

أثر برنامج تدريبي مقترح على تنمية بعض القدرات البدنية والمهارية لدى

ناشئي كرة القدم

دراسة ميدانية لمدرسة سريع الجلفة (9-14 سنة)

The impact of a proposed training program on the development of some physical and skill capabilities among footballers

عيسى سعودي

طالب دكتوراه

جامعة البويرة (الجزائر)

نبيل منصوري

أستاذ محاضر

جامعة البويرة (الجزائر)

ملخص

تهدف هذه الدراسة لتصميم برنامج تدريبي مقترح بهدف تنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم ومعرفة تأثيرها على هذه الصفات والمهارات معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية لناشئي كرة القدم. معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم حيث تمثلت إشكالية الدراسة فيما يلي: هل يؤثر البرنامج التدريبي المقترح في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم دون 14 سنة كما قمنا باختيار العينة بطريقة عشوائية (فريق مدرسة سريع الجلفة). وأجريت الدراسة بداية من شهر ديسمبر إلى شهر أفريل. في الملعب البلدي لولاية الجلفة المعشوشب اصطناعيا. تم استخدام المنهج التجريبي. حيث توصلنا من خلال مناقشة النتائج إلى أن طريقة البرامج التدريبية الممنهجة تعتبر طريقة حديثة وناجحة، حيث تساهم بشكل فعال في تعلم القدرات البدنية والمهارية في كرة القدم وقد أعطينا الاقتراحات التالية:

- 1- تسطير برنامج سنوي خاص بتعليم القدرات البدنية والمهارية. 2- يجب الاهتمام بالقدرات البدنية والمهارية خلال هذه الفترة، لأن الطفل في هذه المرحلة تكون له القابلية والفهم السريع 3- الاعتماد على التكوين القاعدي والاستمرارية في التكوين مع ضرورة التخطيط على المدى البعيد. 4- إدخال طرق ومناهج حديثة أثناء التدريب. 5- ضرورة الاهتمام بفئة الناشئين.

Abstract

The objective of this study is to design a proposed training program to develop some of the physical abilities and basic skills of the football originator and to know their impact on these qualities and skills. Knowing the impact of the proposed training program on the

development of some of the basic skills of football players. The problem of the study is: Does the proposed training program affect the development of some of the basic abilities and basic skills of football players under 14 years of age?). The study was conducted from the month of December to the month of April in the municipal stadium of the state of Djelfa artificial grass. The experimental method was used. In discussing the results, we found that the method of systematic training programs is a modern and successful method. We have given the following suggestions: 1 - Underlining an annual program of physical and skill training. 2 - Must be interested in physical and skill capabilities during this period, because the child at this stage have the ability and rapid understanding 3 - Dependence on the basic configuration and continuity in the composition with the need for planning in the long term. 4 - introduction of modern methods and methods during training. 5 - the need to pay attention to the youth group.

1- مقدمة وإشكالية البحث

يعتبر 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 الجزائر ولكافة الأعمار تواجه كثيرا من المعوقات التي تعرقل مسيرة اللعبة وذلك يرجع لعدة أسباب منها عدم استعمال البرامج التدريبية المقننة والمبنية على أسس علمية ، 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 تنمية القدرات البدنية و المهارات الأساسية للعبة يعتبر من أهم العوامل التي تحقق للفريق الفوز والانتصار، وأن نجاح أي فريق يتوقف على مدى استطاعة لاعبيه جميعا في المحافظة على القدرات البدنية و أداء المهارات الأساسية بأنواعها المختلفة بتفوق وبأقل قدر من الخطأ، إن مشكلة البحث قد تبلورت في ذهننا من خلال معايشة ومتابعته لمختلف 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 الجزائرية يلاحظ منذ الوهلة الأولى ضعف النتائج على جميع الأصعدة ، وهذا راجع إلى عدم الاهتمام بالمدارس الرياضية وهي إحدى متطلبات الاحتراف الرياضي. وعلى هذا الأساس 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.

ومن هذا المنطلق يمكن طرح التساؤل التالي:

- هل يؤثر البرنامج التدريبي المقترح في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارات الاساسية للاعبي كرة القدم دون 14 سنة؟

1) تساؤلات الجزئية:

❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية فيما يخص القدرات البدنية؟

❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلية و البعديّة للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبارات المهارية؟

❖ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية للاختبارات البعديّة فيما يخص اختبارات المهارية

2- فرضيات الدراسة:

1.2- الفرضية العامة:

يؤثر البرنامج التدريبي المقترح في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم دون 14 سنة.

