



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسةرة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات

البدنية و الرياضية . تخصص تدريب الرياضي النخبوي .

الموضوع :

دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية والقياسات
الجسمية علي حسب خطوط اللعب في كرة القدم
صنف 9-12 سنة

- دراسة ميدانية لمدرسة التحدي ولاية الوادي-

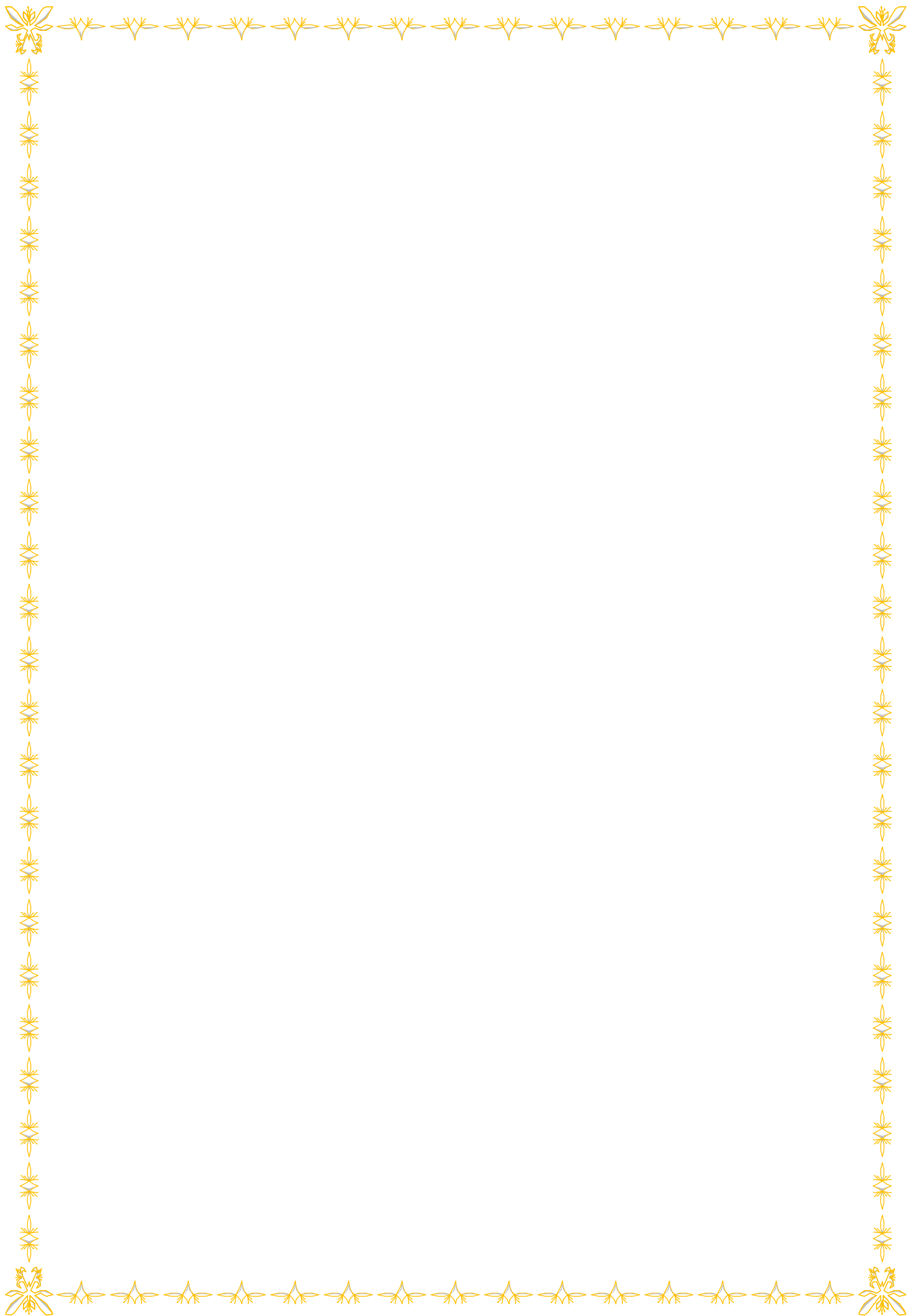
إشراف الدكتور:

- دشري حميد

إعداد الطالب :

- مرخي سليم

السنة الجامعية : 2016 - 2017



تشكرات

قال الله تعالى: [ولئن شكرتم لأزيدنكم]
نحمد الله كثيرا ونشكره شكرا جزيلا، الذي كان له الفضل والعطاء الكريم، نحمده
لأنه سهل لنا المبتغى وأعاننا على إتمام هذا العمل وسهل لنا الصعاب وهون علينا
المتاعب.

الحمد لله حمدا كثيرا والصلاة على الرسول صلاة تكبيرا.
الحمد لله الذي وفقنا في إتمام عملنا هذا.
عملا بقوله تعالى: [من لم يشكر الناس لم يشكر الله]
شكرنا الجزيل والكبير إلى أفراد عائلتنا الصغيرة والكبيرة الذين وقفوا معي في كل
شيء

وشجعوني فشكرا جزيلا.
شكرنا الجزيل إلى الأستاذ المشرف " دشري حميد " الذي راعنا بإرشاداته
ونصائحه

وتوجيهاته فشكرا جزيلا. ووفقه الله إلى كل ما يسعى إليه.
شكرنا الجزيل إلى كل من ساعدنا وأعاننا من قريب أو بعيد ولو بكلمة طيبة.
إلى كل هؤلاء جميعا نقول لكم شكرا وشكرا جزيلا ووفقكم الله وسدد خطاكم إلى كل
ما ترمون إليه وجزاكم الله خيرا على ذلك كل الجزاء.

• مرخي سليم

**** إهداء ****

قال عز وجل:

﴿واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني﴾

صغيراً

إلى أعلى امرأة في الوجود

إلى من غمرتني بعطفها وحنانها

إلى قرة العين أمي

إلى من كان سببا في وجودي

إلى من وهبني أعز ما أملك

إلى من علمني مبادئ الحياة وقيمها

إلى من ضحى بأعلى ما يملك كي أصل إلى ما وصلت إليه أبي الغالي

إلى إخوتي وأخواتي: صارة، محمد، الطيب، رستم، مروان، انفال، يونس، رياض

إلى أعمامي وعماتي وأبنائهم وأخوالي وخالاتي وأبنائهم وكل من له صلة بعائلة حاج

إلى جميع الأصدقاء والذين عشت معهم الأيام الحلوة والمرّة داخل الجامعة وخارجها:

دون أن أنسى رفقاء الدرب: سفيان الوادي + احمد احمدي

دون أن أنسى دكتور القدير والمشرف: دشري حميد

إلى كل الأصدقاء الذين لم أذكر أسماءهم سهوا

إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل المتواضع

سليم

قائمة المحتويات

شكر
الإهداء
قائمة الجداول
قائمة الأشكال
مقدمة
أ ، ب

الجانب التمهيدي

04	1- الإشكالية
05	2 - الفرضيات
05	3 - أهداف الدراسة
05	4 - أهمية الدراسة
06	5 - أسباب اختيار الموضوع
08-06	6 - تحديد المفاهيم و المصطلحات
15-08	7 - الدراسات السابقة
الجانب النظري	
الفصل الأول: الصفات البدنية	
18	تمهيد
19	1 - تعريف الصفات البدنية
19	2- انواع الصفات البدنية

قائمة المحتويات

19	1-2 القوة
20	1-1-2 أنواع القوة.....
20	2-1-2 تنمية القوة
20	3-1-2 أهمية القوة العضلية
21	4-1-2 العوامل المؤثرة فيها.....
21	5-1-2 أنواع القوة العضلية
22	2-2 المرونة.....
22	1-2-2 أنواع المرونة.....
23	2-2-2 تنمية المرونة.....
25	3-2 الرشاقة
25	1-3-2 تنمية الرشاقة.....
26	4-2 السرعة.....
26	1-4-2 أنواع السرعة.....
27	2-4-2 تنمية السرعة.....
27	5-2 التحمل.....
28	1-5-2 أنواع التحمل.....
28	2-5-2 تنمية التحمل.....
28	6-2 تعريف التوافق.....
29	1-6-2 أنواع التوافق.....
29	2-6-2 أهمية التوافق.....

قائمة المحتويات

29	2-6-3 العوامل المؤثرة في التوافق.....
31	-الخاتمة.....
الفصل الثاني: القياسات الجسمية والمرحلة العمرية	
33	تمهيد.....
34	1 - أهمية الخصائص المورفولوجية.....
35	2- الخصائص المورفولوجية.....
35	3- النمو الجسمي.....
36	4- أهمية بعض القياسات الانثروبومترية.....
36	4-1 الوزن.....
38	4-2 السن.....
38	4-3 الطول.....
38	4-4 الاعراض.....
39	4-5 المخطات.....
39	4-6 الاعماق.....
39	4-7 قوة القبضة.....
39	4-8 سمك الحيوية.....
39	4-9 سمك الدهن.....
39	5- طرق ومجالات القياسات الانثروبومترية.....
39	5-1 الاطوال.....
40	5-2 المخطات.....

قائمة المحتويات

41	3-5 العروض
41	4-5 الاعماق
41	5-5 الاوزان
41	6- مفهوم الطفولة المتأخرة (9-12) سنة
42	7- مميزات الطفولة المتأخرة (9-12) سنة
42	8- خصائص وسمات النمو لدى (9-12) سنة
42	8-1 النمو النفسي
43	8-2 النمو الجسمي
44	8-3 نمو العقلي المعرفي
45	8-4 النمو الحسي
45	8-5 النمو الحركي
45	8-5-1 العوامل المؤثرة في النمو الحركي
46	8-6 النمو الاجتماعي
47	8-7 النمو الانفعالي
47	9- الفروق الفردية بين الاطفال في سن (9-12)
47	9-1 الفروق الفردية
47	9-2 الفروق المزاجية
48	9-3 الفروق العقلية
48	9-4 الفروق الاجتماعية
48	10- مميزات وخصائص الاطفال في المرحلة ما بين (9-12) سنة

قائمة المحتويات

49	11- حاجات الاطفال النفسية
49	12- بعض مشكلات الطفولة المتأخرة (9-12) سنة
50	13- اسباب الانطواء
51	خلاصة
الفصل الثالث: كرة القدم وخطوط اللعب	
53	تمهيد
54	1-1 تعريف كرة القدم
54	1-1-1 لغة
54	1-1-2 اصطلاحا
55-54	1-2 تاريخ ظهور وانتشار لعبة كرة القدم
56	1-3 نضرة عن تطور كرة القدم في العالم
57-56	1-3-1 تطور كرة القدم عالميا
59-58	1-3-2 اهم محطات في كرة القدم
60	1-4 تطور كرة القدم في الجزائر
60	1-4-1 المرحلة الاولى: (1895-1962)
60	1-4-2 المرحلة الثانية: (1962-1976)
61	1-4-3 المرحلة الثالثة (1978-.....)
62	1-5 الكرة الجزائرية في ازمة
62	1-6 تلخيص لبعض الاحداث الهامة في كرة القدم الجزائرية
63	1-7- المبادئ الأساسية لكرة القدم

قائمة المحتويات

63	8-1 قواعد كرة القدم
64	1-8-1 المساواة
64	2-8-1 السلامة
64	3-9-1 التسلية
64	2- مركز اللعب في كرة القدم
64	1-2 مفهوم مراكز اللعب في كرة القدم
64	2-2 أهمية مراكز اللعب
65	3-2 الاقسام الرئيسية لمراكز اللعب
65	1-3-2 لاعبو خط الدفاع
65	2-3-2 ظهيرو الجنب
66	3-3-2 ظهيرو الوسط
68	4-3-2 ظهيرو الحر
69	5-3-2 لاعبو خط الوسط
72	6-3-2 لاعبو خط الهجوم
73	خاتمة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للبحث	
76	1- الدراسة الاستطلاعية
76	2- إجراءات الدراسة
76	3- المنهج المستخدم
77	4- مجالات البحث

قائمة المحتويات

77	5- مجتمع البحث
77	6- عينة البحث وكيفية اختيارها
80	7- أدوات الدراسة ووسائل الإحصائية
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
91-84	1- عرض نتائج الفرضية الاولى.....
95-92	2- مقارنة نتائج الفرضية الاولى
103-96	3- مقارنة نتائج الفرضية الثانية
106-104	4- مناقشة نتائج الفرضية الأولى
109-106	5- مناقشة نتائج الفرضية الثانية
110	6- الاستنتاج العام.....
111-110	7- الاقتراحات.....
112	- خاتمة.....
	قائمة المراجع.....
	الملاحق.....
	ملخص الدراسة.....

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
92	يبين مقارنة بين خط الدفاع ووسط الميدان في الطول	01
93	يبين مقارنة بين خط الدفاع ووسط الميدان في الوزن	02
94	يبين مقارنة بين خط الدفاع ووسط الميدان في القوة	03
95	يبين مقارنة بين خط الدفاع ووسط الميدان في السرعة	04
96	يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الوزن والقوة عند لاعبي وسط ميدان	05
97	يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الوزن والسرعة عند الميدان لاعبي وسط الميدان	06
98	يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الطول والقوة عند لاعبي وسط الميدان	07
99	يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الطول والسرعة عند لاعبي وسط الميدان	08
100	نتائج دراسة الارتباطية بين الوزن والقوة عند لاعبي الدفاع	09
101	يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الوزن والسرعة عند لاعبي الدفاع	10
102	نتائج دراسة الارتباطية بين الطول والقوة عند لاعبي الدفاع	11
103	يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الطول والسرعة عند لاعبي الدفاع	12

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
78	يبين اختبار عدو 20متر	01
80	يبين إختبار الوثب العريض من الثبات	02
84	يبين نتائج الطول في خط الدفاع	03
85	يبين نتائج الوزن في خط الدفاع	04
86	يبين نتائج القوة في خط الدفاع	05
87	يبين نتائج السرعة في خط الدفاع	06
88	يبين نتائج الطول في خط وسط الميدان	07
89	يبين نتائج الوزن في خط وسط الميدان	08
90	يبين نتائج القوة في خط وسط الميدان	09
91	يبين نتائج السرعة في خط وسط الميدان	10

مقدمة :

أصبحت الرياضة معياراً من معايير تقدم المجتمعات ومصدراً مهماً لصحة وثقافة الشعوب، حيث أن التنافس بين الدول أصبح يقاس بتقدم الرياضة وتطورها، ولعل لعبة كرة القدم من أهم الرياضات التي يجربها ويمارسها معظم شعوب العالم، ولم تعد كرة القدم مجرد مباراة بين فريقين بل أصبحت مصدر دخل أساسي للاعب والنادي يعتمد عليها بشكل أساسي، وبما أن لعبة كرة القدم من أكثر الألعاب شعبية في العالم فقد حظيت باهتمام كبير من قبل الباحثين والعلماء للوصول إلى المستوى العالي، فقد اهتم الخبراء والباحثون والمدربون بهذا اللعبة بكل ما وصل له العلم في مجال علم التدريب الرياضي والتكنولوجيا الحديثة والاختبارات العلمية من أجل تطوير وتحسين المستوى البدني والمهاري والخططية والنفسي والذهني للاعب كرة القدم من أجل الوصول إلى الإنجاز الرياضي العالي والمستوى الذي نراه عند لاعبي منتخبات الدول المختلفة.

إن أساليب اللعب الحديثة قد أظهرت في كأس العالم 1 ولدورات الأولمبية أهمية الحالة البدنية للاعب لما تتميز به هذا 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 سواء المهارة أو الخطئية أو النفسية، فكلما كان اللاعب جاهزاً من الناحية البدنية كلما استطاع تطبيق المهارات بشكل أفضل مع الاقتصاد في بذل الجهد والدقة والانسيابية العالية، لذلك اهتم الخبراء في تنمية الخصائص البدنية وبخاصة عند الناشئين من أجل الوصول إلى الإعداد المتكامل الشامل للناشئين من الناحيتين البدنية والمهارة مع عدم إغفال الناحية الخطئية والنفسية.

أن ارتفاع مستوى لعب كرة القدم يتطلب اعداداً خاصاً من الناحية البدنية والتي لها صلة وثيقة بإتقان المهارات الفنية ولما كانت واجبات اللاعبين تختلف حسب خطوط اللعب المختلفة والمرتبطة بالنواحي الخطئية، فإنه لا بد من توافر عناصر اللياقة البدنية بمستوياتها المختلفة حتى تتفق مع طبيعة الأداء الفني في هذه الخطوط. ويرى الباحث أن الخصائص البدنية تزداد أهميتها في الرياضة الحديثة ويظهر ذلك من خلال تساوي فريقين من الناحية المهارة والخطئية، إذ أن الفريق الذي يملك لياقة بدنية أعلى يكون أكثر نجاحاً.

إن الخصائص البدنية الأساسية (القوة العضلية والسرعة والتحمل والمرونة والرشاقة) هي القاعدة العريضة للوصول إلى الأداء المهاري الجيد حيث يتوقف مستوى المهارات الرياضية بصفة عامة على ما يتمتع به اللاعب من تلك الخصائص ذات العلاقة بالمهارة.

صحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الوسط أو الهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقاً أن يكون لاعب كرة القدم متقن لجميع المبادئ الأساسية لكي يقوم بواجبه في المركز الذي أسند إليه وفي المراكز التي تضطر الظروف للعب فيها، فكل لاعب سواء كان في الدفاع أو الوسط أو الهجوم يساهم ويعمل مع بقية أفراد الفريق في الهجوم، كما يساهم ويعمل مع بقية أفراد الفريق في الدفاع وصحيح أن نسبة اشتراكه تعتمد على المركز الذي يشغله إلا أن هذا لا يعني مطلقاً أن اللاعب الذي يشغل مركزاً هجومي يساهم ويساعد في الهجوم فقط دون أن يساهم ويساعد في الدفاع، كذلك بالنسبة للاعب الدفاع فالعمليتين مترابطتين لا فاصل بينهما.

ومن هذا المنطلق قمنا بهذه الدراسة لمعرفة هل هناك مقارنة لبعض الصفات البدنية والقياسات الجسمية على حسب بعض خطوط اللعب في كرة القدم صنف 9-12 سنة ذكور حيث قمنا بتقسيم هذا البحث إلى :

1- الجانب التمهيدي: إستعرضنا فيه أهمية البحث و الإشكالية وكيفية صياغتها ثم قدمنا الفرضيات، إضافة إلى أهداف البحث ثم وضعنا دراسات سابقة وحددنا المفاهيم والمصطلحات التي تتعلق بالبحث .

2- الجانب النظري : وقمنا بتقسيمه إلى ثلاثة فصول هما :

- الصفات البدنية.

- القياسات الجسمية والمرحلة العمرية .

- كرة القدم وخطوط اللعب.

3- الجانب التطبيقي: ويحتوي هذا الجانب على فصلين هما:

أ- الفصل المنهجي: وهو فصل خاص بمنهجية البحث المستعملة، وقد حددت فيه المنهج المتبع والمتغيرات، إضافة إلى تحديد عينة البحث وكيفية اختيارها وكذلك الأدوات والتقنيات المستخدمة.

ب- الفصل الخاص بعرض وتحليل النتائج : ويتم فيه تحليل النتائج المحصل عليها ووضع خلاصة لكل محور، ثم خلاصة عامة إضافة إلى مجموعة من التوصيات وتليها خلاصة البحث في الأخير .

1- الإشكالية :

أصبحت رياضة كرة القدم إحدى الرياضات الأكثر شعبية في العالم, حيث استطاعت أن تنفذ إلى أعماق عواطف الجماهير، وهي أكثر ما تشرّب له أعناقهم متطلعة لتحقيق أحلامها، أحبها الصغار والكبار، وأبكت الملايين وأطربت مثلهم، وهي رياضة قديمة ترتبط جذورها بالعباب تشبهها تعود إلى أزيد من 2500 سنة ق م. وعرفها الانجليز منذ سنة 1016. وظهرت رسميا في القرن 19. ومع بداية القرن 20.

وعلى مر السنين انتقلت كرة القدم من لعبة رياضية إلى نشاط اقتصادي كامل، نتيجة أنظمة الاحتراف وتسويق المباريات، وتحويل الأندية من جمعيات إلى شركات اقتصادية، عرفت خلالها تطورا هائلا في مختلف جوانبها، ويعتبر التحكيم أهم هذه الجوانب وأبرزها، فهو احد مقومات هذه الرياضة، وأحد المقاييس التي تثبت جمال المباريات، وعلى الرغم من الأهمية الكبرى لهذا العنصر، والتي تفرض إقامة هيكل صحيح له، إلا أنه ظل ولا يزال يعاني من مشاكل عديدة، جسدتها الاحتجاجات الكبيرة من كل أطراف الكرة، من لاعبين ومدربين، وصحافة ومناصرين.

وقد مرت كرة القدم بعدة تطورات تاريخية من الناحية القانونية والتنظيمية وطريقة لعبها، فقد أصبحت لها معاهد ومدارس متخصصة في دراستها وتكوين الإطارات المتخصصة بهذه اللعبة وتعتبر خطوط اللعب هي الأكثر مراكز لها خصوصيات في كرة القدم ووظفته الأساسية (الدفاع والهجوم).

وكذلك نجد إنها تتميز بجانب بدني عالي جدا، حيث ان اللاعب يبذل جهدا بدنيا عاليا وعقليا في أحيان أخرى فرياضة كرة القدم تتميز بالدقة و السرعة والاتزان وغيرها علي الملعب فبالتالي تعتبر اللياقة البدنية عنصر فعال في تطوير لعبة كرة القدم .

وقد تتطلب تربية البدنية والرياضية أنواع كثيرة من القياسات الجسمية أكثر من أي مجال آخر من مجالات التربية ونذكر من بعض هذه القياسات (الوزن، الطول..... الخ)

وكذلك الكائن البشري يمر بمراحل مختلفة تتميز بخصائص جسمية وسيكولوجية وفيزيولوجية وعقلية مختلفة ، فالإنسان ينتقل من الطفولة إلى الشباب إلى الكهولة إلى الشيخوخة ، وكل هذه المراحل لها مميزات خاصة بها ، وبما أننا ندرس الخصائص المورفولوجية لمرحلة معينة من المراحل التي يمر بها الإنسان التي تناسب عينة موضوعنا.

ومن كل ما جاء يمكن أن نتساءل :

2-التساؤل العام:

-هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض العناصر اللياقة البدنية وبعض القياسات الجسمية بين بعض خطوط اللعب في كرة القدم (9-12) ؟

1-2 التساؤلات الجزئية:

1-1-2 هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي خط الدفاع وخط وسط الميدان ؟

2-1-2 هل يوجد علاقة ارتباطيه بين الطول والوزن ومختلف الصفات البدنية عند لاعبي خط الدفاع و

وسط الميدان ؟

3-فرضيات البحث:**1-3 الفرضية العامة:**

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض عناصر اللياقة البدنية وبعض القياسات الجسمية على حسب بعض خطوط اللعب في كرة القدم.

3-2 الفرضيات الجزئية:

3-2-1 يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي خط الدفاع وخط وسط الميدان.

3-2-2 يوجد علاقة ارتباطيه بين الطول والوزن ومختلف الصفات البدنية عند لاعبي خط الدفاع و

وسط الميدان.

4- أهمية البحث:

1-4 تنمية القدرات الحركية.

2-4 ابراز القياسات الجسمية حسب خطوط اللعب.

3-4 دور اللياقة البدنية في تحسين مستوى الطفل الرياضي .

5- أهداف البحث:

1-5 التعرف على الفروق الموجودة بين لاعبي خط الدفاع وخط وسط الميدان.

2-5 التعرف على الفروق الموجودة بين الطول والوزن ومختلف الصفات البدنية عند لاعبي خط الدفاع و وسط

الميدان.

6- أسباب اختار الموضوع:

1-6 ميلونا ورغبنا في حوض هذا الموضوع.

2-6 القدرة علي انجاز هذا الموضوع.

3-6 إثراء مكاتبنا تخص هذا الموضوع.

4-6 قلة الاعتماد على العناصر اللياقة البدنية والقياسات الجسمية علي حسب خطوط اللعب في كرة القدم (9-12).

7- تحديد المفاهيم والمصطلحات الأساسية للبحث:

*تمهيد:

في مختلف البحوث التي يتناولها الباحث يجد نفسه أمام صعوبات ,تتمثل في عموميات اللغة وتداخل المصطلحات وهذا راجع إلي النزعة الأوربية حيث يقول طاهر سعد الله (اخضر الصعوبات التي يعاني منها الباحثون في ميدان العلوم الإنسانية عموميات لغتهم). (1)

وعليه فإننا سنحاول تحديد مصطلحات بحثنا من اجل تحقيق القدرة الضرورية من الوضوح ونذكر منها:

7-1 كرة القدم:

لغة :

كرة القدم foot ball هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم ، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بال : regby أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى soccer .

اصطلاحا :

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) (1) .

الإجرائي :

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف ، كما تلعب بين فريقين يتألف كل واحد منها من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة ، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط ، وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة ، وفترة راحة مدتها 15دقيقة ،

(1) - رومي جميل:كرة القدم، دار النقائض ، بيروت ، ط1، 1986 م ، ص50 -51.

وإذا انتهت المباراة بالتعادل (في حالة مقابلات الكأس) فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

7-2 اللياقة البدنية:

تعريف لارسن ويوكم: "هي القدرة على تحمل مجهود عضلي صعب وطويل

تعريف جيتشل: "اللياقة البدنية هي قدرة القلب والأوعية الدموية والعضلات على العمل بكفاءة مثالية وحسبه

تتكون اللياقة البدنية من أربع مكونات أساسية هي:

1-القوة 2-التحمل العضلي

3-التحمل الدوري 4-المرونة

7-3 القياسات الجسمية:

هو علم قياس ودراسة جسم الإنسان وأجزائه مثل: (الطول. المحطات. الأعراس، الأوزان)، من الخارج. كما عرفها جروليار، ان الانثروبومتري عبارة عن الدراسة والأسلوب الفني المتبع في قياس الجسم البشري لاستخدامه لإغراض التصنيف والمقارنة النثروبومتري.

ويعرف ماثيوس علم قياس الجسم الإنسان وأجزائه المختلفة، حيث يستفاد من هذا العلم في دراسة تطور الإنسان والتعرف علي التغيرات التي تحدث له في الشكل¹.

7-4 المرحلة العمرية (9-12):

تعرف أيضا باسم الطفولة المتأخرة كما يطلق عليها كذلك اسم مرحلة قبل المراهقة وهي تبدأ من سن تسعة سنوات و تنتهي بالتقريب عند سن الثانية عشر من العمر.

وقد تعتبر هذه المرحلة مرحلة تمهيد للبلوغ والدخول في سن المراهقة لذلك تتميز ببطء في معدل وفي نسبة النمو في عدة جوانبه غير أن الطفل مع ذلك يكتسب فيها المهارات والخبرات الضرورية واللازمة لتوافقه وللتكيف مع شؤون الحياة الاجتماعية⁽¹⁾.

تبدأ هذه المرحلة عند الطفل بتمييزه للأشياء على أساس عقلي بحيث يستطيع الربط بين الأشياء ذات التكوين المتشابه كما أنها فترة تنضج فيها قدراته اللغوية ومهاراته البدنية بحيث يقل ميله للخيال الجامع ويظهر في هذه

1- عبد الرحمان الوائي: مدخل إلى علم النفس، دارهومه، ب ط، 2006 م، ص 144.

المرحلة اعتماده على نفسه فيسعى إلى ما يقوي هذا الجانب لديه بالإضافة إلى حبه لتقليد الكبار في آدابهم كما تتميز بحب الاستطلاع والمعرفة لدى الطفل والتي تكون في أوجها .

5-7 مراكز اللعب:

مركز اللعب يمكن تحديدا بالموقع الذي يحدد للاعب في البناء المتكامل للاعب الفريق حيث يقوم من خلاله بتنفيذ واجباته الهجومية والدفاعية في إطار الخطط الموضوعية¹.

إن تكامل أداء الفريق وظهورا كوحدة واحدة خلال المباراة يعتمد أساس على تنفيذ اللاعبين لواجبات المراكز المختلفة لكل منهم، ولكل مركز واجبات يؤديها اللاعب خلال المباراة انطلاقا من طريقة اللعب والخطط المستخدمة، وتساعد عملية تحديد مراكز اللعب في تحديد المهام والواجبات الملقاة على عاتق كل لاعب في الفريق فمهما أزدت واتسعت هذا المهام والواجبات فان تحديد المراكز يضمن إلى حد كبير عدم التعارض في أداء المهام وتنفيذ الخطط المختلفة في الملعب، وبالإضافة إلى ذلك فان هذا التحديد لمراكز اللعب يضمن من جهة أخرى التنسيق والتنظيم في تغطية جوانب الملعب المختلفة دون إهمال لمساحة معينة قد تكون ذات أهمية في سير المباراة وان توزيع المهام والأداء في صورة مراكز لها متطلبات الأداء الخاصة بها أمر مازال حيويا وملما لتكامل الأداء وتوفير الجهد في كرة القد

8-دراسات سابقة ومرتبطة:

وتعتبر ضرورة للباحث حيث يجب تناولها وتحليلها بدقة لإثراء بحثه والتعمق فيه قدر المستطاع، والغرض منها الإثبات أو النفي وأيضا الحاجة الماسة للدلالة العلمية التي على الباحث الانطلاق منها، ونذكر من بينها:

8-1 الدراسة الأولى:

دراسة:أ-د-محمد النجار-قسم التربية البدنية -كلية التربية-جامعة الملك سعود-الرياض-المملكة العربية السعودية

دراسة أجريت عام 1995 بعنوان:

"النمو و التطور و التدريب لدى الأطفال الناشئين"

"ندوة التدريب البدني لدى الأطفال و الناشئين"

و تمحورت الإشكالية حول:

¹ إبراهيم مفتي حماد، بناء فريق كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1 ، مصر 1998 ، ص10

خصائص النمو و التطور البدني لدى الأطفال الناشئين و علاقتهما المتبادلة بالتدريب البدني.
طريقة إجراء الدراسة:

كانت الدراسة من خلال الخروج باستنتاجات من مقارنة دراسات سابقة.

النتائج:

-تظهر انعكاسات النمو و التطور البدني على شكل زيادة في القدرة البدنية و الاستعداد الرياضي، خاصةً خلال مرحلة المراهقة، التي تعد الوقت المناسب لانخراط الطفل و الناشئ في التدريب المنظم.
-يتميز النمو و التطور البدني بأنه مستمر طوال مراحل العمر المتتابعة لكنه سريع و شديد خلال ،مرحلة المراهقة، وتبدو مظاهره في زيادة أبعاد الجسم و حجم أجزاء، و حجم الأجهزة الحيوية، و تطور كفاءتها.

2-8 الدراسة الثانية:

دراسة د/ أحمد عبد العزيز محمد شريف من خلال:

-بحث المجلة العلمية لكلية الآداب - جامعة المنيا - مركز البحوث النفسية - جمهورية مصر العربية .

دراسة أجريت عام 2005 بعنوان:

"معدلات التطور البدني والحركي للبراعم والناشئين من (6-12) سنة المشاركين بمدارس كرة القدم"
طريقة إجراء الدراسة:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي متبعًا الأسلوب المسحي مستخدمًا في ذلك الطريقة المستعرضة (Cross sectional Approach) في دراسة النمو للحصول علي الصفات العامة التي تميز النمو في كل مرحلة سنية.

عينة البحث:

أبو كبير الرياضي - الأهلي فرع بليس) بمحافظة الشرقية وقد بلغ حجم العينة الإجمالي (118) برعمًا وناشئًا كعينة للدراسة الأساسية.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

الإختبارات الحركية

استمارات تسجيل البيانات

الأجهزة والأدوات

المعالجات الإحصائية:

ثم حساب المعاملات الإحصائية المناسبة لإجراء البحث باستخدام برنامج التحليل الإحصائي spss بواسطة وحدة الحاسب الآلي لجامعة الزقازيق وقد تم استخدام:

المتوسط الحسابي.

الانحراف المعياري.

الحددين الأعلى والأدنى لكل متغير من متغيرات الدراسة ولكل فئة عمرية على حده.

