

دراسة مقارنة في مستوى بعض الصفات البدنية (السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، الرشاقة) بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور.
دراسة ميدانية لفرق الجهة الغربية لولاية سكيكدة

A Comparative Study on the Levels of Some Physical qualities (Transitional Speed, Explosive Strength, Agility) Among Male Football and Handball Players in the Under-17 Category.

A field study of the western region teams of Skikda province

تويقر عمر¹، بوحال فيصل²

¹ جامعة إبراهيم سلطان شيبوط الجزائر 3/ الجزائر / touiker.omar@univ-alger3.dz

مخبر العلوم والخبرة وتكنولوجية النشاط البدني الرياضي. الجزائر 3. رمز (C1671700)

² جامعة إبراهيم سلطان شيبوط الجزائر 3/ الجزائر / bouhal.faycal@univ-alger3.dz

تاريخ النشر: 2024/08/05

تاريخ القبول: 2024/07/13

تاريخ الاستلام: 2024/02/15

ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الفروق في بعض الصفات البدنية بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من سبعة عشرة سنة ذكور، بحيث اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المقارن، وشمل مجتمع البحث كل من لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد للجهة الغربية لولاية سكيكدة، وتم اختيار العينة بالطريقة القصدية والتي بلغ تعدادها ثلاثون لاعبا، ولجمع البيانات اعتمدنا على اختبار السرعة 20 متر من الثبات، واختبار الوثب العمودي من الثبات، واختبار بارو للرشاقة، وعولجت البيانات باستخدام برنامج (SPSS V27)، وبعد تحليل النتائج ومناقشتها خلص البحث إلى عدم وجود فروق في الصفات البدنية (السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، الرشاقة) لدى لاعبي أقل من سبعة عشرة سنة ذكور بين رياضيي كرة القدم وكرة اليد، وقد أوصت الدراسة بتخصيص محضر بدني لكل الفئات العمرية لضمان النمو المتكامل والمتجانس لمختلف الصفات البدنية لدى اللاعبين خلال مراحل التكوين المختلفة.

الكلمات الدالة: الصفات البدنية؛ السرعة الانتقالية؛ القوة الانفجارية؛ الرشاقة؛ كرة القدم؛ كرة اليد.

Abstract:

This study aims to determine the level of differences in some physical qualities between football players and handball players in the under-seventeen male category. The study adopted a comparative descriptive approach and included the research community of both football and handball players from the western region of Skikda province. The sample was selected purposively, comprising thirty players. Data collection relied on the 20-meter sprint test, the vertical jump test, and the Barrow agility test. Data were analyzed using SPSS V27 software. After analyzing and discussing the results, the research concluded that there were no differences in physical qualities (transitional speed, explosive strength, agility) among male players under seventeen years old between football and handball. The study recommended assigning a physical trainer for all age groups to ensure comprehensive and homogeneous development of various physical traits among players during different developmental stages.

Keywords: Physical qualities; Transitional speed; Explosive strength; Agility; Football; Handball.

1. مقدمة وإشكالية الدراسة:

أدى التطور التكنولوجي والعلمي المعاصر إلى تطور علوم وتقنيات التدريب الرياضي والوسائل والأجهزة المستعملة فيه، فانعكس ذلك على عمليات التدريب الرياضي الحديث بجملة من الإصلاحات والتعديلات الهيكلية في شكلها التنظيمي والتطبيقي حتى تتواءم مع متطلبات الإنجاز الرياضي، ومن تم الوصول بالرياضيين إلى أعلى مستويات قدراتهم البدنية والوظيفية والمهارية والخططية والنفسية والذهنية والمعرفية والتي تسمح لهم بمجرات متطلبات الأداء الرياضي التخصصي، بحيث أن التدريب الرياضي "عبارة عن جميع العمليات التي تشتمل بناء عناصر اللياقة البدنية وتطويرها وتعلم فن الأداء الحركي والخططي، والتوجيه الإرادي ضمن منهج علمي مبرمج وهادف يخضع للقواعد التربوية هدفه الوصول إلى أعلى مستوى ممكن" (قاسم حسن حسين، 1998، ص 18).

للوصول إلى فرد قادر على مواكبة متطلبات الأداء الرياضي التخصصي المتوقع مستقبلا، لا بد من التخطيط المنهجي العلمي الدقيق المبني على أسس علمية ومنهجية سليمة، يعتمد على نتائج الاختبارات ومختلف عمليات القياس والتقويم في وضع الخطط وتقويمها وتعديلها، من خلال التنبؤ بمستوى المنافسات الرياضية مستقبلا ومن ثم تحديد خصائص ومتطلبات انتقاء الرياضيين والمستوى الذي ينبغي أن يصلوا إليه مستقبلا، كما تسمح عمليات القياس والتقويم بتشكيل أحمال تدريبية دقيقة وهادفة تضمن النمو المتزن والمتكامل والمتجانس للفرد، ويرى أبو زيد أن "حمل التدريب هو الوسيلة الرئيسية للتأثير على اللاعب ويؤدي إلى الارتقاء بالمستوى الوظيفي والعضوي لأجهزة وأعضاء الجسم، وبالتالي تنمية وتطوير الصفات البدنية والمهارات الحركية والقدرات الحركية والسمات الإرادية، وهذا يعني أنه العبء أو الجهد البدني والعصبي الواقع على أجهزة اللاعب المختلفة كنتيجة لأداء الأنشطة البدنية المقصودة" (عباس أبو زيد عماد الدين، 2005، ص 172).

