

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

ميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع : تدريب رياضي

تخصص : تحضير بدني رياضي



معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم : التدريب الرياضي

رقم : .....

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

اعداد الطالب (ة) : عبد الوهاب ناجي

تحت عنوان

اقتراح برنامج تدريبي بالألعاب الصغيرة على تحسين مهارة  
التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم أقل من 13 سنة

دراسة ميدانية لأكاديمية وداد عين الحضراء لكرة القدم U13

لجنة المناقشة :

رئيسا	جامعة : محمد بوضياف المسيلة	بلال بن تومي
مشرفا ومقررا	جامعة : محمد بوضياف المسيلة	عبد الهادي حريزي
مناقشا	جامعة : محمد بوضياف المسيلة	رشيد شرطي

السنة الجامعية : 2018 / 2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## كلمة شكر

قال تعالى "رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين" (النمل الآية 19)

أتقدم بالشكر إلى المولى عز وجل

الذي أنار لنا دربنا ومكننا بفضلته

من انجاز العمل .

وأتقدم بجزيل الشكر إلى الأستاذ المشرف

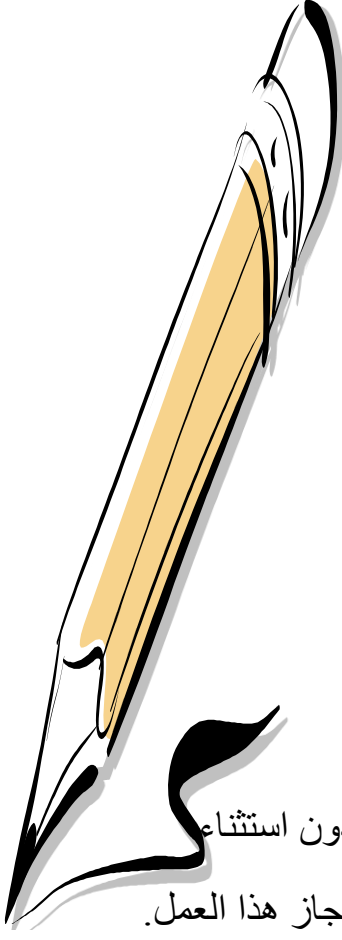
د. حريزي عبد الهادي

الذي مهد لي طريق العمل والبحث وأفاد لي بمعلومات القيمة

كما أتقدم بالشكر للجنة التي وافقت على المناقشة هذا العمل

وأتقدم كذلك بالشكر إلى كل أساتذتنا الذين كانوا السبيل

في نجاحنا، وإلى طلبة معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية دون استثناء  
كما أتقدم بجزيل الشكر لكل من أمدنا بيد المساعدة من بعيد أو قريب في انجاز هذا العمل.



## إهداء

إلى أمي العزيزة نبع الحنان والى أبي

الذي سهر على دعمي بشتى الأعمال

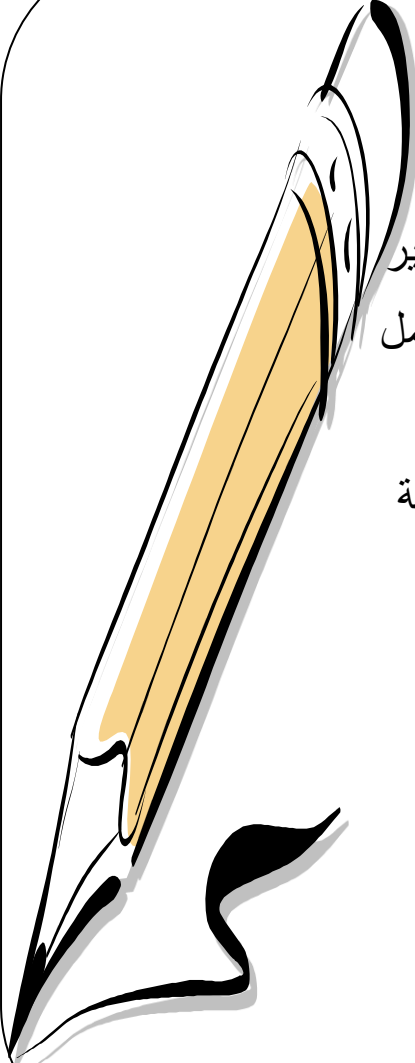
والنصائح القيمة والى العائلة الكريمة من الصغير الى الكبير

إلى كل أصدقائي من قريب أو بعيد إلى من شاركوني العمل

ولو بالقليل إلى كل من أدركه القلب ولم يدركه القلم

والى كل من الزملاء الذين شاركنتي بهم الأيام في الجامعة

بجامعة المسيلة من بدايتها إلى نهايتها



الفهرس

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
	كلمة شكر
	قائمة الجداول
	قائمة الاشكال
أ - ب	مقدمة
<b>الفصل الاول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة</b>	
<b>1- الألعاب الصغيرة</b>	
04	1-1- تعريف الألعاب الصغيرة
04	1-1-2- أهداف الألعاب الصغيرة
05	1-1-3- خصائص الألعاب الصغيرة
05	1-4- مبادئ اختيار الألعاب الصغيرة
05	1-5- كيفية اختيار الألعاب الصغيرة
<b>2/ المهارة</b>	
05	2- الأداء المهاري
05	2-1- مفهوم المهارة
07	2-1- أنواع المهارات
08	2-3- العوامل المحددة لطبيعة المهارة
07	2-4- علاقة مفهوم المهارة بالقدرة
<b>3- الحركة</b>	
08	3-1- مفهوم المهارة الحركية
08	3-2- أنواع المهارة الحركية
08	3-3- خصائص المهارة الحركية
09	3-4- المهارات الحركية في المجال الرياضي
09	4- مفهوم المهارة في كرة القدم
09	4-1- أهمية المهارة في كرة القدم
10	4-2- العوامل المؤثرة على الأداء المهاري في كرة القدم
11	4-3- مهارة ضرب كرة القدم
11	5- مهارة التسديد نحو المرمى
12	5-1- دقة وقوة التسديد
<b>6- التعريف بالمرحلة العمرية (أقل من 13 سنة)</b>	
13	6-1- مفهوم النمو
13	6-1-1- النمو التكويني

13	6-1-2- النمو الوظيفي
13	6-2- مفهوم الطفولة المتأخرة (أقل من 13 سنة)
14	6-3- مميزات المرحلة العمرية (أقل من 13 سنة)
	7- الدراسات السابقة
14	8- التعليق على الدراسات السابقة والمثابفة
<b>الفصل الثاني الإطار العام للدراسة</b>	
20	1- الكلمات الدالة في الدراسة
21	2- الاشكالية
22	3- اهداف البحث
23	4- أهمية البحث
23	5- فرضيات الدراسة
<b>الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للبحث</b>	
25	1- الدراسة الاستطلاعية
25	2- المنهج المتبع في الدراسة
25	3- المجتمع وعينة الدراسة
27	4- أدوات جمع البيانات والمعلومات
28	5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة
31	6- الأساليب الاحصائية
<b>الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها</b>	
<b>1- عرض وتحليل النتائج الفرضية الأولى</b>	
46	1-1- نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي للقوة في التسديد نحو المرمى
46	1-2- الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في قوة التسديد نحو المرمى
48	1-3- الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في قوة التسديد نحو المرمى
48	1-4- نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في قوة التسديد نحو المرمى
	2-- عرض وتحليل النتائج الفرضية الثانية
50	1-2- نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي للدقة في التسديد نحو المرمى
51	2-2- الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الدقة التسديد نحو المرمى
53	2-3- - الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الدقة التسديد نحو المرمى
53	2-4- نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في الدقة التسديد نحو المرمى
	3- عرض وتحليل النتائج الفرضية الثالثة
54	1-3- نتائج المجموعة الضابطة في القياسين (قبلي/ بعدي) في الدرجة الكلية لمحور التسديد بالرأس)
55	2-3- المجموعة التجريبية في القياسين (قبلي/ بعدي) في الدرجة الكلية لمحور التسديد بالرأس)

<b>الفصل الخامس: الاستنتاجات و اقتراحات</b>	
58	1-الاستنتاجات
58	2- اقتراحات وتوصيات
58	3- الأفاق المستقبلية
	-المصادر والمراجع
	-الملاحق

الصفحة	قائمة الجداول
46	1-جدول يوضح نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي للقوة في التسديد.
47	2-جدول يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في قوة التسديد .
47	3-جدول يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في قوة التسديد.
48	4-جدول يوضح نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في قوة التسديد.
50	5- جدول يوضح نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي للدقة في التسديد.
51	6- جدول يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في دقة التسديد .
52	7- جدول يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في دقة التسديد.
53	8- جدول يوضح نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في دقة التسديد.
54	9- جدول يوضح نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة.
55	10- جدول يوضح نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.

#### قائمة الاشكال:

الصفحة	الأشكال البيانية
49	شكل بياني يوضح الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية للقوة في التسديد
54	شكل بياني يوضح الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية للدقة في التسديد
56	شكل بياني يوضح الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية لتسديد الكرة بالرأس

مقدمة

## مقدمة:

كرة القدم إحدى أشهر وأهم الألعاب والرياضات التي توليها الجماهير والوسائل الإعلامية أهمية بالغة حيث دخلت في العالم مرحلة في غاية التعقيد والتحديث في فنيات وطرائق اللعب والي جانبها يتزامن التطور الذي يشمل نواحي متعددة ومنها تطور مختلف طرق التدريب من اجل تحقيق اسمى شكل لكرة القدم الذي يهدف إلى بلوغ الرياضي أعلى درجات الأداء المهاري المتقن والعطاء الفني الجميل بأقل جهد وهذا مايسعى إليه المختصون في كرة القدم من خلال البرامج التدريبية المنتهجة علميا ذلك ما يتجلى في طريقة التدريب بالألعاب الصغيرة والتي عرفها مختلف الاختصاصيين ومنهم عطيات محمد خطاب أنها مجموعة متعددة من ألعاب الجري وألعاب الكرات أو التي تستخدم بالادوات الصغيرة وألعاب الرشاقة وما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع المرح والسرور والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة ادواتها وسهولة ممارستها وتكرارها عقب بعض الايضاحات البسيطة(عطيات محمد خطاب 1990، ص63).

واحتياج النشاط البدني لمختلف هذه المهارات يتطلب الاداة المتقن لانجاز الرياضي الجيد والناجح في لعبة معينة بمهارة التسديد هي احدى وسائل الهجوم الفردي ويتطلب التسديد من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف انواع ضرب الكرة بالقدم وتاتي فرصة التسديد دائما بعدة المحاوره او اللعب الجماعي بين اللاعبين ويجب قبل التسديد ان يقرر اللاعب كيف يسدد . ويجب ان يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى المنافس (حنفي محمد مختار، 106).

وبما أن الفئة العمرية الأقل من 13 سن من أهم المراحل العمرية وذلك لأنه تكون لدى الطفل القابلية لتعلم المهارات الرياضية، وهي أيضا المرحلة التي فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي، فهذه المرحلة تتطلب تطوير التوافق وتعلم الحركات السهلة والصعبة من خلال التمرينات المطبقة، فإن هذا السن هو أفضل سن يجب استثماره لتطوير القابلية الحركية متنوعة الوجوه. وعلى هذا الاثر جاءت دراساتنا لهذه الفئة العمرية بطريقة الألعاب الصغيرة ومدى تأثيرها على مهارة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم (أقل من 13 سنة).

ولقد قسم هذا البحث إلى أربع فصول، الفصل الأول والذي كان بعنوان الخلفية النظرية والدراسات السابقة، والفصل الثاني والذي كان بعنوان الإطار العام للدراسة والفصل الثالث الإجراءات الميدانية للدراسة، والفصل الرابع يحتوي على تحليل ومناقشة النتائج والفصل الخامس والذي يتحدث على الاستنتاجات والاقتراحات والافاق المستقبلية، ويحتوي الفصل الأول على الخلفية النظرية التي تطرقنا فيها إلى الألعاب الصغيرة ومهارة التسديد وكذلك إلى الفئة العمرية الأقل من 13 سنة وبعد ذلك الدراسات السابقة، والفصل الثاني والذي تطرقنا فيه إلى الإطار العام للدراسة والذي يحتوي على الكلمات الدالة والتي تشتمل على تعريفات للكلمات المفتاحية والاشكالية المنتهية بسؤال عام واسئلة جزئية والفصل الثالث والذي تكلمنا فيه على الاجراءات الميدانية للدراسة والتي تحتوي على الدراسة الاستطلاعية ومجتمع وعينة الدراسة وكذلك المجال المكاني والزماني ومختلف الاجراءات الميدانية

والاساليب الإحصائية والفصل الرابع والذي تطرقنا فيه إلى تحليل ومناقشة النتائج والفصل الخامس والذي يحتوي على مختلف الاستنتاجات والاقتراحات والافاق المستقبلية .

# الفصل الأول

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

الخلفية النظرية

1- الألعاب الصغيرة:

يرى أمين أنور الخولي أن الألعاب الصغيرة "هي 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" (أمين أنور الخولي، 1994 ، ص171) .

- "مجموعة متعددة من ألعاب الجري و ألعاب الكرات أو التي تستخدم بالأدوات الصغيرة وألعاب الرشاقة وما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع المرح والسرور والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة، أدواتها وسهولة ممارستها، وتكرارها عقب بعض الإيضاحات البسيطة" (عطيات محمد خطاب، 1990، ص63) .

- "وسيلة تربوية فعالة في إثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف كما أنها تشبع حاجات الفرد إلى الشعور بالاعتبار و التقدير من الآخرين " (وديع فرج البين، ص294، 295) .

- "هي تلك التمارين المحببة إلى نفوس اللاعبين والتي تجري على مساحات ضيقة وبعد معين من اللاعبين قد يكون هذا المعدل متساويا أو متفاوتا حسب الأهداف التي يسطرها المربي" (حنفي محمود مختار، ص135) .

- "من خلال هذه التعريفات الموجزة المدرجة يمكننا القول بأن الألعاب الصغيرة عبارة عن ألعاب غير محددة القوانين والشروط، فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء كان طفلا صغيرا أو راشدا على التعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته ووفقا لميوله ورغباته الذاتية من أجل الاكتساب والترويح والمتعة والسرور" (حنفي محمود مختار ، ص136) .

1-2 أهداف الألعاب الصغيرة:

لطريقة الألعاب الصغيرة أهمية كبيرة في بلوغ أهداف مجتمعة لتطوير الصفات البدنية وفي نفس الوقت لتطوير المهارات الفنية للطفل من أجل تكوين ذاكرة حركية للطفل في المستقبل ومن بين تلك الأهداف:

- تطوير وتحسين الصفات البدنية.
- تحسين الأداء المهاري للأطفال.
- تطوير الصفات الإرادية لدى الأطفال مثل العزيمة، المثابرة، الثقة في النفس...إلخ.
- إدخال عامل المرح والسرور إلى نفوس الأطفال.
- اكتساب الأطفال الصفات الخلقية الحميدة مثل: الإحساس بقيمة العمل الجماعي، التعاون، الطاعة وتحمل المسؤولية...إلخ.

وتعتبر الألعاب الصغيرة من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية، فالوضعيات والتركيبات الحالية موجودة بصفة جلية في مختلف أشكالها وذلك حسب خصائص الأهداف المسطرة لذا فالأغلبية من المربين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة ومساحات صغيرة (ايريك بوتيم، 1981 ، ص28) .

### 1-3 خصائص الألعاب الصغيرة:

- لا يشترط ممارستها طبقاً لقواعد وقوانين دولية معترف بها إذ لا يرتبط فيها زمن اللعب وعدد اللاعبين أو مساحة وحجم ومكان اللعب أو مواصفات الأدوات المستخدمة بأية اشتراطات أو قواعد دولية.
- سهولة تغيير قواعد وقوانين اللعبة بما يتناسب مع الظروف والمناسبات أو بما يتلاءم ومحاولة تحقيق بعض الأهداف الترويجية المعينة، وفي الكثير من الأحيان يمكن قيام اللاعبين بتحديد أو اختيار القوانين التي يرغبون في تطبيقها أثناء اللعب.
- عدم وجود مهارات حركية أو خطط ثابتة لكل لعبة (إيريك بوتيم، 1981، ص 28).

### 1-4 مبادئ اختيار الألعاب الصغيرة:

يمكن حصر هذه المبادئ في النقاط التالية:

- فهم الغرض من اللعبة ومراعاة الظروف التالية: السن، الجنس، النمو.
- أن يكون هناك توافق بين غرض المعلم من اللعبة ورغبة التلاميذ فيها وتحمي الغرض لاكتشاف قابليتهم البدنية والحركية.
- مراعاة قانون التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلمة حيث تنتقل بالمتعلم تدريجياً من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد، وبصفة عامة نبدأ بالألعاب البسيطة لنصل إلى الألعاب المعقدة.
- أن تكون الألعاب متنوعة ومشوقة واقتصادية وبما يتفق مع احتياجات الموقف التعليمي.
- عدم الانتقال من لعبة إلى أخرى إلا بعد تأكد المعلم من أن جل التلاميذ قد أنجزوها واستوعبوا قوانينها بشكل جيد.
- إعادة عرض اللعبة إذا كان الموقف التعليمي يتطلب ذلك مع مراعاة ألا تكون الإعادة بما ردت التكرار فقط.
- العمل على تحقيق الراحة النفسية للتلاميذ وذلك بشرح اللعبة بالتفصيل قبل بدايتها.
- مراعاة المشاركة لجميع التلاميذ (قاسم المندلوي، 1990، ص 172، 173).