معامل الارتباط "بيرسون".

النسب المئوية للفروق بين الفئات العمرية المتتابة ولكل متغير.

الاستخلاصات:

منحنيات النمو البدني للبراعم في مدارس كرة القدم بمحافظة الشرقية وبخاصة من 6-12 سنة لكل من (الطول الكلي للجسم ووزن الجسم) منحنيات صاعدة أي أن هناك تطوراً من سنة إلى أخرى ماعداً الفئة العمرية (12) سنة في الطول الكلي للجسم والفئة العمرية (9) سنوات في وزن الجسم.

منحنيات التطور الحركي لكل من (القدرة - المرونة - التوافق) منحنيات صاعدة أي أن هناك تطوراً من سنة لأخرى ماعداً الفئة العمرية (11) سنة في القدرة والفئة العمرية (12) سنة في المرونة والفئات العمرية (10، 12) سنة في التوافق.

هناك علاقات ارتباطية دالة عند مستوى معنوية 0.05 وبين متغيرات البحث فيما بينها باستثناء العلاقة بين الوزن واختبار الوثب علي جانبي مقعد والعدو 50 متراً وأيضاً المرونة مع العدو 50 متر .

التوصيات:

وفي ضوء ما تم التوصل إليه من إستخلاصات أوصى الباحث بما يلي:

- ضرورة مراعاة الفروق الفردية في التطور البدني والحركي للبراعم في المراحل السنية من (6 - 12 سنة) عند وضع برامج تعليم وتدريب المهارات الحركية بمدارس كرة القدم بجمهورية مصر العربية.
- ضرورة الاهتمام بمتطلبات النمو البدني والحركي لكل فئة عمرية ما أمكن عند الإعداد والتحضير لدروس كرة القدم في مدارس الأندية المختلفة.
- إجراء دراسات مشابهة تتناول الأطفال والبنات وفئات عمرية أخرى وعلي بيئات مماثلة مصرية وعربية.

3-8 الدراسة الثالثة:

دراسة قيديم بلقاسم و رابحي وليد.

أجريت هذه الدراسة عام 2009 بعنوان "المواصفات البدنية عند لاعبي كرة القدم حسب مناصب اللعب (دفاع، وسط ميدان ، هجوم)"

و مشكلة البحث تدور حول التساؤلين التاليين:

- هل توجد فروق ذات دلالة في الصفات البدنية ما بين لاعبي كرة القدم الجزائرية (أكابر و وأسط) هواة باختلاف مناصب لعبهم؟
 - هل لمنصب اللعب تأثير على نتائج الفئات البدنية لدى لاعبي كرة القدم في كلا الصنفين (أكابر وأواسط)؟
- و قد هدفت الدراسة إلى ما يلي:

- تحدد الفروق البدنية لدى اللاعبين من حيث مناصب اللعب (دفاع، وسط الميدان، مهاجم)
- التعرف على المستوى الصفات البدنية للاعبين.

أما فروض البحث فقد شملت فرضيتين :

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية ما بين لاعبي كرة القدم الجزائرية أكابر هواة باختلاف مناصب لعبهم في بعض القدرات البدنية.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية ما بين لاعبي كرة القدم الجزائرية أواسط هواة باختلاف مناصب لعبهم في بعض القدرات البدنية.

أما عينة البحث:

- أجريت الدراسة على فريق و داد أمل ليشانة على فئتي أكابر و أواسط.

وتوصل الباحثان إلى ما يلي:

- اختلاف في الوزن لدى لاعبي فئة أكابر في مقارنتنا لمركز لعب (المدافعين و المهاجمين) و جد أن المدافعين أكثر وزنا من المهاجمين. (صفة الوزن)
- تقارب نتائج اختبارات السرعة، القدرات اللاهوائية، المتداومة بين المهاجمين و المدافعين
- تقارب في نتائج القياسات المرفولوجية لدى لاعبي فئة الأواسط على اختلاف مناصب لعبهم
- اختلافات في اختبارات القوة، المرونة، العدوات المتكررة بين المهاجمين و المدافعين .

4-8 الدراسة الرابعة:

دراسة ل إباد محمد عبد الله و رياض أحمد إسماعيل و خالد محمود عزيز و نوفل محمد محمود

أجريت هذه الدراسة عام 1996 بعنوان "بعض القياسات الجسمية و علاقاتها ببعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة السلة".

وكانت مشكلة البحث تدور حول إجراء دراسة للتعرف على أهم القياسات الجسمية الملائمة للاعبي كرة السلة و علاقاتها مع أهم الصفات البدنية التي يحتاجها اللاعب و قد رمت الدراسة إلى الهدف التالي:

- التعرف على العلاقة بين بعض القياسات الجسمية و بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة السلة. أما فرضية الدراسة فكانت:

هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين بعض القياسات الجسمية و بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة السلة. عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث، إذ تكونت من 44 لاعبا من أصل 48 لاعبا يمثلون أندية و فرق محافظة نينوى وهي نادي الموصل ونادي الفتوة وجامعة الموصل وشرطة نينوى بالعراق.

و قد توصل الباحث إلى ما يلي:

- وجود ارتباط طردي ذو دلالة معنوية بين السرعة الانتقالية و كل من وزن الجسم و محيط الصدر و محيط العضد و محيط الفخذ.
- وجود ارتباط طردي ذو دلالة معنوية بين القوة الانفجارية للذراعين و كل من وزن الجسم و طول الذراع و طول الكتف و عرض الكتفين.
- وجود ارتباط عكسي ذو دلالة معنوية بين القوة الانفجارية و كل من وزن الجسم و محيط الصدر و محيط الفخذ.
- وجود ارتباط طردي ذو دلالة معنوية بين مطاولة الجهازين الدوري و التنفسي و كل من وزن الجسم و طول الطرف السفلي و محيط الصدر و محيط الفخذ.
- وجود ارتباط طردي ذو دلالة بين الرشاقة و كل من وزن الجسم و محيط الصدر و محيط العضد.

5-8 الدراسة الخامسة :

قام بهذه الدراسة مستور بن علي بن إبراهيم آل حامد الفقيه هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أكثر المتغيرات الجسمية أو البدنية والفسولوجية و المهارية والنفسية تمييزا للاعبي المستويات العالية في كرة القدم من الناشئين السعوديين واستكشاف الفروق بين مراكز اللعب (الدفاع، والوسط، والهجوم) داخل المجموعة المتميزة، ومن ثم تكوين دالة تمايز تشمل أهم هذه الاختبارات لانتقاء لاعبي كرة القدم الناشئين السعوديين المتميزين. عينة الدراسة من 54 لاعبا، بواقع 24 لاعبا يمثلون اللاعبين المتميزين في الأداء وهم لاعبي المنتخب السعودي

لناشئين، و 30 لاعبا يمثلون اللاعبين غير المتميزين في الأداء وهم لاعبي الفرق غير الممتازة في الدوري السعودي لناشئين وقد تضمنت الإجراءات أخذ مجموعة من قياسات تركيب الجسم، والقياسات البدنية والفسولوجية، والقياسات مهارية، و القياسات النفسية وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مست وى ≤ 0.05 بين لاعبي المستوى العالي ولاعبي المستوى المنخفض في المتغيرات الجسمية التالية: عرض الكتفين، وعرض الحوض، ومحيط الفخذ، ومحيط الساق عند الانبساط، ووزن الأجزاء غير الشحمية، ومساحة سطح الجسم، وعرض الرسغ ومحيط العضد عند الانبساط، وسمك طية الجلد عند العضلة ثلاثية الرؤوس العضدية، وعرض الركبة، وعرض كاحل القدم، والوزن، ومحيط العضد عند الانقباض، وعرض الصدر، ومحيط الساق عند الانقباض، والطول، وسمك طية الجلد في منطقة الصدر، وسمك طية الجلد في منطقة الفخذ، وكذلك في المتغيرات البدنية والفسولوجية التالية: القفز العمودي كاختبار يمثل القدرة اللاهوائية.

وتوصلت نتائج الدراسة كذلك إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $0.05 \leq$ بين مراكز اللعب (الدفاع، والوسط، والهجوم) فلاعبي الهجوم هم الأفضل في كتلة الأجزاء غير الشحمية، والقدرة اللاهوائية، والسرعة 20 (م) عدو يليهم لاعبي الدفاع ثم لاعبي الوسط، وكذلك لاعبي الهجوم هم الأفضل في اختبار الرشاقة، والقدرة على تحديد الأهداف والاستعداد العقلي يليهم لاعبي الوسط ثم لاعبي الدفاع، أما لاعبي الوسط فكانوا الأفضل في التحمل العضلي يليهم لاعبي الدفاع ثم لاعبي الهجوم.

وللتعرف على أهم المتغيرات التي ساهمت في التمييز بين اللاعبين ذوى المستوى العالي واللاعبين ذوى المستوى المنخفض، أشارت نتائج تحليل التمايز إلى إن اختبارات (الجري المتعرج بالكرة، وجرى 20 متر متعدد المراحل، والقفز العمودي، ومحيط الساق عند الانبساط، وعرض الكتفين، والثقة بالنفس ودافعية الانجاز، والمرونة) يمكنها أن تصنف اللاعبين بنسبة تمييز صحيحة بلغت % 100 وبمستوى دلالة $0.001 \leq$

وعلى هذا يوصي الباحث باستخدام دالة التمايز والاختبارات الجسمية والبدنية والفسولوجية و المهارة والنفسية التي أسفرت عنها كأسلوب أولي لانتقاء الناشئين في كرة القدم، واستخدام الاختبارات الجسمية والبدنية والفسولوجية و المهارة والنفسية التي ميزت بين مراكز اللعب (الدفاع، والوسط، والهجوم) للاسترشاد بها عند توزيع اللاعبين على مراكز اللعب.

6-8 الدراسة السادسة:

قام الباحث **نوار عبد الله حسين اللامي** بدراسة تحديد مستويات معيارية لبعض (الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية و القياسات الجسمية) لخطوط اللعب المختلفة للشباب لمنطقة الفرات الأوسط، أشتمل

البحث على خمسة فصول تضمن الفصل الأول التعريف بالبحث و تم التطرق فيه إلى مقدمة البحث وأهميته إذ أصبح من الضروري إن يكون اللاعب قادر على اللعب حسب المنطقة التي يكلف بها، الأمر الذي يتطلب وجود مستوى عال من النواحي البدنية و المهارة حتى يتمكن من التحرك بسرعة كبيرة ومهارة عالية, حسب متطلبات اللعب من حيث الدقة والسيطرة لأداء دوره الفعال ضمن الخط الذي يلعب فيه من خطوط اللعب الثلاثة.

أما أهمية البحث فتكمن في تسليط الضوء على أهمية الصفات البدنية الخاصة وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية لكرة القدم والمواصفات التي يتطلبها اللاعب من اللعب ضمن الخطوط الثلاثة.

أما مشكلة البحث فتكمن في افتقار اللعبة في منطقة الفرات الأوسط إلى المنهج المبني على الأسس العلمية الصحيحة التي تعتمد على القياسات والاختبارات لتشخيص مستويات اللاعبين من الصفات البدنية الخاصة و المهارة، إذ إن هذا التشخيص يساعد على اكتشاف نقاط الضعف لدى اللاعبين والعمل على تجاوزها عن طريق التقويم الموضوعي لمنهج التدريب.

لذا ارتأى الباحث الخوض في هذه المشكلة والعمل على إيجاد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية الخاصة و المهارة وتقويمها للارتقاء بهذه المستويات للوصول إلى الأداء الجيد.

وقد هدفت الدراسة إلى ما يلي:

- مستوى الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية لدى لاعبين الشباب في منتخبات محافظات الفرات الأوسط لكرة القدم وفق خطوط اللعب الثلاثة.

- تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية

- الفروق في مستويات الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية للاعبين حسب خطوط اللعب الثلاثة.

أما فروع البحث فقد شملت:

- هناك تباين في المستويات المعيارية لبعض الصفات البدنية الخاصة وبعض المهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية للاعبين حسب خطوط اللعب الثلاثة.

- أما الفصل الثاني فقد اشتمل على الدراسات النظرية والدراسات المشاهدة إذ تم التطرق إلى أهم المواضيع التي لها علاقة بموضوع الدراسة إذ تم توضيح المواضيع الآتية(التدريب الرياضي، التدريب بكرة القدم، مفهوم اللياقة البدنية ، الصفات البدنية الخاصة لكرة القدم، المهارات بكرة القدم، المعايير، الاختبارات، القياسات الجسمية)وقد شمل هذا الباب الدراسات المشاهدة إذ تم ذكر أربع دراسات.

- أما الفصل الرابع فقد أشتمل على عرض ومناقشة النتائج التي تم الحصول عليها باستخدام الوسائل الإحصائية الملائمة لذلك.

وقد شمل الفصل الخامس على الاستنتاجات والتوصيات إذ استنتج الباحث ما يلي:

- لا فرق دال معنوي في اللياقة البدنية الخاصة لخطوط اللعب الثلاثة باستثناء سرعة الاستجابة والرشاقة.

- عدم وجود فرق دال إحصائياً في الأداء المهاري لجميع اللاعبين ومختلف الخطوط .

- لا فرق دال معنوياً في القياسات الجسمية لخطوط اللعب الثلاثة باستثناء الطول الكلي للاعب.

- تقارب مستويات اللاعبين ولجميع الخطوط في المتغيرات المبحوثة عند المستوى المتوسط باستثناء (التوافق، دقة المناولة، المراوغة، الإخماد) عند المستوى الخامس (جيد جداً).

7-8 الدراسة السابعة:

قام بهذه الدراسة الباحث **عمر إبراهيم محمد حسين** عيد بدراسة عنونها الخصائص البدنية و المهارة لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية بفلسطين.

هدفت الدراسة التعرف إلى الخصائص البدنية و المهارة لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية (فلسطين)، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة مكونة من 100 (لاعب) يمثلون الناشئين المسجلين في الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم ضمن أندية جنوب الضفة الغربية للموسم الرياضي 2012/2011 وهم يمثلون 10 أندية تم اختيارهم بالطريقة العمدية من أصل 58 نادياً حيث تم اختيار 2 لاعبي هجوم، 4 لاعبي وسط، 4 لاعبي دفاع من كل نادٍ ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي نظراً لملائمته لأهداف الدراسة عن طريق الاختبارات البدنية (السرعة، المرونة، الرشاقة، القوة العضلية، التحمل) والاختبارات المهارة الجري بالكرة، رمية التماس، التمير، السيطرة على الكرة، التصويب،

تمهيد:

تعتبر الصفات البدنية التي يتميز بها الفرد الرياضي جوهر أداء النشاط الرياضي... وتمتاز الصفات البدنية في الألعاب الرياضية بأنها تعتمد بشكل أساسي على التدريب والتحسين بالطرق المختلفة، خاصة في رياضة كرة القدم، حيث تتطلب كل النشاطات في كرة القدم صفات بدنية معقدة ومتعددة، هاته الصفات البدنية التي ساهمت بشكل كبير في إكساب الأداء الجمالي وجلب الجماهير وجعل رياضة كرة القدم الرياضة الأكثر شعبية في العالم.

1-تعريف الصفات البدنية:

يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الاتحاد السوفياتي والكتلة الشرفية مصطلح "الصفات البدنية " أو "الحركية " للتعبير عن القدرات الحركية أو البدنية للإنسان، وتشمل كل من (القوة، السرعة، التحمل، الرشاقة، المرونة) ويربطون هذه الصفات بما نسميه "الفورمة الرياضية " التي تتشكل من عناصر بدنية، فنية خططية ونفسية بينما يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الولايات المتحدة الأمريكية عليها اسم "مكونات اللياقة البدنية " باعتبارها إحدى مكونات اللياقة الشاملة للإنسان، والتي تشمل على مكونات اجتماعية، نفسية وعاطفية. وعناصر اللياقة البدنية عندهم تتمثل في العناصر السابقة على حسب رأي الكتلة الشرقية بالإضافة إلى (مقاومة المرض، القوة البدنية، والجهد العضلي، التحمل الدوري التنفسي القدرة العضلية، التوافق، التوازن والدقة). وبالرغم من هذا الاختلاف إلا أن كلا المدرستين اتفقتا على أنها مكونات، وإن اختلفوا حول بعض العناصر¹.

وتطرقنا في بحثنا هذا إلى عناصر اللياقة البدنية على حسب رأي الكتلة الشرقية :

2- أنواع الصفات البدنية:**2-1-القوة:**

يرى العلماء أن القوة العضلية هي التي يتأسس عليها وصول الفرد إلى أعلى مراتب البطولات الرياضية كما أنها تؤثر بدرجة كبيرة على تنمية بعض الصفات البدنية الأخرى، كالسرعة، التحمل، الرشاقة، كما يرى خبراء الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية والرياضية أن الأفراد الذين يتميزون بالقوة العضلية يستطيعون تسجيل درجة عالية في القدرة البدنية العامة ويمكن تعريف القوة بأنها قدرة العضلة في التغلب على المقاومات المختلفة (خارجية، داخلية) ومقاومتها².

القوة هي: «القدرة على تحمل خارجي بفضل المجهود العضلي، وفيزيولوجيا نستطيع تعريف القوة بأنها التوتر الأقصى الذي تحدثه العضلة أثناء التقلص».

أما تعريف القوة في مجال اللعبة هي « مقدار العضلات على التغلب على المقاومات المختلفة وقد تكون هذه المقاومات جسم اللاعب نفسه أو المنافس أو الكرة أو الاحتكاك».

¹ محمود عوض البسيوني ، فيصل ياسين الشاطئ ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية 1992، ص 171 .

²حنفي محمود مختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، 1974 ، ص62¹

2-1-1 أنواع القوة :

يمكننا تقسيم صفة القوة إلى الأنواع الرئيسية الآتية والتي اتفق عليها معظم علماء التربية البدنية و الرياضية:

أ- القوة العضلية القصوى :

و تعني « أكبر قوة تستطيع العضلات توليدها من أقصى انقباض إرادي لها »

ب -سرعة القوة:

وتعني « مقدرة العضلات في التغلب على مقاومات باستخدام سرعة حركية عالية».

ج- تحمل القوة :

وتعني « المقدرة على التغلب على المقاومات لفترات طويلة»¹

2-1-2 تنمية القوة :

إن تنمية القوة يلعب دورا هاما في التكوين العام للطفل، كما يجب عند تنمية القوة اخذ الحذر من خصائص الجسم خلال فترة النمو، حيث يكون الجهاز العظمي للطفل رخوا و لينا لافتقاره لمادة الكالسيوم، كما انه يملك مقاومة ضعيفة، وعلى حسب " واينتس " فإن الجهاز العظمي لا يكتمل نموه إلا في المرحلة من 17 - 20 سنة².

كما أن الألعاب والأعمال الحركية التي تعتمد على القوة تستطيع مساعدة المراهق في هذه المرحلة على تحسين القوة في وقت مبكر.

2-1-3 أهمية القوة العضلية:

- تعتبر القوة العضلية أحد مكونات اللياقة البدنية.
- لقوة العضلية تستخدم كعلاج وقائي ضد التشوهات والعيوب الخلقية والجسمية.
- أثبت (ماك كلوى) أن الأفراد الذين يتمتعون بالقوة العضلية يستطيعون تسجيل درجة عالية من القدرة³ البدنية العامة .

• تعتبر عنصر أساسي أيضا في القدرة الحركية.

• لا يوجد نشاط بدني رياضي يمكنه الاستغناء عن القوة.

مفتي إبراهيم حماد ، بناء فريق كرة القدم ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، 1993 ، ص 216 .¹

محمود عوض البسيوني فيصل ياسين الشاطبي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ، مرجع سبق ذكره ، ص 220²

محمود عوض بيسيوني ، فيصل الشاطبي ، نظريات و طرق التربية البدنية ، مرجع سبق ذكره ، ص 186.³

- لها دور فعال في تأدية المهارات بدرجة ممتازة.
- القوة العضلية تكسب الفتيان والفتيات تكويناً متماسكاً في جميع حركاتهم الأساس

2-1-4 العوامل المؤثرة فيها:

- مساحة المقطع الفسيولوجي.
- زوايا الشد العضلي.
- اتجاه الألياف العضلية.
- العمر الزمني والتغذية والراحة.
- الوراثة.
- حالة العضلة قبل بدء الانقباض.
- فترة الانقباض العضلي.

2-1-5 أنواع القوة العضلية:

- القوة العظمى:

هي أقصى قوة يستطيع الجهاز العضلي والعصبي إنتاجها في حالة أقصى انقباض إرادي . أو أقصى كمية من القوة يمكن أن يبذلها الفرد لمرة واحدة¹.

- القوة المميزة بالسرعة:

هي القدرة على إظهار أقصى قوة في أقل زمن ممكن وعليه فإن التوافق العضلي العصبي له دور كبير في إنتاج القوة المميزة بالسرعة².

- تدريبات تنمية القوة العضلية:

- 1- (وقوف فتحا . حمل ثقل) ثني الركبتين.
- 2- (وقوف فتحا . حمل ثقل) ثني الذراعين.
- 3- (وقوف . حمل ثقل) المشي للأمام مع الطعن.

أثير صبري ، عقيل عبد الله الكاتب ، التدريب الدائري ، مطبعة علاء بغداد 1980 ، ص 48¹
 قاسم حسن حسين ، قيس ناجي عبد الجبار كمونات الصفات الحركية ، مطبعة الجامعة بغداد، 1984،²

4- (انبطاح . ثبات الوسط) مد الذراعين.

5- (وقوف) الهبوط من ارتفاع ثم الوثب للأمام.

طرق تنمية القوة العضلية:

- التدريب الفترتي منخفض الشدة : وعن طريقة يمكن تنمية تحمل القوة.

-التدريب الفترتي مرتفع الشدة : وعن طريقة يمكن تنمية القوة المميزة بالسرعة.

- التدريب التكراري : وينمي القوة القصوي والقوة المميزة بالسرعة.

ماهيتها:

المرونة تعني قدرة الفرد علي أداء الحركات الرياضية إلي أوسع مدى تسمح به المفاصل حيث يعبر عن المدى الذي يتحرك فيه المفصل تبعا لمداه التشريحي ويوصف الجسم بالمرونة إذا تغير حجمه أو شكله تحت تأثير القوة المؤثرة عليه.

تعريفها:

تعني قدرة الفرد علي أداء الحركة بمدى واسع أو هي مدى سهولة الحركة في مفاصل الجسم المختلفة.

أو هي المدى الذي يمكن للفرد الوصول إليه في الحركة أو القدرة علي أداء الحركات لمدي واسع.¹

2-2- المرونة:

تعد المرونة عنصر مهما من عناصر اللياقة البدنية أثناء الأداء الحركي الرياضي، كما تشكل مع باقي الصفات البدنية الأخرى الركيزة التي يتأسس عليها اكتساب وإتقان الأداء الحركي فهي تعبر عن مدى الحركة في مفصل واحد أو عدد كبير من المفاصل، فيعرفها " باروف " بأنها «مدى سهولة الحركة في مفاصل الجسم المختلفة»، أما " حارابوجي " فيرى بأنها « القدرة على أداء الحركات لمدى واسع»².

2-2-1 أنواع المرونة : هناك نوعان من المرونة :

أ . المرونة العامة :

تعني: « مقدرة المفاصل المختلفة بالجسم على العمل في مدى واسع ».

محمد عوض بسيني مرجع سابق ص- 197¹

مفتي إبراهيم حماد ، بناء فريق كرة القدم ، دار الفكر العربي ط 1 ، 1993 ، ص 226²

ب . المرونة الخاصة:

تعني: « مقدرة المفاصل الضرورية على الاستخدام في نشاط ما من العمل في مدى واسع ».

و هناك علماء يقسمون المرونة إلى نوعين هما:

أ . المرونة الايجابية :

مقدرة المفاصل على العمل في مدى واسع نتيجة لانقباض مجموعات عضلية معينة تعمل على هذه المفاصل، مثل ثني الجذع أماما بصورة تلقائية بدون مساعدة.

ب . المرونة السلبية :

تحصل بواسطة الفعالية القوى الخارجية، أي أقصى مدى للحركة الناتجة عن تأثير بعض القوى الخارجية، كما هو الحال عند أداء التمرينات بمساعدة الزميل، و تكون درجة المرونة السلبية أكبر من درجة المرونة الايجابية.

2-2-2- تنمية المرونة:

إن الطفل في هذه المرحلة من العمر يملك درجة كبيرة من المرونة المفصلية، وهذا راجع كون المفاصل والأوتار لم تنضج بعد، بحيث نجد أن مرونة العمود الفقري تصل إلى أعلى درجاتها في حوالي السن (8 - 9 سنوات)، ثم بعد ذلك تنخفض تدريجيا، وتعتبر السن (10-12 سنة) كأفضل سن لتحسين مرونة العمود الفقري. ومن جهة أخرى نستطيع أن نلاحظ انخفاض قدرة تمديد الأرجل عند مفصل عظم الفخذ ومرونة مفصل الكتفين ويمكن أن تحدث إصابات إذا تعرضت المفاصل إلى تأثير كبير وممكن أكثر إلى الخطر إذا نشطت بواسطة تمارين غير ملائمة، فالتمارين في هذا السن من العمر يستحسن أن تكون على شكل العاب.

- العمر الزمني المقاس للمرونة:

إن المرونة من الممكن إنجازها في أي عمر علي شرط أن تعطي التمرين المناسب لهذا العمر ومع هذا فإن نسبة التقدم لا يمكن أن تكون متساوية في كل عمر بالنسبة للرياضيين وبصفة عامة الأطفال الصغار يكونون مرنون وتزيد المرونة أثناء سنوات الدراسة ومع بداية المراهقة فإن المرونة تميل إلي الابتعاد ثم تبدأ في النقصان . والعامل الرئيسي المسئول علي هذا النقصان في المرونة مع تقدم السن هي تغيرات معينة تحدث في الأنسجة المتجمعة في الجسم ولكن التمرين قد يؤخر فقدان المرونة المتسببة من عملية نقص الماء بسبب السن وهذا مبني علي فكرة أن

الإطالة تسبب إنتاج أو ضبط المواد المشحمة بين ألياف الأنسجة وهذا يمنع تكوين الالتصاق ومن بين التغيرات¹ الطبيعية المرتبطة بتقدم السن الآتي - :

- كمية متزايدة من ترسبات الكالسيوم.
- درجة متزايدة من استهلاك الماء.
- مستوي متزايد من التكرارات.
- عدد متزايد من الالتصاقات والوصلات.
- تغير فعلي في البناء الكيميائي للأنسجة الدهنية.
- إعادة تكوين الأنسجة العضلية مع الأنسجة الدهنية.

* خطورة تمارينات الإطالة:

إن تمارينات الإطالة لا يجب أن تعتبر علاجاً فالنسبة لبعض الرياضيين فإن المطاطية ربما تزيد فعلاً من احتمال إصابة أربطة الجسم والمفاصل . وأساس هذا الاعتقاد أن المرونة الزائدة عن الحد ربما تفقد مفاصل الجسم الرياضي استقرارها وثباتها ويرى بعض الخبراء أن المفاصل المرشحة أكثر من اللازم ربما تؤدي في نهاية الأمر إلى التهاب المفاصل للرياضي².

وهنا يجب أن نتساءل ما هي الاحتياطات المناسبة للإطالة ومتى يجب أن لا ينصح بها وأهم هذه الاحتياطات هي ما يلي:-

- تحرك مكان العظمة.
- كان عندك كسر حديث في العظمة.
- كان هناك اشتباه في حدوث التهاب حاد أو مرض معدي في أو حول المعصم.
- كان هناك اشتباه في وجود التهاب المفاصل.
- كان هناك ألم حاد في حركة المعصم أو تطويل العضلة.
- كان هناك التواء ألتواء أو جذع حديث.

تشارلز وتشر، أسس التربية البدنية، ترجمة الدكتور حسن معوض، د / كمال صالح، مكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، 1964، ص 181.¹
مفتي إبراهيم حماد ، بناء فريق كرة القدم ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، 1993 ، ص 219.²

– كنت تعاني من مرض جلدي أو في الأوعية الدموية.

– كان هناك نقص في مدي الحركة .

* التمرين ذو المستوي العالي:

إن كل إمداد في الواقع يمثل درجة ما من المخاطرة واحتمال الإصابة يعتمد علي متغيرات عديدة بما في ذلك حالة الرياضي من التدريب والعمر والإصابات السابقة والتكوينات الجسمية الغير طبيعية والإجهاد والتدريب الغير مضبوط¹.

ويسمي الإجهاد هنا X-Rated أي ذو مستوى عالي ونعني بذلك أنها كلها متقدمة أو خطرة للذين يبدءون برنامجا للتدريب وربما أيضا بالنسبة لبعض الرياضيين . ولا حاجة للقول أن كثيرا من هذه التدريبات تعتبر جزء أساسيا من ارقص وألعاب القوى والمصارعة واليوجا والفنون العسكرية.

2-3- الرشاقة :

تعتبر الرشاقة من القدرات البدنية الهامة ذات الطبيعة المركبة، حيث أنها ترتبط بالصفات البدنية الأخرى، وتعني الرشاقة بشكل عام قدرة الجسم أو أجزاء منه على تغيير أوضاعه أو اتجاهه بسرعة ودقة. ويعرفها " مانيل " بأنها القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو بجزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس².

2-3-1- تنمية الرشاقة:

الرشاقة صفة أساسية تظهر علاقتها بالنواحي النفسية خاصة في فترة التعلم الحركي وخاصة عند الأطفال الذين يؤدون الحركات بسرعة وإتقان، ومن الممكن اكتسابها بشكل جيد في الألعاب المختلفة. يبدأ التدريب على الرشاقة في الأعمار المبكرة، في عمر (5 – 10 سنوات)، و يستقر التدريب عند الجنسين في عمر (10 – 15 سنوات)، ولإمكانية تطوير الرشاقة ينبغي الاعتماد على وسائل خاصة تهدف إلى تطوير القدرات التوافقية باستخدام إشكال متنوعة ، فيجب العمل على:

- إكساب الطفل عدد كبير من المهارات الحركية المختلفة .
- الأداء العكسي للتمارين .
- خلق مواقف غير معتادة لأداء التمارين
- التغيير في أسلوب أداء التمارين .

1حنفي محمود مختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، 1974 ، ص97
محمود عوض بيسوني ، فيصل ياسين الشاطي ، نظريات و طرق التربية البدنية ، مرجع سبق ذكره، ص197²

ويرى " اروبين " إن نوعية نجاح التنسيق هي القاعدة الأساسية لتطوير النتائج الرياضية على المدى الطويل، وأن نوعية العمل المتناسق تؤثر على سرعة ونوعية التعلم للتقنية الرياضية، ولتحقيق هذا العمل يستلزم الاعتماد على طريقة اللعب.

2-4- السرعة:

يرى البعض إن مصطلح السرعة في المجال الرياضي يستخدم للدلالة على تلك الاستجابة العضلية الناتجة عن التبادل السريع بين حالة الانقباض العضلي والاسترخاء العضلي ويرى البعض الآخر انه يمكن تعريف السرعة بأنها القدرة على أداء حركات معينة في اقصر زمن ممكن¹.

ومن جهة أخرى يعرفها " بيوكر " بأنها قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في أقصر مدة² ويؤكد " هولمان " بأن السرعة تعتمد على:

- القوة العظمى.
- سرعة انقباض وتقلص العضلات.
- نسبة طول الأطراف إلى الجذع.
- التوافق.
- نوعية الألياف العضلية.
- قابلية التلبية ورد الفعل في البداية.

2-4-1- أنواع السرعة:

نستطيع تمييز أنواع عديدة من السرعة :

أ . السرعة الدورية (Vitesse cyclique):

وتعني ارتباط الحركة بالقوة وكمثال على ذلك الجري السريع في الألعاب الرياضية مع تغيير الاتجاه³.

