

اقتراح برنامج تدريبي مهاري لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة

Suggesting a skill training program for football players under 17 years old

لباد معمر*¹، بوشارب رفاهية²، سعايدية هواري³

¹ جامعة باتنة 2 (الجزائر) m.lebad@univ-batna2.dz

² جامعة باتنة 2 (الجزائر) r.boucharebe@univ-batna2.dz

³ القطب الجامعي تسمسليت (الجزائر)، fidah81@hotmail.com

تاريخ النشر: 2021/11/13

تاريخ القبول: 2021/11/11

تاريخ الإرسال: 2021/10/07

الملخص: هدف البحث إلى إعداد برنامج تدريبي مهاري لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي للمجموعتين ثم قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير التجريبي والتي أسفرت عليها نتائج البحوث والدراسات السابقة وأوصى الباحث بنتائج، بما يلي: - ضرورة الاهتمام بإجراء أبحاث علمية يتم من خلالها عمل برامج تدريبية متعلقة بتحسين وتطوير مختلف المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم والوصول بها إلى المستوى العالي .

كلمة مفتاحية - برنامج تدريبي - لاعبي كرة القدم - مهاري

Abstract : The aim of the research is to prepare a skill training program for football players under 17 years old The researcher used the experimental method with pre- and post-measurement for the two groups, then the researcher found parity between the experimental group and the control group in some variables that may affect the experimental variable, which resulted from the results of previous research and studies.

In light of the findings, the researcher recommended the following:

Keyword: Training program - football players - skills

I - مقدمة ومشكلة البحث: ما تزال لعبة كرة القدم في الجزائر ولكافة الأعمار تواجه بعض من المعوقات التي تعرقل مسيرة اللعبة وذلك يرجع لعدة أسباب منها عدم استعمال البرامج التدريبية المقننة والمبنية على أسس علمية ، فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة ما لم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس وبرامج علمية في مجال كرة القدم وأن إتقان المهارات الأساسية للعبة يعتبر من أهم العوامل التي تحقق للفريق الفوز ، وأن نجاح أي فريق يتوقف على مدى استطاعة لاعبيه جميعا أداء المهارات الأساسية بأنواعها المختلفة بنفوق وبأقل قدر من الخطأ.

لقد انقضى الوقت الذي كان يتمكن فيه بعض المدربين للوصول بالرياضيين الموهوبين إلى المستوى العالي بالاعتماد على تجاربهم الميدانية وخبراتهم الفردية، فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة ما لم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متينة في مجال التدريب الرياضي الحديث ،وهذا بدأ من انقضاء واختيار الموهوبين وتبنيهم خلال مراحل التكوين والتدريب ،وكذا إعداد البرامج التدريبية حتى توفير الإمكانيات المادية والبشرية وتذليل كل العقبات التي تتعرض إلى مسيرة التقدم والوصول إلى المستويات الدولية.

أما الفلسفة النظرية التي ارتكز عليها الباحث واعتمد عليها في صياغة مشكلة البحث وجمع مادته فهي الفلسفة التي تدعو لها تلك النظرية الهامة في دراسة السلوك الإنساني والتي يطلق عليها العلماء اسم نظرية التعلم الاجتماعي التي طور مفاهيمها " ألبرت باندورا " وقد أشار (البرت باندورا 1990. bandura) " إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي تتأسس على التعلم أي التعلم بملاحظة أو تقليد الآخرين ، وهذا يعني أن الفرد عندما يلاحظ سلوك آخرين فعندئذ يكون باستطاعته أداء بعض أو كل السلوك الملاحظ فعلى سبيل المثال عندما يقوم المدرب الرياضي بأداء نموذج لمهارة حركية

معينة فإن اللاعب الرياضي بملاحظته يكون مدفوعا لتعلمه ومحاولة تقليده بصورة دقيقة بقدر الإمكان ، فكأن الدافع لأداء اللاعب الرياضي ناتج عن ملاحظته للنموذج الذي قام به المدرب الرياضي ومحاولة تقليده. (علاوى، 2002، 47)

ومن بين الدراسات التي أجريت في المجال التدريبي والتي تعالج البرامج التدريبية ، دراسة مساليتي لخضر (2008)، دراسة بلعروسي سليمان(2008) ، دراسة أم. ماهر احمد حسن البياتي 2004 ، دراسة احمد آدم احمد (2001) ، دراسة كنتشوك سيدي محمد (2012) ، دراسة قلاتي يزيد (2007) ، دراسة ابن قاصد علي الحاج محمد (2005) حيث خلصت الى أن البرنامج التدريبي المقترح يؤثر إيجابيا في تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم .

