

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

ميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع: تدريب رياضي

تخصص: تحضير بدني وذهني



معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: التدريب الرياضي

رقم :

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

اعداد الطالب : رباحي محمد

تحت عنوان

دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة
القدم لفئة الأصاغر من وجهة نظر المدربين

دراسة ميدانية بالمجموعة الاولى لبطولة الاصاغر للرابطة الجهوية باتنة

لجنة المناقشة:

رئيسا	جامعة: المسيلة	لعمارة سليم	اسم ولقب الاستاذ :
مشرفا ومقررا	جامعة: المسيلة	امان الله رشيد	اسم ولقب الاستاذ :
مناقشا	جامعة: المسيلة	بن مسلي اعراب	اسم ولقب الاستاذ :
مناقشا	جامعة: المسيلة	والي عبدالنور	اسم ولقب الاستاذ :

السنة الجامعية: 2017 / 2016

تَشْكُرَات

قال تعالى: "رب أوزر عني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحاً ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين" سورة النمل الآية 19
وقال رسول الله (ص): "من لم يشكر الناس لم يشكر الله".

في البداية نشكر الله عز وجل الذي وفقنا لإتمام
هذا العمل المتواضع.

كما يسعدنا أن تتقدم بأسمى عبارات التقدير وجزيل الشكر
إلى الأستاذ المشرف *أمان الله مرشيد* الذي لم يبخل علينا بنصائحه القيمة التي مهدت
لنا الطريق لإتمام هذا البحث.

ولا يفوتنا أن نتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى كل من قدم لنا يد العون والمساعدة
من بعيد أو من قريب ولو بكلمة طيبة.

محمد رياحى



الإهداء

أهدي عمرة جهدي إلي:

- من ذللت مرارة الدنيا وسقني حلوها، إلي من أعطيتها الطاعة فأسكنتني قلبها،
إلي من اكتنفتني بحبها وعطفها. إليس يا منيع الحنا
"أبي". برراً وعرفانا.
- إلي من أنار روحي وفتح قلبي وأعلمني حبا ونقّة، وأحاطني بتوجيهاته، وأغفرني بنصائحه
فقد كنت نعم المعلم ونعم الرفيق. إليس
"أبي". حبا وإجلالاً.
- إلي من قاسمتني حلوة الحياة ومرّها وضعت معي وصبرك عليّ طيلة فترة الدراسة والأخبار المذكرة
إلي "زوجتي الغالية".
- إلي ورر البيت وفرحة الحياة بناتي "رهنف" و"نقوي".
- إلي لكل الإخوة والأخوات وأهز أصدقائي ومن رافقني طيلة المشوار الدراسي وأحاطني
بحبه وإخلاصه.
- إلي لكل زملائي وزميلاتي بمتوسفة رحمني طاهر برهومي.
- إلي بجميع الأهل والأقارب وخاصة عائلة - رياحي - أينما كانت وحيثما وجدت.
- إلي لكل عمالي وإدارتي قسم التدريب الرياضي بجامعة محمد بوضياف المسيلة.
- إلي لكل الطلبة المتخرجين وفعّة 2016-2017
- وأخيراً إلي كل من فاتت قلبي.

محمد رياحي



قائمة



المحتويات

قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان	الرقم
-	-شكر و عرفان	01
-	-الاهداءات	02
-	-فهرس المحتويات	03
-	-قائمة الجداول	04
-	-قائمة الأشكال	05
ا-ب	-مقدمة	06
03	الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
04	1 - التوازن	07
04	1-1- تعريف التوازن	08
04	1-2- أنواع التوازن	09
05	1-3- أهمية التوازن	10
06	1-4- مشكلات اختبار التوازن	11
06	2- كرة القدم	12
06	2-1- أهداف رياضة كرة القدم	13
07	2-2- أهمية كرة القدم في المجتمع	14
08	3- التسديد	15
08	3-1- تعريف التسديد	16
08	3-2- أنواع التسديد	17
08	3-4- منهجية التسديد في كرة القدم	18
09	3-5- أسباب الإخفاق في التسجيل	19
10	4- المراهقة	20
10	4-1- تعريف المراهقة	21
10	4-2- خصائص نمو فئة المراهقة	22

11	-الدراسات السابقة و المشاهدة	23
14	-التعليق على الدراسات السابقة	24
16	الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة	
17	1-الكلمات الدالة في الدراسة	25
17	1-1-تعريف كرة القدم	26
17	2-1-تعريف التسديد	27
18	3-1-تعريف التوازن	28
18	2-إشكالية الدراسة	29
20	3-أهداف الدراسة	30
21	4-أهمية الدراسة	31
21	5-فرضيات البحث	32
22	الفصل الثالث :الإجراءات الميدانية للدراسة	
23	1-الدراسة الاستطلاعية	33
23	1-1-نتائج الدراسة الاستطلاعية	34
23	2-1-مجالات الدراسة	35
24	3-1-الشروط العلمية للأداة	36
28	4-1-مجتمع الدراسة	37
28	2-المنهج المستخدم	38
29	1-2-أدوات الدراسة	39
29	3-تحديد متغيرات البحث	40
30	4-إجراءات التطبيق الميداني	41
30	5-الأساليب المستعملة في المعالجة الإحصائية	42
32	الفصل الرابع : عرض النتائج و تفسيرها و مناقشتها	
33	1-عرض وتحليل إجابات أفراد العينة لأسئلة المحاور الاستبيان	43
33	1-1-عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات الدراسة	44
58	2-1-عرض اختبار الفرضيات ومناقشتها	45
65	الفصل الخامس :استنتاجات وتوصيات واقتراحات	
66	1-الاستنتاج	46

67	2-التوصيات والاقتراحات	47
69	-الخاتمة	48
70	-قائمة المصادر والمراجع	49
-	-الملاحق	50
-	-ملخص الدراسة	51

قائمة الجداول

24	جدول رقم (01) يوضح الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول	01
24	جدول رقم (02) يوضح الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثاني	02
26	جدول رقم (03) يوضح الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثالث	03
27	جدول رقم (04) يوضح صدق الاتساق البنائي لأداة الدراسة	04
27	جدول رقم (05) يبين قيمة معامل ألفا كرو نباخ لأداة الدراسة	05
33	جدول رقم (06) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (1) المحور 01	06
34	جدول رقم (07) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (2) المحور 01	07
35	جدول رقم (08) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (3) المحور 01	08
36	جدول رقم (09) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (4) المحور 01	09
37	جدول رقم (10) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (5) المحور 01	10
38	جدول رقم (11) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (6) المحور 01	11
39	جدول رقم (12) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (7) المحور 01	12
40	جدول رقم (13) يبين ملخص تحليل عبارات المحور 01	13
42	جدول رقم (14) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (1) المحور 02	14
43	جدول رقم (15) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (2) المحور 02	15
44	جدول رقم (16) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (3) المحور 02	16
45	جدول رقم (17) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (4) المحور 02	17
46	جدول رقم (18) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (5) المحور 02	18
47	جدول رقم (19) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (6) المحور 02	19
48	جدول رقم (20) يبين ملخص تحليل عبارات المحور 02	20
49	جدول رقم (21) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (1) المحور 03	21
50	جدول رقم (22) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (2) المحور 03	22
51	جدول رقم (23) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (3) المحور 03	23
52	جدول رقم (24) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (4) المحور 03	24
53	جدول رقم (25) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (5) المحور 03	25
54	جدول رقم (26) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (6) المحور 03	26

27	جدول رقم (27) يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (7) المحور 03	55
28	جدول رقم (28) بين ملخص تحليل عبارات المحور 03	56
29	جدول رقم (29) بين قيمة نوعية التمارين المختارة إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد	58
30	جدول رقم (30) بين درجة زيادة القدرة على التوازن ومساعدتها في تحسين التسديد من بعيد	60
31	جدول رقم (31) بين درجة تأثير صفة التوازن أثناء الحصص التدريبية على تحسين التسديد من بعيد	62

قائمة الأشكال

34	رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 1 المحور 01	01
35	رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 2 المحور 01	02
36	رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 3 المحور 01	03
37	رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 4 المحور 01	04
38	رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 5 المحور 01	05
39	رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 6 المحور 01	06
40	رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 7 المحور 01	07
41	رسم بياني يوضح قيم كا 2 المحسوبة اكبر من الجدولة لجميع أسئلة المحور 01	08
42	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 1 المحور 02	09
43	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 2 المحور 02	10
44	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 3 المحور 02	11
45	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 4 المحور 02	12
46	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 5 المحور 02	13
47	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 6 المحور 02	14
49	رسم بياني يوضح قيم كا 2 المحسوبة اكبر من الجدولة لجميع أسئلة المحور 02	15
50	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 1 المحور 03	16
51	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 2 المحور 03	17
52	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 3 المحور 03	18
53	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 4 المحور 03	19
54	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 5 المحور 03	20
55	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 6 المحور 03	21
56	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 7 المحور 03	22
57	رسم بياني يوضح قيم كا 2 المحسوبة اكبر من الجدولة لجميع أسئلة المحور 03	23
59	رسم بياني يوضح درجة تأثير نوعية التمارين إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.	24
61	يوضح درجة تأثير زيادة القدرة على التوازن ومساعدتها في تحسين التسديد من بعيد.	25
63	يوضح درجة تأثير صفة التوازن أثناء الحمص التدريبية على تحسين التسديد من بعيد	26
64	يوضح درجة دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم من وجهة نظر المدربين	27

مقدمة

مقدمة

تحتل كرة القدم بشعبية كبيرة على المستوى المحلي والعالمي، لذا فقد تعانقت كل الجهود والخبرات العلمية نحو تطوير مستوى الأداء لهذه اللعبة، نحن نرى ارتفاع مستوى الفرق الرياضية يوماً بعد يوم وأصبح الأداء يتميز بدرجة عالية من الإتقان، ولكي نحقق هذا المستوى أو نلحق به ونسايره وجب معرفة الطريق الصحيح وتحديد الوسائل والمحتوى المناسب وفقاً لما تتطلبه هذه الرياضة، وعلى ضوء ذلك يتم إعداد اللاعب منذ الصغر بالكم والكيف الذي يؤهله لأن يكون لاعباً ذو كفاءة تمكنه من إنجاز الواجبات الفردية والجماعية وحسن التصرف وسرعة اتخاذ القرار خلال المواقف المتباينة طوال زمن المباراة.

ويرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالمية ارتباطاً مباشراً بمدى كفاءة و قدرة المدربين على إدارة عملية التدريب الرياضي و خاصة منها التسديد من بعيد التي تعتبر الركيزة الأساسية للوصول إلى الشباك والحصول على أهداف، وهذا ما جعل الفرق العالمية تهتم بهذا الجانب و إعطائه الأهمية اللازمة مما أدى إلى تطور ملحوظ لمستوى كرة القدم وهذا ما التمسناه من خلال نتائج هذه الفرق و المنتخبات ذات المستوى العالي كالفرق الأوروبية و الإفريقية، و قد بذلت الكثير من الدول المتقدمة في اللعبة جهوداً لتحسين تقنية التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم و كذلك بذل مجهود كبير لإعداد و تنمية مختلف الفئات والتي منها فئة الأصغر على أسس علمية متينة واضحة باعتبارهم القاعدة التي يعتمد عليها في تطوير اللعبة.

إن عملية التدريب تقتضي جملة من الخصائص الواجب توفرها في المدرب، منها الكفاءة في التدريب وحسن التنظيم والتصرف والتخطيط بالإضافة إلى النصح الانفعالي وهذا من أجل الارتقاء بالمستوى الرياضي، ومن أجل تقويته وتدعيمه بتقنيات جيدة تساهم في تحقيق النتائج المرجوة، وشعورنا بأهمية تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد في عملية التدريب وما تحققه من نتائج إيجابية من طرف الرياضيين أردنا أن نبرز أهمية ودور هذه التقنية لتحقيق أفضل النتائج وفق أسس علمية.

ولإبراز هذه الأهمية ارتأينا أن نقوم بإعداد هذا البحث الذي هو بين أيدينا والذي من خلاله تناولنا دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد نحو المرمى ومحاولة إيجاد الحلول الممكنة وتحسين نتائج الرياضيين للوصول بهم إلى أعلى المستويات. (رسان خيري، 1998، ص71).

قمنا بإجراء هذا البحث الذي يحتوي على جانبين: جانب نظري ويحتوي على فصلين وجانب تطبيقي يحتوي على ثلاث فصول.

الجانب النظري:

الفصل الأول: والذي يحتوي على الخلفية النظرية للدراسة والتي تضمنت الإطار النظري لمتغيرات ومؤشرات الدراسة على غرار التوازن وأهم النظريات المفسرة لها، بالإضافة إلى أبرز وأهم الدراسات السابقة والمشاهدة لدراستنا.

الفصل الثاني: تناول فيه الإطار العام للدراسة وذلك من خلال التطرق إلى أهم الكلمات الدالة والمفتاحية للبحث بالإضافة إلى مشكلة البحث والتساؤلات الجزئية مع تحديد الفرضيات وتبيان أهمية وأهداف البحث وأسباب اختيار الموضوع.

الجانب التطبيقي:

الفصل الثالث: تناول فيه الإجراءات الميدانية وذلك من خلال التطرق إلى الدراسة الاستطلاعية والمنهج المتبع في الدراسة ومجتمع وعينة الدراسة وطريقة اختيارها، كما تم التطرق إلى أدوات جمع البيانات والمعلومات، بالإضافة إلى الخطوات المتبعة بدقة في إجراء الدراسة الميدانية وفي نهاية الفصل تناول الأساليب الإحصائية وأهم القوانين والقواعد المتبعة والتقنيات الإحصائية التي تم الاعتماد عليها في الدراسة.

الفصل الرابع: تناول فيه عرض وتحليل النتائج وتفسيرها ومناقشتها في ضوء فرضيات البحث مع محاولة ربطها بالخلفية النظرية والدراسات السابقة والمشاهدة.

الفصل الخامس: يحتوي استنتاجات عامة كما تم وضع اقتراحات وتوصيات.

وأخيراً، فإن كان هناك توفيق فمن الله وحده وان كان هناك تقصير وإخلال فلا يكلف الله نفساً إلا وسعها، ولا تجود نفساً إلا بما تجود، وما توفيقنا إلا بالله عليه توكلنا واليه أنبنا واليه المصير.

الفصل الاول

الخلفية النظرية

والدراسات

السابقة

1 - التوازن:

1-1- تعريف التوازن:

التوازن هو "أن يكون الفرد لديه القدرة على الاحتفاظ بوزن الجسم في الثبات أو الحركة"، وهذا يتطلب سيطرة تامة على الأجهزة العضوية من الناحية العضلية والعصبية، كما أن التوازن يتطلب القدرة على الإحساس بالمكان والأبعاد سواء كان باستخدام البصر أو بدونه عصيباً أو ذهبياً وعضلياً وتعتبر سلامة الجهاز العصبي أحد العوامل الهامة المحققة للتوازن كما أن عملية التأزر بين الجهازين العضلي والعصبي لها دور يتبين في المحافظة على اتزان الجسم أو الحركة التي يقوم بها الإنسان من مشي وجري ووثب... الخ، أو الحركة الرياضية التي تتم فوق حيز ضيق كالمشي على العارضة أو الوقوف على مشط أحد القدمين كل هذه الحركة تتوقف على مدى سيطرة الفرد على أجهزته العضلية و العصبية بما يحقق المحافظة على وضع الجسم دون أن يفقد اتزانه.

مما سبق يتضح مدى ارتباط التوافق العضلي العصبي كما أن التوازن الحركي مرتبط أيضاً بالرشاقة ويشير "جونسون" و"نيلسون" أن بعض اختبارات التوازن تتطلب القوة العضلية، كما يشير أيضاً أن التعب المتوسط والتعب الشديد يؤثران على قدرة الفرد في الاحتفاظ بتوازنه ولقد دلت الدراسات التي قام بها "سميث" و"هوفمان" خطأ الفكرة السائدة التي تقول بأن الإناث أكثر قدرة على التوازن من الرجال هذا إلا أن الذكور يتميزون بالقوة العضلية على الإناث، وهذا عامل مؤثر في القدرة على الاتزان (محمد صبحي حسنين، 1995، ص 429).

1-2- أنواع التوازن:

1-2-1- التوازن الثابت:

وهو الاتزان الذي يحدث أثناء الثبات ويعرفه "جونسون" و"نيلسون" بكونه القدرة البدنية التي تمكن الفرد من الاحتفاظ بوضع ساكن، كما يقصد بالتوازن الثابت القدرة التي تسمح للفرد بالبقاء في وضع ثابت أو القدرة على الاحتفاظ بثبات الجسم دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة، كما هو الحال عند الوقوف على قدم واحدة أو اتخاذ وضع الميزان أو الوقوف على الذراعين، والتوازن الثابت يحتل أهمية كبيرة في بعض الأنشطة الرياضية وخاصة رياضة الجمباز والتمرينات الفنية، ويعبر عن جمال وتناسق وتأزر الأداء.

1-2-2- التوازن الحركي:

وهو الاتزان المصاحب لحركة الجسم ويعرفه "جونسون" و"نيلسون" بكونه القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة . (محمد صبحي حسنين، 1995، ص432).

ويقصد بالتوازن الحركي القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء أداء حركي، كما في معظم الألعاب الرياضية والمنازلات الفردية أو عند المشي على عارضة مرتفعة.(د. وجدي مصطفى الفاتح- د. محمد لطفي السيد، 2002، ص136).

1-3- أهمية التوازن:

التوازن قدرة عامة تبرز أهميتها في الحياة وفي مجال التربية البدنية والرياضية خاصة، فهي متكونة في أداء المهارات الحركية كالوقوف والمشي... إلخ، كما أنها متكونة في معظم الأنشطة الرياضية والخاصة بالأنشطة التي تتطلب الوقوف أو الحركة فوق حيز ضيق، ولقد أشارت الدراسات التي قام بها "عبد الرحمان حافظ إسماعيل" في جامعة بيروت إلى ارتباط التوازن بالعديد من القدرات العضلية، كما أشارت هذه الدراسات إلى أن التوازن يعتبر من أكثر المكونات البدنية من حيث القدرة على التنبؤ من النواحي العقلية، وفي هذا الخصوص يشير "هوفمان" إلى أن الجماعات سريعة التعلم من الجنسين قد حققت درجات مرتفعة في اختبارات التوازن عن أقرانهم من الجماعات بطيئة التعلم.

كما أثبت "سكوت" وجود علاقة عالية بين التوازن والإحساس الحركي مما جعل ضرورة أن تتضمن أي طريقة حركية اختيارية التوازن، ونظرا لكون التوازن يعتبر أحد العوامل اللازمة لمعظم الأنشطة الرياضية فإن الرياضيين يتميزون في هذا المكون عن أقرانهم غير الرياضيين، حيث نجح "نيسن" في إثبات غير الرياضيين بحيث أثبت هذه الظاهرة في إحدى دراساته، كما توصل باحثون آخرون إلى نتائج مماثلة، مثلا نجح "سلاتر" و"هاميل" في إثبات أن الرياضيين (أعضاء الفرق الرياضية) حققوا نتائج عالية في اختبارات التوازن ميزتهم عن أقرانهم من طلبة التربية البدنية والرياضية، كما ثبت أن نتائج طلبة التربية البدنية والرياضية باستخدام اختبار "ري نولد" قد فاقت بدلالة معنوية درجات أقرانهم من طلاب الفنون، كما وجدت "مينبي" أن المصارعين ذوي المستويات المرتفعة كانوا أفضل من أقرانهم ذوي المستويات الضعيفة في التوازن وفي تعلم الإلتزان .

يعتبر التوازن أحد مكونات القدرة الحركية حيث أقر ذلك "كلارك" و"كارتر"، كما يعتبر التوازن أحد مكونات الأداء البدني حيث أقر ذلك "بارو" و"ماك جي" كما يعتبر "ماتيور" التوازن أحد مكونات القدرة الرياضي .

1-4- مشكلات اختبار التوازن:

يرى بعض الباحثين أن هناك بعض المشكلات التي يمكن أن ترتبط باختبار التوازن ويمكن تلخيص هذه المشكلات على النحو التالي:

أ- أشار بعض الباحثين إلى أن عامل القوة العضلية يؤثر بصورة واضحة على بعض اختبارات المرونة وقد يبدو ذلك واضحاً في اختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم واختبارات التوازن الثابت من الوضع المقلوب، وبالرغم من تعارض بعض نتائج البحوث في هذا المجال ، إلا أنه يبدو منطقياً أن التعب العضلي يؤثر على درجات المختبرين في بعض الاختبارات .

ب- نظراً لأن العديد من اختبارات التوازن تتطلب اتخاذ بعض الأوضاع المعينة أو أداء حركات تظهر فيها صفة التوازن بصورة واضحة فقد يبدو ضرورياً السماح للمختبرين بأداء الاختبار الواحد لعدة مرات (3) مرات مثلاً أو أكثر واحتساب نتيجة أفضل المحاولات ، وبالرغم من أن كثرة عدد المحاولات تساهم في الارتقاء بدرجة معامل ثبات الاختبار ، إلا أنه في نفس الوقت يتطلب الأمر المزيد من الوقت في الأداء. (د/ مصطفى السايح د صلاح أنس محمد، 2002، ص74).

د- نظراً لأن التوازن الثابت يعتبر توازناً موقفياً أو خاصاً (أي في مواقف خاصة معينة) ، فقد يسجل الفرد درجات عالية في إحدى الاختبارات التي تقيس التوازن الثابت في حين يسجل درجات منخفضة في اختبار آخر للتوازن الثابت ، وينصح بعض الباحثين للتغلب على هذه المشكلة تعدد الاختبارات التي تتميز بدرجة صعوبة واحدة تقريباً ويقوم المختبر بالاختيار من بينها .

هـ- بعض اختبارات التوازن تتطلب أدوات وتجهيزات غالية نسبياً وتبدوا الحاجة إلى التوصل إلى تطوير أدوات وأجهزة أقل تكلفة ويمكن الحصول عليها بأعداد متوافرة وخاصة بالنسبة للمدارس الابتدائية والإعدادية.

2- كرة القدم:

2-1- أهداف رياضة كرة القدم:

- يجب على مدرب رياضة كرة القدم أن يقترح أهداف أساسية هامة من أجل تطوير نفس الصفات الخاصة في رياضة كرة القدم ذات الطابع الجماعي.

- فهم واستيعاب مختلف الحالات الرياضية الجماعية والتكيف معها.

- التنظيم الجماعي مثل: الهجوم أو الدفاع و مختلف أنواع و مراحل اللعب في كرة القدم.

- الوعي بالعناصر و المكونات الجماعية و الفردية في رياضة كرة القدم.

- تحسين الوضع و المهارات الأساسية سواء الجماعية أو الفردية في مستوى اللعب.
- أعطاء رؤية واضحة و لو مصغرة عن عناصر اللعب التكنيكي و استيعاب الوضعيات المختلفة.
- إدماج و إدراك العلاقات الدفاعية اللازمة التي تستحق الاستيعاب الجيد ثم التنفيذ(منهاج التربية البدنية : منشورات وزارة التربية الوطنية. 1984 .ص29).

