وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف – المسيلة

معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم :التدريب الرياضي

رقم : .....

ميدان :علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع : تدريب رياضي

تخصص : تحضير بدني

أثر برنامج تدريبي مقترح بطريقة التدريب التنافسي في تطوير السرعة الانتقالية في كرة القدم

دراسة ميدانية لفئة 11 سنة (أكاديمية الترجي الرياضي العلمي)

❖ إعداد الطالب :

❖ **أيمـــن صـــوشي .**

الأستاذ المؤطر :

تريش لحسن

السنة الجامعية 2019/2018

إهداء

نهدي هذا العمل المتواضع

إلى من كانوا سر نجاحنا في هذه الحياة،

إلى من تعبوا و كدوا في سبيل راحتنا

و بذلوا الغالي و النفيس في سبيل سعادتنا

الذين نحمل أسماءهم بكل فخر

و نحن لهم طول العمر و تخفق قلوبنا كلما ذكروا

آباءنا الأعزاء حفظهم الله و رعاهم.

إلى نبع الحنان و أجمل ما في الحياة ،

إلى اللواتي سهرن و تعبن من أجل وصولنا إلى ما نحن عليه

إلى أمهاتنا الغاليات حفظهن الله و رعاهن

إلى كل أساتذة قسم التدريب و كل من قاسمونا هذا العمل

و عشنا معهم أسعد و أصعب اللحظات

و إلى الذين تذكرتهم ذاكراتنا و نستهم مذكرتنا

شكر

أحمد الله حمد الشاكرين، وأثني عليه ثناء الذاكرين، أن وفقني وسدد خطاي لإتمام هذا الجهد المتواضع و وقوفا عند قوله صلى الله عليه وسلم

" من لم يشكر الناس لم يشكر الله "

أتقدم بالشكر الخالص للأستاذ المشرف على هذه المذكرة " تريش لحسن " الذي لم يبخل علي بنصائحه و توجيهاته القيمة في البحث ، كما أشكره على جديته ودقته في العمل.

كما أتقدم إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا العمل من قريب أو من بعيد من أهل أو إخوان ولو بكلمة أو دعاء، ونتقدم بالشكر الجزيل إلى طاقم وأعضاء معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، والى كل من أعاننا من الأساتذة والطلبة.

وفي الأخير نتمنى من الله عز وجل أن يرشدنا إلى سواء السبيل ويحقق هدفنا النبيل، فإن أصبنا فمن الله وحده و ان أخطأنا فمنا و الشيطان.

المحتوى

الموضوع	الصفحة
الإهداء	
كلمة شكر	
المحتوى	
مقدمة	
الفصل الأول : الخلفية النظرية و الدراسات السابقة	
1- التدريب الرياضي الحديث	04
1-1 مفهوم التدريب الرياضي	04
1-2 أهداف وواجبات التدريب الرياضي الحديث	05
1-3 قواعد التدريب الرياضي الحديث	05
2- المنافسة و السلوك التنافسي	07
2-1 مفهوم المنافسة الرياضي	07
2-2 المنافسة الرياضية كعملية	07
2-3 نظريات المنافسة	09
2-4 مفهوم السلوك التنتافسي	10
2-5 تعريف السلوك التنافسي	10
2-6 أهداف التنافس الرياضي	11
3- السرعة	12
3-1 مفهوم السرعة	12
3-2 تعريف السرعة	12
3-3 أنواع السرعة	13
3-4 أهمية السرعة	14
3-5 مبادئ و طرق تنمية السرعة	15
4- كرة القدم	16
4-1 تعريف كرة القدم	16
4-2 كرة القدم في العالم و الجزائر	16
4-3 المبادئ الأساسية في كرة القدم	18
4-4 أهمية كرة القدم في المجتمع	18

5- خصائص المرحلة العمرية	21
5-1 مفهوم الطفولة المتأخرة (9-12سنة)	21
5-2 مميزات الطفولة (12-9سنة)	21
5-3 خصائص وسمات النمو لدى الطفل (12-9سنة)	21
5-4 الفروق الفردية بين الأطفال في السن (9 - 12سنة)	25
5-5 مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (9-12 سنة)	26
6- الدراسات السابقة	27
6-1 الدراسة 01	27
6-2 الدراسة 02	27
6-3 الدراسة 03	27
6-4 الدراسة 04	28
6-5 الدراسة 05	28
الفصل الثاني : الإطار العام للدراسة	
1- الاشكالية	30
2- فرضيات البحث	31
3- أهداف البحث	31
4- أسباب اختيار الموضوع	31
5- أهمية البحث و الحاجة إليه	32
6- مصطلحات هامة في الدراسة	32
الفصل الثالث : الاجراءات الميدانية	
1- الدراسة الاستطلاعية	36
2- المناهج المعتمدة في الدراسة	36
3- ضبط متغيرات الدراسة	36
4- مجالات الدراسة	37
5- عينة البحث و مواصفاتها	37
6- أدوات جمع البيانات	37
7- الطريقة الاحصائية	41
8- صعوبات البحث	42
الفصل الرابع : تحليل النتائج و تفسيرها و مناقشتها	

1- عرض و تفسير نتائج المجموعة الشاهدة	44
2- عرض و تفسير نتائج المجموعة التجريبية	46
3- عرض و تفسير نتائج المجموعتين	48
4- مناقشة النتائج	50
خاتمة	
قائمة المصادر و المراجع باللغة العربية	
قائمة المصادر و المراجع باللغة الفرنسية	
الدراسات السابقة و المشابهة	
الملاحق	
ملخص البحث بالعربية	
ملخص البحث بالفرنسية	

قائمة الجداول و الأشكال

الرقم	قائمة الجداول	الصفحة
جدول 01 :	**يوضح نتائج الصدق والثبات للدراسة الاستطلاعية**	**39**
جدول 02 :	**يمثل دلالة الفروق بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة الشاهدة**	**44**
جدول 03 :	**يمثل دلالة الفروق بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية**	**46**
جدول 04 :	**يمثل دلالة الفروق بين الاختبار البعدي للعينتين الشاهدة و التجريبية**	**48**

	قائمة الأشكال	الصفحة
الشكل 01 :	**طبيعة المنافسة الرياضية**	**09**
الشكل 02 :	**يمثل مخطط كيفية إجراء الاختبار**	**38**
الشكل 03 :	**تمثيل بياني لقيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي للعينة الشاهدة**	**44**
الشكل 04 :	**تمثيل بياني لقيمة (T) المحسوبة و (T) الجدولية للاختبار القبلي و البعدي للعينة الشاهدة**	**45**
الشكل 05 :	**تمثيل بياني لقيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية**	**46**
الشكل 06 :	**تمثيل بياني لقيمة لقيمة (T) المحسوبة و (T) الجدولية للاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية**	**47**
الشكل 07 :	**تمثيل بياني لقيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للعينتين الشاهدة و التجريبية**	**48**
الشكل 08 :	**مثيل بياني لقيمة لقيمة (T) المحسوبة و (T) الجدولية للاختبار البعدي للعينتين الشاهدة و التجريبية**	**49**

مقدمة

مقدمة

إن الرياضة قديمة قدم الزمان، فمنذ عصر الإنسان البدائي وحتى العصر الحالي، و النشاط البدني يلعب دور هام في حياة الفرد و الشعوب و الأمم، وقد اختلفت عبر هذه المسيرة الطويلة دوافع ممارسة الشعوب و المجتمعات للرياضة تبعا لضروريات الحياة والبقاء والعيش ومع مرور الوقت والسنيين، أصبحت غاية الرياضة تسعى لإنماء شخصية الإنسان من الناحية الجسمية والنفسية والاجتماعية، ومن بين هذه الرياضات نجد رياضة كرة القدم التي بلغت حدا من الشهرة لم تبلغه الألعاب الرياضية الأخرى، كما اكتسبت شعبية كبيرة من حيث الإقبال على ممارستها والتسابق لحضور مبارياتها في الملاعب أو القاعات، فالمتطلبات الحديثة في هذه اللعبة خلقت الحاجة الكبيرة إلى إعداد اللاعبين إعدادا بدنيا عاليا لا سيما وأن تغيرات الإنجاز الكروي الحديثة ترتبط بتسريع الفعاليات الدفاعية و الهجومية مع مستوى عالي من القوة والسرعة، واعتماد أسلوب الكرة الشاملة، فأصبح اللاعب يشغل أكثر من مركز في الفريق أي أننا نرى المدافع يساهم بشكل كبير في الهجوم والمهاجم يتراجع للدفاع عن مرماه.

ولقد اهتمت العديد من بلدان العالم بتنمية الصفات البدنية وعناصر اللياقة البدنية، إيمانا بأنها الأساس الذي يرتكز عليه إعداد وتحضير اللاعبين ومن بين هذه الصفات نجد السرعة التي تعد صفة هامة لدي لاعبي كرة القدم و خاصة أصبحت السرعة هي التي تحسم نتائج المقابلات في عصرنا هذا و أصبح المدربون يعطون لها أهمية كبيرة و يقومون بتنميتها وتطويرها خاصة عند الفئات الشبابية.

ولقد تعددت طرق التدريب الرياضي التي تهدف إلى تطوير مستوي الأداء البدني و المهاري، كما يسعى المدربون إلى اختيار أفضل أنواع التدريب المناسبة وتطبيقها، ومن بين هذه الطرق نجد طريقة التدريب التنافسي والتي تعد من بين الطرق التي يعتمد عليها المدربون لما لها من أهمية، حيث أنه يقوم هذا التدريب على تقديم تنافسية للاعبين الشباب أو الناشئين، و كما أشارت مصادر رياضية إلى أن استخدام التدريب التنافسي يعد من بين الطرق الفعالة التي تساهم في تطوير صفة السرعة بصفة كبيرة خاصة عند الناشئين لأنهم سريعو الملل فالحصص التدريبية .

ولهذا تمحور موضوع بحثنا حول أهمية إدراك المدربين لطرق التدريب الجديدة لتنمية السرعة لدى ناشئي كرة القدم و نخص بالذكر صنف (9- 12 سنة) ، وقصد الخوض في هذا الموضوع قمنا بتقسيم بحثنا إلى عدة جوانب كانت كالتالي :

- **الفصل الأول**: كان يخص الخلفية النظرية و الدراسات السابقة المتعلقة بالبحث.
- **الفصل الثاني**: كان عبارة عن إطار عام للدراسة
- **الفصل الثالث**: كان عن الإجراءات الميدانية المتبعة في الدراسة.
- **الفصل الرابع**: هي تفسير للنتائج المتحصل عليها.
- **الفصل الخامس**: عبارة عن الاستنتاجات الختامية للدراسة.

الفصل الأول

الخلفية النظرية و الدراسات السابقة

1- التدريب الرياضي الحديث:

✓ **تمهيد :**

أصبح التدريب الرياضي الحديث علم قائم بذاته، فلا يمكن في أي حال من الأحوال الخوض في العملية التدريبية والإشراف على الرياضيين، ما لم يتم إعداد برامج تدريبية مخططة مبنية على أسس علمية في مجال التدريب الرياضي . وأمام هذا وجب علينا نحن الباحثين، ومن خلال هذا الفصل الإلمام بكل ما يساعد مدربينا من الناحية النظرية والميدانية في إنجاح العملية التدريبية وعليه قمنا بإعطاء نظرة شاملة و هادفة ودقيقة على كل ما يساعدهم في انجاز البرامج، والتخطيط لها بأسلوب علمي صحيح .

1-1 مفهوم التدريب:

يعرف Matviev التدريب الرياضي على أنه ذلك التحضير البدني ,المهاري ,الخططي ,الفكري والنفسي للرياضي بمساعدة تمرينات بدنية . (**jargon weineck, 1986, p 17**)

ويعرف علي نصيف وقاسم حسن حسين التدريب الرياضي على أنه جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية وتعلم التكنيك (المهارات الأساسية) و التكتيك (المهارات الخططية) وتطوير القابلية العقلية ضمن علمي مبرمج وهادف خاضع لأسس تربوية بقصد الوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة .
(**عبد العلي نصيف و قاسم حسن حسين، 1988، ص 14-15**)

أما طه إسماعيل,وعمر أبو المجد ، وإبراهيم شعلال فيعرفون التدريب الرياضي بصفة عامة، وتدريب كرة القدم بصفة خاصة بأنه ذلك الإعداد الفسيولوجي للاعب عن طريق تكيف أجهزته الحيوية مع المجهود المبذول والأداء المطلوب خلال المباراة، وكذا إعداده مهاريا، و خططيا بحمل مناسب سواء من حيث الشدة، أي من خلال زمن أداء التمرين أو عدد تكراره . (**طه إسماعيل و آخرون، 1989، ص17**)

ويعرف مفتي إبراهيم التدريب الرياضي بأنه كل العمليات التعليمية التنموية والتربوية التي تهدف إلى تنشئة وإعداد اللاعبين والفريق الرياضي من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية والميدانية بهدف تحقيق أعلى مستوى ونتائج ممكنة في الرياضة التخصصية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة. (**مفتي إبراهيم حمادة، 2001، ص21**)

وبناء على ذلك فيمكن أن نعرف التدريب الرياضي على أنه ذلك العمل التربوي التعليمي المبني على أسس علمية,يهدف إلى الرفع من مستوى الرياضي من الناحية البدنية و المهارية و الخططية و النفسية و أي الحالة التدريبية له إلى أعلى مستوى ممكن.

1-2 أهداف وواجبات التدريب الرياضي الحديث:

إن واجبات التدريب يمكن أن نحددها في الواجبات التربوية و الواجبات التعليمية، فمن أهم الواجبات التربوية التي يسعى المدرب إلى تحقيقها هو العمل على تربية وتطوير السمات الخلقية من تسامح وتواضع وضبط النفس والخلق الرياضي.

(**Edgard Thill et Aut, 1977, p453**)

وفي هذا النطاق يشير الباحثان KACANI و HORSKY أن من أهم الوجبات التربوية التي يحاول المدرب تحقيقها هو تطوير الخصائص والصفات الإدارية التي تؤثر في سير المباريات و نتائجها كالمثابرة و التصميم و الطموح و الجرأة و الإقدام و الاعتماد على النفس و الرغبة في الانتصار و تربية اللاعبين على اجتناب الأنانية و العمل الجماعي لرفع مستواهم لخدمة ناديهم والوسط الاجتماعي.(**kacani et horsckey, 1986, p29**)

أما الواجبات التعليمية التي يحاول المدرب تحقيقها فتتلخص في عملية الإعداد البدني,وهنا يعمل المدرب على تطوير الصفات البدنية للرياضي من التحمل، القوة، السرعة، المرونة والرشاقة، وكذا الإعداد المهاري، عن طريق تعلم المهارات الأساسية بالإضافة إلى الإعداد الخططي أين يحاول المدرب تعليم خطط اللعب الفردية والجماعية وفق الإمكانات الحقيقية اللاعبين. (**حنفي محمود مختار، 1980، ص15**)

ويرى البحث على ضرورة عدم إهمال المدرب أثناء العملية التدريبية أي جانب من جوانب واجبات التدريب كان يعطي أهمية بالغة في تنمية الصفات البدنية والمهارات الأساسية دون تنمية الصفات الإرادية والخلقية للرياضي.

1-3 قواعد التدريب الحديث:

أثناء التدريب يجب احترام وتطبيق قواعد خاصة نلخصها فيما يلي:

أولا: قاعدة التنظيم :

إن تنمية صفة بدنية أو مهارة أساسية أو التدريب على خطة لا يأتي بدفعة واحدة بل يتحتم على المدرب تكرار التدريب وتنظيم وحداته بشكل يسمح للاعبين التعلم الصحيح وتطوير مستواهم وان يربط هدف وحدة التدريب السابقة بهدف وحدة التدريب اللاحقة.(**Dornhoref et martin, 1993, p153**)

ثانيا: قاعدة الإيضاح:

يحتمل الإدراك الحسي الجزء الأكبر والحلقة الأولى في عملية التعلم الحركي و الإيضاح يعني توصيل المعلومات النظرية، و طريقة تطبيقها بشكل صحيح لأجهزة الإدراك الحسي لدى الممارس، بحيث يتفهمها و يستوعبها بسهولة.
و لضمان عملية الإيضاح في التعلم وجب على المدرب أن يحدد المهارة و يحاول أن يقدمها بطريقة واضحة أمام اللاعبين باستخدام أساليب التوضيح كالوسائل السمعية البصرية على سبيل المثال.(**محمد عوض بسيوني، 1992، ص47**)

ثالثا: قاعدة التدرج :

لقد أصبح التدرج في الحمل للوصول إلى أحسن مستوى من الأداء قاعدة هامة في التدريب الحديث.

و التدرج يعني سير خطة التدريب من السهل إلى الصعب و من البسيط إلى المعقد.(**تامر و سامي الصفار، 1988، ص156**)

رابعا: قاعدة الاستيعاب والاستمرار:

إن عملية الاستيعاب لها أهميتها في عملية التدريب ، فاللاعب الذي يتمرن دون أن يستوعب أهداف التدريب وفن الحركة و قواعد الخطط لا يستطيع أن يؤدي أدوار ناجحة في المباريات.

و إن تطوير الصفات البدنية لا يتم إلا بالاستمرار في العمل على تطويرها. كما أنه لا يكفي أن يعرف اللاعب مهارة أو خطة معينة و يستوعبها، بل يستمر في تطبيقها تحت ظروف المباريات، بل حتى خلال حياته الرياضية.
و عليه يرى الباحث لنجاح العملية التدريبية أنه يجب على القائمين عليها احترام جملة القواعد السالفة الذكر لما لها من أهمية في تنمية وتطوير الرياضي.(**عبد العلي و آخرون، ص151**).

خلاصة

التدريب الرياضي و استعمال البرامج التدريبية المقننة و المدمجة و التي تتميز بهدف يراد تحقيقه غالبا ما تزيد في مستوى اللاعبين و ترفع من مهاراتهم و خصائصهم البدنية و المهارية.

2- المنافسة و السلوك التنافسي :

✓ **تمهيد:**

إن أداء أي نشاط رياضي في إطار منضم له طبيعته و خصائصه، و ذلك لأغراض لابد من الوصول إليها، سواء كانت مادية أو معنوية، و للوصول إليها يجب أن تكون في طابع تنافسي مضبوط بقوانين و أحكام فالمنافسة الرياضية جزء ضروري وهام بالنسبة لكل أنواع النشاط الرياضي على الإطلاق ولا يمكن أن يكتب أي نشاط رياضي أن يعيش بدونها. فالمنافسة هي الهدف النهائي الذي يرمي إليه التدريب الرياضي، و من ناحية أخرى تعتبر المنافسة وسيلة فعالة لتطوير و تنمية مستوى اللاعبين.

و لهذا الغرض خصصنا هذا الفصل لإبراز ماهية طبيعة المنافسة الرياضية و خصائصها وكذا القوانين التي تضبطها .

2-1 مفهوم المنافسة الرياضية:

تعتبر المنافسة الرياضية من العوامل الهامة والضرورية لكل نشاط رياضي،سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية، أو في مواجهة منافس وجها لوجه، أو المنافسة في مواجهة منافسين آخرين، و غير ذلك من أنواع المنافسة الرياضية.

يعتمد الباحثون في تعريف المنافسة بشكل عام على وصف عملياتها فهناك العديد من المفاهيم التي قدمها هؤلاء الباحثين كتعريف للمنافسة ومن بين تلك المفاهيم التعريف الذي قدمه "مورثون دويش"عام1969 و الذي أشار إلى أن المنافسة بصفة عامة هي "موقف تتوزع فيه المكافآت بصورة غير متساوية بين المشتركين أو المتنافسين و هذا يعني أن مكافأة الفائز في المنافسة تختلف عن مكافأة غير الفائز أو المنهزم."وهذا التعريف الذي قدمه "دويش"كان أساسا للمقارنة بين عمليتي المنافسة و التعاون على أساس أن التعاون على التنافس يقصد به أن المشاركين يقتسمون المكافآت بصورة متساوية أو طبقا لإسهامات كل فرد وليس كما هو الحال في المنافسة. (**محمد حسن علاوي، ص28**)

كذلك نجد من بين التعاريف التعريف الذي قدمه "ماتيفان"وهو أن المنافسة هي "النشاط الذي يحصل داخل إطار المسابقة المؤقتة في نمط استعدادات معروفة و ثابتة بالمقارنة مع الدقّة القصوى . (**Matviev, 1997, p23**)

ولاحظ "مارتي تر" حسب ما ذكره "وانبي رغ غولد" عام 1997 أن المنافسة الرياضية هي "حالة يقوم خلالها شخصين أو أكثر بالتنافس والعمل للحصول على الجائزة أو أكبر حصة وتحقيق مستواه النخبوي.(**vigot, 1997, p125**)

2-2 المنافسة الرياضية كعملية:

أشار "رايتر مارتي تر"1994م إلى أنه لكي نستطيع الفهم الكامل للمنافسة الرياضية فإنه ينبغي علينا النظر إليها على أنها عملية "تتضمن العديد من الجوانب والمراحل في إطار مدخل "التقييم الاجتماعي."وفي ضوء ذلك يعرف المنافسة الرياضية بأنها "العملية التي تتضمن مقارنة أداء اللاعب الرياضي طبقا لبعض المستويات في حضور شخص آخر على الأقل كما أشار "مارتي تر".

إلى أن هناك أربعة مراحل في إطار المنافسة الرياضية كعملية ترتبط كل منها بالأخرى وتتأثر بها و هي:

2-2-1 الموقف التنافسي الموضوعي:

إن الموقف التنافسي الموضوعي يعتبر بمثابة الشرط الأول لبدء عملية المنافسة ،فالموقف التنافسي الموضوعي ينبغي أن تتضمن مقارنة الأداء بمستوى معين ،ووجود شخص آخر على الأقل يستطيع أن يقوم بتقييم هذه المقارنة ،وعلى ذلك فهي حالة توافر المتطلبات فعندئذ يمكن لعملية المنافسة أن تبدأ .(**أمين أنور الخولي، ص204**)

2-2-2 الموقف التنافسي الذاتي:

يعتبر الجانب الذاتي لموقف المنافسة بمثابة الوسيط لبعض العوامل مثل:استعدادات الفرد واتجاهاته وقدراته،إضافة إلى عوامل شخصية أخرى متداخلة .(**أسامة كامل راتب، 1997، ص190**)

حيث يتضمن الموقف التنافسي الذاتي إدراكات وتفسيرات وتقييمات اللاعب للموقف التنافسي الموضوعي،ففي هذه المرحلة تلعب الجوانب الذاتية للاعب دورا هاما مثل قدرات اللاعب المدركة ومدى ثقته بنفسه ودافعيته ومدى أهمية المنافسة بالنسبة له ومدى تقديره لمستوى المنافس وغير ذلك من العوامل الشخصية و الفروق الفردية الأخرى .