ب- سرعة رد الفعل :

يقصد بها المقدرة على الاستجابة لمؤثرات خارجية في اقصر زمن ممكن، وبالتكرار تصبح هذه الحركات لا إرادية كالقفز والركض والضرب والانتباه نحو مؤثرات خارجية، ويمكن أن نطلق على هذه الاستجابة رد الفعل

محمد عوض بسبوني مرجع سابق ص-197¹

تشارلز يوتشر، أسس التربية البدنية، ترجمة الدكتور حسن معوض، د / كمال صالح، مكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، 1964، ص 181.²

أثير صبري ، عقيل عبد الله الكاتب ، التدريب الدائري ، مطبعة علاء بغداد 1980 ، ص 48.³

المكتسب، أما فيما يخص رد الفعل الطبيعي فهو صفة وراثية أي يولد مع الطفل، ويمكن ملاحظة ذلك جليا عند الأطفال الصغار من خلال الفروق التي تظهر بينهم مبكرا، كما انه يشكل أساس رد الفعل المكتسب¹.

ج . السرعة الانتقالية:

تعني الانتقال من مكان إلى آخر بأقصى سرعة ممكنة و بأقصر فترة زمنية².

د . سرعة الحركة (الأداء):

يقصد بها أداء حركة أو عدة حركات مركبة معا في اقل زمن ممكن³.

2-4-2- تنمية السرعة:

إن العوامل الوظيفية للسرعة تحدد وراثيا، وتنمية هذه العوامل يتم مبكرا لدى الطفل حسب ويرى "وينك" أن في السنوات المدرسية الأولى من عمر الطفل يتم فيها اكبر تطور للتوتر وسرعة الحركة، فيجب إذا الأخذ بعين الاعتبار التطوير العام للعوامل البدنية للطفل، واللجوء أكثر إلى تمارين السرعة، والتركيز أكثر على التمارين التي تتطلب الاستجابة السريعة (رد الفعل)، والتمارين التي تتطلب قدرات عالية من التوافق الحركي وعلى التسارع وسرعة الحركة، وفي مقدمة هذه التمارين الألعاب الصغيرة والتي تبنى على عنصر اللعب والمطاردات، والتي تفسح المجال أمام التصرفات الخاصة بالسرعة مما يمنع تشكيل عائق السرعة الذي يؤدي إلى ركودها.

2-5- التحمل:

يعتبر التحمل من الدعائم الأساسية للياقة البدنية في الفعاليات الرياضية التي يتطلبها الإعداد البدني لفترة طويلة، وتختلف تعاريفه بالنسبة لكل عالم، فيعرفه " تشارلزبوش " انه القدرة على القيام بانقباضات مستمرة وطويلة باستخدام عدد من المجموعات العضلية بقوة ولمدة كافية لإلقاء التعب والعبء على وظائف الجهاز الدوري والتنفسي.

ويعرفه " خارابوجي " بأنه القدرة على تحقيق عمل مرتفع الشدة لأطول فترة ممكنة⁴.

بينما يعرفه " اوزلين " على انه قابلية الفرد على أداء عمل حركي بحجم معين لفترة طويلة دون انقطاع⁵.

تامر محسن واثق تاجي ، كرة القدم و عناصرها الأساسية ، المطبعة الجامعية بغداد 1976 ، ص 56¹
 قاسم حسن حسين ، قيس ناجي عبد الجبار كمونات الصفات الحركية ، مطبعة الجامعة بغداد 1984 ، ص 48²
 مفتي إبراهيم حمادة، بناء فريق كرة القدم، مرجع سبق ذكره، ص 220³
 محمود عوض بسيوني ، فيصل الشاطي، نظريات و طرق التربية البدنية ، مرجع سبق ذكره ، ص 186⁴
 قاسم حسن حسين ، قيس ناجي عبد الجبار كمونات الصفات الحركية ، مطبعة الجامعة بغداد، 1984 ،⁵

2-5-1- أنواع التحمل :

أ. التحمل العام:

هو القدرة على التحمل لفترة طويلة دون هبوط مستوى الكفاءة أو الفعالية وذلك باستخدام مجموعات كبيرة من العضلات وبمستويات متوسطة من الحمل من استمرار عمل الجهاز الدوري والتنفسي بصورة طبيعية وهذا حسب رأى الدكتور صلاح السيد قدوس الذي يرى أيضا إن التحمل العام هو عبارة عن أداء عملي لتكوين مقاومة ضد التعب الجسمي نتيجة استعراق وقت طويل للعمل وارتباط صفة التحمل ارتباطا وثيقا بظاهرة التعب¹.

ب. التحمل الخاص:

يعرفه " رياتشكوف" انه قابلية الرياضي على مقاومة التعب الذي يحصل خلال مراحل أداء فعالية رياضية معينة².

2-5-2- تنمية التحمل:

للتحمل أهمية كبيرة بين الصفات البدنية الأخرى، والمرحلة المفضلة لتنميته هي من (8-12) فالطفل الذي يمارس الرياضة في هذه المرحلة يكون جهازه التنفسي متطور عن الذي لا يمارس أية رياضة، كما انه له القدرة والقابلية للتكيف مع التدريب الهوائي خاصة بالمقارنة مع الراشد وبما أن الألعاب المصغرة تسمح للطفل أن يكون دائم الحركة وبالتالي تنمي عنده القدرة على التحمل³.

2-6- تعريف التوافق:

يعني التوافق مقدرة الفرد علي تحريك مجموعتين عضليتين مختلفتين أو أكثر في اتجاهين مختلفين في وقت واحد. أو قدرة الفرد علي التحكم في عضلات جسمه مجتمعة أو مفردة حسب متطلبات النشاط⁴.

صلاح السيد قدوس ، الأسس العلمية الحديثة في رياضة الملاكمة ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، 1977 ص ، 68¹

قاسم حسن حسين ، قيس ناجي عبد الجبار ، مكونات الصفات الحركية ، مطبعة الجامعة بغداد ، 1984²

قاسم حسين مرجع سابق ص- 196³

4 سامي الصفار وآخرون : "كرة القدم"؛ الجزء الأول، ط2، مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل، بغداد: 1987، ص(199).

2-6-1 أنواع التوافق:

- التوافق العام:

وهو قدرة الفرد علي الأستجابة لمختلف المهارات الحركية بصرف النظر عن خصائص الرياضة ويعتبر كضرورة لممارسة النشاط كما يمثل الأساس الأول لتنمية التوافق الخاص¹.

- التوافق الخاص :

ويعني قدرة اللاعب علي الإستجابة لخصائص المهارات الحركية للنشاط الممارس والذي يعكس مقدرة اللاعب علي الأداء بفاعلية خلال التدريب والمنافسات.

2-6-2 أهمية التوافق :

- 1- يعتبر التوافق من القدرات البدنية والحركية.
- 2- يساعد علي اتقان الأداء الفني والخططي.
- 3- تساعد اللاعب علي تجنب الأخطاء المتوقعة.
- 4- يساعده علي الأداء الصعب والسريع بدرجات مختلفة.
- 5- يحتاج اللاعب للتوافق خاصة في الرياضات التي تطلب التحكم في الحركة.
- 6- تظهر أهميته عندما ينتقل اللاعب بالجسم في الهواء كما في الوثب أو الأداء علي الترمبولين.

2-6-3 العوامل المؤثرة في التوافق:

- 1- التفكير.
- 2- القدرة علي إدراك الدقة والإحساس بالتنظيم.
- 3- الخبرة الحركية.
- 4- مستويات تنمية القدرات البدنية.

- طرق تنمية التوافق:

- 1- البدء العادي من أوضاع مختلفة كأداء للتدريب.
- 2- أداء المهارات بالطرف العكسي.
- 3- تقيد سرعة وإيقاع الأداء الحركي وتحديد مسافة أداء المهارة.

كمال درويش ومحمد حسنين: "التدريب الدائري"؛ دار الفكر العربي، مصر: 1984، ص(35).¹

4- زيادة مستوي المقاومة في أداء مراحل الحركة.

5- الأداء في ظروف غير طبيعية.

تدريبات علي التوافق:

1- (وقوف) دوران الذراعين في اتجاهين مختلفين.

2- (وقوف) تحريك الرجلين بالتبادل مع دوران الذراعين.¹

-العوامل المؤثرة في الجلد الدوري التنفسي :

1- التدريب الرياضي.

2- تأثير الأدوية.

3- العوامل المناخية.

4- الأجهاد العضلي.

5- التغذية.

6- العادات الشخصية.

7- الحالة النفسية.

كمال درويش ومحمد حسنين: " نفس المرجع السابق ص- 177¹

خلاصة:

إن موضوع الصفات البدنية يعتبر الشغل الشاغل للمدرب الرياضي والمحور الأساسي الذي يدور حوله التدريب والتعليم.

وبما أن هذه الصفات في طبيعتها تعتبر مظهرا من مظاهر النمو عند الطفل، فإنه ينبغي معرفة الجوانب العلمية للصفات البدنية لإنجاح عملية التعلم وإيجاد أنسب الطرق التعليمية، فالطفل أمانة في عنق كل مربٍ ويجب عليه أن يرقاه ويصونه.

تمهيد:

ان الكاين البشري يمر بمراحل مختلفة تتميز بخصائص جسمية وسيكولوجية وفسولوجية وعقلية مختلفة , فالانسان ينتقل من طفولة الي شباب الي الكهولة الي شيخوخة , وكل هذه المراحل لها مميزات خاصة بها, وفي هذا الفصل سندرس مرحلة معينة من المراحل التي يمر بيها الانسان التي تناسب عينة دراستنا الا وهي مرحلة الطفولة المتأخرة (9-12).

1- دراسة الخصائص المورفولوجية :

مدخل:

لقد نال جسم الإنسان الرياضي من ناحية شكله وحجمه، وكذا إهتمام كثيرا من العلماء والمختصين في المجال الرياضي، وذلك منذ أمد بعيد بهدف الوقوف على ما يتصف به هذا الجسم من الخصائص، يطلق عليها الخصائص المورفولوجية، وهي مواصفات معينة ومحددة تجعله مميزا عن الآخرين. ولقد أعطى المتخصصون في المجال الرياضي خاصة متخصص القياس والتقويم، أهمية خاصة للمواصفات والظواهر المورفولوجية باعتبارها أحد الخصائص والظواهر الهامة للنجاح في مزاوله الأنشطة المختلفة. تعتبر هذه الظواهر المورفولوجية الحيوية بمثابة صلاحيات أساسية للوصول إلى المستويات العالية، حيث يشير ذلك إلى أن العلاقة بين صلاحيات التي يحتاجها النشاط الرياضي المعين ومستوى الأداء علاقة طردية كل يؤثر ويتأثر بالآخر (1).

1- أهمية الخصائص المورفولوجية:

إن ممارسة أي نشاط رياضي وباستمرار لفترات طويلة يكسب ممارسة خصائص مورفولوجية خاصة تتناسب ونوع النشاط الرياضي الممارس . ويؤكد عصام حلمي 1987 على أن ممارسة الأنشطة الرياضية ذات الطبيعة الخاصة و بشكل منتظم وفترات طويلة تحدث تأثيرا مورفولوجيا على جسم الفرد الممارس ، ويمكن التعرف على هذا التأثير بقياس أجزاء الجسم العاملة بصورة فعالة أثناء ممارسة هذا النشاط ، حيث أن لها تأثير وإظهار القوة العضلية، السرعة ، التحمل ، المرونة ، كذلك تجاوب جسم اللاعب لمختلف الظروف المحيطة به وأيضاً كفاءة البدنية و التحقيق النتائج الرياضية الباهرة.(2)

ويذكر دونالد 1972 donald أن المورفولوجي هو علم وصف الشكل الخارجي بجسم الإنسان ، وأن النثروبومتري هو فرع من المورفولوجي .

ويوضح كل من كاربوفيتس وسننج 1971 karbovich و sining، سيلز 1974 أن الخصائص المورفولوجية أهمية كبرى للأداء في النشاط الرياضي ، وترجع هذه الأهمية :

(1) - زكي محمد حسن ، الظواهر المورفولوجية في رياضي الألعاب الجماعية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 2004، ص7 .
(2) - محمد حازم محمد أبو يوسف ، أسس اختيار الناشئين في كرة القدم ، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الطبعة الأولى ، الإسكندرية، مصر، 2005، ص25- 26 .

قيام اللاعبين بأداء الحركات بأجسامهم التي تختلف بمقاييسها من فرد إلى آخر مما ينتج عنه اختلاف في أداء الحركات الرياضية مما يؤكد ضرورة وملائمة مقاييس اللاعب لمتطلبات النشاط الممارس .

وقد أكد كونسلمان 1973 counsilman على أن توافر المواصفات المرفولوجية دون إعداد يؤدي إلى التقدم المحدود، وبذلك نجد أن الصفات المرفولوجية لازمة للتفوق في النشاط الرياضي الممارس وأن التدريب يكمل هذه الصفات.

ويذكر كل من عصام عبد الخالق 1981 ، محمد حسن علاوي 1982 أن التركيب الجسمي ووزن الجسم وطوله من أهم العوامل التي يتوقف عليها الوصول إلى المستويات العالية.

ويؤكد كمال عبد الحميد، أسامة راتب 1986 نقلا عن كارتر أن العلاقة أكيدة بين البناء الجسمي و الوظيفة ، فالقياسات المورفولوجية تعتبر مطلبا هاما للأداء الحركي للرياضيين حتى يمكن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية.(1)

2- الخصائص المورفولوجية:

يتسم النمو بالبطء عن ذي قبل ، كما يبدو التمايز بين الجنسين بشكل واضح .

يستمر نوا الجسم وتحدث زيادة في الطول والعرض والوزن .

تتعديل النسب الجسمية و تصبح قريبة من النسب الجسمية عند الراشد .

يزداد نمو العضلات الصغيرة و يستمر نمو العضلات الكبيرة.

لاتتضح الفروق بين الجنسين ، إلا أنها توجد بعض الفروق البدنية القليلة بينها فالبنات في سن بالإضافة إلى وجود فروق في الهيكل العظمي حيث نلاحظ الزيادة في عظام الحوض بانسبة للإناث مقارنة بالذكور و تستمر هذه الزيادة حتى سن البلوغ .(2)

3- النمو الجسمي :

إن النمط الجسمي للاعب كرة القدم هو النمط العضلي ، الذي يتميز بطول الأطراف خاصة الذراعين و الرجلين مع كبر كف اليد وطول سلاميات الأصابع مما يساعد السيطرة على الكرة بالنسبة للحارس وقوة القذف و تنوعه ، ولأن كرة القدم تعتمد على نسبة معتبرة من القوة التي توفرها العضلات فإن النمط العضلي هو الأنسب لمثل هذا النوع من الرياضة .

(1) - محمد حازم محمد أبو يوسف ، المرجع السابق ، ص 26-27 .

(2) - محمد الحمادي ، أمين الخولي ، أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية ، القاهرة ، 1990 ، ص 137 .

4- أهمية بعض القياسات الأنثروبومترية :

1-4 الوزن weight :

إن الوزن عامل مهم جدا في كرة القدم، ويظهر ذلك في العلاقة بين وزن الجسم والطول من خلال هذا المؤشر (indice)وزن الجسم في 100/الطول = indice de roburtesse .
وكما كان هذا المؤشر مرتفع كلما كان مستوى اللاعبين كذلك.

وكذلك يعتبر عنصر هام في الحياة، ويتضح ذلك من نتائج بعض الدراسات الطبية التي تشير لإلى أن أي زيادة في الوزن عن المعدل الطبيعي لمن تجاوز من الأربعين تؤدي إلى قصر العمر ، فقد وجد أن حدوث زيادة في الوزن بمقدار خمسة كيلوغرامات يقلل من العمر بمقدار 8 %، وإذا إرتفعت الزيادة على 15 كيلوغرام يقل العمر نسبة 30%.

وفي دراسة أخرى ثبت أن 80% من المصابين بالنسبة يعانون من إرتفاع في شرايين القلب كما وجد أن كل كيلوجرام واحد زيادة في الوزن عن المعدل الطبيعي يعادل ضرورة الناتج من تدخين 25سيجارة.

هذا وتمثل أي زيادة في الوزن أعباء إضافية على القلب ، فالشرايين التي يحتويها الجسم يبلغ طولها حوالي 25 كيلومتر ، فإذا زاد الوزن كيلوغرام واحد عن معدله الطبيعي يتحتم على القلب أن يدفع الدم عبر ميلين إضافيين من الشرايين لتغذية هذه الزيادة .¹

والوزن عنصر هام في النشاط الرياضي أيضا، إذ يلعب دورا هاما في جميع الأنشطة الرياضية تقريبا ، لدرجة أن بعض الأنشطة تعتمد أساسا على الوزن ، مما دعا القائمين عليها إلى تصنيف متسابقينها تبعا لأوزانهم كما لمصارعة والملاكمة و الجودو ورفع الأثقال (ثقيل-خفيف ثقيل - متوسط إلخ) وهذا يعطي إنعكاسا واضحا عن مدى تأثير الوزن في نتائج ومستويات الأرقام.

وفي هذا الخصوص يقول مك كيلوى mscloy أن زيادة الوزن بمقدار 25 % عما يجب أن يكون عليه

اللاعب في بعض الألعاب يمثل عبئا يؤدي إلى سرعة إصابة بالتعب ، كما ثبت من بعض البحوث أن نقص 1على 30 من وزن اللاعب يعتبر مؤشرا صادقا لبداية الإجهاد.

¹ - محمد صبحي حسنين، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة ، القاهرة، 2000، ص44.

وللوزن أهمية كبيرة في عملية التصنيف classification حيث أشار إلى ذلك مك كلوى mscloy ونيلسون neilson وكازنز cozens حيث ظل الوزن قاسما مشتركا أعظم في المعادلات التي وضعها مك كلوى واستخدمت بنجاح في المراحل الدراسية المختلفة (ابتدائي، ثانوي ، جامعي) كما أن الوزن كان ضمن العوامل التي تضمنتها معادلة نيلسون وكازنز لتصنيف التلاميذ في المراحل المختلفة.

هذا وقد ثبت علميا ارتباط الوزن بالنمو والنضج واللياقة الحركية والإستعداد الحركي عموما، وأظهرت البحوث ما يعرف بالوزن النسبي والوزن النوعي، وكلها اصطلاحات فنية جاءت نتيجة دراسات مستيقضة حول أهمية الوزن في مجال التربية البدنية والرياضية.

وهناك فرق بين الوزن المثالي والوزن الطبيعي ، الوزن المثالي هو الوزن الذي يجب أن يكون عليه الفرد تماما، ويكون منسوبا إلى طوله، فإذا إخذنا بالرأى الذي يرى أن الوزن المثالي يساوي الطول-100، فإن أصاب هذا الرأى يرون أن الوزن المثالي للذكور يكون مساويا تقريبا لعدد السنتيمترات الزائد عن المتر الأول في الطول مقدرا بالكيلوجرامات.

وبالنسبة للنساء تقل أوزانهن المثالية عن هذا المعدل من 2-5 كيلوجرام ويستثنى من ذلك الرياضيون (ذكورا، إناثا) حيث يكونون أكثر في أوزانهم عن هذه المعدلات نظرا لنمو جهازهم العضلي الذي يمثل حوالي 43 % من وزن الجسم لدى البالغين.(1)

أما الوزن الطبيعي فهو قيمة محددة لإنحراف الوزن بالنقص أو الزيادة عن الوزن المثالي..، فأنحراف الفرد عن الوزن المثالي بالزيادة أو النقصان بما لا يزيد عن حوالي 25% يجعل الفرد مازال داخل في حدود الوزن الطبيعي ، وما يزيد عن ذلك بالنقصان ينتجه الفرد إلى النحافة ثم النحالة ، وإذا كان ذلك بالزيادة فإنه يتجه إلى البدانة ثم السمنة.

والجدير بالذكر أن العلماء قد اختلفوا في تحديد النسبة التي يظل الفرد فيها داخل حدود الوزن الطبيعي نسبة إلى الوزن المثالي ، فحددها البعض من 15-25%، والبعض حددها 10% فقط، والرأى للكاتب هو أن الزيادة أو النقصان عن 10% من الوزن المثالي تجعل الشخص بعدها في نطاق البدانة أو النحافة، وتجاوز ذلك إلى 20% من الوزن المثالي يجعل الشخص بعدها في مستوى السمنة والنحافة(2).

(1) - محمد صبحي حسنين ، الرياضة للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة، العدد الأول، 1990، ص 108-111.

(2) - محمد صبحي حسنين، المرجع السابق، ص 46.

4-2- السن .**4-3-الطول: ويتضمن:**

* الطول الكلي للجسم.

* طول الذراع.

* طول الساعد، وطول العضد ، وطول الكف.

* طول الطرف السفلي.

* طول الساق ، وطول الفخذ، وارتفاع القدم ، وطول القدم.

* طول الجذع.(1)

ويعتبر الطول ذا أهمية كبرى في العديد من الأنشطة الرياضية ، سواء كان الطول الكلي للجسم أو بعض أطراف الجسم كما هو الحال في كرة القدم.

كما أن تناسب طول الأطراف مع بعضها له أهمية بالغة في اكتساب التوافقات العضلية العصبية في معظم الأنشطة الرياضية.

وقد تقل أهمية الطول في بعض الأنشطة الرياضية، حيث يؤدي طول القامة المفرط إلى ضعف القدرة على الاتزان، وذلك لبعدها مركز الثقل عن الأرض.

لذلك يعتبر الأفراد قصير والقامة أكثر قدرة على الاتزان في معظم الأحوال من الأفراد طوال القامة، كما أثبتت بعض الدراسات أن الإناث أكثر قدرة على الاتزان من الرجال وذلك لقرب مركز ثقلهن من قاعدة الاتزان.

هذا وقد أثبتت العديد من البحوث ارتباط الطول بكل من السن والوزن والرشاقة والدقة التوازن والذكاء

4-4- الأعراس: وتتضمن:

* عرض المنكبين .

* عرض الصدر.

* عرض الحوض.

* عرض الكف وعرض القدم.

* عرض جمجمة الرأس .

(1) - محمد صبحي حسنين، المرجع السابق، ص42.

4-5- المحيطات: وتتضمن:

* محيط الصدر.

* محيط الوسط.

* محيط الحوض.

* محيط المرفق .

* محيط العضد.

* محيط الفخذ.

* محيط سمانة الساق.¹

4-6- الأعماق: وتتضمن:

* عمق الصدر.

* عمق الحوض.

* عمق البطن.

* عمق الرقبة.

4-7- قوة القبضة.

4-8- سمك الحيوية.

4-9- سمك الدهن.

5- طرق ومجالات القياس الأنثروبومترية:

5-1 الأطوال:

لضمان أداء القياسات المتعلقة بالأطوال يجب أن يلم المحكمون بالنقاط التشريحية التي يتم عندها القياس بالنسبة

للأطوال التالية:

* أعلى نقطة في الجمجمة.

* الحافة الوحشية للتواء الأخرومي.

* الحافة الوحشية للرأس السفلي لعظم العضد.

* التواء الغبري لعظم الكعبرة.

1- محمد صبحي حسنين، المرجع السابق، ص43.

* التواء المرفقي (1).

5-1-1 طول الساق:

يتم قياس طول الساق باستخدام شريط القياس من الحافة الوحشية لمنتصف مفصل الركبة حتى البروز الوحشي للكعب ، أو من الحافة الأنسية لمنتصف مفصل الركبة حتى البروز الأنسي للكعب .

5-1-2 طول الطرف السفلي :

يتم قياس طول الطرف السفلي باستخدام شريط القياس من المدور الكبير للرأس العليا لمفصل الفخذ حتى الأرض

5-2 المحيطات:

يستخدم شريط القياس في تحديد محيطات أجزاء الجسم المختلفة ، وفيما يلي توضيح لهذه الأماكن وفقا لترتيبها: (2)

* محيط الرقبة neck.

* محيط الكتفين shoulers.

* محيط العضد biceps.

* محيط الصدر chest(men).

* محيط الوسط waist.

* محيط الحوض (المهبس) hips.

* محيط الرسغ wrist.

* محيط الفخذ thigh.

* محيط الركبة knee.

* محيط سمانة الساق celf.

* محيط أنكل القدم ankle.

(1) - محمد صبحي حسنين، نفس المرجع السابق، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ص50.
(2) - نفس المرجع، ص53.

3-5 العروض:

وتتمثل في :

* عرض الكتفين .shoulder width

* عرض العظم الحرقفي .iliac width

* عرض الوركين .hip width

ويستخدم في القياس جهاز البلوميتر وهو يشبه البرجل ، بحيث يثبت طرفاه عند نقطتي القياس ، حيث يعبر التدرج الذي فيه عن عرض المنطقة المقاسة .

4-5 الأعماق:

يستخدم جيهاز البلفوميتر في قياس الأعماق بنفس الأسلوب السابق ذكره في قياس الأعراض .

هذا ويمكن قياس أعماق عض المناطق من نقاط محددة كما يلي :

* قياس عمق الصدر مكن نقطتين أحدهما في منتصف عظم القص والثانية في نقطة متوسطة بين عظمي اللوح.

* قياس عمق البطن من نقطتين إحدهما على السرة وثانيهما في أعماق نقطة في التجوف القطني .

* قياس عمق الحوض من نقطتين يمثلان أبرز مكانين من الأمام والخلف على الحوض .

5-5 الوزن:

يتم تقدير الوزن باستخدام الميزان الطبي أو الميزان القباني ، ويجب التأكد من سلامة الميزان قبل استخدامه، وذلك عن طريق تحميله بأثقال معروفة القيمة للتأكد من صدق مؤشراتته في التعبير عن قيمة الأثقال التي وضعت عليه، ويقاس الوزن إما بالرطل أو بالكيلوجرام ويلاحظ ضرورة أن يقف المختبر في منتصف الميزان تماما عند إجراء القياس ، ولتحديد الوزن المثالي (الوزن المثالي هو الوزن الذي يجب أن يكون عليه الفرد تماما ويكون منسوبا إلى طوله).⁽¹⁾

6- مفهوم الطفولة المتأخرة (9-12) سنة:

هي مرحلة اتقان الخبرات والمهارات اللغوية الحركية،والعقلية السابق اكتسابها، حيث ينقل الطفل تدريجيا من مرحلة الكسب الي مرحلة الاتقان ، الطفل في حد ذاته ثابت وقليل المشاكل الانفعالية ، ويميل الطفل ميلا شديدا الي ملكية التي بدا في نمو قبل ذلك .

(1) - محمد صبحي حسانين ، نفس المرجع السابق، ص54-56.

ان طفل هذه المرحلة ياخذ الامور بجدية تامة ، ويتوقع الجدية من الكبار ، اذا نجد هناك صعوبات يجيدها الكبار في معاملتهم له، وخاصة اننا نتذبذب في هذه المعاملة، فتارة نطلبه ان يكون كبيرا ، وتارة اخرى نذكره انه مزال طفلا صغيرا، فاذا بكى مثلا ، عاتبناه لانه ليس بطفل صغير ، واذا ابتعدا عن المنزل عاتبناه لانه طفل صغير ولما كانت معايير الأطفال في هذا السن تختلف عن معايير الكبار ، يعكس المراهق او طفل الرابعة او الخامسة ، الذي يسعى في ارضاء من حوله وتقديرهم ، ولما كانت هذه المرحلة من السن ببدء انطلاقه خارج المنزل فيصبح إرضاء أصدقائه أهم في ارضاء والديه .¹

ونضرا الي طاقة النشاط التي تميز الاطفال هذه المرحلة ، نجد ان الطفل يصرف جل وقته خارج المنزل في اللعب ، ويصعب على الاسرة وعلى الكبار انتزاعه من بين اصدقائه في اللعب.

7-مميزات الطفولة (9-12 سنة):

من اهم هذه المرحلة نجد:

- اكتساب المهارات اللازمة للالعاب العادية.
- ادراك دوره مذكر او مؤنث.
- تنمية المهارات الأساسية للقراءة والكتابة والحساب.
- اقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والاناث كما ان الاختلاف بين الجنسين غير واضح .

8-خصائص وسمات النمو لدى الطفل (9-12) سنة:

8-1 النمو النفسي :

مع دخول الطفل المدرسة الابتدائية ،أي فترة ما بين السادسة وثانية عشر ، يزداد احساسه بهويته وبصورة ذاته وقدرته علي امتداد الذات ، وسرعان ما يتوقع الطفل ان ماهو متوقع منه خالرج المنزل يختلف الي حد كبير عما هو متوقع منه داخل المنزل ، فمستويات الرفقاء في اللعب والمشى والكلام وملبس الجديد عليه . ثم هو يحاول ان يندمج مع الشلة في عالم الواقع ،ونجده يرتبط بمعايير الخلقية واحكام اللعب ،ويتبعها بكل دقة ،ويكون راضي علي نفسه بنمو صورة ذاته والاحساس بيها .²

¹ عبد الرحمان الوافي ، د.زيان سعيد : "النمو من الطفولة إلى المراهقة " ، الختساء للنشر والتوزيع ،2004، ص 65.

² محمد مصطفى زيدان " دراسة سيكولوجية الطفل " ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1975 ، ص 61 .

بالإضافة إلى ذلك فإن الأطفال في هذه المرحلة يبدؤون في انشغال بعض اهتمامهم وميولهم مع غيرهم مع الناس ، كاصدقائهم وزملائهم في المدرسة بدلا من ان يكون منطويين على انفسهم ، وفي هذا الوقت تتاح لهم اول فرصة لتنمية مشاعر الحب والمتعة وتعلق بالرفاق وعالمهم الذي يبدأ بالاتساع، ولو انه لا يزال صغيرا ومعروفا وفي نظر عبد الرحمان عيساوي (1992) فإن الطفل في هذه المرحلة يمتاز بالهدوء والانتزان ، فهو لا يفرح بسرعة كما كان في المراحل السابقة ، فهو يفكر ويدرك ويقدر الامور المثيرة إلى الغضب ، ويقتنع اذا كان مخطأ، كذلك يتغير موضوع الغضب ، فبدلا من الانفعال بسبب اشباع الحاجات المادية ، تصبح الالهانة والاحقاق من الامور التي تثير انفعالاته ، أي بمعنى الامور المعنوية

8-2 النمو الجسمي :

يمتاز النمو الجسمي بالسرعة ، حيث يتضاعف وزن الطفل في نهاية السنة الاولى ثلاث امثال وزنه عند الميلاد ، وفي السنة الخامسة يصل إلى ستة امثال وزنه عند الميلاد، وبنفس السرعة ينمو الطول ، العضلات المختلفة وحجم المخ وغير ذلك من مظاهر الجسم بعد ذلك يبدأ النمو بالتباطؤ باقتراب الطفل من مرحلة طفولة متأخرة إلى نضج الجهاز العصبي في الطفل إلى نضج العضء الدقيقة كالأصابع.

وكذا تنمو اعضاء الجسم الانساني خلال الطفولة بنسب مختلفة وتتأثر بنموها بعوامل عدة ، لكن أكثر مظاهر النمو ارتباطا بالعمر الزمني وتأثر بيه هو النمو الطول ونمو الجسم ، ولذلك يقاس النمو الجسمي بالنسبة للعمر الزمني إلى معدل النمو الطولي ، والوزني ، وفي نهاية السن العاشرة تبدأ طفرة نمو البنات اذا يلاحظ في سن الحادية عشر ان البنات يكون أكثر طولا وأثقل وزنا من الذكور¹

- الفروق الفردية :

تبدو الفروق الفردية واضحة ، فجميع الأطفال لا ينمون بنفس الطريقة او بنفس المعدلات ، فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبيا في الطول والبعض الآخر في الوزن بما يؤدي إلى تنوع النمط الجسمية العامة مثل (سمين ، نحيف) او (طويل ، قصير) .

¹ سيد خيرى، مرجع سابق ص25

3-8 النمو العقلي المعرفي :

يطلق جان بياجيه على تفكير الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة مصطلح التفكير الإجرائي ، بمعنى أن التفكير المنطقي للطفل في هذه المرحلة مبني على العمليات العقلية ويصل هذا الطفل إلى مرحلة ما قبل العمليات وتمتد من السنة الثانية إلى السنة السابعة وتفكير في مرحلة العمليات العيانية (7- 12) تفكير منطقي ولكنه تصور مرتبط بتصور الأشياء أو الأشياء نفسها .

إن هذا النوع الأخير من التفكير يصل إلى الطفل في المرحلة الرابعة والأخيرة من مرحلة النمو العقلي ، ويخص بياجيه العمليات العقلية التي يستطيع طفل هذه المرحلة القيام بها بفضل ما حققته من نمو المعرفية في المرحلة السابقة بالعمليات التالية :

- القدرة على العودة إلى نقطة البداية في عملية التفكير .

