

دراسة مقارنة لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم بين المراكز المختلفة للاعبين

أ.د. جاسم محمد نايف الرومي
أسمر الحياتي
علي سامي شريف
جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية
أ.د. محمد خضر

تاريخ تسليم البحث : ٢٠٠٥/١٢/٧ ؛ تاريخ قبول النشر : ٢٠٠٦/٣/٢٠

ملخص البحث :

هدف البحث إلى التعرف على الفروق في بعض المهارات الأساسية بين لاعبي المراكز المختلفة بكرة القدم (الدفاع، الوسط، الهجوم)، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة السببية ، وتكونت عينة البحث من (٢٠) لاعبا من لاعبي منتخب جامعة الموصل بكرة القدم . وتم اختبارهم ببعض الاختبارات الخاصة بقياس المهارات الأساسية الآتية (الدرجة ، المناولة القصيرة ، الإخماد ، السيطرة على الكرة (تنطيط الكرة) لأكبر عدد من المرات). واستخدم الباحثون (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الالتواء ، تحليل التباين ، قيمة اقل فرق معنوي (L.S.D)) كوسائل إحصائية. وتوصل الباحثون إلى الاستنتاجين الآتيين :

١. تقارب مستوى اللاعبين على وفق مراكزهم المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) في المهارات الأساسية الآتية (الدرجة والمناولة القصيرة والإخماد).
٢. تفوق لاعبي الوسط على لاعبي الدفاع في مهارة السيطرة على الكرة، في حين تقارب مستوى لاعبي الوسط مع لاعبي الهجوم في هذه المهارة.

A Comparative study in some basic skills between the different of the positions players in foot ball

Dr. Jassim M. Naif Dr. Mohammed K. Ali Samme Sharef
Alroomy Assmer
University of Mousl - College of Sport Education

Abstract:

The purpose of study was to know the different in some basic skills among the different positions players in football, (defense, middle, and

attack), the researchers used the descriptive method by comparative reasonable style.

The sample of study consists of (20) players , which they represented the versity of Mosul University in football for the year 2004/2005 , which they were tested in some basic skills in football such as (dribbling , short pass , trapping , and juggling) .

The researchers used (Arithmetic mean , Standard deviation , Coefficient of skwenss , Anova one way , and L.S.D test) as a statistical means .

The researchers reached the following results :

1. It seems that the players are in the same level according to their different positions in the field (defense, middle, and attack) in the following basic skills (dribbling, short pass, and trapping)
2. The middle players are better than the defense players in juggling skills, but the level of the middle players are the same with attack players in this skill.

١ . التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة واهمية البحث:

تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الشعبية الأكثر انتشارا في المجال الرياضي ولمختلف دول العالم وقد نالت هذه اللعبة شعبيتها من خلال ما تثيره لدى اللاعبين والمشاهدين من حماس واندفاع عال نحو متابعة نتائجها، وقد استوجب ذلك دراسة هذه اللعبة من مختلف جوانبها البدنية والمهارية والخطية والنفسية للوصول الى المستويات الرياضية العالية. وان الوصول إلى هذه المستويات يتطلب الإعداد المتكامل للاعبين وباختلاف مراكزهم لجميع النواحي البدنية والمهارية والخطية والنفسية ولاعداد المهارات الأساسية لكرة القدم دور هام في الوصول الى المستوى الرياضي العالي فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للاعب كرة القدم ومهما اتصف به من سمات خلقية وإرادية، فإنه لن يحقق النتائج المطلوبة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان للمهارات الأساسية وفي المركز الذي يختص فيه.(علاوي، ١٩٧٩، ٢٥٧)

وتمتاز كرة القدم بكثرة مهاراتها الاساسية وتنوعها لذا تميزت عن بقية الالعاب الرياضية بزيادة إقبال اللاعبين بممارستها وإجراء البحوث والدراسات من قبل المختصين للوصول إلى

أفضل الأساليب التدريبية وخطط اللعب للخروج بنتائج إيجابية فلاعب كرة القدم يجب أن يتميز أداؤه بالدقة الأمر الذي يتطلب الإعداد الشامل لجوانب اللعبة المختلفة ، أما اللاعب الذي لم يكن إعداده إعدادا شاملا يكون أداؤه للمهارات الأساسية ضعيف وحركاته بطيئة. (سالم، ب. ت، ٦٨) في حين اللاعب الذي يمتلك قابلية مهارية خاصة تساعده على التصرف الصحيح والمفيد في الأوضاع المختلفة ، وفي المنافسات يجد حولا غير معقدة وبنفس الوقت مفيدة ومؤثرة . (حسين ونصيف، ٣٣، ١٩٨٠) وعلى الرغم من شيوع أساليب الكرة الشاملة في اللعب إلا أن للتخصص دور هام في العملية التدريبية في كرة القدم، إذ أن واجبات اللاعبين المدافعين تختلف عن واجبات اللاعبين المهاجمين فضلا عن اختلاف لاعبي الوسط بواجباتهم عن كل من اللاعبين المدافعين والمهاجمين.

لذا فإن أهمية البحث تكمن في معرفة أي اللاعبين (الدفاع، الوسط، الهجوم) من لاعبي منتخب جامعة الموصل هم الأفضل في أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.

