



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة -
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي



رقم:.....

مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر
تخصص: تدريب رياضي نخبوي

العنوان:

دراسة بعض الخصائص البدنية والمهارية لدى أشبال كرة القدم
(U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)

(دراسة مقارنة بين فريقي اتحاد بسكرة والجيل الجديد العالية فئة الأشبال U17)

تحت إشراف:

- د. شتيوي عبد المالك

من إعداد:

- كليب هواري بومدين

- قحمام عبد الله

السنة الجامعية: 2021/2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الإهداء

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك إلى الله عز

وجل

إلى الشمعة التي احترقت لتضيء دربي وتجعل السعادة والحب رمزا يحمله قلبي

إلى القلب الكبير الذي لا يعرف إلا الحب والعطاء أطال الله في عمرها سأظل أعتزف بجميلها طوال حياتي

أمي الغالية

إلى من أنار الدنيا من حولي بنور الشموع ومدني بالأمني فحكت عن جهوده نسيم الرياض وأثنت عليه

أنفاس الأنوار إليك أبي الغالي

إلى سر وجودي أمي وأبي

إلى من كانا رجائي في شدتي وعزائي أمي وأبي

إلى كل من كرسا حياتهما في سبيل سعادتي، إلى من تعب كثيرا من أجل تعليمي وتربيتي أمي وأبي

إلى من قاسموني أحلامي إخوتي الأعزاء " أسامة، الصادق عبد الكريم، نسيم، وسيم " وأخواتي العزيزات

إلى جميع الأهل والأقارب وخاصة عمتي الغالية وإلى كل عائلة " كليب "

إلى زملائي الذين كانوا خير عون لي، إلى كل الأصدقاء " خالد، ماسينيسا، رياض، إسلام، حميد..."

إلى الأساتذة الذين أحاطوني بالتوجيهات وقدموا لي يد العون لإنجاز هذه المذكرة، إلى كل من ساعدني في

دراستي سواء من قريب أو من بعيد، فشكرا لكم ونسأل الله ألا يحرملك من خير الدنيا والآخرة.

كليب هواري بومدين

الإهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى والدي الكريمين أطال الله لي في عمرهما وحفظهما لي،

أهديه إلى أغلى إنسانة في هذه الدنيا إلى ملاكي وسر وجودي في هذه الحياة

إلى من دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي

أمي الغالية،

إلى من أحمل اسمه بكل افتخار إلى رمز الشهامة والرجولة إلى من ستبقى كلماته نجوم أهدي بها اليوم

وفي الغد وإلى الأبد

أبي الغالي،

كما أهدي هذا العمل إلى إخوتي وأخواتي،

إلى كل عائلة قحمام،

وإلى جميع الأصدقاء " علاء، هوارى بومدين، أيمن، محمد "،

وإلى الزملاء بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بسكرة،

إلى كل من يعرفني اهدي له هذا العمل.

قحمام عبد الله

الشكر والتقدير

نحمد الله ونشكره على نعمه التي لا تعد ولا تحصى

ونصلي على الحبيب المصطفى عليه الصلاة والسلام أما بعد:

نرفع أسما آيات شكرنا وامتناننا لأستاذنا المشرف

الدكتور المحترم " شتيوي عبد المالك " اعتراف بفضلته في توجيه

مسيرة هذا البحث حتى أصبح على ما هو عليه، والذي

لم يبخل علينا بتوجيهاته وإرشاداته التي ساهمت بكثير في انجاز هذا العمل المتواضع.

وإلى الذين علمونا النفاؤل والمضي قدما، ووقفوا إلى

جانبنا ولم يبخلوا علينا وكذا الذين كانوا عوننا لنا في

بحثنا هذا من قريب أو من بعيد.

نسأل الله تعالى أن يجزي خير الجزاء كل من ساعدنا في إتمام هذا العمل

ولو بكلمة تشجيعية والله ولي التوفيق.



قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
-	- البسمة
-	- الإهداء
-	- الشكر والتقدير
-	- قائمة المحتويات
-	- قائمة الجداول
-	- قائمة الأشكال
أ.ب	- مقدمة
الجانب التمهيدي: المدخل العام للبحث	
4	1- الإشكالية
5	2- الفرضيات
6	3- أهداف الدراسة
6	4- أهمية الدراسة
7	5- أسباب اختيار الموضوع
7	6- تحديد المصطلحات والمفاهيم
الجانب النظري والخلفية العلمية	
الفصل الأول: الدراسات السابقة والمثابفة	
12	- تمهيد
13	1- عرض الدراسات السابقة والمثابفة
18	2- التعليق على الدراسات السابقة والمثابفة
19	3- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة والمثابفة
20	- خلاصة
الفصل الثاني: كرة القدم ومستويات اللعب	

22	- تمهيد
23	1- تعريف كرة القدم
23	2- نبذة تاريخية عن كرة القدم
24	3- كرة القدم في الجزائر
24	4- المبادئ الأساسية لكرة القدم
25	5- قوانين كرة القدم
28	6- متطلبات كرة القدم الحديثة
30	7- مستويات اللعب في كرة القدم
31	8- مستويات اللعب في كرة القدم الجزائرية
32	- خلاصة
الفصل الثالث: الصفات البدنية والمهارات الأساسية في كرة القدم	
34	- تمهيد
35	1- تعريف الصفات البدنية
35	2- مكونات الصفات البدنية
35	1-2 القوة
37	2-2 التحمل
38	2-3 السرعة
39	2-4 الرشاقة
40	2-5 المرونة
41	2-6 التوافق
42	3- أهمية الصفات البدنية للاعبين كرة القدم
42	4- تعريف المهارات الأساسية في كرة القدم
42	5- تقسيم المهارات الأساسية في كرة القدم
42	5-1 المهارات الأساسية بدون كرة

42	5-1-1 الجري وتغيير الاتجاه
43	5-1-2 الوثب (الارتقاء)
43	5-1-3 الخداع والتمويه
44	5-2 المهارات الأساسية بالكرة
44	5-2-1 التمرير
45	5-2-2 استقبال الكرة
45	5-2-3 الجري بالكرة
46	5-2-4 المراوغة (الجري بالكرة وتغيير الاتجاه)
47	5-2-5 التصويب
48	5-2-6 ضرب الكرة بالرأس
48	6- أهمية التدريب على الصفات المهارية للاعب كرة القدم
49	- خلاصة
الفصل الرابع: الفئة العمرية - الأثبال - (15-17) سنة	
51	- تمهيد
52	1- تعريف الفئة العمرية - الأثبال - (15-17) سنة
52	2- مراحل المراقبة
52	2-1 المراقبة المبكرة (12-14) سنة
52	2-2 المراقبة المتوسطة (15-17) سنة
53	2-3 المراقبة المتأخرة (18-21) سنة
53	3- خصائص النمو في المرحلة العمرية (15-17) سنة
55	4- حاجات المرحلة العمرية (15-17) سنة
56	5- العوامل المؤثرة في سلوك المراهق
57	6- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين
58	- خلاصة
الجانب التطبيقي	

الفصل الأول: منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية	
61	- تمهيد
62	1- الدراسة الاستطلاعية
62	2- المنهج المستخدم
63	3- مجتمع الدراسة
63	4- عينة الدراسة
63	5- مجالات الدراسة
64	6- ضبط متغيرات الدراسة
64	7- أدوات الدراسة
69	8- الأسس العلمية للاختبارات
71	9- الأساليب الإحصائية
73	- خلاصة
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج	
75	- تمهيد
76	1- عرض وتحليل نتائج الاختبارات البدنية للفريقين
79	2- عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهارية للفريقين
الفصل الثالث: مناقشة وتفسير النتائج	
84	1- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات
88	- الاستنتاج العام
89	- الاقتراحات والتوصيات
91	- خاتمة
المصادر والمراجع	
الملاحق	
ملخص الدراسة	

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يبين أهم المهارات في كرة القدم	29
02	يبين مكتسبات اللاعبين الناجحين مستقبلا	30
03	يبين مستويات اللعب في كرة القدم الجزائرية	31
04	يبين طريقة التنقيط	68
05	يبين الأسس العلمية للاختبارات البدنية والمهارية	70
06	يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة في اختبار السرعة	76
07	يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة في اختبار الرشاقة	77
08	يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة في اختبار المرونة	78
09	يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة في اختبار دقة التمرير	79
10	يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة في اختبار دقة التصويب	80
11	يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة في اختبار اكراموف	81

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يوضح مقاييس وأبعاد ملعب كرة القدم	26
02	يوضح طريقة تنفيذ اختبار السرعة	65
03	يوضح طريقة تنفيذ اختبار الرشاقة	66
04	يوضح طريقة تنفيذ اختبار الثني الأمامي للجذع من الوقوف	67
05	يوضح طريقة تنفيذ اختبار دقة التمرير	67
06	يوضح طريقة تنفيذ اختبار دقة التصويب	68
07	يوضح طريقة تنفيذ اختبار اكراموف للجري بالكرة وتغيير الاتجاه	69
08	يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار السرعة	76
09	يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار الرشاقة	77
10	يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار المرونة	78
11	يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار دقة التمرير	79
12	يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار دقة التصويب	80
13	يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار اكراموف	81

مقدمة

مقدمة:

تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية الأكثر انتشاراً في مختلف بقاع العالم، فقد اكتسبت شعبية وجمهوراً كبيرين مقارنة بالرياضات الأخرى، ولضمان استمرارية مكانة هذه الرياضة لدى متابعيها وأملها في تطويرها إلى الأفضل، عمد القائمون عليها ذو الخبرة والاختصاص إلى البحث والتخطيط عن طريق ابتكار وتنمية المهارات وتطويرها وكذلك تطوير مختلف جوانب اللعبة من الجانب البدني أو الجانب النفسي أو الجانب المهاري التقني، وكل هذا التطور في لعبة كرة القدم نلاحظه ونشاهده بأعيننا في الملاعب العالمية والتنافس الشديد بين الفرق المختلفة، حتى أصبح لكل فريق طريقة فنية خاصة يلعب بها، بالإضافة إلى التغطية الإعلامية الكبيرة التي تحظى بها اللعبة.

ويشير أبو العينين (1987) أن أساليب اللعب الحديثة قد أظهرت في كأس العالم والدورات الأولمبية أهمية الحالة البدنية للاعب لما تتميز به هذه المباريات من إيقاع سريع لتحركات اللاعبين داخل الملعب وتنفيذ كمية كبيرة من العمل البدني المتميز بالشدة العالية والتي تظهر في سرعة أداء المهارات وبدايات الجري السريع وقوة الجسم التي تتضح في محاولة اللاعب الاستحواذ على الكرة من اللاعب المنافس وسرعة تغيير المراكز والاتجاهات كما يحدث في كثير من مهارات الخداع والسيطرة على الكرة والتمرير.

وتعتبر الخصائص البدنية القاعدة الأساسية للاعب كرة القدم، وهي القاعدة التي تبنى عليها باقي الإعدادات الأخرى سواءً المهارية أو الخططية أو النفسية، فكلما كان اللاعب جاهزاً من الناحية البدنية كلما استطاع تطبيق المهارات بشكل أفضل مع الاقتصاد في بذل الجهد والدقة والانسائية العالية، لذلك اهتم الخبراء بتنمية الخصائص البدنية وخاصة عند الناشئين من أجل الوصول إلى الإعداد المتكامل الشامل للناشئين من الناحيتين البدنية والمهارية مع عدم إغفال الناحية الخططية والنفسية. (عمر إبراهيم محمد، 2011-2012، ص2)

وقد عرفت الجزائر في الآونة الأخيرة تراجعاً نسبياً على مستوى الفرق والأندية وانحصرت النتائج على بعض منها أما البعض الآخر مازال يسير بخطى ثقيلة جداً بإتباعهم طرق تقليدية لا تتماشى مع تطور كرة القدم، ومن أجل الوصول باللاعبين والفرق إلى المستويات العالمية والمحافظة على الإنجاز في هذه الرياضة كان لابد من الاهتمام بالناشئين والمواهب الشابة التي أصبحت الشغل الشاغل للكثير من الدراسات العلمية التي تقوم بتحليل الأداء الرياضي في كرة القدم بكل جوانبه، وتحديد أهم المتطلبات البدنية والمهارية المميزة للاعب كرة القدم، وتعددت أهداف هذه الدراسات بتعدد الطرق المستعملة في البحث من جهة ومجالات التطبيق من جهة أخرى، فمنها ما تناول الفروق بين اللاعبين باختلاف مناصب اللعب، وفئة آخر اهتمت بتناول الفروق المميزة لكل مستوى من مستويات اللعب في كرة القدم.

ولهذا تمحور موضوع بحثنا حول دراسة بعض الخصائص البدنية والمهارية لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)، وقصد الخوض في هذا الموضوع قمنا بتقسيم بحثنا إلى ثلاث جوانب:

❖ الجانب التمهيدي:

الذي يحتوي على مقدمة وإشكالية التي تخللها تساؤلات، وتحديد الفرضيات وتبين أهداف وأهمية البحث وأسباب اختيار الموضوع، وختم هذا الجانب بتحديد المصطلحات والمفاهيم.

❖ أما الجانب النظري والخلفية العلمية:

فقسم إلى أربعة فصول حيث تم عرض الدراسات السابقة والمشابهة في الفصل الأول، ثم الفصل الثاني المتعلق بكرة القدم ومستويات اللعب حيث تطرقنا إلى التعريف بكرة القدم وتاريخها في العالم والجزائر ولمبادئها وقوانينها ومتطلباتها الحديثة وكذا لمستويات اللعب في كرة القدم وكرة القدم الجزائرية. وبعدها الفصل الثالث والذي يتعلق بالصفات البدنية والمهارات الأساسية في كرة القدم حيث ركزنا على تعريف الصفات البدنية ومكوناتها وأهميتها وتعريف المهارات الأساسية في كرة القدم وتقسيماتها وأهمية التدريب على هذه الصفات، وأخيرا الفصل الرابع الذي يخص الفئة العمرية - الأشبال - (15-17) سنة والذي تطرقنا فيه إلى التعريف بهذه الفئة العمرية وذكر مراحل المراقبة وخصائص النمو في هذه المرحلة واحتياجاتها والعوامل المؤثرة في سلوك المراهق إلى جانب أهمية الرياضة للمراهقين.

❖ أما بالنسبة للجانب التطبيقي:

فقد قسم إلى ثلاث فصول، بحيث تعلق الفصل الأول بمنهجية الدراسة والإجراءات الميدانية واحتوى على الدراسة الاستطلاعية، المنهج المستخدم، مجتمع وعينة ومجالات ومتغيرات وأدوات الدراسة، بالإضافة إلى الأسس العلمية للاختبارات والأساليب الإحصائية.

أما بالنسبة للفصل الثاني فكان لعرض وتحليل النتائج، وبعدها الفصل الثالث والأخير الذي تناول تفسير النتائج ومناقشتها على ضوء الفرضيات. وختمنا بمجموعة من الاستنتاجات وكذا الاقتراحات والتوصيات. وفي الأخير خاتمة الدراسة.

الجانب التمهيدي

المدخل العام للبحث

1- الإشكالية:

إن الجهود المبذولة في مجال التدريب الرياضي قد حققت تطورا كبيرا في جميع الرياضات الفردية والجماعية، وكرة القدم شملت العديد من الدراسات والبحوث المختلفة التي أكدت علميا وعمليا على أهمية توفير الخصائص البدنية للاعبين إلى جانب لياقتهم المهارية، حيث تعد كرة القدم لعبة من الألعاب التي يرتبط تطور مستوى أداءها بالقدرات الوظيفية والبدنية والخطئية والنفسية وغيرها مما يحتم على الباحثين والمدرّبين ضرورة الاعتماد على المناهج التدريبية الحديثة، ومن خلال الوقوف على الحالة التدريبية للاعبين ينبغي الاستعانة بالاختبارات والقياسات المناسبة لمعرفة مستوياتهم لأن الاختبارات هي إحدى وسائل التقويم والقياس والتوجيه في المناهج والبرامج والخطط المختلفة لجميع المستويات والمراحل العمرية فهي تقوم بدور المؤثر وتشير بوضوح إلى مدى التقدم والنجاح في تحقيق الأهداف الموضوعية. (كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين، 1997، ص267)

وبناء على ذلك فإن على المدرب أن يطلع على الحالة البدنية والمهارية للاعبيه بواسطة اختبارات ميدانية، قصد بناء برنامجه التدريبي أو مراقبة مدى تأثير الحصص التدريبية على الحالة البدنية والمهارية للاعبين ومعرفة مستوياتهم أو حتى حصر العناصر المحددة للتميز والتفوق عند الفئات الشابة. وذلك نظرا لأهمية هذه الصفات عند لاعب كرة القدم الحديثة ومساعدتها للمدرّبين في عملية انتقاء واختيار أحسن اللاعبين خلال الحصص التدريبية بحكم أن هذه الأخيرة تعتبر مصيرية بالنسبة للاعب وربما مصير النادي أو الفريق القومي. (ولد حمو مصطفى، زروال محمد، 2017، ص26)

إن الخصائص البدنية الخاصة بلاعب كرة القدم متمثلة في صفات السرعة والتحمل والقوة العضلية والرشاقة والمرونة وغيرها من الخصائص تعتبر ركيزة هامة وأساسية تصل بلاعب كرة القدم لدرجة الأداء المهاري المتميز والأمثل، وهما مرتبطان ارتباطا وثيقا فبدون الخصائص البدنية وإتقان عناصرها وتوفرها في اللاعب فإنه لا يستطيع تأدية المهارات الأساسية (المراوغة، الارتقاء، التصويب، التمير، الجري بالكرة... إلى آخره) في المنافسات بالدقة المطلوبة والإتقان المتميز وخاصة الحركات المهارية المركبة في كرة القدم ولا يتحقق ذلك إلا عن طريق التدريب العلمي المقنن، ومن خلال مشاهدتنا للعديد من المقابلات المحلية السابقة لمختلف الرابطات الوطنية لفئات الأشبال (U17) من مستويين مختلفين (محترفين/هواة) لمسنا نقص كبير في الجانب البدني والجانب المهاري للاعبين خاصة في الأقسام الهوائية.

لذا حولنا أن نسلط الضوء على هذه المشكلة التي تعيق أداء الرياضيين، وكل هذا دفعنا إلى طرح هذا التساؤل:

التساؤل العام:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص البدنية والمهارية قيد الدراسة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)؟

التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة الرشاقة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة المرونة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التمرير لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التصويب لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)؟

2- الفرضيات:**الفرضية العامة:**

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص البدنية والمهارية قيد الدراسة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة الرشاقة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

- 3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة المرونة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).
- 4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التمرير لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).
- 5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التصويب لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).
- 6- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

3- أهداف الدراسة:

من خلال معالجتنا وتصورنا لحيثيات وطبيعة المشكلة قمنا بتحديد الأهداف التالية:

- الكشف عن الخصائص البدنية والمهارية للاعبين من خلال تسليط الضوء على هذه الفئة العمرية (U17).
- اكتشاف إذا ما كان هناك تفاوتات في الخصائص البدنية باختلاف مستويات اللعب (محترف/هاوي).
- اكتشاف إذا ما كان هناك تفاوتات في الخصائص المهارية باختلاف مستويات اللعب (محترف/هاوي).
- إبراز دور وأهمية الصفات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم.
- معرفة أهم العوامل التي تقيم مستوى الرياضي.

4- أهمية الدراسة:

من الجانب العلمي:

تكمن أهمية هذا البحث في التعرف على مستوى بعض الصفات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم، وتحديد مستوى القدرات الحقيقية للاعبين والوقوف على نقاط القوة والضعف لهذه القدرات، كما ستبين الطرق والأسس العلمية التي يجب الاعتماد عليها لضبط العملية ضبطاً دقيقاً تتماشى والمتطلبات الحديثة لكرة القدم.

وتتجلى أهمية هذه الدراسة أيضاً في التعرف على الفروق الموجودة بين بعض الفرق الجزائرية في الخصائص البدنية والمهارية حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي) للاعبين، بالإضافة إلى فتح المجال لدراسات أخرى لاحقة وتسهيل العمل على إثراء المكتبة وزيادة في الرصيد العلمي.

من الجانب العملي:

- وضع مجموعة من الاختبارات والتمارين لتحديد مستوى الصفات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم فئة الأشبال (U17).
- تقديم بعض الاقتراحات والتوصيات حول عملية دراسة القدرات البدنية والمهارية ودراسة الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة.

5- أسباب اختيار الموضوع:

- الميول والرغبة الشخصية في إنجاز هذه الدراسة.
- نقص الدراسات حول هذا الموضوع.
- صلاحية المشكلة للدراسة النظرية والميدانية.
- الدور الهام الذي تلعبه الصفات البدنية والمهارية خلال المنافسة.
- البحث عن الأسباب التي أدت إلى وجود فروقات من عدمها بين اللاعبين باختلاف مستويات لعبهم.
- محاولة إعطاء بعض الحلول والتوصيات لهذا الموضوع.

6- تحديد المصطلحات والمفاهيم:**6-1 الخصائص البدنية:**

التعريف اللغوي: خصائص: جمع خاصة، بدنية: اسم مؤنث منسوب إلى بدن، وهي المميزات والصفات لدى بدن الإنسان.

التعريف الاصطلاحي: هي مقدرة يتسم بها الفرد الرياضي وتمكن الأعضاء الجسمية والأجهزة الفيزيولوجية من القيام بوظائفها بكفاءة عالية للقيام بمتطلبات الأنشطة البدنية والحركية بطبيعة خاصة. (محمد إبراهيم شحاتة، 2008، ص81)

التعريف الإجرائي: هي كل ما يمتلكه اللاعب من قدرات تمكنه من ممارسة الأداء الرياضي.

6-2 الخصائص المهارية:

التعريف اللغوي: خصائص: جمع خاصة، مهارة: مصدر مَهَرَ، وهي ميزات وصفات تعبر عن القدرة على أداء عمل ببراعة.

التعريف الاصطلاحي: هي جميع المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم بالكرة أو بدونها التي يقوم بها اللاعب والتي تؤدي حسب قانون اللعبة للوصول إلى أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد. (محمد صبحي حسانين، حمدي عبد المنعم، 1988، ص153)

التعريف الإجرائي: هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي لغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها.

3-6 كرة القدم:

التعريف اللغوي: كرة القدم (FOOT BALL) هي كلمة لاتينية وتعني ركل كرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى "بالرقيبي" أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها فتسمى SOCCER. (Jean-Michel&Henri, 1988, p.22)

التعريف الاصطلاحي: كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع". (رومي جميل، 1986، ص50)

التعريف الإجرائي: هي رياضة جماعية تعد من الرياضات الأكثر شعبية في العالم تلعب على أرضية ميدان لها أبعاد متفق عليها عالمياً، وتلعب بين فريقين يتكون كل فريق من 11 لاعبا، وتلعب في شوطين مدة كل شوط 45 دقيقة بينهم فترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل (في حالة مقابلات الكأس) فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهم 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

4-6 الفئة العمرية - أشبال - (U17):

التعريف اللغوي: وتفيد معنى الدنو من الحلم، كما جاء في المعجم الوسيط: الغلام الذي قارب الحلم، والمراهقة هي الفترة الممتدة من بلوغ الحلم إلى سن الرشد. (إبراهيم أنسي وآخرون، 1974، ص278)

التعريف الاصطلاحي: في هذه الفئة (الأشبال) يكون اللاعب في مرحلة جد حاسمة وهامة في حياته ألا وهيا مرحلة المراهقة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها وظهرها، اجتماعية في نهايتها. (بهي فؤاد، 1997، ص272)

التعريف الإجرائي: تتصف المراهقة بمجموعة من التغيرات الفسيولوجية والاجتماعية والنفسية، فهي فترة متقلبة وصعبة تمر على الإنسان، وتكون بمثابة الاختيار الأول له في حياته الممتدة.

5-6 مستوى اللعب:

التعريف اللغوي: الدرجة والمكانة التي استوى عليها الشيء بمعنى معيار الحكم.

التعريف الإجرائي: هو ذلك التقسيم الموضوع من طرف الإتحاد الدولي والاتحادية الجزائرية لكرة القدم بوضع معايير وشروط يجب على النادي أو اللاعب تحقيقها لكي يتمكن من اللعب في مستوى معين.

6-6 محترف:

التعريف اللغوي: مصطلح ينحدر من كلمة "حرفة" أي يتمهن، ويخص الشخص الذي يمارس حرفة ما في مستوى عالي مقابل أجر على ذلك ويؤديها بإتقان كبير. (روحي البعلبكي، 1995، ص826)

التعريف الإجرائي: ونقصد بيه اللاعب الذي يتخذ من اللعبة مهنة أساسية ولا يسمح له بممارسة أي مهنة أخرى، أي الذي يمارس النشاط الرياضي أو اللعب لأحد النوادي الرياضية كحرفة (مهنة) وذلك مقابل مبالغ مالية وشروط معينة تبعا لبنود العقد المبرمة بينه وبين النادي.

