



قياس القوة الانفجارية من خلال بطارية اختبارات وعلاقتها بفاعلية بعض

المهارات الأساسية في كرة القدم (U17).

أ . بايزيد عبد القادر*

د . زاوي عبد السلام

الملخص: تهدف الدراسة الحالية إلى إبراز أهمية استعمال قياس القوة الانفجارية من خلال بطارية اختبارات وعلاقتها بفاعلية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم "U17"، لأن الوصول للمستويات العليا لا يأتي بمحض الصدفة أو بالطرق العشوائية وإنما يأتي بالأسس العلمية فاستعمال بطارية اختبارات بشكل دوري في الوحدات التدريبية يضمن نجاح هذه الأخيرة وبالتالي تطوير الأداء البدني والمهاري للاعبين، ولقد أجريت هذه دراسته على فريق وداد ديرة (U17) الناشط في الرابطة الولائية لكرة القدم لولاية البويرة، مستخدما في ذلك المنهج الوصفي من خلال تطبيق الاختبارات البدنية والمهارية على اللاعبين الأشبال، حيث أجرى الباحث دراسته على عينة شملت: (16) لاعبا فئة (U17) والمختارة بطريقة قصدية، منتهجا في ذلك المنهج الوصفي التحليلي من خلال قياس القوة الانفجارية وبعض المهارات الأساسية ومعرفة العلاقة بينهم وذلك بتطبيق الاختبارات البدنية والمهارية على اللاعبين الأشبال، واستخدم الباحث النسبة المئوية في تحليل القدرات البدنية والمهارية ومعامل الارتباط البسيط "بيرسون لمعرفة العلاقة.

وفي الأخير أسفرت نتائج الدراسة عن صحة الفرضيات المقترحة وكشفت حقيقة العلاقة بين القوة الانفجارية وبعض القدرات البدنية لدى أشبال كرة القدم "U17" وعليه أوصى الباحث بضرورة تطوير القدرات البدنية للاعبين وبالتالي تحسين القدرات المهارية لديهم، وبالتالي تحسين المستوى العام للفريق ككل سواء من الجانب البدني أو المهاري..... الخ.

الكلمات الدالة: القوة الانفجارية، بطارية اختبارات، المهارات الأساسية، كرة

القدم، فئة الأشبال "U17".

Measuring explosive power through battery tests and their relationship to

* معاهد STAPS جامعة البويرة، معاهد STAPS جامعة البويرة. Abdelkaderbaizid@yahoo.com

the effectiveness of some basic skills in football °U17°

Summary:

The present study aims to highlight the importance of using explosive force measurement through battery tests and its relationship to the effectiveness of some basic skills in football "U17", because access to higher levels does not come by chance or random methods, but comes the basics of scientific use of battery tests periodically In the training modules ensures the success of the latter and thus the development of physical performance and skill of the players, and this study was conducted on the team Widad DirahU 17 activist in the State League of Bouira, using the descriptive approach through the application of physical and professional tests (16) players of the class (U17) and selected in an intentional manner, followed by the descriptive analytical method by measuring the explosive force and some basic skills and knowledge of the relationship between them by applying physical and skill tests on the cub players. And the researcher used the percentage in the analysis of physical and skill capabilities and the simple correlation coefficient "Person to find out the relationship. Finally, the results of the study revealed the validity of the hypotheses proposed and revealed the reality of the relationship between the explosive force and some physical abilities of football cubes "U17", and therefore recommended the researcher to develop the physical abilities of players and thus improve their skills and thus improve the overall level of the team as a whole, both from the physical side Or skills etc.

Key words: explosive force, battery tests, basic skills, football, class Cubs "U17"

مقدمة: تعد لعبة كرة القدم من بين أولى الرياضات التي تنال الكثير من الاهتمام والمتابعة من الخبراء والمختصين في اللعبة، مما أسهم في تطوير جوانبها الفنية سواء المهارية أو البدنية... الخ، وأسهم في زيادة شعبيتها سواء محليا أو دوليا أو عالميا، وأصبح الفوز أو الهزيمة في مبارياتها تستجيب له قوى المجتمع السياسية والاجتماعية والاقتصادية، حيث يبلغ الاهتمام ذروته في المسابقات الدولية والقارية وتكون محملة بالآمال والدوافع والخوف من الهزيمة والرغبة في الفوز وغيرها من الانفعالات التي تشكل حالة نفسية معقدة مركبة، ولكن لا يتحقق ذلك إلا من خلال تمتع اللاعب بمستوى بدني ومهاري يؤهله للمنافسة على جميع الأصعدة والمستويات من خلال التدريب المتواصل والمتابعة الدورية لمستوى تقدمه عن طريق الاختبارات وفي فترات متقاربة حتى يستطيع المدرب الوقوف على المستوى الحقيقي للاعب وأخذ صورة عما يؤهل إليه اللاعب خلال المباراة، فمدرب كرة القدم يقوم بعملية التدريب يوما بعد يوم وأسبوع بعد أسبوع

مع الفريق بدون أن يستطيع تحديد بدقة مقدار تقدم كل لاعب، حقيقة قد تكون عين المدرب واعية، وتلاحظ اللاعبين جيدا لكنه لا يستطيع تحديد مستوى كل لاعب ومقدار تقدمه بدقة ليطمئن على نجاح العملية التدريبية وأنها تسير في الخطة التي حددها المدرب، والمدرّب الجيد المدرك لعمله يعلم أهمية قياس المستوى البدني والمهاري لاعبيه حتى يعدل من برنامج التدريب إذا كان لابد من ذلك، من هنا تظهر الحاجة الملحة للاختبارات في تحقيقها لأغراض العملية التدريبية حيث شكلت الاختبارات الموضوعية نوعاً من الوسائل الفنية الرئيسية للتقويم الحديث في التدريب الرياضي، وبذلك شعر العاملون في هذا المجال بالحاجة الماسة إلى مقاييس للتعرف عن طريقها على مستوى الأفراد وأعضاء الفرق الرياضية لاسيما وأن كرة القدم الحديثة تتصف بالسرعة في اللعب، والمهارة في الأداء الفني والخططي وهذا ما دفع بالباحث لدراسة هذا الموضوع من زوايا متعددة.

1. الإشكالية:

تعد طرق قياس عناصر اللياقة البدنية وتنميتها من الموضوعات التي أثارت الاهتمام لدى العاملين في المجال الرياضي والتي تهدف إلى تحسين المستوى البدني والمهاري لدى الفرد الرياضي، وقد لاحظ الباحثون بعد الاطلاع على الدراسات المختلفة أن هناك نوعاً من الخصوصية بالنسبة لمستوى اللياقة البدنية للعينات المدروسة، سواء عند مقارنتها مع مستوى اللياقة البدنية للمجتمع ككل، أو بالمقارنة مع عينة من دراسة مختلفة. (أمر الله البساطي، 2001، ص242) فالاختبارات تعد جزءاً أساسياً ومتكاملاً للعملية التدريبية التي هدفها تحسين المستوى البدني والمهاري للفرد، كما تساعد في عملية التقويم وتعتبر أدواتها الرئيسية.

