

## أثر استخدام برنامج تدريبي لتحسين بعض الصفات المهارية لحراس المرمى - دراسة ميدانية لحراس أندية الرابطة الولائية لولاية عين الدفلى لكرة القدم

the effect of using a training program to improve some of the skill traits of goalkeepers.-a field study for the goalkeepers of the willaya league clubs of ain defla for football-

مخلوف أمحمد<sup>1</sup>، بوكراتم بلقاسم<sup>2</sup>، توشن صافية<sup>3</sup>

<sup>1</sup> مخبر الرياضة، الصحة و الأداء جامعة الجيلالي بونعامة، خميس مليانة (الجزائر)،  
m'hamed.makhlouf@univ-dbk.com.dz

<sup>2</sup> مخبر الرياضة، الصحة و الأداء جامعة الجيلالي بونعامة، خميس مليانة (الجزائر)،

[b.boukratem@univ-dbk.com.dz](mailto:b.boukratem@univ-dbk.com.dz)

<sup>3</sup> مخبر الرياضة، الصحة و الأداء جامعة الجيلالي بونعامة، خميس مليانة (الجزائر)،  
[s.touchen@univ-dbk.com.dz](mailto:s.touchen@univ-dbk.com.dz)

تاريخ النشر: 2023/06/06

تاريخ القبول: 2023/06/03

تاريخ الإرسال: 2022/12/26

### الملخص:

تهدف الدراسة إلى اقتراح برنامج تدريبي لتحسين بعض الصفات المهارية الفنية لحراس المرمى لكرة القدم لأندية الرابطة الولائية لعين الدفلى لكرة القدم، وتمثلت في استلام الكرات الجانبية مع الارتداء، دقة استلام الكرات العالية ومناولتها و لكم (ضرب) الكرة بيد واحدة، وتم استخدام التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة بقياس قبلي وقياس بعدي للاختبارات، وبعد تحديد المجتمع الأصلي للدراسة والذي شمل حراس المرمى أندية الرابطة الولائية لعين الدفلة لكرة القدم، تم اختيار ثمان (08) حراس كعينة تجريبية، وتوصل الباحثون إلى وجود فروق فردية ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي في جميع الاختبارات، مما يؤكد فعالية البرنامج المقترح. الكلمات المفتاحية: البرنامج التدريب؛ المهارات الفنية؛ حراس مرمى كرة القدم.

**Abstract:**

The study aims to propose a training program to improve some of the technical skills of soccer goalkeepers for the clubs of the willaya of Ain Defla for football, represented in receiving side balls with diving, accuracy of receiving and handling high balls and punching (hitting) the ball with one hand, and the experimental design of the group was used One by a pre-measurement and a post-measurement of the tests, and after defining the original community of the study, which included the goalkeepers of the Ain Defla Football Association clubs, eight (08) goalkeepers were chosen as an experimental sample, and the researchers concluded that there were statistically significant individual differences in favor of the post-measurement in all tests. This confirms the effectiveness of the proposed program.

**Key words:** training program; technical skills; football goalkeeper.

**1- مقدمة وإشكالية البحث:**

إن التطور العلمي الكبير في التدريب الرياضي وخاصة في كرة القدم فرض علي المدربين الاهتمام بحارس المرمى، إذ أصبح الحارس يساهم في بناء الهجمات كما انه يساهم بشكل فعال في البناء الخططي الدفاعي للفريق ، لكونه يؤدي دورا بارزا في تحقيق النتائج سواء ايجابيا أو سلبيا، ورغم تلك الأهمية فانه لا يلقي الاهتمام الكافي من المسؤولين والمدربين في اغلب الأحيان، ويشير شعلان و عيفي (2001) "انه لتحقيق متطلبات اللعب الحديثة بعناصره المختلفة يستلزم تأسيس اللاعب منذ الصغر وفق برامج مقننه بدنيا ومهاريا وفنيا واقتصاديا وذهنيا ونفسيا بالإضافة لمحتوى أكثر تطورا من التدريبات التي تتلاءم مع قدرات وإمكانيات التي تضع الأساس الصحيح لبناء قاعدة من أصحاب المواهب والقدرات الخاصة" (شعلان و عيفي، 2001، صفحة 36).

ويؤكد سلطان (2009) "أن رياضة كرة القدم تتصف بالتغير المستمر والسريع في التوقيت و الأداء الحركي، كما أنها تعتبر من الألعاب التنافسية ذات

