

### أثر التدريب المدمج على تنمية مهارة المراوغة لبراعم نوادي أم البواقي لكرة القدم (9-12) سنة

#### The effect of the combined training on developing the skill of dribbling for the buds of oum el bouaghi association for foot ball Clubs (09-12) years.

ط/د. حسان برواق<sup>1\*</sup>، د. إسماعيل مكران<sup>2</sup>

<sup>1</sup> جامعة بومرداس، مخبر العلوم الرياضية والتدريب العالي المستوى L.SSEHN (الجزائر)، h.berrouag@univ-boumerdes.dz

<sup>2</sup> جامعة بومرداس، مخبر العلوم الرياضية والتدريب العالي المستوى L.SSEHN (الجزائر)، sm.mokrane@univ-boumerdes.dz

تاريخ الاستقبال: 2021/04/27؛ تاريخ القبول: 2022/01/24؛ تاريخ النشر: 2022/01/31

**ملخص:** أثر التدريب المدمج على تنمية مهارة المراوغة لبراعم نوادي رابطة أم البواقي لكرة القدم (09 - 12) سنة.

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة أثر التدريب المدمج على تنمية مهارة المراوغة لبراعم نوادي رابطة أم البواقي لكرة القدم (09 - 12) سنة، حيث شمل مجتمع الدراسة فرق ولاية أم البواقي، وتم إختيار عينة الدراسة بطريقة عمدية، وتكونت من 36 لاعبا، تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية و الأخرى ضابطة، ضمت كل منهما 18 لاعبا من فريقي إتحاد عين البيضاء و شباب الضلعة لكرة القدم، كما إستخدمنا المنهج التجريبي وإعتمدنا على إختبار مهارة المراوغة، وخلصت الدراسة إلى أن البرنامج التدريبي المقترح بطريقة التدريب المدمج له أثر إيجابي على تنمية مهارة المراوغة لدى براعم كرة القدم، وقد أوصت الدراسة بضرورة الاهتمام أكثر بالصفات المهارية لأنها سر النجاح والتفوق.

**الكلمات المفتاح:** تدريب مدمج؛ مهارة؛ مراوغة؛ كرة قدم؛ فئة عمرية (09-12) سنة.

#### **Abstract:**

This study aims to know the effect of integrated training on developing the skill of dribbling for the clubs of the oum el-bouaghi League for football (09-12) years, as the study population included the teams of the state of oum el-bouaghi, and the study sample was chosen in a deliberate manner and consisted of 36 players, on both experimental and control groups, each one included 18 players, the Ain Al-Bayda and Shabab Al-Dhala 'teams For football, we also used the experimental approach and testing the skill of dribbling, and the study concluded that the proposed training program in the manner of integrated training has a positive impact on the development of dribbling skill among the football buds, and we recommended more paying attention to skill traits in the future.

**Keywords:** combined trainig ; skill ; driblling ; dribbling ; age group ( 09-12) years.

## I- تمهيد :

إن التطور الكبير الحاصل في الميدان الرياضي وخاصة في منافسة الألعاب الإفريقية لم يكن وليد الصدفة ولكنه جاء نتيجة لتطور أساليب البحث العلمي، والتي أدت إلى نقض نقاط القوة والضعف في العملية التعليمية التدريسية وعلاقتها باستخدام أساليب ومبادئ علمية لتصحيح مسارات عملية التدريب، من أجل الوصول إلى أدق النتائج والاستجابات التي تكون قريبة في حالات اللعب الواقعي، مع التطور الذي طرأ على أغلب دول العالم في الفترة الأخيرة من حيث أساليب اللعب والخطط وإرتفاع مستوى الأداء الفني للاعبين وإرتفاع شدة التنافس وتقارب المستويات في حدود قواعد اللعبة، الأمر الذي إستدعى توجيه المزيد من الإهتمام بجميع جوانب عملية التدريب الرياضي للوصول باللاعب إلى أعلى المستويات، ولكي نحقق هذا المستوى ونسايره وجب معرفة الطريق الصحيح وتحديد الوسائل والمحتوى المناسب وفقا لما تتطلبه المباريات، وعلى ضوء ذلك يتم إعداد اللاعب من الصغر بالكم والكيف الذي يؤهله بأن يكون لاعبا ذو كفاءة عالية تمكنه من إنجاز الواجبات الفردية والجماعية وسرعة إتخاذ القرار في الوقت المناسب طوال زمن المباراة، كرة القدم الحديثة تتميز بتعدد المهارات المستعملة فيها، والتي من خلال الأداء الصحيح والكامل لها يصل الفرد الرياضي إلى المستوى الأمثل في الأداء، وهناك عدة طرق لتطوير هذه المهارات نخص بالذكر طريقة التدريب المدمج والتي تعتبر إحدى الطرق التي يستعملها المدربين في كرة القدم لما تشكله من إمكانية تحسين مستوى اللاعب، ولهذا تمحور موضوع بحثنا حول بناء برنامج تدريبي مقترح بطريقة التدريب المدمج موجه لتنمية أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، ومعرفة مدى تأثير هذا البرنامج على أداء اللاعبين.

