

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

تخصص تدريب رياضي نخبوي



مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

الموضوع :

## دراسة الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة

دراسة ميدانية مقارنة على مستوى بعض فرق ولاية باتنة - صنف أواسط -

إشراف الدكتور :

زموري بلقاسم

إعداد الطالب :

عبد الكريم شهاب الدين

السنة الجامعية : 2016 / 2017



# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللهم لك الحمد إذا رضيت و لك الحمد حتى الرضا  
و لك الحمد بعد الرضا.

الحمد لله الذي لولاه لما كان عملنا هذا المتواضع.

قال النبي صلى الله عليه و سلم " من لم يشكر الناس لم يشكر الله "

صدق رسول الله عليه أفضل الصللة و أزكى التسليم.

أتقدم بأسمى المعاني و التشكرات إلى كل من قدم لي يد المساعدة من

قريب أو من بعيد ، و أخص بالذكر الأستاذ المشرف " زموري بلقاسم "  
الذي

لم يبخل علينا بنصائحه و توجيهاته القيمة لإتمام هذا البحث.

كما أتقدم بالشكر إلى كل طلبة معهد التربية البدنية ببسكرة و خاصة طلبة

السنة الثانية ماستر دفعة 2016 – 2017

## إهداء

إلى من قال فيهما الرحمان: " واخفض لهما جناح الذل من الرحمة و قل ربي ارحمهما كما  
رباني صغيرا "

إلى الذي تعب لراحتي و أوقد في صدري شعلة العلم و أستمد قوتي من قوته و تعلمت منه  
معنى الرجولة ، أبي الغالي (عيسى).

إلى من سهرت الليالي من أجل تربيتي و تعبت لراحتي و غمرتني بعطفها و حنانها و دعائها  
إلى أعز ما أملك في الحياة ، إلى أمي العزيزة (مريم).

و لن يكفي شكري لهما لما قدماه لي طيلة سنوات دراستي... ، و أطلب من الله أن يوفقني  
لإرجاع و لو ذرة من تعبهما.

إلى إخوتي لهم كل الاحترام و التقدير.

إلى أخواتي اللواتي لم يبخلن علي بشيء و أمددني بالتشجيع أتمنى لهن كل الخير و التوفيق.

إلى أصدقاء الطفولة...

إلى كل من جمعني بهم الحياة الدراسية...

إلى كل من جمعني بهم الحياة الجامعية...

إلى كل من له مكانة في قلبي .... إلى كل من يعرفني و لم يجد اسمه في هذه القائمة...

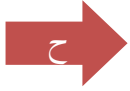
شهاب الدين

الصفحة	قائمة المحتويات
أ	شكر و عرفان
ب	إهداء
ت	قائمة المحتويات
د	قائمة الجداول
ر	قائمة الأشكال
01	مقدمة
الجانب التمهيدي	
04	1- الإشكالية
05	2- الفرضيات
06	3- أهمية الدراسة
06	4- أهداف الدراسة
06	5- أسباب اختيار الموضوع
06	6- المصطلحات والمفاهيم الدالة
07	7- الدراسات السابقة والمثابفة
الجانب النظري	
الفصل الأول : الإعداد المهاري في كرة القدم	
12	تمهيد
13	1- الأداء المهاري
13	1-1- مفهوم المهارة
14	2-1- أنواع المهارات
14	3-1- مراحل الإعداد المهاري
14	4-1- العوامل المحددة لطبيعة المهارة
15	2- المهارة في كرة القدم
15	1-2- مفهوم المهارة في كرة القدم
16	2-2- أهمية المهارة في كرة القدم
16	3-2- خصائص المهارة في كرة القدم
17	4-2- العوامل المؤثرة على الأداء المهاري في كرة القدم

18	3- المهارات الأساسية في كرة القدم
18	3-1- لماذا سميت بالمهارات الأساسية
18	3-2- مفهوم المهارات الأساسية
19	3-3- بعض التصنيفات لمهارات كرة القدم
19	3-4- أقسام المهارات الأساسية في كرة القدم
25	3-5- مراحل تعليم المهارات الأساسية
26	4- أسس وضع برامج الإعداد المهاري والفني للناشئين
27	5- إرشادات عامة هامة تراعى في الإعداد المهاري
29	خلاصة
الفصل الثاني : خصائص الفئة العمرية	
31	تمهيد
32	1- تعريف فئة الأواسط وتحديدها
32	2- مفهوم المراهقة
33	3- مظاهر النمو عند الناشئين
33	- المظاهر الجسمية
33	- المظاهر الفيزيولوجية
34	- المظاهر الحركية
34	- المظاهر الانفعالية
35	- المظاهر العقلية والمعرفية
36	- المظاهر النفسية
38	- المظاهر الاجتماعية
39	4- حاجات المراهقين الأساسية
39	- الحاجة إلى الأمن
40	- الحاجة إلى المكانة
40	- الحاجة إلى الحب والقبول
40	- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار
40	- الحاجة إلى الاستقلال
40	- الحاجة إلى الانتماء
41	- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات

41	- الحاجة للعطف والحنان
41	5- مشاكل المراهقة
41	- المشاكل النفسية
42	- مشاكل الرغبات الجنسية
42	- المشاكل الصحية
42	- المشاكل الاجتماعية
42	- المشاكل الانفعالية
43	6- المراهق وممارسة النشاط البدني الرياضي
44	خلاصة
الفصل الثالث : المنافسة الرياضية	
46	تمهيد
47	1- مفهوم المنافسة الرياضية
47	2- أنواع المنافسات الرياضية
47	1-2- المنافسة التمهيدية
47	2-2- المنافسة الاختبارية
48	2-3- المنافسة الاختيارية
48	2-4- منافسات الانتقاء
48	2-5- المنافسة الرئيسية
48	3- أهمية المنافسة الرياضية
49	4- قواعد وضوابط المنافسة الرياضية
50	5- الإعداد النفسي للمنافسة
50	5-1- تدريب وتنظيم الطاقة النفسية للمنافسة الرياضية
50	5-2- أهمية الإعداد النفسي للمنافسة
51	5-3- طرق تنمية الصفات النفسية للمنافسات الرياضية
51	6- تحليل الأداء التنافسي للرياضي
52	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
55	تمهيد

56	1- المنهج المستخدم
56	2- الدراسة الاستطلاعية
56	3- مجتمع البحث
56	4- عينة البحث
58	5- مجالات البحث
58	1-5- المجال المكاني
58	2-5- المجال الزمني
58	6- أدوات البحث
62	7- ضبط متغيرات البحث
62	1-7- المتغير المستقل
62	2-7- المتغير التابع
63	8- الأسس العلمية للاختبارات ( صدق – ثبات – موضوعية)
63	1-8- صدق الإختبار
63	2-8- ثبات الإختبار
64	3-8- موضوعية الإختبار
65	9- الأدوات الاحصائية
66	خلاصة
الفصل الخامس : عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
68	1- عرض نتائج الدراسة
68	1-1- عرض النتائج الخاصة بالإختبارات المهارية للمستويات الثلاث
70	2-1- عرض ومناقشة الفرضيات
70	الفرضية الاولى : توجد فروق في مهارة تنطيط الكرة بالمسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة
72	الفرضية الثانية : توجد فروق في مهارة رمية التماس لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة
73	الفرضية الثالثة : توجد فروق في مهارة الجري بالكرة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة



75	الفرضية الرابعة : توجد فروق في مهارة دقة التمرير قصير المسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة
76	الفرضية الخامسة : توجد فروق في مهارة دقة التمرير طويل المسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة
79	2- استنتاجات عامة
80	الخاتمة
82	قائمة المراجع
	الملخص



رقم الجدول	العنوان	الصفحة
01	يمثل خصائص عينة الدراسة تبعاً لمتغير العمر والوزن والطول	57
02	يبين معامل الثبات ومعامل الصدق للاختبارات المهارية	63
03	يمثل النتائج العامة لاختبارات الأداء المهاري بالنسبة للمستويات الثلاث	68
04	يمثل النتائج العامة لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في الاختبارات المهارية	69
05	يمثل النتائج العامة لاختبار تنطيط الكرة بالمسافة	70
06	يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار تنطيط الكرة	71
07	يمثل نتائج اختبار توكي (Tukey) للمقارنات البعدية بين المستويات الثلاث في اختبار تنطيط الكرة بالمسافة	71
08	يمثل النتائج العامة لاختبار رمية التماس	72
09	يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار رمية التماس	72
10	يمثل النتائج العامة لاختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	73
11	يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	74
12	يمثل نتائج اختبار توكي (Tukey) للمقارنات البعدية بين المستويات الثلاث في اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	74
13	يمثل النتائج العامة لاختبار دقة التمرير قصير المسافة	75

76	يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار دقة التمرير قصير المسافة	14
76	يمثل النتائج العامة لاختبار دقة التمرير طويل المسافة	15
77	يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار دقة التمرير طويل المسافة	16
78	يمثل نتائج اختبار توكي (Tukey) للمقارنات البعدية بين المستويات الثلاث في اختبار دقة التمرير طويل المسافة	17



الصفحة	العنوان	رقم الشكل
58	يوضح اختبار تنطيط الكرة	01
59	يوضح اختبار رمية التماس	02
60	يوضح اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	03
61	يوضح اختبار دقة التمرير طويل المسافة	04
62	يوضح اختبار دقة التمرير قصير المسافة	05

إن التطور السريع في تحقيق المستويات الرياضية العالية في شتى المجالات الرياضية سواء في الألعاب الجماعية أو الفردية يسير متواكبا مع تكنولوجيا علوم التدريب الرياضي ، والارتقاء لهذا المستوى لم يكن يأتي من فراغ بل كان و أصبح و ما زال العلم هو الأساس ومن ثم كانت الجهود مستمرة نحو مزيد من الفهم الأعمق لما تتضمنه أسس و قواعد و مفهوم علم التدريب الرياضي من أجل رفع مستوى الاداء الرياضي ، و تعتبر كرة القدم من الرياضات التي ألهمت فضول الكثير من العاملين في مجال التدريب الرياضي و الذي بدت ملامح تطوره نظرا لكونها اللعبة الأكثر شعبية في العالم ، فيبقى الرهان مفتوحا للوصول إلى العالمية و المستويات العليا.

و نظرا لأن متطلبات هذه اللعبة في تزايد مستمر مع تزايد المنافسات الرياضية التي أخذت طابعا آخر من التميز حيث أصبحت تقاس بها مظاهر التقدم في المحافل الدولية . ولعل من بين أهم الجوانب التي تلفت الانتباه هو المستوى البدني إلى جانب المهاري والخططي للعبة وبعوض النظر عن هذه الجوانب يعد إتقان المهارات الأساسية قاعدة رئيسية للنجاح في أي رياضة وخاصة كرة القدم ، إذ يسعى المدرب في منهجه التدريبي إلى إكساب اللاعبين المهارات الأساسية وإتقانها مما يدل على قدرتهم في تطوير أداء هذه المهارات ودقتها ، فالمهارة تعد القاعدة الأساسية التي يمكن من خلالها بناء الألعاب الرياضية . إذ يتوقف على إتقانها إلى حد كبير نجاح اللاعب والفريق معا .

نعني بالمهارات الأساسية الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي إلى غرض معين في إطار قانون اللعبة ، سواء كانت الحركات بالكرة أو بدونها . وعلى هذا الأساس ولكي يصبح اللاعب جيدا عليه أن يتدرب على المهارات الأساسية .

وللتدريب على المهارات الأساسية أهمية بالغة عند شبان كرة القدم ، فهو يبدأ في مرحلة مبكرة من سن اللاعبين ويستمر معهم خلال تدرجهم في مختلف الفئات الشبانية حتى يصلوا لمرحلة إتقان وأداء هذه المهارات بصورة آلية في أي ظرف من ظروف المباراة ، و يستطيعوا الوصول بالكرة إلى مرمى الفريق الخصم عن طريق التمريرات المتقنة والسيطرة على الكرة والمرادفة ومن ثم التهديف .

من هنا جاءت أهمية دراستنا هذه في التعرف على مستوى الأداء المهاري عند لاعبي كرة القدم الشبان ولقد قسمنا دراستنا على النحو التالي :

مقدمة.

الجانب التمهيدي تطرقنا فيه إلى :

الإشكالية ، صياغة الفرضيات ، أهمية الدراسة ، أهداف الدراسة ، أسباب اختيار الموضوع ، بعض المصطلحات الإجرائية المتعلقة بالبحث ، ثم الدراسات السابقة والمشابهة.

الجانب النظري الذي يحوي ثلاثة فصول :

الفصل الأول تطرقنا فيه إلى الإعداد المهاري في كرة القدم ، أما الفصل الثاني فقد قمنا بتخصيصه لخصائص الفئة العمرية التي تناولناها في دراستنا والفصل الثالث تناولنا فيه المنافسة الرياضية .

الجانب التطبيقي تناولنا فيه فصلين :

الفصل الأول خصصناه للإجراءات المنهجية للدراسة ، والفصل الثاني تضمن عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها ، ثم خاتمة الدراسة إلى جانب المراجع .

# الجانب التمهيدي

## 1- الإشكالية :

تعد كرة القدم من الرياضات الجماعية المميزة و المشوقة ، لإحتوائها على مجموعة من المهارات الأساسية المترابطة الواحدة مع الأخرى وتعد بمجموعها وحدة متكاملة ومتداخلة وتكمل كل منها الأخرى . كونها مهارات صعبة تتطلب إعداد بدني ومهاري وتدريب مستمر لإكتسابها وجهدا مكثفا لإتقان حركاتها . وهذا ما تفرضه طبيعة اللعبة وقوانينها وسرعة الانتقال من الهجوم للدفاع.

لقد عرفت كرة القدم الجزائرية في الآونة الأخيرة انخفاضا كبيرا في كل المستويات ، وعلى جميع الأصعدة ، حيث لاحظنا أن أغلب فرق البطولة الوطنية سواء المحترفة منها أو الهاوية بعيدة تمام البعد عن المستوى المطلوب ، وذلك استنادا لعدة معايير منها النتائج السلبية ، والتمثيل الغير مقنع في مختلف البطولات المحلية والدولية ، وكذا النقص الملحوظ في جوانب التحضير وخاصة الجانب المهاري والذي يعتبر القاعدة الأساسية التي تعتمد عليها كرة القدم الحديثة.

وفي كرة القدم الحديثة تهدف عملية الإعداد المهاري إلى تعليم المهارات الحركية الرياضية التي تؤدي أثناء المنافسات ، ومحاولة إتقانها وتثبيتها حتى يمكن تحقيق أعلى المستويات الرياضية ، وهي النقطة الفاصلة التي يمكن أن تؤدي لنجاح الفريق أو إخفاقه حيث أن امتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من المهارات بما يتشابه مع متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها طبقا لموقف اللعب ومن ثم زيادة قدرته على المناورة وتنفيذ الخطط ، مثل : الإستلام والتمرير- الجري بالكرة والمراوغة والتسديد نحو المرمى من وضعيات مختلفة ، وقد عرف إبراهيم شعلان ، محمد عفيفي : المهارات الأساسية على أنها العمود الفقري لأي لعبة رياضية ، و لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية الجماعية التي تتميز بالعديد من المهارات المتنوعة .

ونظرا لكون المهارات الأساسية عند الناشئين دائما في تطور مستمر مع زيادة العمر التدريبي للاعب ولا تقف عند حد معين ، فإنها تحضى بقدر كبير من اهتمام المدربين وتتطلب منهم القيام بعملية تخطيط جيدة لبرامج الإعداد المهاري تكون معززة بالوسائل والأساليب العلمية الحديثة التي تساعد على رفع مستوى الأداء المهاري ، بالرغم من ذلك يبقى مستوى الأداء عند الناشئين مختلفا من لاعب لآخر حسب مراكز اللعب ، ومتفاوتا بين لاعبي الفريق نفسه ولاعبى الفرق الأخرى ، وهذا ما يتيح لنا طرح التساؤل التالي : هل توجد فروق في الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة ؟

**التساؤل الرئيسي :**

هل توجد فروق في الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة ؟

**الأسئلة الفرعية :**

- 1- هل توجد فروق في مهارة تنطيط الكرة بالمسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة ؟
- 2- هل توجد فروق في مهارة رمية التماس لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة ؟
- 3- هل توجد فروق في مهارة الجري بالكرة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة ؟
- 4- هل توجد فروق في مهارة دقة التمرير قصير المسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة ؟
- 5- هل توجد فروق في مهارة دقة التمرير طويل المسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة ؟

**2- الفرضيات :**

**الفرضية العامة :**

توجد فروق في الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .

**الفرضيات الجزئية:**

- 1- توجد فروق في مهارة تنطيط الكرة بالمسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .
- 2- توجد فروق في مهارة رمية التماس لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .
- 3- توجد فروق في مهارة الجري بالكرة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .
- 4- توجد فروق في مهارة دقة التمرير قصير المسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .
- 5- توجد فروق في مهارة دقة التمرير طويل المسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .



### 3- أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة في معرفة قدرة تحكم اللاعب الناشئ في المهارات الأساسية لكرة القدم ، وعلاقتها بمستوى المنافسة ، وكذلك توعية المدربين بمراعاة أهمية الجانب المهاري لهذه الفئة العمرية أثناء عملية التخطيط لمساعدته في تطوير قدرات اللاعبين والوصول لأحسن مستوى .

### 4- أهداف الدراسة :

تهدف جميع البحوث و الدراسات العلمية إلى تقصي الحقائق العلمية الدقيقة من خلال التعمق في المواضيع الشائكة و المواضيع التي تلهم الفضول لدى الباحث لرفع كفاءته وتحسين مستواه ، و من خلال هذا البحث نلمح الأهداف التالية :

1. إبراز الدور الفعال الذي يلعبه الإعداد المهاري في كرة القدم خلال المنافسة .
2. معرفة الفروق بين مستوى التحكم المهاري للشبان في كرة القدم وعلاقتها بمستوى المنافسة.
3. إدراك العلاقة الموجودة بين الإعداد المهاري و أداء اللاعب أثناء المنافسة.

### 5- أسباب اختيار الموضوع :

إن اختيار البحوث العلمية يكون انطلاقاً من جانب ذاتي أو موضوعي فبالنسبة للذاتية اخترناه نظراً لميلنا للتدريب الرياضي ، أما بالنسبة للجانب الموضوعي فتطرقنا للإعداد المهاري الذي لم يلقى الاهتمام الكبير خاصة في الفئات السنية الصغرى وكذا الكشف عن مستوى الأداء المهاري عند اللاعبين الناشئين في كرة القدم و إبراز أهمية الإعداد المهاري بالنسبة لهذه الفئة.

### 6- المصطلحات والمفاهيم الدالة :

إن أي دراسة علمية لأي موضوع تتطلب تحديد المفاهيم الأساسية المستخدمة في الدراسة وانطلاقاً من هذا نتطرق إلى شرح بعض المفاهيم الأساسية في هذه الدراسة :

#### 1- المهارة:

لغة : هي الحدق في الشيء .<sup>(1)</sup>

اصطلاحاً : إن مصطلح مهارة رياضية يشير إلى تسلسل حركي محدد متفق على صلاحياته من الناحية

( الميكانيكية ، التشريحية ، الفيزيولوجية والقانونية ) في انجاز واجب حركي معين .<sup>(2)</sup>

إجرائياً : هي تقنية فيها جمالية الحركة لا تعتبر وسيلة مباشرة للوصول إلى الهدف .

1- عبد الهادي ثابت ، قاموس اللسان العربي الصغير ، دار الهداية ، الجزائر ، ص477 .  
2- طلعة حسام الدين ، التعلم الحركي والتحكم الحركي - مبادئ ونظريات وتطبيقات - ، مركز الكتاب والنشر ، ط1 ، مصر ، 2006 ، ص43 .

## 2- المهارات الأساسية في كرة القدم :

المهارات الأساسية في كرة القدم تعني كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم ، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها. (1)

## 3- اللاعب الناشئ :

اجرائيا : هو اللاعب الذي ينشط في إحدى فرق البطولة الوطنية ضمن الفئات الصغرى ولا يتعدى 19 سنة ، ويكون قيد التعلم والتكوين لتطوير قدراته بالتدرج حتى يصل إلى أعلى المستويات.

## 4- كرة القدم :

هي لعبة جماعية تتم بين فريقين ، كل فريق يتألف من أحد عشر لاعبا يستعملون كرة مستديرة ذات مقياس عالمي محدد في ملعب مستطيل ذو أبعاد محددة في كل طرف من طرفيه يرى الهدف و يحاول كل فريق إدخال الكرة فيه على حارس المرمى للحصول على هدف. (2)

## 5- مستوى المنافسة:

المستوى أو الدرجة التي يصنف ضمنها أي فريق في البطولة الوطنية لكرة القدم ، وتنقسم هذه المستويات إلى ( القسم الوطني المحترف 1 و 2 ، قسم الهواة ، قسم ما بين الرابطة ، القسم الجهوي 1 و 2 ، الولائي أو الشرفي ) ، يتحدد كل مستوى بمجموعة من الفرق التي تتنافس فيما بينها للصعود إلى أعلى درجة .

## 7- الدراسات السابقة والمشابهة :

### الدراسة الأولى (2013) :

دراسة الطالب منزر كريم ، تحت عنوان \*دراسة الخصائص المهارية عند الناشئين في كرة القدم (15-17 سنة) ، مذكرة ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، تخصص التربية وعلم الحركة ، جامعة باتنة.

### مشكلة الدراسة :

- ما مستوى تطور الخصائص المهارية لدى الناشئين في كرة القدم لفرق الرابطة المحترفة لولاية باتنة ؟  
هدف الدراسة :

- يكمن هدف الدراسة في معرفة أهم الخصائص والفروق المهارية لدى الناشئين في كرة القدم لفرق الرابطة المحترفة لولاية باتنة ومعرفة العلاقة بين الفرق أحسن ترتيب في البطولة ومستواها المهاري .

### إجراءات الدراسة الميدانية :

إعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي ، وعينة قدرت بـ 60 لاعبا من لاعبي كرة القدم للرابطة المحترفة لفرق ولاية باتنة .

1- محمود موفق أسعد ، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ، ط 1 ، دار نجلة ، عمان ، 2000 ، ص 23 .  
2- مأمور بن حسن آل سلمان ، كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية ، ط 2 ، دار ابن حزم ، لبنان ، 1998 ، ص 90 .

نتائج الدراسة :

- توصل الباحث في هذه الدراسة إلى أن كل من أفراد العينة حققت قيم ونتائج مهارية بنسب مختلفة ، من حيث التوافق والتقارب المبدئي في درجات ومستوى مهارات اللاعبين .