المواقف المتغيرة حيث تحتوي على العديد من المهارات الأساسية المختلفة سواء كانت بالكرة أو بدونها، مفردة أو مركبة بما يستلزم توافق وتناسق في العمل بين الجهازين العصبي والعضلي أثناء الأداء المهارى والخطي وذلك لاتخاذ القرار المناسب في التوقيت والمكان والاتجاه المناسب" (محمد، 2009، صفحة 48). ويؤكد شعلان وناجي (2016) "إن تدريب حراس المرمي وإعدادهم بدنيا ومهاريا وخطياً ونفسياً له خصوصية تحتم وضع الخطط والبرامج التدريبية المقننة وفق الأسس العلمية للتدريب الرياضي والتي تتلاءم مع المراحل العمرية لحراس المرمي وأيضاً قدراتهم واستعداداتهم الحالية والمستقبلية، وبما يهدف إعداده إعداداً متكاملًا وشاملاً لجميع عناصر الأداء في لعبة كرة القدم" (ابراهيم و احمد، 2016، صفحة 180)، كما يتفق كل من مختار (1994) و شعلان وناجي (2016) على أن حارس المرمي أصبح في الآونة الأخيرة لاعب و حارس كرة قدم، حيث انه يلعب دور تكتيكي فنري الحراس يتحركون خارج منطقة الجزاء لتنفيذ موقف خطي أو التقدم عندما يتراجع المنافسون، وهو ما يبرز أهمية تدريبات الركل والتمرير والتحكم والسيطرة في الكرة، وبالرغم من ذلك فان تدريب حراس المرمي يعتبر عملية مركبة تستند إلى إتقان المعرفة المكتسبة وتطوير المكونات والقدرات البدنية، بالإضافة إلى مهارات التعامل مع الكرة باليدين في مهارات الإمساك، والرمي والصد، والعمل على إيقاف وإنقاذ تصويبات الفريق المنافس بالتمركز الجيد وتغطية مساحات المرمي بأقصى سرعة، وكل هذا يتطلب أن يتمتع حارس المرمي بقدرات توافقية ومهارية عالية. (حنفي، 1994، صفحة 281) و (ابراهيم و احمد، 2016، صفحة 181).

وذهب (الصفار، ألبديري، ألبياتي، محسن، 1997) إلى " أن حارس المرمي هو عصب الفريق ومصدر قوته وأخر اللاعبين المدافعين عن المرمي، إذ أن

مسؤولية حارس المرمى مسؤولية كبيرة و تعتبر مهارته فريدة كونه يستعمل كل جسده لصد الكرات من دخول المرمى . (البديري و اخرون، 1997).

ويبري إبراهيم 1994 إن التدريب في كرة القدم يعتبر وسيلة وليس غاية , وهي عملية تربوية تطبيقية و خططية مبنية علي أسس علمية هدفها الوصول بالرياضي إلي اعلي درجات الأداء و الانجاز .

و تشير بعض الدراسات إلي أهمية البرامج التدريبية المخصصة لحارس المرمى لتطوير الصفات البدنية و المهارية لديهم كدراسة ناجح الذيابات 2011 بعنوان اثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المهارات الأساسية لحراس مرمي كرة القدم في الأردن (الذيابات، 2011)،والتي هدفت لتطوير بعض المهارات الأساسية لحراس مرمي كرة القدم في الأردن كالقدره علي التخلص من الكرات المعادة للدفاع ,مسك الكرات الأرضية من حالة الارتماء،إسناد الدفاع وتقليص المسافة و مسك الكرة بمستوي الصدر بثبات و تمثلت عينتها في 8 حراس تم اختيارهم بالطريقة العمدية من الأندية المشاركة في بطولة الدوري الأردني للمحترفين في موسم 2008/2009 باستعمال المنهج التجريبي للعينة الواحدة ومن ابرز نتائجها أن البرنامج التدريبي المقترح كان له الأثر الايجابي والتأثير الكبير علي مهارات حارس المرمى ، وكذلك دراسة غانم محمد الأمين و بن مسلي أعراب 2012 تحت عنوان اثر وحدات تدريبية مقترحة بطريقة التدريب التكراري لتحسين سرعة رد الفعل لدي حراس المرمى و فاعليتها في أداء الهجوم المضاد (الامين و اعراب، 2012، الصفحات 21-40)،و هدفت الدراسة إلي معرفة اثر الوحدات التدريبية المقترحة بطريقة التدريب التكراري لتحسين الهجوم المضاد بالاعتماد علي سرعة رد الفعل لحارس المرمى من خلال طول التمير و دقة التوجيه من مسافة 30 متر بين حارس المرمى و باقي اللاعبين، إذ انتهج الباحث المنهج التجريبي و كانت عينة الدراسة حراس أندية ولاية المسيلة الناشطة في القسم الوطني واختيرت بطريقة عشوائية -العينة-

مستخدما الاختبارات المهارية والبدنية ،وتوصل الباحث إلى أن الوحدات التدريبية المقترحة تؤثر إيجابا على تحسين سرعة رد الفعل مما يعزز فعالية وأداء الهجوم المضاد.و كذلك دراسة احمد شلبي 2019 تحت عنوان أثر برنامج تدريبي مقترح على منحى التغير لبعض المتغيرات البدنية والمهارية لحراس مرمى كرة القدم في منطقة الناصرة، وهدفت الدراسة التعرف إلى أثر برنامج تدريبي مقترح على منحى التغير لبعض المتغيرات البدنية والمهارية لحراس مرمى كرة القدم في منطقة الناصرة.ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على (8) حراس للمرمى،وأظهرت نتائج الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أثر البرنامج التدريبي المقترح على منحى التغير في جميع المتغيرات البدنية والمهارية قيد الدراسة لدى حراس مرمى كرة القدم في منطقة الناصرة وضواحيها ودائما لصالح القياس البعدي. (شلبي، 2019).