2.2- الفرضيات الجزئية:

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية فيما يخص الاختبارات البدنية تعزى للبرنامج المطبق.

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية للاختبارات البعديّة فيما يخص الاختبارات المهارية تعزى للبرنامج المطبق.

❖ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص الاختبارات المهارية تعزى للبرنامج المطبق.

3- أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة فيما يلي:

أ - إبراز أهمية البرنامج التدريبي المقترح لتنمية بعض القدرات البدنية والمهارية للاعب كرة القدم ناشئين.

ب - مناقشة النتائج والخروج بالاستنتاجات ووضع وإعطاء مختلف الاقتراحات والتوصيات.

ج - إثراء المجال العلمي لإبراز مدى أهمية صفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم.

4- أهداف الدراسة

تهدف من خلال دراستنا لهذا الموضوع إلى:

✓ تصميم برنامج تدريبي مقترح يهدف لتنمية بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم ومعرفة تأثيرها على هذه الصفات والمهارات.

✓ معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية لناشئي كرة القدم.

✓ معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم.

5- أسباب اختيار الموضوع

إن اختيارنا لهذا الموضوع راجع للأسباب التالية:

- فئة الأصغر هي مستقبل الكرة الجزائرية.

- ضعف مستوى البطولة الجزائرية عند الأكبر وهذا راجع إلى الطرق التعليمية المستعملة لدى الناشئين.

- إن الناشئين يكتسبون طبعاً خاصاً، فهم يختلفون عن اللاعبين البالغين مما يحتم علينا إيجاد أنسب الطرق التعليمية.

6- المفاهيم الأساسية للدراسة:

1.6- البرنامج

عبارة عن عملية التخطيط للمقررات والأنشطة والعمليات التعليمية المقترحة لتغطية فترة زمنية محددة .“

إجرائيا: في بحثنا هذا نقصد به : " مجموعة الأنشطة البدنية الرياضية المنظمة للتلاميذ تحت إشراف المربي أو المدرب خلال فترة زمنية محددة بهدف إكساب الطفل بعض المهارات البدنية وتحسين القدرات المهارية لكرة القدم لهم من خلال الممارسة الفعلية للنشاط الرياضي .

2.6- كرة القدم

لغويا: كرة القدم Foot Ball هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم ، فالأمريكيون يعتبرونها ما يسمى عندهم بالـ Rugby أو كرة القدم الأمريكية ، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى Soccer .

ثانيا: التعريف الاصطلاحي كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل : "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع (جميل، 1986 ، الصفحات 50-52) .

التعريف الإجرائي:

هي لعبة تضم مجموعة من اللاعبين في إطار مقنن ومنظم مع توفر جميع الإمكانيات المادية والبشرية من أجل هدف محدد والوصول باللاعبين إلى المستويات العليا.

3.6- القدرات البدنية:

هي القدرات التي تعد الجسم القوي الذي يربط بين التقنيات العالية والتكتيك الناجح (المولى، 1989، صفحة 11)

التعريف الإجرائي:

هي مجموعة من القدرات الوظيفية التي يحتاجها الرياضي لأداء عمل حركي يتطلب بذل جهد .

4.6- القدرات المهارية

التعريف الاصطلاحي :

تعرف بأنها كل الحركات الضرورية التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها (مختار، 1994، صفحة 21).

التعريف الإجرائي :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 الكرةالخ*

7- الدراسات السابقة

1.7- الدراسة الأولى: "توظيف الألعاب التمهيدية ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض الصفات البدنية والمهارات.

❖ اسم الباحث وعنوان البحث: دراسة بلعروسي سليمان (2008) (سليمان، 2008)

❖ أهداف الدراسة

❖ - تصميم برنامج تجريبي مقترح باستخدام اللاعبين التمهيدية يهدف لتنمية بعض الصفات البدنية والمهارات لناشئ كرة القدم ومعرفة تأثيرها على هذه الصفات وكذلك المهارات الأساسية.

❖ 2- معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئ كرة القدم.

