

| | | |
|----------------------------------|--|--|
| ISSN: 2392-5442, ESSN: 2602-540X |  | مجلة المنظومة الرياضية |
| المجلد: 09 العدد: 03 السنة: 2022 | | مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة الجزائر |
| الصفحات: 97-113 | | تاريخ الإرسال: 12-07-2022 تاريخ القبول: 10-08-2022 |

تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة و التصويب لدى لاعبي نادي سبور سيتي لكرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

The effect of a proposed training program with small games on the skills of Receiving the ball and Shooting for Sport City Football Club players under 13 years old.

صهيب زيغم^{1*} ، بلقاسم بوكراتم²

¹ جامعة الجليلي بونعامة خميس مليانة، souhib.zighem@univ-dbkcm.dz

² جامعة الجليلي بونعامة خميس مليانة، b.boukratem@univ-dbkcm.dz

2-1 مخبر الرياضة، الصحة، الأداء خميس مليانة

ملخص: هدفت الدراسة للتعرف على أثر برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة و التصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة، ولتحقيق ذلك استعمل الباحث خلال الدراسة المنهج التجريبي، حيث اشتملت عينة الدراسة على 10 لاعبين من أصل 30 لاعب من فئة أقل من 13 سنة لنادي سبور سيتي بالجلفة، حيث تم اختيارهم بطريقة قصدية، وقد تم تطبيق البرنامج عليها والذي كان مدته 10 أسابيع، وبعد إجراء المعالجات الإحصائية اللازمة تم جمع نتائج الاختبارات وعرضها و تحليلها و مناقشتها بواسطة أسلوب علمي وموضوعي، حيث توصلت الدراسة في الأخير إلى أن البرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة أثر إيجابيا على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي سبور سيتي لكرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

الكلمات المفتاحية: الألعاب الصغيرة، استقبال الكرة، التصويب، كرة القدم.

Abstract: The primary aim of this study is to identify the impact of a suggested training program that uses small games on the skills of receiving the ball and shooting 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 Sport City Club. This sample was chosen in a very specific way and on which the researcher implemented the given program in an eight-week timeline. 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.

Key words: Small games, Reception skill, Shooting skill, football.

*المؤلف المرسل

1. مقدمة وإشكالية الدراسة:

الجهود المبذولة في مجال التدريب الرياضي الحديث نتيجة للدراسات والبحوث العلمية الحديثة والمختلفة وباستخدام وسائل جد متطورة قد حققت تطورا كبيرا في لعبة كرة القدم.(سامر وواضح، 2022، ص639).

اللعبة من أهم العوامل التي تجعل الطفل ينمو بطريقة جيدة حيث يقول عنه "حسن علاوي" بأنه النشاط السائد في حياة الطفل ما قبل المدرسة كما يساهم بقدر كبير في المساعدة على النمو العقلي والخلقي والبدني والجمالي والاجتماعي، والمتبع لنمو الأطفال يلاحظ تطور اللعب عندهم واختلافه باختلاف مراحل النمو. (محمد حسن علاوي، 1986، ص09). كما قال عنه "أوليفر كاميل": مما لا شك فيه انه لا أحد يستطيع أن ينكر دور اللعب بالنسبة للطفل، فهو يحتاج إليه مثل حاجته إلى الهواء الذي يتنفسه كما أنه يساعده على اكتشاف المحيط الذي يعيش فيه وبالتالي يؤهله إلى الاندماج والتكيف، أما رغبة الطفل في اللعب فإذا لم يتم تحقيقها في الطفولة بصورة كاملة فإنها تؤثر في شخصيته مستقبلا كمرهق وراشد، هذه المرحلة العمرية مهمة جدا في النمو حيث يقول "كورت" أنه انطلاقا من وجهة نظر التطور الحركي فإن هذا العمر هو أفضل عمر زمني يجب استثماره لتطوير القابلية الحركية متنوعة الوجوه.(Korte, 1997, p65).

و "لاديس لاف" أيضا أكد على أهمية هذه المرحلة عند الطفل حيث قال: هذه المرحلة تتطلب تطوير التوافق وتعلم الحركات السهلة والصعبة من خلال التمرينات المطبقة.(La dislave, 1984, p16).

إذن فاللعب لدى الطفل من أهم العوامل والوسائل التي تساعده في النمو من كل النواحي، ومن خلال اللعب وعند نمو الطفل يبدأ باكتشاف الألعاب المقننة مثل كرة القدم فيبدأ باللعب وذلك وفق قوانين اللعبة، وهنا تم استخراج بما يسمى بالألعاب الصغيرة الخاصة بكل تخصص رياضي.

الألعاب الصغيرة هي مجموعة من الألعاب والتي تكون في مساحات صغيرة تسمح لنا أثناء التدريب بالعمل على هدف محدد، مع المحافظة على العناصر الأساسية للعبة بوجود خصمين، قد اختلفت طرق التدريب وفقا لاختلاف الهدف الذي يضعه المدرب، فقد أصبح التدريب الحديث يتميز بالتنوع في العمليات والطرق التدريبية، ومن الطرق الفعالة المستعملة هي الاعتماد واستعمال الألعاب الصغيرة. حيث تعتبر التدريبات الصغيرة في كرة القدم من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية، فأغلبية المدربين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة وفي مساحات ضيقة (Eric Batty, 1981, p28).

