

ISSN: 2392-5442, ESSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 07 العدد: 02 السنة: 2020		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة _ الجزائر
الصفحات: 82-92		تاريخ الإرسال: 2020-04-05 تاريخ القبول: 2020-05-07

تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم

The effect of a proposed training program in small games on some basic skills of football players

د. بلقاسم بوكراتم¹، أ. صهيب زينغم^{2*}

¹ جامعة جيلالي بونعامه خميس مليانة، (مخبر الرياضة والصحة والأداء جامعة خميس مليانة)

² جامعة جيلالي بونعامه خميس مليانة، (مخبر الرياضة والصحة والأداء جامعة خميس مليانة)

المخلص: هدفت الدراسة للتعرف على أثر برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أصاغر، ولتحقيق ذلك استعمل الباحث خلال الدراسة المنهج التجريبي، حيث اشتملت عينة الدراسة على 10 لاعبين من أصل 30 لاعب من فئة الأصاغر لنادي الاتحاد الجلفاوي بالجلفة، حيث تم اختيارهم بطريقة قصدية، وقد تم تطبيق البرنامج علما والذي كانت مدته 8 أسابيع. وقبل تطبيق البرنامج المقترح قام الباحث بقياسات قبلية للعينة، وبعد تطبيق البرنامج تم إجراء قياسات بعدية بواسطة اختبار مهارة التمرير، وبعد إجراء المعالجات الإحصائية اللازمة تم جمع نتائج الاختبارات وعرضها وتحليلها و مناقشتها بواسطة أسلوب علمي وموضوعي، حيث توصلت الدراسة في الأخير إلى أن البرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة أثر إيجابيا على هذه المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم بدلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

الكلمات المفتاحية: الألعاب الصغيرة، المهارات الأساسية، كرة القدم.

Abstract: The primary aim of this study is to identify the impact of a suggested training program that uses small games on some basic skills of under 13 years old footballers. The researcher used the experimental method for his study and chose a sample of 10 players out of 30. These players belonged to the U13 category that played for the Djelfa United Football Club. This sample was chosen in a very specific way and on which the researcher implemented the given program in an eight-week timeline. Before implementing the suggested program, the researcher made some pre-measurements of the sample and some other ones afterwards by testing some basic skills like passing the ball, receiving and aiming.

After conducting the necessary counting measurements, test results have been collected, presented and discussed through the means of a scientific and objective method. This study has reached at last the conclusion that the suggested training program through small games has positively affected some essential skills in football with statistical proof between the pre and post measurements.

Key words: small games, basic/ essential skills, football.

* المؤلف المرسل :

مقدمة:

كرة القدم من أنواع الرياضات الأكثر شعبية في العالم فقد مسها هذا التطور، فنحن نرى مستوى الفرق الرياضية يوما بعد يوم وأصبح أداء المهارات يتميز بالقوة والسرعة والأداء الفني العالي، حيث يتم إنجازها في شكل جماعي على درجة عالية من التفاهم والإتقان، ولكي نحقق هذا المستوى ونسايره وجب معرفة الطريق الصحيح وتحديد الوسائل والمحتوي المناسب وفقا لما تتطلبه المباريات، وعلى ضوء ذلك يتم إعداد اللاعب منذ الصغر بالكم والكيف الذي يؤهله لأن يكون لاعبا ذو كفاءة مهارة وخطوية تمكنه من إنجاز الواجبات الفردية والجماعية وسرعة اتخاذ القرار في الوقت المناسب طوال وقت المباراة.