2-2-2- أهمية كرة القدم في المجتمع:

2-2-1- الدور الاجتماعي :

كرة القدم نظام اجتماعي حديث تقدم لنا شبكة معتبرة من العلاقات بشتى أنواعها سواء الخاصة بالفرد في حد ذاته أو مع مختلف أفراد المجتمع مثل التعاون و المثابرة ، الحب ، الصداقة ، الأمانة ، والتسامح. كما تعمل هذه الرياضة كباقي الرياضات الأخرى على تكوين شخصية متزنة اجتماعيا.(أمين أنور الخولي، 1996 ص 86) .

2-2-2- الدور النفسي -التربوي :

تلعب رياضة كرة القدم دورا هاما في سد الفراغ القاتل الذي يعاني منه الأفراد، كما تلعب كذلك دورا مهما في ترقية المستوى الأخلاقي للأفراد، و نذكر أهم هذه الموصفات الأخلاقية كالروح الرياضية، تقبل الآخرين، اكتساب المواطنة الصالحة، تقبل القيادة و النظام.

2-2-3- الدور الاقتصادي :

إن هذا الدور الذي تلعبه كرة القدم في المجتمع لم تزداد أهميته إلا مؤخرا حيث ظهرت دراسات متعددة حول اقتصاديات الرياضة ، و يعتقد ستوكفيتش "stochvic" عالم اجتماع الرياضة الهولندية أن تكامل الأنشطة الرياضية مع المصالح الاقتصادية قد أدى غلى احتلال الرياضة مكانة رفيعة في الحياة الاجتماعية.(أمين أنور الخولي، مرجع سابق،ص166).

و اعتبار كرة القدم إحدى هذه الرياضات فإن دورها الاقتصادي "إشهار، تمويل ... " قد تعاظم مع مرور الوقت، فبعد الحرب العالمية الثانية قطنت المؤسسات التجارية أن الرياضة تمثل وسيلة دعاية و مجال إشهار و اسم للانتشار.

و ذكرت خبيرة الاقتصاد "ميلن فان" أن موضوع دراسة اقتصاديات الرياضة لم تطرح للبحث و الدراسة إلا مؤخرا ذلك لأن الرياضة ظلت فترة طويلة من الزمن ليست أحد اهتمامات علم الاقتصاد بالرغم من الشواهد الحديثة تدل على اتصالها بوقت الفراغ بالقيم الاستهلاكية و بالصحة و الإنتاج و مواجهة البطالة.

2-2-4- الدور السياسي :

تقتصر الرياضة و كرة القدم في المجتمع على الخصوص على الأدوار السالفة الذكر بل تعدت إلى الدور السياسي فأصبحت مختلف الهيئات السياسية في العالم تحاول كسب أكبر عدد ممكن من الجمعيات الرياضية، لصالح أهدافها السياسية كما تلعب دورا هاما في التقارب بين مختلف وجهات النظر و التخفيف من حدة النزاعات، مثلما ساهمت المباراة التاريخية بين الولايات المتحدة الأمريكية و إيران في مونديال 1998 م بفرنسا في التخفيف من حدة النزاع و نالت هذه المباراة جائزة الروح الرياضية للمونديال.

3-التسديد:

3-1-تعريف التسديد:

التسديد كما يعرفه "فرويد وقاويل" يأتي من التطورات الجماعية وهو ثمار اللعب. وحسب " كمال لاموي " هو كل محاولة إرسال الكرة نحو المرمى بحيث تكون القذفة مصوبة كما ينبغي.

(KAMEL Lamoui. Football édition ENAL Alger. 1989. P. 49)

ومن التعريفين يمكن القول بأن التسديد:هو النهاية الفعلية أو الجارة لكل محاولة على مرمى الخصم قصد تسجيل الهدف.

3-2-أنواع التسديد:

3-2-1التسديد من الثبات:

يمكن أن نجد هذا النوع من التسديد في مباراة كرة القدم في حالة خاصة منها ضرب الكرات الثابتة، المباشرة وغير المباشرة، ويتطلب هذا النوع من التسديد تقديم مجهود جيد أي أداء المهارات بالطريقة الفنية المفروضة، زد على ذلك القوة والدقة مطلوبتان لنجاح الضربة.

3-2-2التسديد من الحركة:

وهي الحالة الأكثر انتشارا في كرة القدم، ولهذا فعلينا أن نهيئ أو نحضر اللاعب لكل الحالات التي يمكن أن تطرح له خلال المقابلة (مفتي إبراهيم، 1990، ص121).

3-3- منهجية التسديد في كرة القدم:

إن المدرب ملزم بتقديم منهجية التسديد للاعبين أثناء التدريب و هذا اعتمادا على كل الدراسات التي قام بها الأخصائيون في الميدان كي يصل إلى تحقيق غرضه ألا و هو الأداء الجيد و التحكم في الكرة أثناء التسديد و أثناء تقديم الحصة التدريبية يجب على المدرب أن يراعي قدرات اللاعبين حيث يجب أن يتبع المبدأ

البيداغوجي من السهل إلى الصعب و يعطي لكل تمرين الوقت اللازم لتثبيته في أذهان اللاعبين ، كما أنه يزودهم ببعض النصائح كي تكون القذفة مصوبة من حيث القوة و التوجيه.

3-3-1- التسديد أثناء التدريب:

إن حالات اللاعبين أثناء التدريب تختلف عنها في المنافسات و خاصة من الناحية النفسية لهذا على المدربين اغتنام هذه الحالة النفسية في تعويد اللاعب على التسديد و تطبيق القواعد الأساسية أثناء تسديد الكرة بالإضافة إلى هذا يجب خلق جو من المنافسة أثناء التدريب و ذلك بخلق التنافس بين اللاعبين خاصة العمل الجاد.

3-3-2- التسديد أثناء الجري:

بما أن الجري جزء لا يتجزأ من اللعبة فعلي المدرب أن يعتمد على الحالات التي يصادفها اللاعب أثناء المنافسات و منها الجري ، و هذا بتقديم تمرينات و حالات خاصة للتسديد أثناء الجري ، و هذا ما يسهل على اللاعبين التسديد بسرعة و مباغته الحارس و المدافعين.

3-3-3- التسديد في الحالات الصعبة:

نقصد بها الحالات التي يجدها اللاعب في المنافسات الرسمية أي وجود مهاجمين بين مجموعة من المدافعين الذين يعملون في إطار الروح الرياضية من أجل منع التسديد و تسجيل الأهداف.

3-3-4- التسديد أثناء اللعب:

نقصد به التسديد أثناء المقابلات الودية التي يجريها الفريق أو مقابلات بين عناصر الفريق و تعتبر هذه الطريقة جد إيجابية و فعالة، و لهذا يجب الاعتماد على هذه الطريقة لأنها تسمح للمدرب بمعرفة نقاط الضعف للفريق واللاعبين.

و كل هذه الحالات التي سلف ذكرها إذ اعتمدنا عليها في التدريب و تم تطبيقها بجدية فإنها تعطي نتائجها الإيجابية و ترفع من مردودية و فعالية التسديد أثناء المنافسات الرسمية.

3-4- أسباب الإخفاق في التسجيل:

-تسرع اللاعب في التسديد.

-ضعف الصفات الإرادية لدى اللاعب -عدم الالتزام بالنقاط الفنية في الأداء المهني .

-ضعف في الأداء البدني- خطأ تكتيكي- عدم القيام بواجب المتابعة في حينه.

-ضعف تركيز اللاعب خلال الأداء -الذاتية في اللعب"الأناية".

لذلك من الواجب على المدربين التركيز على هذه النقاط وأخذها بعين الاعتبار أثناء العملية التدريبية، خاصة مع الأصغر وذلك للقضاء على هذه السلبيات ومحاولة تجنبها (مفتي إبراهيم، مرجع سابق، ص141) .

4-المراهقة:

4-1-تعريف المراهقة:

أ (لغة:

المراهقة معناها النمو نقول " زاهق الفتى و راهقت الفتاة "بمعنى أنهما نميا نموا متواصلًا و مستمرًا ، و الاشتقاق اللغوي يعبر هذا المعنى على الاقتراب و النمو من النضج و الحلم(د.حامد عبد السلام، 1995، ص323)

ب (اصطلاحاً :

يعني مصطلح المراهقة بما يستخدم في علم النفس " بمرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة النضج و الرشد"(د. عبد العالي الجسماني،1993،ص322).

و في هذا المجال نجد أيضا " جوزيف ستون و تشر " في كتابهما (الطفولة و المراهقة)أن المراهقة تبدأ بمظاهر البلوغ و بدايتها ليست دائما واضحة، و نهاية المراهقة تأتي مع تمام النضج الاجتماعي دون تحديد ما قد وصل إليه الفرد من هذا النضج الاجتماعي(د.محمد أيوب شحيمي،1996،ص212) .

4-2-خصائص نمو فئة المراهقة:

لكل مرحلة من مراحل العمر المختلفة خصائصها التي تميزها عن غيرها من مراحل النمو، فمرحلة المراهقة لها خصائصها، كما أن لكل مرحلة ظروفها ومطالبها بالنسبة لكل فرد، ولهذا تختلف قدرة الفرد على السلوك و التصرف إزاء الموقف الواحد من مرحلة إلى أخرى، ويبدوا ذلك واضحا عن تعبير الفرد من انفعالاته وكذا قدرته على التعليم، وأيضا الأساليب التي يتبعها في تلبية حاجاته (محمد السيد محمد الزعبلأوي،1998،ص25).

4-2-1-النمو الجسمي:

إن ما يميز هذه المرحلة الاضطراب الطولي في نمو الأطراف والذي يعطي شكلا غير مقبول عند الشباب، مع تباطؤ النمو الطولي للذراع وسرعان ما يختفي ذلك في المرحلة الثانية من المراهقة، وهذا بالإضافة إلى نمو كبير في حجم العضلات والذي ينتج عنه زيادة ملحوظة في الوزن.

إن عدم التناسق بين نسب الأطراف والجذع في تلك المرحلة يعمل على إعاقة عمل العلاقات و انسجامها وخصوصا بين الحركات التي تستخدم فيها كل من الرجلين والذراعين والجذع، حيث تبدو الحركة بدون انسياب، و بذلك تظهر الحركات الغريبة و الزائدة.

4-2-2-4- النمو الحركي:

من مظاهر النمو الحركي نمو القدرة والقوة الحركية بصفة عامة، من جهة أخرى نلاحظ ميل المراهق بين الكسل والخمول والتراخي، ولهذا تكون حركات المراهقة غير دقيقة، والسبب في ذلك طفرة النمو الجسمي الذي يجعله يتصف بنقص التناسق واختلاف أبعاد الجسم نظرا للنمو السريع غير المنتظم، ونلاحظ قصور في عنصر الرشاقة مع تميز البنات على الأولاد في عنصر المرونة كما تتميز الحركة بثقلها وعدم اتزانها. وفي هذه المرحلة يزداد وزن الجسم وطوله بزيادة نمو العضلات والعظام، وتكون القدرة على العمل المتزن ضعيفة لأن نمو العظام في الطول والسمك والكثافة يغير النظام الميكانيكي في الجسم كله، ويتضح ذلك في فقدان عنصر الرشاقة وعدم القدرة على ضبط الحركات وظهور علامات التعب عليهم بسرعة (محمد بليوني ، مرجع سابق ، ص 144).

4-2-3-4- النمو العقلي:

تتميز فترة المراهقة بنمو القدرات العقلية و نضجها ففي هذه المرحلة ينمو الذكاء العام للفرد و كذلك تنضج القدرات العامة و الخاصة و تزداد قدرة المراهق على القيام بالكثير من العمليات كالتفكير والتذكر والتخيل. (د.عبدالرحمان العيساوي، 1997، ص38).

4-2-4-4- النمو الاجتماعي:

تبدأ بذور التطور الاجتماعي للمراهق في مرحلة الطفولة الأولى و تستمر باستمرار الحياة ، و نتيجة انتماءه إلى المجتمع فهو يرغب في التعبير عن ذاته ، و يشعر بالسعادة و الاطمئنان و الاستقرار النفسي ، أما إذا حدث ما يعيق هذه الرغبة فإنه يتمرد و يشعر بالنعاسة (د.محمد أيوب شحيمي، 1994، ص213).

-الدراسات السابقة و المشاهدة:

1-الدراسة الأولى:

عنوان الدراسة: أثر الاتزان على تحسين دقة التصويب في كرة القدم عند تلاميذ الطور الثالث. مذكرة لنيل شهادة الماجستير 2002

صاحب الدراسة: سعد سعود فؤاد.

الهدف العام : التعرف على العلاقة بين دقة التصويب و الاتزان عند المتدربين.

-عينة الدراسة: 40 تلميذ (20-20) بين المجموعة التجريبية و الشاهدة.

المنهج المستخدم: المنهج التجريبي.

أدوات البحث: اختبارات.

أهم النتائج :- هناك علاقة ارتباطيه بين اختبارات التسديد و اختبارات الاتزان.

-هناك علاقة ارتباطية قوية بين اختبارات التسديد و اختبارات الاتزان الحركي.

2-الدراسة الثانية:

عنوان الدراسة: تأثير برنامج التصور العقلي على تنمية دقة أداء التمرير و التصويب لناشئ كرة القدم. مذكرة

لنيل شهادة الدكتوراه 2004 .

صاحب الدراسة: عبد الباسط عبد الحليم.

الهدف العام: التعرف على تأثير برنامج التصور العقلي على تنمية دقة أداء التمرير و التصويب لناشئ كرة

القدم.

عينة الدراسة: 30 لاعب ناشئ بكرة القدم تم تقسيمهم إلى مجموعتين "15-15" تجريبية و ضابطة".

أدوات البحث: مقياس + اختبار.

أهم النتائج: برنامج التصور العقلي له تأثير إيجابي على تنمية دقة أداء التمرير و التصويب لناشئ كرة القدم.

3-الدراسة الثالثة:

عنوان الدراسة: أثر برنامج تدريبي مقترح للقوة المميزة بالسرعة في تحسين مهارة التصويب لدى لاعبي كرة

القدم صنف أقل من 15 سنة. مذكرة لنيل شهادة الماستر 2014 .

صاحب الدراسة: عبدلي أحمد.

مشكلة الدراسة: هل للبرنامج التدريبي المقترح للقوة المميزة بالسرعة أثر في تحسين مهارة التصويب لدى لاعبي

كرة القدم صنف أقل من 15 سنة.

فرضية الدراسة: للبرنامج التدريبي المقترح للقوة المميزة بالسرعة أثر في تحسين مهارة التصويب لدى لاعبي

كرة القدم صنف أقل من 15 سنة.

المنهج المستخدم في الدراسة: المنهج التجريبي.

إقتراحات: عدم إهمال تدريب للقوة المميزة بالسرعة باعتبارها جزء مهم لما لها من أثر إيجابي في تحسين أداء

اللاعبين.

4-الدراسة الرابعة:

عنوان الدراسة: أثر برنامج تدريبي مقترح (التصور العقلي) في تعليم دقة التصويب نحو المرمى لدى ناشئي كرة القدم. مذكرة لنيل شهادة الماستر 2014 .

صاحب الدراسة:ياحي أسامة.

هدف الدراسة: التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح (التصور العقلي) في تعليم دقة التصويب نحو المرمى لدى ناشئي كرة القدم.

مشكلة الدراسة: هل للبرنامج التدريبي المقترح (التصور العقلي) أثر في تعليم دقة التصويب نحو المرمى لدى ناشئي كرة القدم.

الفرضية العامة للدراسة: للبرنامج التدريبي المقترح (التصور العقلي)أثر في تعليم دقة التصويب نحو المرمى لدى ناشئي كرة القدم.

عينة الدراسة: تم اختيار العينة بطريقة قصدية.

المنهج المستخدم: المنهج التجريبي.

أدوات الدراسة: اختبار دقة التصويب+برنامج التدريبي المقترح.

أهم النتائج:

-إن التدريب على التصور العقلي المصاحب لمهارة دقة التصويب نحو المرمى في كرة القدم ذو تأثير فعال في تعلم الناشئين و تطور الجانب المهاري لديهم.

-استخدام الكثير من تمرينات التصور العقلي في البرنامج التدريبي المقترح ساعدت في تعلم دقة التصويب نحو المرمى.

5-الدراسة الخامسة:

عنوان الدراسة:" أسباب قلة التسديد من بعيد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى"مذكرة لنيل شهادة ليسانس 2015.

صاحب الدراسة: قارة عبد الجليل.

مشكلة الدراسة : ما هي أسباب قلة التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم في الجزائر لفئة الأصاغر؟

الفرضية العامة : هناك أسباب عديدة متداخلة تؤدي إلى قلة التسديد من بعيد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصاغر في الجزائر.

عينة البحث : تمت الدراسة على مجموعة المدربين الذين يشرفون على نوادي الفئات الصغرى لولاية المسيلة وعددهم 24 مد رب.

منهج الدراسة : تم استخدام المنهج الوصفي.

أدوات الدراسة : تم استخدام الاستبيان.

النتائج المتوصل إليها :

- إن أسباب قلة التسديد من بعيد نحو المرمى هو عدم استعمال الوسائل التكنولوجية الحديثة، بالإضافة إلى نوعية التمارين المختارة وعدد الحصص المبرمجة، كما نجد كذلك الطريقة المطبقة من طرف فريق الخصم التي تساهم مساهمة فعالة في التقليل التسديد من بعيد نحو المرمى.

6- الدراسة السادسة:

عنوان الدراسة : أثر برنامج تدريبي مقترح لبعض الصفات الحركية (التوازن -التوافق) على تحسين دقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم (9-12) سنة. مذكرة لنيل شهادة الماستر 2016.

صاحب الدراسة : كادو عمر.

مشكلة الدراسة : هل للبرنامج التدريبي المبني على أساس بعض الصفات الحركية (التوازن-التوافق) له أثر على تحسين دقة التصويب لدى براعم كرة القدم (9-12) سنة.

فرضية الدراسة : البرنامج التدريبي المبني على أساس بعض الصفات الحركية (التوازن-التوافق) له تأثير ايجابي على تحسين دقة التصويب لدى براعم كرة القدم (9-12) سنة.

المنهج المستخدم في الدراسة : المنهج التجريبي.

الاقتراحات : -إدماج تمارين وبرامج تطويرية قصد تحسين صفتي التوازن والتوافق وتحسين مهارة التصويب.

-إعطاء أهمية بالغة للصفات الحركية ولتقنية التصويب في مرحلة البراعم.

-مشاركة المدربين في التبرصات حتى يستفيدوا من طرق التدريب الحديثة لمواكبة التطور الرياضي العلمي.

-التعليق على الدراسات السابقة:

بعد أن قام الباحث باستعراض الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة أمكن الباحث ملاحظة مايلي:

إن للدراسات السابقة والمشاهدة أهمية كبيرة لما لها من معلومات و مرتكزات يعتمد عليها في بناء البحث

وتركيبه تركيبا منهجيا ومعرفيا بشكل مقبول من ناحية الرصيد أو الإطار.

استعرض الباحث مجموعة من الدراسات السابقة والمشاهدة التي كانت لها صلة بموضوع الدراسة الحالية حيث عالجت جوانب هامة من موضوع التوازن والتسديد في كرة القدم ، حيث أن بعض الدراسات استعملت المنهج الوصفي وبعضها الآخر استعمل المنهج التجريبي ، بحيث ضمت العينات من مختلف المستويات و مختلف الفئات العمرية ، وهذا نظرا للدقة التي توفرها هذه الطريقة حيث تطرقت الدراسات الأولى إلى اقتراح برنامج تدريبي فعال و أثره في تعلم وتحسين مهارة التسديد لدى لاعبي كرة القدم ، أما الدراسات الأخرى فتطرقت إلى التوازن وأثره على تحسين التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم.

و من خلال ما قمنا به من قراءات و الاستطلاع على النتائج وتقارير الأبحاث السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة فقد استفدنا منها من حيث المنهج المستخدم في جميع البيانات كالاختبارات البدنية الخاصة بكرة القدم عبر المراحل العمرية المختلفة ، و كذلك طريقة بناء البرنامج الذي يعتمد على التوازن وأثره على تحسين التسديد من بعيد نحوى المرمى باستخدام الطرق و الوسائل الحديثة في عملية التدريب وإعداد لاعبي كرة القدم.

كما نلاحظ إن هذه الدراسات لها اتصال مباشر بموضوعنا، لذا استعملناها كمراجع و مصادر لإثراء البحث بشكل عميق للوصول إلى النتائج بدقة باستعمال التوصيات و النتائج المتحصل عليها، ومن هنا نرى أن كل بحث يكون مكملا لآخر و يكون منطلق لبدء بحوث أخرى.

كما كان الاطلاع على الدراسات السابقة أهمية كبيرة للباحث ساعدته في:

1-وضع تصور واضح عن أهداف الدراسة الحالية والإطار العام لها صياغة فروض وتساؤلات الدراسة

2-تحديد المنهج المناسب لإجراء الدراسة ليتناسب مع الاهداف التي وضعت .

3-تحديد متغيرات الدراسة.

-التعرف على الطرق الإحصائية والتحليلية المستخدمة في الدراسات السابقة وطرق عرضها واستخراج النتائج وعرضها والخروج بالاقترحات.

الفصل الثاني

الإطار العام

للدراسة

1-الكلمات الدالة في الدراسة:

1-1تعريف كرة القدم

التعريف اللغوي :

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

-التعريف الاصطلاحي :

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

-التعريف الإجرائي :

هي عبارة عن نشاط رياضي يمارس ضمن قوانين خاصة تملك هيكلًا تنظيميًا دقيقًا، وهي لعبة قبل كل شيء ذات طابع جماعي تلعب بفريقيين، يحاول أحد الفريقين تسجيل أكبر عدد من الأهداف ليكون هو الفائز، يتكون كل فريق من أحد عشر لاعبا بما فيهم حارس المرمى، يلعب الفريقان على ميدان مستطيل الشكل، صالح للعب وأرضية مستوية و يشرف على تحكيمها حكم وسط و حكمين للخطوط الجانبية و حكم رابع " احتياطي".

1-2تعريف التسديد:

-التعريف اللغوي :

صوب، يصوب، تصويبا و المفعول مصوب -صوب السهم أي وجهه و سدده نحو الهدف، صوب الكرة أي دفعها و أطلقها نحو المرمى. (ابن منظور، 1994، ص535).

- التعريف الاصطلاحي :

يعرفه "Claude bager" على أنه نقطة اللعب و قرار يعمل على جلب التفوق في الهجوم(د. محمد صبحي حسين، 1995، ص11).

كما يعرفه " jean defaur " بأنه :النتيجة الأخيرة لكل عمل هجومي سواء فرديا أو جماعيا و يتحتم على المنفذ اندفاعا بدنيا كليا أثناء التنفيذ(. سعد سعود فؤاد.مذكرة ماجستير.دراسة أثر الاتزان على تعلم التصويب .قسم التربية البدنية و الرياضية.قسنطينة.ص13).