❖ منهج البحث وعينة الدراسة

*عينة الدراسة: تمثلت عينة البحث في أصاغر الوفاق الرياضي لبلدية جديوية ولاية غليزان الذي ينشط ضمن القسم الجهوي تتراوح أعمارهم بين 13/15 سنة ، حيث قام الباحث باختيار عينة متكونة من مجموعتين ضابطة وتجريبية تمثلت في 30 لاعبا المنهج المستخدم: وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي وذلك باستخدام القياس القبلي والبعدي.

❖ النتائج:

✓ إن توظيف الألعاب التمهيدية في البرامج التدريبية تؤثر إيجابيا في تنمية بعض الصفات البدنية اللاصفية السرعة والمهارات الأساسية الأساسية.

✓ إن برمجة التدريب وفق الأسس والمبادئ العلمية بمحتوى التدريبات التقليدية لا يكفي للوصول باللاعب إلى أعلى المستويات

2.7- الدراسة الثانية: دراسة تأثير كرة القدم المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين من (11 – 13) سنة. (هشام، 2007/2006) (دراسة ميدانية لفريق وفاق المسيلة)

❖ اسم الباحث وعنوان البحث: سريدي جمال، بودور هشام 2007/2006
مشكلة الدراسة:

● هل كرة القدم المصغرة طريقة ناجحة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين (11-13) سنة؟

● ما مدى تأثير كرة القدم المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم؟

❖ أهداف البحث

▲ دراسة كرة القدم المصغرة كطريقة تعليمية حديثة تساعد في تنمية المهارات الأساسية خصوصا في هذا السن الحساس من (11 - 13) سنة الذي يميز الطفل باستعدادات مهارية قابلة للنمو والتطور.

▲ دراسة الممارسة الفعلية لطريقة كرة القدم المصغرة أثناء الحصة التدريبية.

منهج البحث وعينة الدراسة: تم استخدام المنهج التجريبي.

العينة: باختيار عينة عشوائية (فريق وفاق المسيلة).

❖ نتائج الدراسة:

طريقة كرة القدم المصغرة تعتبر طريقة حديثة وناجحة، حيث تساهم بشكل فعال في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم.

8- إجراءات الدراسة الأساسية

1.8- الدراسة الاستطلاعية

البحوث الاستطلاعية، هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهد الباحث كثيرا من أبعادها وجوانبها... الخ (ثابت، 1984، صفحة 74) وبعد الانتهاء من جمع كل المعلومات والمعطيات التي نحتاجها تم اختيار عينة عشوائية مقدرتها بـ 50% من عدد العينة الأصلية قصد إخضاعها للتجربة الاستطلاعية. ولهذا الصدد قمنا بزيارة عينة بحثنا حيث يتم ذلك بعد سحب رخصة تسهيل المهمة من إدارة المعهد لزيارة مجتمع بحثنا والمتمثل في فئة الناشئين نادي سريع الجلفة بولاية الجلفة.

2.8- المنهج المتبع في البحث

المنهج يعني مجموعة الأسس والقواعد التي يتبعها الباحث من أجل الوصول إلى الحقيقة. يقول عمار بوحوش "انه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة". (بوحوش، 2001، صفحة 137) وفي بحثنا هذا حتمت علينا مشكلة البحث إتباع المنهج التجريبي وهذا للتأكد من صحة فرضياتنا

3.8- مجالات الدراسة:

- المجال المكاني: لقد تمت التجربة التي قمنا بها في ملعب 1 نوفمبر 1954 لولاية الجلفة المعشوشب اصطناعيا يقع بجانب جامعة زيان عاشور.

- المجال الزمني: قمنا بإجراء الاختبارات بالنسبة للعينة من 2016/12/23 - 2017/03/30

- المجال البشري: عينة البحث وكيفية اختياره:

4.8- عينة البحث:

إن بلدية الجلفة بها خمس اندية تنشط وتقوم بتدريب الناشئين ونادي سريع الجلفة منهم قمنا بتحديد عينة بحثنا هذا عن طريق اختيار فريق في كرة القدم، ينشط على مستوى ولاية الجلفة. وقد اختيرت هذه العينة بصفتها عينة متجانسة من حيث المرحلة السنوية و المرفولوجية، (09-14) سنة، ولهما نفس الإمكانيات. وقد تم إجراء الاختبارات على (20) لاعب.