وكرة القدم من بين هاته الرياضات القابلة لهاته الطرق، والتي شهدت في السنوات الأخيرة تطوراً كبيراً حين ظهرت الحاجة إلى رفع مستوى اللياقة البدنية وتطوير أداء المهارات الأساسية للاعبين نتيجة تقدم الخطط وظهور طرق لعب حديثة، فبدأت الحاجة ملحة لتطوير برامج التدريب كي يتمكن اللاعبون من أداء المهارات الأساسية والخطط بكفاءة عالية، ويعتمد التدريب الحديث في كرة القدم أساساً على الأساليب العلمية، ولا يكفي وضع برنامج تدريبي لكي يطمئن المدرب أن خطة التدريب تسير في الطريق المرسوم لها، إذ لابد أن يصاحب عملية التدريب المتابعة والتقويم والقياس من فترة لآخرى لمعرفة مدى تحقيق خطة

التدريب لأهدافها، لذا فإن الاختبارات والمقاييس تلعب الدور الأول في وضع الصورة الحقيقية لمسيرة برنامج التدريب للخطوة الموضوعية ورياضة كرة القدم كباقي الرياضات تخضع لمقاييس ومعايير يجب توفرها في اللاعب لكي يتقن هذه اللعبة، وعن طريق عمليات الانتقال التي تعتبر حجر الأساس للوصول إلى الإنجاز الرياضي رفيع المستوى، يتم الإحاطة بمختلف المميزات والخصائص للاعبين الأكفاء ذوي الاستعدادات والقدرات "البدينية والمهارية" والتنبؤ بمدى كفاءتهم المستقبلية في هذه اللعبة، حيث يتم توضيح هذه القدرات عن طريق مجموعة من الاختبارات الميدانية يجريها النادي على اللاعبين لتحديد مستوى كل لاعب وتحديد قدرات كل لاعب بشكل علمي ومضبوط (محمد صبحي حسانين، 2001، ص88).

وكرة القدم الجزائرية غيرها من البلدان تحتل الشعبية الكبيرة، وتصرف لها ميزانيات هائلة من طرف الدولة، لكن ما نلاحظه هو عجزها عن الوصول إلى الاحتراف والمستويات العليا مثلما وصلت إليه البلدان الأخرى، ولعل من أسباب التقهقر في نتائج هذه اللعبة، هو الاعتماد على طرق غير علمية في عمليات قياس وتقييم مستوى اللاعبين واعتماد أغلب للمدربين على خبرتهم الشخصية وبعض المكتسبات القبلية لتحقيق هذا الغرض، دون إخضاع اللاعبين لمجموعة من الاختبارات البدينية والمهارية وهذا ما يحول دون تحقيقها المبتغى، بل ويؤدي ذلك إلى عدم تحقيق النتائج المرجوة من الفريق واستحالة استمراريته في المشوار الرياضي.

فمن خلال الدراسة الاستطلاعية التي قام بها الباحث إلى الميدان قبل الخوض في غمار الموضوع إلى بعض فرق ولاية البويرة الناشطة في الرابطة الولائية، ومن خلال المقابلات الشخصية التي أجراها مع بعض المدربين اتضح أنهم لا يولون اهتمام كبير بل يصل إلى درجة الإهمال الكبير لعملية قياس وتقييم القدرات البدينية والمهارية للاعبين وهذا ما يحول دون استمرارية عملية التدريب وفق اطر علمية سليمة ومقننة، كيف لا ومعظمهم يجهل الأسس العلمية والقواعد الأساسية السالفة الذكر لهذه العملية المهمة، التي تعد مفتاح الوصول إلى النتائج المشرفة للرياضيين، ولكن لو استعمل المدربون بطارية اختبارات لتحديد القدرات البدينية والمهارية لكل لاعب لكان أفضل ولتكنوا فعلا من معرفة القدرات البدينية والمهارية للاعبين بطريقة علمية ودقيقة وليس بمحض الصدفة والعشوائية.

وأكد Wei neck أن القدرة على الانتصارات وتحقيق النتائج يتوقف على

الحصول على أعلى مستوى ممكن من القدرات المختلفة لذلك وجب هناك تخطيط منهجي منظم للبرامج التدريبية على أسس علمية في مجال التدريب الرياضي الحديث. (T 86 p 309, JargonWei neck)

ومن كل هذا أردنا قياس القوة الانفجارية من خلال بطارية اختبارات وعلاقتها بفاعلية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم عند فئة الأشبال، ولهذا قمنا بطرح التساؤل التالي:

.السؤال العام: هل توجد علاقة ارتباطية بين صفة القوة الانفجارية (الأطراف السفلية) وبعض المهارات الأساسية في كرة القدم؟.

التساؤلات الجزئية:

- 1 - هل توجد علاقة ارتباطية بين صفة القوة الانفجارية (الأطراف السفلية) ومهارة التصويب نحو المرمى؟.
- 2 - هل توجد علاقة ارتباطية بين صفة القوة الانفجارية (الأطراف السفلية) ومهارة ضرب الكرة لأبعد مسافة؟.

الفرضية العامة:

الفرضيات: تعرف الفرضية على أنها ذلك الحل المسبق لإشكالية البحث" (Maurice Angers 1996 p 102)

الفرضية العامة:

من خلال التساؤل الرئيسي تم صياغة الفرضية العامة بالشكل التالي:
- توجد علاقة ارتباطية بين صفة القوة الانفجارية (الأطراف السفلية) وبعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة ارتباطية بين صفة القوة الانفجارية (الأطراف السفلية) ومهارة التصويب نحو المرمى في كرة القدم.
- توجد علاقة ارتباطية بين صفة القوة الانفجارية (الأطراف السفلية) و مهارة ضرب الكرة لأبعد مسافة في كرة القدم.

أسباب اختيار الموضوع:

إن الدوافع التي أدت بنا لاختيار هذا الموضوع والدراسة تمثلت في عدة أسباب هي:



- واقع الفرق المحل الدراسة لولاية البويرة.
- معرفة العلاقة بين القوة الانفجارية للأطراف السفلية ومهارتي التصويب نحو المرمى وضرب الكرة لأبعد مسافة في كرة القدم.
- صلاحية المشكلة للدراسة الميدانية والنظرية.
- عدم شمولية ودقة بعض النتائج المتحصل عليها من الدراسات السابقة.
- تسليط الضوء وإبراز مدى تحسين قدرة بدنية في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

أهمية البحث:

من المعروف أن كل دراسة تستمد أهميتها من طبيعة الموضوع الذي تتناوله من جهة ومن نوع المشكلات التي تطرحها من التقصي والتمحيص من جهة أخرى كما يمكن اعتبار موضوع هذا البحث هاما لما يحمله في طياته من مؤشرات ودلالات تبرز أهميته ولنجاح أي عمل يلزمه مجموعة من عناصر الإنجاز التي تجتمع لتحقيق أهداف معينة ويمكن تقسيم أهمية دراسة هذا الموضوع إلى:

. أهمية علمية:

- إثراء المكتبة بمثل هاته البحوث.
- إثراء الرصيد العلمي للمدرسين والباحثين في هذا المجال.
- فتح الطريق أمام الراغبين في الخوض في مثل هاته البحوث.
- المساهمة في إرشاد المدرسين واللاعبين ومعرفة أساليب وطرق التدريب المنتهجة لتحقيق الأهداف.
- معرفة قيمة وجوهر تطبيق أساليب جديدة في ميدان التدريب ومدى أهميتها العلمية والمعرفية.
- تعتبر هذه الدراسة هامة لما تحمله من دلالات في الموضوع والمتمثلة في: علاقة القوة الانفجارية للأطراف السفلية بمهارتي التصويب نحو المرمى وضرب الكرة لأبعد مسافة في كرة القدم.

