



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة آكلي محند أولحاج - البويرة  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية  
والرياضية

تخصص: تدريب رياضي نخبوي

تحت عنوان

انعكاس الأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم U15  
(دائرة ميدانية على لأندية القسم الولائي للناشئين لولاية البويرة)

تحت إشراف الدكتور :  
آيت طاهر يونس

إعداد الطلبة :  
نوري وليد  
عدوش عثمان

أعضاء لجنة المناقشة

رئيسا

مناقشا

د/ جمال دحماني

د/ عبدالله حداث

السنة الجامعية 2023-2024

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَقُلْ عَسَىٰ أَن يَأْتِيَكُمُ الْفِتْنَةُ ۖ فَيَنفَكُوا ۚ وَلَيَأْتِيَنَّهُمْ سَحَابٌ مِّمَّا يُكْسَبُونَ  
فَيَذَرُوهَا كَمَا يُذَرُّ السَّحَابُ ۚ فَلْيُحْكَمُوا لَكُمْ وَلَا يَكُنْ لَكُم مِّنْ حَافٍ ۚ إِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ عَلِيمٌ

الآية 114 سورة طه

# كلمة شكر وتقدير

قال تعالى:

[رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحاً تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ] - سورة النمل الآية 19.

وقال: [من لم يشكر الناس لم يشكر الله]

في البداية نشكر الله عز وجل الذي وفقنا لإتمام هذا العمل المتواضع

كما نتوجه بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدنا في إنجاز هذا البحث

سواء من قريب أو من بعيد، كما يشرفنا أن نتقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير

إلى الأستاذ المشرف **آيت طاهر يونس** الذي لم ييخل علينا بنصائحه القيمة

التي مهدت لنا الطريق لإتمام هذا البحث، ولا يفوتنا أن نتقدم بجزيل الشكر والعرفان

إلى كل أساتذة قسم التربية البدنية والرياضية على صبرهم معنا طوال مدة دراستنا،

والى كل مدربين والرابطة الولاية لكرة القدم بالوادي وكذا عمال الرابطة الولاية لكرة

القدم على المساعدات التي قدموها لنا في ب

# كلمة شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

إلى من قال فيها الصادق الصديق الذي لا ينطق على الهواء.  
"الجنة تحت أقدام الأمهات" إلى التي حملتني في بطنها وسهرت لأجلي،  
إلى التي باركتني بدعائها وسامحتني بحبها وحنانها الغالية  
والعزيزة على قلبي دعيني انحنى إمامك واقبل جبينك...أمي.  
إلى الذي تعب لارتاح وكافح لأنال إلى صاحب القلب الأبيض  
.. والذي.

إلى أغلى كنز وهبه الله لي أخواتي وأخي مروان  
إلى ابني اختي الكتكوتة والمدللة ملاك- رعاها الله - وإلي يونس عبد الرحيم نور  
عيني-

إلى أعمامي أخوالي كل باسمه وخاصة ألي المرحوم جد " بوعلام "  
الذي اسأل الله أن يرحمونه يسكن الجنة.  
إلى جدتي "بركاهم وحدة" حفظهم الله وإلي جد "دحمان"  
إلى رفقاء دربي وطفولتي  
إلى كل من اعرفهم ولم أذكرهم...  
إلى جميع رفقاء الجامعة  
...إلى كل رفقاء إلى أساتذة وطلبة وعمال قسم التربية البدنية والرياضية بجامعة  
البويرة  
إلى من جمعتني بهم لحظة صدق ... أهدي لهم ثمرة جهدي.

## محتوى البحث

الورقة	الموضوع
أ	-شكر وتقدير.
ب	-إهداء.
ت	-محتوى البحث.
ث	-قائمة الجداول.
ج	-ملخص البحث.
س	-مقدمة.
مدخل عام: التعريف بالبحث	
02	1-الإشكالية.
03	2-الفرضيات.
04	3-أسباب اختيار الموضوع.
-	4-أهمية البحث.
05	5-أهداف البحث.
-	6-الدراسات السابقة.
11	7-تحديد مصطلحات ومفاهيم
الجانب النظري	
الفصل الأول: الأداء المهاري	
16	-تمهيد
17	1-مفهوم المهارة.
-	1-1-المهارات المغلقة.
18	1-2-المهارات المفتوحة.
19	2-الأداء المهاري.
-	2-1-مفهوم الأداء.
20	2-2-مفهوم فاعلية الأداء.
21	2-3-مرحلة الوصول إلى فاعلية الأداء.
-	3-الإعداد المهاري والفني في كرة القدم.

3-1- الخصائص النفسية والبدنية للاعب كرة القدم.	-
3-1-1- الخصائص النفسية.	-
3-1-2- الخصائص البدنية.	22
3-2- مفهوم المهارات الأساسية.	23
3-2-1- مفهومها.	-
3-2-2- قيمتها.	-
3-3- تصنيف المهارات الأساسية.	26
3-3-1- التصنيف على اساس التوافق البدني	-
3-3-2- التصنيف على اساس الحركة	27
3-3-3- التصنيف على اساس طبيعة متطلبات الاداء	28
3-3-4- التصنيف على اساس الترابط و الاستمرارية في الاداء	32
4- أساليب قياس المهارات الحركية في الألعاب الرياضية.	-
4-1- المقاييس الموضوعية.	-
4-2- المقاييس التقديرية.	34
5- أساليب وطرق التدريب على الأداء المهاري والفني.	35
5-1- الطريقة المباشرة الكلية.	-
5-2- الطريقة الموجهة الدمج والتركيب.	-
5-3- الطريقة الجماعية .	-
5-4- طريقة بناء المواقف .	-
- خلاصة	36
الفصل الثاني: تحسين خطط اللعب لدى الناشئين.	
- تمهيد.	38
1- الإعداد الخططي.	39
1-1- مفهوم الإعداد الخططي.	-
1-2- أقسام خطط اللعب.	-
1-2-1- خطط اللعب الدفاعية .	-
1-2-2- خطط اللعب الهجومية.	40

41	1-3-أهم طرق اللعب الحديثة.
-	1-3-1-طريقة اللعب 3-3-4.
-	1-3-2-طريقة اللعب 2-4-4.
-	1-3-2-طريقة اللعب 2-5-3.
42	1-4-تقسيم اللاعبين من حيث أداء الواجبات الخططية حسب المراكز
-	1-4-1-حاس المرمى.
-	1-4-2-لاعبوا خط الدفاع.
43	1-4-3-لاعبوا خط الوسط.
44	1-4-4-لاعبوا خط الهجوم.
45	1-5-مراحل تعلم خطط اللعب.
-	1-5-1-اكتساب المعارف والمعلومات الخططية.
-	1-5-2-اكتساب واتقان الأداء الخططي .
-	1-5-3-تنمية وتطوير القدرات الخلاقة.
-	1-5-4-العوامل المحددة في اختيار خطط اللعب.
46	2-المرحلة العمرية للناشئين u15 .
-	2-1-تعريف الناشئين.
-	2-2-مراحل المراهقة.
-	2-2-1-المراهقة المبكرة .
-	2-2-2-المراهقة أوسطى(15-18سنة).
47	2-3-خصائص المراحل العمرية(15-16-17).
-	2-3-1-خصائص القدرات الحركية.
-	2-3-2-الخصائص المولفولوجية .
48	2-3-3-الخصائص الفيزيولوجية.
-	2-4-تطور الصفات البدنية والقدرات الحركية أثناء فترة المراهقة.
-	2-4-1-القدرات الحركية
49	2-4-2-تطور الصفات البدنية
51	الخلاصة

	الفصل الثالث: كرة القدم.
56	-تمهيد.
57	1-تعريف كرة القدم .
-	1-1-التعريف اللغوي.
-	1-2-التعريف الاصطلاحي.
-	1-3-التعريف الإجرائي.
58	2-نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم.
-	3-التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم في الجزائر.
60	4-كرة القدم في الجزائر.
61	5-مدارس كرة القدم.
-	6-المبادئ الأساسية لكرة القدم .
-	7-قوانين كرة القدم .
62	8-متطلبات كرة القدم .
-	8-1-المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم
62	8-2- الاعداد البدني لكرة القدم
-	8-2-1- الاعداد البدني العام
63	8-2-2- الاعداد البدني الخاص
-	9-عناصر اللياقة البدنية.
65	10-أهداف رياضة كرة القدم.
-	11-خصائص كرة القدم.
66	12-اتجاهات الحديثة لكرة القدم.
68	13- الجانب الاقتصادي لكرة القدم
71	خلاصة
الجانب التطبيقي	
	الفصل الرابع: منهجية البحث واجراءات الميدانية.
75	-تمهيد.
-	1-الدراسة الاستطلاعية.



76	2-المنهج المتبع.
-	3مجتمع البحث.
77	4-عينة البحث وكيفية اختيارها.
78	5-الأدوات المستخدمة في البحث.
-	5-1-الإستبيان.
78	6-مجالات البحث .
-	7-متغيرات البحث.
-	7-1- المتغير المستقل.
79	7-2-المتغير التابع.
-	8-أسلوب التحليل الإحصائي.
	الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج
86	1-عرض وتحليل النتائج.
-	1-2- عرض و تحليل نتائج المحور الاول
93	1-3-عرض و تحليل نتائج المحور الثاني
101	1-4- عرض و تحليل نتائج المحور الثالث
111	2-مناقشة نتائج الدراسة.
115	-خلاصة عامة.
118	-الاستنتاج العام.
119	-الاقتراحات و التوصيات.
120	-البيلوغرافيا.
-	-الملاحق.

# فائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	يمثل النتائج بالنسب المئوية لشهادة المدربين .	82
02	يمثل النتائج بالنسب المئوية لخبرة المدربين .	84
03	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 01	86
04	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 02	87
05	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 03	88
06	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 04	89
07	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 05	90
08	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 06	91
09	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 07	92
10	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 08	93
11	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 09	94
12	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 10	95
13	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 11	96
14	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 12	97
15	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 13	99
16	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 14	100
17	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 15	101
18	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 16	102
19	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 17	103

104	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 18	20
105	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 19	21
107	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 20	22
108	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 21	23
109	يمثل النتائج بالنسب المئوية للسؤال رقم 22	24

# قائمة الأشكال

رقم الرسم البياني	عنوان الشكل (الدائرة النسبية)	الصفحة
01	يوضح النتائج بالنسب المئوية لشهادة المدربين .	82
02	يوضحالنتائج بالنسب المئوية لخبرة المدربين .	84
03	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 01	86
04	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 02	87
05	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 03	88
06	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 04	89
07	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 05	90
08	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 06.	91
09	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 07	92
10	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 08	93
11	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 09.	94
12	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 10	95
13	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 11	96
14	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 12	97
15	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 13	99
16	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 14	100
17	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 15	101
18	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 16	102
19	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 17	103
20	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 18	104

105	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 19	21
107	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 20	22
108	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 21	23
109	يوضح التمثيل البياني للسؤال رقم 22	24

# ملخص الدراسة

عنوان البحث: انعكاس الأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم فئة U15.

دائرة ميدانية على لأندية القسم الولائي للناشئين لولاية البويرة.

ملخص الدراسة (البحث).

هدفت الدراسة إلى التعرف على انعكاس الأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لناشئي كرة القدم U15، وذلك باستعمال المنهج الوصفي الذي يناسب موضوع دراستنا بملاحظة وتقييم انعكاس مهارات اللاعب في تطور الجانب الخططي، اعتمدنا في دراسة على استبيان كوسيلة احصائية مكونة من 22 سؤال وزعت على عينة مكونة من 10 مدربين بطريقة عشوائية من أصل 21 مدرب للفرق القسم الولائي للناشئين لولاية البويرة البالغ عددهم 21 نادي، أي ما يعادل 47% من مجتمع البحث، وقمنا بتحليل الفرضيات الثلاثة عن طريق النسبة المئوية فكانت النتائج كلها تؤكد بصحة الفرضيات، فلأولى اثبتت بأن المهارة لها انعكاس ايجابي في تحسين خطط اللعب، والثانية اثبتت ان تقيم اداء اللاعبين يساعد في تحديد المناطق التي يجب تحسينها في خطط اللعب، والثالثة اثبتت دور أساليب التدريب الفعالة تساعد في تطوير خطط اللعب مع توظيف المناسب لمهارات اللاعبين، وفي الأخير أسفرت النتائج بأن الأداء المهاري له انعكاس ايجابي في تحسين خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم U15.

الكلمات الدالة: الأداء المهاري، خطط اللعب، الأداء الخططي، كرة القدم للناشئين

Research title: Reflecting skilled performance in improving the game plans of u15 class football startups.

Field study on the clubs of the Junior State Section of Boueiria State.

Study summary (research).

The study aimed to recognize the reflection of skilled performance in improving gameplans for U15 football juniors, Using the descriptive curriculum that suits the subject of our study by observing and evaluating the reflection of the player's skills in the evolution of the planning aspect, In a survey we relied on a questionnaire as a statistical tool consisting of 22 questions distributed to a sample of 10 coaches in a random manner out of 21 coaches for the 21 Junior State Division teams of Bouera State. That's equivalent to 47% of the research community, and we analyzed the three hypotheses by percentage, so all the results confirmed the validity of the hypotheses. First of all, skill has a positive reflection in improving gameplans. The second has proven that evaluating players' performance helps in determining which areas to improve in gameplans, The third has proven the role of effective coaching methods that help in the development of gameplans with appropriate recruitment of players' skills, Finally, the results have resulted in a positive reflection of the u15 emerging soccer players' game plans

Tags function: Skilled performance, Game plans, planning performance ,junior football.

## مقدمة

منذ العصور القديمة، اكتشف الإنسان العديد من العلوم وطورها، مستفيداً مما يتناسب مع تطوره وازدهاره. وفي عصرنا الحالي، الذي يشهد ثورة كبيرة في مختلف المجالات العلمية المتكاملة، يسعى الإنسان إلى بلوغ أعلى مستويات الرقي والحضارة.

وتعتبر الرياضة كمجهود عضلي وذهني يلزم الحياة البشرية منذ القدم، ونظرا لما اوحى به واقع المجتمعات البشرية قديما وحاضرا بأن كل شيء في الحياة إلا وله هدفه .

و كرة القدم من أكثر الألعاب شعبية في العالم ويرغب في ممارستها ومشاهدتها الصغار والكبار ومن مستويات اجتماعية وثقافية مختلفة ، ولذلك ازدادت العناية بلعبة كرة القدم في بلدان العالم المتطور في المجال الرياضي ، حيث شهدت في السنوات الأخيرة تطور كبير في المستوى المهاري والبدني والخططي والنفسي للإرتقاء بمستوى الأداء الرياضي، وقد ساعدت الدراسات والبحوث العلمية المتعلقة بالعملية التدريبية للمدرب على تطوير معرفته بالمتغيرات التي يمكن أن تؤثر في نجاح العملية التدريبية وبالتالي تحقيق أفضل الإنجازات الرياضية. ويتطلب الأداء في كرة القدم معلومات وخبرات لمعظم الجوانب المهارية والخططية مما يتيح للمدربين واللاعبين اتباع كافة الطرق للحصول عليها ، كما يشترط فيها الكثير من الخصائص المهارية التي تميز الأداء الفردي والجماعي للاعبين وان توافر قدر كبير من سرعة الأداء المهاري الفردي يؤدي إلى القدرة على مجازة خطط وأساليب اللعب الحديثة، كما يتطلب الوصول للدقة المطلوبة في الأداء المهاري معرفة الحلول لأداء الحركات بهدف تقويمها لتحقيق المستوى المتقدم رياضيا ، حيث يسعى المدربون والباحثون ولاسيما في الألعاب والمنافسات الجماعية على حد سواء للعثور على طريقة تضمن قياسا موضوعيا لتقويم الأداء، وتحديد الإيجابيات للأداء من أجل تعزيزها فضلا عن تحديد السلبيات التي تحد من تقدم مستوى الأداء المهاري والخططي أثناء المباراة، وعندما نشير الى المباريات أو المنافسات فإننا نعني بذلك جميع العوامل المرتبطة بالأداء التي يمكن أن تشكل ضغطا على نما أداء بوجود منافس حقيقي وأجواء اللاعب في أدائه وهي بذلك لاتمثل مواقف مقننة و طبيعية للمنافسة الأمر الذي لايتترك مجال لأي وسيلة سوى الملاحظة العلمية .

ونظرا لمتطلبات كرة القدم الحديثة وما يبذلها اللاعب من جهد عضلي خلال المباريات، ومع تطور التنظيم وتشكيل مختلف البطولات، مما وجب الاهتمام بالفئات الصغرى وخاصة الناشئين منهم لوضع برامج تدريب تطور من أدائهم المهاري وكذلك الأداء الخططي.

وفي هذا الصدد كان اختيارنا لموضوع بحثنا الذي يتناول "انعكاس الأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم U15"



حيث قمنا بتعريف الموضوع من خلال طرح اشكالية بحثنا الذي يصب في صلب الموضوع الذي نحن في صدد دراسته: هل انعكاس الأداء المهاري دور في تحسين خطط اللعب لدى ناشئين كرة القدم 15 ؟u

وكذا فراضيات وتحديد مصطلحات البحث واهمية الدراسة وهدفها كما بينا الدراسات السابقة هذا فيما يخص الجانب التمهيدي.

أما الجانب النظري من الدراسة الذي حددنا فيه ثلاث من الفصول تمثل:

الفصل الأول: الأداء المهاري

الفصل الثاني: الإعداد الخططي.

الفصل الثالث: كرة القدم.

أما الجانب التطبيقي فتناولنا فيه فصلين:

الفصل الرابع: قدمنا فيه مدخل تمهيدي للبحث واجراءاته الميدانية.

الفصل الخامس: خصصنا فيه غرض وتحليل النتائج البحث المتحصل عليها.

بالإضافة إلى خاتمة وبعض الاقتراحات وتوصيات وملاحق.

الإطار العام

للدراصة

## إشكالية:

كرة القدم هي واحدة من الرياضات التي تطبق الأسس والمبادئ العلمية منذ فترة طويلة. وقد بذلت العديد من الدول المتقدمة في هذا المجال جهودًا مستمرة لإعداد وتطوير الناشئين والموهوبين على أسس علمية واضحة ومتينة، نظرًا لأهميتهم كقاعدة رئيسية في تطوير اللعبة. هذا النهج يؤدي إلى تحقيق أعلى مستوى من القدرات المهارية والخططية والبدنية والنفسية. لذلك، من الضروري وجود تخطيط منهجي ومنظم للبرامج التدريبية في مجال التدريب الرياضي الحديث.

ويتفق كل من مفتي ابراهيم وعبيدة صالح أن التدريب يتركز على جوانب أساسية وهي الاعداد البدني والمهاري و الخططي والنفسي والاعداد الذهني ويجب ان يتكامل جميعها في خط واحد لتحقيق الهدف الرئيسي وهذا لا يأتي الا من خلال خطة رشيدة طويلة المدى لها أهداف محددة عبيدة صالح (ابراهيم، 1994، صفحة 99).

في الوقت الحاضر، من الصعب الوصول إلى مستوى رياضي مرموق، خاصة في كرة القدم، دون التخطيط المناسب في مجال التدريب الرياضي الحديث. كرة القدم، كونها رياضة جماعية، تتطلب لياقة بدنية عالية ومستوى مهاري رفيع على الصعيدين الفردي والجماعي، بالإضافة إلى الجانب الخططي والعقلي لدى اللاعبين. تُصنف كرة القدم كلعبة جماعية بسبب انصهار لاعبي الفريق في قالب واحد، سواء في الدفاع أو الهجوم، مما يستدعي تدريبات طويلة وصعبة. يجب على اللاعب توظيف مهاراته الفردية لصالح الأداء الجماعي، مستفيدًا من مهارات الاستلام والتسليم والمروغة والتسديد بسرعة ورشاقة وقوة، مع التعاون المنظم مع زملائه في الفريق. تعد المهارات الأساسية في كرة القدم أحد الركائز الرئيسية في الوحدة التدريبية اليومية؛ فهي تشكل قاعدة أساسية للعبة. بدون إتقان هذه المهارات، لن يتمكن اللاعب من تنفيذ الخطط المطلوبة منه في المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة (عبد ح، 2001، صفحة 127).

ومنه فان الأداء المهاري في كرة القدم هو تلك المهارات الأساسية التي يستخدمها اللاعب خلال المباريات وهي من القواعد الأساسية.

ويشير عصام عبد الخالق (1992م) إلى أن إعداد الناشئين هو تهيئة الناشئ للوصول إلى المستويات الرياضية العالية المناسبة لخصائص مرحلته السنية ومميزاته الفردية وإمكانية التطور البيولوجي لديه وقدرته على التلاؤم والتكيف لمتطلبات المستويات العالية (الخالق، التدريب الرياضي نظريات تطبيقات، 1992، الصفحات 22-23).

ومن هنا كانت الانطلاقة لدراسة هذا الموضوع والتعرف على انعكاس الأداء المهاري على تحسين خطط اللعب في كرة القدم واقتصرت دراستنا على فئة أقل من 15 سنة كوننا نبدأ في التعمق والتفصيل في الجانب الخططي ابتداء من هذه الفئة حيث تعتبر من أهم المراحل في التكوين

ونظرا لأهمية الأداء المهاري في تحسين الجانب الخططي ارتأينا أن نسلط الضوء على هذا الموضوع.

مما أدى بنا إلى طرح التساؤل التالي:

هل لانعكاس الأداء المهاري دور في تحسين خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم u15؟  
من خلال الإشكالية العامة يتبادر إلى أذهاننا طرح التساؤلات الفرعية التالية:  
هل مهارة اللاعبين الفردية لها انعكاس في تحسين خطط اللعب الجماعي؟  
هل تقييم الأداء المهاري للاعبين يساعد المدرب في تحديد المناطق التي يجب تحسينها في خطط اللعب؟  
هل أساليب التدريب الفعالة تساعد في تطوير خطط اللعب مع توظيف المناسب لمهارات اللاعبين؟

## 2- الفرضيات:

من خلال التساؤلات التي طرحت سابقا ارتأينا إلى وضع الفرضيات التالية والتي يمكن اعتبارها إجابات مؤقتة لهذه التساؤلات:  
الفرضية العامة:

لانعكاس الأداء المهاري دور في تحسين خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم .u15  
الفرضيات الجزئية:

- 1-إن مهارة اللاعبين الفردية لها انعكاس في تحسين خطط اللعب الجماعي؟
- 2- إن تقييم الأداء المهاري للاعبين يساعد المدرب في تحديد المناطق التي يجب تحسينها في خطط اللعب.
- 3-إن أساليب التدريب الفعالة تساعد في تطوير خطط اللعب مع توظيف المناسب لمهارات اللاعبين.
- 3\_أسباب اختيار الموضوع.

- التعرف اهم الصفات المهارية للاعبي كرة القدم الناشئين.
- التعرف على اختلاف المهارات للاعبين حسب كل منطقة من خطوط اللعب.
- كشف عن اهمية الأداء المهاري في تحسين خطط اللعب للناشئين.
- التعرف على اساليب التدريب الفعالة التي تدمج المهارة مع خطط اللعب .
- فهم مميزات وخصائص مرحلة الناشئين من عدة جوانب مهاريا ,نفسيا ,بدنيا ,وكيفية تحسينهم من الجانب الخططي.

#### 4- أهمية البحث :

- قد اخترنا دراسة موضوع تأثير الأداء المهاري على تحسين خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم تحت 15 سنة.
- ما مدى ارتباط الأداء المهاري بالأداء الخططي لهذه الفئة العمرية.
  - يهدف البحث إلى إثراء الرصيد المعرفي، حيث يُعد من البحوث العلمية المهمة في مجالات التربية البدنية والرياضية والتدريب الرياضي.
  - يساهم البحث في إثراء المكتبة العلمية وزيادة الرصيد العلمي للمدربين بشكل خاص، كما نهدف إلى تحقيق نتائج جيدة لتطوير اللاعبين من الناحيتين المهارية والخططية. يتناول الموضوع جانباً مهماً من جوانب كرة القدم الحديثة.
  - مكانة وقيمة الأداء المهاري في الجانب الخططي.
  - تأثير نوعية المهارات في تحسين وتطوير الجانب الخططي والارتقاء بمختلف الأجهزة الوظيفية للاعب الناشئ.

### أهداف البحث:

- يهدف البحث إلى التعرف على ما يلي:
  - مدى انعكاس الأداء المهاري في رفع المستوى الخططي للاعب.
  - إبراز دور المهارات في مساعدة اللاعب في تطور اللعب لمختلف مناطق اللعب.
  - إبراز العلاقة بين صفات المهارية للاعب وخطط اللعب التي وضعها المدرب.
  - كشف عن أهمية المهارة في توظيف اللاعبين في مناطق اللعب.
  - أهمية أساليب التدريب في تطوير الاداء المهاري وتأثيره في خطط اللعب.
  - نقص الدراسات في هذا المجال رغم وجود بعض الدراسات السطحية الغير معمقة.6-
- الدراسات السابقة والمثابرة:**

### الدراسة الأولى:

- الدراسات التي تناولت العلاقة بين الأداء المهاري وتقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم -فئة الناشئين--مذكرة ماجستير-

**عنوان البحث:** العلاقة بين الأداء المهاري وتقدير الذات لدى لاعبي كرة القدم -فئة الناشئين- من أعداد الباحث: إسماعيل الصادق.

**مكان الباحث:** معهد التربية البدنية والرياضية - سيدي عبد الله - الجزائر -

سنة النشر: 2007- 2008

مشكلة البحث:

- 1- هل يخلف مستوي لأداء بين الناشئين في كرة القدم في هذه المرحلة، وهل يختلف باختلاف الصنف أشبال، أوساط، وهل يرتبط أداء مختلف المهارات بعضها البعض؟
- 2- هل يوجد تفاوت في مستوي تقدير الذات بين الناشئين في كرة القدم؟ وما هي العلاقة التي تربط هذه لأبعاد بعضها البعض؟ والي أي مدي تتباين هذه لإبعاد فيما بينها عند الناشئين في كرة القدم في ضوء مقياس) تنسي) لتقدير الذات؟
- 3- هل يوجد علاقة ارتباطية بين لأداء المهاري وتقدير الذات بأبعاده لدى الناشئين في كرة القدم؟ وهل تختلف هذه العلاقة من بعد إلى آخر؟
- 4- هل توجد فروق فردية في مستوي لأداء المهاري بين ذوي المستوي المرتفع وبين نظرائهم من ذوي المستوي المنخفض في تقدير الذات بأبعاده؟
- 5- هل توجد الفروق الفردية في مستوي تقدير الذات بإبعاده بين الناشئين ذوي لأداء المهاري المرتفع وبين نظرائهم من ذوي لأداء المهاري المنخفض؟

فرضيات البحث:

- 1- يختلف مستوى لأداء المهاري بين الناشئين في كرة القدم حيث تربط أبعاده فيما بينها.
- 2- يختلف علاقة ايجابية بين لأداء المهاري وتقدير الذات بأبعاده، وهي مختلفة من بعد لأخر.
- 3- توجد فروق فردية معنوية في مستوى لأداء المهاري بين الناشئين ذوي التقدير المرتفع وبين التقدير المنخفض.
- 4- توجد فروق فردية معنوية في المستوى لأداء المهاري بين الناشئين ذوي التقدير المرتفع وبين ذوي التقدير المنخفض.
- 5- توجد فروق فردية معنوية في المستوى تقدير الذات بين الناشئين ذوي لأداء المهاري المرتفع و بين ذوي لأداء المهاري المنخفض.

**المنهج المستخدم:** المنهج الوصفي لارتباطي

**مجتمع البحث:** نادي السريع والاتحاد لمدينة خميس مليانة بولاية عين دقلي، التي أجريت عليها الدراسة لاستطلاعية.

**عينة البحث:** حيث تكونت عينة البحث من 30 لاعب ناشئين كانت طريقة لاختيار طريقة عشوائية.

**أدوات الدراسة:** استعمال البحث أده لاختبار في انجاز الموضوع

نتائج الدراسة:

من خلال نتائج الفرضيات و نتائج العينة في اختيار لأداء المهاري نلاحظ أن هناك تباين درجات المستويين المرتفع و المنخفض، فبالرغم من التفاوت العام المستوي المرتفع علي المستوي المنخفض، ألا أن هناك اختلافا في مقدار هذا التفوق فهو يقل في مهارة التمرير الكرة في الهواء و ركل الكرة لأطوال مسافة مقارنة بالمهارات لآخري و المستوي أداء الناشئين يغلب عليه المستوي المرتفع و لكن بدرجات متفرقة و يلاحظ كذلك نقص درجات مهارة ركل الكرة لأطوال مسافة مقارنة بدرجات المهارات لآخري و الذي نرجعه ألي طبيعة النسبة المورفولوجية للفرد الجزائرية التي تقل القوة العضلية الشيء الذي ينعكس سلبا علي اداء هذه المهارة.

## الدراسة الثانية:

- الدراسات التي تناولت موضوع الإعداد الخططي: -مذكرة ماجستير -  
**عنوان البحث:** أثر منهج تدريبي بحجوم مختلفة من الإعداد الخططي في بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية  
في كرة اليد للشباب لمنطقة الفرات الأوسط  
**من أعداد الباحث:** مشرق عزيز طنيس اللامي  
**مكان الباحث:** مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية-  
سنة النشر: 2006- 2007  
مشكلة البحث:

- 1-- التعرف على تأثير المنهج التدريبي المقترح وبحجوم مختلفة لمدة الإعداد الخاص ( إعداد خططي ) في المعرفة الخططية للمهارات الحركية .
  - 2- التعرف على تأثير المنهج التدريبي المقترح وبحجوم مختلفة لمدة الإعداد الخاص ( إعداد خططي ) في بعض الصفات البدنية .
  - 3- التعرف على تأثير المنهج التدريبي المقترح وبحجوم مختلفة لمدة الإعداد الخاص ( إعداد خططي ) في المهارات الأساسية.
- فرضيات البحث:

- 1-يؤثر اختلاف حجوم الإعداد الخططي في فترة الإعداد الخاص على المعرفة الخططية للمهارات الحركية.
  - 2-يؤثر اختلاف حجوم الإعداد الخططي في فترة الإعداد الخاص في بعض الصفات البدنية .
  - 3-يؤثر اختلاف حجوم الإعداد الخططي في فترة الإعداد الخاص في المهارات الأساسية.
- المنهج المستخدم:** المنهج التجريبي.

**مجتمع البحث:** يتكون مجتمع البحث من لاعبي أندية الفرات الأوسط بكرة القدم لفئة الشباب للموسم 2005 -2006 والبالغ عددها 4 أندية بواقع 80 لاعب.

**عينة البحث:** واختار الباحث عينة تتكون من (36) لاعبا بعد استبعاد حماة الهدف ويمثلون نسبة (45%) من مجتمع الأصل وهم من اللاعبين الشباب المشاركين في بطولة العراق للشباب للموسم 2006 م. وبالطريقة العشوائية البسيطة من لاعبي نادي النجمة ونادي القاسم الرياضي لكرة اليد للشباب. ثم وزعت عينة البحث عشوائيا الى ثلاث مجاميع وبعد ذلك وزعت العينة إحصائياً.. وقد قسمت العينة على ثلاث مجموعات وبواقع 12 لاعب لكل مجموعة (مجموعتان



تجربيتان وثالثة ضابطة) طُبقت على المجموعتين التجريبيتين حجوم مختلفة حيث كان الإعداد الخططي هو المتغير المستقل وحسبما موضح في الجدول .

**أدوات الدراسة:** استعمال البحث أده الاختبار القبلي و البعدي في انجاز الموضوع.

نتائج الدراسة:

1 - حدوث تطور واضح للمجاميع الثلاث في الصفات البدنية والمهارية وبنسب مختلفة باستثناء صفة القوة المميزة بالسرعة للرجلين إذ لم يحدث تطور واضح فيها وللمجاميع الثلاث.

2 - حدوث تطور واضح المجموعة التجريبية الأولى التي استخدمت 80% أعداد خططي بشكل أفضل من المجموعتين التجريبية الثانية والضابطة في بعض الصفات البدنية والمهارية والمعرفة الخططية للمهارة الحركية.

3-تطورت المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت 60% أعداد خططي مقارنة بالمجموعة الضابطة للصفات

البدنية والمهارات الآتية :-

أ-مطاولة القوة .ب-المطاولة اللأوكسجينية .ج- الاستجابة الحركية. د- مطاولة سرعة .هـ- المرونة

و- التوافق. ع - الطبطبة .

4- كان هناك أفضلية للمجموعة التجريبية الأولى على المجموعتين التجريبية الثانية والضابطة في المعرفة الخططية للمهارات الحركية ومن ثم المجموعة التجريبية الثانية .

**دراسة الثالثة:**

الدراسات التي تناولت تأثير الأداءات المهارية المندمجة والمنفردة على تحسين مستوى الأداء الفني لبراعم -ماجستير-2007-

بحث تجريبي على عينة من لاعبي فريق مدرسة الكرة في نادي بابل .

د. سكيانة كامل حمزة المعموري ,جامعة بابل, كلية التربية الرياضية.

**1- مقدمة.**

**-2- مشكلة البحث**

الأداء الحركي عبارة عن مجموعة كبيرة من الحركات المنسقة ذات الارتباط المتبادل فيما بينهما في الفراغ الزمن. (3: 7).

