

تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات المواقف التنافسية على
مستوى اداء التصويب المتنوع على المرمى لناشئي كرة القدم بدولة الكويت
* عبد الله على مندني

المقدمة ومشكلة البحث :

يتفق كلا من "عادل عبد البصير" (١٩٩٢م) "السيد عبد المقصود" (١٩٩٤م) "حسن علاوي" (١٩٩٤م) "عصام عبد الخالق" (٢٠٠٥م) "سمر مصطفى" (٢٠٠٣م) على أن التدريبات التنافسية هي أداء الحركات طبقاً للقوانين المحددة لممارسة نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه الفرد، وتتميز التدريبات التنافسية من حيث أنها تثير في النفس الدافعية نحو المثابرة وبذل الجهد وعامل التشويق وتعمل على تقوية العضلات العاملة في نوع النشاط التخصصي وتسهم في تنمية مختلف السمات الإرادية الخاصة اللازمة للناشئ، وأيضاً لها دوراً هاماً في كل مراحل الموسم التدريبي لمختلف الأنشطة وأن تأثيرها يكون فعالاً عندما ترتبط مع متطلبات المنافسة لأنها وسيلة هامة ذات متطلبات متعددة لمكونات الحالة التدريبية، كما ترفع من مستوى كفاءة الأداء المتكامل للاعب وتصل به إلى الحالة العالية بحيث تؤدي تحت مختلف الظروف. (٣٧: ٦) (١٧: ١٠٥) (٥٤: ١٠٥) (٤٠: ١٥٩) (٣٣: ٣٤)

ويضيف "عصام الدين عبد الخالق" (١٩٩٩م) الى انه يمكن تنظيم هذا النوع من التدريبات التنافسية بحيث تكون ظروفه اصعب من ظروف المنافسة ذاتها فمثلاً يمكن التدريب على ملعب اصغر من الملعب القانوني بهدف تطوير مستوى الرشاقة وسرعة رد الفعل والارتقاء بمستوى اداء المباراة وهذا النوع من التدريب يشابه مع المباراة الا انه يختلف عنها في بعض خصائص الاداء اذ ان الهدف الرئيسي منه هو التدريب وكمثال لهذا النوع من التدريب على التكوينات الثابتة او بعض الجمل الخطية. (٤٠: ١٠٥)

كما يذكر ايهاب صلاح (٢٠٠١م) تمرينات تشبه ما يحدث في المباراة من الناحية الهجومية والدفاعية حتى يتمكنوا من التنفيذ الجيد لواجباتهم الخطية المطلوبة منهم أثناء المباريات وأهمية الابتكار الخطي ليفاجئ لاعبي الفريق المنافس بأداءات مهارية وخطية غير متوقعة سبق التدريب عليها بأداء يشبه ما يحدث أثناء المنافسة. (٢٠: ٥)

وفي دراسة مصبح عبد العاطي (٢٠٠٧م) أشار إلى ضرورة اهتمام المدربين بالتدريب على التصويب على المرمى لما لهذا الأداء من أهمية بالغة في إحراز الأهداف والتأثير على نتيجة المباراة. وكذلك الاهتمام بضرب الكرة بالرأس. (٣٠: ٧٣)

ويذكر عادل عبد الحميد (٢٠٠٤م) أن التكتيك الهجومي للفريق يعتمد بدرجة كبيرة على الإمكانيات الفردية والتي تعتبر أساسا هاما للتعاون فيما بين لاعبي الفريق والذي يشترط اندماج التحركات الفردية في الأداء الجماعي للفريق وهذه الوسائل التي ينفذ بها التكتيك الفردي الهجومي (خطط الهجوم الفردي) هي الجري بالكرة والمراوغة والتمرير والتصويب.(١٩:٤٥)

ومن خلال إطلاع الباحث على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة في هذا المجال مثل دراسة "ابراهيم عيسى" (١٩٩٤م) (١) "احمد ممدوح" (٢٠٠١م) (٥) "اسلام مسعد" (٢٠٠٧م) (٧) "امر اللثة" (١٩٩٦م) (٨) "جمال اسماعيل ومنير عابدين" (٢٠٠٤م) (١٣) "حنفي مختار" (١٩٩٠م) (٢٣) "رابحة محمد" (١٩٩٦م) (٢٥) "سامي محمد" (٢٠٠٧م) (٢٨) "عبد الباسط محمد" (٢٠٠٤م) (٤٢) "تهاد ابراهيم" (١٩٨٦م) (٨١) فقد بدا واضحا افتقار المجال العلمي والتطبيقي لمشكلات تتعلق بكيفية إتاحة الفرصة لعلاج هذه المشكلة - على حد علم الباحث- مما استرعى اهتمام الباحث إلى إجراء هذا البحث كمحاولة للتعرف على تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات المواقف التنافسية على مستوى أداء التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي لدى ناشئي كرة القدم بدولة الكويت.

