

تأثير تدريبات الروندو على بعض الأداءات المهارية المندمجة لناشئي كرة

القدم

محمود حسن الحوفي^١

شوكت جابر رضوان^٢

عبد الرحمن مجدى محمد محمد الحداد^٣

^١ أستاذ تدريب كرة القدم المتفرغ بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب ، كلية التربية الرياضية ، جامعة مدينة السادات.

^٢ أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الألعاب الرياضية وألعاب المضرب ، كلية التربية الرياضية ، جامعة قناة السويس.

^٣ باحث ماجستير بقسم نظريات وتطبيقات الألعاب الرياضية وألعاب المضرب ، كلية التربية ، جامعة قناة السويس.

ملخص البحث:

يهدف البحث الى إعداد برنامج تدريبي باستخدام تدريبات الروندو ومعرفة مدى تأثيرها على بعض الاداءات المهارية المندمجة لناشئي كرة القدم ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلى و البعدى لمجموعتين ضابطة وتجريبية ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئي كرة القدم تحت 19 سنة بنادي جلف اف سي الاماراتي موسم 2023/2022 م ، والبالغ عددهم (28) ناشيء تم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين ضابطة وتجريبية كل مجموعة (14) ناشيء ، المجموعة الضابطة تستخدم التدريبات التقليدية والمجموعة التجريبية تستخدم تدريبات الروندو ، واستخدم الباحث في جمع البيانات اختبارات لقياس كل من (الاداءات المهارية المندمجة) لناشئي كرة القدم ، ومن أهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث أن تدريبات الروندو قد ساهمت في تطوير بعض الاداءات المهارية المندمجة قيد البحث ، ويوصى الباحث بضرورة احتواء البرنامج التدريبي لناشئي كرة القدم على تدريبات الروندو لتطوير الاداءات المهارية المندمجة .

Summary:

The research aims to prepare a training program using rondo exercises and to know the extent of their impact on some of the integrated skill performance of soccer players. The Emirati C team season 2023/2022 AD , and they numbered (28) juniors, who were randomly divided into two control and experimental groups, each group (14) juniors, the control group used traditional exercises and

the experimental group used rondo exercises, and the researcher used tests to measure each of (performances) in collecting data The integrated skill) for soccer players, and one of the most important conclusions reached by the researcher is that the rondo exercises have contributed to the development of some integrated skill performances under discussion.

الكلمات الافتتاحية: تدريبات الروندو، الأداءات المهارية المندمجة، ناشئ كرة قدم

مقدمة ومشكلة البحث :

لقد أصبح البحث العلمى من أهم العوامل التى يعتمد عليها فى تطوير المجتمعات وذلك للوصول الى أعلى المستويات فى جميع المجالات بصفة عامة ، والمجال الرياضى بصفة خاصة ، فى محاولة لتحقيق أكثر قدر من الاستفادة من النظريات العلمية وطرق التدريب الحديثة فى المجال الرياضى و تعد كرة القدم من أهم الرياضات التى تجذب شعوب العالم حيث أنها أصبحت صناعة واستثمار اذا ما أحسن التخطيط لها وإدارتها وتقويمها بشكل فعال مع التطور المذهل فى علم التدريب الرياضى .

حيث أن التدريب الرياضى الحديث فى كرة القدم يسعى إلى الوصول بمستوى أداء اللاعبين إلى أعلى مستوى إنجاز رياضى والمحافظة على هذا المستوى لأطول فترة زمنية ممكنة ، مما دفع العلماء والخبراء فى مجال كرة القدم إلى التخطيط الجيد لبرامج اللاعبين ، بالإضافة الى دراسة العديد من الطرق والأساليب الحديثة المستخدمة فى التدريب للارتقاء بمستوى أداء اللاعبين مهارياً وبدنياً وخطياً وذهنياً .

حيث يؤكد كل من مفتي ابراهيم حماد(2001) على أن " نجاح الأداء الحركي للاعب خلال المباراة يتوقف على درجة و مستوى ثبات و استقرار المهارات الحركية لديه و مدى إتقانه لها مهما تغيرت الظروف و مواقف اللعب أثناء المباراة . "و يضيف حنفي محمود مختار فى نفس السياق "أنه على المدرب أن يعمل على تثبيت المهارات الأساسية بحيث تؤدي بدقة و إتقان أثناء التدريب، و أن تؤدي فى ظروف تشبه ظروف المباراة، مثل التدريبات المركبة مع الزميل و أن هذه التقسيمات تتطلب من اللاعب أداء صحيحا و سريعا للمهارات تحت ضغط اللاعبين الخصوم فى حيز ضيق من الملعب هذا بالإضافة إلى أن هذه التدريبات تعطي اللاعب الخبرات التى تجعله يقتصد فى مجهوده أثناء الأداء مع القدرة على حسن التصرف و هدوء الأعصاب أثناء اللعب " ، و يتفق ابراهيم شعلان وعمر أبو المجد

"أنه يمكن تثبيت أداء المهارات الأساسية تحت ظروف تشبه ما يحدث في المباريات من خلال تمرينات تخلق مواقف مثل موقف 1 ضد 2 و 2 ضد 3 أو 2 ضد 3 أو حتى 3 ضد 4." (19:9)

كما يرى عصام عبد الخالق (2005) ، و هشام ياسر نقلاً عن أنالسكاريدو يموبا (2008) : أنه في السنوات الأخيرة قد حدث تطوراً هائلاً في طرق وأساليب التدريب المستخدمة وأصبحت ملائمة للاعبين ، وأنه يجب على المدرب أن يتابع كل ما هو جديد في مجال التدريب الرياضي لرفع مستوى أداء اللاعبين.(3 : 87) ، (1 : 2) ويقول المدرب يوهان كرويف **Johann Cruiff** (2015م) عن الرondo : أن كل ما يحدث في المباراة ماعدا التصويب تستطيع عمله في تدريبات الرondo ، مثل الجوانب التنافسية ، خلق المساحات واستغلالها ، التعامل مع الاستحواذ على الكرة ، التعامل مع فقدان الكرة ، اللعب من لمسة واحدة ، مقاومة الضغط المستمر ، كيفية استعادة الكرة مرة أخرى.(1:19)

ويؤكد المدرب تشافى هرنانديز **Chaffee Hernandez** (2015م): على أن الرondo يعد أفضل تمرين على الإطلاق يتعلم فيه اللاعبون ردة الفعل وعدم فقدان الكرة.(1:20)

