

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة

ميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع : تدريب رياضي

تخصص : تحضير بدني وذهني



معهد : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم : التدريب الرياضي

رقم :

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

إعداد الطالب : سماتي رفيق

فاعلية التحضير البدني في رفع مستوى أداء لاعبي كرة
القدم خلال مرحلة المنافسة (صنف أكابر)

دراسة ميدانية لأندية قسم الجهوي الأول لرابطة باتنة

لجنة المناقشة :

رئيسا	جامعة : محمد بوضياف	اسم ولقب الأستاذ (ة) بن تومي بلال
مشرفا ومقررا	جامعة : محمد بوضياف	اسم ولقب الأستاذ (ة) بوصول النذير
مناقشا	جامعة : محمد بوضياف	اسم ولقب الأستاذ (ة) بن رجم إدريس

السنة الجامعية : 2017 / 2018



﴿ وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ ﴾

(سورة القلم، الآية 04)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

" وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ

السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّهُ

أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا "

صدق الله العظيم

سورة الاسراء الاية (36)

شكر وعرفان

قال الله تعالى: بعد باسم الله الرحمن الرحيم
﴿إِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ....﴾

في البداية اشكر الله عز وجل الذي وفقني لإتمام هذا العمل المتواضع
كما أتوجه بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدني على إنجاز هذا البحث
سواء من قريب أو من بعيد ، كما يسعدني أن أتقدم بجزيل الشكر
إلى الأستاذ المشرف * الدكتور بوصلاح نذير * الذي وافق على
الإشراف علي فكان أذا قبل أن يكون أستاذًا ولم يبخل علي بنصائحه
القيمة التي مهدت لي الطريق لإتمام هذا البحث ، و لا يفوتني أن أتقدم
بجزيل الشكر والعرفان

إلى الوالدين الكريمين حفظهما الله لي ورعاها وكل من قدم لي يد
العون والمساعدة

دون أن أنسى طلبة السنة الثانية ماستر تحضير بدني 2017-2018 وكل
أساتذة وعمال معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة
محمد بوضياف بالمسيلة .

الإهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إليك:

فبني الحجاب المتدفق، التي أرضعتني قوة وشجاعة وصبر على تربيته، وحلمتني أمي الحماة كفاحك إليك أبعبر المدي،
إليك التي فرحت لفرحتي، وبكت لتجاعي إليك الوالدة العزيزة التي مهما تحدثت عنها لم أستطيع أن أوفيتها حقها
عن تعبها المضيء طوال هذه السنين.

إليك الذي تعب من أجل أمي بفتح الأبواب والنزول فخرتني فيا حبس العمل، أمي العزيز.

إليك جد قاي العزيزين أطلال اللثام حمرهما

إليك كل إسوئي الذين اتخذت طم قلبي ممكننا .

إليك جميع الأهل والأقارب، وكل الأصدقاء والأحباب البعيد والقريب.

إليك زملائي في الدراسة، وإليك جميع الأساتذة الذين قاموا بتأطيري وخاصة الأستاذ "نزي بوصول".

إليك جميع سكان مدينة برهوج .

وإليك الأصدقاء والأخوة وكل أسرة فرح أمي برهوج

إليك كل حمزتي لم ينكر اسمه من خلال هذا الإهداء، فاسمه منقوش في القلب الاحتجاج إليك النفس بقلم قدرتي

حبه بطول الوقت.

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتويات
	كلمة شكر وتقدير
	فهرس المحتويات
	قائمة الأشكال والجداول
أ	مقدمة
04	الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة
	تمهيد.....
04	الخلفية النظرية.....
14	الدراسات السابقة.....
14	
14	الدراسات السابقة.....
23	الفصل الثاني: الإطار العام للدراسة
23	1-الكلمات الدالة في الدراسة.....
25	2-إشكالية الدراسة.....
26	3-أهداف الدراسة.....
26	4-أهمية الدراسة.....
27	5-فرضيات الدراسة.....
30	الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة
30	1-الدراسة الإستطلاعية.....

37	2- المنهج المتبع في الدراسة.....
37	3- مجتمع وعينة الدراسة.....
37	4- أدوات جمع البيانات والمعلومات.....
39	5- إجراءات التطبيق الميداني للأداة.....
39	6- الأساليب الإحصائية.....
41	الفصل الرابع: عرض وتحليل النتائج وتفسيرها ومناقشتها
70	عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها.....
70	الفصل الخامس: استنتاجات واقتراحات
73	1- استنتاجات عامة.....
74	2- اقتراحات.....
	4- المراجع المعتمدة في الدراسة
	5- الملاحق.

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
32	يبين توزيع أفراد عينة البحث	01
33	يبين الاتساق الداخلي لفقرات المحور 01	02
34	يبين الاتساق الداخلي لفقرات المحور 02	03
35	يبين الاتساق الداخلي لفقرات المحور 03	04
36	يبين صدق الاتساق البنائي لأداة الدراسة	05
37	يبين قيمة معامل Cronbach's Alpha لمحاو الاستبيان	06
42	يمثل نتائج العبارة رقم(01) من المحور الأول	07
43	يمثل نتائج العبارة رقم(02) من المحور الأول	08
44	يمثل نتائج العبارة رقم(03) من المحور الأول	09
45	يمثل نتائج العبارة رقم(04) من المحور الأول	10
46	يمثل نتائج العبارة رقم(05) من المحور الأول	11
47	يمثل نتائج العبارة رقم(06) من المحور الأول	12
48	يمثل نتائج العبارة رقم(07) من المحور الأول	13
49	يبين ملخص تحليل فقرات المحور الأول	14
50	يمثل نتائج العبارة رقم(08) من المحور الثاني	15
51	يمثل نتائج العبارة رقم(09) من المحور الثاني	16
52	يمثل نتائج العبارة رقم(10) من المحور الثاني	17
53	يمثل نتائج العبارة رقم(11) من المحور الثاني	18
54	يمثل نتائج العبارة رقم(12) من المحور الثاني	19
55	يمثل نتائج العبارة رقم(13) من المحور الثاني	20
56	يمثل نتائج العبارة رقم(14) من المحور الثاني	21
57	يبين ملخص تحليل فقرات المحور 02	22
58	يمثل نتائج العبارة رقم(15) من المحور الثالث	23
59	يمثل نتائج العبارة رقم(16) من المحور الثالث	24

60	يمثل نتائج العبارة رقم(17) من المحور الثالث	24
61	يمثل نتائج العبارة رقم(18) من المحور الثالث	25
62	يمثل نتائج العبارة رقم(19) من المحور الثالث	26
63	يمثل نتائج العبارة رقم(20) من المحور الثالث	27
64	يمثل نتائج العبارة رقم(21) من المحور الثالث	28
65	بين ملخص تحليل فقرات المحور 03	29
66	بين دور التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم	30
66	بين دور التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم	31
67	بين دور التحضير البدني في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم	32
68	يمثل نتائج العبارة رقم(07) من المحور الثالث	33

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
42	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 01 للمحور الأول	01
43	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 02 للمحور الأول	02
44	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 03 للمحور الأول	03
45	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 04 للمحور الأول	04
46	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 05 للمحور الأول	05
47	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 06 للمحور الأول	06
48	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 07 للمحور الأول	07
49	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 08 للمحور الثاني	08
50	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 09 للمحور الثاني	09
51	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 10 للمحور الثاني	10
52	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 11 للمحور الثاني	11

53	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 12 للمحور الثاني	12
54	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 13 للمحور الثاني	13
55	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 14 للمحور الثاني	14
56	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 15 للمحور الثالث	15
57	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 16 للمحور الثالث	16
58	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 17 للمحور الثالث	17
59	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 18 للمحور الثالث	18
60	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 19 للمحور الثالث	19
61	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 20 للمحور الثالث	20
62	رسم بياني يوضح إجابات العينة على العبارة رقم 21 للمحور الثالث	21

التقدير
ساجد

مقدمة:

كرة القدم إحدى أشهر وأهم الألعاب والرياضات التي توليها الجماهير والوسائل الإعلامية أهمية بالغة، حيث دخلت في العالم مرحلة غاية التعقيد والتحديث في فنيات وطرائق اللعب، وإلى جانبها يتزامن التطور الذي يشمل نواحي متعددة ومنها التطور البدني، من أجل بلوغ الرياضي أعلى درجات الأداء المهاري المتقن والعطاء الفني الجميل بأقل جهد، وهذا ما يسعى إليه المختصون في كرة القدم من خلال البرامج التدريبية والمنتهجة علميا .

ولقد رأى المختصون أن التحضير الجيد تأثير على الجانب البدني ، الذي له أهمية تطوير الصفات البدنية عند لاعبي كرة القدم، وتوصلوا بأن مستوى التحضير التقني والتكتيكي مرتبط ارتباطا وثيقا بالتحضير البدني، وتطوير الصفات البدنية، وفي كل هذا لا يجب أن نغفل عن الدور الفعال الذي يلعبه المدرب في تقنين وتنظيم مختلف التمرينات التدريبية وإعطائها الشكل المناسب الذي يتلاءم مع القدرات الحركية والبدنية للاعبين، وكذا المدة والجهد المناسبين لتفادي مظاهر الإجهاد والتعب، ونقصد بها ضرورة اختيار مدة الحمل والشدة الموافقة لهذه القدرات الحركية والبدنية المعروفة .

كما يقول الدكتوران: محمد صبحي حسين وكمال عبد الحميد 1997 (هناك ضرورة لجعل فترة دوام الحمل البدني والنشاط الرياضي، ومراحل الراحة داخل إطار الدرس، معدة بطريقة تجعل لها نواتج مباشرة يمكن ملاحظتها) (د.كمال عبد المجيد، د.محمد صبحي حسين ، 1997، ص106) ، الذي يعتبر حسب الدراسات السابقة في هذا المجال أحد العناصر الأساسية في التحضير العام والخاص نحو التطوير الكلي لعناصر اللياقة البدنية، ورفع كفاءة أعضاء وأجهزة الجسم الوظيفية وتكامل أداؤها من خلال التمرينات البنائية العامة والخاصة(أمر الله أحمد البساطي ، 1999، ص21).

وقد شملت دراستنا جانبين ، الجانب النظري الذي يتكون من ثلاث فصول ، الفصل الأول تطرقنا فيه إلى التعريف بكرة القدم مع ذكر نبذة تاريخية عن تطورها في العالم والجزائر ، والمبادئ الأساسية والقوانين المنظمة لها، وكذا الصفات التي يتميز بها لاعب كرة القدم وطرق اللعب في هذه اللعبة، أما الفصل الثاني تطرقنا فيه إلى التحضير البدني في كرة القدم تعريفه وأنواعه ، مع ذكر الصفات البدنية وطرق تنميتها ، أما الفصل الثالث فتطرقنا فيه إلى التخطيط في كرة القدم ، خصائصه ، أنواعه ، مؤشرات التخطيط ، وكذا المنافسة ، تعريفها أهميتها أنواعها، التحضير البدني والمنافسة .

أما الجانب التطبيقي يتكون من فصلين، الفصل الأول تم ذكر الطرق المنهجية للبحث، أما الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة.

دراسة نظرية في الآداب مؤلف: د. محمد عبد الله

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

تمهيد :

أن الأداء الرياضي يشمل جميع ميادين الحياة من سلوكيات يقوم بها الفرد بشكل مستمر في كل أفعاله وأقواله لتحقيق أهداف معينة ومن اجل بلوغ حاجاته وأغراضه المحددة سواء كان في المجال العلمي أو المجال التعليمي أو في المجال الرياضي وللوصول بفريق مالتحقيق نتائج ايجابية يعتمد بدرجة أولى على اتقاننا فراد الفريق للمبادئ الأساسية للعبة في جميع المواقف ، ويعتمد على الأسلوب الصحيح والعلمي في طرق التدريب والتحضير النفسي الجيد للوصول للاعب إلى نتائج جيدة في الأداء مع أفضل اقتصاد في المجهودىرى بعض العلماء أن الهدف من التحضير البدني للفرد الرياضي هو اكتساب اللياقة البدنية وفي الواقع أن استخدام مصطلح اللياقة البدنية في عملية التدريب الرياضي قد يثير الكثير من الجدل ،وقد يؤدي إلى عدم التحديد الواضح للإعداد البدني نظرا لاختلاف مفاهيم المدارس الفكرية التي يؤمن بها علماء الثقافة الرياضية في البلدان المختلفة ومن جهة أخرى يطلق علماء التربية الرياضية في الاتحاد السوفيتي مصطلح الصفات البدنية أو الحركية للتعبير عن القدرات الحركية أو البدنية في الولايات المتحدة الأمريكية عليها اسم مكونات اللياقة البدنية باعتبارها احد مكونات الشاملة التي تحتوي عل مكونات اجتماعية ،نفسية ،وعاطفية .

1- نبذة تاريخية عن كرة القدم:

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

نشأت كرة القدم في بريطانيا ، وأول من لعب الكرة كان عام 1175م ، من قبل طلبة المدارس الانجليزية ، وفي سنة 1334م قام الملك (ادوار الثاني) بتحريم لعب الكرة في المدينة نضرا للانزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف (ادوار الثالث) ورتشارد الثاني وهنري الخامس (1373م-1453م) نضرا للانعكاس السلبي لتدريب القوات العسكرية.

لعبة أول مرة في مدينة لندن 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 (ايتون Eton) بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها 110م، وعرضها 5.5م وسجل هدفان في تلك المباراة.

بدا وضع بعض القوانين سنة 1830م، بحيث تم التعرف على ضربات الهدف والرمية الجانبية ، وأسس نظام التسلسل قانون هاور (haour) كما اخرج القانون المعروف بقواعد كمبرج عام 1848م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين كرة القدم، وفي عام 1862م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان: "اللعبة الأسهل" حيث جاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة باتجاه خط الوسط حين خروجها وفي عام 1863م أسس اتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888م (كأس اتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستعمال الصفارة ، وفي عام 1863م تأسس الاتحاد الدانمركي لكرة القدم ، وأقيمت كأس البطولة بـ15 فريق دانمركي وكانت رمية بكلتا اليدين .

في عام 1904م تشكل الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا بلجيكا سويسرا والدانمرك، وأول بطولة لكأس العالم أقيمت في الارغواي 1930م وفازت بها.(موفق مجيد المولى، 1999، ص9)

2- التسلسل التاريخي لكرة القدم:

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود ، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوربية السائدة في جميع المنافسات، وأصبح مقياس التطور في كرة القدم هو منافسة كأس العالم ، وبدأ تطور كرة القدم منذ أن بدأت منافسات الكأس العالمية سنة 1930.

وفيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم:

2- 1863: أسس الاتحاد البريطاني لكرة القدم.

- 1873: أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا.
- 1904: تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم.
- 1930: أول كأس عالمية فازت بها الأرجواي .
- 1963: أول دورة باسم كأس العرب.
- 1998: دورة كأس العالم في فرنسا وفازت بها ولأول مرة نظمت بـ32 منتخب من بينها 5 فرق من إفريقيا.

3- كرة القدم في المغرب العربي:

عرفت دول المغرب العربي كرة القدم عن طريق الجيوش الفرنسية والاطالية المحتلة لها، وأنشأت لها الفرق والأندية وأقامت مباريات عديدة سواء بين الفرق المحلية أو بين هذه الفرق، و فرق الجيوش الأجنبية، وكونت لها اتحاديات خاصة ترعى شؤونها وتشرف على دوراتها.

وتعد فرق المغرب والجزائر وتونس في مستوى الفرق العالمية خاصة إذا علمنا أن المنتخبات الفرنسية لسنوات قليلة حلت كانت جزائريين يعتبرون في مصاف اللاعبين الممتازين في العالم (فيصل رشيد، عياش الدبلي، 1997، من ص 6 الى ص8)

4- كرة القدم في الجزائر :

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت، والتي اكتسبت شعبية كبيرة، وهذا بفضل الشيخ "عمر بن محمود"، "علي راييس"، الذي أسس سنة 1895م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طليعة الحياة في الهواء الكبير). lakant garde vie grandin) وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م ، وفي 7 أوت 1921م تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية " مولودية الجزائر " غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة (CSC) هو أول نادي تأسس قبل سنة 1921م . بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى منها غالي معسكر الاتحاد الإسلامي لوهران والاتحاد الرياضي الإسلامي للبيدة والاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكتل لصد الاستعمار، فكانت كرة القدم أحد هذه الوسائل المحققة لذلك، حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين، وبالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعمل على زيادة وزرع الروح الوطنية، مع هذا تم تفتن السلطات الفرنسية إلى المقابلات التي تجري تعطي الفرصة لأبناء الشعب التجمع والتظاهر بعد كل لقاء، حيث في سنة 1956م وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت بين

مولودية الجزائر وفريق اورلي من (سانت اوجين،بولوغين حاليا) التي على إثرها اعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م تجنباً للأضرار التي تلحق بالجزائريين .
وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطنية في 18 افرى 1958م الذي كان مشكلاً من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال رشيد مخلوفي الديكان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت ايتيان،سوخان، كرمالي، زوبا، كريمو ابرير...

وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية، وقد عرفت كرة القدم الجزائرية بعد الاستقلال مرحلة أخرى، حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم سنة 1962م وكان "محمد معوش" أول رئيس لها، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و 6 رابطات جهوية.

وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم 1962-1963م وفاز بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في منافسات الكؤوس الإفريقية وفي نفس السنة أي 1963م كان أول لقاء للفريق الوطني، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975م وحصوله على الميدالية الذهبية. (بلاسم تلي، مزهود لوصيف، الجابري عيساني،: 1997، ص46.47).

كما شارك في اولمبياد موسكو لسنة 1980، وفاز بكأس إفريقيا مرة واحدة بالجزائر لسنة 1990م وشارك في دورتين لكأس العالم الأولى باسبانيا سنة 1982م، والثانية بالمكسيك سنة 1986م، ودون ذلك لم يحظى المنتخب الوطني بتتويجات كبيرة، حيث أقصيا من تصفيات كأس العالم الباقية رغم إنجابه لعدة لاعبين أكفاء أمثال: لاماس، عاشور، طهير، فريجه، كركور، دراوي، وفي بداية الثمانينات 1982م ظهرت وجوه لامعة مثلت الكرة الجزائرية أحسن تمثيل أمثال : بلومي، ماجر، عصاد، زيدان، مرزقان، سرياح، بتروني... .

أما في التسعينات فقد ظهر كل من صايب وتاسفاوت وآخرون، هذا عن الفريق الوطني، أما عن الأندية فقد برهنت عن وجود الكرة الجزائرية على المستوى الإفريقي، والدليل على ذلك لعبها للأدوار النهائية بالنسبة لكأس إفريقيا للأندية البطلة، وكأس الافرو آسيوية وكأس الكؤوس والحصول على الكأس لبعض أندية العريقة أمثال شببية القبائل و وفاق سطيف، مولودية الجزائر.

2- لمحة عن التحضير البدني:

ظهر مفهوم التحضير البدني وطرقه ونظرياته وأغراضه ، خلال المرحلة الزمنية الطويلة ، وفقا لتطور المجتمعات البشرية ، لقد دأب الإنسان حتى عصرنا هذا على الاعتناء بجسمه وتدريبه وتقوية أجهزته المختلفة واستخدام وسائل وطرق مختلفة.

فعلى الرغم من قلة المعلومات عن الإنسان القديم ، إلا أن هناك اتفاق على أن المجتمعات الأولى لم تكن بحاجة إلى فترة زمنية لمزاولة نشاطه ، وفعالياته الحركية المختلفة أو التدريب عليها.

بمرور المجتمعات البشرية في سلم التطور الحركي ، وتعاقب الأجيال لفترة طويلة ازدادت الحاجة إلى مزاولة الفرد ألعاب وفعاليات حركية مختلفة ، حيث اهتمت الحضارات القديمة بالرياضة ، فما اكتشف في مقابر بني حسن ومقابر وادي الحلو ، والمعبد بجوار بغداد وحضارة ما بين الرافدين لدليل واضح على العناية الكبيرة بالكثير من الفعاليات البدنية التي تشبه إلى حد كبير ما يمارسه الفرد من ألعاب وفعاليات رياضية في عصرنا الحاضر .

خلال العصر الحديث شهد العلم تطور في مختلف الميادين الصناعية ، الاقتصادية، الاجتماعية ، العلمية والتقنية مما انعكس على تطور الفعاليات والألعاب الرياضية إيجابا ، وظهر الكثير من الباحثين الرياضيين في شتى دول العالم أسهموا في تقديم علوم التربية الرياضية ، وظهرت إلى حيز الوجود الطرق والنظريات العلمية الحديثة المستقاة من مختلف العلوم الطبيعية والاجتماعية. **Taelman(R)-Simon(J),1991,P13**

1- مفهوم التحضير البدني:

ويقصد به كل الإجراءات والتمرينات المخططة التي يضعها المدرب ، ويتدرب عليها اللاعب ليصل إلى قمة لياقته البدنية ، وبدونها لا يستطيع لاعب كرة القدم أن يقوم بالأداء المهاري والخططي المطلوب منه وفقا لمقتضيات اللعبة ، ويهدف الإعداد البدني إلى تطوير الصفات البدنية من تحمل وقوة وسرعة ورشاقة ومرونة

(.Taelman(R)-Simon(J),1991,P53)

ويمكن أن نقسم الإعداد البدني إلى قسمين : عام وخاص ، فالأول يقصد به التنمية المتزنة والمتكاملة لمختلف عناصر اللياقة البدنية ، وتكييف الأجهزة الحيوية للاعب مع العبء الواقع عليه ، أما الثاني فيهدف إلى إعداد اللاعب بدنيا ووظيفيا بما يتماشى مع متطلبات ومواقف الأداء في نشاط كرة القدم والوصول إلى الحالة التدريبية وذلك عن طريق تنمية الصفات البدنية الضرورية للأداء التنافسي في كرة القدم والعمل على دوام تطويرها.(مفتي إبراهيم، 1978، م، ص340.)

وعموما فالإعداد البدني العام والخاص للاعب كرة القدم ، لا يمكن فصلهما عن بعضهما البعض بل يكمل كل منهما الآخر وخلال الفترة الإعدادية ن فغنا نبدأ بمرحلة الإعداد البدني العام وذلك لتحقيق الهدف منه ، وهو اللياقة البدنية العامة ن وبعد ذلك يتم الإعداد البدني الخاص من خلال مرحلتي الإعداد الخاص والإعداد للمباريات لتحقيق اللياقة البدنية الخاصة بلاعب كرة القدم .