### 1-5 كيفية اختيار الألعاب الصغيرة:

إن اختيار مهارات معينة أو ألعاب تمهيدية أو ألعاب الفرق يتوقف أولاً على تطور المهارات لدى التلاميذ ويجب على المعلم أو المربي أن يضع في الاعتبار الخبرات الرياضية المكتسبة خارج المدرسة وداخلها.

### 2 الأداء المهاري:

#### 1-2 مفهوم المهارة:

أخذت هذه الكلمة من الفعل مهر أي حذق وأتقن، والماهر هو الحاذق والسابح المجيد (المنجد في اللغة العربية والأعلام، 1987، ص 777).

وهي الأداء المتقن والتميز في إنجاز أي عمل لضمان النجاح والتفوق، وتشمل جميع مجالات الحياة فالرسم البارع هو الذي يجيد مهارات الفنون التشكيلية، والعامل المتميز هو الذي يتقن مهارات عمله، والموسيقيار الماهر هو الذي يجيد العزف على الآلات الموسيقية، والكاتب المتفوق هو الذي يتحكم في مهارات الكتابة.

والمهارة مصطلح يصعب تحديد أو إيجاد تعريف مطلق له، ويرجع ذلك) محمد حسني علاوي ومحمد نصر الدين رضوان (إلى كونها تشير إلى مستويات نسبية من الأداء أي على درجة من الجودة منسوبة إلى الذي يرى أنه يمكن التعبير Singer "مستويات الفرد ومستويات الجماعة، ويستدلان على ذلك برأي" سنجر عن مصطلح المهارة وفقا لنوعين من المستويات هما:

المستوى النسبي والمستوى المطلق، فالنسبي حسب هذا العالم هو مدى تحصيل الفرد في نشاط ما بالمقارنة مع مستوى زملائه في نفس النشاط، أما المطلق فهو مقارنة المستوى المهاري للفرد بمحكات تقوم توضع في شكل هرمي تصنف فيه المستويات المطلقة للمهارة في الأنشطة الخاصة بها، وتحدد هذه المستويات مسبقا كمتطلبات رئيسية للأعمال المختلفة حيث يطلق عليها اسم مستويات المهارة القياسية وتستخدم كمحكات لتحديد المستوى المهاري المطلق للفرد مثل محكات القبول في الكليات والمعاهد ونظام التنقيط في الجماز والغطس وغيرها. (محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان، 1987 ، ص20).

وحسب قاموس قاموس Webster Dictionary: "المهارة هي القدرة على استخدام الفرد لمعلوماته بكفاية واستعداده لانجاز. (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان، ص20).

والمهارة هي نتيجة لعملية التعلم حيث يقول جيثري أن المهارة هي قدرة تكتسب بالتعلم حيث يفترض مسبقا الحصول على نتائج محددة لها. (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان، ص20).

ويري " دوايتنج "أنها تعني الكفاية في انجاز واجبات وأعمال خاصة ومحددة.

فيقول أنها ترتبط بالإنجاز في عمل أو نشاط معين، وهي تشير إلى مجموعة من " سنجر Singer" أما الاستجابات الخاصة التي تؤدي في موقف محدد، هذا الموقف يشتمل أساسا في مضمونه معايير الكم على مستوى الأداء في المهارة. كما يرى " كنباب" Knappe أن المهارة هي استجابات حركية لتوجيهات تصدر من المخ. (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان، 1987، ص20).

وتشتمل المهارة كافة الأداءات الناجحة للوصول إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والثقة. (مفتي إبراهيم حماد، 2002 ، ص13).

وتدل المهارة على مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدرة من الطاقة وفي أقل وقت ممكن. (مفتي إبراهيم حماد، 2002 ، ص02).

والمهارة هي سلوك معين لفرد يحددها عامل السرعة والدقة والأداء ويحكمها عامل النجاح والغرض الموجود وهي تعتمد على نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الاقتصاد الثابت (p301987, Thomas hil). وهي أيضا حل لمشكل حركي معين بطريقة عقلانية واقتصادية (J. weineck ,1990 p223). وكخلاصة يمكن القول أن المهارة هي قدرة الفرد على أداء أو إنجاز بإتقان وبالاقتصاد في الجهد والوقت.

## 2-2 أنواع المهارات:

هناك ثلاث أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية: مثل مهارات الحساب والجبر والهندسة... إلخ.
- مهارات إدراكية: هي قدرة الفرد على إدراك الأشياء مثل مهارات إدراك الأشياء المختلفة.
- مهارات حركية: مثل المهارات الرياضية.

## 2-3 العوامل المحددة لطبيعة المهارة:

تتمحور العوامل المحددة لطبيعة المهارة حسب "Keir" كبير حول ثلاث عوامل أساسية هي :

- شكل وطبيعة العمل: إما أن يكون بسيطاً يتطلب التكرار في شكله البسيط فتكون المهارة بسيطة أو يتطلب تكراراً مستمراً ومعقداً فتكون المهارة مركبة أو معقدة.
- نمطية العمل: تتحدد نمطية العمل بعنصرين رئيسيين هما:  
\*توقيت الأداء Timing أو معدلات الأداء بالنسبة للزمن.  
\*التسلسل أو التعاقب Sequencing .
- النتائج المفترضة مسبقاً: يعبر عنها بالسرعة والدقة والكفاية التي يتم بها إنجاز المهارة، وكيفية الأداء أو درجة صعوبته (محمد حسن علاوي ومحمد نضر الدين رضوان ، 1987 ، ص 25).

## 2-4 علاقة مفهوم المهارة بالقدرة:

هل المهارة هي القدرة؟

للإجابة على هذا السؤال يجب تحديد أولاً مفهوم القدرة، فهي مجموعة أو جملة من الأداءات المرتبطة أو المتشابهة ويمكن تحديد معنى إجرائي للقدرة بالأداء الذي يسفر عنها ويدل عليها فكل ما قام به الفرد من أعمال بدنية أو عقلية يدل على قدرته على الأداء في كل مجال من هذه المجالات، ويعتمد قياس هذه القدرة على رصد مظاهر الأداء الذي يدل عليها ويرتبط بها. (محمد حسن علاوي ومحمد نضر الدين رضوان، 1987، ص 25).

ويعتبر " سميل بيرت C.Burt " أن القدرة هي وسائل علمية لتصنيف الأداء.

ويعرفها " فرنون Vernon " بأنها نفي وجود طائفة من الأداءات التي ترتبط مع بعضها البعض ارتباطاً عالياً وتتمايز إلى حد ما، كطائفة وغيرها من التجمعات الأخرى للأداء أنتفس. (محمد حسن علاوي ومحمد نضر الدين رضوان، 1987، ص 28).  
وعليه يمكن اعتبار القدرة بأنها تصنيف للنشاطات التي يؤديها الفرد في مجموعات بحيث تتشابه وترتبط فيما بينها. ومن هنا يتبين لنا بأن القدرة والمهارة شيان مختلفان، ويرجع ذلك إلى كون المهارة تشير إلى مستوى من الأداء في مجال واحد ومحدد، تكتسب بالممارسة والتعلم، ويمكن ملاحظتها وممارستها بينما القدرة فهي صفة نوعية تتميز بالعمومية والشمولية غير ظاهرة، تتحدد بالعوامل الوراثية لكنها تتأثر بالممارسة والتعلم وتتحسن وفقاً لمستويات النضج، وتؤثر في أداء العديد من المهارات، وبهذا يكون عدد المهارات أكبر من عدد القدرات التي يمتلكها الفرد.

### 3- الحركة:

هي عبارة عن تغيير التسلسل لأوضاع الجسم أو أجزاء منه في الزمان والمكان كنتيجة لعملية التكامل والتوافق بين العوامل العقلية، البنائية والوظيفية لجسم الإنسان، حيث تعتبر العوامل البنائية من أهم المحددات. وهي أيضا انتقال أو دوران في زمن معين سواء كان له معنى أو لم يكن له غرض. (محمد يوسف الشيخ، 1975، ص).

198

### 3-1 مفهوم المهارة الحركية:

هي القدرة على إتخاذ سلسلة من الأوضاع التشريحية لأجزاء الجسم مفردة أو جماعية، بدقة وكفاءة عاليتين وبالاختصار في الوقت والجهد.

### 3-2 أنواع المهارة الحركية:

\* المهارة الحركية الكبيرة: هي التي تتطلب استخدام العضلات الكبيرة الأساسية في الجسم، خاصة عضلات الجذع والعضلات التي تربط الأطراف بالجذع، ويظهر هذا النوع في الأعمال اليومية والأنشطة الرياضية. \* المهارة الحركية الدقيقة: تشمل حركات متخصصة، تتميز بأكثر دقة وتفرد، لها حجم ومدى صغيرين محدودين تمثل المهارات الحركية التي تنجز عن طريق الأطراف والمجموعات العضلية الصغيرة لأنها لا تتطلب بذل مجهود بدني كبير بل تعتمد على قدرات الإحساس، وتظهر غالبا في أعمال الرسم والفنون التشكيلية، العزف على الآلات الموسيقية، والكثير من الأعمال التي تتطلب استخدام الآلات والأجهزة والمكينات.

بالرغم من تباين النوعين في جوانب عديدة إلا أنه يجب الفصل بينهما لأن الأداء المهاري عند الإنسان يمتد كشكل متسلسل ومتصل بين المهارات الكبيرة والدقيقة، إذ تتجه حركة الإنسان في شكل متدرج، تبدأ من النمط المهاري العام الذي يتضمن استخدام الحركة الكلية للجسم لإنجاز العديد من الأعمال التي تتطلبها الحياة اليومية إلى أنماط حركية متخصصة جدا تتطلبها بعض المهن والأعمال والأنشطة الخاصة. (محمد حسن علاوي محمد نصر الدين رضوان، 1987، ص15).

### 3-3 خصائص المهارة الحركية:

هل الأداء المهاري صفة مكتسبة أو موروثية؟

لقد أعطت الدراسات في المجال الحركي الإجابة على هذا التساؤل حيث أكدت أن الأداء المهاري الحركي يرتبط بكل من العوامل الوراثية التي تتميز بالعمومية والشمولية بالإضافة إلى العوامل البيئية التي تمثل التعلم والممارسة والخبرات الخاصة والتي تتميز بصفة الخصوصية والتنوعية.

فقد أظهرت دراسة "جودناف وسمارت Goodnovghand smart" أن العوامل العامة في القدرات تظهر في الأداء الحركي للأطفال الصغار مما يدل على أنها فطرية وموروثة، وتوصل "جيزال" إلى الأنشطة الحركية الأساسية عند الأطفال هي نتيجة عوامل عامة تدل على قدرات فطرية وموروثة.

أما دراسة "ماكجرو Mcgrau" سنة 1939 على التوافق البدني عند للتوائم فأظهرت أن الأنماط الحركية في السلوك الأولي مثل الزحف، الحبو، الجلوس والوصول إلى الأشياء والقبض عليها هي مهارات وراثية وعامة عند الأطفال

تنمو بالتدريب وبدونه في حين أن المهارات النوعية مثل التزحلق، واللعب على الصناديق، الغطس والسباحة وغيرها فهي مهارات خاصة بكل طفل على حدا لا تنمو إلا بالتعليم والتدريب والممارسة. (محمد حسن علاوي ومحمد نضر الدين رضوان، 1987، ص17).

### 3-4 المهارات الحركية في المجال الرياضي:

يقتضي هذا النوع استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه من أجل تحقيق إنجاز أو أداء بدني خاص. (محمد حسن علاوي ومحمد نضر الدين رضوان، 1987، ص29).

وهي مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بواجب حركي بأقصى درجة من الاتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن. (مفتي إبراهيم حماد، 2002، ص13).

وتعتبر المهارة الرياضية نتيجة للتفاعل بين المهارات المعرفية والإدراكية والوجدانية كما أنها عبارة عن إتجاد مجموعة من الوحدات الحركية في شكل نمط حركي خاص، وفقا للأساليب الفنية والقواعد المنظمة لكل لعبة، بغرض تحقيق نتائج معينة، حيث تضم هذه الوحدات الحركية جملة من الحركات الأساسية.

ويرى "Keer كبير" أن المهارة الرياضية تعتمد على نظرية الضبط والتحكم الذاتي Cybernétique بمعنى

استخدام معلومات التغذية الرجعية Feedback من ثلاث مصادر رئيسية هي :

\*معلومات عما يجب الوصول إليه أو تحقيقه.

\*معلومات من العمل أو الأداء نفسه.

\*معلومات من النتائج التي يحققها الفرد.

### 4 مفهوم المهارة في كرة القدم:

المهارة في كرة القدم هي كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه التحركات بالكرة أو بدونها. (حنفي محمود مختار، 1994 ، ص71).

وهي قدرة 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 القدم وهو إصابة مرمى الفريق الخصم بأكبر عدد من الأهداف ومنعه من إصابة مرماه. (محمد حازم، محمد أبو يوسف، 2005، ص49).

### 4-1 أهمية المهارة في كرة القدم:

تكمن أهمية المهارة في كرة القدم في كونها الأداة أو الوسيلة التي تمكن اللاعب من بناء وتنفيذ الخطط الهجومية والدفاعية من أجل الفوز بالمباراة.

وتتوقف نتائج أي فريق على مدى إتقان لاعبيه للمهارات المختلفة لهذه اللعبة ولما كانت كرة القدم عبارة عن تبادل الفريقين لمواقف الهجوم والدفاع ظهرت أهمية استخدام المهارات الهجومية والدفاعية وانتقاء الأنسب منها بغرض التكيف مع الظروف المتغيرة المحيطة بأدائها، وتعد المهارة حجرا أساسيا إلى جانب العوامل البدنية والنفسية في بناء

اللاعب المتكامل، ويشير " محمد حسن علاوي " إلى أنه مهما انما تصف اللاعب بصفات خلقية ووراثية وبلغ من الإعداد البدني فإنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات الحركية تبعاً للنشاط الذي يتخصص فيه. (محمد حسن علاوي، 1972، ص 275).

وليس بالضرورة أن يجسد اللاعب كل أنواع المهارات في كرة القدم باعتبار هذه الأخيرة رياضة جماعية تتطلب أن يكمل أداء كل لاعب فيها أداء باقي زملائه في الفريق.

#### 2-4 العوامل المؤثرة على الأداء المهاري في كرة القدم:

يخضع اللاعب خلال أدائه للمهارة في كرة القدم إلى عدة عوامل حددها " إبراهيم شعلان ومحمد عفيفي " في

النقاط التالية:

- المساحة:

تؤثر مساحة اللعب على الأداء المهاري بطريقتين ففي حالة الاتساع يكون المجال كبير للحركة والسيطرة على الكرة والإتقان، وهذا من خلال الرؤية والمتابعة الجيدة للكرة وموقع الزملاء، أما إذا صغرت المساحة فيضيق المجال الحركي ويصعب التحكم في الكرة حيث يتطلب هذا الوضع درجة عالية من التركيز وسرعة كبيرة لرد الفعل.

- المكان أو المنطقة من الملعب:

كل منطقة من الملعب تتطلب تعاملًا خاصًا بالكرة وبالتالي تستدعي مهارة معينة من غيرها، تتناسب مع متطلبات خطط اللعب للفريق ومراحله، كالتمهيد للهجوم في الثلث الأول عقب الاستحواذ على الكرة ثم بناؤه في الثلث الأوسط فتطويره في الثلث الهجومي، كما أن جانبي الملعب يحتمان الكرات العكسي، بينما منطقة الجزاء يفضل فيها الأداء المباشر كالتصويب والتهيئة.

- موقع الزميل وتحركاته:

يؤثر موقع الزميل وأعضاء الفريق وتحركاتهم في أداء المهارة من حيث إطاء عدد من الحلول عن طريق فتح الثغرات وزوايا التمرير السليمة، وإعطاء الفرصة لاتخاذ القرار السليم في التوقيت المناسب والمكان الملائم.

- الضغط من جانب المنافس:

يمكن تأثير هذا العامل على طريقة أداء المهارات، حيث يفرض الخصم على اللاعب الدمج بين أكثر من مهارة في آن واحد كما يتطلب إخفاء النية عن كيفية الأداء.

- اتجاه ومسار سرعة وقوة ومستوى الكرة:

أما اتجاه الكرة سواء كان أمامي أو جانبي، يفرض على اللاعب اتخاذ أوضاع معينة لجسمه، حيث يحتم هذا الوضع أسلوبًا معينًا في الأداء، بينما المسار فله حساسيته الخاصة حسب نوعه سواء كان مستقيماً أو ملتوياً أو لولبياً، فحين تتطلب سرعة وقوة الكرة استخدام الجزء المناسب من الجسم الذي يتلاءم معهما في الكرات القوية، فحالة الارتداد القوي تتطلب أسطح أكبر عند الاستلام كباطن القدم أو الصدر مثلاً، عكس الكرات الضعيفة التي تتطلب أسطحاً صغيرة

كالوجه الأمامي للقدم، أما مستوى الكرة أرضي كان أو عالٍ أو نصف عالٍ فيؤثر على الأداء ليجعله من الثبات أو من الحركة أو من الوثب لأعلى في الهواء. (إبراهيم شعلان، محمد عفيفي، 2001، ص 16، 22).