ومن خلال ما توصلنا إليه من قراءة معمقة للبرامج التدريبية الخاصة بحراس المرمى لكرة القدم و الدراسات السابقة ،و واقع حراس المرمى لأندية الرابطة الولائية لعين الدفلى الذي يعاني من قلة التاطير والمتابعة الميدانية من مدربين متخصصين في تدريب حراس المرمى ، لتحسن قدراتهم البدنية المهارية الفنية للارتقاء بهم ، وهذا لا يتحقق إلا من خلال مدربين متخصصين يعتمدون على برامج تدريبية لتطبيقها على الحراس ، ومن هنا تأتي إشكالية البحث والحاجة إليه في تطبيق برنامج تدريبي من طرف الباحث خاص بحراس المرمى لأندية رابطة الولائية لعين الدفلى لكرة القدم،و من هذا المنطلق نطرح التساؤل التالي :  
ما مدى تأثير برنامج تدريبي برنامج تدريبي مقترح لتحسين المهارات الفنية لحراس المرمى لأندية الرابطة الولائية لعين الدفلى لكرة القدم؟  
والذي انبثق عنه التساؤلات الفرعية التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي  
لاختبار مهارة استلام الكرة الجانبية مع الارتقاء(القفز) عند مستوي الدلالة  
(0.05)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي  
لاختبار مهارة دقة استلام الكرات العالية من الارتقاء(القفز) ومناولتها عند  
مستوي الدلالة (0.05)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي  
لاختبار مهارة لكم (ضرب) الكرة بيد واحدة عند مستوي الدلالة (0.05)؟  
و كإجابة لهذه التساؤلات وكفرضية عامة مردها أن البرنامج التدريبي المقترح  
لتحسين المهارات الفنية لحراس المرمى يؤثر إيجابا وبشكل فعال في تحسين  
المهارات الفنية لحراس المرمى لأندية الرابطة الولائية لعين الدفلى لكرة القدم.

و لمعرفة صدق هذه الفرضية العامة اقترح الباحثون الفرضيات الفرعية التالية:  
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي  
لاختبار مهارة استلام الكرة الجانبية مع الارتقاء (القفز) لصالح الاختبار  
البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي لاختبار  
مهارة دقة استلام الكرات العالية من الارتقاء(القفز) ومناولتها و لصالح الاختبار  
البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي لاختبار  
مهارة لكم (ضرب) الكرة بيد واحدة و لصالح الاختبار البعدي.

**الهدف من الدراسةهدفت الدراسة:**

-التعرف علي نجاعة البرنامج التدريبي المقترح لتطوير الصفات المهارية  
لحراس المرمى لكرة القدم.

-تعميم البرنامج التدريبي في حال إن كان له الأثر الإيجابي والفعالية لتحسين الصفات المهارة لحراس المرمي.

- إثراء الرصيد المكتبي بمعلومات تساهم بالفائدة و زيادة الرصيد العلمي والمعرفي.

### أهمية الدراسة فهي ملخصة في النقاط التالية:

- تخصيص برنامج تدريبي يتوافق مع متطلبات والأداء للحراس المرمي.  
- تعميم و تخصيص مدرب كفاء لتدريب حراس المرمي وخاصة للفئات الصغرى.

- الارتقاء بأداء الحراس خلال المباريات من خلال منهاج تدريبي خاص .  
- نقص الدراسات العربية التي تهتم بمجال حراس المرمي.  
- استهداف ميزة هامة وهي تدخلات حارس المرمي في منطقة العمليات لحسم الكرات الهوائية.

### 2- التحديد الإجرائي للمفاهيم الواردة في البحث:

#### 2-1 البرنامج التدريبي:

عرف احمد عربيبالبرامج التدريبية علي أنها عبارة عن كشف يوضح العمليات المطلوب تنفيذها ، وقام الباحثون بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح لتحسين المهارات الفنية حراس المرمي والتي سنتطرق إليها لاحقاً (عربي، 2016، صفحة 35).

#### 2-2 حارس مرمي كرة القدم:

هو اللاعب المميز والذي خصه قانون كرة القدم دون غيره من اللاعبين بأن يمسك أو يحمل الكرة أو يصد الكرة بيده داخل منطقة الجزاء أثناء اللعب، وأن يرتدى قميص لونه مخالف لجميع اللاعبين بما فيهم الفريق المنافس ويرتدي في يده زوج من القفازات وهو اللاعب الوحيد الذي يعالج داخل الملعب ويتوقف اللعب كله أثناء استبداله (الاطرش و ابوشهاب، 2016).

## 2-3 الصفات المهارية لحارس المرمى:

هي مجموعة المهارات التي تمكن اللاعب من القيام بأداء الواجبات المهارية التي تحقق متطلبات التنافس الرياضي على المستوى العام في رياضة كرة القدم، كمسك الكرة، الارتقاء والارتقاء لمسك وإبعاد الكرات بأنواعها، الإنقاذ بالقبضة أو القبضتين، تمرير باليد من مختلف المستويات، ركلة المرمى، التمرير بالقدم، السيطرة على الكرة من الزميل، ضرب الكرة الطائرة و ضرب الكرة نصف الطائرة. (الخشاب و معتز، 2005، الصفحات 179-196)

## 3-الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

### 3-1-الطريقة و الأدوات:

3-1-1 المنهج المتبع: تم الاعتماد و اتخاذ المنهج التجريبي في هذه الدراسة نظرا لملائمته وطبيعة البحث و الدراسة .

