



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ألكي محند أولحاج - البويرة-



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: تدريب رياضي تنافسي

الموضوع:

## بطارية إختبارات انتقائية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب

دراسة ميدانية أجريت على فريق اتحاد بلدية الأخرضية بولاية البويرة.

إشراف الدكتور:

منصوري نبيل

اعداد الطالب:

بريشي حمزة

السنة الجامعية

2020/2019

## شكر وتقدير

الحمد لله حمدا كثيرا وصلّى اللهم على سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم  
خاتم الأنبياء والمرسلين.

أشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه، كما أتقدم بالشكر إلى  
كل أساتذة المعهد وإلى كل عمال المكتبات التي تعاملت معهم خلال البحث.  
وإلى زملاء الذين قدموا لي يد العون وكانوا سندا لي في السراء والضراء.  
وأتقدم بالشكر إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا العمل  
من قريب أو من بعيد.

# الإهداء

**\*\*الحمد لله الذي بفضلہ تتم الصالحات\*\***

أهدي هذا العمل إلى أمي الحبيبة التي لم  
تبخل علي بالدعاء وإلى الأب  
الغالي.

إلى إخوتي الأعزاء وكل الأقارب.

إلى الأصدقاء والأحبة وإلى كل زملاء الدراسة.

المحتوى

## المحتوى

الصفحة	العنوان
أ	شكر وتقدير
ب	الإهداء
ت	المحتوى
د	ملخص الدراسة
ر	المقدمة
<b>مدخل عام للبحث</b>	
02	الإشكالية
03	الفرضيات
03	أسباب اختيار الموضوع
03	أهمية البحث
04	أهداف البحث
04	تحديد المصطلحات والمفاهيم
07	عرض الدراسات
<b>الفصل الأول: الانتقاء الرياضي والتوجيه</b>	
13	<b>تمهيد</b>
14	1- مفهوم الانتقاء
14	2- مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي
14	3- أهمية عملية الانتقاء
15	4- أهداف عملية الانتقاء
15	5- الواجبات المرتبطة بالانتقاء الرياضي
15	6- أنواع الانتقاء في النشاط الرياضي
16	7- مراحل الانتقاء الرياضي
16	7-1- مرحلة انتقاء الرياضي
17	7-2- مرحلة الفحص المتعمق
17	7-3- مرحلة التوجيه الرياضي
17	7-4- مرحلة انتقاء المنتخبات

18	8-معايير الإنتقاء
18	8-1-الإستعدادات
18	8-2-القابليات
18	8-3-القدرات
19	9-العمر المناسب للإنتقاء في كرة القدم
19	10-محددات عملية الإنتقاء
19	10-1-محددات بيولوجية
19	10-2-محددات سيكولوجية
19	10-3-الإستعدادات الخاصة
19	11-الدلائل الخاصة بالإنتقاء
20	12-الأسلوب العلمي وانتقاء اللاعبين
20	13-العوامل الأساسية لانتقاء الرياضيين
21	14-الصعوبات التي تواجه عملية انتقاء وتشجيع المواهب الرياضية
22	الخلاصة
<b>الفصل الثاني: رياضة كرة القدم</b>	
24	<b>تمهيد</b>
25	1-تعريف الرياضة
25	1-1-أنواع الرياضة
25	2-كرة القدم
25	2-1-تعريف كرة القدم
26	2-2-تاريخ ونشأة لعبة كرة القدم
26	2-3-القوانين الأساسية في كرة القدم
26	2-3-1-الملعب
26	2-3-2-الكرة
26	2-3-3-عدد اللاعبين
27	2-3-4-الحكام

27	2-3-5- فترات اللعب
27	2-3-6- بداية اللعب
27	2-3-7- الكرة في الملعب أو خارج الملعب
27	2-3-8- طريقة تسجيل الهدف
27	2-3-9- التسلل
27	2-3-10- الأخطاء وسوء السلوك
27	2-3-11- الضربة الركنية
27	2-3-12- الضربة الحرة
28	2-3-13- رمية التماس
28	2-3-14- ضربة المرمى
28	3- أهمية كرة القدم
29	4- المبادئ الأساسية لكرة القدم
29	5- متطلبات اللعب في كرة القدم
30	5-1- المتطلبات البدنية
30	5-2- المتطلبات التقنية
30	5-3- المتطلبات التكتيكية
30	5-4- المتطلبات النفسية
31	6- قواعد كرة القدم
31	6-1- المساواة
31	6-2- السلامة
31	6-3- التسلية
32	<b>خلاصة</b>
	<b>الفصل الثالث: التحضير البدني في كرة القدم</b>
34	<b>تمهيد</b>
35	1- تعريف التحضير البدني
35	2- التحضير البدني في كرة القدم
36	3- مدة التحضير البدني

36	4-أنواع التحضير البدني
38	4-1-التحضير التقني والتكتيكي
39	4-2-التحضير النفسي والنظري
39	5-أهمية الإعداد البدني
40	6-اللياقة البدنية
40	7-القدرات البدنية للاعب كرة القدم الحديثة
41	8-أهمية التحمل للاعب كرة القدم
41	9-القوة العضلية
43	خلاصة
<b>الفصل الرابع: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية</b>	
45	تمهيد
46	1- الدراسة الإستطلاعية
46	2- المنهج الوصفي
46	3- المجتمع
46	4- العينة
47	5- متغيرات البحث
47	6- مجالات الدراسة
47	7- أدوات البحث
47	الاستبيان
48	الأسس العلمية للأداة
48	الوسائل الإحصائية
49	خلاصة
<b>الفصل الخامس: النتائج المتوقعة</b>	
51	الإقتراحات
54	الاستنتاج العام
56	الخاتمة
59	قائمة المصادر والمراجع



ملخص الدراسة

### ملخص الدراسة

عنوان البحث: بطارية اختبارات انتقائية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب

أهداف الدراسة:

أ- الهدف الرئيسي:

- تهدف هذه الدراسة أساساً إلى معرفة بطارية اختبارات انتقائية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب

ب- الأهداف الجزئية:

- معرفة مدى اهتمام الطواقم الفنية لكرة القدم الجزائرية بعمليات انتقائية بواسطة بطارية اختبارات

- خدمة الرياضة وتعميم الفوائد في البحث العلمي.

- تمكين المدربين من الاستغلال الأمثل لنتائج التقييم المهاري الفيزيولوجي باستعمال بطارية اختبارات في عملية

انتقاء لاعبي كرة القدم.

- معرفة أهمية الانتقاء وآثره في الحصول على نتائج حسنة.

- تحسيس المدربين بضرورة وأهمية الانتقاء.

مشكلات الدراسة:

هل للبطارية اختبارات دور فعال في عملية الانتقاء للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب؟

فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

هناك نقائص في عملية الانتقاء لدى لاعبي كرة القدم في مستوى أندية ولاية البويرة.

الفرضيات الجزئية:

- عوامل تعيق استعمال بطارية اختبارات أثناء القيام بعملية الانتقاء.

- تتم عملية الانتقاء في ولاية البويرة بطريقة عشوائية وهذا نظراً لإعتماد جل المدربين على أسس غير

علمية.

- هناك نقائص في التحكم في مضمون عملية الانتقاء.

إجراءات الدراسة الميدانية:

العينة: تم اختيار عينة بحثنا بشكل عشوائي وشملت 16 مدرب.

المجال الزمني: تمت مدة تطبيق الاستبيان من فيفري إلى افريل للموسم الجامعي: 2020/2019

المجال المكاني: أجريت دارستنا على مستوى أندية كرة القدم لكل من ولاية البويرة.

المنهج المتبع: استخدمنا في بحثنا المنهج الوصفي.

الأدوات المستعملة في الدراسة: الاستبيان وأداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات.

### النتائج المتوصل إليها:

معظم المدربين ذوي الخبرة في تدريب كرة القدم يتحكمون في عملية الانتقاء بطريقة جيدة وهذا مقارنة بالمدربين الأقل خبرة.

يرى أغلب المدربين أن توفير الظروف المادية تؤثر بشكل كبير على عملية الانتقاء.

مقدمة

تعتبر كرة القدم من بين أهم الرياضات على المستوى العالمي، حيث أنها تحتل أعلى المراتب في تصنيف الرياضات الجماعية الأكثر شعبية في العالم، فقد تطورت هذه الرياضة بصفة مذهلة في أواخر هذا القرن وهذا ما يظهر جليا في المستوى العالمي الذي وصلت إليه مختلف منتخبات العالم، وشهد المجال الرياضي التعاون الهائل بين العلماء والمختصين من مدربي الألعاب والنشاطات المختلفة والافتتاح التام بما يسمى الموهبة الرياضية، والعمل على ضرورة إحتضانها ورعايتها حيث قدموا للعالم كل ما عاشوا وجاهدوا وصبروا من أجله، فمثلا قدموا رياضيين أدائهم أقرب ما يكون للاعجاز لقد عرفوا أهمية الموهبة وضرورة العمل على اكتشافها منذ أمد بعيد، وضرورة تقديمها من خلال العديد من العاب والأنشطة في صورة مختلفة، يستمتع المشاهدين بها.

حيث تثير بعض المصادر إلى أن الوصول إلى المستوى الرياضي العالمي يتطلب منذ البداية عملية الإعداد الجيد لفترات طويلة لأن البطل لا يولد بين يوم وليلة وأن عملية الإعداد هذه مرتبطة بعوامل كثيرة كي نحقق النتائج المطلوبة، وأول هذه العوامل هي العملية الصحيحة في الانتقاء لذلك يجب أن تخضع عملية الانتقاء لمعايير علمية رياضية من خلال قدرات الأفراد ومعرفة قابليتهم البدنية والاجتماعية والنفسية والعقلية والوظيفية لأنها في النهاية تسهل الطريق على المدرب في قطع شوط كبير في عملية تدريبهم وتحسين مستواهم وإكتسابه مخططا وإمكانيات جديدة.

وعند الحديث عن عملية الانتقاء في المجال الرياضي وبالخصوص في كرة القدم فإن الكثير من الموضوعات تقفز أمام القائم بهذه العملية أهمها ظاهرة الفروق الفردية بين الأفراد ففي النوع الواحد لا نجد فردين متشابهين تماما فلكل فرد من أفراد النوع الواحد قدراته المتميزة وأساليبه الخاصة في التكيف مع البيئة المحيطة وظروفها المتميزة.

وعليه تعتبر عملية الانتقاء من أهم المشاكل التي يواجهها العاملون في مجال الرياضة فكثيرا ما يتم الانتقاء، بناء على محددات ذاتية لها أثرها السيئ على النتائج المستقبلية في الانتقاء الخاطئ، لا يخدم الرياضة ويعتبر إهدارا للجهد والوقت والإمكانيات المادية وعلى ذلك يعد الانتقاء الجيد المبنى على الأسس العلمية من أهم عوامل النجاح في الرياضة والنهوض بها إلى المستويات العالية، كما لا خطر علينا أن التراجع الملحوظ الذي تشهده الرياضة في الجزائر عامة وكرة القدم خاصة راجع إلى نقص تكوين الرياضيين وعدم تأهيل المدربين.

مدخل عام  
التعريف للبحث

اكتشفت كرة القدم في بداية الأمر من ركل قرية مصنوعة من جلود الحيوانات، ومع مرور الوقت عرفت كرة القدم تطورا كبيرا على المستوى العالم إلى ما تبدو عليه اليوم، وتعد هذه الرياضة من الرياضات الجماعية التي ذاع صيتها في العالم بصفة عامة وفي الجزائر بصفة خاصة، واكتسبت شعبية وجمهوريين كبيرين مقارنة بالرياضات الأخرى.

ورياضة كرة القدم كباقي الرياضات تخضع لمقاييس ومعايير يجب توفرها في اللاعب لكي يتقن هذه اللعبة وعن طريق عمليات الانتقاء التي تعتبر حجر الأساس للوصول إلى الإنجاز الرياضي رفيع المستوى، يتم الإحاطة بمختلف المميزات والخصائص للاعبين الأكفاء ذوي الاستعدادات والقدرات "البدنية والمهارية" والتنبؤ بمدى كفاءتهم المستقبلية في هذه اللعبة، حيث يتم توضيح هذه القدرات عن طريق مجموعة من الاختبارات الميدانية يجريها النادي على اللاعبين لتحديد مستوى كل لاعب وتحديد قدرات كل لاعب بشكل علمي ومضبوط، فالاختبارات إذن تعد جزءا أساسيا ومتكاملا للعملية التدريبية التي هدفها تحسين المستوى البدني والمهاري للفرد، كما تساعد في عملية التقويم وتعتبر أدواتها الرئيسية. (1)

ويعتبر الانتقاء الرياضي من مهام المدرب المتمثلة في اختيار أفضل اللاعبين من خلال استخدام أساليب علمية حديثة فهي تسمح للمدرب بالحصول على أفضل اللاعبين من فئة الناشئين لكي يتسنى له تطوير مستواهم. (2)

وعلى الرغم من التقدم الحاصل في هذا المجال، إلا أن كيفية انتقاء لاعبي كرة القدم في الأندية الجزائرية بقيت عشوائية لا تعتمد على الأسس العلمية الحديثة مما أدى إلى تدهور النتائج، ولوقمنا بمقارنة بعض الأندية الجزائرية مع الأندية الأجنبية المتطورة لوجد أن اغلب الأندية الجزائرية لا تستعمل بطارية اختبارات أثناء عملية انتقاء لاعبي كرة القدم، وعلى ضوء ما سبق، تم طرح التساؤل العام على النحو التالي:

هل لبطارية اختبارات أهمية في نجاح عملية انتقاء لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب؟

### 1- التساؤلات الفرعية:

- ماهي العوامل التي تعيق استعمال بطارية اختبارات أثناء القيام بعملية الانتقاء؟

- هل تتم عملية الانتقاء وفق أسس علمية؟

- هل هناك نقائص في التحكيم في مضمون عملية الانتقاء؟

1\_ خالد بعوش، بطارية اختبارات لتقويم الجانب البدني والمهاري، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة 2015 ص 2.

2\_ محمد حازم أبو يوسف، أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، ط 01، الاسكندرية، دار الوفاء للنشر 2005، ص 12.

## 2- الفرضيات:

## الفرضية الرئيسية:

هناك نقائص في عملية الانتقاء لدى لاعبي كرة القدم في مستوى أندية ولاية البويرة.

## الفرضيات الجزئية:

- عوامل تعيق استعمال بطارية اختبارات أثناء القيام بعملية الانتقاء.
- تتم عملية الانتقاء في ولاية البويرة بطريقة عشوائية وهذا نظرا لإعتماد جل المدربين على أسس غير علمية.
- هناك نقائص في التحكم في مضمون عملية الانتقاء.