5.8- كيفة اختيار العينة:

لقد قمنا باختيار العينة بشكل عشوائي وذلك لأنها أبسط طرق اختيار العينة ولأنها تعطي فرص متكافئة وهي تتكون من مجموعتين بعد أخذ خصائص العينة من طول و وزن ثم تم تقسيم العينة * المجموعة الشاهدة: تحتوي على (10) لاعبين نتركها تتدرب بصفة عادية. * المجموعة التجريبية: تحتوي على (10) لاعبين يطبق عليها برنامج تدريبي خاص لتطوير بعض الصفات البدنية و المهارات الأساسية في كرة القدم .

6.8- أدوات جمع البيانات:

إن اختيار الباحث لأدوات جمع البيانات يتوقف على العديد من المعايير ، فطبيعة المشكلة والفروض تتحكمان في عملية اختيار الأدوات ولغرض جمع المعطيات من الميدان عن موضوع الدراسة ، على الباحث انتقاء الأداة المناسبة لذلك ومن المتفق عليه أن أداة البحث تساعد الباحث على تحقيق هدفين هما :

- تساعد على جمع المعلومات والحقائق المتعلقة بموضوع البحث .
 - تجعل الباحث يتقيد بموضوع بحثه وعدم الخروج عن أطره العريضة .
- ومنه فأداة البحث هي الوسيلة الوحيدة التي يتمكن بواسطتها الباحث حل المشكلة ، وقد نعتد في بحثنا على :

أولا : الاختبارات البدنية :

الإختبار 01: القفز الطويل من الثبات

الإختبار 02 : رمي كرة طبية لأبعد مسافة

الإختبار 03 : الحجل أقصى مسافة خلال 10 ثانية

الإختبار 04 : ثني للأمام للأسفل من الوقوف

ثانيا : الاختبارات المهارية :

الاختبار 01 : الجري بالكرة

الإختبار 02 : ركل الكرة

الإختبار 03 : اختبار السيطرة على الكرة

الإختبار 04 : رمي التماس

الإختبار 05 : توجيه الكرة بالرأس

الإختبار 06 : المراوغة .

الإختبار 07 : التصويب

7.8- إجراء التطبيق الميداني للأداة :

قمنا بإجراء الاختبارات بالنسبة للعينة الاستطلاعية على النحو التالي:

الاختبار القبلي يوم 2016/12/23 .

* الاختبار البعدي يوم 2017/01/30.

1.7.8- الشروط العلمية للأداة: أ- الصدق: تعتبر درجة الصدق هي العامل الأكثر

أهمية بالنسبة للمقاييس والاختبارات وهو يتعلق أساسا بنتائج الاختبار (غضبن، 1996 ،

صفحة 321). كما يشير "تابلر": أن الصدق يعتبر أهم اعتبار يجب توافره في الاختبار

(صبيحي، 1995، صفحة 183) ، يحدد "كيورتن" الصدق باعتباره تقدير للارتباط بين

الدرجات الخام للاختبار والحقيقة الثابتة ثباتا تاما (إبراهيم، 1999 ، صفحة 68)

2.7.8- الثبات: إذا أُجري اختبار ما على مجموعة من الأفراد ورصدت درجات كل فرد في

هذا الاختبار ثم أعيد إجراء هذا الاختبار على نفس هذه المجموعة ، ورصدت أيضا درجات

كل فرد ودلت النتائج على أن الدرجات التي حصل عليها الطالب في المرة الأولى لتطبيق

الاختبار هي نفس الدرجات التي حصل عليها هؤلاء الطلبة في المرة الثانية، استنتجنا من

ذلك أن نتائج الاختبار ثابتة تماما لأن نتائج القياس لم تتغير في المرة الثانية بل ظلت كما

كانت قائمة في المرة الثانية (إبراهيم، 1999، صفحة 75) α كرومباخ .

و بعدها قمنا بتعميم الاختبارات على جميع افراد العينة وهذا ما يمثل القياس

القبلي و تم عزل العينة الاستطلاعية الاولى ومنه تم اختيار العينة التجريبية و الشاهدة

عشوائيا و تم بعده تطبيق البرنامج المقترح (الحصص) على العينة التجريبية المتكون من

24 حصة و بعد تكملة البرنامج التدريبي المقترح قمنا بالقياس البعدي للعينة التجريبية و

الضابطة و معرفة الفروق و التأثيرات الحاصلة للعينة التجريبية .