3-1-2 عينة الدراسة: تمثلت عينة البحث في بعض حراس أندية كرة القدم التابعة للرابطة الولائية لعين الدفلى لكرة القدم أكابر والذي يبلغ عددهم ثمان حراس(08) لأندية بلدية جليلة،طارق ابن زياد،بوراشد وعريب.

### 3-2 مجال الدراسة:

3-2-1 المجال الزمني: تمت أطوار هذه الدراسة سنة 2022 و قد بدا التطبيق الفعلي للبرنامج المقترح و الاختبارات في الفترة الممتدة من 2022/09/25الي غاية 2022/11/04.

3-2-2 المجال المكاني:اجري البرنامج التدريبي في الملاعب التابعة لأندية المذكورة في العينة.

3-2-3 المجال البشري: تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح علي عينة من ثمان (08) حراس من الأندية التابعة للرابطة الولائية لعين الدفلى لكرة القدم، كما ساهم ثلاث (04) حراس في التجربة الاستطلاعية وتم استبعادهم بعد الانتهاء من التجربة الاستطلاعية للاختبارات المقترحة في البرنامج التدريبي .



### 3-3 إجراءات الدراسة و تحديد المتغيرات و كيفية قياسها:

#### 3-3-1 المتغير المستقل:

هو المتغير الذي يفترض البحث انه السبب أو احد الأسباب لنتيجة معينة ، ودراسته قد تؤدي إلي معرفة تأثيره علي متغير آخر، ويمثل المتغير المستقل في البرنامج المقترح لتطوير المهارات الفنية لحارس المرمي لكرة القدم. (علاوي، 1999، صفحة 56)

#### 3-3-2 المتغير التابع:

هو الظاهرة التي توجد وتختفي أو تتغير حين يطبق الباحث المتغير المستقل أو تبديله و يتمثل في هذه الدراسة في الصفات و المهارات الفنية وهي مهارة استلام الكرات الجانبية مع الارتقاء، مهارة استلام الكرات العالية مع الارتقاء ومهارة لكم الكرة بيد واحدة. (موسي، 2009، صفحة 13)

#### 3-3-3 المتغيرات الدخيلة:

هي نوع من المتغيرات المستقلة لا تدخل في تصميم الدراسة و لكن لديها تأثير في النتائج المتوصل إليها و تؤثر فيه تأثيرا غير مرغوب فيه، لذلك لابد من ضبط هذه العوامل و إتاحة المجال للمتغير وحده و بالتالي تأثيره علي المتغير التابع وفيما يلي بعض النقاط إلي تتعلق بالمتغيرات الدخيلة التي تم ضبطها و التحكم فيها:

-وقت إجراء الاختبار والظروف المناخية واستعمال نفس الوسائل التدريبية.  
-مراعاة الفروق المرفولوجية بضبط العينة حتى تكون متجانسة. (الشوك، 2003، صفحة 28)

3-4 الأدوات الدراسية: ملعب كرة القدم، أقماع، صفارة، قفازات خاصة بحراس المرمي، كرات رسمية، سجل (أوراق) لتسجيل النتائج المتحصل عليها في مختلف مراحل تطبيق البرنامج التدريبي.

#### 3-5 وسائل جمع المعلومات:

-المصادر و المراجع، الانترنت.

-برنامج المعالجة الإحصائية SPSS.

### 3-6 الاختبارات:

#### 3-6-1 الاختبار الأول:

دقة استلام الكرات الهوائية ومناولتها في منطقة الهدف.

- **الهدف من الاختبار:** قياس مهارة استلام الكرات العالية ومناولتها في منطقة الهدف.

- **الأدوات المستعملة:** 5 شواخص، 6 كرات قدم قانونية.

- **طريقة إجراء الاختبار:** توضع 5 شواخص في منطقة الهدف و يقف حارس المرمى علي خط الهدف و يقف المدرب (1) علي جهة اليمين و علي بعد 6 أمتار عن زاوية منطقة الجزاء و يقف المدرب (2) علي جهة اليسار و علي بعد (6) أمتار عن زاوية منطقة الجزاء كذلك حيث يقوم المدرب (1) بمناولة عالية لي منطقة الهدف فيتحرك حارس المرمى لاستلام الكرة من بين الشواخص ثم مناولتها إلي المدرب (2) في الجهة المقابلة إلي اليسار و يقوم المدرب (2) بنفس العمل .

