**جمهورية العراق **

**وزارة التعليم العالي والبحث العلمي**

**جامعة القادسية**

**كلية التربية البدينة وعلوم الرياضية**

تاثير برنامج تدريبي في تطوير بعض المهارات الاساسيةللاعبي كرة القدم بأعمار 9-12 سنه

**البحث مقدم من قبل الطالب**

**عبد ثابت عبدالله بخيت**

**الى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة**

**وهو جزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس**

**بإشراف**

**ا . م . علي غانم مطشر**

**1444هـ 2023م**

**بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ**

**﴿ هُوَ الَّذِي جَعَلَ الشَّمْسَ ضِيَاءً وَالْقَمَرَ نُورًا وَقَدَّرَهُ مَنَازِلَ لِتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّنِينَ وَالْحِسَابَ مَا خَلَقَ اللَّهُ ذَلِكَ إِلَّا بِالْحَقِّ يُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ)**

**صدق الله العلي العظيم**

سورة يونس :الايه رقم (5)

**الشكر والامتنان**

**الحمد لله اقرارا بنعمتة ولا اله الا الله اخلاصاً لوحدانيته والسلام على سيد خلقه نبينا محمد المصطفى الامين وعلى اله الطيبين الطاهرين وبعد….**

**يطيب الي وأنا اختم بحثي المتواضع هذا أن أتقدم ببالغ الشكر ووافر الامتنان الى كل من ساعدني في اتمام هذا البحث المتواضع في مقدمتهم أستاذي الفاضل علي غانم والاساتذة على الانجاز الذي قاموا به لجعل بحثي يصل اعلى مراتب**

**التميز , والى كافة زملائي في الدراسة فجزاهم الله خيرا ووفقهم لكل خير**

**الاهداء**

**الى التي قالت لي ذات ليلة**

**وانا في السابعة من عمري**

**هل صليت العشاء ؟**

**فقلت\_ لها \_ كاذبا نعم "**

**فنظرت الي نظرة شك وقالت : قل ما شئت**

**ولكنه قد رآك**

**فأفزعتني " قد رآك " هذه ..**

**وجعلتني انهظ لأصلي .. رغم ادعائي الكاذب "**

الى امي ..

**1-1 مقدمة البحث واهميته** : تعد كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في العالم، إذ تطورت بشكل سريع وأصبحت الحاجة إلى تحسين الأداء المهاري أمراً جوهرياً للوصول بلاعب كرة القدم إلى الأداء بصورة آلية ومتقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة ، لذا أصبحت هناك ضرورة قصوى لأجراء البحوث العلمية التطبيقية في مجال كرة القدم وفقاً للظروف البيئية والاجتماعية المتاحة بالبلاد، وذلك بهدف الارتقاء بهذا المجال، وتعد الفئات العمرية الصغيرة الركيزة القوية التي يعتمد عليها في بناء مستوى متقدم بكرة القدم في المستقبل ويمثلون القاعدة الأساسية والعريضة فيما لو تم اختيارهم بشكل علمي ومدروس وإعدادهم إعدادا بدنيا ومهاريا وخططيا ونفسيا وتربويا وهذا لا يأتي إلا من خلال التخطيط الصحيح المبني من خلال البرامج التدريبية والمستند إلى نتائج الاختبارات والقياسات التي تعطى المؤشر الحقيقي للواقع المهاري الذي تتميز به