ولاحظ الباحثون من خلال تدريبهم في كلية التربية الرياضية. اهتم الكثير من المدربين بالجوانب المهارية والخططية والبدنية كلاً على حدة والاهتمام بتنمية المهارات بشكل منفرد والقصور في تنمية الأداءات الحركية المركبة مما قد يؤثر سلباً على المستوى الفني للناشئين بوجه عام حيث

ان تنمية الأداء الحركية المركبة تعتبر من المتطلبات الهامة للناشئين وق يكون لتنميتها المردود الايجابي على تحسين المستوى المهاري.

وعليه فإن الباحثون يرى ان المدرب جيب ان يضع في برنامجه تدريبات نوعية قريبة الشبة من الأداء داخل المباراة وأن يكون ذلك مبكراً قدر الإمكان حتى يمكن استغلال اكبر وقت ممكن للتدريب على هذه النوعية من الأداءات.

### 3- أهداف البحث

3-1 تصميم برنامج تدريبي لتنمية الأداء الحركية المندمجة والمنفردة للبراعم في كرة القدم.  
3-2 التعرف على تأثير البرامج التدريبية المقترح على تحسين الأداء المهاري لدى البراعم عينة البحث.

3-3 التعرف على نسبة التحسن في مستوى الأداءات الحركية المندمجة والمنفردة بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

### 4- فروض البحث

4-1 توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداءات الحركية المندمجة والمنفردة لصالح القياس البعدي.  
4-2 توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداءات الحركية المندمجة والمنفردة لصالح المجموعة التجريبية.  
4-3 توجد فروق في نسبة التحسن بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء الحركية المندمجة والمنفردة لصالح المجموعة التجريبية.

### 5- مجالات البحث

5-1 المجال البشري : فريق مدرسة الكرة في نادي بابل تحت (12) سنة.

5-2 المجال الزمني : للفترة من 2007/1/15 حتى 2007/6/1 .

5-3 المجال المكاني : ساحات ملعب الإدارة المحلية .

### 6- مصطلحات البحث.

6-1 الأداء الفني : هو المستوى المهاري لناشئ كرة القدم خلال الموسم الرياضي.

6-2 الأداء الحركية المفرد : هو وحدة ( مهارة ) حركية واحدة تؤدي بشكل منفرد تتطلب استجابة واحدة أي لها بداية ونهاية محددة ما في رمية التماس او الاستلام او التصويب الى غير ذلك من المهارات. ( 13 : 43 ).

6-2 الأداء الحركي المندمج: يتمثل في اداء اللاعب لعدد من المهارات تتميز بالترابط (مهارات مختلفة النوع) ولا يمكن الفصل بين جزئياته، وقد يستغرق وقتاً اطول مما تستغرقه

المهارات المنفردة، مثلما يحدث عند استلام الكرة والجري بها ثم المراوغة ثم التمرير أو التصويب ، حيث تكون احدى هذه المهارات او بعضها منها المرحلة التمهيدية للجزء الاساسي مكن الحركة (5: 106).

#### 7- الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الوسائل الإحصائية لمعالجة الإحصائيات التالية :

1- المتوسط الحسابي .

2- الانحراف المعياري .

3- معامل الالتواء .

4- معامل الارتباط .

5- اختبار (t) .

6- نسبة التحسن .

8- إجراءات البحث

8-1 منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة.

#### 8-2 عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من براعم فريق مدرسة الكرة في نادي بابل تحت 12 سنة عينة البحث 53 ناشئ تم استبعاد 13 ناشئ 3 حارس مرمى لاختلاف المستوى المهاري عن باقي الناشئين + 10 عينة استطلاعية) لتصبح العينة 40 ناشئ تم تقسيمهم الى مجموعة 20 لاعب للمجموعة التجريبية 20 ناشئ للمجموعة الضابطة.

#### 7- تحديد مفاهيم ومصطلحات البحث:

7-1-تعريف كرة القدم:

7-1-1- لغة: كرة القدم، FOOTBOLL، هي كلمة لاتينية و تعني ركل الكرة بالقدم.

7-1-2-اصطلاحاً: كرة القدم هي لعبة جماعية تُلعب بين فريقين، كل فريق يتكون من أحد عشر لاعباً يستخدمون كرة منفوخة مستديرة ذات مقاييس عالمية محددة. تُقام المباريات على ملعب مستطيل ذو أبعاد محددة، يحتوي على مرمى في كل طرف. يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الفريق الآخر لتسجيل الأهداف (سلمان، 1998)

7-1-3-التعريف الإجرائي: كرة القدم هي رياضة جماعية تُمارس من قبل جميع الفئات، وتُلعب بين فريقين، كل منهما يتألف من أحد عشر لاعباً. تُلعب الكرة على أرضية مستطيلة الشكل، ويوجد مرمى في كل طرف من طرفي الملعب. تُحرك الكرة بواسطة الأقدام، ولا يُسمح بلمسها باليدين إلا لحارس المرمى. يدير المباراة حكم رئيسي، يساعده حكمان على التماس وحكم رابع لمراقبة الوقت، حيث يستمر وقت المباراة 90 دقيقة مع فترة راحة مدتها 15 دقيقة. في حالة انتهاء المباراة بالتعادل في مسابقات الكأس، تُلعب شوطان إضافيان، مدة كل منهما 15 دقيقة. إذا استمر التعادل، تُجرى ضربات الجزاء لتحديد الفائز.

7-2-تعريف الأداء المهاري:

7-2-1-تعريف الأداء:

7-2-2-تعريف لغوي: أدى الشيء: أوصله والأداء إيصال الشيء إلى المرسل إليه (قاموس المنجد في اللغة والإعلام، 1997، صفحة 6)

7-2-3-تعريف اصطلاحي: تعرف المهارات بشكل عام بأنها "البراعة والتفوق في الإنجاز في مجالات متعددة". كما يُشار إليها أيضاً بأنها قدرة الفرد على تحقيق النتائج من خلال أداء مهمة حركية بأقصى درجة من الإتقان، مع بذل أقل قدر من الطاقة وفي أقل وقت ممكن (راتب، 1997، صفحة 195).

7-2-4-إجرائي: يقصد الباحث بالأداء: النتائج التي يحققها الفرد الرياضي خلال الاختبارات في المهارات الرياضية، يمكن قياسها وتقويمها.

7-3-الإعداد المهاري:

7-3-1-لغة: في اللغة لفظ مهارة" يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع، ونقول ماهر أي بارع

7-3-2-اصطلاحاً: يقصد بالمهارات في المفهوم العام: "البراعة والتفوق في الإنجاز في مجالات عديدة

كما نعرف أيضاً بأنها مقدرة الفرد على التوصل إلى النتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن. (محمد حسن علاوي و نصرا لدين رضوان، 1987)

7-3-3-إجرائي: في هذا البحث يقصد بالمهارة مدى براعة وتفوق الفرد الرياضي خلال أدائه للمهارات الرياضية المختلفة، حيث تمتاز المهارات في كرة القدم بأنها تعتمد بشكل أساسي على

الحركة هذا بالإضافة إلى كونها التفاعل بين عمليات معرفية وإدراكية، أو وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء.

7-4- مفهوم الإعداد الخططي: لتنبؤ بالمستقبل لتحقيق أهداف محددة في المجال الرياضي، والاستعداد بالعناصر اللازمة، ومواجهة وتجاوز العقبات التنفيذية في إطار زمني محدد، ومتابعة جميع الجوانب في الوقت المناسب.. (حماد م.، 1999)

7-5- مفهوم الإعداد النفسي: ويقصد به ذلك الاهتمام الذي توليه التربية البدنية للصحة النفسية والتي تعتب بمثابة أهم العوامل لبناء الشخصية السوية. (مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، 1998)

7-6- مفهوم الإعداد البدني: الإعداد البدني هو العملية التطبيقية لرفع مستوى التحضير البدني للاعب، من خلال تعزيز لياقته البدنية والحركية، بهدف تحسين أدائه في التدريبات أو المنافسات بأقل مجهود بدني ممكن وسرعة العودة إلى حالته الطبيعية. تعتمد فعالية الإعداد البدني على نوع النشاط الرياضي الممارس، الذي يحدد مدى التهيئة البدنية اللازمة

#### 8- اوجه ترابط الدراسات السابقة مع موضوع دراستنا:

- دراسة فئة الناشئين في اختصاص كرة القدم .
- دراسة الجانب المهاري وتأثيره في تطوير الجانب الخططي للاعبين.
- تبين اهم المهارات التي يحتاجها اللاعب الناشئ.
- الاهتمام بفئة الناشئين وأهمية وضع برامج خاصة لتطوير مستوى اللاعبين مهاريا وخططيا.

#### 9- اهم مميزات دراستنا عن دراسات السابقة:

- دور المهارة في تطوير خطط اللعب في جميع مناطق اللعب.
- اختيار المنهج الوصفي في دراسة وتحليل النتائج .
- اختيار المدربين كعينة واندية رابطة البويرة لنشائي كرة القدم u15 كمجتمع البحث.
- تبين خصائص كل مهارة ودورها في مناطق اللعب .
- دراسة عامة وشاملة لأهم مهارات اللاعبين التي لها تأثير في خطط اللعب لكرة القدم .
- وجود علاقة ترابطية بين المهارة وخطط اللعب .

# الجانب النظري

# الفصل الأول

## الأداء المهاري



**تمهيد:**

إن الإنسان كونه مخلوق كثير الحركة ولا يكاد يخلو نشاطه اليومي من الحركات الطبيعية الضرورية لحياته فبتلك الحركات يمشي ويعمل ويمارس ويدافع: عن نفسه، وهنا تبرز أهمية الممارسة الرياضية، لتطوير أداء الإنسان في شتى مجالات الحياة فهي بذلك تجعل الرياضة كوسيلة من الوسائل التي تخص بتنمية الكفاءة البدنية والحركية، وما يتصل من قيم صحية ونفسية واجتماعية وذهنية.

لذا يجب النظر إلى ممارسة الرياضة على أنها ليست عضلات وقوة وأرجل وأيدي وعرق، أو تلك المباريات التي يشاهدها الجمهور، وإنما عملية تربوية تروحية هادفة إلى تنظيم السلوكيات: النظامي، والخلقي، والاجتماعي، بالإضافة إلى القيم الروحية والقومية جنبا إلى جنب مع اكتساب الصحة والقوة، وتلك الحركات ماهي إلى قدرات ومهارات يكتسبها الفرد في ممارسة عدة نشاطات واهمها الرياضة، وإذا تحدثنا عن الرياضة فهناك العديد منها وفي فصلنا هذا سندرس الأداء المهاري في كرة القدم .

## الفصل الأول: الأداء المهاري.

### 1- مفهوم المهارة:

يعرف قاموس "د. ويسترن" 1976 المهارة على أنها القدرة على استخدام الفرد لمعلوماته واستعداده للإنجاز.

كما يعرف "جثري" 1956 المهارة على أنها قدرة تتكسب بالتعلم بحيث يفترض مسبقا الحصول على النتائج محددة نتيجة لهذا التعلم.

ويرى "وايتنج" 1975 أن المهارة تعني الكفاية في انجاز أثناء العمل أو نشاط ما، وهي تشير إلى مجموعة من الاستجابات الخاصة التي تؤدي في موقف محدد يستعمل أساسا في مضمونه معايير الحكم على مستوى الأداء في المهارة.

ويرى "باربو" 1983 أن المهارة اصطلاحا هي القدرة على إنجاز عمل ما، ويعتقد أن المهارة ترتبط دائما بعمل ما، وهذا ما يتطلب توافق قدرات مهارية خاصة لإنجازه، أي أن المهارة تتطلب تحديد مسبق للحركات الخاصة المطلوبة من الفرد لإنجاز عمل.

أما كتاب 1983 فيرى أن المهارة هي كل ما يمكن أن يعبر عنه بالإنجاز.

#### 1-1- المهارات المغلقة:

ويضم هذا النوع من المهارات الحركية، المهارات التي تؤدي في بيئة مستقرة نسبيا حيث تتطلب هذه البيئة أنماطا حركية، على درجة عالية من الأداء وتتميز هذه المهارات بأن يكون اللاعب جيدا في هذه المهارة دون الحاجة إلى السرعة في اتخاذ القرارات، لأن البيئة من أي تغيرات متوقعة الحدوث مثل الإرسال في التنس، الرماية، السباحة، رفع الأثقال وتمتاز هذه المهارة بما يلي:

- تسمح للفرد بالأداء عندما يكون مستعدا.
- في اغلب الأحيان تكون الأدوات في حالة ثابتة.
- لا يتطلب الأداء فيها خططا أو استراتيجيات.

- يكون الجسم في حالة راحة قبل الأداء وربما أن متغيرات البيئة تكون معروفة مسبقا من طرف اللاعب.
- يكون مطلوبا من اللاعب الإسراع في اتخاذ القرارات. (رضوان, محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين، 1987)

#### 1-2-المهارات المفتوحة:

ويضم هذا التصنيف المهارات الحركية التي يكون الأداء فيها عبارة عن استجابات حركية للمتغيرات غير المتوقعة في البيئة الخارجية، أي أنها (المهارة المفتوحة) لا تضم استجابات غير نمطية، غير متوقعة من المنافس أو بيئة اللاعب، كما يحدث في المصارعة، و الملاكمة، وفي مثل هذه المهارات تكون السرعة، والقدرة على الفهم واتخاذ القرارات من الوسائل، التي تضع القدرة على الإنجاز، وعلى النجاح في هذه المهارات ويضم هذا النوع من المهارات الأنشطة الحركية التي تتطلب تطبيق خطط واستراتيجيات معقدة، حيث تتطلب من اللاعب الأداء الصحيح والتحركات الصحيحة في وقت مناسب، ويضم هذا التصنيف معظم الألعاب الجماعية والزوجية ككرة القدم والكرة الطائرة. (محمد حسن علاوي و نصرا لدين رضوان، 1987)

ولقد قدم بعض العلماء تقسيمات وتصنيفات أخرى للمهارات الحركية، وقد أسفرت جهودهم في المجال على تحديد أربع معايير، رئيسية لتصنيف المهارات في الألعاب الرياضية، وكانت هذه المعايير على النحو التالي:

- التصنيف على أساس التوافق البدني.
- التصنيف على أساس الحركة.
- التصنيف على أساس الترابط والاستمرارية في الأداء.
- التصنيف على أساس الطبيعة ومتطلبات الأداء، والذي أخذ منه التصنيف الذي شرحناه من قبل (المهارة المغلقة والمهارة المفتوحة). (35، 1999)

## 2- الأداء:

### 2-1 مفهوم الأداء:

كثيرا ما يستعمل مفهوم أو مصطلح الأداء للدلالة على مقدار الإنتاج الذي أنتج، لذا يذكر «تينكر» (1989) أن الكثير من البحوث المنجزة في ميدان العمل سايرتها بحوث أخرى في الرياضة لذا فإن أغلب التعاريف التي أعطيت للأداء لها علاقة أو ذات صلة بالإنتاج. - (Barthélemy.M Ourmelen, 1985)

كما عرف «منصور» (1973) الأداء بأنه العامل لعمله، ومسلكه فيه، أو مدى صلاحيته في النهوض بأعباء عمله، والتحمل للمسؤولية في فترة زمنية محددة تأسيسها على هذا المعنى، فإن كفاءة الفرد تتركز على أمرين اثنين هما:

- مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله أي واجباته ومسؤولياته
- يتمثل في صفات الفرد ومدى ارتباطها وتأثرها على مستوى الأداء.

كما يرى «مصطفى يسري» (1970) أن الأداء هو حجم ومستوى إنجازه كمًا وكيفا، ويعنى بذلك أن الأداء هو تقويم للفرد عن طريق إيجاد كفاية للأفراد ومساهماتهم في الإنتاجية.

وفي الميدان الرياضي يستعمل مصطلح الأداء علة ما أنجزه الرياضي فعليا ويرى "توماس" 1989 أن علماء النفس العاملين في الحقل الرياضي وجدوا ارتباطا ما بين القدرة والاستعداد والدافعية أغلبها تشكل مفهوم الأداء.

فاللاعبون في اتصال مباشر مع الخصم، وحالات اللعب تتغير بصورة سريعة وفي كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب، والفعال بأسرع وقت ممكن.

كما ذكر «سنجر» 1975 أن الأداء هو التعلم بالإضافة إلى الحوافز. (منصور، 1973)

وخلاصة القول إن أغلب التعاريف الخاصة بالأداء، تتفق في مجموعها على ركيزتين أساسيتين هما:

**أولاً:** اتخاذ السمات الشخصية الخصائص الذاتية، والسلوكيات لتحقيق الأهداف.

**ثانياً:** تتمثل في الحصول على النتائج الفصليّة، علة ضوء معايير موضوعية، ويبدو الأداء المهاري عادة في الرياضات الجماعية، في القدرة على بذل جهد يظهر في شكل نتيجة.

في نفس الصدد يعرف "عصام عبد الخالق" (1992) الأداء على أنه «انعكاس لقدرات ودفاعية كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة تأثيرات المتبادلة للقوى الداخلية وغالباً ما يؤدي بصورة فردية، كما أنه نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة، وهو المقياس الذي تقاس به نتائج التعلم، أو وسيلة للتعبير عن عملية التعلم تعبيراً حركياً». (الخالق، التدريب الرياضي، 1992)

ومن هنا نقول أن الأداء يمكن أن يقدر أو يقاس بواسطة اختبارات أو مقاييس مهارية، مثل اختبار "جونسون" لكرة القدم، ومقاييس "برودي" لكرة الطائرة

## 2-2- مفهوم فاعلية الأداء المهاري:

تعد هناك تباين في آراء المتخصصين والباحثين في المجال الرياضي بشأن تحديد مفهوم فاعلية الأداء المهاري، حيث يوجد من لا يميز بين الفاعلية والكفاءة، وآخرون يرون وجود اختلاف بينهما. بارهام يشير إلى أن الكفاءة والفاعلية يُعتبران المحصلة أو المنتج النهائي للأداء، بينما يؤكد ويلز على وجود فرق بين الفاعلية والكفاءة؛ حيث تقيم الفاعلية مدى تحقيق الأهداف، بينما تقيم الكفاءة نسبة العمل الميكانيكي المنجز إلى الطاقة الكلية المستهلكة. برور يضيف على تعريف بارهام للكفاءة بأنها العلاقة بين العمل المنجز والطاقة أو القوة المستهلكة. (أحمد، 1989)

لذلك فقد استخدم البعض مصطلح الفاعلية والكفاءة على نحو متبادل في المجال الرياضي وتباين هذا الاستخدام عند البعض الآخر فهناك فرقا بين الفاعلية والكفاءة فالكفاءة تقيم بنسبة إنجاز عمل ميكانيكي إلى إجمالي الطاقة المستهلكة في الأداء وتعد الفاعلية إحدى خصائص الأداء المهاري وتعني العلاقة بين الشغل والطاقة المبذولة أو العلاقة بين المدخلات والمخرجات و في المجال الرياضي عبارة عن النسبة بين مقدار ما يبذله الجسم من شغل وما يفقده من طاقة ومن خصائص الحركة الفعالة التميز بغياب الحركات الإضافية غير مرتبطة بالأداء واستخدام العضلات المناسبة بالقدر المناسب .

فالحركة الأكثر مهارة تشير إلى الحركة التي تتطلب أقل جهد، ويمكن أن يشير مصطلح فاعلية الأداء المهاري إلى درجة تماثل الأداء مع أنماط أداء فنية مثالية ومنطقية. لا يعكس أداء المهارة بدرجة عالية من الآلية مقدرة اللاعب، بل يعتمد على اختيار الأسلوب الصحيح للأداء في الوقت

المناسب. تقيم الفاعلية في المجال الرياضي من خلال مدى تحقيق وإنجاز الهدف المنشود من الأداء (مراد، 1984 ، صفحة 11)

## 2-3- مرحلة الوصول إلى مستوى الأداء الفعال:

هذه المرحلة التي أكد عليها هارا تعني أن اللاعب يتمتع بالقدرة على أداء المهارة بالطريقة المناسبة وفي الوقت المناسب وبالقوة الملائمة، دون أن يتأثر بظروف مثل ضعف اللياقة البدنية أو ضغط المنافسة أو التفكير الزائد. هدف هذا البحث هو التركيز على أهمية وصول اللاعب إلى هذه المرحلة، حيث يتمكن من تنفيذ المهارات في ظروف صعبة وتوقيات صعبة، وربطها بالجوانب الخطئية وحركات الزملاء والمنافسين فامدرب كرة القدم، يجب أن يمر اللاعب بهذه المرحلة عند تعليمه المهارات الأساسية، لكن، مع المدربين في فئات الأواسط واللاعبين في الدرجة الأولى، يتم التركيز عادةً على مرحلة التوافق الجيد والأداء الآلي.

عندما يفقد لاعب كبير دقة مهارة معينة مثل ضرب الكرة بالرأس، يجب على المدرب أن يبدأ من البداية معه، لكنه سرعان ما يتقدم بسبب إمكانياته البدنية. يولد اللاعب نفسه رغبة في تحسين مهارته بسبب ثقته في قدرته على تنفيذها بدقة، ويساعده المدرب الذي يملك الخبرة والمعرفة في توجيه تفكير اللاعب نحو التنفيذ الخطئي والتفكير في الحركات، مما يساعده على الوصول إلى مرحلة فاعلية الأداء المهاري المتقن حيث يكون قادراً على التركيز دون التفكير بشكل مباشر في تنفيذ المهارات (ص97-98، 1980).

## 3- الإعداد المهاري والفني في كرة القدم:

### 3-1- الخصائص النفسية والبدنية للاعب كرة القدم:

لتحديد الخصائص البدنية والنفسية للاعب كرة القدم بدقة، يجب مراعاة العوامل الأساسية التي تحدد متطلبات اللعبة. أثناء المباراة، يكون اللاعبون على اتصال مباشر مع الخصم، وتتغير حالات اللعب بسرعة، مما يستلزم إيجاد حلول فعالة ومناسبة بأسرع وقت ممكن. تتميز مهام لاعب كرة القدم بطابعها التكراري والمتغير، حيث تختلف العمليات الحركية من وحدة لأخرى. يشير الخبراء إلى أن جزءاً كبيراً من المهارات الحركية للاعب كرة القدم يعتمد بشكل أساسي على الجري بأنواعه المختلفة.

### 3-1-1 الخصائص النفسية:

الخصائص النفسية للاعب كرة القدم تشمل السمات الأخلاقية والشخصية ومستوى المشاعر مثل روح الفريق والعمل الجماعي والعقلانية. كما تشمل التوازن الانفعالي، والذي يتطلب مراعاة العوامل العائلية، المدرسية، والاجتماعية لتحديد دقيق للاعب. التوازن الانفعالي يظهر من خلال القدرة على السيطرة على الدوافع والانفعالات. تلعب الطباع دوراً هاماً في تحديد الخصائص

النفسية للاعب، ويشير ألان في عام 1984 إلى أنه يمكن التعامل مع الطباع وتوجيهها دون تغييرها بشكل جذري. (Akramov.A, 1990)

### 3-1-2- الخصائص البدنية:

تعتبر الحالة البدنية للاعب كرة القدم القاعدة القوية يمكن أن ينطلق خلالها أداء المهارة الكروية أثناء المناقشة الصورة المثالية، فلكي يستطيع اللاعب أن يؤدي المهارة الكروية بطريقة سليمة وصحيحة يجب أن تساعد مفاصله في أن يأخذ الزوايا المناسبة، وأن تكون عضلاته مطاطية بحيث تمتد خلال مرحلة الإعداد للمهارة، ثم تنقبض بقوة خلال المرحلة الأساسية من أداء المهارة.

ولكي نوضح أهمية الصفات البدنية بالنسبة للاعب كرة القدم سنشرح أهمية كل خاصية أو صفة من الصفات البدنية في الأداء المهاري. (سالم، 1986)

#### • السرعة الانتقالية:

وتتمثل في العدو لأخذ الأماكن الشاغرة، والانطلاق بسرعة نحو الكرات القادمة للوصول إليها قبل المنافس في حالة الدفاع.

#### • سرعة الحركة:

وتظهر في سرعة أداء الحركة للمهارة بالسرعة والدقة والتكامل والآلية تحت ضغط المنافس وخاصة عند التصويب بدقة نحو المرمى، أو التمرير الدقيق أو قطع الكرة.

#### • سرعة الاستجابة:

وهي صفة حاسمة ومؤثرة سوى لدى المهاجمين أو المدافعين، فعند الهجوم مثلاً يجب أن تكون لدى المهاجم القدرة على الاستجابة للمواقف والتحركات الخطيرة وهذا لتفسير موضع الكرة وزملائه المنافسين. (كاشف، 1991)

#### • القوة:

تعتبر القوة الصفة الأساسية التي تؤثر تأثيراً كبيراً في الصفات والخصائص البدنية الأخرى، فالسرعة لا تتحسن إلا بتحسين القوة، وتظهر أهمية قوة اللاعب عند المزامنة على الاستحواذ على الكرة بين اللاعبين. (محمد حسن علاوي و نصرا لدين رضوان، 1987)

#### • القوة المميزة بالسرعة:

تظهر في الوثب لضرب كرة القدم بالرأس، عند التصويب على المرمى، أو إبعادها عن المرمى.

#### • الرشاقة:

إن كل لحظة من لحظات المباراة تتطلب ترك تحرك اللاعب، وتغيير اتجاه لحركة ويستدعي ذلك أن يكون صفة الرشاقة متطورة لدى للاعب ولأهمية الرشاقة فهي الصفة التي يجب أن يتدرب عليها اللاعب يوميا وتتجلى هذه الخاصة أكثر في قدرة المهاجم على المرور من مدافع أو أكثر في نفس الوقت تتطلب تغيير حركات جسمه للحاق بالمهاجم.

- المرونة:

لكي تؤدي المهارة بطريقة سليمة يجب أن يأخذ مفصل الجسم الزاوية الصحيحة، ولن يكون هذا إلا إذا كانت هذه المفاصل تتمدد خلال إعداد المهارة وتتقبض بقوة عند إنهاء المهارة، وبما أن الجذع هو أهم جزء من جسم الإنسان، فإن مرونة العمود الفقري تلعب دورها في انسيابية تحرك اللاعب وعدم تقطع الأداء لأي مهارة. (سالم، 1986، صفحة 10)

- التحمل:

ويعني التحمل هو قدرة اللاعب على الاستقرار بأداء متطلبات المهارة بدون هبوط مستواه وخاصة في الدقائق الأخيرة والهامة من المباراة، وهو ما يسمى بتحمل الأداء، ويقصد بها استقرار اللاعب لأداء المهارة بالقوة والسرعة والدقة خلال المباراة، وفي نهايتها دون التأثير بالتعب.

- التوافق:

يعد التوافق من الصفات البدنية الهامة للاعب كرة القدم، حيث يشير إلى التناسق بين أجزاء الجسم أثناء أداء المهارات مع الكرة. يعد التوافق عاملاً حاسماً في إتقان المهارة، فإذا لم يكن هناك توافق بين اللاعب والكرة وأجزاء الجسم، يفقد اللاعب القدرة على التحكم في الكرة. لهذا السبب، تهدف جميع التمرينات بالكرة إلى تحسين توافق اللاعب مع جسمه والكرة، مما يبرز أهمية اختبارات التوافق. (محمد حسن علاوي و نصرا لدين رضوان، 1987، صفحة 22)

### 3-2- مفهوم المهارات الأساسية وقيمتها:

#### 3-2-1- مفهومها:

المهارات الأساسية في كرة القدم تعني كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها. (مختار، الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، 1996)



### 3-2-2- قيمتها:

جميع أنحاء العالم، وقد يتسائل البعض عن أسباب هذا الانتشار الواسع للعبة، والذي يجذب ملايين المشاهدين إلى الملاعب في مختلف الدول. أجرى أساتذة علم النفس الرياضي أبحاثاً للإجابة على هذا السؤال، وأرجعوا سبب هذا الحب إلى عدة عوامل، منها:

- تنوع المهارات الأساسية في كرة القدم وكثرتها، حيث تُلعب الكرة باستخدام جميع أجزاء الجسم وبطرق مختلفة، مثل القدم والفخذ والصدر والرأس، مما يميزها عن الألعاب الأخرى. يختلف الأسلوب التدريبي للمهارات في كرة القدم عن الألعاب الأخرى مثل الجمباز وألعاب القوى. في هذه الألعاب، يتمرن اللاعبون على مهارات بطريقة ثابتة لا تختلف عن أدائها في المنافسات.

أما لاعب كرة القدم، فإنه يحتاج إلى تنوع أدائه للمهارات الأساسية والمتعددة، مثل الجري، الوثب، والخداع، وفقاً لظروف اللعبة المتغيرة باستمرار، مثل موقع اللعب على الملعب وارتباط حركته بأداء المنافس أو الزميل. (سالم، 1986، صفحة 66)

تتطلب كرة القدم أن يكون أداء اللاعب للمهارات سريعاً ودقيقاً، مع القدرة على تغيير سرعته واتجاه جريه، مع الحفاظ على السيطرة على الكرة. في الألعاب الأخرى، يستخدم اللاعبون أيديهم للتعامل مع الكرة، بينما في كرة القدم، يستخدم اللاعب كل أجزاء جسمه باستثناء اليدين، مما يستلزم دقة كبيرة ورشاقة ومرونة واضحتين، خاصة أن الكرة تكون غير مستقرة، فتارة تكون متحركة على الأرض وتارة في الهواء. نظراً لأن الكرة تكون مشتركة دائماً بين اللاعبين المتنافسين، فإن الكفاح للاستحواذ عليها يتطلب من كل لاعب إتقان المهارات الأساسية بدقة وتكامل. كلما زادت دقة المهارات الأساسية، زاد التنافس بين اللاعبين، مما يزيد من حماس اللعبة ويشعل حماس المشاهدين ويزيد من متعتهم. تمتاز كرة القدم بأن المشاهد لا يمكنه توقع المهارة التي سيقوم اللاعب بأدائها بدقة، على عكس الألعاب الأخرى. فعلى سبيل المثال، الكرة العالية القادمة للاعب كرة السلة أو اليد تُعرف مقدماً بأنه سيستلمها باليدين أو اليد الواحدة. أما في كرة القدم، هناك عدة احتمالات: هل سيلعبها اللاعب بالقدم اليمنى أم اليسرى؟ هل سيستقبلها بقدمه أم بفخذه أم بصدرة؟ وتزداد إثارة اللعبة عندما يفاجئ اللاعب المشاهد بأداء غير متوقع. تحديد خطط اللعب في أي لعبة يعتمد على الكفاح بين اللاعبين.

- إذا كان الكفاح بين لاعب وخصمين، تزيد الخطط صعوبة.

- وتتنوع الخطط أكثر إذا كانت بين عدة لاعبين متنافسين. بمعنى أنه كلما زاد عدد اللاعبين، زادت خطط اللعب، لهذا، تكون خطط اللعب في كرة القدم كثيرة ومتنوعة نظراً لكثرة عدد لاعبي الفريق.
- ولما كان ملعب كرة القدم أوسع من أي ملعب آخر، فإن مجال التحركات والمناورات يكون كبيراً، ومع كثرة اللاعبين واتساع الملعب، تكون خطط اللعب متنوعة وكثيرة. (سالم، 1986، صفحة 66)
- يتيح المجال الواسع في كرة القدم للاعبين إظهار قدراتهم في التصرف أثناء اللعب، مما يضيف على اللعبة رونقاً وجمالاً خاصين. هذه الأسباب جعلت كرة القدم تستحوذ على قلوب الملايين في جميع أنحاء العالم، وأصبح الصغار والكبار، رجالاً ونساءً، يجدون فيها متعتهم واللعبة الترفيهية الأولى بالنسبة لهم.
- من خلال ما سبق، يتضح أن المهارات الحركية هي الأساس في لعبة كرة القدم. وغالباً ما تكون المباريات غير ممتعة عندما لا يجيد اللاعبون أداء المهارات الأساسية. ورغم أن المهارات الأساسية ليست كل شيء في كرة القدم، حيث توجد أيضاً الخطط واللياقة البدنية، تظل المهارات الأساسية العامل الأهم في اللعبة بدون إتقان المهارات الأساسية، لا يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط أو أداء واجباته بشكل كامل يتطلب إتقان المهارات الأساسية تدريباً طويلاً الأمد يستمر لسنوات عديدة.
- في الواقع، يشكل التدريب على المهارات الأساسية العمود الفقري لوحدة التدريب اليومية، حيث تختلف طرق التدريب وفقاً للأهداف التي يحددها المدرب (سالم، 1986)
- وتكون مجالاً يظهر قدرات اللاعبين في التصرف في اللعب وهذا يعطي اللعبة رونقاً وجمالاً، هذه الأسباب استحوذت كرة القدم على قلوب الملايين في جميع أنحاء العالم، وأصبح الصغير والكبير رجالاً وسيدات ويرون فيها متعتهم واللعبة الترويحية الأولى بالنسبة لهم.
- مما سبق يتضح لنا أن المهارات الحركية هي القاعدة الأساسية للعبة كرة القدم، وكثيراً ما تصادفنا المباريات غير ممتعة، لأن اللاعبين لا يجيدون أداء المهارات الأساسية، ورغم أن المهارات الأساسية ليست هي كل شيء في كرة القدم، فهناك دون شك الخطط واللياقة البدنية،

لكت تبقى دائما المهارات الأساسية هي العامل المهم في اللعبة، بدون إيجاد اللاعب للمهارات الأساسية لا يستطيع أن يتم الخطط أن يقوم بواجبات مركزة على الوجه الأكمل.

