



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الصديق بن يحيى - جيجل -

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة تخرج تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات

النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: التحضير البدني الرياضي

بعنوان:

أثر برنامج تدريبي مبني على الألعاب المصغرة في تحسين التكتيك الهجومي لأشبال

كرة القدم U17

دراسة ميدانية على فريق أشبال النادي الرياضي لبلدية بني والبان U17

اشراف الأستاذ :

- د/ بوزكزية فوزي

اعداد الطالبين:

- بوعشة أيمن

- ضلفي جاسر

السنة الجامعية 2022/2021

شكر و عرفان

نحمد الله سبحانه وتعالى ونشكره على نعمته علينا ومنحه إيانا الصبر وسعة البال
حتى تمكنا من إتمام وإنجاز هذا العمل وعملا بقول سيدنا رسول الله محمد صلى
الله عليه وسلم

(من لم يشكر الناس لم يشكر الله)

لا يسعنا ونحن نتصفح مذكرتنا هذه إلا أن نتقدم بجزيل الشكر وخالص التقدير
وعرفانا بالجميل لكل من ساهم بإثراء هذا العمل وعلى رأسهم الدكتور بوزكريه
فوزي بصفته مشرفاً على هذا البحث المتواضع والذي لم يبخل علينا بتوجيهاته
القيمة وتشجيعاته المستمرة لإنجازها كما نشكر جميع الأساتذة الذين ساعدونا
بمعلوماتهم ونصائحهم القيمة و نشكر أيضا جميع الطاقم الإداري والفني لفريق
النادي الرياضي لبلدية بني والبان لتسهيل مهمتنا نشكر أصدقاء وفريق العمل
الذين ساعدوني في إجراء البرنامج التدريبي والاختبارات المهارية كل باسمه أشكر
كل من كان له الفضل في إنجاز المذكرة بفكرة موحية وكلمة محفزة ومشاعر دافعة
إلى سبيل العلم والعمل

إهداء

أهدي ثمرة العلم ، وجهد السنين إلى التي كانت لي ذخرا في الحياة ، إلى التي
سهرت الليالي و تكبدت مر الدنيا أذوق أنا حلوها ، إلى التي منحتني العطف
والحب و الحنان فلم تبخل علي بشيء ، إلى أقل من نطق باسمها لساني ، وخفق
لها قلبي إلى من جعل الله الجنة تحت أقدامها فعشقت تراب أقدامها " أمي الغالية "
حفظها الله ورعاها و أطال في عمرها.

إلى الذي من عطفه سقاني ، وبرحمته رعاني ، إلى من رباني فأحسن تربيتي ،
إلى عدتي و عتادي في دنياي ، إلى الذي وقف بجانبني وساعدني في كل خطوات
حياتي ، إلى من غرس في ذاتي التضحية وعزة النفس و الشموخ " أبي الغالي "
حفظه الله و رعاه و أطال في عمره ... إلى كل الإخوة و الأخوات

إلى كل الأصدقاء وكل من أحببتهم وأحبوني ... إلى كل من ذكرهم لساني ولم
يذكرهم قلبي ... إلى كل من اتسع لهم صدري ولم تتسع لهم صفحتي إلى
أعز الأصدقاء والزملاء والأحباب والأساتذة في جميع الأطوار الدراسية.

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم قال تعالى:

«وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحسانا إما يبلغن عندك الكبر أحدهما أو كلاهما فلا تقل لهما أف ولا تنهرهما وقل لهما قولا كريما»

أهدى ثمرة هذا العمل المتواضع إلى التي أعطني حياتها وغمرتني بحبها وحنانها إلى التي سهرت الليالي وغمرتني بدفء نفسها وطيبة قلبها أُمي الغالية.
إلى الذي وهبني حياته وأعطاني الأمل في النجاح إلى الذي وقف بجانبني في كل صغيرة وكبيرة وعلمني معنى الرجولة أُمي الغالية. فل يحفظهما الله لي ويهب لهما الصحة والعافية إن شاء الله .

إلى اخوتي و اخواتي .. إلى كل اصدقائي حفظهم الله .

إلى من نساه القلم ويذكره القلب إلى كل من أعانني بكلمة طيبة و نصيحة قيمة .

جاسر

قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
أ	شكر و عرفان
ب	اهداء
ت	قائمة المحتويات
ث	قائمة الجداول
ج	قائمة الاشكال
ح	ملخص الدراسة باللغة العربية
خ	ملخص الدراسة باللغة الاجنبية
01	مقدمة
الفصل التمهيدي	
04	1. اشكالية الدراسة
06	2. فرضيات الدراسة
06	3. اهداف الدراسة
07	4. أسباب اختيار الموضوع
07	5. أهمية الدراسة
08	6. مفاهيم ومصطلحات الدراسة
10	7. الدراسات السابقة و المشابهة
13	8. التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة

الجانب النظري

الفصل الأول: الألعاب المصغرة

18	تمهيد
19	1.1. اللعب
19	1.1.1. تعريف اللعب
19	2.1.1. فوائد اللعب
20	3.1.1. وظائف اللعب
21	4.1.1. العوامل المؤثرة في اللعب
21	2.1. الألعاب المصغرة
21	1.2.1. مفهوم الألعاب المصغرة
22	2.2.1. أهداف الألعاب المصغرة
23	3.2.1. خصائص الألعاب المصغرة
23	4.2.1. علاقة الألعاب المصغرة بالجانب المهاري
24	5.2.1. مبادئ اختيار الألعاب المصغرة
25	6.2.1. قواعد اللعب في الألعاب المصغرة
26	7.2.1. كيفية اختيار الألعاب المصغرة
26	8.2.1. النماذج التدريبية للألعاب المصغرة
27	3.1. تمارين اللعب المصغر

الفصل الثاني : كرة القدم و التكتيك الهجومي

29	تمهيد
30	1.2. كرة القدم
30	1.1.2. تعريف كرة القدم
30	2.1.2. نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم
31	3.1.2. التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم
33	4.1.2. كرة القدم في الجزائر
34	5.1.2. المبادئ الأساسية في كرة القدم
35	6.1.2. قواعد كرة القدم
36	7.1.2. كرة القدم الحديثة
37	2.2. المتطلبات التكنولوجية في كرة القدم
38	1.2.2. علاقة التكتيك بالتكتيك
39	2.2.2. الاعداد المهاري في كرة القدم
40	3.2.2. مفهوم المهارات التقنية الاساسية
40	3.2. الاعداد التكتيكي في كرة القدم
41	1.3.2. تقسيم تكتيك اللعب في كرة القدم
42	2.3.2. القواعد التكتيكية الهجومية
45	3.3.2. خطط اللعب (تكتيك اللعب) في كرة القدم
46	4.3.2. أنواع الخطط
47	5.3.2. مواصفات و واجبات اللاعبين

48	6.3.2. مفهوم مراكز اللعب في كرة القدم
49	7.3.2. الأقسام الرئيسية لمراكز اللعب
53	8.3.2. التحضير التكتيكي للاعب كرة القدم
58	خلاصة
الفصل الثالث : خصائص المرحلة العمرية	
61	تمهيد
62	1.3. تعريف مرحلة أقل من 17 سنة
62	2.3. خصائص النمو عند هذه الفئة
62	1.2.3. النمو الجسمي
63	2.2.3. النمو الحركي
63	3.2.3. النمو النفسي
63	4.2.3. النمو الانفعالي
65	5.2.3. النمو العقلي
67	3.3. أزمات فئة الأشبال
67	1.3.3. الأزمات النفسية
67	2.3.3. الأزمات البدنية
68	3.3.3. الأزمات الصحية
68	4.3. علاقة اللاعب المراهق بالرياضة
70	5.3. أهمية ممارسة كرة القدم في المرحلة العمرية أقل من 17 سنة

71	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية و الميدانية للدراسة	
73	تمهيد
74	1.4. الدراسة الاستطلاعية
74	1.1.4. خطوات الدراسة الاستطلاعية
75	2.4. منهج البحث
76	3.4. مجتمع و عينة الدراسة
77	4.4. مجالات الدراسة
78	5.4. متغيرات البحث
78	6.4. أدوات و تقنيات الدراسة
81	7.4. المعالجة الاحصائية
83	8.4. صعوبات الدراسة
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
86	1.5. عرض و تحليل نتائج الدراسة
86	1.1.5. عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى
92	2.1.5. عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية
97	2.5. مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات
97	1.2.5. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى

98	2.2.5. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية
102	الاستنتاج العام
102	الفروض المستقبلية
104	خاتمة
105	قائمة المصادر والمراجع
	الملاحق

قائمة الجداول :

الصفحة	العنوان	الرقم
86	الفروق بين القياس القبلي و البعدي لعدد التمريرات القصيرة	01
88	الفروق بين القياس القبلي و البعدي لعدد التمريرات الطويلة	02
89	الفروق بين القياس القبلي و البعدي لعدد مرات تغيير الهجوم	03
91	الفروق بين القياس القبلي و البعدي لعدد التمريرات المفتاحية	04
93	الفروق بين القياس القبلي و البعدي لعدد التسديدات على المرمى	05
95	الفروق بين القياس القبلي و البعدي لمدة الاستحواذ على الكرة	06

قائمة الأشكال :

الصفحة	العنوان	الرقم
87	شكل بياني يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية و القبليية لعدد التمريرات القصيرة	01
89	شكل بياني يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية و القبليية لعدد التمريرات الطويلة	02
90	شكل بياني يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية و القبليية لعدد مرات تغيير الهجوم	03
92	شكل بياني يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية و القبليية لعدد التمريرات المفتاحية	04
94	شكل بياني يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية و القبليية لعدد التسديدات على المرمى	05
96	شكل بياني يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية و القبليية لمدة الاستحواذ على الكرة	06

ملخص البحث

دراسة ميدانية على فريق اشبال النادي الرياضي لبلدية بني والبان ملخص البحث يهدف البحث إلى اقتراح بعض الوحدات التدريبية تتخللها الألعاب المصغرة لتحسين بعض الصفات التكتيكية للاعبي كرة القدم أقل من 17 سنة مع مراعاة الأسس العلمية، و قد افترض الطالبان وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية البعدية لعينة الدراسة و هي لصالح القياسات البعدية و بعد التجربة الاستطلاعية و تحديد الطالبان للمجتمع الأصلي للدراسة المتمثل في لاعبي كرة القدم أقل من 17 سنة، و بالنظر لطبيعة البحث و المنهج المستخدم تم اختيار العينة بالطريقة العمدية حيث تمثلت في لاعبي أشبال النادي الرياضي لبلدية بني والبان. وقد اختير من كل عدة 14 لاعب أجريت عليهم التجربة الاستطلاعية و التجارب الرئيسية التي طبقت من خلالها الوحدات التدريبية المتكونة من الألعاب المصغرة على العينة، كما تم إجراء التجانس بين أفراد العينة، و كانت الوحدات التدريبية 16 وحدة تدريبية معدل حصتين تدريبيتين في الأسبوع لمدة 8 أسابيع، وكان زمن الوحدة التدريسية من 60 إلى 120 دقيقة، و طبقت الوحدات التدريبية من 15 افريل 2022 م إلى 5 جوان 2022 م، وبعد إجراء القياسات البعدية و الحصول على النتائج و تفرغها ، عولجت إحصائيا باستخدام المتوسط الحسابي معامل الارتباط البسيط ، الانحراف المعياري، اختبار دلالة الفروق " ت " ستيودنت و بعد مناقشة النتائج و مقابلتها بالفرضيات ثم التوصل إلى النتائج التالية :

حققت الوحدات التدريبية بالألعاب المصغرة تطورا ايجابيا بين القياسين القبلي و البعدي ولصالح القياس البعدي لبعض المهارات التكتيكية وهذا يدل على تأثير الوحدات التدريبية في تحسين بعض المهارات التكتيكية لدى عينة البحث ، و انطلاقا من نتائج الدراسة اقترح الطالبان ضرورة استخدام الألعاب المصغرة ضمن الوحدات التدريبية لما لها من أثر ايجابي في تحسين كل من الجانب البدني ، المهاري ، النفسي و بصفة خاصة التفكير التكتيكي الهجومي للاعبي كرة القدم وإضافة على ذلك وجوب الاستعانة بالأسس العلمية للتدريب الرياضي و ذلك تفاديا للوقوع في التدريب الزائد و الخمول والملل و غيرها من المشاكل التي تصادف المدربين و اللاعبين . وكل ذلك يصب في الرفع من مستوى الأداء للحصول على النتائج الجيدة خلال المنافسات.

Research Summary

A field study on the Cubs of the Sports Club team in the municipality of Beni oualben. Summary of the research The research aims to suggest some training units interspersed with mini-games to improve some techno-tactical qualities for football players under 17 years old, taking into account the scientific foundations, and the students assumed that there are statistically significant differences between the measurements The tribal dimension of the study sample, which is in favor of the dimensional measurements and after the exploratory experiment and the identification of the students for the original community of the study represented by football players less than 17 years old, and given the nature of the research and the method used, the sample was chosen in a deliberate way, where it was represented by the players of the cubs of the sports club of the municipality of Beni oualben. From each of the 14 players, they were selected for the exploratory experiment and the main experiments in which the training units consisting of mini-games were applied to the sample, and homogeneity was conducted among the sample members. The training units were 16 training units, an average of two training sessions per week for 8 weeks. The time of the teaching unit was from 60 to 120 minutes, and the training units were applied from April 15, 2022 to June 5, 2022 AD. The significance of the differences "T" Student, after discussing the results and matching them with the hypotheses, and then rechange the following results :

The training unit with mini-games achieved a positive développement between the tribal and remote measurements and in favor of the dimensional measurement of some tactical skills, and this indicates the effect of the training units in improving some of the tactical skills of the research simple. Positive effect in improving both the physical, skill, psychological aspect, and in particular the offensive tactical thinking of football players. In addition, the need to use the scientific foundations of sports training in order to avoid falling into excessive training, léthargie, boredom and other problems that coaches and players encounter. And all of this is in order to raise the level of performance to get good results during the competitions.

مقدمة

مقدمة

تحظى لعبة كرة القدم بالاهتمام المتزايد من كافة الأوساط الحكومية منه والجماهيرية مما جعلها تتربع على قمة الهرم الألعاب الرياضية وبلا منازع إذ ، صارت محط أنظار الدارسين والباحثين في كل مكان و دفعت بأصحاب الخبرة والاختصاص والمدربين وكل العاملين في رحاب اللعبة يفكرون في إيجاد أفضل الأساليب التي تعمل على تطوير اللعبة ، وصقل مواهب اللاعبين ورفع مستوياتهم على جميع الأصعدة ، للارتقاء بالعمل الجماعي لتحقيق الفوز الذي أصبح تحقيقه ليس بالهين وخاصة أمام الفرق التي تعتمد على الأساليب العلمية : إعداد لاعبيها.

فلبناء قاعدة رياضية قوية وسليمة يتطلب ذلك تفاعل عددا من العناصر ولعل أهمها العنصر البشري الذي يؤدي هذه الرياضة وهم لاعبي الفئات الشبانية الذين يعتبرون الحجر الزاوية في مراحل الممارسة الرياضية حيث يخرج من خلالها النجم والممارس إذا ما قدمت لهم البرامج التدريبية والتربوية من منطلقات سليمة.

إن البرامج التدريبية لها دور كبير وحساس في مجال تكوين اللاعبين خاصة الفئات الوسطى حيث انها الوسيلة التي يمكن من خلالها إكساب اللاعبين القدرات البدنية و المهارية وخطط اللعب المختلفة التي تساهم في الارتقاء بمستواهم إلى أقصى درجة ولا يتم هذا إلا من خلال إعداد خطط تدريبية مقننة وسليمة .

وهذا ما تأكد عن (weineck, 1986) حيث يذكر إن الممارسة الرياضية أظهرت بوضوح أن النتائج العالية لا يمكن أن تحققها ما لم يكن بناء قاعدي متين خلال مرحلة الطفولة والمراهقة وهذا ما يحتم علينا تخطيطا منظما طويل المدى في مجال التدريب (vermeulen , 2004 , p24) .

وفي كرة القدم اليوم يحاول كل فريق مراقبة تحركات الخصم وتضييق الفراغ وتقليص الوقت الممنوح له عند استرجاع الكرة أو امتلاكها لذا وجب البحث عن حالات مشابهة لما هو في المباريات الفعلية أثناء التدريبات .

يذكر كل من علي فهمي بيك و طه إسماعيل أن التدريب بالألعاب المصغرة أساس لاكتساب اللاعب العديد من التركيبات التكتيكية المختلفة ، حيث هي أساس سرعة إحساس اللاعب على الانتقال لأخذ الأماكن المناسبة وإتقان التمير السريع المناسب وكذا كيفية المحافظة على الكرة وتغيير الأماكن وحجز الخصوم واليقظة لكل خصم وزميل قريب حيث أنها دائما ما تتم على مساحات صغيرة حيث يرتقي مستوى الأداء البدني والتكتيكي (علي فهمي البيك ، 1992 ، ص 140).

ويشير هنا Vermeulen H أن تدريب اللاعبين داخل مساحات مختلفة ومقيدة من الملعب يعود على اللاعبين باكتساب العادات الجيدة وتعودهم التصرف الصحيح واتخاذ القرار السليم في الوقت المناسب ويقدم لنا حالات مشابهة ومطابقة لما هو في كرة القدم الحديثة .

الضمان تدريب ناجح وفعال وجب على المدربين القائمين بالعملية التدريبية في كرة القدم بصفة عامة وتدريب الفئات الشبانية بصفة خاصة اتباع أحسن الطرق والإلمام بالمبادئ الأساسية لعلوم التدريب ومعرفة خصائص ومميزات المراحل العمرية .

من خلال ما تقدم تم تقسيم البحث الى جانبين أولهما للدراسة النظرية ، والثاني للدراسة الميدانية حيث تم التطرق في الجانب الأول المتمثل في الدراسة النظرية الى ثلاث فصول ضم الفصل الأول منها على كل ما يتعلق باللعب و وظائف اللعب ، فوائد اللعب والألعاب المصغرة ... الخ ، تلاه الفصل الثاني وخصص المتطلبات لعبة كرة القدم وخصائصها التكتيكية الهجومية ... إلخ ، في حين عالج الفصل الثالث كل ما يتعلق بالمرحلة العمرية أقل من 17 سنة ، وخصائص هذه الفئة العمرية من تغيرات وتطورات من الجانب الجسمي والعقلي والانفعالي ، والاجتماعي .

أما الجانب التطبيقي فقد قسم هو الآخر إلى فصلين ، احتوى الفصل الأول على منهجية البحث وإجراءاته الميدانية ، و الثاني تناولنا فيها عرض النتائج وفقا للبعد الكمي ومن ثم تحليل ومناقشة النتائج في ضوء فرضيات البحث و يسبق الجانب النظري و التطبيقي ، فصل التعريف بالبحث الذي أردناه مدخلا تمهيديا لدراستنا فيه الخلفية النظرية للبحث ، أهميته ، أهدافه ، كما تطرقنا الى أهم المصطلحات والمفاهيم رفعا للالتباس و إزالة الغموض.

الفصل التمهيدي

1- الإشكالية:

يهتم اليوم الكثير من الباحثين و العلماء بالمجال الرياضي ، من اجل رفع مستوى الأداء و الوصول الى الأرقام القياسية ، و ذلك بالاعتماد على الأسس العلمية و التكثيف من البحوث و التجارب المخبرية والميدانية ، التي تؤثر نتائجها بدرجة كبيرة على مستوى الرياضي و مردوديته خلال المنافسات .

فتعتبر كرة القدم منظومة متكاملة تتكون من عدة عناصر تؤثر و تتأثر كل منها بالأخرى ، والتي تؤدي بدورها الى نجاح الفريق او فشله ، و من هذه العناصر الجانب التكتيكي الهجومي ، و هو المنتج النهائي للجوانب الأخرى كالجانب البدني و المهاري و النفسي و الذهني ، كما انها تتميز بالتنافس بين فريقين في مساحة كبيرة ، اذا ما قورنت بغيرها من الألعاب الأخرى فإن العبء الأكبر في تلك المباريات التنافسية يقع على عملية التفكير اثناء السلوك التكتيكي في المواقف الهجومية المختلفة ، و التي يظهر فيها الصراع الدائم بين التفكير لكل من اللاعب و منافسه ، لذا فهي تتطلب من اللاعب الذي يمتلك الكرة سرعة ادراك العلاقة بين مواقف اللعب المختلفة و حسن التصرف فيها بأفضل ما يمكن .

و في كرة القدم الحديثة يلعب الجانب التكتيكي الهجومي دورا كبيرا في تحقيق النتائج الإيجابية لصالح الفريق و يأثر تأثيرا مباشرا في عملية اتقان و نجاح الطريقة الهجومية التي يلعب بها الفريق، مما يؤدي الى ارباك الخصم و عدم قدرته على مواكبة الأسلوب والأداء الهجومي، و بالتالي يستطيع الفريق المهاجم فرض السيطرة الميدانية بفضل تلك المقاربات التكتيكية الهجومية العالية و يأخذ زمام المبادرة دائما بالتواجد في أماكن و مواقف جيدة تسهل له الوصول الى مرمى الخصم و تسجيل الأهداف .

و يعد الأداء التكتيكي الهجومي للاعبين من اهم الجوانب التي يسعى المدربون للارتقاء بها و تحقيقها على اكمل وجه، حيث يتميز التكتيك الهجومي بسرعة العمليات العقلية التي ترتبط بمدى الادراك و التصور الذهني ، حتى يستطيع اللاعب في لحظة خاطفة ادراك الموقف و الاستجابة مباشرة .

و يعتبر التكتيك الهجومي احد الأركان الرئيسية المنظمة في الوحدات التدريبية الأسبوعية حيث تعتبر قاعدة أساسية للعبة و بدون إتقانها لن يستطيع اللاعب و لا الفريق من تحقيق الهيمنة و توفير الفرص لتحقيق الفوز ، و تعتبر البرامج التدريبية باستعمال الألعاب المصغرة من بين الطرق الحديثة و الأكثر فعالية فاعلم المدربون يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة و مساحات ضيقة .

حيث تحتوي أساسا على الألعاب المصغرة في مساحات صغيرة تسمح لنا اثناء التدريب بالعمل على المحافظة على العناصر الأساسية للعب بوجود خصمين ، و الألعاب المصغرة يمكن قياس أهدافها بتوظيف قدرات اللاعب والنقاط المسطرة كأهداف من تدريب اللاعبين في كل المستويات و من أجل الوصول لمستوى اللاعبين الى الدرجة التي تمكنهم من تحقيق متطلبات اللعب الحديثة و الأكثر فعالية ، فاعلم المدربون يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة و مساحات ضيقة .

ويستلزم تكوين اللاعب منذ الصغر وفقا لبرامج مقننة مهاريا و بدنيا و فنيا و خططيا بالإضافة إلى محتوى أكثر تطورا من التدريبات التي تتلاءم مع قدرات و إمكانيات اللاعبين الناشئين و التي تضع الأساس الصحيح لبناء القاعدة من النشأ و بما يصنع جيلا من أصحاب المواهب و القدرات الخاصة، هذا ما جعلنا نطرح التساؤلات التالية:

• التساؤل العام :

هل للبرنامج التدريبي باستعمال الألعاب المصغرة أثر في تحسين التكتيك الهجومي في كرة القدم لدى لاعبين الأشبال؟

• التساؤلات الجزئية:

- هل تساهم الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك تغيير جهة اللعب وانهاء الهجمة؟

- هل تساهم الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك التمريرة القصيرة و الطويلة؟

2- الفرضيات:

- الفرضية العامة

- يؤثر البرنامج التدريبي باستعمال الألعاب المصغرة في تحسين التكتيك الهجومي في كرة القدم صنف أشبال.

