

أثر تطوير القدرات البدنية (المداومة، السرعة، المرونة) وعلاقتها بتطوير القدرات التقنية (التحكم في الكرة، المراوغة، التنطيط بالكرة) لدى ناشئي كرة القدم "U10"

**The impact of physical abilities development (endurance, speed, flexibility) and its relationship with the development of technical abilities (ball control, dribbling, and dribbling) of soccer beginners (U10)"**

نجماوي خالد<sup>(1)</sup> بلعروسي سليمان<sup>(2)</sup> \* ماحي صفيان<sup>(3)</sup>

<sup>(1)</sup> مخبر الإبداع والأداء الحركي، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، الجزائر k.nedjmaoui@univ-chlef.dz

<sup>(2)</sup> مخبر الإبداع والأداء الحركي، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، الجزائر s.belaroussi@univ-chlef.dz

<sup>(3)</sup> مخبر الإبداع والأداء الحركي، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، الجزائر s.belaroussi@univ-chlef.dz

تاريخ الاستلام: 2019-05-28؛ تاريخ القبول: 2019-09-22؛ تاريخ النشر: 2020/06/30

**ملخص:**

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن أثر تطوير القدرات البدنية (المداومة، السرعة، المرونة) وعلاقتها بتطوير القدرات التقنية (التحكم في الكرة، المراوغة، التنطيط بالكرة) لدى ناشئي كرة القدم أقل من 10 سنوات، فتم استخدام المنهج التجريبي، وتطبيق البرنامج التدريبي وكذا الاختبارات المناسبة (القدرات البدنية والقدرات التقنية) قيد الدراسة، على عينة تمثلت في 20 لاعب ناشئي تتراوح أعمارهم بين (9-10) سنوات من جمعية النشاء الصاعد بلدية العطاف بولاية عين الدفلى حيث تم اختيارها بطريقة عشوائية، فأسفرت نتائج المعالجة الإحصائية على وجود فروق

معنوية ذات دلالة إحصائية بين جميع الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية، وبعد وصف النتائج عن طريق حساب معامل الارتباط بين المتغيرات، تبين أنه توجد علاقة ارتباط معنوية بين المداومة مع دقة التمرير والسرعة مع المراوغة بالإضافة إلى المرونة مع التنطيط بالنسبة للاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية، ولا توجد علاقة ارتباط معنوية بين المداومة مع دقة التمرير والسرعة مع المراوغة بالإضافة إلى المرونة مع التنطيط بالنسبة للاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة.

تم التوصل إلى أن لتطوير القدرات البدنية (المداومة، السرعة، المرونة) تأثير ايجابي بالترتيب على القدرات التقنية (التحكم في الكرة، المراوغة، التنطيط بالكرة لدى ناشئي كرة القدم (U10).

كلمات مفتاحية: القدرات البدنية؛ القدرات التقنية؛ ناشئو كرة القدم (U10).

#### Abstract:

The objective of this study is to see the impact of the development of physical qualities (endurance, speed, flexibility) and their relationship with the development of technical qualities (control of the ball, dribbling, torsion of the ball) in footballers less 10 years old.

For this reason we chose the experimental method with a training program and appropriate tests (physical and technical qualities) to study, on a sample of 20 young players aged (9 to 10) belonging to the Association. young people in the municipality of Del Alataf wilaya of Ain el-Defla this sample was chosen at random.

After the statistical treatment The results showed the existence of a significant difference between the post-test and the pre-test and in favor of the experimental group.

After describing the results by calculating the correlation coefficient between the variables, it was found that there was a significant correlation between the endurance quality and accuracy of the ball pass, the speed with the dribble as well as the flexibility with the dribble for the pre-test in favor of control sample.

The results were as follows:

The development of physical qualities (endurance, speed, flexibility) had a positive effect on the technical qualities (control of the ball, dribbling, twisting of the ball in footballers under 10 years).