ومما تقدم نستنتج انه حتى يستطيع اللاعب أن يشارك في المباراة بإيجابية وفعالية وجب عليه أن يتمتع بلياقة بدنية معتبرة ، لذا أصبح من الضروري اليوم على المدرب أن ينمي اللاعب الصفات البدنية الأساسية الخاصة بكرة القدم من تحمل وقوة وسرعة ورشاقة ومرونة.(أبوالعلاء عبد الفتاح، إبراهيم شعلان، 1994 م، ص367).

2-مدة التحضير البدني:

تعتبر مدة التحضير حسب MATUEIV أهم فترة من فترات المنهاج السنوي بأهدافها الخاصة والتي تحاول أن تحققها خلال فترة معينة.(أبوالعلاء عبد الفتاح، إبراهيم شعلان، 1994 م، ص367).

وفي هذه الفترة يعمل المدرب على رفع الحالة التدريبية للاعبين عن طريق تنمية الصفات البدنية والمهارية الأساسية والكفاءة الخططية وتثبيت صفاتها الإرادية.(حنفي محمود مختار، 1980م، ص45).

وعليه فيمكن أن نعبر عن الصفات البدنية ، على أنها مجموعة من القدرات البدنية الخاصة بنوع النشاط الممارس ويمكن تحديدها في الصفات البدنية التالية ، تحمل ، قوة ن سرعة ، مرونة ، رشاقة .

إذا فان الفترة الإعدادية ما هي الا مرحلة أو فترة من فترات المنهاج السنوي ، تقدر بالأسابيع لها أهداف خاصة تحاول أن تحققها ، وهو العمل على تنمية وتطوير الصفات البدنية العامة والخاصة ، وكذلك المهارات الأساسية والكفاءة الخططية ، والصفات الإرادية للاعبين.

ولقد حدد الكثير من الباحثين في مجال التدريب الرياضي مدة التحضير البدني أو الإعداد البدني ما يقارب من 8 إلى 12 أسبوع وتكون قبل فترة المنافسة.(حارس هبوز ، 1990م، ص60).

3- أنواع التحضير البدني :

تعتبر فترة التحضير البدني من أهم فترات الخطة السنوية ، وعليها يترتب نجاح أو فشل النتيجة الرياضية والفوز في المباريات ، لذا أصبح من الضروري استغلال هذه الفترة أحسن استغلال لما لها من أهمية في الحصول على النتائج الايجابية.

ومن الأهداف العامة لهذه الفترة التي تحاول تحقيقها ، هي تطور الحالة التدريبية للاعبين عن طريق تنمية وتحسين صفاتهم البدنية العامة والخاصة ، بالإضافة إلى الجانب البدني فإن هذه الفترة تحاول أن تصل باللاعب إلى الأداء المهاري العالي ، اكتساب الكفاءة الخططية وتطوير وتثبيت الصفات الإرادية والخلقية لدى اللاعبين

وتدوم فترة الإعداد البدني من 8 إلى 12 أسبوعا حسب الكثير من الباحثين في مجال التدريب الرياضي وتكون قبل فترة المنافسة.

وتنقسم هذه الفترة إلى ثلاثة مراحل رئيسية هي:

- مرحلة الإعداد العام.
- مرحلة الإعداد الخاص.
- مرحلة الإعداد للمباريات.. (أبو العلاء عبد الفتاح، إبراهيم شعلان، 1994 م، ص312).

3-1- مرحلة الإعداد العام :

وفقا للهدف منها ونوعية العمل بها تشمل التمرينات العامة ، ويزداد حجم العمل فيها بدرجة كبيرة ما بين 70-80% من درجة العمل الكلية ، والشدة تكون متوسطة وذلك لتطوير الحالة التدريبية ، وأيضا للارتقاء بعناصر اللياقة البدنية العامة ، ولا بد أن تهدف التمرينات العامة إلى بناء القوام السليم للاعبين خلال تلك المرحلة

وتستغرق مرحلة الإعداد العام من 2-3 أسابيع ويجري التدريب من 3-5 مرات أسبوعيا للفرق وتحتوي هذه المرحلة على تمرينات عامة لجميع أجزاء الجسم والعضلات بالإضافة إلى التمرينات الفنية والتمرينات بالأجهزة والألعاب الصغيرة.

ومن ناحية أخرى يتضح أن مرحلة الإعداد العام ، تحتوي على جميع الجوانب المختلفة لعداد اللاعب بصفة شاملة ، إلا أن تلك النسب تتفاوت وفقا لهدف تلك المرحلة ، ومما تقدم فإن هذه المرحلة تهدف إلى تطوير الصفات البدنية العامة للاعب.. (أبو العلاء عبد الفتاح، إبراهيم شعلان، 1994 م، ص333).

3-2- مرحلة الإعداد الخاص :

تستغرق هذه المرحلة من 4-6 أسابيع وتهدف إلى التركيز على الإعداد البدني الخاص بكرة القدم من خلال تدريبات الإعداد الخاص باللعبة من حيث الشكل والمواقف وبما يضمن معه متطلبات الأداء التنافسي وتحسين الأداء المهاري والخططي وتطويره واكتساب اللاعب ثقة بالنفس.

إن محتويات مرحلة الإعداد الخاص باللعبة تتضمن تنمية عناصر اللياقة البدنية التي تخص لعبة كرة القدم مع التذكير بدرجة كبيرة على الأداء المهاري والخططي .

وخلاصة القول فالعمل في هذه المرحلة يكون موجها بدرجة كبيرة نحو تحسين الصفات البدنية الخاصة وإتقان الجوانب مهارية الخططية للعبة استعدادا لفترة المباريات.

3-التوازن بين الإعداد البدني العام والإعداد البدني الخاص:

- ويرى البعض ضرورة زيادة الأزمنة المخصصة للإعداد البدني الخاص على حساب تلك المخصصة للإعداد البدني العام وخاصة لدى الناشئين لما في ذلك من التأثير الضار على مستقبلهم الرياضي .
- بعض المدربين يخططون ببرامج تدريبية للناشئين تعتمد بدرجة كبيرة على الإعداد البدني الخاص مهملين الإعداد البدني العام ، أملين في رفع مستواهم بسرعة كبيرة ووصولهم في سن مبكرة إلى المستوى الأعلى وتحقيق بطولات رياضية
- إن الناشئين الذين ينالون قسطا مناسباً من الإعداد البدني العام قد يصلون إلى المستويات العالية في سن متأخرة ، ولكن معدل نمو مستواهم الرياضي يكون أكثر انتظاماً وبمعاملات ثابتة إضافة إلى انخفاض معدلات تعرضهم للإصابة إذا ما قورنوا بأقرانهم الذين استخدموا تماريناً تخصصية مهملين تمارين الإعداد البدني العام.
- إن الاهتمام بالإعداد البدني العام في المراحل السنوية المبكرة يحقق عدة مميزات نذكر منها ما يلي :
- توافق درجات الأحمال المقدمة من خلال الإعداد البدني العام مع معدلات نمو الأجهزة العضوية مما يحقق انتظاماً وثباتاً في تطور مستويات الأداء .
- تحسين كفاءة التوافق العضلي نتيجة التعلم والتدريب مما يؤثر إيجاباً على الأداء المهاري والخططي .
- توزيع الجهود على كافة عضلات ومفاصل وعظام الجسم دون تركيز مما ينتج معه نمواً طبيعياً متوازناً.
- لا غنى عن استمرار الاهتمام بالإعداد البدني العام حتى مع استمرار تقدم مستوى الفرد الرياضي ، إذ أن التغييرات الفيزيولوجية التي تحدث في أعضاء جسمه الداخلية نتيجة التدريب الرياضي تقل محصلتها بمرور الزمن الأمر الذي يتطلب إرساء قواعد وظيفية أقوى لإحداث نمواً بدنياً متخصصاً.(أبو العلاء عبد الفتاح، إبراهيم شعلان، 1994، ص343).

3- المنافسة:

3-1- مفهوم المنافسة:

تستخدم كلمة المنافسة بشكل عام في المجال الرياضي ، حيث يستخدمها المدربون والإداريون والمشجعون فضلاً على الرياضيين، ويعتمد الباحثون في تعريف المنافسة بشكل عام على وصف عملياتها،

فلاحظ "مارتينز" وذلك حسب ما ذكره "Wenberggould" 1997 أن المنافسة الرياضية هي حالة يقوم خلالها شخصين أو أكثر بالتنافس والعمل للحصول على الجائزة أو أكبر حصة وتحقيق مستواه النخبوي. (مفتي إبراهيم، 1978 م، ص38، 39).

ومن ثم تتحقق المنافسة عندما يكافح إثنان أو أكثر في سبيل شيء ما أو لتحقيق هدف .

ويعتبر "شو" نقلا عن "روس وهاج" وذلك حسب ما سرده الحولي 1996 أن المنافسة الرياضية أنواع:

- المنافسة بين فردين .
 - المنافسة بين فريقين .
 - المنافسة بين فرد ومستوى .
 - المنافسة بين أكثر من فرد ضد عناصر الطبيعة (أمين أنور الحولي، 1996، ص 194).
- من ناحية أخرى استنتج "فوندينهيك" سنة 1983 نوعين من المنافسة مباشرة وغير مباشرة ، يتنافس الشخص من خلالها من أجل الوصول إلى النمط الموضوعي ، أي من أجل تجاوز أوقاته أو مستواه النخبوي من الاستعدادات (P.S Wienberg , D.Gould, OPCIT1997 ,P125)

ومن خلال المنافسة يتصارع الشخص مع فرد أو مجموعة أفراد (ضد منافسين عاديين أو ضد أنماط ثابتة) كما يؤكد أن الرياضة هي نشاط غير ثابتة التي تخلق عناصر انفعالية مؤثرة التي لا يعرفها الرياضي أثناء سيرورة التدريب والتي تؤثر في تطور الطبع الرياضي وأنه من الضروري إبقاء الحالة الفكرية والبدنية في مستواها النخبوي من التدريب ، ولأن الرياضة أو المنافسة في ميدانها الحالي من التطور تفرض مجهودات أكبر من قبل المشاركين من أجل حدوثها مما يفرض عليهم القيام أو الوقوف بشدة والتركيز على عملية اللعب من أجل الوصول بالمنافسة إلى أعلى مستوى لها .

ويرى "بيار" أن التطبيق الجيد للمنافسة يؤدي إلى آثار بسلوكولوجية لدى المشاركين مثل الضعف في التركيز على المهمة ، والتردد في أخذ القرارات وعدم القدرة على الرد من محدودية مستوى الأداء والتقييم على قدرة التحكم في المستوى النخبوي المؤقت وقد تفرض المنافسة تعاون بين المشاركين ضد الخصم في تحقيق نفس الهدف رغم أن أهداف المشاركين قد تكون متعددة ومنفصلة عن بعضها البعض، فكل هذا مرتبط بالآخر من أجل تحقيق أهدافه .

ويقترح "رينارماتوز" تعريف آخر للمنافسة، ولإعانة الإطارات وذلك بالأخذ بعين الاعتبار التأثيرات الاجتماعية الكثيرة، والتي تتحكم في السلوك الرياضي، حيث يذكر الحولي 1996 عن محمد فضالي أنه رغم كل النقد الموجه للمنافسة أنها مازالت الأساس المتين الذي تقوم عليه الرياضة، فهي تستخدم لرفع المستوى الصحي

ولإضفاء الروح المعنوية العالية للأفراد، ومن أجل التباهي أو التفاخر والاعتزاز القومي، بل ويرى أن درجة حدة المنافسة تتوقف على ثلاث عوامل هي:

- طبيعة المجتمع من حيث الميل للمنافسة .
- الحوافز المقدرة للمنافسة .
- استغلال المنافسة لرفع مستوى الأداء.

3-2- أهمية المنافسة:

يرى "مارتينز" 1993 أن الرياضة تعمل على إخراج أحسن ما نملك، وكذلك أنه بدون منافسة ينعدم الإنتاج والابتكار، ويرى أيضا أن المنافسة هي السعي وراء النجاح وتحقيق الأهداف المسطرة، فالكثير من أفراد المجتمع الأمريكي يعملون على النجاح والفوز والتمكن من إلحاق الهزيمة بالغير والحصول على المكافئة أو تقسيمها. من هنا فالفوز والنجاح عندهم هو إلحاق الهزيمة بالغير أو تقاسمها، ولهذا فان أغلبية الرياضيين يلجئون إلى طرق غير قانونية من أجل الفوز .

للمنافسة دور كبير في التحضير، حيث أن هناك العديد من الرياضيين الذين استعملوا المنافسة كدافعية إيجابية من أجل الاستمرار في تجديد وتطوير الاستعدادات، ومن هنا فواجب المدربين التبيين للشباب أن يكون من المناسب جمع كل الجهود من أجل أغلبية تحسن النتائج الأكثر إيجابية منها السلبية عن الرياضيين(أمين أنور الخولي، مرجع سابق، ص194)،

ومهما يكون، كما أشار الخولي 1996 انطلاقا من أعمال " أولاند سلي ": إن الناس عموما يشتركون في الرياضة، يتوقعون المنازلة أو المسابقة أو التباري، فهي كلها مضامين تندرج تحت مفهوم التنافس رغم أن مشاعر التنافس كثيرا ما لا يعمد الناس إلى إخفائها وعدم إبرازها بوضوح في الحياة العامة، لكن الرياضة لا تستهجي هذه المشاعر بل تبرزها وتضعها في إطارها الاجتماعي الصحيح ، بل وتعمل على تهذيبها وربطها بالقيم والمعايير

الاجتماعية من خلال قيم الرياضة مثل قوانين الألعاب، قوانين التنافس والالتزام باللوائح والتشريعات الرياضية واللعب النظيف والتنافس الشريف وغيرها من أطوار المعايير الاجتماعية التي تعمل على تدريب الأطفال والشباب على عمليات التنافس، وهذا ما دعا " فاندرو زواج " إلى التساؤل على مدى تنظيم الجماعة للمشاركة في الرياضة في سبيل غناء خصائصها الأولية، ويبدو أن الإجابة الأسلم هي أن ما يحدث في هذا الصدد بغض النظر عن النكهة إنما يتم باللاوعي في غالبته ، أقصد تتاب الجماعة بعض المشاعر الكلية كالرغبة في التفاعل عبر الرياضة، ولكن في غالب الأحيان فإنهم لا يعطون اعتبارا لنمط هذا التفاعل.

3- التحضير البدني والمنافسة :

تعتبر الدورة البدنية المرتبطة بالحالة البدنية، من المؤشرات التي تسهل التعرف عليه بالنسبة للاعب وتعكس مدى استعداد البدني لتحقيق أفضل أداء إنها بمثابة الإحساس بالطاقة البدنية والرغبة في بذل النشاط، ويستطيع اللاعب الحصول على هذا الإحساس عندما ينال القسط الملائم من الراحة والغذاء والاسترخاء لذا يجب أن يتعرف كل من اللاعب ليحصل على حاجته من الراحة التي تضمن له في استعادته طاقته البدنية يوم المنافسة بدلا من الاشتراك في المنافسة وهو يعاني من التعب والإجهاد البدني .

إن الحقيقة يجب أن يعرفها المدرب واللاعب ، إن أي مجهود بدني زائد سوف يؤديه في الوقت الذي يجب أن يخصص لراحته واستعادة طاقته تهيأ لبذل أقل مجهود يوم المنافسة سوف يؤثر سلبا على كفاءته البدنية وأدائه البدني ، ولا سقيم الحال عندما نتحدث عن الدورة البدنية دون الإشارة إلى فترة الإحماء بدورها الواضح في التهيئة البدنية للاعب ، وهنا يتضح أن تحدد فترة الإحماء ودرجة شدته بحيث لا تمثلان نوعا من الاستنزاف للطاقة البدنية التي يحتاج إليها .

ما نلاحظه هو انخفاض شدة حقل التدريب خلال أيام التي تسبق المنافسة كما أن الأيام الأخيرة التي تسبق المنافسة التي تشهد انخفاضا تدريجيا واضحا في خلال اليومين الأخيرين قبل المنافسة حتى يكاد اليوم الأخير قبل المنافسة أن يخصص براحة كاملة ، وعدم الاشتراك في أي برنامج تدريبي ويأتي الإحماء ، بحيث يجب أن لا يؤدي وفق نشاط معتدل ، بحيث تزيد درجة شدته على النحو الذي يستهلك طاقة اللاعب، وإنما تخصص له فترة قصيرة نسبيا من الزمن وشدة معتدلة يسمحان للاعب بتحقيق التهيئة العضلية والعصبية المناسبتين، ويضمنان مبدأ تجمع الطاقة البدنية حتى يمكن إخراجها على أقل مستوى يوم المنافسة (P.S Wienberg , D .Gould ,OPCIT1997, P125).

الدراسات السابقة والمشابهة :

تعتبر الدراسات السابقة هامة في البحث العلمي نظرا لكون العلم تعاوي ، فكل بحث هو عبارة عن تكملة وتنمية لبحوث أخرى وتمهيد لبحوث أخرى قادمة .

أما بالنسبة للدراسات السابقة والمشابهة حتى وإن لم نجد دراسات اهتمت بمثل هذا الموضوع بالضبط والخصوصية اللهم إشارات مشابهة ولم تكن واسعة بقدر ما تتطلبه أهمية الموضوع.

● لدراسة الأولى :

- دراسة عتاب إبراهيم ، سنة 2004 ، أطروحة التخرج لنيل شهادة الدكتوراه في التربية البدنية والرياضية

- أهداف الدراسة :

1- معرفة أهداف ومدى أهمية التحضير البدني في كرة القدم الجزائرية .

2- إبراز أهمية العلاقة بين الصفات البدنية والمهارات الأساسية في التدريبات .

- تساؤلات الدراسة :

1- ما مدى أثر التحضير البدني العام في الرفع من بعض القدرات البدنية لدى لاعبي كرة القدم ؟ .

2- ما مدى أثر التحضير البدني العام من الرفع من بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم ؟ .

3- هل التحضير البدني العام له أثر إيجابي في تطوير القدرات البدنية والمهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم ؟ .

- المنهج المتبع : المنهج التجريبي .

- عينة الدراسة : 20 لاعبا من شباب العطف فئة " أقل من 18 سنة " .

- طريقة اختيارها : قصدية .

- الأدوات المستخدمة في الدراسة : برنامج تدريبي يحتوي على الاختبارات البدنية و المهارية والأساسية .

- أهم النتائج المتوصل إليها :

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح المجموعة التجريبية في القدرات البدنية الخاصة وبعض المهارات الأساسية .

2- وجود تطور في القدرات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية لدى أفراد عينة البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

- الاقتراحات المتوصل إليها :

1- الاهتمام بكل جوانب التدريب وما يتطلبه من إعداد بدني ومهاري وحركي ونفسي .

2- التأكيد على استخدام التدريبات الخاصة من أجل تطوير القدرات البدنية الخاصة والمهارية والأساسية للاعبي كرة القدم .

3- إجراء بحوث مماثلة ودراسات على رياضات أخرى .

● الدراسة الثانية :

● دراسة محمد علي محمود ،ضمن متطلبات نيل شهادة المحستار ،سنة 1998، تأثير برنامج تدريبي مقترح لفترة الإعداد على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية والمهارية للاعبين كرة القدم.

- أهداف الدراسة :

- إبراز العلاقة الموجودة بين التحضير البدني العام وأداء اللاعبين من خلال توضيح أهمية التحضير البدني في تنمية الصفات البدنية و المهارية في تحسين الأداء لدى اللاعبين خلال مرحلة المنافسة .

- المنهج المتبع :المنهج التجريبي

- عينة الدراسة : اشتملت عينة البحث على لاعبي كرة القدم من الشباب تحت 20 سنة والذي بلغ عددهم 40 لاعبا

موزعين على مجموعتين.

- طريقة اختيارها : قصدية.

- أهم النتائج المتوصل إليها :

- أدى البرنامج التدريبي المقترح الى زيادة معنوية في الاختبارات البدنية لصالح المجموعة التجريبية كما أدى إلى تحسين بعض القدرات الفسيولوجية (القدرات الهوائية واللاهوائية وتحسين معدل النبض)

الدراسة الثالثة :

- عنوان البحث : أهمية الإعداد والتحضير النفسي قصير المدى وعلاقته بالأداء الرياضي ، مذكرة ماجستير ، من إعداد الباحث " عبد السلام مقبل الربيعي " . مكان الباحث " معهد التربية البدنية والرياضية ، سيدي عبد الله ، الجزائر ، 2004 – 2005 .

- مشكلة البحث :

- 1- هل الإعداد النفسي قصير المدى له دور كبير في الحصول على النتائج سواء سلبية أو إيجابية ؟ .
- 2- هل عدم وجود الأخصائي النفسي الرياضي المدرب يقع على كاهله الإعداد النفسي للاعبين ؟ .
- 3- هل يرتبط الإعداد النفسي قصير المدى (البدنية ، التكتيكية ، التقنية) ارتباطا مباشرا أو آليا ؟ .

- فرضيات البحث :

- 1- الإعداد النفسي قصير المدى له دور كبير في الحصول على النتائج الإيجابية أو السلبية .
- 2- عدم وجود الأخصائي النفسي الرياضي ، المدرب يقع على كاهله الإعداد النفسي للاعبين .
- 3- يرتبط الإعداد النفسي قصير المدى (البدنية ، التكتيكية ، التقنية) ارتباطا مباشرا وآليا .