-التعريف الإجرائي :

التسديد هو النهاية الفعلية أو الجارية لكل محاولة على مرمى الخصم قصد تسجيل الهدف أو هو محاولة إرسال الكرة باتجاه مرمى الخصم و تكون مسددة و مصوبة بدقة كما ينبغي.

1-3- تعريف التوازن:

يعرفه "كوبرتن" على انه إمكانية الفرد التحكم في القدرات الفيزيولوجية والتشريحية التي تنظم التأثير على التوازن مع القدرة على الإحساس بالمكان سواء باستخدام البصر أو بدونه وذلك عضليا وعصبيا.(مجدي مصطفى الفاتح محمد لطفي السيد، 2002، ص134).

التعريف الإجرائي:

نعني بالتوازن أن يكون الفرد لديه القدرة على الاحتفاظ بوزن الجسم في الثبات أو في الحركة.

2- إشكالية الدراسة:

أصبحت الرياضة بنظمها و أساليبها و قواعدها السليمة و بأنواعها المتعددة ميدانا علميا من ميادين العلوم، و عنصرا قويا في إعداد الفرد في جميع النواحي النفسية، الاجتماعية، الثقافية، البدنية، فهي تعمل على تزويد الفرد بمميزات و مهارات سريعة جدا تجعله يتكيف و يسير العصر الذي يعيش فيه، لذا لم تكن الرياضة مجرد حركات أو نشاط يؤدي دون هدف محدد، بل خصصت لها أهداف في سبيل تحقيقها، وأصبحت تستمد قواعدها ونظرياتها من العلوم الأخرى المختلفة بغرض الوصول إلى تنمية إدراك الفرد من الناحية البدنية، الحركية، العضلية، العقلية، و العلاقات الإنسانية.

و رياضة كرة القدم على غرار باقي الرياضات الأخرى عرفت منذ ظهورها تطورات ملحوظة ملكت من خلالها قلوب الشعوب و أصبحت واحدة من اهتماماتهم اليومية، وسخرت لها كل الإمكانيات من أجل تطويرها أكثر انتقلت من مرحلة الممارسة كهواية إلى مرحلة أكثر تنظيم، فشيئت من اجلها المركبات و المنشآت و أدخلت عليها طرق علمية تتماشى مع تطورها، حتى شملت كل أنحاء العالم. (بلخظر عمرو قاسمي صالح. أهمية التخطيط الإستراتيجي لدى المدربين في تحسين مردود الرياضي في كرة القدم. مذكرة لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية و الرياضية جامعة محمد بوضياف المسيلة. 2008. ص01). وفي الجزائر وبحكم أنها جزء لا يتجزأ من العالم فإنها تتأثر بما يدور فيه وهذا التأثير ما سمح لأن تكون هي الرياضة رقم "1" بدون منازع، وهذا ما أدى بالسلطات إلى بناء المعاهد وتشكيل اللجان التي تسهر على تحسين مستوى الأداء ولعب كرة القدم في بلادنا.

لكن بالرغم من كل هذا الاهتمام نلمس في الميدان خاصة على المستوى الدولي ضعف لدى الأندية من حيث المنافسة على الألقاب القارية وهذا النقص الذي نجم عنه ضعف الفريق الوطني، فاللاعب الجزائري أصبح يتميز بالعديد من النقص وهذا من أدى تتبعنا له للبطولة الوطنية التي أو ضحت بصورة أو بأخرى هذه النقص وخاصة التقنية منها التسديد من بعيد نحو المرمى، فالتسديد نحو المرمى يعتبر من الوسائل الأساسية لإحراز الأهداف ، الأمر الذي يفتقد إليه اللاعب الجزائري الذي صار يهدر أهدافا عديدة في وضعيات سائحة للتهديف ، هذا الغياب الواضح لدقة التسديد جعل مختلف الأندية من عدم التمكن للوصول إلى مبتغاها.

ويعتبر التسديد من بعيد وسيلة أساسية لإحراز الأهداف و بواسطته يمكن الجهد المبذول في بدأ الهجوم و بنائه و تطويره و إنهاءه، حيث أن هذه الميزة من مسافة بعيدة هي اجتياز هذه الدرجات من المدافعين و المهاجمين و ربما عدم رؤية حارس المرمى لها، و يجب ألا يفوت اللاعب أي فرصة للتهديف و التصويب على المرمى ليتم فقط بالقدم ، بل يتم أيضا بالرأس لكن أقل نسبة من حيث التهديف مقارنة بالقدم و كلما زادت خبرة اللاعب على التسديد أمكنه التسديد في المكان المناسب من المرمى ، و بالقوة المناسبة، و نحن نعرف أن اللاعب الذي يقذف جيدا هو لاعب جيد لأن القذف ما هو إلا وسيلة تعبير عن جهد بدني نفسي تقني(مفتي إبراهيم،1990،ص137-137).

يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالمية ارتباطا مباشرا بمدى كفاءة و قدرة المدربين على إدارة عملية التدريب الرياضي و خاصة منها التوازن عند التسديد من بعيد، و هذا ما جعل الفرق العالمية تهتم بهذا الجانب و إعطائه الأهمية اللازمة مما أدى إلى تطور ملحوظ لمستوى كرة القدم و هذا ما التمسناه من خلال نتائج هذه الفرق و المنتخبات ذات المستوى العالي كالفرق الأوربية و الإفريقية، و قد بذلت الكثير من الدول المتقدمة في اللعبة جهودا لتحسين تقنية التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم و كذل بذل مجهود لإعداد و تنمية الناشئين و المهوبين على أسس علمية متينة و واضحة باعتبارهم القاعدة التي يعتمد عليها في تطوير اللعبة.

تعتبر هذه الفئة العمرية (13-15) سنة من بين الفئات العديدة التي تبرز في ممارسة كرة القدم إذ يمكن اعتبارها خزان لا يستهان به في تزويد النخبة الوطنية بمجموعة هائلة من اللاعبين المهوبين وأصحاب المستوى العالي، ويرأها عبد الرحمان العيساوي بأنها المرحلة التي يستطيع فيها الطفل أن يخفق من الاختلال في التوازن بواسطة ممارسة الرياضة كهواية يمارسها أسبوعيا أو يوميا.(عبد القادر بن محمد، 1973، ص288).

كما أن هذه الفترة تتميز بنمو جسمي متباطئ السرعة نسبيا عن المرحلة الأولى للمراهقة و تزداد الحواس دقة و إرهاقا و تتحسن الحالة الصحية للطفل في هذه السن.

إن المتأمل على مستوى كرة القدم الجزائرية يلاحظ افتقار و إهمال تقنية التوازن ودورها في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من قبل المدربين التي تشهد تذبذبا في تحقيق النتائج، رغم توفير الدولة جميع الإمكانيات قصد الرقي بمستوى الرياضة الجزائرية ، و ينعكس ذلك في عدم قدرة الجزائر للتأهل إلى ألعاب إفريقيا للفئات الصغرى حتى لا نقول الألعاب الأولمبية و كأس العالم للشباب.

مما سبق وعلى ضوء اتجاه بعض البحوث في المجال الرياضي وإمامها بالنتائج التطبيقية لغرض الوصول إلى الحقائق العلمية الدقيقة ليساهم في رفع كفاءة المدرب من الناحية العلمية إذ انه لا يستطيع عن طريق التشخيص الظاهري للأداء معرفة أسباب الأداء الخاطئ وذلك لدقة عناصر الحركات وسرعتها أداؤها، ومحاولة الطالب الباحث المساهمة في الرفع من مستوى فعالية الأداء المهاري للتصويب نحو المرمى لما لها من أثر على حل مشكلات اللعب في كرة القدم وخلق خطورة على مرمى الخصم، ورغبة منه كونه في التخصص تسليط الضوء على عنصر مهم من عناصر التفوق الرياضي وهو دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم، وقصد، إثارة هذا الموضوع قام بطرح الإشكالية مقوما إياها كمايلي:

هل للتوازن دور في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم في الجزائر لفئة الأصغر؟

ومن خلال هذه الإشكالية يمكن صياغة التساؤلات الجزئية التالية:

- هل نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد؟

- هل زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر؟

- هل صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين القدرة على التوازن

للتسديد من بعيد؟

3-أهداف الدراسة: لقد قمنا بهذا البحث بغرض تحقيق جملة من الأهداف نوجز منها مايلي:

- معرفة إذا كانت نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

- معرفة إذا كانت زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر.

- معرفة إذا كانت صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين التسديد من بعيد.

ناهيك عن جملة من الأهداف غير المباشرة من مثل:

- معرفة واقع تقنية التسديد من بعيد عند الفئات الصغرى.

- الكشف عن الطرق التدريبية المستعملة خلال تدريب الفئات الصغرى .
- إيجاد حل لمشكلة ضعف مهارة التسديد من بعيد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم.
- تحسيس المدربين بأهمية التوازن في تحسين التسديد من بعيد-معرفة نوع العلاقة بين التوازن ودقة السديد.
- محاولة الخروج بتوصيات و اقتراحات لرفع مستوى رياضة كرة القدم الجزائرية.

4-أهمية الدراسة:

من المعروف أن كل دراسة تستمد أهميتها من طبيعة الموضوع الذي تناولته من جهة و نوع المشكلات التي تطرحها من جهة أخرى، فأهمية الموضوع الذي نحن بدراسته تتوقف على قيمته العلمية وذلك لمعرفة دور الوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم في الجزائر لدى الفئات الصغرى باعتبارها تمثل البنية التحتية لرياضة كرة القدم الجزائرية و هي كذلك تمثل القاعدة التي يجب فيها زرع التقنيات الأساسية لكرة القدم و من بينها تقنية التسديد من بعيد،هذا بالإضافة إلى فتح المجال لدراسات أخرى لاحقة قصد ما لم تصل إليه دراستنا هذه ، وتسهيل العمل على إثراء المكتبة والزيادة في الرصيد العلمي لدى الطلبة وأساتذة التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة.

5-فرضيات البحث:

الفرضية العامة:

-للتوازن دور في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم في الجزائر لفئة الأصاغر.

الفرضيات الجزئية:

- نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.
- زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصاغر.
- صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين التسديد من بعيد.

الفصل الثالث

الإجراءات

الميدانية للدراسة

1-الدراسة الاستطلاعية:

باعتبار أن الموضوع المقترح للدراسة هو امتداد الدراسات السابقة والمشاهدة للموضوع ولكونه ذو أهمية بالغة ما يجعله جديرا بالاهتمام في تناوله لمعرفة دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد نحو المرمى ، ومحاوله الوصول إلى الطرق الأنجع للارتقاء بمستوى اللاعبين للفئات الصغرى ، فكانت دراستنا الميدانية إلى المجموعة الاولى للرابطة الجهوية لبطولة الاصاغر لكرة القدم (u15-u17) بياتنة من أجل التعرف على بطولة اللاعبين للفئات الشبانية و للتعرف على الأندية و على المدربين الناشطين فيها، وتهدف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها إلى الإلمام والإحاطة بمختلف جوانب المشكلة المدروسة ، ولأجل الحصول على هذه المعلومات فقد قمنا بالتوجه إلى الأندية الرياضية المعنية.

وقد قام الباحث بدراسة استطلاعية على مجموعة من المدربين الذين يشرفون على تدريب الفئات الصغرى والبالغ عددهم 10مدربين.

1-1نتائج الدراسة الاستطلاعية:

بعد قيام الباحث بالدراسة استطلاعية على المدربين الناشطين بالمجموعة الأولى للرابطة الجهوية باتنة لفئة الاصاغر لتفقد الوسائل المستعملة ومعرفة أوقات تدريب الفريق وبعد ذلك قام بدراسة الإمكانيات المتوفرة ومستوى اللاعبين وهذا من أجل التوصل إلى أفضل طريقة لإجراء البحث وتجنب العراقيل والمشاكل التي يمكن أن تواجهنا في العمل الميداني .

وكان الهدف من الدراسة الاستطلاعية التي أجريت مايلي:

- 1-التعرف على الأخطاء والمعوقات المتوقعة في التنفيذ ومحاوله وضع الحلول قبل البدء في الدراسة.
- 2-مدى صدق وثبات أداة الدراسة المستعملة.
- 3-إعطاء صورة واضحة للباحث عما يمكن أن يؤديه عند تنفيذه للأداة المستعملة في الدراسة.

1-2-مجالات الدراسة:

أ /المجال المكاني : اقتصرت الدراسة على المدربين الذين يشرفون على نوادي الفئات الصغرى لصنفي (u15- u17) بالمجموعة الأولى للأندية التابعة للرابطة الجهوية باتنة وهي كالتالي : (اتحاد برهوم، وفاق مسيلة ، نجم مقرة، أمل بوسعادة ، برج الغدير، أهلي البرج، بريكة، أولاد جلال).

ب /المجال الزمني : أجريت الدراسة خلال الفترة الزمنية ما بين 05 مارس إلى 05 أبريل 2017.

1-3-3-1- الشروط العلمية للأداة :

1-3-1-1- صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول: نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد .

الجدول رقم (01) يوضح الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول

الرقم	العبارة	معامل الارتباط	النتيجة
1	تقومون أثناء التدريب باختيار تمارين خاصة تؤدي بالقدرة على التوازن والتسديد من بعيد.	0,688	دال
2	تقومون أثناء الحصة المبرمجة في تدريباتكم باختبارات بدنية للتوازن لتحسين التسديد من بعيد.	0,816	دال
3	أثناء التدريب ترون أن اللاعبين لهم القدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم في الثبات والحركة أثناء التسديد.	0,621	دال
4	تقومون أثناء تدريباتكم لفئة الأصغر باختبارات التوازن الحركي للاعبين.	0,884	دال
5	تقومون بتمرينات التصور العقلي للقدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.	0,884	دال
6	في نظركم التمارين المختارة للقدرة على التوازن كافية من اجل تحسين التسديد من بعيد .	0,614	دال
7	تعتمدون على طرق حديثة لتنوع التمارين والاختبارات البدنية لتنمية تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد.	0,735	دال
قيمة r الجدولية : 0.602 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 09			
درجة الحرية = عدد العينة استطلاعية - 1 = 10 - 1 = 9			

✓ قاعدة : إذا كانت I المحسوبة أكبر من I الجدولية ، فإنه يوجد ارتباط معنوي.

يتضح من خلال الجدول أعلاه بان جميع فقرات ترتبط مع **المحور الأول: نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد .** أي أن فقراته دالة إحصائيا ، حيث نجد أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل فقرة من فقراته أكبر من قيمة I الجدولية، عند مستوى الدلالة 0.05 في جميع فقرات **المحور الأول:** أي يوجد ارتباط معنوي ومنه تعتبر فقرات **المحور الأول:** صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

1-3-1-2- صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثاني:زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى.

الجدول رقم (02) يوضح الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثاني

الرقم	العبارة	معامل الارتباط	النتيجة
1	القدرة على التسديد من بعيد راجع إلى قدرة اللاعب على التوازن أثناء اللعب.	0,796	دال
2	الاختبارات البدنية المبرمجة في التدريبات تساهم في زيادة القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.	0,651	دال
3	زيادة القدرة على التوازن الحركي يؤدي إلى تحسين دقة التسديد من بعيد.	0,625	دال
4	في نظركم توجد وسائل أخرى تؤدي إلى زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.	0,741	دال
5	ترون أن الوسائل التكنولوجية الحديثة تساعد على زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.	0,702	دال
6	ترون أن تحسين التسديد من بعيد راجع إلى برمجة حصص تدريبية واستخدام اختبارات بدنية لزيادة القدرة على التوازن.	0,852	دال
قيمة r الجدولية : 0.602 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 09			
درجة الحرية = عدد العينة استطلاعية - 1 = 10 - 1 = 9			

✓ قاعدة : إذا كانت r المحسوبة أكبر من r الجدولية ، فإنه يوجد ارتباط معنوي

✓ يتضح من خلال الجدول أعلاه بان جميع فقرات ترتبط مع **المحور الثاني:زيادة القدرة على التوازن**

تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى.. أي أن فقراته دالة

إحصائيا ، حيث نجد أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل فقرة من فقراته أكبر من قيمة r الجدولية،

عند مستوى الدلالة 0.05 في جميع فقرات **المحور 02**: أي يوجد ارتباط معنوي ومنه تعتبر فقرات

المحور الثاني:زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم

للفئات الصغرى. صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

1-3-3- صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثالث:صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف

المدرين أثناء الحصص التدريبية لتحسين التسديد من بعيد.

الجدول رقم (03) يوضح الاتساق الداخلي لفقرات المحور 03

النتيجة	معامل الارتباط بيرسون	العبارة	الرقم
دال	0,765	أثناء تدريباتكم تعطون أهمية كبيرة لتقنية للتوازن لتحسين للتسديد من بعيد	1
دال	0,699	اللاعبون أثناء الحصص التدريبية المنجزة من طرفكم يهتمون بتقنية الوازن للتسديد من بعيد.	2
دال	0,691	في نظركم يمكنكم أثناء التدريبات الاستغناء عن تمارين تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.	3
دال	0,883	اختيار الاختبارات البدنية المناسبة أثناء التدريب تعمل على تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.	4
دال	0,723	تقومون أثناء التدريبات بتوعية اللاعبين لأهمية تقنية التوازن في تحسين التسديد من بعيد.	5
دال	0,776	تتابعون التطورات التي تحدث في طرق تدريب القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.	6
دال	0.714	الدورات التكوينية للمدربين ترونها ضرورية من اجل مسايرة التطور في هذا المجال.	7
قيمة I الجدولية : 0.602 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 09 درجة الحرية = عدد العينة استطلاعية - 1 = 10 - 1 = 9			

✓ قاعدة : إذا كانت I المحسوبة أكبر من I الجدولية ، فإنه يوجد ارتباط معنوي

✓ يتضح من خلال الجدول أعلاه بان جميع فقرات ترتبط مع المحور الثالث: **صفة التوازن تلقى العناية**

اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من

بعيد... أي أن فقراته دالة إحصائيا ، حيث نجد أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل فقرة من فقراته

أكبر من قيمة I الجدولية، عند مستوى الدلالة 0.05 في جميع فقرات **المحور 02**: أي يوجد ارتباط

معنوي ومنه تعتبر فقرات **المحور الثالث: صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء**

الحصص التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.. صادقة ومتسقة داخليا، لما

وضعت لقياسه.

اولا-صدق الاتساق البنائي لأداة الدراسة:

يعتبر صدق الاتساق البنائي أحد مقاييس صدق أداة الدراسة، حيث يقيس مدى تحقق الأهداف التي

تسعى الأداة الوصول إليها، ويبين صدق الاتساق البنائي مدى ارتباط كل محور من محاور أداة الدراسة

بالدرجة الكلية لفقرات الاستبيان مجتمعة، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (04): يوضح صدق الاتساق البنائي لأداة الدراسة

النتيجة	معامل الارتباط بيرسون	محاور الاستبيان	
دال	0,815	1	المحور الأول: نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد .
دال	0,751	2	المحور الثاني:زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى
دال	0,777	3	المحور الثالث:صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.
قيمة r الجدولية : 0.602 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 09			
درجة الحرية = عدد العينة استطلاعية -1 = 10 -1 = 9			

من خلال الجدول أعلاه نجد معاملات الارتباط بين كل المحور والمعدل الكلي لفقرات الاستبيان دالة إحصائياً، حيث قيمة I المحسوبة أكبر من قيمة I الجدولية ومنه تعتبر محاور صادقة ومتسقة، لما وضعت لقياسه.

ثانياً: ثبات وصدق أداة الدراسة:

ثبات الاستبيان: يقصد بثبات الاستبيان أنها تعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيع الاستبيان أكثر من مرة تحت نفس الظروف والشروط، وقد تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة من خلال معامل ألفا كرونباخ، والجدول رقم (05) يبين معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات الاستبيان.

جدول رقم (05) : يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لأداة الدراسة

النتيجة	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ	محاور الاستبيان	
ثابت	07	0,870	1	المحور الأول: نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد .
ثابت	06	0,882	2	المحور الثاني:زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى
ثابت	07	0,800	3	المحور الثالث:صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين التسديد من بعيد.
ثابت	20	0,889	جميع فقرات الاستبيان	

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ للمحور الأول : **المحور الأول: نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد** بلغ (0.870) و **المحور الثاني: زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى** بلغ (0.882) والمحور الثالث بلغ 0.800 وهي معاملات مرتفعة، وكذلك معامل ألفا لجميع أسئلة الاستبيان معا بلغ 0.889 وهذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة لأداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها.

تجدر الإشارة إلى أن معامل الثبات ألفا كرونباخ، تتراوح بين (0-1)، وكلما اقترب من الواحد دل على وجود ثبات عال، وكلما اقترب من الصفر دل على عدم وجود ثبات. وان الحد الأدنى المتفق عليه لمعامل ألفا كرونباخ هو : 0.6 .

■ ومنه نستنتج أن أداة الدراسة التي أعدناها لمعالجة المشكلة المطروحة هي صادقة وثابتة في جميع فقراتها وهي جاهزة للتطبيق على عينة الدراسة.

1-4-4-مجتمع الدراسة : هو جميع الأفراد أو الأحداث أو الأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث (د .

حسن أحمد الشافعي ، سوزان أحمد علي مرسي، 1999، ص45) .

وضمن الموضوع المعالج يتجسد بحثنا في : المدربين الذين يشرفون على نوادي الفئات الصغرى لصنفي (u17-u15) بالمجموعة الأولى للرابطة الجهوية باتنة. (اتحاد برهوم ، وفاق مسيلة ، نجم مقرة ، أمل بوسعادة ، برج الغدير، أهلي البرج، بركة، أولاد جلال). وعددهم 16 مدربا.

1-4-1-عينة البحث وكيفية اختيارها:

نظرا لمحدودية حجم مجتمع الدراسة فقد قام الباحث باستخدام أسلوب الحصر الشامل أي حصر كل العناصر التي تتوفر فيها إمكانية التطبيق عليهم أي المدربين الذين يشرفون على نوادي الفئات الصغرى لصنفي (u15-u17) بالمجموعة الأولى للأندية التابعة للرابطة الجهوية باتنة ، وتم توزيع الاستبيان على مجموعة المدربين المعنيين وعددهم 16 مدربا، وقدم تسليم 16 استمارة استبيان واسترجعت 16 استمارة.

2-المنهج المستخدم:

يعرف المنهج على أنه " مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه". (عثمان حسن عثمان ، 1998 ، ص29). وتماشيا مع طبيعة الدراسة اتبعنا المنهج الوصفي ويعرف على أنه " المنهج الذي

يهدف إلى جمع البيانات ومحاولة اختبار فروض أو الإجابة عن تساؤلات تتعلق بالحالة الراهنة لأفراد العينة والدراسة الوصفية تحدد الشيء كما هو عليه في الواقع (عثمان حسن عثمان : نفس المرجع . ص30).