- **التسجيل:** يمنح الحارس 2 درجة عن كل محاولة استلام ومناولة صحيحة للكرة إلي كل من المدرب (1) والمدرب (2) ، يمنح حارس المرمى درجة واحدة (1) إذا كان الاستلام صحيح و المناولة خاطئة والعكس صحيح ، لا يمنح أي درجة إذا اخطأ في استلام ومناولة الكرة و تعاد المحاولة إذا أخطأ المدرب في إرسال الكرة بالشكل المطلوب إلي الحارس و يكرر الاختبار 6 مرات 3 علي اليمين و 3 علي اليسار، الدرجة الكلية للاختبار 12 درجة. (خالد و محمود، 2012، الصفحات 12-13)

#### 3-6-2 الاختبار الثاني: استلام الكرة الجانبية مع القفز (الارتقاء).

- الهمف من الالمبار: قياس مهارة الالمبار لمسك أو إبعاء الكرا الالمبارية مع القفز.

- الأءوا الالمبارة: 10 كرا قءم قانونية، مرمي بإبعاء قانونية.

- طرية إجراء المالمبار: يقف حارس المرمي بوضعية الالمبار في منءصف المرمي، يقف المءرب ومعه 10 كرا من علي نقءة المبار، مع بءا الإشارة يقوم المءرب بضرب الكرة مءوسءة الالمبار إلى جهة الالمبار، يقوم الحارس بالالمبار لإبعاء الكرة أو مسكها و العوءة إلى وضعية الالمبار، يقوم الحارس بالالمبار لإبعاء الكرة أو مسكها و العوءة إلى وضعية الالمبار، يقوم المءرب بضرب الكرة مءوسءة الالمبار إلى جهة الالمبار، يقوم الحارس بالالمبار لإبعاء الكرة أو مسكها و العوءة إلى وضعية الالمبار و يكرر المالمبار 10 مرءا (5 علي الالمبار و 5 علي جهة الالمبار).

- المالمبار: يمنح الحارس المرمي ءرعة واءءة عن كل مءاولة صحية، لا يمنح الحارس أي ءرعة في حال فشل في مسك أو إبعاء الكرة و عاء المءاولة إذا اءطأ المءرب في ءوجيه الكرة بالشكل المالمبار و المءرعة الكلية للمالمبار 10 ءرءا. (ءالء و مءموء، 2012، الصفاء 12-13).

3-6-3 المالمبار المالمبار: لكم (ضرب) الكرة بيد واءءة.

- الهمف من المالمبار: قياس مهارة لكم (ضرب) الكرة بقبضة اليد الواءءة إلى الجهة المالمبارة من المرمي. (ءالء و مءموء، 2012).

- الأءوا الالمبارة: 10 كرا قءم قانونية.

- طرية إجراء المالمبار: يقف المءرب في المنءقة المالمبارة و المءءءة في الملمبار وسط الملمبار ثم يقوم بضرب الكرة المالمبارة علي الأرض عاليا إلى منءقة الملمبار و يقوم حارس المرمي بالركض بسرعة ثم القفز عاليا و ضرب الكرة بقبضة اليد إلى الجهة المالمبارة.

- **التسجيل:** يقوم الحارس بتنفيذ 10 محاولات 5 لكل جهة ويمنح الحارس 5 درجات لكل 9 ضربات صحيحة من أصل 10، يمنح الحارس 4 درجات لكل 8 ضربات صحيحة من أصل 10، يمنح الحارس 3 درجات لكل 7 ضربات صحيحة من أصل 10، يمنح الحارس 2 درجات لكل 5 ضربات صحيحة من أصل 10، يمنح الحارس 1 درجات لكل 3 ضربات صحيحة من أصل 10.

**4- التجربة الاستطلاعية:**

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2022/09/05 علي أربع حراس (4) مرمى، وهم من أفراد مجتمع البحث ومن غير عينة البحث، وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية:

- التعرف علي مدى ملائمة الاختبارات المستعملة لقياس المهارات .
- التأكد من جاهزية وملائمة الأدوات المستعملة.
- التعرف علي الوقت الذي يستغرقه كل اختبار.
- التعرف علي الوقت الذي يستغرقه كل الاختبارات.
- التأكد من تنفيذ التمرينات بالوحدة التدريبية و بالوقت المحدد.
- حساب صدق وثبات الاختبارات المهارية المحكمة.

#### **5- إجراءات البحث الميدانية:**

**5-1- الاختبارات القبليّة:** تم إجراء الاختبارات القبليّة علي عينة البحث وهم حراس مرمي ينتمون إلي أندية تنشط برابطة عين الدفلى لكرة القدم وعددهم 8 حراس ، إذ تم إعطاء الوقت المناسب لغرض شرح وإجراء الاختبارات و الإحماء للحراس بعدها تم إجراء الاختبارات القبليّة بتاريخ 2022/09/18 في الملعب البلدي ببلدية جليده وقد جرت الاختبارات بوجود طاقم مساعد، كما تم تسجيل النتائج المتحصل عليها لكل حارس.

**5-2- البرنامج التدريبي:** طبق البرنامج التدريبي المقترح علي العينة التجريبية بمعدل ثلاث حصص في الأسبوع بواقع أربعة وعشرون (24) حصة

تدريبية ، وتم عرض البرنامج المقترح علي مجموعة من الأساتذة بقسم التدريب الرياضي بجامعة خميس مليانة ومنهم من كان حارس مرمي ومدرب حراس مرمي لكرة القدم لتحكيمه ،كما قام الباحثون بتعديل المطلوب من طرف المحكمين قبل الشروع في تطبيقه.