هدف البحث: يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تدريبات المواقف التنافسية على مستوى أداء التصويب المتنوع على المرمى لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت.

فروض البحث:

١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات القياسين القبلة والبينية والبعده في مستوى أداء التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي لدى ناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت (العينة قيد البحث) ولصالح القياسات البعيدة.

إجراءات البحث

* **منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج التجريبي لملامته لطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بطريقة القياس (القبلي - البيني - البعدي)

* **مجتمع البحث:** يمثل مجتمع البحث ناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة بالأندية والمسجلين بالاتحاد الكويتي لكرة القدم للموسم الرياضي ٢٠١٦م/٢٠١٧م

* **عينة البحث:** اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث من ناشئي كرة القدم تحت (١٦ سنة) ممثلة في نادي الصليبخات الرياضي، وبلغ حجم العينة الكلي قبل إجراء التجربة الأساسية (٢٨) ناشئا ، وقد تم استبعاد بعض الناشئين من عينة البحث الأساسية وعددهم (٨) ناشئين منهم (٣) حراس مرمى و (٢) للإصابة و (٣) لعدم انتظامهم في القياسات القبليّة، بالإضافة (١٠) ناشئين من (نادي الجهراء

الرياضي) من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، وكذلك (١٠) ناشئا من (نادي حولي الرياضي) تحت ١٩ سنة لإجراء الدراسات الاستطلاعية ، ويوضح جدول رقم (١) تصنيف عينة البحث. **متغيرات البحث:** تم تحديد متغيرات البحث وفقا للقراءات النظرية والدراسات السابقة المتخصصة في هذا المجال وذلك لتحديد المتغيرات البدنية والمهارية (قيد البحث) ثم تم عرض ذلك علي الخبراء مرفق (٢) وقد تم التوصل إلي الأتي:

-**البرنامج التدريب المقترح:** تمثلت تدريبات المواقف التنافسية محتوى للبرنامج التدريبي المقترح

-**المتغيرات المهارية:** تمثلت في مهارة التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي واشتملت على الاختبارات الآتية: (- اختبار التصويب من الثبات في وجود حائط مواجه- اختبار التصويب مواجه من المحاورة- اختبار التصويب مواجه من كرة متدرجة- اختبار التصويب مواجه لكرة مرتدة من تمرير مواجه- اختبار التصويب مواجه من كرة عالية مباشرة.

أدوات جمع البيانات :

أولاً: الأجهزة والأدوات:

أ- الأجهزة المستخدمة في البحث.

- جهاز الرستاميتير لقياس ارتفاع القامة. - ميزان طبي معايير لقياس الوزن.

- ساعة إيقاف. - ملعب كرة قدم. - شريط قياس.

ب- الأدوات المستخدمة في البحث.

- كرات كرة قدم قانونية. - صولجان خشبي.

- أقماع تدريب بارتفاع ٥٠ سم. - مقاعد سويدية وعارضات التوازن.

- عدد (٢) مرمى صغير. - شاخص بعرض ٦٠سم وارتفاع ١٥٠سم

ثانياً: المسح المرجعي: قام الباحث بإجراء المسح المرجعي- في حدود ما توفر لديه - من المراجع العلمية والدراسات المرجعية المتخصصة في هذا المجال وذلك (بهدف تحديد القدرات التوافقية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) ومرفق (٣) يوضح ما توصل إليه الباحث.

- كما قام الباحث بتحليل محتوى بعض الدراسات السابقة والدوريات العلمية المتخصصة في هذا المجال التي تناولت قياس القدرات التوافقية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) و التي تم التوصل إليها سابقا لتحديد الاختبارات التي تقيس تلك القدرات التوافقية وعرضها على الخبراء مرفق (١) ومرفق (٤) يوضح ما توصل إليه الباحث

ثالثاً: استمارات الاستبيان.

- استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد مدي مناسبة الاختبارات البدنية والمهارية التي تقيس القدرات

- التوافقية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) و متغيرات البرنامج التدريبي المقترح مرفق(١) و يوضح مرفق(٤) ما توصل إليه الباحث.