- المنهج المستخدم : المنهج الوصفي المسحي .
- مجتمع البحث :مجتمع العينة مكون من الرياضيين الممارسين للرياضة .
- عينة البحث : 52 حاصلين على شهادة المتوسط ، 60 حاصلين على شهادة البكالوريا ، 48 حاصلين على شهادة تقني سامي ، 60 حاصلين على شهادة مستشار في الرياضة ، 14 حاصلين على شهادة ماجستير .
- أدوات الدراسة :الاستبيان .
- الدراسة الرابعة :
- دراسة سيهم سفيان ،ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر ، سنة 2011 ، الإعداد البدني العام قبل المنافسة وانعكاسه على مردود لاعبي كرة القدم "فئة أواسط" .
- أهداف الدراسة :معرفة تأثير الإعداد البدني العام على مستوى اللاعبين أثناء المنافسة .
- تساؤلات الدراسة :
- 1- هل الإعداد البدني العام يعتمد على برنامج مخطط ومسير من قبل المدرب وذلك وفقا لعوامل معينة ؟ .
- 2- هل الإعداد البدني العام المبني على قواعد علمية يوصل اللاعبين إلى أعلى مستويات اللياقة البدنية قبل بداية المنافسة ؟.
- 3- هل سوء الإعداد البدني وإهماله يؤدي إلى نقص وتدني مستوى اللاعبين خلال فترة المنافسة ؟ .
- المنهج المتبع :المنهج الوصفي المسحي .
- عينة الدراسة :85 لاعبا من 5 أندية مختلفة ، أي ما نسبته 25 بالمائة من المجتمع الأصلي .
- طريقة اختيارها :عينة منتظمة .
- الأدوات المستخدمة في الدراسة :الاستبيان .
- أهم النتائج المتوصل إليها :
- 1- الإعداد البدني له أهمية كبرى وكثيرة من أنواع الإعداد الأخرى في تحسين مردود اللاعبين أثناء المنافسة لذلك يجب على المدرب مراعاته .
- 2- هلك عوامل بدنية لا يمكن تطويرها إلا عن طريق برنامج متكامل ومتوازن للإعداد البدني العام .
- الاقتراحات لمتوصل إليها :
- يجب الاهتمام بوضع البرنامج التدريبي والتخطيط الذكي مع اتخاذ الأساليب والطرق والمناهج العلمية في عملية التدريب من أجل تنمية القدرات البدنية .
- الدراسة الخامسة :
- دراسة بن ادير عبد النور ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر ، سنة 2014 ، اهمية التحضير البدني قبل المنافسة ودوره في زيادة مستوى الانجاز الرياضي عند لاعبي كرة القدم من وجهة نظر المدربين

- أهداف الدراسة: تسليط الضوء على أهمية التحضير البدني خلال مرحلة المنافسة ودوره في زيادة مستوى الانجاز الرياضي عند لاعبي كرة القدم من وجهة نظر المدربين
- تساؤلات الدراسة :
- 1- هل للتحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة ؟
- 2- هل ضبط المدرب لمدة المناسبة لفترة التحضير البدني يساعد في تنمية الصفات البدنية ؟
- 3- هل للنقص المعرفي لدى المدربين فيما يتعلق بالتحضير البدني يؤثر على الاداء الرياضي في منافسات كرة القدم ؟
- المنهج المتبع :المنهج الوصفي.
- عينة الدراسة : 24 مدرب من اندية ولاية برج بوعريج لكرة القدم .
- طريقة اختيارها :عينة قصدية .
- الأدوات المستخدمة في الدراسة :الاستبيان
- أهم النتائج المتوصل إليها :
- نقص التحضير البدني يؤثر كثيرا على مردود اللاعبين اثناء المنافسة
- يول المدربون أهمية عالية للتحضير البدني نظرا لما لهذه المرحلة من دور في تنمية الصفات البدنية للاعبين
- الاقتراحات لمتوصل إليها :
- عدم إهمال التحضير البدني باعتباره جزء وعامل مهم في تحقيق النتائج الرياضية الجيدة
- ضرورة الاهتمام بتطوير الصفات البدنية مما يساهم في زيادة مستوى الانجاز
- الدراسة السادسة: دراسة زروقي نصر الدين ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر ، سنة 2015/2014 ، أهمية التحضير البدني قبل المنافسة ودوره في زيادة مستوى الانجاز الرياضي عند لاعبي كرة القدم
- أهداف الدراسة: تسليط الضوء على أهمية التحضير البدني خلال مرحلة المنافسة واعتبار الجانب البدني عاملا من عوامل التفوق والنجاح واكتساب الرياضيين ثقافة التحضير البدني
- تساؤلات الدراسة :
- 4- هل للتحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة ؟
- 5- هل ضبط المدرب لمدة المناسبة لفترة التحضير البدني يساعد في تنمية الصفات البدنية ؟
- 6- هل للنقص المعرفي لدى المدربين فيما يتعلق بالتحضير البدني يؤثر على الاداء الرياضي في منافسات كرة القدم ؟
- المنهج المتبع :المنهج الوصفي.
- عينة الدراسة : 12مدرب لأندية الجهوي الأول والثاني لولاية المسيلة
- طريقة اختيارها :عينة قصدية .

الأدوات المستخدمة في الدراسة :الاستبيان

- أهم النتائج المتوصل إليها :للتحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال منافسات كرة القدم كما إن النقص المعرفي لدى المدربين يؤثر على أداء اللاعبين
- الاقتراحات لمتوصل إليها :

للإعداد البدني أثر إيجابي على الإنجاز الرياضي في منافسات كرة القدم ،لذا يجب الاهتمام بالجانب البدني من قبل المدربين مع مراعاة جميع الجوانب الأخرى كما اثبت أنه كلما كانت عملية التحضير البدني كلما زاد مستوى الإنجاز الرياضي .

● الدراسة السابعة :

- دراسة بومولة لمن ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر ، سنة 2013 ، أهمية التحضير البدني العام قبل بداية المنافسة على مردود لاعبي كرة القدم فئة اواسط (17-19 سنة)
- أهداف الدراسة :معرفة تأثير الإعداد البدني العام على مستوى اللاعبين أثناء مرحلة المنافسة
- تساؤلات الدراسة :

7- هل الإعداد البدني العام يعتمد على برنامج مخطط ومسير من قبل المدرب وفقا لعوامل معينة؟

8- ما هي أهم الصفات البدنية التي يتم التركيز عليها لتكوين لاعبين ذو قدرات عالية؟

9- هل سوء التحضير البدني وإهمال هذا الجانب الحساس يؤدي غالى نقص وتدني اللاعبين خلال مرحلة المنافسة ؟

- المنهج المتبع :المنهج الوصفي المسحي .

- عينة الدراسة :85 لاعب من النوادي شبيبة تيشي - شبيبة اغيل اعزون - اولمي القصر - شبيبة افلو

- طريقة اختيارها :عينة منتظمة.

- الأدوات المستخدمة في الدراسة :الاستبيان

- أهم النتائج المتوصل إليها :

- أظهرت نتائج الدراسة على أن الإعداد البدني له أهمية كبيرة كغيره من المجالات الأخرى كإعداده التقني والتكتيكي ، مما يدفع لاعبي كرة القدم إلى التحرر البدني ،ويجب على المدرب مراعاة هذا الجانب فهو يعتبر المحرك والمنشط والقوة الدافعة للفريق واللاعبين نحو النجاح

- الاقتراحات لمتوصل إليها :

يجب الاهتمام بوضع برنامج تدريبي مناسب والتخطيط الرياضي الذكي مع اتحاد الأساليب والطرق والمناهج العلمية في عملية التدريب من اجل تنمية القدرات البدنية

● الدراسة الثامنة:

- دراسة بن عزوزي نبيل ، سنة 2011 ، مدى تأثير التحضير البدني على الأداء المهاري للاعبي كرة القدم "فئة أكابر" .

- أهداف الدراسة : معرفة مدى تأثير التحضير البدني الجيد على الأداء المهاري للاعبي كرة القدم "فئة أكابر" .

- تساؤلات الدراسة :

1- هل التحضير البدني العام يؤثر على الأداء المهاري للاعب كرة القدم ؟ .

2- هل تؤثر كفاءة المدرب على عملية التحضير البدني للاعبي كرة القدم ؟ .

3- هل تطوير صفات اللياقة البدنية يؤثر على تنمية المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم ؟ .

- المنهج المتبع : المنهج الوصفي .

- عينة الدراسة : 44 مدرب (6 من القسم الأول ، 3 من القسم الثاني ، 10 من القسم ما بين الرابطات ، 10 من الجهوي الأول ، 15 من القسم الشرقي)

- طريقة اختيارها : عشوائية .

- الأدوات المستخدمة في الدراسة : المقابلة ، الاستبيان .

- أهم النتائج المتوصل إليها :

1- ضرورة استعمال الاختبارات وخاصة البدنية وذلك لدراسة تأثير البرامج التدريبية المطبقة وإعطاء اللاعبين خلفية لمستواهم

2- يجب الاهتمام بوضع برنامج التدريب المناسب والتخطيط الرياضي الناجح من أجل تنمية القدرات البدنية والأداء المهاري للاعبي كرة القدم .

- الاقتراحات المتوصل إليها :

1- نقترح على المدربين الاهتمام بالجانب العلمي (الطب الرياضي ، علم الفيسيولوجيا) في إعداد برامجهم التدريبية وذلك لتكون ناجحة وتأتي ثمارها .

2- مساعدة الناشئين في اختيار النشاط الرياضي الممارس بما يناسب إمكانياتهم وقدراتهم البدنية والمهارية .

التعليق على الدراسات :

يتضح من عرضنا لدراسات السابقة والتي تناولت موضع اثر التحضير البدني في رفع من مستوى الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم خلال المنافسة ونقص التأثير أو تلك التي تناولت موضوع الإعداد البدني العام قبل المنافسة وانعكاسه على مردود لاعبي كرة القدم "فئة أوسط" . إن هذه الدراسات تفاوتت فيما بينها في تناول موضوع فعالية التحضير البدني، ولكن معظم الدراسات ركزت على الفروق وبعض المتغيرات كالعمر والصفات

البدنية والجانب الخططي ولاشك أن هذه المتغيرات ذات أهمية كبيرة، وكانت نتائج كل دراسة متفقة على أهمية التحضير البدني وكذا حتميته بالنسبة للفرق من اجل تحقيق النتائج أثناء المنافسات.

كما تشابهت اغلب الدراسات السابقة مع دراستنا الحالية في أنها استخدمت المنهج الوصفي أو استخدمت الاستبيان كأداة للبحث ، بالإضافة إلى استخدام النسب المؤوية وحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ، كونها تساعد في الحصول على النتائج التي تلي تحقيق أهداف الدراسات .

أما بنسبة للعينة فقد اختلفت الدراسات السابقة من حيث العينة المستهدفة فهناك من استهدف أندية مسيلة وهناك من استهدف فرق أولمبي أما دراستنا فكانت عبارة عن مدربي فرق الجهوي الأول لرابطة باتنة .

إلا أن جل الدراسات اتفقت على أهمية التحضير البدني ومدى تأثيره على اللاعبين أثناء المنافسة وان التحضير الجيد سبب رئيسي في تحقيق موسم جيد وإكماله في أحسن فورمه .

وقد تميزت هذه الدراسة في كونها أجريت على فئة مهمة وحساسة وهي فئة الأكابر وذلك لما لهذه المرحلة أهمية كبيرة في حياة اللاعب ، وتوضيح أهمية التحضير البدني ودوره في تنمية الصفات البدنية ، واعتقد أنها من أوائل الدراسات التي تطرقت لهذا الموضوع، لتكون نقطة انطلاق نحو دراسات لاحقة تتناول هذا الموضوع المهم، كما أضافت هذه الدراسة للدراسات الجزائرية فائدة في البحث من اجل إعطاء دفعة جديدة نحو تطوير طرق التحضير البدني وتنميتها وكذا تدعيم البحوث المستقبلية ولو بالشيء القليل ، ولنضيف فائدة جديدة للمكتبة الجزائرية وللباحث الجزائري والأبحاث العربية ، خاصة في ظل ندرة الدراسات الجزائرية التي تغطي هذا الجانب وتتلخص جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة في مايلي :

- تمثل تراكما فكريا أتاح للباحث الانطلاق منها لتأطير الظواهر ذات العلاقة بكرة القدم .
- وضع الإطار العام للأساس النظري (موضوعاتالإطار النظري)
- الإسهام في بناء والتعرف على محاور الاستبيان
- التعرف على الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسات السابقة وبالتالي استنتاج الأساليب التي تناسب دراستنا
- مقارنة نتائج الدراسة الحالية بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة .
- استفادة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في المنهجية العامة للرسائل العلمية

الخلاصة:

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة الأكثر شعبية، والأكثر انتشارا في العالم، وليس هناك ما يستدعي الحديث عنها فأصبحت الرياضة تفرض نفسها على كافة الأصعدة بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول التي جعلتها في مقدمة الرياضات التي يجب تطويرها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالمي، ولا يتسنى هذا إلا إذا عرفنا متطلبات هذه الرياضة، والأکید أن أهم عضو في هذه الرياضة هو اللاعب، ولهذا يجب الاهتمام بهذا اللاعب ولعل ما يجعل هذا اللاعب في أحسن الظروف هو التحضير البدني الجيد والتخطيط الجيد والمدرّوس، ولهذا يسعى المختصون في كرة القدم إظهار أهمية التحضير البدني والتخطيط لهذه اللعبة على اللاعبين والمدرّبين على حد سواء وأثره الايجابي على النتائج الرياضية، فقسم الموسم الرياضي إلى عدو أقسام : فترات للإعداد وأخرى للمنافسة وفترات للاختبار وانتقاء اللاعبين وتقييمهم.

كما أن المنافسات الرياضية جزء ضروري وهام بالنسبة لكل أنواع النشاط الرياضي على الإطلاق، ولا يمكن أن يكتب لأي نشاط رياضي أن يعيش بدونها، فالمنافسات هي الهدف النهائي الذي يرمي إليه التدريب الرياضي، ومن ناحية أخرى تعتبر المنافسات وسيلة فعالة لتطوير وتنمية مستوى اللاعب .

ولهذا يجب على المدرب الاهتمام بهذه الفترة، ولا ينسى التحضير البدني المناسب لها كي يبقى اللاعبون على أتم الاستعداد لخوض أي مباراة وتكون لياقتهم البدنية حسنة في كل وقت، ومن كل هذا يظهر أن للمنافسة دورا هاما للحفاظ على اللاعبين وعلى معرفة قدراتهم، هذا ومدى فاعلية التحضير الذي قد تم من قبل ومدى تأثيره على اللاعبين.

الإطار العام للدراسة

الإطار العام للدراسة

1-الكلمات الدالة في الدراسة:

1- التحضير البدني :

1-1 التعريف الغوي : من فعل حضر ويعني التمهيد والاستعداد ونقول حضر للشيء أي مهد وهيب له (محمد حسن علاوي ، 1994م،ص45).

2-1 التعريف الاصطلاحي :

كل الإجراءات والتمرينات المخططة التي يصوغها المدرب ويتدرب عليها اللاعب ليصل إلى قمة لياقته البدنية وبدونها لا يستطيع أن يقوم بالأداء المهاري والخططي المطلوب منه وفق لمقتضيات اللعبة، يهدف إلى تطوير الصفات البدنية من (تحمل، وقوة، سرعة، رشاقة، مرونة)، ويقسم إلى قسمين (تحضير بدني عام، تحضير بدني خاص) (محمد حسن علاوي ، 1994م،ص45).

3-1 التعريف الإجرائي : عملية تطبيقية لرفع حالة تدريبية للاعب باكتساب اللياقة البدنية

2-تعريف كرة القدم:

1-2 التعريف اللغوي: كرة القدم "FOOTBALL" هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بالـ"REGBY" او كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى "SOCCER".

2-2 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 المجتمع". (ثامر محسن، 1988م، ص5).

3-2 التعريف الإجرائي:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى، ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل " في حالة مقابلات الكأس " فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء لفصل بين الفريقين.

3- مفهوم المنافسة:

3-1- المنافسة لغويا:

تلعب المنافسة دورا هاما في تحقيق أهداف الألعاب الرياضية بشكل عام، ويكون الفوز هو الهدف الأساسي الذي يحاول كل لاعب أو فريق إحرازه، والمنافسة في اللغة العربية مصدر لفعل "نافس" ونافس في الشيء أي بلغ ونافس فلانا في كذا أي سابق، والمنافسة في اللغة الإنجليزية تكون بمعنى **COMPETITION** وهي تعني **WHICH PERSON COMPETE ACTIVITY IN** أي أنشطة يتنافس فيها الفرد، يتفق هنا التعريف العربي والإنجليزي في أن المنافسة تدعو إلى بذل الجهد في نيل التفوق سواء كان التفوق مهاريا أو معرفيا أو بدنيا ... الخ. (كمال درويش، محمد حسين ، 1984م، ص24).

3-2- المنافسة اصطلاحا:

المنافسة الرياضية هي موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد السلوك، وهذا الموقف يتعامل فيه الرياضي بكل ما لديه من قدرات بدنية وعقلية وانفعالية من أجل تأكيد امتلاكه لهذه القدرات وتميزها عن قدرات من ينازلهم.

الأداء لغويا :مصطلح مستمد من الكلمة الانجليزية "TO PERFORM" و الذي اشتق بدوره من الفرنسية القديمة "PERFORMER" والذي يعني تنفيذ مهمة أو تأدية عمل.(كمال درويش، محمد حسين ، 1984م، ص25).

3-2- التعريف الإجرائي للمنافسة: هي السعي وراء النجاح وتحقيق الأهداف المسطرة

4 الأداء :

4-1- التعريف اللغوي :

أدى الشيء أي أوصله و الأداء إيصال الشيء إلى المرسل إليه (طه إسماعيل وآخرون، 1989م، ص63).

4-2- التعريف الاصطلاحي :

يعرفه عصام عبد الخالق : انه عبارة عن انعكاس لقدرات ودوافع لكل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة تأثيرات متبادلة للقوة الداخلية وغالبا ما يؤدي بصورة فردية ،وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة كما هو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم وهو الوسيلة لتعبير عن عملية التعلم تعبيراً سلوكياً (عصام عبد الخالق، 1989م، ص63).

3-4 التعريف الإجرائي :

يعتبر الأداء نتيجة يحصل عليها الرياضي من خلال منافسة رياضية ما

فئة الأكابر:

هي مرحلة من مراحل عمر الإنسان ، وهي مرحلة النضج واكتمال الشخصية ، حيث أن الكبار تكون لديهم خبرات طويلة، كما لديهم دائرة موسعة من العلاقات والمسؤوليات والأدوار الاجتماعية (علي أحمد مذكور، 1978، ص101).

الإشكالية:

تعتبر الرياضة بنظمها وأساليبها وقواعدها السليمة وبأنواعها المتعددة ميدانا علميا من ميادين العلوم وعنصرا قويا في إعداد الفرد من الناحية البدنية والنفسية و الاجتماعية والثقافية ، فهي تعمل على تزويد الفرد بمميزات ومهارات سريعة جدا تجعله يساير ويتكيف مع العصر الذي يعيش فيه ، لذا لم تكن الرياضة مجرد حركات ونشاط يؤدي دون هدف محدد ، بل حرص لها أهداف في سبيل تحقيقها وأصبحت تستمد قواعدها ونظرياتها من العلوم المختلفة بغرض الوصول إلى تنمية قدرات الفرد من الناحية البدنية،الحركية،العقلية،والعلاقات الإنسانية وهذا ما جعل المجال الرياضي أكثر اتساعا من حيث المفهوم و الأهمية ، وذلك راجع للخبرات المكتسبة من التطبيق العلمي و العملي والتدريب وكذلك من خلال البحوث العلمية و التجارب التي تؤثر بدرجة كبيرة على مستوى الرياضي ومردوده خلال المنافسات الرياضية .

وكرة القدم على غرار الرياضيات الأخرى عرفت منذ ظهورها تطورات ملحوظة ملكت من خلالها قلوب الشعوب وأصبحت واحدة من اهتماماتهم اليومية وسخرت لها كل الإمكانيات من أجل تطويرها أكثر حيث أنها تحتاج إلى مجموعة من الإعدادات سواء البدنية أو الخططية أو المهارية أو الذهنية للوصول إلى أفضل مردود يستطيع أن يقدمه أي لاعب فهذه الإعدادات أضحت احد الأولويات للطاغم الفني والذي وجب أن تتوفر من خلالها مجموعة من الوسائل والتجهيزات والأساليب العلمية لتحضيرها وصولا إلى استعداد اللاعب في حد ذاته (عامر إبراهيم، 1999، ص157).

والإعداد البدني للاعب كرة القدم هو أحد الركائز الأساسية التي تتطلبها كرة القدم خلال الموسم التدريبي بمراحله المختلفة، ونتيجة التطور الذي شهدته كرة القدم كغيرها من الرياضيات مهما كان هذا التطور الحاصل فلم تعد ميدانا للتجربة بمقدار ما أصبحت ميدانا للتطبيق،والهدف هو امتلاك قوة بدنية للاعب كرة القدم .(بلخضر عمر قاسمي صالح 2009 / 1)

يعتبر الإعداد البدني أحد عناصر الإعداد الرئيسية أو أحد أجزاء الإعداد العام الموجه نحو تطوير عناصر اللياقة البدنية ورفع كفاءة أعضاء وأجهزة الجسم الوظيفية وتكامل أدائها من خلال التمرينات البنائية والخاصة. وتهدف عملية الإعداد بصفة عامة إلى اكتساب الأسس البدنية والوظيفية العامة والخاصة بنوع النشاط الرياضي لبناء المستويات العالية وتحقيق التكيف لمتطلبات المنافسات من خلال التدريبات ذات الكم والكيف التي تتناسب مع مستوى اللاعب ومرحلته السنوية وكذا نوع النشاط الخاص أو الممارس ، وتستمر هذه التدريبات على مدار السنة التدريبية بكاملها. (محمد صبحي حسنين ، محمد عبد المنعم، 2005، ص : 19.)، لذا فان الإعداد البدني الجيد يؤدي باللاعب للوصول للعالمية، والهدف من الإعداد البدني في كرة القدم هو إعداد اللاعب بدنيا، وظيفيا، نفسيا، مهاريا وخططيا مما يتماشى مع مواقف الإعداد البدني المتشابهة في نشاط كرة القدم و الوصول به إلى حالة التدريب المثلى عن طريق تنمية القدرات البدنية الضرورية للأداء التنافسي والعمل على تطويرها لأقصى حد ممكن حتى يتمكن اللاعب من التحرك في مساحات كبيرة من الملعب وينفذ خلالها الواجبات الدفاعية والهجومية حسب مقتضيات وظروف المباراة . (حسن السيد أبو عبدو، 2001، ص 35)

وتعتبر المنافسة الرياضية عاملا هاما وضروريا لكل نشاط رياضي، حيث لا يمكن للرياضة أن تعيش بدون منافسة إذ أن عملية التدريب الرياضي لا تكتسب أي أهمية بمفردها بل تكتسب معناها من خلال ارتباطها بإعداد الفرد لكي يحقق أحسن ما يمكن من مستوى في المنافسة الرياضية، ومن أجل السمو بمستوى اللاعب وإعطاء أحسن نتيجة يجب أن تكون عملية التدريب بمتهجية علمية أي مراعاة جميع الجوانب، الجانب النفسي، والبدني، كما أن هذا الأخير نجده عنصر هام و فعال في إنجاح المنافسة وإعطائها صورة حسنة (محمد رفعت، 1998، ص 99

والملاحظ انه في كثير من الأندية الجزائرية سواء المحترفة أو الهاوية تعاني في بعض الأحيان من الجانب البدني ولم يقتصر هذا عند اللاعبين الشبان بل تعداها إلى لاعبي صنف الأكاير والمتتبع كذلك لمرود اللاعبين سواء في مرحلة الإعداد وخاصة في مرحلة المنافسة إن بعض الأندية تعاني كثيرا من هذا الجانب، ولعل بعض المدربين قد لا يولون أهمية كبيرة للتحضير البدني أو حتى لا يعتمدون في تحضيرهم على أسس علمية أو بدون استخدامهم للوسائل الحديثة والاختبارات وعدم فهمهم للمعنى الحقيقي للتحضير البدني وعدم قدرة بعض المدربين على ضبط التمارين (الحجم ، الشدة ، الكثافة) ، حيث أصبح لعامل البدني في الجزائر تأثير واضح على نجاح أو فشل الأندية والفرق في تحقيق الفوز لهذا يسعى المدربون ، دائما الارتقاء بمستوى القدرات البدنية للاعبين بإتباع مختلف الطرق التدريبية، من خلال إجراء التريصات والمعسكرات التدريبية. (عامر عزة وآخرون، 2007/2006، ص 80)،

وعلى هذا الأساس جاءت هذه الدراسة لمعرفة مدى تأثير التحضير البدني على أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة. ومنه نطرح التساؤل العام كالتالي :

- هل يساهم فاعلية التحضير البدني في رفع مستوى أداء لاعب كرة القدم خلال مرحلة المنافسة ؟
التساؤلات الجزئية :

- هل يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية أثناء المنافسة للاعب كرة القدم ؟
 - هل يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء المهاري أثناء المنافسة للاعب كرة القدم ؟
 - هل يساهم التحضير البدني في استجابة اللاعب للجانب الخططي أثناء المنافسة للاعب كرة القدم ؟
- أهداف الدراسة :

- 1/ معرفة ما إذا كان التحضير البدني يساهم في تطوير الصفات البدنية للاعب كرة القدم أثناء مرحلة المنافسة .
 - 2/ الوصول لمعرفة ما إذا كان التحضير البدني يساهم في التحكم الجيد في الأداء المهاري للاعب كرة القدم أثناء مرحلة المنافسة .
 - 3/ معرفة مدى مساهمة التحضير البدني في استجابة لاعبي كرة القدم للجانب الخططي أثناء مرحلة المنافسة .
- أهمية البحث :

من المعروف أن كل دراسة تستمد أهميتها من طبيعة الموضوع الذي تناوله، من جهة ونوع المشكلات التي تطرحها من جهة أخرى، فأهمية الموضوع الذي نحن بصدد دراسته تتوقف على قيمته العلمية وذلك بدراسة طبيعة وقوة العلاقة بين التحضير البدني و الأداء أثناء مرحلة المنافسة للاعب كرة القدم، كما أن لها مساهمة في إرشاد المدربين واللاعبين على حد سواء للاهتمام بموضوع التحضير البدني الذي يعتبر مهما للرياضيين وهذا بالإضافة إلى الزيادة في الرصيد العلمي للمدربين بصفة خاصة والكل بصفة عامة

فرضيات الدراسة :

1/ الفرضية العامة :

فاعلية التحضير البدني يساهم في رفع مستوى أداء لاعب كرة القدم خلال مرحلة المنافسة.