وعلى هذا الأساس جاءت هذه الدراسة والتي تجلت أهميتها في أن البرامج التدريبية لها دور كبير وحساس في مجال تكوين اللاعبين ، حيث أنها الوسيلة التي يمكن من خلالها إكساب اللاعبين القدرات البدنية والمهارية وخطط اللعب المختلفة، والتي تساهم في الارتقاء بمستواهم إلى أقصى درجة ولا يتم هذا إلا من خلال إعداد برامج تدريبية مقننة وسليمة.

ومن هذا المنطلق يمكن طرح التساؤل العام التالي :

1. هل للبرنامج التدريبي المقترح تأثير على تحسين المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة ؟

2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة والتجريبية

في تحسين المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم تحت 17 سنة ؟

3. فرضيات البحث:

1.- البرنامج التدريبي المقترح له تأثير على تحسين المهارات الأساسية

للاعبي كرة القدم تحت 17 سنة عند مهارات قيد البحث .

2- . توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة والتجريبية في تحسين المهارات الأساسية للاعبى كرة القدم تحت 17 سنة ولصالح العينة التجريبية

4. تحديد المفاهيم والمصطلحات البحث:

4-1. البرنامج : ويعرفه مفتى إبراهيم "بأنه الخطوات التنفيذية في صورة أنشطة تفصيلية من الواجب القيام بها لتحقيق الهدف لذلك نجد أن البرنامج هو احد عناصر الخطة وبدونه يكون التخطيط ناقص" (مفتى إبراهيم حماد ، 1997 ، 260).

البرنامج بصورة عامة ، عبارة عن العمليات المطلوب تنفيذها بحيث يراعى ميعاد البدء وانتهاء هذه العمليات وفق زمن محدد وهدف واضح ويعرفه الباحث هو وحدات تدريبية منظمة وفق منهجية التدريب الرياضى يراعى فيه هدف واضح وزمن محدد وفق برنامج مسطر والتي تم اقتراحها وتطبيقها على عينة البحث .

4-3.المهارات الأساسية: تعد المهارات الاساسية بكرة القدم القاعدة الاساسية لتحقيق المستويات العالية ، والانجاز الجيد في كرة القدم ، إذ تحتل جانباً مهماً في الوحدة التدريبية والبرامج التدريبية إذ يتم التدريب عليها لفترات طويلة وتقسّم المهارات الى ضرب الكرة ، المناولة والتهديف ، دحرجة الكرة ، السيطرة ، الاخمد ، ضرب الكرة بالراس ، المراوغة ، رمية التماس . (موفق اسعد محمود ، 2011 ، 74).

* ويعرفها الباحث وهي عبارة عن مختلف المهارات الحركية التي يقوم بها اللاعب بالكرة أو بدونها وتتمثل في (قذف الكرة استقبال الكرة ، اللعب بالرأس ، تمرير الكرة ، مراقبة الكرةالخ).

4.4 الفئة العمرية المستهدفةU17 : نحن بصدد دراسة لاعبين

المراهقة الوسطى ويطلق عليها أيضا المرحلة الثانوية ويميز هذه المرحلة بطء

في سرعة النمو الجنسي نسبياً مقارنة مع المرحلة السابقة ' المراهقة المبكرة ' وتزداد التغيرات الجسمية والفيزيولوجية من زيادة الطول والوزن .

Π - الطريقة وأدوات:

2 . الإجراءات المتبعة في الدراسة

2-1. المنهج المتبع في الدراسة:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لمشكلة البحث " إذ يعد من أكثر مناهج البحث العلمي دقة وموضوعية حيث أن التجربة هي ظاهرة يصطنعها الباحث في المستقبل في ظروف مضبوطة ، والتجريب هو المنهج الوحيد الذي يستطيع التوصل الى علاقات السبب والنتيجة بين متغيرات والظواهر " (فلاح المنيزل ، 2010 ، 188).

