

أثر برنامج تدريبي للألعاب الشبه مصغرة في تطوير بعض الصفات البدنية

والمهارية لدى لاعبي كرة القدم صنف U17

- دراسة ميدانية بنادي نجم شباب مقرة بالمسيلة -

The effect of a training program for semi-miniature games on the development of some physical traits and some skills of football players (class U17)

- A field study at Najm Shabab Club, Maqra, M'sila

بوسعد مراد^{1*} ، زبشي نور الدين² ، بن مسلي أعراب³

mourad.bousaad.etu@univ-mosta.dz

¹ معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس. مستغانم

مخبر العلوم المطبقة على حركة الانسان

² معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد ابن باديس. مستغانم

مخبر تقويم برامج النشاطات البدنية والرياضية

³ معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة جامعة محمد بوضياف. المسيلة

تاريخ النشر: 2021/09/30

تاريخ القبول: 2020/07/21

تاريخ الاستلام: 2021/05/09

الملخص: هدفت الدراسة التعرف إلى أثر البرنامج التدريبي للألعاب الشبه مصغرة في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم U17 لنادي نجم شباب مقرة بالمسيلة، وقد اتبعنا المنهج التجريبي حسب طبيعة الدراسة، أما أدوات الدراسة فهي برنامج تدريبي مصمم للألعاب الشبه مصغرة طبق لمدة (60 يوم) على العينة التجريبية، وأربع اختبارات (اختبار القوة، اختبار السرعة، اختبار دقة التمرير اختبار دقة التصويب) لجمع النتائج، تمثلت عينة الدراسة في لاعبي كرة القدم U17 لفريق نجم شباب مقرة بالمسيلة، عددهم (10 لاعبين للمجموعة الضابطة، و10 لاعبين للمجموعة التجريبية)، أسفرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بعد اجراء الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية والتي كانت لصالح هذه الأخيرة وهو ما يدل على تأثير البرنامج المطبق للألعاب الشبه مصغرة في تطوير الصفات المدروسة. الكلمات المفتاحية: الألعاب الشبه مصغرة، الصفات البدنية، الصفات المهارية، كرة القدم المصغرة.

Abstract: This study aims to demonstrate the impact of a training program for semi-mini-games in the development of some physical and professional qualities among football U17 players of Nadjm Chabab Magra in M'sila. Highlighting the importance of semi-miniature games as a modern way to develop some of the physical and skill qualities in football for young people, The empirical approach was adopted according to the nature of the study. The study tools are a training program designed for semi-mini-games applied for 60 days to the empirical sample, and four tests to collect results (force test , speed test, pass accuracy test, shooting accuracy test). The sample of the study was represented by the football U17 players of Nadjm Chabab Magra in M'sila, numbering (10 players for the control group, and 10 players for the empirical group). The results of the study resulted in statistically significant differences after conducting the post-test on the control and empirical groups, which were in favor of the latter. This demonstrates the impact of the program applied for semi-mini-games in the development of the studied qualities.

Keywords: semi-mini games, physical qualities, skill qualities, mini-football.

1. 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 بالتميز والتصويب والأداء الفني العالي، وتميزت الصفات البدنية بالقوة والسرعة حيث يتم إنجازها في شكل جماعي على درجة عالية من التفاهم والإلتقان، ولكي نحقق هذا المستوى ونسايره وجب معرفة الطريق الصحيح وتحديد الوسائل والمحتوى المناسب وفقا لما تتطلبه المباريات، وعلى ضوء ذلك يتم إعداد اللاعب منذ الصغر بالكم والكيف الذي يؤهله لأن يكون لاعبا ذو كفاءة مهارية وقدرة بدنية عالية تمكنه من إنجاز الواجبات الفردية والجماعية وسرعة اتخاذ القرار في الوقت المناسب طوال زمن المباراة ويشير أبو العينين (1987) أن أساليب اللعب الحديثة قد أظهرت في كأس العالم والدورات الأولمبية أهمية الحالة البدنية للاعب لما تتميز به هذه المباريات من إيقاع

سريع لتحركات اللاعبين داخل الملعب وتنفيذ كمية كبيرة من العمل البدني المتميز بالشدة العالية والتي تظهر في سرعة أداء المهارات وبدايات الجري السريع وقوة الجسم التي تتضح في محاولة اللاعب الاستحواذ على الكرة من اللاعب المنافس وسرعة تغيير المراكز والاتجاهات كما يحدث في كثير من مهارات الخداع والسيطرة على الكرة والتمرير .