- الفرضيات الجزئية:

- تساهم الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك تغيير جهة اللعب وانهاء الهجمة.

- تساهم الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك التمريرة القصيرة والطويلة.

3- اهداف الدراسة:

3-1- الهدف العام:

- الكشف عن أثر البرنامج التدريبي باستعمال الألعاب المصغرة في تحسين التكتيك الهجومي في كرة القدم صنف أشبال

3-2- الأهداف الجزئية:

- الكشف عن أثر الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك تغيير جهة اللعب وانهاء الهجمة.

- الكشف عن أثر الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك التمريرة القصيرة والطويلة.

4- أسباب اختيار الموضوع:

وراء كل موضوع بحث علمي تقع أسباب تنقسم إلى أسباب ذاتية تخص الباحث وأخرى موضوعية تخص ظاهرة البحث وفيما يلي الأسباب التي دفعتنا لتناول هذه الدراسة

الأسباب الذاتية:

- الميل الشخصي لكل ما تقدمه كرة القدم .

- الرغبة الشخصية في خوض هذا الموضوع .
- الرغبة من الاستفادة بمعلومات من موضوعنا هذا ضمن مشوارنا الرياضي .

الأسباب الموضوعية :

-القيمة العلمية التي يكتسبها موضوع البحث بالإضافة إلى حداته وذلك بالحديث على علاقة الألعاب المصغرة بالوحدات التدريبية التكتيكية.

- إمكانية دراسة المشكلة نظريا وميدانيا .
- الاهتمام بفئة الأشبال تكتيكا في مجال كرة القدم.

5 أهمية البحث :

تكتسي دراستنا هذه أهميتها من:

الجانب العلمي (النظري):

- جعل دراستنا مرجعا مساعدا للباحثين في الميدان الرياضي .
- محاولة إعطاء بعض الحلول والاقتراحات النظرية والتطبيقية في هذا الموضوع.
- تقديم اضافة في هذا النوع من البحوث لفتح الباب أمام البحوث المستقبلية.
- معرفة ما إذا كانت الألعاب المصغرة في كرة القدم كنشاط رياضي محبب.
- معرفة الوسائل والطرق و الأساليب التي تساهم في تحسين المهارات التكتيكية الهجومية في كرة القدم صنف أشبال.

الجانب العملي التطبيقي:

إن البرامج التدريبية لها دور هام في مجالات تأسيس النشء حيث أنها الوسيلة الرئيسية لرفع مستوى أداء اللاعبين في الأنشطة المختلفة وخاصة كرة القدم حيث تهدف الى رفع مستوى كفاءة اللاعب المهارية والبدنية لإنجاز متطلبات اللعبة تحت كافة ظروف الأداء المختلفة والمتعددة وقد

أصبح التدريب عملية موجهة للنهوض بمستوى اللاعب من مختلف جوانب الأداء ومن خلال مؤثرات مخططة تؤهله مستقبلاً بصورة أكثر فاعلية وإيجابية على تحسين بعض الصفات والبحث الحالي يظهر فاعلية برنامج تدريبي باستعمال الألعاب المصغرة في تطوير بعض المهارات التكتيكية الهجومية في كرة القدم لدى لاعبين الأشبال.

6- تحديد المفاهيم والمصطلحات

6-1- البرنامج التدريبي:

عرفه الطعاني (الطعاني، 2007، ص14) بأنه الجهود المنظمة والمخطط لها لتزويد المتدربين بمهارات ومعارف وخبرات متعددة تستهدف إحداث تغييرات إيجابية مستمرة في خبراتهم واتجاهاتهم وسلوكهم من أجل تطوير كفاية أدائهم . ويعرفه الباحث إجرائية بأنه مجموعة من الأنشطة المخططة والمنظمة والتي تستهدف إكساب المتدربين معارف وخبرات ترفع من كفاءاتهم الأدائية، وتقدم في فترة زمنية محددة.

- **التعريف الإجرائي:** هو عبارة عن مجموعة من التمارين مصممة و مخططة بطريقة علمية و منظمة تهدف الى تنمية اللاعب من جميع النواحي بدنية مهارية و تكتيكية.

6-2- الألعاب المصغرة:

لغة: جمع لعب ، وهي اللهو والتسلية أما المصغرة فهي من الصغر أي ضد الكبر (معجم لسان العرب) .

اصطلاحاً : " هي عبارة عن تقسيمات مشروطة أو مباريات مصغرة لها قوانين خاصة تلعب بأعداد متساوية من اللاعبين مثل (2 ضد 2) ، أو (4 ضد 4) ، أو (6 ضد 6) ، أو بإعداد مختلفة من اللاعبين مثل (2 ضد 1) أو (4 ضد 3) ، أو (7 ضد 6) ، وتلعب بحراس مرمى أو بدون حراس في مساحة محددة تتناسب مع عدد اللاعبين ويمكن أن يكون لها مرمى أو أكثر أو بدون مرمى ، ولها أهداف خاصة إما بدئية أو مهارية أو خطية أو ذهنية ، وتتسم بالمتعة أو التشويق (الجوهري ومصلحي ، 2011) .

إجرائيا : هي إحدى طرق التدريب المشابهة والمماثلة لمواقف الأداء الفعلي أثناء المباريات ، إذ تقام بين أعداد قليلة من اللاعبين 2 ضد 2 أو 3 ضد 3.. الخ ، وتكون داخل مساحات صغيرة من الملعب تختلف حسب اختلاف التشكيل.

6-3- كرة القدم :

التعريف الاصطلاحي : هي لعبة يشترك فيها فريقان يتكون كل واحد منهما من إحدى عشر لاعبا ، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الخصم وتسمى المحاولة الناجحة هدف والفائز هو الفريق الذي يحرز أكبر عدد ممكن من الأهداف خلال شوطي المباراة الذي يدوم كل منهما خمسة وأربعين دقيقة يستخدم اللاعبون أقدامهم رؤوسهم أو أي جزء من أجسامهم ماعدا الأيدي أو الأذرع لدفع الكرة أو التحكم فيها . (خلود مانع الزبيدي ، 2008 ، ص 179)

التعريف الإجرائي : هي لعبة مشهورة عالميا تتم بين فريقين يتكون كل فريق من اثني عشر لاعبا من أجل التسجيل في مرمى الخصم .

6-4- التكتيك الهجومي :

- **التعريف الاصطلاحي :** يعرف مصطلح الخطة أو التكتيك في لغة الحروب بأنه فن الحرب خلال المعركة ، في حين يعرف في المجال الرياضي على أنه فن التحركات أثناء المباراة أو فن إدارة و قيادة المباراة الرياضية . " (عبد البصير ، 1999 ص 76)

وهو: " عبارة عن أفعال و استراتيجيات مخططة لإنجاز و تحقيق الأهداف ، و غالبا ما يكون الهدف الفوز " (عبد البصير ، 1999 م 22)

- **التعريف الإجرائي :** تنظيم للحركات الهجومية الفردية و الجماعية للاعبين و التي تهدف الى تحقيق النجاح و التفوق على الخصم بمعنى آخر تعاون لاعبي الفريق الواحد بجهودهم الفردية و الجماعية على تنفيذ خطط محددة بهدف تحقيق الفوز .

7- الدراسات السابقة

لا يمكن انجاز أي بحث من البحوث العلمية دون اللجوء والاستعانة بالدراسات السابقة والمشابهة كونها تقدم المساعدة والدعم للباحث وذلك في الوقوف على أهم ما توصلت إليه البحوث المنجزة في نفس ميدان موضوع البحث قيد الدراسة . ويمكن الاستفادة من الدراسات السابقة و المشابهة من عدة أوجه وميادين من أهمها المنهج والمنهجية المتبعة في إخراج البحث

، وكذا كيفية اختيار عينة البحث ، وماهي الطريقة التي تمت في إجراء التجربة سواء كانت استطلاعية أو رئيسية للبحث ، وماهي الصعوبات التي واجهتها ، وكذلك الوسائل والأدوات التي استعملت في إخراج البحث بشكله النهائي.

*الدراسات السابقة و المشابهة

الدراسة الأولى : العوادي فارس و مشرّوك مصطفى ، تحت عنوان فاعلية التدريب باستخدام أسلوب المنافسة باللعب المصغر على تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم ، جامعة أكلي محند أولحاج ، البويرة ، مذكرة ماستر ، 2017-2018

•مشكلة الدراسة :

ما مدى فاعلية التدريب باستخدام أسلوب المنافسة باللعب المصغر على تطوير بعد الصفات البدنية والمهارات الأساسية ؟

فرضية الدراسة:

يساهم التدريب باستخدام أسلوب المنافسة باللعب المصغر على تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم

الفرضيات الجزئية :

- يساهم التدريب باستخدام أسلوب المنافسة باللعب المصغر على تطوير بعض الصفات البدنية.

- يساهم التدريب باستخدام أسلوب المنافسة باللعب المصغر على تطوير بعض المهارات الأساسية.

اهداف الدراسة:

التعرف على مدى فاعلية التدريب باستخدام أسلوب المنافسة باللعب المصغر على تطوير بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم u15 .

معرفة أثر التدريب باستخدام اللعب المصغر على تطوير بعض الصفات البدنية لناشئين كرة القدم.

معرفة أثر التدريب باستخدام اللعب المصغر على تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئين كرة القدم.

الكشف عن طبيعة الفروق الإحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية للعينات الضابطة والتجريبية في الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئين كرة القدم.

الدراسة الثانية : م . حسين ، غول هشام ، تحت عنوان مدى تأثير الألعاب المصغرة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الاصاغر 2013-2014

مشكلة الدراسة :

هل الألعاب المصغرة في كرة القدم طريقة ناجحة لتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الاصاغر (14-16) سنة

فرضية الدراسة:

الألعاب المصغرة في كرة القدم تساهم بشكل فعال في تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم .

اهداف الدراسة :

معرفة قيمة و أهمية الألعاب المصغرة في كرة القدم كطريقة تدريبية حديثة لتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم

-التعرف على انجع الطرق و الأساليب التعليمية التي تساعد على رفع مستوى أداء المهارات الأساسية في كرة القدم

-اكتشاف و معرفة التدريبات أو الألعاب المصغرة في كرة القدم كنشاط رياضي محبب لدى الناشئين و الأصاغر

-اثراء المكتبة العلمية و الزيادة في الرصيد العلمي للمدربين بصفة خاصة.

الدراسة الثالثة : د. كريغ فريد ، أثر برنامج تدريبي باستعمال الكمبيوتر قبل و بعد المباراة على التفكير و الأداء التكتيكي الهجومي للاعبين كرة القدم ، جامعة عبد الحميد ابن باديس ، مستغانم 2016_2015

•مشكلة الدراسة:

هل للبرنامج التدريبي باستعمال برامج الكمبيوتر اثر إيجابي على التفكير و الأداء التكتيكي الهجومي الفردي و الجماعي للاعبين كرة القدم ؟

فرضية الدراسة:

للبرنامج التدريبي باستعمال برامج الكمبيوتر أثر إيجابي على التفكير و الأداء التكتيكي الهجومي الفردي و الجماعي للاعبين كرة القدم .

أهداف الدراسة :

التعرف على تأثير استعمال برامج الكمبيوتر في التدريب على التفكير التكتيكي الهجومي للاعبين كرة القدم

التعرف على تأثير استعمال برنامج الكمبيوتر (درت فيش durtfish) الخاص بتحليل المباريات المسجلة على الأداء التكتيكي الهجومي الفردي و الجماعي للاعبين كرة القدم.

تقديم نماذج عن كيفية رسم التمارين والمواقف التكتيكية باستعمال برنامج Tactics manager التعرف على الفروق بين لاعبي الخطوط الثلاثة من ناحية التفكير التكتيكي الهجومي.

بناء اختيار التفكير التكتيكي الهجومي في كرة القدم

8-التعليق على الدراسات:

يهدف الباحث من عرض الدراسات المرتبطة بالبحث إلى التعرف على الجوانب النظرية والإجراءات العملية لكل دراسة وذلك بهدف الحصول على دعم المعلومات من هذه الدراسات والتي بدورها تساعد الباحث في تحديد الإجراءات العملية للدراسة الحالية على أساس عملية سليمة .

من خلال ما قام به الباحث من عرض وتحليل للدراسة المرتبطة بالبحث تمكن من استخلاص أهم النقاط المشتركة التي تجمع الدراسات:

- من حيث المجال الزمني : الدراسات التي استعان بها الباحث كانت قد صدرت في الفترة الزمنية من 2013 حتى 2018 وهذا ما يثبت حداثة تلك الدراسات .

- من حيث المنهج المتبع : اتفقت جميع الدراسات المرتبطة بالبحث على استخدام المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الموضوع ، مع استخدام التصميم التجريبي للمجموعة المتكافئة (الضابطة ، التجريبية)

- من حيث العينة وكيفية اختيارها : للعينة خصائص حددناها كما يلي :

- حسب الحجم : جل الدراسات أجريت على عينات يتراوح عددها بين (14 / 34) لاعب .

- حسب السن :شملت الدراسات عدة مراحل عمرية نذكر منها فئة أقل من 15 سنة العوادي فارس و مشروك مصطفى 2018، فئة تتراوح أعمارها بين 18/17/16 سنة كدراسة م. حسين و غول هشام 2014 و د. كريعب فريد سنة 2016 .

- حسب طريقة الاختيار : جميع الدراسات استعانت بالطريقة القصدية العمدية في اختيار عينة البحث.

- من حيث الأدوات المستخدمة : استخدمت جل الدراسات المرتبطة بالبحث الأدوات التالية : المصادر والمراجع العربية والأجنبية ، المقابلات الشخصية المباشرة ، الاختبارات البدنية والمهارية والذهنية ، الوحدات التدريبية المقترحة.

- من حيث النتائج المتوصل إليها : اتسمت جميع الدراسات المرتبطة بالبحث بالاجابية في المتغيرات قيد الدراسة لدى لاعبي كرة القدم سواء تعلق الأمر بالجوانب البدنية أو المهارية أو الخطئية ، وهذا ما يعزز أصالة البحوث المتناولة في هذه الدراسة.

و على ضوء تعليق الباحث على هذه الدراسات تم الاستفادة منها فيما يلي :

- الوصول إلى الصياغة النهائية لإشكالية البحث

- كيفية اختيار العينة
- شكلت إطارا نظريا لموضوع الدراسة الحالي .
- تحديد الخطوات المتبعة في إجراءات البحث وتحديد المسار الصحيح للخطوات الملائمة
- تحديد المنهج المناسب باستخدام المنهج التجريبي .
- اختيار الوسائل والأدوات المستخدمة لجمع البيانات .
- المعالجات الإحصائية في الدراسات السابقة وجهت الباحث إلى المعالجات التي تتناسب مع طبيعة الدراسة
- الاستفادة من طريقة بناء البرامج المقننة التي تسمح بتطوير الصفات البدنية و المهارات الأساسية باستخدام الطرق الحديثة في عملية التدريب .
- الاستفادة من طريقة عرض البيانات و تحليلها و تفسيرها تفسيراً علمياً .
- الاسترشاد بنتائج هذه الدراسة على ضوء نتائج الدراسات السابقة.

خلاصة:

إن للدراسات المرتبطة بالبحث أهمية كبيرة بالنسبة للباحث ، لما لها من معلومات ومراكز يعتمد عليها في بناء البحث وتركيبه تركيباً منهجياً ومعرفياً بشكل مقبول سواء من ناحية الإطار أو الرصيد ، ولأهمية هذه الدراسات قام الباحث باستعراض جملة من الدراسات في ميدان التدريب الرياضي ، بغرض تحديد وضبط بعض المتغيرات الرئيسية في ميدان بحثه ، فمن خلال الدراسات المرتبطة بالبحث والتي شملت فاعلية برنامج التدريب باستعمال الألعاب المصغرة في تحسين بعض المهارات التكتيكية الهجومية في كرة القدم لدى لاعبين الشباب ، والتي اتفقت بالإجماع على أهم النقاط المشتركة ، حاولنا من خلالها تسليط الضوء على النقاط التي تخدم دراسة بحثاً وتدعمها للوصول إلى النتائج ذات قيمة علمية وعملية مبرزين في ذلك بعض نقاط التشابه والاختلاف بين الدراسات ، كما حرصنا على أن تكون تكملة من زاوية أخرى علمية وعملية

الجانب النظري

الفصل الاول
الألعاب المصغرة

تمهيد

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة الأكثر انتشارا في العالم منذ القدم ، وليس هناك ما يستدعي الحديث عنها ، فأصبحت الرياضة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة ، بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول ، التي جعلتها في مقدمة الرياضات التي يجب تطويرها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالمي .

وهذا لا يتسنى إلا إذا عرفنا متطلبات هذه الرياضة ، والأکید أن أهم عضو في هذه الرياضة هو اللاعب ، ولهذا يجب الاهتمام به ومعرفة الصفات والخصائص التي يجب أن تتوفر فيه ، لكي يكون دوره إيجابيا في هذه المعادلة ، واعطاء النتائج المرجوة منه .

و لعل ما يجعل المهارات اللاعب في أحسن الظروف هو التدريب المنظم والمدروس ، ولهذا وضعت مدارس التعليم كرة القدم وتكوين اللاعبين والمدربين ، وتعليم طرق لعبها وتطوير هذه الطرق لرفع مستوى الأداء لدى اللاعبين.

اولا : اللعب

1-1-1- تعريف اللعب :

هناك تعريفات مختلفة للعب وأخرى معقدة يمكن إيجاز بعضها فيما يلي :

حسب عماد الدين إسماعيل " هو الوسيلة التي تسمح باكتشاف الأشياء والعلاقات الموجودة بينها " (عماد الدين إسماعيل ، 1986 ، الصفحة 09) .

اما حسن علاوي فيعرفه " بأنه النشاط السائد في حياة الملل ما قبل المدرسة كما يساهم بقدر كبير في المساعدة على النمو العقلي والخلقي والبدني والجمالي والاجتماعي ، والمتنوع لنمو الأطفال يلاحظ تطور اللعب عندهم واختلافه باختلاف مراحل النمو " (محمد حسن علاوة ، 1983 ، ص 09) .

أما التعريفان اللذان يدلان على مدى تعقيد مفهوم اللعب يتمثلان في ريدير reider حيث يقول تستطيع أن ترى أحد الأطفال يقول لنا انه يلعب لأن هذا يسره و يفرحه ، لكن لا تستطيع الادعاء أن هذا يشرح ظاهرة اللعب (B.R. ALBERMONS, 1986, P43) .

كما يقول " اوليفر كاميل " مما لاشك فيه انه لا أحد يستطيع أن ينكر دور اللعب بالنسبة للطفل ، فهو يحتاج إليه مثل حاجته إلى الهواء الذي ينفسه كما أنه يساعده على اكتشاف المحيط الذي يعيش فيه وبالتالي يؤهله إلى الاندماج والتكيف ، أما رغبة الطفل في اللعب فإذا لم يتم تحقيقها في الطفولة بصورة كاملة فإنها تؤثر على شخصيته مستقبلا كمراهق وراشد .

1-1-2- فوائد اللعب :

للعب فوائد كبيرة للاعبين الناشئين والكبار على حد سواء ويمكن إجمال هذه الفوائد فيما يلي :

- ينفس على التوتر الجسمي والانفعالي عند اللاعب .
- يدخل الخصوبة والتنوع في حياة الطفل .
- يكتشف أشياء جديدة عن نفسه وعن العالم المحيط به .

- يمكن المدرب من مساعدة اللاعب على حل مشكلاته الشخصية ، إذ يوجههم إلى مفاتيح هامة لمسلكهم
- يتيح للناشئ الفرصة ليعبر عن حاجاته التي لا يستطيع التعبير عنها في حياته الواقعية.
- يعطي للاعب مجالاً لتمارين عضلاته كما في الحركة ، والمجهود الجسمي.
- يجذب انتباه اللاعب ويشوقه إلى التعليم ، فالتعليم باللعب يوفر للناشئ جواً طليقاً يندفع فيه إلى العمل من تلقاء نفسه .
- يعطي للاعب الفرصة لاستخدام حواسه وعقله وزيادة قدرته على الفهم.
- اللعب الجماعي تقويم للخلق ، إذ تخضع فيه عوامل مهمة كالمشاركة الوجدانية والتضامن مع الزملاء.
- اللعب يوفر فرصة التعبير ، وهي حاجة أساسية عند الإنسان ، فلا بد في الحياة من التعبير لكي لا تصبح الحياة مملة . (عدنان ، عرفان ، مصلح ، 1995 ، ص 4) .

1-1-3- وظائف اللعب :

- إن وظيفة اللعب الأساسية وهدفها الأصلي هو توفير للناشئين الميل إلى الألعاب وإعدادهم للحياة المستقبلية من الناحية الجسمية والنفسية والاجتماعية والخلقية كما أن هناك وظائف ثانوية للعب والتي هي عبارة عن فوائد تكميلية والتي تشمل أمور أخرى نذكر منها ما يلي:
- اللعب يبعد الإنسان من الملل والضجر والقلق وما إلى ذلك من الإحساسات الأليمة.
- اللعب يهدئ الغرائز الفردية.
- اللعب يجعل الفرد يندمج في الجماعة ويخضع للقانون.
- اللعب يصون العادات و التقاليد الاجتماعية ويحييها (على عبد الواحد واقي ، الصفحة 119-120)

ومن خلال طرح هذه الآراء عن اللعب نستطيع القول بأن اللعب هو ذلك النشاط الذي يخرج اللاعب الناشئ من وجدانياته إلى العالم الخارجي حيث يستطيع هذا الأخير أن يخرج ما يجول في خاطره إلى أن يصل إلى مرحلة الإبداع ، فاللعب ضروري لكل شخص وذلك لكونه أداة للنمو الجسمي والعقلي ، الاجتماعي والنفسي.

1-1-4- العوامل المؤثر في اللعب :

يوجد اختلاف كبير بين الناشئين أثناء اللعب بالرغم من تشابه الرغبات في السنوات المتقاربة ويرجع هذا الاختلاف إلى احد العوامل التالية:

أ . الصحة : من الأكيد أن اللاعبين الأصحاء يلعبون أكثر من الأطفال المرضى وان الصحة تعطي طاقة للاعب ونشاطا وقوة وحرارة يستطيع استغلالها في اللعب ، فكل الدراسات تجمع على أن الأطفال الضعفاء المرهقين لا يشتركون في اللعب ولا يتمتعون بأدوات اللعب على عكس اللاعبين الأصحاء .

ب . الذكاء : إن اللاعبين النبهاء يظهرون نشاطا أكثر ويلعبون بنسبة أكبر من الخاملين ، كما أن لعبهم يظهر فيه نوع من التجديد، اللاعب الذكي يتقدم من اللعب الحسي إلى اللعب الخيالي ، وتظهر هذه الفروق مع مرور الزمن . ج . البيئة : تلعب البيئة دورا هاما في عملية اللعب وتؤثر بذلك تأثير مباشر على اللاعب ، فنجد أن اللاعب الذي يتوفر لديه المساحات الشاسعة بلعب أكثر من الذي لا يتوفر لديه هذا العامل.