2-2. عينة البحث: تعتبر العينة من الأدوات الأساسية في البحوث

العلمية والهدف الأساسي منها الحصول على معلومات وبيانات على المجتمع الأصلي للبحث ، ماجد محمد الخياط" عينة البحث هي الطريقة أكثر شيوعاً في البحوث العلمية ، لأنها أيسر تطبيقاً وأقل تكلفة من دراسة المجتمع الأصلي " (الخياط ، 2011 ، 184)

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ممثلة لمجتمع

البحث الأصلي ، من مجتمع لاعبي مدارس كرة القدم تحت 17 سنة

حيث اشتملت العينة الأساسية على 30 لاعب، تم تقسيمهم إلى

مجموعتين إحداهما تجريبية وعددها 15 لاعب وضابطة وعددها 15 لاعب ،

وقد قام الباحث بإخضاع بعض المتغيرات التي قد تؤثر على النتائج بطريقة

مباشرة او غير مباشرة

2-2-1. المجموعة التجريبية: تكونت من 15 لاعباً، الغرض من

توظيفها معرفة مقدار تأثير المتغير التجريبي على المتغير التابع أو النتيجة

2-2-2. المجموعة الضابطة : وتكونت من 15 لاعباً، الغرض من

توظيفها مقارنة مقدار التعلم في المهارات الأساسية لدى المجموعة التجريبية

اللى تخضع للبرنامج التربىى المقترح مع مقدار التعلم المهارات الأساسية للمجموعة الضابطة الغير خاضعة لهذا البرنامج.

وقد قام الباحث بإجراء التجانس لعينة البحث فى المتغيرات قيد الدراسة. ويرجع اختيار الباحث لعينة البحث بالطريقة العمدية إلى الأسباب التالية :

- 1- الباحث مدرب كرة القدم ومتحصل على اعلى شهادة تدريب الكاف أ
 - 2- علاقة الباحث الوطيدة بالنادى الرياضى حيث يعتبر هو رئيس الفريق واللى سوف تسهل الكثير فى إجراءات البحث.
- جدول رقم (6) : المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة معامل الالتواء للعينة التجريبية و العينة الضابطة فى المتغيرات قيد الدراسة

معامل الالتواء	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	المتغيرات	
0.47	0.51	15.46	السن	العينة التجريبية
0.14	3.0	54.46	الطول	
0.05	0.1	1.65	الوزن	
0.79	0.51	15.46	السن	العينة الضابطة
0.14	4.38	56.13	الطول	
0.35	0.08	1.62	الوزن	

وكما يلاحظ من الجدول أعلاه بأن جميع قيم معامل الالتواء تتراوح ما بين (+ 3 ، -3) مما يشير إلى أن البيانات تميل إلى الاعتدالية توزيع العينة فى هذه المتغيرات.

2-2.1 ضبط المتغيرات وتكافؤ عينة البحث:

قام الباحث بإيجاد التكافؤ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير التجريبي والتي أسفرت عليها نتائج البحوث والدراسات السابقة ، وقام الباحث بتحديد المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير التجريبي وهي متغيرات جسمية ، حتى لا تعزي الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لهذه المتغيرات

جدول رقم (5) : دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات الجسمية

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		T الجدولية	T المحسوبة	الدلالة الإحصائية
	س	ع	س	ع			
العمر الزمني	15.46	0.51	15.46	0.51	1.7	0.00	غير دال
الوزن	54.46	3.0	56.13	4.38		-1.40	غير دال
الطول الكلي	1.65	0.1	1.62	0.08		0.84	غير دال

باستعراض الجدول رقم (5) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات السابقة وهذا يدل على أن المجموعتين متكافئتان في هذه المتغيرات.

3-2. مجالات البحث

3-2-1. المجال البشري: شملت عينة البحث 30 لاعباً أعمارهم تحت 17 سنة

3-2-2. المجال أزماني: أما الدراسة التجريبية فقد تمت من خلال الفترة الزمنية الواقعة بين 01/10/2016 إلى 27/04/2017، وذلك بتطبيق مفردات البرنامج التدريبي المقترح لعينة البحث.

3.3.2 : المجال المكانى : اجريت الدراسة بالملعب البلدى لبلدية عين الخضراء بولاية المسيلة

خامساً: البرنامج التدرىبى:

وفيه تم وضع برنامج تدرىبى يبنى على أسس علمية فى مجال التدرىب الرياضى فى كرة القدم، حيث تم وضع الأهداف والواجبات وتحديد المحتوى ووسائل التنفيذ التى بواسطتها يمكن تنفيذ المحاور الرئيسة للبرنامج فى إطاره العام.

