



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الرقم التسلسلي:.....

الرمز:.....

القسم : التدريب الرياضي

الشعبة: تدريب رياضي

التخصص: تحضير بدني

مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

أثر مهارة التحكم في الكرة على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U₁₃).

دراسة ميدانية على لاعبي فريق الترجي الرياضي العلمي (ESEE) ولاية سطيف

تحت إشراف:

أ.د بن عمر مراد

إعداد الطالب:

- بلال بردع

السنة الجامعية: 2024/2023

الشكر

قال الله تعالى: **"الذين شكروا لأزيد نكحوا"** سورة إبراهيم الآية 07

نحمد الله العزيز القدير ونشكره شكرا جزيلًا يليق بعظمته وجلاله سبحانه على توفيقنا في إنجاز هذا العمل.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدني على إنجاز هذا العمل المتواضع من قريب أو من بعيد.

وأخص بالذكر الأستاذ المشرف الدكتور **بن عمر مراد** على توجيهاته وحرصه والمجهودات التي بذلها لإتمام هذا العمل

كما لا أنسى جميع الطاقم الإداري والفني لفريق الترجي الرياضي العلمي (ESEE) على التسهيلات التي منحها إلينا من أجل إجراء الدراسة عليهم

كما يسرني أن أتقدم بأسمى آيات التقدير والاحترام إلى جميع الأساتذة وكامل الطاقم الإداري لمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية المسيلة.

الإهداء

مصدقاً لقوله تعالى بعد بسم الله الرحمن الرحيم:

"وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحساناً" سورة الإسراء الآية 23

إلى روحك العطرة ويا من كلفه الله بالصيبة والوقار إلى من علمني العطاء دون انتظار
إلى من أحمل اسمه بكل افتخار... والذي العزيز أرجو من الله أن يطيل في عمرك.
إلى ملاكي في الحياة إلى معنى الحب والحنان والتفاني إلى بسمه الحياة و سر
الوجود..... والدتي العزيزة.

إلى من ساندتني وخطت معي خطواتي وبسرت لي الصعاب، إلى من تحملت معي
تقلبات الزمان، ووقوفني اليوم في هذا المكان ما كان ليذكره لولا تشجيعها المستمر لي،
إلى سندي ورفيقة دربي زوجتي.

إلى فلذات كبدي ومصدر سعادتي أولادي أنس عبد الباري، يوسف عبد الرحمن،
أسيد غلاء الدين حفظهم الله ورحمهم.

إلى كل من لهم الفضل الكبير في تشجيعي وتحفيزي ومن منهم تعلمت المثابرة
والاجتهاد إلى من بهم أكبر وعليم اعتمد أصدقائي الأعماء كل باسمهم.

إلى كل من ساعدني من قريب أو من بعيد

أهدي لكم هذا العمل المتواضع.

قائمة المحتويات

-	○ الشكر
-	○ الإهداء
-	○ قائمة المحتويات
-	○ قائمة الجداول
-	○ ملخص
أب	○ مقدمة
❖ الجانب المنهجي	
* الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
05	1.1. الإشكالية
06	2.1. فرضيات الدراسة
06	3.1. أهداف الدراسة
07	4.1. أهمية الدراسة
07	5.1. أسباب اختيار الموضوع
07	6.1. تحديد مصطلحات ومفاهيم الدراسة
00	7.1. الدراسات السابقة والمثابفة
11	8.1. التعليق على الدراسات السابقة والمثابفة
❖ الجانب النظري	
* الفصل الثاني: المهارات الأساسية في كرة القدم	
15	❖ تمهيد
15	1.2. مفهوم المهارة
15	2.2. المهارات الحركية في كرة القدم
18	3.2. بعض المهارات الشائعة في كرة القدم
18	1.3.2. التمرير
18	2.3.2. الخداع بالكرة (المراوغة)
19	3.3.2. المهاجمة
19	4.3.2. الجري بالكرة

20	5.3.2. الإخماد (التحكم بإيقاف الكرة)
20	6.3.2. التصويب
20	7.3.2. ضرب الكرة بالرأس في كرة القدم
21	8.3.2. ركلات الكرة
22	4.2. طرق التدريب على المهارات الأساسية
23	❖ خلاصة
* الفصل الثالث: خصائص كرة القدم عند لاعبي أقل 13 سنة	
25	❖ تمهيد
25	1.3. تعريف كرة القدم
26	2.3. لمحة تاريخية عن كرة القدم في العالم
28	3.3. نشوء رياضة كرة القدم
27	4.3. أهداف رياضة كرة القدم
27	5.3. المبادئ الأساسية لكرة القدم
28	6.3. صفات لاعب كرة القدم
30	7.3. خصائص النمو للناشئي 09-14 عاما
32	8.3. مظاهر النمو للناشئين
32	1.8.3. النمو الجسمي
33	2.8.3. النمو الحركي
34	3.8.3. النمو العقلي
34	4.8.3. النمو الاجتماعي
35	5.8.3. النمو الانفعالي
35	❖ خلاصة
* الفصل الرابع: الأداء الرياضي	
37	❖ تمهيد
37	1.4. مفهوم الأداء
37	2.4. أنواع الأداء
39	3.4. العوامل المساهمة في الأداء

39	4.4. دور المدرب في ثبات الأداء الرياضي
40	5.4. تحليل الأداء
40	6.4. فئات تصنيف الرياضيين على أساس نتائج المنافسة ونوعية الأداء
42	7.4. الأداء الخططي في كرة القدم
43	8.4. الأداء البدني في كرة القدم
43	9.4. الأداء المهاري في كرة القدم
43	❖ خلاصة
❖ الجانب التطبيقي	
* الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للبحث	
46	❖ تمهيد
46	1.5. الدراسة الإستطلاعية
47	2.5. منهج البحث
47	3.5. متغيرات الدراسة
47	1.3.5. المتغير المستقل
47	2.3.5. المتغير التابع
48	4.5. مجالات البحث
48	1.4.5. المجال المكاني
48	2.4.5. المجال الزمني
48	5.5. مجتمع وعينة الدراسة
48	1.5.5. مجتمع الدراسة
48	2.5.5. عينة الدراسة
49	6.5. تجانس مجموعتي البحث
50	7.5. أدوات جمع المعلومات
52	8.5. الخصائص السيكومترية للأداة
52	1.8.5. الثبات
53	2.8.5. الصدق
54	9.5. أساليب المعالجة الإحصائية
54	❖ خلاصة

* الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
56	1.6. عرض وتحليل النتائج
56	1.1.6. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى
59	2.1.6. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية
61	2.6. مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات
61	1.2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الأولى
62	2.2.6. مناقشة الفرضية الجزئية الثانية
63	3.2.6. مناقشة نتائج الفرضية العامة
* الفصل السابع: الاستنتاجات والإقتراحات	
65	1.7. الاستنتاجات العامة للدراسة
65	2.7. الإقتراحات والفرضيات المستقبلية
67	❖ قائمة المصادر والمراجع
-	❖ الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
49	تجانس مجموعتي عينة البحث.	01
52	تقييم المهارات في بطاقة الملاحظة.	02
52	أوزان التقييم في بطاقة الملاحظة.	03
53	معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لاختبار مهارة التحكم في الكرة.	04
53	معاملات الصدق الذاتي لاختبار مهارة التحكم في الكرة.	05
56	نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في الأداء الفردي.	06
56	نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في الأداء الفردي.	07
57	نتائج الاختبار القبلي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء الفردي.	08
58	نتائج الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء الفردي.	09
59	نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في الأداء الجماعي.	10
59	نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في الأداء الجماعي.	11
60	نتائج الاختبار القبلي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء الجماعي.	12
61	نتائج الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء الجماعي.	13

ملخص:

تهدف الدراسة إلى معرفة أثر مهارة التحكم في الكرة على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U₁₃) ولهذا الغرض استخدمنا المنهج التجريبي على عينة مكونة من 12 لاعب من فئة (U₁₃) من فريق الترجي الرياضي العلمي (ESEE) تم تقسيمهم إلى مجموعتين متجانستين من حيث الطول والوزن والسن وسنوات التدريب وتم اختيارهم بشكل عشوائي، لجمع البيانات استخدمنا اختبار أكرموف وبطاقة الملاحظة، بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائياً تم التوصل إلى النتائج لمهارة التحكم في الكرة أثر إيجابي على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U₁₃). وعلى هذا الأساس أوصت الدراسة بضرورة تصميم برامج تدريبية مخصصة لتحسين مهارة التحكم في الكرة من أجل تحسين أداء اللاعبين الناشئين.

الكلمات المفتاحية: مهارة التحكم في الكرة / الأداء الفردي والجماعي / لاعبي كرة القدم (U₁₃).

Abstract:

The Object of the study aims to identify Knowing the effect of ball control skill on the individual and group performance of soccer players (U₁₃), for this purpose, we used the method Experimental On a sample composed of 12 U₁₃ players from the Esperance Scientific Sports Team (ESEE) They were divided into two homogeneous groups in terms of height, weight, age, and years of training Chosen as random, and for data collection, we used a tool Akramoff test and observation card After collecting the results and having treated them statistically, we conclude Ball control skill has a positive impact on the individual and team performance of soccer players (U₁₃). On this basis, the study recommended There is a need to design specialized training programs to improve ball control skills in order to improve the performance of young players.

Keywords: ball control skill / individual and group performance / football players (U₁₃).



مقدمة:

التدريب الرياضي هو عملية معقدة تهدف إلى تحسين اللياقة البدنية للرياضي، والتي بدورها تساعد على تحسين أدائهم أثناء الاختبار أو المنافسة الرياضية، والغرض منه هو تطوير الجانب البدني الذي يزيد من تقدم الرياضي في تحقيق اللياقة البدنية من جهة، ويسهل من جهة أخرى الوصول إلى أفضل الرياضات. يعرف التدريب الرياضي بأنه عبارة عن عملية منظمة تهدف إلى تحسين ورفع كفاءة عمل أجهزة جسم الانسان من خلال توظيف البرامج والأنشطة البدنية والرياضية. (الحاج، 2017، ص09) أو هو العمليات التعليمية والتنموية التربوية التي تهدف إلى تنشئة وإعداد اللاعبين / اللاعبات والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية الميدانية بهدف تحقيق أعلى مستوى ونتائج ممكنة في الرياضة التخصصية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة. (حماد، 2001، ص21)

يعتبر التدريب الرياضي الحديث في كرة القدم عملية تربوية مبنية على أسس عملية هدفها الوصول باللاعبين إلى أعلى مستوى رياضي ممكن في جميع الجوانب، وحيث أن المباراة تمر بمتغيرات كثيرة، فإن ذلك يتطلب إعداد وتهيئة اللاعبين لمواجهة تلك المتغيرات، والعمل على الارتقاء بمستوى الأداء الحركي بصفة خاصة والذي يؤدي إما بصورة فردية أو مركبة طبقاً لظروف الموقف والتي لها تأثير على نتيجة المباراة.

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

تعد المهارة سلاحا للاعب كرة القدم في الملعب، وهذا يعني قدرته على التحكم بالكرة بسهولة وبدون مجهود زائد، فضلا عن أنها تساعد اللاعب على التغلب على المنافس أكثر من مرة، كما أنها تخلق لحظات عصيبة للفريق المنافس أمام مرماه، وأن امتلاك اللاعب للمهارات الحركية يساعده في تطبيق خطط اللعب وأن يصل إلى مرمى المنافس ويستحوذ على الكرة بفرصة وإمكانية أفضل. (سعد الله والزهاوي، 2011، ص198)

مهارة التحكم في الكرة تعتبر واحدة من أهم المهارات الحركية الأساسية في كرة القدم، حيث تمكن اللاعب من استقبال الكرة والسيطرة عليها بثقة، مما يتيح له تنفيذ التميريرات والمراوغات والتسديدات بدقة أكبر. تعتمد هذه المهارة على قدرة اللاعب على امتصاص قوة الكرة باستخدام أجزاء مختلفة من الجسم مثل مشط القدم، الصدر، الركبة، والخذ، بالإضافة إلى تحريك الكرة بمهارة باستخدام جوانب القدم المختلفة. كما يتطلب التحكم الجيد في الكرة الحفاظ على التوازن والتمركز الصحيح، حيث يجب على اللاعب الحفاظ على مركز ثقل الجسم فوق الكرة واستخدام الذراعين للمساعدة في الاستقرار. لتحقيق تقدم ملموس في هذه المهارة، ينصح بالتمرن المنتظم على استقبال وتحريك الكرة بطرق متنوعة مثل التميرير على الجدار، التنقل بالكرة بين أقماع التدريب، واستقبال الكرة وتوجيهها فوراً إلى اتجاه معين. بتحسين مهارة التحكم في الكرة، يصبح اللاعب أكثر كفاءة وفعالية في الملعب، قادراً على التأقلم مع مختلف مواقف اللعب والتفوق في المواجهات الفردية والجماعية. لذلك تبلورت لدى الباحث مشكلة وأراد الخوض فيها وهي معرفة أثر مهارة التحكم في الكرة على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم، وإستجابة لموضوع بحثنا تم تقسيم دراستنا إلى:

❖ **الجانب المنهجي:** ويحتوي على الفصل الأول (الإطار العام للدراسة).

❖ **الجانب النظري:** ويحتوي على ثلاث فصول:

❖ الفصل الثاني: المهارات الأساسية في كرة القدم.

❖ الفصل الثالث: خصائص كرة القدم عند لاعبي أقل 13 سنة.

❖ الفصل الرابع: الأداء الرياضي.

❖ **الجانب التطبيقي:** ويحتوي على ثلاث فصول:

❖ الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للبحث.

❖ الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة.

❖ الفصل السابع: الاستنتاجات والإقتراحات.

الجانب المنهجي



الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1.1. الإشكالية:

شهدت كرة القدم في السنوات الأخيرة تطورا كبيرا في شتى المجالات وأصبحت الرياضة الشعبية رقم واحد على مستوى العالم وهذا ما يتضح جليا من خلال البطولات الأوروبية والتظاهرات العالمية، حيث أصبحت تحتل قائمة الألعاب والرياضات التي توليها الجماهير ووسائل الإعلام أهمية كبيرة. حيث تزامن مع هذا التطور ظهور العديد من الطرق والأساليب التدريبية الحديثة التي تطور نواحي عديدة ومتنوعة للاعب بهدف بلوغ أعلى المستويات الرياضية وهذا ما يسعى إليه أخصائيو رياضة كرة القدم بالاعتماد على تمارين وبرامج تدريبية تعتمد في جوهرها على التدريب المبني على المبادئ والأسس العلمية، بهدف اكتساب الفريق الخصائص التي تتماشى مع متطلبات اللعبة.

كرة القدم لعبة جماعية يتقابل فيها فريقين يضم كل منهما 11 لاعبا على الأكثر و7 لاعبين على الأقل ويجب على كل فريق تسجيل أكبر عدد من الأهداف في شباك الخصم، والمحافظة على شبابه نظيفة، والفريق الذي يسجل أكبر عدد من الأهداف يفوز بالمباراة، وتتضمن هذه الرياضة 17 قاعدة أسست من طرف اللجنة الدولية بوار، بمرور الوقت وتطور اللعبة عدلت العديد من القواعد بفضل الاتحادية الدولية لكرة القدم FIFA. (صالح وحماد، 1994، ص28)

إن المهارات الحركية في كرة القدم تعد الركيزة الأساسية التي يمكن بها تحقيق الانجاز، إذ لا يمكن لأي فريق أن يطبق الخطط ما لم يكن له مستوى مهاري جيد يؤهله لتنفيذ تلك الخطط مضافا إلى ذلك توافر مستوى بدني يساعد في تنفيذ خطط الهجوم. وتعد المهارات الحركية في لعبة كرة القدم عاملا مهما في تطوير اللعبة، فضلا عن الأعداد البدني والخططي والنفسي فإن لعبة كرة القدم ما زالت تعتمد على المهارات الحركية في تنفيذ الواجبات الخططية، حيث تبقى دائما المهارات الحركية العامل المهم في اللعبة. فالمهارات الحركية هي الركيزة الأولى لتحقيق الانجاز في مباريات كرة القدم، إذ تحتل جانبا مهما في الوحدة التدريبية اليومية حيث يتدرب عليها لفترات طويلة، إذ أن اتقان المهارات الحركية لنوع النشاط الممارس يعد من الأمور المهمة التي يعتمد عليها التنفيذ الخططي في مواقف اللعب المختلفة.

وتعد المهارة سلاحا للاعب كرة القدم في الملعب، وهذا يعني قدرته على التحكم بالكرة بسهولة وبدون مجهود زائد، فضلا عن أنها تساعد اللاعب على التغلب على المنافس أكثر من مرة، كما أنها تخلق لحظات عصيبة للفريق المنافس أمام مرماه، وأن امتلاك اللاعب للمهارات الحركية يساعده في تطبيق خطط اللعب

وأن يصل إلى مرمى المنافس ويستحوذ على الكرة بفرصة وإمكانية أفضل. (سعد الله والزهاوي، 2011، ص198)

تعد مهارة التحكم في الكرة من الجوانب الأساسية والحيوية في أداء لاعبي كرة القدم، خاصة في الفئة العمرية أقل من 13 سنة، حيث يكتسب اللاعبون خلال هذه المرحلة الأساسية العديد من المهارات التقنية التي تؤثر بشكل كبير على أدائهم الفردي والجماعي. وبالتالي يستند تطوير مهارات التحكم في الكرة إلى مجموعة متنوعة من الجوانب البدنية والفنية التي تلعب دوراً أساسياً في تحقيق الأهداف والنجاحات الفردية والجماعية. لذلك جاءت هذه الدراسة وذلك محاولة منا لمعرفة أثر مهارة التحكم في الكرة على الأداء الرياضي الفردي والجماعي للاعب كرة القدم، وذلك من خلال طرح التساؤل العام التالي:

هل لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13})؟

ويندرج تحت هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات الجزئية، نردها على النحو التالي:

هل لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي للاعبين كرة القدم (U_{13})؟

هل لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13})؟

2.1. فرضيات الدراسة:

1.2.1. الفرضية العامة:

هل لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}).

2.2.1. الفرضيات الجزئية:

هل لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي للاعبين كرة القدم (U_{13}).

هل لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}).

3.1. أهداف الدراسة:

هل معرفة أثر مهارة التحكم في الكرة على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}).

هل معرفة مدى مساهمة مهارة التحكم في الكرة على الأداء الفردي للاعبين كرة القدم.

هل معرفة مدى مساهمة مهارة التحكم في الكرة على الأداء الجماعي للاعبين كرة القدم.

4.1. أهمية الدراسة:

- ✎ إبراز تأثير تمرينات مهارة التحكم في الكرة على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U13).
- ✎ إضافة جديدة للمعرفة المتخصصة في مجال التدريب الرياضي، مع تسليط الضوء على أهمية مهارة التحكم في الكرة في كرة القدم على الأداء الرياضي خلال المنافسة.
- ✎ إضافة جديدة للمكتبة وتزويد القراء بباب من المعلومات الكافية في هذا المجال.
- ✎ تفتح هذه الدراسة أمام المهتمين بمجال التدريب الرياضي لإجراء المزيد من الدراسات التي يمكن أن تكون مكملة وداعمة للدراسات الحالية.

5.1. أسباب اختيار الموضوع:

- ✎ كان اختيار الموضوع وفق الوسائل المتوفرة في حدود إمكانياتنا الخاصة.
- ✎ الأهمية البالغة التي تكتسبها رياضة كرة القدم.
- ✎ إيجاد اقتراحات وحلول حول الموضوع.
- ✎ صلاحية المشكلة للدراسة النظرية والميدانية.