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 اللعبة الحديثة بعناصره المختلفة يستلزم تأسيس اللاعب منذ الصغر وفقا لبرامج مقننة بدنيا ومهاريا وفنيا وخططيا، بالإضافة إلى محتوى أكثر تطورا من التدريبات التي تتلاءم مع قدرات وإمكانيات الناشئين والتي تضع الأساس الصحيح لبناء القاعدة من النشئ وبما يصنع جيلا من أصحاب المواهب والقدرات الخاصة،

كما أنها تخلق وتعمل على تسهيل إيصال وتعليم المهارات الأساسية، وتزيد من خبرات الطفل واستجابته للمواقف الموجودة في المهارات وتنميتها والحفاظ عليها.(علوان، 2022، ص427).

في كرة القدم الحديثة الشيء المهم هو الأداء المهاري، إذن فالمهارة في كرة القدم هي القدرة على التعامل مع الكرة وحل المشكلات في إطار قانون اللعبة من أجل المشاركة في بناء الخطط الدفاعية والهجومية، ويرى "محمد حازم ومحمد أبو يوسف" بأنها القدرة على انتقاء أنسب الحركات التي تتماشى مع طبيعة الموقف المتغير بما يتبع الهدف الأساسي في لعبة كرة

تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

القدم وهو إصابة مرمى الفريق الخصم بأكثر عدد من الأهداف ومنعه من إصابة مرماه. (محمد حازم، محمد أبو يوسف، 2005، ص 49)، كما عرفها "فاينيك" أنها: حل لمشكل حركي معين بطريقة عقلانية واقتصادية. (J.weineck, 1990, p223). 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 كإحدى هذه الطرق التي يستعملها المربي في كرة القدم لما تشكله من إمكانية تحسين مستوى اللاعب، هذا الأخير وحتى يصبح فردا لأملا في اللعبة وجب عليه أن يمتلك صفات مهارية عالية تؤهله إلى أن يكون في مصاف ممارسي هذه اللعبة التي أضحت تستقطب الملايين، لذا وجب التفكير في تحسين وصلل هذه المهارات الأساسية، وتعتبر هذه المهارات الأساسية أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية، 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).

نذكر من هذه المهارات "استقبال الكرة" حيث قال عنه "حسن سيد أبو عبده" أنه: استقبال الكرة هو إخضاع الكرة تحت تصرف اللعب والهيمنة عليها وجعلها بعيدة عن متناول الخصم وذلك للتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسب ظروف المباراة والسيطرة على الكرة تتم في جميع الارتفاعات والمستويات سواء كانت الكرات الأرضية أو المنخفضة الارتفاع أو المرتفعة كذلك فإن السيطرة على الكرة تتطلب توقيتا دقيقا للغاية وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب والتي تقوم بالسيطرة على الكرة بسرعة عالية ثم حسن التصرف فيها بحكمة وهذا يتطلب من اللاعب كشف جوانب الملعب المختلفة، كذلك يمكن القول أن هذه المهارة يجب أن يؤديها كلا من المهاجم والمدافع بدرجة كبيرة من الإتقان والتحكم لما لها من أهمية بالغة في إخضاع الكرة لسيطرة اللاعب. (حسن سيد أبو عبده، 2002، ص 116، 115).

ونذكر أيضا من هذه المهارات "التصويب نحو المرمى" حيث قال عنه "حنفي محمود مختار" بأنه إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التصويب دائما بعد محاورة أو بعد اللعب الجماعي بين لاعبين، ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس. (حنفي محمود مختار، 1997، ص 106).

إن التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل في التصويب أو فقدان الفريق للكرة إذا صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أما الكثير من اللاعبين، وعلى هذا فالتصويب لا بد له من صفات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب، كالثقة بالنفس مثلا ولكي تكون عند اللاعب الثقة في النفس ليصوب لا بد وأن يكون وصل إلى مرحلة الإتقان في تكتيك التصويب تحت كل الظروف. (إبراهيم شعلان، 2001، ص 158).

ومما سبق طرحنا ما يلي:

التساؤل التالي: هل للبرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة أثر على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة ؟

* الفرضية: للبرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة أثر على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

* أهمية الدراسة:

تنبع أهمية هذه الدراسة في اعطاء برنامج تدريبي يعمل على تحسين مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى الطفل ويكون ذلك عن طريق الألعاب الصغيرة لأنها من الطرق الحديثة المستعملة في العملية التدريبية لدى الأطفال، ولأنها أيضا عنصر مهم جدا للطفل بحكم أن الألعاب تعمل على رفع معنويات الطفل وتدخل له عامل البهجة والسرور وبالتالي يظهر التحسن في الأمر المراد تحسينه.

* أهداف الدراسة:

- إبراز مدى تأثير البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة على مهارة استقبال الكرة لدى لاعبي سبور سيتي لكرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

- إبراز مدى تأثير البرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة على مهارة التصويب لدى لاعبي سبور سيتي لكرة القدم.

* عرض الدراسات السابقة والمثابرة:

الدراسة الأولى:

قام بوسعد مراد وزبشي نور الدين وبن مسلي أعراب بإجراء دراسة دكتوراه سنة 2021 بجامعة المسيلة بعنوان " أثر برنامج تدريبي للألعاب شبه المصغرة لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم صنف U17"، حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، حيث كان عدد العينة في كل مجموعة هو 10 لاعبين، حيث استخدم الباحثون المنهج التجريبي لملامته لطبيعة الدراسة، وطبق البرنامج في مدة شهرين وتكون من اختبارات (اختبار القوة واختبار السرعة واختبار دقة التمرير واختبار دقة التصويب)، وقد توصل الباحثون إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بعد إجراء الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية والتي كانت لصالح هذه الأخيرة وهو ما دل على تأثير البرنامج المطبق للألعاب شبه مصغرة في تطوير الصفات المدروسة.

