



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



The effect of Rondo exercises in developing some basic skills for futsal players under the age of 18

Bidour Badri Hamid¹✉ Abeer Dakhil hatem✉  Ibrahim Mufleh Al-Dabaiba✉

University of Baghdad /College of Physical Education and Sports Sciences for women ^{1,2}

University of Jordan/ College of Physical Education and Sports Sciences ³

Article information

Article history:

Received 18/5/2024

Accepted 29/6/2024

Available online 15, Nov,2024

Keywords:

Rondo exercises – Futsal – Basic

football skills – Sports training

Abstract

The study aimed to: prepare exercises using the Rondo method. The experimental method was used in their current study to suit the nature of the research problem. The research sample was the Water Resources Club players, numbering (10) players who participated in the Iraqi Futsal League. Tests were conducted on them and the training curriculum was applied during the preparation period of (8) weeks, implemented at a rate of (3) units per week. The duration of the exercises was (50) minutes using the Rondo method. The researchers concluded that the exercises implemented using the Rondo method helped develop some basic skills for the research sample members. They also recommended: paying attention to using exercises using the (Rondo) method according to scientific training foundations to raise the efficiency of futsal players during training and competitions, and urging coaches to adopt these exercises, especially with young age groups such as cubs and juniors.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



تأثير تمارينات الوندو في تطوير بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة قدم صالات تحت عمر 18 سنة

ابراهيم مفلح الدبايية¹

عبير داخل حاتم² ID ✉

بدور بدري حميد¹ ✉

الجامعة الهاشمية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة³

جامعة بغداد/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات^{1,2}

المخلص	معلومات البحث
<p>هدفت الدراسة : اعداد تمارينات بأسلوب الوندو و استعمل المنهج التجريبي في دراستهما الحالية لملائمته طبيعة مشكلة البحث وكانت عينة البحث لاعبي نادي الموارد المائية عددهن (10) لاعبين شاركوا في الدوري العراقي لكرة قدم صالات واجري عليهم الاختبارات وتطبق المنهاج التدريبي في فترة الاعداد الخاص بـ (8) اسابيع نفذت بواقع (3) وحدة في الاسبوع وكان زمن المدة لتنفيذ التمارين (50) دقيقة باستعمال اسلوب الوندو واستنتجوا الباحثون : ان التمارينات التي طبقت بأسلوب الوندو ساعدت على تطور بعض المهارات الاساسية لأفراد عينة البحث وكذلك اوصوا: في الاهتمام باستعمال التمارينات بأسلوب (الوندو) وفق اسس تدريبية علمية لرفع كفاءة لاعبي كرة قدم صالات أثناء التدريب والمنافسات, وحث المدربين على اعتماد هذه التمارينات وخصوصا مع الفئات العمرية الصغيرة مثل الاشبالي والناشئين.</p>	<p>تاريخ البحث: الاستلام: 2024/5/18 القبول: 2024/6/29 التوفر على الانترنت: 15, نوفمبر, 2024</p>
	<p>الكلمات المفتاحية: تمارين الوندو _ كرة قدم صالات _ المهارات الأساسية لكرة القدم – تدريب رياضي</p>

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث

تعد لعبة كرة القدم للصالات من الألعاب التي انتشرت حديثا وبسرعة تتمتع بمهارات وخطط واحداث غير متوقعة خلال المباريات وتعمل على اثاره وتشويق ممارسيها ومتابعيها (Rasoul & Muslim, 2019) وإن أهمية الدراسة تنصب من خلال الاهتمام المتواصل بالإنجازات الرياضية والاستمرار في عملية تطويرها والى أهمية استخدام اساليب حديثة ومؤثرة في فعالية كرة القدم صالات ، كما ذكرت (جنان غازي) في دراستها " تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية لذلك نلاحظ الفريق يعمل ككتلة واحدة في التحرك والحيازة على الكرة دفاعا وهجوما حيث نرى ان المهارات الدفاعية والتهديف لا يشمل اللاعبين المدافعين او المهاجمين فقط فحين يبدأ الفريق المنافس الهجمة يقوم المهاجمين ولاعبى الوسط بالأداء (Sakr, 2022) , وان مشكلة الدراسة تمحورت حول قلة استخدام بعض المدربين الاساليب متنوعة وحديثة واعتمادهم على الاساليب المعتادة التقليدية اثناء القيام بالعملية التدريبية مما انعكس على مستوى تطور لعبة كرة القدم وهذا ما لاحظته الباحثون من خلال الاطلاع على دراسات سابقه والبحوث والانترنت وعلى حد علم الباحثون لم يجدوا دراسة تناولت هذا الموضوع للاعبى كرة قدم صالات.