## أسباب اختيار الموضوع:

من الأسباب التي دفعت بنا لاختيار موضوع البحث هي الأولى موضوعية والثانية ذاتية.

## 1-أسباب موضوعية:

- إبراز أهمية بطارية الاختبارات انتقائية في الميدان الرياضي عامة وكرة القدم خاصة.
- نقص مثل هذه المواضيع والتي تعتبر مهمة ومعالجة لمشكلة الانتقاء للاعبين كرة القدم في بلادنا وخاصة بالنسبة لفرق كرة القدم الجزائرية.
- معرفة مدى إتباع المدربين للأساليب العلمية في ميدان التدريب ومن أبرزها عملية الانتقاء من خلال بطارية اختبارات.
- الانتقاء العشوائي المعتمد من قبل المدربين، أي عدم إعطائها صبغة علمية.
- ملئ الفراغ الموجود في مكتباتنا العلمية عبر المعاهد الوطنية.

## 2-أسباب ذاتية:

- ميولنا ورغبتنا وفضولنا على إنجاز هذا البحث.
- قدرتنا على إنجاز هذا البحث.
- نقص الاهتمام بالاختبارات والمقاييس من طرف المدربين.

## أهمية البحث:

من أجل معرفة المستوى البدني للاعبين كرة القدم يصبح لازما علينا إيجاد وتحديد متطلبات اللعبة (الجانب المهاري والفيزيولوجي) خاصة إذا كانت هذه المتطلبات حسب مراكز اللعب، وأن تحديد واعداد المستويات المعيارية ستساعدنا على تقويم العملية التدريبية وإعطاء القواعد النظرية والمنهجية لهذه العملية، كما أن إجراء الاختبارات بين مكونات اللعبة ليس من شأنه أن يجعل اللاعب يؤدي واجبه بصورة طبيعية فقط وإنما يوفر قاعدة جيدة للتطور والارتفاع باللياقة البدنية للاعب كرة القدم، ويجعله يقوم بالحركات التكتيكية برشاقة واقتدار عكس



اللاعب الذي لا يملك اللياقة المطلوبة، وعليه فإن إجراء الاختبارات والقياسات لعناصر اللياقة البدنية خاصة حسب مراكز اللعب هي إحدى الوسائل المهمة من أجل معرفة تطور مستوى اللاعبين والعناصر المؤثرة في نجاح المناهج التدريبية لرفع مستوى اللعبة، وقد يكون لهذه النتائج المرود العلمي الجيد في تخطيط وتوجيه محتوى البرامج التدريبية لمواكبة المتطلبات الحديثة لكرة القدم.

### أهداف البحث:

- تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة بطارية اختبارات انتقائية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب كما تهدف أيضا إلى:
- معرفة مدى اهتمام الطواقم الفنية لكرة القدم الجزائرية بعمليات انتقائية بواسطة بطارية اختبارات
- خدمة الرياضة وتعميم الفوائد في البحث العلمي.
- تمكين المدربين من الاستغلال الأمثل لنتائج التقييم المهاري الفيزيولوجي باستعمال بطارية اختبارات في عملية انتقاء لاعبي كرة القدم.
- معرفة أهمية الانتقاء وأثره في الحصول على نتائج حسنة.
- تحسيس المدربين بضرورة وأهمية الانتقاء.

### تحديد المصطلحات والمفاهيم:

لقد وردت في مشروع بحثنا مصطلحات عديدة تفرض على الطالب أن يوضحها كي يستطيع القارئ أن يتصفح فيه ما جاء دون غموض أو عناء.

#### 1- الانتقاء:

لغة: انتقى، ينتقي، انتقى، انتقاء الشيء: اختاره<sup>(1)</sup>

اصطلاحا: ويعرف كل من حلمي ونبيل العطار (1977) الانتقاء بأنه عبارة عن انتخاب أفضل العناصر ممن لديهم الاستعدادات والرغبة لممارسة نشاط معين، بينما يعرفه فرج بيومي بأنه اختيار أفضل العناصر من الأعداد المتقدمة للانضمام لممارسة اللعبة مع التنبؤ بمدى تأثير العملية التدريبية الطويلة مستقبلا على تنمية تلك الاستعدادات بطريقة تمكن هؤلاء اللاعبين من الوصول إلى أعلى مستويات الأداء في اللعبة.<sup>(2)</sup>

إجرائيا: هو عملية اختيار العناصر ممن تتوفر لديهم القدرات والخصائص البدنية والمهارية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط الرياضي الممارس.

<sup>1</sup> \_علي بن هادية وآخرون: القاموس الجيد للطلاب، ط7، الجزائر، 1991، ص 108.

<sup>2</sup> \_محمد حازم، محمد أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، الاسكندرية، 2005، دار الوفاء، ص 19.

## 2- بطارية اختبارات:

اصطلاحاً: هي مجموعة من الاختبارات المقننة والمطبقة على نفس الأشخاص ومعاييرها المشتقة تسمح بالمقارنة، وقد يقصد بالبطارية أحياناً اختبار أو أكثر أعطيت لنفس الأشخاص سواء قننت معاً أو لم تقنن. (1)

اجرائياً: هي سلسلة آلات والأدوات وعناصر لديها عمل موحد لقياس أو تقويم قدرات الرياضي.

## 3- الإختبار:

هو الاستجابة الحقيقية من قبل اللاعب لحركات مقننة يتوجب أدائها بأسلوب وطريقة محددة وذلك للوقوف على المستوى اللاعب في حالة معينة في كرة القدم. (2)

## التعريف الاجرائي:

الاختبار هو أدوات جمع المعلومات حيث تمكن الباحث من تسجيل وقياس هذه الإجابات تسجيلاً دقيقاً.

## 4- التقويم:

يقول بيوتشر bucher عن التقويم في المجال الرياضي: إن استخدام التقويم أمر يبدو حتمياً إذا ما أردنا أن نعرف مدى فائدة أو فاعلية البرامج التي تدرس وما يتم عن طريقها، وإذا ما أردنا التحقق من أن هذه البرامج تحقق الأغراض الموضوعية من أجلها، وكذلك يساعد التقويم على التعرف على مواطن الضعف والقوة في الأفراد والبرامج. (3)

**التعريف الإجرائي:** التقويم هو عملية إصدار القرارات أو الأحكام على القدرات البدنية والمهارية للاعبين، ابتداءً من معايير أو مستويات تعطي التقدير الصحيح.

2\_ محمد صبحي حسانين، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، دار الفكر العربي: القاهرة، 1995، ص41.

2\_ موفق أسعد محمود، الاختبارات والتكتيك في كرة القدم، الطبعة الثانية، عمان: دار دجلة 2009، ص19.

3\_ موفق أسعد محمود، نفس مرجع، 2009، ص28

# الدراسات المرتبطة بالبحث

- اسم ولقب الباحث: راشف عبد المؤمن.
- عنوان البحث: أثر كفاءة المدرب في عملية الانتقاء الرياضي لدى الناشئين (09-12) سنة.
- التاريخ: 2009/2008
- مستوى الدراسة: ماجستير.
- المشكلة: هل لكفاءة المدرب أثر في عملية الانتقاء الرياضي لدى الناشئين (09-12) سنة في الأندية الجزائرية لكرة القدم؟
- هدف البحث: يهدف الباحث من خلال بحثه إلى:
  - تقديم دراسة علمية حول ما يجب أن يكون عليه المدرب المثالي في كرة القدم.
  - إيجاد حلول كفيلة قادرة على رفع مستوى التكوين داخل معاهد وزارة الشبيبة والرياضة ومعاهد التربية البدنية والرياضية للحصول على مدربين أكفاء.
  - الإشادة بمحاسن المعرفة العلمية واستخدام البرامج العلمية في المجال الرياضي.
- الفرضيات:
  - الفرضية العامة: عدم نجاح عملية الانتقاء الرياضي في الأندية الجزائرية لكرة القدم يعود إلى غياب الخبرة والكفاءة لدى المدربين المشرفين على الناشئين.
  - الفرضيات الجزئية:
    - الرصيد المعرفي العالي للمدرب الرياضي، وإلمامه بمختلف العلوم، وكذا الخبرة في الميدان يساعده على فهم الأسس والمعايير العلمية لعملية الانتقاء الرياضي لدى الناشئين.
    - التكوين الجيد للمدرب وتلقيه تكويننا خاصا بعملية الانتقاء يساهم في نجاح هذه العملية.
    - مشاركة المدربين في الدورات والملتقيات العلمية حول عملية الانتقاء يمكنهم من معرفة كل ما هو جيد في هذا المجال.
- منهج البحث: هو المنهج الوصفي المسحي.
- عينة البحث وكيفية اختيارها: وقع اختيار الباحث على عينة تتمثل في 25 مدرب ينشطون في أندية كرة القدم ولاية الجزائر، وقام الباحث باختيار العينة بطريقة عشوائية.
- أدوات البحث: الاستبيان
- أهم النتائج التي توصل إليها الباحث:
  - أغلبية المدربين الذين يشرفون على تدريب الناشئين تنقصهم الخبرة والكفاءة.
  - المدربون لا يعرفون الألس العلمية لعملية الانتقاء الرياضي.

## الدراسات المرتبطة بالبحث

- أغلبية النوادي لا تملك أدنى الوسائل للقيام بعملية الانتقاء.
- أهم الاقتراحات:
- إرسال المدربين في بعثات تكوينية إلى الخارج قصد الاحتكاك مع المختصين في مجال الانتقاء.
- اختيار المدربين يتميزون بالكفاءة العالية والخبرة الواسعة في المجال.
- إجراء الفحوصات الطبية على اللاعبين قبل بداية ممارسة أي تخصص مع الأخذ بعين الاعتبار البنية الفيزيولوجية والمرفولوجية للأطفال.

### الدراسة الثانية:

اسم ولقب الباحث: أمير ياسين وافوانيزار أمين.

عنوان البحث: طرق وأساليب انتقاء لاعبي كرة القدم عند المبتدئين 9-12 سنة.

مستوى الدراسة: ماجستير.

المشكلة: ما هي انجح الطرق والأساليب المنهجية لانتقاء لاعبي كرة القدم فئة المبتدئين؟

• هدف البحث: يهدف الباحث من خلال بحثه إلى:

• الفرضيات:

الفرضية العامة: إن الانتقاء الرياضي للاعبين كرة القدم لفئة المبتدئين يجب أن تخضع إلى طرق وأساليب عممية منهجية حسب متطلبات كرة القدم الحديثة.

الفرضيات الجزئية:

- تترفق متطلبات كرة القدم مع استعدادات وقدرات المبتدئين شرط أساسي لاكتشاف وانتقاء لاعبي ذوي مستوى عالي في المستقبل.

- تسطير برنامج منضم خاص بعملية الانتقاء له أثر إيجابي في اختيار اللاعبين.

- الاعتماد على مدربين ذو مستوى عالي وخبرة كافية عنصر إيجابي في تحسين عملية انتقاء المبتدئين.

• منهج البحث: هو المنهج الوصفي المسحي.

عينة البحث وكيفية اختيارها: تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية وتتكون من 15 مدرب يديرون أصناف المبتدئين.

أدوات البحث: الاستبيان.

أهم النتائج التي توصل إليها الباحث:

وقد توصلوا من خلال دارستيم واستنادا على الدراسات الميدانية التي قاموا بها، أن عملية انتقاء اللاعبين المبتدئين في كرة القدم النوادي والجمعيات الرياضية لا تطبق كما هو مسطر نظريا، حيث أن معظم المدربين يهملون هذه المرحلة من الطفولة 9-12 سنة والتي تعتبر العمر الذهبي لتعلم الحركات الرياضية عن الاختصاص.

### الدراسة الثالثة:

- اسم ولقب الباحث: بعوش خالد.
- عنوان البحث: بطارية اختبارات لتقويم الجانب البدني والمهاري أثناء عملية انتقاء أشبال كرة القدم U17.
- التاريخ: 2015/2014
- مستوى الدراسة: ماستر.
- المشكلة: هل لكفاءة المدرب أثر في عملية الانتقاء الرياضي لدى الناشئين (09-12) سنة في الأندرية الجزائرية لكرة القدم؟

• هدف البحث: يهدف الباحث من خلال بحثه إلى:

تصحيح الطرق والأخطاء المنتجة من طرف المدربين في عملية الانتقاء، باعتمادهم على المقابلات التنافسية والملاحظة المجردة، والتأكيد على حتمية الاعتماد على الأسس العلمية التي تكون نتائجها أكيدة ومضمونة.

- الانتقال من جانب الصدفة والعشوائية إلى الجانب العملي لعملية الانتقاء، باستعمال بطارية اختبارات كأساس علمي مقنن لانتقاء لاعبي كرة القدم وإزالة العوائق التي تحول دون ذلك بغية تحقيق النتائج للفريق.

- تمكين المدربين من الاستغلال الأمثل لنتائج التقويم البدني والمهاري باستعمال بطارية اختبارات في عملية انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أشبال.

• الفرضيات:

• الفرضية العامة: استعمال بطارية اختبارات لتقويم القدرات البدنية والمهارية يعتبر الدعامية الأساسية والمقننة لنجاح عملية انتقاء أشبال كرة القدم U17.

### • الفرضيات الجزئية:

-يعتمد أغلب المدربين على المقابلات التنافسية والملاحظة المجردة دون استعانتهم ببطارية اختبارات لتقويم القدرات البدنية والمهارية أثناء عملية انتقاء أشبال كرة القدم.

- يعيق كل من المؤهل العلمي للمدرب واعتماده على خبرته الذاتية، وتدخّل مسؤولي النادي في عملية الانتقاء، استعمال بطارية اختبارات من طرف المدربين لتقويم القدرات البدنية والمهارية أثناء عملية انتقاء أشبال كرة القدم.

-يمكن إبراز نتائج التقويم البدني والمهاري باستعمال بطارية اختبارات أثناء عملية الانتقاء في تحديد القدرات البدنية والمهارية لكل لاعب بصورة علمية ودقيقة، وبالتالي اختيار اللاعبين الأكفاء.

### • منهج البحث: هو المنهج الوصفي.

• عينة البحث وكيفية اختيارها: وقع اختيار الباحث على عينة تتمثل في 25 مدرب ينشطون في أندية كرة القدم ولاية الجزائر، وقام الباحث باختيار العينة بطريقة عشوائية.

### • أدوات البحث: الاستبيان

### • أهم النتائج التي توصل إليها الباحث:

خلصنا لمجموعة من الاستنتاجات كانت بمثابة الموجه لعملية تحضير فرضيات الدراسة وكذلك الاستبيان.

-تحديد المجتمع الاحصائي.

### • أهم الاقتراحات:

- إرسال المدربين في بعثات تكوينية إلى الخارج قصد الاحتكاك مع المختصين في مجال الانتقاء.
- اختيار المدربين يتميزون بالكفاءة العالية والخبرة الواسعة في المجال.
- إجراء الفحوصات الطبية على اللاعبين قبل بداية ممارسة أي تخصص مع الأخذ بعين الاعتبار البنية الفيزيولوجية والمرفولوجية للأطفال.