الدراسة الثانية:

قام الطالب الباحث مفتي عبد المنعم سنة 2015 بإجراء دراسة دكتوراه بمعهد العلوم والرياضة في مصر بعنوان "وضع وحدات تدريبية مقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة وتأثيرها على تنمية سرعة استقبال الكرة وتميرها لدى ناشئي كرة اليد". وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على 20 لاعبا ناشئا (13-15 سنة)، حيث قسمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية قوام كل واحدة منها 10 لاعبين، وقد توصل الباحث إلى أن هناك فروق فردية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح البعدي في سرعة استقبال الكرة وتميرها بالنسبة للمجموعة التجريبية و أنه هناك فروق فردية ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية ولصالح التجريبية في صفتي التمرير والاستقبال وفي الأخير وجد أن للوحدات التدريبية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة لها أثر إيجابي على تنمية سرعة استقبال الكرة وتميرها في كرة اليد.

الدراسة الثالثة:

تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

قامت ناهدة عبد زيد الدليمي بإجراء دراسة ماجستير سنة 2013 بجامعة بغداد بعنوان "تأثير مجموعة الألعاب الصغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8 سنوات)"، حيث استخدمت 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.

2- الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

1-2- الدراسة الاستطلاعية: لعله قبل البدء في الدراسة الميدانية لابد من التطلع على الظروف و الإجراءات التي سيتم فيها هذا البحث الميداني لهذا جاءت الدراسة الاستكشافية التي تعتبر مرتكز للبحث الميداني ونظرا لأهميتها في مساعدة الباحث على تطبيق ادوات البحث، وتمثل هذه الدراسات أو الأبحاث في الغالب نقطة البداية في البحث العلمي بشقيه النظري والتطبيقي وكما يتضح من اسمها تهدف الى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة و كشف جوانبها و أبعادها، حيث تساعد الباحث في صياغة مشكلة البحث صياغة دقيقة تمهيدا لبحثها بحثا متعمقا في المرحلة التالية وأيضا لكونها تساعد الباحثين في وضع الفروض المتعلقة بمشكلة البحث التي يمكن اخضاعها للبحث العلمي الدقيق. (رفيق و نجايي، 2022، ص364).

قمنا بدراسة ميدانية بالإمكانات المتوفرة لدى النادي مع مراعاة أوقات التدريب، كما قابلنا الطاقم المسؤول للنادي بالمساعدة التامة وتوفير الظروف الملائمة من أجل السير الحسن للبرنامج المقترح، حيث كانت العينة الاستطلاعية عبارة عن 5 لاعبين طبق عليهم الاختبارين المهارين (استقبال الكرة والتصويب) المقترحين في البرنامج التدريبي.

استغرق هذا البرنامج المقترح 8 أسابيع احتوى على 10 وحدات تدريبية مكمله للبرنامج الخاص بمدرّب الفريق، حيث كانت في ملعب التابع للمركب الرياضي أول نوفمبر بالجلفة، وكانت المرحلة الأولى الخاصة بالعينة الاستطلاعية وكان القياس القبلي يوم 2020/03/04 والقياس البعدي يوم 2020/03/11، أما التجربة الأساسية فكان يوم: 2020/04/13 بالنسبة للقياس القبلي، ويوم 2020/06/13.

- الشروط العلمية للاختبار:

أ- ثبات الاختبار: لحساب ثبات الاختبار لقد قمنا بحساب الثبات بطريق الاختبار وإعادة الاختبار حيث قمنا بتطبيق الاختبارات على عينة أولية ثم بعد أسبوع قمنا بتطبيق نفس الاختبارات على نفس الأفراد وفي نفس الظروف، وذلك بحساب معامل الارتباط بيرسون بين نتائج الاختبار الأولي والاختبار البعدي ومن ثم معامل الثبات α والذي قانونه كالتالي:

$$\text{معامل الثبات: } \alpha = \frac{2 \times Rp}{Rp + 1}$$

وتبين أن معظم الاختبارين لدهما معاملي ثبات عاليين كما هو موضح في الجدول رقم (01).

ب- صدق الاختبار: للتأكد من صدق الاختبار قمنا بحساب الصدق الذاتي وصدق المحكمين حيث:

- الصدق الذاتي: لقد تم حساب الصدق الذاتي وذلك بالجذر التربيعي لمعامل الثبات α (الصدق الذاتي $= \sqrt{\alpha}$)، حيث تبين أن الاختبارين لديهما معاملي صدق عاليين كما هو موضح في الجدول رقم (01).

الجدول رقم 1: يمثل معاملات الصدق والثبات للاختبارات المهارة المطبقة.

| معامل الصدق | معامل الثبات | اسم الاختبار |
|-------------|--------------|----------------------|
| 0.924 | 0.866 | اختبار استقبال الكرة |
| 0.941 | 0.914 | اختبار دقة التصويب |

من الجدول رقم 01 يتضح أن للاختبارين المطبقين في الدراسة لها معاملات صدق عالية وقوية حيث كانت كلها أكبر من 0.9 ، كما كانت نتائج ثبات الاختبارين أيضا عالية حيث تراوحت كلها بين 0.866 و 0.914 وكل هاته النتائج تدل على مدى صدق وثبات هاته الاختبارين ما يسمح لنا بتطبيقهما في الدراسة الميدانية للحصول على نتائج موضوعية ودقيقة.