#### 3-4 مهارة ضرب كرة القدم:

تستخدم هذه المهارة للتمرير والمناولة بين أعضاء الفريق، إما أن تكون صغيرة، متوسطة أو طويلة، كما تستعمل في التسديد باتجاه الهدف بغرض التسجيل أو لإبعاد الكرة من أمام المرمى من طرف المدافع. تشارك في ضرب الكرة جميع أعضاء الجسم، حيث تنتقل القوة الكامنة في عضلاته إلى القدم عن طريق الساق الضاربة. (أمر الله الساطي، 1980، ص 65-67).

ويمر أداء مهارة ضرب الكرة بأربع مراحل هي:

\*الاقتراب.

\*أخذ وضع التسديد : وضع القدم الثابتة ثم المرجحة أي الرجل الضاربة.

\*الضرب مع المتابعة.

وتنفذ هذه المهارة بجميع أنحاء القدم فنجد:

- الطرق الشائعة:

\*بباطن القدم.

\*بوجه القدم الخارجي.

\*بوجه القدم الداخلي.

\*كعب القدم.

-الطرق غير الشائعة:

\*أسفل القدم.

\*بالركبة.

\*رأس القدم.

#### 5 مهارة التسديد نحو المرمى:

هي إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التسديد من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التسديد دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين، ويجب قبل التسديد أن يقرر اللاعب كيف يسدد، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس (حنفي محمود مختار، ص 106).

إن التسديد في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل أو فقدان الفريق للكرة إذا سدد اللاعب قد

تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين، وعلى هذا فالتسديد لا بد أن يكون له صفات نفسية خاصة يتطلب

غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب، كالثقة بالنفس مثلا، ولكي تكون عند اللاعب الثقة في النفس ليسدد لا بد وأن يكون وصل إلى مرحلة الإتقان في تكنيك التسديد تحت كل الظروف مثل:

- التدريب على التسديد في ظروف سهلة وبسيطة.
- الارتفاع التدريجي في سرعة الأداء.
- استخدام الوسائل المساعدة (الحوائط المقسمة، الأقماع والشواخص، الحواجز، المقاعد، المرمى متعدد المساحات.
- أن تؤدي تمارين التسديد من اتجاهات متغيرة لمسار الكرة.
- تثبيت مهارة التسديد عن طريق تغيير الظروف الخارجية مثل استخدام مدافع سلمي ولكن بفاعلية.
- التدريب على المهارة نحو ظروف أكثر صعوبة مثل وضع مدافع إيجابي.
- الاهتمام والتركيز على دقة التسديد لتثبيت التكنيك الصحيح.
- الاهتمام بتنمية خطط الهجوم الفردية والجماعية لإيجاد المواقف المناسبة للتسديد.
- يجب على مدرب الناشئين إعطاء الحرية لإظهار قدراتهم على التسديد مع استخدام الأسلوب الأمثل للتوجيه. )

إبراهيم شعلان ومحمد عفيفي، ص158).

### 5-1 دقة وقوة التسديد:

عند تسديد الكرة يجب أن توجه حيث يكون من الصعب على الحارس المنافس أن يصدّها، ومن هذا المنطلق نجد أن دقة وقوة التسديد لهما دورا أساسيا في نجاحه، وكلما زادت خبرة اللاعب وتدريبه زادت مقدرته على إرسال تسديدات قوية و دقيقة في مكان محدد من طرفه، أما اللاعبين قليلي الخبرة والتدريب فإنهم غالبا ما يهدرون فرصا ذهبية لتسجيل الأهداف إما بسبب تركيزهم على القوة وحدها أو الدقة وحدها، فهناك من يركز على القوة أثناء التسديد وهو قريب جدا من المرمى فيخطئ المرمى، كما أن هناك من اللاعبين من يسددون الكرة بدقة على حساب القوة وبذلك يعطي الوقت الكافي للحارس للتحرك وصد الكرة.

إذن فالقوة والدقة مطلوبتان عند تسديد الكرة نحو المرمى، ويجب على اللاعب دائما أن يوازن بينهما أثناء التصويب حسب الموقف الذي يواجهه.

تزداد نسبة القوة على الدقة أثناء التسديد في الحالتين التاليتين:

- أ - في معظم حالات التسديد لمسافة بعيدة.
  - ب - في حالة التسديد القريب من زوايا يصدّها حارس المرمى.
- تزداد نسبة الدقة على القوة أثناء التسديد في حالو ما إذا كانت الكرة قريبة من المرمى وخاصة إذا ما كان الحارس غير متمكن من الزاوية التي يسدد إليها اللاعب. (مفتي إبراهيم، 1991 ، ص138-139).

## 6- التعريف بالمرحلة العمرية (أقل من 13 سنة) :

ويطلق على هذه المرحلة بما يعرف بالمراهقة والتي يحدث فيها والتي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي. (عبد الرحمان العساوي، 1999 ، ص 100)  
أو هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا وجسميا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة. (توكي رابح، 1989 ، ص 241).

أما معنى هذه المرحلة العمرية عند اللاتينيين فتعني التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي والعاطفي والوجداني أو الانفعالي ويشير ذلك إلى حقيقة مهمة وهي أن النمو ينتقل من مرحلة إلى مرحلة فجأة، ولكنه تدريجي ومستمر ومتصل، فالمراهق لا يترك عالم الطفولة ويصبح مراهقا بين عشية وضحاها ولكنه ينتقل انتقالا تدريجيا ويتخذ هذا الانتقال شكل ونمو وتغير في جسمه وعقله ووجدانه فالمراهقة تعد امتدادا لمرحلة الطفولة وإن كان هذا لا يمنع من امتيازها بخصائص معينة تميزها عن مرحلة الطفولة ولهذا فهي مرحلة حساسة ومهمة جدا مما يستوجب معرفة خصائصها وحاجاتها كي تجنب انحرافها. (<http://www.ISPam web.net>).

- يقول "لدي سلاف La dislave" أن هذه المرحلة تتطلب تطوير التوافق وتعلم الحركات السهلة والصعبة من خلال التمرينات المطبقة (La dislave, 1984, p 16).

- ويقول أيضا "كورت Korte" من وجهة نظر التطور الحركي فإن هذا العمر هو أفضل عمر زمني يجب استثماره لتطوير القابلية الحركية متنوعة الوجوه (Korte, 1997, p 65).

## 6-1 مفهوم النمو:

### 6-1-1- النمو التكويني:

ونعني به نمو الفرد في الهيئة والشكل والوزن والتكوين نتيجة لطوله وعرضه وارتفاعه، فالفرد ينمو ككل في مظهره الخارجي العام وينمو داخليا تبعا لنمو أعضائه المختلفة.

### 6-1-2- النمو الوظيفي:

ونعني به نمو الفرد في الهيئة والشكل والوزن والتكوين نتيجة لطوله وبذلك يشمل النمو بمظهره الرئيسيين كيميائية وفسولوجية وطبيعية و نفسية واجتماعية. (محمد الحمحامي ووليد الخولي، 1998 ص 52-53).

## 6-2 مفهوم الطفولة المتأخرة (أقل من 13 سنة) :

هي مرحلة إتقان الخبرات والمهارات اللغوية والحركية، والعقلية السابق اكتسابها، حيث ينقل الطفل تدريجيا من مرحلة الكسب إلى مرحلة الإتقان، والطفل في حد ذاته ثابت وقليل المشاكل الانفعالية، ويميل الطفل ميلا شديدا إلى الملكية التي بدأ في النمو قبل ذلك، كما يتجه للانتماء إلى الجماعات المنتظمة بعد أن كان يميل قبل ذلك لمجرد الاجتماع لمن في سنه. 5(عبد الرحمان عساوي، 1992 ، ص 1).

إن طفل في هذه المرحلة يأخذ الأمور بجدية تامة، ويتوقع الجديد من الكبار، إذ نجد هناك صعوبات يجدها الكبار في معاملتهم له، وخاصة أننا نتذبذب في هذه المعاملة، فتارة نطلبه أن يكون كبيراً، وتارة أخرى نذكره أنه مازال طفلاً صغيراً، فإذا بكى مثلاً، عاتبناه لأنه ليس بطفل صغير، وإذغ ابتعد عن المنزل عاتبناه لأنه طفل صغير. ولما كانت معايير الأطفال في هذا السن تختلف عن معايير الكبار، يعكس المراهق أو طفل الرابعة أو الخامسة، الذي يسعى لإرضاء من حوله وتقديرهم، ولما كانت هذه المرحلة من السن تتميز ببدأ انطلاقه خارج المنزل فيصبح إرضاء أصدقائه أهم من إرضاء والديه.

ونظراً لطاقة النشاط التي تميز أطفال هذه المرحلة، نجد أن الطفل يصرف جل وقته خارج المنزل في اللعب، ويصعب على الأسرة وعلى الكبار انتزاعه من بين أصدقائه في اللعب. (سعد جلال، 1991، ص 198-200).

### 6-3 مميزات المرحلة العمرية (أقل من 13 سنة :

من أهم مميزات هذه المرحلة نجد:

- اكتساب المهارات اللازمة للمهارات العادية.
- تنمية المهارات الأساسية للقراءة والكتابة والحساب.
- تنمية المفاهيم اللازمة للحياة اليومية.
- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.
- اقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث، كما أن الاختلاف غير واضح. (سيد خيرى 1976، ص 20 - 21).
- ويعتبر العلماء أن في هذه المرحلة يتحسن التوافق العصبي العضلي لدى الطفل وكذلك الإحساس بالاتزان، ويمكن القول أن النمو الحركي يصل إلى ذروته، كما يعتبر أنها المرحلة المثلى للتعلم الحركي واكتساب المهارات الحركية. (محمد مصطفى زيدان، 2001، ص3).

### 7- الدراسات السابقة و المشابهة:

#### \*الدراسة الأولى:

#### -عنوان الدراسة:

" أثر استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لدى حراس المرمى بكرة القدم".

#### - صاحب الدراسة:

م-د قحطان خليل خليل العزاوي - جامعة ديالى.

#### - الفرضيات:

للمنهج التدريبي المقترح تأثير إيجابي في تطوير مستوى بعض القدرات البدنية لدى حراس المرمى الأشبال بعمر

(14 سنة ) بكرة القدم ولصالح المجموعة التجريبية.

#### - منهج البحث:

وهو الأسلوب لحل مشكلة البحث وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي هو محاولة للتحكم في جميع المتغيرات و العوامل الأساسية باستثناء متغير واحد حيث يقوم الباحث بتطويعه أو تغييره بهدف تحديد قياس تأثيره في العملية وتحقيق أهدافه.

-عينة البحث:

شملت عينة البحث 20 لاعبا من حراس المرمى الأشبال في المركز التدريبي التطويري في بغداد بعمر 14 سنة بكرة القدم حيث تم تقسيم العينة إلى مجموعتين وبشكل عشوائي وعن طريق القرعة تم تسمية المجموعتين وهي الطريقة التي تعطى لكل شخص من المجتمع نفس الفرصة التي تعطى لغيره وبذلك فقد تكونت كل مجموعة من 10 لاعبين إذن المجموعة الأولى تمثل العينة التجريبية و الثانية تمثل العينة الضابطة .

-الأداة:

تم إجراء الاختبار (التائي ) للعينات المستقلة لمعرفة مدى تجانس المجموعتين.

-النتائج المتوصل إليها:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة و التجريبية لصالح العينة التجريبية

\*الدراسة الثانية:

- عنوان الدراسة:

" تأثير مجموعة الألعاب الصغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-

8سنوات)".

- صاحبة الدراسة:

أ- د ناهده عبد زيد الدليمي.

- الفرضيات:

المجموعة الألعاب الصغيرة تأثيرا معنويا في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر 7-

8سنوات.

- منهج البحث:

استعملت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة الدراسة الحالية كونه أحد المناهج الأساسية في البحوث

التجريبية.

- عينة البحث:

تكونت عينة البحث من تلميذات الصف الثاني الابتدائي في مدرسة بنت الهدى للبنات وبلغ عددها 36 من أصل

78 تلميذة وهو مجتمع البحث بعد الحصول على الموافقات الرسمية بذلك وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين أحدها تجريبية

وبعد 18 تلميذة والأخرى ضابطة وبعده 18 تلميذة أيضا وبهذا تبلغ النسبة المئوية لعينة البحث 46.15%.

-الأداة:

استعملت الباحثة الوسائل البحثية والأجهزة و الأدوات التالية:

- المصادر و المراجع الأجنبية و العربية - الاختبارات و القياسات - المقابلات الشخصية - استمارة تفرغ - البيانات - شريط القياس - كرات ملونة مختلفة الأحجام - أشرطة لاصقة - طباشير ملون - أحبال متعددة - ساعة توقيت - صفارة.

- النتائج المتوصل إليها:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة و البعدية لصالح الاختبارات البعدية.

\*الدراسة الثالثة:

- عنوان الدراسة:

"دور التدريب المستمر في تعليم مهارة التسديد نحو المرمى عند أصغر كرة القدم (12-15)"

- صاحب الدراسة:

بن حرية معتز بالله تحت إشراف براهيم عيسى.

- الفرضيات:

طريقة التدريب المستمر تساهم في تعلم تقنية التسديد نحو المرمى.

- منهج البحث:

المنهج التحريبي يعتبر هذا المنهج من أكثر المناهج العلمية التي تتمثل فيها معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة فهو يبدأ بملاحظة الواقع وفرض الفروض وإجراء التجارب للتحقق من صحة الفروض ثم الوصول إلى القوانين التي تكشف عن العلاقات القائمة بين الظواهر.

- عينة البحث:

تكونت عينة البحث في هذه الدراسة من فريقين لكرة القدم بدائرة برج الغدير وهي مجموعتين تتألف من 20

لاعب لكل فريق وتم تعيين الفريق الأول ( آمال سريع برج الغدير) كمجموعة تجريبية والفريق الثاني (ترجي غيلاسة) كمجموعة ضابطة.

- الأداة:

اختبار الدقة - اختبار القوة - اختبار التقنيات الأساسية للتسديد.

- النتائج المتوصل إليها:

تم استنتاج صحة الفرضيات الجزئية الثلاث بدلالة إحصائية و نستطيع القول ان الفرضية العامة قد تحققت.

**8- التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة:**

المقارنة بين الدراسة الحالية و الدراسة الأولى:

**العنوان:**

يشتركان في المتغير المستقل (السبب) الألعاب الصغيرة ويختلفان في المتغير التابع حيث في الدراسة الحالية هو مهارة التسديد و في هذه الدراسة هو القدرات البدنية.

**المنهج:**

كلا الدراستين أستخدم فيهما المنهج التجريبي.

**العينة:**

تتمثل العينة في الدراسة الحالية من 10 لاعبين من نادي أكاديمية وداد عين الخضراء لكرة القدم (أقل من 13 سنة) حيث أستخدم القياس القبلي و البعدي.

بينما في الدراسة الأولى شملت عينة البحث 20 لاعبا من حراس المرمى الأشبال في المركز التدريبي التطويري في بغداد بعمر (14 سنة) بكرة القدم حيث تم تقسيم العينة إلى مجموعتين فقد تكونت كل مجموعة من 10 لاعبين المجموعة الأولى تمثل العينة التجريبية و الثانية تمثل العينة الضابطة.

**الأداة:**

الدراسة الأولى تم قياس تجانس العينتين عن طريق الاختبار التائي. أما في الدراسة الحالية فقد تم قياس دقة التسديد - قوة التسديد - قوة التسديد بالرأس.

**-المقارنة بين الدراسة الحالية و الدراسة الثانية:**

**العنوان :**

يشتركان في المتغير المستقل (السبب) الألعاب الصغيرة ويختلفان في المتغير التابع حيث في الدراسة الحالية هو مهارة التسديد وفي الدراسة الثانية هو القدرات الحركية والحركات الأساسية يوجد متغيرين تابعين إثنين في الدراسة الثانية.

**المنهج:**

في كلا الدراستين أستخدم المنهج التجريبي.

**العينة:**

تتمثل العينة في الدراسة الحالية من 10 لاعبين من أكاديمية وداد عين الخضراء لكرة القدم (أقل من 13 سنة) حيث استخدم القياس القبلي و البعدي.

بينما في الدراسة الثانية تكونت من تلميذات الصف الثاني الابتدائي في مدرسة بنت الهدى للبنات وبلغ عددها 36 تلميذة وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين أحدها التجريبية 18 و الأخرى ضابطة 18

**الأداة:**

أما في الدراسة الحالية فقد تم قياس دقة التسديد - قوة التسديد - قوة التسديد بالرأس أما في الدراسة الثانية استخدمت الباحثة:

الاختبارات والقياسات - و المقابلات الشخصية - استمارة تفرغ البيانات.