الجانب النظري



# الفصل الأول

الانتقاء الرياضي والتوجيه

**تمهيد:**

إن انتقاء الفرد لنوع النشاط الرياضي الممارس هو العملية الأولى نحو الوصول إلى مستويات الرياضة العليا، لذلك اتجه المتخصصون في الأنشطة الرياضية المختلفة إلى محاولة تحديد المواصفات الضرورية الخاصة بكل نشاط على حدا طبقا لمحددات معينة، لان عملية الانتقاء الجيد وهم في بداية مشوارهم مع الرياضة، ومن المعلوم أن توجيه الناشئين إلى نوع الرياضة العالية.

كما تعد مشكلة الانتقاء والتوجيه من أهم الموضوعات التي لاقى اهتماما في السنوات الأخيرة لأنها تستهدف في المقام الأول الاختيار الأفضل لممارسة الرياضة على أمل الوصول إلى مستوى البطولة لتحقيق نتائج مرضية.

وظهرت الحاجة إلى عملية الانتقاء والتوجيه نتيجة وجود فروق فردية بين الأفراد في جميع الجوانب تقنية، بدنية، فيزيولوجية وتربوية ونفسية...الخ، ما يستوجب اختيار أفضل الأفراد الذين تتوفر فيهم الجوانب المختلفة المناسبة لممارسة الرياضة وبعد ذلك تتم عملية التوجيه.

**1- مفهوم الانتقاء:**

نذكر من بعض التعاريف ما يلي:

يعرف الانتقاء بأنه "اختيار العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات النجاح في نشاط رياضي معين" كما يعرف على أنه الأسلوب العلمي والتخطيط المدروس للوصول إلى أفضل الخامات المبشرة بالنجاح المستقبلي، وأيا كانت امكانيات المادية والبشرية المتوافرة فأنها لن تجدي نفعا إذا لم توجه عبر عناصر بشرية مبشرة بنجاح. وعموما يعرفه مارتين ويك 1976 "هو عملية الملاحظة لأشياء أو تصرفات خارقة يقوم بها كائن بشري" (1)

**2- مفهوم الانتقاء في المجال الرياضي:**

الانتقاء الرياضي هو عملية اختيار انسب العناصر من بين الرياضيين ممن يتمتعون باستعدادات وقدرات خاصة تتفق مع متطلبات نوع النشاط الرياضي أي اختيار ممن تتوفر لديهم الصلاحية ويمكن التنبؤ لهم بالتفوق في ذلك النشاط. (2)

بينما يرى البعض الآخر بأنه عملية يتم فيها اختيار أفضل العناصر من اللاعبين أو اللاعبات من خلال عدد كبير منهم خلال برنامج زمني يتوافق ومراحل برامج الإعداد. (3)

**3- أهمية عملية الانتقاء:**

تستهدف عملية الانتقاء في المجال الرياضي بصفة عامة اختيار أفضل الرياضيين لممارسة نشاط رياضي معين والوصول إلى مستويات عليا في هذا النشاط وقد ظهرت الحاجة إلى هذه العملية نتيجة اختلاف اللاعبين في استعداداتهم النفسية والبدنية والعقلية وقد أصبح من المسلم له أن إمكانيات وصول رياضي إلى المستويات العليا في المجال الرياضي وتوجيهه إلى نوع الرياضة المناسبة والتي تتلاءم مع استعداداته وقدراته المختلفة والتنبؤ بدقة بمدى تأثير عملية التدريب على نمو وتطوير تلك الاستعدادات والقدرات بطريقة فعالة تمكن اللاعب من تحقيق التقدم المستمر في نشاطه الرياضي وذلك هو جوهر عملية الانتقاء. (4)

\_ بعوش خالد، بطارية اختبارات لتقويم الجانب البدني، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، 2014-2015، ص20

<sup>2</sup> - محمد لطفي طه، الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين، القاهرة، الهيئة العامة المطابع الأميرية، 2002، ص13.

<sup>3</sup> - هدى محمد محمدالخطري، التقنيات الحديثة لانتقاء الموهوبين الناشئين في السباحة، المكتبة المصرية، 2003، ص19.

<sup>4</sup> - هاشم أحمد سليمان، "مقالة بعنوان الانتقاء في المجال الرياضي اكااديمية كرة القدم"، أنظر <http://www.badnia.net>، ص 01-08.

#### 4- أهداف عملية الانتقاء:

- يشير عادل عبد البصير أن الهدف من عملية الانتقاء هو:
- الاكتشاف المبكر للموهوبين في مختلف الأنشطة الرياضية.
- توجيه الراغبين في ممارسة الأنشطة الرياضية إلى المجالات المناسبة لقدراتهم وميولهم.
- تحديد الصفات النموذجية لكل نشاط.
- تكريس الوقت والجهد والتكاليف في تدريب من يتوقع لهم تحقيق المستويات العالية.
- توجيه عملية التدريب لتنمية وتطوير اللاعب في ضوء ما يجب الوصول إليه. (1)

#### 5- الواجبات المرتبطة بالانتقاء الرياضي:

أ- التحديد الجيد للصفات النموذجية التي يتطلبها نوع النشاط الرياضي ويتم ذلك من خلال وضع نماذج لأفضل مستوى من الرياضيين في كل نوع من النشاط الرياضي حتى يمكن الاسترشاد منها في عملية الانتقاء.

ب- التنبؤ ويعتبر من أهم واجبات الانتقاء حيث أننا إذا لم نستطع التنبؤ بالاستعدادات التي لم يمكن التعرف عليها في المراحل الأولى (مراحل اكتشاف المواهب) فلا فائدة من عملية الانتقاء.

ت- العمل على رفع فاعلية عملية الانتقاء من خلال إجراء الأبحاث والدراسات المتخصصة.

ث- مراعاة التنظيم الجيد لخطوات عملية الانتقاء وذلك في ضوء الأسس العلمية بمختلف جوانبها. (2)

#### 6- أنواع الانتقاء في النشاط الرياضي:

من خلال ما سبق ذكره عن مفهوم الانتقاء وأهميته وأهدافه يتبين لنا أن الانتقاء في المجال الرياضي ينقسم إلى نوعين، وهي كالتالي:

أشارت بولجا كوكفا إلى أربعة أنواع من الانتقاء الرياضي:

- الانتقاء بغرض تشكيل فريق (جماعة) رياضية للاشتراك في المنافسات كمجموعة متجانسة، ويساعد هذا النوع من الانتقاء على تجنب الكثير من المشكلات المرتبطة بالتوافق النفسي التي قد تنشأ بين أعضاء الفريق.

- الانتقاء بهدف تشكيل المنتخبات الرياضية على المستوى القومي أو الأولمبي من بين مجموع اللاعبين ذوي المستويات العالمية، وتكمن صعوبة هذا النوع من الانتقاء في التقارب بين هؤلاء اللاعبين من حيث المستوى والحالة التدريبية.... إلخ. (3)

<sup>1</sup> - يحي السيد الحاوي، "المدرّب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب"، المركز العربي للنشر، ط1، 2002، ص37-38.

<sup>2</sup> - محمد لطفی طه، مرجع سابق، 2002، ص17-18.

<sup>3</sup> - محمد لطفی طه، مرجع سابق، 2002، ص17-18.

ويذكر أكارموف أن الانتقاء الرياضي يقسم إلى ثلاثة أنواع:

#### أولاً: الانتقاء التجريبي:

هي الطريقة الأكثر استعمالاً من طرف المربي، عن طريق البحث البيداغوجي، أو التقسيم التجريبي حيث أن التجريب يلعب دور هاماً بالنسبة للمربي الذي يقارن اللاعب بالنسبة لنموذج معروف على مستوى العالم، معتمداً في ذلك على تجارب وخبرات المربي (المدرّب) في انتقاء المواهب الشبانة.

#### ثانياً: الانتقاء التلقائي:

يبدأ هذا النوع من الانتقاء مبكراً منذ ظهور الميل والاهتمام بالرياضة، حيث يتم الاختيار أثناء التدريب الفردي وفي المباريات الحرة وغير المنظمة، حيث تتخذ هنا عملية الانتقاء، بمقارنة نتائج اللاعبين فيما بينهم ومقارنة خصائصهم مع نماذج ناجحة.

#### ثالثاً: الانتقاء المركب:

يتطلب هذا النوع من الانتقاء مشاركة المربي والطبيب، والنفساني والقيام بتحليل موحد الأبحاث والاختبارات التي تسمح بالتنبؤ بصلاحية اللعب للنشاط الرياضي، وتطوره المستقبلي، إذ يمكن القول أن الحصول على النتائج الجيدة فيما يخص مستوى اللاعبين، يجب أن يركز على النوع المركب في عملية الانتقاء، لأنه شامل لكل العناصر المحيطة بالرياضة.<sup>(1)</sup>

#### 7- مراحل الانتقاء الرياضي:

##### 7-1- مرحلة انتقاء الرياضي:

يذكر الدكتور زكي محمد حسن أن هناك اتجاهين أساسيين فيما يخص مراحل الانتقاء:

#### الاتجاه الأول:

يؤكد على الانتقاء في ضوء نتائج الاختبارات الأولية على أساس إمكانية إثبات قدرات الفرد لفترة زمنية ممتدة من 10-15 سنة مستقبلاً، خاصة وأن بعض البحوث قد أثبتت وجود علاقة ارتباطية دالة بين نتائج بعض الاختبارات الأولية في الانتقاء ونتائج الناشئ في أداء بعض المهارات الرياضية.

#### الاتجاه الثاني:

يؤكد على كون عملية الانتقاء مستمرة وتشمل جميع مراحل الإعداد الرياضي الطويل المدى، والاتجاه الغالب في الوقت الحالي هو تقسيم عمليات الانتقاء إلى ثلاث مراحل رئيسية، لكل مرحلة أهدافها ومتطلباتها والمؤشرات التي يعتمد عليها التنبؤ بالمستقبل الرياضي للناشئ، مع الأخذ في الاعتبار أن هذه المراحل ليست منفصلة وإنما يعتمد كل منها على الآخر.

وغالباً ما يتم انتقاء الرياضي من خلال المراحل التالية:

1\_ مسيلي خالد، تقويم بعض الصفات البدنية والحركية من خلال بطارية اختبارات، مذكرة ماستر معهد علوم وتقنيات النشاطات

البدنية والرياضية جامعة البويرة، 2015، ص 18\_19.

**7-2-مرحلة الفحص المتعمق:**

وتعني هذه المرحلة تعميق الفحص بالنسبة للناشئين الذي يغبون في التخصص في نشاط رياضي محدد، وتبدأ هذه المرحلة بعد فترة تتراوح بين (03 إلى 06) أشهر من بدء المرحلة الأولى، ويتم الانتقاء لهذه المرحلة المتعمقة وفقا للمرحلة التمهيديّة، بتسجيل الناشئين بمركز الأندية والمدارس بغرض التدريب وتخضع هذه المرحلة لنفس الوسائل المستخدمة للمرحلة الأولى في الانتقاء.

**7-3-مرحلة التوجيه الرياضي:**

وتشمل الناشئين بعمر (12 إلى 15 سنة) يخضع الناشئين إلى دراسة مستديمة طويلة من خلال الوسائل المستخدمة في الانتقاء الذي سبق ذكره في المرحلة الأولى لغرض التحديد النهائي للتخصص الفردي إذ تعد هذه المرحلة بطولة في بعض الفعاليات الرياضية كالسباحة، الجمباز.

**7-4-مرحلة انتقاء المنتخبات:**

تعني هذه المرحلة انتقاء الناشئين الشباب للمنتخبات الوطنية ممن تتوفر فيهم المواصفات البدنية، النفسية، العقلية والمهارية من مراكز الأندية الرياضية، وتتنحصر هذه الفئة بين (15 إلى 18 سنة)، وتخضع إلى نفس الوسائل المستخدمة في الانتقاء الرياضي للمرحلة الأولى.<sup>(1)</sup>

ويرى الدكتور يحي السيد الحاوي أن عملية الانتقاء تتمثل في ثلاث مراحل هي:

**أ- المرحلة الأولى الانتقاء المبدئي:**

وتهدف هاته المرحلة إلى تحديد الحالة الصحية العامة، تحديدا دقيقا من خلال الكشف الطبي الشامل على جميع أجهزة الجسم الحيوية للناشئ، كذلك تحديد الخصائص الجسمية والوظيفية والسمات الشخصية الخاصة به.

**ب-المرحلة الثانية الانتقاء الخاص:**

وتهدف هذه المرحلة إلى انتقاء أفضل العناصر الناشئين من بين من نجحوا في المرحلة وتوجيههم إلى نوع النشاط الرياضي المناسب والذي يتلاءم مع إمكانياتهم وقدراتهم، وفي هذا يكون الناشئ قد مر بفترة تدريب كافية لا تقل عن مدة عام.

**ج-المرحلة الثالثة الانتقاء التأهيلي:**

تهدف هذه المرحلة إلى تحديد أفضل العناصر بعد تدريبهم وذلك لتحقيق المستويات العالية، ويكون التركيز في هذه المرحلة إلى تنمية الاستعدادات الخاصة لدى الناشئ والتي تغلبها الرياضة الممارسة، كما يؤخذ في الاعتبار قياس الجانب الاجتماعي والنفسي كالثقة بالنفس والشجاعة في اتخاذ القرارات.<sup>(2)</sup>

<sup>1</sup> - محمد لطفي، مرجع سابق، 2002، ص 21-22.

<sup>2</sup> - يحي السيد الحاوي، مرجع سابق، 2002، ص 39-40.

**8-معايير الإنتقاء :**

هي مبادئ أساسية تعود إليها لإصدار الحكم، أما في الرياضة فهي الخصائص والممتلكات التي تقيسها أو تفحصها خلال عملية الإنتقاء، وتنقسم معايير ممارسة الرياضة إلى ثلاثة أقسام:

**8-1- الإستعدادات:** هي الفرديات التشريحية والسيكولوجية والفطرة المكتسبة خلال السنوات الأولى من الحياة فهي إذن الخصائص الأنثروبومترية بالدرجة الأولى، وخصائص الجهاز العضلي والجهاز الدوراني التي يمكن أن يعد من أجل النجاح.

**8-2-القابليات:** تعرف بأنها مجمل الخصائص والممتلكات الشخصية التي تسمح أن تحقق النجاح، ومصطلح القابليات لا يشمل المكتسبات بمعنى أنها تعتبر قاعدة أساسية لتطوير القدرات، حيث أن هذه الأخيرة تعتبر نتيجة التطور، إن القابلية هي مقدمة فطرية لتطوير الأعضاء الوظيفية وبالتالي البنيات الوظيفية للفرد.