الدراسة الثانية (2008) :

دراسة الطالب بوحاج مزيان ، تحت عنوان \* عملية تقويم القدرات البدنية والمهارية من خلال بطارية اختبارات أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أوسط (17-19 سنة) ، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية ، تخصص تدريب رياضي ، معهد سيدي عبد الله زرادنة ، جامعة الجزائر 3 .

مشكلة الدراسة :

- هل استعمال بطارية اختبارات لتقويم القدرات البدنية والمهارية يساعد في عملية انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أوسط ؟

أهداف الدراسة :

- إبراز أهمية التقويم بصفة عامة والتقويم البدني والمهاري من خلال بطارية اختبارات لانتقاء لاعبي كرة القدم ، ليتمكن المدربون من إدراك القيمة الحقيقية له من خلال هذه الدراسة .

- تصحيح الأخطاء السابقة التي ارتكبها المدربون باعتمادهم على الملاحظة والمباريات ، وابتعادهم عن الجانب العلمي الذي تعتبر نتائجه أكيدة ومضمونة .

- الرفع من مكانة الجانب العلمي في عملية انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أوسط، وإبراز دوره في تحقيق النتائج للفريق .

إجراءات الدراسة الميدانية :

اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي ، وعينة من لاعبي كرة القدم تقدر بـ 161 لاعبا وشملت فرق الجزائر العاصمة وولاية وهران المشاركة في القسم الجهوي المستوى الأول .

نتائج الدراسة :

- توصل الباحث في هذه الدراسة إلى أن استعمال بطارية اختبارات لتقويم قدرات اللاعبين بدنيا ومهاريا

أثناء عملية الانتقاء هو عمل علمي ومنهجي يتطلب من المدرب كفاءة علمية ومهنية حتى يتمكن من

تطبيقه والتعامل به ، وكذا هو طريقة مدروسة ومساعدة له حيث أنها تقدر اللاعبين تقديرا موضوعيا

ومقننا، وهذا ما يساعده على معرفة حقيقة اللاعبين الذين سيتعامل معهم ، وكذا اختيار نوعية البرنامج

التدريبي الذي سيطبقه للوصول بهم إلى مستوى معين .

### الدراسة الثالثة (2004) :

دراسة الطالب بن قوة علي ، تحت عنوان \* تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم (14-16 سنة) ، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية ، تخصص تدريب رياضي ، قسم التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر.

#### مشكلة الدراسة :

- ماهو مستوى الأداء البدني والمهاري لفئة الناشئين حسب كل منطقة من مناطق الوطن (ساحل ، هضاب ، صحراء) ، ومستوى هذه الفئة مقارنة بمستوى اللاعب الفرنسي ، حسب بطارية الاختبارات المقترحة ؟

#### أهداف الدراسة :

1. معرفة مستوى الأداء البدني لفئة الناشئين حسب كل منطقة من مناطق الوطن (ساحل ، هضاب ، صحراء) حسب بطارية الاختبارات المقترحة .
2. معرفة مستوى الأداء المهاري لفئة الناشئين حسب كل منطقة من مناطق الوطن (ساحل ، هضاب ، صحراء) حسب بطارية الاختبارات المقترحة .
3. معرفة مستوى اللاعب الجزائري من الناحية البدنية والمهارية مقارنة باللاعب الفرنسي حسب بطارية الاختبارات المقترحة .

#### إجراءات الدراسة الميدانية :

استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وعينة شملت 140 مدربا على مستوى القطر الوطني وهذا حسب الأصناف : أصاغر 15 مدربا ، أشبال 70 مدربا ، أواسط 20 مدربا ، أمال 15 مدربا ، أكابر 20 مدربا .

#### نتائج الدراسة :

- تذبذب لمستوى اللاعب الجزائري ووجود فروق كبيرة في المستوى سواء من الناحية المهارية أو البدنية ، إذ ماتوزعت بمستوى التوزيع الطبيعي .
- تأرجح مستوى اللاعب الجزائري مقارنة باللاعب الأجنبي بين المتوسط والضعيف في المهارات والصفات البدنية .

# الجانب النظري

# الفصل الأول

**تمهيد :**

يعتبر الإعداد المهاري من العمليات التي تستخدم لتدريب اللاعب لأداء حركات رياضية معينة في آن واحد أو بالتدرج ، وهو يضع أحسن الحلول لواجبات حركية معينة من أجل الحصول على نتائج رياضية عالية ، حيث يلعب دور كبير في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق ، ويؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الخطط التي يلعب بها الفريق ، ومن أبرز ما تطرقنا له في هذا الفصل مفهوم الإعداد المهاري ، وكذا مختلف المهارات الأساسية في كرة القدم وبعض الإرشادات التي يجب على المدرب إتباعها من أجل البرمجة والتخطيط الجيد لتعليم هذه المهارات.

**1- الأداء المهاري :**

لاشك أن لعبة كرة القدم شأنها شأن جميع الرياضات ، تحتاج إلى الوسيلة العلمية التي تساعد كل من المدرب ، المربي وحتى اللاعب على الإلمام بكل جوانبها المعرفية ، النفسية ، البدنية ، الخطئية و المهارية ، حيث أصبح إتباع كل ما هو جديد في علم التدريب الرياضي ضرورة لا بد من الأخذ بها عند ممارسة هذه اللعبة.

و نظرا إلى أن المهارة في كرة القدم تعد عنصرا أساسيا ، أصبح الإلمام بكل جوانبها النظرية والتطبيقية و التحكم فيها ، يشكلان ضرورة لا بد منها عند التخطيط لعملية التدريب ووضع البرامج الخاصة بها ، من أجل الارتقاء بمستوى أداء اللاعب . الشيء الذي يجعله قادرا على التصرف بالكرة و بدونها و المشاركة في تنفيذ و بناء الخطط الدفاعية و الهجومية بفعالية و كفاءة كبيرة.

و سنحاول في هذا الفصل ، الذي خصصناه للأداء المهاري ، التطرق لكل الجوانب السالفة الذكر.

**1-1- مفهوم المهارة :**

أخذت هذه الكلمة من فعل مهر أي حذق و أتقن . و الماهر هو الحاذق و السابح المجيد .<sup>(1)</sup> أما اصطلاحا فالمهارة (SKILL) هي الأداء المتقن والتميز في إنجاز أي عمل لضمان النجاح و التفوق . و تشمل جميع مجالات الحياة ، فالرسام البارع هو الذي يجيد مهارات الفنون التشكيلية ، والعامل المتميز هو الذي يتقن مهارات عمله ، و الموسيقار الماهر هو الذي يجيد العزف على الآلات الموسيقية ، و الكاتب المتفوق هو الذي يتحكم في مهارات الكتابة.

و المهارة مصطلح يصعب تحديد أو إيجاد تعريف مطلق له ، و يرجع ذلك (محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان) إلى كونها تشير إلى مستويات نسبية من الأداء ، أي إلى درجة من الجودة منسوبة إلى مستوى الفرد و مستويات الجماعة . و يستدلان على ذلك برأي (سنجر، Singer) الذي يرى أنه يمكن التعبير عن مصطلح المهارة وفقا لنوعين من المستويات هما : المستوى النسبي و المستوى المطلق فالنسبي حسب هذا العالم هو مدى تحصيل الفرد في نشاط ما بالمقارنة مع مستوى زملاءه في نفس النشاط ، أما المطلق فهو مقارنة المستوى المهاري للفرد بمحكات تقويم توضع في شكل هرمي ، تصنف فيه المستويات المطلقة للمهارة في الأنشطة الخاصة بها ، و تحدد هذه المستويات مسبقا كمتطلبات رئيسية لأعمال المختلفة حيث يطلق عليها اسم مستويات المهارة القياسية ، و تستخدم كمحكات لتحديد المستوى المهاري المطلق للفرد مثل محكات القبول بالكليات و المعاهد و نظام التنقيط في الجباز و الغطس و غيرهما .<sup>(2)</sup>

1- المنجد في اللغة العربية و الأعلام ، دار المشرق ، لبنان ، 1987 ، ص777 .  
2- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ، الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1987 ، ص 20 .



و حسب قاموس ( ويبستر ، Webster Dictionary ) : المهارة هي القدرة على استخدام الفرد لمعلوماته بكفاية و استعداداه للانجاز. (1)

والمهارة هي نتيجة لعملية التعلم حيث يقول (جيثري ، Guthrie) : هي قدرة تكتسب بالتعلم حيث يفترض مسبقا الحصول على نتائج محددة لها. (2)

### 2-1- أنواع المهارات :

هناك ثلاثة أنواع للمهارة :

- مهارات معرفية : مثل مهارات الحساب والجبر والهندسة.....الخ.

- مهارات إدراكية : هي قدرة الفرد على إدراك الأشياء مثل مهارات إدراك الأشكال المختلفة.

- مهارات حركية : مثل المهارات الرياضية.

### 3-1- مراحل الإعداد المهاري :

الإعداد المهاري لا يعني فقط تعلم المهارات الحركية وإنما تعلم المهارات الحركية هي المرحلة الأولى من الإعداد المهاري ، ولا يكفي هذا التعلم لخوض المنافسات بشروط الأداء الواضح بل يتطلب الأمر بعد التعلم عمليات تنمية وتطوير رفيعة المستوى :

#### المرحلة الأولى:

الإعداد المهاري هي (التعلم الحركي للمهارات) يتم التركيز عليها في مرحلة الناشئين .

#### المرحلة الثانية:

تطوير كفاءة الأداء المهاري هي مرحلة ( تطوير كفاءة الأداء المهاري) للوصول إلى أعلى درجات الآلية والدقة والانسائية والدافعية لتحقيق أعلى النتائج مع الاقتصاد في الجهد ، فيتم التركيز عليها في المراحل الأعلى حتى الوصول للمستويات الرياضية العليا تتأسس على المرحلة الأولى .

#### المرحلة الثالثة:

تستمر مع اللاعب حتى اعتزاله التنافس وتشغل كافة أزمنا الإعداد المهاري في خطط التدريب بعد أن يكون تعلم الأداء الحركي للمهارات .

### 4-1- العوامل المحددة لطبيعة المهارة :

تتمحور العوامل المحددة لطبيعة المهارة حسب (كير ، Kerr) (3) حول ثلاثة عوامل أساسية هي :  
- شكل وطبيعة العمل .

1- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ، نفس المرجع ، ص 20 .  
2- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ، نفس المرجع ، ص 20 .  
3- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ، نفس المرجع ، ص 25 .

إما أن يكون بسيطاً يتطلب التكرار في شكله البسيط فتكون المهارة بسيطة أو يتطلب تكراراً مستمراً و معقدا فتكون المهارة معقدة أو مركبة .

- نمطية العمل :

تحدد نمطية العمل بعنصرين رئيسيين هما :

- توقيت الأداء Timing أو معدلات الأداء بالنسبة للزمن .

- التسلسل أو التعاقب Sequencing .

- النتائج المفترضة مسبقا :

يعبر عنها بالسرعة و الدقة و الكفاية التي يتم بها إنجاز المهارة ، و كيفية الأداء أو درجة صعوبته .

## 2- المهارة في كرة القدم :

إن استخدام كافة أنحاء الجسم في أداء المهارة الرياضية في كرة القدم أدى إلى تنوع تنفيذها ، إذ يستعمل في ذلك القدمين ، الرأس ، الركبة ، الفخذ والصدر .

وتختلف طريقة استعمال كل جزء من هذه الأجزاء في شكل الأداء وقوة التعامل مع الكرة .

ويعد هذا التعدد والتنوع ، كخصائص مميزة لأداء المهارة في كرة القدم ، السراويل في تلك الشعبية الكبيرة لهذه الرياضة . سواء كان على مستوى ممارستها أو مشاهدتها .

في ظل هذا الكم الكبير من المهارات وتفرعاتها واختلافها ، يكون من الصعب على اللاعب أو المشاهد التنبؤ بأسلوب تعامل لاعب أو آخر مع الكرة ، خاصة في المستويات العليا . مما زاد هذه الرياضة متعة وتشويقاً وعمل على اكتساب ممارستها إشباعاً حركياً ، سواء بالأداء أو المشاهدة .

ويتوقف مستوى الفريق ونتائجه ، بدرجة كبيرة على طريقة التعامل مع الكرة وكيفية التحكم فيها أو توصيلها أو أسلوب الاستحواذ عليها ، وكذلك كيفية تصويبها نحو المرمى والتحرك بدونها .

## 1-2- مفهوم المهارة في كرة القدم :

المهارة في كرة القدم هي كل التحركات الضرورية الهادفة ، التي تؤدي بغرض معين ، في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها .<sup>(1)</sup>

وهي قدرة اللاعب على التعامل مع الكرة وحل المشكلات في إطار قانون اللعبة من أجل المشاركة في بناء الخطط الدفاعية والهجومية . و يرى ( محمد حازم و محمد أبو يوسف ) ، بأنها القدرة على انتقاء أنسب الحركات ، التي تتماشى مع طبيعة الموقف المتغير ، بما يتيح تحقيق الهدف الأساسي في لعبة كرة القدم ، وهو إصابة مرمى الفريق الخصم بأكثر عدد من الأهداف و منعه من إصابة مرماه .<sup>(2)</sup>

1- حنفي محمود مختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1994 ، ص 71 .

2- محمد حازم ، محمد أبو يوسف ، أسس اختيار الناشئين في كرة القدم ، دار الوفاء للطباعة و النشر ، مصر ، 2005 ، ص 49 .

**2-2- أهمية المهارة في كرة القدم :**

تكمن أهمية المهارة في كرة القدم ، في كونها الأداة أو الوسيلة التي تمكن اللاعب من بناء و تنفيذ الخطط الهجومية و الدفاعية ، من أجل الفوز بالمباراة .

وتتوقف نتائج أي فريق على مدى إتقان لاعبيه للمهارات المختلفة لهذه اللعبة . ولما كانت كرة القدم عبارة عن تبادل الفريقين لمواقف الهجوم و الدفاع ، ظهرت أهمية استخدام المهارات الهجومية و الدفاعية ، و انتقاء الأنسب منها ، بغرض التكيف مع الظروف المتغيرة المحيطة بأدائها . و تعد المهارة حجرا أساسيا إلى جانب العوامل البدنية و النفسية ، في بناء اللاعب المتكامل . ويشير (محمد حسن علاوي) ، إلى أنه مهما اتصف اللاعب بصفات خلقية و إرادية و بلغ من الإعداد البدني فإنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات الحركية تبعا لنوع النشاط الذي يتخصص فيه . (1) و ليس بالضرورة أن يجيد اللاعب كل أنواع المهارات في كرة القدم ، باعتبار هذه الأخيرة رياضة جماعية ، تتطلب أن يكمل أداء كل لاعب فيها ، أداء باقي زملائه في الفريق .

**2-3- خصائص المهارة في كرة القدم :**

تتميز المهارة في كرة القدم عن باقي المهارات في الرياضات الأخرى ، بجملة من الخصائص نذكر منها مايلي :

**- الخصائص التقنية :**

و تتمثل هذه الخصائص في :

**- التعدد :**

تعد المهارة في كرة القدم الأكثر تعددا مقارنة بالمهارات في الرياضات الأخرى ، حيث تتفرع الواحدة منها إلى عدة فروع مما يزيد من عددها .

**- التنوع :**

إن طبيعة لعبة كرة القدم التي تسمح بأداء مهاراتها بجميع أنحاء الجسم ما عدا اليدين ، جعلها تزخر بكم كبير من أنواع المهارات ، إذ يستخدم اللاعب كل من القدمين ، الرأس ، الركبة ، الفخذ و الصدر في تنفيذها ، حيث يختلف استخدام كل جزء عن غيره ، في شكل الأداء و قوة التعامل مع الكرة .

**- الخصائص النفسية :**

تعد المهارة في كرة القدم مجموعة من التحركات و القرارات السريعة ، التي تتحقق من خلال السلوك الفردي الذي يعبر عن القدرة على الإدراك و التفكير، مع التركيز في التكيف مع مواقف اللعب خلال المباريات و ما تحتاجه من حساسية كبيرة في التعامل مع الكرة ، والتحكم فيها ، و سرعة رد الفعل في

اتخاذ الأماكن و تنفيذ التحركات و تحديد مواقع زملاء و سرعة إيجاد الحلول تحت ضغط المنافس والجمهور .(1)

## 2-4- العوامل المؤثرة على الأداء المهاري في كرة القدم :

يخضع اللاعب خلال أداءه للمهارة في كرة القدم إلى عدة عوامل حددها إبراهيم شعلان و محمد عفيفي في النقاط التالية : (2)

### - المساحة :

تؤثر مساحة اللعب على الأداء المهاري بطريقتين ، ففي حالة الاتساع يكون المجال كبيرا للحركة و السيطرة على الكرة و الاتقان ، و هذا من خلال الرؤية و المتابعة الجيدة لمسار الكرة و موقع زملاء ، أما إذا صغرت المساحة فيضيق المجال الحركي و يصعب التحكم في الكرة ، حيث يتطلب هذا الوضع درجة عالية من التركيز و سرعة كبيرة لرد الفعل .

### - المكان أو المنطقة من الملعب :

كل منطقة من الملعب تتطلب تعاملًا خاصًا بالكرة و بالتالي تستدعي مهارة معينة عن غيرها ، تتناسب مع متطلبات خطط اللعب للفريق و مراحلها ، كالتمهيد للهجوم في الثلث الأول ، عقب الاستحواذ على الكرة ، ثم بناؤه في الثلث الأوسط فتطويره في الثلث الهجومي . كما إن جانبي الملعب يحتمان الكرات العكسية ، بينما منطقة الجزاء يفضل فيها الأداء المباشر كالتصويب و التهيئة .

### - موقع الزميل و تحركاته :

يؤثر موقع الزميل و أعضاء الفريق و تحركاتهم في أداء المهارة من حيث إعطاء عدد من الحلول عن طريق فتح الثغرات و زوايا التمرير السليمة ، و إعطاء الفرصة لاتخاذ القرار السليم في التوقيت المناسب و المكان الملائم .

### - الضغط من جانب المنافس :

يمكن تأثير هذا العامل على طريقة أداء المهارات ، حيث يحتم وضع الخصم على اللاعب الدمج بين أكثر من مهارة في آن واحد ، كما يتطلب إخفاء النية عن كيفية الأداء .

### - إتجاه و مسار و سرعة و قوة و مستوى الكرة :

أما اتجاه الكرة سواء كان أمامي أو جانبي ، فيفرض على اللاعب اتخاذ أوضاع معينة للجسم ، حيث يحتم هذا الوضع أسلوبًا معينًا في الأداء . بينما المسار فله حساسيته الخاصة حسب نوعه سواء كان مستقيماً ، ملتويًا أو لولبيًا . في حين تتطلب سرعة و قوة الكرة استخدام الجزء المناسب من الجسم الذي يتلاءم معها ، فالكرات القوية ذات الارتداد القوي تتطلب أسطح أكبر عند الاستلام ، كباطن القدم

1- إبراهيم شعلان ، محمد عفيفي ، كرة القدم للناشئين ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، 2001 ، ص 16 .

2- إبراهيم شعلان ، محمد عفيفي ، نفس المرجع ، ص 22 .

أو الصدر مثلا ، عكس الكرات الضعيفة ، التي تتطلب أسطحا صغيرة كالوجه الأمامي للقدم .  
أما مستوى الكرة ، أرضي كان أو عالي أو نصف عالي ، فيؤثر على الأداء ليجعله من الثبات أو من الحركة أو من الوثب لأعلى في الهواء ، كما يؤثر على مدى حركة الرجل و القدم و الصدر و الرأس .(1)

### 3- المهارات الأساسية في كرة القدم :

إن إتقان المهارات الأساسية هو السر لتحقيق أعلى المستويات في النشاط الرياضي الممارس ، ولا شك أن لعبة كرة القدم تعد من أكثر الألعاب غنا بالمهارات الأساسية الشيء الذي ميزها عن باقي الرياضات وجعلها في الطليعة من حيث الشعبية والإستعراض . وهو وما دفع الكثير من الخبراء إلى الاجتهاد في تحديد وتصنيف كل المهارات الخاصة بها .

#### 3-1- لماذا سميت بالمهارات الأساسية :

الألعاب الرياضية غالبا ما تستخدم مصطلح المهارات الأساسية أو أحيانا تسمى المهارات الفنية أو التكنيك للإشارة إلى بعض مظاهر الإنجاز الحركي التي تظهر عند اللاعب في مراحل النضج البدني المبكرة مثل الحبو، المشي ، الدرجة ، الوثب ، وغيرها من الحركات التي ترتبط ببعض مظاهر النضج البدني في مرحله الأولى ولأن هذه الأنماط الحركية تظهر عند الإنسان في شكل أولي لذا يطلق عليها اسم المهارات الحركية الأساسية .(2)

#### 3-2- مفهوم المهارات الأساسية :

يتفق كل من أشرف جابر وصبري العدوي (3) ، حنفي مختار (4) ، محمد عبده ومفتي إبراهيم (5) . على أن المهارات الأساسية في كرة القدم تعني كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدون كرة .

إن الهدف من تعلم 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 قادرا على تنفيذ الخطط الدفاعية والهجومية بكفاءة وإيجابية ، وعندما يصل اللاعب إلى مرحلة أداء جميع المهارات الأساسية للعبة بدقة وإتقان يمكن أن يعتمد عليه في التعاون مع أعضاء الفريق في تنفيذ الواجبات ، وتطبيق الخطة المعتمدة . فالمهارات الأساسية هي القاعدة العامة في لعبة كرة القدم فيدونها لا يتمكن اللاعب من تنفيذ الخطط والقيام بواجباته كما هو مطلوب منه ، والوصول إلى إتقان هذه المهارات يتطلب عمل طويل قد يستمر لسنوات خاصة للمبتدئين الصغار .

1- إبراهيم شعلان ، محمد عفيفي ، مرجع سابق ، ص 22 .  
2- غازي صالح محمود ، هاشم ياسر حسن ، كرة القدم التدريب المهاري ، ط1 ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان ، 2013 ، ص 14 .  
3- أشرف جابر ، صبري العدوي ، كرة القدم ، مطبعة كلية التربية الرياضية للبنين ، حلوان ، مصر ، 1996 ، ص 7 .  
4- حنفي محمود مختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1994 ، ص 71 .  
5- محمد عبده ، مفتي إبراهيم ، الإعداد المتكامل للاعب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1984 ، ص 27 .