وفي كرة القدم الحديثة يلعب الأداء المهاري دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق ويؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق، مما يؤدي إلى إرباك الخصم وعدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب والأداء، وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية لأعضاء الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم وإحراز الأهداف.

إن عملية الإعداد المهاري في كرة القدم تهدف إلى تنمية المهارات الأساسية التي يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ومحاوله إتقانها وتثبيتها لتحقيق أعلى المستويات.

وتعتبر المهارات الأساسية أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية، إذ تعتبر قاعدة أساسية للعبة وبدون إتقانها لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة. (حسن السيد أبو عبده، 2002، ص.127)، فلا يمكننا الحديث عن المهارات دون الحديث عن المراوغة بإعتبارها ملمح اللاعب الجيد والكبير، الذي يجد الحلول في المواقف الصعبة عن طريق المراوغة وذلك لتحقيق هدف الفوز إما الفوز بمباراة أو ببطولة ما.

وقد إختلفت طرق التدريب وفقا لإختلاف الهدف الذي يضعه المدرب، فقد أصبح التدريب الحديث يعتمد أساسا على إستعمال برامج تدريبية مدروسة من أجل إعداد اللاعبين مهاريا إضافة إلى الجوانب البدنية والنفسية والخططية، حيث تعتبر المرحلة العمرية لأقل من 12 سنة مرحلة خصبة لتنمية المهارات الأساسية، وذلك من خلال تكرارها والعمل عليها وفق برامج خاضعة للأسس العلمية والمنهجية في التخطيط والبرمجة.

كل هذه العوامل جعلتنا نقترح طريقة التدريب المدمج كأحد أهم البرامج التدريبية الحديثة والتي قد تساهم في تنمية الأداء الفني وباقي الجوانب الأخرى لدى الفئات الشبانية (البراعم) في رياضة كرة القدم، وهذا ما يدفعنا إلى طرح التساؤلات التالية:

- هل للتدريب المدمج أثر على تنمية مهارة المراوغة لدى لاعبي كرة القدم (09-12) سنة؟

- التساؤل الجزئي:

- ما مدى فاعلية التدريب المدمج في تنمية مهارة المراوغة لدى لاعبي كرة القدم براعم (09-12) سنة؟

- فرضيات الدراسة:

- الفرضية العامة:

- للتدريب المدمج دور في تنمية مهارة المراوغة لدى لاعبي كرة القدم براعم (09-12) سنة؟

- الفرضية الجزئية:

- طريقة التدريب المدمج تساهم في تنمية مهارة المراوغة لدى لاعبي كرة القدم براعم (09-12) سنة.

- أهمية الدراسة:

- إبراز أهمية البرنامج التدريبي المقترح بطريقة التدريب المدمج في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم براعم (09-

12) سنة.

- إثراء المجال العلمي لإبراز مدى أهمية التدريب المدمج في تنمية الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم في المرحلة العمرية (09

إلى 12) سنة.

- أهداف الدراسة:

- معرفة تأثير برنامج تدريبي مدمج في تنمية مهارة المراوغة لدى لاعبي كرة القدم صنف البراعم.

- محاولة حل مشاكل ضعف الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم الجزائرية.