-المقارنة بين الدراسة الحالية و الدراسة الثالثة:

**العنوان:**

تشابه الدراستان في المتغير التابع (النتيجة) مهارة التسديد و يختلفان في المتغير المستقل (السبب) في الدراسة الحالية الألعاب الصغيرة أما في الدراسة الثالثة هو طريقة التدريب المستمر.

**المنهج:**

في كلا الدراستين استخدم المنهج التجريبي.

**العينة:**

تتمثل العينة في الدراسة الحالية من 10 لاعبين من نادي أكاديمية عين الخضراء لكرة القدم (أقل من 13 سنة ) حيث استخدم القياس القبلي و البعدي أما في الدراسة الثالثة تكونت عينة البحث في هذه الدراسة من فريقين لكرة القدم بدائرة برج الغدير وهي مجموعتين تتألف من 20 لاعب لكل فريق وتم تعيين الفريق الأول ( آمال سريع برج الغدير) كمجموعة تجريبية والفريق الثاني (ترجي غيلاسة) كمجموعة ضابطة.

**الأداة:**

استخدم في كلا الدراستين اختبار دقة التسديد و اختبار قوة التسديد و اختلفا في اختبار قوة التسديد بالرأس في الدراسة الحالية و اختبار التقنيات الأساسية للتسديد في الدراسة الثالثة.

# الفصل الثاني

## الإطار العام للدراسة

1- الكلمات الدالة في الدراسة:

كرة القدم:

لغة : كرة القدم: foot Ball هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرون الفوتبول ما يسمى عندهم بالريفي أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها فتسمى "Soccer".

اصطلاحا: هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها روجي جميل "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع" (روجي جميل، 1986، ص50-52).

- المفهوم الإجرائي: هي لعبة جماعية يمارسها نادياً أكاديمية و داد عين الخضراء لكرة القدم (أقلمن 13 سنة) يشارك الفريق في الدورات المصغرة المنظمة من طرف مديرية الشباب والرياضة يضم الفريق 30 لاعبا حيثما اختار 10 مهاجمن أصل 30 لاعبو ذلك لغرض معرفة مدى تأثير الألعاب الصغيرة على علمهارة التسديد.

\*الألعاب الصغيرة:

لغة :- الألعاب : جماعية وتعني لهو وتسلية.

- الصغيرة : بمعنى قليلة.

اصطلاحا : هي عبارة عن ألعاب مختارة لا تحتاج إلى ملاعب كبيرة، ويمكن تنفيذها بأدوات بسيطة يسهل استخدامها. (حامد محمود القنواطي: التربية البدنية، 1991، ص141-144).

- المفهوم الإجرائي : هي مجموعة من الألعاب المصغرة يمارسها مهاجمن نادياً أكاديمية و داد عين الخضراء لكرة القدم (أقلمن 13 سنة) مدتها 10 وحدات تعليمية تدريجية وتدريبية وتحتوي كل وحدة على 3 العاب صغيرة تحتوي على منافسة بين المهاجمين والمدافعين في مساحة مصغرة.

\*المهارة:

لغة : منال فعل مهراً أي جازق أو تقنو الماهر هو الحاذق.

اصطلاحا: هي قدرة الفرد على إنجاز وأداء واجبه حركياً تقنياً واقتصادياً في الجهد وهي كافة الاداءات الناجحة للوصول إلى الأهداف السابقة تحديدها. - المفهوم الإجرائي : هي قدرة لاعبي نادي أكاديمية و داد عين الخضراء لكرة القدم (أقلمن 13 سنة) على أداء واجبات حركية.

\*التسديد:

لغة : بمعنى سد أو يصبو بوجه.

اصطلاحا : "claudbager" على أنه نقطة اللعب وقرار يعمل على جلب التفوق في الهجوم (د. محمد صبحي حسين، 1995، ص11).

- المفهوم الإجرائي: هي مهارة يقوم بها لاعبي أكاديمية و داد عين الخضراء لكرة القدم (أقلمن 13 سنة) في حالة الهجوم وذلك لتسجيل الأهداف.

\*الفئة الأقل من 13 سنة (المراهقة) :

لغة :

إن كلمة المراهقة مشتقة من كلمة راهقاً ودفهيتفيد الاقتراباً والذنو من الحلم فالمرهقه هذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج .  
اصطلاحاً: هي المرحلة التي يمكن تحديدها يبدأ نضج الوظائف الجنسية وتنتهي بسن الرشد وإشراف القوى العقلية المختلفة على تمام النضج. (خليل مخائيل معوض، 2000، ص15).

- المفهوم الإجرائي : هي مجموعة من لاعبي أكاديمية و داد عين الخضراء لكرة القدم (أقل من 13 سنة) مكونة من 30 لاعبا.

## 2- الإشكالية:

انطلاقاً من أن الرياضة فن اخلاق وتربية فالفرد يتعلم مهارات ويتلقى قدرات بدنية وروحية من خلال التنافس مع الاخرين إما بشكل فردي أو جماعي ولعل على ابرز اشكال التنافس الجماعي كرة القدم وتعتبر هذه الرياضة الاكثر شعبية في العالم التي يلعبها فريقان يتنافسان على تسجيل الأهداف كل عن الفريق الآخر ويضم فريق كرة القدم 11 لاعبا بالإضافة إلى الاحتياطيين ويمكن تبديل 3 لاعبين فقط أثناء المباراة وتلعب كرة القدم على مستطيل من العشب الطبيعي أو الاصطناعي مع وجود مرميين في مركزي الملعب والغرض من هذه اللعبة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى فريق الخصم ويلعبون اللاعبون بالكرة باستخدام أرجلهم بالركل واستعمال الرأس والصدر أحيانا ومن غير المسموح استخدام الأيدي للاعبين مع عدا حراس المرمى ولكن بشروط .

وتعتبر الألعاب الصغيرة من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج تدريبي للفئات العمرية المختلفة حيث يمكن وضع مناهج تدريبية مناسبة مستندة على الألعاب الصغيرة وبشكل مبرمج للوصول إلى أفضل النتائج في التطور وتحقيق مستوى أداء متقدم تحت برنامج تدريبي محضر بطريقة جيدة ومدروسة في مختلف التدريبات في الوحدات التدريبية التي يحتويها هذا البرنامج فالألعاب الصغيرة وسيلة تربوية فعالة في اثار دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف كما أنها تشبع حاجات الفرد إلى الشعور بالاعتبار والتقدير من الاخرين (وديع فرج الين ص 294-295).

والتي تتميز بطابع تنافسي وايضا تنمي وتطور المهارات الحركية والبدنية والوظيفية لدي لاعب كرة القدم فهي تدخل في البرامج لكرة القدم في الوحدات التدريبية .

ويتم هذا البرنامج على اعتماد طريقة التسديد المناسبة فمهارة التسديد نحو المرمى في المباريات تعتبر عملية اتخاذ قرار فدواعي الفشل في التسديد أو فقدان الفريق الكرة إذا سدد اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين وهنا تكمن أهمية الألعاب الصغيرة في مختلف التحضير الجيد للعب في مختلف المباريات وحسن تسييرها ومسارقتها بالطريقة المناسبة .

وطريقة الألعاب الصغيرة تتيح للاعبين الفرص المناسبة للتعبير عن رغباتهم وميولهم وحاجاتهم الطبيعية.  
وهذا مايسمح باكتساب تقنية التسديد بجميع إبعاده ( الدقة - القوة - التسديد بالرأس ) مما يسهل عليه اتخاذ القرار السريع والامثل أثناء المباراة وفئة الناشئين ( اقل من 13 سنة) تعتبر من أهم الفئات العمرية وذلك لما يستطيع أن تقدمه ومايتناسب مع سنهم والقدرة على تحسين الأداء وتطويره .

التساؤل الجزئية:

- ❖ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبار قوة التسديد نحو المرمى؟
- ❖ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبار دقة في التسديد نحو المرمى؟

- ❖ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبار التسديد بالرأس نحو المرمى؟
- ❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار (مهارة التسديد) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لدى لاعبي كرة القدم أقل من 13 سنة؟

### 3-الأهداف:

- وتهدف الالعب الصغيرة إلى:
- تحسينمهارة التسديد نحو المرمى من الناحية التقنية.
- باكتساب الالعب المعلومات والمعارف الخاصة بمهارة التسديد نحو المرمى.
- تنمية القدرات الحركية للناشئين التسديد نحو المرمى بزيادة إمكانية النجاح فيها.
- مساعدة الناشئين على نسبة تسجيل الأهداف.
- تدريب الالعب على التسديد نحو المرمى من أوضاع مختلفة.
- تثقيف الالعب على التعرف على خصائص مهارة التسديد نحو المرمى.

### 4-الأهمية:

- نظر المواجهة المدرسين الرياضيين لكرة القدم الناشئين صعوبة في تحسين مهارة التسديد قمننا بهذا البحث والمتمثل في تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم لإيجاد حلولاً وتعقيبات لمهارة التسديد وذلك من خلال اقتراح برنامج للألعاب الصغيرة ودورها في تنمية مهارة التسديد لدى الالعب الناشئين وتأثيرها إيجابياً أو سلبياً.
- فالألعاب الصغيرة لها دورها عند الناشئين وتمثل هذه الأهمية فيها يلي:
- إدخال الالعب للسرور عند اللاعبين.
  - تحسين وتنمية مهارة التسديد نحو المرمى.
  - تحسين دقة التصويبات نحو المرمى في أوضاع مختلفة.

### 5-الفرضيات:

#### الفرضية العامة:

- هنا كتأثير للألعاب الصغيرة على مهارة التسديد بين القياس القبلي والبعدي لدى الالعب الناشئين ببرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.

#### الفرضيات الجزئية:

- ❖ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبار القوة في التسديد نحو المرمى.
- ❖ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبار الدقة في التسديد نحو المرمى.
- ❖ هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في اختبار التسديد بالرأس نحو المرمى.

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار (مهارة التسديد) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لدى لاعبي كرة القدم أقل من 13 سنة.

# الفصل الثالث

الاجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد:

يحتوي الجانب التطبيقي على كل المعلومات التي تم الحصول عليها قبل وأثناء وبعد تطبيق البرنامج المقترح، حيث تطرقنا إلى معالجة وتحليل النتائج الأولية للاختبارات، والضبط الإجرائي للمتغيرات كما شملت هذه الدراسة التطبيقية على منهج البحث وكذا العينة المستعملة بالإضافة إلى أدوات البحث والاختبارات المستخدمة وكذا الدراسة لإحصائية ومقارنة النتائج ومدى تطابقها مع الفرضيات المقترحة وفي النهاية خرجنا باقتراحات ونتائج.

### 1- الدراسة الاستطلاعية:

البحث الاستطلاعي أو الدراسة العلمية الكشافية الصاغية الاستطلاعية، هو البحث الذي يستهدف التعرف على المشكلة فقط وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق إليها، أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة. إن أي دراسة ميدانية تعتمد في خطواتها الأولى على الدراسة الاستطلاعية وحتى نعطي لموضوع دراستنا الصيغة العلمية، وبعد التشاور مع الأستاذ المشرف ودرج فريق أكاديمية وداد عين الخضراء لكرة القدم التمسنا ضعف في قوة التسديد، قوة التسديد بالرجل وقوة التسديد بالرأس حيث قمنا بإجراء دراسة استطلاعية لكي نعالج كل ما يخدم موضوع بحثي.

قامت بدراسة ميدانية بالإمكانات المتوفرة لدى النادي مع مراعاة أوقات التدريب، كما قابلت الطاقم المسؤول للنادي بالمساعدة التامة وتوفير الظروف الملائمة من أجل السير الحسن للبرنامج المقترح.

### 1-1. الإطار العام للبرنامج التدريبي المقترح:

تعد البرامج التدريبية المقننة الوسيلة الفعالة في تحقيق مناهج المدربين وخططهم وتنفيذها بأسلوب يقوم على الأسس العلمية والعملية السليمة.

ولقد أصبح من المسلم به أن أساس الوصول إلى المستويات العليا من الأداء الحركي والمهاري يعتمد إلى حد كبير على مدى النجاح في توظيف العلم، واستخدام أساليبه المختلفة في الكشف عن إمكانيات الفرد، وتحديد ما يناسبها من البرامج.

فالبرامج الرياضية القائمة على أسس علمية سليمة تؤدي إلى الارتقاء بمستوى الأداء وتحقيق نتائج أفضل، والتغلب على الصعوبات والمشاكل التي تواجه اللاعبين بسبب البرامج التدريبية التقليدية ( غير المنظمة ) التي تبني وفق اجتهاد فردي في الغالب ويتضمن تمريناته نوعيات متشابهة من حيث الحجم والشدة وقد نكز هذه البرامج على نوعية واحدة من التمارين تعطى بأسلوب معين، كما أنها تعتمد على الدوافع الشخصية للتغيير والتبديل في المحتوى دون تقييم أو تقنين منظم.

وقد راعيت في تخطيط وبناء الإطار العام للبرنامج التدريبي ما يلي:

### 1-2- كيفية بناء البرنامج:

- 1- المدة الزمنية للبرنامج التدريبي (8) أسابيع بمعدل 2 حصص أسبوعيا.
  - 2- زمن الوحدة التدريبية الواحدة 50 دقيقة بما فيها الإحماء والجزء الختامي.
  - 3- الاهتمام بالإحماء قبل البدء بتطبيق الوحدة التدريبية.
  - 4- تصحيح الأخطاء باستمرار، بهدف تثبيت الأداء التكنيكي الصحيح للمهارات.
  - 5- مراعاة التدرج في زيادة الحمل التدريبي.
  - 6- اشتمل البرنامج في الأسبوعين الأولين على الاهتمام بشكل ملحوظ بالجانب البدني ثم بدأ التناقص في هذا الجانب والتزايد في الجانب المهاري وبشكل متدرج في تطوير المهارات (موضع الدراسة).
  - 7- استخدام التعزيز والحوافز وإدخال عنصر التشويق من خلال الألعاب البسيطة والصغيرة في هذا الصدد وهذا يدل على أن سرعة وسهولة التعليم بالألعاب الصغيرة لأي برنامج ، لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله.
  - 8- الاعتماد على الملاحظة الخارجية والمظاهر العامة لأفراد العينة كعامل أساسي لتحديد فترات الراحة البينية أثناء الوحدة التدريبية الواحدة.
  - 9- استخدام التمرينات الختامية لتهدة الجسم والعودة للوضع الطبيعي.
- ويمكن إجمال القول بصورة عامة بأن البرنامج التدريبي المقترح يهدف في جوهره ومضمونه إلى تحسين متغيرات الدراسة لدى المجموعة التجريبية.

### . أسس وضع البرنامج :

- أن يتوافق البرنامج مع المرحلة السنوية للعينة
- أن يتوافق البرنامج مع مستوى اللاعبين.
- مرونة البرنامج.
- الاستمرارية في تنفيذ البرنامج دون انقطاع.
- سهولة فهم الحصص التدريبية من طرف المدربين.
- شرح وافي وسهل للحصص التدريبية حسب مستوى المدربين.

**1-3- كفاءة تقنيته واعتماده :** وقد قام الباحث بتطبيق البرنامج المقترح بعد عرضه على عدد من المختصين وأصحاب الخبرة العلمية والعملية وبعد الأخذ باقتراحاتهم وملاحظاتهم حول عدد من جزئيات البرنامج وبعدها تم القيام بتعديل ما أمرنا به.

#### المهارات :

حخص لتدريبات مهارية بصور متحركة، وتشتمل على تدريبات مهارة التسديد نحو المرمى

#### تحديد وسائل تنفيذ محتوى البرنامج :

- عدد اللاعبين الذين سيتم تدريبهم.
- أماكن التدريبات.
- الاختبارات البدنية والمهارية لقياس مستوي التطور.
- المساعدات التدريبية التي سيتم استخدامها.
- أخطاء , كما تشمل علي تمرينات استرجاعية.

#### 1-4- تنفيذ تجربة البحث:

تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على عينة البحث في الفترة من 25 جانفي 2019 إلى 16 مارس 2019

#### القياسات القبليّة:

تم إجراء القياس القبلي يوم 25 جانفي 2019

#### القياسات البعديّة:

تم إجراء القياس البعدي بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على أفراد عينة البحث يوم 16 مارس 2019

## 2- المنهج المتبع:

يعتبر اختيار المنهجية التي يتبعها الباحث في الدراسة هي الطريقة الصحيحة للوصول إلى نتائج لطبيعة مشكلتنا والتي استخدمنا فيها المنهج التجريبي الذي يعتبر من المناهج العلمية. في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها لتختلف المناهج المتبعة تبعاً لاختلاف الهدف الذي يود الباحث الوصول إليه (محمد أزهري السماك وآخرون، 1989، ص42).

## 3 - مجتمع وعينة الدراسة:

## مجتمع الدراسة:

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

تمثل مجتمع الدراسة في لاعبي نادي أكاديمية وداد عين الخضراء لكرة القدم حيث تكون من فئتين هما أقل من 13 سنة وعدد لاعبيه 30 لاعب و أقل من 10 سنوات وعددهم 20 لاعب حيث اخترت 10 لاعبين من أصل 30 لاعب من الفئة الأقل من 13 سنة، حيث قدمت لنا كامل الإمكانيات والوسائل اللازمة التي ساعدت على تطبيق البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة.