في كرة القدم الحديثة الشيء المهم هو الصفات البدنية و الأداء المهاري، هذا ما يعني قدرة بدنية و مهارة تقنية مكيفة مع اللعب لأننا لا نستعمل الحركة المناسبة إلا في الوقت المناسب، مشترطة بمسار الخصم الزميل والظروف الجوية فيجب وضع الأسس للرياضي المستقبلي، لذا وجب على المدرب عند اختياره لطرق تعليم الناشئين الأخذ بعين الاعتبار تعطش اللاعب الشديد للعب كأساس تعامل معه، والألعاب الجماعية الشبه المصغرة كإحدى هذه الطرق التي يهملها المدرب في كرة القدم فاللاعب حتى يصبح فردا لامعا في اللعبة وجب عليه أن يمتلك صفات مهارية وصفات بدنية عالية تؤهله إلى أن يكون في مصاف ممارسي هذه اللعبة التي أضحت تستقطب الملايين، لذا وجب التفكير في تحسين وصقل هذه المهارات والصفات الأساسية القاعدية (كالتمرير، التصويب، القوة، السرعة) قصد النهوض بمستوى مقنع للاعب الممارس لها.

وعلى ضوء كل هذا فقد جاء بحثنا الذي سنحاول من خلاله دراسة مدى تأثير الألعاب الشبه المصغرة كطريقة حديثة وفعالة في تعلم المهارات والصفات البدنية الأساسية في كرة القدم، ومن أجل كشف مستوى اللاعبين من الجانب المهاري والصفات البدنية، هذا ما حفزنا ودفعنا إلى اختيار هذا الموضوع.

2. إشكالية الدراسة:

في كرة القدم الحديثة تلعب الصفات البدنية والأداء 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 الصفات البدنية والمهارات العالية لأعضاء الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم وإحراز الأهداف، وتعتبر المهارات والصفات البدنية الأساسية أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية، إذ تعتبر قاعدة أساسية للعبة وبدونها لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة.

ويشير الشرفاوي (2009) أنه لكي يصل الرياضيون إلى المستويات الرياضية العالية في أداء الأنشطة الرياضية بشكل عام سواءً كان هذا النشاط فردي أو جماعي فذلك يتطلب توافر مستوى عالٍ من الخصائص البدنية والمهارية.

اختلفت طرق التدريب وفقا لاختلاف الهدف الذي يضعه المدرب، فقد أصبح التدريب الحديث يعتمد أساسا على استعمال الألعاب الجماعية الشبه المصغرة، "وتعتبر الألعاب الجماعية الشبه المصغرة من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية، فأغلبية المدربين لا يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة وفي مساحات ضيقة" حيث تحتوي أساسا على الألعاب الشبه المصغرة في مساحات صغيرة تسمح لنا أثناء التدريب بالعمل على هدف محدد، مع المحافظة على العناصر الأساسية للعب بوجود خصمين، والألعاب الشبه المصغرة يمكن قياس أهدافها بتوظيف صفات 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، بالإضافة إلى محتوى أكثر تطورا من التدريبات التي تتلاءم مع قدرات وإمكانيات الناشئين والتي تضع الأساس الصحيح لبناء القاعدة من النشء وبما يصنع جيلا من أصحاب المواهب والقدرات الخاصة، هذا ما جعلنا نطرح التساؤل العام التالي :

- هل الألعاب الشبه المصغرة لها تأثير على تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية في كرة القدم صنف U17 لفريق نجم شباب مقرة بالمسيلة؟

1.2 التساؤلات الفرعية:

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينة الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم U17؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم U17؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم U17؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين العينة الضابطة و التجريبية في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم U17؟

3. فرضيات الدراسة:

1.3 الفرضية العام:

- للألعاب الشبه المصغرة تأثير إيجابي على تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية في كرة القدم صنف U17 لفريق نجم شباب مقرة بالمسيلة.

2.3 الفرضيات الجزئية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينة الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم U17.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم U17.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم U17.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين العينة الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم U17.