٢-١ مشكلة البحث:

شهدت لعبة كرة القدم في السنوات القليلة الماضية تطورا كبيرا على نطاق دولي واسع في مختلف النواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية والتي ترتبط مع بعضها البعض للوصول إلى المستويات العالية، ولكون لعبة كرة القدم نشاط رياضي يعتمد على المهارات الأساسية كقاعدة مهمة للتقدم على مستوى الفريق وأن النجاح يتوقف على التدريب المستمر ومدى إتقان اللاعبين للمهارات الأساسية، إذ تتميز لعبة كرة القدم بالإيقاع السريع المتغير لتحركات اللاعبين، ولذلك فإن الاختلاف في الواجبات الملقاة على عاتق اللاعبين يرجع لاختلاف مراكزهم، وعلى ما يتمتع به كل لاعب من مهارات أساسية تؤهله للعب في مركز دون الآخر، وكلما امتلك اللاعب المهارات المتعددة فضلا عن النواحي البدنية والخططية والنفسية كلما أمكنه ذلك من التحكم في سير المباراة، وعلى ذلك فإن اختلاف مراكز اللاعبين (الدفاع، الوسط، الهجوم) أدى الى وجود التخصص والأفضلية في بعض المهارات دون الأخرى، ومن هنا تكمن مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال الآتي : هل اللاعبين باختلاف مراكزهم (الدفاع، الوسط، الهجوم) متساويين أم مختلفين في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ولمصلحة من هو الاختلاف أو الفرق أن وجد.

٣-١ هدف البحث:

التعرف على الفروق في بعض المهارات الأساسية بين لاعبي المراكز المختلفة بكرة القدم (الدفاع، الوسط، الهجوم).

٤-١ فرض البحث:

وجود فروق معنوية في بعض المهارات الأساسية بين لاعبي المراكز المختلفة بكرة القدم (الدفاع، الوسط، الهجوم).

٥-١ مجالات البحث:

- المجال البشري: لاعبو منتخب جامعة الموصل بكرة القدم للموسم ٢٠٠٤ - ٢٠٠٥.
- المجال الزمني: الفترة من ٢٠٠٤/٣/٥ ولغاية ٢٠٠٤/٤/٢٥.
- المجال المكاني: ملعب جامعة الموصل.

٢- الإطار النظري والدراسات السابقة:

١-٢ الإطار النظري:

١-١-٢ المهارات الأساسية بكرة القدم:

المهارة مصطلح يشير الى "القدرة على إنجاز عمل ما". (علاوي ورضوان، ١٩٨٧، ٢١). وهي "الركيزة الأساسية الأولى التي تبنى عليها اللعبة، إذ أن درجة إتقان المهارات الأساسية لنوع النشاط الممارس تعتبر من الأمور المهمة التي تعتمد على التنفيذ الخططي في مواقف اللعب المختلفة". (علاوي، ١٩٧٨، ١٣٣). "والمهارة تعبير يطلق على تلك الفعاليات التي يؤديها اللاعب مع الكرة وهذه الفعاليات يؤديها جميع اللاعبين". (الصفار، ١٩٨٤، ٨). "وتعد المهارات في كرة القدم الدعامة الأساسية التي تبنى عليها اللعبة ويتوقف على مدى إتقانها لتحقيق افضل النتائج مما يجعل اختيار اللاعبين الموهوبين من ذوي المهارات العالية في عمر مبكر أمر مطلوب". (النعمي، ١٩٩٢، ١٦) "إذ لا يمكن لأي فريق أن يطبق الخطط ما لم يكن له مستوى مهاري جيد يؤهله لتنفيذ تلك الخطط مضافا الى ذلك توافر مستوى بدني يساعد في تنفيذ هذه الخطط". (أميش، ١٩٩٠، ٣٢) وتعد المهارة سلاح للاعب كرة القدم في الملعب وهذا يعني قدرته على التحكم في الكرة بسهولة وبدون مجهود زائد فضلا عن أنها تساعد اللاعب في التغلب على اكثر من خصم. (الراوي، ١٣، ٢٠٠١)

والمهارات الأساسية بكرة القدم هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم. (الخشاب وآخران، ١٩٩٩، ١٤٢) واللاعب الذي يمتلك القدرة على احتواء هذه المهارات والسيطرة عليها يكون لاعبا مميزا ، وفريق كرة القدم الجيد هو الذي يستطيع جميع لاعبه أن يؤديوا جميع المهارات على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة وبتوقيت مناسب في أثناء المباراة في مختلف الظروف. (الاركي، ١٩٩٧، ٢٠). "وتبقى دائما المهارات

٢-١-١-٢ المناولة:

إن الانسجام والتفاهم والتعاون بين أعضاء الفريق يعد من الأسس الهامة في اللعب الجماعي والمناولات بين اللاعبين هي أساس هذا الانسجام والتفاهم حيث أن الفريق الذي يتمكن أعضاؤه من إتقان المناولات بصورة حسنة، يمكنه أداء اللعب بمهارة عالية وزعزعة دفاع الخصم، والمناولة من أهم مقومات الاتصال بين اللاعبين سواء أكان بالرأس أو بالقدم .

(الأفندي، ١٩٧٠، ٩٤) وهي أكثر المهارات استخداماً على الإطلاق خلال مباريات كرة القدم.

وتقسم المناولة الى:

أ. المناولة بالجزء الداخلي من القدم.

ب. المناولة بالجزء الخارجي من القدم. (الخشاب وآخرون، ١٩٩٩، ١٤٨)

٢-١-١-٣ السيطرة على الكرة (تنطيط الكرة):

هو عملية استقبال الكرة والسيطرة عليها من قبل اللاعب لوضعها تحت تصرفه بالطريقة المناسبة بهدف المناولة أو الدحرجة أو التهديف وتتطلب هذه المهارة توقيتاً دقيقاً وحساسية بالغة من أجزاء الجسم التي تقوم بهذا الأداء وأن أي خلل في هذا التوقيت يؤدي إلى فقدان الكرة وعدم التحكم فيها بالشكل المطلوب.

وهي تعتمد على قدرة اللاعب على تسلم الكرة وسرعة التصرف بها حيث أن سيطرة

اللاعب على الكرة تزيد من ثقته وتجعل تصرفه دقيقاً. (محمود، ١٩٨٩، ٣٤)

٢-١-١-٤ الإخماد:

هو إحدى المهارات الأساسية في كرة القدم وهي من المهارات ذات الأهمية الكبيرة في

كرة القدم.