هذه الفئة العمرية. ولقد أصبح الاهتمام بفرق الفئات العمرية الصغيرة أمراً مألوفا في كافة الرياضات وفي كل المؤسسات الرياضية ذلك إلى إيمان المسؤولين عن تلك المؤسسات بأن الفئات العمرية الصغيرة هم القاعدة الأساسية التي تعتبر خزاناً لفريق الأكابر وبالتالي وجب العناية بها قصد الاستفادة منها مستقبلاً ولم يقف الأمر عند حد اهتمام المنظمة ويرجع المؤسسات الرياضية بما تحويه من أندية أو مراكز رياضية بل إن الأمر قد تعدى ذلك ، بتبني حكومات الدول لعند من المشاريع تضمن لها رعاية هؤلاء كما تعد سياسة الاحتراف التي تتبناها حكومات الدول تعتبر فرصة مواتية لهذه الفئة لتشريف الألوان الوطنية والدولية، لقد انقضى الوقت الذي كان يتمكن فيه بعض المدربين للوصول بالرياضيين الموهوبين إلى المستوى العالي بالاعتماد على تجاربهم الميدانية وخبراتهم الفردية، فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة مالم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متينة في مجال التدريب الرياضي الحديث وهذا بدأ من انتقاء واختيار الموهوبين وتبنيهم خلال مراحل التكوين والتدريب ، وكذلك إعداد البرامج التدريبية حتى توفير الإمكانيات المادية والبشرية وتذليل كل العقبات التي تتعرض إلى مسيرة التقدم والوصول إلى المستويات الدولية. (1)

عادل تركي . التدريب الرياضي , جامعة القادسية , العراق , 1999 , ص 30

إن الدوافع التي أنت بنا إلى القيام بهذا البحث هو أن الدراسات الجادة حول هذا الموضوع تكاد تكون قليلة خاصة في جامعة بابل من خلال الاطلاع على الدراسات والأبحاث والرسائل والأطروحات السابقة في مجال البرامج التدريبية فقد لاحظ الباحثون أن الاهتمام الأكبر في هذه الدراسات كان منصب على اللاعبين الكبار وممارسي الألعاب المختلفة، في حين هناك نقص في الدراسات التي تهتم بمدارس التكوين لكرة القدم دون 12 سنة اذ أصبحت البرامج التدريبية الوسيلة الفعالة في تأسيس فريقهم وإعدادها ورفع مستواهم مهارياً وفنياً وإيماننا القوي بصحة القرض القائل بأن الفئات العمرية الصغيرة هم القاعدة الأساسية التي تمد الفرق الأعلى سناً باللاعبين المعدين إعداداً تربوياً وفنيا جيداً وان الاستثمار في النادي الرياضي ينطلق من خلال الفئات الشبانية التي تعد خزاناً لفريق المتقدمين، وبالتالي وجب العناية بها قصد الاستفادة منها مستقبلا، وعليه جاءت فكرة القيام بهذا البحث لإبراز أهمية البرامج التدريبية وتأثيره في تطوير المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم دون 12 سنة.

**1-2 مشكلة البحث** :

إن التخطيط العلمي لبرامج التدريب الرياضي من الوسائل الفعالة التي تؤدي إلى التقدم بمستوى الناشئين والفرق في جميع الألعاب الرياضية وخاصة كرة القدم التي ما تزال في جامعة بابل ولكافة الأعمار تواجه كثيرا من المعوقات التي تعرقل مسيرة اللعبة وذلك لعدة أسباب منها عدم استعمال البرامج التدريبية المقننة والمبنية على أسس علمية ، يرجع فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة ما لم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس وبرامج علمية متينة في مجال كرة القدم وأن إتقان المهارات الأساسية للعبة يعتبر من أهم العوامل التي تحقق الفريق الفوز والانتصار، وأن نجاح أي فريق يتوقف على مدى استطاعة لاعبيه جميعا أداء المهارات الأساسية بأنواعها المختلفة بتفوق وبأقل قدر من الخطأ، إن مشكلة البحث قد تبلورت في ذهن الباحثون من خلال قيامه لسنوات عديدة في مجال التدريب على مستوى مدارس كرة القدم، وكذلك من معايشته ومتابعته المختلف مراحل التدريب والكيفية التي بموجبها يتم بناء البرامج التدريبية ، وعدم مراعاة طبيعة اللعبة وخصائص ومميزات المراحل العمرية المدربة ضف إلى ذلك فبالرغم مما وصلت إليه كرة القدم العالمية من انجازات وانتصارات، إلا أن المتأمل إلى مستوى كرة القدم يلاحظ منذ الوهلة الأولى ضعف النتائج على جميع الأصعدة ، وهذا راجع إلى عدم الاهتمام بالمدارس الرياضية وهي إحدى متطلبات الاحتراف الرياضي.

