

الموضوع: تأثير التدريب بأسلوب المنافسة في تطوير بعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم أقل من 17 سنة

الدكتور: سنوسي عبد الكريم، جامعة مستغانم<sup>1</sup>

الدكتور: حرباش إبراهيم، جامعة مستغانم<sup>2</sup>

الأستاذ الدكتور: بن قوة علي، جامعة مستغانم<sup>3</sup>

الأستاذ: مزوز غوثي، جامعة تيسمسيلت<sup>4</sup>

### ملخص البحث

يهدف البحث إلى اقتراح برنامج تدريبي بأسلوب المنافسة لتنمية بعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم أقل من 17 سنة مبني على الأسس العلمية، وقد افترض الطالب وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلي والبعدي عند العينة التجريبية وهي لصالح الاختبارات البعدي، وبعد التجربة الاستطلاعية وتحديد الطالب المجتمع الأصلي للدراسة المتمثل في لاعبي كرة القدم أقل من 17 سنة، وبالنظر لطبيعة البحث والمنهج المستخدم تم اختيار العينتين بالطريقة العمدية حيث تمثلت العينة التجريبية في لاعبي مولودية الحساسنة، والعينة الضابطة في لاعبي مولودية سعيدة، وتضمن البرنامج التدريبي 36 وحدة تدريبية بمعدل ثلاثة وحدات في الأسبوع لمدة اثنتا عشر أسبوع، وكان زمن الوحدة التدريبية من 80 إلى 100 دقيقة، ونفذ البرنامج التدريبي من: 2017/10/09 إلى غاية 2018/01/10 ثم أجريت الاختبارات البعدي، وبعد الحصول على النتائج وتفريغها عولجت إحصائيا باستخدام الوسط الحسابي، معامل الارتباط البسيط، والانحراف المعياري، واختبار دلالة الفروق T وبعد مناقشة النتائج ومقابلتها بالفرضيات تم التوصل إلى النتائج التالية: حقق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة تطورا إيجابيا بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح المجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية، وانطلاقا من نتائج الدراسة اقترح الباحثون ضرورة استخدام أسلوب المنافسة ضمن المنهج التدريبي لما له من اثر إيجابي على تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم.

**الكلمات المفتاحية:** أسلوب المنافسة، المهارات الأساسية، الناشئين أقل من 17 سنة.

**Résumer:**

Le but de cette recherche, c'est la proposition d'un programme d'entraînement, avec l'utilisation de la Méthode de compétition pour améliorer quelques compétences de base chez les jeunes U17. Les chercheurs ont émis l'hypothèse des différences significatives entre les tests et retests chez l'échantillon expérimental.

Après l'étude préliminaire et la définition de l'échantillon originale d'étude concerné les joueurs du football U17, on a choisi intentionnellement MB Hassasna pour l'échantillon expérimentale et MC Saida pour l'échantillon témoin. Après l'étude des résultats, on a arrivé à le nouveau programme crie a réalisé une évolution positive entre les deux tests au compte du groupe expérimentale. D'après ces résultats on a proposé la nécessité d'utilisation la Méthode de compétition dans le programme d'entraînement a cause de son effet positif dans le Foot ball.

**Mots clé:** La méthode de la compétition, les compétences de base, les débutants U 17.

**المقدمة ومشكلة البحث:**

تعد لعبة كرة القدم واحدة من الألعاب الجماعية الواسعة الانتشار كونها تتميز بالحماس والإثارة والتشويق لدى ممارسيها ومحبيها في كل مكان، ولقد تطورت اللعبة بشكل كبير عما كانت عليه سابقاً وفرض هذا التطور على اللاعبين واجبات خططية دفاعية أو هجومية كثيرة، كما أن تقارب المستويات البدنية والمهارية والخططية للاعبين قد أدى إلى صعوبة أداء بعض المهارات والواجبات في أثناء المباراة مما دفع المدربين إلى الاهتمام بالبحوث والدراسات التي من شأنها أن تطور مستوى اللعبة كذلك في استخدام أساليب متنوعة في التدريب تساعد على تحسين مستوى الأداء، ويشير حنفي محمود مختار أنه على المدرب أن يعمل على تثبيت المهارات الأساسية في كرة القدم بحيث تؤدي بدقة وإتقان أثناء المباراة وأن تؤدي في ظروف مشابهة لظروف المباراة مثل تدريبات المنافسة مع