6.1. تحديد مصطلحات ومفاهيم الدراسة:

1.6.1. مهارة التحكم في الكرة:

❖ اصطلاحا:

مدى قدرة اللاعب على السيطرة على الكرة عندما تكون بجوزته، ووضعها تحت تصرفه للتصرف بها بالطريقة المناسبة والجيدة أثناء أدائه للمهارات الهجومية مع الكرة وتتطلب هذه السيطرة توقيتا دقيقا وحساسا من أجزاء الجسم وعدد من المكونات التي يعتمد عليها التحكم لان اي خلل في هذا التوقيت او من المكونات يتسبب في فقدان الكرة والتحكم مما يؤثر سلبا على الاداء المهاري وأيضا يحتاج إلى نوع خاص من الملاحظة العالية التي تجعله بان يتعامل مع الكرة بخبرته او بذلك يدرك اللاعب بدقة خواص الكرة وشكلها ووزنها ومرونتها عند الجري بها، وسرعتها واتجاهها في الهواء وهذا يساعده ويمكنه من التحكم في توافقه الحركي. (الطائي وسليمان، 1999، ص25)

❖ إجرائيا:

هي القدرة على التحكم بالكرة بفعالية ودقة أثناء لعب كرة القدم ويتطلب ذلك مهارات فنية وبدنية وعقلية متقدمة. من خلال ممارسة هذه المهارة، يمكن للاعبين التحكم بالكرة بشكل دقيق وفعال، سواء أثناء السيطرة عليها، أو تمريرها، أو تسديدها. يتضمن ذلك استخدام أجزاء مختلفة من القدم، وتتسق الحركات، وقدرة على قراءة حركة الكرة وتفاعل معها بسرعة.

2.6.1. الأداء الرياضي:

❖ اصطلاحا:

عرفه عصام عبد الخالق هو عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية وغالبا ما يؤدي بصورة فردية وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة كما هو المقياس الذي يقاس به نتائج التعلم، والوسيلة للتعبير عن عملية التعلم تعبيراً سلوكياً. (الطالب، 1998، ص214)

❖ إجرائيا:

هو الأداء البدني والفني والذهني الذي يظهره الرياضي في ممارسة نشاطه الرياضي. وهي النتائج التي يحققها الفرد الرياضي خلال الإختبارات في المهارات الرياضية التي يمكن قياسها وتقومها.

3.6.1. كرة القدم:

❖ اصطلاحا:

اللعبة الرياضية الأكثر شعبية وانتشار على مستوى العالم هي لعبة كرة القدم وهي لعبة جماعية ولا تتم إلا بوجود فريقين كل فريق مكون من 11 لاعب، وتشتتط اللعب في ملعب ذو قياسات محددة مع وجود هدفين، والفريق الذي يسجل العدد الأكبر من الأهداف يعتبر الفائز. (هلال، 2017، ص05)

❖ إجرائيا:

كرة القدم هي رياضة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من 11 لاعباً يحاولون تسجيل الأهداف في مرمى الفريق الآخر باستخدام كرة مستديرة، والفريق الذي يسجل العدد الأكبر من الأهداف يعتبر الفائز.

4.6.1. الفئة العمرية (U₁₃):

❖ اصطلاحاً:

مجموعة من التغيرات التي تحدث في نمو الفرد الجسدي والعقلي والنفسي والاجتماعي، وفيها تحدث التغيرات التي تطرأ على وظائف الغدد الجنسية والتغيرات العقلية والجسمية مؤكدة أن فترة المراهقة فترة خصبة في حياة الإنسان إذ تنمو فيها القدرات البدنية والعقلية وتأخذ صفات المراهق في الظهور وتستمر في التطور إلى أن تصل إلى مرحلة الرشد حيث يباشر دوره في الحياة العملية باستقلال كامل وحرية مطلقة. (البادي، 2003، ص08)

❖ إجرائياً:

تشير إلى الأفراد الذين تتراوح أعمارهم دون سن الثالثة عشر. تعتبر هذا الفئة عادةً فترة مهمة في تطور الأفراد، حيث يمرون بعدة مراحل في نموهم الجسدي والعقلي والاجتماعي. تلعب هذه المرحلة دوراً حاسماً في بناء شخصيتهم وتكوين هويتهم الفردية.

7.1. الدراسات السابقة والمشابهة:

يعتبر البحث العلمي سلسلة مترابطة الأجزاء، ولا بد من أن يستعين الباحث فيها بكافة البحوث والدراسات التي تناولت نفس الظاهرة التي تم اختيارها من طرف الباحث، فالدراسات السابقة هي كل الدراسات والأبحاث والأطروحات والرسائل الجامعية التي تناولت نفس الظاهرة التي يتناولها الباحث. ومن خلال مطالعتنا لبعض الدراسات التي تناولت ما يشبه موضوعنا أو ما يشترك معه في بعض النقاط نذكر مايلي:

1.7.1. الدراسة الأولى:

دراسة سربوت عبد المالك وآخرون، دراسة بعنوان فعالية التحضير البدني والمهاري علي الأداء الرياضي لدي لاعبي كرة القدم أثناء مرحلة المنافسة فئة اواسط 17 – 19 سنة. وهي مقال علمي منشور في مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية العدد33 مارس 2018. هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فعالية التحضير البدني والمهاري على الأداء الرياضي في لعبة كرة القدم وتأثيره على الرفع من مستوى أداء المهارات، وقد استعانت بالمنهج الوصفي الذي يتوافق مع مثل هذا النوع من الدراسات، حيث شملت عيّن الدراسة 05 مدربين من بلدية بومدفع ولاية عين الدفلى، معتمدة على استمارة الاستبيان كأداة لجمع

المعلومات، وتم تحليل المعطيات بإختبار كا². وفي الأخير أسفرت الدراسة أن للتحضير البدني والمهاري يساهم في التحكم الجيد في أداء المهارات أثناء المنافسة الرياضية.

2.7.1. الدراسة الثانية:

دراسة بلعربي ياسين وفرحات رشام، دراسة بعنوان أهمية الإعداد المهاري في تحسين الأداء الجماعي أثناء المنافسة للاعبين كرة القدم صنف أوسط. وهي مذكرة مقدمة لإستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر 2016/2015 من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة أكلي محند أولحاج البويرة. هدفت هذه الدراسة إلى إبراز أهمية الإعداد المهاري في تحسين الأداء الجماعي أثناء المنافسة للاعبين كرة القدم صنف أوسط والذي له أهمية كبيرة في مجال التدريب الرياضي، وإلقاء الضوء على الأثر الإيجابي للإعداد المهاري المبني على الأسس العلمية في تحسين الأداء الجماعي أثناء المنافسة للاعبين الهجوم بصفة خاصة و كرة القدم بصفة عامة والدور الفعال الذي يلعبه في النهوض بمستوى الأداء المهاري وبالتالي تحقيق النتائج، كما تهتم بإبراز قيمة وأهمية المهارات الأساسية الخاصة بلاعبين كرة القدم ومدى مساهمتها في تحقيق الأهداف المسطرة من طرف المدرب، وقد استعانت بالمنهج الوصفي الذي يتوافق مع مثل هذا النوع من الدراسات، حيث شملت عيّن الدراسة 16 مدرب من الرابطة الولائية لكرة القدم البويرة، معتمدة على استمارة الاستبيان كأداة لجمع المعلومات، وتم تحليل المعطيات بإختبار كا². وفي الأخير أسفرت الدراسة أن للإعداد المهاري دور في تحسين الأداء الجماعي للاعبين كرة القدم أثناء المنافسة وللمهارات الأساسية دور في تحسين الأداء الجماعي للاعبين أثناء المنافسة.

3.7.1. الدراسة الثالثة:

دراسة محمد نقاز دراسة بعنوان دراسة مستوى التحكم المهاري لدى لاعبي كرة القدم الأقل من 17 سنة. وهي مقال علمي منشور في مجلة علمية دولية محكمة تصدر عن مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي جامعة الجزائر 3، هدفت هذه الدراسة إلى الوقوف على مستوى التحكم المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة، كون هذه اللعبة الأكثر شعبية تتمتع بعنصر الإثارة والمتعة ولتحقيق ذلك يحتاج اللاعبون إلى امتلاك مستوى متميز من اللياقة البدنية والمهارات الأساسية والتي تعد قاعدة رئيسية للنجاح في أي لعبة رياضية، خاصة في الألعاب الجماعية وبما أن كرة القدم لعبة من الألعاب الجماعية فهي تحتاج إلى المهارة العالية للوصول إلى أداء متميز خلال المقابلة، وقد استعانت بالمنهج الوصفي الذي يتوافق مع مثل هذا النوع من الدراسات، حيث شملت عيّن الدراسة 60 لاعب من ثلاث فرق رياضية (فريق

أمل مروانة، فريق شباب أوراس باتنة، فريق ملودية باتنة) معتمدة على الاختبارات المهارية كأداة لجمع المعلومات، وتم تحليل المعطيات بإختبار ت. وفي الأخير أسفرت الدراسة أن خصائص ومستوى التحكم في المهارات الأساسية يلعب دور أساسي في أداء اللاعبين سواء فردياً أو جماعياً على القدرة على المنافسة.

4.7.1. الدراسة الرابعة:

دراسة مرغمي نصر الدين، دراسة بعنوان تحليل الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة. وهي مذكرة مقدمة لإستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر 2018/2017 من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة محمد خيضر بسكرة. هدفت هذه الدراسة إلى إبراز الفروق ذات الدلالة الإحصائية في فعالية الأداء المهاري أثناء المنافسة في كرة القدم بين فرق البطولة الجزائرية وإظهار مدى تأثير الجانب المهاري الفعال في نتائج المنافسة، وقد استعانت بالمنهج الوصفي الذي يتوافق مع مثل هذا النوع من الدراسات، حيث شملت عينة الدراسة 44 لاعب من الفرق التالية (شباب قسنطينة، مولودية الجزائر، اتحاد بلعباس، وفاق سطيف) معتمدة على بطاقة ملاحظة لتحليل المباراة، وتم تحليل المعطيات بإختبار ت. وفي الأخير أسفرت الدراسة أن الأداء المهاري الفعال له دور كبير في تحقيق الفوز والسيطرة على المباراة.

8.1. التعليق على الدراسات السابقة والمثابرة:

إن الدراسات السابقة التي تمكنا من الإطلاع عليها والمتعلقة بالدراسة الحالية ساعدتنا في تكوين تصور شامل لموضوع الدراسة وذلك من خلال ما تبعه الباحثون والدارسون من طرق ومناهج بحثية، وما توصلوا إليه من نتائج، الأمر الذي ساعدنا على تحديد صياغة المشكلة وتحديد التساؤلات التي تسعى الدراسة إلى الإجابة عليها. فمن خلال العرض السابق للدراسات السابقة والبحوث المشابهة التي أجريت حول موضوع فعالية الجانب المهاري وأثره على الأداء الرياضي خلص الباحث إلى مجموعة من الأمور نوجزها في النقاط التالية:

- من حيث الأهداف: اختلفت الدراسات السابقة وتنوعت في أهدافها تبعاً لأهداف الباحثين.
- من حيث المنهجية: كل الدراسات اعتمدت على المنهج الوصفي.
- من حيث الأداة: كل الدراسات اعتمدت على استمارة الاستبيان ما عدا دراسة محمد نقاز اعتمدت على الاختبارات المهارية.

➤ **من حيث النتائج:** خلصت جميع الدراسات السابقة إلى أن الجانب المهري له دور كبير على الأداء الرياضي سواء فردياً أو جماعياً أثناء المنافسة الرياضية.

أما في ما يخص أوجه الإستفادة من هذه الدراسات فهناك دراسات شملت الفرضية العامة للبحث، وأخرى اقتصرت على فرضية جزئية لبحثنا فبفضلها أخذنا نظرة عامة وشاملة على ما سنقوم به في هذا البحث. فهذه الدراسات ساهمت في تنظيم الجانب النظري للبحث، أما فيما يخص الجانب التطبيقي فمن خلالها حدد المنهج المتبع ومقارنة وتأكيد النتائج، كما وجهتنا وأعطتنا نظرة في إختيار العينة وكيفية تحديدها.

الجانب النظري

الفصل الثاني

المهارات الأساسية في كرة القدم

تمهيد:

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

1.2. مفهوم المهارة:

المهارة الأساسية هي كل الحركات البدنية التي يؤديها اللاعب بهدف خدمة هذه اللعبة في إطار قانون اللعبة، سواء أكانت هذه الحركات بالكرة أم بدون كرة مستخدما في ذلك جميع أجزاء جسمه ما عدا يديه (يستثنى من ذلك حارس المرمى). وتنقسم المهارات الأساسية إلى مهارات بدون كرة ومهارات بالكرة.

1.1.2. المهارات الأساسية بدون كرة (البدنية):

هذه المهارات وإن بدت لبعض المدربين أنها ليست ذات أهمية، إلا أنها في الواقع تلعب دورا هاما في أداء اللاعب أثناء المباراة. وهذه المهارات هي: الجري الحر بدون كرة - الوثب عاليا - التمويه - طريقة وقوف لاعب الدفاع وحارس المرمى استعدادا للحركة.

2.1.2. المهارات الأساسية بالكرة:

هذه المهارات التي تحقق تميز لعبة كرة القدم عن غيرها من الألعاب الأخرى. وهذه المهارات متعددة، وتنقسم إلى مهارات شائعة وغير شائعة يؤديها بعض اللاعبين - وستتكم هنا عن المهارات الأساسية الشائعة التي لا بد وأن يتعلمها ويجيدها كل لاعبي كرة قدم وخاصة الناشئين. (مختار، 1997، ص16)

2.2. المهارات الحركية في كرة القدم:

إن المهارة هي الركيزة الأساسية التي يمكن بها تحقيق الانجاز، إذ لا يمكن لأي فريق أن يطبق الخطط ما لم يكن له مستوى مهاري جيد يؤهله لتنفيذ تلك الخطط مضافا إلى ذلك توافر مستوى بدني يساعد في تنفيذ خطط الهجوم. وتعد المهارات الحركية في لعبة كرة القدم عاملا مهما في تطوير اللعبة، فضلا عن الأعداد البدني والخططي والنفسي فإن لعبة كرة القدم ما زالت تعتمد على المهارات الحركية في تنفيذ الواجبات الخططية، حيث تبقى دائما المهارات الحركية العامل المهم في اللعبة. فالمهارات الحركية هي

الركيزة الأولى لتحقيق الانجاز في مباريات كرة القدم، إذ تحتل جانبا مهما في الوحدة التدريبية اليومية حيث يتدرب عليها لفترات طويلة، إذ أن اتقان المهارات الحركية لنوع النشاط الممارس يعد من الأمور المهمة التي يعتمد عليها التنفيذ الخططي في مواقف اللعب المختلفة. (سعد الله والزهاوي، 2011، ص197)

وتعد المهارة سلاحا للاعب كرة القدم في الملعب، وهذا يعني قدرته على التحكم بالكرة بسهولة وبدون مجهود زائد، فضلا عن أنها تساعد اللاعب على التغلب على المنافس أكثر من مرة، كما أنها تخلق لحظات عصيبة للفريق المنافس أمام مرماه، وأن امتلاك اللاعب للمهارات الحركية يساعده في تطبيق خطط اللعب وأن يصل إلى مرمى المنافس ويستحوذ على الكرة بفرصة وإمكانية أفضل. وبما أن المهارات الحركية في كرة القدم كثيرة ومتداخلة ومتراصة مع بعضها البعض، فقد اختلف المختصون في تصنيفهم لها، فمنهم من قسمها تبعا لاستخدام الكرة إلى مهارات أساسية مع الكرة أو بدون الكرة، ومنهم من قسمها تبعا لمواقف اللعب ومواقع اللاعب في الفريق إلى مهارات هجومية ومهارات دفاعية، وهناك تصنيف تبعا لاستخدام القدم أو الرأس أو بقية أجزاء الجسم، وعلى الرغم من هذه التصنيفات إلا أن من الملاحظ أن المختصين لا يختلفون في أن المهارات الحركية بكرة القدم وأن اختلفت تسميتها تشمل المهارات الآتية:

1.2.2. قسمها الربيعي والمشهداني (1991) إلى:

ضرب الكرة بالرجل، إخماد الكرة، دحرجة الكرة، الخداع بالكرة، المراوغة، قطع الكرة، الشطح، اللعب بالجسم في الدفاع والهجوم، التصويب، الرمية الجانبية، تكنيك حارس المرمى. (سعد الله والزهاوي، 2011، ص198)

2.2.2. وقسمها حماد (1994) إلى:

ضربات الكرة بالقدم، ضربات الكرة بالرأس، الجري بالكرة، السيطرة على الكرة، المراوغة، مهاجمة الكرة التي في حوزة المنافس، رمية التماس، مهارات حارس المرمى.

3.2.2. وقسمها الخشاب وآخرون (1999) إلى:

الدحرجة، ضرب الكرة بالقدم، التهديف والمناولة، الإخماد، المراوغة، الخداع، المهاجمة (القطع) ضرب الكرة بالرأس، المكاتفة، الرمية الجانبية، مهارات حارس المرمى.

4.2.2. وقسمها كماش (1999) إلى:

➤ مهارات أساسية بدون الكرة وتشمل:

▪ الركض وتغيير الاتجاه.

▪ القفز.

▪ الخداع.

✚ مهارات أساسية بالكرة وتشمل:

▪ ضرب الكرة بالقدم.

▪ السيطرة على الكرة.

▪ دحرجة الكرة.

▪ ضربات الكرة بالرأس.

▪ المهاجمة والمقاطعة. (سعد الله والزهاوي، 2011، ص199)

5.2.2. أما نحن فنقسم المهارات الأساسية في كرة القدم إلى نوعين هما:

✚ المهارات الأساسية بدون استخدام الكرة وهي:

الركض وتغيير الاتجاه، الوثب، الخداع، وقفة اللاعب المدافع.

✚ المهارات الأساسية باستخدام الكرة وهي:

▪ المناولة.

▪ الدحرجة.

▪ السيطرة على الكرة.

▪ ضرب الكرة بالرأس.

▪ المراوغة والخداع.

▪ مهاجمة الكرة.

▪ الإخماد.

▪ التهديف.