1-2- الألعاب المصغرة:

1-2-1- مفهوم الألعاب المصغرة : هناك عدة مفاهيم للاعب المصغرة:

- هي لعبة كرة قدم تلعب بأقل من 22 لاعبا (11 ضد 11) ، وعادة ما يتنافسون في ميدان أقل حجماً من ميدان كرة القدم الحقيقي ، وهي تتميز بعنصر الترفيه لأن اللاعب فيها يلمس الكرة أكثر مما يلمسه في مباراة كرة القدم الحقيقية (paul van veen, 2004)

- ذكر جنيدي (2011) بأنها تعتبر من أهم طرق التدريب الحديث في تطوير الأداء الخططي وزيادة فاعليته وخاصة المبادئ الخططية الهجومية وهي أفضل وسيلة لتطوير اللاعبين الشباب.

- هي عنصر أساسي هام في التدريب الرياضي الحديث حيث أنها تحقق الغرض من التمرينات وتعمل على تنمية عناصر اللياقة البدنية مع تطبيق المهارات الأساسية أثناء ممارسة تلك الألعاب لذلك يجب الابتعاد عن النواحي الشكلية المملة في التدريب الرياضي ، ويجب أن تطور بإدخال الألعاب المصغرة حيث أنها تعتبر عنصراً أساسياً من عناصر التشويق والمرح والمنافسة المطلوبة للارتفاع بالناحية النفسية للاعب وتعوده على طاعة القوانين المبسطة الموجودة في هذه الألعاب دون اعتراض وهي ناحية أخلاقية هامة (بوراس الزهراء ، 2006 ، ص 82).

- هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم ، ولا تحتاج إلى تعة تعقيدات مهارية كبيرة ، حيث يمكن للقائم على تنفيذها تحديد بعض القوانين الخاصة بها وفقاً للهدف المراد تحقيقه ، وتعتبر أيضاً وسيلة من الوسائل التي تساعد في بناء قدرة الجسم بدنياً ومهارياً كما تساعد الفرد على أن يعمل عملاً مثمراً لصالح الجماعة ، كما تمتاز بأنها تحتوي على عنصر المنافسة وهو عامل من عوامل إتقان الأداء المهاري والارتقاء بالمستوى البدني ، والألعاب التي تخلو من عنصر المنافسة يكون التقدم فيها بطيء على عكس الألعاب التي تمارس في شكل منافسات ، واللاعب الذي يتدرب بدون منافسة يشعر بالملل بعكس ما إذا كان أدى التدريب في شكل مسابقة أو لعبة صغيرة (زكية إبراهيم ومصطفى السايح ، 2009 ، ص 27).

1-2-2- أهداف الألعاب المصغرة:

لطريقة الألعاب المصغرة أهمية كبيرة في بلوغ أهداف مجتمعه لتطوير الصفات المهارية وفي نفس الوقت تطوير المهارات البدنية للناشئ من أجل تكوين ذاكرة حركية للاعب في المستقبل ومن بين تلك الأهداف:

- تطوير وتحسين الصفات البدنية و تحسين الأداء المهاري للناشئين.
- تطوير الصفات الإرادية لدى اللاعبين مثل العزيمة ، المثابرة ، الثقة في النفس ... الخ
- إدخال عامل المرح والسرور إلى نفوس الناشئين.

- اكتساب الأعبين الصفات الخلقية الحميدة مثل الإحساس بقيمة العمل الجماعي والتعاون والطاعة و تحمل المسؤولية.... إلخ.

وتعتبر الألعاب المصغرة من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية ، فالوضعيات والتركيبات الحالية موجودة بصفة جلية في مختلف أشكالها وذلك حسب خصائص الأهداف المسطرة لذا فالأغلبية من المربيين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة ومساحات صغيرة.

1-2-3- خصائص الألعاب المصغرة:

* لا يشترط ممارستها طبقا لقواعد وقوانين دولية معترف بها اذ لا يرتبط فيها زمن اللعب وعدد اللاعبين أو مساحة و حجم و مكان اللعب أو مواصفات الأدوات المستخدمة بأية اشتراطات أو قواعد دولية * . سهولة تغيير قواعد وقوانين اللعبة بما يتناسب مع الظروف والمناسبات أو بما يتلائم ومحاولة تحقيق بعض الأهداف الترويحية المعينة ، وفي كثير من الأحيان يمكن قيام اللاعبين بتحديد أو اختيار القوانين التي يرغبون في تطبيقها أثناء اللعب.

* عدم وجود مهارات حركية أو خطط ثابتة لكل لعبة (عطيات محمد خطاب ، صفحة 171).

1-2-4- علاقة الألعاب المصغرة بالجانب المهاري:

إن المهمة الرئيسية للألعاب الصغيرة تكمن في تطوير وتنمية القدرات الحركية للاعب وخاصة مرحلة (15-17) سنة ، وهذه المرحلة تعتبر خصبة للمهتمين بتدريب الرياضي مهاريا حيث يمتاز اللاعب بالنشاط والحيوية والميول إلى أنشطة رياضية يغلب عليها طابع الألعاب كذلك يمتاز اللاعب بالابتهاج والرضي والزيادة في نمو مقدرتهم على تحقيق النشاط الرياضي.

يؤكد كل من عمرو وأبو العلا (2011) إلى أن ما نسبته 50 % إلى 60 % من التدريب المهاري يجب أن يتم في صور تمرينات أو تقسيمات مشابهة ومطابقة لنفس ظروف اللعب في المباريات وهذا ما يسمى بالألعاب المصغرة (م . 109).

وهنا تظهر أهمية الألعاب المصغرة في إتاحة الفرص للاعبين لتطوير قدراتهم مهارية كما يجب في هذه المرحلة زيادة الاهتمام والتركيز على الأداء من حيث شكل المهارة والدقة ، كما أن

هذه المرحلة ملائمة لكسب وصقل المزيد من المهارات المركبة واستخدامها في الألعاب المصغرة لأنشطة رياضية معينة.

1-2-5- مبادئ إختيار الألعاب المصغرة:

يمكن حصر هذه المبادئ في النقاط التالية:

- فهم الغرض من اللعبة ومراعاة الظروف التالية : السن ، الجنس ، النمو.
- أن يكون هناك توافق بين غرض المدرب من اللعبة ورغبة اللاعبين فيها وتهيئ الغرض لاكتشاف قابليتهم البدنية والحركية.
- مراعاة قانون التدرج التدريبي للواجبات الحركية المتعلمة حيث تنتقل بلاعب تدريجيا من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد ، و بصفة عامة نبدأ بالألعاب البسيطة لنصل إلى الألعاب المعقدة.
- مراعاة أن تكون الألعاب متنوعة ومشوقة واقتصادية وبما يتفق مع احتياجات الموقف التدريبي.
- عدم الانتقال من لعبة إلى أخرى إلا بعد تأكد المدرب من أن جل اللاعبين قد أنجزوها واستوعبوا قوانينها بشكل جيد.
- إعادة عرض اللعبة إذا كان الموقف التدريبي يتطلب ذلك مع مراعاة ألا تكون الإعادة لمجرد التكرار فقط
- العمل على تحقيق الراحة النفسية للاعبين وذلك بشرح اللعبة بالتفصيل قبل بدايتها.
- مراعاة المشاركة لجميع اللاعبين.

1-2-6- قواعد اللعب في الألعاب المصغرة:

إن ابتكار الألعاب الصغيرة من الأمور الهامة بالنسبة للمدرب فالخبير هو الذي يمكنه أن يبتكر أنواعاً من الألعاب التي تناسب الملعب من حيث المساحة والأجهزة والأدوات ومما يساعد المدرب

على ابتكار الألعاب الصغيرة أنها تتميز ببساطة القوانين والقواعد فالألعاب الصغيرة لا تحكمها قوانين معقدة أو حتى قوانين محددة ، فالقانون فيها يعدل من لعبة لأخرى ومن مكان لآخر ومن مستوى لاعبيه إلى مستوى آخر ، وهذا يعني أن المدرب يمكنه أن يبتكر لعبة معينة ويضع لها القواعد التي تحكمها وشروط أدائها وكذا طرق احتساب النقاط وتحديد النتيجة ولكي يستطيع المدرب ابتكار لعبة صغيرة يجب عليه أن يضع في الاعتبار النقاط التالية:

- مساحة الملعب

- عدد اللاعبين المشتركين

- الأدوات المتاحة

- شروط الأداء

- احتساب النقاط

و من القواعد التي يجب توفرها في الألعاب المصغرة مايلي :

- أن تتطلب القليل من الإعداد والتجهيز وبساطة الممارسة.

- أن تسمح لأكثر عدد ممكن من الأفراد أدائها.

- أن تبعث في المشاركين البهجة والسرور والمرح.

- أن تدفع جميع المشاركين إلى المشاركة الايجابية الفعالة.

- أن تراعي التنوع لزيادة عامل الدافعية نحو الممارسة.

- أن تراعي التوزيع الصحيح لفترات الحمل والراحة. (زكية إبراهيم و مصطفى السايح،

2009، ص29).

1-2-7- كيفية اختيار الألعاب المصغرة:

إن اختيار مهارات معينة أو الألعاب تمهيدية أو ألعاب الفرق يتوقف أولاً على تطور المهارات لدي اللاعبين ويجب على المدرب أن يضع في الاعتبار الخبرات الرياضية المكتسبة خارج النادي وداخله على حد سواء.

الأدوات المستعملة والعناية بها:

يجب أن تكون الأدوات الخاصة بالألعاب الصغيرة كافية لتجنب وقوف اللاعبين حول الملعب في انتظار دورهم ، ويمكن زيادة عدد من الأدوات (الكرات والملعب ، الوسائل البيداغوجية ... الخ) إذا ما أعطي المدرب العناية الصحيحة التي تطيل من عمر الأدوات القديمة بحيث يمكن صرف الميزانية في إضافة قطع جديدة . (قري عبد الغاني وآخرون ، مرجع سبق ذكره ، ص 42) .

1-2-8- النماذج التدريبية للألعاب المصغرة:

تقسم إلى مايلي:

- ألعاب لها مرميين أو أكثر ذات مساحة كبيرة أو صغيرة تحدد وفق غرض التدريب والهدف منها تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الفريق المنافس.

- ألعاب ليس لها مرمى والهدف منها وصول الفريق المستحوذ على الكرة لأي نقطة مقابلة على خط النهاية لأكبر عدد من المرات.

- ألعاب ليس لها مرمى والهدف منها تسجيل أكبر عدد من التمريرات فيما بين أعضاء الفريق الواحد (الاحتفاظ بالكرة .) وتتغير أساليب هذا النوع من التدريب فمنها من يعتمد على زمن الاحتفاظ بالكرة (لتطوير مهارة المناولة) ومنها من يعتمد على لعب الكرة بالجزء العلوي من الجسم التطوير ضرب الكرة بالرأس) ومنها من يعتمد على عامل الزمن التطوير التحمل الخاص (ومنها من يستخدم أهداف صغيرة لتطوير (مهارة التهديف) ، ويميل اللعب في هذه التمارين أن يكون قصير الزمن كأن يكون زمن الشوط 10-15 دقيقة ويكون الإيقاع سريع جدا (أمين خزل ، 2014 ، ص . 149) .

1-3- تمارين اللعب المصغر : (jeux Reduit)

هي عبارة عن مجموعة تمارينات يكون تنظيمها أقرب إلى اللعب تتصف بمشاركة عدد قليل من اللاعبين مع تصحيح تطبيق مساحة اللعب داخل مساحات محددة مثل (10 م × 10 م أو 20 م × 20 م أو 30 م * 30 م) هذه التمارين تسمح بـ:

- تطبيق كل المفاهيم (المهارية - الخطئية) في مواقف تتشابه مع مواقف اللعب.

- زيادة عدد لمسات الكرة في وضعيات تتناسب مع مواقف اللعب.

- تنظيم التمارين لتحقيق الهدف.

- التغير في شدة اللعب من خلال تقليص أو زيادة عدد اللاعبين.

- تحسين اللياقة البدنية الخاصة للاعبين.

♦ **ملاحظة :** هذا التدريب يتميز بسهولة مراقبة كل اللاعبين مع سهولة التدخل في المواقف التي تستحق ذلك من خلال التشجيع أو التصحيح.

الفصل الثاني
كرة القدم والتكتيك
الهجومي

تمهيد:

تعتبر لعبة كرة القدم أكثر الرياضات الجماعية شعبية ، حيث أنها أصبحت اليوم تتصدر مقدمة الرياضات ، وأصبح الاهتمام بها ليس فقط على الذين يمارسها ، بل تعدى ذلك فقد أصبحنا نتحدث على الجانب الاقتصادي والسياسي والثقافي لها ، وأصبحت لها جوانب عدة وهي لعبة رياضية تمارس ضمن قوانينها الخاصة وتملك هيكلًا تنظيميًا دقيقًا ، لذلك يمكن تحليل اللعبة ويمكن الكلام عن المفاهيم الأساسية التي تحدد لعبة كرة القدم كوسيلة أولاً وكنظام ثانياً ، وهذه الشروط كلها تراعي لتحديد القوانين العامة لكرة القدم ، وتعليم اللعبة في مختلف الميادين الرياضية ، والخوض بها في حلقة المنافسات عبر كل الأزمنة باعتبارها لعبة الملايين والأكثر إقبالاً للممارسة من طرف الشعوب كلها .

كرة القدم هي لعبة قبل كل شيء وهي لعبة جماعية ، ولكنها تعد لعبة شعبية وذات انتشار واسع في معظم دول العالم ، وهذه الرياضة تمارس بفريقيين ويحاول أحد الفريقين تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف لكي يكون هو الفائز ، يتكون كل فريق من إحدى عشرة (11) لاعبا من ضمنهم حارس المرمى يلعب الفريقان على ميدان مستطيل الشكل صالح للعب وأرضية مستوية ويشرف على تحكيمها حكم وسط ومراقبين للخطوط الجانبية وحكم رابع (احتياط) . ان أداة اللعب كروية الشكل وكاملة الاستدارة وأن تكون مصنوعة من الجلد ولا يجوز أن تدخل في صنعائها أية مادة تشكل خطر على اللاعبين ويشترط أن لا يزيد محيطها عن (5.72 سم) ولا يقل عن (5.68 سم) .

أما فيما يخص الوزن فلا يزيد عن (456 ع) ولا يقل عن (396) ، وتجدر الإشارة إلى بعض الملاحظات الخاصة بكرة القدم حسب القانون الدولي لها ، يجب أن تملأ الكرة جيدا بالهواء ويشترط احضار كرتان وقت إجراء المقابلة واحدة للعب وأخرى احتياطية للفريق المضيف ، في حالات نادرة كالظروف الجوية نضطر إلى استعمال كرات بلون آخر مثل اللون الأحمر عند سقوط الثلج . وقد مرت كرة القدم بعدة تطورات تاريخية من الناحية القانونية والتنظيمية وطريقة لعبها ، فقد أصبحت لها معاهد ومدارس متخصصة في دراستها وتكوين الإطارات المتخصصة بهذه اللعبة ، كما ظهرت شهرتها في شدة الإقبال على ممارستها والتسابق على مشاهدتها في الميادين أو عبر التلفاز .

2-1-1- كرة القدم

2-1-1-1- تعريف كرة القدم:

التعريف اللغوي : كرة القدم FOOT BALL : هي كلمة لاتينية ، وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرون (الفوتبول) ما يسمى عندهم بالركبي أو كرة القدم الأمريكية ، أما كرة القدم المعروفة والتي نتحدث عنها يطلق عليها Soccer (رومي جميل ، 1986، ص 05)

التعريف الاصطلاحي : كرة القدم قبل كل شيء في لعبة جماعية ، تلعب بفريقيين يتكون كل واحد من 11 لاعب بضمنهم حارس المرمى ويشرف على حكم المباراة أربع حكام موزعين أحدهم في وسط الميدان وحكمين مساعدين على الخطوط الجانبية وحكم رابع احتياط ، (فيصل رشيد عباس الدليمي ولحمر عبد الحق، 1997، ص10).

وقد رأى ممارسو هذه اللعبة أن تحول كرة القدم إلى رياضة أخذوها حجة لبعث المسابقات واللقاءات المنظمة انطلاقاً من قاعدة أساسية أُنذاك يتم استخدام الأيدي والسواعيد باستثناء الحارس .

وتلعب بكرة مستديرة مصنوعة من الجلد منفوخة ، فوق أرضية ملعب مستطيلة الشكل في نهاية كل طرف من طرفيها مرمي يحاول كل من الفريقين تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف في مرمى خصمه ليكون هو الفائز ، ويتم تحريك الكرة بالأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بإمساك الكرة بيديه داخل منطقة الجزاء ، وتدوم المباراة 90 دقيقة ، أي 45 دقيقة في الشوط يتخللها وقت راحة يدوم 15 دقيقة وأي خرق لقوانين اللعبة ، فإنها تعرض لاعبي الفريق المخطئ للعقوبة.

2-1-1-2- نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم:

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعاً في العالم ، وهي الأعظم في نظر اللاعبين والمتفرجين . نشأت كرة القدم في بريطانيا وأول من لعب الكرة كان عام 1175 م من قبل طلبة المدارس الانجليزية ، وفي سنة 1334 م قام الملك - إدوار الثاني - بتحريم لعب الكرة في المدينة نظراً للإزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف - إدوارد الثالث - و ريدشارد الثاني وهنري

الخامس (1373 - 1453 م) خطر للانعكاس السلبي لتدريب للقوات الخاصة . العدد لعبت أول مباراة في مدينة لندن (جاريز) بعشرين لاعب لكل فريق وذلك في طريق طويل مفتوح من الأمام ومغلق من الخلف حيث حرمت الضربات الطويلة والمناولات الأمامية كما لعبت مباراة أخرى في (إتون Eton) بنفس من اللاعبين في ساحة طولها 110 م وعرضها 5,5 م وسجل هدفين في تلك الفترة المباراة بدئ وضع بعض القوانين سنة 1830 م بحيث تم على اتفاق ضربات الهدف والرميات الجانبية وأسس نظام التسلسل قانون (هاور Haour) كما أخرج القانون المعروف بقواعد كامبردج عام 1848 م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين الكرة وفي عام 1962 م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان " اللعبة الأسهل " ، حيث جاء فيه تحرم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة اتجاه خط الوسط حين خروجها ، وفي عام 1863 م أسس إتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888 م (كأس إتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستخدام الصفارة وفي عام 1889 م تأسس الاتحاد الدنمركي لكرة القدم وأقيمت كأس البطولة بـ 15 فريق دنمركي كانت رمية التماس بكلى اليدين . في عام 1904 تشكل الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا ، هولندا ، بلجيكا سويسرا ، دانمرك ، أول بطولة كأس العالم أقيمت في الأرجواي 1930 وفازت بها . (موقف مجيد المولي ، 1999 ، ص 09)

2-1-3- التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم :

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود ، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس ، واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوروبية السائد في جميع المنافسات ، وأصبح مقياس التطور في كرة القدم هو منافسة كأس العالم وبدأ تطور كرة منذ أن بدأت منافسة الكأس العالمية سنة 1930 وفيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم . (موقف مجيد المولي ، مرجع سابق ، ص 09) .

1845: وضعت جامعة كمبريدج القواعد الثلاثة عشر للعبة كرة القدم .

1855: أسس أول نادي لكرة القدم البريطانية (نادي شيفيلد) .

1883: أسس الإتحاد البريطاني لكرة القدم (أول التجاه في العالم) .

- 1873 : أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا .
- 1882 : عقد بلندن مؤتمر دولي لمندوبي اتحادات بريطانيا ، اسكتلندا ايرلندا وتقرر إنشاء هيئة دولية مهمتها الإشراف على تنفيذ القانون وتعديله ، وقد اعترف الاتحاد الدولي بهذه الهيئة .
- 1904 : تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم .
- 1925 : وضعت مادة جديدة في القانون حددت حالات التسلل .
- 1930 : أول كأس عالمية فازت بها الارغواي .
- 1935 : محاولة تعيين حكمين في المباراة .
- 1939 : تقرر وضع أرقام على الجانب الخلفي لقمصان اللاعبين .
- 1949 : أقيمت أول دورة لكرة القدم بين دول البحر الأبيض المتوسط.
- 1950 : تقرر إنشاء دورات عسكرية دولية لكرة القدم .
- 1963 : أول دورة باسم كأس العرب (حسن عبد الجواد . 1998 ، ص،16)
- 1967 : دورة المتوسط في تونس من ضمن العابها كرة القدم .
- 1970 : دورة كأس العالم في المكسيك وفاز بها البرازيل .
- 1974 : دورة كأس العالم في ميونيخ وفاز بها منتخب ألمانيا .
- 1975 : دورة البحر المتوسط في الجزائر .
- 1976 : الدورة الأولمبية مونتريال .
- 1978 : دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز بها البلد المنظم .
- 1980 : الدورة الاولمبية في المكسيك .
- 1982 : دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز بها منتخب ألمانيا .

1986 : دورة كأس العالم في المكسيك وفاز بها الأرجنتين .

1990 :دورة كأس العالم في ايطاليا وفاز بها منتخب ألمانيا .

1994 : دورة كأس العالم في الولايات المتحدة الأمريكية وفاز بها منتخب البرازيل .

1998 : دورة كأس العالم في فرنسا وفاز بها منتخب فرنسا ولأول مرة نظمت بـ 32 منتخبا من بينها خمسة فرق من أفريقيا .

2002 : دورة كأس العالم وفازت بها البرازيل ، ولأول مرة تنظيم مزدوج للدورة بين اليابان وكوريا الجنوبية.

2-1-4- كرة القدم في الجزائر :

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت ، والتي اكتسبت شعبية كبيرة ، وهذا بفضل الشيخ " عمر بن محمود " ، " علي رايس " ، الذي أسس سنة 1895 م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طليعة الحياة في الهواء الكبير) ، وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917 م ، وفي 07 أوت 1921 م تأسس أو فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية " مولودية الجزائر " غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة (CSC) هو أول نادي تأسس قبل سنة 1921 م . بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى منها : غالي معسكر ، الاتحاد الإسلامي لوهران ، الاتحاد الرياضي الإسلامي للبلدية و الاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر .ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكتل لصد الاستعمار ، فكانت كرة القدم أحد هذه الوسائل المحققة لذلك ، حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين ، وبالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعمل على زيادة وزرع الروح الوطنية ، مع هذا تم تفتن السلطات الفرنسية إلى المقابلات التي تجري وتعطي الفرصة لأبناء الشعب التجمع والتظاهر بعد كل لقاء ، حيث وفي سنة 1956 م وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت بين مولودية الجزائر وفريق أورلي من (سانت اوجين ، بولوغين حاليا) التي على أثرها اعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956 م تجنباً للأضرار التي تلحق بالجزائريين وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فريق

جبهة التحرير الوطني في 18 أبريل 1958 م ، الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال : رشيد مخلوفي الذي كان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت ايتيان ، وسوخان ، كرمالي ، زوبا ، كريمو ، وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية ، وقد عرفت كرة القدم الجزائرية بعد الاستقلال مرحلة أخرى ، حيث تم تأسيس أول اتحادية جزائرية لكرة القدم سنة 1962 م ، وكان " محند معوش " أو رئيس لها ، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و 6 رابطات جهوية . وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم 1962 - 1963 م وفاز بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر ، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963 م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في المنافسات القارية ، وفي نفس السنة أي عام 1963 كان أول لقاء للفريق الوطني ، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975 م وحصوله على الميدالية الذهبية . (بلقاسم تلي ومزهود لوصيف والجابري عيسائي ، 1997 ، ص 46-47) .