4. أهمية الدراسة:

- موضوع البحث يحمل في أعماقه الكثير من الدلائل والمؤشرات التي تبرز أهميته وتسلط الضوء على واقع التدريب الرياضي لدى الناشئين.
- هذا البحث عبارة عن دراسة تطبيقية وتتجلى أهمية الدراسة فيما يلي:
- معرفة قيمة وأهمية الألعاب الشبه مصغرة كطريقة تدريبية حديثة لتطوير بعض الصفات البدنية (السرعة، والقوة) في كرة القدم لصنف U17.
 - معرفة قيمة وأهمية الألعاب الشبه مصغرة كطريقة تدريبية حديثة لتطوير بعض الصفات المهارية (التمرير، والتصويب) في كرة القدم لصنف U17.
 - التعرف على أنجع الطرق والأساليب التدريبية التي تساعد على رفع مستوى الصفات البدنية والمهارية في كرة القدم صنف U17.

5. أهداف الدراسة:

- محاولة إبراز أهمية الألعاب الشبه مصغرة كطريقة حديثة لتطوير بعض الصفات البدنية والمهارية في كرة القدم لدى الاشبال.
- دراسة الألعاب الشبه مصغرة كطريقة تدريبية حديثة تساعد على تنمية الصفات البدنية والمهارية خصوصا في هذا السن الحساس أقل من 17 سنة الذي يميز الطفل باستعدادات مهارة قابلة للنمو والتطور.
- التوصل إلى إنجاز حصص تدريبية باستعمال الألعاب الشبه مصغرة لما لها من أهمية في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية.

6. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1.6 الصفات البدنية:

- 1.1.6 التعريف الاصطلاحي:** مقدرة يتسم بها الرياضي تتمكن من خلالها أجهزته الفسيولوجية وأعضاء جسمه من القيام بوظائفها بكفاءة وفاعلية للوفاء بمتطلبات أنشطة بدنية حركية ذات طبيعة خاصة. (باهي مصطفى، 1998، ص29)
- 2.1.6 التعريف الاجرائي:** تعرف الصفات البدنية على أنها مجموعة من القدرات البدنية الخاصة بنوع النشاط الرياضي الممارس ويمكن تحديدها في الصفات التالية: التحمل، القوة، السرعة، المرونة، الرشاقة.
- **تعريف السرعة:** مفهوم السرعة في المجال الرياضي يستخدم للدلالة على تلك الاستجابات العضلية الناتجة عن التبادل السريع ما بين حالة الانقباض العضلي وحالة الاسترخاء العضلي وهذه بعض التعريفات للسرعة.

- **تعريف القوة:** تعرف القوة على أنها قدرة الفرد على بذل قوة عضلية وإلى إمكانية استخدامها، أو أنها أقصى مقدار من القوة يمكن أن تخرجه العضلة أو مجموعة العضلات المشتركة في العمل.

2.6 الصفات المهارية:

1.2.6 التعريف الاصطلاحي: هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي لغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواءً كانت هذا الحركات بالكرة أو بدونها. (مختار حنفي، 1995، ص38)

2.2.6 التعريف الاجرائي: وهو مستوى اللاعبين ومدى إتقانهم للمهارة التي تتضمنها اللعبة، كما أنه يشير إلى الصورة المثالية للأداء الفني والطريقة الفعالة لتنفيذ حركة ما.

3.6 الألعاب الشبه مصغرة:

1.3.6 التعريف الاصطلاحي: وسيلة تدريبية فعالة في إثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف كما أنها تشبع حاجات الفرد إلى الشعور بالاعتبار والتقدير من الآخرين. (وديع فرج الين، 1996، ص293)

2.3.6 التعريف الاجرائي: الألعاب الشبه مصغرة هي عبارة عن الألعاب البسيطة التي لا تحتاج إلى تعقيدات مهارية كبيرة، حيث يمكن للقائم على تنفيذها تحديد بعض القوانين الخاصة وفقا للهدف المراد تحقيقه ولسن المتعلم في صورة مشوقة تمتعه وتسليه وقد تنمي لديه الاستكشاف وحل المشكلات الحركية.

4.6 كرة القدم المصغرة:

1.4.6 التعريف الاصطلاحي: كرة القدم المصغرة هي تلك اللعبة التي يحبها الأطفال والتي تجري في مساحات ضيقة وبعدهد معين من اللاعبين. (عبد الحميد كمال وفهمي زينب، 1978، ص 332)

2.4.6 التعريف الاجرائي: وهي نشاط رياضي يتمثل في كرة القدم المصغرة التي يتم التعديل في قوانين لعبها من حيث عدد اللاعبين، ومساحة اللعب، وطريقة الأداء حسب الفئات العمرية.