وإيجاد اللاعب للمهارات الأساسية، تتطلب منه تدريباً لمدة طويلة، بل إن هذا التدريب يستمر لسنوات عديدة، وفي الحقيقة أن العمود الفقري لوحدة التدريب اليومي هو التدريب على المهارات الأساسية، وإن اختلفت طرق التدريب وفقاً لاختلاف الهدف الذي يضعه المدرب. (Bushw, 1989, p. 47)

### 3-3- تصنيف المهارات الأساسية:

لقد اصفرت جهود العلماء عن تحديد أربع معايير أساسية لتصنيف المهارات الحركية في الألعاب الرياضية وهذه المعايير كانت كالتالي:

- التصنيف على أساس التوافق البدني
- التصنيف على أساس الحركة.
- التصنيف على أساس الترابط والاستمرارية في الأداء

التصنيف على طبيعة ومتطلبات الأداء (رضوان، محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين، 1987، الصفحات 41-42)

### 3-3-1- التصنيف على أساس التوافق البدني:

تصنيف المهارات الحركية في الألعاب وفقاً للتوافق البدني إلى فئتين رئيسيتين هما:

- مهارات حركية تتطلب التوافقات الدقيقة بين العين واليد.
- مهارات حركية تتطلب التوافقات الكلية للجسم.
- أ- مهارات الحركية تتطلب التوافقات الدقيقة بين العين واليد:

يتطلب هذا النمط من الأنماط الأداء الحركي استخدام بعض أجزاء الجسم في أداء العديد من الحركات التي تتعلق بقدرات الإحساس وتغيير بالدقة والشدة، وغالباً ما يكون المجال المكاني الذي يؤدي فيه هذا النمط من الحركات محدوداً جداً، ويهدف هذا النمط من الأداء إلى تحقيق

استجابات حركية صحيحة ودقيقة في حدود المسافات والأبعاد المتاحة للأداء، ويظهر هذا الشكل من الأشكال الأداء الحركي في التوافقات العضلية العصبية الذي تتضمنه المهارات الحركية التي تؤدي إلى تحقيق أهداف محدودة والتي تتطلب التحكم والدقة، وهي مهارة حركات غالبا ما تتطلب التوافق بين العين واليد، ويقرر علماء النفس أن النقر على الآلة الكاتبة، والعزف على البيانو، ودورة التتبع أو مقياس التتبع للأجسام المتحركة، كبندول متذبذب أو كنقطة صغيرة على سطح متحرك (رضوان، محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين، 1987، صفحة 42)

وفي اختبار لوحة النقرة تعتبر نماذج نشطة حركة تتطلب التوافقات الدقيقة بين العين واليد.

### ب- مهارات حركية تتطلب توافقات كلية للجسم:

وهي مهارات تشير من حيث الكيف إلى عكس المهارات الدقيقة، وهي بهذا المفهوم تعني أشكال الأداء التي تتضمن القيام بالحركات الكبيرة أو الكلية للجسم، والتي تتميز بالوضوح الشديد، وغالبا ما يتطلب هذا النمط من الحركات استخدام مجموعات العضلات الكبيرة للجسم، كوحدة واحد لتنفيذ الحركات المطلوبة، ويغلب هذا النوع على معظم أشكال الأداء في الألعاب الرياضية، كالأداء في الكرة الطائرة، كرة السلة، كرة القدم، الجمباز.

### 3-2-3- التصنيف على أساس الحركة:

قام فيتس "FITTS" في عام 1965 و ميرغل « MERRILL » 1972م بتصنيف الأعمال الحركية وفقا لطبيعة العمل وما يتضمنه هذا العمل من حيث أنه ثابت أو متحرك، وقد اتفق على أربع أنماط رئيسية للتصنيف هي:

- أنشطة تؤدي من وضع ساكن.
- أنشطة تؤدي واللاعب في حالة سكون، والهدف في حالة حركة، والهدف في حالة سكون.
- أنشطة تؤدي وكل من الهدف واللاعب في حالة حركة.

وتتضمن فئة المهارات المترابطة عادة العمال والمهارات الحركية التي يتطلب أدائها القيام بحركات في سلسلة متعاقبة متتالية مترابطة، بحيث لا يكون هناك توقف بين وحدات الأداء، ويضم هذا التصنيف معظم الوحدات الحركية في الألعاب مثل السباحة والغطس وقيادة السيارات

ومسابقات العدو والأداء المهاري على بعض الأجهزة مثل جهاز قياس دورة التتبع. (القادر، 2000، صفحة 76)

ويغلب على المهارات الحرة التي يتضمنها هذا التصنيف أنماط تستغرق في الأداء وقت أطول ومجهود أكبر مما تستغرق المهارات المتقطعة، بحيث يسمح في الإفادة فيها من التغذية المرتدة بالمعلومات.

### 3-3-3- التصنيف على أساس الطبيعة متطلبات الأداء:

قدم بولتون «POULTON» لأول مرة عام 1957م تصنيفا للمهارات الحركية في مجال الصناعات على أساس فئتين رئيسيتين هما:

أ- مهارات العوامل الذاتية.

ب- مهارات العوامل الموقفية.

وقد قام "بولتون" بتطبيق هذا التصنيف في مجال المهارات الحركية الرياضية وابتدع تصنيف المهارات الحركية في المجال الرياضي على أساس طبيعة ومتطلبات الأداء كالتالي:

1- مهارات المجال المحدد.

2- مهارات المجال المفتوح.

#### • 1- مهارات المجال المحدد (العوامل الذاتية):

يشمل هذا التصنيف المهارات الحركية التي تُؤدَّى في بيئة مستقرة نسبياً. تتطلب هذه المهارات أنماطاً حركية متطورة للغاية، حيث يتميز اللاعب بحرية إنجاز المهارة دون الحاجة إلى سرعة في اتخاذ القرارات، نظراً لعدم وجود تغيرات غير متوقعة في بيئة الأداء. تعتمد مهارات هذا التصنيف على التقنية الرجعية الداخلية الناتجة عن الإحساس الحركي.

ب- مهارات المجال المفتوح (العوامل الموقفية):

يضم هذا التصنيف المهارات الحركية التي يكون أدائها عبارة عن استجابات حركية للمتغيرات غير متوقعة في البيئة الخارجية، أي غير محدودة وغير متوقعة من المنافسين أو بيئة اللعب، وفي مثل هذه المهارات تكون القدرة على الفهم، والسرعة في اتخاذ القرارات، من أهم الوسائل

التي تصنع القدرات على الإنجاز وعلى النجاح في هذه المهارة، ويضم هذا التصنيف الأنشطة الحركية التي تتطلب تطبيق خطط واستراتيجيات معقدة، حيث تتطلب من اللاعب الأداء الصحيح والتحركات الصحية وفي الوقت المناسب، لأن الفرد يقوم بأداء المهارة في ظل ظروف يصعب فيها التنبؤ بمتطلبات محددة للأداء، وفي هذا النمط من أنماط التصنيف تأتي التغذية الرجعية من مصدر داخلي وخارجي، ويضم هذا التصنيف معظم ألعاب الفرق والألعاب الزوجية وهي أنشطة تتطلب الإبداع الحركي وحسن التصرف. (القادر، 2000)

وتوجد بعض المهارات الحركية المنقطعة التي تؤدي لعدد من المرات المتكررة في إيقاع خاص منظم، كالعزف على البيانو، كما توجد بعض المهارات الحركية الأخرى المنقطعة التي تؤدي وفق خطوات متتابعة كالجمال الحركية، في التمرينات، التي تتضمن مجموعة من المهارات، المنقطعة التي تؤدي في شكل متسلسل متعاقب دون التركيز على الإيقاع الحركي، وتمتاز الحركات المهارية المنقطعة، التي تؤدي في شكل متسلسل بوجوب توقف لحظي في الأداء، وقد تتضمن بعض المثيرات الخارجية المتوقعة، كما في الملاكمة بحيث يصاحبها استجابات حركية ثابتة ومحددة، وقد يخلو الأداء في بعض المهارات من وجود أي مثيرات خارجية محددة للاستجابة الحركية الأكثر مرونة، وتحررا من قيود خارجية. (رضوان، محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين، 1987، صفحة 40)

**\* المهارة المترابطة:** ويقصد بالمهارات المترابطة تلك المهارات التي يعتمد الأداء فيها على مدى النجاح في إنجاز مجموعة من الحركات البدنية المكونة لهذه المهارات، بحيث لا يمكن الفصل بين هذه الجزئيات مثال ذلك المشي، القفز بالزانة، الوثب العالي، الترحلق على الجليد، وغيرها، ويوضح "فيتس" أن مسألة الترابط هذه مسألة نسبية وهناك مهارات حركية تتميز بالترابط الشديد كالغطس مثلا، وهناك مهارات غير مترابط كالإرسال فالتنس وهناك أنشطة أخرى تقع بين الفئتين في السباحة وغيرها. (علاوي، القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، 1979)

**\* المهارات المنقطعة:** ويضم هذا التصنيف فئة المهارات التي تكون من وحدة تؤدي في شكل مفرد غير مركب ويكون لها بداية محدد وقاطعة، وغالبا ما يتطلب الأداء في مثل هذا النوع من المهارات بذل مجهود مفرد في فترة زمنية قصيرة نسبيا مثل ذلك: المهارات الحركية التي

تتطلب رد فعل بسيط سريع لمدة واحدة فقط، وفي حالة توجيه أحد الضربات في الملائمة أو الطعنات في المباراة وفي الإرسال وفي التنس وفي الرماية بالسهم ورمي التماس في كرة القدم والرماية الحرة في كرة السلة والدرجة الأمامية وفي غيرها، حيث يكون للمهارة بداية واضحة ونهاية محددة، وتتطلب مجهودا بدنيا مفردا في فترة زمنية قصيرة. (رضوان، محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين، 1987، صفحة 42)

وتتميز هذه المهارات بأنها صعبة بالمقارنة بالمهارات المستمرة، لأن تفردا وعدم تعاقبها أثناء الأداء (تكرار المهارة) يحرم اللاعب الاستفادة من التغذية المرتدية بالمعلومات في شكل معرفة النتائج عن الاستجابات السابقة ومحاولة تقويم الاستجابات اللاحقة وتصحيحها، لان التعاقب (التسلسل) في الأداء للمهارة يتيح بعض الوقت للتمرين عليها مما يعطي فرص مناسبة للإصلاح الأخطاء.

• **المهارة المستمرة:** حينما تؤدي المهارة المتقطعة بشكل متتابع وبسرعة حينئذ يمكن اعتبارها مهارة مستمرة او متسلسلة مثل ذلك تكرار مهارة الصد في تنس الطاولة والتجديف، تكرار التصويب في كرة السلة، الكتابة على الآلة الراقنة وغيرها.

وتتميز المهارة الحركية التي يضمها هذا التصنيف بأن حدوث أي تموقف لحظي وتصير بين سلسلة الحركات المتعاقبة في المهارة قد لا يفسد الأداء فيها بعكس الأداء في المهارات المترابطة و يبين **فيتس** أن العديد من المهارات الحركية في الألعاب يمكن وضعها في سلسلة تنحصر بين المهارة المتقطعة و المستمرة كالتالي:

النمط الأول: أنشطة تؤدي من وضع ساكن

ويضم هذا التصنيف فئة الأنشطة التي يتمكن اللاعب من أداء بعض المهارات الأولية في النشاط و هو في حالة سكون، مثل الإرسال في التنس و تنس الطاولة و الكرة الطائرة و التصويب في الرماية بالسهم، أو عندما تكون الاستجابة الحركية ضد الأهداف الثابتة الموجودة في البيئة الخارجية مثل التصويب في كرة السلة من الثبات، أو في مواقف اللاعب التي تسمح للفرد بالأداء بمعدل واحد من السرعة مثل الكتابة على الآلة الكاتبة أو العزف على البيانو أو العمل على دراجة ثابتة لفترة زمنية بمعدل ثابت من السرعة كل هذا عبارة عن أعمال وواجبات

حركية تؤدي من وضع سكون اللاعب وبالنسبة للهدف المحدد الاستجابة الحركية الموجودة في البيئة الخارجية وتتميز المهارات الحركية التي تدخل تحت هذا النمط من التصنيف، بأنها لا تحتاج إلى مستوى عالي من الإستراتيجية أثناء الأداء، كما تفضل فيها الحاجة إلى الاهتمام بالتوقيت وسرعة التكيف في الأداء، الحسن نحو المهارة حيث تكون الحاجة كبيرة إلى القيام باستجابات حركية مناسبة، وفقا لما تقرره قواعد اللعبة.

النمط الثاني: أنشطة تؤدي واللاعب في حالة سكون والهدف في حالة حركة

ويتضمن هذا التصنيف الأعمال الحركية التي يحدث فيها تغيير جزئي في بعض مواقف الأداء وفيها يكون اللاعب في حالة سكون، والهدف الخارجي (المثير) في حالة حركة، ويشمل هذا التصنيف على العديد من المهارات الحركية التي تدخل في مجال الصناعة، ومعظم الأنشطة الرياضية لكبار السن وفي أنشطة الرماية العسكرية على أهداف متحركة، وفي الأنشطة الرياضية التي يؤدي فيها اللاعب المهارة وهو في وضع ساكن نسبيا، ضد أهداف تتحرك نتيجة أداء التنافس الآخر. (رضوان، محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين، 1987)

النمط الثالث: أنشطة تؤدي واللاعب في حالة حركة والهدف في حالة سكون

ويضم هذا التصنيف الأنشطة التي يؤدي فيها اللاعب المهارة أثناء الحركة ضد أهداف (مثيرات) ساكنة، مثال ذلك التصويب من حركة على الهدف في كرة السلة وكرة القدم وكرة اليد، وتمير كرات المركزة، التنس، والتنس الطاولة من الحركة في اتجاه نصف الملعب المواجهة، و في أنشطة الإيقاع و التميريات بمصاحبة الموسيقى، عندما يؤدي الفرد جملة من التحركات تتكون من متبوعات متتالية مستعينا في ذلك بالإيقاع الصادر من البيئة الخارجية وذلك عن طريق المدرس أو المدرب (رضوان، محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين، 1987، صفحة 43)

النمط الرابع: أنشطة تؤدي وكل من اللاعب والهدف في حالة سكون

ويضم هذا التصنيف الأنشطة التي تتطلب الأداء أثناء تحرك كل من اللاعب والهدف وغالبا ما يضم هذا التصنيف الأنشطة التي تقوم ضد منافسين، وهي أنشطة مركبة تتميز بالصعوبة



لأنها تؤدي من الحركة بالاشتراك مع الآخر، ومن الأمثلة تلك الأنشطة التي تخص ألعاب الكرة، حيث يقوم فيها اللاعب بأداء معظم المهارات وهو يتحرك بالكرة، أو في اتجاهها ولعل أنشطة الصيد والقنص باستخدام البنادق أو السهام من فوق ظهور الخيل ضد الحيوانات أو الطيور التي تتحرك أيضاً، خير مثال للأنشطة التي يضمها هذا التصنيف، وترجع الصعوبة في أداء هذا النوع من الأنشطة التي تتطلبه من السرعة و الدقة و الاستجابة والى ما تتطلبه من القدرة على التصور و التوقع والى كثرة ما يتضمنه موقف الأداء من متغيرات غير مستقرة و غير متوقعة.

#### 5-3-4- التصنيف على أساس الترابط والاستمرارية في الأداء:

قام فيتس "FITS" في عام 1962 بتصنيف المهارات الحركية في الألعاب على أساس الترابط والاستمرارية في الأداء إلى ثلاث أصناف رئيسية هي:

أ- المهارات المتقطعة.

ب- المهارات المستمرة.

ج - المهارات المترابطة.

#### 4- أساليب قياس المهارات الحركية في الألعاب الرياضية:

يستخدم لقياس المهارات في الألعاب نوعان رئيسيان من المقاييس هما:

• المقاييس الموضوعية.

• المقاييس التقديرية.

#### 4-1- المقاييس الموضوعية:

ستخدم هذه المقاييس بشكل كبير في قياس المهارات في الألعاب الرياضية، خاصة الألعاب الجماعية. يلاحظ أن بعض هذه المقاييس تم تنظيمها وفقاً لمحاكم التقييم والتي تعتمد على تقديرات الخبراء والمتخصصين في كل مجال، بالإضافة إلى استخدام أساليب التحليل الإحصائي المباشر. تتميز الأساليب الموضوعية بأنها أقل تعرضاً للأخطاء، خاصة أخطاء التحيز. ومن المعروف أن مجال قياس المهارات في الألعاب الرياضية ما زال يفتقر إلى استخدام الأجهزة

الكهربائية بنفس النطاق المستخدم في مجالات قياسية أخرى في الميدان الرياضي، والتي تعتمد على وسائل قياس علمية ذات دقة عالية.

وتعتمد المقاييس الموضوعية لتقويم الأداء المهاري في الألعاب على أربع وسائل هي (رضوان، محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين، 1987، صفحة 30)

عدد مرات النجاح:

تعتمد بعض اختبارات في الألعاب على حساب عدد مرات الأداء الصحيحة التي ينجح المختبر فيها خلال فترة زمنية محددة، أو عندما يؤدي لعدد محدد من التكرارات وفي العادة يمنح اللاعب درجة واحدة من كل محاولة من محاولات الأداء الصحيح، حيث تمثل مجمع النقاط في جميع المحاولات درجة اللاعب.

• الدقة في الأداء:

ويتضمن استخدام أهداف خاصة ترسم في شكل دوائر ومربعات ومستطيلات متداخلة بحيث تكون الدرجة الكبر للهدف هي الأقل في المساحة وفي معظم الحالات تحدد هذه الهدف بألوان مميزة على حائط الصد أو على الأرض.

• الزمن المخصص للأداء:

يعتبر الزمن من أكثر وسائل القياس المهاري في الألعاب، حيث يتطلب ذلك حساب الزمن باستخدام ساعات إيقاف خاصة، وتتعرف الاختبارات التي تعتمد على الحساب الزمن إلى أخطاء بشرية باستخدام ساعات ذاتها، فقد توصل كيرتون، على سبيل المثال إلى أن الحكام المدربين على استخدام الساعات يظهرون فروقا بين تصورنا أن هذا الزمن يكافئ العدو بمسافة 9 أقدام لإدراكنا قيمة التأثير الفعلي لمثل هذه الأخطاء.

• المسافة التي يستغرقها الأداء:

تعد المسافة التي يقطعها الفرد أثناء الأداء الرياضي أحد العوامل الأساسية المستخدمة في قياس الأداء في المجال الرياضي. يشمل ذلك المسافات التي يقفزها الرياضي أو يتحرك عبرها الكرات

في الرياضات مثل القفز، الدفع، الركل، الضرب، والتمرير. كما تتضمن الأداءات الأخرى مثل الوثب العمودي، والوثب العريض، ودفع الكرة بقوة، ورمي الكرة على أطول مسافة ممكنة.

#### 4-2- المقاييس التقديرية:

تستخدم المقاييس التقديرية كوسائل للحصول على معلومات إضافية عن الأداء في بعض الأنشطة التي تستخدم فيها مقاييس التقدير الذاتي لتقويم وحدات الأداء المهاري في اللعبة بعد تحليلها، وتتضمن هذه المقاييس وسيلتين هما:

- **ترتيب الأفراد وفقاً لمستوياتهم في المهارة:** يتم استخدام هذا الأسلوب لترتيب اللاعبين بناءً على تقديرات متعددة تبدأ من المستويات العليا إلى المستويات الأدنى، ويتم ذلك من خلال مراقبة أدائهم الفعلي سواء كان ذلك في مهارات معينة أو في أداء اللعبة بشكل عام. يعد هذا الأسلوب أحد المقاييس المستخدمة لتقييم دقة العديد من الاختبارات في مجال قياس المهارات الرياضية في ألعاب مثل كرة القدم والكرة الطائرة وغيرها. على سبيل المثال، يتم تطبيق اختبار مفتوح على مجموعة من اللاعبين ثم يتم ترتيبهم بناءً على درجاتهم في الاختبار بواسطة حساب الارتباط بين تصنيفاتهم، كما يتم استخدام معادلة "سبرمان" لحساب هذا الارتباط.

\* **استخدام مقاييس التقدير:** يتم استخدام مقاييس التقدير في قياس الأداء المهاري في الألعاب والأنشطة الرياضية التنافسية مثل الغطس، الجمباز، والمصارعة، حيث يقوم المقدر بالتقييم المباشر للأداء ويحدد الدرجات بناءً على ملاحظاته حول السلوك الحركي المختلف. تعتبر هذه المقاييس أدوات موضوعية لتسجيل الأداء بشكل منظم وتقديم تقييمات دقيقة للمشاركين. (رضوان، محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين، 1987، صفحة 31)

#### 5- أساليب وطرق التدريب على الأداء المهاري والفني:

تعد مرحلة الناشئين من المراحل التي تمثل الحلقة الثانية والوسطى في سلسلة قطاعات التدريب حيث يسبقها مرحلة البراعم والمبتدئين (مدرسة الكرة) ويليهما مرحلة الشباب والدرجة الأولى، ولذا فهي تعد من أهم المراحل فهي عملية التدريب وتشكل العمود الفقري للوصول إلى المستويات

العليا في الأداء بالحلقة التي تليها وهي أيضا حلقة تطور البناء عقب حلقة الأساس بمرحلة البراعم والمبتدئين.

وفي الحقيقة أن كل حلقة من تلك الحلقات أو القطاعات له طرقه وأساليبه التدريبية بصفة عامة وفي بنائه التكويني بصفة خاصة ، وإذا ما نظرنا إلى المرحلة التي تسبق مرحلة الناشئين فإن طرق وأساليب التدريب والتعليم على الأداء المهاري تتدرج بين أشكاله ثلاثة وهي:

#### 5-1- الطريقة المباشرة (الكلية):

وهي الطريقة التي يستخدم فيها اللاعب الجسم وأجزائه بالصورة الملائمة لبعض العوامل المؤثرة للأداء أو كافة تلك العوامل دون التقيد بمواصفات محددة للأداء الحركي للجسم كما في مرحلة التعليم والتدريب على أداء المهارة.

وبمعنى آخر أن تشكل التدريبات بأسلوب متدرج شاملا بعض العوامل المؤثرة على الأداء أو أكثر من عامل من تلك العوامل

#### 5-2- الطريقة الموجهة:

ويقصد بها التدريب على دمج أكثر من مهارة في أداء واحد بهدف السرعة والتخلص من المنافسين أو التصويب أو التمرير المباشر للزميل

#### 5-3- طريقة بناء موقف اللعب:

وهي الطريقة التي يتشكل فيها التدريب وفق عوامل المساحة والمنطقة من الملعب ومجموعة من الزملاء والمنافسين بهدف الربط بين تلك العوامل وأداء المهارات بما يتلاءم مع تلك المتغيرات وفي أقل زمن ممكن.

#### 5-4- الطريقة الجماعية:

وتهدف إلى أداء المهارات تحت ضغط المنافسين وفي وجود زملاء للمساعدة.

## خلاصة:

الكثيرون يرون أن الأداء المهاري عند اللاعبين أمر سهل التنفيذ لا يحتاج أكثر من التدريب البدني خلال الحصة التدريبية، وذلك من حيث البنية المورفولوجية لهذا اللاعب والتي تسمح له الممارسة أو التخصص في أنواع من الرياضات، من وراء هذا فإنه يوجد عوامل أخرى لها دور في التأثير على الأداء المهاري العام للاعبين كرة القدم، مثل عوامل نفسية، عوامل عقلية (النمو العقلي)، عوامل اللياقة البدنية.

ففي بحثنا هذا تطرقنا إلى العوامل العقلية وباختبارات لهذا البحث لا يعني أننا فضلنا العقل على البدن، بل إبراز أهمية العقل في الأداء المهاري للاعبين كرة القدم فئة الأواسط، وهنا يجب علينا الاعتناء بالعقل وذلك بإعطائه البرامج الصحيحة والاعتناء بالعقل يعني التطرق إلى العلوم التي تدرس في تكوين وتطوير العقل، ومن بين هذه العلوم علم الضغوط النفسية العصبية التي تربط بين عمل العقل والبدن، وهذا هو موضوع بحثنا هذا.

# الفصل الثاني

## الإعداد الخططي

تمهيد:

إن 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, لهذا فإن مرحلة الناشئين في عمر 15 هي مرحلة تربط بين المراهقة و مرحلة الشباب حيث يتصف في هذه المرحلة بمهارات وقدرات عالية تحتاج الى تأطيرها وتوجيهها خاصة لممارسي كرة القدم التي هي رياضة جماعية تمتاز ببرامج تدريبية خاصة ومهارات وخطط مختلفة عن غيرها من رياضات الجماعية الأخرى , وعليه فإن في هذا الفصل سنتطرق إلى الاداء الخططي وكل منطقة من خطط اللعب ومميزاتها الهجومية والدفاعية ونعرض كذلك اهم مميزات مرحلة الناشئين.

## الفصل الأول: تحسين خطط اللعب للناشئين u15.

### 1- الإعداد الخططي:

#### 1-1- مفهوم الإعداد الخططي:

الإعداد الخططي هو حلقة في سلسلة إعداد كرة القدم، كما أنه جزء من البناء المتكامل لمراحل الحالة التدريبية، حيث يرفع من مستوى أداء اللاعبين للمهارات الأساسية ويزيد من لياقتهم البدنية بالإضافة إلى الأثر التربوي والنفسي على الفريق ويعني إعداد خططي حسب مفتي ابراهيم اكتساب اللاعبين القدرة على أداء خطط اللعب المختلفة، وكذلك معلومات ومعارف المتصلة بالقدر الكاف والذي يمكنهم من حسن التصرف في مختلف المواقف المتعددة والمتغيرة خلال المباراة (تامر محسن واثق، 1989، صفحة 23)

#### 1-1-2- التفكير والتصرف الخططي:

التفكير هو سلسلة من الأنشطة العقلية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير، يتجاوز الحواس الخمسة. يلعب التفكير دورًا أساسيًا في أداء اللاعب أثناء المباراة، حيث يتمكن من التعرف على المواقف المتعددة وتحليلها، والاستجابة لها بشكل استراتيجي. تتطلب المواقف المتغيرة في المباراة سرعة التفكير وتركيزًا عاليًا وانتباهًا دائمًا لأحداث الملعب. التفكير الخططي، المعروف أيضًا بالذكاء الخططي، يعد من أساسيات الأداء الرياضي التنافسي، حيث يقوم الرياضي بعمليات عقلية تساعد على فهم العلاقات بين جميع العوامل المؤثرة في الموقف الذي يواجهه. يعتمد التفكير الخططي على الصورة الذهنية التي يستحضرها اللاعب، مع مشاعره وانفعالاته المرتبطة بالموقف، مما يمكنه من التفكير في الاستراتيجيات المناسبة واتخاذ القرارات الصحيحة للتفوق على المنافسين (علي حسين محمد احمد، 2005، صفحة 13).

### 2- أقسام خطط اللعب:

#### 1-2-1- خطط اللعب الدفاعية:

من المؤكد قطعاً أن للدفاع أهمية واضحة في الهجوم الفريق المضاد للتسجيل في مرماه، وأن الدفاع المنظم المتين يبعث الثقة في الهجوم الفريق، بل إنه كلما كانت الوسائل الدفاعية تؤدي بطريقة سليمة استطاع الدفاع بمفرده الاستحواذ على الكرة، وأن يبا في بناء الخطط الهجومية المضادة بطريقة سليمة، ويمكن تقسيم خطط الدفاع إلى:

#### 1-2-1-1 خطط اللعب الدفاعية الفردية:

يجب على لاعب الدفاع أن يدرك ويتوقع سير اللعب وتحرك الكرة بين لاعبي الفريق المنافس حتى يتمكن من التصرف بطريقة سليمة سواء في اخذ المكان المناسب في الدفاع أو تغطية الزميل أو المهاجمة في الوقت المناسب.



ويرى حنفي محمود مختار (مختار، 1984، صفحة 182) أن من أهم وسائل تنفيذ الخطط الدفاعية الفردية نجد:

اختيار الموقع المناسب.

المراقبة والتغطية.

تحركات المضايقة للمنافس.

### 1-2-1-2-خطط اللعب الدفاعية الجماعية:

الخطط اللعب الدفاعية الجماعية تعتمد على تنسيق حركة كل لاعب لأداء مهامه والعمل كفريق لتغطية المناطق ومنع تسجيل الأهداف. في الوقت الحالي، يشارك المهاجمون في المساعدة على الدفاع، مما يؤدي إلى زيادة عدد اللاعبين المدافعين أكثر من اللاعبين المهاجمين. لتعلم الدفاع الجماعي، يجب على اللاعبين فهم الأساليب الدفاعية نظرياً من خلال شرحها على السبورة، وتطبيقها عملياً على أرض الملعب بالتحرك كفريق متكامل. وفقاً لحنفي محمود مختار، العناصر الرئيسية لتنفيذ الخطط اللعب الدفاعية تشمل التغطية وتنظيم الدفاع.

### 1-2-2-خطط اللعب الهجومية:

وتهدف أساساً إلى تمكين الفريق من إصابة الفريق المضاد بأكبر عدد من الأهداف، وكقاعدة تستدعي الخطط الهجومية أن يكون لاعبو الفريق على أعلى مستوى من المهارات الأساسية أكبر من لاعبي الدفاع، وتنقسم خطط اللعب الهجومية إلى:

### 1-2-2-1-خطط اللعب الهجومية الفردية:

وهي كل التحركات والمهارات التي يقوم بها اللاعب بمفرده داخل الإطار العام لخطط اللعب الهجومية:

المراوغة،

الخداع والتمويه بالكرة وبدون كرة.

التصويب.

الجري بالكرة.

2-2-2-خطط اللعب الهجومية الجماعية: إن اللعب الجماعي يتطلب تعاون ومساعدة كل الفريق، وهذا يعني تكاتف أحد عشرة لاعبا في الفريق في تبادل الكرة بينهم بسرعة ودقة والحرص على عدم فقدانها حتى يتقدموا إلى التهديد ضد الفريق المضاد لغرض التسجيل إن أمكن، وتنقسم وسائل تنفيذ الخطط اللعب الهجومية الجماعية إلى اللعب الجماعي على ما يلي:

تمرير الكرة.

أخذ الفراغ.

التحركات المتكررة.

تبادل تمرير الكرة.

الوصول إلى المرمى ولعب الكرة إلى الخلف.

تحويل اللعب من جهة إلى أخرى.

تمرير الكرة عكس اتجاه الجري.

أما أنواع الهجوم فهناك نوعان:

الهجوم المضاد: وهو الهجوم المفاجئ أو السريع للفريق من حالة الدفاع إلى حالة

الهجوم كتمرير كرة طويلة في العمق إلى لاعب مهاجم المتقدم.

الهجوم المنظم والمتدرج: وهو الذي يقوم به الفريق بطريقة منظمة ببنائه عندما يكون

دفاع الخصم مركزا وعلى الفريق المهاجم أن يقوم بعمل خطط منظمة لمحاولة فتح

الثغرات في الدفاع.

### 1-3-أهم طرق لعب الحديثة:

إن لعبة كرة القدم: لعبة جماعية ولذلك فإن جميع قدرات اللاعبين ومهاراتهم الفنية تجتمع لتنتهي

إلى غرض واحد، وهو المصلحة العامة للفريق، ولا بد أن تناسب طريقة اللعب للفريق مع اللياقة

البدنية والمستوى الفني والكفاءة الفردية لجميع لاعبي الفريق.

#### 1-3-1-طريقة 3-3-4:

تتميز هذه الطريقة بأنها هجومية ودفاعية في الوقت نفسه، وتعتمد بشكل أساسي على حركة

اللاعبين وخاصة لاعبي خط الوسط. يمكن للظهير أيضًا المشاركة في الهجمات على الفريق

الخصم، كما أن هذه الطريقة سهلة في التعلم والتطبيق.

#### 1-3-2-طريقة اللعب 2-4-4:

هذه الطريقة هي التي ساعدت البرازيل على الفوز بكأس العالم عام 1958. تتطلب هذه

الاستراتيجية أن يتمتع الفريق بلياقة بدنية عالية ومهارات متعددة، لأنها تعتمد على التعاون بين

الهجوم والدفاع. يزداد عدد اللاعبين المشاركين في الهجوم والدفاع، مع دور مهم لخط الوسط في

اختراق دفاع الخصم (Michel, foot – balle, p. 142).

#### 1-3-3-طريقة 4-3-3:

هذه الطريقة هجومية ودفاعية تُستخدم للتغلب على استراتيجية الظهير الثالث، وهي شائعة في

روسيا وفرنسا. يعتمد الفريق على هجوم مكثف عندما تكون الكرة بحوزة خط الهجوم أو خط

الوسط.

#### 1-4- تقسيم اللاعبين من حيث أداء الواجبات الخططية حسب المراكز:

يرى الكثير من المدربين أن لكل لاعبي الفريق أدوار وواجبات خططية مرتبطة بطبيعة المركز الذي يلعبه، وعليه وجب على كل مدرب ان يوضح لكل لاعب خاصة الناشئين أهم الواجبات الخططية الدفاعية والهجومية المنتظر منهم.