2-5-2. الإجراءات الإدارية والتنظيمية للاختبارات: لضمان سرعة تطبيق الاختبارات والحصول على نتائج دقيقة وسليمة، اتبعت الإجراءات الإدارية والتنظيمية التالية:

إذ تم طباعة الاختبارات قيد الدراسة متضمنة، اسم الاختبار، الأدوات اللازمة، وصف الاختبار الإجراءات، تعليمات وشروط الاختبار، كيفية حساب درجات الاختبار، بالإضافة إلى استمارات تسجيل النتائج.

2-4. الدراسة التجريبية: والمتمثلة فى البرنامج التدرىبى المقترح الذى يمكن أن نلخصه فيما يلى:

أولاً: الإطار العام للبرنامج التدرىبى المقترح

يعتبر بناء البرامج التدرىبية من أهم الأعمال التى يهتم بها العاملون فى مجال التربية الرياضية والتدرىب الرياضى، لأن البرامج التدرىبية العلمية المقننة هى الضمان الوحيد لإحداث النمو المطلوب

إن البرامج التدرىبية المنظمة التى تتبع الأصول العلمية تؤدى إلى تطوير حالة الفرد وتجعله قادراً من الناحية البدنية و المهارية و الخطئية والنفسية للقيام بواجبات ومهام النشاط أو العمل الذى يقوم به .

واستعان الباحث بأراء مجموعة من الخبراء في مجال كرة القدم وعلم من خلال استمارة استطلاع الرأى حول محاور وفترات البرنامج التدريبي المقترح وكانت الموافقة بنسبة تتراوح بين 75 و 90 % ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول رقم 9 : أراء الخبراء في تحديد محاور وفترات البرنامج التدريبي المقترح

رقم	المحاور	الفترات	أراء الخبراء %
1	مدة البرنامج	اسبوع 30	90%
2	عدد الوحدات التدريبية	حصص تدريبية في الاسبوع 4	80%
3	عدد الوحدات التدريبية الكلية	حصة تدريبية 90	70%
4	ايام التدريب في الاسبوع	ايام السبت ، الثلاثاء ، الجمعة ، الخميس	80%
5	زمن وحدة التدريب	دقيقة 70 ، 90	85%

ثانياً: البرنامج المقترح للتدريب المهاري

1.- هدف البرنامج التدريبي :

يهدف البرنامج المقترح إلى تحقيق الأهداف التالية :

1. تحسين المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم تحت 17 سنة
- 2.- تصميم الحصص التدريبية للبرنامج التدريبي: قام الباحث بتصميم وحدات التدريبية، بهدف تحسين واكتساب المهارات الأساسية لكرة القدم تحت 17 سنة ، مراعيًا الأسس والمبادئ العلمية، مثل تحديد الهدف من كل حصة، مدى مناسبة الحصص لهذه الفئة ، وعدد مرات الممارسة أسبوعياً، وزمن الحصة، وتكرار التمرين، وزمن أداء التمرين.

وعلى ضوء نتائج الاستطلاع، صممت الحصص التدريبية ، بحيث تتدرب اربع حصص تدريبية كل أسبوع وتقدر الحصة بـ 70 ، 90 دقيقة. وتتكون حصة التدريب اليومية من ثلاث أجزاء رئيسية نذكرها في فيما يلي:

1- الإحماء (الجزء التمهيدي)

2- الجزء الرئيسي.

3- التهدئة. (مفتي ، 1996 ، 260)

2-1.الجزء التمهيدي: يتوقف هذا الجزء على الجانب الرئيسي للحصة

التدريبية وعلى(درجة حرارة حالة اللاعب التدريبية، العمر الزمني، الجنس) والذي يتم فيه الإحماء العام والخاص وذلك بتهيئة العضلات والأربطة وتنشيط الدورة الدموية والجهاز العصبي، لتقبل المجهود ودرجة الحمل والشدة في الجزء الرئيسي.

ويذكر محمد حسن علاوي أن هذا الجزء يستغرق خمس الزمن الكلي

المخصص للوحدة التدريبية. (علاوي ، 1990 ، 328)

2-2. الجزء الرئيسي: وفيه يتم تعليم المهارات التي تحتويها الحصص

التدريبية قيد الدراسة، حيث يتم في كل حصة تدريبية تعلم مهارة واحدة، أو عدة مهارات عن طريق تسلسل الحركات التقنية.