لقد عرفت الألعاب الرياضية الجماعية قفزة نوعية في مستوى متطلبات الأداء البدنية والمهارية والخططية والعقلية والنفسية الخاصة بها، وهذا ما يتجلى بوضوح في مستوى المنافسات الرياضية على المستوى العالمي سواء كان ذلك في الأندية أو المنتخبات الوطنية، بحيث تعتبر اللياقة البدنية بنوعها العامة والخاصة، القاعدة الأساسية التي ينطلق منها المدرب في تنمية باقي متطلبات الإنجاز الرياضي، بحيث أن الأداء الفني والخططي الكفاء يتطلب امتلاك مستوى عالي من القدرات البدنية العامة والخاصة، والتي يجب أن تنع وتطور بشكل مترابط ومتكامل ولا يمكن الرقي بصفة بدنية إلى أعلى مستوياتها بمعزل عن باقي الصفات البدنية الأخرى، ورغم ذلك يجب دراسة كل صفة بدنية على حدى لأسباب بيولوجية وتدريبية فاللياقة البدنية "عملية فردية، أي أنها ترتبط بدرجة كبيرة بظاهرة الفروقات الفردية كما أن اللياقة البدنية عملية نسبية بمعنى أن الفرد الذي تقابله متطلبات بدنية عادية يتعامل معها في حياته اليومية بنجاح وبأقل درجة من التعب" (عبد البصير عادل، 1998، ص 122).

إن المتتبع للمنافسات الرياضية في لعبتي كرة القدم وكرة اليد على المستوى العالمي يدرك حجم الفارق الذي تصنعه بعض الصفات البدنية في حسم نتائج المباريات، بحيث أن متطلبات الإنجاز الحديثة تتطلب سرعة التحولات الهجومية والدفاعية للاعبين، والفوز بالصراعات الثنائية وهذا ما يتطلب مستوى عالي في صفة السرعة والرشاقة والقوة والتحمل، والذي يسمح بالحفاظ على مستوى الأداء البدني والتقني والخططي والذهني والنفسي في أعلى مستوياته خلال المنافسة، مما يوجب على القائمين بمجال التدريب الرياضي بالرياضيتين التخطيط المنهجي العلمي لعمليات التدريب الرياضي بغرض ضمان تنمية وتطوير الصفات البدنية والحفاظ على التطورات الحاصلة خلال مختلف المراحل التي يمر بها الرياضي، أو استرجاع المستوى المكتسب مسبقا في حال انخفاضه بسبب الإصابات أو ضغط المنافسة وكثافتها.

تعتبر الدول المقدمة الفئات الشبانية القاعدة العريضة التي يعتمد عليها في تطوير رياضة كرة اليد [وربما كرة القدم]، لذلك أولت هذه الدول اهتماما كبيرا بتنمية وتطوير الفئات الشبانية وفق قواعد وأسس علمية ومنهجية متينة

وواضحة، ولضمان تدريب ناجح وفعال كان لزاما على القائمين على عمليات التدريب الرياضي في [الرياضتين] إتباع أنجع الطرق والأساليب والامام بالمبادئ الأساسية للتدريب الرياضي مع مراعات مميزات وخصائص مراحل النمو المختلفة للنشئين، وتنمية وتطوير قدراتهم البدنية والمهارية والخطوية والنفسية بأسلوب علمي كونهم يشكلون القاعدة العريضة لفرق الأكاير (عبيدة صالح، مفتي إبراهيم، 1994).

بناءً على ما سبق ولضرورة تنمية وتطوير الصفات البدنية للوصول بالرياضين إلى أعلى مستويات الإنجاز الرياضي حسب قدراتهم، أراد الباحث دراسة بعض الصفات البدنية المشتركة بين رياضي كرة القدم وكرة اليد للوقوف على مستوى الفروق فيما بينهما في هذه الصفات بهدف الوصول إلى معلومات علمية عملية تسهم في تطوير الرياضتين.

تساؤل الدراسة:

هل توجد فروق في الصفات البدنية (السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، الرشاقة) لدى لاعبي أقل من سبعة عشرة سنة ذكور بين رياضي كرة القدم وكرة اليد؟

التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة السرعة الانتقالية (اختبار 20 متر من الثبات)؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلية (اختبار الوثب العمودي من الثبات)؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة الرشاقة (اختبار بارو)؟

2. فرضيات الدراسة:

1.2. الفرضية العامة:

لا توجد فروق في الصفات البدنية (السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، الرشاقة) لدى لاعبي أقل من سبعة عشرة سنة ذكور بين رياضي كرة القدم وكرة اليد.

2.2. الفرضيات الجزئية:

- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة السرعة الانتقالية (اختبار 20 متر من الثبات).
- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلى (اختبار القفز العمودي من الثبات).
- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة الرشاقة (اختبار بارو).

3. أهداف البحث:

- التعرف على مستوى الفروق في بعض الصفات البدنية بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد.
- التعرف على مستوى الفروق في صفة السرعة الانتقالية بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد.
- التعرف على مستوى الفروق في صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلى بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد.
- التعرف على مستوى الفروق في صفة الرشاقة بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد.

4. أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث في دراسة بعض الصفات البدنية المشتركة بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور، وهي مرحلة ينتقل فيها اللاعب من مرحلة التكوين إلى مرحلة التدريب عالي المستوى، للوصول إلى قيم ذات دلالة إحصائية تبين مدى الاختلاف أو التشابه في هذه الصفات موضوع الدراسة، ومنها استنباط قيم ومعلومات علمية عملية تسهم في تطوير عمليات التدريب الرياضي الخاصة بالرياضتين.

5. - أسباب اختيار الموضوع:

وهي مجموعة من الدوافع التي جعلت الباحث يتناول هذا الموضوع وتنقسم إلى قسمين:

1.5. أسباب ذاتية:

- الميول الشخصي للرياضتين.
- قرب العينة وسهولة الاتصال بها، لمعرفتنا المسبقة ببعض مدربي ومسيري الفرق الرياضية للرياضتين.
- توفر الاختبارات المقننة والأدوات والامكانيات الضرورية لتنفيذها.

