

## تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء المهاري للقدم غير المميزه لدى ناشئي نادي ميسان لكره القدم للصالات

الباحث

م. وجدي محيبس شاطي - المعهد التقني عماره

الملخص

هدف البحث التعرف إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح على اداء القدم غير المميزه المهاري لدى لاعبي كره القدم للصالات للناشئين في نادي ميسان، وكانت العينه من ١٦ لاعبا" ناشئ لعمر تحت ١٢ سنه ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين مجموعته ضابطه ومجموعه تجريبية ، وخضعت المجموعه التجريبية , للبرنامج التدريبي المقترح، بينما خضعت المجموعه الضابطه , للبرنامج التقليدي، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، لملائمته لطبيعته الدارسه وتم اجراء (٥) اختبارات التي وضعها الباحث قبلالبدء بالبرنامج التدريبي المقترح، وبعد الانتهاء من البرنامج التدريبي المقترح تم اجراء القياس البعدي، واستخدم برنامج ( spss ) لمعرفة النتائج وبعد اجراء المعالجات الاحصائية كانت نتائج الدراسه ان البرنامج التدريبي المقترح كان ذو تأثير ايجابي ذات دلالة احصائية على تطوير المتغيرات المهاريه ، حيث كان هناك تطور ملحوظ لدى افراد المجموعه التجريبية على افراد المجموعه الضابطه في كافة متغيرات البحث المهاريه . وأوصى الباحث استخدام البرنامج التدريبي للقدم غير المميزه في المراحل العمرية الصغيره ، والاهتمام من قبل المدربين في التدريب بكلتا القدمين للاعبين، حرصا على الاستفادة من تبادل الكره من قدم لآخرى، والاهتمام بتحسين المهارات وعدم إهمالها حتى بعد إتقانها للقدم غير المميزه وخاصة عند تدريب اللاعبين الناشئين.

The effect of a proposed training program to develop the skill performance of  
the undistinguished foot among the juniors of the Maysan Futsal Club

Wajdi Muhaibes Shati

Abstract

This study intends to determine the impact of a proposed training program on skill-based performance for non-practicing. (None used) foot for West Bank football newbies. The study focused on 16 novices under the age of 12 who were split into two groups: trial and control. The trial group went through the recommended training program, whereas the control group went through the standard one. The trial approach was used by the researcher to meet the nature of the study and achieve the desired outcomes. Before implementing the proposed training program, we conducted five skill-based exams. The outcomes were determined using a before-and-after approach. The data was analyzed using the

SPSS program. After analyzing the data, it was discovered that the proposed training program has a positive impact on the development of skill-based variables, as the trial group outperformed the control group in all skill variables age categories. The couch and trainers were also advised to focus on training players' feet and developing basic skills for beginners.

#### ١- التعريف بالبحث:

##### ١-١ المقدمة :

إن التخطيط للتدريب يعد الوسيله الرئيسي لتطوير اداء اللاعبين والفريق ولما كان التدريب هو الوسيله الرئيسي للوصول إلى هذا التطور في الأداء كان أمرا ضروريا تخطيط التدريب ضمنا لأحداث أفضل درجة ممكنه في المستوى وتقدمه، وأن الوصول بمستوى اللاعبين إلى تدريبات تتلاءم مع قدرات وامكانات الناشئين. وان الاهتمام بوصول الفرق لمستوى عالي من الأداء في المنافسات يتطلب اهتمام بالغ ومتعدد الجوانب بتخطيط التدريب، اذ يعد التخطيط لبرامج تدريبيه من أهم عوامل تقدم المستوى، لهذا يترتب نجاح الفريق على خطه التدريب الموضوعه وتطبيقها بطريقه علميه وتربويه ونفسيه لتحقيق متطلباتها البدنيه والفنيه والمهاريه والخططيه للوصول إلى مرحله المنافسات بكفايه عاليه .

##### ٢-١ مشكله البحث:

إن برامج تدريب الناشئين خاصه السن المبكره ١١- ١٢ عام فأصغر أصبحت من أهم البرامج التي لا بد من الاهتمام بها، وبخططها، وبتنفيذها لأن الناشئ في مثل هذه المرحله يكتسب المهارات الأساسيه الضروريه التي يستطيع أن يتعلمها وينفذها و اذا تم الاهتمام بهم في المراحل العمرية التاليه، فإن ذلك يؤدي إلى توافر لاعبين ذوي مستوى مرتفع وعال، وانطلاقا من أن ناشئ كره القدم هو مستقبل اللعيه وعماد الفرق مستقبلا، وعلى ذلك فالعنايه بنشأتهم نشأه سليمه ومن خلال اطلاع الباحث على العديد من التدريبات والمباريات للفئات العمرية المختلفه لاحظ أن معظم لاعبي كره القدم يستخدمون قدم واحده وهي القدم المميزه في أداء المهارات عامه، ومهارات التمرير والجري بالكره والتصويب خاصه، ولا يجيدون استخدام القدم الأخرى في المواقف التي تتطلب منهم استخدامها، وأن زياده التركيز على القدم غير المميزه لدى اللاعبين يفيد اللاعب على سرعه التمرير وكذلك عمليه التصويب على الهدف من جميع الأوضاع، وهذا ماجعل الباحث يتجهان للقيام بتلك الدراسه