مثال : إذا كان : $4 = 2 + 2$

اذن : $2 = 2 - 4$

مثال آخر : $6 = 2 \times 3$

القدرة على تنظيم أو تصنيف الأشياء في فئات مثل : 10-20-30-40- وهكذا كلها وحدات عشرية .

ولخص "روبرت فيجرست" مطالب النمو

- اكتساب المهارات الأساسية في القراءة والكتابة والحساب .

- تعلم الدور الاجتماعي الملائم للطفل .

- تنمية المفاهيم الأساسية للحياة اليومية .

- تنمية القيم والمعايير الأخلاقية .

- اكتساب الاستقلال الذاتي .

يستمر في هذه المرحلة نمو الذكاء وينتقل فيها الطفل إلى التفكير المجرد ، حيث يستخدم المفاهيم والمدرجات، أي يصبح تفكيره واقعيًا ويتحكم في العمليات العقلية دون المنطقية والمنطقية مع إدراك الأشياء بوصفها والقدرة على تقدير القياسات والكميات ، ثم مع سن 12 سنة ينمو لديه التفكير الاستدلالي، أي تظهر لديه أشكالًا فكرية أكثر استنتاجًا واستقرًا وتطورًا ، أي ظهور التفكير التركيبي الذي يؤدي به إلى استخدام المناهج لاكتشاف الواقع ثم بعد ذلك تنمو لديه بالتدرج القدرة على الابتكار. (1)

(1) - عبد الرحمان الوافي ، د.زيان سعيد : "النمو من الطفولة إلى المراهقة" ، الخنساء للنشر والتوزيع ، 2004، ص 30.

4-8: النمو الحسي:

يكاد نمو الحواس يكتمل في هذه المرحلة ، حيث يتطور الإدراك الحسي وخاصة إدراك الزمن، إذ يتحسن في هذه المرحلة إدراك المدلولات الزمنية والتتابع الزمني للأحداث التاريخية ، ويلاحظ أن إدراك الزمن والشعور بمدى فتراته يختلف في الطفولة بصفة عامة عن المراهقة وعن الرشد والشيخوخة ، فشعور الطفل بالعام الدراسي يستغرق مدى أطول من شعور طالب الجامعة ، ويشعر الراشد والشيخ أن الزمن يولي مسرعا ، وفي هذه المرحلة أيضا يميز الطفل بدقة أكثر بين الأوزان المختلفة. وتزداد دقة السمع ويميز الطفل الأنغام الموسيقية بدقة ويتطور ذلك من اللحن البسيط إلى المعقد .

ويزول طول البصر ويستطيع الطفل ممارسة الأشياء القريبة من بصره (قراءة أو عمل يدوي) بدقة أكثر واحدة أطول من ذي قبل .

وتتحسن الحاسة العضلية بإطراء حتى سن 12 ، وهذا عامل أهم من عوامل المهارة اليدوية.⁽¹⁾

5-8: النمو الحركي :

يتردد النمو الحركي ، ويلاحظ أن الطفل في هذه المرحلة لا يكمل ولكنه يميل .

هذه المرحلة تعتبر مرحلة النشاط الحركي الواضح وتشاهد فيها زيادة واضحة في القوة والطاقة ، فالطفل لا يستطيع أن يضل ساكنا بلا حركة مستمرة وتكون الحركة أسرع وأكثر قوة ويستطيع الطفل التحكم فيها بدرجة أفضل ويلاحظ اللعب مثل الجري والمطاردة وركوب الدراجة ذات العجلتين والعلوم والسباق والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل والتي تحتاج إلى مهارة وشجاعة أكثر من ذي قبل ، وأثناء النشاط الحركي المستمر للطفل قد يتعرض لبعض الجروح الطفيفة .

ويميل الطفل إلى كل ما هو عملي فيبدو وكأن الأطفال عمال صغار ممتلئون نشاطا وحيوية ومثابرة ويميل الطفل إلى العمل ويود أن يشعر أنه يصنع شيئا لنفسه.

1-5-8: العوامل المؤثرة في النمو الحركي :

تؤثر البيئة الثقافية والجغرافية التي يعيش فيها الطفل في نشاطه الحركي ، فرغم أن النشاط الحركي للطفل في جميع أنحاء العالم متشابه بالمعنى العام فهم جميعا يجرون ويقفزون ويتسلقون ويلعبون ، إلا أن الاختلافات الثقافية والجغرافية تبرز بعض الاختلافات في هذا النشاط من ثقافة إلى أخرى ويظهر هذا بصفة خاصة في أنواع الألعاب والمباريات .

1 - حامد عبد السلام زهران، المرجع السابق، ص269.

ويؤثر المستوى الاجتماعي والاقتصادي ونوع المهنة في الأسرة في نوع النشاط الحركي للأطفال ، فاللعبه التي يهتم بها طفل الأسرة الفقيرة تختلف كما وكيفها عن اللعبه التي تيسر لطفل الأسرة الغنية وطفل الأسرة التي بها اهتمامات موسيقية يختلف نشاطه الحركي عن نشاط طفل الأسرة ذات الاهتمامات الميكانيكية... وهكذا(1)

6-8: النمو الاجتماعي :

يقدم لنا " اريك اريكسون " في كتابه (Childhood Joretey) نظرة جديدة التي كانت سائدة في عصره فبدلا من اتخاذ النمو الجنسي محورا لوصف وتقسيم النمو إلى مراحل كما فعل " فرويد " قام اريكسون بتتبع نمو الطفل بالمهام الاجتماعية أي من خلال تفاعل الشخصية بالمجتمع .

ويقسم اريكسون النمو إلى ثمانية مراحل في خمس منها في الطفولة وثلاثة أخرى في سن البلوغ .

والمراحل الخمسة هي :

- مرحلة الشعور بالثقة والأمان مقابل عدم الثقة (من الميلاد) .
 - مرحلة الشعور بالاستقلال مقابل الشك والحجل (من الثلاثة من العمر) .
 - مرحلة الشعور بالثقة والتغلب عن الشعور بالذنب (من الخامسة من العمر) .
 - مرحلة الجهد والاجتهاد ومقاومة الشعور بالنقص (من الثامنة من العمر) .
 - مرحلة الشعور بالكيان والهوية والتغلب على الشعور (من الثانية عر من العمر) (2).
- يزداد تأثير جماعة الرفاق ويون التفاعل الاجتماعي مع الأقران على أشده يشوبه التعاون والتنافس والولاء والتماسك ويستغرق العمل الجماعي والنشاط الاجتماعي معظم وقت الطفل ، ويفتخر الطفل بعضويته في جماعة الرفاق ، ويسود اللعب الجماعي والمباريات .
- ولكي يحصل الطفل على رضا الجماعة وقبولها له نجده يساير معاييرها ويطيع قائدها ويرافق زيادة تأثير جماعة الرفاق تناقص تأثير الوالدين بالتدرج(3).

(1) - حامد عبد السلام زهرات، المرجع السابق، ص 268 - 267.

(2) - محمد مصطفى زيدان " دراسة سيكولوجية الطفل " ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1975 ، ص 61 .

(3) - حامد عبد السلام زهران ، المرجع السابق ، ص 276.

7-8: النمو الانفعالي :

تعتبر هذه المرحلة مرحلة هضم وتمثل الخبرات الانفعالية السابقة ومن مظاهره أن الطفل يحاول التخلص من الطفولة والشعور بأنه قد كبر ، وهذه تعتبر مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي **Emotional Stability** . ولذلك يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم " مرحلة الطفولة الهادئة " .

ويلاحظ ضبط الانفعالات ومحاولة السيطرة على النفس وعدم إفلات الانفعالات ، فمثلا إذا غضب الطفل فانه لن يتعدى على مثير الغضب ماديا ، بل يكون عدوانه لفظيا أو في شكل مقاطعة . ويتضح الميل للمرح ، ويفهم الطفل النكتة ويطرب لها ، وتنمو الاتجاهات الوجدانية . ويكون التعبير عن الغضب بالمقاومة السلبية مع التمتمة ببعض الألفاظ وظهور تعبيرات الوجه، ويون التعبير عن الغيرة بالوشاية والإيقاع بالشخص الذي يغار منه ويحاط الطفل ببعض مصادر القلق والصراع ويستغرق في أحلام اليقظة وتقل مخاوف الأطفال وان كان الطفل يخاف الظلام واللصوص . وقد يؤدي الشعور والخوف بتهديد الأمن والشعور بنقص الكفاية إلى القلق الذي يؤثر بدوره تأثيرا سيئا على النمو الفيزيولوجي والعقلي والنمو الاجتماعي للطفل⁽¹⁾.

9- الفروق الفردية بين الأطفال في السن (من 9 - 12 سنة) تتميز مرحلة الطفولة المتأخرة بخصائص

عامة تتشابه فيها كثير من الأطفال إلى جانب هذه الخصائص العامة نجد فروق فردية شاسعة بين أطفال هذه المرحلة وهي كما يلي :⁽²⁾

1-9- الفروق الجسمية :

فمنهم صحيح البدن سليم البنية ومنهم البنية سقيم المظهر ومنهم الطويل والقصير ومنهم السمين والنحيف ، وهذه الفروق يجب أن يراعيها المربي في العملية التربوية .

2-9- الفروق الميزاجية :

فهناك الطفل الهادئ والوديع وهناك الطفل سريع الانفعال وهناك المنطوي على نفسه وهكذا ولكل من هؤلاء الطريقة التي تناسبه في التعليم .

(1) - حامد عبد السلام زهران، المرجع السابق ، ص 275 .

(2) - خدم عوض البسيوني : " نظريات وطرق التربية البدنية " ، د. م ج، الجزائر ، 1992 ، ص 36 .

9-3- الفروق العقلية :

فهناك الطفل الذكي ومتوسط الذكاء والطفل الغبي وعلينا أن نسير مع الكل وفق سرعته وبما يناسبه من طرق التدريس .

9-4- الفروق الاجتماعية :

فكل طفل وبيئته الاجتماعية التي يعيش فيها مما لها في درجة ثقافة الوالدين ووسائل معيشتها والعلاقة بالأهل والجوار وغير ذلك ، مما له تأثير على تفكير الطفل وثقافته وأمطه السلوكية.

10- مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (9 - 12 سنة):

إن أهم مميزات وخصائص هذه المرحلة سواء كانت بدنية أو عقلية أو نفسية فان هذا الأمر يجعل من الضروري أن يشمل برنامج التربية البدنية لهذه المرحلة ل الأنشطة تقريبا وعل من أهم ما مميزاتا هي :

- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية .
- كثرة الحركة .
- انخفاض التركيز وقلة التوافق .
- صعوبة تعليم نواحي فنية دون سن السابعة .
- ليس هناك هدف معين للنشاط .
- نمو الحركات بإيقاع سريع .
- القدرة على أداء الحركات ولكن بصورتها المبسطة .
- يعتبر " ماتينيف " أن الطفل يستطيع في نهاية المرحلة تثبيت كثير من المهارات الحرة الأساسية كالمشي والوثب والقفز ويزيد النشاط الحركي باستخدام العضلات الكبيرة في الظهر والرجلين أكبر من العضلات الدقيقة في اليدين والأصابع .
- وفي نهاية هذه المرحلة يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحرة ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبيا بين اليدين والعينين وكذلك الإحساس بالاتزان¹.

¹ - ليلي يوسف : " سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية " ، مكتبة الاجلو مصرية ، القاهرة ، 1962 ، ص 23- 24 .

11- حاجات الأطفال النفسية :

الحاجة افتقار إلى شيء ما ، إذا وجد حقق الإشباع والرضا والارتياح للكائن الحي .
والحاجة شيء ضروري إما لاستقرار الحياة نفسها (حاجة فيسيولوجية) أو للحياة بأسلوب أفضل
(حاجة نفسية) ، فالحاجة إلى الأكسجين ضرورية للحياة نفسها ، وبدون الأكسجين يموت الفرد في الحال ،
أما الحاجة إلى الحب والمحبة فهي ضرورية للحياة ، وبأسلوب أفضل وبدون إشباعها يصبح الفرد سيئ التوافق ،
والحاجات توجه سلوك الكائن سعيا لإشباعها .
وتتوقف كثير من خصائص الشخصية على وتنبع من حاجات الفرد ومدى إشباع هذه الحاجات .
ولا شك أن فهم حاجات الطفل وإشباعها يضيف إلى قدرتنا على مساعدته للوصول إلى أفضل مستوى للنمو
النفسي ، والتوافق النفسي ، والصحة النفسية .
وأهم الحاجات الفيزيولوجية للطفل الحاجة إلى الهواء ، الغذاء ، الماء ، درجة الحرارة المناسبة ، الوقاية من الجروح
والأمراض والسموم ، والتوازن بين الراحة والنشاط .
ومع نمو الفرد تتدرج الحاجات النفسية صعودا ، فالحاجات الفسيولوجية هامة في مرحلة الحضانه والحاجة إلى
الأمن تعتبر حاجة أساسية في الطفولة المبكرة والحاجة إلى الحب تعتبر حاجة جوهرية في الطفولة المتأخرة

12- بعض مشكلات مرحلة الطفولة المتأخرة (9 - 12) سنة :**أولا : عدم ضبط النفس :**

يميل الطفل في هذه المرحلة إلى التحكم في انفعالاته وضبط نفسه ولكن كثير ما نلاحظ ثورة الطفل في هذه
المرحلة على بعض الأوضاع القائمة والقوانين الصارمة التي يفرضها عليه الكبار من حوله مما يجعل الطفل منفعا
وثائرا غير قادر على التحكم في مشاعره وضبطها . وتزداد هذه الحالة سواء حتمية يتعمدها هؤلاء الكبار من
إخوة وأخوات أو في الآباء والمعلمين وتحدي الطفل ومحاولة إجباره على الخضوع لانحناء سلوكه .¹

ثانيا : الهروب من المدرسة :

تنتشر ظاهرة الهروب من المدرسة بين عدد من التلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة وقد يكون الهروب من المدرسة
كلها أو بعض الحصص فيها وهنا أسباب عدة للهروب لعل أهمها :
- عدم راحة التلميذ في المدرسة

¹ نفس المرجع السابق - ليلى يوسف : " سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية " ص 23-24 .

- عدم إشباع المدرسة لحاجاته وميوله
- عدم انسجامه مع المدرسة وكرهه لها .
- كرهه لبعض المدرسين .
- كرهه مادة جافة لا تثير اهتمامه .
- عدم إحساسه بقيمة المدرسة وما فيها .

وهناك أسباب أخرى يكون المنزل مسؤولاً عن بعضها فعدم إعطاء الطفل مصروفه مثلاً : يجعله يقارن بينه وبين زملائه فلا يميل الذهاب إلى المدرسة ، وقد يرجع ذلك إلى رداءة ملابسه أو عدم اهتمام أهل الطفل بذهابه إلى المدرسة أو اعتبارها مكان لإبعاده عنهم كي يرتاحون منه إلى غير ذلك من الأسباب التي تجعل الطفل يكره المدرسة ويهرب منها .

ثالثاً : الانطواء على النفس :

قد يعتمد الطفل لهذه المرحلة إلى الانزواء والسلبية بدل العدوان والفعالية والنشاط ، ووجه الخطر هنا أن الطفل الذي يتسم بطابع الانطواء قد ينال من البيئة التي يعيش فيها القبول والتشجيع على اعتبار الانطواء طاعة وامتثال ، لذلك فإن بذور هذا السلوك حينما تجر لها متلبيا في هذه المرحلة من النمو يسهل عليها بعد ذلك أن تنمو وتفصح عن نفسها في شخصية غير سوية في المستقبل ، والسلوك الانطوائي يرجع أصلاً إلى سوء التكيف بين الطفل والبيئة التي يعيش فيها وعدم كفاية إمكانية البيئة في إشباع الحاجات النفسية للطفل .

13- أسباب الانطواء :

يرجع إلى عدة عوامل بعضها منزلي والبعض الأخر مدرسي فقد تكون ظروف المنزل سيئة حيث يجد الطفل معاملة صارمة أو التدليل الزائد وحرمانه من الاحتكاك بالأطفال خوفاً عليه منهم ، فينشأ الطفل في كلتا الحالتين فاقد الثقة بنفسه وبذاته وبقدراته منزويًا غير متفاعل مع أصدقائه وقد يرجع سبب الانطواء إلى حالة مرضية أو عاهة جسمية أو تشوهات تجعله يحس بالنقص مقارنة بزملائه⁽¹⁾ .

(1) - خدم العوض البسيوني : المرجع السابق ، ص 36 ، 37 .

خلاصة :

يحتل النشاط البدني المورفولوجي مكانة هامة في حياة الطفل ونموه لدوره الهام في تنمية مختلف الانظمة من أجل نمو متناسق مما يجر إلى الأخذ بعين الإعتبار المعرفة لمختلف التحولات أثناء ممارسته للنشاط الرياضي وما يتطلبه من مجهود بدني ونفسي باستعمال الطريقة التي تلي مختلف رغبات الطفل عن طريق اللعب.

وإنطلاقاً مما أشرنا إليه فيما يخص الأهمية الكبيرة للاعب فإننا نقول بأنه قد تم التركيز على الإعداد الرياضي لهذه اللعبة إنطلاقاً من الفئات الناشئة، لهذا تعتبر المرحلة العمرية (9-12) سنة أنسب المراحل وذلك بإعتبار أن الطفل في هذه المرحلة يميل لتعلم المهارات الحركية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي.

تمهيد:

تعتبر رياضة كرة القدم أكثر الرياضات شعبية في العالم إذ بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الرياضات الأخرى إذ يغلب عليها الطابع التنافسي والحماسي الكبير فأصبحت تكتسي أهمية بالغة عند الشعوب على اختلاف أجناسهم وألستهم، وذلك لما تتميز به هذه اللعبة من خصائص ومميزات جعلتها تختلف عن باقي الرياضات الأخرى وبالتالي هي رياضة يغلب عليها طابع الانسجام والتنظيم بين أفراد جماعة الفريق وكذا الاحترام المتبادل والتعاون وتنسيق الجهود، فهي تلعب دورا مهما في إقامة علاقات وطيدة وسوية قائمة على التأثير في إطار ديناميكية جماعية محددة.

وقد مرت كرة القدم بعدة تطورات تاريخية من الناحية القانونية والتنظيمية وطريقة لعبها، فقد أصبحت لها معاهد ومدارس متخصصة في دراستها وتكوين الإطارات المتخصصة بهذه اللعبة، كما ظهرت شهرتها في شدة الإقبال على ممارستها والتسابق على مشاهدتها في الميادين أو عبر التلفاز أو حتى أو سماع التعليق عبر المذياع. مما لاشك فيه ان طبيعة الفرد وحجاته ورغبته في الدفاع والمهجوم هي التي تفرض ضرورة اللعب في الخطوط وليس لسبب القدرات، حيث ان روح التماسك والتعاون داخل الفريق انما يكون الدافع اليها تلك الخصائص المعنوية والنفسية التي تاهل اللاعب لان يدافع او يهاجم او يلعب في خط الوسط، لما اصبح عليه الاستجابة السريعة للخصم النشط تتطلب هي الاخرى خفة وحيوية عكس ماكانت عليه في السابق حيث كان الاعتماد كليا على النواحي المرفولوجية والبدنية لانه من الضروري ان يقوم اللاعب بتكيف لعبه ودوره وعمله ودراستنا هذه جاءت متعلقة بخطوط اللعب في كرة القدم (خط الدفاع - خط الوسط) ، وهذا ما سيتم تناوله بشكل مفصل في هذا الفصل

1-1- تعريف كرة القدم:**1-1-1- التعريف اللغوي:**

كرة القدم **FOOT BALL** : هي كلمة لاتينية ، وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرون (الفوتبول) ما يسمى عندهم بالرقبي أو كرة القدم الأمريكية ، أما كرة القدم المعروفة والتي ستحدث عنها فتمسى **SOCCER**.⁽¹⁾

1-1-2- التعريف الاصطلاحي:

كرة القدم قبل كل شيء هي لعبة جماعية ، تلعب بفريقيين يتكون كل واحد من 11 لاعب بعضهم حارس المرمى ويشرف على تحكيم المباراة أربع حكام موزعين احدهم في وسط الميدان وحكمين مساعدين على الخطوط الجانبية وحكم رابع احتياط.⁽²⁾

وقد رأى ممارسوا هذه اللعبة أن تحول كرة القدم إلى رياضة اتخوذوها حجة لبعث المسابقات واللقاءات المنظمة انطلاقاً من قاعدة أساسية أنشأوها آنذاك ، تم استخدام الأيدي و السواعد باستثناء الحارس. وتلعب بكرة مستديرة مصنوعة من الجلد منفوخة، فوق أرضية ملعب مستطيلة الشكل في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى يحاول كل من الفريقين تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف في مرمى خصمه ليكون هو الفائز ، ويتم تحريك الكرة بالأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بإمسك الكرة بيديه داخل منطقة الجزاء ، وتدوم المباراة 90 دقيقة، أي 45 دقيقة في الشوط يتخللها وقت راحة يدوم 15 دقيقة وأي خرق لقوانين اللعبة ، فإنها تعرض لاعبي الفريق المخطئ لعقوبة.

1-2- تاريخ ظهور وانتشار لعبة كرة القدم :

لقد أطلق عن كرة القدم في أزمنة مختلفة وأماكن متعددة أسماء وألقاب كثيرة ومن استقرائنا لتاريخ هذه اللعبة نجد اليونان قديماً كانوا يسمونها **EPSKYROS** وكان الرومان يلقبونها "هاربار ستوم".⁽³⁾ ولقد دارت في إنجلترا منافسات تاريخية بين العلماء المؤرخين كان الغرض منها وجود صورة واضحة عن لعبة كرة القدم ، هل اللعبة ترجع إلى عصر معين أم أنها شائعة لا يمكن حصر ومعرفة بدايتها؟.⁽⁴⁾ كما يذهب بعض المؤرخون لهذه اللعبة إلى القول أن كرة القدم وجدت في القرنين الثالث والرابع قبل الميلاد كأسلوب تدريب عسكري في الصين وبالتحديد في فترة ما بين 206 ق.م وسنة 250 ق.م ، كما وردت في أحد المصادر للتاريخ الصيني أنها تذكر باسم صيني تسو شو TCU TCHOU، أي بمعنى (ركل الكرة) وكل ما عرف عنها أنها كانت تتألف من قائمين عظيمين ويزيد ارتفاعهما "ثلاثين قدماً" مكسوة بالجرائد

(1) رومي جميل: "فن كرة القدم"؛ ط2، دار النفائس، بيروت: 1986، ص(05).

(2) فيصل رشيد عياش الدليمي ولحمر عبد الحق: "كرة القدم"؛ المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية: مستغانم، 1997، ص(01).

(3) إبراهيم علام: "كأس العالم لكرة القدم"؛ دار القومية والنشر، مصر: 1960، ص(60).

(4) محمد عبده صالح الوحش ومفتي إبراهيم محمد: "أساسيات كرة القدم"؛ بدون طبعة، دار المعرفة، مصر: 1994، ص(08).

المزركشة وبينها شبكة من الخيوط الحريرية يتوسطهما ثقب مستدير مقدار ثقبه قدم واحد وكان هذا الهدف يوضع أمام الإمبراطور في الحفلات العامة.⁽¹⁾

ويتبارى مهرة الجنود في ضرب الكرة لكي تمر من هذا الثقب، وكانت الكرة مصنوعة من الجلد المغطى بالشعر ولم تكن بالقوة والشدة التي عليها الآن وكان جزاء الفائز صرف كمية من الفواكه والزهور والقبعات له.

وهناك في إيطاليا لعبة كرة القدم عرفت قديما باسم "كالشيو" "Calcio"، كانت تلعب في فلورونسا في إيطاليا مرتين في السنة الأولى في أول يوم أحد من شهر مايو والثانية في اليوم الرابع والعشرون من يونيو بمناسبة عيد "سان جون SAN JHON" في فلورونسا وكانت هذه الأيام بمناسبة العيد. وكانت المنافسة تقام بين فريقين الأول أبيض باسم "بيات كي" والثاني باسم "روسي" ويضم كل فريق واحد وعشرون لاعبا يلعبون في "بياترا" وكان المرمى عبارة عن عرض الملعب كله وكان اللعب خشنا والملعب مغطى كله بالرمل.⁽²⁾

ويجمع الكل على أن نشر كرة القدم كرياضة الشباب كان في جزر بريطانيا حيث أخذت من واقع فكرة القومية التي بينت على هزيمة الدانمركيين الغزاة، والتنكيل برأس القائد الدانمركي.⁽³⁾

وبدأت الخلافات والمناوشات حول ملامح لعبة كرة القدم ، إلى أن تم الاتفاق سنة 1830م على أن تكون هناك لعبتين، الأولى باسم "تسوكو" والثانية باسم "رجينيو" بعدما أسس قانون كرة القدم الإنجليزية يوم 26 أكتوبر 1863م.

وعاد "جايلز" أستاذ في جامعة إوكسفورد وذكر أحد شعراء الصين تحدث عن كرة القدم ، ولكن اتضح بعد ذلك أن هذه اللعبة لم تذكر باسمها في الشعر، وإنما ترجمها الأستاذ بهذا الاسم ويقول : بأن الكرة كانت مستديرة صنعت من ثمانية أجزاء من الجلد محشوة بالشعر ولم تعرف الكرة التي تحشى بالهواء إلا في سنة 500 بعد الميلاد ، هذه الأفكار ناقشها الكثير من المؤرخين ، وذهب البريطانيون المؤرخون إلى القول أن كرة القدم من نبات أفكارهم واستدلوا على ذلك بواقعة تاريخية وهي أنهم لما قتلوا القائد الدانمركي الذي احتل بلادهم داسوا رأسه بأقدامهم كالكرة وصار هذا بعدا تقليديا قوميا على الثأر و الانتقام واستدلوا مع الوقت الأسس البشرية بالكرة واعتبروا هذا هو فجر ظهور اللعبة واكتشافها.

وحول انتشار هذه اللعبة، كانت بريطانيا البلد الأم لكرة القدم ، انتشرت اللعبة عند جارتها أيرلندا وفي عام 1831م بدأت "أيرلندا" توفد فريقا منها إلى الولايات المتحدة الأمريكية، وهكذا انتشرت اللعبة في الولايات

المتحدة الأمريكية بحكم خبرة شباب أمريكا، وبحكم صلتهم ببريطانيا فتأثر بعضهم بما اتبعه شباب بريطانيا، ثم دخلت هذه اللعبة إلى أستراليا عام 1858م عن طريق عمال مناجم فكتوريا وهكذا استمرت في الانتشار حتى

دخلت مصر عن طريق الاحتلال الإنجليزي عام 1882.⁽¹⁾

(1) مختار سالم: "كرة القدم لعبة الملايين"؛ ط 2، مكتبة المعارف بيروت، 1998، ص(12).

(2) جميل نظيف: "موسوعة الألعاب الرياضية المفضلة"؛ ط 1، دار الكتب العلمية، بيروت: 1993، ص(342).

(3) حسن عبد الجواد: "كرة القدم"؛ ط 7، دار العلم للملايين، بيروت، لبنان: 1984، ص(15).

(4) إبراهيم علام: "كأس العالم لكرة القدم"؛ مرجع سابق، ص (50).

إن طبيعة الحياة عند الإنجليز التي تتطلب الأسفار في البحار للتجارة بحكم أن بريطانيا دولة استعمارية لدرجة أن بعض الساسة أطلقوا عليها لقب عجوز الاستعمار، ولكثرة مستعمراتها يسهل نقل لعبة كرة القدم إلى هذه المستعمرات والإنجليز من المعروف عنهم أنهم حينما يضعون أرجلهم على أي أرض يلهوا شباب جنودهم بلعب كرة القدم ، وسرعان ما نقل عنهم الشباب كما هو معروف ومغرم بالتقليد وهكذا تم نقل هذه اللعبة عن طريق الشباب الإنجليزي قبل أن ينشأ القانون، فكانت في ذلك الوقت في أبشع صورها بعيدة عن أهدافها وبمرور الوقت تم وضع قانون وتشريعات ، وتشكيلات إدارية وفنية لتنقلها إلى أوضاعها الصحيحة .

1-3-1- نظرة عن تطور كرة القدم في العالم:

1-3-1-1- تطور كرة القدم عالميا:

إن رياضة كرة القدم بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الألعاب الرياضية الأخرى واكتسبت شهرة كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها والتسابق على مشاهدة مبارياتها وقد مرت كرة القدم بتطورات عديدة وإذا رجعنا إلى تاريخ كرة القدم وجدناها تتسم بالارتجال ولا تقوم على أساس التهذيب أو الفن . وقد اتفق جميع الخبراء في المجال الرياضي والمؤرخين أن كرة القدم بدأت تمارس بين الجيوش الصينية منذ زمن بعيد وكانوا يعتبرونها مكملا لتدريباتهم العسكرية من حيث الهجوم والدفاع وكذلك الجيوش الرومانية بعد أن نقلها الشعب الإنجليزي هناك.(2)

ولم تكن هناك قواعد قد وضعت ونظمت كما هو الحال الآن وكانت المباراة تقام بين بلدين أو مدينتين ويحاول كل منهما أن يصل بالكرة إلى وسط البلدة الأخرى ليدخلها غازيا مستهزئا وكانت المباراة تستمر أياما وأسابيع وحتى لشهور حتى يصل أحد الطرفين على هدفه ووقعت حوادث كثيرة ذهب ضحيتها الكثير أثناء المباراة مما حمل بعض الإمبراطوريات على إصدار قرار يبين اللعب ، أما تاريخيا فإن الباحثين يؤكدون إنها كانت تلعب في القرن الثالث والرابع قبل الميلاد بأسلوب تدريب عسكري في الصين في القرن 250 قبل الميلاد وكانت تسمى Tsu Tchou بمعنى ركل الكرة .(3)

فيما يذهب مؤرخون إلى أن لعبة كرة القدم كانت باليابان وسميت "كيماي" "KUMARI" منذ 14 قرنا مضت وفي إيطاليا هناك لعبة قديمة باسم "كالتشيو" "CALCIO" تلعب بمناسبة عيد "سان جون" ومن هذه المنافسات التاريخية يتأكد أن ليس هناك نقطة تصلح للاتفاق على نشرة كرة القدم بطريقة معينة يأخذ معالمها التاريخ .

(2) فيصل رشيد عياش الدليمي ولحمر عبد الحق: "كرة القدم"؛ مرجع سابق، ص(02).

(3) المذكرة الرياضية: "مجلة رياضية تصدر عن المركز الوطني للإعلام والوثائق الرياضية"؛ 1998، ص(06).

لكن المؤرخون البريطانيون ادعوا أن لعبة كرة القدم من أفكارهم وحدهم واستدلوا بذلك بواقعة تاريخية حيث غزا الدنمركيون الإنجليز ما بين سنة 1016 إلى سنة 1042 بعد الميلاد حيث قطع الإنجليز رأس القائد الدنمركي وداسوه بأقدامهم واخذوا يضربونه بأقدامهم وصار هذا تقليداً.⁽¹⁾

واعتبروا فجر ظهور اللعبة واكتشافها بين 1050-1075 بعد الميلاد و يكتبونها FOOT BALL ويقول المؤرخ "فيتنرستين" أن طلاب المدارس عام 1175 في إنجلترا كانوا ينطلقون إلى الحقول خارج المدينة يستمتعون بكرة القدم.⁽²⁾

وقدمت توقيف كرة القدم رسمياً عام 1314 من طرف الملك *ادوارد الثاني* وكان هؤلاء الملوك يعتمدونها في ذلك إلى نص مادة عسكرية على أنها لعبة ناعمة لا تصلح للتدريب العسكري ومن شأنها أن تضعف التدريب وعلى نص آخر هي أنها كثير من الضحايا والخسائر بين الناس وهؤلاء الملوك لم يظلموا كرة القدم التي نشاهدها اليوم ولم تكن كرة القدم يحكمها قانون محترم وهيئات واعية ومثقفة، أما الظهور الرسمي فكان في لندن سنة 1863 تحت اسم جمعية كرة القدم.