1-2 مشكلة البحث

لذا ارتأ الباحثون الخوض في هذه المشكلة من خلال ايجاد تمرينات حديثة لها تأثير في تطوير بعض المهارات الاساسية للاعبى كرة قدم صالات فتم اختيار تمرينات الرونودو التي ذكرها (DiBernardo,M) " و هو تدريب بأسلوب امتلاك الكرة في مربعات و اشكال تدريبية أخرى بأكثر عدد من اللمسات يطور هذا الأسلوب التدريبي الاستحواذ لذلك يحتاج المدرب الى تطبيق التدرج المنطقي في التدريب" (DiBernardo, 2014) , في حين يشير (دسوقي) الى ان تدريبات الـ (Rondo) " وأصبحت أداة عصرية في كرة قدم الصالات حيث أشار العديد من المدربين إليها على انها تدريبات جماعية تهدف للاستحواذ على الكرة لأطول مدة ممكنة بين اقدم اللاعبين المهاجمين بعيداً عن المدافعين عن طريق نقل الكرة بشكل سريع و لاستلام و التسليم بشكل سريع و التحرك خلال المساحات الخالية" (Al-Dasouki, 2020) لذا ان العمل بالطرق التدريبية الحديثة لها تأثير كبير للارتقاء بالمستوى اداء اللاعبين وبعد ذلك تصبح عملية التدريب اكثر فعالية في تحقيق اهدافها والوصول الى اعلى مستوى رياضي يحقق الانجاز .

1-3 اهداف البحث

- 1- اعداد تمرينات بأسلوب الرونودو.
- 2- التعرف على تأثير تمرينات الرونودو في تطوير بعض المهارات الاساسية للاعبين .
- 3- التعرف على الفروقات بين الاختبارات القبلية والبعدي لمجموعة البحث في متغيرات البحث للاعبى كرة قدم صالات تحت 18سنة.

1-4 فرض البحث

- 1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدي في اختبارات المهارات الاساسية للاعبى كرة قدم صالات تحت 18سنة .

1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري: تمثل بلاعبات نادي الموارد البشرية للعبة كرة القدم

1-5-2 المجال الزمني : من يوم الاحد 2023/10/15 الى يوم الاحد 2024/1/7 .

1-5-3 المجال المكاني : ملعب نادي الموارد المائية

3. منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-3 منهجية البحث : استعمل الباحثون المنهج التجريبي بنظام تصميم المجموعة الواحدة ذات الاختبارين القبلي والبعدي, كما ذكر (حسن احمد) "وذلك لملائمته لطبيعة المشكلة لغرض الوصول الى نتائج البحث". (Hassan, 2009) .

2-3 مجتمع البحث وعينته : شمل مجتمع البحث لاعبين كرة قدم صالات نادي الموارد المائية وعددهن (12), وعينة البحث هي جزء من مجتمع الاصل عددهن (10) لاعبين وتم تحديدهم بصورة عمدية وتم عمل التجانس لعينة البحث كما موضح بجدول رقم (1), ثم تؤدي المجموعة الاختبارات القلبية ثم يتم تطبيق تمارين بأسلوب الراندو ثم تؤدي الاختبارات البعدية.