الاختبارات المستخدمة:

بعد المسح المرجعي للبحوث والمراجع العلمية المرتبطة بالدراسة الحالية واستطلاع رأي الخبراء مرفق(٢) في مدي مناسبة الاختبارات التي تقيس التصويب المتنوع على المرمى المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت مرفق(١)

الدراسات الاستطلاعية :

- الدراسة الاستطلاعية الأولى : أجرى الباحث الدراسة الاستطلاعية الأولى على مرحلتين كما يلي:

١- المرحلة الأولى من الدراسة الاستطلاعية: أجريت في الفترة من ٢٠١٦/٥/١٩م إلى ٢٠١٦/٥/٢١م على عينة من ناشئي كرة القدم تحت (١٦ سنة) وقد بلغت (١٠ ناشئين) من نادي الجهراء الرياضي وهي من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن :

- التأكد من صلاحية الأدوات والاجهزة المستخدمة في الاختبارات وترتيب أداءها والتعرف على مقدار الوقت الذي تستغرقه الاختبارات ومراعاة فترات الراحة بينهم.

- التأكد من استيعاب المساعدين لكيفية إجراء الاختبارات وصلاحية استمارات تسجيل البيانات.

٢- المرحلة الثانية من الدراسة الاستطلاعية : أجريت في الفترة من ٢٠١٦/٥/٢٣م إلى ٢٠١٦/٥/٣٠م واستهدف الباحث من هذه المرحلة إجراء المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث للتأكد من صدق و ثبات تلك الاختبارات.

صدق الاختبارات : لإيجاد صدق الاختبارات فقد استخدم الباحث صدق التمايز من خلال تطبيق الاختبارات (قيد البحث) على مجموعة مميزة من اللاعبين بنادي الجهراء تحت ١٩ سنة ، وبلغ عددهم (١٠) لاعبين ومجموعة غير مميزة من اللاعبين تحت ١٦ سنة وممثلين لنفس عينة البحث من نادي حولي الرياضي وبلغ عددهم (١٠) لاعبين ، ثم قام الباحث بحساب دلالة الفروق بين المجموعتين للتأكد من صدق الاختبارات في التمييز بين اللاعبين كما هو موضح بمرفق (٣)

معامل الثبات : لإيجاد معامل الثبات للاختبارات (قيد البحث) استخدم الباحث طريقة التطبيق وإعادة التطبيق Test Retest لحساب الثبات، حيث تم تطبيق الاختبارات على مجموعة من اللاعبين بنادي حولي الرياضي عينة الدراسة الاستطلاعية تحت ١٦ سنة وبلغ عددهم (١٠) لاعبين، وقد اعتبر الباحث نتائج الاختبارات الخاصة بالصدق للمجموعة غير المميزة بمثابة التطبيق الأول ، وتم إعادة التطبيق بعد مرور أسبوع من التطبيق الأول على نفس المجموعة وفي نفس ظروف التطبيق الأول تقريبا ، ثم تم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين كما هو موضح بمرفق(٣).

-تجانس عينة البحث : وقد قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث في بعض المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير التجريبي مثل متغيرات النمو(السن-الطول-الوزن-العمر التدريبي-الذكاء) و القدرات التوافقية(قيد البحث) والمتغيرات المهارية (التصويب) (قيد البحث) كما هو موضح بجدول(٥)(٦).

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأفراد عينة البحث في السن والطول والوزن والعمر التدريبي والذكاء

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	الوسيط	المدى	التفاح	الخطأ المعياري
السن	١٥.٠٣	0.648	0.554	15.00	2.00	-0.279	0.145
الطول	١٧٠.٨٠٠	2.049	0.231	170.00	7.00	-0.718	0.458
الوزن	٥٩.٠٠	1.256	0.390	59.00	6.00	2.198	0.281
العمر التدريبي	٣.٠٢	0.648	0.510	3.00	2.00	-0.279	0.145
الذكاء	٣٥.١٢	0.788	0.531	36.00	3.00	0.490	0.176

يتضح من جدول(٥) تجانس أفراد عينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبي والذكاء حيث أن معامل الالتواء يقع بين 3^- ، 3^+ وهو في حدود المنحنى الطبيعي.