8.8- الأساليب الإحصائية المستعملة:

إن طبيعة الموضوع والهدف منه يفرض علينا أساليب إحصائية خاصة، تساعد

الباحث في الوصول إلى نتائج ومعطيات ، يفسر ويحلل من خلاله الظاهرة "

موضوع الدراسة " ، وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على جملة من الأساليب

الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة وهي كما يلي :

(أ) الإحصاء الوصفي :

- المتوسط الحسابي .
- الإنحراف المعياري .
- النسب المؤوية .

(ب) الإحصاء الاستدلالي :

- الاختبار التائي (ت) لعينتين مترابطتين و مستقلتين .
- معامل الثبات (α كرومباخ)

ملاحظة : تم معالجة النتائج عن طريق برنامج spss 20

عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى :

نص الفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية في ما يخص القدرات البدنية لاختبار القفز الطويل من الثبات في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 7,18 وبلغ الاختبار البعدي بانحراف معياري قدره 6,22 تحت درجة حرية 08 وذلك أن قيمة Sig 0,002 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 ، وهذا يعني أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي .

جدول رقم (01) : يبين دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

فيما يخص اختبار رمي الكرة الطيبة

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	09	0,002	4,29	7,18	الاختبار القبلي
					6,22	الاختبار البعدي

نرى من النتائج المعروضة في الجدول رقم 01 لاختبار رمي الكرة الطيبة في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 7,18 وبلغ الاختبار البعدي بانحراف معياري قدره 6,22 تحت

درجة حرية 09 وذلك أن قيمة Sig 0,002 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05، وهذا يعني أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي.

جدول رقم (02): يبين دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبار الحجل أقصى مسافة.

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	09	0,002	4,29	7,18	الاختبار القبلي
					6,22	الاختبار البعدي

من خلال النتائج المعروضة في الجدول رقم 02 لاختبار رمي الكرة الطبية يظهر لنا بأن الانحراف المعياري في الاختبار القبلي بلغ 7,18 وبلغ الاختبار البعدي انحراف معياري قدره 6,22 تحت درجة حرية 09 وذلك أن قيمة Sig 0,002 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 . من كل هذا يتضح أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي .

جدول رقم (03): يبين دلالة الفروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبار ثني الجذع للأمام.

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	09	0,002	4,29	7,18	الاختبار القبلي
					6,22	الاختبار البعدي

نرى من النتائج المعروضة في الجدول رقم 03 لاختبار ثني الجذع للأمام في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 7,18 وبلغ الاختبار البعدي انحراف معياري قدره 6,22 تحت درجة حرية 09 وذلك أن قيمة Sig 0,002 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .
من كل هذا يظهر أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي.

استنتاج الفرضية الأولى:

على ضوء النتائج المتحصل عليها توصلنا إلى أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبارات البدنية.
عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية :

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبارات المهارة .

لاختبار الجري بالكرة في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 6,18 وبلغ الاختبار البعدي انحراف معياري قدره 4,01 وذلك أن قيمة Sig 0,002 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 تحت درجة الحرية 08.

من هذا يظهر أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي .

لاختبار الجري بالكرة في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 7,41 وبلغ الاختبار البعدي انحراف معياري قدره 5,23 وذلك أن قيمة Sig 0,002 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 تحت درجة الحرية 08.

من هذا يظهر أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي .

جدول رقم (04) : يبين دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص السيطرة على الكرة .

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	08	0,002	4,29	6,54	الاختبار القبلي
					7,48	الاختبار البعدي

نرى من النتائج المعروضة في الجدول رقم 04 لاختبار السيطرة على الكرة في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 6,54 وبلغ الاختبار البعدي انحراف معياري قدره 7,48 وذلك أن قيمة Sig 0,002 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 تحت درجة الحرية 08 من هذا يظهر أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي .

جدول رقم (05) : يبين دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبار رمي التماس .

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	9	0,03	4,25	4,19	الاختبار القبلي
					7,15	الاختبار البعدي

نرى من النتائج المعروضة في الجدول رقم 05 لاختبار رمي التماس في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 4,19 وبلغ الاختبار البعدي انحراف معياري قدره 7,15 وذلك أن قيمة Sig 0,03 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 تحت درجة الحرية 09.

وهذا يعني أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي

جدول رقم (06): يبين دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبار توجيه الكرة بالرأس.