زميل أو أكثر (التدريبات الخططية) وكذلك فإن المباريات في مجموعات صغيرة 3 ضد 3 أو 4 ضد 4 باستخدام الملاعب المصغرة ترفع من قدرة اللاعب على الأداء ودقته، خاصة وأن هذه التقسيمات تتطلب من اللاعب أداءً صحيحاً وسريعاً للمهارات تحت ضغط اللاعبين المضادين في حيز ضيق من الملعب هذا بالإضافة إلى أن هذه التدريبات تعطي للاعب الخبرات التي تجعله يقتصد في مجهوده أثناء الأداء مع القدرة على حسن التصرف وهدوء الأعصاب أثناء اللعب (حنفي، 1995.112)، أصبح التدريب الرياضي عملية موجهة للنهوض بمستوى اللاعب من خلال مؤشرات مخططة لغرض تنمية كفاءته في أداء المتطلبات الحديثة للعبة كرة القدم وكأساس لبناء لياقة بدنية عالية التي تؤهله للقيام بالأداء المهاري والواجبات الخططية بصورة أكثر فعالية وإيجابية لما يتطلبه الأداء خلال المباراة والنشاط الحركي للاعب كرة القدم أثناء المباريات والتدريب ليس مجرد مجموعة من المهارات بقدر ما هو أداء حركي متعدد ومتصل ومترابط وعلى علاقة عضوية منظمة تتم في ظل نظام ديناميكي يخضع لمبدأ الاتصالات المرتدة (التغذية الرجعية)، ويمكن أن نضمن الاحتفاظ بالأداء الوظيفي للاعبين بدرجة من الاستقرار والثبات والدقة في الاتجاه الصحيح للأداء وخاصة في المواقف المتغيرة والمفاجئة (خاطر 1989. 12)، ويذكر مفتي إبراهيم 1989 بأن نجاح الأداء الحركي للاعب خلال المباراة يتوقف على درجة ومستوى ثبات واستقرار المهارات الحركية لديه ومدى إتقانه لها مهما تغيرت ظروف ومواقف اللعب أثناء المباراة. (مفتي 1989)، مما سبق ذكره يتضح أن استخدام المهارات الأساسية لكرة القدم في مواقف تنافسية مشابهة لما يحدث في المباريات أمراً هاماً حيث قد تساعد تلك التدريبات على تنمية المهارات وتطويرها ورفع مستوى الأداء البدني للاعبين، ومما تقدم وبالنظر لنتائج الدراسات والبحوث السابقة والخبرة الباحث الميدانية المتواضعة رأى الباحث تحديد موضوع دراسته في اتجاه معرفة مدى تأثير التدريب بأسلوب المنافسة كتدريبات نوعية تشابه ما يحدث في المباريات على تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئ كرة القدم أقل من 17 سنة وعليه فيمكن طرح التساؤلات التالية: هل التدريب بأسلوب المنافسة يؤثر على تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئ كرة القدم أقل من 17 سنة؟

**أهداف البحث:**

- يهدف البحث إلى التعرف على مدى تأثير التدريب بأسلوب المنافسة في تطوير بعض المهارات الأساسية عند الناشئين في كرة القدم.

- تصميم وحدات تدريبية مهارية بأسلوب المنافسة لتطوير بعض المهارات الأساسية عند الناشئين في كرة القدم.

**فرضيات البحث: - الفرضية الرئيسية: -** التدريب بأسلوب المنافسة يؤثر إيجاباً في تطوير المهارات الأساسية عند الناشئين في كرة القدم .

**- الفرضيات الفرعية:-** هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة للعينة التجريبية في المهارات الأساسية قيد البحث ولصالح الاختبار البعدي.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعديّة بين العينة التجريبية والعينة الضابطة ولصالح العينة التجريبية.

**إجراءات البحث:**

**منهج البحث:** اعتمدنا المنهج التجريبي، وذلك لطبيعة المشكلة المطروحة الرامية إلى معرفة تأثير برنامج تدريبي بأسلوب المنافسة مقترح في كرة القدم.

**عينة البحث:**

✓ العينة التجريبية: والتي تضم 20 لاعباً من فريق مولودية الحسانة.

✓ العينة الضابطة: والتي تضم 20 لاعباً من فريق مولودية سعيدة.

