

## فاعلية استخدام منهجية كورفر التدريبية على بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية لبراعم كرة القدم

\* د/ شادي هشام جمال الدين إبراهيم

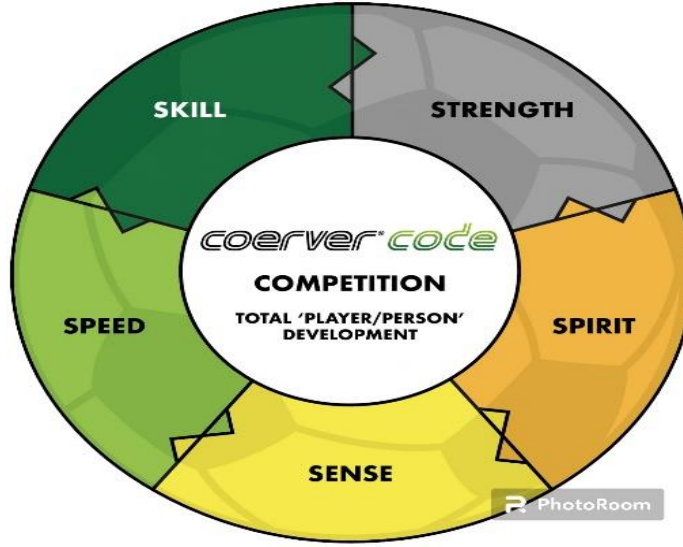
المقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر التدريب الرياضي من المكونات الأساسية في منظومة العمل الرياضي فالتدريب الرياضي هو عامل أساسي من عوامل نجاح النشاط الرياضي وتمكين اللاعبين من تحقيق البطولات والإنجازات الرياضية المتنوعة ومساعدتهم على الوصول لأفضل مستويات الأداء والتدريب الرياضي وحمائتهم كذلك من التعرض لمخاطر الإصابات نتيجة الجهد أو التحميل البدني الزائد وغيرها من المشكلات التي قد يتعرض لها اللاعب نتيجة عدم توفر التدريب المناسب. وتمثل تقنيات التدريب الرياضي أهم الوسائل والأساليب التي يعتمد عليها المدرب الرياضي المتمكن للوصول لأفضل مستويات الأداء من اللاعبين الذين يقومون بالتدريب تحت إشرافه وتسهم تقنيات التدريب الرياضي في رفع مستوى المبتدئين وزيادة مستوى مهاراتهم الفنية لتمكينهم من الوصول لأعلى مستويات الأداء الفني الممكنة مستقبلاً.

يعد اللعب والاستمتاع أهم جانب في تعليم و تدريب كرة القدم للبراعم، إذا لم تكن الوحدة ممتعة فسيواجه المدرب صعوبة في الحفاظ على مدى انتباه اللاعبين، وبرنامج كورفر (Coerver coaching) أصبح الآن معروفاً على نطاق واسع باعتباره برنامج تعليم المهارات الرائد في العالم، وهو مناسب بشكل خاص للاعبين الذين تتراوح أعمارهم بين ٥ و ١٦ عاماً. يعتمد المنهج على فرضية أن اللعب الجماعي هو في الغالب سلسلة من المنافسات الفردية والجماعات الصغيرة في أجزاء مختلفة من الملعب، ولذلك فإن نهجنا لتحسين أداء الفريق يركز على تنمية الأفراد والمجموعات الصغيرة، لا سيما في سنوات التكوين.

ويعتمد هذا البرنامج الذي يمتد على مدار الموسم على **5 S's of the Coerver®** Skill, Speed, Sense, Strength, Spirit:Code للتعامل أولاً مع التقنيات المناسبة اللازمة للمراوغة والتمرير واستلام الكرة، سيطلب من اللاعبين بعد ذلك استخدام هذه التقنيات في تحديات مختلفة، ستكون التحديات أساسية للغاية في البداية، ثم تصبح تدريجياً أكثر صعوبة وتشبه اللعبة حيث يرتفع مستوى راحة اللاعبين وثقتهم بالكرة. هدفنا النهائي هو مساعدة الأطفال على أن يصبحوا لاعبين مبدعين وواثقين من قدرتهم على التعامل مع كرة القدم.

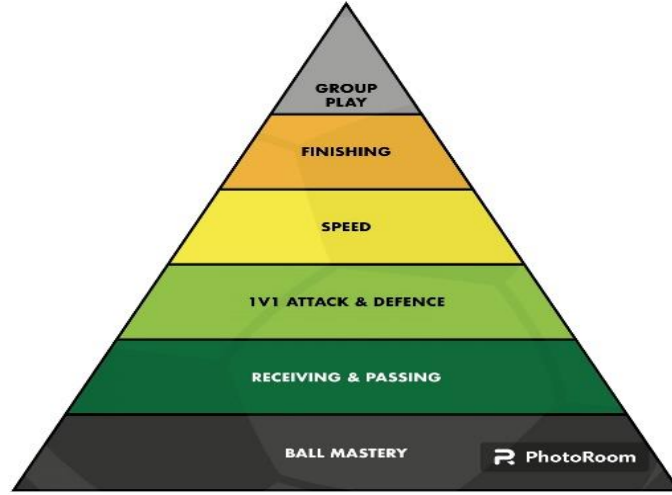
\* مدرس بقسم الرياضات الجماعية ورياضات المضرب بكلية التربية الرياضية جامعة بنها.



شكل (١)  
منهجية كورفر

ويركز برنامج كورفر **Coerver Coaching** على المهارات الأساسية للمبتدئين وتميئتها بشكل متدرج والتركيز على المهارات الفردية قبل المهارات داخل مجموعات أو كفريق ولأن التأسيس الفردي للاعبين هام وحيوي ويساعد في تطوير الأداء الجماعي للفريق ويستلزم الأداء بالكرة (كل لاعب بكرة) بداية من الإحماء وحتى الختام ويتم الأداء بالقدم الأساسية بشكل بطيء حتى السرعة المتوسطة والعالية وكذلك الأداء بالقدم الغير أساسية بشكل بطيء حتى السرعة المتوسطة والعالية وبعدها يتم الأداء بالقدمين معاً بشكل بطيء حتى السرعة المتوسطة والعالية ولأن الأداء بالقدمين معاً هو متطلب هام وحيوي للاعب كرة القدم العصري ويحقق التوازن المهاري وأحد أهم مقومات لاعب كرة القدم الذي يمكن توظيفه بشكل أسهل في عده مراكز لاختيار أنسبها لقدراته وامكانياته. (٢٤ : ٦)

وهرم برنامج كورفر **Coerver Coaching** لتطوير اللاعبين يعتمد على فرضية ان اللعب الجماعي هو في الغالب سلسلة من المسابقات الفردية والجماعات الصغيرة في أجزاء مختلفة من الملعب، ولذلك فإن نهجنا لتحسين أداء الفريق يركز على تنمية الأفراد والمجموعات الصغيرة لاسيما في سنوات التكوين وتشمل (التحكم بالكرة، والتمرير والاستلام، ا ضد ا في الهجوم والدفاع، السرعة بالكرة و بدونها، تدريبات الانهاء، اللعب الجماعي). (٥ : ٧٥)