### 5-3- تقنين الاختبارات المهارية المستخدمة في الدراسة:

- **الثبات:** قمنا بتطبيق طريقة إجراء الاختبار وإعادة إجراء الاختبار في نفس الظروف علي عينة تبلغ (5) حراس ينتمون لأندية تنشط بالرابطة الولائية لعين الدفلى لكرة القدم من خلال تطبيق الاختبارات المقترحة ،وكذا تقنينها حيث تم إجراء الاختبار الأول يوم 2022/09/08 ومن ثم إعادته في نفس الظروف مع نفس العينة يوم 2022/09/15، وبعدها أبعدنا أفراد هذه العينة وقمنا بحساب الارتباط بينهما باستخدام معامل الارتباط البسيط بيرسون.
- **الصدق الذاتي:** قمنا بحسابه انطلاقا من الجذر التربيعي للثبات.

**جدول(1):** يبين معاملات الثبات و الصدق الذاتي لاختبارات مهارات الفنية

لحراس المرمي لكرة القدم.

معامل الصدق الذاتي	احتمالية معامل بيرسون	معامل الثبات	إعادة الاختبار		الاختبار		الاختبار
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.84	0.01	0.71	0.53	5	0.54	4.6	استلام الكرة الجانبية
0.84	0.00	0.71	0.54	5.4	0.54	5.6	دقة استلام الكرات العالية
0.93	0.01	0.86	0.92	2.4	0.93	2.2	لكم الكرة بيد واحدة

**المصدر: من اعداد الباحثين**

**4-5 التحليل:** من خلال الجدول رقم (1) نلاحظ أن احتمالية اختبار بيرسون بين القياس القبلي و القياس البعدي لاختبار مهارة استلام الكرة الجانبية مع الارتقاء و البالغة 0.01، و اختبار مهارة دقة استلام الكرات العالية من الارتقاء (القفز) ومناولتها و البالغة 0.00 ، وكذلك اختبار مهارة لكم الكرة بيد واحدة و البالغة 0.01 ، وهي كلها اقل من نسبة الخطأ 0.05، وهذا يدل علي وجود ارتباط معنوي بين القياسين القبلي والبعدي كما نلاحظ أن قيمة معامل الصدق الذاتي بلغت: 0.84، 0.84، و 0.93 علي التوالي ما يعني صدق وثبات الاختبارات.

**5-5 عرض وتحليل النتائج:**

**جدول (2):** يوضح تجانس عينة البحث من حيث السن، الطول، الوزن و العمر التدريبي.

العينة	معامل التواء	الانحراف المعياري	الوسيط	الوسط الحسابي	المتغيرات
8	-0.28	1.31	27.5	27.375	السن(السنة)
	0.84	1.77	180	180.5	الطول(سم)
	-0.33	2.22	82.5	82.25	الوزن(كلغ)
	-0.93	0.4	13	13.375	العمر التدريبي(السنة)

**المصدر: من اعداد الباحثين**

من خلال الجدول يتبين لنا أن قيمة معامل الالتواء تتراوح بين (-1) و (1) وهذا ما يدل علي تجانس عينة البحث في السن، الطول، الوزن و العمر التدريبي. (التكريتي و أعبدي، 1999، صفحة 178).

**جدول (3): يبين الفروق بين القياس القبلي و القياس البعدي لاختبارات قيد الدراسة**

الاختبار	تطبيق الاختبار		إعادة الاختبار		احتمالية اختبار	مستوي الدلالة	دلالة اختبار
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
اختبار مهارة استلام الكرة الجانبية بالارتقاء	6.125	0.64	7.625	0.51	7.51	0.05	دال
اختبار مهارة دقة استلام الكرة لكرات العالية من القفز	5.5	0.53	7.25	0.46	10.69	0.05	دال
اختبار مهارة لكم الكرة بيد واحدة	2.375	0.52	3.5	0.53	7.17	0.05	دال

المصدر: من اعداد الباحثين

**5-6 التحليل:** من خلال الجدول رقم (3) نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي للقياس القبلي لاختبار مهارة استلام الكرة الجانبية بالارتقاء بلغ 6.125 و هو اقل من المتوسط الحسابي للقياس البعدي و المقدر ب 7.625 في حين أن

الانحراف المعياري للقياس القبلي بلغ 0.64 وهو اكبر من الانحراف المعياري للقياس البعدي و المقدر ب0.51، في حين أن قيمة الاختبار "ت" المحسوبة قدرت ب 7.51 ، وهي اكبر من القيمة الجدولية و المقدر ب 2.36 عند مستوى الدلالة (0.05) ، أي تحسن أداء الحراس في اختبار مهارة استلام الكرة الجانبية بالارتقاء و يعزي هذا التحسن إلي البرنامج المقترح.