ويشتمل هذا الجزء من وحدة التدريب اليومية على التمرينات التي يكون

لها التأثير الرئيسي في تطوير الحالة التدريبية للاعب طبقاً للأهداف المحددة

لها ، وعلى هذا فإن هذا الجزء هو أهم جزء في الوحدة التدريب اليومية على

الإطلاق ، ويحتل هذا الجزء ما بين 75% إلى 80% من الزمن المخصص

لها. (مفتي ، 1996 ، 264)

3-2. الجزء الختامي: يتم فيه تهدئة أجهزة أجزاء الجسم المختلفة،

والانخفاض التدريجي واستعادة الشفاء التدريجي، ويتم باستخدام تمرينات

خاصة (الإطالة - الاسترخاء - تمرينات التنفس).

والهدف الرئيسي لهذا الجزء هو العودة باللاعبين إلى الحالة الطبيعية تقريباً بعد أن وصلت أجهزتهم الحيوية في الأداء إلى درجات عالية، ويستغرق هذا الجزء حوالي من 5 الى 7% من الزمن المخصص للوحدة. (مفتي ، 1996 ، 264)

4- تحديد وسائل تنفيذ المحتوى للبرنامج:

ولتنفيذ هذا البرنامج قام الباحث بتحديد ما يلي:

- * عدد اللاعبين الذين سيتم تدريبهم.
- * أماكن التدريبات.
- * الاختبارات لقياس المهارات الأساسية.
- * طرق ووسائل التعلم والتدريب التي تستخدم.

ثالثاً: تطبيق البرنامج التدريبي المقترح:

أختار الباحث الفترة من (01/10/2016 إلى 27/04/2017) لتطبيق الحصة التدريبية قيد الدراسة على أفراد العينة وذلك لاستمرار فترة التدريب الميداني للاستفادة من جهود بعض كمساعدين ومدربي كرة القدم. وقام الباحث بتوضيح فكرة البحث والهدف منه وشرح الاختبارات وكيفية إجرائها وكيفية احتساب نتيجة كل اختبار وكيفية تسجيلها.

وتم توفير كل الأدوات وأجهزة القياس الخاصة بالاختبارات وتخطيط الميادين وفق متطلبات تنفيذ الاختبار، إعداد وتجهيز استمارات التسجيل لرصد المعلومات، تم تطبيق البرنامج على أفراد العينة الأساسية، وعددهم 15 لاعب ، وفي المرحلة الأولى من تطبيق الحصة التدريبية تم إجراء القياسات القبالية للمهارات الأساسية قيد البحث، ثم تم تنفيذ تطبيق الحصة التدريبية دون أي توقف بين الحصة

رابعاً: ضبط المتغيرات

يعد ضبط المتغيرات من الاجراءات المهمة فى البحث التجريبي وذلك لتوفر درجة مقبولة من الصدق الداخلى للتصميم التجريبي ، بمعنى ان يتمكن الباحث من عزو معظم التباين فى المتغير التابع الى المتغير المستقل وليس الى متغيرات اخرى، وبالتالى تقليل تباين الخطأ ، وذلك تتميز البحوث التجريبية على غيرها من البحوث فى الثقة التى يمكن توافرها فى تفسير العلاقة بين المتغيرات. (الخياط ، 2011 ، 129)

لسير الحسن لتجربة البحث الميدانية عمد الباحث إلى ضبط جميع المتغيرات التى من شأنها إعاقة التجربة ، وعليه قام الباحث باستبعاد كل المتغيرات التى قد تأثر مباشرة على نتائج البحث حيث تم ضبط المتغير المستقل وهو العامل الذى يمكن قياسه ومعالجته وهو البرنامج التدريبي المقترح، اما المتغير التابع وهو عبارة عن الاستجابة او النتائج وهو العامل الذى يعتمد فى تأثره على المتغير المستقل وهو الذى يتمثل فى المهارات الأساسية للاعبى كرة القدم.

وانطلاقا من هذه الاعتبارات تم ضبط المتغيرات البحث والتى نلخصها فيما يلى:

- * العينتين متجانستين من جميع الجوانب.
- * تم إجراء الاختبارات المهارية، القبلية والبعديّة فى نفس التوقيت للعينتين وتحت نفس الظروف ولقد اشرف الباحث بنفسه على هذه العملية بمساعدة فريق عمل مدرب فى نفس الظروف المكانية والزمنية.
- * لاعبي المجموعة التجريبية تتلقى المعلومات النظرية والنواحي التدريبية والتطبيقية، وذلك من خلال إتباع محتوى البرنامج التدريبي المقترح تحت إشراف الباحث.
- * العينة الضابطة تترك تحت إشراف مدربها مع مراقبة كل خطوات التدريب من طرف الباحث.