ومما سبق فإننا نعتبر المهارات الأساسية هي تلك الحركات التي يؤديها اللاعب سواء كانت بالكرة أو بدونها بهدف مزاولتها وتعلمها حتى يتوصل اللاعب إلى إتقان المهارة بشكلها الصحيح والسليم والذي يساعد اللاعب على تنفيذ خطط اللعب المختلفة الهجومية والدفاعية بإيجابية وفعالية والتعاون مع أعضاء الفريق لتحقيق الفوز في المباراة .

### 3-3- بعض التصنيفات لمهارات كرة القدم :

فيما يلي سنعرض مختلف هذه التصنيفات بالتفصيل حسب ( أشرف جابر و صبري العدوي ) : (1)

#### - تصنيف حنفي محمود :

قسم هذا الباحث المهارات في كرة القدم على النحو التالي :

- مهارات حارس المرمى .
- ضرب الكرة بالقدم .
- السيطرة على الكرة .
- الجري بالكرة .
- المهاجمة .
- رمية التماس .
- ضرب الكرة بالرأس .
- المراوغ .

#### - تقسيم تريمبي :

وهو نفس التقسيم السابق غير أن تريمبي اعتبر أن مهارات حارس المرمى والمراوغ تدخل ضمن مهارات السيطرة على الكرة .

#### - تصنيف Geary B 1977 :

يشمل هذا التصنيف بالإضافة للمهارات الواردة في التصنيفين السابقين ، مهارة التمرير بأنواعها .

#### - تصنيف بطرس رزق الله 1981 :

يشمل هذا التصنيف ثلاث مجموعات كبرى هي:

- أ- مهارات دفاعية : مهارات حارس المرمى ، المهاجمة .
- ب - مهارات هجومية : الجري بالكرة ، المراوغ ، السيطرة  
ضرب الكرة بالقدم ، ضرب الكرة بالرأس .
- ج - مهارات بدون كرة : الجري بأنواعه ، الوثب من الحركة  
الوثب على قدم واحدة ، الوثب على قدمين مع التوقف والدوران .

### 3-4- أقسام المهارات الأساسية في كرة القدم :

سوف نعتد تحت هذا العنوان على تصنيف المهارات الأساسية حسب وجود و غياب الكرة على النحو التالي :

#### - المهارات الأساسية بدون كرة :

يُصطلح عليها بالمهارات البدنية ، وهي جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب أثناء المباراة في إطار اللعبة دون استعمال الكرة . ويكثر استخدامها في المباراة الواحدة مقارنة بالمهارات بالكرة ، حيث أكدت الدراسات أن الوقت الذي يلمس فيه اللاعب الكرة خلال المباراة الواحدة لا يزيد على الدقيقتين (02) أما بقية الوقت وهو حوالي (87 - 88) يتحرك فيه اللاعب بدون كرة .<sup>(1)</sup>

وتضم المهارات الأساسية بدون كرة في كرة القدم المهارات التالية :

### الجري وتغيير الإتجاه :

كرة القدم لعبة جماعية سريعة الإقطاع وتمتاز بالتحول السريع من الدفاع إلى الهجوم والعكس طوال زمن المباراة وهذا الأمر يستدعي من اللاعبين إجادة الجري والتدريب عليه ، والجري بدون كرة للاعب كرة القدم يكون بخطوات قصيرة لكي يحتفظ بتوازنه باستمرار والتحكم في الكرة مع القدرة على تغيير الاتجاه بسهولة ، وتختلف المسافة التي يتحرك فيها اللاعب بالجري بدون كرة سواء الجري بأقصى سرعة أو بسرعة متوسطة لمسافات تتراوح ما بين 5 - 30م ويكون غالبا هذا التحرك لتلك المسافة بغرض اللحاق بالكرة والوصول إليها قبل أن تصبغ في متناول الخصم .

### الوثب :

أصبح ضرب الكرة بالرأس في كرة القدم الحديثة عاملا مهما جدا كمهارة مؤثرة في نتائج المباريات ، ويتطلب ذلك حسن ومقدرة اللاعب على أداء هذه المهارة بالإتقان والكمال المطلوب إلى قدرته على الوثب بالطريقة السليمة للوصول إلى أقصى ارتفاع ممكن .

" وهذه المهارة تحتاج إلى توفر قوة الإرتقاء للاعب كرة القدم مع التوقيت السليم ، والهبوط المناسب ويكون ذلك الارتقاء إما برجل واحدة أو بالرجلين معا مع ملاحظة عدم رفع الرجل الحرة أثناء الارتقاء والوثب الأعلى حتى لا يقع اللاعب في خطأ قانوني خاصة إذا كان قريبا من اللاعب المنافس " .<sup>(2)</sup>

### مهارة الخداع والتمويه :

تتم أهمية هذه المهارة في كونها تمكن اللاعب من التكيف بسرعة مع متغيرات اللعب المختلفة والتعامل معها بصورة ناجحة مع إيجاد الحلول المناسبة والفعالة ، ويكون الخداع والتمويه بالخدع أو الرجلين بتغيير سرعة واتجاه الجري أو خطوة جانبية ثم التحويل إلى الجهة الأخرى . وتتطلب هذه المهارات في أدائها الرشاقة والمرونة والتوافق العصبي عضلي .

### - المهارات الأساسية بالكرة :

تتمثل في الحركات التي يقوم بها اللاعب بالكرة خلال المباراة وتشمل كل طرق التعامل مع الكرة وتضم ما يلي :

1- حنفي محمود مختار، مرجع سابق ، ص 74 .  
2- حسن السيد أبو عبده ، الإعداد المهاري للاعب كرة القدم ، ط 1 ، مكتبة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، مصر ، 2002 ، ص 27 .

**- مهارة ضرب الكرة بالقدم :**

تستخدم هذه المهارة للتمرير والمناولة بين أعضاء الفريق ، إما أن تكون صغيرة ، متوسطة أو طويلة . كما تستعمل في التصويب باتجاه الهدف بغرض التسجيل أو لإبعاد الكرة من أمام المرمى من طرف المدافع .

تشارك في ضرب الكرة كل أعضاء الجسم ، حيث تنتقل القوة الكامنة في عضلاته إلى القدم عن طريق ( الساق الضاربة ) . (1)

و يمر أداء مهارة ضرب الكرة بأربعة مراحل هي :  
أ- الاقتراب .

ب - أخذ وضع التصويب (وضع القدم الثابتة) ثم المرجحة (مرجحة الرجل الضاربة) .  
ج - الضرب مع المتابعة .

وتنفذ هذه المهارة بجميع أنحاء القدم فنجد :

**✓ الطرق الشائعة :**

- بباطن القدم .

- بوجه القدم الخارجي .

- بوجه القدم الداخلي .

- كعب القدم .

**✓ الطرق الغير شائعة الاستعمال :**

- أسفل القدم .

- بالركبة .

- رأس القدم .

**- مهارة ضرب الكرة بالرأس :**

يعتبر الرأس القدم الثالثة في هذه اللعبة ، حيث يستعمل في ضرب الكرات العالية التي تعجز القدم الوصول إليها من أجل التمرير بين أعضاء الفريق أو الضرب صوب المرمى ، أو إخراج الكرة من المنطقة ، حيث يتم أداءها بالاتصال بالأرض أو في الهواء وهي ضرورية لكل من المدافع والمهاجم معا .

**- مهارة السيطرة على الكرة :**

هي تحكم اللاعب في الكرة سواء كانت أرضية، عالية أو نصف عالية في إطار قانون اللعبة (2) . وتتطلب توقيتاً دقيقاً وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة ، حيث يتم تنفيذها من الحركة أو من السكون بسرعة كبيرة حتى يتم تأمينها من الخصم والتصرف فيها بالطريقة المناسبة (3) .

1- تامر محسن ، واثق ناجي ، كرة القدم وعناصرها الأساسية ، مطبعة بغداد ، العراق ، 1989 ، ص 41 .

2- حنفي محمود مختار، مرجع سابق ، ص 85 .

3- بطرس رزق الله ، متطلبات لاعب كرة القدم البدنية و المهارية ، مطبعة الإسكندرية ، مصر ، 1992 ص 187 .



وأصبحت هذه المهارة من المتطلبات الأساسية في كرة القدم الحديثة التي تعتمد على اللعب بسرعة خاصة تلك التي تؤدي في حالة حركة وباستخدام جميع أنحاء الجسم .

وتتخذ هذه المهارة أشكالاً متعددة باختلاف نوع العضو المنفذ وطريقة الأداء ، وهي :

#### أ- إستلام الكرة :

يتم استلام الكرة بإضعاف وإخماد سرعتها وقوتها . ويستخدم اللاعب في أداءها :

- باطن القدم .

- وجه القدم الأمامي .

- الوجه الخارجي للقدم .

\*الاستلام بباطن القدم :

يستعمل هذا النوع في الكرات العالية أو الأرضية وتعتبر أكثر ضماناً لكبر المساحة المستخدمة.

\*إستلام الكرة بوجه القدم الأمامي :

يناسب هذا النوع كل الكرات المنخفضة الساقطة تحت مستوى الركبة . ويتطلب مستوى عالي للصفات

التنسيقية ، إذ يستدعي عمل أكثر للمحلات البصرية ومحل (kinèsthésique) ، من أجل تقدير

المسافة وأخذ المكان المناسب للاستلام .

\*استلام الكرة بخارج القدم :

يستعمل الوجه الخارجي للقدم في استلام الكرات الأرضية الجانبية فقط .

#### ب - إمتصاص الكرة :

هو إخضاع الكرات العالية تحت سيطرة اللاعب بامتصاص سرعتها . وتتم بالأجزاء التالية :

- الوجه الأمامي للقدم .

- باطن القدم .

- أعلى القدم .

- الرأس .

- الصدر .

#### ج - كتم الكرة :

تستعمل فيها الأرض كعامل مساعد للسيطرة على الكرة وتؤدي بـ :

- باطن القدم .

- خارج القدم .

- أسفل القدم .

**- مهارة الجري بالكرة :**

تعتمد هذه المهارة على سرعة اللاعب و على شخصيته وفرديته ، وتتطلب قدرات فنية عالية حيث يستحسن تدريبها في سن مبكرة وتتضمن :

- الجري بالكرة باستخدام الوجه الخارجي للقدم .
- الجري بالكرة باستخدام الوجه الداخلي للقدم .
- الجري بالكرة باستخدام الوجه الأمامي للقدم .

**- مهارة المراوغة :**

هي فن التخلص من الخصم وخداعه مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدما بعض حركات الخداع التي يؤديها إما بجذعه أو بقدميه ، وهي سلاح اللاعب وعامل أساسي في تنفيذ الخطط الهجومية الفردية والجماعية .

وفي كرة القدم الحديثة تعتبر مهارة المراوغة أقل أهمية من مهارات التمرير والسيطرة على الكرة لأنها غالبا أقل بطئ ، وتأثر في اكتساب مساحة خالية من مهارة التمرير التي تتصف بالسرعة والدقة ، وبالرغم من ذلك فإنه يوجد كثير من مواقف اللعب التي تسمح للاعب المستحوذ على الكرة أن يؤدي مهارة التمرير بحرية نتيجة الدفاع الضاغظ من الخصم في مساحات صغيرة أو استخدام الفريق المنافس لمصيدة التسلل كخطة دفاعية ويصبح الحل الأمثل لاكتساب مساحة جديدة والتغلب على المواقف السابقة هو إجادة اللاعب للمراوغة .

ومن أهم صفات وشروط المراوغة الناجحة ما يلي :

- اختيار الطريقة المناسبة للموقف اللعبي والتي غالبا لا يتوقعها المنافس .
- قدرة اللاعب المهاجم على إقناع الخصم المدافع بتحريك خادع .
- أن تتصف المراوغة بعنصر المفاجأة .
- قدرة اللاعب المهاجم على تغيير أوضاع جسمه بسرعة ورشاقة .
- قدرة اللاعب المهاجم على استخدام أكثر من نوع وطريقة للمراوغة حتى لا ينجح خصمه المدافع في توقع نوع المراوغة التي يقوم بتنفيذها المهاجم .
- قدرة اللاعب المهاجم على تغيير سرعة ريثم الأداء .
- تمتع اللاعب بحسن استخدام التوقيت السليم للقيام بعملية المراوغة أمام الخصم .

وهناك عدة طرق للمراوغة هي :

- المراوغة من الأمام .
- المراوغة من الجانب .

• المراوغة من الخلف .

### - مهارة المهاجمة (القطع) :

هي القدرة على أخذ وانتزاع الكرة من الخصم أو قطعها . وتعتبر سلاحا للمدافع ضد المهاجم . وتتطلب قوة الشخصية ، الجرأة ، التصميم ، قدرة التركيز ، القدرة على التوقع السليم ، التوازن والرشاقة . تنفذ هذه المهارة بالطرق التالية :

- المهاجمة من الجانب .

- المهاجمة من الأمام .

- المهاجمة بالزحلق من الجانب ، الخلف والأمام .

- المكافئة .

- المهاجمة من الخلف .

### - رمية التماس :

"يستأنف بها اللعب عند تجاوز الكرة بكاملها خط التماس سواء كان ذلك على الأرض أم في الهواء ، ويمكن أن ترمى إلى أي اتجاه، من النقطة التي خرجت فيها عن الخط ، ويجب على اللاعب أن يستعمل كلتا يديه وأن يواجه الملعب في لحظة رمي الكرة ، وأن يكون جزء من القدم إما على خط التماس أو خارجه وأن يرمي الكرة من فوق رأسه . " (1)

وتعتبر رمية التماس من المهارات الأساسية التي يجب أن يجيدها اللاعب حتى يتمكن من استغلال قدرته في رمي الكرة إلى أبعد مسافة ممكنة للعمل على نجاح خطة فريقه في اللعب وأصبحت اليوم رمية التماس من المهارات التي يستعملها الفريق للهجوم المباغت لأن تمرير الكرة من التماس للاعب في وضعية التسلل يسمح به القانون .

### - حراسة المرمى :

يعتبر حارس المرمى آخر مدافع و أول مهاجم فهو الذي يسمح له القانون باستعمال يديه في مسك الكرة أو صدها في حدود منطقة العمليات .

ويجب أن تتوفر في حارس المرمى مهارات نفسية ولياقة بدنية بمستوى عال حيث يتعين عليه توجيه زملاءه في حالة الدفاع أو الهجوم ومنع الكرات من الدخول إلى المرمى باستعمال مهارات مسك الكرات الأرضية ، العالية أو السريعة والقوية ومهارة ضرب الكرة باليد أو تحويلها إلى الجانب أو إلى الأعلى بالإضافة إلى ضرب الكرة بالقدم .

**3-5- مراحل تعليم المهارات الأساسية:**

تعليم المهارة الأساسية لا يتم بين يوم وليلة وإنما تستمر عملية التدريب على المهارات زمنا طويلا قد يصل إلى سنتين حتى يصل اللاعب إلى الإتقان الكامل المطلوب لذلك يجب على مدرس التربية الرياضية والمدرّب أن يعلموا أن تعلم المهارات الحركية يمر بثلاث مراحل متداخلة قبل أن تصل مهارة اللاعب إلى الدقة والكمال في الأداء :

- مرحلة التوافق البدائي أو الاولى .

- مرحلة التوافق الجيد .

- مرحلة تثبيت واتفاق المهارات.

**• مرحلة التوافق الاولى :**

عند تعلم اللاعب مهارة حركية جديدة نجد أن حركته ليست سليمة الأداء تماما إذ أنه يدخل عليها حركات بأجزاء مختلفة من جسمه لا ضرورة لها ، ويعني هذا أن تكون الحركة غير اقتصادية في المجهود كما هو مطلوب ، كما أن انسياب الحركة لا يكون سلسا ، بل بها تشنجات عضلية ، وتكون الحركة متقطعة ، لذلك يكون واجب المدرّب في هذه المرحلة القيام بالخطوات التالية :

- عمل نموذج للحركة وإن أمكن استخدام الصور والأفلام السينمائية .

- الشرح باللفظ بطريقة سهلة مبسطة وشاملة للمهارة ، بحيث يستوعب اللاعبون الشرح وذلك خلال

عمل النموذج للحركة (1)

- يقوم اللاعب بأداء المهارة ، ومن خلال تكرار الأداء يبدأ اللاعب في الإحساس بالحركة ويزداد توافقه العضلي العصبي ، وأثناء أداء اللاعبين للمهارة يقوم المدرّب بإصلاح الخطأ وشرح الطريقة الصحيحة في أداء المهارة .

**• مرحلة التوافق الجيد :**

مع تكرار أداء اللاعب للمهارة والربط بين طريقتي الفهم والمحاولة وحذف الخطأ في التعليم ، يقوم اللاعب بالارتقاء بمستوى أدائه حتى يصل إلى اكتساب المقدرة والدقة في أداء الحركة ، وهنا يجب على المدرّب أن يوجه اللاعب دائما إلى الطريقة الصحيحة لأداء المهارة وشرح دقائقها وإصلاح الأخطاء باستمرار .

**• مرحلة تثبيت المهارة :**

لا يكفي أن يصل اللاعب إلى التوافق الجيد فيستطيع أن يؤدي المهارة بدقة ولكن لا بد له أن يصل بهذه

الدقة إلى الدرجة التي يصبح فيها قادرا على أداء المهارة بدقة في أي لحظة من المباراة وتحت أي ظرف من ظروفها ، أي يصل إلى أن يصبح هذا الأداء أليا متقنا بدون تفكير ، وعندئذ ينحصر تفكيره فقط في أن تكون المهارة وسيلة لتنفيذها ناحية خطية معينة ، ولكي يصل اللاعب إلى هذه المرحلة يتمرن على المهارة تحت ظروف تقرب من ظروف المباراة وبذلك تثبت المهارة ويصل اللاعب إلى مستوى من الأداء الدقيق المتقن .

#### 4- أسس وضع برامج الإعداد المهاري والفني للناشئين :

تعد البرمجة إحدى وسائل التخطيط الهامة والتي يمكن عن طريقها تحقيق الأهداف المرحلية والفرعية لمجالات الخطة السنوية التدريبية وعند وضع تلك البرامج لابد من إتباع العديد من الأسس والمبادئ لضمان نجاحها في تطوير وتنمية الأداء المهاري للناشئين ومن أهم تلك المبادئ والأسس مايلي : (1)

- ✓ أن تبدأ العمل التدريبي بأداء المهارات الأساسية والتأكد من إتقانها دون مؤثرات خارجية على طريقة الأداء ويتم التركيز على العناصر الفنية الصحيحة من خلال العمل الحر وتقديم النموذج الجيد .

- ✓ أن تدرج فيما تتضمنه من تمارين لتطوير الأداء المهاري في درجة الصعوبة ، حيث العمل مع الزميل ثم من زيادة المسافات ، ومع زيادة السرعة والقوة فالأداء من خلال الأدوات والأجهزة ... وهكذا .

- ✓ أن تشمل على مرحلة الأداء الفني لمهارات اللعبة أي بإدخال العوامل المؤثرة وظروف مواقف اللعب على تشكيل وبناء التمارين بالبرنامج .

- ✓ أن يتلائم محتوى البرنامج مع خصائص مرحلة النمو للناشئين من حيث درجة نمو الأجهزة الحيوية والفسولوجية والعضوية بالجسم ، وكذا الجهاز العصبي المركزي ، وأيضا النمو الإدراكي والذهني والعقلي للاعبين بالإضافة إلى الخصائص النفسية وأهمها مرحلة المراهقة وما تتطلبه من أساليب خاصة للتعامل وما يتميز به الناشئ من حب إثبات الذات .

- ✓ سهولة وتوفير الإمكانيات والأدوات المستخدمة والمساعدة في تعلم وأداء المهارات الأساسية بمختلف أنواعها ، وكذا بما يوفر ظروف ومواقف الأداء الفني المهاري .
- ✓ مرونة البرنامج وقبوله للتطبيق العملي وأيضا تعديل محتوياته بما يلائم ما يستجد من مواقف وبما لا يخل بتحقيق أهدافه .

- ✓ ضرورة ارتباط الأداء المهاري للتمارين بالبرنامج بالحركات الأساسية وعناصر الكفاءة الحركية (السرعة ، الرشاقة ، القدرة ، الدقة ، التوافق ، التوازن) وإطالة ومطاطية العضلات ومرونة المفاصل ، وهي تلعب دورا هاما في ارتفاع مستوى الأداء المهاري لدى الناشئين حيث

أن إعداد التدريبات المهارية بأسلوب لا يتضمن تلك العناصر ويؤدي بالضرورة إلى أداء مهاري بطيء وثبات غير قابل للتطوير والتحسين .

✓ أن يحتوي البرنامج على تمرينات تحسين نوعية الحركة (السرعة + الدقة) في الأداء من خلال أداء متنوع ومختلف ومتعدد كالتنوع في أشكال وأوضاع التمرين الواحد .

✓ مراعاة تطبيق الأسس العلمية والتطبيقية لعملية التدريب عند بناء التمرينات التي يتضمنها البرنامج كمبدأ التكرار والدوام وتبادل العمل بين الجهد والراحة المناسبة وعدد مرات التدريب من ( 4-5 أيام في الاسبوع ) .

✓ التركيز على احتواء البرنامج لكل متطلبات اللعب الحديث (التكامل والشمول) كالأداء الجماعي والمركب ومن خلال مواقف ومساحات مختلفة ، وكذا اتخاذ القرار الملائم لاستخدام المهارة وفي الموقف والتوقيت المناسب .

### 5- إرشادات عامة هامة تراعى في الإعداد المهاري :

- 1- يجب العمل على اكتشاف الأسباب التي ينتج عنها الأداء المهاري الخاطئ للعمل على تفاديها وتصحيحها .
- 2- إن انتظام وحدات التدريب وانتظام اللاعب فيها يوفر عنصراً هاماً وفعالاً في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري .
- 3- إن تخصيص فترات للعب كجانب تطبيقي أمر هام جداً يسهم في الارتقاء بمستوى الأداء المهاري .
- 4- يجب توضيح النقاط الفنية الخاصة بالمهارة أو جزئياتها للاعبين بكل دقة .
- 5- يجب تحديد عدد مرات تكرار أداء المهارة بدقة في كل تمرين مستخدم وكذلك تكرارها في الوحدات التدريبية التالية ، وأن يتناسب هذا العدد مع المراحل السنوية للاعبين ومستوى أدائهم وأيضاً مع درجة صعوبة التمرين وكذلك تراعى فترات الراحة .
- 6- يجب أن يتناسب محتوى التمرين مع أهمية المهارة ذاتها .
- 7- يجب أن يتم بناء التمرين الذي سيؤديه اللاعب لتنمية المهارات الأساسية بحيث يكون محتواه وسرعته ودرجة قوته متناسب مع ما يمكن أن ينفذه اللاعب في المباراة .
- 8- يجب مراعاة الفروق الفردية في المستوى وتنظيم مجموعات أداء الفريق بما يتناسب مع هذا العنصر ، حيث يكون تطوير المهارة لدى اللاعبين لأعلى مستوى من خلال تمرينات متناسب مع مستواهم من حيث درجة القوة والصعوبة وأهداف التمرين.....إلخ .
- 9- ضرورة العناية بتدريب القدم غير المستخدمة كثيراً ( اليسرى عند أغلب اللاعبين ) وتخصيص وحدة تدريب أسبوعياً على الأقل لتنمية أداء هذه القدم في المراحل الأولية للناشئين .