**8-3-القدرات:** تتضمن وسائل النشاط والعمل على إتقان المكتسبات من خلال دارسته مشكلة القدرات توصل إلى التعريف التالي:

القدرات هي الخواص الفردية التي تتميز بين الشخص والآخر المعتمدة على الوراثة والتعلم وعوامل أخرى بمعنى أن القدرات هي بنية الشخصية المتعلقة بنشاط معروف حيث أن هذه القدرات تظهر وتتجلى بممارسة نشاط معين ولكنها لا توجد بصفة عشوائية ما يثبت ضرورة النشاط المعروف بأنها خضوع الفرد لمتطلبات نشاط محدد. (1)

**9-العمر المناسب للانتقاء في كرة القدم:**

تشير بعض آراء الخبراء إلى أن العمر المناسب للانتقاء الناشئين في كرة القدم هو من 08-10 سنوات، بينما تشير آراء أخرى إلى أن العمر المناسب هو (9-12سنة) على أساس أن هذا العمر يسمح للناشئين بإتقان المهارات الأساسية لكرة القدم.

كما أن إعداد اللاعبين بعد ذلك يتطلب فترة من 8 إلى 10سنوات، وخلال هذه الفترة يمر الناشئ بالمراحل المختلفة للانتقاء للتأكد من مستويات تقدمه وعلى ذلك يمكن اعتبار عملية الإلتقان مستمرة من سن العاشرة إلى نهاية مرحلة الناشئين 18 سنة.

**10-محددات عملية الإنتقاء :****10-1-محددات بيولوجية:**

وتشمل على العوامل والمتغيرات البيولوجية التي يرتكز عليها التنبؤ الجيد في عملية الإنتقاء بمراحله المختلفة.

<sup>1</sup> \_حداش عبد الله، بطارية اختبارات بعض القدرات البدنية، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، 2014-2015، ص11.

**10-2- محددات سيكولوجية:**

وتشمل على العوامل والمتغيرات النفسية التي تركز عليها التنبؤ الجيد في عملية الانتقاء بمراحله المختلفة.

**10-3- الاستعدادات الخاصة:**

وتشمل على الاستعدادات الخاصة بأنواع الفعاليات والألعاب الرياضية المختلفة، إذ لكل نشاط رياضي متطلبات تختلف عن متطلبات النشاط الأخر وهذه الاستعدادات قد تكون بيولوجية أو سيكولوجية.

فالتقسيم السابق لمحددات الانتقاء لا يعني عزل الواحد عن الأخر لأن هناك علاقة تفاعل متبادلة بينها وتتأثر جميعها بالتدريب والظروف البيئية المحيطة باللاعب. (1)

**11- الدلائل الخاصة بالانتقاء:**

هناك طريقتان للبحث عن المواهب الرياضية وهما: (2)

- الطريقة الطبيعية: والتي تعتمد على الملاحظة.
- الطريقة العلمية: والتي تعتمد على أسس علمية، وهي تتعلق بالعالم البولندي بليك.

**12- الأسلوب العلمي وانتقاء اللاعبين:**

- مازال الكثير من مدربي الرياضات المختلفة يستمسون بالأساليب غير العلمية والتي تعتمد على الخبرة الذاتية والصدفة والملاحظة وغيرها بالرغم من توافر العديد من نماذج الانتقاء في الكثير من الرياضات.

- ما زلت الإجابة على كافة أسئلة الانتقاء في المجال الرياضي غير تامة منها على سبيل المثال تحديد نوعية الصفات البدنية والنفسية والمهارية وخصائص اللاعبين في مرحلة التفوق الرياضي، واستخدام هذه البيانات في تحديد نموذج للانتقاء والتوجيه أو ما اصطلح على تسميته (نماذج أفضل اللاعبين).

**■ يحقق انتقاء اللاعبين بالأسلوب العلمي المزايا التالية:**

- يقلل الوقت الذي يستغرقه اللاعب في الوصول لأفضل مستوى ممكن.
- يحقق عمل المدربين مع أفضل الخامات المتوافرة.
- يوفر للناشئين فرصة للتدريب مع مدربين أفضل.
- يتيح الفرصة للناشئين الموهوبين فعلا للوصول إلى المستويات العالية.
- توفير درجة تجانس واحدة بين الناشئين مما يحفزهم على الارتقاء بمستوى الأداء.

1- قاسم حسن حسين وفتحي المهشيش يوسف، ص101.

2- عصام حلمي، محمد جابر بيرقع، التدريب الرياضي أسس، مفاهيم واتجاهات، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1997، ص286.



- الاختيار بالأسلوب العلمي يوفر للناشئين ثقة أكبر مما ينعكس ايجابيا على التدريب والأداء الرياضي.
- (1)

### 13-العوامل الأساسية لانتقاء الرياضيين:

- حسب هان سنة 1982 فإن انتقاء اللاعبين المميزين يجب أن يؤخذ بالحسبان عوامل وخصائص عديدة وهي المحددة للنتائج المستقبلية المتمثلة في: (2)
  - المعطيات الأنثروبومترية:
    - القامة، الوزن، الكثافة الجسمية (العلاقة بين الأنسجة العضلية والأنسجة الدهنية)، مركز ثقل الجسم.  - خصائص اللياقة البدنية:
    - مثل المداومة الهوائية واللاهوائية، القوة الثابتة، الديناميكية، سرعة رد الفعل والفعل (سرعة الحركة... الخ).  - الشروط التقنية الحركية:
    - مثل التوازن، قدرة تقدير المسافة، الإيقاع، قدرة التحكم في الكرة... الخ.  - قدرة التعلم: سهولة اكتساب قدرة الملاحظة والتحليل والتعلم والتقييم.
  - التحضير أو الإعداد للمستوى: المواظبة أو الانضباط والتطبيق في التدريب.
  - القدرات الإدراكية والمعرفية: مثل التركيز، الذكاء الحركي (ذكاء اللاعب)، الإبداع، القدرات التكتيكية.
  - العوامل العاطفية:
    - الاستقرار النفسي، الاستعداد والتهيؤ للمنافسة، مقاومة التأثير الخارجي، التحكم في توتر القلق.  - العوامل الجسمانية:
    - مثل قبول الدور في اللعب، مساعدة الفريق.
- يجب مراعاتها أثناء عملية الانتقاء وهي: (3)
- أ- القياسات الجسمية.
  - ب-القياسات الفيزيولوجية.
  - ت-القياسات البدنية.

<sup>1</sup> - مفتي إبراهيم حماد، "التدريب الرياضي الحديث تخطيط، تطبيق، قيادة"، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1998، ص324.

<sup>2</sup> - بن قوة علي، تحديد مستويات معيارية لاختيار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، مستغانم، 1997، ص08-09.

<sup>3</sup> - عماد صالح عبد الحق، مجلة النجاح، نابلس، فلسطين، 1999، ص32.

ث- القياسات المهارية والحركية.

ج- القياسات النفسية.

#### 14- الصعوبات التي تواجه عملية انتقاء وتشجيع المواهب الرياضية:

هناك عدة صعوبات ونذكر منها: (1)

- الاعتماد على الخصائص الجسمية الثابتة لتحديد والتنبؤ بالرياضي الموهوب أثناء عملية التقييم في حين أن هناك عوامل أخرى نفسية، اجتماعية .... وهي متغيرة.
- عدم وجود قياسات ومعايير ثابتة تحدد قدرات الرياضي الموهوب، فالاختبارات التي تجري أثناء الانتقاء لا تعبر سوى عن نسبة قليلة من قدرات الرياضي الحقيقية.
- أثناء عملية الانتقاء من الصعب الحكم على الرياضي الموهوب نظرا لأن الموهبة هي حالة نادرة.
- عدم وجود سن ثابت بالنسبة لظهور الموهبة، فهي مرتبطة بتطور قدرات الرياضي المختلفة والمتواصلة (جسمية، نفسية، حركية ...) مما يطرح مشكلة اكتشافها وانتقائها وتوجيهها نحو التخصص.

<sup>1</sup> - مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، ط02، مرجع سابق، 323.

## الخلاصة:

إن عملية الانتقاء والتوجيه هي عملية جد حساسة وهادفة لأنها كلما كانت دقيقة كانت الفرصة أكبر لتسهيل وتطوير الموهبة الرياضية. وتعتبر عملية الانتقاء والتوجيه أساس التطور في لعبة كرة القدم إذا أعطيت لها مكانتها حسب التطور العلمي لتكنولوجيا الرياضة. إن الانتقاء والتوجيه عملية مهمة جدا، حيث يتطلب عملا جماعيا يشترك فيه المدرب والطبيب وعالم النفس على مدى مراحل متتالية، ويقوم المدرب هنا بالدور الأساسي لأنه يكون على احتكاك دائم ليكشف من بينهم الموهوبين ولا ينتظر افتراضية نجاحهم.

# الفصل الثاني

## رياضة كرة القدم

### تمهيد:

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين.

وهي من الألعاب الجماعية القديمة حيث حافظت على حيويتها وقدرتها على استقطاب الجماهير باهتمامهم ومارسنها الشعوب بشغف كبير وأعطوها أهمية خاصة فجعلوها جزءا من حياتهم لما تتميز به من روح المنافسة.

تطرقنا في هذا الفصل إلى التعريف بهذه اللعبة وذكرنا نبذة تاريخية عن كرة القدم كما ذكرنا القوانين الأساسية لهذه اللعبة، والمبادئ الأساسية والقوانين والقواعد المنظمة لها وكذا متطلبات اللعب التي تتميز بها لعبة كرة القدم.

1- تعريف الرياضة:

جاء في القاموس الفرنسي la rousse أن الرياضة هي مجموعة التدريبات الجسدية التي تؤدي في شكل فردي أو جماعي، وتهدف إلى الترويح عن النفس، أو لمجرد اللعب أو المنافسة، وتمارس من خلال قواعد معينة تعرف بقواعد اللعبة ومن يمارسها لا يهدف من ورائها إلى تحقيق عرض نفعي مباشر. (1)

1-1- أنواع الرياضة:

- الرياضة الفردية:

فيها يوجد المنافس في مواجهة خصم واحد، مثلما هو معمول به في الرياضات القتالية، أو في مواجهة عدة خصوم من دون فرق مثلما معمول به في ألعاب القوى والسباحة.

- الرياضة الجماعية:

فيها تتفاعل كبير بين الرياضيين وكذا التعاطي لكل كبيرة وصغيرة، وهذا التفاعل وينتج عنه ما يسمى بالديناميكية الجماعية، وسميت جماعية لأنها تجمع عددا من الممارسين ضد عدد آخر. (2)

2- كرة القدم:

2-1- تعريف كرة القدم:

هي رياضة جماعية يلعبها فريقان لتسجيل الأهداف كل على الفريق الآخر، ويضم فريق كرة القدم أحد عشر لاعبا بالإضافة الى سبعة لاعبي احتياط ويمكن تبديل ثلاثة لاعبين على الأكثر في مباراة رسمية وتعتبر أكثر الألعاب شعبية في العالم. تلعب على مستطيل عشبي أو رملي مع وجود مرميان في مركزي أطراف الملعب وتلعب عادة باستخدام الأرجل والرأس والصدر ومن غير المسموح استخدام الأيدي ولكن هذا متاح فقط لحراس المرمى.

ويدير اللعبة اتحاد دولي يسمى FIFA اختصارا لـ *fédération international of football association* ويعتبر أول اتحاد عالمي للعبة ومهمته وضع القوانين وتطبيقها وإدارة المسابقات... وغيرها من المهام. (3)

<sup>1</sup> - السعدني خليل السعدني، الاحتراف في كرة القدم، الطبعة الأولى، القاهرة، مركز الكتاب، 2006، ص45.

<sup>2</sup> - أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، دون طبعة، الكويت، سلسلة المعارف، 1996، ص21.

<sup>3</sup> - حسين السيد أبو عبده، الاعداد المهارى للاعبى كرة القدم، مكتبة الاشعاع الفنية، القاهرة، 2002، ص21.

2-2- تاريخ ونشأة لعبة كرة القدم:

متى نشأت كرة القدم؟ سؤال اختلف المؤرخون على الإجابة عنه... فمتحف الأجناس البشرية في ميونيخ بألمانيا يضم نصا كتبه الصيني (لي جو) يتحدث عن مباريات بين الصين واليابان في حوالي 100 ق.م وصفت بأنها أولى الألعاب التي استخدمت فيها الكرة. وذكرت بعض المراجع أن الصينيين عرفوا كرة القدم منذ عام 2500 ق.م، وأنهم كانوا يصنعون الكرة من جلد الحيوان. (1)

إلا أن الكرة لم تكن بالضخامة المعروفة والتي تستخدم في اللعب حاليا وكانت أقل انتفاخا (...). والانجليز هم أكثر الشعوب ادعاء بإنشائهم للعبة قبل غيرهم، فهم يدعون أن كرة القدم لعبة الانجليز الأصل. حيث يقول المؤرخ (فيتزستين) إن طلاب المدارس في عام 1175م في إنجلترا كانوا ينطلقون الى الحقول خارج المدينة يستمتعون باللعبة ذائعة الانتشار.

في المراحل الأولى من القرن العشرين بدأ التنظيم العالمي لكرة القدم حيث اقتربت كل من فرنسا وهولندا وبلجيكا وسويسرا والدنمارك لتشكيل الإتحاد الدولي لكرة القدم في عام 1904م، ولعبت أول بطولة عام 1908م فازت بها إنجلترا على الدنمارك في النهائي بهدفين مقابل صفر.

أقيمت أول بطولة لكأس العالم في الأرجواي عام 1930 وربحتها الدولة المنظمة، وفي وقتنا الحالي توجد عدة بطولات على مستوى الأندية والفرق الوطنية منها بطولة الأندية الأوروبية التي انطلقت عام 1955م. (2)

2-3- القوانين الأساسية في كرة القدم:

2-3-1- الملعب:

يكون طول الملعب 120م كحد أقصى و90م كحد أدنى، وعرضه كحد أقصى 90 و45م كحد أدنى، أما بالنسبة للمباريات الدولية فيكون الطول 100م حتى 110م وعرضه من 64م حتى 75م.

2-3-2- الكرة :

يجب أن تكون مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد أو من أي مادة أخرى مناسبة لا يتعدى محيطها 70سم ولا تقل عن 68سم أما وزنها فلا يزيد عن 450غرام ولا يقل عن 410غرام.

2-3-3- عدد اللاعبين:

يتكون اللاعبين من إحدى عشر لاعبا أحدهم حارس مرمى ولا يمكن ابتداء مبادرة إذا كان عدد اللاعبين يقل عن سبعة لاعبين. (3)

2-3-4- الحكام:

يحكم المباراة حاكم واحد بمساعدة مراقبين للخطوط التماس وحكم رابع يقوم بمراقبة المباراة فنيا.