## عينة الدراسة:

العينة هي مجموعة من الأفراد تؤخذ من المجتمع الأصل بحيث تكون ممثلة له تمثيلاً صادقاً، وتم اختيار عينة الدراسة بطريقة مقصودة 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 (نفس المرجع السابق، ص 67 و 72).

كما يقصد بالعينة النموذج الذي يجريه الباحث مجمل ومحور عمل عليها وفي علم النفس الرياضي تكون العينة هي الإنسان، ولقد قمنا باختيار عينة البحث بشكل مقصود، وذلك لأنها تسح بإجراء التجربة ضمن ظروف ملائمة وتتكون م مجموعتين هما:

❖ **العينة التجريبية:** وهي المجموعة التي تتعرض للمتغير التجريبي أو المتغير المستقل لمعرفة تأثير هذا المتغير عليها،

وتضم 10 لاعبين من أكاديمية وداد عين الخضراء لكرة القدم أقل من 13 سنة.

❖ **العينة الشاهدة:** وهي المجموعة التي لا تتعرض للمتغير التجريبي وتبقى تحت ظروف عادية وتقدم هذه

المجموعة

فائدة كبيرة للباحث حيث تكون الفروق بين المجموعتين التجريبية والشاهدة عن المتغير التجريبي الذي تعرضت له المجموعة التجريبية، وتضم 10 لاعبين من أكاديمية وداد عين الخضراء لكرة القدم أقل من 13 سنة.

مجالات الدراسة:

تقسم مجالات الدراسة إلى ثلاث أقسام وهي المجال المكاني، أي المنطقة التي يجري فيها البحث، والمجال البشري أي الأفراد الذي اجريا عليهم البحث، والمجال الزمني أي المد التي يستغرقها البحث الميداني وهي كالآتي:

✓ **المجال البشري:** تمت التجربة على عينة من أكاديمية وداد عين الخضراء لكرة القدم أقل من 13 سنة. ، وبالبلغ عددهم 30 لاعب، بينهم 04 لاعبين للدراسة الاستطلاعية و 20 لاعبا للدراسة الأساسية والذي ينشطون في بطولة المسيلة الولائية لكرة القدم فئة اقل من 13 سنة.

✓ **المجال المكاني:** لقد تم تطبيق جميع اختبارات كرة القدم القبلية والبعدية وكذلك تطبيق الوحدات التدريبية في ملعب البلدي أكاديمية وداد عين الخضراء لكرة القدم أقل من 13 سنة.."

✓ **المجال الزمني:** تم إجراء الدراسة وتطبيق البرنامج والاختبارات في الموسم الرياضي 2018-2019. في الفترة الواقعة 2019/01/25 إلى 16 مارس 2019 ، حيث تتضمن مدة إجراء الدراسة 8 أسابيع بواقع وحدتين تدريبيين أسبوعيا وقد تم منح المجموعة الضابطة نفس عدد الوحدات التدريبية.

متغيرات الدراسة:

✓ **المتغير المستقل:** هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أخذ الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر. (موريس انجليس، 1999، ص8).

والمتغير المستقل في بحثنا هو: الألعاب الصغيرة.

✓ **المتغير التابع:** متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى، حيث أنما كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع. (علاوي راتب، 1999، ص219).

والمتغير التابع في بحثنا هو: تعلم مهارة التسديد نحو المرمى في كرة القدم

4- أدوات جمع البيانات والمعلومات:

وقد تم جمع البيانات عن طريق اختبارات مهارية:

تعريف الاختبار:

"يرى فؤاد أبو خاطر": الاختبار هو طريقة منظمة للمقارنة بين الأفراد أو داخل الفرد الواحد في السلوك أو عينة منه في ضوء معيار أو مستوى أو محك.

"ويرى انتصار يونس": هو ملاحظة استجابات الفرد في موقف يتضمن تنبيهات منظمة تنظيما مقصودا وذات صفات محددة ومقدمة للفرد بطريقة خاصة تمكن الباحث من تسجيل هذه الاجابات تسجيلا دقيقا

"ويرى هيلر": هو قياس مقنن وطريقة للامتحان

مهام الاختبار:

يسمح تحديد المستوى الحالي للفرد أو لمجموعة معينة وله مهام أخرى نذكر منها:

- مهمة تدريبية: قد يستعمل كتمرين في التدريب
- مهمة المقارنة: يسمح بالتحديد الكمي للتكور الحاصل سواء ايجابيا أو سلبيا والنتائج عن طريق تطبيق مخطط تدريبي يسمح بالمقارنة بين أفراد المجموعة الواحدة
- مهمة تحفيزية: تسمح للاعب باكتشاف قدراته الخاصة بحيث تشجعه على التدريب (لبنى السيد فرحات، 2002، ص35-37).

شروط أداء الاختبارات:

- إذا أردنا أن نعطي موضوعية كبيرة للاختبارات التي ننجزها يجب الاخذ بعين الاعتبار بعض الشروط:
- يجب أن يكون الأفراد في راحة تامة أي عدم أداء أي اختبار بعد المنافسة 3 أيام والاحماء الجيد قبل أداء الاختبار ب20 دقيقة
- قبل بداية الاختبار.
- كل الوسائل اللازمة لأداء الاختبار يجب أن تكون حاضرة قبل انجاز الاختبار يجب على اللاعبين معرفة هدف الاختبار (لبنى السيد فرحات، 2002، ص38).

-ضبط الاختبار:

للقيام بالاختبار قمت بالاطلاع على مختلف الكتب والدراسات التي تطرقت إلى تقييم وتقوم هذه التقنية فوقع الاختيار على ثلاث اختبارات ذات موضوعية وصدق وسبب اختياري لثلاث اختبارات هو لإعطاء نتائج دقيقة لنجاح هذا الاختبار.

تعليمات الاختبار:

اختبار الدقة:

تم الاعتماد في هذا الاختبار على كتاب "كرة القدم للناشئين" للكاتب "زهرة السيد عب الله" وفي مضمون الاختبار يقول:

- يجري الاختبار بان يقوم اللاعب بتسديد 5ركلات ثابتة نحو المرمى خارج منطقة 18 ياردة، ويلاحظ تناسب المسافة مع سن اللاعب ويراعى توزيع نقاط التسديد بحيث تمل الجهات المختلفة للتسديد نحو المرمى ويتم التسديد بأداء حر من اللاعب دون تدخل من مدرب الاختبار ويهدف هذا الاختبار نحو الكشف عن مهارة اللاعب في دقة التسديد نحو المرمى.
- الأدوات المستعملة: ملعب كرة القدم، كرات قدم، أقماع، صافرة
- الغرض من اختبار: قياس الدقة لتقنية التسديد
- طريق التقييم: لتقييم دقة اللاعبين في التسديد اتبعنا الطريقة التالية:
- كرة داخل المرة: 3 نقاط
- كرة تلمس العارضة: 2 نقاط

- كرة خارج المرمى: 0 نقطة.

اختبار قوة التسديد: تم الاعتماد في هذا الاختبار على كتاب:

"Preparation et entrainement du footballeur" للكاتب "Brenard Turpin" ويتم

طريقة تطبيقه بوضع اقماع على طول خطين مستقيمين ويقوم اللاعب بتسديد الكرة (Passe long) على طول المسار المحدد. ويهدف هذا الاختبار لقياس قوة التسديد

- الغرض من الاعتبار قياس القوة لتقنية التسديد.

- الأدوات المستعملة: ملعب كرة القدم، كرات قدم، أقماع، صافرة

- طريقة التقييم: كلما كانت المسافة طويلة كانت القوة كبيرة ويتم ترك المعطيات المسجلة بالمتري.

5- إجراءات التطبيق الميداني:

### 1- التجربة الاستطلاعية للاختبارات:

قام الباحث مع فريق العمل المساعد بتجربة استطلاعية على عينة مكونة من 04 لاعبين اختبروا بالطريقة العشوائية، وتمت هذه التجربة يوم الجمعة بتاريخ 2019 /01/25 واستهدفت ما يأتي:

✓ التأكد من سهولة تطبيق الاختبارات وملاءمتها لمستوى العينة.

✓ معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات.

✓ التعرف على مختلف العراقيل التي تظهر ومحاولة تجنبها وتصحيحها.

### ➤ حدود الدراسة الاستطلاعية:

#### مجالات البحث:

\*المجال الزمني: قمنا بإجراء الاختبارات بالنسبة للعينة الاستطلاعية على النحو التالي:

الاختبار القبلي: يوم الثلاثاء 2019 /01/29، الاختبار البعدي: يوم الثلاثاء 2019/2/5

\*المجال المكاني: تم إجراء الاختبارات البدنية والمهارية لهذه الدراسة في ملعب البلدي بعين الخضراء.

- الخصائص السيكومترية :

1- الثبات :

والمقصود به " درجة الثقة " وذلك أن الاختبار لا يتغير في النتيجة (أي ذو قيمة ثابتة) خلال التكرار أو الإعادة ، ومعنى

آخر إعطاء الثبات للنتائج المتحصل عليها إذا ما أعيدت لتجربة على نفس المجموعة المشاهدة . (نبيل عبد

الهادي، 1999، ص109)

ويمثل عامل الثبات أهمية في عملية بناء وتقنين الاختبارات ويقصد به أيضا مدى دقة وإتقان أو الأنساق الذي يقيس به

الاختبار الظاهر التي وضع من أجلها . (لبي السيد فرحات، 2005، ص14).

الاختبار	الدراسة الاحصائية	عدد العينة	درجة الحرية	معامل الارتباط بيرسون
إختبار قوة التسديد		04	03	0.93
إختبار الدقة التسديد				0.74
إختبار تسديد الكرة بالرأس				0.97

يتضح من الجدول أن قيمة معاملات الارتباط بيرسون المحسوبة للمتغيرات قيد البحث قريبة من (1) ، وبالتالي فإن معامل الارتباط قوي ، وبذلك نستطيع القول بأن إختبار قوة التسديد و إختبار الدقة في التسديد و إختبار تسديد الكرة بالرأس قيد البحث ثابتة مما يدل على ثبات الإختبار ككل .

#### ب- صدق الإختبار :

من اجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا معامل الصدق الذاتي باعتباره صادق للدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية و الذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات .

$$\text{معامل ثبات الاختبار} = \sqrt{\text{صدق الاختبار}}$$

\* إختبار قوة التسديد : 0.96

\* إختبار الدقة التسديد : 0.86

\* صدق إختبار تسديد الكرة بالرأس : 0.98

- وهذا يدل على أن القيمة الثبات المحسوبة تتمتع بدرجة عالية من الصدق الذاتي لكون النتائج قريبة من 1 .

#### ج- موضوعية الإختبار :

تعتمد موضوعية الاختبار على مدى وضوح التعليمات والشروط الخاصة بتطبيق الاختبار وطرق حساب الدرجات ، والنتائج الخاصة به والاختبار الموضوع ياختبار يصحح بطريقة لا تتأثر بشخص من يقوم بتحكيمة فالنتائج واحدة بالرغم من إعادة الإختبار . (كمال الدين درويش وآخرون، 2002،ص3)

وبالنسبة. للاختبارات التي قمنا بها فان النتائج لمحصل عليها لايمكن أن لا تكون موضوعية .

طريقة تعلم المجموعة التجريبية:

تضم المجموعة التجريبية 10 لاعبين ويتم فيها تعلم التقنية المسطرة وهي مهارة التسديد نحو المرمى باستخدام طريقة الألعاب الصغيرة:

بعد التأكد من صحة اللاعبين وارتداء اللباس الرياضي، يتوجه اللاعبون إلى الميدان حيث يعطى هدف الحصة ثم يبدأ المدرب في التسخينات بعدها نتطرق إلى الجزء الأساسي للحصة وبعد إتمام الجزء التعليمي تأتي مرحلة الرجوع إلى الهدوء والانصراف إلى غرفة الملابس وأخذ الحمام.  
طريقة تعلم المجموعة الضابطة:

تضم المجموعة الضابطة 10 لاعبين ويتم تعلم فيها التقنية المسطرة وهي مهارة التسديد نحو المرمى بطرق عشوائية أي غير محددة بعد التأكد من صحة اللاعبين وارتداء اللباس الرياضي، يوجه اللاعبون إلى الميدان حيث يعطى هدف الحصة ثم يبدأ المدرب في التسخينات بعدها نتطرق إلى الجزء الأساسي للحصة كما هو الحال بالنسبة للمجموعة التجريبية لكن دون استعمال طريقة التدريب بالألعاب الصغيرة، حيث تكون المعلومات شفوية حول التقنيات الأساسية لعملية التسديد وكيفية التنفيذ والاستمرار على هذا المنوال حتى الانتهاء من التجربة.  
إجراء الاختبار القبلي:

يتم إجراء الاختبار على مجموعتين (التجريبية والضابطة) قبل البدء في الحصة التدريبية وذلك بتطبيق البرنامج المحدد سلفاً لقياس أداء تقنية التسديد نحو المرمى، حيث تسجل كل النتائج لمقارنتها مع نتائج كل مجموعة.  
إجراءات الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من الحصة التعلم بالنسبة للمجموعتين (التجريبية والضابطة) نقوم بإجراء اختبار بعدي لكلا المجموعتين مع الحرص على تطبيق نفس الاختبار المطبق في الاختبار القبلي.  
الاساليب الاحصائية المستعملة:

يقول أبو صالح وآخرون: علم الاحصاء هو ذلك العلم الذي يبحث في جميع البيانات وتتضمنها وعرضها وتحليلها واتخاذ القرارات بناء عليها.

ومنه نستنتج أن الهدف من استعمال الوسائل الاحصائية هو التوصل إلى المؤثرات كمية تساعدنا على التحليل والتفسير والتأويل والحكم، ومن بين التقنيات المستعملة اعتمدنا في بحثنا على الوسائل الاحصائية التالية:  
الوسط الحسابي:

يعتبر الوسط الحسابي أبسط أنواع مقاييس النزعة المركزية المتداولة على وجه العموم وذلك لسهولة حسابه وفهم معناه، ويمكن استخدام القانون بالصورة التالية:

$$\bar{N} = \frac{\sum Fi Xi}{N}$$

X: المتوسط الحسابي

مجموع القيم

Fi: تكرارات الفئة

Xi: مركز الفئة (أي ناتج جمع الحد الاعلى مع الحد الادنى للفئة ثم القسمة على اثنين)

N: المجموع الكلي للتكرارات الفئات كلها أي مجموع عدد المفردات.

اختبار (T):

ويستخدم هذا الاختبار في التصميم التجريبي لانه يبين أثر المتغير المستقل على المتغير التابع.

ويمكن استخدامه وفق المعادلة التالية:

$$\bar{T} = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)S^2 + (n_2 - 1)S^2}{n_1 + n_2 - 2} \times \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

T: اختبار (t)

X: المتوسط الحسابي

S: الانحراف المعياري

N: عدد العينة

صعوبات البحث:

إن أي بحث لا يخلو من الصعوبات، وهذه الصعوبات هي التي تعرقل عمل الباحث، كما قد يكون لها أثر سلبي

على البحث، وعليه سنحاول ذكر أهم الصعوبات التي واجهتها طيلة فترة انجاز البحث:

- قلة الدراسات السابقة لموضوع بحثنا.

- سوء أحوال الجوية أثناء التطبيق البرنامج التدريبي

- ضيق الوقت

# الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

1- عرض وتحليل النتائج الدراسة الميدانية :

1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

1-1-1- جدول رقم(03): يبين نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي للقوة في التسديد نحو المرمى.

- جدول رقم (01): يبين الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والدلالة المعنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار القبلي للقوة في التسديد نحو المرمى.

الدلالة الاحصائية	Sig الدلالة المعنوية	α مستوى الدلالة	Df درجة الحرية	Ttest المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة احصائيا	0.437	0,05	18	0.8	2.83	15.5	المجموعة التجريبية
					3.23	16.6	المجموعة الضابطة

يوضح الجدول رقم 01 النتائج الاحصائية في الاختبار القبلي للقوة في التسديد نحو المرمى، ومن خلال هذا يتبين أن المجموعة التجريبية قد تحصلت في هذا الاختبار على متوسط حسابي قدره (15.5)، وانحراف معياري قدره (2.83)، إما بالنسبة لمجموعة الضابطة قد تحصلت على متوسط حسابي قدره (16.6)، وانحراف معياري (3.23)، كما بلغت قيمة (T) المحسوبة (0.8)، وبلغت قيمة الدلالة المعنوية (0.437)، بدرجة الحرية (18) وتحت مستوى الدلالة (0.05)، وبما أن قيمة الدلالة المعنوية أكبر من مستوى الدلالة، يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي للقوة في التسديد نحو المرمى.

1-1-2- جدول رقم (04): يمثل الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في قوة التسديد نحو المرمى.

جدول رقم : يبين الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والدلالة المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في التسديد نحو المرمى.