ويرى مفتي ابراهيم أن الواجبات الخططية الدفاعية والهجومية التي يجب أن يتجلى بلاعب كرة القدم حسب كل مركزه هي (حمادة، 1989، صفحة 235):

**1-4-1 حارس المرمى:** لحارس المرمى في كرة القدم واجبات وصفات مميزة تتناسب مع الدور الكبير الذي يلعبه في الفريق، إذ يمثل آخر خط دفاعي وأول خط هجومي. وغالبًا ما يتقرر مصير المباراة بناءً على أدائه. وتتطلب منه مهام عديدة تشمل: من الناحية الدفاعية: صد وتشتيت تصويبات الخصم. مراقبة لاعبي الخصم القريبين من المرمى. اتخاذ القرار بشأن الخروج من المرمى لأي مسافة. توجيه زملائه المدافعين وتنظيم صفوفهم وتصحيح أخطائهم. من الناحية الهجومية: القيام بالخطوة الأولى في الهجوم، وتحديد نوعه سواء كان سريعاً أو منظماً. استخدام الطرق الصحيحة لتنفيذ الهجوم، مما يعزز معنويات الفريق.

#### 1-4-2- لاعبو خط الدفاع:

##### 1-4-2-1- الظهير الجانبي (الظهير الأيمن والظهير الأيسر) رقم 2 و3:

المهمة الأساسية لظهير الجانبي هي الدفاع ضد مهاجمي الفريق المنافس في منطقة الأجنحة. يجب أن يتميز الظهير بالجرأة والتصميم وعدم التخاذل. ومن أهم واجباته الخططية:

من الناحية الدفاعية: الوقوف على الامتداد الواصل بين الكرة والمرمى. الوقوف بحيث يمكن إعاقة تمريرات المهاجم المستحوذ على الكرة إلى مهاجم آخر. التحرك السريع من هذا الموقع لتوفير التغطية.

أداء واجبات التغطية لزملائه في خط الدفاع. من الناحية الهجومية: مراعاة الأمان في التمرير، حيث تشكل التمريرات الأرضية الطويلة، وخاصة الأرضية منها في الثلث الدفاعي، خطورة على مرمى الفريق. لذلك، يفضل تجنب التمريرات العرضية بالقرب من منطقة المرمى أو داخل منطقة الجزاء.

##### 1-4-2-2- ظهير الوسط (4):

هو اللاعب الذي يتخذ موقعه خلف الظهيرين، ويلعب مدافعاً أمام قلب هجوم الفريق المنافس أو من يشغل هذا الدور في منطقة الهجوم. يجب أن يتميز هذا اللاعب بقدرته على التعامل مع الكرة على الأرض وفي الهواء، وإجادة ضربات الرأس من الكرات الطويلة، سواء كانت عرضية

أو أمامية. كما يجب أن يكون بارعاً في الرقابة والضغط على المهاجم والتغطية السليمة، ويفضل أن يتميز بطول القامة.

من الناحية الدفاعية: قطع التمريرات العرضية سواء كانت أرضية أو هوائية. متابعة رأس الحربة إذا تحرك إلى منطقة الجناح، والقيام بذلك بواجب كامل. تغطية الثلث الدفاعي للفريق بالتنسيق الكامل مع الظهير الجانبي والظهير الحر، سواء كان ذلك بنظام رجل لرجل أو دفاع المنطقة. من الناحية الهجومية: المشاركة في الهجوم عندما تتاح الفرصة، حيث تكون تمريراته الحائطية فعالة في تشكيل خطورة على المنافسين.

أداء تمريرات طويلة، سواء على الأرض أو في الهواء، إلى منطقة الجناحين بهدف تغيير اتجاه الهجمات أو استغلال المساحات الخالية.

#### 1-4-2-3- الظهير الحر (5):

ظهر هذا المركز حديثاً نسبياً في تاريخ كرة القدم، حيث يتخذ اللاعب الذي يشغله موقعه خلف الظهير الوسط والظهير الجانبي على مسافة مناسبة منهما. يجب أن يتمتع هذا اللاعب بمهارات عالية، وخبرة طويلة، وقدرة على القيادة، بالإضافة إلى تكوين بدني متكامل، ويُفضل أن يكون طويل القامة. من أهم واجباته الدفاعية: يلعب بحرية خلف زملائه في خط الدفاع، يغطيهم من خلال تمرّكه العميق، ويكون مستعداً لقطع التمريرات الاختراقية. يعمل على تغطية المساحات خلف الزملاء، ويهاجم الكرة التي بحوزة المهاجمين إذا تجاوز أحدهم المدافعين.

#### 1-4-3- لاعبو خط الوسط (رقم 06 رقم 08 رقم 10):

تعتبر منطقة الوسط الملعب هي العمود الفقري الذي يتحكم في مجريات مباريات كرة القدم لذلك فالتحكم فيه مطلب أساسي للفريق.

بالرغم من أن لاعبي خط الوسط واجبتهم هجومية إلا أنه يمكن تقسيمه إلى ثلاثة أنواع رئيسة كما يلي :

لاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي رقم 06.

لاعب خط وسط الذي يغلب عليه الطابع الهجومي رقم 08،

لاعب خط وسط صانع الألعاب رقم 10.

ومن أهم واجبات الخططية لي لاعبو الوسط:

من الناحية الدفاعية: يعمل على القيام بالواجب الدفاعي من خلال المنطقة أو الدفاع رجل لرجل انضمام للاعبي خط الظهر تحرك أمامهم عند وجود زيادة عددية من الفريق المهاجم.

يعمل على تأمين خط الوسط في حالة الدفاع أحد لاعبي الوسط الآخرين أو لاعبي خط الدفاع لأداء الواجبات الهجومية. قد يكلف بمراقبة لاعب معين من اللاعبين الفريق المنافس. من الناحية الهجومية: التصويب من خلال وضعه العميق خلف زملائه المهاجمين، المساعدة في بناء الهجمات وتنظيمها. المشاركة في الهجوم كأبي لاعب ولاعب يخط الهجوم. الاستفادة بوضعه المتأخر نسبيا خلف المهاجمين بالجري والاقتراب والتصويب. العمل على بناء الهجمات من خلال التفكير الخلاق والاستفادة لأقصى درجة ممكنة من المواقف المختلفة لتحديد سرعة الهجوم واتجاهه واختيار انواع التمريرات التي تؤثر تأثيرا مباشرا في تشكيل الخطورة على مرمى المنافس.

#### 1-4-4-4- لاعبو خط الهجوم:

#### 1-4-4-1- الجناحين (رقم 07 رقم 11):

يجب أن يتمتع الشخص الذي يشغل هذا المركز بالسرعة والمهارة العالية في المراوغة والتوغل، بالإضافة إلى تقنيات ممتازة في التمرير والتصويب القوي والدقيق من جميع الزوايا. ومن أهم واجباتهم التكتيكية:

من الناحية الهجومية: فتح الثغرات في منطقة الجناح وتزويد باقي المهاجمين بالكرات العرضية نحو المرمى.

المشاركة في الهجمات بتصويبات قوية مع المهاجمين الآخرين. من الناحية الدفاعية: مراقبة الظهير في حالة تقدمه أو من يشغل مكانه. الانضمام إلى التشكيل الدفاعي للفريق في حالة هجوم الفريق المضاد.

#### 1-4-4-2- قلب الهجوم رقم (09):

هو لاعب يتولى أساساً مهمة التهديد، ويجب أن يتمتع بالقدرة على خلق واستغلال فرص التهديد بفعالية.

يعتمد في ذلك على مهاراته العالية وتفكيره الخلاق.

ينبغي لمن يشغل هذا المركز أن يتقن المراوغة والتصويب من جميع الزوايا. ومن أهم واجباته:

من الناحية الهجومية: إحراز الأهداف من خلال التحركات المحددة في الثلث الهجومي من الملعب.

استغلال جميع التمريرات العرضية والأمامية داخل منطقة الجزاء وتصويبها نحو المرمى.

من الناحية الدفاعية: عرقلة تقدم الخصم من خلال الكفاح لاستعادة الكرة إذا أصبحت في حوزة المنافسين ضمن المنطقة المحددة من قبل المدرب.

### 1-5-1- مراحل التعلم الخططي:

#### 1-5-1- اكتساب المعارف والمعلومات الخططية:

ينصح (شوتكا) "باستخدام التدرج التعليمي لضمان اكتساب جيد للمعلومات التكتيكية والقدرة على الأداء الأولي لخطط اللعب.

ويمر اكتساب المعارف والمعلومات الخططية بمراحل نذكر أهمها" (شعلان و عمرو، 1996، صفحة 180):

المرحلة الأولى: شرح قواعد وقوانين اللعب الأساسية.

المرحلة الثانية: وصف طريقة اللعب مع شرح مراكز اللاعبين وواجبات كل منهم.

المرحلة الثالثة: تحليل كل مرحلة من مراحل اللعب وتوجيه النظر إلى أخطاء الي يحتمل حدوثها أو التي حدثت بالفعل.

المرحلة الرابعة: معالجة بعض المواقف التكتيكية التي تختلف في درجة صعوبتها ووضع أنسب الحلول مع توجيه النظر إلى أهم الأخطاء الشائعة.

#### 1-5-2- اكتساب وإتقان الأداء الخططي:

عن طريق أداء نموذج يوضح طريقة الأداء الصحيح مع شرح ثم يعقب تلك الممارسة العلمية للاعب وتنقسم عملية اداء المواقف التكتيكية إلى مراحل (شعلان و عمرو، 1996) .

المرحلة الأولى : تعلم الأداء التكتيكي تحت ظروف سهلة مبسطة.

المرحلة الثانية : تعلم نفس الأداء التكتيكي مع تغير طبيعة المواقف ,

المرحلة الثالثة: تعلم اختيار نوع معين من الأداء التكتيكي المناسب لبعض المواقف المعينة.

#### 1-5-3- تنمية وتطوير القدرات الخلاقة:

إن تعلم السلوك التكتيكي وإتقانه يتطلب من اللاعب تكوين أنماط سلوكية، فيجب عليه أن تكون لديه قدرة اللعب على تغير سلوكه وتعديله طبقا للموقف لعب المتغير خلال المباراة كالسرعة ،الدقة الاستجابة صحيحة (حمادة، 1989، صفحة 240).

#### 1-5-4- العوامل المحددة في اختيار خطط اللعب :

يرى الكثير من الباحثين أن هناك عدة عوامل تحدد طبيعة ونوعية خطط المختلفة والمتنوعة والتي يجب على المدرب أن ينتبه إليها عند تنفيذها أثناء المباراة :

اللياقة البدنية وخطط اللعب .

الأداء المهاري وخطط اللعب.

الصفات النفسية وخطط اللعب .

الظروف الخارجية وخطط اللعب (جابر و صبري ، 1996 ، صفحة 49).

## 2-المرحلة العمرية للناشئين :

2-1-تعريف الناشئين:

1-تعريف الناشئين:

يعرّف مفتي إبراهيم حماد الناشئين على أنهم الأطفال الصغار من الجنسين، الذكور والإناث، الذين تتراوح أعمارهم بين 6 إلى 14 عامًا. تُقسّم هذه السنوات إلى مرحلة الطفولة المتوسطة (حوالي 7-10 سنوات)، مرحلة الطفولة المتأخرة (11-13 سنة)، ومرحلة المراهقة.

ويشير إبراهيم إلى أن الاهتمام بالناشئين في السنوات الأخيرة أصبح أمرًا معتادًا في جميع الرياضات والمؤسسات الرياضية المنظمة. يُعتبر الناشئون القاعدة الأساسية التي تزود الفرق الأكبر سنًا باللاعبين المعدّين تربويًا وفنيًا بشكل جيد.

وبالإضافة إلى ذلك، اتخذت كثير من الحكومات مشاريع تهدف إلى رعاية الناشئين في المجال الرياضي، مثل المدارس الرياضية ومدارس الهواة، مما يعكس رغبة ملحة في الاهتمام بهم. كما دعمت العلماء فكرة التربية الحركية كمجال حديث نسبيًا، حيث يُعزز هذا المجال تعلم الناشئين الحركة والتمنية من خلالها، مما يسهم إيجابيًا في تنويع وتوسيع قاعدة الناشئين المعدّين إعدادًا حركيًا وبدنيًا وعقليًا واجتماعيًا بطريقة مبكرة ومتعلمة علميًا. (حماد م.، 1996 ، صفحة 81).

## 2-2مراحل المراهقة:

يوجد العديد من التقسيمات لفترة المراهقة، والدراسات تشير إلى أن هذا التقسيم إلى مراحل لا يعني فصلًا تامًا بين هذه المراحل، بل يظل الأمر عادة على المستوى النظري فقط. ومن خلال التقسيمات التي حددت العمر الزمني للمراهقة، والتي كانت تختلف بين العلماء، نعتبر التقسيم الذي وضعه أكرم رضا أحد هذه التقسيمات. حيث قسم المراهقة في هذا التقسيم إلى ثلاث مراحل مختلفة :

### 2-2-1/ المراهقة المبكرة:

يعيش الطفل الذي يتراوح عمره ما بين ( 12- 15 سنة ) تغيرات واضحة على المستوى الجسمي ، والفيزيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي (فياض، 2004، صفحة 216).

هناك من يتقبل فترة المراهقة بالحيرة والقلق، وهناك آخرون يلقبونها، وبينما يوجد من يتقبلها بفخر واعتزاز وإعجاب، يسعى المراهق في هذه المرحلة إلى التحرر من سلطة الوالدين والتحكم في أموره واتخاذ القرارات بنفسه. كما يسعى أيضًا للتحرر من السلطة المدرسية، بما في ذلك المعلمين والمدرّبين وأفراد الإدارة، حيث يرغب دائمًا في التخلص من القيود والسلطات المحيطة به، ويبدأ في الشعور بالانفرادية والتعرف على هويته الشخصية.

## 2-2-2/ المراهقة الوسطى (15 إلى 18 سنة) :

يُعتبرُ مرحلة الوسطى من أهم مراحل المراهقة، حيث يحدث فيها انتقالٌ من المرحلة الأساسية إلى المرحلة الثانوية، ويكتسب المراهقون خلالها الشعور بالنضج والاستقلال، ويميلون نحو تكوين علاقات عاطفية جديدة. في هذه المرحلة، يتم النمو الجنسي والعقلي والاجتماعي والانفعالي والفيزيولوجي والنفسي، مما يجعلها قلب المراهقة حيث تتجلى جميع جوانبها المميزة. المراهقون والمراهقات في هذه المرحلة يُعطون أهمية كبيرة للنمو الجنسي والاهتمام الشديد بالمظهر الخارجي، وكذلك الصحة الجسدية. يُلاحظ هذا بشكل واضح بين تلاميذ المراحل الثانوية بمختلف أعمارهم. كما تتسم هذه المرحلة بسرعة نمو الذكاء، مما يُسهم في جعل حركاتهم أكثر توافقاً وانسجاماً (زهران، 1982، صفحة 252).

## 2-3 خصائص المراحل العمرية (15-16-17):

### 2-3-1- خصائص القدرات الحركية:

في هذه المرحلة، نشهد تطوراً ملحوظاً في كل من القوة العظمى والقوة المميزة بالسرعة، حيث يظهر هذا بوضوح في العديد من المهارات الأساسية مثل العدو والوثب، بينما يحدث تباطؤ نسبي في تحمل القوة لدى المراهقين. يعتبر تطور عنصر القوة في الذراعين خلال هذه المرحلة محدوداً، ومع ذلك تُعد هذه الفترة، وخصوصاً نهايتها، أفضل فترة تشهد تطوراً في القوة العضلية، وهو ما نلاحظه بوضوح عند لاعبي فئة الأواسط (المراهقين). أما بالنسبة لعنصر السرعة، فإنه يتطور ويبلغ ذروته في المرحلة السابقة (مرحلة المراهقة المبكرة). يرى "فنتر" (1979) أن الفروق بين الأولاد والبنات في هذا العنصر ليست جوهرية، وإن كانت تميل قليلاً لصالح الأولاد، ويُعزى ذلك إلى تساوي طول الخطوة بين الجنسين وليس إلى زيادة ترددها. فيما يتعلق بالتحمل، يرى 8 "إيفانوف" (1965) أن هذا العنصر يشهد تطوراً كبيراً نتيجة التحسن الملحوظ في الجهاز الدوري التنفسي. بالنسبة لعنصر الرشاقة، تتميز هذه المرحلة بتحسن نسبي يظهر من خلال أداء اللاعبين لحركات دقيقة ومتقنة تتطلب قدرًا كبيراً من الرشاقة. وبالنسبة للقدرات التوافقية لدى اللاعبين في هذه المرحلة، نرى تحسناً ملحوظاً في ديناميكية الحركة، الثبات، المرونة، وتوقع الحركة. (زهران، 1982، الصفحات 370-371)

### 2-3-2- الخصائص المورفولوجية:

من الخصائص المورفولوجية للمراهقين ازدياد الطول والوزن، بالإضافة إلى تحسن دقة الحواس مثل اللمس، والذوق، والسمع. تتميز هذه المرحلة أيضاً بتحسن الحالة الصحية للفرد. يزداد طول



الذكور بشكل واضح حتى سن 19 سنة تقريباً، ويزداد الوزن بشكل ملحوظ كذلك. في هذه المرحلة، تتحدد الملامح النهائية والأنماط الجسمية المميزة للفرد، حيث يأخذ الجسم عامة الوجه خاصة شكلهما المميز.

### 2-3-3- الخصائص الفيزيولوجية:

تتأثر الأجهزة الدموية والعصبية والهضمية بشكل كبير بالمظاهر الأساسية للنمو في هذه المرحلة، مما يؤدي إلى تباينات شديدة تؤثر على بعض جوانب حياة الفرد. خلال هذه المرحلة، تنمو المعدة وتزداد سعتها بشكل كبير، مما ينعكس على زيادة رغبة الفرد في الطعام لتلبية حاجته المتزايدة إلى الغذاء. يختلف نمو الجهاز العصبي عن نمو الأجهزة الأخرى، حيث تولد الخلايا العصبية مكتملة العدد مع الطفل ولا تتغير خلال مراحل النمو المختلفة. بالإضافة إلى ذلك، يلعب التوازن الغددي دوراً كبيراً في التكامل بين الوظائف الفسيولوجية الحركية، الحسية والانفعالية للفرد. فيما يتعلق بالنبض وضغط الدم، يلاحظ انخفاض نسبي ملحوظ في معدل النبض الطبيعي وزيادته بعد مجهودات قصوى، مما يدل على تحسن كبير في التحمل الدوري التنفسي. يرتفع ضغط الدم بشكل طفيف، مما يؤكد تحسن التحمل في هذه المرحلة. كما تنخفض نسبة استهلاك الأكسجين لدى الجنسين، مع وجود فارق كبير لصالح الأولاد (السامرائي و بسطويسي ، 1984، صفحة 43)

### 2-4-2- تطور الصفات البدنية والقدرات الحركية أثناء فترة المراهقة:

#### 2-4-2-1- القدرات الحركية:

فما يتعلق بالنمو الحركي، يظهر توازن تدريجي في الأداء الحركي، حيث يصل الفرد إلى مرحلة إتقان العديد من المهارات الحركية الرياضية. يُلاحظ أيضاً تحسن كبير في مستوى التوافق العضلي العصبي، ويشير العديد من الباحثين إلى أن هذه المرحلة يمكن اعتبارها دورة جديدة للنمو الحركي. في هذه المرحلة، يتمكن الفتى والفتاة من اكتساب وتعلم مختلف المهارات الحركية بسرعة. بالإضافة إلى ذلك، تزداد مرونة العضلات لدى الفتيات، مما يساعدهن على ممارسة بعض الأنشطة الرياضية التي تتطلب هذه الصفة. بالنسبة للفتيان، فإن زيادة القوة العضلية في هذه المرحلة تعد عاملاً مهماً، يساعدهم على ممارسة أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب مزيداً من القوة العضلية. في هذه المرحلة، يستطيع الفرد الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية في بعض الأنشطة مثل السباحة، الجمباز، والتمرينات الفنية (فرج، 1998، صفحة 74)

و بذلك نرى تحسن في المستوي في بداية مرحلة المراهقة، و ثباتاً، و استقراراً تآزراً حركياً في نهايتها بين الخصائص التقويمية المختلفة للحركة، وعلية فالحرركات بشكل عام تتميز بالإنسانية،

و الدقة، و الإيقاع الجميل المتقن، و الموزون، حيث تخلو المهارات من الحركات الزائدة، و الزوايا الحادة.

ويعزي "شانيل 1978، وفنتر 1979" تقدم هذا المستوى إلى القدرة الفائقة في التحصيل الاكتساب المميز للمهارات العقلية، والتي تميز هذه المرحلة، ويضيف "حامد زهران 1982 " أن قدرة المراهق في تلك المرحلة تزداد في أخذ القرار، والتفكير السليم، والاختياري، والثقة بالنفس، والاستقلالية في التفكير، والحرية في الاكتشاف حيث يؤثر ذلك كله ليس فقط على شخصية اللاعب الحركية فحسب بل على شخصيته المتكاملة (البساطي، 1999، صفحة 184) بالإضافة إلى هذا فإن قدرات التنسيق العضلي يزيد بصورة ملحوظة في هذه المرحلة كما أن تطوير في القيادة الحركة يكون في حالة ثبات بشكل عام، ونلاحظ كذلك تحسن في قدرات المراقبة الحركية وقدرات لتأقلم وإعادة التأقلم، والجمع بينهما وبشكل عام فإن هذه المرحلة يكون فيها المعلم الحركي جيد ويكون بشكل أكثر فعالية لدى الذكور منه لدى الإناث (WEINC, 1992, p. 341).

#### 2-4-2-تطور الصفات البدنية:

##### • القوة:

خلال مرحلة المراهقة توجد أحسن الفرص، و انسب الأوقات للتدريب على القوة لأنه، و بشكل عام فإن النمو يكون موجه في هذه المرحلة أساساً من الناحية العرضية ، وعلية نلاحظ زيادة في حجم العضلات مع العلم بوجود اختلافات بين مختلف المجموعات العضلية، و في الحين بين مستوي التطور، فالبنات يصلون إلى القوة العضلية القصوى، و عموماً في سن 15 إلى 17 سنة بينما الذكور ففي سن 18 إلى 22 سنة خلال هذه المرحلة الحملات، و طرق التدريب المستعملة يمكن أن تكون على قاعدة الكبار مع الأخذ بعين الاعتبار الرفع التدريجي للحمولة، و هو مبدأ هام لتدريب القوة، و خاصة هذه المرحلة الحساسة (البساطي، 1999, p. 341 ,

##### • السرعة:

بالنسبة لهاته الصفة فيستمر تطورها، و يبلغ أوجها في مرحلة المراهقة ، حيث يستمر هذا التطور بنفس النسبة حتى سن 14 إلى 15 سنة حيث يرى " فنتر 1979 " أن الفروق ليست جوهرية بين الأولاد و البنات لهذا العنصر، و أن كان لصالح الأولاد قليلاً حيث يرجع السبب في ذلك ليس في زيادة الخطوة بل تساوي طولها للجنسين.

يذكر "إيفانوف 1965" أن تطور كبير لهذه الصفة البدنية ويعزو ذلك إلى تحسن كبير في الجهاز الدوري التنفسي، وتطورا واضحا بهذا الأخير حيث نرى فروقا جوهرية بين مستوى التحمل بين الجنسين ابتداء من سن 12 إلى 14 سنة ويزداد بشكل واضح حتى نهاية المرحلة.

• المرونة:

تتميز هذه المرحلة بتحسن نسبي في المستوى حيث يظهر ذلك واضحا من خلال أداء تلاميذ تلك المرحلة لحركات الجمباز، والحركات الدقيقة الأخرى، والتي تتطلب قدرا كبيرا من الرشاقة حيث نرى تحسنا ملحوظا في كل من ديناميكية، وثبات، ومرونة الحركات مع مستوى متميز من التكيف، وبلاحظ كذلك العمود الفقري يكون تقريبا قد اكتمل، والنمو، والزيادة في الطول هي الأخرى قد اكتملت في حوالي 18 إلى 22 سنة

**خلاصة:**

من خلال ما سبق نستنتج أن فترة المراهقة مرحلة انفرادية حرة ولا يمكن حصرها في طبقة اجتماعية معينة أو مجتمع خاص فهي مرحلة تنشط من مرحلة البلوغ إلى مرحلة الرشد.

ولهذا من الضروري متابعة ومراقبة المراهق حتى يتم نموه ويكتمل نضجه اكتمالا سليما وصحيحا ومن هنا يجب على المدربين مراعات الاختلافات المورفولوجية والعقلية في تحديد المهارات والقدرات التي يجب تتميتها بما تتناسب مع خطط اللعب، لأن مرحلة الناشئين هيا بداية تطوير اللاعب من جميع النواحي مهاري، بدني، خططي، لهذا يجب التدرج ووضع برامج خاصة في تدريب وتحسين خطط اللعب حسب مؤهلات وخصائص هذه المرحلة.

# الفصل الثالث

## كرة القدم

تمهيد:

اختلف المؤرخون حول أصل ونشأة كرة القدم، حيث يضم نص كتبه المؤرخ "لي جو" يتحدث عن مباريات بين الصين واليابان. ذكرت بعض المراجع أن الصينيين عرفوا لعبة كرة القدم منذ 2500 سنة قبل الميلاد، وأشارت مراجع أخرى إلى أن الإغريق مارسوا أنواعاً من الألعاب الكروية تشبه كرة القدم كانت تسمى "إيسكروس". والإنجليز هم الأكثر ادعاءً بأنهم من أنشأوا هذه اللعبة قبل غيرهم. قامت جامعة كامبريدج بوضع أول قوانين مكتوبة لرياضة كرة القدم. بعد ذلك، تشكلت الاتحادات القارية والوطنية ونظمت المسابقات، وأكبرها بطولة كأس العالم. يعتبر العصر الحديث عصر كرة القدم حيث أصبحت اللعبة الأكثر شعبية في العالم.

أسست لها مدارس عريقة في مختلف أنحاء العالم وأصبحت تجذب اهتمام العام والخاص بفضل الأداء المهاري المتميز. نجوم كرة القدم أصبحوا معروفين بفضل مهاراتهم العالية، مما أضاف نكهة خاصة على اللعبة وجعل الناس يستمتعون بمتابعة المباريات وينتظرون مواعيدها بفارغ الصبر. يعتمد الأداء المهاري في كرة القدم أساساً على التحضير البدني والإتقان العالي للمهارات الأساسية، مما يستدعي وجود مقاييس واختبارات تقيس هذه المهارات.

## الفصل الثالث: كرة القدم

### 1- تعريف كرة القدم:

#### 1-1 التعريف اللغوي:

كرة القدم "Football" هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرون هذه الأخيرة ما يسمى عندهم بالـ "Rugby" أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها كما تسمى "Soccer".

#### 1-2 التعريف الاصطلاحي:

"كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل، كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع" (جميل، 1986، صفحة 50).

وقبل أن تصبح منظمة، كانت تمارس في أماكن أكثر ندرة (الأماكن العامة، المساحات الخضراء) فتعد لعبة أكثر تلقائية والأكثر جاذبية على السواء، حيث رأى ممارسو هذه اللعبة أن تحويل كرة القدم إلى رياضة انطلاقاً من قاعدة أساسية.

ويضيف "جوستاتيسي" سنة 1969 أن كرة القدم رياضة تلعب بين فريقين يتألف كل فريق من إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة وذلك فوق أرضية ملعب مستطيلة.

#### 1-3 التعريف الإجرائي:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من إحدى عشر لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيهما مرمى، ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين، ويشرف على تحكيم هذه المباراة حكم وسط وحكمان على التماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة وإذا انتهت بالعدل 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.

## 2- نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم:

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعاً في العالم، وهي الأعظم في نظر اللاعبين والمتفرجين. نشأت كرة القدم في بريطانيا وأول من لعب الكرة كان عام 1175م من قبل طلبة المدارس الانجليزية، وفي سنة 1334م قام الملك - إدوارد الثاني - بتحريم لعب الكرة في المدينة نظراً للإزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف - إدوارد الثالث - و ريدشارد الثاني وهنري الخامس ( 1373 - 1453م ) خطر للانعكاس السلبي لتدريب للقوات الخاصة.

لعبت أول مباراة في مدينة لندن ( جاريك ) بعشرين لاعب لكل فريق وذلك في طريق طويل مفتوح من الأمام ومغلق من الخلف حيث حرمت الضربات الطويلة و المناولات الأمامية كما لعبت مباراة أخرى في (أتون Eton بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها 110م وعرضها 5,5 م وسجل هدفين في تلك الفترة المباراة بدئ وضع بعض القوانين سنة 1830م بحيث تم على اتفاق ضربات الهدف والرميات الجانبية وأسس نظام التسلسل قانون (هاوركما أخرج القانون المعروف بقواعد كامبردج عام 1848م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين الكرة وفي عام 1862م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان "اللعبة الأسهل"، حيث جاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة اتجاه خط الوسط حين خروجها، وفي عام 1863م أسس اتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888م ( كأس اتحاد الكرة ) أين بدأ الحكام باستخدام الصفارة وفي عام 1889م تأسس الاتحاد الدنماركي لكرة القدم وأقيمت كأس البطولة بـ 15 فريق دنماركي كانت رمية التماس بكلى اليدين. في عام 1904 تشكل الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا، بلجيكا سويسرا، دانمرك، أول بطولة كأس العالم أقيمت في الأرجواي 1930 وفازت بها"

## 3- التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم :

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع لا حدود له، حيث أصبحت المنافسة على التطور شرسة بين القارات الخمس. اشتد الصراع بشكل خاص بين القارتين الأمريكية والأوروبية في جميع المنافسات. يعتبر كأس العالم مقياساً لتطور كرة القدم، وقد بدأ هذا التطور منذ انطلاق بطولة كأس العالم في عام 1930. فيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم إن تطور كرة القدم في العالم موضوع لا حدود له، حيث أصبحت المنافسة على التطور شرسة بين القارات الخمس. اشتد الصراع بشكل خاص بين القارتين الأمريكية والأوروبية في جميع المنافسات. يعتبر كأس العالم مقياساً لتطور كرة القدم، وقد بدأ هذا التطور منذ انطلاق بطولة كأس العالم في عام 1930. فيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم (المولي، 1999، صفحة 9)

1845: وضعت جامعة كمبريدج القواعد الثلاثة عشر للعبة كرة القدم.

1855: أسس أول نادي لكرة القدم البريطانية (نادي شيفيلد).



- 1883: أسس الاتحاد البريطاني لكرة القدم (أول اتجاه في العالم).
- 1873: أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا.
- 1882: عقد بلندن مؤتمر دولي لمندوبي اتحادات بريطانيا، اسكتلندا إيرلندا وتقرر إنشاء هيئة دولية مهمتها الإشراف على تنفيذ القانون وتعديله، وقد اعترف الاتحاد الدولي بهذه الهيئة.
- 1904: تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم.
- 1925: وضعت مادة جديدة في القانون حددت حالات التسلل.
- 1930: أول كأس عالمية فازت بها الأرجواي.
- 1935: محاولة تعيين حكمين في المباراة.
- 1939: تقرر وضع أرقام على الجانب الخلفي لقمصان اللاعبين.
- 1949: أقيمت أول دورة لكرة القدم بين دول البحر الأبيض المتوسط.
- 1950: تقرر إنشاء دورات عسكرية دولية كرة القدم.
- 1963: أول دورة باسم كأس العرب (حسن عبد الجواد، صفحة 16).
- 1967: دورة المتوسط في تونس من ضمن ألعابها كرة القدم.
- 1970: دورة كأس العالم في المكسيك وفازت بها البرازيل.
- 1974: دورة كأس العالم في ميونيخ وفاز بها منتخب ألمانيا.
- 1975: دورة البحر المتوسط في الجزائر.
- 1976: الدورة الأولمبية مونترال.
- 1978: دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز بها البلد المنظم.
- 1980: الدورة الاولمبية في المكسيك.
- 1982: دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز بها منتخب ألمانيا.
- 1986: دورة كأس العالم في المكسيك وفازت بها الأرجنتين.
- 1990: دورة كأس العالم في إيطاليا وفاز بها منتخب ألمانيا.
- 1994: دورة كأس العالم في الولايات المتحدة الأمريكية وفاز بها منتخب البرازيل.
- 1998: دورة كأس العالم في فرنسا وفاز بها منتخب فرنسا ولأول مرة نظمت بـ 32 منتخبا.
- من بينها خمسة فرق من أفريقيا.
- 2002: دورة كأس العالم وفازت بها البرازيل ولأول مرة تنظيم مزدوج للدورة بين اليابان وكوريا الجنوبي (Michel, foot – balle les systèmes de jeu, p. 14)
- 2006: دورة كأس العالم بألمانيا وفازت بها إيطاليا.
- 2010: دورة كأس العالم بجنوب افريقيا، أول مرة في تاريخ تنظم في بلد افريقي وفازت بها اسبانيا.

2014: دورة كأس العالم نظمت في البرازيل، وفازت بها ألمانيا .

2018: دورة كأس العالم ونظمت في روسيا، وفازت بها فرنسا .

2022: دورة كأس العالم ونظمت في قطر كأول بلد عربي ينظمها، وفازت بها الأرجنتين.

#### 4- كرة القدم في الجزائر:

تعد كرة القدم من بين أقدم الرياضات التي ظهرت واكتسبت شعبية كبيرة، بفضل الشيخ عمر بن محمود وعلي رايس، اللذين أسسا في عام 1895م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم "طليلة الحياة في الهواء الكبير". ظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م، وفي 7 أغسطس 1921م، تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم وهو "مولودية الجزائر".

ومع ذلك، يزعم البعض أن النادي الرياضي لقسنطينة (CSC) هو أول ناد تأسس قبل عام 1921م. بعد تأسيس مولودية الجزائر، تم إنشاء عدة فرق أخرى مثل: غالي معسكر، الاتحاد الإسلامي لوهوان، الاتحاد الرياضي الإسلامي للبلدية، والاتحاد الإسلامي الرياضي. ونظراً لحاجة الشعب الجزائري الماسة لتوحيد قواه لمواجهة الاستعمار، كانت كرة القدم إحدى الوسائل لتحقيق ذلك.