جدول (٦)

تجانس عينة البحث في الاختبارات المختارة (قيد البحث)

ن = ٢٠

المتغيرات	القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	التفاح	المدى	الخطأ المعياري
١-التصويب من الثبات في وجود حائط مواجه	القبلي	45.100	1.020	٤٥	-0.218	1.01	45.1	1.020
	البيني	55.750	0.638	٥٦	0.253	0.439	2	0.142
	أبعدي	66.600	0.523	٦٧	-0.442	2.018	1	0.112
٢-التصويب مواجه من المحاورة	القبلي	47.750	0.966	٤٨	-0.219	0.817	47.75	0.966
	البيني	58.600	0.598	٥٩	-1.245	0.783	2	0.133
	أبعدي	70.600	0.5026	٧١	-0.442	2.018	1	0.112
٣-التصويب مواجه من كرة متدرجة	القبلي	44.300	1.031	٤٤	-0.358	0.024	44.3	1.031
	البيني	57.400	0.502	٥٧	0.442	2.018	1	0.1124
	أبعدي	65.700	1.0311	٦٦	-0.282	2.123	5	0.230
٤-التصويب مواجه لكرة مرتدة من تمرير مواجه	القبلي	47.100 0	0.640	٤٧	-0.080	-0.25	47.1	0.640
	البيني	58.800	0.615	٥٩	0.12	0.207	2	0.137
	أبعدي	68.400	0.680	٦٨	-0.712	0.446	2	0.152
٥-التصويب مواجه من كرة عالية	القبلي	51.100	0.718	٥١	-0.152	-0.88	51.1	0.718
	البيني	59.600	0.994	٥٥	0.585	0.533	4	0.222

الاختبارات المهارية (قيد البحث)

0.166	3	0.082	-0.151	٧٠	0.751	69.650	أبعدي	مباشرة
0.065	0.207 4	- 0.367	-0.355	٠,٢١	0.065	0.207	القبلي	٦-تصويب الكرة بالرأس في جزء محدد من المرمى
0.105	1	- 1.966	0.316	١٢,٥	0.470	1.450	البيني	
0.176	2	- 1.308	0.186	٢	0.788	1.900	أبعدي	

يتضح من جدول (٦) تجانس أفراد عينة البحث في الاختبارات المهارية (قيد البحث) حيث أن معامل الالتواء يقع بين $3+$ ، $3-$ وهو في حدود المنحنى الطبيعي

- الدراسة الاستطلاعية الثانية : أجريت في الفترة من ٢٠١٦/٦/١٥م إلى ٢٠١٦/٦/١٧م وأستهدف الباحث من هذه الدراسة الوقوف على جوانب تنفيذ وتطبيق البرنامج التدريبي المقترح من حيث أزمته التدريب وعدد التكرار المناسبة لكل تدريب وكذلك الزمن المناسب للوحدات اليومية ، حيث تمت تجربة الأسبوع الأول من البرنامج المقترح ، وأشارت نتائج الدراسة إلى :

١ - تثبيت زمن التطبيق اليومي لتجربة البحث ب(٢٨ق) من إجمالي زمن الجزء الرئيسي لوحدة التدريب اليومية.

- البرنامج التدريبي المقترح : قبل وضع البرنامج التدريبي كان من الضروري تحديد هدف البرنامج والأسس إلى يجب إتباعها عند وضع البرنامج التدريبي المقترح .

أولاً : هدف البرنامج . يهدف البرنامج التدريبي الى التعرف على تأثيرها استخدام تدريبات المواقف التنافسية على مستوى أداء التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي للناشئين تحت ١٦ سنة.
ثانياً: معايير وضع البرنامج . من خلال تحليل الإطار المرجعي والدراسات السابقة في هذا المجال (٧)(٢٥)(٢٨)(٣٥)(٦٠)(٦٨)(١٠٢)(١٠٧)(١١٠)(١١٥)(١١٩)(١٢٠) فقد راعى الباحث عند وضع البرنامج الأسس الآتية :

٧- اختيار التدريبات التي تشبه ما يحدث في مواقف اللعب المختلفة أثناء المباريات.

٨- اختيار التدريبات التي ترتبط بالمواقف التنافسية والتي تعتمد على المشاركة في نجاح أداء مهارة التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي.

٩- تنفيذ التدريبات المختارة تحت ضغوط مختلفة.

١٠-مراعاة فترات الراحة البيئية بين التمرينات لأنه لا بد أن تكون حالة اللاعب هادئة عند تنفيذ التمرينات التوافقية، لأنه بحاجة لأن تكون لديه قدرة جيدة من التركيز لتكون التدريبات ذات تأثير جيد على الأداء

ثالثاً : محتوى البرنامج : من خلال إطلاع الباحث على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة المتخصصة في هذا المجال تمكن الباحث من حصر عدد من التدريبات الخاصة بالمواقف التنافسية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) كمحتوى للبرنامج التدريبي المقترح طبقاً لمتغيرات البحث.

- تم عرض التدريبات المختارة والمصنفة إلى خمس فئات طبقا للمواقف التنافسية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) والزمن الخاص بكل تدريب على مجموعة من الخبراء مرفق (١) وهي موضحة تفصيليا بمرفق (٨).

