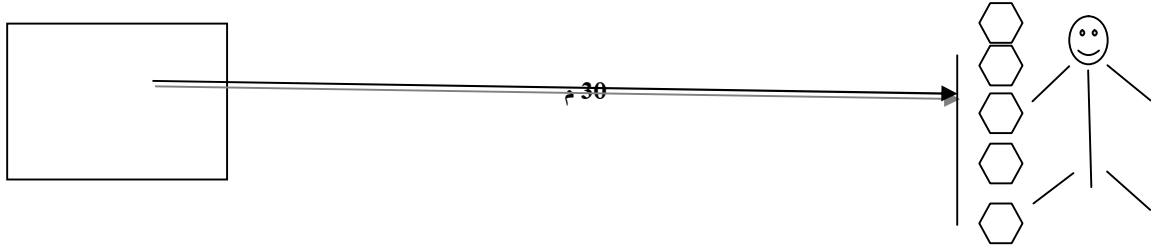
لقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية لملائمته مع طبيعة المشكلة المراد دراستها

2-2-متغيرات الدراسة :

- المتغير المستقل : هو كل من المتغيرين القوة الانفجارية والإدراك الحس الحركي

- المتغير التابع : هو دقة التمرير الطويل حيث قمنا بقياس هذه المتغيرات باستخدام الأدوات المناسبة لمعرفة مدى تأثير المتغير المستقل عليها .

- د- اذا سقطت الكرة داخل المربع في المحاولة الرابعة تعطى له 02 نقاط
هـ- اذا سقطت الكرة داخل المربع في المحاولة الخامسة تعطى له 01 نقطة
و- اذا سقطت الكرة خارج المربع في كل الحالات تعطى له 00 نقطة



شكل رقم (02) يبين اختبار قياس مهارة التمرير الطويل

2-3-3- الاختبار الثالث:

اسم الاختبار : اختبار الادراك الحس- الحركي بتمرير الكرة الى (05) مربعات متداخلة (يوسف عبد الامير 1982)

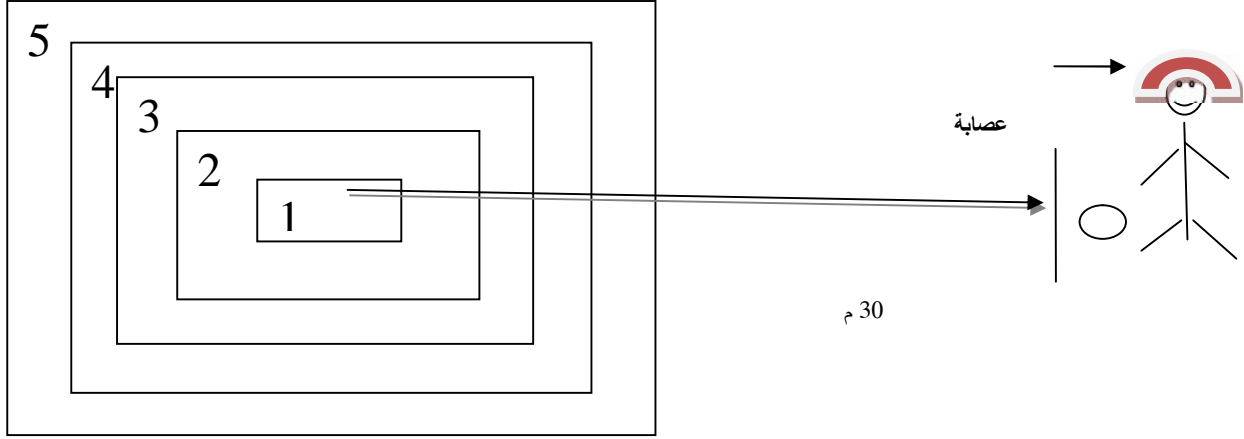
الهدف منه : قياس قدرة اللاعب على الادراك الحس - الحركي بتقدير مسافة التمرير
الأدوات المستعملة : كرات ، جير ، ديكامتر ، عصابة

مواصفات الأداء : نرسم 05 مربعات متحدة المركز على شكل مربع داخل مربع كل واحد يبعد عن الآخر 01 م فيكون المربع الاولي محيطه متر واحد و هو أصغر مربع و الثاني 02 م و الثالث 03 م و الرابع 04 م أما الخامس 05 م ،ثم يرسم خط يبعد عن مركز هذه المربعات مسافة 30 م حيث يكون التمرير مباشرة إلى هذه المربعات .في البداية نقوم بتعصيب عيني اللاعب حتى لا يشاهد الكرة و كذلك المربعات ثم يقوم اللاعب بتمرير الكرة عند الإشارة .