. أهمية عملية:

- الرفع من مستوى أداء المهارات وتحسين الأداء والنتائج.



- معرفة طبيعة العلاقة القوة الانفجارية للأطراف السفلية بمهارتي التصويب نحو المرمى وضرب الكرة لأبعد مسافة في كرة القدم.
- دراسة هذا الموضوع تعطي المدرب أكثر ليونة في تطبيق البرنامج التدريبي والتعامل مع المتغيرات.

أهداف البحث:

- يسعى المتطرق لمثل هاته المواضيع لتحقيق عدة أهداف أبرزها:
- إمكانية قياس القوة الانفجارية من خلال بطارية الاختبار المعتمدة ومعرفة علاقتها بفاعلية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لفئة الأشبال (U17).
- التعرف على طبيعة العلاقة بين صفة القوة الانفجارية (الأطراف السفلية) ومهارة التصويب نحو المرمى.
- التعرف على طبيعة العلاقة بين صفة القوة الانفجارية (الأطراف السفلية) ومهارة وضرب الكرة لأبعد مسافة.

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

أ. القوة الانفجارية:

نظريا: يعرفها "طلحة حسام الدين" بأنها: "القدرة على قهر مقاومة قصوى أو أقل من القصوى ولكن في أسرع زمن ممكن" (طلحة حسام الدين، وآخرون، 2003، ص 67).

ب. المهارة:

نظريا: يعني بها "تلك الحركات التي تتميز بالسرعة ودقة الأداء ضمن حدود وقواعد تحكم ذلك النشاط"، والمهارة الحركية حسب "مفتي إبراهيم حماد" هي: "القدرة على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الانتان مع بذل للطاقة في أقصر زمن ممكن" (مفتي إبراهيم حماد، 1997، ص 31).

هـ. كرة القدم:

- لغة: كرة القدم هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة.

- نظريا: هي لعبة جماعية، تلعب بفريقين يتكون كل واحد من (11) لاعب ضمنهم حارس المرمى ويشرف على تحكم المباراة أربع حكام موزعين أحدهم في وسط الميدان وحكمين مساعدين على الخطوط الجانبية وحكم رابع احتياطي (عملي عادل عبد البصير، 2004، ص 89 - 90).

د المراهقة:

نظريا: نقطة انعطاف حاسمة في حياة الإنسان إذ أن ما يبلغه من تقدم ويحققه من مزايا في النمو البدني والعاطفي يرفعه من مستوى الطفولة الوسطى إلى مرحلة الأحداث (إبراهيم كاظم العظماني، 1997، ص93).

بعدها تمالطرقفي مقدمة عامة وطرح الاشكالية بما يتوافق ومتغيرات البحث، والذي حاولنا من خلاله تسليط الضوء فيما تعلق بموضوع الدراسة والذي يدور حول عملية علاقة القوة الانفجارية من خلال بطارية اختبارات بمدى مساهمتها في فاعلية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (U17)، سننتقل في هذا الجزء إلى الإحاطة بالموضوع من الجانب التطبيقي، والقيام بدراسة ميدانية تهدف إلى تحقيق الأهداف المسطرة من قبل، فيما تتأكد صحة الفرضيات، حيث تم اختيار عينة قصدية كانت محل تطبيق أداة البحث المتمثلة في الاختبارات ثم تحليل كل منهما بناء على عمليات إحصائية تؤكد مصداقية فرضية بحثنا، سنحاول أيضا

أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في الدراسة والأدوات والوسائل الإحصائية المستخدمة، والمنهج العلمي المتبع حسب متطلبات الدراسة وتصنيفها، كل هذا من أجل الحصول على نتائج علمية يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، وكما هو معروف فإن الذي يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا لا يتحقق إلا إذا اتبع القوائم بالدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية والتي تمثل الوظيفة الأساسية للمنهجية وهي جمع المعلومات، ومنه الوصول إلى نتائج تخدم البحث بصفة خاصة، والتدريب الرياضي بصفة عامة، والخروج باقتراحات وتوصيات بناء على ما تم استخلاصه من هذه الدراسة.

الدراسة الاستطلاعية: تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه، والغرض منها هو تبيين مشكلة البحث وكذلك الوقوف على الواقع الميداني لمدرسي كرة القدم، وتم معاينة مكان الدراسة وضبط المجتمع والعينة التي ستجرى عليها الدراسة، بالإضافة إلى إلى الاحتكاك بالمدرسين ومعرفة آراءهم حول أهم الطرق والأساليب المستعملة أثناء عملية قياس العناصر البدنية والمهارية في كرة القدم، وكذا أهم الجوانب التي يركزون عليها خلال القيام بهذه العملية وتمثلت هذه المرحلة في قيام الباحث بالاتصال بناي وداد ديرة قصد اجراء هاته الدراسة وذلك راجع

لعدة أسباب عملية وعلمية، وكذا التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث وأخذ فكرة مبدئية عن العينة التي ستجرى عليها الدراسة، والتحقق من مدى صلاحية الأدوات المستعملة لجمع المعلومات، وأيضا معرفة الزمن المناسب والمتطلب لإجرائها، كما تم تطبيق اختبار سرجنت على العينة الاستطلاعية متمثلة في (03) لاعبين وتم وضع مستويات تتلاءم ومستوى العينة الأساسية، وكانت نتائج كالتالي:

- مستويات الاختبار المقترحة (حسب نتائج التجربة الاستطلاعية):

أ. القوة الانفجارية للأطراف السفلية (اختبار سرجنت):

الجدول رقم (01): يمثل نتائج الدراسة الاستطلاعية فيما يخص اختبار القوة الانفجارية (اختبار سرجنت).

النتيجة	التقدير
45 سر فاكثر	ممتاز
38 سر	متوسط
33 سر فاقل	ضعيف

ب. اختبار التصويب نحو المرمى:

اختبار التصويب في المرمى.

. الغرض منه: قياس الدقة في تصويب الكرة نحو المرمى.

. الأدوات المستخدمة: خمس (05) كرات قانونية.

تعليمات: يرسم خط موازي لخط المرمى وعلى بعد عشرون (20) مترا.

- توضع خمس (05) كرات مقابلة للمرمى.

- يبدأ الجري على بعد عشرة (10) أمتار.

- يجب ضرب الكرات وهي ثابتة.

- للاعب الحق في خمس (05) تصويبات فقط.

حساب الدرجات: تعطى الدرجات حسب الحالات التالية:

حالة كرة طائرة - درجتان (02).

حالة كرة مباشرة على الأرض - درجة واحدة (01).

حالة الكرة متدحرجة على الأرض - نصف درجة (2/1).