- رابعاً: **خصائص محتويات البرنامج:** اشتملت فترة تطبيق البرنامج على (٨) أسابيع متصلة خلال فترتي الأعداد الخاص والأعداد للمباريات من فترة الأعداد للموسم الرياضي ٢٠١٦ م / ٢٠١٧ م بواقع (٤) وحدات تدريبية في الأسبوع.

- تم تحديد زمن تطبيق محتويات تجربة البحث طبقاً لأراء الخبراء ب (٢٨ق) يومياً من الزمن الإجمالي للوحدة التدريبية اليومية .

- تم تثبيت زمن أداء التدريبات المختارة طبقاً لما سبق الإشارة إليه في الدراسة الاستطلاعية الثانية مع التغير في عدد مرات التكرار طبقاً لتقدم مستوى الناشئين عينة البحث في الأداء المهارى.
خطوات إجراء تجربة البحث:

القياسات القبليّة: قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة في الفترة من ٢٠١٦/٦/١٩م وحتى ٢٠١٦/٦/٢١م.

- **التجربة الأساسية:** قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي في صورته النهائية خلال فترة الأعداد الخاص والإعداد للمباريات وذلك في الفترة من ٢٣ / ٦ / ٢٠١٦م إلى ٧ / ٨ / ٢٠١٦م.

- **القياسات البينيّة:** تم إجراء القياسات البينيّة بعد الأسبوع الخامس في الفترة من ٢٠١٦/٧/٢١م إلى ٢٣ / ٧ / ٢٠١٦م وذلك بنفس شروط القياسات القبليّة.

القياسات البعديّة: قام الباحث بإجراء القياسات البعديّة بعد الانتهاء من البرنامج التدريبي على عينة البحث خلال الفترة من ٩ / ٨ / ٢٠٠٧م إلى ١١ / ٨ / ٢٠١٦م.

المعالجة الإحصائية: - المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار "ت" - الوسيط - معامل التقلطح - معامل الالتواء - معامل الارتباط - تحليل التباين - اختبار LSD.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج :

جدول (٧)

تحليل التباين بين نتائج قياسات البحث في اختبارات التصويب

المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي لدى الناشئين عينة البحث ن = ٢٠

المتغيرات	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموعة المربعات	متوسط المربعات	قيمة (ف)
التصويب من الثبات في وجود حائط مواجه	بين القياسات	2	46.226	23.113	* 40.724
	داخل القياسات	57	32.350	0.568	
التصويب مواجه من المحاورة	بين القياسات	2	52.256	26.128	* 50.742
	داخل القياسات	57	29.350	0.515	
التصويب مواجه من كرة متدحرجة	بين القياسات	2	46.564	23.282	* 29.360
	داخل القياسات	57	45.200	0.793	
التصويب مواجه لكرة مرتدة من تمرير مواجه	بين القياسات	2	45.516	22.758	* 54.504
	داخل القياسات	57	23.800	0.418	
التصويب مواجه من كرة عالية مباشرة	بين القياسات	2	34.490	17.245	* 25.107
	داخل القياسات	57	39.150	0.687	
تصويب الكرة بالرأس في جزء محدد من المرمى	بين القياسات	2	30.745	15.372	* 54.450
	داخل القياسات	57	16.092	0.282	

الاختبارات المهارية

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بدرجة حرية ٢ ، ٥٧ هي ٣,١٧

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات المتكررة للتصويب المتنوع على المرمى ، وحتى يتثنى معرفة الفروق لصالح أي من القياسات - تم حساب أقل فرق معنوي بين القياسات باستخدام اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D)

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطات قياسات التصويب المتنوع على المرمى

في الثلث الهجومي لدى الناشئين عينة البحث

دلالة الفروق بين المتوسطات			المتوسط الحسابي	القياسات	المتغيرات
أبعدي	البيني	القبلي			
*-٢١,٥٠	*-١٠,٦٥		45.100	القبلي	التصويب من الثبات في وجود حائط مواجه
*-١٠,٨٥			55.750	البيني	
			66.600	أبعدي	
*-٢٢,٨٥	*-١٠,٨٥		47.750	القبلي	التصويب مواجه من المحاورة
*-١٢,٠٠			58.600	البيني	
			70.600	أبعدي	
*-٢١,٤٠	*-١٣,١٠		44.300	القبلي	التصويب مواجه من كرة متدرجة
*-٨,٣٠٠			57.400	البيني	
			65.700	أبعدي	
*-٢١,٣٠	*-١١,٧٠		47.100	القبلي	التصويب مواجه لكرة مرتدة من تمرير مواجه
*-٩,٦٠			58.800	البيني	
			68.400	أبعدي	
*-١٨,٥٥	*-٨,٥٠		51.100	القبلي	التصويب مواجه من كرة عالية مباشرة
*-١٠,٥٠			59.600	البيني	
			69.650	أبعدي	
*-١,٦٩٢	*-١,٢٤٢		0.207	القبلي	تصويب الكرة بالرأس في جزء محدد من المرمى
*-١,٤٥٠			1.450	البيني	
			1.900	أبعدي	