يقسم الإخماد الى

١. الإخماد بالجزء الداخلي من القدم.

أولاً: إخماد الكرات الأرضية.

ثانياً: إخماد الكرات العالية.

أ. المباشر بدون لمس الكرة للأرض.

ب. المباشر في لحظة لمس الكرة للأرض.

٢. الإخماد بالجزء الخارجي من القدم.

أولاً: إخماد الكرات المتدحرجة.

ثانياً: إخماد الكرات العالية. (الخشاب وآخرون، ١٩٩٩، ١٥٩)

٢-٢ الدراسات المشابهة

٢-٢-١ دراسة (الحياني والراوي، ١٩٩٨) :

"دراسة مقارنة لبعض المهارات الأساسية بين مراكز اللاعبين في كرة القدم"

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في بعض المهارات الأساسية بين لاعبي المراكز المختلفة بكرة القدم (الدفاع، الأشباه، الهجوم) واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بطريقة المسح لملائمة وطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من (٢٢) لاعبا من لاعبي كلية التربية الرياضية موزعين على ثلاثة مراكز حيث كان عدد المدافعين (٨) لاعبين والأشباه (٧) والمهاجمين (٧) وتم استبعاد حراس المرمى من عينة البحث وذلك لاختلاف المهارات التي يتطلبها مركز حارس المرمى عن بقية اللاعبين.

واستخدم الباحثان الاختبارات الآتية لقياس بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (الدرجة، تنطيط الكرة، الإخماد، ضرب الكرة لأبعد مسافة). واستخدم الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، وتحليل التباين).

وتوصل الباحثان إلى الاستنتاج الآتي: عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي المراكز الثلاثة (الدفاع، الأشباه والهجوم) في جميع الاختبارات المهارية (المناولات القصيرة والمناولات المتوسطة والدرجة بالكرة بين (١٠) قوائم والإخماد وتنطيط الكرة في الهواء وضرب الكرة لأبعد مسافة). (الحياني والراوي، ١٩٩٨، ٦٤ - ٦٩)

٢-٢-٢ دراسة (النعيمي، ١٩٩٩):

"دراسة مقارنة لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم بين طلاب السنة الدراسية

الأولى ١٩٩٢ و ١٩٩٨"

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في مستوى الأداء لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم لطلاب السنة الأولى لعام ١٩٩٢ وللعام ١٩٩٨.

وتم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة واشتملت عينة البحث على طلاب السنة الدراسية الأولى لكلية التربية الرياضية في جامعة الموصل للعام الدراسي ١٩٩٢ للعام الدراسي ١٩٩٨ البالغ عدد كل منهم (٨١) طالباً.

واستخدم الباحث الاختبارات الآتية (الركض المتعرج بالكرة بين (١٠) شوا خص وتنطيط الكرة في الهواء والتمريرة المتوسطة والتمريرة القصيرة).

كما استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية (الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبارات (ت) فضلا عن النسبة المئوية).

وتوصل الباحث إلى الاستنتاج الآتي: مستوى الأداء المهاري لمهارات (الدرجة، التمريرة المتوسطة، تنطيط الكرة في الهواء، التمريرة القصيرة) لطلاب السنة الدراسية الأولى لعام (١٩٩٢) أفضل من مستوى الأداء المهاري لعام (١٩٩٨). (النعيمي، ١٩٩٩، ١٥٠ - ١٦٢).

٣- إجراءات البحث:

٣-١ المنهج المستخدم: استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة السببية لملاءمته وطبيعة البحث.

٣-٢ عينة البحث :

لقد اختار الباحثون العينة بطريقة عمدية حيث وقع اختيارهم على لاعبي منتخب جامعة الموصل بكرة القدم المشارك ضمن بطولة جامعات القطر للعام الدراسي ٢٠٠٤ - ٢٠٠٥ وقد شملت عينة البحث على (٢٠) لاعبا موزعين على ثلاثة مراكز حيث كان عدد المدافعين (٨) لاعبين والوسط (٦) لاعبين والمهاجمين (٦) لاعبين وتم استبعاد حراس المرمى من عينة البحث وذلك لاختلاف المهارات التي يتطلبها مركز حارس المرمى عن بقية اللاعبين، وقد بلغ الوسط الحسابي لأعمار عينة البحث (٢٢,٨٥) سنة وبتباخراف معياري $(1,89 \pm)$.

٣-٣ وسائل جمع البيانات

استخدم الباحثون الأدوات الآتية:

- تحليل محتوى المصادر العلمية.
- المقابلة الشخصية.
- استمارة الاستبيان.
- الاختبار والقياس.

٣-٣-١ استمارة استبيان لتحديد بعض المهارات الأساسية بكرة القدم:

من خلال اطلاع الباحثون على المصادر العلمية وتحليلهم لها تم تحديد أهم المهارات الأساسية بكرة القدم ووضعها في استمارة استبيان (الملحق ١)، وتم توزيعه على مجموعة من المختصين^(٥) في مجال كرة القدم في يوم الاثنين الموافق ١٤/٣/٢٠٠٥، وبعد تفريغ البيانات حصل الباحثون على المهارات الأساسية التي حصلت على نسبة اتفاق (٨٠%) فاكتر من آراء المختصين، إذ يشير (بلوم وآخرون) الى انه "على الباحث الحصول على الموافقة بنسبة (٧٥%) فاكتر من آراء المحكمين". (بلوم وآخرون، ١٩٨٣، ١٢٦).

(٥) - أ. د. لوي غانم الصميدعي: كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل.