بعد جمع كل هذه المعلومات السالفة الذكر قام الباحث بوضع البرنامج التدريبي المقترح حيز التنفيذ والذي سوف يتم عرض ومناقشة نتائجه لاحقا لمعرفة مدى تأثير هذا البرنامج على العينة التجريبية.

1. القياس القبلي:

تم إجراء القياس القبلي خلال الفترة من 2016/09/24 إلى 2016/09/29 على عيني البحث (المجموعة التجريبية والضابطة) بتطبيق الاختبارات المهارية .

2. القياس البعدي :

تم إجراء القياس البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة من يوم 2017/04/28 إلى 2017/05/01 وبعد تطبيق البرنامج المقترح للمجموعة التجريبية تم جمع البيانات وتنظيمها وجدولتها .

2-7. الأساليب الإحصائية المستعملة : (الخياط ، 2011 ، 219)

إن الهدف من استعمال التقنيات الإحصائية هو التوصل إلى المؤشرات كمية تساعدنا على التحليل والتفسير التأويل والحكم ، وأهم التقنيات المستعملة في هذا البحث نجد: * نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss 18:00

III - النتائج الدراسة:

جدول رقم (01) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية

وقيمتي (t) المحسوبة و الجدولية بين المجموعة التجريبية والضابطة في

القياس القبلي

م	اسم الاختبار	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
1	اختبار تنطيط الكرة بالقدمين لقياس مهارة التحكم والسيطرة على الكرة.	1.7	0.59	غير دال

غير دال	0.14		اختبار قذف الكرة لأبعد مسافة لقياس مهارة التميرير .	2
غير دال	1.15		اختبار الجرى المتعرج 25م بالكرة لقياس مهارة الجرى بالكرة	3
* القيمة الجدولية تحت درجة 28 ومستوى دلالة 0.05 يساوى 1.7				

الجدول (01) يوضح ان قيمة (ت) المحسوبة لاختبارات (اختبار تنطيط الكرة بالقدمين لقياس مهارة التحكم والسيطرة على الكرة، اختبار قذف الكرة لأبعد مسافة لقياس مهارة التميرير .، اختبار الجرى المتعرج 25م بالكرة لقياس مهارة الجرى بالكرة)، كانت على التوالي (0.59 ، 0.14 ، 1.15). وهى اقل من قيمة (ت) الجدولية والبالغة (1.7) امام درجة حرية (28) وعند نسبة خطأ α 0.05 وهذا يدل على ان الفروق غير معنوية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس القبلى

3-1. مقارنة نتائج الاختبارات البعدية لعينتي البحث:

بعد أن قامت مجموعة البحث (المجموعة التجريبية والضابطة)، بإجراء الاختبارات المهارية البعدية قام الباحث بمعالجة النتائج المتوصل إليها إحصائياً ، وذلك باستخدام " t " ستودانت ، وهذا بحساب قيم "t" المحسوبة ، ومقارنتها بـ "t" الجدولية.

جدول رقم (02) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (t) المحسوبة والجدولية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي

م	اسم الاختبار	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
1	اختبار تنطيط الكرة بالقدمين لقياس مهارة التحكم	1.7	10.7 1	دال

			والسيطرة على الكرة.	
دال	8.46		اختبار قذف الكرة لأبعد مسافة لقياس مهارة التمرير.	2
دال	- 8.27		اختبار الجري المتعرج بالكرة لقياس مهارة الجري بالكرة	3

من خلال الجدول رقم (02) الذي يوضح قيم (t) المحسوبة في الاختبارات المهارية البعدية تبين أن :

قيم (t) المحسوبة في (اختبار تنطيط الكرة بالقدمين لقياس مهارة التحكم والسيطرة على الكرة، اختبار قذف الكرة لأبعد مسافة لقياس مهارة التمرير، اختبار الجري المتعرج 25م بالكرة لقياس مهارة الجري بالكرة بلغت على التوالي

(10.71، 8.46، -8.27) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية (1.7) عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 28 ، وهذا يعني وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين ، وعدم تجانسها خلال الاختبار البعدي

مناقشة نتائج الدراسة:

أولاً : مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات : من خلال الفرضيات المطروحة

ان البرنامج التدريبي المقترح له تأثير على تحسين المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم تحت 17 سنة عند مهارات قيد البحث ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة والتجريبية في تحسين المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم تحت 17

بالنسبة لمهارة التصويب نحو المرمى. حيث أظهرت نتائج البحث في الجدول رقم (03) الخاص بالمقارنة بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة

التجريبية بوجود فروق ذات دلالة معنوية فى اختبار مهارة تصويب الكرة حيث بلغت (t) المحسوبة (7.51) بالنسبة لاختبار مهارة التصويب وهى اكبر من (t) الجدولية (1.7) .ولصالح الاختبار البعدي للعينة التجريبية.