2\_ مفتي إبراهيم محمد، الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 1994، ص 11 .

2- موفق مجيد متولي، الأعداد الوظيفي في كرة القدم، كعبة أولى، بدون بلد، دار الفكر، 1999، ص 10-11.

3- موفق مجيد متولي، الأعداد الوظيفي في كرة القدم، كعبة أولى، بدون بلد، دار الفكر، 1999، ص 10-11.

2-3-5- فترات اللعب:

تتكون المباراة من شوطين كل شوط يدوم 45 دقيقة تتخللهما فترة راحة لا تزيد عن 15 دقيقة.<sup>(1)</sup>

2-3-6- بداية اللعب:

يتحدد اختيار نصفي الملعب، وركلة البداية على القرعة بقطعة نقدية ولل فريق الفائز بالقرعة الحق في اختيار إحدى ناحيتي الملعب أو ركلة البداية.

2-3-7- الكرة في الملعب أو خارج الملعب:

تكون الكرة خارج الملعب عندما تعبر كلها خط المرمى أو التماس، عندها يوقف الحكم اللعب وتكون في الملعب في جميع الأحوال الأخرى من بداية المباراة إلى نهايتها.

2-3-8- طريقة تسجيل الهدف:

يحتسب الهدف كلما اجتازت الكرة خط المرمى بين القائمين وتحت العارضة.

2-3-9- التسلسل:

يعتبر الملعب متسلسلاً إذا كان أقرب من خط المرمى خصمه من الكرة في اللحظة التي تلعب فيها الكرة.

2-3-10- الأخطاء وسوء السلوك:

يعتبر اللاعب مخطئاً إذا تعمد ارتكاب مخالفة من مخالفات التالية:

- ركل أو محاولة ركل الخصم.
- عرقلة الخصم مثل محاولة إسقاطه أو الانحناء أمامه أو خلفه.
- دفع الخصم بعنف.
- يمنع لمس الكرة باليد إلا الحارس المرمى.
- دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه.

2-3-11- الضربة الركنية:

عندما يخرج الخصم الكرة من خط المرمى فيما عدا الجزء الواقع بين القائمين.<sup>(2)</sup>

2-3-12- الضربة الحرة:

- المباشرة وهي التي يجوز فيها إصابة مرمى الفريق المخطئ مباشرة.
- الغير مباشرة وهي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب الكرة أو لمسها لاعب آخر.
- ضربة الجزء تضرب الكرة من علامة الجزاء وعند ضربها يجب أن يكون جميع اللاعبين خارج منطقة الجزاء.

<sup>1</sup> - موفق أسعد محمود، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، الطبعة الثانية، الأردن، دار الدجلة، 2009، ص256.

<sup>2</sup> - قاسم عيسى وعمران المسعود، الدور النفسي للمدرب وتأثيره على لاعبي كرة القدم 14-17 سنة، ليسانس، جامعة محمد بوضياف المسيلة، 2007-2008، الجزائر، ص47-48.



2-3-13-رمية التماس :

عندما تخرج الكرة بكاملها من خط التماس.

2-3-14-ضربة المرمى:

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدى الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها

من الفريق الخصم.

3- أهمية كرة القدم في المجتمع:

إن للرياضة دور كبير داخل المجتمع، إذ تعتبر وسطا جيدا لحدوث التفاعل الاجتماعي بين

أفراده وكرة القدم باعتبارها رياضة جماهيرية تؤدي بدورها أدوارا عديدة، يمكن تلخيصها في العناصر

التالية:

(أ) الدور الاجتماعي:

رياضة كرة القدم هي نظام اجتماعي، إذ تقدم لنا شبكة معتبرة من العلاقات بشتى أنواعها، سواء

الخاصة بالفرد في حد ذاته، أو بين مختلف أفراد المجتمع كالتعاون، المثابرة، التسامح،

الصدقة.... إلخ، كما تعمل هذه الرياضة كباقي الرياضيات الأخرى على تكوين شخصية متزنة

اجتماعيا. (1)

(ب) الدور الاقتصادي:

ان الدور الذي تلعبه كرة القدم في المجتمع ازدادت أهميته مؤخرا، حيث ظهرت هناك دراسات

متعددة حول اقتصاديات الرياضة، إذ يعتقد ستوكفيس **sticvis**عالم الاجتماع الهولندي أن تكامل

النشاطات الرياضية مع المصالح الاقتصادية قد أدى إلى احتلال الرياضة مكانة رفيعة في الحياة

الاجتماعية وباعتبار كرة القدم إحدى هذه الرياضات فإن دورها الاقتصادي (الاشهار، التمويل، مداخيل

المنافسات، أسعار اللاعبين...) قد تعاضم مع مرور الوقت. (2)

لا تقتصر ممارسة الأنشطة الرياضية بما فيها كرة القدم على الأدوار السالفة بل تتعداها إلى دور

نفسي وتربوي ودور آخر سياسي.

4- المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كأي لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب

في طرق التدريب. يتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير على مدى إتقان أفراده للمبادئ

الأساسية للعبة، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات

<sup>1</sup> \_ أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة (216)، المجلس الوطني للثقافة والفنون والأدب، الكويت، 1996، ص86.

<sup>2</sup> \_ أمين أنور الخولي، مرجع سابق، 1996، ص132.

الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة أو يقوم بالتمرير بدقة وتوقيت سليم وبمختلف الطرق ويكتم الكرة بسهولة، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظرف المناسب ويحاور عند اللزوم ويتعاون تعاوناً تاماً مع بقية أعضاء الفريق في كل عمل جماعي متناسق. (1)

وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة كما يجب الاهتمام بها دائماً عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب. وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى مايلي:

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

#### 5- متطلبات اللعب في كرة القدم:

لكي تحدد بدقة قدرات ومؤهلات اللاعبين، من الضروري معرفة العوامل الأساسية التي تميز متطلبات كرة القدم الحديثة. فهذه اللعبة جماعية تتطلب تسجيل عدد كبير من الأهداف في شبكة الغير، وكذلك صعوبة عمل الفريق جماعياً مع خلق شروط مقبولة للقيام بعمل تكتيكي وإستراتيجي خلال اللعب يوجد اللاعبون في مواجهة مباشرة مع الخصم وهذا يتطلب نوعية حركية لكل واحد منهم. كما أن حالات اللعب المتغيرة بسبب اختيار اللاعبين للحلول السهلة والصحيحة، إذ يجب أن تركز على قاعدة التحليل المتغيرة باستمرار مثلاً: الجري يحل محله الحركات بالكرة أو المشي وتوقعات أو قفز في أغلبية تخصصات النشاط الحركي، فاللاعبون يستعملون الجري بنسبة كبيرة حيث أن حركتهم تمتاز بالجري التسارعات والانطلاقات التي ينبغي القيام بها من مختلف الوضعيات حيث أن السرعة القصوى تحول إلى توقعات مفاجئة وتغير الاتجاه الغير متوقع. (3)

تحدد نتائج المتطلبات في كرة القدم نتيجة لتفاعل المتطلبات الرئيسية التي تحدد مستوى اللاعبين وهي:

#### 5-1- المتطلبات البدنية:

لما كانت الصفات البدنية الخاصة بلعبة كرة القدم قد تنامت وبشكل ملحوظ نتيجة ما يسمى بظهور الكرة الشاملة، فقد ألقى ذلك عبئاً كبيراً على اللاعبين دفاعاً وهجوماً إذ أعطيت لهم واجبات

<sup>1</sup> \_ ممدوح محمدى، الإعداد المهني وتطوير التفكير الخططي للاعب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، دس، ص13.

<sup>1</sup> \_ حسن عبد الجواد. كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم. دار العام للملايين. ط4. بيروت. 1997. ص 27.25 .

<sup>3</sup> \_ زهران السيد، المهارات الفنية للبطولة العالمية في كرة القدم، د.د، مصر، 2000، ص112.

حركية تدعى كمية كبيرة من الحركة يترتب عليها استنفار دام للطاقة البشرية، والتي تستلزم بدورها وجود أجهزة حيوية تعمل بكفاءة عالية لتلبية هذه المتطلبات. (1)

### 5-2- المتطلبات التقنية :

تتميز كرة القدم بتعدد المهارات الحركية التي يجب أن يشكلها اللاعب وبواسطتها يمكن تنفيذ الكثير من الخطط التكتيكية عند توفر الحد المطلوب للياقة البدنية والتي يجب على اللاعب أن يمتلكها ويحققها في كل الظروف السهلة والصعبة والأوضاع الغير المتوقعة، وعلى ذلك فإن جميع اللاعبين لابد لهم من امتلاك عدد كبير من الخبرات الحركية المتنوعة وهي خاصية تتميز بها كرة القدم. ولقد ثبت أنه كلما كانت قدرة اللاعب كبيرة في امتلاكه للأساليب التكتيكية، كانت قدرته على تنفيذ الواجبات الخطئية كبيرة أيضا مما يسمح له بمردود كبير في الحركة واقتصاد في الجهد، ويأخذ فرصة كاملة لعمل تحليل مواقف اللعب على أرض الملعب أثناء المباراة ولقد كتب في ذلك مدرب فريق الإتحاد السوفياتي (كاتشالين): أن اللاعبين ذوي المستوى المتوسط في الفريق السوفياتي لا يملكون العدد الكافي من الأساليب والمهارات الحركية.

### 5-3- المتطلبات التكتيكية:

تجرى المباراة في كرة القدم في مواقف معقدة متتالية ولتنفيذ النشاطات التكتيكية واتخاذ القرارات الصائبة المتعلقة بها، فإن ذلك يستدعي سرعة الاستثارة لتحليلها وتفسيرها، والاختيار الصحيح لطريقة وأسلوب تنفيذ الواجبات والمهام التي تظهر أمام اللاعبين لتحقيق الغرض المناسب في الخطة المناسبة.

### 5-4- المتطلبات النفسية:

هذا النوع من المتطلبات يؤدي دورا هاما وحيويا في التعجيل بنو الصغات النفسية ذات الأهمية بالنسبة للاعب كرة القدم، ويمكنهم من تنظيم حالتهم النفسية في الظروف الحرجة من المباراة ويساعد اللاعبين على التكيف للأحمال التدريبية مرتفعة الشدة. (2)

### 6- قواعد كرة القدم:

إن الجاذبية التي تتمتع بها كرة القدم خاصة في الإطار الحر (المباريات غير الرسمية، ما بين الأحياء)، ترجع أساسا إلى سهولتها الفائقة، فليس ثمة تعقيدات في هذه اللعبة، ومع ذلك فهناك سبعة عشر قاعدة لسير هذه اللعبة، وهذه القواعد سارت بعدة تعديلات ولكن لازالت باقية إلى الآن. حيث أول سيق للثبات للأول قوانين كرة القدم أسندوا إلى ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالا واسعا للممارسة من قبل الجميع دون استثناء، وهذه المبادئ حسب سامي الصفار 1982م كما يلي:

<sup>1</sup> محمود بسيوني وباسم فاضل. الإعداد النفسي للاعبين في كرة القدم. دار عالم المعرفة. القاهرة، 1994. ص 48

<sup>2</sup> محمود بسيوني وباسم فاضل، مرجع سابق، 1994، ص 62-76-203.

**6-1- المساواة:**

إن قانون اللعبة يمنح لممارسي كرة القدم فرصة متساوية لكي يقوم بعرض مهاراته الفردية، دون أن يتعرض للضرب أو الدفع أو المسك وهي مخالفات يعاقب عليها القانون.

**6-2- السلامة:**

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

**6-3- التسلية:**

وهي إفراح المجال للحد الأقصى من التسلية والمتعة التي يجدها اللاعب لممارسة اللعبة، فقد منع المشرعون لقانون كرة القدم بعض الحالات والتي تصدر من اللاعبين تجاه بعضهم البعض.<sup>(1)</sup>

<sup>1</sup> سامي الصفار. كرة القدم، بدون طبعة، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق: 1982. ص29.

## خلاصة:

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة الأكثر انتشارا في العالم منذ القدم، فأصبحت الرياضة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة، بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول، التي جعلتها في مقدمة الرياضات التي يجب تطويرها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالمي.

وهذا لا يتسنى إلا إذا عرفنا متطلبات هذه الرياضة، والأکید أن أهم عضو في هذه الرياضة هو اللاعب ولهذا يجب الاهتمام به ومعرفة الصفات والخصائص التي يجب أن تتوفر فيه، كي يكون دوره إيجابيا في هذه المعادلة، وإعطاء النتائج المرجوة منه.

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

# الفصل الثالث

التحضير البدني في كرة القدم

## تمهيد:

إن للتحضير البدني أهمية بالغة في تطوير الصفات البدنية للاعب من تحمل وقوة وسرعة، رشاقة ومرونة، ولا يجب أن نغفل عن الدور الفعال الذي يلعبه المدرب في تقنين مختلف التمرينات التدريبية، عند لاعبي كرة القدم وأيضا رفع كفاءة أعضاء وأجهزة الجسم الوظيفية، وتكامل أدائها من خلال التمرينات البنائية العامة والخاصة، وإن مستوى التحضير التقني والتكتيكي مرتبط ارتباطا وثيقا بالتحضير البدني وتطوير الصفات البدنية وكذا التحضير النفسي والنظري.

## 1- تعريف التحضير البدني:

ويقصد به كل الإجراءات والتمارين المخططة التي يضعها المدرب، ويتدرب عليها اللاعب ليصل إلى قمة لياقته البدنية، وبدونها لا يستطيع لاعب كرة القدم أن يقوم بالأداء المهاري والخططي المطلوب منه وفقا لمقتضيات اللعبة، ويهدف الإعداد البدني إلى تطوير الصفات البدنية من تحمل وقوة وسرعة ورشاقة ومرونة. (1)

ويمكن أن نقسم الإعداد البدني إلى قسمين عام وخاص ، فالأول يقصد به التنمية المتزنة والمتكاملة لمختلف عناصر اللياقة البدنية، وتكييف الأجهزة الحيوية للاعب مع العبء الواقع عليه، أما الثاني فيهدف إلى إعداد اللاعب بدنيا ووظيفيا بما يتماشى مع متطلبات ومواقف الأداء في نشاط كرة القدم والوصول إلى الحالة التدريبية وذلك عن طريق تنمية الصفات البدنية الضرورية للأداء التنافسي في كرة القدم والعمل على دوام تطويرها. (2)

وعموما فالإعداد البدني العام والخاص للاعب كرة القدم، لا يمكن فصلهما عن بعضهما البعض بل يكمل كل منهما الآخر وخلال الفترة الإعدادية، فعندما نبدأ بمرحلة الإعداد البدني العام وذلك لتحقيق الهدف منه، وهو اللياقة البدنية العامة، وبعد ذلك يتم الإعداد البدني الخاص من خلال مرحلتي الإعداد الخاص والإعداد للمباريات لتحقيق اللياقة البدنية الخاصة بلاعب كرة القدم.