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	Ttest المحسوبة	Df درجة الحرية	α مستوى الدلالة	Sig الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
16.6	3.23	12.5	9	0,05	0.885	اختبار قبلي
16.7	2.13					اختبار بعدي

يوضح الجدول رقم (02) النتائج الاحصائية في الاختبار القبلي للقوة في التسديد نحو المرمى، ومن خلال هذا يتبين أن المجموعة الضابطة قد تحصلت في هذا الاختبار على متوسط حسابي قدره (16.6)، وانحراف معياري قدره (3.23)، اما بالنسبة للاختبار البعدي قد تحصلت على متوسط حسابي قدره (16.7)، وانحراف معياري (2.13)، كما بلغت قيمة (T) المحسوبة (12.5)، وبلغت قيمة الدلالة المعنوية (0.885)، بدرجة الحرية (9) وتحت مستوى الدلالة (0.05)، وبما أن قيمة الدلالة المعنوية أكبر من مستوى الدلالة، يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة الضابطة للقوة في التسديد نحو المرمى.

1-1-3- جدول رقم يمثل الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في قوة التسديد نحو المرمى.

جدول رقم يبين الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) لمحسوبة والدلالة المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في قوة التسديد نحو المرمى.

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	Ttest المحسوبة	Df درجة الحرية	α مستوى الدلالة	Sig الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
15.5	2.83	6.106	9	0,05	0.000	اختبار القبلي
20.9	1.85					اختبار البعدي

يوضح الجدول (03) رقم النتائج الاحصائية في الاختبار القبلي للقوة في التسديد نحو المرمى، ومن خلال هذا يتبين أن المجموعة التجريبية قد تحصلت في هذا الاختبار على متوسط حسابي قدره (15.5)، وانحراف معياري قدره (2.83)، اما بالنسبة للاختبار البعدي قد تحصلت على متوسط حسابي قدره (20.9)، وانحراف معياري (1.85)، كما بلغت قيمة (T)

المحسوبة (6.106)، وبلغت قيمة الدلالة المعنوية (0.000)، بدرجة الحرية (9) وتحت مستوى الدلالة (0.05)، وبما أن قيمة الدلالة المعنوية أصغر من مستوى الدلالة، يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية للقوة في التسديد نحو المرمى.

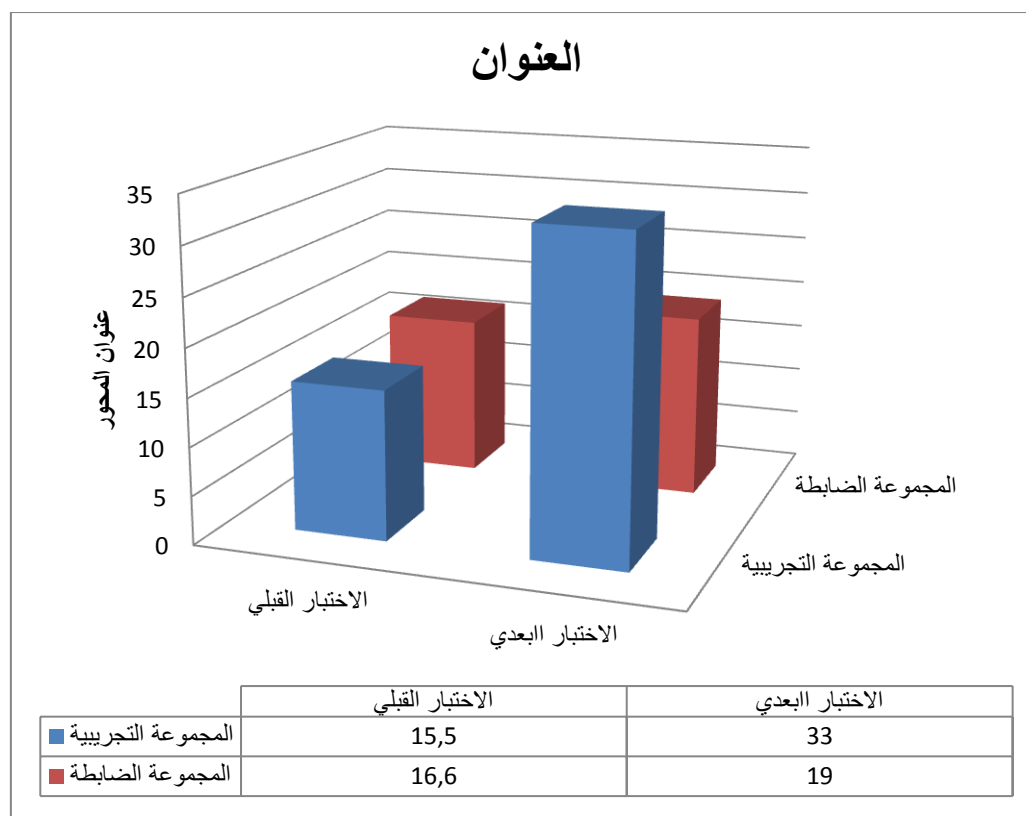
1-1-4- جدول رقم (04): نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في قوة التسديد نحو المرمى.

جدول رقم يبين الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والدلالة المعنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار البعدي في قوة التسديد نحو المرمى.

الدلالة الاحصائية	Sig الدلالة المعنوية	α مستوى الدلالة	Df درجة الحرية	Ttest المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة احصائيا	0.000	0,05	18	4.797	1.85	20.9	المجموعة التجريبية
					2.057	16.7	المجموعة الضابطة

يوضح الجدول رقم (04) النتائج الاحصائية في الاختبار البعدي للقوة في التسديد نحو المرمى، ومن خلال هذا يتبين أن المجموعة التجريبية قد تحصلت في هذا الاختبار على متوسط حسابي قدره (20.9)، وانحراف معياري قدره (1.85)، اما بالنسبة للمجموعة الضابطة قد تحصلت على متوسط حسابي قدره (16.7)، وانحراف معياري (2.057)، كما بلغت قيمة (T) المحسوبة (4.797)، وبلغت قيمة الدلالة المعنوية (0.000)، بدرجة الحرية (18) وتحت مستوى الدلالة (0.05)، وبما أن قيمة الدلالة المعنوية أصغر من مستوى الدلالة، يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي للقوة في التسديد نحو المرمى.

والشكل البياني التالي يوضح ذلك :



1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

1-2-1- جدول رقم(01): يبين نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي للدقة في التسديد نحو المرمى.

- جدول رقم (01): يبين الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والدلالة المعنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار القبلي للدقة في التسديد نحو المرمى.

الدلالة الاحصائية	Sig الدلالة المعنوية	α مستوى الدلالة	Df درجة الحرية	Ttest المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة احصائيا	0.197	0,05	18	1.358	1.72	7.1	المجموعة التجريبية
					3.3	8.7	المجموعة الضابطة

يوضح الجدول رقم 01 النتائج الاحصائية في الاختبار القبلي للدقة في التسديد نحو المرمى، ومن خلال هذا يتبين أن المجموعة التجريبية قد تحصلت في هذا الاختبار على متوسط حسابي قدره (7.1)، وانحراف معياري قدره (1.72)، اما بالنسبة لمجموعة الضابطة قد تحصلت على متوسط حسابي قدره (8.7)، وانحراف معياري (3.3)، كما بلغت قيمة (T) المحسوبة (1.358)، وبلغت قيمة الدلالة المعنوية (0.197)، بدرجة الحرية (18) وتحت مستوى الدلالة (0.05)، وبما أن قيمة الدلالة المعنوية أكبر من مستوى الدلالة، يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي للدقة في التسديد نحو المرمى.

1-2-2-2- جدول رقم (02): يمثل الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة للدقة التسديد نحو المرمى.

جدول رقم (02) : يبين الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والدلالة المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة للدقة التسديد نحو المرمى.

الدلالة الاحصائية	Sig الدلالة المعنوية	α مستوى الدلالة	Df درجة الحرية	Ttest المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة احصائيا غير دالة	0.828	0,05	9	0.224	3.3	8.7	اختبار قبلي
					2.01	8.5	اختبار بعدي

يوضح الجدول رقم (02) النتائج الاحصائية في الاختبار القبلي للدقة في التسديد نحو المرمى، ومن خلال هذا يتبين أن المجموعة الضابطة قد تحصلت في هذا الاختبار على متوسط حسابي قدره (8.7)، وانحراف معياري قدره (3.3)، أما بالنسبة للاختبار البعدي قد تحصلت على متوسط حسابي قدره (8.5)، وانحراف معياري (2.01)، كما بلغت قيمة (T) المحسوبة (0.224)، وبلغت قيمة الدلالة المعنوية (0.828)، بدرجة الحرية (9) وتحت مستوى الدلالة (0.05)، وبما أن قيمة الدلالة المعنوية أكبر من مستوى الدلالة، يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة الضابطة للدقة في التسديد نحو المرمى.

1-2-3- جدول رقم (03) يمثل الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية للدقة في التسديد نحو المرمى.

جدول رقم (03) يبين الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والدلالة المعنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية للدقة في التسديد نحو المرمى.

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	Ttest المحسوبة	Df درجة الحرية	α مستوى الدلالة	Sig الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
7.1	1.72	11.163	9	0,05	0.000	دالة احصائيا
13.1	1.91					

يوضح الجدول رقم (03) النتائج الاحصائية في الاختبار القبلي للدقة في التسديد نحو المرمى، ومن خلال هذا يتبين أن المجموعة التجريبية قد تحصلت في هذا الاختبار على متوسط حسابي قدره (7.1)، وانحراف معياري قدره (1.72)، اما بالنسبة للاختبار البعدي قد تحصلت على متوسط حسابي قدره (13.1)، وانحراف معياري (1.91)، كما بلغت قيمة (T) المحسوبة (11.163)، وبلغت قيمة الدلالة المعنوية (0.000)، بدرجة الحرية (9) وتحت مستوى الدلالة (0.05)، وبما أن قيمة الدلالة المعنوية أصغر من مستوى الدلالة، يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية للدقة في التسديد نحو المرمى.

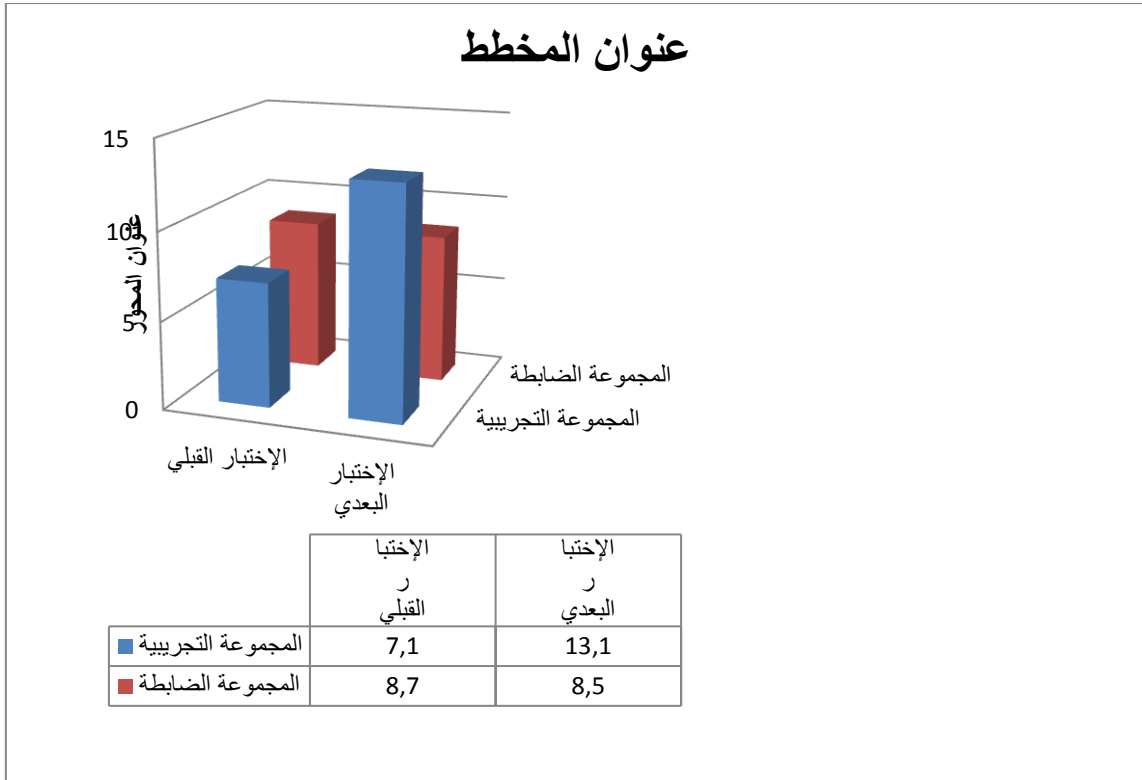
1-2-4- جدول رقم (04): نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي للدقة في التسديد نحو المرمى.

جدول رقم (04) يبين الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والدلالة المعنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة للاختبار البعدي للدقة في التسديد نحو المرمى.

الدلالة الاحصائية	Sig الدلالة المعنوية	α مستوى الدلالة	Df درجة الحرية	Ttest المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة احصائية	0.000	0,05	18	5.238	1.91	13.1	المجموعة التجريبية
					2.01	8.5	المجموعة الضابطة

يوضح الجدول رقم (04) النتائج الاحصائية في الاختبار البعدي للدقة في التسديد نحو المرمى، ومن خلال هذا يتبين أن المجموعة التجريبية قد تحصلت في هذا الاختبار على متوسط حسابي قدره (13.1)، وانحراف معياري قدره (1.91)، اما بالنسبة للمجموعة الضابطة قد تحصلت على متوسط حسابي قدره (8.5)، وانحراف معياري (2.01)، كما بلغت قيمة (T) المحسوبة (5.238)، وبلغت قيمة الدلالة المعنوية (0.000)، بدرجة الحرية (18) وتحت مستوى الدلالة (0.05)، وبما أن قيمة الدلالة المعنوية أصغر من مستوى الدلالة، يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي للدقة في التسديد نحو المرمى.

والشكل البياني التالي يوضح ذلك :



1-3- نص الفرض الثالثة على أنه: " يوجد (تقارب بين متوسطي المجموعة الضابطة في القياسين (قبلي/ بعدي) في الدرجة الكلية لمحور التسديد بالرأس). وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

- جدول رقم (01) يوضح نتائج اختبار "ت" لعينتين مرتبطتين ودالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياسي (قبلي/ بعدي)

المتغير	الضابطة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	قيمة T المجدول	القرار
التسديد بالرأس	قبلي	10	5,9610	0,64693	1,055	9	0,319	غير دال
	بعدي	10	5,9190	0,59409				

نلاحظ من الجدول (01) أعلاه أن هناك تقارب بين متوسطي المجموعة الضابطة في القياسين (قبلي/ بعدي) في الدرجة الكلية لمحور التسديد بالرأس حيث بلغ متوسط القياس القبلي (5,9610) أما متوسط القياس البعدي فقد بلغ

(5,9190) وما يؤكد عدم وجود فروق بين القياسين هو قيمة T-TEST والتي بلغت على (1,055) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة [  $\alpha=0.05$  ] من هنا يمكن القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين (القبلي/البعدي) للمجموعة الضابطة فيالتسديد بالرأس. وعليه نستنتج تحقق الفرضية الجزئية.

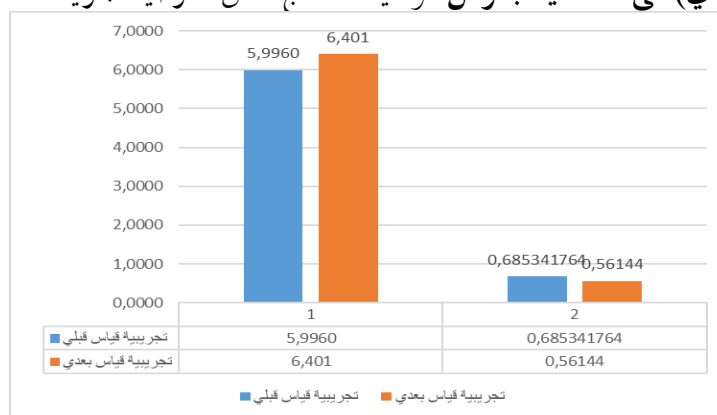
1-نص الفرض الثالثة على أنه: " يوجد (تباعد بين متوسطي المجموعة التجريبية في القياسين (قبلي/ بعدي) في الدرجة الكلية لمحورالتسديدبالرأس).وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل اليها:

- جدول رقم (02) يوضح نتائج اختبار "ت"العينيتين مرتبطتين ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات

درجات المجموعة التجريبية في القياسي (قبلي/ بعدي)

المتغير	التجريبية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
التسديد بالرأس	قبلي	10	5,9960	0,68534	4,235	9	0,002	دال
	بعدي	10	6,4010	0,56144				

نلاحظ من الجدول (02) أعلاه أن هناك تباعد بين متوسطي المجموعة التجريبية في القياسين (قبلي/ بعدي) في الدرجة الكلية لمحورالتسديدبالرأس حيث بلغ متوسط القياس القبلي (5,9960) أما متوسط القياس البعدي فقد بلغ (6,4010) وما يؤكد وجود فروق بين القياسين هو قيمة T-TEST والتي بلغت على (4,235) حيث جاءت دالة احصائيا عند مستوى الدلالة [  $\alpha=0.05$  ] من هنا يمكن القول بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين (القبلي/البعدي) في التسديد بالرأس. وعليه نستنتج تحقق الفرضية الجزئية.