التسجيل : أ- اذا سقطت الكرة في المربع رقم 01 تعطى 05 نقاط ج- اذا سقطت الكرة في المربع رقم 03 تعطى 03 نقاط.

ب- اذا سقطت الكرة في المربع رقم 02 تعطى 04 نقاط د- اذا سقطت الكرة في المربع رقم 04 تعطى 02 نقاط

هـ- اذا سقطت الكرة في المربع رقم 05 تعطى 01 نقاط و- اذا سقطت الكرة خارج المربعات تعطى له 00 نقطة



شكل رقم (04) يبين اختبار الادراك الحس- الحركي

2-3-4- الدراسة الاستطلاعية: الغرض منها هو :

- أ- التأكد من اختبار دقة التمرير الطويل ومدى ملائمته للدراسة خاصة أنه تم إعداده من قبل الباحثين بعد مراجعة بعض الدراسات السابقة ،وتم تقديمه للتحكيم من طرف خبراء في الاختبارات والقياسات بالمركز الجامعي بتسيميلت وجامعة الجزائر -3-
- ب- معرفة مدى وضوح الاختبارات وفهمها من العينة المختبرة .
- ج- معرفة الوقت الكافي لإجراء الاختبار .

- د - التعرف على مدى استيعاب اللاعبين لمفردات الاختبارات المهارية والحس - حركية.
- هـ- من أجل قياس الادراك الحس الحركي اتفق الخبراء على أن يكون اختبار الادراك الحس الحركي مرتبط بالمهارة المستهدفة وهي التمرير الطويل لنفس المسافة مع تعصيب العينين للمنفذ للتمرير الطويل ،حيث يكون تطبيق التمرير الطويل عدة مرات قبل تعصيب العينين .

2-3-4-1- عينة الدراسة الاستطلاعية :

تم تطبيق المقياس أو الاختبارات على عينة قوامها 10 لاعبين لكرة القدم بالطريقة العشوائية من أجل حساب المعاملات العلمية للاختبارات، حيث أخذت هذه العينة من فريق بكيير لكرة القدم (السوكر) و هذه العينة استبعدت من عينة الدراسة الأساسية .

2-3-5- الأسس العلمية لأدوات البحث :

2-3-5-1- ثبات الاختبار عن طريق تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار :

الجدول رقم(02) يبين معامل ثبات الاختبارات

معامل الارتباط بيرسون الجدولية	معامل الثبات	الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	حجم العينة	الدراسة الاستطلاعية للاختبارات
0.602	0.91	0.05	ن - 1	10	اختبار القوة الانفجارية
	0.78				اختبار دقة التمرير الطويل
	0.71				اختبار الإدراك الحسي

من خلال الجدول أعلاه وجدنا أن القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط للاختبارات المستخدمة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 09 مما يدل على أن الاختبارات المستعملة تتميز بثبات عالي.

2-3-5-2- الصدق الذاتي:

من أجل التأكد من صدق الاختبار استعمل الباحث معامل الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار: الصدق الذاتي = الجذر التربيعي لمعامل الثبات. (مقدم عبد الحفيظ 1993، ص14)

الجدول رقم (03): يبين معامل الصدق الذاتي للاختبارات

معامل الارتباط بيرسون الجدولية	معامل الصدق الذاتي	الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	حجم العينة	الدراسة الاستطلاعية للاختبارات
0.602	0.95	0.05	09	10	اختبار القوة
	0.88				اختبار التمرير الطويل
	0.84				اختبار الإدراك الحسي

عند الكشف عن النتائج الجدول رقم (03) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 09 تبين ان القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية ، و ذلك يكشف لنا أن الاختبارات تميزت بصدق عالي.