- أ. د. زهير قاسم الخشاب: كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل.

- أ. م. د. مكي محمود حسين الراوي: كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل.

- أ. م. د. ضرغام جاسم محمد النعيمي: كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل.

والمهارات التي تم تحديدها هي:

١. الدرجة.
٢. المناولة القصيرة.
٣. الإخماد.
٤. السيطرة على الكرة (تنطيط الكرة).

٣-٣-٢ استمارة استبيان لتحديد الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية
بكرة القدم:

بعد الاطلاع على المصادر العلمية (بيومي، ١٩٨١)، (الخشاب وآخرون، ١٩٩٠)، (العزاوي، ١٩٩١)، (النعمي، ١٩٩٢)، (الراوي، ٢٠٠١) تم تحديد أهم الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية بكرة القدم وتم وضعها في استمارة استبيان (الملحق ٢)، وتم توزيعها على المختصين أنفسهم في يوم الأربعاء الموافق ٦/٤/٢٠٠٥.

وبعد تفريغ البيانات حصل الباحثون على الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية بكرة القدم والتي بلغت نسبة الاتفاق عليها (٧٥%) وأكثر وهي:

١. الدرجة بين الشواخص : وتم اختبارها باختبار (الجرى المتعرج بالكرة بين (٥) شواخص). (محمود، ٤٦، ١٩٨٩)
٢. دقة التمريرة القصيرة : وتم اختبارها باختبار (دقة المناولة القصيرة المرتدة بين مقعدين سويديين والقابلية الحركية مع الكرة لمدة (٣٠) ثا). (كامل والربيعي، ب.ت، ١٥٦)
٣. الإخماد : وتم اختبارها باختبار (التحكم بإيقاف الكرة من مسافة (٦) م داخل مربع (٢) م). (الاركي، ٣٩، ١٩٩٧)
٤. السيطرة على الكرة (تنطيط الكرة) لمدة (٣٠) ثانية : وتم اختبارها باختبار (السيطرة على الكرة مدة (٣٠) ثا). (إسماعيل وآخرون، ١٣٨، ١٩٩١)

٣-٤ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

١. ساعة توقيت.
٢. صافرة.
٣. ملعب كرة قدم قانوني.
٤. كرات قدم عدد (٦).
٥. شواخص عدد (٤).
٦. بورك لتحديد خطوط بعض الاختبارات.

٣-٥ التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية على عينة عددها (٢٠) لاعبا من طلبة الصف الرابع من كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل يوم الثلاثاء الموافق ١٢/٤/٢٠٠٥ وكان الهدف من الدراسة:

- التأكد من مدى صلاحية الاختبارات الموضوعية.

- التعرف على صلاحية الأدوات المستخدمة.

- التعرف على الأخطاء والمعوقات التي ترافق الدراسة.

- حساب الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات.

ومن خلال التجربة ارتأى الباحثون تقسيم الاختبارات على مدى يومين متتاليين حيث تضمنت اختبارات اليوم الأول على (الدرجة والإخماد) بينما تضمنت اختبارات اليوم الثاني على (المناولة والسيطرة على الكرة (تنطيط الكرة) لمدة (٣٠) ثا).

٣-٦ التجربة الرئيسية:

قام الباحثون بإجراء التجربة الرئيسية للاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية بكرة القدم والتي تم اختيارها من قبل المختصين وعلى عينة البحث من لاعبي منتخب جامعة الموصل بكرة القدم البالغ عددهم (٢٠) لاعبا وفي يومي الاثنين والثلاثاء الموافق ٢٠ - ٢١ /٤/٢٠٠٥ وبمساعدة فريق العمل^(٥).

والجداول (١، ٢، ٣) تبين المعالم الإحصائية للاختبارات لكل من اللاعبين وعلى وفق مراكزهم المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم).

(٥) - أ. م. د. مكي محمود حسين الراوي - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل.

- أ. م. د. ضرغام جاسم محمد النعيمي - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل.

- السيد جمان هلال عبد - طالب في الصف الرابع - كلية التربية الرياضية.

- السيد محمد عبد الله فتحي - طالب في الصف الثاني - كلية التربية الرياضية.

الجدول (١)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لبعض المهارات الأساسية
بكرة القدم للاعبين الدفاع

ت	المهارات الأساسية	وحدة القياس	س ⁻	ع ±	معامل الالتواء
١	الدرجة	ثا	١٨,٩٥٦	١,٨٧٥	٠,٦٤٣-
٢	المنافسة القصيرة	درجة	٢٦,٨٧٥	١,٨٠٨	٠,٦٢٢-
٣	الإخماد	درجة	٧,٣٧٥	١,٥٩٨	٠,٧٠٤-
٤	السيطرة على الكرة	تكرار	٥٤,٠٠	٧,٤٤٥	٠,٠٦٧-

الجدول (٢)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم
للاعبين الوسط

ت	المهارات الأساسية	وحدة القياس	س ⁻	ع ±	معامل الالتواء
١	الدرجة	ثا	٢٠,١٢٣	١,٤٩٠	٠,٨٧٩
٢	المنافسة القصيرة	درجة	٢٦,٣٣٣	١,٧٥١	٠,٣٨١-
٣	الإخماد	درجة	٧,٥٠٠	١,٠٤٩	٠,٤٧٧
٤	السيطرة على الكرة	تكرار	٧٣,١٦٧	٤,٤٥٧	٠,٩٣٥

الجدول (٣)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم
للاعبين الهجوم

ت	المهارات الأساسية	وحدة القياس	س ⁻	ع ±	معامل الالتواء
١	الدرجة	ثا	٢٠,٨٧٠	١,٥٠٤	٠,٣٤٦
٢	المنافسة القصيرة	درجة	٢٦,٣٣٣	٢,٥٨٢	٠,٦٤٦-
٣	الإخماد	درجة	٦,٨٣٣	١,٤٧٢	٠,٥٦٦
٤	السيطرة على الكرة	تكرار	٥٨,٣٣٣	١٨,٧١٥	٠,٨٩١-

٣-٧ الوسائل الإحصائية:

١. الوسط الحسابي.
 ٢. الانحراف المعياري.
 ٣. معامل الالتواء.
 ٤. تحليل التباين.
 ٥. قيمة اقل فرق معنوي (L.S.D) (التكريني والعبيدي، ١٩٩٦).
- وتم معالجة البيانات في مختبر الحاسبات التابع لكلية التربية الرياضية في جامعة الموصل.