كما نسب الموقع الرسمي للاتحاد الأوروبي لكرة القدم (الويفا)(2016م) للرondo الفضل في تحسين أسلوب التمرير السريع ، حيث تؤدي الى سرعة التمرير مع الجري لمسافات قصيرة وتحسن التحمل والذكاء الحركي وسرعة التفكير .(1:20)

و يشير سيرمنتو (Sarmiento) (2019م): الى أن تدريبات الرondo أصبحت تقنية تدريب جماعية حديثة في كرة القدم تهدف الى احتفاظ المهاجمين على الكرة بين أقدامهم بعيداً عن المدافعين لأطول فترة زمنية ممكنة عن طريق نقل الكرة بشكل سريع من خلال التمرير والاستلام بشكل سريع والتحرك للمساحات الخالية، فهي تدريبات يغلب عليها طابع الإثارة و التشويق وتحقق المتعة والسرور للاعبين ، كما تهدف تدريبات الرondo الى تطوير كافة الجوانب المهارية و البدنية والخططية في بيئة تنافسية تشبه ما يحدث في المباريات . (18 : 234)

و لقد تطورت كرة القدم في العصر الحديث وأصبحت في حاجة الى العديد من الجوانب التي يتطلبها الأداء التنافسي ، فنجد أن طرق اللعب قد تباينت وتعددت ونتج عنها الاختلاف في الخطط الهجومية والدفاعية الفردية منها والجماعية ، والتي تتطلب درجة عالية من الأداء المهارى خلال مواقف أكثر تعقيداً وتحتاج سرعة ودقة وقوة وكفاحاً مستمراً طوال زمن المباراة .

حيث يرى محمد كشك وأمر الله البساطي (2000) ، هشام حمدون (2008) : أن المهارات المركبة تمثل مجموعة من المهارات التي تندمج مع بعضها البعض وأن اللاعب اذا لم يكن لديه درجة عالية من الأداء

المهارى يضطر أن يوجه تركيزه على الكرة وطريقة لعبها ولا يتمكن من ملاحظة تحركات اللاعبين (الزميل - المنافس) مما يؤثر بالسلب على كل من دقة وسرعة الأداء المهارى والخططى ، كما أن التدريب على المهارات المركبة والمنفردة في نفس ظروف المباراة يؤدي الى اختصار الزمن الكلى للمهارة عن طريق الأداء بالدقة والسرعة اللازمة لتحقيق الغرض المراد إنجازه . (6 : 44) ، (16:11)

ويرى الباحث في حدود علمه و من خلال خبراته فى تدريب بعض فرق الناشئين ومتابعة تدريبات العديد من المدربين أن معظم المدربين يعتمدون في تطوير جوانب الإعداد (المهارية) للاعبين على أسلوب التدريب المنفصل من خلال تدريبات موجهة عن طريق نماذج وأشكال تتشابه بنسبة قليلة مع ما يحدث في الملعب ، ولا تهتم بوضع اللاعبين في شكل تنافسي و تحت ضغط مستمر كما ما يحدث في المباريات .

ولما كانت تدريبات الروندو (Rondo) تعتمد في أدائها على الاستحواذ على الكرة من خلال التمرير والاستلام بشكل سليم وسريع والتحول من الهجوم إلى الدفاع ومن الدفاع إلى الهجوم في أسرع وقت ممكن وفى جو ممتع ومشابه للمباراة .

الأمر الذى وجه الباحث إلى إجراء مثل هذه الدراسة لمحاولة التعرف على تأثير تدريبات الروندو على دقة وسرعة بعض الاداءات المهارية المندمجة لناشئي كرة القدم قيد البحث .

مصطلحات البحث :

- الروندو (Rondo) :

هي عبارة عن تقنية تدريب تحمل أهداف مهارية وبدنية وخططية وذهنية تشبه ما يحدث في المباريات عن طريق تمرير الكرة بين اللاعبين و الاحتفاظ بها لأطول فترة ممكنة بين أقدام المهاجمين الأكثر عدداً وبعيداً عن المدافعين الأقل عدداً ووفق شروط محددة من المدرب ولعدد ما بين 20 - 30 تمريرة متتالية بين اللاعبين . (19 : 234)

- الاداءات المهارية المندمجة :

هي عدد من الاداءات الحركية والتي يتم دمجها بكيفية تجعل أدائها داخل أطار جملة حركية مركبة تتسم بالسرعة والدقة في الأداء بحيث تكون احد أو بعض هذه الاداءات مرحلة تمهيدية للجزء الرئيسي من الحركة (6 : 22)

اهداف البحث :

يهدف هذا البحث الى التعرف على تأثير تدريبات الروندو على بعض الاداءات المهارية المندمجة لناشئي كرة القدم من خلال التعرف على :

- تأثير تدريبات الروندو على بعض الاداءات المهارية المندمجة لناشئي كرة القدم.

فروض البحث :

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي في بعض الاداءات المهارية المندمجة قيد البحث.
 - توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي في بعض الاداءات المهارية المندمجة قيد البحث.
 - توجد فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في بعض الاداءات المهارية قيد البحث.
 - يوجد تباين في نسب تحسن دقة وسرعة بعض الاداءات المهارية المندمجة لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .
- الدراسات المرتبطة :

- دراسة محمد مصلي (2012) بعنوان " استخدام المباريات المصغرة لتحسين مستوى بعض القدرات التوافقية والمهارية لبراعم كرة القدم " (7)
تهدف الدراسة الي التعرف علي تأثير المباريات المصغرة علي مستوى بعض القدرات التوافقية والمهارية لبراعم كرة القدم علي عينة قوامها (40) برعم كرة قدم تحت (13) سنة من نادي بطا(محافظة القليوبية) واستخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعتين ضابطة وتجريبية وتوصل الباحث إلي نتائج إيجابية في تحسن أداء المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة في مستوى بعض القدرات التوافقية والمهارية لبراعم كرة القدم قيد البحث .
- دراسة محمد محمود مصلي (2020 م) بعنوان " تأثير الروندو (Rondo) في مساحات مصغرة على تعلم مهارتي التمرير والاستلام بالقدم لحراس المرمى بأكاديميات كرة القدم " (8)
وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير تدريبات الروندو على تعلم بعض المهارات لحراس المرمى بأكاديميات كرة القدم وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم القياس (القبلي - البعدي) لمجموعة تجريبية واحدة ، وتم اختيار عين البحث بالطريقة العمدية من حراس مرمى أكاديمية جراند لكرة القدم بينها في المرحلة السنية تحت 12 سنة ، وبلغ قوام عينة البحث الأساسية (5) حراس ، وقد توصل الباحث إلى نتائج إيجابية في تحسن أداء حراس المرمى بالمجموعة التجريبية في مستوى تعلم مهارات الحراس قيد البحث
- دراسة فرانسيسكو سيجرو (2018) " Francesco Sgro " بعنوان " تأثير ألعاب المباريات المصغرة علي المهارات الفنية للاعبين كرة القدم . (15)