- الكلمات الدالة:

**1- تعريف التدريب المدمج:**

- لغة: هو دمج شيئين أو أكثر أي جعل منهما شيئا واحدا، ووحدهما بإحكام، ونقول أيضا: دمج الشيء دخل في غيره

وإستحكم فيه.

- إصطلاحا: مصطلح المدمج integration هو يلقب بلقب الكامل كل من جميع بين الجوانب السلوكية الثلاثة: المعرفة

(العقلية)، الحركة (البدنية)، الوجدانية (الإنفعالية). (أمين الخولي، 1994، ص. 153)

**2- التدريب المدمج:**

- إصطلاحا: إختلفت تصورات تعريف التدريب المدمج لكن كلها إحتوت جوانب التحضير البدنية والتقنية والخططية ككل

متكامل. (فغلول سنوسي، 2014، ص. 191)

- إجرائيا: هو عبارة عن إدماج الكرة في العمل البدني الذي يسمح بإكتساب القدرات مهارية والبدنية للاعبين.

(Dellal Alexandere, 2008, p.1)

**3- تعريف المهارات الأساسية في كرة القدم:**

- لغة: من الفعل مهر، أي حذق وأتقن والماهر هو الحاذق.

- إصطلاحا: هي مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل

أقل طاقة في زمن ممكن. (Marion .a, 2000, p. 35)

- إجرائيا: هي مجموعة من المهارات الرئيسية (الجري بالكرة، المراوغة، التسديد) يؤديها اللاعب لتحقيق المستويات العالية

والإنجاز الجيد ويمكن تنمية وتطوير هذه المهارات من خلال التدريب.

**4- تعريف المراوغة:**

- لغة: بمعنى راوغ، يراوغ، مراوغة، أي تحايل وتملص.

- **إصطلاحا:** هي فن التخلص من اللاعب المنافس وخداعه وبقاء الكرة تحت سيطرة اللاعب والتحكم فيها في أي جزء من الملعب. (قاسم لزام صبر ، يوسف لازم كماش، 2005، ص. 164)

- **إجرائيا:** هي قدرة اللاعب على مداعبة الكرة وإستعمال حركات سريعة مفاجئة لمخداعة المنافس وذلك بإستعمال إحدى الرجلين اليمنى أو اليسرى.

#### 5- تعريف كرة القدم:

- **لغة:** كرة القدم (foot balle) هي كلمة لاتينية وتعني "ركل الكرة بالقدم" فالأمريكيون يعتبرون (foot balle) ما يسمى عندهم (ريغي) أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى (soccer). ( رومي جميل، 1986، ص. 05 ) .

- **إصطلاحا:** هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها "رومي جميل": "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع". ( رومي جميل، 1986، ص. 50-52 )

- **إجرائيا:** هي نشاط جماعي يمارس عن طريق كرة جلدية بين فريقين يتألف كل فريق من إحدى عشرة (11) لاعبا، على أرضية مستطيلة الشكل توجد مرمى نهاية كل طرف من الأرضية، يقوم كل فريق بالدفاع عن مرماه، ومحاولة التسجيل في مرمى المنافس، ويتطلب هذا إستعمال مهارات وحركات يسمح بها قانون اللعبة، ويفوز الفريق الذي يحرز أكبر عدد من الأهداف.

#### 6- تعريف المرحلة العمرية (09-12) سنوات:

- **إصطلاحا:** يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الإنتقال التدريجي نحو النضج البدني والجسدي والعقلي والنفسي. (عبد الرحمان العيساوي، 1999، ص. 100 ) .

- **إجرائيا:** مرحلة المراهقة 09-12 سنة هي مرحلة عمرية تتخلل المراهقة ككل فهي تجسد الإنتقال من مرحلة الطفولة إلى التغيرات الفيزيولوجية والذهنية والنفسية، لتترجم تحولات وإنفعالات سلوكية وردود أفعال تعبر عن بداية تبلور الشخصية للمراهق.