حيث كانت المباريات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين، وأصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظراً لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعزز الروح الوطنية. أدركت السلطات الفرنسية تأثير هذه المباريات التي كانت تجمع الجزائريين وتعطيهم فرصة للتظاهر، وفي عام 1956م، وقعت اشتباكات عنيفة بعد مباراة بين مولودية الجزائر وفريق أورلي من سانت أوجين (بولوغين حالياً)، واعتقل العديد من الجزائريين. أدى ذلك إلى قرار قيادة الثورة بتجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م لتجنب الأضرار. شهدت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطني في 18 أبريل 1958م، الذي كان مكوناً من أفضل اللاعبين الجزائريين مثل رشيد مخلوفي، الذي كان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت إيتيان، وسوخان، وكرمالي، وزوبا، وكريمو، وإبرير. مثل هذا الفريق الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية.

بعد الاستقلال، شهدت كرة القدم الجزائرية مرحلة جديدة حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم في عام 1962، وكان محند معوش أول رئيس لها.

يبلغ عدد ممارسي كرة القدم في الجزائر أكثر من 110000 رياضي، موزعين على حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و6 رابطات جهوية، تم تنظيم كأس الجمهورية في عام 1963م وفاز بها فريق وفاق سطيف، الذي مثل الجزائر بأفضل شكل في المنافسات القارية، في نفس العام، أقيم أول لقاء للفريق الوطني وأول منافسة رسمية له كانت مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب.

### 5-مدارس كرة القدم:

كل مدرسة تتميز عن الأخرى بتأثرها المباشر باللاعبين الذين يمارسونها وبالشروط الاجتماعية والاقتصادية والجغرافية التي نشأت فيها.

في تاريخ كرة القدم، يمكن تمييز المدارس التالية:

مدرسة أوروبا الوسطى (النمسا، المجر، التشيك).

المدرسة اللاتينية.

مدرسة أمريكا الجنوبية (عيساوي، 1980، صفحة 72).

### 6- المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم، كأى رياضة أخرى، لها مبادئها الأساسية المتعددة التي تعتمد على اتباع أساليب تدريب صحيحة لإتقانها.

يتوقف نجاح أي فريق وتقدمه بشكل كبير على مدى إتقان لاعبيه للمبادئ الأساسية للعبة. فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل لاعب فيه أداء ضربات الكرة بأنواعها المختلفة بخفة ورشاقة، والتمرير بدقة، وتوقيف الكرة بشكل سليم بطرق متنوعة، والسيطرة على الكرة بسهولة، واستخدام ضربات الرأس في الوقت والمكان المناسبين، والمراوغة عند الضرورة، والتعاون الكامل مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق. على الرغم من أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة أو الطائرة في تخصصه بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم، إلا أن ذلك لا يمنع من ضرورة إتقان جميع المبادئ الأساسية بشكل تام.

هذه المبادئ الأساسية متعددة ومتنوعة، لذا لا يجب محاولة تعليمها في فترة قصيرة، ويجب الاهتمام بها دائماً من خلال تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين قبل بدء اللعب. تنقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي:

استقبال، الكرة، المراوغة، الهجوم، رمية التماس، ضرب الكرة، اللعب بالرأس، حراسة المرمى (حسن عبد الجواد، صفحة 25)

### 7- قوانين كرة القدم:

إن جاذبية لعبة كرة القدم، خاصة في الإطار الحر مثل المباريات غير الرسمية بين الأحياء، تعود بشكل أساسي إلى سهولتها الفائقة. فليس هناك تعقيدات في هذه اللعبة، ومع ذلك، هناك سبعة عشر (17) قاعدة تحكم سير هذه اللعبة. هذه القواعد مرت بعدة تعديلات لكنها لا تزال قائمة حتى الآن. أولى صيغ القوانين الثابتة لكرة القدم استندت إلى ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالاً واسعاً للممارسة من قبل الجميع دون استثناء. وفقاً لسامي الصفار (1982)، هذه المبادئ هي:

المساواة: يمنح قانون اللعبة لممارسي كرة القدم فرصة متساوية لعرض مهاراتهم الفردية دون التعرض للضرب أو الدفع أو المسك، وهي أفعال يعاقب عليها القانون.

. السلامة: وهي تعتبر روحا للعبة بخلاف الخطورة التي كانت عليها في العصور الغابرة، فقد وضع القانون حدودا للحفاظ على صحة وسلامة اللاعبين أثناء اللعب مثل تحديد ساحة الملعب وأرضيتها وتجهيزها وأيضاً تجهيز اللاعبين من ملابس وأحذية للتقليل من الإصابات وترك المجال واسعاً لإظهار مهاراتهم بكفاءة عالية.

. التسلية: تهدف اللعبة إلى إفراح المجال لأقصى قدر من التسلية والمتعة التي يسعى اللاعبون لتحقيقها عند ممارستها. لذلك، منع مشروع قانون كرة القدم بعض الحالات التي تؤثر على متعة اللعب، ووضعوا ضوابط خاصة للتصرفات غير الرياضية التي تصدر من اللاعبين تجاه بعضهم البعض (الصفار، 1982)

## 8-8 - متطلبات كرة القدم:

### 8-1 - المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم:

تعد المتطلبات البدنية للمباراة الركيزة الأساسية لمفهوم اللياقة البدنية للاعب كرة القدم، وهي من أساسيات المباراة. تتطلب كرة القدم جرياً سريعاً للاستحواذ على الكرة قبل الخصم، وأداءً مستمرًا طوال 90 دقيقة، والذي قد يمتد لفترة أطول في بعض الأحيان، بالإضافة إلى سرعة تبادل المراكز وتغيير الاتجاهات، والوثب لضرب الكرة بالرأس، وتكرار الجري للمشاركة بفعالية في الهجوم والدفاع. لذا، يجب أن يتمتع لاعب كرة القدم بدرجة عالية من اللياقة البدنية، ويعمل على رفع كفاءته ليتمكن من تنفيذ المهام المهارية والخطية بفعالية، في الوقت الحاضر، من واجب الهجوم المشاركة في الدفاع عند استحواذ الخصم على الكرة، وأيضاً من واجب الدفاع المساعدة في الهجوم عند امتلاك الفريق للكرة.

## 8-2 - الإعداد البدني لكرة القدم:

تعد المتطلبات البدنية للمباراة الركيزة الأساسية التي يبنى عليها مفهوم اللياقة البدنية للاعب كرة القدم، وهي من أساسيات اللعبة. تتطلب المباراة جرياً سريعاً للاستحواذ على الكرة قبل الخصم، وأداءً مستمرًا طوال 90 دقيقة، وقد يمتد ذلك لفترة أطول في بعض الأحيان. كما تشمل المتطلبات سرعة تبادل المراكز وتغيير الاتجاهات، والوثب لضرب الكرة بالرأس، وتكرار الجري للمشاركة الفعالة في الهجوم والدفاع (الشافعي ح.، صفحة 25)

## 8 - 1-2 - الإعداد البدني العام:

هو التطور الجيد للصفات الحركية دون التركيز على رياضة معينة، ويمثل مرحلة بسيطة لتطوير الصفات البدنية الأساسية، حيث يتم خلالها استخدام تمارين موجهة لتحسين القوة، المقاومة،

المرونة، وغيرها، مما يساعد على تعزيز وتقوية الأجهزة العضلية والمفصلية، وأيضاً الأجهزة الفيزيولوجية مثل الجهاز الدموي، التنفسي، والعصبي. (PRADET, 1997, p. 22)

#### 8-2-2-الإعداد البدني الخاص:

الإعداد البدني الخاص في كرة القدم يهدف إلى تعزيز وتحسين أنظمة وأجهزة الجسم، وزيادة الإمكانات الوظيفية والبدنية وفقاً لمتطلبات المباراة. يتضمن هذا التحضير تطوير الصفات المميزة للاعبي كرة القدم مثل العمل الدوري التنفسي، والسرعة الحركية، وسرعة رد الفعل، والمرونة، والقوة الخاصة بالسرعة على المسافات القصيرة، والرشاقة، وتحمل السرعة، وغيرها. هذه الصفات مترابطة بشكل وثيق، فمثلاً، يمكن أن يشمل التدريب العدو على مسافة 30 متراً لتعزيز السرعة، واستخدام تقنيات مثل التبادل والتناوب في الجري لمسافات محدودة لتطوير التحمل الدوري التنفسي. تتفاوت تدريبات الإعداد البدني الخاص حسب مراحل التحضير، حيث تكون مكثفة أكثر في مرحلة الإعداد الخاص والاستعداد المباشر للمباريات، مقارنة بالمرحلة الأولى من الإعداد العام (البساطي، 1999).

#### 9-عناصر اللياقة البدنية:

9-1-التحمل: عامة التحمل هو القدرة على مقاومة التعب والعودة إلى الحالة الطبيعية في أسرع وقت ممكن (KHELIFI, 1990, p. 107)

التحمل في كرة القدم يعني قدرة اللاعب على الاستمرار والحفاظ على مستواه البدني والوظيفي لفترة طويلة خلال المباراة، مما يؤخر ظهور التعب أثناء الأداء. يركز التدريب على تطوير القدرة الهوائية واللاهوائية للقلب والرئتين، وزيادة سرعة نقل الدم إلى العضلات، مما يساعد على استمرارية أداء اللاعب بدون تعب شديد. التحمل في كرة القدم يعزز من قدرة اللاعب على التحول بين الهجوم والدفاع بفعالية خلال المباراة، والاستمرار في تنفيذ الحركات الفنية بكرة القدم دون تقليل من جودتها أو دقتها، سواء كانت الحركات مرتبطة بالكرة أو بدونها.

#### 9-2 القوة العضلية:

تلعب القوة العضلية دوراً بالغ الأهمية في أداء لاعب كرة القدم خلال المباراة. تُعرف القوة العضلية بقدرة اللاعب على التغلب على المقاومات المختلفة أو التعامل معها، وتُعتبر من أهم عناصر اللياقة البدنية. فهي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمعظم المتطلبات البدنية الخاصة للاعبي كرة القدم وتؤثر بشكل كبير على أدائهم، القوة العضلية ضرورية للاعبي كرة القدم في العديد من المواقف أثناء اللعب، مثل القفز لضرب الكرة بالرأس، التصويب من المرمى، أو تمرير الكرات بدقة.

### 9-3 السرعة:

تعريفها: نفهم من السرعة كصفة حركية قدرة الإنسان على القيام بالحركات في أقصر فترة زمنية وفي ظروف معينة، ويفترض في هذه الحالة تنفيذ الحركة لا يستمر طويلا. السرعة تعني القدرة على أداء الحركات بصورة متتابعة وناجحة في أقل وقت ممكن، سواء كانت هذه الحركات متشابهة أو غير متشابهة. تتجلى أهمية السرعة في كرة القدم خاصة عندما يقوم اللاعب بمفاجأة الخصم بالهجوم أو بإحداث تغييرات في دفاع الفريق المنافس. يمكن أن تساهم السرعة في تنفيذ التمريرات بسرعة، والتحرك بسرعة بين المراكز، وتغيير المواقف بفعالية. في كرة القدم الحديثة، تُعتبر السرعة بكافة أنواعها من أهم الصفات التي يجب أن يتمتع بها اللاعب، حيث تساعد على زيادة فعالية الخطط الهجومية (الجبار و قيس ، 1984، صفحة 48).

### 9-4 تحمل السرعة :

تحمل السرعة يُعرف بأنه القدرة على الاحتفاظ بمستوى عالٍ من سرعة الحركة خلال تكرار الجري خلال المباراة. يعمق هذا التحمل قدرة اللاعب على القيام بالحركات بسرعات متفاوتة وفقاً لمتطلبات مواقف اللعبة المختلفة. في كرة القدم، يتطلب التحمل السريع قدرة فائقة على التكرار في التحركات بأقصى سرعة من مكان لآخر خلال زمن المباراة، لأداء الوظائف الدفاعية والهجومية بكفاءة (عبد ه.، 2001)

### 9-5 الرشاقة:

تعريفها: هناك معاني كثيرة حول مفهوم الرشاقة، وتحديد مفهوم الرشاقة نظرا لارتباطها الوثيق بالصفات البدنية من جهة و التقنيات من جهة أخرى، تعرف بأنها قدرة الفرد على تغيير أوضاعه في الهواء، كما تتضمن أيضا عناصر تغيير الاتجاه وهو عامل هام في معظم الرياضات بالإضافة لعنصر السرعة (الجبار و قيس ، 1984، صفحة 49).

ويرى البعض أن الرشاقة هي القدرة على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواء بكل أجزاء جسمه أو بجزء معين منه.

ويعتبر التعريف الذي يقدمه ( هوتز ) من أنسب التعاريف الحالية لمفهوم الرشاقة في عملية التدريب الرياضي إذ يرى أن الرشاقة هي:

أولاً: القدرة على إتقان التوافقات الحركية المعقدة.

ثانياً: القدرة على سرعة وإتقان المهارات الحركية الرياضية.

ثالثاً: القدرة على سرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة (علاوي، علم التدريب الرياضي، 1994)

## 9-6 المرونة:

**تعريفها:** هي القدرة على انجاز حركات بأكبر سعة ممكنة، ويجب أن تكون عضلية ومفصلية في نفس الوقت، وذلك للحصول على أحسن النتائج، إذ يبدأ الرياضي في تسميتها منذ الصغر. المرونة هي القدرة على تنفيذ الحركات بأكبر قدر من النطاق، مع التنسيق الجيد بين العضلات والمفاصل، لتحقيق أداء مثالي. تُعد المرونة جوهرية لتحقيق الدقة في الحركات، وهي صفة تُطبق منذ الصغر في تدريبات الرياضيين، وتتميز بالقليل من التعب مقارنةً بالسرعة في التمارين المرونية، نظرًا لأن الحركات تُنجز بسرعة ودون تقلصات عضلية غير ضرورية (WULLACKI, 1990 , p. 145)

وعادة ما يستخدم المدرب تمرينات المرونة، وكذلك يخصص لذلك جزء من التدريب وعادة ما تنفذ تمرينات المرونة في بداية جرة التدريب وينصح أن يقوم اللاعب بالتمرينات المطاطية مباشرة بعد نهاية جرة التدريب (الفتاح و إبراهيم ، 1994)

## 10-أهداف رياضة كرة القدم:

يجب على مدرب رياضة كرة القدم أن يقترح أهداف أساسية هامة من أجل تطوير نفس الصفات الخاصة في رياضة كرة القدم ذات الطابع الجماعي وتلخص هاته الأهداف الأساسية فيما يلي: فهم واستيعاب مختلف الحالات الرياضية الجماعية والتكيف معها. التنظيم الجماعي مثل: الهجوم أو الدفاع ومختلف أنواع و مراحل اللعب في كرة القدم. الوعي بالعناصر و المكونات الجماعية والفردية في رياضة كرة القدم. تحسين الوضع والمهارات الأساسية سواء الجماعية أو الفردية في مستوى اللعب. إعطاء رؤية واضحة ولو مصغرة عن عناصر اللعب التكتيكي واستيعاب الوضعيات المختلفة.. إدماج و إدراك العلاقات الدفاعية اللازمة التي تستحق الاستيعاب الجيد ثم التنفيذ (البدنية، 1984، صفحة 29)

## 11-1 خصائص كرة القدم:

**تتميز كرة القدم بخصائص أهمها:**

**11-1- الضمير الجماعي:** وهي أهم خاصية في الرياضات الجماعية إذ تكتسي طابعا جماعيا.

بحيث تشترك فيها عدة أشخاص في علاقات وأدوار متكاملة ومترابطة لتحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي.

**11-2- النظام:** تحدد طبيعة القوانين في رياضة كرة القدم وصفة الاتصال المسموح بها مع الزملاء.

والاحتكاك بالخصم وهذا ما يكسبها طابعاً مهماً في تنظيم اللعب بتجنب كل ما يتعارض مع تلك القوانين.

**11-3- العلاقات المتبادلة:** تتميز رياضة كرة القدم بتلك العلاقات المتواصلة بين الزملاء في جميع خطوط الفريق إذ تشكل كلا متكاملًا بمجهود كل الأعضاء وهذا بدور ناتج عن التنظيمات والتقنيات خلال معظم فترات المنافسة.

**11-4- التنافس:** باستخدام وسائل رياضة كرة القدم مثل الكرة والميدان، ومع النظر إلى الخصم والمواقف الدفاعية والهجومية ورمي الكرة، تكمن جميع هذه العوامل في تعزيز الدافعية التنافسية القوية للاعبين. يظل اللاعب خلال المباراة في حالة حركة مستمرة ومتغيرة لمراقبة حركات الخصم، مما يزيد من حدة التفاعل معه، مع الالتزام بالقوانين المحددة التي تنظم هذه المباريات.

**11-5- التغيير:** تكرة القدم تتميز بتنوع وتغيير كبير في خطط اللعب وتكتيكاتها، وهذا يعتمد على الظروف التي يواجهها الفريق خلال المنافسات، بما في ذلك طبيعة الخصم والبطولة نفسها. تتضمن هذه الرياضة برامج بطولات مطولة، حيث تتنافس الفرق بشكل أسبوعي، مما يميزها عن الرياضات الفردية التي تكون منافساتها غالباً متباعدة زمنياً.

**11-7- حرية:** اللعب في كرة القدم، رغم ارتباطه بزملائه وبالهدف الجماعي إلا أنه يملك حرية كبيرة في اللعب الفردي والإبداع في أداء المهارات وهذا مرتبط بإمكانيات وقدرات كل لاعب (الفردية) إذ أنه ليس مقيد بأداء تقني ثابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية بل لديه الحرية في التفاعل والتعرف حسب الوضعية التي يكون فيها أمام الخصم وهذا ما يكسب رياضة كرة القدم طابعاً تشويقياً ممتعاً (زيدان و آخرون، 1995، صفحة 46).

## 12- الاتجاهات الحديثة لكرة القدم:

كرة القدم ما تزال تعرف تقدماً مستمراً في عدة جوانب رغم أن مهمة اللاعب لم تتغير والتي تتمثل في محاولة تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف دون التلقي.

## 12-1- اتجاهات عامة:

لتطوير كرة القدم العصرية، يتعين أخذ العلم بتجارب الأعوام الأخيرة، خاصة خلال كأس أوروبا لعام 1996 وكأس العالم لعامي 1990 و 1994، بالإضافة إلى الأوقات التي شهدتها الأندية في الفترة من 1990 إلى 1992. من المهم تعزيز معايير ومقاييس متوازنة لأهداف كرة القدم الحديثة، مع التركيز على تحسين الاستقرار في العوامل الأساسية للأداء على المستوى



العالي، سواء من الناحية التقنية، التكتيكية، أو النفسية، مما يسهم في تطويرها بشكل شامل ومستدام.

واستنادًا إلى الأمثلة الدولية، يتبين أن التجديد والإبداع في محتوى التدريب يمكن أن يحسن المستوى بسرعة كبيرة. يبدأ المدربون من خلال فهم اللاعبين أثناء التنافس في مختلف مراحل اللعب، مع التحليل الشامل للمنافسات الدولية والوطنية والتقارير التفصيلية، ليخططوا لسيرورة التدريب التي تركز على اللياقة البدنية، التقنية، التكتيكية، والعوامل النفسية. ويتعاملون بشكل فعال خلال المنافسة عن طريق:

استعمال يحتوي اللعب الهجومي في إطار تحضير لعب حركي لتجاوز أساليب اللعب العنيف.

تركيب شامل بين المستوى الفردي والجماعي كنتيجة اتصال وتنظيم لإعطاء الروح الجماعي.

إبقاء اللعب العالي يتركز على قدرات مداومة السرعة ومداومة قوة السرعة. الحيوية الكبيرة والنشاط الحركي لكل لاعب.

## 12-2- اتجاهات خاصة:

اتجاهات لتسطير التدريب الحديث يتميز بالتقرب من شروط المنافسة وكذلك توجيه المنافسة أثناء التدريب، هذه الاتجاهات تعطي الأسس القاعدية المتصلة المطابقة لشروط المنافسة وتعطي تشكيل تدريب عن طريق تنويع المحتويات المتعلقة في التطوير المتواصل للتدريب مع ذكر: الرفع من الوسائل الخاصة بالتدريب السنوي الخاص.

الاستقرار العقلاني لوسائل التدريب في إطار متابعة التأثيرات المتبادلة لعناصر التدريب. خاصية قوية لسيرورة التدريب.

تسطير التدريب على أشكال قريبة من المنافس (الطيب، 2004)

**13- الجانب الاقتصادي لكرة القدم:**

تحولت الرياضة مع التطورات الحديثة إلى ظاهرة اجتماعية كبيرة وأحد المحركات الاقتصادية في العالم المتقدم بعد ما طغى المال على عالمها مع الانتقال من مجرد الهواية والمتعة إلى الاحتراف الذي يعود على أصحابه بالأموال الطائلة تعود بالملايين.

فخبير الاقتصاد الفرنسي "فرنسوبورغ" قد أكد أن الرياضة أصبح رقم أعمالها العالمي يقدر بـ 400 مليار دولار أمريكي منها 4.3 مليار دولار لكرة القدم وحدها وبذلك أصبحت الرياضة نشاطا اقتصاديا شأنه بقية القطاعات الأخرى الشيء الذي يفسر التخلي عن المبادئ الأولمبية وإعادة تنظيم هذا المجال كقيمة تجارية جديدة ولم يكن هذا التوسع المالي لولا وسائل الإعلام التي عرفت طفرة في الميدان مع انتشار البث عبر الأقمار الصناعية حيث أصبح التلفزيون يهتم بالعروض الرياضية بمختلف أنواعها والتي تعود عليه بالأموال الطائلة.

وفي عام (1982) أطلق برنامج التسويق مما فتح الباب أمام الشركات أمثال "كوكاكولبيسي" أو الشركات المصنعة للمستلزمات الرياضية كالأديداس Adidas ونايك Nike للدخول عالم الرياضة كمختصين أو مستمرين بعد عام (1922) سمح في جميع أنواع الرياضة بالاحتراف حيث أصبحت هذه الأخيرة موضع مزايدات من طرف محطات تلفزيون عالمية حيث تعكس عنها حقوق البث التلفزيوني ما يقارب 3,6 مليار أورو على أندية كرة القدم في أوربا وهذا الرقم مدعو للارتفاع خلال السنوات القادمة وذلك نظرا للأهمية التي تعطيها القنوات التلفزيونية الهامة والساخنة مما سيؤدي مستقبلا للانتقال الرياضة الأكثر شعبية في العالم من ميدان الفرجة إلى مجال الصناعة الرياضية.

فالصراع بين القنوات التلفزيونية من أجل الوصول على حقوق البث قد تجاوز خلال العشرية الأخيرة (06 مليار أورو) وما يزال الرقم مدعوا للارتفاع بشكل مستمر مما أدى بالكثير من المهتمين إلى انتقاد هذه اللاعقلانية في التنافس لكن هذا الأمر لم يحسم مستقبلا خصوصا إذا علمنا أن كأس العالم سنة 2002 الذي جرت أطواره النهائية بكل من اليابان وكوريا الجنوبية عرف ارتفاعا في البث حسبما جاء على لسان مدير العمليات الرياضية حيث وجدت القنوات المجانية صعوبة في مجراه إستراتيجية والقنوات الخاصة في ميدان البث التلفزيوني. (الطيب،

2004، صفحة 52)

وخلق إستراتيجية موحدة تكتلت مجموعة من القنوات في إطار "شركة ميديا بارتنر" كحماية مصالحها الاقتصادية آخذين كنموذج ما يحصل في الولايات المتحدة الأمريكية أو بذلك تكون القنوات التلفزيونية قد دفعت بكرة القدم إلى الدخول في ثورة إعلامية هدفها تحقيق أكبر مكسب على حساب الرياضة ويظهر هذا الأمر حليا عندما اقترح مشروع أحداث الممتازة، مشروع تجاري في الأساس لم يجد تجاوبا هدفه اشتراك "18 ناديا" يضاف إليهم "18 آخرين" تتم دعوتهم حسب النتائج المحصل عليها في بطولتهم الوطنية.

وقد جاء هذا الاقتراح على لسان رئيس "ميدبابار، هيتس" رجل أعمال إيطالي ومساعد سابق لـسيلفيوبرا سكوني "الذي وجد دعما من طرف رؤساء مجموعة من القنوات التلفزيونية العالمية كالأمريكية "روبير مردخ" والألماني "كيوكيرش" والإيطالي براسكوني"، ولكن هذا المشروع لقي اعتراضا من طرف الفاعلين في الميدان الرياضي ومن بينهم المعلنين الذين اشترطوا في دعمهم لكرة القدم أن تمر المباريات بدون تشفير لأن احتكار كرة القدم من طرف المؤسسات الخاصة سيجعلها رياضة محبوبة بدل منها شعبية.

ولكن هذا لا ينفي أن بعض الفرق تنتفع أكثر من غيرها من حقوق البث التلفزيوني وعلى رأسها "جيفنتوس" التي تحصد ثلث مدا خيل من القنوات التلفزيونية كما أن هذه الأخيرة ابتكرت طرقا جديدة للرفع من مداخيلها مستغلة القاعدة لمحبي كرة القدم فمثلا "كنال بلوس" حققت 200 ألف أورو "من الأرباح عن طريق بيعها تذاكر المباريات عن طريق البطائق، لكن رقمها يبقى دون ما تحصلت عليه القنوات الإيطالية التي تغزو خزائنها مداخيل أكبر من القنوات الفرنسية. (الطبيب، 2004، صفحة 60)

كما أن نفس المكتب أجرى دراسات تخص البطولة الإيطالية أظهر أن الأندية السبع الفنية في البطولة الإيطالية يستأثر بمجموعة ثلاث مرات ما يحصل عليه الإحدى عشر (11) ناديا الآخرون في البطولة وتحصل هذه الأندية المحظوظة فإن "جيفنتوس" تحصل على 20 مليون أورو كحقوق البث التلفزيوني ومساهمات من طرف المعلنين في حين لا تحصل أندية الصنف الأدنى سوى على 5 ملايين أورو.

ومرد هذا الأمر أن "جوفنتيس" هو مقابلة للفرجة ولا تتحصر إستراتيجية الرفع من مداخيله عن هذه الجوانب بل رؤية مستقبلية تتجلى في جعل النادي ملتقى سياحيا وترفيهيا، حيث يسعى إلى امتلاك عقارات ومن ضمنها ملعبه الحالي الذي هو ملك للبلدية، ليشيد حوله مركب سياحيا يشمل فنادق ودورا للسينما والمطاعم... الخ.

ومن خلال الجريدتين نلاحظ أن العلاقة بين القنوات التلفزيونية والفرق الكروية هي علاقة تجارية تخرج عن الإطار التقليدي الضيق حيث أصبحت كرة القدم نشاطا اقتصاديا منتجا أكثر منه رياضيا وترفيهيا، وبالتالي أصبحت كرة القدم وغيرها من الرياضيات تغطي على كل شيء وأصبحت أسهمها التجارية مبالغ خيالية تتداول في البورصات كأَيّ شركات إنتاجية، وأصبحت الأموال تتدفق على النجوم من كل الاتجاهات فقد أصاب الرياضة وأصحابها لعدة أفات قد تكون قاضية عليها في المستقبل كالفساد المادي، والعنف، وتناول المنشطات، وتعالى حاليا أصوات مناديه بإعادة تنظيم الرياضة مع مطلع الألفية الثالثة وفي حال لم يتم فقد تتعرض الرياضة إلى مهزلة بفقدانها أدبياتها والمبادئ التي أنشئت من أجلها، وهذا ما أصبح يتضح حاليا خلال المنافسات، حيث أصبح العديد يلجئون إلى استعمال المنشطات لتحقيق نتائج خيالية تضمن لهم استمرارية العقود التي تربطهم، وتدفق الأموال عليهم مادامت النتائج التي يحققونها تساعدهم على فرض شروطهم على من أراد الاستفادة من اسمهم لأغراض تجارية. (الطيب، 2004، صفحة

**خلاصه:**

تطورت كرة القدم عبر مراحل التاريخ في أرضيات الملاعب وطرق الممارسة، مما دفع القائمين عليها إلى اعتماد قوانين وميكانيزمات جديدة تتناسب مع هذا التطور. اللاعب نفسه أصبح ملزماً بالمشاركة في التدريبات لتحسين أدائه البدني والنفسي والتكتيكي، بناءً على دوره وموقعه في الميدان. يتابع المدرب والاختصاصيون هذا اللاعب باستمرار قبل وبعد المباراة، مع التركيز على التحضير التكتيكي والبدني والنفسي، لضمان أدائه المميز وتحقيق نتائج إيجابية في المباريات. يجب على اللاعب أن يكون على درجة من التوافق النفسي العالي ليستطيع التعامل مع مفاجآت اللعبة وتحديات الوقت المحدد بقوة وعزيمة مستمرة.

# الجانِب التَطْبِيقِي

الفصل الرابع

الإجراءات

المنهجية للبحث

تمهيد:

بعد دراستنا للجانب النظري الذي تناولنا فيه الرصيد المعرفي الخاص بموضوع الدراسة الذي ضم ثلاث فصول وهي على الترتيب التالي:

-الفصل الأول :الأداء المهاري .

-الفصل الثاني: الإعداد الخططي .

-الفصل الثالث: كرة القدم .

سنقوم بالتطرق إلى الجانب التطبيقي لدراسة هذا الموضوع من خلال دراسة ميدانية، بهدف إعطاء المنهجية العلمية المناسبة وضمان تطابق المعلومات النظرية التي تمت مناقشتها في الفصول السابقة. سيتم ذلك عن طريق تحليل ومناقشة نتائج استبيان تم توجيهه لمدربي عشرة فرق في القسم الولائي لكرة القدم للناشئين (15 سنة). لقبول أو رفض الفرضيات النظرية المقدمة، سنقوم بدراسة ميدانية دقيقة ومنهجية باستخدام المنهج الوصفي. سنركز على مجالات الدراسة والعينة المختارة، بالإضافة إلى أدوات البحث المستخدمة. سنقوم بتحليل النتائج ومناقشتها لاحقاً. 1-الدراسة الاستطلاعية:

يعرف (ماثيو جيدير) الدراسة الاستطلاعية على أنها عبارة عن دراسة علمية كشفية، تهدف إلى التعرف على المشكلة، وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث، عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق إليها، أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة (جيدير)<sup>1</sup>.

عندما نتحدث عن الدراسة الاستطلاعية، نجد أنها تمثل إحدى المراحل الأساسية التي يقوم بها الباحث للتأكد من ملائمة مكان الدراسة وصلاحيّة الأدوات المستخدمة في بحثه. لهذا الغرض، قمنا بدراسة استطلاعية على مستوى بعض الفرق الرياضية والمدربين في ولاية البويرة. هدف هذه الدراسة كان جمع المعلومات التي ترتبط مباشرة بمتغيرات البحث، والتي تساعد في التأكد من ملائمة الفرق الرياضية لموضوع دراستنا، من خلال دراستنا حول موضوع "انعكاس الأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم تحت 15 سنة"، وبعد اختيارنا الموضوع بعناية قمنا

بوضع استبيان فيه ثلاث محاور يحتوي على 23 سؤال تم عرضها على محكمين وهم من خيرة الدكاترة على مستوى المعهد وبفضل توجيهاتهم قمنا بتعديل بعض الأسئلة ، وبعدها مباشرة قمنا بالتوجه إلى الرابطة لتعرف على عدد الأندية المنخرطة في الرابطة الولائية لناشئي كرة القدم

<sup>1</sup> - ماثيو جيدير، "منهجية البحث العلمي"، ترجمة ملكة ابيض، <http://dr--mohamed-abd-elnaby.spaces.live.com>



والذي يبلغ 21 نادي ، بعدها قمنا باختيار مجتمع البحث بطريقة عشوائية افرزت عن 10 نوادي موزعين على مختلف بلديات ودوائر ولاية البويرة .

ثم توجهنا إلى أندية ، وتواصلنا مع المدربين لفهم واقع وأهمية الأداء المهاري في التدريبات التي ينفذونها، وكيفية دورها في تحسين خطط اللعب للاعبين الناشئين، خاصة في تطوير الصفات المهارية والخططية.

وبعد توزيع استمارة الاستبيان على مدربين بعد ثلاث ايام قمنا بجمعها وتفضلنا بالشكر والعرفان وعلى حسن الاستقبال لرؤساء الأندية والمدربين وكل المسيرين وقائمين على شؤون النادي وعلى حرصهم في دعم البحث العلمي وإعطاء معلومات القيمة التي تساعدنا في تحقيق الدراسة .

وبعدنا قمنا بتحليل وعرض نتائج الاستبيان واستخراج النتائج المحصل عليها باستعمال النسبة المئوية ودوائر التحليلة .

## 2- المنهج المتبع:

إن اختيار منهج البحث يعتبر من أهم المراحل في عملية البحث العلمي إذ نجد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس وانطلاقا من موضوع البحث والذي يهتم بدراسة مدى انعكاس الأداء المهاري على تحسين اللعب لناشئي كرة القدم U15 في البويرة . فإن المنهج الذي اتبعناه لدراسة الموضوع هو المنهج الوصفي الذي يعتبر بأنه دراسة الوقائع السائدة المرتبطة بظاهرة أو موقف معين أو مجموعة من الأفراد أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة معينة من الأوضاع (رشوان، 2003، صفحة 66) .