2.5. أسباب موضوعية:

رياضتي كرة القدم وكرة اليد من الرياضات الجماعية التنافسية التي تشترك في بعض الصفات البدنية الجوهرية لمتطلبات الإنجاز الرياضي الخاصة بهما، بحيث أن إحراز الأهداف أو الفوز بالصرعات الثنائية أو التحول السريع من الدفاع إلى الهجوم أو من الهجوم إلى الدفاع والأداء الخططي السليم، يتطلب امتلاك الرياضي مستوى عالي في كل من صفة السرعة والقوة والرشاقة..

6. تحديد المصطلحات والمفاهيم:

1.6. تعريف الصفات البدنية:

1.1.6. التعريف الاصطلاحي:

يعرفها نصيف بأنها: "تلك الصفات الفطرية والمكتسبة التي تجعل الفرد قادرا على العمل لأقصى حدود قوته الجسمية، وبذل أقصى إمكانياته الفعلية بروح معنوية عالية" (السقاف فتحي احمد هادي، 2010، ص 38).

2.1.6. التعريف الإجرائي:

الصفات البدنية (اللياقة البدنية؛ القدرات البدنية) هي مجموعة من الصفات الفطرية والمكتسبة تتحسن وتتطور بالتدريب، وتتمثل في (القوة والتحمل والسرعة والمرونة والرشاقة) والتي تؤثر بشكل كبير في مستوى الأداء البدني والحركي والوظيفي للرياضي.

2.6. تعريف السرعة الانتقالية:

1.2.6. التعريف الاصطلاحي:

يعرفها علاوي: "إنها القدرة على الانتقال أو التحرك من مكان للأخر بأقصى سرعة ممكنة" (قلاتي يزيد، غانم محمد الأمين، 2017، ص 222)

"نقصد بها سرعة التحرك وانتقال الجسم من نقطة إلى أخرى في أقل زمن ممكن" (نصر الدين سيد أحمد، 2003، ص 26).

2.2.6. التعريف الإجرائي:

هي القدرة على التنقل في خط مستقيم بين حدين بأقل مدة زمنية ممكنة.

3.6. تعريف القوة الانفجارية:

1.3.6. التعريف الاصطلاحي:

عرفها فاضل بأنها: "المقدرة اللحظية لعضلة أو لمجموعة عضلية على إخراج أقصى انقباض عضلي لمرة واحدة وبأسرع زمن ممكن" (فاضل حسين عزيز، 2015، ص 61).

يعرفها علاوي: "هي أقصى قوة يستطيع الجهاز العصبي العضلي إنتاجها في حالة أقصى انقباض ارادي" (هبير السعيد، 2022، ص 157)

2.3.6. التعريف الإجرائي:

هي مقدرة مدمجة بين القوة والسرعة تنفذها عضلة أو مجموعة عضلية للتغلب على مقاومة بأقصى وأسرع انقباض عضلي لمرة واحدة.

4.6. تعريف الرشاقة:

1.4.6. التعريف الاصطلاحي:

عرفها كيرتون: "القدرة على رد الفعل السريع للحركات الموجهة التي تتسم بالدقة مع إمكانية الفرد تغيير وضعه بسرعة، ولا يتطلب ذلك القوة العظمية أو القدرة" (عبد الحميد كمال، حسانين محمد صبيحي، 1997، ص 84).

كما تعرف بأنها "المقدرة على تغيير أوضاع الجسم وسرعته أو اتجاهه على الأرض أو في الهواء بدقة وانسيابية وتوقيت سليم" (بوزينة بلال، 2019، ص 134).

2.4.6. التعريف الإجرائي:

هي قدرة الفرد على تغيير وضعيات جسمه أو عضو من أعضائه، لتنفيذ حركات توافقية معقدة أو لتغيير اتجاه الحركة بسرعة وتوقيت سليم وفق المواقف المتغيرة.

5.6. تعريف كرة القدم:

1.5.6. التعريف الاصطلاحي:

"كرة القدم 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" (نويرة عمار، 2018، ص 16).

2.5.6. التعريف الإجرائي:

هي رياضة تنافسية جماعية يلعبها فريقان يحاول كل الفريق التسجيل على الآخر، ويظم فريق كرة القدم إحدى عشرة لاعبا بالإضافة إلى سبعة لاعبي احتياط، وتعتبر من أكثر الرياضات شعبية في العالم؛ تجرى مبارياتها على ميدان عشبي أو ترابي مستطيل الشكل، وتلعب عادة باستخدام الأرجل والرأس والصدر ومن غير المسموح استخدام اليدين ولكن هذا متاح فقط لحراس المرمى.

6.6. تعريف كرة اليد:

1.6.6. التعريف الاصطلاحي:

تعرف بأنها: إحدى الألعاب الرياضية التي تمارس بالكرة وقد نشأت في القرن التاسع عشر، وهي تتكون من سبعة لاعبين بما فيهم الحارس وتلعب باليد وتأخذ ميدان طوله 40 م وعرضه 20 م وتسير من طرف حكمين، وتلعب بشوطين كل شوطين مدته 30 د تفصلهما 10 د للاسترجاع والراحة (جرجس إبراهيم منير، 1994)

2.6.6. التعريف الإجرائي:

لعبة كرة اليد من الألعاب الرياضية الجماعية التنافسية تجري منافساتها بملاعب داخل القاعات الرياضية، ويتكون كل فريق من أربعة عشرة لاعبا منهم سبعة لاعبين أساسيين وسبع في الاحتياط، يسمح فيها بعدد مفتوح من التغييرات، كما يسمح بدخول اللاعب وخروجه عدة مرات بشرط احترام قواعد التغييرات، ويفوز الفريق الأكثر تسجيلا للأهداف.