2-1-5- المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأي لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب .

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة إن أي فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة ويقوم بالتمرير بدقة وبتوقيت سليم وبمختلف الطرق ويكتم الكرة بسهولة و يستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان و الظروف ويحاور عند اللزوم ويتعاون تعاوننا تاما مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق ، وصحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم ، إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية اتقاننا تاما ، وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة ، لذلك يجب عدم تعليمها في مدة قصيرة كما يجب الاهتمام به دائما عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء بالعب . وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي:

- استقبال الكرة.

- المحاورة بالكرة.

- المهاجمة.

- رمية التماس.

- ضرب الكرة.

-حراسة المرمى. (حسن عبد الجواد، 1997، ص27).

2-1-6- قواعد كرة القدم :

إن الجاذبية التي تتمتع بها كرة القدم خاصة في الإطار الحر (المباريات غير الرسمية ، ما بين الأحياء) ترجع أساسا إلى سهولتها الفائقة فليس ثمة تعقيدات في هذه اللعبة ، ومع ذلك فهناك سبعة عشر قاعدة السير هذه اللعبة ، وهذه القواعد سارت بعدة تعديلات ، ولكن لازالت باقية إلى الآن حيث سيق أول قوانين كرة القدم إلى ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالا واسعا للممارسة من قبل الجميع ، وهذه المبادئ هي:

2-1-6-1- المساواة : إن هذه اللعبة تمنح لممارس كرة القدم فرص متساوية لكي يقوم بعرض مهارته الفردية دون أن يتعرض للضرب أو الدفع أو المسك وهي مخالفات يعاقب عليها القانون.

2-1-6-2- السلامة: وهي تعتبر روحا للعبة وبخلاف الخطورة التي كانت عليها في العهود العابرة فقد وضع القانون حدودا للحفاظ على سلامة وصحة اللاعبين أثناء اللعب مثل تحديد مساحة الملعب وأرضيتها وتجهيزهم من ملابس وأحذية للتقليل من الإصابات وترك المجال واسعا لإظهار مهارتهم بكفاءة عالية.

2-1-6-3- التسلية : وهي إفساح المجال للحد الأقصى من التسلية والمتعة التي بعدها اللاعب لممارسة كرة القدم ، فقد منع المشرعون القانون كرة القدم بعض الحالات والتي تصدر عن اللاعبين تجاه بعضهم البعض.

2-1-7 كرة القدم الحديثة :

2-1-7-1-1-ملاح كرة القدم الحديثة:

هناك مقولة قديمة تقول : " أن الهجوم أحسن وسيلة للدفاع " ، إلا أن تلك المقولة هي نصف الحقيقة ما لم يكن ذلك الهجوم قادر على التحول السريع إلى الدفاع ، ففريق ممتاز في الهجوم لا يعني طبقا للقول حصوله على امتياز بالدفاع ، فكرة القدم تصبح لعبة راقية جدا حينما يكون التوازن بين الدفاع والهجوم ، ورغم التأكيد الأخير في المباريات على الطرق الدفاعية إلا أن الهجوم وتسجيل الأهداف يظل الجانب الأكثر تشويقا في الملعب ، وفي كرة القدم الحديثة أصبحت التشكيلات الدفاعية صعبة جدا حيث أصبح على المهاجم أن يبذل جهدا كبيرا في سبيل التخلص من الرقابة ، وبجانب تطور الخطط الدفاعية فقد تطورت الخطط الهجومية فأصبح الواجب يقتصر على المهاجمين فقط بل على كل اللاعبين ، حتى أصبحت بعض الخطط تركز على جعل المهاجمين عناصر لتنفيذ المناورات الهجومية وترك مهمة التهديد والتسجيل للاعبين الوسط ومدافعي الجناح.

2-1-7-1-2-متطلبات كرة القدم الحديثة للاعبين :

لقد اختلف أسلوب كرة القدم منذ عشرين عاما عن أسلوب اللعب حاليا ، فمنذ سنة 1972 م تدرج أسلوب اللعب الهجومي حتى صار يتميز أفراد الفريق الجيد خططيا بالقوة والفهم الصحيح على الأداء القوي والمتوالي على مرمى الفريق المنافس مع الابتعاد عن اللعب للخلف أو اللعب لعرض الملعب أو البطيء في تحضير الهجمات أو المراوغات الغير مجدية ، وهذا محاولة للتغلب على التكتل الدفاعي للفريق المنافس ، ولقد ترتب على قرار الاتحاد بجعل الفريق الفائز يتحصل على ثلاث نقاط ، والفريق المتعادل على نقطة واحدة ، فمنذ ذلك الوقت أصبح كل فريق يبحث عن الفوز الذي ينقله بسرعة إلى مرتبة عالية كما أن الخسارة تجعله في مرتبة أدنى كثيرا. وأثناء المقابلة يكون اللاعبين على اتصال مباشر مع الخصم ، حالات اللعب تتغير بصورة سريعة وفي كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب والفعل وبأسرع وقت ممكن ، عن عمل لاعب كرة القدم ذو طابع تكراري متغير ، العمليات الحركية متغيرة وتختلف الواحدة عن

الأخرى فالجري متنوع بالعمل بالكرة أو المشي أو التوقف أو القفز . (المولي ، 1997 ، ص 253) .

ويشير الأخصائيون إلى أن جزءا كبيرا من العمليات الحركية للاعب كرة القدم يشغله الجري الذي يتطور من البطيء إلى السريع ، إضافة إلى الانطلاق الذي يتحول من توقف مفاجئ أو تغيير خاطف للسرعة أو الاتجاه . وحاليا نشاهد مباريات في كرة القدم يغلب عليها الجانب الفني والذكاء في اللعب ، مع التحضير البدني الجيد للاعبين ، فالفرق ذات المستوى العالي لها اتجاه تطوير اللعب مثل ما هو عليه في الرياضات الأخرى ، كرة السلة ، كرة اليد ، فالكل يهاجم ويدافع في آن واحد وهذا ما أجبر المدربين على الاهتمام بتحضير اللاعب في شتى جوانبه البدني ، التقني ، التكتيكي ، النظري ، والجانب النفسي ، وهذا استجابة لمتطلبات الإستراتيجية الحديثة . (حنفي محمود ، 1995 ، ص 132) .

ونسجل من منافسة لأخرى زيادة في شدة اللعب ، تترجم بارتفاع عدد العمليات التكنيكية وتكتيكية وسرعة التنفيذ والجري لمسافات أطول.

2-2- المتطلبات التكنيكية في كرة القدم :

في كرة القدم ، عندما يستحوذ اللاعب على الكرة ، يكون تركيزه البصري على سلوك اللاعبين الشركاء و الخصوم . تعكس هذه الحالة ، نقص في التحكم البصري لصالح التحكم الحركي ، هذا يفسر الأهمية التي يجب إعطاؤها لوظائف الأعضاء الحسية وتعكس الحاجة إلى إحساس متطور للغاية للكرة من طرف اللاعب.

هذا الشرط له ما يبرره ، لأن هذه الخاصية من أساسيات الأداء العالي وتدريب الصفات الفنية (Grehaine 1994 . J) هناك بينه انعكاس التركيز والحسن البصري على الانتباه والرؤية المحيطية والمركزية أثناء تنفيذ حركات اللعب . وهذان العنصران اللذان لا ينفصلان فيما تأثير كبير على قدرة التفاعل المعقدة (سرعة الاستجابة البصرية ، التوقع ، التكيف ، التحول التقني التكتيكي) .

على هذا النحو ، للتكيف على المشاكل التي تطرحها اللعبة ، يجب أن يكون لدى لاعب كرة القدم مخزون كبير من الإجراءات الفنية والتكتيكية ، لأنه قد يكون هناك العديد من الحلول لكل موقف ، لذلك من حيث الشروط ، فإن التمييز بين المواقف وإمكانيات الفريق أمر ضروري ، على سبيل المثال لمنظمي اللعب على أرضية الميدان ، يجب أن يكون لديهم مخزون غني من الإجراءات الفنية والتكتيكية .

يجدر بنا أن نذكر أهمية الدقة وسرعة التنفيذ في تنظيم سلوك اللاعب اثناء المحاورات ، لأنه مع الكرة أو بدونها ، يجب أن ينفذ لاعب كرة القدم حركاته بأكبر قدر من الكفاءة والاستقرار مثل السرعة حتى في ظروف اللعب الصعبة (الضغط من الخصم ، قيود الوقت والمساحة للمناورة) . عند القيام بذلك ، و للاستجابة لواقع كرة القدم الحديثة ، يجب أن تكون القدرات البدنية والتقنية للاعب متوافقة مع متطلبات التكتيكات المختلفة.

2-2-1 علاقة التكنيك بالتكتيك:

يذكر الدكتور بوداود في بحثه بأن تكتيك كرة القدم يشمل مجموع طرق الهجوم و الدفاع الفردية و الجماعية المستخدمة لتحقيق أفضل نتيجة مع مراعاة قانون اللعبة و أسلوب الخصم في اللعب .

إن اللاعب الذي يمتلك تكتيكا جيدا يستطيع أن يستخدم جميع وسائل اللعب في المباراة بفاعلية عالية لكي يسير اللعب بأقل جهد ، و بصورة هادفة و ناجعة ، و يتوقف المستوى التكتيكي أساسا على :

- القدرات البدنية.

- القدرات التكنيكية أو المهارية.

- القدرات النفسية.

" يوجد ترابط وثيق بين التكنيك و التكتيك خاصة التكتيك الفردي . الأمر الذي يتطلب أن يرتبط التدريب التكتيكي منكمرا بمتطلبات خاصة بالتصرف التكتيكي الجيد عن تأدية مهارة تكنيكية معينة ، و يتلخص الهدف من تعليم و تدريب اللاعب في إعداد لاعب متقن للتكنيك و بإمكانه

تطبيق مهارات التكنيكية على ضوء المتطلبات التكتيكية المختلفة التي تفرضها مقابلات كرة القدم . " (بوداود ، 1994 ، ص 124)

نظراً للعلاقة الوطيدة التي تميز التكنيك بالتكتيك و بالخصوص التكتيك الفردي يشترط على المدربين اخذ بعين الاعتبار هذا الأمر مبكراً خلال مراحل تكوين الناشئين ، حتى يكون التكامل بين الجانبين ، و هذا رامياً لتحقيق مردود اللاعب بأكثر فعالية.

و من أهم الجوانب التقنية التي نكرناها أعلاه ، من مهارات أساسية لكرة القدم بالكرة و بدون كرة - أما بالنسبة للجانب التكتيكي سنخوضه الآن " التفصيل في البنود الموالية:

- التكتيك الجماعي.

- التكتيك الفردي.

- التكتيك الهجومي.

- التكتيك الدفاعي.

2-2-2- الإعداد المهاري في كرة القدم:

يقصد بالإعداد المهاري كل الإجراءات التي يتبعها المدرب بهدف وصول اللاعب إلى الدقة و الإتقان و التكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة القدم بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة . (بن قوة ، 2004 ، ص 65) .

التقنية أو المهارة في كرة القدم تعني كل الحركات الفردية الهادفة التي تستخدم في اللعبة في إطار قانون كرة القدم . تتوقف نتائج المباراة على إجادة اللاعبين للمهارات الأساسية المختلفة و قدرتهم لتوظيفها لصالح الأداء الجماعي للفريق ، و التحكم التقني يجدد إمكانية تنفيذ خطط اللعب ، كما يعتبر اللاعب المتميز في أداء المهارات ، لاعب ذو قيمة و يكتسب أهمية خاصة في الفريق ، مع العلم بأن المهارات التقنية المتعددة لكرة القدم يكمل كل منها الآخر . فاللاعب كي يجري بالكرة أو كي يصوبها لابد أن يكون قد سيطر عليها ، و كذلك إذا ما راوغ لا بد أن

يكون متحكماً تماماً فيها ، و كذلك غالباً ما ترتبط المراوغة بالتصويب أو التميرير سواء كان قصيراً أو طويلاً . (حماد ، 1999 ، ص 35)

2-2-3- مفهوم المهارات التقنية الأساسية :

" يعتبر تكتيك كرة القدم العامل الحركي الذي يكون ، بالإضافة إلى عوامل أخرى لنشاط اللاعب الفردي أثناء المباراة ويشمل جميع الحركات بالكرة و بدون كرة " (بوداود ، 2004 ، ص 65)

يتفق كل من اشرف جابر و صبري العدوي ، حنفي مختار ، محمد عبد صالح و مفتي إبراهيم ، على أن المهارات التقنية الأساسية في كرة القدم تعني كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدون كرة.

2-3- الإعداد التكتيكي في كرة القدم :

إن كلمة الإعداد تعني التحضير ، و الإعداد لأي شيء لا بد أن يتم من خلال إجراءات تتخذ لتحقيق الهدف منه . و إذا ما قلنا مدرب يقوم بإعداد لاعبيه إعداد خطياً فهذا يعني أنه يتخذ إجراءات معينة كي يتحقق الهدف من الإعداد و هو الاستعداد التكتيكي . (حماد ، 1994 ، ص 30)

كرة القدم رياضة جماعية أساسها اللعب الجماعي تنصهر و تذوب فيها جهود اللاعبين بهدف تحقيق أفضل النتائج و هو الفوز .

إن التنفيذ الجماعي في لعب كرة القدم يتطلب استغلال كافة الطاقات و الإمكانيات المتوفرة في اللاعبين ، بدنيا ، تقنيا ، نفسيا ، كل ذلك لكي يتم إحداث تحركات هجومية واعية تهدف إلى تسجيل هدف في مرمى الخصم ، الإعداد أو التحضير التكتيكي هي حلقة من سلسلة الإعدادات المختلفة المتكاملة لإعداد الفريق ، كما أنه جزء من البناء الشامل و المتكامل لمرحلة الحالة التدريبية.

2-3-1- تقسيم تكتيك اللعب في كرة القدم :

ينقسم التكتيك في كرة القدم إلى:

-تكتيك هجومي : فردي و جماعي.

- تكتيك دفاعي : فردي و جماعي .

و من المؤكد ارتباط تكتيك اللعب الفردي و تكتيك اللعب الجماعي بل أن التكتيك الفردية تخدم باستمرار التكتيك الجماعية ، و بدون تكتيك جماعي لا يمكن للفريق أن يصل إلى مرمى الفريق المنافس و تسجيل هدف و كذلك فبدون تكتيك دفاعي جماعي لا يكون هناك ترابط في الدفاع و تكون هناك ثغرات يستغلها الفريق المنافس في الهجوم و تسجيل الأهداف . (محمود ، 1995 ، ص 32)

2-3-1-1- اللعب الجماعي:

إن التحرك بين لاعبين أو أكثر هجوما أو دفاعا هو الذي يجعل للعبة كرة القدم رائحة و طعما جذابا يشد الجماهير و يثيرها ، إن اللعب الجماعي هو أساس تكتيك اللعب ، و لقد تطورت تكتيكات اللعب الهجومية و الدفاعية ، و هذه هي أهم النقاط في اللعب الجماعي وخططه.

2-3-1-2- اللعب الفردي:

يعتقد الكثير أن التكتيك يرتبط فقط باللعب الجماعي ، و لكن هذه من المفاهيم الخاطئة التي تسود في الميدان الرياضي ، لأن التكتيك يرتبط ارتباطا وثيقا باللعب الفردي ، لهذا التكتيك له علاقة حتى بالألعاب الفردية . و عندما نتكلم عن التكتيك الفردي نقصد بقدرة اللاعب على قراءة اللعب ، اتخاذ القرارات المناسبة أثناء اللعب ، استعمال التقنيات المناسبة حسب المواقف ، و هذا مرهون بالقدرات المعرفية التي يمتاز بها اللاعب.

2-3-2- القواعد التكتيكية الهجومية:

لكي يتصف الفريق بفاعلية الهجوم لا بد من اللاعبين احترام القواعد التكتيكية الموائية : (حماد، 1999 ، ص 130)

2-3-2-1- التحرك إلى الكرة الآتية و ليس انتظارها :

- عدم الوقوف انتظارا للكرة بل التحرك للتفاعل مع مجريات اللعب.
- قراءة الموقف المحيط و الخروج باستنتاجات تساعد في اتخاذ قرار التحرك.
- المفاضلة بين فرص التحرك المتاحة و اتخاذ القرار الأكثر ملاءمة للموقف.
- العمل على الخداع قبل و أثناء تنفيذ التحرك إلى الكرة.
- أثناء الاقتراب للكرة يجب تهيئة جزء الجسم الذي سيستلم الكرة.
- الاقتراب للكرة يجب اتخاذ قرار التصرف فيها إذا ما تم استلامها.

2-3-2-2- التمويه و الخداع قبل و خلال و بعد التصرف في الكرة:

يجب أن يكون الخداع مقنعا للمدافع المنافس ، و الانتقال من الخداع إلى الحركة في اتجاه التحرك أو التصرف الحقيقي في الكرة يجب أن يتم سريعا . كما يجب أن يكون التصرف سريع قبل أن يدرك المدافع المنافس حقيقة الخداع.

2-3-2-3- الظهور للزميل المستحوذ على الكرة:

الظهور للزميل المستحوذ على الكرة بإيجاد يشكل له ممر آمن أو فرصة كبيرة لاستلامها منه ، و إذا ما فشلت المحاولة الأولى للظهور للزميل المستحوذ على الكرة فيجب تكرار المحاولة ، كما يجب أن يكون الظهور للزميل المستحوذ على الكرة من طرف عدة لاعبين في نفس الوقت إذا ما استدعى الأمر لذلك.

2-3-2-4- سند (مساعدة) الزميل المستحوذ على الكرة:

خلال القيام بسند الزميل المستحوذ على الكرة يجب مراعاة زاوية السند ، مسافة السند و مراعاة فعالية السند.

2-3-2-5- التحيز على الكرة أثناء السيطرة عليها:

حجب الكرة عن المدافع المنافس بالجسم كله أو بالساق أثناء اكتساب الكرة ، كما يجب أن لا يؤثر التحيز على مقدرة اللاعب في التصرف في الكرة ، التحجير على الكرة يجب أن يخدم الموقف المتواجد فيه للاعب و ليس لمجرد تنفيذ.

2-3-2-6- الجري الحر لاستغلال مساحة خالية موجودة فعلا أو هروبا من المنافس:

- على اللاعب أن يعمل على البحث عن مسافة خالية يتمكن خلالها من استلام الكرة ليشترك بفاعلية في تنفيذ هجوم مفيد.

- التحرك لاستغلال مساحة خالية يجب أن يتم بالسرعة المناسبة و ليس بالضرورة السرعة القصوى.

- إذا ما احتل اللاعب مساحة خالية فعليه أن يكون مستعدا للتصرف الثاني أو إلى تلقى الكرة.

- إذا ما احتل اللاعب مساحة خالية و لم يستغلها فعليه أن يكرر المحاولة بحثا عن مساحة خالية أخرى.

- على اللاعب أن يراعي التنسيق بين حرية جريه و جري زملائه و منافسيه.

- على اللاعب أن يهرب من المدافع المنافس مستخدما الخداع.

- على اللاعب مراعاة توافق سرعة هروب اللاعب مع الموقف الموجود فيه.

2-3-2-7- تغيير سرعة الجري بدون كرة طبقا لظروف الموقف:

- لكل موقف سرعة مناسبة للتحرك بدون كرة ، لذا على اللاعب أن يفاضل في اتخاذ قرار معدل سرعة الجري طبقا للموقف.

- في كل وقت أثناء تحرك اللاعب بدون كرة ، عليه أن يكون مستعداً لتلقي الكرة أو لتنفيذ تحرك تكتيكي قد يتطلب الأمر المشاركة فيه فجأة.

- على اللاعب أن يراعي جري منافسيه و زملائه و سرعة تحرك زميله بالكرة.

2-3-2-8- عدم ترك اللاعب للكرة الآتية إليه أن تخطاه إلا في مواقف محددة:

عند تلقي الكرة أول بديل يقوم به اللاعب هي السيطرة على الكرة ، حيث يجب أن تتم السيطرة على الكرة في اتجاه التحرك الذي يلي . و إذا ما تحرك اللاعب في نفس اتجاه الكرة الآتية إليه دون أن يلمسها فيجب أن تكون تحت سيطرته ، حيث إنه يجري معها بنفس سرعتها و يكون متمكناً منها دون غيره.

2-3-2-9- جذب المدافع ثم التمير:

- التحرك في اتجاه المدافع المنافس يعمل على جذبهم و بالتالي على إخلاء المساحة خلفه.

- أثناء التحرك في اتجاه المنافس يجب مراعاة المسافة وسرعته و التصرف قبل أن يضيق الخناق و يصبح قادراً على مهاجمة الكرة.

- جذب المنافس لا يعني تأجيل فرص التمير الجيدة والمفيدة للزملاء.

2-3-2-10- اختيار الوقت المناسب للعب الكرة من لمسة واحدة و لعب الكرة بأكثر من

لمسة: على اللاعب معرفة متى يستحسن لعب الكرة من لمسة واحدة و لعب الكرة بأكثر من لمسة، حيث إن سرعة اللعب التي يحققها لعب الكرة بلمسة واحدة ليس هو الحل النموذجي في كل المواقف، إذن على اللاعب قراءة الموقف المحيط به جيداً قبل أن تصله الكرة حتى يتخذ قرار التمير بصورة تحقق أفضل النتائج.

2-3-3- خطط اللعب (تكتيك اللعب) في كرة القدم:

خطط اللعب أو تكتيك اللعب هو ما يطلق على تنظيم الحركات الدفاعية و الهجومية ، الفردية و الجماعية للاعبين و التي تهدف إلى تحقيق النجاح و التفوق على الخصم و بمعنى آخر ، تعاون لاعبي الفريق الواحد على تنفيذ خطط محددة بهدف تحقيق التفوق.

و تهدف خطط اللعب إلى تحديد أمثل الوسائل و الأساليب و الأشكال للتحركات التي يستطيع من خلالها المهاجمون و المدافعون تحقيق الأهداف.

و مباريات كرة القدم عبارة عن صراع بين فريقين في الدفاع و الهجوم فإذا بدأ فريق في الدفاع عن مرماه فلا بد من وجود خطة مناسبة للتغلب على الخصم و قطع الكرة منه في النهاية أو إفساد هجومه ، فإذا فشل الفريق في إيجاد الخطة المناسبة أو في تنفيذ الخطة بنجاح فإن الخصم سينتهي إلى تسجيل هدف ، أو على الأقل سينجح في بناء هجمة موفقة ، و إذا بدأ الفريق في الهجوم على الفريق الآخر فإنه في حاجة إلى خطة مناسبة للتغلب على مقاومة و دفاع الفريق الخصم و الوصول بالكرة لمرمى الفريق الخصم و تسجيل هدف ، فإذا فشل في الخطة الهجومية التي بدأها أو قصر في تنفيذها أحد اللاعبين ، فإن الكرة سوف تنتقل إلى الخصم بعد أن يتبدد الهجوم ، و يتحول الفريق مرة أخرى إلى الدفاع.

هكذا فكرة القدم عبارة عن تحولات متكررة و متعددة بين الهجوم و الدفاع و العكس ، و يحقق الفوز في المباراة الفريق الذي ينجح في استخدام الخطط المناسبة (دفاعية و هجومية) و الذي يوفق في تنفيذها بدقة و إحكام.