جاءت هذه الدراسة والتي تجلت أهميتها في أن البرامج التدريبية لها دور كبير وحساس في مجال تكوين اللاعبين خاصة المدارس الرياضية، حيث أنها الوسيلة التي يمكن من خلالها إكتساب اللاعبين القدرات البدنية والمهارية وخطط اللعب المختلفة، والتي تساهم في الارتقاء بمستواهم إلى أقصى درجة ولا يتم هذا إلا من خلال إعداد برامج تدريبية مقننة وسليمة.

**1-3أهداف البحث :**

1- إعداد برنامج تدريبي لتطوير بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم دون 12 سنة.

2- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم دون 12 سنة.

**1-4 فرضيات البحث** :

1- للبرنامج التدريبي تأثير ايجابي في تطوير بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم دون 12 سنة.

2- توجد فروقات ذات دلالة معنوية للبرنامد التدريبي في تطوير المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم تحت 12 سنه

**5-1 مجالات البحث :**

1-5-1 المجال البشري : لاعبو الفئات العمرية بكرة القدم الذين تتراوح اعمارهم مابين (9-12 سنة). 3-5-1 المجال المكاني -:- ملعب نادي الثورة في محافظة بابل 1- البرنامج البرنامج بصورة عامة، عبارة عن العمليات المطلوب تنفيذها بحيث يراعي ميعاد البدء وانتهاء هذه العمليات وفق زمن محدد وهدف واضح ، وهو عبارة عن عدة وحدات تدريبية منظمة تنظيم مقنن وفق منهجية التدريب الرياضي يراعى فيه هدف واضح وزمن محدد. -2- المهارات الأساسية هي كل الحركات الضرورية والهادفة التي تؤدى بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها، وهي عبارة عن مختلف المهارات الحركية التي يقوم بها اللاعب بالكرة أو بدونها وتتمثل في قذف الكرة استقبال الكرة ، اللعب بالرأس ، التماس ، تمرير الكرة ، مراقبة الكرة ....... الخ 3 مدارس كرة القدم هي منشأة تعليمية رياضية تضم مجموعة من اللاعبين المتميزين يتم اختيارهم بناء على اختبارات مهارية ويتم تدريبهم للوصول بهم لأعلى المستويات مع توفير كافة الإمكانيات المادية والبشرية والرعاية المتكاملة من جميع النواحي ، وهي عبارة عن مدرسة متكونة من مجموعة من اللاعبين في إطار مقدن ومنظم مع الإمكانيات المادية والبشرية من أجل هدف محدد والوصول باللاعبين إلى المستويات العليا توفر جميع 4- الحصة التدريبية : - هي عبارة عن حصة تنقسم إلى ثلاث أجزاء أساسية: الجزء التحضيري الجزء الرئيسي والجزء الختامي، تقام طبقا للأسس ومبادئ علمية وذلك من خلال عدد من التمرينات وفقا لهدف مسطر وتوقيت محدد

12-5-1 المجال الزماني -:- المدة من 20-12-2022 ولغاية 10-4-2023

**6-1 تحديد المفاهيم والمصطلحات**

1 - حنفي محمود مختار الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي القاهرة، مصر 1994 م ، ص 21

2 - بن قامت على محمد : تقويم برامج إعداد لاعبي كرة القدم الفئات الصغرى على مستوى بعض مدارس كرة القدم الجزائرية ، رسالة دكتورة ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر ، الجزائر ،2005ء، ص 9

**-3 منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.**

**3-1 منهج البحث** :-

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لمشكلة البحث إذ يعد المنهج التجريبي واحداً من المناهج التي تعتمد التغيير وضبط الملاحظات المحددة للواقع أو الظاهرة مع ملاحظة ما ينتج عن هذا التغيير من ضبط لهذا الواقع أو الظاهرة " . (1)

**3-2 مجتمع عينة البحث :-**

قام الباحث باختيار مجتمع البحث بالطريقة العمودية ممثلة لمجتمع البحث الأصلي اما عينه البحث فقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، مــن مجتمع لاعبي كرة القدم تحت 12 سنة ، وتم الختيار من فريق مدارس التكوين لكرة القدم للديوان المركب المتعدد ملعب نادي الثورة في محافظة بابل والبالغ عددهم 50 لاعب تم اختيار 30 لاعب، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية وعددها 15 لاعب وضابطة وعندها 15 لاعب واخرى ضابطة ولكل مجموعة 15 لاعب .

3- الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :-

جهاز حاسوب (hp) .

جهاز كتمرة تصوير فيديو نوع (sony) .

شواخص عدد (10)

ساعة توقيت الكترونية .

كرات قدم عدد (20)

شريط لاصق .

صافرة .

مفتي ابراهيم حماد: التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة الى المراهقة، دار الفكر العربي ، الطبعة

2 التجربة الاستطلاعية : قام الباحثون بأجراء التجربة الاستطلاعية لاختبارات المتغيرات المبحوثة على عينة مكونة من (10) لاعبين من مجتمع البحث وذلك بتاريخ (2022/2/8) . 6-3 الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث :- صدق الاختبار :- صدق الاختبار هو قياس الاختبار لما وضع لقياسه بشكل دقيق وعدم قياسه لشيء آخر " (1) إذ قام الباحثون باستخدام صدق المحتوى (المضمون ) ثبات الاختبارات :- يقصد به مدى دقة الاختبار في القياس واتساق نتائجه عند تطبيقه مرات متعددة على نفس الأفراد (7) ولغرض استخراج معامل الثبات تم استخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار

3**- التجربة الرئيسة :**

مدة البرنامج التدريبي المقترح -:- تم تحديد مدة البرنامج في الفترة من 2022/3/1 حتى 2022/4/15م 3- تصميم الحصة التدريبية للبرنامج التدريبي تتكون حصة التدريب اليومية من ثلاث أجزاء رئيسية نذكرها في فيما یلی -

1. الجزء التمهيدي: يتوقف هذا الجزء على الجانب الرئيسي للحصة التدريبية وعلى ( درجة حرارة حالة اللاعب التدريبية، العمر الزمني الجنس ) والذي يتم فيه الإحماء العام والخاص وذلك بتهيئة العضلات والأربطة وتنشيط الدورة الدموية والجهاز العصبي، لتقبل المجهود ودرجة الحمل والشدة في الجزء الرئيسي. ويذكر محمد حسن علاوي أن هذا الجزء يستغرق خمس الزمن الكلي المخصص للوحدة التدريبية (2) .

2 الجزء الرئيس: وفيه يتم تعليم المهارات التي تحتويها الحصص التدريبية قيد الدراسة، حيث يتم في كل حصة تدريبية تعلم مهارة واحدة، أو عدة مهارات عن طريق تسلسل الحركات التقنية. ويشتمل هذا الجزء من وحدة التدريب اليومية على التمرينات التي يكون لها التأثير الرئيسي في تطوير الحالة التدريبية للاعب طبقاً للأهداف المحددة لها ، وعلى هذا فإن هذا الجزء هو أهم جزء في الوحدة التدريب اليومية على الإطلاق ، ويحتل هذا الجزء مابين 75% إلى 80% من الزمن المخصص لها .

-3- الجزء الختامي : يتم فيه تهدئة أجهزة أجزاء الجسم المختلفة، والانخفاض التدريجي واستعادة الشفاء التدريجي، ويتم باستخدام تمرينات خاصة ) الإطالة - الاسترخاء - تمرينات التنفس ) . والهدف الرئيسي لهذا الجزء هو العودة باللاعبين إلى الحالة الطبيعية تقريباً بعد أن وصلت أجهزتهم الحيوية في الأداء إلى درجات عالية، ويستغرق هذا الجزء حوالي من 75% من الزمن المخصص للوحدة، واستغرقا تنفيذ الحصص التدريبية فترة زمنية قدرها شهران ،کاملان رکز فيها على النواحى التعليمية، ولقد راعى الباحث في تنفيذ الحصص التدريبية النواحي الآتية:- استخدام الإحماء ۲۲ / ۱۳ ية ، واستخدام تمرينات تتناسب مع مستوى العينة من حيث الفهم ودرجة القوة والصعوبة ومن سويق كاستخدام الألعاب الصغيرة، وتحديد عدد مرات التكرار والراحة لأداء المهارة وفقاً للأسس العلمية في علم التدريب بالإضافة إلى تخصيص فترات للعب كجانب تطبيقي للمهارات، وأن تعمل الحصة التدريبية بقدر الإمكان على تحقيق الأهداف الموضوعة من أجلها ومراعاة زيادة متطلبات الأداء المهاري في المهارات التي تحتويها الحصة التدريبية ( التعليمية).

