

أثر تمارينات خطئية ومهارية مقترحة في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة.

"دراسة ميدانية للنادي الرياضي اتحاد برهوم"

الدكتور: الندير بوصلاح، جامعة المسيلة<sup>1</sup>

الأستاذ: نوري بوبكر، جامعة المسيلة<sup>2</sup>

الدكتور: لوئيس نحاوة، جامعة الشلف<sup>3</sup>

**ملخص البحث:**

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير التمارينات الخطئية والمهارية المقترحة على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة وتم استخدام المنهج التجريبي على عينة تمثلت في 18 لاعب من أشبال النادي وقسمت على النحو التالي حيث 9 لاعبين مثلت المجموعة الضابطة و9 لاعبين مثلوا المجموعة التجريبية وقد تم اختيار العينة بأسلوب الحصر الشامل حين إن بقية اللاعبين الآخرين تمت عليهم الدراسة الاستطلاعية، واستخدمنا الاختبار كأداة من أدوات البحث العلمي حيث قمنا باختبارات مهارية، وقد أشارت أهم نتائج البحث إلى إن للتمارين الخطئية والمهارية المقترحة أثر على تطور بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة، ومن أهم التوصيات: ضرورة الاهتمام بتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم خاصة لفئة الأشبال لأقل من 17 سنة.

**Abstract:**

The aim of the research was to identify the effect of the proposed tactical and technical exercises on the technical performance of football players under 17 years. The experimental method was used with a sample of 18 players from the club's cubes and was divided into nine players: a control sample and nine For experimental sample players, the sample was selected in the census method, while the rest of players were surveyed.

We have used the test as a tool of scientific research where we have conducted the technical tests, and the most important results of the research that the proposed tactical and technical exercises affected the development of basic skills of football players under 17 years, and the most important recommendations: the need to pay attention to the basic skills of football, especially for players U 17 years.

## مقدمة وإشكالية البحث:

الشيء الملاحظ في كرة القدم هو التطور الكبير الذي عرفته هذه اللعبة في العالم، وهو ما تؤكد الأرقام القياسية المخطمة، ويرجع هذا إلى التطور العلمي الكبير في طرائق وأساليب التدريب المستندة إلى الحقائق العلمية التي تقدمها مختلف العلوم وجميع المجالات من (البيولوجي، النفسي، الاجتماعي...) بهدف تحسين تنفيذ العملية التدريبية في إعداد اللاعب، والتدريب الرياضي يهدف للوصول باللاعب إلى التكامل في جوانبه البدنية والمهارية والخططية والوظيفية والنفسية والذهنية والمعرفية من أجل الأداء المثالي خلال المنافسة، والعمل على استمرار اللاعب في هذا المستوى لأطول مدة ممكنة، ولا يتم هذا إلا بالاعتماد على الأسس والمبادئ العلمية في عملية التدريب الرياضي، كما يرى مفتي إبراهيم أن التدريب الرياضي يتركز على جوانب أساسية وهي الإعداد البدني والمهاري والخططي والذهني، ويجب أن يتكامل جميعها في خط واحد لتحقيق الهدف الرئيسي، وهذا لا يأتي إلا من خلال خطة رشيدة طويلة المدى لها أهداف محددة مبنية على أسس علمية (مفتي إبراهيم حمادة 2001، ص 200).

إن البرامج التدريبية لها دور فعال في مجال تكوين اللاعبين خاصة الفئات الصغرى، حيث أنها الوسيلة التي يتمكن من خلالها اللاعبين اكتساب وتطوير القدرات البدنية والمهارية وخطط اللعب المختلفة، ضف إلى ذلك القدرات العقلية والنفسية التي تسهم في الارتقاء بمستواهم إلى أقصى درجة ولا يتم هذا إلا من خلال إعداد خطط تدريس مقننة وسليمة.

ولأن عناصر التحضير في كرة القدم تشمل الجوانب المهارية بات من الضروري الاهتمام بتطوير كل المهارات الأساسية للاعب كرة القدم، حيث تعتبر أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية إذ تعتبر قاعدة أساسية للعبة وبدون إتقانها لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة (حسن السيد أبو عبده 2002، ص 127).