## شكل (٢)

### هرم كورفر

ويشير كلاً من برايد **Pride** (٢٠٠٤م)، و **وين Wien** (٢٠٠٥م) أن تدريب البراعم في كرة القدم يعتمد على الأسس والنظريات العلمية للوصول لنتائج جيدة، من خلال الاعتماد على نظريات علم التدريب والتخطيط لبرامج تدريب البراعم بشكل سليم، وذلك لإعدادهم للفرق الرياضية حيث يقع على كاهل المدرب مسئولية التخطيط السليم للعملية التدريبية للوصول بالبراعم لأفضل مستوى ممكن، والتخطيط لتدريب البراعم في كرة القدم يهدف إلى إكسابهم المهارات الحركية الأساسية، وكذلك تنمية وتطوير الصفات البدنية والنواحي الخطئية والنفسية والعقلية الخاصة بهم من أجل الوصول إلى أعلى المستويات، وكذلك حتى يستطيع كل برعم أداء الواجبات المطلوبة منه بكفاءة خلال المباراة. (١٨ : ٤٦) (٢٣ : ٤)

ويوضح "ياسر محفوظ، محمد مصلحي" (٢٠١٢م) أن كرة القدم تحتوى على العديد من المهارات الأساسية المختلفة سواء كانت بكرة أو بدون كرة والتي يتم تأديتها تحت ضغوط وظروف متغيرة بصورة منفردة أو مركبة، مما يستلزم توافق وتناسق في العمل بين الجهازين العصبي والعضلي أثناء الأداء المهارى لاتخاذ القرار المناسب في التوقيت والمكان والاتجاه المناسب. (١٥ : ٢)

حيث أن البرعم الذى يفقد قدرًا معيناً من القدرات التوافقية يجد صعوبة بالغة في الوصول إلى آلية الأداء، إلى جانب عدم القدرة على أداء المهارات المركبة التى تتطلب الربط فيما بينهم، وهذا يوضح مدى العلاقة بين القدرات التوافقية وأداء المهارات الأساسية، فكلما زادت هذه القدرات لدى البراعم زاد مستواهم المهارى والبدنى وهو ما تسعى إليه العملية التدريبية.

ويضيف "حسن أبو عبده" (٢٠١٥م) أن المهارات الأساسية تعتبر أحد الجوانب الفنية الهامة في نشاط كرة القدم وبدون أدائها وإتقانها بصورة جيدة لا يتمكن البرعم من تنفيذ تعليمات المدرب الخاصة بالجانب الخططي أثناء المباراة، وتتميز كرة القدم بتعدد مهاراتها الأساسية وتنوعها ، ولقد ارتفع مستوى الأداء في كرة القدم بصورة تتماشى مع تطور طرق اللعب المختلفة وتنوع الخطط الدفاعية والهجومية الأمر الذي يتطلب تميز ناشئي كرة القدم بالقدرة الفائقة على الأداء الأمثل للمهارات الأساسية لكرة القدم. (٦ : ٣٧)

من خلال العرض السابق ومن خلال خبرة الباحث في مجال تعليم وتدريب كرة القدم بالعديد من الأكاديميات ومدارس كرة القدم لاحظ تباين في مستوى البراعم في بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية داخل المجموعة الواحد (نفس المرحلة السنوية) بالرغم من تقارب المستوى داخل المجموعة وإعطاء نفس المحتوى، وكذلك عدم قدرة المدربين على تحقيق المستوى المطلوب من التعلم لجميع البراعم باستخدام طريقة واحدة في التعليم (المردود المهارى والتوافقي للبراعم ليس بنفس الدرجة أو المستوى)، لأن بعض المدربين يتبعون التعليم التقليدي الذي لا يعالج الفروق الفردية إلا إذا أصبحت مشكلة، كما أن التعليم التقليدي يهدف إلى الحصول على مخرجات تعليمية واحدة من خلال مجموعة من الأنشطة والإجراءات الموحدة لجميع البراعم. وحيث أنه لا توجد طريقة تعليم واحدة مناسبة لجميع البراعم نظرا لاختلاف احتياجات وإمكانات وقدرات البراعم، وجد الباحث أن منهجية كورفر هو برنامج متطور لتعليم المهارات والأساسيات لتعليم البراعم وجعلهم واثقين من أنفسهم بتقنيات ممتازة وذكاء في اللعبة. ويركز على التفاصيل ويتدرج بالمهارات وهو برنامج يتميز بالمتعة والتعامل بشكل كبير مع الكرة بشكل فردي وصولاً للعب الجماعي، مع الكثير من المهارات والتدريبات والألعاب المناسبة للمرحلة السنوية. وهذا ما دفع الباحث للاعتماد على منهجية كورفر لتعليم البراعم المهارات الأساسية في كرة القدم بشكل مشوق ومتدرج ومبسط ويساعد على تحقيق الهدف بأقل وقت وجهد ممكن.

#### هدف البحث:

- التعرف على فاعلية استخدام منهجية كورفر التدريبية على بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية لبراعم كرة القدم ويتحقق هذا الهدف من خلال:
- ١- التعرف على الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى بعض القدرات التوافقية لبراعم كرة القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة.
  - ٢- التعرف على الفروق بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى بعض المهارات الأساسية لبراعم كرة القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة.

٣- التعرف على الفروق بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية لبراعم كرة القدم .

#### فروض البحث:

- ١- توجد فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات القياسات القبالية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى بعض القدرات التوافقية لبراعم كرة القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح متوسطات القياسات البعدية.
- ٢- توجد فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات القياسات القبالية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى بعض المهارات الأساسية لبراعم كرة القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح متوسطات القياسات البعدية.
- ٣- توجد فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية لبراعم كرة القدم ولصالح متوسطات القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.

#### مصطلحات البحث:

#### منهجية كورفر\*:

هي منهجية عالمية تهدف إلى مساعدة البراعم على أن يصبحوا لاعبين مبدعين واثقين من قدرتهم على التعامل مع كرة القدم، وموضوعة بشكل علمي ومقنن لمساعدة المدربين واللاعبين على تحقيق التطور والتحسين في المهارات بشكل فردي ثم جماعي ثم فرقي والانتقال المتدرج بالمهارات إلى الشكل التنافسي لتحقيق الجودة المطلوبة.

#### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة، وذلك نظرا لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

#### مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث براعم كرة القدم من ٧-١٢ سنة وعددهم (١٩٥) بأكاديمية دريمز DREAMS لكرة القدم والتي يتم تدريبهم بملاعب أماظة وملاعب كلية التربية الرياضية بينها.

#### عينة البحث:

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من براعم كرة القدم من أكاديمية دريمز DREAMS لكرة القدم في المرحلة السنوية تحت (١٠ سنوات)، وذلك لقيام الباحث بتدريب الفريق

\* تعريف إجرائي

وكذلك موافقة النادي والفريق علي التطبيق واجراء الدراسة وكذلك توفر الملعب والأدوات للمساعدة في التطبيق، حيث بلغ قوام العينة الأساسية (٤٠) برعم بالإضافة الي عينة الدراسات الاستطلاعية وعددهم (١٠) براعم من نفس مجتمع البحث ولكن خارج العينة الأساسية ليصبح اجمالي العينة (٥٠) برعم (العينة الأساسية + العينة الاستطلاعية)، وجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث.

### جدول (١)

#### توصيف عينة البحث

العينة الاستطلاعية	العينة الأساسية				العينة الكلية	
	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		العدد	%
	العدد	%	العدد	%		
١٠	٢٠	٤٠	٢٠	٤٠	٢٠	١٠٠
٢٠	٤٠	٤٠	٤٠	٤٠	٢٠	٥٠

يتضح من جدول (١) العينة الكلية للدراسة وتتضمن العينة الخاصة بالمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وكذلك العينة الاستطلاعية

### جدول (٢)

#### اعتدالية عينة البحث الكلية في متغيرات النمو ن = ٥٠

المتغيرات	وحده القياس	المتوسط المسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	٩,٤٣	٩,٧٣	٢,٥٤	٠,٣٥٤ -
الطول	سم	١٣١,٨٣	١٣١	٣,٠٨	٠,٨٠٨ -
الوزن	كجم	٢٩,١٦	٢٩,٢٥	٣,٣٣	٠,٠٨١ -

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث الكلية تراوحت في بعض متغيرات النمو وقد انحصرت هذه القيم ما بين  $(\pm ٣)$ ، وهذا يدل على اعتداليه أفراد العينة في هذه المتغيرات.