2-2- المنهج المتبع في الدراسة: أستخدم المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة باستخدام القياس (القبلي والبعدي).

3-2- مجتمع وعينة الدراسة: هو مجموعة من الخصائص التي يحددها الباحث تكون مضبوطة عند كافة أعضاء العينة، ويعتبر من النقاط الأساسية التي ينبغي أن يراعيها الباحث ويولمها اهتماما كبيرا، فبدون تحديد المجتمع وتحديد العناصر الداخلة فيه لا يستطيع الباحث التحكم في كافة المتغيرات المرتبطة بالبحث. (عبد اليمين بوداود، 2009، ص 69).

تمثل مجتمع الدراسة في 30 لاعب من نادي سبور ستي بالجلفة، حيث تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية وكان قوامها 10 لاعبين من فئة أقل من 13 سنة تراوحت أعمارهم بين 12 و 13 سنة، وبنسبة 33.33% من مجتمع الدراسة.

3-2-1- اعتدالية العينة:

للتأكد من التوزيع الطبيعي للعينة قمنا بحساب معامل الالتواء واختبار شايرو ويلك الذي يستخدم للتحقق من مدى اقتراب الدرجات من التوزيع الطبيعي.

2-3-1-1- معامل الالتواء:

القيم المقبولة لمعامل الالتواء هي التي تتراوح بين (1، -1) كمحك الأكثر استخداماً.

الجدول رقم 2: يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للعينة بالنسبة للوزن والطول.

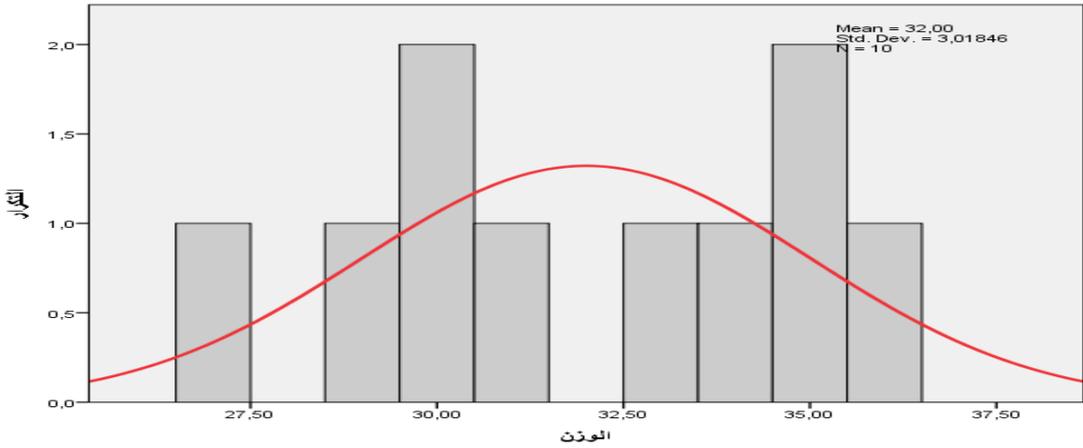
| المتغيرات | عدد العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
|-----------|------------|-----------------|-------------------|----------------|
| | | | | |

تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

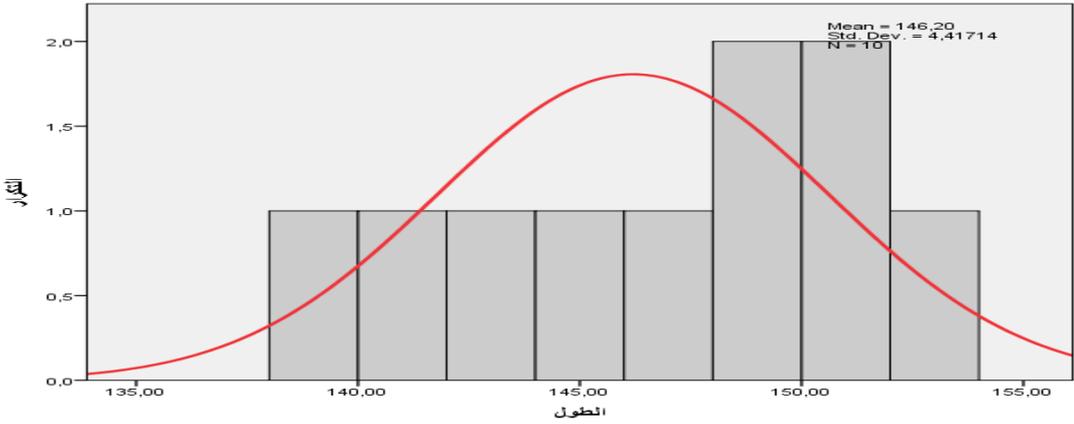
| | | | | |
|--------|------|-------|----|-------|
| -0.212 | 3.01 | 32 | 10 | الوزن |
| -0.505 | 4.41 | 146.2 | | الطول |

من خلال الجدول رقم (02) والذي يبين مدى تجانس العينة من حيث الطول والوزن، نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي كانت (32) والانحراف المعياري (3.01) ومعامل الالتواء (-0.212) بالنسبة للوزن، وبالنسبة للطول فإن قيمة المتوسط الحسابي كانت (146.2) والانحراف المعياري (4.41) ومعامل الالتواء (-0.505)، وبما ان معامل الالتواء يدخل ضمن المحك (1 و-1) الأكثر استخداما فإن البيانات تقترب من التوزيع الطبيعي.