1 معنى ابراهيم حماد: التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة الى المراهقة، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى ، القاهرة مصر . 1996م ، ص 260 . (2) محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، دار المعارف، الطبعة الحادية عشر، القاهرة، مصر ، 1990م ، ص 328 2 - معنى إبراهيم حماد: المصدر السابق نفسه ، ص 264 . 3 - معنى إبراهيم حماد: المصدر السابق نفسه ، ص 264 .

**10-3 الاختبارات البعدية :-**

تم إجراء الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والضابطة من يوم 2020/4/1 إلى 2020/4/15 وبعد تطبيق البرنامج المقترح للمجموعة التجريبية تم جمع البيانات وتنظيمها وجدولتها .

**11-3 الأساليب الإحصائية المستعملة :-**

-1- معامل الارتباط بيرسون « R».

-2- الوسط الحسابي

33 الانحراف المعياري .

4- الوسيط

5- معامل الالتواء.

اختبار (1) للعينات المتناظرة.

7 اختبار (٤) للعينات المستقلة.

-4 عرض النتائج وتحليله ومناقشتها 14 عرض نتائج الاختبارات المهارية لعينة البحث وتحليها 1-1-4 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة) وتحليلها. 12 سنة للمجموعة الضابطة وتحليلها. الجدول (5) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي ((أ) المحسوبة والجدولية بين الاختبارات القبلية والبعدية لاختيارات بعض المهارات الاساسية بكرة القدم دون 12 سنة للمجموعة الضابطة

1-1-1-4 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية لاختبارات بعض المهارات الأساسية بكرة القدم دون

تبين من النتائج المعروضة في الجدول (5) ان المجموعة الضابطة، حققت خلال الاختبار القبلى متوسطا حسابيا (2.60) بانحراف معياري (1.45) ، وبلغ في الاختبار البعدي (3.13) ، بانحراف معياري (168)، وقد ظهر أن الفرق كان غير معنوي، وذلك أن قيمة ) المحسوبة كانت (1.29) وهى اقل من القيمة الجدولية (2014) تحت درجة حرية ( 14 ) ومستوى دلالة (0.05). ويعني هذا انه لا يوجد هناك فرق بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي أما في اختبار الجري بالكرة 25م بين الشواخص فحققت خلال الاختبار القبلى وسطا حسابيا (1966) بانحراف معياري (3.41) ، وبلغ في الاختبار البعدي (19.36) بانحراف معياري (3.21)، وقد ظهر أن الفرق كان غير معنوي، وذلك أن قيمة المحسوبة كانت (1.31) وهي أقل من القيمة الجدولية (2.14) تحت درجة حرية (14) ومستوى دلالة (0.05). ويعني هذا أنه لا توجد فروق بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي. أما في اختبار قذف الكرة لأبعد مسافة فحققت خلال الاختبار القبلي وسطا حسابيا (15.29) بانحراف معياري (3.05) ، وبلغ في الاختبار البعدي (17.23) بانحراف معياري (3.39) وقد ظهر أن الفرق كان معنوي وبدرجة

ضئيلة ،وذلك أن قيمة ) المحسوبة كانت (4.54) وهي أكبر من القيمة الجدولية (2.14) تحت درجة حرية (14)

ومستوى دلالة (0.05). ويعني هذا أن هناك فرق بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي معنوي وذات دلالة إحصائية وهو لصالح الاختبار البعدي.