وتهدف الدراسة الي التعرف علي تأثير ألعاب المباريات المصغرة علي المهارات الفنية واستخدم الباحث المنهج التجريبي علي عينة قوامها 20 لاعب وتوصل الباحث الي تحسن المهارات الفنية عن طريق ألعاب المباريات المصغرة قيد البحث .

إجراءات البحث :

- **منهج البحث :**
سوف يستخدم الباحثون المنهج التجريبي بتصميم القياس (القبلي - البعدي) لمجموعتين إحداها ضابطة والأخرى تجريبية لملائمته لطبيعة البحث .
- **عينة البحث:**
سيقوم الباحثون باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئي كرة القدم تحت 19 سنة بنادي جلف اف سي الاماراتي موسم 2023/2022 م وسيتم توزيع العينة عشوائياً إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية.

(السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي) والتي قد تؤثر على المتغير التجريبي (المستقل) بالإضافة الى باقي متغيرات البحث والجداول (1)، (2)، (3)، (4)، (5)، (6) توضح كل من التجانس والتكافؤ

جدول (1)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والتفطح ومعامل الالتواء للمجموعتين
(الضابطة - التجريبية) في متغيرات (السن والطول والوزن والعمر التدريبي) (ن = 28)

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التفطح	معامل الالتواء
السن	18.25	0.440	- 0.554	1.221
الطول	168.57	4.315	- 0.765	- 0.416
الوزن	64.78	4.573	- 0.213	- 0.469
العمر التدريبي	5.50	1.427	- 0.937	0.000

يتضح من جدول (1) أن معامل الالتواء تراوح ما بين (- 0.469 ، 1.221) وقد انحصرت جميعاً ما بين (± 3) مما يدل على تجانس أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبي .

جدول (2)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري والتفطح ومعامل الالتواء للمجموعتين (الضابطة-التجريبية)
فى الاداءات المهارية قيد البحث (ن = 28)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التفطح	معامل الالتواء
دقة التمرير	درجة	1.85	0.650	- 0.486	0.142
سرعة التمرير	ثانية	9.50	1.092	-0.105	-0.446
دقة استلام وتمرير	درجة	1.67	0.669	-0.642	0.479
سرعة استلام وتمرير	ثانية	17.43	1.149	- 0.828	- 0.183
استلام ومرواغة وتمرير	درجة	1.42	0.690	0.280	0.639
	ثانية	5.99	0.946	-0.951	- 0.103
	درجة	0.75	0.440	-0.554	-1.221

يتضح من جدول (2) أن معامل الالتواء تراوح ما بين (-1.221 ، 0.639) وقد انحصرت

جميعا ما بين ($3 \pm$) مما يدل على تجانس أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات الاداءات المهارية قيد البحث

جدول (3)

دلالة الفروق الاحصائية لاختبار مان وتني في القياس القبلي بين المجموعتين (الضابطة - التجريبية)
(في متغيرات النمو(السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي)

(ن=1 ن=2 = 14)

البيانات الاحصائية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة (قبلي)		المجموعة التجريبية (الرونودو قبلي)		قيمة (U)	قيمة (P)
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	المحسوبة لمان وتني	مستوى الدلالة
السن	سنة	14.00	196.00	15.00	210.00	91.00	0.668
الطول	سم	16.54	231.50	12.46	174.50	69.00	0.189
الوزن	كجم	14.64	205.00	14.36	201.00	96.00	0.926
العمر التدريبي	سنة	14.93	209.00	14.07	197.00	92.00	0.779

يوضح جدول (4) دلالة الفروق الإحصائية لاختبار مان ويتني Mann-Whitney Test في القياس القبلي لكل من متغيرات (السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي) قيد البحث بين المجموعتين (الضابطة - التجريبية) ، حيث أن قيمة $P < 0.05$ في جميع المتغيرات مما يدل على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات السابقة .

جدول (4)

دلالة الفروق الاحصائية لاختبار مان وتني في القياس القبلي بين المجموعتين (الضابطة - التجريبية) في الاداءات المهارية قيد البحث

(ن=1 ن=2=14)

البيانات الاحصائية	اختبارات	درجة	المجموعة الضابطة (قبلي)		المجموعة التجريبية (قبلي)		قيمة (U) المحسوبة لمان وتني	قيمة (P) مستوى الدلالة
			متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب		
الاداءات المهارية	دقة التمرير	درجة	12,21	171.00	16.79	253.00	66.00	0.098
	سرعة التمرير	ثانية	16.57	232.00	12.43	174.00	69.00	0.182
	دقة استلام وتمرير	درجة	11.86	166.00	17.14	240.00	61.00	0.061
	سرعة استلام وتمرير	درجة	13.89	194.50	15.11	211.50	89.50	0.676
	سرعة استلام وتمرير	ثانية	12.46	174.50	16.54	231.50	69.50	0.188
	استلام ومرواغة وتمرير	درجة	14.86	208.00	14.14	198.00	93.00	0.795
	استلام ومرواغة وتمرير	ثانية	17.00	238.00	12.00	168.00	63.00	0.106
		درجة	14.00	196.00	15.00	210.00	91.00	0.668

يوضح جدول (5) دلالة الفروق الإحصائية لاختبار مان ويتني Mann-Whitney Test في القياس القبلي لمتغيرات الاداءات المهارية قيد البحث بين المجموعتين (الضابطة - التجريبية) ، حيث أن قيمة $P < 0.05$ في جميع المتغيرات مما يدل على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات السابقة .