في حين نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي للقياس القبلي لاختبار مهارة دقة استلام لكرات العالية من القفز بلغ 5.5 و هو اقل من المتوسط الحسابي للقياس البعدي و المقدر ب 7.25 ، و الانحراف المعياري للقياس القبلي بلغ 0.53 وهو اكبر من الانحراف المعياري للقياس البعدي و المقدر ب0.46، و قيمة الاختبار "ت" المحسوبة قدرت ب 10.69 وهي اكبر من القيمة الجدولية و المقدر ب 2.36 عند مستوى الدلالة (0.05) ، أي تحسن أداء الحراس في اختبار مهارة دقة استلام الكرة العالية بالقفز و يعزي هذا التحسن إلي البرنامج المقترح.

كما أن قيمة المتوسط الحسابي للقياس القبلي لاختبار مهارة لكم الكرة بيد واحدة بلغ 2.375 و هو اقل من المتوسط الحسابي للقياس البعدي و المقدر ب 3.5 في حين أن الانحراف المعياري للقياس القبلي بلغ 0.52 وهو اقل من الانحراف المعياري للقياس البعدي و المقدر ب0.53، و قيمة الاختبار "ت" المحسوبة قدرت ب 7.17، وهي اكبر من القيمة الجدولية و المقدر ب 2.36 عند مستوى الدلالة (0.05) ، أي تحسن أداء الحراس في اختبار مهارة لكم الكرة بيد واحدة و يعزي هذا التحسن إلي البرنامج المقترح.

#### 7- مناقشة النتائج وتفسيرها:

7-1- مناقشة الفرضية الأولى: انطلاقا من النتائج المتحصل عليها علي اختبار مهارة استلام الكرة الجانبية من الارتقاء ومقارنتها بالفرضية الأولى و استنادا إلي نتائج الجدول رقم (3) المتحصل عليها بالمعالجة الإحصائية حيث



كانت قفة "ت" المحسوبة اكبر من قفة "ت" الءءءءة، نسلء ءوء فروق ءاء ءءالة إءصائفة بفن القفاس القبلف والقفاس البءءف و لصالء القفاس البءءف للاءءبار مءارة اسءلام الكرة الءانبفة بالارءماء وءا ما أكءه (الءفباف، 2011، الصفاء 4-10) عف فءالفة برنامء الءرفبف المقءرء لءطوفر بعء المءارات الأساسية لءراس المرمف لكرة القءم فف الأردن كمءارة مسك الكراء الأرضفة من الارءماء ومنه نسلءلص ءءقق الفرضفة الأولى.

**7-2- مناقشة الفرضفة الءانفة:** من ءلال نءائء الءءول (3) المءءصل عفها بالمءالءة الإءصائفة ءبفن للباءءفن أن قفة "ت" المحسوبة اكبر من قفة "ت" الءءءءة، مما فءل عف ءوء فروق فرءفة بفن القفاس القبلف والقفاس البءءف لاءءبار مءارة ءقة اسءلام الكراء العالفة بالارءماء (القفز) ومناولءها و لصالء القفاس البءءف، وءا ما أكءه بوكرايم بلقاسم فف ءراءة ءءء عنوان "ءأفر الءرفب البلفومءرف عف ءطوفر مءارءف الارءماء و قفة الءصوف لءف لاعبف كرة القءم صنف أواسط" ءفء أكء فءالفة البرنامء الءرفبف المقءرء لءءسن صفة الارءماء لءف لاعبف كرة القءم باسءءءام الءرفب البلفومءرف. (بوكرايم، 2019، الصفاء 221-232)

كما أكء الباءءان (الامفن و اعراب، 2012، الصفاء 21-40) عف فءالفة برنامء ءرفبف مقءرء بطرفة الءرفب الءكرارف لءءسن سرعة رء الفعل لءف لءراس المرمف وفاعلفءها فف ءسم الكراء العالفة والمساءمة فف بناء الشق الءءومف، مما فءل عف صءة وءءقق الفرضفة الءانفة.

**7-3- مناقشة الفرضفة الءالءة:** بالرفوء إلف النءائء المءءصل عفها فف الءءول رقم (3) ءبفن لنا أن قفة "ت" المحسوبة اكبر من قفة "ت" الءءءءة و ءا فءل عف ءوء فروق بفن القفاس القبلف و القفاس البءءف لاءءبار مءارة لكم الكرة ببء واءءة، و لصالء القفاس البءءف وءا ما راءع إلف فءالفة البرنامء الءرفبف المقءرء والءف أكءه (شلبف، 2019، صفة 79) فف ءراءءه ءءء عنوان

أثر البرنامج التدريبي المقترح على منحى التغيير في جميع المتغيرات البدنية والمهارية قيد الدراسة لدى حراس مرمى كرة القدم في منطقة الناصرة ، وهذا يدل علي تحقق الفرضية الثالثة.