(**حسن علاوي، ص31/30**)

وقد أشارت "دياناجل"1995م إلى أن سمة التنافسية والقلق التنافسي يمكن اعتبارهما من بين أهم العوامل الشخصية التي تؤثر بصورة واضحة على إدراكات وتقييم الفرد للمنافسة وهذا التقييم يعتبر بمثابة الموقف التنافسي الذاتي وهو الذي يحدد استجابة الفرد للمنافسة،فعلى سبيل المثال فإن اللاعب الذي يتميز بسمة التنافسية بدرجة عالية يميل إلى الاشتراك في المواقف التنافسية بالمزيد من الدافعية لتحقيق الإنجاز بدرجة أكبر من اللاعب الذي يتسم بدرجة أقل من سمة التنافسية

2-2-3 الاستجابة

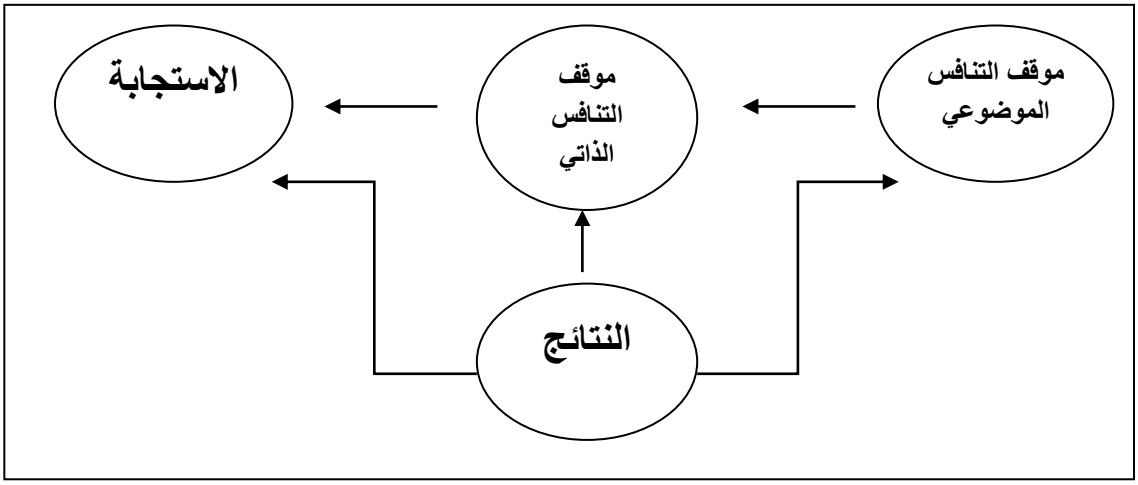
مرحلة الاستجابة تتضمن إما الاستجابات الفسيولوجية مثل زيادة دقات نبضات القلب أو زيادة إفراز العرق قي اليدين أو الاستجابات النفسية مثل الدافعية أو الثقة بالنفس ،أو الشعور بالتوتر أو القلق أو الضيق ،أو الاستجابات السلوكية التي تتمثل في الأداء أو السلوك العدواني مثلا.

2-2-4 النتائج:

والتي تتضمن النتيجة الظاهرة في الرياضة التنافسية وهي الفوز أو الهزيمة، ويرتبط الفوز والهزيمة بمشاعر النجاح والفشل ولكن العلاقة بينهما ليست علاقة أوتوماتيكية، أي أن النجاح لا يعني الفوز، كما أن الهزيمة لا تعني الفشل.

فقد يشعر اللاعب بالنجاح بعد أدائه الجيد بالرغم من هزيمته من منافس أقوى منه كما يشعر اللاعب بالفشل عقب أدائه السيئ بالرغم من فوزه على منافسه، ومشاعر النجاح والفشل وغيرهما من النتائج الحادثة لعملية المنافسة لا تنتهي عند هذا الحد بل تقوم بإحداث عملية تغذية راجعة نحو كل من الموقف التنافسي الموضوعي والموقف التنافسي الذاتي،

حتى يتمكن بذلك التأثير على العمليات التنافسية التالية وبالتالي إمكانية التغيير فيبعض العوامل الموضوعية أو الذاتية للموقف التنافسي . (**حسن علاوي، ص31**)



الشكل 01 :طبيعة المنافسة الرياضية

2-3 نظريات المنافسة:

2-4-1 المنافسة كوسيلة للتدريب الفعال:

إن المنافسة الرياضية عموما موجهة إلى تحسن التدريب، فهي تعتبر إذن كوسيلة خاصة للتدريب وعن طريقها تطوير والحفاظ على النتائج الجيدة. (**Rechard, p99**)

2-4-2 المنافسة كشرط إيجابي:

على نهج "ألدرمان " المنافسة هي حافز يسمح للشخص التطور فهي إحدى الدوافع التي تسمح للشخص أن يصل إلى نتيجة مسرفة وبذلك تتطور. (**JurgenWeinécle, 1997, p27**)

2-4-3 المنافسة كوسيلة للتطور:

حالة الشخص في المنافسة تكون متعلقة مباشرة بما يحيط به، إذ سلوكيات ومعاملات الفرد يمكن أن تتغير حسب معاملات رفقائه ،مدربين، منافسين، ومتفرجين. (**Ruchard, p99**)

2-4-4 المنافسة كوسيلة للتقييم:

تعتبر المنافسة كوسيلة لتقييم المستوى وفعالية التدريب وبالتالي يمكن ملاحظة مختلف جوانب المنافسة مثل:

-تقييم مستوى اللياقة البدنية والقدرات النفسية في حالة المنافسة.

-تقييم مدى الحفاظ على التقنيات المكتسبة خلال المنافسة.

-إيجاد حلول للمشاكل التقنية والتكتيكية أثناء اللعب.

-المقارنة بين مستوى النتائج المركبة ومستوى النتائج المحددة. (نبيل محمد إبراهيم، 2004، ص3)

2-4 مفهوم السلوك التنافسي الرياضي:

إن الفريق الرياضي هو جماعة تسعى من خلال توحيد جهودها إلى تحقيق هدف مشترك و إن التعاون الصفة الغالبة لسلوك أعضاءه إلا أن التنافس لا غنى عنه في أي طريق و إن أسباب السلوك تكمن في الدوافع و خيرات التعلم و تغييرات النضج فالسلوك قصدي و ليس عشوائي " فهناك أغراض يسعى السلوك أن يحققها فإشباع الحاجات غرض يعمل السلوك إلى تحقيقه " (عدس قطامي ، 2000، ص 45)

للوصول إلى المستويات العالية من أهم الأمور التي تشغل عقل و فكر الرياضيين و المدربين ، لذلك ينبغي أن يتم الاهتمام بعملية التدريب الرياضي كونها عملية تربوية منظمة تخضع للأساليب و المبادئ ، مستفيدة من مبدأ التكامل بين العلوم و المعارف المختلفة التي تهدف للوصول باللاعب لتحقيق أفضل الإنجازات الرياضية في المواقف التنافسية في حدود ما تسمح به قدراته البدنية و الفيزيولوجية و الخططية و المهارية و النفسية و العقلية.

و السلوك التنافسي ذو طبيعة انجازية هادفة إلى الإشباع النفسي ، و لهذا تختلف دوافعه من حيث النوع و القوة و عن ذلك السلوك في التدريب و الترويح، فحالة هادفة إلى الاستعداد للتنافس ووجود الخصم و المشاهدين و غيرها من متغيرات الموقف التنافسي تستثير دافعية السلوك الرياضي للانجاز بطريقة تختلف تماما عن تلك الحالة التي تستثيره في التدريب و الترويح الرياضي، و هذا ما يفسر طبيعة السلوك التنافسي للرياضي باعتباره سلوكا انجازيا يتمثل في إشباع بعض الحاجات النفسية. (فوزي، 2006، ص235)

2-5 تعريف السلوك التنافسي الرياضي

يعرفه عنان " السلوك التنافسي جزء منة مركب الشخصية الكلية للاعب " و يضيف " إن السلوك التنافسي الناجح لجماعة الفريق هو حصيلة كفاءات أفراد جماعة الفريق " و تؤثر دافعية الانجاز في رفع مستوى طموح الفريق كجماعة لها هدف واحد . و يؤكد عنان" أن السلوك التنافسي يعتمد جزئيا على الطبقة الاجتماعية و الاقتصادية للفرد و يبدو التنافس لفرق منخفضة المستوى أو الطبقة في كثير من المواقف بصورة أكثر فعالية من جماعات مرتفعة المستوى أو الطبقة" (عنان، 2002، ص146)

و يضير علاوة إلى أن " السلوك الدافعي للممارسين للرياضة لا ينجم العوامل الشخصية بمفردها أو العوامل للمواقف بمفردها، و لكنه ينجم عن تفاعل بين هاذين المتغيرين. (ملاوي، 2002، ص146)

و يضيف فوزي " أن السلوك التنافسي يكون نتاجا للتفاعل بين دافعين متضادين، حيث يرتبط بكل سلوك إمكانية النجاح و ما يستثيره من الإحساس بالفخر، و إمكانية الفشل و ما يصاحبه من الإحساس بالخجل بمعنى أن السلوك التنافسي ينظر إليه كنتاج للتفاعل الانفعالي بين أماني الفوز و التخوف من الهزيمة " (**فوزي، 2006، ص242**)

و يعرف " فستنجر 1954 " السلوك التنافسي على أنه " استجابة لتفاعل حافزين من داخل الفرد، الحافز الأول صاعدا للأعلى لمواصلة تحقيق قدرات اللاعب و الحافز الثاني لمواصلة تقييم قدراته و المنافسين و الانفعالات " (**مطاوع، 1977، ص107**)

2-6 أهداف التنافس الرياضي:

إن عملية التنافس ضرورة اجتماعية لا بد منها , لأنها تجعل أفراد المجتمع في حركة ديناميكية دائمة و مستمرة و تسعى إلى تحقيق أهداف ايجابية التي من شانها أن تخلق لنا مجتمع متماسك من جميع الجوانب و تدفعه إلى الاستمرار في التطور , البحث ,التحديد ,والابتكار ,ومن الأهداف نذكر :

1- التهيئة و التربية و الإدماج الاجتماعي لكافة الشباب عن طريق تنافس سليم.
2- توعية وتهذيب في سلوكات الأفراد للتأقلم مع المستجدات الحديثة.
3- المساعدة الكاملة على كشف و إبراز المواهب و القدرات الرياضية الخفية.
4- بلوغ التفوق في جميع الميادين من اجل ضمان التأهل و الفوز.
5- خلق جو رياضي يسوده التفاهم و الحركة و النشاط و الحيوية طيلة فترات الأداء.
6- تنظيم وتطوير كل الممارسات و النشاطات البدنية و الرياضية.
7- تنظيم و تطوير وتدعيم جميع الألعاب و النشاطات ضمن الاختصاصات الرياضية.
8- تعزيز و تطوير جميع الألعاب.
9- تجنب جميع أنواع الركود الحركي الذي من شأنه عرقلة مشاركة الرياضيين في نشاطات و مسابقات.
10- تحقيق نتائج رياضية جد مرضية و متطلبات الحياة الرياضية (**الجريدة الرياضية ,, 1995، العدد، المادة 11**)

خلاصة

تختلف مفاهيم المنافسة من رياضة إلى أخرى و تختلف طرق استخدامها عند المدربين فهناك من يستخدمها طريقة للتدريب و هناك من يستعملها كشرط إيجابي للقضاء على الملل خلال الحصص التدريبية ، و هناك من يستخدمها كوسيلة للتطور و وسيلة لتقييم مستوى اللاعبين الذين يدربهم و مدى نجاعة برنامجه التدريبي.

3- السرعة

تمهـــيد:

تعتبر السرعة أحد أهم مكونات اللياقة البدنية فهي من العوامل الحاسمة التي تؤثر بشكل مباشر ومستمر على نتيجة المنافسات الرياضية (الفردية والجماعية) فمثلا في كرة القدم نشاهد كثيرا مثن المواقف الهجومية والدفاعية طوال المباراة يكون لعامل السرعة الحد الفاصل في ترجيح أحد اللاعبين على الآخر و عامل السرعة هو أحد مميزات الشباب الواضحة لأنه من الملاحظ ازدياد هذا العامل حتى سن الثالثة و العشرين تقريبا في الوقت الذي تستمر فيه قوة التحمل في الازدياد .. و تتطلب تدريبات السرعة قدرا من النشاط العصبي أكثر مثن تدريبات القوة و لهذا يمتاز اللاعبون الذين يتدربون على السرعة باليقظة و الحساسية و يمكن الوصول إلى السرعة بالتدريب على منافسات العدو و التتابعات المختلفة.

و يدخل تحت نطاق السرعة ما يسمى بسرعة رد الفعل و هي عبارة عن الفترة الواقعة بين المؤثر و التنبيه و تعتبر السرعة التي يستغرقها رد الفعل عاملا هاما في الرياضة عموما تساعد على تجنب استخدام العضلات التي لا حاجة لعملها في أداء حركة ما. كما أنها تدل على التوافق العضلي العصبي عند الرياضي .

3-1 مفهوم السرعة:

هو مصطلح عام يستخدم في المجال الرياضي للإشارة إلى الاستجابات العضلية الناتجة عن التبادل السريع بين حالتي الانقباض و الارتخاء العضلي

و يفهم تحت مصطلح السرعة في المجال الرياضي ، تلك المكونات الوظيفية الحركية التي تمكن الفرد من الأداء الحركي في أقل زمن ، و ترتبط السرعة بتأثير الجهاز العصبي و من جهة أخرى بتأثير الألياف العضلية ، و يهدف تدريب السرعة إلى رفع كفاءة كل من الجهاز العصبي و العضلة بالإضافة إلى بعض العوامل الأخرى. (**أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، ص 178**)

أما عن مفهوم المدرسة العربية بالنسبة للسرعة فانه يعني قدرة الفرد على أداء حركات متكررة من نوع واحد في أقل رمن ممكن كالعدو في ألعاب القوى و الدراجات و السباحة و التجديف. (**كمال عبد الحميد ، ط 3 ، 1997 ، ص77**)

3-2 تعريف السرعة:

المقصود بالسرعة قدرة الفرد على أداء حركات متكررة من نوع واحد في أقصر زمن ممكن سواء صاحب ذلك انتقال الجسم أو عدم انتقاله.

حيث يعرف " فراي" سنة (1977م) أنها القدرة على انجاز الفعال الحركية في أقل فترة زمنية ممكنة مع الأخذ بعين الاعتبار الظروف الخارجية و ذلك بفضل تحرك وسير الجهاز العضلي و قدرة العضلات. (**إبراهيم شعلان ، ص 128**)

3-3 أنواع السرعة:

يمكن تصنيف السرعة إلى الأنواع الرئيسية التالية:

- ✓السرعة الحركية.
- ✓السرعة الانتقالية.
- ✓سرعة الاستجابة.

السرعة في كرة القدم لا تقتصر على نوع واحد من الحركات ,وإنما هي تدخل في جميع مقتضيات اللعبة منها الحركات المتكررة للتهديف والفعاليات المركبة لحركة استلام والتمرير الكرات بأنواعها والاستجابات الحركية للمواقف المختلفة والمتغيرة للعبة .وعليه يمكن أن نقسم السرعة إلى ما يلي:

3-3-1 سرعة الانتقال (السرعة القصوى):

ويقصد بها سرعة التحرك من مكان إلى آخر في اقصر زمن ممكن .إن العدد الكبير من الحركات هو الشرط الأساسي للسرعة القصوى,فكلما زاد إنتاج الحركات بأسلوب وتكتيك جيد كلما ازدادت نسبة السرعة القصوى.

(كورت ماينل1987 ص152)

3-3-2 سرعة الحركة (سرعة الأداء):

والتي تتمثل في انقباض عضلة أو مجموعة عضلية لأداء حركة معينة في اقل زمن ممكن مثل حركة ركل الكرة,و حركة التصويب نحو المرمى ,أو المحاورة بالكرة ,أو سرعة استلام وتمرير الكرة ,أو سرعة المحاورة و التمرير.

(أبو العلا عبد الفتاح وإبراهيم شعلان ، 1994 ، ص47)

ويقصد بها كذلك أداء حركات ذات هدف محدد لمدة واحدة أو لعدد متوالي من المرات في اقل زمن ممكن، أو أداء حركة ذات هدف محدد في أقصى عدد من المرات في فترة زمنية قصيرة ومحددة.

وهذا النوع من السرعة غالبا ما تشمل المهارات المغلقة التي تتكون من مهارة حركية واحدة ،والتي تؤدى لمرة واحدة مثل حركة ركل الكرة وحركة التصويب الكرة أو حركة المحاورة بالكرة ،كما تتضمن حركات تشمل على أكثر من مهارة حركية واحدة مثل سرعة استلام وتمرير الكرة (خذ وهات) أو سرعة المحاورة وتصويب الكرة .

وفي بعض الأحيان يطلق على هذا النوع من السرعة مصطلح سرعة حركة أجزاء الجسم,نظرا لأنه يختص بأجزاء ومناطق معينة من الجسم ,فهناك السرعة الحركية لذراعان والسرعة الحركية للرجلين ،وعموما تتأثر السرعة الحركية لكل جزء من أجزاء الجسم بطبيعة العمل المطلوب واتجاه الحركة المؤداة . **(ريسان مجيد خريبط ، 1989 . ص79)**

إن السرعة الحركية ضرورة من ضرورات كرة القدم و خاصة سرعة استلام الكرة وتمريرها و تهديفها وكذلك سرعة القفز وسرعة الاقتراب من الخصم .لذلك فان السرعة الحركية تأتي نتيجة القوة العضلية، فاللاعب يحتاج إلى قوة اكبر في

عضلات رجليه ، لذا فعلى المدرب عندما يهدف إلى تحسين سرعة أداء اللاعب أن يهتم بتنمية القوة .
(سامي الصفار وآخرون ،1987 . ص237)

3-3-3 سرعة رد الفعل (سرعة الاستجابة):

ويقصد بها سرعة التحرك لأداء حركة نتيجة ظهور موقف أو مثير معين .مثل سرعة بدء الحركة لملاقاة الكرة بعد تمرير الزميل، أو سرعة تغيير الاتجاه نتيجة لتغير موقف مفاجئ أثناء المباراة. (بوداود عبد اليمين ، ص13)

إن سرعة رد الفعل هي انعكاس وظيفي لكفاءة الجهاز العصبي المركزي,حيث يعرفها "فانيار" بالزمن الواقع ما بين أول أداء الحركة حتى اكتمالها.
وفي مجال اللعبة فإنها تتمثل في قدرة اللاعب على سرعة الاستجابة لأي مثير خارجي كالكرة أو منافس ومقدرة اللاعب على سرعة التصرف نتيجة لتحركهم ,وتتوقف هذه الصفة لدى اللاعب على سرعة التصرف بسلامة حواسه ,ومقدرته على صدق التوقع وسرعة التفكير وسرعة الأداء الحركي. (ريسان مجيد خريبط ، ص65)
وخلاصة القول فان اللاعب بحاجة إلى هذه الأنواع الثلاث من السرعة لأنها تحدث باستمرار أثناء المباراة .فسرعة الانتقال يحتاجها اللاعب عند الانتقال من مكان إلى آخر في اقصر زمن ممكن.

أما السرعة الحركية فتتمثل في أداء المهارات الحركية بسرعة كاستلام وتمرير الكرة, أو سرعة الاقتراب والقفز لضرب الكرة بالرأس.

أما سرعة الاستجابة فتتعلق بمقدرة اللاعب على سرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لأي مثير خارجي سواء كانت الكرة أو اللاعب الخصم.

ويمكن التدريب على السرعة عن طريق العدو السريع لمسافات قصيرة بتكرارات مختلفة,بالإضافة إلى سرعة أداء التصويب والخداع والتمرير من المواقف المختلفة ,وسرعة الاستجابة لتلك المواقف بسرعة اخذ المكان المناسب وسرعة تغيير المراكز , وسرعة تنفيذ الواجبات الخططية كخلخلة الدفاع وخلق فرص للتسديد وإحراز الأهداف .

3-4 أهمية السرعة:

لعنصر السرعة أهمية كبرى في معظم ألوان النشاط البدني، وتعد المكون الرئيسي لسباقات القصيرة في ألعاب القوى والسباحة، كما أنها ضرورية في سباق الدراجات والتجديف وكرة القدم والسلة واليد والهوكي.
لقد اهتم العلماء بالسرعة ووضعوها ضمن مكونات معظم اللياقات المختلفة، فقد أجمع 50%من 30عالم على أنها أحد مكونات الرئيسية للياقة البدنية (مسح علمي أجري عام ،1978)كما أقر تسعة علماء من عشرين أنها ضمن مكونات القدرة الحركية (مسح علمي أجري عام 1977)كما اتفق كل من كلارك و لارسون و يوكموبيوتشر و

كازنزوهاجمان و ولجووس على أن السرعة تعد مكونا أساسيا في اللياقة الحركية، كما أضافها كلارك ضمن مكونات القدرة الحركية العامة.

وترتبط السرعة بالعديد من المكونات البدنية الأخرى، ويكن اعتبار السرعة والقوة متلازمتين في معظم ألوان النشاط البدني، حيث أن القوة الممزوجة بالسرعة تكون القدرة أو القوة المتفجرة ، كما أن السرعة ترتبط بالرشاقة والتوافق والتحمل ويظهر واضحا ذلك في كرة القدم والسلة واليد. (**كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسنين، 1997ص 9**)

3-5 مبادئ وطرق تنمية السرعة:

تكمن هذه الطرق والمبادئ فيما يلي :

1- أن تطوير معدل السرعة يعتمد أساسا على بذل المجهود .وأيضا التصميم و قوة الإرادة كأن يضغط اللاعب على نفسه حتى يصل إلى أعلى كفاءة ولذلك لا بد من وجود الحافز الخارجي والحقيقي أثناء التدريب على السرعة وذلك عن طريق التقويم والقياس أو المسابقات المختلفة .