إن كرة القدم في العالم تمثلها حلقة متجددة كل أربعة سنوات وحدث خارق للعادة، ويجذب إليه أنظار العالم وهي السيدة الكأس العالمية لكرة القدم، حيث هذه الأخيرة تثير تواتر حاد في الأشهر التي تسبق مبارياتها التي تخفق لها القلوب وتجبس الأنفاس، فمنذ اليوم الذي عرفت فيه كرة القدم تنظيم منافسة على المستوى العالمي وهذه اللعبة تحتل الصدارة.

وفكرة إقامة مسابقة كأس العالم لكرة القدم طرحت لأول مرة في عام 1904 م عقب تأسيس الإتحاد الدولي لكرة القدم لكن هذه الفكرة قوبلت بمعارضة بعض الدول الأعضاء فعجز الإتحاد الدولي عن تنفيذها ، وفي عام 1920م اقترحت النمسا والمجر وتشيكوسلوفاكيا وإيطاليا على الإتحاد الدولي إقامة بطولة كروية للمحترفين لأن الألعاب الأولمبية كانت مقتصرة على اللاعبين الهواة ، وفي عام 1929م طرح الموضوع مجدداً من قبل سويسرا ، المجر، إيطاليا، السويد، وأورغواي فوافق الإتحاد الدولي وطلب من لأورغواي تنظيم المسابقة الأولى عام 1930م بمشاركة 13 منتخباً من أوروبا و09 من أمريكا.⁽³⁾

أما أول مقابلة جرت بين فرنسا والمكسيك انتهت 04-01 لفرنسا وكان شرف تسجيل أول هدف في المونديال من نصيب الفرنسي *لوصيان لوران* أما أول صاحب بطولة عالمية فهو لأورغواي على حساب الأرجنتين 04-02.

هذه بعض التطورات التي مرت بها كرة القدم وهي كافية لإثبات أن كرة القدم قد تطورت من الخشونة والمهجية إلى الفن ومن الجمود إلى الحركة والتكتيك وكانت من جميع الدول المحبة للسلام والرياضة والآن ظهرت كرة القدم بصورتها المشرفة

(1) إبراهيم علام: "كأس العالم لكرة القدم"؛ مرجع سابق، ص(32).

(2) مفتي إبراهيم محمد: "الجديد في الأعداد المهاري والمخططي للاعب كرة القدم"؛ دار الفكر العربي عمان الأردن: 1998، ص(11).

(3) حنفي محمود مختار: "كرة القدم للناشئين"؛ دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، بدون سنة، ص(23).

1-3-2- أهم المحطات في تاريخ كرة القدم في العالم:

- 1845: وضعت جامعة كامبردج القواعد 13 للعبة كرة القدم.
- 1855: أسس أول نادي لكرة القدم ببريطانيا (نادي شيفيلد يونايتد).
- 1863: أسس الإتحاد البريطاني لكرة القدم (أول إتحاد في العالم).
- 1882: عقد بلندن مؤتمر دولي لمدوبي اتحادات بريطانيا، اسكتلندا، إيرلندا، ويلز وتقرر فيه إنشاء هيئة دولية مهمتها الإشراف على تنفيذ القانون وتعديله، وقد اعترف الإتحاد الدولي بهذه الهيئة.
- 1890: طبقت رمية التماس.
- 1891: وضع قانون ضربة الجزاء مع وضع تقرير وضع الشبكة خلف المرمى. (1)
- 1895: تقرر السماح بالاحتراف في كرة القدم.
- 1904: تأسس الإتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وتضم حاليا 193 إتحادا وطنيا تتجمع في اتحادات قارية حسب موقعها الجغرافي مهمتها تنظيم مسابقات عديدة للنادي والمنتخبات الوطنية. (2)
- 1925: وضعت مادة جديدة في القانون حددت حالات التسلل. (3)
- 1930: فازت الأوروغواي بكأس العالم أمام الأرجنتين (4-2).
- 1934: نظمت في إيطاليا، القارة الإفريقية مثلت شرفيا بالمنتخب المصري.
- 1935: جرت محاولة تعيين حكمين للمباراة.
- 1937: استعمال قوس الجزاء بعشر ياردات "9.15 متر" موقع علامة الجزاء. (4)
- 1938: اشترك 35 منتخب في التصفيات التمهيدية وانتقل 15 منتخب للانضمام إلى منتخب فرنسا في التصفيات النهائية وقد عقد في هذه الدورة نظام الكؤوس والتقى في الدور النهائي إيطاليا والمجر فازت إيطاليا.
- 02-04 .

1939: تقرر وضع أرقام على ظهور اللاعبين وتوقفت المباريات الدولية الرسمية بسبب الحرب العالمية الثانية، لتستأنف بعد نهايتها.¹

1942: كان من المقرر أن تنظم الطبعة الرابعة لكأس العالم بالبرازيل لكن اندلاع الحرب العالمية الثانية أدى إلى تأجيلها إلى سنة 1950 بمشاركة 13 منتخبا من بينهم المنتخب الإنجليزي الذي شارك للمرة الأولى اعتمد في هذه المسابقة النظام الدوري حيث وزع المشاركون على أربع مجموعات، شهدت هذه المنافسة أحداث عديدة أبرزها عدم اشتراك دول وسط أوروبا، نشط النهائي الأوروغواي والبرازيل 1-2.

(1) سامي الصفار وآخرون: "كرة القدم" ج1، ط 2، بدون تاريخ، ص(11).

(2) رشيد فرحات وآخرون: "موسوعة كنوز المعرفة الرياضية" ط 2، دار النظر عبور: 1999، ص(217).

(3) موفق مجيد المولى: "الإعداد الوظيفي في كرة القدم" ط 1، دار الفكر عمان: 1999، ص(09).

(4) حسن عبد الوهاب: "كرة القدم" ط 1، دار المعلمين، بيروت: 1998، ص(24).

بعد التغييرات التي حصلت بعد الحرب العالمية الثانية حيث استعادت FIFA ألمانيا الشرقية وألمانيا الغربية وانسحبت كل من الأرجنتين وفرنسا.

1949: أقيمت أول دورة لكرة القدم بين دول البحر المتوسط.

1950: تقرر إنشاء دورات عسكرية دولية لكرة القدم .

1954: أقيمت المنافسة الخامسة لكأس العالم بسويسرا و اعتمد النظام الدوري، جرت المقابلة النهائية

بين ألمانيا والمجر 3-2.

1955: دورة ألعاب البحر الأبيض المتوسط تضم كرة القدم.(2)

1959: تنظيم كأس الإتحاد الأوربي.

1961: تنظيم كأس رابطة الأبطال الأوروبية.

1962: أقيمت المنافسة السابعة لكأس العالم في الشيلي اشترك فيها 16 منتخب كان اللقاء النهائي بين

البرازيل و تشيكوسلوفاكيا 3-1.

1966: أقيمت المنافسة الثامنة لكأس العالم في إنجلترا اتبع فيها الوقت الإضافي فازت بها إنجلترا.

1970: أقيمت المنافسة التاسعة لكأس العالم في المكسيك نشط النهائي البرازيل وإيطاليا 4-1

واحتفظت البرازيل بكأس *جون ريمه* لأنهم فازو بها ثلاث مرات .

1982: بطولة كأس العالم بإسبانيا وفيها طبق لأول مرة تعديل نظام البطولة بحيث تأهل للأدوار النهائية

24 فريق من بينهم فريقان عربيان * الجزائر والكويت* أحرز المنتخب الإيطالي كأس بعد فوزه على إيطاليا 3-

2.(3)

1986: بطولة كأس العالم في المكسيك وقد تأهل للأدوار النهائية من الفرق العربية المغرب، الجزائر

والعراق وفاز ببطولتها الأرجنتين.

1990: أقيمت بإيطاليا عرفت تألق المنتخب الكامروني بفضل الكهل روجي ميلا وهي البطولة التي

فاز بها المنتخب الألماني على حساب الأرجنتين.

1994: بطولة كأس العالم في أمريكا تقرر في هذه الدورة منع مسك الكرة باليدين من طرف الحراس

عندما يرجعها الزميل إلا عند إرجاعها بالرأس أو الصدر، فازت بها البرازيل على إيطاليا بضربات الترجيح.

1998: بطولة كأس العالم في فرنسا تم استحداث الهدف الذهبي ويعني بعد انتهاء الوقت الرسمي والمرور

إلى الوقت الإضافي فالفريق الذي يسجل هدف يفوز مباشرة، وفاز بها البلد المنظم على البرازيل 3-0.

2002 : بطولة كأس العالم في كوريا الجنوبية واليابان تم في هذه الدورة إلغاء العمل بالهدف الذهبي،

وفازت بها البرازيل على ألمانيا 2-0.

(2) حسن عبد الجواد: "كرة القدم"، مرجع سابق ص(15).

(3) مجلة الحوادث: "العدد 118، 23 ماي 1986، الجزائر: ص(38).

2006: بطولة كأس العالم في ألمانيا وفازت بها إيطاليا على فرنسا بضربات الترجيح.

2010: ستقام في إفريقيا و لأول مرة حيث ستحتضنها جنوب إفريقيا.

1-4-4- تطور كرة القدم في الجزائر :

إن بداية كرة القدم في الجزائر هي بداية غامضة نظرا للظروف الصعبة التي يعيشها الشعب الجزائري تحت الاحتلال الفرنسي والذي كان محتكرا لكل الميادين ومنها ميدان الرياضة وبالخصوص رياضة كرة القدم والتي تعتبر من بين أولى الرياضات التي ظهرت في بلادنا أما التاريخ الرسمي لكرة القدم في الجزائر فيعود إلى العام 1962 مباشرة بعد الاستقلال، حيث اكتسبت شعبية كبيرة لا نظير لها ويقسم المختصون والمتابعون لمشوار كرة القدم الجزائرية تطورها إلى ثلاث مراحل رئيسية قطعها من خلال سيرتها التطورية .

1-4-1- المرحلة الأولى:(1895-1962).

تم تأسيس أول فريق رسمي جزائري عام 1895 وهذا بفضل الشيخ*عمر بن محمود علي رايس* تحت اسم طليعة "الهواء الطلق" وفي عام 1921م يوم 07 أوت ظهر أول فريق رسمي يتمثل في عميد الأندية الجزائرية مولودية الجزائر "MCA" وألوانها الأخضر والأحمر.

غير إن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة CSC هو أول نادي أسس قبل سنة 1921 ، في ظل غياب تاريخ بدايته ، وبعدها تأسست عدة فرق أخرى منها "غالي معسكر ، الاتحاد الإسلامي لوهران ، الاتحاد الرياضي الإسلامي للبليدة والاتحاد الإسلامي للجزائر¹.

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري لقوى أبنائه من أجل الانضمام لصد الاستعمار كانت كرة القدم إحدى الوسائل المحققة لذلك ، ولكن السلطات الفرنسية لم تتفطن إلى أن المقابلات التي تجري تعطي الفرصة لأبناء الشعب للتجمع والتظاهر بعد كل لقاء ، كما حدث في مقابلة مولودية الجزائر وفريق* سانت أوجين* بولوغين حاليا* ، والتي على إثرها أعتقل الكثير من الجزائريين وكان هذا في سنة 1956 .

وفي سنة 1958م كون فريق جبهة التحرير الوطني الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال رشيد مخلوفي الذي كان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت إتيان، وكذا كرمالي وزوبا... الخ. وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المناسبات العربية منها أو الدولية.

1-4-2- المرحلة الثانية:(1962-1976)

حيث شهدت تأسيس مجلس الرياضة تحت إشراف الدكتور "محمد معوش" وقد شارك في هذه الدورة ثلاثة أندية مغاربية الوداد البيضاوي المغربي، الترجي الرياضي التونسي، اتحاد طرابلس الليبي.

ونظمت أول بطولة وطنية موسم (1962-1963) توج بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر ونظمت أول كأس للجمهورية سنة 1963 وفاز بها فريق "وفاق سطيف" وكانت أول مقابلة للفريق الوطني الجزائري عام 1963 ضد المنتخب البلغاري وانتهت لصالح الجزائر 2-1، أما على مستوى المنافسات الرسمية فقد لعب

¹ محمد منصوري: "كرة الجزائر فوز مستحق"؛ جريدة الشباك، العدد 26، 26 نوفمبر 1993، الجزائر:ص(23).

المنتخب الوطني أول لقاء رسمي له أمام المنتخب التونسي سنة 1964 أما على صعيد الأندية الجزائرية ففريق مولودية الجزائر التي سجلت أول فوز لها وللجزائر لكأس إفريقيا للأندية البطلة سنة 1976.⁽¹⁾

1-4-3- المرحلة الثالثة: (1978-.....)

تعتبر فترة الإصلاح الرياضي وتشييد الملاعب في مختلف ولايات الوطن ومباشرة المسؤولين لسياسة التغيير في أسلوب التأطير الرياضي وبموافقة الاتحادية الدولية سارعت السلطات المعنية بالرياضة في إنشاء الملاعب وتقديم المساعدات المادية والمعنوية ، وكذا التمويل السريع للأندية في بلادنا إذ تم إدماج مختلف الأندية في مؤسسات اقتصادية مثلا ضم فريق مولودية الجزائر إلى شركة سونا طراك حيث تحولت إلى اسم مولودية نفط الجزائر ففي ظرف 20 سنة صنعت الجزائر الحدث بجبل جديد المتكون من عصاد ، بلومي ، فرقاني ، ماجر

، عن نتائج هذا الإصلاح لم تتأثر في الظهور لمدة سنة بعد ذلك حصل المنتخب الوطني الميدالية الذهبية في الألعاب الإفريقية سنة 1978 كما لعب المنتخب الوطني نهائي إفريقيا بنيجيريا 1980 ووصل إلى مشارف الربع النهائي في الألعاب الأولمبية بموسكو ، وتواصلت الانتصارات في هذه المرحلة في تحقيق التأهلين المتتالين للفريق الجزائري إلى نهائيات كأس العالم سنة 1982 بإسبانيا وسنة 1986 بالمكسيك حيث كانت المشاركة مشرفة في إسبانيا إذ تمكن المنتخب الوطني من الفوز على الألمان 02-01 وفي سنة 1990 أول كأس إفريقيا للجزائر بعد انتصاره على المنتخب النيجيري في اللقاء النهائي بنتيجة (01-00) من إمضاء وجاني.

أما على صعيد الأندية ترجمت بتتويج مولودية الجزائر بكأس إفريقيا للأندية البطلة 1976 .
، وكذا فريق وفاق سطيف وفوزه بكأس الأندية الإفريقية البطلة سنة 1988 والكأس الأفرو الآسيوية سنة 1989 ، وكذا فوز شبيبة القبائل بالكأس الإفريقية البطلة سنة 1981 و 1990 وكذا بالكأس ممتازة سنة 1983 وثلاث كؤوس للكنفيدرالية الإفريقية (كأس الكاف) أعوام 2000 ، 2001 ، 2002 وكأس الكؤوس سنة 1995 .

أما على الصعيد العربي فنجد سوى القليل من المشاركات لبعض الأندية الجزائرية لمنافسات الكؤوس ، فبالنسبة لمولودية وهران فتحصلت على ثلاث كؤوس عربية سنوات 1997 ، 1998 ، 1999 وكذا الكأس العربية الممتازة أما فريق وداد تلمسان فتحصل على الكأس العربية سنة 1997م.

وبهذا تعتبر هذه المرحلة الذهبية في تاريخ كرة القدم الجزائرية حسب العديد من المتابعين والمختصين لعالم كرة القدم المستديرة حيث تمكنت الكرة الجزائرية من شق الطريق نحو فضاء الكرة الدولية وجسدت وجودها على مستوى المحافل الرياضية العالمية ولعل هذا ما يفسره مشاركة المنتخبات الجزائرية على اختلاف مشاركتها في المنافسات الجهوية والقارية والدولية¹

(1) محمد منصور: "جريدة الشباك"؛ مرجع سابق، ص(23).

(2) ب- رضوان: "جريدة الهداف"؛ العدد، 226، 29 مارس 2003، ص(4).

¹ السعيد خياطو: "مقابلة صحفية"؛ جريدة الشباك، العدد 206، 03 أوت 1997، ص(07).

1-5- الكرة الجزائرية في أزمة:

أما بخصوص الآونة الأخيرة وبالضبط في الفترة الأخيرة الممتدة بين 1991-2007 فإن كرة القدم الجزائرية عرفت تدهورا خطيرا أثر سلبا على سمعة المنتخب الوطني على الصعيد الدولي والقاري حيث ظهر المنتخب الوطني في نهائيات كأس إفريقيا سنة 1992 بالسنغال بمستوى متواضع والخروج بإقصاء من الدور الأول رغم التشكيلة اللامعة من اللاعبين ، كما أقصي من الدورة الموالية من المشاركة في دورة تونس 1994 وكان السبب إداري حيث إدراج اللاعب يتمثل في قضية "كاروف" في المقابلة ضد السنغال وهو معاقب من طرف الكاف يوم 1993/01/10¹.

علاوة على ذلك خروج المنتخب الوطني من الدور الربع النهائي في دورة جنوب إفريقيا سنة 1996 ، يليها المشاركة السلبية في دورة بوركينافاسو سنة 1998 التي تعتبر مأساة كبيرة حيث خرج المنتخب الوطني بثلاث إهزيمات أمام كل من غينيا و بوركينافاسو والكامرون تليها خروجه من الدور الأول في دورة غانا ونيجيريا سنة 2000 ثم تليها دورة 2002 التي أقيمت في الكامرون وكانت النتائج مثل سابقتها ، وفي دورة تونس 2004 كان نصيب أبناء "رابح سعدان" و "بوعلام شارف" الإقصاء من الدور الربع النهائي أمام منتخب المغرب ، بعدها أتت الصدمة الكبرى حيث أقصي المنتخب الوطني من المشاركة في دورة مصر ولم يتأهل الخضر للوصول إلى نهائيات كأس العالم بكوريا واليابان سنة 2002 هذا بالإضافة إلى عدم تأهله إلى نهائيات كأس إفريقيا الأخيرة في جانفي 2008 بغانا.

1-6- تلخيص لبعض الأحداث الهامة في كرة القدم الجزائرية:

- 1917: فتح قسم خاص بكرة القدم.
- 1921: ميلاد أول فريق في الجزائر (مولودية الجزائر).
- 1958: تكوين فريق جبهة التحرير الوطني.
- 1962: تكوين الفدرالية الجزائرية برئاسة "محمد معوش".
- 1963: تنظيم أول بطولة وكأس فاز بالبطولة إتحاد العاصمة وبالكأس وفاق سطيف.
- 1965: أول مشاركة للجزائر في الألعاب الإفريقية ببرازافيل.
- 1967: أول تأهل للجزائر لكأس إفريقيا للأمم بإثيوبيا وألعاب البحر الأبيض المتوسط.
- 1975: أول ميدالية ذهبية في ألعاب البحر الأبيض المتوسط.
- 1976: أول كأس للأندية البطلة الإفريقية فاز بها فريق مولودية الجزائر.
- 1980: أول نهائي في كأس إفريقيا للأمم ضد نيجيريا.
- 1980: أول مشاركة للألعاب الاولمبية في موسكو.
- 1982: أول تأهل للفريق الوطني لنهائيات كأس العالم بإسبانيا.

¹ جريدة الرأي، العدد 20، 11 جانفي 2002، ص(17).

1990: فوز للفريق الوطني بكأس إفريقيا للأمم لأول مرة.

1997: أول كأس عربية لفريق مولودية وهران بالإسكندرية.

1998: أول تتويج لفريق وداد تلمسان بالكأس العربية للأندية.

2000: أول تتويج لفريق شبيبة القبائل بكأس الكاف.⁽¹⁾

1-7- 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 أي فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة ويقوم بالتمرير بدقة وتوقيت سليم وبمختلف الطرق ويكتم الكرة بسهولة ويسر ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والضر وف المناسبين ويجاور 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 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 تعليمها في مدة قصيرة كما يجب الاهتمام به دائماً عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب.

وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى مايلي:

- استقبال الكرة.
- المحاورة بالكرة.
- المهاجمة.
- رمية التماس.
- ضرب الكرة.
- لعب الكرة بالرأس.(2).
- حراسة المرمى.

1-8- قواعد كرة القدم:

إن الجاذبية التي تتمتع بها كرة القدم خاصة في الإطار الحر (المباريات غير الرسمية، ما بين الأحياء) ترجع أساساً إلى سهولتها الفائقة فليس ثمة تعقيدات في هذه اللعبة، ومع ذلك فهناك سبعة عشر قاعدة لسيير هذه

(1) مجلة الحوادث، العدد 109 الصادرة في 23 أبريل 2000، الجزائر ص(10).

(2) حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم"؛ ط4، دار العلم للملايين، بيروت، 1997، ص(27.25).

اللعبة، وهذه القواعد سارت بعدة تعديلات، ولكن لازالت باقية إلى الآن حيث سيق أول قوانين كرة القدم إلى ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالاً واسعاً للممارسة من قبل الجميع ، وهذه المبادئ هي:

1-8-1- المساواة:

إن هذه اللعبة تمنح لممارس كرة القدم فرصاً متساوية لكي يقوم بعرض مهارته الفردية دون أن يتعرض للضرب أو الدفع أو المسك وهي مخالفات يعاقب عليها القانون.

1-8-2- السلامة:

وهي تعتبر روحاً للعبة وبخلاف الخطورة التي كانت عليها في العهود العابرة فقد وضع القانون حدوداً للحفاظ على سلامة وصحة اللاعبين أثناء اللعب مثل تحديد مساحة الملعب وأرضيتها وتجهيزهم من ملابس وأحذية للتقليل من الإصابات وترك المجال واسعاً لإظهار مهارتهم بكفاءة عالية.

1-8-3- التسلية:

وهي إفراح المجال للحد الأقصى من التسلية والمتعة التي يجدها اللاعب لممارسة كرة القدم، فقد منع المشرعون لقانون كرة القدم بعض الحالات والتي تصدر عن اللاعبين تجاه بعضهم البعض.

2-مراكز اللعب في كرة القدم:

1-2 مفهوم مراكز اللعب في كرة القدم:

مركز اللعب يمكن تحديدها بالموقع الذي يحدد للاعب في البناء المتكامل للاعب الفريق حيث يقوم من خلاله بتنفيذ واجباته الهجومية والدفاعية في إطار الخطط الموضوعية¹.

إن تكامل أداء الفريق وظهوراً كوحدة واحدة خلال المباراة يعتمد أساساً على تنفيذ اللاعبين لواجبات المراكز المختلفة لكل منهم، ولكل مركز واجبات يؤديها اللاعب خلال المباراة انطلاقاً من طريقة اللعب والخطط المستخدمة، وتساعد عملية تحديد مراكز اللعب في تحديد المهام والواجبات الملقاة على عاتق كل لاعب في الفريق فمهما أزدت واتسعت هذا المهام والواجبات فإن تحديد المراكز يضمن إلى حد كبير عدم التعارض في أداء المهام وتنفيذ الخطط المختلفة في الملعب، وبالإضافة إلى ذلك فإن هذا التحديد لمراكز اللعب يضمن من جهة أخرى التنسيق والتنظيم في تغطية جوانب الملعب المختلفة دون إهمال مساحة معينة قد تكون ذات أهمية في سير المباراة وإن توزيع المهام والأداء في صورة مراكز لها متطلبات الأداء الخاصة بما أمر مازال حيويًا وملماً لتكامل الأداء وتوفير الجهد في كرة القدم².

¹ إبراهيم مفتي حماد، بناء فريق كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1 ، مصر 1998 ، ص10

² حسن السيد، الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مرجع السابق، ص12

2-2 أهمية مراكز اللعب:

- يعتمد تكامل أداء كرة القدم وظهوره كوحدة واحدة خلال المباراة على مدى إجادة اللاعبين تنفيذ واجبات المراكز المختلفة التي يشغلونها .
- ان لكل مركز من مراكز اللعب واجبات محددة يؤديها اللاعب خلال المباراة انطلاقا من طريقة اللعب والخطط المستخدمة.
- يضمن وجود واجبات لكل مراكز اللعب عدم التعارض في أداء المهام وتنفيذ خطط اللعب.
- ان إجادة لاعبي الفريق لمراكز اللعب يضمن تغطيتهم لمساحات الملعب بالتنسيق وتنظيم دون إهمال مساحة أو أخرى قد تكون ذات أهمية في بناء وتطوير وإنهاء الهجوم أو في القيام بالواجبات الدفاعية عند الدفاع.
- ونظرا لكون الفريق يتكون من 11 لاعبا فيظل توزيع المهام والأداء بين لاعبي امراهاما وحيويا لضمان الإنتاجية الجماعية لهذا العدد الكبير من اللاعبين وتوفير الجهد.
- لقد أدى تطور خطط اللعب الهجومية والدفاعية، وكذلك طرق الإعداد البدني والمهاري إلى زيادة مدى
- لقد أثبتت نتائج العديد الدراسات على مدى العشرين سنة الأخيرة ان المدى والأداء الحركي لمراكز اللعب قد ازدادا
- وبرغم الزيادة الكبيرة في المدى والأداء الحركي للاعبين لمراكز اللعب فان هذه الزيادة لا تنفي تطمس مراكز اللعب المحددة لكل لاعب في الفريق، بل أدت إلى زيادة الواجبات الملقاة على كل مركز من المراكز.
- ان توزيع الواجبات الهجومية والدفاعية على مراكز اللعب المختلفة بتها طبقا لطبيعة المركز في طرق اللعب المختلفة¹

2-3 الأقسام الرئيسية لمراكز اللعب:**2-3-1 لاعبو خط الدفاع:**

إن المهمة الأولى للاعب خط الدفاع هو الدفاع أمام اللاعبين المهاجمين المنافسين في منطقة الأجنحة والوسط، ويجب أن تتميز لاعبو خط الدفاع بالجرأة وعدم التخاذل. وتزداد نسبة أدائهم لواجباتهم الدفاعية عن نسبة أدائهم لواجباتهم الهجومية، وتختلف هذه النسبة طبقا لطبيعة اللعب وخططه.

ويتم تقسيمهم إلى المراكز التالية:

*ظهيرا الجنب. *الظهير اترلر (الليبرو). *ظهير الوسط (ستوبر)

2-3-2 ظهير و الجنب:

وهم اللاعبون الذين يعترضون المهاجمين المتحركين في منطقتي الأجناب في الألعاب، وهم غالبا ما يقومون بأداء دورهم أمام لاعبين يتميزون بالسرعة والدهاء والمهارة العالية وخاصة المراوغة.

¹ - إبراهيم مفتي حماد، بناء فريق كرة القدم، مرجع السابق، ص19

* أهم المواصفات الخاصة التي يجب أن يتميز بها ظهيري الجنب:

- التكوين البدني المناسب.
- المقدرة على أداء التحفز بآلية.
- المقدرة على تجميع القوة خلال الالتحام.
- تنفيذ الالتحام في التوقيت المناسب.
- تنفيذ الالتحام في التوقيت المناسب.
- المباغته.
- إجادة المهارات الدفاعية.
- الجرأة والتصميم والكفاح.
- القدرة على التركيز.
- التحمل.
- الرشاقة.

يمكننا التمييز بين نوعين من ظهيري الجنب هما:

* المدافع الذي يركز على القيام بواجباته الدفاعية بدرجة كبيرة جدا ومن أهم خصائصه ما يلي:

- يولي الواجبات الدفاعية معظم اهتمامه وتركيزه خلال المباراة.
- لا يشارك بايجابية في بناء أو تطوير الهجوم إلا في أضيق الحدود ويكتفي غالبا يبدأ الهجوم، وقد يشارك بنسبة بسيطة في بناء الهجوم من خلال المساعدة والسند والعمل على أحداث الزيادة العددية من الخلف.¹

- الواجبات الدفاعية على ظهيري الجنب:

- اتخاذ المكان الصحيح:

ويجب مراعاة ما يلي خلال قيام الظهير باتخاذ المكان الصحيح:

- يقف اللاعب على امتداد الخط الواصل بين الكرة والمرمى مع اتخاذ وضع التحفز الصحيح.
- يقف اللاعب بحيث يستطيع إعاقة تمريرات المهاجم المستحوذ على الكرة والمنفذة أي لاعب مهاجم آخر يشغل مركزا أماميا أو جانبيا.

- يعمل على تضيق المساحة التي يستطيع فيها المهاجم الموجود في المنطقة القيام بالتقدم للأمام.
- يعمل على إجبار المهاجم المتقدم بالكرة في المنطقة البقاء بالقرب من خط التماس قدر الإمكان.

3-3-2 ظهير الوسط (ستوبر أو قلب الدفاع):

1 - ألبليك، أسس إعداد لاعبي كرة القدم، منشأة المعارف، دون ط الإسكندرية، مصر، 2008، من ص 311 إلى ص 321

يقصد به اللاعب يتوسط ظهيري الجنب، يقوم ظهير الوسط بالدفاع أمام المهاجم المتقدم للفريق المنافس أو رأس الحربة أو احد راسي الحربة أو من يجلس محله في المنطقة التي يدافع عنها.¹

- أهم المواصفات الخاصة التي أن يتميز بها ظهير الوسط:

- التكوين البدني القوي.

- المقدرة على تنفيذ الالتحام البدني بقوة.

- القدرة العضلية بالقدر الذي يمكنه بالقدر الذي يمكنه من تنفيذ العاب الهواء وخاصة ضربات الرأس.

- إجادة الجوانب الدفاعية وخاصة المراقبة والتغطية والتشتيت.

- السيطرة على الكرة والتحجيز عليها.

- دقة التمريرات الطويلة وخاصة التي بباطن القدم و وجه القدم الأمامي.

- امتلاك التقدير السليم للمشاركة في الهجوم المرتد.

- الجرأة والتصميم والكفاح.

- الواجبات الدفاعية على ظهير الوسط:

- مراعاة النقاط الفنية لاتخاذ المكان الصحيح.

- المقدرة على القيام بواجب مراقبة اللاعب رأس الحربة في منطقته أو اللاعب الذي يجلس محله مع مراعاة اتزان الدفاع.

- العمل على قطع أي تمريرات اختراقية تلعب في اتجاه اللاعب الذي يراقبه قبل أن تصل إليه أو المساحة الخالية خلفه.

- تتبع رأس الحربة المعني بالرقابة إلى منطقة الجناح إذا اقتضى الأمر ذلك، على أن يراعي الواجبات الدفاعية على ظهير الجنب.

- الواجبات الهجومية على ظهير الوسط:

- سند الهجوم من خلف أو من الجانب من خلال اتخاذ مواقع مناسبة.

- انتهاز الفرص المناسبة للمشاركة بفاعلية في تنفيذ الهجمات الاحترازية، وذلك بالتقدم للأمام سواء بالكرة أو بدونها في الوقت المناسب، واستخدام التمريرات الحائطية المتقنة في الوقت المناسب والتي تشكل خطورة كبيرة على

مرمى الفريق المنافس، لأنه غالبا ما يكون ظهير الوسط متقدما دون رقابة فعالة على أن يراعي تأمين الدفاع عند تقدمه.

¹ نفس المرجع السابق ص-32

- القيام بتنفيذ التمريعات المتوسطة والطويلة على الأرض أو في الهواء بهدف توسيع جبهة الهجوم أو تغيير اتجاهه أو تنفيذ اختراقات هجومية أو استغلال مساحة خالية موجودة فعلا خلف المدافعين المتنافسين أو بجوارهم أو أمامهم.
- مداومة توجيه زملاء حيث يعتبر مكانه الخلفي مناسباً لكشف الملعب بشكل واضح.