**Keywords:** Physical qualities; Technical qualities; Football (U10).

**Résumé :**

L'objectif de cette étude est voir l'impact du développement des qualités physiques (endurance, vitesse, souplesse) et leurs relation avec le développement des qualités techniques (contrôle de la balle, dribble, torsion de la balle) chez les footballeurs de moins de 10 ans.

Pour cette raison on a choisi la Méthode expérimentale avec un programme d'entraînement et des tests Convenables (qualités physiques et techniques) à l'étude, sur un échantillon de 20 jeunes joueurs âgés de (9 à 10) ans appartenant a l'Association des jeunes tallent dans la commune Del Alataf wilaya de Ain el-Defla cette échantillon a été choisi au hasard.

Après le traitement statistique Les résultats ont montré L'existence d'une différence significative entre le post-test et le pré-test et en faveur du groupe expérimental.

Après la description des résultats en calculant le coefficient de corrélation entre les variables on a constaté qu'il existait une corrélation significative entre la qualité d'endurance et la précision du passe ballon, la vitesse avec le dribble ainsi que la souplesse avec le drible pour le pré-test en faveur d'échantillon de contrôle.

Les résultats ont été les suivants:

Le développement des qualités physiques (endurance, vitesse, souplesse) a eu un effet positif sur les qualités techniques (contrôle de la balle, dribble, torsion de la balle chez les footballeurs de moins de 10 ans).

**Mots clés:** Qualités physiques; Qualités techniques; Footballeur (U10).

## مقدمة:

تعتمد كرة القدم الحديثة على الأداء المهاري الذي يضع الفارق خلال المنافسة، لذا وجب على مدرب الناشئين الأخذ بعين الاعتبار تعطش الطفل الشديد للعب كأساس عليه التعامل معه، وكذا تنمية وتطوير مختلف القدرات التقنية والصفات البدنية والتي من بينها صفات (المداومة، السرعة، المرونة) التي تعتبر الركيزة الأساسية للمهارات الأساسية، قصد تحسين مستوى أداء الناشئ، فحتى يصبح لاعبا لامعا في اللعبة وجب عليه أن يمتلك صفات مهارية عالية تؤهله إلى أن يكون في مصاف ممارسي هذه اللعبة التي أضحت تستقطب الملايين، لذا وجب التفكير في تحسين وصقل هذه المهارات الأساسية القاعدية (كالتمرير، التصويب، التنطيط، المراوغة...) قصد النهوض بمستوى مقنع للاعب الممارس لها، وعلى ضوء هذا فإن القدرات البدنية قد تساهم بشكل أو بآخر في إبراز هذا المستوى ما شد إليها المختصين في محاولة ومعرفة مداها في إكساب الرياضي الناشئ هذه المهارات الأساسية، لذا جاءت هذه الدراسة التي سنحاول من خلالها الكشف عن أثر تطوير القدرات البدنية (المداومة، السرعة، المرونة) وعلاقتها بتطوير القدرات التقنية (التحكم في الكرة، المراوغة، التنطيط بالكرة) لدى ناشئي كرة القدم أقل من 10 سنوات.

## 2. مشكلة البحث:

أثبتت العديد من البحوث العلمية على أن المراحل العمرية (9-10 سنوات) من أنسب مراحل لاكتساب المهارات. أن يكون تشكيل المهارات من خلال عمل يهدف إلى تنمية الصفات البدنية أو بعضها منها، "ويتضح من خلال الأداء المهاري نفسه، وعلى ذلك يحاول الباحث في استخدامه لطرق التدريب المختلفة لتنمية الجانب البدني والمهاري في ظروف تساعد على سهولة الوصول في النهاية إلى تأدية المهارة في جو قريب من المنافسة وعدم إتباع هذا الأسلوب في برامج التدريب لدى مدربي قطاع الناشئين رغم الدور المهم للألعاب التمهيدية في تنمية القدرات البدنية والمهارات الأساسية الخاصة نظرا للتنوع في الأداء الحركي وبذل الجهد والتركيز في ممارسة أصلح الطرق لتنفيذ المهارات الرياضية". (شليمن، 1968).