3-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستعملة في البحث:

المراجع والمصادر العلمية العربية والاجنبية. , الشبكة العالمية للمعلومات (الأنترنت) , الملاحظة, الاختبار والقياس , مقابلات شخصية , لجان الخبراء والمختصين , فريق العمل المساعد , استمارة تسجيل القياسات , المكتبة الافتراضية , استمارة استبيان, كرات عدد (10) , شريط قياس معدني , اقلام , ساعة توقيت , صافرة , ميزان طبي , حاسبة الكترونية لا بتوب نوع (hp) , كامرة تصوير نوع (canon) , برنامج(Excel) لتفريغ البيانات وتخزينها , برنامج (spss) إصدار (22) لتحليل النتائج

3-4 اختبارات البحث

اذا قام الباحثون بعرض الاختبارات باستمارة استبيان على المختصين ، في مجال التربية البدنية و علوم الرياضية ومجال التدريب و ذلك لتحديد الاختبارات التي تحتاجها عينة الدراسة ومن هذه الاختبارات اختبار ايقاف حركة الكرة (الاخمد) , اختبار المناولة, اختبار التهديف نحو هدف مقسم الى مربعات بحسب اراء الخبراء تم ترشيح الاختبارات في استمارة و تم عرضها على نفس الخبراء و بعد تحديد اهم الاختبارات قامت الباحثون بحساب النسبة المئوية لكل المتغيرات و كما مبين في الجدول 2 ، و كذلك تم حساب النسبة المئوية للاختبارات كما مبين في الجدول(2) أي يعني اتفاق (3) خبير من اصل (5) وبذلك تم قبول الاختبارات الموضحة بالجدول ادناه

جدول(1)

يبين المعالم الاحصائية لعينة البحث للمتغيرات الدخيلة

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	الطول	159.8	1.47	0.02
2	الوزن	56.6	1.36	0.22
3	العمر	17.6	0.34	1.7

جدول (2)

يبين النسب المؤيدة الآراء الخبراء حول صلاحية الاختبارات

ت	الاختبارات المختارة	الغرض من الاختبار	عدد الآراء المتفقة	النسبة المئوية
1	ايقاف حركة الكرة (الاخمد)	قياس السيطرة على الاخمد	5	%100
2	اختبار المناولة	قياس سرعة المناولة	5	%100

3	اختبار التهيف	قياس التهيف	5	%100
---	---------------	-------------	---	------

اختبار التهيف (Hassanein & Abdel Moneim, 1997)

الهدف من الاختبار: قياس دقة التهيف نحو المرمى.

الأوت المساعدة:

كرات قدم قانونية عدد (5) ، حبال مختلفة الأطوال لتقسيم المرمى ، صافرة.

إجراءات الاختبار:

يقسم المرمى إلى (9) مناطق بواسطة الحبل ، وتوضع كرة ثابتة في منتصف خط الجزاء وعلى بعد (9) ياردة عن المرمى المقسم.

وصف الأداء:

- يقف اللاعب داخل قوس الجزاء مواجهة للمرمى وأمامه الكرة ويبدأ عند سماع الصافرة بتصويب الكرة نحو المناطق المحددة

- تعطى لكل طالبه (5) محاولات

التسجيل:

- تحتسب الدرجة بمجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة . من تصويب الكرات الخمس.

- (صفر) اذا لم تدخل الكرة في المنطقة المحددة

- في حالة ارتطام الكرة بالقوائم او بالعارضة او مست الحبل ولم تدخل المنطقة المحددة تحتسب درجة واحد.



ثانيا: اختبار المناولة (Resan, 1989)

الغرض من الاختبار: قياس دقة المناولة للكرة نحو هدف مرسوم على الحائط .

الأوت اللازمة:

كرات قدم قانونية عدد (10)

الإجراءات:

- ترسم أربعة مستطيلات متداخلة متحدة المركز أبعادها كالتالي:
 - المستطيل الأول أبعاده (2*6) قدم
 - المستطيل الثاني أبعاده (4*12) قدم
 - المستطيل الثالث أبعاده (6*18) قدم
 - المستطيل الرابع أبعاده (8*24) قدم
- يرسم خط على الأرض موازي للحائط وعلى بعد (20) قدما
- يقف اللاعب ومعه الكرة خلف خط البداية وعندما يعطي المدرب إشارة البدء يقوم بركل الكرة بباطن القدم بإحدى القدمين نحو الحائط محاولة تصويبها على الهدف الصغير (2*6) أقدام أكبر عدد من المرات كونه يحمل أعلى الدرجات خلال الزمن المقرر للاختبار وهو 30 ثانية.

