

أثر برنامج تدريبي مقترح لبعض المهارات الإدراكية الحركية على الأداء المهاري للاعبين كرة القدم U17

د.كمال ملوك (جامعة خميس مليانة)-الجزائر-

الملخص:

تهدف هذه الدراسة الموسومة بعنوان "أثر برنامج تدريبي مقترح في تحسين بعض المهارات الإدراكية الحركية لتحسين الأداء المهاري للاعبين كرة القدم U17 إلى معرفة الفروق الفردية بين اللاعبين من حيث الاداء المهاري و المهارات الحركية الإدراكية، حيث من اجل الوصول إلى نتائج أفضل ونظرا للضرورة العلمية اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج المسحي التجريبي نظرا ملائمته لطبيعة الموضوع المدروس ، و تمت الدراسة على عينة قوامها (30 لاعبا ناشئا)، قسموا إلى مجموعتين ضابطة و تجريبية و هذا قصد دراسة العلاقات الارتباطية ما بين البرنامج التدريبي المقترح المبني على الألعاب التمهيدية و القدرات الإدراكية الحركية و الأداء المهاري.

Abstract:

This study, entitled "The effect of a proposed training program in improving some cognitive cognitive skills to improve the skillful performance of U17 football players," aims at identifying the individual differences between players in terms of skill performance and cognitive motor skills. In order to achieve better results and due to the scientific necessity, we adopted in this study the experimental survey method because it is suitable for the nature of the studied subject. The study was conducted on a sample of (30 young people), divided into two experimental and experimental groups, The proposal is based on preliminary games, cognitive abilities and skill performance We have adopted five standardized physical tests and five skill tests as data collection tools from the field, after ascertaining their psychometric properties (honesty, consistency, objectivity), using statistical and descriptive techniques and techniques to transform qualitative data into quantitative data that can be analyzed and measured.

الإشكالية:

ان التطور الحالي الذي تشهده الدول المتقدمة في جميع المجالات ما هو إلا نتيجة عمل دؤوب و حاصل تحصيلي لتطبيق البحث العلمي في جميع المجالات الحياتية.

و باعتبار الرياضة او الممارسة الرياضية اضحت وجها من الواجه التي تدل و يقاس بما تطور اي مجتمع او امة وحب علينا نحن كذلك ان نحسب نحوهم و نتبع بعض اساليبهم لأجل الوصول بالرياضة بصفة عامة و كرة القدم بصفة خاصة الى مرتبة مشرفة على المستوى القاري و الإقليمي كذلك .

يذكر حنفي مختار أن كرة القدم الحديثة تتطلب الصفات البدنية للاعب كرة القدم، و لكي تكون كل مهارة أساسية عالية الأداء يكون لدى اللاعب قدر كبير من فن الأداء الصحيح للمهارة و حالة بدنية عالية و التكيف على الاداء المهاري الجيد في ظروف تشبه المباراة تحت ضغط منافس (1)

كما يذكر محمد حسن علاوي أن الألعاب التمهيدية تسهم بقدر كبير في الارتقاء بالقدرة الوظيفية لمختلف أجهزة الجسم (2)

و الملاحظ لنتائج العشرية الأخيرة لكرة القدم الجزائرية يتبين جليا تدني مستوى هذه اللعبة و الذي مازال بعيدا كل البعد عن المستوى العالمي المطلوب من حيث النتائج المحصل عليها من جهة و افتقار اللاعب الجزائري للمهارات الأساسية والتي تعطي صبغة جمالية للأداء من جهة اخرى.

أمام هذه الظروف يكون المدرب في حالة ماسة للألعاب التمهيدية و توظيفها داخل البرامج التدريبية لإضفاء روح المتعة لدى الناشئ ، مع الأخذ بعين الاعتبار الخصائص النفسية والبدنية لهذه المرحلة (الناشئين) حيث تعتبر هذه المرحلة من المراحل الحساسة في نمو الفرد اذ انها اهم مرحلة في تشكيل شخصية المتدرب الناشئ من اجل اضاء و تطوير جانب هام ألا وهو القدرات الادراكية -الحركية كما تعتبر في الدول المتقدمة كمرحلة التخصص الرياضي.

ويشير جيمس همفري، إلى أن التنمية الاجتماعية للناشئين المرتبطة باللعب تتمثل في :

- العلاقات بين الأشخاص قائمة على احتياجات اجتماعية.
- الناشئ يستطيع تنمية مفهومه من خلال فهم القواعد والأدوار.
- توجد مستويات مختلفة للتفاعل بين الناشئ والمجموعات.
- الاختيار هو أساس للعلاقات بين الأشخاص.
- اللعب وسيلة أساسية ومتممة للتفاعل الاجتماعي.
- تعلم لعب الأدوار هي عملية للتنمية الاجتماعية.
- التفاعل التكاملي يتجه إلى تعزيز التنمية الاجتماعية.
- مقاومة السيطرة هي محاولة نشيطة للمحافظة على السلامة الشخصية.
- التفاعل الشخصي بين الناشئين مبادئ للاختيار (3)

ومن هنا برزت مشكلة البحث التي دفعت الباحث للتقصي والبحث ومحاولة اختيار الألعاب التمهيدية كونها شكل من أشكال اللعب لمعالجة هذه الإشكالية والارتقاء بعملية الإعداد المهاري ، لدى هذه الفئة والتي تنعكس على مستوى اللعبة.

وعلى ذلك يحاول الباحث في استخدامه للألعاب التمهيدية لتنمية الجانب الإدراكي -الحركي للرفع من الجانب المهاري و في ظروف تساعد على سهولة الوصول في النهاية إلى تأدية المهارة في جو قريب من المنافسة ، و إتباع هذا الأسلوب في برامج لدى مدربي الناشئين يبين الدور المهم للألعاب التمهيدية في تنمية القدرات البدنية و المهارات الأساسية و الجوانب النفسية.