كما يشير الجدول رقم (03) الخاص بالمقارنة بين القياس القبلى والبعدي للمجموعة الضابطة بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية. حيث بلغت (t) المحسوبة ، لمهارة تصويب الكرة 1.35 وهى اقل من (t) الجدولية (1.7) مما يدل عدم وجود فروق ذات دلالة.

ويشير حنفى ان "مهارة التصويب إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية فى الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التصويب دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين لاعبين، ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف فى حارس مرمى الفريق المنافس. (حنفى، 1998، 106)

أما مهارة الجري بالكرة. حيث أظهرت نتائج البحث فى الجدول رقم (04) الخاص بالمقارنة بين القياس القبلى والبعدي للمجموعة التجريبية بوجود فروق ذات دلالة معنوية فى اختبار مهارة الجرى بالكرة حيث بلغت (t) المحسوبة (9.57) بالنسبة لاختبار (الجرى بالكرة 25 م بين الشواخص) وهى اكبر من (t) الجدولية (1.7) ، ولصالح الاختبار البعدي للعينة التجريبية.

كما يشير الجدول رقم (04) الخاص بالمقارنة بين القياس القبلى والبعدي للمجموعة الضابطة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية ، حيث بلغت (t) المحسوبة ، مهارة الجرى بالكرة (2.34) وهى اكبر من (t) الجدولية (1.7) مما يدل الى وجود فروق ذات دلالة معنوية ولكنها ضئيلة..

ويتفق (الخشاب ، 1922 ، (199 و) ابوعبده، 3002 ، (22 و) موفق ، 2009 . 104) ، أن مهارة الجري بالكرة و مهارة دحرجة الكرة من المهارات الأساسية التي يجب أن يتقنها جميع اللاعبين بلا استثناء و هي مهارة تتم بعدة طرق يختار فيها اللاعب الطريقة المناسبة و التي تتناسب و طبيعة الموقف المهاري و الخططي أثناء تأديتها.

أما مهارة تمرير الكرة. حيث أظهرت نتائج البحث في الجدول رقم (05) الخاص بالمقارنة بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية بوجود فروق ذات دلالة

معنوية في اختبار مهارة الجرى بالكرة حيث بلغت (t) المحسوبة (20.71) بالنسبة لاختبار (مهارة فذف الكرة لأبعد مسافة) وهي اكبر من (t) الجدولية (1.7) ، ولصالح الاختبار البعدي للعينة التجريبية.

كما يشير الجدول رقم (05) الخاص بالمقارنة بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية ، حيث بلغت (t) المحسوبة ، مهارة تمرير الكرة (2.99) وهي اكبر من (t) الجدولية (1.7) مما يدل الى وجود فروق ذات دلالة معنوية ولكنها ضئيلة..

حيث يشير شعلان إلى " إن إجادة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب كذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة وكذلك الدفاعية، كما أنها تكسب الفريق الثقة في النفس وتزرع ثقة الفريق المنافس في نفسه، كما أن دقة ونجاح التمرير يرتبط ارتباطا وثيقا بالسيطرة على الكرة، ولا بد من تعليم الناشئ أولوية الاتجاه في التمرير، بحيث يركز الناشئ على أداء التمرير وعند التدريب على مهارات التمرير يراعى التركيز على متابعة الناشئ لمواقف اللعب المتغير والتحركات الخاصة بالزملاء والمنافسين وفي أماكن اللعب التي يتم منها الأداء الخططي وذلك قبل أن تأتي الكرة إليه.(شعلان، 2001، 57-58)

ويتفق هذه البحث مع ما أشارت إليه الدراسات كلاً من دراسة ولد حمو مصطفى (2012م) دراسة كتشوك سيدي محمد (2012م) ، دراسة كابوية محمد (2012م) أن للبرامج التدريبية المقننة تأثير إيجابي على المهارات الأساسية للاعب كرة القدم وفي ضوء نتائج الاختبارات المهارية للمجموعة الضابطة يستدل الباحث بأن البرنامج التدريبي المعتمد من قبل مدرب الفريق لم يؤدي إلى إحداث تغيير منظم ولكن نتائجه كانت عشوائية وضيئة وخاصة بالنسبة لمختلف المهارات قيد البحث.