على هذا الأساس يرى الباحثون أن مشكلة تنمية وتطوير عناصر اللياقة البدنية

لفئة الناشئين تتطلب حرصا كبيرا ودراية كبيرة في مجال التدريبي، حيث تعتمد البرامج التدريبية على ثلاث ركائز هي شدة التدريب وحجمه وكثافته، ولهذا يجب أن يكون هناك تكامل وترابط من الناحية العلمية والعملية في برنامج التدريب.

فلا بد من العمل على تطوير عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالناشئين المتمثلة في السرعة والمرونة والمداومة حيث من خلال هذه العناصر سنتطرق لجميع الطرق والوسائل الكفيلة لتنميتها وتطويرها للعمل على خدمة الأندية بشكل عام واللاعبين الناشئين بشكل خاص ومن هذا ظهرت مشكلة الدراسة لدى الباحث.

ومن هذا المنطلق يمكن طرح التساؤل: ما مدى تأثير تطوير القدرات البدنية في تطوير القدرات التقنية لدى ناشئي كرة القدم أقل من 10 سنوات ؟

ومن خلال التساؤل السابق يمكن إدراج الأسئلة الفرعية التالية:

- هل توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات البدنية والقدرات التقنية ؟

- هل تؤثر صفة المداومة على تقنية التحكم في الكرة لدى الناشئين؟

- هل بإمكان صفة السرعة أن تؤثر على تقنية المراوغة في نشاط كرة القدم لدى الناشئين؟

- هل يمكن أن يكون لصفة المرونة تأثير على تقنية الارتقاء بالنسبة للناشئين في كرة القدم؟

### 3. الفرضيات:

- الفرضية العامة: القدرات البدنية لها دور كبير في تطوير القدرات التقنية عند الناشئين في كرة القدم من خلال تسهيل أداء المهارة الحركية.

- الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات البدنية والقدرات التقنية ولصالح المجموعة التجريبية.

- صفة المداومة لها تأثير كبير على تقنية التحكم في الكرة لدى الناشئين.
- صفة السرعة لها دور كبير في التأثير على تقنية المراوغة في نشاط كرة القدم لدى الناشئين.
- المرونة لها أهمية كبيرة في عملية التنطيط بالكرة بالنسبة للناشئين في كرة القدم.

#### 4. أهداف البحث:

- إبراز علاقة صفة المداومة في التأثير على تقنية التحكم في الكرة لدى ناشئي كرة القدم.
- توضيح ما مدى تأثير السرعة على تقنية المراوغة عند الناشئين في نشاط كرة القدم.
- توضيح دور صفة المرونة في التأثير على تقنية الارتقاء بالنسبة للناشئين في كرة القدم.

#### 5. تحديد المصطلحات:

**القدرات البدنية:** يطلق علماء التربية البدنية في الولايات المتحدة الأمريكية علميا اسم مكونات اللياقة البدنية باعتبارها احد مكونات اللياقة الشاملة.

**القدرات المهارية:** ويمكن تعريفها بأنها: "قدرة عالية على الإنجاز، سواء كانت بشكل فردي أو داخل فريق أو ضد خصم أو بأداة أو بدونها". (طلحة، 1997)

**المداومة:** هي القدرة على القيام بمختلف العمليات التحضيرية (بدنية، مهارية، تكتيكية) دون هبوط مستوى الإنجاز.

**السرعة:** هي القدرة على التحرك لأمام بأسرع ما يمكن ويقول أبو العلا عبد الفتاح: أنها القدرة على الانتقال أو التحرك من مكان لآخر بأقصى سرعة ممكنة. (أبو العلا، 1997).