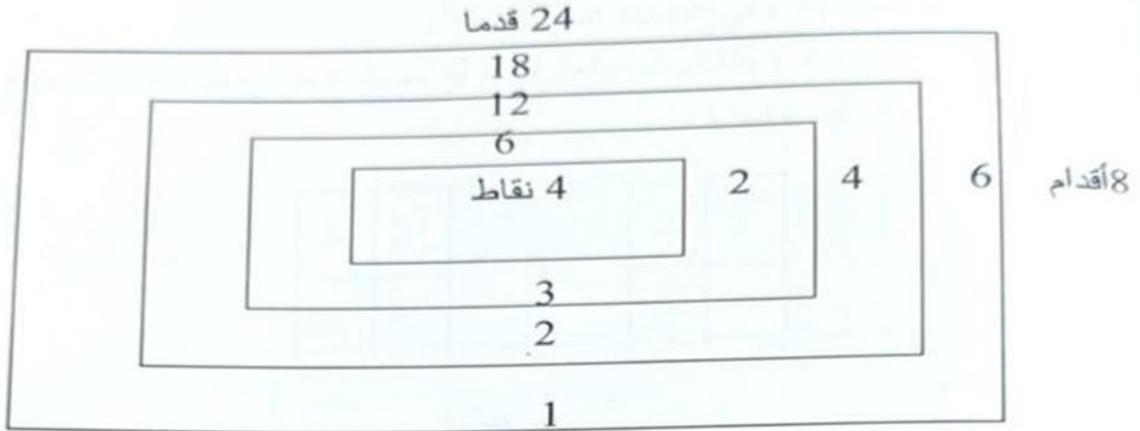
تعليمات الاختبار:

- يسمح بركل الكرة بأي طريقة بأي قدم من القدمين.
- لا يقوم اللاعب بركل الكرة نحو الهدف إلا بعد رجوعها إلى خط البداية
- في الكرات المرتدة العالية يسمح للاعب بإيقاف الكرة واتخاذ الوضع الذي يناسبه لركلها مرة أخرى نحو الهدف.
- عندما تخرج الكرة بعيدا عن منطقة الاختبار فيكون للاعب الحق في استخدام إحدى الكرات الاحتياطية بسرعة
- تعطى لكل لاعب محاولتان متتاليتان

حساب الدرجات:

تحتسب النقاط لكل كرة صحيحة كالتالي:

- (4)نقاط إذا لمست الكرة المستطيل الأول.
 - (3)نقاط إذا لمست الكرة المستطيل الثاني.
 - (2)نقطتان إذا لمست الكرة المستطيل الثالث.
 - (1)نقطة واحدة إذا لمست الكرة المستطيل الرابع.
 - (صفر) إذا خرجت الكرة بعيدا عن المستطيل الرابع الكبير
- إذا وقعت الكرة على إحدى الخطوط المشتركة بين مستطيلين تحتسب الدرجة الأكبر.
- درجات الطالبة هي مجموع النقاط التي تحصل عليها في المحاولتين معا



ثالثا: اختبار الاخمد (Resan, 1989)

الهدف من الاختبار: قياس القدرة على ايقاف الكرة

الأوت المستخدمة: كرات قانونية عدد 10 , صافرة , شريط قياس , شريط لاصق

الاجراءات : يرسم مربع (2م*2م) بواسطة شريط لاصق كما في الشكل (1)

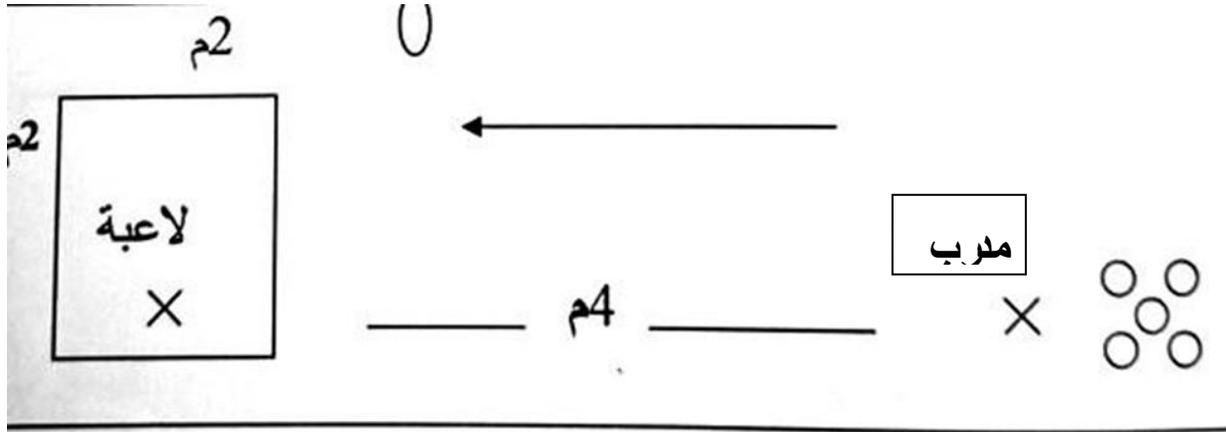
وصف الاداء :