### جدول (٣)

#### اعتدالية عينة البحث الكلية في بعض الاختبارات البدنية قيد البحث ن = ٥٠

م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط المسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	اختبار عدو ٣٠ متر من البدء العالي	ثانية	٦,٤٢	٦,٧٣	٢,٧٢	٠,٣٤٢ -
٢	اختبار تمرير الكرة على مقعد سويدي ٥ اث	عدد	٧,٥٤	٧,١٤	٤,١١	٠,٢٩٢ -
٣	اختبار الجري الزجاجي بارو	ثانية	٢٨,٢١	٢٨,٥٧	٣,٩٣	٠,٢٧٥ -

## تابع جدول (٣)

اعتدالية عينة البحث الكلية في بعض الاختبارات البدنية قيد البحث ن = ٥٠

م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
٤	اختبار الوثب العريض من الثبات	سم	١٠٤,٥٤	١٠٥,٥	٢,٢٢	١,٢٩٦ -
٥	اختبار الجري ٣٠ م × ٥ مرات	ثانية	٣٢,٧٠	٣٢,٢٩	٣,٤٨	٠,٣٥٣
٦	اختبار تمرير الكرة على حائط ٣٠ ث	عدد	١٧,٥١	١٧,٠٠	٤,٨٦	٠,٣١٥
٧	اختبار ثني الجذع أماماً أسفل	سم	٣,٣٢	٣,١٥	٢,٥٨	٠,١٩٨

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث الكلية في بعض الاختبارات البدنية قيد البحث وقد انحصرت هذه القيم ما بين  $(\pm 3)$  ، وهذا يدل على اعتداليه أفراد العينة في هذه المتغيرات.

## جدول (٤)

اعتدالية عينة البحث الكلية في بعض اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث ن = ٥٠

م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
١	اختبار تمرير الكرة باتجاه صندوق	سم	٤٠,٣٠	٤٠,٤٩	٢,٧٧	٠,٢٠٦ -
٢	اختبار الجري بالكرة بباطن القدمين لمدته (٢٠) ث	عدد	٣٨,٥٥	٣٨,٢٣	٢,٣٥	٠,٤٠٩
٣	اختبار الجري بالكرة على خط ٥٠ سم X ١٠ م	ثانيه	٤,٧٤	٤,٦٦	٣,٣٠	٠,٠٧٣
٤	اختبار دقة التمرير على مسافات متباينة	درجة	٦,٤٠	٦,٥٤	٢,٥٦	٠,١٦٤ -
٥	اختبار مركب للجري والتمرير والمراوغة	ثانيه	١٥,٣٢	١٥,١٨	٣,٠٨	٠,١٣٦

يتضح من جدول (٤) أن جميع قيم معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث الكلية في بعض الاختبارات التوافقية قيد البحث وقد انحصرت هذه القيم ما بين  $(\pm 3)$  ، وهذا يدل على اعتداليه أفراد العينة في هذه المتغيرات.

## جدول (٥)

اعتدالية عينة البحث الكلية في الاختبارات المهارية قيد البحث ن = ٥٠

م	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	إختبار دقة التمرير القصير	درجة	٣,١٤	٣,١٠	١,٥٨	٠,٠٧٦
٢	إختبار دقة التصويب على المرمى المقسم	درجة	٣,٤٣	٣,٢١	٢,٦٤	٠,٢٥٠
٣	إختبار الجري بالكرة في خط مستقيم (٤٠ م)	ثانية	١٣,٧٦	١٣,٨٢	٢,٩٨	٠,٠٦٠ -
٤	إختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين الأقماع	ثانية	١٧,٣٢	١٧,٤٣	٤,٣٣	٠,٠٧٦ -
٥	إختبار تنطيط الكرة بأجزاء الجسم بالعدد	عدد	١٠,٦٦	١٠,٥٠	٢,١٧	٠,٢٢١

يتضح من جدول (٥) أن جميع قيم معاملات الالتواء لأفراد عينة البحث الكلية تراوحت بين في الاختبارات المهارية قيد البحث قيد البحث وقد انحصرت هذه القيم ما بين  $(\pm 3)$  ، وهذا يدل على اعتداليه أفراد العينة في هذه المتغيرات.

### جدول (٦)

التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات النمو  $n=1$   $n=2$   $n=20$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
		س	ع±	س	ع±
السن	سنة	٩,١٧	١,٢٧	٩,١١	٣,١٦
الطول	سم	١٣١,٤٣	٢,٠٨	١٣٢,٥٧	٢,٢٣
الوزن	كجم	٢٩,٤٣	٢,٤٣	٢٩,٦٥	٢,٥٩

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $0,05$  ودرجة حرية  $38 = 2,02$

يتضح من جدول (٦) أن قيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة وكانت قيمتها أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية  $(0,05)$  مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

### جدول (٧)

التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في بعض الاختبارات البدنية قيد

البحث  $n=1$   $n=2$   $n=20$

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
		س	ع±	س	ع±
اختبار عدو ٣٠ متر من البدء العالي	ثانية	٦,٤٣	٢,٤٨	٦,٥٨	٢,٢٣
اختبار تمرير الكرة على مقعد سويدي ١٥ ث	عدد	٧,٦٩	٣,٠٩	٧,٤٣	٢,٧٦
اختبار الجري الزجراجي بارو	ثانية	٢٨,٤٧	٢,١١	٢٨,٥٧	١,٥٥
اختبار الوثب العريض من الثبات	سم	١٠٤,٦	٣,٨٧	١٠٥,٤	٢,٤٢
اختبار الجري ٣٠ م × ٥ مرات	ثانية	٣٢,٣٢	١,٦٥	٣٢,٢١	٢,٦٦
اختبار تمرير الكرة على حائط ٣٠ ث	عدد	١٧,٨٧	٢,٣٥	١٧,٣٨	٢,٩٨
اختبار ثني الجذع أماماً أسفل	سم	٣,٥٥	١,٢١	٣,٧٧	٢,٠٥

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية  $0,05$  ودرجة حرية  $38 = 2,02$

يتضح من جدول (٧) أن قيمة ت المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة وكانت قيمتها أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية  $(0,05)$  في بعض الاختبارات البدنية مما يدل على تكافؤ المجموعتين.