الاختبارات المهارية

(*) دالة عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من جدول (٨) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات المتكررة لاختبارات التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي بين القياسات البينية عن القياسات القبلية في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج ولصالح القياسات البينية ، وكذلك بين القياسات البينية والقياسات أبعديه في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج و لصالح القياسات أبعديه.

جدول (٩)

معدل التحسن الحادث لنتائج قياسات التصويب المتنوع على المرمى في
الثلاث الهجومي لدى الناشئين عينة البحث

معدلات التحسن			وحدة القياس	المتغيرات	الاختبارات المهارية
البعدي عن البيني	البعدي عن القبلي	البيني عن القبلي			
19.461	47.671	23.614	درجة	التصويب من الثبات في وجود حائط مواجه	
20.477	47.853	22.722	درجة	التصويب مواجه من المحاورة	
14.459	48.307	29.571	درجة	التصويب مواجه من كرة متدرجة	
16.326	45.222	24.840	درجة	التصويب مواجه لكرة مرتدة من تمرير مواجه	
16.862	36.301	16.634	درجة	التصويب مواجه من كرة عالية مباشرة	
31.034	81.610	59.913	درجة	تصويب الكرة بالرأس في جزء محدد من المرمى	

يتضح من جدول (٩) أن مقدار النسبة المئوية لمعدلات التحسن الحادث بين القياسات القبالية والبعديه في التصويب المتنوع في الثلاث الهجومي لكل اختبار على حدة وقد تراوحت تلك النسب ما بين (٣٥٩,٩١-١٦,٦٣٤) بالنسبة للقياس البيني عن القبلي ولصالح القياس البيني، وتراوحت ما بين (٨١,٦١٠-٣٦,٣٠١) بالنسبة للقياس ألبعدي عن القياس القبلي ولصالح القياس ألبعدي، وتراوحت ما بين (٣١,٠٣٤-١٤,٤٥٩) بالنسبة للقياس ألبيني عن القياس ألبعدي ولصالح القياس ألبعدي.

ثانياً: مناقشة النتائج.

أظهرت البيانات التي تضمنتها الجدول أرقام (٨)(٩) أن هناك فروقا دالة إحصائيا بين نتائج جميع القياسات المتكررة أثناء البرنامج، حيث أظهرت دلالة الفروق بين المتوسطات عن وجود فروق دالة إحصائيا لصالح القياس ألبعدي عند مقارنته بالقياس القبلي أو القياس البيني في ارتفاع مستوى اللاعبين في القدرات التوافقية، ويعزى الباحث هذه الفروق إلى البرنامج التدريبي المقترح والذي احتوى على مجموعة من تدريبات المواقف التنافسية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) والتي تأثرت بالمتغيرات الموجودة داخل البرنامج مما يعمل على التحسن المستمر في الأداء المهاري والتي أثرت بدورها على مستوى ادعاء المهارة (قيد البحث).

وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره كلا من "حسن علاوى ونصر الدين" (٢٠٠٢م) من أن التدريب التنافسي هو سر التقدم بالنسبة للاعب ويجب أن يصمم بعناية ويجب أن يحتوى على تمارين لتأدية الهجوم والدفاع ويجب الاهتمام بالتمارين الأساسية الحركية التي تشبه ظروف المباراة كلما أمكن ويجب أن تشمل التمارين على عنصر المنافسة. (٦٦: ٩٧)

و كذلك مع ما ذكره "مفتى إبراهيم" (١٩٩٤م) أن الاهتمام بتمارين المنافسة للاعبين هي الأساس في تنفيذ الخطط سواء كانت هجومية أو دفاعية (٨٤: ١٣)

وأيضاً مع ما أشار إليه كلا من "حنفي مختار" (١٩٩٠م) "على سلامة" (٢٠٠٣م) من أن التدريب خلال تمارين تشبه ما يحدث في المباراة يهدف إلى استيعاب تنفيذ التحرك الخططي السليم تحت ظروف متغيرات المباراة. (٩٧ : ٢٨) (٩٧ : ٥٣)