2/ الفرضيات الجزئية :

- التحضير البدني يساهم في تطوير الصفات البدنية للاعب كرة القدم أثناء مرحلة المنافسة .
- التحضير البدني يساهم في التحكم الجيد في الأداء المهاري للاعب كرة القدم أثناء مرحلة المنافسة .
- التحضير البدني يساهم في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء مرحلة المنافسة .

الإجراءات الميدانية للدراسة

الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد:

بعد دراستنا للجانب النظري الذي تناولنا فيه الرصيد المعرفي الخاص بموضوع الدراسة سنحاول التطرق للجانب التطبيقي قصد دراسة الموضوع دراسة ميدانية حتى نتمكن من إعطاء منهجية علمية حقها وكذا تطابق المعلومات النظرية التي تناولناها في الفصول السابقة الذكر ويتم ذلك عن طريق تحليل ومناقشة نتائج الاستبيان والتي وجهت لمدربي فرق قسم الجهوي الأول لرابطة باتنة .

ولقبول الفرضيات المقدمة في الجانب النظري أو رفضها ،لابد لنا من دراسة تكون أكثر دقة وأكثر منهجية والمتمثلة في الدراسة الميدانية والتي من خلالها تم اختيار المنهج المتبع في هذا البحث ،وكذا مجالاته والعينة التي تم اختيارها وكذا أداة البحث كما قمنا بتحليل النتائج ومناقشتها.

الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الخطوة الأولى في أي دراسة ميدانية قصد الإلمام بموضوع البحث حتى تتمكن من معرفة مختلف الجوانب المراد دراستها، وتهدف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها إلى الإلمام والإحاطة بمختلف جوانب المشكلة المعالجة لبحثنا، فالبحوث الاستطلاعية هي التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق لها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهد الباحث الكثير من أبعادها (ناصر ثابت ،1984،ص47)

واعتبارا بان الموضوع المقترح للدراسة هو امتداد للدراسات السابقة والمشاهدة للموضوع كونه ذو أهمية بالغة ،ما يجعله جديرا بالاهتمام في تناوله لأهمية التحضير البدني ،ومحاولة ومحاولة الوصول إلى الإستراتيجية الأنجع للوصول باللاعبين إلى تحقيق أحسن أداء والوصول إلى أعلى مستويات الانجاز الرياضي،وتهدف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها إلى الإلمام والإحاطة بمختلف جوانب المشكلة المدروسة ،ولأجل الحصول على هذه المعلومات فقد قمنا بالتوجه إلى الأندية الرياضية المعنية

1-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية :

- يبلغ عدد الأندية الرياضية في الجهوي الأول لكرة القدم - 16 ناديا رياضيا ،مثلة 05 ولايات هي : المسيلة ،البرج ،باتنة ،بسكرة ،خنشلة . ومن نتائج الدراسة الاستطلاعية ما يلي
- التعرف على عدد الأندية المنتمية للجهوي الأول لرابطة باتنة وعددها 16 ناديا
- التعرف على مدربي الأندية
- معرفة مدى ملائمة عبارات الاستبيان من حيث الوضوح.
- معرفة مدى ملائمة الأداة لواقع وعينة البحث.
- التعرف على المشكلات التي قد يتعرض لها الباحث أثناء تطبيق الاستبيان على عينة البحث.
- التعرف على الولايات الممثلة بالأندية المنتمية للجهوي الأول لرابطة باتنة (أنظر قائمة الملاحق)

1-2-2- مجلات الدراسة :

1-2-1- المجال المكاني :

اقتصرت الدراسة على مدربي أندية قسم الجهوي الأول لرابطة باتنة

المسيلة	باتنة	البرج	بسكرة	خنشلة	نوع أفراد العينة
اولمي المسيلة	أمل الشمرة	نجم اليشير	اتحاد الدوسن	امل الزوي	
مولودية بوسعادة	شبيبة سريانة	نجم غيلاسة	اتحاد طولقة		
مولودية شباب المسيلة	جامعة باتنة	شبيبة اولاد خلوف			
اتحادعين لحجل	شباب عين ياقوت	اولمي مجانة			
	ترجي اديس				

1-2-2- المجال الزمني :

تم إجراء البحث في الفترة الممتدة من النصف الأخير لشهر ديسمبر إلى غاية شهر ماي حيث خصصت الأشهر الأربعة الأولى (جانفي ، فيفري ، مارس، افريل) للجانب النظري أما الجانب التطبيقي فقد كان من 15 افريل إلى 5ماي 2018 تم خلالها تحضير الأسئلة الخاصة بالاستمارة الاستبائية و توزيعها على العينة المختارة ، ثم بعد ذلك قمنا بعملية جمع النتائج و تحليلها و مناقشتها

1-3-3- الشروط العلمية للأداة :

هناك شروط معيارية يجب مراعاتها خلال انجاز الاختبارات وفقا للأسس العلمية الصحيحة والمتمثلة في :

1-3-1- معامل الصدق :

تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقياس والاختبارات وهو ما يتعلق أساسا بنتائج الاختبار (محمد حسن العلاوي، 1996، ص321)، كما يشير "تاييلور" إن الصدق يعتبر أهم معيار يجب توفره في الاختبار (محمد صبحي، 1996، ص183)

ولقد رأى الباحث أن الصدق الظاهري هو أحسن طريقة لاستخراج درجة صدق المقياس، حيث يتم هذا النوع من الصدق على أساس ملاحظة القياس ومحتوياته .

وباستخدام طريقة استطلاع آراء المحكمين، فقد قام الباحث بأعداد استمارة استبيان مرفقة بالفرضيات والإشكالية بعرضها على خمسة أساتذة لهم الخبرة في ميدان البحث العلمي ، وقد اجمعوا على صدق الاستبيان في هذه الدراسة ويحقق الغرض الذي وضع لأجله ،وقد تم اعتماد الأسئلة التي وافق عليها الأساتذة المحكمين بنسبة (90%)

01 صدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان:

ويقصد بصدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان: مدى اتساق جميع فقرات الاستبيان مع المحور الذي تنتمي إليه وقد قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط 'بيرسون' بين كل فقرة من فقرات المحور والدرجة الكلية المحور نفسه.

01- صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول : يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة.

الجدول رقم (01) يوضح الاتساق الداخلي لفقرات المحور 01

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط	(مستوى المعنوية) sig	النتيجة
1.	الفقرة رقم 01	0,655**	0,006	يوجد ارتباط دال إحصائي
2.	الفقرة رقم 02	0,662**	0,005	يوجد ارتباط دال إحصائي
3.	الفقرة رقم 03	0,808**	0,000	يوجد ارتباط دال إحصائي
4.	الفقرة رقم 04	0,857**	0,002	يوجد ارتباط دال إحصائي
5.	الفقرة رقم 05	0,707**	0,002	يوجد ارتباط دال إحصائي
6.	الفقرة رقم 06	0,817**	0,002	يوجد ارتباط دال إحصائي
7.	الفقرة رقم 07	0,580*	0,021	لا يوجد ارتباط دال إحصائي

قيمة r الجدولية : 0.576 عند مستوى الدلالة 0.05 درجة حرية 10 // درجة الحرية = عدد العينة الاستطلاعية - 1 = 11 - 1 = 10

** تعني مقارنة قيمة (مستوى المعنوية) sig أو قيمة الاحتمال الخطأ (P-value) بمستوى دلالة 0.01

* تعني مقارنة قيمة (مستوى المعنوية) sig أو قيمة الاحتمال الخطأ (P-value) بمستوى دلالة 0.05

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

أو قاعدة أخرى : إذا كانت قيمة الاحتمال الخطأ (Sig. or P-value) أقل من أو تساوي مستوى الدلالة، 0.05 فإنه يوجد ارتباط معنوي.

المصدر: من إعداد الباحثة بالاعتماد على بيانات الاستبيان ، مخرجات برنامج SPSS .V25

من خلال الجدول أعلاه نجد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المحور الأول :/ يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة. والمعدل الكلي لعباراته دالة إحصائية، حيث قيمة I المحسوبة وهي أكبر من قيمة I الجدولية كما أن قيمة SIG (مستوى المعنوية) أقل من مستوى دلالة 0.05 ومنه تعتبر فقرات المحور 01 صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

02- صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثاني :/ يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء

المنافسة الرياضية

الجدول رقم (02) يوضح الاتساق الداخلي لفقرات المحور 02

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط	(مستوى المنوية) sig	النتيجة
.8	الفقرة رقم 01	0,577*	0,032	يوجد ارتباط دال إحصائي
.9	الفقرة رقم 02	0,651**	0,006	يوجد ارتباط دال إحصائي
.10	الفقرة رقم 03	0,802**	0,000	يوجد ارتباط دال إحصائي
.11	الفقرة رقم 04	0,853**	0,000	يوجد ارتباط دال إحصائي
.12	الفقرة رقم 05	0,862**	0,000	يوجد ارتباط دال إحصائي
.13	الفقرة رقم 06	0,627**	0,009	يوجد ارتباط دال إحصائي
.14	الفقرة رقم 07	0,655**	0,006	لا يوجد ارتباط دال إحصائيا

قيمة r الجدولية : 0.576 عند مستوى الدلالة 0.05 درجة حرية 10 // درجة الحرية = عدد العينة الاستطلاعية - 1 = 11 - 1 = 10

** تعني مقارنة قيمة (مستوى المنوية) sig أو قيمة الاحتمال الخطأ (P-value) بمستوى دلالة 0.01

* تعني مقارنة قيمة (مستوى المنوية) sig أو قيمة الاحتمال الخطأ (P-value) بمستوى دلالة 0.05

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

أو قاعدة أخرى : إذا كانت قيمة الاحتمال الخطأ (Sig. or P-value) أقل من أو تساوي مستوى الدلالة، 0.05 فإنه يوجد ارتباط معنوي.

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على بيانات الاستبيان ، مخرجات برنامج SPSS .V25

من خلال الجدول أعلاه نجد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المحور الثاني :/ يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية والمعدل الكلي لعباراته دالة إحصائية، حيث قيمة r المحسوبة وهي أكبر من قيمة r الجدولية كما أن قيمة SIG (مستوى المنوية) أقل من مستوى دلالة 0.05 ومنه تعتبر فقرات المحور 02 صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

03- صدق الاتساق الداخلي لفقراتالمحور الثالث :/ يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة

الجدول رقم (03) يوضح الاتساق الداخلي لفقرات المحور 03

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط	(مستوى المعنوية) sig	النتيجة
15.	الفقرة رقم 01	0,651**	0,006	يوجد ارتباط دال إحصائي
16.	الفقرة رقم 02	0,651**	0,006	يوجد ارتباط دال إحصائي
17.	الفقرة رقم 03	0,749**	0,001	يوجد ارتباط دال إحصائي
18.	الفقرة رقم 04	0,683**	0,004	يوجد ارتباط دال إحصائي
19.	الفقرة رقم 05	0,720**	0,000	يوجد ارتباط دال إحصائي
20.	الفقرة رقم 06	0,703**	0,000	يوجد ارتباط دال إحصائي
21.	الفقرة رقم 07	0,683**	0,004	لا يوجد ارتباط دال إحصائيا

قيمة r الجدولية : 0.576 عند مستوى الدلالة 0.05 درجة حرية 10 // درجة الحرية = عدد العينة الاستطلاحية - 1 = 11 - 1 = 10

** تعني مقارنة قيمة (مستوى المعنوية) sig أو قيمة الاحتمال الخطأ (P-value) بمستوى دلالة 0.01

* تعني مقارنة قيمة (مستوى المعنوية) sig أو قيمة الاحتمال الخطأ (P-value) بمستوى دلالة 0.05

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

أو قاعدة أخرى : إذا كانت قيمة الاحتمال الخطأ (Sig. or P-value) أقل من أو تساوي مستوى الدلالة، 0.05 فإنه يوجد ارتباط معنوي.

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على بيانات الاستبيان ، مخرجات برنامج SPSS .V25

من خلال الجدول أعلاه نجد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المحور الثالث :/ يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة والمعدل الكلي لعباراته دالة إحصائيا، حيث قيمة I المحسوبة وهي أكبر من قيمة I الجدولية كما أن قيمة SIG (مستوى المعنوية) أقل من مستوى دلالة 0.05 ومنه تعتبر فقرات المحور 03 صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

صدق الاتساق البنائي لأداة الدراسة:

يعتبر صدق الاتساق البنائي أحد مقاييس صدق أداة الدراسة، حيث يقيس مدى تحقق الأهداف التي تسعى الأداة الوصول إليها، ويبين صدق الاتساق البنائي مدى ارتباط كل محور من محاور أداة الدراسة بالدرجة الكلية لفقرات الاستبيان مجتمعة، والجدول التالي يوضح ذلك.

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

النتيجة	(مستوى المعنوية) sig	معامل الارتباط	محاور الاستبيان	
دال	0,000	0,832**	1	المحور الأول :/ يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة
دال	0,002	0,757**	2	المحور الثاني :/ يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية
دال	0,006	0,652**	03	المحور الثالث :/ يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة

قيمة r الجدولية : 0.576 عند مستوى الدلالة 0.05 درجة حرية 10 // درجة الحرية = عدد العينة الاستطلاعية - 1 = 11 - 1 = 10
 ** تعني مقارنة قيمة (مستوى المعنوية) sig أو قيمة الاحتمال الخطأ (P-value) بمستوى دلالة 0.01
 * تعني مقارنة قيمة (مستوى المعنوية) sig أو قيمة الاحتمال الخطأ (P-value) بمستوى دلالة 0.05
 ✓ قاعدة : إذا كانت r المحسوبة أكبر من r الجدولية ، فإنه يوجد ارتباط معنوي
 أو قاعدة أخرى : إذا كانت قيمة الاحتمال الخطأ (Sig. or P-value) أقل من أو تساوي مستوى الدلالة، 0.05 فإنه يوجد ارتباط معنوي.

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على بيانات الاستبيان، مخرجات برنامج SPSS . V 25

من خلال الجدول أعلاه نجد معاملات الارتباط بين كل المحور والمعدل الكلي لفقرات الاستبيان دالة إحصائية،

حيث قيمة I المحسوبة أكبر من قيمة I الجدولية ومنه تعتبر محاور صادقة ومتسقة، لما وضعت لقياسه.

1-3-2 معامل الثبات:

الثبات يمثل أهمية كبيرة في عملية بناء وتقنين الاختبارات، وهو يعني ان يكون الاختبار على درجة عالية من الدقة والإتقان فيما وضع لقياسه وتعتبر درجة الثبات عالية كلما اقتربت إلى القمة الصحيحة الواحد، ووفقا لمتطلبات الدراسة فقد تم استعمال معامل (ألفا كرونباخ) للتأكد من الثبات .

ثبات الاستبيان: يقصد بثبات الاستبيان؛ أنها تعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيع الاستبيان أكثر من مرة، تحت نفس الظروف والشروط، أو بعبارة أخرى، أن ثبات الاستبيان؛ يعني الاستقرار في نتائج الاستبيان، وعدم تغييرها بشكل كبير، فيما لو تم إعادة توزيعها على أفراد العينة، عدة مرات، خلال فترات زمنية معينة، وقد تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ والجدول ادناه يبين معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات الاستبيان.

أ- طريقة معامل ألفا كرومباخ

جدول رقم (05): يبين قيمة معامل Cronbach's Alpha لمحاور الاستبيان

النتيجة	معامل ألفا كرونباخ		أبعاد المتغيرات الاستبيان
ثابت	07	0.825	المحور الأول: / يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية
ثابت	07	0.771	المحور الثاني: / يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية
	07	0.805	المحور الثالث: / يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة
ثابت	21	0.895	جميع فقرات الاستبيان

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على بيانات الاستبيان مخرجات برنامج SPSS .V 25

تظهر نتائج الجدول أعلاه انه :

- أما بالنسبة للقيمة إجمالية لجميع فقرات الاستبيان للمعامل ثبات بلغت 0.805 مما يدل على ثبات أداة الدراسة وتجدر الإشارة أنه معامل ألفا كرومباخ كلما اقتربت قيمته من 01 دل على أن قيمة الثبات مرتفعة. كما انه عدد فقرات الاستبيان .

مجتمع الدراسة :

هو المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة . (حسن احمد الشافعي، 1999، ص45). ويتمثل مجتمع دراستنا في مدربي أندية القسم الجهوي الأول لرابطة باتنة عينة البحث وكيفية اختيارها :

عينة البحث هي مجتمع الدراسة التي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزءاً من الكل، بمعنى انه تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع الأصلي، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع ككل (الأصلي) ، من اجل الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع ونظراً لمحدودية حجم مجتمع الدراسة فقد قام الباحث بخصر كل العناصر التي تتوفر فيها إمكانية التطبيق عليهم، أي مدربي أندية جهوي باتنة القسم الأول . وتم توزيع الاستبيان على مجموعة المدربين المعنيين وعددهم "16" وقد تم تسليمهم استمارة الاستبيان واسترجعت "16"، وعليه يكون العدد الفعلي للاستمارات الصالحة للتحليل الإحصائي هو "16" استمارة

الجدول رقم (6) : يمثل توزيع أداة الدراسة وفقا لفئة العينة (مدربي كرة القدم)

عدد الاستبيانات	التوزيع	العدد المسترجع	العدد المفقود	العدد النهائي
المدرين	16	16	0	16

2- المنهج المستخدم :

انطلاقا من طبيعة الموضوع المعالج في بحثنا ، والذي نقوم من خلاله بوصف الظواهر التي تتمحور عموما على تأثير التحضير البدني في الرفع من مستوى أداء لاعبي كرة القدم ، فان المنهج هو الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة مجموعة من القواعد التي تبحث عن سير العقل وتحديد عملياته .

والمنهج الذي يهتم بوصف ما هو كائن وتفسيره ويهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع ، كما يهتم أيضا بتحديد الممارسات الشائعة الو السائدة والتعرف على المعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2001، ص89)، وهذا المنهج يعبر عن الظاهرة المقصود دراستها تعبيرا كيميا وكيفيا ، ويفسر الجوانب المختلفة للظاهرة من خلال توفير معلومات ضرورية ودقيقة لفهمها ، كما أنه يحاول من خلاله وصف الظاهرة موضوع الدراسة كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها ، وكشف جوانب القوة والضعف فيها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين الظواهر التعليمية أو نفسية أو اجتماعية أخرى ، وذلك تحت تأثير معين (خلاد حامد ، 2003 ، ص100) .

ولهذا فإننا قد استعملنا وسيلة للبحث العلمي وهي الاستبيان الموجه لمدربي كرة القدم بالقسم الجهوي الأول لرابطة باتنة ، تم عرض النتائج ودراستها عن طريق المعالجة الإحصائية باستعمال اختبار رسمي وإعطاء دلالة الإحصائية بمقابلته بالفرضيات بعد ذلك ، وبعد كل هذه الخطوات نقدم تفسير النتائج واستخراج خلاصات نقابلها مع فرضيات البحث السابقة .

2-1 أدوات الدراسة :

يعرف الاستبيان بأنه مجموعة من الأسئلة والاستفسارات المتنوعة والمرتبطة ببعضها البعض ، وبشكل يحقق الهدف أو الأهداف التي يسعى إليها الباحث بضوء موضوعه والمشكلة التي اختارها لبحثه (عامر إبراهيم ، 1999 ، ص157) . يعتبر احد أدوات المسح الهامة لتجميع البيانات المرتبطة بموضوع معين من خلال إعداد مجموعة من الأسئلة المكتوبة يقوم المبحوث بالإجابة عليها بنفسه ، وهو وسيلة من وسائل جمع البيانات تعتمد أساسا على استمارة تتكون من مجموعة من الأسئلة ، ترسل بواسطة البريد أو تسلم إلى الأشخاص الذين تم اختيارهم من موضوع الدراسة ليقوموا بتسجيل إجاباتهم على الأسئلة الواردة ، وإعداداتها الواردة بها وإعادتها ثانية ، ويتم كل ذلك بدون مساعدة الباحث للأفراد في فهم الأسئلة وتسجيل الإجابات عليها . (رشيد زرواتي، 2002، ص100)

وقد قام الباحث باستخدام هذه الأداة الملائمة لطبيعة الدراسة والمتمثلة في استمارة استبيان موجهة لمدربي أندية كرة القدم الذين ينشطون في القسم الجهوي الأول لرابطة باتنة .