## جدول (٨)

التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في بعض اختبارات القدرات التوافقية قيد

البحث ن=١ ن=٢=٢٠

قيمة ت	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحده القياس	الإختبارات
	ع±	س	ع±	س		
٠,٩٦٢	١,٥٥	٣٩,٨٩	١,٣٢	٤٠,٢٧	سم	إختبار تمرير الكرة باتجاه صندوق
٠,٥٨٥	٢,٣٨	٣٧,٥٤	١,٦٤	٣٨,٦٤	عدد	إختبار الجرى بالكرة بباطن القدمين لمدة (٢٠) ث
٠,٧٠٧	٢,٠٩	٤,٦٥	٢,٤٩	٤,٨٧	ثانيه	إختبار الجرى بالكرة على خط ٥٠ سم X ١٠ م
٠,٤٣٠	١,٧٥	٦,٥٠	١,٥٤	٦,٤٢	درجة	إختبار دقة التمرير على مسافات متباينة
٠,١٨٧	٢,٣٢	١٥,١٤	٣,٠٩	١٥,٦٠	ثانيه	إختبار مركب للجرى والتمرير والمراوغة

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٣٨ = ٢,٠٢

يتضح من جدول (٨) أن قيمة ت المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة وكانت قيمتها أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في بعض الإختبارات التوافقية مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

## جدول (٩)

التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في بعض الاختبارات المهارية قيد

البحث ن=١ ن=٢=٢٠

قيمة ت	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحده القياس	الإختبارات
	ع±	س	ع±	س		
٠,٧٣٢	٢,٥٤	٣,٤٢	٢,٤٨	٣,٧٨	درجة	إختبار دقة التمرير القصير
٠,٨١٠	٢,٦٠	٣,١٠	٣,١٠	٣,٥٩	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى المقسم
٠,٥٥٥	١,٧٢	١٣,٧٩	١,٠٨	١٣,٤٤	ثانيه	إختبار الجرى بالكرة في خط مستقيم (٤٠ م)
٠,٩٣٥	٢,٩٠	١٧,٦٨	٢,٧٦	١٧,٥١	ثانيه	إختبار الجرى بالكرة في خط متعرج بين الأقماع
٠,٤٥٨	٢,١١	١٠,٣٢	٣,٥٥	١٠,٨٧	عدد	إختبار تنطيط الكرة بأجزاء الجسم بالعدد

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٣٨ = ٢,٠٢

يتضح من جدول (٩) أن قيمة ت المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة وكانت قيمتها أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في بعض الإختبارات المهارية مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

وسائل وأدوات جمع البيانات :

### المسح المرجعي

- المسح المرجعي للقدرات البدنية مرفق (١).
  - المسح المرجعي للقدرات التوافقية مرفق (٢).
  - المسح المرجعي للقدرات المهارية مرفق (٣).
- الإختبارات البدنية:

قام الباحث بالاطلاع على المراجع والدراسات العلمية فى كرة القدم، وتوصل الباحث من خلال المسح المرجعي إلى الإختبارات التالية مرفق (٤) والجدول رقم (١٠) يوضح ذلك.

### جدول (١٠)

#### الإختبارات البدنية المستخدمة فى البحث

الإختبارات	الغرض من الإختبار	وحده القياس
إختبارعدو ٣٠م من الوقوف	السرعة الانتقالية	ثانيه
إختبار تمرير الكرة على مقعد سويدي(٥ اث)	سرعة الأداء	عدد
إختبار الجرى الزجراجى (بارو)	الرشاقة	ثانيه
إختبار الوثب العريض من الثبات	القدرة	سم
إختبار جرى (٣٠م X ٥مرات تكرار)	تحمل السرعة	ثانيه
إختبار تمرير الكرة على حائط (٣٠ ث)	تحمل أداء	عدد
إختبار ثنى الجذع أماما أسفل من الوقوف	المرونة	سم

### إختبارات القدرات التوافقية:

قام الباحث بالاطلاع على المراجع والدراسات العلمية فى كرة القدم، وتوصل الباحث من خلال المسح المرجعي إلى الإختبارات التالية مرفق (٥) والجدول رقم (١١) يوضح ذلك.

### جدول (١١)

#### إختبارات القدرات التوافقية المستخدمة فى البحث

الإختبارات	الغرض من الإختبار	وحده القياس
إختبار تمرير الكرة باتجاه صندوق	تحديد وضع	سم
إختبار الجرى بالكرة بباطن القدمين لمدته (٢٠) ث	إيقاع حركى	عدد
إختبار الجرى بالكرة على خط ٥٠م X ١٠م	اتزان حركى	ثانيه
إختبار دقة التمرير على مسافات متباينة	توجيه حركى	درجة
إختبار مركب للجرى والتمرير والمراوغة	ربط حركى	ثانيه

### الإختبارات المهارية :

قام الباحث بالاطلاع على المراجع والدراسات العلمية فى كرة القدم، وتوصل الباحث من خلال المسح المرجعي إلى الإختبارات التالية مرفق (٦)، والجدول رقم (١٢) يوضح ذلك.

## جدول (١٢)

## الإختبارات المهارية المستخدمة في البحث

الإختبارات	الغرض من الإختبار	وحده القياس
إختبار دقة التمرير القصير	دقة التمرير	درجة
إختبار دقة التصويب على المرمى المقسم	دقة التصويب	درجة
إختبار الجرى بالكرة في خط مستقيم (٤٠م)	القدرة على الجرى بالكرة	ثانيه
إختبار الجرى بالكرة في خط متعرج بين الأقماع	المراوغة والتحكم بالكرة	ثانيه
إختبار تنطيط الكرة بأجزاء الجسم	السيطرة على الكرة	عدد

## استمارات تسجيل البيانات

- استمارة تسجيل بيانات البراعم مرفق (٧)
- استمارة تسجيل نتائج الإختبارات البدنية مرفق (٨)
- استمارة تسجيل نتائج إختبارات القدرات التوافقية مرفق (٩)
- استمارة تسجيل نتائج الإختبارات المهارية مرفق (١٠)

## الدراسات الاستطلاعية :

## الدراسة الاستطلاعية الأولى :

قام الباحث باختيار عينه عشوائية عددها (١٠) براعم تحت (١٠ سنوات) من مجتمع البحث ولكن خارج العينة الأساسية للبحث ومن براعم أكاديمية دريمز DREAMS بينها، وتم تطبيق الدراسة الاستطلاعية الأولى في يوم (الأربعاء ٢٠٢١/٦/٢م) وذلك بغرض إعداد مكان التدريب وتنظيم الملعب والتأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة، وتدريب المساعدين على كيفية إجراء الإختبارات ومدى ملائمة الإختبارات لعينه البحث.

## الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحث بالاستعانة بالعينة السابقة والتي طبقت عليها الدراسة الاستطلاعية الأولى وعددها (١٠) براعم تحت (١٠ سنوات) والتي طبقت عليها الدراسة الاستطلاعية الأولى من مجتمع البحث ولكن خارج العينة الأساسية للبحث ومن براعم أكاديمية دريمز DREAMS بينها، وتم تطبيق الدراسة الاستطلاعية الثانية في يوم (الأثنين ٢٠٢١/٦/٧م) وذلك بغرض مراجعة شروط الإختبارات. ومدى استيعاب المساعدين لطريقة إجراء الإختبارات ومراجعته المعاملات العلمية للإختبارات.

## إختيار المساعدين :

قام الباحث بالاستعانة بمجموعة من المساعدين للمساعدة في القياسات والاختبارات الخاصة بالبحث والذين بلغ عددهم (٥) مرفق (١١)، حيث تم تدريبهم على إجراء القياسات

وكيفية أداء وتقييم الإختبارات وحساب الدرجات والمشكلات التي قد تواجههم أثناء تطبيق القياسات والاختبارات.

### البرنامج التعليمي:

يهدف البرنامج التعليمي إلى تعلم بعض المهارات الأساسية لبراعم كرة القدم من خلال منهجية كورفر الذي يعطى البرعم صورة ممتعة ومشوقة للوحدة وبالكرة. ومن خلال العرض على الساده الخبراء مرفق (٩) للاستمارة التي تحتوي على مكونات البرنامج مرفق (١٠) استطاع الباحث تحديد متغيرات البرنامج ووضع البرنامج في صورته النهائية مرفق (١١).