7. الدراسات السابقة والمشابهة:

1.7. دراسة عامر مشعل فرحان (2012)، موسومة بمقارنة بعض القدرات البدنية لألعاب (كرة الطائرة، وكرة اليد، وكرة السلة): هدفت الدراسة إلى التعرف على بعض القدرات البدنية لألعاب (الكرة الطائرة وكرة اليد وكرة السلة) ومقارنتها، حيث تبني الباحث المنهج الوصفي المقارن، وشمل مجتمع البحث منتخبات جامعة الأنبار الرياضية، حيث تم اختيار العينة القصدية، وقد تم الاعتماد على اختبار الوثب العريض واختبار تني الذراعان ومدتهما لمدة 10 ثواني واختبار الجري 50 متر واختبار الوثب واختبار الركض المكوكي، وبعد المعالجة الإحصائية خلص البحث إلى تفوق لاعبي الكرة الطائرة في مستوى القوة الانفجارية لعضلات الرجلين على كل من لاعبي كرة السلة ثم كرة اليد، وتفوق لاعبي كرة اليد في مستوى مطاولة القوة المميزة بالسرعة على كل من لاعبي الكرة الطائرة ثم كرة السلة.

2.7. دراسة أكرم عبد الواحد محمد امين (2017)، موسومة ببعض المتغيرات الوظيفية والبدنية لدى لاعبي نادي اربيل بالكرة الطائرة وكرة اليد (دراسة مقارنة): هدفت الدراسة إلى التعرف على الفرق بين لاعبي نادي اربيل لكرة الطائرة وكرة اليد في القدرات البدنية والوظيفية المحددة في البحث، حيث تبني الباحث المنهج الوصفي المقارن، وشمل مجتمع البحث لاعبي نادي اربيل للكرة الطائرة وكرة اليد، حيث تم اختيار العينة العشوائية، وقد تم الاعتماد على اختبار 30 م من البدء المتحرك، اختبار سارجنت، اختبار بارو، وبعد المعالجة الإحصائية خلص البحث إلى تفوق لاعبي كرة اليد على لاعبي الكرة الطائرة في اختبار السرعة الانتقالية، وأفضلية لاعبي الكرة الطائرة على لاعبي كرة اليد في اختبار القوة الانفجارية للأطراف السفلى، وتكافؤ لاعبي كرة اليد والكرة الطائرة في اختبار الرشاقة.

3.7. دراسة ديندار فيضي محمد وأحمد علي خضر وأراز قادر حداد ودلخاز رمضان نبي (2019)، موسومة بدراسة مقارنة لبعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية بين خطوط اللعب المختلفة في كرة القدم: هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة بين خطوط اللعب المختلفة في كرة القدم، حيث تبني الباحث المنهج الوصفي، وشمل مجتمع البحث لاعبي أكاديمية الكورد، حيث تم اختيار العينة العمدية، وقد تم الاعتماد اختبار بارو، اختبار الوثب العريض، اختبار السرعة 30 متر، اختبار الركض المكوكي، وبعد المعالجة الإحصائية خلص البحث إلى عدم ظهور فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي أكاديمية الكورد في الصفات البدنية الخاصة (الرشاقة، القوة الانفجارية للرجلين، السرعة الانتقالية) بين خطوط اللعب المختلفة.

8. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.8. الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث كخطوة أولى بإعداد استمارة ترشيح الاختبارات الخاصة بالصفات البدنية، ومن ثم تقديمها إلى ثمانية أساتذة ودكاترة (صدق المحكمين) العاملين في مجال التدريب الرياضي بغرض الأخذ بأرائهم وتوجيهاتهم العلمية، وترشيح الاختبار الأنسب لقياس كل صفة من الصفات البدنية موضوع الدراسة والمناسبة للاعبين الرياضيين (كرة القدم، كرة اليد) في نفس الوقت.

ثم قام الباحث بتطبيق الاختبارات البدنية المختارة على ثمانية لاعبين منهم أربعة لاعبين من الاتحاد الرياضي لكرة القدم لبلدية الشرايع وأربعة لاعبين من النادي الرياضي لكرة اليد لبلدية سيدي مزغيش، مع مراعات النقاط التالية:

- تطبيق الاختبارات على الفئة العمرية لأقل من سبعة عشرة سنة ذكور.
- شرح وعرض جميع مفردات الاختبارات من قبل الباحث وفريق العمل قبل تنفيذها.

- إعطاء فرصة كافية للاعبين لإجراء الإحماء مع منح راحة كاملة لهم بين الاختبارات.
- إجراء الاختبارات في نفس التوقيت الدراسة الفعلية.

2.8. المنهج المستخدم:

المنهج المتبع في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي المقارن كونه يتناسب وطبيعة الدراسة.

3.8. مجتمع وعينة الدراسة:

1.3.8. مجتمع الدراسة:

تمثل مجتمع الدراسة في لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من سبعة عشرة سنة ذكور للجهة الغربية لولاية سكيكدة بمجموع 302 لاعب؛ يتوزعون على ثلاثة فرق لكرة اليد بمجموع سبعة وستون لاعبا (67)، وإحدى عشرة فريق لكرة القدم بمجموع 235 لاعب.

2.3.8. عينة الدراسة:

من أجل القيام بهذه الدراسة تم اختيار العينة القصدية لأنها أسهل الطرق وأبسطها في اختيار العينة، وقد بلغ تعدادها ثلاثون لاعبا منهم خمسة عشرة لاعب لكرة القدم من فريق وفاق القل، وخمسة عشرة لاعب لكرة اليد من فريق مجاز الدشيش، بنسبة تمثيل قدرها عشرة في المئة (10%) من مجتمع البحث، وقد روعي تجانس أفراد العينة في متغيرات وخصائص عينة البحث (السن، الجنس، العمر التدريبي أكثر من أربع سنوات).