7-6 هاوي:

التعريف اللغوي: فاعل من هوى، وهو من يعشق نوعا من الرياضة أو العمل يزاوله على غير احتراف. (روحي البعلبكي، مرجع سابق، ص825)

التعريف الإجرائي: هو الفرد الرياضي الذي يمارس الرياضة ويشارك في المباريات من أجل المتعة والتسلية وإشغال وقت الفراغ دون النظر إلى المردود المادي من وراء اللعب والإلزامية.

الجانب النظري والخلفية العلمية

الفصل الأول

الدراسات السابقة والمشابهة

تمهيد:

من خلال الإطلاع على مختلف المراجع والدراسات السابقة والمشابهة التي استدلينا بها في هذا الفصل والتي كانت تصب في موضوع الخصائص البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم لمختلف الفئات العمرية، حيث تم تسجيل الدراسة المذكورة أدناه والتي تعتبر دراسات مشابهة لموضوعنا، بهدف الاسترشاد بها والتعرف على المناهج المستخدمة وأدوات الدراسة وتساؤلاتها، وأهم النتائج المتوصل إليها.

وفي ضوء ذلك سيقوم الباحثان بتقديم هذه الدراسات، ثم التعليق عليها وتحديد أوجه الاستفادة منها.

1- عرض الدراسات السابقة والمشابهة:**1-1 الدراسات المحلية:****1-1-1 الدراسة الأولى:** دراسة بوعروري فرحات، بوتة محمد. (2011)

عنوان الدراسة: " تأثير مستوى اللعب (محترف-هاوي) على المواصفات البدنية والتقنية عند لاعبي كرة القدم صنف أواسط (17-19) سنة ".
الهدف العام للدراسة:

التعرف على تأثير مستوى اللعب على المواصفات البدنية والتقنية عند لاعبي كرة القدم أواسط في الجزائر.

تساؤلات الدراسة:

- هل يوجد تأثير لمستوى اللعب (محترف-هاوي) على المواصفات البدنية والتقنية عند لاعبي كرة القدم أواسط في الجزائر؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم أقل من 18 سنة في المواصفات البدنية والتقنية باختلاف مستوى اللعب (محترف-هاوي)؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة في المواصفات البدنية والتقنية باختلاف مستوى اللعب (محترف-هاوي)؟

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي (المسحي) لملائمته لوصف الظاهرة المدروسة.

عينة الدراسة: ضمت عينة الدراسة 59 لاعب كرة القدم (أقل من 18 سنة 11 لاعب محترف و16 لاعب هاوي، أقل من 20 سنة 18 لاعب محترف و14 لاعب هاوي).

أدوات الدراسة:

- طريقة التحليل البليوغرافية، القياسات الأنثروبومترية، اختبارات (بدنية - مهارية).

نتائج الدراسة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم أقل من 18 سنة في المواصفات البدنية والتقنية باختلاف مستوى اللعب (محترف-هاوي) بشكل نسبي بحيث ظهرت فروق كبيرة فيما يخص صفتي السرعة والقوة لصالح المحترفين، ولم تظهر فروق في صفتي الرشاقة والمرونة

والقدرات الهوائية، كما توجد فروق في المواصفات التقنية في صفتي التصويب والجري بالكرة لصالح المحترفين ولا توجد فروق في صفتي التنطيط والتمرير.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة في المواصفات البدنية باختلاف مستوى اللعب (محترف-هاوي) بحيث ظهرت فروق في السرعة والقوة والقدرة اللاهوائية لصالح المحترفين، ولا توجد فروق في كل منا الرشاقة والمرونة والقدرات الهوائية و لا توجد فروق بالنسبة لكل المواصفات التقنية التمرير و التنطيط و التصويب والجري بالكرة.

1-1-2 الدراسة الثانية: دراسة بن قوة علي. (2004)

عنوان الدراسة: " تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الناشئين (14-16) سنة " .

الهدف العام للدراسة:

كشف مستوى الأداء البدني والمهاري لهذه المرحلة العمرية في كل منطقة من مناطق الوطن (ساحل، هضاب، صحراء) ومقارنة المستويات المتحصل عليها بالمستويات العالمية.

تساؤلات الدراسة:

- ما هو مستوى الأداء البدني والمهاري لهذه الفئة حسب كل منطقة من مناطق الوطن؟
- هل أن مستوى الأداء البدني والمهاري لهذه الفئة العمرية تتوافق مع المستويات المعيارية المعمول بيها عالميا (فرنسا)؟

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لوصف الظاهرة المدروسة.

عينة الدراسة: بلغت العينة الكلية 162 لاعب من مختلف المناطق (54 لاعب موزعين على ثلاث أندية لكل منطقة من مناطق الجزائر).

أدوات الدراسة:

- التحليل الببليوغرافي، اختبارات (بدنية - مهارية).

نتائج الدراسة:

- أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية (السرعة، الوثب، الرشاقة، ضرب الكرة، الجري بالكرة وتغيير الاتجاه، التمرير) ما بين لاعبي المناطق الثلاث وعند مقارنة هذه النتائج بالمعايير الفرنسية وجدنا تفوق للاعب الفرنسي على حساب اللاعب الجزائري وتذبذب لمستوى اللاعب الجزائري سواء من الناحية

البدنية أو المهارية، وعلى هذا الأساس أوصى الباحث بالاعتماد على المعايير العالمية لما لها من فائدة في تحديد قدرات اللاعبين ومستوياتهم.

3-1-1 الدراسة الثالثة: دراسة شتيوي عبد المالك، قلاتي يزيد، دهبازي محمد الصغير. (2018)

عنوان الدراسة: " دراسة مقارنة للخصائص البدنية والمهارية عند لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب "

الهدف العام للدراسة:

معرفة الخصائص البدنية والمهارية المميزة لكل مركز من مراكز اللعب والتي من شأنها أن تفيد القائمين على مجال التدريب والتعليم في توظيف وتدريب اللاعبين.

تساؤلات الدراسة:

- هل هنالك فروق في الخصائص البدنية بين مراكز اللعب عند لاعبي كرة القدم؟

- هل هنالك فروق في الخصائص المهارية بين مراكز اللعب عند لاعبي كرة القدم؟

المنهج المستخدم: تم في هذه الدراسة الاعتماد على المنهج الوصفي.

عينة الدراسة: تتكون عينة الدراسة من 104 لاعب يمثلون 5 نوادي من ولاية المسيلة.

أدوات الدراسة:

- المصادر والمراجع العلمية، اختبارات (بدنية - مهارية).

نتائج الدراسة:

- وقد جاءت نتائج الدراسة بأنه لم يتم تسجيل أي فروق في الخصائص البدنية قيد الدراسة (التحمل الهوائي، القوة الانفجارية، السرعة الانتقالية، الرشاقة والمرونة) بين مراكز اللعب على عكس الخصائص المهارية حيث تم تسجيل فروق في الخصائص المهارية قيد الدراسة (دقة الضربات الرأسية، دقة التسديد، دقة التمرير) بين مراكز اللعب حيث تميز وسط الميدان بدقة التمرير والمهاجم تميز في دقة الضربات الرأسية ودقة التصويب على المرمى.

4-1-1 الدراسة الرابعة: دراسة بوحاج مزيان. (2008)

عنوان الدراسة: " عملية تقويم القدرات البدنية والمهارية من خلال بطارية اختبارات أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أوسط (17-19) سنة "

الهدف العام للدراسة:

إبراز أهمية التقويم و ما يمكن أن يلعبه من دور في سبيل تطوير الصفات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم خلال الحصص التدريبية.

تساؤلات الدراسة:

- هل يعتمد المدربون على جانب المنافسة والملاحظة البيداغوجية أم على استعمال بطارية اختبارات من أجل تقويم القدرات البدنية والمهارية أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أوسط (17-19) سنة؟

- فيما يمكن إبراز أهمية التقويم البدني والمهاري باستعمال بطارية اختبارات في عملية تقويم القدرات البدنية والمهارية أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أوسط (17-19) سنة؟

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي (المسحي).

عينة الدراسة: ضمت عينة الدراسة 88 لاعب كرة القدم يمثلون 4 فرق.

أدوات الدراسة: بطارية اختبارات (بدنية - مهارية).

نتائج الدراسة:

- اعتماد اغلب المدربين في بعض النوادي الجزائرية على استعمال بطارية اختبار للقدرات البدنية والمهارية أثناء عملية الانتقاء وإهمال جانب المنافسة والملاحظة البيداغوجية.

- وجود أهمية بطارية الاختبارات أثناء عملية الانتقاء في تحديد القدرات البدنية والمهارية (القوة العضلية، السرعة، المرونة، السيطرة على الكرة، التصويب، ضرب الكرة بالرأس، التمرير) بدقة وبصورة علمية وبالتالي اختيار اللاعبين الأكفاء.

1-2 الدراسات العربية:

1-2-1 الدراسة الخامسة: دراسة أحمد محمد أحمد جاسر. (2002)

عنوان الدراسة: " دراسة تحليلية للياقة البدنية والمهارات الأساسية للاعبي كرة القدم لأندية الدرجة الممتازة (اليمن) ".

الهدف العام للدراسة:

التعرف على الفروق في مستوى عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم بين أندية المقدمة وأندية المؤخرة بالأندية الرياضية باليمن.

تساؤلات الدراسة:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى عناصر اللياقة البدنية بين لاعبي أندية المقدمة وبين لاعبي أندية المؤخرة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المهارات الأساسية بين لاعبي أندية المقدمة وبين لاعبي أندية المؤخرة؟

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي المسحي.

عينة الدراسة: ضمت عينة الدراسة 22 لاعب كرة القدم يمثلون فريقين.

أدوات الدراسة: اختبارات (بدنية - مهارية).

نتائج الدراسة:

- وأظهرت نتائج الدراسة أنه توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي أندية المقدمة وأندية المؤخرة في كل من عنصر السرعة والرشاقة والتحمل وكذلك مهارات التصويب والتمرير لصالح لاعبي أندية المقدمة بينما لم تكن هناك فروق في عنصر المرونة والقوة.

1-2-2 الدراسة السادسة: دراسة عمر إبراهيم محمد. (2012)

عنوان الدراسة: " الخصائص البدنية والمهارية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية (فلسطين) " .

الهدف العام للدراسة:

التعرف على الخصائص البدنية والمهارية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية (فلسطين).

تساؤلات الدراسة:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص البدنية في مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص المهارية في مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية؟

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي.

عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة مكونة من 100 لاعب يمثلون 10 أندية.

أدوات الدراسة: اختبارات (بدنية - مهارية).

نتائج الدراسة:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص البدنية (التحمل، السرعة، الرشاقة، المرونة) في مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية (فلسطين).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص المهارية (رمية التماس، دقة التمرير) في مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية (فلسطين).

2- التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

بناء على الدراسات السابقة والمشابهة اتضح لنا مدى أهمية الصفات البدنية والمهارية في كرة القدم، ومدى أهمية التحضير البدني والمهاري الجيد وفق برامج تدريبية علمية ومقننة في الرفع من درجات الأداء للاعبين والوصول بالفروق الرياضية إلى أعلى المستويات، كما اتضح وجود علاقة بين دراستنا والدراسات السابقة.

حيث تناولت أغلب الدراسات أحد متغيرات بحثنا هذا والتي تتمحور حول الخصائص البدنية والمهارية بالنسبة للاعبين كرة القدم، وسنحاول التحدث عن علاقة دراستنا بالدراسات الأخرى وبالتفصيل من خلال ما يلي:

- **الموضوع:** بالرغم من أن صياغة الموضوع تختلف إلا أن هناك اتفاق كبير في المتغيرات حيث اشتركت في الخصائص البدنية والمهارية وتختلف نوعاً ما في المتغير التابع مثل: مراكز اللعب.
- **المجال الزمني:** أنجزت هذه الدراسات بين عامي (2002-2018) وجاءت دراستنا للموسم (2020-2021).
- **الهدف:** هناك أهداف جانبية تختلف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة إلا أن الهدف العام المتفق عليه هو تقييم وتقويم الخصائص البدنية والمهارية.
- **المناهج المستخدمة:** استخدم الباحثون في جل الدراسات المستعرضة المنهج الوصفي، وفي دراستنا اتبعنا كذلك المنهج الوصفي.
- **العينة:** اختلفت الدراسات فيما بينها في عدد أفراد العينة المستخدمة والمرحلة العمرية للاعبين، حيث تراوح عدد اللاعبين من (22-152) لاعبا ولقد تم اختيار العينة في معظم الدراسات بالطريقة العمدية (القصدية)، واستخدم الباحثان في هذه الدراسة عينة عددها (24) لاعب موزعة على الفريقين حيث تم اختيارهم بطريقة مقصودة (عينة قصدية).
- **أدوات البحث:** اعتمدت مختلف الدراسات على الاختبارات الميدانية كأداة لجمع البيانات إلى جانب التحليل البليوغرافي، حيث جاءت دراستنا لتتفق مع الدراسات السابقة في هاته العملية، حيث اعتمدنا على الاختبارات البدنية والمهارية كأداة لجمع البيانات إلى جانب الدراسة البليوغرافية والمقابلات الشخصية.

- **الوسائل الإحصائية:** ولقد اعتمد جل الباحثون على المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون واختبار (ت) ستودنت، أما في دراستنا فقد اعتمدنا على جميع هذه الوسائل الإحصائية مع الاستعانة ببرنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS من أجل معالجة البيانات والإجابة عن أسئلة الدراسة.
- **النتائج:** اتفقت معظم الدراسات سابقة الذكر على أهمية أداة الاختبار من تقييم وتقويم للخصائص البدنية والمهارية والتي تخدم الرياضة التنافسية في الأخير، وعلى أهم النقاط المشتركة التي حاولنا تسليط الضوء عليها من أجل خدمة دراستنا البحثية ودعمها لها للوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية.

3- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

- ✚ صياغة موضوع الدراسة وضبط المتغيرات.
- ✚ استغلال قاعدة المعلومات والمعطيات المستخدمة في الدراسات السابقة خاصة في الجانب المفاهيمي والنظري.
- ✚ صياغة الأهداف والفروض للدراسة الحالية.
- ✚ تحديد نوعية وحجم أفراد العينة.
- ✚ تحديد المنهج المناسب لإجراء الدراسة الحالية.
- ✚ تحديد الأدوات والأجهزة المناسبة لإجراءات الدراسة.
- ✚ تفادي التكرار والتوجه للعمل في مجالات أخرى لم يتم دراستها.
- ✚ اختيار أساليب المعالجة الإحصائية المناسبة لتحليل بيانات الدراسة.

خلاصة:

من خلال الدراسات السابقة والمشابهة المذكورة أعلاه والمتضمنة للخصائص البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم وأهميتها ومستوياتها بين اللاعبين والفرق، والتي اتفقت على جل النقاط المشتركة.

حاولنا بناء على ذلك تسليط الضوء على النقاط التي تخدم دراسة بحثنا وتدعمنا للوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية.

الفصل الثاني

كرة القدم ومستويات اللعب

تمهيد:

تعتبر كرة القدم إحدى الألعاب الجماعية التي أصبحت أكثر انتشارا وشعبية في العالم، فاستطاعت أن تتخطى جميع حدود الجنس والعقيدة وأن تنفذ إلى أعماق عواطف الجماهير، وأعجب بها الكبار والصغار من مختلف الأعمار، يمارسونها بمتعة خالصة، ويتابعون أخبارها بشغف.

وهي من الألعاب القديمة وتاريخها طويل حيث استطاعت أن تحافظ على حيويتها وقدرتها على استقطاب الجماهير، وتطورت لعبة كرة القدم تطورا كبيرا خاصة في الحقبة الأخيرة من هذا القرن، حيث اتسع نطاق انتشار اللعبة ليشمل بلدان عديدة في جميع أنحاء العالم، الأمر الذي دعا إلى تطوير شكل الأداء التقني، وكذا طرق اللعب التي لا زالت تخضع إلى المزيد من التطور، ولكي تحافظ كرة القدم على مكانتها الخاصة من حيث الإثارة والتشويق على لاعبيها أن يؤدون جميع التقنيات الأساسية المطلوبة لهذه اللعبة كلها بمستوى كافي من المقدرة واللعب بطريقة حديثة (التكتيك).

وقد تطرقنا في هذا الفصل إلى التعريف بهذه اللعبة وذكر نبذة تاريخية عن كرة القدم وتطور كرة القدم في الجزائر، كما ذكرنا المبادئ الأساسية لكرة القدم والقوانين المنظمة لها، وكذا متطلباتها الحديثة، إلى جانب مستويات اللعب في هذه اللعبة وفي كرة القدم الجزائرية.

1- تعريف كرة القدم:

1-1 التعريف اللغوي: كرة القدم (FOOT BALL) هي كلمة لاتينية وتعني ركل كرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى "بالرقيبي" أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها فتسمى SOCCER. (Jean-Michel&Henri, 1988, p.22)

2-1 التعريف الاصطلاحي: كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: " كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع". (رومي جميل، 1986، ص50)

3-1 التعريف الإجرائي: هي رياضة جماعية تعد من الرياضات الأكثر شعبية في العالم تلعب على أرضية ميدان لها أبعاد منقح عليها عالميا، وتلعب بين فريقين، يتكون كل فريق من 11 لاعبا تلعب في شوطين مدة كل شوط 45 دقيقة بينهم فترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل (في حالة مقابلات الكأس) فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهم 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

2- نبذة تاريخية عن كرة القدم:

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعا في العالم حيث يعود تاريخ هذه اللعبة إلى أزيد من 2500 سنة قبل الميلاد، حيث مارسها الصينيون القدامى، وكانوا يقدمون الولائم للفريق الفائز ويجلدون الفريق المنهزم. وعرفها اليونانيون واليابانيون 600 سنة قبل الميلاد، والمصريون 300 سنة قبل الميلاد. كما أن بعض آثار الشعر الجاهلي تدل على أن العرب القدامى مارسوا أيضا هذه اللعبة، إلا أن اللعبة في شكلها الممارس اليوم ظهرت بإنجلترا. ففي سنة 1016 وخلال احتفالهم بإجلاء الدنمركيين عن بلادهم، لعب الإنجليز الكرة فيما بينهم ببقايا جنث الدنمركيين، ولك أن تحزر أقرب أعضاء الجسم شباها بالكرة وأسهلها على التدرج بين الأرجل، فمنعت ممارستها. وكانت هذه اللعبة تظهر وتنتشر، ثم تمنع بمراسيم ملكية لأسباب متعددة، ووصل الأمر إلى حد المعاقبة على ممارستها بالسجن المدة أسبوع. (ناجح محمد نيابات، نايف مفضي الجابور، 2013، ص13-14)

ووضعت قوانين لعبة كرة القدم في إنجلترا بواسطة الاتحاد الإنجليزي لكرة القدم سنة 1863. وفي عام 1904 تشكل الاتحاد الدولي لكرة القدم (FIFA) الذي يترأس لعبة كرة القدم الدولية وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا، بلجيكا، سويسرا والدانمرك، ومن مهامه تنظيم بطولة كأس العالم لهذه الرياضة مرة كل أربع سنوات وهي البطولة الأهم دوليا. (كرة القدم <https://ar.wikipedia.org/wiki/القدم>، يوم 2021/03/12، ساعة 15:20)

وأول بطولة لكأس العالم أقيمت في الأوروغواي بتاريخ 13-07-1930م وهيا من فازت بها.

3- كرة القدم في الجزائر:

طويل هو تاريخ كرة القدم في الجزائر، فقبل اندلاع الكفاح المسلح كانت هناك فرق لكرة القدم ذات الأسماء التي ترمز لعروببتها، ففي سنة 1921 شهدت الجزائر ميلاد أول فريق لكرة القدم هو نادي مولودية الجزائر، جاء بعدها شباب قسنطينة، ثم الاتحاد الرياضي الإسلامي لوهران و انضمام فرق عديدة أخرى للمجموعة. تكونت جمعيات رياضية وطنية في لعبة كرة القدم متخذة أبعاد سياسية لم ترضي قوات الاستعمار، جاء بعد هذه الأندية فريق جبهة التحرير الوطني الذي كون في 13 أبريل 1958 حيث ولد في خضم الثورة المسلحة لإسماع صوت الجزائر المكافحة عبر العالم من خلال كرة القدم.

في ظرف أربع سنوات تحول الفريق إلى مجموعة ثورية مستعدة للتضحيات وإسماع صوت الجزائر في أبعد نقطة من العالم، وبدأت مسيرة جبهة التحرير الوطنية من تونس عبر العالم في تحفيظ النشيد الوطني.

بعد الاستقلال جاءت فترة الستينات والسبعينات التي تغلب عليها الجانب الترويحي و الاستعراضية، حيث أن المستوى الفني للمقابلات كان عاليا تلتها مرحلة الإصلاحات الرياضية من 1978 - 1985 التي شهدت قفزة نوعية في مجال تطور كرة القدم بفضل ما وفر لها من إمكانيات مادية، الشيء الذي سمح للفريق الوطني بنيل الميدالية الذهبية في الألعاب الإفريقية الثالثة بالجزائر ثم المرتبة الثانية في كأس إفريقيا للأمم سنة 1980، وفي المنافسات الأولمبية تأهل الفريق الوطني إلى الدور الثاني من الألعاب موسكو سنة 1980. وكذلك الميدالية البرونزية سنة 1979 في ألعاب البحر الأبيض المتوسط ووصلت إلى قمته في مونديال ألمانيا 1982 أين فاز الفريق الوطني على أحد عمالقة كرة القدم في العالم ألا وهو الفريق الألماني الغربي. (مجلة الوحدة الرياضية، 18/06/1982، ص10)

وانهزمت بصعوبة سنة 1986 في مونديال المكسيك أمام البرازيل وكذلك الخروج من الدور الثاني في مونديال البرازيل سنة 2014 بعد الأداء الجيد أمام المنتخب الألماني، وتحصلت على أول لقب لكأس أمم إفريقيا سنة 1990 بالجزائر واللقب الثاني سنة 2019 بمصر.

4- المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأي لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب.

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير، على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، إن

فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفرادها أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيت سليم بمختلف الطرق، ويكتم الكرة بسهولة، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبين، ويحاور عند اللزوم، ويتعاون تعاوناً تاماً مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق.

وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو في الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقاً أن يكون لاعب كرة القدم متقناً لجميع المبادئ الأساسية إتقاناً تاماً، وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة، كما يجب الاهتمام بها دائماً عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب.

وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي:

- استقبال الكرة.
- المحاورة.
- المهاجمة.
- رمية التماس.
- ضرب الكرة.
- لعب الكرة بالرأس.
- حراسة المرمى. (حسن عبد الجواد، 1977، ص ص 25-27)

5- قوانين كرة القدم:

1-5 القانون الأول: ميدان اللعب:

يجب أن يكون ملعب كرة القدم مستطيل الشكل ولون العشب أخضراً ويجب أن يكون خط التماس أطول من خط المرمى ويكون وفق الأبعاد المتفق عليها دولياً.

الطول: الحد الأدنى 100م، الحد الأقصى 110م.

العرض: الحد الأدنى 64م، الحد الأقصى 75م.

ويبلغ ارتفاع المرمى (2.44م) والعرض (7.32م).



الشكل رقم (01) : يوضح مقاييس وأبعاد ملعب كرة القدم.

2-5 القانون الثاني: الكرة:

كروية الشكل، غطاءها من الجلد لا يزيد محيطها عن 71 سم ولا يقل عن 68 سم، أما وزنها لا يتعدى 453 غ ولا يقل عن 359 غ.

3-5 القانون الثالث: عدد اللاعبين:

تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من 11 لاعب داخل الميدان و 7 لاعبين احتياطيين.

4-5 القانون الرابع: معدات اللاعبين:

- معدات إلزامية: قميص ذو أكمام، سروال، جوارب، واقي الساقين، أحذية.
- السلامة: لا يسمح لأي لاعب أن يلبس أي شيء يكون فيه خطورة على لاعب آخر.

5-5 القانون الخامس: الحكم:

تدار كل مباراة بواسطة حكم له السلطة المطلقة في تطبيق قانون اللعبة وذلك بتنظيمه وتطبيقه.

6-5 القانون السادس: الحكام الآخرون:

يعين للمباراة مراقبان للخطوط وواجبهما أن يبيئا خروج الكرة من الملعب، ويجهزان برايات من المؤسسة التي تلعب على أرضها المباراة. (سامي الصغار وآخرون، 1987، ص 255)

7-5 القانون السابع: مدة المباراة:

تقام المباراة على مدار شوطين متساويين لمدة 45 دقيقة لكل منهما، ولا يجوز أن تزيد فترة الراحة بين الشوطين عن 15 دقيقة، حيث يتم تعويض الوقت الضائع في أي شوط بتقدير الحكم.

5-8 القانون الثامن: ابتداء واستئناف اللعب:

يتم إجراء القرعة بقطعة نقود معدنية، والفريق الذي يفوز بالقرعة يختار المرمى الذي سيهاجمه خلال الشوط الأول أو يقوم بتنفيذ ركلة البداية، واستئناف اللعب يكون بعد إحراز هدف أو بعدما يقوم الحكم بإيقاف اللعب.