- 10- يجب التنوع في اختيار التمرينات من بين التمرينات ذات المهارة الواحدة المركبة سواء كانت مركبة من المهارات الأساسية بعضها مع بعض أو المهارات وعناصر اللياقة البدنية . ويجب أن تتنوع من حيث أداء اللاعب وحده ولاعبين ثلاثة وجماعة وهكذا .
- 11- بالنسبة للفرق التي تشترك في مسابقات يفضل أن يكون عدد مرات التدريب على المهارات خلال الأسبوع يزيد عن ثلاث .
- 12- يجب مراعاة عنصر التشويق في اختيار التمرين المهاري . كأن تستخدم المنافسات أو الألعاب الصغيرة واستخدام نظام الحوافز البسيطة غير المادية .
- 13- يجب استخدام الإحماء للمهارة المتعلمة أو التدريب عليها .
- 14- يجب ان يكون تعليم مهارة جديدة ( المرحلة الأولى من مراحل الإعداد المهاري ) في الثلث الأول من وحدة التدريب اليومية .

## خلاصة :

ما يمكن استخلاصه من هذا العرض ، هو أن المهارة هي ركن أساسي في حياة الفرد . إذ تعد الوسيلة الأساسية لممارسة أي نشاط سواء كان يومي أو أداء واجب أو عمل أو نشاط رياضي . وفي كرة القدم ، تتميز المهارة بالتنوع والتعدد ، لكبر مساحة اللعب ، كثرة اللاعبين وتنوع أنحاء الجسم المنفذة لها . ومن خلال أداءها ، فإنها تشكل المعيار الخاص الذي يمكن ملاحظته ، وقياس قدرة الرياضي فيه ، حيث تساعد في وضع معايير و مواصفات اللاعب المناسب ، وتسهل عملية اختيار وانتقاء اللاعبين و قياس قدراتهم في هذه اللعبة .

و يحتاج الأداء الناجح للمهارة في كرة القدم إلى التركيز و سرعة رد الفعل والقدرة على بناء الهجمات واستخدام المهارات في نطاق المواقف المتغيرة والتي تتحكم فيها المساحة و موقع الزميل وضغط المنافسين . و يتضح من ذلك أن أداء المهارات لا بد وأن يقترن بقدرة اللاعب على تحديد مواقع زملاء من مكانه ويستخدم الأسلوب الأمثل لتنفيذ المهارة وفق المواقف و بالسرعة الملائمة .



# الفصل الثاني

**تمهيد :**

تمثل فئة الناشئين الحلقة الثانية والوسطى في سلسلة قطاعات التدريب ، حيث تسبقها فئة البراعم والمبتدئين وتليها فئة الأكابر، و تشكل العمود الفقري للوصول إلى المستويات العليا في الأداء بالنسبة للفئة التي تليها . و هي أيضا حلقة تطور البناء عقب حلقة الأساس بالنسبة لفئة البراعم و المبتدئين . (1) و توازي هذه الفئة ، مرحلة المراهقة في التصنيف العلمي لمراحل النمو ، حيث تعد أهمها ، لما تحدثه من ثورة في الناشئ بكل مكوناته ، نتيجة للتغيرات (الجسمية ، النفسية ، الاجتماعية ، العقلية و الحركية) التي تشهدها .

فإذا كان أفراد هذه الفئة يظهرن مختلفين في النواحي الجسمية ، النفسية والوظيفية ، فإنهم يبديون جملة من الخصائص المشتركة ، التي تظهر خلال هذه الفترة من النمو ، و التي تعد الدراية بها من أهم شروط العمل مع هذه الفئة .

و لما كانت دراستنا تهتم بفئة الناشئين ، فقد ارتأينا أن نخصص هذا الفصل لتسليط الضوء على كل ما يتعلق بالمراهقة ، من خلال تطرقنا لظاهرة النمو و أسسها النظرية كخطوة أولى ، ثم لأهم خصائص النمو التي تميزها .

**1- تعريف فئة الأواسط وتحديدها :**

يصنف فريق كرة القدم إلى خمسة فئات وهي : الاصغر ، الأشبال ، الأواسط ، الآمال ، الأكاير والفئة الوسطى هي فئة الأواسط ، المحددة بالمرحلة العمرية الممتدة بين 17 - 19 سنة واللاعب في هذه الفئة يكون في فترة جد حاسمة وهامة في حياته كونها تدخل بين مرحلتي الطفولة المتأخرة وسن الرشد ، وتعتبر من أهم فترات تكوين الشخصية ، وثرء المعلومات ، ورفع القدرات ، وتطوير المستوى الرياضي ، إذا ما أخذنا بعين الاعتبار كل الحقائق الأساسية في كل جوانب هذه المرحلة العمرية ، ووظفناها في التعامل مع هذه الفئة . وهي توازي مرحلة المراهقة في التصنيف العلمي الذي يقوم على أساس التغيرات البنوية والوظيفية والنفسية . فما هي المراهقة ؟

**2- مفهوم المراهقة :**

يمر الإنسان بمرحلة مهمة في حياته هي مرحلة المراهقة وتعتبر هذه المرحلة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد في حياته حيث تشهد تغيرات كبيرة في مختلف جوانب نموه وتطوره. (1)  
من السهل تحديد بداية المراهقة ولكن من الصعب تحديد نهايتها ويرجع ذلك إلى أن بداية المراهقة تتحدد بالبلوغ الجنسي بينما تحدد نهايتها بالوصول إلى النضج في مظاهر النمو المختلفة. (2)

**- التعريف اللغوي للمراهقة :**

قد ورد في لسان العرب معان كثيرة لكلمة رهق ومنها راهق الغلام أي قارب البلوغ ، وترجع كلمة المراهق إلى الفعل " راهق " الذي يعني الاقتراب من الشيء . فراهق الغلام فهو مراهق أي قارب الاحتلام ، ورهقت الشيء رهقا أي قربت منه ، والمعنى هنا يسير إلى الاقتراب من النضج والرشد. (3)

**- التعريف الاصطلاحي للمراهقة :**

مصطلح المراهقة (Adolescence) مشتق من الكلمة اللاتينية (Adolescere) ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي . ويستخدم علماء النفس مصطلح المراهقة ليشير إلى معاني كثيرة .

فيرى بعضهم أن كلمة المراهقة تعني التحول نحو النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي . وعبر بياجيه عن فكرة المراهقة بقوله أنها تعني العمر الذي يندمج فيه الفرد مع عالم الكبار . والعمر الذي لم يعد فيه الطفل يشعر انه اقل ممن هم اكبر منه سنا . بل هو مساو لهم في الحقوق على الأقل. (4)

المراهقة كما يراها كولبرج : يعتقد كولبرج أن امتلاك المراهق لقدرات معرفية عالية تسمح

1- صالح محمد ابو جادو ، علم النفس التطوري - الطفولة والمراهقة - ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، ط 3 ، الاردن ، 2011 ، ص 405 .

2- صلاح الدين العمرية ، علم النفس النمو ، مكتبة المجتمع العربي ، ط 1 ، الاردن ، 2011 ، ص 187 .

3- صالح محمد ابو جادو ، نفس المرجع ، ص 406 .

4- سامي محمد ملحم ، علم نفس النمو - دورة حياة الانسان - ، دار الفكر ناشرون وموزعون ، ط 1 ، الاردن ، 2004 ، ص 341 .

له بأن يتصرف وفقاً لمستويات عالية من تطور الحكم الأخلاقي لديه "مرحلة الالتزام بالقانون". وبالرغم من أن كثير من المراهقين لا يصلون إلى هذه المرحلة. هناك علاقة إيجابية بين مستوى الحكم الأخلاقي والسلوك الاجتماعي.

المراهقة كما يراها إريكسون: يعتبر إريكسون أن تكوين الهوية الشخصية هو الناتج الإيجابي لمرحلة المراهقة وبالمثل فإن اضطرابات الدور أو إنفلاش الهوية، أو الفشل في الإجابة على أسئلة أساسية تتصل بالهوية هو الناتج السلبي لهذه المرحلة. (1)

### 3- مظاهر النمو عند الناشئين :

تميز هذه الفئة بجملة من التغيرات الخاصة (البنوية، الوظيفية، النفسية، الاجتماعية والعقلية)، التي تحدث نتيجة لتفاعل عدة عوامل ومؤثرات، تظهر على الطفل خاصة من الناحية الفيزيولوجية، كما نسجل فيها وجود فروق فردية بين أبناء السن الواحدة، وفيها يتحول الطفل من كائن لاجنسي إلى كائن جنسي قادر على أن يحافظ على سلالته.

وتؤثر هذه التغيرات بشكل كبير على المراهق الذي يجد نفسه أمام مرحلة ليست كسابقتها، وعليه أن يعيشها بمشاكلها واضطراباتهما. وتبدو هذه التغيرات في المظاهر التالية :

#### - المظاهر الجسمية :

يعتبر النمو الجسمي أحد المظاهر التي تعطي المؤشرات والدلائل التي تسمح بتفسير بعض الحالات النفسية، والسلوكيات الاجتماعية والأداءات مهارية. وتبلغ سرعته أقصاها في السنتين الأوليتين للناشئ (14 - 16 سنة). لكنها لا تتخذ معدلاً واحداً في جميع جوانب الجسم، إذ يغلب عليها نقص الانتظام والتناظر في أجزاء الجسم المختلفة. (2)

وقد دلت الدراسات التي أجريت على المراهقين أن سرعة النمو الجسمي تتباطأ ما بين (16 - 18 سنة) و نلاحظ استعادة الناشئ لتناسق شكل جسمه. وتخضع درجة النمو الجسمي، كما أشرنا سابقاً لعدة مؤثرات تتمثل في الصفات الوراثية، التغذية، الغدد وكذلك الجنس. وتبدو مظاهر النمو الجسمي في هذه المرحلة في التغيرات التي تطرأ على النواحي المورفولوجية (الهيكلي العظمي، الجهاز العضلي)، وكذلك النواحي الفيزيولوجية التي تتجلى في النمو الغددي الوظيفي ونمو الأعضاء الداخلية ووظائفها المختلفة.

#### - المظاهر الفيزيولوجية :

من الناحية الفيزيولوجية يعتبر البلوغ الجنسي، أبرز التغيرات الحاصلة في هذه المرحلة كما أنه دليل على مرحلة المراهقة التي تبدأ بنمو الغدد التناسلية، وتلاحظ أهمية الغدة الكظرية خاصة القشرية بهرمونها، وظهور الغدة التيموسية. ويتأثر البلوغ الجنسي بعدة عوامل كحالة النشاط الغددي،

1- محمد عودة الريماوي، علم نفس النمو الطفولة والمراهقة، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط 1، الإدرن، 2003، ص 3433.

2- حامد عبد السلام زهران، علم نفس النمو، دار الفكر العربي، مصر، 1988، ص 337.

الحالة الصحية ، الاستعداد الفردي وبعض العوامل الأخرى كالتغذية (1) . كما تتغير وظائف كل جهاز من أجهزة الجسم . ففي بداية البلوغ (14 - 15 سنة) يتواصل نمو حجم عضلة القلب بشكل كبير و يفوق في جوهه سعة و حجم و قوة الشرايين . و تبلغ سعة مصب القلب سعة الشرايين ، ثم تتطور في مرحلة البلوغ ، و يزداد بذلك ضغط الدم من 8 ملل في بداية البلوغ ليصل إلى 115 ملل في نهاية المراهقة ، و يؤثر الضغط المرتفع على الناشئ ، حيث تبدو آثاره في حالات الإغماء والصداع و التوتر و القلق ، و هو عكس ما يظهر على الناشئ من حيوية و نشاط و تحمل التعب . كما تزداد سعة المعدة و يرتفع معدل الأيض ، الذي يستعمل في بناء الخلايا و الأنسجة ، حيث يصل إلى نسبة 20 - 30 % أكثر من معدل الأيض عند الراشد ، فتزداد بذلك حاجة الناشئ إلى الفيتامينات و الأملاح المعدنية ، و خاصة حاجته للبروتينات ، حتى تصل إلى 2.5 غ لكل كيلوغرام من وزن الجسم ، و هو ما يعادل نسبة حاجة الراشد الممارس للرياضة . كما يزداد معدل (التيستوستيرون) ، مما يزيد من قدرة المراهق اللاهوائية .

### - المظاهر الحركية :

يتفق معنى النمو الحركي عند المراهق إلى حد كبير مع المعنى العام للنمو من حيث كونه مجموعة من التغيرات المتتابعة التي تسير حسب أسلوب و نظام مترابط متكامل خلال حياة الإنسان ، ولكن وجه الاختلاف هو مدى التركيز على دراسة السلوك الحركي والعوامل المؤثرة فيه (2) . ويرتبط النمو الحركي بالنمو الاجتماعي فمن المهم بالنسبة للمراهق أن يشارك بمهارة في أوجه النشاط الجماعي ، و يتطلب ذلك إتقان المهارات الحركية ، يجب على المدربين و المربين مراعاة ما يلي :

- ✓ تنمية المهارات الحركية والاهتمام بالتربية الرياضية ، وتشجيع ممارسة الألعاب الرياضية التي تناسب معدل نمو و شخصية وميل المراهق ، وتؤدي إلى عادات جسمية حركية صحيحة .
- ✓ عدم دفع المراهقين غير المتكافئين في النمو الجسمي والحركي إلى التنافس رياضيا تجنبا للمشكلات النفسية .

- ✓ توجيه المراهقين إلى الاهتمام بأوجه النشاط الحركي . (3)

### - المظاهر الإنفعالية :

ويتضمن طبيعة الانفعال عند الإنسان ، والانفعالات الأولية له ، ومظاهر السلوك التعبيري عن الانفعالات ، ومراحل تكوينها ، وطرق توجيه هذه الانفعالات ، وطرق تصنيف الأفراد وفقا لحالاتهم الإنفعالية وأساليب الاستجابة لمواقف الحياة الإنفعالية . (4)

1- حامد عبد السلام زهران ، مرجع سابق ، ص 32 .  
 2- أسامة كامل راتب ، النمو الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 ، ص 38 .  
 3- كامل محمد عويضة ، علم النفس النمو ، ط 1 ، دار الكتب العلمية ، جدة ، 1984 ، ص 130 .  
 4- عبد الرحمان سيد سليمان ، نمو الانسان في الطفولة والمراهقة ، مكتبة زهران الشرق ، القاهرة ، 1998 ، ص 13 .

وتتميز انفعالات المراهق بالتذبذب والتقلب وعدم الاستمرار، فهي تتنوع بين سلوك الصغار وتصرفات الكبار، وقد يصل هذا التذبذب إلى التناقض بين الانفعالات، فالمراهق ينتقل من الشعور بالحب إلى الشعور بالكراهية، ومن الشجاعة إلى الخوف والارتباك ومن الحماس الزائد إلى اللامبالاة. (1)

ومن المظاهر الانفعالية ظهور الخجل والميل للانطواء والتمركز حول الذات وذلك يرجع إلى التغيرات الجسمية التي تحدث فجأة له، والتردد نتيجة لعدم ثقته بنفسه في بداية المرحلة ثم سرعان ما يزول هذا عندما يتكيف ويتأقلم مع التغيرات الجديدة التي تحدث له كما يكون خياله خصبا في هذه المرحلة، مما يسمح له بتحقيق رغباته والتي لا تجد متنفسا على أرض الواقع، ويساعده هذا على تخيل مستقبله.

ومن أهم مظاهر الحياة الانفعالية لدى المراهق نجد الخوف الذي يلاحظ في بعض المواقف عندما يتعرض للخطر، حيث يستجيب المراهق للخوف، ومواقف الخوف ذات الطبيعة الاجتماعية التي يدرك أنها تهدد مكانته الاجتماعية، ولكنه قد يعود إلى مستويات الطفولة إذا ما تعرض للضغط، وقد يصبر المراهق عن الخوف فيرتعد أو يستنجد أو يجري أو يهاجم أو يخفي خوفه في ثوب من الهدوء. (2)

ومما سبق فإن هذه الخصائص الانفعالية ذات تأثير على حياة المراهق الاجتماعية التي تحدث اضطرابات انفعالية تعيقه، وتؤثر على علاقته مع الأفراد المحيطين به.

#### - المظاهر العقلية والمعرفية :

تتمثل مظاهر النمو العقلي والمعرفي عند الناشئين، في اتساع مجال القدرات العقلية مع وضوح الذكاء العام والدقة في التعبير، وسرعة التحصيل، والقدرة اللفظية والعدية، وقدرة تعلم واكتساب المهارات والمعلومات. فيصبح الناشئ قادرا على تطبيق كل ما هو نظري ويصبح التعلم عنده منطقي لا آلي، فينموا إدراكه الحسي المباشر إلى المستوى المعنوي، وينمو لديه التذكر معتمدا على الفهم واستنتاج العلاقات، كما تزداد قدرته على التخيل المجرد المبني على الانتباه ويتجه من المحسوس إلى المجرد.

وفي هذه المرحلة تتجه القدرات العقلية إلى الاختلاف والتمايز، والتكيف مع البيئة، وهو ما يؤكد (فوائد بهي السيد) حيث يقول، "إن الحياة العقلية للمراهق تتطور تطورا ينحو بها نحو التمايز والتباين، توطئة لإعداد الفرد للتكيف الصحيح مع بيئته المتغيرة المعقدة، ولهذا تبدو أهمية المواهب أو القدرات الطائفية التي تؤكد الفروق العقلية الواسعة العريضة بين الأفراد المختلفين، وهكذا تكتسب حياة الفرد ألوانا عدة وخصبة، تساير في جوهرها تباين المستويات الواحدة في المجتمعات، وتساير حياة الفرد الحياة الإنسانية نفسها في تنظيمها العام، وفي تباينها وتفاوتها واختلافها وتنوعها وخصوبة ميادينها. (3)

1- فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997، ص 305.  
 2- حامد عبد السلام زهران، مرجع سابق، ص 384.  
 3- فؤاد البهي السيد، نفس المرجع، ص 205.

ومن مظاهر النمو العقلي عند الناشئ أيضا زيادة قدرته على الانتباه الأدائي ، حيث يصبح باستطاعته التفكير بعيدا عن الزمان والمكان المتواجد فيهما ، وهو دليل على نمو ملكة الخيال عنده ، والتي تتجسد في أحلام اليقظة ، التي يعيد من خلالها بناء أمنيته ومشاريعه التي هدمها الفشل والإحباط . كما تزداد القدرة على التذكر الذي يبينه على الفهم ، فالحركات التي يفهمها يسهل عليه إستيعابها وتطبيقها ، وتنمو عنده المفاهيم المعنوية كالخير ، الفضيلة والعدالة . وتزداد قدرته على إدراك الزمن والنقد .

ومنذ السن السادسة عشر ، يصبح المراهق قادرا على فهم المفاهيم المجردة ، كما يبدي اهتماما بالمستقبل بكل حرية وإدارة . فتتضح في هذه المرحلة ميوله العقلية ، ويبدي اهتماما بأوجه النشاطات المختلفة ، إذ تتأثر هذه الميول بمستوى ذكائه وبقدراته العقلية العاطفية ، وتنشأ في جوهرها من تمايز هذه القدرات . وللخبرات والاستثارة الذهنية التي يتلقاها الناشئ في أسرته منذ الطفولة ، دور فعال في تفجيرات البعض من ملكاته وتهذيبها وصفلها ، حيث أثبتت الدراسات النفسية أن 50% من المكتسبات الذهنية المتوفرة لدى المراهق في السابعة عشر من عمره ، تحصل في الأربعة سنوات الأولى ، وأن 30% منها تظهر فيما بين الرابعة و السابعة ، وأن 20% المتبقية تكتمل فيما بين السابعة والثامنة عشر ، كما بينت الأبحاث أن تأثيرات البيئة تبدو أكثر وضوحا في المراحل المبكرة التي تزداد فيها سرعة النمو العقلي .<sup>(1)</sup>

#### - المظاهر النفسية :

يؤدي النمو السريع في البلوغ إلى إحداث تغيرات نفسية في حياة الفرد ، فيختل اتران البالغ لاختلاف السرعة النسبية للنمو والسرعات الجزئية المصاحبة لها ، وهكذا يشعر بالارتباك ويميل سلوكه أحيانا إلى ما يشبه الشذوذ. ولهذا أطلق على هذه المرحلة أحيانا بالمرحلة السلبية ، وخاصة من الناحية النفسية ، فلا هو طفل ولا هو راشد ، بل مخلوق حائر بين عالمين .

وكنتيجة لما تقدم من تغيرات جسمية (داخلية وخارجية) ، وما يواجهه البالغ من تحديات في هذه المرحلة ، وما اكتسبه من المراحل السابقة ، فإنه يشعر بأنه لم يعد طفلا قاصرا ، فيميل إلى الاعتماد على نفسه والاستقلال عن الأسرة ، ويسعى إلى الثقة وتأكيد الذات ، كما يزيد اهتمامه بنفسه وبمظهره الخارجي ، ولا يكثر بما يدور حوله من حوادث ، ويظهر الغضب لأتفه الأسباب ، ويتفادى مشاركة الآخرين إهتماماته ، ومشاركته اهتماماتهم ، ونلاحظ عليه أيضا ابتعاده عن التصرفات الصبيانية التي أصبح يرى أنها لم تعد تناسبه .

و يعيش البالغ في هذه المرحلة حالات نفسية مضطربة ، كالخجل والشعور بالضعف والعزلة . وتنشأ لديه بعض المخاوف لشعوره بالضعف وعجزه تجاه متغيرات البيئة ، فيلجأ إلى الانطواء حول ذاته ، ويصبح يعيش في الخيال الذي يسهل عليه بلوغ أمنيته وتحقيق ما عجز عن تحقيقه في الواقع .

كما تتسم انفعالات البالغ في هذه المرحلة أحياناً ، بالعنف والتهور وعدم التناسب مع مثيراتها . وقد لا يستطيع المراهق التحكم فيها ولا في المظاهر الخارجية لها . فيظهر التذبذب الانفعالي والتناقض وثنائية المشاعر حول نفس الشخص أو الموقف ، حيث يرفض سيطرة الكبار ، وهو في نفس الوقت يحتاج إلى الإرشاد والتوجيه والأمان . كما تولد لديه حساسية شديدة للنقد خاصة فيما يتعلق بالتغيرات في الصوت والجسم .