2-3-4 الظهير الحر (الليبرو):

ظهر هذا المركز في بداية الستينيات وهو مركز الظهير الحر، وسمي هذا المركز بمسميات مختلفة منها السويير والليبرو، يتخذ اللاعب الذي يشغل هذا المركز خلف ظهير الوسط وظهيري الوسط وظهيري الجنب وعلى مسافة مناسبة منهما، فلا يكون قريباً بحيث يكون معهم خطأ أو شبه خطأ، ولا يكون بعيداً عنهم بدرجة كبيرة فيصعب أدائه لواجباته الموكلة إليه.¹

- أهم المواصفات الخاصة التي يجب أن يتميز بها الظهير الحر:

- التكوين البدني المتكامل ويفضل أن يكون طويل القامة.
- المهارات الهجومية والدفاعية عالية المستوى وخاصة العاب الهواء.
- الخبرة الطويلة.
- إجادة الرقابة طبقاً لأسلوب الدفاع رجل لرجل ودفاع المنطقة في نفس الوقت بدرجة عالية من التفوق.
- التقدير الجيد للموازنة بين المشاركة في الهجوم أو البقاء لتقوية الدفاع وسنده.
- سرعة البديهة والقدرة على القيادة وتحمل المسؤولية.
- الواجبات الدفاعية على الظهير الحر:
- القيام بقيادة عمليات الدفاع وتوجيهها من خلال إرشادات مناسبة وعليه تصحيح أخطاء زملائه المدافعين بإعطاء التعليمات بصوت مناسب، كما أنه ينبه زملاءه المدافعين بالتحول السريع للهجوم أو دفاع.
- التحرك الحر في المنطقة خلف زملائه لاعبي خط الظهر من خلال وضعه العميق خلفهم، ويكون مستعداً لقطع التم يرات الاختراقية الموجهة للمنافسين أو المساحات الخالية خلفهم.
- العمل على تغطية المساحات الخالية أمامه وخلف زملائه المدافعين حيث يهاجم الكرة التي في حوزة المهاجم المنافس الذي يمر منهم، على أن يعمل المدافع المضروب على الرجوع إلى مكان الظهير الحر ليلعب مكانه.
- الواجبات الهجومية للظهير الحر:
- إن مشاركة الظهير الحر في الهجوم يعتبر واجباً من الواجبات الأساسية له.

1 - إبراهيم مفتي حماد، التدريب الرياضي الحديث، تخطيط وتطبيق وقيادة، دار الفكر العربي، ط 1 ، القاهرة، مصر، 2001 ، ص8

- لقد لاحظنا أن اهتمام بعض المدربين بالمفاهيم الخططية الهجومية للظهير الحر قليلا، وكذلك بالنسبة لظهير الوسط، وقد يكون ذلك مرجعه إلى خوف العديد منهم من مشاركة الظهير الحر لفريقهم في الهجوم بسبب عدم ضمان تامين الجانب الدفاعي عند ارتداد الهجوم على الفريق.¹

- أهم الواجبات الدفاعية للظهير الحر:

- تنفيذ الزيادة العددية للاعب الوسط بتقدمه إلى هذه المنطقة.
- تنفيذ الهجوم المرتد بالاندفاع بالكرة إلى المساحات الخالية في منتصف الملعب، وفي حال إذا ما اعترض طريقه مدافع فان بإمكانه الاستعانة بالتمريرة الحائطية مع زملائه المهاجمين المتقدمين.
- المشاركة في توسيع الهجوم من خلال وضعه الخلفي.
- القيام بواجب السند من الجانب أو من الخلف في مرحلة بناء الهجوم.

- الواجبات الخططية الدفاعية للاعب خط الدفاع:

- إعاقة تمريرات المهاجم المستحوذ على الكرة إلى مهاجم آخر.
- العمل على قطع الهجمات وإبقاء الكرة بالقرب من خط التماس.
- إعاقة اللاعب المهاجم المستحوذ على الكرة ومنعه من اتخاذ ريق سهل إلى المرمى .

- الواجبات الخططية الهجومية للاعب خط الدفاع:

- مراعاة الأمان في التمرير.
- الاشتراك في الهجوم عندما تتاح له الفرصة للتقدم.
- أداء التمريرات الطويلة إلى منطقة الجناحين بهدف تغيير الاتجاه.
- القيام بالدور الهجومي حيث يسبب اشتراكه في الهجوم زيادة عددية على مرمى.

2-3-5 لاعبو خط الوسط:

تعتبر منطقة وسط الملعب هي العمود الفقري الذي يتحكم في مجريات أمور مباريات كرة القدم لذلك فالتحكم فيها مطلب أساسي للفريق، وبالرغم من أن لاعبي خط الوسط واجبههم هجومي .

وهم اللاعبون الذين تكون عليهم مهمة ربط الملعب بين اللاعبين الخلفيين واللاعبين المتقدمين سواء كان ذلك أثناء الهجوم أو أثناء الدفاع، وتعتبر منطقة وسط هي محور تحركاتهم الغالبة وهي بمثابة العمود الفقري الذي يتحكم في مجريات أمور اللعب ، لذلك فالسيطرة على هذه المنطقة من الملعب خلال الهجوم أو الدفاع مطلب أساسي لكل فريق.²

1 - على البيك، اسس اعداد لاعبي كرة القدم، مرجع السابق، من ص 321 الى ص32

2 - مفتي حماد، الهجوم في كرة القدم، مرجع سابق، ص16

- لاعبو منطقة الوسط الذين يغلب على أدائهم الطابع الدفاعي:

1 ويرجع السبب في ذلك إلى أنهم 2-6- وطريقة 3-5-3 تظهر الحاجة إليهم بشكل كبير عند اللعب بطريقة 3 يمثلون إلى حد كبير دور ظهيري الجنب المهاجمين.

- أهم المواصفات الخاصة التي يجب أن يتميز بها لاعبو منطقة الوسط الذين يغلب على أدائهم الطابع الدفاعي:

الجمع بين صفات ظهيري الجنب ولاعبي خط الوسط ومن هذا يتضح انه لا بد أن يكون مدافعا يتميز بالقدرة على أداء الواجبات الهجومية بكفاءة عالية.

- الواجبات الهجومية للاعبي خط الوسط الذين يغلب على أدائهم الطابع الدفاعي:

عليه أن يلعب دورا أساسيا خلال بدء الهجوم مع مجموعة الجانِب أو القلب خاصة إذا ما كانت الكرة في ثلث الملعب الطولي الخاص به، يؤدي دورا أساسيا في تنفيذ خطط مرحلة بناء الهجوم مع مجموعة الجنب أو مجموعة القلب الخاصة به، كما عليه القيام بتنفيذ خطط الجري الحر وتوسيع جبهة الهجوم والسند والاختراق أو الاندفاع من الخلف للأمام، إذا ما كان الهجوم يتم بناؤه من الجانب العكسي، ينفذ ادوار مختلفة طبقا لخطط اللعب الهجومية وتحويلات طريقة اللعب، وذلك في مرحلة تطوير الهجوم وإنهائه، وربما يكون دوره الاندفاع من الخلف للأمام، أو الجري الحر، أو العمل على تنفيذ جملة خطية.¹

- لاعبو منطقة الوسط صانعو الألعاب:

هم اللاعبون الذين غالبا ما يتميزون بقدرهم على اختيار اتجاهات ومناطق بناء وتطوير وإنهاء الهجوم.

- أهم المواصفات الخاصة التي يجب أن يتميز بها اللاعبون صانعو اللعب:

- امتلاك لياقة بدنية عالية.

- حضور الذهن طوال فترة المباراة.

- فهم واستيعاب الخطط المختلفة وسرعة استيعاب مواقف اللعب والاستفادة منها خطيا.

- امتلاك مهارات عالية وتطويرها طبقا لظروف اللعب واستخدام انسبها في الوقت المناسب.

- الواجبات الدفاعية للاعبي منطقة الوسط صانعو اللعب:

- سرعة التحول إلى الدفاع في حالة ما إذا فقد الفريق الكرة، والعمل على تأخير هجوم الفريق المنافس.

- الانضمام إلى تشكيل الدفاعي للفريق طبقا للواجبات المحددة لمنطقته.

- الواجبات الهجومية للاعبي منطقة الوسط صانعي اللعب :

- المساهمة بدور فعال في بناء الهجمات من خلال التفكير الخلاق مستفيدا من المواقف المختلفة حيث ينظم منها التحركات الخطية الخاصة بمرحلة الأداء.

¹ - . حسن السيد، الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مرجع سابق، ص 46

- انتقاء الاتجاه المناسب لتطوير الهجوم وإتهائه، في كان الهجوم بزمام يده، وذلك من خلال تحليله السريع للمواقف.

- المساهمة في الهجوم الإختراقي من خلال تنفيذ التحركات الخططية المناسبة مثل الخطط المتكررة.

- أهم المواصفات الخاصة التي يجب أن يتميز بها لاعبو منطقة الوسط الذين يغلب على أدائهم الطابع الهجومي:

- امتلاك المقدرة على تسجيل الأهداف سواء بالاختراق من القلب أو التصويب.

- امتلاك القدرة على تحمل الالتحام البدني.

- إجادة المهارات بدرجة عالية وخاصة المراوغة والتصويب

- يتميز بالتحرك الحر المتكرر بدون كرة.

- الواجبات الدفاعية للاعبين منطقة الوسط الذين يغلب على أدائهم الطابع الهجومي:

- المقدرة على المشاركة بإيجابية مع لاعبي منطقة الوسط في البناء الدفاعي القوي للفريق.

- الإسهام بفاعلية في تعطيل هجوم الفريق المنافس.

- الإسهام بإيجابية في إكمال النقص العددي الدفاعي للفريق من خلال التفهيم للخلف طبقا لموقع الكرة.¹

- التراجع عند اللزوم لاتخاذ مواقع دفاعية في مستوى اقل من موضع الكرة.

- الواجبات الهجومية للاعبين منطقة الوسط الذين يغلب على أدائهم الطابع الهجومي:

- تنفيذ اتخاذ المواقع المناسبة في مرحلة بدء الهجوم من خلال خطط اللعب المختلفة.

- المداومة على المشاركة بفاعلية في مرحلة بناء الهجوم وخاصة في مجموعة الجنب أو القلب أو الانضمام لمجموعة

الجنب العكسي من خلال التحركات الخططية.

- المقدرة على استغلال منطقة الجناح خلال عملية بناء الهجوم وتطويره لمساعدة لاعب منطقة الوسط المدافع،

وكذلك رأس الحربة سواء كان ذلك بتنفيذ خطط اللعب أو استغلال المساحات الخالية بالكرة أو بدونها بهدف

تخليص كرات عرضية.

- المساهمة بصورة رئيسية في تطوير الهجوم مع مجموعة الجنب أو القلب الخاصة والمشاركة بفاعلية في سنده او

توسيعه

- المشاركة بصورة رئيسية في إنهاء الهجوم سواء من الجانبين أو من القلب، حيث يعتمد على هؤلاء اللاعبين في

التهديف سواء كان ذلك من خلال مناورات القلب أو من خلال الكرات العرضية أمام المرمى.

- الواجبات الخططية الدفاعية للاعبين خط الوسط:

- الانضمام للمدافعين للقيام بالواجب الدفاعي.

- قد يكلف بمراقبة مهاجم بأسلوب رجل لرجل.
- تغطية لاعب الظهر المتقدم في حالة ارتداد الكرة وتعطيل اللعب.
- يعمل على تأمين خط الوسط في حالة اندفاع احد لاعبي الوسط الآخرين أو احد لاعبي خط الدفاع لأداء الواجب الهجومي.

2-3-6 لاعبو خط الهجوم:

هو اللاعب الذي توكل إليه مهمة التهديد ويجب أن يتميز بالقدرة على خلق الفرص للتهديد واستغلالها، ولا بد لمن يشغل هذا المركز من أن يتقن المراوغة والتصويب من جميع الأوضاع والزوايا سواء بالقدم أو بالرأس وتحت ضغط المنافس¹.

ويجب أن يتميز من يشغل هذا المركز بالسرعة وأداء مهارة المراوغة بمستوى عال بالإضافة إلى عمل التميريات العرضية والتصويب القوي من جميع الزوايا .

- رؤوس الحربة:

- لاعبو مراكز رؤوس الحربة تزداد نسبة أدائهم لواجباتهم الهجومية عن نسبة أدائهم لواجباتهم الدفاعية، ويختلف هذه النسبة طبقاً لطبيعة كل مركز من مراكز الهجوم وطبقاً لطريقة اللعب وخططه.
- تعتبر المهمة الرئيسية لهؤلاء اللاعبين في كرة القدم الحديثة هي العمل على تهيئة الفرصة للزملاء المهاجمين لإحراز الأهداف والمشاركة بفاعلية في إنهاء الهجمات بالتهديد.

- أهم المواصفات التي يجب أن يتميز بها رؤوس الحربة:

- لا يميل التحركات الحرة الواعية لإرباك المدافعين من خلال تنفيذ خطط اللعب الهجومي والمختلفة.
- استغلال نسبة عالية جداً من التهديد المتاح له.
- يتمتع بالمقدرة على التصرف بحدوء في المواقف الهجومية العصبية وخاصة أما المرمى.
- إجادة العاب الهواء.

- قوة ودقة التصويب بالرأس والقدم.

- الواجبات الدفاعية لرؤوس الحربة:

- تحويل اتجاه هجوم الفريق المنافس بالضغط عليهم في الاتجاه المناسب طبقاً لخطط الفريق الدفاعية بمساعدة زملائه.

- محاصرة الكرة من الجانب لمنع التمير العرضي وإجبار المدافعين على التمير للخلف أو إلى الجانب.

- العمل على الاستحواذ على الكرة من المدافعين بقدر الإمكان في نصف ملعبه الهجومي.

- الاقتراب من حارس المرمى المنافس لإجباره على حمل الكرة بدلا من دحرجتها على الأرض بالضغط القانوني عليه¹.

¹ على البيك، اسس اعداد لاعبي كرة القدم، مرجع السابق، من ص 326 الى ص 328

- الواجبات الهجومية لرؤوس الحربة:
- مداومة البحث عن الثغرات في الدفاع الفريق المنافس والعمل على استغلالها أثناء بناء وتطوير الهجوم.
- تنفيذ التحركات الخطئية المختلفة بأنواعها المتعددة للإسهام في تنفيذ خطط اللعب الهجومية.

¹ نفس المرجع السابق ص-52

خلاصة :

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نلاحظ إن كرة القدم تتميز بالعب الجماعي في اللعب وذلك من خلال التناسق بين مراكز اللعب الدفاعية والهجومية والوسطية حيث نجد لكل لاعب يحتل مركز معين يجب إن يتصف بخصائص تتماشى مع المركز الذي يلعبه ومتطلباته وبفضل ما وصل إليه التقدم في التدريب الرياضي الحدث حيث انه قد ركز على تدريب اللاعبين بصفة خاصة وذلك حسب مركز اللعب وذلك عن طريق طرق وسائل علمية وحديثة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

مما لاشك فيه أن ضمان السير الحسن لأي بحث ميداني لا بد على الباحث القيام بدراسة استطلاعية هي أول خطوة قمنا بها قبل البدء في تسطير الخطوط العريضة للبحث لمعرفة مدى ملائمة ميدان الدراسة لإجراءات البحث الميدانية والتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة والصعوبات التي قد تعترضنا قبل الشروع في الدراسة الميدانية. و منه قمنا بالدراسة الاستطلاعية للمركب الرياضي حابي خليفة (الوادي) وكان الغرض منها:

- التعرف على رئيس النادي و أخذ موافقتهم من أجل القيام بالدراسة الميدانية على الفريق المشرف عليه وإطلاعهم على موضوع الدراسة.
- اخذ نظرة شاملة عن واقع التدريبات اليومية و الأجهزة و الوسائل و المساحة المتاحة للعمل.
- جمع البيانات حول اختبارات بدنية و قياسات الجسمية و نظر في الوسائل التي ستستعمل لإجراء الدراسة.

وبعد ذلك قمنا بضبط الاختبار الذي يساهم في قياس الصفات البدنية من (و السرعة والقوة) بالإضافة إلى قياس الطول والوزن، فتم ترتيب الاختبار كما سبق الذكر و تجهيز الأدوات اللازمة للبدء في تطبيق الاختبارات، وأخذ القياسات اللازمة.

2- إجراءات الدراسة:

إن الدراسة التي نقوم بها، تندرج ضمن الدراسات الوصفية كونها لا تقتصر على جميع المعطيات والحقائق بل تحليلها واستخلاص دلالاتها ونتائجها المسطرة والاستفادة منها في مختلف الدراسات.

3- المنهج المستخدم :

يرتبط استخدام الباحث لمنهج دون غيره بطبيعة الموضوع الذي يتطرق إليه وفي دراستنا هذه ولطبيعة المشكلة المطروحة نرى أن المنهج الوصفي هو المنهج الملائم لها، وهذا الاختيار نابع أساساً من كون هذا المنهج يساعد على الحصول على المعلومات الشاملة حول متغيرات المشكلة واستطلاع الموقف العلمي أو الميداني الذي تجرى فيه قصد تحديدها، وصياغتها صياغة علمية دقيقة.

(ويقوم المنهج الوصفي كغيره من المناهج الأخرى على عدة مراحل أهمها التعرف على مشكلة البحث، وتحديدتها، ووضع الفروض، واختيار الفئة المناسبة، واختيار أساليب جمع البيانات وإعدادها، ووضع قواعد لتصنيف البيانات، ووضع النتائج وتحليلها في عبارات واضحة، ومحاولة استخلاص تعميمات ذات مغزى تؤدي إلى تقدم المعرفة)¹.

¹ ديولد فان دالين (تأليف) محمد نبيل نوفل وآخرون: "مناهج البحث في التربية وعلم النفس"، طبعة الثانية، 1984، ص: 313.

4- مجالات البحث:

* المجال المكاني:

أجريت الاختبارات الميدانية في ملعب كرة القدم التابع للمركب الرياضي حابي خليفة (الوادي) حيث قمنا بإجراء الاختبارات البدنية و أخذ القياسات الجسمية كأدوات دراسة.

* المجال الزمني:

- أجريت الدراسة النظرية: من بداية شهر جانفي إلى بداية شهر افريل.
- أجري الجانب التطبيقي: من 2017/01/10 إلى 2017/04/10.

5- مجتمع البحث:

مجتمع البحث في لغة العلوم الإنسانية هو "مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي يجري عليها البحث "... إن المجتمع يعتبر شمول كافة وحدات الظاهرة التي نحن بصدد دراستها، و اشتمل مجتمع بحثنا لاعبي الاكاديمية التحدي لكرة القدم الوادي صنف أصاغر

6- عينة البحث و كيفية اختيارها:

تم اختيار العينة بطريقة قصديه , حيث شملت 19 لاعب ,من مدرسة التحدي بحاسي خليفة الوادي , 10 لاعبين دفاع و 09 لاعبين وسط ميدان .

7- أدوات الدراسة و الوسائل الإحصائية:

أدوات جمع البيانات يعتبر المحور الذي يستند إليه البحث وتوظيفه يكون قصد الوصول إلى حقائق التي تبنى عليها الدراسة وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على مايلي:

7-2 الاختبارات البدنية

7-2-1 السرعة:

اختبار عدو (20) متر:

غرض الاختبار: قياس السرعة الانتقالية في الجري.

الأدوات اللازمة:

- منطقة فضاء مناسبة لإجراء الاختبار طولها لا يقل عن 40 متر وعرضها لا يقل عن 5 متر ويفضل زيادة المسافة لتحقيق عامل الأمن والسلامة و يجوز استخدامه في قاعة أو صالة أو مضمار ألعاب القوى.
- ساعة إيقاف.
- الإجراءات تحديد منطقة إجراء الاختبار بخطين إحداها للبداية و الآخر للنهاية المسافة بينهما 20مترا.

- يمكن استخدام مضمار العاب القوى.

وصف الأداء:

- يتخذ اللاعب وضع الاستعداد من البدء العالي خلف خط البداية.
- عند إعطاء إشارة البدء يجري اللاعب بأقصى سرعة ممكنة حتى يقطع خط النهاية.

تعليمات الاختبار:

- يجري كل اثنين من اللاعبين معا لضمان توافر عامل المنافسة.
- يبدأ الاختبار من وضع البدء العالي.
- يعطى لكل لاعب محاولتين بين كل محاولة و الأخرى دقيقتان للراحة.
- يبدأ الاختبار بأن ينادى الأذن بالبدء بالنداء التالي(خذ مكانك- استعد- اجري).

إدارة الاختبار:

- إذن البدء: و يعطى إشارة البدء رو يكون مكانه عند خط البداية.
- ميقاتي: و يكون مكانهما عند خط النهاية.
- مسجل: ويقوم بالنداء علي اللاعبين و تسجيل النتائج.

حساب الدرجات:

يحسب الزمن منذ إعطاء إشارة البدء و حتى يقطع اللاعب خط النهاية لأقرب واحد على عشرة ثانية لأحسن محاولة.



شكل رقم 01 اختبار عدو 20متر

7-2-1- القوة:

اختبار الوثب العريض من الثبات: سارجنت

غرض الاختبار:

- قياس القدرة العضلية للرجلين من الوثب للأمام .

الأدوات اللازمة:

- مكان للوثب العريض بعرض 1,5 متر و طول 3,5 متر و يراعى توفير الأمن و السلامة للاعبين في مكان الاختبار بحيث يكون المكان مستوى و خالي من العوائق و غير أملس.
- شريط قياس و قطع ملونة من الطباشير .

الإجراءات :

- يتم تخطيط مكان الوثب بخطوط أخرى متوازية ، يدل كل خط منها على المسافة بينه و بين خط الارتقاء (البداية) بالمتر ، و تدل أيضا على المسافة بينها و بين خط البداية(الارتقاء)

وصف الأداء :

- يقف اللاعب المختبر خلف خط البداية (الارتقاء) و القدمان متباعدتان قليلا و متوازيتان ، و بحيث يلامس مشط القدمين خط البداية من الخارج .
- يبدأ اللاعب المختبر بمرجحة الذراعين للخلف مع ثني الركبتين و الميل للأمام قليلا ثم يقوم بالوثب للأمام لأقصى مسافة ممكنة عن طريق مد الركبتين و الدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للأمام .

تعليمات الاختبار:

- يقام الاختبار على سطح خشن يسمح بإعطاء قوة الدفع المطلوبة .
- يجب أن يؤخذ الارتقاء بالقدمين معا و ليس بقدم واحدة.
- يسمح بالإحماء الجيد قبل أداء الاختبار .
- يجب تجنب سقوط اللاعب للخلف بعد أداء المحاولة قدر الإمكان .
- لكل لاعب مختبر ثلاث محاولات متتالية ، و تحتسب أحسن محاولة
- لا بد من مرجحة بالذراعين للأمام و لأعلى للمساعدة في الدفع للوثب للأمام.

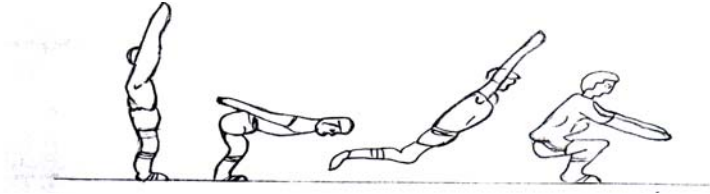
إدارة الاختبار:

- مسجل: ويقوم بالنداء على اللاعبين المختبرين و تسجيل النتائج.

حساب الدرجات :

- يكون القياس من خط البداية (الارتقاء) حتى آخر جزء من الجسم يلمس الأرض ناحية هذا الخط.
- خط البداية يكون بعرض 5 سم و يدخل في قياس المحاولة.
- تقاس كل محاولة لأقرب 5 سم .

- تحسب للاعب المختبر درجات أحسن محاولة من المحاولات الثلاث.¹ (حسن السيد أبو عبدة، مرجع سابق، ص221-224).



7-3- المعطيات المرفولوجية:

أ-الوزن:

تم قياس وزن اللاعبين بـ (كـلـغ) من خلال إخضاع اللاعب إلى قياس الوزن عن طريق وقوفه فوق ميزان طبي ثم قراءة المؤشر.

ب-الطول:

تم قياس طول اللاعبين بـ (م) حيث يقف اللاعب فوق جهاز قياس الأطوال ثم تحديد الطول بقراءة أين توقفت المسطرة فوق الرأس.

8- الوسائل الإحصائية

8-1- المتوسط الحسابي: وهو الطريقة الأكثر استعمالاً، حيث يعتبر الحاصل لقسمة مجموعة المفردات أو القيم في المجموعة التي أجري عليها القياس، س₁، س₂، س₃، س₄، س_ن على عدد القيم (ن) وصيغة المتوسط الحسابي تكتب على الشكل التالي:

$$\frac{\sum_{س} س}{ن} = \bar{س}$$

حيث: س: المتوسط الحسابي.

$\sum_{س}$: هي مجموع القيم.

¹-حسن السيد أبو عبدة: الإعداد البدني في كرة القدم، الفاتح للطباعة و النشر، ب ط، الإسكندرية، 2008 ص-88

ن: عدد القيم

2-8- الانحراف المعياري: وهو أهم مقاييس التشتت لأنه أدقها، حيث يدخل استعماله في كثير من قضايا التحليل الإحصائي ويرمز له بالرمز (ع)، فإذا كان الانحراف المعياري قليل فإن ذلك يدل على أن القيم متقاربة والعكس صحيح، ويكتب على الصيغة التالية:

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

حيث :

ع: الانحراف المعياري.

$\bar{س}$: المتوسط الحسابي.

س: قيمة عددية (نتيجة الإختبار)

ن: عدد العينة⁽¹⁾

3-8- اختبار توزيع ستودنت: يستخدم قياس ستودنت للدلالة الإحصائية وكذلك لقياس مدى دلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين و في حالة العينات الأقل من 30 لاعب تستخدم الصيغة التالية:

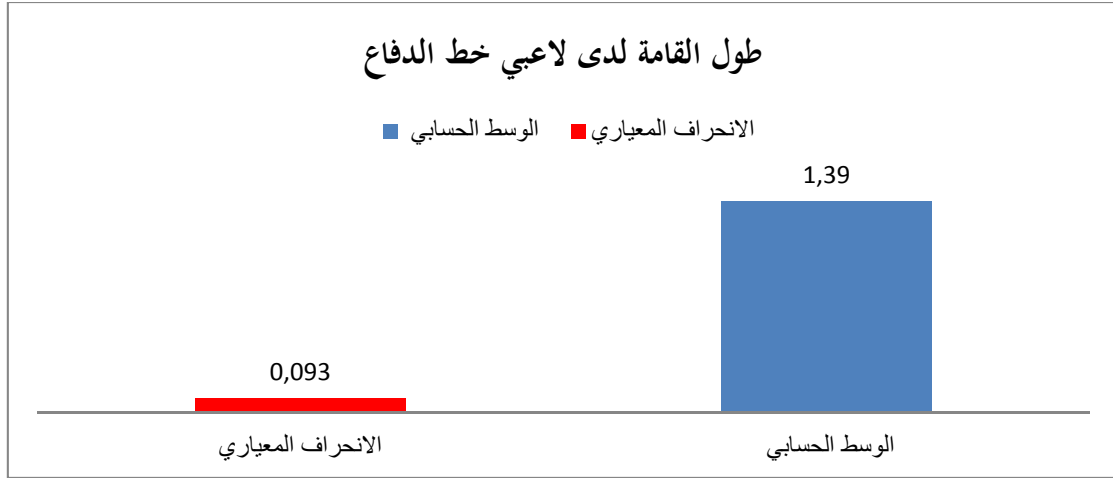
(1) عبد القادر حلمي: مدخل إلى الإحصاء ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1992 ، ص 45.

خلاصة :

تضمن هذا الفصل منهج البحث و إجراءاته الميدانية حيث شمل عينة البحث و مجالاته البشرية و المكانية و الزمنية و كذا أدوات البحث المستعملة، كالمقياس و المصادر و المراجع و الأساليب الإحصائية و ما تحويه من معادلات تتناسب مع موضوع البحث و اختبار وأسباب اختياره، و شمل البحث كذلك على اختبارات بدنية وقياسات جسمية لاعبي كرة قدم صنف 9-12 والمقارنة بين خطين الدفاع ووسط الميدان و هذا لنزع غموض بعض المفردات التي جاءت فيه ، كما تطرقنا إلى الأدوات المستعملة، و إلى غرض اختبار و أخيرا إلى إجراءات الاختبار و تعليماته واقتراحات و التوصيات.

1- عرض النتائج الفرضيتين

1-1 عرض نتائج طول لاعبي خط الدفاع



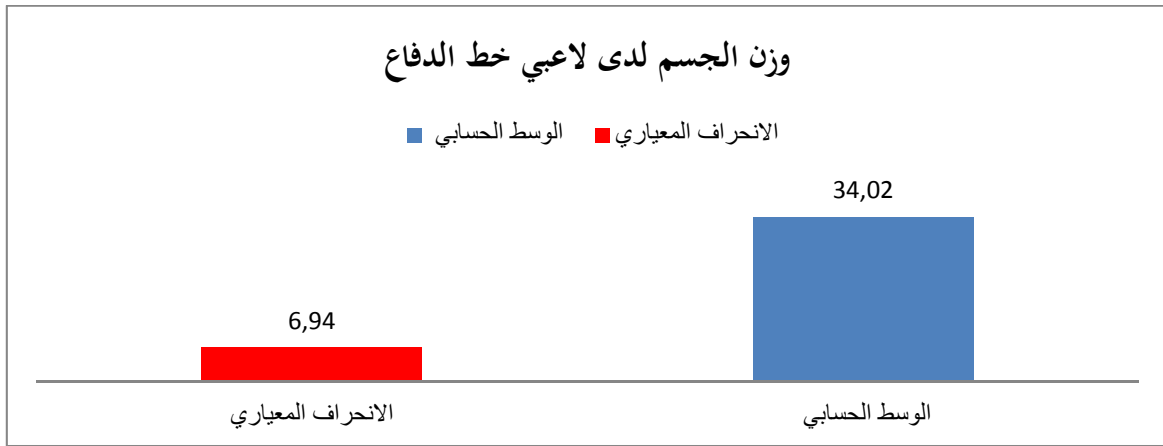
رسم توضيحي 03: يبين نتائج الطول في خط الدفاع

يعتبر طول القامة مؤشر جيد للحجم العام للجسم ولطول العظام، بحيث الطول العام للجسم وحده لا يكفي لمعرفة وتحديد المميزات الفردية لكل رياضي.

يقف المفحوص معتدل القامة للقيام بهذا القياس، العقبين متلاصقين، ويكون الردفين والظهر بشكل موازي للقائم أي لا يكون مائلا .

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 03 أن المتوسط الحسابي لطول القامة بلغ 1.39 م وانحراف معياري 0.093، أما اعلى قيمة سجلت في قياس الطول كانت 1.50 م، ادنى قيمة 1.20 م. كما سجلنا تجانس في قيم الطول لدى لاعبي خط الدفاع.

1.1.1 عرض نتائج الوزن لاعبي خط الدفاع



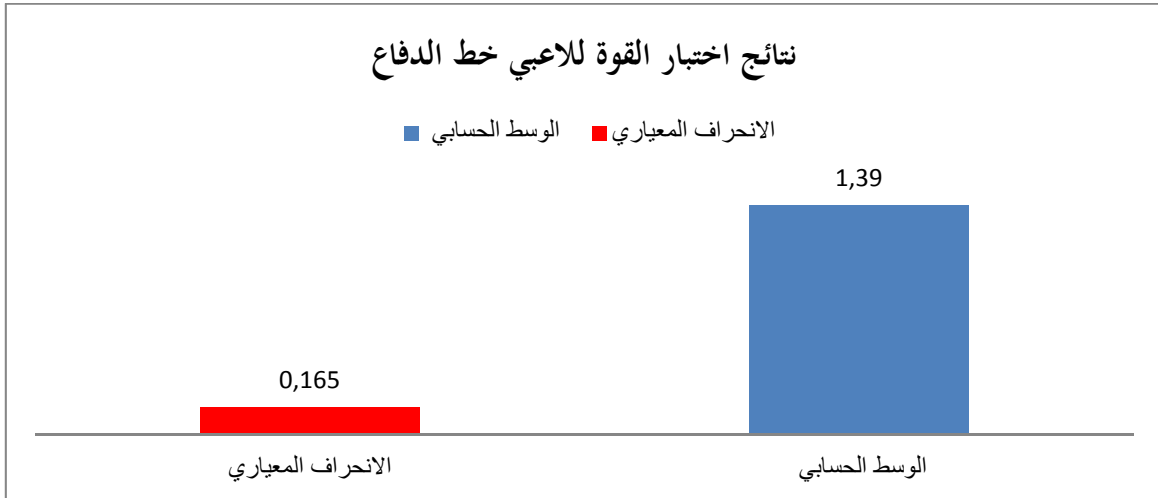
رسم توضيحي 04: يبين نتائج الوزن في خط الدفاع

يعتبر قياس وزن الجسم من بين القياسات المعمول بها بكثرة في القياسات الأنتروبومترية، هذا لا يرجع لسهولة قياسه، بل يعتبر مؤشر ذو دلالة كبيرة على الحالة الصحية للفرد.