1-2- أدوات الدراسة:

قد قام الباحث باستخدام الأداة الملائمة لطبيعة الدراسة و المتمثلة في استمارة استبيان موجهة للمدربين الذين يشرفون على نوادي الفئات الصغرى لسنفي (u15-u17) بالمجموعة الأولى للأندية التابعة للرابطة الجهوية باتنة وقد تم تجميع مختلف جوانب هذه الدراسة باستخدام الوسائل التالية:

1-1-2- البيانات الميدانية :

وتم جمعها عن طريق استبيان لخدمة أغراض الدراسة، وقد صمم الباحث الأداة وفقا لمتطلبات الدراسة.

2-1-2- محاور أداة الدراسة :

تتناولت الدراسة ثلاث محاور أساسية وهي :استمارة استبيان موجهة للمدربين الذين يشرفون على نوادي الفئات الصغرى لسنفي (u15-u17) بالمجموعة الأولى للرابطة الجهوية باتنة.

1- المحور الأول :وعنوانه " نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد"

ويحتوي 07 عبارات .

2- المحور الثاني :وعنوانه "زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة

القدم لفئة الأصغر" ويحتوي على 06 عبارات .

3- المحور الثالث :وعنوانه "صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية

لتحسين التسديد من بعيد" ويحتوي على 07 عبارات.

3-تحديد متغيرات البحث:

1-3- المتغير المستقل :متغير يجب أن يكون له تأثير في المتغير التابع " وهو الأداة التي يؤدي التغير في قيمتها

إلى إحداث التغير وذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة به ("..... عروسي عبد

الغفار ، دحمان معمر ، دور قلق المنافسة في التأثير على مردود لاعبي كرة القدم، مذكرة ليسانس غير منشورة

، م ،ت البدنية والرياضية،سيدي عبد الله . جامعة الجزائر. 2004/2005،ص60).

- المتغير المستقل :التوازن.

3-2- المتغير التابع: متغير يؤثر فيه المتغير المستقل " وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى ، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قيم المتغير التابع (" عروسي عبد الغفار ، دحمان معمر ، دور قلق المنافسة في التأثير على مردود لاعبي كرة القدم، نفس المرجع) .
- المتغير التابع: التسديد من بعيد.

4- إجراءات التطبيق الميداني:

بعد الصياغة النهائية للاستمارة والاستبيان انطلقنا في توزيعها، وذلك بدءاً من تاريخ 05 مارس 2017 وتم استرجاعها في 05 أبريل 2017 ، ثم بدأنا بعملية التفريغ وإحضار البيانات المتحصل عليها من استمارات الاستبيان الموزعة على المعالجة الإحصائية.

5- الأساليب المستعملة في المعالجة الإحصائية:

كما قام الطالب بتفريغ وتحليل الاستبيان من خلال: برنامج التحليل الإحصائي (SPSS V23)، حيث قام الطالب باستخدام الأدوات الإحصائية التالية:

- 01- اختبار ألفا كرونباخ: لمعرفة ثبات فقرات استمارة الاستبيان.
- 02- التكرارات والنسب المئوية: لتحليل إجابات أفراد عينة الدراسة وتعرف على اتجاهاتهم نحو أسئلة وعبارات أداة الدراسة.
- 03- اختبار كاي تربيع: لدلالة الإحصائية على وجود فروق في إجابات العينة على أسئلة أداة الدراسة.

$$\chi^2 = \sum \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

f_o : التكرارات المشاهدة.

f_e : التكرارات النظرية: وهي ناتج قسمة مجموع التكرارات المشاهدة على عدد فئات المتغير النوعي وهي نفسها بالنسبة لكل الخانات .

✓ والقاعدة العامة في تحليل إجابة أفراد العينة الدراسة أي في الدلالة الإحصائية لإجابات على الأسئلة الاستبيان في وجود فروق بين الإجابات.

دالة إذا كان χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولة.

غير دالة إذا كانت χ^2 المحسوبة أقل من الجدولة.

درجة الحرية ل (نعم ، لا) هي : عدد البدائل -1 مثلاً هنا 1

درجة الحرية ل (نعم ، لا ، نوعا ما) هي : عدد البدائل-1 مثلا هنا 2

ك2 الجدولة عند درجة حرية 1 ومستوى الدلالة 0.05 هي 3.84

ك2 الجدولة عند درجة حرية 2 ومستوى الدلالة 0.05 هي 5.99

04- المتوسط الحسابي: وهو متوسط مجموعة من القيم، أو مجموع القيم المدروسة مقسوم على عددها وذلك بغية التعرف على متوسط إجابات الباحثين حول الاستبيان ولأن التنقيط يتراوح من (01) إلى (03).

05- الانحراف المعياري: وذلك من أجل التعرف على مدى انحراف استجابات أفراد الدراسة ويوضح التشتت في استجابات أفراد الدراسة فكلما اقتربت قيمته من الصفر فهذا يعني تركيز الإجابات وعدم تشتتها، وبالتالي تكون النتائج أكثر مصداقية.

06- المدى لتحديد طول الفئة: لحساب مجال المتوسط.

الفصل الرابع

عرض وتحليل

النتائج

1- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة لأسئلة المحاور الاستبيان:

1-1 عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات الدراسة:

لاختبار فرضيات الدراسة نتطرق أولاً إلى تحليل وعرض بيانات إجابات أفراد العينة على كل سؤال من أسئلة كل محور على حدا باستخدام النسبة المئوية والتكرارات المشاهدة، والاختبار الإحصائي: كاي تربيع والقاعدة المعتمدة على تبيان وجود فروق في إجابات أفراد العينة على أسئلة محاور الاستبيان أو الدلالة الإحصائية لكل سؤال هي :

✓ دالة إذا كان χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة أكثر تكرار أو أن الطالب متأكد بنسبة 95 % من وجود اختلاف موضوعي بين أفراد العينة في تفضيلهم لبدائل السؤال مع احتمال خطأ 5%.

✓ غير دال إذا كانت χ^2 المحسوبة أقل من الجدولة لا يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة أكثر تكرار أو أن الطالب متأكد بنسبة 95 % من عدم وجود اختلاف موضوعي بين أفراد العينة في تفضيلهم لبدائل السؤال مع احتمال خطأ 5%.

وبعد التحليل وعرض بيانات كل محور نقوم باختبار الفرضيات باستخدام المتوسط الكلي لكل محور والانحراف المعياري لتبيان مدى تمركز إجابات أفراد العينة حول ونقوم بمناقشتها نتائجها ، مستدلين بالجانب النظري و مقارنة نتائج بالدراسات السابقة.

أولاً : عرض وتحليل إجابات أفراد العينة عبارات المحور الأول: نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

العبارة 01: تقومون أثناء التدريب باختيار تمارين خاصة تؤدي بالقدرة على التوازن والتسديد من بعيد.

الجدول رقم (06) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (1) المحور 01

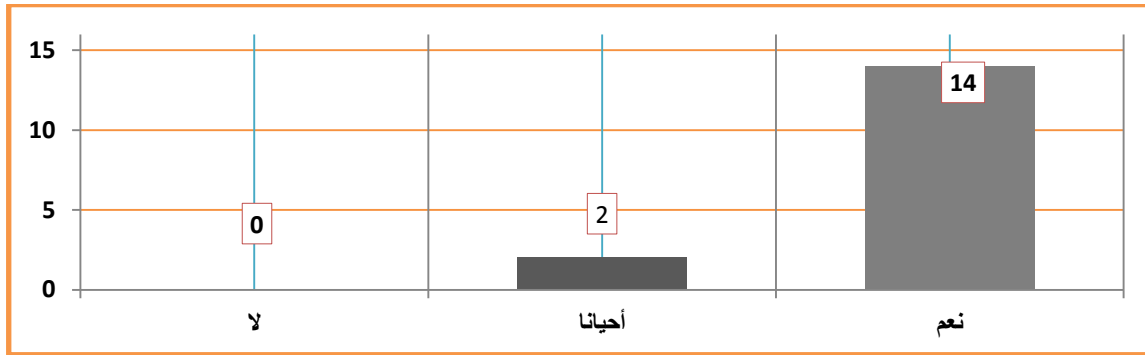
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كاي تربيع "Chi-Square"		%	التكرارات	الإجابات
			الجدولة	المحسوبة			
دال	1	0,003	3.841	9,000	0,0	0	لا
					12,5	2	أحياناً
					87,5	14	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " تقومون أثناء التدريب باختيار تمارين خاصة تؤدي بالقدرة على التوازن والتسديد من بعيد. " كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 14 وبنسبة 87,5 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحياناً** بقيم مشاهدة : 2 أي بنسبة 12,5 % ولصالح لا بقيم مشاهدة 0 وبنسبة 0,0 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار

كاي تربيع (كا2) المحسوبة بلغت **9,000** وهي **أكبر** من كا2 الجدولة **3.841** عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية **1** وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية ($\text{sig}=0,003$) اقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر** تكرار : **نعم** وبنسبة **87,5%**.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة **87,5%** في إجاباتهم على العبارة رقم **1** أي : **نعم** يقومون أثناء التدريب باختيار تمارين خاصة تؤدي بالقدرة على التوازن والتسديد من بعيد.

الشكل رقم (01): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم **1** المحور **01**



العبارة 02: تقومون أثناء الحصص المبرمجة في تدريباتكم باختبارات بدنية للتوازن لتحسين التسديد من بعيد.

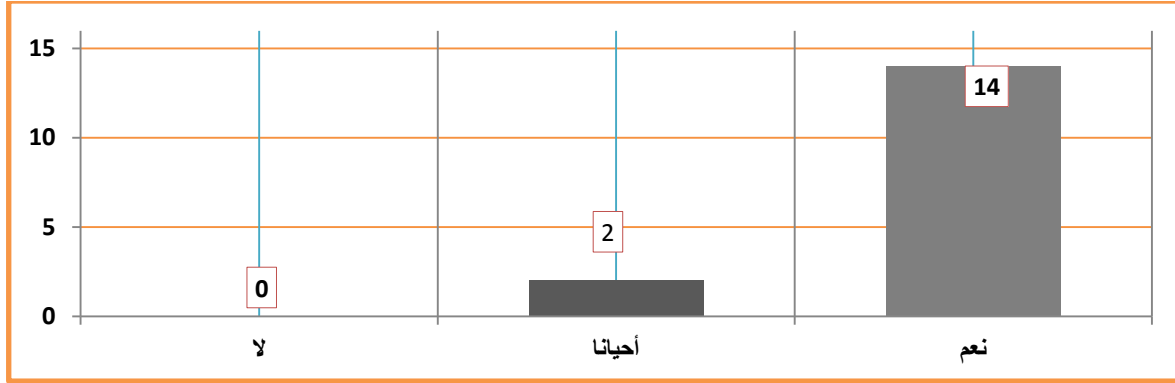
الجدول رقم (07) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (2) المحور **01**

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			الجدولة	المحسوبة			
دال	1	0,003	3.841	9,000	12,5	2	لا
					0,0	0	أحيانا
					87,5	14	نعم
					100,00	16	الجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " تقومون أثناء الحصص المبرمجة في تدريباتكم باختبارات بدنية للتوازن لتحسين التسديد من بعيد. " كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 14 وبنسبة **87,5%** بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 0 أي بنسبة **0,0%** ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 2 وبنسبة **12,5%** وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا2) المحسوبة بلغت **9,000** وهي **أكبر** من كا2 الجدولة **3.841** عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية **1** وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية ($\text{sig}=0,003$) اقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر** تكرار : **نعم** وبنسبة **87,5%**.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 87,5% في إجابته على العبارة رقم 2 أي : **نعم** يقومون أثناء الحصص المبرمجة في تدريباتكم باختبارات بدنية للتوازن لتحسين التسديد من بعيد.

الشكل رقم (02): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 2 المحور 01



العبارة 03: أثناء التدريب ترون أن اللاعبين لهم القدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم في الثبات والحركة أثناء التسديد.

الجدول رقم (08): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (3) المحور 01

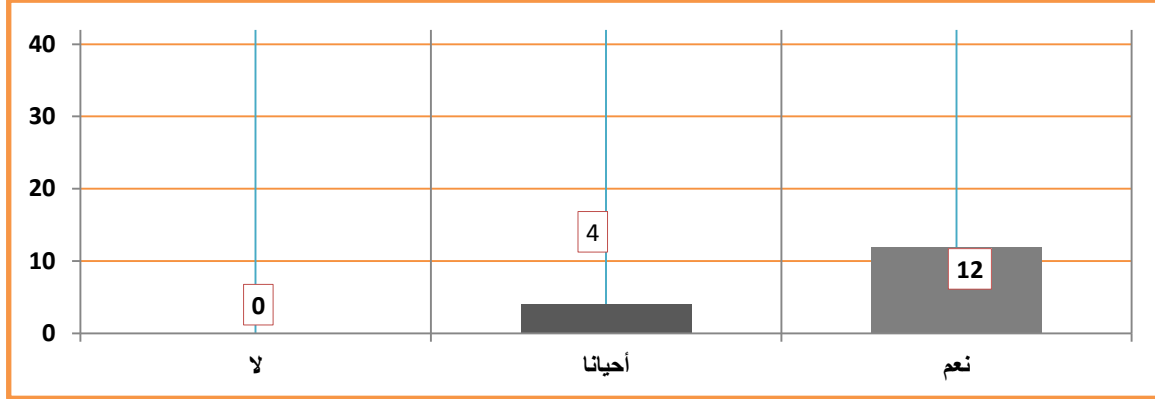
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	1	0,046	3.841	4,000	0,0	0	لا
					25,0	4	أحيانا
					75,0	12	نعم
					100,00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة: " أثناء التدريب ترون أن اللاعبين لهم القدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم في الثبات والحركة أثناء التسديد. " كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 12 وبنسبة 75,0% بينما بقية أفراد العينة كانت إجابتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 4 أي بنسبة 25,0% ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 0 وبنسبة 0,0% وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 4,000 وهي **أكبر** من كا² المجدولة 3.841 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,046) اقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم** وبنسبة 75,0%.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 75,0 % في إجابتهم على العبارة رقم 3 أي : **نعم** أثناء التدريب ترون أن اللاعبين لهم القدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم في الثبات والحركة أثناء التسديد.

الشكل رقم (03): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 3 المحور 01



العبارة 04: تقومون أثناء تدريباتكم لفئة الأصاغر باختبارات التوازن الحركي للاعبين.

الجدول رقم (09) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (4) المحور 01

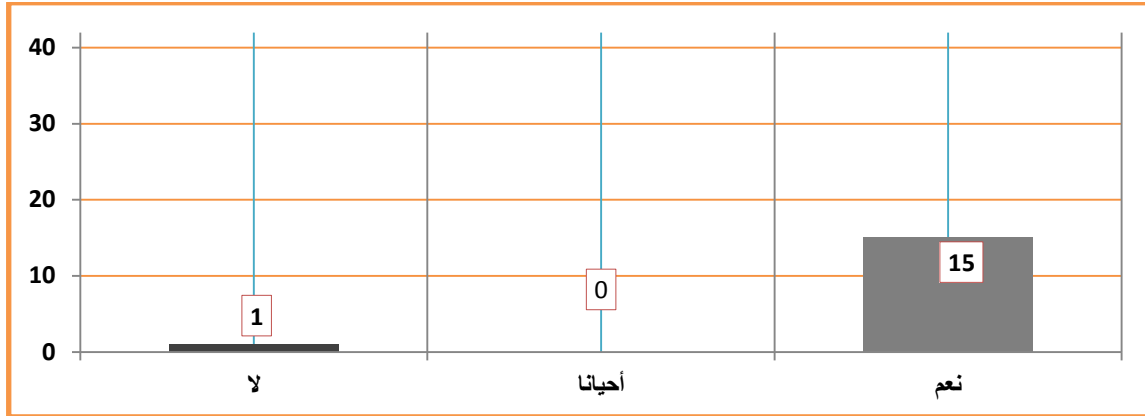
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	1	0,000	3.841	12,250	6,3	1	لا
					0,0	0	أحيانا
					93,8	15	نعم
					100,00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " تقومون أثناء تدريباتكم لفئة الأصاغر باختبارات التوازن الحركي للاعبين." كانت لصالح **نعم** بقيمة مشاهدة 15 وبنسبة 93.8% بينما أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح أحيانا بقيمة مشاهدة: 0 أي بسبة 0.0% ولصالح لا بقيمة مشاهدة 1 وبنسبة 6.3% وهو ما يوضحه الشكل أدناه أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 12,250 وهي **أكبر** من كا² الجدولة 3.841 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,000) اقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم** وبنسبة 93,8%.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 93,8 % في إجابتهم على العبارة رقم 4 أي : **نعم** يقومون أثناء تدريباتكم لفئة الأصاغر باختبارات التوازن الحركي للاعبين.

الشكل رقم (04): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 4 المحور 01



العبارة 05: تقومون بتمارين التصور العقلي للقدره على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.

الجدول رقم (10) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (5) المحور 01

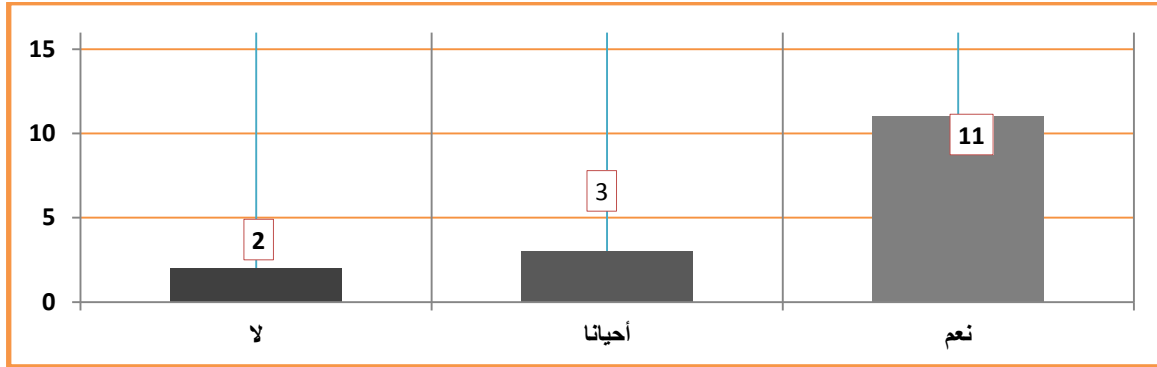
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كاي تربيع "Chi-Square"		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,010	5.991	9,125	12,5	2	لا
					18,8	3	أحيانا
					68,8	11	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة: "تقومون بتمارين التصور العقلي للقدره على التوازن لتحسين التسديد من بعيد." كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 11 ونسبة 68,8 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 3 أي بنسبة 18,8 % ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 2 ونسبة 12,5 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا2) المحسوبة بلغت 9,125 وهي **أكبر** من كا2 المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية ((sig=0, 010) اقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية لصالح **القيمة أكثر تكرار: نعم** وبنسبة 86,8 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 68,8 % في إجاباتهم على العبارة رقم 5 أي : **نعم** يقومون بتمارين التصور العقلي للقدره على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.

الشكل رقم (05): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 5 المحور 01



العبارة 06: في نظركم التمارين المختارة للقدرة على التوازن كافية من اجل تحسين التسديد من بعيد .

الجدول رقم (11) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (6) المحور 01

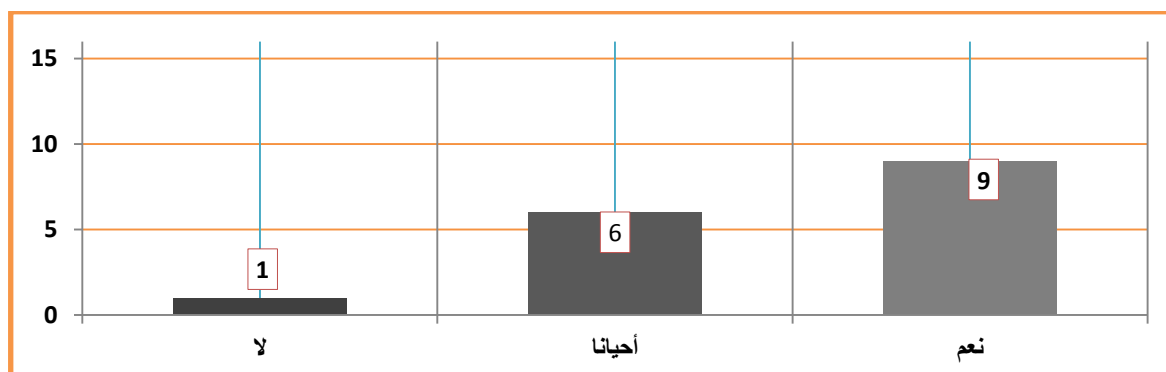
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,047	5.991	6,125	6,3	1	لا
					37,5	6	أحيانا
					56,3	9	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة: " في نظركم التمارين المختارة للقدرة على التوازن كافية من اجل تحسين التسديد من بعيد . " كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 9 وبنسبة 56,3 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح أحيانا بقيم مشاهدة : 6 أي بنسبة 37,5 % ولصالح لا بقيم مشاهدة 1 وبنسبة 6,3 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 6,125 وهي أكبر من كا² المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,047) اقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار: نعم وبنسبة 356, %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه نعم وبنسبة 56,3 % في إجاباتهم على العبارة رقم 6 أي : نعم في نظرهم التمارين المختارة للقدرة على التوازن كافية من اجل تحسين التسديد من بعيد .

الشكل رقم (06): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 6 المحور 01



العبارة 07: يعتمدون على طرق حديثة لتنويع التمارين والاختبارات البدنية لتنمية تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد.

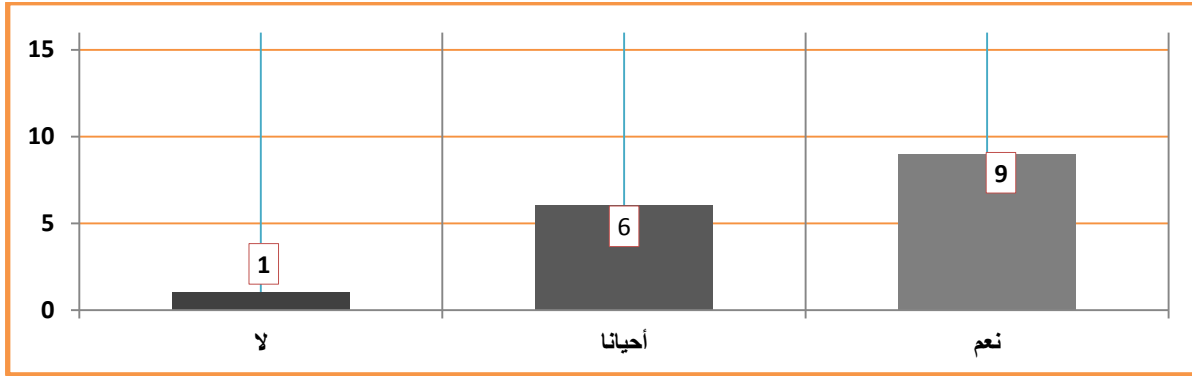
الجدول رقم (12): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على السؤال رقم (7) المحور 01

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,047	5.991	6,125	6,3	1	لا
					37,5	6	أحيانا
					56,3	9	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة: " يعتمدون على طرق حديثة لتنويع التمارين والاختبارات البدنية لتنمية تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد." كانت لصالح **نعم** بـ 9 مشاهدات وبنسبة 56,3% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بـ 6 أي بنسبة 37,5% ولصالح **لا** بـ 1 مشاهدات وبنسبة 6,3% وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 6,125 وهي **أكبر** من كا² الجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,047) أقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية لصالح **القيمة أكثر تكرار: نعم** وبنسبة 56,3%.