إن عملية الإعداد المهاري في كرة القدم تهدف إلى تعليم المهارات الأساسية التي يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ومحاوله إتقانها وتثبيتها حتى يمكن تحقيق أعلى المستويات، ويتخذ المدرب في تحقيق ذلك الهدف كل الإجراءات الضرورية والهادفة للوصول إلى الدقة والإتقان

والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية متقنة تحت ظروف المباراة وفي ظل إطار قانون اللعبة (حسن السيد أبو عبده 2010، ص28).

وعلى ضوء ما تقدم يمكن طرح التساؤل التالي:

هل للتمرينات الخططية والمهارية المقترحة تأثير على تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم أشبال تحت 17 سنة؟

ومن خلال التساؤل يمكن طرح أسئلة فرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمتغير البحث؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغير البحث؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث؟

- فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

للتمرينات الخططية والمهارية المقترحة تأثير على تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم أشبال تحت 17 سنة.

الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمتغير البحث.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغير البحث.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث لصالح المجموعة التجريبية.

**- أهداف البحث:**

- يهدف البحث إلى التعرف على تأثير بعض التمرينات الخططية والمهارية المقترحة على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 17 سنة.

- معرفة تأثير التمرينات المقترحة (الخططية المهارية) وفقا للأسس العلمية على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 17 سنة.

- تطوير أداء المدربين لإعداد فرقهم من خلال التمرينات المقترحة وفقا للأسس العلمية المتلائمة لتطوير المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم فئة أقل من 17 سنة على مستوى الفرق الجزائرية لكرة القدم.

- أهمية البحث: من خلال هذه الدراسة يمكن الخروج بنموذج تدريبي متكون من مجموعة التمارين المهارية والخططية المقترحة تسمح بتطوير الصفات المهارية للاعبين كرة القدم للناشئين على مستوى مدارس كرة القدم الجزائرية يساعد مدربيننا على العمل على تطوير هذه اللعبة.

**- تحديد المفاهيم والمصطلحات:**

**المهارات الأساسية(الحركية):** تعرف بأنها "هي كل الحركات الضرورية التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها.

**المرحلة العمرية فئة أقل من 17 سنة:** نحن بصدد دراسة لاعبين في فترة المراهقة الوسطى التي تمتد من (15-17 سنة) حيث تزداد التغيرات الجسمية والفيزيولوجية من حيث: الطول، الوزن وفي هذه المرحلة نجد المراهق يهتم بمظهره الجسمي وصحته وقوته الجسمية(سعدية محمد علي هادر1980، ص25).

**الدراسات السابقة والمشابهة: دراسة معمر لباد 2010م:**

- موضوع الدراسة: تأثير برنامج تدريبي مقترح على تعليم بعض المهارات الأساسية لدى مدارس كرة القدم الجزائرية تحت 12 سنة (معمر لباد2010)، وكان الهدف من الدراسة هو معرفة تأثير برنامج تدريبي مقترح معتمد على أسس علمية لتطوير المهارات الأساسية بكرة القدم لدى الناشئين وكذلك تطوير بعض المهارات الأساسية لدى ناشئ كرة القدم.

## دراسة مقاق كمال 2013م:

- موضوع الدراسة: أثر تمارين بدنية بطريقة التدريب التكراري على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم لفئة الأصاغر.

الجانب التطبيقي: الدراسات الاستطلاعية: الدراسة الاستطلاعية الأولى:

أجريت هذه الدراسة في الفترة من 2015/01/04 إلى 2015/01/07 بهدف التأكد من الصلاحية العلمية لكل من اختبارات المهارات الأساسية ملحق (02) المرشحة من قبل الخبراء وكذلك التعرف على مدى ملاءمة هذه الاختبارات لعينة البحث ومدى صلاحية الأدوات المستعملة في الاختبارات والتعرف على الأخطاء المحتمل ظهورها أثناء إجراء الاختبارات لتفاديها أثناء الدراسة الأساسية.

الشروط العلمية للاختبار: ثبات الاختبار:

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات للاختبارات قيد الدراسة والبحث باستخدام طريقة إعادة الاختبار، حيث قام بتطبيق الاختبار على عينة عشوائية من اللاعبين قوامها (04) لاعبين من مجتمع البحث، وبعد (04) أربعة أيام أعاد الباحث تطبيق الاختبار على نفس المجموعة وتحت نفس ظروف التطبيق الأول، ثم حسب معامل الارتباط بين مجموع درجات الاختبار في التطبيق. وقد تم استبعاد العينة المكونة من 04 أفراد.