٤- عرض النتائج ومناقشتها:

٤-١ عرض النتائج:

بعد أن حصل الباحثون على البيانات الخاصة ببعض الاختبارات الخاصة ببعض المهارات الأساسية لكرة القدم لعينة البحث وعلى وفق المراكز المختلفة لهم (الدفاع، الوسط، الهجوم)، لجأ الباحثون إلى استخدام عملية تحليل التباين باتجاه واحد وكما مبين في الجدول (٤).

الجدول (٤)

يبين نتائج تحليل التباين بين مراكز اللاعبين المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) ببعض المهارات الأساسية لكرة القدم

ت	المهارات الأساسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) * المحسوبة
١	الدرجة (ثا)	بين المجموعات	١٣,٠٦٢	٢	٦,٥٣١	٢,٣٨٥
		داخل المجموعات	٤٦,٥٥٠	١٧	٢,٧٣٨	
٢	المنافسة القصيرة (درجة)	بين المجموعات	١,٤٠٨	٢	٠,٧٠٤	٠,١٦٧
		داخل المجموعات	٧١,٥٤٢	١٧	٤,٢٠٨	
٣	الإخماد (درجة)	بين المجموعات	١,٥٤٢	٢	٠,٧٧١	٠,٣٨٣
		داخل المجموعات	٣٤,٢٠٨	١٧	٢,٠١٢	
٤	السيطرة على الكرة (تكرار)	بين المجموعات	١٣٣٩٦,٥٢٢	٢	٦٩٨,٢٦١	٥,٣٠٢*
		داخل المجموعات	٢٢٣٨,٦٦٢	١٧	١٣١,٦٨٦	

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجتي حرية (٢,١٧) قيمة (ف) الجدولية = ٣,٥٩١٥

يتبين من الجدول (٤) نتائج تحليل التباين بين مراكز اللاعبين المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) بمهارات (الدرجة بكرة القدم، المناولة القصيرة ، الإخماد) إذ بلغت قيم (ف) المحسوبة على التوالي (٢,٣٨٥ ، ٠,١٦٧ ، ٠,٣٨٣) وهي اصغر من قيمة (ف) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجتي حرية (٢, ١٧) وبالبالغة (٣,٥٩١٥) مما يدل على وجود فرق غير معنوي بين مراكز اللاعبين المختلفة بهذه المهارات الأساسية بكرة القدم .

كما يتبين من الجدول (٤) نتائج تحليل التباين بين مراكز اللاعبين المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) بمهارة السيطرة على الكرة بكرة القدم، إذ بلغت قيمة (ف) المحسوبة (٥,٣٠٢) هي اكبر من قيمة (ف) الجدولية عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجتي حرية (٢, ١٧) وبالبالغة (٣,٥٩١٥) مما يدل على وجود فرق معنوي بين مراكز اللاعبين المختلفة.

وحيث أن اختبار تحليل التباين لا يشير الى أن الفرق لصالح من بين مراكز اللاعبين المختلفة، لذا لجأ الباحثون إلى استخدام اختبار آخر، هو قيمة اقل فرق معنوي (L. S. D) للمقارنة بين الأوساط الحسابية لدرجات اللاعبين في مهارة السيطرة على الكرة بكرة القدم وعلى وفق مراكزهم المختلفة وكما مبين في الجدول (٥).

الجدول (٥)

يبين مقارنة الأوساط الحسابية بقيمة اقل فرق معنوي (L.. S. D) بين مراكز اللاعبين

(الدفاع، الوسط، الهجوم) بمهارة السيطرة بكرة القدم.

الهجوم	الوسط	الدفاع	مراكز اللاعبين	
٥٨,٣٣٣	٧٣,١٦٧	٥٤,٠٠	س ⁻ (تكرار)	
٤,٣٣٣	*١٩,١٦٧	-	٥٤,٠٠	الدفاع
١٤,٨٣٤	-	-	٧٣,١٦٧	الوسط
-	-	-	٥٨,٣٣٣	الهجوم

* معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ قيمة اقل فرق معنوي (L. S. D) = ١٦,٣٩٢

يتبين من الجدول (٥) أن الفرق معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ بين لاعبي الدفاع ولاعبي الوسط إذ بلغ الفرق بين الأوساط الحسابية (١٩,١٦٧) وهو اكبر من قيمة اقل فرق معنوي (L. S. D) وبالبالغة (١٦,٣٩٢) ولمصلحة لاعبي الوسط.

أما عند المقارنة بين لاعبي الدفاع ولاعبي الهجوم فكان الفرق غير معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وبلغ الفرق بين الأوساط الحسابية (٤,٣٣٣) وهو اصغر من قيمة اقل فرق معنوي (L. S. D) وبالبالغة (١٦,٣٩٢).

وعند المقارنة بين لاعبي الوسط ولاعبي الهجوم فكان الفرق غير معنوي عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ إذ بلغ الفرق بين الأوساط الحسابية (١٤,٨٣٤) وهو اصغر من قيمة اقل فرق معنوي (L. S. D) وبالبالغة (١٦,٣٩٢).