أما في السيطرة على الكرة ) لتنطيط ) : فحققت خلال الاختبار القبلي متوسطا حسابيا (10.13) بانحراف معياري (282) وبلغ في الاختبار البعدي (1140) بانحراف معياري (2.94) وقد ظهر أن الفرق كان معنوي وبدرجة ضئيلة ، وذلك أن قيمة : المحسوبة كانت (2.94) وهي أكبر من القيمة الجدولية (2014) تحت درجة حرية (14) ومستوى دلالة .(0.05). ويعني هذا أن هناك فرق بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي، وهذا الفرق معنوي ذات دلالة إحصائية ، وهو لصالح الاختبار البعدي .

2-1-1-4 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية لاختبارات بعض المهارات الاساسية بكرة القدم دون 12 سنة للمجموعة التجريبية وتحليلها.

الجدول (6) ببين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (1) المحسوبة والجدولية بين الاختبارات القبلية

يتبين من نتائج الجدول (6) أن المجموعة التجريبية كان الوسط الحسابي لها في اختبار مهارة التصويب على المرمى في الاختبار القبلي كان (3.26) بانحراف معياري (3.26) ، وبلغ في الاختبار البعدي (7.06) بانحراف معياري (1.33)، وقد ظهر أن الفروق كانت معنوية وبدرجة عالية، وذلك أن قيمة المحسوبة كانت (7.75) ، وهي أكبر من القيمة الجدولية (2014) تحت درجة حرية (14) ومستوى دلالة (0.05). ويعني هذا أن هناك فرق بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي، وهذا الفرق معنوي دال إحصائيا، وهو لصالح الاختبار البعدي

**الفصل الرابع**

**عرض النتائج وتحليله ومناقشتها**

أما في اختبار الجري بالكرة ( 25 ) بين الشواخص فكان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي كان (1954) بانحراف معياري (3.03) ، وبلغ في الاختبار البعدي (15.01) بانحراف معياري (1.78) وقد ظهر أن الفروق كانت معنوية وبدرجة عالية ، وذلك أن قيمة : المحسوبة كانت (8.52) وهي أكبر من القيمة الجدولية (2014) تحت درجة حرية ) (14) ومستوى دلالة (0.05) . ويعني هذا أن هناك فرق بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي ، وهذا الفرق معنوي

دال إحصائيا ، وهو لصالح الاختبار البعدي . في حين كان الوسط الحسابي في اختبار مهارة قذف الكرة لأبعد مسافة القبلي كان (14.75) بانحراف معياري (282) وبلغ في الاختبار البعدي (22.56) بانحراف معياري (3.07) وقد ظهر أن الفروق كانت معنوية وبدرجة عالية ولكلا الاختبارين، وذلك أن قيمة : المحسوبة كانت (2111) وهي أكبر من القيمة الجدولية (2.14) تحت درجة حرية (14) ومستوى دلالة (0.05) ويعني هذا أن هناك فرق بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي ،وهذا الفرق معنوي دال إحصائيا وهو لصالح الاختبار البعدي

أما الوسط الحسابي لاختبار مهارة السيطرة على الكرة ( التنطيط ) في الاختبار القبلي كان (10.46) بانحراف معياري (3.41) وبلغ في الاختبار البعدي (16.73) بانحراف معياري (3.75) وقد ظهر أن الفروق كانت معنوية وبدرجة عالية وذلك أن قيمة : المحسوبة كانت ،(8.12)، وهي أكبر من القيمة الجدولية (214) تحت درجة حرية (14) ومستوى دلالة (0.05) ويعنى هذا أن هناك فرق بين نتائج الاختبار القبلى والاختبار البعدي، وهذا الفرق معنوي دال إحصائيا وهو لصالح الاختبار البعدي.