وقد راعينا التكافؤ والتجانس بين العينتين في متغيرات السن، الوزن، والطول، وبعض الصفات البدنية والمهارية.

**مجالات البحث:**

**المجال الزمني:** أجريت التجربة وفق التسلسل الزمني التالي:

- تمت التجربة الاستطلاعية يوم 20 سبتمبر 2017

- الاختبارات القبليّة أجريت يوم: 02 أكتوبر 2017

- الاختبار البعدي أجري يومي 10 و 11 يناير 2018

**المجال المكاني:** تم العمل بملعب : الإخوة براسي بسعيدة.

**المجال البشري:** شملت عينة البحث 40 لاعباً موزعين كما يلي:

20 لاعباً تمثل العينة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التدريبي المقترح بأسلوب المنافسة.  
 20 لاعباً تمثل العينة الضابطة التي تركت تتدرب تحت إشراف مدربيها.  
**أدوات البحث:** "تعتبر الأدوات التي يستخدمها الباحث في جمع البيانات المرتبطة بموضوع البحث من أهم الخطوات وتعتبر المحور الأساسي والضروري في الدراسة" (عطاء الله، 2009، 75)، ومن الأدوات التي استعملها الباحثون في بحثه:

✓ المصادر والمراجع العربية والأجنبية

✓ المقابلات الشخصية

✓ الاختبارات البدنية والمهارية

✓ التجربة الاستطلاعية.

✓ الوسائل الإحصائية والمتمثلة في:

- المتوسط الحسابي (سعد الله، 1991، 184)

- الانحراف المعياري (ناجي - شامل، 92)

- معامل الارتباط البسيط بيرسون (مقدم، 1993، 110)

- الصدق الذاتي

- اختبار T ستودنت لعينتين مرتبطتين

- اختبار T ستودنت لعينتين غير مرتبطتين (مقدم، 1993، 110)

### الأسس العلمية للاختبار:

- ثبات الاختبار: بطريقة الاختبار، وإعادة الاختبار، على 10 لاعبين بعد الحصول على النتائج استخدم معامل الارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 09 وجد أن القيمة المحسوبة لكل اختبار هي أكبر من القيمة الجدولية (0.60) مما يؤكد أن الاختبارات على درجة عالية من الدقة والثبات.

- صدق الاختبار: من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدم الطالب معامل الصدق الذاتي باعتباره صدق الدرجات المعيارية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائبها أخطاء القياس والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار.

- موضوعية الاختبار: تدل على عدم تأثره، أي أن الاختبار يعطي نفس النتائج أي كان القائم بالتحكيم، ويشير إن لإطلاع الخبراء والمختصين وموافقهم بالإجماع على

الاختبارات ومفرداتها تبعد عنها الشك والتأويل، كما أن بطارية الاختبار المستخدمة في هذا البحث سهلة وواضحة وغير قابلة للتأويل وبعيدة عن التوزيع الذاتي، حيث أن مفردات بطارية الاختبار ضمن أهداف الوحدة التدريبية كاختبار السرعة، واختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة مثلا ولهذا تعتبر مفردات الاختبار جد موضوعية.

### عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة لعينتي البحث: قصد إصدار أحكام موضوعية حول طبيعة التجانس القائم بين عينتي البحث التجريبية والضابطة من خلال بعض المتغيرات وبعض الاختبارات البدنية والمهارية، عمل الباحثون على معالجة مجموعة الدرجات الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار دلالة الفروق "ت" ستودنت كما هو مبين في الجدول التالي: درجة الحرية (2ن - 2) = 38 عند مستوى الدلالة 0.05

المتغيرات	وحدة القياس	العينة التجريبية		العينة الضابطة		ت المحسوبة	ت الجدولية	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س			
الجرى بالكرة	الثانية	0,64	14,85	0,96	14,22	0,02	1.72	غير دال
التمرير على القوائم	عدد	1,30	2,00	1,19	2,05	0,90		غير دال
التحكم في الكرة	عدد	8,87	57,45	8,71	56,45	0,72		غير دال
ضرب الكرة بالرأس	عدد	1,91	10,82	1,68	10,3	0,36		غير دال
ضرب الكرة لأبعد مسافة	المتر	5,6	43,70	3,76	43,00	0,65		غير دال

يتضح من الجدول الخاص بالفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات وبعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية أنه لا توجد فروق معنوية بين المجموعتين قبل إجراء التجربة الرئيسية حيث بلغت قيمة ت المحسوبة ما بين (0.02 و 0.97) وكلها أقل من ت الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 38 والمقدرة ب: 1.68 مما يؤكد تكافؤ وتجانس المجموعتين قبل إجراء التجربة.

### عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لعينتي البحث:

من الجدول أعلاه نلاحظ العينة التجريبية قد حققت في اختبار الجري بالكرة، السيطرة على الكرة، ضرب الكرة لأبعد مسافة، التمرير على القوائم، ضرب الكرة بالرأس قيمة T المحسوبة قدرت ب: 6.43 - 5.90 - 4.50 - 5.39 - 4.32 على التوالي وهي أكبر من T الجدولية التي تقدر ب 1.72 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 ويعني هذا أن

الفرق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي هو فرق معنوي دال إحصائياً لصالح الاختبار البعدي، أما العينة الضابطة فتحصلت على قيم T التالية: 2.23 - 3.10 - 2.51 - 3.45 في كل من اختبار الجري بالكرة، السيطرة على الكرة، ضرب الكرة لأبعد مسافة، التمير على القوائم وهي أكبر من قيمتها الجدولية المقدرة 1.72 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 مما يدل على وجود فروق دالة معنوية لصالح الاختبار البعدي في حين في اختبار ضرب الكرة بالرأس كانت قيمة T المحسوبة 1.45 وهي أصغر من المحسوبة مما يبين الفرق غير دال إحصائياً، وترجع أسباب ذلك إلى أن "جميع عناصر أعداد الفريق يجب أن تتكامل وأن تعمل جميعها في خط واحد لتحقيق الهدف الأساسي من عملها وهو ظهور الفريق بمظهر طيب وحصوله على مركز مرضي طبقاً لظروفه في المسابقة المشترك فيها" (حسين 1987، 24)، وأن عملية الأعداد المهاري تهدف "إلى تعليم المهارات الحركية والأساسية ومحاولة إتقانها وتثبيتها لغرض الوصول إلى أفضل مستوى ممكن في كرة القدم من خلال التمرينات المختلفة التي يخططها وينفذها المدرب في الملعب (الوحش محمد 1994، 19)، وكذلك فإن الأسس التنظيمية لها أهمية كبيرة في التدريب الرياضي، لذا يجب "تناسب التدريب في أثناء التدريب الميداني لأنه يساعد على بناء أسس التكنيك وتحسين الصفات الجسمية" (حسين 1987، 24).

### عرض وتحليل نتائج الاختبارات البعدية لعيني البحث:

المتغيرات	وحدة القياس	العينة التجريبية		العينة الضابطة		ت المحسوبة	ت الجدولية	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س			
الجري بالكرة	الثانية	0.88	13.91	1.12	13.76	6.42	1.68	دال إحصائياً
التمير على القوائم	عدد	0.79	3.10	0.75	2.65	4.14		دال إحصائياً
التحكم في الكرة	عدد	6.52	60.75	7.96	62.20	5.01		دال إحصائياً
ضرب الكرة لأبعد مسافة	المتر	5.99	48.27	4.15	46.96	3.84		دال إحصائياً
ضرب الكرة بالرأس	المتر	14.12	7.00	11.78	1.44	2.45		دال إحصائياً

من خلال الجدول يتبين أن الفروق كانت معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية وجميع الاختبارات ويعزو الباحثون أسباب تلك الفروق ولجمل الصفات المهارة المنتخبة المدروسة إلى كون "هدف الأعداد المهاري هو اكتساب وإتقان كافة المهارات الأساسية للعبة إذ أن التطبيق الجيد للمهارات يساعد على الأداء

بجهد أقل وعدم تعرض اللاعب للإصابة وفي لعبة كرة القدم لا يستطيع اللاعب تنفيذ الأداء المهاري بالشكل المطلوب إلا من خلال إتقان النواحي المهارية والذي بدوره يؤثر على قابلية اللاعبين الخطئية والبدنية لذلك يؤكد خلال التدريب على أداء المهارة أو إعطاء الوقت الكافي من أجل إتقانها بشكل جيد" (هارة، 1975، 24).