##### ٣-١ أهميه البحث:

تكمن أهميه البحث في النقاط الاتيه :

١. تعتبر الدراسه الأولى في حدود علم الباحث التي هدفت إلى التعرف على الاداء المهاري لكره القدم للصالات للناشئين الامر الذي سينعكس ايجابيا على تطوير لعيه كره القدم للصالات.
٢. تساعد الدراسه في التركيز على تنميه المهارات الأساسيه من استقبال و تمرير والمراوغه والتصويب باستخدام القدم غير المميزه مما سيؤثر ايجابيا على المستوى المهاري.
٣. ان هذه الدراسه تتيح المجال للقيام بدراسات مشابهه في مجال تنميه القدم غير المميزه في العاب اخرى.

##### ٤-١ أهداف البحث:

يهدف البحث الى التعرف على:

- ١- مستوى الاداء المهاري باستخدام كرة القدم غير المميزه لدى ناشي كرة القدم الصالات في نادي ميسان.
- ٢- أثر البرنامج التدريبي المقترح على الاداء المهاري لكره القدم غير المميزه لدى ناشئي كرة القدم للصالات في نادي ميسان.

٥-١ مجالات البحث:

١-٦-١ المجال البشري: لاعبي نادي ميسان بكره القدم للصالات للناشئين.

٢-٦-١ المجال المكاني: القاعة الرياضيه في المعهد التقني العمارة .

٣-٦-١ المجال الزمني: الفتره من ٢٠٢١ / ٣ / ٦ ولغايه ٢٠٢١ / ٥ / ٨.

١-٢ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بطريقه المجموعات المتكافئه ويالتصميم ذي القياس القبلي والبعدي لكل من المجموعتين التجريبيه والظابطه ، وذلك لملائمته وطبيعته الدراسه.

٢-٢ مجتمع وعينه البحث:

تكون مجتمع الدراسه من اللاعبين الناشئين بكره القدم للصالات تحت سن (١٢) في نادي ميسان والبالغ عددهم ٢٤ لاعبا، اما عينه الدراسه فقد تم اختيارها بالطريقه العمدية ، حيث قسم الباحث افراد العينه إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين احدهما تجريبية وبلغت (٨) لاعبين، والأخرى ضابطه وبلغت (٨) لاعبين، وبنسبه مئويه مقدارها (٦٦,٦٦%) اما عينه التجربه الاستطلاعيه فقد بلغت (٨) لاعبين من خارج عينه البحث الرئيسي .

٣-٢ الاجهزه والادوات المستخدمه في البحث:

استخدم الباحث مجموعه من الادوات وهي كالآتي :

| العدد | الاداه                        | ت  | العدد | الاداه                  | ت |
|-------|-------------------------------|----|-------|-------------------------|---|
| ٤     | اهداف صغيره (١×١) م           | ٨  | ١٦    | يلك تدريب               | ١ |
| ١     | ميزان طبي                     | ٩  | ١     | قاعة مغلقة لكره الصالات | ٢ |
| ١     | استماره تفرغ نتائج الاختبارات | ١٠ | ٢     | ساعه توقيت              | ٣ |
| ١     | شريط قياس                     | ١١ | ٢٠    | اقماع بلاستيكيه         | ٤ |
| ٢     | صافره                         | ١٢ | ١٦    | استماره معلومات للعينه  | ٥ |
| ١     | جهاز قياس الطول               | ١٣ | ١٥    | كره قدم خاصه للصالات    | ٦ |
|       |                               |    | ٤     | حيال لتقسيم الهدف       | ٧ |

٤-٢ اجراءات البحث الميدانيه :

١-٤-٢ تحديد الاختبارات المستخدمه في البحث:

بعد الاطلاع على المصادر والمراجع العلميه قام الباحث باختيار الاختبارات الخاصه بمهارات كره الصالات.

حيث تم استخدام الاختبارات المهاريه التاليه :

١-٤-٢-١ الاحساس والجري المتعرج بالكره وحده القياس (الزمن بالثانيه). (الوحش ومحمد، ١٩٩٤)

١-٤-٢-٢ تمرير الكره البعد مسافه وحده القياس (متر). (ابراهيم، ١٩٩٤)

١-٤-٢-٣ المراوغه والخداع. (محمود، ٢٠٠٨)

١-٤-٢-٤ دقه التصويب. وحده القياس (درجه). (ابراهيم، ١٩٩٤)

٢-٤-١ اختبار مختار لدقه التمير. وحده القياس (زمن، درجه). (محمود، ٢٠٠٨)

٢-٤-٢ الأدوات المساعدة في تطبيق الاختبارات والبرنامج:

٢-٥ التجربة الاستطلاعية :

اجريت الدارسة الاستطلاعية على (٨) ناشئين من خارج الدارسة تم اختيارهم بالطريق العشوائيه ، حيث تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ (١ / ٢٠٢١ / ٣ - ٥ / ٢٠٢١ / ٣) وطبقت عليهم الاختبارات المهاريه لموضوع الدارسة للتأكد من مدى ملائمه الاختبارات المستخدمه لمستوى الناشئين.