الشكل رقم 1: توزيع درجات العينة بالنسبة للوزن.



الشكل رقم 2: توزيع درجات العينة بالنسبة للطول.



2-2-3- اختبار شاييرو ويلك (Shapiro wilk's Test):

يستخدم الاختبار للتحقق من مدى اقتراب الدرجات من التوزيع الطبيعي واستخدمناه للتأكد من إقتراب أطوال وأوزان العينة التجريبية من التوزيع الطبيعي.

الجدول رقم 3: يبين نتائج اختبار التوزيع الطبيعي شاييرو ويلك للطول والوزن.

| المتغيرات | قيمة اختبار شاييرو ويلك | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الدلالة المعنوية |
|-----------|-------------------------|-------------|---------------|------------------|
| الوزن | 0.94 | 10 | 0.05 | 0.555 |
| الطول | 0.936 | 10 | | 0.509 |

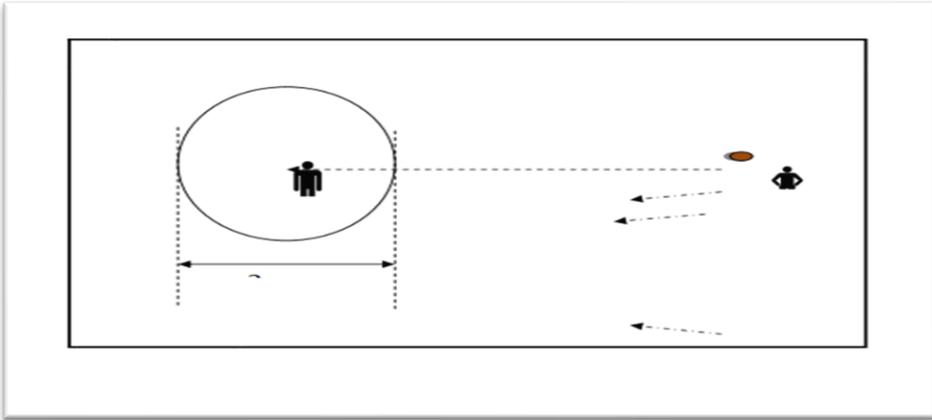
نلاحظ من الجدول بأن قيمة اختبار شاييرو ويلك للعينة في متغير الوزن (0.94) عند درجة حرية (10) و كانت الدلالة المعنوية (0.555) و بما أن الدلالة المعنوية أكبر من مستوى الدلالة و بالتالي فإن إختبار شاييرو ويلك غير دال احصائيا بالنسبة لمتغير الوزن، و بالنسبة لمتغير الطول فكانت قيمة اختبار شاييرو ويلك (0.936) عند درجة حرية (10) و كانت الدلالة المعنوية (0.509) و بما أن الدلالة المعنوية أكبر من مستوى الدلالة و بالتالي فإن إختبار شاييرو ويلك غير دال احصائيا، و من خلال النتائج السابقة يمكن القول أن توزيع درجات العينة لا يختلف عن التوزيع الطبيعي اختلافا دالا احصائيا بالنسبة لمتغيرات الوزن و الطول.

4-2 أدوات جمع البيانات:

1-4-2- اختبار مهارة استقبال الكرة:

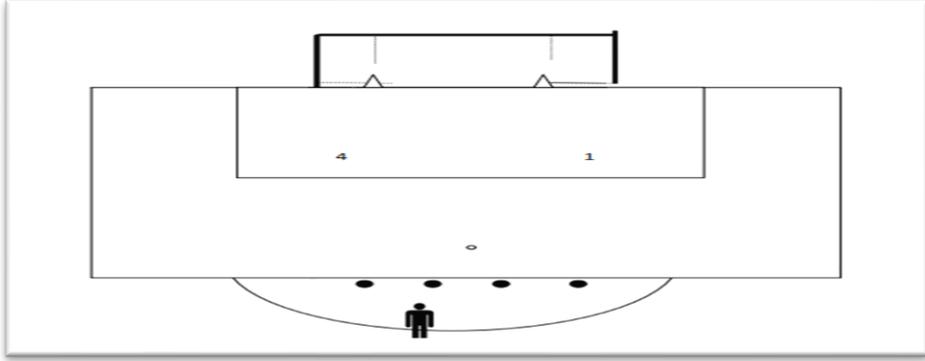
تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

- الهدف من الاختبار: يهدف الاختبار إلى قياس مهارة استقبال الكرة.
 - طريقة الأداء: يقف اللاعب داخل دائرة قطرها 2متر، يركل زميله أربع كرات أرضية إلى داخل الدائرة حيث يقوم اللاعب باستقبال الكرة دون أن تخرج عن حيز الدائرة إذالم تخرج الكرة عن حيز الدائرة عند استقبالها من طرف اللاعب تحسب له نقطة.
 - التسجيل: توضع درجة (20) إذا استقبل كامل الكرات و (10) إذا استقبل النصف و (5) اذا استقبل كرة واحدة على الأداء المهاري.
 - تقييم الاختبار: يعطى المختبر محاولتين وتحسب المحاولة الأفضل.
- الشكل رقم 3: يمثل اختبار مهارة استقبال الكرة.