- يقف اللاعب داخل المربع.
- يقف المدرب ومعه الكرة على بعد (4م) ثم يرمي الكرة (كرة عالية تتم بحركة اليدين من الاسفل الى الاعلى) الى اللاعب الذي يحاول ايقاف الكرة واخمادها داخل المربع بأسفل القدم.
- يجب ان يتم ايقاف الكرة داخل حدود المربع.

التسجيل:

تحتسب الدرجة بمجموع الدرجات الذي يحصل عليها اللاعب من المحاولات الخمس وكما يأتي:

- درجتان لكل محاولة صحيحة
- صفر في الحالات التالية
- أ- اذا لم ينجح اللاعب في ايقاف الكرة
- ب- اذا اجتاز اللاعب او الكرة حدود المربع
- ت- اذا اوقف اللاعب الكرة بطريقة غير قانونية



3-5 التجربة الاستطلاعية الاختبارات القبلية

قام الباحثون بأجراء التجربة الاستطلاعية يوم السبت (2023/10/14م) لغرض التعرف على المعوقات والصعوبات التي من المحتمل ظهورها عند تنفيذ التجربة الرئيسية

3-6 الاختبارات القبلية

اجرينا الاختبارات القبلية عينة البحث 2023\10\14 في الملعب

3-7 المنهاج التدريبي

قام الباحثون بإعداد وتنظيم التمرينات بأسلوب الرondo , اعتماداً على خبرة الشخصية للباحثون ومساعدة مدرب نادي الموارد المائية , وبدأ تطبيق التدريبات بأسلوب الرondo على عينة البحث بتاريخ 2023/10/15 لغاية 2023/12/18 , اي (8) اسابيع نفذت بواقع (3) وحدات في الاسبوع وكان زمن المدة لتنفيذ التمارين (50) دقيقة , وتم مراعات فيها مكونات الحمل التدريبي , وقرن الباحثون التمرينات على أساس علمي تدريبي , وكذلك القابلية البدنية لعينة البحث والأدوات المستخدمة واسلوب التدريب , كما في جدول رقم(3) ليحقق المنهاج الاهداف المرجوة

جدول (3)

يبين البرنامج التدريبي لعينة البحث

مجموع الوحدات التدريبية	عدد الوحدات التدريبية الاسبوعية	ايام التدريب	زمن التدريب	الشدة المستخدمة
24 وحدة	3 وحدات في الاسبوع	الاحد, الثلاثاء الخميس	(50-45) دقيقة	100% قصوى

3-8 الاختبارات البعدية

اجريت الاختبارات البعدية في نفس ظروف الاختبارات القبلية على عينة البحث في يوم 2023\12\19

3-9 الوسائل الاحصائية

استعمل معالجة البيانات على وفق الحقيبة الاحصائية (spss)

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

1-1-4 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لأفراد عينة البحث لمتغيرات البحث وتحليلها

جدول (4)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للعينة ومستوى دلالة الاختبار ومعنوية الفرق للاختبارات القبلية والبعديّة لعينة البحث في متغيرات قيد البحث

نوع الدلالة	قيمة sig	قيمة t	فرق الاوساط	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالم الاحصائية للمتغيرات المبحوثة
				ع	س	ع	س		
معنوي	0.005	3.698	2.8	1.577	18.600	1.549	15.8000	سم	المناولة
معنوي	0.045	2.333	1.4	1.897	7.400	2.108	6.000	متر	الاخماد
معنوي	0.002	4.296	2.2	1.333	20.00	1.398	17.800	ثانية	التهديف

جدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للعينة ومستوى دلالة الاختبار ومعنوية الاختبارات البعديّة لعينة البحث في متغيرات قيد البحث

نوع الدلالة	قيمة sig	قيمة t	فرق الاوساط	الاختبارات البعدي		وحدة القياس	المعالم الاحصائية للمتغيرات المبحوثة
				ع	س		
معنوي	0.005	3.698	2.8	1.577	18.600	سم	المناولة
معنوي	0.045	2.333	1.4	1.897	7.400	متر	الاخماد
معنوي	0.002	4.296	2.2	1.333	20.00	ثانية	التهديف

2-4 المناقشة النتائج

من خلال ما نلاحظه من النتائج التي عرضت في الجداول على وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة لعينة البحث ولصالح الاختبارات البعديّة لاختبارات (المناولة ، والاخماد ، التهديف) ، ويرى الباحثون ان سبب الفرق المعنوي لأفراد عينة البحث نتيجة لاستخدامهم التمرينات التي تم اعدادها بأسلوب علمي بما يتماشى مع ادبيات اسلوب الراندو ، مما أسهم في زيادة مستوى اداء اللاعبين نتيجة لهذا التوافق من خلال التمرينات المتنوعة ، وهذا ما اكدته (رغد جمعه وهدي عبد) " اسباب

تطور الاداء الفني لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم الصالات باستخدام اسلوب لبعض التمارين المختارة ومعالجة وتصحيح الاخطاء وبأسلوب علمي صحيح وتربوي واثابة الفرصة للاعبين بأداء المهارات التي قامن بتشخيص الاخطاء التي وقعن بها زميلاتهم ومقارنتها بالأداء الصحيح (Raghad & Huda, 2020) (Mousa et al., 2019) فان التمرينات بأسلوب الراندو عملت على تطوير بعض المهارات الاساسية ، ويؤكد (كماش) " بأن عملية تقنين الحمل التدريبي بصورة سليمة سوف يصحبه تقدماً في مستوى عمل أجهزة وأعضاء الجسم وبالتالي تطوير الصفات البدنية والمهارية لتحقيق أفضل مستوى رياضي" (Abdel-Rahman et al., 2022) (Kamash, 1999).

وان التمرينات التي اعدھا الباحثون لأفراد عينة البحث والتي تمتاز بالشدّة العالية ساعدت على تطوير بعض المهارات الاساسية للاعبين كرة القدم، (Mahmoud et al., 2015) فضلاً عن مراعاة الأسس العلمية في تحديد عدد مرات تكرار التمرين وفترات الراحة البدنية بشكل ينسجم مع قدرات وقابليات لاعبي المجموعة التجريبية، مما يؤكد صحة التخطيط لهذا المنهاج في تحقيق أهدافه الموضوعية من اجله، فالمنهاج التدريبي الناجح هو الذي يستطيع ان ينمي الخصائص التي يتطلبها نوع النشاط التخصصي للاعب كأساس لعملية التدريب، وبناءً عليه ينبغي ان تنمي المهارات الاساسية لفعالية كرة القدم ، وان (الشبلي) يشير الى ان " من فوائد التمرينات التي تلعب ضمن مساحات محددة و بشروط تدريبية معينة أنها تعمل على تنمية الصفات البدنية و المهارية المرتبطة بكرة القدم كما أنها تعمل على تحسين الوعي المكاني و التكتيكي للاعب بالتالي يزيد من قدرة اللاعب على مواجهة المشاكل التكتيكية التي تحدث خلال المباراة" (Al-Shibli, 2016).