في كرة القدم الحديثة الشيء المهم هو الأداء المهاري، هذا ما يعني مهارة تقنية مكيفة مع اللعب وهي ظرفية لأننا لا نستعمل الحركة المناسبة إلا في الوقت المناسب مشترطة بمسار الخصم والزميل والظروف الجوية، فمن الصغر يجب وضع الأساس الرياضي المستقبلي، لذا وجب على المربي عند اختياره لطرق تعليم الناشئين الأخذ بعين الاعتبار تعطش الطفل للعب كأساس تعامل معه، والألعاب الصغيرة في كرة القدم كأحدى هذه الطرق التي يستعملها المربي في كرة القدم لما تشكله من إمكانية تحسين مستوى اللاعب، هذا الأخير وحتى يصبح فردا لامعا في اللعبة وجب عليه أن يكتسب صفات مهارة عالية تؤهله إلى أن يكون في مصاف ممارسي هذه اللعبة التي أضحت تستقطب الملايين، لذا وجب التفكير في تحسين وصقل هذه المهارات الأساسية القاعدية، ومن أهم هذه المهارات نذكر مهارة التمرير قصد النهوض بمستوى مقنع للاعب الممارس لها، وعلى ضوء هذا فإن الألعاب الصغيرة انتهجت كطريقة فعالة قد تساهم بشكل أو بآخر في إبراز هذا المستوى ما شذ إلى محاولة معرفة مداها في إكساب الرياضي الفتي الممارس لكرة القدم هذه المهارة التي لا يستغنى عنها لدى كل من يمارسها، وعلى ضوء كل هذا فقد جاء بحثي هذا الذي سأحاول من خلاله دراسة أثر برنامج تدريبي بالألعاب الصغيرة على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أصاغر، وأيضا من أجل معرفة ضعف لاعبيننا في هذه الأخيرة.

ومن بين الدراسات التي تطرقت لموضوع الألعاب الصغير دراسة ناهدة عبد زيد الدليبي بإجراء دراسة هدفت للتعرف على تأثير مجموعة الألعاب الصغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8 سنوات)، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية والقياسين القبلي والبعدي، وتكونت عينة الدراسة من تلميذات الصف ثاني ابتدائي بلغ عددها 36 تلميذة من أصل 78 وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية وقوامها 16 تلميذة والأخرى ضابطة وقوامها 16 تلميذة، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن للألعاب الصغيرة أثر في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات.

وكدراسة أخرى قام نويري بوبكر (2016) بإجراء دراسة هدف إلى معرفة تأثير توظيف الألعاب الصغيرة ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة أشبال أقل من 17 سنة، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة استخدم المنهج التجريبي، واختيرت عينة الدراسة بطريقة عمدية ممثلة في لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة، حيث اشتملت العينة على 18 لاعبا تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية وعددها (09) لاعبين وضابطة عددها (09)، وكانت النتائج المتوصل إليها هي أن تمارينات الألعاب الصغيرة المقترحة أثر على تطور بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة، وأن توظيف الألعاب الصغيرة في البرامج التدريبية تؤثر إيجابا في تنمية بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم تحت

17 سنة، وأن برمجة التدريب وفق المبادئ والأسس العلمية من حيث تنوع التمارين وطرق ومبادئ التدريب الحديثة توصل الرياضي إلى المستويات العليا.

ومن هنا تبرز أهمية الألعاب الصغيرة وذلك من خلال تنمية المهارات الأساسية في كرة القدم ومن أهمها مهارة التمرير والتي تبرز ضرورة إعداد اللاعب من خلال تنمية هذه المهارة والتي تساعد الفريق وتشكل فارق كبير في الميدان أثناء المنافسة، من خلال أدائها بأعلى درجة من الاتقان.

1- الإشكالية:

لقد انخفض مستوى كرة القدم الجزائرية كثيرا في العشرة الأخيرة مقارنة بأشقائنا وجيراننا في إفريقيا وأصبحت الفرق الجزائرية تدور في دوامة صعب الخروج منها، وهذا لعدم إعطاء أهمية لتنمية الجانب المهاري لدى الأصغار، حيث لاحظنا في هذه الآونة غياب النتائج الإيجابية والتمثيل السيئ في المحافل الدولية، إضافة إلى النقص الواضح للاعبين المحليين من الجانب المهاري الذي تقوم عليه أسس ومبادئ كرة القدم الحديثة.

وفي كرة القدم الحديثة يلعب الأداء المهاري دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق ويؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق، مما يؤدي إلى إرباك الخصم وعدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب والأداء، وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية لأعضاء الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم وإحراز الأهداف.

إن عملية الإعداد المهاري في كرة القدم تهدف إلى تعليم وتطوير المهارات الأساسية التي يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ومحاولة إتقانها وتثبيتها لتحقيق أعلى المستويات.