2- التدرج والإيضاح لإيقاع كمية الحركة أثناء التدريبات على السرعة وذلك بأن تقسم مراحل التقدم إلى وحدات تدريبية وعلى فترات ويقصد بالإيضاح مدى البطء والزيادة في سرعة الحركة .

3- لتجنب تقلص العضلات و الأربطة لا بد من تهيئة اللاعب نفسيا لسرعة الأداء وكذلك بعد تسخين وتجهيز جيد ليصبح التدريب على السرعة فعالا. (**طه إسماعيل، 1989، ص 119-120**)

4- في مختلف الألعاب وخاصة كرة القدم وجد أن السرعة العالية يمكن أن تصل إلى لا شيء أي لا تحقق أي عائد من خلال اللعب بسبب الحالة النفسية السيئة التي تظهر في أداء اللاعبين

5- لتطوير الأداء نوصي بالتركيز على التدريب بدون كرة فهي طريقة تصل باللاعب لقمة الأداء واستمرار التقدم.وفي نفس الوقت يجب التدريب بالكرة لتحويل الأداء إلى نشاط عملي أثناء المباريات لتنمية سرعة الانتقال بالكرة أو الجري بالكرة مع المحاورة . (**بطرس رزق الله، ص 12 -13**)

6- إن عنصر السرعة من الممكن أن يفقد نسبيا من حيث المستوى إذ لم يستمر التدريب عليه بدرجة مناسبة خلال مراحل وفترات التدريب السنوي. (**waeineckjurgain , 1986**)

خلاصة:

نستنتج أن السرعة عنصر مهم في رياضة كرة القدم فهو يساهم في إعطاءها مزيدا من الجمالية، و لذلك يجب الاهتمام بهذا العنصر خاصة في الفئات السنية الصغيرة.

4- كرة القدم

تمهيد

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا في العالم و أقدمها شهرة. فالآلاف من عشاقها يذهبون إلى الملاعب لتشجيع فرقهم المفضلة ، بينما الملايين من الناس يشاهدون هذه الرياضة على التلفاز, حيث يعتبر كأس العالم لكرة القدم أكبر محفل دولي في مجال هذه اللعبة الرياضية, و يطمح كل بلد في العالم في الحصول عليه، وقد مرت تلك الرياضة بعدة تطورات هائلة إلى أن وصلت إلى ما عليها من متعة وتكتيك حديث ودراسة, كما مرت بعدة مراحل تطورت فيها من ناحية قوانينها وطريقة لعبها ونظرة العالم لها .

4-1 تعريف كرة القدم:

✓ **التعريف اللغوي:**

كرة القدم " football " هي كلمة لاتينية و تعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرون هذه الأخيرة ما يسمى عندهم بال " rugby " أو كرة القدم الأمريكية.

✓ **التعريف الاصطلاحي:**

"كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل، كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع1 ."

وقبل أن تصبح منظمة، كانت تمارس في أماكن أكثر ندرة (الأماكن العامة، المساحات الخضراء) فتعد لعبة أكثر تلقائية والأكثر جاذبية على السواء، حيث رأى ممارسو هذه اللعبة أن تحويل كرة القدم إلى رياضة انطلاقا من قاعدة أساسية.

ويضيف " جوستاتيسي " سنة 1969 أن كرة القدم رياضة تلعب بين فريقين يتألف كل فريق من إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة وذلك فوق أرضية ملعب مستطيلة . (**رومي جميل، ط 1،1986، ص50 –52**)

4-2 كرة القدم في العالم و في الجزائر :

✓ **نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم:**

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعا في العالم، وهي الأعظم في نظر اللاعبين والمتفرجين.

نشأت كرة القدم في بريطانيا وأول من لعب الكرة كان عام 1175 م من قبل طلبة المدارس الانجليزية، وفي سنة 1334 م قام الملك – إدوار الثاني – بتحريم لعب الكرة في المدينة نظرا للإزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة 1453م (خطر للانعكاس السلبي – من طرف – إدوارد الثالث – و ريدشارد الثاني وهنري الخامس1373) لتدريب للقوات الخاصة.

لعبت أول مباراة في مدينة لندن (جاربز)بعشرين لاعب لكل فريق وذلك في طريق طويل مفتوح من الأمام ومغلق من الخلف حيث حرمت الضربات الطويلة والمناولات الأمامية كما لعبت مباراة أخرى في(أتون Eton) بنفس العدد من

اللاعبين في ساحة طولها 110 م وعرضها 5,5 م وسجل هدفين في تلك الفترة المباراة بدئ وضع بعض القوانين سنة 1830م بحيث تم على اتفاق ضربات الهدف والرميات الجانبية وأسس نظام التسلسل قانون هاور (Ha Our).

كما أخرج القانون المعروف بقواعد كامبردج عام 1848 م والتي تعتبر الخطوة الأولى

لوضع قوانين الكرة وفي عام 1862 م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان

"اللعبة الأسهل"، حيث جاء فيه. تحرم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة اتجاه خط الوسط حين خروجها، وفي عام 1863 م أسس إتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888 م (كأس إتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستخدام الصفارة وفي عام 1889 م تأسس الاتحاد الدنمركي لكرة القدم وأقيمت كأس البطولة ب 15 فريق دنمركي كانت رمية التماس بكلى اليدين.

في عام 1904 تشكل الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا، بلجيكا، سويسرا، دانمرك، أول بطولة كأس العالم أقيمت في الأوروغواي 1930 وفازت بها . (**موقف مجيد المولي ، 1999 ، ص9**)

✓ **نبذة تاريخية عن كرة القدم في الجزائر**

تعتبر كرة القدم من أول الرياضات التي ظهرت في الجزائر، والتي اكتسبت شعبية لا نظير لها، وهذا بفضل الشيخ" عمر بن محمود على رايس "الذي أسس أول فريق رياضي عام 1895 م وسماه طليقة الحياة في الهواء الكبير " وقد أسس أول فرع للجمعية الرياضية للفريق السابق وعام 1917 وفي سنة 1921 أسس أول فريق رسمي لكرة القدم وهو مولودية الجزائر عميد الأندية الجزائرية غير أنه هناك من يقول أن النادي الرياضي القسنطيني CSC قد أسس قبل 1921م .

لقد كان تأسي فترة الاستعمار ركزت الجمعيات والحركات الوطنية على كرة القدم كإحدى الوسائل على صد الاستعمار، حيث كانت الم قابلات التي تجرى تعطي فرصة لأبناء الشعب الجزائري للمجتمع و التجمهر والتظاهر بعد كل لقاء حيث وقعت سنة 1956اشتباكات بين الجنود الفرنسيين والمناصرين وهذا نهاية المباراة التي جمعت مولودية الجزائر وفريق أورلي من" سانت أوجان "بولوغين حاليا، وبعد هذا جمدت اللعبة

إلى ما بعد الاستقلال حيث تأسست الفيدرالية الجزائرية لكرة القدم في 18 سبتمبر 1962م وكان تنظيم أول دورة كروية بتاريخ 31 أكتوبر 1962 بمناسبة تأسيس مجلس الرياضة تحت أشراف الدكتور محمد معوش كما نظمت أول بطولة جهوية خلال موسم 62 -1963أين فاز بها فريق" الاتحاد الرياضي الإسلامي الجزائر" في سنة 1963 نظمت أول كأس جمهورية، أين فاز بها" وفاق سطيف " في سبتمبر 1964كانت أول انطلاقة للبطولة الوطنية 1975 م تحصل المنتخب الوطني على أول ميدالية ذهبية في إطار ألعاب البحر التي نظمت بالجزائر اثر فوزها على المنتخب الفرنسي بنتيجة (3 – 2) وبعد فترة الستينات جاءت فترة الإصلاح الرياضي من 76 إلى 1985 والتي شهدت قفزة نوعية في تاريخ تطور القدم الجزائرية بفضل ما توفر لها من إمكانيات مادية، الملاعب في مختلف ولايات الوطن (ملعب 5 جويلية مثلا)، وقد كان من نتائج هذا الإصلاح تحصل المنتخب ا لوطني على الميدالية البرونزية في أطار ألعاب البحر

المتوسط التي أقيمت في يوغسلافيا. ومنذ نهاية التسعينات وعقب تتويج الفريق الوطني بكأس إفريقيا للأمم دخلت الكرة الجزائرية في أزمة خانقة، عبر عنها هزالة النتائج المحققة على الأصعدة الجهوية والعالمية، وقد كانت هذه الأزمة ناجمة عن عدم الاستقرار العام الذي مس البلاد ككل، والقطاع الرياضي على الخصوص حيث سادت الارتجالية في التسيير، وغابت سياسة واضحة في تكون وتأطير الرياضيين فضلا عن عدم استقرار الهيئات لهذا القطاع. ونظرا عن عدم استقرار الهيئات لهذه القطاع.

ونظرا لما آلت إليه كرة القدم الجزائرية من تردي في المستوى، استحدثت مؤخرا قسم ممتاز محاولة للرفع من مستوى الممارسة الكروية في بلادنا، غير أ، استقدام عميد المدربين **سعدان رابح** جاء بالجديد من الناحية الفنية والتكتيكية محاولة منه إرجاع القاطرة إلى السكة، ومحاولة في ال نهوض بالكرة الجزائرية للعودة إلى ما كانت عليه في الثمانينات، كما أصبحت بطولة القسم الأول ب 17 فريق مما يدل على بداية انتعاش الكرة واسترجاع حيويتها . (**رومي جميل ، ص 33**)

4-3 المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأي لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب.

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير، على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيف سليم بمختلف الطرق، ويكتم الكرة بسهولة ويسر، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبين ، ويحاور عند اللزوم، ويتعاون تعاونا تام مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق.

وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو في الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقننا لجميع المبادئ الأساسية إتقانا تاما ، وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة، كما يجب الاهتمام بها دائما عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب. (**حسن عبد الجواد، ص 25-27**)

4-4 أهمية كرة القدم في المجتمع

إن للتربية البدنية والرياضية دور كبير داخل المجتمع، اذ تعتبر وسطا جيدا لحدوث التفاعل الاجتماعي بين أفراده، وكرة القدم باعتبارها رياضة جماهيرية تؤدي بدورها أدوارا عديدة.

فالرياضة لم تقتصر على الترفيه واللهو فقط، فكرة القدم لها علاقة بالجانب السياسي فأصبحت مختلف الهيئات السياسية في العالم تحاول كسب أكبر عدد من الجمعيات الرياضية لصالح أهدافها السياسية، كما تلعب دورا هاما في التقارب بين مختلف وجهات النظر، والتخفيف من حدة النزاعات، مثلما جرى بين أمريكا وإيران في مونديال1998 (مونديال فرنسا). (**أمين أنور الخولي، 1996 ص83**)

- **الدور النفسي التربوي**

تلعب كرة القدم دورا هاما في سد الفراغ القاتل الذي يعاني منه الأفراد، كما تلعب كذلك دورا هاما في ترقية المستوى الأخلاقي للأفراد، ونذكر أهم هذه المواصفات الأخلاقية كالروح الرياضية تقبل الآخرين، اكتساب المواظبة الصالحة تقبل القيادة والنظام ، حيث اتفق علماء التدريب والمعنيين بشئون كرة القدم على أنه هناك عناصر أساسية تساهم في تربية اللاعب نفسيا وسيكولوجيا، فكرة القدم تربي الفرد وتقوي أخلاقه، ففي العملية الرياضية تكمن العملية التربوية والتدريبية، واللاعب في كرة القدم يعتبر المدرب هو العنصر الأساسي والأكثر تأثيرا في تربية نفسية وأخلاقية لأن المدرب يعتبر كمرجعية أخلاقية للاعبين، حيث هو المسئول و بشكل مباشر عن إعداد اللاعبين بدنيا ونفسيا، وهو الشخص الواحد والوحيد القادر على اكتشاف مواهبه م وبالتالي، الأخذ بيدهم وتوجيههم لغرض إيصالهم إلى أعلى المستويات.

لذا بات ومن الواضح بأن المدرب الناجح هو ذلك الذي يكيف اللعبة لما يحويه اللاعب من إمكانيات وكذلك ا لمدرب الناجح هو الذي يتمتع بصفات وخصائص تنعكس على سلوكيات وتصرفات البدنية في كل مراحل الإعداد السيكولوجي والبدني وكذلك قبل وأثناء المباراة وكذا المدرب الطموح هو الذي يريد أن يؤثر تأثيرا ايجابيا في كل دقائق المراحل العملية التدريبية، وأن يعم هذا التأثير على اللاعبين، يجب أن يطلع على كل ما من شأنه أن يحدث التكامل في عمله وعمل اللاعبين ونستخلص هنا أن نفسية اللاعب

منوطة بالدور الاستراتيجي للمدرب لأن هذا الأخير هو القدوة وهو المؤثر الأقوى على أداء اللاعبين وعطائهم في المستويين البدني والضبط (الانضباط السلوكي) .

- **الدور الاجتماعي**

كرة القدم هي نظام اجتماعي بحيث تقدم لنا شبكة معتبرة من العلاقات بشتى أنواعها، سواء الخاصة بالفرد في حد ذاته، أو بين نختلف أفراد المجتمع كالتعاون والمثابرة التعارف، الحب، الصداقة، الأمانة، التسامح....الخ.

ولأهمية هذا الموضوع أي الموضوعة في العلاقات الاجتماعية الرياضية، اتجهت أنظار الباحثين والمعنيين بالعملية الترفيهية و العلاقاتية الرياضية التي تنتجها كرة القدم تسلط الضوء على ذلك المؤثرات المنطوية تحت تأثير لعبة القدم في الميدان الاجتماعي من دراسات وأبحاث و تقصيات حيث أن الدراسة في هذا المجال وإلى وقت قريب كان فعلا في هذا الجانب ذو تأثير بالغ الأهمية فالعلاقات التي تنشئ بين اللاعبين كثيرا ما تطورت بعد المباريات وبعد انتهاء المشوار الرياضي لهذا يجعلنا نقرأ كرة القدم لها تأثيرات نوعية.

ونظرا لأهمية الدراسات والبحوث إلا أن لا يمكن أن نأخذ كل تأثيرات اللعبة فنحن نكتفي بالتأثيرات الايجابية (التعاون، الإخاء، التكامل، الحب، التعارف، ...) هذه السمات التي من شأنها إحداث التقرب بين اللاعبين والذي يعود بدوره في الأهمية على الجماهير والنوادي كحد سواء.

لقد أصبح العديد من الباحثين أن القائد هو الشخص الذي يكون له تأثيره في الجماعة كأكثر عضو آخر من حيث تحديد الهدف وتنفيذه وكما أثبتت الدراسات على أن الجماعة الواحدة والموحدة من شأنها التأثير في النادي وهنا

نستخلص أن الفريق الذي يشكل جماعة واحدة، متفهمة ومنسقة في عملها من شأنها إحداث التغيير في أية لحظة حاسمة،لكن بشرط أن يكون لأي جماعة قائد يقتدي به ويتبع حتى تتميز هذه الجماعة، وأن يكون لهذه علاقات صلبة ومفيدة وكذا ألا تتباين أهدافها وتتباين الظروف (نفس الهدف ..).

- **الدور الاقتصادي**

أن الدور الذي تلعبه كرة القدم في المجتمع ، لم تزدد أهمية إلا مؤخرا، حيث ظهرت هناك دراسات متعددة حول اقتصاديات الرياضة، ويعتقد ستوكفيس Stocvis عالم اجتماع الرياضة الهولندي، أن كل تكامل المناشط الرياضية مع المصالح الاقتصادية، وقد أدى إلى احتلال الرياضة مكانة رفيعة في الحياة الاجتماعية، باعتبار أن كرة القدم إحدى الرياضات التي تحقق أدوارا اقتصادية عديدة (الإشهار، التمويل، مداخيل المنافسات، أسعار اللاعبين ...) وقد تعاظم هذا الأمر مع مرور الوقت.

وإذا تجاوزنا هذه النظرة ودرسنا هذه النقطة من الناحية العملية والتطبيقية حيث أن الفرق الرياضية والنوادي، تكتسب قيم معينة من المال جراء عمليات الإشهار والترويج لسلع المتعاملين الاقتصاديين والممولين للنوادي الرياضية وغيرها، ولكن نحن في هذه النقطة نفضل الكلام عن تلك الفرق النوادي التي تحولت من نوادي رياضية وفرق إلى شركات ذات أسهم وهذه تجربة روسية أو أمريكية عامة، وهناك بعض النوادي

الجزائرية التي تحاول تحويلهم إلى شركات ذات أسهم، ونحن نعلم الفائدة الكبرى عند تطبيق هذه الإستراتيجية حيث يكون من حق هذا النادي إنشاء مؤسسات أخرى منطوية تحت شعار هذه الشركة ذات أسهم حيث يكون من حقها إنشاء مؤسسات لصنع ألبستها وصنع كراتها وكذا فنادق لإقامة لاعبين، وأصبح النادي أغنى من ذي قبل، فهنا يتجلى لنا أهمية الدور الاقتصادي للنوادي الرياضية، خاصة الكروية منها. (**أمين أنور الخولي، ص86-87-88**)

خلاصة

من خلال ما سبق ذكره في هذا الفصل ما هو إلا إشارة إلى الأهمية التي يلعبها التدريب بالمنافسة حيث قمنا بإعطاء تعريف وأهدافه ومكوناته إضافة إلى المدرب القائم و المسئول عن التدريب كما أيضا تطرقنا إلى السرعة وذلك من خلال تعريفها وأنواعها والوسائل التدريبية لتنميتها كما أيضا تكلمنا على كرة القدم كتعريف ثم نبذة تاريخية وصول إلى أهداف كرة القدم، إن ما تطرقنا إليه في هذا الفصل ما هو إلا مقدمة لما سوف نتطرق إليه في الجانب التطبيقي.

5- خصائص المرحلة العمرية (9 – 12 سنة)

5-1 مفهوم الطفولة المتأخرة (9-12سنة) :

هي مرحلة إتقان الخبرات والمهارات اللغوية الحركية ، والعقلية السابق اكتسابها، حيث ينقل الطفل تدريجيا من مرحلة الكسب إلى مرحلة الإتقان، والطفل في حد ذاته ثابت وقليل المشاكل الانفعالية, ويميل الطفل ميلا شديدا إلى الملكية التي بدا في النمو قبل ذلك، كما يتجه إلى الانتماء إلى الجماعات المنتظمة بعد أن كان يميل قبل ذلك لمجرد الاجتماع لمن في سنه. (**عبد الرحمان عيساوي، 1992، ص15**)

إن طفل هذه المرحلة يأخذ الأمور بجدية تامة ،ويتوقع الجدية من الكبار، إذ نجد هناك صعوبات يجدها الكبار في معاملتهم له، وخاصة أننا نتذبذب في هذه المعاملة، فتارة نطلبه أن يكون كبيرا، وتارة أخرى نذكره انه مازال طفلا صغيرا، فإذا بكى مثلا، عاتبناه لأنه ليس بطفل صغير، و إذا ابتعد عن المنزل عاتبناه لأنه طفل صغير.

ولما كانت معايير الأطفال في هذا السن تختلف عن معايير الكبار، يعكس المراهق أو طفل الرابعة أو الخمسة، الذي يسعى في إرضاء من حوله وتقديرهم ،ولما كانت هذه المرحلة من السن تتميز يبدأ انطلاقه خارج المنزل فيصبح إرضاء أصدقاءه أهم في إرضاء والديه.

و نظرا لطاقة النشاط التي تميز أطفال هذه المرحلة، نجد أن الطفل يصرف جل وقته خارج المنزل في اللعب، ويصعب على الأسرة وعلى الكبار انتزاعه من بين أصدقاءه في اللعب. (**سعد جلال، 1991، ص198**)

5-2 مميزات الطفولة (9-12سنة) :

من أهم مميزات هذه المرحلة نجد:

- اكتساب المهارات اللازمة للألعاب العدية.
- إدراك دوره مذكر أو مؤنث.
- تنمية المهارات الأساسية للقراءة، والكتابة والحساب.
- تنمية المفاهيم اللازمة للحياة اليومية.
- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.
- اقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث،كما أن الاختلاف بين الجنسين غير واضح . (**سعد جلال، ص200**)

ويعتبر العلماء أن في هذه المرحلة يتحسن التوافق العضلي والعصبي لدى الطفل وكذالك الإحساس بالاتزان، ويمكن القول أن النمو الحركي يصل إلى ذروته، كما تعتبرانها المرحلة المثلى للتعلم الحركي واكتساب المهارات الحركية .

(**محمد مصطفى زيدان، 2001، ص3**)

5-3 خصائص وسمات النمو لدى الطفل (9-12سنة) :

5-3-1 النمو النفسي:

مع دخول الطفل المدرسة الابتدائية، أي الفترة ما بين السادسة والثانية عشر، يزداد إحساسه بهويته وبصورة ذاته وقدرته على امتداد الذات، وسرعان ما يتوقع الطفل أن ما هو متوقع منه خارج المنزل يختلف إلى حد كبير عما هو متوقع منه داخل المنزل، فمستويات الرفقاء في اللعب والمشي والكلام والملبس جديد عليه. (**محمد عوض بسيوني، 1992، ص142**)

ثم هو يحاول أن يندمج مع الشلة في عالم الواقع، ونجده يرتبط بالمعايير الخلقية وأحكام اللعب، ويتبعها بكل دقة، ويكون راضيا على نفسه بنمو صورة ذاته والإحساس بها . (**سيد محمد غنيم، 1976، ص93**)

بالإضافة إلى ذلك فان الأطفال في هذه المرحلة يبدُون في انشغال بعض اهتمامهم وميولهم مع غيرهم من الناس، كأصدقائهم وزملائهم في المدرسة بدلا من أن يكونوا منطويين على أنفسهم، وفي هذا الوقت تتاح لهم أول فرصة لتنمية مشاعر الحب والمتعة والتعلق بالرفاق وعالمهم الذي يبدأ بالاتساع، ولو انه لا يزال صغيرا ومعروفا.