إذا لم تدخل الكرة المرمى - صفر درجة (0).

أقصى مجموع للنقاط هو عشر (10) نقاط من خمس (05) ضربات.

ج. اختبار ضرب الكرة وهي في الهواء لأطول مسافة.



. الغرض منه: قياس المسافة التي يمكن أن يحققها اللاعب عن طريق ضرب الكرة وهي في الهواء مباشرة وقبل أن تصل إلى الأرض ويمكن أن تتم ب استخدام الرأس ، الكتف ، الركبة.

التعليمات:

تحديد منطقة من الأرض طولها (12) متر.
ترسم خطوط عرضية موازية لخط البداية.
يكون البعد بين الخط الأول وخط البداية (05) أمتار، وتكون المسافة بين كل خط وآخر (01 متر).

يجلس الممرر ومعه الكرة على الخط الأول المواجهة للاعب.
يقوم الممرر برمي الكرة عالياً إلى اللاعب الذي يقوم بضربها مباشرة وهي في الهواء باتجاه المنطقة المحددة للاعب بركل الكرة من خلف خط البداية.
يقوم كل لاعب بثلاث محاولات متتالية.

- حساب الدرجات: تحتسب للاعب أطول مسافة يحققها من محاولة صحيحة وكالاتي:

إذا سقطت الكرة بين خط البداية والخط الأول يمنح درجة واحدة (01).

إذا سقطت الكرة بين 06 - 07 أمتار تمنح 05 درجات.

إذا سقطت الكرة بين 07 - 08 أمتار تمنح 06 درجات.

إذا سقطت الكرة بين 08 - 09 أمتار تمنح 07 درجات.

إذا سقطت الكرة بين 09 - 10 أمتار تمنح 08 درجات.

إذا سقطت الكرة بين 10 - 11 متر تمنح 09 درجات.

حينما تتخطى الكرة (12 متر) تمنح الدرجة النهائية، عشر (10) درجات.

ملاحظة: تم عزل عينة الدراسة الاستطلاعية عند تطبيق الاختبارات على العينة الأساسية.

. الأسس العلمية للاختبارات البدنية والمهارية (الشروط السيكمترية):

أ. موضوعية الاختبار: "يقصد بها عدم التأثر بالأحكام الذاتية للمصححين (المحكمين) وأن تعتمد نتائجه على الحقائق المتعلقة بموضوع الاختبار وحده، ويعتبر الاختبار موضوعياً إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن من يصححه" (بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد، 2009، ص 107) وفي هذه الدراسة

يمكن توضيح موضوعية الاختبارات البدنية (القوة الانفجارية) والمهارية من خلال وضوح مفرداتها وتوافقها مع نشاط كرة القدم، بالإضافة إلى ملائمتها لخصائص المرحلة العمرية (U17) المختارة للدراسة، وهذا ما أكدته أغلب المحكمين، كما هو موضح في الجدول التالي:

.الجدول رقم (02): تحكيم الاختبارات البدنية والمهارية من الناحية الموضوعية

الرقم	الدرجة العلمية	الجامعة	رأي المحكم
1	أستاذ محاضر "أ"	جامعة البويرة	موافق + ملاحظات
2	أستاذ محاضر "أ"	جامعة البويرة	موافق + ملاحظات
3	أستاذ محاضر "أ"	جامعة البويرة	موافق

ب. ثبات الاختبار: يعني ثبات الاختبار "درجة الثقة" ويقول "فان دالين" (Van dalin) "إن الاختبار يعتبر ثابتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر تطبيقه على نفس المفحوصين وتحت نفس الشروط" (محمد صبحي حسانين، 1995، ص193).
ج. صدق الاختبار: يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار، وأن يقيس فعلا ما أعد لقياسه ولا يقيس شيئا بديلا عنه أو بالإضافة إليه (فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة، 2002، ص167).

. الطريقة المستخدمة: من خلال الاعتماد على طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه "Retest - Test" بفواصل زمنية قدره حوالي أسبوع، تم حساب معامل الارتباط "بيرسون" بين نتائج التطبيق الأول والتطبيق الثاني، إذ تعد هذه الطريقة من أكثر طرق إيجاد معامل الثبات، وقد عمل الباحث على ضمان أقوى تجانس بين التطبيق الأول والثاني، من خلال الحرص على حضور نفس الأفراد (اللاعبين) وتحت نفس الظروف، وبعد أداء الاختبار البدني (القوة الانفجارية) للأطراف السفلية) والمهارية (التصويب نحو المرمى وضرب الكرة لأبعد مسافة في كرة القدم) للتجربة الاستطلاعية على حسب مواصفاتها المحددة، قام الباحث بعد ذلك بالمعالجة الإحصائية واستخلاص النتائج باستخدام معامل الارتباط البسيط "بيرسون" ومن ثم استنتاج معامل الصدق الذاتي مباشرة بعد حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

. الدراسة الأساسية:

- المنهج العلمي المتبع: يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه (رشيد زرواتي، 2002، ص119)، وبالتالي فالمنهج ضروري للبحث إذ هو الذي ينيير الطريق ويساعد الباحث في ضبط أبعاد ومساعي وأسئلة وفروض البحث (Jean Claude combessie، 1996، P09). واستخدم

الباحث في بحثه هذا المنهج الوصفي بأسلوبه التحليلي لملائمته لطبيعة الموضوع.

- **متغيرات البحث:** تمثلت في نوعين من المتغيرات نذكرها كالتالي:

- **المتغير المستقل:** وهو السبب في علاقة السبب والنتيجة أي العامل الذي نريد من خلاله قياس النتائج. (Deslandes Neve, 1976, p20).

وفي دراستنا هذه يمثل المتغير المستقل: **القوة الانفجارية.**

- **المتغير التابع:** يعرف أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع (محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب 1999، ص219). وفي دراستنا هذه يتمثل المتغير التابع في: **بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.**

- **مجتمع البحث:** يعرف على أنه : "جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث" (أحمد بن مرسل، 2005، ص 166)، حيث اشتمل المجتمع الإحصائي على جميع لاعبين وداد ديرة لكرة القدم لفئة الأشبال والبالغ عددهم 21 لاعب.

- **عينة البحث وكيفية اختيارها:** تعرف بأنها أخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث الأصلي تمثيلا دقيقا (رشيد زرواتي، 2007 ، ص334) ولحرصنا للوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع باختيار العينة الخاصة ببطارية الاختبارات بطريقة قصدية تمثلت في لاعبي الأشبال لوداد ديرة والبالغ عددهم 16 لاعب.

الجدول رقم (03): توزيع أفراد العينة الخاصة بالاختبارات

العدد النهائي	اللاعبين الغير معنيين	عدد اللاعبين	الفريق
16 لاعبا	حارسي (02) مرمى + 3 لاعبين (ع استطلاعية).	21	فريق وداد ديرة. WRD

وسنعرض في هذا الجزء تحليل البيانات المتحصل عليها من خلال تطبيق بطارية الاختبارات البدنية والمهارية، والتي تم جمعها من المراجع العلمية، ثم بعد ذلك قام الباحث بتنظيمها وفق ما يقتضيه البحث وبعد عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين في المجال الرياضي تم تطبيقه على عينة البحث المتمثلة في لاعبي كرة القدم لفئة الأشبال، تم جمع النتائج المتحصل عليها وعرضها في جداول خاصة ومن ثم تمثيلها بيانيا. وفي الأخير نعرض ونختتم الفصل بالنتائج العامة المتوصل إليها مع مناقشة كل فرضية جزئية على حدى والخروج ببعض الاقتراحات والفروض المستقبلية.