**24 مناقشة نتائج البحث :-**

يتضح من عرض نتائج الجداول والتي تناولت الفروق الإحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية قيد الدراسة بين الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية. وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى معنوي 0.05 بين القياسات القبلية والبعدية للاختبارات المهارية ولصالح العينة التجريبية، اذ بلغت (1) الجدولية 2.04

لكل الاختبارات البعدية، بينما انحصرت (1) المحسوبة مابين ( 8.43 - 21.11) بالنسبة للمجموعة التجريبية ، وهي أكبر من (أ) الجدولية. مما يؤكد وجود دلالة إحصائية المجموعة التجريبية ، حيث بلغت (۲)) لمحسوبة بالنسبة لمهارة التمرير (2111) وكانت (1) المحسوبة لمهارة الجري بالكرة 8.52 وفي اختبار مهارة التصويب بلغت (t) المحسوبة ( 8.43) ، وكانت (1) المحسوبة لمهارة السيطرة على الكرة ،8.12، ويبرهن هذا مدى فاعلية البرنامج المطبق على العينة التجريبية. بينما انحصرت (أ) المحسوبة بالنسبة للمجموعة الضابطة مابين (4.54 - 2.94 ) ، وقد ظهر أن الفروق كانت معنوية وضئيلة ماعدا في اختبار قذف الكرة لأبعد مسافة ، واختبار التصويب نحو المرمى على التوالي مما يؤكد عدم وجود دلالة إحصائية ، في اختبار مهارة الجري بالكرة ومهارة التصويب على المرسى حيث بلغت على (1) المحسوبة على التوالي 31. 1و 1.29 بالنسبة للعينة الضابطة. أما بالنسبة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية للعينة الضابطة ولكنها ضئيلة مقارنة بالنسبة للعينة التجريبية حيث بلغت (1) المحسوبة بالنسبة لمهارة التمرير 4.54 وكانت (أ) المحسوبة لمهارة السيطرة على الكرة 2.94 ويرجع الباحثون هذا أن العينة الضابطة تتدرب وفق برنامج تقليدي عشوائي كما يتضح من نتائج الجداول من -7-14) السابقة عن وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى

( 0.05 ) بين القياسات القبلية والبعدية لصالح القياس البعدي ولصالح العينة التجريبية في المهارات الأساسية لكرة القدم، والتي تتكون من ( مهارة التمرير مهارة الجري المتعرج بالكرة مهارة السيطرة على الكرة مهارة التصويب) وهي مكونات الحصص التدريبية للبرنامج التدريبي المقترح قيد الدراسة . ويرجع الباحثون هذه النتائج التي تم التوصل إليها إلى تعرض المجموعة التجريبية دون الضابطة إلى التدريبات المستخدمة في البرنامج التدريبي المقترح والتي هدفت إلى تعليم بعض المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم وفق برنامج تدريبي مراعياً الأسس والمبادئ العلمية في تخطيطه حيث يشير مفتي حماد إبراهيم إلى أن البرامج التدريبية أصبحت الوسيلة الفعالة في تأسيس وإعداد النشء ورفع مستواهم مهارياً وفنياً لإنجاز متطلبات اللعبة تحت كافة ظروف الأداء المختلفة . وتتفق وتتفق هذه الدراسة مع ما أشارت إليه الدراسات كلا من دراسة بوداود عبد اليمين 1997 دراسة ممدوح إبراهيم على حسين 1993 ، دراسة حنفي شعلان 1994 ، دراسة بن قوة على 1997، دراسة بن قاصد علي حاج محمد 2005، أن للبرامج التدريبية المقننة تأثير

1 مفتي إبراهيم حماد : البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم ، ج 1، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، مصر 1997ء ، ص 287

على المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم للناشئين ويرجع الباحثون نتائج العينة الضابطة في الاختبارين قذف الكرة وكذلك التصويب نحو المرمى إلى نتائج عشوائية غير منظمة لا ترتكز على أسس علمية مدروسة وبحكم كذلك أن هذه العينة تتدرب وفق برنامج تقليدي عشوائي حيث يشير مفتي إبراهيم أن الفارق بين التدريب الرياضي العلمي والأنشطة الأخرى المشابهة أن هناك العديد من الأنشطة التي تمارس تحت مسمى الممارسة الرياضية والتي لا تستخدم الأسس العلمية للتدريب الرياضي حيث تعتمد تلك الأنشطة على تنفيذ وحدات تدريبية مرتجلة عفوية غير نابعة من مخطط تدريبي علمي ويرجع الباحثون ذلك إلى استخدام البرنامج التدريبي المقترح وما اشتملته من تمرينات هادفة ومركزة تراعي تحديد الهدف من كل حصة مدى مناسبة الحصص لهذه الفئة، وفترة الحصص الزمنية، وعدد مرات الممارسة أسبوعيا، وزمن الحصة وتكرار التمرين و زمن أداء التمرين وشدته حيث يشير حنفي محمود مختار إن تنمية مهارة أساسية ، أو التدريب على خطة معينة أو صفة بدنية لا يأتي دفعة واحدة بل يتحتم على المدرب تكرار التدريب ، وتنظيم وحداته بشكل يسمح للاعبين التعلم الصحيح، وتطوير مستواهم وأن يربط هدف وحدة التدريب السابقة بهدف وحدة التدريب اللاحقة ومن هذا كله ساهمت وحدات البرنامج التدريبي في تحسين نوعية وكم الأداء وبالتالي تحسن المهارات قيد الدراسة، حيث يرى إبراهيم حنفي أن التقدم في مستوى أداء المهارات التي تتطلب السرعة والدقة وتغيير الاتجاه، تحتاج لفترة زمنية أطول من المهارات التي تتطلب القدرة لتحقيق المسافة، والتوافق والتوازن والإحساس والتحكم .

1 مفتي ابراهيم : التدريب الرياضي الحديث ، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر ، 2001 م ، ص 21

2 حنفي محمود مختار الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، مصر ، 1988م، ص 47.

3 إبراهيم حنفي شعلان وعمرو أبو المجد: إستراتيجية الدفاع في كرة القدم، دار الكتاب، القاهرة، مصر 1996ء ، ص (387)

**الفصل الخامس**

**5- الاستنتاجات والتوصيات**

1-5 الاستنتاجات - من خلال فروض البحث ووفقاً لما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي وفي ضوء مناقشة

النتائج وفي حدود عينة الباحثون أمكنه التوصل إلى الاستخلاصات التالية : -1- تم تصميم برنامج تدريبي مقترح للتدريب المهاري للاعب كرة القدم تحت 12 سنة 2- وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار التصويب على المرمى لقياس دقة التصويب ولصالح البعدي.

5- التوصيات : في ضوء ما تم استخلاصه من نتائج، يوصي الباحثون بما يلي: 1- ضرورة الاهتمام بإجراء أبحاث علمية يتم من خلالها عمل برامج تدريبية متعلقة بتحسين وتطوير مختلف المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم والوصل بها إلى المستوى العالي . 2 نوصي بضرورة رفع القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بأسلوب علمي ، وهذا عن طريق إسهامهم في الملتقيات العلمية والدورات التدريبية والأيام الدراسية تحت إشراف إطارات متخصصة.

3- نوصي المدربين بالتأكيد على ضرورة الاطلاع على كل ما هو جديد في مجال كرة القدم والعلوم المرتبطة بها.

**المصادر**

إبراهيم حنفي شعلان وعمرو أبو المجد إستراتيجية الدفاع في كرة القدم، دار

إخلاص عبد الحفيظ ، حسين مصطفى: طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية . ط 1 ، القاهرة ، معرض الكتاب النشر، 2000.

بن قاصد على محمد : تقويم برامج إعداد لاعبي كرة القدم الفئات الصغرى على مستوى بعض مدارس كرة القدم الجزائرية ، رسالة دكتورة ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة الجزائر ، الجزائر 2005.

حنفي محمود مختار : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، ط2 ، القاهرة، مصر ، 1988 1994. حنفی محمود مختار : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر .2012

ظافر هاشم الكاظمي : التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والاطاريح ، دار الكتب والوثائق ، بغداد ،

عامر إبراهيم: البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات دار الشؤون الثقافية ، بغداد ، العراق ، -1993 محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي، دار المعارف، الطبعة الحادية عشر ، القاهرة ، مصر ، 1990م .

الكتاب، القاهرة، مصر ،1996م .

مفتي ابراهيم : التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، القاهرة ، مصر ، 2001 م .

مفتي إبراهيم حماد: البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم ، ج 1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، مصر ،1997م. الأولى ، القاهرة مصر ، 1996

مفتي ابراهيم حماد: التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة الى المراهقة، دار الفكر العربي ، الطبعة