٢-٦ ثبات الاختبارات:

ان ثبات الاختبار يعني ان تعطي الاختبارات نفس النتائج اذا ما اعيد الاختبار على نفس الأفراد وفي نفس الظروف، وعلى هذا الأساس استخدم الباحث اسلوب تطبيق الاختبار واعاده تطبيقه لإيجاد معامل ثبات الاختبارات، الفاصل الزمني بين التطبيق الاول والثاني خمسه ايام فقط، وقام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون لبيين نتائج الاختبارات واطهرت النتائج الإحصائية ان هناك علاقته ارتباطيه عاليه في الاختبارات المستخدمه قيد الدارسة ، مما يؤكد ثبات الاختبارات والجدول (١) يوضح ذلك.

الجدول (١) نتائج معامل الارتباط بيرسون لثبات الاختبارات المستخدمه قيد الدارسة

| مستوى الدلاله | الثبات (ر) | التطبيق الثاني |         | التطبيق الاول |         | وحده القياس | الاختبارات             |
|---------------|------------|----------------|---------|---------------|---------|-------------|------------------------|
|               |            | الانحراف       | المتوسط | الانحراف      | المتوسط |             |                        |
| ٠,٠١          | ٠,٩٩       | ٤,٦٦٤٩٠        | ١٣,٥٨٤٠ | ٢,٥٧٥٩٥       | ١٤,١٩٩٠ | ثانيه       | اختبار لدقه التمير     |
| ٠,٠١          | ٠,٩٨       | ٠,٤٢١٦٤        | ٠,٢٠٠٠  | ٠,٥١٦٤٠       | ٠,٤٠٠٠  | درجه        | اختبار لدقه التمير     |
| ٠,٠١          | ٠,٩٩       | ٠,٦٦٦٦٧        | ١,٢٢٢٢٢ | ١,١٥٩٥٠       | ١,٣٠٠٠  | درجه        | الجري في خط منعرج      |
| ٠,٠١          | ٠,٩٨       | ٣,٦٥٤٨٨        | ٣٣,٣٦٤٠ | ٥,٤٩٢١٢       | ٢٩,٥٦٠٠ | ثانيه       | ركل الكره لابعده مسافه |
| ٠,٠١          | ٠,٧٧       | ٥,١٠٢٥٨        | ١٢,٥٥٥٠ | ٤,٣٥٥٧٠       | ١١,٣١٠٠ | درجه        | دقه التصويب            |
| ٠,٠١          | ٠,٩٩       | ٠,٦٧٤٩٥        | ٢,٧٠٠٠  | ٠,٧٠٧١١       | ٢,٥٠٠٠  | تكرار       | التنطيط                |

٢-٧ التجربة الرئيسييه :

٢-٧-٣ الاختبارات القبليه :

قام الباحث بأجراء الاختبارات القبليه لمجموعتي البحث التجريبيه والضابطه، وقد كان اجراء هذه الاختبارات بعد اجراء الدارسة الاستطلاعية والتحقق من صدق وثبات هذه الاختبارات وقد تم اجراء هذه الاختبارات في الفتره الواقعه من (٢ / ٢٠٢١ - ٥ / ٢٠٢١ / ٣).

٢-٧-٢ تكافوء عينه البحث:

لتجنيب العوامل التي قد توءثر في نتائج التجربه الرئيسييه، ولجل التحقق من تكافوء المجموعتين التجريبيه والضابطه قام الباحث بمعامله وتحليل البيانات المعنيه بنتائج الاختبار القبلي لعينه، وعمد الباحث إلى ايجاد التكافؤ بين مجموعتي الدارسة في متغيرات الطول والعمر والوزن بالإضافة ، إلى المتغيرات المهاريه وكما هي موضحه في الجداول (٢,٣,٤).

الجدول (٢) المتوسطات والانحرافات المعيارية لأفراد عينه البحث وفق متغيرات العمر والوزن والطول (ن=

(١٦

| الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | القيمة القصوى | القيمة الدنيا | N | المجموعه |
|-------------------|-----------------|---------------|---------------|---|----------|
| ٦٠٦٤٨             | ١٢,٦٦٦٧         | ١٣,٠٠         | ١١,٠٠         | ٨ | العمر    |
| ٠٦٢٥٥             | ١,٤٧٦٧          | ١,٦٢          | ١,٠٣٨         | ٨ | الطول    |
| ٦,٩٩٠٥٠           | ٣٧,٦٦٦٧         | ٥٠,٠٠         | ٢٣,١٠         | ٨ | الكتله   |
| ٦٢٨٨١             | ١٢,٥٣٣٣         | ١٣,٠٠         | ١١,٠٠         | ٨ | العمر    |
| ٠٧٩٦١             | ١,٤٨٩٣          | ١,٦٠          | ١,٣٣          | ٨ | الطول    |
| ١٠,٤٢٢٢٧          | ٤٢,١٢٠٠         | ٧١,٥٠         | ٢٨,٧٠         | ٨ | الكتله   |