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	09	0,002	5,28	6,13	الاختبار القبلي
					7,22	الاختبار البعدي

نرى من النتائج المعروضة في الجدول رقم 06 لاختبار توجيه الكرة بالرأس في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 6,13 وبلغ الاختبار البعدي انحراف معياري قدره 7,22 وذلك أن قيمة Sig 0,002 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 تحت درجة حرية 09. وهذا يعني أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي.

جدول رقم (07): يبين دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبار المراوغة.

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	08	0,03	4,11	6,83	الاختبار القبلي
					5,41	الاختبار البعدي

نرى من النتائج المعروضة في الجدول رقم 07 لاختبار المرواغة في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 6,83 وبلغ الاختبار البعدي انحراف معياري قدره 5,41 وذلك أن قيمة Sig هي 0,03 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 تحت درجة حرية 08. وهذا يعني أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي.

جدول رقم (08): يبين دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبار التصويب.

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	08	0,01	4,22	6,18	الاختبار القبلي
					5,16	الاختبار البعدي

نرى من النتائج المعروضة في الجدول رقم 08 لاختبار التصويب في الاختبار القبلي كان بانحراف معياري قدره 6,18 وبلغ الاختبار البعدي انحراف معياري قدره 5,16 تحت درجة حرية 08 وذلك أن قيمة Sig هي 0,01 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05.

وهذا يعني أن هناك فرق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي وهذا الفرق دال إحصائي لصالح الاختبار البعدي .

استنتاج الفرضية الثانية:

على ضوء النتائج المتحصل عليها توصلنا إلى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية فيما يخص اختبارات المهارة .

9- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة :

نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية للاختبارات البعدية فيما يخص اختبارات المهارة .

فيما يخص المجموعة التجريبية: تبين النتائج أن الانحراف المعياري لاختبار الجري بالكرة كان 5,74 تحت درجة حرية 08 ونلاحظ أن Sig (0,03) وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

أما المجموعة الضابطة: فقد بلغ اختبار الجري بالكرة بانحراف معياري 8,22 تحت درجة حرية 08 و نلاحظ أن قيمة Sig 0,03 ، وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

نلاحظ مما سبق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و الضابطة فيما يخص الاختبار البعدي للجري بالكرة.

فيما يخص المجموعة التجريبية: أن الانحراف المعياري لاختبار ركل الكرة كان 6,34 تحت درجة حرية 08 ونلاحظ أن Sig (0,03) وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

أما المجموعة الضابطة: فقد بلغ اختبار ركل الكرة بانحراف معياري 6,21 تحت درجة حرية 08 و نلاحظ أن قيمة Sig 0,03 ، وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

نلاحظ مما سبق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و الضابطة فيما يخص الاختبار البعدي لركل الكرة .

فيما يخص المجموعة التجريبية: أن الانحراف المعياري لاختبار السيطرة على الكرة كان 5,24 تحت درجة حرية 08 ونلاحظ أن Sig (0,03) وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

أما فيما يخص المجموعة الضابطة: فقد بلغ اختبار السيطرة على الكرة بانحراف معياري 6,26 تحت درجة الحرية 08 ، و نلاحظ أن قيمة Sig 0,03 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

نلاحظ مما سبق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و الضابطة فيما يخص الاختبار البعدي السيطرة على الكرة .

فيما يخص المجموعة التجريبية: أن الانحراف المعياري لاختبار رمي التماس كان 6,41 تحت درجة الحرية 08 ، ونلاحظ أن Sig (0,01) وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

أما المجموعة الضابطة : فقد بلغ اختبار رمي التماس بانحراف معياري 5,14 تحت درجة الحرية 08 ، و نلاحظ أن قيمة Sig 0,01 ، وهي اقل من مستوى الدلالة 0,05 .
ومنه نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و الضابطة فيما يخص الاختبار البعدي رمي التماس .
فيما يخص المجموعة التجريبية : أن الانحراف المعياري لاختبار توجيه الكرة بالرأس كان 5,18 تحت درجة الحرية 08 ، ونلاحظ أن قيمة Sig (0,04) وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

أما فيما يخص المجموعة الضابطة : فقد بلغ اختبار توجيه الكرة بالرأس بانحراف معياري 4,19 تحت درجة الحرية 08 ، و نلاحظ أن قيمة Sig هي 0,04 ، وهي اقل من مستوى الدلالة 0,05 .