**المرونة:** تعرف المرونة بأنها المدى الحركي المتاح في المفصل أو عدد المفاصل، كما أنها تعرف بأنها مقدرة مفاصل الجسم على العمل على مدى واسع. (إياد، 2011)

#### 6. الدراسات السابقة ومشابهة:

- دراسة رياحي هشام (2013) بعنوان: تأثير بعض الصفات البدنية والحركية على أداء مهارة التصويب في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

هدفت هذه الدراسة إلى:

- معرفة تأثير بعض الصفات البدنية (السرعة، القوة) على أداء مهارة التصويب من الثبات ومن الارتقاء في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- معرفة تأثير بعض الصفات الحركية (التوافق الحركي، المرونة) على أداء مهارة التصويب من الثبات ومن الارتقاء في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- دراسة م.م عقيل جراح صبر (2012) تحت عنوان: بعض الصفات البدنية وتأثيرها على مستوى انجاز اللاعب الحر(الليبرو) في الكرة الطائرة.

وقد هدفت الدراسة إلى:

- التعرف على مستوى بعض قيم القدرات البدنية عند اللاعب الحر(الليبرو).

- التعرف على مستوى بعض قيم الإنجاز لدى اللاعب الحر(الليبرو).

- التعرف على العلاقة بين مستوى القدرات البدنية وانجاز اللاعب الحر(الليبرو).

- دراسة عماد الدين عباس رمضان (1998) تحت عنوان: تأثير صفة السرعة على أداء المهارات الهجومية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي (17- 18) سنة.

وقد هدفت هذه الدراسة إلى: معرفة مدى تأثير صفة السرعة على أداء المهارات الهجومية في كرة اليد لدى تلاميذ الطور الثانوي (17- 18) سنة.

## 7. منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

### 1-7. منهج البحث:

تم استخدام المنهج التجريبي الذي يعتبر المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر لحساب دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة، بالإضافة إلى الاستعانة بالمنهج الوصفي لوصف العلاقة الارتباطية بين متغيرات البحث.

## 2-7. مجتمع وعينة البحث:

مجتمع الدراسة: تمثل مجتمع البحث في ناشئي جمعية النشء الصاعد لكرة القدم لبلدية العطاف ولاية عين الدفلى للموسم الرياضي 2017-2018 والبالغ عددهم 60 لاعب تتراوح أعمارهم من 8 إلى 12 سنة.

عينة الدراسة: تتكون عينة الدراسة من 20 لاعب ناشئي تتراوح أعمارهم من 9 إلى 10 سنوات (فريق 2008/2009) تم اختيارهم بطريقة عشوائية وبصفة تخدم بحثنا.

جدول رقم (01): يبين نسبة عينة البحث من مجتمع البحث.

| النسبة المئوية % | العدد            |                    |                  |
|------------------|------------------|--------------------|------------------|
| 100%             | 60               |                    | المجتمع الأصلي   |
| 33.3%            | 20               |                    | عينة البحث       |
|                  | المجموعة الضابطة | المجموعة التجريبية | التصميم التجريبي |
|                  | 10               | 10                 |                  |

المجموعة التجريبية: تمثلت في 10 لاعبين من ناشئي جمعية النشء الصاعد لكرة القدم ببلدية العطاف تم اختيارهم بطريقة عشوائية تتوفر فيهم خاصية الفئة العمرية 09-10 سنوات أجريت عليهم الاختبارات كما طبق عليهم برنامج تدريبي خاص بالسرعة والمرونة والمداومة.

المجموعة التجريبية: تمثلت في 10 لاعبين الباقين أجريت عليهم الاختبارات دون خضوعهم للبرنامج التدريبي.

## 3-7. مجالات البحث:

المجال الزمني: أجري البحث في الفترة الممتدة بين 2018/01/20 إلى غاية 2018/05/20.



المجال المكاني: ويتجلى في جمعية النشئ الصاعد لكرة القدم بلدية العطاف ولاية عين الدفلى المتكونة من 60 لاعب يمارسون كرة القدم.

#### 4-7. ضبط المتغيرات الدخيلة:

التحكم في الزمن: يكون في بعد الوقت المخصص لأداء الحصة التدريبية داخل الملعب مباشرة حيث يكون وقت إجراء التدريبات مساءً من الرابعة والنصف إلى السادسة. السن: حيث ينحصر سن اللاعبين بين 9 و10 سنوات. الجنس: كلتا العينتين ذكور. الوسائل البيداغوجية: جميع الاختبارات تقاس بنفس الوسائل مع كلتا المجموعتين.