ومما تقدم نستنتج أنه حتى يستطيع اللاعب أن يشارك في المباراة بإيجابية وفعالية وجب عليه أن يتمتع بلياقة بدنية معتبرة، لذا أصبح من الضروري اليوم على المدرب أن ينمي اللاعب الصفات البدنية الأساسية الخاصة بكرة القدم من تحمل وقوة وسرعة ورشاقة ومرونة.

## 2- التحضير البدني في كرة القدم:

يهدف التحضير البدني في كرة القدم إلى إعداد اللاعب بدنيا ووظيفيا ونفسيا بما يتماشى مع مواقف الإعداد لتحضير المتشابهة في نشاط كرة القدم والوصول به إلى حالة التدريب المثلى عن طريق تنمية القدرات البدنية الضرورية للأداء التنافسي والعمل على تطويرها لأقصى حد ممكن حتى يتمكن اللاعب من التحرك في مساحات كبيرة من الملعب وينفذ خلالها الواجبات الدفاعية والهجومية حسب مقتضيات وظروف المباراة. (3)

1 - Taelman(R)-Simon(J) : "foot Ball", Performance, ed, amphara, Paris, 1991, P53

2- مفتي إبراهيم. الهجوم في كرة القدم. دار الفكر العربي، مصر: 1994، ص367

1\_ حسن السيد أبو عيده. الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم. ط1، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية. الإسكندرية مصر: 2001. ص35.



### 3- مدة التحضير البدني:

تعتبر مدة التحضير حسب (VIEUTAM) أهم فترة من فترات المنهاج السنوي بأهدافها الخاصة والتي تحاول أن تحققها خلال فترة معينة. (1)

وفي هذه الفترة يعمل المدرب على رفع الحالة التدريبية للاعبين عن طريق تنمية الصفات البدنية والمهارية الأساسية والكفاءة الخطئية وتثبيت صفاتها الإرادية. (2)

وعليه فيمكن أن نعبر عن الصفات البدنية، على أنها مجموعة من القدرات البدنية الخاصة بنوع النشاط الممارس ويمكن تحديدها في الصفات البدنية التالية، تحمل، قوة، سرعة، مرونة، رشاقة.

إذا فإن الفترة الإعدادية ما هي إلا مرحلة أو فترة من فترات المنهاج السنوي، تقدر بالأسابيع لها أهداف خاصة تحاول أن تحققها، وهو العمل على تنمية وتطوير الصفات البدنية العامة والخاصة، وكذلك المهارات الأساسية والكفاءة الخطئية، والصفات الإرادية للاعبين.

ولقد حدد الكثير من الباحثين في مجال التدريب الرياضي مدة التحضير البدني أو الإعداد البدني ما يقارب من 8 إلى 12 أسبوع وتكون قبل فترة المنافسة. (3)

### 4- أنواع التحضير البدني:

تعتبر فترة التحضير البدني من أهم فترات الخطة السنوية، وعليها يترتب نجاح أو فشل النتيجة الرياضية والفوز في المباريات، لذا أصبح من الضروري استغلال هذه الفترة أحسن استغلال لما لها من أهمية في الحصول على النتائج الايجابية.

ومن الأهداف العامة لهذه الفترة التي تحاول تحقيقها، هي تطوير الحالة التدريبية للاعبين عن طريق تنمية وتحسين صفاتهم البدنية العامة والخاصة، بالإضافة إلى الجانب البدني فإن هذه الفترة تحاول أن تصل باللاعب إلى الأداء المهاري العالي، اكتساب الكفاءة الخطئية وتطوير وتثبيت الصفات الإرادية والخلقية لدى اللاعبين. (4)

وتدوم فترة الإعداد البدني من أسبوعاً حسب الكثير من الباحثين في مجال التدريب الرياضي وتكون قبل فترة المنافسة. (5)

وتنقسم هذه الفترة إلى ثلاثة مراحل رئيسية هي:

- مرحلة الإعداد العام.
- مرحلة الإعداد الخاص.
- مرحلة الإعداد للمباريات.

<sup>1</sup> \_ أبو العلاء عبد الفتاح وإبراهيم شعلان. فسيولوجيا التدريب في كرة القدم. دار الفكر العربي. مصر: 1994. ص 367.

<sup>2</sup> \_ حنفي محمود مختار. مدرب كرة القدم. دار الفكر العربي. مصر: 1980. ص 45.

<sup>3</sup> \_ حارس هيوز. كرة القدم الخطط المهارية. ترجمة موفق المولى وثامر محسن. - مطبعة العالم. - بغداد العراق 1990. ص 23.

<sup>4</sup> \_ Bellik Abde Najem: L'entraînement Sportif, ed, A, A, C, S, Batna, P19.

<sup>5</sup> \_ ثامر محسن. سامي الصفار. أصول التدريب في كرة القدم. دار الكتاب للطباعة والنشر. بغداد العراق: 1988. ص 54.

❖ مرحلة الإعداد العام:

وفقا للهدف منها ونوعية العمل بها تشمل التمرينات العامة، ويزداد حجم العمل فيها بدرجة كبيرة ما بين 70-80% من درجة العمل الكلية، والشدة تكون متوسطة وذلك لتطوير الحالة التدريبية، وأيضا للارتقاء بعناصر اللياقة البدنية العامة، ولا بد أن تهدف التمرينات العامة إلى بناء القوام السليم للاعبين خلال تلك المرحلة.

وتستغرق مرحلة الإعداد العام من 2-3 أسابيع ويجري التدريب من 3-5 مرات أسبوعيا للفرق وتحتوي هذه المرحلة على تمرينات عامة لجميع أجزاء الجسم والعضلات بالإضافة إلى التمرينات الفنية والتمرينات بالأجهزة والألعاب الصغير. (1)

ومن ناحية أخرى يتضح أن مرحلة الإعداد العام، تحتوي على جميع الجوانب المختلفة لإعداد اللاعب بصفة شاملة، إلا أن تلك النسب تتفاوت وفقا لهدف تلك المرحلة، ومما تقدم فإن هذه المرحلة تهدف إلى تطوير الصفات البدنية العامة للاعب.

❖ مرحلة الإعداد الخاص:

تستغرق هذه المرحلة من 4-6 أسابيع وتهدف إلى التركيز على الإعداد البدني الخاص بكرة القدم من خلال تدريبات الإعداد الخاص باللعبة من حيث الشكل والمواقف وبما يضمن معه متطلبات الأداء التنافسي وتحسين الأداء المهاري والخططي وتطويره واكتساب اللاعبين الثقة بالنفس. (2)

إن محتويات مرحلة الإعداد الخاص باللعبة تتضمن تنمية عناصر اللياقة البدنية التي تخص لعبة كرة القدم مع التذكير بدرجة كبيرة على الأداء المهاري والخططي.

وخلاصة القول فالعمل في هذه المرحلة يكون موجها بدرجة كبيرة نحو تحسين الصفات البدنية الخاصة وإتقان الجوانب مهارية والخططية للعبة استعدادا لفترة المباريات. (3)

❖ مرحلة الإعداد للمباريات:

وتستغرق هذه المرحلة من 3-5 أسابيع، وتهدف إلى تثبيت الكفاءة الخططية للاعبين مع العناية بدقة الأداء المهاري خلال الأداء الخططي تحت ضغط المدافع والإكثار من تمرينات المنافسة، والمشاركة في المباريات التجريبية. (4)

إن حجم العمل التدريبي الخططي يأخذ النصيب الأكبر ويليه الإعداد المهاري ثم الإعداد البدني الخاص.

1\_ مفتي إبراهيم. الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم. دار الفكر العربي. مصر. 1978. ص38-39.

2\_ طه إسماعيل وآخرون. كرة القدم بين النظرية والتطبيق. الإعداد البدني في كرة القدم" دار الفكر العربي. مصر. 1987. ص27.

3\_ حنفي محمود مختار. مرجع سابق. 1980. ص 47.

4\_ مفتي إبراهيم. مرجع سابق، 1978، ص41، 40.

وهي محصورة بين فترة المباريات وبداية فترة الإعداد، وتهدف إلى الترويح على اللاعبين بعد الشد العصبي خلال فترة المباريات وراحة الأجهزة الحيوية بعد المجهود البدني خلال الموسم الرياضي، وعلاج الإصابات التي حدثت للاعبين خلال هذه الفترة ، وتستغرق هذه الفترة ما بين 4-6 أسابيع ولا يحتوي التدريب في هذه الفترة على أحجام كبيرة من العمل، وتعتبر من أهم الفترات في الخطة السنوية ، إذ أنها القاعدة الأساسية لتحقيق التقدم في العام الجديد ، وتحقيق مستوى أعلى من ذي قبل ، هذا إذا خطط لذلك بشكل جيد.(1)

#### 4-1- التحضير التقني والتكتيكي:

وهو عنصر أساسي في كرة القدم الحديثة ، ظهر ببطء انطلاقاً من البحث عن تحقيق إن تنظيم الفريق نتيجة ببذل جهد يجمع اللاعبين حول الكرة ، وبمحاولة التوغل المرتكز على الهجوم الشخصي والجماعي ومروراً بقاعدة التسلسل في سنة 1866م التي اوجت لفريق هاروو وفريق ايتون الانجليزيين بالتوغل الثنائي ووصولاً في عام 1874م مباراة بين فريقي كمبريدج وأكسفورد ، حيث خصص فريق أكسفورد ثلاثة لاعبين في المؤخرة لصد مهاجمي كمبريدج وبعد عدة محاولات وتجارب.

اعتمدت هذه الخطة في انجلترا، نشأت اللعبة وعلى أساس أن الدفاع هو المحافظة والهجوم هو الاجتياح ليست كرة القدم سوى لعبة لا هي فن ولا هي علم ولكن أية لعبة هي أنها تتطلب صفات عديدة جسدية وثقافية وأخلاقية، فأخذ الكرة والمحافظة عليها والتقدم بها نحو مرمى الفريق المنافس هو الهدف الأساسي للفريق، وهذه التقنية تستدعي جيداً بين الحركات الصعبة مثل السيطرة على الكرة بقدم واحدة تكون في توازن مع القدم الأخرى. ليست تقنية كرة القدم قريبة من تقنية الألعاب الأخرى (الخفيفة) لأن الطابع التوازني للاعب كرة القدم يتطلب منه أن يحافظ على سيطرته على الكرة في اللعب.

تقنية اللاعب إذن هي حركية في أساسها تستهدف التغلغل بالكرة إلى المرمى المنافس ، وتعتمد على التقنية الشخصية إلى علاقة اللاعب بالكرة ، وتميل دائماً إلى التطور للمصلحة الجماعية ، وإلى جانب الدقة في تنفيذ الحركات المختلفة ، فإن السرعة أساسية وتبقى نتيجة المباراة متعلقة إلى حد كبير بقدرات التنفيذ الفورية للحركات العادية أو الصعبة، وشكل التنفيذ وتواتره اللذان يميزان اللاعبين الماهرين من اللاعبين العاديين.(2)

1\_ علي فهمي بيك. -أسس إعداد لاعبي كرة القدم. - دار الفكر العربي. - القاهرة: ص200، 201

2 - محمد رفعت. - كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية، دار البحار، بيروت، لبنان: 1998، ص59.

#### 4-2- التحضير النفسي والنظري:

إن عملية التدريب عملية مبنية على أسس علمية وهي ذات شقين لا ينفصلان وهما: الشق التعليمي: ويشمل الإعداد البدني والتكتيكي.

#### الشق النفسي التربوي:

هذا الشق له أهمية ما للشق التعليمي تماما، بل هو الفصل في المباراة عندما يكون الفريقان المتنافسان في نفس مستوى الأداء، من الناحية التقنية والبدنية والتكتيكية، والذهني عندئذ تكون الصفات الإرادية هي التي تقرر النتيجة.

لتحضير النفسي يسرع عملية تكوين الإمكانيات النفسية الضرورية باستعمال الإجراءات والوسائل على تطوير وا القدرات التالية:

- طموح للتحسين الذاتي للنشاط.
- تكوين إرادة لتطوير القدرات النفسية.
- تعلم التحكم المقصود في الحالات النفسية خلال التدريب والمنافسة.
- اكتساب إمكانية الاسترجاع دون مساعدة ولا سيما التركيز على نشاط التحضير النفسي أو السيكولوجي مستوى تطور القدرات النفسية الموجودة لدى الرياضي وبعض الخاصيات الشخصية للرياضي التي تشترط للإبقاء الجيد والمناسب للأنشطة الرياضية في شروط المنافسة أو التدريب. (1)

#### 5- أهمية الإعداد البدني:

- تطوير اللياقة الوظيفية والطبية للفرد برفع كفاءة الجسم للقيام بوظائفه وسلامته.
- إكساب الفرد الوعي الصحي بتطبيق المعلومات الصحية السليمة.
- إكساب الفرد القوام الجيد المناسب.
- رفع اللياقة الحركية بزيادة مستوى الإدراك السليم والتوفير المنطقي.
- تطوير سمات الفرد الشخصية والارادية مثل الثقة بالنفس والمثابرة والجرأة. (2)

<sup>1</sup> محمد حسن العلاوي، -علم النفس الرياضي، جردن طبعة، -مصر: 1985م، ص 26.

<sup>2</sup> عملي عادل عبد البصير، تدريب القوة العضلية، ط1، 2004، ص 89-90.

6- اللياقة البدنية:

أ- تعريف اللياقة البدنية:

هي أحد مظاهر اللياقة العامة للفرد وتشمل الخلو من الأمراض المختلفة العضوية والوظيفية وقيام أعضاء الجسم بوظائفه على أحسن وجه مع قدرة الفرد على السيطرة على بدنه، وعلى استطاعته لمواجهة الأعمال الشاقة لمدة طويلة دون إجهاد. (1)

ويمكن القول بأن الغرض من اللياقة البدنية هو الوصول إلى الكفاءة كقاعدة أساسية للبناء السليم والوصول إلى الإنجاز العالمي، لذا فإن جميع عناصر ومكونات اللياقة البدنية تؤثر على الإنجاز الرياضي. (2)

ب- مكونات اللياقة البدنية:

يتفق "ألن واد" و"محمد لطيف" و"فرج حسين" و"حنفي مختار" و"بطرس رزق الله" و"عبده أبو العلا" على أن المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم تتضمن القوة العضلية، التحمل، السرعة، المرونة، الرشاقة، التوافق. (3)

7- القدرات البدنية للاعب كرة القدم الحديثة:

• التحمل:

ويقصد به أن اللاعب يستطيع أن يستمر طوال زمن المباراة مستخدماً صفاته البدنية والمهارية والخطية بإيجابية وفعالية دون أن يطرأ عليه التعب والإجهاد الذي يعرقله عن دقة وتكامل الأداء بالقدر المطلوب. (4)

ويعرفه "داتشكوف" على أنه مقدرة اللاعب للوقوف ضد التعب والذي ينمو في حدود مزاولته النشاط الرياضي المحدد، أما مفهوم التحمل في كرة القدم فيعرفه "كرامر" هو قدرة اللاعب على الأداء المهاري والفني بدرجة عالية ولفترة طويلة. (5)

• أنواع التحمل:

التحمل ينقسم إلى قسمين:

أنواع التحمل:

التحمل ينقسم إلى نوعين هما:

<sup>1</sup> - Dellal، De l'entraînement à la performance en football، édition de boeck، paris 2008.