حيث يؤكد أسامة راتب ان الألعاب التمهيدية التي تتضمن أنواعا من المهارات الرياضية الخاصة نظرا لتنوع الأداء الحركي وبذل الجهد و التركيز في ممارسة أصلح الطرق لتنفيذ المهارات الرياضية (راتب، بدون سنة) و على ضوء ما سبق فإن الباحث وجد الباحث الذي دفعه لاختيار موضوع البحث، ولهذا رأى الباحث ان استخدام الالعاب التمهيدية وأنشطة التربية الحركية في حصة التدريب الرياضي لدى الناشئين قد يسهم في اضافة عنصر

التشويق الذي قد يكون له أكبر الاثر في إقبال الناشئين على الممارسة مما يرفع من مستوى القدرات البدنية والحركية كما ان التدريب باستخدام الالعاب التمهيدية من المداخل التي تراعى سيكولوجية المتدرب .

كما يستخلص الباحث مما سبق ان الألعاب التمهيدية هي ألعاب أكثر تنظيمًا من الألعاب الصغيرة كما تتشابه قوانينها مع قوانين ألعاب الفرق إلى حد كبير وتستلزم قدرات حركية وعقلية على مستوى أعلى من الألعاب الصغيرة.

- وانطلاقا من المعطيات السابقة فإن اقتراح برنامج مبني على أساس الألعاب التمهيدية قد يكون وسيلة ناجعة لحل هذه الموضوعات ما يستدعي منا التساؤل التالي:

هل لبرمجة الأهداف البنائية للألعاب التمهيدية -وفق برنامج تدريبي مقترح أثر على بعض القدرات الإدراكية الحركية لناشئي كرة القدم

صنف (U17) ؟

التساؤلات الجزئية:

✓ هل توجد فروق في القدرات الإدراكية الحركية بين الاختبار القبلي والبعدى للعينة التجريبية ولصالح الاختبار البعدى

✓ هل توجد فروق في القدرات الإدراكية الحركية في الاختبار البعدى بين العينة التجريبية والعينة الضابطة ولصالح العينة التجريبية

2- الفرضيات:

1.1.2. الفرضية العامة:

لبرمجة الأهداف البنائية للألعاب التمهيدية -وفق برنامج تدريبي مقترح- دور في تطوير و تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية لناشئي كرة القدم صنف (U17)

2.2. الفرضيات الجزئية :

✓ توجد فروق في القدرات الإدراكية الحركية بين الاختبار القبلي والبعدى للعينة التجريبية ولصالح الاختبار البعدى

✓ توجد فروق في القدرات الإدراكية الحركية في الاختبار البعدى بين العينة التجريبية والعينة الضابطة ولصالح العينة التجريبية.

2-3- الأهداف :

1- تصميم برنامج تجريبي مقترح باستخدام الألعاب التمهيدية يهدف لتنمية بعض الصفات البدنية و المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم .

2- معرفة ما مدى تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية و المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم.

3- يهدف البحث الحالي إلى تصميم برنامج للألعاب التمهيدية الجماعية والتعرف على تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية لناشئي كرة القدم و ذلك من خلال :

* -+ التعرف على تأثير برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية المقترح على المجموعة التجريبية.

*- التعرف على الفروق الدالة إحصائياً الناتجة عن تأثير برنامج للألعاب التمهيدية الجماعية المقترح بين كل من المجموعتين التجريبية والضابطة.

2-4 أهمية البحث :

إن أهمية بحثنا تتجلى في التطرق إلى احد العوامل الأساسية في نجاح الفرق الرياضية أثناء المنافسات والدورات والبطولات , والتي تتمثل في تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية في الرفع من مستوى الأداء المهاري لدى ناشئي كرة القدم .ومدى أهميتها في تحسين وتطوير مستويات الأداء المهاري كباقي المتطلبات الأخرى البدنية ,الخططية.... الخ.

1- إلى جانب إثراء المكتبة و الباحث الجامعي بالتوجه إلى أهم المراجع العلمية حول الدراسات المتعلقة بالقدرات الإدراكية الحركية ومستوى الأداء المهاري

2- إبراز أهمية البرنامج التدريبي (بالألعاب التمهيدية) في تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية للرفع من مستوى الأداء المهاري

3- توفر برنامج تدريبي قابل للتطبيق في تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية للرفع من مستوى الأداء المهاري

4- مرجع علمي للمدربين فيما يخص القدرات الإدراكية الحركية والأداء المهاري

3- المفاهيم و المصطلحات الأساسية في البحث:

3-1 الألعاب التمهيدية: تعرفها إيلين وديع فرج بأنها مرحلة متقدمة للألعاب الصغيرة؛ حيث يتم فيها تطبيق المهارات الحركية المكتسبة من الألعاب الصغيرة بصورتها البسيطة إلى مهارات حركية تُعد اللاعب لألعاب الفرق، مثل: لعبة كرة السلة - الكرة الطائرة - كرة اليد - كرة القدم (3)

3-2 كرة القدم: هي لعبة جماعية يتم فيها تسجيل أكبر عدد من الأهداف في شبك الخصم و المحافظة على شبكة نظيفة من الأهداف، وتلعب كرة القدم بين فريقين يضم كل فريق 11 لاعب وتلعب هذه الرياضة بكرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد، وتدوم 90 دقيقة و45 دقيقة لكل شوط يتخللها وقت راحة يدوم 15 دقيقة تجري المباراة بين فريقين يرتديان ألوان مختلفة اللون و تتكون هذه الأخيرة من تبان وقميص وجوارب وحذاء باللعبة (4)

3-3 المهارات الأساسية في كرة القدم:

* **مفهوم المهارة في كرة القدم:** يتفق كل من حنفي محمود مختار ، مفتي ابراهيم حماد ، على أن المهارات الأساسية في كرة القدم تعني كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في ابطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدون كرة. أن الهدف من التعلم المهارات الأساسية هو جعل اللاعب قادرا على التصرف بالكرة بأي جزء من جسمه حسب قانون اللعبة في أي وقت من أوقات اللعبة ، الأمر الذي يجعله قادر على تنفيذ الخطط الدفاعية و هجومية بكفاءة و ايجابية ، و عندما يصل اللاعب إلى مرحلة أداء جميعا لمهارات الأساسية للعبة بدقة. و إتقان يمكن أن يعتمد عليه في التعاون مع أعضاء الفريق في تنفيذ الواجبات، و تطبيق الخطة المعتمدة. (5)

4-3 فئة اللاعبين: هي مجموعة من الرياضيين ينتمون إلى الفئة U17 أي الفئة العمرية اقل من 17 سنة

5-3 الصفات البدنية: مجموعة من القدرات البدنية الخاصة بنوع النشاط الممارس ,ويمكن تحديدها في الصفات التالية تحمل,قوة,سرعة,مرونة ورشاقة. (6)

6-3 الإدراك: هو عملية إعطاء معنى أو دلالة للإحساسات التي تنشأ عن استقبال الإنسان لمثيرات معينة. فإعطاء المعنى للإحساسات هو لب عملية الإدراك,ولا تتم هذه العملية دون تحديد دلالة للشيء المدرك(7) والإدراك أيضا هو تفسير او تأويل ما أحسنا به.أي انه (إحساس) زائد (معنى) نعطيه للمنبه أو الموضوع الخارجي الذي اثر في حواسنا.

7-3 الحركة: الحركة هي النشاط والطريقة الاساسية في التعبير عن الافكار والمشاعر والمفاهيم وعن الذات بوجه عام فهي استجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء كان داخليا او خارجيا.والحركة تساعد على النمو فكل اشكال النشاط الانساني يتضمن الحركة ويحتاج إليها ,ويتقدم الناشئ يتعلم العديد من المفاهيم,كما يحاول ايضا تعلم الربط بين تفكيره وحركاته, ويزيد اهتمامه بالأداء الحركي وبدنه. (8)

8-3 القدرات الإدراكية الحركية: هي ارتباطية بين البيانات الادراكية بالبيانات الحركية من خلال المزاجية بينهما (9)

*تعريف كيفيات : العمليات العقلية المتمثلة في التكامل الحركي , والتميز الحركي والحسي التي يستخدمها الطفل في معالجة المعلومات الصادرة عن البيئة ,وتعديل السلوك ,التي تتأسس عليها بدايات نمو الانماط الحركية التي تمكن الطفل من اداء حركة ما او سلسلة من الحركات لتحقيق معين (10)

9-3 الأداء المهاري : نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت وحركات تؤدي بالتوالي, ويقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية والخارجية المؤثرة في الفرد الرياضي بهدف إستغلالها بالكامل وبفعالية لتحقيق احسن النتائج الرياضية, وهو مستوى اللاعبين ومدى إتقائهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة (11).

أما من الجانب النظري الفصل الاول: فأشتمل على المهارات الأساسية و الصفات البدنية للاعب كرة القدمون هنا جاء هذا الفصل ليبين مختلف أنواع المهارات الأساسية في كرة القدم

و قد تطرقنا ايضا الى الإعداد البدني في اختصاص كرة القدم و الذي يهدف إلى تنمية الصفات البدنية الضرورية التي ترتبط ارتباطا وثيقا بعملية تنمية القدرات الادراكية الحركية للاعب كرة القدم،

- أما من الجانب النظري الفصل الثاني: فقد تطرقنا إلى اللعب و التدريب الرياضي. وماله من اهمية في حياة الفرد ، بحيث وصف "فريدريك فروبل" في كتابه تعليم الإنسان أن اللعب أنقى وأكثر الأنشطة الإنسانية روحية بالنسبة للصغار وإنه يستحق من المربي الاهتمام الجاد كأفضل الوسائل للتعليم والتعلم.

-أما بخصوص الفصل النظري الثالث: فتضمن عرض مبسط حول القدرات الادراكية الحركية والاداء المهاري مجالاته والعوامل الأساسية في إحداثه بالإضافة إلى النظريات العلمية .

- المنهج المتبع : "استخدم الباحث المنهج التجريبي وهو " منهج البحث الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر. (12)

حيث ان الباحث قام باستخدام مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) مع قياس قبلي وبعدي ، واستخدم هذا المنهج لمناسبته وطبيعة الدراسة ولتحقيق أهداف البحث والتحقق من فروضه بإتباع خطوات منهجية علمية ، حيث يؤكد حسن علاوي وكمال راتب أن "المنهج التجريبي يعد الاختبار الحقيقي للعلاقات الخاصة لسبب أو الأثر ويمثل الاقتراب الأكثر صدقا لحل العديد من المشكلات العلمية بصورة عملية".(13)

وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي وذلك باستخدام القياس القبلي و البعدي ، وصولا بنا إلى إثبات الأثر الإيجابي لبرنامج تدريبي بالألعاب التمهيدية من الناحية البدنية و المهارة الاساسية لناشئ كرة القدم فئة U17.

حيث طبق الباحث على المختبرين مجموعة من الاختبارات البدنية و المهارة المقننة (قياس قبلي وبعدي) والدرجات الختام المتحصل عليها تم معالجتها إحصائيا باستخدام بعض الوسائل الإحصائية المناسبة.

2- عينة البحث : تعتبر عينة البحث أساس عمل الباحث ، فبعد الدراسة الاستطلاعية وبعد تحديد الباحث المجتمع الأصلي للدراسة الذي تمثل في فئة اللاعبين اقل من 17 سنة (U17) ولاية الشلف الذي ينشط ضمن القسم الهواوي للرابطة الولائية لولاية الشلف للموسم الرياضي 2016-2017.