عرض نتائج اختبار القوة الانفجارية (الاطراف السفلية):

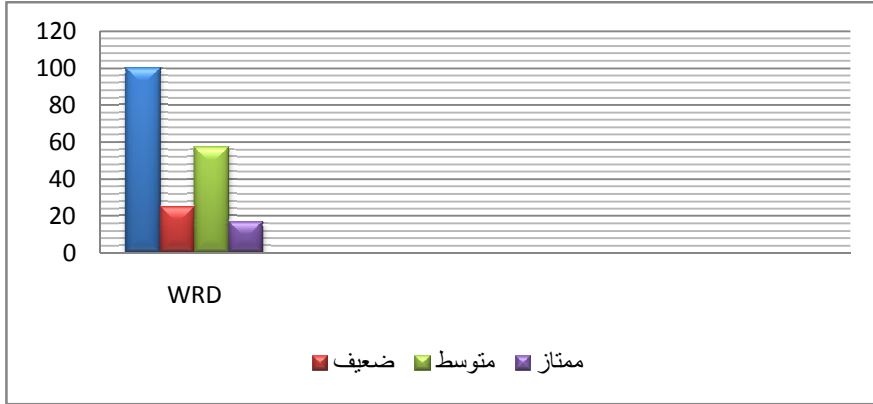
الوحدة الأولى: اختبار الوثب العمودي Sargent.

. الغرض منه: قياس القوة الانفجارية للأطراف السفلية (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين).

- الجدول رقم (04): نتائج اختبار الوثب العمودي Sargent.

رمز الفريق	عدد التكرارات	ضعيف (%)	متوسط	%	ممتاز	(%)
WRD	16	04	25%	09	56.25%	03
						18.75%

الشكل رقم (01): التمثيل البياني لنتائج اختبار الوثب العمودي.



. تحليل ومناقشة النتائج:

تظهر أهمية القوة العضلية (الأطراف السفلية) في مواقف كثيرة في كرة القدم عند مواجهة المنافس ومقاومته ومحاولة إيقافه حيث أن كرة القدم تعد من ضمن الألعاب التي تتطلب الاحتكاك الجسماني بين المنافسين، وكذلك يحتاج لاعب كرة القدم لقوة الرجلين كي يستطيع أداء الحركات والتصويب بالقوة المطلوب.

إن قوة عضلات الرجلين صفة بدنية يجب توفرها لدى لاعب كرة القدم، ولقياس هذه الصفة استعملنا اختبار سرجنت (sergent) لمعرفة مستوى القوة الانفجارية لعضلات الساق.

وتلعب القوة الانفجارية للأطراف السفلية دورا بالغا لأهمية في إنجاز الأداء للاعب كرة القدم خلال المباراة ويتضح احتياج اللاعب لها في كثير من المواقف خاصة عند الوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب على المرمى أو التمريرات الطويلة بأنواعها المختلفة بالإضافة إلى أنها تربي لدى اللاعب الصفات الإرادية الخاصة بلعبة كرة القدم أهمها الشجاعة، الجرأة والعزيمة والثقة بالنفس، وإذا ما أردنا التحدث عن القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين "الساقين" فقد أشار إليها "البيك" على أنها "القدرة على التغلب المتكرر على المقاومات باستخدام سرعة حركية مرتفعة" (البيك محمد، 2003، ص 177).

أما فيما يخص تطبيق الاختبار على أفراد العينة فقد كان الاختلاف كان في التقديرات التي تحصل عليها اللاعبين فمنهم من اجتاز الاختبار بتقدير "ممتاز"، ومنهم من اجتازه بتقدير "متوسط"، ومنهم من كان "ضعيفا" في الاختبار فكل حسب إمكانياته ومؤهلاته، ومن هذا المنطلق يمكن التأكيد على نجاعة هذا الاختبار كونه أعطانا مؤشرات كمية حول نتائج اللاعبين حتى نجعل منها أساسا يركز عليه فيقياس القوة الانفجارية للأطراف السفلية ومنه العمل على تطويرها أو المحافظة عليها واستغلالها، والنتائج الموضحة في الجدول المبين أعلاه والشكل البياني نلاحظ أن اللاعبين الذين يتميزون بمستوى ضعيف تقدر نسبتهم ب 25% بينما اللاعبين ذو المستوى المتوسط فقدرت نسبتهم ب 56.25% وهي أكبر نسبة مسجلة بين باقي المستويات، في حين اللاعبين ذو المستوى الممتاز قدرت نسبتهم ب 18.75%.

الاستنتاج: مما سبق يمكن القول أن هذا الاختبار تم الاستفادة من الغرض المرجو منه، حيث أمكننا من قياس صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلية، كما يجب على المدربين الاستعانة بمثل هذه الاختبارات نظرا لما تقدمه من تفاصيل حول نتائج اللاعبين، ويفسر ذلك التقديرات التي تحصل عليها اللاعبين جراء تطبيق هذا الاختبار ضعيف، متوسط، ممتاز، فهذه التقديرات بينت لنا المستوى الحقيقي لكل لاعب، لذا ننصح المدربين باللجوء إلى هذه الطرق العلمية لمعرفة مستوى لاعبيهم من الناحية البدنية بالإضافة إلى أنها تعتبر دعامة أساسية لنجاح عملية التدريب، وكذا الاستفادة منها من خلال النتائج الدقيقة التي تمنحها هذه الاختبارات.

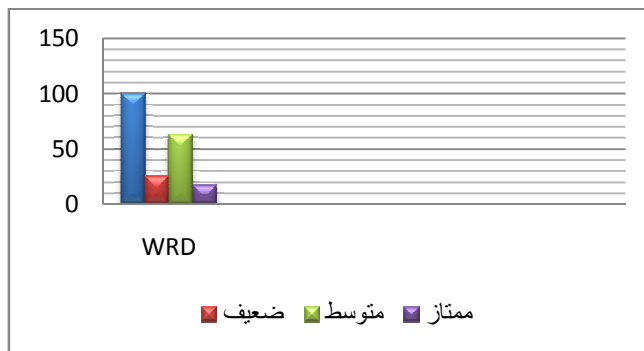
اختبارات القدرات المهارية: الوحدة الأولى: اختبار التصويب في المرمى.

- الغرض منه: قياس الدقة في تصويب الكرة نحو المرمى.

الجدول رقم (05): نتائج اختبار التصويب في المرمى.

رمز الفريق	عدد التكرارات	ضعيف	%	متوسط	%	ممتاز	%
WRD	16	04	25%	10	62.5%	02	12.5%

الشكل رقم (02): التمثيل البياني لنتائج اختبار التصويب في المرمى.