**الاستنتاجات:** في حدود إجراءات البحث، وفي ضوء أهدافه ومن خلال التحليل الإحصائي للنتائج المتحصل عليها أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- هناك فروق غير معنوية لنتائج الاختبارات القبلية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات التي تم تقويمها، وهذا يدل على تجانس المستوى قبل البدء في تنفيذ المنهج التدريبي المقترح لعينة البحث.

- حقق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام أسلوب المنافسة تطوراً إيجابياً بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح المجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الأساسية، وذلك لتناسبه مع هذه المرحلة العمرية من حيث شدة وحجم التدريب، وعدد التكرارات، زيادة على أن أسلوب المنافسة يعتبر مباريات صغيرة يحدث فيها ما يحدث تماماً خلال المباريات مما يخلق عند اللاعب نوع من التأقلم وحسن التصرف عند تكرار نفس الموقف.

- حققت العينتین الضابطة والتجريبية تطوراً إيجابياً بين الاختبارين القبلي والبعدي في اختبارات المهارات الأساسية غير أن التطور عند العينة الضابطة كان طبيعياً نتيجة الممارسة في حين كان التطور عند العينة التجريبية تطوراً نسبياً واضحاً والفرق بين المتوسطين يبين نسبة الاختلاف.

- حقق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام أسلوب المنافسة تطوراً إيجابياً في نتائج الاختبارات والبعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح العينة التجريبية. وهذا يدل على تأثير المنهج التدريبي في تطور مستوى بعض المهارات الأساسية لدى عينة البحث.



**التوصيات:**

- ضرورة استخدام أسلوب المنافسة ضمن المنهج التدريبي لما له من اثر ايجابي على تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم.
- ضرورة اهتمام المدربين بالربط بين النواحي البدنية والمهارية ضمن مفردات المنهج التدريبي المقترح باستخدام أسلوب المنافسة في كرة القدم.
- التأكيد على الأسس العلمية عند وضع المنهج التدريبي من حيث اختيار الأسلوب والتمارين والألعاب والتكرار والوقت والراحة بينها والأدوات المستخدمة لما لها من تأثير في تطور المستوى المهاري عند الناشئين.
- إجراء بحوث مشابهاة لفئات عمرية أخرى.

**المصادر والمراجع:****باللغة العربية:**

- إبراهيم شعلان 1996: أسس بناء كرة القدم الشاملة- المكتبة الأكاديمية
- احمد خاطر 1989: المباراة والتدريب في كرة القدم - دار المعارف القاهرة
- حنفي محمود مختار 1995: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم دار الفكر العربي القاهرة
- طه إسماعيل وآخرون 1995: جماعية اللعب في كرة القدم- مطابع الأهرام التجارية. القاهرة.
- طه إسماعيل وآخرون 1989: كرة القدم بين النظرية والتطبيق دار الفكر العربي
- محمد عبده صالح، مفتي إبراهيم 1994: أساسيات كرة القدم دار عالم المعرفة
- محمد كشك - أمر الله البساطي 2000: أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم
- محمود أبو العينين 2000 تخطيط برامج إعداد لاعب كرة القدم دار الفكر العربي.
- محمد اشرف جابر تأثير برنامج مقترح لتطوير الجانب البدني والمهاري لناشئ كرة القدم المجلة العلمية للتربية الرياضية والرياضة جامعة حلوان سنة 1991.
- حسن السيد أبو عبده 2002 الإعداد المهاري للاعب كرة القدم الإشعاع الفنية الإسكندرية.

- خالد سعيد النبي إبراهيم صيام تأثير التدريب على الملاعب المصغرة في تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم أقل من 13 سنة رسالة ماجستير المجلة العلمية جامعة حلوان.

- خرفان محمد حجار 2008 تأثير التدريب على الملاعب المصغرة في تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم من 13-14 سنة رسالة ماجستير جامعة مستغانم.

- مفتي إبراهيم حماد 1996 التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة القاهرة - الخشاب وآخرون 1999 كرة القدم ط2 محدثة دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل.

باللغة الفرنسية:

- Weineck J1997 Manuel d'entraînement, édition vigot, France,
- Diedtrich K1988: le football apprentissage et pratique par le jeux, édition vigot, Paris,
- Gyrisse riosse1980- exercice spécifique en football, édition A.T.C, Paris,
- Frédéric bodineau 2007 football jeux et jeux réduit Paris
- Maroc barthelemy Manuel des écoles de football cliron sports