ويذكر "السيد عبد المقصود" (١٩٩٤م) أن التدريب الجيد يجب مزاولته تحت ظروف تماثل ظروف المباراة ولا يمكن الاستعاضة عن أداء تمارين المنافسة بأية وسيلة من وسائل التدريب الأخرى وذلك لأنها توضح كل الجوانب التدريبية للاعب وحالته (٥ : ٣٤٣)

كما يذكر "عصام عبد الخالق" (٢٠٠٥م) أنه بواسطة تمارين ذات متطلبات مشابهة للمباراة تساعد على الرقي بالنواحي البدنية والمهارية والخططية بصورة سليمة وفعالة تحت ظروف المنافسة مع زيادة شدة المجهود المبذول. (٥١ : ١٨٨)

وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره احمد عاطف" (٢٠١٢م) من أن الاهتمام بالتدريبات التنافسية ذات الطبيعة المشابهة تساعد على الارتقاء بالنواحي البدنية والفنية والخططية بصورة سليمة وفعالة تحت ظروف المنافسة كما أنها تعد الأساس في تنفيذ الخطط. (٦ : ١٨٨)

كما تتفق هذه النتائج أيضاً مع ما توصل إليه كلا من "أمر الله البساطي" (١٩٩٤م)، "عماد عباس (٢٠٠٥م)، "وفاء عبد المجيد" (٢٠٠٥م)، " مروان رجب" (٢٠٠٩م)، " أنه من الأمور الهامة استخدام الأشكال التدريبية التي تكون قريبة من شكل المنافسة خلال العمل الدفاعي على إن يكون اكتساب هذه الأشكال مبكراً بقدر الإمكان حتى يمكن استغلال الوقت كاملاً في التدريب على هذه الاداءات. (١٥ : ٤٣)، (٥٥ : ١٤)، (٥٤ : ٧٩)، (٤ : ٥١).

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات القياسين القبلة والبينية والبعدي في مستوى أداء التصويب المتنوع على المرمى لدى ناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت (العينة قيد البحث) ولصالح القياسات البعديّة.

- الاستخلاصات :

- أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات المتكررة لاختبارات التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي بين القياسات البينية عن القياسات القبليّة في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج لصالح القياسات البينية ، وكذلك بين القياسات البينية والقياسات البعديه في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج لصالح القياسات البعديه.
- أن مقدار النسبة المئوية لمعدلات التحسن الحادث بين القياسات القبليّة البعديه في التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي لكل اختبار على حدة قد ما بين (٦٣،٦٣-١٦،٩١) بالنسبة للقياس البيني عن القبلي ولصالح القياس البيني، وتراوح ما بين (٣٠،٣٦-٨١،٦١) بالنسبة للقياس البعدي

عن القياس القبلي ولصالح القياس البعدي ، وتراوحت ما بين (١٤,٤٥-٣١,٠٣) بالنسبة للقياس البيني عن القياس البعدي ولصالح القياس البعدي .

- الاختبارات التي استخدمت لقياس مستوى أداء التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي من مواقف مشابهة لما يحدث في المباراة تعد وسيلة فعالة وموضوعية.

- التوصيات :

في ضوء النتائج الاستخلاصات التي تم التوصل إليها يتقدم الباحث بالتوصيات التالية:

- تطبيق التدريبات المواقف التنافسية المستخدمة في البحث في مجال التدريب التطبيقي مع الناشئين.
- إجراء دراسات مماثلة على باقي المهارات الأساسية في كرة القدم على مراحل سنوية مختلفة.
- توجيه هذا البحث والبرنامج التدريبي إلى العاملين في مجال تدريب الناشئين في كرة القدم.
- توفير معدل زمني كافي ضمن البرامج التدريبية طوال الموسم الرياضي للتدريب على مهارات التصويب المتنوع على المرمى في الثلث الهجومي بأساليب مختلفة ومواقف مشابهة لما يحدث أثناء المباراة.