ويلجأ الباحث إلى استخدام هذا المنهج من أجل فتح مجالات جديدة للدراسة التي ينقصها القدر الكافي من المعارف وهو يريد بذلك التوصل إلى معرفة دقيقة وتفصيلية عن عناصر الظاهرة موضوع البحث التي تفيد في تحقيق فهم لها أو وضع إجراءات مستقبلية خاصة بها (محمد، 1986، صفحة 181) .

ويعد المنهج الوصفي من أحسن المناهج التي تتسم بالموضوعية ذلك أن المستجوبين يجدون كل الحرية في التعبير عن آراءهم ، وزيادة عن هذا فطبيعة موضوعنا تتطلب مثل هذا المنهج مما دفعنا لاختياره.

## 3- مجتمع البحث:

في بحوث التربية البدنية والرياضية والصحة والترويج، غالبا ما يُقتصر المجتمع الإحصائي على الأفراد. من الناحية الاصطلاحية، يُعرف المجتمع الأصلي كتلك الجماعات الأساسية التي يتم اختيار العينة منها، ويمكن أن تشمل هذه الجماعات (المدارس، الفرق الرياضية، الطلاب،

الكتب، السكان، أو أي وحدات أخرى). لهذا البحث، كان المجتمع الأصلي هو المدربون في الأندية التابعة للقسم الولائي لكرة القدم لولاية البويرة في فئة الناشئين تحت 15 سنة، وهم الجماعة التي تم منها اختيار العينة لهذا البحث.

#### 4- عينة البحث وكيفية اختيارها:

فالعينة إذا هي "جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله، ووحدات العينة تكون أشخاصا كما تكون أحياء أو شوارعا أو مدن أو غير ذلك. (بوحوش و محمد ، 1995، صفحة 56)

وقد كان المجتمع الأصلي لهذا البحث علي المدربين للأندية القسم الولائي لكرة القدم لولاية البويرة صنف ناشئين U15 والذي من خلالها يمكن تحديد عينة البحث.

وفي بحثنا شملت العينة جزءا من مجتمع الدراسة على مستوى أندية القسم الولائي (ناشئين U15) وحرصا منا في مدى تقدير الثقة في النتائج ومصادقية للواقع قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة عشوائية حيث أعطي لجميع أفراد مجتمع الدراسة فرصا متكافئة ومتساوية ولم نخص العينة بأي خصائص وكانت طريقة الاختيار عن طريق النسبة المئوية والتي تمثل (47%) من مجتمع الأصلي لعينة وذلك لسببين:

-العينة العشوائية تعطي فرصا متكافئة لكل الأفراد لأنها لا تأخذ أي اعتبارات أو تمييز أو إعفاء أو صفات أخرى غير التي حددها البحث.

-اختيار العينة العشوائية لأنها هي أبسط طرق اختيار العينات وقد شملت العينة على 10 مدربين لكرة القدم موزعين على عشرة أندية من أصل 21 مدرب ل 21 نادي ينشطون في الرابطة الولائية لكرة القدم ولاية البويرة.

-مدرب النادي الرياضي الهاوي المجد الهاشمية .

-مدرب نادي شباب عين بسام.

-مدرب نادي الترجي الرياضي ديرة.

-مدرب نادي شبيبة القادرية.

-مدرب نادي اتحاد الريش البويرة.

-مدرب نادي وفاق واد البردي.

-مدرب نادي أبطال الروراوة.

-مدرب نادي اسيرم آيت العزيز.

-مدرب نادي سعيد عبيد.

-مدرب نادي عين العلوي.

#### 5- الأدوات المستخدمة في البحث:

لكل دراسة أو بحث علمي مجموعة من الأدوات والوسائل التي يستخدمها الباحث ويكيّفها للمنهج الذي يستخدمه ويحاول أن يلجأ إلى الأدوات التي توصله إلى الحقائق التي يسعى إليها وليحصل على القدر الكافي من المعلومات والمعطيات التي تفيدنا في موضوع بحثنا اعتمدنا على الأدوات التالية:

#### 5-1- الاستبيان:

يعرّف على أنه أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فيتم جمع هذه البيانات عن طريق الاستبيان مدة خلال وضع استمارة الأسئلة، ومن بين مزايا هذه الطريقة، الاقتصاد في الوقت، الجهد كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية. (الشافعي و رضوان ) وكانت استمارة البحث تعتمد على ثلاثة محاور التي وزعت على المديرين وكل محور متكون من مجموعة من أسئلة لها علاقة بكل محور و قد تكونت استمارة استبيان من أسئلة مفتوحة ونصف مفتوحة وهي تقيد المجيب أو أعط رأي فيه أم مغلفة فهي التي تقيد بنعم أو لا.

#### 6-مجالات البحث:

#### 6-1 المجال المكاني:

أجري البحث الميداني في كل من أندية الفئات الشبانية المنظمين لرابطة الولائية لولاية البويرة لكرة القدم الموزعين على مختلف بلديات ودوائر الولاية.

#### 6-2 المجال الزماني:

انقسم المجال الدراسي الذي قمنا به في هذه الدراسة إلى مرحلتين:

- المرحلة الأولى: قسم خاص بالجانب النظري والذي شرعنا في إنجازه في فترة امتدت من (نهاية مارس إلى غاية منتصف أبريل 2024).

- المرحلة الثانية: قسم خاص بالجانب التطبيقي امتدت من تاريخ تسليم استمارات الاستبيان للأندية المعنية وذلك بتاريخ 25 ماي 2024 وتم استرجاعها بتاريخ 28 ماي 2024.

#### 7- متغيرات البحث:

استنادا إلى فرضيات البحث تبين لنا جليا أنه هناك ثلاث متغيرات الأول مستقل والثاني تابع الثالث وسيطي.

7-1 المتغير المستقل: هو الأداة التي يؤدي التغيير في قيمتها إلى إحداث التغيير في قيم متغيرات أخرى وتكون ذات صلة بها ،كما أنه السبب في علاقة السبب والنتيجة، إي العامل

المستقل الذي يزيد من خلال قياس النواتج. (Delandesheever, 1976) ويظهر المتغير المستقل في البحث في انعكاس الأداء المهاري .

**7-2 المتغير التابع:** وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول قيم المتغيرات أخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات علم قيم المتغير المستقل ستظهر النتائج على قين المتغير التابع. (Delandesheever, 1976) ويظهر المتغير التابع في البحث في الأداء الخططي لكرة القدم.

**8- أسلوب التحليل الإحصائي:** لكي يتسنى لنا التعليق والتحليل عن نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بأسلوب التحليل الإحصائي وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام على شكل نسب مئوية وهذا عن طريق إتباع القاعدة الثلاثية المعروفة ب:

س ← 100%

ع ← X

$$\frac{100 \times \text{ع}}{\text{س}}$$

س: عدد أفراد العينة = X

X: النسبة المئوية.

ع: عدد الإجابات (عدد التكرارات).

# الفصل الخامس

## تحليل نتائج الاستبيان

نوع الشهادة:

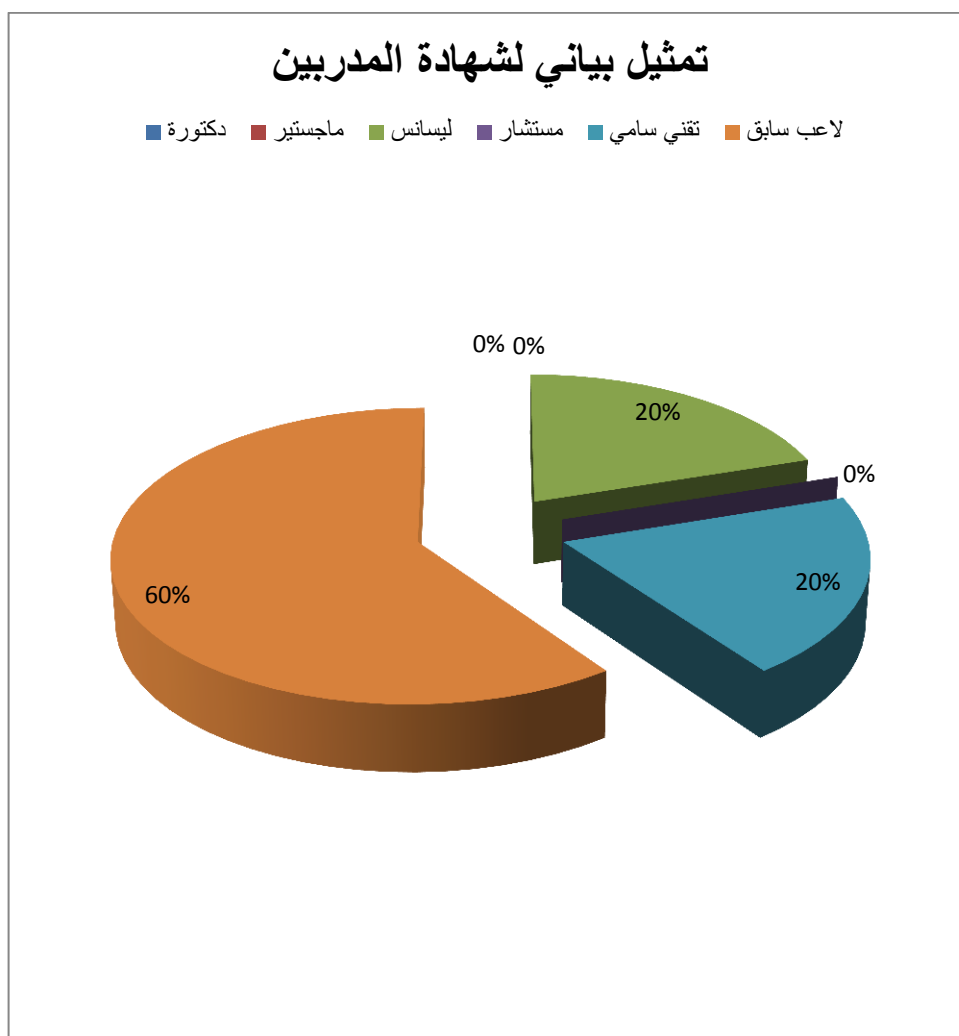
- الجدول رقم (01): يمثل شهادة المدربين الذين وزعت عليهم الاستثمارات:

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
دكتورة	00	%00
ماجستير	00	%00
ليسانس	02	%20
مستشار	00	%00
تقني سامي	02	%20
لاعب سابق	06	%60
المجموع	10	%100

عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول نلاحظ أن عدد المدربين الذين لديهم شهادة الدكتوراة لا يوجد وكذلك شهادة الماجستير والمستشار وتقني سامي وهم بنسبة (00%) أم المدربين الذين لديهم شهادة ليسانس فهم 02 أي بنسبة (40%) والمدربين الذين لديهم شهادة لاعب سابق فهم 06 أي بنسبة (60%) وهذا راجع في رأينا إلى الشهادات لا تلعب دور في علم التدريب فكلما كان الشخص لهو نظرة واسعة على عالم التدريب ويستطيع أن يكون مدرب وكذلك راجع إلى عدم اهتمام وتقيد من طرف الرابطات.

– الدائرة النسبية رقم (01): تبين لنا النسبة المئوية للشهادة المدربين.



\* الخبرة المهنية للمدربين :

- الجدول رقم (02) : يمثل الجدول عدد سنوات الخبرة المهنية للمدربين :

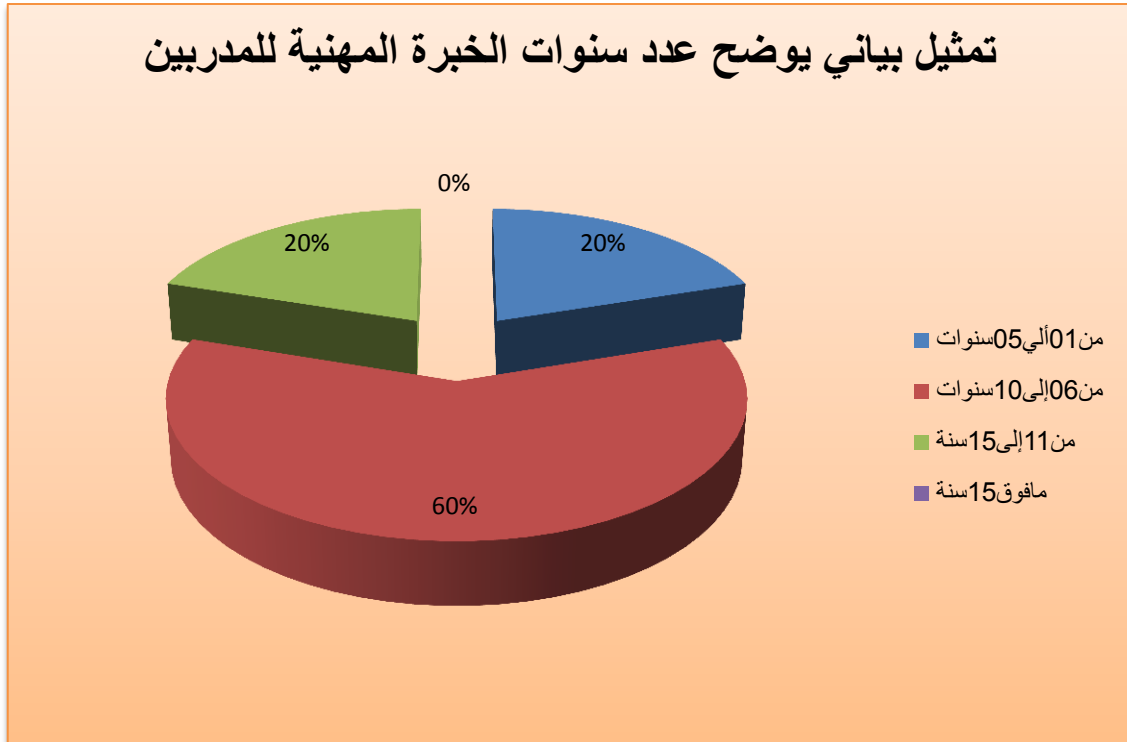
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
من 01 إلى 05 سنوات	02	20%
من 06 إلى 10 سنوات	06	60%
من 11 إلى 15 سنة	02	20%
ما فوق 15 سنة	00	00%
المجموع	10	100%

- عرض وتحليل النتائج:

من خلال النتائج المبينة في الجدول نلاحظ أن عدد المدربين الذين خبرتهم من 01 إلى 05 سنوات هو 02 يمثلون نسبة (20%)، بينما عدد المدربين الذين خبرتهم بين 06 إلى 10 سنوات وهم 06 مدربين، يمثلون نسبة (60%)، وعدد الأساتذة الذين خبرتهم بين 11 إلى 15 سنة هو 02 مدربين والمدربين الذين، يمثلون نسبة (20%)، إما عدد المدربين الذين خبرتهم فوق 15 سنة فلا يوجد والذين يمثلون نسبة (00%) ، وهذا راجع في رأينا إلى العلاقة التي تربط بين السن وسنوات الخبرة، فكلما زادت سنوات الخبرة زاد العمر. فكلما زادت سنوات الخبرة زاد العمر وتجربته في ميدان التخطيط في التدريب من خلال اكتسابه خبرات ومؤهلات والتي تمكنه من التحكم الجيد والأمتل فيه، والعكس صحيح.



– الدائرة النسبية رقم (02): تبين لنا النسبة المئوية للسنوات الخبرة المهنية للمدربين.



- عرض و تحليل نتائج المحور الاول :

- المحور الأول:

- الفرضية الجزئية الأولى:

-إن مهارة اللاعبين الفردية لها انعكاس في تحسين خطط اللعب الجماعي:

- السؤال رقم (01):

هل للجانب المهاري علاقة بالجانب الخططي ؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى تأثير الجانب المهاري للاعب في تطوير خطط اللعب

- الجدول رقم (03):يمثل نتائج إجابات المدربين على السؤال رقم (01).

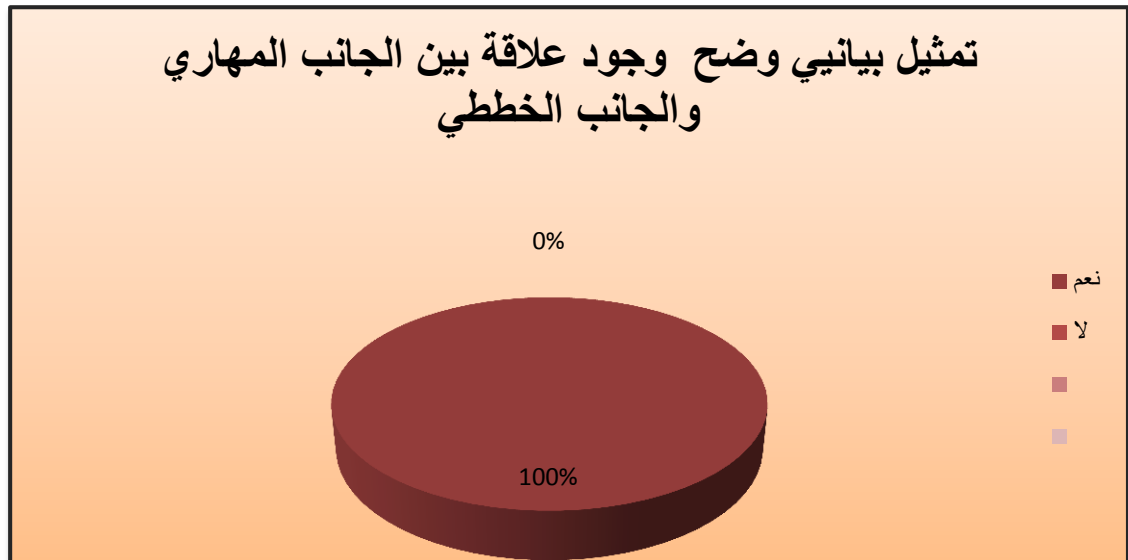
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	10	%100
لا	00	%00
المجموع	10	%100

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن المدربين، يؤكدون أن الجانب المهاري له تأثير كبير في خطط لعب وبنسبة(100%)،وبذلك يؤكدون على وجود علاقة بين الجانب المهاري والجانب الخططي

ومنه نستنتج انا للمهارة تأثير مباشر على خطط اللعب .

-الدائرة النسبية رقم (03): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم(01):



-السؤال رقم (02):

عند بناء خطة اللعب ماهي درجة مراعات الجانب المهاري للاعبين ؟  
**الهدف من السؤال:** التعرف على درجة اعتماد المدربين على الجانب المهاري للاعب  
 في بناء خطط اللعب .

-عرض النتائج:

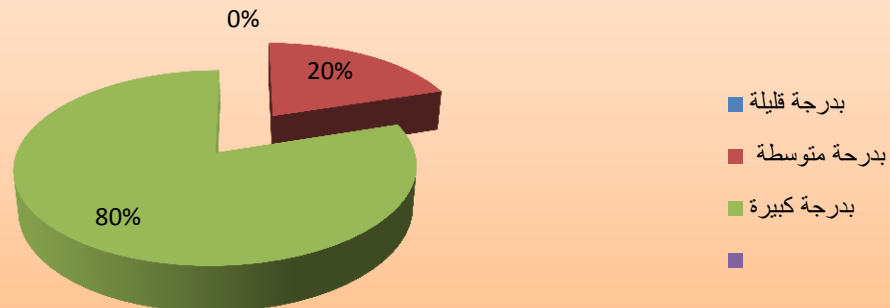
- الجدول رقم (04): يمثل نتائج إجابات المدربين على السؤال رقم (02).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
بدرجة قليلة	00	%00
بدرجة متوسطة	02	%20
بدرجة كبيرة	08	%80
المجموع	10	%100

**عرض وتحليل النتائج:** من خلال الجدول، نلاحظ أن فئة كبيرة من المدربين أي بنسبة (80%) يؤكدون مراعات الجانب المهاري للاعب بدرجة كبيرة في بناء خطط اللعب ، أما الفئة الصغيرة منهم بنسبة (20%) يرون أن مراعات الجانب المهاري للاعب بدرجة متوسطة في بناء خطط اللعب، وعليه فإن نسبة كبيرة من المدربين يعتمدون بدرجة كبيرة في بناء خططهم على مهارات اللاعبين، ومنه نستنتج أنا المدرب لا يستطيع الاستغناء على جانب المهاري في الإعداد الخططي.

-الدائرة النسبية رقم (04): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (02)

**تمثيل بياني يوضح درجة مراعات مهارة اللاعب في بناء خطة اللعب**



-السؤال رقم (03):

في رأيك هل للجانب المهاري دور في استجابة اللاعب للتطور الجانب الخططي؟  
الهدف من السؤال: معرفة أن الجانب المهاري يزيد ويطور في استجابة اللاعب لخطط اللعب.

- عرض النتائج:

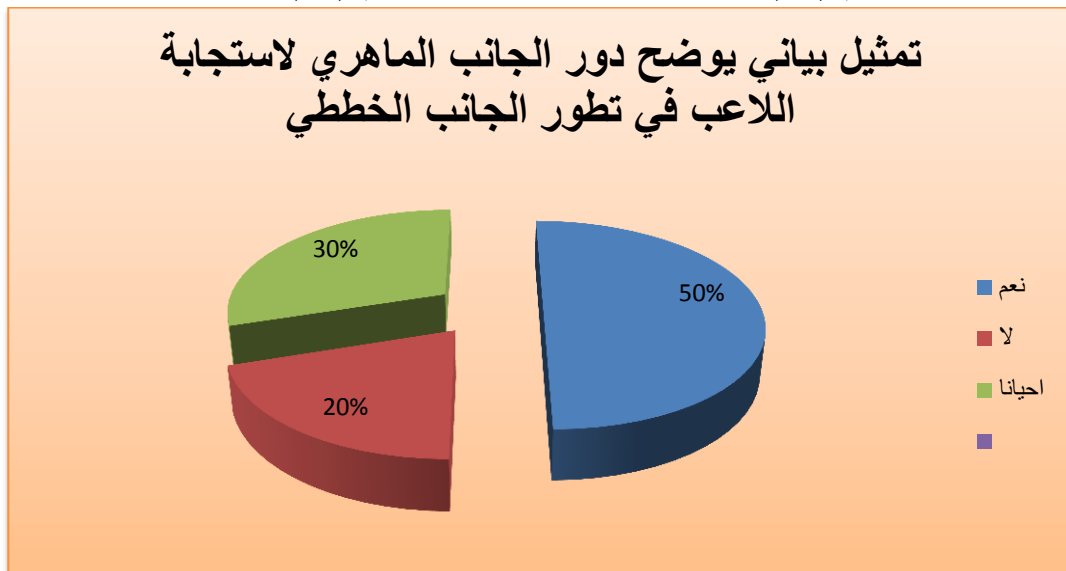
الجدول رقم (05): يبين لنا نتائج إجابات المدربين على السؤال رقم (03).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	5	50%
لا	02	20%
أحيانا	03	30%
المجموع	10	100%

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن معظم المدربين التي نسبتهم (50%) ، يؤكدون بأنه للجانب المهاري دور في زيادة الاستجابة اللاعب لخطط اللعب، أما البقية منهم والتي نسبتهم (20%) ، يؤكدون عكس ذلك، وهذا في رأينا راجع إلى أن المدربين يركزون على تنمية الصفات البدنية في تحسين أداء اللاعبين خططيا ، ومنهم نسبة (30%) ، يعتبرون الجانب المهاري يساعد اللاعب في تطور في بعض خطط اللعب وليس بصفة كاملة، ومنه نستنتج كلما كانت مهارة اللاعب عالية كلما كانت استجابته لخطط اللعب عالية.

- الدائرة النسبية رقم (05): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (03).



-السؤال رقم (04):

هل غياب لاعب مهاري يؤثر على الجانب الخططي؟؟

**الهدف من السؤال:** معرفة تأثير غياب اللاعب المهاري بالنسبة لخطط اللعب.

عرض النتائج:

الجدول رقم 05: يوضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (04).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	07	70%
لا	00	00%
أحيانا	03	30%
المجموع	10	100%

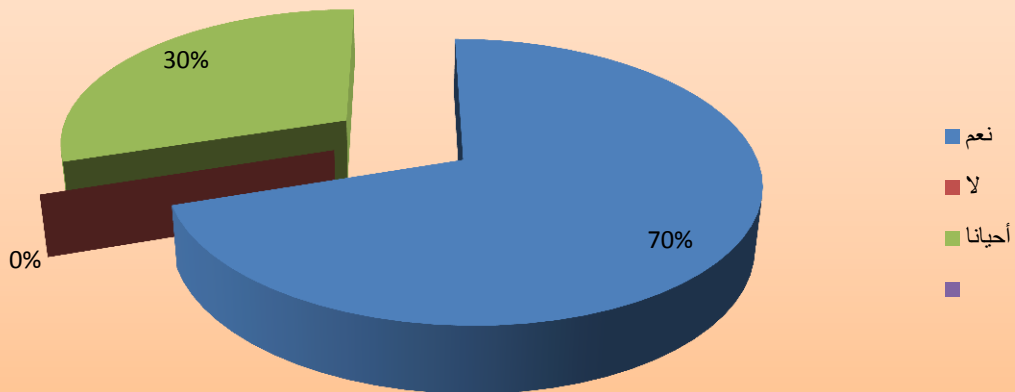
عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول:

نلاحظ من خلال الجدول، أن معظم المدربين التي تبلغ نسبتهم (70 %) ، يؤكدون بأن اللاعب المهاري يؤثر على خطط اللعب، ونسبة (30 %) يقولون بان هذا الغياب يؤثر في بعض الأحيان. ومنه نستنتج أن غياب لاعبين المهارين أثناء المباريات يصعب في عملية إعداد الخططي.

**الدائرة النسبية رقم (06):** تبين النسب المئوية للسؤال رقم (04)

تمثيل بياني يوضح معرفة تأثير غياب اللاعب المهاري بالنسبة لخطط اللعب.



-السؤال رقم (05):

ماهي الخطوط التي تحتاج لاعبين مهاريين بدرجة أكبر؟  
الهدف من السؤال: معرفة قيمة اللاعب المهاري بالنسبة للخطوط.

عرض النتائج:

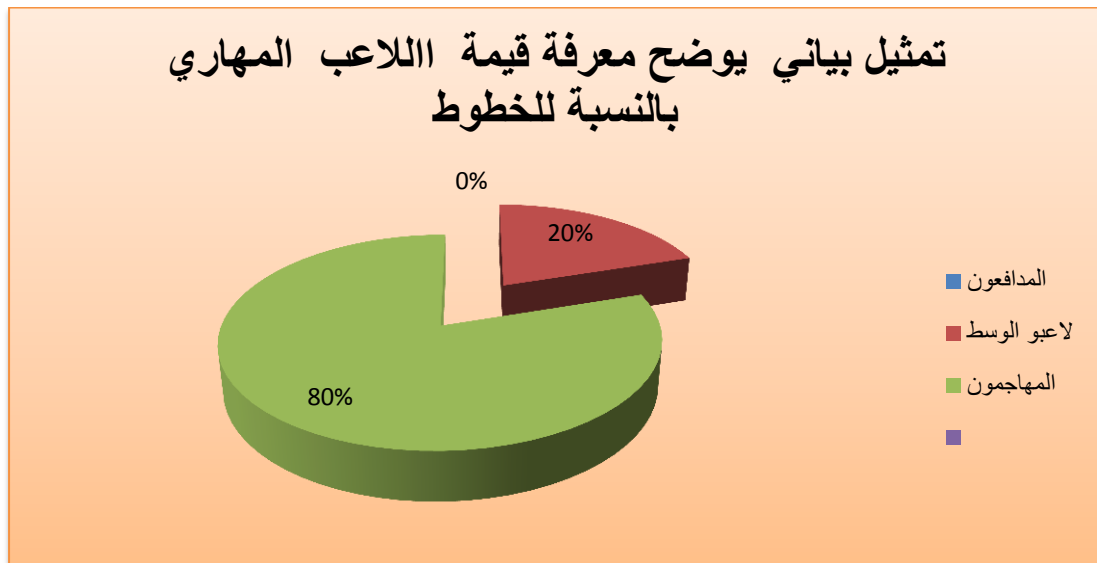
الجدول رقم 07: يوضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (05).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
المدافعون	00	%00
لاعبو الوسط	02	%20
المهاجمون	08	%80
المجموع	10	%100

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن النصف الأكبر من المدربين (80 %) يؤكدون أن خط الهجومي بحاجة إلى لاعبين مهاريين بدرجة أكبر ويرى نسبة (20 %) أن خط الوسط بحاجة للاعبين مهاريين، أما الخط الدفاعي فيرون انه ليس بالضرورة أن يكون اللاعب مهاري. ومنه نستنتج أن المدربين يعتمدون في تحسين خطط اللعب بنسبة كبيرة على مهارات المهاجمين .

الدائرة النسبية رقم (07): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم(05).



- السؤال رقم (06):

ماهي أهم المهارات الأكثر فاعلية في المباريات؟

**الهدف من السؤال:** معرفة أهمية بعض المهارات التي لها تأثير في المباريات.

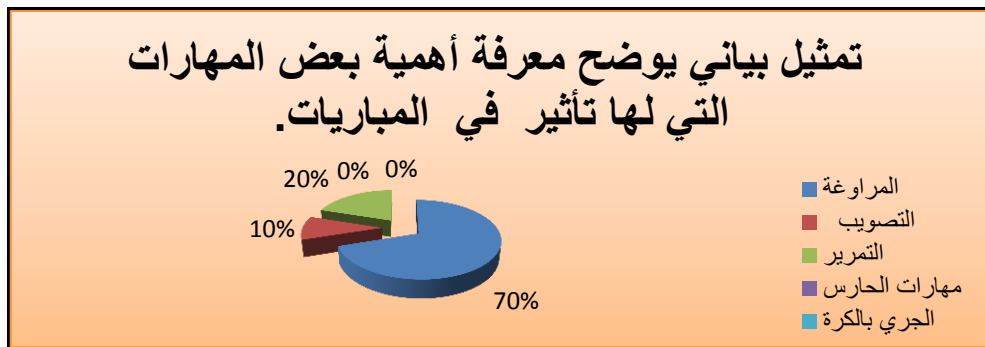
الجدول رقم 08: يوضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (06).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
المراوغة	07	70%
التصويب	01	10%
التمرير	02	20%
مهارات الحارس	00	00%
الجري بالكرة	00	00%
المجموع	10	100%

عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول أن (70%) من المدربين يؤكدون أن لمهارة المراوغة الدور الأكثر فاعلية في المباريات و(20%) يؤكدون أن مهارة التمرير لها الدور أكثر أهمية في المباريات، ونسبة (10%) يرون ان التصويب فعال في المباريات وعليه نستنتج أن مهارة المراوغة هي الأكثر فاعلية في المباريات حسب المدربين، ومنه نستنتج أن اهم مهارة تساهم في تحسين خطط اللعب هي المراوغة.

الدائرة النسبية رقم (08): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم(06).



- السؤال رقم (07):

هل اللاعب المهاري يغلب عليه عدم الانضباط الخططي؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى تأثير المهارات العالية على انضباط اللاعب خططيا

.عرض النتائج:

الجدول رقم 09: يوضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (07).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
صحيح	05	50%
خطأ	02	20%
أحيانا	03	30%
المجموع	10	100%

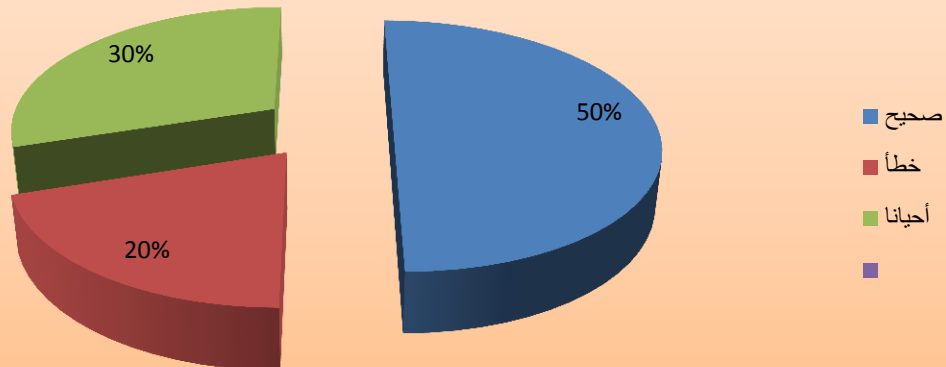
عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول أن (50%) من المدربين يرون بأن اللاعب المهاري يغلب عليه عدم الانضباط الخططي ، و (20%) يرون أن اللاعب الذي يمتلك مهارات عالية منضبط خططيا ، ونسبة (30%) من المدربين يرون في بعض الحالات اللاعب المهاري لا ينضبط خططيا.

ومنه نستنتج أن اللاعب المهاري يغلب عليه عدم انضباط التكتيكي أثناء المباراة.

الدائرة النسبية رقم 09: تبين النسب المئوية للسؤال رقم (07):

تمثيل بياني معرفة علاقة الانضباط الخططي بقيمة المهارة عند اللاعب.





- عرض و تحليل نتائج المحور الثاني :

- المحور الثاني:

- الفرضية الجزئية الثانية:

تقييم الأداء المهاري للاعبين يساعد المدرب في تحديد المناطق التي يجب تحسينها في

خطط اللعب

السؤال رقم 08:

هل يولي المدرب اهتماما كبيرا للجانب المهاري في تحديد مناصب اللاعبين؟

**الهدف من السؤال:** معرفة قيمة مهارة اللاعب بالنسبة للمدرب في تحديد منصب

اللاعب.

