

ISSN: 2392-5442, ESSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 08 العدد: 03 السنة: 2021		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة الجزائر
الصفحات: 446 - 461		تاريخ الإرسال: 2021/06/22 تاريخ القبول: 2021/08/12

دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية (السرعة – القوة – الرشاقة) والمهارية حسب خطوط اللعب-

U15-

A comparative study of some physical characteristics (speed - strength - agility) and skill according to the lines of play -U15-

لمتيوي فاطمة الزهرة ايمان^{1*}، دردون كتنزة²، قندوز الغول خليفة³

¹ جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف، f.lamtioui@univ-chlef.dz

² جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف، k.darredoune@univ-chlef.dz

³ جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف، k.guendeouzelghoul@univ-chlef.dz

ملخص:

تهدف الدراسة إلى الكشف عن الفروق و مقارنة بين عناصر اللياقة البدنية (سرعة قوة رشاقة) والمهارية حسب خطوط اللعب (دفاع، وسط، هجوم) لدى فريق في كرة القدم صنف U15، فشملت عينة البحث 18 لاعب، وقد تم اختيار العينة بطريقة مقصودة، و اعتمدنا في بحثنا على المنهج الوصفي، و تم الاستعانة بمجموعة من الاختبارات، ومن اهم نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لبعض الصفات البدنية و المهارية لدى أواسط كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (دفاع-وسط-هجوم).

كلمات مفتاحية: عناصر اللياقة البدنية، العناصر المهارية، خطوط اللعب، كرة القدم

Abstract:

The study aims to reveal the differences and compare between the elements of physical fitness (speed, agility strength) and skill according to the lines of play (defense, midfield, attack) of a soccer team class 15 U. The research sample included 18 players, and the sample was chosen in an intentional way. And we relied in our research on the descriptive approach, and a set of tests were used, and one of the most important results of the study was the presence of statistically significant differences in some physical and skillful characteristics of the midfielders according to the playing lines (defense - midfield - attack).

Keywords: Fitness Items ,Skill Items, Playing Lines, Football

*المؤلف المرسل

مقدمة:

تعتبر الخصائص البدنية القاعدة الأساسية للاعب كرة القدم، و هي القاعدة التي تبني عليها باقي الإعدادات الأخرى سواء المهارية أو الخططية أو النفسية ، فكلما كان اللاعب جاهزا من الناحية البدنية كلما استطاع تطبيق المهارات بشكل أفضل مع الاقتصاد في بذل الجهد و الدقة و الانسيابية العالية ، لذلك اهتم الخبراء في تنمية الخصائص البدنية و بخاصة عند الناشئين من اجل الوصول إلى الإعداد المتكامل الشامل للناشئين من الناحيتين البدنية و المهارية مع عدم إغفال الناحية الخططية و النفسية ، و إن ارتفاع مستوى لعب كرة القدم يتطلب إعدادا خاصا من الناحية البدنية والتي لها صلة وثيقة بإتقان المهارات الفنية الأساسية و لما كانت واجبات اللاعبين تختلف حسب خطوط اللعب المختلفة و المرتبطة بالنواحي الخططية ، فانه لا بد من توافر عناصر اللياقة البدنية بمستوياتها المختلفة حتى تتفق مع طبيعة الأداء المهاري في هذه خطوط (رزق الله بطرس1996،ص8)

حيث تعتبر لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تحتاج إلى صفات بدنية كون اللعبة تتميز بجانب بدني عالي ، بالإضافة إلى الجانب المهاري المتعلق بتخصص اللاعب و خط لعبه للوصول باللاعب إلى أعلى مستوى . "حيث تمتاز هذه الرياضة بكثرة مهاراتها وتنوعها فضلا عن ارتباطها بالعناصر البدنية ، وقد أضافت هذه الصفات على اللعبة أهمية خاصة فزادت إقبال اللاعبين على ممارستها وتعلم فنونها و المتفرجين و المهتمين بمشاهدتها ، وبسبب هذه الأهمية الكبيرة للمهارات الحركية للاعب كرة القدم زاد الاهتمام في تدريبها." (موفق اسعد محمود ، 2008، ص72) .

قد تباينت آراء الخبراء و المختصين بالشأن الرياضة خصوصا لعبة الكرة القدم حول إمكانية اللاعبين من الناحية البدنية والمهارية وفق خطوط اللعب المختلفة حيث يذكر طه إسماعيل و آخرون : "أن القدرات البدنية و التوافقية و التكتيك و الصفات الإرادية و الأخلاقية جمعاء هي عبارة عن العوامل المحددة لمستوى لاعب كرة القدم و هي متلازمة مع بعضها البعض إذ أن وجود شروط بدنية جيدة يساعد ثبات مستوى الأداء التكتيكي، و من جهة أخرى يستطيع اللاعب ذو المستوى الجيد و الثابت أن يستفيد من القدرات البدنية ، كما لا يستطيع اللاعب تنفيذ نواياه التكتيكية إلا وهو يملك الشروط البدنية اللازمة " (صفا فتحي باشا ، 2000، ص94) ، "، فمنهم من يدعم فكرة تساويهم أو تقاربهم لدرجة كبيرة في مستوى الإعداد البدني و المهاري إلا أن الواجبات المعمول بهم وفق خطوط اللعب المختلفة في المباراة يؤدي إلى بروز بعض النواحي البدني و المهارية و ضمور البعض الآخر.