المراجع

أولاً: المراجع العربية :

- ١- إبراهيم عادل عيسى (١٩٩٤م): " تأثير برنامج تدريبي مقترح على دقة التصويب في كرة القدم " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالزقازيق ، جامعة الزقازيق.
- ٢- احمد ممدوح زكى:(٢٠٠١م) تأثير استخدام التدريب التكراري على تحسين دقة التصويب من المناطق المؤثرة حول منطقة الجزاء لناشئي كرة القدم،مجلة بحوث التربية،المجلد الثاني ، النصف الثاني، ٢٠٠١م.
- ٦- السيد عبد المقصود(١٩٩٤م): نظريات التدريب الرياضي ، تدريب فسيولوجيا التحمل ، مطبعة شباب الحر ، الإسكندرية .
- ٨- أمر الله احمد ألبساطي (١٩٩٦م) : التدريب والإعداد البدني في كرة القدم ، منشأة المعارف،الإسكندرية.
- ٩- أمر الله احمد ألبساطي (١٩٩٨م) : أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته " ، الإسكندرية.
- إيهاب صلاح مصطفى: تأثير تمرينات المنافسة على بعض الجوانب الخططية للناشئين في كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس، ٢٠٠١م.
- ١١- بدير السيد بدير: تأثير التدريب بأسلوب المنافسة على مستوى الأداء البدني والفني لناشئي كرة القدم رسالة ماجستير،كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة،٢٠٠٦م.

- ١٣- جمال إسماعيل، منير عابدين (٢٠٠٤م) : تأثير برنامج تدريب بالإتقال لتنمية القوة المميزة بالسرعة على تحسين دقة التصويب في كرة القدم، مجلة علوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، العدد الأول.
- ١٨- حسن السيد ابو عبده(١٩٩٨م): الإعداد المهاري لكرة القدم، ط ١، الإسكندرية.
- ٢٠- حنفي محمود مختار : التدريب الحديث في كرة القدم ،دار الفكر العربي ، القاهرة ،ب.ت.
- ٢٣- حنفي محمود مختار (١٩٩٠م) : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ،القاهرة.
- ٢٦- زاتيسوركي د.ا.وآخرون (١٩٧٥م) : بحث العوامل المؤثرة في دقة تصويب لاعبي كرة القدم، دورية النظرية والتطبيق الثقافة البدنية ، العدد ٥، موسكو.
- ٣٠- سمر مصطفى حسين أحمد : تأثير برنامج تدريبي باستخدام تمرينات المنافسة على مستوى الأداء في رياضة المبارزة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة ، جامعة حلوان، ٢٠٠٣م.
- ٣٥- عصام عبد الخالق (٢٠٠٥م) : التدريب الرياضي نظرياته وتطبيقاته ، ط٩، دار المعارف ، القاهرة.
- ٣٨- عمرو عبد المطلب محمد: تأثير تنمية تمرينات المنافسة على دقة التصويب باستخدام بعض الضربات وتركيز الانتباه لدى ناشئي الهوكي، بحث منشور المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠٦م.
- ٣٩- عمرو أبو المجد ، جمال إسماعيل (١٩٩٧م) : تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين في كرة القدم ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٤٤- عجمي محمد عجمي (١٩٨٨م) : برنامج تدريبي بالأثقال لتنمية القوة المميزة بالسرعة وتأثيره على قوة ودقة التصويب للناشئين في كرة القدم ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- ٥٢- محمد حسن علاوى(١٩٩٤م): علم التدريب الرياضي، ط١٢، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٥٧- محمد شوقي كشك، أمر الله أحمد البساطي(٢٠٠٠م): أسس الإعداد المهاري و الخططي في كرة القدم.
- ٧١- مفتى ابراهيم حماد(١٩٩٠م):الهجوم فى كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٧٤- مفتى ابراهيم حماد(١٩٩٤م): الجديد في الإعداد المهاري والخططي، دار الفكر العربي، القاهرة .
- ٧٨- مفتى ابراهيم حماد (٢٠٠٢م) : البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم ،الجزء الأول، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

٨١- نهاد إبراهيم العجمي (١٩٨٦م) : السرعة وعلاقتها بفرص التهديف في كرة القدم للناشئين تحت ١٩ سنة بمحافظة القاهرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية

ثانيا : المراجع الأجنبية :

٨٥- **Agnieszka Gadach (2005)** : Connection Between Particular coordination Motor Abilities and Game Efficiency of young Female handball players . www. Awf. Krakow . pl /g edn/gryzesps pdf

٨٦- **ALLEN Wade**: Coach Yourself .A.F.Great BY Dixon ,stell Ltd
Yorkshire 1972.

87- **Brown, L.E & Ferrigno, V.A (2005)**: Training for speed, Agility and Quickness, 2nd ed, Human kinetic, U.S.A

- **Barrow H.M and Mc Gee(1978)** : - “Apractical Approach To measurement
٨٨in

physical education “ 3rd edition lea and feb Philadelphia .

٨٩- **Beim G .**, Prineiples of Modern soccer , Bosten , Houghton Mifflin
co., 1977.

٩٠- **Bob Davis , Ross Bull** : Physical Education And The Stud Of Sport
Second Edition , Mosby Publisher , London , 1995