• أدوات ووسائل جمع البيانات :

أولاً: أدوات وأجهزة جمع البيانات :

استخدم الباحث الأدوات والأجهزة التالية:

- جهاز ريستاميتير لقياس الطول .
- شريط قياس لقياس المسافة .
- كرات قدم .
- أطباق .
- ميزان طبي لقياس الوزن .
- ساعة إيقاف لقياس الزمن .
- مرمي صغير .
- مقعد خشبي .

ثانياً : وسائل جمع البيانات : اعتمد الباحث فى جمع البيانات على الوسائل التالية :

- **المسح المرجعي** : قام الباحث بإجراء المسح المرجعي للعديد من المصادر والمراجع العلمية فى حدود علمه بهدف تحديد متغيرات كل من دقة وسرعة الاداءات المهارية لناشئي كرة القدم ، بالإضافة الى تحديد الاختبارات التى تقيس كل متغير منها .
- **الاستبيان** : قام الباحث بوضع جميع المتغيرات والاختبارات المستخلصة من المسح المرجعي فى استمارات استبيان مرفق (2) ، (3) وعرضها من خلال المقابلة الشخصية على مجموعة من الخبراء فى مجال كرة القدم مرفق (4) لتحديد أنسب هذه المتغيرات والاختبارات لهدف وعينة البحث والحاصلة على نسبة اتفاق قدرها (75%) فأكثر من آراء الخبراء .
- **الاختبارات والمقاييس** :
 - 1- **اختبارات الاداءات المهارية** : مرفق (4)
 - دقة التمرير .
 - سرعة التمرير .
 - دقة استلام وتمرير .
 - سرعة استلام وتمرير .
 - استلام ومرواغة وتمرير .
- **الدراسة الاستطلاعية** :

قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية فى الفترة من 12 / 2 / 2023 م الي 17 / 2 / 2023 م علي (5) ناشئين تحت (19) سنة من نادي النجوم الاماراتي من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية (مجموعة مميزة) ، و (5) ناشئين تحت (12) سنة بنفس النادي (مجموعة غير مميزة) ، و ذلك لإجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات قيد البحث .

- **المعاملات العلمية** :

1- **معامل الصدق** :

قام الباحثون بحساب معامل صدق الاختبارات قيد البحث من خلال صدق التمايز بين مميزين (ناشئي النجوم الاماراتي تحت 19 سنة) وغير مميزين (ناشئي نادي النجوم تحت 12 سنة) و جدول (5) ، يوضح معاملات الصدق للاختبارات قيد البحث .

جدول (5)

دلالة الفروق الاحصائية لاختبار مان وتني في متغيرات الأداءات المهارية قيد البحث بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة

(ن=1 ن=2=5) (صدق التمايز)

قيمة (P) مستوى الدلالة	قيمة (U) المحسوبة لمان وتني	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	البيانات الاحصائية	
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب		الاختبارات	
.007	.000	15.00	3.00	40.00	8.00	درجة	دقة التمرير	الاداءات المهارية
.009	.000	40.00	8.00	15.00	3.00	ثانية	سرعة التمرير	
.007	.000	15.00	3.00	40.00	8.00	درجة	دقة استلام وتمير	
.007	.000	15.00	3.00	40.00	8.00	درجة	سرعة استلام وتمير	
.009	.000	40.00	8.00	15.00	3.00	ثانية	استلام ومراوغة وتمير	
.007	.500	15.50	3.10	39.50	7.90	درجة		
.009	.000	40.00	8.00	15.00	3.00	ثانية		
.021	2.000	17.00	3.40	38.00	7.60	درجة		

* (P) تعني مستوى الدلالة الإحصائية عند 0.05 (لدلالة الطرفين)

يوضح جدول (5) دلالة الفروق الإحصائية لاختبار مان ويتني Mann-Whitney Test بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في قياس متغيرات (الاداءات المهارية) قيد البحث ، حيث أن قيمة $P > 0.05$ ، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين ولصالح المجموعة المميزة .

2- معامل الثبات :

قام الباحثون بحساب معامل ثبات الاختبارات قيد البحث عن طريق تطبيق الاختبارات علي عينة البحث الاستطلاعية ثم إعادة تطبيقها مرة أخرى بفواصل زمني قدره (5) أيام بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني ، والجدول (6) يوضح معامل الثبات للاختبارات قيد البحث.

جدول (6)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لاختبارات الأداءات المهارية

قيد البحث (ن=5)

قيمة (P) مستوى الدلالة	معامل الارتباط (r)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		درجة القبول	البيانات الإحصائية	
		±ع	س	±ع	س		الاختبارات	
0.028	*0.919	0.894	3.40	0.547	3.60	درجة	الأداءات المهارية	دقة التمرير
0.001	*0.993	0.676	8.22	0.614	8.22	ثانية		سرعة التمرير
0.019	*0.912	0.530	3.30	0.547	3.60	درجة		
0.028	*0.919	0.547	3.40	0.894	3.60	درجة		دقة استلام وتمرير
0.001	*0.997	0.753	15.46	0.712	15.46	ثانية		سرعة استلام وتمرير
0.001	*1.000	0.478	2.80	0.447	2.80	درجة		
0.001	*0.993	0.589	5.84	0.594	5.74	ثانية		استلام ومراوغة وتمرير
0.039	*0.896	1.000	3.00	0.836	2.80	درجة		

* (P) تعني مستوى الدلالة الإحصائية عند 0.05 (لدلالة الطرفين)

يوضح جدول (6) أن معامل الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) لدلالة الطرفين حيث أن قيمة $P > 0.05$ في جميع الاختبارات مما يشير إلى ثبات هذه الاختبارات.

- البرنامج التدريبي :

1- هدف البرنامج :

يهدف البرنامج التدريبي المقترح الى تطوير متغيرات قيد البحث باستخدام تدريبات الروندو .

أسس وضع البرنامج :

راعى الباحثون أثناء وضع البرنامج المقترح الأسس التالية :

- أن يحقق البرنامج التدريبي الأهداف التي وضعت من أجله .
- مناسبة محتوى البرنامج للمرحلة السنية والمستوى المهارى لعينة البحث .
- مراعاة مبدأ الفروق الفردية لعينة البحث .
- مراعاة الخصائص المميزة لأساليب التدريب المستخدمة بالبرنامج .
- مراعاة التشكيل المناسب لحمل التدريب .
- اشتراك لاعبي المجموعتين (الضابطة - التجريبية) فى كل من (الاحماء - الاعداد البدنى

- الاعداد الخطي - التهيئة) بينما ينفصل لاعبي المجموعتين أثناء الفترة الزمنية

المخصصة لتدريبات الروندو بحيث يستخدم لاعبي المجموعة الضابطة تدريبات مهارية ،
بينما يستخدم لاعبي المجموعة التجريبية تدريبات (الروندو) .