2-4-2- اختبار مهارة التصويب:

- الهدف من الاختبار: يهدف الاختبار إلى قياس مهارة دقة التصويب.
 - طريقة الأداء: توضع الكرة عند قوس 18متر يقوم اللاعب بتصويب الكرة من 1 الى 4 بالتسلسل.
 - التسجيل: توضع درجة (40) للهدف العلوي من الجهتين (اليسرى أو اليمنى) و (20) للهدف السفلي (من الجهتين اليمنى أو اليسرى) للأداء المهاري.
 - تقييم الاختبار: يعطى المختبر محاولتين وتحسب المحاولة الأفضل.
- الشكل رقم 4: يمثل اختبار مهارة التصويب نحو المرمى.



3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

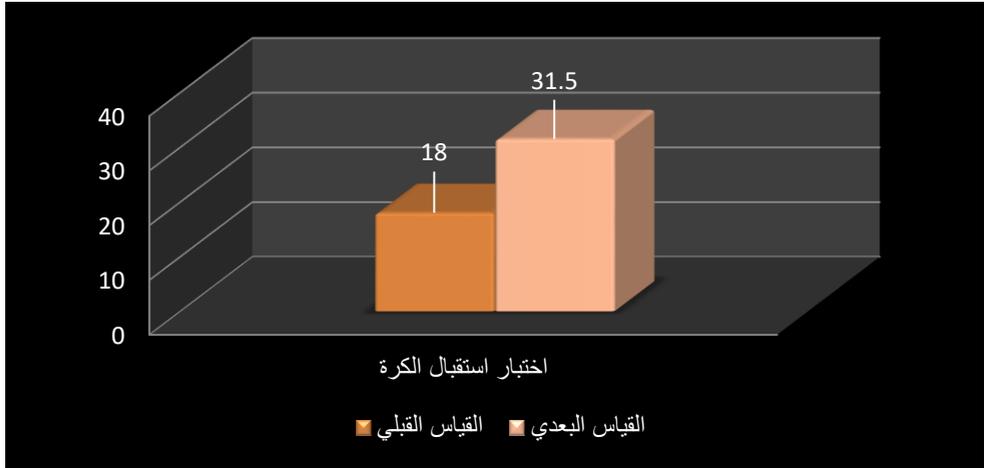
1-3- عرض وتحليل الفرضية: (استقبال الكرة):

الجدول رقم 4: يبين الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة في اختبار الاستقبال بباطن القدم.

| نسبة التطور | الدلالة | الدلالة المعنوية Sig | مستوى الدلالة α | درجة الحرية Df | اختبار Ttest | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | |
|-------------|---------|----------------------|------------------------|----------------|--------------|-------------------|-----------------|---------------|
| %27.27 | دال | 0.00 | 0.05 | 9 | -6.02 | 6.32 | 18 | القياس القبلي |
| | | | | | | 4.11 | 31.5 | القياس البعدي |

تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

من الجدول رقم (04): نلاحظ أن العينة حصلت على متوسط حسابي قدره (18) وانحراف معياري قدره (6.32) في القياس القبلي، بينما بلغ المتوسط الحسابي (31.5) وانحراف معياري (4.11) في القياس البعدي، وبلغت قيمة T (-6.02) عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05) وكانت قيمة الدلالة المعنوية sig (0.00)، وبمقارنة الدلالة المعنوية مع مستوى الدلالة نجد أن $\alpha = 0.05 < \text{sig} = 0.00$ وهذا دال إحصائياً وذلك بنسبة تطور بلغت 27.27%. وبالتالي يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة في اختبار الاستقبال بباطن القدم.



الشكل رقم 5: يمثل الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة في اختبار الاستقبال بباطن القدم.

* مناقشة نتائج الفرضية:

من خلال الجدول رقم (05) والخاص باختبار الاستقبال بباطن القدم، نلاحظ أن هناك تحسن في نتائج العينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي المقترح بين القياس القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وبنسبة تطور قدرت ب (27.27%)، وهذا ما يثبت صحة الفرضية والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للاستقبال بباطن القدم لدى لاعبي كرة القدم فئة الأصغر تعزى للبرنامج التدريبي المقترح على مهارة الاستقبال.

يرى الطالب الباحث أن تحسن مهارة استقبال الكرة للعينة سببه التمرينات المطبقة من طرف مدرب الفريق والتي أخذت شكل الاستقبال بعد لمس الكرة مرتين ثم الاستقبال بعد لمس الكرة مرة واحدة ثم الاستقبال بأقل عدد من اللاعبين، واستعمال حصص خاصة لتطوير مهارة الاستقبال والتمرير لكونهم مرتبطان ويتطوران مع بعض ولا يمكن الفصل بين التمرينات الخاصة بهما.

ويتفق المختصون في مجال علم التدريب على أهمية هذه القدرة المهارية لكرة القدم حيث أن الاستقبال يؤدي دورا هاما لمكونات الإعداد المهاري الخاص بكرة القدم .