ويعتبر القلق أهم الأنماط الانفعالية ظهوراً في هذه المرحلة . حيث يفتقد البالغ الشعور بالقلق لما يطرأ عليه من تغيرات جسمية عميقة ، أو بسبب الأسلوب المتبع من طرف الآباء ، الذي لا يتناسب مع سنه ووضعيته الجديدة ، أو لتكرار مواقف الإحباط ، أو لصعوبة السيطرة على انفعالاته وإشباع حاجاته بطريقة مقبولة اجتماعياً ، أو النظرة التشاؤمية للمستقبل ، أو التذبذب في اتخاذ القرارات ، أو عدم تحقيق ما يصبو إليه . وتحدد استجابات انفعالات القلق في شكل شعور البالغ بالإهمال والتهميش من طرف المجتمع ، أو في شكل تقلب المزاج ، أو كثرة الشكاوى والأعداء ، أو الانطواء وقلة التكم مع الناس . وهناك استجابات أخرى تصاحب القلق مثل الشعور بالصداع والضيق ، وعبوس الوجه والإحساس بالتعب والعياء . وفي بعض الحالات تتحول استجابات هذا الانفعال إلى اضطرابات سلوكية ، كالانغماس في المخدرات والعقاقير المهدئة والكحول ، أو الإفراط في النشاط الجنسي أو الاعتداء على الناس . ومن مظاهر التغيرات النفسية نسج الغضب والعدوانية ، اللذان يكونان كرد فعل المراهق لمضايقات ومواقف معيقة ، كالنقد الشديد من قبل الآباء ، السخرية من تصرفاته والحط من قيمته ، أو ضربه أو توبيخه أو مقارنته بأقرانه أو زملائه ، أو الاستيلاء بالقوة على ممتلكاته ، أو منعه من ممارسة هويته المفضلة ، أو التدخل في أموره الشخصية ، أو وجود إعاقة حسية أو مرض ، تحول دون قيامه بنشاط معين . كما قد يرجع سبب الغضب والعدوانية إلى فشله الدراسي ، أو إخفاقه في بعض الأنشطة الرياضية أو الفكرية ، فقد يعمد البالغ إلى تقنين غضبه وإخفائه أو التعبير عنه بطريقة مضللة . وقد يتجلى الغضب عنده بصورة مباشرة كما هو الحال في الضرب والصراخ ، وبصورة غير مباشرة كالممازحة والنميمة وغيرها من الأساليب اللغوية . وأحياناً يتردد البالغ في الإفصاح عن انفعالاته ويكتمها في نفسه خشية أن يثير نقد الناس ، ولو معهم ، فينطوي على ذاته ، ويذود بأحزانه وهمومه وهواجسه ، فيصبح حائر النفس ، ثقيل الظل يبتعد عن صحبة الناس ، وقد يسترسل من الواقع ، ويظل في غلوانه حتى تثوب إليه نفسه حينما يجد في هويته ما يملأ به فراغه ، ومن خلانه ورفاقه ما يخفف به آلام نفسه وكآبة شعوره . (1)

أما الخجل فينشأ في هذه المرحلة من شعور البالغ ، المرهق بالذات ، بالخوف أو عندما يخشى الموقف الراهن المحيط به ، ومحاولته لكف ومنع الاستجابات الاجتماعية العادية ، وقد يكون هروب من الواقع وتجنباً له . يتسبب هذا الشعور (الخجل) في عرقلة وإعاقة النمو النفسي الطبيعي في هذه المرحلة ،



عندما تزيد درجته ويصبح كثير الظهور في كل المواقف والمعاملات اليومية ، وهذا ما يسمى بالخجل الشاذ .

لكن و بمرور الزمن وتطور شخصية البالغ خاصة بعد 16 سنة ، فسرعان ما تتلاشى كل هذه الاضطرابات السلبية ويحل محلها التوازن النفسي والتحكم التدريجي في الانفعالات . حيث تتحسن علاقة الناشئ بأسرته وخاصة والديه ، ويصبح يقيّم الأشياء بأكثر واقعية .

### - المظاهر الإجتماعية :

في هذه المرحلة يشهد النمو الاجتماعي تغيرات كثيرة ، حيث يبدو المراهق إنسانا يرغب في أخذ مكانه في المجتمع ، كما يبدأ بإظهار الرغبة في الانضمام إلى الجماعات مما يؤمن له شعورا بالانتماء إلى المجتمع كإنسان ذا قيمة فعالة ، ويظهر الاهتمام بالمنظر الشخصي ، ونلاحظ النزعة إلى الاستقلال والانتقال من الاعتماد على الغير إلى الاعتماد على النفس وينمو الوعي الاجتماعي والمسؤولية الاجتماعية ، وتعتبر المنافسة من مظاهر العلاقات الاجتماعية ، حيث يعكف المراهق على مقارنة قدراته بقدرات الآخرين ، ويتأثر النمو الاجتماعي بمستوى الأسرة الاقتصادي ، وجماعة الرفاق والنضج الجسمي والفيزيولوجي والمجتمع والثقافة العامة . (1)

وتبدو مظاهر النمو الاجتماعي في هذه المرحلة ، في تألف الناشئ مع الآخرين أو نفوره منهم وعزفه عنهم ، فيكشف خلال تطوره الاجتماعي عن مظاهر مختلفة للتألف تظهر في ميله للجنس الآخر ، وكذا ثقته بنفسه وتأكيد ذاته ، و خضوعه للجماعة ، وفي اتساع ميدان تفاعله الاجتماعي ، وكذلك تظهر مظاهر أخرى كالنفور والتمرد عن الأسرة . و تؤكد جميع الظروف المحيطة بالمراهق حاجته إلى الجماعة ، حيث يستطيع أن يشبع فيها حاجته الاجتماعية ، وتؤدي بعض الظروف ، كفقدان الأمن في الأسرة والحاجة إلى الشعور بالانتماء إلى الجماعة ، ووحدة الهدف والتجانس في الخبرات ، ووحدة المعايير والقيم والألفة التي يمكن أن تقوم بسرعة بين الأفراد ، وكذا معرفة الأدوار في الجماعة وتحديدها ، كل هذه العوامل تؤدي إلى تماسك جماعة الرفاق من المراهقين إلى أقصى حد . (2)

والمرحلة التي يمر بها المراهق تجعله في بحث دائم عن تحديد ذاته وقيمه في إطار المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه ، حيث يود دائما أن يكون شخصا وأن تكون لديه مكانة دائمة ، ويبيد الحاجة إلى الانتماء إلى مجتمع ، والشعور بالطمأنينة والأمن والرضا والسعادة . وتبدأ هذه الرغبة بالمران والتدريب منذ الطفولة الأولى وتستمر على مدى الحياة . ونتيجة انتماءه إلى المجتمع ، فهو يرغب في التعبير عن ذاته ، ويظهر تمردا عنيفا إذا ما أعيقت هذه الرغبة من قبل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع .

1- توما جورج خوري ، سيكولوجية النمو عند الطفل المراهق ، ط1 ، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر ، لبنان ، 2000 ، ص 111 .

2- عماد الدين إسماعيل ، النمو في مرحلة المراهقة ، دار القلم ، لبنان ، 1982 ، ص 84 .

وما انضمامه إلى جماعة الأصحاب التي تشكل له بديلا للأسرة ، إلا متنفسا يجد فيه الراحة التنفسية ، فهي تفهمه أكثر من أسرته المنزلية ، ومعها يشعر بأنه لم يعد وحيدا في أية أزمة تعترضه . كما يود أيضا تحديد مكانته ضمن جماعة الراشدين التي يعيش فيها ، والابتعاد عن مرحلة الطفولة ، فيقوم ببعض السلوكات التي تميز الراشدين كالتدخين مثلا . وهذه المكانة التي يبحث عنها المراهق هي التي تحدد سلوكات الآخرين نحوه .

ولتحقيق نمو اجتماعي سليم يجب مراعاة ما يلي :

- ✓ الاهتمام بالتربية الاجتماعية في الأسرة والمجتمع والفرق الرياضية .
- ✓ الاهتمام بتعليم القيم والمعايير السلوكية السليمة .
- ✓ تشجيع التعاون مع أفراد الأسرة والمؤسسات الاجتماعية .
- ✓ إشراك المراهق في النشاطات الاجتماعية .
- ✓ ترك الحرية للمراهق في اختيار أصدقائه مع مراقبته وتوجيهه على حسن اختيارهم والتأكد من سلامة المعايير السائدة في جماعة الرفاق .
- ✓ تشجيع الميل إلى القيادة واستغلال ميول المراهق وتوجيهه نحو القيادات المدرسية المختلفة .
- ✓ المرونة في فهم المراهق ووجهات نظره . (1)

#### 4- حاجات المراهقين الأساسية :

يصاحب التغيرات التي تحدث مع البلوغ تغيرات في حاجة المراهقين . ولأول وهلة تبدو حاجات المراهقين قريبة من حاجات الراشدين . إلا أن المدقق يجد فرقا واضحا خاصة بمرحلة المراهقة . ولعلنا لا نبالغ إذا قلنا أن الحاجات والميول والرغبات تصل في مرحلة المراهقة إلى أقصى درجة من التعقيد . ويمكن تلخيص حاجات المراهق الأساسية فيما يلي :

##### - الحاجة إلى الأمن :

وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسمي والصحة الجسمية ، الحاجة إلى الشعور بالأمن الخارجي ، الحاجة إلى البقاء حيا ، الحاجة إلى تجنب الخطر والألم ، الحاجة إلى الاسترخاء والراحة ، الحاجة إلى الشفاء عند المرض ، الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة السعيدة ، الحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع ، الحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية .

**- الحاجة إلى المكانة :**

إن حاجة المراهق إلى مكانة هي من أهم حاجاته حسب " فاخر عاقل " . فالمراهق يريد أن تكون مكانته هامة في مجتمعه و أن يعترف به كشخص ذو قيمة . والمكانة التي يطلبها بين رفاقه أهم لديه من مكانته عند أبويه و معلميه . و من هنا كانت أهمية حرص المعلم على أن يعامله كما ينبغي . (1)

**- الحاجة إلى الحب والقبول :**

وتتضمن الحاجة إلى القبول الاجتماعي و الاصدقاء ، الحاجة إلى الشعبية و الشعور بالانتماء للجماعة ووحدة الهدف ، والتجانس في الخبرات ، والألفة التي يمكنها أن تقوم بسرعة بين الأفراد ، ومعرفة الأدوار في الجماعة و تحديدها . كل هذا يؤدي إلى تماسك جماعة الرفاق إلى أقصى حد . (2)

**- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار :**

وتتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك . الحاجة إلى اكتساب الخبرات الجديدة والتنوع ، وإشباع الذات عن طريق العمل ، الحاجة إلى النجاح والتقدم الدراسي ، الحاجة إلى التعبير عن النفس والسعي وراء الإثارة ، الحاجة إلى المعلومات ونمو القدرات ، وكذا الحاجة إلى التوجيه والإرشاد العلاجي والتربوي والمهني والأسري . (3)

**- الحاجة إلى الاستقلال :**

إن الطفل الصغير يعبر عن حاجته إلى الاستقلال حين يصر على أن يربط شريط حذائه . أما حين تبرز المراهقة فانه يكون لهذه الحاجة معنى متزايد الأهمية . إن المراهق يتوق إلى التخلص من قيود الأهل وإلى أن يصبح مسؤولاً عن نفسه . إنه يرغب في أن يحيا حياته . والمراهق حريص على أن لا يظهر تعلقه الشديد بأسرته واعتماده عليها ، وهو حريص كذلك على تحمل مسؤولياته التي تظهره بمظهر المستقل الذي يمكن الاعتماد عليه من حيث القدرة والنضج .

**- الحاجة إلى الانتماء :**

إن رغبة المراهق في الاستقلال المادي والعاطفي عن الأسرة ، مرتبطة برغبة في الانتماء إلى جماعات خارج إطار الأسرة ، والتي تتمثل في جماعة الأصدقاء سواء كانت جماعة منظمة أو غير منظمة ، وهذا نتيجة تفتح ميول المراهق واتساع دائرة اهتماماته . فالانتماء يعد عند المراهق فرصة للتحرر من السلطة الأبوية ، ويضمن له الانتماء الاجتماعي الذي يناسبه .

1- فاخر عاقل ، علم النفس التربوي ، ط1 ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1972 ، ص 118 .  
2- محمد عماد الدين إسماعيل ، النمو في مرحلة المراهقة ، دار القلم ، الكويت ، 1982 ، ص 84 .  
3- حامد عبد السلام زهران ، مرجع سابق ، ص 403 .

**- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات :**

وتتضمن الحاجة إلى النمو ، الحاجة إلى أن يصبح سويا وعاديا ، الحاجة إلى التغلب على العوائق والمعوقات ، الحاجة إلى العمل نحو هدف ، الحاجة إلى معارضته للآخرين ، الحاجة إلى معرفة الذات ، الحاجة إلى توجيه الذات .  
يؤدي إشباع حاجات المراهق إلى تحقيق الأمن النفسي له وبهذا المفهوم يمكن أن ننظر إلى الأخصائي النفسي في المدرسة على أنه ضابط الأمن النفسي . (1)

**- الحاجة للعطف والحنان :**

وتتمثل في شعور المراهق بأنه محبوب كفرد ، وأنه مرغوب فيه لذاته ، وأنه موضع حب واعتزاز ، وهذه الحاجة ناشئة إذن من حياة الأسرة العادية ، فهي التي تخلق الشعور بالحب عند المراهق ، ويتكون لديه ما يسمى بالأمان النفسي والعاطفي ، وهذا ضروري لانتظام حياة المراهق النفسية ، لذلك لا بد من إشباع هذه الحاجة عنده بكل ما يستطيع الوالدين حتى يحافظ على صحته النفسية ، وتتكون لديه روح التعاون والمحبة ، ولن يكون عدوانيا متخوفا من الآخرين . (2)

**5- مشاكل المراهقة :**

من خلال الدراسات والبحوث التي تم إجراؤها في كثير من البلدان العالم يمكننا استخلاص أهم المشكلات التي قد يتعرض لها المراهق في هذه المرحلة العمرية والتي تتمثل في الآتي :

**- المشاكل النفسية :**

من المعروف أن المشاكل تؤثر في نفسية المراهق ، و انطلاقا من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التجديد و الاستقلال . و ثورته لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق والأساليب . فهو لا يخضع لأمر البيئة و تعاليمها ، و أحكام المجتمع و القيم الخلقية الاجتماعية ، بل أصبح يفحص الأمور و يناقشها و يزنها بتفكيره و عقله . و عندما يشعر بأن البيئة تتصارع معه و لا تقدر موقفه ، و لا تحس إحساسه الجديد ، يسعى دون قصد إلى أن يؤكد بنفسه ثورته و تمرده و عناده .  
فيعاني المراهق في هذه الفترة من اليأس و الحزن و الألم ، مما يؤدي به إلى الأخطاء و العزلة والسلبية و التردد و الخجل و الشعور بالنقص ، و عدم التوافق النفسي و الاجتماعي .  
كما يسرف في الاستغراق في الهواجس و أحلام اليقظة في بعض الحالات إلى حد الأوهام والخيالات المرضية ، إلى المطابقة بين نفسه و بين أشخاص الروايات التي يقرأها . (3)

1- صلاح الدين العمرية ، علم النفس النمو ، مكتبة المجتمع العربي ، ط 1 ، الاردن ، 2011 ، ص 293 .

2- كمال دسوقي ، النمو التربوي للطفل والمراهق ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1981 ، ص 318 .

3- ميخائيل خليل معوض ، مشكلات المراهقة في المدن و الريف ، دار المعرفة ، مصر ، 1971 ، ص 73 .

**- مشاكل الرغبات الجنسية :**

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل إلى الجنس الآخر ولكن التقاليد في مجتمعه تقف حائلا دون أن ينال ما يبتغي ، فعندما يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على تهذيب الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق اتجاه الجنس الآخر وضبطها ، وقد يتعرض إلى انحرافات وغيرها من السلوكيات اللا أخلاقية بالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى أساليب ملتوية لا يعرفها المجتمع ، كعكاسة الجنس الآخر ، وللشعور بهم القيام بأساليب منحرفة والانحلال من بعض العادات .

**- المشاكل الصحية :**

يشعر المراهق بسرعة التعب ، الصداع و الدوران ، النحافة أو السمنة . و قد تكون السمنة بسيطة مؤقتة . ولكن إذا كانت كبيرة فيجب العمل على تنظيم الأكل ، و العرض على الطبيب المختص . فقد تكون وراءها اضطرابات شديدة في الغدد . كما يجب عرض المراهقين على الطبيب بانفراد للاستماع إلى متاعبهم ، لأنه لدى المراهق ، إحساس فائق بأن أهله لا يفهمون شيئا . (1)

**- المشاكل الاجتماعية :**

إن مشاكل المراهقة تنشأ من الاحتياجات السيكولوجية الأساسية للحصول على مركز و مكانة في المجتمع و المدرسة كمصدر من مصادر السلطة على المراهق . والمدرسة هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي المراهق معظم وقته فيها . وسلطة المدرسة تتعرض لثورة المراهق . فالطالب يحاول أن يتخطاها بحكم طبيعة هذه المرحلة من العمر، بل أنه يرى أن سلطة المدرسة أشد من سلطة الأسرة ، فلا يستطيع المراهق أن يفعل ما يريد في المدرسة ، و لذا فهو يأخذ موقفا سلبيا للتعبير عن توتره كاصطناع الغرور، أو الاستهانة بالدرس ، أو قد تصل هذه الثورة أحيانا لدرجة التمرد و الخروج على سلطة المدرسة والمدرسين بوجه خاص حتى درجة العدوان .

**- المشاكل الانفعالية :**

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو في عنف انفعالاته و حدثها و اندفاعها . و هذا الاندفاع الانفعالي أسبابه ليست نفسية خاصة ، بل يرجع ذلك إلى التغيرات الجسمية أيضا . فالإحساس الذي يشعر به المراهق في نمو جسمه ، و شعوره أن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال ، وصوته قد أصبح خشنا فيشعر بالافتخار و كذلك يشعر في الوقت نفسه بالحياء والخجل من هذا النمو الطارئ . كما يتجلى بوضوح خوف المراهق من هذه المرحلة الجديدة التي ينتقل إليها و التي تتطلب منه أن يكون رجلا في سلوكه و تصرفاته . (2)

1- ميخائيل خليل معوض ، مرجع سابق ، ص 74 .

1- ميخائيل خليل معوض ، مرجع سابق ، ص 76 .

**6- المراهق وممارسة النشاط البدني الرياضي :**

يعيش التلميذ في مرحلة المراهقة تغيرات كبيرة على المستويين السيكولوجي والفيزيولوجي حيث يلجأ المراهق إلى إشباع رغباته وغرائزه أو إلى تحقيق متطلباته الأساسية ، ففي هذه المرحلة يتصف المراهق بصراع نفسي حاد ويميل إلى التفكير في المشاكل المحيطة ، ويجد الملجأ الوحيد لتفريغ كل مكبوتاته وتحقيق ذاته عن طريق ممارسة النشاط الرياضي .

ويقول الدكتور عبد الرحمان عدس : أن فائدة الأنشطة التي يمارسها المراهق ضمن أوقات محددة وضمن حدود مرسومة ومخطط لها هي أنها توفر له ما يشعر به كيانه وهويته كلما قل احتمال إقباله على ممارسة سلوك يتعرض فيه للخطر من أجل أن يثبت كيانه أو يحقق ذاته ويعزز هويته الشخصية ، فهو ليس في حاجة في هذه الحالة لإثبات ذلك عن طريق المخاطرة أو المغامرة والقيام بتصرفات من أجل إثبات ذلك فحسب . (1)

## خلاصة :

تعتبر المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الفرد لأنها المرحلة التي يتم فيها إعداد الفرد المراهق ليصبح مواطناً يتحمل مسؤوليات المشاركة في نشاط المجتمع وفيها تتكون شخصيته وتتحدد مقوماتها ، ويتم في هذه الفترة نضج الوظائف البيولوجية والفيزيولوجية ، كما يبلغ الفرد طوله النهائي وكذلك يتم فيها نضجه العقلي والوجداني والاجتماعي وتحتاج هذه الفترة إلى عناية خاصة من طرف المدربين من حيث أسلوب التعامل ، فلا بد أن تتاح الفرصة الكافية للمراهق للتعبير عن نفسه ولاستعمال إمكانياته وقدراته الجديدة وإعطائه الثقة بالنفس .

# الفصل الثالث



**تمهيد :**

إن أداء أي نشاط رياضي في إطار منظم له طبيعته وخصائصه ، وذلك لأغراض لا بد من الوصول إليها ، سواء كانت مادية أو معنوية ، وللوصول إليها يجب إن تكون في طابع تنافسي مضبوط بقوانين وأحكام فالمنافسة الرياضية جزء ضروري وهام بالنسبة لكل أنواع النشاط الرياضي على الإطلاق .

فالمنافسة هي الهدف النهائي الذي يرمي إليه التدريب الرياضي ، ومن ناحية أخرى تعتبر المنافسة وسيلة فعالة لتطوير وتنمية مستوى اللاعبين وكذلك تقييم اللاعب خاصة من جانب المهارات النفسية والبدنية والمهارية والتكتيكية .

## 1- مفهوم المنافسة الرياضية :

تعتبر المنافسة الرياضية من العوامل الهامة والضرورية لكل نشاط رياضي ، سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية ، أو في مواجهة منافس وجها لوجه ، أو المنافسة في مواجهة منافسين آخرين ، وغير ذلك من أنواع المنافسة الرياضية .

يعتمد الباحثون في تعريف المنافسة بشكل عام على وصف عملياتها فهناك العديد من المفاهيم التي قدمها هؤلاء الباحثين كتعريف للمنافسة ومن بين تلك المفاهيم التعريف الذي قدمه " مورتون دويش " عام 1969 والذي أشار إلى أن المنافسة بصفة عامة هي " موقف تتوزع فيه المكافآت بصورة غير متساوية بين المشتركين أو المتنافسين وهذا يعني أن مكافأة الفائز في المنافسة تختلف عن مكافأة غير الفائز أو المنهزم " ..(1)

ويذكر الخولي عن محمد فضالي أنها رغم كل النقد الموجه للمنافسة إلا أنها مازالت الأساس الذي تقوم عليه الرياضة فهي تستخدم لرفع المستوى الصحي ولإضفاء الروح المعنوية العالية للأفراد ومن أجل التباهي أو التفاخر والاعتزاز القومي ، بل ويرى أن درجة حدة المنافسة تتوقف على ثلاث عوامل هي :

1. طبيعة المجتمع من حيث الميل للمنافسة .
2. الحوافز المقدره للمنافسة .
3. إستغلال المنافسة لرفع مستوى الأداء .(2)

## 2- أنواع المنافسات الرياضية :

هناك أنواع مختلفة للمنافسة الرياضية فهناك التمهيدية والمنافسات الرئيسية (الرسمية) :

### 1-2- المنافسة التمهيدية :

ويعتبر هذا النوع من المنافسات نوعا تجريبيا يستخدمه المدرب لتعويد الرياضي على الشكل المبدئي للمنافسات ، ويعتبر وسيلة من وسائل الإعداد المتكامل .