#### 8- خاتمة:

إن حارس المرمى هو آخر خط دفاعي لإيقاف الكرة من دخول شباك المرمى وهو بذلك يعد احد أهم العناصر الأساسية في الفريق في الدفاع عن مرماه ويتميز بخصائص ومواصفات خاصة تميزه عن باقي اللاعبين ،ذلك وجب علي المدربين و المشرفين علي أندية كرة القدم لا سيما في الأقسام السفلي الاهتمام بتدريب حراس المرمى والاعتناء بهم من خلا تسخير مدربين متخصصين لتطبيق برامج مبنية علي أسس علمية لتحسين المهارات الفنية للحراس وهذا ما أظهره البرنامج التدريبي المقترح في الدراسة ، وقد توصلنا إلي :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي لاختبار مهارة استلام الكرة الجانبية مع الارتقاء(القفز) لصالح القياس البعدي.  
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي لاختبار مهارة دقة استلام الكرات العالية من الارتقاء(القفز) ومناولتها و لصالح القياس البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي لاختبار مهارة لكم (ضرب) الكرة بيد واحدة و لصالح القياس البعدي.  
ومنه فان البرنامج المقترح حقق نتائج ايجابية في تحسين مهارات حراس المرمى قيد الدراسة.

وعلي ضوء النتائج المتوصل إليها يوصي الباحثين ب:

- ضرورة تخصيص مدربين متخصصين في تدريب حراس المرمى.
- تطبيق برامج علمية لتطوير الصفات المهارية لحراس المرمى.

- الالهتام بلكوين المءرببن لءراس المرمى من ءلال المشاركة فى ءورات لهءف إلى الاطلاع على ما هو ءءىء فى عالم ءءربب ءراس المرمى لكرة القءم.

#### 9- قائمة المصادر و المراجع:

ابراهيم شعلائن، و محمد عفىفى. (2001). كرة القءم للناشئين. القاهرة: مركز الكءاب والنشر.

ابراهيم مففى. (1993). ءارس المرمى (الإصءار 1). القاهرة: ءار الفكر العربى.

ابو عبءة ءسن. (2008). الاءءاء المهارى فى كرة القءم"النظرىة و الءطبقىة". الاسكءبرىة: مكءبة الاشعاع الفنىة.

اءمء شلبى. (2019). أءر برنامء ءءرببى مقءرء على منءى الءغىر لبعض المءغىرات البءنىة والمهارىة لءراس مرمى كرة القءم فى منطقة الناصرة. الناصرة، فلسطىن: ءامعة النءاء الوطنىة.

اءمء عرببى. (2016). ءءطىب الءءربب فى كرة الىء (الإصءار العربىة الاولى). عمان، الاءرن: مكءبة المءءمع العربى للنشر و الءوزىع. البءربى، و اءرون. (1997). كرة القءم. وزرة الءعلىم العالى.

بلقاسم بوكرايم. (2019). ءائىر الءءربب البلىومءربى على ءطوبر مهارىى الاءرءقاء وقوة الءصوبىب لءى لاءبى كرة القءم صنف اواسط. مجلة الءفوق فى علوم و ءقنىاء النشاطاء البءنىة و الرىاضىة الببىض ، 4 (2).

زهىر الءشاب، و بونس معءز. (2005). كرة القءم-مهاراء-اءءباراء-قانون. الموصل، العراق: ءار النشر للءباعة والنشر، الموصل.

سلطان مءمء. (2009). مساهمة بعض القءراء الءوافقىة فى مسءوى بعض المباءاءالءطبقىةالهءومىة لئاشئى كرة القءم. المءلة العلمىة المءءصصة ، 48.

- شعلان ابراهيم، و ناجي احمد. (2016). موسوعة التدريب في حراسة المرمى لكرة القدم من الناشئين الي الدرجة الاولى. القاهرة: مركز الكتاب و النشر.
- غانم محمد الامين، و بن مسلي اعراب. (2012). اثر وحدات تدريبية مقترحة بطريقة التدريب التكراري لتحسين سرعة رد الفعل لدي حراس المرميو فاعليتها في اداء الهجوم المضاد. مجلة البحوث في علوم و تقنيات النشاط البدني و الرياضي ، 2 (1).
- محمد حسين علاوي. (1999). البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي (المجلد 2). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- محمود الاطرش، و عصام ابوشهاب. (2016). قانون كرة القدم 2015 توضيح مواد القانون تعليمات للحكام و و المراقبين (المجلد الاول). عمان: دار كنوز المعرفة للنشر و التوزيع.
- مختار حنفي. (1994). الاسس العلمية في تدريب كرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي.
- موسي. (2009). مبادئ البحث في العلوم الانسانية و الاجتماعية. الاسكندرية: دار الوفاء.
- ناجح الذيابات. (2011). اثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المهارات الأساسية لحراس مرمى كرة القدم في الأردن. مجلة التحدي ، 4.
- نوري ابراهيم الشوك. (2003). دليل الباحث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية. بغداد: كلية التربية الرياضية.
- وديع ياسين التكريتي، و حسن محمد العبيدي. (1999). التطبيقات الإحصائية و استخدامات الحاسوب في التربية الرياضية. الموصل، العراق: مطبعة التعليم العالي.
-

وليد خالد، و جميل محمود. (2012). التحليل التمييزي لبعض المتغيرات  
المهارية لدى حراس المرمى بكرة القدم،مجلة الراقدين للعلوم الرياضية ،. مجلة  
الراقدين للعلوم الرياضية ، 18 (58).