#### - الدراسات السابقة:

أ - دراسة مسالتي لحضر (2012) بعنوان تأثير برنامج تدريبي مقترح للتدريب البدني المدمج في تنمية القوة والسرعة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لفئة الأواسط (16-18 سنة) ، هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير البرنامج التدريبي المقترح للتدريب البدني المدمج في تنمية القوة والسرعة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لفئة الأواسط (16-18 سنة)، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وتم إختيار العينة بطريقة عمدية تكونت من 36 لاعب ، وشمل المجتمع الأصلي 200 لاعب (20 فريق)، وإعتمد الباحث على الأدوات التالية: الإستبيان، الإختبارات البدنية والمهارية، ومن الإستنتاجات المتوصل إليها:

- أثر البرنامج التدريبي المقترح (التدريب البدني المدمج) تأثيرا إيجابيا في تنمية القوة والسرعة وتطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الأواسط.

ب - دراسة جفدم بن ذهبية (2013) بعنوان تأثير إستخدام التدريبات على الملاعب المصغرة في تحسين الجانب البدني والمهاري للاعبي كرة القدم المشاركين في الفرق الرياضية المدرسية ، هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير التدريبات على الملاعب المصغرة في تحسين الجانب البدني والمهاري للاعبي كرة القدم المشاركين في الفرق الرياضية المدرسية، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتم إختيار عينة متكونة من 30 تلميذا من الطور الإكمالي، تمثل العينة الضابطة 15 تلميذا والتجريبية 15 تلميذا واعتمد الباحث على الإختبارات البدنية والمهارية، ومن بين النتائج المتوصل إليها أن تدريبات الملاعب المصغرة تؤثر إيجابا في تنمية الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبي كرة القدم المشاركين في الفرق الرياضية المدرسية.

ج - دراسة فغلول سنوسي ( 2014) بعنوان طريقة التدريب المدمج بالكرة لتطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم (تحت 18) سنة ، هدفت الدراسة إلى إقتراح برنامج تدريبي باستخدام طريقة التدريب المدمج بالكرة لتطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم (تحت 18 سنة)، وإستخدام الباحث المنهج التجريبي ، وتم إختيار عينة متكونة من 30 لاعبا، ومن بين النتائج المتوصل إليها:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينتي البحث في نتائج بعض الصفات البدنية لصالح المجموعة التجريبية، مما يدل على فاعلية طريقة التدريب المدمج بالكرة المقترحة في بلوغ الهدف المنشود.

د -دراسة دهلي هني (2016) بعنوان فاعلية التدريب البدني المدمج في تحسين وسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومية للاعبين كرة القدم تحت (19سنة) ، هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التدريب البدني المدمج من خلال تحسين وسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومية لدى لاعبي كرة القدم، وقد إستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتم إختيار العينة بالطريقة العمدية وهي متكونة من 32 لاعب، وإستخدام الباحث البرنامج التدريبي المقترح، ومن بين أهم الإستنتاجات المتوصل إليها أن إستخدام التدريب البدني المدمج قد أثر إيجابيا في تحسين وسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومية.

ه - دراسة نويري بوبكر (2018) بعنوان توظيف الألعاب الصغيرة ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال أقل من 17 سنة ، هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي لتنمية بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال أقل من 17 سنة ، حيث شملت عينة البحث 18 لاعب تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وأخرى ضابطة ،و إستخدم الباحث المنهج التجريبي ، كما كانت أدوات الدراسة متمثلة في الإختبارات المهارية، و توصل الباحث إلى ضرورة الإهتمام بتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم.

و - دراسة مفاق كمال وغلاب حكيم ( 2018) بعنوان أثر برنامج تدريبي مقترح للتحضير البدني المدمج على تنمية المرونة ومهارة الإستقبال لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة، هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح للتدريب المدمج في تنمية المرونة ومهارة الإستقبال لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة، وقد تكونت عينة الدراسة من 24 لاعب، تم إختيارهم بالطريقة القصدية، وقد إستخدم الباحثان المنهج التجريبي، وخلصت الدراسة إلى:

- أن تطبيق البرنامج المقترح قد أثر إيجابا على تنمية المرونة ومهارة الإستقبال.

#### - التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال ما قام به الباحث من إستطلاع لنتائج وتقارير الأبحاث السابقة، تمكن من إستخلاص أهم الدراسات المرتبطة بموضوع الدراسة، والتي تم الإستعانة بها والتي صدرت في الفترة الزمنية من (2012- 2018)، وهذا ما يثبت حداثة تلك الدراسات، والتي كان معظمها يرتبط بأثر برامج تدريبية في تنمية الصفات البدنية والمهارات الأساسية، وقد إستفاد الباحث من تحليل هذه الدراسات من حيث المنهج المستخدم وهو المنهج التجريبي والوسائل والأدوات المستخدمة في جمع البيانات كالاختبارات المهارية الخاصة بلاعبين كرة القدم عبر المراحل العمرية المختلفة، وكذا في طريقة بناء البرامج المقننة التي تسمح بتنمية المهارات الأساسية بإستخدام الطرق والوسائل الحديثة في عملية تدريب وإعداد لاعبي كرة القدم، وهدفت الدراسات إلى بناء البرامج التدريبية لتنمية القدرات على النواحي المهارية، ماعدا دراسة فغلول سنوسي (2014) التي إستخدمت تمارين مدمجة لتنمية بعض الصفات البدنية وعدم الإهتمام والتركيز على الجانب المهاري أثناء التطبيق.

## 1. التدريب المدمج :

### 1.1 إجرائيا: هو تحضير مدمج (بدني مهاري)، (مهاري خططي)، ( بدني مهاري خططي) باستعمال الكرة.

- التدريب المدمج: إختلفت تصورات تعريف التدريب المدمج لكن كلها إحتوت جوانب التحضير البدنية والتقنية والخططية ككل متكامل. ( فغلول سنوسي، 2014، ص 191 ).

### 2.1 أهداف التدريب المدمج :

- توجيه ومراقبة المجمعات الحركية في كرة القدم بشكل دقيق ومجمل.
- إكتساب عدد أكبر من الخبرات المعرفية المؤثرة في آلية المهارة الحركية.
- إكتساب القدرة على قراءة المعلومات الخططية وتحويلها إلى قرارات حركية (Chanon.r-baux, 1994,p249)

### 3.1 . أهمية التدريب المدمج :

- التدريب الشامل والمدمج يساعد في الحصول على تحكم تقني مهاري كبير جدا، بحيث يسمح للاعب كرة على كسب مخزون معرفي وخططي وبدني يستغل كمعطيات تنافسية فردية وجماعية تسهل على اللعب الديناميكي والمشاركة الفعالة.
- التدريب الشامل و المدمج يساعد على تطوير كرة القدم ذات ريثم سريع من ناحية التحول الدفاعي إلى الهجوم والعكس بإتباع مبدأ التسلسل والحركية والإستعراض في اللعب. ( jean paul ,2008,p.p16-19)

## 2. الصفات المهارية :

- 1.2 إجرائيا: هي مجموعة من المهارات الرئيسية (الجري بالكرة ، المراوغة ،التسديد ) يؤدها اللاعب لتحقيق المستويات العالية والإنجاز الجيد ويمكن تنمية وتطوير هذه المهارات من خلال التدريب.
- هي كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها. (حنفي محمود مختار، 1994، ص71).

### 2.2 المهارات الأساسية بالكرة

#### 1.2.2 مهارة تمرير الكرة

إن تمرير الكرة بين أعضاء الفريق هي أساس الإنسجام ومفتاح التفاهم بين اللاعبين داخل الساحة، فكلما كانت التمريرات والمناولات دقيقة وصحيحة متقنة كلما كانت عملية الوصول إلى مرمى الفريق الآخر سهل وأخطر نتيجة.

#### 2.2.2 مهارة المراوغة

يمكن القول أن الخداع بالكرة أو المراوغة هي الوسيلة التي تجعل الخصم يتوقع حركة اللاعب توقعًا خاطئًا وبذلك تكون إستجابة الخصم بالنسبة لحركة اللاعب الحقيقية إستجابة خاطئة، مما يسمح للاعب الذي قام بالخداع أن يكون لديه الوقت والمساحة في الملعب الذان يمكنانه من التصرف الخططي بأسلوب جيد، وتستخدم المراوغة في عدة مواقف نذكر منها:

- عندما يجد المهاجم نفسه تحت مراقبة شديدة من المدافع.