1-1-2-1 المادة الخبرية :

هي البيانات الأساسية والثانوية التي تمثل الخلفية النظرية التي بنيت عليها هذه الدراسة بالاعتماد على المرافق التالية :

- البحوث والدراسات العلمية التي تمحورت مواضيعها حول موضوع الدراسة .
- الدراسات السابقة والمشاهدة والمتعلقة بموضوع الدراسة الحالية .
- الوثائق الرسمية واللوائح التنفيذية المتعلقة بموضوع الدراسة .

2-1-2-2 البيانات الميدانية :

وتم جمعها عن طريق الاستبيان لخدمة أغراض الدراسة ،وقد صمم الباحث الادوات وفق متطلبات الدراسة.

3-1-2-3 محاور أدوات الدراسة :تناولت الدراسة ثلاثة محاور أساسية وهي :

استمارة استبيان موجهة لمدربي أندية كرة القدم الذين ينشطون في القسم الجهوي الأول لرابطة باتنة : تضمنت
21 عبارة

1- المحور الأول وعنوانه: يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة

2- المحور الثاني وعنوانه : يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية .

3- المحور الثالث وعنوانه : يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة .

3-تحديد متغيرات البحث :

تكتسي مرحلة تحديد متغيرات البحث أهمية كبيرة لهذا يمكن القول انه كي تكون فرضية البحث قابلة للتحقيق ميدانيا لابد من العمل في صياغة وتجميع كل متغيرات البحث بشكل سليم ودقيق إذ انه لابد أن يحرص كل باحث حرصا شديدا على التمييز بين متغيرات بحثه وبين بعض العوامل الأخرى التي من شأنها أن تؤثر سلبا على مسار إجراء دراسته

استنادا إلى فرضية البحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين اثنين احدهما مستقل والآخر تابع

1-3-1 تعريف المتغير المستقل :

متغير يجب أن يكون له تأثير في لمتغير تابع وهو الادوات التي يؤدي التغير في قيمتها إلى إحداث التغير وذلك عن طريق التأثير في قيم متغيرات أخرى تكون ذات صلة به ... (عروسي عبد الغفار ،2004،ص60)

تحديد المتغير المستقل : التحضير البدني

3-2 تعريف المتغير التابع :

"متغير يؤثر فيه المتغير المستقل " وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى ، حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على المتغير التابع (عروسي عبد الغفار ،2004،ص60)

تحديد المتغير التابع : أداء لاعبي كرة القدم

4- إجراءات التطبيق الميداني :

بعد الصياغة النهائية لاستمارة الاستبيان انطلق الباحث في توزيعها ، حيث قام الباحث بتوزيع الاستمارات بدا من تاريخ 15 افريل 2018 وتم استرجاعها في 5ماي 2018 ، ثم بدء بعملية التفرغ وإخضاع البيانات المتحصل عليها من استمارات الاستبيان الموزعة على المعالجة الإحصائية

5- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

استعملنا في تحليل البيانات بعض المفاهيم المرتبطة بالإحصاء الوصفي والاستدلالي وتم باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS: V 25) لتسهيل الحساب والحصول على نتائج دقيقة وتم الاعتماد على بعض الاختبارات ، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية الوصفية والتحليلية كذلك الأشكال البيانية نلخصها فيما يلي :

- التكرارات والنسب المئوية لتحليل إجابات أفراد عينة الدراسة وتعرف على اتجاهاتهم نحو أسئلة وعبارات أداة الدراسة.
- اختبار كاي تربيع لدلالة الإحصائية على وجود فروق في إجابات العينة على أسئلة أداة الدراسة
- معامل ارتباط بيرسون لمعرفة مدى الاتساق الداخلي لعبارات الاستبيان
- ألفا كرونباخ لمعرفة ثبات فقرات استمارة الاستبيان.
- المتوسط الحسابي: وهو متوسط مجموعة من القيم، أو مجموع القيم المدروسة مقسوم على عددها، وذلك بغية التعرف على متوسط إجابات الباحثين حول الاستبيان ولأن التنقيط يتراوح من (01) إلى (03)،
- الانحراف المعياري: وذلك من أجل التعرف على مدى انحراف استجابات أفراد الدراسة ويوضح التشتت في استجابات أفراد الدراسة فكلما اقتربت قيمته من الصفر فهذا يعني تركيز الإجابات وعدم تشتتها، وبالتالي تكون النتائج أكثر مصداقية .
- المدى لتحديد طول الفئة : لحساب مجال المتوسط

الفصل الرابع السر القبيح

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

1- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة لعبارات المحاور الاستبيان

قبل اختبار فرضيات الدراسة نتطرق أولاً إلى تحليل وعرض بيانات إجابات أفراد العينة على كل عبارة من عبارات كل محور من محاور الاستبيان كل على حدا باستخدام النسبة المئوية والتكرارات، والاختبار الإحصائي : كاي تربيع والقاعدة المعتمدة على تبيان وجود فروق في إجابات أفراد العينة على عبارات محاور الاستبيان أو الدلالة الإحصائية لكل عبارة هي : دالة إذا كان 2 المحسوبة أكبر من 2 الجدولة أي يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة أكثر تكرار أو غير دال إذا كانت 2 المحسوبة أقل من الجدولة لا يوجد اختلاف في إجابات العينة لصالح القيمة أكثر تكرار وبعد ذلك نقوم اختبار بمناقشة نتائج الفرضيات باستخدام المتوسط الكلي لكل محور والانحراف المعياري لتبيان مدى تركز إجابات أفراد العينة حول ونقوم بمناقشتها نتائجها ، مستدلين بالجانب النظري و مقارنة نتائج بالدراسات السابقة.

أولاً/: عرض وتحليل إجابات أفراد العينة لعبارات المحور الأول :/ يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة

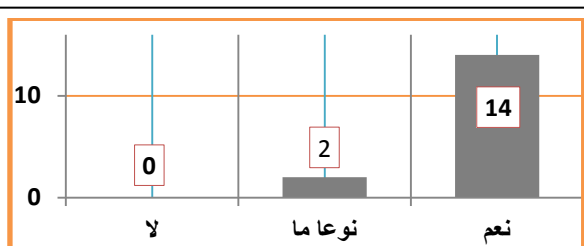
العبارة 1 : العمل على تطوير صفة القوة في التحضير البدني يساهم في ارتقاء مستوى الأداء ؟
الغرض من العبارة : معرفة ما اذا كان

الجدول رقم (7) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (1) المحور 01

الإستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	01	0.003	3.84	9.000	-	-	لا
					12,5	2	نوعا ما
					87,5	14	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25



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

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

العمل على تطوير صفة القوة في التحضير البدني يساهم في ارتقاء مستوى الأداء ؟ كانت لصالح نعم بقيمة مشاهدة 14 وبنسبة 87.50% بينما بقيت أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيمة مشاهدة : 02 أي بنسبة 12.50% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لأتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة لغت 9.000 وهي

أكبر من كا2 الجدولية 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة SIG=0.003 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 87.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن لاعبي كرة القدم وخلال العمل على تطوير صفة القوة لديهم في التحضير البدني فان ذلك يساهم في ارتقاء مستوى أدائهم وبنسبة 87.50% حسب وجهة نظرهم حيث أن القوة علي العمل بدون انقطاع مع الاحتفاظ بالقوة الفعلية لفترة طويلة ومن أهم مظاهر استخدام تحمل القوة في كرة القدم التصويب علي المرمي بقوة من مسافات مختلفة لضرب الكرة بالرأس عدة مرات. وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (عطاب ابراهيم، 2004) على أن تطوير القوة يساهم في ارتفاع مستوى اللاعب اثناء المباريات.

العبارة 02: هل تهتم وبشكل كبير في تنمية الصفات البدنية أثناء فترة المنافسة ؟ .

الغرض منالعبارة: معرفة مدى سعي المدرب لتنمية الصفات البدنية.

الجدول رقم (8) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (02) المحور 01

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.022	5.991	7.625	6,3	1	لا
					31,3	5	نوعا ما
					62,5	10	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=3-1=02

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

تهتم وبشكل كبير في تنمية الصفات البدنية أثناء فترة المنافسة؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 10 ونسبة 62.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة :

02 أي بنسبة 31.30% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ،

قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة

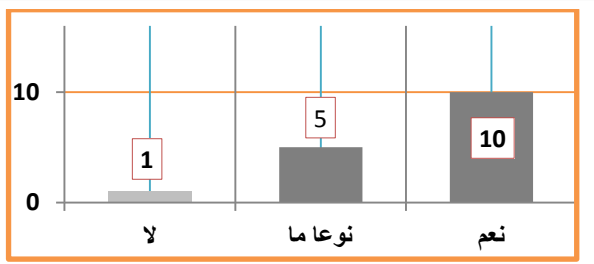
بلغت 9.000 وهي اكبر من كا2 المجدولة 5.991 عند مستوى

الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 ، وأيضا قيمة SIG=0.022

أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية

لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 62.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أنلاعي كرة القدم انه مهتمين وبشكل كبير في تنمية الصفات البدنية أثناء فترة المنافسة و وان نسبة اهتمامهم تقدر ب 62.50% حسب وجهة نظرهم ، وهذا ما أكده و (عطاب إبراهيم ، سنة 2004) أن التحضير البدني الجيد يساهم في تنمية الصفات البدنية والتي تؤدي إلى تحقيق أداء أفضل خلال مرحلة المنافسة .



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

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

العبارة 03: هل تعتبر صفة التحمل احد ركائز التحضير البدني الجيد للاعب كرة القدم ؟ .
الغرض من العبارة: معرفة مدى اهمية صفة التحمل بالنسبة للاعب كرة القدم.

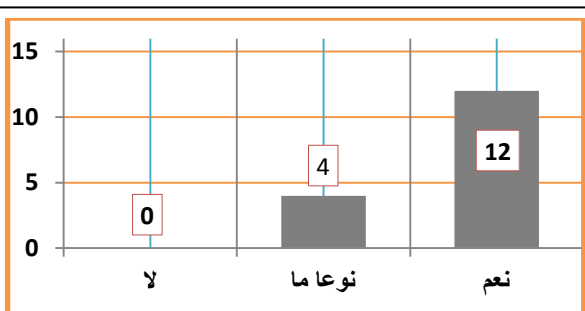
الجدول رقم (9) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (03) المحور 01

الإحصاء الاستنتاج ي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	01	0.046	3.84	4.000	-	-	لا
					25,0	4	نوعا ما
					75,0	12	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :



الشكل رقم (3): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة

رقم 03 المحور 01

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات برنامج

SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

تعتبر صفة التحمل احد ركائز التحضير البدني الجيد للاعب كرة القدم؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 12 ونسبة 75.00% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة: 04 أي بنسبة 25.00% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 9.000 وهي اكبر من كا2 المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة

SIG=0.046 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 75.00% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن لاعبي كرة القدم تعتبرون بدرجة عالية وبنسبة تصل الى 75.00% حسب وجهة نظرهم في أن صفة التحمل هي احد ركائز التحضير البدني الجيد للاعب كرة القدم حيث أن التحمل له أهمية كبيرة لدي الرياضيين عامه ولاعب كرة القدم خاصة لماله من تأثير إيجابي وقائي علي القلب والدورة الدموية من ناحية ومستوي الإنجاز أثناء المنافسات وأداء الأعمال التدريبية أثناء التدريب من ناحية أخرى واستطاعة اللاعب كرة القدم على مقاومة التعب الناتج عن تأدية واجباته البدنية و المهارة والخطية طوال شوطي المباراة بدرجة عالية من الدقة والتركيز قبل الشعور بالإجهاد والتعبوتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (محمد علي محمود، 1998) على أنتطوير التحمل يساهم في ارتفاع مستوى اللاعب اثناء المباريات.

العبارة 04: هل يساهم التحضير البدني في تطوير صفة السرعة أثناء المنافسة ؟
الغرض من العبارة: معرفة مدى مساهمة التحضير البدني في تطوير صفة السرعة.

الجدول رقم (10) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (04) المحور 01

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 كاي تربيع Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.000	5.991	16.625	6,3	1	لا
					12,5	2	نوعا ما
					81,3	13	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها -1 = 3-1 = 02

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

يساهم التحضير البدني في تطوير صفة السرعة أثناء المنافسة ؟

كانت لصالح نعم بـ 13 مشاهدة ونسبة

81.3% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما

بقية مشاهدة :

02 أي بنسبة 12.50% لصالح لا بقية مشاهدة :

01 أي بنسبة 6.30% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة

الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا

، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا 2) حيث بلغت (كا 2)

المحسوبة بلغت 16.625 وهي أكبر من كا 2

المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 ، وأيضا قيمة SIG = 0.000 أقل من مستوى

الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : بنسبة 81.30%.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه لأفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن لاعبي كرة القدم وخلال تحضيرهم

البدني الجيد فان ذلك يساهم في تطوير صفة السرعة أثناء المنافسة و ان نسبة اهتمامهم في ذلك تقدر ب

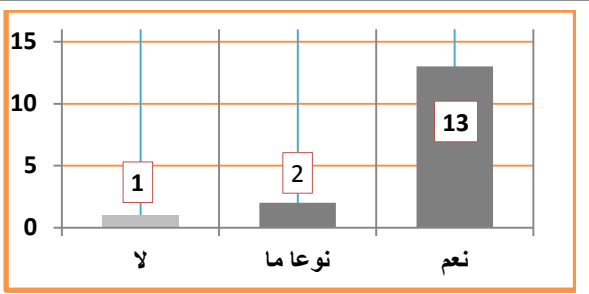
62.50% حسب وجهة نظرهم حيث السرعة هي صفة بدنية مركبة من صفتي السرعة والتحمل لان

اللاعب يقطع مسافات متنوعة بسرعة عالية بتكرارات كثيرة خلال المباراة وان تحضير البدني الجيد لصفة السرعة

أثناء المنافسة يلعب دورا هاما في مجال كرة القدم فلاعبي الكرة تحتاج إلى الوثب لأعلى لضرب الكرة بالرأس ، وتحتاج إلى

تسديد الكرة بقوة وبسرعة نحو المرمى ، وتحتاج إلى تغيير اتجاهها أيضا بقوة وبسرعة دراسة (سيدهم سفيان، 2011)

بأن التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير صفة السرعة لدى لاعب كرة القدم أثناء مرحلة المنافسة



الشكل رقم (4): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة

رقم 04 المحور 01

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات برنامج

SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

العبارة 05: هل لتطوير صفة السرعة تأثير على الأداء أثناء المباريات ؟
الغرض من العبارة: معرفة مدى تأثير صفة السرعة على اداء اللاعب.

الجدول رقم (11) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (05) المحور 01

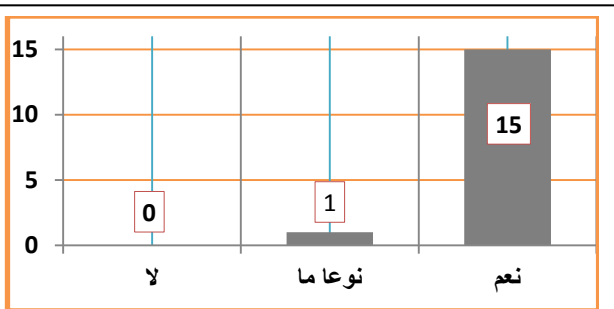
الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 كاي تربيع Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	01	0.000	3.84	12.250	-	-	لا
					6,3	1	نوعا ما
					93,8	15	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

لتطوير صفة السرعة تأثير على الأداء أثناء المباريات ؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 15 ونسبة 93.80% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة :



الشكل رقم (5): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة

رقم 05 المحور 01

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات برنامج

SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

01 أي بنسبة 6.30% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2)

حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 12.250 وهي اكبر من كا2 المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة SIG=0.000 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 93.80% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن لاعبي كرة القدم تعتبرون وبنسبة تصل الى 93.80% حسب وجهة نظرهم انه لتطوير صفة السرعة تأثير عالي جدا على أدائهم أثناء المباريات حيث أن تطوير صفة السرعة هي إحدى المتطلبات الرئيسية للأداء في كرة القدم الحديثة لما لها من أهمية في ارتباطها بباقي عناصر القدرات البدنية الخاصة حيث تؤثر فيها وتتأثر بها كذلك فان المتطلبات الفنية والمهارية تعتمد علي السرعة. وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (بولومة لمين، 2013) على أن التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير صفة السرعة لدى اللاعب وهذا يؤدي الى اللاعب الى تحقيق اداء جيد وبالتالي تحقيق نتائج افضل.

العبارة 06: هل تعتبر صفة المرونة من بين الصفات الأساسية للاعب كرة القدم أثناء مرحلة المنافسة ؟ .

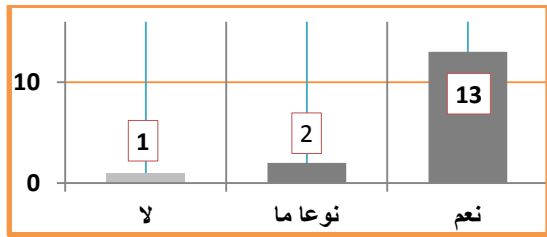
الغرض من العبارة: معرفة مدى أهمية صفة المرونة بالنسبة للاعب كرة القدم .

الجدول رقم (12) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (06) المحور 01

الإحصاء	الدرجة الحرة	sig	كاى تربيع "Chi-Square"		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.010	5.991	9.125	12,5	2	لا
					18,8	3	نوعا ما
					68,8	11	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=3-1=02

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25



الشكل رقم (6): رسم بياني يوضح إجابات العينة على

الفقرة رقم 06 المحور 01

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات برنامج

v2010.EXCEL وبرنامج SPSS v25.

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة : تعتبر صفة المرونة من بين الصفات الأساسية للاعب كرة القدم أثناء

المنافسة؟؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 11 وبنسبة 68.80% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 03 أي بنسبة 18.80% لصالح لا بقيم مشاهدة : 02 أي بنسبة 12.50% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة

الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 9.125 وهي اكبر من كا2 الجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 ، وأيضا قيمة SIG=0.010 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 68.60% الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه لأفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن لاعبي كرة القدم يعتبرون ان صفة المرونة من بين الصفات الأساسية للاعب كرة القدم أثناء المنافسة و وان نسبة اهتمامهم في ذلك تقدر ب 68.60% حسب وجهة نظرهم حيث تساهم في سهولة الحركة في مفاصل الجسم التي تمكن اللاعب من أداء الحركة في مداها المطلوب ، ولصفة المرونة دورا هاما كصفة بدنية في زمن لعب الكرة للأداء الأمثل المطلوب فبدون المرونة لا يمكن للاعب أن يقوم بأداء المهارة بالطريقة الفنية الصحيحة وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (بولومة لمن، 2013) على أن التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير صفة المرونة لدى اللاعب وهاذ يؤدي الى اللاعب الى تحقيق اداء جيد وبالتالي تحقيق نتائج افضل.

العبارة 07: هل التحضير البدني الجيد للصفات البدنية يؤدي إلى تحقيق أفضل النتائج أثناء المنافسة الرياضية ؟

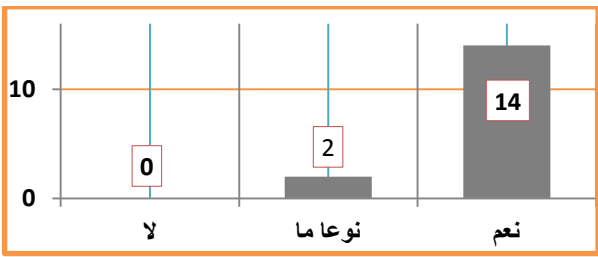
الغرض من العبارة: معرفة العلاقة بين التحضير البدني الجيد للصفات البدنية وتحقيق النتائج.

الجدول رقم (13) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (07) المحور 01

الإحصاء الاستنتاج ي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	01	0.003	3.84	9.000	-	-	لا
					12,5	2	نوعا ما
					87,5	14	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25



الشكل رقم (7): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة رقم 07 المحور 01
المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS إصدار 25.

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

التحضير البدني الجيد للصفات البدنية يؤدي إلى تحقيق أفضل النتائج أثناء المنافسة الرياضية؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 14 وبنسبة 87.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 02 أي بنسبة 12.50% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 9.000 وهي أكبر من كا2 الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة SIG=0.003 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 87.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن لاعبي كرة القدم مهتمين حسب وجهة نظرهم وبنسبة 87.50% بخصوص التحضير البدني الجيد للصفات البدنية والذي بدوره ينعكس في تحقيق أفضل النتائج أثناء المنافسة الرياضية يعتبر التحضير البدني في كرة القدم للصفات البدنية أحد الركائز الأساسية التي تتطلبها لعبة كرة القدم مما يرفع الحالة التدريبية للاعب باكسابه اللياقة البدنية والحركية للوصول للاعب إلى أعلى مستوى من اللياقة البدنية الخاصة بكرة القدم والتي تؤهل اللاعبين للتكيف مع متطلبات الأداء المهاري والخططي والذهني والإرادي . وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (بولومة لمن، 2013) على أن التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير الصفات البدنية للاعب وهذا يؤدي إلى تحقيق أداء جيد وبالتالي تحقيق نتائج أفضل.