يعزوا الباحثين بالاتفاق مع ما ذكره دراسة (ديانا حيدر ، و داد كاظم) الى ان "يجب على المدربين اعداد تدريبات غير تقليدية ومتمكّرة وباستخدام اساليب مختلفة تصاحبها الاجهزة والادوات لبث روح المنافسة و المتعة في التدريب" (Diana Haider & Widad Kadhum, 2021) ، كما ذكرت دراسة (رانيا مؤيد ومنى طالب) " ان التزام عينة البحث وتلقيهن التمرينات المنتظمة ساعد في تحسين اللياقة القلبية" (Ibraheem & Albadry, 2022) (Khazaal et al., 2023). ويعزوا الباحثون ذلك الفرق ايضاً الى اختياره للتمرينات المناسبة والمركبة المشابهة لحالات المنافسة حيث تخلت هذه التمرينات نوعاً من اللعب الضاغط والتي استخدمت فيها الخطط الذهنية اذ وضعت بصورة علمية ومناسبة مع مستوى وامكانيات افراد عينة البحث أدى إلى تطوير مهاراتهم الاساسية والتي تخدم لأداء العمل المنجز خلال التمرينات والتي تكررت من خلال البرنامج التدريبي والتي تميزت بالطابع السريع والمشابهة للمنافسة (Abdulrahman et al., 2020) ، وهذا يتفق مع ما جاء به (موسى عدنان) بان "استخدام الاسلوب المناسب مع مستوى وامكانية اللاعب سوف يزيد من زيادة رغبتهم نحو التعلم ويعمل على تطوير مستواهم وتقديم الذات المهارية لديهم لتحقيق افضل النتائج" (Musa Adnan Alani, 2021) .

واتفق الباحثون مع ما جاءت بها (سمية رياض و و داد كاظم) "ان تنوع عملية التدريب بمساعدة طرق حديثة تثير لدى العينة الحافز وكذلك التشجيع على التدريب وبالتالي تحسين وتطوير المستوى المهاري" (Majeed, 2022) ، وان (فراس وحاتم) ذكرو بان " التحسن الحاصل يعود إلى أن جهد المنافسة هو جهد عالي الشدة وهذا الجهد يترك الكثير من الاستجابات وردود الأفعال على الأجهزة الوظيفية بشكل عام والجهاز التنفسي بشكل خاص" (Firas & Hatem, 2021) ، وذكر الباحثون (رغد ، هدى عبد) بان " تطوير مستوى الاداء الفني للاعبين من خلال ااثابة الفرصة لزيادة عدد التكرارات فضال عن اعطاء التغذية الراجعة لمعالجة الاخطاء اثناء الاداء افضل عن ذلك تشابه اسلوب اداء التمرينات التي احتواها التعلم وتنوعها وتشابه قسم كبير منها لمواقف وحالات اللعب مما أدى الى سعة فيتعلم المهارات المختارة ومن ثم اداء المهارات بدقة عالية وبأقل عدد ممكن من الاخطاء" (Hoda & Raghad, 2020)

5 الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

- 1- ان التمرينات التي طبقت بأسلوب الوندو ساعدت على تحسين وتطوير بعض المهارات الاساسية لأفراد عينة البحث.
- 2- ان مدة المتغير المستقل (الوندو)، المتمثلة بعدد الوحدات التدريبية، كانت مناسبة في خلق تكيفات تعبر عن مدى تطور افراد عينة البحث للعبة كرة القدم صالات.

2-5 التوصيات:

- 1- الاهتمام باستخدام التمرينات بأسلوب (الوندو) وفق اسس تدريبية علمية لرفع كفاءة لاعبي كرة القدم أثناء التدريب والمنافسات.
- 2- اعتماد التمرينات المعدة من قبل الباحثون كمعطيات اساسية عند تدريب لاعبي كرة قدم صالات
- 3- ضرورة تقنين حمل التدريب للتمرينات بأسلوب (الوندو) بما يناسب نوعية الممارسين من حيث الجنس والعمر البيولوجي والتدريبي، لما لها تأثير عال على الجسم اثناء الاداء .
- 4- اجراء دراسات مشابهة على فعاليات جماعية أخرى ، وعلى فئات عمرية مختلفة .
- 5- حث المدربين على اعتماد هذه التمرينات وخصوصا مع الفئات العمرية الصغيرة مثل الاشبالي والناشئين.

الشكر والتقدير

أقدم الشكر والتقدير الى افراد عينة البحث المتمثلة بلاعبين نادي الموارد المائية لتعاونهم معي لإتمام اجراءات البحث.