2-4- الأساليب الإحصائية: المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون ، معامل الالتواء.

: -

الجدول رقم (04) : يبين قيم معامل الارتباط المحسوب بين القوة الانفجارية و دقة التمرير الطويل

لدى مدافعي كرة القدم U15

مستوى الدلالة	قيمة "r" المحسوبة	درجة الحرية	قيمة "r" الجدولية	اختبار دقة التمرير الطويل		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المعالم الإحصائية
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			المتغيرات
غير معنوي	0,76	19	0,43	0,58	4,6	3,41	42,05	القوة الانفجارية

يتضح من خلال الجدول رقم (04) أن قيمة المتوسط الحسابي للقوة الانفجارية قد بلغ

42.05 وانحراف معياري مقدر ب 3.41، وقد بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لدقة التمرير 4.6

وانحراف معياري 0.58.

في حين بلغت قيمة معامل الارتباط بالنسبة لمتغير (القوة الانفجارية) مع مهارة دقة التمرير الطويل

(0,76) و هي أكبر من القيمة الجدولية (0,43) تحت مستوى دلالة (0,05) و درجة حرية (19)

و بالتالي فهي علاقة طردية عالية أي كلما زادت هذه الصفة عند اللاعبين زادت لديهم مهارة دقة

التمرير الطويل.

الجدول رقم (05) : يبين قيم معامل الارتباط المحسوب بين الإدراك الحس الحركي و دقة التمرير

الطويل لدى مدافعي كرة القدم U15

مستوى الدلالة	قيمة "r" المحسوبة	درجة الحرية	قيمة "r" الجدولية	الاختبار دقة التمرير الطويل		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المعالم الإحصائية
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			المتغيرات البدنية
معنوي	0,83	19	0,43	0,58	4,6	1,64	13,7	الإدراك الحس الحركي

يتضح من خلال الجدول رقم (05) أن قيمة المتوسط الحسابي للادراك الحس الحركي قد بلغ 13.7 وبتباين معياري مقدّر ب 1.64، وقد بلغ المتوسط الحسابي بالنسبة لدقة التمرير 4.6 وبتباين معياري 0.58.

في حين بلغت قيمة معامل الارتباط بالنسبة لمتغير (الإدراك الحس الحركي) مع مهارة دقة التمرير الطويل (0,83) و هي أكبر من القيمة الجدولية (0,43) تحت مستوى دلالة (0,05) و درجة حرية (19) و بالتالي فهي علاقة طردية عالية أي كلما زادت هذه الصفة عند اللاعبين زادت لديهم مهارة دقة التمرير الطويل.

:

-من خلال النتائج في الجدول رقم (04) التي توضح وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائيا بين القوة الانفجارية و دقة التمرير الطويل لدى مدافعي كرة القدم U15 نستطيع القول أن القوة الانفجارية مطلب مكون يدخل في إنجاز دقة مهارة التمرير الطويل ،فالقوة تساعد في إنجاز المهام الحركي للرجل التي تقوم بالتمرير ، فضرب الكرة يتطلب قوة مصدرها من الرجل ،وهذا ما يدعمه محمد صبحي حساين وحمدي عبد المنعم 1997 حيث أن "دقة التمرير الطويل يكون بصورة منفردة بحيث يحتاج الى القوة و عدم التسرع في الأداء" (محمد صبحي حسنين و حمدي عبد المنعم 1997، ص 15)

ويرى الباحثون على أن مهارة دقة التمرير الطويل لها علاقة مباشرة مع المناصب فيحكم منصب اللاعب المدافع فإنه يستخدم مختلف أنواع التمرير ولكن يكون التمرير الطويل بنسب أكبر ،حتى أن ثقافة بعض الفرق العالمية والبطولات يكون التمرير الطويل عندهم يدخل في ثقافتهم كما هو عند الفرق الانجليزية خاصة لدى المدافعين فيكون التحول من الخط الدفاعي إلى الهجومي عن طريق التمرير الطويل .