الشكل البياني: يوضح ذلك

نتائج الفرضية الرابعة للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي

نتائج الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة :

قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
4.79	1.85	20.9	قوة التسديد
5.23	1.91	13.1	دقة التسديد
1.05	0.56	6.40	التسديد بالرأس

نتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية :

قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
12.5	3.23	16.7	قوة التسديد
11.16	1.91	13.1	دقة التسديد
4.23	0.5	5.91	التسديد بالرأس

من خلال النتائج في الجدولين نلاحظ أن هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في قيمة (T) -

فكانت قيمة (T) للمجموعة التجريبية للقوة في التسديد (12.5) أما المجموعة الضابطة (4.79)

وبالنسبة للدقة في التسديد فكانت قيمة (T) (11.16) أما الضابطة فكانت (5.23).

وبالنسبة للتسديد بالرأس فكانت قيمة (T) للمجموعة التجريبية (4.23) أما الضابطة (1.05)

وهذا ما يحقق الفرضيات السابقة في مستوى الدلالة.

# الفصل الخامس

## استنتاجات واقتراحات

### الاستنتاجات:

- تحسن على مستوى العناصر البدنية المستهدفة في المجموعة التجريبية أثناء اجراء الاختبارات القبليّة والبعديّة لصالح البعديّة .
- حقق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الصغيرة تطورا ايجابيا بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح المجموعة التجريبية.
- دمج الالعاب الصغيرة أثناء التدريب يساعد على تطوير اللاعبين لصفاتهم البدنية.
- تقارب بين العينتين الضابطة والتجريبية أثناء إجراء الاختبارات القبليّة.

### الاقتراحات:

- ينبغي استثمار القدرات الأطفال من خلال طريقة الالعاب الصغيرة.
- ينبغي خلق جو تحفيزي تنافسي للعمل، وذلك من خلال الالعاب الصغيرة.
- دمج هذه الفئة العمرية ضمن الندوات العلمية وخلق لها أهمية في نجاح كرة القدم.
- التوزيع في مثل هذه الالعاب الصغيرة وتنظيمها.
- ضرورة استعمال الطريقة التدريبية المناسبة لكل مهارة رياضية أو صفة بدنية محددة.

### الآفاق المستقبلية:

- دراسة تأثير برنامج مقترح للالعاب الصغيرة في تطوير باقي الصفات البدنية.
- إجراء بحوث مماثلة في فئات عمرية أخرى.
- ضرورة اهتمام المدربين بطريقة الالعاب الصغيرة.
- الاعتماد على أكثر من مجموعة تجريبية أثناء الدراسة.

# قائمة المراجع

## قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر:

القران الكريم

المراجع العربية:

- 1- امر الله البساطي، التدريب والإعداد البدني في كرة القدم، مصر الاسكندرية، 1980.
- 2- اسامة كامل راتب، النمو الحركي، دار الفكر العربي، مصر، 1994.
- 3- إبراهيم شعلان محمد عفيفي، كرة القدم الناشئين، مركز الكتاب للنشر، طبعة 1، القاهرة مصر، 2001.
- 4- إبراهيم اسيس وآخرون، المعجم الوسيط.
- 5- بطرس رزق الله، المسابقات والالعاب الصغيرة، القاهرة، دار المعارف 1970.
- 6- تركي رابح، اصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، طبعة 1، الجزائر 1989.
- 7- ثامر محسن واثق ناجي، كرة القدم وعناصرها الأساسية، مطبعة بغداد، العراق، 1989.
- 8- حنفي محمد مختار، كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي القاهرة، مصر، 1997.
- 9- محمد حسن علاوي، موسوعة الألعاب الرياضية، القاهرة، 1976.
- 10- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين، رضوان الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي مصر، 1987.
- 11- ليلي السيد فرحات : القياس والاختبار في التربية، ط2، القاهرة، مركز الكتاب للنشر 2002.
- 12- محمد المحمادي وامين الخولي، اسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، طبعة 2، القاهرة، مصر 1998.
- 13- محمد مصطفى زيدان، علم النفس الاجتماعي، طبعة 1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 2001.

## قائمة المصادر والمراجع

- 14- محمد عرض بسيوني، فيصل ياسين الشطاطي، نظريات وطرق التربية البدنية، طبعة 2، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر 1992.
- 15- مفتي إبراهيم حماد، المهارات الرياضية، مركز الكتاب، للنشر، طبعة 1، جامعة حلوان، مصر 2002.
- 16- محمد حازم محمد ابو يوسف، اسس اختيار الناشئين في كرة القدم، دار الوفاء لنديا، الطباعة والنشر، مصر، 2005.
- 17- عبد الرحمان عساوي، سيكولوجية النمو، دراسة النمو النفسي الاجتماعي نحو الطفل المراهق، بدون طبعة دار النهضة العربية، بيروت 1992 .
- 18- عبد الرحمان العيساوي، دراسات في تفسير السلوك الإنساني، دار الراتب الجامعية، بيروت، لبنان 1999.
- 19- عبد اليمين بوداود -عطاءالله، احمد المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 2009 .
- 20- فؤاد بهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة 1991.
- 21- سيد خيرى، النمو الجسمي في، مرحلة الطفولة، المجلد السابع، مطبعة حكومة الكويت، 1976.

### المذكرات: غير منشورة

- 1- شطة خليفة" اثر استخدام الألعاب المصغرة(شبه رياضية) في تنمية بعض الصفات البدنية( السرعة القوة) مذكرة ماستر بالمسيلة 2018.

### -المراجع الاجنبية:

1-la dislave h entrainement de foot balle edition groupe esc lyon France

1984.

2-korte sport de competiton edition vigot paris France 1997

3-http www ispanweb net familly adulance adupance adupance le 05 05

2007.

الملاحق

الاختبار القبلي والبعدي فيما يخص القوة في التسديد للمجموعتين التجريبية والضابطة

المجموعة الضابطة		/	المجموعة التجريبية		/
الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	اللاعب	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	اللاعب
16	17	1	18	16	1
16	19	2	20	16	2
18	21	3	24	20	3
20	20	4	22	19	4
15	13	5	19	15	5
16	14	6	22	18	6
19	20	7	19	13	7
18	16	8	21	14	8
16	13	9	22	12	9
13	13	10	22	12	10

الاختبار القبلي والبعدي فيما يخص الدقة في التسديد للمجموعتين التجريبية والضابطة

المجموعة الضابطة		/	المجموعة التجريبية		/
الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	اللاعب	الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	اللاعب
6	3	1	15	6	1
9	6	2	15	9	2
6	8	3	15	8	3
9	12	4	14	9	4
9	11	5	12	9	5
10	6	6	12	6	6
10	12	7	10	6	7
12	11	8	11	4	8
8	12	9	15	8	9
6	6	10	12	6	10

ملحق 3: نتائج القياس القبلي والبعدي للتسديد بالرأس للمجموعة تجريبية

جدول 8: يمثل القياس القبلي للتسديد الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة

العينة	النتائج الأولية للقياس القبلي لضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة		
1	5.65م	5.77م	5.72م
2	5.01م	5.13م	5.11م
3	6.03م	5.98م	6.07م
4	5م	5.14م	5.19م
5	4.98م	5.16م	5.13م
6	6.32م	5.97م	6.22م
7	5.54م	5.46م	5.79م
8	6.72م	6.47م	6.52م
9	6.24م	6.18م	6.27م
10	6.84م	6.82م	6.91م

جدول 9: يمثل القياس البعدي للتسديد الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة

العينة	النتائج الأولية للقياس البعدي لضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة		
1	5.88م	6.01م	6.11م
2	5.66م	5.78م	5.81م
3	6.31م	6.83م	6.44م
4	5.55م	5.51م	5.74م
5	5.52م	5.84م	5.76م
6	6.73م	6.81م	6.88م
7	6م	5.96م	6.03م
8	7.06م	6.98م	7.02م
9	6.89م	6.83م	7م
10	7.07م	6.99م	7.11م

ملحق 1: نتائج القياس القبلي والبعدي لدقة التسديد:

جدول 4: يمثل القياس القبلي لدقة التسديد نحو المرمى.

النتائج الاولية للقياس القبلي لدقة التسديد نحو المرمى									العينة
10	/	20	/	/	40	10	/	/	1
/	10	/	20	/	40	/	/	/	2
10	/	10	20	40	/	40	20	40	3
10	10	40	/	20	/	20	20	10	4
10	/	10	40	40	/	/	/	/	5
40	10	10	/	/	10	10	20	/	6
10	10	10	/	/	/	/	/	/	7
10	10	/	/	/	/	/	40	40	8
10	10	40	/	/	/	/	20	/	9
40	/	10	/	/	40	40	/	40	10

جدول 5: القياس البعدي لدقة التسديد نحو المرمى

النتائج الاولية للقياس البعدي لدقة التسديد نحو المرمى									العينة
/	10	40	10	/	40	10	10	20	1
10	40	10	10	40	10	20	/	10	2
10	20	/	20	20	10	40	40	20	3
/	40	20	10	40	/	40	10	/	4
/	/	40	/	10	40	20	/	20	5
40	/	10	/	/	40	10	10	20	6
20	10	40	10	40	/	/	/	20	7
40	40	10	10	/	/	20	20	40	8
/	20	20	10	10	/	40	40	/	9
10	/	40	/	20	/	10	40	40	10

جدول 6 يمثل القياس القبلي لقوة التسديد نحو المرمى.

النتائج الأولية للقياس القبلي لقوة التسديد نحو المرمى									العينة
5	/	/	115	115	20	/	5	/	1
115	5	02	/	/	/	/	/	20	2
/	/	/	/	/	5	5	115	5	3
115	/	/	/	/	/	115	/	115	4
05	/	/	5	5	5	/	/	/	5
115	5	/	20	20	115	5	/	/	6
20	20	115	/	/	/	/	5	/	7
/	20	/	5	5	115	5	/	115	8
/	/	20	115	115	5	115	02	/	9
/	115	/	/	/	/	20	5	/	10

جدول 7 يمثل القياس البعدي لقوة التسديد نحو المرمى

النتائج الأولية للقياس البعدي لقوة التسديد نحو المرمى									العينة
20	115	20	115	/	115	/	20	5	1
115	/	/	/	115	5	20	5	115	2
/	20	5	115	20	5	115	/	20	3
115	5	20	20	/	115	/	115	/	4
20	5	20	5	115	/	5	20	115	5
5	115	/	20	/	115	115	5	/	6
5	20	115	5	115	20	20	115	/	7
115	20	20	/	115	/	20	5	115	8
/	/	115	115	/	5	115	20	20	9
20	115	20	/	115	115	5	/	20	10

ملحق 3: نتائج القياس القبلي والبعدي للتسديد بالراس

جدول 8: يمثل القياس القبلي للتسديد الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة

النتائج الأولية للقياس القبلي لضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة			العينة
م5.72	م5.77	م5.65	1
م5.11	م5.13	م5.01	2
م6.07	م5.98	م6.03	3
م5.19	م5.14	م5	4
م5.13	م5.16	م4.98	5
م6.22	م5.97	م6.32	6
م5.79	م5.46	م5.54	7
م6.52	م6.47	6.72	8
م6.27	م6.18	6.24	9
م6.91	م6.82	6.84	10

جدول 9: يمثل القياس البعدي للتسديد الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة

النتائج الأولية للقياس البعدي لضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة			العينة
م6.11	م6.01	م5.88	1
م5.81	م5.78	م5.66	2
م6.44	م6.83	م6.31	3
م5.74	م5.51	م5.55	4
م5.76	م5.84	م5.52	5
م6.88	م6.81	م6.73	6
م6.03	م5.96	م6	7
م7.02	م6.98	م7.06	8
م7	م6.83	م6.89	9
م7.11	م6.99	م7.07	10

## حصة رقم: 1

هدف الحصة: مهارة التسديد

الوسائل: كرات، اقماع، صفارة

المرحلة: المنافسة المدة: 50 د الشدة: 95

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة. – تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: اللاعب (ا) يمرر الكرة للاعب (ب) يقوم اللاعب (ب) بمراوغة المدافع والتسديد نحو المرمى مع التركيز على تسديد الكرة في الإطار مع مراعاة التسديد بالرجل اليمنى واليسرى مع وجود مدافعين. تمرين 2: اللاعب (ا) يقابل اللاعب (ب) يتقدم اللاعب (ا) بالكرة نحو اللاعب (ب) ثم يمرر له الكرة ثم يقوم اللاعب (ب) بالدوران وتسديد الكرة (التسديد بالرجل اليمنى واليسرى) مع وجود مدافعين. تمرين 3: يقوم اللاعب (ا) بالتمريرة الطويلة نحو اللاعب (ب) يقوم اللاعب (ب) بالاستقبال ثم التسديد بكلتي الرجلين مع وجود مدافعين .	4 4 4	3 3 3	6 6 6	
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	



## حصة رقم: 2

الشدة: 95

المرحلة: المنافسة المدة : 50 % الوسائل: كرات، اقماع، صفارة

التشكيلات	زمن الأداء والتكرار	الراحة	التكرارات	التمارين	المراحل
	15د			– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة. – تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .	التحضيرية
	6	3	4	تمرين 1: يقوم اللاعب بالقفز أماميا ثم خلفيا ثم بالرجل اليمنى ثم الرجل اليسرى ثم يقوم بالقفز جانبيا. تمرين 2: يقوم اللاعب (ب) بالقفز فوق الحواجز ثم استقبال الكرة من اللاعب (أ) ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى مع التركيز على وضع الكرة داخل الاكار مع مراعاة التسديد بالرجلين (اليسرى واليمنى) مع وجود مدافعين.	الرئيسية
	6	3	4	تمرين 3: يقوم اللاعب (ب) بالقفز أماميا ثم جانبيا بكلتى الرجلين ثم يستقبل الكرة من اللاعب (ب) ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى مراعاة التسديد بكلتى الرجلين مع وجود مدافعين.	
	6	3	4		
	10د			تمديدات عضلية و الاسترخاء .	الختامية



### حصة رقم: 3

الشدة: 95

المرحلة: المنافسة المدة : 50% الوسائل: كرات، اقماع، صفارة

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة. – تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعب(ب) بأداء دحرجة أمامية ثم يقوم باستقبال الكرة ثم التسديد التسديد يكون مركز نحو المرمى مع وجود مدافعين. تمرين 2: يقوم اللاعب(ب) بأداء دحرجة أمامية ثم القفز بكلتي الرجلين ثم يقوم باستقبال الكرة من اللاعب(أ) ثم التسديد التسديد يكون بتنوع الرجلين مع وجود مدافعين تمرين 3: يقوم اللاعب(ب) بأداء دحرجة أمامية ثم القفز جانبيا بكلتي الرجلين ثم استقبال الكرة من اللاعب(أ) ثم التسديد مع وجود مدافعين .	4 4 4	3 3 3	6 6 6	
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

## حصّة رقم: 4

الشدة: 95

المرحلة: المنافسة المدة : 50د %الوسائل: كرات، اقماع، صفارة

التشكيلات	زمن الأداء والتكرار	الراحة	التكرارات	التمارين	المراحل
	15د			– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصّة. – تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .	التحضيرية
	6	3	4	تمرين 1: يقوم اللاعبون بالاصطفاف على مستوى خطين متقابلين يتم رمي الكرة للاعب المقابل بالرأس ثم إعادة تمريرها للاعب المقابل.	الرئيسية
	6	3	4	تمرين 2: يقوم اللاعب (أ) برمي الكرة بالرأس للاعب (ب) ثم يقوم اللاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.	
	6	3	4	تمرين 3: يقوم اللاعب (ب) برمي الكرة للزميل (أ) بالرأس ثم يقوم اللاعب (أ) بالتمرير للاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.	
	10د			تمديدات عضلية و الاسترخاء .	الختامية

## حصة رقم: 5

الشدة: 95



المرحلة: المنافسة المدة : 50% الوسائل: كرات، اقماع، صفارة

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة. _ تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعب (ب) بالقفز فوق الحواجز بكلتي الرجلين ثم يرمي اللاعب(أ) الكرة بالرأس للاعب (ب) حيث يقوم بدوره بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين. تمرين 2: يقوم اللاعب(ب) بدرجة أمامية حيث يرمي له اللاعب (ا) الكرة بالرأس وبدوره يقوم اللاعب (ب) بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين. تمرين 3: يقوم اللاعب (ب) بالقفز من فوق الحواجز وقبلها ويقوم بأداء درجة أمامية ثم يرمي اللاعب (أ) الكرة بالرأس ويقوم اللاعب(ب) بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين .	4 4 4	3 3 3	6 6 6	
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