ملخص نتائج المحور الأول: / يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية تلخيص نتائج اتجاهات العينة في إجاباتهم على أسئلة المحور الأول والمتعلق ب: مدى مساهمة التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية

جدول رقم (14): بين ملخص تحليل فقرات المحور الأول

رقم	السؤال	البديل أكثر تكرار	النسبة المئوية	نتيجة دلالة كا2	
				محسوبة	جدولة
	العمل على تطوير صفة القوة في التحضير البدني يساهم في ارتفاع مستوى الأداء ؟	نعم	87,5	9.000	3.84
	تهتم وبشكل كبير في تنمية الصفات البدنية أثناء فترة المنافسة ؟	نعم	62,5	7.625	5.991
	تعتبر صفة التحمل احد ركائز التحضير البدني الجيد للاعب كرة القدم ؟	نعم	75,0	4.000	3.84
	يساهم التحضير البدني في تطوير صفة السرعة أثناء المنافسة ؟	نعم	81,3	16.625	5.991
	لتطوير صفة السرعة تأثير على الأداء أثناء المباريات ؟	نعم	93,8	12.250	3.84
	تعتبر صفة المرونة من بين الصفات الأساسية للاعب كرة القدم أثناء المنافسة ؟	نعم	68,8	9.125	5.991
	التحضير البدني الجيد للصفات البدنية يؤدي إلى تحقيق أفضل النتائج أثناء المنافسة الرياضية ؟	نعم	87,5	9.000	3.84

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS

التعليق على الجدول

من خلال الجدول أعلاه والشكل أدناه نجد أن معظم عبارات المحور الأول: / يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية دلالة إحصائية لصالح الإجابة أكثر تكراراً عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كا2 المحسوبة أكبر من الجدولة في معظمها وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة أي أن التحضير البدني يساهم في تطوير الصفات البدنية أنكرة القدم الحديثة تتطلب تحضير بدني عالي في الصفات البدنية للاعب كرة القدم، ولكي تكون كل مهارة عالية الأداء يكون لدى اللاعب قدر كبير من فن الأداء الصحيح للمهارة وحالة بدنية عالية و التكيف على الأداء المهاري الجيد في ظروف تشبه المباراة تحت ضغط المنافس و تتميز كرة القدم بتنوع أدائها و مهاراتها و تكراراتها الحركية الأساسية المتنوعة الدفاعية و الهجومية و تعتمد على ما يبذله اللاعب من قدرات بدنية و مهارية و حنوية و نفسية لتحقيق أفضل المستويات و الوصول إلى تحقيق النتائج الإيجابية، و تعتبر صفة السرعة والقوة المميزة بالسرعة والقوة الانفجارية من أهم الصفات البدنية الضرورية لتحقيق النجاح والفعالية في المستويات العالي.

فالسرعة تعتبر من عوامل الإنجاز الأساسية في مجال اللياقة البدنية، حيث تظهر أهميتها في مجال كرة القدم من خلال التأثير الحاسم لها وفي اتحاد بناء هجمة أثناء سير اللعب، أو الصراعات الثنائية أو أهمية مباغته أو إيقاف أو عرقلة أو على الأقل تضيق الهجوم المضاد للفريق المنافس وهذا ما أكدته دراسة (عطاب ابراهيم، 2004)،

ودراسة (بولومة لمين، 2013)، وأكدته (رمزي فهم، 1998) في قوله التحضير البدني يساهم في رفع قدرات البدنية للاعب .

ثانياً-/- عرض وتحليل إجابات أفراد العينة لعبارات المحور الثاني : يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء المهلري للاعب أثناء المنافسة الرياضية

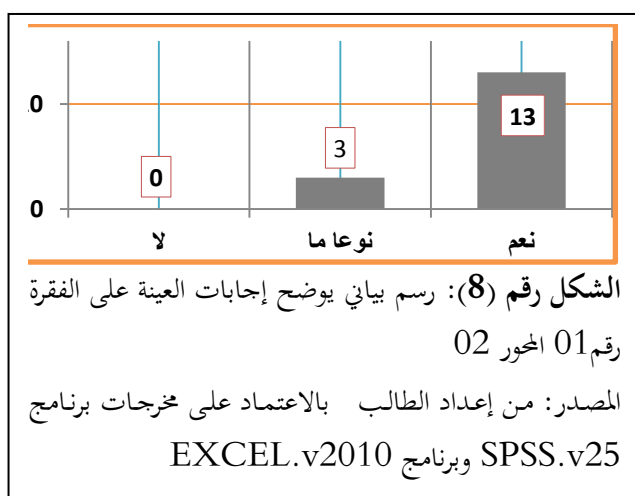
العبارة 08: هل التحضير البدني الجيد يرفع من أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟ .
الغرض من العبارة: معرفة علاقة التحضير البدني الجيد وأداء اللاعب أثناء المنافسة.

الجدول رقم (15) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (8) المحور 02

الإستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	01	0.012	3.84	6.250	-	-	لا
					18,8	3	نوعا ما
					81,3	13	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها -1 = 2-1 = 01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25



من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

التحضير البدني الجيد يرفع من أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟

كانت لصالح نعم بـ 13 مشاهدة وبنسبة 81.30% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بـ 3 مشاهدة :

3 أي بنسبة 18.80% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه

ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا 2) حيث بلغت (كا 2) المحسوبة بلغت 6.250 وهي أكبر من كا 2 المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة SIG = 0.012 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 81.30% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن التحضير البدني الجيد يرفع من أداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة وبنسبة 81.30% حسب وجهة نظرهم وهذا ما يؤكد (ابن ادير عبد النور، 2014) على التحضير البدني الجيد يرفع من أداء لاعب كرة القدم.

العبارة 09: هل التحضير البدني الجيد ضروري لتطوير أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة ؟ .

الغرض من العبارة: معرفة مدى ضرورة التحضير البدني لرفع أداء اللاعب أثناء مرحلة المنافسة.

الجدول رقم (16) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (09) المحور 02

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	01	0.003	3.84	9.000	-	-	لا
					12,5	2	نوعا ما
					87,5	14	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

التحضير البدني الجيد ضروري لتطوير أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة ؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 14 وبنسبة 87.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 02 أي بنسبة 12.50% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث

بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 9.000 وهي أكبر من كا2 المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة SIG=0.003 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 87.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن التحضير البدني الجيد ضروري لتطوير أداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة وبنسبة 87.50% حسب وجهة نظرهم وهذا ما يؤكد (زروقي نصر الدين، 2014) على ان التحضير البدني الجيد يساهم في رفع وتطوير أداء لاعب كرة القدم.

العبارة 10: هل تطوير قدرات اللاعب بدنيا يساهم في تطوير أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟ .

الغرض من العبارة: معرفة اهمية جاهزية اللاعب بدنيا ومدى تأثيرها عليه في مرحلة المنافسة.

الجدول رقم (17) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (10) المحور 02

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	01	0.003	3.84	4.000	-	-	لا
					25,0	4	نوعا ما
					75,0	12	نعم
					100,0	16	المجموع

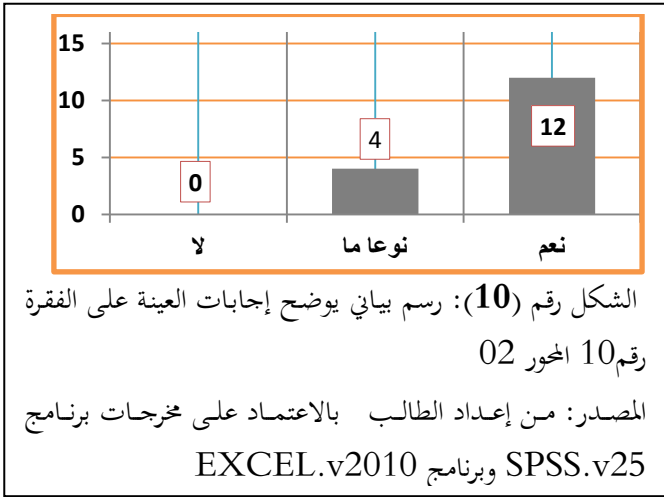
قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة

ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

حسب رأيك هل تطوير قدرات اللاعب بدنيا يساهم في تطوير أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 12 وبنسبة 75.00% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة 04 أي بنسبة 25.00% وللتأكد أكثر من النتيجة



أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 4.000 وهي أكبر من كا2 الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة SIG=0.046 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 75.00% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن حسب رأيهم أن تطوير قدرات اللاعب كرة القدم بدنيا يساهم في تطوير أداء اللاعبين بصفة عامة خلال مرحلة المنافسة وبنسبة 75.00% حسب وجهة نظرهم ويؤكد (محمد علي محمود، 1998) أنه هناك علاقة طردية بين تطوير قدرات اللاعب بدنيا وتطوير أداء اللاعب

العبارة 11: هل للحالة البدنية تأثير على أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟ .

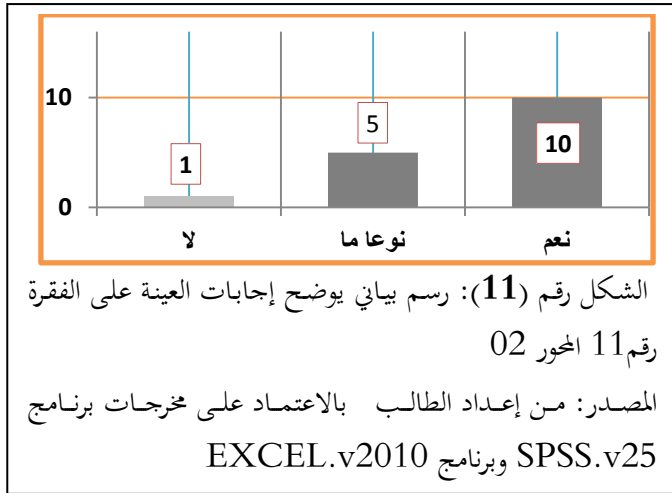
الغرض من العبارة: معرفة مدى تأثير الحالة البدنية على اداء اللاعب خلال المنافسة.

الجدول رقم (18) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (11) المحور 02

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.022	5.991	7.625	6,3	1	لا
					31,3	5	نوعا ما
					62,5	10	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=3-1=02

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25



من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

للحالة البدنية تأثير على أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 10 ونسبة 62.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 02 أي بنسبة 31.30% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة

الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 7.625 وهي أكبر من كا2 الجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة $SIG=0.022$ أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : بنسبة 62.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أنه للحالة البدنية لاعبي كرة القدم تأثير على أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة وان نسبة اهتمامهم تقدر ب 62.50% حسب وجهة نظرهم ويؤكد (عطاب ابراهيم، 2004) أن رفع الحالة البدنية تأثير ايجابي كبير على تطوير اداء اللاعب

العبارة 12: هل يؤثر التحضير البدني على الأداء المهاري للاعب أثناء المنافسة ؟ .

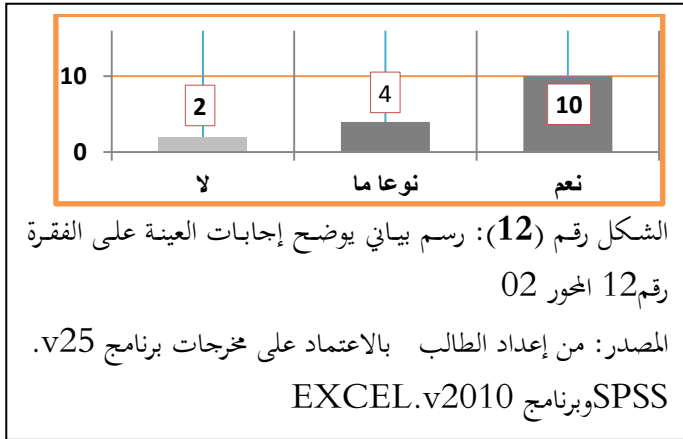
الغرض من العبارة: معرفة دور التحضير البدني في زيادة الاداء المهاري للاعب اثناء المنافسة.

الجدول رقم (19) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (12) المحور 02

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.039	5.991	6.500	12,5	2	لا
					25,0	4	نوعا ما
					62,5	10	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=3-1=02

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25



من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

يؤثر التحضير البدني على الأداء المهاري للاعب أثناء المنافسة كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 10 وبنسبة 62.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 4 أي بنسبة 25.00 و لصالح لا بقيم مشاهدة :

02 أي بنسبة 12.50% وللتأكد أكثر من

النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 6.500 وهي اكبر من كا2 المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة $SIG=0.039$ أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 62.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أنانه يؤثر التحضير البدني لاعبي كرة القدم على الأداء المهاري للاعب أثناء المنافسة و وان نسبة اهتمامهم تقدر ب 62.50% حسب وجهة نظرهم ويؤكد (بن عزوزي نبيل، 2011) أن التحضير البدني يؤثر وبصورة كبيرة ف تطوير الاداء المهاري للاعب

العبارة 13: هل القيام بالتحضير البدني الجيد يساهم في تحقيق أداء جيد أثناء المنافسة ؟ .

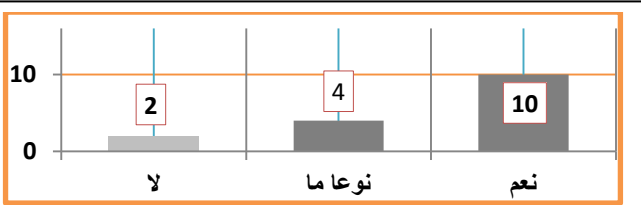
الغرض من العبارة: معرفة علاقة التحضير البدني الجيد بالأداء الجيد للاعب

الجدول رقم (20) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (13) المحور 02

الإحصاء الاستنتاجي	درجة الحرية	sig	كاى تربيع "Chi-Square"		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.039	5.991	6.500	12,5	2	لا
					25,0	4	نوعا ما
					62,5	10	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها -1 = 3-1 = 02

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25



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

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

في رأيك هل القيام بالتحضير البدني الجيد يساهم في تحقيق أداء جيد أثناء المنافسة؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 10 وبنسبة 62.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 4 أي بنسبة 25.00

و لصالح لا بقيم مشاهدة : 02 أي بنسبة

12.50% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاى تربيع (كاى) حيث بلغت (كاى) المحسوبة بلغت 6.500 وهي أكبر من كاى الجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة $SIG=0.039$ أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 62.50%.

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أنانه لاعبي كرة القدم في خلال قيامهم بالتحضير البدني الجيد فانه يساهم في تحقيق أداء جيد أثناء المنافسة و وان نسبة هذه المساهمة تقدر ب 62.50% حسب وجهة نظرهم كما نجد من خلال دراسة (عطاب ابراهيم، 2004) والتي تبين أن هناك علاقة بين التحضير البدني الجيد يساهم في تحقيق أداء جيد للاعبين خلال مرحلة المنافسة

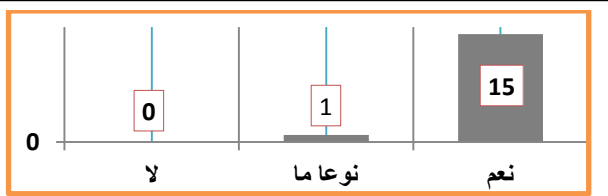
العبارة 14: هل لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة الرياضية ؟ .
الغرض من العبارة: معرفة العلاقة بين زيادة فاعلية التحضير البدني وتحسن أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة.

الجدول رقم (21) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (14) المحور 01

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	01	0.000	3.84	12.250	-	-	لا
					6,3	1	نوعا ما
					93,8	15	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25



الشكل رقم (14): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة رقم 14 المحور 01

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة الرياضية؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 15 وبنسبة 93.80% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 01 أي بنسبة 6.30% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2)

حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 12.250 وهي أكبر من كا2 الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة SIG=0.000 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 93.80% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن لاعبي كرة القدم يعتبرون وبنسبة تصل إلى 93.80% حسب وجهة نظرهم انه لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة الرياضية كما نجد من خلال دراسة (عطاب ابراهيم، 2004) والتي تبين أن هناك علاقة بين زيادة فاعلية التحضير البدني وتحسن أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة

ملخص نتائج المحور الثاني : يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية تلخيص نتائج اتجاهات العينة في إجاباتهم على أسئلة المحول الأول والمتعلق ب: مدى مساهمة التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية

جدول رقم (22) : بين ملخص تحليل فقرات المحور 02

رقم	الفقرة	البديل أكثر تكرار	النسبة المئوية	نتيجة دلالة كا 2	
				محسوبة	مجدولة
	التحضير البدني الجيد يرفع من أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟	نعم	81,3	6.250	3.84
	التحضير البدني الجيد ضروري لتطوير أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة	نعم	87,5	9.000	3.84
	حسب رأيك هل تطوير قدرات اللاعب بنديا يساهم في تطوير أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة	نعم	75,0	4.000	3.84
	للحالة البدنية تأثير على أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة	نعم	62,5	7.625	5.991
	يؤثر التحضير البدني على الأداء المهاري للاعب أثناء المنافسة ؟	نعم	62,5	6.500	5.991
	في رأيك هل القيام بالتحضير البدني الجيد يساهم في تحقيق أداء جيد أثناء المنافسة ؟	نعم	62,5	6.500	5.991
	لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة الرياضية ؟	93,8	93,8	12.250	3.84

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS

التعليق على الجدول

من خلال الجدول أعلاه والشكل أدناه نجد أن معظم عبارات يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية دلالة إحصائية لصالح الإجابة أكثر تكرارا عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كا 2 المحسوبة أكبر من المجدولة في معظمها وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة أي أن يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية وذلك من خلال أن التحضير البدني بصفة عامة فترة بنائية لأعداد وتناسق جميع العضلات ، وان الأعداد الجيد والرقمي بمستوى هذه العناصر يعد العامل الرئيس في الارتقاء بالمستوى الرياضي ومستوى الكفاءة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم ، إذ إن هدف ترمينات اللياقة البدنية المستخدمة في الأعداد البدني هو إحداث تغيرات فسيولوجية إيجابية لتحسين مستوى الأداء البدني . وهذا ما تأكده دراسة (ابن ادير عبد النور، 2014) حيث توصل من خلال دراسته إلى ان التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير الاداء اثناء المنافسات الرياضية

ثالثا-/-: عرض وتحليل إجابات أفراد العينة لعبارات المحور الثالث :/ يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة

العبارة 15: هل لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في الاستجابة السريعة للحظة الهجومية ؟ .

الغرض من العبارة: معرفة مدى تأثير زيادة فاعلية التحضير البدني على تحسين الاستجابة السريعة للحظة الهجومية.

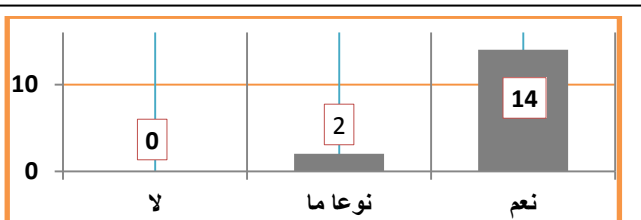
الجدول رقم (23) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (15) المحور 02

الإحصاء	الاستنتاج	درجة الحرية	sig	كاى تربيع"Chi-Square		التكرارات	%	الإجابات
				المجدولة	المحسوبة			
								لا
								نوعا ما
								نعم
								المجموع
								قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة:

لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في الاستجابة السريعة للحظة الهجومية؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 14 وبنسبة 87.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 02 أي بنسبة 12.50% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر



الشكل رقم (15): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة

رقم 15 المحور 03

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS v25.

EXCEL.v2010 وبرنامج SPSS

تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 9.000 وهي أكبر من كا2 الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة SIG=0.003 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 87.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن لزيادة فاعلية التحضير البدني دور ومساهمة بدرجة عالية جدا في الاستجابة السريعة للحظة الهجومية وبنسبة 87.50% حسب وجهة نظرهم حيث انه عندما يكون التحضير البدني لدى اللاعب بشكل جيد فإنه يطور من الجانب الخططي ويساعد اللاعب على تطويرها وكذلك إلى خبرة المدرب من خلال تركيزهم على التحضير البدني وكذلك إلى كثرة المباريات التي يقوم اللاعب ومن تفهمه لبعض الخطط المسطرة للاعب كرة القدم. وهذا ما تأكده دراسة (زروقي نصر الدين، 2014) حيث توصل من خلال دراسته إلى ان التحضير البدني الجيد يساهم في الاستجابة السريعة للجانب الخططي اثناء المنافسات الرياضية

العبارة 16: هل التحضير البدني الجيد يساعد في بناء خططك ؟ .

الغرض من العبارة: معرفة مدى مساهمة التحضير البدني الجيد في تسهيل بناء خطط المدرب .

الجدول رقم (24) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (16) المحور 02

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
					-	-	لا
	01	0.003	3.84	9.000	12,5	2	نوعا ما
					87,5	14	نعم
					100,0	16	المجموع

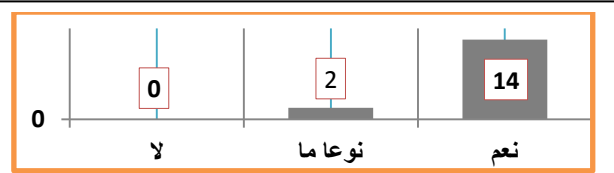
قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات

برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

بحكم تجربتك - هل التحضير البدني الجيد يساعد في بناء خططك؟؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 14 وبنسبة 87.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 02 أي بنسبة 12.50% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد



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

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 9.000 وهي اكبر من كا2 الجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة 0.003=SIG أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 87.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أنبحكم تجربتك - هل التحضير البدني الجيد يساعد في بناء خططك؟ وبنسبة 87.50% حسب وجهة نظرهم وهنا تظهر خبرة اللاعب بحكم تجربته والمتابعة والتحضير الجيد للاعب كرة القدم أثناء المنافسة وكذلك فهم الخطأ مسطرة له أثناء المباراة , وإلى التحضير البدني الجيد قبل المنافسة فانه يمكنهم من مساعدة في بناء الجانب الخططي.

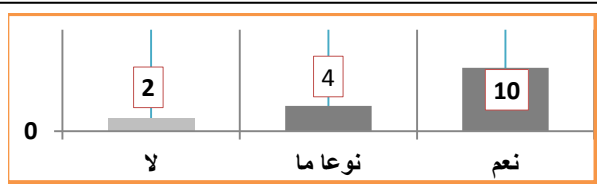
العبارة 17: هل القيام بمحضر خاصة للتحضير البدني يعطي تقييما لمدى استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة ؟ .

الغرض من العبارة: معرفة العلاقة بين التحضير البدني واستجابة اللاعبين للجانب الخططي.