### 2-2- المنافسة الاختبارية :

وتستخدم المنافسة الاختبارية لغرض اختبار مستوى إعداد الرياضي ودراسة تأثير مراحل التدريب المختلفة على الحالة التدريبية ، والتعرف على نقاط الضعف والقوة ، ودراسة تركيب النشاط التنافسي .

1- محمد حسن علاوي ، علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2002 ، ص28 .  
2- محمود عبد الفتاح عنان ، سيكولوجية التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995 ، ص 422 .

**3-2- المنافسة الاختيارية :**

يتم خلال هذه المنافسة التركيز على نموذج المنافسة الرئيسية التي يشارك فيها الرياضي ، وبصفة خاصة على الدور المطلوب منه خلال هذه المنافسة ، وفي هذه الحالة يجب توفر كافة الظروف المشابهة للظروف الرئيسية بأقصى درجة ممكنة.

**4-2 منافسات الإنتقاء :**

يتم بناء على هذه المنافسة انتقاء الرياضيين وتشكيل الفريق في المنافسات الرسمية.

**5-2 المنافسة الرئيسية :**

تعتبر الهدف الرئيسي من المشاركة في المنافسات الرسمية هو تحقيق أعلى مستوى ممكن ويتحقق ذلك من خلال التعبئة القصوى لكافة إمكانيات الرياضة البدنية والمهارية والخطية والنفسية (1).

**3- أهمية المنافسة الرياضية :**

لم تكن الرياضة على هذا الشكل بل عايشت طبيعة الحضارات المختلفة ، وإذا كان النشاط الرياضي في البداية شعائري فهو منذ القدم بأهداف خاصة لكل حضارة ، رياضات السرعة عند الشعوب القديمة ، الرياضات القتالية عند السبارتياط Spartiates ، رياضة القوة عند المصريين ، الرياضات التربوية عند اليونانيين الديسبوت Despot عند الفرنسيين أو الرياضات الاستعراضية ، سجلت وقتها وعبرت عن روح وتقاليده هذه الحضارات .

منذ القدم إلى يومنا هذا ومن المشرق إلى المغرب الحضارات خصصت دائما مكانة للنشاطات البدنية الموجهة نحو التجاوز واللعب إذا كانت الرياضة ظاهرة عامة في الزمان والمكان وإذا كانت هذه الظاهرة عرفت تجاوب دائم ، ذلك يؤكد على وجود متطلبات أساسية عند الإنسان .

يرى " مارتينز " الرياضة تعمل على إخراج أحسن ما نملك ، وكذلك أنه بدون منافسة ينعدم الإنتاج والابتكار .

ويرى أيضا أن المنافسة هي السعي وراء النجاح وتحقيق الأهداف المسطرة فالكثير من أفراد المجتمع الأمريكي يعملون على النجاح والفوز والتمكن من إلحاق الهزيمة بالغير والحصول على المكافأة أو تقسيمها .

من هنا فالفوز والنجاح عندهم هو إلحاق الهزيمة بالغير والحصول على المكافأة لهذا يلجأ أغلبية الرياضيين عندهم إلى الطرق غير القانونية من أجل الفوز.

1- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، التدريب الرياضي ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 ، ص 25.26 .

للمنافسة دور كبير في التحضير حيث أن أغلبية الرياضيين يستعملون المنافسة كدافعية إيجابية للتحضير من أجل الاستمرار في تجديد المواهب وتطوير المهارات .

وكما أشار الخولي عام 1996 انطلاقاً من أعمال " أولاند سلي " كثيراً ما يعمد الناس إلى إخفاء مشاعر التنافس وعدم إبرازها بوضوح في الحياة اليومية ، لكن الرياضة لا تستهجي هذه المشاعر بل تبرزها وتضعها في إطارها الاجتماعي الصحيح ، بل وتعمل على تهذيبها وضبطها بالقيم والمعايير الخلقية للرياضة كالروح الرياضية .

أن الناس يشتركون في الرياضة ، يتوقعون المنازلة أو المسابقة أو التباري ، فهي كلها مضامين تندرج ضمن مفهوم التنافس .<sup>(1)</sup>

وهذا ما دعى " فاندروزاج " إلى التساؤل على مدى تنظيم الجماعة للمشاركة في الرياضة في سبيل غناء خصائصها الأولية .

ويبدو أن الإجابة الأسلم أن ما يحدث في هذا الصدد بغض النظر عن النكهة إنما يتم باللاوعي في غالبه ، أقصد تنتاب الجماعة بعض المشاعر كالرغبة في التفاعل عبر الرياضة ، ولكن في غالب الأحيان ، فأنهم لا يعطون اعتباراً لنمط هذا التفاعل .

#### 4- قواعد وضوابط المنافسة الرياضية :

لقد شهدت السنوات الأخيرة تزايد ملحوظ في الاهتمام بالرياضات التنافسية بصفة عامة والمنافسات ذات الطابع الجماهيري بصفة خاصة ، وينتج عن هذا الاهتمام ارتفاع ملحوظ في أعداد الممارسين لكل لعبة رياضية ، وأيضاً ارتفاع مستوى الأداء التقني الذي ساهم في تحقيق التفوق والبطولة الذي يسعى له معظم الرياضيين ، وفي سبيل الفوز والنصر والتفوق والبطولة نجد أنه ظهرت في الساحة الرياضية عدة مفاهيم جديدة على المجتمع الرياضي سواء المستوى المحلي أو العربي أو الدولي مثل السلوك العدواني وظاهرة العنف ، وظهور ظاهرة شغب الملاعب ، التي امتدت تأثيراتها إلى جماهير المشاهدين ، فتحول الأمر من متابعة ومشاهدة لأحداث المباريات إلى عمليات قد تتضمن القتل والاعتداء والإحراق والتدمير، مما جعل المنافسة والمباريات شكلاً من أشكال الخرق الصحيح للقوانين المدنية والجنائية واللوائح والقوانين المنظمة للأنشطة الرياضية . فالمنافسات الرياضية تعد منظومة اجتماعية تضم اللاعبين والحكم والمدرّب والإداري والإعلامي ويشار إلى المنافسة الرياضية على أنها موقف اختياري ذو شدة عالية تبرز فيه جميع خبرات ومهارات اللاعب أو الفريق المكتسبة من خلال حياته التدريبية بهدف التفوق على المنافس أو الفريق في لقاء تحكمه القوانين المحلية والدولية .

فالنشاط الرياضي من المجالات المهمة للخضوع للتنظيم القانوني ، ولكن ممارسة هذا النشاط الذي يخضع لقواعد فنية نابعة من الوسط الرياضي نفسه وهو ما يطلق عليه قواعد اللعبة ، فهناك القواعد الفنية البحتة كتلك التي تحدد زمن المباراة وأوصاف الملعب وتكوين الفرق الرياضية ووضع كل لاعب في بداية المباراة ونظام اللعب وزمنه إلى غير ذلك من القواعد الفنية .

وهناك نوع آخر من القواعد يطلق عليه قواعد تنظيم سلوك اللاعبين لضمان السلامة أثناء المنافسة الرياضية ، وإذ خالف اللاعب تلك القواعد وقعت عليه عقوبات ، رياضية معينة كالإيقاف عن اللعب لفترة زمنية محددة أو الطرد من الملعب ، فهذه القواعد تؤدي دورا وقائيا بالنسبة للحوادث الرياضية خاصة تلك التي يكون لها نتائج وخيمة مثال ذلك القواعد التي تحرم على الملاكم أن يضرب منافسه في أماكن معينة ، لكن رغم خضوع الرياضة التنافسية للقواعد الفنية والقانونية إلا أن ذلك لا يستبعد احتمال وقوع حوادث معينة نتيجة لخرق هاته القواعد الفنية والقوانين (1).

## 5- الإعداد النفسي للمنافسة :

يعتبر الإعداد النفسي من الظواهر الأساسية في الحقل الرياضي وفي جميع الأشكال الرياضية ، ويلعب هذا النوع من الإعداد دورا كبيرا في زيادة الإنجاز أو نقصانه ، ومن خلال التجربة والملاحظة توضح بشكل كبير أنه على الرغم من النقص في الإعداد البدني والتكتيكي عند اللاعب إلا أنه بين الحين والآخر يحقق انتصارا كبيرا غير متوقع من قبل (2).

### 5-1- تدريب وتنظيم الطاقة النفسية للمنافسة الرياضية :

في البداية يجب أن نوضح العلاقة بين الطاقة النفسية والطاقة البدنية، حيث أن اللاعب يحتاج إلى تنظيم الطاقة البدنية من خلال التحكم في حمل التدريب وشدة الحمل وحجم الحمل وفترات الراحة ، ويتضح ذلك في تنظيم السرعة في مسابقات الجري أو السباحة ، فإنه يمكن تنظيم الطاقة النفسية من خلال مساعدة اللاعب في التمرين للسيطرة على أفكاره وانفعاله .

### 5-2- أهمية الإعداد النفسي للمنافسة :

يمكننا تلخيص أهمية الإعداد النفسي للمنافسة فيما يلي :

- تشكيل جو ملائم مع خلق جو ملائم لتحسين النتائج .
- خلق الحيوية وخاصة العوامل العاطفية التي تساعد على الفوز.
- دعم اللاعبين في تحقيق النتائج .
- الأخذ بعين الاعتبار بعض العوامل الخاصة بالجو العام قبل المنافسة وأثناء المنافسة .

1- نبيل محمد إبراهيم ، الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية ، مرجع سابق ، ص 04.03 .

2- كمال يحيى الريفي ، التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرون ، ط2 ، الجامعة الاردنية ، الأردن ، 2004 ، ص 116 .

**3-5- طرق تنمية الصفات النفسية للمنافسات الرياضية :**

يتطلب العمل التدريبي الهادف إلى تحقيق النتيجة الرياضية ، وعلى الرياضي التصميم على تحقيق الهدف والإصرار والحزم والتمالك النفسي وغيرها ، وتجري تنمية الصفات النفسية بطريقتين :

- تنمية الصفات النفسية بصورة عفوية - تنمية الصفات النفسية بصورة واعية.

وفي بعض الحالات يتم تحسين وبناء الصفات النفسية عن طريق العمل التدريبي بصورة عفوية عندما لا يهتم المدرب في التفكير في تنمية الصفات النفسية بوجه خاص أثناء تدريب الرياضيين ، ولكن مازال بعض المدربين يفضلون أثناء تنظيم التدريب عادة المزيد من الاهتمام والاعتناء لمسائل تطوير عناصر اللياقة البدنية وتحسين التكتيك لأداء الحركات الرياضية وتدريب وتطوير المعارف التكتيكية ، ولا يأخذون في اعتبارهم كيف تتطور الصفات النفسية .

لذلك فمن الممكن أن تتطور الصفات النفسية من خلال تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية مثل تطوير الإرادة من خلال تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية منة خلال تمرينات القوة وهكذا ، وفي حالات أخرى تجرى تنمية الصفات النفسية بصورة واعية ويبدأ المدرب في مخطط عملية الإعداد النفسي . لذلك يجب أن تكون العملية التدريبية والتحضير النفسي وحدة متكاملة ويجب أن تكون تنمية الصفات النفسية مضمونا دائما للعملية التدريبية .

**6- تحليل الأداء التنافسي للرياضي :**

يعتبر الأداء التنافسي للرياضي هو محصلة جميع عمليات الإعداد البدني والمهاري والخططي والنفسي ، لذا فإن تحليل الأداء التنافسي للرياضي ومدى فاعليته يعتبر من العمليات الهامة التي يمكن الاسترشاد بنتائجها في غضون عمليات التدريب الرياضي (1).

### خلاصة :

تلعب المنافسة الرياضية دورا هاما في المجال الرياضي إذ تعتبر من العوامل الهامة والضرورية لكل نشاط رياضي سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية حيث أنها تساهم في تحسين مختلف القدرات والمهارات للفرد الرياضي كما تساعد في عملية إخراج المكبوتات الداخلية للرياضي أو للفرد العادي . كما أنها تعد وسيلة من وسائل الاتصال من خلال جلب جموع الجماهير المتفرجين الذين يتابعون باهتمام هذه المنافسات والبطولات الرياضية .

ومن خلال دراستنا لهذا الفصل نجد أن للمنافسة الرياضية عدة أنواع وقوانين تضبطها والتلميح الى الاختلاف بين المنافسة والتدريب نظرا للعوامل النفسية .

# الجانب التطبيقي



# الفصل الرابع

**تمهيد :**

في هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في هذه الدراسة ، من أجل الحصول على نتائج علمية يمكن الوثوق بها ، ، واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى ، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى كما هو معروف ، فإن الذي يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية ، وهذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا أتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية .

**1- المنهج المستخدم :**

وفقا لطبيعة الموضوع و مشكلة البحث الذي تناولناه في دراستنا ، اعتمدنا على المنهج الوصفي و يعرف هذا المنهج على انه عبارة عن استقصاء ينصب في ظاهرة من الظواهر، كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلامات بين عناصرها.

المنهج الوصفي يقوم بجمع البيانات و تصنيفها و تبويبها ، و محاولة تفسيرها و تحليلها من اجل قياس و معرفة أثر و تأثير العوامل على هذه الظاهرة محل الدراسة بهدف استخلاص النتائج و معرفة كيفية الضبط والتحكم في هذه العوامل .

**2- الدراسة الإستطلاعية :**

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية و هذا من اجل معرفة العقبات التي تعترض سير الاختبار، و قد أجريت الدراسة الاستطلاعية بهدف :

- الإعداد الجيد لمكان الاختبار.
- الوقوف على المشاكل و الصعوبات الممكن حدوثها أثناء تنفيذ الاختبار.

**3- مجتمع البحث :**

يتكون مجتمع البحث الحالي من لاعبي فرق كرة القدم أقل من 19 سنة لولاية باتنة للموسم الرياضي 2016/2017 والتي تنشط في المستويات التالية : القسم الوطني الثاني هواة (14 فريق) ، القسم الجهوي الأول (12 فريق) ، القسم الشرفي (12 فريق) .

**4- عينة البحث :**

إن الاختيار الجيد للعينة يعد من الخطوات المهمة في البحث العلمي و الذي يبعد الباحث عن الوقوع في الأخطاء ، مما يعطي للبيانات المستخلصة الدقة و الصحة ، والعينة المختارة هي الجزء الذي يجري عليه الباحث مجمل محور عمله .

وقد اختيرت العينة بطريقة قصدية حيث ضمت 51 لاعبا يمثلون نسبة مقدارها 7.45 % من مجتمع البحث كالآتي :

- القسم الوطني الثاني هواة : أمل مروانة ( 17 لاعب ) .
- القسم الجهوي الأول : الشباب الرياضي سريانة ( 17 لاعب ) .
- القسم الشرفي : الشباب الرياضي لبلدية تالخت ( 17 لاعب ) .

## عرض النتائج الخاصة بخصائص العينة :

جدول رقم (01) : يمثل خصائص عينة الدراسة تبعا لمتغير العمر والوزن والطول .

المستوى الثالث (شباب تالخت)	المستوى الثاني (الشباب الرياضي سريانة)	المستوى الأول (أمل مروانة)	المستويات المتغيرات
0.91 ± 18.70	0.99 ± 18.64	0.71 ± 18.58	العمر (سنة)
6.56 ± 64.76	5.23 ± 66.17	6.51 ± 68.52	الوزن (كغ)
4.26 ± 174.29	3.98 ± 173.47	5.95 ± 177.11	الطول (سم)

البيانات مكتوبة على شكل متوسط حسابي ± إنحراف معياري

من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ بالنسبة لمتغير العمر أن المتوسط الحسابي لفريق أمل مروانة (المستوى الأول) يقدر بـ (18.58) ، أما الإنحراف المعياري فهو يساوي (0.71) ، كما حقق الشباب الرياضي سريانة (المستوى الثاني) متوسطا حسابيا يساوي (18.64) ، وانحراف معياري يقدر بـ (0.99) ، وسجل فريق شباب تالخت (المستوى الثالث) متوسط حسابي يعادل (18.70) ، وانحراف معياري بقيمة (0.91) . أما بالنسبة لمتغير الوزن فقد كان المتوسط الحسابي لفريق أمل مروانة (68.52) ، وانحراف معياري (6.51) ، في حين كان المتوسط الحسابي لفريق الشباب الرياضي سريانة (66.17) ، والانحراف المعياري قدر بـ (5.23) ، أما فريق شباب تالخت فحقق متوسطا حسابيا مقدرا بـ (64.76) ، وانحرافا معياريا (6.56) .

كما لاحظنا بالنسبة لمتغير الطول أن فريق أمل مروانة سجل متوسطا حسابيا (177.11) ، وانحراف معياري (5.95) ، أما فريق الشباب الرياضي سريانة فقدرة متوسطه الحسابي بـ (173.47) ، أما الانحراف المعياري فهو يساوي (3.98) ، في حين سجل شباب تالخت متوسط حسابي يقدر بـ (174.29) وانحراف معياري (4.26) .

**5- مجالات البحث :****5-1- المجال المكاني :**

- أجري البحث الميداني بولاية باتنة وتم تطبيق الاختبارات في الملاعب التالية :
- ملعب عبد الرحمان بن ساسي ( أمل مروانة ) .
  - ملعب الشهيدين بخوش الطاهر وعبد الرحمن ( الشباب الرياضي سريانة ) .
  - الملعب البلدي تالخت ( الشباب الرياضي لبلدية تالخت ) .

**5-2- المجال الزمني :**

تمت دراستنا هذه خلال الفترة الزمنية الممتدة من الشروع في جمع المادة العلمية و ضبط أدوات البحث و تحديد الإطار المنهجي للبحث حيث تمت بداية البحث من نوفمبر 2016 إلى غاية ماي 2017 حيث تم جمع كل البيانات و تفرغها و تحليلها ، و تطبيق المعالجة الإحصائية للنتائج .

**6- أدوات البحث :**

اعتمد الباحث في هذا الموضوع على :

- اختبارات الأداء المهاري .

**عرض أدوات البحث :**

تمثلت أدوات البحث في خمس اختبارات جاءت كما يلي :

**الوحدة الأولى : تنطيط الكرة بالمسافة**

**الغرض :** قياس حساسية اللاعب على الكرة ومقدرته على التحكم فيها .

**الأدوات المستخدمة :** كرة القدم وشريط القياس .

**طريقة الأداء :** توضع الكرة على الأرض أمام اللاعب وعندما تعطى له إشارة البدء يقوم برفعها عن

الأرض والتقدم بقدمين بالتبادل أو برجل واحدة . يؤدي اللاعب محاولتين .

**القياس :** تقاس المسافة من نقطة البدء حتى فقد السيطرة على الكرة بسقوطها عن الأرض وتسجل أفضل مسافة .



شكل رقم (01) : يوضح اختبار تنطيط الكرة.

## الوحدة الثانية : رمية التماس

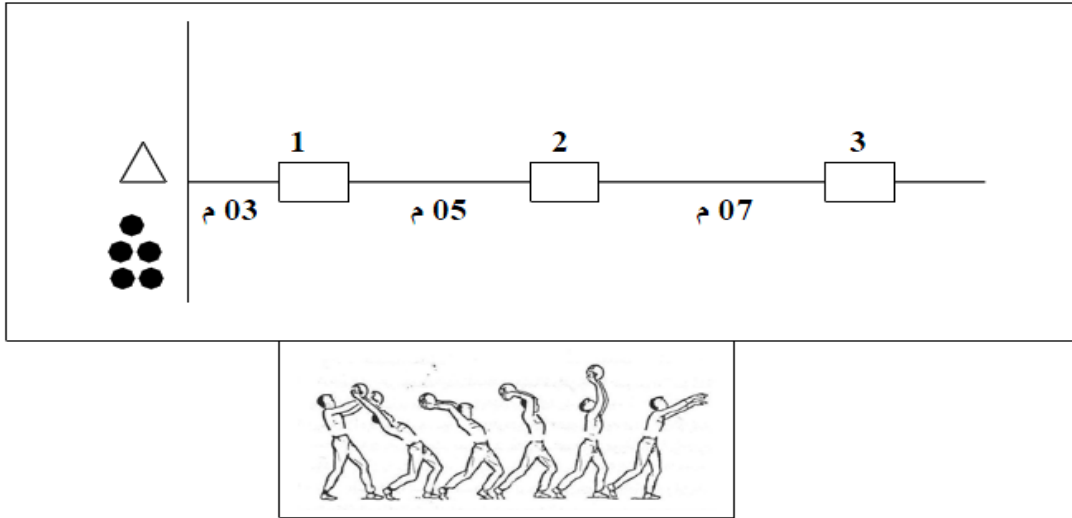
**الغرض :** هو قياس الدقة والقدرة على وضع الكرة في المنطقة المحددة للاعب وبشكل قانوني .  
**الأدوات المستخدمة :** خمس كرات قدم قانونية .

**طريقة الاداء :** يجب أن تتم رمية التماس وفقا للشروط التالية :

- ان تكون القدمين خلف خط التماس وأن تصل إحدى القدمين على الأرض أثناء رمي الكرة.
- ترمى الكرة باليدين معا ، وتتركها وهي فوق الرأس .
- يتم رمي الكرة واللاعب مواجه الملعب .

**القياس :**

1. يتم منح اللاعب نصف نقطة عندما تلمس الكرة المربع الأول عند سقوطها مباشرة .
2. يمنح اللاعب نقطة واحدة عندما تلمس المربع الثاني عند سقوطها مباشرة .
3. يمنح اللاعب نقطتان عندما تلمس الكرة المربع الثالث عند سقوطها مباشرة عليه.
4. يعطى اللاعب خمس محاولات متتالية ، ويمكن أن يؤديها جميعا على المربع الثالث .



شكل رقم (02) : يوضح اختبار رمية التماس .

## الوحدة الثالثة : الجري بالكرة

**الغرض :** قياس القدرة على التحكم في الكرة أثناء التقدم في الملعب والمرابغة مع المنافس .  
**الأدوات المستخدمة :** 10 قوائم - كرة قدم - ميقاتية .