٤-٢ مناقشة النتائج:

يتبين من الجداول (٤) وجود فروق غير معنوي بين مراكز اللاعبين المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) في المهارات الاساسية الآتية (الدرجة، المناولة القصيرة، الإخماد) وهذه النتائج لا تحقق فرض البحث .

ويرى الباحثون أن وجود الفروق غير المعنوية بين مراكز اللاعبين في هذه المهارات الاساسية يعود الى مشاركة لاعبي الدفاع في الهجوم ومشاركة لاعبي الهجوم في الدفاع فضلا عن مساهمة لاعبي الوسط في المشاركة مع المهاجمين عند الهجوم أو المشاركة مع المدافعين عند الدفاع عن مرماهم.

فالدخلة والمناولة القصيرة والإخماد من المهارات التي يحتاجها جميع اللاعبين على الرغم من اختلاف مراكزهم فالمدافع يحتاج الى الدرجة عندما لا يكون هنالك ضغط عليه من قبل الفريق الخصم ويقوم بمناولة الكرة إلى الزميل بعد أن يتم إخمادها ، كما يحتاج لاعبي الوسط الذين يستلمون الكرات من المدافعين أو عند قطعهم للكرات من الفريق الخصم أو عندما تأتيهم مناولة ويخمدونها ثم يدحرجون الكرات لكي ينتقلوا الى ملعب الفريق الآخر لحين أن تسنح لهم الفرصة ليناولوا الكرة في موقع جيد الى الزميل، فضلا عن تميز اللاعبين المهاجمين بدرجة الكرة لكي يخترقوا دفاع الخصم أو يناولوا الى الزميل أو يسددوا على المرمى، فالدرجة بالكرة "من المبادئ الاساسية التي يتحتم على جميع اللاعبين إتقانها إذ لا غنى لأي لاعب عن هذه المهارة ، وعلى اللاعب أن يربط بين سرعته وتحكمه في الكرة خلال جريه بها وإلا فقد سيطرته على الكرة وأصبحت من نصيب خصمه وان يلجا مع السرعة والتحكم إذا ما اضطرته الظروف الى الخداع والمراوغة وان يتدرب على اكثر من طريقة لإتقان ذلك" . (قريطم وصالح ، ١٩٦٧ ، ١٥).

ويرى الباحثون أن حاجة جميع اللاعبين إلى استخدام هذه المهارة هي ضرورية ويحتاجونها في مواقف كثيرة كانتقال اللاعبين مع الكرة من مكان إلى آخر للوصول إلى هدف معين كاجتياز خصم أو سحبه إلى مساحة خالية لإعطاء مناولة إلى الزميل أو الدرجة بالكرة للوصول إلى مرمى الخصم والتهديف ، ويشير (إبراهيم) إلى أنه يجب التركيز على أهمية استخدام الدرجة من قبل اللاعبين في الأوقات المناسبة وان تخدم خطط لعب الفريق الهجومية وخاصة منطقتي الجناحين والابتعاد عنها في المناطق الدفاعية (إبراهيم، ١٢٥، ١٩٩٤)

كما "تعد المناولات ولاسيما المناولة القصيرة من أهم المهارات الاساسية بكرة القدم لأنها الأكثر استخداما طوال زمن المباراة فاكثرت من (٨٠%) من الحالات التي يحصل فيها اللاعب على الكرة يكون التصرف فيها بالمناولة القصيرة، والمناولة هي الوسيلة الاساسية في بدء الهجوم وبنائه وتطويره وإنهائه. (إبراهيم، ١٩٩٤ ، ١٠٦) وهي من اكثر المهارات أهمية في كرة القدم

الحديثة وأكثرها استخداما للوصول إلى هدف الخصم بأقل وقت ومن قبل جميع اللاعبين ، فضلا عن كثرة استخدامها في جميع أجزاء الملعب مع التأكيد على سرعة تنفيذها باللمسة الأولى أو الثانية . (الطائي ، ٢٠٠١ ، ٢٣)

كما أن "الإخماد الجيد يعني الإنجاز الأحسن، وان نهاية السيطرة على الكرة يرتبط بثلاث حالات هي التمريرة والدرجة والتهديف". (هيوز ، ١٩٩٠ ، ٥٦) ومن الضروري أن يصل اللاعب إلى أداء المهارة بصورة آلية من خلال التكرار الدائم للأداء واستخدام التمارين المتنوعة والتي تتميز بتغيير الاشتراطات والعوامل الخارجية أثناء التمرين كوجود منافس أو أكثر مثلا وكذلك في المباريات التجريبية " (إبراهيم ، ١٩٩٤ ، ٢٣) .

من كل ذلك يتبين لنا وجود فروق غير معنوية في تلك المهارات بين اللاعبين على اختلاف مراكزهم (الدفاع، الوسط، الهجوم) ، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة .

(الحياني والراوي ، ١٩٩٨)

في حين يتبين من الجدول (٥) وجود فروق معنوية في مهارة السيطرة على الكرة لأكبر عدد من المرات بين اللاعبين على الرغم من اختلاف مراكزهم (الدفاع، الوسط، الهجوم) فعند المقارنة بين لاعبي الدفاع ولاعبي الوسط تبين أن الفرق لمصلحة لاعبي الوسط ويرى الباحثون أن ذلك يعود الى تميز لاعبي الوسط بالعديد من المهارات الأساسية، ومنها مهارة السيطرة على الكرة لأنهم يمتلكون مفاتيح اللعب، فضلا عن كونهم صانعي اللعب، والفريق الذي يريد أن يفوز يسيطر على وسط الملعب.