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 56,3% في إجاباتهم على العبارة رقم 7 أي: **نعم** يعتمدون على طرق حديثة لتنويع التمارين والاختبارات البدنية لتنمية تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد.

الشكل رقم (07): رسم بياني يوضح إجابات العينة على السؤال رقم 7 المحور 01



■ وبصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الأول: **نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.**

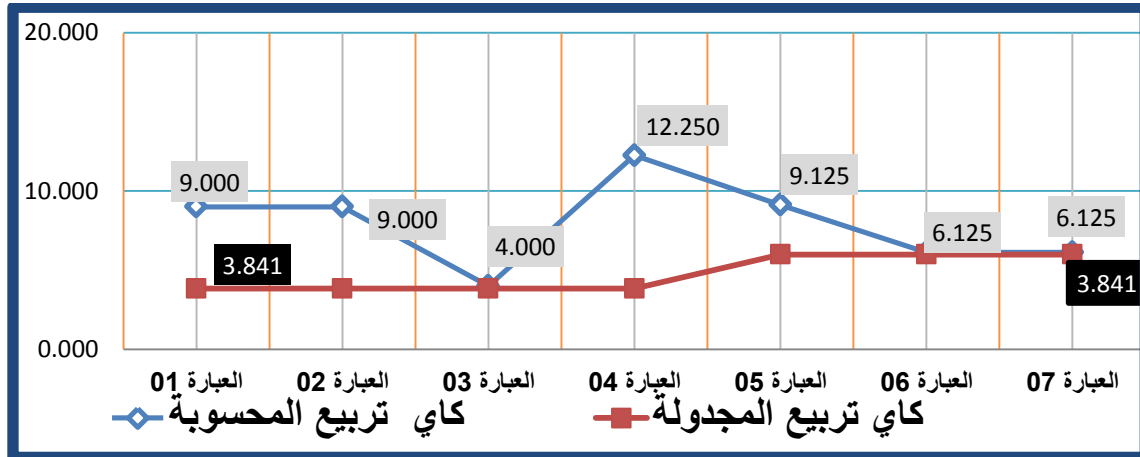
جدول رقم (13) : بين ملخص تحليل عبارات المحور 01

الرقم	السؤال	البديل أكثر تكرار	النسبة المتوية	نتيجة دلالة كا2
1	تقومون أثناء التدريب باختيار تمارين خاصة تؤدي بالقدرة على التوازن والتسديد من بعيد.	نعم	87,5%	توجد فروق لصالح نعم
2	تقومون أثناء الحصص المبرمجة في تدريباتكم باختبارات بدنية للتوازن لتحسين التسديد من بعيد.	نعم	87,5%	توجد فروق لصالح نعم
3	أثناء التدريب ترون أن اللاعبين لهم القدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم في الثبات والحركة أثناء التسديد.	نعم	75,0%	توجد فروق لصالح نعم
4	تقومون أثناء تدريباتكم لفئة الأصغر باختبارات التوازن الحركي للاعبين.	نعم	93,8%	توجد فروق لصالح نعم
5	تقومون بتمارين التصور العقلي للقدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.	نعم	68,8%	توجد فروق لصالح نعم
6	في نظركم التمارين المختارة للقدرة على التوازن كافية من اجل تحسين التسديد من بعيد .	نعم	56,3%	توجد فروق لصالح نعم
7	تعتمدون على طرق حديثة لتنوع التمارين والاختبارات البدنية لتنمية تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد.	نعم	56,3%	توجد فروق لصالح نعم

من خلال الجدول أعلاه والشكل أدناه نجد أن معظم أسئلة المحور 01 دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كا2 المحسوبة أكبر من الجدولة في معظمها ، وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة لصالح القيمة أكثر تكرار نعم أي نعم نوعية

التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصاغر من وجهة نظر المدربين وذلك من خلال أهم أثناء الحصص المبرجة في التدريبات يقومون باختبارات بدنية للتوازن و تمارين خاصة بالتسديد تؤدي بالقدرة على تحسين التوازن والتسديد من بعيد وهذا حسب وجهة نظر المدربين وبنسبة 87,5% لان التوازن يكون في حالة الحركة أو الثبات وهذا ما أكدته الدراسة التي قام بها كادو عمر التي أكدت على إدماج تمارين وبرامج تطويرية قصد تحسين صفة التوازن وتحسين مهارة التصويب وإعطاء أهمية بالغة للصفات الحركية ولتقنية التصويب. والرياضيين أيضا يقومون باختبارات التوازن الحركي للاعبين نظرا لأن العديد من اختبارات التوازن تتطلب اتخاذ بعض الأوضاع المعينة أو أداء حركات تظهر فيها صفة التوازن بصورة واضحة فقد يبدو ضروريا السماح للمختبرين بأداء الاختبار الواحد لعدة مرات نفس الوقت يتطلب الأمر المزيد من الوقت في الأداء. ويقومون بتمارين التصور العقلي للقدرة وهذا ما أكدته دراسة يحي اسامة التي أكد فيها على استخدام الكثير من تمارين التصور العقلي في البرنامج التدريبي تساعد في تعلم دقة التصويب نحو المرمى . وفي نظرهم أيضا التمارين المختارة للقدرة على التوازن كافية من اجل تحسين التسديد من بعيد، وحتى تصير الحركة أكثر دقة فإن عامل التوازن مهم جدا لتحقيق ذلك إذ أن اللاعب كلما حافظ على اتزانه أثناء أداء الحركة كلما حققها بدقة متناهية.

الشكل رقم (08) يوضح قيم كا 2 المحسوبة اكبر من المجدولة لجميع أسئلة المحور 01



ثانيا : عرض وتحليل إجابات أفراد العينة عبارات المحور الثاني:زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى.

العبرة 1: القدرة على التسديد من بعيد راجع إلى قدرة اللاعب على التوازن أثناء اللعب.

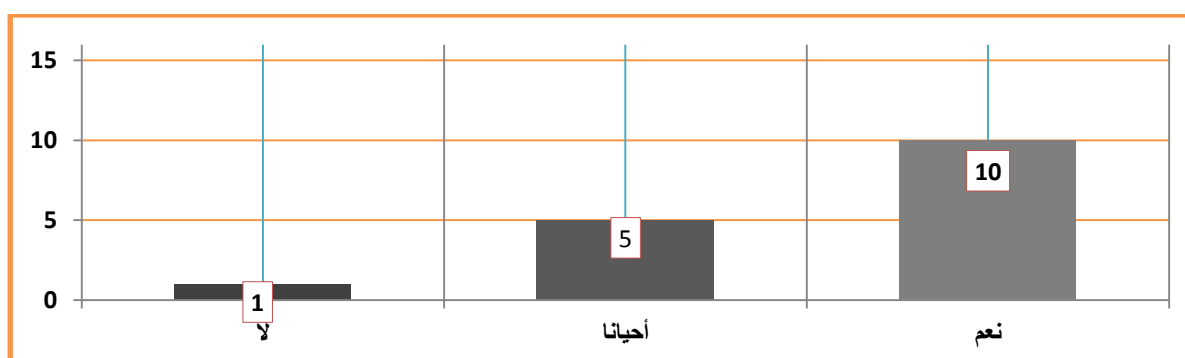
الجدول رقم (14) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (1) المحور 02

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,022	5,991	7,625	6,3	1	لا
					31,3	5	أحيانا
					62,5	10	نعم
					100,00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " القدرة على التسديد من بعيد راجع إلى قدرة اللاعب على التوازن أثناء اللعب. " كانت لصالح **نعم** بقيمة مشاهدة 10 وبنسبة 62,5 % بينما بقيت أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بقيمة مشاهدة : 5 أي بنسبة 31,3 % ولصالح **لا** بقيمة مشاهدة 1 وبنسبة 6,3 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 7,625 وهي **أكبر** من كا² المجدولة 5,991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,022) أقل من 0,05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر تكرار نعم** وبنسبة 62,5 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 62,5 % في إجاباتهم على العبارة رقم 1 أي : **نعم** القدرة على التسديد من بعيد راجع إلى قدرة اللاعب على التوازن أثناء اللعب.

الشكل رقم (09): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 1 المحور 02



العبارة 2: الاختبارات البدنية المبرمجة في التدريبات تساهم في زيادة القدرة على التوازن لتحسين التسديد بعيد.

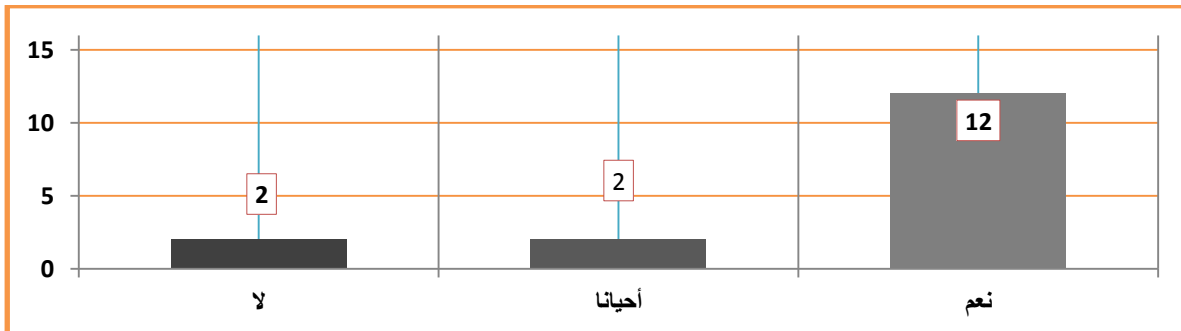
الجدول رقم (15): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (2) المحور 02

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كاي تربيع "Chi-Square"		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,002	5,991	12,500	12,5	2	لا
					12,5	2	أحيانا
					75,0	12	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " الاختبارات البدنية المبرمجة في التدريبات تساهم في زيادة القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد. " كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 12 وبنسبة 75,0 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح أحيانا بقيم مشاهدة : 2 أي بنسبة 12,5 % ولصالح لا بقيم مشاهدة 2 وبنسبة 12,5 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا) المحسوبة بلغت 12,500 وهي أكبر من كا2 المجدولة 5,991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,002) اقل من 0,05، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 75,0 %

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه نعم وبنسبة 75,0 % في إجاباتهم على العبارة رقم 2 أي : نعم الاختبارات البدنية المبرمجة في التدريبات تساهم في زيادة القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.

الشكل رقم (10): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 2 المحور 02



العبارة 3: زيادة القدرة على التوازن الحركي يؤدي إلى تحسين دقة التسديد من بعيد.

الجدول رقم (16) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (3) المحور 02

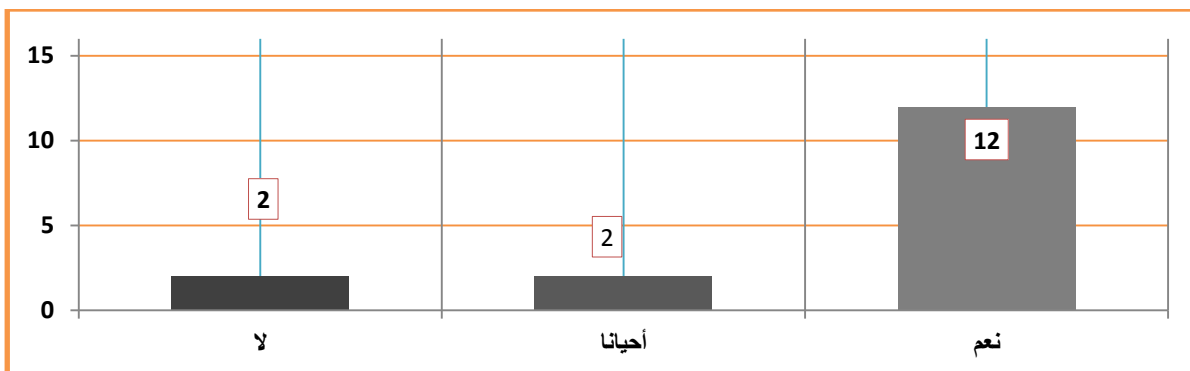
الإحصائي	الاستنتاج	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
				المجدولة	المحسوبة			
دال		1	0,003	3,841	9,000	12,5	2	لا
						0,0	0	أحيانا
						87,5	14	نعم
						100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " زيادة القدرة على التوازن الحركي يؤدي إلى تحسين دقة التسديد من بعيد." كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 14 وبنسبة 87,5 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 0 أي بنسبة 0,0 % ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 2 وبنسبة 12,5 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 9,000 وهي **أكبر** من كا² المجدولة 3,841 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,003) أقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر** تكرار : **نعم** وبنسبة 87,5 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 87,5 % في إجاباتهم على العبارة رقم 3 أي : **نعم** زيادة القدرة على التوازن الحركي يؤدي إلى تحسين دقة التسديد من بعيد.

الشكل رقم (11): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 3 المحور 02



العبارة 4: في نظركم توجد وسائل أخرى تؤدي إلى زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

الجدول رقم (17) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (4) المحور 02

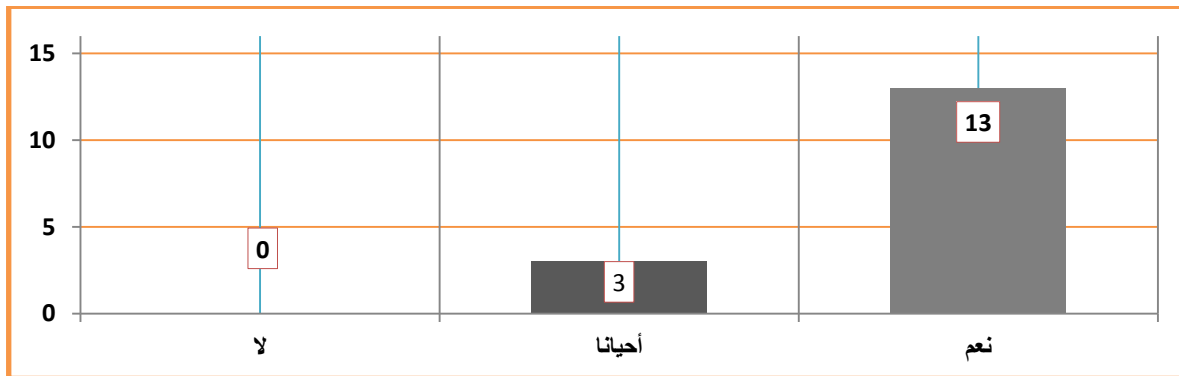
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	1	0,012	3,841	6,250	0,0	0	لا
					18,8	3	أحيانا
					81,3	13	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " في نظركم توجد وسائل أخرى تؤدي إلى زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد. " كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 13 وبنسبة 81,3 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح أحيانا بقيم مشاهدة : 3 أي بنسبة 18,8 % ولصالح لا بقيم مشاهدة 0 وبنسبة 0,0 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 6,250 وهي أكبر من كا² المجدولة 3,841 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,012) أقل من 0,05، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار: نعم وبنسبة 81,3 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه نعم وبنسبة 81,3 % في إجاباتهم على العبارة رقم 4 أي : نعم في نظركم توجد وسائل أخرى تؤدي إلى زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

الشكل رقم (12): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 4 المحور 02



العبارة 5: ترون أن الوسائل التكنولوجية الحديثة تساعد على زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

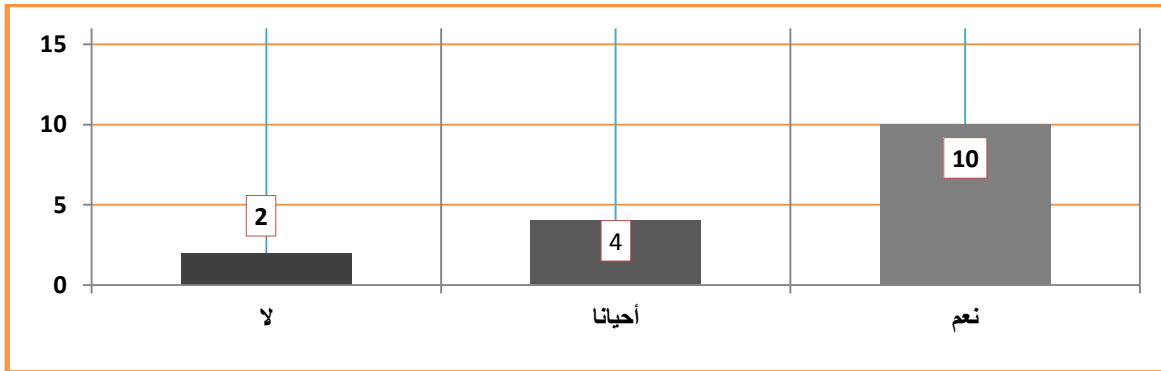
الجدول رقم (18) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (5) المحور 02

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,039	5,991	6,500	12,5	2	لا
					25,0	4	أحيانا
					62,5	10	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " ترون أن الوسائل التكنولوجية الحديثة تساعد على زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد. " كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 10 وبنسبة 62,5 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح أحيانا بقيم مشاهدة : 4 أي بنسبة 25,0 % ولصالح لا بقيم مشاهدة 2 وبنسبة 12,5 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 6,500 وهي أكبر من كا² المجدولة 5,991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,039) اقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 62,5 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه نعم وبنسبة 62,5 % في إجاباتهم على العبارة رقم 5 أي : نعم ترون أن الوسائل التكنولوجية الحديثة تساعد على زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

الشكل رقم (13): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 5 المحور 02



العبارة 6: ترون أن تحسين التسديد من بعيد راجع إلى برمجة حصص تدريبية واستخدام اختبارات بدنية لزيادة القدرة على التوازن.

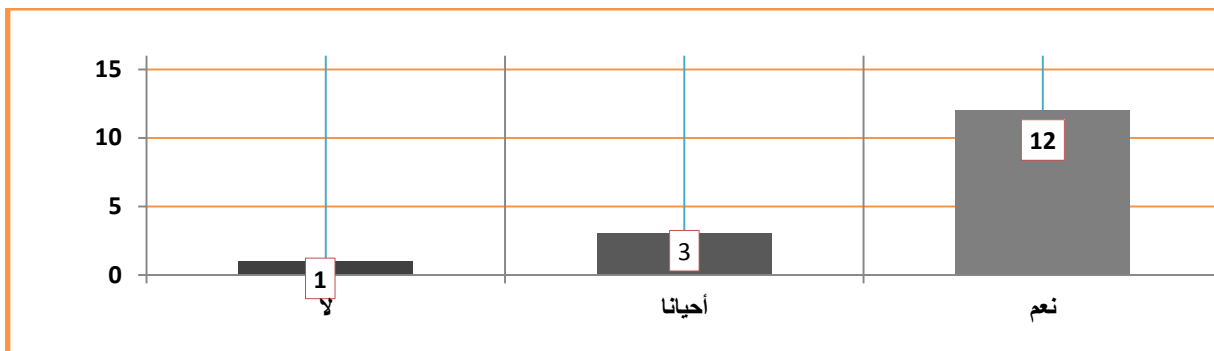
الجدول رقم (19) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (6) المحور 02

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,002	5,991	12,875	6,3	1	لا
					18,8	3	أحيانا
					75,0	12	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " ترون أن تحسين التسديد من بعيد راجع إلى برمجة حصص تدريبية واستخدام اختبارات بدنية لزيادة القدرة على التوازن. " كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 12 وبنسبة 75,0 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 3 أي بنسبة 18,8 % ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 1 وبنسبة 6,3 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 12,875 وهي **أكبر** من كا² الجدولة 5,991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,002) اقل من 0,05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر تكرر : نعم** وبنسبة 75,0 %

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 75,0 % في إجاباتهم على العبارة رقم 6 أي : **نعم** ترون أن تحسين التسديد من بعيد راجع إلى برمجة حصص تدريبية واستخدام اختبارات بدنية لزيادة القدرة على التوازن.

الشكل رقم (14): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 6 المحور 02



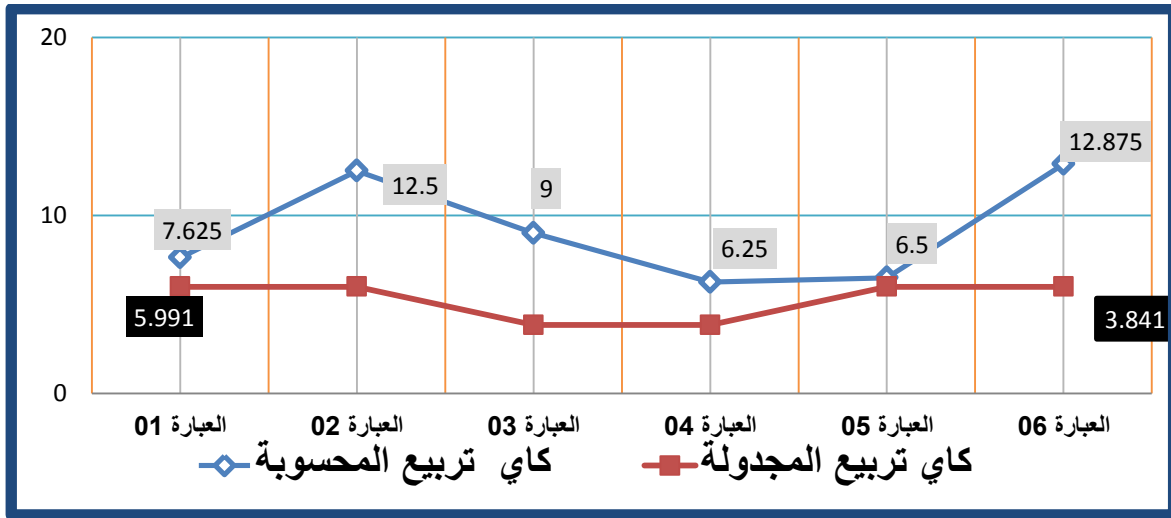
- وبصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الثاني: زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى.