4.8. مجالات الدراسة:

1.4.8. المجال الزمني: أجريت الدراسة في الفترة الزمنية الممتدة من 1 جانفي 2020 إلى غاية 15 فيفري 2020.

1.4.8. المجال المكاني: المجال المكاني: أجريت الدراسة في ملعب ترابي لكرة القدم ببلدية سيدي مزغيش ولاية سكيكدة.

5.8. أدوات الدراسة:

1.5.8. اختبار السرعة 20 متر من الوقوف:

أ. الهدف منه: (درويش كمال وآخرون، 1998، ص 190)

قياس السرعة الانتقالية.

ب. الأدوات:

- ميقاتيه، صافرة، أقماع، ديكامتر.
- خطان متوازيان مرسومان على الأرض تبلغ المسافة بينهما عشرون متر (20متر).
- ج. وصف الأداء: يقف المختبر خلف الخط الانطلاق وعندما سماع إشارة البدء يقوم بالعدو إلى أن يتخطى خط النهاية.
- د. تعليمات إضافية:
- الانطلاق بعد سماع الصافرة وتجنب الانطلاق قبلها وتجاوز خط النهاية بأقصى سرعة.
- التركيز على المؤشر يكون بحاسة السمع.
- هـ. حساب النتيجة: يسجل للمختبر الزمن الذي استغرقه في قطع المسافة (20متر).

2.5.8. اختبار الوثب العمودي (Sargent test):

أ. الهدف منه: (البساطي أمر الله أحمد، 2001، ص 229، 228)

قياس القوة الانفجارية لعضلات الفخذين والساقين والقدمين.

ب. الوسائل: ميزان طبي، أوراق التسجيل، جهاز (Myotest).

ج. وصف الأداء:

- أخذ وزن المختبر على الميزان الطبي، ضبط جهاز (Myotest) على اختبار الوثب العمودي.
 - لف حزام الجهاز حول خاصرة المختبر ثم تثبيت جهاز (Myotest) على الحزام.
 - تقييد وزن المختبر على الجهاز.
 - عندما يعطي الجهاز الإشارة الصوتية الأولى يأخذ المختبر وضعية الاستعداد بتني الركبتين بزاوية قدرها 110 درجة بالتقريب ومد الذراعين إلى الخلف.
 - يقفز المختبر عموديا فور سماعه للإشارة الصوتية الثانية للجهاز.
- د. تعليمات إضافية:

- أن يهبط المختبر في نفس المكان الذي قفز منه.
- تجنب الاهتزاز أثناء وضعية الاستعداد (القفز من الثبات).
- التركيز الجيد بحاسة السمع على الإشارتين الصوتيتين.
- مد الذراعين نحو الأعلى عند القفز.

ر. حساب النتيجة:

- نقيد النتائج المسجلة في الجهاز مباشرة.
- يعطى اللاعب ثلاث محاولات وتسجل أحسن محاولة.

3.5.8. اختبار الجري متعرج بارو:

أ. الهدف منه: (رشام جمال الدين، 2019، ص 138-139).

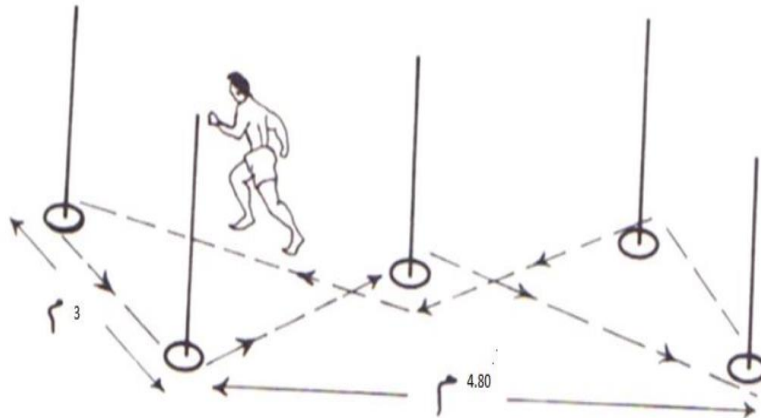
قياس الرشاقة.

ب. الأدوات: خمسة قوائم أو أقماع أو كراسي، ساعة توقيت إلكترونية، مستطيل طوله 4.80 م على عرض 3 م، تثبت أربعة قوائم عموديا في الأركان الأربعة للمستطيل، ويثبت القوائم الخامس في منتصف المستطيل..

ج. وصف الأداء: من مكان البداية بجانب أحد القوائم الأربعة المحددة للمستطيل يجري المختبر جري زجاجي، لثلاث دورات متتالية.

د. التوصيات: يجب عدم لمس القوائم أثناء الجري، يجب إتباع خط السير بدقة وإذا حدث أن خالف المختبر خط السير يعاد الاختبار مرة أخرى بعد أن يحصل على الراحة الكاملة.

هـ. التسجيل: يسجل الزمن الذي قطعه المختبر في ثلاث دورات كاملة.



الشكل 01: يمثل كيفية أداء اختبار بارو (رشام جمال الدين، 2019، ص 139).

4.5.8. الأساليب الإحصائية:

تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستخدام برنامج (spss. V27): (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون، معامل الصدق، متوسط الرتب، اختبار مان وتني).

6.8. الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة:

1.6.8. الموضوعية:

استخدم الباحث مجموعة من الاختبارات البدنية لكل من القوة الانفجارية والسرعة والرشاقة، وهي اختبارات مقننة وسهلة وواضحة وبعيدة عن الشك أو التأويل.