كما أن القوة الانفجارية تحظى باهتمام كبير في مختلف خطط التدريب ،وتدخل بنسب مختلفة في إنجاز مختلف المهارات في كرة القدم سواء بالكرة أو بدون كرة ،ومع تطور كرة القدم أصبح التغلب على خطط الفرق المنافسة يتطلب من اللاعب أن يكون على مستوى من الجانب البدني والمهاري ،حيث يؤكد ذلك محمود الأطرش 2008"أن الفريق لا يستطيع مجاراة المباراة و تنفيذ الخطط ،إلا

إذا جمع اللاعبون بين اللياقة البدنية المتميزة والمهارات الأساسية المتقنة والروح المعنوية العالية" (محمود الأطرش 2008، ص1627)، ولم تتفق دراستنا مع دراسة هاوكار سلار أحمد 2011 التي أكدت وجود ارتباط غير معنوي بين القوة الانفجارية ودقة التمريرات، ووجود ارتباط غير معنوي بين القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين ودقة التمريرات لدى عينة البحث. (هاوكار سلار أحمد 2011، ص350-371).

ومن خلال كل هذا تبين لنا وجود ارتباط بين الجانب البدني المتمثل في القوة الانفجارية والجانب المهاري المتمثل في دقة التمرير الطويل .

- من خلال النتائج الموجودة في الجدول رقم (05) التي توضح وجود علاقة ارتباطية طردية دالة

احصائيا بين الادراك الحس الحركي ودقة التمرير الطويل لدى مدافعي كرة القدم U15.

يرى الباحثون أن اللاعب المدافع الذي يمتلك قدرة إحساس عالية فهو هنا يكون مصدر الإحساس نابع من العضلات والأوتار والأعصاب وكذا وضعية أجزاء الجسم في الفراغ دون الاعتماد على حاسة البصر فهنا قد طور قدرة عالية من الإحساس العضلي الذي يسهم في تنفيذ مهارة التمرير الطويل بكفاءة عالية تتجه للدقة في الاداء، وهذا سيميز اللاعب المدافع عن الآخرين فهو هنا يكن لديه ترابط بين الجهاز العصبي والحركي، وهذا ما يوضحه Forest , Rouben B 1977 "أن الإدراك الحس الحركي هو انقباض أو ادراك موقف الجسم وحركة أجزائه الناشئة من إحساس العضلات والأوتار والمفاصل" (Forest , Rouben B 1977، p103). وكذلك بيوتشر

1997 Bucher " أن الاحساس الحركي هو إدراك مكان الجسم أو أجزاء الجسم بدون

استخدام الرؤية أو السمع أو المعلومات اللفظية . (Charles A. Bucher 1997, p113) كما

تؤكد العديد من الدراسات السابقة أن الإدراك الحس الحركي متغير مؤثر في الجانب المهاري لدى اللاعبين كدراسة لؤي حسين شكر 2011" الذي وجد أن تطور قدرة المتعلم في متغيرات الإدراك الحس الحركي كان له تأثير إيجابي في زيادة فعالية التعلم للمهارات الأساسية بالريشة الطائرة (لؤي حسين شاكر، 2011)، ودراسة فيصل غازي عبد الحسن وآخرون 2014" التي أكدت أن

اللاعبين في كرة القدم يمتلكون إحساس بالقوة اللازمة لتنفيذ مهارة التهديف دون امتلاكهم للإحساس بالمسافة والاحساس بالكرة والاحساس بالمكان (فيصل غازي عبد الحسن وآخرون 2014،

ص401-417)

ومن خلال كل هذا تبين لنا وجود ارتباط بين الجانب الحس الحركي والجانب المهاري المتمثل في دقة التمرير الطويل.