- أو عند المدافعين أكثر من المهاجمين.

- أو تكون إمكانية التمرير إلى زملاء فيها المخاطرة بفقد الكرة.

## II - الطريقة والأدوات :

### 1. العينة وطرق اختيارها :

تم إختيار عينة عمدية، وإشتملت على 36 لاعبا من براعم فريقي إتحاد عين البيضاء وشباب الضلعة، ينشطان على مستوى ولاية أم البواقي، كما تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية تتكون كل واحدة من (18) لاعبا، من فئة (09-12) سنة لكرة القدم.

### 2. إجراءات البحث:

- المنهج: حتمت علينا مشكلة البحث إتباع المنهج التجريبي.

- تحديد المتغيرات وكيفية قياسها:

أ- المتغير المستقل: ويتمثل في التدريب المدمج.

ب- المتغير التابع: ويتمثل في مهارة المراوغة.

### 3. أداة البحث:

- الإختبارات المستخدمة :

أ- إختبار المراوغة :

- هدف الإختبار: يهدف هذا الإختبار إلى قياس القدرة على المراوغة عند لاعبي كرة القدم .

- الأدوات المستعملة: كرات ، أقماع ، ميقاتي .

- طريقة أداء الإختبار :

يقف اللاعب ومعه الكرة وعلى بعد 5م، يوجد 06 أقماع بلاستيكية والمسافة بين كل قمع وآخر حوالي 1م، يبدأ التمرين بجري اللاعب بالكرة مسافة 5م، ثم يقوم بالجري بين الأقماع مستخدما الأجزاء المختلفة من القدم في المرور بين الأقماع، مع السيطرة على الكرة ودون أن تبتعد عنه الكرة مع إحتساب الوقت المستغرق ذهابا وإيابا .

- إذا أسقط اللاعب أحد الأقماع تضاف له 2ثا. (حسن السيد أبو عبدة، 2002، ص168)

### 4. الشروط العلمية للأداة :

أ- الصدق: تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقاييس والإختبارات وهو يتعلق أساسا بنتائج الإختبار.

حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان ، 1996 ، ص321).

الجدول (1) : يبين مدى صدق وثبات الاختبارات

الاختبارات	عدد أفراد	معامل	معامل	الدلالة
إختبار المراوغة	09	0,969	0,984	0,05

المصدر: الباحثان، الدراسة الحالية

ب- الثبات: إذا أجري إختبار ما على مجموعة من الأفراد ورصدت درجات كل فرد في هذا الإختبار ثم أعيد إجراء هذا الإختبار على نفس هذه المجموعة، ورصدت أيضا درجات كل فرد ودلت النتائج على أن الدرجات التي حصل عليها الطالب في المرة الأولى لتطبيق الإختبار هي نفس الدرجات التي حصل عليها هؤلاء الطلبة في المرة الثانية.

ج- الموضوعية: من العوامل المهمة التي يجب أن تتوفر في الإختبار الجيد شرط الموضوعية والذي يعني التحرر من التحيز أو

التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كآرائه وأهوائه الذاتية وميوله الشخصية وحتى تحيزه أو تعصبه.

#### د- الأسس العلمية المعتمدة في وضع البرنامج التدريبي المقترح :

إن البرنامج التدريبي المقترح للتدريب البدني المدمج تم تطبيقه بمراعاة الشروط التالية:

- الإهتمام بالتشكيل السليم والصحيح للعمل، ومراعاة البرنامج لخصائص المرحلة العمرية (09-12 سنة)، ومراعاة المبادئ العامة في تطبيق حمل التدريب من التدرج في الحمل، الفروق الفردية، واستخدام البرنامج التدريبي المقترح بالتدريب المدمج لمدة (08) أسابيع، ومراعاة عدد مرات التكرارات وأيضا فترات الراحة بين كل تمرين، وأيضا تطبيق (03) وحدات تدريبية لكل أسبوع، وكل وحدة تدريبية تدوم (90 د)، والإهتمام باختيار التمرينات المناسبة لكل مرحلة من مراحل البرنامج، والتي تشمل جميع أجزاء الجسم وذلك لتنمية الصفات مهارية في كرة القدم، وقد تم إجراء التكافؤ بين المجموعتين، حيث رأى الباحث مدى تجانس العينتين في متغيرات الطول والوزن والسن، كما هو موضح في الجدولين رقم (02) و(03):

الجدول (2) : يبين تكافؤ العينتين من حيث متغيرات الوزن، الطول، السن.