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون انه ليس هناك تضارب في المصالح

بدور بدري حميد Bodour.badri2204m@copew.uobaghdad.edu.iq

References

- Abdel-Rahman, M. A.-Q., Hammad, S. H., & Mikhliif, A. K. (2022). The impact of compound exercises using simulation tools in developing the accuracy of handling and scoring skills for soccer players. *Sciences Journal Of Physical Education, 15*(6).
- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation, 24*(05).
- Al-Dasouki, M. (2020). The effect of (Rondo) in small spaces on learning the skills of passing and receiving by foot for goalkeepers in football academies. *Comprehensive Education Research, 2*, 67-83.
- Al-Shibli, K. (2016). *Mini-games for building a possession pyramid in football* (first edition, p. 16). Al-Kitab Publishing Center.
- Diana Haider, & Widad Kadhum. (2021). The Effect of compound exercises using the (RANDOM SHOT) device and the electronic goal In developing the speed of the motor response and the rapid ability of the two goal keepers youth football halls. *Modern Sport, 20*(3), 0022.
<https://doi.org/10.54702/msj.2021.20.3.0022>
- DiBernardo, M. (2014). The Science og Rondo (Progressions, Variations &Transitions), methods of coaching series. *Soccertutor. Com*.
- Firas, A. H. K., & Hatem, A. K. M. (2021). The impact of competition effort on the vital capacity of football players according to the playing positions. *Modern Sport, 20*(1), 0027.
<https://doi.org/10.54702/msj.2021.20.1.0027>
- Hassan, A. E.-S. at al. (2009). *Principles of scientific research in physical education, sports sciences, humanities and social sciences* (1 st edition, p. 48). Dar Al-Wafaa for Dunya Printing Press.
- Hassanein, M. S., & Abdel Moneim, H. (1997). *Scientific foundations of volleyball and methods of measurement* (p. 411). Al-Kitab Publishing Office.
- Hoda, A. S., & Raghad, J. S. (2020). The impact of a curriculum of the self- learning method to learn some basic skills in football Futsal. *Modern Sport, 19*(4), 0123.
<https://doi.org/10.54702/msj.2020.19.4.0123>
- Ibraheem, R. M., & Albadry, M. T. (2022). Effect of Aero planks Exercises (With The Opposite Effort Between Movement and Stability) On The Components Indicators for Female Student

Aged (18–22) Years. *Modern Sport*, 21(4), 0029.

<https://doi.org/10.54702/ms.2022.21.4.0029>

Kamash, Y. L. (1999). *Basic Football Skills, Education and Training* (p. 31). Dar Al-Khaleej.

Khazaal, H. N., Jasim Muslim, A., & Abbood, Z. K. (2023). The Effect of Skill Exercises in the Style of (Rondo) on the Development of Tactical Behavior and the Accuracy of Skillful Performance in Youth Football Journal of Studies and Researches of Sport Education. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 2023.

<https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.378@Authors>

Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).

Majeed, S. R. A. W. K. (2022). The effect of exercises using the spring ball tool in developing the accuracy of the front and back stroke for Wheelchair Tennis players. *Modern Sport*, 21(1).

<https://doi.org/10.54702/msj.2022.21.1.0098>

Mousa, H. J., Hadi, A. K., & Ali Kadhim, M. A. (2019). Effectiveness of the Ultrasonic Device with Therapeutic Exercises in the Rehabilitation of Knee Joint Injury in Football Players. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology*, 13(4).

Musa Adnan Alani. (2021). The effectiveness of using reciprocal technique in developing the skillful self and teaching some basic football skills among literary fifth grade students. *Modern Sport*, 20(1), 0015. <https://doi.org/10.54702/msj.2021.20.1.0015>

Raghad, J. S., & Huda, A. (2020). The impact of a curriculum of the self– learning method to learn some basic skills in football Futsal. *Modern Sport*, 19(4), 0123.

<https://doi.org/10.54702/msj.2020.19.4.0123>

Rasoul, T. H. A., & Muslim, A. (2019). Effect of Daniel’s model in teaching basic skills of football halls. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 58.

Resan, K. M. (1989). *Encyclopedia of Measurements and Tests in Physical Education and Sports*. Higher Education Press.

Sakr, J. G. (2022). The offensive tactical behavior and its relationship to the speed of the kinetic response in football for the players of Al-Nasiriya Club. *Modern Sport*, 21(4).

<https://doi.org/10.54702/ms.2022.21.4.0059>