جدول رقم (20) : بين ملخص تحليل عبارات المحور 02

رقم	السؤال	البديل أكثر تكرار	النسبة المئوية	نتيجة دلالة كا2
1	القدرة على التسديد من بعيد راجع إلى قدرة اللاعب على التوازن أثناء اللعب.	نعم	62,5%	توجد فروق لصالح نعم
2	الاختبارات البدنية المبرجة في التدريبات تساهم في زيادة القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.	نعم	75,0%	توجد فروق لصالح نعم
3	زيادة القدرة على التوازن الحركي يؤدي إلى تحسين دقة التسديد من بعيد.	نعم	87,5%	توجد فروق لصالح نعم
4	في نظركم توجد وسائل أخرى تؤدي إلى زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.	نعم	81,3%	توجد فروق لصالح نعم
5	ترون أن الوسائل التكنولوجية الحديثة تساعد على زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.	نعم	62,5%	توجد فروق لصالح نعم
6	ترون أن تحسين التسديد من بعيد راجع إلى برمجة حصص تدريبية واستخدام اختبارات بدنية لزيادة القدرة على التوازن.	نعم	75,0%	توجد فروق لصالح نعم

من خلال الجدول أعلاه والشكل أدناه نجد أن معظم أسئلة المحور 02 دالة إحصائياً لصالح الإجابة أكثر تكراراً عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كا2 المحسوبة أكبر من الجدولة في معظمها ، وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة لصالح القيمة أكثر تكرار نعم أي نعم زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى. لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر وجهة نظر المدربين. وذلك من خلال أنهم يؤكدون بأن القدرة على التسديد من بعيد ترجع إلى قدرة اللاعب على التوازن أثناء اللعب و زيادة القدرة على التوازن الحركي يؤدي إلى تحسين دقة التسديد من بعيد وهذا ما أكده جونسون في تعريفه للتوازن هو "الاتزان المصاحب لحركة الجسم" ويعرفه "نيلسون" بكونه القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة ، وفي نظرهم الوسائل التكنولوجية تؤدي إلى زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيداً لأن بعض اختبارات التوازن تتطلب أدوات وتجهيزات عالية نسبياً وتبدوا الحاجة إلى التوصل إلى تطوير هذه التقنية عن طرق هذه الوسائل. كما يحتاج الأداء الناجح لتقنية التسديد من بعيد نحو المرمى في كرة القدم إلى التوازن الذي يستطيع به اللاعبين التحكم أكثر في الكرة أثناء التسديد.

الشكل رقم (15) يوضح قيم كا 2 المحسوبة اكبر من الجدولة لجميع أسئلة المحور 02



ثالثا: عرض وتحليل إجابات أفراد العينة عبارات المحور الثالث: صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدرسين أثناء الحصص التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

العبرة 1: أثناء تدريباتكم تعطون أهمية كبيرة لتقنية للتوازن لتحسين للتسديد من بعيد .

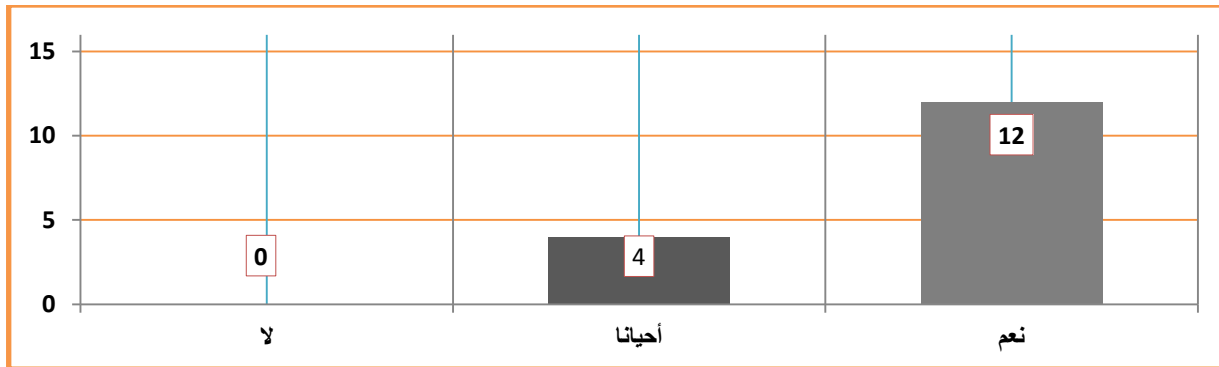
الجدول رقم (21) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبرة رقم (1) المحور 03

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			الجدولة	المحسوبة			
دال	1	0,046	3,841	4,00	0,0	0	لا
					25,0	4	أحيانا
					75,0	12	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبرة : " أثناء تدريباتكم تعطون أهمية كبيرة لتقنية للتوازن لتحسين للتسديد من بعيد . " كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 12 وبنسبة 75,0 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح أحيانا بقيم مشاهدة : 4 أي بنسبة 25,0 % ولصالح لا بقيم مشاهدة 0 وبنسبة 0,0 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا2) المحسوبة بلغت 4,00 وهي أكبر من كا2 الجدولة 3,841 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,046) أقل من 0,05، أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 75,0 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** ونسبة 75,0 % في إجابته على العبارة رقم 1 أي : **نعم** أثناء تدريباتكم تعطون أهمية كبيرة لتقنية للتوازن لتحسين للتسديد من بعيد .

الشكل رقم (16): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 1 المحور 03



العبارة 2: اللاعبون أثناء الحصص التدريبية المنجزة من طرفكم يهتمون بتقنية الوازن للتسديد من بعيد.

الجدول رقم (22) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (2) المحور 03

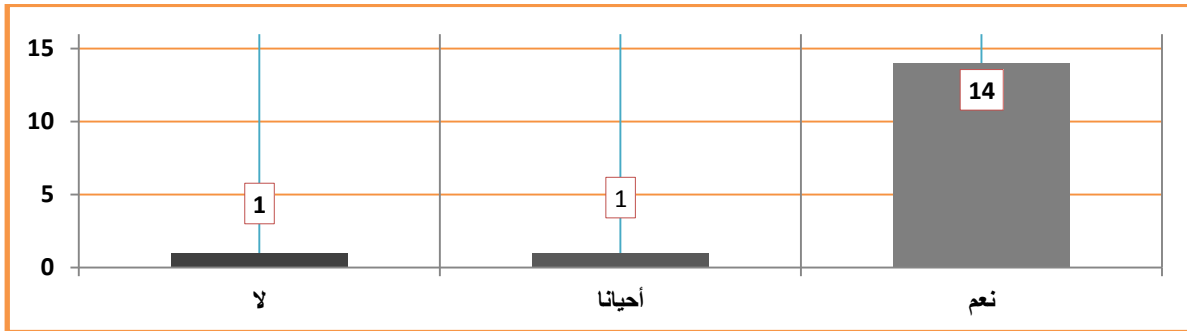
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,000	5,991	21,13	6,3	1	لا
					6,3	1	أحيانا
					87,5	14	نعم
					100,00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " اللاعبون أثناء الحصص التدريبية المنجزة من طرفكم يهتمون بتقنية الوازن للتسديد من بعيد. " كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 14 ونسبة 87,5 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجابتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 1 أي بنسبة 6,3 % ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 1 ونسبة 6,3 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 21,13 وهي **أكبر** من كا² المجدولة 5,991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,000) اقل من 0,05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم** ونسبة 87,5 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** ونسبة 87,5 % في إجابته على العبارة رقم 2 أي : **نعم** اللاعبون أثناء الحصص التدريبية المنجزة من طرفكم يهتمون بتقنية الوازن للتسديد من بعيد.

الشكل رقم (17): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 2 المحور 03



العبارة 3: في نظركم يمكنكم أثناء التدريبات الاستغناء عن تمارين تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

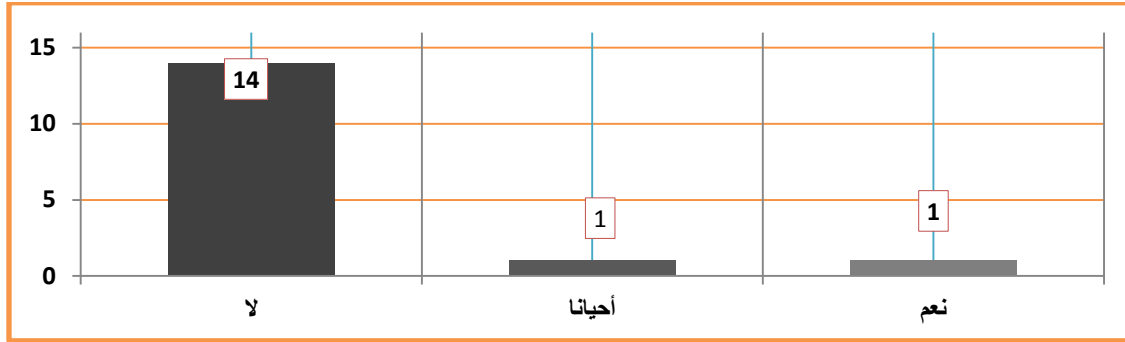
الجدول رقم (23): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (3) المحور 03

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,000	3,841	21,13	87,5	14	لا
					6,3	1	أحيانا
					6,3	1	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة: " في نظركم يمكنكم أثناء التدريبات الاستغناء عن تمارين تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد. " كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 1 ونسبة 6,3% بينما بقيت إجابات أفراد العينة كانت لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة: 1 أي بنسبة 6,3% ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 14 ونسبة 87,5% وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 21,13 وهي **أكبر** من كا² الجدولة 3,841 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,000) أقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر تكرار: لا** ونسبة 87,5%.

الاستنتاج: نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على **لا** ونسبة 87,5% في إجاباتهم على العبارة رقم 3 أي: في نظرهم **لا** يمكنهم أثناء التدريبات الاستغناء عن تمارين تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

الشكل رقم (18): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 3 المحور 03



العبارة 4: اختيار الاختبارات البدنية المناسبة أثناء التدريب تعمل على تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

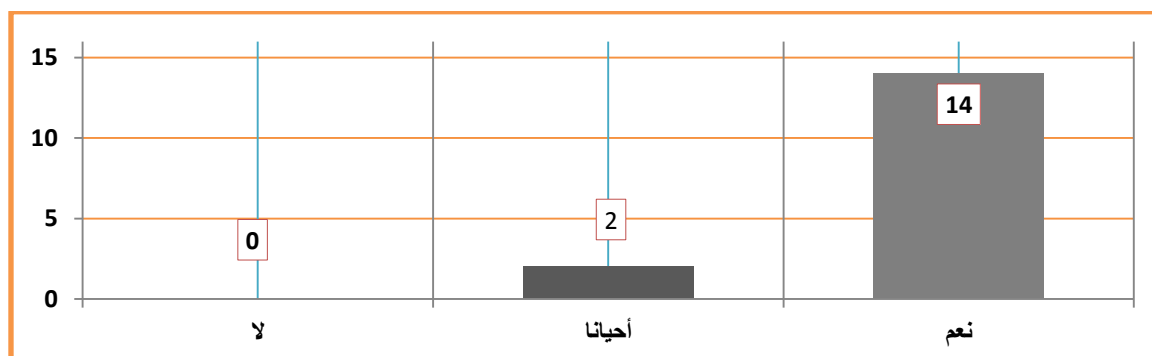
الجدول رقم (24) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (4) المحور 03

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	1	0,003	3,841	9,00	0,0	0	لا
					12,5	2	أحيانا
					87,5	14	نعم
					100,00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " اختيار الاختبارات البدنية المناسبة أثناء التدريب تعمل على تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد. " كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 14 ونسبة 87,5 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 2 أي بنسبة 12,5 % ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 0 ونسبة 0,0 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه. وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 9,00 وهي **أكبر** من كا² الجدولة 3,841 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,003) اقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم** ونسبة 87,5 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** ونسبة 87,5 % في إجاباتهم على العبارة رقم 4 أي : **نعم** اختيار الاختبارات البدنية المناسبة أثناء التدريب تعمل على تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

الشكل رقم (19): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 4 المحور 03



العبارة 5: تقومون أثناء التدريبات بتوعية اللاعبين لأهمية تقنية التوازن في تحسين التسديد من بعيد.

الجدول رقم (25): يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (5) المحور 03

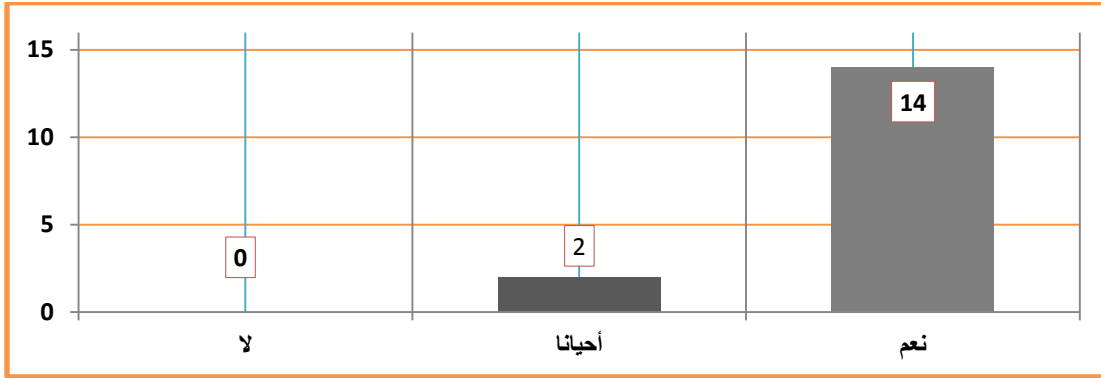
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	1	0,003	3,841	9,00	0,0	0	لا
					12,5	2	أحيانا
					87,5	14	نعم
					100.00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " تقومون أثناء التدريبات بتوعية اللاعبين لأهمية تقنية التوازن في تحسين التسديد من بعيد. " كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 14 ونسبة 87,5 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 2 أي بنسبة 12,5 % ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 0 ونسبة 0,0 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 9,00 وهي **أكبر** من كا² الجدولة 3,841 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,003) أقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية لصالح **القيمة أكثر تكرار: نعم وبنسبة 87,5 %**.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على أنه **نعم** وبنسبة 87,5 % في إجاباتهم على العبارة رقم 5 أي **نعم** تقومون أثناء التدريبات بتوعية اللاعبين لأهمية تقنية التوازن في تحسين التسديد من بعيد.

الشكل رقم (20): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 5 المحور 03



العبارة 6: تتابعون التطورات التي تحدث في طرق تدريب القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.

الجدول رقم (26) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (6) المحور 03

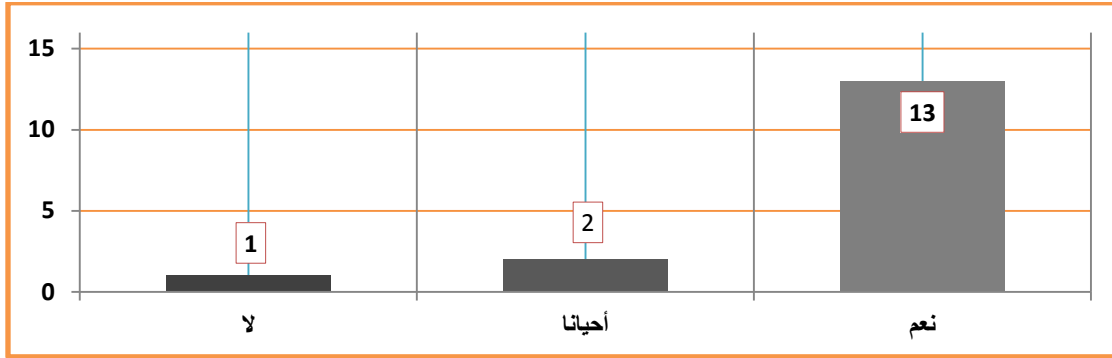
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	2	0,000	5,991	16,63	6,3	1	لا
					12,5	2	أحيانا
					81,3	13	نعم
					100,00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " تتابعون التطورات التي تحدث في طرق تدريب القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد. " كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 13 وبنسبة 81,3 % بينما بقيت أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 2 أي بنسبة 12,5 % ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 1 وبنسبة 6,3 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت **16,63** وهي **أكبر** من كا² المجدولة **5,991** عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 2 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,000) أقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم** وبنسبة 81,3 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدرين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 81,3 % في إجاباتهم على العبارة رقم 6 أي: **نعم** تتابعون التطورات التي تحدث في طرق تدريب القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.

الشكل رقم (21): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 6 المحور 03



العبارة 7: الدورات التكوينية للمدربين ترونها ضرورية من اجل مسايرة التطور في هذا المجال.

الجدول رقم (27) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على العبارة رقم (7) المحور 03

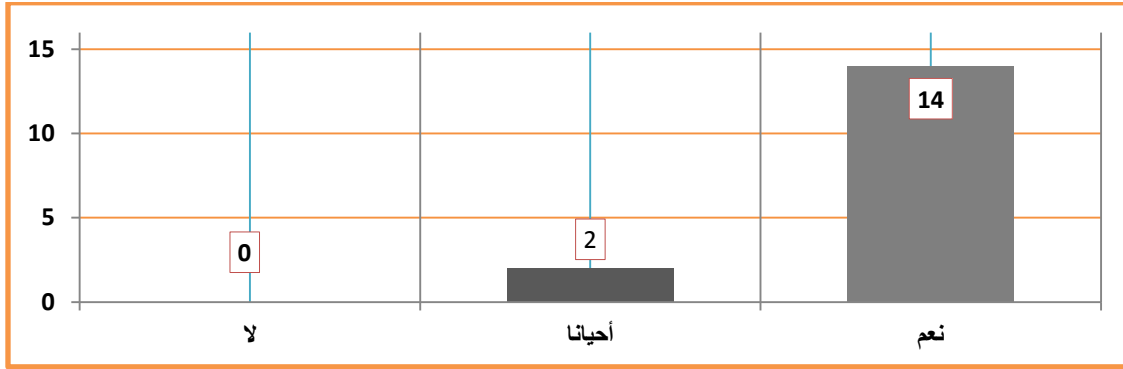
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا ² "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	1	0,003	3,841	9,00	0,0	0	لا
					12,5	2	أحيانا
					87,5	14	نعم
					100,00	16	المجموع

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول العبارة : " الدورات التكوينية للمدربين ترونها ضرورية من اجل مسايرة التطور في هذا المجال. " كانت لصالح **نعم** بقيم مشاهدة 14 وبنسبة 87,5 % بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح **أحيانا** بقيم مشاهدة : 2 أي بنسبة 12,5 % ولصالح **لا** بقيم مشاهدة 0 وبنسبة 0,0 % وهو ما يوضحه الشكل أدناه.

وأن قيمة اختبار كاي تربيع (كا²) المحسوبة بلغت 9,00 وهي **أكبر** من كا² الجدولة 3,841 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 1 وبطريقة أخرى نجد أن مستوى المعنوية (sig=0,003) اقل من 0.05، أي توجد دلالة إحصائية **لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم** وبنسبة 87,5 %.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه للمدربين المستجوبين يؤكدون على انه **نعم** وبنسبة 87,5 % في إجاباتهم على العبارة رقم 7 أي : **نعم** الدورات التكوينية للمدربين ترونها ضرورية من اجل مسايرة التطور في هذا المجال.

الشكل رقم (22): رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 7 المحور 03



و بصفة عامة من خلال عرض تحليل إجابات أفراد العينة على أسئلة المحور الثالث: **صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.**

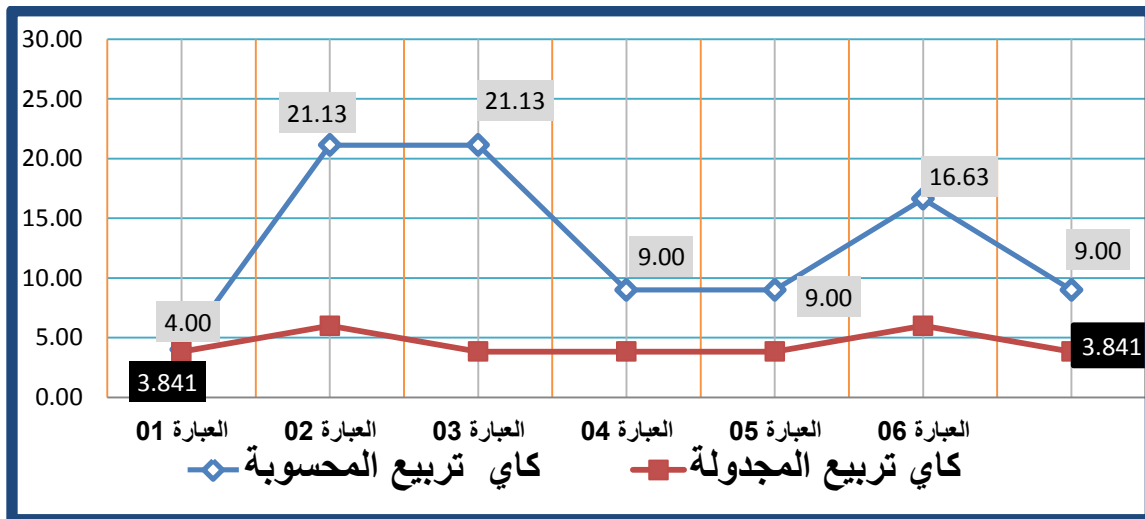
جدول رقم (28) : بين ملخص تحليل عبارات المحور 03

الرقم	السؤال	البديل أكثر تكرار	النسبة المئوية	نتيجة دلالة كا2
1	أثناء تدريباتكم تعطون أهمية كبيرة لتقنية التوازن لتحسين للتسديد من بعيد .	نعم	75,0%	توجد فروق لصالح نعم
2	اللاعبون أثناء الحصص التدريبية المنجزة من طرفكم يهتمون بتقنية الوازن للتسديد من بعيد.	نعم	87,5%	توجد فروق لصالح نعم
3	في نظركم يمكنكم أثناء التدريبات الاستغناء عن تمارين تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.	لا	87,5%	توجد فروق لصالح لا
4	اختيار الاختبارات البدنية المناسبة أثناء التدريب تعمل على تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.	نعم	87,5%	توجد فروق لصالح نعم
5	تقومون أثناء التدريبات بتوعية اللاعبين لأهمية تقنية التوازن في تحسين التسديد من بعيد.	نعم	87,5%	توجد فروق لصالح نعم
6	تتابعون التطورات التي تحدث في طرق تدريب القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.	نعم	81,3%	توجد فروق لصالح نعم
7	الدورات التكوينية للمدربين ترونها ضرورية من اجل مسايرة التطور في هذا المجال.	نعم	87,5%	توجد فروق لصالح نعم

من خلال الجدول أعلاه والشكل أدناه نجد أن معظم أسئلة المحور 03 دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كا2 المحسوبة أكبر من الجدولة في معظمها ، وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات أفراد عينة الدراسة لصالح القيمة أكثر تكرار نعم أي نعم المحور

الثالث: صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر وجهة نظر المدربين. وذلك من خلال أهم يؤكدون بأنهم أثناء التدريبات يعطون أهمية كبيرة لتقنية للتوازن لتحسين للتسديد من بعيد ويتضح من ذلك لأداء تقنية التسديد من بعيد نحو المرمى لا بد أن يقترن بقدرة اللاعب على تحديد الموقع والمساحة و استخدام الأسلوب الأمثل والتوازن. وكذلك اللاعبون أثناء الحصص التدريبية يهتمون بتقنية التوازن للتسديد من بعيد، كما أن اختيار الاختبارات البدنية المناسبة أثناء التدريب تعمل على تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد، ويقومون أثناء التدريبات بتوعية اللاعبين لأهمية تقنية التوازن وما لها من أهمية في تحسين التسديد من بعيد. كما أن الدورات التكوينية لهم يرونها بأنها ضرورية من اجل التطور والتقدم أكثر في مجال التدريب وهذا ما أكدته الدراسة التي قام بها كادو عمر على ضرورة مشاركة المدربين في التربصات حتى يستفيدوا من طرق التدريب الحديثة لمواكبة التطور الرياضي العلمي. كما يعتبر التوازن العامل الرئيسي في التسديد من بعيد كما أشارت إليه الدراسات التي قام بها "عبد الرحمان حافظ إسماعيل" في جامعة بيروت "إلى ارتباط التوازن بالعديد من القدرات العضلية، كما أشارت هذه الدراسات إلى أن التوازن يعتبر من أكثر المكونات البدنية من حيث القدرة على التنبؤ من النواحي العقلية"، وفي هذا الخصوص يشير "هوفمان" إلى أن الجماعات سريعة التعلم من الجنسين قد حققت درجات مرتفعة في اختبارات التوازن عن أقرانهم من الجماعات بطيئة التعلم.