المتغيرات	عدد العينة	العينة التجريبية	العينة الضابطة	العينة التجريبية	العينة الضابطة	T محسوبة	T جدولية	دلالة إحصائية	درجة حرية
السن	18	10,50	10,50	1,20	1,10	0,00	2,03	1,00	34
الطول	18	1,42	1,42	0,06	0,58	0,08 -		0,93	
الوزن	18	34,91	35,12	4,89	5,01	0,12		0,90	

المصدر: الباحثان، الدراسة الحالية

الجدول (3) : يبين مدى التجانس بين المجموعتين في المتغيرات قيد البحث.

الدلالة الإحصائية للاختبارات	عدد العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة الإحصائية	T محسوبة	الدلالة الإحصائية	القرار
اختبار المراوغة	36	34	35,12	0,712	0,405	غير دال

المصدر: الباحثان، الدراسة الحالية

بعد إجراء الإختبارات مهارية لعينة البحث وعلى إثر النتائج المحصل عليها قام الباحث بدراسة مدى تجانس هذه العينة مستخدما إختبار T "ستيودنت" كما هو موضح في الجدول رقم (03).

#### ه- الأدوات الإحصائية:

تم الإعتماد في هذه الدراسة على برنامج الحزم الإحصائية للعلوم التربوية والإجتماعية SPSS في نسخته 25 وهذا بالإعتماد على الأساليب الإحصائية التالية (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، إختبار T ستيودنت).

### III- النتائج ومناقشتها :

#### - تحليل ومناقشة النتائج:

- عرض وتحليل نتائج القياسين القبلي والبعدي للعينتين التجريبية والضابطة لإختبار المراوغة.



الجدول (4) : يبين نتائج القياسين القبلي والبعدي للعينتين التجريبية والضابطة لاختبار المراوغة.

القرار	T جدولية	T محسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		عدد العينة	العينة
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
دال	2,110	9,230	1,92	12,93	1,74	14,53	18	العينة
غير دال		- 4,181	1,44	14,47	1,43	14,93	18	العينة

المصدر: الباحثان، الدراسة الحالية

- من خلال نتائج الجدول يتضح لنا أن المجموعة التجريبية تحصلت في الإختبار القبلي على المتوسط الحسابي (14,53) وانحراف معياري قدره (1,74)، أما الإختبار البعدي بلغ المتوسط الحسابي (12,93) والانحراف المعياري قدره (1,92)، أما المجموعة الضابطة تحصلت في الإختبار القبلي على متوسط حسابي (14,93) وانحراف معياري قدره (1,43).

أما الإختبار البعدي بلغ المتوسط الحسابي (14,47) والانحراف المعياري قدره (1,44) وبلغت فيه قيمة (T) المحسوبة 9,230 وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية التي تقدر بـ 2,110 عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة الحرية 34، ويعني هذا أن الفرق بين الإختبار القبلي والبعدي للعينتين التجريبية والضابطة هو فرق معنوي دال إحصائياً لصالح الإختبار البعدي ولصالح العينة التجريبية في إختبار المراوغة.

#### - مناقشة الفرضيات:

- الفرضية الأولى: طريقة التدريب المدمج تساهم في تنمية مهارة المراوغة لدى لاعبي كرة القدم براعم (09-12) سنة.

- من خلال الجدول رقم (04) الذي يمثل نتائج الإختبار القبلي والبعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في إختبار المراوغة، تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة والتجريبية، تؤكد صحة فرضيتنا والتي تقر بتأثير طريقة التدريب المدمج على تنمية أداء مهارة المراوغة، وهذا ما يتوافق مع نتائج دراسة ( مسالتي لخضر، 2012) بعنوان تأثير برنامج تدريبي مقترح للتدريب البدني المدمج في تنمية القوة والسرعة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لفئة الأواسط (16-18 سنة)، ونتائج دراسة ( نويري بوبكر، 2018) بعنوان توظيف الألعاب الصغيرة ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال أقل من 17 سنة.