الرقم	اسم الفريق	عدد المنخرطين من فئة U17
01	الامال الصاعد الفيرمي لحي الفيرم الشلف	30
02	الاتحاد الرياضي لبلدية تنس	26
03	وفاق القلنة	28
04	اتحاد بلدية ابو الحسن	25
05	وداد امال الشعارير	25
06	الشباب الرياضي لبلدية سيدي عبد الرحمن	25
07	الهلال الرياضي لبلدية الشطية	30
08	الاتحاد الرياضي لبلدية سيدي عكاشة	24
09	الجمعية الرياضية لبلدية بوزغاية	26
10	الهلال الرياضي لبلدية بني حواء	25

جدول رقم (02) يبين الفرق الرياضية التي تنشط في الرابطة الولائية للشلف .

بلغ عددهم اللاعبين 264 لاعبا ، قام الباحث باختيار عينة متكونة من مجموعتين ضابطة وتجريبية تمثلت في 30 لاعبا .

اما عينة البحث التي تمت عليها التجربة ونظرا لطبيعة البحث والمنهج المستخدم فيهم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية من فريق الأمال الصاعد الفيرمي لحي الفيرم بلدية الشلف ولاية الشلف الذي ينشط ضمن القسم الهواوي للرابطة الولائية لولاية الشلف للموسم الرياضي 2016-2017.

موزعين إلى مجموعتين تم تقسيمهم الى عينتين

- العينة الضابطة وتتكون من 15 لاعبا
- العينة التجريبية و تتكون من 15 لاعبا.

وقد روعي تجانس أفراد العينة في متغيرات خصائص عينة البحث (السن - الطول والوزن أي من نفس المواصفات كما يبدو من مظهرهم) العمر التدريبي (أكثر من 3 سنوات تدريب).

مجتمع البحث	العدد	النسبة المئوية
المجتمع الأصلي	264	%100
عينة البحث	30	%11.36

جدول رقم (03) يبين نسبة عينة البحث من مجتمع البحث

3- مجالات البحث:

3-1- المجال البشري: تمثلت عينة المختبرين الذين استهدفهم بلغ عددهم 30 لاعبا موزعين على مجموعتين كل مجموعة يحتوي على 15 لاعبا ، تمثلت إحداهما في العينة التجريبية وطبق عليها البرنامج التدريبي بالالعب التمهيدية في مرحلة التحضير البدني ، والعينة الضابطة التي تركت تمارس التحضير البدني العادي.

3-2- المجال المكاني: أجريت الاختبارات البدنية و المهارة القبلية و البعدية بالإضافة إلى الوحدات التدريبية المقترحة في الملعب البلدي لحي الحرية بلدية الشلف.

3-3- المجال الزمني:

✓ لقد امتدت فترة العمل التجريبي على مرحلتين أساسيتين هما:

المرحلة الأولى:

- تمثلت في إنجاز التجربة الاستطلاعية والتي امتدت خلال الجزء الأول من الموسم الرياضي 2016/2017 وتضمنت هذه المرحلة الخطوات التالية:

- فترة الزيارات الميدانية والمقابلات الشخصية مع المدربين.

- فترة الدراسة الاستطلاعية على عينة الدراسة.

- فترة البحث في الاختبارات حسب الأغراض المراد قياسها

المرحلة الثانية:- تمثلت هذه المرحلة في فترة محاولة إنجاز الاختبارات البدنية للتجربة الاستطلاعية بين 2016/12/15 الى غاية 2016/12/31.

- تطبيق إختبارات الإدراك الحركي و التي امتدت من 09 جانفي 2017 الى 04 فيفري 2017 بواقع 4 حصص تدريبية في الأسبوع لحساب الإختبار القبلي و الدرجات الختام.

- اجراء الاختبارات البعدية للقدرات الإدراكية الحركية لحساب الاختبار البعدي بعد إحتساب فترة تطبيق البرنامج المقترح بمعدل 04 وحدات أسبوعية خلال فترة تجريبية مقدرة بشهرين لحساب العينة التجريبية وإمتدت من 04 أفريل 2017 الى غاية 18 أفريل 2017

4- أدوات البحث:

-لقد استخدم الباحث لأجل إنجاز بحثه عن النحو الأفضل وتحقيقاً لأهدافه المنشودة مجموعة من الأدوات التالية:

اولا- المقابلات الشخصية المباشرة:

قام الباحث بعدة لقاءات شخصية مع مجموعة من الأساتذة و الدكاترة و المدرسين في حقل التدريب استخدم الباحث في الدراسة أسلوب المقابلة الشخصية للحصول على البيانات التي تفيد البحث. وقد تمثلت المقابلات الشخصية أيضا في عدة زيارات ميدانية .

ثانيا-الاختبارات البدنية والمهارية :

اعتمد الباحث على بطارية اختبارات مقننة بعد ترشيحها من بعض الأساتذة والمدرسين تقيس الجانب البدني للاعبي كرة القدم فئة U17 بالإضافة إلى الاختبارات المهارية التي تقيس مستوى المهارات الاساسية والتي تم عرضها ومناقشتها مع خبراء متخصصين .