### البيانات الأساسية للبرنامج (متغيرات البرنامج):

- البرنامج لمدة (١٠ أسابيع).
- المرحلة السنية تحت ١٠ سنوات.
- توقيت ومكان البرنامج (خلال ٢٠٢١/٦/١٢ م: ٢٠٢١/٨/١٨ م).
- مكان تطبيق البرنامج (ملعب كلية التربية الرياضية ببها).
- عدد وحدات التدريب الأسبوعية (٣ وحدات) (السبت - الإثنين - الأربعاء).
- عدد وحدات البرنامج (٣٠ وحدة).
- زمن وحدة التدريب اليومية (٦٠ دقيقة).
- زمن الإحماء ١٠ دقائق
- زمن الجزء الرئيسي ٤٥ دقيقة
- زمن الجزء الختامي ٥ دقائق
- زمن التدريب الأسبوعي الواحد (١٨٠ دقيقة).
- زمن البرنامج ككل (١٨٠٠ دقيقة).

### جدول (١٣)

نتائج آراء الساده الخبراء في تحديد عناصر ومكونات البرنامج التعليمي المقترح

م	المحتوى	مجموع الآراء (١٠)
١	مدة البرنامج التدريبي	٨ أسابيع
		١٠ أسابيع
		١٢ أسبوع
٢	عدد وحدات التدريب الأسبوعية	وحدتين
		٣ وحدات
		٤ وحدات
٣	زمن الوحدة اليومية	٦٠ ق
		٧٥ ق
		٩٠ ق

## تابع جدول (١٣)

## نتائج آراء الساده الخبراء فى تحديد عناصر ومكونات البرنامج التعليمى المقترح

م	المحتوى	مجموع الآراء (١٠)
٤	زمن الإحماء	٥ق
		١٠اق
		٥اق
٥	زمن الجزء الرئيسى	٣٥ق
		٤٠ق
		٤٥ق
٦	زمن الجزء البدنى	١٠اق
		٥اق
		٢٠ق
٧	زمن الجزء المهارى	١٠اق
		٥اق
		٢٠ق
٨	زمن الجزء الخططى	١٠اق
		٥اق
		٢٠ق
٩	زمن التقسيمات	١٠اق
		٥اق
		٢٠ق
١٠	زمن الختام	٥ق
		١٠اق
		٠

## خطوات تنفيذ التجربة:

- قام الباحث بإجراء القياس القبلى على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة لاختبارات القدرات التوافقية وبعض المهارات الأساسية يومى الأربعاء والخميس ٩-١٠/٦/٢٠٢١ على التوالي ولمدة يومين وذلك بملاعب كلية التربية الرياضية بينها.
- تم تنفيذ البرنامج التدريبى المقترح على عينة الدراسة الأساسية خلال الفترة من ( السبت ١٢/٦/٢٠٢١ م : الأربعاء ١٨/٨/٢٠٢١ م) وذلك بملاعب كلية التربية الرياضية بينها للمجموعة التجريبية .
- قام الباحث بإجراء القياس البعدى على مجموعتي البحث التجريبية والضابطة لاختبارات القدرات التوافقية وبعض المهارات الأساسية يومى السبت والأحد ٢١-٢٢/٨/٢٠٢١ م على التوالي ولمدة يومين بملاعب كلية التربية الرياضية بينها.

## المعالجات الإحصائية :

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية Spss باستخدام الحاسب الآلي وذلك من خلال المعالجات الإحصائية التالية

- المتوسط.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- إختبار (ت).
- معامل الارتباط لبيرسون.

عرض النتائج ومناقشتها:

عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

## جدول (١٤)

دلالة الفروق ونسب التحسن بين متوسطات القياسات (القبلية والبعدي) في بعض القدرات التوافقية للمجموعة التجريبية ن = ٢٠ = ١

الإختبارات	وحده القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسب التحسن	قيمة ت
		س	ع±	س	ع±		
اختبار تمرير الكرة باتجاه صندوق	سم	٤٠,٢٧	١,٣٢	٢٦,٤٩	٢,٦٧	٥٢,٠٢	٤,٠٩
اختبار الجري بالكرة بباطن القدمين لمدته (٢٠) ث	عدد	٣٨,٦٤	١,٦٤	٤٣,٢١	١,٠٨	١٠,٥٨	٥,٦٥
اختبار الجري بالكرة على خط ٥ سم X ١٠ م	ثانيه	٤,٨٧	٢,٤٩	٣,٩٥	٢,١٠	٢٣,٢٩	٤,٣٠
اختبار دقة التمرير على مسافات متباينة	درجة	٦,٤٢	١,٥٤	٨,٢٥	٢,٨٢	٢٢,١٨	٤,٧٦
اختبار مركب للجري والتمرير والمراوغة	ثانيه	١٥,٦٠	٣,٠٩	١٤,١٢	١,٧٣	١٠,٤٨	٣,٣٢

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ١,٧٣

يتضح من جدول (١٤) أن قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية قيد البحث وكانت قيمتها أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في بعض القدرات التوافقية مما يدل على وجود فروق داله إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية قيد البحث.

## جدول (١٥)

دلالة الفروق ونسب التحسن بين متوسطات القياسات (القبلية والبعدي) في بعض القدرات التوافقية للمجموعة الضابطة ن = ٢٠ = ٢

الإختبارات	وحده القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسب التحسن	قيمة ت
		س	ع±	س	ع±		
اختبار تمرير الكرة باتجاه صندوق	سم	٣٩,٨٩	١,٥٥	٣٠,٢٠	١,٨٥	٣٢,٠٩	٣,١٥
اختبار الجري بالكرة بباطن القدمين لمدته (٢٠) ث	عدد	٣٧,٥٤	٢,٣٨	٤٠,٧٦	٢,٥٣	٧,٩٠	٤,٣٨
اختبار الجري بالكرة على خط ٥ سم X ١٠ م	ثانيه	٤,٦٥	٢,٠٩	٤,٢١	١,٣٨	١٠,٤٥	٣,٨٧
اختبار دقة التمرير على مسافات متباينة	درجة	٦,٥٠	١,٧٥	٧,٥٥	٢,١١	١٣,٩١	٣,٠٦
اختبار مركب للجري والتمرير والمراوغة	ثانيه	١٥,١٤	٢,٣٢	١٤,٩٨	٢,٠٣	١,٠٧	٢,٧٣

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ١,٧٣

يتضح من جدول (١٥) أن قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة قيد البحث وكانت قيمتها أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في بعض القدرات التوافقية مما يدل على وجود فروق داله إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة قيد البحث .

ويرجع الباحث وجود فروق دالة إحصائياً بين قياسات البحث (القبلي - البعدي) في مستوى القدرات التوافقية إلى أن البرنامج التعليمي الموضوع كان مقنناً ومتدرجاً وراعى خصائص المرحلة السنية من حيث عدد الأسابيع وزمن الوحدات والأحمال التدريبية والتدريبات المعطاه، كما يرى الباحث أن هذه المرحلة السنية تحت (١٠ سنوات) تعتبر العمر الذهبي للتعليم والتعلم وهي بمثابة القاعدة والأساس للمراحل المقبلة وكذلك خلال هذه المرحلة تظهر طفرات مراحل النمو بالإضافة لكون البرعم يستقبل ويتطور بسهولة وتكون عمليات التعليم والتدريب أسهل ونتائجها أفضل.

كما يعزى الباحث حدوث تحسن في القدرات التوافقية للمجموعتين إلى أن الباحث قام بوضع القدرات التوافقية ضمن التخطيط المسبق للبرنامج ومراعاة الأزمنة الخاصة بها لما لها من أثر واضح في عمليات التعليم والتعلم ولأن البرامج التدريبية المخططة بشكل علمي سليم وتراعى مبادئ علم التدريب الرياضى تعطى نتائج جيدة خلال مراحل التعليم الأولى وتظهر فروق واضحة بين البراعم، وهذا ما أحدث الفارق بين متوسطات القياس القبلي عن البعدي.