#### 5-7. التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء هذه التجربة يوم الجمعة الموافق ل 9 مارس 2018 على عينة مؤلفة من 10 لاعبين تم اختيارهم بطريقة عشوائية وتم إجراء الاختبارات على هذه العينة أمام العينة الرئيسية وذلك للتعرف على كيفية أداء الاختبارات والمهام المحددة لفريق العمل المساعد فضلا عن التأكد من صلاحية الأجهزة والفترة الزمنية المحددة لإجراء كل اختبار (الصدق، الثبات والموضوعية).

#### 6-7. الاختبارات المستخدمة:

- اختبار المداومة الجري 300 متر: لقياس التحمل.  
- اختبار ثني الجذع للأمام أسفل من الوقوف: لقياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي.

- اختبار سباق السرعة (الجري 30م): لقياس السرعة.  
- اختبار المراوغة: لقياس القدرة على المراوغة عند لاعبي كرة القدم الناشئين.  
- اختبار دقة التمرير: لقياس قياس دقة التمرير عند لاعبي كرة القدم الناشئين.  
- اختبار التنطيط خلال 30 ثانية: لقياس التنطيط عند اللاعبين.

#### 7-7. الدراسة الأساسية:

المجموعة التجريبية: تمثلت في 10 لاعبين من ناشئي جمعية النشئ الصاعد لكرة

القدم ببلدية العطاف تم اختيارهم بطريقة عشوائية تتوفر فيهم خاصية الفئة العمرية (10-09) سنوات أجريت عليهم الاختبارات كما طبق عليهم برنامج تدريبي خاص بالسرعة والمرونة والمداومة.

المجموعة التجريبية: تمثلت في (10) لاعبين الباقين أجريت عليهم الاختبارات دون خضوعهم للبرنامج التدريبي الخاص بالسرعة والمرونة والمداومة.

### 8-7. الوسائل الإحصائية:

المتوسط الحسابي.

الانحراف المعياري.

اختبارات ستودنت.

معامل ارتباط بيرسون.

### 8. عرض، تحليل ومناقشة النتائج:

#### 8-1. نتائج القياس القبلي:

جدول رقم(02): دلالة الفروق بين درجات متوسطي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس القبلي للاختبارات البدنية والتقنية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 18.

| الاختبارات                            | المجموعة التجريبية (n=10) | المجموعة الضابطة (n=10) | قيمة ت المحسوبة | قيمة ت الجدولية | الدلالة الإحصائية للفروق |
|---------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-----------------|-----------------|--------------------------|
|                                       |                           |                         |                 |                 | $\bar{x} \pm S$          |
| القدرات البدنية                       |                           |                         |                 |                 |                          |
| المداومة (اختبار المداومة الجري 300م) | 70.42 ±2.93               | 70.01 ±3.09             | 0.32            | 2.13            | غير دالة إحصائياً        |
| السرعة (اختبار سباق السرعة الجري 30م) | 06.42 ±0.47               | 06.55 ±0.53             | 0.59            |                 | غير دالة إحصائياً        |
| المرونة (اختبار ثني)                  | 11.60 ±1.58               | 11.90 ±1.79             | 0.39            |                 | غير دالة                 |

|                     |  |      |             |                                 |                                 |
|---------------------|--|------|-------------|---------------------------------|---------------------------------|
| إحصائيا             |  |      |             | الجذع للأمام أسفل<br>من الوقوف) |                                 |
|                     |  |      |             | القدرات التقنية                 |                                 |
| غير دالة<br>إحصائيا |  | 0.31 | 02.20 ±0.78 | 02.30 ±0.67                     | اختبار دقة التمرير              |
| غير دالة<br>إحصائيا |  | 1.19 | 15.01 ±1.47 | 14.30 ±1.07                     | اختبار المروعة                  |
| غير دالة<br>إحصائيا |  | 0.36 | 13.90 ±2.99 | 14.40 ±3.13                     | اختبار التنطيط خلال<br>30 ثانية |