5- الأساليب الإحصائية المستعملة:

إن طبيعة الموضوع والهدف منه يفرض أساليب إحصائية خاصة ، تساعد الباحث في الوصول إلى نتائج ومعطيات ، يفسر ويحلل من خلالها الظاهرة موضوع الدراسة ، وقد تم الإعتماد في هذه الدراسة على جملة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة وهي كما يلي :

*- المتوسط الحسابي:

يعتبر من أكثر الأساليب الإحصائية شيوعا، وهو أحد مقاييس النزعة المركزية ويعنى إبراز مدى انتشار الدرجات في الوسط . (14)

*- الانحراف المعياري: يعتبر من أهم مقاييس التشتت ، ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي ، ويفيدنا في معرفة طبيعة توزيع الأفراد، أي مدى انسجام العينة . (14)

يحسب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري على الترتيب وفق المعادلتين :

- معامل الارتباط بيرسون : ويستعمل للكشف عن دلالة العلاقات والارتباطات، وتمت الاستعانة بهذا الأسلوب لمعرفة العلاقة بين اتجاهات المراهقين نحو النشاط البدني الرياضي والقدرات الإدراكية- الحركية. يحسب معامل الارتباط بيرسون وفق المعادلة :

$$r = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2] [n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

*- معامل الثبات:

- تم استعمال معامل الارتباط لقياس الثبات لمختلف الأبعاد في المقياس من خلال توظيف القيم في

$$\alpha = \frac{2R}{1+R}$$

المعادلة التالية :

حيث: ∞ : معامل الثبات كرومياخ

R : معامل الارتباط بين قيم نصفي البعد و1، 2: ثوابت

*-إختبار الدلالة"ت":

يستعمل إختبار الدلالة "ت" لقياس دلالة فروق المتوسطات المرتبطة والغير مرتبطة وللعينات المتساوية والغير متساوية. وفي هذا الصدد إستخدم الباحث المعادلتين التاليتين:

$$= \frac{\frac{\sum F}{N} - \frac{(\sum F)^2}{N^2}}{\frac{\sum F^2}{N} - \frac{(\sum F)^2}{N^2}} \quad \text{حيث: } \frac{\sum F}{N} \text{ : الفروق}$$

$\sum F^2$: مجموع مربعات إنحرافات الفروق عن متوسط تلك الفروق.

N : هو عدد أفراد العينة.

$(N - 1)$: درجة الحرية.

وتحسب (ت) الجدولية من خلال الجدول الإحصائي الخاص عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية-1 (15)

ب- دلالة الفروق بين متوسطين مستقلين بحيث $N=2$:

في حالة ما إذا كانت العينتين متساويتين في العدد فإن المعادلة الإحصائية "ت" تكون كالآتي:

$$= \frac{\frac{\overline{S_1} - \overline{S_2}}{\sqrt{\frac{S_1^2 + S_2^2}{2}}}}{\sqrt{1 - N}}$$

بحيث S_1 : المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى.

S_2 : المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية .

1ع: الإنحراف المعياري للمجموعة الأولى.

2ع: الإنحراف المعياري للمجموعة الثانية.

ن: عدد أفراد العينة.

(2-2): درجة الحرية

ملاحظة: تمت المعالجة الإحصائية بالاستعانة بنظام (SPSS :ibm 20 ,00) الإحصائي

7- الدراسة الاستطلاعية:

* الخطوة الأولى:

✓ الدراسة الاستطلاعية للاختبارات البدنية و المهارية :

قام الباحث في هذه الخطوة بعرض اختبارات الدراسة على مجموعة من الأساتذة والدكاترة بغرض التأكد من مدى صدق هذه الاختبارات وملاءمتها لقياس متغيرات الدراسة ، حيث تم إعداد إستمارة تحتوي على بعض الاختبارات البدنية و المهارية الخاصة بلاعبي كرة القدم مأخوذة من مجموعة مصادر ومراجع علمية والدراسات السابقة

ثم قام الباحث بتوزيع عشرة (10) استمارات وعرضها على مجموعة من الأساتذة والمختصين ، وذلك لأجل تحديد أدق الاختبارات الموجهة للقياس الفعلي المستهدف من البحث قام الباحث بوضع الاختبارات الي فاقت نسبتها 50% .

الرقم	الاختبارات البدنية	عينة المحكمين	النسبة المئوية
01	اختبار عدو 30م.	10	100%
02	اختبار الجري المتعرج بين الحوجز.	8	80%
03	اختبار جري 100 متر.	7	70%
04	إختبار الوثب من الثبات بـ 03 خطوات من الجري.	6	60%

جدول رقم (04) يوضح مجموعة الاختبارات البدنية المنتقاة من طرف المحكمين

النسبة المئوية	عينة المحكمين	الاختبارات المهارية	الرقم
%100	10	اختبار الجري بالكرة بين القوائم.	01
%100	10	اختبار مهارة السيطرة على الكرة في مساحة محددة	02
%70	7	اختبار قذف الكرة لأبعد مسافة	03
%80	8	اختبار ضرب الكرة بالرأس	04

جدول رقم (05) يوضح مجموعة الاختبارات المهارية المنتقاة

وبعد ان تم تحكيم الاختبارات قام الباحث بتناول هذه الاختبارات المنتقاة (الاختبارات البدنية - الاختبارات المهارية) بالتجريب على عينة أخرى خارج عينة الدراسة الأساسية بهدف التأكد العلمي الإحصائي من صلاحيتها للتطبيق على عينة الدراسة حيث تم اختيار 10 عناصر بطريقة عشوائية ، تتوفر على مواصفات عينة الدراسة ، وهذا لاجل :

- التأكد من مدى ملائمة وصلاحية مجموعة الإختبارات لأفراد عينة البحث.
- مدى صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة للإختبارات والتعرف على الوقت اللازم لتنفيذها.
- التوصل لأفضل طريقة لإجراء الإختبارات ومدى استعداد وتفهم عينة البحث للإختبارات المستخدمة.