7. الدراسات السابقة والمشابهة:

1.7 دراسة حاجي عيسى وآخرون 1997-1998: تحت عنوان كرة القدم المصغرة كطريقة منهجية لتعلم التقنيات الأساسية لدى ناشئي كرة القدم (11-13) سنة، الطور الثاني، فريق مدرسي، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة قسنطينة شهادة ليسانس، 1997-1998، طرح الإشكالية التالية هل كرة القدم المصغرة طريقة منهجية ناجحة لتعلم تقنيات كرة القدم الأساسية؟

ما مدى نجاعة كرة القدم المصغرة كطريقة منهجية لتعلم المبادئ التقنية الأساسية لكرة القدم لدى تلاميذ الطور الثاني (11-13) سنة؟

هدف الدراسة: الهدف الرئيسي هو إبراز مدى تأثير كرة القدم المصغرة كطريقة منهجية لتعلم الحركات والأوجه التقنية عند لاعبي كرة القدم للناشئين.

نتائج الدراسة: التوصل إلى تأكيد فاعلية كرة القدم المصغرة كطريقة منهجية لتعلم المبادئ التقنية الأساسية للاعب كرة القدم الناشئ.

2.7 دراسة قيري عبد الغاني، إبراهيم عيسى: تمت عنوان أهمية استعمال الألعاب المحضرة لتنمية القدرات النفسية و الحركية لتلاميذ الطور الثاني (9-12) سنة، معهد التربية البدنية والرياضية بدالي إبراهيم جامعة الجزائر شهادة ليسانس 2003-2004، طرح الإشكالية التالية هل طريقة الألعاب المصغرة تطبق فعليا أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية لدي تلاميذ الطور الثاني؟

هل استعمال طريقة الألعاب المصغرة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور الثاني يلعب دورا إيجابيا في تنمية القدرات النفسية الحركية؟

أهداف الدراسة : دراسة الممارسة الفعلية لطريقة الألعاب المصغرة أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية لدى تلاميذ الطور الثاني ، ودراسة تأثير طريقة الألعاب المصغرة كوسيلة تربوية و طريقة بيداغوجية تساعد في تنمية القدرات النفسية الحركية للتلاميذ خصوصا في هذا السن الحساس (9-11) سنة الذي يميز الطفل باستعدادات بدنية ونفسية حركية قابلة للنمو والتطور .

التوصل إلي إنجاز حصة التربية البدنية و الرياضية باستعمال طريقة الألعاب المصغرة لما لها من أهمية في تنمية القدرات النفسية الحركية.

نتائج الدراسة:

- الألعاب المصغرة موجودة في البرنامج التربوي للتربية البدنية والرياضية.
- طريقة الألعاب المصغرة تنمي القدرات النفسية الحركية لتلاميذ الطور الثاني.
- طريقة الألعاب المصغرة طريقة ناجحة بالنسبة لتلاميذ الطور الثاني (9-12) سنة.
- طريقة الألعاب المصغرة طريقة محببة جدا لدى تلاميذ الطور الثاني.

3.7 دراسة سريدي جمال و بودور هشام 2006-2007: تحت عنوان دراسة تأثير كرة القدم المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين (11-13) سنة دراسة ميدانية لفريق وفاق المسيلة كلية العلوم الاقتصادية والعلوم التجارية وعلوم التسيير قسم الإدارة والتسيير الرياضي جامعة المسيلة شهادة ليسانس 2006-2007 ، طرح الإشكالية التالية ما مدى تأثير كرة القدم المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم؟.

هدف الدراسة: محاولة إبراز أهمية كرة القدم المصغرة كطريقة حديثة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين.

الأهداف الدراسة:

- دراسة كرة القدم المصغرة كطريقة تعليمية حديثة تساعد في تنمية المهارات الأساسية خصوصا في هذا السن الحساس (11-13) سنة الذي يميز الطفل باستعدادات مهارية قابلة للنمو والتطور.

- معرفة الوسائل والطرق التي تساهم في تنمية المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين.

- إيجاد الحل المناسب لمشكلة ضعف الأداء المهاري في كرة القدم لدى الناشئين.

- التوصل إلى إنجاز حصص تدريبية باستعمال كرة القدم المصغرة لما لها من أهمية في تعلم المهارات الأساسية.

نتائج الدراسة: طريقة كرة القدم المصغرة تعتبر طريقة حديثة وناجحة، حيث تساهم بشكل فعال في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم.