وهذا ما توافق مع دراسة مفتي عبد المنعم التي توصل فيها الباحث إلى أن هناك فروق فردية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ولصالح البعدي في سرعة استقبال الكرة وتميرها بالنسبة للمجموعة التجريبية وأنه هناك فروق فردية ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية ولصالح التجريبية في صفة الاستقبال

وفي الأخير وجد أن للوحدات التدريبية المقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة لها أثر إيجابي على تنمية سرعة استقبال الكرة وتميرها في كرة اليد.

فالبرنامج المقترح بالألعاب الصغيرة كان فعال حيث أن الألعاب الصغيرة كانت في مساحات صغيرة سمحت للباحث 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 بدنيا ومهاريا وفنيا وخططيا، بالإضافة إلى محتوى أكثر تطورا من التدريبات التي تتلاءم مع قدرات وإمكانيات الناشئين والتي تضع الأساس الصحيح لبناء القاعدة من النشئ وبما يصنع جيلا من أصحاب المواهب والقدرات الخاصة.

2-3- عرض وتحليل الفرضية: (التصويب):

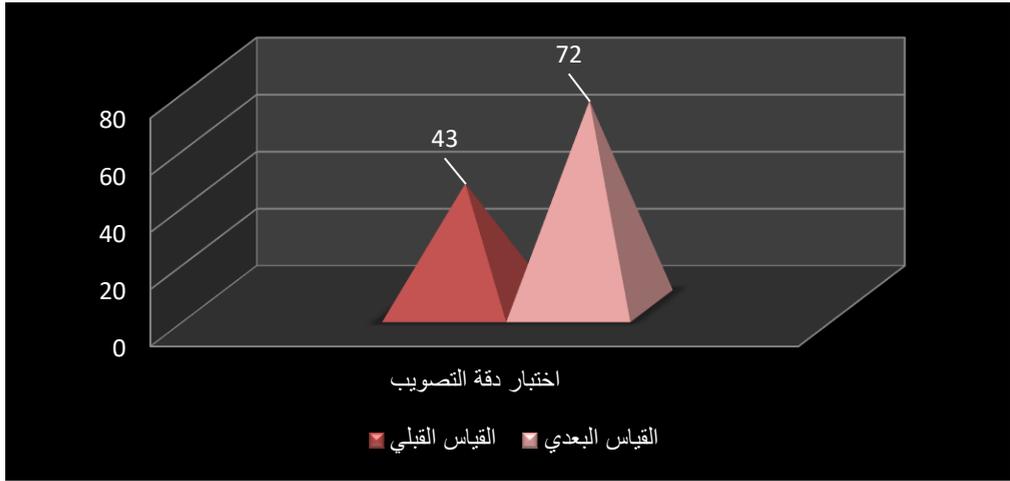
| نسبة التطور | الدلالة | الدلالة المعنوية Sig | مستوى الدلالة α | درجة الحرية Df | اختبار Ttest | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | |
|-------------|---------|----------------------|------------------------|----------------|--------------|-------------------|-----------------|---------------|
| %27.27 | دال | 0.00 | 0.05 | 9 | -6.02 | 6.32 | 18 | القياس القبلي |
| | | | | | | 4.11 | 31.5 | القياس البعدي |

الجدول رقم 5: يبين الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة في اختبار دقة التصويب.

من الجدول رقم (05): نلاحظ أن العينة حصلت على متوسط حسابي قدره (43) وانحراف معياري قدره (13.37) في القياس القبلي، بينما بلغ المتوسط الحسابي (72) وانحراف معياري (19.32) في القياس البعدي، وبلغت قيمة T (-4.30)

تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

عند درجة حرية (9) ومستوى دلالة (0.05) وكانت قيمة الدلالة المعنوية sig (0.002)، وبمقارنة الدلالة المعنوية مع مستوى الدلالة نجد أن $\alpha = 0.05 < sig = 0.002$ وهذا دال إحصائياً وذلك بنسبة تطور بلغت 25.21%. وبالتالي يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة في إختبار دقة التصويب.



الشكل رقم 6: يمثل الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة في إختبار دقة التصويب.

* مناقشة نتائج الفرضية:

من خلال الجدول رقم (05) والخاص باختبار دقة التصويب نلاحظ أن هناك تحسن في نتائج العينة التجريبية المطبق عليها البرنامج التدريبي المقترح وبنسبة تطور قدرت ب (25.21%) وأن الاختبار كان دالاً إحصائياً وهذا ما يثبت صحة الفرضية والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة الأصغر تعزى للبرنامج التدريبي المقترح على مهارة التصويب.

و يرى الطالب الباحث أن السبب في تحسن نتائج العينة التجريبية في دقة التصويب يعود إلى البرنامج التدريبي المقترح المبني على طريقة الألعاب الصغيرة والتي لها دور كبير في تنمية المهارات الأساسية في كرة القدم بصفة عامة و بصفة خاصة مهارة التصويب، ويرجع ذلك أيضاً إلى التمرينات المستخدمة في البرنامج التدريبي لتحسين دقة التصويب مثل التصويب على المرمى الصغير و اللعب على أربعة أهداف و التصويب على ثلاثة أهداف و المكيفة على الفئة العمرية المطبق عليها البرنامج بما يتناسب مع الحصة التدريبية للنادي و الرزنامة و الأهداف الخاصة به.