8- تفسير ومناقشة الفرضيات :

8-1 مناقشة الفرضية الأولى:

من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج الاختبارات البدنية القبلية و البعدية لعيني البحث الضابطة و التجريبية و الموضحة في الجداول رقم (13-14-15-16) تبين وجود فرق دال إحصائيا بين القياس القبلي والبعدى والذي كان لصالح متوسط الاختبار البعدى للعينة التجريبية مما يدل على تأثير البرنامج التدريبي على الناشئين عينة البحث

،وهذا ما يؤكد أحمد عبد العظيم عبد الله 2003م، أنه من خلال الألعاب التمهيدية يمكن لأي متعلم أن يحقق نجاحًا في النشاط الممارس ؛ الأمر الذي يزيد من حماسه وميوله نحو الممارسة وبذلك يزداد مستواه البدني.(16)

إن استخدام الألعاب التمهيدية لتنمية صفة القوة العضلية للأطراف السفلى تلعب دورا إيجابيا إلى جانب التحمل و السرعة في تحسين مستوى الإنجاز وبالتالي الرفع من مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم وهذا ما يفسره الباحث بأن القوة بأنواعها يحتاجها لاعب كرة القدم وذلك في جميع حالات اللعب وتمكنه من العمل والأداء الجيد والاستجابة للمثيرات المختلفة وتتطلب منه تجاوب مستمر ودائم في الميدان يحقق به الفوز والتغلب على الخصم.

إن التغلب على المقاومة المختلفة من طرف العضلات أثناء الأداء الفني ، والمهاري في لعبة كرة القدم يعتبر قوة يحتاجها لاعب كرة القدم في المباراة ويتجسد في مقاومة العضلات ضد الجاذبية وإتقان التصويب والتمريرات الطويلة والقوية ، ورمية التماس وضربات الرأس ، ومقاومة الخصم أثناء التنافس وكل ما يتطلبه من النشاط وحركة لاعب كرة القدم والتي هي عديدة و مختلفة.

ومن المبدأ ما يقوله " تربان"(Turpin) حول القوة على أنها " مقدرة العضلات في التغلب على المقاومات المختلفة ومواجهتها وقد تكون هذه المقاومات جسم اللاعب نفسه أو المنافس أو الكرة ". (17)

وهذا ما تؤكد نتائج الجدول رقم (15) وبعد المعالجة الإحصائية تبين على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لعينتي البحث في اختبار الوثب من الثبات من 3 خطوات و لصالح الاختبار البعدي للعينة التجريبية .

و بالعكس فمن خلال الجدول رقم (16) و الجدول رقم (17) الخاصين بالاختبارين السيطرة على الكرة واختبار الجري 100م على التوالي و بعد المعالجة الإحصائية لنتائج الاختبارين الموضحين في الجداول المذكورة تبين مايلي: وجود فرق عشوائي ليست له دلالة إحصائية بحكم أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية في كلا الاختبارين وهذا راجع إلى عدم فعالية البرنامج باستخدام مختلف الألعاب التمهيدية في تطوير صفة قوة الذراعين للعينة التجريبية. في الاختبار وكذلك بالنسبة للاختبار الثاني هذا راجع إلى أن صفة السرعة مورثة فالتحسن كان طفيفا ولتطويرها يحتاج إلى برنامج خاص بها ما يفسره الباحث في كرة القدم تتدخل السرعة في جميع مقتضيات اللعبة أي في جميع الحركات والتمارين الكروية وتنقسم إلى سرعة الانتقال ، وسرعة الأداء ، وسرعة

رد الفعل ، واللاعب بحاجة إلى هذه الأنواع الثلاثة من السرعة لأنها تحدث باستمرار أثناء المنافسة في تنقلاته في مكان إلى آخر وفي أداءه لبعض المهارات وقدرته على الاستجابة للمواقف المتغيرة لأي مثير خارجي (الكرة أو الخصم).

وحسب العلماء و الاختصاصيين فان إبراز العلاقة الموجودة في الأداء المهاري للرياضي متعلق "بالحركة و زمن الأداء والاختصاصيين " إن تطور وتنمية القدرات على السرعة شيء صعب ويبقى محدود بالمقارنة مع تنمية الصفات البدنية الأخرى ".(18).

وتتفق النتائج السابقة مع نتائج دراسات كل من:

-دراسة إبراهيم حنفي شعلان (2000) و التي كان عنوانها " تأثير الألعاب التمهيدية على مستوى بعض عناصر الأداء لناشئ كرة القدم ".

وكانت نتائج الدراسة كما يلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تأثير التدريب المحتوي على الألعاب التمهيدية وبرنامج التدريب المعتاد وذلك على بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة بكرة القدم لدى ناشئ كرة القدم عينة البحث ولصالح الألعاب التمهيدية.

- دراسة أحمد ممدوح زكي (1985):

" أثر استخدام الألعاب الصغيرة على تحسن اللياقة البدنية بجزء الإعداد البدني في درس التربية الرياضية للمرحلة الإعدادية ".

أسفرت هذه الدراسة على وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت الألعاب الصغيرة بجزء الإعداد البدني في درس التربية الرياضية .

✓ ومما سبق اتضح للباحث أن الفرض الأول قد تحقق بنسبة كبيرة، "وهو وجود فروق في القدرات الإدراكية الحركية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.

2-8 مناقشة الفرضية الثانية:

ومن خلال المعالجة الإحصائية لنتائج الاختبارات المهارية القبليّة و البعدية لعينيّ البحث الضابطة و التجريبية و الموضحة في الجدول رقم(17-18-19-20)ومن خلال مقارنة نتائج هذه الاختبارات لعينيّ البحث (العينة التجريبية و العينة الضابطة) اتضح وجود فروق دالة إحصائياً في جميع المتغيرات المهارية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي ولصالح المجموعة التجريبية ، ويعزي الباحث وجود هذه الفروق إلى فاعلية البرنامج التدريبي بالألعاب التمهيدية في تحقيق هذا الفارق بين المتوسطات الحسابية بينالاختبار القبلي والبعدي والذي كان لصالح المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية مما يدل على تأثير البرنامج التدريبي على الناشئين عينة البحث في مهارة الجري بالكرة بصفة خاصة و المهارات الأساسي المختارة للاختبارات قيد الدراسة بصفة عامة كما أشار إلى ذلك أمين أنور الخولي(1996م)، إلى أن الألعاب التمهيدية أحد أشكال الظاهرة الحركية أو النشاط البدني، وهي تحتل مكاناً متوسطاً بين كل من اللعب والرياضة، ذلك لأنها أكثر تنظيمًا من اللعب ولكنها أقل تنظيمًا من الرياضة، كما أن الألعاب تتطلب قدرًا من المهارة الحركية مقابل الرياضة التي تتطلب مستوى عال من المهارة الحركية (19) كما يضيف بسطويسي أحمد و عباس أحمد صالح في هذا المجال أن قانون الاستعداد يمثل في مجال التعلم الحركي بالنسبة للمهارات و الفعاليات الرياضية ركيزة هامة. فالمتعلم يتعلم المهارة بصورة أفضل إذا توفرت لديه الاستعدادات الخاصة و التي تتمثل في:

* إمكانات جسمية مناسبة لنوع المهارة . * رغبة و حاجة إلى تعلم المهارة المعنية .

و على ذلك فعند وضع البرنامج التدريسي للتربية البدنية و الرياضية يجب على المدرس الأخذ بعين الاعتبار النقاط التالية :

* أن المستوى البدني للمتعلم يمكنه من تقبل المهارات و استيعابها .

* ضرورة توفر الخبرة اللازمة عند المتعلم لاكتشاف المهارات الحركية .

* إن المرحلة التعليمية مناسبة لمرحلة العمر بالنسبة للمتعلمين . (20).

ويرى الباحث إن التدريب بواسطة تلك الألعاب اوجد لدى اللاعبين(العينة التجريبية) نوع من الرغبة و الاستعداد من اجل تعلم و إتقان تلك المهارات بشكل جيد عكس المجموعة الضابطة التي تدرت بشكل عادي .

وتتفق النتائج السابقة مع نتائج دراسات كل من:

- دراسة أحمد عبد العظيم عبد الله (2003م) والتي كان عنوانها تأثير استخدام الألعاب الصغيرة على تحسين الحصائل البدنية والمهارية بدرس التربية الرياضية.

وكانت أهم النتائج: البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة أدى إلى تحسين مستوى الحالة البدنية والمهارية لتلاميذ الصف الثاني الابتدائي.

بالإضافة إلى دراسة رابحة محمد لطفى (1994م) استخدام الألعاب الصغيرة في تعلم مهارات أساسية مختارة من مهارات التمرير والمحاورة والتصويب في كرة السلة.

وكانت أهم النتائج: مجموعة الألعاب الصغيرة التي طبقت على عينة البحث كان لها تأثير إيجابي على تحسين المهارات الحركية قيد البحث.

✓ وما سبق اتضح للباحث أن الفرض الثاني قد تحقق كلياً، وهو: وجود فروق في القدرات الإدراكية

الحركية في الاختبار العددي بين العينة التجريبية والعينة الضابطة لصالح العينة التجريبية

ومن أهم النتائج: - أن البرنامج الرياضي قد أثر إيجابياً على بعض المتغيرات الفسيولوجية

- أن البرنامج ذو تأثير إيجابي على بعض عناصر اللياقة البدنية المختارة قيد البحث.

الاستنتاج العام:

بعد عرض و تحليل و مناقشة النتائج المتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية يتبين لنا من خلال المحور الأول الخاص بالفرضية العامة أن التدريب بواسطة برنامج تدريبي مقترح مبني على الألعاب التمهيدية يساهم في تطوير لبعض القدرات الإدراكية الحركية و هذا راجع إلى أن التدرّب يكون بواسطة العّاب تعتمد على اللعب بالكرة في مجموعات صغيرة و يتحلّى ذلك من خلال وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين متغيري الدراسة (البرنامج التدريبي المقترح بالألعاب التمهيدية و القدرات الإدراكية الحركية و الأداء المهاري) مما يؤكد مساهمته في تطوير بعض القدرات الإدراكية الحركية لناشئي كرة القدم فئة U17 وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الأولى .

أما فيما يخص نتائج الفرضية الجزئية الثانية الخاصة بوجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متغيري الدراسة (الألعاب التمهيدية و القدرات الإدراكية الحركية و الأداء المهاري) ، فإننا نجد أن نسبة التطور لهذه الصفات قد بلغت مستوى جيد و هذا بسبب وجود رغبة قوية لدى عينة البحث في التدريب بواسطة الألعاب التمهيدية مما كون جو من المتعة و التفاهم داخل تلك المجموعة و هذا ما اثر بصورة مباشرة على نتائج القياسات سواء القبلية أو البعدية في الاختبارات المهارية و التي كانت جد ايجابية .

و منه يمكن القول بأن الفرضية الجزئية الثانية ، قد تحققت

وبناء على تحقق الفرضية الجزئية الأولى التي تنص على "وجود فروق في القدرات الإدراكية الحركية بين الاختبار القبلي و البعدي للعينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي" والفرضية الجزئية الثانية التي تنص على " وجود فروق في القدرات الإدراكية الحركية بين الاختبار البعدي بين العينة التجريبية والعينة الضابطة لصالح العينة التجريبية " .

يمكن الحكم على أن الفرضية العامة والتي تنص على " لبرمجة الأهداف البنائية للألعاب التمهيدية -وفق برنامج تدريبي مقترح - دور في تطوير و تحسين بعض القدرات الادراكية الحركية لناشئي كرة القدم صنف (U17) " قد تحققت بنسبة كبيرة .

وعليه فإن موضوع الدراسة الذي ينص على " اثر برنامج تدريبي مقترح في تحسين بعض القدرات الإدراكية الحركية للرفع من مستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم U17 " قد تحقق وهذا نسبة للأثر الايجابي للبرنامج التدريبي المقترح المبني على الألعاب التمهيدية في تنمية بعض القدرات الإدراكية الحركية لتحسين الأداء المهاري لناشئي كرة القدم U17.