5-9 القانون التاسع: الكرة داخل وخارج اللعب:

- الكرة خارج اللعب: تعتبر الكرة خارج اللعب عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى أو خط التماس سوء على الأرض أو في الهواء.

- الكرة داخل اللعب: تكون الكرة داخل اللعب في كافة الأوقات بما في ذلك حالات ارتدادها من قائم المرمى أو العارضة أو قائم الراية الركنية أو حكم المباراة وتبقى داخل ميدان اللعب.

5-10 القانون العاشر: تحديد نتيجة المباراة:

يعد الفريق الذي أحرز أكبر عدد من الأهداف هو الفائز، وفي حالة تساوي عدد الأهداف أو لم يتم تسجيل أي هدف تكون نتيجة المباراة التعادل.

عندما تتطلب لوائح المسابقة تحديد فريق فائز بعد انتهاء المباراة بالتعادل، فالإجراءات التالية هي التي تحدد الفائز: قاعدة الأهداف خارج الأرض، الوقت الإضافي، ركلات الترجيح.

5-11 القانون الحادي عشر: التسلل:

يعتبر اللاعب متسلل إذا كان أقرب إلى خط مرمى خصمه من الكرة وثاني آخر لاعب من الفريق الخصم في اللحظة التي تلعب فيها الكرة.

5-12 القانون الثاني عشر: الأخطاء وسوء السلوك:

يعتبر اللاعب مخطئاً إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية:

- ✚ دفع الخصم بعنف أو محاولة عرقلته.
- ✚ الوثب على الخصم.
- ✚ ركل أو محاولة ركل الخصم.
- ✚ ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد.
- ✚ مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع.
- ✚ يمنع لعب الكرة باليدين إلا حارس المرمى.
- ✚ دفع الخصم بالكتفين للخلف إلا إذا اعترض طريقه.(سامي الصغار وآخرون، مرجع سابق،

ص(256)

5-13 القانون الثالث عشر: الركلات الحرة:

حيث تنقسم إلى قسمين:

- مباشرة: وهي التي يجوز فيها التسديد على مرمى الفريق المخطئ مباشرة.
- غير مباشرة: وهي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لمس الكرة لاعب آخر.

5-14 القانون الرابع عشر: ركلة الجزاء:

تمنح ركلة الجزاء ضد الفريق الذي يرتكب أحد الأخطاء العشرة التي يعاقب عليها بركلة حرة مباشرة ضمن منطقة جزائه، ويتم وضع الكرة فوق نقطة الجزاء وعند ضربها يجب أن يكون جميع اللاعبين خارج منطقة الجزاء، ويجب أن يبقى الحارس على خط مرماء.

5-15 القانون الخامس عشر: رمية التماس:

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط التماس ويكون تنفيذها من النقطة التي اجتازت فيها الكرة الخط، حيث لا يمكن تسجيل هدف مباشر من رمية التماس.

5-16 القانون السادس عشر: ركلة المرمى:

تحتسب ركلة المرمى عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى بعد أن كان آخر من لمسها لاعب من الفريق المهاجم ولم يتم تسجيل هدف منها، ويمكن تسجيل هدف مباشر من ركلة المرمى ولكن فقط ضد فريق الخصم.

5-17 القانون السابع عشر: الركلة الركنية:

تحتسب الركلة الركنية عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى بعد أن كان آخر من لمسها لاعب من الفريق المدافع ولم يتم تسجيل هدف منها. حيث يقوم أحد لاعبي الفريق المهاجم بلعب الركلة الركنية، أي يضع الكرة داخل ربع دائرة منطقة الركنية ثم تركز من هذا الوضع، ويجوز تسجيل أهداف مباشرة من هذه الركلة، يجب على لاعبي الفريق المضاد عدم الاقتراب من موضع الكرة في ركلة الركنية أقل من مسافة 9.15م. (مفتي إبراهيم حماد، 1999، ص269)

6- متطلبات كرة القدم الحديثة:

يختلف أسلوب اللعب في كرة القدم حالياً عما كان عليه سابقاً، فمنذ (1972م) تدرج أسلوب اللعب الهجومي حتى صار يتميز أفراد الفريق الجيد خططياً بالقوة والفهم الصحيح للأداء القوي والمتوالي على مرمى فريق الخصم مع الابتعاد عن اللعب للخلف أو اللعب لعرض الملعب أو البطء في تحضير الهجمات أو المراوغات الغير مجددة، وهذا محاولة للتغلب على التكتل الدفاعي للفريق المنافس، ولقد ترتب على قرار الاتحاد الدولي بجعل الفريق الفائز يتحصل على

ثلاث نقاط، والفريق المتعادل على نقطة واحدة، بحث كل فريق عن الفوز الذي ينقله بسرعة إلى مرتبة عالية كما أن الخسارة تجعله في مرتبة أدنى كثيرا، وأثناء المقابلة يكون اللاعبين على اتصال مباشر مع الخصم وحالات اللعب تتغير بصورة سريعة وفي كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب والفعال وبأسرع وقت ممكن. وعن عمل لاعب كرة القدم ذو الطابع التكراري متغير فالعمليات الحركية متغيرة وتختلف الواحدة عن الأخرى فالجري متنوع بالعمل بالكرة أو المشي أو التوقف أو القفز. (حنفي محمود مختار، 1998، ص 187)

و حاليا نشاهد مباريات في كرة القدم يغلب عليها الجانب الفني والذكاء في اللعب، مع التحضير البدني الجيد للاعبين فالفرق ذات المستوى العالي لها اتجاه تطوير اللعب مثل ما هو عليه في الرياضات الأخرى ككرة السلة وكرة اليد... إلى آخره، فالكل يهاجم ويدافع في آن واحد وهذا ما أجبر المدربين على الاهتمام بتحضير اللاعب في شتى جوانبه البدنية، التقنية، التكتيكية، النظرية، والجانب النفسي، وهذا استجابة للمتطلبات الإستراتيجية الحديثة.

ونسجل من منافسة لأخرى زيادة في شدة التعب، نترجم بارتفاع عدد العمليات التكنو- تكتيكية وسرعة التنفيذ والجري لمسافات أطول، واستنادا لدراسات أخصائيون أمثال " أكراموف " سنة (1975م) والتسجيلات التي قام بها " لوكتشيوف " سنة (1981م) موضحة في الجداول التالية:

الجدول رقم (01) : يبين أهم المهارات في كرة القدم.

الملاحظات	التقدير	المهارة
/	من 05 - 07 كلم	مسافة التنقل
ما يناسب مسافة 600 - 900م	من 30 - 80 انطلاقة	عدد الانطلاقات
/	من 20 - 06 قفزة	قفزات عمودية
/	من 14 - 42 صراع	صراعات من أجل الكرة
/	من 29 - 45 تمريرة	عدد التمريرات
/	من 18 - 30 مرة	عدد مرات مراقبة الكرة
/	من 0 - 02 مراوغة	عدد المراوغات
/	من 03 - 16 مرة	عدد مرات صد الكرة
/	من 04 - 07 قذفات	القذف باتجاه المرمى

الجدول رقم (01): يوضح أهم المهارات التي يقوم بها لاعبي كرة القدم، حيث تخضع هذه المتغيرات للمهمة التي تم التخطيط لها من قبل المدرب، في حين الوقت الفعلي خلال المباراة يتراوح ما بين (55-60 دقيقة). (R.A.AKramov, p.36)

الجدول رقم (02) : يبين مكتسبات اللاعبين الناجحين مستقبلا.

الخصائص	القيمة
السرعة القصوى للجري	من 11 إلى 11.30 م/ثا.
سرعة المداومة	من 47 إلى 54.90 م/ثا بمعدل 3000م في 09 دقائق و 40 ثانية إلى 10 دقائق.
الاستهلاك الأقصى للأكسجين	من 60 إلى 70 مل/كلغ/دقيقة.
القفز نحو الأعلى في وضعية الوقوف	من 75 إلى 80 سم.
نسبة الدهون في الكتلة الجسمية	من 07 إلى 09 %.
الكتلة العضلية	من 05 إلى 54 كلغ.

حسب قول الأخصائي "لوكتشيوف" (1981م) أن اللاعبين الذين يملكون هذه الصفات يستطيعون في المستقبل لعب (60-70) مقابلة، وتحمل 520 تدريبا خلال الموسم. (Batte, 1969, p.14)

7- مستويات اللعب في كرة القدم:

7-1 كرة القدم للهواة:

7-1-1 اللاعب الهاوي:

اللاعب الهاوي هو الذي يشارك في المباريات والتدريبات دون أن يتقاضى نظير ذلك سوى المصاريف الحقيقية للانتقال والإقامة. (رستم أمين الجاف، 2009، ص99)

7-1-2 الإطار القانوني للنادي الرياضي الهاوي:

تعرفه المادة رقم 75 من القانون 13-05 المتعلق بالتربية البدنية والرياضية على أنه: " جمعية رياضية ذات نشاط غير مريح، تدير بأحكام القانون المتعلق بالجمعيات، وأحكام هذا القانون، وكذا قانونه الأساسي".

ويحدد مهام النادي الرياضي الهاوي وتنظيمه عن طريق قانونه الأساسي النموذجي الذي تعده الاتحاديات الرياضية الوطنية ويوافق عليه الوزير المكلف بالرياضة. (الجريدة الرسمية، العدد39، 2013، ص12)

وتكون مداخل النادي الرياضي الهاوي عن طريق التمويل من طرف الجماعات المحلية الولائية والبلدية والهبات والوصايا وعن طريق بعض الممولين والخواص ومختلف الشركات، أما بالنسبة للمنخرطين فيه من رياضيين ومدربين ومؤطرين لا يحصلون على تعويض ومنح، بل يتم التكفل فقط بالمصاريف مثل: التنقلات، الإيواء، التحضير... إلخ.

7-2 كرة القدم للمحترفين:

7-2-1 اللاعب المحترف:

هو الذي يتخذ من اللعبة مهنة أساسية لا تسمح له بمزاولة أي مهنة أخرى ويتقاضى مقابل اشتراكه في المباريات والتدريبات مرتبات شهرية تبعا لبنود العقد المبرم بينه وبين النادي.

وقد أوضحت لائحة احتراف كرة القدم السعودية أن اللاعب المحترف هو "اللاعب الذي يتقاضى نصير ممارسة كرة القدم مبالغ مالية كرواتب ومكافآت بموجب عقد محدد المدة بينه وبين النادي ويعد اللاعب محترفا إذا كان يتمتع بحيازة عقد مكتوب مع نادي ما ويتقاضى راتبا أو مكافئة مالية". (رستم أمين الجاف، مرجع سابق، ص102)

7-2-2 الإطار القانوني للنادي الرياضي المحترف:

تعرفه المادة 46 من القانون رقم 10-04 المتعلق بالتربية البدنية والرياضية على أنه: " جمعية ذات هدف تجاري بحت وراء تنظيم تظاهرات ومنافسات رياضية مدفوعة الأجر، وتشغيل مؤطرين ورياضيين مقابل أجر، وكذا النشاطات التجارية المرتبطة بهدفه ". (وزارة الشباب والرياضة، القانون رقم 10-04، 2004، ص19)

ويهدف النادي الرياضي المحترف إلى تحسين مستواه التنافسي الاقتصادي والرياضي، عبر مشاركته في المنافسات الرياضية المدفوعة الأجر وتوظيف مؤطرين ورياضيين مقابل أجره وكذا ممارسة كل الأنشطة التجارية المرتبطة بهدفه.

8- مستويات اللعب في كرة القدم الجزائرية:

تختلف منافسات كرة القدم حسب اختلاف المستويات التي تلعب فيها الفرق أو كذلك حسب الرقعة الجغرافية التي تنظم على مستواها، وعلى مستوى البطولة الجزائرية لكرة القدم تنقسم مستويات اللعب إلى:

الجدول رقم (03) : يبين مستويات اللعب في كرة القدم الجزائرية.

مستوى اللعب	أقسام اللعب	الطرف المسير
الهواي	الشرفي وما قبل الشرفي	الرابطة الولائية لكرة القدم
	الجهوي الأول والثاني	الرابطة الجهوية لكرة القدم
	القسم الثالث هواة	ما بين الرابطة لكرة القدم
	الرابطة الثانية هواة	الرابطة الوطنية لكرة القدم هواة
المحترف	الرابطة المحترفة الأولى	الرابطة المحترفة لكرة القدم

خلاصة:

لقد أصبحت كرة القدم اللعبة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة وبصورة أكثر إشراقا عما كانت عليه، وذلك بسبب تطورها الدائم والمستمر بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول، والتي جعلتها في مقدمة الرياضات التي يجب تطويرها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالمي.

وهذا لا يتسنى إلى إذا عرفنا متطلبات هذه الرياضة، والأکید أن أهم عضو في هذه الرياضة هو اللاعب ولهذا يجب الاهتمام به ومعرفة الصفات والخصائص التي يجب أن تتوفر فيه من أجل تقديم النتائج المرجوة منه.

وما يجعل هذا اللاعب في أحسن الظروف هو التدريب المنظم والمدروس، ولهذا وضعت مدارس لتعليم طرق لعب كرة القدم وتطويرها وتكوين اللاعبين والمدربين لرفع مستوى الأداء لدى اللاعبين والمحافظة على سلامة اللاعبين وإتباع الأسلوب الصحيح في طرق التدريب الحديث.

ومن كل هذا فإن للاعب كرة القدم العديد من الجوانب التي يجب الاهتمام بها كي يصل إلى أعلى مستوى من الاحترافية والعالمية.

الفصل الثالث

الصفات البدنية والمهارات
الأساسية في كرة القدم

تمهيد:

تعتبر لعبة كرة القدم من الألعاب التي تتميز بصفات بدنية ومهارات مختلفة وهذه الصفات أساسية بحيث كل واحدة منها تتطلب صفات فرعية حيث لكل صفة من هذه الصفات وسائل وتمارين لتطويرها، ويحتاج لاعبي كرة القدم لهذه الصفات لكي يكون لاعبا ذا كفاءة بدنية ومهارية تمكنه من إنجاز الواجبات وحسن التصرف خلال المواقف المتباينة طوال زمن المباراة.

ولقد أصبحت كرة القدم الحديثة تتطلب مستوى عاليا من الكفاءة البدنية والمهارية حتى يتمكن اللاعب من أداء الواجبات الخطئية الموكلة إليه بكفاءة طول المباراة ويحقق أعلى مستوى من الأداء في اللعب خلال المباريات والمنافسات، وتنمية الصفات البدنية للاعبي كرة القدم ترتبط ارتباطا وثيقا بعملية تنمية المهارات الحركية حيث يكمل كل واحد منهما الآخر، إذ لا يستطيع لاعبي كرة القدم إتقان المهارات الحركية الأساسية في حالة افتقاره للصفات البدنية.

ومن خلال هذا الفصل تطرقنا إلى تعريف الصفات البدنية وذكر مكوناتها وأهمية هذه الصفات للاعبي كرة القدم، كما ذكرنا مفهوم المهارات الأساسية في كرة القدم وتقسيمات هذه المهارات بالكرة وبدون كرة إلى جانب أهمية التدريب على الصفات المهارية بالنسبة للاعبي كرة القدم.

1- تعريف الصفات البدنية:

تعد الصفات البدنية أو اللياقة البدنية مظهرا يشير إلى مستوى عمل أجهزة الجسم الوظيفية، وكلما زادت كفاءة هذه الأجهزة ارتفع مستوى هذه الصفات. والصفات البدنية لها مفهوم شاسع وواسع الاستعمال في مجال البحوث الرياضة، وقد أعطيت عدة تعاريف لها (القدرة البدنية، اللياقة البدنية، الكفاءة البدنية ... الخ).

ورغم اختلاف وجهات النظر حول تعريف الصفات البدنية إلا أنه يكاد يكون اتفاق على أن الصفات البدنية من أهم أركان تعليم المهارات الحركية في الأنشطة الرياضية، والحالة البدنية تعني إمكانية تحريك أعضاء الجسم بالقوة المثالية المطلوبة، ومن هنا يمكن أن نعطي التعريف التالي للصفات البدنية على أنها " تلك القدرات التي تسمح وتعطي للجسم قابلية واستعداد لأداء واجباته الحركية على مستوى عالي من الكفاءة"، وقد اتفقا الكثير من المهتمين في كرة القدم على أن المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم تتضمن: التحمل، السرعة، القوة، الرشاقة، المرونة، التوافق. (محمد رضا الوقاد، 2003، ص125)

2- مكونات الصفات البدنية:**1-2-1 القوة:****2-1-1-2 تعريف القوة:**

هي إحدى المكونات الأساسية للياقة البدنية وتعرف القوة بأنها القدرة على التغلب على المقاومة الخارجية أو الفعل المعاكس الذي يقف ضد اللاعب. ويرى هارة أنها أعلى قدرة من القوة ببذلها الجهاز العصبي والعضلي لمجابهة أقصى مقاومة خارجية. (Waeineck jurgain, 1986, p.65)

2-1-2 أنواع القوة: تنقسم القوة إلى:

2-1-2-1-1 القوة القصوى: وتعني قدرة الجهاز العصبي العضلي على إنتاج أقصى انقباض إرادي، كما أنها تعني قدرة العضلة في التغلب على مقاومة خارجية أو مواجهتها، ويتضح من ذلك أن القوة القصوى عندما تستطيع أن تواجه مقاومة كبيرة تسمى في هذه الحالة بالقوة القصوى الثابتة، ويظهر هذا النوع من القوة عند الاحتفاظ بوضع معين للجسم ضد تأثير الجاذبية الأرضية مثلما يحدث في بعض حركات الجمباز والمصارعة، وعندما تستطيع القوة القصوى التغلب على المقاومة التي تواجهها فهي في تلك الحالة تسمى بالقوة القصوى المتحركة، وهذا ما يطلق على رفع الأثقال.

2-2-1-2 القوة المميزة بالسرعة: وتعني قدرة الجهاز العصبي العضلي على إنتاج قوة سريعة، الأمر الذي يتطلب درجة من التوافق في دمج صفة القوة وصفة السرعة في مكون

واحد، وترتبط القوة المميزة بالسرعة بالأنشطة التي تتطلب حركات قوية وسريعة في أن واحد كألعاب الوثب والرمي بأنواعه المختلفة وألعاب العدو السريع ومهارات ركل الكرة.

2-1-1-3 تحمل القوة: وتعني قدرة الجهاز العصبي في التغلب على مقاومة معينة لأطول فترة ممكنة في مواجهة التعب، وعادة ما تتراوح هذه الفترة ما بين 6 ثواني إلى 8 دقائق، ويظهر هذا النوع من القوة في رياضة التجديف والسباحة والجري، حيث أن قوة الدفع أو الشد تؤدي إلى زيادة المسافة المقطوعة كمحصلة لزيادة السرعة، وذلك مع الاحتفاظ بدرجة عالية من تحمل الأداء خلال تلك الفترة الزمنية المحددة.

2-1-2 القوة الانفجارية: وتعني الحركة التي تستخدم فيها القوة في فترة زمنية قصيرة وقوة كبيرة لمرة واحدة.

وتعرف القوة الانفجارية على أنها "عامل القوة الانفجارية في القابلية على استهلاك أقصى طاقة في عمل حركي متفجر واحد"، ويظهر هذا النوع في الفعاليات (الرمي والوثب والقفز) وفي الفعاليات المنتظمة في كرة القدم وضرب الكرة بالرأس أثناء القفز. (محمد صبحي حسنين، أحمد كسرى، 1998، ص22)

2-1-3 العوامل المؤثرة في القوة:

- كم الألياف المثارة.
- مقطع العضلة أو العضلات المشاركة في الأداء.
- نوع الألياف العضلية المشاركة في الأداء.
- طول وحالة العضلة وزاوية إنتاج القوة العضلية.
- درجة توافق العضلات المشاركة في الأداء.
- الحالة الانفعالية للرياضي قبل وخلال إنتاج القوة العضلية. (مفتي إبراهيم حماد، 2001، ص177)

2-1-4 أهمية القوة:

إن القوة العضلية تلعب دورا بالغ الأهمية في انجاز الأداء للاعب كرة القدم خلال المباراة ويتضح احتياج اللاعب في الكثير من المواقف، خاصة عند الوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب على المرمى أو التمديدات الطويلة بأنواعها المختلفة وعند أداء مختلف المهارات بالقوة والسرعة المناسبة.

كما تظهر أهميتها فيما تتطلب المباراة من الكفاح والاحتكاك المستمر مع الخصم للاستحواذ على الكرة أو الرقابة المحكمة مع التغلب على وزن الجسم أثناء المباراة. (أمر الله البساطي، 1980، ص11)

2-2 التحمل:**2-2-1 تعريف التحمل:**

يعرف التحمل عامة على أنه مقدرة اللاعب على مقاومة التعب والعودة إلى الحالة الطبيعية في أسرع وقت ممكن. (Ahmed khelifik, 1990)

ويعرف التحمل في كرة القدم: على أن اللاعب يستطيع مقاومة التعب الناتج عن تأدية واجباته البدنية والمهارية والخطئية طوال شوطي المباراة بدرجة عالية من الدقة والتركيز قبل الشعور بالإجهاد والتعب. (حسن السيد أبو عبده، 2011، ص37)

2-2-2 أنواع التحمل: التحمل في كرة القدم نوعان:

2-2-2-1 تحمل عام: هو قدرة اللاعب على الاستمرار في أداء بدني ذو حمل متغير بشدة متوسطة ولفترة طويلة ومتصلة تعمل فيها المجموعات العضلية بصورة إيجابية تؤدي إلى أن يكون مستوى إنجاز الجهازين الدوري والتنفسي عاليا ما يؤثر على أداء تخصصي في كرة القدم.

2-2-2-2 تحمل خاص: هو قدرة اللاعب على القيام بحركات تتصف بنشاط اللاعب الصعب بشدة عالية ولمدة طويلة مع محافظة على هذا النشاط، دون الهبوط في كفاءة وفاعلية أداء المهارات والقدرات الخطئية والتي تستلزم عناصر قوة، سرعة، ورشاقة طوال زمن المباراة تحت ضغوط وظروف المنافسة. (حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص 39-40)

2-2-3 مبادئ تنمية التحمل:

يجب على المدرب وهو يخطط الأحمال التدريبية أن يراعي أثناء التخطيط لتنمية التحمل:

- مراعاة الفروق الفردية والتدرج البطيء في تنمية التحمل.
- التأكيد على تقنين شدة الحمل وطوال فترة الراحة.
- في مرحلة الإعداد خاص، يتم استخدام تدريبات الكرة والجري بها لمسافات مختلفة.
- في مرحلة الإعداد للمباريات يراعي التدرج بالحمل والمسافة.

2-2-4 أهمية التحمل: الفرد الذي يتمتع بتحمل بدني عالي يتميز بالصفات التالية:

- النبض يكون أقل انخفاضا، وهذا يسمح بإعطاء وقت لملء وتفريغ الأوعية الدموية.
- ضغط الدم يكون أقل انخفاضا.
- سرعة تخلص من فضلات التعب وذلك لوصول الأكسجين إلى جميع الخلايا العضلية بسهولة.

- يزيد من قابلية الشفاء بسرعة أثناء المنافسة.
- يمكن الرياضي من أن يبقى يقظ ومنتبه أثناء المنافسة مما يجنبه الإصابات الممكن حدوثها. (وجدي مصطفى الفاتح ، محمد لطفي السيد، 1989، ص100)

2-3 السرعة:

2-3-1 تعريف السرعة:

يعرفها علي أليك بأنها القدرة على أداء حركة بدنية أو مجموعة حركات محددة في أقل زمن ممكن. (علي فهمي البيك، 1990، ص90)

ويعرفها مفتي إبراهيم حماد بأنها "المقدرة على أداء حركات معينة في أقل زمن ممكن"، وتتأثر السرعة بكفاءة الجهاز العصبي والعضلات. (مفتي إبراهيم حماد، 2002، ص191)

2-3-2 أنواع السرعة: يمكن أن نقسم السرعة إلى ما يلي:

2-3-2-1 السرعة الانتقالية: الانتقال من مكان لآخر بأقصى سرعة أو محاولة قطع مسافة معينة في أقل زمن ممكن.

2-3-2-2 السرعة الحركية: سرعة انقباض العضلة أو مجموعة من العضلات بهدف أداء حركة واحد مثل سرعة ركل الكرة وسرعة استلام الكرة.

2-3-2-3 سرعة رد الفعل: الاستجابة لمثير معين في أقل زمن ممكن مثل سرعة بدء الحركة لملاقاة الكرة بعد تحرير الزميل أو سرعة تغيير اتجاه مباراة نتيجة توقف مفاجئ أثناء المباراة. (يوسف محمد زامل، 2006، ص29)

2-3-3 العوامل المؤثرة في السرعة:

يرى علماء التدريب أن هناك بعض العوامل الهامة المؤثرة في تنمية وتطوير السرعة منها:

- نمط الجسم.
- الخصائص التكوينية لألياف العضلية.
- النمط العصبي.
- المرونة وقابلية العضلة للإمتطاط.
- التركيز وقوة الإرادة.
- السن والجنس.

(حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص116)

2-3-4 أهمية السرعة:

- تعتبر السرعة أحد المتطلبات الرئيسية لأداء في كرة القدم.
- تساعد اللاعب في امتلاك المقدرة على الأداء بأقصر زمن.
- تعد مكون هام للعديد من جوانب الأداء البدني في الرياضات المختلفة.
- تعتبر أحد عوامل نجاح العديد من المهارات الحركية.
- تعد أحد أهم العوامل الأداء الناجح في نشاط كرة القدم لأنها تؤثر بصورة مباشرة في جميع مكونات اللياقة البدنية الأخرى.

2-4 الرشاقة:

2-4-1 تعريف الرشاقة:

يعرف "مانيل" الرشاقة بأنها القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو جزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس. (Edegar thil, 1977, p.197)

والرشاقة استعداد جسمي وحركي لتقبل العمل الحركي المتنوع والمركب وهي استيعاب وسرعة في التعلم مع أجهزة حركية سليمة قادرة على هذا الأداء أو ذلك، فنجد أن الرشاقة تلعب دورا مهما وذلك للسيطرة الكاملة على الأوضاع الصعبة والرشاقة هي الممارسة حيث أنها تفقد عند الإنقطاع عن التدريب لفترة معينة. (وجيه محجوب، 1989، ص 87)

2-4-2 أنواع الرشاقة: هناك نوعان من الرشاقة:

2-4-2-1 الرشاقة العامة: وتشير إلى مقدرة اللاعب على أداء واجب حركي يتسم بالتنوع والاختلاف والتعدد بدقة وانسيابية وتوقيت سليم. (مفتي إبراهيم حماد، مرجع سابق، ص 11)

2-4-2-2 الرشاقة الخاصة: تعرف "بأنها القدرة على أداء واجب حركي متطابق مع الخصائص والتكوين الحركي لواجبات المنافسة في الرياضة التخصصية".

2-4-3 مبادئ تنمية الرشاقة: تكمن هذه المبادئ فيما يلي:

- يجب على اللاعبين إكساب مجموعة كبيرة من المهارات الحركية.
- مراعاة مبدأ التدرج من البسيط إلى المركب في التدريب على تنمية الرشاقة والبدء بتدريبات الرشاقة العامة في الجزء الإعدادي (إحماء) وتدريبات الرشاقة الخاصة في الجزء الأساسي من وحدة التدريب.

- يجب أن تعطي تدريبات الرشاقة في الفترات الأخيرة من مرحلة الإعداد بعد اكتساب اللاعب للقدرات البدنية الأخرى.

- أن تستمر تدريبات الرشاقة على مدار الموسم التدريبي أثناء الفترة الإعدادية والمسابقات وانتقالية مع تركيز عليها في فترة الإعداد. (حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص121)

2-4-4 أهمية الرشاقة:

تلعب الرشاقة دور مهما في حياة الإنسانية بصورة عامة وأكثر الاحتياجات لهذه الصفة نجدها في الأنشطة والفعاليات الرياضية وبالأخص عند أداء الفرد الرياضي للحركات الصعبة والمركبة.

فالفرد الذي يتمكن من تغير أوضاع جسمه أو تغيير اتجاهه من جهة إلى أخرى بالسرعة القصوى والتوقف الحركي المتكامل يوضح لنا ويؤكد امتلاك هذا الفرد لمستوى عال من اللياقة البدنية، وكذلك تساهم الرشاقة في نجاح الفرد على تأدية جميع المهارات الحركية المطلوبة.

2-5-5 المرونة:

2-5-1 تعريف المرونة:

مصطلح المرونة يعني مدى انفتاح الذي يتحرك فيه المفصل أو مجموعة من المفاصل.

والمرونة الحركية هي القدرة على تحريك الجسم أو أجزاء خلال أوسع مدى ممكن للحركة دون أن يحدث ذلك تمزق للعضلات أو للأربطة، ويرى العديد من الباحثين أن المرونة الحركية من بين الصفات الهامة لأداء الحركي، سواء من الناحية النوعية أو الكمية، كما أنها مع مكونات الأداء الحركي أو البدني كالقوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة والتوافق الركائز التي تتأسس عليها اكتساب وإتقان الأداء الحركي.

كما أنها تسهم بقدر كبير في التأثير على التطور للسمات الإرادية كالشجاعة والثقة بالنفس وغيرها من الصفات الإرادية الأخرى. (محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، 1983، ص318)

2-5-2 أنواع المرونة: وهناك عدة تقسيمات للمرونة:

2-5-2-1 المرونة العامة والمرونة الخاصة: المرونة العامة: هي المدى الذي تصل إليه جميع مفاصل الجسم في الحركة، والمرونة الخاصة: هي المدى الذي تصل إليه المفاصل المشاركة في الحركة.

2-5-2-2 المرونة الإيجابية والمرونة السلبية: المرونة الإيجابية: هي المدى الذي يصل إليه المفصل في الحركة على أن تكون العضلات العاملة عليه هي المتسببة في الحركة. والمرونة

السلبية: هي المدى الذي يصل إليه المفصل في الحركة على أن تكون هذه الحركة ناتجة عن تأثير قوة خارجية.

3-2-5-2 المرونة الثابتة والمرونة الديناميكية: المرونة الثابتة: هي المدى الذي يصل إليه المفصل في الحركة ثم الثبات فيها، والمرونة الديناميكية: هي المدى الذي يصل إليه المفصل أثناء حركة تتسم بالسرعة القصوى.

3-5-2 أهمية المرونة: تتمثل أهمية المرونة في:

- العمل مع الصفات البدنية الأخرى على إعداد اللاعب المتكامل بدنيا.
- العمل على سرعة اكتساب اللاعب إتقان أداء المهارات الحركية.
- المساعدة على تأخير ظهور التعب عند الحركة بدون تصلب.
- تمارين المرونة تكسب القوام السليم المتناسق.

6-2 التوافق:

1-6-2 تعريف التوافق:

هو قدرة الفرد على تنسيق حركات مختلفة الشكل والاتجاه بدقة وإنسيابية في نموذج واحد ويعتمد التوافق على سلامة الترابط والتكامل بين الجهاز العضلي والعصبي لتحقيق الأداء الأمثل للحركات وخاصة الحركية. (عصام عبد الخالق، 1994، ص136)

2-6-2 أنواع التوافق:

1-2-6-2 التوافق العام: هو من المتطلبات الضرورية لمختلف المهارات الحركية، بصرف النظر عن خصائص الرياضة، ويحتاج اللاعب إلى تنمية التوافق العام كضرورة لممارسة النشاط، ويعتمد في ذلك على الزمن اللازم للتوافق العام لإمكانية استيعابه ويمثل التوافق العام الأساس الأول لتنمية التوافق الخاص. (عويس الجبالي، 2003، ص457)

1-2-6-2 التوافق الخاص: هو مجموعة الحركات التي تطور بصفة أولية في إطار النشاطات الرياضية المعينة والمعنية بالأمر وهذا ما يتناسب مع الحركات في تقنيات الرياضة الممارسة حسب الاختصاص الرياضي.

3-6-2 أهمية التوافق:

يعتبر التوافق من الصفات البدنية والحركية المهمة في المجال الرياضي حيث يساعد على إتقان الأداء الفني والخططي، ويساعد اللاعب على تجنب الأخطاء المتوقعة، وكذلك يساعد في تأدية الأداء الصعب والسريع بدرجات مختلفة.

حيث يحتاج اللاعب للتوافق خاصة في الرياضات التي تتطلب التحكم في الحركة، وتظهر أهمية التوافق عندما ينتقل اللاعب بالجسم في الهواء كما في الوثب، وعندما يستخدم أكثر من عضو من أعضاء الجسم الواحد.

3- أهمية الصفات البدنية للاعب كرة القدم:

تلعب الخصائص البدنية دورا هاما في إعداد اللاعب من الناحية المهارية حيث أن ممارسة التدريبات والتمارين التي تنتمي لنشاط كرة القدم وتختص به ترتبط ارتباطا وثيقا بتنمية بعض الخصائص البدنية الأساسية، أي أن الأسلوب المميز لأداء المهارة يشمل مجموعة من الحركات التي غالبا ما يصاحبها ارتفاع في الخصائص البدنية.

ويشير إبراهيم نقلا عن نيوكلاس أنه أثبت أن تدريبات اللياقة البدنية العالية تؤدي إلى زيادة المقدرة المهارية والقدرة الحركية لدى اللاعبين، كما يذكر أنه بتطور طرق اللعب في كرة القدم والتي اتجهت إلى الناحية الدفاعية أصبح من الضروري رفع إمكانيات جل اللاعبين البدنية والمهارية إلى أعلى المستويات حيث قل عدد المهاجمين وزاد عدد المدافعين فتطلب الأمر مزيدا من البذل والعطاء ليضمن كل فريق التفوق العددي أثناء الهجوم، وسرعة الرجوع لتنفيذ الخطط الدفاعية للفريق ككل. (مفتي إبراهيم حماد، 1998، ص268)

4- تعريف المهارات الأساسية في كرة القدم:

المهارات الأساسية في كرة القدم عبارة عن نوع معين من العمل والأداء، يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق الأداء البدني الخاص، وهي بهذا الشكل تعتمد أساسا على الحركة وتتضمن التفاعل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء.

وقد أعطى الخبراء في مجال التربية الرياضية تعاريف عديدة عن مفهوم المهارة الأساسية، فعرفها عصام عبد الخالق عن هرتس بأنها: "الخاصية الحركية للفرد الرياضي التي تظهر إمكانيات التوافق الجيد بين الجهاز العصبي المركزي وأجهزة الجسم الحركية"، أما ماتئوس يولتوفسكي فيعرف المهارة على أنها: "التنفيذ الفعال والأنني للتمرين الذي يسمح بكسب نتائج جيدة في السياق الرياضي". (Victor Genson, 1994, pp.181-182)

5- تقسيم المهارات الأساسية في كرة القدم:

1-5 المهارات الأساسية بدون كرة:

1-1-5 الجري وتغيير الاتجاه:

كرة القدم لعبة جماعية سريعة الإيقاع 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 إلى 30م، ويكون غالبا هذا التحرك لتلك المسافة بغرض اللحاق بالكرة والوصول إليها قبل أن تصبح في متناول الخصم.

ولما كانت المسافة التي يقطعها لاعب كرة القدم طوال زمن المباراة تتراوح ما بين (5-7 كلم) وقد تستغرق مدة الجري أحيانا حوالي 6 دقائق دون توقف فإن ذلك يستدعي من اللاعب أن ينظم نفسه على خطوات الجري وكيفية استنشاقه للأكسجين وتنظيم عملية التنفس، ويجب على اللاعب أيضا أن يراعي قصر وسرعة خطواته أثناء الجري مع انثناء خفيف في الركبة بدون تصلب وخفض مركز ثقل الجسم حتى يكون قريبا من الأرض إلى حد ما، مع تحرك الذراعين بجوار الجسم وبذلك يمكن للاعب أن يحافظ على اتزانته أثناء الجري مع القدرة على تغيير الاتجاه في أي لحظة يريدونها اللاعب وبالسرية المطلوبة. (حسن السيد أبو عبده، 2002، ص 27-28)

5-1-2 الوثب (الارتقاء):

يعتبر اللاعب الذي يتمتع بالقدرة على الوثب عاليا أكثر من منافسه ذو ميزة تكتيكية وتكنيكية أفضل في الوصول إلى الكرة قبل المنافس وتوضح هذه القدرة في الوثب عاليا أمام المرمى بغرض إحراز هدف في مرمى الخصم أو محاولة المدافع منع المهاجم من إحراز هذا الهدف بالوثب عاليا مسافة أعلى منه واستخلاص الكرة بالرأس قبل أن تصل إلى المنافس.

وهذه المهارة تحتاج إلى توفر قوة الارتقاء 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، ويلاحظ أن الوثب عاليا مع الاقتراب والجري أفضل للاعب الكرة من الوثب من الثبات وذلك للاستفادة من سرعة اللاعب الأفقية أثناء الجري وتحويلها إلى القدرة على الارتقاء والوثب عاليا، لذلك يجب على المدرب أن يهتم بتنمية هذه المهارة عن طريق تدريجات المرونة والإطالة والرشاقة. (حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص 41)

5-1-3 الخداع والتمويه بالجسم:

تعتبر هذه المهارة من المهارات التي يجب أن يجيدها اللاعب المدافع والمهاجم على حد سواء مع القدرة على أدائها باستخدام الجسم والجذع والرجلين والنظر، وهذا يتطلب من اللاعب قدرا كبيرا على الاحتفاظ بمركز الثقل بين القدمين والتمتع بقدر كبير من المرونة والرشاقة والتوافق

العضلي العصبي وقدرة كبيرة على التوقع السليم والإحساس بالمسافة والزمن والمكان الذي يقوم به اللعب أثناء الخداع. (حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص43)

2-5 المهارات الأساسية بالكرة:

1-2-5 التمرير:

التمرير وسيلة ربط أولية بين لاعبين أو أكثر، تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد (التصويب). (Bernard Turpin, 1990, p.99)

إن إجادة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب، كذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة وكذلك الدفاعية، كما أنها تكسب الفريق الثقة في النفس وتزرع ثقة الفريق المنافس في نفسه، كما أن دقة ونجاح التمرير يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالسيطرة على الكرة، ولا بد من تعليم الناشئ أولوية الاتجاه في التمرير، بحيث يركز الناشئ على أداء التمرير كالتالي:

التمرير الأمامي: يعتبر التمرير للأمام هو مفتاح التمرير الخططي فهو يكسب المهاجمين مساحة للتحرك للأمام بالإضافة إلى أنه يساعد على التخلص من الكثير من المدافعين.

التمرير العرضي: أما إذا لم يكن في إمكان اللاعب تمرير الكرة للأمام فإنه يمرر الكرة بالعرض إلى زميل آخر يستطيع تغيير اتجاه اللعب أو يستطيع التمرير للأمام.

التمرير للخلف: أما آخر خيار أمام اللاعب فهو التمرير للخلف وفيها يمهد اللاعبون لتنظيم صفوفهم لبدأ الهجوم أو لتهيئة الكرة للزميل يلعبها للخلف حتى يستطيع التصويب على مرمى المنافس. (إبراهيم شعلان، محمد عفيفي، 2001، ص57)

وعند التدريب على مهارات التمرير يراعى التركيز على متابعة الناشئ لمواقف اللعب المتغير والتحركات الخاصة بالزملاء والمنافسين وفي أماكن اللعب التي يتم منها الأداء الخططي ذلك قبل أن تأتي الكرة إليه، كما أنه من الضروري تعود الناشئ على اختيار الزميل المناسب لتنفيذ الأداء الخططي عند التمرير وأن يكون التمرير من خلال موقف ملائم يضمن نجاحه، بمعنى أن لا يتعرض مسار الكرة الممررة للزميل أي منافس يغير من هذا المسار فتصل بعيدة عن الزميل وفي مكان يسهل فقد الكرة، وأيضاً عند التدريب يراعى التنبيه باستمرار لدى الناشئين بأهمية استخدام نوع التمرير المناسب للموقف أي ما يضمن الدقة والأمانة لوصول الكرة للزميل بالإضافة إلى اختيار الناشئ للحظة المناسبة لأداء التمرير وقد يكون متأخراً فيضغط عليه المنافس مما يؤدي إلى صعوبة الأداء وإعطاء الفرص للمدافعين وتغطية مساحات كانت خالية وتصلح للتمرير، كما لا بد أن لا يكون التمرير أسرع من اللازم وقبل أن يكون الزميل مستعداً لاستقبال الكرة، وأيضاً أن يستخدم الناشئ القوة اللازمة لوصول الكرة لمكان الزميل وبما يمكنه

من الاستحواذ عليها أو تمريرها وأن يكون في المساحة الخالية دون أن يبتعد عنها قبل وصول الزميل. (إبراهيم شعلان، محمد عفيفي، مرجع سابق، ص58)

5-2-2 استقبال الكرة:

استقبال الكرة هو إخضاع الكرة تحت تصرف اللعب والهيمنة عليها وجعلها بعيدة عن متناول الخصم وذلك للتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسب ظروف المباراة والسيطرة على الكرة تتم في جميع الارتفاعات والمستويات سواء كانت الكرات الأرضية أو منخفضة الارتفاع أو المرتفعة، كذلك فإن السيطرة على الكرة تتطلب توقيتاً دقيقاً للغاية وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب والتي تقوم بالسيطرة على الكرة بسرعة عالية ثم حسن التصرف فيها بحكمة وهذا يتطلب من اللاعب كشف جوانب الملعب المختلفة، كذلك يمكن القول أن هذه المهارة يجب أن يؤديها كلا من المهاجم والمدافع بدرجة كبيرة من الإتقان والتحكم لما لها من أهمية بالغة في إخضاع الكرة لسيطرة اللاعب.

مبادئ عامة يجب أن تراعى أثناء السيطرة على الكرة:

- التحرك بسرعة في اتجاه الكرة وليس انتظار وصولها إليه خصوصا في المواقف التي يكون فيها الخصم قريبا من اللاعب.
- أن يقرر بسرعة وفي وقت مبكر أي جزء من أجزاء الجسم سوف يستخدمه في السيطرة على الكرة.
- ضرورة استخدام أكبر مسطح من الجسم للسيطرة على الكرة دون حدوث أي أخطاء فنية لحظة السيطرة على الكرة. (حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص115)
- يجب مراعاة استخدام جزء من الجسم الذي يقوم بالسيطرة على الكرة مع مراعاة سرعة تحرك الكرة أثناء السيطرة عليها.
- عدم ابتعاد الكرة من اللاعب الذي يقوم بالسيطرة عليها أكثر من اللازم خوفا من حصول الخصم عليها. (حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص116)

5-2-3 الجري بالكرة:

عندما يجري اللاعب بالكرة فإن هذا يعني أن الكرة تقع تحت سيطرته فيقوم بأداء كافة الحركات والمهارات التي يريد تنفيذها وقد اصطلح على تسمية هذه المهارة "بالجري بالكرة" حيث أن اللاعب غالبا ما يؤدي هذه المهارة بالجري، غير أنها في بعض الأحيان تؤدي بالمشي، وخاصة عندما يكون ذلك لأغراض تكتيكية "خطئية".

ولتنفيذ هذه المهارة فإن اللاعب غالبا ما يستخدم إحدى أجزاء القدم وأحيانا يجري بالكرة مستخدما الفخذ أو الفخذين معا، وقد يجري بالكرة مستخدما رأسه، غير أنه عندما يستخدم الفخذ أو الرأس فإننا نفضل التعبير عن ذلك بعبارة "تطيط بالكرة" فلا يجري اللاعب بالكرة برأسه

أو فخذة لمسافة كبيرة حيث لا يساعده ذلك على مجاراة سرعة وظروف اللعب، لذلك فإن اللاعب غالبا ما يؤدي هذه المهارة بإحدى أجزاء القدم التالية:

جزء القدم الأمامي الداخلي، جزء القدم الأمامي الخارجي، ومن الأجزاء التي قد يستخدمها اللاعب أحيانا سن القدم بالإضافة إلى الفخذ والرأس والجري بالكرة هو عبارة عن خليط من الجري، وركل الكرة بإحدى أجزاء القدم المعروفة، ويتوقف تحديد سرعة الجري بالكرة، وكذلك الجزء المستخدم في ضربها وقوة الضربة أثناء الجري بها على المسافة التي يتحرك فيها اللاعب وبعد الخصم عنه، وأيضا الهدف من الجري بالكرة ومهما كانت الظروف فإن الجري بالكرة يستدعي من اللاعب استمرار السيطرة عليها وذلك بأن لا يطلقها بعيدا عن متناول قدميه، وألا تزيد المسافة بينه وبين الكرة عن متر أو مترين، وتقل هذه المسافة كلما قرب الخصم من اللاعب، ومن الطرق الأكثر شيوعا للجري بالكرة، الجري باستخدام جزء القدم الأمامي الداخلي حيث يتمكن خلالها اللاعب من الجري لأكبر مسافة بالسرعة المطلوبة و بسهولة، غالبا أيضا ما يجري اللاعب مستخدما جزء القدم الأمامي الخارجي والداخلي معا، وإن كان ذلك قد يقلل من سرعة الجري بالكرة.

أما الجري بالكرة باستخدام الرأس (أو الجزء الأوسط من الجبهة) فإن ذلك نادرا ما يحدث، وكما سبق القول فإن أداء هذه المهارة يكون لتطيط الكرة، وتعليم الجري بالكرة للمبتدئين يتطلب مراعاة الأوضاع التشريحية للقدم التي يستخدمها اللاعب في الجري فمن الضروري البدء بتعليم اللاعب (الناشئ) الجري بالكرة أولا بجزء القدم الأمامي الخارجي حيث يضمن اللاعب بهذه الطريقة مرونة أكثر في الحركة بالإضافة إلى أن الجري بالكرة بجزء القدم الأمامي الخارجي يعتبر أكثر مناسبة لتحقيق السرعة المطلوبة في الجري. (محمد رضا الوقاد، مرجع سابق، ص 171-173)

5-2-4 المراوغة (الجري بالكرة وتغيير الاتجاه):

وهي فن تخلص اللاعب 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.

والمراوغة تعتبر من أصعب المهارات الأساسية في كرة القدم لذلك يجب أن يجيدها المهاجم والمدافع على حد سواء مع احتفاظ كل لاعب بأسلوبه المميز في مهارة المراوغة، ولكي يتحقق ذلك يجب أن يتمتع اللاعب المحاور بقدرة بدنية عالية تساعده على نجاح مهارة المراوغة، ومن أهم القدرات البدنية التي تساعده على ذلك الرشاقة والمرونة والسرعة الحركية التي تساعد على تحسين الأداء المهاري للمراوغة وفي كرة القدم الحديثة تعتبر مهارة المراوغة أقل أهمية من مهارات التمرير والسيطرة على الكرة لأنها غالبا أقل بطيء، 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 التمير بحرية نتيجة الدفاع الضاغط من الخصم في مساحات صغيرة أو استخدام الفريق المنافس مصيدة التسلل كخطة دفاعية ويصبح الحل الأمثل لاكتساب مساحة جديدة والتغلب على المواقف السابقة هو إجادة اللاعب للمراوغة.

وبالرغم من أهمية المراوغة للفريق فإنها سلاح ذو حدين، فإذا أجاد لاعبي الفريق في استخدام طرق المحاورة بنجاح فإن ذلك يعتبر مفيداً من الناحية الخطئية للفريق لأنه ينقص من عدد المدافعين للفريق الأخر بالإضافة إلى اكتساب المهاجم الثقة بالنفس وعلى الجانب الأخر فإن سوء استخدام المراوغة وأدائها بصورة غير مجدية يؤدي إلى هدم خطط الفريق الهجومية وإهدار الفرص في امتلاك الكرة. (حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص153)

وهناك عدة طرق للمراوغة هي:

- المراوغة من الأمام.
- المراوغة من الجانب.
- المراوغة من الخلف. (حسن السيد أبو عبده، مرجع سابق، ص154)

5-2-5 التصويب:

هو إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التصويب دائماً بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين لاعبين، ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس. (حنفي محمود مختار، 1997، ص106)

إن التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل في التصويب أو فقدان الفريق للكرة إذا صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين، وعلى هذا فالتصويب لا بد له من صفات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب، كالثقة بالنفس مثلاً، ولكي تكون عند اللاعب الثقة في النفس ليصوب لا بد وأن يكون وصل إلى مرحلة الإتقان في تكتيك التصويب تحت كل الظروف مثل:

- التدريب على المهارة تحت ظروف أكثر صعوبة مثل وضع مدافع إيجابي.
- الاهتمام والتركيز على دقة التصويب لتثبيت التكتيك الصحيح.
- الاهتمام بتنمية خطط الهجوم الفردية والجماعية لإيجاد المزيد من المواقف المناسبة للتصويب.

- يجب على مدرب الناشئين إعطاء الحرية لهم للإظهار قدرتهم على التصويب مع استخدام الأسلوب الأمثل للتوجيه. (إبراهيم شعلان، محمد عفيفي، مرجع سابق، ص158)

5-2-6 ضرب الكرة بالرأس:

يعتبر من المبادئ الأساسية الصعبة لكرة القدم والتي يحتاج إتقانها إلى تدريب قاعدي متواصل وتحت مختلف الظروف بحيث يصبح أدائها ألياً وتعود صعوبة هذا المبدأ إلى كون ضرب الكرة بالرأس يحتاج إلى مقدرة فائقة على توقيت ملامسة الكرة للرأس في المكان الصحيح، بالإضافة إلى الثقة الواجب توافرها عند اللاعب.