## 2-8. نتائج القياس البعدي:

جدول رقم (03): دلالة الفروق بين درجات متوسطي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي للاختبارات البدنية والتقنية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 18.

| الدلالة الإحصائية للفروق | قيمة ت الجدولية | قيمة ت المحسوبة | المجموعة الضابطة | المجموعة التجريبية | الاختبارات                                       |
|--------------------------|-----------------|-----------------|------------------|--------------------|--|
|                          |                 |                 | (n=10)           | (n=10)             |  |
|                          |                 |                 | $\bar{x} \pm S$  | $\bar{x} \pm S$    |  |
|                          |                 |                 |                  |                    | القدرات البدنية                                  |
| دالة إحصائيا             | 2.13            | 02.29           | 70.03 ±3.20      | 66.75 ±3.43        | المداومة (اختبار المداومة الجري 300م)            |
| غير دالة إحصائيا         |                 | 04.95           | 06.57 ±0.46      | 05.50 ±0.50        | السرعة (اختبار سباق السرعة الجري (30م))          |
| غير دالة إحصائيا         |                 | 03.47           | 12.00 ±1.49      | 14.50 ±1.71        | المرونة (اختبار ثني الجذع للأمام أسفل من الوقوف) |
|                          |                 |                 |                  |                    |  |
| غير دالة إحصائيا         |                 | 02.17           | 02.40 ±0.70      | 03.10 ±0.74        | اختبار دقة التمرير                               |

|                      |       |                |                |                                 |
|----------------------|-------|----------------|----------------|---------------------------------|
| غير دالة<br>إحصائياً | 04.87 | 14.75<br>±1.49 | 12.17<br>±0.75 | اختبار المراوغة                 |
| غير دالة<br>إحصائياً | 04.16 | 14.10<br>±2.77 | 19.60<br>±3.07 | اختبار التنطيط خلال 30<br>ثانية |

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (02) والجدول رقم (03) تم إبراز ما يلي:

بالنسبة لاختبارات القدرات البدنية: من خلال مقارنة نتائج الاختبارات البعدية ما بين المجموعة الضابطة والتجريبية، تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية ما بين نتائج المجموعتين في الاختبارات البعدية للمداومة والمرونة بالإضافة إلى السرعة.

بالنسبة لاختبارات القدرات التقنية: من خلال مقارنة نتائج الاختبارات البعدية ما بين مجموعة الضابطة والتجريبية تبين لنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية ما بين نتائج المجموعتين في الاختبارات البعدية لدقة التمرير والمراوغة بالإضافة إلى التنطيط.

وهذا ما يؤكد صحة الفرضية " - توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في اختبارات القدرات البدنية والقدرات التقنية ولصالح المجموعة التجريبية ".

3-8. درجة الارتباط بين اختبارات القدرات البدنية والقدرات المهارية للمجموعة

الضابطة في الاختبارات القبليّة والبعدية:

أ- اختبار المداومة مع اختبار دقة التمرير:

الجدول (04): يبين معامل الارتباط بين اختبار المداومة ودقة التمرير للمجموعة الضابطة.

|                    |        |                   |
|--------------------|--------|-------------------|
| اختبار دقة التمرير |        |                   |
| ألبعدي             | القبلي |                   |
| 2.4                | 2.2    | المتوسط الحسابي   |
| 0.69               | 0.78   | الانحراف المعياري |

|                |      |      |
|----------------|------|------|
| معامل الارتباط | 0.59 | -0.1 |
|----------------|------|------|

من خلال الجدول (04) الذي يوضح معامل الارتباط بين اختبار المداومة ودقة التمرير للعينة الشاهدة في كلا الاختبارين القبلي والبعدي لاحظنا انخفاض في الاختبار البعدي لدقة التمرير مع وجود ارتباط عكسي متوسط.

