

## تأثير برنامج تدريبي مقترح للألعاب الصغيرة على تنمية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى فئة المدارس (06-09 سنوات)

أ / بونشادة ياسين      جامعة زيان عاشور الجلفة

المخلص :

لقد شهدت كرة القدم في الآونة الأخيرة تطورا كبيرا على الصعيد العالمي ، وهذا ما لمسناه كل المتابعين و المختصين في هذه اللعبة ، ولم يكن هذا التطور ناتج من فراغ ، بل على العكس لأن العلم و التكنولوجيا لا حدود لها في شتى المجالات فقد ساهما بشكل كبير في هذا التطور من خلال البحوث العلمية التي عملت في هذا الاتجاه ، و التي كانت تجرى على اللاعبين طيلة هذه المدة ، ومن هذا التوجه أخذ التدريب الرياضي في هذه اللعبة أشكالا و أساليب كان لها الأثر الايجابي في رفع مستوى الأداء البدني و من ثم المهاري و حتى الخططي و النفسي ، مما أدى إلى ظهور نتائج مميزة .

وفي هذا الصدد جاءت فكرتنا لتسليط الضوء على فئة المدارس التي تعتبر الفئة المهمة جدا لأي نادي يبحث عن الاستمرارية و المكانة بين النوادي الممتازة ، حيث أننا تعرضنا في دراستنا هذه إلى اقتراح برنامج تدريبي للرفع من كفاءة الأداء المهاري للاعبين كرة القدم ، وهذا ما دلت عليه نتائج التي توصلنا إليها إذ أننا لمسنا هذا التأثير الايجابي على الأداء الفردي و الجماعي لعينة موضوع البحث، هذا التحسن الايجابي سوف يكون له دون شك مردودا ايجابيا على نتائج الفريق .

**الكلمات الدالة:** البرنامج التدريبي ، كرة القدم ، المهارات الأساسية.

## 1- الإشكالية :

يعد النشاط البدني والرياضي أحد أوجه النظام التربوي والذي أثبت نجاعته في تكوين الأفراد وإعدادهم إعدادا سليما ، وقد يذهب بعض المختصين إلى اعتباره أحد أهم ركائز النظام التربوي لأي مجتمع (محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطيء : 1992 ، ص 46).

إن أحد أهم الأنشطة الرياضية التي أصبحت تحظى باهتمام وإقبال كبير من طرف الأطفال تتمثل في رياضة كرة القدم ، حيث لوحظ حب ممارسة هذه الرياضة من طرف هذه الفئة .

فكرة القدم هي لعبة جماعية تتطلب من ممارسيها قدرات بدنية عالية كالتمتع بصفة القوة وسرعة التنفيذ والرشاقة والمرونة ، إضافة إلى المهارات العالية كمهارة التمرير والاستقبال ، والمراوغة ، والتسديد... الخ. وفي هذا الصدد ارتأينا أن نطبق برنامج تدريبي مقترح لكرة القدم لصالح هذه الفئة ، وسنسعى من وراء هذه الدراسة للكشف عن ماهية التأثيرات التي يتركها البرنامج التدريبي المقترح لكرة القدم في تنمية بعض المهارات الأساسية لديهم، وهذا للخروج بنتائج يمكن أن يستفاد منها في مجال النشاط البدني و الرياضي. من خلال ما سبق يمكننا طرح التساؤل الرئيسي :

- هل يؤثر برنامج تدريبي مقترح في كرة القدم في تنمية بعض المهارات الأساسية لدى فئة المدارس ؟

ومنه نستخلص التساؤلات الفرعية التالية :

- هل يؤثر برنامج تدريبي مقترح لكرة القدم في تنمية مهارة تمرير الكرة لدى فئة المدارس ؟
- هل يؤثر برنامج تدريبي مقترح لكرة القدم في تنمية مهارة التهديف لدى فئة المدارس ؟

## 2-الفرضيات :

\* الفرضية العامة :

- يؤثر برنامج تدريبي مقترح في كرة القدم في تنمية بعض المهارات الأساسية لدى فئة المدارس .