ومنهم من يدعم فكرة عدم تساوي مستوى الإعداد البدني و المهاري نتيجة تأثير مركز اللعب وفق خطوط اللعب المختلفة مما يؤدي الي اضمحلال بعض النواحي سواء البدنية أو المهارية مما يعطي مؤشرا على عدم قدرة التفعيل من هذه النواحي بدرجة تليق بالمستوى الذي يلعب فيه الفريق أو بروز النواحي الأخرى بدرجة تليق بالمستوى الذي يلعب فيه الفريق. ، يؤكد ناصر إلى أن زيادة الاهتمام بالخصائص البدنية لدى لاعبي كرة القدم تؤدي الى زيادة القدرة المهارية و الحركية لدى اللاعبين، ولقد تأكد علميا و عمليا أهمية توفير الخصائص البدنية للاعب إلى جانب لياقته المهارية، فلم يعد هناك مجال للاعب كرة القدم الذي يتمتع بمستوى عال من المهارات دون أن يكون مستوى مماثل من الناحية البدنية ، كما أن الناحية

البدينية وحدها لا يمكن أن تؤدي إلى نتائج طيبة في اللعبة دون مستوى مماثل من الناحية المهارية، فهكذا أصبحت اللياقة البدنية والمهارة لا يمكن فصلهما في أي مرحلة من مراحل الإعداد وفترة المباريات وعليه يتبادر على الأذهان العديد من التساؤلات التي من أبرزها: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لبعض الصفات البدنية والمهارة لدى أواسط كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (دفاع-وسط-هجوم)؟

التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات البدنية لدى أواسط كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (دفاع-وسط-هجوم)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات المهارية لدى أواسط كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (دفاع-وسط-هجوم)؟

1-1- التعريف بالبحث:

1-1-1- فرضيات البحث:

الفرضية العامة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية لبعض الصفات البدنية والمهارة لدى أواسط كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (دفاع-وسط-هجوم).

الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات البدنية لدى أواسط كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (دفاع-وسط-هجوم).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات المهارية لدى أواسط كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (دفاع-وسط-هجوم).

1-2- أهمية البحث:

- يساهم في تسهيل عملية انتقاء اللاعبين وتوجيههم إلى مراكز لعبهم بدقة وذلك حسب الخصائص البدنية والمهارة والتي يجب تتوفر عند كل لاعب ضمن خطوط اللعب.

- تحسين ظروف التدريب وتمكين القائمين على التدريب مستقبلا من الوقوف على مستوى وقدرات لاعبيهم مهاريا و بدنيا ووضع شدة أحمال تدريبية مناسبة في البرنامج التدريبي السنوي.

1-3- أهداف البحث:

- التعرف على مستوى بعض النواحي البدنية والمهارة للاعبين كرة القدم حسب خطوط اللعب المختلفة.

- التعرف على تقييم بعض النواحي البدنية والمهارة للاعبين كرة القدم حسب خطوط اللعب المختلفة.

- الكشف عن مواطن القوة والضعف للمستوى البدني والمهاري وفق لخطوط اللعب المختلفة.

- التعرف على الفروق في بعض الخصائص البدنية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب المختلفة.

- التعرف على الفروق في بعض الخصائص المهارية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب المختلفة.

4-1- تحديد المصطلحات :

- الصفات البدنية: يعرفها إبراهيم مفتي على أنها مقدرة يتسم بها الرياضي تتمكن من خلالها تجهيزته الفسيولوجية و أعضاء جسمه من القيام بوظائفها بكفاءة وفاعلية بصورة شاملة و متزنة خلال ممارسة أنشطة بدنية أرياضية عامة. (مفتي ابراهيم، 2003، ص23)
- الصفات المهارية: المهارات الأساسية تعني "تكتيك اللعبة والأداء الذي يقوم به اللاعب مع الكرة مباشرة أو الحركات التي يؤديها في المنطقة القريبة من الكرة إذ تضم كرة القدم مهارات عديدة يؤدي بعضها بالكرة و الأخر من دون كرة و على المدرب الجمع بينهما فكلاهما يشكل أساسا لتحقيق التكتيك العالي (فاضل دحام المياحي ، 2016م، ص 54).