الشكل رقم (23) يوضح قيم كا 2 المحسوبة اكبر من الجدولة لجميع أسئلة الحور 03



2- عرض اختبار الفرضيات ومناقشتها:

▪ فرضية الفرعية 01:

▪ تؤدي نوعية التمارين المختارة إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.

للاختبار الفرضية نستخدم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور ككل لتحديد مدى تأثير نوعية التمارين المختارة هل هو : تأثير مرتفع ، تأثير متوسط ، تأثير ضعيف في تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.

✓ لتحديد طول الفئة المجال (تأثير مرتفع، تأثير متوسط، تأثير ضعيف) نستخدم المدى حيث: المدى = إلى درجة 3 (تمثل: نعم) - أدنى درجة (تمثل: لا) / عدد المستويات التأثير (تأثير مرتفع ، تأثير متوسط ، تأثير ضعيف)

الطول الفئة = $(1-3)/3 = 0.6$ حيث نحصل على مجالات كما يلي :

من 2.33 إلى 3	من 1.66 إلى 2.33	من 01 إلى 1.66	مجال المتوسط الحسابي
مرتفع	متوسط	منخفض	درجة التأثير
أكثر من 77.67%	من 55.34% إلى 77.66%	أقل من 55.33%	النسبة المئوية
3-----100% س = 55.33%			
-----1.66 س			

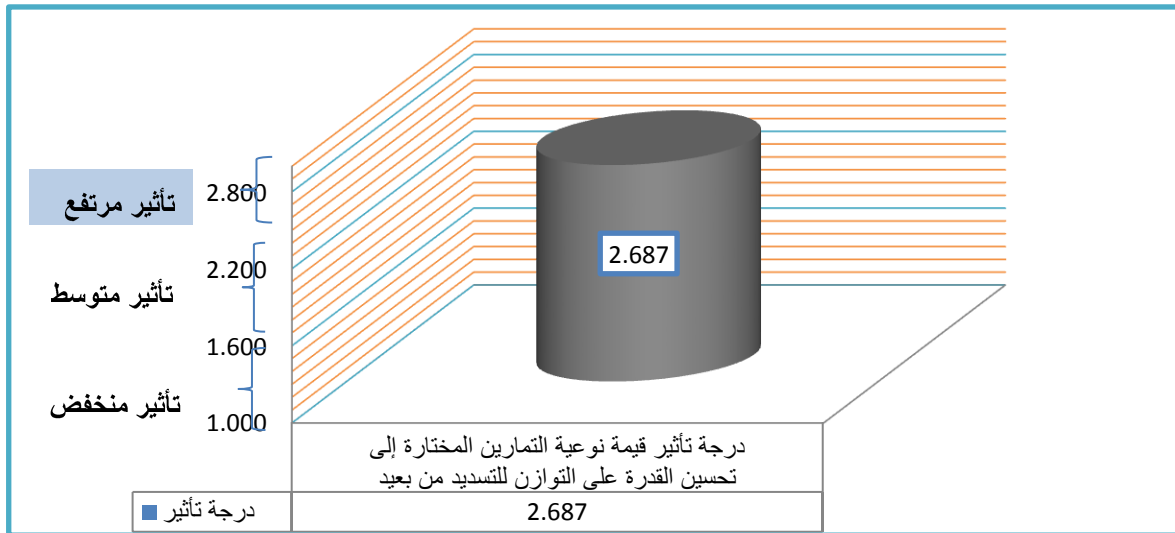
جدول رقم (29) : بين قيمة نوعية التمارين المختارة إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط ضمن المجال	النسبة المئوية	النتيجة
تأثير نوعية التمارين المختارة إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد	2,6875	0,43399	من 2.33 إلى 3	89.58%	مرتفع
3-----100% س = 89.58%					
-----2,6875 س					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي الإجمالي لعبارات **المحور الأول: نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد** بلغ **2.687** وبانحراف معياري **0.4339** وهو (يقترب من 0) مما يعني تركيز إجابات أفراد العينة حول المتوسط وعدم تشتتها. إذن

فالتوسط الحسابي هو ضمن مجال "مرتفع" أي من 2.33 إلى 3 درجة و أن النسبة المئوية لتأثير نوعية التمارين المختارة في تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين هي 89.58% وهي نسبة مرتفعة. فنوعية التمارين المختارة تكون من الثبات أو الحركة لأن التوازن يجب أن يكون في حالة ثبات أو في حالة حركة. وكذلك برامج الصور العقلي لها تأثير ايجابي على تحسين التسديد من بعيد كما أكدته دراسة ياحي أسامة اللذان أكدا في دراستهما على أهمية برامج التصور العقلي في تحسين التسديد من بعيد من خلال تقنية التوازن. وكما أن تنمية وتطوير صفة التوازن يستلزم القيام بتمارين وتدرجات من شأنها العمل على أداء بعض الحركات الهادئة من الثبات ومن الحركة التي تؤدي إلى المحافظة على توازن وسلامة الجسم كما أكد كدو عمر في دراسته على أن إدماج تمارين وبرامج تطويرية قصد تحسين صفة التوازن وتحسين مهارة التصويب وإعطاء أهمية بالغة للصفات الحركية ولتقنية التصويب. وكذلك توجد هناك العديد من اختبارات التوازن تتطلب اتخاذ بعض الأوضاع المعينة أو أداء حركات تظهر فيها صفة التوازن بصورة واضحة .

الشكل رقم (24) يوضح درجة تأثير نوعية التمارين المختارة إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.



استنتاج :

- نقبل الفرضية القائلة بأنه : تؤدي نوعية التمارين المختارة إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين **وبدرجة مرتفعة**.

■ الفرضية الفرعية 02:

تؤدي زيادة القدرة على التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.

للاختبار الفرضية نستخدم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور ككل لتحديد مدى تأثير **زيادة القدرة على التوازن هل هو** : تأثير مرتفع ، تأثير متوسط ، تأثير ضعيف في تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.

✓ لتحديد طول الفئة المجال (تأثير مرتفع، تأثير متوسط، تأثير ضعيف) نستخدم المدى حيث: المدى = إلى درجة 3 (تمثل: نعم) - أدنى درجة (تمثل: لا) / عدد المستويات التأثير (تأثير مرتفع، تأثير متوسط، تأثير ضعيف)

الطول الفئة = $3/(1-3) = 0.6$ حيث نحصل على مجالات كما يلي :

من 2.33 إلى 3	من 1.66 إلى 2.33	من 01 إلى 1.66	مجال المتوسط الحسابي
مرتفع	متوسط	منخفض	درجة التأثير
أكثر من 77.67%	من 55.34% إلى 77.66%	أقل من 55.33%	النسبة المئوية
3-----100% س = 55.33%			
-----1.66 س			

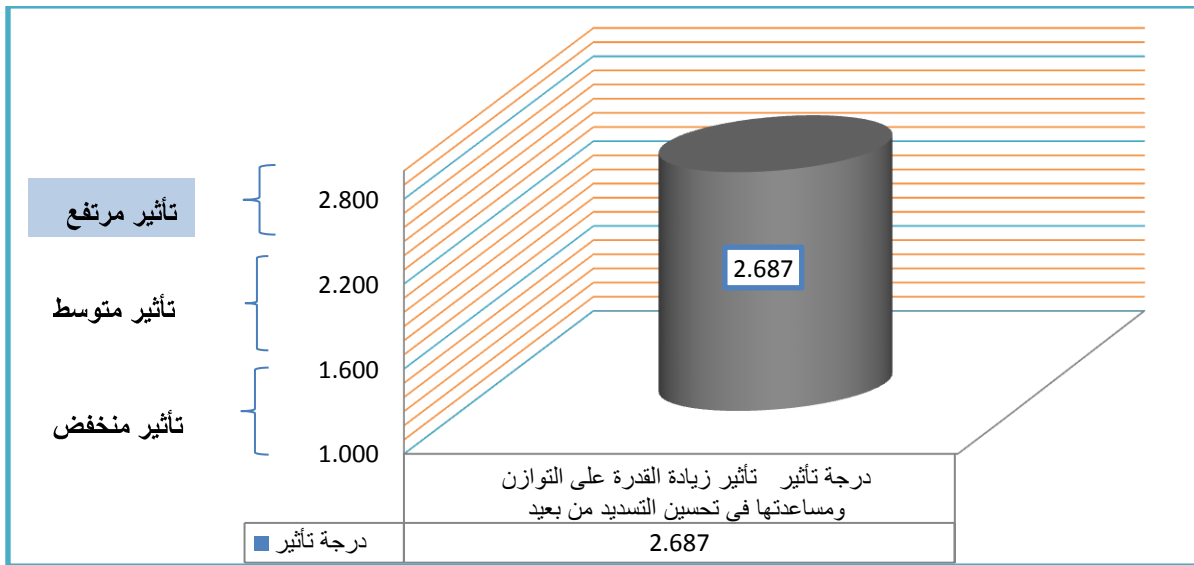
جدول رقم (30) : بين درجة زيادة القدرة على التوازن ومساعدتها في تحسين التسديد من بعيد

النتيجة	النسبة المئوية	المتوسط ضمن المجال	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغيرات
مرتفع	88.54%	من 2.33 إلى 3	0,48484	2,6563	تأثير زيادة القدرة على التوازن ومساعدتها في تحسين التسديد من بعيد
3-----100% س = 88.54%					
-----2.6584 س					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي الإجمالي العبارات **الثاني:زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى** بلغ 2.656 وبانحراف معياري 0.4884 وهو (يقترن من 0) مما يعني تركيز إجابات أفراد العينة حول المتوسط وعدم تشتتها. إذن فالمتوسط الحسابي هو ضمن مجال "مرتفع" أي من 2.33 إلى 3 درجة و أن النسبة المئوية **لمساهمة زيادة القدرة على التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من**

وجهة نظر المدربين هي **88.54%** وهي نسبة **مرتفعة**. فزيادة القدرة على التوازن الحركي بشكل كبير تؤدي إلى تحسين التسديد من بعيد لأن التوازن الحركي وهو الاتزان المصاحب لحركة الجسم وكما يعرفه "جونسون" و"نيلسون" بكونه القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء الحركة فكلما كان اللاعب أكثر اتزان كلما كانت قدرته على التسديد كبيرة، فالتوازن الحركي هو القدرة على الاحتفاظ بالتوازن أثناء أداء حركي، وكذلك لا ننسى لدور الوسائل التكنولوجية الحديثة وما لها من تأثير كبير في عملية تعلم تقنية التوازن والاختبارات البدنية لها كذلك أهمية كبيرة جدا في تعلم تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد وهذا ما أكدته الدراسة التي قام بها قارة عبد الجليل وآخرون الذي أكد في دراسته على ضرورة استعمال الوسائل التكنولوجية واستخدام اختبارات بدنية تؤدي إلى تحسين التسديد من بعيد، وكما أكدته الدراسة التي جاء بها سعد سعود التي أكد فيها ان هناك علاقة ارتباطية بين اختبارات التسديد و اختبارات الاتزان وهناك علاقة ارتباطية قوية بين اختبارات التسديد و اختبارات الاتزان الحركي

الشكل رقم (25) يوضح درجة تأثير زيادة القدرة على التوازن ومساعدتها في تحسين التسديد من بعيد.



استنتاج :

- نقبل الفرضية القائلة بأنه : تؤدي **زيادة القدرة على التوازن إلى تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين وبدرجة مرتفعة.**
- الفرضية الفرعية 03:

صفة التوازن تلقي العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.

للاختبار الفرضية نستخدم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور ككل لتحديد مدى تأثير **صفة التوازن أثناء الحصص التدريبية** هل هو : تأثير مرتفع ، تأثير متوسط ، تأثير ضعيف في تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.

✓ لتحديد طول الفئة المجال (تأثير مرتفع ، تأثير متوسط ، تأثير ضعيف) نستخدم المدى حيث: المدى = إلى درجة 3 (تمثل: نعم) - أدنى درجة (تمثل: لا) / عدد المستويات التأثير (تأثير مرتفع ، تأثير متوسط ، تأثير ضعيف)

الطول الفئة = $(1-3)/3 = 0.6$ حيث نحصل على مجالات كما يلي :

من 2.33 إلى 3	من 1.66 إلى 2.33	من 01 إلى 1.66	مجال المتوسط الحسابي
مرتفع	متوسط	منخفض	درجة التأثير
أكثر من 77.67%	من 55.34% إلى 77.66%	أقل من 55.33%	النسبة المئوية
3-----100 % س = 55.33%			
-----1.66 س			

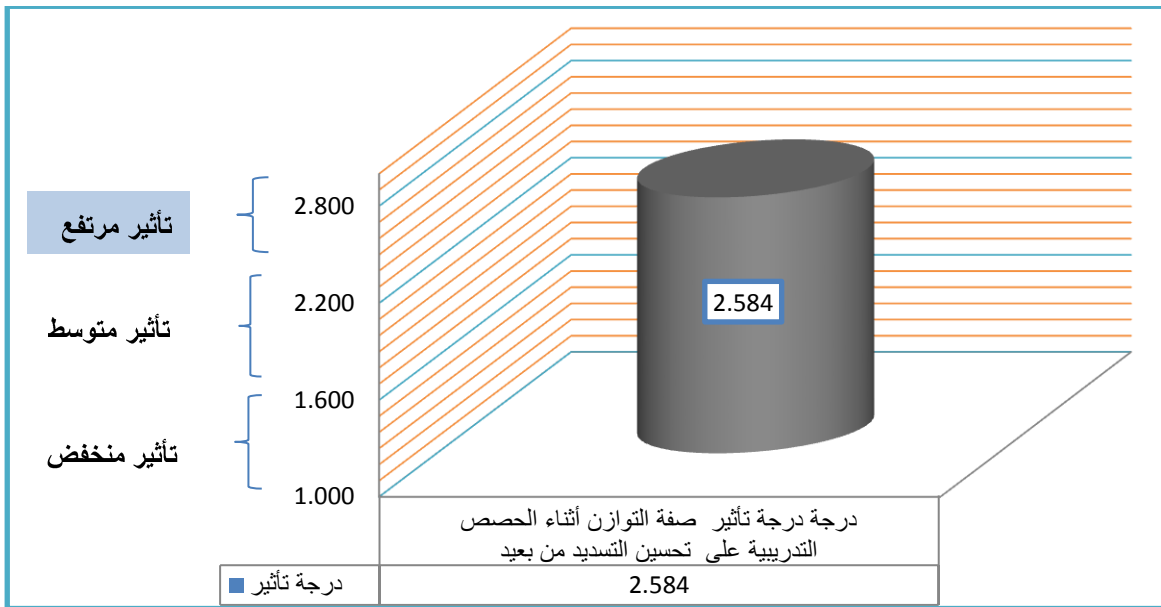
جدول رقم (31) : بين درجة تأثير **صفة التوازن أثناء الحصص التدريبية على تحسين التسديد من بعيد**

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط ضمن المجال	النسبة المئوية	النتيجة
درجة تأثير صفة التوازن أثناء الحصص التدريبية على تحسين التسديد من بعيد	2,5893	0,25488	من 2.33 إلى 3	86.31%	مرتفع
3-----100 % س = 86.31%					
-----2.6584 س					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي الإجمالي العبارات **المحور الثالث : صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد** بلغ **2.58** وبانحراف معياري **0.254** وهو (يقترب من 0) مما يعني تركيز إجابات أفراد العينة حول المتوسط وعدم تشتتها. إذن فالمتوسط الحسابي هو ضمن مجال " مرتفع " أي من **2.33 إلى 3** درجة و أن النسبة المئوية لدرجة تأثير **صفة التوازن أثناء الحصص التدريبية** في تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين هي **86.31 %** وهي نسبة مرتفعة فصفة التوازن يجب على المدربين أن يعطوها أهمية كبيرة ولا يمكنهم الاستغناء عنها أبدا لأن الفئة العمرية التي

يشرفون على تدريبها هي التي يجب أن يعطوها اهتماما كبيرا لتعلم هذه التقنية وللوصول بهم إلى نتائج ايجابية لتحسين التسديد من بعيد، كما يجب وضع برامج تدريبية من طرف المدربين وان يشاركوا في الدورات التكوينية ويتابعوا التطورات التي تحدث في هذا المجال، وهذا ماأكدته الدراسة التي قام بها كادو عمر الذي أكد على ضرورة مشاركة المدربين في التربصات حتى يستفيدوا من طرق التدريب الحديثة لمواكبة التطور الرياضي العلمي، وإعطاء أهمية بالغة لصفة التوازن والتسديد من بعيد لفئة الأصغر. وكما يعتبر التوازن من أحد مكونات القدرة الحركية حيث أقر ذلك "كلارك" و"كارتر". كما يعتبر التوازن أحد مكونات الأداء البدني حيث أقر ذلك "بارو" و"ماك جي" كما يعتبر "ماتبور" التوازن أحد مكونات القدرة الرياضية .

الشكل رقم (26) يوضح درجة تأثير صفة التوازن أثناء الحصص التدريبية على تحسين التسديد من بعيد



استنتاج :

نقبل الفرضية

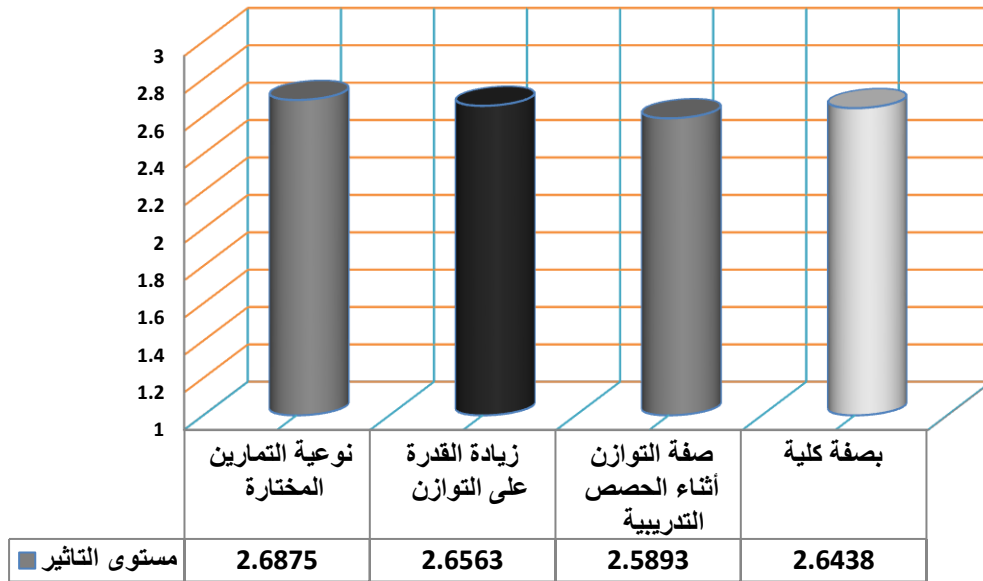
القائلة بأنه : **صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين وبدرجة مرتفعة.**

الفرضية العامة:

يؤدي التوازن إلى تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين من خلال ما توصلنا إليه لتحليل إجابات أفراد عينة الدراسة على أسئلة ومحاور الاستبيان الذي أعدناه لدراسة دور ومساهمة التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين (نوعية التمارين المختارة / زيادة القدرة على التوازن / تأثير صفة التوازن أثناء الحصص التدريبية حسب وجهة نظرهم.

توصلنا إلى:

- لتأثير نوعية التمارين المختارة في تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين هي 89.58% وهي نسبة مرتفعة .
 - لمساهمة زيادة القدرة على التوازن في تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين هي 88.54% وهي نسبة مرتفعة .
 - تأثير صفة التوازن أثناء الحصة التدريبية في تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين هي 86.31% وهي نسبة مرتفعة.
- كما انه حسب وجهة نظرهم الخاصة **"نوعية التمارين المختارة"** هي أكثر تأثيرا في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.
- الشكل رقم (27) يوضح درجة دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.



استنتاج العام:

نقبل الفرضية القائلة بأنه : يؤدي التوازن إلى تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين وبدرجة مرتفعة

الفصل الخامس

الإستنتاجات

و التوصيات

والإقتراحات

1- الاستنتاج:

في ضوء أهداف البحث والمتمثلة في معرفة دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين، وبعد إجراء الدراسة في شقها الأول والثاني وبعد التحليل الإحصائي وعرض النتائج ومناقشتها توصل الباحث للاستنتاجات التالية:

- بالنسبة لنوعية التمارين المختارة من طرف المدربين أثناء التدريبات والتي تؤدي إلى تحسين التسديد من بعيد تكون من الثبات أو الحركة لأن التوازن يجب أن يكون في حالة ثبات أو في حالة حركة، وكما أن تنمية وتطوير صفة التوازن يستلزم القيام بتمرينات وتدرجات من شأنها العمل على أداء بعض الحركات الهادئة من الثبات ومن الحركة التي تؤدي إلى المحافظة على توازن وسلامة الجسم، كما توجد هناك العديد من اختبارات التوازن تتطلب اتخاذ بعض الأوضاع المعينة أو أداء حركات تظهر فيها صفة التوازن بصورة واضحة.

- تؤدي زيادة القدرة على التوازن إلى تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين لان القدرة على التوازن الحركي بشكل كبير تؤدي إلى تحسين التسديد من بعيد، كما أن التوازن الحركي هو الاتزان المصاحب لحركة الجسم فكلما كان اللاعب أكثر اتزاناً كلما كانت قدرته على التسديد كبيرة .

- صفة التوازن يجب أن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصص التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر، لأن صفة التوازن يجب على المدربين أن يعطوها أهمية كبيرة وبالغة ولا يمكنهم الاستغناء عنها أبداً لأن الفئة العمرية التي يشرفون على تدريبها هي التي يجب أن يعطوها اهتماماً كبيراً لتعلم هذه التقنية وللوصول بهم إلى نتائج إيجابية لتحسين التسديد من بعيد، كما يجب وضع برامج تدريبية لتعلم تقنية التسديد من بعيد عن طريق إدخال تقنية التوازن وان يشاركوا في الدورات التكوينية ويتابعوا التطورات التي تحدث في هذا المجال.