وتعتبر مهارة التمرير من أهم المهارات الأساسية أحد الأركان الرئيسية في اللعبة ككل، وهي مفتاح الفوز في العديد من المرات حيث تتيح للفريق كل الحلول مثل الهجمات المرتدة أو تغيير اتجاه اللعب والاستمرار في الاستحواذ على الكرة، إذ تعتبر قاعدة أساسية للعبة وبدون إتقانها لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة (حسن السيد أبو عبده، 2002، ص 127).

وقد اختلفت طرق التدريب وفقا لاختلاف الهدف الذي يضعه المدرب، فقد أصبح التدريب الحديث يعتمد على استعمال الألعاب الصغيرة، وتعتبر التدريبات الصغيرة في كرة القدم من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية، فأغلبية المدربين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة وفي مساحات ضيقة (EricBatty, 1981, p28).

والألعاب الصغيرة تكون في مساحات صغيرة تسمح لنا أثناء التدريب بالعمل على هدف محدد، مع المحافظة على العناصر الأساسية للعب بوجود خصمين، والألعاب الصغيرة يمكن قياس أهدافها بتوظيف قدرات اللاعب والحاجيات المسطرة كأهداف من تدريب اللاعبين في كل المستويات، ومن أجل الوصول بمستوى اللاعبين إلى الدرجة التي تمكنهم من تحقيق متطلبات اللعب الحديثة بعناصره المختلفة يستلزم تأسيس اللاعب منذ الصغر وفقا لبرامج مقننة بنيا ومهاريا وفنيا وخططيا، بالإضافة إلى محتوى أكثر تطورا من التدريبات التي تتلاءم مع قدرات وإمكانات الناشئين والتي تضع الأساس الصحيح لبناء القاعدة من النشئ وبما يصنع جيلا من أصحاب المواهب والقدرات الخاصة.

ومما سبق طرحنا التساؤل التالي:

1-1- هل للبرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة أثر على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف الأصغر؟

2- الفرضية العامة:

- للبرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة أثر على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أصغر.

2-1- الفرضية الجزئية:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للتمرير لدى لاعبي كرة القدم صنف أصغر.

3- أهمية الدراسة:

تتبع أهمية هذه الدراسة للتعرف على مدى تأثير البرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الاتحاد الجلفاوي لكرة القدم صنف أصغر، حيث تعتبر هذه الدراسة من الدراسات والطرق التعليمية الحديثة التي ستساعد في تنمية مهارة التمرير خاصة في هذا السن الحساس الذي يميز الطفل بقابليته للتعلم والنمو والتطور. كما تكمن أهمية دراستي هذه في كيفية الممارسة الفعلية لطريقة اللعب في المساحات الضيقة أثناء الحصص التدريبية، بالإضافة إلى ذلك فالألعاب الصغيرة لها أهمية كبيرة في إدخال عامل السرور عند اللاعبين وتحسين و تنمية مهارتي دقة التمرير والاستقبال بالإضافة إلى تحسين دقة التصويب نحو المرمى في وضعيات مختلفة.

4- أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الاتحاد الجلفاوي لكرة القدم صنف أصغر، من خلال إبراز الدور الهام للألعاب الصغيرة، وكذا أهمية المهارات الأساسية للاعب كرة القدم، في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري لدى الناشئين. وذلك من خلال تطبيق برنامج تدريب يلمعرفة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في المهاراتفي المجموعة الواحدة، أي قبل تطبيق الوحدات التدريبية المقترحة، ثم في القياس البعدي أي بعد تطبيق الوحدات التدريبية على نفس العينة مع تحديد اتجاه الفروق.

5- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

* **الألعاب الصغيرة:** هي عبارة عن ألعاب غير محددة القوانين والشروط فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء طفل صغير أو غيره على التعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته ووفقاً لميوله الذاتي من أجل اكتساب والمتعة والترويح وهي ألعاب تجرى في مساحات مصغرة وأبعاد معينة وعدد أقل من اللاعبين. (قاسم المندلاوي، 1970، ص 168).

* **البرنامج التدريبي:** النشاطات التدريبية والطرائق التي تؤدي إلى تحقيق مجموعة من الأهداف التدريبية، أي مجموعة من الوحدات التدريبية الهدف منها معرفة مدى تأثير هذا البرنامج التدريبي المقترح على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم. (قاسم المندلاوي، 1990، ص 113).