▪ مهارات حارس المرمى. (سعد الله والزهاوي، 2011، ص200)

3.2. بعض المهارات الشائعة في كرة القدم:

1.3.2. التمرير:

التمرير هو من أهم المهارات الأساسية في كرة القدم ويرجع ذلك إلى أن هذه اللعبة لعبة جماعية تحتاج إلى تعاون الفريق ككل من أجل هدف واحد وهو مبتغى كل من يلعب في الملاعب. وبواسطة التمرير يتسنى للفريق المهاجم الوصول إلى مرمى الفريق المنافس وتسجيل إصابة فيه. والتمرير يمثل لسان لعبة كرة القدم فكلما ازداد اللسان عنى أصبحت لديه القدرة على إيصال ما يفكر فيه بسهولة ويسر، والتمرير عبارة عن عماد لعبة كرة القدم حيث لا يستطيع أي لاعب الوحدة الوصول إلى المرمى ومحاوره كل لاعبي الفريق المنافس، ومع تقدم هذه اللعبة وحدثتها، أصبحت تعتمد على أعضاء الفريق ككل وليس الاعتماد على لاعب واحد بعينه ولو كانت لديه مهارات عالية كما في السابق حيث كان الفريق يلعب ويحاول إيصال الكرة إلى هذا اللاعب الذي يحاور ويستخدم مهاراته الفردية للوصول إلى المرمى لتحقيق الهدف المنشود. إن التمرير السليم المتقن هو الوسيلة الوحيدة لربط اللعب وتنفيذ الخطة ويعتبر الفريق مهاجماً طالما كانت الكرة في حوزته وعلى اللاعب الذي برجله الكرة أن يمررها الزميل من زملائه في الوقت والمكان المناسبين حتى تسهل مأمورية اللاعب الذي في حوزته الكرة يجب على زملائه الآخرين تسهيل مهمته عن طريق أخذ المكان المناسب ويجب أن تأخذ المهارات الأخرى بجانب التمرير دورها حتى يستطيع اللاعب التمرير بسهولة. (الهزاع وإينوبلي، 2001، ص22)

2.3.2. الخداع بالكرة (المراوغة):

تعرف المراوغة بأنها حركات التمويه والخداع بالكرة والتي يقوم بها اللاعب بهدف التخلص من مدافع الفريق الآخر. وهي تعنى أيضا الجري بالكرة عندما يكون اللاعب تحت ضغط المدافع أو تخطى المدافع وكثيرا ما يصبح اللاعب المستحوذ على الكرة تحت ضغط مدافع ولا تكون هناك فرصة للتمرير الزميل أو التصويب على المرمى فيؤدي المراوغة للتخلص من المدافع المنافس. ولنجاح المراوغة لابد من أن تتسم بالمفاجأة والتوقيت السليم والسيطرة على الكرة تماما كما أن رشاقة اللاعب وسرعته تلعبان دورا هاما في نجاح المراوغة والمغالاة في المراوغة دون مبرر يؤدي إلى فقد الكرة وإضاعة جهد الفريق إضافة إلى التأثير السلبي النفسي على زملاء. وفي نفس الوقت يجب على المدرب أن لا يقتل مهارة المراوغة لدى لاعبيه فكثيرا من الأهداف تسجل بعد المراوغة الناجحة من المهاجم وتكون هي الطريق إلى نصر الفريق. (هلال، 2017، ص130)

3.3.2. المهاجمة:

أو ما يعرف بمحاولة الإستحواذ واقتناص الكرة من الخصم أو منعها من الوصول إليه وهي عادة سلاح المدافعين ضد المهاجمين، وهناك عدة طرق لمهارة المهاجمة وتتمثل في:

✎ المكاتفة حيث يقوم المدافع بإبعاد الخصم المستحوذ على الكرة باستعمال الكتف في حدود قانون اللعبة.

✎ قطع الكرة من خلال التوقع السليم واقتناصها.

✎ المهاجمة الجانبية.

✎ المهاجمة الخلفية.

✎ الزحلقة من الجانب أو الخلف أو الأمام.

وتهدف المهاجمة إلى استخلاص اللاعب للكرة وإبعادها عن الخصم وتشتيت الكرة من بين أرجل الخصم وقطع الكرة قبل وصولها للخصم. وهناك بعض الصفات التي يجب أن يتحلى بها اللاعب حتى ينفذ هذه المهارة بنجاح:

✎ التوقيت السليم.

✎ التوقع الممتاز.

✎ سرعة الاستجابة.

✎ جرأة والشجاعة.

✎ الانقضاض على الكرة بقوة.

✎ التوازن والرشاقة. (كشك، 1998، ص123)

4.3.2. الجري بالكرة:

يطلق عليها بالدرجة بالكرة ويقصد بها تحرك اللاعب وسيطرته على الكرة أثناء الجري، ويلجأ اللاعب إلى استعمال هذه المهارة في حالة عدم وجود فرصة لتمرير الكرة إلى الزميل، أو عندما يريد اللاعب جذب مدافع لإبعاده عن منطقة التغطية، كما يستخدم الجري بالكرة أثناء التقدم واستغلال المسافات الحالية، الجري بالكرة يتم بثلاث طرق حسب الجزء المستخدم من القدم.

✎ الجري بالكرة بالجزء الخارجي من القدم.

للجري بالكرة بالجزء الداخلي من القدم.

للجري بالكرة بوجه القدم. (مختار، 1980، ص91)

5.3.2. الإخماد (التحكم بإيقاف الكرة):

إن لهذه المهارة أهمية بالغة، إذ يتوقف أداء اغلب المهارات الأخرى على حسن تسلّم الكرة وإخمادها، وهي تعدّ عنصراً مهماً من عناصر السيطرة على الكرة وعلى الرغم من أن اللعب الهجومي في كرة القدم الحديث يتميز بأداء اللعب المباشر على هيئة تمريرات، إلا أن عملية الإخماد هي وسيلة ضرورية لمواقف أخرى تحددها ظروف اللعب المختلفة، إذ إن إخماد الكرة والتحكم بها بحرية يعني بدء مرحلة جديدة من الهجوم على مرمى المنافس. فاللاعب الذي يتقن مهارة الإخماد يكون أكثر إمكانية بالتصرف والتحكم بها وهو في حالة حركة فهي تجعله لا يعطي فرصة للمدافع لقطع الكرة فضلاً عن أنه يكسب الوقت. فاللاعب يهيئ الكرة بالسرعة الممكنة من أجل المناولة أو التهديد أو القيام بحركة أخرى يريد بها اللاعب في تحقيق سرعة تنفيذ الواجبات الخطئية. (سعد الله والزهاوي، 2011، ص203)

6.3.2. التصويب:

إن التصويب ليس مهارة قائمة بذاتها، ولكنها مجموعة من المهارات المتداخلة ومن أهم هذه المهارات التمرير والضرب بالرأس.. وإذا كان التمرير هو وسيلة للوصول إلى مرمى فريق الخصم فإن التصويب هو غاية هذا التمرير، والذي يقوم بتأديته لاعب واحد لإنهاء الهجمة الجماعية التي شارك فيها أفراد الفريق. وقد يفشل في التصويب فتكرر المحاولة منه أو من غيره من اللاعبين. والتصويب يعتمد اعتماداً كبيراً على اللياقة البدنية المتكاملة وخاصة القوة العضلية مع مرونة المفاصل وسرعة الأداء ودقته والتصويب هو الذي يعطي المباراة حلاوة ومتعة. (الهزاع وإينوبلي، 2001، ص204)

7.3.2. ضرب الكرة بالرأس في كرة القدم:

إن ضرب الكرة بالرأس هي مهارة خاصة في لعبة كرة القدم إذ أن هناك ألعاب كرة أخرى قليلة يمكن أن تلعب الكرة فيها بالرأس، لذا فإن مهارة ضرب الكرة بالرأس من المهارات الأساسية الهامة جداً في كرة القدم. وبما أن الكرة في مباراة كرة القدم تكون طائفة لفترة ليست بالقليلة من وقت المباراة فإن الضرب بالرأس هو واحد من الطرائق الرئيسة للعب الكرة الطائفة، لذلك نشاهد في منافسات وبطولات كرة القدم أن نسبة كبيرة من الأهداف يتم تسجيلها بالرأس، الأمر الذي جعل المدربين يعطونها الأهمية الكبيرة في الوحدات التدريبية

وكم من لاعب تميز بضربات الرأس وله القدرة على حسم نتيجة المباراة لصالح فريقه بتسجيله هدف من ضربة رأس، لهذا فإن وجود لاعبين يجيدون اللعب بالرأس ميزة مهمة وفعالة في كسب الكثير من حالات الصراع على الكرة، مما يشكل خطورة واضحة وينجح في كثير من الأحيان في تسجيل الأهداف برأسه. وتستخدم مهارة ضرب الكرة بالرأس لأغراض متعددة منها للمناولة أو التهديد أو القطع وكذلك الإخماد. لذا فإن عملية ضرب الكرة بالرأس هي عملية مهمة وتلعب دوراً مهماً في كرة القدم الحديثة وذلك في التأثير على نتائج المباراة كما تكمن أهميتها في التنافس الثنائي على الكرة إضافة إلى استخدامها عند أداء الحركات الخطئية أيضاً. (حسن، 2014، ص171)

ويعد ضرب الكرة بالرأس من المستلزمات الأساسية للاعب سواء كان مدافعاً أو مهاجماً ولا بد للاعب أن يجيدها ويتقنها بصورة كبيرة وهذا لا يكون إلا من خلال تطبيق الأسس الميكانيكية الصحيحة والتدريب المتواصل عليها في مختلف الظروف والمواقف خاصة وأن اللعب بالرأس يحتاج إلى إمكانية عالية وتوقيت جيد فضلاً عن تمتع اللاعب بثقة كبيرة بالنفس في لعب الكرة بالشكل السليم، وتبرز أهمية ضرب الكرة بالرأس للاعبين المهاجمين في تسجيل الأهداف حيث أعطت التطورات الخطئية الحديثة بكرة القدم الدور الكبير والفعال للعب الكرة بالرأس ومنها لعب الكرات العالية العرضية أو الجانبية عن طريق الجناحين نحو منطقة المرمى لغرض استثمارها في تسجيل الأهداف بالرأس. (حسن، 2014، ص172)

8.3.2. ركلات الكرة:

يستخدم ركل الكرة في ثلاثة أهداف:

👉 التصويب على المرمى.

👉 التميرير للزميل.

👉 تشتيت الكرة.

ولتحقيق هذه الأهداف يستخدم اللاعب أي جزء من أجزاء قدمه، وهنا يبرز سؤال هام أين تتقابل القدم مع الكرة لأداء الركلة الصحيحة المطلوبة؟ يجب أن يدرك اللاعب أن الركلة إذا لم تحقق الهدف المطلوب منها فإن السبب في ذلك يرجع إلى أن الكرة لم تركز في المكان الصحيح منها، فالكرة يجب أن تركز من وسطها تماماً لكي تسير إلى الأمام، وفي هذه الحالة تكون القوة المولدة من القدم تمر بمركز الكرة، وتتجه الكرة عندئذ للأمام. أما إذا ركلت الكرة من الجانب فإنها تسير في خط منحنى مع دورانها حول نفسها، وإذا ركلت الكرة من أسفلها فإنها ترتفع في 20 الهواء وتسير في خط يشبه القوس. ويستحسن أن يقوم المدرب

بتعليم المبتدئين هذه القاعدة وذلك عن طريق وضع الكرة على الأرض وركلها في مواضع مختلفة منها ليري اللاعبون المبتدئون أثر المكان الذي تتقابل فيه القدم مع الكرة في اتجاه سير الكرة. (مختار، 1997، ص16)

4.2. طرق التدريب على المهارات الأساسية:

1.4.2. تمارينات الإحساس بالكرة:

إن الإحساس بالكرة يعتمد على قدرة الناشئ على التمييز بين المنبهات المختلفة التي يتلقاها عند لعبة الكرة ويستطيع الجهاز العصبي تحليل هذه المنبهات البصرية والحركية واللمسة بواسطة جملة من الخطوات والمراكز العصبية، وأنه يمكن تنمية الإحساس بالكرة بواسطة تمارين خاصة تعطى عادة في بداية الحصة التدريبية، ولتمارين الإحساس بالكرة أهمية خاصة بالنسبة للناشئين والشباب فينبغي أن تعطى أهم هذه التمارين في كل حصة من الحصص التعليمية والتدريبية. (مختار، 1980، ص114)

2.4.2. التمارينات بأكثر من كرة::

تفيد هذه التمارينات التي تستخدم فيها أكثر من كرة واحدة في أن واحد لتنمية قدرة الناشئين على تأدية الحركات بسرعة ودقة، كما تجبر الناشئ على الانتباه إلى أكثر من كرة واحدة وأكثر من زميل واحد، وبذلك تنمو مقدرة اللاعب الحركية، وفي نفس الوقت تزداد كفاءته الخطئية على رؤية الملعب بزوايا أكبر، تعطى هذه التمارينات غالباً في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية. (مختار، 1980، ص115)

3.4.2. تعلم المهارات الأساسية مع ربط ذلك بتنمية الصفات البدنية:

يرى حنفي محمود مختار أن هذه الطريقة تعتبر مدخلا للتمارين المركبة كما أنها تستخدم في الإعداد للمباريات التي تتطلب مع أداء المهارات الأساسية صفات بدنية محددة ترتبط بها ارتباطاً وثيقاً مثل الرشاقة، السرعة والتحمل وتعطى هذه التمارينات في أول أو آخر الفترة الأساسية من التدريب اليومي، فعند تدريب المهارات الأساسية المرتبطة بتطوير السرعة أو زيادة الرشاقة تعطى في أول الفترة الأساسية، أما تمارينات التحمل فتعطى في الجزء الثاني من الفترة الأساسية. (مختار، 1980، ص128)

4.4.2. التمارينات المركبة:

هي عبارة عن تحركات خاصة لتنمية المهارات الأساسية والخطئية والقدرات البدنية المعينة في أن واحد، ويتم تشكيل التمارين المركبة بناء على:

- ✎ تحليل حالات اللعب الحاسمة مثل اختتام الهجوم.
- ✎ تدريب اللاعبين على هذه التحركات المركبة إلى درجة إتقانها بصورة آلية.
- ✎ تنظيم التمارين المركبة مع منافس أو بدون منافس مع تحديد الواجبات الحركية للاعبين دون تدخل المدرب كثيرا في الجانب التنفيذي.
- ✎ عند تدريب اللاعبين على رفع اللياقة البدنية بواسطة تأدية مهارات معينة يجب أن يشابه السير الحركي المتطلبات العمل أثناء المباراة. (حماد، 1987، ص 97)

5.4.2. التدريب على المهارات الأساسية باستخدام الألعاب الصغيرة (المصغرة):

إن الألعاب المصغرة تستخدم في تنمية قدرات ومهارات وصفات اللاعب الضرورية المباراة كرة القدم بصورة مركزة كما تستخدم كوسيلة تربوية للاعبين وتعودهم على الالتزام والانضباط والوعي والإخلاص واللعب النظيف. كما يجب أن تكون أشكال الألعاب المستخدمة مشابهة للعبة كرة القدم من حيث قواعد اللعب وطبيعته وسيره بشكل عام. (البساطي، 1995، ص 90)

6.4.2. التدريب على المهارات الأساسية باستخدام الأجهزة:

كثيرا ما تستخدم الأدوات في التدريب على المهارات الأساسية نظرا لما لها من فائدة في تعلم الدقة في الأداء جميع المهارات وعن طريق الأدوات يستطيع المدرب أن يعطي التمارينات السهلة أو الصعبة والتدرج من السهل إلى الصعب، وكذلك يستطيع تنمية النواحي مهارية والخطئية وينمي في نفس الوقت الصفات البدنية. وعادة الأجهزة التي تستخدم في التدريب تحد حائط الصد الحواجز، الكرات الطبية، الكرات المعلقة، حائط التمير، القوائم الخشبية، الشواخص، الكرة المربوطة والأهداف المتحركة... الخ. (مختار، 1980، ص 149)

خلاصة:

تعتبر المهارات الأساسية أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية، حيث يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ويحاول إتقانها ونشيتها حتى يتمكن من تحقيق أعلى المستويات، ويتخذ المدرب لتحقيق ذلك الهدف كل الإجراءات الضرورية الهادفة للوصول باللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة، بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية متقنة تحت ظروف المباراة وفي ظل إطار قانون لعبة كرة القدم.

الفصل الثالث

خصائص كرة القدم عند لاعبي أقل 13 سنة

تمهيد:

يعتبر لاعب كرة القدم كغيره من لاعبي الرياضات الأخرى الجماعية منها والفردية يحتاج إلى صفات بدنية، وأخرى مهارية تتعلق بتخصصه لتجعل منه رياضي ذا مستوى عالي، ما يجعل تنمية هذه الصفات لدى لاعبي كرة القدم شيء ضروري ومهم. وتعتبر الصفات المذكورة أنفاً أساسية بحيث كل واحد منها تتطلب صفات فرعية حيث لكل صفة من هذه الصفات وسائل وتمارين لتطويرها، ويحتاج لاعب كرة القدم إلى هذه الصفات لكي يكون لاعباً ذا كفاءة بدنية ومهارية تمكنه من إنجاز الواجبات وحسن التصرف خلال المواقف المتباينة طوال زمن المباراة.

1.3. تعريف كرة القدم:

كرة القدم لعبة جماعية يتقابل فيها فريقين يضم كل منهما 11 لاعباً على الأكثر و7 لاعبين على الأقل ويجب على كل فريق تسجيل أكبر عدد من الأهداف في شباك الخصم، والمحافظة على شبابه نظيفة، والفريق الذي يسجل أكبر عدد من الأهداف يفوز بالمباراة، وتتضمن هذه الرياضة 17 قاعدة أسست من طرف اللجنة الدولية بوار، بمرور الوقت وتطور اللعبة عدلت العديد من القواعد بفضل الاتحادية الدولية لكرة القدم FIFA. تلعب كرة القدم على بساط مستطيل، بطول يتراوح ما بين 90 إلى 120م وعرضه يقدر ما بين 45 إلى 90م، أما خلال المباريات الدولية فيشترط أن يكون طول الملعب يقدر ما بين 100م إلى 110م، وعرضه من 65 إلى 75م، كما تستعمل خلال المباراة كرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد محيطها من 68 إلى 72 سم، وبوزن 410 إلى 450 غ، تجرى المباراة بين فريقين يرتديان ألواناً مختلفة اللون وتتكون هذه الأخير من شورت، قميص، جوارب، وحذاء خاص باللعبة ويدوم وقت اللعب مدة 90 دقيقة إلى 120 دقيقة في حالة وجود وقت إضافي، وتعطى مدة 45 دقيقة لكل شوط يتخللها وقت راحة قدره 15 دقيقة.

يطغى في كرة القدم أسلوبين في اللعب الأسلوب الأوروبي والأمريكي، فالأول يتميز بالدقة في اللعب والانضباط التكتيكي في خطط اللعب والتكوين العالي في الجانب التقني والتحصير البدني الجيد، أما الثاني يعتمد على الموهب الفردية وحسن الابتكار لدى اللاعب بالتركيز على مستواه الفني بالدرجة الأولى، وهذا ما يصعب من تحقيق الأهداف الجماعية ومتطلبات الفريق ككل، ويكمن الهدف الرئيس في حسن صنع

اللعبة بشكل جماعي من أجل أحسن تطبيق للمخطط الاستراتيجية الموضوعية. (صالح وحماد، 1994، ص28)

2.3. لمحة تاريخية عن كرة القدم في العالم:

يعود تاريخ هذه اللعبة إلى أزيد من 2500 سنة قبل الميلاد، مارسها الصينيون القدامى، كما كانوا يقدمون الولائم للفريق الفائز ويجلدون الفريق المنهزم. وعرفها اليونانيون واليابانيون 600 سنة قبل الميلاد، والمصريون 300 سنة قبل الميلاد، كما أن بعض آثار الشعر الجاهلي تدل على أن العرب القدامى مارسوا أيضا هذه اللعبة. إلا أن اللعبة في شكلها الممارس اليوم، ظهرت بإنجلترا ففي سنة 1016م وخلال احتفالهم بإجلاء الدانماركيين عن بلادهم لعب الإنجليز الكرة فيما بينهم ببقايا جثث الدانماركيين، ولك أن تحرز أقرب أعضاء الجسم شبهوها بالكرة وأسهلها على التدرج بين الأرجل، فمنعت ممارستها وكانت هذه اللعبة تظهر وتنتشر، ثم تمنع بمراسيم ملكية لأسباب متعددة ووصل الأمر إلى حد المعاقبة على ممارستها بالسجن لمدة أسبوع. (الخشاب وآخرون، 1999، ص45)

3.3. نشوء رياضة كرة القدم:

التأسيس الفعلي لرياضة كرة القدم لم يبدأ إلا في سنة 1863 بإنجلترا، وذلك عندما اجتمع مندوبو الأندية التي كانت تحتضنها المدارس الخاصة الإنجليزية، وتشكل أول مجلس يعنى بكرة القدم حينئذ وهو IFAB المكون من ممثلين اثنين لكل من الاتحادات البريطانية الأربعة (إنجلترا، إسكتلندا، ويلز، وايرلن) مهمتهم تأطير هذه الرياضة، فكان أبرز تطور حصل لكرة القدم هو فصلها عن كرة الريجي والاعتماد على الساقين فقط للتحكم بالكرة وهو الأمر الذي لم يكن هينا حينها.