2.6.8. - صدق الاختبارات:

بحيث قام الباحث بعرض استمارة ترشيح الاختبارات البدنية على مجموعة من المحكمين، ليرشح كل محكم الاختبار البدني الأنسب لكلتا الرياضتين (كرة القدم، كرة اليد) لقياس الصفة البدنية موضوع الدراسة، حيث تم اختيار اختبار السرعة 20 متر من الثبات، واختبار الوثب العمودي من الثبات، واختبار بارو للرشاقة. كما قام بحساب معامل الصدق الذاتي والذي كانت قيمته أكبر من (0.95) للاختبارات الثلاثة، وهذا ما يدل على تتمتع الاختبارات البدنية بدرجة عالية من الصدق الذاتي ومنه يمكن الاعتماد عليها في الدراسة الميدانية.

3.6.8. - ثبات الاختبارات:

قام الباحث بحساب ثبات الأداة باستخدام أسلوب الاختبار وإعادة الاختبار كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول 1: يبين المعايير العلمية للاختبارات البدنية.

الاختبارات	حجم العينة	معامل الثبات	مستوى الدلالة	معامل الصدق
اختبار السرعة 20 متر من الوقوف	08	0.920	0.001	0.959
اختبار الوثب العمودي من الثبات	08	0.921	0.001	0.959
اختبار بارو للرشاقة	08	0.917	0.001	0.957

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss v27.

بناء على النتائج المبينة في الجدول السابق، يتضح بأن قيمة معاملات الثبات للاختبارات البدنية الثلاثة كانت أكبر من (0.91)، مما يعني وجود علاقة طردية قوية جدا بين نتائج الاختبار القبلي ونتائج الاختبار البعدي للاختبارات البدنية الثلاثة في الدراسة الاستطلاعية، وهذا ما يدل على تتمتع هذه الاختبارات بدرجة مرتفعة جدا من الثبات ومنه يمكن الاعتماد عليها في الدراسة الميدانية.

9. عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

1.9. الفرضية الأولى:

لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة السرعة الانتقالية (اختبار 20 متر من الثبات)، واختبار هذه الفرضية قمنا بإجراء اختبار مان وتني (Mann-Whitney) لأن عينة الدراسة اختيرت بطريقة قصدية، بحيث توصلنا إلى النتائج المبينة في الجدول التالي:

الجدول 2: يمثل نتائج اختبار السرعة الانتقالية (اختبار 20 متر من الثبات).

نوع الرياضة	العينة حجم	الحساب المتوسط	المعياري الانحراف	الرتب متوسط	قيمة U	الدالة مستوى	الأحصائية الدالة
كرة القدم	15	3.16	0.12	13.43	81.5	0.202	غير دالة إحصائيا
كرة اليد	15	3.22	0.14	17.57			

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss v27.

من الجدول السابق نلاحظ بأن قيمة متوسط الرتب للاعبين كرة القدم في اختبار السرعة بلغ (13.43)، في حين كانت قيمت متوسط الرتب للاعبين كرة اليد في اختبار السرعة بلغ (17.57)، كما بلغت قيمة اختبار مان ويتني (81.5) بمستوى دلالة (0.202) وهي أكبر من (0.05)، مما يعني عدم معنوية الفروق الموجودة في قيم متوسطات الرتب لاختبار السرعة (20 متر من الثبات) بين لاعبي كرة القدم ولاعبين كرة اليد، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق في نتائج اختبار السرعة الانتقالية (20 متر من الثبات) بين لاعبي كرة القدم ولاعبين كرة اليد.

ويرجع هذا إلى طبيعة المنافسة ومتطلباتها البدنية، فكلتا الرياضتين تتطلبان انطلاقات وتنقلات سريعة خلال مختلف التحولات الدفاعية والهجومية، بحيث أن رياضة كرة القدم تتطلب انطلاقات وتنقلات سريعة في الغالب تكون محصورة ما بين عشرة أمتار إلى خمسين مترا، أما في رياضة كرة اليد فيمكن حصرها ما بين ثلاثة أمتار إلى ثلاثين مترا.

بحيث تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة ديندار فيضي محمد وآخرون (2019)، والتي خلصت إلى أن طبيعة خطوط اللعب في كرة القدم لا تؤثر على مستوى صفة السرعة الانتقالية.

ومما سبق نستنتج أن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت أي أنه: لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعبين كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة السرعة الانتقالية (اختبار 20 متر من الثبات).

2.9. الفرضية الثانية:

لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعبين كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلى (اختبار القفز العمودي من الثبات)، ولاختبار هذه الفرضية قمنا بإجراء اختبار مان وتني (Mann-Whitney) لأن عينة الدراسة اختيرت بطريقة قصدية، بحيث توصلنا إلى النتائج المبينة في الجدول التالي:

الجدول 3: يمثل نتائج اختبار القوة الانفجارية للأطراف السفلى (اختبار القفز العمودي من الثبات).

نوع الرياضة	العينة حجم	الحساب المتوسط	المعياري الانحراف	الرتب متوسط	قيمة U	الدالة مستوى	الأحصائية الدالة
كرة القدم	15	37.04	6.03	14.40	96	0.512	غير دالة إحصائيا
كرة اليد	15	38.14	5.08	16.40			

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss v27.

من الجدول السابق نلاحظ بأن قيمة متوسط الرتب للاعبين كرة القدم في اختبار القوة الانفجارية للأطراف السفلى بلغ (14.40)، في حين كانت قيمة متوسط الرتب للاعبين كرة اليد في اختبار القوة الانفجارية للأطراف السفلى بلغ (16.40)، كما بلغت قيمة اختبار مان ويتني (96) بمستوى دلالة (0.512) وهي أكبر من (0.05)، مما يعني عدم معنوية

الفروق الموجودة في قيم متوسطات الرتب لاختبار القوة الانفجارية للأطراف السفلى (القفز العمودي من الثبات) بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق في نتائج اختبار القوة الانفجارية للأطراف السفلى (اختبار القفز العمودي من الثبات) بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد.