* **كرة القدم:** هي لعبة جماعية يلعبها فريقان يتنافسان لتسجيل الأهداف ويضم كل فريق أحد عشر لاعبا بالإضافة إلى سبعة لاعبين احتياط و يمكن تبديل ثلاث لاعبين كأقصى حد أثناء المباراة و تعتبر كرة القدم الرياضة الأكثر شعبية في العالم و تلعب على مستطيل عشبي أخضر مع وجود مرميين في مركزي أطراف الملعب، يلعب اللاعبون عادة بالكرة باستخدام أرجلهم ورؤوسهم والصدر أحياناً و من غير المسموح استخدام الأيدي باستثناء حارس المرمى الفريق الذي يحرز أكثر عدد من الأهداف هو الفريق الفائز و إذا تعادل الفريقان في النتيجة يلجأ إلى الوقت الإضافي أو ضربات الجزاء وأهم

مسابقة في كرة القدم هي كأس العالم التي تقام كل أربع سنوات سجلت اللعبة باسم إنجلترا بعد إنشاء اتحاد كرة القدم. (حسن السيد أبو عبده، 2002، ص15).

* المهارة: عمل وظيفي لها هدف أو غرض يستوجب الوصول اليه ويتطلب حركة طوعية للجسم أو أحد أعضائه لكي يؤدي الحركة أداءً سليماً، وهي مجموعة من الحركات تجمع بين السرعة والدقة والتركيز في الأداء. (حسن السيد أبو عبده، 2002، ص35).

6- منهج الدراسة:

المنهج هو الطريقة التي يتعين على الباحث أن يلتزمها في بحثه حيث يتقيد باتباع مجموعة من القواعد العامة التي تهيم على سير البحث ويسترشدها الباحث في سبيل الوصول إلى الحلول الملائمة لمشكلة البحث.

ولقد تعددت أنواع المناهج وصنفت عدة تصنيفات فمنها المنهج الوصفي ومنها الاستطلاعي والتحليلي والمقارن والتاريخي والتجريبي... الخ. كما صنفت إلى أنواع رئيسية وأخرى فرعية ولكل نوع طريقته وقواعده التي يجب على الباحث أن يتقيد بها. (عبد اليمين بوداود، 2009، ص69).

وقد تم اختيار المنهج التجريبي والذي يعتبر من أكثر المناهج العلمية التي تتمثل فيه معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة وذلك لأنها لا تقف عند مجرد وصف موقف أو تحديد حالة أو التاريخ للحوادث الماضية بل يقوم الباحث بدراسة المتغيرات المتعلقة بظاهرة معينة ويحدث في بعضها تغييراً مقصوداً ويتحكم في متغيرات أخرى حتى يتوصل إلى العلاقات السببية بين كل هذه المتغيرات وأثناء ذلك يراعي تحقيق أقصى درجات الضبط العلمي، وأستخدم في هذه الدراسة المنهج التجريبي بتصميم العينة الواحدة.

7- مجتمع الدراسة:

هو مجموعة من الخصائص التي يحددها الباحث تكون مضبوطة عند كافة أعضاء العينة، ويعتبر من النقاط الأساسية التي ينبغي أن يراعيها الباحث ويولها اهتماماً كبيراً، فبدون تحديد المجتمع وتحديد العناصر الداخلة فيه لا يستطيع الباحث التحكم في كافة المتغيرات المرتبطة بالبحث. (عبد اليمين بوداود، 2009، ص69).

وتمثل مجتمع الدراسة في لاعبي نادي الاتحاد الجلفاوي بالجلفة حيث تكون من 30 لاعبا من الفئة أقل من 13 سنة، وتم اختيار 10 لاعبين من أصل 30 لاعبا، حيث قدمت لي كامل الإمكانيات والوسائل اللازمة التي ساعدت على تطبيق البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة.

8- عينة الدراسة:

هي جزء من الكل نقوم باختيارها بطريقة معينة لدراستها من أجل التحقق من الظاهرة في هذا الكل كما تعرف بأنها مجموعة من الأفراد تختار بطرق مختلفة من مجتمع كبير لدراسة ظاهرة فيه وبشكل عام فإن العينة نعرفها بأنها مجموعة من الأفراد تؤخذ من المجتمع الأصلي بحيث تكون ممثلة له تمثيلاً صادقاً. (نفس المرجع السابق، ص72).