بعدها أصبحت اللعبة تتخذ تدريجيا الملامح التي نراها اليوم، فبدأ اعتماد ركلات المرمى في 1869، والركنيات في 1872، وفي 1878 استخدم حكم الصافرة لأول مرة. أما ركلة الجزاء فلم تبصر النور حتى عام 1891، كما أصبح للملعب خطوط وحدود مرسومة ووقت محدد للمباراة، وأصبح العنف محظورا في اللعبة، فيما أضحت الرياضة تنتشر في كل القارات وتجذب نحوها مزيدا من الجماهير للاستمتاع بمشاهدة مباريات كرة القدم، ما دعا إلى تحضير مساحات تحيط بالملعب للمتفرجين.

وفي سنة 1904، تأسس الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA في باريس مع أعضائه السبعة الأساسيين: فرنسا، بلجيكا، الدنمارك، هولندا، إسبانيا، السويد وسويسرا، لينضم الاتحاد الإنجليزي IFAB للفيفا سنة

1913، قبل أن تلتحق باقي بلدان العالم بالاتحاد. وابتداء من النصف الثاني للقرن العشرين، أصبحت رياضة كرة القدم تكتمل شيئاً فشيئاً فوضعت القوانين التفصيلية المحكمة، وبرعت الفرق الرياضية في التقنن بلعب الكرة بمهارات عالية خلال مباريات كأس العالم، وتزايدت التغطيات الإعلامية لمجرياتهما، ما جعل جماهير العالم تزداد عشقاً لهذه اللعبة. شكل الكرة المستعملة في اللقاءات الدولية هي الأخرى شهدت تطوراً ملفتاً، فقد استخدمت كرة جلدية ذات وزن ثقيل في الثلاثينات حتى السبعينات من القرن الماضي، وبدأ سنة 1986 استخدام المواد الصناعية في صنع الكرة وفي عام 1970 شرعت شركة "أديداس" بالتكفل يصنع كرات كأس العالم حتى يومنا هذا حيث أصبحت الكرة في وقتنا الحاضر تضع بتقنيات دقيقة وبوزن أخف.

هكذا إذن تطورت كرة القدم عبر الحقب التاريخية المختلفة من نشاط همجي مهمل إلى لعبة رياضية محكمة وممتعة، حتى أضحت شبكة ضخمة يصعب حصرها في مجال الرياضة. إذ تخترق الاقتصاد والمجتمع والسياسة وتحظى بترسانة من القوانين والكوادر ورؤوس الأموال التي تشغلها، مثلما أصبحت محل اهتمام الجماهير والإعلام في كل مناطق العالم. (هلال، 2017، ص12-16)

4.3. أهداف رياضة كرة القدم:

يجب على مدرب كرة القدم أن يقترح أهدافاً أساسية هامة من أجل تطوير نفس الصفات الخاصة في رياضة كرة القدم ذات الطابع الجماعي وتتلخص هذه الأهداف الأساسية فيما يلي:

- ❖ فهم واستيعاب مختلف الحالات الرياضية الجماعية والتكيف معها.
- ❖ التنظيم الجماعي مثل الهجوم أو الدفاع ومختلف أنواع ومراحل اللعب في كرة القدم.
- ❖ الوعي بالعناصر والمكونات الجماعية والفردية في رياضة كرة القدم.
- ❖ تحسين الوضع والمهارات الأساسية سواء الجماعية أو الفردية في مستوى اللعب.
- ❖ إعطاء رؤية واضحة ولو مصغرة عن عناصر اللعب التكتيكي واستيعاب الوضعيات المختلفة.
- ❖ إدراك وإدماج العلاقات اللازمة التي تستحق الاستيعاب الجيد ثم التنفيذ. (زهران، 1991، ص29)

5.3. المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأى لعبة من الألعاب لها مبادئ كلها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع أسلوب السليم في طرق التدريب. ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفرادها أن يؤدي ضربات

كرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بتمرير بدقة وبتوقيت سليم بمختلف الطرق، ويركل الكرة بسهولة ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان المناسب، ويحاور عند اللزوم ويتعاون تعاوننا تاما مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق. وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف من لاعب كرة السلة، وكرة الطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم، إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية إتقاننا مناسباً. وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعليقها في مدة قصيرة كما يجب الاهتمام بها دائما عن طريق التدريب للاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب وتقسيم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي:

للـ استقبال الكرة.

للـ المحاورة بالكرة.

للـ المهاجمة.

للـ رمية التماس.

للـ ضرب الكرة.

للـ لعب الكرة بالرأس.

للـ حراسة المرمى. (عبد الجواد، 1977، ص25)

6.3. صفات لاعب كرة القدم:

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة، تلاءم هذه اللعبة وتساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ومن هذه الخصائص أو المتطلبات هناك أبع متطلبات للاعبين كرة القدم، وهي الفنية الخططية والنفسية والبدنية واللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكامل خططيا جيدا ومهاريا عاليا والتعدادات النفسية إيجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة والنقص الحاصل في إحدى تلك المتطلبات يمكن أن تعوض في متطلب آخر. يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين وتحليلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة وطرق لعب اللاعب للمباريات، فإن تحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص والإحصائيات المهمة. (المولى، 1999، ص09)

1.6.3. الصفات البدنية:

من المميزات كرة القدم أن ممارستها في متناول الجميع مهما كان تكوينهم الجسماني، ولكن اعتقدنا بأن الرياضي مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية، جيد التقنية ذكي، لا تتقصه المعنويات هو لاعب مثالي فلا تتدهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل والأسلوب، لتتحقق من أن معايير الاختيار لا تركز دوماً على الصفات البدنية، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماكر يجيد المراوغة على خصمه القوي الحازم الشريف المخدوع بحركات خصمه غير المتوقعة، وذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم، ويتطلب السيطرة في الملعب على الارتكازات الأرضية، معرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من أجل التقاط الكرة، والمحافظة عليها وتوجيهها بتناسق عام وتام. (رفعت، 1999، ص99)

2.6.3. الصفات الفيزيولوجية:

تحدد الانجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية والخطية والفيزيولوجية وكذلك النفسية والاجتماعية، وترتبط هذه الحقائق مع بعضها وعن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب إذا كانت المعرفة الخطية له قليلة، وخلال لعبة كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات مصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى، وهذا ما يجعل تغير الشدة وارد من وقت إلى آخرى، وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيداً من أي لعبة فردية أخرى، وتحقيق الظروف المثالية فإن هذه المتطلبات تكون قريبة القابلية للاعب البدنية والتي يمكن أن تقسم إلى ما يلي:

❖ القابلية على الأداء بشدة عالية.

❖ القابلية على الأداء الركض السريع.

❖ القابلية على إنتاج قوة (القدرة العلية) خلال وضعية معينة.

إن الأساس في الإنجاز لكرة القدم داخل محتوى تلك المفردات يندرج ضمن مواصفات الجهاز الدموي التنفسي، وكذلك العضلات المتداخلة مع الجهاز العصبي ومن المهم أن نتذكر أن صفات تحدد عن طريق الصفات الحسية ولكن تحسين كفاءتها. (المولى، 1999، ص62)

3.6.3. قدرات النفسية:

تعتبر الصفات النفسية أحد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم وما يمتلكه من السمات الشخصية ومن بين الصفات النفسية نذكر مايلي:

1.3.6.3. التركيز:

يعرف التركيز على أنه "تضييق الانتباه، وتثبيتته على مثير معين أو الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد" ويرى البعض أن مطلع التركيز يجب أن يقتصر على المعنى التالي: (المقدرة على الاحتفاظ بالانتباه على المثير محددة لفترة من الزمن وغالبا ما تسمى هذه الفترة ب: مدى الانتباه).

2.3.6.3. الانتباه:

يعنى تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة، أو تركيز العقل على فكرة معينة مبنية على العديد من الأفكار، ويتضمن الانتباه الانسجام والابتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد انتباهه، وعكس الانتباه هو حالة الاضطراب والتشويش وتشتت الذهن.

3.3.6.3. التصور العقلي:

وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الإعداد للأداء، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن لمح إرسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو مطلوب.

4.3.6.3. الثقة بالنفس:

هي توقع النجاح والأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن، ولا تطلب بالضرورة تحقيق المكسب فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسين الأداء. (راتب، 2000، ص177)

7.3. خصائص النمو للناشئي 09-14 عاما:

إن نمو الفرد لا يتم بشكل متساو، وإنما يتم على مراحل عديدة تختلف بعضها عن بعض من حيث خصائصها ومميزاتها وسماتها، لذلك فإنه أصبح لكي يكون المدرب ناجحا في عمله مع الفريق أو المرحلة

الفصل الثالث: خصائص كرة القدم عند لاعبي أقل من 13 سنة

السنية التي يقوم بتدريبها أن يدرك تماما مميزات هذه المرحلة من الناحية البدنية والحركية والنفسية. ومعرفة المدرب لهذه المميزات تجعله قادرا على تشكيل درس ووحدة التدريب اليومية بطريقة مثالية من حيث شدة وحجم الحمل، بالإضافة إلى مقدرته على التعامل مع لاعبيه ومن هذا المنطلق فإنه يهمنى هنا أن أبين مميزات الناشئين 09-14 سنة حتى تكون هاديا وعونا للمدربين خلال عملهم.

1.7.3. المميزات البدنية:

✎ الشكل العام: مرحلة انتقال من النمو المستقر في مبدأها إلى النمو السريع ويدخل البعض في مرحلة تفجير المراهقة.

✎ الهيكل العظمي: العظام مازالت لينة ولكن يوجد تقدم في عملية التعظم.

✎ الطول والوزن: درجة النمو تتعلق بالفرد نفسه ولكن الزيادة ثابتة بشكل عام، وقد يتعرض البعض لزيادة في الوزن، إلا أنه في أواخر المرحلة 12-14 ترى الأولاد نحافا طويلا. ويضعف هذا النمو قوى اللاعب نوعا ما ويعرضه للتعب.

✎ القلب والرئتان: تتناسب أولا مع الطول والوزن ولكن في أواخر المرحلة يزداد نمو القلب بشكل كبير، لذا كان من اللازم تجنب اللاعب للنشاط التنافسي العنيف، إذ إن نسبة القلب إلى الشرايين لا تكون متعادلة.

✎ ضغط الدم: يقترب من ضغط البالغين.

✎ الصحة: ممتازة ومقاومة الألم عالية.

هذا، وتبدأ المظاهر الجنسية في الظهور في أواخر هذه المرحلة، وهنا يرتبط درجة النمو البدني بالنمو الجنسي، فتلاحظ مثلا أن القوة العضلية للناشئ لا تتساوى مع النمو، لذلك فالناشئ في هذه المرحلة يجب أن يعامل وفقا للفروق الفردية.

2.7.3. المميزات الحركية:

يستطيع الناشئ في هذه المرحلة أن يتحكم في حركاته وأن يوجهها نحو الهدف سواء في نشاطه اليومي أم نشاطه الرياضي، ولذلك فهذه هي الفترة المثلى للتعليم الحركي ويرجع ذلك إلى:

✎ التحمل: فيه تحسن ظاهر.

❖ **القوة:** تتحسن ولكنى يبقى الناشئ ضعيفا بشكل ملفت للنظر وخاصة في أطرافه العليا وذلك بسبب عملية النمو السريعة التي تعرض لها القوة المميزة بالسرعة، الوثب عاليا 26 سم لسن 11-12، 32 سم لسن 13-14.

❖ **التوافق:** يستطيع الناشئ أن يؤدي عددا كبيرا من المهارات بشكل آلي لا يحتاج فيه إلى تشغيل للمراكز العليا بالمخ، بل ويمكنه التحكم في مدى واتجاه الحركات، ويقل التوافق في آخر هذه المرحلة (12-14) يكون أقصى تطور في سن 12 سنة.

❖ **السرعة:** تزداد سرعة الناشئ ولكن بالرغم من ذلك يحتاج إلى كثير من القوة لتحريك أطرافه الطويلة. سرعة اللاعب في سن 11-12 سنة لمسافة 50 م 8.7 ثوان وفي سن 13-14 سنة 8 ثوان.

وتبدأ أهم مميزات اللاعب في هذه المرحلة بالاستيعاب السريع عند تعلم الحركات الجديدة، والمقدرة على مواصلة الحركة تحت مختلف الظروف، بل إنه كثيرا ما يكتسب المقدرة على أداء المهارات الحركية الجديدة وبسرعة ومع أقل عدد من التكرارات لتثبيت الأداء.

3.7.3. المميزات النفسية:

تقل أنانية الطفل وحب لذاته خلال هذه المرحلة، ويميل إلى ألعاب المنافسة الجماعية برغبة جامحة للمغامرة والمخاطرة والناشئ ينشد التوازن بينه وبين الآخرين ولكنه كثير الطلبات يرفع صوته عند الغضب أو التعب، وفي هذه المرحلة يبدأ في تحمل المسؤولية ويرغب في النجاح ويظهر ميله الشديد للانتماء للنادي. وتظهر على اللاعب الميل إلى البطولة ومحاولة تقليد اللاعبين الكبار، ويجب أن يلاحظ المدرب أن نشاط الناشئين في هذه السن كبير وزائد، وهم كثيرا ما يستجيبون له أكثر مما يستجيبون لوالديهم. والناشئ يميل إلى فريقه وناديه أكثر من أسرته رغم حرصه وميله لاكتساب رضا والديه. ويجب أن يضع المدرب في اعتباره أن الناشئ كثير العمل ولا يثابر على تحمل إلا ما كان يميل إليه، لذلك يجب العناية بتشكيل وحدة التدريب اليومية. (مختار، 1997، ص08-09)

8.3. مظاهر النمو للناشئين:

1.8.3. النمو الجسمي:

يتميز النمو الجسمي للطفل في هذه المرحلة بالبطء والهدوء النسبي للطول والوزن حيث يصل الطفل في نهاية السنة الثانية عشر إلى حوالي (145) سم، أي حوالي (86%) من طوله النهائي في مرحلة الرشد،

بينما يبلغ وزنه حوالي (43) كجم أما بالنسبة بالبنات في هذه المرحلة فيلاحظ بأنهن يكون أكثر طولاً وأثقل وزناً حيث يصل طولها إلى حوالي (147) سم أي (93%) من طولها النهائي، ويبلغ وزنها حوالي (45) كجم، وفيها يبدأ نمو العضلات بدرجة كبيرة وتقوي العظام ويقترب نمو القلب والرئتين من حجمها لدى الراشد، ويصبح الجذع أكثر نحافة ويتطور نمو الذراعين والساقين، وتزداد وظائف الجهاز العصبي تعقيداً، وتزداد الوصلات والألياف العصبية، وتبدأ بعض الغدد الصماء في التهيؤ للقيام بوظائفها وبخاصة الوظائف التناسلية والخصائص الجنسية الثانوية وخاصة لدى الإناث التي تظهر لديها قبل الذكور وبنهاية هذه المرحلة تكون أسنان الطفل المستديمة قد نمت بالكامل وعلية يتغير شكل الفم وتبرز الشفاه، مما يؤدي إلى تغير الصورة التي كان عليها الطفل في المرحلة السابقة. (كماش، 2011، ص123)

2.8.3. النمو الحركي:

يتطور النمو الحركي لدى الطفل في هذه المرحلة، حيث أن التطور العصبي عند الطفل يؤدي إلى التقارب ما بين الدافع والموقف لذا تعتبر هذه المرحلة مرحلة الأساس في التطور والبناء الحركي وتعتبر من أغنى مرحلة لاستيعاب الواجب الحركي والتي يتطور فيها الحركات والمهارات الرياضية، وتصل قابليته الطفل فيها إلى أعلى مستوى في الصفات الحركية، وفيها تتطور الصفات الجسمية لخدمة الصفات الحركية، ومن المظاهر المميزة للطفل في هذه المرحلة هو ازدياد الطاقة وتطور الصفات البدنية كالقوة العضلية والسرعة وقوة التحمل مع ازدياد القدرة على الضبط والتحكم، وتكون قابليته التعلم في هذه المرحلة عالية مما يجعل عملية التوافق والانسجام والترابط الحركي عالية أيضاً، بحيث يبقى سير الحركات إلى مراحل متقدمة، أن هذا التطور في النمو الحركي يعود إلى الرغبة والحماس الشديدين لدى الطفل في ممارسة الأنشطة الرياضية والسباقات المتنوعة وإظهار قابلية الأطفال في النمو والتطور الجسمي والفسولوجي وتظهر الفروق واضحة في هذه المرحلة بين الذكور والإناث في الحركات والمهارات التي تتطلب القوة العضلية والسرعة، بينما نجد أن الإناث تتفوق في المهارات التي تتطلب الدقة، وفي هذه المرحلة تكون قابلية التعلم لدى الطفل سريعة جداً ويكون مسارها وانسيابها بشكل واضح وتوازن بين الدافع والمانع، ويتعلم فيها الطفل المعايير والقيم المخلصة والاتجاهات وتزداد وظائف الجهاز العصبي حتى يصل وزن المخ إلى حوالي (95) من وزنه. (كماش، 2011، ص124)

3.8.3. النمو العقلي:

يتميز النمو العقلي للطفل في هذه المرحلة إلى حوالي نصف قدراته العقلية كالتذكر والتفكير، حيث ينتقل من طور التفكير الخيالي للتفكير الواقعي، وتزداد قدرته على الانتباه والتركيز ونمو التفكير العقلي وإدراك معاني الأشياء إنما يقدم بالاتصال المباشر بالعالم الخارجي وتكرار الخبرات الشخصية ومن ربط الألفاظ اللغوية بهذه المعاني المختلفة فالمعاني تكون لدى الطفل في هذه المرحلة تكون في طريقها الطبيعي من الخبرة الحاسية الشخصية إلى مفاهيم رمزية، ومن مظاهر النمو العقلي للطفل في هذه المرحلة نموه بمعدلات تقسم بالسرعة، حيث تزداد رغبة الطفل في اكتشاف ما يوجد حوله، وينتقل إلى مرحلة تفسير المعلومات وان يوجه كثيرا من المشكلات والمواقف الحرجة ومحاولة التغلب عليها بذكائه، وتزداد قدرته على تعلم ونمو المفاهيم الأكثر تعقيدا وتمايزا وعمومية مثل مفاهيم العدل والظلم، ويتعلم المعايير والقيم الخلقية مثل الخير والبشر، وبذلك يكون اقتراب إلى مفاهيم الراشدين في هذا المجال، وفي هذه المرحلة يزداد استعداد الطفل لدراسة المناهج الدراسية الأكثر تقدما وتعقيدا، كذلك فإن قدرته على القراءة بصفة عامة تسبق قدرته على الكتابة، ويزداد ميله لمعرفة الكثير عما يحيط به من ظواهر وأحداث، وفي هذه المرحلة يظهر التمايز بين الجنسين الذكور والإناث في الذكاء الصالح الذكور، كذلك فإن الخبرات الأسرة واهتماماتها وميولها دورا كبيرا بنمو الطفل العقلي والعمل على توسيع اهتماماته العقلية وتطوير قدراته العقلية وتنمية حب الاستطلاع وتمثيل المدركات وتبليها ومحاولة اكتشاف البيئة المحيطة به والتعرف على العناصر الجديدة الموجودة في بيئته وكيفية التعامل معها. (كماش، 2011، ص125)