جدول (02): يمثل حساب معامل الثبات لاختبار المهارات الأساسية في كرة القدم.

الرقم	المهارات الأساسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
01	التحكم في الكرة (التنطيط)	79	9.055	0.989
		81.25	11.644	
02	قذف الكرة لأبعد مسافة ممكنة.	39	7.348	0.898
		39.5	4.041	
03	الجرى بين الشواخص لمسافة 25 متر	11.21	0.778	0.997
		11.15	0.992	
04	التسديد على المرمى	7.25	0.957	0.674
		8.50	1.291	

من خلال الجدول رقم 02 نلاحظ أن معامل ارتباط انحصرت قيمه ما بين (0.674) و(0.997) هذا يدل على ارتباط قوي وبالتالي درجة ثبات الاختبار للمهارات الأساسية في كرة القدم يمتاز بثبات عالي.

**صدق الاختبار: صدق المحكمين:** للتأكد من صدق الاختبار وملائمته في البيئة الجزائرية قام الباحث بعرض الاختبار على مجموعة من المحكمين من الأساتذة حيث تمت الموافقة على صدق المحتوى وأن الاختبار يقيس ما وضع لأجله.

**الصدق الذاتي:** قام الباحث بإيجاد معامل الصدق لاختبار المهارات الأساسية في كرة القدم باستخدام الصدق الذاتي والذي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات ويعتبر الصدق الذاتي أصدق الدرجات التحريية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائبها أخطاء القياس والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات الاختبار (محمد صبحي حسنين 1995، ص192).

الجدول (03): يمثل حساب معامل الصدق لاختبار المهارات الأساسية في كرة القدم.

الرقم	الاختبار	معامل الارتباط	معامل الثبات	الصدق الذاتي
01	التحكم في الكرة (التنطيط)	0.989	0.994	0.997
02	قذف الكرة لأبعد مسافة ممكنة	0.898	0.946	0.972
03	الجرى المرعج بين الشواخص 25م	0.997	0.998	0.999
04	التسديد على المرمى	0.674	0.805	0.897

من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن قيم الصدق الذاتي انحصرت بين (0.897) و(0.999) وهذا ما يدل على صدق اختبارات المهارات الأساسية لكرة القدم عالي.

#### الدراسة الاستطلاعية الثانية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية في الفترة من 2015/01/11 إلى 2015/01/14 وذلك لتجربة بعض وحدات البرنامج التدريبي المقترح للتأكد والتحقق من ملائمته وتناسب محتوى الوحدة التدريبية مع الزمن المخصص لها والتوزيع الزمني لها.

- تحديد الأحمال التدريبية من حيث الشدة والحجم وفترات الراحة البينية لتقنين الأحمال للاعبين وفقا لقدراتهم خلال تخطيط البرنامج التدريبي المقترح.

- مدى ملائمة وصلاحية المكان والأدوات والأجهزة المستخدمة في تنفيذ الوحدات التدريبية.

- تفهم وتقبل اللاعبين للوحدات التدريبية بجدية وعزم وإجراء في التغيير للوصول إلى مستوى عالٍ خاصة في محتوى البرنامج المقترح.

**المنهج العلمي المتبع:** اعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج التجريبي وهو الأكثر ملاءمة لهذه الدراسة.

**أدوات البحث: الاختبارات المهارية:** وقد اعتمد الباحث على الاختبارات المقننة تقيس الجانب المهاري للاعب كرة القدم، وتكون مناسبة للفئات العمرية أشبال (تحت 17 سنة) وقد تم عرضها ومناقشتها مع خبراء متخصصين في مجال التدريب لكرة القدم.

**المقابلات الشخصية:** استخدم الباحث في دراسته أسلوب المقابلة الشخصية للحصول على البيانات التي تفيد البحث، وقد تمثلت المقابلات الشخصية في عدة زيارات ميدانية قام بها الباحث على عدة مستويات.

**عينة البحث:** قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ممثلة في لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة (أشبال الاتحاد الرياضي لبلدية برهوم بالمسيلة، حيث اشتملت العينة على 18 لاعب تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية وعددها (09) لاعب وضابطة وعددها (09) لاعب. وقد قام الباحث بإجراء التجانس لعينة البحث في المتغيرات قيد الدراسة.