وعليه فإن مهارة ضرب الكرة بالرأس من المهارات الأساسية التي يجب على اللاعب أن يجيدها، وهي من مستلزمات اللاعب الممتاز سواء كان مهاجماً أو مدافعاً، ويعتبر الرأس قدماً ثالثة يستعملها اللاعب في ضرب الكرات العالية التي تعجز القدم عن الوصول إليها، وتستعمل مهارة ضرب الكرة بالرأس لأغراض ثلاثة هي:

- التسديد نحو المرمى.
- التمهير بين أفراد الفريق الواحد.
- الدفاع عن مرمى الفريق. (بن قاصد علي الحاج محمد، 2004-2005، ص73)

6- أهمية التدريب على الصفات المهارية للاعب كرة القدم:

من أهم أهداف الفريق في كرة القدم تحقيق الفوز على الخصم وهذا الهدف لا يمكنه أن يتحقق إلا إذا أُنقن تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية بكفاءة وإيجابية، هذه الخطط التي تعتمد على المهارات الأساسية وتعتبرها الأساس الذي يركز عليه ومن هنا يتضح ويتجلى أهمية التدريب على المهارات الأساسية بالنسبة للاعب كرة القدم وهذا ما يؤكد ثامر محسن حين يقول " إن مجهود الفريق الهجومية تتركز في فعالية واحدة هي إدخال الكرة في الهدف وبدون هذه الفعالية لا يمكن للفريق أن يحقق الفوز على الخصم. ومن هنا تظهر أهمية الفعاليات التكتيكية بالنسبة لمؤدي هذه الفعالية"، إن تعلم اللاعب للمهارات الأساسية يسمح له بخلق ظروف جيدة للعب وبالتالي خلق فرص للتسجيل تكون هي الأساس في الحصول على نتائج جيدة. (ثامر محسن، واثق ناجي، 1989، ص22)

خلاصة:

إن الشيء الذي يتجلى لنا بعد تقديم هذا الفصل هو أنه هناك ارتباط وثيق بين الصفات البدنية للاعب كرة القدم والصفات المهارية له، بحيث تلعب الصفات البدنية دورا هاما في وصول اللاعب والفريق إلى أعلى المستويات من حيث الأداء والنتائج كما تشكل عاملا أساسيا في رفع مستوى المهارات الأساسية حيث أن عناصر اللياقة البدنية لها دور بارز في إتقان اللاعب للمهارات الأساسية وكرة القدم تعتبر من الرياضات الجماعية التكتيكية التي تحتوي على عدد كبير من المهارات الأساسية التي تحتاج لقدر كبير من الصفات البدنية.

الفصل الرابع

الفئة العمرية - الأُسبال - (15-17) سنة

تمهيد:

نريد من خلال هذا الفصل أن نسلط الضوء على المراهقين الأشبال في كرة القدم أو الفئة العمرية (15-17) سنة، وهي مرحلة حاسمة في حياة الفرد حيث يسميها علماء النفس بمرحلة المراهقة، وهي مرحلة من مراحل عمر الإنسان لأبد لكل واحد منا أن يمر بها، وتأتي بعد مرحلة الطفولة فيكون قد تخطى مرحلة الصبي ودخل مرحلة جيدة، تتميز هذه المرحلة بالعديد من التغيرات الفيزيولوجية والنفسية والإنفعالية والتي تؤثر بصورة بالغة على حياة الفرد في المراحل المتتالية من عمره. فإننا نلاحظ في هذه المرحلة تطور في بعض الصفات ومن أهمها نمو سرعة العضلة القلبية والنمو المتصاعد للعظام والقفص الصدري والرئتين والنمو الحركي يزداد ويتجه نحو الدقة في الأداء والإقتصاد في الجهد. (صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، 1985، ص113)

ولهذا سوف نتطرق في هذا الفصل إلى التعريف بهذه الفئة العمرية وذكر مراحل المراهقة وخصائص النمو في المرحلة العمرية (15-17) سنة واحتياجاتها، كما سنذكر العوامل المؤثرة في سلوك المراهق إلى جانب أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين.

1- تعريف الفئة العمرية - الأشبال - (15-17) سنة:**1-1 التعريف اللغوي:**

ونفيد معنى الدنو من الحلم، كما جاء في المعجم الوسيط: الغلام الذي قارب الحلم، والمراهقة هي الفترة الممتدة من بلوغ الحلم إلى سن الرشد. (إبراهيم أنسي وآخرون، 1974، ص278)

1-2 التعريف الاصطلاحي:

في هذه الفئة (الأشبال) يكون اللاعب في مرحلة جد حاسمة وهامة في حياته ألا وهيا مرحلة المراهقة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد، فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدايتها وظهرها، اجتماعية في نهايتها. (بهي فؤاد، 1997، ص272)

1-3 التعريف الإجرائي:

تتصف المراهقة بمجموعة من التغيرات الفسيولوجية والاجتماعية والنفسية، فهي فترة متقلبة وصعبة تمر على الإنسان، وتكون بمثابة الاختيار الأول له في حياته الممتدة.

2- مراحل المراهقة:

هناك العديد من تقسيمات المراهقة، وبذلك فإن كثير من الدراسات التي أجريت مع المراهقين تدل على أن تقسيم المراهقة يكون إلى مراحل هذا لا يعني الفصل التام بين هذه المراحل وإنما يبقى الأمر على المستوى النظري فقط، ومن خلال التقسيمات التي حدد فيها العمر الزمني للمراهق، والذي كان الاختلاف فيه متفاوتا بين العلماء حيث يذهب الباحثون والعلماء الأمريكيون إلى تقسيم مرحلة المراهقة إلى ثلاث أقسام لتسهيل مجال الدراسة والبحث وهيا:

1-2 المراهقة المبكرة (12-14) سنة:

تمتد منذ بدأ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي سنة إلى سنتين بعد البلوغ وسمتها (شارلوت بوهلر) بمرحلة الاتجاه السلبي، ذلك أن سلوك الفتى أو الفتاة يتجه نحو السلبية ولأغراض عن التفاعل الكامل ويصعب على الفتى المراهق فيه التحكم في سلوكه الانفعالي بالدرجة التي تتيح له فرصة امتصاص القيم والعادات والاتجاهات من المجتمع الذي يعيش فيه، وذلك لوجود التغيرات الفيزيولوجية والغددية التي تجعله مفرط الحساسية بذاته مشغولا باجتياز الصراعات. (حامد عبد السلام زهران، 1972، ص264)

2-2 المراهقة المتوسطة (15-17) سنة:

يطلق عليها أيضا المرحلة الثانوية، وتتميز هذه المرحلة ببطء سرعة النمو الجنسي نسبيا عن المرحلة السابقة، وتزداد التغيرات الجسمية الفيزيولوجية من زيادة في الطول والوزن واهتمام

المراهق بمنظره الجسدي وصحته الجسمية وقوة جسمه، وبهذا يزداد شعور المراهق بذاته.

2-3 المراهقة المتأخرة (18-21) سنة:

وتسمى أيضا مرحلة الشباب، حيث تعتبر مرحلة إنجاز القرارات الحاسمة التي يتخذ فيها قرار اختيار مهنة المستقبل، وفيها يصل النمو إلى مرحلة النضج الجسدي، ويتجه نحو الثبات الانفعالي والتبلور لبعض العواطف الشخصية مثل: الاعتناء بالمظهر الخارجي وطريقة الكلام والاعتماد على النفس والبحث عن المكانة الاجتماعية. (خليل ميخائيل عوض، 1971، ص ص72-73)

3- خصائص النمو في المرحلة العمرية (15-17) سنة:

3-1 النمو الجسدي والفيزيولوجي:

يتسم النمو الجسدي في هذه المرحلة بالسرعة مع الاختلال وعدم التوازن حيث ينمو الجسم بسرعة كبيرة غير متناسقة، إذ يغلب عليها نقص الانتظام أو التناظر في أجسام الجسم المختلفة فمثلا الجسم لا يتناسب طولاً وعرضاً مما يقلق المراهق ويفقده الاتزان الحركي. (حامد عبد السلام زهران، 1988، ص337)

الشيء الذي يؤكد قاسم حسن حسين: " يحصل فجأة تقدم رفع النمو الطولي، وخاصة الأطراف السفلى، إضافة إلى النمو العضلي ". (قاسم حسن حسين، عبد علي نصيف، 1980، ص28)

ويرتبط عامل الطول في هذه المرحلة ارتباطاً قوياً بنمو الجهاز العظمي، وتبدأ مظاهر هذا النمو بزيادة الطول بدرجة أوضح عن الذكور مقارنة بالإناث، حيث تصل هذه الأخيرة إلى أقصى طول في نهاية هذه المرحلة، بينما يستمر زيادة الطول عند الذكور حتى 16 سنة.

ويختلف النمو العظمي تبعاً لاختلاف الجنسين، فيزداد نمو قوس الحوض عند الفتاة بشكل واضح ويزداد اتساع المنكبين عند الذكور، تصل عظام الإناث إلى اكتمال نضجها في 17 سنة بينما تواصل نموها عند الذكور، إضافة إلى ذلك يرتبط نمو الوزن للجذع بتراكم الدهون في أماكن مختلفة من الجسم، ويؤثر على النمو العضلي، حيث يزداد الوزن بدرجة أوضح عن الذكور مقارنة بالإناث.

وللإشارة في هذه المرحلة الناشئ يحتاج إلى كمية كافية من الغذاء من أجل عملية البناء، وذلك لتغطية عمليات النمو السريع والنشاط العضلي الكبير وهذا ما يفسر زيادة شهية المراهق للطعام.

3-2 النمو الحركي:

في هذه المرحلة يظهر الاتزان التدريجي في الارتباط الحركي، وفي مختلف النواحي النوعية

للمهارات الحركية، وتعتبر هذه المرحلة ذروة جديدة للنمو الحركي، ويستطيع فيها المراهق اكتساب وتعلم مختلف المهارات وتثبيتها. (سعد جلال، محمد حسن علوي، 1982، ص147)

ويذكر كورت مانيل في هذا المجال: " إن ديناميكية سير الحركات تتحسن في هذه المرحلة، وتتطور كذلك دقة التصرف وبشكل عام النقل الحركي، فالحركة الرياضية لا تنجح إلا بمشاركة الجسم كله فيما المشاركة لا تكون بدون سرعة واحدة، وكذا الظهور للبناء الحركي (مجال وزمن الحركة الذي نشغله) والوزن الحركي (حركة الشد والارتخاء للأجزاء المرتبطة لحركة ما)، والانسائية تعكس علاقة الشد والارتخاء بمجال وزمن الديناميكية والدقة الحركية (قدرة الرياضي على تغيير أوضاع جسمه في الهواء وثبات الحركة للوصول إلى أداء الحركة المطلوبة) ". (فيصل العياش الديلمي، لحر عبد الحق، 1997، ص07)

" إن التغيرات الطارئة على النمو الجسمي أثرها على الجانب الحركي، ذلك لارتباط الأداء الحركي بالنمو الجسمي، حيث تختل حركات المراهق مع تندي أدائه، ويطنى عليه الارتباك، إذ يطلق على هذه المرحلة سن الارتباك ". (عبد المقصود السيد، 2005، ص225)

3-3 النمو العقلي المعرفي:

تتطور الحياة العقلية المعرفية للمراهق تطورا يجعل التمايز والتباين سببا لإعداد الفرد للتكيف الصحيح مع بيئته المتغيرة والمعقدة، وهكذا تبدو أهمية القدرات العقلية العاطفية في المراهقة وأهمية الذكاء في البطولة، يقول السيد فؤاد البهي في هذا المجال: " تختلف سرعة نمو الذكاء وسرعة نمو كل من القدرات العاطفية المختلفة، حيث يزداد نمو القدرات العقلية وخاصة القدرات اللفظية والميكانيكية والسرعة الإدراكية لتباعد المستويات وتنوع حياة المراهق العقلية وتباين واختلاف مظاهر نشاطه، ويظهر الابتكار خاصة عند المراهقين الأكثر استقلالا وذكاء في التفكير وفي أعلى مستوى للطموح، وتتسع المدركات وتتمو المعارف ويستطيع المراهق وضع الحقائق مع بعضها البعض بحيث لا يصل إلى فهم أكثر من مجرد الحقائق نفسها فقط، بل يصل إلى ما وراءها كما يميل المراهق عادة إلى التعبير عن نفسه واهتمام جدي بمستقبله التربوي والمهني ". (السيد فؤاد البهي، 2000، ص238)

4-3 النمو الإجتماعي:

تتميز هذه المرحلة بمظاهر تألف الفرد مع الآخرين أو في نفوره وعزوفه منهم، بحيث يميل المراهق في هذه المرحلة إلى الجنس الآخر، بحيث يؤثر على نمط سلوكه ونشاطه وتزداد ثقته بنفسه وتأكيده لذاته وفي خضوعه للجماعة وفي اتساع ميدان تفاعله الاجتماعي، كما تبدو مظاهر أخرى للنفور وخاصة من الأسرة وتأكيده الرغبة في الحرية الشخصية لذا تتغير نظرة الأب إلى ابنه. (السيد فؤاد البهي، مرجع سابق، ص230)

إن الطفل في هذه المرحلة يبدي رغبة كبيرة في الاحتكاك بالعالم الخارجي ويبدو ذلك من خلال

اختيار الجماعة التي توفر له الراحة والاستقرار والتي تقاسمه الميول ويتعرف من خلال مجالات نشاطه في المدرسة على حقوقه وما عليه من واجبات، كما يدخل في محاولة فرض نفسه في المحيط، وكثيرا ما يكون تعبيره عن ذلك بصورة انفعالية حيث يرفع صوته عند الغضب أو التعب. (حنفي محمود مختار، 1997، ص24)

ويبدأ في تحمل المسؤولية ويرغب في النجاح ويظهر ميله الشديد للانتماء إلى النوادي الرياضية كما يسمي العلماء هذا العمر بسن العصابات وذلك لانخراط الأطفال مع أقرانهم في جماعات تصبح معاييرها لدى الطفل أهم من معايير الأسرة كما يحاول بشكل مباشر رسم شخصيته من خلال ميولاته ورغباته في اختيار ما يناسبه خاصة ما يتعلق بالجانب الرياضي. (حنفي محمود مختار، مرجع سابق، ص26)

4- حاجات المرحلة العمرية (15-17) سنة:

1-4 الحاجة إلى الغذاء والصحة:

الحاجة إلى الغذاء ذات تأثير مباشر على جميع الحاجات النفسية والاجتماعية والعقلية، ولا سيما في فترة المراهقة، حيث ترتبط حياة المراهق وصحته بالغذاء الذي يتناوله، ولذا يجب على الأسرة أن تحاول إشباع حاجته إلى الطعام والشراب وإتباع القواعد الصحية السليمة لأنها السبيل الوحيد لضمان الصحة الجيدة، وعلم الصحة يحدد كمية المواد الغذائية التي يحتاج إليها الإنسان من ذلك، مثلا أن الغذاء الكامل للشخص البالغ يجب أن يشمل على (450غ) مواد كربوهيدراتية، (70غ) مواد دهنية حيوانية ونباتية، و(100غ) مواد بروتينية.

ولما كانت مرحلة المراهقة مرحلة إنمائية سريعة، فإن هذا النمو يحتاج إلى كميات كبيرة ومتنوعة من الطعام لضمان الصحة الجيدة.

2-4 الحاجة إلى التقدير والمكانة الاجتماعية:

إن شعور المراهق وإحساسه بالتقدير من طرف جماعته، وأسرته، ومجتمعه يبوئه مكانة اجتماعية مناسبة للنمو ذات تأثير كبير على شخصيته وعلى سلوكه.

فالمراهق يريد أن يكون شخصا هاما في جماعته، وأن يعترف به كشخص ذا قيمة، إنه يتوق إلى أن تكون له مكانة بين الراشدين، وأن يتخلى على موضوعه كطفل، فليس غريبا أن نرى أن المراهق يقوم بما يقوم به الراشدين ومتبعا طرائقهم وأساليبهم. (فاخر عقل، ب س، ص125)

إن مرحلة المراهقة مرحلة زاخرة بالطاقات التي تحتاج إلى توجيه جيد، لذا فالأسرة الحكيمة والمجتمع السليم هو الذي يعرف كيف يوجه هذه الطاقات لصالحه ويستثمرها أحسن استثمار.

3-4 الحاجة إلى النمو العقلي والإبتكار:

وتتضمن الحاجة إلى الإبتكار توسيع قاعدة الفكر والسلوك، وكذا تحصيل الحقائق وتحليلها وتفسيرها وبهذا يصبح المراهق بحاجة كبيرة إلى الخبرات الجديدة والمتنوعة، فيصبح بحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل والنجاح والتقدم الدراسي، ويتم هذا عن طريق إشباع حاجاته إلى التعبير عن النفس والحاجة إلى المعلومات والتركيز ونمو القدرات.

4-4 الحاجة إلى تحقيق الذات وتأكيدها:

إن المراهق كائن حي اجتماعي وثقافي، وهو بذلك ذات تفرض وجودها في الحياة حيثما وجدت خاصة في حياة الراشدين، فلكي يحقق المراهق ذاته فهو بحاجة إلى النمو السليم، يساعده في تحقيق ذاته وتوجيهها توجيهها صحيحا، ومن أجل بناء شخصية متكاملة وسليمة للمراهقين يجب علينا إشباع حاجياتهم المختلفة، والمتنوعة ففقدان هذا الإشباع معناه اكتساب المراهقين لشخصية ضعيفة عاجزة عن تحقيق التوافق مع المحيط الذي يعيش فيه.

4-5 الحاجة إلى التفكير والإستفسار عن الحقائق:

من مميزات مرحلة المراهقة النمو العقلي كما ذكرنا، حيث تتفتح القدرات العقلية من ذكاء والانتباه والتخيل وتفكير وغيرها، وبهذا تزداد حاجة المراهق إلى التفكير والاستفسار عن الحقائق فيميل المراهق إلى التأمل والنظر في الكائنات من حوله وجميع الظواهر الاجتماعية المحيطة به، التي تستدعي اهتمامه فتكثر تساؤلاته واستفساراته عن بعض القضايا التي يستعصي عليه فهمها، حينما يطيل التفكير فيها، وفي نفس الوقت يريد إجابات عن أسئلته، لذا من واجب الأسرة أن تلبّي هذه الحاجة، وذلك من أجل أن تنمي تفكيره بطريقة سليمة، وتجيب عن أسئلته دون تردد. (حامد عبد السلام زهران، 2001، ص ص 435-436)

5- العوامل المؤثرة في سلوك المراهق:

- مرور بعض المراهقين بخبرة شاذة مريرة أو صدمات عاطفية عنيفة.
- القسوة الشديدة في معاملة المراهقين في الأسرة و تجاهل رغباتهم و حاجات نموهم.
- الصحبة السيئة مع الجيران أو مع الأقران في المدرسة.
- التأخر الدراسي وارتباطه بضعف القدرة العقلية واهتمام المدرسة بالتحصيل فقط.
- الحالة الاقتصادية السيئة.
- يؤثر الدور الاجتماعي في مفهوم الذات حيث تنمو صورة الذات خلال التفاعل الاجتماعي وذلك أثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية.
- وسائل الإعلام وغيرها من العوامل المؤثرة في النمو الاجتماعي.

- التنشئة الاجتماعية والتطبيع الاجتماعي للمراهق سواء ذلك في الثقافة المادية و الثقافة الغير مادية والتراث الثقافي والخبرات الثقافية وتشمل الثقافة عناصر مثل العلم والتكنولوجيا.
- الإيمان والقيم والفن والأخلاق والاقتصاد والسياسة وأنماط الحياة السائدة في المجتمع..... الخ.

(رشيد حميد زغير، 2010، ص ص266-267)

6- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين:

إن الرياضة عملية تسلسلية و ترويحية لكلا الجنسين، حيث تحضر المراهق فكري و بدنيا كما تزوده بالمهارات والخبرات الحركية من أجل التعبير عن الإحساس و المشاعر النفسية المكتظة التي تؤدي اضطرابات نفسية وعصبية عند انفجاره فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القيم المفيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل المواهب الرياضية من اجل تشغيل وقت الفراغ الذي يحس فيه الرياضي بالقلق والملل وبعد الرياضة يتعب المراهق عضليا و فكريا فيستسلم حتما للراحة والنمو بدلا من أن يستسلم إلى الكسل والخمول ويضع وقته فيما لا يرضي الله ولا النفس ولا المجتمع، وعند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية والنوادي الثقافية من أجل ممارسة مختلف أنواع النشاطات الرياضية، فإن هذا يتوقف على ما يحس به عن طريق التغيرات الجسمية و النفسية والعقلية التي يمر بها.

- إعطاء المراهق نوعا من الحرية وتحميله بعض المسؤوليات التي تتناسب مع قدراته واستعداداته كحرية اختيار أماكن اللعب مثلا.

- التقليل من الأوامر والنواهي.

- مساعدة المراهق على اكتساب المهارات والخبرات المختلفة في الميادين الثقافية والرياضية لتوفر الوسائل والإمكانيات والجو الذي يلائم ميول المراهق فهو دائما في حاجة ماسة إلى النصح والإرشاد والثقة والتشجيع، فعلى المدرب أداء دوره في إرشاده وتوجيهه وبتث الثقة في حياة المراهقين طوال مشوارهم الرياضي. (عبد اللاوي إبراهيم الخليل، 2018-2019، ص ص48-

(49)

خلاصة:

من خلال عرض هذا الفصل يمكن أن نصل به على غرار ما وصلت إليه الدراسات الأخرى إلى أن اللاعب في هذه الفئة العمرية يكون في فترة حساسة وحرارة وهي المراهقة فهي من أبرز فترات وجوده في الحياة الإجتماعية، وفي هذه المرحلة يطور ويفجر اللاعب كل قدراته التي يتمتع بها.

ولذلك وجب على المدرب والمربي أن يعطي أهمية كبيرة لهذه المرحلة العمرية التي تعتبر مرحلة مناسبة في تنمية الصفات البدنية والحركية وتعليم المهارات الرياضية المختلفة، مع مراعاة احتياجاته ومتطلباته الضرورية والتي بواسطتها يستطيع تحقيق النمو المتميز.

الجانب التطبيقي

الفصل الأول

منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية

تمهيد:

يعد الجانب التطبيقي الجانب الرئيسي والذي يتم من خلاله بلورة كل ما تحصلنا عليه في الجوانب النظرية إلى مرحلة التطبيق عبر انتهاج أسس علمية ونظرية تتناسب وموضوع البحث، لذا ستوجب علينا القيام بالدراسة الميدانية لأن كل بحث نظري يشترط تأكيده ميدانيا إن كان قابلا للدراسة.

وللقيام بالبحث الميداني يتوجب على الباحث القيام ببعض الإجراءات التي تساهم في ضبط الموضوع وجعله ذو قيمة علمية، حيث عملنا على وضع الدراسة الاستطلاعية والأسس العلمية للاختبار، بالإضافة إلى الضبط الإجرائي للمتغيرات، كما شملت دراستنا التطبيقية الدراسة الأساسية التي تحتوي على (منهج، عينة، مجالات البحث)، بالإضافة إلى أدوات البحث والاختبارات المستخدمة وكذا الدراسة الإحصائية في الشطر الأخير.

1- الدراسة الاستطلاعية:

إن أول خطوة قمنا بها قبل الشروع في الدراسة الميدانية للبحث تمت على مرحلتين:

أولاً: ما قبل تحديد مشكلة البحث وأبعادها، حيث كانت بإطلاعنا على مختلف المراجع من الكتب والمنشورات والمجلات وكان من أجل توسيع قاعدة معرفتنا حول الموضوع والتأكد من أهمية البحث.

ثانياً: قبل بدا الاختبارات، وكانت بالاتصال مع الأستاذ المشرف بغرض محاورته والحصول على آرائه وانطباعاته حول هذه الاختبارات مع تحديد الوسائل البيداغوجية لذلك، ثم القيام ببعض الزيارات الميدانية وذلك من أجل الإطلاع على مجتمع الدراسة وتبادل المعلومات حول كيفية إجراء الاختبارات وتوقيتها، حيث تم اختيار الفرق الملائمة ألا وهيا " اتحاد بسكرة " و " الجيل الجديد العالية " لفئة الأشبال (U17)، بعد الموافقة من طرف مدربي الفريقين واستخراج طلب تسهيل المهام الخاص بالفريقين (الملحق رقم (5) و(6)).

وبعد الانتهاء من جمع كل المعلومات والمعطيات قام الباحثين بإجراء تجربة استطلاعية على عينة قوامها (4) لاعبين من غير عينة الدراسة الأصلية، والتابعين لنادي اتحاد بسكرة، وكان وقت تنفيذ الاختبارات من 2021/04/02 إلى 2021/04/10 لمعرفة الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبارات والصعوبات التي قد تواجه الباحث وإمكانية استعمال الأجهزة والأدوات والتأكد من سلامتها وتقسيم الواجبات بين الباحثان.

ولقد حققت الدراسة الاستطلاعية لبحثنا النتائج التالية:

- أخذ موافقة الفريقان اللذان ستجرى عليهم الدراسة.
- تحديد الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات وانتقاء الاختبارات الصالحة لدراسة.
- توزيع الواجبات على الباحثين وتحديد تسلسل إجراء الاختبارات.