تحليل و مناقشة النتائج:

يعتبر التصويب نحو المرمى من أهم أجزاء اللعب الهجومي في كرة القدم، وهو أحد أساسياتها الرئيسية، لتقرير النتيجة بالنسبة لخصمين متكافئين، وهو القرار الأول والأخير للفريق وثمره جهود اللاعبين طيلة زمن المباراة، وتتجلى أهمية التصويب في كونه يقرر نتيجة المباراة، وقد يكون بالرأس أو بالقدم ولكن غالبا ما يتم بالقدم، كما يمكن أن يكون دقيقا أو قويا حسب الموقف والظرف خلال المباراة، ويقتضى التصويب من اللاعب التمتع بصفات بدنية وأنواع مهارية وخطية عالية من الإحساس العالي بالكرة والمقدرة على التركيز والأداء في التوقيت الصحيح فضلا عن سرعة اتخاذ القرار، كما أن للنواحي النفسية كالثقة بالنفس والإرادة والتصميم وتحمل المسؤولية وعدم التخاذل أمام مرمى الفريق الخصم دورها المهم والكبير في عملية التصويب ويؤكد "جارس هوجز" Hughes أن "عملية التصويب ليست بالعملية السهلة لما تتطلبه من تحديد في خصوصية المهارة، حيث تكون كافة أوجه الهجوم مبنية على غاية رئيسية وهي إحراز هدف" (يوسف لازم كماش وآخرون، 2013، ص257) وبناء على ذلك يتضح أن محاولة إدخال الكرة في مرمى الفريق المنافس هي هدف المباراة الأساسي، فالتصويب إذن هو عماد الفريق نحو تحقيق الفوز وهو نتيجة مجهودات الفريق الهجومية التي تتركز على إدخال الكرة في هدف الخصم، فعند تطبيق الاختبار على أفراد العينة وتسجيل نتائجهم نلاحظ أن عدد اللاعبين بتقدير ممتاز ما نسبته 12.5% وأما اللاعبين الذين اجتازوا الاختبار بتقدير متوسط ما نسبته 62.5% أما تقدير ضعيف فبلغت نسبة 25% وهذا ما يوضح الاختلاف في التقديرات التي تحصل عليها اللاعبين فمنهم من اجتاز الاختبار بتقدير "ممتاز ومنهم من اجتازه بتقدير "متوسط" ومنهم من كان "ضعيفا" في الاختبار فكل حسب مؤهلاته، ومن هنا يمكن القول أن هذا الاختبار قد قدم نتائج مهمة للمدرب مما يسهل عليه عملية معرفة

مهارة التصويب ودقتها كل لاعب على حدى.

الاستنتاج : منهذا المنطلق يمكن القول أن هذا الاختبار قد أدى الغرض المرجو منه بقياس دقة التصويب نحو المرمى عند اللاعبين، ويفسر ذلك النتائج التي حققها اللاعبين بعد إجراء الاختبار ، وبالتالي وضع كل لاعب في مكان اللعب الذي يناسبه وكذا وضع خطط تتماشى ومع المستوى العام للاعبين من حيث مهارة ودقة التصويب.

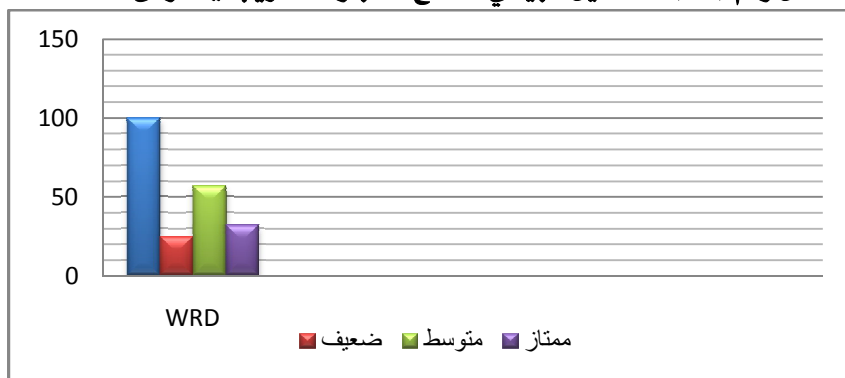
الوحدة الثانية : اختبار ضرب الكرة وهي في الهواء لأطول مسافة ممكنة.

الفرض منه : قياس المسافة التي يمكن أن يحققها اللاعب عن طريق ضرب الكرة وهي في الهواء مباشرة وقبل أن تصل إلى الأرض ويمكن أن تتم باستخدام الرأس، الكتف، الركبة.

الجدول رقم (06): نتائج اختبار ضرب الكرة وهي في الهواء لأطول مسافة ممكنة.

رمز الفريق	عدد التكرارات	ضعيف	%	متوسط	%	ممتاز	%
WRD	16	02	12.5	09	56.25	05	31.25

الشكل رقم (03): التمثيل البياني لنتائج اختبار التصويب في المرمى.



. تحليل ومناقشة النتائج: يعد ضرب الكرة وهي في الهواء من المبادئ

الأساسية الهامة في كرة القدم وذلك نتيجة لكون الكرة غالبا ما تلعب بالهواء، الأمر الذي يستدعي استخدام الرأس، الكتف، الركبة في اللعب، ولكن غالبا ما تتم هذه المهارة باستخدام الرأس لكون الكرة عالية نوعا ما، وهذا ما جعل المدربين يعطونها الأهمية الكبيرة في الوحدات التدريبية، إضافة الى دورها الكبير في إحراز الأهداف من قبل اللاعبين المهاجمين، وكذلك لإبعاد الكرات الخطرة عن المرمى وتشتيتها من قبل اللاعبين، ويقول "مفتي إبراهيم حماد": "لقد اعتبر الكثير من خبراء

كرة القدم أن الرأس في كرة القدم قدما ثلاثة للاعب خلال المباراة بلان الميزة الكبرى للراس فيمباريات كرة القدم هي مقدارتها للوصول للكرات العالية، حيث كثيرا ما يحدث هذا الموقف خلالها" (مفتي إبراهيم حماد، 1994، ص222) وقد أعطت التطورات الحديثة في خطط اللعب بكرة القدم، الدور الكبير والفعال للعب الكرة بالرأس، فالكثير من المباريات حسمت نتائجها عن طريق (هدف) تم تسجيله بضربة رأس، إذ تعد هذه المهارة من المستلزمات الأساسية للاعب سواء كان مدافعا أم مهاجما، ويضيف الباحث أنه لا بد للاعب أن يجيدها ويتقنها بصورة كبيرة، وهذا لا يكون إلا من خلال التدريب المتواصل في مختلف الظروف والمواقف في الملعب، خاصة وأن اللعب بالرأس يحتاج إلى إمكانية عالية وتوقيت جيد، ومن خلال النتائج الموضحة في الجدول المبين أعلاه والشكل البياني نلاحظ أن اللاعبين الذين يتميزون بمستوى ضعيف تقلد نسبتهم ب 12.5% بينما اللاعبين ذو المستوى المتوسط فقدرت نسبتهم ب 62.5% وهي أكبر نسبة مسجلة بين باقي المستويات، في حين اللاعبين ذو المستوى الممتاز قدرت نسبتهم 31.25%.