(**سيد خيري، 1976، ص75**)

وفي نظر عبد الرحمان عيساوي" 1992" فإن الطفل في هذه المرحلة يمتاز بالهدوء والاتزان، فهو لا يفرح بسرعة كما كان في المراحل السابقة، فهو يفكر ويدرك ويقدر الأمور المثيرة للغضب، ويقتنع إذا كان مخطأ، كذلك يتغير موضوع الغضب، فبدلا من الانفعال بسبب إشباع الحاجات المادية، تصبح الإهانة والإخفاق من الأمور التي تثير انفعالاته, أي بمعنى الأمور المعنوية. (**عبد الرحمان عيساوي، ص30**)

5-3-2 النمو الجسمي:

يمتاز النمو الجسمي بالسرعة، حيث يتضاعف وزن الطفل في نهاية السنة الأولى، ثلاث أمثال وزنه عند الميلاد، وفي السنة الخامسة يصل إلى ستة أمثال وزنه عند الميلاد، وبنفس السرعة ينمو الطول، العضلات المختلفة وحجم المخ وغير ذلك من مظاهر الجسم بعد ذلك يبدأ النمو بالتباطؤ باقتراب الطفل من مرحلة الطفولة المتأخرة إلى نضج الجهاز العصبي في الطفل إلى نضج الأعضاء الدقيقة كالأصابع.

وكذا تنمو أعضاء الجسم الإنساني خلال الطفولة بنسب مختلفة وتتأثر في نموها بعوامل عدة، لكن أكثر مظاهر النمو ارتباطا بالعمر الزمني وتأثيرا به هو نمو الطول ونمو الجسم، ولذلك يقاس النمو الجسمي بالنسبة للعمر الزمني إلى معدل النمو الطولي و الوزني، وفي نهاية السن العاشر تبدأ طفرة نمو البنات إذ يلاحظ في السن الحادية عشر أن البنات يكون أكثر طولا وأثقل وزنا من الذكور. (**سيد خيري، ص25**)

-الفروق الفردية:

تبدو الفروق الفردية واضحة، فجميع الأطفال لا ينمون بنفس الطريقة أو بنفس المعدلات، فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبيا في الطول والبعض الآخر في الوزن بما يؤدي إلى تنوع الأنماط الجسمية العامة مثل (طويل، نحيف) أو (قصير، طويل) .

5-3-3 النمو العقلي المعرفي:

يطلق **جان بياجيه** على تفكير الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة مصطلح التفكير الإجرائي، بمعنى أن التفكير المنطقي للطفل في هذه المرحلة مبنيا على العمليات العقلية ويصل هذا الطفل إلى مرحلة ما قبل العمليات وتمتد من السنة الثانية

إلى السنة السابعة وتفكير في مرحلة العمليات العينية (7- 12) تفكير منطقي ولكنه تصور مرتبط بتصور الأشياء أو الأشياء نفسها إن هذا النوع الأخير من التفكير يصل إلى الطفل في المرحلة الرابعة والأخيرة من مرحلة النمو العقلي، ويخص بياجيه العمليات العقلية التي يستطيع طفل هذه المرحلة القيام بها بفضل ما حققته من نمو المعرفية في المرحلة السابقة بالعمليات التالية:

-القدرة على العودة إلى نقطة البداية في عملية التفكير.

مثال إذا كان: 2+2 =4

إذن: 4-2 = 2

القدرة على تنظيم أو تصنيف الأشياء في فئات مثل10-20-30-40- :وهكذا كلها وحدات عشرية.

ولخص "روبرت فيجر ست " مطالب النمو فيما يلي:

- اكتساب المهارات الأساسية في القراءة والكتابة والحساب.
- تعلم الدور الاجتماعي الملائم للطفل.
- تنمية المفاهيم الأساسية للحياة اليومية.
- تنمية القيم والمعايير الأخلاقية.
- اكتساب الاستقلال الذاتي. (**محمد عبد الرزاق شفق، 1985، ص43-44**)

يستمر في هذه المرحلة نمو الذكاء وينتقل فيها الطفل إلى التفكير المجرد، حيث يستخدم المفاهيم والمدركات، أي يصبح تفكيره واقعيا ويتحكم في العمليات العقلية دون المنطقية والمنطقية مع إدراك الأشياء بوصفها والقدرة على تقدير الأقيسة والكميات، ثم مع سن 12سنة ينمو لديه التفكير الاستدلالي، أي تظهر لديه أشكالا فكرية أكثر استنتاجا واستقراءا وتطورا، أي ظهور التفكير التركيبي الذي يؤدي به إلى استخدام المناهج لاكتشاف الواقع ثم بعد ذلك تنمو لديه بالتدريج القدرة على الابتكار. (**عبد الرحمان الوافي، 2004، ص30**)

5-3-4 النمو الحسي:

يكاد نمو الحواس يكتمل في هذه المرحلة، حيث يتطور الإدراك الحسي وخاصة إدراك الزمن، إذ يتحسن في هذه المرحلة إدراك المدلولات الزمنية والتتابع الزمني للأحداث التاريخية، ويلاحظ أن إدراك الزمن والشعور بمدى فتراته يختلف في الطفولة بصفة عامة عن المراهقة وعن الرشد والشيخوخة، فشعور الطفل بالعام الدراسي يستغرق مدى أطول من شعور طالب الجامعة، ويشعر الراشد والشيخ أن الزمن يولي مسرعا، وفي هذه المرحلة أيضا يميز الطفل بدقة أكثر بين الأوزان المختلفة, وتزداد دقة السمع وميز الطفل الأنغام الموسيقية بدقة ويتطور ذلك من اللحن البسيط إلى المعقد.

و يزول طول البصر ويستطيع الطفل ممارسة الأشياء القريبة من بصره (قراءة أو عمل يدوي) بدقة أكثر واحدة أطول من ذي قبل وتتحسن الحاسة العضلية بإطراء حتى سن) ،12(وهذا عامل أهم من عوامل المهارة اليدوية.

(**حامد عبد السلام زهران، 1999، ص269**)

5-3-5 النمو الحركي:

يطرد النمو الحركي، ويلاحظ أن الطفل في هذه المرحلة لا يكل ولكنه يمل, هذه المرحلة تعتبر مرحلة النشاط الحركي الواضح وتشاهد فيها زيادة واضحة في القوة والطاقة، فالطفل لا يستطيع أن يضل ساكنا بلا حركة مستمرة وتكون الحركة أسرع وأكثر قوة ويستطيع الطفل التحكم فيها بدرجة أفضل ويلاحظ اللعب مثل الجري والمطاردة وركوب الدراجة ذات العجلتين والعلوم والسباق والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل والتي تحتاج إلى مهارة وشجاعة أكثر من ذي قبل، وأثناء النشاط الحركي المستمر للطفل قد يتعرض لبعض الجروح الطفيفة.

ويميل الطفل إلى كل ما هو عملي فيبدو وكأن الأطفال عمال صغار ممتلئون نشاطا وحيوية ومثابرة ويميل الطفل إلى العمل ويود أن يشعر أنه يصنع شيئا لنفسه.

-العوامل المؤثرة في النمو الحركي:

تؤثر البيئة الثقافية والجغرافية التي يعيش فيها الطفل في نشاطه الحركي، فرغم أن النشاط الحركي للطفل في جميع أنحاء العالم متشابه بالمعنى العام فهم جميعا يجرون ويقفزون ويتسلقون ويلعبون، إلا أن الاختلافات الثقافية والجغرافية تبرز بعض الاختلافات في هذا النشاط من ثقافة إلى أخرى ويظهر هذا بصفة خاصة في أنواع الألعاب والمباريات.

ويؤثر المستوى الاجتماعي والاقتصادي ونوع المهنة في الأسرة في نوع النشاط الحركي للأطفال، فاللعبة التي يهتم بها طفل الأسرة الفقيرة تختلف كما وكيفا عن اللعبة التي تيسر لطفل الأسرة الغنية وطفل الأسرة التي بها اهتمامات موسيقية يختلف نشاطه الحركي عن نشاط طفل الأسرة ذات الاهتمامات الميكانيكية. (**حامد عبد السلام زهران، ص267-268**)

5-3-6 النمو الاجتماعي:

يقدم لنا "اريك سون" في كتابه (Childhood Joretey) نظرة جديدة التي كانت سائدة في عصره فبدلا من اتخاذ النمو الجنسي محورا لوصف وتقسيم النمو إلى مراحل كما فعل "فرويد" قام اريك سون بتتبع نمو الطفل بالمهام الاجتماعية أي من خلال تفاعل الشخصية بالمجتمع. ويقسم اريك سون النمو إلى ثمانية مراحل في خمس منها في الطفولة وثلاثة أخرى في سن البلوغ. والمراحل الخمسة هي:

- مرحلة الشعور بالثقة والأمان مقابل عدم الثقة (من الميلاد).
- مرحلة الشعور بالاستقلال مقابل الشك والخجل (من الثالثة من العمر)
- مرحلة الشعور بالثقة والتغلب عن الشعور بالذنب (من الخامسة من العمر).
- مرحلة الجد والاجتهاد ومقاومة الشعور بالنقص (من الثامنة من العمر).
- مرحلة الشعور بالكيان والهوية والتغلب على الشعور (من الثانية عشر من العمر). (**محمد مصطفى زيدان، ص61**)

يزداد تأثير جماعة الرفاق ويون التفاعل الاجتماعي مع الأقران على أشده يشوبه التعاون والتنافس والولاء والتماسك ويستغرق العمل الجماعي والنشاط الاجتماعي معظم وقت الطفل، ويفتخر الطفل بعضويته في جماعة الرفاق، ويسود اللعب الجماعي والمباريات.

ولكي يحصل الطفل على رضا الجماعة وقبولها له نجده يساير معاييرها ويطيع قائدها ويرافق زيادة تأثير جماعة الرفاق تناقص تأثير الوالدين بالتدريج. (حامد عبد السلام زهران، ص 276)

5-3-7 النمو الانفعالي:

تعتبر هذه المرحلة مرحلة هضم وتمثل الخبرات الانفعالية السابقة ومن مظاهره أن الطفل يحاول التخلص من الطفولة والشعور بأنه قد كبر، وهذه تعتبر مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي ولذلك يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم"مرحلة الطفولة الهادئة."

و يلاحظ ضبط الانفعالات ومحاولة السيطرة على النفس وعدم إفلات الانفعالات، فمثلا إذا غضب الطفل فانه لن يتعدى على مثير الغضب ماديا، بل يكون عدوانه لفظيا أو في شكل مقاطعة، ويتضح الميل للمرح، ويفهم الطفل النكتة ويطرب لها، وتنمو الاتجاهات الوجدانية.

ويكون التعبير عن الغضب بالمقاومة السلبية مع التمتمة ببعض الألفاظ وظهور تعبيرات الوجه، ويون التعبير عن الغيرة بالوشاية والإيقاع بالشخص الذي يغار منه ويحاط الطفل ببعض مصادر القلق والصراع ويستغرق في أحلام اليقظة وتقل مخاوف الأطفال وان كان الطفل يخاف الظلام واللصوص.

وقد يؤدي الشعور والخوف بتهديد الأمن والشعور بنقص الكفاية إلى القلق الذي يؤثر بدوره تأثيرا سيئا على النمو الفيزيولوجي والعقلي والنمو الاجتماعي للطفل. (حامد عبد السلام زهران، ص275)

5-4 الفروق الفردية بين الأطفال في السن (9 – 12سنة) :

تتميز مرحلة الطفولة المتأخرة بخصائص عامة تتشابه فيها كثير من الأطفال إلى جانب هذه الخصائص العامة نجد فروق فردية شاسعة بين أطفال هذه المرحلة وهي كما يلي: (خدم عوض البسيوني، 1992، ص31)

5-4-1 الفروق الجسمية

فمنهم صحيح البدن سليم البنية ومنهم البنية سقيم المظهر ومنهم الطويل والقصير ومنهم السمين والنحيف، وهذه الفروق يجب أن يراعيها المربي في العملية التربوية.

5-4-2 الفروق المزاجية:

فهناك الطفل الهادئ والوديع وهناك الطفل سريع الانفعال وهناك المنطوي على نفسه وهكذا ولكل من هؤلاء الطريقة التي تناسبه في التعليم:

5-4-3 الفروق العقلية:

فهناك الطفل الذكي ومتوسط الذكاء والطفل الغبي وعلينا أن نسير مع الكل وفق سرعته وبما يناسبه من طرق التدريس.

5-4-4 الفروق الاجتماعية:

فكل طفل وبيئته الاجتماعية التي يعيش فيها مما لها في درجة ثقافة الوالدين ووسائل معيشتها والعلاقة بالأهل والجوار وغير ذلك، مما له تأثير على تفكير الطفل وثقافته وأنماطه السلوكية.

5-5 مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (9-12 سنة)

إن أهم مميزات وخصائص هذه المرحلة سواء كانت بدنية أو عقلية أو نفسية فان هذا الأمر يجعل من الضروري أن يشمل برنامج التربية البدنية لهذه المرحلة ل الأنشطة تقريبا واعل من أهم ما مميزاتها هي:

- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.
- كثرة الحركة.
- انخفاض التركيز وقلة التوافق.
- صعوبة تعليم نواحي فنية دون سن السابعة.
- ليس هناك هدف معين للنشاط.
- نمو الحركات بإيقاع سريع.
- القدرة على أداء الحركات ولكن بصورتها المبسطة.

يعتبر"ماتينيف" أن الطفل يستطيع في نهاية المرحلة تثبيت كثير من المهارات الحرية الأساسية كالمشي والوثب والقفز ويزيد النشاط الحركي باستخدام العضلات الكبيرة في الظهر والرجلين أكبر من العضلات الدقيقة في اليدين والأصابع.

وفي نهاية هذه المرحلة يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحرية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبيا بين اليدين والعينين وكذلك الإحساس بالاتزان. (**ليلى يوسف، 1962، ص23-24**)

خلاصة

من خلال دراستنا في هذا الفصل للصفات و المتطلبات التي يجب أن تتوفر في الفئة الشبابية، نقول أن لهذه الصفات و المتطلبات مكانة هامة في حياة الطفل و نموه، لدورها الهام في تنمية مختلف الأنظمة من أجل نمو متناسق، وهذا ما يتطلب المعرفة الجيدة لمختلف التحولات أثناء ممارسة النشاط الرياضي الذي يتطلب مجهود بدني ونفسي، وذلك باستعمال الطريقة التي تلبي مختلف رغبات الطفل عن طريق اللعب، وتعتبر المرحلة العمرية (9-12 سنة) من أنسب المراحل للتعلم الحركي وذلك باعتبار أن الطفل في هذه المرحلة يميل إلى تعلم المهارات الحركية و يتحسن لديه التوافق العضلي و العصبي.

6- الدراسات السابقة

➢ **الدراسة 01:**

- **صاحب الدراسة:** بوكراتم بلقاسم 2008/2007 نيل شهادة الماجستير ، جامعة الجزائر
- **عنوان الدراسة:** تأثير التدريب البليومتري على القوة المميزة بالسرعة و بعض المهارات الأساسية في كرة القدم
- **منهج الدراسة:** المنهج التجريبي.
- **عينة الدراسة** :كانت بطريقة عشوائية وكانت متكونة من 40لاعب وهم يمثلون نسبة (16%) من مجموع البحث الكلي والبالغ عددهم (240) يتوزعون على ناديين من أندية ولاية عين الدفلى في فريقي المخاطرية وعريب.
- **أهم النتائج المتوصل إليها:**
- إن التدريب البلومتري يؤثر إيجابا على مستوى القوة المميزة بالسرعة لدى لاعبي كرة القدم.
- إن التدريب البلومتري يؤثر إيجابا على المهارات الأساسية في كرة القدم.
- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي في القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الأساسية في كرة القدم

➢ **الدراسة 02:**

- **صاحب الدراسة:** شالي فوزي (2013/2014) لنيل شهادة ماستر، المسيلة.
- **دراسة تحت عنوان:** " تأثير برنامج تدريبي مقترح بطريقة التدريب التكراري في تنمية صفتي السرعة والقوة المميزة بالسرعة لدى لاعبي كرة الطائرة".
- **المنهج المتبع:** المنهج التجريبي.
- **عينة الدراسة** :عشوائية تمثلت في 25لاعبا من مدرسة كرة الطائرة مقرة.
- **أهم النتائج المتوصل إليها:**
- وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (الخاضعة لطريقة التدريب التكراري) لصالح الاختبار البعدي.
- وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05بين المجموعة التجريبية (الخاضعة لطريقة التدريب التكراري) والمجموعة الضابطة في تطور صفتي السرعة والقوة المميزة بالسرعة لصالح المجموعة التجريبية.

➢ **الدراسة 03:**

- **صاحب الدراسة:** بن يونس أيمن (2014/2015) لنيل شهادة ماستر، المسيلة.
- **دراسة تحت عنوان** : " أثر وحدات تدريبية مقترحة لتنمية صفة السرعة الانتقالية على أداء مهارة التنطيط للاعبي كرة اليد."

- **المنهج المتبع**: المنهج التجريبي.

عينة الدراسة: شملت عينة البحث لاعبي فريق أولمبي المسيلة لكرة اليد صنف أكابر.

- **أهم النتائج المتوصل إليها:**

نتائج المجموعة التجريبية للاختبارات البعدية بعد تطبيق الوحدات التدريبية تحسنت وكانت أفضل من نتائج المجموعة الضابطة والتي لم تعتمد على الوحدات التدريبية الهادفة والمناسبة.

➢ **الدراسة 04:**

- **صاحب الدراسة:** ياحي بلال (2014/2015) لنيل شهادة ماستر، المسيلة.
- **دراسة تحت عنوان:** " أثر برنامج تدريبي مقترح في تنمية السرعة على أداء مهارة السحق للاعبي كرة الطائرة."
- **المنهج المتبع:** المنهج التجريبي.
- **عينة الدراسة:** شملت عينة البحث لاعبي فريق رائد المسيلة لكرة الطائرة صنف أشبال.
- **أهم النتائج المتوصل إليها:**

-للبرنامج التدريبي المقترح أثر في تنمية صفة السرعة على أداء مهارة الضرب الساحق لدى لاعبي كرة الطائرة فئة الأشبال

الفصل الثاني

الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية :

لقد عرفت الرياضة تطورات منذ القدم بحيث كان الإنسان يمارسها في حياته اليومية ، للحصول على قوته اليومي و بعد ذلك طورها الإغريق إلى أن أصبحت هناك منافسات وألعاب، وأصبحت الرياضة ظاهرة اجتماعية جلبت اهتمام الباحثين في الألعاب التنافسية ومن بين هذه الألعاب نجد كرة القدم التي ملكت قلوب الشعوب وأصبحت واحدة من اهتماماتها اليومية وصخرة لها كل الإمكانيات من أجل تطويرها أكثر حيث انتقلت من مرحلة الممارسة كهواية إلى مرحلة أكثر تنظيما تمثلت في ممارستها لكسب لقمة العيش فشيدت لها المنشات والمركبات ونظمت لها دوارت وبطولات قارية وعالمية وإقليمية،وأصبحت بذلك الرياضة الأكثر شعبية في العالم.

إن الكلام عن كرة القد وتطويرها يفترض علينا الحديث عن أحد الركائز التي ترقى بمستوي هذه المباريات ألا وهو التدريب. يعرفه مفتي إبراهيم " التدريب الرياضي هو" العمليات المختلفة التعليمية والتربوية والتنشئة، وإعداد اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقيةn دف تحقيق أعلى مستويات الرياضية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة" وهو أيضا " العمليات التي تعتمد على الأسس التربوية، والعلمية، والتي *دف إلى قيادة وإعداد وتطوير القدرات والمستويات الرياضية في كافة جوانبها لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة الممارسة ".(**حماد مفتي إبراهيم، 1998، ص19**)

إن التدريب في كرة القدم يرتكز على خمس جوانب أساسية وهي الإعداد العام والإعداد المهاري والإعداد النفسي والإعداد الخططي والإعداد الذهني، ويجب أن يتكامل جميعها في خط واحد لتحقيق الهدف و هو بناء فريق متماسك في الأداء (**بن قاصد عمي الحاج، 2006/2007صفحة 2**) كما أن التدريب يهدف إلى محاولة الوصول بالرياضي إلى أعلى مستوي من الأداء ونجد إن للتدريب طرق مختلفة ،ومن بين هذه الطرق المهمة في التدريب نجد طريقة التدريب التنافسي حيث أن إدماج التمارين التنافسية في التدريب يزيد من مردود اللاعبين خاصة الناشئين الذين يحبون التنافس فيما بينهم و تعرفها (مارغريت ماد) بقولها " هي صراع بين فردين أو مجموعة من الأفراد يدخلون المنافسة من أجل المنافسة والشهرة ونيل مكانة في المجتمع." ومنه نستخلص الطريقة الجديدة للتدريب التي شجعها السويديون والتي يعتمد عليها في تطوير وتنمية صفة أو حركة أو شيء معين خصوصا صفة السرعة. و بالتالي يحتم علينا طرح السؤال التالي :

- **هل يساهم التدريب التنافسي في تطوير صفة السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم ؟ .**

الأسئلة الجزئية:

- **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة الشاهدة ؟**
- **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية ؟**
- **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الشاهدة و التجريبية في الاختبار البعدي ؟**

2- فرضيات البحث:

تعرف الفرضية في العلوم الاجتماعية أنها فكرة مقترحة أو شرح الوقائع الطبيعيةً وبالنسبة للعلم فإنها شرح أو تفسير مؤقت يضعه العالم، وفي ضوئه يلاحظ الوقائع من جديد أو يقوم عليها بتجارب ليتأكد من صحتها أو عدم صحته .

كما تعتبر فرضيات البحث اقتراحات أولية يقترحها الباحث للإجابة على التساؤلات التي تتضمنها إشكالية البحث ، وفيما يتعلق بموضوعنا هذا ، فقد ارتأينا أن تكون الفرضيات كالتالي:

الفرضية العامة :

- **يساهم التدريب التنافسي في تطوير صفة السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم .**

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة الشاهدة .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الشاهدة و التجريبية في الاختبار البعدي .