" و لكل مباراة خططها المناسبة ، و التي تتفق مع أهميتها و أهدافها ، لذلك فإن تحقيق النجاح في تنفيذ الخطة يتوقف على عدة عوامل منها:

1- الظروف الفنية للفريق و النواحي الايجابية و السلبية التي يتصف بها أفرادها.

2- الظروف الفنية للفريق الخصم و النواحي الايجابية و السلبية التي يتميز بها أفرادها.

3- مستوى اللياقة البدنية لكل من الفريق و الفريق الخصم.

4- الشرح المفصل و الدقيق للخطة نظريا قبل التنفيذ.

5- التدريب الكافي على تنفيذ الخطة قبل تطبيقها في المباراة.

6- الاختيار الصحيح للخطة المناسبة.

7- الوضوح في تحديد واجبات و مسؤوليات كل لاعب في الخطة.

8- تعاون اللاعبين في تنفيذ الخطة.

9- حالة الملعب و مكان إقامة المباراة و كذلك مساحة الملعب.

10- الظروف الجوية (الطقس) من مطر أو جو حار مشمس أو رطوبة عالية أو رياح.

11- نوعية المباراة من حيث أنها مباراة بطولة أو كأس أو تحضيرية.....

12- عدد اللاعبين ، فخطة اللعب تتأثر إذا نقص أحد اللاعبين (في الدفاع أو الهجوم) بسبب

طرده ، أو في حالة إصابة أحد اللاعبين الأساسيين أو المهمين في الفريق ، ممن يعتمد عليهم

المدرّب في تنفيذ الخطة . (الوقاد ، 2003 ، ص 200)

2-3-4- أنواع خطط اللعب :

تتقسم الخطط إلى نوعين:

• من حيث عدد اللاعبين:

أ - **خطط فردية** : يقوم بتنفيذها لاعب واحد.

ب - **خطط جماعية** : يقوم بتنفيذها أكثر من لاعب ، سواء مجموعة من اللاعبين أو الفريق .

- من حيث الغرض من الخطة:

أ - **خطط دفاعية** : و هي الخطط التي يكون الغرض الأساسي منها تحقيق الدفاع عن

المرمى.

ب - **خطط هجومية** : و هي الخطط التي يكون الغرض الأساسي منها تحقيق الهجوم على

مرمى الخصم.

و يشارك في تنفيذ هذه الخطط كافة اللاعبين في الفريق ، بصرف النظر عن مواقعهم أو

مراكزهم في الفريق أو حتى واجباتهم بما في ذلك حارس المرمى ، فهو يشارك في تنفيذ الخطة

الدفاعية كذلك الهجومية.

2-3-5- مواصفات و واجبات اللاعبين

: يهدف التدريب الحديث إلى إعداد لاعب كرة القدم إعدادا متكاملًا و متوازنًا ، فالفريق كله وحدة واحدة ، فرغم ما يفهم من هذا المعنى فإن من الضروري أن يكون لكل لاعب وظائف و واجبات محددة داخل الملعب ، حتى يتم توزيع المسؤوليات في كافة الظروف خلال المباراة.

و قد تحددت واجبات اللاعبين بصفة عامة منذ بدء ممارسة اللعبة في اتجاهين هما : الدفاع و الهجوم ، و رغم مرور الزمن و انتشار اللعبة ، و تعدد طرق اللعب ، و ظهور هذا الكم العظيم من الخطط و الأساليب في إعداد الفرق و اللاعبين ، إلا أن واجبات اللاعبين لا تزال تتحدد في نفس الاتجاهين ، و الاختلاف المستمر بين ما كان قديما و ما نحن عليه اليوم ، هو أسلوب الدفاع أو الهجوم ، و لعل السبب الرئيسي هو التغيير أو الانتقال المستمر من طريقة لعب لأخرى ، فلو بدأنا الحديث عن طريقة اللعب القديمة (WM) التي ظل العالم يستخدمها زهاء ربع قرن ، فإننا نجد أن اللاعبين ينتشرون في الملعب على أربع خطوط.

و في طريقة اللعب 4 - 4 - 2 و أشكالها المختلفة ، فإن اللاعبين ينتشرون في الملعب على ثلاثة خطوط أو أكثر وفقا لإمكانيات الفريق و اللاعبين ، و كذلك وفقا لإمكانيات الفريق المضاد و لاعبيه.

" و في طرق اللعب الحديثة التي ظهرت تباعا مثل 4-4-2 و 3-5-2 أو 2-3-5..... ، ما يخرج منها من أشكال عديدة بنقدم لاعب أو تأخر لاعب في خط من الخطوط فان كل هذه الطرق و صورها و أشكالها المختلفة تتحدد فيها واجبات اللاعبين في إطارين (الدفاع و الهجوم) ، و لكن أسلوب الدفاع و الهجوم يقتضي توزيع اللاعبين على خط أو عدة خطوط . و رغم ذلك فإنه بمجرد أن يستحوذ أحد اللاعبين على الكرة فإن فريقه كله يصبح مهاجما و يبدأ جميع اللاعبين في تنفيذ المهام الهجومية، و إذا ما تم قطع الكرة و انتقلت إلى احد لاعبي الخصم، فإن الفريق كله يتحول إلى مدافعين". (الوقاد، 2003، ص202.)

إذن لكل لاعب مهام دفاعية و أخرى هجومية ، و هذا ما سوف يظهر من خلال الحديث عن وظائف و واجبات اللاعبين التي سوف نتحدث عنها من خلال طريقة اللعب التي يتوزع فيها اللاعبون على ثلاث خطوط ، بصرف النظر عن تقدم لاعب أو تأخر لاعب من خط لآخر

لتدعيم الدفاع أو زيادة فاعلية هجوم أو لتحقيق زيادة عددية أو غير ذلك من الأمور التكتيكية التي يسعى المدرب لتحقيقها ، و التي يبينها وفق إمكانيات فريقه ، ظروف الخصم و ظروف المباراة.

2-3-6- مفهوم مراكز اللعب في كرة القدم:

مركز اللعب يمكن تحديده بالموقع الذي يحدد للاعب في البناء المتكامل للاعبي الفريق حيث يقوم من خلاله بتنفيذ واجباته الهجومية و الدفاعية في إطار الخطط الموضوعية.

إن تكامل أداء الفريق و ظهوره كوحدة واحدة خلال المباراة يعتمد أساسا على تنفيذ اللاعبين لواجبات المراكز لكل منهم . و لكل مركز واجبات محددة يؤديها اللاعب خلال المباراة انطلاقا من طريقة اللعب و و الخطط المستخدمة ، و تساعد عملية تحديد مراكز اللعب في تحديد المهام و الواجبات الملقاة على عاتق كل لاعب في الفريق فمهما زادت واتسعت هذه المهام و الواجبات ، فإن تحديد المراكز يضمن إلى حد كبير عدم التعارض في أداء المهام و تنفيذ الخطط المختلفة من الملعب ، و بالإضافة إلى ذلك فإن هذا التحديد لمراكز اللعب يضمن من جهة أخرى التنسيق و التنظيم في تغطية جوانب الملعب المختلفة دون إهمال لمساحة معينة قد تكون ذات أهمية في سير مجريات المباراة . إن توزيع المهام و الأداء في صورة مراكز لها متطلبات الأداء الخاصة بها أمر مازال حيويا و ملما لتكامل الأداء و توفير الجهد في كرة القدم. " (حماد ، 1994، ص 35).

2-3-7- الأقسام الرئيسية لمراكز اللعب:

2-3-7-1- لاعبو خط الدفاع:

أ- ظهير الجنب (الظهير الأيمن و الظهير الأيسر):

" إن المهمة الأولى لظهيري الجنب سواء الأيمن أو الأيسر هو الدفاع أمام اللاعبين المهاجمين النافسين في منطقة الأجنحة ، و يجب أن يتميز الظهير بالجرأة و التصميم و عدم التخائل " (stanley, 1991,p19.20)

+الواجبات الخطئية الهجومية لظهيري الجنب:

- مراعاة الأمان في التمير حيث تشكل التميريات الأرضية الطويلة و خاصة الأرضية منها في ثلث الملعب الدفاعي خطورة على مرمى الفريق ، و على هذا فإنه يفضل الابتعاد عن التميريات العرضية بالقرب من منطقة المرمى أو في داخل منطقة الجزاء بصورة عامة.

- إذا ما تتطلب الجري بالكرة ، فعلى اللاعب أن يؤدي ذلك بدون أدنى مخاطرة من قطعها أو إعاقتها بواسطة أحد المنافسين ، لذلك يجب أن يكون المدافع متأكدا من وجود المساحة الخالية و الوقت الكافي لأداء ذلك على أن يراعي أن يعود المدافع بالجري السريع إلى مكانه أو إلى التغطية المفروض ألا يتواجد فيه إذا ما انتهت الهجمة سواء بخروج الكرة خارج الملعب أو باستحواذ المنافسين عليها.

ب - المدافع الأوسط:

هو اللاعب الذي يتخذ موضعه بين الظهيرين حيث يلعب مدافعا أمام قلب هجوم الفريق المضاد أو من يحل محله في المنطقة المحددة له و يجب أن يتميز هذا اللاعب بمقدرته على مهاجمة الكرة على الأرض أو في الهواء و إجادة ضربات الرأس من الكرات الطويلة سواء كانت آتية إليه عرضية أم أمامه و كذلك إجادة الرقابة و الضغط على المهاجم و التغطية السليمة و يفضل أن يكون هذا اللاعب متميز بطول القامة.

الواجبات الخطية الهجومية لظهير الوسط:

- الاشتراك في الهجوم عندما تتاح له الفرصة في التقدم للأمام حيث يكون لتميراته أثر كبير في تشكيل خطورة على مرمى المنافسين و يجب مراعاة أن قيام ظهير الوسط بالدور الهجومي يتحدد بمدى التنسيق بينه و بين باقي لاعبي خط الظهير و خط الوسط حتى لا يكون لهجوم المنافسين خطورة على المرمى.

- أداء التميريات الطويلة سواء على الأرض أو في الهواء إلى منطقة الجناحين للزملاء ، سواء بهدف تغيير اتجاه الهجمات أو بهدف استغلال مساحة خالية.

ج - الظهير الحر:

ظهر هذا المركز في فترة قصيرة إذا ما قيس بتاريخ كرة القدم و يتخذ اللاعب الذي يشغل هذا المركز و ضعه خلف الظهير الوسط و ظهير الجنب و على مسافة مناسبة منهم . و يجب أن يتميز هذا اللاعب بالمهارات العالية و الخبرة و المقدرة على القيادة بالإضافة إلى تكوين بدني متكامل و يفضل أن يكون طويل القامة . " (إسماعيل ، 2003 ، ص 16)

الواجبات الخطئية الهجومية للظهير الحر :

القيام بالدور الهجومي واجب أساسي له ، حيث يسبب إشراكه في الهجوم زيادة عددية على مرمى المنافسين و يستطيع الظهير الحر تنفيذ الاختراق و عمل التمريرة و التصويب على المرمى ، و يلاحظ التنسيق الكامل بينه و بين باقي زملائه في مثل هذه الحالات.

2-3-7-2- لاعبو خط الوسط:

تعتبر منطقة وسط الملعب هي العمود الفقري الذي يتحكم في مجريات أمور مباريات كرة القدم ، لذلك فالتحكم فيها مطلب أساسي للفريق ، بالرغم من أن لاعبي خط الوسط واجبهم هجومي إلا أنه يمكن تقسيمهم إلى ثلاثة أنواع رئيسية كما يلي:

أ- لاعب خط الوسط صانع الألعاب.

ب- لاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي.

ج - لاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الهجومي . (حماد ، 2001 ، ص 84)

أ- لاعب خط الوسط صانع الألعاب:

اللاعب الذي يبدأ و يدير الهجمات في اغلب الأحيان ، و يقوم بتحركات لها أثر واضح في بناء و إنهاء الهجومات و يجب أن يتميز هذا اللاعب بالمهارات العالية بالإضافة إلى القدرة على أخذ الأماكن التي تمكنه من النجاح في أداء هذا الدور ، كما يجب أن يتميز بقدرته على التصويب المتقن ، كما تكمل إجادته المهام الدفاعية الدور الأساسي الذي يلعبه إذ يبدأ من موقعه الدفاعي تحركاته في صنع الهجمات.

+ الواجبات الخطئية الهجومية للاعب خط الوسط صانع الألعاب:

- العمل على بناء الهجمات من خلال التفكير و الاستفادة لأقصى درجة ممكنة من المواقف المختلفة لتحديد سرعة الهجوم ، و اتجاهه و اختيار أنواع التمريرات التي تؤثر تأثيرا مباشرا في تشكيل الخطورة على مرمى المنافسين.

- تحديد اتجاهات بناء الهجمات من خلال رؤية واضحة لمواقف اللعب المختلفة.

- التعاون مع باقي الزملاء لاعبي خط الوسط و المهاجمين على اختراق دفاع المنافسين.

- التصويب المتقن على المرمى.

ب- لاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي:

هو اللاعب الذي يكلف بواجبات دفاعية بنسبة كبيرة و غالبا ما يكلف بمراقبة المهاجم الذي يشكل مع قلب هجوم الفريق المنافس رأس حربة ثاني ، و يجب أن يتصف اللاعب بمقدرته على أداء الواجبات الدفاعية بكفاءة عالية و يتميز بالأداء القوي مع ارتفاع لياقته البدنية.

الواجبات الخطئية الهجومية للاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي:

- التصويب من خلال وضعه العميق خلف زملائه المهاجمين.

- المساعدة في بناء الهجمات و تنظيمها.

- القيام بالجري الاختراقي بالكرة لتنفيذ التمريرة الحائطية أو الجري الأمامي بدون كرة لتحقيق الزيادة العددية أو خلق المساحات الخالية على أن يراعي تأمين منطقة نصف الملعب من الجانب الدفاعي.

ج- لاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الهجومي:

يلعب هذا اللاعب في الطرق العادية خلف قلب الهجوم ، و هو يقوم بدوره الهجومي من خلال المساحات الكبيرة من الملعب بالإضافة لدوره الدفاعي الفعال.

+ الواجبات الخطئية الهجومية للاعب الوسط الذي يغلب عليه الطابع الهجومي:

- المشاركة في الهجوم كأبي لاعب خط الهجوم.

- اتخاذ الأماكن الملائمة عندما يستحوذ فريقه على الكرة و ذلك باستغلال المساحات الخالية ، بالإضافة إلى العمل على إيجادها و العمل على تبادل المراكز بين الزملاء .
- استغلال تمريرات زملائه لاعبي خط الوسط ولاعبي خط الدفاع و استثمارها معهم و انهاءها بالتصويب .

2-3-7-3-2 - لاعبو خط الهجوم:

أ- الجناحان:

أن يتميز من يشغل هذا المركز بالسرعة و أداء مهارة المراوغة بمستوى عال ، بالإضافة إلى يجب عمل التمريرات العرضية القوية ، و التصويب القوي الدقيق من جميع الزوايا . و تعتبر المنطقة التي يشغلها الجناح منطقة هامة و أساسية في التغلب على كثافة عدد المدافعين و تكتلهم أمام المرمى .

+ الواجبات الخطئية الهجومية للجناح:

- فتح الثغرات في منطقة الجناح و إمداد باقي المهاجمين بالكرات العرضية أمام المرمى .
 - العمل مع لاعبي خط الوسط و رأس الحربة و الظهير على خلق المساحات الخالية و استغلالها هجوميا بالإضافة إلى الجري الحر و تبادل المراكز .
 - العمل على إنهاء الهجمات بالتصويب القوي المتقن مع باقي الزملاء المهاجمين .
- ب- قلب الهجوم (رأس الحربة) :

هو اللاعب الذي توكل إليه أساسا مهمة التهديد ، و يجب أن يتميز بالقدرة على خلق الفرص للتهديد و استغلالها استغلالا مفيدا ، و طريقه في ذلك المهارات العالية و التفكير الصحيح . و لابد لمن يشغل هذا المركز أن يتقن المراوغة و التصويب من جميع الأوضاع و الزوايا، سواءا بالقدم أو بالرأس حتى تحت ضغط المنافس .

+ الواجبات الخطئية الهجومية لقلب الهجوم:

- إحرار الأهداف من خلال التحركات في ثلث الملعب الهجومي للفريق.
- العمل على استغلال جميع التمريبات العرضية و الأمامية التي تلعب إليه داخل منطقة الجزاء ، و ذلك بتصويبها إلى المرمى.
- يقوم بجميع التحركات التي يكون هدفها مساعدة باقي زملائه اللاعبين على نجاح الخطط الهجومية الاخرافية من حيث الجري و تبادل المراكز و خلق المساحات الخالية.

2-3-8- التحضير التكتيكي للاعب كرة القدم:

2-3-8-1- تعريف التحضير التكتيكي:

" هو إمداد اللاعب بأكبر قسط من المعلومات و البيانات و المعارف الخططية العملية و النظرية التي تمكنه من الأداء بصورة جيدة ، مع حسن التصرف في المواقع المختلفة التي يتعرض لها أو يتعامل معها خلال المباراة ، و ذلك باستخدام كافة الوسائل و الإمكانيات و القدرات البدنية و المهارية و النفسية لتحقيق التفوق على الخصم . " (الوقاد ، 2003 ، ص 214)

وكما سبق الحديث تنقسم الخطط من حيث الغرض إلى نوعين: خطط اللعب الدفاعية، خطط اللعب الهجومية.

2-3-8-2- مراحل التحضير التكتيكي في كرة القدم:

تشمل عملية التحضير التكتيكي على المراحل الأساسية التالية:

- مرحلة اكتساب المعارف و المعلومات التكتيكية.
- مرحلة اكتساب و إتقان الأداء التكتيكي.
- مرحلة تنمية و تطوير القدرات الخلاقة.

2-3-8-3- اكتساب المعارف و المعلومات الخططية:

" تحتل عملية اكتساب لاعب كرة القدم للمعلومات و المعارف المرتبطة بخطة اللعب درجة كبيرة من الأهمية ، إذ أن ذلك يسهم في اكتساب الفرد التصورات اللازمة للأداء التكتيكي ، و يتأسس عليه اكتساب السلوك الصحيح للفرد أثناء المباريات . إن المعارف و المعلومات النظرية التي يكتسبها الفرد تساعده على حسن تحليل مواقف اللعب المختلفة ، و اختيار أنسب الحلول لمجابهة مثل هذه المواقف ، و بالتالي الإسراع في الأداء و التنفيذ. و هذه المعارف و المعلومات النظرية هي التي تشكل الخبرات المختلفة للفرد الرياضي و التي يطلق عليها مصطلح خبرة المباريات." (choutka, 1980, p110)

يكتسب لاعب كرة القدم المعارف بالشرح و المناقشات النظرية للمواقف المختلفة ، و من خلال تطبيق نتائج ذلك بصورة عملية ، كما ينتج أيضا من خلال عمليات التقويم لمختلف المنافسات التي يؤديها الفرد أو يشاهدها ففي غضون الشرح و المناقشات النظرية ، يتمكن لاعب كرة القدم من اكتساب مختلف المعلومات و المعارف عن قوانين المنافسة و عن طرق اللعب و عن كيفية مجابهة بعض المواقف المعينة التي تحدث أثناء اللعب ، و عن أثر العوامل الخارجية، و غير ذلك من مختلف المعارف و المعلومات التي ترتبط بحسن أداء خطة اللعب.

و يجب على مدرب كرة القدم توجيه انتباه الفرد إلى ضرورة استخدامه للمعارف و المعلومات المكتسبة بصورة خلاقة مبدعة ، تتناسب مع ما يتميز به صفات و سمات ، و ليس بطريقة روتينية جامدة.

و ينصح (شوتكا choutka) باستخدام التدرج التعليمي التالي الذي يضمن للاعب اكتساب المعارف و المعلومات الخططية و القدرة على الأداء الأولى لخطة اللعب في كرة القدم:

المرحلة الأولى:

- شرح قواعد و قوانين كرة القدم.

المرحلة الثانية:

- وصف طريقة اللعب مع شرح مراكز اللاعبين و واجبات كل منهم.

المرحلة الثالثة:

- تحليل كل مرحلة من مراحل اللعب و توجيه النظر إلى أهم الأخطاء التي يحتمل حدوثها أو التي حدثت بالفعل.

المرحلة الرابعة:

- معالجة بعض المواقف التكتيكية التي تختلف في درجة صعوبتها ، و وضع أنسب الحلول لها ، مع توجيه النظر لأهم الأخطاء الشائعة (choutka . 1980 p 110) .

و يراعى ضرورة إشراك اللاعب بصورة إيجابية في المناقشات ، و ألا يكتفي بالاستماع بصورة سلبية ، إذ يجب على المدرب سؤال الأفراد عن وجهة نظرهم و مناقشتها حتى يكون الفرد مقتنعا تمام الاقتناع ، و حتى ينجح هذا الموقف التعليمي.

بالإضافة لذلك يمكن تحليل بعض المباريات ، أو بعض المواقف التكتيكية التي اشترك فيها اللاعب أو الفريق لضمان زيادة خبراته بالأساليب التكتيكية ، و كيفية مجابته.

2-3-8-4- اكتساب و إتقان الأداء التكتيكي:

إن إتقان اللاعب و الفريق للأداء التكتيكي الصحيح يشكل الأساس الهام للمستوى الرياضي العالي و في هذه الحالة يجب العناية بأداء نموذج يوضح الطريقة الصحيحة للأداء مع ارتباطه بالإيضاح و الشرح ، ثم يعقب ذلك الممارسة العملية للاعب ، و ينبغي ارتباط الأداء بمعرفة اللاعب لنوع الاستجابات المختلفة التي يحتمل أن يقوم بها المنافس ، و كذلك طريقة مواجهتها مع مراعاة ضرورة تكرار الأداء لضمان تحليل هذه المواقف تحليلا كافيا يضمن قدرة الفرد على استيعاب الأداء و اكتسابه.

و من الأفضل تقسيم عملية تعلم الأداء في المواقف التكتيكية إلى بعض المراحل التي تسهم في اكتساب و إتقان الأداء الخططي ، و هذه المراحل هي:

المرحلة الأولى:

- تعلم الأداء التكتيكي تحت ظروف سهلة مبسطة .

إذ يمكن تعلم اللاعب لمفردات الأداء التكتيكي في كرة القدم باستخدام التمرينات التحضيرية الخاصة مع العمل على تطوير مختلف الصفات البدنية و النفسية اللازمة لتحقيق الأداء على أكمل وجه و عندما يتمكن اللاعب من اكتساب المفردات المختلفة التي تشكل في مجموعها الأداء التكتيكي المطلوب فانه يصبح من الضروري بعد ذلك تعلم الأداء ككل و محاولة تشكيل مختلف التدريبات بصورة تسمح بحسن التطبيق العملي.

المرحلة الثانية:

- تعلم نفس الأداء التكتيكي مع التغيير في طبيعة المواقف

و تبدأ هذه المرحلة عندما يتمكن اللاعب من إتقان نفس الأداء التكتيكي في أكثر من مواقف اللعب المختلفة و تهدف هذه المرحلة إلى اكتساب اللاعب القدرة على سرعة اختيار الأداء المناسب للموقف . و في هذه المرحلة يمكن تشكيل الموقف التعليمي بما يناسب مع الأداء التكتيكي المطلوب . كما يمكن إعطاء التعليمات للاعب الذي يقوم بمحاولة الإخلال بالخطة الموضوعية ، و الحكم على الأداء التكتيكي للاعبين من طرف المدرب.