الجدول (٣) المتوسطات الحسابية لقياس القبلي على متغيرات الدراسه في المستوى المهاري عند أفراد المجموعتين التجريبيه والضابطه في القدم غير المميزه .

| مستوى الدلاله | T      | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | ن | المجموعه  | وحده القياس |                          |
|---------------|--------|-------------------|-----------------|---|-----------|-------------|--------------------------|
| ٠,٣٧٨٠        | ٠,٨٩٥٠ | ١,٩٤١             | ١٤,٣٣           | ٨ | الضابطه   | زمن/ث       | اختبار مختار لدقه التمير |
|               |        | ١,٥٤٣             | ١٣,٧٦           | ٨ | التجريبية |             |                          |
| ٠,٣٣١٠        | ٠,٩٨٩٠ | ٠,٨٨٣             | ١,٠٦            | ٨ | الضابطه   | هدف         | اختبار مختار لدقه التمير |
|               |        | ٠,٩٦              | ٠,٧٣            | ٨ | التجريبية |             |                          |
| ٠,٨١٢٠        | -٠,٢٤١ | ٠,٧٧              | ٠,٨٠٠           | ٨ | الضابطه   | هدف         | دقه التصويب              |
|               |        | ٠,٧٤              | ٠,٨٦            | ٨ | التجريبية |             |                          |
| ٠,٦٤          | ٠,٤٦   | ٤,٤٤              | ٣٠,٢٢           | ٨ | الضابطه   | زمن/ث       | الجري المتعرج بالكره     |
|               |        | ٤,١٢              | ٢٩,٤٩           | ٨ | التجريبية |             |                          |
| ٠,٦١٨٠        | ٠,٥٠٥٠ | ٧,٠١              | ١٥,٠٢           | ٨ | الضابطه   | متر         | ركل الكره لابعده مسافه   |
|               |        | ٥,٩٦              | ١٣,٨٢           | ٨ | التجريبية |             |                          |
| ٠,٣٠٦٠        | -١,٠٤٣ | ١,٧٥              | ٣,٢٦            | ٨ | الضابطه   | عدد         | التنطيط بالكره (بالمره)  |
|               |        | ١,٧٥              | ٣,٩٣            | ٨ | التجريبية |             |                          |

الجدول (٤) المتوسطات الحسابية لقياس القبلي على متغيرات الدراسه عند أفراد المجموعتين التجريبيه والضابطه في العمر، الوزن، الطول.

| مستوى الدلاله | T       | الانحراف | المتوسط | ن | المجموعه  | المتغيرات |
|---------------|---------|----------|---------|---|-----------|-----------|
| ٠,٥٦٦٠        | ٠,٥٨١٠  | ٠,٦١٧٢١  | ١٢,٦٦٦٧ | ٨ | الضابطه   | العمر     |
|               |         | ٠,٦٣٩٩٤  | ١٢,٥٣٣٣ | ٨ | التجريبية |           |
| ٠,٦٣٨٠        | -٠,٤٧٦٠ | ٠,٦٣٦٦   | ١,٤٧٦٧  | ٨ | الضابطه   | الطول     |
|               |         | ٠,٨١٠٢   | ١,٤٨٩٣  | ٨ | التجريبية |           |
| ٠,٣٦٤٠        | -٠,٩٢٢٠ | ٧,١١٤٢٤  | ٣٧,٦٦٦٧ | ٨ | الضابطه   | الوزن     |
|               |         | ٦,٨١٥٠٠  | ٤٠,٠١٢٩ | ٨ | التجريبية |           |

٣-٧-٢ المنهج التدريبي:

البرنامج التدريبي المقترح: تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح من قبل الباحث مده ثمان أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تدريبيه اسبوعيا للمجموعه التجريبية (\*). اما افراد المجموعه الضابطه فقد تم تدريبهم بالطريقه التقليديه لنفس المده (٨) أسابيع وبواقع (٣) وحدات اسبوعيا.

### ٣-٤ الاختبارات البعديه :

بعد الانتهاء من التطبيق للبرنامج المقترح والذي امتد لمدته (٨) اسابيع اجري الباحث الاختبارات البعديه في الفتره الواقعه بين (٢٦ / ٥ / ٢٠٢١ - ٢٨ / ٥ / ٢٠٢١) وقد طبقت الاختبارات في نفس الظروف وضمن نفس شكله الاختبارات القبليه تماما.