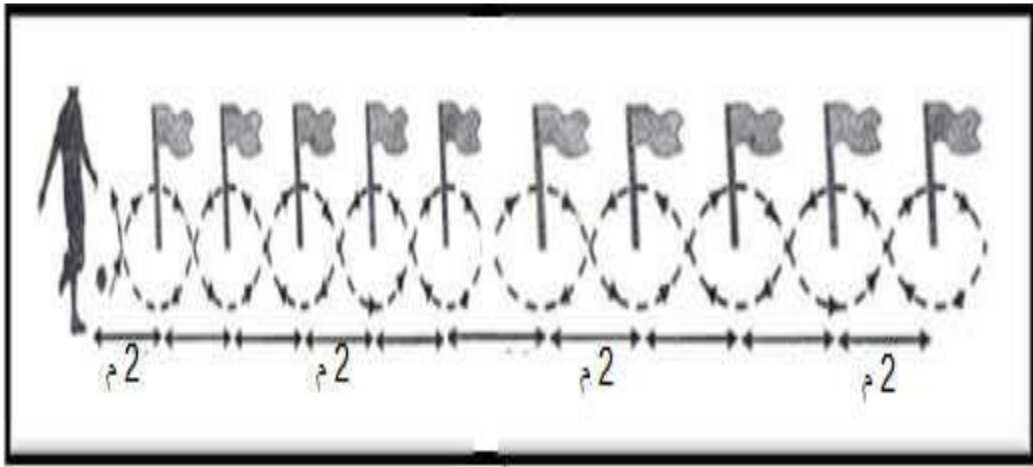
**الملعب :** توضع 10 قوائم في خط مستقيم والمسافة بين كل قائم والآخر 2م والمسافة بين خط البداية وأول قائم 2م أيضا .

**طريقة الاداء :** يقف اللاعب بالكرة على خط البداية . وعند إعطاء إشارة البدء يجري اللاعب بين القوائم جريا متعرجا حتى يصل إلى آخر قائم ويدور حوله ويعود إلى خط البداية بنفس الطريقة .

**القياس :** يحتسب للاعب الزمن لأقرب ثانية من لحظة إعطائه إشارة البدء حتى عودته لخط البداية مرة أخرى .

**الأخطاء المتوقعة :** لا يحتسب للاعب الزمن عندما تحدث الأخطاء التالية :

- ضرب الكرة في الحاجز .
- يمرر الكرة حول الحاجز عن طريق نقلها بالقدم ، بدون الجري بها أو التحكم فيها .
- ضرب الكرة إلى الخلف أو الأمام بدون الجري بها .



شكل رقم (03) : يوضح اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم .

**الوحدة الرابعة : دقة التمرير طويل المسافة**

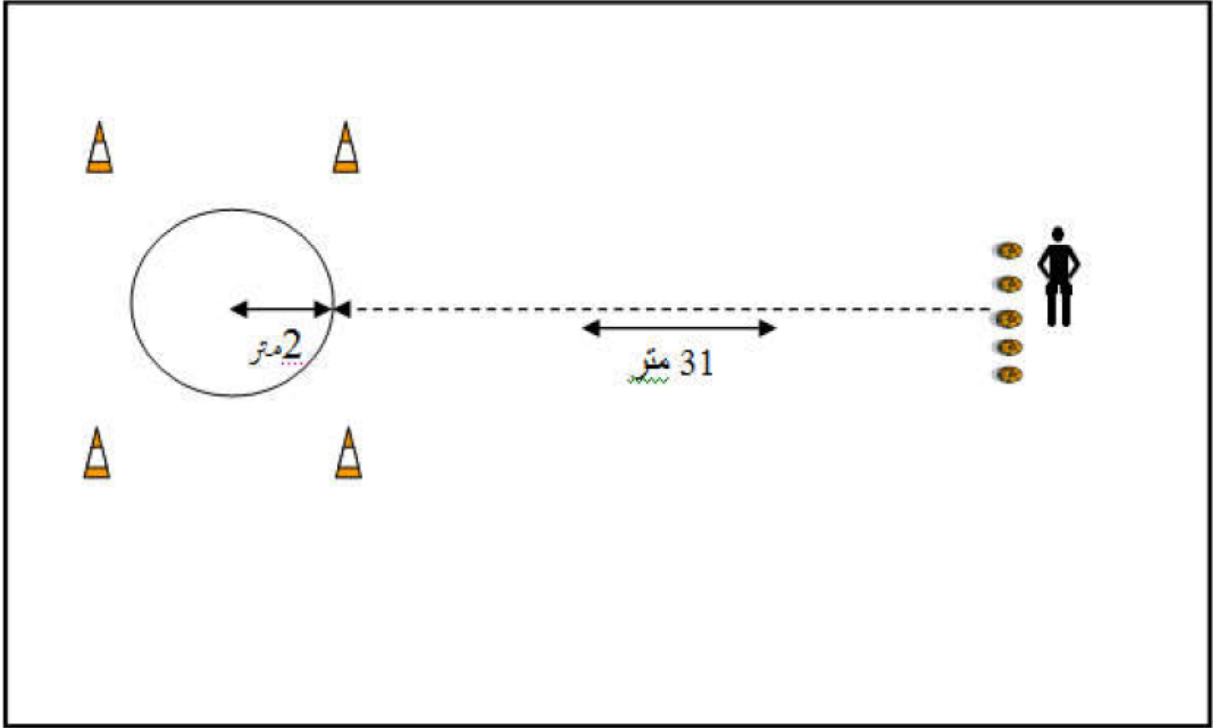
**الغرض :** قياس دقة التمرير الطويل .

**الأدوات المستخدمة :** كرة قدم - صافرة .

**الملعب :** يرسم خط طوله 2م وعلى بعد 31م ترسم دائرة نصف قطرها 2م .

**طريقة الأداء :** توضع الكرة على خط البدء وعندما تعطى الإشارة للاعب يقوم بتمريرها طويلة عالية بهدف إسقاطها في الدائرة (5محاولات) .

**القياس :** درجة الاختبار من 15 ، يعطى لكل محاولة صحيحة 3 درجات .



شكل رقم (04) : يوضح اختبار دقة التمرير طويل المسافة .

الوحدة الخامسة : دقة التمرير قصير المسافة

الغرض : قياس دقة التمرير القصير .

الأدوات المستخدمة : كرة قدم - أقماع - صافرة .

الملعب : يوضع على استقامة واحدة قمعان (02) المسافة بينهما 4م ، وعلى بعد 11م من القمع الثاني

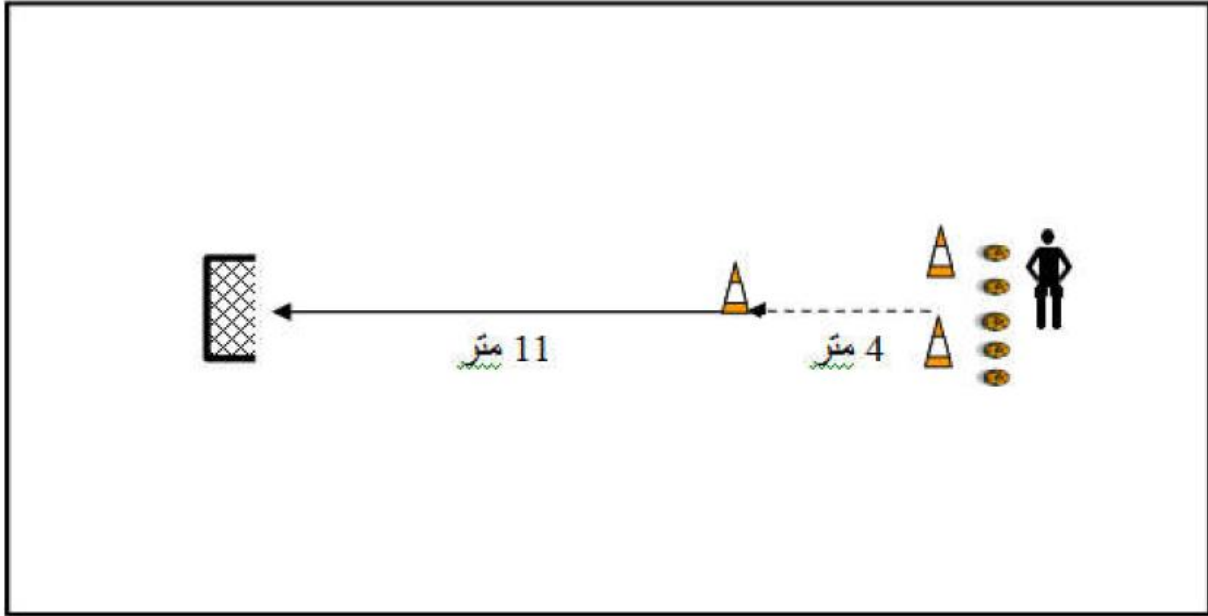
يوضع مرمى صغير (0.9م\*0.6م) .

طريقة الأداء : عند إعطاء إشارة البدء يقوم اللاعب بالجري بالكرة من القمع الأول إلى القمع الثاني

(لمسافة 4م) ويمرر الكرة نحو المرمى المحدد (5محاولات)

القياس : درجة الاختبار من 15 ، يعطى لكل محاولة صحيحة 3 درجات .





شكل رقم (05) : يوضح اختبار دقة التمرير قصير المسافة .

## 7- ضبط متغيرات البحث :

إن مميزات البحث هو ضبط متغيرات البحث و من خلال هذا البحث يمكن أن يكون هناك :

### 7-1- المتغير المستقل :

"هو المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب لنتيجة معينة ، ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر". (1)

المتغير المستقل : مستوى المنافسة .

### 7-2- المتغير التابع :

"يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع". (2)

المتغير التابع : الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .

1- ناصر ثابت ، أضواء على الدراسة الميدانية ، ط1 ، مكتبة الفلاح ، الكويت ، 1984 ، ص 58 .  
2- محمد حسن علاوي وكامل راتب ، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 ، ص 219 .

## 8- الأسس العلمية للاختبارات ( صدق – ثبات – موضوعية ) :

### 1-8- صدق الاختبار :

من أجل أن يتأكد الباحث من صدق الاختبار تم عرضه على مجموعة من المختصين ، وقد أجمعوا على صدق الاختبار في قياس الصفة المراد قياسها فضلا عن احتساب الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات ، وقد تبين أن الاختبارات تتمتع بدرجة صدق ذاتي عالية كما هو موضح في الجدول .

### 2-8- ثبات الإختبار :

يقصد بالثبات الحصول على نفس النتائج عند تطبيق الأداة أكثر من مرة على الأفراد أنفسهم ويعد أسلوب إعادة الاختبار من أهم أساليب الثبات ويتلخص هذا الأسلوب في اختيار عينة من المجتمع الأصلي ثم إعادة الاختبار عليهم مرة أخرى بنفس الاختبار وتكون الظروف مشابهة للظروف التي سبق وتم الاختبار فيها و أن جوهر الثبات هو دقة الأداة في القياس أو الملاحظة وعدم تناقضها فيما تسفر عنه من نتائج (1) وقد قمنا في بحثنا بإجراء اختبار على 10 لاعبين من فريق المستوى الثاني ( الشباب الرياضي سريانة ) ثم أعيد عليهم الاختبار بعد أسبوع وفي نفس الظروف وباستخدام ( معامل الارتباط بيرسون ) تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول رقم (02) .

جدول رقم (02) : يبين معامل الثبات ومعامل الصدق للاختبارات المهارية

معامل الصدق	معامل الثبات	حجم العينة	المستويات الاختبارات
0.99	0.99	10	اختبار تنطيط الكرة بالمسافة
0.96	0.93	10	اختبار رمية التماس
0.99	0.99	10	اختبار الجري المتعرج بين القوائم
0.93	0.87	10	اختبار دقة التمرير قصير المسافة
0.95	0.92	10	اختبار دقة التمرير طويل المسافة

بعد حساب معامل الارتباط بيرسون قمنا بالكشف في جدول دلالات الارتباط لمعرفة ثبات الارتباط عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية  $n-1$  وجدنا أن القيمة المحسوبة لكل اختبار هي أكبر من القيمة الجدولة 0.60 مما يؤكد أن الإختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية .

### 3-8- موضوعية الاختبار :

إن الاختبارات في هذا البحث سهلة وواضحة الفهم وغير قابلة للتأويل وبعيدة عن التقويم الذاتي إذ أن الاختبار ذا الموضوعية الجيدة هو الاختبار الذي يبعد الشك وعدم الموافقة من قبل المختبرين عند تطبيقه (1).

حيث أن التسجيل يتم باستخدام وحدات الزمن والمسافة وعدد المرات والدقة وبذلك تعد الاختبارات المستخدمة ذات موضوعية جيدة .

## 9- الأدوات الإحصائية :

لقد تم استخدام مجموعة من الأدوات الإحصائية وهذا من أجل تحليل النتائج و معرفتها إحصائيا وهي :

- المتوسط الحسابي :

$$\bar{س} = \frac{\text{مجم س}}{ن}$$

حيث :

$\bar{س}$  : المتوسط الحسابي للدرجات .

مجم س : مجموع الدرجات .

ن : عدد أفراد العينة .

- الانحراف المعياري :

$$ع = \frac{\sqrt{\text{مجم (س-1 س)}^2}}{ن-1}$$

حيث :

ع : الانحراف المعياري .

س1 : القيمة المسجلة لفرد من العينة .

$\bar{س}$  : المتوسط الحسابي .

ن : عدد أفراد العينة .

- حزمة البرامج الإحصائية SPSS V23 وهذا من أجل تحليل النتائج و معرفتها إحصائيا وتم حساب كل من :

- اختبار ANOVA لتحليل التباين الأحادي .

- اختبار Tukey للفروقات البعدية .

### خلاصة :

لقد شمل محتوى هذا الفصل الإجراءات الميدانية ، فكان الاستطلاع تمهيدا للعمل الميداني بالإضافة إلى الأجزاء الأخرى للبحث فيما يخص الاختبارات المهارية ، عينة البحث ، مجالاته وكذا الدراسة الإحصائية .

حيث أن هذه الإجراءات تعتبر أسلوب منهجي في أي بحث ، يسعى إلى أن يكون دراسة علمية تركز عليه الدراسات الأخرى ، بالإضافة إلى أنها تساعد الباحث على تحليل النتائج التي توصل إليها .

# الفصل الخامس

## 1- عرض نتائج الدراسة :

## 1-1- عرض النتائج الخاصة بالإختبارات المهارية للمستويات الثلاث :

جدول رقم (03) : يمثل النتائج العامة لاختبارات الأداء المهاري بالنسبة للمستويات الثلاث.

المستويات الاختبارات	المستوى الأول (أمل مروانة)	المستوى الثاني (الشباب الرياضي سريانة)	المستوى الثالث (شباب تالخت)
اختبار تنطيط الكرة بالمسافة	13.94 ± 40.18	15.07 ± 26.29	14.60 ± 20.12
اختبار رمية التماس	3.11 ± 7.18	2.28 ± 5.29	3.52 ± 5.18
اختبار الجري المتعرج بين القوائم	2.02 ± 19.70	2.19 ± 20.76	2.38 ± 21.84
اختبار دقة التمرير قصير المسافة	2.54 ± 8.06	3.60 ± 5.88	3.45 ± 7.59
اختبار دقة التمرير طويل المسافة	2.48 ± 4.82	1.62 ± 2.41	1.78 ± 2.06

البيانات مكتوبة على شكل متوسط حسابي ± إنحراف معياري

من خلال الجدول رقم (03) نلاحظ أن فريق أمل مروانة (المستوى الأول) قد حقق متوسطا حسابيا يقدر بـ (40.18) في اختبار تنطيط الكرة بالمسافة ، (7.18) في اختبار دقة رمية التماس ، (19.70) في اختبار الجري المتعرج بين القوائم ، (8.06) في اختبار دقة التمرير قصير المسافة ، و (4.82) في اختبار دقة التمرير طويل المسافة ، كما سجل أيضا انحرافا معياريا في نفس الإختبارات يقدر (13.94) ، (3.11) ، (2.02) ، (2.54) ، (2.48) على التوالي ، كما لاحظنا أيضا أن فريق الشباب الرياضي سريانة (المستوى الثاني) تحصل على متوسط حسابي (26.29) في اختبار تنطيط الكرة بالمسافة ، (5.29) في اختبار رمية التماس ، (20.76) في اختبار الجري المتعرج بين القوائم ، (5.88) في اختبار

دقة التمرير قصير المسافة ، (2.41) في اختبار دقة التمرير طويل المسافة ، وكان له انحراف معياري في نفس الاختبارات (15.07) ، (2.28) ، (2.19) ، (3.60) ، (1.62) على التوالي ، في حين سجل فريق شباب تالخت (المستوى الثالث) متوسط حسابي يقدر بـ (20.12) في اختبار تنطيط الكرة بالمسافة ، (5.18) في اختبار رمية التماس ، (21.84) في اختبار الجري المتعرج بين القوائم ، (7.59) في اختبار دقة التمرير قصير المسافة و (2.06) في اختبار دقة التمرير طويل المسافة ، أما الانحراف المعياري فقدر بـ (14.60) ، (3.52) ، (2.38) ، (3.45) ، (1.78) على التوالي .

**جدول رقم (04) :** يمثل النتائج العامة لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في الاختبارات المهارية .

الإختبارات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	نوع الفرق
تنطيط الكرة	المتر	بين المجموعات	3388.27	2	1694.13	8	إحصائيا دالة
		داخل المجموعات	10153.76	48	211.53		
رمية التماس	الدرجات	بين المجموعات	42.82	2	21.41	2.35	إحصائيا غير دالة
		داخل المجموعات	436.47	48	9.09		
الجري بالكرة في خط متعرج	الثانية	بين المجموعات	38.97	2	19.48	4.01	إحصائيا دالة
		داخل المجموعات	232.84	48	4.85		
دقة التمرير القصير	الدرجات	بين المجموعات	44.58	2	22.29	2.09	إحصائيا غير دالة
		داخل المجموعات	510.82	48	10.64		
دقة التمرير الطويل	الدرجات	بين المجموعات	76.98	2	38.49	9.64	إحصائيا دالة
		داخل المجموعات	191.52	48	3.99		

قيمة (ف) الجدولية أمام درجتى حرية (2 ، 48) وعند نسبة خطأ  $\geq (0.05) = 3.19$  .



لغرض التحقق من معنوية الفروق بين المتوسطات الحسابية للمستويات الثلاث تم استخدام صيغة تحليل التباين للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعات ، حيث يبين الجدول رقم (04) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين إختباري (رمية التماس ، دقة التمرير القصير) ، بينما نلاحظ وجود فروق دالة إحصائياً بين إختبارات (تنطيط الكرة ، الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم ، وكذا دقة التمرير الطويل) . مما يدل على وجود فروق في الأداء المهاري بين المستويات الثلاث .

## 1-2- عرض ومناقشة الفرضيات :

**الفرضية الأولى :** توجد فروق في مهارة تنطيط الكرة بالمسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .

**جدول رقم (05) :** يمثل النتائج العامة لإختبار تنطيط الكرة بالمسافة .

المستوى الثالث (شباب تالخت)	المستوى الثاني (الشباب الرياضي سريانة)	المستوى الأول (أمل مروانة)	المستويات الإختبار
14.60±20.12	15.07±26.29	13.94±40.18	إختبار تنطيط الكرة بالمسافة

المعطيات مكتوبة على شكل : متوسط حسابي ± انحراف معياري

من خلال الجدول رقم (05) ، يتبين أن فريق أمل مروانة (المستوى الأول) حقق في إختبار تنطيط الكرة بالمسافة متوسطاً حسابياً يقدر بـ (40.18) ، وانحراف معياري (13.94) ، بينما حقق فريق الشباب الرياضي سريانة (المستوى الثاني) متوسط حسابي يساوي (26.29) ، وانحراف معياري (15.07) ، في حين سجل فريق شباب تالخت متوسط حسابي يقدر بـ (20.12) ، وانحراف معياري (14.60) .

جدول رقم (06) : يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار تنطيط الكرة .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	دلالة الفروق
بين المجموعات	3388.27	2	1694.13	8	Sig=0.001 معنوي
داخل المجموعات	10153.76	48	211.53		
المجموع	13742.03	50			

قيمة (F) الجدولية = (3.19) عند مستوى دلالة (0.05)

من خلال نتائج الجدول (06) يتبين أن متوسط انحراف المربعات بين المجموعات (3388.27) ، فيما كان متوسط انحراف المربعات داخل المجموعات (10153.76) ، وبلغت قيمة (ف) المحسوبة (8) ، بينما كانت قيمة (ف) الجدولية (3.19) عند درجتي حرية (2 ، 48) ومستوى دلالة (0.05) . وهذا يدل على وجود فرق معنوي بين المجموعات في نتائج اختبار تنطيط الكرة بالمسافة .

جدول رقم (07) : يمثل نتائج اختبار توكي (Tukey) للمقارنات البعدية بين المستويات الثلاث في اختبار تنطيط الكرة بالمسافة .

المستويات المقارن بينها	الفرق بين المتوسطات الحسابية	نتائج الفروق	مستوى الدلالة (sig)	دلالة الفروق
المستوى 1 – المستوى 2	26.29 – 40.18	*13.88	0.021	معنوي لصالح المستوى الأول
المستوى 1 – المستوى 3	20.12 – 40.18	*20.05	0.001	
المستوى 2 – المستوى 3	20.12 – 26.29	6.17	0.43	

(\* دالة عند مستوى 0.05)

لغرض معرفة أي المستويات حققت نتيجة أفضل تم استخدام قانون توكي للمقارنات البعدية ، كما هو موضح في الجدول (07) ، وبعد مقارنة قيم الفروق في المتوسطات الحسابية بين كل مجموعتين على حدى ظهر أن المجموعة الأولى حققت أعلى فروق بينها وبين المتوسطات الحسابية للمستويات الأخرى ، وهذا يعني أن هذه المجموعة هي أفضل المستويات في اختبار تنطيط الكرة بالمسافة .

**الفرضية الثانية :** توجد فروق في مهارة رمية التماس لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .

**جدول رقم (08) :** يمثل النتائج العامة لاختبار رمية التماس .

المستوى الثالث (شباب تالخت)	المستوى الثاني (الشباب الرياضي سريانة)	المستوى الأول (أمل مروانة)	المستويات الاختبار
3.52±5.18	2.28±5.29	3.11±7.18	اختبار رمية التماس

المعطيات مكتوبة على شكل : متوسط حسابي ± إنحراف معياري

من خلال الجدول رقم (08) ، يتبين أن فريق أمل مروانة (المستوى الأول) حقق في اختبار رمية التماس متوسطا حسابيا يقدر بـ (7.18) ، وانحراف معياري (3.11) ، بينما حقق فريق الشباب الرياضي سريانة (المستوى الثاني) متوسط حسابي يساوي (5.29) ، وانحراف معياري (2.28) ، في حين سجل فريق شباب تالخت متوسط حسابي يقدر بـ (5.18) ، وانحراف معياري (3.52) .