2- محتوى برنامج تدريبات الروندو:

قام الباحثون بإجراء مسح مرجعي للعديد من المراجع والأبحاث العلمية المرتبطة بموضوع البحث لتحديد متغيرات كل من المتغيرات المهارية ... مرفق (2) ثم وضعها في استمارة استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء في مجال كرة القدم... مرفق (3) لتحديد المتغيرات المناسبة لعينة وموضوع البحث ، وبارتضاء نسبة اتفاق قدرها (75%) فأكثر من آراء الخبراء توصل الباحث الى المحتوى التالي للبرنامج :

- مدة البرنامج المقترح لتطوير المتغيرات المهارية (10) أسابيع ، بواقع (3) وحدات تدريب يومية فى الأسبوع ليصبح مجموع وحدات التدريب بالبرنامج (30) وحدة .
 - زمن وحدة التدريب اليومية تراوح ما بين (70-100 ق) ، والزمن الكلى للبرنامج (2520 ق)
 - مجموع زمن كل من الاحماء والتهدة تراوح ما بين (20 - 25 ق) ، ولا يحتسب ضمن زمن وحدة التدريب اليومية .
 - الزمن المخصص لتدريبات الروندو تتراوح ما بين (20 - 30 ق).
 - الزمن المخصص لتدريبات الاعداد البدني تتراوح ما بين (15 - 25 ق) .
 - الزمن المخصص لتدريبات الاعداد الخططي تتراوح ما بين (35 - 45 ق) .
 - دورة الحمل بالبرنامج (1 : 2) .
 - درجات حمل التدريب (متوسط - عالي - أقصى) .
 - زمن وحدة التدريب بالحمل المتوسط (70 ق)، مقسمة الى (20 ق) تدريبات الروندو ، (35 ق) تدريبات خططية ، (15 ق) تدريبات بدنية .
 - زمن وحدة التدريب بالحمل العالي (85 ق) ، مقسمة الى (25 ق) تدريبات الروندو، (40 ق) تدريبات خططية ، (20 ق) تدريبات بدنية .
 - زمن وحدة التدريب بالحمل الأقصى (100 ق)، مقسمة الى (30 ق) تدريبات الروندو ، (45 ق) تدريبات خططية ، (25 ق) تدريبات بدنية .
- تطبيق البرنامج :

1. القياس القبلي :

قام الباحثون بإجراء القياس القبلي في المتغيرات قيد البحث للمجموعتين (الضابطة - التجريبية) في الفترة من 2023/2/19 م

2. تنفيذ البرنامج :

قام الباحثون بتطبيق تجربة البحث الأساسية على لاعبي المجموعتين (الضابطة - التجريبية) في الفترة 2023/2/20 الى 2023/4/20 م .

3. القياس البعدي :

قام الباحثون بإجراء القياس البعدي في المتغيرات قيد البحث للمجموعتين (الضابطة - التجريبية) في الفترة من 2023/4/22م

- المعالجات الإحصائية :
- قام الباحثون باستخدام حزمة البرامج الإحصائية (spss) لحساب المعالجات الإحصائية التالية :
- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- النسبة المئوية
- عرض ومناقشة النتائج :
- أولاً : عرض النتائج :
- معامل ارتباط بيرسون
- اختبار مان ويتني Mann-Whitney Test
- اختبار ولكسون .

جدول رقم (7)

دلالة الفروق الاحصائية لاختبار ولكسون بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة

الضابطة في متغيرات الاداءات المهارية قيد البحث (ن=14)

قيمة (P) مستوى الدلالة	قيمة Z	المجموعة الضابطة				وحدة القياس	البيانات الاحصائية	
		مجموع الرتب		متوسط الرتب			الاختبارات	
		-	+	-	+			
0.004	- 2.887	0.00	45.00	0.00	5.00	درجة	دقة التمرير	الاداءات المهارية
0.002	- 3.053	89.00	2.00	7.42	2.00	ثانية	سرعة التمرير	
0.001	- 3.250	0.00	91.00	0.00	7.00	درجة		
0,003	- 2.967	6.00	85.00	6.00	7.08	درجة	دقة استلام وتمرير	
0.001	- 3.305	105.00	0.00	7.50	0.00	ثانية	سرعة استلام وتمرير	
0.035	- 2.111	4.00	32.00	4.00	4.57	درجة		
0.029	- 2.178	87.00	18.00	7.91	6.00	ثانية	استلام ومرواغة وتمرير	
0.001	- 3.207	0.00	91.00	0.00	7.00	درجة		

جدول (8)

دلالة الفروق الاحصائية لاختبار ولكسون بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة

التجريبية فى متغيرات الاداءات المهارية قيد البحث (ن=14)

قيمة (P) مستوى الدلالة	قيمة Z	المجموعة التجريبية				وحدة القياس	البيانات الاحصائية	
		مجموع الرتب		متوسط الرتب			الاختبارات	
		-	+	-	+			
0.002	- 3.126	0.00	78.00	0.00	6.50	درجة	دقة التمرير	الأداءات المهارية
0.001	- 3.235	104.00	1.00	8.00	1.00	ثانية	سرعة التمرير	
0.002	- 3.153	0.00	78.00	0.00	6.50	درجة		
0.001	- 3.228	0.00	105.00	7.00	0.00	درجة	دقة استلام وتمرير	
0.001	- 3.297	105.00	0.00	7.50	0.00	ثانية	سرعة استلام وتمرير	
0.001	- 3.337	0.00	105.00	0.00	7.50	درجة		
0.003	- 2.986	100.00	5.00	8,33	2.50	ثانية	استلام ومرواغة وتمرير	
0.001	- 3.407	0.00	105.00	0.00	7.50	درجة		

الجدولان (7)،(8)، يوضحان دلالة الفروق الاحصائية لاختبار ولكسون (Wilcoxon Test) بين

القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة الضابطة (التقليدية) فى متغيرات كل من الاداءات المهارية

المندمجة قيد البحث، حيث أن قيمة $P > 0.05$ مما يشير الى وجود فروق دالة احصائية بين القياسين

القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى .

جدول (9)

دلالة الفروق الاحصائية لاختبار مان وتني فى القياس البعدى لمتغيرات الاداءات المهارية المندمجة

قيد البحث بين المجموعتين الضابطة والتجريبية (ن=1 ن=2=14)

البيانات الاحصائية	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة (بعدي)		المجموعة التجريبية (بعدي)		قيمة (U)	قيمة (P)
			متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	المحسوبة لمان وتني	مستوى الدلالة
الاداءات المهارية	دقة التمرير	درجة	8.75	122.50	20.25	283.50	17.50	0.000
	سرعة التمرير	ثانية	19.50	273.00	9.50	133.00	28.00	0.001
		درجة	7.50	105.00	21.50	301.00	0.00	0.000
	دقة استلام وتمرير	درجة	8.93	125.00	20.07	281.00	20.00	0.000
	سرعة استلام وتمرير	ثانية	17.82	249.50	11.18	156.50	51.50	0.032
		درجة	7.82	109.50	21.18	296.50	4.50	0.000
	استلام ومرواغة وتمرير	ثانية	19.93	279.00	9.07	127.00	22.00	0.000
		درجة	7.93	111.00	21.07	295.00	6.00	0.000

الجدول (9)، يوضح دلالة الفروق الاحصائية لاختبار مان وتني (Mann-Whitney Test) فى

القياس البعدى لمتغيرات كل من الاداءات المهارية المندمجة قيد البحث، بين المجموعتين الضابطة

والتجريبية حيث أن قيمة $P > 0.05$ مما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية فى متغيرات البحث

بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية

جدول (10)

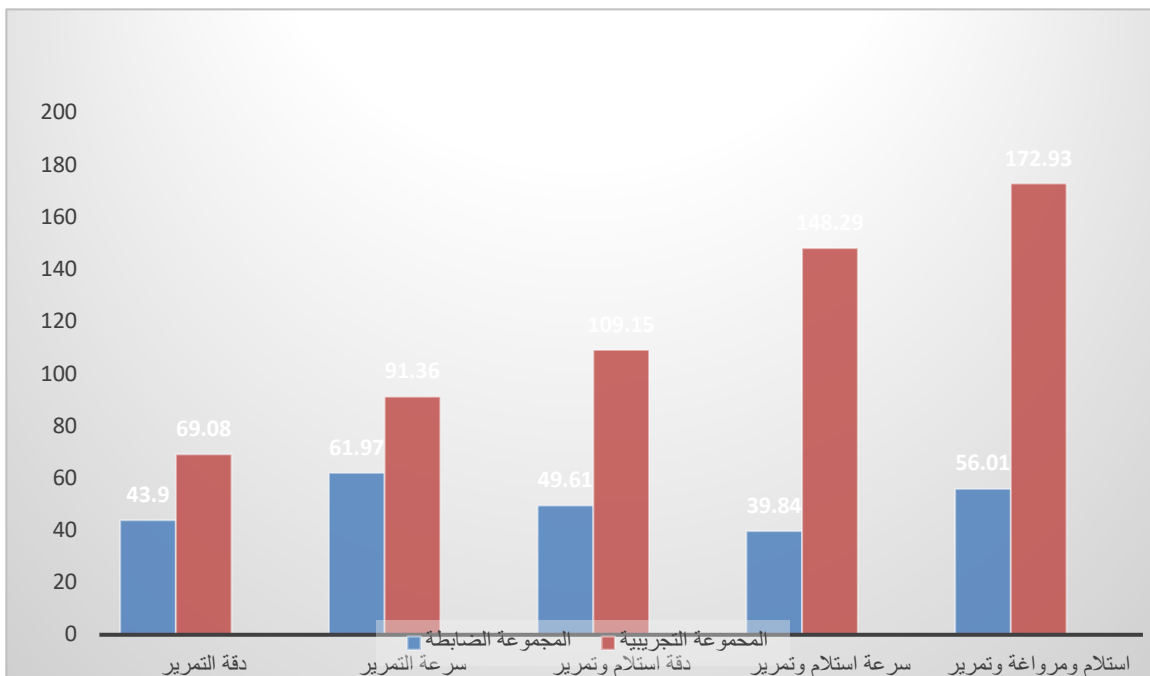
مجلة بحوث التربية البدنية وعلوم الرياضة العدد (٣) ٢٠٢٤

نسب التحسن في متغيرات البحث بين القياسات القبلية والبعدية
لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة

نسبة التحسن	المجموعة التجريبية الثانية		نسبة التحسن	المجموعة الضابطة		درجة	البيانات الاحصائية	
	القياس البعدي	القياس القبلي		القياس البعدي	القياس القبلي		الاختبارات	
69.08 %	3.50	2.07	43.90 %	2.36	1.64	درجة	دقة التمرير	
20.89 %	7.27	9.19	14.04 %	8.45	9.83	ثانية	سرعة التمرير	
70.47 %	3.29	1.93	47.93 %	1.79	1.21	درجة		
109.15 %	3.43	1.64	49.61 %	1.93	1.29	درجة	دقة استلام وتمرير	
13.33 %	15.35	17.71	4.84 %	16.33	17.16	ثانية	سرعة استلام وتمرير	
134.96 %	3.36	1.43	35 %	1.93	1.43	درجة		
22.05 %	4.42	5.67	6.01 %	5.94	6.32	ثانية	استلام ومرواغة وتمرير	
150.88 %	2.86	1.14	50%	1.29	0.86	درجة		

شكل (1)

نسب التحسن بين القياسات القبلية والبعدية في متغيرات بعض الاداءات المهارية
للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية



يتضح من جدول (10) والشكل (1) أن نسبة التحسن بين القياسات القبلية والبعدية فى متغيرات البحث متباينة ، حيث تراوحت ما بين (69.08-172.93%) للمجموعة التجريبية ، بينما تراوحت ما بين (39.84-61.97%) للمجموعة الضابطة مما يشير الى أن نسبة التحسن فى جميع متغيرات البحث للمجموعة التجريبية أفضل من المجموعة الضابطة .