## حصة رقم: 6

الشدة: 95



المرحلة: المنافسة المدة : 50 % الوسائل: كرات، أقمام، صفارة

التشكيلات	زمن الأداء والتكرار	الراحة	التكرارات	التمارين	المراحل
	15د			<p>– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة.</p> <p>_ تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .</p>	التحضيرية
	6	3	4	<p>تمرين 1: يقوم اللاعبان الأول من القاطرة (أ) والأول من القاطرة (ب) بالجري حول الأقماع بالكرة ثم يقومان بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين.</p>	الرئيسية
	6	3	4	<p>تمرين 2: يقوم اللاعبان الأول من القاطرة (أ) والأول من القاطرة (ب) بالجري حول الأقماع بالكرة ثم يقومان بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين.</p>	
	6	3	4	<p>تمرين 3: يقوم اللاعب بالجري بالكرة حول الأقماع ثم التحضير الكرة لنفسه ثم القيام بقفزات جانبية ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.</p>	
	10د			تمديدات عضلية و الاسترخاء .	الختامية

## حصة رقم: 7

الشدية: 95

المرحلة: المنافسة المدة : 50د %الوسائل: كرات، اقمام ، صفارة

التشكيلات	زمن الأداء والتكرار	الراحة	التكرارات	التمارين	المراحل
	15د			– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة. – تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .	التحضيرية
	6	3	4	تمرين 1: يقوم اللاعب بتسديد الكرة من ثبات ناحية المرمى مع التركيز على وضع الكرة في المرمى.	الرئيسية
	6	3	4	تمرين 2: يقوم اللاعب بالتسديد الكرة من ثبات ناحية المرمى متر مع التركيز على مسار الكرة يجب إن يكون بين الأقماع حيث تكون المسافة بين الأقماع 1.	
	6	3	4	تمرين 3: يقوم اللاعب بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.	
	10د			تمديدات عضلية و الاسترخاء .	الختامية

## حصّة رقم: 8

**الشدة: 95**

**المرحلة: المنافسة المدة : 50د %الوسائل: كرات، أقماع ، صفارة**

التشكيلات	التمارين	التكرارات	الراحة	الزمن الأداء والتكرار	المراحل
	– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصّة. – تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	التحضيرية
	تمرين 1: يقوم اللاعب حول الأقماع بدون كرة ثم يقوم بالقفز على الحواجز ثم يقوم بعملية التسديد مع وجود مدافعين. تمرين 2: يقوم اللاعب بالجري حول الأقماع ثم يقوم بالقفز فوق الحواجز ثم يقوم بدرجة أمامية ثم يقوم بالتسديد مع وجود مدافعين. تمرين 3: يقوم اللاعب بالجري حول الأقماع ثم يقوم بالقفز الأمامي فوق الحواجز ثم القفز الجانبي حول الحواجز ثم يقوم بدرجة أمامية ثم التسديد مع وجود مدافعين.	4 4 4	3 3 3	6 6 6	الرئيسية
	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	الختامية

## حصة رقم: 9

الشدة: 95

المرحلة: المنافسة المدة : 50% الوسائل: كرات، أقماع، صفارة

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة. – تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعب(أ) بتمرير الكرة للاعب (ب) بالرأس وبدوره يقوم اللاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى وذلك مع التركيز على أن يضع الكرة داخل المرمى مع وجود مدافعين. تمرين 2: يقوم اللاعب(ب) بالقفز حول الحواجز ثم يقوم اللاعب(أ) بالتمرير للاعب(ب) بالرأس والذي يقوم بدوره بالتسديد مع وجود مدافعين. تمرين 3: يقوم اللاعب(ب) بالجري حول الأقماع ثم القفز فوق الحواجز ثم القيام بدرجة أمامية ثم يقوم بالتسديد وذلك بعد أن يمرر له اللاعب(ب) الكرة بالرأس مع وجود مدافعين.	4 4 4	3 3 3	6 6 6	
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	– التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة. _ تمارينات تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعب(ب)برمي الكرة للاعب(أ) بالرأس ثم يقوم اللاعب(ب)بالقفز فوق الحواجز ثم يقوم اللاعب(أ) برمي الكرة للاعب(ب) وبدوره يقوم التسديد بالرجل مع التركيز على التسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.	4	3	6	
	تمرين 2: يقوم ألاعب(ب) بالقفز الجانبي فوق الحواجز ثم بالقفز الأمامي فوق الحواجز ثم الدوران الجانبي حول الأقماع ثم القيام بدحرجة أمامية ثم استقبال الكرة من اللاعب (أ) ثم القيام بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.	4	3	6	
	تمرين 3: يقوم اللاعب بالتسديد نحو المرمى من ثبات.	4	3	6	
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

## حصة رقم: 1

هدف الحصة: مهارة التسديد

الوسائل: كرات، اقماع، صفارة

الشدة: 95 %

المرحلة: المنافسة

المدة : 50د

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	- التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة. _ تمارينات تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: اللاعب (ا) يمرر الكرة للاعب (ب) يقوم اللاعب (ب) بمراوغة المدافع والتسديد نحو المرمى مع التركيز على تسديد الكرة في الاطار مع مراعاة التسديد بالرجل اليمنى واليسرى مع وجود مدافعين. تمرين 2: اللاعب (ا) يقابل اللاعب (ب) يتقدم اللاعب (ا) بالكرة نحو اللاعب (ب) ثم يمرر له الكرة ثم يقوم اللاعب (ب) بالدوران وتسديد الكرة (التسديد بالرجل اليمنى واليسرى) مع وجود مدافعين. تمرين 3: يقوم اللاعب (ا) بالتمريرة الطويلة نحو اللاعب (ب) يقوم اللاعب (ب) بالاستقبال ثم التسديد بكلتا الرجلين مع وجود مدافعين .	4 4 4	3 3 3	6 6 6	    
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	<p>– التحية الرياضية .و شرح هدف الحصة.</p> <p>_ تمارينات تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .</p>			15د	
الرئيسية	<p>تمرين 1: يقوم اللاعب بالقفز أماميا ثم خلفيا ثم بالرجل اليمنى ثم الرجل اليسرى ثم يقوم بالقفز جانبيا.</p> <p>تمرين 2: يقوم اللاعب (ب) بالقفز فوق الحواجز ثم استقبال الكرة من اللاعب (أ) ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى مع التركيز على وضع الكرة داخل الاكار مع مراعاة التسديد بالرجلين (اليسرى واليمنى) مع وجود مدافعين.</p> <p>تمرين 3: يقوم اللاعب (ب) بالقفز أماميا ثم جانبيا بكلتى الرجلين ثم يستقبل الكرة من اللاعب (ب) ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى مع مراعاة التسديد بكلتى الرجلين مع وجود مدافعين.</p>	4 4 4	3 3 3	6 6 6	
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

**الوسائل:** كرات، اقماع، صفارة  
**المرحلة:** المنافسة

**حصة رقم: 3**

**هدف الحصة:** مهارة التسديد  
**الشدة:** 95 %  
**المدة:** 50د

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	الزمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	- التحية الرياضية .و شرح هدف الحصة. _ تمارينات تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعب (ب) باداء دحرجة أمامية ثم يقوم باستقبال الكرة ثم التسديد التسديد يكون مركز نحو المرمى مع وجود مدافعين. تمرين 2: يقوم اللاعب (ب) باداء دحرجة أمامية ثم القفز بكلتي الرجلين ثم يقوم باستقبال الكرة من اللاعب (أ) ثم التسديد التسديد يكون بتنوع الرجلين مع وجود مدافعين تمرين 3: . يقوم اللاعب (ب) باداء دحرجة أمامية ثم القفز جانبيا بكلتي الرجلين ثم استقبال الكرة من اللاعب (أ) ثم التسديد مع وجود مدافعين .	4 4 4	3 3 3	6 6 6	  
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	- التحية الرياضية .و شرح هدف الحصة. _ تمارينات تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعبون بالاصطفاف على مستوى خطين متقابلين يتم رمي الكرة للاعب المقابل بالرأس ثم اعادة تمريرها للاعب المقابل.	4	3	6	
	تمرين 2: يقوم اللاعب (ا) برمي الكرة بالرأس للاعب (ب) ثم يقوم اللاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.	4	3	6	
	تمرين 3: يقوم اللاعب (ب) برمي الكرة للزميل (أ) بالرأس ثم يقوم اللاعب (أ) بالتمرير للاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.	4	3	6	
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

## حصة رقم: 5

هدف الحصة: مهارة التسديد

الوسائل: كرات، اقماع، صفارة

الشدة: 95 %

المرحلة: المنافسة

المدة : 50د

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	- التحية الرياضية .و شرح هدف الحصة. _ تمارينات تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط لدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: اللاعب (ا) يمرر الكرة للاعب (ب) يقوم اللاعب (ب) بمراوغة المدافع والتسديد نحو المرمى مع التركيز على تسديد الكرة في الاطار مع مراعاة التسديد بالرجل اليمنى واليسرى مع وجود مدافعين. تمرين 2: اللاعب (ا) يقابل اللاعب (ب) يتقدم اللاعب (ا) بالكرة نحو اللاعب (ب) ثم يمرر له الكرة ثم يقوم اللاعب (ب) بالدوران وتسديد الكرة (التسديد بالرجل اليمنى واليسرى) مع وجود مدافعين. تمرين 3: يقوم اللاعب (ا) بالتمريرة الطويلة نحو اللاعب (ب) يقوم اللاعب (ب) بالاستقبال ثم التسديد بكلتا الرجلين مع وجود مدافعين .	4 4 4	3 3 3	6 6 6	  
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

الوسائل: كرات، أقماع، صفارة



المرحلة: المنافسة

حصة رقم: 6

هدف الحصة: مهارة التسديد

الشدة: % 95

المدة: 50د

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	- التحية الرياضية . و شرح هدف الحصة . _ تمارين تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعبان الأول من القاطرة (أ) والأول من القاطرة (ب) بالجري حول الأقماع بالكرة ثم يقومان بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين. تمرين 2: يقوم اللاعبان الأول من القاطرة (أ) والأول من القاطرة (ب) بالجري حول الأقماع بالكرة ثم يقومان بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين. تمرين 3: يقوم اللاعب بالجري بالكرة حول الأقماع ثم التحضير الكرة لنفسه ثم القيام بقفزات جانبية ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.	4 4 4	3 3 3	6 6 6	  
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

## حصّة رقم: 7

هدف الحصّة: مهارة التسديد

الشدة: 95 %

المدة : 50د

الوسائل: كرات، أقماع، صفارة

المرحلة: المنافسة

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	- التحية الرياضية . و شرح هدف الحصّة. _ تمارينات تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعب بتسديد الكرة من ثبات ناحية المرمى مع التركيز على وضع الكرة في المرمى.	4	3	6	
	تمرين 2: يقوم اللاعب بالتسديد الكرة من ثبات ناحية المرمى متر مع التركيز على مسار الكرة يجب أن يكون بين الأقماع حيث تكون المسافة بين الأقماع 1.	4	3	6	
	تمرين 3: يقوم اللاعب بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين.	4	3	6	
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

## حصة رقم: 8


هدف الحصة: مهارة التسديد

الوسائل: كرات، اقماع، صفارة

الشدة: 95 %

المرحلة: المنافسة

المدة : 50د

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	زمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	- التحية الرياضية .و شرح هدف الحصة. _ تمارينات تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعب حول الاقماع بدون كرة ثم يقوم بالقفز على الحواجز ثم يقوم بعملية التسديد مع وجود مدافعين. تمرين 2: يقوم لاعب بالجري حول الاقماع ثم يقوم بالقفز فوق الحواجز ثم يقوم بدرجعة أمامية ثم يقوم بالتسديد مع وجود مدافعين. تمرين 3: يقوم اللاعب بالجري حول الاقماع ثم يقوم بالقفز الامامي فوق الحواجز ثم القفز الجانبي حول الحواجز ثم يقوم بدرجعة امامية ثم التسديد مع وجود مدافين.	4 4 4	3 3 3	6 6 6	  
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	

## حصّة رقم: 9

هدف الحصّة: مهارة التسديد

الوسائل: كرات، اقماع، صفارة

الشدة: % 95

المرحلة: المنافسة

المدة : 50د

المراحل	التمارين	التكرارات	الراحة	الزمن الأداء والتكرار	التشكيلات
التحضيرية	- التحية الرياضية .و شرح هدف الحصّة. _ تمارينات تساهم في رفع درجة حرارة الجسم و تنشيط الدورة الدموية .			15د	
الرئيسية	تمرين 1: يقوم اللاعب (أ) بتمرير الكرة للاعب (ب) بالرأس وبدوره يقوم اللاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى وذلك مع التركيز على ان يضع الكرة داخل المرمى مع وجود مدافعين. تمرين 2: يقوم اللاعب (ب) بالقفز حول الحواجز ثم يقوم اللاعب (أ) بالتمرير للاعب (ب) بالرأس والذي يقوم بدوره بالتسديد مع وجود مدافعين. تمرين 3: يقوم اللاعب (ب) بالجري حول الاقماع ثم القفز فوق الحواجز ثم القيام بدرجة امامية ثم يقوم بالتسديد وذلك بعد ان يمرر له اللاعب (ب) الكرة بالرأس مع وجود مدافعين.	4 4 4	3 3 3	6 6 6	   
الختامية	تمديدات عضلية و الاسترخاء .			10د	





بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## Study Summary

The title of the study: The impact of small games on the skill of the goal towards the goal of football players less than 13 years.

Objective of the study: The study aims to raise awareness of the importance of choosing the appropriate training method for the appropriate skill and opening the research areas in this specialty to know the appropriate training methods to support the basic skills of football players.

The problem of the study: How small games affect the skill of payment towards the goal.

General Hypothesis: Small games affect the teaching and improvement of payoff technology.

Partial Hypothesis:

- Reliance on the way small games affect the increase of the power of the goal.
- Reliance on the method of small games affect the accuracy of the netting goal.
- Dependence on the way the small games affect the payment of the head towards the goal.

Methodology: In our study, we adopted the experimental approach.

Sample: The study was conducted on 30 players and we divided the sample into three sections, 4 players for the exploratory study, 10 players for the training group and 10 players for the control group.

Time domain:

Sphere: Municipal Stadium in Ain Al Khadra.

Methodology: In our study, we adopted the experimental approach.

Tools used in the study: We used the test tool in our study.

Results:

- The method of small games affect the learning technique to pay towards the goal.
- Dependence on the way small games affect the increase in the power of the goal.
- The dependence on the method of small games affect the learning accuracy of the goal.
- Dependence on the way small games affect the learning to pay head to the goal.

Suggestions:

- The need to use the appropriate training method for each sport skill and specific physical prescription.

-A program to teach the technique of payment towards the goal should be established in the smallest football in Algeria, based on modern and appropriate training methods.

-Pay attention to the way small games because it is the secret of success for the youngest.

Envoyer des commentaires

Historique

Enregistré

Communauté

## ملخص الدراسة

**عنوان الدراسة:** تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم اقل من 13 سنة.

**هدف الدراسة:** تهدف الدراسة إلى التوعية بأهمية اختيار الطريقة التدريبية المناسبة للمهارة المناسبة وفتح مجالات البحث في هذا الاختصاص لمعرفة الطرق التدريبية المناسبة لدعم المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم .

**مشكلة الدراسة:** ما مدى تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التسديد نحو المرمى .

**الفرضية العامة:** تؤثر الألعاب الصغيرة في تعليم وتحسين تقنية التسديد نحو المرمى .

**الفرضية الجزئية :**

- الاعتماد على طريقة الألعاب الصغيرة تؤثر في زيادة قوة التسديد نحو المرمى .

- الاعتماد على طريقة الألعاب الصغيرة تؤثر في زيادة دقة التسديد نحو المرمى .

- الاعتماد على طريقة الألعاب الصغيرة تؤثر في التسديد بالرأس نحو المرمى .

**المنهج المتبع:** اعتمدنا في دراستنا على المنهج التجريبي .

**العينة :** أجريت الدراسة على 30 لاعب وقمنا بتقسيم العينة إلى ثلاثة أقسام، 4 لاعبين للدراسة الاستطلاعية و10 لاعبين للمجموعة التدريبية و10 لاعبين للمجموعة الضابطة.

**المجال الزماني:**

**المجال المكاني:** الملعب البلدي ب عين الخضراء .

**المنهج المتبع:** اعتمدنا في دراستنا على المنهج التجريبي.

**الأدوات المستعملة في الدراسة:** استعملنا في دراستنا أداة الاختبار.

**النتائج المتوصل إليها:**

- طريقة الألعاب الصغيرة تؤثر في تعلم تقنية التسديد نحو المرمى .

- أن الاعتماد على طريقة الألعاب الصغيرة تؤثر في زيادة قوة التسديد نحو المرمى .

- أن الاعتماد على طريقة الألعاب الصغيرة تؤثر في تعلم دقة التسديد نحو المرمى .

- أن الاعتماد على طريقة الألعاب الصغيرة تؤثر في تعلم التسديد بالرأس نحو المرمى .

**اقتراحات:**

- ضرورة استعمال الطريقة التدريبية المناسبة لكل مهارة رياضية وصفة بدنية محددة.

- وجوب تسطير برنامج لتعليم تقنية التسديد نحو المرمى لدى اصغار كرة القدم في الجزائر بالاعتماد على الطرق التدريبية الحديثة والمناسبة.

- الاهتمام بطريقة الألعاب الصغيرة لأنها سر النجاح لفئة الاصاغر.