عرض النتائج:

الجدول رقم 10: يوضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (08).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	10	%100
لا	00	%00
أحيانا	00	%00
المجموع	10	%100

عرض و تحليل النتائج:

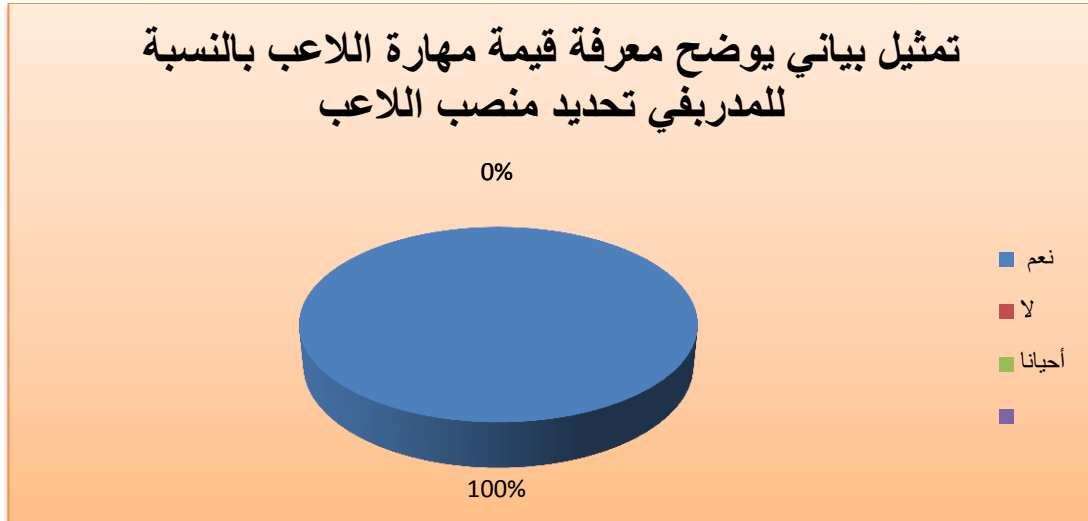
من خلال الجدول، نلاحظ أن آراء المدربين بالنسبة (100%) يؤكدون أن مناصب اللاعبين في

خطط اللعب تحدد حسب جودة اللاعب مهاريا حيث كل ما كانت مهارة اللاعب عالية كلما

ساهم ذلك في انجاح خطط اللعب، ومنه نستنتج أن المدرب يعتبر أن المهارة ذات أهمية كبيرة

في اختيار مناصب اللاعبين .

الدائرة النسبية رقم (10): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (08).



– السؤال رقم (09):

هل يؤثر الأداء الفردي السيء لبعض اللاعبين على الأداء الجماعي للفريق؟

**الهدف من السؤال:** معرفة تأثير الأداء الفردي السيئ على الأداء الجماعي.

عرض النتائج:

الجدول رقم 11: يوضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (09).

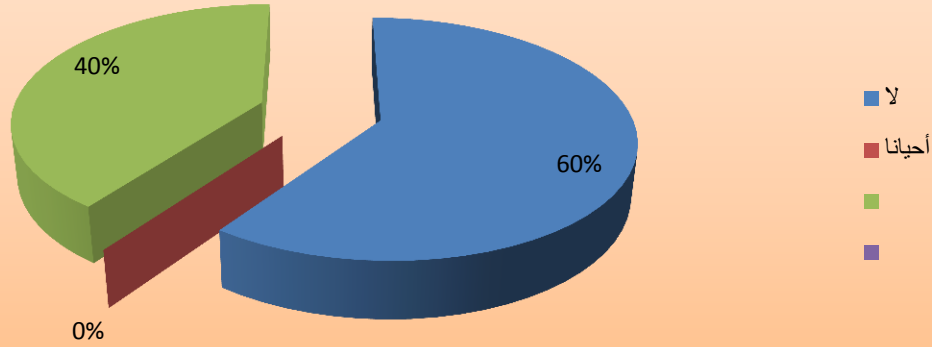
النسبة المئوية %	التكرارات	الإجابات
60%	06	نعم
00%	00	لا
40%	04	أحيانا
100%	10	المجموع

عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول، أن آراء المدربين متفاوتة، بحيث النصف الأكبر منهم بالنسبة (60%)، يؤكدون أن الأداء الفردي السيء يؤثر على اللعب الجماعي، و نسبة (40%) يؤكدون على أن الأداء السيء لبعض اللاعبين لا يؤثر على الأداء الجماعي ، وعليه فإن اللعب الجماعي يتأثر بمرود اللاعبين.

الدائرة النسبية رقم (12): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (09).

### تمثيل بياني يوضح معرفة تأثير الأداء الفردي السيئ على الأداء الجماعي



- السؤال رقم (10):

في رأيك هل الصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج ؟

الهدف من السؤال :معرفة هل للصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج.

- عرض النتائج:

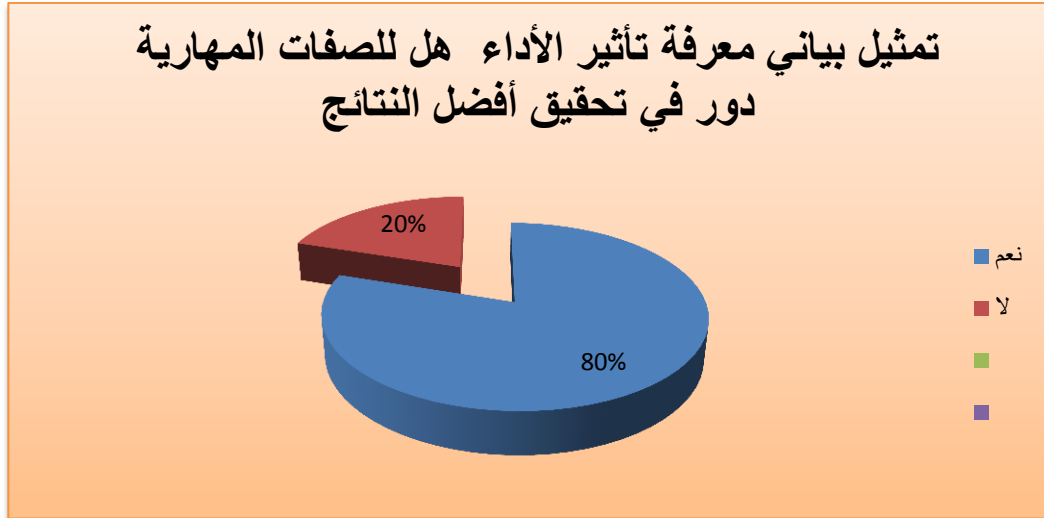
- الجدول رقم (12): يمثل النتائج الخاصة بالسؤال رقم (10).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	08	80%
لا	02	20%
المجموع	10	100%

عرض و تحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن النصف الأكبر من المدربين بالنسبة (80%) يؤكدون أن الصفات المهارية لها دور في تحقيق أفضل النتائج، أما نسبة (20%) منهم يؤكدون على عكس ذلك، في نظرنا هذا راجع، أن للصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج لأن اللاعب المهاري يستطيع ان يشكل الفارق في النتيجة في أي لحظة من المباراة ويخطئ خطط الخصم .

- الدائرة النسبية رقم (12): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (10)



-السؤال رقم (11):

هل جودة اللاعب الفنية تلعب دورا في تعدد مناصبه ؟

**الهدف من السؤال:** معرفة أهمية الجانب المهاري في توظيف اللاعب.

عرض النتائج:

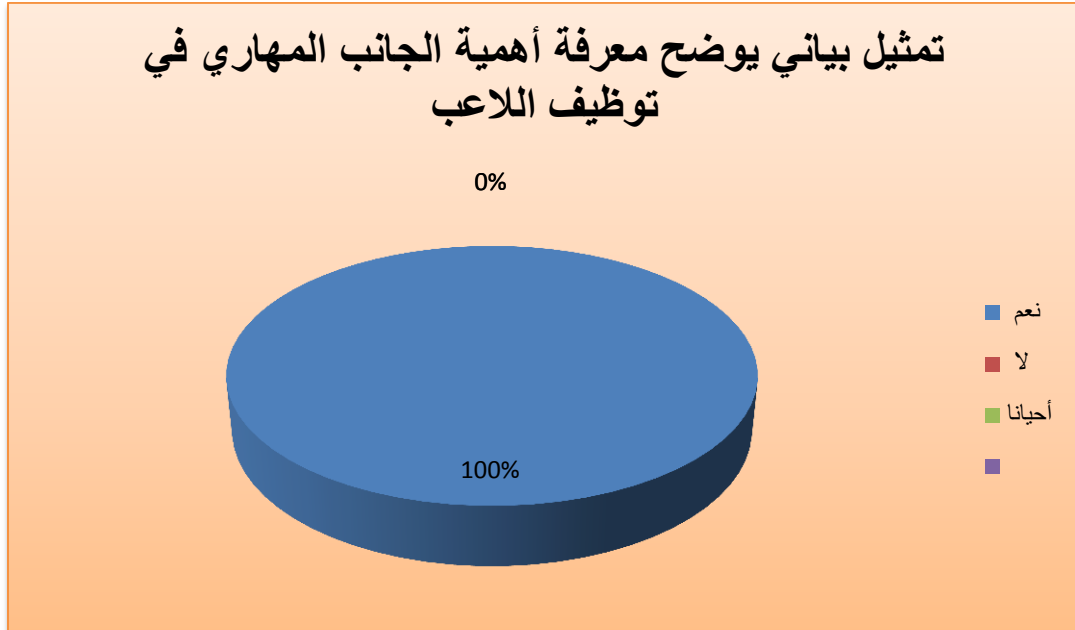
الجدول رقم 13: يوضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (11).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	10	100%
لا	00	00%
أحيانا	00	00%
المجموع	10	100%

-عرض النتائج وتحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن كل المدربين أيدوا النسبة (100%) على أهمية الجانب المهاري في توظيف اللاعبين، أما بقية النسبة (00%)، وهذا راجع أنه كلما يكون الأداء فني جيدا كلما كان توظيف اللاعب ناجحا وفعالا.

الدائرة النسبية رقم (13) تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (11).



-السؤال رقم (12):

حسب أي جانب يتم اختيار مناصب اللاعبين؟

**الهدف من السؤال:** معرفة أهمية كل جانب بالنسبة لاختيار اللاعبين في خطط اللعب.

. - عرض النتائج:

- الجدول رقم (14): يبين النتائج الخاصة بالسؤال رقم (12).

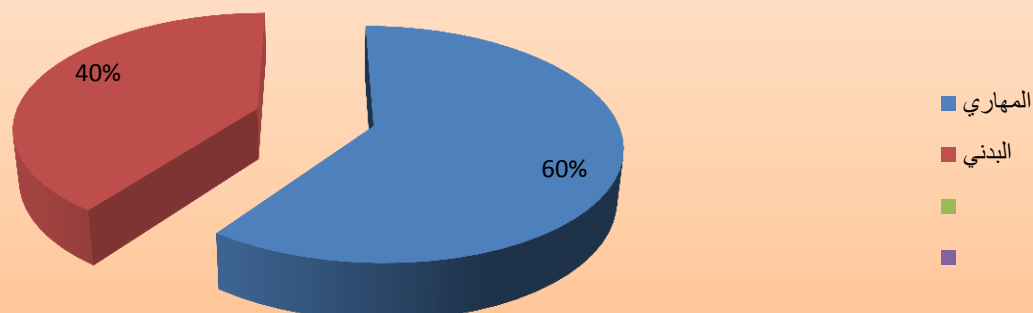
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
المهاري	06	%60
البدني	04	%40
المجموع	10	%100

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن الفئة الأكبر من المدربين بنسبة (60%) أن الجانب المهاري يلعب دورا هاما في اختيار مناصب اللعب في خطط اللعب، وبنسبة (40%) يرون أن الجانب البدني يلعب دورا هاما في تحديد مناصب اللاعبين، ومن هنا فإن الاهتمام بتمتية الصفات البدنية و المهارية شيء مهم بالنسبة إلي المدربين لأنه يعد أحد عناصر الهامة التي تحدد مناصب اللاعبين ودورهم الخططي في لعب .

الدائرة النسبية رقم (14): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (12).

تمثيل بياني يوضح معرفة أهمية كل جانب بالنسبة لإختيار مناصب اللاعبين في خطط اللعب



-السؤال رقم(13):

هل عدم قدرة اللاعب على إتقان وأداء المهارات الأساسية بالكرة أو بدونها يقلل من أهميته في خطط اللعب؟

**الهدف من السؤال:** التعرف هل عدم قدرة اللاعب على إتقان و أداء المهارات بالكرة أو بدونها يقلل من دوره في خطط اللعب .

- عرض النتائج:

- الجدول رقم (15): يبين النتائج الخاصة بالسؤال رقم (13).

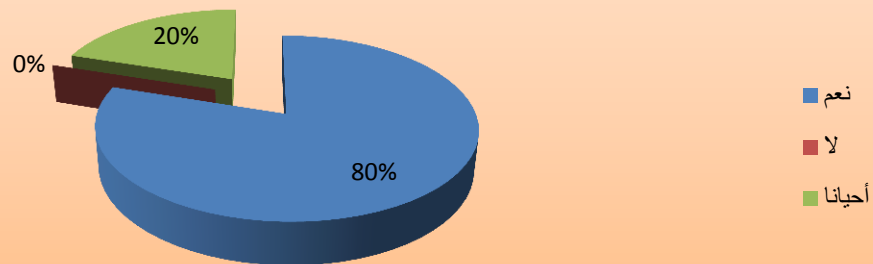
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	08	%80
لا	00	%00
أحيانا	02	%20
المجموع	10	%100

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن من المدربين بنسبة(80%) يؤكدون أن عدم قدرة اللاعب على إتقان و أداء المهارات الأساسية بالكرة أو بدونها يقلل من أهميته في خطط اللعب، أما نسبة(20%) يرون أنه في بعض الحالات عدم قدرة اللاعب مهاريا لا تقلل من اهميته في جانب الخططي , وعليه فإن اللاعب عندما يكون مفتقرا لهذه الصفات مهارية يقلل من دوره في خطط اللعب

الدائرة النسبية رقم (15): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (12).

**تمثيل بياني يوضح عدم قدرة اللاعب على إتقان وأداء المهارات بالكرة أو بدونها يقلل من أهميته في خطط اللعب**



- السؤال رقم (14):

هل تغيير مناصب اللاعبين أثناء المباريات يؤثر على أداء اللاعب؟  
الهدف من السؤال: معرفة تأثير تغيير مناصب اللاعبين أثناء المباراة على الأداء الفردي.

- عرض النتائج:

- الجدول رقم (16): يوضح لنا نتائج إجابات المدربين على السؤال رقم (14)

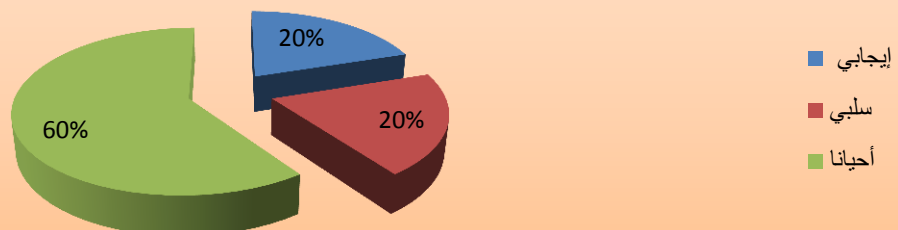
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
إيجابي	02	20%
سلبي	02	20%
أحيانا	06	60%
المجموع	10	100%

عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول، أن آراء المدربين كانت متفاوتة، بحيث كانت نسبة (20%) من المدربين يؤكدون بأن تغيير مناصب اللاعبين أثناء المباراة يؤثر على أداء اللاعبين بالإيجاب، و نسبة (20%) يرون انه يؤثر سلبيًا. و نسبة الكبيرة (60%) يؤكدون أحيانا بالسلب وفي بعض الحالات بالإيجاب، وعليه فإن تغيير مناصب لاعب أثناء المباراة يساعد المدرب في خطط لعب ويكسب اللاعب خبرة في مختلف الخطوط لكن ليس كل لاعبين يتأقلمون مع مناصب اخرى ويفقدون مهارتهم وفاعليتهم.

الدائرة النسبية رقم (16): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (14)

تمثيل بياني يوضح معرفة تأثير تغيير مناصب اللاعبين أثناء المبارات على الأداء الفردي.





- عرض و تحليل نتائج المحور الثالث :

-المحور الثالث:

- الفرضية الجزئية الثالث: أساليب التدريب الفعالة تساعد في تطوير خطط اللعب مع توظيف المناسب لمهارات اللاعبين.

السؤال رقم 15:

- هل تلعب أساليب التدريب دور في تطوير خطط اللعب باستغلال مهارات اللاعبين؟

-الهدف من السؤال: معرفة دور أساليب التدريب في تطوير خطط اللعب باستغلال مهارة اللاعبين.

- عرض النتائج :

- الجدول رقم (17): تبين النتائج الخاصة بالسؤال رقم (15).

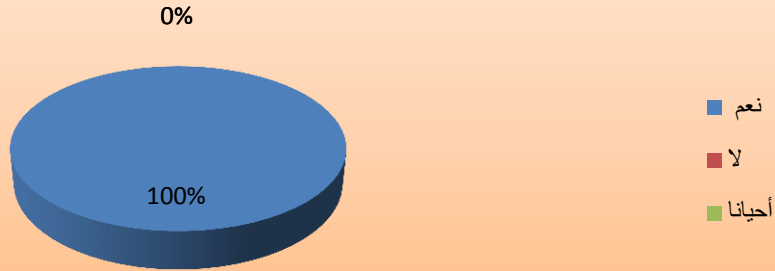
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	10	100%
لا	00	00%
أحياناً	00	00%
المجموع	10	100%

عرض وتحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن كل المدربين و التي تقدر نسبتهم 100(%)، يؤكدون بأن أساليب التدريب لها دور كبير في تطوير خطط اللعب باستغلال مهارات اللاعبين، والبقية المعدومة منهم أي بنسبة(00%) ترى عكس ذلك، وعليه فإن اعتماد المدربين على أساليب التدريب بنسبة كبيرة تطور الجانب الخططي والمهاري للاعبين .

لدائرة النسبية رقم (17):تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (15).

### تمثيل بياني يوضح دور أساليب التدريب في تطوير خطط اللعب باستغلال مهارة اللاعبين.



- السؤال رقم (16):

- هل التركيز على الجانب المهاري أكثر من الجانب البدني أثناء التدريب يؤثر في تطوير اللاعب خططيا ؟

الهدف من السؤال: معرفة قيمة الجانب المهاري في تطوير الجانب الخططي للاعب.

- عرض النتائج:

- الجدول رقم (18): يمثل النتائج الخاصة بالسؤال رقم (16).

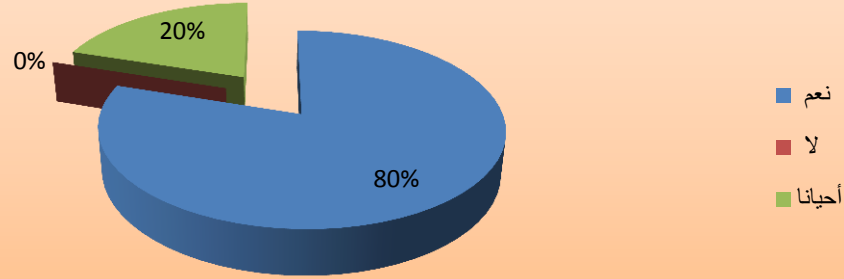
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	08	80%
لا	00	00%
أحيانا	02	20%
المجموع	10	100%

عرض و تحليل النتائج:

من خلال الجدول، يظهر لنا أن أغلبية المدربين ونسبتهم (80%)، يؤكدون بأن التركيز على جانب المهاري أكثر من جاب البدني أثناء التدريب يؤثر في تطوير اللاعب خططيا، و بنسبة (20%) يرى من المدربين العكس ،وعليه فإن تركيز المدربين على الجانب المهاري أكثر من البدني لأن المهارة اللاعب تشكل فرق كبير أثناء المباراة وتساهم في فعالية خطة اللعب وهذا لا يعني أن الجانب البدني ليس له دور في خطط اللعب .

الدائرة النسبية رقم (18):تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (16).

### تمثيل بياني يوضح معرفة قيمة الجانب المهاري في تطوير الجانب الخططي للاعب



- السؤال رقم (17):

- هل تخصص حصص إضافية لتدريب المهارات أثناء المنافسة لتحسين خطط اللعب؟  
- الهدف من السؤال: لتعرف هل يخصص المدرب حصص إضافية لتدريب المهارات أثناء المنافسة لتحسين خطط اللعب.

- عرض النتائج:

- الجدول رقم (19): يوضح النتائج الخاصة بالسؤال رقم (17).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	10	%100
لا	00	%00
المجموع	10	%100

- عرض و تحليل النتائج:

من خلال الجدول، نلاحظ أن معظم المدربين والتي تقدر نسبتهم بـ (100%)، يؤكدون بأنهم يخصصون حصص إضافية لتدريب المهارات أثناء المنافسة، أما بقية المدربين والتي تقدر نسبتهم بـ (00%) فيرون عكس ذلك، وعليه فإن المدرب يخصص الحصص الإضافية أثناء المباريات الرسمية لمساعد اللاعب علي تصحيح الأخطاء، وتطوير المهارات التي تساهم في تحسين خطط اللعب لتحقيق النتائج المطلوبة.

الدائرة النسبية رقم (19): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (17).



-السؤال رقم (18):

- ماهي طرق التدريب التي تركز عليه في التحضير المهاري لتحسين خطط اللعب ؟

-**الهدف من السؤال:** معرفة طريقة التدريب التي يركز عليها المدرب في التحضير لمهارات. لتحسين خطط اللعب.

- عرض النتائج:

- الجدول رقم (20) : يبين لنا نتائج إجابات المدربين على السؤال رقم (18).

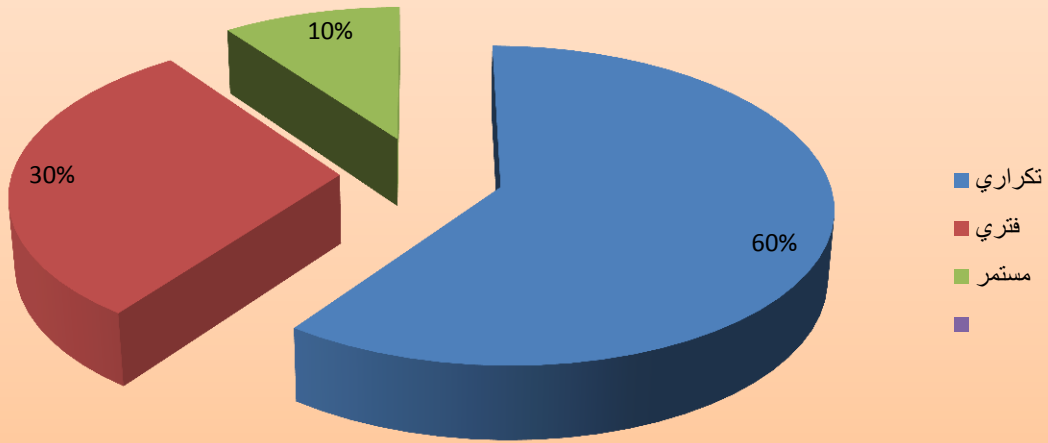
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
تكراري	06	60%
فتري	03	30%
مستمر	01	10%
المجموع	10	100%

- عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول، أن هناك معظم المدربين والتي تقدر نسبتهم بـ(60%)، بأنهم يركزون علي طريقة التدريب التكراري، أما البقية ونسبتهم مقدرة بـ (30%) فهم يركزون علي طريقة التدريب المستمر في تدريب المهارات، أما البقية ونسبتهم مقدرة بـ (10%) فيركزون علي طريقة التدريب المستمر، وعليه إن التدريب التكراري يساعد اللاعبين علي فهم كل ما هو مطلوب منهم، فالتدريب التكراري يجسدا الفكرة في أذهان اللاعبين من خلال تكرار المعلومات لعدة مرات، كما

يراجع إلى خبرات المدرب في اعتماده علي هذه الطريقة, أما بالنسبة للمدربين يعتمدون طريقة التدريب لفنري لأنه يخلق للاعب فترات راحة واسترجاع تزيد من تركيزه على إتقان المهارة وتصحيحها وللمدرب تقديم نصائح وتوجيهات ,أما التدريب المستمر فيظهر في لعب جماعي في مقابلات مصغرة أثناء التدريب تبين نقائص اللاعبين من ناحية المهارية و الخطئية. الدائرة النسبية رقم (20): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (18).

تمثيل بياني يوضح معرفة نوع طريقة التدريب التي يركز عليها المدرب في التحضير لمهاراي. لتحسين خطط اللعب.



-السؤال رقم (19):

هل تؤثر كثافة التدريب المهاري على تحسين خطط اللعب ؟

الهدف من السؤال: معرفة تأثير كثافة التدريب المهاري على تحسين خطط اللعب.

عرض النتائج:

- عرض النتائج :

- الجدول رقم (21): يبين النتائج الخاصة بالسؤال رقم (19).

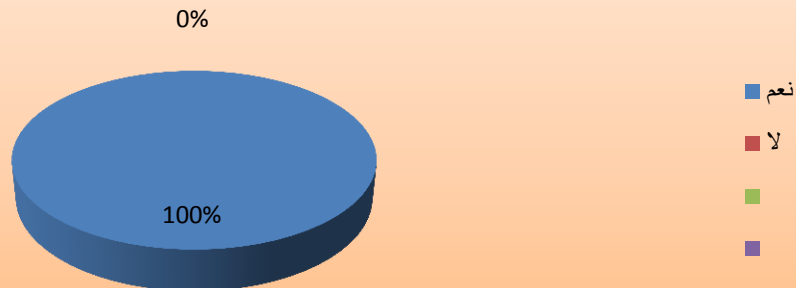
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	10	%100
لا	00	%00
المجموع	10	%100

عرض و تحليل النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن معظم آراء المدربين ونسبتهم(100%) ، يؤكدون على تأثير كثافة التدريب المهاري على تحسين خطط اللعب. ، بينما الباقي منهم والتي تقدر نسبتهم بـ (00%) يؤكدون عكس ذلك, , وعليه فإن المدرب يعتمد على كثافة التدريب من أجل تعليم المهارات لتطوير الجانب الخططي, لأنه كلما اكتسب لاعب مهارات عديدة وجيدة كلما تطور خططيا من ناحية الفردية والجماعية .

الدائرة النسبية رقم (21):تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (19).

تمثيل بياني يوضح معرفة تأثير كثافة التدريب المهاري على تحسين خطط اللعب



- السؤال رقم (20):

- ماهي أنواع الخطط التي تحقق لكم أفضل النتائج أثناء المباريات؟

**الهدف من السؤال:** معرفة نوع الخطة التي تحقق أفضل النتائج أثناء المباريات.

- عرض النتائج:

- الجدول رقم (22): يبين النتائج الخاصة بالسؤال رقم (20).

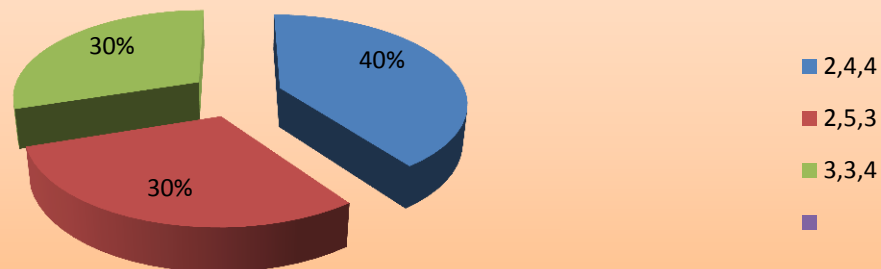
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
2,4,4	04	40%
2,5,3	03	30%
3,3,4	03	30%
المجموع	10	100%

عرض و تحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول، أنه هناك تساوي بين آراء المدربين أي بنسبة (40%) يؤكدون أن بأن الخطة التي يعتمدون عليها أكثر هي 2,4,4، أم نسبة (30%) يرون أن الخطة المعتمد عليها هي 3,3,4، أما آراء المدربين بالنسبة إلي خطة 2,5,3 بنسبة (30%) فيرونها هي مناسبة، وعليه فإنه هناك تنوع في استعمال الخطط وكل مدرب له أسلوب وفكر خططي يتماشى مع امكانيات وقدرات اللاعبين فلا نستطيع الجزم بأفضلية خطة عن أخرى، لأنه كل خطة تحقق نتائج إجابيه وسلبيه ولنجاحها تعتمد على طريقة توظيف اللاعبين من طرف المدرب .

الدائرة النسبية رقم (23): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (20).

**تمثيل بياني يوضح معرفة نوع الخطة التي تحقق أفضل النتائج أثناء المباريات**



- السؤال رقم (21):

س18\* هل تطور المباريات للاعبين في خطط اللعب ؟

الهدف من السؤال: معرفة تطوير المباريات للاعبين في الجانب الخططي .

الجدول رقم (23): يبين النتائج الخاصة بالسؤال رقم (21).

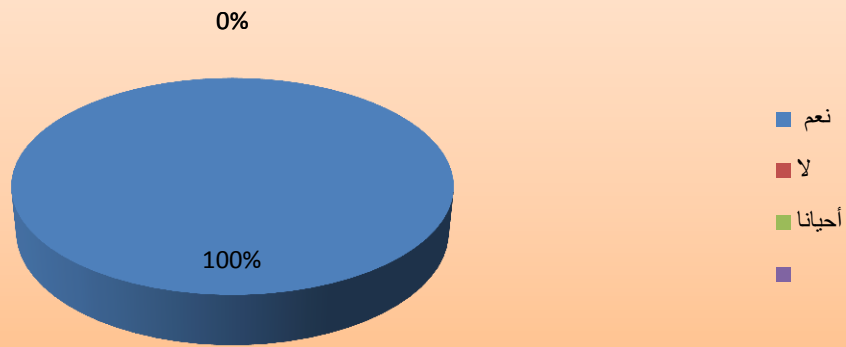
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية %
نعم	10	100%
لا	00	00%
أحيانا	00	00%
المجموع	10	100%

عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول، أنه نسبة (100%) من المدربين يؤكدون أن المباريات تطور وتحسن الجانب الخططي للاعبين، أما نسبة (00%) يرون عكس ذلك، وعليه فإن تعدد المباريات واختلاف مجرياتها واختلاف الخصوم تجعل المدرب يغير خطط اللعب حسب نوعية المنافس وطريقة لعبه تكسب اللاعبين خبرة ومهارة و تطور من الناحية الخططية .

الدائرة النسبية رقم (23): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (21).

تمثيل بياني يوضح معرفة تطوير المباريات للاعبين في الجانب الخططي





-السؤال رقم (22):

ماهي أنجع طريقة لاستغلال الجانب المهاري لتحسين خطط اللعب؟

الهدف من السؤال: معرفة أنجع طريقة لاستغلال الجانب المهاري لتحسين خطط اللعب.

- عرض النتائج:

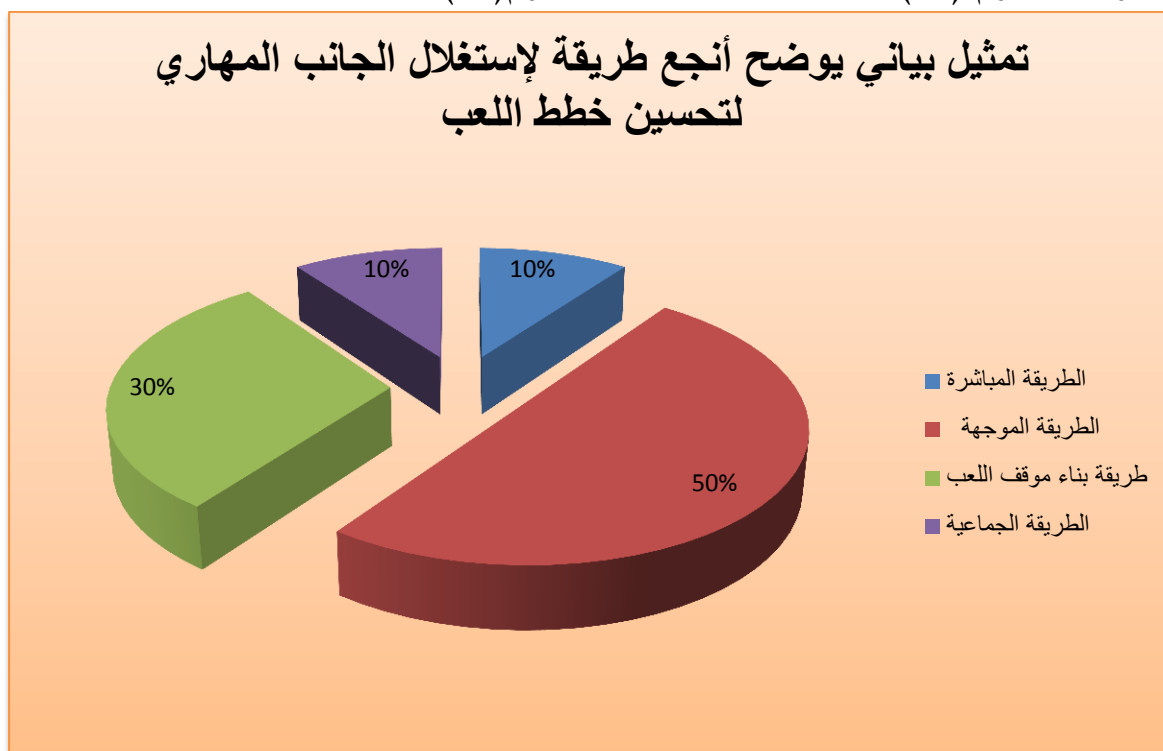
- الجدول رقم (24): يبين النتائج الخاصة بالسؤال رقم (22).