ثانياً : مناقشة النتائج :

يتضح من نتائج الجدول (7) حدوث تطور فى نتائج اختبارات الاداءات المهارية قيد البحث حدوث تطور فى نتائج اختبارات الاداءات المهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ، ويعزى الباحث ذلك الى البرنامج التدريبى الذى يحتوى على مجموعة من التدريبات المهارية التى ساهمت فى رفع مستوى أداء الناشئين المهارى ، حيث يشير محمد كشك (2000): أن أداء اللاعبين للتدريبات المهارية يساعدهم فى تعلم المهارات الأساسية التى تستخدم خلال المباريات ، ولأطول فترة ممكنة دون الشعور بالتعب .(6 : 43)

كما يعزى الباحثون هذا التطور الى انتظام اللاعبين فى التدريب مما أدى الى حدوث تحسن فى متغيرات البحث ، بالإضافة الى استمرار التدريب لفترة زمنية بلغت (10) أسابيع ، ويتفق ذلك مع رأى كل من عادل عبدالصير (1992م) ، محمد علاوى (1994م) ، داس.س.س و بانرجى Das ,s.s , Banerge (1992م) ، عصام الدين عبد الخالق (2005م) بأن الانتظام فى التدريب يؤدي الى ارتفاع مستوى قدرات اللاعب كما أن أقل فترة زمنية يؤثر فيها التدريب على اللاعبين هى (6) أسابيع (2 : 119) ، (5 : 243) ، (13 : 34) ، (3 : 146)

ومما سبق يتضح صحة الفرض الأول الذى ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلى والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي فى بعض المتغيرات المهارية المندمجة قيد البحث "

- مناقشة نتائج الفرض الثاني :

يتضح من نتائج الجدول (8) حدوث تطور فى نتائج اختبارات الاداءات المهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية التى تستخدم تدريبات الروندو ،

ويرجع الباحثون ذلك إلى فاعلية تدريبات الروندو التى تعتمد على تطوير الأداء المهارى والبدنى معاً حيث تم وضع مجموعه من التدريبات فى ضوء إحتياجات المرحلة السنية وبذلك يكون قد تم إنجاز هذه التدريبات خلال مواقف تشبه المنافسة ،

ويتفق ذلك مع ما ذكره هشام حمدون (2008) : فى أن التدريب على الأداءات الحركية المركبة فى ظروف ومواقف مشابهة للأداء الفعلي للمباريات (تدريبات موقفية) يؤدى إلى إختصار الزمن الكلي للأداء المهارى الذى يستلزم السرعة وكذلك الدقة لتحقيق الغرض المطلوب إنجازه (11: 4)

و يعزى الباحثون أيضاً هذا التحسن الى فاعلية البرنامج المقترح المبني على أسس علمية مقننة و التى ساهمت فى تطوير المتغيرات المهارية قيد البحث ، ويتفق ذلك مع رأى كل من عادل عبدالبصير (1992م): على أن التدريب المقنن المبني على أسس علمية يؤدى الى رفع مستوى الأداء البدنى والمهارى والخططى للاعبين (2: 22).

ومما سبق يتضح صحة الفرض الثانى الذى ينص على " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلى والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي فى بعض الاداءات المهارية المندمجة قيد البحث "

- مناقشة نتائج الفرض الثالث :

يتضح من نتائج الجدول (9) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية فى القياس البعدي للاداءات المهارية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية . ويعزى الباحث هذا التحسن فى الاداءات المهارية الى استخدام تدريبات الروندو مما تتيح تكرارات مؤثرة علي مستوى أداء المهارات ، فأثناء أداء تدريبات الروندو يمارس الافراد نماذج لمهارات حركية متعددة مع التكرار دون ملل ، كما أن المواقف المختلفة داخل اللعب تمنح الافراد المشتركين فرص التفاعل مع بعضهم البعض ، الأمر الذى يزيد من استثارة نشاط اللاعب علي الأداء حيث أشار محمد كشك " بأن تدريبات أسلوب المنافسة يعد من أفضل الأساليب لاستثارة نشاط اللاعب وزيادة

دوافع ممارسته نحو الأداء ، وهذا ما يدفع اللاعب الى بذل أقصى جهد من الأداء المستمر للحركات والمهارات والتي ينتج عنها تكرارات مؤثرة تسمح باستقرار وثبات تلك المهارات . (6: 23)

كما تشير دراسة كيلى ودروست (Kelly .DM,Drust.B,) (2008م) ، الى أن التدريبات وفق مواقف تشبه المباريات تساعد علي تثبيت الجوانب المهارية للاعبين كرة القدم (16: 3) ، صف الى ذلك دراسة ريكاردو دوراتي وجيم سامبيو (R.Durate and J.Sampaio) (2009م) ، إذ أكدت أن مثل هذه التدريبات وبوجود أعداد مختلفة من اللاعبين المشاركين تحسن أداء بعض المهارات الفنية (17: 6) وفي نفس السياق يشير هيرمان فيرمولين (Herman Vermeulen) (2004م) : أن تدريب اللاعبين داخل مساحات مختلفة من اللعب أو ما يسمى بالملاعب المحورة يعود علي اللاعبين باكتساب العادات الجيدة وتعودهم بالتصرف الصحيح واتخاذ القرار السليم في الوقت المناسب ويقدم لنا حالات مشابهة ومطابقة لما هو في كرة القدم الحديثة (14: 18)

ويتوقف نجاح الأداء الحركي للاعب خلال المباراة علي درجة ومستوي ثبات واستقرار المهارات الحركية لديه ومدى إتقانه لها مهما تغيرت الظروف ومواقف اللعب أثناء المباراة ، وعليه يرى حنفي محمود مختار أنه يجب علي المدرب أن يعمل علي تثبيت المهارات الأساسية بحيث تؤدي بدقة وإتقان أثناء التدريب ، وأن تؤدي في ظروف تشبه ظروف المباراة ، مثل التدريبات المركبة مع الزميل وأن هذه التقسيمات تتطلب من اللاعب أداء صحيحا وسريعا للمهارات تحت ضغط اللاعبين المنافسين في حيز ضيق من الملعب هذا بالإضافة الى أن هذه التدريبات تعطي اللاعب الخبرات التي تجعله يقتصد في مجهوده أثناء الأداء مع القدرة علي حسن التصرف وهدوء الأعصاب أثناء اللعب ، ويتفق معه كل من إبراهيم شعلان وعمر أبو المجد بقولهم " أنه يمكن تثبيت أداء المهارات الأساسية تحت ظروف تشبه ما يحدث في المباريات من خلال تمارين تخلق مواقف مثل موقف 3 ضد 2 ، 4 ضد 3 .