المرحلة الثالثة:

- تعلم اختيار نوع معين من الأداء التكتيكي المناسب لبعض المواقف

و في هذه المرحلة يمكن إشراك لاعب كرة القدم في منافسات تدريبية مع منافسين يختلفون من حيث المستوى ، و تتبع قدرته على اختبار نوع الأداء التكتيكي المناسب للموقف و تسجيل نتائج هذا الاختبار ، و في حالة إخفاق اللاعب في اختيار نوع الأداء المناسب يجب على المدرب البحث عن أسباب ذلك شرحها للاعب ثم مطالبته بإعادة الأداء (Harre, 1994, p162) .

2-3-8-5- تنمية و تطوير القدرات في الإبداع:

إن تعلم السلوك التكتيكي و إتقانه لا يتطلب من اللاعب تكوين أنماط سلوكية جامدة ، بل يتطلب قدرة اللاعب على التغيير في سلوكه و تعديله ، طبقا لمواقف اللعب المتغيرة أثناء المباراة (einhorn, 1991,p202) . "

ينبغي على المدرب أن يعمل على تنمية مختلف القدرات الخلاقة التي تسمح للفرد بسرعة إدراك مواقف اللعب أثناء مباراة كرة القدم ، و تسمح بسرعة استدعاء خبرات المواقف السابقة التي مر بها ، و سرعة تصور ما ينوي المنافس القيام به حتى يستطيع اللاعب الحكم على الموقف ، مما يمكنه من الاستجابة السريعة و الصحيحة .

تتأسس القدرات الخلاقة على ما لدى اللاعب من معارف و معلومات و مهارات و خبرات حركية و تكتيكية ، و اكتسابها أثناء عملية التعلم ، إذ أن إسهام القدرات في الإبداع ينحصر في محاولة اللاعب استخدام ما لديه من خبرات سابقة بصورة ملائمة و مناسبة لمواقف اللعب المختلفة لكي تحقق أقصى ما يمكن من الفائدة و من أهم القدرات التي ينبغي على مدرب كرة القدم تنميتها و تطويرها لدى اللاعب ما يسمى ، التفكير التكتيكي أو التفكير الخططي.

خلاصة:

إن الغرض من كل مراحل التحضير التكتيكي هو تطبيق الخطة التكتيكية بشكل ناجح أثناء المباريات و التزام اللاعبين بأدوارهم التكتيكية (الخطيطة) الموكلة إليهم ، و يرتكز هذا على الأبعاد الثلاثة للالتزام التكتيكي و هي فهم الدور ، تقبل الدور و أداء الدور ، حيث يلعب المدرب دورا مهما في توصيل المعلومات الخطيطة للاعبين و تنمية تفكيرهم التكتيكي و إقناع كل لاعب بالدور الذي كلف به و تحفيز الفريق على أداء الأدوار بشكل جيد للرفع من الأداء و العروض الكروية الممتعة و من ثم تحقيق النتائج في المباريات.

الفصل الثالث

خصائص المرحلة

العمرية

تمهيد:

إذا كنا بصدد التحدث عن سن الأواسط في كرة القدم أو مرحلة أقل من 17 سنة فإننا نسلط الضوء على مرحلة حاسمة في حياة الفرد وهي ما يسميها علماء النفس بمرحلة المراهقة وهي مرحلة من مراحل عمر الإنسان لا بد لكل واحد منا أن يمر بها ، تأتي بعد مرحلة الطفولة فيكون بذلك قد تخطى مرحلة الصبي ودخل مرحلة جديدة . تتميز هاته المرحلة بالعديد من التغيرات الفيزيولوجية والنفسية والانفعالية والتي تؤثر بصورة بالغة على حياة الفرد في المراحل المتتالية من عمره ، وبداية مرحلة المراهقة تتحدد بالبلوغ الجنسي بينما نهايتها تتحدد بالوصول إلى مراحل النضج في مراحل النمو المختلفة ويبقى هذا التحديد محل اختلاف العلماء الذين اختلفوا في إعطاء مفهوم أوسع وأشمل للمراهقة ، ومن خلال هذا الفصل سنتطرق إلى تحديد مميزات نمو لاعب الأواسط و المشاكل التي تعترضه في هذا السن و كذا علاقته بممارسة كرة القدم و المحيط الرياضي.

3-1- تعريف مرحلة أقل من 17 سنة:

يصنف فريق كرة القدم إلى خمسة فئات وهي : الأصغر ، الأواسط ، الآمال ، الأكابر و المرحلة العمرية أقل من 17 سنة ، اللاعب في هذه الفئة يكون في مرحلة جد حاسمة وهامة في حياته ألا وهي مرحلة المراهقة ، وما هي إلا مرحلة تدعيم التوازن المكتسب من المرحلة السابقة ويتم تأكيده في هذه الفترة ، إذ أن الحياة في هذه المرحلة تأخذ طابعا ، يتجه فيها الفرد محاولا أن وكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه ، بحيث يحاول التعود على ضبط النفس والابتعاد عن العزلة والانطواء تحت لواء الجماعة.

3-2- خصائص النمو عند هذه الفئة :

يتميز نمو لاعب هذه المرحلة بعدة خصائص ، جسمية ، انفعالية ونفسية واجتماعية وكذا خلقية والتي لها الأثر الكبير في تكوين شخصية اللاعب المراهق ، وعلى مدى تكيفه في المحيط الذي يعيش فيه وخصائص نمو لاعب فئة الأواسط هي نفسها خصائص النمو في مرحلة المراهقة.

3-2-1- النمو الجسمي :

إن البعد الجسمي هو أحد الأبعاد البارزة في نمو المراهق ، ويشمل مظهرين أساسيين من مظاهر النمو وهما النمو الفيزيولوجي أو التشريحي والنمو العضوي ، والمقصود بالنمو الفيزيولوجي هو النمو في الأجهزة الداخلية غير الظاهرة للعيان التي يتعرض لها المراهق أثناء البلوغ وما بعده ، ويمثل ذلك بوجه خاص النمو في الغدد الجنسية ، أما النمو العضوي ، فيتمثل في الأبعاد الخارجية كالطول ، الوزن والعرض ، حيث يكون متوسط النمو بالنسبة للوزن 3 كغ في السنة ، ويؤدي النمو الجسمي إلى الاهتمام بالجنس الآخر ، ويهتم المراهق بمظهره الجسمي وصحته الجسمية وقوة عضلاته ومهاراته الحركية ، لما تحمله من أهمية في التوافق الاجتماعي ، وإذا لاحظ المراهق أي انحراف في مظهره الشخصي فإنه يبذل قصارى جهده لتصحيح الوضع وإذا أخفق ينتابه الضيق والقلق وهو يؤدي ذلك إلى الانطواء و الانسحاب . (نوري الحافظ، 1990، 48ص).

3-2-2- النمو الحركي:

تتميز هذه المرحلة بإتقان المهارات الحركية من مظاهره تصبح حركات المراهق أكثر توافقاً وانسجاماً ويزداد نشاطه وقوته ، وتزداد سرعة زمن الرجوع ، وهو الزمن الذي يميء بين مثير وبين استجابة لهذا المثير كما أن النمو الحركي يتفق معناه إلى حد كبير مع المعنى العام للنمو من حيث كونه مجموعة من أسلوب و نظام مترابط خلال حياة الإنسان ولكن وجه الاختلاف هو التغيرات المتابعة التي تسير حسب مدى التركيز على دراسة السلوك الحركي والعوامل المؤثرة فيه ، وقد جاء تعريف أكاديمية النمو الحركي على أنه عبارة عن التغيرات في السلوك الحركي خلال حياة الإنسان ، والعمليات المسؤولة عن هذه التغيرات.

3-2-3- النمو النفسي:

« في هذه المرحلة يلاحظ تعاقب مراحل من الإثارة النفسية أو الإحباط النفسي ، حيث يظهر غالباً اهتمامات مجردة ومثالية ودينية ، ومن ناحية أخرى يعتبر الباحثون المراهقة سن الإيمان العفوي وسن الدقة والفضول وعشق المجردات » . (جوزيف عبود كبة ، 1997 ، ص 272) .

« كما أن المراهقة تعتبر من أصعب المراحل من الناحية النفسية ، حيث أن الرغبة في التقرب من الجنس الآخر دون تفكير في حصرها في شخص واحد معين تزداد تحت سلطان الحاجة المتزايدة ، فتتولد الاهتمامات الدينية على العكس مع الارتباك الداخلي والحاجة إلى العون ، تلك الحاجة التي تدخل في صراع مع المتطلبات أو المطالب المتزايدة للعقل والنفوس » . (فؤاد البهي السيد ، 1997 ، ص 272)

3-2-4- النمو الانفعالي:

« إن التغيرات الجسمية الجنسية التي تظهر أثناء المراهقة تؤثر على نفسية وعلى سلوك المراهق وتفكيره وتصرفاته ولذا هناك نمو انفعالي يميز المراهق منه:

- شدة الحساسية والخجل والشعور الحاد بالذنب في كل ما يفعله والهروب إلى التدين المتمزمت خوفاً من العقاب ويخرج من المبادئ الدينية والخلقية.

- المراهق يميل للتمرد على تعاليم الأسرة والمدرسة خلافا للطفل الذي يميل للواء الأسرة ، كما يختلف المراهق عن الطفل في الميل الشديد لتحسين المظهر الشخصي في الشكل والملبس وطريقة الكلام و العناية بالشعر و الحرص على إثبات الرجولة في معظم تصرفاته.

- يريد المراهق الدخول في عالم الكبار والتشبه بهم وهذا التكيف للأوضاع الجديدة والتخلي عن العادات القديمة مرتبطا بالتوتر الانفعالي واحتمال الفشل.

- كما أن هناك عدم استقرار انفعالي ناتج عن الدوافع الجنسية والتغيرات الفيزيولوجية التي تحتاج إلى فهم وتفسير ، إلا أن المجتمع يعتبرها من الموضوعات التي لا يمكن مناقشتها.

- ولكن الممنوع غالبا مرغوب فيه ويلجأ بالتالي المراهق إلى مغامرات جنسية طائشة ، ولذا يظهر في مرحلة المراهقة خصوصا أغراضا عصبية مثل القلق العصبي ، توهم المرض ، الأفكار والأفعال القهرية أو المخاوف المرضية التي تكون بدون سبب.

وفي دراسة 82 حالة : " أضواء على نفسية المراهق المصري ، لصامويل مغاريوس سمات المراهقة الإنسحابية " التي تتسم بالانطواء و العزلة و السلبية و التردد والخجل ، والشعور الحاد بالنقص وأحلام اليقظة والمثالية التي تقترب من التصرف وكانت جملة هذه الأنماط الانسحابية في حالة من ال 82 حالة» .

« أما نمط المراهقة المتمردة فتنقسم بأنواع السلوك العدوانية عند الأسرة والمدرسة ، وهناك المراهقة المنحرفة التي تتصف بالسلوك الشاذ مثل : السرقة ، الكذب والغش والهروب من المنزل ، إلى جانب ذلك هناك حالات كثيرة من المراهقة المتكيفة وتصف هذه بالسلوك السوي والأخلاق الحميدة والصادقة والهدوء في الحياة الاجتماعية ، ولكن يبدو أن الاستجابة السلبية أكثر من الاستجابة الإيجابية في مجتمع المراهقين » . (مالك سليمان مخول ، 1998 ، ص 277) .

3-2-5- النمو العقلي:

« تتميز هذه المرحلة بالاهتمامات التكتيكية الإطلاعية أو العقلية ، وتخضع هي أيضا لنوع من التصعيد وتتحول إلى اهتمامات عقلية مجردة تدفع المراهق إلى البحث عن الإشكالية الأولى للحياة الثقافية التي يستطيع بلوغها فيتوجه إلى دراسة التاريخ ويوسع نظرتة إلى الوجود بأن يضيف إلى المكان بعدا آخر هو الزمان . كما أن المراهق يعطي عناية كبيرة للمجال الأدبي والشعري . والفنون ثم الموسيقى وأمام الكون يغدو قادرا على تصور العلاقات المجردة العامة وعلى استخدامها ، حتى يصل إلى العلاقات الرياضية وتنشأ له فكرة القانون الطبيعي و في جميع الميادين يصبو إلى منظومات من الحقائق النهائية تمنحه مهادا و متكأ لشعوره بشخصيته الخاصة» .

3-2-5-1- الذكاء :

يتناقص تدريجية ثم يثبت عند نهاية هذه المرحلة ويزداد تمايز القدرات الخاصة ، التي تؤهله للتكيف مع الحياة ، لذا نعد هذه المرحلة مرحلة توجيه مهني ودراسي التخيل : ينمو لدى المراهق خيال خصب يساعده على التفكير المجرد ، لذا يميل المراهق إلى ممارسة النشاطات الأدبية والفنية ، كما يلجأ إلى احلام اليقظة التي يجد منها متنفسا لإشباع رغباته، و البنات يتفوقن على البنين في خصوبة الخيال و اتساع آفاقه.

3-2-5-2- التفكير :

* التفكير الشكلي (أو الصوري) :

هو تفكير افتراضي يقوم على الفروض ويحاول الكشف عن جميع الاحتمالات المختلفة لحل المشكلة التي تواجهه وهو بداية التفكير المنطقي ، ويرى بياجيه أن التفكير الشكلي يبدأ مع المراهقة المبكرة ويكون المراهق في سن (15 . 14) قادرا على تقديم البرهان النظامي ، فهو قادر على ضبط الأحداث ذهنيا ثم الوصول إلى الاستدلال المنطقي للاحتتمالات ، وبذلك يتغير اتجاهات طرائق تفكير المراهق. لا توجد فروق بين البنين والبنات في التفكير الشكلي.

* التفكير المجرد :

يمكن للمراهق أن يفكر في احتمالات متعددة للموقف الواحد دون أن يخلط بين ما يحتمل وجوده و بين الموجود بالفعل، و هو يستخدم الرموز و يربط بين المتغيرات.

3-2-5-3- التذكر :

تنمو قدرة المراهق على التذكر ويتسع المدى الزمني بين التعلم والتذكر ، وتزداد إمكانية الذاكرة نوعا وكما ، وتذكرة بعيد المدى ومعنوي وقائم على الفهم.

3-2-5-4- الانتباه :

انتباه المراهق قوي وثابت ومستقر ويتسع مداه ويرتفع مستواه.

3-2-5-5- الإدراك :

ينمو لدى المراهق المدركات المعنوية البعيدة للماضي وللمستقبل البعيدين ويستطيع أن يصل للحقائق ويدرك ما يمكن أن يقع بعدها ويخضع إدراكه لدى تفاعله مع الموقف.

3-2-5-6- التعلم :

يأخذ نحو التخصص المناسب للمهنة.

3-2-5-7- القراءة :

تدور قراءة الذكور حول قصص الاختراعات والمخترعين والرحلات والحوادث الرياضية والمعلومات العامة. أما الإناث فتدور قراءتهن حول القصص العاطفية والبطولات والموضوعات الاجتماعية وقصص المغامرات والموضوعات الفكاهية . يميل المراهق إلى تسجيل مذكرات له قد تحتوي على طموحاته والشعر ووصف لمشكلاته.

3-2-5-8- المهنة :

يعتبر اختبار المهنة أمرا مهما للمراهق وهذا الاختبار يرجع إلى عدة عوامل منها : الوالدين ، الأصدقاء ، المدرسين ، الميول والقدرات ، توفر فرص العمل ، المكانة الاجتماعية ، المستوى

الاقتصادي الذي يمكن أن تحققه . (أ.د. عبد الله كمال - د . ريوح لطيفة، 2010 ص 136-138).

3-3- أزمات فئة الأشبال :

تواجه لاعب فئة الأشبال أزمات تعيق نموه النفسي والاجتماعي وحتى الأخلاقي خاصة في مثل هاته الفترة الحرجة من العمر ونعني مرحلة المراهقة ، والسبب يعود إلى المحيط الاجتماعي نفسه من الأسرة والمدرسة والنادي ، كل هذه المنظمات التي لها علاقة لهذه الفئة ، ولهذا ستطرح مختلف الأزمات التي يتعرض لها لاعب فئة الأواسط أو بصفة أعم اللاعب المراهق.

3-3-1- الأزمات النفسية:

تقف أمام تطلعات اللاعب المراهق نحو التجديد والاستقبال أزمات نفسية تعيق هذا التطلع ويمكن تقسيمها إلى أزمات انفعالية ورغبات جنسية ونزعات عدوانية.

3-3-2- الأزمات البدنية:

تنقسم إلى أزمات حركية وصحية.

3-3-2-1- أزمات حركية:

« في مرحلة المراهقة يزداد وزن الجسم و طوله بزيادة نمو العضلات والعظام ، وتكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة ويتضح ذلك من فقدان عنصر الرشاقة وعدم القدرة على ضبط المتغيرات الحركات وظهور علامات التعب بسرعة ، حيث يرى العالم هامبورجر بأن مرحلة المراهقة هي فترة ارتباك بالنسبة للنواحي الحركية ، ومن هنا يمكن تلخيص أهم الاضطرابات الحركية في ما يلي:

* الافتقار إلى الرشاقة:

إن حركات المراهق تقتصر إلى صفات الرشاقة ويتضح ذلك جليا بالنسبة لتلك الحركات التي تتطلب حسن التوافق من مختلف أجزاء الجسم.

*** الزيادة المفرطة في التحركات:**

كثيرا ما نجد أن الحركات العادية للمراهق ترتبط بدرجة كبيرة ببعض الحركات الجانبية الزائدة وتعني تلك الزيادة الواضحة في حركاته وعدم قدرته على الاقتصاد الحركي ونقص في هادفية الحركات.

*** نقص القدرة على التحكم:**

يجد المراهق صعوبة في اكتساب المهارات الحركية الجديدة ونادرا ما نجد التعلم من أول وهلة كما يظهر كذلك الخوف الذي يساهم في إعاقة اكتساب واستيعاب الحركات الجديدة.

*** التعارض في السلوك الحركي العام:**

يتميز سلوك المراهق بعدم الاستقرار الحركي والذي يظهر في القيام بمختلف الحركات الغير مقصودة فتجده دائم الحركة ن وفي بعض الأحيان نلاحظ أن حركاته تتسم بالفنور والتثاقل التي نصادفها كثيرا في حصص التربية الرياضية خاصة بالنسبة لأنواع الأنشطة التي تتطلب زيادة الفعالية وبذل الجهد « .(سعيد جلال و محمد العلاوي، 1975 ص159,161).

3-3-3 - أزمات صحية:

«إن المتاعب العرضية التي يتعرض لها الشباب في مرحلة المراهقة هي السمنة البدانة إذ يصاب المراهق بسمنة بسيطة مؤقتة لكن إذا كانت السمنة كبيرة يجب على تنظيم الأكل والعرض على الأطباء الأخصائيين فقد تكون ورائها اضطرابات شديدة في الغدد كما يجب عرض المراهقين على انفراد مع الطبيب لمعرفة متاعبهم» (مخائيل خليل معوض ، 1999 ص 76).

3-4 - علاقة اللاعب المراهق بالرياضة:

« يتفق ريتشارد أولرمان (1983) مع فرويد في اعتبار اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للتوتر والإحباط الذي من شأنه أن يعطل الطاقة الغريزية للهو ، فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة اجتماعية مقبولة ويستطيع المراهق التحكم في صراعاته اللاشعورية المرتبطة بمرحلة الطفولة وبالتالي التحكم في ذاته والواقع.

و بفضل اللعب والنشاط الرياضي يتمكن المراهق من تقويم وتقييم إمكانياته الفكرية والعاطفية والبدنية ومحاولة تطويرها باستمرار كما تسمح له بالانفصال المؤقت عن الواقع بحثا عن صدى واقعي لهواته في عالم الأشياء وعالم الأشخاص .

كما يرى (منيجيتر 1924 MENNIGETER) أن اللعب والرياضة من أنماط الصراع الرمزي الذي يركز أساسا على العدوانية و السلوكيات الغير مقبولة اجتماعيا . كما أن الضغط الذي تولده التوترات الجنسية والعدوانية ، يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل الممارسة الرياضية باعتبارها الوسيلة المقبولة اجتماعيا وباعتبارها كذلك الطريقة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاتيته وتكوين هويته والتحكم في انفعالاته وبالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي . إن من أزمات الشباب المعاصر كما قال (أريك أركيسون) تتمحور حول مسألة تكوين الهوية ، فيتوقف نجاح الشباب في تخطي هذه الأزمة على كيفية مواجهتهم للمشاكل التي تعترضهم والمشكلة الأساسية في هذه المرحلة هي تحقيق السيطرة الذاتية على الدوافع الجنسية و السلوكيات العدوانية حتى يتم التحكم فيها دون كبتها.

« الرياضة تمكن المراهق من تجاوز الحوار اللغوي إلى اللغة الجسدية التي تسهل له التعبير المطلق عن المكونات البسيكوفيزيولوجية، حيث أن جزء كبير همشته مادية الحضارة فعن طريق الحركة يتجاوز المراهق جميع القوانين والتقنيات والمحرّمات التقليدية المفروضة ، وبذلك يحاول تجاوز الواقع وبمعنى آخر تحدث قطيعة إيجابية مع الحياة اليومية الروتينية فالإيجابي يتجه نحو الرياضة والسلبى يتجه نحو المخدرات والجرائم (Benmard.Gani.Giali.Bycho , 1971p91)

- الرياضة تعد عاملا هاما في بناء الأخلاق القومية وتقتل عناصر الجريمة.

- نستنتج من كل هذا هي الوسيلة الأرقى لتحقيق حاجات المراهق.

3-5- أهمية ممارسة كرة القدم في المرحلة العمرية أقل من 17 سنة:

لرياضة كرة القدم أهمية كبيرة عند المراهقين لما لها من شهرة عالمية وإقبال واهتمام كبير من مختلف شرائح المجتمع وهذا يدل بوضوح أنها تلبى حاجيات المراهق الضرورية وتساعد على النمو الجيد والمتوازن . ومن الإيجابيات المميزة لأهمية كرة القدم نجد:

- هي الوسيلة المهمة في تربية روح الجماعة والتعاون واحترام الآخرين وبصفتها نشاط جماعي فهي تخلصه من السلوك الأناني والعدواني وتدفعه للعمل لصالح الجماعة.
- تشعر اللاعب بالمسؤولية والاعتماد على النفس انطلاقاً من القيام بدوره داخل الفريق.
- تساهم مساهمة فعالة في توسيع العلاقات بين أعضاء الفريق وذلك من خلال احتكاكهم ببعضهم البعض.
- تنمي روح تقبل النقد والاعتراف بالخطأ انطلاقاً من احترام قرارات المدرب أو الحكم وحتى آراء الزملاء.
- تساهم في تنمية صفة الإرادة والشجاعة.
- تعود الفرد على النشاط والحيوية وتبعده عن الكسل والخمول.
- تربي اللاعب على الانضباط والنظام.
- تساهم في توجيه الطاقة الزائدة عند الشباب توجيهها سليماً يعود عليهم بالفائدة ، خاصة من الجانب الصحي ، إذ تمتص ما لديهم من فائض في الطاقة فتخفف بذلك من دوافعهم المكبوتة.
- تساعد على تنمية الذكاء والتفكير ، حيث أن هناك مواقف تجبر اللاعب على استعمال ذكائه للتغلب على الخصم والتفكير في الحل المناسب حسب الوضعية المصادفة.
- تعتبر نشاطاً ترويحياً هذا ما يساعد اللاعب المراهق على التخفيف من حدة الاضطرابات النفسية والتخلص من العزلة والانطواء.
- تساعده على اكتساب مهارات وخبرات جديدة تعطيه دفعا قويا للتعمق أكثر في شتى مجالات الحياة .
- تساعده على استغلال وقت فراغه إيجابياً ، وتنمي فيه صفة التعاون المهمة في حياة الفرد الاجتماعي. (محمد محمود الافندي، ص 453)

خلاصة:

تعتبر المراهقة مرحلة حساسة في حياة الفرد حيث يكون غير ناضج كليا وتتأثر هذه الاخيرة بعوامل داخلية فيزيولوجية، عقلية، نفسية تؤثر في سلوكه وعلى شخصيته في المستقبل، وخاصة هي المرحلة التي تتفجر فيها طاقات المراهق، ومن أجل ذلك اهتم العلماء في ميدان التدريب الرياضي بهذه المرحلة و ذلك حتى يكون صالحا في مجتمعه يفيد و يستفيد حيث تعتبر المراهقة مرحلة انتقالية مابين الطفولة والرشد و تتميز بخصائص وتغيرات حسب الجنس والبيئة التي يعيش فيها ونمط التدريب المتبع.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية

والميدانية للدراسة

تمهيد

إن البحوث العلمية عموماً تهدف إلى الكشف عن الحقائق، حيث تكس قيمة هذه البحوث في التحكم في المنهجية المتبعة فيها ، ومصطلح المنهجية يعني " مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه ، وبالتالي فإن الوظيفة المنهجية هي جمع المعلومات ، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها (فريدريك معتوق، 1998 ، ص 231) .