\* الفرضيات الجزئية :

- يؤثر برنامج تدريبي مقترح لكرة القدم في تنمية مهارة تمرير الكرة لدى فئة المدارس.

- يؤثر برنامج تدريبي مقترح لكرة القدم في تنمية مهارة التهديف لدى فئة المدارس.

**3-المنهج المتبع في البحث:**

فيما يخص اختيار المنهج المتبع فذلك يعود إلى طبيعة المشكلة منهج بحثها. ونظرا لطبيعة موضوعنا ومن أجل إعادة تشكيل واقع الظاهرة أو الحدث من خلال استخدام إجراءات أو إحداث تغييرات معينة ومن ثم ملاحظة النتائج بدقة وتحليلها وتفسيرها ، تبين أنه من المناسب استخدام المنهج التجريبي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، فالمنهج التجريبي يشمل استقصاء العلاقات السببية بين المتغيرات المسؤولة عن تشكيل الظاهرة أو الحدث أو التأثير فيهما بشكل مباشر أو غير مباشر وذلك بهدف التعرف على أثر ودور كل متغير من هذه المتغيرات في هذا المجال. (هشام حسان :2007 ، ص 83)

كما يعرف "محمد علاوي" المنهج التجريبي في المجال الرياضي على أنه:"الملاحظة الموضوعية لظاهرة معينة تحدث في موقف يتميز بالضبط المحكم ، ويتضمن متغير أو أكثر متنوعا بينما تثبت المتغيرات الأخرى". ( فاطمة عوض صابر ، ميرفت علي : 2002 ، ص 25).

**4-الوسائل والطرق وتقنيات البحث :**

أولا\*الاختبارات المهارية:

الاختبار (1): تمرير الكرة.

الاختبار(2): تصويب الكرة الى المرمى في جزء محدد .

ثانيا \* البرنامج التدريبي المقترح :

\*الأسس التي بني عليها هذا البرنامج :

- الأهداف الاجرائية المصاغة تتناسب مع حاجات هذه الفئة ، وتحررهم من الخوف والانطواء.
- التدرج في اختيار المهارات الحركية من البسيطة إلى المركبة .
- مراعاة الأمن والسلامة أثناء القيام بالحركات الرياضية المختلفة.
- استعمال المنبهات السمعية والبصرية أثناء تعليم المهارات الأساسية .
- مراعاة الأسس النفسية والفيزيولوجية لفئة المدارس.
- التنوع في استخدام الوسائل البيداغوجية.

## 5- أدوات المعالجة الإحصائية :

إن طبيعة الموضوع والهدف منه يفرض علينا أساليب إحصائية خاصة، تساعد الباحث في الوصول إلى نتائج ومعطيات، يفسر ويحلل من خلاله الظاهرة "موضوع الدراسة"، وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على جملة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة وهي كما يلي:

\* الإحصاء الوصفي:

\* المتوسط الحسابي.

\* الإنحراف المعياري.

\* النسب المئوية.

ب- الإحصاء الإستدلالي:

\* الإختبار التائي (ت).

\* معامل الثبات: ( $\alpha$  كرومباخ).

## 6- عرض و تحليل نتائج البحث :

### 6-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى:

جدول رقم (01): يبين دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي و البعدي

" اختبار تمرير الكرة "

دلالة إحصائية	مستوى الدلالة	df	قيمة t		s	$\bar{x}$		
			المجدولة	المحسوبة				
دال	0.05	14	2.14	3.59	2.28	4.73	قبلي	" اختبار تمرير الكرة "
					1.75	7.83		

نرى من النتائج المعروضة في الجدول رقم (01) أعلاه ، أن المتوسط الحسابي لاختبار

" تمرير الكرة " في الاختبار القبلي كان (4.73) بانحراف معياري قدره (2.28) ، و بلغ الاختبار البعدي (7.83) بانحراف معياري (1.75) ، وقد ظهر أن الفرق كانت دالة إحصائيا و بدرجة عالية لكلا الاختبارين ، و ذلك أن قيمة " t " المحسوبة كانت (3.59) وهي أعلى من القيمة المجدولة (2.14) تحت درجة حرية 14 و مستوى الدلالة 0.05 ، ويعني هذا أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي ، و هذا الفرق دال إحصائيا لصالح الاختبار البعدي .