"وان السيطرة على الكرة والإحساس بها عند اللاعب تنمو مع التمرين ويكون اللاعب نوعا خاصا من الملاحظة العالية والتي تجعله يستطيع أن يتعامل مع الكرة بخبرته وينشأ عن ذلك أن اللاعب يدرك بدقة خواص الكرة وهذا يساعده ويمكنه من أن يتحكم في توافقه الحركي سواء عند ضرب الكرة أو الجري بها أو عند تمريرها أو استلامها". (مختار ،

١٩٧٨ ، ١١٤) وهذه النتيجة لا تتفق مع نتائج دراسة (الحياني والراوي ، ١٩٩٨).

كما نلاحظ من الجدول (٥) وجود فروق غير معنوية بين لاعبي الدفاع ولاعبي الهجوم من جهة وبين لاعبي الوسط ولاعبي الهجوم من جهة ثانية في مهارة السيطرة على الكرة لأكبر عدد ممكن.

ويرى الباحثون أن ذلك يعود الى أن السمة المميزة لاختبارات السيطرة على الكرة هي الدقة والتوافق إذ يتطلب ذلك من جميع اللاعبين وعلى اختلاف مراكزهم قدرة توافقية عالية لغرض الاحتفاظ بالكرة في الهواء وتبادل لمسها بالقدمين أو بقية أجزاء الجسم المسموح بها مع الدقة في طريقة لمسها والاحتفاظ بها قريبة من الجسم لضمان عدم سقوطها على الأرض.

٥-الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

١-٥ الاستنتاجات:

١. تقارب مستوى اللاعبين على وفق مراكزهم المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) في المهارات الاساسية الآتية (الدرجة والمناولة القصيرة والإخماد).
٢. تفوق لاعبي الوسط على لاعبي الدفاع في مهارة السيطرة على الكرة، في حين تقارب مستوى لاعبي الوسط مع لاعبي الهجوم في هذه المهارة.

٢-٥ التوصيات:

١. الاهتمام بتطوير المهارات الاساسية بكرة القدم (الدرجة، المناولة القصيرة، الإخماد) فضلا عن مهارة السيطرة على الكرة من خلال الوحدات التدريبية ولجميع اللاعبين.
٢. التاكيد على التدريب التخصصي للاعبين على وفق مراكزهم المختلفة وبما يتلاءم مع المتطلبات البدنية والمهارية والخططية والنفسية.

٣-٢-٥ المقترحات:

١. إجراء دراسة مشابهة على عينة من اللاعبين المتقدمين.
٢. إجراء دراسة مشابهة على المهارات الاساسية بكرة القدم والتي لم يتم التطرق إليها في هذا البحث.

المصادر:

١. إبراهيم، مفتي (١٩٩٤): الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
٢. الاركي، عبد المعين صبحي خالد (١٩٩٧): اثر استخدام بعض الأجهزة والأدوات المساعدة في تعليم بعض المهارات الاساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.
٣. إسماعيل ، ثامر محسن وآخران (١٩٩١): الاختبار والتحليل بكرة القدم ، مطبعة جامعة الموصل .
٤. ألافندي ، محمد محمد حامد (١٩٧٠): كرة القدم _ المبادئ الاساسية _ خطط اللعب - _ أصول التدريب _ قانون اللعبة _ التحكيم ، عالم الكتب ، القاهرة .
٥. أميش، صالح راضي (١٩٩٠): تأثير أهم عناصر اللياقة البدنية والمهارات الرياضية في مستوى الإنجاز، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
٦. بلوم، بنيامين، س وآخرون (١٩٨٣): تقييم تعليم الطالب التجميعي والتكويني، (ترجمة) محمد امين المفتي وآخرون، دار ماكروهيته، القاهرة.
٧. بيومي، فرج حسن (١٩٨١): وضع اختبارات لقياس المهارات الاساسية بكرة القدم للطلبة الجدد المتقدمين لكليات التربية الرياضية، مجلة دراسات وبحوث، جامعة حلوان، المجلد الرابع، العدد الثالث.
٨. التكريتي، وديع ياسين والعبيدي، حسن محمد (١٩٩٦): التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
٩. حسين ، قاسم حسن ونصيف ، عبد علي (١٩٨٠): علم التدريب الرياضي ، ط ١ ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
١٠. الحياني، محمد خضر اسمر والراوي، مكي محمود حسين (١٩٩٨): دراسة مقارنة لبعض المهارات الاساسية بين مراكز اللاعبين في كرة القدم، مجلة الرافدين للعلوم، المجلد الرابع، العدد الثامن، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
١١. الخشاب، زهير قاسم وآخران (١٩٩٠): تصميم وتقنين اختبارات لقياس بعض المهارات الحركية الاساسية بكرة القدم، وقائع المؤتمر السادس لكليات التربية الرياضية في جامعات القطر، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل، مطبعة التعليم العالي، الموصل.
١٢. الخشاب، زهير قاسم وآخران (١٩٩٩): كرة القدم، ط ٢، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