وبهدف توضيح الطرق التي تم اعتمادها في تصنيف وترتيب وقياس وتحليل المعلومات التي تم جمعها في الجانب النظري.

تناولنا في هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية من حيث بعدها الزمني والمكاني ثم الأداة المستخدمة في الدراسة حيث تطرقنا إلى الشروط العلمية التي يجب أن تتوفر في أداة البحث من صدق وثبات و موضوعية، كما قمنا بضبط متغيرات الدراسة وحصر مجتمع البحث والعينة. التي قمنا باختيارها والطريقة التي اعتمدناها في تحديد حجم العينة. كما تناول هذا الفصل المنهج العلمي المستخدم في الدراسة وبيّن كيفية تطبيق الإجراءات الميدانية وتطرقنا إلى الأساليب الإحصائية التي اعتمدنا عليها في تحليل المعطيات التي جمعناها عن طريق شبكة الملاحظة.

4-1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في القاء نظرة استشرافية عامة حول جوانب الدراسة الميدانية لبحثه، فهي بمثابة القاعدة الأساسية التي تبنى عليها التصورات الأولية، والغرض منها هو تبيين مشكلة البحث وكذلك في الوقوف على الواقع الميداني لمدربي كرة القدم، فالبحوث الاستطلاعية هي تلك البحوث التي تتناول موضوعات جديدة لم يتطرق إليها أي باحث من قبل ولا تتوفر عنها بيانات أو معلومات أو حتى يجهل الباحث كثيرا ما هي أبعادها وجوانبها ... الخ .

اذ لا يخفى على أي باحث أن ضبط سؤال الاشكالية وصياغة الفرضيات، هو أساس انطلاق الدراسة، أما أدوات البحث المناسبة فهي اساس انجاز الجانب الميداني الذي يعطي مصداقية للإشكالية، وعليه قام الباحث بخطوات تمهيدية والتي كان الغرض منها اعداد أرضية جيدة للعمل وهذه الخطوات يمكن حصرها فيما يلي:

- القاء نظرة حول واقع سير العملية التدريبية ومعرفة الأسس التي تبنى عليها التدريبات.
 - الوقوف على الصعوبات والمعوقات التي قد تعترض الباحث خلال الدراسة الأساسية أثناء التطبيق الفعلي للبرنامج التجريبي وبالتالي العمل على تعديلها وتكييفها قبل الشروع في تطبيق التجربة الأساسية.
 - التعرف على أفراد العينة قيد الدراسة من خلال التقرب منهم ومقابلتهم بشكل شخصي.
- خلال هذه الدراسة قمنا بإجراء عدة خطوات أولية ضرورية، وذلك لاستكشاف ميدان دراستنا الأساسية والتعرف على مدى ملاءمة الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة، بالإضافة للوقوف على بعض الصعوبات التي قد تعترض مسار البحث:

4-1-1- خطوات الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مرحلة تجريب الدراسة بقصد استطلاع إمكانيات التنفيذ وبقصد اختبار مدى سلامة الأدوات المستخدمة في البحث ومدى صلاحيتها.

ويمكن اعتبار هذه الدراسة صورة مصغرة للبحث وهي تستهدف اكتشاف الطريق واستطلاع معالمه أمام الباحث قبل أن يبدأ التطبيق الكامل للخطوات التنفيذية والتي قمنا بها بتاريخ 2022/04/10.

وتتمثل أهداف الدراسة الاستطلاعية في:

- التقرب من العينة ومعرفة الفريق عن قرب.
- الاتفاق مع مسيري ومدربي الفريق على تطبيق البرنامج.
- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث عند تطبيق الدراسة الأساسية.
- إجراء مقابلات مع المدربين لمعرفة كيفية شرح اللاعبين التكتيكية وخطط اللعب ومدى استعمالهم للوسائل التعليمية وإذا ما كانوا يسجلون مباريات الفريق بالفيديو أم لا.

4-2- منهج البحث:

دون شك لابد من التمييز بين نوعين من المناهج ونقصد بذلك التمييز بين المناهج التي تستخدم الكم، والمعروفة بالمناهج الكمية والتي تعتمد على الكيف و التي يطلق عليها المناهج الكيفية، وهذا التمييز يعود في الحقيقة إلى طبيعة الموضوعات التي يطبق عليها المنهج العلمي كما أن الاختلاف في تصنيف العلوم له هو الآخر دور في هذا فهناك علوم المادة، وعلوم تجعل من الإنسان محور لها و هي ما تصطلح عليها بالعلوم الإنسانية والاجتماعية. (بوحفص، 2009، ص 21)

إن أول أساس تبنى عليه أي دراسة علمية هو اختيار المنهج والذي تتم بموجبه المعالجة الميدانية للظاهرة على اعتبار أن المنهج هو الكيفية أو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة موضوع البحث وهو يجب بذلك على الكلمة الاستفهامية كيف. (قنديلجي والسامرائي، 2009، ص 107)

ولكي تحدد طبيعة المنهج الذي تتبعه فإننا تحدد طبيعة الموضوع المدروس من قبل وذلك لان طبيعة المنهج تتوقف على طبيعة الظاهرة وأن أول مشكلة تصادف الباحث هي اختيار المنهج المناسب للدراسة. (رشوان وعبد الحميد، 2006، ص 108)

وقد اخترنا المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة لملاءمته لطبيعة الموضوع باعتباره موضوع يركز على تطبيق برنامج تدريبي على أفراد العينة والتحقق من أثر هذا البرنامج.

ويعد أحد المناهج الأساسية في إجراء البحوث العلمية، فهو المنهج الذي تتمثل فيه معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة، باعتباره يستخدم التجربة في قياس الظاهرة المراد التحري عنها، وذلك باستخدام التصميم التجريبي المتكافئ. (القياس القبلي و البعدي) " (شفيق، 2000، ص 65)

4-3-3- مجتمِع و عينة الدراسة :

4-3-1- مجتمِع الدراسة :

هو مجموع الحالات التي تنطبق عليها خصائص معينة تحدد وفقا لموضوع الدراسة، ويتكون مجتمِع البحث في دراستنا من فريق اشبال النادي الرياضي لبلدية بني ولبان U17 .

4-3-2- عينة البحث :

تعد عينة البحث ضرورة من ضرورات البحث العلمي ، حيث يجب أن تمثل مجتمِع البحث تمثيلا صحيحا وحين يجمع الباحث بياناته و معلوماته قد يلجأ إلى جمعها إما من المجتمِع الأصلي كله أو من عينة تمثل هذا المجتمِع . (زرواتي ، 2007 ، ص 343)

و هي " نموذج يشمل جانبا أو جزء من وحدات المجتمِع الأصلي المعني بالبحث تكون ممثلة له بحيث تحمل صفاته المشتركة و هذا النموذج أو الجزء يعني الباحث عن دراسة كل وحدات و مفردات المجتمِع الأصلي خاصة في حالة صعوبة أو استحالة دراسة كل الوحدات . " (إبراهيم ، 2003 ، ص 255)

و قد اخترنا العينة بالطريقة القصدية (العمدية) و تمثلت في لاعبي فريق اشبال النادي الرياضي لبلدية بني ولبان U17 الذين ينشط في بطولة الناشئين لرابطة قسنطينة و عددهم : 14 لاعبا يمثلون العينة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التكتيكي المبني على الألعاب المصغرة .

4-3-2-1- معايير اختيار العينة:

تم اختيار أفراد العينة على أساس المعايير التالية:

* اختيار اللاعبين الأكثر انضباطا وأحسنهم سلوكا حتى يتمكن الباحث من التطبيق الجيد لسير التجربة، حيث ساعدنا في هذا الاختيار مدرب الفريق.

* أن يكون اللاعبون أساسيين في التشكيلة قصد تسجيل مبارياتهم.

* اختيار عينة صغيرة قصد التحكم في مجريات الدراسة التي تعتمد على التجربة.

* اختيار 4 مدافعين و 5 لاعبي الوسط و 5 مهاجمين من الفريق.

* تم استبعاد حراس المرمى.

4-4- مجالات الدراسة :

4-4-1- المجال المكاني:

الملعب البلدي لبلدية بني ولبان أين تم تطبيق البرنامج التدريبي وتصوير بعض المباريات.

4-4-2- المجال البشري:

لاعبو أشبال فريق نجم بني ولبان (U17).

4-4-3- المجال الزمني:

موسم 2022/2021

الدراسة الاستطلاعية كانت في 2022/04/10

تطبيق البرنامج كان في الفترة الممتدة من 2022/04/15 الى 2022/06/05

4-5- متغيرات البحث:**4-5-1- المتغير المستقل:**

هو المتغير التجريبي، المتغير المراد معرفة تأثيره على الظاهرة، بهذا فتطبيق البرنامج التدريبي المبني على الألعاب المصغرة يعتبر بمثابة المتغير المستقل لهذه الدراسة.

4-5-2- المتغير التابع:

هو المتغير الناتج من تأثير المتغير التجريبي أي من البرنامج المنفذ، التكتيك الهجومي هو المتغير التابع في هذه الدراسة.

4-5-3- المتغيرات الدخيلة:

المتغيرات الدخيلة، هي التي يقوم الباحث بضبطها كي لا تؤثر على المتغير التابع ، ليترك متغير واحد فقط يقوم بتغييره ليرى مدى تأثيره في المتغير التابع ، لهذا فقد قمنا بضبط متغير السن ، الذكاء ، المهارات الأساسية في كرة القدم ، و القدرات البدنية مع التأكيد على تلقي المجموعتين التجريبية للبرنامج التدريبي بعد موافقة المدربين المشرفين على الفريق .

4-6- أدوات وتقنيات الدراسة:

استخدمنا الأدوات التالية:

1- البرنامج التدريبي المعتمد بالألعاب المصغرة.

2- شبكة الملاحظة.

3 - أدوات التسجيل والتصوير و عرض المباريات: كاميرا فيديو او هاتف، جهاز كمبيوتر محمول، مقيانتان.

4-6-1- البرنامج التدريبي باستخدام الألعاب المصغرة:

قمنا بالتنسيق مع مدرب فريق نجم بني والبان لأقل من 17 سنة - U17 - و بالاطلاع علي خطة عملهم السنوية بإجراء بعض التعديلات على محتوى الحصص التكتيكية، من خلال الاطلاع علي العديد من الكتب و المراجع الخاصة بالتحضير التكتيكي في كرة القدم و الأبحاث و الدراسات السابقة التي تناولت تصميم البرامج التكتيكية و بالرجوع إلى بعض مواقع الأنترنت.

4-6-1-1- أسس إعداد البرنامج:

- أن يتماشى البرنامج مع خصائص اللاعبين والمرحلة العمرية.
- أن يراعي البرنامج التسلسل المنطقي المنظم في تطبيق الألعاب.
- أن يراعي البرنامج الفروق الفردية بين اللاعبين ومراكز اللعب.
- أن يراعي البرنامج توفير الامكانيات والأدوات والمكان المناسب لتنفيذ البرنامج.
- أن يراعي في اختيار الألعاب التكتيكية مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب.
- أن يحقق البرنامج الأهداف التكتيكية المرجوة انطلاقاً من التشخيص الأولي.
- التنوع بين الألعاب التكتيكية والألعاب التنافسية.
- وقمنا بعد ذلك بعرض البرنامج المنجز على مجموعة من المحكمين والخبراء في هذا المجال. (ملحق رقم 01).

وأجمعوا على مراعاته لمبادئ التدريب وملاءمته للمرحلة العمرية و أهدافه.

واشتمل البرنامج على 16 حصة تدريبية، موزعين على 8 أسابيع بمعدل حصتين (2) كل أسبوع ، و الجدول الموجود في الملاحق يوضح توزيع الأهداف على الحصص الأسبوعية .

4-6-2- شبكة الملاحظة :

صمنا شبكة الملاحظة، من خلال الرجوع إلى العديد من الخبراء في مجال تدريب كرة القدم، و أيضا بعد الاطلاع على العديد من الدراسات و الأبحاث في هذا المجال . واشتملت على ملاحظة أداء خطوط اللاعبين على حدة وعلى أداء الفريق ككل، و تم ملء هذه الشبكات بعد تصوير مباراة لفريق نجم بني والبان تنفيذ البرنامج المسطر و إعادة ملئها بعد تصوير مباراة أخرى للفريق بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج.

4-6-2-1- صدق الأداة:

للتأكد من صدق شبكة الملاحظة، قمنا بعرضها على مجموعة المحكمين الملحق رقم 03 للتأكد من :

- مناسبة متغيرات الأداء التكتيكي الهجومي الفردي والجماعي.
- تقييم النقاط الأساسية لتحليل المباريات.
- عدد المباريات المناسبة لموضوع الدراسة.
- إضافة بعض المتغيرات الخاصة بالأداء التكتيكي الهجومي.
- إبداء الرأي على طريقة كتابة النتائج وتقييم لاعبي الفريق.

قمنا بإجراء التعديلات المناسبة على شبكة ملاحظة الاداء التكتيكي الهجومي بناء على ملاحظات السادة محكمي الدراسة و صورتها النهائية موضحة في (الملحق رقم 02) .

4-6-2-2- موضوعية الأداة:

يمكن لأي محكم أن يملأ بطاقة الملاحظة، دون أن يختلف مع أي محكم آخر، لهذا فإن شرط الموضوعية متوفر .

4-6-3- أدوات التسجيل والتصوير وعرض المباريات:

- كاميرا فيديو او هاتف.

- جهاز حاسوب محمول.

- مقياتيان.

4-7- المعالجة الإحصائية :

وهي من أهم الطرق المؤدية إلى فهم العوامل الأساسية التي تؤثر على الظاهرة المدروسة من خلال الوصول الى نتائج يتم تحليلها ومناقشتها بعد ذلك، علما ان لكل بحث وسيلته الإحصائية الخاصة والتي تتناسب مع نوع المشكلة وخصائصها وهدف البحث ، حيث تمت المعالجة الإحصائية بالاستعانة برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS22 .

4-7-1- المتوسط الحسابي :

يعرف الوسط الحسابي لمجموعة من القيم بأنه مجموع هذه القيم مقسوما على عددها ، ويرمز في العادة الى الوسط الحسابي بالرمز (\bar{X}) فإذا كان لدينا مجموعة من المشاهدات (n) مثل $X_1 X_2 \dots X_n$:

$$\bar{X} = \frac{\sum x_i}{N}$$

4-7-2- الانحراف المعياري :

يتم حسابه لمعرفة تقارب أو تباع المجموعة عن وسطها الحسابي وعلاقته كالتالي:

$$S = \sqrt{\frac{\sum(x_i - \bar{X})^2}{N}}$$

4-7-3- معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون :

يتم حسابه لمعرفة قيمة الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لتحديد معامل الثبات (محمد صبحي حسانين ، 1995 ، ص 193) .

$$r = \frac{n\sum(xy) - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{n\sum x^2 - (\sum x)^2} \sqrt{n\sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

❖ حيث : Σ : يقصد بها المجموع

❖ $x . Y$: متغيرات (درجات الاختبار)

❖ n : حجم العينة

4-7-4- صدق الاختبار : (الصدق الذاتي)

يمكن حساب صدق الاختبار من الثبات ، وذلك لوجود ارتباط قوي بين صدق الاختبار وثباته لأن كل اختبار صادق هو بالضرورة ثابت ، وذلك بتطبيق القانون الآتي :

$$\sqrt{\text{معامل الصدق} = \text{معامل الثبات}}$$

4-7-5- اختبار ت ستيودنت :

يستخدم هذا النوع من الاختبار لقياس دلالة الفروق بين المتوسطات المرتبطة والغير مرتبطة، ولعينات متساوية وغير متساوية . (عدنان حسين الجادي ، يعقوب عبد الله أبو طور ، 2009 ، ص ، 424) وهي طريقة إحصائية من الطرق التي تستخدم في حساب الفروق بين المتوسطات الحسابية ، وتستخدم الاختبارات القبول أو رفض العدم بمعنى آخر اختبارات تستطيع تقييم الفرق بين المتوسطات الحسابية تقيما مجردا من التدخل الشخصي وفي حالة العينات الأقل من 30 تستخدم الصيغة التالية : (عبد الوصيف والسامرائي ، 1996 ، ص 75)

$$T = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{\theta_1^2 + \theta_2^2}{n}}}$$

4-9- صعوبات البحث :

صادفنا بعض الصعوبات أثناء القيام بدراستنا منها:

- قلة المراجع والكتب في المكتبة التي نتحدث عن هذا الموضوع.
- تسجيل عدم انتظام اللاعبين في الحصص التدريبية بذريعة تحضيرهم للاختبارات من جهة والتزامهم حضور الدروس الخصوصية.
- نقص الإمكانيات مما أجبرنا على استعمال الهاتف في عملية تصوير المباريات.
- صعوبة بناء برنامج تدريبي مبني على الألعاب المصغرة ليتماشى مع برنامج تدريب الفريق .
- صعوبة قياس الأداء التكتيكي الهجومي نظرا لكثرة المواقف التكتيكية والمتغيرات مما أجبرنا على الاستعانة ببعض الأساتذة لمساعدتنا في ضبط شبكة الملاحظة.

الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة

النتائج

تمهيد

تعتبر عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي تلزم الباحث على القيام بها من اجل التحقق من صحة الفرضيات أو عدم صحتها ولكن العرض وحده غير كافي للخروج بنتيجة ذات دلالة علمية وإنما يجب على الباحث أن يقوم بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج حتى تصبح لها قيمة علمية تعود بالفائدة على البحث بصفة عامة.

في هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم التوصل اليها على ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة والمرتبطة بالبحث ، حيث ستحاول اعطاء بعض التقاسير لإزالة الأشكال المطروح خلال الدراسة ، والتي يجب الحرص على أن تكون مصاغة بطريقة منظمة تمكن من توضيح مختلف الأمور المتعلقة بذلك وحتى لا نقع في أي التباس أثناء تقديم هذه الشروحات ، فلقد حرص الباحث على أن تتم العملية بطريقة علمية منظمة حيث سنقوم بعرض النتائج المسجلة ومعالجتها معالجة احصائية وكذا تقديم تحليل مفصل لهذه النتائج وبالتالي الخروج باستنتاج لكل قياس ، والهدف الرئيسي من هذا الفصل هو تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية يمكن الاعتماد عليها في اتمام هذه الدراسة.

5-1- عرض و تحليل النتائج :

01- عدد التمريرات القصيرة:

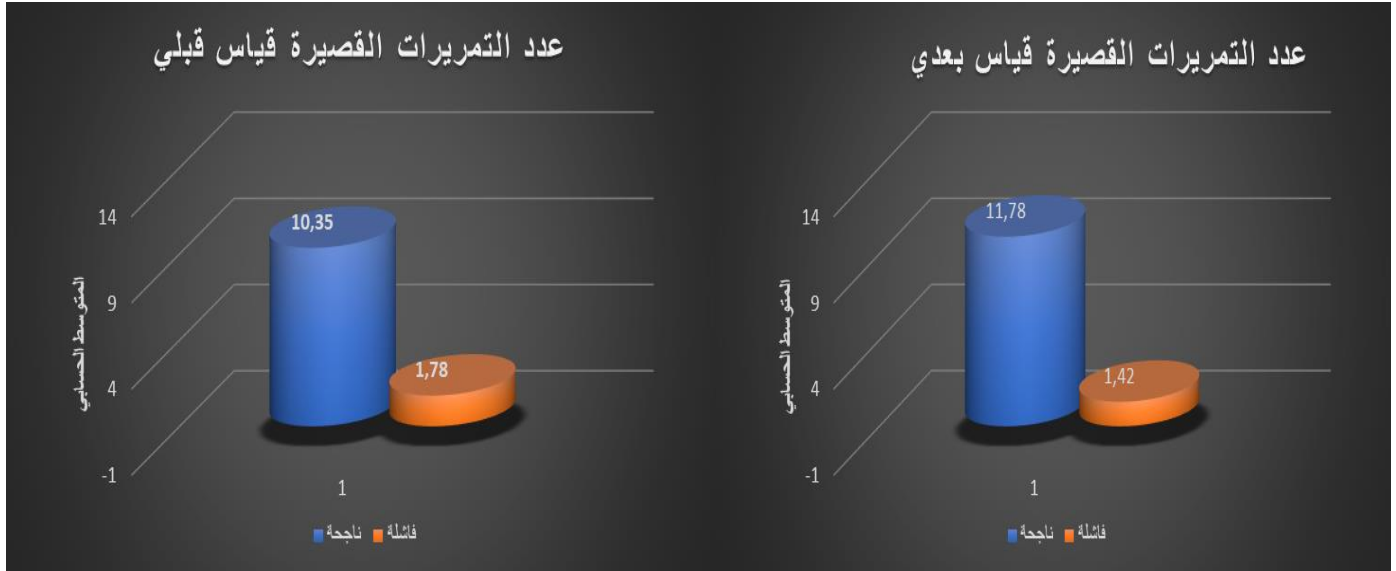
جدول رقم 1 يوضح دراسة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لعدد التمريرات القصيرة لعينة الدراسة.

المتغير	التقييم	النتيجة		T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري S	الدلالة الاحصائية
		قبلي	بعدي				
عدد التمريرات القصيرة	ناجحة	10.35	11.78	3.150	1.771	1.69	دال
	فاشلة	1.78	1.42	1.439	1.771	0.92	غير دال

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم 01 نلاحظ أن المتوسط الحسابي لعدد التمريرات القصيرة الناجحة في القياس القبلي لعينة الدراسة يساوي 10.35 أما البعدي فيساوي 11.78 ، وقيمة ت المحسوبة بين القياسين تساوي 3.150 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.771 ، وهذا ما يدل على وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي يعني حدوث زيادة في عدد التمريرات الناجحة .

و نلاحظ كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في عدد التمريرات القصيرة الفاشلة لصالح القياس القبلي حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 1.439 التي كان اصغر من ت الجدولية 1.771 مما يعني نقصان في عدد التمريرات الفاشلة .