### ٢-٨ المعالجات الإحصائية :

من اجل معالجه البيانات استخدم الباحث البرنامج الاحصائي (spss) وذلك من اجل المعالجات الإحصائية لنتائج البحث:

### ٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

استخدم الباحث المتوسطات الحسابيه والانحرافات المعياريه ، واختبار (test-t) للاختبارات المهاريه الجري بالكره في خط متعرج، ركل الكره لا بعد مسافه ، التنطط بالكره ، دقه التصويب، دقه التمرير بين القياسين القبلي والبعدي والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) المتوسطات الحسابيه والانحرافات المعياريه والنسبه المئويه للقياس القبلي والبعدي في الاختبارات المهاريه للمجموعه

| ت  | المتغيرات              | وحده القياس | القياس القبلي ن=٨ |          | القياس البعدي ن=٨ |          | قيمته ت | مستوى الدلاله | النسبه المئويه |
|----|------------------------|-------------|-------------------|----------|-------------------|----------|---------|---------------|----------------|
|    |                        |             | المتوسط           | الانحراف | المتوسط           | الانحراف |         |               |                |
| ١  | الجري المتعرج بالكره   | زمن/ث       | ٢٩,٤٩             | ٤,١٢     | ٢٣,٧٤             | ١,٤٦     | ٥,٠٩    | ٠,٠٠          | -١٩,٤٩         |
| ٢  | ركل الكره لا بعد مسافه | مسافه       | ١٣,٨٢             | ٥,٩٦     | ٢٠,٣٨             | ٣,٨٧     | ٣,٥٧    | ٠,٠١          | ٤٧,٤٦          |
| ٣  | التنطط بالكره          | تكرار       | ٣٩٣               | ١,٧١     | ١٩,٠٦             | ١٨,١٩    | ٣,٢٠    | ٠,٠٣          | ٣٨٤,٩٨         |
| ٤  | التصويب                | درجه        | ٠,٨٦              | ٠,٧٤     | ١,٨٦              | ١,١٨     | ٢,٧٦    | ٠,٠١          | ١١٦,٢٧         |
| أ٥ | دقه التمرير            | زمن         | ١٤,٤٦             | ١,٧٨     | ١٣,١٩             | ١,١٠     | ٢,٣٤    | ٠,٠٢          | -٨,٧٨          |
| ب٥ | دقه التمرير            | درجه        | ٠,٧٣              | ٠,٩٦     | ١,٨٠              | ١,١٤     | ٢,٧٦    | ٠,٠١          | ١٤٦,٥٧         |

ت الجدوليه = (٢,١٤)

جدول (٦) المتوسطات الحسابيه والانحرافات المعياريه للقياس القبلي والبعدي في الاختبارات المهاريه

للمجموعه الضابطه وقيمه (ت) المحسوبه

| ت  | المتغيرات              | وحده القياس | القياس القبلي |          | القياس البعدي |          | قيمته ت | مستوى الدلاله |
|----|------------------------|-------------|---------------|----------|---------------|----------|---------|---------------|
|    |                        |             | المتوسط       | الانحراف | المتوسط       | الانحراف |         |               |
| ١  | الجري المتعرج بالكره   | زمن/ث       | ٣٠,٢٢٠٠       | ٤,٤٤٧    | ٢٧,٦٥٤٠       | ٣,٧٩٠٦٣  | ١,٧٠١   | ٠,١٠٠         |
| ٢  | ركل الكره لا بعد مسافه | مسافه       | ١٥,٠٢٦٧       | ٧,٠١٢    | ١٧,٥٢٠٧       | ٣,٥٧٤٧١  | -١,٢٢٧  | ٠,٢٣٠         |
| ٣  | التنطط بالكره          | تكرار       | ٣,٢٦٦٧        | ١,٧٥١    | ٥,٥٣٣٣        | ٣,٥٨٣٠٣  | -٢,٢٠١  | ٠,٣٦          |
| ٤  | التصويب                | درجه        | ٠,٧٧٤         | ٠,٨٠٠    | ١,٦٠٠٠        | ٠,٩١٠٢٦  | -٢,٥٩٢  | ٠,١٥          |
| أ٥ | دقه التمرير            | زمن/ث       | ١٤,٣٣٦٠       | ١,٩٤١    | ١٢,٩٢٨٧       | ١,٤٧٤٢١  | ١,٧١٦   | ٠,٦٤٧         |

|       |        |        |         |        |       |      |             |      |
|-------|--------|--------|---------|--------|-------|------|-------------|------|
| ٠,٥٥٨ | -٠,٥٩٣ | ١,٢٦٦٧ | ٠,٩٦١١٥ | ١,٠٦٦٧ | ٠,٨٨٣ | درجة | دقه التمرير | هـ ب |
|-------|--------|--------|---------|--------|-------|------|-------------|------|

ت الجدوليه = (٢,١٤)

جدول (٧) المتوسطات الحسابيه والانحراف المعياري وقيمه (ت) في المستوى المهاري للقدم غير المميزه لدى