نلاحظ مما سبق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و الضابطة فيما يخص الاختبار البعدي توجيه الكرة بالرأس .

جدول رقم (17) : يبين دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي فيما يخص اختبار المراوغة .

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	08	0,02	4,59	5,16	المجموعة الضابطة
					4,64	المجموعة التجريبية

فيما يخص المجموعة التجريبية : تبين النتائج المعروضة في الجدول رقم 32 أن الانحراف المعياري لاختبار المراوغة كان 4,46 تحت درجة الحرية 08 ، ونلاحظ أن قيمة Sig (0,02) 08 وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

أما فيما يخص المجموعة الضابطة : فقد بلغ اختبار المراوغة بانحراف معياري 5,16 تحت درجة الحرية 08 ، و نلاحظ أن قيمة Sig هي 0,02 وهي اقل من مستوى الدلالة 0,05 .

نلاحظ مما سبق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و الضابطة فيما يخص الاختبار البعدي المروعة .

جدول رقم (18) : يبين دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي فيما يخص اختبار التصويب .

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	Df	قيمة t			
			Sig	المحسوبة	S	
دال	0,05	08	0,03	6,22	6,25	المجموعة الضابطة
					4,58	المجموعة التجريبية

فيما يخص المجموعة التجريبية أن الانحراف المعياري لاختبار التصويب كان 4,58 تحت درجة الحرية 08 ، ونلاحظ أن قيمة Sig هي (0,03) وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 . أما فيما يخص المجموعة الضابطة : فقد بلغ اختبار التصويب بانحراف معياري 6,25 تحت درجة الحرية 08 ، و نلاحظ أن قيمة Sig هي 0,03 ، وهي أقل من مستوى الدلالة 0,05 .

نلاحظ مما سبق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية و الضابطة فيما يخص الاختبار البعدي التصويب .

استنتاج الفرضية الثالثة :

على ضوء النتائج المتحصل عليها توصلنا إلى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي فيما يخص اختبارات المهارة .

10- استخلاصات و اقتراحات:

- تخطيط برنامج سنوي خاص بتعليم القدرات البدنية و المهارة .

- يجب الإهتمام بالقدرات البدنية و المهارة خلال هذه الفترة، لأن الطفل في هذه المرحلة تكون له القابلية والفهم السريع

- الاعتماد على التكوين القاعدي والاستمرارية في التكوين مع ضرورة التخطيط على المدى البعيد.

- إدخال طرق ومناهج حديثة أثناء التدريب.

- ضرورة الاهتمام بفئة الناشئين.

قائمة المراجع :

- 1- أشرف فكري عبد العزيز راجح. (1998). ، اثر استخدام الالعاب التمهيدية على تنمية بعض الصفات البدنية و المهارات الاساسية لناشئي كرة القدم. القاهرة.
- 2- براهيم فاروق. (1991). تأثير برنامج تدريبي مقترح لكرة القدم على الاداء البدني والمهاري للناشئين . اسويوط.مصر.
- 3- بسطولي أحمد ، عباس أحمد صالح. (1984). طرق التدريس في مجال التربية البدنية الرياضية. بغداد.
- 4- بلعروسي سليمان. (2008). توظيف الألعاب التمهيدية ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم . معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة دالي ابراهيم ، الجزائر .
- 5- رومي جميل. (1986). فن كرة القدم. بيروت : دار النفائس.
- 6- سريدي جمال ، بودور هشام. (2007/2006). ، دراسة تأثير كرة القدم المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين من (11 – 13) سنة، دراسة ميدانية لفريق وفاق المسيلة .
- 7- عمار بوحوش. (2001). مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث . الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية.
- 8- كاظم الربيعي، موفق المولى. (1989). الإعداد البدني بكره القدم. بغداد: مطابع بيت الحكمة.

- 9- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين غضبن. (1996). القياس في التربية الرياضية وعلم القياس الرياضي . القاهرة ، مصر : دار الفكر العربي.
- 10- محمد صبحي. (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- 11- محمود مختار. (1994). الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. ، القاهرة، مصر : دار الفكر العربي.
- 12- مروان عبد المجيد إبراهيم. (1999). الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختيارات والقياس في التربية الرياضية . عمان ، الأردن.
- 13- ناصر ثابت. (1984). أضواء على الدراسة الميدانية . الكويت : مكتبة الفلاح .