الجدول رقم (25) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (17) المحور 03

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 كاي تربيع "Chi-Square"		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.039	5.991	6.500	12,5	2	لا
					25,0	4	نوعا ما
					62,5	10	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=3-1=02



الشكل رقم (17): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة رقم 17 المحور 03
المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة: القيام بمحضر خاصة للتحضير البدني يعطي تقييما لمدى استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 10 ونسبة 62.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 4

أي بنسبة 25.00% ولصالح لا بقيم مشاهدة: 02 أي بنسبة 12.50% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 6.500 وهي أكبر من كا2 المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 ، وأيضا قيمة SIG=0.039 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم بنسبة 62.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أنه القيام بمحضر خاصة للتحضير البدني من طرف لاعبي كرة القدم يعطي تقييما لمدى استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة وان نسبة اهتمامهم تقدر ب 62.50% حسب وجهة نظرهم حيث مراعاة الناحية البدنية اللاعب بالقيام بمحضر خاصة أثناء وضع الخطة يعطي تقييما لمدى استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة وهذا ما يؤكد (زروقي نصر الدين، 2014) فيقول على العلم بمفاهيم التحضير البدني الجيد يساعد المدرب استجابة اللاعبين للجانب الخططي وتحقيق النتائج خلال المباريات.

العبارة 18: هل سوء التحضير البدني يؤثر على استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة ؟ .

الغرض من العبارة: معرفة مدى تأثير التحضير البدني السيئ على استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة

الجدول رقم (26) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (18) المحور 02

الإحصاء الاستنتاج ي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.047	5.991	6.125	6,3	1	لا
					37,5	6	نوعا ما
					56,3	9	نعم
					100,0	16	المجموع

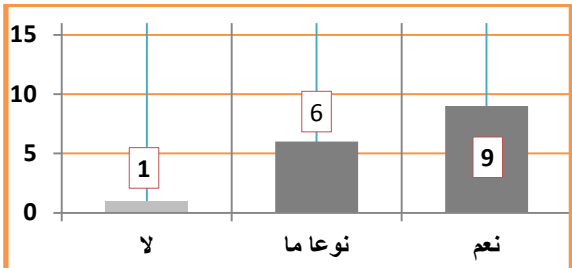
قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=3-1=02

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات

برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

حسب رأيك هل نقص التحضير البدني يؤثر على استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة ؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 09 وبنسبة 56.30% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 06 أي بنسبة 37.50% ولصالح لا بقيم مشاهدة: 01 أي بنسبة



الشكل رقم (18): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة

رقم 18 المحور 03

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج

SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

6.3% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه دلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 6.125 وهي أكبر من كا2 الجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 ، وأيضا قيمة $SIG=0.047$ أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 56.30% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أنه حسب رأيهم أن نقص التحضير البدني يؤثر على استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة ؟ وان نسبة تقديرهم لذلك تقدر ب 56.30% حسب وجهة نظرهم وهذا ما يؤكد (زروقي نصر الدين، 2014) في قوله على العلم بمفاهيم التحضير البدني على أن التحضير البدني السيئ يؤثر سلبا على اللاعبين مما يعيق تحسين أداءهم وتحقيق أحسن النتائج خلال المباريات.

العبارة 19: هل التحضير البدني الجيد يساهم في استجابة اللاعبين للاداء الخططي الهجومي ؟ .

الغرض من العبارة: معرفة مدى مساهمة التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للاداء الخططي الهجومي

الجدول رقم (27) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (19) المحور 03

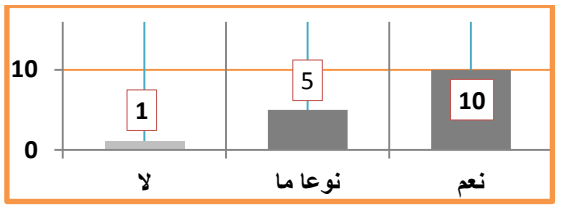
الإحصاء الاستنتاج ي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.022	5.991	7.625	6,3	1	لا
					31,3	5	نوعا ما
					62,5	10	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=3-1=02

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة

ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :



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

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

حسب رأيك هل التحضير البدني الجيد يساهم في استجابة اللاعبين للاداء الخططي الهجومي كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 10 وبنسبة 62.50% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 02 أي بنسبة 31.30% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة

الإحصائية لاتباحات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 7.625 وهي أكبر من كا2 المجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 ، وأيضا قيمة SIG=0.022 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 62.50% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أنانه حسب رأيهم أن التحضير البدني الجيد يساهم في استجابة اللاعبين للاداء الخططي الهجومي وان نسبة اهتمامهم تقدر ب 62.50% حسب وجهة نظرهم وهذا ما يؤكد (بن عزوزي نبيل ، 2011) في قوله على أن التحضير البدني الجيد يساعد اللاعبين في الاستجابة السريعة للخطة الهجومية.

العبارة 20: هل التحضير البدني الجيد يساعد اللاعبين في الاستجابة للاداء الخططي الدفاعي ؟ .
الغرض من العبارة: معرفة مدى مساعدة التحضير البدني الجيد للاعبين في الاستجابة للاداء الخططي الدفاعي .
الجدول رقم (28) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (20) المحور 03

الاستنتاج الإحصائي	درجة الحرية	sig	كا 2 "كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	02	0.047	5.991	6.125	6,3	1	لا
					37,5	6	نوعا ما
					56,3	9	نعم
					100,0	16	المجموع

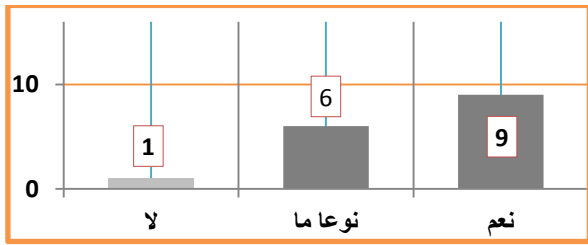
قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 02 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=3-1=02

المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة ومخرجات

برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

حسب رأيك هل نقص التحضير البدني يؤثر على استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة ؟ كانت لصالح نعم بقيم مشاهدة 09 وبنسبة 56.30% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بقيم مشاهدة : 06 أي بنسبة 37.50% ولصالح لا بقيم مشاهدة: 01 أي



الشكل رقم (20): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة رقم 20 المحور 03
المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

بنسبة 6.3% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 6.125 وهي أكبر من كا2 الجدولة 5.991 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 02 ، وأيضا قيمة SIG=0.047 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 56.30% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن حسب خبرتهم فان التحضير البدني الجيد يساعد اللاعبين في الاستجابة للاداء الخططي الدفاعي ونسبة تقدر ب 56.30% حسب وجهة نظرهم وهذا ما يؤكد (بن عزوزي نبيل، 2011) في قوله على أن التحضير البدني الجيد يساعد اللاعبين في الاستجابة السريعة للخطة الدفاعية.

العبارة 21: هل التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير استجابة اللاعبين للخطط أثناء المباريات في مرحلة المنافسة ؟

الغرض من العبارة: معرفة مدى مساهمة التحضير البدني الجيد في تطوير استجابة اللاعبين للخطط أثناء المباريات في مرحلة المنافسة.

الجدول رقم (29) : يمثل نتائج إجابة أفراد العينة على الفقرة رقم (21) المحور 03

الإحصاء الاستنتاجي	درجة الحرية	sig	كا2 كاي تربيع" Chi-Square		%	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
دال	01	0.000	3.84	12.250	-	-	لا
					6,3	1	نوعا ما
					93,8	15	نعم
					100,0	16	المجموع

قيمة Chi-Square الجدولية : 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 01 // درجة الحرية = عدد البدائل المجاب عليها-1=2-1=01

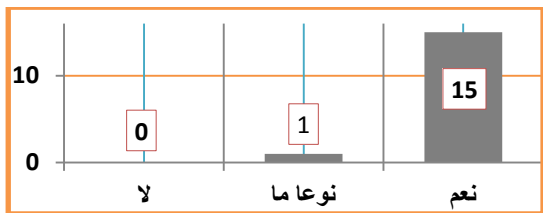
المصدر: من إعداد الطالب اعتماد إجابات العينة

ومخرجات برنامج SPSS إصدار 25

من خلال الجدول أعلاه نجد أن إجابات أفراد العينة حول الفقرة :

التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير استجابة اللاعبين للخطط أثناء المباريات في مرحلة المنافسة ؟ كانت لصالح نعم بـ 15 مشاهدة وبنسبة 93.80% بينما بقية أفراد العينة كانت إجاباتهم لصالح نوعا ما بـ 1 مشاهدة : 01 أي بنسبة 6.30% وللتأكد أكثر من النتيجة أعلاه ودلالة الإحصائية لاتجاهات أفراد العينة لصالح القيمة الأكثر تكرارا ، قمنا باستخدام اختبار كاي تربيع (كا2) حيث بلغت (كا2) المحسوبة بلغت 12.250 وهي أكبر من كا2 المجدولة 3.84 عند مستوى الدلالة 0.05 وبدرجة حرية 01 ، وأيضا قيمة SIG=0.000 أقل من مستوى الدلالة 0.05 أي توجد دلالة إحصائية لصالح القيمة أكثر تكرار : نعم وبنسبة 93.80% .

الاستنتاج : نستنتج مما سبق أن الاتجاه أفراد العينة المستجوبين يؤكدون أن لاعبي كرة القدم يعتبرون وبنسبة تصل الى 93.80% وحسب وجهة نظرهم أن التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير استجابة اللاعبين للخطط أثناء المباريات في مرحلة المنافسة وهذا ما يؤكد (بن عزوزي نبيل ، 2011) في قوله على أن التحضير البدني الجيد يساعد اللاعبين في الاستجابة السريعة جانب الخططي خلال مرحلة المنافسة.



الشكل رقم (21): رسم بياني يوضح إجابات العينة على الفقرة

رقم 21 المحور 03

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج

SPSS.v25 وبرنامج EXCEL.v2010

ملخص نتائج المحور الثالث :/ يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة تلخيص نتائج اتجاهات العينة في إجاباتهم على أسئلة المحور 03 والمتعلق بـ: مدى مساهمة التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة جدول رقم (30) : بين ملخص تحليل فقرات المحور 03

رقم	الفقرة	البدل أكثر تكرار	النسبة المئوية	نتيجة دلالة كا2		
				محسوبة	مجدولة	دلالة
	الفقرة 1: لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في الاستجابة السريعة للحظة الهجومية ؟	نعم	87,5	9.000	3.84	دال
	الفقرة 02: بحكم تجربتك - هل التحضير البدني الجيد يساعد في بناء خططك ؟	نعم	87,5	9.000	3.84	دال
	الفقرة 03: القيام بخصص خاصة للتحضير البدني يعطي تقييما لمدى استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة؟	نعم	62,5	6.500	5.991	دال
	الفقرة 04: حسب رأيك هل نقص التحضير البدني يؤثر على استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة ؟	نعم	56,3	6.125	5.991	دال
	الفقرة 05: حسب رأيك هل التحضير البدني الجيد يساهم في استجابة اللاعبين للأداء الخططي الهجومي	نعم	62,5	7.625	5.991	دال
	الفقرة 06: حسب خبرتك - هل التحضير البدني الجيد يساعد اللاعبين في الاستجابة للأداء الخططي الدفاعي	نعم	56,3	6.125	5.991	دال
	الفقرة 07 : التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير استجابة اللاعبين للخطط أثناء المباريات في مرحلة المنافسة ؟	نعم	93,8	12.250	3.84	دال

التعليق على الجدول

من خلال الجدول أعلاه والشكل أدناه نجد أن معظم عبارات يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة دالة إحصائيا لصالح الإجابة أكثر تكرارا عند مستوى دلالة (0.05)، حيث كا2 المحسوبة أكبر من الجدولة في معظمها وذلك ما يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد عينة الدراسة أي أن يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة حيث التحضير البدني الجيد ينعكس بالإيجاب على لاعبين لكرة القدم في الجانب الخططي أثناء المنافسة إذ أن خطط اللعب تعتمد على اختيار المهارة الحركية المناسبة لموقف اللعب من حيث الدقة و زمن الأداء و الذي يتطلب حيزا كبيرا من العمليات التفكيرية والعقلية إذ يقوم اللاعب باكتساب التصورات اللازمة للإعداد الخططي من خلال ما اكتسبه من معارف ومعلومات مرتبطة بخطط اللعب وهذا مما يبنى عليه السلوك الصحيح من المباريات كما يجب التدريب على المواقف المتغيرة و المواقف المشابهة بالمباراة (مع المنافس) و بالتالي إن ما يتقنه اللاعب أو الفريق من الأداء الخططي يلعب دورا كبيرا في تحقيق المستويات الرياضية العليا . ، وهذا ما أكدته دراسة (بن عزوزي نبيل ، سنة 2011)، ودراسة (زروقي

نصر الدين، 2014)، في قولهم أن التحضير البدني الجيد يساهم في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة.

اختبار الفرضيات

للاختبار الفرضية : نستخدم أدوات الإحصائية التالية :

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمحور ككل لتحديد مستوى الأثر للتحضير البدني (هل هو : دوره مرتفع ، أم متوسط ، أم دوره منخفض) في رفع المستوى الأداء للاعبين كرة القدم خلال مرحلة المنافسة (في تطوير الصفات البدنية . / في التحكم الجيد في الأداء / في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة) نستخدم أيضا المدى لتحديد طول الفئة المجال (مرتفع ، متوسط ، منخفض) حيث: المدى = إلى درجة 3 (تمثل: نعم) - أدنى درجة 1 (تمثل: لا) / عدد المستويات (دوره مرتفع ، متوسط ، منخفض) إذن: الطول الفئة = $(1-3)/3 = 0.66$ حيث نحصل على مجالات كما يلي

درجة الدور	منخفض	متوسط	مرتفع
النسبة المئوية	اقل من 55.33%	من 55.34% إلى 77.66%	أكثر من 77.67%
3-----100 %	س = 55.33%		
1.66-----س			

الفرضية الأولى : يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة جدول رقم (31): بين دور التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط ضمن المجال	النسبة المئوية	النتيجة
دور التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية	2,7589	0,17857	من 2.33 إلى 3	91.96 %	مرتفع
3-----100 %				س = 91.96%	
2,7589-----س					

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي الإجمالي إجابات أفراد العينة على عبارات المحور 01 المتعلقة ب مدمساهمة التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية بلغ $(\bar{x}=2,7589)$ وبالانحراف معياري بلغ $(=0,17857)$ وهو ضمن مجال متوسط (من 2.33 إلى 3 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة ايجابية ويوافقون على أن التحضير البدني تساهم في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم و بدرجة مرتفعة وهذا بنسبة 91.96 % حسب وجهة نظرهم .

استنتاج : نقبل الفرضية القائلة بأنه : يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم وبدرجة مرتفعة

مناقشة الفرضية: أن للتحضير البدني له دور في تطوير الصفات البدنية للاعبين الأثر الإيجابي ودوره الكبير في تطوير الصفات البدنية وتأكيد على ضرورة تنمية الصفات البدنية و لدورها في تحسين أداء اللاعبين أثناء المنافسة. و خلال برمجة حصص تدريبية لتنمية هاته الصفات البدنية ترتبط ارتباطا وثيقا بالأداء الجيد للاعبين.

الفرضية 02 : يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية .

جدول رقم (32) : بين دور التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط ضمن المجال	النسبة المئوية	النتيجة
دور التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية	2,7232	0,17666	من 2.33 إلى 3	90.77%	مرتفع

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي الإجمالي إجابات أفراد العينة على عبارات المحور 02 المتعلقة ب مدمساهمة التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية بلغ ($\bar{x}=2,7232$) وبالانحراف معياري بلغ ($=0,17666$) وهو ضمن مجال متوسط (من 2.33 إلى 3 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة ايجابية ويوافقون على أن التحضير البدني يساهم في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم و بدرجة مرتفعة وهذا بنسبة 90.77% حسب وجهة نظرهم .

استنتاج : نقبل الفرضية القائلة بأنه : يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم وبدرجة مرتفعة

مناقشة الفرضية: يلعب التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية ولقد تم التحقق منها من خلال تحليل نتائج الاستبيان في المحور الثاني لذلك ما لاحظناه من خلال أجوبة اللاعبين على أسئلة الاستبيان يجمعون على أن التحضير البدني يساهم في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة حيث التحضير البدني الجيد يرفع من أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ويطور أدائهم اللاعبين خلال مرحلة المنافسة وتطوير قدرات اللاعب بدنيا يساهم في تطوير أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة والحالة البدنية تأثير على أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة و زيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة الرياضية

الفرضية 03 : يساهم التحضير البدني في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة.
جدول رقم (33) : بين دور التحضير البدني في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط ضمن المجال	النسبة المئوية	النتيجة
دور التحضير البدني في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة	2,6786	0,27848	من 2.33 إلى 3	89.29%	مرتفع

المصدر: من إعداد الطالب بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS .V 25

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي الإجمالي إجابات أفراد العينة على عبارات المحور 02 المتعلق بمدى مساهمة التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة بلغ ($\bar{x}=2,6786$) وبالانحراف المعياري بلغ ($=0,27848$) وهو ضمن مجال متوسط (من 2.33 إلى 3 درجة) أي أن اتجاهات أفراد العينة ايجابية ويوافقون على أن التحضير البدني تساهم في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة لدى لاعبي كرة القدم و بدرجة مرتفعة وهذا بنسبة 89.29% حسب وجهة نظرهم .
 استنتاج : نقبل الفرضية القائلة بأنه : يساهم التحضير البدني في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم وبدرجة مرتفعة

مناقشة الفرضية: يساهم التحضير البدني في استجابة للاعب للجانب الخططي أثناء المنافسة الرياضية ظهر ذلك من خلال تحليل نتائج الاستبيان في المحور الثالث وذلك في الأسئلة لذلك ما استنتجناه خاصة من خلال أجوبة لاعبين كرة القدم على التحضير البدني دور في استجابة اللاعب لتطوير الجانب الخططي أثناء المنافسة الرياضية، إضافة إلى أجوبتهم حيث أكدوا أن للتحضير البدني علاقة بالجانب الخططي أثناء المنافسة الرياضية، حيث بزيادة فاعلية التحضير البدني دور في الاستجابة السريعة للحظة الهجومية والتحضير البدني الجيد يساعد في بناء خطة اللعب والقيام بمحضر خاصة للتحضير البدني يعطي تقريبا مدى استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة إضافة إلى أن التحضير البدني الجيد يساهم في استجابة اللاعبين للأداء الخططي الهجومي ويساعد اللاعبين في الاستجابة للأداء الخططي الدفاعي.

الْفَصْلُ الثَّامِنُ
الْحُجَّتُ الْمَسْرُوعَةُ

استنتاجات واقتراحات

الاستنتاجات:

- التحضير البدني الجيد يساعد في الرفع وتطوير الصفات البدنية للاعب كرة القدم
- التحضير البدني الجيد يساهم وبشكل كبير في تطوير مستوى اللاعب خلال مرحلة المنافسة
- يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة
- للتحضير البدني الجيد تأثير ايجابي على أداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة
- التحضير البدني الجيد يساهم في تطور الأداء
- أن التحضير البدني الجيد بوسائل وطرق علمية و بتخطيط نسبي يعمل على رفع من فعالية الأداء أثناء المنافسة.
- التحضير البدني باعتباره جزء وعامل مهم في تحقيق النتائج الرياضية الجيدة

الاقتراحات والتوصيات:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة ومحصورة في إمكانياتنا المتوفرة ، ورغم ذلك أردنا أن نعطي نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال بتوسع وتعمق أكثر، والتي نفتقر إليها خاصة باللغة العربية ، وقد بينت النتائج المستخلصة من هذا البحث مدى اهتمام المدربين بهذا المجال ألا وهو التحضير البدني .

وعلى النتائج نتقدم ببعض الاقتراحات إلى كل من يهمله الأمر ، سواء كانوا مدربين أو مسؤولين ، والتي نأمل أن تكون بناءاً مما تسهل عليهم تجنب العديد من المشاكل التي يجدها خلال عملهم .

ونستطيع أن نتقدم بالاقتراحات التالية :

- 1- عدم إهمال التحضير البدني باعتباره جزء وعامل مهم في تحقيق النتائج الرياضية الجيدة .
- 2- الاهتمام بالوصول إلى اللياقة البدنية من خلال التحضير البدني الجيد .
- 3- إتباع الطرق العلمية في التحضير البدني .
- 4- ضرورة وجود برامج خاصة بالعمل في مرحلة التحضير البدني مما يساعد اللاعبين والمدربين .
- 5- وجوب التدرج في عملية الإعداد من السهل إلى الصعب .
- 6- توفير بيئة ملائمة لتحضير اللاعبين والاهتمام بالفئات الصغرى .
- 7- توفير الوسائل والمرافق الأساسية للعمل في أحسن الضر وف .
- 8- نوصي بضرورة رفع القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بالأسلوب علمي، و هذا عن طريق إسهامهم في الملتقيات العلمية و الدورات التدريبية، و الأيام الدراسية تحت إشراف إدارات متخصصة.

- 9- نوصي بضرورة وضع معايير مقننة مع توفير الأسلوب العلمي في اختبار المدربين.
- 10- نوصي بالتأكد على المدربين بضرورة الاطلاع على كل ما هو جديد في مجال كرة القدم والعلوم المرتبطة.
- 11- نوصي الاتحادية الجزائرية لكرة القدم بضرورة قيام لجان من أساتذة دكاترة و خبراء في مجال التدريب الرياضي من كليات و معاهد التربية الرياضية بتخطيط برامج تدريبية مقننة.
- نوصي الاتحادية الجزائرية لكرة القدم أن يقوم بوضع برامج إعداد دورات تدريبية و لا يتم قبول أي مدرب مهما بلغ من المستوى كلاعب دون النجاح الحقيقي في تلك الدورات التدريبية.
- 12- نوصي بضرورة إشراك كل الهيئات و المؤسسات المسؤولة على القطاع على ضرورة توفير الملاعب و المنشآت الرياضية بجميع المرافق الضرورية و السهر على إعادة صيانة و تجهيز الملاعب المتضررة.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

حاولنا في دراستنا هذه التعرف على أهمية التحضير البدني لدى اللاعبين في ميدان كرة القدم ، حيث أننا في البداية أردنا معرفة أهمية التحضير البدني ، الذي يكون له الأثر الإيجابي على أداء اللاعبين خلال المنافسة ، لأن التحضير البدني مهم في مسيرة أي فريق قبل وأثناء المنافسة ، وذلك للوصول باللاعبين إلى أعلى مستوى من اللياقة البدنية ، ومن أجل ضمان أفضل النتائج الرياضية ، إذا على المدربين الاهتمام بالجانب البدني أثناء عملية التحضير مستعملين كل الطرق العلمية والمعارف المطبقة في التحضير للحصول على النتائج المرجوة.