3- أهداف البحث:

- تبيان أن التدريب التنافسي له دور في تنمية صفة السرعة لدى ناشئي كرة القدم.
- معرفة إن كان التدريب التنافسي يعطي دافعية أثناء التدريب ناشئي كرة القدم.
- معرفة مدى مساهمة التمارين المنتهجة في تنمية صفة السرعة.

4- أسباب اختيار الموضوع :

- **أسباب ذاتية**
  - الرغبة في خوض مثل هذه المواضيع وحبي لكرة القدم.
  - تزويد الباحثين والمدربين بمثل هذه المواضيع .
- **أسباب موضوعية**
  - إبراز أهمية السرعة في هذه المرحمة العمرية.
  - معرفة نظرة المدربين حول أهمية التدريب التنافسي.
  - كشف مدى أهمية السرعة في كرة القدم.
  - إبراز أهمية التدريب التنافسي في تطوير السرعة في كرة القدم .

5-أهمية البحث

على الرغم من اهتمام الأبحاث التي أجريت في مجال التدريب الرياضي وفي رياضة كرة القدم خصوصا، فانه مازالت هناك حاجة ضرورية بالتعريف بأهمية التدريب التنافسي على تطوير الصفات البدنية خصوصا السرعة ، وكذا التعرف على أهمية التدريب التنافسي في زيادة دافعية الانجاز و تحفيز الناشئين أثناء التدريب. حيث بدراسة هذا الموضوع نكون ساهمنا في إثراء مجال البحث العلمي خصوصا في طريقة التدريب التنافسي.

أضف إلى ذالك الأبحاث كذالك التي أجريت في مجال التدريب الرياضي، فهي كذالك متنوعة و متعددة.

لكنها اهتمت بطرق التدريب الأخرى في الغالبية .إذن من خلال هذه الدراسة نريد الاهتمام بموضوع التدريب التنافسي وتأثيره على فئة معينة و هي الناشئين.

6-مصطلحات هامة في الدراسة:

- **كرة القدم** :

- **التعريف الاصطلاحي** : إن كرة القدم رياضة تلعب بين فريق ين، يتألف كل منهما من إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى يحاول كل من الفريقين تسجيل اكبر عدد ممكن من الأهداف في مرمى خصمه ليكون هو الفائز، و يتم تحريك الكرة بالأقدام، ولا يسمح إلا لحارس المرمى بإمساك الكرة بيده داخل منطقة الجزاء . (**رومي جميل، ط2، 1986، ص5**)
- **تعريف إجرائي** : هي لعبة في كرة مطاطية ، تتناقل بين فريقي متكونين من 10 لاعبين و حارس مرمى ، يكون هدف كل فريق إدخال الكرة داخل مرمى الفريق الخصم ، يديرها حكم ملم بقوانينها .

- **السرعة** :

التعريف الاصطلاحي : مصطلح عام يشير إلى سرعة الحركة للجسم أو بعض أجزائه وهي تتنوع إلى أنواع أخرى كسرعة رد الفعل، ,سرعة الجري لمسافات قصيرة..... .الخ

والسرعة بمفهومها العام تعتبر من المكونات المهمة من الأداء لمعظم الأنشطة الرياضية فهي من العوامل المرتبطة بالنسبة للأداء في الألعاب. **(فضيل موساوي، 2004/2003، ص77)**

- **تعريف إجرائي**: هي سرعة تنقل الجسم من a إلى b في أقل زمن ممكن أو هي أداء مجموعة من الحركات في أقل زمن ممكن .

- **التدريب:**

- **التعريف الاصطلاحي** : التدريب الرياضي هو" العمليات المختلفة التعليمية والتربوية والتنشئة، وإعداد اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقيةn دف تحقيق أعلى مستويات الرياضية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة" وهو أيضا " العمليات التي تعتمد على الأسس التربوية، والعلمية، والتي *دف إلى قيادة وإعداد وتطوير القدرات والمستويات الرياضية في كافة جوانبها لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة الممارسة ".
(**حماد مفتي إبراهيم، 1998، ص19**)
- **تعريف إجرائي:** مجموعة من التمرينات المقننة يستعملها المدرب لتطوير خصائص الرياضة الممارسة.

- **المنافسة و السلوك التنافسي :**

- **التعريف الاصطلاحي** : تعرفها (مارغريت ماد) بقولها " هي صراع بين فردين أو مجموعة من الأفراد يدخلون المنافسة من أجل المنافسة والشهرة ونيل مكانة في المجتمع."
ويعرفها (شارس) "هي صراع بين فردين أو مجموعة من الأفراد للوصول على هدف موحد أو الحصول على نتيجة معينة. (**جمال معوش علي بلعباس، 2007/2006، ص11**)
- يعرفه عنان " السلوك التنافسي جزء منة مركب الشخصية الكلية للاعب " و يضيف " إن السلوك التنافسي الناجح لجماعة الفريق هو حصيلة كفاءات أفراد جماعة الفريق " و تؤثر دافعية الانجاز في رفع مستوى طموح الفريق كجماعة لها هدف واحد . و يؤكد عنان" أن السلوك التنافسي يعتمد جزئيا على الطبقة الاجتماعية و الاقتصادية للفرد و يبدو التنافس لفرق منخفضة المستوى أو الطبقة في كثير من المواقف بصورة أكثر فعالية من جماعات مرتفعة المستوى أو الطبقة" (**عنان، 2002، ص146**)
- **تعريف إجرائي:** هي منافسة بين لاعبين قصد وصول كل منهما لمستوى أعلى من زميله .

الفصل الثالث

الإجراءات الميدانية

تمهيد:

إن موضوع البحث العلمي يقوم أساسا على طلب المعرفة وتقصيها والوصول إليها، فهو في الوقت نفسه يتناول العلوم في مجموعها ويستند إلى أساليب ومناهج في تقصيه لحقائق العلوم.

والباحث عندما يتقصى الحقائق و المعلومات إنما يهدف إلى إحداث إضافات أو تعديلات في ميادين العلوم مما سيسفر عن تطويرها وتقدمها.

وهذا البحث عبارة عن دراسة تجريبية حول برنامج تدريبي مقترح بطريقة التدريب بالمنافسة على تطوير السرعة لدى ناشئي كرة القدم حيث استخدمنا في ذلك مع الأخذ بعين الاعتبار الدراسات السابقة والتساؤلات التي طرحت في هذا المجال وبالتالي الإلمام ببعض جوانب بحثنا هذا.

وفي هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في هذه الدراسة ومن أجل الحصول على نتائج يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى.

1- الدراسة الاستطلاعية:

عرف (ماثيو جيدير) الدراسة الاستطلاعية على أنها عبارة عن دراسة علمية كشفية، تهدف إلى التعرف على المشكلة وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث، عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق إليها، أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة.(ماثيو جيدير، سنة 1999 ، ص 12)

قبل البدء في إجراء التجربة الاستطلاعية قمنا بزيارة ميدانية لتفقد الوسائل المستعملة ومعرفة أوقات تدريب الفريق وبعد ذلك قمنا بدراسة الإمكانيات المتوفرة ومستوى الفريق، وهذا من اجل التوصل إلى أفضل طريقة لإجراء الاختبارات وتجنب العراقيل والمشاكل التي يمكن أن تواجهنا خلال العمل، حيث قابلنا مدرب الفريق وتم الاتفاق على الوقت المخصص لإجراء الاختبارات.

- **مجتمع الدراسة**

وكانت عينة الدراسة متكونة من 20 لاعب 4 لاعبين كعينة استطلاعية، 10 لاعبين كعينة شاهدة و 10 لاعبين كعينة تجريبية.

2- المناهج المعتمدة في الدراسة:

المنهج هي الطريقة المؤدية إلى الهدف المطلوب ،أو هو الخيط الغير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى نهايته ،قصد الوصول إلى نتائج معينة.(محمد أزهر السماك و آخرون، 1980، ص42)

وقد اعتمدنا في بحثنا هذا على **المنهج التجريبي**،و هو منهج يرتبط بإجراء مجموعة من الوحدات التدريبية يكون قبلها اختبار أولي و بعدها اختبار يسمى اختبار بعدي،ويعتمد على مقارنة نتائج الاختبارين ،وقياس الارتباطات القائمة بينهما باستعمال أرقام وبيانات إحصائية، فهو الأنسب لمعرفة مدى تأثير البرنامج التدريبي المقترح على ناشئي كرة القدم،إذ يمكننا كذلك من الوقوف على العوامل المختلفة التي تتصل بموضوع البحث كما اعتمدنا أيضا على المنهج الإحصائي، من اجل مقارنة البيانات والمعطيات المتحصل عليها من الاختبار الأول بالاختبار الثاني ، ليسهل قياسها و تحليلها.

3- ضبط متغيرات الدراسة

1-3 المتغير المستقل: تعريف المتغير المستقل:هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث

أنه السبب أو أحد الأسباب نتيجة معينة، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

- المتغير المستقل: التدريب التنافسي.

2-3 تعريف المتغير التابع:

متغير يؤثر فيه المتغير المستقل هو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع(محمد حسن علاوي و أسامة كامل راتب، ،1999، ص219)

- تحديد المتغير التابع :وهو " تنمية صفة السرعة "

4-مجالات الدراسة:

أ /**المجال المكاني:** تم إجراء الاختبارات و تطبيق الوحدات التدريبية بملعب التدريب الذي يزاول فيه الترجي الرياضي العلمي عمله.

ب/المجال الزمني: بدأت الدراسة منذ اعتماد العنوان، وتم بداية الاختبار يوم 2019/01/22.

ج/المجال البشري: ركزنا دراستنا على ناشئي نادي الترجي الرياضي العلمي لأننا لاحظنا تشابه في طريقة العمل في عدة مدارس في مدينة العلمة و تم اختيارنا لهذا النادي حسب تفهم المسيرين و تقبلهم لإجراء الدراسة.

5-عينة البحث ومواصفاتها:

5-1 كيفية اختيار العينة:

تم اختيار جميع اللاعبين الذين ينتمون لفئة U11 لأداء الاختبارين و التي تتكون من 20 ناشئ يتدرب في هذه الفئة.

5-2 خواص العينة ومميزاتها: وتشمل20لاعب من صنفU11كانوا من مواليد 2009/2008و كانت أعمارهم بين 10و11سنةفي الغالب، وقد خصصنا دراستنا هذه الأكاديمية حتى تكون دراستنا أكثر تخصصا باعتبار هذا هو موضوع دراستنا.

6-أدوات جمع البيانات:

6-1أدوات الجانب النظري:اعتمدنا في جمع المادة العلمية النظرية على عدة مراجع ومصادر عربية وأجنبية وبعض المجلات والمذكرات تتقارب من حيث القيمة العلمية ولها علاقة كبيرة بموضوع الدراسة.

6-2 أدوات الجانب التطبيقي:لقد اعتمدنا في دراستنا على استخدام الطرق المناسبة لتحقيق الفرضيات التي قمنا بطرحها ومن بينها طريقة الاختبار والذي تتمثل في اختبارات بدنية والتي أجريت على كلتا المجموعتين على شكل اختبار قبلي وبعدي كما تم وضع برنامج تدريبي مبني على طريقة التدريب التنافسي لتحسين صفة السرعة الانتقالية لناشئي كرة القدم وتخضع لها المجموعة التجريبية لعينة البحث.

- **الاختبار:**

- اختبار سرعة 30متر تحدد فيه مسافة 30متر مع وضع أقماع تشير إلى خط البداية وخط النهاية.
- يجري الرياضي بأقصى سرعة ممكنة عند إشارة البدء وحتى خط النهاية.

➢ الهدف:

- يهدف الاختبار إلى السرعة في قطع مسافة 30متر بأقصى سرعة ممكنة.

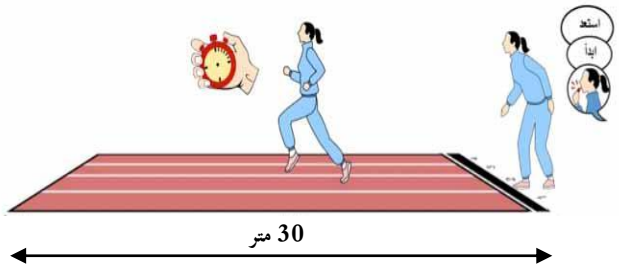
➢ المواد و الإجراءات المطلوبة للاختبار:

- طريق مستوى.
- ساعة إيقاف.

- استمارة تسجيل.

➢ كيفية إجراء الاختبار:

- إحماء مع تمرينات إطالة لمدة 5دقائق.
- يتخذ الرياضي وضع الاستعداد خلف خط البدء.
- عند سماع إشارة البدء ينطلق الرياسي بأقصى سرعة حتى يتجاوز خط النهاية.
- يسجل الزمن الذي قطع فيه المسافة المحددة بالثانية.



شكل 02 : يمثل مخطط كيفية إجراء الاختبار

➢ **الشروط العلمية للأداة:**

❖ الصدق :تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساسا بنتائج الاختبار. (علاوي وغضبن، 1996، ص321)

كما يشير "تابلر:" أن الصدق يعتبر أهم اعتبار يجب توافره في الاختبار، يحدد "كيورتن" الصدق باعتباره تقدير للارتباط بين الدرجات الخام للاختبار والحقيقة الثابتة ثباتا تاما. (إبراهيم، 1999، ص68)

❖ الثبات :إذا أجري اختبار ما على مجموعة من الأفراد ورصدت درجات كل فرد في هذا الاختبار ثم أعيد إجراء هذا الاختبار على نفس هذه المجموعة، ورصدت أيضا درجات كل فرد ودلت النتائج على أن الدرجات التي حصل عليها الطالب في المرة الأولى لتطبيق الاختبار هي نفس الدرجات التي حصل عليها هؤلاء الطلبة في المرة الثانية، استنتجنا من ذلك أن نتائج الاختبار ثابتة تماما لأن نتائج القياس لم تتغير في المرة الثانية بل ظلت كما كانت قائمة في المرة الثانية. (إبراهيم، ص75)

❖ الموضوعية :من العوامل المهمة التي يجب أن تتوفر في الاختبار الجيد شرط الموضوعية والذي يعني التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كآرائه وأهوائه الذاتية وميوله الشخصي وحتى تحيزه أو تعصبه، فالموضوعية تعني أن تصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا لا كما نريدها أن تكون. (إبراهيم، ص145)

➢ **إجراءات التطبيق الميداني للأداة:**

❖ التجربة الاستطلاعية للاختبارات:

قام الباحث مع فريق العمل المساعد بتجربة استطلاعية على عينة من مجتمع البحث مكونة من لاعبين اختيرا بالطريقة المقصودة، وتم استعادهم عند تنفيذ إجراءات البحث (حيث لا يجوز إجراء التجربة الاستطلاعية على نفس أفراد العينة لأنهم يتأثرون بها بالتدريب وهذا التأثير سوف يؤثر على نتيجة الاختبار) وتمت هذه التجربة يوم الجمعة 2019/02/01 واستهدفت ما يأتي:

-التأكد من سلامة الأجهزة والأدوات ومدى ملاءمتها.

-التأكد من كفاءة فريق العمل المساعد وتفهمهم لسير الاختبارات.

-التأكد من سهولة تطبيق الاختبارات وملاءمتها لمستوى العينة.

-معرفة الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات

➢ **حدود الدراسة الاستطلاعية**

❖ **مجالات البحث**

- **المجال المكاني** : قمنا بإجراء الاختبارات بالنسبة للعينة الاستطلاعية على النحو التالي :

- **الاختبار القبلي** : يوم السبت 02 فيفري 2019 .
- **الاختبار البعدي** : يوم الجمعة 8 فيفري 2019 .

- **المجال الزمني** : تم إجراء الاختبارات في الملعب البلدي المحاذي لملعب مسعود زغار بالعلمة .

❖ **نتائج الدراسة الاستطلاعية** :

ومن اجل التأكد من صدق وثبات الاختبارات قام الباحث بتطبيق الاختبارات على عينة مؤلفة من (04 لاعبين) حيث تم تطبيق الاختبار في تاريخ 2019/02/02 وأعيد الاختبار في يوم 2019/02/08 وعلى العينة نفسها وتحت نفس الظروف بعدها تم استخراج معامل الارتباط بيرسون بين الاختبارين. وجدول أدناه يوضح نتائج الصدق والثبات :

الاختبار	عدد الأفراد	معامل الثبات	نتيجة الدلالة	معامل الصدق الذاتي	النتيجة
اختبار السرعة	4	0.973*	دال	0.9864	صادق و ثابت
*. تعني مقارنة عند مستوى الدلالة 0.05 لمعامل الثبات			معامل الصدق الذاتي هو الجذر التربيعي		

جدول 01 : يوضح نتائج الصدق والثبات للدراسة الاستطلاعية

من خلال الجدول أعلاه نجد: وعند مقارنة القيمة المحتسبة مع الجدولية عند درجة حرية 3 ومستوى الدلالة 0.05 وجد أن القيمة R المحسوبة لكل اختبار اكبر من القيمة الجدولية 0.959 مما يؤكد أن الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية، ومعامل الصدق يقترب من واحد.

➢ **حدود الدراسة الأساسية :**

أما الاختبارات بالنسبة للعينة الأصلية فكان كالآتي :

- الاختبار القبلي للعينة الشاهدة و التجريبية كان في يوم السبت 09 فيفري 2019 .
- الاختبار البعدي للعينة الشاهدة و التجريبية كان في يوم 29 مارس 2019 .

✓ الاختبار القبلي:

تم إجراء الاختبار القبلي من قبل الباحث وفريق العمل المساعد على لاعبي عينة البحث قبل البدء بتنفيذ البرنامج التدريبي

✓ الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تنفيذ مفردات البرنامج التدريبي، تم إجراء الاختبارات البعدية لمعرفة المستوى الذي وصل إليه لاعبي العينة في الصفة البدنية المقصودة حيث تم إجراءها تحت نفس الظروف والوقت والمتطلبات لجميع لاعبي العينة وسجلت النتائج في استمارات خاصة معدة مسبقا طبقا للشروط والمواصفات المحددة للاختبار .

و قد تم الشروع في إدماج الوحدات التدريبية مع العينة التجريبية يوم 15 فيفري 2019.

❖ **تنفيذ البرنامج التدريبي:**

بع الانتهاء من الاختبارات القبلية قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي ابتداءا من يوم 15 فيفري 2019 و انتهت وحداته التدريبية يوم 23 مارس 2019، و قد استغرق تنفيذه 6 أسابيع بواقع حصتين كل أسبوع.

❖ **الوحدات التدريبية المقترحة:**

تم وضع وحدات تدريبية مقترحة حسب خصائص وقدرات لاعب كرة القدم اقل من 11سنة وذلك بعد الاطلاع على المراجع العلمية المتعلقة بموضوع الدراسة والاطلاع على الدراسات المرتبطة بالموضوع ثم وضع الوحدات، حيث تشمل الوحدات التدريبية على عدة تمرينات بدنية و مهارية انطلاقا من طريقة عمل الأكاديمية الرياضية للترجي و بمساعدة بعض المدربين، وبعض ما ذكر من الدراسات سابقة في هذا المجال وبعد الاطلاع على الراجع والدراسات والأبحاث في المجال التدريب الرياضي الحديث توصل الباحث إلى ضرورة تصميم وحدات تدريبية مكونة من مجموعة من التمارين التنافسية لتحسين السرعة الانتقالية في كرة القدم .

7- الطريقة الإحصائية:

تم إخضاع البيانات إلى عملية التحليل الإحصائي باستخدام برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS: V22) وتم الاعتماد على بعض الاختبارات ، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية الوصفية والتحليلية كذلك الأشكال البيانية كما يلي:

✓اختبار الصدق والثبات: بالاستعانة بمعامل الارتباط بيرسون لقياس الثبات ومعامل الصدق الذاتي لقياس الصدق

✓المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، اختبار ستودنت للكشف عن الفروق بين متوسطي عينتين مستقلتين والفروق بين متوسطي عينتين مرتبطتين

❖ **المتوسط الحسابي** : هو مجموع درجات الأفراد على عددها و يحسب كما هو موضح في المعادلة التالية

$$\bar{X} = \frac{\Sigma X}{N}$$

$\bar{X}$: المتوسط الحسابي للعينة

Σ : رمز المجموع

X :قيمة من قيم العينة

N : عدد أفراد العينة

❖ **الانحراف المعياري**:الانحراف المعياري من أكثر مقاييس شيوعا وأهمية، وهو الجذر التربيعي لمتوسط مربعات انحرافات القيم عن متوسطها الحسابي، وإن الانحراف المعياري هو الجذر التربيعي للتباين. القانون الاساسي للانحراف المعياري

$$S = \sqrt{\frac{\Sigma X^2}{N} - (X)^2}$$

S رمز الانحراف المعياري

Σ رمز المجموع

ẋ المتوسط الحسابي للعينة

X2 : مجموع القيم

N : حجم العينة

❖ **اختبار توزيع ستيودنت T** :

$$T = \frac{\bar{X}1 - \bar{X}2}{\sqrt{\frac{(S1)^2 + (S2)^2}{N - 1}}}$$

X1 : المتوسط الحسابي للاختبار القبلي

X2 : المتوسط الحسابي للاختبار البعدي

N : عدد أفراد العينة

S1 : الانحراف المعياري للاختبار القبلي

S2 : الانحراف المعياري للاختبار البعدي

8- صعوبات البحث:

من أهم الصعوبات التي واجهتها في دراستي:

- الغيابات المتكررة لبعض اللاعبين ما جعلنا نقلق بعض الأحيان حول سيرورة البرنامج المسطر.
- قلة المراجع حول موضوع الدراسة، و خاصة المراجع الخاصة بالتدريب التنافسي.
- صعوبة التنقل من سطيف إلى مدينة العلمة بسبب سوء الأحوال الجوية.
- قلة الحصص التدريبية خلال الأسبوع ، حيث تكون حصتين إلى ثلاث حصص أسبوعيا .
- مشاركة المجموعة في بعض الدورات المنظمة بين الولايات أو البلديات.