وهذا ما توافق مع دراسة بوسعد مراد وزبشي نور الدين بن مسلي أعراب التي توصل فيها الباحثون إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بعد إجراء الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية والتي كانت لصالح هذه الأخيرة في مهارة دقة التصويب، ووجد في الأخير أن للبرنامج التدريبي بالألعاب الشبه مصغرة له أثر إيجابي في تطوير مهارة التصويب نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم.

فالبرنامج المقترح من طرف الباحث كان فعال حيث أن مهارة التصويب لها أهمية كبيرة للاعب كرة القدم فكلما زادت دقة وقوة التصويب زادت إمكانية تسجيل الأهداف أثناء المباراة، وهذا راجع لفعالية الألعاب الصغيرة لأن طرق التدريب الحديث يعتمد كثيرا على الألعاب الصغيرة، وكما قال " ايريك باتي " :تعتبر التدريبات الصغيرة في كرة القدم من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية، فأغلبية المدربين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة وفي مساحات ضيقة.

4- الاستنتاج العام:

من خلال الدراسة التي قمنا بها لقد حاولنا تسليط الضوء على إسهام البرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة، وكان الهدف من الدراسة هو محاولة التعرف على الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة التجريبية في جميع الاختبارات المطبقة.

ومن خلال تحليل النتائج التي تحصلنا عليها بطرق إحصائية وعلمية توصلنا إلى تفسير للفرضية العامة والتي كان مفادها أنه للبرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة أثر على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأصاغر.

وقد تم تناول في هذه الدراسة فرضية فيما متغيرين هما استقبال الكرة والتصويب، وعلى ضوء النتائج المتحصل عليها من خلال الدراسة التطبيقية تم التوصل إلى النتائج التالية:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للاستقبال لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة ، ولقد أثبتت النتائج التي تحصلنا عليها أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي في مهارة الاستقبال، وعلى ضوء أهداف الدراسة وفي حدود العينة استنتجنا أن للبرنامج التدريبي المقترح تأثير واضح وجلي في تطوير مهارة الاستقبال لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية في الشطر الخاص بمهارة استقبال الكرة.

وهناك أيضا فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة ، ولقد أثبتت النتائج التي تحصلنا عليها أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي في مهارة التصويب، وعلى ضوء أهداف الدراسة وفي حدود العينة استنتجنا أن للبرنامج التدريبي المقترح تأثير واضح وجلي في تطوير مهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثالثة في الشطر الخاص بالتصويب نحو المرمى.

تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

إذن من كل هذا يمكننا القول أن الفرضية العامة بشطريها والتي تنص على: " للبرنامج التدريبي المقترح بالألعاب الصغيرة أثر على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة ". قد تحققت .

5- اقتراحات:

- 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 الصغرى المهارية، 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.

الخاتمة:

إن الألعاب الصغيرة أو التدريبات المصغرة في كرة القدم المصغرة كطريقة لتطوير مهارتي استقبال الكرة والتصويب نحو المرمى 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 أقل من 13 سنة ، والتي تعتبر خصبة وملائمة لصقل المهارات ، لأن الطفل في هذه المرحلة يمتاز بالنشاط والحيوية والميول إلى اللعب ، لذلك فإنها تستهوي الأطفال وتتيح لهم الفرصة لتطوير وتنمية قدراتهم المهارية، هذا ما جعلنا نؤكد على استعمال هذه الطريقة الحديثة خاصة مع الأصغر 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، ومنارا للمختصين في مجال التدريب الرياضي في الجزائر للسير على الطريق الصحيح بداية من إيجاد البرامج الناجعة وتوفير الظروف لنجاح هذا الفرد وتوجهه نحو التأهيل الصحيح.

تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على مهارتي استقبال الكرة والتصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

6- قائمة المراجع:

* المؤلفات والكتب باللغة العربية:

- إبراهيم شعلان، محمد عفيفي: كرة قدم الناشئين، مركز الكتاب للنشر ط 1، القاهرة، مصر 2001.
- حسن السيد أبو عبده: الإعداد المهاري للاعبي كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، الاسكندرية، مصر 2002.
- حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر 1997.
- عبد اليمين بوداود: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 2009.
- محمد حازم- محمد أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، مصر 2005.
- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، مصر 1987.

* المقالات العلمية باللغة العربية:

- سامر محمد عبد الوارث، واضح أحمد أمين، 2022، أترطرق الاسترجاع (سلي-ايجابي) في الألعاب المصغرة (4 ضد 4) على السرعة الهوائية القصوى VMA لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة. " دراسة ميدانية لوداد تيسمسيلت"، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 09، العدد 02، ص 638-653.
- علوان رفيق، 2022، أتر برنامج تعليمي باستعمال الألعاب الصغيرة في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور المتوسط، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 09، العدد 02، ص 426-443.
- بلحاج رفيق، نجايي عبد الله نور الدين، 2022، متابعة تطور مستوى بعض المؤشرات الفيزيولوجية لدى لاعبي كرة القدم خلال الموسم الرياضي، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 09، العدد 02، ص 359-374.

* المراجع باللغة الأجنبية:

- Eric Batty: **entraînement l'Européenne**, édition vigot, France 1981
- Jurgen Weineck : **Biologie du Sport**, édition amphora, France 1985.
- Jurgen Weineck : **Biologie du Sport**, édition vigot, France 1997.
- Korte : **Sport de Compétition**, édition vigot, France 1997.
- Ladislave : **Entraînement de Foot balle**, édition groupe ESC, Farnc 1984.