**جدول رقم (09) :** يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار رمية التماس .

دلالة الفروق	قيمة (F) المحسوبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
Sig=0.10 غير معنوي	2.35	21.41	2	42.82	بين المجموعات
		9.09	48	436.47	داخل المجموعات
			50	479.29	المجموع

قيمة (F) الجدولية = (3.19) عند مستوى دلالة (0.05) .

من خلال الجدول رقم (09) نلاحظ أن قيمة متوسط انحراف المربعات بين المجموعات قد بلغ (42.82) ، فيما كان متوسط انحراف المربعات داخل المجموعات (436.47) ، وبلغت قيمة (ف) المحسوبة (2.53) ، بينما كانت قيمة (ف) الجدولية (3.19) أمام درجتي حرية (2 ، 48) ومستوى دلالة (0.05) ، وهذا ما يدل على وجود فروق غير معنوية بين نتائج اختبار رمية التماس بالنسبة للمستويات الثلاث .

**الفرضية الثالثة :** توجد فروق في مهارة الجري بالكرة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .

**جدول رقم (10) :** يمثل النتائج العامة لاختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم .

المستويات الاختبار	المستوى الأول (أمل مروانة)	المستوى الثاني (الشباب الرياضي سريانة)	المستوى الثالث (شباب تالخت)
اختبار الجري المتعرج بين القوائم	2.02±19.70	2.19±20.76	2.38±21.84

المعطيات مكتوبة على شكل : متوسط حسابي ± انحراف معياري

من خلال الجدول رقم (10) ، يتبين أن فريق أمل مروانة (المستوى الأول) حقق في اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم متوسطا حسابيا يقدر بـ (19.70) ، وانحراف معياري (2.02) ، بينما حقق فريق الشباب الرياضي سريانة (المستوى الثاني) متوسط حسابي يساوي (20.76) ، وانحراف معياري (2.19) ، في حين سجل فريق شباب تالخت متوسط حسابي يقدر بـ (21.84) ، وانحراف معياري (2.38) .

**جدول رقم (11):** يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	دلالة الفرق
بين المجموعات	38.97	2	19.48	4.01	Sig=0.024 معنوي
داخل المجموعات	232.84	48	4.85		
المجموع	271.81	50			

قيمة (F) الجدولية = (3.19) عند مستوى دلالة (0.05) .

من خلال الجدول (11) يتبين أن قيمة متوسط انحراف المربعات بين المجموعات قد بلغ (97.38) ، فيما كان متوسط انحراف المربعات داخل المجموعات (232.84) ، وبلغت قيمة (ف) المحسوبة (4.01) ، بينما كانت قيمة (ف) الجدولية (3.19) عند درجتي حرية (2 ، 48) ، ومستوى دلالة (0.05) ، وهذا ما يدل على وجود فرق معنوي بين المستويات الثلاث في نتائج اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم .

**جدول رقم (12):** يمثل نتائج اختبار توكي (Tukey) للمقارنات البعدية بين المستويات الثلاث في اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم .

المستويات المقارن بينها	الفرق بين المتوسطات الحسابية	نتائج الفرق	مستوى الدلالة (sig)	دلالة الفرق
المستوى 1 – المستوى 2	19.70 – 20.76	-1.05	0.35	معنوي لصالح المستوى الأول
المستوى 1 – المستوى 3	19.70 – 21.84	-2.14*	0.01	
المستوى 2 – المستوى 3	20.76 – 21.84	-1.08	0.33	

(\* دالة عند مستوى 0.05)

لغرض معرفة أي المستويات حققت نتيجة أفضل تم استخدام قانون توكي للمقارنات البعدية ، كما هو موضح في الجدول (12) ، وبعد مقارنة قيم الفروق في المتوسطات الحسابية بين كل مجموعتين على حدى ظهر أن المجموعة الأولى حققت أعلى فروق بينها وبين المتوسطات الحسابية للمستويات الأخرى ، وهذا يعني أن هذه المجموعة هي أفضل المستويات في اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم .

**الفرضية الرابعة :** توجد فروق في مهارة دقة التمرير قصير المسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .

**جدول رقم (13) :** يمثل النتائج العامة لاختبار دقة التمرير قصير المسافة .

المستوى الثالث (شباب تالخت)	المستوى الثاني (الشباب الرياضي سريانة)	المستوى الأول (أمل مروانة)	المستويات الاختبار
3.45±7.59	3.60±5.88	2.54±8.06	اختبار دقة التمرير قصير المسافة

المعطيات مكتوبة على شكل : متوسط حسابي ± انحراف معياري .

من خلال الجدول رقم (13) ، يتبين أن فريق أمل مروانة (المستوى الأول) حقق في دقة التمرير قصير المسافة متوسطا حسابيا يقدر بـ (8.06) ، وانحراف معياري (2.54) ، بينما حقق فريق الشباب الرياضي سريانة (المستوى الثاني) متوسط حسابي يساوي (5.88) ، وانحراف معياري (3.60) ، في حين سجل فريق شباب تالخت متوسط حسابي يقدر بـ (7.59) ، وانحراف معياري (3.45) .

**جدول رقم (14) :** يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار دقة التمرير قصير المسافة .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	دلالة الفروق
بين المجموعات	44.58	2	22.29	2.09	Sig=0.13 غير معنوي
داخل المجموعات	510.82	48	10.64		
المجموع	555.41	50			

قيمة (F) الجدولية = (3.19) عند مستوى دلالة (0.05) .

من خلال الجدول (14) نلاحظ أن قيمة متوسط انحراف المربعات بين المجموعات قد بلغ (58.44) ، فيما كان متوسط انحراف المربعات داخل المجموعات (510.82) ، وبلغت قيمة (ف) المحسوبة (2.09) ، بينما كانت قيمة (ف) الجدولية (3.19) أمام درجتي حرية (2 ، 48) ومستوى دلالة (0.05) ، وهذا ما يدل على وجود فرق غير معنوي بين نتائج اختبار دقة التمرير قصير المسافة بالنسبة للمستويات الثلاث .

**الفرضية الخامسة :** توجد فروق في مهارة دقة التمرير طويل المسافة لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .

**جدول رقم (15) :** يمثل النتائج العامة لاختبار دقة التمرير طويل المسافة .

المستويات الإختبار	المستوى الأول (أمل مروانة)	المستوى الثاني (الشباب الرياضي سريانة)	المستوى الثالث (شباب تالخت)
اختبار دقة التمرير طويل المسافة	2.48±4.82	1.62±2.41	1.78±2.06

المعطيات مكتوبة على شكل : متوسط حسابي ± انحراف معياري .

من خلال الجدول رقم (15) ، يتبين أن فريق أمل مروانة (المستوى الأول) حقق في اختبار دقة التمرير طویل المسافة متوسط حسابيا يقدر بـ (4.82) ، وانحراف معياري (2.48) ، بينما حقق فريق الشباب الرياضي سريانة (المستوى الثاني) متوسط حسابي يساوي (2.41) ، وانحراف معياري (1.62) ، في حين سجل فريق شباب تالخت متوسط حسابي يقدر بـ (2.06) ، وانحراف معياري (1.78) .

**جدول رقم (16) :** يمثل نتائج اختبار (ف) لتحليل التباين بين المستويات الثلاث في اختبار دقة التمرير طویل المسافة .

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	دلالة الفروق
بين المجموعات	76.98	2	38.49	9.64	Sig= 0.00 معنوي
داخل المجموعات	191.52	48	3.99		
المجموع	268.51	50			

قيمة (F) الجدولية = (3.19) عند مستوى دلالة (0.05) .

من خلال الجدول رقم (16) نلاحظ أن قيمة متوسط انحراف المربعات بين المجموعات قد بلغ (76.98) ، فيما كان متوسط انحراف المربعات داخل المجموعات (191.52) ، وبلغت قيمة (ف) المحسوبة (9.64) ، بينما كانت قيمة (ف) الجدولية (3.19) عند درجتى حرية (2 ، 48) ، ومستوى دلالة (0.05) ، وهذا ما يدل على وجود فرق معنوي بين المستويات الثلاث في نتائج اختبار دقة التمرير طویل المسافة.



جدول رقم (17) : يمثل نتائج اختبار توكي (Tukey) للمقارنات البعدية بين المستويات الثلاث في اختبار دقة التمرير طويل المسافة .

المستويات المقارن بينها	الفرق بين المتوسطات الحسابية	نتائج الفروق	قيمة (F) المحسوبة	دلالة الفروق
المستوى 1 – المستوى 2	2.41 – 4.82	*2.41	0.003	معنوي لصالح المستوى الأول
المستوى 1 – المستوى 3	2.06 – 4.82	*2.76	0.001	
المستوى 2 – المستوى 3	2.06 – 2.41	0.35	0.86	

(\* دالة عند مستوى 0.05)

لغرض معرفة أي المستويات حققت نتيجة أفضل تم استخدام قانون توكي للمقارنات البعدية ، كما هو موضح في الجدول (17) ، وبعد مقارنة قيم الفروق في المتوسطات الحسابية بين كل مجموعتين على حدى ظهر أن المجموعة الأولى حققت أعلى فروق بينها وبين المتوسطات الحسابية للمستويات الأخرى ، وهذا يعني أن هذه المجموعة هي أفضل المستويات في اختبار دقة التمرير طويل المسافة .

2- استنتاجات عامة :

استنادا إلى النتائج المتحصل عليها في الاختبارات المهارية التالية (تنطيط الكرة بالمسافة ، الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم ، و دقة التمرير طويل المسافة) ، تبين أن فرق المستويات الثلاث حققت قيم ونتائج مهارية بنسب مختلفة ، حيث تفوق فيها الفريق الذي ينشط في المستوى الأول (أمل مروانة) وحقق أحسن الفروق في المتوسطات الحسابية عن باقي فرق المستويات الأخرى (المستوى الثاني و المستوى الثالث) والتي حققت مستوى متقارب في هذه الاختبارات ، وهذا ما تؤكدته الجداول التالية :

بالنسبة لمهارة تنطيط الكرة بالمسافة : الجداول رقم (07،06،05) .

بالنسبة لمهارة الجري بالكرة : الجداول رقم (12،11،10) .

بالنسبة لمهارة التمرير طويل المسافة : الجداول رقم (17،16،15) .

ويعود ذلك حسب رأينا إلى عدة عوامل تتمثل في كون الفرق الأعلى درجة ومستوى تمتلك مدربين ذوي كفاءة وثقافة تدريبية جيدة تساعدهم على وضع برامج تدريبية وتخطيط يتماشى مع متطلبات الفئة العمرية ويخضع للأساليب العلمية ، ويصاحب ذلك أيضا توفر الوسائل والإمكانات المادية ، في حين نجد العكس كلما نزلنا إلى المستويات الدنيا .

في حين أن نتائج اختبارات رمية التماس ، ودقة التمرير قصير المسافة قد بينت أن الفروق بين المستويات الثلاث في هذه الاختبارات غير دالة إحصائيا ، مما يدل على تقارب في الأداء المهاري بالنسبة للاعبين الفرق الثلاثة ، وهذا ما تؤكدته الجداول التالية :

بالنسبة لمهارة رمية التماس : الجداول رقم (09،08) .

بالنسبة لمهارة التمرير قصير المسافة : الجداول رقم (14،13) .

ويعود ذلك إلى :

- كون مهارة رمية التماس مهارة بسيطة يتعلمها اللاعب منذ الفئات الصغرى كما لا تستدعي أن يكون اللاعب مهاريا لدرجة عالية لتأديتها .

- تركيز المدربين على مهارة التمرير قصير المسافة أثناء التدريب وإعطاءها الأولوية عن باقي المهارات الأخرى نظرا للدور الهام والحاسم الذي تلعبه في مختلف المباريات والمنافسات .

من خلال فرضية البحث التي تشير إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى التحكم المهاري لفئة الأواسط حسب مستوى المنافسة (القسم الوطني الثاني هواة ، القسم الجهوي ، القسم الشرفي) ، وجدنا أن فرضيات البحث قد تحققت جزئيا من خلال النتائج التي توصلنا إليها من الاختبارات المهارية بعد معالجتها إحصائيا .

**خاتمة :**

من خلال الدراسة التي أجريناها بشقيها النظري والميداني ، توصلنا إلى أن عملية الإعداد المهاري بالغة الأهمية خاصة عند الناشئين ، فمهما بلغ اللاعب من مستوى بدني وصفات خلقية وتربوية وإرادية ، فإنه لن يحقق النتائج المطلوبة لأداء المباراة أو اللعبة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان للمهارات الأساسية الحركية ، كما يعتبر الأداء المهاري الجيد والتحكم في المهارات الأساسية في كرة القدم الحديثة العامل الأهم والفيصل في نجاح خطط اللعب التي ينتهجها الفريق وتحقيق النتائج الإيجابية لصالحه .

وبهدف الوقوف على مستوى التحكم المهاري للاعبين الناشئين ومدى التباين في الأداء حسب مستوى المنافسة ، وبعد الانتهاء من تفسير ومناقشة النتائج المتحصل عليها توضح لنا ما يلي :

وجود فروق في مستوى التحكم في مهارات التنطيط بالكرة ، الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم ودقة التمرير طويل المسافة ، بين المستويات الثلاث ( القسم الوطني الثاني هواة ، الجهوي الأول و الشرفي ) حيث كانت أفضل هذه النتائج للمستوى الأول (أمل مروانة) .

عدم وجود فروق في مستوى التحكم في مهارات رمية التماس ، ودقة التمرير قصير المسافة بين المستويات الثلاث .

عموما يمكن القول أن هذه الدراسة كشفت عن ارتباط مستوى التحكم المهاري عند شبان كرة القدم بمستوى المنافسة ، وعلى هذا الأساس نأمل في أن تكون هذه الدراسة منطلقا لدراسات مستقبلية تضم عوامل أخرى من شأنها أن تساهم في الارتقاء بمستوى الناشئين والوصول بهم لتحقيق أعلى درجات الأداء والتكامل في كرة القدم .

# قائمة المراجع

## أولاً : قائمة الكتب باللغة العربية

- 1- طلعة حسام الدين ، التعلم الحركي والتحكم الحركي - مبادئ ونظريات وتطبيقات - ، مركز الكتاب والنشر ، ط1 ، مصر ، 2006 .
- 2- محمود موفق أسعد ، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ، ط1 ، دار نجلة ، عمان ، 2000 .
- 3- مأمور بن حسن آل سلمان ، كرة القدم بين المصالح و المفاصد الشرعية ، ط 2 ، دار ابن حزم ، لبنان ، 1998 .
- 4- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ، الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، مصر، 1987 .
- 5- حنفي محمود مختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1994 .
- 6- محمد حازم ، محمد أبو يوسف ، أسس اختيار الناشئين في كرة القدم ، دار الوفاء للطباعة و النشر، مصر، 2005 .
- 7- محمد حسن علاوي ، علم التدريب الرياضي ، دار المعارف ، مصر، 1972 .
- 8- إبراهيم شعلان ، محمد عفيفي ، كرة القدم للناشئين ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، 2001 .
- 9- غازي صالح محمود ، هاشم ياسر حسن ، كرة القدم التدريب المهاري ، ط1 ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان ، 2013 .
- 10- أشرف جابر، صبري العدوي ، كرة القدم ، مطبعة كلية التربية الرياضية للبنين ، حلوان ، مصر، 1996 .
- 11- حنفي محمود مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1994 .
- 12- محمد عبده ، مفتي إبراهيم ، الإعداد المتكامل للاعبين كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1984 .

- 13- حسن السيد أبو عبده ، الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ، ط 1 ، مكتبة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، مصر ، 2002 .
- 14- تامر محسن ، واثق ناجي ، كرة القدم وعناصرها الأساسية ، مطبعة بغداد ، العراق ، 1989 .
- 15- بطرس رزق الله ، متطلبات لاعب كرة القدم البدنية و المهارية ، مطبعة الإسكندرية ، مصر ، 1992 .
- 16- حسن عبد الجواد ، كرة القدم ، ط6 ، دار العلم للملايين ، لبنان ، 1984 .
- 17- صالح محمد أبو جادو ، علم النفس التطوري - الطفولة والمراهقة - ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، ط 3 ، الأردن ، 2011 .
- 18- صلاح الدين العمرية ، علم النفس النمو ، مكتبة المجتمع العربي ، ط 1 ، الاردن ، 2011 .
- 19- سامي محمد ملحم ، علم نفس النمو - دورة حياة الإنسان - ، دار الفكر ناشرون وموزعون ، ط 1 ، الأردن ، 2004 .
- 20- محمد عودة الريماوي ، علم نفس النمو الطفولة والمراهقة ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، ط 1 ، الأردن ، 2003 .
- 21- حامد عبد السلام زهران ، علم نفس النمو ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1988 .
- 22- أسامة كامل راتب ، النمو الحركي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 .
- 23- كامل محمد عويضة ، علم النفس النمو ، ط 1 ، دار الكتب العلمية ، جدة ، 1984 .
- 24- عبد الرحمان سيد سليمان ، نمو الإنسان في الطفولة والمراهقة ، مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة ، 1998 .
- 25- فؤاد البهي السيد ، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 .
- 26- مسارع حسن الراوي ، دراسات حول التربية في البلاد العربية ، دار الفكر العربي ، مصر ، 1987 .

- 27- توما جورج خوري ، سيكولوجية النمو عند الطفل المراهق ، ط 1 ، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر ، لبنان ، 2000 .
- 28- عماد الدين إسماعيل ، النمو في مرحلة المراهقة ، دار القلم ، لبنان ، 1982 .
- 29- فاخر عاقل ، علم النفس التربوي ، ط 1 ، دار العلم للملايين ، بيروت ، 1972 .
- 30- محمد عماد الدين إسماعيل ، النمو في مرحلة المراهقة ، دار القلم ، الكويت ، 1982 .
- 31- صلاح الدين العمرية ، علم النفس النمو ، مكتبة المجتمع العربي ، ط 1 ، الأردن ، 2011 .
- 32- كمال دسوقي ، النمو التربوي للطفل والمراهق ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1981 .
- 33- ميخائيل خليل معوض ، مشكلات المراهقة في المدن و الريف ، دار المعرفة ، مصر ، 1971 .
- 34- محمد عبد الرحمان عدس ، تربية المراهقين ، دار الفكر للطباعة والنشر، الأردن ، 2000 .
- 35- محمد حسن علاوي ، علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2002 .
- 36- محمود عبد الفتاح عنان ، سيكولوجية التربية البدنية والرياضية ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995 .
- 37- أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، التدريب الرياضي ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997 .
- 38- أمين أنور الخولي ، الرياضة والمجتمع ، سلسلة عالم المعرفة ، الكويت ، 1996 .
- 39- كمال يحيى الريفي ، التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرون ، ط 2 ، الجامعة الأردنية ، الأردن ، 2004 .
- 40- ناصر ثابت ، أضواء على الدراسة الميدانية ، ط 1 ، مكتبة الفلاح ، الكويت ، 1984 .
- 41- محمد حسن علاوي وكامل راتب ، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 .

42- سعيد جاسم الأسدي ، أخلاقيات البحث العلمي ، ط2 ، مؤسسة وارث الثقافية ، بغداد ، 2008 .

43- رحيم يونس كرو العزاوي ، مقدمة في منهج البحث العلمي ، ط1 ، دار دجلة ناشرون وموزعون ، الأردن ، 2008 .

### ثانيا : المذكرات و رسائل التخرج

1- منزر كريم ، دراسة الخصائص المهارية عند الناشئين في كرة القدم (15-17 سنة) ، مذكرة ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، تخصص التربية وعلم الحركة ، جامعة باتنة.

2- بوحاج مزيان ، عملية تقويم القدرات البدنية والمهارية من خلال بطارية اختبارات أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أوسط (17-19 سنة) ، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية ، تخصص تدريب رياضي ، معهد سيدي عبد الله زرالدة ، جامعة الجزائر 3 .

3- بن قوة علي ، تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم (14-16 سنة) ، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية ، تخصص تدريب رياضي ، قسم التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر.

### ثالثا : القواميس والمعاجم باللغة العربية

1- عبد الهادي ثابت ، قاموس اللسان العربي الصغير ، دار الهداية ، الجزائر .

2- المنجد في اللغة العربية و الأعلام ، دار المشرق، لبنان، 1987.



# ملخص الدراسة

**عنوان الدراسة :** دراسة الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة ( قسم الهواة ، الجهوي والشرفي )

## أهداف الدراسة :

- إبراز الدور الفعال الذي يلعبه الإعداد المهاري في كرة القدم خلال المنافسة .
- معرفة الفروق بين مستوى التحكم المهاري للشبان في كرة القدم وعلاقتها بمستوى المنافسة.
- إدراك العلاقة الموجودة بين الإعداد المهاري و أداء اللاعب أثناء المنافسة.

## مشكلة الدراسة :

- هل توجد فروق في الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة ؟

## فرضية الدراسة :

- توجد فروق في الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم حسب مستوى المنافسة .

## إجراءات الدراسة :

**العينة :** تم اختيارها بشكل مقصود و شملت (51) لاعبا من ثلاث فرق من ولاية باتنة تنشط في مستويات مختلفة (القسم الوطني الثاني هواة ، القسم الجهوي الأول ، القسم الشرفي)

**المنهج المتبع :** اعتمدنا المنهج الوصفي لتوضيح المفاهيم والمصطلحات وتحليل المتغيرات وإعطاء النتائج المتوصل إليها انطلاقا من الاختبارات .

**الأدوات المستعملة في الدراسة :** استخدمنا في دراستنا الميدانية اختبارات الأداء المهاري.

## النتائج المتوصل إليها :

لقد أثبتت نتائج الدراسة وجود فروق في الأداء في مهارات ( التنطيط بالكرة ، الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم ودقة التمرير طويل المسافة) بين المستويات الثلاث (القسم الوطني الثاني هواة، الجهوي الأول ، الشرفي) حيث كانت أفضل هذه النتائج للمستوى الأول ، كما سجلنا أيضا عدم وجود فروق في الأداء بالنسبة لمهارة (رمية التماس ودقة التمرير قصير المسافة) بين المستويات الثلاث . ومن خلال هذه النتائج تبين لنا أن لاعبي فريق المستوى الأول أفضل من الناحية المهارية من لاعبي المستوى الثاني والثالث .