وتم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية ولا يتم تعميم نتائجها إلا بعد المقارنة وإجراء دراسة أخرى ويمكن أن تستعمل العينة المقصودة عندما يكون المجتمع الأصلي قليل العدد وخاصة في الرياضات الفردية مثل رياضة الجمباز أو رياضة ألعاب القوى ويمكن كذلك استخدامها عندما تريد قصد دراسة بعينها كأن تقصد دراسة الحالة البدنية لرياضي معين لا غير إلى غير ذلك من المواقف التي تدفعنا إلى القصد في الدراسة و البحث، حيث تكونت عينة البحث الحالي من 10 لاعبين مهاجمين من أصل 30 لاعبا في نادي الاتحاد الجلفاوي بالجلفة فئة الأصاغر.

9- مجالات الدراسة:

9-1- المجال الزمني:

كانت بداية الجانب التمهيدي والنظري في 13 فيفري إلى غاية 25 أفريل، أما بالنسبة لبرنامج الألعاب الصغيرة فكانت بدايته في 26 فيفري إلى غاية 4 ماي، أما الجانب التطبيقي فكانت بدايته 05 مارس إلى غاية 16 ماي.

9-2- المجال المكاني:

نادي الاتحاد الجلفاوي بالجلفة فئة الأصاغر وتم تطبيق البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة في مركب أول نوفمبر 1954 ببلدية الجلفة.

10- أدوات جمع البيانات:

تم جمع البيانات عن طريق اختبارات مهارية وكانت كالتالي:

10-1- اختبار مهارة التمرير:

- الهدف من الاختبار: يهدف الاختبار إلى قياس دقة التمرير.

- طريقة الأداء: من على بعد 15 متر من نقطة (أ) أين يتواجد اللاعب تحدد أربعة أهداف (ب، ج، د، هـ) على خط التماس وطول كل هدف 1 متر والمسافة بين الأهداف الأربعة 5 متر، و من نفس المكان أي النقطة (أ) يقوم اللاعب بأربع تمريرات وكل تمريرة نحو هدف بالتسلسل.

- التسجيل: توضع درجة (10) إذا في كامل الأهداف و (5) إذا سجل نصف الأهداف للأداء المهاري.

- تقييم الاختبار: يعطى المختبر محاولتين وحتسب المحاولة الأفضل.

11- البرنامج المطبق:

تشكل برنامج الألعاب الصغيرة المقترح من 15 وحدات تدريبية حيث تشكلت الوحدة التدريبية من مرحلة تمهيدية ومدتها 15 دقيقة تم فيها خلق الاستعداد النفسي والبدني والوظيفي للأداء وتهيئة الجيدة للمرحلة الرئيسية وبدورها تمثلت في 03 ألعاب صغيرة مدة كل لعبة صغيرة 10 دقائق أي في المجموع 30 دقيقة وفي الأخير من المرحلة الختامية حيث تم فيها الرجوع إلى الحالة الوظيفية الأولى ومدتها 5 دقائق.

12- عرض و تحليل ومناقشة النتائج:

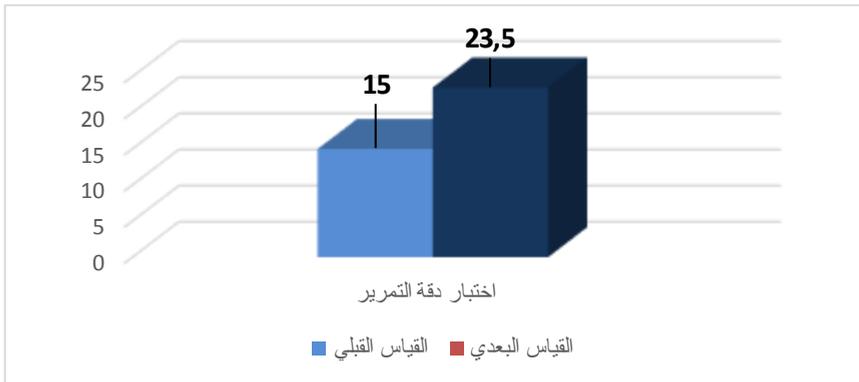
1-12- عرض وتحليل نتائج الفرضية:

نص الفرضية: هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للتمرير لدى لاعبي كرة القدم فئة الأصاغر.