2- المنهج المستخدم:

كلمة المنهج تعني الطريق والسبيل فهو فن التنظيم الصحيح للأفكار العديدة ويتم تحديد المنهج حسب طبيعة الدراسة والأهداف المحددة مسبقاً، إذا فالمنهج هو الطريقة التي يعتمد عليها الباحث للوصول إلى هدفه المنشود، ومنهج البحث يختلف باختلاف مواضيع البحث ولهذا توجد عدة أنواع من المناهج العلمية.

وفي دراستنا هذه اعتمدنا على المنهج الوصفي وقد تم تحديد منهج الدراسة كما سبق الذكر انطلاقاً من الهدف الذي يتلاءم والمنهج الوصفي.

حيث أن المنهج الوصفي يعرف على أن الدراسة الوضعية لا تقف عند مجرد جمع البيانات والحقائق، بل تتجه إلى تصنيف هذه الحقائق وتلك البيانات وتحليلها وتفسيرها واستخلاص دلالتها وتحديدها بالصورة التي هي عليه بهدف التوصل إلى نتائج يمكن تعميمها. (محمد شفيق زكي، 1998، ص109)

3- مجتمع الدراسة:

مجتمع الدراسة هو "مجتمع عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها من غيرها من العناصر الأخرى والتي يجري عليها الحث أو التقصي". (موريس أنجرس، 2004، ص22)

3-1 المجتمع الأصلي:

يتمثل المجتمع الأصلي في جميع نوادي كرة القدم صنف الأشبال (U17) في الجزائر (محرّفة/هاوية).

3-2 المجتمع المتاح:

يتمثل المجتمع المتاح في نوادي كرة القدم صنف الأشبال (U17) لولاية بسكرة (محرّفة/هاوية).

4- عينة الدراسة:

عينة الدراسة هي عينة المجموعة الفرعية التي يسعى الباحث من خلال دراستها إلى تعميم النتائج على المجتمع. (بشير الصالح الرشيد، 2000، ص150)

تمثلت عينة دراستنا في (24) لاعب لكرة القدم من فئة (U17) يمثلون فريقين الأول ينشط في الرابطة الوطنية المحترفة وهو "فريق اتحاد بسكرة" ممثل ب(12) لاعب يتدربون بمعدل أربع حصص في الأسبوع والآخر ينشط في القسم الشرفي وهو "النادي الرياضي للهواة الجيل الجديد العالية" ممثل ب(12) لاعب يتدربون بمعدل أربع حصص في الأسبوع.

4-1 طريقة اختيار العينة:

تم اختيار عينة دراستنا بطريقة مقصودة (عينة قصدية)، حيث تم اختيارنا لفريق اتحاد بسكرة باعتباره الفريق المحترف الوحيد في الولاية، أما النادي الهاوي الجيل الجديد العالية فتم اختياره للسمعة الطيبة التي يتمتع بها الفريق ولما توفر لنا من تسهيلات من طرف المدرب والمسؤولين.

5- مجالات الدراسة:

➤ المجال البشري: تمت الدراسة على فريقين اتحاد بسكرة و الجيل الجديد العالية، وأجريت الاختبارات على (12) لاعبا من كل فريق ممن يلعبون بصفة دائمة وأساسية.

➤ **المجال المكاني:** تم إجراء الاختبارات البدنية والمهارية في الملاعب المعشوشبة اصطناعيا (ملعب الشهيد مناني بسكرة) الذي يتدرب عليه فريق اتحاد بسكرة و (الملعب الجوّاري العالية) الذي يتدرب عليه فريق الجيل الجديد العالية.

➤ **المجال الزمني:** بدأت دراستنا الجدية لهذه الدراسة بعد تحديد الموضوع والتنسيق مع الأستاذ المشرف، وتمثلت هذه التجربة في ثلاث خطوات:

الخطوة الأولى (الدراسة النظرية): من شهر جانفي 2021 إلى شهر مارس 2021.

الخطوة الثانية (التجربة الاستطلاعية): من 02 أفريل 2021 إلى 10 أفريل 2021.

الخطوة الثالثة (تنفيذ الدراسة الرئيسية): 17/16 أفريل 2021 الاختبارات (البدنية والمهارية) الخاصة بنادي اتحاد بسكرة، 24/23 أفريل 2021 الاختبارات (البدنية والمهارية) الخاصة بنادي الجيل الجديد العالية.

6- ضبط متغيرات الدراسة:

يعتبر ضبط المتغيرات عنصرا أساسيا في أي دراسة ميدانية، وقد جاء ضبط متغيرات الموضوع الذي نحن بصدد دراسته كما يلي:

أ- **المتغير المستقل:** ويتمثل في الخصائص البدنية والمهارية في كرة القدم.

ب- **المتغير التابع:** ويتمثل في مستويات اللعب.

7- أدوات الدراسة:

تعتبر أدوات جمع المعلومات والبيانات المحور الذي يستند إليه البحث وتوظيفها يكون قصد الوصول إلى كشف الحقائق التي تبنى عليها الدراسة، وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على:

7-1 الدراسة الببليوغرافية: وتمثلت في جميع المعلومات النظرية من مختلف المراجع والمصادر العربية والأجنبية وكذا المقالات، وتكون خلفية نظرية حول الموضوع لإعطائه صبغة علمية جديدة.

7-2 المقابلات الشخصية: استخدمنا في دراستنا أسلوب المقابلة الشخصية للحصول على البيانات والمعلومات التي تفيد البحث، وقد تمثلت المقابلات الشخصية في عدة زيارات ميدانية قام بها الباحثان مع القائمين على تنفيذ البرامج التدريبية و خاصة مدربي الفريقين لفئة الأشبال.

7-3 الاختبارات المستخدمة: ولقد عمدنا في دراستنا على الاختبارات التالية:

7-3-1 الاختبارات البدنية:

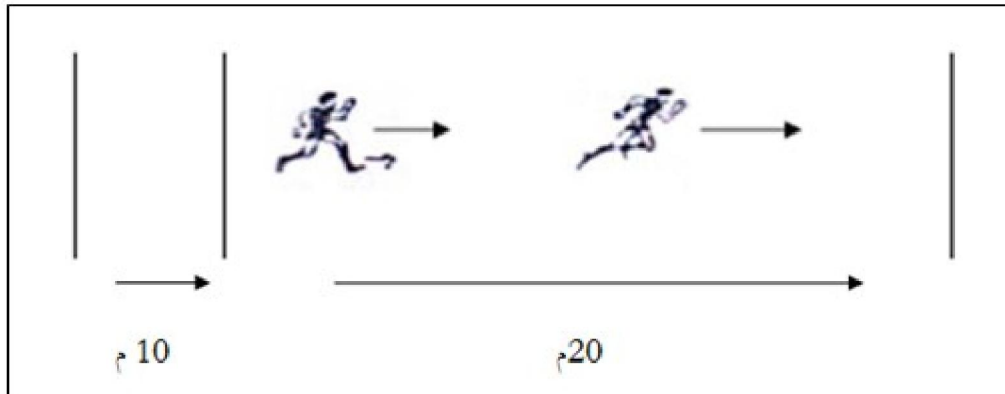
7-3-1-1 اختبار السرعة (العدو 20م من البدء المنطلق):

غرضه: قياس السرعة الانتقالية.

الأدوات: ميقاتي، صافرة، أقماع إرشادية، شريط لاصق، شريط قياس متري، 3 خطوط متوازنة مرسومة على الأرض المسافة بين الخط الأول والثاني (10م) وبين الخط الثاني والثالث (20م).

طريقة الأداء: يقف المختبر خلف الخط الأول، عند سماع إشارة البدء يقوم بالعدو بأقصى سرعة ممكنة إلى أن يتخطى الخط الثالث (النهاية)، مع الالتزام بالبروتوكول الصحي. نلاحظ الشكل.

التسجيل: يتم التسجيل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في قطع (20) متر من الخط الثاني وحتى وصوله الخط الثالث دون احتساب (10) متر المخصصة للانطلاق، يؤدي المختبر محاولتين للسرعة وتسجل أفضل محاولة. (محمد صبحي حسانين، حمدي عبد المنعم، 1995، ص63)



الشكل رقم (02) : يوضح طريقة تنفيذ اختبار السرعة.

7-3-1-2 اختبار الرشاقة (الجري المكوبي (4 × 10متر)):

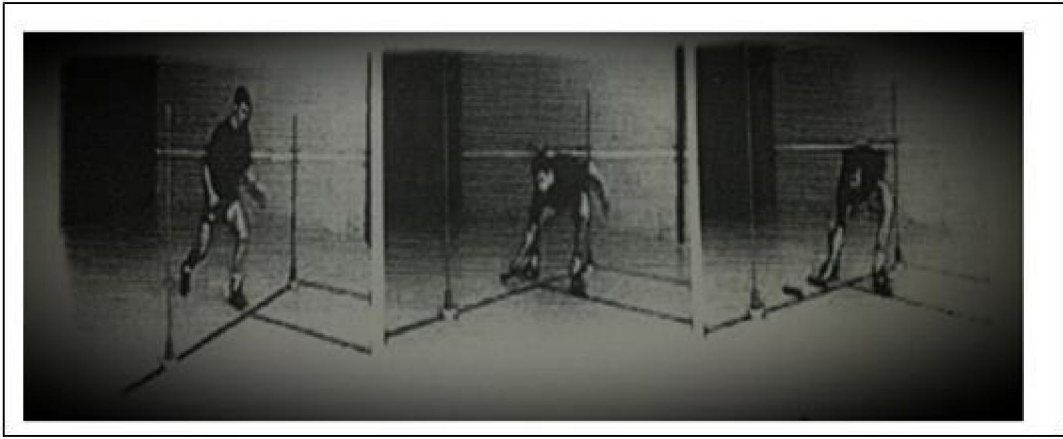
غرضه: قياس الرشاقة لدى اللاعب.

الأدوات: أرضية صلبة غير زلقة، ميقاتي، صافرة، أقماع إرشادية، شريط لاصق، شريط قياس متري، شاهدين، خطان متوازيان المسافة بينهم (10) متر.

طريقة الأداء: - يقف المختبر في وضع الاستعداد خلف خط الانطلاق مع استعمال الشاهد باليد والثاني يترك على الأرضية.

- عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر بالانطلاق بسرعة نحو الجهة المقابلة لوضع الشاهد خلف الخط المقابل ليتجاوزه بقدميه ثم العودة إلى مكان البداية ليتخطى الخط بالأسلوب نفسه وأخذ الشاهد الثاني لوضعه بجوار الشاهد الأول بنفس الأسلوب ثم العودة بأقصى سرعة ممكنة، أي أن المختبر يقطع مسافة (40) مترا ذهابا وعودة، مع الالتزام بالبروتوكول الصحي. نلاحظ الشكل.

التسجيل: يتم تسجيل الوقت المستغرق بواسطة مقياتي وتكون بالثواني والأجزاء من المائة، حيث تعطى لكل مختبر محاولتين وتسجيل أفضل زمن. (محمد السايح مصطفى، صلاح انس احمد، 2009، ص52)



الشكل رقم (03) : يوضح طريقة تنفيذ اختبار الرشاقة.

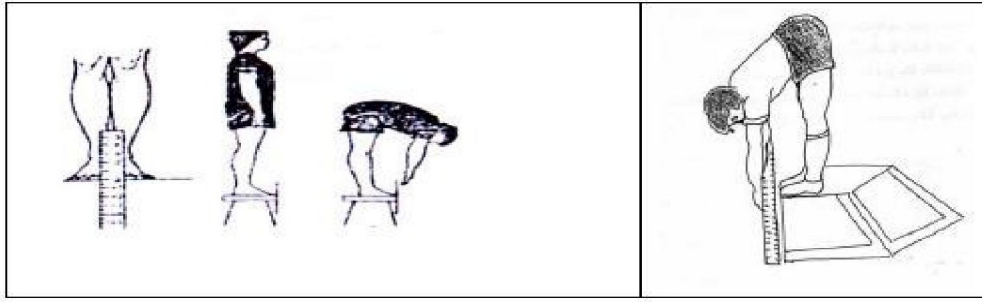
7-3-1-3 اختبار المرونة (الثني الأمامي للجذع من الوقوف):

غرضه: قياس الثني الأمامي للجذع من الوقوف.

الأدوات: مقعد بدون ظهر ارتفاعه (50) متر، مسطرة غير مرنة بها مؤشر مقسمة من (0) إلى (100 سم) مثبتة على المقعد من الجنب عموديا بحيث يكون الرقم 100 موازيا لحافته السفلى و رقم 50 موزع على سطح المقعد.

طريقة الأداء: يقف المختبر وقدماه مضمومتان على حافة المقعد مع الاحتفاظ بالركبتين مفردتين حيث يقوم المختبر بثني الجذع إلى أسفل بحيث يدفع المؤشر إلى أسفل بالأصابع إلى أبعد مسافة ممكنة مع إجبارية الثني ببطء والثبات حين الوصول لأقصى مسافة ثني لمدة ثانيتين، مع الالتزام بالبروتوكول الصحي. نلاحظ الشكل.

التسجيل: حيث تعطى لكل مختبر محاولتان وتسجيل أفضل محاولة بحساب المسافة الأكبر بالسنتيمتر. (محمد السايح مصطفى، صلاح انس احمد، مرجع سابق، ص50)



الشكل رقم (04) : يوضح طريقة تنفيذ اختبار الثني الأمامي للجذع من الوقوف.

2-3-7 الاختبارات المهارية:

1-2-3-7 اختبار دقة التمرير:

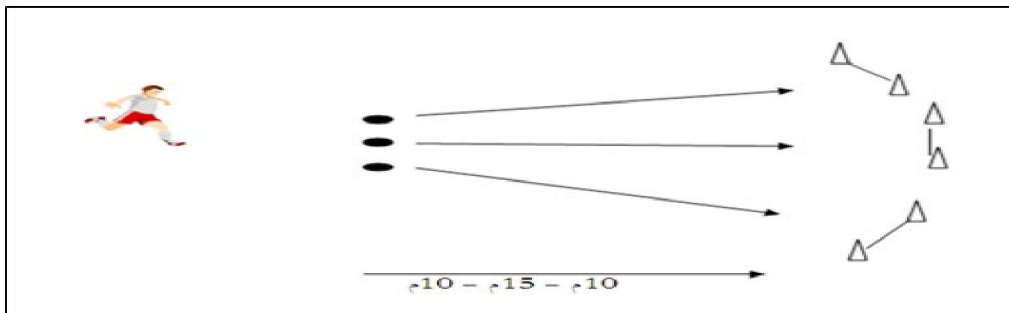
غرضه: قياس القدرة على دقة التمرير لدى اللاعب بكلتا الرجلين.

الأدوات: أقماع، كرات، صافرة.

طريقة الأداء: - يقف المختبر خلف ثلاث كرات وعند سماع الإشارة يمرر الكرة بين الأقماع، حيث يقوم المختبر بتمرير الكرة بين القمعين على الجهة اليمنى، ثم على الجهة المقابلة، ثم على الجهة اليسرى، مع الالتزام بالبروتوكول الصحي.

- ويتم تحديد المسافة بين المختبر والقمعين (10) م على الجهة اليمنى، و (15) م على الجهة المقابلة، و (10) م على الجهة اليسرى، ويتم تحديد المسافة بين القمعين ب(1)م. نلاحظ الشكل.

التسجيل: يتم التسجيل للمختبر بحساب النقاط بما يتناسب مع درجة دقة التمرير كما يلي: ما بين الأقماع (2) نقاط، ملامسة الأقماع (1) نقطة، خارج الأقماع (0) نقطة. (محمد صبحي حسنين، حمدي عبد المنعم، مرجع سابق، ص53)



الشكل رقم (05) : يوضح طريقة تنفيذ اختبار دقة التمرير.

7-3-2-2 اختبار دقة التصويب:

غرضه: قياس القدرة على دقة التصويب لدى اللاعب برجله في الزوايا البعيدة للمرمى.

الأدوات: الأقماع، الكرات، صافرة، حبال (تشكل تقاطع بستة مناطق على مستوى إطار المرمى).

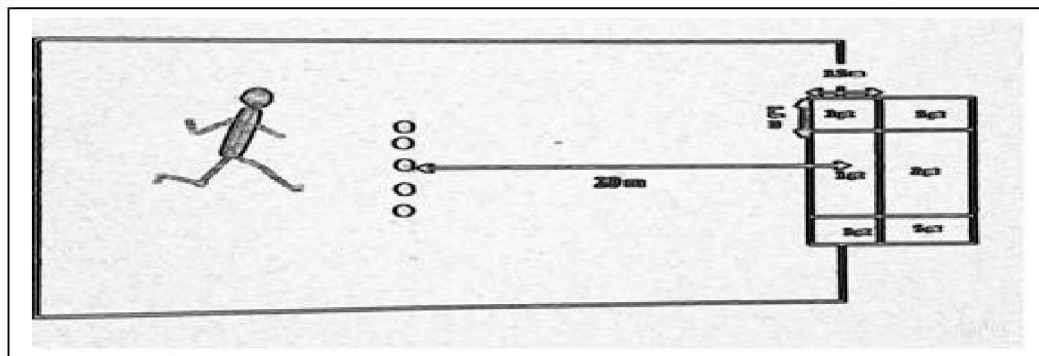
طريقة الأداء: - يقوم المختبر بالوقوف خلف خمس كرات وعند سماع الإشارة يصوب الكرة داخل المناطق المحددة، حيث يقوم بتصويب الكرة بقوة مناسبة وبوجه القدم، مع الالتزام بالبروتوكول الصحي.

- ويتم تحديد الأبعاد في المنطقة اليمنى والمنطقة اليسرى (الطول 1.22م والعرض 1.5م)، أما الأبعاد في المنطقة الوسطى (الطول 1.22م والعرض 4.32م). نلاحظ الشكل.

التسجيل: يتم التسجيل للمختبر بحساب النقاط بما يتناسب مع درجة دقة التصويب. (محمد السايح مصطفى، صلاح انس احمد، مرجع سابق، ص54)

الجدول رقم (04) : يبين طريقة التنقيط.

التنقيط (الدرجة)	المنطقة
(5 ن)	الزاويتين العلويتين للقائم
(3 ن)	الزاويتين السفليتين للقائم
(2 ن)	المنطقة العلوية الوسطى
(1 ن)	المنطقة السفلية الوسطى
(1 ن)	ملامسة الكرة للعارضة من كل الجهات
(0 ن)	خروج الكرة أو لمسها للأرض قبل الدخول للمرمى



الشكل رقم (06) : يوضح طريقة تنفيذ اختبار دقة التصويب.

7-3-2-3 اختبار اكراموف (الجري بالكرة وتغيير الاتجاه):

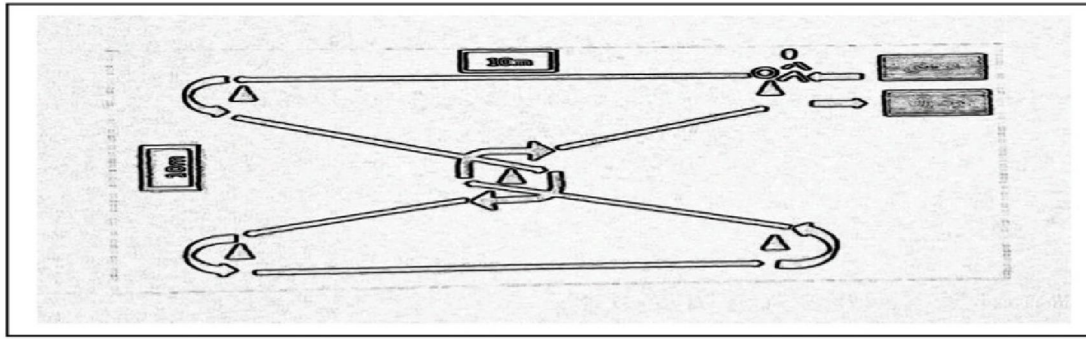
غرضه: قياس القدرة على مدى التحكم في توجيه الكرة على مسار محدد.

الأدوات: أقماع، كرات، صافرة، ميقاتي.

طريقة الأداء: - يقوم المختبر بالوقوف خلف الكرة عند نقطة البداية وعند سماع الإشارة ينطلق بالجري السريع مع الكرة متتبعا للمسار المحدد بالأقماع.

- يقوم المختبر جاهدا على تجنب إسقاط الأقماع (تضاف 1 ثا) في حال سقوط القمع) وتحدد المسافة بين الأقماع ب (10م)، مع الالتزام بالبروتوكول الصحي. نلاحظ الشكل.

التسجيل: يتم التسجيل للمختبر المسافة المحققة بواسطة ميقاتي وتكون بالثواني والأجزاء من المائة، مع إعطائه محاولتان وتسجيل أفضل محاولة. (محمد السايح مصطفى، صلاح انس احمد، مرجع سابق، ص56)



الشكل رقم (07) : يوضح طريقة تنفيذ اختبار اكراموف للجري بالكرة وتغيير الاتجاه.

8- الأسس العلمية للاختبارات:

إن جميع الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة في البحث هي اختبارات مقننة، وبالرغم من ذلك فقد تم التحقق من صلاحية وملائمة جميع الاختبارات لعينة البحث عن طريق إيجاد الصدق والثبات والموضوعية كما في الجدول رقم (05) وعلى النحو الآتي:

8-1 صدق الاختبار:

إن درجة الصدق تعتبر هي العامل الأكثر أهمية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساسا بنتائج الاختبار. (محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، 1996، ص321)

ولقد قام الباحثان باختيار الاختبارات الخاصة بالدراسة بعد الاطلاع على العديد من الدراسات

والأبحاث السابقة والمراجع العلمية، فقد تم عرض هذه الاختبارات على مجموعة من المختصين، وتم انتقاء الاختبارات الصالحة للدراسة بواسطة الصدق المنطقي للمختصين وذلك بترشيح الاختبارات البدنية والمهارية التي كانت نسبة الاتفاق عليها أكثر، فضلا عن احتساب الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار.

الصدق الذاتي = الجذر التربيعي لمعامل الثبات

2-8 ثبات الاختبار:

يقصد بثبات الاختبار أن يعطي نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد في نفس الظروف، ويعد أسلوب إعادة الاختبار من أهم أساليب الثبات. (مقدم عبد الحفيظ، 1993، ص152)

ولحساب معامل الثبات قام الباحثان بإجراء طريقة تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار، فقد طبق الاختبارات الأولى بتاريخ 2 أبريل 2021، ثم أعيد تطبيقها مرة ثانية بعد (7) أيام في نفس الظروف على عينة مكونة من (4) لاعبين (اتحاد بسكرة U17) من خارج عينة الدراسة الأساسية (النتائج مدونة ضمن الملاحق رقم (1) و(2))، ثم قام الباحثان بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الاختبارين وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباط عالية وأن مجموعة الاختبارات البدنية والمهارية تتمتع بدرجة ثبات عالية وجميعها جيدة وتفي بأغراض الدراسة.

الجدول رقم (05) : يبين الأسس العلمية للاختبارات البدنية والمهارية.

النتيجة	نتيجة الدلالة	معامل الثبات	معامل الصدق	قيمة العينة	الاختبارات البدنية والمهارية
ثابت وصادق	دال	0.96	0.97	4	اختبار السرعة (العدو 20 م من البدء المنطلق)
ثابت وصادق	دال	0.88	0.93	4	اختبار الرشاقة (الجري المكوكي (4 × 10 م)
ثابت وصادق	دال	0.94	0.96	4	اختبار المرونة (الثني الأمامي للجذع من الوقوف)
ثابت وصادق	دال	0.90	0.94	4	اختبار دقة التمرير
ثابت وصادق	دال	0.89	0.94	4	اختبار دقة التصويب
ثابت وصادق	دال	0.95	0.97	4	اختبار اكراموف (الجري بالكرة وتغيير الاتجاه)
معامل الصدق = الجذر التربيعي لمعامل الثبات					مقارنة عن مستوى الدلالة 0.05

8-3 موضوعية الاختبار:

يعرف " بارورمك جي " الموضوعية بكونها: درجة الاتساق بين أفراد مختلفين لنفس العينة، ويعبر عنه بمعامل الارتباط. (محمد صبحي حسانين، 1987، ص85)

ومن هنا استخدم الباحثان مجموعة من الاختبارات السهلة والواضحة مع شرحها وذكر تفاصيل ومتطلبات كل اختبار، ومعرفة قياس وتبويب النتائج واستخدام الباحثان الوسائل والطرق اللازمة مع مراعاة التوقيت وحالة الجو، على هذا فإن الاختبارات المتخذة تتمثل بموضوعية عالية.

9- الأساليب الإحصائية:

من أجل معالجة البيانات والإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

9-1 المتوسط الحسابي:

ويكتب على الشكل التالي:

$$\bar{x} = \frac{1}{n} \sum_{i=1}^n x_i = \frac{1}{n} (x_1 + \dots + x_n)$$

\bar{x} : المتوسط الحسابي.

(X1+ ... +Xn) : مجموع القيم.

n : عدد القيم.