ب- اختبار ثنائي الجذع للأمام أسفل من الوقوف مع اختبار التنطيط بالكرة:

الجدول (05): يبين معامل الارتباط بين اختبار ثنائي الجذع للأمام أسفل من الوقوف مع التنطيط بالكرة للمجموعة الضابطة.

| اختبار التنطيط بالكرة |        |                   |
|-----------------------|--------|-------------------|
| ألبعدي                | القبلي |                   |
| 14.1                  | 13.9   | المتوسط الحسابي   |
| 2.77                  | 2.99   | الانحراف المعياري |
| -0.25                 | -0.53  | معامل الارتباط    |

من خلال الجدول (05) الذي يوضح معامل الارتباط بين اختبار ثنائي الجذع للأمام أسفل من الوقوف مع التنطيط بالكرة للعينة الشاهدة في كلا الاختبارين القبلي وألبعدي لاحظنا تطور خفيف في الاختبار ألبعدي مع وجود ارتباط عكسي متوسط.

ج- اختبار السرعة مع اختبار المراوغة:

الجدول (06): يبين معامل الارتباط بين اختبار السرعة مع المراوغة للمجموعة الضابطة.

| اختبار المراوغة |        |                   |
|-----------------|--------|-------------------|
| ألبعدي          | القبلي |                   |
| 14.75           | 15.01  | المتوسط الحسابي   |
| 1.49            | 1.47   | الانحراف المعياري |
| -0.18           | -0.52  | معامل الارتباط    |

من خلال الجدول (06) الذي يوضح معامل الارتباط بين اختبار السرعة مع المراوغة للعينة الشاهدة في كلا الاختبارين القبلي وأبعدي لاحظنا تطور خفيف في الاختبار أبعدي مع وجود ارتباط عكسي متوسط.

4-8. درجة الارتباط بين اختبارات القدرات البدنية والقدرات المهارية للمجموعة التجريبية في الاختبارات القبالية والبعدية:

أ- اختبار المداومة مع اختبار دقة التمرير:

الجدول (07): يبين معامل الارتباط بين اختبار المداومة مع اختبار دقة التمرير للمجموعة التجريبية.

| اختبار دقة التمرير |        |                   |
|--------------------|--------|-------------------|
| أبعدي              | القبلي |                   |
| 3.1                | 2.3    | المتوسط الحسابي   |
| 0.74               | 0.67   | الانحراف المعياري |
| 0.22               | -0.04  | معامل الارتباط    |

من خلال الجدول (07) الذي يوضح معامل الارتباط بين اختبار المداومة مع اختبار دقة التمرير للعينة التجريبية في كلا الاختبارين القبلي وأبعدي لاحظنا تطور في الاختبار أبعدي وجود ارتباط طردي متوسط، مما يوضح مدى تأثير البرنامج التدريبي في تحسين صفة التمرير الجيد وهذا ما يثبت صحة الفرضية " صفة المداومة لها تأثير كبير على تقنية التحكم في الكرة لدى الناشئين".

ب- اختبار ثني الجذع للأمام أسفل من الوقوف مع اختبار التنطيط بالكرة:

الجدول (08): يبين معامل الارتباط بين اختبار ثني الجذع للأمام أسفل من الوقوف مع التنطيط بالكرة للمجموعة التجريبية.

| اختبار التنطيط بالكرة |        |                 |
|-----------------------|--------|-----------------|
| أبعدي                 | القبلي |                 |
| 19.6                  | 14.4   | المتوسط الحسابي |

|      |       |                   |
|------|-------|-------------------|
| 3.13 | 3.13  | الانحراف المعياري |
| 0.12 | -0.06 | معامل الارتباط    |

من خلال الجدول (08) الذي يوضح معامل الارتباط بين اختبار ثني الجذع للأمام أسفل من الوقوف مع التنطيط بالكرة للعيننة التجريبية في كلا الاختبارين القبلي وأبعدي لاحظنا تطور في الاختبار أبعدي مع وجود ارتباط طردي متوسط، مما يعكس مدى تأثير البرنامج التدريبي في تحسين صفة التنطيط الجيد وهذا ما يثبت صحة الفرضية " المرونة لها أهمية كبيرة في عملية التنطيط بالكرة بالنسبة للناشئين في كرة القدم ".