جدول رقم(02): يبين نسبة التطور لاختباري القبلي و البعدي لعينة البحث (التجريبية )

نسبة التطور %	مقدار التغير بين المتوسطات	اختبار تمرير الكرة.		المجموعة التجريبية
		الاختبار البعدي $\bar{x}$	الاختبار القبلي $\bar{x}$	
37.66	3.10	7.83	4.73	

يبين الجدول رقم (02) مقدار التطور بين المتوسطات الحسابية لاختبار " تمرير الكرة " لاختباري القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية ، حيث بلغ مقدار نسبة التطور (37.66 %) و هذا المقدار يدل على فاعلية البرنامج التدريبي في تحسين " مهارة تمرير الكرة " ، حيث أن الفرق بين الوسطين الحسابيين للاختبارين ( القبلي و البعدي) كان ( 3.10 ) وهذا يعني وجود تطور في " مهارة تمرير الكرة " في الاختبارات البعدي للمجموعة التجريبية .

#### الاستنتاج الجزئي الأول :

من خلال تحليل نتائج الجداول السابقة نستنتج أن البرنامج التدريبي المقترح أدى الى تحسين مهارة تمرير الكرة ، وحسب الفرضية الأولى التي تنص على : أن البرنامج التدريبي المقترح يؤثر على تطوير مهارة تمرير الكرة لدى مدارس كرة القدم . ومنه فالفرضية الأولى محققة .

6-2- عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية:

جدول رقم (03): يبين دلالة الفرق بين الاختبارين القبلي و البعدي " اختبار تصويب الكرة "

دلالة إحصائية	مستوى الدلالة	df	قيمة t		s	$\bar{x}$		
			المجدولة	المحسوبة				
دال	0.05	14	2.14	2.70	2.63	7.56	قبلي	" اختبار تصويب الكرة "
					0.45	9.17	بعدي	

نرى من النتائج المعروضة في الجدول رقم (03) أعلاه ، أن المتوسط الحسابي لاختبار " تصويب الكرة " في الاختبار القبلي كان (7.56) بانحراف معياري قدره(2.63) ، و بلغ الاختبار البعدي (9.17) بانحراف معياري (0.45) ، وقد ظهر أن الفرق كانت دالة إحصائية و بدرجة عالية لكلا الاختبارين ، و ذلك أن قيمة " t المحسوبة كانت (2.70) وهي أعلى من القيمة المجدولة (2.14) تحت درجة حرية 14 و مستوى الدلالة 0.05 ، ويعني هذا أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي و البعدي ، و هذا الفرق دال إحصائيا لصالح الاختبار البعدي .

جدول رقم(04): يبين نسبة التطور لاختباري القبلي و البعدي لعينة البحث (التجريبية )

نسبة التطور (%)	مقدار التغير بين المتوسطات	اختبار تصويب الكرة.		
		$\bar{x}$ الاختبار البعدي	$\bar{x}$ الاختبار القبلي	
17.55	1.61	9.17	7.56	المجموعة التجريبية

يبين الجدول رقم (04) مقدار التطور بين المتوسطات الحسابية لاختبار " تصويب الكرة " لاختباري القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية ، حيث بلغ مقدار نسبة التطور (17.55 %) و هذا المقدار يدل على فاعلية البرنامج التدريبي المقترح في تحسين " مهارة تصويب الكرة " ، حيث أن الفرق بين الوسطين الحسابيين

للاختبارين ( القبلي و البعدي ) كان ( 1.61 ) وهذا يعني وجود تطور في " مهارة تصويب الكرة " في الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية .

### الاستنتاج الجزئي الثاني :

من خلال تحليل نتائج الجداول السابقة نستنتج أن البرنامج التدريبي المقترح أدى الى تحسين اختبار مهارة تصويب الكرة ، وحسب الفرضية الثانية التي تنص على : إن البرنامج التدريبي المقترح يؤثر على تحسين مهارة تصويب الكرة الساحق لدى لاعبين الكرة الطائرة . ومنه فالفرضية الثانية محققة .

### الاستنتاج العام :

من خلال النتائج المتحصل عليها سابقا ، وما أسفرت عنه من استنتاجات من خلال تبيان أن البرنامج التدريبي المقترح له دور في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم ، ومن ثم وجدنا أن الفرضيات الخاصة بدراستنا قد تحققت . ومنه نستنتج أن للبرنامج التدريبي تأثير على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى فئة المدارس. وحسب الفرضية العامة التي تنص : على أن البرنامج التدريبي المقترح يؤثر في تنمية بعض المهارات الأساسية لدى فئة المدارس. وبالتالي فالفرضية العامة محققة .

### الخاتمة:

لقد شهدت كرة القدم في الآونة الأخيرة تطورا كبيرا على الصعيد العالمي ، وهذا ما لمسناه كل المنتهين والمختصين في هذه اللعبة ، ولم يكن هذا التطور ناتج من فراغ ، بل على العكس لأن العلم و التكنولوجيا لا حدود لها في شتى المجالات فقد ساهما بشكل كبير في هذا التطور من خلال البحوث العلمية التي عملت في هذا الاتجاه ، و التي كانت تجرى على اللاعبين طيلة هذه المدة ، ومن هذا التوجه أخذ التدريب الرياضي في هذه اللعبة أشكالاً و أساليب كان لها الأثر الإيجابي في رفع مستوى الأداء البدني و من ثم المهاري و حتى الخططي و النفسي ، مما أدى إلى ظهور نتائج مميزة .

وفي هذا الصدد جاءت فكرتنا لتسليط الضوء على فئة المدارس التي تعتبر الفئة المهمة جدا لأي نادي يبحث عن الاستمرارية و المكانة بين النوادي الممتازة ، حيث أننا تعرضنا في دراستنا هذه إلى اقتراح برنامج

تدريبي للرفع من كفاءة الأداء المهاري للاعبين كرة القدم ، وهذا ما دلت عليه نتائج التي توصلنا إليها إذ أننا لمسنا هذا التأثير الايجابي على الأداء الفردي و الجماعي لعينة موضوع البحث، هذا التحسن الايجابي سوف يكون له دون شك مردودا ايجابيا على نتائج الفريق .

وفي الختام أردنا من خلال هذه الدراسة إضافة و لو القليل من المعرفة لإثراء هذا المجال الرياضي وإنارة درب العاملين فيه لتطوير هذه اللعبة في بلادنا و الرقي بها إلى أعلى مستوى وتحقيق حلم التربع على عرش هذه اللعبة ولو على المستوى القاري كبداية للتميز و التألق.

### قائمة المراجع:

1. إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين باهي: طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي، مركز الكتاب للنشر ، 2000.
2. ألبيك علي فهمي : أسس لاعبي كرة القدم والألعاب الجماعية ، مطبعة التوني ، الإسكندرية ، 1992.
3. دوقان عبيدات: البحث العلمي - مفهومه ، أدواته ،أساليبه ، الطبعة السادسة ، دار الفكر ، عمان ، 1982.
4. عماد الدين عباس أبو زيد : التدريب الرياضي : أسس ، مفاهيم ،اتجاهات ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1998.
5. فاطمة عوض صابر ، ميرفت علي : أسس ومبادئ البحث العلمي ، الطبعة الأولى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية ، 2002.