- خطوط اللعب:

- خط الهجوم: يتموضع لاعبي هذا الخط في الجزء الأمامي العلوي (منطقة العمليات من الملعب)
- خط الوسط: ينتشر لاعبو هذا الخط في وسط الميدان الدفاعي و الهجومي .
- خط الدفاع: هو صمام الأمان للفريق يتموضع لاعبهم في الجزء الخلفي للملعب بجوار المرمى.(موفق أسعد محمود ، 2009، ص 87)

5-1- الدراسات السابقة والمشابهة:

- دراسة علي كمال، 2004، بالعنوان: "مستوى اللاعب الجزائري من الناحية البدنية و المهارية لفئة الناشئين" تهدف الدراسة لمعرفة مستوى اللاعبين من الناحية البدنية و المهارية عند الناشئين حسب كل منطقة من مناطق الوطن (ساحل، هضاب، صحراء) و مقارنة نتائج هذه الفئة مع المعايير الفرنسية ، المنهج المستخدم هو المنهج المسحي لملائمته لوصف الظاهرة المدروسة ، قدرت العينة ب : 162 لاعبا من مختلف المناطق، و تم اختيار الاختبارات البدنية للسرعة و القوة والتحمل و الرشاقة و المرونة و الاختبارات المهارية المتمثلة في السيطرة و ضرب الكرة، اهم النتائج المتوصل اليها : و أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عناصر اللياقة البدنية و المهارات الأساسية ما بين لاعبي المناطق الثلاثة و عند مقارنة هذه النتائج بالمعايير الفرنسية وجدنا تفوق اللاعب الفرنسي على حساب اللاعب الجزائري من الناحيتين البدنية و المهارية و على هذا الأساس أوصى الباحث الاعتماد على المعايير لما لها من فائدة في تحديد قدرات اللاعبين و مستوياتهم.

- دراسة عمر ابراهيم مجد، 2012، بالعنوان: " الخصائص البدنية و المهارية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم "

تهدف الدراسة إلى التعرف على الخصائص البدنية و المهارية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم ، عينة مكونة من 100 لاعب يمثلون الناشئين المسجلين في الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم ضمن أندية جنوب الضفة الغربية للموسم الرياضي 2012/ 2011 ، و هم يمثلون 10 أندية تم اختيارهم بالطريقة العمدية من أصل 58 ناديا، حيث تم

اختيار 02 لاعبي هجوم، 04 لاعبي وسط، 04 لاعبي دفاع من كل ناد ، المنهج المستخدم: المنهج الوصفي المسحي نظرا للملائمته لأهداف الدراسة عن طريق الاختبارات البدنية (السرعة، المرونة، الرشاقة، القوة العضلية، التحمل و الاختبارات المهارية (الجري بالكرة، رمية التماس، التمرير، السيطرة على الكرة، التصويب، ضرب الكرة بالرأس) ، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الخصائص البدنية كان متوسطا في بعض العناصر مثل السرعة و الرشاقة و جيدا في العناصر الأخرى مثل المرونة و القوة العضلية و التحمل حيث توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 في الخصائص البدنية في مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية، بينما جاء مستوى الخصائص المهارية جيدا حيث توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 في الخصائص المهارية في مراكز اللعب المختلفة، حيث جاءت الفروق في اختبار رمية التماس بين المدافع و الوسط الصالح المدافع و بين المدافع و الهجوم لصالح المدافع و في اختبار دقة التمرير بين المدافع و المهاجم الصالح المهاجم و بين الوسط و الهجوم لصالح الوسط. كما توصلت الدراسة إلى بناء مستويات معيارية باستخدام الترتيب المبنية للخصائص البدنية و المهارية لدى عينة الدراسة، و أوصى الباحث اعتماد الترتيب و المستويات التي توصل إليها في عملية انتقاء ناشئي كرة القدم لمراكز اللعب المختلفة سواء للمنتخب الوطني أو الأندية.

- دراسة مرخي سليم ، 2016، بعنوان: دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية و القياسات الجسمية على حسب خطوط اللعب في كرة القدم دراسة ميدانية لمدرسة التحدي بالوادي.

تهدف الدراسة إلى التعرف على الفروق الموجودة بين لاعبي خط الدفاع و خط وسط الميدان ، تم استخدام المنهج الوصفي ، ومن اهم نتائج البحث عدم وجود فروق بين لاعبي الدفاع و الوسط لكرة القدم في الخصائص البدنية (سرعة، قوة) و القياسات الجسمية (وزن، طول) ، لا يوجد علاقة بين الطول و الوزن و مختلف الصفات البدنية عند لاعبي الدفاع ووسط الميدان، ماعدا علاقة القوة بالوزن عند خط وسط الميدان.

2- منهجية البحث و الاجراءات الميدانية :

1-1 منهج البحث:

يعتبر اختبار منهج الدراسة مرحلة هامة في عملية البحث العلمي، إذا يحدد كيفية جمع البيانات و المعلومات حول الموضوع المدروس، لذا فان منهج الدراسة له علاقة مباشرة بموضوع الدراسة ، وياشكالية البحث، حيث طبيعة الموضوع هي التي تحدد اختيار المنهج المتبع، حيث نتطرق إلى بحثنا إلى ظاهرة من الظواهر النفسية و الاجتماعية ، اعتمدنا المنهج الوصفي الذي يعرف ب: " تصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع و الاتجاهات و الميول و الرغبات و التصور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضوح مؤشرات و بناء تنبؤات مستقبلية". (العيسوي عبد الرحمان، 1996، ص76).