- الاستنتاج: نستنتج من خلال مما سبق ومن خلال النتائج المحصل عليها أن مهارة ضرب الكرة لأبعد مسافة من المهارات التي يعمل المدرب على تحقيقها لما لها من أهمية بالغة داخل المباريات، ويمكن القول أن هذا الاختبار تم الاستفادة من الغرض الذي وضع من أجله.

عرض نتائج اللاعبين للاختبار البدني (القوة الانفجارية باستخدام اختبار سرجنت):

الجدول رقم (07): نتائج اختبار الوحدة البدنية والوحدتين المهارتين.

الفريق	اللاعبين	القوة الانفجارية	مهارة التصويب	ضرب الكرة لأطول مسافة
WRD	01	39	5	6
	02	41	8	7
	03	38	5	3
	04	48	7	8.5
	05	41	7.5	7
	06	32	4	5
	07	39	3	8
	08	30	6	3
	09	46	8.5	9
	10	41	9	6
	11	29	4	5.5
	12	42	5	8
	13	48	6.5	8
	14	32	6	7.5
	15	42	4	6
	16	37	5	7

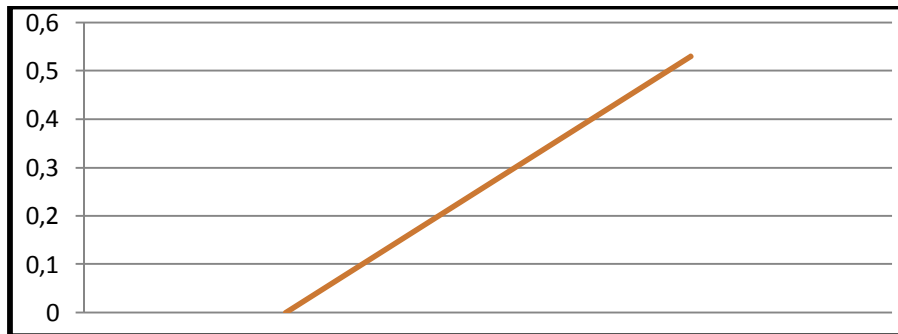
. عرض وتحليل نتائج العلاقة بين القوة الانفجارية وبعض المهارات الأساسية في كرة القدم:

1. عرض وتحليل نتائج العلاقة بين القوة الانفجارية وودقة التصويب نحو المرمى:

. الجدول رقم (08): يمثل نتائج العلاقة بين القوة الانفجارية وودقة التصويب نحو المرمى:

المتغيرات	عدد العينة	درجة الحرية	قيمة "ر" المحسوبة	قيمة "ر" الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
القوة الانفجارية	16	15	0.53	0.46	0.05	دال
مهارة التصويب						

— الشكل رقم (05): تمثيل نسبي للجدول رقم (08):



. عرض وتحليل نتائج العلاقة بين القوة الانفجارية وودقة التصويب نحو المرمى: كما

توضحه في الجدول رقم (08) ويؤكد اختبار برسون نلاحظ أن قيمة "ر" المحسوبة تساوي 0.53 أكبر من قيمة "ر" الجدولية 0.46 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 15 ومنه هناك دلالة إحصائية بين النتائج من خلاله يمكن القول أنه توجد علاقة ارتباطية طردية متوسطة بين نتائج اختبار صفة القوة الانفجارية والقدرة المهارية المتمثلة في دقة التصويب نحو المرمى في كرة القدم.

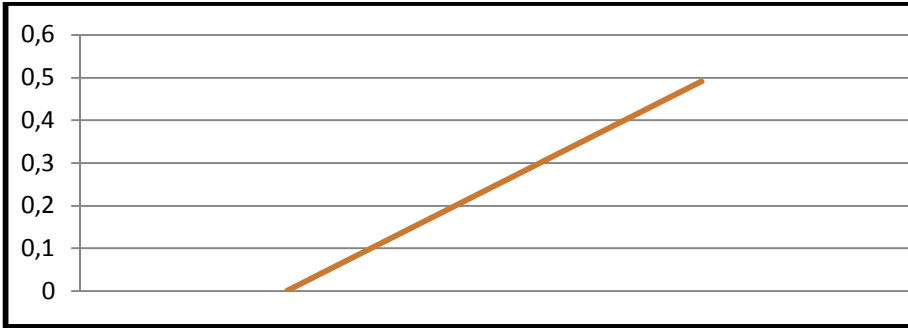
- الاستنتاج: نستنتج من خلال نتائج هذا الجدول، والتمثيل البياني للجدول أن للقوة الانفجارية علاقة فعالة وارتباطية والقدرة المهارية المتمثلة في دقة التصويب نحو المرمى في كرة القدم لفئة (U17).

2. عرض وتحليل نتائج العلاقة بين القوة الانفجارية ومهارة ضرب الكرة لأطول مسافة:

. الجدول رقم (09): يمثل نتائج العلاقة بين القوة الانفجارية وودقة التصويب نحو المرمى:

المتغيرات	عدد العينة	درجة الحرية	قيمة "ر" المحسوبة	قيمة "ر" الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
القوة الانفجارية	16	15	0.49	0.46	0.05	دال
مهارة ضرب الكرة لأطول مسافة						

. الشكل رقم (05): تمثيل نسبي للجدول رقم (09):



. عرض وتحليل نتائج العلاقة بين القوة الانفجارية ومهارة ضرب الكرة لأطول مسافة: كما توضحه في الجدول رقم (09) ويؤكد اختبار برسون نلاحظ أن قيمة "ر" المحسوبة تساوي 0.49 أكبر من قيمة "ر" المجدولة 0.46 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 15 ومنه هناك دلالة إحصائية بين النتائج، ومن خلاله نستنتج انه هناك علاقة ارتباطية طردية متوسطة بين نتائج اختبار صفة القوة الانفجارية والقدرة المهارية المتمثلة في مهارة ضرب الكرة لأطول مسافة.

الاستنتاج: نستنتج من خلال نتائج هذا الجدول، والتمثيل البياني أن القوة الانفجارية لها علاقة فعالة وارتباطية والقدرة المهارية المتمثلة ومهارة ضرب الكرة لأطول مسافة في كرة القدم لفئة (U17)، وبالتالي فتحسين صفة القوة الانفجارية ينعكس بشكل ايجابي على تنفيذ مهارة ضرب الكرة.

اقتراحات وفروض مستقبلية:

إن خير أثر يتركه الباحث إثر إجراءاته لموضوع بحثه، هو تركه المجال مفتوح للبحث واقتراح بعض النقاط التي تسهم في خدمة البحث العلمي وتدعمه، وبعد عرض نتائج البحث والخروج ببعض الاستنتاجات خلصنا لمجموعة من الاقتراحات والفروض المستقبلية التي نأمل أن تكون بناء وتعمل على مساعدة العاملين في المجال الرياضي وبالخصوص في ميدان التدريب الرياضي، وكذا ترقية المستوى العلمي، وأن تمثل بداية لانطلاق بحوث ودراسات أخرى في هذا المجال من جوانب وزوايا أخرى بتوسع وفهم أكثر، ويمكن حصرها فيما يلي:

- ضرورة الالتزام بتطبيق بطارية اختبارات لتحديد وقياس المستوى البدني والمهاري للاعبين كرة القدم.