- خاتمة :

انطلاقا من السياق النظري لبحثنا الذي يحتوي على الإشكالية المطروحة للدراسة و الفرضيات المصاغة كمشروع وحلول للبحث و الدراسات السابقة و المرتبطة و المشاهدة التي وضعت من اجل الاستدلال بها كخلفية نظرية لها علاقة بالموضوع وهذا من خلال تقسيم البحث إلى بابين احتوى الباب الأول على ثلاثة فصول تناولنا في الفصل الأول المهارات الأساسية و الصفات البدنية للاعب كرة القدم ومن هنا جاء هذا الفصل ليبين مختلف أنواع المهارات الأساسية في كرة القدم.... الخ.

و قد تطرقنا أيضا إلى الإعداد البدني في اختصاص كرة القدم و الذي يهدف إلى تنمية الصفات البدنية الضرورية التي ترتبط ارتباطا وثيقا بعملية تنمية المهارات الحركية للاعب كرة القدم،

أما في الفصل الثاني من الجانب النظري فقد تطرقنا إلى اللعب و التدريب الرياضي

أما في الفصل الثالث فتناولنا القدرات الإدراكية الحركية والأداء المهاري

وصولا للجانب الميداني في ختام هذه الدراسة و الذي كان الهدف منه اختبار الفرضيات الموضوعية كمشروع للبحث قصد إثبات أو نفي صحتها و التي كانت على النحو الآتي :

كفرضية عامة افترضنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات القياسات القبلية ، البعدية في القدرات الإدراكية الحركية بين درجات العينة التجريبية والعينة الضابطة .

وكفرضيات جزئية افترضنا أنه

✓ توجد فروق في القدرات الإدراكية الحركية بين الاختبار القبلي والبعدى للعينة التجريبية ولصالح الاختبار البعدى

✓ توجد فروق في القدرات الإدراكية الحركية في الاختبار البعدى بين العينة التجريبية والعينة الضابطة ولصالح العينة التجريبية

من اجل الوصول إلى نتائج أفضل ونظرا للضرورة العلمية اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج المسحي التجريبي نظرا لملائمته لطبيعة الموضوع المدروس ، و تمت الدراسة على عينة قوامها (30 لاعبا ناشئا)، قسموا إلى مجموعتين ضابطة و تجريبية و هذا قصد دراسة العلاقات الارتباطية ما بين البرنامج التدريبي المقترح المبني على الألعاب التمهيدية و القدرات الإدراكية الحركية و الأداء المهاري

اعتمدنا في الدراسة على خمسة اختبارات بدنية مقننة و خمسة اختبارات مهارة كأدوات لجمع البيانات من الميدان ، و ذلك بعد التأكد من خصائصها السيكمومترية (الصدق والثبات ، الموضوعية) مع الاستعانة بالوسائل و التقنيات الإحصائية الوصفية و الاستدلالية لتحويل البيانات الكيفية إلى بيانات كمية قابلة للتحليل و القياس، لنتقل إلى مرحلة تفرغ نتائج الدراسة الميدانية التي توصلنا فيها إلى تحقق جميع الفرضيات .

- قائمة المراجع

- 1- حنفي محمود مختار. الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. دار الفكر العربي. القاهرة (1980).
- 2- إبراهيم عصمت مطاوع. أصول التربية. دار الفكر العربي. القاهرة (1995).
- 3- إيلين وديع فوج. خبرات في الألعاب للصغار و الكبار. منشأة المعارف. الإسكندرية (2002).إ.
- 4- براهيم وحيه محمود. التعلم (أسس، نظرياته، تطبيقاته). دار المعرفة الجامعية. الإسكندرية: (1995).
- 5- حنفي محمود مختار ، مفتي إبراهيم حماد. الإعداد البدني في كرة القدم. دار زهران. القاهرة (1989م).
- 6- أمين أنور الخولي و محمود عبد الفتاح عنان ، عدنان درويش. التربية الرياضية المدرسية (دليل معلم الفصل و الطالب). دار الفكر العربي. القاهرة (1994).
- 7- أبو النجا أحمد عز الدين. الألعاب الصغيرة. المكتبة الوطنية. البحرين (1994م).
- 8- أبو عبده حسن السيد. الإعداد المهاري للاعب كرة القدم. الإسكندرية: مكتبة الإشعاع الفنية. (2008).
- 9- أسامة كامل راتب. النمو الحركي (الطفولة - المراهقة). دار الفكر العربي. القاهرة (بدون سنة).
- 10- أمر الله ألباسطي. التدريب والإعداد البدني في كرة القدم. مطبعة الإسكندرية. مصر (1980).
- 11- أمين أنور الخولي. الرياضة و المجتمع. المجلس الوطني للفنون و الثقافة و الآداب سلسلة عالم المعرفة العدد 216. الكويت (1996).
- 12-
- 13- بطرس رزق الله. متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية. مطبعة الإسكندرية. مصر (1992).
- 14- بهاء الدين سلامة. فسيولوجيا الرياضة. دار الفكر العربي. القاهرة (1994).
- 15- تشارلز بيوكر. أسس التربية البدنية، ترجمة حسن معوض و كمال صالح . دار الفكر العربي. القاهرة (بدون سنة).
- 16- حنفي محمد مختار. برنامج التدريب السنوي في كرة القدم. دار الفكر العربي. (1992).
- 17- بسطويسي أحمد بسطويسي. أسس و نظريات التدريب الرياضي. دار الفكر العربي. القاهرة (1999).

1. Bartles and Wermitz:football training N 11. Berlin. (1987)
2. Bernard Turpin : préformation et entraînement du footballeur. Paris édition Amphora. 1990
3. Gilles Cometti: l'entraînement de la vitesse. édition Cheron. paris (2006).