2-2 مجتمع البحث و كيفية اختيار العينة:

يقول محمود قاسم في كتابه المنطلق الحديث و مناهج البحث، " ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو البعض من الجميع" و ابراهيم بسيوني عميرة : فإن عدد الحالات التي يشملها (الكل) الذي تنتهي إليه أو يتضمنها (الجميع) الذي يحتويها كبيرا أصبح من الصعوبة بمكان بل من المستحيل دراسة جميع هذه الحالات، ولهذا يلجأ الباحث إلى اختيار عدد محدود من الكل" ، شمل مجتمع الدراسة تلاميذ لاعبين ناشئين من فريق حي بن سونة صنف(U15) بمدينة الشلف،

حيث روعي في اختيار الفريق الإمكانيات اللازمة لتطبيق الاختبارات البدنية والمهارية المقترحة، يوضح الجدول التالي مجتمع الدراسة الذي تضمن الفريق و عدد لاعبي الفريق .

جدول (1): عدد لاعبي الفريق (جمعية حي بن سونة)

الفريق	العدد	السن
جمعية حي بن سونة	18	15

عينة الدراسة : شملت عينة الدراسة لاعبي فريق جمعية حي بن سونة ، وقد تم اختيار العينة بطريقة مقصودة، حيث يمكن إجراء الاختبارات عليها.

2-3- أدوات البحث:

قمنا باختيار مجموعة من الاختبارات لتنفيذ هذه الدراسة حيث بلغ عددها ثمانية اختبارات لقياس عناصر اللياقة البدنية والمهارية ، وهذه الاختبارات هي:

- اختبار القامة:

الغرض: لقياس طول القامة.

الأدوات: شريط مرقم.

طريقة تنفيذ الاختبار: يقف المختبر أما الشريط بحيث ظهره يلامسه وجذعه يكون على استقامة مع الشريط ويكون نظره نحو الأمام لتسجيل طول القامة.

ملاحظة: عدم رفع القدمين أثناء القيام بالاختبار.

- اختبار الوزن:

الغرض: لقياس وزن اللاعب

الأدوات: ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوغرام

طريقة تنفيذ الاختبار :

يقف اللاعب فوق الميزان بحيث جذعه يكون مستقيم ولا ينظر إلى الأسفل وبعد ثبات المؤشر يسجل له الوزن بالكيلوغرام

تعليمات الاختبار: يجب نزع كل الملابس الثقيلة والالتزام بالثبات دون الحركة .

-الاختبارات البدنية

- اختبار الرشاقة:

هدف الاختبار: قياس رشاقة اللاعب

الملاعب و الأدوات : مستطيل 5متر، 3متر يوضع عند كل ركن منه قائم عليه علم، يوضع قائم عليه علم عند نقطة مركز

المستطيل -ساعة إيقاف -صفارة

لمتوي فاطمة الزهرة ايمان /دردون كنزة / قندوز الغول خليفة

طريقة أداء الاختبار: يقف اللاعب عند القائم (ا) وعند سماع صافرة البدء يجري اللاعب إلى النقطة (ب) ويلف حول القائم ليجري إلى القائم (هـ) في مركز المستطيل ويلف حوله ويجري نحو القائم (ج) ويلف حوله ويجري نحو القائم (د) ويلف حوله ويجري نحو القائم (ا) ويلمسه مع ملاحظة انه أثناء جري اللاعب يجب ألا يلمس القوائم مطلقا سواء بجسمه أو يديه ، يعطى اللاعب ثلاث محاولات .

التسجيل: يقاس زمن أداء الاختبار منذ لحظة إشارة البدء حتى لحظة لمسة العلم (ا) مع نهاية الاختبار يحسب للاعب أحسن زمن في المحاولات الثلاث.
ملاحظة يمكن أن يؤدي هذا الاختبار بالكرة وعندئذ تقاس الرشاقة الخاصة بكرة القدم .

- اختبار القفز الأفقي :

هدف الاختبار قياس قدره اللاعب على الوثب لأطول مسافة أمامية قياس القوة المتفجرة للعضلات المادة للفخزين والساقين والقدمين .

الملعب: مساحة من الملعب لا تقل عن أربعة أمتار يرسم خط بالجير بالعرض طوله 1 متر للصغار و واحد ونصف للكبار بخطوط عريضة واحد متر بحيث يكون بين كل خط وآخر 5 سنتيمتر شريط قياس.

طريقة أداء الاختبار : يقف اللاعب خلف خط الوسط مباشرة بحيث قدماه تكون خلف الخط مباشرة ويقوم اللاعب بثني ركبتيه قليلا وبمرجح يديه إلى الأمام والخلف لكي تسهل عليه الوثبة ويحقق أفضل رقم ثم بعد ذلك يقوم اللاعب بالوثب لأبعد مسافة يستطيع تحقيقها تقاس مسافة الوثب ، تعطى للاعب ثلاث محاولات.

التسجيل: يسجل اللاعب أحسن مسافة وثبها للأمام من محاولاته الثلاث بحيث تحسب المسافة بخط الوثبة أي من بداية قدمه خلف خط الوثبة حتى أول لمس الأرض من جسمه قريبا من خط الوثب .