الجدول 1 : يبين الفروق بين القياس القبلي و القياس البعدي للعينة في اختبار دقة التمرير.

نسبة التطور	الدلالة	الدلالة المعنوية Sig	مستوى الدلالة α	درجة الحرية Df	اختبار Ttest	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
%22.07	دال	0.00	0.05	9	-7.96	3.33	15	القياس القبلي
						4.11	23.5	القياس البعدي

من الجدول رقم (01): نلاحظ أن العينة حصلت على متوسط حسابي قدره (15) و إنحراف معياري قدره (3.33) في القياس القبلي، بينما بلغ المتوسط الحسابي (23.5) و بإنحراف معياري (4.11) في القياس البعدي، و بلغت قيمة T (-7.96) عند درجة حرية (9) و مستوى دلالة (0.05) و كانت قيمة الدلالة المعنوية sig (0.00). و بمقارنة الدلالة المعنوية مع مستوى الدلالة نجد أن $\alpha = 0.05 < sig = 0.00$ وهذا دال إحصائيا و ذلك بنسبة تطور بلغت %22.07. وبالتالي يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي للعينة في اختبار دقة التمرير.



الشكل: يمثل الفرق بين القياس القبلي و القياس البعدي للعينة في اختبار دقة التمرير.

2-12- مناقشة نتائج الفرضية:

من خلال الجدول رقم (04) والخاص باختبار دقة التمرير، نلاحظ أن هناك تحسن في نتائج العينة المطبق عليها البرنامج التدريبي المقترح بين القياس القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وبنسبة تطور قدرت ب (22.07)، وهذا ما يثبت صحة الفرضية الجزئية الأولى و التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدقة التمرير لدى لاعبي كرة القدم فئة الأصاغر تعزى للبرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة على مهارة التمرير.

يرى الطالب الباحث أن سبب التحسن الملحوظ في دقة التمرير لأفراد العينة يعود إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح على مهارة التمرير، ذلك البرنامج المبني على أسس علمية واضحة إضافة إلى اشتماله على تمارين مهارة فعالة والمتمثلة في تمرين لمس الكرة مرة واحدة و لمس الكرة مرتين و التمرير بأقل عدد من اللاعبين ، و توفر عناصر اخرى كالحماس و حب المنافسة و الالتزام بتعليمات المدرب و تطبيق البرنامج التدريبي المقترح. و كون المهارات الحركية تتطور بشكل كبير في هذه المرحلة العمرية لما يتميز به الناشئ من قدرة كبيرة على التعلم.

وهذا مع توافق مع دراسة ناهدة عبد زيد الدليمي التي أظهرت دراستها على وجود تأثير للألعاب الصغيرة في تطوير قدرات محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات (7-8 سنوات)، ودراسة نويري بو بكر والتي أظهرت دراسته أن تمارين الألعاب الصغيرة المقترحة أثر على تطور بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة، وأن توظيف الألعاب الصغيرة في البرامج التدريبية تؤثر إيجابا في تنمية بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم، وأن برمجة التدريب وفق المبادئ والأسس العلمية من حيث تنوع التمارين وطرق ومبادئ التدريب الحديثة توصل الرياضي إلى المستويات العليا. فالباحث ركز على ألعاب صغيرة تنافسية والتي تنمي و تطور المهارات الحركية و البدنية والوظيفية والأساسية في كرة القدم بالإضافة إلى الأداء الحركي، فهذه الأخيرة عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم بأدوات أو بأجهزة أو بدونها من أجل تنمية المهارات الحركية وخاصة مهارة التمرير لما لها من أهمية في البحث المقدم من طرف الباحث.