يحتوي وزن الجسم من جهة على جانب ثابت نسبيا يتمثل في وزن العظام، وزن الجهاز العصبي، وزن الجلد، وزن الأمعاء، من جهة أخرى تتوفر الوزن على جانب جد متغير يتمثل في العضلات، الدهون، الماء في الخلايا والأنسجة

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 04 أن المتوسط الحسابي 34 والانحراف المعياري 6.94 واعلي قيمة للوزن 34.3 كلغ وادنى قيمة 21.9 كلغ . قيم الوزن كانت غير متجانسة .

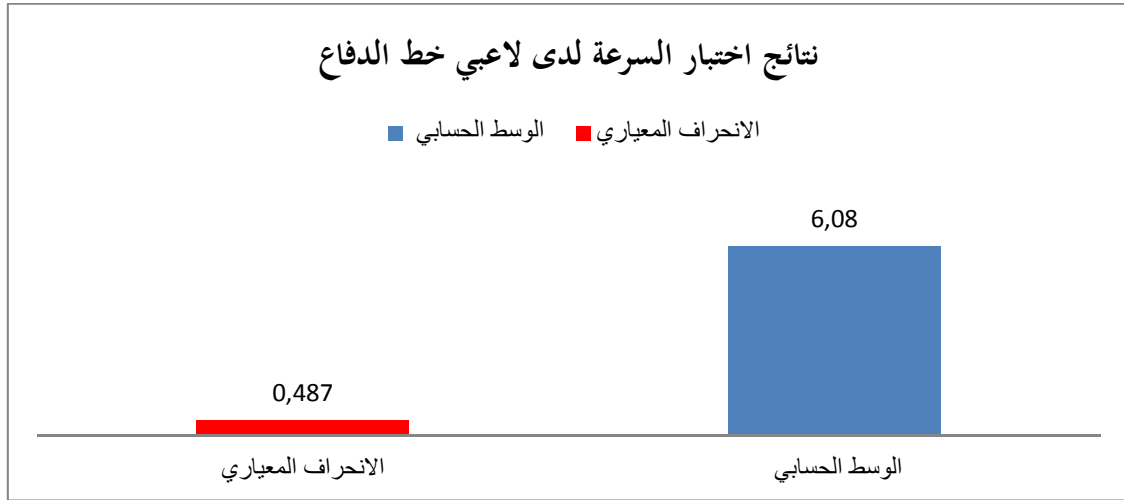
2.1.1 عرض نتائج القوة لاعبي خط الدفاع



رسم توضيحي 05: يبين نتائج القوة في خط الدفاع

إن صفة القوة هي أساس كل عمل عضلي، درجة استعمالها تختلف من اختصاص رياضي إلى آخر. تعتبر القوة العضلية من أهم الصفات البدنية التي يمكن تنميتها لدى اللاعبين في كرة القدم . إلى أن الأداء في الأنشطة الرياضية بصفة عامة يتطلب درجات متفاوتة من عنصر القوة ، حيث تلعب القوة العضلية الدور الرئيسي في تحديد مستوى الفرد في بعض الرياضات التي تتطلب التغلب على مقاومة كبير ، نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 05 أن المتوسط الحسابي 1.39 والانحراف المعياري 0.168 وأعلى قيمة للقوة في اختبار القفز من ثبات 1.55 م وادنى قيمة 1.04 م.

3.1.1 عرض نتائج السرعة لاعبي خط الدفاع



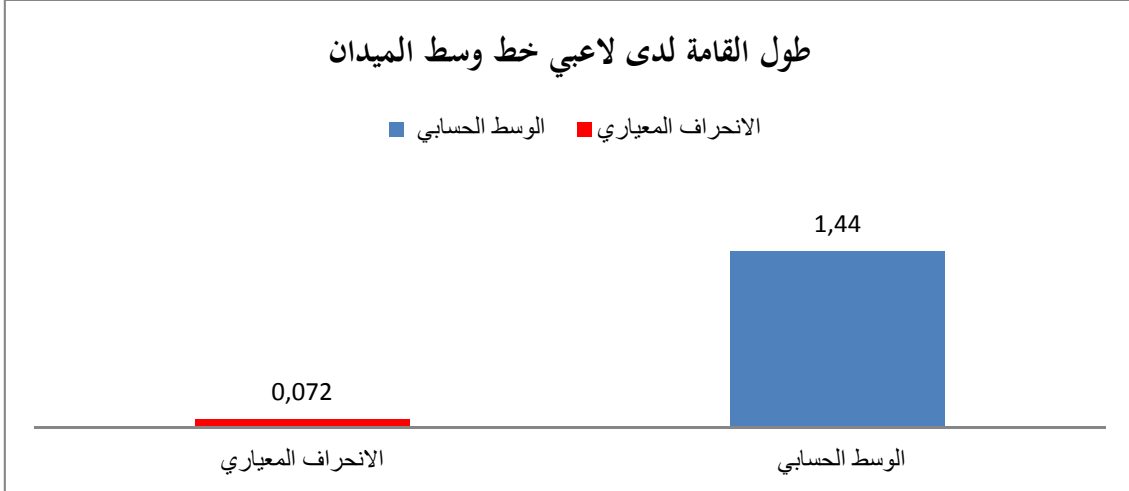
رسم توضيحي 06: يبين نتائج السرعة في خط الدفاع

تعد السرعة من الصفات البدنية المهمة للأداء البدني والمهاري والخططي في كرة القدم . ويجب ان يمتاز لاعبي كرة القدم بالسرعة لان طبيعة لعبة كرة القدم تتطلب السرعة في تطبيق مهاراتها وخططها .. فاللاعب السريع هو الأقدر على اللحاق بالكرة كما أن السرعة هي إحدى المتطلبات البدنية التي يحتاج إليها لاعب كرة القدم، وتعني القدرة على أداء الحركات المتشابهة أو غير المتشابهة بصورة متتابعة وناجحة في أقل وقت ممكن.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 06 أن المتوسط الحسابي 6.08 والانحراف المعياري 0.487 واعلي قيمة للسرعة في اختبار 20م 5.20ثا وادنى قيمة 6.75 ثا .

1-2 عرض نتائج لاعبي خط وسط الميدان

1-2-1 عرض نتائج طول لاعبي خط وسط الميدان

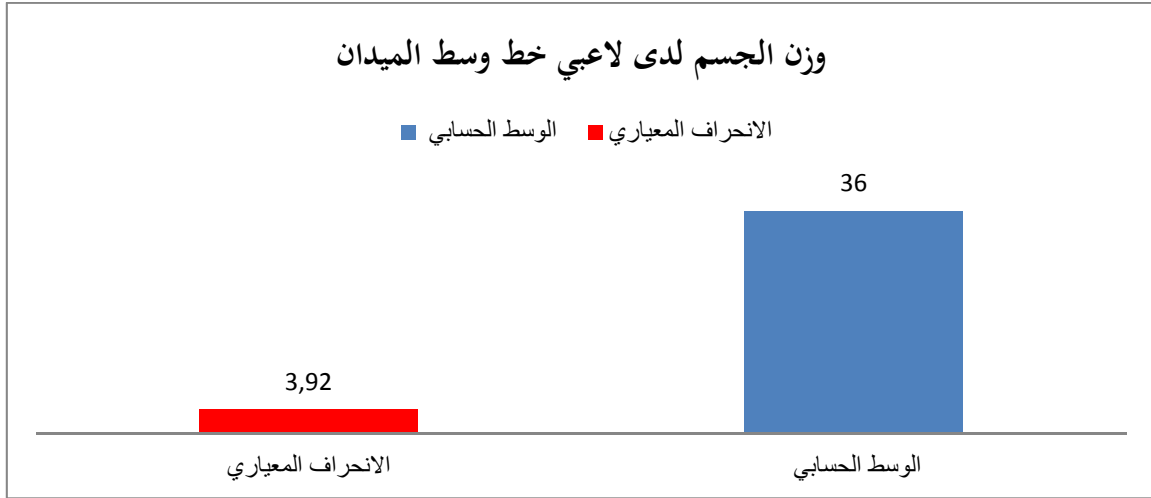


رسم توضيحي 07: يبين نتائج الطول في خط وسط الميدان

يعتبر طول القامة مؤشر جيد للحجم العام للجسم ولطول العظام، بحيث الطول العام للجسم وحده لا يكفي لمعرفة وتحديد المميزات الفردية لكل رياضي. يقف المفحوص معتدل القامة للقيام بهذا القياس، العقبين متلاصقين، ويكون الردفين والظهر بشكل موازي للقائم أي لا يكون مائلا .

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 07 أن المتوسط الحسابي 1.44 والانحراف المعياري 0.072 واعلي قيمة لطول 1.51م وادنى قيمة 1.29م.

1-2-2 عرض نتائج الوزن لاعبي خط وسط الميدان



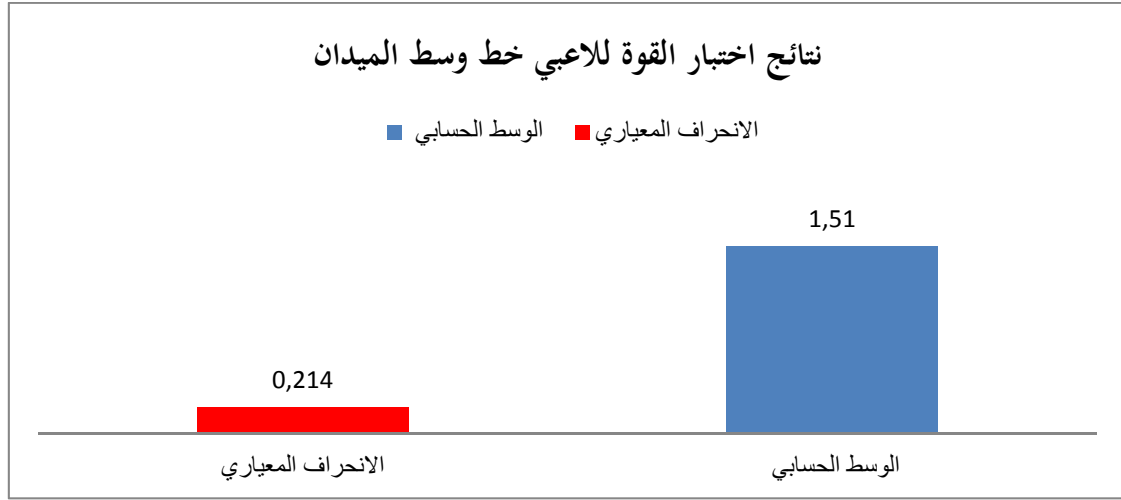
رسم توضيحي 08: يبين نتائج الوزن في خط وسط الميدان

يعتبر قياس وزن الجسم من بين القياسات المعمول بها بكثرة في القياسات الأنثروبومترية، هذا لا يرجع لسهولة قياسه، بل يعتبر مؤشر ذو دلالة كبيرة على الحالة الصحية للفرد.

يحتوي وزن الجسم من جهة على جانب ثابت نسبياً يتمثل في وزن العظام، وزن الجهاز العصبي، وزن الجلد، وزن الأمعاء، من جهة أخرى يتوفر الوزن على جانب جد متغير يتمثل في العضلات، الدهون، الماء في الخلايا والأنسجة

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 08 أن المتوسط الحسابي 36 والانحراف المعياري 3.92 و اعلي قيمة للوزن 40.78 كلغ وادنى قيمة 29.05 كلغ .

1-2-3 عرض نتائج القوة خط الوسط الميدان

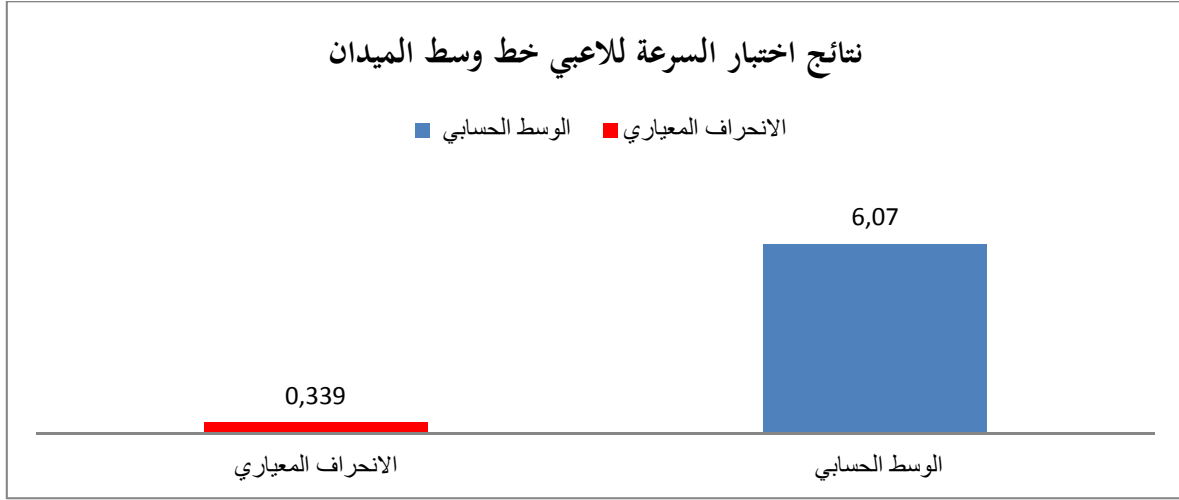


رسم توضيحي 09: يبين نتائج القوة في خط وسط الميدان

إن صفة القوة هي أساس كل عمل عضلي، درجة استعمالها تختلف من اختصاص رياضي إلى آخر. تعتبر القوة العضلية من أهم الصفات البدنية التي يمكن تنميتها لدى اللاعبين في كرة القدم . إلى أن الأداء في الأنشطة الرياضية بصفة عامة يتطلب درجات متفاوتة من عنصر القوة ، حيث تلعب القوة العضلية الدور الرئيسي في تحديد مستوى الفرد في بعض الرياضات التي تتطلب التغلب على مقاومة كبير.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 09 أن المتوسط الحسابي 1.51 والانحراف المعياري 0.214 و اعلي قيمة للقوة في اختبار القفز من ثبات 1.98م وادنى قيمة 1.20م.

1-2-4 عرض نتائج السرعة خط وسط الميدان



رسم توضيحي 10: يبين نتائج السرعة في خط وسط الميدان

تعد السرعة من الصفات البدنية المهمة للأداء البدني والمهاري والخططي في كرة القدم . ويجب ان يمتاز لاعبي كرة القدم بالسرعة لان طبيعة لعبة كرة القدم تتطلب السرعة في تطبيق مهاراتها وخططها .. فاللاعب السريع هو الاقدر على اللحاق بالكرة كما أن السرعة هي إحدى المتطلبات البدنية التي يحتاج إليها لاعب كرة القدم، وتعني القدرة على أداء الحركات المتشابهة أو غير المتشابهة بصورة متتابعة وناجحة في أقل وقت ممكن.

نلاحظ من خلال الشكل البياني رقم 10 أن المتوسط الحسابي 6.07 والانحراف المعياري 0.339 و اعلي قيمة للسرعة في اختبار 20 م 5.65 وادنى قيمة 6.79

2- مقارنة النتائج الفرضية الاولى:

1-2 مقارنة النتائج بين خط الدفاع وخط وسط الميدان

جدول رقم 01: يبين مقارنة بين خط الدفاع ووسط الميدان في الطول

القياسات	الدفاع	وسط الميدان
الطول	1.39	1.44
الوسط الحسابي		
الانحراف المعياري	0.093	0.072
ت المحسوبة	0.752	
ت الجدولية	4.24	
مستوى الدلالة	0.05	
النتيجة	لا توجد فروق ذات دلالة احصائية	

- تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 01 نلاحظ أن المتوسط الحسابي 1.39 والانحراف المعياري 0.093 لطول عند خط الدفاع ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 1.44 والانحراف المعياري 0.072 لطول عند خط وسط الميدان , وبينما ت المحسوبة 0.752 و ت مجدولة 4.24 وهي غير دالة عند مستوى دلالة 0.05 .

جدول رقم 02: يبين مقارنة بين خط الدفاع ووسط الميدان في الوزن

القياسات	الدفاع	وسط الميدان
الوزن	34.02	36
الانحراف المعياري	6.94	3.92
ت المحسوبة	1.137	
ت الجدولية	0.46	
مستوى الدلالة	0.05	
النتيجة	لا توجد فروق ذات دلالة احصائية	

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 02 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 34.02 والانحراف المعياري 6.94 للوزن عند خط الدفاع ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 36 والانحراف المعياري 3.92 للوزن عند خط وسط الميدان , وبينما ت المحسوبة 1.137 و ت مجدولة 0.46 وهي غير دالة عند مستوى دلالة 0.05 .

جدول رقم 03: يبين مقارنة بين خط الدفاع ووسط الميدان في القوة

القياسات	الدفاع	وسط الميدان
الوسط الحسابي	1.39	1.51
الانحراف المعياري	0.165	0.214
ت المحسوبة	1.427	
ت الجدولية	0.022	
مستوى الدلالة	0.05	
النتيجة	لا توجد فروق ذات دلالة احصائية	

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 03 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 1.39 والانحراف المعياري 0.165 للقوة عند خط الدفاع ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 1.51 والانحراف المعياري 0.214 للقوة عند خط وسط الميدان , وبينما ت المحسوبة 1.427 و ت مجدولة 0.022 وهي غير دالة عند مستوى دلالة 0.05 .

جدول رقم 04: يبين مقارنة بين خط الدفاع ووسط الميدان في السرعة

القياسات	الدفاع	وسط الميدان
السرعة	الوسط الحسابي	6.07
	الانحراف المعياري	0.339
	ت المحسوبة	-0.05
	ت الجدولية	1.29
مستوى الدلالة	0.05	
النتيجة	لا توجد فروق ذات دلالة احصائية	

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 04 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 6.08 والانحراف المعياري 0.487 للسرعة عند خط الدفاع ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 6.07 والانحراف المعياري 0.339 للسرعة عند خط وسط الميدان , وبينما ت المحسوبة -0.05 و ت مجدولة 1.29 وهي غير دالة عند مستوى دلالة 0.05 .

3-الدراسة نتائج الفرضية الثانية :

1-3 دراسة ارتباطية لخط وسط الميدان

1-1-3 العلاقة الارتباطية بين الوزن والقوة عند لاعبي وسط الميدان

- جدول رقم 05: يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الوزن والقوة عند لاعبي وسط الميدان

القوة	الوزن	وسط الميدان
1.51	36	المتوسط الحسابي
0.21	3.92	الانحراف المعياري
	0.609	معامل الارتباط
	علاقة ارتباطية قوية	النتيجة

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 05 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 36 والانحراف المعياري 3.92 للوزن ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 1.51 والانحراف المعياري 0.21 للقوة عند خط وسط الميدان , وبينما معامل الارتباط 0.609 وبالتالي توجد علاقة ارتباط قوية .

3-1-2 العلاقة الارتباطية بين الوزن والسرعة عند لاعبي وسط الميدان

- جدول رقم 06: يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الوزن والسرعة عند لاعبي وسط الميدان

وسط الميدان	الوزن	السرعة
المتوسط الحسابي	36	6.07
الانحراف المعياري	3.92	0.33
معامل الارتباط	0.138	
النتيجة	علاقة ارتباطية ضعيفة	

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 06 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 36 والانحراف المعياري 3.92 للوزن ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 6.07 والانحراف المعياري 0.33 للسرعة عند خط وسط الميدان , وبينما معامل الارتباط 0.138 وبالتالي لا توجد علاقة ارتباط.

3-1-3 العلاقة الارتباطية بين الطول والقوة عند لاعبي وسط الميدان

- جدول رقم 07: يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الطول والقوة عند لاعبي وسط الميدان

وسط الميدان	الطول	القوة
المتوسط الحسابي	1.44	1.51
الانحراف المعياري	0.72	0.21
معامل الارتباط	0.373	
النتيجة	علاقة ارتباطية ضعيفة	

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 07 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 1.44 والانحراف المعياري 0.72 للطول ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 1.51 والانحراف المعياري 0.21 للقوة عند خط وسط الميدان , وبينما معامل الارتباط 0.373 وبالتالي لا توجد علاقة ارتباط.

3-1-4 العلاقة الارتباطية بين الطول والسرعة عند لاعبي وسط الميدان

- جدول رقم 08: يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الطول والسرعة عند لاعبي وسط الميدان

السرعة	الطول	وسط الميدان
6.07	1.44	المتوسط الحسابي
0.33	0.72	الانحراف المعياري
	0.189	معامل الارتباط
	علاقة ارتباطية ضعيفة	النتيجة

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 08 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 1.44 والانحراف المعياري 0.72 للطول ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 6.07 والانحراف المعياري 0.33 للسرعة عند خط وسط الميدان , وبينما معامل الارتباط 0.189 وبالتالي لا توجد علاقة ارتباط.

3-2 دراسة ارتباطية لخط الدفاع

3-2-1 العلاقة الارتباطية بين الوزن والقوة عند لاعبي وسط الدفاع

- جدول رقم 09: يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الوزن والقوة عند لاعبي الدفاع

دفاع	الوزن	القوة
المتوسط الحسابي	34.02	1.39
الانحراف المعياري	6.94	0.16
معامل الارتباط	0.278	
النتيجة	علاقة ارتباطية ضعيفة	

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 09 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 34.02 والانحراف المعياري 6.94 للوزن ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 1.39 والانحراف المعياري 0.16 للقوة عند خط الدفاع , وبينما معامل الارتباط 0.278 وبالتالي لا توجد علاقة ارتباط.

3-2-2 العلاقة الارتباطية بين الوزن والسرعة عند لاعبي وسط الدفاع

- جدول رقم 10: يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الوزن والسرعة عند لاعبي الدفاع

الدفاع	الوزن	السرعة
المتوسط الحسابي	34.02	6.08
الانحراف المعياري	6.94	0.48
معامل الارتباط	-0.240	
النتيجة	علاقة ارتباطية ضعيفة	

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 10 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 34.02 والانحراف المعياري 6.94 للوزن ونلاحظ أن الوسيط الحسابي 6.08 والانحراف المعياري 0.48 للسرعة عند خط الدفاع , وبينما معامل الارتباط -0.240 وبالتالي لا توجد علاقة ارتباط.

3-2-3 العلاقة الارتباطية بين الطول والقوة عند لاعبي وسط الدفاع

- جدول رقم 11: يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الطول والقوة عند لاعبي الدفاع

الدفاع	الطول	القوة
المتوسط الحسابي	1.39	1.39
الانحراف المعياري	0.09	0.16
معامل الارتباط	0.479	
النتيجة	علاقة ارتباطية ضعيفة	

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 11 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 1.39 والانحراف المعياري 0.09 للطول ونلاحظ أن الوسيط الحسابي 1.39 والانحراف المعياري 0.16 للقوة عند خط الدفاع , وبينما معامل الارتباط 0.479 وبالتالي لا توجد علاقة ارتباط.

3-2-4 العلاقة الارتباطية بين الطول والسرعة عند لاعبي الدفاع

- جدول رقم 12: يبين نتائج دراسة الارتباطية بين الطول والسرعة عند لاعبي الدفاع

الدفاع	الطول	السرعة
المتوسط الحسابي	1.39	6.08
الانحراف المعياري	0.09	0.48
معامل الارتباط	-0.649	
النتيجة	علاقة ارتباطية ضعيفة	

تحليل الجدول:

من خلال نتائج جدول 12 نلاحظ أن الوسيط الحسابي 1.39 والانحراف المعياري 0.09 للطول ونلاحظ ان الوسيط الحسابي 6.08 والانحراف المعياري 0.48 للسرعة عند خط الدفاع , وبينما معامل الارتباط -0.649 وبالتالي لا توجد علاقة ارتباط.

4-مناقشة النتائج:

في إطار موضوع بحثنا والذي يتطرق إلى دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية (القوة، سرعة)، وبعض القياسات الجسمية (الوزن والطول) على حسب بعض خطوط اللعب (الدفاع و وسط الميدان) صنف (9-12) سنة ذكور، ومن خلال النتائج المحصل عليها من جراء إجراء الاختبارات التي شملت اختبار السرعة (قطع مسافة 20 متر) واختبار القوة (القفز العريض من الثبات)، والمستعملة مع المجموعات (الدفاع، الوسط الميدان) والمسجلة في الجداول (1-2-3-4) و العلاقات بين الصفات البدنية والقياسات الجسمية المسجلة في الجداول (5-6-7-8-9-10-11-12) و التي سنقوم بمناقشة نتائجها المحصل عليها على ضوء الفرضيات المطروحة والتحليل الإحصائي لهذه الأخيرة، في محاولة لإبراز بعض العوامل الرئيسية التي لها دخل في تحديد النتائج المحصل عليها، والتي قد تساهم في فهم الغموض الذي يدور حولها.

4-1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

- من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (04) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة بين خطي الوسط والدفاع وهذا يعود إلى كونهم يندرجون ضمن فريق واحد وهم يتبعون نفس البرنامج التدريبي وبالتالي لم نجد فروق بينهم وكذلك في هذه المرحلة العمرية نلاحظ تشابه كبير بين الناشئين بحكم إن مرحلة المراهقة الأولى لم تأتي وبالتالي لا تكون هناك تغيرات على مستوى الخصائص المورفولوجية والوظيفية في الجسم وبالتالي كان هناك تقارب في مستوى السرعة بين خطوط اللعب باعتبار ان الجانب المورفولوجي يؤثر بدرجة كبيرة على نتائج اختبار السرعة عندما يرتبط الامر بطول وتردد الخطوة وهذا ما نستدل به في الجانب النظري صفحة (27) الذي ينص على إن العوامل الوظيفية للسرعة تحدد وراثيا، وتنمية هذه العوامل يتم مبكرا لدى الطفل حسب ويرى "وينك" أن في السنوات المدرسية الأولى من عمر الطفل يتم فيها أكبر تطور للتوتر وسرعة الحركة، فيجب إذا الأخذ بعين الاعتبار التطوير العام للعوامل البدنية للطفل، واللجوء أكثر إلى تمارين السرعة، والتركيز أكثر على التمارين التي تتطلب الاستجابة السريعة (رد الفعل)، والتمارين التي تتطلب قدرات عالية من التوافق الحركي وعلى التسارع وسرعة الحركة، وفي مقدمة هذه التمارين الألعاب الصغيرة والتي تبنى على عنصر اللعب والمطاردات، والتي تفسح المجال أمام التصرفات الخاصة بالسرعة مما يمنع تشكيل عائق السرعة الذي يؤدي إلى ركودها.

وهذا ما يتنافى مع دراسة **مستور بن علي بن إبراهيم آل حامد الفقيه** هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أكثر المتغيرات الجسمية أو البدنية والفسولوجية و المهارة والنفسية تميزا للاعبين المستويات العالية في كرة القدم والتي توصلت الي إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $0.05 \leq$ بين مراكز اللعب

- من خلال النتائج المتحصل عليها من الجدول (03) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صفة القوة بين خطي الوسط والدفاع وهذا يعود إلى كونهم يندرجون ضمن فريق واحد وهم يتبعون نفس البرنامج التدريبي ونفس الحمل كما جاء الحكم في صفة السرعة وبالتالي لم نجد فروق بينهم وكذلك في هذه المرحلة العمرية نلاحظ تشابه كبير بين الناشئين بحكم ان مرحلة المراهقة الأولى لم تأتي وبالتالي لا تكون هناك تغيرات على مستوى الخصائص المورفولوجية والوظيفية في الجسم وبالتالي كان هناك تقارب في القوة بين خطوط اللعب وهذا ما نستدل به في الجانب النظري صفحة (20) الذي ينص على إن تنمية القوة يلعب دورا هاما في التكوين العام للطفل، كما يجب عند تنمية القوة اخذ الحذر من خصائص الجسم خلال فترة النمو، حيث يكون الجهاز العظمي للطفل رخوا و لينا لافتقاره لمادة الكالسيوم، كما انه يملك مقاومة ضعيفة، وعلى حسب " وينتس " فإن الجهاز العظمي لا يكتمل نموه إلا في المرحلة من 17 - 20 سنة¹.

كما أن الألعاب والأعمال الحركية التي تعتمد على القوة تستطيع مساعدة المراهق في هذه المرحلة على تحسين القوة في وقت مبكر وهذا ما أثبتته دراسة الباحث **عمر إبراهيم محمد حسين عيد** بدراسة عنونها الخصائص البدنية و المهارة لدى لاعبي مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية بفلسطين توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 في الخصائص البدنية في مراكز اللعب المختلفة لناشئي كرة القدم في الضفة الغربية .

- من خلال النتائج المتحصل عليها من الجداول (01) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في طول القامة بين خطي الدفاع ووسط الميدان وهذا يعود إلى أنهم يندرجون ضمن مرحلة عمرية واحدة ولم يصلوا الى مرحلة المراهقة المبكرة التي فيه تحدث تغيرات كبيرة على مستوى الجسم ،وكذلك كونهم يندرجون ضمن فريق واحد وهم يتبعون نفس البرنامج التدريبي وبالتالي يمتلكون نفس البنية المورفولوجية بحكم ان الممارسة الرياضية لها تأثير على البنية المورفولوجية للطفل وهذا ما نستدل به في الجانب النظري صفحة (43) الذي ينص على أن النمو يبدأ بالتباطؤ باقتراب الطفل من مرحلة طفولة متأخرة إلى نضج الجهاز العصبي في الطفل الي نضج الأعضاء الدقيقة كالأصابع وكذا تنمو أعضاء الجسم الإنساني خلال الطفولة بنسب مختلفة وتتأثر بنموها بعوامل عدة ، لكن

محمد عوض البسيوني فيصل ياسين الشاطفي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ، مرجع سبق ذكره ، ص 220¹

أكثر مظاهر النمو ارتباطا بالعمر الزمني وتتأثر بيه هو النمو الطول ونمو الجسم ، ولذلك يقاس النمو الجسمي بالنسبة للعمر الزمني إلى معدل النمو الطولي ، و الوزني ، وفي نهاية السن العاشرة تبدأ طفرة نمو البنات اذا يلاحظ في سن الحادية عشر إن البنات يكون أكثر طولاً وأثقل وزناً من الذكور ، وهذا ما أثبتته دراسة الباحث نوار عبد الله حسين اللامي بدراسة تحديد مستويات معيارية لبعض (الصفات البدنية الخاصة و المهارات الأساسية و القياسات الجسمية) لخطوط اللعب المختلفة للشباب لمنطقة الفرات الأوسط توصلت الدراسة إلى لا فرق دال معنوياً في القياسات الجسمية لخطوط اللعب.

- من خلال النتائج المتحصل عليها من الجداول (02) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وزن الجسم بين خطي الدفاع ووسط الميدان وهذا يعود إلى كونهم يندرجون ضمن فريق واحد وهم يتبعون نفس البرنامج التدريبي وبالتالي له نفس التأثير على البنية المرفولوجية، وكذلك في هذه المرحلة العمرية نلاحظ تشابه كبير بين الناشئين بحكم إن مرحلة المراهقة الأولى لم تأتي وبالتالي لا تكون هناك تغيرات على مستوى الخصائص المورفولوجية والوظيفية في الجسم وبالتالي يمتلكون تقريبا نفس الوزن وهذا ما نستدل به في الجانب النظري صفحة (43) الذي ينص على أن النمو يبدأ بالتباطؤ باقتراب الطفل من مرحلة طفولة متأخرة إلى نضج الجهاز العصبي في الطفل إلى نضج الأعضاء الدقيقة كالأصابع وكذا تنمو أعضاء الجسم الإنساني خلال الطفولة بنسب مختلفة وتتأثر بنموها بعوامل عدة ، لكن أكثر مظاهر النمو ارتباطا بالعمر الزمني وتتأثر بيه هو النمو الطول ونمو الجسم ، ولذلك يقاس النمو الجسمي بالنسبة للعمر الزمني إلى معدل النمو الطولي ، والوزني ، وفي نهاية السن العاشرة تبدأ طفرة نمو البنات اذا يلاحظ في سن الحادية عشر ان البنات يكون أكثر طولاً وأثقل وزناً من الذكور ، وهذا ما أثبتته دراسة الباحث نوار عبد الله حسين اللامي بدراسة تحديد مستويات معيارية لبعض (الصفات البدنية الخاصة و المهارات الأساسية و القياسات الجسمية) لخطوط اللعب المختلفة للشباب لمنطقة الفرات الأوسط توصلت الدراسة إلى لا فرق دال معنوياً في القياسات الجسمية لخطوط اللعب.