ويرجع هذا إلى طبيعة المنافسة ومتطلباتها البدنية، فكلا الرياضتين تتطلبان الانطلاقات السريعة بالكرة أو بدونها، كما أن التغيير المفاجئ للاتجاه والسرعة يتطلب من اللاعب قدرة كبيرة على الارتكاز والفرملة، بالإضافة إلى مختلف القفزات والوثبات التي تفرضها ظروف اللعب المتغيرة باستمرار.

بحيث تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة ديندار فيضي محمد وآخرون (2019)، والتي خلصت إلى أن طبيعة خطوط اللعب في كرة القدم لا تؤثر على مستوى صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلى.

ومما سبق نستنتج أن الفرضية الجزئية الثانية قد تحققت أي أنه: لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلى (اختبار القفز العمودي من الثبات).

3.9. الفرضية الثالثة:

لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة الرشاقة (اختبار بارو)، ولاختبار هذه الفرضية قمنا بإجراء اختبار مان وتني (Mann-Whitney) لأن عينة الدراسة اختيرت بطريقة قصدية، بحيث توصلنا إلى النتائج المبينة في الجدول التالي:

الجدول 4: يمثل نتائج اختبار الرشاقة (اختبار بارو).

نوع الرياضة	العينة (n)	المتوسط الحسابي	المتغير المعياري	الرتب متوسط	قيمة U	الدالة مستوى	الأحصائية الدالة
كرة القدم	15	20.66	0.40	17.57	81.5	0.202	غير دالة إحصائية
كرة اليد	15	20.48	0.33	13.43			

المصدر: من إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss v27.

من الجدول السابق نلاحظ بأن قيمة متوسط الرتب للاعب كرة القدم في اختبار الرشاقة بلغ (17.57)، في حين كانت قيمة متوسط الرتب للاعب كرة اليد في اختبار الرشاقة بلغ (13.43)، كما بلغت قيمة اختبار مان وتني (81.5) بمستوى دلالة (0.202) وهي أكبر من (0.05) مما يعني عدم معنوية الفروق الموجودة في قيم متوسطات الرتب لاختبار الرشاقة (اختبار بارو) بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد، وهذا ما يدل على عدم وجود فروق في نتائج اختبار الرشاقة (اختبار بارو) بين لاعبي كرة القدم ولاعب كرة اليد.

ويرجع هذا إلى طبيعة المنافسة ومتطلباتها البدنية، فكلا اللعبتين تتطلبان القدر على الحفاظ على توازن الجسم خلال مختلف الوضعيات والتنقلات السريعة مع القدرة على التغيير المفاجئ للاتجاه أو السرعة أو لكلاهما في آن واحد، كما أنهما تتطلبان الدقة والانسائية عند تنفيذ المهارات الحركية البسيطة أو المركبة.

بحيث تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة أكرم عبد الواحد محمد أمين (2016)، والتي خلصت إلى أن طبيعة الرياضة الممارسة لا تؤثر على مستوى صفة الرشاقة، كما تتفق مع نتائج دراسة ديندار فيضي محمد وآخرون (2019)، والتي خلصت إلى أن طبيعة خطوط اللعب في كرة القدم لا تؤثر على مستوى صفة الرشاقة.

ومما سبق نستنتج أن الفرضية الجزئية الثالثة قد تحققت أي أنه: لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة الرشاقة (اختبار بارو).

4.9. مناقشة نتائج الفرضية العامة:

تضمنت الفرضية العامة للدراسة ما يلي: لا توجد فروق في الصفات البدنية (السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، الرشاقة) لدى لاعبي أقل من سبعة عشرة سنة ذكور بين رياضي كرة القدم وكرة اليد.

بعد المعالجة الإحصائية لنتائج الاختبارات البدنية الخاصة بالفرضية الأولى والتي تقول لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة السرعة الانتقالية (اختبار 20 متر من الثبات)، والفرضية الثانية التي تقول لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلى (اختبار القفز العمودي من الثبات)، والفرضية الثالثة التي تقول لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في الصفة الرشاقة (اختبار بارو)، باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة دراستنا، تبين لنا تحقق جميع الفرضيات الجزئية، وبذلك خلصت الدراسة إلى عدم وجود فروق في الصفات البدنية (السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، الرشاقة) لدى لاعبي أقل من سبعة عشرة سنة ذكور بين رياضي كرة القدم وكرة اليد.

بحيث تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة ديندار فيضي محمد وآخرون (2019)، والتي خلصت إلى عدم ظهور فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي أكاديمية الكوردي لكرة القدم في الصفات البدنية الخاصة (الرشاقة، القوة الانفجارية للرجلين، السرعة الانتقالية) بين خطوط اللعب المختلفة.

ومما سبق نستنتج أن الفرضية العامة قد تحققت أي أنه: لا توجد فروق في الصفات البدنية (السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، الرشاقة) لدى لاعبي أقل من سبعة عشرة سنة ذكور بين رياضي كرة القدم وكرة اليد.