8. التعليق على الدراسات السابقة:

استقدنا من الدراسة الأولى في كيفية تصميم برنامج تدريبي ونفس الشيء بالنسبة للدراسة الثانية التي كان الهدف منها تطوير وتحسين القدرات البدنية (القوة والسرعة) والمهارية (التمرير و التصويب) وذلك عن طريق البرنامج التدريبي.

الاستعانة ببعض نتائج هذه الدراسات في ظل الأفكار المتعلقة بموضوع الدراسة ومقارنة نتائج المتواصل إليها من خلال هذا البحث.

كما جاءت هذه الدراسة مختلفة في تدريب القدرات البدنية (القوة والسرعة) والمهارية (التمرير والتصويب) عن طريق الألعاب الجماعية الشبه مصغرة وإعداد برنامج خاص وجيد لدى لاعبي كرة القدم U17.

9. المنهج المتبع في الدراسة:

نظرا لطبيعة الموضوع ومشكلة البحث الذي نحن بصدده فإننا اعتمدنا المنهج التجريبي حيث يؤكد عمار بحوش ومحمد ذنيبات أن: "المنهج التجريبي هو أقرب مناهج البحوث لحل المشاكل بالطريقة العلمية والتجربة سواء تم في المعمل أو في القاعة أو مجال آخر هو لمحاولة التحكيم في جميع المتغيرات والعوامل الأساسية باستثناء متغير واحد يتناوله الباحث بالدراسة". (محمد محمود الذنيبات وعمار بحوش، 1995، ص107)

10. عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة من الدوري الذي ينشط في الجهوي الأول الذي يضم 16 فريق أي 400 لاعب وقد تم اختيار 20 لاعبا لدراسة بطريقتهم قسدية، لكرة القدم صنف U17 الذكور، (أقل من 17 سنة) من فريق نجم شباب مقرة بالمسيلة. قسمت عينة الدراسة الى مجموعتين مجموعة ضابطة (10 لاعبين)، ومجموعة تجريبية (10 لاعبين)، وقد عملنا على دراسة مواصفات العينة وتجانسها لكل من العينة الضابطة والعينة التجريبية من حيث متغيرات السن، الطول، الوزن، العمر التدريبي وكذا المستوى الدراسي، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (01): الذي يوضح مواصفات عينة البحث العينة الضابطة والعينة التجريبية.

معامل الإلتواء	الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المعاملات الإحصائية للمتغيرات
00.247	00.966	12.70	العينة الضابطة	السن
00.621	00.842	13.00	العينة التجريبية	
-00.619	03.442	01.36	العينة الضابطة	الطول
00.361	00.611	01.38	العينة التجريبية	
00.972	06.182	34.10	العينة الضابطة	الوزن
-01.286	06.252	33.20	العينة التجريبية	
-00.618	02.016	04.67	العينة الضابطة	عدد سنوات الممارسة
00.468	02.654	05.40	العينة التجريبية	

يتضح من خلال الجدول رقم (01) أن قيم معامل الإلتواء بالنسبة لمتغيرات السن، الطول، الوزن والعمر التدريبي بالنسبة للعينة الضابطة والتجريبية وكذا العينة ككل محصورة بين +3 و -3 ما يشير إلى تجانس العينة من حيث هذه المتغيرات.

11. مجالات الدراسة:

لقد تم تطبيق الدراسة الميدانية بملعب الاخوة بوشليق بمقرة المسيلة، وذلك بعد موافقة رئيس النادي للموسم 2016/2015.

استغرقت الفترة الزمنية لتنفيذ البرنامج من يوم: 2016/02/01 إلى 2016/03/31.

12. أدوات الدراسة:

تتمثل أدوات الدراسة في مجموعة من الاختبارات البدنية وهي (اختبارات القوة، اختبارات السرعة، اختبارات دقة التمير، اختبارات دقة التصويب).

والبرنامج التدريبي المصمم للألعاب الشبه مصغرة، تم وضع البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الجماعية الشبه مصغرة في تحسين وتطوير القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم الأشبال والذي تم عرضه على المختصين في مجال علم التدريب الرياضي ولعبة كرة القدم كما تم وضع التمارين التي تشمل الجوانب البدنية والمهارية وبما يتناسب مع لعبة كرة القدم حيث طبقت المجموعة التجريبية المنهاج التدريبي بينما طبقت المجموعة الضابطة المنهج المعد من قبل مدربها.