ملحوظة لا تحسب مسافة وثب اللاعب من خط البداية حتى مكان هبوط القدم ولكن من الجزء من جسم اللاعب القريب من خط الوسط سواء كانت يديه أو قدمه أو المقعدة

- اختبار السرعة 20 متر:

هدف اختبار: قياس السرعة الانتقالية للاعب.

الملعب الأدوات: مضمار الجري رسم خط بداية ونهاية المسافة 20 متر ساعة إيقاف- صافرة-

طريقه تنفيذ الاختبار: يقف اللاعب عند خط البداية ويأخذ وضع الاستعداد العالي للعدو عند سماع الصافرة يجري اللاعب بأقصى سرعه حتى يجتاز خط النهاية يسجل المدرب زمن العدو، يأخذ اللاعب ثلاث محاولات بين كل محاولة ومحاولة فترة راحة حتى يعود الجسم إلى طبيعته .

التسجيل: يسجل أحسن زمن من الثلاث محاولات للعب .

- اختبارات المهارة:

- اختبار دقة المناولة:

الغرض من الاختبار: قياس دقة المناولة.

الأدوات المستخدمة: كرات عدد القدم، (3) شريط قياس، و ترسم (3) دوائر قطرها 3م- 4م- 5م ، و تعطى لها درجات (2,4,6) و تكون المسافة بين خط البداية ركز الدوائر الثلاثة 20م .

طريقة الأداء: توضع الكرات على خط البداية و عند إعطاء الإشارة يقوم اللاعب بمناول الكرة متوسطة عالية بهدف إسقاطها في مركز الدوائر الثلاث، و تعتبر المحاولة الفاشلة في حالة سقوط الكرة خارج الدوائر، تعطى درجات (1,3,5).

- اختبار السيطرة على الكرة :

هدف الاختبار: قياس سرعة قدرة التحكم بالكرة في الهواء به جميع أجزاء الجسم عدا الذراعين.

الأدوات المستخدمة: كرة القدم – مساحة محددة لأداء الاختبار (2.5م x 2.5م) ساعة الكترونية.

مسجل يقوم بالنداء على الأسماء أولا و تسجيل زمن الاختبار ثانيا، مؤقت يعطي إشارة البدء و النهاية مع التوقيت وملاحظة صحة الأداء.

طريقة الأداء: يقوم المختبر برفع الكرة بإحدى القدمين عن الأرض و تنطيطها في الهواء باستخدام أي جزء قانوني من أجزاء الجسم و الاحتفاظ بها لأقصى عدد من التكرارات خلال 30 ثانية.

تعليمات الاختبار: لا يحق للمختبر إسقاط الكرة وإذا سقطت تنتهي المحاولة ، التنطيط بالكرة وفق المساحة وإذا اجتاز المسافة و الكرة بحوزته لا تسجل له عدد التكرارات إلى أن يعود إلى مساحة الاختبار.

اختبار الجري المتعرج:

الغرض من الاختبار: قياس سرعة الجري بالكرة بين (10) قوائم المسافة بينهما (2م) ذهابا و إيابا.

الأدوات المستخدمة: خط بداية و نهاية المسافة بينهما 20 متر. ، 10 قوائم موضوعة على مسافة متساوية (2م) بين قائم اخر و خط البداية و النهاية على بعد (2م) من القائم الأول ، 3 كرة القدم، 4 ساعات توقيت، 5 مقياتي.

تعليمات الاختبار: الجري المتعرج بين القوائم في اتجاهين ذهابا و إيابا ، يعطى اللاعب محاولتان، يحتسب أفضل ومن يسجل.

الأدوات المساعدة: استمارة تسجيل المعلومات ، ساعة توقيت الكترونية، ميزان، شريط قياس معدني، أقماع، صافرة، كرة.

4-2- الأساليب والتقنيات الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

استخدام الباحث الأساليب الإحصائية التالية: كل من المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و التباين f .

3- عرض النتائج الفرضيات :

1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الاولى :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات البدنية وفق خطوط اللعب (دفاع، وسط، هجوم)

جدول رقم (2) : الإحصاءات الوصفية لاختبار الرشاقة حسب خطوط اللعب الثلاثة (دفاع ، وسط ، هجوم)

الرشاقة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	ادني قيمة	أقصى قيمة
دفاع	5,883	0,03582	0,03456	5,76	6,03
وسط	6,141	0,02337	0,04435	5,01	6,41
هجوم	5,615	0,0136	0,02456	4,27	6,09

جدول رقم (3) : الإحصاءات الوصفية لاختبار القوة حسب خطوط اللعب الثلاثة (دفاع ، وسط ، هجوم)

القوة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	ادني قيمة	أقصى قيمة
دفاع	7,2	0,4158	0,678	59	64
وسط	7,66	0,31491	0,561	47	67
هجوم	7,3866	0,314938	0,590	48	70

جدول رقم (4) : الإحصاءات الوصفية لاختبار السرعة حسب خطوط اللعب الثلاثة (دفاع ، وسط ، هجوم)

السرعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	ادني قيمة	أقصى قيمة
دفاع	5,09679	0,0643	0,03547	3,20	4,28
وسط	4,00985	0,0345	0,03909	3,66	4,13
هجوم	3,09815	0,0231	0,04568	3,09	4,66

- من خلال الجداول (2)(3)(4) نلاحظ أن الإختبارات البدنية شملت ثلاث صفات أساسية (رشاقة، قوة، سرعة)

حيث كانت نتائج الأوساط الحسابية للإختبارات البدنية الثلاثة كالتالي :

نلاحظ تفوق طفيف في إختبار الرشاقة للهجوم على حساب الوسط والدفع حيث نجد المتوسط الحسابي (الدفع 5,883 والوسط 6,141 و الهجوم 5,615) بإنحراف معياري قدرت ب: (دفاع 0,03582 و الوسط 0,02337 و الهجوم 0,0135).
كما نلاحظ تفوق الوسط في صفة القوة على الهجوم والدفاع حيث نجد المتوسط الحسابي (دفاع 6,172 الوسط 7,66 الهجوم 7,38) بإنحراف معياري قدرت ب: (دفاع 0,4158 الوسط 0,3149 الهجوم 0,314938).

دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية (السرعة – القوة – الرشاقة) والمهارية حسب خطوط اللعب

-U15-

و في اختبار السرعة نلاحظ تفوق الدفاع على الوسط والهجوم حيث نجد المتوسط الحسابي (الدفاع 5,00985 الوسط 4,00985 الهجوم 3,09815) وبانحراف معياري قدر بي (دفاع 0,0643 الوسط 0,0346 الهجوم 0,0231).

اختبار التباين :

جدول رقم (5): اختبار التباين f لصفات البدنية وقف خطوط اللعب

الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة f المحسوبة	قيمة الدلالة الاحصائية	الدلالة
الرشاقة	بين الخطوط	0,38043889	2	0,023	2,8765	0,269	غير دال
	داخل الخطوط	0,48592222	15	0,045			
القوة	بين الخطوط	358,6665	2	0,345	0,3689	0,494	غير دال
	داخل الخطوط	220,2778	15	0,145			
السرعة	بين الخطوط	0,98326	2	7,959	14,091	0,003	دال
	داخل الخطوط	0,09823	15	25,954			

من خلال الجدول رقم (5) نلاحظ في صفتي الرشاقة و القوة أن قيمة الدلالة هي (0,269 و 0,494) على التوالي هي أكبر من مستوى الدلالة 0,05 وبالتالي نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفتي الرشاقة والقوة بين خطوط اللعب الثلاث وذلك عند مستوى الدلالة 0,05 (لا توجد اختلاف بين الخطوط) ,في حين في اختبار السرعة قيمة الدلالة أقل من مستوى الدلالة (0,003 أقل من 0,05) وبالتالي نستنتج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة بين خطوط اللعب الثلاثة (دفاع وسط هجوم) (وجود اختلاف بين خطوط اللعب).

2-3 عرض نتائج الفرضية الثانية :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات المهارية وفق خطوط اللعب (دفاع ، وسط ،

هجوم) جدول رقم (6): الإحصاءات الوصفية لاختبار السيطرة على الكرة حسب خطوط اللعب الثلاثة

(دفاع، وسط، هجوم)

الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	السيطرة على الكرة
2,986	7,223	61,99	دفاع
3,923	8,321	70,22	وسط
3,204	8,993	89,03	هجوم

جدول رقم (7): الإحصاءات الوصفية لاختبار المناولة حسب خطوط اللعب الثلاثة (دفاع ، وسط ، هجوم)

المناولة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
دفاع	2,04	0,622	0,311
وسط	1,94	0,316	0,439
هجوم	1,90	0,932	0,271

جدول رقم (8): الإحصاءات الوصفية لاختبار الجري المتعرج حسب خطوط اللعب الثلاثة (دفاع ، وسط ، هجوم)

الجري المتعرج	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
دفاع	6,2213	2,0124	0,489
وسط	7,0945	1,891	0,461
هجوم	7,1203	1,503	0,379

من خلال الجداول (6)(7)(8) نلاحظ ان الإختبارات المهارية شملت ثلاث إختبارات أساسية (السيطرة على الكرة، المناولة الجري المتعرج) حيث كانت نتائج الأوساط الحسابية للإختبارات البدنية الثلاثة كالتالي :
 نلاحظ تفوق الهجوم على الدفاع و الوسط في إختبار السيطرة على الكرة حيث نجد المتوسط الحسابي (الدفاع 61,99 الوسط 70,22 الهجوم 89,03) بإنحراف معياري قدر ب (الدفع 7,223 الوسط 8,321 الهجوم 8,993)
 كما نلاحظ تفوق طفيف للدفاع على حساب الوسط والهجوم في إختبار المناولة بمتوسط حسابي قدر ب(2,04)
 أما في إختبار الجري المتعرج فنلاحظ تفوق الوسط والهجوم على حساب الدفاع حيث نجد المتوسط الحسابي (الدفاع 6,2213 الوسط 7,0946 الهجوم 7,1203) و بإنحراف معياري قدر ب (الدفاع 2,0124 الوسط 1,891 الهجوم 1,503).