4.8.3. النمو الاجتماعي:

يتميز النمو الاجتماعي للطفل في هذه المرحلة بالتعرف على أصدقاء كثيرين والذي يحقق وجوده من خلالهم، وتنصح شخصيته بوجودهم ويجد الطفل نفسه كفاءة شخصية في اختيار أصدقائه ويلاحظ الطفل تأثره الكبير بالجماعة وتعاونه وانسجامه مهم ومشاركته في كافة أعمالهم، وهنا تظهر بشكل واضح ولاء للجماعة وميوله إلى المنافسة، وافتخاره بانتمائه للجماعة، ويتسم النمو الاجتماعي للطفل في هذه المرحلة بالكثير من الثبات والاستقرار وازدياد حاجة الطفل إلى الاحتكاك بجماعات الكبار واكتسابه به لقيمهم واتجاهاتهم الاجتماعية ويحاول ان يكون مركز الرعاية والاهتمام وتزداد ميوله الانفرادية والاستقلالية ويبدأ في التحرر من التعلق بالديه. وخلال هذه الفترة تزداد الفروق الجنسية بين الذكور والإناث، وهنا يبدأ الذكور بالانتماء لجماعتهم لوحدهم دون إشراك الإناث معهم، بينما الإناث بالانتماء لجماعتهم دون إشراك الذكور

معهن، حيث يميل الذكور إلى اللعب خارج المنزل بعيدا عن رقابة الكبار، أما الإناث فيؤثرن اللعب في المنزل أو في حديقة أو صالة مغلقة، وعلية فالذكور يكتسبون حرية أكبر من الإناث، ويحتاج فيها الاهتمام باستقلالية مع زيادة الحرص على توافقه الاجتماعي، وتشجيعه على التعامل بالتسامح ومساعدة الآخرين ونمو المسؤولية الاجتماعية لدية. (كماش، 2011، ص126)

5.8.3. النمو الانفعالي:

من المظاهر المميزة للنمو الانفعالي في هذه المرحلة هو استقرار الطفل انفعاليا، حيث يتخلص الطفل فيها من بعض مظاهر النمو الانفعالي في الطفولة السابقة، ويزداد نمو الاتجاهات العاطفية لدية ونقل مظاهر الغضب والعناد، مع ظهور بعض مظاهر القلق والغيرة، وفيها يتمتع الطفل بثبات انفعالي، واستقلال نفسي وعلية بأنه ليس بحاجة إلى الراشدين. لذلك فهو يعتمد العصيان المقصود والتمرد من اجل إشباع نزعتة بالاستقلالية وانه لم يعد معتمدا على والدية وفي هذه المرحلة تظهر لدى الطفل بعض مظاهر الوشاية والإيقاع بالآخرين والغبية والنميمة وهي تعتبر عن مظاهر الغيرة التي يمتاز فيها الطفل في هذه المرحلة، وهنا تزداد حاجات الطفل إلى الحب والتقدير والأمن والانتماء للجماعة، الأمر الذي يتطلب الرعاية والاهتمام والمساعدة من الآباء والمعلمين والمربين في السيطرة على انفعالاتهم والتحكم بها وتعليمه كيفية التنازل عن مطالبه في سبيل إرضاء الآخرين وكسب ووهم في سبيل إرضاء الوالدين أو مساعدة فقير، والعمل على إكسابه التكيف المناسب مع مواقفه الانفعالية والتزام جانب الاعتدالية في الطريقة التي يسحب بها الانفعالية. (كماش، 2011، ص126-127)

خلاصة:

من خلال دراستنا في هذا الفصل للصفات والمتطلبات التي يجب أن تتوفر في الفئات الشبانية، نقول أن لهذه الصفات والمتطلبات مكانة هامة في حياة الطفل و نموه لدورها الهام في تنمية مختلف الأنظمة من أجل نمو متناسق، وهذا ما يتطلب المعرفة الجيدة لمختلف التحولات أثناء ممارسة النشاط الرياضي الذي يتطلب مجهود بدني ونفسي، وذلك باستعمال الطريقة التي تلبى مختلف رغبات الطفل عن طريق اللعب.



الفصل الرابع

الآراء الرياضي

تمهيد:

إن الأداء الرياضي بصفة عامة يشمل جميع ميادين الحياة من سلوكيات ونشاطات يقوم بها الفرد بشكل مستمر ومتواصل في كل أفعاله وأقواله لتحقيق أهداف معينة ومن أجل بلوغ حاجاته وأغراضه المحددة سواء كان في المجال العلمي أو المجال التعليمي أو في المجال الرياضي، هذا الأخير الذي عرف تطورا كبيرا وملحوظا نتيجة الأبحاث العديدة والدراسات المعمقة في محاولة لتحسينه خدمة للرياضة والرياضيين.

1.4. مفهوم الأداء:

يعرفه عصام عبد الخالق 1992م: أنه انعكاس القدرات و دافعية كل فرد الأفضل سلوك ممكن نتيجة للتأثيرات المتبادلة للقوى الداخلية و غالبا ما تؤدي بصورة فردية. (فوزي وبدر الدين، 2001، ص216)

ويعرفه ألدرمان (Alderman) على أنه تفاعل كل من الأبعاد النفسية واللياقة البدنية والمهارات الحركية والبدنية، بالإضافة الى عامل البيئة الرياضي. (الخولي وآخرون، 2005، ص566)

ويستخدم محمد نصر الدين رضوان وآخرون مصطلح الأداء بنفس المعنى والمفهوم حيث يطلق عليه مصطلح الأداء الأقصى ويستعمل بشكل واسع للتعبير عن جل المهارات التي يمكن رؤيتها وملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي الحركي والتي تتطلب تذكر المعلومات وإظهار القدرات والمهارات. (رضوان، 1992، ص168)

2.4. أنواع الأداء:

تتمثل أنواع الأداء في:

1.2.4. أداء المواجهة:

أسلوب مناسب لأداء جميع التلاميذ واللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد، ويستطيع المعلم المدرب أن يوجه جميع إجراءاته التنظيمية للوصف كوحدة مناسبة.

2.2.4. أداء الدائري:

طريقة هادفة من طرف الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية وخاصة القوة العضلية والمطاولة، وفي هذا النوع من الأداء يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤدون العبء عدة مرات بصورة متوالية.

3.2.4. أداء في محطات:

أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في محطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة وأداءات مختلفة، أي تثبت في الأداء الحركي باستخدام الحمل.

4.2.4. أداء في مجموعات:

يقصد بالأداء في مجموعات استخدام مجموعات متعددة في الصف أو التدريب الرياضي على شكل محطات، حيث يقوم اللاعبون الذين يشكلون كل مجموعة بالأداء بصورة فردية، وتعد من أقدم طرق التدريب الرياضي.

5.2.4. أداء الوظيفي يتحكم في وضع الجسم:

الانقباض الانعكاسي أو التلقائي لعضلة سليمة والذي شد على وترها يسمى الشد الانعكاسي أو الشد التلقائي والشد على هذه الأوتار بدرجة ثابتة يؤدي إلى انقباض ثابت، وهذا ما يفسر وضع الجسم، والانعكاسات التي تتحكم في وضع الجسم نوعان:

➤ انعكاسات ثابتة، وتنقسم إلى انعكاسات عامة وأخرى جزئية، والعامة تشمل الجسم بأكمله أو على الأقل الأطراف الأربعة.

➤ انعكاسات حركية أو وضعية، وتحدث عند حركة الرأس أو عند المشي أو أداء أي عمل أو حركة رياضية أو عادية، ونتيجة لهذه الانعكاسات يتحكم في وضع الجسم أثناء الحركة فالتغيير الطولي في انقباض عضلات الرجل أثناء الأرض وازدياد الشد خلال الانقباض في بداية الحركة غير كاف لبداية الحركة الأمامية للجسم، ويسبب انقباض الأوتار للتمدد، وبعد هذا التغيير من دائرة الركض تصبح الأوتار في وضع التقصير مسببا ومساعدة للرجل في الاندفاع للأمام.

6.2.4. أداء الرياضي والجهاز العصبي:

يعمل الأداء الانعكاسي على تحقيق الوقاية الميكانيكية في الحركات الرياضية، حيث يبقى أداء الجسم قبل وقوع الإصابة، وتوجد وظائف الأجهزة الوظيفية، للأداء الانعكاسي أهمية كبيرة أثناء أداء الحركة وخاصة بالنسبة للمتوافق الحركي وبالذات للحركات المتعلقة حديثا، ويكون الأداء الحركي في البداية مجهدا لأن اللاعب يؤدي الحركة بكل حواسه وإدراكه مهما كانت الحركة بسيطة، وتؤدي الحركة إلى سرعة شعور الرياضي بالتعب بسبب حدوثه حركات جانبية تشترك مع الحركة الأصلية. (حسن حسين، 1998، ص41)

3.4. العوامل المساهمة في الأداء:

يشتمل الأداء الإنساني العديد من أوجه النشاط الحركي مبتدأ بالمحاولات التي يبذلها الطفل في سنوات العمر الأولى وغيرها من الحركات الأخرى، وتعتبر الأنشطة الرياضية واحدة من الأنشطة الحركية في مجال أداء الفرد وهي تتطلب استخدام الجسم في النشاط وفقا لأسس وقواعد خاصة تتعلق بهذا النشاط، وتختلف درجة الأداء والمهاري في الألعاب وفقا لبعض المتغيرات هي:

- درجة صعوبة أو سهولة المقابلة.
- الغرض من الأداء يمكن أن يكون ترويجي أو تنافسي.
- مقدار الطاقة التي يتطلبها الأداء البدني في النشاط وهي تختلف باختلاف المناخ والطقس وطبيعة النشاط والغرض من الأداء والسن والجنس وغيرها. (علاوي ورضوان، 1987، ص41)

4.4. دور المدرب في ثبات الأداء الرياضي:

يعد ثبات الأداء الرياضي للاعب أحد المؤشرات الهامة لعمل المدرب حيث أنها تعبر عن ارتفاع وازدهار كافة جوانب إعداده إذ يتأثر هذا الثبات بجملة عوامل منها:

- درجة الثبات الانفعالي والعاطفي في المنافسات.
 - كيفية التحكم في انفعالات اللاعب أثناء المنافسة.
 - الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة.
- وثبات الأداء الحركي للاعبين يعني القدرة أو الإمكانية في المحافظة المستمرة والمستقرة على مستوى عال من الكفاءة الحركية سواء خلال الظروف القصوى للتدريب أو المسابقات في إطار حالة نفسية إيجابية ويؤثر على حالة ثبات الأداء الحركي مجموعة من العوامل النفسية منها ما يلي:

- الصفات العقلية ودرجة ثباتها مثل التذك الانتباه، سرعة رد الفعل، التصور التنفيذ مختلف الواجبات الحركية المهارية في كافة الظروف التدريسية أو التنافسية سواء كانت عالية أو منخفضة الشدة وذلك عن طريق ظهور بعض ردود الأفعال العصبية المترتبة على ذلك بعض النظر عن حالة الإجهاد والصعوبات الخارجية.

- الصفات الشخصية ودرجتها سواء من حيث الشدة أو الثبات مثل الدوافع المساعدة في تحقيق الإنجاز ودرجة الثبات والاستقرار أو الاتزان العاطفي للاعب، مستوى التنافس أو الطموح النفسي ودرجة تغييره أو تبديله على ضوء خبرات الفشل أو النجاح التي يحققها اللاعب، ومستوى نمو العمليات العصبية والنفسية والمقدرة على تحمل الأعباء النفسية.
- المقدرة على التحكم في الحالة النفسية قبل وأثناء المنافسة تحت مختلف الظروف أو الدوافع والأشكال سواء كانت صعوبات (داخلية أو خارجية)، فالتحكم الواعي في مثل هذه الحالة من خلال التدريب اليومي المنتظم يساعد على الارتفاع في درجة ثبات أداء اللاعبين خلال المباراة، كذلك المساعدة في تمييز كافة العوامل التي تساعد على عدم تركيز اللاعب قبل المنافسة.
- العلاقات النفسية والاجتماعية بين أفراد الفريق والتي تساعد على الأداء الثابت للفريق المتمثلة في درجة إلتحام أو تماسك الفريق بما يحقق جوا نفسيا وعلاقات متبادلة وملائمة. (الفاتح ولطفي، 2000، ص167)

5.4. تحليل الأداء :

يتطلب تحليل الأداء لرياضة معينة الأخذ في الاعتبار طبيعة الموقف وخصائص المهارة، كما يمكن تحليل أداء رياضة ما إلى مهارات نوعية والتي يمكن أن تتفرع حسب نوع الموقف. هذا وتجدر الإشارة إلى أن تحليل الأداء يتطلب من المدرب المعرفة الكاملة بالأداء المهاري و مكوناته الرياضية معينة، ويمكن لتحقيق ذلك الاستعانة ببعض المراجع المتخصصة. (راتب، 1994، ص30)

6.4. فئات تصنيف الرياضيين على أساس نتائج المنافسة ونوعية الأداء :

إن نتائج أي مسابقة لأي رياضي تقع في واحدة من الفئات الأربع المحددة، حيث يمكن للرياضي أو الفريق أن يكسب أو يخسر المباراة، كما يمكن أن يكون مستوى الأداء أو اللعب جيدا أو ضعيفا وهذه الفئات هي:

1.6.4. المكسب والأداء الجيد:

تعتبر هذه الفئة الأسهل في التعامل مع الرياضيين حيث أن الأداء الجيد، والمكافأة أي الفوز تحقق وتمنح المدرب بتوجيه التقدير للرياضيين على هذا الإنجاز. كذلك من الأهمية تفسير نجاح الرياضيين في ضوء ما يتمتعون به من قدرات مهارية ونفسية، حيث أن ذلك يزيد من ثقتهم في أنفسهم وقيمة الذات لديهم.

إضافة إلى ما سبق يجب التركيز أكثر على الجهد الذي يبذله الرياضيون في المباراة وأهداف الأداء، كما يجب عدم التركيز على المكسب فبالرغم من أنه شيء مستحب، ولكن يوجه التركيز أكثر نحو الجهد الذي يبذله الرياضيون في المباراة وما هي أهداف الأداء، وفي هذا المعنى ينظر إلى المسابقة كنوع من التمرين. وتجدر الإشارة إلى أهمية توجيه الرياضيين إلى النقاط السلبية في المباراة، وما هي الإقتراحات لتطوير الأداء، على أن يتم ذلك في التمرين التالي وليس بعد المباراة مباشرة ويقدم في شكل التوجيه البناء وليس النقد السلبي.

2.6.4. المكسب ولكن الأداء ضعيف:

عندما يكسب الفريق المباراة أو يحقق فوز بالرغم من أن مستوى الأداء في المسابقة كان ضعيفا فمن الأهمية أن يعرف أفراد الفريق أن المكسب الذي تم تحقيقه جاء بسبب ضعف المنافس وليس كنتيجة لقدراتهم البدنية والمهارية. ويمثل ذلك أهمية كبيرة حتى لا يكافأ الرياضيون أنفسهم على النتائج وينسبون ذلك لقدراتهم وجهدهم وذلك يخالف الواقع. هذا وبالرغم من ضعف الأداء، فمن الأهمية مكافأة الرياضيين الذين تميزوا بالأداء الجيد ومساعدة الرياضيين في التعرف على جوانب الضعف ومن ثم التمرين عليها وتطويرها. وبشكل عام من الأهمية ألا يكون التوجيه ضربا من العقاب نتيجة ضعف الأداء، ولكن يقدم في شكل إيجابي وبناء.

3.6.4. الخسارة ولكن الأداء جيد:

تمثل هذه الفئة من النتائج المتوقعة الأكثر صعوبة، فما أقسى على النفس من الخسارة بالرغم من الأداء الجيد. كيف يمكن للمدرب تدعيم النواحي الإيجابية للأداء، وكيف يمكن التعامل مع انخفاض الروح المعنوية للرياضيين أو الفريق؟ ربما كان من المناسب أن يقدم المدرب حديثا موجزا مع الرياضيين عقب المباراة ربما لا يتجاوز الدقيقتين، حيث إن كل رياضي يعيش تجربة الفشل بطريقته الخاصة، ويفضل أن يتضمن الحديث النقاط التالية:

- تقدير الجهد والأداء المتميزين بالرغم من الخسارة.
- الخسارة تعتبر شيئا طبيعيا ومتوقعا في الرياضة، ولا تنقص من التقدير للأداء والجهد الجيدين.
- توضيح أن المشاعر السلبية (الحزن - الغضب) تمثل ردود فعل طبيعية للخسارة، وربما يصعب التخلص منها بعد المباراة مباشرة، ولكن يمكن التخلص منها مع مضي الوقت يوما أو يومين.

➤ يمكن الإقلال من أهمية النتائج لهذه المسابقة، وذلك لتقليل التأثير السلبي للخسارة على تقدير الرياضي لذاته.