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية%
الطريقة المباشرة	01	10%
الطريقة الموجهة	05	50%
طريقة بناء موقف اللعب	03	30%
الطريقة الجماعية	01	10%
المجموع	10	100%

عرض وتحليل النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول، أنه هناك تنوع بين آراء المدربين في تحديد الأسلوب الانجع فنجد (10%) يرون الطريقة المباشرة هي الأنجع، أما الباقي منهم و بنسبة كبيرة (50%) يتفقون على الطريقة الموجهة ،ونسبة (30%) يرون ان طريقة بناء موقف اللعب هي الأنجع ،ونسبة صغيرة (10%) يرون ان الطريقة الجماعية هي الأنسب ،وعليه فإن حسب آراء المدربين الطريقة الأنجع هي الطريقة الموجهة لأنها تقوم بدمج المهارات مع سرعة التحرك واتخاذ الموقف بسرعة أثناء اللعب وخلق حلول فردية وجماعية في جميع خطوط الفريق .

الدائرة النسبية رقم (24): تبين لنا النسبة المئوية للسؤال رقم (22).



## مناقشة نتائج الدراسة :

### 1- التحقق من الفرضيات:

من خلال ما تناولناه في الجزء التطبيقي ، من طرح أسئلة الاستبيان الخاص بالمدرين وكذا عرض نتائجها وسرد تحليلاتها ، استخلصنا من خلال هذا البحث النتائج التالية:

بعد تفريغ محتوى الاستبيان وعرضه، نلجأ بعدها إلى مناقشة النتائج المتحصل عليها على ضوء الفرضيات التي وضعناها، ولكي تكون العملية أكثر دقة وموضوعية سنحاول تلخيص ما كان من إجابات من طرف المدرين و في الاستبيان الذي وضعناه بين أيديهم، فكانت جملة النتائج كالآتي:

#### 1-1- التحقق من الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال عرض النتائج المحور الأول الذي يخدم لنا الفرضية الأولى ، والتي صيغت بأن مهارة اللاعبين الفردية لها انعكاس في تحسين خطط اللعب، حيث تم التحقق منها من خلال تحليل نتائج الاستبيان في المحور الأول وذلك في الأسئلة (01، 02، 03، 04، 05، 06، 07، )، وكنموذج لذلك هذا ما أكدته المدرين من خلال أجوبتهم على السؤال رقم (01) بنسبة (100%)، فأكدوا أن للجانب المهاري له علاقة بالجانب الخططي و أن مهارة اللاعبين لها دور فعال في تحسين خطط اللعب وتساعد المدرب على ايجاد الحلول في جميع خطوط اللعب اثناء المباريات.

ومن خلال النتائج المحصل عليها من الجداول ما يلي:

المدرين يجمعون على أن الأثر الإيجابي للإعداد المهاري ودوره الكبير في تنمية الفكر الخططي للاعب .

تأكيد المدرين على ضرورة اهتمام بتطوير الأداء المهاري للاعبين لما له من تأثير في تحسين خطط اللعب.

وعي المدرين بضرورة رفع مستوى الأداء المهاري للاعب لأنه يزيد ويساعد في تطور مستواه من الناحية خطط اللعب.

اعتبار أن الصفات مهارية ترتبط ارتباطا وثيقا بالأداء الخططي.

يجب التركيز على تطوير الجانب المهاري للاعب حتى يكون جاهزا لتنفيذ أدواره الخططية.

تأكيد المدرين ان افتقاد اللاعب للمهارة يؤثر بشكل كبير على الأداء الخططي الجماعي للفريق.

ان جميع مناطق اللعب تحتاج للاعبين مهاريين وخاصة الخط الهجومي بصفة أكثر لذي يجب تركيز على تطوير اللاعبين في هذه المنطقة.

حرص المدربون على تنمية الصفات المختلفة وبصفة مستمرة. أدرك المدربون بأهمية ودور الصفات البدنية في تحسين أدائهم خلال المنافسة. حرص المدربون على الظهور بمستوى متطور من الصفات البدنية ومستوى تكتيكي ومهاري عالي.

سعى المدربون من أجل إتقان المبادئ الأساسية في كرة القدم. من كل نستنتج مدى صحة الفرضية الأولى التي تقول: (مهارة اللاعبين الفردية لها انعكاس في تحسين خطط اللعب الجماعي).

وهذا ما تم تأكيده في دراسة سابقة التي تناولت العلاقة بين الأداء المهاري وتقدير الذات للاعبين كرة القدم فئة الناشئين من خلال الفرضية الثالثة.

### 1-2- التحقق من الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال عرض نتائج المحور الثاني الذي يخدم الفرضية الثانية والتي صيغت على النحو التالي إن تقييم الأداء المهاري للاعبين يساعد المدرب في تحديد المناطق التي يجب تحسينها في خطط اللعب

لمعرفة الدور ومدى كفاءة اللاعب وأهميته في مناطق اللعب يجب ملاحظته وتقييمه من ناحية امتلاكه لصفات مهارية تناسب خطط اللعب في تلك المنطقة.

ولقد تم التحقق منها من خلال تحليل نتائج الاستبيان في المحور الثاني وذلك في الأسئلة (08-09-10-11-12-13-14-)، وكنموذج لذلك ما لاحظناه من خلال أجوبة المدربين على السؤال رقم (09)

إضافة إلى أجوبتهم على السؤال رقم (11)، التي أكدوا فيها على أن عند ملاحظة وتقييم اللاعبين في المباريات والتدريبات أن إتقان اللاعب للمهارات بشكل جيد أثناء المباريات يساعد المدرب في توظيفه في خطط اللعب ويكون له أثر إيجابي في الجانب الخططي، والعكس في حالة فقدان اللاعب للمهارات الجيدة حسب كل منطقة لعب، فإنه يؤثر على اللعب الخططي الجماعي للفريق فردياً وجماعياً ، وهذا ما يثبت ما ذكرناه سابقاً في هذه الفرضية ،

ومن خلال النتائج المحصل عليها من الجداول ما يلي:

المدربون يجمعون على أن جودة اللاعب مهارياً تساعد في تحديد وتموضع اللاعب خططياً، تأكيد المدربين على أنه كلما كان أداء سيء من ناحية المهارية كلما كان اللعب الخططي جماعياً وفردياً سيء.

تأكيد المدربين على الاهتمام بتنمية الصفات المهارية لأن لها دور كبير في خطط اللعب وتحصيل النتائج في المباريات .

إن امتلاك لاعبين مهاريين ذو جودة عالية يساهم بشكل كبير في نجاح خطط اللعب وتحقيق النتائج المرجوة.

تأكيد المدربين أنه أحيانا يركزون على الجانب المهاري أكثر من الجانب البدني لأهميته في خطط اللعب وما يحدثه اللاعب من فرق في الميدان بمهارته العالية .

يجب تحسيس اللاعبين بضرورة امتلاك اداء مهاري جيد ويجب العمل عليه وعدم التهاون في تطويره لأنه بنسبة كبيرة يؤثر على الجانب الخططي .

يرى المدربون ضرورة امتلاك لاعبين متعددين المناصب حتى يمكن للمدرب التنوع الخططي وايجاد حلول في جميع الخطوط لتحقيق نتائج إجابيه .

اعتبار أن تقييم اللاعبين في التدريبات وفي المباريات يمنح للمدرب ملاحظة ما يجب تطويره من الناحية المهارية حتى تعود بالأثر الإيجابي في تحسين خطط اللعب وتحقيق نتائج جيدة وهذا يؤكد ارتباط الأداء المهاري الجيد مع تحسين خطط اللعب ..

من كل هذا نستنتج مدى صحة الفرضية الثانية التي تقول: ( أن تقييم الأداء المهاري للاعبين يساعد المدرب في تحديد المناطق التي يجب تحسينها في خطط اللعب .

وهذا كذلك ما تم تأكيده في دراسة سابقة ،حيث تناولت أثر منهج تدريبي بحجوم مختلفة للاعداد الخططي في بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم .من خلال الفرضية الثالثة.

### 1-3- التحقق من الفرضية الجزئية الثالثة:

من خلال عرض النتائج المحور الثالث الذي يخدم لنا الفرضية الثالثة، والتي صيغت أن أساليب التدريب الفعالة تساعد في تطوير خطط اللعب مع توظيف المناسب لمهارات اللاعبين

ومن خلال تحليل نتائج الاستبيان في المحور الثالث وذلك في الأسئلة (15-16-17-18-19-20-21-22)، وكنموذج لذلك ما التمسناها خاصة من خلال أجوبة المدربين على السؤال رقم (01) بنسبة (100%)، إضافة إلى أجوبتهم على السؤال رقم (18) حيث أكدوا فيها أن اساليب وطرق التدريب لها دور هام في تطوير الأداء المهاري وعليه تحسين اللعب الخططي للاعبين حسب كل منطقة .

ومن خلال النتائج المحصل عليها من الجداول ما يلي:

المدربين يجمعون على أن اساليب التدريب تساهم في استجابة للاعب إلى الجانب الخططي أثناء المباريات.

تأكيد المدربين على ضرورة التحضير المهاري الجيد يساعد اللاعبين على استجابة إلى الجانب الخططي أثناء المنافسة.

وعى المدربين بأن استخدام أساليب التدريب الفعالة تساهم بشكل كبير في انسجام اللاعب مع خطط اللعب أثناء المباريات.

اعتبار أن تنوع الخططي في اللعب يكسب اللاعبين القدرة في تعدد المناصب ولعب في أي منطقة بكفاءة عالية.

-تأكيد المدربين ان لكل منطقة من خطوط اللعب لها ميزات ومهارة مختلفة يجب تدريب اللاعبين مهاريا وبدنيا وخططيا على اكتسابها لتحقيق فريق منسجم جماعيا وفرديا وتوعية اللاعبين بالفروق المهارية والفردية لكل منطقة ومتطلباتها الخططية .

اعتبار أن لأساليب التدريب دورا هاما في تطوير اللاعب مهاريا من اجل تحسن اللعب الخططي ,سواء في مرحلة التدريبات قبل المنافسة او بعد المباريات دائما يجب العمل على اكتشاف النقائص وتصحيحها بانتهاء اساليب تدريب فعالة تحقق النتائج المرجوة في رفع المستوى المهاري للاعب وبذلك تحسين خطط اللعب في كل مناطق .  
ومن هذا نستنتج مدى صحة الفرضية الثانية التي تقول:( أن أساليب التدريب الفعالة تساعد في تطوير خطط اللعب مع توظيف المناسب لمهارات اللاعبين).  
وهذا ما تم تأكيده في دراسة سابقة التي تناولت العلاقة بين الأداء المهاري وتقدير الذات للاعبي كرة القدم فئة الناشئين من خلال الفرضية الثانية .

## الخلاصة العامة:

من خلال ملاحظة وتحليل نتائج لاستبيانات وانطلاقا من استنتاجات المحاور الثلاثة يتبين لنا بوضوح أن هناك انعكاس للأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لناشئين كرة القدم u15. يعتبر الأداء النهاري من أهم العوامل المساعدة في تحسين خطط اللعب وعلى المدرب الاهتمام بتحضير اللاعب من كل الجوانب المهارية واستغلال اللاعبين المهاريين وتطوير مهاراتهم وتوجيهها من اللعب العشوائي إلا اللعب المنظم الفعال والمدروس، لتساعد اللاعب على رفع ادائه المهاري والخططي ،وتأكيد المدربين على ضرورة تقييم ومتابعة أداء اللاعبين من اجل ملاحظة نقائص اللاعبين والعمل على تصحيحا لأنه كلما كانت مهارات اللاعبين عالية ومتقنة ستساهم بشكل كبير في رفع وتحسن الأداء الخططي جماعيا وفرديا ،وكذلك يجب العمل على تكوين اللاعبين كيفية دمج مهاراته وقدراته الفنية والبدنية مع مناطق اللعب التي سيشغلها في خط من خطوط اللعب ليتحسن ادائه ويكون له دور فعال في تحقيق النتائج ومساعدة المدرب في تطبيق مختلف الخطط التكتيكية ، وكذلك لأساليب التدريب دور هام في تحضير اللاعبين مهاريا و الاهتمام بهذا الجانب بنسبة كبيرة و وخاصة في مرحلة الناشئين لأنها مرحلة تكوين وتأطير اللاعب مهاريا أكثر من أي جانب لأنه إذا اكتسب اللاعب في هذه المرحلة مهارات عالية فإنه بطبيعة الحال يسهل على المدرب دمج اللاعبين في خطط اللعب والوصول إلى الفعالية المطلوبة في تحسين خطط اللعب لفئة الناشئين

وبعد مناقشتنا وتحليلنا لاستمارات الاستبيان الخاصة بالمدربين والمستوى الحالي الذي ينشطون فيه (القسم الولائي) وبعد التحليل لا حظنا الصراحة التامة في الأجوبة و توصلنا إلى نتائج توحى بأن هناك انعكاس للأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لدى ناشئين كرة القدم u15 .. ومن خلال آراء وأجوبة المدربين توصلنا إلى النتائج التالية:

- 1/ يلعب الأداء المهاري دور كبيرا في تطوير خطط اللعب لدى الناشئين.
- 2/ يساهم الأداء المهاري في تحديد مناصب اللعب حسب مهارة كل لاعب ووضعيته في كل منطقة من خطوط اللعب وهذا يحسن من فاعلية اللاعب في الجانب الخططي.
- 3/ تساهم أساليب التدريب في رفع الأداء المهاري وبذلك تزيد في استجابة اللاعب وتحسن من أداء اللاعب جماعيا وفرديا في خطط اللعب.

خاتمة:

حاولنا في دراستنا هذه التعرف على انعكاس الأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لدى الناشئين، حيث أننا في البداية أردنا معرفة أهمية المهارات ومدى تأثيرها على لاعبين في طريقة لعب وخطط اللعب، وهذا ما أجاب عليه المدربون بدور الكبير الذي يلعبه لجانب المهاري في تطبيق خططهم وتوظيف اللاعبين في خطوط اللعب من أجل تحقيق النتائج والأهداف المسطرة، ولأهمية الجانب المهاري ودوره الفعال في الجانب الخططي أكد المدربون على تخصيص تدريبات واساليب تهتم بالجانب المهاري للاعبين لأن تنمية الصفات والقدرات المهارية للاعبين يساهم بشكل كبير في تحسن ونجاعة اللعب الخططي فرديا وجماعيا، قبل بداية المنافسات وأثناء المباريات يعمل المدربون على تطوير الأداء المهاري لتحسين خطط اللعب .

ومن خلال الدراسة النظرية المكونة من ثلاث فصول ، فقد تناولنا في الفصل الأول الأداء المهاري الذي بينا فيه اهم المهارات المطلوبة لكل لاعب في المنصب الذي يشغله في خطوط اللعب ، أما الفصل الثاني فقد تطرقنا فيه إلى تحسين خطط اللعب لدى الناشئين ،وبين فيه مفهوم الاداء الخططي وأهم طرق واساليب الخططية المتبعة من طرف المدربين ،وخصائص مرحلة الناشئين من ناحية البدنية والنفسية والمهارية ، أما الفصل الثالث فتناولنا فيه التعريف بكرة القم وإعطاء لمحة تاريخية عن نشأتها وكذا القوانين المنظمة لها.

ومن خلال الدراسة التطبيقية والنتائج المتوصل إليها ، تأكدنا فعلا أن مدربينا واعون بأهمية الأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لناشئين ، ولذلك أعطوه الأهمية الكبيرة ويظهر ذلك في كثافة التدريبات والأساليب المتبعة وتخصيص حصص لتنمية الصفات والقدرات المهارية للاعبين ، لتطوير الجانب المهاري حتى يسهل انسجام اللاعبين في خطط اللعب واستغلال مهاراتهم حسب خطوط اللعب والأدوار المطلوبة تكتيكيا التي يجب تأديتها لتحقيق انعكاس ايجابي بين المهارات العالية وخطط اللعب ،دون إهمال الجانب البدني و النفسي ، ومن خلال النتائج المتوصل إليها نجد أن الفرضيات المحددة لهذا البحث قد تحققت.

وفي الأخير نتمنى أن يكون بحثنا المتواضع دفعه جديدة لإثراء العلمي وإضافة إيجابية إلى مشاريع البحث العلمي الموجودة في مكتبتنا.



## الاستنتاج العام :

- من خلال الدراسة التي قام بها الباحث من حيث الأهداف وتحليل الإحصائي استنتج مايلي:
- ان لكل منطقة من خطوط اللعب لها ميزات ومهارة مختلفة يجب تدريب اللاعبين مهاريا وبدنيا وخططيا على اكتسابها لتحقيق فريق منسجم جماعيا وفرديا وتوعية اللاعبين بالفروق المهارية والفردية لكل منطقة ومتطلباتها الخططية .
- أن جودة اللاعب مهاريا تساعد في تحديد وتموضع اللاعب خططيا ,
- يجب الاهتمام بتنمية الصفات المهارية لأن لها دور كبير في خطط اللعب وتحصيل النتائج في المباريات.
- اعتبار أن تقييم اللاعبين في التدريبات وفي المباريات يمنح للمدرب ملاحظة ما يجب تطويره من الناحية المهارية حتى تعود بالأثر الإيجابي في تحسين خطط اللعب وتحقيق نتائج جيدة وهذا يؤكد ارتباط الأداء المهاري الجيد مع تحسين خطط اللعب.
- إن لأساليب التدريب دورا هاما في تطوير اللاعب مهاريا من اجل تحسن اللعب الخططي ,سواء في مرحلة التدريبات قبل المنافسة او بعد المباريات دائما يجب العمل على اكتشاف النقائص وتصحيحها بانتهاج اساليب تدريب فعالة تحقق النتائج المرجوة في رفع المستوى المهاري للاعب وبذلك تحسين خطط اللعب في كل مناطق .

## اقتراحات والتوصيات:

إن هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة ومحصورة في إمكانياتنا المتوفرة، ورغم ذلك أردنا أن نعطي نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال بتوسع وتعمق أكثر، وقد بينت النتائج المستخلصة من هذا البحث مدى اهتمام المدربين بهذا المجال ألا وهو تطوير الأداء المهاري و الأداء الخططي للناشئين .

وعلى النتائج نتقدم ببعض الاقتراحات إلى كل من يهمله الأمر، سواء كانوا مدربين أو مسئولين، والتي نأمل أن تكون بناءا مما تسهل عليهم تجنب العديد من المشاكل التي يجدونها خلال عملهم .

### ونستطيع أن نتقدم بالاقتراحات التالية :

- 1- عدم إهمال الجانب المهاري باعتباره جزء وعامل مهم في تحقيق النتائج الرياضية الجيدة .
- 2 - التركيز علي الأداء المهاري الجيد من كل النواحي للوصول إلي نتائج جيدة.
- 3- الاهتمام بالوصول إلى صفات مهارية متقنة وفعالة لتوظيفها بطريقة محترفة في خطط اللعب .
- 3- إتباع الطرق العلمية في تحضير المهاري والخططي التي تتماشى مع اللاعبين الناشئين .
- 4- ضرورة وجود برامج خاصة تعمل على فئة الناشئين لتطويرهم مهاريا وخططيا .
- 5- وجوب التدرج وفي تطوير اللاعبين الناشئين من ناحية الخططية وتركيز على تنمية الصفات المهارية والقدرات البدنية .
- 6- توفير بيئة ملائمة لتحضير اللاعبين والاهتمام بالفئات الناشئين وعدم تهميش اللاعبين الغير مهاريين ومحاولة ادماجهم واستغلالهم في خطط اللعب .
- 7- عدم التسرع في ابعاد اللاعبين واحباطهم نفسيا خاصة اصحاب القدرات والمهارة المحدودة ومحاولة تشجيعهم لأن مرحلة الناشئين مرحلة حساسة في حياة الطفل .
- 8-الإلمام بكل نواحي التدريب لتكوين لاعبين محترفين من جميع النواحي .
- 9- اعتبار أن الصفات المهارية ترتبط ارتباطا وثيقا بالأداء الخططي الجيد للاعبين.
- 10-الإهتمام بتنمية الصفات المهارية وبصفة مستمرة في برامج العمل التدريبية.
- 11-اعتبار أن الهدف الحقيقي من تحضير الأداء المهاري هو تحسين مستوى أداء اللاعبين في خطط اللعب .
- 12-إعتبار الجانب المهاري عاملا من عوامل نجاح الخططي لأي لاعب..

## قائمة المراجع

## مراجع اللغة العربية

- "" ، ط4 ، ص16. حسن عبد الجواد. (بلا تاريخ). كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي (الإصدار 4). بيروت: دار العلم للملايين.
- ابراهيم شعلان، و أبو ولد عمرو. (1996). أسس بناء كرة القدم شاملة. القاهرة: المكتبة الأكاديمية.
- أبو العلا عبد الفتاح، و شعلان إبراهيم . (1994). فيزيولوجية التدريب في كرة القدم. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- أحمد أبو الطيب. (06 10، 2004). كيف انتقلت الرياضة من هواية إلى احتراف، الأهداف التجارية للقنوات التلفزيونية تنافس المتعة والفرجة في كرة القدم.
- اسامة كامل راتب. (1997). علم النفس الرياضة ( المفاهيم والتطبيقات ) (الإصدار 2). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- إشراف جابر، و العدوي صبري . (1996). كرة القدم. حوان، مصر: مطبعة كلية التربية الرياضية للبنين.
- أورو فزيل، بن طهران مصطفى، بسكري عبد القادر. (2000). العلاقات بين سمات الشخصية والأداء المهاري للاعب كرة الطائرة. الجزائر، الجزائر: مذكرة لنيل شهادة الليسانس الجزائر.
- بن حسن آل سلمان. (1998). كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية. بيروت، لبنان: ط2 دار ابن حزم.
- حامد عبد السلام زهران. (1982). علم النفس النمو-الطفولة والمراهقة (الإصدار 1). عالم الكتب.
- حسن السيد ابو عبده. (2001). الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم (الإصدار 1). القاهرة، مصر: مكتبة الطباعة الاشعاع الفنية.
- حسن السيد أبو عبده. (2001). الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم (الإصدار 1). القاهرة، مصر: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.
- حسين أحمد الشافعي، و أحمد مرسل رشوان . (بلا تاريخ). مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- حسين عبد الحميد رشوان. (2003). في مناهج العلوم. الإسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية.

حنفي ابراهيم حمادة. (1989). *الجديدة في الإعداد المهاري والخططي*. القاهرة : دار الفكر العربي.

حنفي محمود مختار. (1996). *الأسس العلمية في تدريب كرة القدم*. القاهرة: دار الفكر العربي.  
حنفي محمود مختار. (1998). *الأسس العلمية في تدريب كرة القدم*. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

حنفي محمود مختار. (1984). *كرة القدم للناشئين* . القاهرة : دار الفكر العربي.  
رشيد زرواتي. (2007). *مناهج البحث العلمي في العلوم الإجتماعية* (الإصدار 1). الجزائر: دار الهدى عين مليلة.

رضوان، محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين. (1987). *الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.

رومي جميل. (1986). *كرة القدم* (الإصدار 1). لبنان: دار النفائس.  
زيدان، و آخرون. (1995). "الأبعاد التربوية للرياضات الجماعية للفرق الرياضية لفئة الأشبال و الأواسط. الجزائر، الجزائر: قسم التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر.  
سامي الصفار. (1982). *كرة القدم*. (1، المحرر) الموصل، العراق: دار الكتب للطباعة والنشر.

طيبيل علي حسين محمد احمد. (2005). *بناء اختبار تفكير الخططي في الثلث الهجومي وعلاقته بالذكاء للاعبين الدرجة الممتازة بكرة القدم*. الموصل، العراق: جامعة الموصل.  
عباس محمد السامرائي، و أحمد بسطويس. (1984). *طرق التدريس في مجال التربية البدنية الرياضية*. بغداد: طبعة جامعة بغداد.

عبد الرحمان عيساوي. (1980). *سيكولوجية النمو*. بيروت، لبنان: دار النهضة العربية.  
عزة محمود كاشف. (1991). *الإعداد النفسي للرياضيين*. دار العلم للملايين.  
عصام عبد الخالق. (1992). *التدريب الرياضي نظريات تطبيقات*. الاسكندرية، مصر: دار المعارف.

عمار بوحوش، و محمود الذنبيات محمد . (1995). *مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية،الجزائر.

عنايات محمد أحمد فرج. (1998). *مناهج وطرق تدريس التربية البدنية*. القاهرة: دار الفكر العربي.

فؤاد عبد السلام أحمد. (1989). *دراسة تحليلية لفاعلية التشكيلات الهجومية في الكرة الطائرة* . رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية للبنين - القاهرة. القاهرة: كلية التربية الرياضية للبنين - حلوان القاهرة.

- قاسم حسن حسين الجبار، و ناجي عبد قيس . (1984). *مكونات الصفات الحركية*. العراق: مطبعة الجامعة العراق.
- قاموس المنجد في اللغة والإعلام. (1997). *قاموس المنجد في اللغة والإعلام*. بيروت، لبنان: دار الشروق.
- مأثيو جيدير. (بلا تاريخ). *mohamed-abd-elnaby*. تم الاسترداد من <http://dr--mohamed-abd-elnaby.spaces.live.com>
- محمد حسن علاوي. (1979). *القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- محمد حسن علاوي و نصرا لدين رضوان. (1987). *الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- محمد علي محمد. (1986). *علم الاجتماع والمنهج العلمي* (الإصدار 3). الإسكندرية: دار المعارف الجامعية، الإسكندرية.
- مختار سالم. (1986). *كرة القدم*. بيروت: دار النور للنشر.
- مرزوق الياس: ، ، ، ، ص 35. (1999). *العلاقة بين سمات الشخصية والأداء المهاري للاعبي كرة القدم*. مذكرة لنيل شهادة الليسانس، قسم التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم. الجزائر، الجزائر: قسم التربية البدنية والرياضية، دالي إبراهيم.
- مفتي إبراهيم. (1994). *الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم*. دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
- مفتي إبراهيم حماد. (1996). *التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- مفتي إبراهيم حماد. (1999). *تطبيقات الإدارة الرياضية*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
- منصور أحمد منصور. (1973). *المبادئ العامة في إدارة القوى العاملة*. الكويت: وكالة المطبوعات.
- منهاج التربية البدنية. (1984). *منهاج التربية البدنية*. الجزائر: منشورات لوزارة التربية الوطنية.
- منى فياض. (2004). *الطفل والتربية المدرسية في الفضاء الأسري والثقافي* (الإصدار 1). بيروت: المركز الثقافي العربي.
- موقف مجيد المولي. (1999). *الإعداد الوظيفي لكرة القدم*. لبنان: دار الفكر.
- ناجي تامر محسن واثق. (1989). *كرة القدم وعناصرها الأساسية*. بغداد، العراق: مطبعة بغداد العراق.

## مراجع اللغة الفرنسية

- Akramov.A. (1990). *sélection et préparation des jeunes footballeurs*. Alger.
- Barthélemy.M Ourmelen, .. (1985). *manuel des écoles de football et de jeunes footballeurs*. Paris: ED Chiron.
- Bushw. (1989). *le football à l'école*. Paris: ed Vigo.
- Delandesheever. (1976). *Introduction à La recherché éducation* . paris: EDA:collin bouvillier.
- KHELIFI, A. (1990). *L'arbitrage a travers le caractère du football*. Alger : ENAL .
- Michel, A. (s.d.). *foot – balle*. paris: auditeur précédent.
- Michel, A. (s.d.). *foot – balle les systèmes de jeu*. paris: Edition Chiron.
- PRADET, M. (1997). *La Préparation physique collection Entraînement*. Paris: INSEP publication.
- WEINC, G. (1992). *BIOLOGIE DU SPORT*. paris: EDITION VIGOT.
- WULLACKI, P. (1990 ). *Médecine du sport*. paris : édition vigot.

الملاحق



## معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استبيان خاص بالمدرسين

زميلي المدرب: في إطار البحث المتعلق انعكاس الأداء المهاري في تحسين خطط  
اللعبة لدى ناشئين كرة القدم 15مبين أيدكم هذا الاستبيان  
نتمنى منكم الإجابة على الأسئلة بصراحة وصدق باعتبار هدفنا من هذه الدراسة تطوير البحث  
العلمي ؛ تقبلوا منا فائق الإحترام والتقدير .

- الفرضية الجزئية الأولى:

-إن مهارة اللاعبين الفردية لها انعكاس في تحسين خطط اللعبة الجماعية

س1 \*هل للجانب المهاري علاقة بالجانب الخططي ؟

نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

س2 \* عند بناء خطة اللعبة ماهي درجة مراعات الجانب المهاري للاعبين ؟  
☐

بدرجة صغيرة ☐ بدرجة كبيرة ☐

س3 \*في رأيك هل للجانب المهاري دور في استجابة اللاعب لتطور الجانب الخططي؟

نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

س4 \*هل غياب لاعب مهاري يؤثر على الجانب الخططي ؟

نعم ☐ لا ☐ أحيانا ☐

س5 \* ماهي الخطوط التي تحتاج لاعبين مهاريين بدرجة أكبر ؟

المدافعون ☐ لاعبو الوسط ☐ المهاجمون ☐

س6 ماهي أهم المهارات الأكثر فاعلية في المباريات ؟.....

س7\* هل اللاعب المهاري يغلب عليه عدم الانضباط الخططي؟

☐☐☐

أحيانا

خاطئة

صحيحة

- الفرضية الجزئية الثانية:

تقييم الأداء المهاري للاعبين يساعد المدرب في تحديد المناطق التي يجب تحسينها في خطط اللعب

س1\* هل يولي المدرب اهتماما كبيرا للجانب المهاري في تحديد مناصب اللاعبين؟

☐☐

لا

☐

نعم

أحيانا

س2\* هل يؤثر الاداء الفردي السيء لبعض اللاعبين على الاداء الجماعي للفريق؟

☐☐

لا

☐

نعم

أحيانا

س3\* في رأيك هل الصفات المهارية دور في تحقيق أفضل النتائج ؟

؟

☐

أحيانا

☐

لا

☐

نعم

س4\* هل جودة اللاعب الفنية تلعب دورا في تعدد مناصبه ؟

☐

أحيانا

☐

لا

☐

نعم

س5\* حسب أي جانب يتم إختيار مناصب اللاعبين؟

؟

☐

الخططي

☐

البدني

☐

المهاري

س6 هل عدم قدرة اللاعب على إتقان و أداء المهارت الأساسية بالكرة أو بدونها يقلل من

أهميته في خطط اللعب؟

؟

يعيق ☐ يحسن

☐

أحيانا

☐

س7\* هل تغيير مناصب اللاعبين أثناء المباريات يؤثر على أداء اللاعب ؟

☐

دور ثانوي

☐

دور كبير

- الفرضية الجزئية الثالث :

أساليب التدريب الفعالة تساعد في تطوير خطط اللعب مع توظيف المناسب لمهارات اللاعبين.

س1\* هل تلعب الاساليب التدريب دور في تطوير خطط اللعب باستغلال مهارات اللاعبين؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحيانا

س2\* هل التركيز على الجانب المهاري أكثر من الجانب البدني أثناء التدريب يؤثر في تطوير اللاعب خططيا ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحيانا

س3\* هل تخصص حصص إضافية لتدريب المهارات أثناء المنافسة لتحسين خطط اللعب ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحيانا

س4\* هل تطور المباريات خطط اللعب ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحيانا

س5\* ماهي طرق التدريب التي تركز عليه في التحضير المهاري لتحسين خطط اللعب ؟

تكراري ☐ فكري ☐ مستمر ☐

س6\* هل تؤثر كثافة التدريب المهاري على تحسين خطط اللعب ؟

☐ نعم ☐ لا

س7\* ماهي أنواع الخطط التي تحقق لكم أفضل النتائج أثناء المباريات ؟

☐ 2,4,4 ☐ 2,5,3 ☐ 3,3,4

س8 هل تطور المباريات اللاعبين في خطط اللعب ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحيانا

س 9

ماهي أنجع طريقة لاستغلال الجانب المهاري لتحسين خطط اللعب؟

لطريقة الموجهة

☐

الطريقة المباشرة

☐☐

طريقة بناء موقف اللعب

☐

الطريقة الجماعية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة آكلي محند أولحاج - البصرة -  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: التدريب الرياضي النخبوي ماستر 2.

قائمة المحكمين

العنوان

انعكاس الأداء المهاري في تحسين خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم .  
دراسة ميدانية لأندية كرة القدم لولاية البصرة لفئة الناشئين. u15.

من إنجاز :

01-نوري وليد

02-عدوش عثمان

تحت إشراف الدكتور

آيت طاهر

الجامعة	الدرجة العلمية	الملاحظة	الإمضاء
جامعة البصرة	أستاذ مساعد - ب	مقبول	
جامعة البصرة	أستاذ مساعد - ب	مقبول مع التحفظ	
جامعة البصرة	أستاذ مساعد - ب	مقبول	