من هذا المنطلق نؤكد على أن البرنامج التدريبي المقنن المبني علي أساس علمي باستخدام تدريبات الروندو قد ساهم وبشكل إيجابي في تطوير المتغيرات المهارية قيد البحث لعينة البحث التجريبية .

ومما سبق يتضح صحة الفرض الثالث الذى ينص على " توجد فروق دالة إحصائية في القياس البعدى بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في بعض الاداءات المهارية قيد البحث.

- مناقشة نتائج الفرض الرابع :

يتضح من الشكل (1) ،وجود تباين في نسبة التحسن بين القياسين القبلى و البعدى في جميع متغيرات البحث لكل من المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية مما يؤكد على فاعلية تدريبات الوندو .

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من محمد مصيلحى (2020م) ، منصور راغب (2020م) ، عبدالسلام عودة ، وائل عصام الدين و نيلي سليمان (2022م) عماد عودة (2023م): بأن نسبة تحسن القياس البعدى عن القياس القبلى في المجموعة التجريبية أعلى من المجموعة الضابطة في جميع متغيرات البحث (8 : 15) (10 : 3) (12 : 20) (4 : 34)

ومما سبق يتضح صحة الفرض الرابع الذى ينص على " يوجد تباين في نسب تحسن بعض الاداءات المهارية لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية "

- الاستنتاجات والتوصيات

فى ضوء نتائج البحث وفى حدود العينة والمعالجات الإحصائية توصل الباحث إلى الاستخلاصات التالية:

- البرنامج التدريبي المقترح بإستخدام تدريبات الوندو أدى إلي حدوث تحسن في جميع الاداءات المهارية قيد البحث .
- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية (الوندو) والمجموعة الضابطة في القياس البعدي للاداءات المهارية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية .
- نسب التحسن في الاداءات المهارية قيد البحث للمجموعة التجريبية تراوحت ما بين (69.08 - 172.93 %) وتراوحت في المجموعة الضابطة ما بين (39.84 - 61.97 %).

ثانياً : التوصيات :

- ضرورة اهتمام المدربين بتطوير قدرات الناشئين باستخدام تدريبات الروندو كجزء أساسي من البرنامج التدريبي لناشئي كرة القدم .
- العمل علي تطبيق هذا البرنامج علي مراحل سنية مختلفة ومعرفة اثر نتائجه .
- ضرورة اهتمام المدربين بنوعية التدريبات التي تتشابه مع ظروف المباراة ووضعها في تدريبات متدرجة الصعوبة من حيث التركيب بما يجعلها أكثر تشويقاً وتشابهاً لما يحدث في المباريات، وتحقيقاً لمبدأي الخصوصية والتنوع .
- إجراء أبحاث مماثلة لمعرفة تأثير تدريبات الروندو علي خطط الهجوم الجماعي فى كرة القدم .

المراجع :

أولاً : المراجع العربية :

- 1- أنالسكارديو يموفا(2008): ترجمة هشام ياسر حسين ، مجموعة التمرينات التطبيقية للألعاب ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 2- عادل عبد البصير (1992) : التدريب الرياضي والنظرية بين التكامل والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- 3- عصام الدين عبد الخالق (2005): التدريب الرياضي ، نظريات وتطبيقات ، دار المعارف ، الإسكندرية .
- 4- عماد عودة جودة (2023) بعنوان " تأثير تدريبات اللعب الطولي بأسلوب الروندو في بعض المتغيرات البيو حركية والتصرف الخططي الهجومي للالعبي كرة القدم الدوري الممتاز " ، جامعة القادسية ، العراق .
- 5- محمد حسن العلاوي (1994) : علم التدريب الرياضي ، دار المعارف لطباعة والنشر .
- 6- محمد شوقي كشك ، أمر الله أحمد الباسطي (2000): أسس الإعداد المهارى والخططى في كرة ، منشأة المعارف . الأسكندرية
- 7- محمد محمود مصلحي (2012) بعنوان " استخدام المباريات المصغرة لتحسين مستوى بعض القدرات التوافقية والمهارية لبراعم كرة القدم، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها

- 8- محمد محمود مصلي (2020 م) بعنوان " تأثير الروندو (Rondo) في مساحات مصغرة على تعلم مهارتي التمرير والاستلام بالقدم لحراس المرمى بأكاديميات كرة القدم "كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها
- 9- مفتى إبراهيم حماد (2001م): التدريب الرياضي الحديث ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
كرة القدم ، ط1 دار الكتاب الحديث ، القاهرة .
- 10- منصور محمد راغب (2020 م) بعنوان " تأثير الخرائط الخططية للعب التموضعي لخلق المساحات باستخدام تدريبات الروندو علي فاعلية الأداء الهجومي الجماعي للاعبين كرة القدم ، كلية التربية الرياضية جامعة بنها .
- 11- هشام محمد حمدون (2008): تأثير التدريب باستخدام أكثر من كرة على بعض الأداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم ، رساله دكتوراه غير منشورة ،كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية
- 12- وائل عصام الدين و نيللي سليمان قطب (2022) بعنوان " تأثير تدريبات الروندو علي البنية البدنية والمهارية لمراكز اللاعبين في كرة السلة، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان .
- ثانياً : المراجع الأجنبية :**
- 13- Das, S.S, Banerjee (1992): "Variation in duration of training period on the performance variables of young soccer players. International Journal of Sports Medicine.
- 14- Herman Vermeulen. (2004). Football-Entrainement a la Zone, Edition Amphora, Paris
- 15- Francesco Sgro (2018) : The effect of mini-match games on the technical skills of soccer players ، Systematic Review and Implications for Sport and Physical Education Practitioners
- 16- Kelly .DM,Drust.B,(2008) :The effect of pitch dimensions on heart rate. responses and technical demands of small-sided soccer games in elite players ، International Journal of Sports Medicine.
- 17- R.Durate and J.Sampaio,(2009) : Effects of Exercise Duration and Number of Players in Heart Rate Responses and Technical Skills During Futsal Small-sided Games ، International Journal of Sports Medicine.
- 18- Sarmento , H .,Clemente , F. , Harper , L . , Costa . , (2019) : Rondo Games In Soccer – A systematic Review . International Journal Of Performance Analysis In Sport .



ثالثاً : شبكة المعلومات الدولية :

19 - http://riyadhmanu.blogspot.com/2016/08/blog-post_66.html

20 - <https://www.ida2at.com/rondo-between-the-legacy-of-cruyff-guardiola-and-the-confession-of-sir>