- ويمكن القول أن نتائج دراستنا توافق العديد من نتائج الدراسات السابقة وتتماشى تماماً مع توقعاتنا في صياغة الفرضية العامة والتي تنص على أن لطريقة التدريب المدمج دور في تنمية مهارة المراوغة لدى لاعبي كرة القدم براعم (09-12) سنة، وعليه يمكن أن نقول أن فرضية البحث تحققت، وهذا ما أكدت عليه النتائج المتوصل إليها من مختلف المراجع العلمية.

#### IV- الخلاصة:

في ختام هذه الدراسة والتي كان الغرض منها معرفة مدى تأثير التدريب المدمج على تنمية مهارة المراوغة لبراعم كرة القدم ، وفي حدود هذه الدراسة توصلنا إلى أن طريقة التدريب المدمج ذات فاعلية في تنمية مهارة المراوغة في كرة القدم، ومن بين الإستنتاجات المتوصل لها أن البرنامج التدريبي بطريقة التدريب المدمج لمدة (08) أسابيع له أثر إيجابي على تنمية مهارة المراوغة لدى براعم كرة القدم، ومن بين الإقتراحات المستقبلية الحث على إعتقاد طريقة التدريب المدمج في البرامج التدريبية للفئات الأخرى لتطوير الصفات البدنية والمهارية.

## - الإحالات والمراجع :

1. حسن السيد أبو عبده. (2002). **الإتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم**. مكتبة الإشعاع الفنية.ص.127 .
2. أمين أنور الخولي. (1994). **الرياضة والحضارة الإسلامية**. دار الفكر العربي. ص.153 .
3. رومي جميل. (1986). **فن كرة القدم**. دار النفائس. ص.05 .
4. محمد حسن علاوي، رضوان محمد نصر الدين. (1996). **القياس في التربية الرياضية وعلم القياس الرياضي**. دار الفكر العربي.ص.321 .
5. عبد الرحمان العيساوي. (1999). **دراسات في تفسير السلوك الإنساني**. دار الراتب الجامعية، ص.100 .
6. قاسم لزام صبر ، يوسف لزام كماش. (2005). **أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم**. دار الوفاء لدنيا الطباعة.ص.164 .
7. فغلول سنوسي، (2014)، **طريقة التدريب المدمج بالكرة لتطوير بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم (تحت 18) سنة**، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، 11(11)، ص.186 - 208.
8. مساليتي لخضر، (2012)، **أثر برنامج تدريبي مقترح للتدريب البدني المدمج في تنمية القوة والسرعة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (16-18)**، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، 9(9)، ص.116 - 130.
9. مقاق كمال، غلاب حكيم، (2018)، **أثر برنامج تدريبي مقترح لتحضير البدني المدمج على تنمية المرونة ومهارة الإستقبال لدى لاعبي كرة الطائرة أقل من 17 سنة**، مجلة الإبداع الرياضي، 9(2)، ص.250 - 266.
10. نويري بوبكر، (2018)، **توظيف الألعاب الصغيرة ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال أقل من 17 سنة**، مجلة الإبداع الرياضي، 9(1)، ص.60 - 76.
11. جغدم بن ذهبية، (2013)، **تأثير استخدام التدريبات على الملاعب المصغرة في تحسين الجانب البدني والمهاري للاعبي كرة القدم المشاركين في الفرق الرياضية المدرسية**، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، 10(10)، ص.120-137.
12. دهلي هنبي، (2016)، **فاعلية التدريب البدني المدمج في تحسين وسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومية للاعبي كرة القدم تحت (19 سنة)**، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة مستغانم، الجزائر.
13. Dellal ,Alexandere.(2008). **entrainement à la performance et football**,Dipot legal.p.01.
14. Marion ,A.(2000). **Alaboration et Evaluation des programmes sportif**,edition de boeck.p.35.