13. أسلوب التحليل والمعالجة الإحصائية:

وقد اعتمدنا في هذه الدراسة على الحزمة الإحصائية SPSS بتطبيق المعادلات الإحصائية التالية: (حساب المتوسط الحسابي، حساب الانحراف المعياري، معامل الالتواء).

- معامل الارتباط بيرسون.

- اختبار الدلالة "ت" لقياس فروق المتوسطات المرتبطة وغير المرتبطة وللعينات المتساوية وغير متساوية في الدراسة.

14. عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

1.14 عرض وتحليل ومناقشة نتائج التساؤل الأول:

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي بين العينة الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم أشبال؟

الجدول رقم (02): يبين قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و ت ستيودنت
لاختبار القبلي للعينه الضابطة و التجريبية.

المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الاحصائية			
اختبار القوة	العينه الضابطة	11.60	04.98	00.11	02.10	غير دال			
	العينه التجريبية	12.70	06.81						
اختبار السرعة	العينه الضابطة	10.68	00.76	02.06		02.10	غير دال		
	العينه التجريبية	10.00	00.91						
اختبار دقة التمرير	العينه الضابطة	01.70	00.53	02.00			02.10	غير دال	
	العينه التجريبية	01.90	00.45						
اختبار دقة التصويب	العينه الضابطة	02.00	00.80	01.62				02.10	غير دال
	العينه التجريبية	02.60	00.97						

من خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا في الجداول رقم (02) حيث كان هناك فروق غير دالة إحصائية في الإختبار القبلي بين العينه الضابطة والتجريبية أي أن العينتين متجانستين في مستوى واحد وذلك مقارنة بين ت ستيودنت المحسوبة التي كانت أقل من ت ستيودنت الجدولية.

كما يرى ذلك عبد الرحمان عيساوي (1992) أن الطفل الناشئ يسعى في هذه المرحلة إلى المنافسة والميل إلى قياس ومقارنة قوته وقدراته بقدرات الآخرين وهذا ما يتجسد من خلال الألعاب الصغيرة التنافسية سواء بين الأفراد أو بين الأفواج.

وهذا ما اتفقت دراستنا مع دراسة قيري عبد الغاني (2003) أن هناك تجانس في العينه الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي.

ومن خلال هذا كله نقول أن فرضية البحث الأولى تحققت.

2.14 عرض وتحليل ومناقشة نتائج التساؤل الثاني:

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم الناشئين؟
الجدول رقم (03): يبين قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و ت ستيودنت لاختبار القبلي و البعدي للعينة الضابطة.

المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الاحصائية
اختبار القوة	العينة الضابطة	11.60	04.98	01.33	02.26	غير دال
	العينة التجريبية	15.10	04.92			
اختبار السرعة	العينة الضابطة	10.68	00.76	01.42		غير دال
	العينة التجريبية	10.54	00.68			
اختبار دقة التمرير	العينة الضابطة	01.70	00.53	01.66		غير دال
	العينة التجريبية	02.00	00.77			
اختبار دقة التصويب	العينة الضابطة	02.00	00.80	01.00		غير دال
	العينة التجريبية	02.80	00.94			

من خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا في الجداول رقم (03) حيث كان هناك فروق غير دالة إحصائية في الإختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في اختبارات القدرات البدنية (القوة والسرعة) والمهارية (التمرير والتصويب) أي أن البرنامج المطبق لهذه العينة لم يكن له طابع علمي وغير فعال والاعتماد على التمارين المتكررة التي تؤدي بنمط واحد، وذلك مقارنة بين ت ستيودنت المحسوبة التي كانت أقل من ت ستيودنت الجدولية.

وهذا ما أكده حاجي عيسى وآخرون (1997) أن التدريبات الاعتيادية قد تؤدي إلى تحسن ملموس ولكن ليس بنفس البرامج التدريبية.

وكذلك دراسة سريدي جمال (2006) أن التدريب التكراري والابتعاد على الطابع العلمي لا يؤدي إلى تطوير القدرات البدنية والمهارية في جمع الحالات. وكما جاءت دراستنا متفقة مع دراسة حاج عيسى (1997) ودراسة إبراهيم عيسى (2003) أن أفراد المجموعة الضابطة لم تتحسن. ومن خلال هذا كله نقول أن فرضية البحث الثانية تحققت.

3.14 عرض وتحليل ومناقشة نتائج التساؤل الثالث:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم الناشئين؟
الجدول رقم (04): يبين قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و ت ستيودنت للاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية.

المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الاحصائية			
اختبار القوة	العينة الضابطة	12.70	06.81	04.53	02.26	دال			
	العينة التجريبية	16.60	07.91						
اختبار السرعة	العينة الضابطة	10.00	00.91	07.50		02.26	دال		
	العينة التجريبية	09.25	00.96						
اختبار دقة التمرير	العينة الضابطة	01.90	00.45	04.09			02.26	دال	
	العينة التجريبية	02.80	00.74						
اختبار دقة التصويب	العينة الضابطة	02.60	00.97	07.50				02.26	دال
	العينة التجريبية	04.40	00.80						

ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا في الجداول رقم (04) حيث كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية أي

أن البرنامج المطبق لهذه العينة كان له طابع علمي وفعال للصفات البدنية والمهارية وذلك مقارنة بين ت ستودنت المحسوبة التي كانت أكبر من ت ستودنت الجدولية. ونرجع هذه النتائج إلى البرنامج التدريبي المقترح والتي هدف إلى تطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم وفق برنامج تدريبي مراعيًا الأسس والمبادئ العلمية في تخطيطه حيث يشير مفتي حماد إبراهيم (1997) إلى أن البرامج التدريبية أصبحت الوسيلة الفعالة في تأسيس وإعداد النشء ورفع مستواهم بدنياً ومهارياً وفتياً لإنجاز متطلبات اللعبة تحت كافة ظروف الأداء المختلفة. وتتفق دراستنا مع ما أشارت إليه الدراسات كلاً من دراسة حاج عيسى (1997) دراسة قيري عبد الغاني (2003) ودراسة سريدي جمال (2006) أن للبرامج التدريبية المقننة لها تأثير على القدرات و المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم للناشئين حيث يشير حنفي محمود مختار (1990) "إن تنمية مهارة أساسية أو التدريب على خطة معينة أو صفة بدنية لا يأتي دفعة واحدة بل يتحتم على المدرب تكرار التدريب وتنظيم وحداته بشكل يسمح للاعبين التعلم الصحيح ، وتطوير مستواهم، وأن يربط هدف وحدة التدريب السابقة بهدف وحدة التدريب اللاحقة. (حنفي محمود مختار، 1980، ص51)

ومن خلال هذا كله نقول أن فرضية البحث الثالثة لقد تحققت.

4.14 عرض وتحليل ومناقشة نتائج التساؤل الرابع:

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي بين العينة الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث (القدرات البدنية والمهارية) لدى لاعبي كرة القدم أشبال؟

الجدول رقم (05): يبين قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و ت ستيودنت
للاختبار البعدي للعينه الضابطة و التجريبية.

المتغير	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	الدلالة الاحصائية			
اختبار القوة	العينه الضابطة	15.10	04.92	02.28	02.10	دال			
	العينه التجريبية	16.60	07.91						
اختبار السرعة	العينه الضابطة	10.54	00.68	03.79		02.10	دال		
	العينه التجريبية	09.25	00.96						
اختبار دقة التمرير	العينه الضابطة	02.00	00.77	03.07			02.10	دال	
	العينه التجريبية	02.80	00.74						
اختبار دقة التصويب	العينه الضابطة	02.80	00.94	04.44				02.10	دال
	العينه التجريبية	04.40	00.80						

من خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا في الجدول أعلاه حيث كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبار البعدي بين العينه الضابطة والتجريبية وذلك لتحقيقه فعالية وتميز بالطابع العلمي الفعال لصالح العينه التجريبية وذلك مقارنة بين ت ستيودنت المحسوبة التي كانت أكبر من ت ستيودنت الجدولية، وهذا ما يتفق مع سريدي جمال (2006) أن هناك فروق دلالة إحصائية للاختبار البعدي لصالح العينه التجريبية، وكذا مع دراسة حاج عيسى (1997) في وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القوة العضلية للقياس البعدي. مختار(1980) "لكي يستطيع اللاعب أداء المهارة بالطريقة المثالية لابد أن تكون عضلاته قوية حتى يستطيع أن يبذل الجهد المطلوب خاصة في المباريات تحت ضغط الخصم ليتفوق عليه من جهة ومن جهة أخرى يستطيع أن يؤدي المهارة بالقوة المطلوبة"، ومن خلال هذا كله نقول أن فرضية البحث الرابعة قد تحققت.