9-2 الانحراف المعياري:

ويكتب على الشكل التالي:

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum (x - \bar{x})^2}}{n - 1}$$

σ : الانحراف المعياري.

X : قيمة العينة.

\bar{x} : المتوسط الحسابي.

n : عدد القيم.

3-9 معامل ارتباط بيرسون:

معامل ارتباط بيرسون يقيس قوة واتجاه العلاقة الخطية فقط بين متغيرين كميين. ويكتب على الشكل التالي:

$$r = \frac{n(\sum xy) - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n\sum x^2 - (\sum x)^2][n\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

r : معامل الارتباط بيرسون.

n : عدد أفراد العينة.

4-9 اختبار (ت) (T) ستودنت:

يستخدم قياس ستودنت دلالة فروق المتوسطات المرتبطة والغير مرتبطة للعينات المتساوية والغير متساوية.

ويكتب على الشكل التالي:

$$T = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\frac{\sqrt{S_1^2 + S_2^2}}{n - 1}}$$

T : معيار ستودنت.

\bar{X}_1 : المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى.

\bar{X}_2 : المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية.

n : عدد أفراد العينة.

S₁ : الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.

S₂ : الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.

خلاصة:

إن نجاح أي بحث مهما بلغت درجته العلمية مرتبط بشكل أساسي بإجراءات البحث الميدانية لأن جوهر الدراسة مكنون في كيفية ضبط حدود البحث الرئيسية. و عليه فقد حاولنا من خلال هذا الفصل وضع خطة محددة الأهداف والغايات في هذا الاتجاه، وذلك بتحديد النقاط التي يمكن أن تساعدنا في ضبط حدود البحث، وقد تم تحديد المنهج الملائم لطبيعة البحث والذي يخدم مشكلة البحث الرئيسية، كما تم تحديد التجربة الاستطلاعية وعينة البحث التي تمثل تمثيلاً صادقاً لمجتمع الأصل، واختيار الأدوات اللازمة لذلك وضبط متغيرات البحث، وتحديد مجالات الدراسة والأسس العلمية للاختبارات المستخدمة، واختيار الطرق والأساليب الإحصائية الملائمة التي تساعدنا في عملية عرض وتحليل النتائج.

الفصل الثاني

عرض وتحليل النتائج

تمهيد:

تعتبر عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي يجب على الباحث القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات أو عدمها، ولكن العرض وحده غير كافي وإنما على الباحث أن يقوم بعملية تحليل لهذه النتائج في ضوء الفرضيات المطروحة حتى تكون لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على البحث.

ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل النتائج التي تم جمعها والتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية التي أجريت على فريقي اتحاد بسكرة والجيل الجديد العالية فئة الأشبال، وذلك يجب أن يكون وفق طريقة منطقية علمية ومنظمة وهذا لنتمكن من توضيح الأمور المتعلقة بإشكالية الدراسة، معتمدين في ذلك على برنامج إحصائي يتكون من مجموعة من الوسائل الإحصائية لمعالجة النتائج والخروج باستنتاجات.

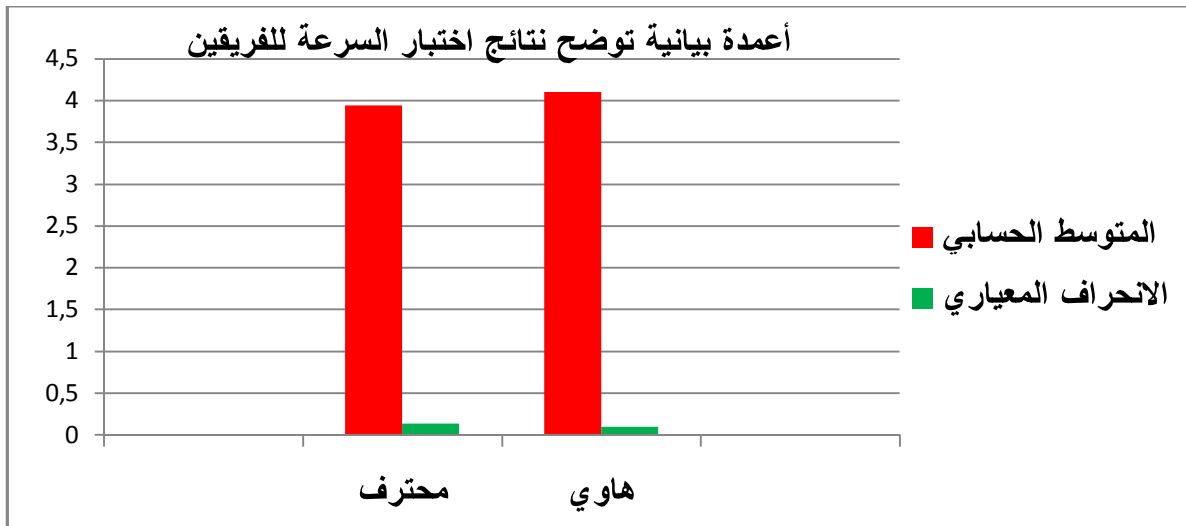
1- عرض وتحليل نتائج الاختبارات البدنية للفريقين:

1-1 اختبار السرعة (العدو 20م من البدء المنطلق):

الجدول رقم (06) : يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة في اختبار السرعة.

الصفة البدنية	مستوى اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T المحسوبة	الدلالة الاحصائية
السرعة	محترف	12	3.94	0.14	22	- 3.2	دال
	هاوي	12	4.10	0.10			

قيمة T الجدولية = 2.07 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22



الشكل رقم (08) : يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار السرعة.

تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (06) يتضح لنا وجود اختلاف بين اللاعبين المحترفين واللاعبين الهواة في صفة السرعة حيث كان لصالح اللاعبين المحترفين بمتوسط حسابي بلغ (3.94) وانحراف معياري قدره (0.14) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهواة (4.10) وانحراف معياري قدره (0.10).

وبحساب قيمة T المحسوبة وهي أقل من قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22 (T المحسوبة تقع في مجال الرفض)، فإننا نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض

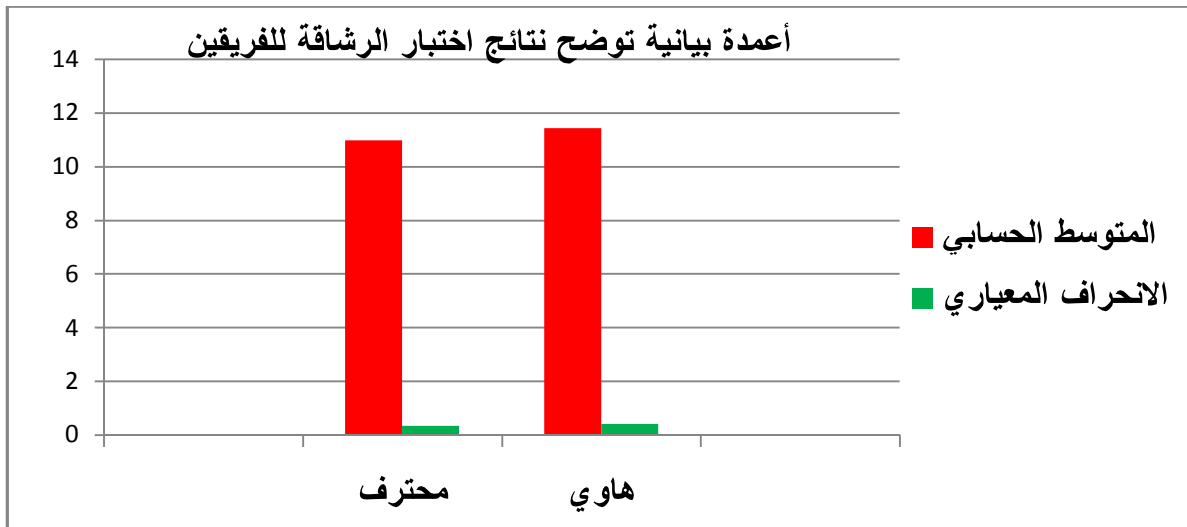
البديل ونقول على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

1-2 اختبار الرشاقة (الجري المكوي (4×10م)):

الجدول رقم (07) : يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهاوية في اختبار الرشاقة.

الصفة البدنية	مستوى اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T المحسوبة	الدلالة الاحصائية
الرشاقة	محترف	12	10.97	0.36	22	- 2.81	دال
	هاوي	12	11.43	0.44			

قيمة T الجدولية = 2.07 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22



الشكل رقم (09) : يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار الرشاقة.

تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (07) يتضح لنا وجود اختلاف بين اللاعبين المحترفين واللاعبين الهاوية في صفة الرشاقة حيث كان لصالح اللاعبين المحترفين بمتوسط حسابي بلغ (10.97) وانحراف معياري قدره (0.36) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهاوية (11.43) وانحراف معياري قدره (0.44).

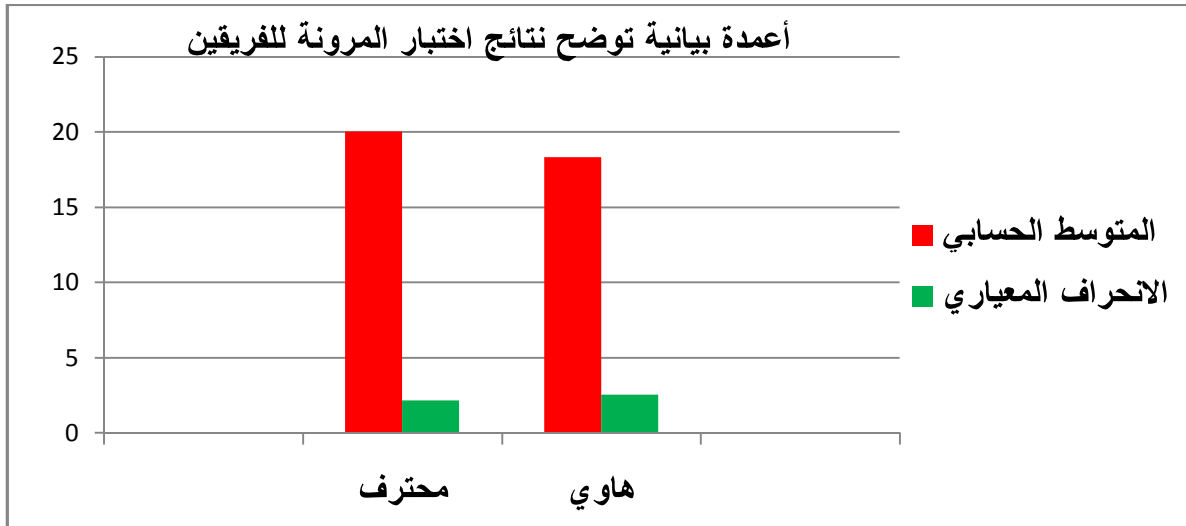
وبحساب قيمة T المحسوبة وهي أقل من قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22 (T المحسوبة تقع في مجال الرفض)، فإننا نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل ونقول على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة الرشاقة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

3-1 اختبار المرونة (الثني الأمامي للجذع من الوقوف):

الجدول رقم (08) : يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهاوية في اختبار المرونة.

الصفة البدنية	مستوى اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T المحسوبة	الدلالة الاحصائية
المرونة	محترف	12	20.04	2.17	22	1.78	غير دال
	هاوي	12	18.33	2.53			

قيمة T الجدولية = 2.07 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22



الشكل رقم (10) : يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار المرونة.

تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (08) يتضح لنا وجود اختلاف بين اللاعبين المحترفين واللاعبين الهاوية في صفة المرونة حيث كان لصالح اللاعبين المحترفين بمتوسط حسابي بلغ (20.04) وانحراف معياري قدره (2.17) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهاوية (18.33) وانحراف معياري قدره (2.53).

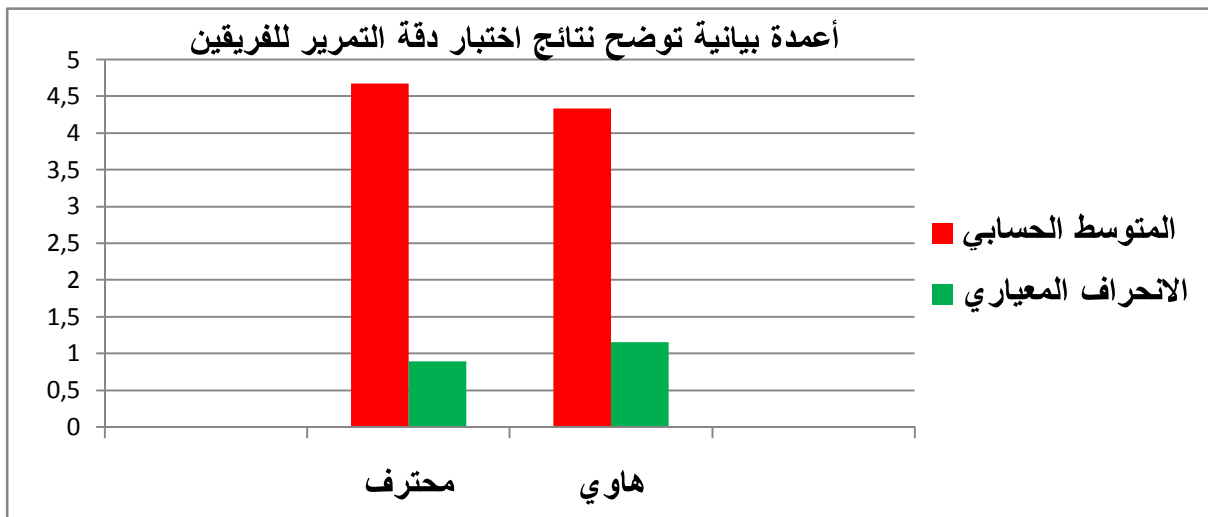
وبحساب قيمة T المحسوبة وهي أقل من قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22 (T المحسوبة تقع في مجال القبول)، فإننا نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل ونقول على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة المرونة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

2- عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهارية للفريقين:

1-2 اختبار دقة التمرير:

الجدول رقم (09) : يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهاوية في اختبار دقة التمرير.

الصفة المهارية	مستوى اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T المحسوبة	الدلالة الاحصائية
دقة التمرير	محترف	12	4.67	0.89	22	0.80	غير دال
	هاوي	12	4.33	1.15			
قيمة T الجدولية = 2.07 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22							



الشكل رقم (11) : يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار دقة التمرير.

تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (09) يتضح لنا وجود اختلاف بين اللاعبين المحترفين واللاعبين الهاوية في مهارة دقة التمرير حيث كان لصالح اللاعبين المحترفين بمتوسط حسابي بلغ (4.67)

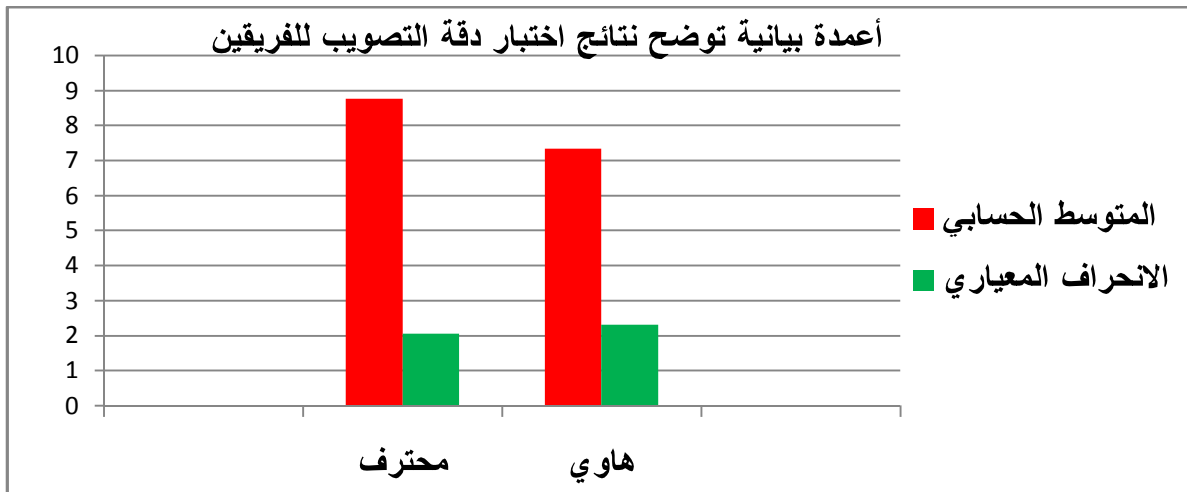
وانحراف معياري قدره (0.89) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهواة (4.33) وانحراف معياري قدره (1.15).

وبحساب قيمة T المحسوبة وهي أقل من قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22 (T المحسوبة تقع في مجال القبول)، فإننا نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل ونقول على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التمرير لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

2-2 اختبار دقة التصويب:

الجدول رقم (10) : يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة في اختبار دقة التصويب.

الصفة المهنية	مستوى اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T المحسوبة	الدلالة الاحصائية
دقة التصويب	محترف	12	8.75	2.05	22	1.59	غير دال
	هاوي	12	7.33	2.31			
قيمة T الجدولية = 2.07 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22							



الشكل رقم (12) : يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار دقة التصويب.

تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (10) يتضح لنا وجود اختلاف بين اللاعبين المحترفين واللاعبين الهواة في مهارة دقة التصويب حيث كان لصالح اللاعبين المحترفين بمتوسط حسابي بلغ

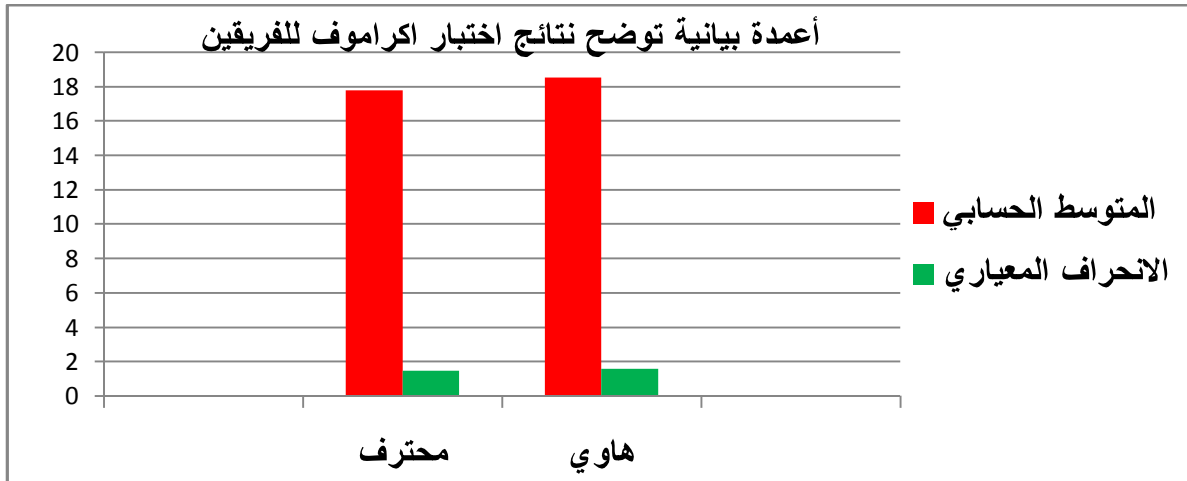
(8.75) وانحراف معياري قدره (2.05) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهواة (7.33) وانحراف معياري قدره (2.31).

وبحساب قيمة T المحسوبة وهي أقل من قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22 (T المحسوبة تقع في مجال القبول)، فإننا نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل ونقول على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التصويب لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

2-3 اختبار اكراموف (الجري بالكرة وتغيير الاتجاه):

الجدول رقم (11) : يبين الفروق بين اللاعبين المحترفين والهواة في اختبار اكراموف.

الصفة المهنية	مستوى اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T المحسوبة	الدلالة الاحصائية
الجري بالكرة وتغيير الاتجاه	محترف	12	17.82	1.49	22	- 1.16	غير دال
	هاوي	12	18.56	1.62			
قيمة T الجدولية = 2.07 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22							



الشكل رقم (13) : يوضح التمثيل البياني لنتائج الفريقين في اختبار اكراموف.

تحليل النتائج:

من خلال نتائج الجدول رقم (11) يتضح لنا وجود اختلاف بين اللاعبين المحترفين واللاعبين الهواة في مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه حيث كان لصالح اللاعبين المحترفين بمتوسط

حسابي بلغ (17.82) وانحراف معياري قدره (1.49) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهواة (18.56) وانحراف معياري قدره (1.62).

وبحساب قيمة T المحسوبة وهي أقل من قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22 (T المحسوبة تقع في مجال القبول)، فإننا نقبل الفرض الصفري ونرفض الفرض البديل ونقول على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

الفصل الثالث

مناقشة وتفسير النتائج

1- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات:**1-1 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى:**

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

من خلال نتائج اختبار السرعة المتحصل عليها في الجدول رقم (06) نجد أن المتوسط الحسابي للاعبين المحترفين يساوي (3.94)، أما المتوسط الحسابي للاعبين الهواة يساوي (4.10)، وبمقارنة قيمة T المحسوبة مع قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22، حيث وجدنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الفريقين (المحترف/الهاوي) لصالح الفريق المحترف في صفة السرعة، ويرجع الباحثان ذلك إلى أن اللاعبين المحترفين يتدربون بشدة وحجم أكبر ويخضعون لبرامج خاصة تسمح لهم بتنمية سرعة الجري في المسافات القصيرة والتحضير الجيد لهذه الصفة البدنية مقارنة بنظائرهم الغير نخبيين (الهواة) لأهمية صفة السرعة خاصة في الوظائف الهجومية من خلال الهجمات المرتدة والوظائف الدفاعية أيضا. وهذه النتائج المتحصل عليها تتوافق مع عدة دراسات وبحوث سابقة التي تم التطرق إليها في الخلفية النظرية كدراسة (أحمد محمد أحمد جاسر، 2002) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة.

وفي ضوء هذه النتائج والمعطيات يمكن القول أن الفرضية الجزئية الأولى التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي) قد تحققت.

2-1 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة الرشاقة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

من خلال نتائج اختبار الرشاقة المتحصل عليها في الجدول رقم (07) نجد أن المتوسط الحسابي للاعبين المحترفين يساوي (10.97)، أما المتوسط الحسابي للاعبين الهواة يساوي (11.43)، وبمقارنة قيمة T المحسوبة مع قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22، حيث وجدنا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الفريقين (المحترف/الهاوي) لصالح الفريق المحترف في صفة الرشاقة، ويرجع الباحثان ذلك إلى أن اللاعبين الهواة والمدربين الذين لا يملكون المؤهل الأكاديمي يعتقدون بأن النحافة هي الرشاقة لذا لا يهتمون بتدريباتها ويستثنونها من تدريباتهم عكس اللاعبين المحترفين الذين يعطون أهمية قصوى لذلك بسبب أهميتها في تحسين مستوى الأداء خلال المباريات. وهذه النتائج المتحصل عليها تتوافق مع عدة دراسات

وبحوث سابقة التي تم التطرق إليها في الخلفية النظرية كدراسة (بن قوة علي، 2004) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة الرشاقة.

وفي ضوء هذه النتائج والمعطيات يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة الرشاقة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي) قد تحققت.

1-3 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة المرونة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

من خلال نتائج اختبار المرونة المتحصل عليها في الجدول رقم (08) نجد أن المتوسط الحسابي للاعبين المحترفين يساوي (20.04)، أما المتوسط الحسابي للاعبين الهواة يساوي (18.33)، وبمقارنة قيمة T المحسوبة مع قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22، حيث وجدنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الفريقين (المحترف/هاوي) في صفة المرونة، ويرجع الباحثان ذلك إلى المستوى الجيد والمتقارب في صفة المرونة عند كلا الفريقين، هذا التقارب راجع إلى عمل المدربين على تطوير جل الصفات البدنية ومن بينها مرونة الجذع التي يجب توفرها في لاعب كرة القدم من أجل إتقان الأداء البدني والحركي والاقتصاد في الجهد والوقت. وهذا ما حولنا تأكيد من خلال الفصول النظرية وما أكدته الدراسات السابقة المتوفرة لدينا كدراسة (بوعروزي فرحات، بوتة محمد، 2011) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة المرونة.

وفي ضوء هذه النتائج والمعطيات يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثالثة التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صفة المرونة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي) لم تتحقق.