وهذا يتفق مع كلاً من فلاديمير واخرون **Vladimir, etal** (٢٠١٤م) (٢٢)، شميت واخرون **Schmidt, etal** (٢٠١٥م) (٢١)، راتزيك واخرون **Raczek, etal** (٢٠١٨م) (١٩)، ياسر طه (٢٠١٩م) (١٦) أنه من أولى خطوات المدرب عندما يقود فريق هي التخطيط للبرنامج التدريبى مع مراعاة المرحلة السنيه والمستوى البدني والمهارى والخططى وعدد مرات التدريب الأسبوعية وزمن الوحدة وتوقيت التدريب وعدد الأسابيع ثم اختيار التدريبات التى تتناسب مع قدرات البراعم أو الناشئين حتى لا يتعرضون للإصابة أو الإرهاق ومن ثم هبوط المستوى والبعد عن الهدف المراد تحقيقه. كما أن البرنامج التدريبى الموضوع للبراعم والمبتدئين يجب أن يكون مناسباً من حيث المحتوى والتدريبات والفترة الزمنية وخصائص المرحلة السنية حتى يستطيع إنجاز الأهداف المراد تحقيقها.

وهذا يتفق مع كلاً من ياسر الجوهري، محمد مصلي (٢٠١٢م) (١٥)، نيوميير واخرون **Neumeier, etal.** (٢٠١٦م) (١٧)، مصطفى عبدالله (٢٠٢٠م) (١٢) أنه أثبتت الدراسات والأبحاث مدى أهمية برامج القدرات التوافقية فى مختلف الأنشطة الرياضية لذلك نستعين بنماذج من تدريبات القدرات التوافقية لتحسين وتطوير الأداء، كما أن القدرات التوافقية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالبرنامج الحركي وبالمخ وبالإدراك الحس حركي من خلال المسافة والزمن والمؤشرات الحيوية للأنشطة الرياضية. كما أن توافر مستوى جيد من القدرات التوافقية لدى

البرعم يؤدي إلى اختزال الزمن اللازم لتعلم واكتساب المهارات الحركية، وبالتالي يتم أداء المهارات الحركية بشكل اقتصادي في الطاقة المبذولة، كما أن المستوى التوافقي العالي يمكن البرعم من التنوع في الأداء المهاري في مختلف الأنشطة الرياضية، وذلك لأن القدرات التوافقية تعمل على تثبيت المسارات الحركية للمهارات خلال الممرات العصبية للبراعم ويؤدي هذا الأمر إلى سرعة الأداء المهاري، ويأتي كل هذا من خلال التدريبات المقننة والمبنية على أسس علمية لتمكن البرعم من تحقيق الهدف والوصول لمستوى عالي. وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

### جدول (١٦)

دلالة الفروق ونسب التحسن بين متوسطات القياسات (القبليّة والبعدية) في بعض المهارات الأساسية للمجموعة التجريبية ن = ١ = ٢٠

الإختبارات	وحده القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسب التحسن	قيمة ت
		ع±	س	ع±	س		
إختبار دقة التميرير القصير	درجة	٢,٤٨	٣,٧٨	١,٣٨	٥,١٣	٢٦,٣٢	٣,٠٩
إختبار دقة التصويب على المرمى المقسم	درجة	٣,١٠	٣,٥٩	٢,٤٤	٥,٤٣	٣٣,٨٩	٤,٨٧
إختبار الجري بالكرة في خط مستقيم (٤٠م)	ثانيه	١,٠٨	١٣,٤٤	٢,٣٧	١٢,١١	١٠,٩٨	٣,٤٤
إختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين الأقماع	ثانيه	٢,٧٦	١٧,٥١	٢,٧٢	١٦,٠٨	٨,٨٩	٣,٢٥
إختبار تنطيط الكرة بأجزاء الجسم بالعدد	عدد	٣,٥٥	١٠,٨٧	١,٥١	١٥,٣٢	٢٩,٠٥	٤,٧٤

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ١,٧٣

يتضح من جدول (١٦) أن قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية قيد البحث وكانت قيمتها أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في بعض المهارات الأساسية مما يدل على وجود فروق داله إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية قيد البحث .

### جدول (١٧)

دلالة الفروق ونسب التحسن بين متوسطات القياسات (القبليّة والبعدية) في بعض المهارات الأساسية للمجموعة الضابطة ن = ٢ = ٢٠

الإختبارات	وحده القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		نسب التحسن	قيمة ت
		ع±	س	ع±	س		
إختبار دقة التميرير القصير	درجة	٢,٥٤	٣,٤٢	١,٢٩	٤,٥٦	٢٥,٠٠	٢,٧٤
إختبار دقة التصويب على المرمى المقسم	درجة	٢,٦٠	٣,١٠	٢,٠٣	٤,١٥	٢٥,٣٠	٣,٣١
إختبار الجري بالكرة في خط مستقيم (٤٠م)	ثانيه	١,٧٢	١٣,٧٩	١,٦٦	١٢,٨٩	٦,٩٨	٢,٩٨
إختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين الأقماع	ثانيه	٢,٩٠	١٧,٦٨	٢,٢٧	١٦,٧٠	٥,٨٧	٢,٧٣
إختبار تنطيط الكرة بأجزاء الجسم بالعدد	عدد	٢,١١	١٠,٣٢	٢,٤٨	١٣,٦٩	٢٤,٦٢	٣,٤٩

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٩ = ١,٧٣



يتضح من جدول (١٧) أن قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية قيد البحث وكانت قيمتها أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في بعض المهارات الأساسية مما يدل على وجود فروق داله إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة قيد البحث .

ويرجع الباحث ذلك إلى أن هذه المرحلة السنوية تحت (١٠ سنوات) تعتبر العمر الذهبي للتعليم والتعلم وهي بمثابة القاعدة والأساس للمراحل المقبلة وكذلك خلال هذه المرحلة تظهر طفرات مراحل النمو بالإضافة لكون البرعم يستقبل ويتطور بسهولة وتكون عمليات التعليم والتدريب أسهل ونتائجها أفضل ونستطيع من خلال البرامج المخططة الوصول بالبرعم لأفضل مستوى ممكن.

ويتفق مع ما ذكره كلاً من علاء خلدون وعلي محسن (٢٠١٤م) (٨)، حسن أبو عبده (٢٠١٥) (٦)، غازي صالح (٢٠١٦م) (٩) أن المهارات الأساسية تعتبر أحد الجوانب الفنية الهامة في نشاط كرة القدم وبدون أدائها وإتقانها بصورة جيدة لا يتمكن البرعم من تنفيذ تعليمات المدرب الخاصة بالجانب الخططي أثناء المباراة ، وتتميز كرة القدم بتعدد مهاراتها الأساسية وتنوعها، ولقد ارتفع مستوى الأداء في كرة القدم بصورة تتماشى مع تطور طرق اللعب المختلفة وتنوع الخطط الدفاعية والهجومية الأمر الذي يتطلب تميز لاعب كرة القدم بالقدرة الفائقة على الأداء الأمثل للمهارات الأساسية لكرة القدم.