4.6.4. الخسارة واللعب الضعيف:

عندما يواجه المدرب هذه الفئة فمن الأهمية أن يعزي الفشل كنتيجة للتقصير في الجهد الحاجة إلى تحسين المهارات البدنية والمهارات النفسية، كما أن من الأهمية أن يعبر عن عدم الرضا للجهد والأداء الضعيفين. وينصح في هذه الحالة بعدم التحدث مع الرياضيين بعد المباراة مباشرة، وإرجاء ذلك إلى التمرين التالي للمسابقة حيث يتم التركيز على المشكلات الفعلية وكيفية تطويرها، وبالرغم من ذلك يجب عدم إغفال تقدير الجهد والأداء لبعض الرياضيين الذين أظهروا أداءً حسناً. (راتب، 1997، ص405)

7.4. الأداء الخططي في كرة القدم:

تستخدم كلمة خطط اللعب أو كما يعرف بـ "التكتيك" في مجالات كثيرة مختلفة مثل مجالات الحروب والسياسة والألعاب، وعندما نتكلم عن خطط اللعب في كرة القدم، فإننا نعني ذلك الأداء المتناغم الذي يكتبه ويسطره المدرب ويطبقه اللاعبون بمنتهى الدقة والمهنية والحرفية العالية في داخل المستطيل الأخضر، الذي يشتمل على التحركات والمناورات التي يقوم بها الهجوم والدفاع طوال زمن المباراة، وهذا مؤشر بأن لغة الفوز في كرة القدم لا يحسنها إلا من يكون قادراً على استغلال الفرص أو أنصاف الفرص، كما هو معروف بين المدربين، إلا أن الفهم المشترك بين اللاعب والمدرب لمعنى التكتيك الخططي في كرة القدم يبقى واحداً من أهم مفاتيح الفوز، وخصوصاً قدرة الاثنین على فهم المتغيرات والتطورات في الأداء الفني التي تحصل خلال زمن الأداء، أو ما يسمى زمن المباراة، وهذا يستدعي أن يكون المدرب متصفاً بالقدرة على قراءة الخصم قراءة صحيحة وأن يضع خطته بناء على ذلك والخطط تعنى استخدام المهارات الأساسية للاعبين في تحركات ومناورات فردية أو جماعية هادفة بعرض كسب نتيجة المباراة وهو الإنجاز المطلوب، أو كما ورد في معظم التعاريف أن خطط اللعب هي تلك التحركات والوسائل التي يقوم بها الدفاع والهجوم خلال زمن المباراة وهي الطرق الأساسية الفردية والجماعية التي يمكن استخدامها في الهجوم والدفاع بالكرة ودونها، اللازمة للسيطرة المباشرة على مجريات اللعب. (أبو عبيدة، 2001، ص127)

8.4. الأداء البدني في كرة القدم:

تعد المتطلبات البدنية للمباراة الركيزة الأساسية التي يبني عليها مفهوم اللياقة البدنية للاعب كرة القدم والتي تعد أحد أساسيات المباراة، لما تتطلبه من جري سريع محاولة الاستحواذ على الكرة قبل الخصم، والأداء المستمر زمن المباراة 90 دقيقة، والذي قد يمتد لأكثر من ذلك في كثير من الأوقات وكذا سرعة تبادل المراكز وتغيير الاتجاهات وضرب الكرة بالرأس وتكرار الجري للاشتراك في الهجوم والدفاع بفعالية. (الشافعي، 1998، ص23)

9.4. الأداء المهاري في كرة القدم:

وهي جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب بالكرة أثناء المباراة وتشمل الطرق المختلفة للعب الكرة. تعتمد المهارات الأساسية بالكرة على مهارات ضرب الكرة بالقدم، السيطرة على الكرة الجري بالكرة المراوغة ضرب الكرة بالرأس، المهاجمة رمية التماس ومهارات حارس المرمى. (محسن وناجي، 1989، ص41)

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل تستنتج بأن الأداء الرياضي أصبح يعرف تطورا كبيرا وملحوظا في مجال كرة القدم، وذلك نتيجة الأبحاث العلمية الحديثة والمتعددة في محاولة لتحسينه، والأداء الجيد هو ثمار العمل المتواصل للرياضي والاستمرار في التدريبات، فإذا كان الأداء جيدا فإن الرياضي متحررا من جميع النواحي البدنية، التقنية وال نفسية. لذلك فإن الأداء الجيد للاعبين في مجال كرة القدم مرتبط بعدة جوانب، فكلما كان اللاعب في حالة جيدة من تلك الجوانب فإن مستوى الأداء الرياضي لديه سيكون في حالة جيدة وبالتالي يستطيع تحقيق مستويات عالية مستقبلا.

الجانب التطبيقي



الفصل الخامس

الإجراءات الميدانية للبحث

تمهيد:

تهدف البحوث العلمية عموماً إلى الكشف عن الحقائق، وتكمن قيمة هذه البحوث وأهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها أي "مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه، وبالتالي فإن وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها". (معتوق، 1998، ص231)

1.5. الدراسة الإستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية من أهم الإجراءات الميدانية التي يقوم بها الباحث لكي لا يقع في الأخطاء أو المشاكل والصعوبات أثناء الدراسة الرئيسية. وهي عبارة عن تجربة مصغرة من التجربة الرئيسية الغرض منها إما الكشف عن بعض الحقائق العلمية أو تجريب العمل لكشف المعوقات والسلبيات التي تواجه تطبيق التجربة الرئيسية أو لغرض تدريب بعض الكوادر المساعدة على العمل. وهي تجارب لتطبيق بعض الاختيارات والقياسات المستخدمة على عينات في أغلب الأحيان ليست عينة البحث الأصلية ولكن شرط أن تكون من نفس المستوى والعمر، أو عزل بعض أفراد عينة البحث الأصلية لغرض تطبيق هذه التجربة بشرط عدم رجوعها للعينة الأصلية مرة أخرى لكي لا يتم معرفتهم على كيفية الحصول على النتائج في الاختبارات أو تكيفهم عليها وهذا يؤثر على نتائج البحث. (العبادي، 2015، ص128)

تطبيقاً للطرق العلمية المتبعة في البحث، ولأجل الوصول إلى نتائج دقيقة ومضبوطة، قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية على مستوى فريق الترجي الرياضي العلمي (ESEE) بلدية العلة ولاية سطيف حيث قمنا فيها بتطبيق الاختبارات الخاصة بمهارة التحكم في الكرة على عينة استطلاعية قوامها 05 لاعبين، حيث تم تطبيق الاختبار الأول ثم أعيد تطبيق نفس الاختبار في نفس الشروط والظروف بفواصل زمني قدره 03 أيام من التطبيق الأول، وتم استبعادهم فيما بعد من التجربة الأساسية. وكان الغرض منها هو:

- ❖ استخراج المعاملات العلمية للاختبار (الصدق، الثبات).
- ❖ معرفة مدى صلاحية وتناسب الاختبارات مع عينة البحث.
- ❖ التعرف عن المعوقات والصعوبات التي قد تواجهنا أثناء التجربة الأساسية.
- ❖ التأكد من مدى فهم فريق العمل لطبيعة الاختبارات وطريقة أدائها.
- ❖ تحديد جوانب القصور في إجراءات تطبيق الاختبارات.

لـ تحديد حجم المجتمع الأصلي للدراسة وخصائصه ومميزاته.

لـ مدى سلامة وكفاية الأجهزة والأدوات المستخدمة ومراعاة الوقت عند تنفيذ الاختبارات.

2.5. منهج البحث:

المنهج هو الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة وهي مبتغى الانسان الذي يسعى إليه في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة تهيمن على سير العقل وتحدد عملياته الفكرية حتى يصل إلى نتيجة معلومة. (الربيعي وآخرون، 2018، ص46) حيث يعتبر اختيار منهج الدراسة مرحلة هامة في عملية البحث العلمي، إذ يحدد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس، لذا فإن منهج الدراسة له علاقة مباشرة بموضوع الدراسة وبإشكالية البحث، حيث طبيعة الموضوع هي التي تحدد اختيار المنهج المتبع، وانطلاقاً من موضوع دراستنا "أثر مهارة التحكم في الكرة على الأداء الفردي والجماعي للاعب كرة القدم" فإن المنهج المناسب لتحقيق أهداف بحثنا هو المنهج التجريبي والذي يعرف بـ: الملاحظة الموضوعية لظاهرة معينة تحدث في موقف يتميز بالضبط المحكم ويتضمن متغيراً (عاملاً) أو أكثر متنوعاً، بينما تثبت المتغيرات (العوامل الأخرى). (علاوي وراتب، 1999، ص217) وهو أيضاً: يعد المنهج التجريبي من أكثر المناهج العلمية التي تبين معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة. والتجريب يبحث عن السبب وكيفية حدوثه ويتناول الباحث متغيرات الظاهرة بالدراسة، ويحدث في بعضها تغييراً مقصوداً ويضبط ويتحكم في بعض المتغيرات الأخرى ذات العلاقة، ليتوصل تأثير ذلك على متغير تابع أو أكثر، بمعنى آخر التوصل إلى العلاقات السببية بين كل من المتغير المستقل والمتغير التابع. (العبادي، 2015، ص82)

3.5. متغيرات الدراسة:

1.3.5. المتغير المستقل:

هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر. (بوداود وعطا الله، 2009، ص139) والمتغير المستقل في دراستنا هو مهارة التحكم في الكرة.

2.3.5. المتغير التابع:

هو العامل الذي يتبع العامل المستقل ويعرف بأنه المتغير الذي يتغير نتيجة تأثير المتغير المستقل، أو هو المتغير الذي يراد معرفة تأثير المتغير المستقل عليه. (بوداود وعطا الله، 2009، ص141) والمتغير التابع في دراستنا هو الأداء الفردي والجماعي للاعب كرة القدم.

4.5. مجالات البحث:

1.4.5. المجال المكاني:

تم اجراء اختبارات الدراسة الأساسية وتطبيق البرنامج التدريبي على عينة الدراسة وذلك بالملعب البلدي مولف التركي لبلدية العلمة ولاية سطيف.

2.4.5. المجال الزمني:

تمت دراستنا هذه على مجالين زمنيين هما:

لـ مجال خاص بالجانب النظري امتد من شهر نوفمبر 2023 إلى شهر فيفري 2024.

لـ مجال خاص بالجانب الميداني فكان كالتالي: بدأ العمل التطبيقي والمتمثل في الاختبارات والتي

بدأ على النحو التالي: تم اجراء الاختبار الأول في 02 فيفري 2024 وأعيد الاختبار بعد نهاية

انجاز البرنامج التدريبي والذي كان في 02 مارس 2024 أي بعد مرور أربع أسابيع.

5.5. مجتمع وعينة الدراسة:

1.5.5. مجتمع الدراسة:

يعرف المجتمع على أنه جميع مفردات أو وحدات الظاهرة محل البحث فقد يكون المجتمع مكونا من سكان مدينة أو مجموعة من الأفراد في منطقة ما، أو مجموع العمال الذين يعملون في شركة معينة أو مجموعة الحقول في منطقة معينة أو مجموعة من الحيوانات أو سلعة معينة ينتجها معمل معين ويمكن القول أن المجتمع الإحصائي هو مجموعة من الوحدات الإحصائية معرفة بصورة واضحة، بحيث تسير الوحدات الإحصائية التي تدخل ضمن هذا المجتمع من غيره. (النعيمي وآخرون، 2015، ص77) وهو أيضا جميع عناصر ومفردات المشكلة أو الظاهرة قيد الدراسة، فمجتمع الدراسة لمشكلة ضعف طلبة المرحلة الثانوية في دولة ما في مادة الرياضيات يشمل جميع طلبة المرحلة الثانوية في تلك الدولة، ويتكون مجتمع الدراسة عادة من عناصر ومفردات. (عليان وغنيم، 2000، ص137) حدد مجتمع البحث جميع لاعبي فئة (U_{13}) المنخرطين في الرابطة الولائية لكرة القدم سطيف للموسم الرياضي 2023/2024.

2.5.5. عينة الدراسة:

هي جزء من المجتمع يتم اختيارها وفق قواعد خاصة بحيث تكون العينة مسحوبة ممثلة قدر الإمكان المجتمع الدراسة، لذلك يمكن تعريف العينة على أساس أنها مجموعة الوحدات التي يتم اختيارها من المجتمع الإحصائي. (النعيمي وآخرون، 2015، ص78) وهي كذلك الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج

الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليه. لا يمكن أن ينجح البحث إلا إذا كان الباحث يستخدم أساليب خاصة باختيار العينات، إن الباحث عند دراسته الأفراد والمجموعات لا يستطيع أن يأخذ كافة الأفراد أو المجتمع بأسره لدراسته لأن هذا يتطلب جهدا ووقتا وتكاليف مادية كبيرة جدا. لهذا يختار الباحث عينة محددة من المجتمع لدراسته. فكلما زاد مجتمع الأصل كلما قلت النسبة وكلما قلت النسبة زاد مجتمع الأصل للعينات. (محبوب، 2005، ص149) شملت عينة البحث لاعبي فئة (U₁₃) لفريق الترجي الرياضي العلمي (ESEE) لبلدية العلة ولاية سطيف والمقدر بـ 17 لاعب وبعد استبعاد اللاعبين الذين تم إجراء عليهم التجربة الإستطلاعية (05 لاعبين) استقرت عينة البحث الأساسية على 12 لاعب تم اختيارهم بطريقة عشوائية وتم تقسيمهم إلى مجموعتين:

- المجموعة الأولى (العينة الضابطة): شملت 06 لاعبين أجرينا عليهم الاختبارات القبلية والبعديّة ولم يخضعوا للبرنامج التدريبي.
- المجموعة الثانية (العينة التجريبية): شملت 06 لاعبين أجرينا عليهم الاختبارات القبلية والبعديّة وخضعوا للبرنامج التدريبي.

6.5. تجانس مجموعتي البحث:

بعد إجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث (الضابطة والتجريبية) وعلى إثر النتائج المحصل عليها قام الباحث بدراسة مدى تجانس هذه العينة مستخدما اختبار "T" ستودنت وكانت النتائج كالتالي:

- جدول رقم (01) يمثل تجانس مجموعتي عينة البحث.

اختبار T (Sig)	اختبار Levene (Sig)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
0.26	0.07	11.17	0.40	11.50	0.54	العمر
0.52	0.18	151.50	2.25	153.50	7.07	الطول
0.59	1.00	42.00	2.09	42.67	2.16	الوزن
0.68	0.44	3.00	0.63	2.83	0.75	سنوات التدريب

12 = N

درجة حرية (df) = (10)

عند مستوى دلالة (0.05)

من خلال نتائج الموضحة في الجدول رقم (01) نجد أن قيم الإحتمالية Sig لاختبار Levene انحصرت بين 0.07 كأصغر قيمة و1.00 كأكبر قيمة وهي قيم أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) مما يبين طبيعة التباين متجانس، وكذلك نجد أن قيم الإحتمالية Sig لاختبار T انحصرت بين 0.26 كأصغر قيمة و0.68 كأكبر قيمة وهي قيم أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المتوسطات الحسابية، أي أن الفروق بين المتوسطات غير دالة إحصائياً وبالتالي نستنتج أن العينتين متجانستين في الوزن والطول والعمر وسنوات التدريب.

7.5. أدوات جمع المعلومات:

تعتبر الأدوات التي يستخدمها الباحث في جمع البيانات المرتبطة بالموضوع الذي يقوم بدراسته من أهم الخطوات. لأن وسائل وأدوات جمع البيانات المرتبطة بالموضوع يعتبر المحور الأساسي والضروري في الدراسة. (بودواو وعطاء الله، 2009، ص75) ومن أهم الأدوات التي استخدمها الباحث في بحثه هي:

1.7.5. المصادر والمراجع العربية والأجنبية:

تعتبر المصادر والمراجع العلمية من أهم الركائز التي يستعين بها الباحث في إلمامه بالموضوع الذي يرغب في دراسته، وهي موجودة في المكتبات سواء داخل الجامعات أو خارجها، وأن المصادر والمراجع العلمية التي اعتمدها الباحث هي الكتب والمقالات والمجلات والملتقيات والمنشورات العلمية والمذكرات السابقة والمشابهة إضافة إلى شبكة الأنترنت وذلك بهدف التوجه إلى الميدان لإجراء الدراسة الميدانية والباحث على علم ودراية بمختلف المتغيرات التي تحيط بموضوع بحثه.

2.7.5. المقابلات الشخصية مع المدربين وذوي الاختصاص في كرة القدم:

قام الباحث بإجراء مقابلات شخصية مع العديد من المدربين والخبراء في مجال التدريب الرياضي في كرة القدم، كما شملت أيضاً العديد من الدكاترة والأساتذة للتعرف على أهم الأهداف التي يجب أن تحقق في هذه المرحلة العمرية وكذا الكيفية الصحيحة في بناء البرامج التدريبية من حيث المحتوى ونوعية هذه البرامج وطرق تنفيذها خلال الوحدات التدريبية.

3.7.5. الوسائل البيداغوجية:

وتتمثل في الأجهزة والأدوات والوسائل التي استعان بها الباحث في تنفيذ الاختبارات وتساذه في انجاز عمله والحصول على البيانات مثل: ملعب لكرة القدم، صفارة، ميقاتية (كرونومتر)، شواخص (Plots)، كرات قدم، استمارة تسجيل نتائج الاختبار لأفراد العينة.

4.7.5. اختبار أكرموف:

○ الهدف من الإختبار:

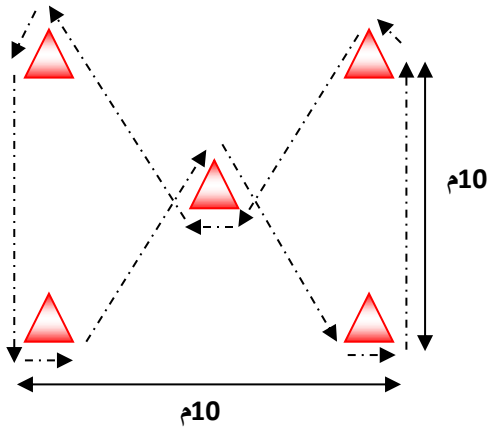
يهدف لقياس سرعة الجري لدى اللاعب بالكرة.

○ الوسائل المستعملة:

- للـ ملعب لكرة القدم.
- للـ أرضية مسطحة.
- للـ صفارة.
- للـ بطاقة تسجيل.
- للـ ميقاتي (كرونومتر).
- للـ شواخص (05 Plots).
- للـ كرة قدم.

○ وصف الأداء:

يكون الاختبار بقطع اللاعب للمسلك المحدد على شكل 08 في أسرع وقت ممكن.



5.7.5. بطاقة الملاحظة:

وهي من وسائل جمع البيانات وأدوات البحث، وتعد أفضل الوسائل للإجابة عن أسئلة البحث، وخصوصا عندما تكون هناك معلومات لا يدلي بها المجيب كان تكون معلومات شخصية في الاستبيان والمقابلة، وهنا يمكن من المراقبة والملاحظة أن نكتشف تلك الجوانب التي لا يمكن كشفها في الأدوات السابقة. وتعتمد الملاحظة على الحواس للإنسان منها السمع والنظر واللمس لجمع الحقائق والمعلومات التي تساعد في تحديد المشكلة ومعالجتها. وفي بعض الأحيان لا تعطي الحواس الرؤية الحقيقية للأشياء وربما تخدعه. (العبادي، 2015، ص117)

❖ تفرغ بطاقة الملاحظة:

○ جدول رقم (02) يمثل تقييم المهارات في بطاقة الملاحظة:

التقييم	مقبول	جيد	جيد جدا	ممتاز	الملاحظة
المهارة					
التمرير				
الإستقبال				
المراوغة				
التصويب				
المشي بالكرة				

○ جدول رقم (03) يمثل أوزان التقييم في بطاقة الملاحظة:

البدائل	مقبول	جيد	جيد جدا	ممتاز
الأوزان	01	02	03	04

8.5. الخصائص السيكومترية للأداة:

إن نجاح الاختبارات في تحقيق الغرض من إجرائها أو تنفيذها يتطلب الرجوع إلى ما يعرف بنظرية معايرة الاختبارات أو تقنين الاختبارات والتي تشترط أنه عند استخدام أي اختبار في المجال التطبيق يجب أن تتوفر فيه الخصائص الأساسية والعلمية في الاختبار وهي الصدق والثبات.

1.8.5. الثبات:

وهو بمعنى الاستقرار، أي لو كرر تطبيق الاختبار لعدة مرات يعطي نفس النتيجة. (العبادي، 2015، ص124) ويرى الخفاجي و عوض على أنه مصطلح يشير إلى إمكانية الإعتماد على الأداة القياس أو على استخدام الاختبار، وهذا يعني أن ثبات الاختبار هو أن يعطي نفس النتائج باستمرار إذا استخدم الاختبار أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة. (الخفاجي و عوض، 2002، ص165)

هناك عدة طرق إحصائية تمكننا من حساب الثبات، وفي دراستنا هذه قمنا بحساب ثبات الاختبارات باستعمال طريقة إعادة الاختبار، حيث تم تطبيق الاختبار الأول على عينة استطلاعية قوامها 05 لاعبين من فئة (U₁₃) لفريق الترجي الرياضي العلمي (ESEE) لبلدية العلمة ولاية سطيف ثم أعيد تطبيق نفس الاختبار في نفس الشروط والظروف بفواصل زمني يقدر 03 أيام من التطبيق الأول وتم استبعادهم فيما بعد

من التجربة الأساسية، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين وكانت النتائج موضحة في الجدول الآتي:

o الجدول رقم (04) يوضح معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لاختبار مهارة التحكم في الكرة.