1-4 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التمرير لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

من خلال نتائج اختبار دقة التمرير المتحصل عليها في الجدول رقم (09) نجد أن المتوسط الحسابي للاعبين المحترفين يساوي (4.67)، أما المتوسط الحسابي للاعبين الهواة يساوي (4.33)، وبمقارنة قيمة T المحسوبة مع قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22، حيث وجدنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الفريقين (المحترف/هاوي) في مهارة دقة التمرير، ويرجع الباحثان ذلك إلى المستوى المتقارب جدا بين اللاعبين المحترفين

والهواة في مهارة دقة التمرير بالنظر إلى المتوسطات الحسابية للفريقين بحيث نجد أنها لم تصل إلى المستوى الجيد جدا رغم أن هذه المهارة من المهارات الأساسية في كرة القدم، ويعود ذلك إلى ضعف الإمكانيات التي يستطيع أن يوفرها مدربى الفريقين أثناء الوحدة التدريبية وعدم إتاحة الفرصة للاعب لإعادة التكرار حتى ينقن المهارة بشكلها الصحيح وقلة عدد الوحدات التدريبية خلال الأسبوع، لذلك يجب الاهتمام بهذه المهارة والتنويع في التمارين حتى يتم تطبيقها بالشكل الصحيح. وهذا ما تم تأكيده من خلال الفصول النظرية وما أكدته بعض الدراسات السابقة المتوفرة لدينا كدراسة (بوعروري فرحات، بوتة محمد، 2011) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التمرير.

وفي ضوء هذه النتائج والمعطيات يمكن القول أن الفرضية الجزئية الرابعة التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التمرير لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي) لم تتحقق.

1-5 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التصويب لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

من خلال نتائج اختبار دقة التصويب المتحصل عليها في الجدول رقم (10) نجد أن المتوسط الحسابي للاعبين المحترفين يساوي (8.75)، أما المتوسط الحسابي للاعبين الهواة يساوي (7.33)، وبمقارنة قيمة T المحسوبة مع قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22، حيث وجدنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الفريقين (المحترف/هاوي) في مهارة دقة التصويب، ويرجع الباحثان ذلك إلى عدم وصول كلا الفريقين المحترف والهاوي إلى المستوى الجيد جدا في مهارة دقة التصويب رغم أنها من أهم أساسيات لعبة كرة القدم على الإطلاق، وذلك راجع إلى ضعف في بعض الخصائص البدنية التي تساهم في مهارة التصويب وقلة عدد الوحدات التدريبية المخصصة لهذه المهارة، حيث يرى الباحثان أنه من أجل الارتقاء بمهارة التصويب والوصول بها إلى المستوى المطلوب يجب استخدام التدريبات التي يستخدم فيها الأهداف الصغيرة والمرسومة على الحائط مع الاستمرار في تكرار التصويب من زوايا مختلفة. حيث هذه النتائج المتحصل عليها لم تتفق مع بعض الدراسات السابقة المتوفرة لدينا منها دراسة (أحمد محمد أحمد جاسر، 2002) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التصويب.

وفي ضوء هذه النتائج والمعطيات يمكن القول أن الفرضية الجزئية الخامسة التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التصويب لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي) لم تتحقق.

1-6 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية السادسة:

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

من خلال نتائج اختبار اكراموف المتحصل عليها في الجدول رقم (11) نجد أن المتوسط الحسابي للاعبين المحترفين يساوي (17.82)، أما المتوسط الحسابي للاعبين الهواة يساوي (18.56)، وبمقارنة قيمة T المحسوبة مع قيمة T الجدولية عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 22، حيث وجدنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الفريقين (المحترف/هاوي) في مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه، ويرجع الباحثان ذلك إلى المستوى المتوسط لهذه المهارة عند كلا الفريقين المحترف والهاوي بالنظر إلى المتوسطات الحسابية المحققة وذلك راجع للبرامج التدريبية التي لم تلائم متطلبات وخصائص هذه الفئة العمرية من حيث تنمية وتطوير مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه ويرى الباحثان أنه من أجل الارتقاء والوصول إلى المستوى المطلوب لهذه المهارة الأساسية يجب استخدام التدريبات التي تستخدم فيها الأدوات المساعدة كالشواخص والجري لمسافات قصيرة وطويلة بالكرة مع تغيير الاتجاه وكثرة التكرار بالإضافة إلى تنمية القدرة على التحكم بالكرة أثناء الجري. حيث هذه النتائج المتحصل عليها لم تتفق مع بعض الدراسات السابقة المتوفرة لدينا منها دراسة (بن قوة علي، 2004) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه.

وفي ضوء هذه النتائج والمعطيات يمكن القول أن الفرضية الجزئية السادسة التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي) لم تتحقق.

الاستنتاج العام:

من خلال جمعنا للمعلومات النظرية وإجرائنا للدراسة الميدانية وبعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها من مختلف الجداول التي جاءت في الجانب التطبيقي والتي تحتوي على مختلف المعلومات الإحصائية الخاصة بمتغيرات فرضيات دراستنا التي يدور موضوعها حول:

دراسة بعض الخصائص البدنية والمهارية لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

وعلى ضوء النتائج المتحصل عليها والتي تشمل ستة فرضيات توصل اليها الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية:

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة الرشاقة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة المرونة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

4- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التمرير لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

5- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة دقة التصويب لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

6- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة الجري بالكرة وتغيير الاتجاه لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي).

ومن خلال ما ذكرناه فإن دراستنا زيادة على الفرضيات الجزئية بعد اختبارها حققت ما يلي:

❖ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الخصائص البدنية قيد الدراسة (السرعة، الرشاقة) ماعدا صفة المرونة أي أن مستوى اللعب له تأثير على اكتساب الصفات البدنية.

❖ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الخصائص المهارية قيد الدراسة (دقة التمرير، دقة التصويب، الجري بالكرة وتغيير الاتجاه) رغم اختلاف مستوى اللعب.

الاقتراحات والتوصيات:

من خلال هذه الدراسة التي قمنا بها وعلى ضوء النتائج التي توصلنا إليها سنقدم بعض الاقتراحات والتوصيات التي نرى أنه من الضروري الإشارة إليها قصد تنبيه كل من يهمله هذا الموضوع:

- إجراء بحوث ودراسات مشابهة على ألعاب رياضية أخرى ومستويات عمرية مختلفة.
- العمل على تنظيم ملتقيات للمدربين المشرفين على الفرق في كل المستويات تحت إشراف إدارات متخصصة.
- على المدربين الاعتماد على هذه الاختبارات المقننة وذلك لمعرفة مستوى اللاعبين وتسهيل عملية الانتقاء.
- يجب التركيز على تطوير الجانب البدني واللياقة البدنية بكل مكوناتها للاعب كرة القدم وعدم التركيز على صفة وترك أخرى من أجل الوصول إلى المستوى العالي.
- الاهتمام والتركيز على تنمية وتطوير جميع المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم للوصول إلى المستويات العالمية.
- إعطاء أهمية بالغة للتكوين ولمرحلة المراهقة بصفة خاصة باعتبارها المرحلة الأساسية لترسيخ المكتسبات والخبرات.
- القيام بدراسات مقارنة بين لاعبي كرة القدم الجزائريين ولاعبي الأندية الكبرى كالأندية الأوروبية لأن ذلك يساهم في تحديد جوانب النقص لدى اللاعبين.
- ضرورة الاعتماد على المدربين أصحاب الشهادات والخبرة والتجربة والكفاءة في كل المستويات المختلفة.
- ضرورة وضع الاتحاد الجزائري لكرة القدم إستراتيجية عمل على المدى الطويل في مختلف التخصصات الرياضية ودعم الحركة الرياضية الوطنية على مستوى الأندية والمنتخبات من أجل الحصول على رياضيين للمستوى العالي.

خاتمة

خاتمة:

لقد أصبح الجانب الرياضي اليوم أكثر اتساعاً من حيث المفهوم والأهمية، وذلك راجع للخبرات المكتسبة من التطبيق العلمي في التدريب والمنافسات الرياضية وكذلك من خلال البحوث العلمية والتجارب التي تؤثر بدرجة كبيرة على المستوى الرياضي في مختلف التخصصات الرياضية.

وإن التطور الكبير والنجاح الذي تشهده كرة القدم الحديثة في أداء مهارات اللعبة يعتمد على مدى كفاءة الصفات البدنية والمهارية عند اللاعبين، حيث تعتبر الصفات البدنية مكوناً أساسياً ومهم في كرة القدم بصفة عامة وذات أهمية كبرى في الأداء المهاري بصفة خاصة وهذا حسب آراء العلماء والباحثين في هذا المجال.

وإيماناً منا بالمنهج العلمي ودوره في تطوير العلوم من خلال الدراسات وقصد تطوير مناهج التدريب جاء موضوع بحثنا هذا الذي يهدف إلى دراسة بعض الخصائص البدنية والمهارية لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)، ومعرفة إن كانت هناك فروق بين الفرق باختلاف مستويات اللعب ومدى إمكانية بناء أسس معيارية للرفع من مستوى الأداء من خلال المقارنة بين نتائج الاختبارات.

وقد توصلنا من خلال تحليل نتائج الاختبارات البدنية والمهارية الخاصة بعينة الدراسة لكل الفريقين إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الخصائص البدنية قيد الدراسة ماعدا صفة المرونة أي أن مستوى اللعب له تأثير على اكتساب الصفات البدنية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الخصائص المهارية قيد الدراسة رغم اختلاف مستوى اللعب.

وفي الأخير نتمنى أن يكون بحثنا هذا المتواضع باب واسع وانطلاقة جيدة لبحوث أخرى في ميدان الاختصاص ودراسات عميقة قصد التحكم في متغيرات هذا المجال.

المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

المراجع العربية:

1. إبراهيم شعلان، محمد عفيفي: كرة القدم للناشئين، مركز الكتاب، ط1، القاهرة، 2001.
2. أمر الله البساطي: التدريب والإعداد الوظيفي في كرة القدم، مطبعة الإسكندرية، مصر، 1980.
3. بشير الصالح الرشيدى: منهاج البحث التربوي، دار الكتاب الحديث، ط1، الكويت، 2000.
4. بهي فؤاد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
5. ثامر محسن، واثق ناجي: كرة القدم وعناصرها الأساسية، المطبعة الجامعية، بغداد، العراق، 1989.
6. حامد عبد السلام زهران: علم النفس الطفولة والمراهقة، دار عالم الكتاب، ط5، مصر، 2001.
7. حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو والطفولة والمراهقة، دار عالم الكتاب، ط1، القاهرة، 1972.
8. حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988.
9. حسن السيد أبو عبده: الإعداد البدني للاعبين كرة القدم، ماهي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2011.
10. حسن السيد أبو عبده: الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم، دار الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية، 2002.
11. حسن عبد الجواد: المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم، دار العلم للملايين، ط4، بيروت، 1977.
12. حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1998.
13. حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
14. حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة، 1997.
15. خليل ميخائيل عوض: مشكلات المراهق في المدن والريف، دار المعارف، ب ط، مصر، 1971.
16. رستم أمين الجاف: عقد التدريب الرياضي والمسؤولية الناجمة عنه، منشورات الحلبي الحقيقية، ط1، 2009.

17. رشيد حميد زغير: سيكولوجية النمو، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط1، 2010.
18. رومي جميل: كرة القدم، دار النقائض، ط1، بيروت، 1986.
19. سامي الصغار وآخرون: كرة القدم، دار الكتاب للطباعة والنشر، ج1، جامعة بغداد، 1987.
20. سعد جلال، محمد حسن علاوي: علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف، ط7، القاهرة، 1982.
21. السيد فؤاد البهي: الأسس النفسية للنمو، القاهرة، مصر، 2000.
22. صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد: التربية وطرق التدريس، دار المعارف، ج1، مصر، 1985.
23. عبد المقصود السيد: تطور حركة الإنسان وأسسها، القاهرة، مصر، 2005.
24. عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي، دار المعارف، الإسكندرية، مصر، 1994.
25. علي فهمي البيك: أسس إعداد لاعبي كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
26. عويس الجبالي: التدريب الرياضي النظرية والتطبيق، ط1، المترجمون، 2003.
27. فاخر عقل: علم النفس التربوي، دار الملايين للطباعة والنشر، ط3، لبنان، ب.س.
28. فيصل العياش الديلمي، لحر عبد الحق: كرة القدم، المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية، مستغانم، الجزائر، 1997.
29. قاسم حسن حسين، عبد علي نصيف: علم التدريب الرياضي، مطبعة بغداد، العراق، 1980.
30. كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين: اللياقة البدنية ومكوناتها، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1997.
31. محمد إبراهيم شحاتة: دليل اللياقة البدنية، المكتبة المصرية، الإسكندرية، مصر، 2008.
32. محمد السايح مصطفى، صلاح انس احمد: الاختبار الأوروبي للياقة البدنية، دار الوفاء، ط1، الإسكندرية، 2009.
33. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: اختبارات الأداء الحركي، مطبعة شركة الصفا للطباعة، مصر، 1983.
34. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، ط3، القاهرة، 1996.
35. محمد رضا الوقاد: التخطيط الحديث في كرة القدم، دار السعادة، ط1، مصر، 2003.
36. محمد شفيق زكي: الخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية، المكتب الجامعي، الإسكندرية، مصر، 1998.
37. محمد صبحي حسانين: طرق وبناء وتبين الاختبارات، دار الفكر العربي، القاهرة، 1987.

38. محمد صبحي حسانين، أحمد كسرى: موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي، مركز الكتاب الناشر، ط1، القاهرة، 1998.
39. محمد صبحي حسانين، حمدي عبد المنعم: القياس والتقويم في التربية الرياضية البدنية، دار الفكر العربي، ط3، القاهرة، 1995.
40. محمد صبحي حسانين، حمدي عبد المنعم: طرق بناء وتقنين الاختبارات، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1988.
41. مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي التربوي، مؤسسة المختار للنشر والتوزيع، ط1، 2002.
42. مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 2001.
43. مفتي إبراهيم حماد: الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، دار الفكر العربي، ب ط، القاهرة، 1999.
44. مفتي إبراهيم حماد: بناء فريق كرة القدم، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1998.
45. مقدم عبد الحفيظ: الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1993.
46. موريس أنجلس: منهجية البحث العلمي في البحوث الإنسانية، دار القصب، ط1، الجزائر، 2004.
47. ناجح محمد ذيابات، نايف مفضي الجابور: مهارات تدريب إصابات، مكتبة المجتمع العربي للتوزيع، عمان، 2013.
48. وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد: الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب، دار الهدى للنشر والتوزيع، 1989.
49. وجيه محبوب: علم الحركة، مطابع دار الكتابة للطباعة والنشر، العراق، 1989.
50. يوسف محمد زامل: الثقافة الرياضية، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2006.

المراجع الأجنبية:

51. Ahmed Khelifik: **L'arbitrage a travers le character du football**, Alger, 1990.
52. Batte (A): **Le football et devenus**, meilleur, édition vigot, Paris, 1969.
53. Bernard Turpin: **Preparation et entrainement du footballeur**, edition amphora, Paris, France, 1990.
54. Edegar Thil: **Manuel de l'éducation sportif**, édition vigot, 1977.

55. Jean-Michel Larque, Henri cettour: **Football**, pierre Tournon Editions, Paris, 1988.
56. R.A.Akramov: **Sélection et preparation des jeunes footballeurs**, des publications, Alger.
57. Victor Genson: **Football apprendre le jeu**, Chiron, 1994.
58. Waeineck Jurgain: **Manuel d'entraînement**, édition vigot, Paris, 1986.

الرسائل الجامعية:

59. أحمد محمد أحمد جاسر: دراسة تحليلية للياقة البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم لأندية الدرجة الممتازة (اليمن)، رسالة ماجستير، جامعة حلوان، مصر، 2002.
60. بن قاصد علي الحاج محمد: تقويم برامج إعداد لاعبي كرة القدم الفئات الصغرى على مستوى بعض مدارس كرة القدم الجزائرية، رسالة دكتوراه منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر، 2005.
61. بن قوة علي: تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الناشئين، رسالة ماجستير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة مستغانم، 2004.
62. بوحاج مزيان: عملية تقويم القدرات البدنية والمهارية من خلال بطارية اختبارات أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أوسط، رسالة ماجستير في التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2008.
63. بوعروري فرحات، بوتة محمد: تأثير مستوى اللعب (محترف-هاوي) على المواصفات البدنية والتقنية عند لاعبي كرة القدم صنف أوسط، رسالة ماجستير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة بسكرة، 2011.
64. عبد اللاوي إبراهيم الخليل: أثر طريقة التدريب الفترى في تحسين بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم صنف الأشبال، مذكرة ماستر منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة بسكرة، 2019.
65. عمر إبراهيم محمد: الخصائص البدنية والمهارية لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية (فلسطين)، رسالة ماجستير منشورة، جامعة النجاح، فلسطين، 2012.

القواميس والمعاجم:

66. إبراهيم أنسي وآخرون: المعجم الوسيط، 1974.
67. روجي البعلبكي: قاموس لاروس، 1995.

المجلات والمقالات:

68. شتيوي عبد المالك، قلاتي يزيد، دهبازي محمد الصغير: دراسة مقارنة للخصائص البدنية والمهارية عند لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب، *مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، الجزائر، 2018/05/24.
69. *مجلة الوحدة الرياضية*: عدد خاص، الجزائر، 1982/06/18.
70. ولد حمو مصطفى، زروال محمد: المحددات البدنية للتفوق عند لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة، *الأكاديمية لدراسات الاجتماعية والإنسانية*، جانفي 2017.

الجرائد الرسمية والقوانين:

71. الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، وزارة الشباب والرياضة، *القانون رقم 04-10 المتعلق بالتربية البدنية والرياضية*، 2004.
72. *الجريدة الرسمية*: قانون رقم 13-05 المتعلق بتنظيم الأنشطة البدنية والرياضية وتطويرها، عدد 39، 2013.

المواقع الإلكترونية:

73. https://ar.wikipedia.org/wiki/كرة_القدم

يوم 2021/03/12 على الساعة 15:20

الملاحق

الملحق رقم (1):

نتائج الدراسة الاستطلاعية للعيينة البحثية (اتحاد بسكرة) المتعلقة بالاختبارات البدنية
(الثبات - الصدق)

اختبار السرعة (20م)

رقم اللاعب	تطبيق الاختبار (ثا)	إعادة تطبيق الاختبار (ثا)
1	4,10	4,16
2	4,21	4,19
3	4,15	4,24
4	3,80	3,92

اختبار الرشاقة (الجري المكوي (4×10م))

رقم اللاعب	تطبيق الاختبار (ثا)	إعادة تطبيق الاختبار (ثا)
1	11,50	11,75
2	10,98	10,87
3	11,80	11,93
4	11,96	11,72

اختبار المرونة (الثني الأمامي للجذع من الوقوف)

رقم اللاعب	تطبيق الاختبار (سم)	إعادة تطبيق الاختبار (سم)
1	14	15
2	19,5	18,5
3	17	17,5
4	20	21

الملحق رقم (2):

نتائج الدراسة الاستطلاعية للعينة البحثية (اتحاد بسكرة) المتعلقة بالاختبارات المهارية
(الثبات - الصدق)

اختبار دقة التمرير

رقم اللاعب	تطبيق الاختبار (ن)	إعادة تطبيق الاختبار (ن)
1	5	5
2	4	4
3	3	4
4	5	5

اختبار دقة التصويب

رقم اللاعب	تطبيق الاختبار (ن)	إعادة تطبيق الاختبار (ن)
1	9	8
2	7	8
3	6	5
4	11	10

اختبار اكراموف (الجري بالكرة وتغيير الاتجاه)

رقم اللاعب	تطبيق الاختبار (ثا)	إعادة تطبيق الاختبار (ثا)
1	20,19	20,01
2	17,12	17,94
3	19,28	18,43
4	15,33	16,25

الملحق رقم (3):

نتائج الدراسة الأساسية للعينة البحثية اتحاد بسكرة (USB) المتعلقة بالاختبارات البدنية والمهارية

الاختبارات المهارية			الاختبارات البدنية			رقم اللاعب
اختبار اكراموف (ثا)	اختبار دقة التصويب (ن)	اختبار دقة التمرير (ن)	اختبار المرونة (سم)	اختبار الرشاقة (ثا)	اختبار السرعة (ثا)	
18,83	9	5	19,5	10,70	4,03	1
19,47	11	4	22	11,02	3,93	2
18,03	7	5	20	11,15	3,88	3
16,71	8	5	17,5	10,80	4,03	4
20,18	11	6	19	10,73	4,07	5
17,85	7	4	20,5	10,86	4,19	6
15,29	8	3	23	11,01	3,94	7
16,54	12	6	21,5	10,75	3,86	8
19,22	6	4	15,5	11,89	3,79	9
17,35	10	4	18,5	11,38	4,05	10
15,97	6	5	22	10,71	3,80	11
18,35	10	5	21,5	10,65	3,72	12

الملحق رقم (4):

نتائج الدراسة الأساسية للعينة البحثية الجيل الجديد العالية (NGA) المتعلقة
بالاختبارات البدنية والمهارية

الاختبارات المهارية			الاختبارات البدنية			رقم اللاعب
اختبار اكراموف (ثا)	اختبار دقة التصويب (ن)	اختبار دقة التمرير (ن)	اختبار المرونة (سم)	اختبار الرشاقة (ثا)	اختبار السرعة (ثا)	
18,03	8	5	19	11,15	4,18	1
20,48	7	3	18	11,42	4,08	2
19,54	10	5	21	10,99	4,12	3
21,09	4	6	20,5	11,85	3,99	4
18,23	5	5	15	11,66	4,20	5
17,47	11	4	22,5	11,98	4,05	6
15,81	8	2	17,5	10,93	4,23	7
17,34	10	5	14	11,79	3,85	8
20,79	7	4	18,5	10,91	4,11	9
18,34	4	5	19	10,86	4,04	10
17,05	8	5	15,5	11,77	4,17	11
18,57	6	3	19,5	11,86	4,14	12

ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة: دراسة بعض الخصائص البدنية والمهارية لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي)، دراسة مقارنة بين فريقي اتحاد بسكرة والجيل الجديد العالية فئة الأشبال U17. **تهدف الدراسة إلى:** الكشف عن الخصائص البدنية والمهارية للاعبين من خلال تسليط الضوء على الفئة العمرية (U17)، واكتشاف إذا ما كان هناك تفاوتات في الخصائص البدنية والمهارية باختلاف مستويات اللعب (محترف/هاوي)، وكذا معرفة أهم العوامل التي تقيم مستوى الرياضي. **الفرض من الدراسة:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخصائص البدنية والمهارية قيد الدراسة لدى أشبال كرة القدم (U17) حسب مستويات اللعب (محترف/هاوي). **العينة:** شملت عينة الدراسة (24) لاعب موزعة على الفريقين (12 لاعب من كل فريق)، حيث تم اختيارها بطريقة مقصودة (عينة قصدية). **الأداة المستخدمة:** من الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة: الدراسة البليوغرافية، المقابلات الشخصية، الاختبارات البدنية والمهارية. **أهم الاستنتاجات:** وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الخصائص البدنية قيد الدراسة (السرعة، الرشاقة) ماعدا صفة المرونة أي أن مستوى اللعب له تأثير على اكتساب الصفات البدنية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الخصائص المهارية قيد الدراسة (دقة التمرير، دقة التصويب، الجري بالكرة وتغيير الاتجاه) رغم اختلاف مستوى اللعب. **أهم الاقتراحات والتوصيات:** ضرورة الاعتماد على المدربين أصحاب الشهادات والخبرة والتجربة والكفاءة في كل المستويات المختلفة، القيام بدراسات مقارنة بين لاعبي كرة القدم الجزائرية ولاعبي الأندية الكبرى لأن ذلك يساهم في تحديد جوانب النقص لدى اللاعبين، يجب التركيز على تطوير الجانب البدني وتنمية جميع المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم للوصول إلى المستويات العالمية.

الكلمات المفتاحية: الخصائص البدنية، الخصائص المهارية، كرة القدم، الفئة العمرية الأشبال (U17)، مستويات اللعب.

Study summary:

Study Title: Study some characteristics The physical and skill of the football cubs (U17) according to the levels of play (professional / amateur), a comparative study between the two teams of union Biskra and the new generation el alia category cubs U17. **The study aims to:** Detecting the physical and skill characteristics of the players by highlighting the age group (U17), discovering if there are any missing physical and skill characteristics at different levels of play (professional / amateur), as well as knowing the most important factors that evaluate the level of the athlete. **The hypothesis of the study:** There are statistically significant differences in the physical and skill characteristics under study among the football cubs (U17) according to the playing levels (professional / amateur). **The sample:** The study sample included (24) players distributed among the two teams (12 players from each team), which were **chosen** in an intentional way (intentional sample). **The tool used:** Among the tools used in this study: bibliographic study, personal interviews, physical and skill tests. **The most important conclusions:** The presence of statistically significant differences in all the physical characteristics under study (speed, agility) except for the trait of flexibility, that is, the level of play has an effect on the acquisition of physical attributes. There are no statistically significant differences in all the skill characteristics in the study (passing accuracy, shooting accuracy, running with the ball and change of direction) despite the different level of play. **The most important suggestions and recommendations:** The necessity of relying on trainers with certificates, experience, experience and competence at all levels, conducting comparative studies between Algerian football players and players of major clubs, because this contributes to identifying the shortcomings of the players, the focus should be on developing the physical aspect and developing all the basic skills of football players to reach global levels.

Key words: Physical characteristics, skill characteristics, football, cubs age group (U17), playing levels.