ويتفق مع ما ذكره كلاً من غازي صالح وهاشم ياسر (٢٠١٢م) (١٠)، ريدوود Redwood, etal (٢٠١٤م) (٢٠)، عادل الفاضي (٢٠١٦م) (٧) أنه كلما زاد مستوى أداء البرعم للمهارات الأساسية، أمكن الارتقاء بالمستوى الخططي لهم نظراً لأن البرامج في هذه الحالة سيؤدون المهارات بصورة آلية مما يتيح فرصة تنفيذ الخطط بكفاءة وفاعليه دون هبوط في مستوى الأداء. والمهارات الأساسية في كرة القدم هي جوهر الإنجاز في المباريات وبدون أن يتقن البرعم أداء تلك المهارات فإنه سيكون غير قادر على أداء الخطط بشكل سليم، حيث أن المهارات الأساسية تمثل ركناً أساسياً في وحدة التدريب إذ تعتبر القاعدة الأساسية للعبه، وبدون إتقانها لن يستطيع البرعم تنفيذ خطط أو واجبات المراكز بصورة كبيرة وكاملة، كما أنه يتطلب من البرعم الاجتهاد في التدريب لفترات طويلة حتى يستطيع أن يتقن تلك المهارات.

وهذا يتفق مع كلاً بدر دويكات ورائد فائق (٢٠١٢م) (٤) ، غازي صالح وهاشم ياسر (٢٠١٢م) (١٠) ، غازي صالح (٢٠١٦م) (٩) أن البرامج التعليمية المخططة للبراعم في كرة القدم وسيلة ضرورية للتقدم بحالة التدريب للبراعم، حيث يحدد مضمون عملية التدريب بطريقة

منظمة تؤدي إلى تقدم مستوى البراعم ووصوله إلى أعلى مستوى خلال السنوات المقبلة، ولكي يمكن الوصول بالبراعم في مجال التدريب إلى المستويات العالية فإن ذلك يتم خلال وقت طويل ولا بد من التحكم في هذا الوقت ولهذا نجد أن من الأهمية وضع خطط لفترات أقصر (سنوات- فترة - مرحلة - أسبوع) . والبرنامج التعليمي الموضوع للبراعم والمبتدئين كان مناسباً من حيث المحتوى والتدريبات والفترة الزمنية وخصائص المرحلة السنوية حتى يستطيع إنجاز الأهداف المراد تحقيقها، كما يعزى الباحث حدوث نسب تحسن في بعض المهارات الأساسية للمجموعتين التجريبية قيد البحث في متوسطات القياس البعدي عن متوسطات القياس القبلي إلى استخدام (طريقة كورفر) والذي يتقدم بالبرعم والمبتدئ ويتدرج بالمستوى ويتعامل مع تفاصيل المهارات ويعطي وقت كبير للمهارات حتى يتسنى للجميع التعلم بوقت كافي وتظهر المهارات بشكل أفضل ومتطور . وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

### جدول (١٨)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات (البعدي) في بعض القدرات التوافقية للمجموعتين

التجريبية والضابطة ن=٢=٢٠

قيمة ت	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحده القياس	الإختبارات
	ع±	س	ع±	س		
٣,٤٨	١,٨٥	٣٠,٢٠	٢,٦٧	٢٦,٤٩	سم	اختبار تمرير الكرة باتجاه صندوق
٣,١٢	٢,٥٣	٤٠,٧٦	١,٠٨	٤٣,٢١	عدد	اختبار الجري بالكرة بباطن القدمين لمدته (٢٠) ث
٢,٧٩	١,٣٨	٤,٢١	٢,١٠	٣,٩٥	ثانيه	اختبار الجري بالكرة على خط ٥٠ سم X ١٠ م
٣,٠٨	٢,١١	٧,٥٥	٢,٨٢	٨,٢٥	درجة	اختبار دقة التمرير على مسافات متباينة
٢,٨٠	٢,٠٣	١٤,٩٨	١,٧٣	١٤,١٢	ثانيه	اختبار مركب للجري والتمرير والمراوغة

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٣٨ = ٢,٠٢

يتضح من جدول (١٨) أن قيمة ت المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة وكانت قيمتها أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في بعض المهارات الأساسية مما يدل على تفوق المجموعة التجريبية علي المجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث.

## جدول (١٩)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات (البعدية) في بعض المهارات الأساسية

للمجموعتين التجريبية والضابطة ن=١ ن=٢=٢٠

قيمة ت	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحده القياس	الإختبارات
	ع±	س	ع±	س		
٣,٥٠	١,٢٩	٤,٥٦	١,٣٨	٥,١٣	درجة	إختبار دقة التمرير القصير
٣,٨٧	٢,٠٣	٤,١٥	٢,٤٤	٥,٤٣	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى المقسم
٢,٩٢	١,٦٦	١٢,٨٩	٢,٣٧	١٢,١١	ثانيه	إختبار الجرى بالكرة في خط مستقيم (٤٠م)
٢,٨٥	٢,٢٧	١٦,٧٠	٢,٧٢	١٦,٠٨	ثانيه	إختبار الجرى بالكرة في خط متعرج بين الأقماع
٣,٢٣	٢,٤٨	١٣,٦٩	١,٥١	١٥,٣٢	عدد	إختبار تنطيط الكرة بأجزاء الجسم بالعدد

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية ٣٨ = ٢,٠٢

يتضح من جدول (١٩) أن قيمة ت المحسوبة بين المجموعتين التجريبية والضابطة وكانت قيمتها أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في بعض المهارات الأساسية مما يدل على تفوق المجموعة التجريبية علي المجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث.

ويرجع الباحث هذه الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض القدرات التوافقية والمهارية إلى البرنامج الموضوع باستخدام منهجية كورفر التدريبية والذي إثر بشكل إيجابي على المجموعة التجريبية دون الضابطة لان طريقة كورفر تقوم على ضرورة مراعاة الطبيعة الخاصة للبراعم مع مراعاة نقاط القوة التي يمتلكها والتي يمكن البناء عليها وكذلك احتياجاته التعليمية التي يمكن تلبيتها، وذلك بهدف تحقيق الحد الأقصى من النجاح في إنجاز عملية التعلم.

وهذا يتفق مع كلاً من أنفبوج ريتز (١٩٩٤م) (٣)، محمد كشك وأمر الله البساطي (٢٠٠٠م) (١١)، إبراهيم شعلان (٢٠١٠م) (١)، براني رشيد (٢٠٢٢م) (٥) أن منهجية كورفر تظهر مهارات البراعم والناشئين بتوافق وآلية لأنها لا تشبه التدريبات الكلاسيكية وإنما تأخذ شكل وطبيعة المنافسة فإفتقار البرعم للتوافق يفقده المهارة وبالتالي يجد صعوبة في الأداء، والقدرات التوافقية أحد أهم العوامل التي تساعد في تطوير مستوى براعم وناشئي كرة القدم، لأن القدرات التوافقية تساعد في تعلم المهارات سواء كانت بالكرة (المهارات الأساسية) أو بدون كرة كالتحرك وغيرها، والبراعم الذين يفتقدون بعض من هذه القدرات ينخفض مستواهم عن زملائهم الذين يتمتعون بها ، فالقدرات التوافقية تساعد البراعم في إنجاز الحركات وبأقل مجهود ممكن.