:

بعد إجرائنا هذه الدراسة التي حاولنا من خلالها معرفة العلاقة الموجودة بين كل من القوة الانفجارية و مهارة دقة التمرير الطويل و الإدراك الحس الحركي و مهارة دقة التمرير الطويل لدى اللاعبين المدافعين في كرة القدم U15 توصلنا إلى أن الارتباط الموجود هو ارتباط معنوي إيجابي بين المتغيرات الموجودة في دراستنا والتي تشمل الجانب البدني المتمثل في القوة الانفجارية والجانب العقلي المتمثل في الإدراك الحس الحركي والجانب المهاري المتمثل في دقة التمرير الطويل حيث هذه الجوانب مجتمعة تسهم في مدى إجادة اللاعب المدافع في مرحلة مهمة هي مرحلة ما بين 13 و 15 سنة حيث هي مرحلة مهمة في تعلم واكتساب مختلف المهارات والمؤهلات اللازمة وتكون لدى اللاعب الناشئ القدرة على التطور والتكيف وهذا ما يتم العمل عليه في المدى المتوسط وال المدى البعيد، والاهتمام بعملية الإدراك الحس الحركي من خلال إدراجها في مختلف برامج وخطط التدريب، وبالتالي يكون هناك توجه لإثراء الجانب العقلي في عملية التكوين والتدريب ، وفي الأخير نأمل أن تكون دراستنا متبوعة بدراسات أخرى تشمل محاولة دراسة العلاقة بين المتغيرات البدنية والإدراك الحس الحركي مع دقة ضرب الكرة بالرأس ودقة التهديف في كرة القدم .

:

- 1- أبو العلا عبد الفتاح واحمد نصر الدين: (2003)، فيسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي القاهرة.
- 2- أبو العلا عبد الفتاح ومحمد صبحي حسنين: (1997) فيسيولوجيا ومورفولوجيا القياس والتقويم، ط1، دار الفكر العربي القاهرة.
- 3- أبو زيد عماد الدين: (2005)، الخطوات والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق في الالعب الجماعية نظيات -تطبيقات. الاسكندرية، منشأة المعارف.
- 4- عبد الستار جبار الضمد: (2000) ، فيسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة، المجلد ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- 5- علي سلوم: (2004)، الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي. تحرير وزارة التعليم العالي والبحث العلمي. العراق، الطيف للطباعة، جامعة القادسية،.
- 6- فيصل غازي عبد الحسن وآخرون : (38-2014)، علاقة الإدراك الحس الحر كي بدقة مهارة التهديف بكرة القدم، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية
- 7- قاسم حسن حسين: (1998) ، الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية. المجلد ط1. القاهرة: دار الفكر العربي،
- 8- لؤي حسين شاکر: (2011)، تأثير التدريب الذهني لتطوير بعض متغيرات الإدراك الحس الحركي في تعلم مهارتي الإرسال الطويل والضربة الأمامية بالريشة الطائرة. مجلة كلية التربية الرياضية الأنبار (العراق).
- 9- محمد صبحي حسنين و حمدي عبد المنعم (1997)، الأسس العلمية و طرق قياس و تقويم، المجلد 2، مركز الكتاب للنشر القاهرة .
- 10- محمود الأطرش : (2008)، تأثير برنامج مقترح للمهارات النفسية على تطوير مستوى الأداء المهاري والخططي لدى لاعبي كرة القدم، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) 22، رقم 5.

- 11-مقدم عبد الحفيظ: (1993)، الإحصاء والقياس النفسي والتربوي. الجزائر: ديوان المطبوعات الجزائرية.
- 12-هاوكار سلار أحمد: (2011)، نسبة مساهمة بعض أوجه القوة العضلية وعلاقتها بدقة التمريرات (القصيرة، المتوسطة، الطويلة) لدى لاعبي كرة القدم لفئة الشباب. تحرير مجلة علوم التربية الرياضية م4، رقم ع.4.
- 13-يوسف عبد الامير: (1982)، واقع الناحية النفسية الرياضية عند لاعبي اندية الدرجة الاولى بكرة القدم في القطر العراقي. بغداد، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية.
- 14-Charles A. Bucher : (1997) Foundation of Physical Education, Seventh edition The C.V, Mosby Company.
- 15-Forest , Rouben B ; (1977) Physical Concepts Applied to physical Education and Coaching, Caledonia, Waster publishing co. .
- 16-Singer ,N Robert (1980) : Motor learning and human performance 3 ed .New York, Macmillon publishing .