10. الاستنتاجات والاقتراحات:

1.10. الاستنتاجات:

حاولنا في هذا البحث التعرف على مستوى الفروق في الصفات البدنية (السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، الرشاقة) لدى لاعبي أقل من سبعة عشرة سنة ذكور بين رياضي كرة القدم وكرة اليد لفرق غرب ولاية سكيكدة، حيث قمنا بتحويل النتائج المتحصل عليها من الإختبارات البدنية إلى مجموعة من الجداول الإحصائية، اعتمادا على الطرق الإحصائية المعمول بها، في حدود المنهجية العلمية المناسب لطبيعة بحثنا، وبعد عرضنا لأهم نتائج التحليل الإحصائي المتحصل عليها من مخرجات برنامج (spss. V27) لكل من متوسطات الرتب وقيمة اختبار مان وتني (-Mann Whitney) لمستوى الدلالة، وبعد تحليلها ومناقشتها توصلنا إلى النتائج التالية :

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة السرعة الانتقالية (اختبار 20 متر من الثبات).
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلى (اختبار القفز العمودي من الثبات).
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم ولاعبي كرة اليد لصنف أقل من 17 سنة ذكور في صفة الرشاقة (اختبار بارو).
- لا توجد فروق في الصفات البدنية (السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، الرشاقة) لدى لاعبي أقل من سبعة عشرة سنة ذكور بين رياضي كرة القدم وكرة اليد.

2.10. الاقتراحات:

- على ضوء نتائج دراستنا توصلنا إلى مجموعة من التوصيات نوجزها فيما يلي:
- تخصيص محضر بدني لكل الفئات العمرية لضمان النمو المتكامل والمتجانس لمختلف الصفات البدنية لدى اللاعبين خلال مراحل التكوين المختلفة.
- ضرورة مراعات الأعمار الذهبية للصفات البدنية عند بناء البرامج التدريبية والتكوينية.
- إنشاء قاعدة بيانات جهوية ووطنية خاصة باللاعبين تدون فيها كل المعلومات الخاصة بهم، تكون قاعدة ينطلق منها المدرب في بناء البرامج التدريبية والتكوينية.
- برمجة حصص تدريبية بعد المباريات الرسمية خاصة باللاعبين الغير المشاركين فيها، لتحصيل التطور الذي حققه زملاؤهم خلال المنافسة.
- برمجة دورات شهرية تكوينية للمدربين.

11. قائمة المصادر والمراجع:

1. البساطي أمر الله أحمد، الإعداد البدني الوظيفي في كرة القدم (تخطيط -تدريب -قياس)، دار الجامعة الجديدة للنشر القاهرة، 2001.
2. بوذينة بلال، تنمية المرونة والرشاقة وانعكاسها على تحسين مهارة المراوغة لدى ناشئي كرة القدم أقل من 14 سنة، مجلة التحدي، المجلد 11 العدد 1، 2019، الصفحات 131-144.
3. جرجس إبراهيم منير، كرة اليد للجميع، دار الفكر العربي للنشر القاهرة، 1994.
4. درويش كمال، عباس عماد، مرسي قدر، القياس والتقييم وتحليل المباراة في كرة اليد، مركز الكتاب للنشر القاهرة، 1998.
5. ديندار فيضي محمد، أحمد علي خضر، حداد آراز قادر، نبي دلخاز رمضان، دراسة مقارنة لبعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة والمهارات الأساسية بين خطوط اللعب المختلفة في كرة القدم، مجلة جامعة دهوك، المجلد 22 العدد 2، 2019، الصفحات 69-83.
6. رشام جمال الدين، أثر تمارين خاصة بطريقة التدريب الدائري على تنمية بعض القدرات البدنية المرتبطة بمهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم فئة أوسط (u19)، أطروحة دكتوراه، جامعة البويرة، 2019.
7. السقاف فتحي احمد هادي، التدريب العلمي الحديث في رياضة كرة اليد، مؤسسة حورس الدولية للنشر الاسكندرية، 2010.
8. عباس أبو زيد عماد الدين، التخطيط والأسس العلمية لبناء واعداد الفردي في الألعاب الجماعية نظريات تطبيقات، منشأة المعارف الاسكندرية، 2005.
9. عبد البصير عادل، التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر القاهرة، 1998.
10. عبد الحميد كمال، حسانين محمد صبحي، اللياقة البدنية ومكوناتها، دار الفكر العربي القاهرة، 1997.
11. عبد الواحد محمد امين أكرم، بعض المتغيرات الوظيفية والبدنية لدى لاعبي نادي اربيل بالكرة الطائرة وكرة اليد (دراسة مقارنة)، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 10 العدد 6، 2017، الصفحات 61-72.
12. عبيدة صالح، إبراهيم مفتي، التدريب الرياضي: نظريات-تطبيقات، دار الفكر العربي القاهرة، 1994.
13. فاضل حسين عزيز، اللياقة البدنية، الجندارية للنشر والتوزيع عمان، 2015.
14. قاسم حسن حسين، أسس التدريب الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 1998.

15. قلاتي يزيد، غانم محمد الأمين، برنامج تدريبي مقترح في صفة السرعة وأثره على تطوير الهجوم المضاد لدى لاعبي كرة اليد دراسة ميدانية لفريق أولمبي المسيلة صنف أكابر، مجلة التحدي، المجلد 9 العدد 1، 2017، الصفحات 217-232.
16. مشعل فيحان عامر، مقارنة بعض القدرات البدنية لألعاب (كرة الطائرة، وكرة اليد، وكرة السلة)، مجلة العلوم الرياضية، المجلد 4 العدد 2، 2012، الصفحات 85-103.
17. نصر الدين سيد أحمد، نظريات وتطبيقات فسيولوجيا الرياضة نظريات وتطبيقات، دار الفكر العربي القاهرة، 2003.
18. نويرة عمار، تأثير تمارين التمديد على بعض صفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم أكابر، أطروحة دكتوراه، جامعة محمد خيضر بسكرة، 2018.
19. هببر السعيد، تأثير برنامج تدريبي مقترح مبني على تمارين البليومتري في تطوير القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة لدى لاعبي كرة القدم دراسة تجريبية على اواسط (u19) فريق شباب عين فكرون، مجلة التحدي، المجلد 14 العدد 2، 2022، الصفحات 155-163.