إختبار مهارة التحكم في الكرة	حجم العينة	معامل الثبات
إختبار أكرموف	05	0.79

نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) أن معامل الثبات لاختبار مهارة التحكم في الكرة (إختبار أكرموف) بلغ قيمة (0.79) وهو معامل ثبات عالي، وهذا ما يدل على ثبات جيد للاختبار.

2.8.5. الصدق:

يقصد بالصدق أن الاختبار يقيس ما وضع من أجله، أي يعطي درجة انعكاس أو تمثيلاً لقدرة الفرد. (العبادي، 2015، ص121) ويرى الخفاجي وعوض (2002) أن المقصود بصدق الاستبيان هو أن يقيس الاختبار أو الأدوات ما وضعت لقياسه والصدق كالثبات، مفهوم مدروس دراسة كبيرة، وتحقيق صدق أداة القياس أكثر أهمية ولا شك من تحقيق الثبات، لأنه قد تكون أدوات القياس أو الإختبار ثابتة ولكنها غير صادقة. (الخفاجي وعوض، 2002، ص167)

من أجل التأكد من صدق الاختبارات المستعملة في هذه الدراسة، استخدمنا الصدق الذاتي باعتباره أصدق الدرجات التجريبية للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائبها أخطاء القياس والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار، والذي توصلنا من خلاله إلى النتائج الموضحة في الجدول التالي:

o الجدول رقم (05) يوضح معاملات الصدق الذاتي لاختبار مهارة التحكم في الكرة.

إختبار مهارة التحكم في الكرة	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتي
إختبار أكرموف	0.79	0.88

من خلال الجدول رقم (05) يتضح أن معاملات الصدق الذاتي لاختبار مهارة التحكم في الكرة (إختبار أكرموف) بلغ قيمة (0.88) وهو معامل عالي، وهذا ما يدل على تمتع الاختبار بصدق ذاتي جيد.

9.5. أساليب المعالجة الإحصائية:

لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية، تمد بالوصف الموضوعي الدقيق، فالباحث لا يمكنه الاعتماد على الملاحظات ولكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث إلى الأسلوب الصحيح والنتائج السليمة، وقد استخدمنا في بحثنا هذا التقنيات الإحصائية التالية: استخدمنا الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss19) والتي استخدمنا فيها الأساليب الإحصائية التالية:

→ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

→ اختبار Levene.

→ الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (t-test) لحساب دلالة الفرق بين المتوسطات.

→ معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation coefficient) للتحقق من ثبات الاختبار.

خلاصة:

شرحنا في هذا الفصل الخطوات المنهجية التي اتبعناها لتكون قادرين على حل مشكلة البحث، بدءا بنوع الطريقة العلمية المستخدمة وعينة البحث وطريقة اختيارها، وكذلك ضمان المعاملات العلمية (الصدق، الثبات) لأداة البحث المستخدمة، وبالتالي تأكدنا من صحة وثبات الأداة، أي أنها قابلة للتطبيق وجاهزة للتطبيق على العينة الرئيسية، وأخيرا ناقشنا الطرق الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسة.



الفصل السادس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1.6. عرض وتحليل النتائج:

1.1.6. عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

جاءت الفرضية الجزئية الأولى كما يلي:

لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي للاعبين كرة القدم (U_{13}). وللإجابة على هذه الفرضية تمت معالجة البيانات الواردة باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومرتبطين:

✚ الجزء الأول: توجد فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة.

○ الجدول رقم (06) يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في الأداء الفردي.

قيمة Sig	قيمة T	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.026	3.11	0.64	15.66	الاختبار القبلي
		0.77	14.38	الاختبار البعدي

06 = N

درجة حرية (df) = (05)

عند مستوى دلالة (0.05)

○ القراءة الإحصائية:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ قيمة 15.66 بإنحراف معياري قدره 0.64 في حين نجد أن المتوسط الحسابي للاختبار البعدي بلغ قيمة 18.38 بإنحراف معياري قدره 0.77 كما نجد أن قيم الإحصائية Sig لاختبار T تساوي (0.026) أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولكنها فروق بسيطة بالنظر لفارق المتوسط الحسابي 1.28 يعني تحسن بسيط في الأداء الفردي.

✚ الجزء الثاني: توجد فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية.

○ الجدول رقم (07) يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في الأداء الفردي.

قيمة Sig	قيمة T	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.003	5.28	0.86	15.81	الاختبار القبلي
		0.39	13.44	الاختبار البعدي

06 = N

درجة حرية (df) = (05)

عند مستوى دلالة (0.05)

○ القراءة الإحصائية:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ قيمة 15.81 بإنحراف معياري قدره 0.86 في حين نجد أن المتوسط الحسابي للاختبار البعدي بلغ قيمة 13.44 بإنحراف معياري قدره 0.39 كما نجد أن قيم الإحصائية Sig لاختبار T تساوي (0.003) أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي وهي فروق كبيرة بالنظر لفارق المتوسط الحسابي 2.37 يعني تحسن كبير في الأداء الفردي وهي لصالح الاختبار البعدي.

✚ الجزء الثالث: لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي.

○ الجدول رقم (08) يبين نتائج الاختبار القبلي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء الفردي.

اختبار T		اختبار Levene		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة
قيمة Sig	قيمة T	قيمة Sig	قيمة F				
0.21	1.33	0.95	0.003	0.78	15.22	06	الضابطة
				0.85	15.85	06	التجريبية

12 = N

درجة حرية (df) = (10)

عند مستوى دلالة (0.05)

○ القراءة الإحصائية:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي في المجموعة الضابطة بلغ قيمة 15.22 بإنحراف معياري قدره 0.78 في حين نجد أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي في المجموعة التجريبية بلغ قيمة 15.85 بإنحراف معياري قدره 0.85 كما نجد أن قيم الإحصائية Sig لاختبار Levene تساوي (0.95) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) مما يبين طبيعة التباين متجانس، وقد تبين كذلك أن قيم الإحصائية Sig لاختبار T تساوي (0.21) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين الضابطة والتجريبية، مما يعني هناك تجانس بين العينتين قبل بدء البرنامج.

الجزء الرابع: توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي.
 o الجدول رقم (09) يبين نتائج الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء الفردي.

اختبار T		اختبار Levene		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة
قيمة Sig	قيمة T	قيمة Sig	قيمة F				
0.04	2.35	0.46	0.57	0.78	14.28	06	الضابطة
				0.39	13.44	06	التجريبية

12 = N

درجة حرية (df) = (10)

عند مستوى دلالة (0.05)

o القراءة الإحصائية:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) أن المتوسط الحسابي للاختبار البعدي في المجموعة الضابطة بلغ قيمة 14.28 بإنحراف معياري قدره 0.78 في حين نجد أن المتوسط الحسابي للاختبار البعدي في المجموعة التجريبية بلغ قيمة 13.44 بإنحراف معياري قدره 0.39 كما نجد أن قيم الإحتمالية Sig للاختبار Levene يساوي (0.57) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) مما يبين طبيعة التباين متجانس، وقد تبين كذلك أن قيم الإحتمالية Sig للاختبار T يساوي (0.04) أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين الضابطة والتجريبية، وبالتالي هناك أفضلية للبرنامج التدريبي المطبق على العينة التجريبية، ومنه نستنتج أن للبرنامج التدريبي أثر في تحسين الأداء الفردي لدى اللاعبين.

2.1.6. عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

جاءت الفرضية الجزئية الثانية كما يلي:

لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}). وللإجابة على هذه الفرضية تمت معالجة البيانات الواردة باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومتربطتين:

✚ الجزء الأول: توجد فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة.

○ الجدول رقم (10) يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة الضابطة في الأداء الجماعي.

قيمة Sig	قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.005	4.71	1.04	6.50	الاختبار القبلي
		1.32	8.83	الاختبار البعدي

06 = N

درجة حرية (df) = (05)

عند مستوى دلالة (0.05)

○ القراءة الإحصائية:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ قيمة 6.50 بإنحراف معياري قدره 1.04 في حين نجد أن المتوسط الحسابي للاختبار البعدي بلغ قيمة 8.83 بإنحراف معياري قدره 1.32 كما نجد أن قيم الإحصائية Sig لاختبار T تساوي (0.005) أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولكنها فروق بسيطة بالنظر لفارق المتوسط الحسابي 2.33 يعني تحسن بسيط في الأداء الجماعي.

✚ الجزء الثاني: توجد فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية.

○ الجدول رقم (11) يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في الأداء الجماعي.

قيمة Sig	قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.001	20.06	1.06	6.33	الاختبار القبلي
		1.36	18.66	الاختبار البعدي

06 = N

درجة حرية (df) = (05)

عند مستوى دلالة (0.05)

○ القراءة الإحصائية:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ قيمة 6.33 بإنحراف معياري قدره 1.06 في حين نجد أن المتوسط الحسابي للاختبار البعدي بلغ قيمة 18.66 بإنحراف معياري قدره 1.36 كما نجد أن قيم الإحصائية Sig لاختبار T تساوي (0.001) أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي وهي فروق كبيرة بالنظر لفارق المتوسط الحسابي 12.33 يعني تحسن كبير في الأداء الجماعي وهي لصالح الاختبار البعدي.

✚ الجزء الثالث: لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار القبلي.

○ الجدول رقم (12) يبين نتائج الاختبار القبلي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء الجماعي.

اختبار T		اختبار Levene		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة
قيمة Sig	قيمة T	قيمة Sig	قيمة F				
0.78	0.27	0.86	0.03	1.04	6.50	06	الضابطة
				1.03	6.33	06	التجريبية

12 = N

درجة حرية (df) = (10)

عند مستوى دلالة (0.05)

○ القراءة الإحصائية:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي في المجموعة الضابطة بلغ قيمة 6.50 بإنحراف معياري قدره 1.04 في حين نجد أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي في المجموعة التجريبية بلغ قيمة 6.33 بإنحراف معياري قدره 1.03 كما نجد أن قيم الإحصائية Sig لاختبار Levene تساوي (0.86) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) مما يبين طبيعة التباين متجانس، وقد تبين كذلك أن قيم الإحصائية Sig لاختبار T تساوي (0.78) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين الضابطة والتجريبية، مما يعني هناك تجانس بين العينتين قبل بدء البرنامج.

✚ الجزء الرابع: توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي.
 ○ الجدول رقم (13) يبين نتائج الاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الأداء الجماعي.

اختبار T		اختبار Levene		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة
قيمة Sig	قيمة T	قيمة Sig	قيمة F				
0.001	12.63	1.00	7.57E ⁻³²	1.32	8.83	06	الضابطة
				1.36	18.66	06	التجريبية

12 = N

درجة حرية (df) = (10)

عند مستوى دلالة (0.05)

○ القراءة الإحصائية:

نلاحظ من خلال الجدول رقم (13) أن المتوسط الحسابي للاختبار البعدي في المجموعة الضابطة بلغ قيمة 8.83 بإنحراف معياري قدره 1.32 في حين نجد أن المتوسط الحسابي للاختبار البعدي في المجموعة التجريبية بلغ قيمة 18.66 بإنحراف معياري قدره 1.36 كما نجد أن قيم الإحصائية Sig لاختبار Levene تساوي (1.00) أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) مما يبين طبيعة التباين متجانس، وقد تبين كذلك أن قيم الإحصائية Sig لاختبار T تساوي (0.001) أقل من مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين الضابطة والتجريبية، وبالتالي هناك أفضلية للبرنامج التدريبي المطبق على العينة التجريبية، ومنه نستنتج أن للبرنامج التدريبي أثر في تحسين الأداء الجماعي لدى اللاعبين.

2.6. مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

1.2.6. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

بعد التحليل الإحصائي للبيانات المسجلة من نتائج اختبار مهارة التحكم في الكرة (اختبار أكرموف) الموضحة في الجداول رقم (06، 07، 08، 09) اتضح لنا جليا أن تمارينات مهارة التحكم في الكرة تأثير إيجابي على الأداء الفردي للاعب كرة القدم. ونفسر ذلك بأن تمارينات المطبقة على اللاعبين لمهارة التحكم في الكرة ساعدتهم على القدرة على التمرير والإستقبال الجيد مما يزيد من فعالية توزيع الكرة وتبادل اللعب بين اللاعبين في فريقه. إضافة إلى قدرة اللاعب على الاحتفاظ على الكرة بشكل أفضل، وهو ما يزيد من فرصته في السيطرة على مجريات اللعب وصناعة الفرص الهجومية وتسجيل الأهداف، سواء بتمريرات

حاسمة دقيقة أو بالتسديد بدقة أكبر على المرمى. بشكل عام، تمثل مهارة التحكم في الكرة جزءاً أساسياً من مهارات لاعبي كرة القدم وتؤثر بشكل كبير على أدائهم الفردي خلال المنافسة. وهذه النتائج تتفق مع دراسة سربوت عبد المالك وآخرون (2018) تحت عنوان: فعالية التحضير البدني والمهاري علي الأداء الرياضي لدي لاعبي كرة القدم أثناء مرحلة المنافسة فئة اواسط 17 - 19 سنة. حيث أكدوا أن للتحضير البدني والمهاري يساهم في التحكم الجيد في أداء المهارات أثناء المنافسة الرياضية. وأيضا دراسة محمد نفاذ تحت عنوان: دراسة مستوى التحكم المهاري لدى لاعبي كرة القدم الأقل من 17 سنة. حيث أكد أن خصائص ومستوى التحكم في المهارات الأساسية يلعب دور أساسي في أداء اللاعبين سواء فردياً أو جماعياً على القدرة على المنافسة.

2.2.6. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

بعد التحليل الإحصائي للبيانات المسجلة من نتائج بطاقة الملاحظة الموضحة في الجداول رقم (10)، (11، 12، 13) اتضح لنا جلياً أن لتمرينات مهارة التحكم في الكرة تأثير إيجابي على الأداء الجماعي للاعبي كرة القدم. ونفس ذلك بأن تمرينات المطبقة على اللاعبين لمهارة التحكم في الكرة ساعدتهم على القدرة على الاحتفاظ بها تحت الضغط، مما يقلل من فرص فقدان الكرة لصالح الفريق المنافس. هذا يتيح للفريق السيطرة على مجريات المباراة، كما أن التحكم الجيد في الكرة يسمح للاعبين بالتحرك بمرونة وتغيير اتجاهاتهم بسرعة، مما يخلق فرصاً للتسديد أو التمرير الحاسم. هذا يزيد من فرص تسجيل الأهداف. إضافة إلى اللاعبين الذين يتمتعون بمهارة عالية في التحكم بالكرة تساعدهم على تمريرها بدقة أكبر لزملائهم في الفريق. التمريرات الدقيقة تزيد من فرص الهجوم الناجح وتساهم في بناء الهجمات بشكل أكثر تنظيماً. على العموم مهارة التحكم في الكرة ليست مجرد مهارة فردية، بل هي أساس الأداء الجماعي الناجح في كرة القدم. فالفريق الذي يتمتع بلاعبين يتحكمون بالكرة بمهارة ودقة عالية يكونون عادة أكثر قدرة على تنفيذ خطط اللعب بشكل فعال وتحقيق نتائج إيجابية. وهذه النتائج تتفق مع دراسة دراسة بلعربي ياسين وفرحات رشام (2016/2015) تحت عنوان: أهمية الإعداد المهاري في تحسين الأداء الجماعي أثناء المنافسة للاعبي كرة القدم صنف أواسط. حيث أكدوا أن للإعداد المهاري دور في تحسين الأداء الجماعي للاعبي كرة القدم أثناء المنافسة وللمهارات الأساسية دور في تحسين الأداء الجماعي للاعبين أثناء المنافسة. وأيضا دراسة مرغمي نصر الدين (2018/2017) تحت عنوان: تحليل الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة. حيث أكد أن الأداء المهاري الفعال له دور كبير في تحقيق الفوز والسيطرة على المباراة. وأيضا

دراسة محمد نغاز تحت عنوان: دراسة مستوى التحكم المهاري لدى لاعبي كرة القدم الأقل من 17 سنة. حيث أكد أن خصائص ومستوى التحكم في المهارات الأساسية يلعب دور أساسي في أداء اللاعبين سواء فردياً أو جماعياً على القدرة على المنافسة. وعليه بعد استقراءنا لهذه النتائج بحسب ما جاءت به نتائج بطاقة الملاحظة وما أكدته الدراسات السابقة والمشابهة نستنتج أن الفرضية الجزئية الثانية التي تنص: لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}) محققة.

3.2.6. مناقشة نتائج الفرضية العامة:

بعد التحليل الإحصائي للبيانات المسجلة من نتائج اختبار مهارة التحكم في الكرة (اختبار أكرموف) الموضحة في الجداول رقم (06، 07، 08، 09) ونتائج بطاقة الملاحظة الموضحة في الجداول رقم (10، 11، 12، 13) اتضح لنا جلياً أن لتمرينات مهارة التحكم في الكرة تأثير إيجابي على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم. ونفسر ذلك بأن تحكم اللاعب الجيد في الكرة يسمح له بمراوغة المنافسين بفعالية، مما يزيد من فرص التسجيل وصنع الفرص ويساعده على تنفيذ التمريرات بدقة أعلى، مما يسهل عملية بناء الهجمات والمحافظة على الاستحواذ. إضافة إلى اللاعبين القادرين على التحكم الجيد في الكرة يستطيعون خلق مساحات لأنفسهم ولزملائهم، مما يزيد من فرص الفريق في تسجيل الأهداف ويقلل من فرص فقدان الكرة لصالح الفريق المنافس هذا يتيح للفريق السيطرة على مجريات المباراة. بشكل عام مهارة التحكم في الكرة ليست مجرد مهارة فردية، بل هي أساس ينعكس بشكل كبير على الأداء الجماعي للفريق. تحسين هذه المهارة يجب أن يكون جزءاً أساسياً من تدريبات أي فريق يسعى لتحقيق النجاح على المستويات المختلفة. وهذه النتائج تتفق مع دراسة سربوت عبد المالك وآخرون (2018) تحت عنوان: فعالية التحضير البدني والمهاري على الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم أثناء مرحلة المنافسة فئة أواسط 17 - 19 سنة. حيث أكدوا أن للتحضير البدني والمهاري يساهم في التحكم الجيد في أداء المهارات أثناء المنافسة الرياضية. وأيضا دراسة بلعربي ياسين وفرحات رشام (2016/2015) تحت عنوان: أهمية الإعداد المهاري في تحسين الأداء الجماعي أثناء المنافسة للاعبين كرة القدم صنف أواسط. حيث أكدوا أن للإعداد المهاري دور في تحسين الأداء الجماعي للاعبين كرة القدم أثناء المنافسة وللمهارات الأساسية دور في تحسين الأداء الجماعي للاعبين أثناء المنافسة. وعليه بعد استقراءنا لهذه المعطيات بحسب ما جاءت به النتائج وما أكدته الدراسات السابقة والمشابهة نستنتج أن الفرضية العامة التي تنص: لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}) محققة.