ومن خلال الدراسة النظرية المكونة من ثلاث فصول ، فقد تناولنا في الفصل الأول

ومن خلال الدراسة التطبيقية والنتائج المتوصل إليها ، أكدنا فعلا أن مدربيننا واعون بأهمية التحضير البدني ، ولذلك أعطوه الأهمية الكبيرة ويظهر ذلك في زيادة فعالية التحضير البدني ، الذي له الدور الفعال في تنمية الصفات البدنية والمهارية للاعب ، دون إهمال الجانب التقني والتكتيكي ، مع التحمل في الحمولة المناسبة للتدريب ، ومن خلال النتائج المتوصل إليها نجد أن الفرضيات المحددة لهذا البحث قد تحققت.

وفي الأخير نتمنى أن يكون بحثنا المتواضع دفعه جديدة لإثراء مكتباتنا التي تفتقر إلى هذه الأنواع من البحوث .

4 قائمة المراجع والمصادر :

قائمة المصادر :

1- القرآن الكريم

2- السنة النبوية

المراجع باللغة العربية:

1- الزوبعي والغنام: "مناهج البحث في التربية"، مطبعة العائلي، ج1، العراق، 1974م.

2- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم"، دار العام للملايين، ط4 بيروت، 1977م .

3- مفتي إبراهيم: "الهجوم في كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1978م .

4- مفتي إبراهيم: "الجديد في الإعداد المهاري والخططى للاعب كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1978م .

5- علي أحمد مذکور: "منهج تعليم الكبار"، دار الفكر العربي، مصر، 1978م.

6- عبد الرحمان عيساوي: "سيكولوجية النمو"، دار النهضة العربية، بدون طبعة، بيروت، 1980م.

7- حنفي محمود مختار: "مدرب كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1980م .

8- سامي الصفار: "كرة القدم"، ج1، بدون طبعة، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق، 1982م.

9- محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي: "نظريات وطرق التربية البدنية"، ديوان المطبوعات الجامعية،

10- الجزائر، 1983م.

11- ناصر ثابت: "أضواء على الدراسة الميدانية"، ط1، مكتبة الفلاح، الكويت، 1984م .

12- كمال درويش، محمد حسين: "التدريب الرياضي"، دار الفكر العربي، مصر، 1984م .

13- بطرس رزق الله: "التدريب في مجال التربية الرياضية"، جامعة بغداد، العراق، 1984م .

14- هارة: "أصول التدريب"، ترجمة عبد علي نصيف، جامعة الموصل، العراق، 1986م

15- رومي جميل: "كرة القدم"، دار النقائص، بيروت (لبنان)، ط1، 1986م.

16- علي خليفة العنشري وآخرون: "كرة القدم"، بدون طبعة، الجماهيرية العربية الليبية، 1987م

17- كورت ماينل: "التعلم الحركي"، عبد علي نصيف، دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد، 1987م

18- حنفي محمد مختار: "الأسس العالمية في تدريب كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1988م.

- 19- مختار سالم : "كرة القدم لعبة الملايين"، مكتبة المعارف، بدون طبعة، بيروت، 1988م.
- 20- حنفي محمد مختار : "الأسس العالمية في تدريب كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1988م.
- 21- ثامر محسن، سامي الصفار: "أصول التدريب في كرة القدم"، دار الكتاب للطباعة والنشر، بغداد العراق، 1988م.
- 22- ثامر محسن : "أصول التدريب في كرة القدم"، دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد، 1988م.
- 23- ريسان مجيد خريط : "موسوعة القياس والاختبارات في التربية البدنية والرياضية"، الجزء الأول، جامعة بغداد، 1989م.
- 24- طه إسماعيل وآخرون: "كرة القدم بين النظرية والتطبيق، الإعداد البدني في كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1989م.
- 25- حارس هيوز: "كرة القدم الخطط المهارية"، ترجمة موفق المولى و ثامر محسن، مطبعة العالم، بغداد، العراق، 1990.
- 26- يحي كاظم النقيب: "علم النفس الرياضة"، معهد إعداد القادة، بدون طبعة، السعودية، 1990م.
- 27- عباس أحمد صالح السامرائي، عبد الكريم السامرائي: "كيفية تدريبيه في طرائق التدريس للتربية الرياضية"، مطبعة الحكمة، العراق، 1991م.
- 28- محمد حسن علاوي : "علم التدريب الرياضي"، دار المعارف، ط12، مصر، 1994م.
- 29- أبو العلاء عبد الفتاح، إبراهيم مشعلان: "فسيولوجيا التدريب في كرة القدم"، دار الفكر العربي، مصر، 1994م.
- 30- انوف ويتيج : "مقدمة في علم النفس"، ترجمة عادل عز الدين وآخرون، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1994م.
- 31- أمين أنور الخولي : "الرياضة والمجتمع"، ط1، علم المعرفة، الصفات، 1996م.
- 32- ثامر محسن وآخرون: "الاختبار والتحليل في كرة القدم"، مطبعة بغداد، 1997م.
- 33- حسن احمد الشافعي : "تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي"، منشأة المعارف بالإسكندرية بدون طبعة، مصر، 1998م.
- 34- محمد رفعت: "كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية"، دار البحار، بدون طبعة، لبنان، 1998م.
- 35- موفق مجيد المولى : "الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، دار الفكر، بدون طبعة، لبنان، 1999م.
- 36- أمر الله أحمد البساطي: "أسس وقواعد التدريب الرياضي وتنظيماته"، دار المعارف، العراق، 1999م.
- 37- أسامة كامل راتب : "تدريب المهارات النفسية) التطبيقات في المجال الرياضي(، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 2000م.

38- حسن السيد أبو عبده: "الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم"، ط1، مكتبة ومطبعة

الإشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر، 2001م.

المراجع باللغة الأجنبية:

1- Alain Michel: "Foot .balle, les systèmes de jeu", 2^{ème} édition, édition chiram, Paris, 1998

2- BellikAbdeNajem: "L'entraînement Sportif", ed ,A,A,C,S, Batna.

3- Blazevic, M. Duinovic : "guide pratique de l'entraîneur" , Fleuroyger, 1978 .

4- Corbeanjoel: "Foot Ball de L'école, Aux Association", Edition Revuee, 4 P,S, Paris, 1988.

5- Dekkar NourEdine et Aut : "Technique D'évaluation Physique des Athlètes" , Imprimerie du Poin Sportif Alger, 1990.

Edition Amphora , Paris , 1990.

6- Dornhorff Martinhabil : "L'éducation Physique et sportif OPU" , 6 Alger 1993.

7- Edgar Thill et Ant: "manuel de éducation sportif", huitème édition Paris, 1977.

8- Jobbes B-Leveque M- football - : "La Préparation Physique", Ed, Amphora , Paris , 1987 .

9- Ladislarkacani et LadislarHorsky : "entraînement de foot ball" , edition biroodorens, Brakez, 1986 .

10- P.S Wienberg , D .Gould: "psuchologie du sport et de 1 activité

physique" ,Vigot ,Paris ,1997.

Jeu (Federation Algérienne de foot ball) , Edition , 1985 . 11- Règle

12- R-Tham:"préparation psychologique du sportif", Vigot, Ed1,

Paris, 1991.

13- Taelman(R)-Simon(J):"foot Ball", Performance ,ed, amphora, Paris

,

1991 .

14-Weineck Jurgain : "Manuel D'entraînement " , Edition Vigot , Paris

1986.

الأطروحات والرسائل العلمية :

1- بوداود عبد اليمين:"اثر الوسائل السمعية والبصرية (فيديو) على تعلم المهارات الأساسية بمدارس كرة القدم

الجزائرية"،رسالة دكتورا غير منشورة ، الجزائر،.1996م .

2- احمد أسحن : " اثر منهاج عملي مقترح في مقياس كرة القدم على تطوير متوسط الصفات البدنية والمهارية

















مقارنة مع المنهج المقرر " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، المدرسة العليا للأساتذة ، التربية البدنية ، مستغانم ، 1996م.

3- بالقاسم تلي، مزهودلوصيف، الجابري عيساني:" دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم

الجزائرية"،معهد التربية البدنية والرياضية ،دالي إبراهيم،مذكرة ليسانس،جوان1997م .

5-الملاحق :

الملحق 01:

P	Clubs	J	PTS
1	 C.R.B. Ain Yagout	30	65
2	 O. Msila	30	64
3	 M. Bousaada	30	59
4	 A.R.B. Zoui	30	56
5	 R.U.D.S Batna	30	53
6	 J.S. Ouled Khelouf	30	45
7	 M.C. Msila	30	45
8	 O.B. Medjana	30	42
9	 U.S. Tolga	30	37
10	 U.S. Doucen	30	37
11	 J.S. Seriana	30	28
12	 N.R.B. el Achir	30	23
13	 T.R.B. Arris	30	23
14	 A.B. Chemora	30	20
15	 E.S.S. Ain El Hdjel	30	20
16	 E.S.B. Ghilassa	30	17

Voir les détails

الملحق 02: الاستبيان قبل التحكيم

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة المسيلة

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

في إطار إعداد مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية فرع :
التدريب الرياضي أرجو منكم التكرم بالإجابة على الأسئلة الموائية وذلك باستعمال المعلومات المطلوبة
في هذه الصفحة وقراءة التعليمات .

من إعداد الطالب: تحت إشراف الدكتور:

النذير بوصلاح

- سماتي رفيق

الفرضية العامة :

للتحضير البدني تأثير على أداء لاعب كرة القدم خلال مرحلة المنافسة ؟

الفرضيات الجزئية :

- يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية أثناء المنافسة للاعب كرة القدم
- يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة للاعب كرة القدم
- يساهم التحضير البدني في استجابة اللاعب للجانب الخططي أثناء المنافسة للاعب كرة القدم

تحذف	تعديل	صحيحة	محاوور الاستمارة	المحور
			هل العمل على تطوير صفة القوة في التحضير البدني يساهم في ارتقاء مستوى الأداء ؟ تعديل :	الأول: يساهم
			هل تهتم وبشكل كبير في تنمية الصفات البدنية أثناء فترة المنافسة ؟ تعديل :	التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية لديهم.
			هل تعتبر صفة التحمل احد ركائز التحضير البدني الجيد للاعب كرة القدم ؟ تعديل :	
			هل يساهم التحضير البدني في تطوير صفة السرعة أثناء المنافسة ؟ تعديل :	
			هل لتطوير صفة السرعة تأثير على الأداء أثناء المباريات ؟ تعديل :	
			هل تعتبر صفة المرونة من بين الصفات الاساسية للاعب كرة القدم اثناء المنافسة ؟ تعديل :	
			هل التحضير البدني الجيد للصفات البدنية يؤدي إلى تحقيق أفضل النتائج أثناء المنافسة الرياضية؟ تعديل :	

تحذف	تعديل	صحيحة	محاوِر الاستمارة	المحور
			هل التحضير البدني الجيد يرفع من أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟ تعديل :	<p>الثاني: يساهم</p> <p>التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية</p>
			هل التحضير البدني الجيد ضروري لتطوير أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة ؟ تعديل :	
			هل حسب رأيك هل تطوير قدرات اللاعب بدنيا يساهم في تطوير أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟ تعديل :	
			هل للحالة البدنية تأثير على أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟ تعديل :	
			هل يؤثر التحضير البدني على الأداء المهاري للاعب أثناء المنافسة ؟ تعديل :	
			هل رأيك هل القيام بالتحضير البدني الجيد يساهم في تحقيق أداء جيد أثناء المنافسة ؟ تعديل :	
			هل لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة الرياضية ؟ تعديل :	

تحذف	تعديل	صحيحة	محاوّر الاستمارة
			هل لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في الاستجابة السريعة للحظة الهجومية ؟ تعديل :
			هل بحكم تجربتك . هل التحضير البدني الجيد يساعد في بناء خططك تعديل :
			هل القيام بمخصص خاصة للتحضير البدني يعطي تقييما لمدى استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة . تعديل :
			هل حسب رأيك هل نقص التحضير البدني يآثر على استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة ؟ تعديل :
			هل حسب رأيك هل التحضير البدني الجيد يساهم في استجابة اللاعبين للأداء الخططي الهجومي ؟ تعديل :
			هل حسب خبرتك . هل التحضير البدني الجيد يساعد اللاعبين في الاستجابة للأداء الخططي الدفاعي ؟ تعديل :
			التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير استجابة اللاعبين للخطط أثناء المباريات في مرحلة المنافسة ؟ تعديل :

المحور

الثالث: يساهم

التحضير البدني الجيد

في استجابة اللاعبين

للجانب الخططي أثناء

المنافسة .

الملحق 03: الاستبيان بعد التحكيم

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية الحركية

إستمارة إستبيان

موجهة إلى المدرسين

في إطار إنجاز بحث لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية فرع التدريب الرياضي تحت عنوان " اثرالتحضير البدني على اداء لاعبي كرة القدم اثناء مرحلة المنافسة" نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بصدق وموضوعية، ونتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية بحتة، وشكرا على تعاونكم.

من إعداد الطالب: إشراف الدكتور :

كهمسماتي رفيق بوضياف النذير

السنة الجامعية: 2018/2017

المحور الأول: يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية

- العمل على تطوير صفة القوة في التحضير البدني يساهم في ارتقاء مستوى الأداء؟

نعملا نوعا ما

- تهم وبشكل كبير في تنمية الصفات البدنية أثناء فترة المنافسة؟

نعملا نوعا ما

- تعتبر صفة التحمل احد ركائز التحضير البدني الجيد للاعب كرة القدم؟

نعملا نوعا ما

- يساهم التحضير البدني في تطوير صفة السرعة أثناء المنافسة؟

نعملا نوعا ما

- لتطوير صفة السرعة تأثير على الأداء أثناء المباريات؟

نعملا نوعا ما

- تعتبر صفة المرونة من بين الصفات الاساسية للاعب كرة القدم أثناء المنافسة؟

نعملا نوعا ما

- التحضير البدني الجيد للصفات البدنية يؤدي إلى تحقيق أفضل النتائج أثناء المنافسة الرياضية؟

نعملا نوعا ما

المحور الثاني : يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة الرياضية .

- التحضير البدني الجيد يرفع من أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟

دائما يانا

- التحضير البدني الجيد ضروري لتطوير أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة ؟

نعملا نوعا ما

- رأيك هل تطوير قدرات اللاعب بدنيا يساهم في تطوير أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟.

نعملا نوعا ما

- للحالة البدنية تأثير على أداء اللاعب خلال مرحلة المنافسة ؟.

نعملا نوعا ما

- يؤثر التحضير البدني على الأداء المهاري للاعب أثناء المنافسة ؟

نعملا نوعا ما

- رأيك هل القيام بالتحضير البدني الجيد يساهم في تحقيق أداء جيد أثناء المنافسة ؟

نعملا نوعا ما

- لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في تحسين أداء اللاعبين خلال مرحلة المنافسة الرياضية ؟

نعملا نوعا ما

المحور الثالث : يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة .

- لزيادة فاعلية التحضير البدني دور في الاستجابة السريعة للحظة الهجومية.

نعملا نوعا ما

- بحكم تجربتك . هل التحضير البدني الجيد يساعد في بناء خططك ؟.

نعملا نوعا ما

- القيام بمخصص خاصة للتحضير البدني يعطي تقييما لمدى استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة ؟

نعملا نوعا ما

- حسب رأيك هل نقص التحضير البدني يؤثر على استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة ؟.

نعملا نوعا ما

- حسب رأيك هل التحضير البدني الجيد يساهم في استجابة اللاعبين للأداء الخططي الهجومي؟

نعملا نوعا ما

- حسب خبرتك . هل التحضير البدني الجيد يساعد اللاعبين في الاستجابة للأداء الخططي الدفاعي ؟

نعملا نوعا ما

- التحضير البدني الجيد يساهم في تطوير استجابة اللاعبين للخطط أثناء المباريات في مرحلة المنافسة ؟

نعملا نوعا ما

ملحق رقم (04) يتضمن مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية. spss.

Corrélations

		a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7
aaaa	Corrélation de Pearson	,655**	,662**	,808**	,857**	,707**	,817**	,580*
	Sig. (bilatérale)	,006	,005	,000	,002	,002	,002	,021
	N	11	11	11	11	11	11	11

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		b1	b2	b3	b4	b5	b6	b7
bbbb	Corrélation de Pearson	,577*	,651**	,802**	,853**	,862**	,627**	,655**
	Sig. (bilatérale)	,032	,006	,000	,000	,000	,009	,006
	N	11	11	11	11	11	11	11

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		c1	c2	c3	c4	c5	c6	c7
cccc	Corrélation de Pearson	,651**	,651**	,749**	,683**	,720**	,703**	,683**
	Sig. (bilatérale)	,006	,006	,001	,004	,000	,000	,004
	N	11	11	11	11	11	11	11

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Corrélations

		aaaa	bbbb	cccc	totql
totql	Corrélation de Pearson	,832**	,757**	,652**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,002	,006	
	N	11	11	16	16

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

RELIABILITY

/VARIABLES=a1 a2 a3 a4 a5 a6 a7
/MODEL=ALPHA.

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	11	100,0
	Excludeda	0	,0
	Total	11	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,825	7

RELIABILITY

/VARIABLES=b1 b2 b3 b4 b5 b6 b7 /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,771	7

Table de fréquences

a1

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

a2

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

a3

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

a4

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

a5

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
--	--	-----------	-------------	--------------------	--------------------

Valide	2	1	6,3	6,3	6,3
	3	15	93,8	93,8	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

a6

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

a7

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

b1

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

b2

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

b3

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

b4

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2	5	31,3	31,3	31,3
	3	11	68,8	68,8	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

b5

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

b6

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

b7

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2	1	6,3	6,3	6,3
	3	15	93,8	93,8	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

c1

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

c2

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

c3

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

c4

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	1	1	6,3	6,3	6,3

2	6	37,5	37,5	43,8
3	9	56,3	56,3	100,0
Total	16	100,0	100,0	

c5

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

c6

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

c7

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	2	1	6,3	6,3	6,3
	3	15	93,8	93,8	100,0
	Total	16	100,0	100,0	

Tests statistiques

	c1	c2	c3	c4	c5	c6	c7
Khi-carré	9,000 ^a	9,000 ^a	6,500 ^b	6,125 ^b	7,625 ^b	6,125 ^b	12,250 ^a
ddl	1	1	2	2	2	2	1
Sig. asymptotique	,003	,003	,039	,047	,022	,047	,000

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

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

Tests statistiques

	a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7
Khi-carré	9,000 ^a	7,625 ^b	4,000 ^a	16,625 ^b	12,250 ^a	9,125 ^b	9,000 ^a
ddl	1	2	1	2	1	2	1
Sig. asymptotique	,003	,022	,046	,000	,000	,010	,003

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

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

Tests statistiques

	b1	b2	b3	b4	b5	b6	b7
Khi-carré	6,250 ^a	9,000 ^a	4,000 ^a	2,250 ^a	6,500 ^b	6,500 ^b	12,250 ^a
ddl	1	1	1	1	2	2	1
Sig. asymptotique	,012	,003	,046	,134	,039	,039	,000

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

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

ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة : اثر التحضير البدني على أداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة
-دراسة ميدانية لأندية قسم الأول لرابطة الجهوية باتنة-

هدف الدراسة : تهدف الدراسة إلى إبراز العلاقة الموجودة بين التحضير البدني وأداء اللاعبين من خلال توضيح أهمية التحضير البدني في تنمية الصفات البدنية والمهارية وتحسين الأداء لدى اللاعبين خلال مرحلة المنافسة.
مشكلة الدراسة: هل للتحضير البدني تأثير على أداء لاعبي كرة القدم خلال مرحلة المنافسة؟

1- هل يساهم التحضير البدني في تطوير الصفات البدنية؟

2- هل يساهم التحضير البدني في التحكم الجيد في الأداء أثناء المنافسة؟

3- هل يساهم التحضير البدني الجيد في استجابة اللاعبين للجانب الخططي أثناء المنافسة؟

العينة: عينة عشوائية شملت 16 مدرب لأندية قسم الأول لرابطة الجهوية باتنة.

المنهج : المنهج المتبع هو المنهج الوصفي .

الأدوات المستعملة في الدراسة : استمارة استبيان.

النتائج المتوصل إليها: التحضير البدني له أهمية كبيرة في تنمية الصفات البدنية والمهارية من خلال زيادة فعالية التحضير البدني مع التحكم في الحمولة المناسبة للتدريب ، دون إهمال الجانب التقني والتكتيكي ، وهذا ما يبين أن الفرضيات المقترحة لهذا البحث قد تحققت.

اقتراحات:

1- عدم إهمال التحضير البدني باعتباره جزء وعامل مهم في تحقيق النتائج الرياضية الجيدة .

2- الاهتمام بالوصول إلى اللياقة البدنية من خلال التحضير البدني الجيد .

3- إتباع الطرق العلمية في التحضير البدني .

4- ضرورة وجود برامج خاصة بالعمل في مرحلة التحضير البدني مما يساعد اللاعبين والمدربين .

Résumé de l'étude en français:

Titre de l'étude: L'impact de la préparation physique sur la performance des joueurs de football pendant la phase de compétition

-Etude sur le terrain des clubs de la première section de l'association régionale Batna-

L'objectif de l'étude: L'étude vise à mettre en évidence la relation existant entre la préparation physique et les performances des joueurs en clarifiant l'importance de la préparation physique dans le développement des qualités physiques et de compétences et d'améliorer la performance des joueurs lors de la phase de compétition.

Problème d'étude: La préparation physique a-t-elle un impact sur la performance des joueurs de football pendant la phase de compétition?

.1La préparation physique contribue-t-elle au développement des traits physiques?

.2La préparation physique contribue-t-elle à un bon contrôle du rendement pendant la compétition?

.3Une bonne préparation physique contribue-t-elle à la réponse des joueurs au côté schématique pendant la compétition?

Échantillon: Un échantillon aléatoire comprenait 16 entraîneurs pour les clubs de la première section de l'association régionale Batna.

Approche: La méthodologie est l'approche descriptive.

Outils utilisés dans l'étude: formulaire de questionnaire.

Résultats: La préparation physique est d'une grande importance dans le développement des traits physiques et de compétences en augmentant l'efficacité de la préparation physique avec contrôle de la charge d'entraînement appropriée, sans négliger le côté technique et tactique, ce qui montre que les hypothèses proposées pour cette recherche ont été atteintes.

Suggestions:

1 - ne pas négliger la préparation physique en tant que partie et un facteur important dans la réalisation de bons résultats sportifs.

2 - Prêter attention à l'accès à la forme physique par une bonne préparation physique.

3 -Suivre les méthodes scientifiques en préparation physique.

4 - La nécessité pour les programmes de travailler dans la phase de préparation physique, ce qui aide les joueurs et les entraîneurs..

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