4-2 مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

- من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 05 نلاحظ إن هناك علاقة إرتباطية قوية بين الوزن والقوة في خط وسط الميدان وهذا ما أثبتته العديد من الدراسات لكون أن القوة ترتبط بوزن الجسم حيث أنه لا يمكن الحكم على مستوى القوة دون وضع وزن الجسم في الاعتبار ويؤدي تدريب القوة إلى زيادة كتلة العضلات ومن ثم

زيادة وزن الجسم وباختصار يوجد اتفاق عام على أن القوة يرتفع مستواها مع زيادة وزن الجسم كتاب الانجاز الرياضي وقواعد العمل التدريبي ص 310, 311.

- من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 06 يتضح انه لا توجد علاقة إرتباطية بين الوزن والسرعة في خط وسط الميدان وهذا يعود إلى خصائص المرحلة العمرية حيث يتمتع فيها اللاعبين بمستوى ضعيف في الوزن وكذلك في السرعة, الأمر الذي أدى إلى عدم وجود علاقة بين الوزن والسرعة لان أعضاء الجسم الإنساني خلال الطفولة ينمو بنسب مختلفة وتتأثر بنموها بعوامل عدة وهذا ما نستدل به في الجانب النظري صفحة (27) الذي ينص على أن العوامل الوظيفية للسرعة تحدد وراثيا، وتنمية هذه العوامل يتم مبكرا لدى الطفل حسب ويرى "وينك" , وكذلك النمو يبدأ بالتباطؤ باقتراب الطفل من مرحلة طفولة متأخرة , وهذا ما أثبتته دراسة الباحث نوار عبد الله حسين اللامي بدراسة تحديد مستويات معيارية لبعض (الصفات البدنية الخاصة و المهارات الأساسية و القياسات الجسمية) لخطوط اللعب المختلفة للشباب لمنطقة الفرات الأوسط توصلت الدراسة الي لا فرق دال معنويا في القياسات الجسمية لخطوط اللعب.

- من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 07 يتضح انه لا توجد علاقة إرتباطية بين القوة والطول في خط وسط الميدان وهذا يعود إلى خصائص المرحلة العمرية حيث يتمتع فيها اللاعبين بمستوى ضعيف في الطول وكذلك في القوة الأمر الذي أدى إلى عدم وجود علاقة بين الطول والقوة , وهذا ما نستدل به من جانب النظري صفحة (43) تبدو الفروق الفردية واضحة ، فجميع الأطفال لا ينمون بنفس الطريقة او بنفس المعدلات ، فبعضهم ينمو بدرجة اكبر نسبيا في الطول والبعض الآخر في الوزن بما يؤدي الي وتنوع الأنماط الجسمية العامة مثل (سمين ، نحيف) او (طويل ، قصير) , وهذا يتنافى مع دراسة الباحث أ-د-محمد النجار-قسم التربية البدنية كلية التربية-جامعة الملك سعود-الرياض-المملكة العربية السعودية يتميز النمو و التطور البدني بأنه مستمر طوال مراحل العمر المتتابعة لكنه سريع و شديد خلال ،مرحلة المراهقة،وتبدو مظاهره في زيادة أبعاد الجسم و حجم أجزاء،و حجم الأجهزة الحيوية،و تطور كفاءتها.

- من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 08 يتضح انه لا توجد علاقة إرتباطية بين الطول و السرعة في خط وسط الميدان وهذا يعود إلى خصائص المرحلة العمرية حيث يتمتع فيها اللاعبين بمستوى ضعيف في الطول وكذلك في السرعة, الأمر الذي أدى إلى عدم وجود علاقة بين الوزن والسرعة لان أعضاء الجسم الإنساني خلال الطفولة ينمو بنسب مختلفة وتتأثر بنموها بعوامل عدة وهذا ما نستدل به في الجانب النظري صفحة (27)

الذي ينص على أن العوامل الوظيفية للسرعة تحدد وراثيا، وتنمية هذه العوامل يتم مبكرا لدى الطفل حسب ويرى "وينك" , وكذلك النمو يبدأ بالتباطؤ باقتراب الطفل من مرحلة طفولة متأخرة , وهذا ما أثبتته دراسة الباحث نوار عبد الله حسين اللامي بدراسة تحديد مستويات معيارية لبعض (الصفات البدنية الخاصة و المهارات الأساسية و القياسات الجسمية) لخطوط اللعب المختلفة للشباب لمنطقة الفرات الأوسط توصلت الدراسة إلي لا فرق دال معنويا في القياسات الجسمية لخطوط اللعب.

- من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 09 يتضح انه لا توجد علاقة إرتباطية بين الوزن و القوة في خط الدفاع وذلك قد يكون بسبب اختلاف في خطوط اللعب و وجود فروق بين الخططين وذلك يعود للخصائص المرحلة العمرية لأن جسم الطفل في هذه المرحلة ينمو بشكل بطيء , وهذا ما نستدل به من جانب النظري صفحة (43) تبدو الفروق الفردية واضحة , فجميع الأطفال لا يمتون بنفس الطريقة او بنفس المعدلات , فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبيا في الطول والبعض الآخر في الوزن بما يؤدي الي وتنوع الأنماط الجسمية العامة مثل (سمين , نحيف) او (طويل , قصير) , وهذا يتنافى مع دراسة الباحث أ-د-محمد النجار-قسم التربية البدنية كلية التربية-جامعة الملك سعود-الرياض-المملكة العربية السعودية يتميز النمو و التطور البدني بأنه مستمر طوال مراحل العمر المتتابعة لكنه سريع و شديد خلال ,مرحلة المراهقة,وتبدو مظاهره في زيادة أبعاد الجسم و حجم أجزاءه,و حجم الأجهزة الحيوية,و تطور كفاءتها.

- من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 10 يتضح انه لا توجد علاقة إرتباطية بين الوزن والسرعة في خط الدفاع وهذا يعود إلى خصائص المرحلة العمرية حيث يتمتع فيها اللاعبين بمستوى ضعيف في الوزن وكذلك في السرعة, الأمر الذي أدى إلى عدم وجود علاقة بين الوزن والسرعة لان أعضاء الجسم الإنساني خلال الطفولة ينمو بنسب مختلفة وتتأثر بنموها بعوامل عدة وهذا ما نستدل به في الجانب النظري صفحة (27) الذي ينص على أن العوامل الوظيفية للسرعة تحدد وراثيا، وتنمية هذه العوامل يتم مبكرا لدى الطفل حسب ويرى "وينك" , وكذلك النمو يبدأ بالتباطؤ باقتراب الطفل من مرحلة طفولة متأخرة , وهذا ما أثبتته دراسة الباحث نوار عبد الله حسين اللامي بدراسة تحديد مستويات معيارية لبعض (الصفات البدنية الخاصة و المهارات الأساسية و القياسات الجسمية) لخطوط اللعب المختلفة للشباب لمنطقة الفرات الأوسط توصلت الدراسة الي لا فرق دال معنويا في القياسات الجسمية لخطوط اللعب.

- من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 11 يتضح انه لا توجد علاقة إرتباطية بين القوة والطول في خط الدفاع وهذا يعود إلى خصائص المرحلة العمرية حيث يتمتع فيها اللاعبين بمستوى ضعيف في الطول وكذلك في القوة الأمر الذي أدى إلى عدم وجود علاقة بين الطول والقوة , وهذا ما نستدل به من جانب النظري صفحة (43) تبدو الفروق الفردية واضحة ، فجميع الأطفال لا يمتون بنفس الطريقة أو بنفس المعدلات ، فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبياً في الطول والبعض الآخر في الوزن بما يؤدي الي وتنوع الأنماط الجسمية العامة مثل (سمين ، نحيف) او (طويل ، قصير) ، وهذا يتنافى مع دراسة الباحث أ-د-محمد النجار-قسم التربية البدنية كلية التربية-جامعة الملك سعود-الرياض-المملكة العربية السعودية يتميز النمو و التطور البدني بأنه مستمر طوال مراحل العمر المتتابعة لكنه سريع و شديد خلال ،مرحلة المراهقة،وتبدو مظاهره في زيادة أبعاد الجسم و حجم أجزاء،و حجم الأجهزة الحيوية،و تطور كفاءتها.

- من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم 12 يتضح انه لا توجد علاقة إرتباطية بين الطول و السرعة في خط الدفاع وهذا يعود إلى خصائص المرحلة العمرية حيث يتمتع فيها اللاعبين بمستوى ضعيف في الطول وكذلك في السرعة، الأمر الذي أدى إلى عدم وجود علاقة بين الوزن والسرعة لان أعضاء الجسم الإنساني خلال الطفولة ينمو بنسب مختلفة وتتأثر بنموها بعوامل عدة وهذا ما نستدل به في الجانب النظري صفحة (27) الذي ينص على أن العوامل الوظيفية للسرعة تحدد وراثياً، وتنمية هذه العوامل يتم مبكراً لدى الطفل حسب ويرى "وينك" , وكذلك النمو يبدأ بالتباطؤ باقتراب الطفل من مرحلة طفولة متأخرة , وهذا ما أثبتته دراسة الباحث نوار عبد الله حسين اللامي بدراسة تحديد مستويات معيارية لبعض (الصفات البدنية الخاصة و المهارات الأساسية و القياسات الجسمية) لخطوط اللعب المختلفة للشباب لمنطقة الفرات الأوسط توصلت الدراسة إلي لا فرق دال معنوياً في القياسات الجسمية لخطوط اللعب.

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج الدراسة وفي حدود عينة البحث نستنتج ما يلي:

- لا يوجد تشابه بين لاعبي الدفاع والوسط لكرة القدم (9-12) سنة في خصائص البدنية (سرعة، قوة) والقياسات الجسمية (وزن, طول) .
- لا يوجد علاقة بين الطول و الوزن و مختلف الصفات البدنية عند لاعبي الدفاع و وسط الميدان , ماعدا علاقة القوة بالوزن عند خط وسط الميدان .
- * وقد يعود السبب في ذلك لوجود تقارب في مستوى اللاعبين في الخصائص البدنية في لعبة كرة القدم خصوصاً أنه لا يوجد تدريب مستمر وتخصصية لتدريب المراكز.
- ويربط الباحث عدم وجود فروق في الخصائص البدنية لقلّة التدريبات وعدم الاستمرار بالتدريب المنظم والاكتفاء بتحضير اللاعبين بوقت البطولة بالإضافة لعدم وجود الخبرة عند اللاعبين، ويرجع الباحث عدم وجود فروق في الخصائص البدنية إلى عدم التنوع في التدريبات للاعبين حسب المراكز داخل الملعب واكتفائهم بالتدريب بشكل عام وبنفس الأسلوب لنفس المراكز.

- الاقتراحات

- من خلال دراستنا دراسة مقارنة لبعض صفات البدنية وبعض القياسات الجسمية على حسب بعض خطوط اللعب في كرة القدم صنف (9-12) ذكور , و من خلال بعض النتائج التي توصلنا إليها سواء كان ذلك متوقعا أو غير متوقع ، مما جعلنا نخرج بمجموعة من الاقتراحات التي نرى فيها وسيلة لتحقيق و تدعيم ما تم دراسته كما يمكن أن تكون دراسات أخرى امتداد لهذه الدراسة و يمكن تلخيص أهم الاقتراحات فما يلي:
- البحث عن أكثر الإطارات كفاءة لتكليفها بتدريب الفئات الصغرى و تجنب الاعتماد فقط على الخبرة و تجربة اللاعبين القدامى .
- التكوين المتواصل للمدربين على كل الأصعدة سواء المتعلقة بطرق ومناهج التدريب أو المتعلقة بعلم النفس الرياضي .
- الاهتمام بالعمل القاعدي مع الأشبال بالطرق العلمية لأن ذلك من شأنه أن يؤدي الى تكوين قاعدي صلبة، و كذلك تحميه من الانسحاب من النشاط الرياضي جراء نقص التكوين و عدم القدرة على مثابرة.
- البحث عن التنوع و التجديد في أسلوب التدريب من طرف المدرب.

- ضرورة التركيز على إدماج تمارين عامة وخاصة و برامج تطويرية قصد تحسين القدرات البدنية العامة والخاصة استخدام الاختبارات من أجل التعرف على مستوى اللاعبين بشكل موضوعي و منطقي.
- توفير الوسائل المساعدة على الرفع من المستوى البدني لدى اللاعبين..
- إدراك أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية عند فئة المراهق.
- اعتماد المدربين للاختبارات البدنية المختارة لناشئي كرة القدم عند التقويم والتشخيص والانتقاء.
- تدريب اللاعبين حسب المراكز وهذا انطلاقا من خصوصيات كل مركز وواجباته ومتطلباته بالفريق.

- خاتمة

إن الرياضة قبل كل شيء هي أخلاق وثقافة تهدف إلى إعداد الفرد وتكوينه من نواحي بدنية، عقلية، نفسية، اجتماعية.... الخ

فكرة القدم التي هي عبارة عن نشاط رياضي والذي يعتمد على اللعب الجماعي بين خطوط اللعب حيث يكمل بعضها البعض ويكون ذلك بالتدريب الجيد والمتناسق فالتدريب في مجال كرة القدم عملية تربوية خطوية مبنية على أسس علمية هدفها الوصول باللاعبين إلى أرقى المستويات الرياضية من خلال الارتفاع السريع بمقدرة اللاعب الفسيولوجية والوظيفية والفنية والنفسية والذهنية والتدريب في كرة القدم يعتبر وسيلة وليس غاية في حد ذاته لأنه يعمل على تحقيق أهداف مشتركة للمدرب واللاعب من خلال تأدية واجباتهم بأعلى مستوى من الكفاءة أثناء تنمية وتطوير قدرات اللاعبين البدنية والفنية والنفسية والأخلاقية للوصول بهم إلى مستويات عالية في نشاط كرة القدم ويعرف التدريب في كرة القدم بأنه العملية الكلية المنظمة والمخططة والموجهة للنهوض بمستوى اللاعبين من خلال مؤثرات منسقة تهدف من خلال تنمية الكفاءة البدنية والاستعداد إلى داء الجهد للوصول إلى أعلى مستوى أداء رياضي وذلك من خلال تطوير نظم التدريب لمراكز اللعب في كرة القدم إن الهدف العام للتدريب الرياضي في كرة القدم يتحقق من خلال التدريب المستمر والمنظم والعمل الهادئ للمدرب مع لاعبيه لتحقيق أعلى إنجاز باستخدام الخبرات الناجحة في تحقيق ذلك مع العمل على استكمال وتطوير الصفات البدنية التي تؤدي إلى تنمية الصفات المعنوية والإرادية لأعضاء الفريق مع اختيار أنسب طرق التدريب وأساليب التقويم.

وأخيراً يمكن القول أن هدف التدريب في كرة القدم هو الإعداد المتكامل للاعب بدنياً ومهارياً وخططياً وفكرياً ونفسياً لتحقيق أعلى مستوى بالأداء المتكامل وبالقدر الذي يحقق الأهداف العامة والخاصة.. فالعامة هي ديمومة اللياقة البدنية وتنمية المهارات والخاصة هي تحقيق النصر في المنافسات ولكي نفهم أهداف وواجبات التدريب في كرت القدم علينا أن نحلل ما تتميز به كرت القدم الحديثة وما طرأ عليها من تطور سريع وتغير في طابع وأسلوب وطرق اللعب الحديثة والذي واكبه تنوع في خطط اللعب المختلفة والذي استوجب إعداد وتهيئة اللاعبين لمواجهة تلك المتغيرات من خلال الارتقاء بمستوى الأداءات المهارية طبقاً لشرط وظروف المباراة وأن تدريب في مجال كرة القدم عملية تربوية خطوية مبنية على أسس علمية هدفها الوصول إلى أحسن النتائج وذلك تدري باللاعبين حسب المراكز وهذا انطلاقاً من خصوصيات كل مركز وواجباته ومتطلباته بالفريق، من اجل الارتقاء في هذه اللعبة والاعتماد على الاختبارات البدنية المختارة لناشئي كرة القدم عند التقويم والتشخيص والانتقاء.

قائمة المراجع:

- 01- رومي جميل: كرة القدم، دار النقائض ، بيروت ، ط1، 1986 م ، ص 50-51.
- 02- عبد الرحمان الوافي: مدخل إلى علم النفس ، دارهومه، ب ط، 2006 م ، ص 144 .
- 03- إبراهيم مفتي حماد، بناء فريق كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1 ، مصر 1998 ، ص 10
- 04- محمود عوض البسيوني ، فيصل ياسين الشاطي ، نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية 1992، ص 171 .
- 05- حنفي محمود مختار ، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، 1974 ، ص 62
- 06- تشارلز يوتشر، أسس التربية البدنية، ترجمة الدكتور حسن معوض، د / كمال صالح، مكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، 1964، ص 181.
- 07- أثير صبري ، عقيل عبد الله الكاتب ، التدريب الدائري ، مطبعة علاء بغداد 1980 ، ص 48.
- 08- تامر محسن واثق تاجي ، كرة القدم و عناصرها الأساسية ، المطبعة الجامعية بغداد 1976 ، ص 56،
- 09- قاسم حسن حسين ، قيس ناجي عبد الجبار كمونات الصفات الحركية ، مطبعة الجامعة بغداد 1984 ، ص 48
- 10- صلاح السيد قدوس ، الأسس العلمية الحديثة في رياضة الملاكمة ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، 1977 ، ص 68 ،
- 11- سامي الصفار وآخرون : "كرة القدم"؛ الجزء الأول، ط2، مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، بغداد: 1987، ص(199).
- 12- كمال درويش ومحمد حسنين: "التدريب الدائري"؛ دار الفكر العربي، مصر: 1984، ص(35)
- 13- إبراهيم أحمد سلامة: "الاختبارات والقياس في التربية البدنية والرياضية"؛ دار المعارف ، القاهرة: 1980، ص(133).
- 14- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين: "اللياقة البدنية ومكوناتها الأساسية"؛ ط3، دار الفكر العربي، الإسكندرية: 1997، ص(33).
- 15- زكي محمد حسن ، الظواهر المرفولوجية في رياضي الألعاب الجماعية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 2004، ص 7 .
- 16- محمد حازم محمد أبويوسف ، أسس إختيار الناشئين في كرة القدم ، دارالوفاء لدنيا الطباعة و النشر ، الطبعة الأولى ، الإسكندرية، مصر، 2005، ص 25- 26 .
- 17- محمد الحماحمي ، أمين الخولي ، أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية ، القاهرة، 1990، ص 137.

- 18- محمد صبحي حسنين، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة، القاهرة، 2000، ص44.
- 19- عبد الرحمان الوافي، د.زيان سعيد: "النمو من الطفولة إلى المراهقة"، الخنساء للنشر والتوزيع، 2004، ص 65.
- 20- محمد مصطفى زيدان "دراسة سيكولوجية الطفل"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1975، ص 61.
- 21- خدم عوض البسيوي: "نظريات وطرق التربية البدنية"، د. م ج، الجزائر، 1992، ص 36.
- 22- ليلي يوسف: "سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية"، مكتبة الاجلو مصرية، القاهرة، 1962، ص 24-23.
- 23- فيصل رشيد عياش الدليمي ولحمر عبد الحق: "كرة القدم"، المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية: مستغانم، 1997، ص(01).
- 24- إبراهيم علام: "كأس العالم لكرة القدم"؛ دار القومية والنشر، مصر: 1960، ص(60).
- 25- محمد عبده صالح الوحش ومفتي إبراهيم محمد: "أساسيات كرة القدم"؛ بدون طبعة، دار المعرفة، مصر: 1994، ص(08).
- 26- مختار سالم: "كرة القدم لعبة الملايين"؛ ط 2، مكتبة المعارف بيروت، 1998، ص(12).
- 27- جميل نظيف: "موسوعة الألعاب الرياضية المفضلة"؛ ط 1، دار الكتب العلمية، بيروت: 1993، ص(342).
- 28- حسن عبد الجواد: "كرة القدم"؛ ط 7، دار العلم للملايين، بيروت، لبنان: 1984، ص(15).
- 29- المذكرة الرياضية: "مجلة رياضية تصدر عن المركز الوطني للإعلام والوثائق الرياضية"؛ 1998، ص(06).
- 30- حنفي محمود مختار: "كرة القدم للناشئين"؛ دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، بدون سنة، ص(23).
- 31- رشيد فرحات وآخرون: "موسوعة كنوز المعرفة الرياضية"؛ ط 2، دار النظير عبور: 1999، ص(217).
- 32- موفق مجيد المولى: "الإعداد الوظيفي في كرة القدم"؛ ط 1، دار الفكر عمان: 1999، ص(09).
- 33- حسن عبد الوهاب: "كرة القدم"؛ دار المعلمين، بيروت: 1998، ص(24).
- 34- مجلة الحوادث: "العدد 118، 23 ماي 1986، الجزائر: ص(38).
- 35- محمد منصور: "الكرة الجزائرية فوز مستحق"؛ جريدة الشباك، العدد 26، 26 نوفمبر 1993، الجزائر: ص(23).
- 36- رضوان: "جريدة الهذاف"؛ العدد، 226، 29 مارس 2003، ص(4).
- 37- السعيد خياطو: "مقابلة صحفية"؛ جريدة الشباك، العدد 206، 03 أوت 1997، ص(07).
- 38- جريدة الرأي، العدد 20، 11 جانفي 2002، ص(17).
- 39- مجلة الحوادث، العدد 109 الصادرة في 23 أبريل 2000، الجزائر ص(10).

- 40- حسن السيد، الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، ص12
- 41- ألبيك، أسس إعداد لاعبي كرة القدم، منشأة المعارف، دون ط الإسكندرية، مصر، 2008 ،من ص 311 إلى ص321 ،
- 42- ديولد فان دالين (تأليف) محمد نبيل نوفل وآخرون: " مناهج البحث في التربية وعلم النفس"، طبعة الثانية، 1984،ص:313.
- 43- عبد القادر حلمي: مدخل إلى الإحصاء ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1992 ، ص 45.

ملحق الثاني:

قائمة لاعبي اكاامية التحدي * خط وسط هجوم * الوزن والطول*

الرقم	الاسم واللقب	تاريخ الميلاد	الوزن	الطول
01	طليبة علاء الدين		kg38.00	m1.50
02	خليفة عمار		Kg33.01	m1.38
03	ساري احمد لمين		Kg29.05	m1.29
04	بن تيشة عبد الحق		Kg40.78	m1.50
05	بن تيشة عبد الوهاب		Kg34.04	m1.45
06	خليفة احمد		Kg33.03	m1.40
07	ذيب مبروك		Kg40.00	m1.45
08	سبوعي محمد		Kg39.05	m1.48
09	بن تيشة رمزي		Kg37.06	m1.51

قائمة لاعبي اكاامية التحدي * خط الدفاع *الوزن والطول*

الرقم	الاسم واللقب	تاريخ الميلاد	الوزن	الطول
01	خليفة احمد الصولي		kg21.9	1.20M
02	خليفة عبد الرحمان		Kg43.3	1.33M
03	خطاب محمد طه		Kg28.5	1.36M
04	تي عبد المؤمن		Kg27.6	M1.36
05	رحومة عماد الدين		Kg30.3	M1.38
06	بوضياف علي		Kg32.7	M1.39
07	حمزة فارس		Kg37.00	M1.50
08	نصيرو يوسف		Kg37.02	M1.45
09	حريز بلال		Kg40.87	m1.50
10	رحومة الهاشمي		kg41.04	m1.49

قائمة لاعبي خط دفاع في اختبار القوة * الوثب من الثبات*

النتيجة	تاريخ الميلاد	الاسم واللقب	الرقم
1.30m		خلايفة احمد الصولي	01
1.29m		خلايفة عبد الرحمان	02
1.04m		خطاب محمد طه	03
1.51m		تي عبد المؤمن	04
1.49m		رحومة عماد الدين	05
1.42m		بوضياف علي	06
1.55m		حمزة فارس	07
1.26m		نصيرة يوسف	08
1.50m		حريز بلال	09
1.55m		رحومة الهاشمي	10

قائمة لاعبي خط وسط هجوم في اختبار القوة * الوثب من ثبات *

النتيجة	تاريخ الميلاد	الاسم واللقب	الرقم
m1.50		طليبة علاء الدين	01
m1.50		خلايفة عمار	02
m1.38		موساوي احمد لمين	03
m1.56		بن تيشة عبد الحق	04
m1.42		بن تيشة عبد الوهاب	05
m1.20		خلايفة احمد	06
m1.98		ذيب مبروك	07
m1.45		سبوعي محمد	08
m1.65		بن تيشة رمزي	09

قائمة لاعبي خط وسط هجوم في اختبار سرعة 20 م

الرقم	الاسم واللقب	تاريخ الميلاد	النتيجة
01	طليبة علاء الدين		6.56ثا
02	موساوي احمد لمين		6.18ثا
03	بن تيشة عبد الحق		5.72ثا
04	بن تيشة عبد الوهاب		6.26ثا
05	خليفة احمد		5.79ثا
06	ذيب مبروك		6.55ثا
07	خليفة عمار		6.02ثا
08	سبوعي محمد		5.65ثا
09	بن تيشة رمزي		5.92ثا

قائمة لاعبي خط الدفاع في اختبار سرعة 20 م

الرقم	الاسم واللقب	تاريخ الميلاد	النتيجة
01	خليفة احمد الصولي		6.61ثا
02	خليفة عبد الرحمان		6.75ثا
03	خطاب محمد طه		6.34ثا
04	تي عبد المؤمن		5.94ثا
05	رحومة عماد الدين		6.31ثا
06	بوضياف علي		5.63ثا
07	حمزة فارس		5.59ثا
08	نصيرة يوسف		6.29ثا
09	حريز بلال		5.20ثا
10	رحومة الهاشمي		6.16ثا

الملحق الثالث:

Statistics

	و	وز	طو	طول	قوة	ق	س	سر
N	Valid	9	10	9	10	9	9	10
	Missing	1	0	1	0	1	1	0
Mean	36.00	34.02	1.4400	1.3960	1.3910	1.5156	6.0722	6.0820
Std. Deviation	3.924	6.947	.07211	.09371	.16536	.21437	.33929	.48732

Correlations

	طو	طول	و	وز	قوة	ق	س	سر	
طو	Pearson Correlation	1	.112	.868**	-.049-	.674*	.373	.189	-.314-
	Sig. (2-tailed)		.775	.002	.900	.046	.323	.627	.410
	N	9	9	9	9	9	9	9	9
طول	Pearson Correlation	.112	1	.214	.701*	.479	.436	-.551-	-.674*
	Sig. (2-tailed)	.775		.581	.024	.161	.241	.124	.033
	N	9	10	9	10	10	9	9	10
و	Pearson Correlation	.868**	.214	1	-.022-	.618	.609	.138	-.295-
	Sig. (2-tailed)	.002	.581		.955	.076	.082	.722	.440
	N	9	9	9	9	9	9	9	9
وز	Pearson Correlation	-.049-	.701*	-.022-	1	.278	.287	-.333-	-.240-
	Sig. (2-tailed)	.900	.024	.955		.436	.454	.382	.505
	N	9	10	9	10	10	9	9	10
قوة	Pearson Correlation	.674*	.479	.618	.278	1	.475	.239	-.555-
	Sig. (2-tailed)	.046	.161	.076	.436		.197	.536	.096
	N	9	10	9	10	10	9	9	10
ق	Pearson Correlation	.373	.436	.609	.287	.475	1	-.162-	-.339-
	Sig. (2-tailed)	.323	.241	.082	.454	.197		.678	.373
	N	9	9	9	9	9	9	9	9
س	Pearson Correlation	.189	-.551-	.138	-.333-	.239	-.162-	1	.003
	Sig. (2-tailed)	.627	.124	.722	.382	.536	.678		.994
	N	9	9	9	9	9	9	9	9
سر	Pearson Correlation	-.314-	-.674*	-.295-	-.240-	-.555-	-.339-	.003	1
	Sig. (2-tailed)	.410	.033	.440	.505	.096	.373	.994	
	N	9	10	9	10	10	9	9	10

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Group Statistics

	سر	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
و	1.00	9	36.00	3.924	1.308
	2.00	10	34.02	6.947	2.197
طو	1.00	9	1.4400	.07211	.02404
	2.00	10	1.3960	.09371	.02963
ق	1.00	9	1.5156	.21437	.07146
	2.00	10	1.3910	.16536	.05229
س	1.00	9	6.0722	.33929	.11310
	2.00	10	6.0820	.48732	.15411

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
و	Equal variances assumed	4.247	.055	.752	17	.462	1.979	2.631	-3.572-	7.531
	Equal variances not assumed			.774	14.467	.451	1.979	2.557	-3.488-	7.446
طو	Equal variances assumed	.467	.503	1.137	17	.271	.04400	.03871	-.03766-	.12566
	Equal variances not assumed			1.153	16.637	.265	.04400	.03816	-.03664-	.12464
ق	Equal variances assumed	.022	.885	1.427	17	.172	.12456	.08730	-.05963-	.30874
	Equal variances not assumed			1.407	15.031	.180	.12456	.08854	-.06414-	.31325
س	Equal variances assumed	1.290	.272	-.050-	17	.961	-.00978-	.19488	-.42094-	.40139
	Equal variances not assumed			-.051-	16.063	.960	-.00978-	.19115	-.41487-	.39532

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة: دراسة مقارنة لبعض صفات البدنية والقياسات الجسمية علي حسب بعض مراكز اللعب.

- دراسة ميدانية على ا카데미ة التحدي .

هدف الدراسة: التعرف على الفروق الموجودة بين لاعبي خط الدفاع وخط وسط الميدان.

- إشكالية الدراسة: هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض العناصر اللياقة البدنية وبعض القياسات الجسمية بين بعض خطوط اللعب في كرة القدم (9-12) ؟

- الفرضيات:

- الفرضية العامة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعض عناصر اللياقة البدنية وبعض القياسات الجسمية على حسب بعض خطوط اللعب في كرة القدم.

- الفرضيات الجزئية:

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي خط الدفاع وخط وسط الميدان.

- يوجد علاقة ارتباطية بين طول والوزن ومختلف الصفات البدنية عند لاعبي خط الدفاع ووسط الميدان

- حدود الدراسة:

- المجال المكاني:

أجريت الاختبارات الميدانية في ملعب كرة القدم التابع للمركب الرياضي حابي خليفة (الوادي) حيث قمنا بإجراء الاختبارات البدنية و أخذ القياسات الجسمية كأدوات دراسة.

- المجال الزمني:

- أجريت الدراسة النظرية: من بداية شهر جانفي إلى بداية شهر افريل.

- أجري الجانب التطبيقي: من 2017/01/10 إلى 2017/04/10.

- العينة:

تم اختيار العينة بطريقة قصديه , حيث شملت 19 لاعب , من مدرسة التحدي بحاسي خليفة الوادي , 10 لاعبين دفاع و 09 لاعبين وسط ميدان .

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي

- أدوات الدراسة: الاختبارات

الاقتراحات والتوصيات:

- البحث عن أكثر الإطارات كفاءة لتكليفها بتدريب الفئات الصغرى و تجنب الاعتماد فقط على الخبرة و تجربة اللاعبين القدامى.

- التكوين المتواصل للمدربين على كل الأصعدة سواء المتعلقة بطرق ومناهج التدريب أو المتعلقة بعلم النفس الرياضي.

- الاهتمام بالعمل القاعدي مع الأشبال بالطرق العلمية لأن ذلك من شأنه أن يؤدي الى تكوين قاعدي صلبة، و كذلك تحميه من الانسحاب من النشاط الرياضي جراء نقص التكوين و عدم القدرة على مثابرة.

- البحث عن التنوع و التجديد في أسلوب التدريب من طرف المدرب.