#### تكافئ وتجانس العينة:

جدول رقم (04): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات الأولية الطول، الوزن.

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	سنتيمتر	1.6800	.07194	-2,355
الوزن	كيلوغرام	54,2222	7,13754	8750-

يوضح الجدول رقم (04) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء حيث تراوح معاملات الالتواء ما بين (-3، +3) مما يشير إلى التجانس بين أفراد عينة البحث في متغيرات الطول والوزن.

**مجالات البحث:**

**المجال البشري:** شملت عينة البحث في الدراسة التجريبية على (09) لاعبين.  
**المجال الزمني:** فيما يخص الدراسة التجريبية فقد تمت في الفترة الزمنية من 2015/01/18 إلى غاية 2015/03/24 وفيها تم إجراء الاختبارات المهارية القبليّة والبعديّة لعينة البحث قيد الدراسة وكذلك تطبيق البرنامج التدريبي المقترح لعينة البحث.

**المجال المكاني:** أجريت الدراسة على أشبال أو فئة أقل من 17 سنة لفريق الاتحاد الرياضي لبلدية برهوم الذي ينشط في بطولة ما بين الرابطات مجموعة وسط والذي يتدرب بالملاعب البلدي (الشهيد سليمان عميرات) بوسط مدينة برهوم.

**التصميم التجريبي:** تم استخدام التصميم التجريبي ذو المجموعات المتكافئة ذات الملاحظة القبليّة والبعديّة، والذي يعد من أفضل التصاميم التجريبية.

**محتوى الوحدات التدريبية للبرنامج:** قام الباحث بإعداد برنامج تدريبي يحتوي على وحدات تدريبية اشتملت على مجموعة تمارين خطية مهارة بهدف تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لفئة تحت 17 سنة وهي (السيطرة على الكرة، تمرير الكرة، الجري بالكرة، التصويب نحو المرمى للكرة... الخ).

**الخطة الزمنية للبرنامج:** قسم البرنامج إلى (30) وحدة تدريبية زمن كل منها (80-90) دقيقة حسب هدف الوحدة التدريبية، وبناء على ذلك استغرق تنفيذ الوحدات التدريبية عشرة أسابيع وبواقع (3) وحدات تدريبية أسبوعيا، لذا قام الباحث بتنفيذ الوحدات التدريبية في الفترة 2015/01/22 حتى 2015/03/24.

**التجربة الاستطلاعية للبرنامج:** تعد التجربة الاستطلاعية تجربة مصغرة للتجربة الرئيسية ويجب أن تتوفر فيها الشروط نفسها والظروف التي تكون فيها التجربة الرئيسية ما أمكن ذلك حتى يمكن الأخذ بنتائجها (ناجي قيس وبسطوسي أحمد 1987، ص 95).

لذلك قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية للوحدات التدريبية يوم 2015/01/20 على عينة من لاعبي فريق أشبال (تحت 17 سنة) اتحاد برهوم الذي ينشط في بطولة ما بين الرابطات مجموعة وسط على عينة مكونة من (22) لاعب، وقد تم إجراء وحدة واحدة تكونت من مجموعة من التمارين الخطية والمهارية، والهدف من التجربة:

- التأكد من صلاحية التمارين الخططية المهارية المقترحة.
  - معرفة مدى استجابة اللاعبين لتنفيذ محتويات الوحدات التدريبية المقترحة.
  - التعرف على الأخطاء والمعوقات المتوقعة في التنفيذ ومحاولة وضع الحلول لها قبل البدء في تطبيق الوحدات التدريبية.
  - التأكد من ملائمة وقت التدريب ومدى إمكانية تنفيذ الوحدات التدريبية.
  - اختبار صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث وكفائتها.
  - إعطاء صورة واضحة للباحث عما يمكن أن يؤديه عند تنفيذه لفترات الوحدات التدريبية.
- التجربة الرئيسية للبحث:** تضمن البرنامج (30) وحدة تدريبية نفذت واستغرقت (10) أسابيع بواقع (3) وحدات في الأسبوع، تنفذ أيام (الأحد، الثلاثاء، الأربعاء) على الساعة 15:30 - 17:00 مساءً ما عدا الثلاثاء تقدم بساعة لكون اللاعبين في عطلة نصف يوم، وقد بلغ الوقت الإجمالي لكل البرنامج (3600) دقيقة.
- يعتبر الوقت (15:30 - 17:00 مساءً) الوقت المخصص لهذه الفئة من طرف مدير الملعب.
- القياس القبلي: تم إجراء القياس القبلي لعينة الدراسة قبل انطلاق تنفيذ البرنامج التدريبي وذلك 2015/01/20.
- القياس البعدي: تم إجراء القياس البعدي لعينة الدراسة بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج 2015/03/26.
- مناقشة الفرضيات: الفرضية الأولى:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمتغيرات البحث.
- أولاً:** أظهرت النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى: توجد فروق ذات إحصائية بالنسبة لاختبار مهارة قذف الكرة لأبعد مسافة ممكنة ومهارة التصويب على المرمى.
- حيث يعزى الباحث هذا التطور إلى البرنامج العادي الذي استخدم لتطور المهارات الأساسية، وقد ترك أثر بسبب الحالة النفسية التي تزامنت مع البرنامج التدريبي المقترح (العادي) وكذلك أيضاً شعور اللاعبين بأن هذا الاهتمام بتقدم (برنامج تدريبي عادي) أثار رغبتهم بالأداء وأصبح حافزاً قوياً لديهم وكذلك إلى وجود فروق بين اللاعبين.

أما بالنسبة لمهاري (الجري بالكرة بين الشواخص 25م) (السيطرة على الكرة التنطيط) فكانت لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، حيث يفسر الباحث ذلك إلى الفروق الفردية لدى لاعبين، وكذلك عدم تأثر المجموعة الضابطة بالتدريبات العادية، وهذا ما يعزى فاعلية التمرينات المقترحة على الفئة التجريبية وفعاليتها.

وهذا ما ينطبق على الفرضية الأولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمتغيرات البحث.

**الفرضية الثانية:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغيرات البحث، ويرى الباحث بأن البرنامج التدريبي المقترح عمل على تطوير بعض المهارات الأساسية قيد الدراسة، وكذلك فاعلية التمرينات الخططية المهارية المقترحة والتي لبت حاجات اللاعبين المهارية وبأسلوب علمي حديث، وممنهج سليم من أجل الارتقاء بمستوى اللاعبين، وكذلك تقاسم الوحدات التدريبية اللازمة وبزمن محدد مما كان له الأثر الأكبر في تحقيق الهدف المرجو، حيث تزامن البرنامج التدريبي المطبق على المجموعة التجريبية بوجود تمرينات مهارية لها قيمة علمية وعملية وفق حاجات اللاعبين المهارية من خلال الإشراف المباشر للتصحيح وتعزيز للمواقف الفنية.

**الفرضية الثالثة:** نلاحظ أن هناك فروق معنوية في نتائج القياس البعدي لكل من الاختبارات المعنية بالمهارات الأساسية لكرة القدم والتي خضعت لها عينة البحث الضابطة والتجريبية، إذ دلت النتائج على تقدم المجموعة التجريبية في القياس البعدي على المجموعة الضابطة، ويفسر الباحث ذلك إلى انتظام المجموعة التجريبية بالتدريب من خلال تطبيق التمرينات الخططية المهارية في الوحدات التدريبية والتي كانت لها الدور الكبير في تطور المهارات الأساسية.

**أما فيما يخص مهارة السيطرة على الكرة (التنطيط)** فالنتائج تدل على وجود فروق معنوية في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية ويعزى ذلك إلى التأثير الإيجابي للتمرين الخططية المهارية المقترحة في البرنامج التدريبي لتطوير مهارة السيطرة والتحكم في الكرة (التنطيط) والتي نفذت بشكل فعال وإيجابي في الوحدات التدريبية، كذلك احتواء البرنامج على تمارين تنمي مهارة السيطرة على الكرة مثل التنطيط بالرجل والرأس.. بالإضافة إلى الألعاب شبه رياضية مثل (التنس كرة القدم) (تنس بالرأس)... الخ

وقد تم تنفيذها من طرف اللاعبين (التمارين) بطريقة تكرارية حتى يتم استيعابها وبعدها يصبح تنفيذها بشكل آلي، وهذا ما أكده حسن السيد أبو عبده في كتابه الإعداد المهاري للاعب كرة القدم (أثناء تكرار الأداء لمهارة عدة مرات يكتسب اللاعب الإحساس بمسار الحركة أثناء تأديته للمهارات الأساسية).