15. الخاتمة:

الألعاب الشبه مصغرة طريقة لتدريب الصفات البدنية والمهارية الأساسية في كرة القدم هي من أهم الطرق التي نسعى للعمل بها وذلك نظرا للدور الكبير الذي تلعبه في تطوير وتنمية قدرات ومهارات اللاعب الشاب وهذه الطريقة تتلاءم مع المرحلة أقل من (17 سنة) لأن الشبل في هذه المرحلة يمتاز بالنشاط والحيوية والميول إلى اللعب لذلك نتيح لهم الفرصة لتطوير وتنمية صفاتهم البدنية والمهارية، هذا ما جعلنا نؤكد على استعمال هذه الطريقة الحديثة باستخدام الألعاب الشبه مصغرة مع هذه المرحلة، لذلك فإن العناية بتنشئتهم تنشئة سليمة يعني الاطمئنان على مستقبل كرة القدم ومن أهم النتائج المتوصل إليها من دراستنا ما يلي:

- عدم وجود فروق في متغيرات البحث بين العينة الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي.

- عدم وجود فروق في متغيرات البحث بين العينة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي.

- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الصفات البدنية (القوة والسرعة)، والمهارية (التمرير والتصويب) لصالح البعدي.

- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس البعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية في الصفات البدنية (القوة والسرعة) والمهارية (التمرير والتصويب) لصالح العينة التجريبية.

- تحسن في مستوى الصفات البدنية والمهارية المستهدفة لدى العينة التجريبية.

- تميزت الاختبارات بالدقة والمؤهلات العلمية للعينة التجريبية وهذا ما أكدته النتائج.

16. الاقتراحات:

ضرورة الاهتمام بإجراء أبحاث علمية يتم من خلالها عمل برامج تدريبية متعلقة بتحسين وتطوير مختلف الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم المصغرة والوصول بها إلى المستوى العالي.

- نوصي بضرورة رفع الصفات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بأسلوب علمي، وهذا عن طريق إسهامهم في الملتقيات العلمية والدورات التدريبية والأيام الدراسية تحت إشراف إدارات متخصصة.

- نوصي المدربين بالتأكيد على ضرورة الإطلاع على كل ما هو جديد في مجال كرة القدم والعلوم المرتبطة بها.

- ضرورة استعانة المدربين بالألعاب الشبه مصغرة لتطوير الصفات البدنية والمهارية لممارسي رياضة كرة القدم على المستوى الوطني والتعرف على قدرات اللاعبين واستعداداتهم البدنية والمهارية والخططية والفزيولوجية والاشترك في جميع المحافل سواء المحلية أو الجهوية أو الوطنية والدولية حتى يكتسب اللاعبون الخبرة في رياضة كرة القدم.

- العمل على تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على لاعبي مدارس التكوين الرياضية لسن أقل من (17 سنة) لكرة القدم لما أثبتته نتائج هذه الدراسة من تأثير إيجابي على تدريب وتحسين بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية.

17. المراجع:

- (1) باهي مصطفى (1998)، الإحصاء التطبيقي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- (2) مفتي ابراهيم حماد(2001)، التدريب الرياضي الحديث، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (3) كورت ماينل (1980)، التعلم الحركي، ترجمة عبد علي نصيف، ط1، بغداد.
- (4) حنفي محمود مختار، التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، مصر، 1990.
- (5) وديع فرج الين (1996)، خيرات في الالعب للصغار والكبار، منشاة المعارف، الإسكندرية.
- (6) محمود بن حسن سلمان (1998)، كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية، دار ابن حزم، ط2، بيروت لبنان.
- (7) عبد الحميد كمال و فهمي زينب (1978)، كرة القدم للناشئين وتلاميذ المدارس، دار الفكر العربي، القاهرة مصر .
- (8) محمد محمود الذنبيات وعمار بحوش (1995)، مناهج البحث العلمي وطرق اعداد البحوث الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- (9) عصام عبد الخالق (1979)، التدريب الرياضي، دار الكتب الجامعية، ط2، مصر .
- (10) علي ناصف و قاسم حسنين (1980)، مبادئ التدريب الرياضي، دار المعرفة، بغداد.
- (11) عيسوي عبد الرحمن (1984)، معالم علم النفس ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر بيروت، لبنان.
- (12) عبد الرحمان عيساوي (1992)، سيكولوجية النمو ودراسة النمو الاجتماعي نحو الطفل المراهق، دار النهضة العربية، بيروت.