افراد المجموعتين التجريبيه والضابطه في القياس البعدي

| ت    | المتغيرات              | وحده القياس | التجريبيه ن=٨ |          | الضابطه ن=٨ |          | قيمه ت | مستوى الدلاله |
|------|------------------------|-------------|---------------|----------|-------------|----------|--------|---------------|
|      |                        |             | المتوسط       | الانحراف | المتوسط     | الانحراف |        |               |
| ١    | الجري المتعرج بالكره   | زمن/ث       | ٢٣,٧٤         | ١,٤٦     | ٢٧,٦٥       | ٣,٧٩     | ٣,٣٠   | ٠,٠١          |
| ٢    | ركل الكره لا بعد مسافه | متر         | ٢٠,٣٨         | ٣,٨٧     | ١٧,٥٢       | ٣,٥٧     | ٢,٥٠   | ٠,٠٤          |
| ٣    | التنطيط بالكره         | مره         | ١٩,٠٦         | ١٨,١٩    | ٥,٥٣        | ٣,٥٨     | ٢,٨٢   | ٠,٠٠          |
| ٤    | التصويب                | اهداف       | ١,٨٦          | ١,١٨     | ١,٦٦        | ٠,٨٩     | ٢,٧٦   | ٠,٠١          |
| ١٥   | دقه التمرير            | زمن/ث       | ١٢,٩٣         | ١,٠٤     | ١٢,٩٦       | ١,٤٧     | ٠,٠١   | ٠,٩٨          |
| هـ ب | دقه التمرير            | اهداف       | ١,٨٠          | ١,١٤     | ١,٢٦        | ٠,٩٦     | ٢,٧٦   | ٠,٠١          |

ت الجدوليه = ٢,٢١

١-٣ مناقشه النتائج:

الدراسه الحاليه اتفقت مع كل من دراسه ( ابو العمايم, ٢٠٠٤), عبد البر (١٩٨٥), (عبد الحفيظ) (١٩٧٦) والتي اجمعت على ان البرامج التدريبيه المنظمه وفق أسس علميه تعمل على تطوير المستوى لدى افراد المجموعه التجريبيه كما ان الخضوع لبرنامج تدريبي مقنن لمدته (٨) اسابيع يمكن ان يؤدي إلى تقدم وتحسن ايجابي في المتغيرات التي يتضمنها البرنامج التدريبي.

واظهرت النتائج من خلال جدول رقم (٦) أنه يوجد فروق ذات دلالة احصائيه في متوسطات الاختبارات المهاريه ما بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في المتغيرات المهاريه موضع الدراسه , حيث يلاحظ ان تقدما واضحا وملموسا قد حصل على افراد المجموعه التجريبيه الخاضعه للبرنامج التدريبي المقترح, بمعنى ان البرنامج التدريبي المقترح قد حقق تطورا وتقدما لدى افراد المجموعه التجريبيه في جميع المتغيرات المهاريه قيد الدراسه . ومن خلال استعراض الجدول رقم (٦) نلاحظ ان المتوسط الحسابي لاختبار الجري بالكره في خط متعرج انخفض من (٢٩,٤) ث إلى (٢٣,٧) ث وان قيمه (ت) المحسوبه بلغت (٥,٠٩) ومستوى الدلاله (٠,٠٠) وهذه القيمه تعتبر داله احصائيه عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائيه بين القياسين القبلي والبعدي في اختبار الجري بالكره في خط متعرج ولصالح البعدي, حيث وصلت نسبه التغير (١٩,٤٩-%).

اما فيما يتعلق في اختبار ركل الكره البعد مسافه ارتفع المتوسط الحسابي من (١٣,٩) م إلى (٢٠,٤) م وان قيمه (ت) المحسوبه بلغت (٣,٧٥) ومستوى الدلاله (٠,٠١) , وهذه القيمه تعتبر داله احصائيه عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائيه بين القياسين القبلي والبعدي في اختبار ركل الكره لا بعد مسافه ولصالح البعدي, حيث وصلت نسبه التغير (٤٧,٤٦%) اما فيما يتعلق في اختبار السيطرة على الكره (التنطيط) فقد ارتفع المتوسط الحسابي من (٣,٩) مره إلى (١٩,٠) مره , وان قيمه (ت) المحسوبه بلغت (٣,٢٠) ومستوى الدلاله كانت (٠,٠٣) وهذه القيمه تعتبر داله احصائيه عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) مما يعني وجود فروق ذات

دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي في إختبار السيطره على الكره (التنطيط) ولصالح البعدي، حيث وصل نسبه التغير إلى (٣٨٤,٩٨%).