١٣. الراوي، مكي محمود حسين (٢٠٠١): بناء بطارية اختبار المهارات الاساسية بكرة القدم للاعبين شباب محافظة نينوى، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
١٤. سالم، مختار (ب . ت): كرة القدم لعبة الملايين، ط٢، منشورات مؤسسة المعارف، بيروت .
١٥. الصفار، سامي (١٩٨٤): الإعداد الفني بكرة القدم، مطبعة جامعة بغداد، بغداد.
١٦. الطائي ، معتز يونس ذنون عثمان (٢٠٠١): أثر برنامجين تدريبيين بأسلوب التمارين المركبة وتمارين اللعب في بعض الصفات البدنية والمهارية بكرة القدم ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
١٧. عبده، محمد وإبراهيم، مفتي (١٩٨٥): الإعداد المتكامل للاعبين كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٨. العزاوي، قحطان خليل جليل (١٩٩١): تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الاساسية للاعبين كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
١٩. علاوي، محمد حسن (١٩٧٨): سيكولوجية التدريب والمنافسات، ط٤، دار المعارف، القاهرة.
٢٠. علاوي، محمد حسن (١٩٧٩): علم التدريب الرياضي، ط٦، دار المعارف، القاهرة.
٢١. علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين (١٩٨٧): الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.
٢٢. قريظم، جلال وصالح، محمد عبده (١٩٦٧): كرة قدم، ط٣، مطبعة احمد علي مخيمر .
٢٣. كامل ، شامل والريعي ، كاظم (ب . ت): المراكز الحديثة بكرة القدم ، الاتحاد العربي بكرة القدم ، مؤسسة الممتاز للطباعة والتعليم .
٢٤. كونزة ، الفريد (١٩٨١): كرة القدم ،(ترجمة) ماهر البياتي وسليمان علي حسن ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
٢٥. محمود ، موفق أسعد (١٩٨٩): برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة .
٢٦. مختار، حنفي محمود (١٩٧٨): الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
٢٧. النعيمي، ضرغام جاسم محمد (١٩٩٢): وضع درجات معيارية لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم لطلاب كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
٢٨. النعيمي، ضرغام جاسم محمد (١٩٩٩): دراسة مقارنة لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم بين طلاب السنة الدراسية الأولى عام ١٩٩٢، ١٩٩٨، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية المجلد الخامس، العدد الرابع عشر، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
٢٩. هيوز، جارلس (١٩٩٠): كرة القدم الخطط والمهارات،(ترجمة) موفق المولى، مطابع التعليم العالي، جامعة الموصل.

الملحق (١)

بسم الله الرحمن الرحيم
كلية التربية الرياضية
جامعة الموصل

استمارة استبيان لتحديد بعض المهارات الأساسية بكرة القدم

الأستاذ الفاضلالمحترم :

يروم الباحثون القيام بالبحث الموسوم (دراسة مقارنة لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم بين المراكز المختلفة للاعبين) وعلى لاعبي منتخب جامعة الموصل بكرة القدم ، وبالنظر لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال كرة القدم . لذا يرجى تحديد أهم المهارات الأساسية بكرة القدم التي من الممكن أن يتم على ضوءها تحديد أهم الاختبارات المهارية الملائمة لها.

وتقبلوا فائق الشكر والتقدير

المرفقات

استمارة استبيان

الباحثون

التوقيع:

اسم المقوم العلمي:

الاختصاص:

التاريخ:

استمارة استبيان لتحديد بعض المهارات الأساسية بكرة القدم

ت	المهارات الأساسية	موافق	غير موافق	الملاحظات
.١	الدرجة			
.٢	المنالوة			
	أ. المنالوة القصيرة			
	ب. المنالوة المتوسطة			
	ج. المنالوة الطويلة			
.٣	التهديف			
	أ. التهديف القريب			
	ب. التهديف البعيد			
.٤	الرمية الجانبية			
.٥	ضرب الكرة بالرأس			
.٦	الإخماد			
.٧	السيطرة على الكرة (تنطيط الكرة)			

الملحق (٢)

بسم الله الرحمن الرحيم

كلية التربية الرياضية

جامعة الموصل

استمارة استبيان لتحديد أهم الاختبارات الخاصة ببعض المهارات
الأساسية بكرة القدم

الأستاذ الفاضلالمحترم :

يروم الباحثون القيام بالبحث الموسوم (دراسة مقارنة لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم بين المراكز المختلفة للاعبين) وعلى لاعبي منتخب جامعة الموصل بكرة القدم ، وبالنظر لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال كرة القدم . لذا يرجى تحديد أحد الاختبارات الخاصة ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم .
وتقبلوا فائق الشكر والتقدير

المرفقات

استمارة استبيان

الباحثون

التوقيع:

اسم المقوم العلمي:

الاختصاص:

التاريخ:

استمارة استبيان لتحديد أهم الاختبارات الخاصة ببعض المهارات
الأساسية بكرة القدم

ت	المهارات الأساسية	اختبارات المهارات الأساسية	الاختبارات
١	الدرجة	أ. درجة الكرة المتعرجة بين (٥) شوا خص بينهما (٩) أقدام ذهابا وإيابا.	
		ب. درجة الكرة المتعرجة بين (٣) شوا خص المسافة بينهما (٨) ياردات ذهابا وإيابا.	
		ج. درجة الكرة المتعرجة بين (٥) شوا خص المسافة بينهما (٩) أقدام/ يؤخذ متوسط المحاولتين.	
٢	المنالولة القصيرة	أ. دقة المنالولة القصيرة المرتدة بين مقعدين سويديين والقابلية الحركية مع الكرة لمدة (٣٠) ثانية.	
		ب. دقة المنالولة القصيرة عل أربعة أهداف من مسافة (١٥) متر.	
		ج. دقة التمريرات القصيرة على مصطبة من مسافة (٣م) كرات .	
		د. أي اختبار آخر تقترحونه.	
٣	السيطرة على الكرة (تنطيط الكرة)	أ. السيطرة على الكرة لمدة (٣٠) ثا.	
		ب. السيطرة على الكرة داخل دائرة نصف قطرها (٢) م (بالزمن).	
		ج. السيطرة على الكرة باستخدام أجزاء الجسم عدا اليدين والاحتفاظ بها لأقصى عدد من التكرارات.	
		د. أي اختبار آخر تقترحونه.	
٤	الإخماد	أ. التحكم بإيقاف حركة الكرة من مسافة (٦) م داخل مربع (٢) م .	
		ب. التحكم بإيقاف حركة الكرة من مسافة (٦) ياردات.	
		ج. التحكم بإيقاف حركة الكرة داخل دائرتين.	
		د. أي اختبار آخر تقترحونه.	