اختبار التباين :

جدول رقم (9): اختبار التباين f لصفات البنية وفق خطوط اللعب

الاختبار	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة f المحسوبة	قيمة الدلالة	الدلالة الاحصائية
السيطرة على الكرة	بين الخطوط	789,243	2	390,022	3,78	0,064	غير دال
	داخل الخطوط	203,096	15	89,32			
المناولة	بين الخطوط	14,98	2	9,24	0,3689	0,002	دال
	داخل الخطوط	68,24	15	2,56			
الجري المتعرج	بين الخطوط	0,98326	2	7,959	14,091	0,23	غير دال
	داخل الخطوط	0,09823	15	25,954			

من خلال الجدول رقم (9) يتضح لنا أن قيمة الدلالة أكبر من مستوى الدلالة وذلك في إختباري السيطرة على الكرة و الجري المتعرج حيث كانت قيمة الدلالة في إختبار السيطرة على الكرة 0,064 و هي أكبر من مستوى الدلالة 0,05 وكانت قيمة الدلالة في إختبار الجري المتعرج 0,23 وهي أكبر من قيمة الدلالة 0,05 بينما كانت قيمة الدلالة أقل من مستوي الدلالة في إختبار المناولة حيث كانت قيمة الدلالة 0,002 وهي أقل من قيمة مستوى الدلالة 0,05 وبقية النتائج مسجلة في الجدول رقم (9) وبالتالي نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عدم وجود لإختلاف بين خطوط اللعب) وذلك في لإختباري السيطرة على الكرة و الجري المتعرج , بينما في إختبار المناولة توجد فروق ذات دلالة إحصائية (يوجد إختلاف بين خطوط اللعب).

4- مناقشة نتائج الدراسة:

1-4- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

➤ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات البدنية لدى فريق أواسط كرة القدم وفق خطوط اللعب (دفاع، وسط، هجوم).

أظهرت نتائج الجدول رقم(5)عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0,05 في صفتي الرشاقة و القوة ، أي أنه لا يوجد إختلاف في صفتي الرشاقة والقوة بين لاعبي الدفاع و الوسط والهجوم، بينما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة و معناه يوجد إختلاف في صفة السرعة بين لاعبي الدفاع و الوسط والهجوم . عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة الرشاقة و القوة بين خطوط اللعب الثلاثة يعود إلى أن لاعبي كرة القدم بغض النظر عن خط اللعب الذي يشغلونه يحتاجون إلى لياقة بدنية عالية تؤهلهم لأداء المباريات باللياقة نفسها، حسب

ما تفرضه طبيعة اللعب أي وجود تقارب في مستوى اللاعبين في بعض الخصائص البدنية في لعبت كرة القدم كونهم يطبقون برنامج تدريبي واحب ويرجع الأمر كذلك إلى عدم التفرع في التدريبات داخل الملعب حسب خطوط و مراكز اللعب . كما نرى أن هذا التقارب في المستوى بين الخطوط الثلاثة إلى أن صنف الأواسط هو بداية الخروج من التناقض الحركي أي هو البداية الحقيقية لإكمال بناء القدرات البدنية ، و كذلك في هذه المرحلة العمرية نلاحظ تشابه كبير بين الأواسط بحكم أن مرحلة المراهقة لا تكون هناك تغيرات كبيرة مقارنة بالناشئين على مستوى الخصائص المورفولوجية و الوظيفية في الجسم .

اما بالنسبة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة لصالح لاعبي الدفاع على حساب الوسط والهجوم فهو راجع للمهام الموكلة لخط الدفاع و أيضا إلى عدم اكتمال النمو المورفولوجي للاعبين الأواسط و الذي يؤثر بدرجة كبيرة على نتائج إختبار السرعة عندما يرتبط الأمر بطول وتردد الخطوة و أيضا التغيرات الهرمونية التي تحدث في سن المراهقة .

2-4- مناقشة الفرضية الجزئية الثانية :

➤ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات المهارية لدى أواسط كرة القدم وفق خطوط اللعب (دفاع، وسط، هجوم)

اظهرت نتائج الجدول رقم (9) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0,05 في إختباري السيطرة على الكرة و الجري المتعرج أي أنه لا يوجد إختلاف في إختبار السيطرة على الكرة و الجري المتعرج بين لاعبي الدفاع و الوسط و الهجوم وهذا يعود إلى أن جسم لاعب كرة القدم بغض النظر عن الخطوط يجب أن يتمتعوا بمهارات عالية تؤهلهم لأداء واجباتهم الخططية كون لعبة كرة القدم لعبة تعتمد على إتقان اللاعب للمهارات الأساسية للعبة . بينما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إختبار المناولة ، حيث نرى أن الدافعون متفوقون في إختبار المناولة على لاعبي الوسط والهجوم وهذا راجع إلى بداية اكتمال بناء القدرات البدنية والحركية وبحكم التغيرات المورفولوجية و الوظيفية في الجسم .

خاتمة :

الرياضة قبل كل شيء هي روح وأخلاق وثقافة قبل أن تكون منافسة و من أهدافها إعداد الفرد وتكوينه من الجانب البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي .

إن كرة القدم لا تقتصر على أنها نشاط رياضي فقط بل تعتمد بالأساس على اللعب الجماعي و التوفيق بين خطوط اللعب حيث يكمل كل خط الآخر و يكون ذلك بالاعتماد على برامج تدريبية جيدة مبنية على أسس علمية و الهدف منها الوصول باللاعب إلى أعلى المستويات البدنية و المهارية و الخططية، و كرة القدم كأى رياضة أصبحت لا تعدو على أنها لعبة فقط وذلك راجع للخبرات المكتسبة في التطبيق العملي في التدريبات والمنافسات الرياضية و كذلك الاستفادة من البحوث العلمية و التجارب في مختلف التجارب الرياضية الأخرى وهذا ما يؤكد الكثرة من العلماء والباحثين في المجال الرياضي حيث أن الاعتماد على الأسس العلمية في التخطيط و وضع طرق تدريب مناسبة له أثر كبير في تحسين و تطوير بعض الصفات المهارية و البدنية .

انطلاقاً من هذا أردت إجراء دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية و بعض الصفات المهارية حسب خطوط اللعب و توصلت إلى مايلي :

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات البدنية (الرشاقة و القوة) لدى أواسط كرة القدم وفق خطوط اللعب الثلاثة (وسط ,دفاع, هجوم).
- لاوجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة لدى أواسط كرة القدم وفق خطوط اللعب الثلاثة (وسط، دفاع، هجوم).
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض الصفات المهارية (السيطرة على الكرة و الجري المتعرج) لدى أواسط كرة القدم وفق خطوط اللعب الثلاثة (وسط ، دفاع ، هجوم).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة المناولة لدى أواسط كرة القدم وفق خطوط اللعب الثلاثة (وسط، دفاع، هجوم).

وفي الأخير أتمنى أن أكون قد أفدت واستفدت من هذه الدراسة البسيطة وأن أكون قد أزلت ولو قليل من الغموض على هذه التساؤلات المطروحة .

5. قائمة المراجع:

قائمة المراجع العربية:

1. إحسان محمد الحسين (1990)، أسس على اجتماع الرياضي، جامعة بغداد .
2. اميرة حسن محمود، مروان عبد المجيد إبراهيم (2001) ، تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العاملي، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى
3. بشير صالح الرشيدى: مناهج البحث التربوي، دار الكتاب الحديث، 2000م.
4. وجيه محجوب (1991) ، طرائق البحث العلمي ومناهجه، دار الكتاب للطباعة والنشر، الموصل.
5. حنفي محمود مختار (1993) كتاب الاختبارات و القياسات للاعبى كرة القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي خدم عوض البستوني (1992) ، نظريات و طرق التدريب في كرة القدم، ط1، دار المعرفة للنشر، مصر.
6. رزق الله بطرس (1996) ، متطلبات لاعبي كرة القدم البدنية والمهارية، دط، دار المعارف، اسكندرية، مصر.
7. قاسم حسن حسين (1998) ، أسس التدريب الرياضي "1" دار الفكر العربي، الأردن .
8. موفق اسعد محمود (2008)، التعلم والمهارات الاساسية في كرة القدم، ط1، دار دجلة للنشر و التوزيع، العراق.
9. موفق أسعد محمود (2009) ، الاختبارات و التكتيك في كرة القدم، ط2، دار دجلة ناشرون وموزعون، عمان، الأردن.
10. موقف مجيد المولي: "الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، دار الفكر، لبنان، 1999م.
11. محمد حجار فرقان (2006) ، أثر برنامج تدريبي مقترح على ملاعب مصغرة في تطوير بعض الصفات البدنية و المهارية الأساسية ناشئي كرة القدم مستغانم .
12. دالين وديع فرج (1999)، اللياقة الطريقة للحياة الصحية، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية ، الناشر منشأة المعارف .
13. صفا فتحي باشا (2000) المتطلبات البدنية و المهارية لكرة القدم الحديثة، مدرسة الفرقان، الدوحة، قطر.
14. عادل عبد البصير علي (1999) التدريب الرياضي التكامل بين النظرية و التطبيق، مركز الكتاب للنشر.
15. عبد الخالق عصام الدين (2000)، التدريب الرياضي (نظريات، تطبيقات)، دار المعارف، الإسكندرية، مصر.
16. زهران سيد عبد الله (2008)، الدفاع والوسط في كرة القدم، ط1، دار الوفاء، لندنيا طباعة و نشر، الاسكندرية، مصر.

مراجع الاجنبية :

1. Weie kj1986 : manuel d'entrainement Édition vigot .
2. Louis jean1991 « foot passion le plaisir par le jeu » édition amphora.paris.

3. MICHEL PRADET 1997: "La Préparation physique collection Entraînement" ,INSEP publication ,Paris.
4. Alain Michel 1998:"foot – balle les systèmes de jeu", Edition Chiron, 2 me édition, paris,
5. Bernard turpin « préparation et entraînement du footballeur » editionamphoraparismai.