اما في إختبار دقه التصويب فقد ارتفع المتوسط الحسابي من (٠,٨) إلى (١,٨) وان قيمه (ت) المحسوبه بلغت (٢,٧٦) ومستوى دلالة (٠,٠١) وهذه القيمه تعتبر داله احصائيه عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائيه بين القياسين القبلي والبعدي في إختبار دقه التصويب ولصالح البعدي. حيث وصل نسبه التغير إلى (١١٦,٢٧%). اما فيما يتعلق في إختبار دقه التميرير فقد انخفض المتوسط الحسابي الزمن من (١٤,٤) ث إلى (١٣,١) ث وان قيمه ت بلغت (٣٤,٢) ومستوى دلالة (٠,٠٢) وهذه القيمه تعتبر داله احصائيه عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائيه بين القياسين القبلي والبعدي في إختبار مختار لدقه التميرير من حيث الزمن ولصالح البعدي. حيث وصل نسبه التغير إلى (٨,٧٨%) اما من حيث عدد الأهداف فقد ارتفع المتوسط الحسابي من (٠,٧٣) إلى (١,٨٦١) وان قيمه (ت) المحسوبه بلغت (٢,٧٦) ومستوى دلالة (٠,٠١) وهذه القيمه تعتبر داله احصائيه عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائيه بين القياسين القبلي والبعدي في إختبار مختار لدقه التميرير من حيث عدد الأهداف ولصالح البعدي. حيث وصل نسبه التغير إلى (١٤٦,٥٧%). ويعزو الباحث سبب ذلك إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح لكونه معتمدا وفيه مراعا للفروق الفرديه ، وتوزيع فترات التدريب، واستخدام الأدوات والتمارين المركبه والتنافسيه . اظهرت النتائج من خلال الجدول رقم (٧) انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائيه في المتغيرات المهاريه لدى ناشئي كره القدم للصالات بين القياسين القبلي والبعدي عند افراد المجموعه الضابطه . حيث ان جميع قيم (ت) المحسوبه في جميع الاختبارات هي اقل من قيمه (ت) الجدوليه وان جميع مستوى الدلاله لجميع قيم الاختبارات هي اكبر من مستوى الدلاله (٠,٠٥) وبالتالي فهي غير داله احصائيا. ومن خلال استعراض جدول رقم (٧) نلاحظ ان المتوسط الحسابي لاختبار الجري في الكره في خط متعرج فقد انخفض من (٣٠,٢) ث إلى (٢٧,٦) ث وان قيم (ت) المحسوبه بلغت (١,٧٠) ومستوى الدلاله بلغ (٠,١٠) وهذه القيمه تعتبر غير داله احصائيا عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) مما يعني انه ال توجد فروق ذات دلالة احصائيه بين القياس القبلي والبعدي في إختبار الجري في الكره في خط متعرج. اما فيما يتعلق في إختبار ركل الكره البعد مسافه ارتفع المتوسط الحسابي من (١٥,٠) م إلى (١٧,٠) م وان قيمه (ت) بلغت (١,٢٢) -) ومستوى الدلاله كانت (٠,٢٣) وهذه القيمه تعتبر غير داله احصائيا عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) مما يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائيه بين القياس القبلي والبعدي في إختبار ركل الكره البعد مسافه .

اما في إختبار التحكم في الكره (تنطيط) فقد ارتفع المتوسط الحسابي من (٣,٢) مره إلى (٥,٥) مره وان قيمه (ت) المحسوبه قد وصلت إلى (٢,٢٠) -) ومستوى الدلاله كانت (٠,٣٦) وهذه القيمه تعتبر غير داله احصائيا عند مستوى الدلاله (٠,٠٥) مما يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائيه بين القياس القبلي والبعدي في إختبار التحكم في الكره (التنطيط). وفي إختبار دقه التصويب على المرمى فقد ارتفع المتوسط الحسابي من (٠,٨٠) إلى (١,٦٠) وان قيمه (ت) قد وصلت إلى (٢,٥٩) -) ومستوى الدلاله كانت (٠,١٥) وهذه القيمه تعتبر غير داله احصائيا عند مستوى الدلاله (١٥,١) مما يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائيه بين القياس القبلي والبعدي في إختبار دقه التصويب على المرمى. اما فيما يتعلق في إختبار مختار لدقه التميرير فمن حيث الزمن فقد انخفض

المتوسط الحسابي من (١٤,٣) إلى (١٢,٩) وان قيمه ت بلغت (١,٧) ومستوى الدلالة بلغت (٠,٦٤) وهذه القيمة تعتبر غير داله احصائيا عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في إختبار مختار لدقه التمرير من حيث الزمن. اما من حيث عدد الأهداف فقد ارتفع المتوسط الحسابي من (١,٠٦) إلى (١,٢٦) وان قيمه (ت) المحسوبة بلغت (-٠,٥٩) ومستوى الدلالة كانت (٠,٠٥) وهذه القيمة تعتبر غير داله احصائيا عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي في إختبار مختار لدقه التمرير من حيث عدد الأهداف. ومن خلال عرض الجدول رقم (٧) يتبين ان هناك فروقا داله احصائيا بين المجموعتين التجريبيه والضابطه في الاختبار البعدي ولصالح افراد المجموعه التجريبيه في جميع المهارات الأساسيه قيد الدراسه ، ما عدا إختبار مختار لدقه التمرير من حيث الزمن، ويرى الباحث ان هذا التطور ناتج عن تأثير البرنامج وذلك بسبب الانتظام والاستمرار في التدريب العلمي السليم. ويتضح مما سبق ان الهدف الرئيسي من الدراسه قد تحقق، وتم التعرف إلى أثر البرنامج التدريبي المقترح على تنميه بعض المهارات الأساسيه للقدم غير المميزه لدى ناشئي كره القدم. كما اظهرت النتائج الجدوليه لبيانات الدراسه التقدم الملحوظ لدى افراد المجموعه التجريبيه ، وتميزهم على المجموعه الضابطه في معظم متغيرات الدراسه ، وهذا مؤشر حقيقي على فاعليه البرنامج التدريبي المقترح على المجموعه التجريبيه .