<sup>2</sup> - عملي عادل عبد البصير، نفس المرجع، 2004، ص 89-90.

<sup>3</sup> - غازي صالح محمود، كرة القدم: المفاهيم-التدريب، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع: عمان، 2011، ص37.

<sup>4</sup> - R.Taelman, Football, Nouvelles techniques d'entraînement, Paris, 1990, p125.

<sup>5</sup> - حسين قاسم حسن، الفيزيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي، ط1، دار الحكمة: بغداد، 2004، ص55.

أ- التحمل العام:

يعرفه "إبراهيم شعلان" بأنه: مقدرة لاعب كرة القدم على الاستمرار في أداء عمل بدني ذو حمل متغير لفترة مستمرة ومتصلة تعمل فيها الأجهزة الحيوية والعضلات به، يؤثر إيجاباً على الأداء التخصصي في كرة القدم. كما يقصد به الاستمرار في الجهد لفترة طويلة دون هبوط مستوى الكفاءة أو الفعالية وذلك باستخدام مجموعات كبيرة من العضلات وبمستويات متوسطة من الحمل مع استمرار عمل الجهاز الدوري التنفسي بصورة طبيعية.

ب- التحمل الخاص:

يعرفه إبراهيم شعلان بأنه: استمرار اللاعب في الأداء للصفات البدنية العالية والقدرات الفنية والخطية المقننة طوال المباراة دون أن يظهر عليه التعب والإجهاد أو الإخلال بمستوى الأداء. (1)

8- أهمية التحمل للاعب كرة القدم:

يلعب التحمل دوراً هاماً في مختلف الفعاليات الرياضية، وهو الأساس في إعداد الرياضي بدنياً، وأظهرت البحوث العلمية في هذا أهمية التحمل للاعب كرة القدم فهو يطور الجهاز التنفسي ويزيد من حجم القلب، كما ينظم الجهاز الدوري الدموي، ويرفع من الاستهلاك الأقصى للأوكسجين ومصادر الطاقة، ويزيد من ميكانيزمات التنظيم، بالإضافة إلى الفوائد البدنية، الفسيولوجية التي يعمل التحمل على تطويرها، هناك جانب هام يعمل التحمل على تطويره والرفع به وهو الجانب النفسي، لذا فالتحمل يساعد على تطوير صفة الإرادة، وقدرة المواصلة، وقدرة مواجهة التعب. (2)

9- القوة العضلية:

يعرف كلارك وكلاارك القوة العضلية بأنها أقصى قوة تخرجها العضلة نتيجة انقباضية عضلية واحدة. وعرفها بارو وماكجي بأنها: لقدرة الفرد على إخراج أقصى قوة ممكنة. (3)

- ويعرفها جورج أنها: مقدار ما تنتجه العضلة من عزم ضد المقاومة خلال أداء التمرين لمرة واحد. بينما "حماد" فقد عرف القوة بأنها: "المقدرة أو التوتر الذي تستطيع عضلة أو مجموعة عضلية أن تنتجها ضد مقاومة في أقصى انقباض إرادي لها.

يعرفها ستاييلور بأنها: إمكانية العضلات أو مجموعة من العضلات في التغلب على مقاومة أو عدة مقاومات خارجية.

<sup>1</sup> - إبراهيم شعلان، 1989 كرة القدم بين النظرية والتطبيق والاعداد البدني في كرة القدم، دار الفكر العربي: القاهرة ص 97-98.

<sup>2</sup> - محمد جابر بريقع، إيهاب فوزي البدوي، المنظومة المتكاملة في تدريب القوة والتحمل العضلي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2005، ص 41.

<sup>3</sup> - علي محمد جلال الدين، فيسولوجيا التربية البدنية والأنشطة الرياضية، ط3، دار الكتب المصرية: مصر، 2006، ص 29.

أما في مجال كرة القدم فتعرف القوة على أنها مقدرة العضلات في التغلب على المقاومات المختلفة، ويحتاج لاعبو كرة القدم إلى القوة العضلية في غالبية زمن المباراة تقريبا، فالوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب على المرمى أو الكفاح لاستخلاص الكرة يتطلب مجهودا عضليا قويا وقوة دافعة.

## خلاصة:

يعتبر التحضير بصفة عامة من أهم العوامل المساعدة في أداء اللاعبين، وعلى المدرب الناجح الاهتمام بتحضير اللاعب بدنياً، وينقسم التحضير البدني إلى التحضير العام والخاص، بهدف تطوير لياقة اللاعب لأنها من أهم العناصر المؤثرة على أدائه ومعرفة الطرق اللازمة لتنميتها، والعناصر الخاصة بلاعب كرة القدم من تحمل وسرعة وقوة، مرونة ورشاقة، ومعرفة كيفية تنميتها. وأيضاً معرفة متى يستعمل طرق تدريب الصفات البدنية، وكيفية استخدام الحمل والراحة، وهذا حسب أهداف ومميزات كل طريقة من طرق التحضير البدني، وكذا تحضير اللاعب من الناحية النفسية والنظرية التقنية التكتيكية، وهذا ضماناً للأداء الجيد والأمثل للاعبين خلال المنافسات.



# الفصل الرابع

منهجية البحث وإجراءاته

الميدانية

## تمهيد:

إن أهمية أية دراسة ودقتها تتعدى الجانب النظري المنطلق منه، يتطلب تدعيمها ميدانيا من أجل التحقق من فرضيات الموضوع، وهذا ما يتطلب من الباحث، توخي الدقة في اختيار المنهج العلمي الملائم والأدوات المناسبة لجمع المعلومات، التي يعتمد عليها فيما بعد وكذا حسن استخدام الوسائل الإحصائية، من أجل الوصول إلى نتائج ذات دلالة ودقة تساهم في تسليط الضوء على الإشكالية المدروسة، وفي تقدم البحث العلمي بصفة عامة.

1- الدراسة الإستطلاعية:

قام الطالب الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة من المجتمع الذي ستجرى عليه الدراسة، وتم طرح الأسئلة عليهم بصفة عامة والتعرف على الجوانب التي لا تخدم البحث وأيضا حذف وإضافة بعض الأسئلة الأخرى التي وجدنا أنها لا تخدم البحث أو تضيف له شيئا.

وقد اقتصرنا الدراسة الاستطلاعية على بعض النوادي الرياضية، حيث تعتبر هذه النوادي عينة من مجتمعنا ويمثلون مفردات العينة الأصلية التي ستجرى عليها الدراسة الميدانية، كما تم من خلالها تحديد العينة القابلة للدراسة بدقة وموضوعية، كما تم تحديد إشكالية الدراسة وضبط أداة الدراسة من حيث وضوح وسهولة عباراتها على أفراد العينة.

2- المنهج المتبع في البحث:

1-2- المنهج الوصفي:

استخدمنا هذا المنهج في الكشف عن آراء المدربين وذلك لوصف ظاهرة عملية الانتقاء حسب مراكز اللعب في أندية ولاية البويرة، كما يستخدم أيضا للوقوف على قضية محددة تتعلق بجماعة أو فئة معينة وهو يتصف بـ:

2-2- تعريف الظاهرة دون زيادة:

وصف عميق ومركز لمشكلة معينة، فهو ليس مجرد وصف عابر بل يتعدى ذلك ليصل إلى أعماق المشكلة أو الظاهرة المراد دراستها.

ليس مجرد لما هو قائم بالفعل فحسب، بل إنه عملية تحليلية لتوضيح الطبيعة الحقيقية لظاهرة عن طريق الوقوف على الظروف المحيطة بها أو الأسباب الدافعة إلى انتشارها. (1)

3- المجتمع:

نعني بمجتمع البحث جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث، فمجتمع الدراسة أو البحث إذن هو جميع الأفراد أو الأشخاص أو الأشياء الذين يكونون موضع البحث.

تكون مجتمع البحث من 16 نادي (16مدرّب) ناشطين في مدارس مختلفة للرياضة حسب المعلومات المتحصل عليها من رابطة كرة القدم لولاية البويرة.

4- العينة:

هي جزء من مجتمع البحث الأصلي يختارها الباحث بأساليب مختلفة وبطريقة تمثل المجتمع الأصلي وتحقق أغراض البحث وتعني الباحث عن مشتقات الدراسة المجتمع الأصلي.

1- نبيل أحمد عبد الهادي، منهجية البحث في العلوم الإنسانية، الطبعة الأولى، عمان، الهلية 2006، ص53-54.

5-متغيرات البحث:

-المتغير المستقل:

يطلق على هذا النوع من المتغيرات اسم العوامل المؤثرة وهذا المتغير هو الذي يعتبره الباحث المؤثر الرئيسي في الظاهرة أو السلوك الذي يلاحظه أو يدرسه ويسمى أيضا بمتغير التجريبي. (1)

-المتغير التابع:

يسمى هذا النوع من المتغيرات بمتغير الاستجابة وهو ما ينتج من أثر للمتغير المستقل، أي أن قيمة هذا المتغير تتغير وفقا لقيمة المتغير المستقل.

أما المتغير التابع فهو كرة القدم لدى الناشئين.

6-مجالات الدراسة:

- المجال البشري:

تكون من 16 مدرب ل 16 نادي.

- المجال الزمني:

بعد موافقة الأستاذ المشرف والأساتذة المحكمين على الإستهيبان قمنا بتوزيعه على المدربين وجمعه ابتداء من 2020/01/06 إلى غاية تاريخ 2020/03/13.

-المجال المكاني:

لقد قمنا بتوزيع الاستبيان إلى المدربين في مختلف الملاعب بولاية البويرة.

7-أدوات البحث:

الاستبيان:

يعتبر الاستبيان أحد وسائل البحث العلمي الذي يستعمل على نطاق واسع من أجل الحصول على بيانات أو معلومات تتعلق بأحوال الناس أو ميولهم أو اتجاهاتهم ودوافعهم أو معتقداتهم.

والاستبيان أداة تتضمن مجموعة من الأسئلة أو الجمل الخبرية التي يطلب من المفحوص الإجابة عنها بطريقة يحددها الباحث، حسب أعراض البحث. (2)

ويحتوي الاستبيان على أنواع من الأسئلة هي:

أ- الأسئلة المغلقة: وهي أسئلة التي يحدد فيها الباحث إجابات مسبقا وغالبا ب نعم أو لا.

ب-الأسئلة نصف المفتوحة: يحتوي هذا النوع على نصفين الأول يكون مغلقا أي فالإجابة تكون مقيدة نعم أو لا والنصف الثاني تكون الثاني تكون فيه الحرية للمستجوب للإداء برأيه الخاص.

1- محمود عبد الحليم المنسي، مناهج البحث العلمي، بدون طبعة، الأزارطية، دار المعرفة الجامعية، 2003، ص189.

2-جودت، عزت العطوي، مرجع سابق، 2007، ص99.

ت- الأسئلة متعددة الأجوبة: وهي أسئلة مضبوطة بأجوبة متعددة ويختار المجيب الذي يراه مناسباً.

الأسس العلمية للأداة:

صدق الأداة: حدق الاستبيان يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه. (1)

تم اختيار كل مدرب صنف أقل من 15 سنة وذلك لصغار المجتمع وتسمى هذه العينة مقصودة وتمثل عددها في 16 مدرب في 16 نادي.

الوسائل الإحصائية:

النسب المئوية:<sup>2</sup>

$$\frac{100 \times \text{الفئة تكرر}}{\text{التكرارات المجموع}} = \text{النسبة المئوية}$$

كا<sup>2</sup> المحسوبة:

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مج (ت م - ت ن)}^2}{\text{ت ن}}$$

ت م = التكرار المشاهد والملاحظ.

<sup>1</sup>- فاطمة عوض هاجر ميرفت، عليخناجة، 2002، ص167.

<sup>2</sup>- محمد السيد أبو نيل، الإحصاء النفسي والاجتماعي والتربويين بدون طبعة، بيروت، دار النهضة العربية، 1987، ص51.

## خلاصة:

من خلال هذا الفصل واستنادا إلى منهجية البحث العلمي تم اختيار المنهج الوصفي كمنهج متبع، وتحديد مجتمع وعينة البحث، بحيث تم اختيار المجتمع البحث كليا كعينة للدراسة، واستخدامنا الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات تحددت مجالات البحث، وتطرقنا في هذا الفصل أيضا إلى تحديد الوسائل الإحصائية (النسب المئوية، كـ<sup>2</sup> المحسوبة) التي سنقوم باستعمالها في الفصل الخامس.

# الفصل الخامس

النتائج المتوقعة

#### الاقتراحات:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة محصورة في الإمكانيات المتوفرة ورغم ذلك نود أن نعطي نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال، لذا كان من الضروري طرح مجموعة من الاقتراحات حتى يتسنى لمدربي كرة القدم اكتساب التأهيل اللازم من أجل التأطير واستعمال بطارية اختبارات لانتقاء لاعبي كرة القدم لدى صنف الأواسط (17-19) سنة لما لها من أهمية في كشف مستوى اللاعبين في المهارات الأساسية في كرة القدم.