من خلال ما سبق نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي لمتغيرات البحث لصالح المجموعة التجريبية، وهذا ما ينطبق مع الفرضية الثالثة إذن الفرضية الثالثة تحققت.

ومن خلال النتائج السابقة يتبين لنا أن للتمارين الخططية والمهارية المقترحة في البرنامج التدريبي كان لها أثر إيجابي في تطوير بعض المهارات قيد الدراسة، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية العامة والتي تنص: للتمارين الخططية والمهارية المقترحة تأثير على تطوير بعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم فئة أشبال (تحت 17 سنة).

**أما فيما يخص مهارة الجري بين الشواخص مسافة 25م:** وجود فروق دال معنوي في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية، ويرى الباحث هذا التطور لكثرة التمرينات المستخدمة في المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث، وكذلك لتنوع التمارين المستخدمة لتنمية وتطوير مهارة (الجري بالكرة) (دحرجة الكرة) مما انعكس على تطور المهارة (الجري بين الشواخص مسافة 25م) من خلال النتائج الظاهرة لنا، إذ أصبح للاعب المقدرة على دحرجة الكرة بانسيابية ورشاقة دون ابتعاد الكرة من قدم اللاعب.

**بالنسبة لمهارة القذف لأبعد مسافة ممكنة:** وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

هناك تطور واضح ولصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي.

ويرى الباحث سبب هذا التطور استخدام التمرينات الخططية المهارية والتي تضمنت نسبة عالية من تمرينات (التمرير- القذف - خذ وهات) (التمرير بأنواعه) مما ساهم وعزز قدرة اللاعب على إتقان المهارات بصورة جيدة والوصول إلى الأداء النموذجي إذ يشير (صباح رضا 1991) (أن المناولة من أهم فنيات لعبة كرة القدم وأن المناولات الدقيقة في المكان المناسب بين لاعبي الفريق الحائز على الكرة تعد مفتاح اللعب الهجومي وتعتبر الدقة في المناولة من أهم مقومات نجاح هذه المهارة) (صباح محمد رضا وآخرون 1991، ص28).

ويُعدها (سلامة1987) أن المناولة هي الوسيلة كل الأسلوب الفني الذي يتم من خلالها نقل وإيصال الكرة إلى الزميل أو هدف الفريق المنافس بأسرع وقت ممكن(بهاء الدين سلامة1987، ص68)، ومن هنا نجد أن الأداء الجيد للتمرير يغرس الثقة والوعي والإدراك عند اللاعبين عندما تستخدم بالشكل الأمثل، وهذا ما أراد الباحث إثباته من خلال تطبيق مفردات المنهج التجريبي. **مهارة التصويب على المرمى:** كذلك وجود فروق معنوية في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

يرى الباحثون سبب هذا التطور الملحوظ ناتج عن التمرينات الخططية المهارية المستخدمة في المنهج التدريبي والتي أسهمت وبشكل فعال في تحسين مهارة التصويب على المرمى لأفراد المجموعة التجريبية، إذ تعد هذه المهارة من المهارات الأساسية والمهمة في حسم نتيجة المباراة، وبما أن غاية المباراة بكرة القدم هي الأهداف فيجب على المدربين تطوير هذه المهارة وفق الأسلوب الصحيح المبني على الأسس العلمية في استخدام التمارين المتنوعة وبتكرارات محددة حسب الشدة، وهذا ما تم تطبيقه في التمارين التي استخدمها في المنهج التدريبي المعد من قبل الباحث من تنوع التمارين والتغير وتنوع في أوضاع التصويب على المرمى (التهديف)، والتي ساعدت اللاعب على إتقان المهارة بالشكل الجيد مع فترات الراحة التي تتضمن عدم وصول اللاعب إلى التعب المبكر من خلال التكرار للأداء، كما أن للتدريب الفترتي صفة مميزة في خلق حالة من عملية التبادل المنتظم بين فترات العمل والراحة، والاهتمام الجاد والمكثف بتدريبات التسديد على المرمى من عدة أماكن متنوعة ومسافات مختلفة وتحت ظروف مغايرة تشابه ما أمكن مع التي تحدث في المباريات الحقيقية(حنفي مختار سالم1988، ص47).