#### ٤- الاستنتاجات والتوصيات:

##### ٤-١ الاستنتاجات:

في ضوء نتائج الدراسه ومناقشتها يمكن استنتاج الآتي:

- ١- البرنامج التدريبي المقترح لمدته ثمانية اسابيع، وبمعدل ثلاث وحدات تدريبيه ، له تأثير ايجابي ذو دلالة احصائية على تطوير المتغيرات المهاريه الجري بالكره في خط متعرج، ركل الكره البعد مسافه ، تنطيط الكره ، دقه التصويب ، دقه التمرير.
- ٢- اظهرت الدراسه ان نتائج الاختبارات على المجموعه التجريبيه كانت ذات فاعليه في الاختبارات البعديه ، وهذا يدل على ان البرنامج التدريبي المقترح قد كان ذات فاعليه في تنميه وتطوير المتغيرات المهاريه لناشئي كره القدم للصالات.
- ٣- اظهرت الدراسه ان المجموعه التجريبيه قد تفوقت على المجموعه الضابطه في معظم وكافه المتغيرات المهاريه الجري بالكره في خط متعرج، ركل الكره البعد مسافه ، تنطيط الكره ، دقه التصويب، دقه التمرير من حيث عدد الأهداف، الا ان اختبار دقه التمرير لم يحدث تحسن من حيث الزمن.

##### ٤-٢ التوصيات: في ضوء اهداف الدراسه ونتائجها يوصي الباحث بالتوصيات الآتيه :

- ١- استخدام البرنامج التدريبي للقدم غير المميزه في المراحل العمرية المبكره .
- ٢- وضع البرامج التدريبيه المقننه لما لها من فائده في رفع المستوى المهاري للاعبين.

٣- ضرورة اهتمام مدربي كرة القدم خاصة بتدريب الطرفين حرصا على الاستفادة من انتقال أثر التدريب المتبادل من طرف لآخر.

#### المصادر والمراجع

- ١- ابراهيم، مفتي: الجديد في الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، دار الفكر العربي القاهرة ١٩٩٤.
- ٢- ابو العمايم، احمد، بسيوني، احمد. (٢٠٠٤) تأثير برنامج تدريبي مهاري للقدم غير المميزه على تحسين مستوى اداء بعض المهارات الأساسية لناشئ كرة القدم، رساله ماجستير غير منشوره ، كلية التربية الرياضية للبنين، الإسكندرية .
- ٣- الوحش محمد، و ابراهيم مفتي: اساسيات كرة القدم، ط١، دار عالم المعرفة ، القاهرة ١٩٩٤.
- ٤- بطارسه ، صالح: أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المتغيرات البدنيه والوظيفيه لدى ناشئي كرة اليد في الأردن، رساله ماجستير، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية ، عمان، الأردن، ١٩٩٢.
- ٥- البياتي ماهر، يوسف فارس: تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض القدرات البدنيه وبعض المهارات الاساسيه بكره القدم، مجله التربية الرياضييه ، العدد ١٣(١) ٢٥٩. جامعه حلوان، ٢٠٠٤.
- ٦- الصفار، سامي: كرة القدم، كتاب منهجي لطالب الصف الثامن، كلية التربية الرياضييه ، مؤسسه دار الكتب للطباعه والنشر جامعه الموصل، ١٩٨١.
- ٧- عبد البر، فوقيه ، حسن. (١٩٨٥) أثر تدريب اليد غير المدرب على كفاءه اليد المدرب على الارسال في كره الطائره. المؤتمر الدولي للرياضه للجميع في الدول الناميه ، ١/٢ يناير.
- ٨- عبد الحفيظ، وفاء، صالح الدين. (١٩٧٦) أثر تدريب اليد غير المدرب في تقدم كفاءه اليد المدرب في كره اسله. رساله ماجستير غير منشوره ، القاهرة ..
- ٩- محمود، موفق اسعد: التعلم والمهارات الاساسيه في كره القدم، ط١، دار دجله ، عمان، ٢٠٠٨.
- ١٠- مختار، حنفي: الاسسس العلميه في تدريب كره القدم، دار الفكر العربي، مصر، ١٩٧٧.