الفصل السابع

الاستنتاجات والإفتراجات

1.7. الاستنتاجات العامة للدراسة:

بعد بتطبيق أداة البحث على عينة الدراسة وجمع البيانات اللازمة وتحليلها ومعالجتها إحصائياً توصلنا في الأخير إلى مجموعة من الاستنتاجات أهمها:

- ✍ لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي والجماعي للاعبي كرة القدم (U_{13}).
- ✍ لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي للاعبي كرة القدم (U_{13}).
- ✍ لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الجماعي للاعبي كرة القدم (U_{13}).
- ✍ توجد فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في الأداء الفردي.
- ✍ توجد فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية في الأداء الجماعي.
- ✍ توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في نتائج الاختبار البعدي في مستوى الأداء الفردي والجماعي لصالح المجموعة التجريبية.

2.7. الاقتراحات والفرضيات المستقبلية:

على ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج يقدم الاقتراحات والتوصيات التالية:

- ✍ الاهتمام باختبارات مهارة التحكم بالكرة والتي أظهرت ارتباطاً ذو دلالة معنوية مع أداء اللاعبين.
- ✍ اشراك الوسائل والأساليب التدريبية الحديثة لغرض مواكبة التطور الحاصل في تطوير مهارة التحكم بالكرة.
- ✍ تصميم برامج تدريبية مخصصة لتحسين مهارة التحكم في الكرة، تتضمن تمارين فردية وجماعية.
- ✍ الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة مثل الفيديوهات التحليلية وتقنيات الواقع الافتراضي لتحليل أداء مهارة التحكم في الكرة من أجل تقديم تغذية راجعة فورية إلى اللاعبين الناشئين لتحسين مهاراتهم.
- ✍ إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول تأثير مهارة التحكم في الكرة لكن من متغيرات أخرى.



قائمة المصادر والمراجع:

* المصادر:

(1) القرآن الكريم.

* المراجع:

- (1) أحمد أمين فوزي وطارق محمد بدر الدين (2001) سيكولوجية الفريق الرياضي، ط1، دار الفكر العربي.
- (2) أسامة كامل راتب (1994) الأسس النفسية لبناء الهدف في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب (1999) البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (3) أسامة كامل راتب (2000) تدريب المهارات النفسية (التطبيقات في مجال الرياضي)، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (4) أسامة كمال راتب (2007) علم النفس الرياضي المفاهيم التطبيقات، ط4، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (5) أمر الله أحمد البساطي (1995) التدريب والإعداد البدني في كرة القدم، ط1، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- (6) أممي صبحي هلال (2017) الدليل التدريبي الشامل في كرة القدم، ط1، دار أمجد للنشر والتوزيع، عمان.
- (7) بوداود عبد اليمين وعطا الله أحمد (2009) المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- (8) ثامر محسن وواثق ناجي (1989) كرة القدم وعناصرها الأساسية، مطبعة الجامعية، بغداد.
- (9) حسن أحمد الشافعي (1998) تاريخ التربية البدنية والرياضية في المجتمع العربي والدولي، منشآت المعارف، القاهرة.

- (10) حسن السيد أبو عبيدة (2001) **الإجتاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم**، مطبعة الإشعاع، الإسكندرية.
- (11) حسين عبد الجواد (1977) **كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم**، ط4، دار العلم للملايين، بيروت.
- (12) حنفي محمود مختار (1980) **الأسس العالمية في تدريب كرة القدم**، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (13) حنفي محمود مختار (1997) **كرة القدم للناشئين**، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (14) خالد بن سالم بن سهيل البادي (2003) **المراهقة مشكلات وحلول**، ط1، سلطنة مكتبة الضامري للنشر والتوزيع، عمان.
- (15) خالد تميم الحاج (2017) **أساسيات التدريب الرياضي**، ط1، الجندارية للنشر والتوزيع، عمان.
- (16) ربحي مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم (2000) **مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق**، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
- (17) الربيعي محمود داود، مازن عبد الهادي ورائد فائق الحديثي (2018) **أسس البحث العلمي**، دار الصفاء للنشر والتوزيع.
- (18) زهر قاسم الخشاب وآخرون (1999) **كرة القدم**، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، الموصل.
- (19) الطائي زياد وطارق سليمان (1999) **بناء بطارية اختبار لبعض المهارات الأساسية بكرة السلة** طالبات كلية التربية الرياضية للبنات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد.
- (20) العبادي حيدر عبد الرزاق كاظم (2015) **أساسيات كتابة البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة**، شركة الغدير للطباعة والنشر المحدودة.
- (21) عدي جاسب حسن (2014) **الميكانيكا الحيوية وانتقاء المواهب الكروية**، ط1، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، عمان.
- (22) فاطمة عوض صابر وميرفت علي خفاجة (2002) **أسس ومبادئ البحث العلمي**، ط1، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية.
- (23) فرات جبار سعد الله وهه فال خورشيد الزهاوي (2011) **التدريب المعرفي والعقلي للاعبين كرة القدم**، ط1، دار دجلة ناشرون وموزعون، الأردن.

- (24) فريدريك معتوق (1998) معجم العلوم الاجتماعية، أكاديمية انترناشيونال السلسلة المعاجم الأكاديمية المتخصصة، بيروت.
- (25) قاسم حسن حسين (1998) الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية، ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان.
- (26) ليلي عبد العزيز زهران (1991) المناهج في التربية الرياضية، دار زهون، القاهرة.
- (27) محمد إبراهيم سلطان (2014) دراسات تطبيقية في تدريب كرة القدم، مؤسسة عالم الرياضة ودار الوفاء لنديا الطباعة، الإسكندرية.
- (28) محمد حسن علاوي ونصرالدين رضوان (1987) الإختبارات النفسية والمهارية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (29) محمد رفعت (1999) كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية، دار البحار، لبنان.
- (30) محمد عبد العال النعيمي، عبد الجبار توفيق البياتي وغازي جمال خليفة (2015) طرق ومناهج البحث العلمي، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان.
- (31) محمد عبد الله الهزاع ومختار أحمد إينوبلي (2001) المهارات الأساسية في كرة القدم، مطابع صوت الخليج، الكويت.
- (32) محمد عبده صالح ومفتي إبراهيم حماد (1994) أساسيات كرة القدم، دار عالم للمعرفة، القاهرة.
- (33) محمد كشك (1998) الأعداد المهاري والخططي في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (34) محمد نصر الدين رضوان (1992) مقدمة في التقويم والتربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (35) مفتي إبراهيم حماد (1987) البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- (36) مفتي إبراهيم حماد (2001) التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (37) موفق مجيد المولى (1999) الإعداد الوظيفي لكرة القدم، دار الفكر، لبنان.

- (38) مين أنور الخولي وآخرون (2005) دائرة معارف الرياضة وعلوم التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- (39) نزار مجيد الطالب (1998) علم النفس الرياضي، دار الحكمة للطباعة، بغداد.
- (40) وجدي مصطفى الفاتح ومحمد السيد لطفي (2000) الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب، دار الهدى للنشر والتوزيع، مصر.
- (41) وجيه محجوب (2005) أصول البحث العلمي ومناهجه، ط 2، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان.
- (42) يوسف لازم كامش (2011) أسس النمو الإنساني التكويني والوظيفي، ط 1، دار دجلة، عمان.



قائمة الملاحق



الرقم :...../...../ 2024

المسيلة في :...../...../ 2024

الى السيد المحترم: رئيس نادي الترجيبي
الرياضي العائلي
بلدية العنابة

الطالب: بروج بلال

الموضوع: تسهيل مهمة

تحية طيبة وبعد

في إطار إجراء التريصات الميدانية لطلبة السنة الثالثة/ سنة ثانية ماستر وإنجاز مذكرة التخرج للتمس
من سيادتكم تسهيل مهمة الطالب :

للقيام بأعماله على مستوى مؤسساتكم المحترمة في حدود مايسمح به القانون

نشكر حسن تعاونكم مسبقا، ووفقكم الله لخدمة مافيه خير للعباد والبلاد



موافقة الهيئة المستقلة

عبد القادر فندي
رئيس الهيئة المستقلة

1. النتائج الخام لاختبار مهارة التحكم في الكرة (اختبار أكرموف) للعينة الاستطلاعية:

اختبار أكرموف		العينة الإستطلاعية
اعادة الاختبار	اختبار	
16.08	14.88	01
13.78	13.69	02
14.46	14.50	03
14.90	14.87	04
13.81	12.84	05

2. النتائج الخام لاختبار مهارة التحكم في الكرة (اختبار أكرموف) للعينة الضابطة:

اختبار أكرموف		العينة الضابطة
اختبار بعدي	اختبار قبلي	
13.60	15.80	01
14.15	15.94	02
14.64	14.95	03
13.86	14.88	04
15.80	15.76	05
14.25	16.60	06

3. النتائج الخام لاختبار مهارة التحكم في الكرة (اختبار أكرموف) للعينة التجريبية:

اختبار أكرموف		العينة التجريبية
اختبار بعدي	اختبار قبلي	
13.23	15.57	01
13.65	15.20	02
13.93	15.73	03
13.72	15.03	04
13.20	17.45	05
12.88	15.87	06

4. النتائج الخام للقياسات الجسمية للعينه الأساسية:

نتائج قياسات المجموعة التجريبية				نتائج قياسات المجموعة الضابطة				العينه الأساسية
سنوات التدريب	الوزن (kg)	الطول (cm)	العمر (ans)	سنوات التدريب	الوزن (kg)	الطول (cm)	العمر (ans)	
04	42	150	11	03	41	152	12	01
03	44	155	11	03	43	153	11	02
03	40	152	12	02	46	155	11	03
02	44	149	11	04	44	145	12	04
03	39	150	11	03	42	166	11	05
03	43	153	11	02	40	150	12	06

5. النتائج الخام لبطاقة الملاحظة:

المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		العينه
اختبار بعدي	اختبار قبلي	اختبار بعدي	اختبار قبلي	
19	06	09	07	01
19	05	08	05	02
19	06	07	06	03
16	06	09	08	04
19	08	11	07	05
20	07	09	06	06

1. مخرجات برنامج الـ SPSS للثبات:

Correlations

		اختبار	اختبار اعادة
اختبار	Pearson Correlation	1	.796
	Sig. (2-tailed)		.107
	N	5	5
اختبار اعادة	Pearson Correlation	.796	1
	Sig. (2-tailed)	.107	
	N	5	5

2. مخرجات برنامج الـ SPSS للتجانس بين المجموعتين:

Group Statistics

المجموعة نوع	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
العمر الضابطة المجموعة	6	11.50	.548	.224
التجريبية المجموعة	6	11.17	.408	.167

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
العمر	Equal variances assumed	4.000	.073	1.195	10	.260	.333	.279	-.288	.955
	Equal variances not assumed			1.195	9.245	.262	.333	.279	-.295	.962

Group Statistics

المجموعة نوع	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الطول الضابطة المجموعة	6	153.50	7.007	2.861
التجريبية المجموعة	6	151.50	2.258	.922

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الطول	Equal variances assumed	2.004	.187	.665	10	.521	2.000	3.006	-4.697	8.697
	Equal variances not assumed			.665	6.028	.530	2.000	3.006	-5.346	9.346

Group Statistics

المجموعة نوع	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الوزن الضابطة المجموعة	6	42.67	2.160	.882
التجريبية المجموعة	6	42.00	2.098	.856

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الوزن	Equal variances assumed	.000	1.000	.542	10	.599	.667	1.229	-2.072	3.406
	Equal variances not assumed			.542	9.991	.599	.667	1.229	-2.073	3.406

Group Statistics

المجموعة نوع	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التدريب سنوات الضابطة المجموعة	6	2.83	.753	.307
التجريبية المجموعة	6	3.00	.632	.258

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
سنوات التدريب	Equal variances assumed	.640	.442	-.415	10	.687	-.167	.401	-1.061	.728
	Equal variances not assumed			-.415	9.711	.687	-.167	.401	-1.065	.731

3. مخرجات برنامج الـ SPSS للفرضية الجزئية الأولى:

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 القبلي الاختبار	15.66	6	.649	.265
البعدي الاختبار	14.38	6	.779	.318

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1 القبلي الاختبار - البعدي الاختبار	1.272	1.000	.408	.222	2.321	3.114	5	.026	

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 القبلي الاختبار	15.81	6	.865	.353
البعدي الاختبار	13.44	6	.394	.161

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 - القبلي الاختبار البعدي الاختبار	2.373	1.099	.449	1.220	3.527	5.289	5	.003

Group Statistics

نوع المجموعة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
ضابطة القبلي الاختبار	6	15.22	.781	.319
تجريبية	6	15.85	.857	.350

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
الاختبار القبلي	.003	.957	-	10	.213	-.630	.473	-1.685	.425
			-	9.915	.213	-.630	.473	-1.686	.426

Group Statistics

المجموعة نوع	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضابطة المجموعة الكرة في التحكم	6	14.28	.780	.319
التجريبية المجموعة	6	13.44	.394	.161

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
في التحكم الكرة	Equal variances assumed	.576	.465	2.358	10	.040	.842	.357	.046	1.637
	Equal variances not assumed			2.358	7.398	.049	.842	.357	.007	1.677

4. مخرجات برنامج الـ SPSS للفرضية الجزئية الثانية:

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 القبلي الاختبار	6.50	6	1.049	.428
البعدي الاختبار	8.83	6	1.329	.543

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 - القبلي الاختبار البعدي الاختبار	-2.333	1.211	.494	-3.604	-1.062	-4.719	5	.005

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 القبلي الاختبار	6.33	6	1.033	.422
البعدي الاختبار	18.67	6	1.366	.558

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 - القبلي الاختبار البعدي الاختبار	-12.333	1.506	.615	-13.913	-10.753	-20.066	5	.000

Group Statistics

الاختبار القبلي	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
ضابطة القبلي الاختبار	6	6.50	1.049	.428
تجريبية	6	6.33	1.033	.422

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
الاختبار القبلي	.030	.865	.277	10	.787	.167	.601	-1.172	1.506
			.277	9.998	.787	.167	.601	-1.172	1.506

Group Statistics

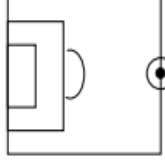
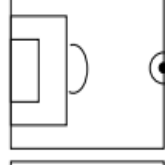
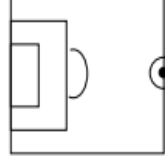
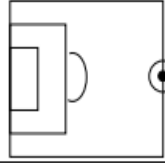
الاختبار القبلي	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
ضابطة البعدي الاختبار	6	8.83	1.329	.543
تجريبية	6	18.67	1.366	.558

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
في التحكم الكرة	Equal variances assumed	.000	1.000	-12.636	10	.000	-9.833	.778	-11.567	-8.099
	Equal variances not assumed			-12.636	9.992	.000	-9.833	.778	-11.567	-8.099

نموذج حصة تدريبية

هدف الوحدة التدريبية: التحكم في الكرة فرديا وجماعيا			
اليوم	المدة	المكان	الفئة
2024/02/02	50 د	الملعب البلدي	U ₁₃
الوحدة	الوسائل	الشدة	المشرف
01	ميقاتي، صافرة، أقماع، كرات، صديرات	60 %	بردع بلال

الملاحظات	التشكيلات	حجم العمل			التمرينات و الفعاليات	الأهداف الإجرائية	المراحل
		راحة	تكرار	زمن			
				10'	جري خفيف حول الميدان لمدة ثلاث دقائق يتم في اربعة قاطرات القيام بتسخيناتها عامه بقياده المدرب	تحضير نفسي وفيزيولوجي	المرحلة التحضيرية
التركيز على تصحيح الاخطاء والقيام بالتقنيه بشكل صحيح		1'	3	4'	التمرين الأول اربعة افواج بثلاثة لاعبين لاعبين مقابل لعب وضعية 01 الذهاب بالكرة بداخل وخارج القدم ذهابا باليمين والعودة باليسار وضعية 02 سحب الكرة تحت القدم على الجانب ذهابا باليمين والعودة باليسار وضعية 03 لمس مزدوج للكره بثلثا التمرين عمل اربعة دقائق راحه دقيقه اطاله	تقنيات التحكم في الكرة	المرحلة الرئيسية
الحدث على المحافظه على الكرة لاطول مدة تغيير الفرق في نهايه كل تكرار		3'	3	6'	التمرين رقم 02 داخل مربع 10 متر على 10 متر لاعبان ضد لاعبان على الجانبين هاديين مسك الكرة اطول مدة ممكنه مع تغيير لاعبي الحواد كل دقيقتين التكرار مرتين الملاحظات التركيز على تصحيح الاخطاء والقيام بالتقنيه بشكل صحيح الحدث على المحافظه على الكرة لاطول مدة تغيير الفرق في نهايه كل تكرار	الحفاظ على الكرة لاطول مدة	
				7'	جري خفيف حول الميدان اطاله اعرض علي تقديم بعض النصائح	العودة الى الهدوء	المرحلة الختامية

أهداف الحصص المبرمجة:

الهدف	التاريخ	الأسبوع
الحصصة 01: التحكم في الكرة فرديا وجماعيا.	2024/02/02	الأول
الحصصة 02: التحكم في الكرة لربح الصراعات الثنائية.	2024/02/03	
الحصصة 03: التحكم في الكرة فرديا وجماعيا والاستغلال الجيد للميدان.	2024/02/09	الثاني
الحصصة 04: التحكم والمحافظة على الكرة جماعيا وفرديا.	2024/02/10	
الحصصة 05: التحكم في الكرة فرديا وجماعيا.	2024/02/16	الثالث
الحصصة 06: التحكم في الكرة وتقليل عدد اللمسات.	2024/02/17	
الحصصة 07: التحكم الجيد في الكرة من أجل ربح الصراعات الثنائية.	2024/02/23	الرابع
الحصصة 08: تقليل لمسات الكرة لضمان سرعة التنفيذ.	2024/02/24	
الحصصة 09: تقليل لمسات الكرة لضمان سرعة التنفيذ.	2024/03/01	الخامس
الحصصة 10: التحكم في الكرات العالية.	2024/03/02	

ملخص الدراسة

- عنوان الدراسة: أثر مهارة التحكم في الكرة على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}).
- هدف الدراسة: معرفة أثر مهارة التحكم في الكرة على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}).
- المنهج المتبع في الدراسة: المنهج التجريبي.
- مجتمع وعينة الدراسة: جميع لاعبي فئة (U_{13}) المنخرطين في الرابطة الولائية لكرة القدم سطيف للموسم الرياضي 2024/2023 تم اختيار منهم 12 لاعب من فريق الترجي الرياضي العلمي (ESEE) تم إختيارهم بطريقة عشوائية.
- أساليب جمع البيانات: تم الاعتماد على اختبار أكرموف وبطاقة الملاحظة.
- نتائج الدراسة:
 - لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي والجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}).
 - لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الفردي للاعبين كرة القدم (U_{13}).
 - لمهارة التحكم في الكرة أثر على الأداء الجماعي للاعبين كرة القدم (U_{13}).
- الإقتراحات والفرضيات المستقبلية:
 - الاهتمام باختبارات مهارة التحكم بالكرة والتي أظهرت ارتباطا ذو دلالة معنوية مع أداء اللاعبين.
 - اشراك الوسائل والأساليب التدريبية الحديثة لغرض مواكبة التطور الحاصل في تطوير مهارة التحكم بالكرة.
 - تصميم برامج تدريبية مخصصة لتحسين مهارة التحكم في الكرة، تتضمن تمارين فردية وجماعية.
 - الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة مثل الفيديوهات التحليلية وتقنيات الواقع الافتراضي لتحليل أداء مهارة التحكم في الكرة من أجل تقديم تغذية راجعة فورية إلى اللاعبين الناشئين لتحسين مهاراتهم.