خلاصة:

لقد شمل محتوى هذا الفصل الإجراءات الميدانية، فكان الاستطلاع تمهيدا للعمل الميداني بالإضافة إلى الأجزاء الأخرى للبحث الميداني فيما يخص الاختبارات البدنية عينات البحث مجالات البحث وكذا الدراسة الإحصائية، حيث أن الإجراءات تعتبر أسلوب منهجي في أي بحث يسعى إلى أن يكون دراسة علمية ترتكز عليه الدراسات الأخرى، بالإضافة إلى أنها تساعد الباحث على تحليل النتائج التي توصل إليها هذا من جهة ومن جهة أخرى تجعلنا نثبت تدرج العمل الميداني في الأسلوب المنهجي الذي يتبعه أي بحث منهجي.

الفصل الرابع

عرض و تحليل النتائج

و تفسيرها و مناقشتها

❖ عرض و تحليل النتائج

1- المجموعة الشاهدة

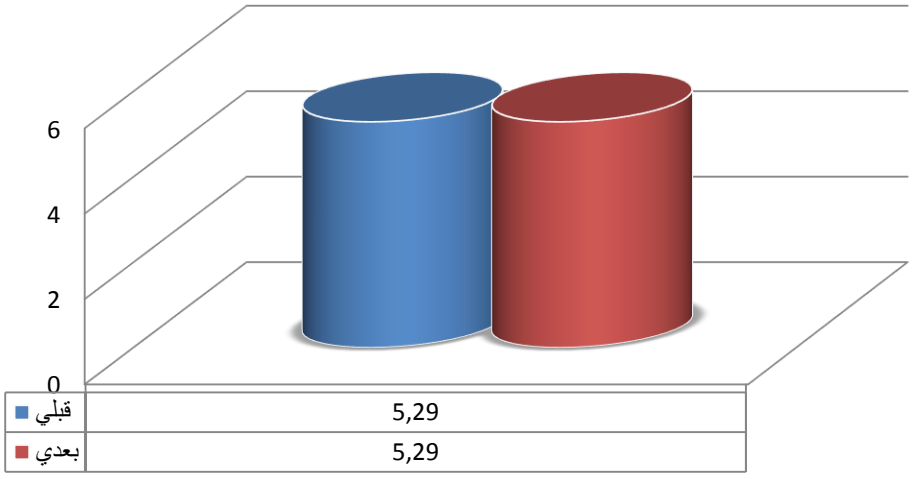
الخاصية	المجموعة	الاختبار	المتوسط	ن	الانحراف	قيمة T	(sig 2-tailed)	القرار
اختبار السرعة	الشاهدة	قبلي	5.29	10	0.17	0.21	0.83	غير دال
		بعدي	5.29	10	0.17			
قيمة T المجدولة = 2.262 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 09								

جدول 02 : يمثل دلالة الفروق بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة الشاهدة

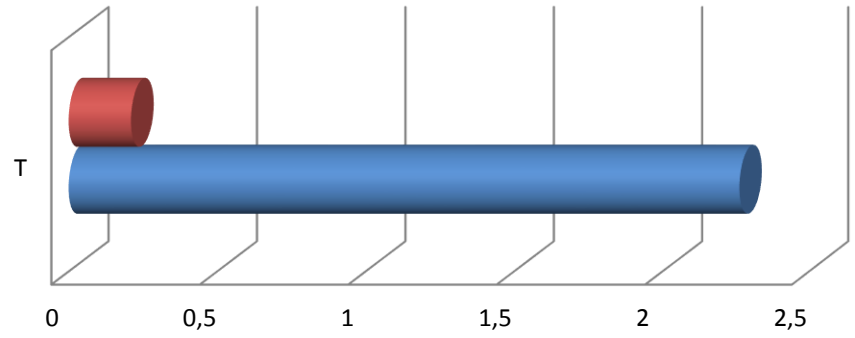
من خلال الجدول أعلاه نلاحظ ما يلي :

- أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي يساوي (5.29) بانحراف معياري يقدر بـ (0.17) و بالنسبة للاختبار البعدي يساوي المتوسط الحسابي (5.29) و بانحراف معياري يقدر بـ (0.17) أما قيمة T المحسوبة قدرت بـ (0.21) و هي أقل من قيمة T الجدولية عند درجة حرية 09 و مستوى دلالة يقدر بـ (0.05) كما أن قيمة الاحتمال الخطأ (or P-value-0.83) أو ما يعرف بالمستوى المعنوي (sig- 0.83) أكثر من أو تساوي مستوى دلالة (α= 0.05) و بالتالي : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة الشاهدة في اختبار السرعة عند مستوى دلالة 0.05 و لصالح البعدي .

شكل 03 : تمثيل بياني لقيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي للعينة الشاهدة



شكل 04 : تمثيل بياني مقارن بين قيمة (T) المحسوبة و قيمة (T) الجدولية للاختبار القبلي و البعدي للعينة الشاهدة



	T
قيمة T	0,21
قيمة T الجدولية	2,262

من خلال ملخص نتائج اختبارات القبلية و البعدية في خاصية السرعة والشكل أعلاه نستنتج انه :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي في اختبار السرعة عند المجموعة الشاهدة .

2- المجموعة التجريبية

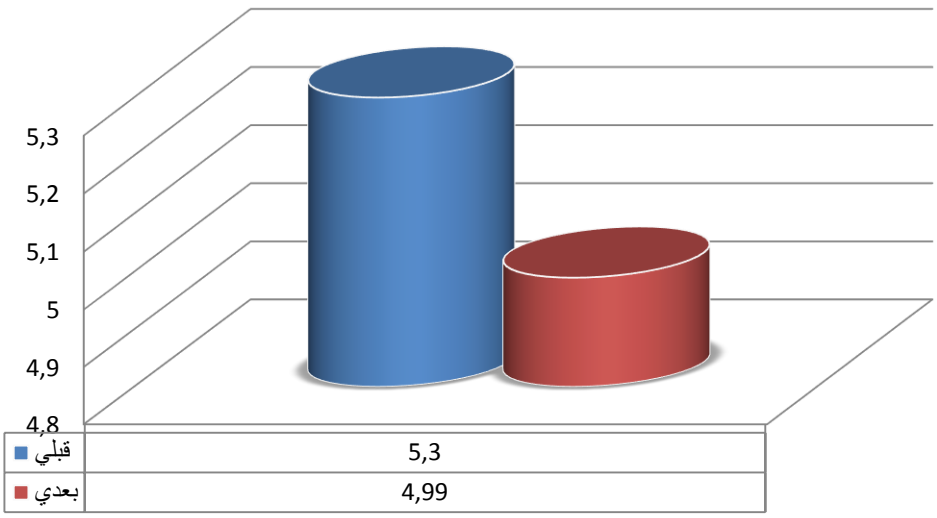
الخاصية	المجموعة	الاختبار	المتوسط	ن	الانحراف	قيمة T	(sig 2-tailed)	القرار
اختبار السرعة	التجريبية	قبلي	5.30	10	0.16	12.9	0.00	دال
		بعدي	4.99	10	0.12			
قيمة T المجدولة = 2.262 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 09								

جدول 03 : يمثل دلالة الفروق بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية

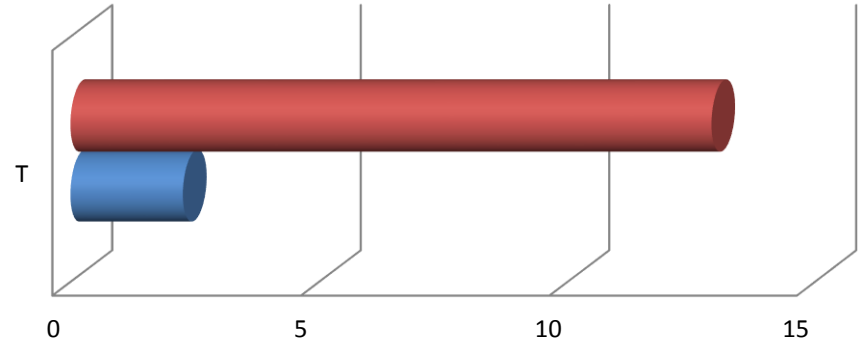
من خلال الجدول أعلاه نلاحظ ما يلي :

- أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي يساوي (5.30) بانحراف معياري يقدر بـ (0.16) و بالنسبة للاختبار البعدي يساوي المتوسط الحسابي (4.99) و بانحراف معياري يقدر بـ (0.12) أما قيمة T المحسوبة قدرت بـ (12.9) و هي أكبر من قيمة T الجدولية عند درجة حرية 09 و مستوى دلالة يقدر بـ (0.05) كما أن قيمة الاحتمال الخطأ (or P-value-0.00) أو ما يعرف بالمستوى المعنوي (sig- 0.00) أقل من أو تساوي مستوى دلالة (α= 0.05) و بالتالي : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار السرعة عند مستوى دلالة 0.05 و لصالح البعدي .

شكل 05: تمثيل بياني لقيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية



شكل 06 : تمثيل بياني مقارن بين قيمة (T) المحسوبة و قيمة (T) الجدولية للاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية



	T
قيمة T	12,9
قيمة T الجدولية	2,262

من خلال ملخص نتائج اختبارات القبلية و البعدية في خاصية السرعة والشكل أعلاه نستنتج انه :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي في اختبار السرعة عند المجموعة الشاهدة .

3- المجموعتين (الشاهدة و التجريبية)

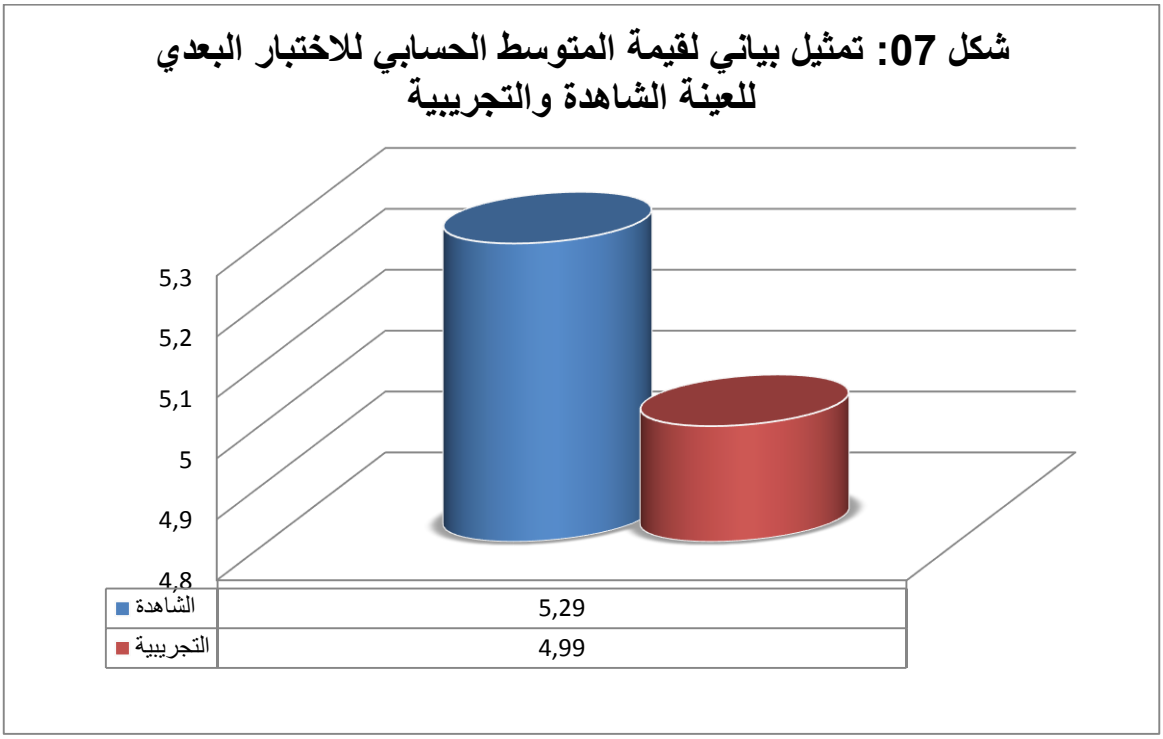
الخاصية	الاختبار	المجموعة	المتوسط	ن	الانحراف	قيمة T	(sig 2-tailed)	القرار
اختبار السرعة	البعدي	الشاهدة	5.29	10	0.17	3.72	0.05	دال
		التجريبية	4.99	10	0.12			
قيمة T المجدولة = 2.262 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 09								

جدول 04 : يمثل دلالة الفروق بين الاختبار البعدي للعينة الشاهدة و التجريبية

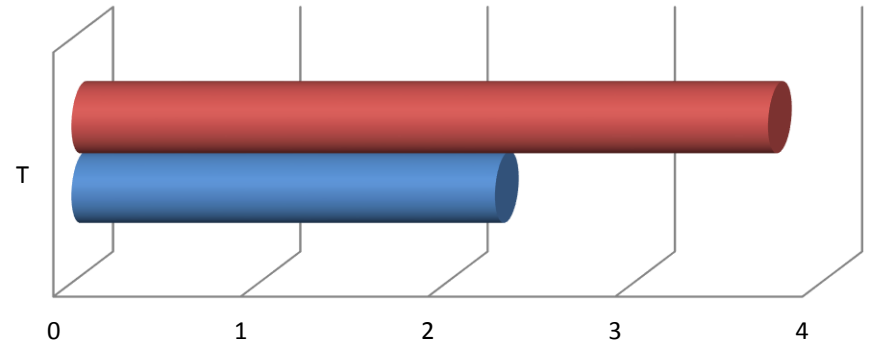
من خلال الجدول أعلاه نلاحظ ما يلي :

- أن المتوسط الحسابي للمجموعة الشاهدة يساوي (5.29) بالانحراف المعياري الذي يقدر بـ (0.17) و بالنسبة للمجموعة التجريبية المتوسط الحسابي يساوي (4.99) بانحراف معياري يقدر بـ (0.12) أما قيمة T المحسوبة قدرت بـ (3.72) و هي أكبر من T الجدولية عند درجة الحرية 09 بمستوى دلالة (0.05) كما أن قيمة الاحتمال الخطأ (sig=0.05 , or P-value=0.05) أقل من أو تساوي مستوى دلالة (α= 0.05) و بالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الشاهدة و المجموعة التجريبية للاختبار البعدي لخاصية السرعة عند مستوى دلالة 0.05.

شكل 07: تمثيل بياني لقيمة المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للعينة الشاهدة والتجريبية



شكل 08 : تمثيل بياني مقارن بين قيمة (T) المحسوبة و قيمة (T) الجدولية للاختبار البعدي للعينتين الشاهدة و التجريبية



	T
قيمة T	3,72
قيمة T الجدولية	2,262

من خلال ملخص نتائج اختبارات القبلية و البعدية في خاصية السرعة والشكل أعلاه نستنتج انه :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبار البعدي للعينة الشاهدة و الاختبار البعدي للعينة التجريبية لخاصية السرعة .

4- مناقشة النتائج

في إطار موضوع بحثنا والذي يتطرق إلى دراسة أثر الوحدات التدريبية في تنمية صفة السرعة لدى لاعبي الكرة القدم أقل 11 سنة ومن خلال النتائج المحصل عليها من جراء إجراء الاختبارات التي شملت اختبار السرعة و المستعمل مع المجموعتين الشاهدة والتجريبية والتي دونت في الجداول من 01إلى 04 وسنقوم بمناقشة النتائج المحصل عليها على ضوء الفرضيات المطروحة والتحليل الإحصائي لهذه الأخيرة في محاولة لإبراز بعض العوامل الرئيسية التي لها دخل في تحديد النتائج المحصل عليها و التي قد تساهم في فهم الغموض الذي يدور حولها .

- ✓ **مناقشة الفرضية الأولى** : على ضوء النتائج المحصل عليها في دراستنا و فيما يخص الفرضية الأولى التي تنص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للسرعة عند المجموعة الشاهدة " و للتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة ''T'' لدلالة الفروق بين المتوسطات و هذا ما أكدته النتائج عند مستوى دلالة 0.05 في الجدول رقم 02 ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة الشاهدة في اختبار السرعة و ترجع هذه النتائج إلى طبيعة تلقي هذه المجموعة لاجراءات التدريب و التي كانت عادية و أنها لم تخضع للطريقة المتضمنة للبرنامج التدريبي ما أدى إلى ظهور فروق غير دالة إحصائيا بين القياسين للمجموعة الشاهدة .

ومن خلال كل هذا نكون قد حققنا الفرضية الأولى والتي تنص على لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي في تنمية السرعة للعينة الشاهدة .

- ✓ **مناقشة الفرضية الثانية** : على ضوء النتائج المحصل عليها في دراستنا و فيما يخص الفرضية الثانية التي تنص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للسرعة عند المجموعة التجريبية " و للتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة ''T'' لدلالة الفروق بين المتوسطات و هذا ما أكدته النتائج عند مستوى دلالة 0.05 في الجدول رقم 03 ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار السرعة و ترجع هذه النتائج إلى طبيعة تلقي هذه المجموعة لإجراءات التدريب و التي كانت مسطرة في البرنامج و تخضع للطريقة المتضمنة للبرنامج التدريبي ما أدى إلى ظهور فروق دالة إحصائيا بين القياسين للمجموعة التجريبية .

ومن خلال كل هذا نكون قد حققنا الفرضية الثانية والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي في تنمية السرعة للعينة التجريبية .

✓ **مناقشة الفرضية الثالثة** : على ضوء النتائج المحصل عليها في دراستنا و فيما يخص الفرضية الثالثة التي تنص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي للسرعة عند المجموعة الشاهدة و المجموعة التجريبية " و للتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة ''T'' لدلالة الفروق بين المتوسطات و هذا ما أكدته النتائج عند مستوى دلالة 0.05 في الجدول رقم 04 ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين للاختبار البعدي للمجموعة الشاهدة و التجريبية في اختبار السرعة و ترجع هذه النتائج إلى طبيعة تلقي المجموعة التجريبية لإجراءات التدريب و التي كانت مسطرة في البرنامج و تخضع للطريقة المتضمنة للبرنامج التدريبي، و إجراءات التدريب و التي كانت عادية و أنها لم تخضع للطريقة المتضمنة للبرنامج التدريبي بالنسبة للعينة الشاهدة ،ما أدى إلى ظهور فروق دالة إحصائيا بين القياسين للمجموعة الشاهدة و التجريبية .

ومن خلال كل هذا نكون قد حققنا الفرضية الثالثة والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار البعدي للعينة الشاهدة و التجريبية في تنمية السرعة.

✓ **الفرضية العامة**

من خلال تحقيق نتائج الفرضيات الجزئية الثلاثة ، و التي أثبتت أن البرنامج التدريبي المقترح بطريقة التدريب بالمنافسة أثر بشكل مباشر في تنمية السرعة ، و خاصة الاختبارات البعدية للعينة التجريبية أثبتت صحة الفرضية العامة التي تنص على

" يساهم التدريب التنافسي في تطوير صفة السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم " و بعد الإلمام بجوانب هذه الدراسة التي تهدف للإجابة على السؤال الرئيسي للدراسة **"هل يساهم التدريب التنافسي في تطوير صفة السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم ؟ "** و التساؤلات الجزئية التالية :

- **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة الشاهدة ؟**
- **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية ؟**
- **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الشاهدة و التجريبية في الاختبار البعدي ؟**

وقد توصل الباحث إلى الإجابة عن هذه التساؤلات بإتباعه المنهج التجريبي لتصميم المجموعات المتكافئة، وقد أشارت نتائج الفرضيات الجزئية إلى أن البرنامج التدريبي المقترح و المبني على طريقة التدريب التنافسي أثر إيجابا في تنمية السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم .

الفصل الخامس

الاستنتاجات و الاقتراحات

تمهيد:

بعد تطرقنا في الفصل السابق إلى عرض النتائج وتحليلها نتابع في هذا الفصل بتقديم أهم الاستنتاجات التي توصلنا إليها في هذه الدراسة

1-الاستنتاجات:

أستنتج الباحث من خلال الدراسة وبناءً على ما أفرزته المعالجات الإحصائية ما يلي :

- أحدث البرنامج التدريبي المقترح أثرا إيجابيا على الصفة البدنية المعنية و هي السرعة الانتقالية .
- التدريب التنافسي يساهم في تنمية السرعة الانتقالية بصورة أفضل لدى الناشئين .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصفة البدنية المدروسة لدى المجموعة الشاهدة و التجريبية .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الشاهدة و التجريبية في الاختبار القبلي و البعدي .

2- اقتراحات و توصيات:

من جراء إجراء هذا البحث فقد تسنى لنا ملاحظة أشياء كثيرة، كانت تشكل بعض الصعوبات في إنجاز وتقديم سيرورة البحث نفسه أو حتى كعائق في وجه تحسين مستوى النوادي الرياضية.
لذا فقد خلصنا إلى مجموعة من التوصيات وبعض الاقتراحات علها تساهم في تحسين وضعية النوادي الرياضية ومن ثم تحسين مستوى المنتجات الوطنية وهي كما يلي :

- توفير الوسائل البيداغوجية اللازمة قصد سيرورة التدريب وتسهيل عملية التعليم على المدرب.
- ضرورة تسطير برامج استدراكية من طرف الباحثين والأخصائيين في هذا المجال قصد تدارك النقص الفادح في القدرات البدنية لدى اللاعبين في هذه الفئة العمرية.
- ضرورة التركيز على إدماج تمارين وبرامج تطويرية قصد تحسين صفة السرعة لدى اللاعبين والتي تبدو ضعيفة جدا بل ومتدهورة لانعدام العمل حول هذه الصفة في مختلف البرامج التدريبية التي يتلقاها اللاعب.
- إدراك أهمية الممارسة الرياضية والنشاطات البدنية في حياة المراهق ودورها في تطوير نمو شخصيته من كل الجوانب.
- إدخال المدربين في تربصات حتى يستفيدوا من طرق التدريب العصرية لمواكبة التطور الرياضي العلمي.