- رفع القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بالأسلوب العلمي، وهذا عن طريق إسهامهم في الملتقيات العلمية والدورات التدريبية.

- اقتراح وتكييف بطارية اختبارات موحدة حسب قدرات اللاعبين، يعتمد



عليها المدربين في معرفة مستوى لاعبي كرة القدم لفئة (U17).
- ضرورة وضع معايير مقننة معترف بها لسلوك اللاعبين واختيار مدربي أشبال كرة القدم.

- تشجيع وتحفيز جميع المدربين والمسؤولين على الاهتمام بعملية تطبيق الاختبارات البدنية والمهارية وغيرها من أجل تحسين المستوى العام للنادي.

- اقتراح وتكييف بطارية اختبارات موحدة حسب قدرات اللاعبين، يعتمد عليها المدربين في عملية قياس المستوى البدني والمهاري لفئة الأشبال كرة القدم، ويوصي الباحث بضرورة العمل بنتائج هذه الدراسة.

- نوصي بضرورة تعميم هذه الدراسة على الفئات الأخرى.

- الاعتماد على المعايير لما لها من فائدة في تحديد قدرات اللاعبين ومستوياتهم، وكذلك لتقييم الحالة التي تبنى عليها البرامج التدريبية المطبقة من قبل المدرب.

- الابتعاد عن الطريق العشوائية في قياس المستوى البدني والمهاري للاعبين كرة القدم فئة أشبال (U17).

- ضرورة أن يكون المدرب واعيا بأهمية الاختبارات ويحرص على إجرائها دوريا، لأنها ذات طابع علمي ومقنن، تساهم في تطوير اللاعبين خاصة وكرة القدم عامة.

- تجسيد بطارية اختبارات لمعرفة المستوى البدني والمهاري للاعبين.

الختامة: من خلال دراستنا التي لم تكن محض صدفة أو عشوائية، بل كانت نابعة عن قناعة كان الهدف منها هو تسليط الضوء حول قياس القوة الانفجارية من خلال بطارية اختبارات وعلاقتها بفاعلية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (U17)، وتوصلنا في النهاية إلى أن التقدم الذي تعرفه كرة القدم الحديثة راجع بالأساس إلى إعداد وتطوير المدرب واللاعب ولا يتسنى هذا إلا من خلال توفير وبناء برامج تدريبية مبنية على أسس علمية في مجال التدريب الرياضي الحديث، وعليه يجب أن يساهم المدرب واللاعبين التطور الهائل والتقدم العلمي الكبير الذي وصلت إليه لعبة كرة القدم من طرق تدريب وإعداد اللاعبين متمثلة في تطبيق اختبارات لقياس مختلف الجوانب الخاصة باللاعب والذي يجب أن يستند إلى الحقائق العلمية التي قدمتها مختلف العلوم الأخرى، ويمكن اعتبار اعتماد المدربين على خبراتهم السابقة وتجاربهم الميدانية في الوصول للاعبين إلى

أعلى المستويات من بين العناصر التي لا يمكنه من تحقيق هذا الهدف مالم يتم التخطيط لهذا الهدف مسبقا ويجب أن يكون هذا الأخير مبني على أسس علمية متينة في الإعداد والتكوين في مجال التدريب الرياضي الحديث.

فالبرامج التدريبية المقننة والمبنية على أسس علمية وسليمة التي تحترم القوانين ونظريات التدريب الرياضي الحديث هي الوسيلة الوحيدة بوصول اللاعبين إلى المستوى العالي، ومن هنا طرحت فكرة أهمية قياس عنصر البدني المتمثل في القوة الانفجارية من خلال بطارية اختبارات ومعرفة طبيعة علاقته ببعض المهارات الأساسية في كرة القدم حتى نستطيع الوقوف على نقاط القوة والضعف التي يتميزون بها اللاعبين وبالتالي التأكد من استمرارية العمل أو تعديله.

من هذا المنطلق ومن خلال الدراسة الميدانية وتحليل النتائج المتحصل عليها توصلنا إلى أن مستوى لاعبي كرة القدم متوسط على العموم من عنصر القوة الانفجارية وكذا ناحية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لفئة (U17) ويمكن القول أن الصورة قد اتضحت، إذا ما أراد المدربون النهوض برياضة كرة القدم من خلال عناصر تتمتع بكافة مقومات النجاح على جميع الأصعدة والمستويات.

وفي الأخير يمكن القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شاقا كان واسعا، وأن كل ما بذلناه من جهد كان قليلا مقارنة مع أهميته ودوره في الوسط الرياضي، إلا أننا نترك المجال مفتوح أمام اهتمامات وبحوث أخرى لدراسة هذا الموضوع من جوانب وزوايا أخرى، كما نأمل أن تجد دراستنا هذه بما فيها من توصيات واقتراحات أذان صاغية لخدمة الميدان الرياضي بشكل عام والتدريب الرياضي بشكل خاص.

.الببليوغرافيا:

المراجع باللغة العربية:

- 1 - أمر الله أحمد البساطي بالإعداد البدني والوظيفي في كرة القدم - تخطيط تدريب - قياس، دار الجامعة الجديدة بالإسكندرية، القاهرة، 2001.
- 2 - محمد صبحي حسانين، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- 3 - طلحة حسام الدين، وآخرون، الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي، ج1، دار المعارف، القاهرة، 2003.
- 4 - مفتي إبراهيم محمد الجديدي بالإعداد المهارى بالخططى للاعبين كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
- 5 - عملي عادل عبد البصير، تدريب القوة العضلية، ط1، 2004.
- 6 - إبراهيم كاظم العظمواي، معالم من سيكولوجية الطفولة والفترة والشباب، دار الشؤون الثقافية العامة، بغداد، 1997.
- 8 - بولاد عبد اليمين، عطاء الله أحمد، المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية: الجزائر، 2009.
- 9 - محمد صبحي حسانين، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، دار الفكر العربي، القاهرة،



- 1995.
- 10 - فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة، أسس البحث العلمي، ط1، مكتبة ومطبعة الإشعاع العلمية، الاسكندرية، 2002.
- 11 - محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- 12 - أحمد بن مرسل، مناهج البحث العلمي في علوم الاعلام والاتصال، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر، 2005.
- 13 - رشيد زرواتي، مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط1، الجزائر، 2007.
- 14 - يوسف لازم كماش، وآخرون، أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم، ط1، دار زهران للنشر والتوزيع، الأردن، 2013.

المراجع باللغة الاجنبية:

- 1 - JurgonWeineck, ManuelEntrainement, Edition Vigo, p 309, T 86.
- 2 -Maurice Angers _Initiation Pratique à La méthodologie des sciences mimines _2éne Edition, Inc., chnébec, 1996.
- 3 -Jean Claude combessie,La méthode en sociologie(Série approches), édCasbah, Alger _ La découverte, Paris, 1996.
- 4 -Deslandes Neve, L'introduction à la recherche, édition, paris, 1976.