ومن أراء الاختصاصيين فيما يتعلق بالطرق العلمية لإعداد الفئات الصغرى ومن أجل الانتقاء الأمثل والأنسب والوصول هذه الفئات إلى المستوى العالي قمنا باقتراح الخطوات التالية:

- 1- تسيطر بطاريات خاصة بتعليم المهارات الأساسية في كرة القدم يأخذها كل مدرب بعين الاعتبار.
- 2- إتباع اختبارات المهارات الأساسية في كرة القدم يأخذها كل مدرب بعين الاعتبار.
- 3- يجب على المدربين استعمال الاختبارات في قياس درجات الاستيعاب لدى الناشئين وذلك من أجل معرفة الوجه الحقيقي من جهة، ومن جهة أخرى يسمح هذا الاختبار للمدرب بإجراء برنامج مكثف حسب حاجيات اللاعبين ومستواهم المهاري والبدني والعقلي بعد عملية الانتقاء.
- 4- ضرورة الاهتمام بفئة الناشئين من خلال تحسين مستو باهم وذلك بتوفير الوسائل الضرورية لهم من كرات وأحذية ومساحات كافية للتدريب.
- 5- إقامة تربيصات وطنية ودولية للمدربين قصد كسب خيرات ومعارف خاصة بانتقاء لاعبي كرة القدم صنف أواسط.
- 6- المشاركة في الندوات والملتقيات والاستفادة من الطرق الحديثة للانتقاء ومواكبة التطور الرياضي العلمي الذي يخص الرياضيين.
- 7- الأهتمام أكثر بفئة الأواسط وإبعادها عن التهميش بتوفير مؤطرين لها ذوي مستوى علمي كافي التسيير الفرق الرياضية وتدريبها.
- 8- اقتراح منافسات ودوريات رياضية ومحلية لفئة الأواسط قصد تدعيم الحركة الرياضية وبالتالي احتكاك اللاعبين مع نظائهم من نوادي رياضية أخرى وهذا ما يساعد على تطوير قدراتهم البدنية والمهارية لموسمهم المقبل.
- 9- إجراء دورات تكوينية لتزويد المدربين بكل المعلومات والمستجدات التي قد تساهم في الرفع من أدائهم البدن الوظيفي، وكذا تتبع الطرق الجديدة.
- 10- ضرورة التركيز على الفئات الدنيا (الطور الأول والثاني) للعمل حول الخصائص البدنية والمهارية وتحسينها في هذا السن (12-15) سنة حتى يصل اللاعب إلى المستوى المطلوب.
- 11- الاعتماد على سياسة التكوين القاعدي والاستمرارية في تكوين الجيل الصاعد.



- 12-** الاهتمام بجميع الجوانب المهارية والبدنية والذهنية خلال عملية الانتقاء للحصول على لاعب مؤهل نسبيا حسب فترته العمرية.
- 13-** إعطاء أهمية أكبر للاختبارات البدنية من سرعة ورشاقة ومرونة وتحمل وقوة خلال عملية الانتقاء، وكذلك الاهتمام بالبنية المورفولوجية وعامل المستوى الدراسي.
- 14-** ضرورة العمل والبحث في هذا المجال من طرف الباحثين والطلبة الجزائريين قصد التعامل أكبر مع المشكل الذي يحمل في طياته مستوى اللاعبين الجزائريين الذي يختلف عن المستوى اللاعبين.
- 15-** إجراء المزيد من البحوث في مجال الانتقاء في الرياضات الأخرى الجماعية والفردية دعم والاهتمام بالرياضة المدرسية التي تعد المنبع الوحيد لاختيار اللاعبين.

الاستنتاج العام



### الاستنتاج العام:

بعد الدراسة التي تطرقنا إليها والمتمثلة في بطارية إختبارات انتقائية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب وعلى ضوء ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة ومن خلال الفرضيات المطروحة العملية هي اختيار أفضل العناصر باستخدام أسلوب علمي، الأمر الذي يحققه معظم المدربين، فطرقهم في الانتقاء تدل على اتباعهم الأسس العلمية والنهج العلمي، وحسب رأينا واستنادا على ما سبق التوصل إليه من النتائج السابقة يمكن إرجاع هذا الأمر إلى عدة عوامل من بينها، مشاركة المدربين في انتقاء وتكوين فرق جهوية، واعتمادهم على كل الجوانب أثناء عملية الانتقاء وفهمهم لهذه العملية، كما اتضح أن اتباع الأسس العلمية الحديثة في انتقاء الناشئين يساعد على اكتشاف القدرات والمواهب، كما سبق وتوصلنا إليه أن المدربين يقومون بالاختبارات والقياس وفقا لمعايير ذات طابع دولي، إذ استخدامها يعد جد ضروري خاصة لتدعيم عملية الانتقاء وهذا يعتبر أمر إيجابي فقيام المدربين بهذه الخطوات لا يعتبر فقط السير وفق منهج علمي بل يساهم في الحصول على مردود أفضل.

خاتمة

إن عملية انتقاء لاعبي كرة القدم هي من أجل تكوينهم وإعدادهم للوصول بهم إلى المستويات العالية والتطوير الشامل والمتزن لقدراتهم وخصائصهم يتطلب من المدرب أن يكون ملماً بالأسس النظرية والعلمية المختلفة للانتقاء وضرورة إلمامه بالخصائص المميزة لتدريب، ومن خلال جمع المعطيات النظرية والتطبيقية المرتبطة بالبحث وانطلاقاً من مشكلة مطروحة معاشة ميدانياً وبعد عرض وتحليل النتائج وتحليلها بخصوص بطارية إختبارات انتقائية للاعبين كرة القدم، فهذه النتائج تبدو منطقية إلى حد كبير، فكأن الهدف الذي يرمى إليه الباحث هو كشف العراقيل والعوائق التي تقف في وجه هذه العملية عن طريق معرفة خبرة وكفاءة المدربين بالإضافة إلى الأسس والقواعد المطبقة، فهذه العملية وكذلك أيضاً دور النادي ومساهمته في القيام بهذه العملية. ومن كل ما سبق نستنتج أن بطارية إختبارات انتقائية للاعبين كرة القدم عملية يجب أن تتم وفق أسس وقواعد عملية دقيقة يجب مراعاتها، وكذلك تضافر الجهود من طرف مسؤولي النادي والمدربين على تحقيق عملية الانتقاء الجيد للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب.

خلاصة القول فتتمحور حول ضرورة إخضاع عملية الانتقاء الرياضي بصفة عامة إلى الأسس العلمية الحديثة وأهمية استنادها على مدربين يتحلون بكفاءة علمية موثوقة بها حتى تكون هناك متابعة ومراقبة فنية لهاته الأعمال كما تمكن من التنبأ بالنتائج التي سيصل إليها لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب، وكذلك إعطاء أهمية للجانب العلمي الذي يعتبر الركيزة الأساسية لجميع الجوانب دون استثناء حتى يتميز عملهم بالشفافية والوضوح ويحقق نتائج مضبوطة تخلوا من الشكوك والمفاجئات.

### اقتراحات وفروض مستقبلية:

- اعتمادا على البيانات التي جمعها الباحث وانطلاقا من الاستنتاجات المستخلصة، وفي حدود إطار الدراسة يتقدم الباحث بالاقتراحات والفروض المستقبلية:
- اختيار مدربين يتميزون بالكفاءة العالية والخبرة الواسعة في مجال التخصص.
  - الرفع من مستوى الكفاءة العلمية والمهنية لمدربي كرة القدم.
  - الاعتماد على مدربين ذو شهادات عليا في التدريب الرياضي.
  - برمجة مخطط خاص بالعملية الانتقائية للاعبين كرة القدم من حيث الخطوات المنهجية والأساليب العلمية.
  - وضع مدة زمنية كافية للمدرب كي يستطيع وضع بطارية اختبارات انتقائية والتحكم فيها.
  - توفير الوسائل والمرافق الأساسية والكافية للعمل في أحسن الظروف.
  - وضع برامج تدريبية خاصة والحرص على تطبيقها.
  - التنسيق بين كل من رؤساء الفرق والبطولات من أجل الوقوف على عمل المدربين والسهر عليهم من أجل تطبيق برامج عملية وممنهجة.

# قائمة المصادر والمراجع



## المراجع باللغة العربية:

- 1- محمد حازم أبو يوسف، أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، ط 01، الاسكندرية، دار الوفاء للنشر 2005.
- 2- علي بن هادية وآخرون: القاموس الجيد للطلاب، ط7، الجزائر، 1991.
- 3- محمد صبحي حسانين، القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، دار الفكر العربي: القاهرة، 1995.
- 4- موفق أسعد محمود، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، الطبعة الثانية، الأردن، دار الدجلة، 2009.
- 5- محمد لطفي طه، الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين، القاهرة، الهيئة العامة المطابع الأميرية، 2002، ص13.
- 6- هدى محمد محمدالخطري، التقنيات الحديثة لانتقاء الموهوبين الناشئين في السباحة، المكتبة المصرية، 2003.
- 7- يحي السيد الحاوي، المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب، المركز العربي للنشر، ط01، 2002.
- 8- قاسم حسن حسين وفتحي المهشيش يوسف، الموهوب الرياضي سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط01، عمان، الأردن، 1999.
- 9- عصام حلمي، محمد جابر بيرقع، التدريب الرياضي أسس، مفاهيم واتجاهات، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1999.
- 10- مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي الحديث تخطيط، تطبيق، قيادة، دار الفكر العربي، ط01، القاهرة، مصر، 1998.
- 11- عماد صالح عبد الحق، مجلة النجاح، نابلس، فلسطين، 1999.
- 12- السعدني خليل السعدني، الاحتراف في كرة القدم، الطبعة الأولى، القاهرة، مركز الكتاب، 2006.
- 13- عبد الرحمان عيساوي، سيكولوجية النمو دراسة النمو النفسي الاجتماعي نحو الطفل المراهق، بدون طبعة، بيروت، دار النهضة العربية، 1992.
- 14- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، دون طبعة، الكويت، سلسلة المعارف، 1996.
- 15- حسين السيد أبو عبده، الاعداد المهاري للاعب كرة القدم، مكتبة الاشعاع الفنية، القاهرة، 2002.
- 16- مفتي إبراهيم محمد، الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، ط1، دار الفكر، مصر، 1994.
- 17- موفق مجيد متولي، الأعداد الوظيفي في كرة القدم، كعبة أولى، بدون بلد، دار الفكر، 1999.
- 18- ممدوح محمدي، الاعداد المهني وتطوير التفكير الخططي للاعب كرة القدم. دار الفكر العربي، القاهرة.

- 19- حسن عبد الجواد، كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم، بيروت، 1997.
- 20- زهران السيد، المهارات الفنية للبطولة العالمية في كرة القدم، د.د، مصر، 2000.
- 21- محمود بسيوني وباسم فاضل، الاعداد النفسي للاعبين في كرة القدم، دار عالم المعرفة، القاهرة، 1994.
- 22- سامي الصفار، كرة القدم، بدون طبعة، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق، 1982.
- 23- مفتي إبراهيم، الهجوم في كرة القدم، دار الفكر العربي، مصر، 1994.
- 24- حسن السيد أبو عبده، الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، ط1، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية الإسكندرية مصر: 2001.
- 25- أبو العلاء عبد الفتاح وإبراهيم شعلان. فسيولوجيا التدريب في كرة القدم. دار الفكر العربي. مصر: 1994.
- 26- حنفي محمود مختار. مدرب كرة القدم. دار الفكر العربي. مصر: 1980.
- 27- حارس هيويز. كرة القدم الخطط المهارية. ترجمة موفق المولى وثامر محسن. - مطبعة العالم. - بغداد العراق 1990.
- 28- ثامر محسن. سامي الصفار. أصول التدريب في كرة القدم. دار الكتاب للطباعة والنشر. بغداد العراق: 1988.
- 29- مفتي إبراهيم. الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم. دار الفكر العربي. مصر 1978.
- 30- علي فهمي بيك. -أسس إعداد لاعبي كرة القدم. - دار الفكر العربي. - القاهرة.
- 31- محمد رفعت. - كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية، -دار البحار، بيروت، -لبنان: 1998.
- 32- محمد حسن العلاوي، -علم النفس الرياضي، -بدون طبعة، -مصر: 1985م.
- 33- نبيل أحمد عبد الهادي، منهجية البحث في العلوم الإنسانية، الطبعة الأولى، عمان، الهلية.
- 34- محمود عبد الحلیم المنسي، مناهج البحث العلمي، بدون طبعة، الأزارطية، دار المعرفة الجامعية، 2003.
- 35- فاطمة عوض هاجر ميرقت، عليخناجة، 2002.
- 36- عملي عادل عبد البصير، تدريب القوة العضلية، ط1، 2004.
- 37- غازي صالح محمود، كرة القدم: المفاهيم-التدريب، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع: عمان، 2011.
- 38- حسين قاسم حسن، الفيزيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي، ط1، دار الحكمة: بغداد، 2004.

39- ابراهيم شعلان، كرة القدم بين النظرية والتطبيق والاعداد البدني في كرة القدم، دار الفكر العربي: القاهرة، 1989.

40- محمد جابر بريقع، إيهاب فوزي البدوي، المنظومة المتكاملة في تدريب القوة والتحمل العضلي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 2005، ص41.

41- علي محمد جلال الدين، فيسولوجيا التربية البدنية والأنشطة الرياضية، ط3، دار الكتب المصرية: مصر، 2006.

#### المجلات العلمية والمواقع الالكترونية:

1- هاشم أحمد سليمان، مقالة بعنوان الانتقاء في المجال الرياضي اكااديمية كرة القدم، أنظر <http://www.badnia.net>

#### الرسائل والمذكرات:

1- خالد بعوش، بطارية اختبارات لتقويم الجانب البدني والمهاري، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة 2015.

2- مسيلي خالد، تقويم بعض الصفات البدنية والحركية من خلال بطارية اختبارات، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة 2015.

3- حداش عبد الله، بطارية اختبارات بعض القدرات البدنية، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة 2014-2015.

4- بن قوة علي، تحديد مستويات معيارية لاختيار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، مستغانم، 1997.

5- قاسم عيسى وعمران المسعود، الدور النفسي للمدرب وتأثيره على لاعبي كرة القدم 14-17 سنة، ليسانس، جامعة محمد بوضياف المسيلة، 2007، 2008، الجزائر.

#### المراجع باللغة الفرنسية:

1- Taelman(R)- simon(J) : foot ball performance, ed, amphara, paris, 1991.

.2- R.Taelman, Football, Nouvelles techniques d'entrainement, Paris, 2000

## **Abstract**

The memorandum was entitled : Selective testing battery for football players according to the playing centers

This study aims mainly at knowing the battery selective tests for football players according to the playing centers, so it comes to minds to ask questions :

Does the battery have an effective role in the selection process of football players according to the playing centers ?

Under this main question, the following sub-questions arise :

- Are there shortcomings in controlling the content of the selection process?

Is the selection process in the wilaya of Bouira in lakhdaria manner and this is due to The reliance of most of the trainers on non-scientific grounds ?

One of the objectives of the study is to identify the scientific bases through the method used in the selection of admissions in clubs for the practice of football.

The selection of the research sample was in a simple random way, which included the team of the Al-Akhdaria Municipality Union, so the study was limited from January 06, 2020 to March 12, 2020 in the municipal stadium of the municipality of Al-Akhdaria. Each study requires the use of its own approach, so the appropriate method for our study, which was chosen is the descriptive approach.

### **Field study:**

The sample consisted of 16 football coaches for the youth category. In this study, we used the descriptive approach in the study using the questionnaire form as a tool for collecting data and information after subjecting it to scientific conditions through arbitration by specialized professors. On the statistical side, Data obtained by members of the research sample.