13- اقتراحات و توصيات:

- تسطير برنامج سنوي خاص بتعليم ثم تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم، مع الأخذ بعين الاعتبار خصائص ومميزات الطفل في هذه المرحلة.
- يجب تعليم أهم المهارات الأساسية خلال هذه الفترة لأن الطفل في هذا السن تكون لديه القابلية والفهم السريع وحب الاطلاع والميل إلى الجماعة.
- إدراج التدريبات الصغيرة في كرة القدم كطريقة جد هامة لإنجاز الحصة التدريبية.
- يجب الالتزام بمبدأ التنوع والتغيير في طرق التدريب والتجديد والابتكار المستمر في طريقة إعداد مواد التدريب.
- إتباع مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب، حيث أن هذه الطريقة تستجيب لمتطلبات الفئات الصغر بالمهارة، وتشبع رغباتهم في المنافسة مما يجعلها تحظى بإقبال كبير من طرف الناشئين.
- يجب على المدربين استعمال الاختبارات في قياس درجة الاستيعاب لدى الناشئين، وذلك من أجل معرفة الوجه الحقيقي للاعب من جهة ومن جهة أخرى يسمح هذا الاختبار للمدرب بإجراء تعديل في برنامجه السنوي.
- ضرورة الاهتمام بفئة الناشئين من خلال تحسين ظروف ووسائل تكوينها (توفير المساحة الكافية للتدريب، الوسائل الضرورية، الكرات، الأحذية... الخ).
- الاعتماد على التكوين القاعدي والاستمرارية في التكوين مع ضرورة التخطيط على المدى البعيد.
- إدخال طرق ومناهج حديثة أثناء التدريب مع الأخذ بعين الاعتبار مميزات وخصائص الفئة المدروسة.
- إقامة تربية وطنية ودولية للمدربين قصد كسب خبرات ومعارف جديدة والاستفادة من طرق التدريب الحديثة ومواكبة التطور الرياضي العلمي.

خاتمة:

إن الألعاب الصغيرة أو التدريبات المصغرة في كرة القدم المصغرة كطريقة لتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم هي من أهم الطرق الحديثة المنتهجة نظرا للدور الكبير الذي تلعبه في بلوغ أهداف مجتمعة لتطوير وتنمية قدرات ومهارات اللاعب الناشئ وهذه الطريقة تتلاءم مع الفئة العمرية أي فئة الأصغار، والتي تعتبر خصبة وملائمة لصقل المهارات ، لأن الطفل في هذه المرحلة يمتاز بالنشاط والحيوية والميول إلى اللعب ، لذلك فإنها تسهوي الأطفال وتتيح لهم الفرصة لتطوير وتنمية قدراتهم المهارية، هذا ما جعلنا نؤكد على استعمال هذه الطريقة الحديثة خاصة مع الأصغار الذين يعتبرون الفريق الرياضي في المستقبل، لذلك فإن العناية بتنشئتهم تنشئة سليمة يعني الاطمئنان على مستقبل كرة القدم.

وعلى ضوء النتائج المحصل عليها توصلنا إلى ضرورة إعطاء هذه الطريقة المكانة والأهمية التي تستحقها أثناء عملية تدريب وتكوين الناشئين، وضرورة اعتماد برامج ومناهج علمية حديثة تتماشى مع متطلبات وأساليب التدريب الرياضي الحديث.

وفي الأخير نستطيع القول بأن هذه النتائج لا بد أن تكون مرجعا ومنطلقا لدراسات أخرى في هذا المجال، ومانارا للمختصين في مجال التدريب الرياضي في الجزائر للسير على الطريق الصحيح بداية من إيجاد البرامج الناجعة وتوفير الظروف لنجاح هذا الفرد وتوجيهه نحو التأهيل الصحيح.

قائمة المراجع:

1- الكتب العربية:

- 1- حسن السيد أبو عبده: الإعداد المهاري للاعبي كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، الاسكندرية، مصر 2002.
 - 2- عبد اليمين بوداود: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان م ج، الجزائر 2009.
 - 3- قاسم المندلاوي: علم التدريب الرياضي، دار الفكر، عمان، الأردن 1990.
 - 4- قرقور محمد: أثر برنامج تمارين خاصة في تنمية صفة القوة المميزة بالسرعة لدى العبي كرة القدم، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 06، العدد 02.
 - 5- أحمد آدم أحمد محمد: واجبات التدريب الحديث في كرة القدم من وجهة نظر مدربي درجة الممتاز بالسودان، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 02، العدد 04.
- 2- الكتب الأجنبية:

1- EricBatty: **entraînement l'Européenne**, édition vigot, France 1981.