3- الأفاق المستقبلية:

فيما يخص الفرضيات المستقبلية، لدراستنا فقد قمنا باقتراح بعض الفرضيات البحثية التي نراها قابلة للإجراء الميداني والتي سنوجز بعضها في النقاط التالية:

- توفير الوسائل والتجهيزات الرياضية في الملاعب يحفز مدربين كرة القدم على العمل بجدية ويمكنهم تحقيق أهداف نشاط الرياضي.
- التوعية في الأوساط الاجتماعية حول أهمية الرياضة وأنشطتها في إعداد شباب الغد يزيد من دافعية اللاعبين نحو الممارسة الرياضية ويحسن من قدراتهم الحركية و المهارية.
- الأساليب والطرق المنتهجة من طرف مدربين كرة القدم لها دور في تطوير الرياضة في الجزائر.
- إجراء دراسة حول المشاكل التي تحد من ممارسة الأنشطة الرياضية.
- محاولة تدعيم دراستنا هذه بإعطاء الصورة الحقيقية النشاط الرياضي في الملاعب وأثرها على تطوير مهارات الرياضية.

خاتمة

خاتمة

تعتبر كرة القدم الرياضة الأكثر شعبية و ممارسة في العالم و يرجع ذلك إلى الصفات البدني التي تتميز بها اللعبة و ساهمت بشكل كبير في ذلك ، حيث أضافت لمهاراتها جمال و انسيابية مما ساهم في اتساع و زيادة عدد الممارسين لها و المختصين فيها بهدف تطويرها و تحسينها أكثر و من بين هذه الصفات نذكر منها السرعة التي تعطي لها متعة كبيرة و تعتبر من أهم الصفات البدنية ، و لتحسين هذه الصفة وجب تنويع طرق التدريب و من أبرز الطرق لتطوير هذه الخاصية التدريب التنافسي.

و قصد معرفة مدى تأثير هذه الطريقة في تطوير السرعة لدى ناشئي كرة القدم جاءت هذه الدراسة التي كانت تهدف إلى وضع وحدات تدريبية بطريقة التدريب التنافسي لتنمية صفة السرعة الانتقالية، فهذه الوحدات المقترحة و المطبقة على المجموعة التجريبية ساهمت إلى حد ما في رفع صفة السرعة لديهم، حيث أثبتت هذه النتائج إلى حد ما ضرورة استخدام طريقة التدريب التنافسي لتطوير السرعة الانتقالية في كرة القدم، و على الرغم من النتائج المحصل عليها إلى أنها تبقى غير كافية، الشيء الذي يفتح المجال نحو دراسات مكملة و التي يمكن أن تأخذ من بحثنا هذا منطلقا لبحث أشمل و أوسع يأخذ فيه بعين الاعتبار كل العوامل التي يمكن أن تتدخل في تحسين السرعة بصفة عامة لدى لاعب كرة القدم .

المصادر و المراجع

قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية

1- ليلى يوسف: "سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية"، مكتبة الاجلو مصرية، القاهرة، 1962

2- سيد محمد غنيم: النمو النفسي من الطفل إلى الراشد، عالم الفكر طباعة، ط ،1مصر، 1976.

3- سيد خيري: النمو الجسمي في مرحلة الطفولة، المجلد السابع، مطبعة حكومة كويت ، 1976.

4- حنفي محمود مختار : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1980.

5- سامي الصفار، كرة القدم ، ج1 ، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق،1982 .

6- محمد عبد الرزاق شفق: إدارة الصف المدرسي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1985.

7- رومي جميل" :كرة القدم"، دار النفائس، ط1 ، لبنان،1986

8- علي خليفة الهنشري وآخرون" : كرة القدم "، ليبيا ، 1987 .

9- كورت ماينل:التعلم الحركي,ترجمة عبد علي نصيف,دار الكتب للطباعة والنشر,بغداد 1987.

10- سامي الصفار وآخرون :كرة القدم ,مدرية دار الكتابة للطباعة والنشر جامعة الموصل,العراق 1987 .

11- عبد علي نصيف قاسم حسن حسين:مبادئ علم التدريب الرياضي,مطبعة التعليم العالي بغداد ، 1988.

12- تامر محسن و سامي الصفار : أصول التدريب في كرة القدم ، دار الكتابة للطبع و النشر ، بغداد ، 1988.

13- طه إسماعيل و آخرون : كرة القدم بين النظرية و التطبيق الإعداد البدني في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1989.

14- ريسان مجيد خريبط : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية,جامعة البصرة,العراق، 1989 .

15- سعد جلال: الطفولة والمراهقة، دار الفكر العربي، ط ،2القاهرة،1991.

16- حسن عبد الجواد":كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي"، دار العلم للملايين، ط4 ، لبنان.

17- محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي ،دار المعارف ، الإسكندرية ،1992.

18- محمد عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطئ : نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ، ديوان المطبوعات الجزائرية ، 1992.

19- عبد الرحمان عيساوي: سيكولوجية النمو- دراسة النمو النفسي الاجتماعي نحو الطفل المراهق، دار النهضة العربية، بيروت,1992.

20- محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشطاطي: نظريات وطرق التربية البدنية, ديوان المطبوعات الجامعية، ط ،2الجزائر، 1992.

21- خدم عوض البسيوني:" نظريات وطرق التربية البدنية"، الجزائر، 1992.

22- أبو العلا عبد الفتاح وإبراهيم شعلان:فسيولوجيا التدريب في كرة القدم,دار الفكر العربي,القاهرة1994 .

23- أمين أنور الخولي :الرياضة والمجتمع سلسلة عالم المعرفة (216) ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت 1996.

24- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، " التدريب الرياضي الأسس الفيزيولوجية " ، دار الفكر العربي.

25- كمال عبد الحميد ، صبحي حسنين ، " اللياقة البدنية و مكوناتها" ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط 3 ، 1997.

26- أسامة كامل راتب:"علم النفس الرياضي"؛ ط ،2دار الفكر العربي، القاهرة: ،1997

27- موقف مجيد المولي":الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، دار الفكر، لبنان،1999 .

28- حامد عبد السلام زهران:علم النفس النمو- الطفولة والمراهقة، عالم الكتب، ط ،5القاهرة، 1999.

29- إبراهيم شعلان ، طه إسماعيل ، عمر أبو المجهد ، " الإعداد البدني في كرة القدم" ، دار الفكر العربي.

30- د. مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقيادة، دار الفكر العربي، ط1 ، سنة 2001.

31- محمد مصطفى زيدان: علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، ط ،1الجزائر، 2001.

32- محمد حسن علاوي ، علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية؛ بدون طبعة دار الفكر العربي،القاهرة،مصر: ،2002.

33- عبد الرحمان الوافي، د.زيان سعيد: "النمو من الطفولة إلى المراهقة،" الخنساء للشر والتوزيع، 2004.

34- نبيل محمد إبراهيم:"الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية ط "،1دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية: ،2004.

المذكرات و الرسائل و المجلات :

1- جمال معوش علي بلعباس:"دور التخطيط في إدارة البطولات والمنافسات الرياضية"؛مذكرة ليسانس غير منشورة،قسم الإدارة والتسيير الرياضي،كلية العلوم الاقتصادية والعلوم التجارية وعلوم التسيير، جامعة المسيلة ،2007/2006.

2- فضيل موساوي عبد القادر قلال:"عامل الضغط النفسي ومدى انعكاسه على أداء الرياضي أثناء المنافسة)؛ " مذكرة ليسانس غير منشورة ، معهد التربية البدنية والرياضية دالي إبراهيم الجزائر: ،2004/2003.

المراجع باللغة الفرنسية

1- Alain Michel :"foot – balle les systèmes de jeu", Edition Chiron, 2 me édition, paris1998

2- M.VAUTROT. Ex Arbitre FIFA, L'arbitrage Face A La Violence « Revue EPS Mars-Avril 1995 N°25245e Année Edition Bois Vinennes 75012/Paris

3- Rachid Medjiba l'arbitrage de football ,ENAG/édition,1995

MOHEMED HANSAL; L'arbitrage En Question, LIBERTIE N°2151, mardi

4- 09/11/1999.

5- FAF, règlement intérieure, site www.faf.dz, article N16

6- aldrm (r.b) ; monuel de psychologies de sport, Ed vigot France 1986

7- Humbergen (j.o.rillou) l'agressivité humaine, essoré & mordage

8- Redi fentz: l'enfant agressif, tome, florence 1973

9- obert A dictionnaire de robert analphabétisme et analogique de la langue française edit : Paris 1978

10- G.Bouthoul, Essais de poémologie, Ed douel Gauthier, paris, 1976

11 - Jurgon Weineck: Manuel entainement,edition vigot,1986

12- Edgar Thil et aut:Manuel de l education sportif,edition Vigot,Paris,1977

13- Kacani et Horsky:entrainement de football,edition broodcoorens,Belgique,1986

14- . Dornhor et Martin Habil:Léducation phisique et sportives,office des puplication universitaire,Alger,1993

15- Matviev :psychologie sportive,ed-vigot,France :1997

16- Rechard b-alderman :Manuel de psycholoje du sport,Edition vigot,paris

17- Jurgen weinècle :Manuel d'entrainement ,edition4,paris :1997

الدراسات السابقة والمشابهة:

- الدراسة سامي خلف العزاوي 1987 لنيل شهادة ماجستير، العراق تحت عنوان تأثير البرنامج الخاص بتطوير سرعة الركض بكرة القدم لدى طلبة المرحلة الأولى بكلية التربية البدنية والرياضية بجامعة البصرة.
- الدراسة بوكر اتم بلقاسم 2007/2008 لنيل شهادة ماجستير، جامعة الجزائر تحت عنوان تأثير التدريب البليومتري على القوة المميزة بالسرعة وبعض المهارات الأساسية في كرة القدم.
- الدراسة محمد اسماعيل عبد زيد عاشور 2009 مجلة علوم الرياضية العدد الأول، جامعة المستنصرية تحت عنوان تأثير برنامج تدريبي مقترح للسرعة بكرة القدم

- الدراسة شالي فوزي 2013/2014لنيل شهادة ماستر، المسيلة تحت عنوان تأثير برنامج تدريبي مقترح بطريقة التدريب التكراري في تنمية صفتي السرعة والقوة المميزة بالسرعة لدى لاعبي كرة الطائرة".
- الدراسة بن يونس أيمن 2014/2015لنيل شهادة ماستر، المسيلة تحت عنوان أثر وحدات تدريبية مقترحة لتنمية صفة السرعة الانتقالية على أداء مهارة التنطيط للاعبي كرة اليد.
- الدراسة ياحي بلال 2014/2015لنيل شهادة ماستر، المسيلة تحت عنوان أثر برنامج تدريبي مقترح في تنمية السرعة على أداء مهارة السحق للاعبي كرة الطائرة.
- الدراسة عطا الله خير الدين 2016/2015 شهادة ماستر، المسيلة تحت عنوان أثر برنامج تدريبي مقترح لتنمية السرعة من أجل تحسين مهارة المراوغة لدى لاعبي كرة القدم.
- الدراسة باديس أحمد 2014/2013 شهادة ماستر، البويرة مساهمة التدريب التكراري في تنمية السرعة لدى لاعبي كرة القدم.

الملاحـــــــق

الدراسة الاستطلاعية

اللاعب	اختبار قبلي	اختبار بعدي
01	5.15	5.20
02	5.26	5.14
03	5.44	5.40
04	5.33	5.35

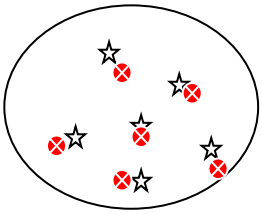
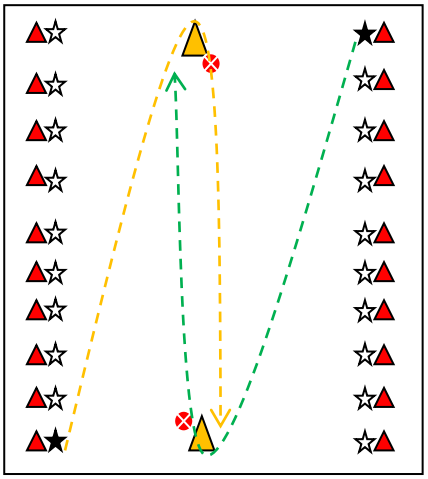
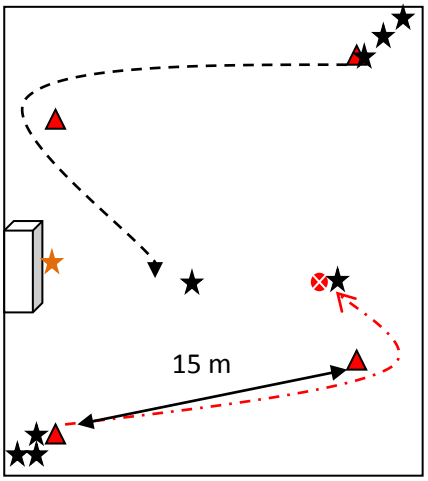
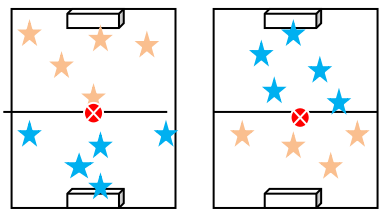
العينة الشاهدة

اللاعب	تاريخ الميلاد	السن	اختبار قبلي	اختبار بعدي
01	2008	11	5.22	5.23
02	2009	10	5.35	5.30
03	2008	11	5.56	5.41
04	2008	11	5.05	5.15
05	2008	11	5.16	5.24
06	2009	10	5.10	5.12
07	2008	11	5.23	5.19
08	2008	11	5.54	5.50
09	2008	11	5.41	5.44
10	**2009**	**10**	**5.32**	**5.29**

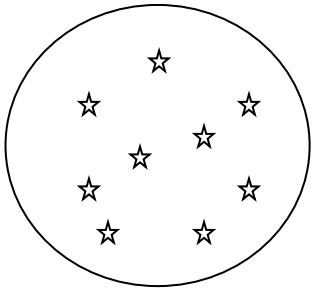
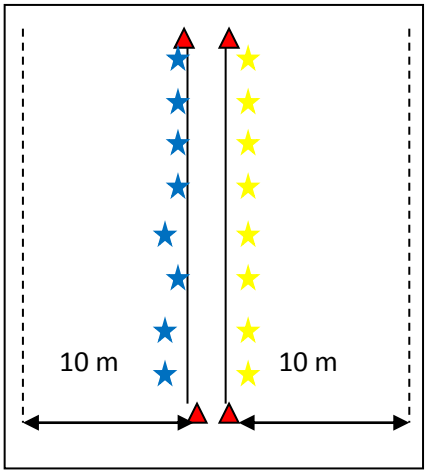
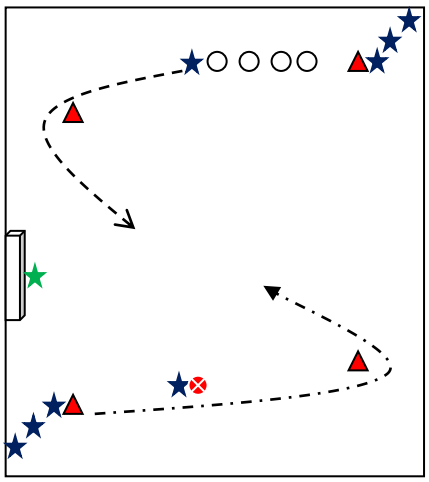
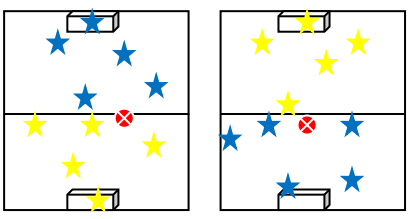
العينة التجريبية

اللاعب	تاريخ الميلاد	السن	اختبار قبلي	اختبار بعدي
01	2009	10	5.59	5.30
02	2009	10	5.13	5.00
03	2008	11	5.18	4.90
04	2008	11	5.45	5.20
05	2008	11	5.36	5.15
06	2008	11	5.27	5.02
07	2008	11	5.14	4.99
08	2008	11	5.11	5.00
09	2009	10	5.48	5.30
10	2008	11	5.32	5.22

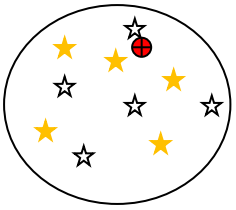
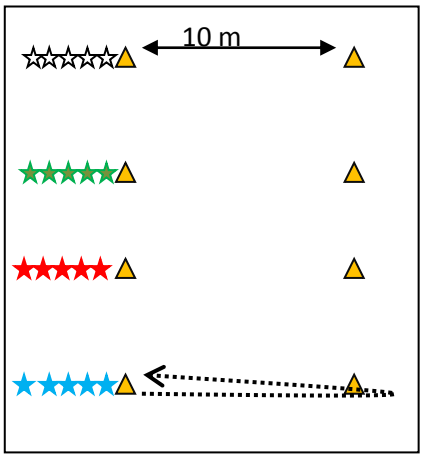
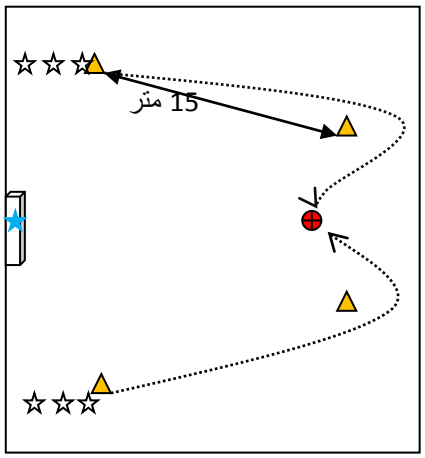
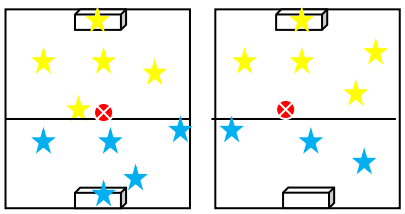
التاريخ	الهدف	رقم الحصة	مدة الحصة	عدد اللاعبين
-	تنمية السرعة	01	1.30 h	10

المرحلة	التمارين	التكرار	الزمن	شكل التمرين
المرحلة الابتدائية	التحية الرياضية و تحضير البراعم للحصة . (5 د) الجري بالكرة في حيز عند الصفارة يقوم اللاعبين بعمل تقنية وفق أرقام معينة .	/	20 mn	
المرحلة الرئيسية	ت1- يقسم الفوج إلى مجموعتين مع إعطاء كل واحد رقم من 1-10 يوضع بين الفوجين قمعين a – b يوجد أمامهما كرة ، عند ذكر أي رقم من 1-10 ينطلق صاحبه بأقصى سرعة ، حيث فوج ينقل الكرة من a إلى b و الآخر العكس . (يبدأ الترقيم من 1 – 10 من النجمة السوداء)	1 /	15 mn	
	راحة (2 دقيقة شرب الماء – 3 دقيقة مع الكرة حرا)		5 mn	
	ت2- ينقسم الفوج إلى مجموعتين الأولى مهاجمين و الثانية مدافعين ، المدافعين ينطلقون من القمع a إلى bو يواجهون المهاجم أما المهاجمين ينطلقون من B إلى A و يحولون تجاوز المدافعين . ثم يتبادلون الأدوار.	2	10 mn	
المرحلة النهائية	منافسة 5 ضد 5 (مباراة 10 دقيقة بينهما راحة 5 دقيقة) تحية نهاية الحصة (5 دقيقة)		30 mn	

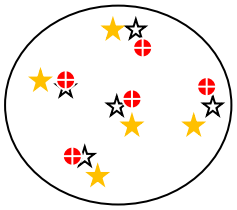
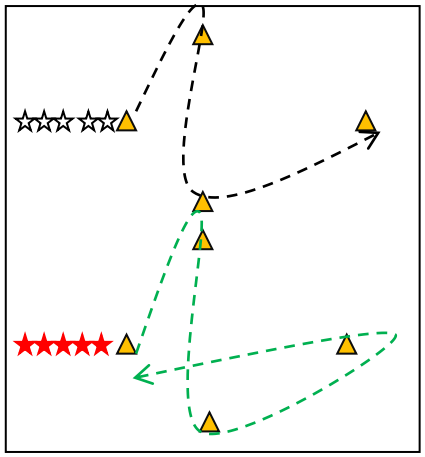
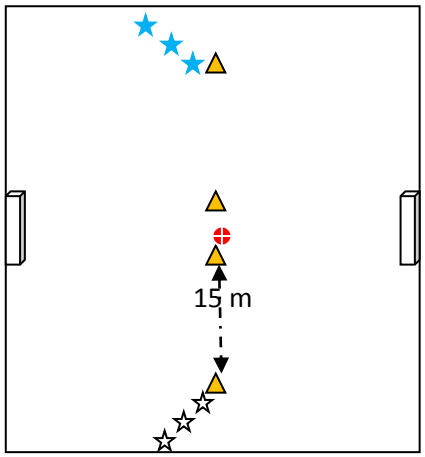
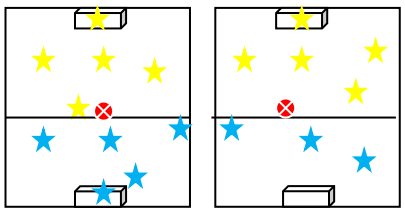
التاريخ	الهدف	رقم الحصة	مدة الحصة	عدد اللاعبين
-	تنمية السرعة	02	1.30 h	10

المرحلة	التمارين	التكرار	الزمن	شكل التمرين
المرحلة الابتدائية	التحية الرياضية و تحضير البراعم للحصة . (5 د) الجري بدون الكرة في حيز عند الاشارة إلى أحد الألوان التالية يقوم اللاعبين بما يرمز له اللون . حيث الأزرق يرمز إلى الجري ، الأصفر إلى الاستلقاء و أخيرا الأحمر إلى الجلوس .		20 mn	
المرحلة الرئيسية	ت1- ينقسم الفوج إلى مجموعتين مجموعة باللون الأصفر و الأخرى بالأزرق حيث يتقابلون بالظهر على بعد 1 متر عند ذكر أحد اللونين مثلا الأزرق يهرب ذوو القمصان الزرقاء أما الصفر يحاولون اللحاق بهم قبل اجتياز الخط الذي يبعد 10 متر . راحة (2 د شرب و 3 بالكرة حر) ت2- ينقسم الفوج إلى مجموعتين الأولى مهاجمين و الثانية مدافعين ، المدافعين ينطلقون من القمع a إلى b بحيث يجتازون ورشة برفع الركبتين و يواجهون المهاجم أما المهاجمين ينطلقون من B إلى A بالكرة و يحولون تجاوز المدافعين . ثم يتبادلون الأدوار.		15 mn 5 mn 20 mn	 
المرحلة النهائية	منافسة 5 ضد 5 (مباراة 10 دقيقة بينهما راحة 5 دقيقة) تحية نهاية الحصة (5 دقيقة)		30 mn	