وهذا يتفق مع كلاً من غازي صالح وهاشم ياسر (٢٠١٢م) (١٠)، فلاديمير وآخرون Vladimir, etal (٢٠١٤م) (٢٢)، مفتي إبراهيم (٢٠٢٠م) (١٣) أن منهجية كورفر هو

برنامج متطور لتعليم المهارات والأساسيات لتعليم البراعم ويركز على التفاصيل ويتدرج بالمهارات وهو برنامج يتميز بالمتعة والتعامل بشكل كبير مع الكرة بشكل فردي وصولاً للعب الجماعي، وهو ما يميز هذه الطريقة عن غيرها كونها تلبى حاجات البراعم وتضعهم في مواقف مختلفة ومتجددة والتعامل معها مثلما يحدث خلال التقسيمات وبالتالي تزيد من المردود المهاري للبرعم، حيث يقوم البرعم بالعمل في مجموعة من التدريبات التي تحتوي على سلسلة من التمارين الموجهة وتتضمن المهارات بأشكالها وأنواعها المختلفة. والهدف من هذا النوع تكرار للحلول المهارية للتمرير أو التصويب أو الجري بالكرة أو السيطرة عليها وفقاً للموقف الذي يتعرض له ووفقاً لظروف اللعب، وبالتالي تزيد من فاعلية الأداء المهاري وتساعد على تعليم وصقل المهارات الأساسية بشكل كبير وفعال.

وهذا ما يتفق مع نتائج كلاً من ياسر الجوهري ومحمد مصلي (٢٠١٢م) (١٥)، علاء خلدون وعلي محسن (٢٠١٤م) (٨)، اسلام طه (٢٠١٩م) (٢) إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدى ولصالح المجموعة التجريبية وهذا يرجع لتأثير المتغير التجريبي الموجود بالبرنامج. وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثالث الاستخلاصات:

في ضوء نتائج البحث وفي حدود العينة والمعالجات الإحصائية توصل الباحث للاستخلاصات التالية:

١. وجود فروق داله إحصائياً بين متوسطات القياسات (القبلية . البعدية) في مستوى بعض القدرات التوافقية للمجموعتين التجريبية والضابطة قيد البحث ولصالح متوسطات القياسات البعدية.
٢. وجود فروق داله إحصائياً بين متوسطات القياسات (القبلية . البعدية) في مستوى بعض المهارات الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة قيد البحث ولصالح متوسطات القياسات البعدية.
٣. وجود فروق داله إحصائياً بين متوسطات القياسات (البعدية) في مستوى بعض القدرات التوافقية والمهارات الأساسية للمجموعتين التجريبية والضابطة قيد البحث ولصالح متوسطات القياسات البعدية للمجموعة التجريبية.

**التوصيات:**

في ضوء الاستخلاصات تمكن الباحث من تحديد التوصيات التي يمكن الاستفادة منها كالتالي:

١. استخدام البرنامج المقترح فى تدريب البراعم والمبتدئين لما له من تأثير واضح فى تعلم المهارات الأساسية وكيفية أدائها والتقدم بها للمبتدئات فى كرة القدم.
٢. إدراج برنامج كورفر ضمن محتويات برامج للبراعم والاستعانة بمنهجيته لما لها من تأثير فعال فى تطوير مستويات الأداء المهارى للبراعم والمبتدئين.
٣. تطبيق الدراسة على مراحل سنوية مختلفة، وعلى الشباب والبنات.
٤. معرفة تأثير برنامج كورفر على متغيرات أخرى مثل الأداءات المهارية المركبة، الجانب البدني، الجانب الخططي.

### (( المراجعـــــــــم ))

#### **أولاً: المراجع العربية**

- ١- إبراهيم شعلان (٢٠١٠): كرة القدم للبراعم والأشبال (٩-٢ سنة)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢- اسلام طه (٢٠١٩م): فعالية برنامج تعليمي باستخدام التعلم المدمج على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية للمبتدئين في كرة القدم، بحث منشور، المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية، العدد ٣٧، المجلد ١، كلية التربية الرياضية، جامعة بورسعيد.
- ٣- أنفبوج ريتز (١٩٩٤م) : مدخل إلى نظريات وطرق التدريب العامة، ترجمة يورجن شلايف، كلية علوم الرياضة، جامعة لايبزيش، ألمانيا.
- ٤- بدر دويكات ورائد فائق (٢٠١٢م): أثر برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى ناشئى كرة القدم فى محافظه نابلس، المؤتمر العلمى الفلسطينى الرياضى الدولى الثانى، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- ٥- برانى رشيد (٢٠٢٢م): دراسة مقارنة لأثر الطريقتين التدريب الذكي وطريقة كورفر التدريبية على تنمية المهارات الأساسية للاعبى كرة القدم لأقل من ١٥ سنة، رسالة دكتوراه منشورة، معهد التربية البدنية والرياضة، جامعة الجزائر.
- ٦- حسن أبو عبده (٢٠١٥): الإعداد المهارى فى كرة القدم، ط١٢، دار ماهي للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية.
- ٧- عادل الفاضلي (٢٠١٦م): برمجة التدريب فى كرة القدم، مؤسسة عالم الرياضة للنشر، الإسكندرية.

- ٨- علاء خلدون وعلي محسن (٢٠١٤م): تأثير أسلوب الوسائط المتعددة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لطلاب كلية التربية الرياضية، بحث منشور، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، العدد ١، المجلد ١٤، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة القادسية، العراق.
- ٩- غازي صالح (٢٠١٦م): الأسس العلمية والتطبيقية بكرة القدم، ط٢، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ١٠- غازي صالح وهاشم ياسر (٢٠١٢م): كرة القدم (التدريب المهاري)، دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ١١- محمد كشك، أمر الله البساطي (٢٠٠٠): أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم.
- ١٢- مصطفى عبدالله (٢٠٢٠م): تأثير تدريبات S.A.Q على بعض القدرات التوافقية لبراعم كرة القدم، بحث منشور - مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد ٦٢، المجلد ٣٧، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها.
- ١٣- مفتى إبراهيم (٢٠٢٠): التدريب الرياضي للناشئين والمدرّب الناجح، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ١٤- ناجح ذيابات، نايف الجبور (٢٠١٣م): كرة القدم (مهارات- تدريب- إصابات)، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ١٥- ياسر الجوهري، محمد مصلي (٢٠١٢م): تأثير المباريات المصغرة علي مستوى بعض القدرات التوافقية لبراعم كرة القدم، بحث منشور - مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد ٣، المجلد ٤، كلية التربية الرياضية، جامعه بنها.
- ١٦- ياسر طه (٢٠١٩م): تأثير استخدام بعض القدرات التوافقية علي الأداء المهارى المركب لناشئى كرة القدم، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد ٤٩، المجلد ١، كلية التربية الرياضية، جامعه أسيوط.

### ثانياً: المراجع الأجنبية

- 17- Neumeier, etal.(2016): Coordination abilities and its relationship with basic skills for young football Players, Journal of Physical Education and Sport. 1(1): p232-243.

- 18- Pride,A. (2004):** Training Cycle Football Condition: Development of Theory & Translation to Football Practice. Work paper , Ottawa, Canada .
- 19- Raczek. J.,etal.(2018):** Learning and coordination skills. Rivista culture sportive, Roma,Italy.
- 20- Redwood,etal (2014):** Using computers in learning and training football(Analytical Study), Br Sports Journal ,4(41): p255–261.
- 21- Schmidt,M.,etal (2015):** Impact of using some teaching methods in learning some soccer skills for primary school students, The development of movement control and coordination, 2 (45): 113-121.
- 22- Vladimir, etal.(2014):** Coordination abilities level and its relationship with skillful & tactical for football juniors U16, Journal of Sport Kinesiology, 39(2):154-160.
- 23- Wien, H. (2005) :** Developing Game Intelligence in Soccer , human kinetics , USA
- 24- [www.ceorver.com/product/ceorver\\_intro/coaching course/pdf](http://www.ceorver.com/product/ceorver_intro/coaching_course/pdf).**First Skills is Coerver's market-leading program- Coerver Coaching.