وبما أن التهديف هو السلاح القوي بيد الفريق لتهديف الفريق المنافس وأن اللاعب الذي يجيد التهديف يكون مصدر خطر على الفريق الآخر، وأن عملية التهديف لتسجيل الأهداف هي الشيء الذي يثير الجمهور ويجعل المباريات مثيرة، أصبح التركيز عليها يأخذ حيزا مهما من وقت الوحدة التدريبية إذ أن جميع التمرينات الفنية والخططية تنتهي دائما بالتهديف(حنفي مختار1998، ص190).

**الاستنتاجات:** من خلال الدراسة التي قام بها الباحث من حيث أهداف الدراسة ومن خلال التحليل الإحصائي استنتج ما يلي:

- إن توظيف التمارين الخططية والمهارية المختلفة في البرامج التدريبية تؤثر إيجاباً في تنمية بعض المهارات الأساسية إذ تبين أن ذلك التنوع في أداء التمارين بطرق مختلفة تسمح باستعمال مجموعة من المهارات العديدة مما يخلق تكرارات مؤثرة تساعد علي ثبات واستقرار المهارات الحركية لدى الأشبال كرة القدم.

- أن برمجة التدريب وفق الأسس والمبادئ العلمية من حيث تنوع التمارين وطرق ومبادئ التدريب الحديثة توصل الرياضي إلى المستويات العليا.  
هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمتغيرات البحث.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغيرات البحث ولصالح البعدي.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح التجريبية.

- إن استعمال التمرينات الخططية المهارية المختلفة وتوظيفها في برنامج تدريبي تؤدي إلى تنمية الجانب المهاري وذلك بتشكيل المهارات الأساسية في صورتها الفردية والزوجية والمركبة من خلال عمل يهدف إلى تنمية المهارات الأساسية.

#### **الاقتراحات والتوصيات:**

- التركيز على الفئات العمرية الصغرى للعمل حول الخصائص الحركية والفنية وتحسينها في هذا السن حتى يصل اللاعب إلى أكابر الفريق

ومعه رصيد حركي فني لا يستهان به، وبالتالي تسهيل عملية تطوير أدائه المهاري والحركي.

- إدخال بعض الوسائل السمعية البصرية (فيديو...) حتى تكون للاعبين فكرة عن كيفية التدريب على مختلف المهارات.

- ضرورة استفادة المدربين من التمارين والاختبارات المهارية المقننة التي توصل إليها الباحثون لأهميتها في تقويم المستوى المهاري للاعب.

- ضرورة اهتمام النوادي بالفئات الصغرى مع توفير الإمكانيات اللازمة للتدريب، وهذا من خلال وضع ميزانية خاصة بهذه الفئة تكفي للصراف على أوجه النشاط والقدرة على تحقيق الأهداف المسطرة، الاستعانة بالطرق ومناهج التدريب الحديثة أثناء إعداد البرامج التدريبية.

- توفير الوسائل البيداغوجية اللازمة قصد استمرارية التدريب وتسهيل عملية التعلم وبذلك خلق جو يرغب اللاعب ويجعله يستغل كل طاقاته بغرض تحسين وتطوير قدراته المهارية.

### المصادر والمراجع:

- إبراهيم شعلان، محمد عفيفي: كرة القدم للناشئين، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، مصر 2001.
- بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 2009.
- حسن السيد أبو عبده: الإعداد المهاري للاعب كرة القدم النظرية والتطبيق، مكتبة الإشعاع الفنية، ط8، مصر 2010.
- حسين السيد أبو عبده: الإعداد المهاري للاعب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية، مصر 2002.
- حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، مصر 1998.
- بن قاصد علي الحاج محمد: تقويم برامج إعداد لاعبي كرة القدم الفئات الصغرى على مستوى بعض مدارس كرة القدم الجزائرية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الجزائر، معهد التربية البدنية والرياضية، 2005/2004.

### قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

- Belik abdenejem: l'entrainement sportif, edition A.A.C.S.algérie 1989.
- Kacani et Hovosky: Entainment du foot ball, Editon Brakel, Belgique 1986.
- R.A. Akramov : sélection et préparation des jeunes footballeurs, opu, Alger, 1981.