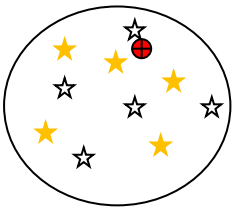
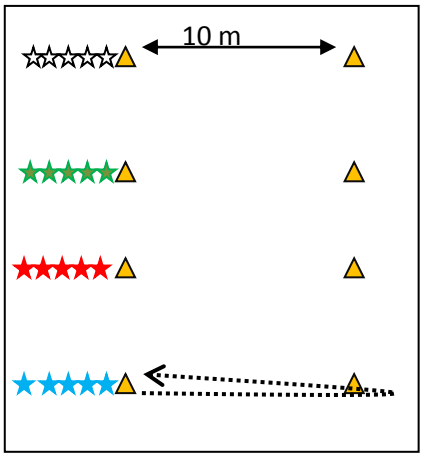
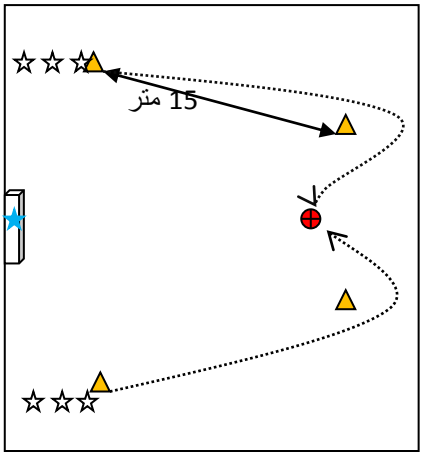
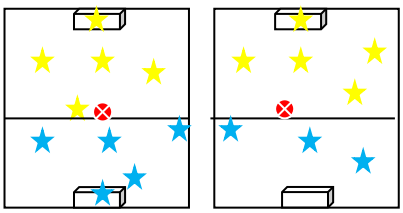
التاريخ	الهدف	رقم الحصة	مدة الحصة	عدد اللاعبين
-	تنمية السرعة	03	1.30 h	10

المرحلة	التمارين	التكرار	الزمن	شكل التمرين
المرحلة الابتدائية	التحية الرياضية و تحضير البراعم للحصة . (5 د) لعبة التمريرات العشر بالأيدي بحيث يقسم الفوج إلى مجموعات ضد في حيز معين.		20 mn	
المرحلة الرئيسية	ت1- نفس التقسيم يعني 4 مجموعات يتنافسون على التسابق لمسافة 10 متر إعادة تكون على 3 مرات و في الرابعة يتنافس كل أعضاء الفوج بالتتابع.		15 mn	
	راحة (2 د شرب ، 3 د بالكرة حر)		5 mn	
	ت2- يقسم الفوج إلى مجموعتين يتسابقون في 15 متر للوصول إلى الكرة الأول يكون مهاجم يحاول التسجيل الثاني يكون مدافع يحاول منعه.		20 mn	
المرحلة النهائية	منافسة 5 ضد 5 (مباراة 10 دقيقة بينهما راحة 5 دقيقة) تحية نهاية الحصة (5 دقيقة)		30 mn	

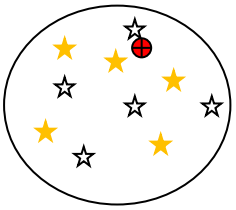
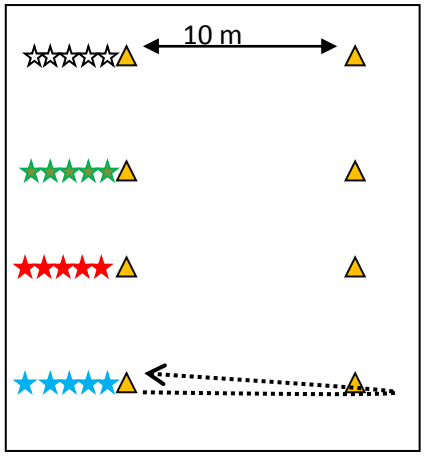
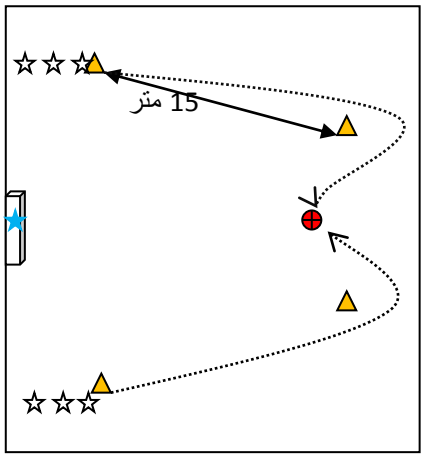
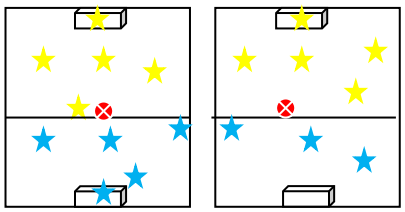
التاريخ	الهدف	رقم الحصة	مدة الحصة	عدد اللاعبين
-	تنمية السرعة	04	1.30 h	10

المرحلة	التمارين	التكرار	الزمن	شكل التمرين
المرحلة الابتدائية	التحية الرياضية و تحضير البراعم للحصة . (5 د) كل واحد يختار زميل الأول تكون معه الكرة يقوم بالمراوغة مع أداء تقنيات و الآخر يتبعه بعد 5 دقائق يتبادلون الأدوار.		20 mn	
المرحلة الرئيسية	ت1- نفس التقسيم يعني 4 مجموعات يتنافسون على التسابق بحيث يتقدمون نحو القمع الأيسر ثم الأيمن ثم إلى القمع الأخير إعادة تكون على 3 مرات و في الرابعة يتنافس كل أعضاء الفوج بالتتابع. راحة (2 د شرب ، 3 د بالكرة حر) ت2- يقسم الفوج إلى مجموعتين يتسابقون في 15 متر للوصول إلى الكرة الأول يكون مهاجم يحاول التسجيل في أحد الاتجاهات بحيث يقوم بالتمويه و يتجه نحو المرمى الذي اختاره، الثاني يكون مدافع يحاول منعه و يتبادلون الأدوار.			 
المرحلة النهائية	منافسة 5 ضد 5 (مباراة 10 دقيقة بينهما راحة 5 دقيقة) تحية نهاية الحصة (5 دقيقة)		30 mn	

التاريخ	الهدف	رقم الحصة	مدة الحصة	عدد اللاعبين
-	تنمية السرعة	05	1.30 h	10

المرحلة	التمارين	التكرار	الزمن	شكل التمرين
المرحلة الابتدائية	التحية الرياضية و تحضير البراعم للحصة . (5 د) لعبة التمريرات العشر بالأيدي بحيث يقسم الفوج إلى مجموعات ضد في حيز معين.		20 mn	
المرحلة الرئيسية	ت1- نفس التقسيم يعني 4 مجموعات يتنافسون على التسابق لمسافة 10 متر إعادة تكون على 3 مرات و في الرابعة يتنافس كل أعضاء الفوج بالتتابع. راحة (2 د شرب ، 3 د بالكرة حر) ت2- يقسم الفوج إلى مجموعتين يتسابقون في 15 متر للوصول إلى الكرة الأول يكون مهاجم يحاول التسجيل الثاني يكون مدافع يحاول منعه.			 
المرحلة النهائية	منافسة 5 ضد 5 (مباراة 10 دقيقة بينهما راحة 5 دقيقة) تحية نهاية الحصة (5 دقيقة)		30 mn	

التاريخ	الهدف	رقم الحصة	مدة الحصة	عدد اللاعبين
-	تنمية السرعة	06	1.30 h	10

المرحلة	التمارين	التكرار	الزمن	شكل التمرين
المرحلة الابتدائية	التحية الرياضية و تحضير البراعم للحصة . (5 د) لعبة التمريرات العشر بالأيدي بحيث يقسم الفوج إلى مجموعات ضد في حيز معين.		20 mn	
المرحلة الرئيسية	ت1- نفس التقسيم يعني 4 مجموعات يتنافسون على التسابق لمسافة 10 متر إعادة تكون على 3 مرات و في الرابعة يتنافس كل أعضاء الفوج بالتتابع. راحة (2 د شرب ، 3 د بالكرة حر) ت2- يقسم الفوج إلى مجموعتين يتسابقون في 15 متر للوصول إلى الكرة الأول يكون مهاجم يحاول التسجيل الثاني يكون مدافع يحاول منعه.			 
المرحلة النهائية	منافسة 5 ضد 5 (مباراة 10 دقيقة بينهما راحة 5 دقيقة) تحية نهاية الحصة (5 دقيقة)		30 mn	

```
FREQUENCIES VARIABLES=test001 test002 test01 test02 test1 test2
/STATISTICS=STDDEV MEAN SUM
/ORDER=ANALYSIS
```

Fréquences

Statistiques

		للعين قبلي إختبار الإستطلاعية	للعينة بعدي إختبار الإستطلاعية	للعينة قبلي إختبار الشاهدة	للعينة بعدي إختبار الشاهدة	للعينة قبلي إختبار التجريبية	للعينة بعدي إختبار التجريبية
N	Valide	4	4	10	10	10	10
	Manquant	6	6	0	0	0	0
Moyenne		5.2950	5.2850	5.2940	5.2920	5.3030	4.9970
Ecart type		.12179	.10970	.17424	.17048	.16627	.12311
Somme		21.18	21.14	52.94	52.92	53.03	49.97

Table de fréquences

اختبار قبلي للعينة الاستطلاعية

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	5.15	1	10,0	25,0	25,0
	5.26	1	10,0	25,0	50,0
	5.33	1	10,0	25,0	75,0
	5.44	1	10,0	25,0	100,0
	Total	4	40,0	100,0	
Manquant	Système	6	60,0		
Total		10	100,0		

اختبار بعدي للعينة الاستطلاعية

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	5.16	1	10,0	25,0	25,0
	5.23	1	10,0	25,0	50,0
	5.35	1	10,0	25,0	75,0
	5.40	1	10,0	25,0	100,0
	Total	4	40,0	100,0	
Manquant	Système	6	60,0		
Total		10	100,0		

اختبار قبلي للعينة الشاهدة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	5.05	1	10,0	10,0	10,0
	5.10	1	10,0	10,0	20,0
	5.16	1	10,0	10,0	30,0
	5.22	1	10,0	10,0	40,0
	5.23	1	10,0	10,0	50,0
	5.32	1	10,0	10,0	60,0
	5.35	1	10,0	10,0	70,0
	5.41	1	10,0	10,0	80,0
	5.54	1	10,0	10,0	90,0
	5.56	1	10,0	10,0	100,0
	Total	10	100,0	100,0	

اختبار بعدي للعينة الشاهدة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	5.09	1	10,0	10,0	10,0
	5.12	1	10,0	10,0	20,0
	5.13	1	10,0	10,0	30,0
	5.22	1	10,0	10,0	40,0
	5.23	1	10,0	10,0	50,0
	5.29	1	10,0	10,0	60,0
	5.30	1	10,0	10,0	70,0
	5.44	1	10,0	10,0	80,0
	5.53	1	10,0	10,0	90,0
	5.57	1	10,0	10,0	100,0
	Total	10	100,0	100,0	

اختبار قبلي للعينة التجريبية

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	5.11	1	10,0	10,0	10,0
	5.13	1	10,0	10,0	20,0
	5.14	1	10,0	10,0	30,0
	5.18	1	10,0	10,0	40,0
	5.27	1	10,0	10,0	50,0
	5.32	1	10,0	10,0	60,0
	5.36	1	10,0	10,0	70,0
	5.45	1	10,0	10,0	80,0
	5.48	1	10,0	10,0	90,0
	5.59	1	10,0	10,0	100,0
	Total	10	100,0	100,0	

اختبار بعدي للعينة التجريبية

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	4.80	1	10,0	10,0	10,0
	4.83	1	10,0	10,0	20,0
	4.90	1	10,0	10,0	30,0
	4.99	1	10,0	10,0	40,0
	5.02	1	10,0	10,0	50,0
	5.03	1	10,0	10,0	60,0
	5.04	1	10,0	10,0	70,0
	5.05	1	10,0	10,0	80,0
	5.11	1	10,0	10,0	90,0
	5.20	1	10,0	10,0	100,0
	Total	10	100,0	100,0	

```
T-TEST PAIRS=test01 test1 WITH test02 test2 (PAIRED)
/CRITERIA=CI(.9500)
/MISSING=ANALYSIS.
```

Test T

Statistiques des échantillons appariés

		Moyenne	N	Ecart type	Moyenne erreur standard
Paire 1	الشاهدة للعينة قبلي إختبار	5.2940	10	.17424	.05510
	الشاهدة للعينة بعدي إختبار	5.2920	10	.17048	.05391
Paire 2	التجريبية للعينة قبلي إختبار	5.3030	10	.16627	.05258
	التجريبية للعينة بعدي إختبار	4.9970	10	.12311	.03893

Corrélations des échantillons appariés

		N	Corrélation	Sig.
Paire 1	الشاهدة للعينة بعدي إختبار & الشاهدة للعينة قبلي إختبار	10	,986	,000
Paire 2	التجريبية للعينة بعدي إختبار & التجريبية للعينة قبلي إختبار	10	,908	,000

Test des échantillons appariés

		Différences appariées					t	ddl	Sig. (bilatéral)
		Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %				
					Inférieur	Supérieur			
Paire 1	إختبار - الشاهدة للعينة قبلي إختبار الشاهدة للعينة بعدي	.00200	.02898	.00917	-.01873	.02273	,218	9	,832
Paire 2	التجريبية للعينة قبلي إختبار - التجريبية للعينة بعدي إختبار	.30600	.07501	.02372	.25234	.35966	12,900	9	,000

ملخص البحث

- عنوان الدراسة : تأثير برنامج تدريبي مقترح بطريقة التدريب التنافسي على تطوير السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم.
- أهداف الدراسة :
  - **تبيان أن التدريب التنافسي له دور في تنمية صفة السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم.**
  - **معرفة إن كان التدريب التنافسي يعطي دافعية أثناء التدريب ناشئي كرة القدم.**
  - **معرفة مدى مساهمة التمارين المنتهجة في تنمية صفة السرعة الانتقالية.**
  - إشكالية الدراسة : هل التدريب التنافسي يطور السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم ؟
  - فرضيات الدراسة :
    - ساهم التدريب التنافسي في تطوير صفة السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم .
    - التدريب التنافسي يزيد من دافعية الانجاز أثناء التدريب لدى ناشئي كرة القدم .
    - التمارين المنتهجة من طرف الباحث فعالة في تطوير السرعة الانتقالية لدى الناشئين .
  - العينة: تكونت عينة البحث من 20 لاعب ناشئ في فئة U11 لفريق الترجي الرياضي العلمي.
  - المنهج المتبع : المنهج التجريبي.
  - أدوات الدراسة :استخدمنا حسب موضوعنا أداة الاختبار لأنه واسعة الاستعمال في المجال الرياضي وهي وسيلة تستلزم استخدام طرق البحث كالقياس والملاحظة والتجريب والتحديد وتفسير الاستنتاج والتعميم.
  - المجال المكاني : تم تطبيق الاختبارين و الوحدات التدريبية في الملعب المجاور لملعب مسعود زقار بالعلمة .
  - المجال الزماني: كان في الفترة الممتدة من 2019/01/22 إلى غاية 2019/04/28 .
  - النتائج المتحصل عليها :
    - أحدث البرنامج التدريبي باستخدام الوحدات التدريبية أثراً إيجابياً في المتغيرات البدنية المعنية بالدراسة.
    - تنمية صفة السرعة جد هام للاعبي كرة القدم من أجل تحسين المهارات الأساسية.
    - وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الشاهدة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي في تنمية السرعة على أداء مهارة المراوغة عند المجموعة التجريبية .
  - الاقتراحات :
    - توفير الوسائل البيداغوجية اللازمة قصد سيرورة التدريب وتسهيل عملية التعليم على المدرب.
    - ضرورة التركيز على إدماج تمارين وبرامج تطويرية قصد تحسين صفة السرعة لدى اللاعبين.
    - إعطاء أهمية بالغة لمهارات كرة القدم في مرحلة الطفولة خاصة باعتبارها المرحلة الأساسية لترسيخ المكتسب والخبرات.
    - إدراك أهمية الممارسة الرياضية والنشاطات البدنية في حياة المراهق ودورها في تطوير نمو شخصيته من كل الجوانب .
    - إدخال المدربين في تربصات حتى يستفيدوا من طرق التدريب العصرية لمواكبة التطور الرياضي.

Résumé de mémoire

O Titre de l'étude :L'impact d'un programme de formation proposé sous forme d'entraînement en compétition sur le développement de la vitesse chez les footballeurs.
O Objectifs de l'étude :
Démontrez que la formation en compétition joue un rôle dans le développement de la rapidité chez les footballeurs.
Découvrez si l'entraînement en compétition donne de la motivation lors de l'entraînement des footballeurs débutants.
Découvrez dans quelle mesure les exercices de développement de la vitesse contribuent.

O Le problème de l'étude : l'entraînement en compétition développe-t-il la vitesse chez les footballeurs ?

O étudier les hypothèses :

- La formation a contribué à la concurrence en développant le profil de vitesse des footballeurs.

- L'entraînement en compétition accroît la motivation pour l'accomplissement pendant l'entraînement des footballeurs.

- Les exercices effectués par le chercheur sont efficaces pour développer la vitesse du jeune.

O Échantillon : L'échantillon était composé de 20 jeunes joueurs de la classe d'espérance U8.

O Méthodologie : méthode expérimentale.

O Outils d'étude : nous avons utilisé l'outil de test parce qu'il est largement utilisé dans le domaine des mathématiques, c'est un moyen qui nécessite l'utilisation de méthodes de recherche telles que la mesure, l'observation, l'expérimentation, la définition, l'interprétation des conclusions et la généralisation.

O Champ spatial : Les deux tests et unités d'entraînement ont été mis en place dans la cour de récréation adjacente au stade Massoud Zouqar à el-Eulma.

O Le domaine temporel : était dans la période du 01/01/2019 au 04/04/2019.

O Résultats obtenus :

Le programme de formation utilisant les modules de formation a un impact positif sur les variables physiques impliquées dans l'étude.

 Le développement de l'attribut de vitesse est très important pour que les joueurs de football améliorent leurs compétences de base.

Il y avait des différences statistiquement significatives entre le groupe témoin et le groupe expérimental dans le posttest dans le développement de la vitesse sur la capacité d'évasion dans le groupe expérimental.

O Suggestions :

Fournir les moyens pédagogiques nécessaires au processus de formation et faciliter le processus d'éducation du formateur.

La nécessité de se concentrer sur l'intégration d'exercices et de programmes de développement pour améliorer la vitesse des joueurs.

Donner une grande importance aux compétences du football dans l'enfance, en particulier en tant que phase de base pour consolider l'expérience acquise.

Reconnaître l'importance de l'exercice et des activités physiques dans la vie de l'adolescent et son rôle dans le développement de la croissance de sa personnalité de tous les côtés.

Introduire les formateurs sur les places pour tirer parti des méthodes d’entraînement modernes permettant de suivre le développement mathématique.

ملخص البحث

- عنوان الدراسة : تأثير برنامج تدريبي مقترح بطريقة التدريب التنافسي على تطوير السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم.
- أهداف الدراسة :
  - تبيان أن التدريب التنافسي له دور في تنمية صفة السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم.
  - معرفة إن كان التدريب التنافسي يعطي دافعية أثناء التدريب ناشئي كرة القدم.
  - معرفة مدى مساهمة التمارين المنتهجة في تنمية صفة السرعة.

- إشكالية الدراسة : هل التدريب التنافسي يطور السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم ؟
- فرضيات الدراسة :
  - ساهم التدريب التنافسي في تطوير صفة السرعة الانتقالية لدى ناشئي كرة القدم .
  - التدريب التنافسي يزيد من دافعية الانجاز أثناء التدريب لدى ناشئي كرة القدم .
  - التمارين المنتهجة من طرف الباحث فعالة في تطوير السرعة لدى الناشئين .

- العينة: تكونت عينة البحث من 20 لاعب ناشئ في فئة U11 لفريق الترجي الرياضي العلمي.
- المنهج المتبع : المنهج التجريبي.

- أدوات الدراسة :استخدمنا حسب موضوعنا أداة الاختبار لأنه واسعة الاستعمال في المجال الرياضي وهي وسيلة تستلزم استخدام طرق البحث كالقياس والملاحظة والتجريب والتحديد وتفسير الاستنتاج والتعميم.

- المجال المكاني : تم تطبيق الاختبارين و الوحدات التدريبية في الملعب المجاور لملعب مسعود زقار بالعلمة .
- المجال الزماني: كان في الفترة الممتدة من 2019/01/22 إلى غاية 2019/04/28 .

- النتائج المتحصل عليها :
  - أحدث البرنامج التدريبي باستخدام الوحدات التدريبية أثراً إيجابياً في المتغيرات البدنية المعنية بالدراسة.
  - تنمية صفة السرعة جد هام للاعبي كرة القدم من أجل تحسين المهارات الأساسية.
  - وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الشاهدة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي في تنمية السرعة على أداء مهارة المراوغة عند المجموعة التجريبية .

- الاقتراحات :
  - توفير الوسائل البيداغوجية اللازمة قصد سيرورة التدريب وتسهيل عملية التعليم على المدرب.
  - ضرورة التركيز على إدماج تمارين وبرامج تطويرية قصد تحسين صفة السرعة لدى اللاعبين.