ويرجع الباحث نتائج العينة الضابطة إلى نتائج عشوائية غير منظمة لا تركز على أسس علمية مدروسة وبحكم كذلك أن هذه العينة تتدرب وفق برنامج تقليدي عشوائي.

ويشير زهران أننا نشاهد في الحياة العملية كثير من التدريبات لا تتناسب مع سن اللاعب الناشئ ولا تتناسب مع قدراته. (زهران عبد الله ، 2006 م ، 54 وهذا ما أوضحتها نتائج هذا البحث بارتفاع مستوى الأداء للمجموعة التدريبية بخلاف المجموعة الضابطة التي كانت أكثر فاعلية وأحسن مستوى نتيجة البرنامج التدريبي المقترح والذي ومما سبق يتضح ان الفرضية العامة والفرضيات الجزئية قد

الاستنتاج العام: انطلاق من الأهداف الرئيسية للدراسة والتي صيغت على شكل فرضيات إجرائية، عمدنا دراسة اقتراح برنامج تدريبي مهاري لفئة اللاعبين اقل من 17 سنة.. ومن خلال النتائج المتحصل عليها بناء على إطار نظري من أدبيات الموضوع ودراسات سابقة أجنبية وعربية، واعتمادا على تقنيات تطبيقية وأساليب إحصائية للمعالجة والتحليل، توصلنا إلى الاستخلاصات التالية:

1- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار التصويب على المرمى لقياس دقة التصويب ولصالح البعدي.

2- عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار التصويب على المرمى لقياس دقة التصويب.

3- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي لصالح المجموعة التجريبية في اختبار الجري المتعرج بالكرة لقياس مهارة الجري بالكرة ولصالح البعدي.

4- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار الجري المتعرج بالكرة لقياس مهارة الجري بالكرة.

5- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي لصالح المجموعة التجريبية في اختبار تنطيط الكرة لقياس مهارة التحكم والسيطرة على الكرة ولصالح البعدي.

6- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في اختبار تنطيط الكرة لقياس مهارة التحكم والسيطرة على الكرة لصالح الاختبار البعدي.

المراجع والمصادر

1. أسامة كامل راتب (1995م): علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
2. أبو العلا عبد الفتاح وإبراهيم شعلال (1994): فسيولوجيا التدريب في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
3. إبراهيم شعلان، محمد عفيفي (2001): كرة القدم للناشئين، مطابع آمون، مصر.
4. محمد إبراهيم سلطان (2014): دراسات تطبيقية في تدريب كرة القدم، ودار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر.

5. عادل عبد البصير على (2009): التدريب الرياضى والتكامل بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر .
6. منصور جميل العنكى (2013) : التدريب الرياضى وأفاق المستقبل، مكتبة المجتمع العربى، عمان ، الاردن .
7. أمر الله البساطى (2001): الأعداد البدنى الوظيفى فى كرة القدم ، دار الجامعة الجديدة ، الأسكندرية ، مصر .
8. بسطوىسى أحمد (1996): أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربى، القاهرة، مصر .
9. حنفى محمود مختار (1994): الأسس العلمية فى تدريب كرة القدم، دار الفكر العربى، القاهرة، مصر .
10. حنفى محمد مختار (1996م): الاختبارات والقياسات للاعبى كرة القدم، دار الفكر العربى ، القاهرة ، مصر.
11. موفق اسعد محمود (2009) : الاختبارات والتكتيك فى كرة القدم ، دار الدجلة ، ط1، عمان

ثالثاً : الكتب باللغة الأجنبية

12. Mark Durant (1987): L'enfant et le sport , edition P.U.F , Pratiques corporelles , Paris.
13. Korte (1997) : sport de compétition , édition vigot , paris , France.
14. Kacani et Horosky(1986) : Entainment du football, Edition Brakel, Belgique
15. رابعاً: الرسائل ولأطاريح الجامعية:
16. بن قاصد على محمد (2005م): تقويم برامج إعداد لاعبى كرة القدم الفئات الصغرى على مستوى بعض مدارس كرة القدم الجزائرية ، رسالة دكتورة غير منشورة ، معهد التربية البدنية والرياضية ، الجزائر 3 .
17. مسالىتى لخصر (2008): توظيف برنامج تدريبي مقترح للتدريب بالأثقال فى تنمية القوة العضلية وأثرها على تطوير بعض المهارات الأساسية فى كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر الجزائر 3.