- للتوازن دور كبير في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين لأن هذه التقنية لها آثار إيجابية على اللاعبين أثناء التسديد سواء من الثبات أو من الحركة كما تعتبر هذه التقنية مهمة بالنسبة للمدربين عند وضع برامجهم التدريبية أثناء التدريبات لأن التسديد يعتبر أحد الركائز الأساسية بالنسبة للاعبين لحصولهم على نتائج إيجابية أثناء المباريات أو المنافسات وهي الحصول على أهداف، ويحتاج الأداء الناجح لتقنية التسديد من بعيد نحو المرمى في كرة القدم إلى التوازن و التركيز

وسرعة رد الفعل والقدرة على بناء التقنية واستخدامها في نطاق المواقف المتغيرة التي تتحكم فيها المساحة والموقع الذي تتاح فيه الفرصة.

ويتضح من ذلك أن أداء تقنية التسديد من بعيد نحو المرمى لا بد أن يقترن بقدرة اللاعب على تحديد الموقع والمساحة واستخدام الأسلوب الأمثل والتوازن لتنفيذها وفقا للمواقف والسرعة الملائمة والتركيز.

2-التوصيات والاقتراحات:

على ضوء النتائج المتحصل عليها من خلال دراستنا يمكن الخروج بتوصيات واقتراحات نذكر منها ما يلي:
-عدم إهمال تدريب القدرات الحركية باعتبارها جزء مهم لما لها من أثر إيجابي في تحسين أداء اللاعبين.
-التأكيد على أهمية الصفات الحركية ودورها في تطوير مستوى الأداء المهاري لتحقيق النتائج الإيجابية في كرة القدم.

-ضرورة الرفع من القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بأسلوب علمي، وهذا عن طريق المشاركة في المنتقيات العلمية والدورات التكوينية.

-تشجيع وتحفيز المدربين المختصين في مجال كرة القدم على الاهتمام للفئات الصغرى التي تعتبر قاعدة الجيل المستقبلي.

-ضرورة اهتمام رؤساء الفرق اللغات الصغرى مع توفير الإطارات اللازمة للتدريب، وهذا من خلال وضع ميزانية تكفي لتشجيعه على تحقيق الأهداف الموضوعية.

-ضرورة إشراك كل الهيئات والمؤسسات المسئولة على القطاع بتوفير الملاعب والمنشآت الرياضية بجميع المرافق الضرورية للفئات الصغرى.

-لابد على المدربين الاطلاع على أحدث الدراسات في المجال الرياضي، والتقيد بكل ما هو جديد .

-ضرورة تعيين مختصين في انتقاء المواهب الشبانية يقومون بمتابعة البطولات المدرسية .

-ضرورة توفير الوسائل السمعية والبصرية لتطوير التدريب على تقنية التسديد من بعيد نحو المرمى .

-الاعتماد على سياسة التكوين القاعدي يساعد في تكوين جيل صاعد .

-الاعتماد على الوسائل التكنولوجية الحديثة يساعد على تطوير وتنمية قدرات اللاعبين البدنية .

-وضع برنامج تدريبي خاص بتقنية التسديد نحو المرمى يرفع ويحسن من فعالية هذه التقنية .

-ضرورة الاهتمام بتكثيف الحصص التدريبية في عملية التدريب واختيار التمارين المناسبة التي تخدم تعلم تقنية التسديد من بعيد.

- إدماج تمارين وبرامج تطويرية قصد تحسين صفة التوازن وتحسين مهارة التصويب.
- إعطاء أهمية بالغة للصفات الحركية ولتقنية التسديد في مرحلة الأصاغر.
- إعطاء أهمية للممارسة الرياضية والنشاطات البدنية في حياة الأطفال.
- الاهتمام بتطوير المهارات الأساسية التي يحتاج إليها لاعب كرة القدم.
- الاعتماد على سياسة التكوين القاعدي والاستمرارية، وهذا من اجل تكوين جيل صاعد جديد.
- ضرورة توفير مختلف الوسائل وكل الامكانيات للاعبين والتي تعمل على تطوير وتنمية قدراتهم الحركية.
- استخدام النتائج التي تم التوصل إليها لاجراء دراسات وبحوث اخرى.
- مشاركة المدربين في التربصات حتى يسنفيدوا من طرق التدريب الحديثة لمواكبة التطور الرياضي العلمي.
- وفي الأخير نأمل أن يصل مستوى الرياضة عامة وكرة القدم خاصة في الجزائر إلى المستوى الذي كانت عليه وهذا من اجل رفع الألوان الوطنية في مختلف المناسبات الرياضية الدولية.

الخاتمة

إن التقدم الذي عرفته كرة القدم راجع إعداد وتطوير المدرب واللاعب، ويتوقف إعداد المدرب على قاعدة التكوين الأكاديمي للمدربين لتأهيلهم على تدريب مختلف الفئات باعتبار أن المدرب هو القاعدة الأساسية في نجاح العملية التدريبية، وعليه يجب أن يسير التطور الهائل والتقدم العلمي الكبير الذي وصلت إليه اللعبة من طرق التدريب وإعداد اللاعبين الذي تستند إلى الحقائق العلمية التي قدمتها مختلف العلوم.

فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة ما لم يكن إتقان في جميع المهارات وكذلك ما لم يكن مدربين أكفاء ومؤهلين للتخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متينة في إعداد وتكوين الفئات الصغرى في المجال الرياضي الحديث، ويرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالمية ارتباطاً مباشراً بمدى كفاءة و قدرة المدربين على إدارة عملية التدريب الرياضي و خاصة منها تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد و هذا ما جعل الفرق العالمية تهتم بهذا الجانب و إعطائه الأهمية اللازمة مما أدى إلى تطور ملحوظ لمستوى كرة القدم و هذا ما التمسناه من خلال نتائج هذه الفرق و المنتخبات ذات المستوى العالي، و قد بذلت الكثير من الدول المتقدمة في اللعبة جهوداً لتحسين تقنية التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم و كذلك بذل مجهود لإعداد و تنمية الناشئين و الموهوبين على أسس علمية متينة و واضحة باعتبارهم القاعدة التي يعتمد عليها في تطوير اللعبة

ومن خلال جمع المعطيات النظرية والتطبيقية التي سبقت وانطلاقاً من مشكلة مطروحة ومعاشة ميدانياً، وبعد عرض النتائج وتحليلها بخصوص موضوع دراستنا هذه تبدو منطقية لحد كبير، فكان الهدف الذي نرمي إليه هو البحث عن دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى وهو كآتي:

- نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن لتسديد من بعيد.
- زيادة القدرة على التوازن يساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر.
- صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصة التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

وفي الأخير يمكن القول بأنه للوصول إلى أعلى المستويات فلا بد من الاهتمام أكثر بالفئات الصغرى التي تعتبر القاعدة التي يجب فيها زرع التقنيات الأساسية لكرة القدم ومن بينها تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد بتوفير كل الوسائل اللازمة الوسائل ومن بينها المسائل السمعية البصرية ووضع مدربين أكفاء في هذا المجال يملكون خبرة عالية لتعلم تقنية التوازن والتسديد من بعيد.

قائمة

قائمة

المصادر

والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

1- قائمة المصادر:

-القرآن الكريم.

2- قائمة المراجع:

أ) قائمة الكتب باللغة العربية:

- 1- أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية و الرياضية" مدخل تاريخ الفلسفة"دار الفكر العربي، مصر ، 1996.
- 2- د.حامد عبد السلام زهران :علم نفس النمو الطفولة و المراهقة،عالم الكتاب جامعة عين الشمس، القاهرة،1995 .
- 3- رسان خريط: النظريات العامة في التدريب الرياضي، دار الشروق، 1998.
- 4- روجي جميل:كرة القدم.دار النقائض بيروت لبنان، 1986.
- 5- مجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد: الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب، دار الهدى للنشر والتوزيع، مصر، 2002.
- 6- محمد السيد محمد الزعبلأوي :خصائص النمو للمراهقة، مكتبة التوبة مؤسسة الكتب الثقافية، ط 1 1998.
- 7- محمد بليوني:أسس و نظريات الحركة، دار الفكر العربي، مصر، 1996.
- 8- مفتي إبراهيم :الهجوم في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
- 9- منهاج التربية البدنية :منشورات وزارة التربية الوطنية،1984 .
- 10- د/ مصطفى السايح محمد، د/ صلاح أنس محمد : الاختبار الأوربي للياقة البدنية "يور وفيت" ، مكتبة الإشعاع الفنية ، مصر .
- 11- د. محمد صبحي حسين: القياس و التقييم في التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة،1995.
- 12- د.عبد الرحمان العيساوي:سيكولوجية النمو دار النهضة العربية،ط1، 1997.

13- عبد القادر بن محمد، دروس في التربية وعلم النفس، دار الطباعة والبحث الوطني الشعبي الجزائر، 1973.

14- وجدي مصطفى الفاتح: الاسس العلمية للتدريب للاعب والمدرب، دار الهدى ، مصر، 2002.

ب) قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

3- Boualem cheref. La technique des footballeurs : élaboré par .1998.

2-Claude dossera l'entraînement des jeunes dans les de formation en France2000.

1-KAMEL Lamoui. Football edition ENAL .Alger. 1989.

ج) أطروحات الدكتوراه و الماجستير و ليسانس:

1-سعد سعود فؤاد : مذكرة ماجستير دراسة أثر الاتزان على تعلم التصويب ،قسم التربية البدنية والرياضية ، قسنطينة ، 2002.

2- عبد الباسط عبد الحليم: تأثير برنامج التصور العقلي على تنمية دقة أداء التمير و التصويب لناشئ كرة القدم .مذكرة لنيل شهادة الدكتوراه2004 .

3- عبدلي أحمد: أثر برنامج تدريبي مقترح للقوة المميزة بالسرعة في تحسين مهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 15 سنة .مذكرة لنيل شهادة الماستر2014 .

4- يحي أسامة: أثر برنامج تدريبي مقترح (التصور العقلي) في تعليم دقة التصويب نحو المرمى لدى ناشئي كرة القدم. مذكرة لنيل شهادة الماستر.2014 .

5- قارة عبد الجليل: أسباب قلة التسديد من بعيد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى"مذكرة لنيل شهادة ليسانس2015.

6- كادو عمر: أثر برنامج تدريبي مقترح لبعض الصفات الحركية(التوازن -التوافق)على تحسين دقة التصويب لدى لاعبي كرة القدم(9-12) سنة.مذكرة لنيل شهادة الماستر 2016.

الملاحق

الملاحق:

الملحق رقم (01): استمارة استبيان

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

استمارة استبيان موجهة للمدربين

في إطار انجاز مذكرة بحث تحت عنوان "دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصاغر من وجهة نظر المدربين" تـرجو من سيادتكم مساعدتنا في انجاز هذا العمل من خلال إجابتكم عن الأسئلة المقترحة في هذه الاستمارة بوضع علامة (X) في ما يناسبها مع مراعاة جانب الصراحة والموضوعية مع فائق الاحترام والشكر والتقدير.

ملاحظة: هذه الاستمارة سرية و شخصية تستخدم لغرض البحث العلمي فقط.

إشراف الدكتور:

أمان الله رشيد

إعداد الطالب:

رباحي محمد

المحور الأول: نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد .

الرقم	العبارة	نعم	لا	احيانا
01	تقومون أثناء التدريب باختيار تمارين خاصة تؤدي بالقدرة على التوازن والتسديد من بعيد.			
02	تقومون أثناء الحصة المبرمجة في تدريباتكم باختبارات بدنية للتوازن لتحسين التسديد من بعيد.			
03	أثناء التدريب ترون أن اللاعبين لهم القدرة على الاحتفاظ بتوازن الجسم في الثبات والحركة أثناء التسديد.			
04	تقومون أثناء تدريباتكم لفئة الأصغر باختبارات التوازن الحركي للاعبين.			
05	تقومون بتمرينات التصور العقلي للقدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.			
06	في نظركم التمارين المختارة للقدرة على التوازن كافية من أجل تحسين التسديد من بعيد .			
07	تعتمدون على طرق حديثة لتنويع التمارين والاختبارات البدنية لتنمية تقنية التوازن لتحسين التسديد من بعيد.			

المحور الثاني:زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم للفئات الصغرى.

الرقم	العبارة	نعم	لا	احيانا
01	القدرة على التسديد من بعيد راجع إلى قدرة اللاعب على التوازن أثناء اللعب.			
02	الاختبارات البدنية المبرمجة في التدريبات تساهم في زيادة القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.			
03	زيادة القدرة على التوازن الحركي يؤدي إلى تحسين دقة التسديد من بعيد.			
04	في نظركم توجد وسائل أخرى تؤدي إلى زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.			
05	ترون أن الوسائل التكنولوجية الحديثة تساعد على زيادة تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.			
06	ترون أن تحسين التسديد من بعيد راجع إلى برمجة حصة تدريبية واستخدام اختبارات بدنية لزيادة القدرة على التوازن.			

المحور الثالث:صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصة التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

الرقم	العبارة	نعم	لا	احيانا
01	أثناء تدريباتكم تعطون أهمية كبيرة لتقنية للتوازن لتحسين للتسديد من بعيد .			
02	اللاعبون أثناء الحصة التدريبية المنجزة من طرفكم يهتمون بتقنية الوازن للتسديد من بعيد.			
03	في نظركم يمكنكم أثناء التدريبات الاستغناء عن تمارين تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.			
04	اختيار الاختبارات البدنية المناسبة أثناء التدريب تعمل على تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.			
05	تقومون أثناء التدريبات بتوعية اللاعبين لأهمية تقنية التوازن في تحسين التسديد من بعيد.			
06	تتابعون التطورات التي تحدث في طرق تدريب القدرة على التوازن لتحسين التسديد من بعيد.			
07	الدورات التكوينية للمدربين ترونها ضرورية من أجل مسايرة التطور في هذا المجال.			

Table de fréquences

a1					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2,00	2	12,5	12,5	12,5
	3,00	14	87,5	87,5	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

a2					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	2	12,5	12,5	12,5
	3,00	14	87,5	87,5	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

a3					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2,00	4	25,0	25,0	25,0
	3,00	12	75,0	75,0	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

a4					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	1	6,3	6,3	6,3
	3,00	15	93,8	93,8	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

a5					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	2	12,5	12,5	12,5
	2,00	3	18,8	18,8	31,3
	3,00	11	68,8	68,8	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

a6					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	1	6,3	6,3	6,3
	2,00	6	37,5	37,5	43,8
	3,00	9	56,3	56,3	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

a7					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	1	6,3	6,3	6,3
	2,00	6	37,5	37,5	43,8
	3,00	9	56,3	56,3	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

b1					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	1	6,3	6,3	6,3
	2,00	5	31,3	31,3	37,5
	3,00	10	62,5	62,5	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

b2					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	2	12,5	12,5	12,5
	2,00	2	12,5	12,5	25,0
	3,00	12	75,0	75,0	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

b3					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	2	12,5	12,5	12,5
	3,00	14	87,5	87,5	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

b4					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2,00	3	18,8	18,8	18,8
	3,00	13	81,3	81,3	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

b5					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	2	12,5	12,5	12,5
	2,00	4	25,0	25,0	37,5
	3,00	10	62,5	62,5	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

b6					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	1	6,3	6,3	6,3
	2,00	3	18,8	18,8	25,0
	3,00	12	75,0	75,0	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

c1					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2,00	4	25,0	25,0	25,0
	3,00	12	75,0	75,0	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

c2					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	1	6,3	6,3	6,3
	2,00	1	6,3	6,3	12,5
	3,00	14	87,5	87,5	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

c3					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	14	87,5	87,5	87,5
	2,00	1	6,3	6,3	93,8
	3,00	1	6,3	6,3	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

c4					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2,00	2	12,5	12,5	12,5
	3,00	14	87,5	87,5	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

c5					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2,00	2	12,5	12,5	12,5
	3,00	14	87,5	87,5	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

c6					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1,00	1	6,3	6,3	6,3
	2,00	2	12,5	12,5	18,8
	3,00	13	81,3	81,3	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

c7					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2,00	2	12,5	12,5	12,5
	3,00	14	87,5	87,5	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

Tests statistiques							
	a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7
Khi-deux	9,000 ^a	9,000 ^a	4,000 ^a	12,250 ^a	9,125 ^b	6,125 ^b	6,125 ^b
ddl	1	1	1	1	2	2	2
Sig. asymptotique	,003	,003	,046	,000	,010	,047	,047

Tests statistiques							
	b1	b2	b3	b4	b5	b6	c1
Khi-deux	7,625 ^b	12,500 ^b	9,000 ^a	6,250 ^a	6,500 ^b	12,875 ^b	4,000 ^a
ddl	2	2	1	1	2	2	1
Sig. asymptotique	,022	,002	,003	,012	,039	,002	,046

Tests statistiques						
	c2	c3	c4	c5	c6	c7
Khi-deux	21,125 ^b	21,125 ^b	9,000 ^a	9,000 ^a	16,625 ^b	9,000 ^a
ddl	2	2	1	1	2	1
Sig. asymptotique	,000	,000	,003	,003	,000	,003

a. 0 cellules (0,0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 8,0.
b. 0 cellules (0,0%) ont des fréquences théoriques inférieures à 5. La fréquence théorique minimum d'une cellule est 5,3.

Statistiques descriptives					
	N	Minimum	Maximum	Moyenn e	Ecart type
محور 1	16	1,71	3,00	2,6875	,43399
محور 2	16	1,83	3,00	2,6563	,48484
محور 3	16	2,00	2,71	2,5893	,25488
الكلية	16	1,85	2,90	2,6438	,37143
N valide (liste)	16				

الملحق رقم (03): قائمة الاساتذة المحكمين

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

قائمة الأساتذة المحكمين للاستبيان

الإمضاء	الجامعة	الدرجة العلمية	الاسم	اللقب
	محمد بوضياف المسيلة	أستاذ محاضر	مصطاح	مجادير
	محمد بوضياف المسيلة	المساعد	حسن	كروشي
	محمد بوضياف المسيلة	استاذ محاضر (أ)	سالم	بن سالم
	محمد بوضياف المسيلة	استاذ مساعد - أ	سليم	شريف
	المسيلة	استاذ محاضر	التدير	بوصلا

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة:

دور التوازن في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين (دراسة ميدانية بالمجموعة الأولى ما بين الرباطات لفئة الأصغر للرابطة الجهوية باتنة) .

أهداف الدراسة:

- معرفة إذا كانت نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.
- معرفة إذا كانت زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر.
- معرفة إذا كانت صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصة التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.

مشكلة الدراسة:

هل للتوازن دور في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم في الجزائر لفئة الأصغر؟

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة :

للتوازن دور في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم في الجزائر لفئة الأصغر.

الفرضيات الجزئية:

- نوعية التمارين المختارة تؤدي إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.
 - زيادة القدرة على التوازن تساعد في تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر.
 - صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصة التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد.
- عينة البحث: تمت الدراسة على مجموعة مدربي نوادي الفئات الصغرى بالمجموعة الأولى للرابطة الجهوية وعددهم 16 مدربا.

منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي.

أدوات الدراسة: تم استخدام الاستبيان.

النتائج المتوصل إليها:

- تؤدي نوعية التمارين المختارة إلى تحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.
- تؤدي زيادة القدرة على التوازن إلى تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.
- صفة التوازن تلقى العناية اللازمة من طرف المدربين أثناء الحصة التدريبية لتحسين القدرة على التوازن للتسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصغر من وجهة نظر المدربين.

-التوازن يؤدي إلى تحسين التسديد من بعيد لدى لاعبي كرة القدم من وجهة نظر المدربين

أهم الاقتراحات:

- إدماج تمارين وبرامج تطويرية قصد تحسين صفة التوازن وتحسين مهارة التسديد.
- إعطاء أهمية بالغة للصفات الحركية ولتقنية التسديد في مرحلة الأصغر.
- الاهتمام بتطوير المهارات الأساسية التي يحتاج إليها لاعب كرة القدم.
- ضرورة توفير مختلف الوسائل وكل الامكانيات للاعبين والتي تعمل على تطوير وتنمية قدراتهم الحركية.
- مشاركة المدربين في التبرصات حتى يستفيدوا من طرق التدريب الحديثة لمواكبة التطور الرياضي العلمي.

Résumé de l'étude

Titre de l'étude:

Rôle de l'équilibre dans l'amélioration du tir à distance chez les footballeurs pour la catégorie minime, selon les entraîneurs (étude sur terrain pour la première division de la ligue régionale du championnat des minimes, à Batna).

Objectifs de l'étude:

- Reconnaître si le type des exercices sélectionnés mène à l'amélioration la capacité d'équilibre pour le tir à distance.
- Reconnaître si l'augmentation de la capacité d'équilibre aide à améliorer le tir à distance chez les footballeurs de la catégorie minime.
- Reconnaître si la qualité d'équilibre jouit de l'importance parfaite chez les entraîneurs lors des séances d'entraînement pour l'amélioration de la capacité d'équilibre pour le tir à distance.

Problème de l'étude:

L'équilibre a-t-il un rôle quant à l'amélioration du tir à distance chez les footballeurs en Algérie, pour la catégorie minime?

Hypothèses de l'étude :

Hypothèse générale:

L'équilibre a un rôle dans l'amélioration du tir à distance, chez les footballeurs en Algérie, pour la catégorie minime.

Hypothèses partielles:

- Le type d'exercices sélectionnés mène à améliorer la capacité d'équilibre du tir à distance.
- L'augmentation de la capacité d'équilibre aide à améliorer le tir à distance chez les footballeurs pour la catégorie minime.
- La qualité d'équilibre jouit de l'importance nécessaire des entraîneurs, lors des séances d'entraînement pour améliorer la capacité d'équilibre pour le tir à distance.

Echantillon de la recherche:

L'étude a été effectuée sur un groupe d'entraîneurs des clubs des catégories minimes dans la première division de la ligue régionale, dont le nombre est 16 entraîneurs.

Méthode de l'étude:

La méthode descriptive.

Outils d'étude:

Un questionnaire.

Résultats obtenus:

- Le type d'exercices sélectionnés entraîne l'amélioration de la capacité d'équilibre pour le tir à distance chez les footballeurs pour la catégorie minime selon les entraîneurs.
- L'augmentation de la capacité d'équilibre entraîne l'amélioration du tir à distance chez les footballeurs, pour la catégorie minime, selon les entraîneurs.
- La qualité d'équilibre jouit de l'importance nécessaire des entraîneurs, lors des séances d'entraînement pour améliorer la capacité d'équilibre pour le tir à distance chez les footballeurs, catégorie minime, selon les entraîneurs.
- L'équilibre entraîne l'amélioration du tir à distance chez les footballeurs, selon les entraîneurs.

Les principales suggestions:

- Intégrer des exercices et des programmes développés dans le but d'améliorer la qualité d'équilibre et améliorer l'habileté de tir.
- Accorder une importance considérable aux qualités mobiles et à la technique du tir dans la période des minimes.
- Accorder une importance pour améliorer les principales habiletés dont le footballeur a besoin.
- La nécessité de procurer les diverses ressources et tous les moyens au profit des joueurs qui contribuent à développer et à promouvoir leurs capacités mobiles.
- La participation des entraîneurs aux stages pour bénéficier des méthodes d'entraînement modernes en vue de coïncider le progrès sportif scientifique.

تق بحمد

الله