### ج- اختبار السرعة مع اختبار المراوغة:

الجدول(09): يبين معامل الارتباط بين اختبار السرعة مع اختبار المراوغة للمجموعة التجريبية.

| اختبار المراوغة |        |                   |
|-----------------|--------|-------------------|
| أبعدي           | القبلي |                   |
| 12.17           | 14.32  | المتوسط الحسابي   |
| 0.75            | 1.07   | الانحراف المعياري |
| 0.55            | 0.013  | معامل الارتباط    |

من خلال الجدول (09) الذي يوضح معامل الارتباط بين اختبار السرعة مع اختبار المراوغة للعيننة التجريبية في كلا الاختبارين القبلي وأبعدي لاحظنا تطور في الاختبار أبعدي ووجود ارتباط طردي متوسط، مما يشير إلى مدى تأثير البرنامج التدريبي في تحسين صفة المراوغة في كرة القدم وهذا ما يثبت صحة الفرضية " صفة السرعة لها دور كبير في التأثير على تقنية المراوغة في نشاط كرة القدم لدى الناشئين ".

### 9. الاستنتاجات والتوصيات:

من خلال مقارنة نتائج الاختبار البعدي لاختبارات القدرات البدنية مع اختبارات التقنية (مداومة مع دقة التمير، السرعة مع المراوغة، المرونة مع التنطيط) باستعمال معامل الارتباط تبين لنا وجود تأثير طردي متوسط لنتائج الاختبارات، هذا يدل على أن

للبرنامج التدريبي المطبق دور كبير في تطوير القدرات التقنية للاعب الناشئ في كرة القدم.

فلعناصر اللياقة البدنية المدروسة أهمية كبيرة في تطوير القدرات التقنية لكرة القدم، حيث تؤثر على المستوى الأداء رغم اختلاف نسب تأثيرها، بحيث كلما زاد مستوى تلك العناصر زاد المستوى الأداء المهاري للاعبين.

كل هذا يقودنا إلى تفكير عقلائي فيما يخص هذه الفئة العمرية، مما يجب على المدربين أن يجتهدوا من أجل وضع برامج تساهم في تطوير هذه الفئة، كذلك تطوير الجانب البدني من أجل تحسن في مستوى الأداء المهاري في كرة القدم لأن تربطهما علاقة طردية بحيث كلما زاد التطور في القدرات البدنية تحسن أداء المهارات.

### 10. قائمة المصادر والمراجع:

- أبو العلا عبد الفتاح. التدريب الرياضي والأسس الفيزيولوجية. ط1. دار الفكر العربي. القاهرة. 1997.
- إياد عبد الرحمان. البيوميكانيك في الحركات الرياضية. ط1. بغداد. 2011.
- خربط ريسان مجيد. النظريات العامة في التدريب الرياضي. دار الشروق. عمان. 1998.
- شليمن. بحث عملية تشكيل الوظائف الحركية لدى الأطفال والمراهقين. ملخص بحث الدكتوراه في التربية البدنية. موسكو. 1968.
- طلحة حسام الدين. الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي. مركز الكتاب للنشر. القاهرة. 1997.
- دويدار عبد الفتاح محمد. المرجع في فنيات كتابة البحث العلمي ومناهج البحث في علم النفس. دار المعرفة الجامعية. مصر. 2005.
- عبد المنعم سليمان. موسوعة التمرينات البدنية. ط1. شركة الشرق الأوسط للطباعة. عمان. 1989.
- علاوي محمد حسن. علم التدريب الرياضي. ط2. دار المعارف. الإسكندرية. 1992.
- عمرو أبو المجد وجمال إسماعيل. تخطيط برامج تربية وتدريب الناشئين في كرة القدم. ط1. مركز الكتاب للنشر. القاهرة. 1997.



- بدران عمرو. علم النفس الرياضي. مكتبة جزيرة الورد. مصر. 2004.
- الجبالي عويس. التدريب الرياضي: النظرية والتطبيق. دار G.M.C للطباعة والنشر. القاهرة. 2001.