والانحراف المعياري للتمريرات الناجحة بين القبلي و البعدي كان 1.69 و الانحراف المعياري للتمريرات الفاشلة بين القبلي و البعدي كان 0.92 .



شكل بياني رقم (01) يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية والقبلية لعدد التمريرات القصيرة .

ويعزي الباحث هذه الفروق إلى التحسن في مستوى التمرير القصير الذي عرفه أفراد عينة الدراسة جراء تطبيق البرنامج التدريبي من خلال الوحدات التدريبية المتضمنة العاب مصغرة التي تساعد اللاعب على التوضع الصحيح لطلب الكرة وتنفيذ عدة تمريرات قصيرة من مختلف الوضعيات.

02- عدد التمريرات الطويلة :

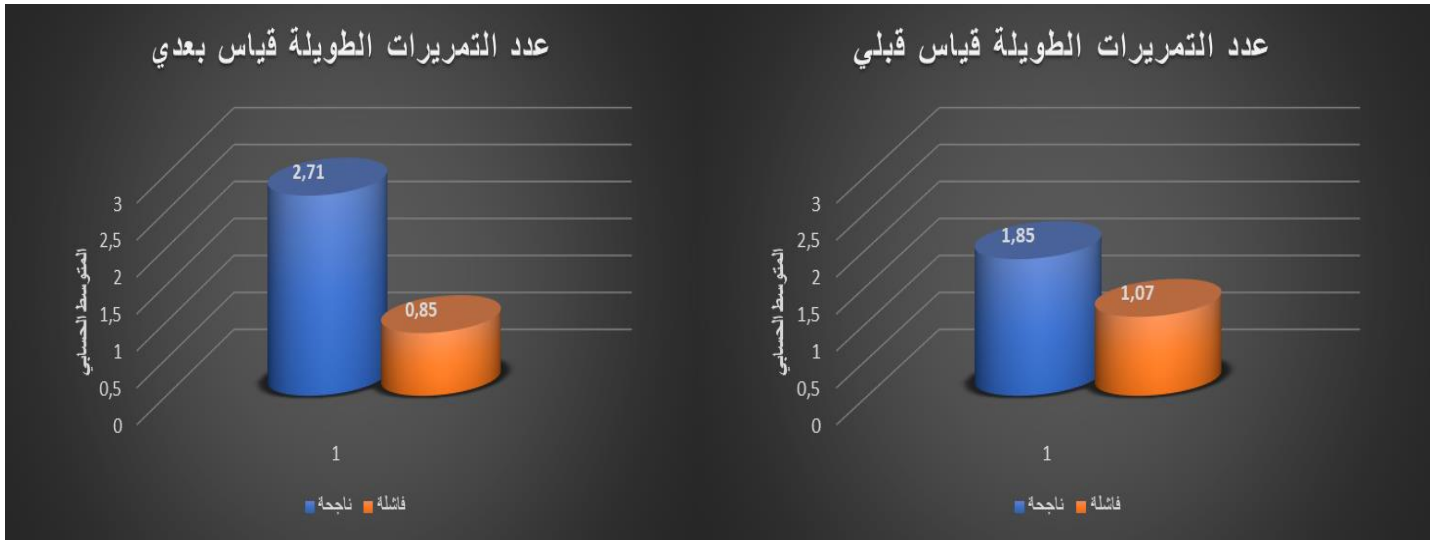
جدول رقم : 02 يوضح دراسة الفروق بين القياس القبلي و البعدي لعدد التمريرات الطويلة لعينة الدراسة.

المتغير	التقييم	النتيجة		T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري S	الدالة الاحصائية
		قبلي	بعدي				
عدد التمريرات الطويلة	ناجحة	1.85	2.71	4.83	1.771	0.66	دال
	فاشلة	1.07	0.85	1.14	1.771	0.69	غير دال

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم 02 نلاحظ أن المتوسط الحسابي لعدد التمريرات الطويلة الناجحة في القياس القبلي لعينة الدراسة يساوي 1.85 أما البعدي فيساوي 2.71 ، وقيمة ت المحسوبة بين القياسين تساوي 4.83 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.771 ، وهذا ما يدل على وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي .

و نلاحظ كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في عدد التمريرات الطويلة الفاشلة لصالح القياس القبلي حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 1.14 التي كانت اصغر من ت الجدولية .

و الانحراف المعياري للتمريرات الطويلة الناجحة القبلي و البعدي كان 0.66 و الانحراف المعياري للتمريرات الطويلة الفاشلة القبلي و البعدي كان 0.69 .



شكل بياني رقم (02) يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية والقبلية لعدد التمريرات الطويلة.

يرجح الباحث زيادة متوسط التمريرات الطويلة إلى التطور الذي مس دقة التمرير الطويل و الذي عرفه أفراد عينة الدراسة ، هذا راجع الى الأهداف المرجوة من الألعاب التي تضع اللاعب في مواقف تحفزه على أداء تمريرات طويلة.

03- عدد مرات تغيير جهة الهجوم :

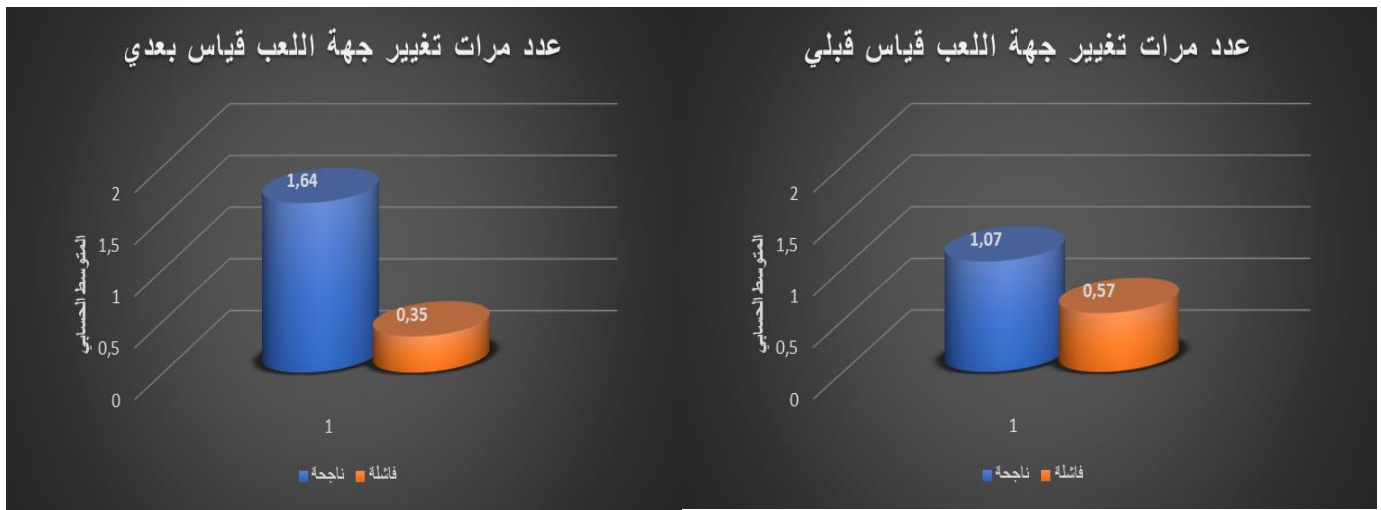
جدول رقم : 03 يوضح دراسة الفروق بين القياس القبلي و البعدي لعدد مرات تغيير جهة الهجوم للعينة

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم 03 نلاحظ أن المتوسط الحسابي لعدد مرات

المتغير	التقييم	النتيجة		T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري S	الدلالة الاحصائية
		قبلي	بعدي				
عدد مرات تغيير جهة الهجوم	ناجحة	1.07	1.64	2.82	1.771	0.75	دال
	فاشلة	0.57	0.35	1.88	1.771	0.42	دال

تغيير جهة الهجوم الناجحة في القياس القبلي لعينة الدراسة يساوي 1.07 أما البعدي فيساوي 1.64 ، وقيمة ت المحسوبة بين القياسين تساوي 2.82 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.771 ، وهذا ما يدل على وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي أي زيادة في مرات تغيير جهة اللعب الناجحة .

و نلاحظ كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في عدد المرات الفاشلة لتغيير جهة الهجوم لصالح القياس البعدي حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 1.88 التي كانت اكبر من ت الجدولية 1,771 .



شكل بياني رقم (03) يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية والقبلية لعدد مرات تغيير جهة الهجوم .

ينسب الباحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في عدد مرات تغيير جهة الهجوم الفاشلة ، إلى عدم بلوغ الأهداف التكتيكية من الوحدات التدريبية بسبب عدم فهم اللاعبين صيغة الألعاب وضعف في استجابتهم لها.

04- عدد التمريرات المفتاحية :

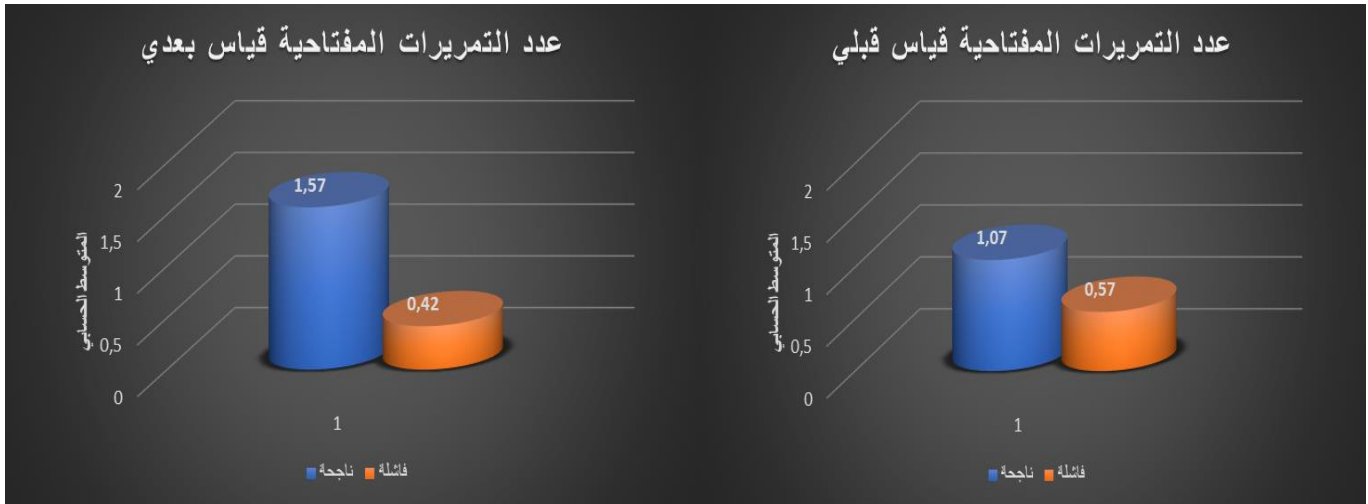
جدول رقم : 04 يوضح دراسة الفروق بين القياس القبلي و البعدي لعدد التمريرات المفتاحية لعينة الدراسة .

المتغير	التقييم	النتيجة		T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري S	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
		قبلي	بعدي					
عدد التمريرات المفتاحية	ناجحة	1.07	1.57	2.87	1.771	0.65	0.05	دال
	فاشلة	0.57	0.42	0.80	1.771	0.66	0.05	غير دال

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم 04 نلاحظ أن المتوسط الحسابي لعدد التمريرات المفتاحية الناجحة في القياس القبلي لعينة الدراسة يساوي 1.07 أما البعدي فيساوي 1.57، وقيمة ت المحسوبة بين القياسين تساوي 2.87 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.771 ، وهذا ما يدل على وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي .

و نلاحظ كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في عدد التمريرات الحاسمة الفاشلة لصالح القياس القبلي حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 0.80 التي كانت اصغر من ت الجدولية مما يعني نقص في عدد التمريرات المفتاحية الفاشلة .

و الانحراف المعياري بين التمريرات المفتاحية الناجحة القبلية و البعدية كان 0.65 اما و الانحراف المعياري بين التمريرات المفتاحية الفاشلة القبلية و البعدية كان 0.66 .



شكل بياني رقم (04) يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية والقبلية لعدد التمريرات المفتاحية .

تبين هذه الفروق إلى التحسن في مستوى التمرير الحاسم الذي عرفه أفراد عينة الدراسة جراء الوحدات التدريبية التي ركز فيها الباحث على مدى التزام اللاعبين باللعب من أجل خلق أكبر عدد من الفرص للتسجيل من خلال التمريرات التي تكون في العمق من مختلف الوضعيات.

05- عدد التسديدات على المرمى :

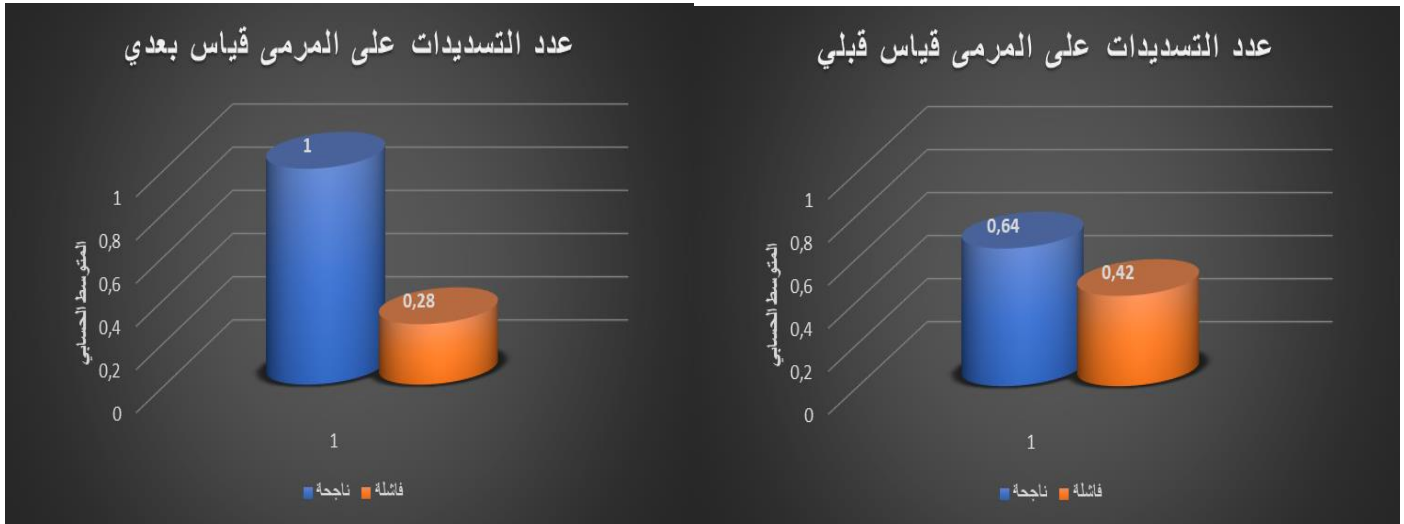
جدول رقم : 05 يوضح دراسة الفروق بين القياس القبلي و البعدي لعدد التسديدات على المرمى لعينة الدراسة.

المتغير	التقييم	النتيجة		T المحسوبة	T الجدولية	الانحراف المعياري S	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
		قبلي	بعدي					
عدد التسديدات على المرمى	ناجحة	0.64	1.00	2.68	1.771	0.49	0.05	دال
	فاشلة	0.42	0.28	1.00	1.771	0.53	0.05	غير دال

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم 05 نلاحظ أن المتوسط الحسابي لعدد التسديدات على المرمى الناجحة في القياس القبلي لعينة الدراسة يساوي 0.64 أما البعدي فيساوي 1.00 ، وقيمة ت المحسوبة بين القياسين تساوي 2.68 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.771 ، وهذا ما يدل على وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس البعدي .

و نلاحظ كذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في عدد التسديدات الفاشلة لصالح القياس القبلي حيث بلغت قيمة ت 1.00 ، وهي أصغر من قيمة ت الجدولية 1.771 عند مستوى الدلالة 0.05 .

و الانحراف المعياري لعدد التسديدات على المرمى الناجحة بين القبلي و البعدي كان 0.49 اما الانحراف المعياري لعدد التسديدات على المرمى الفاشلة بين القبلي و البعدي كان 0.53.



شكل بياني رقم (05) يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية والقبلية لعدد التسديدات على المرمى.

يرى الباحث أن الزيادة التي مست المتوسط الحسابي لعدد التمريرات المفتاحية الناجحة ، ساهم بشكل مباشر في خلق فرص أكثر للاعبين أمام المرمى ، مما أدى إلى ارتفاع متوسط عدد التسديدات على الهدف بشكل ناجح .

06- مدة الاستحواذ على الكرة :

جدول رقم : 06 يوضح دراسة الفروق بين القياس القبلي و البعدي لمدة الاستحواذ على الكرة لعينة الدراسة .

نسبة التطور	مقدار التغير بين المتوسطات	اختبار مدة الاستحواذ على الكرى		
		البعدي	القبلي	
27.39%	0.86	4	3.14	المجموعة التجريبية

من خلال النتائج المسجلة في الجدول رقم 06 نلاحظ أن المتوسط الحسابي لمدة الاستحواذ على الكرة في القياس القبلي لعينة الدراسة يساوي 3.14 أما البعدي فيساوي 4 ، وقيمة الفرق بين المتوسطات تساوي 0.86 و نسبة التطور كانت 27.39% وهذا ما يدل على و جود تحسن في مدة الاستحواذ .



شكل بياني رقم (06) يوضح فرق المتوسطات الحسابية البعدية والقبلية لمدة الاستحواذ على الكرة.

هذا الفرق بسبب تركيز الباحث خلال الوحدات التدريبية على الألعاب المصغرة التي تساهم في زيادة مدة استحواذ اللاعبين على الكرة ، مع تلقي الباحث استحسانا من طرف عينة الدراسة ومدى تجاوبهم مع المواقف التكتيكية .

5-2- مناقشة النتائج:

في إطار بحثنا والذي يتطرق إلى دراسة أهمية استعمال الألعاب المصغرة في تحسين التكتيك الهجومي في كرة القدم لدى لاعبين الاشبال (U17) والتي أجريت هذه الدراسة على اشبال فريق النادي الرياضي لبلدية بني والبان ومن خلال النتائج المحصل عليها خلال القياسات القبلية والبعديّة وشملت : عدد التمريرات القصيرة ، عدد التمريرات الطويلة ، مدة الاستحواذ على الكرة ، تغيير جهة الهجوم ، التمريرات المفتاحية و التسديدات على المرمى وقد كان هذا في الجانب التكتيكي الهجومي . وقد دونت كل هذه النتائج في الجداول رقم 01 إلى رقم 06 والتي سنقوم بمناقشة هذه النتائج المحصل عليها على ضوء الفرضيات المطروحة والتحليل الإحصائي في محاولة لإبراز العلاقة بين الألعاب المصغرة والتعلم التكتيكي الهجومي.

5-2-1- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

- و يرى الباحثان من خلال النتائج السابقة الموضحة في الجدول رقم 03 ان نتائج العينة حققت فروق دالة بين الاختبار القبلي و البعدي في قياس مرات تغيير جهة اللعب الناجحة و أيضا كانت هناك فروق دالة في مرات تغيير جهة اللعب أي حدث تطور في مرات تغيير جهة اللعب الناجحة و لم يكن هناك نقص في عدد مرات تغيير جهة اللعب الفاشلة و نفس الزيادة انه كان للبرنامج التدريبي فاعلية في تطوير مرات تغيير جهة اللعب الناجحة الذي كان يحتوي على جملة من الألعاب المصغرة التنافسية التي تحاكي اللعب في المباريات و منها 6 ضد 6 في نصف الملعب كما هو موضح في البرنامج التدريبي في الملاحق

و نفس عدم نقص مرات تغيير جهة اللعب الفاشلة الى صعوبة فهم اللعب للمواقف التكتيكية التي كانت صعبت الفهم بعض الشيء كتمرين 5 ضد 5 في مساحة 40-40 لما وقعهم في نفس الأخطاء ولاكن من خلال التحسن في المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري يؤكد الباحثان ان للبرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي في تحسين تكتيك تغيير جهة الهجمة لدى ناشئي الفريق البلدي لبلدية بني والبان اقل من 17 سنة و ذلك لان عدد مرات تغيير جهة الهجمة الناجحة اكبر من الفاشلة .

- و يرى الباحثان من خلال النتائج الإحصائية التي اوضحها الجول رقم 05 ان العينة أوضحة فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي في عدد التسديدات الناجحة على المرمى و نرى

أيضا عدم وجود فروق في عدد التسديدات الفاشلة على المرمى لصالح الاختبار القبلي أي كان هناك زيادة في عدد التسديدات الناجحة على المرمى و نقص في عدد التسديدات الفاشلة و هذا ما يدل على كفاءة البرنامج التدريبي المبني على الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك الهجمة لدى فريق اشبال النجم البلدي لبلدية بني والبان اقل من 17 سنة . ويعزي الباحث هذا التطور الى الزيادة في التمريرات المفتاحية التي زادة من خلق الفرص و أيضا الحصص التدريبية المضبوطة علميا التي ارتكزت على انهاء الهجمة و التي كانت تخدم الهدف العام وهو انهاء الهجمة كتمرين 4 ضد 4 في مساحته 40-40 مع وجود 4 اهداف و الذي كان هدفه انهاء الهجمة تحت الضغط و عدة تمارين أخرى كما هو موضح في البرنامج التدريبي التي عملة كلها علي تطوير تكتيك انهاء الهجمة .

تساهم الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك تغيير جهة اللعب و انهاء الهجمة ، ومن خلال النتائج المحصل عليها في الجداول من 03 و 05 ومن خلال ما عايشناه أثناء تطبيق البرنامج التدريبي تبين لنا صحة الفرضية الجزئية الأولى أي : هناك فروق ذات دلالة إحصائية تبين تأثير الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك تغيير جهة اللعب و انهاء الهجمة .

وهذا أيضا ما لوحظ في نتائج دراسة (سعودي أيوب , 2019-2018) اثر برنامج تدريبي مقترح على أساس الألعاب المصغرة في تطوير مهارة التصويب نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم صنف اقل من 17 سنة حيث اظهر البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في القياس البعدي لجميع الاختبارات لصالح المجموعة التجريبية .

و أيضا ما ظهر في نتائج دراسة (سليم لعمارة , سالم لخضر 2019) فعالية التدريب المدمج بمواقف تنافسية في تطوير أداء لاعبي كرة القدم حيث اظهرت و جود ذات فروق إحصائية لصالح الاختبار البعدي في كل من دقة التهديف و التمرير .

5-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

- يستخلص الباحثان من خلال النتائج السابقة الموضحة في الجدول رقم 01 ان نتائج العينة حققت فروق دالة بين الاختبار القبلي و البعدي في قياس عدد التمريرات القصيرة الناجحة و لم تكن هناك فروق دالة في عدد التمريرات القصيرة الفاشلة أي حدث تطور في التمريرات الناجحة و نقص في التمريرات الفاشلة و يؤكد الباحث ذلك الى فعالية البرنامج التدريبي المبني على الألعاب المصغرة المطبق على

عينة البحث لما تحتويه من العاب تكتيكية مختلفة التركيب من عدد اللاعبين و مساحة اللعب و التي هي موضحة في البرنامج التدريبي و التي كانت تخدم الهدف المرجو كتمرين 6 ضد 6 في مساحة 30-50 و الذي كان هدفه تحسين التمرير تحت الضغط و التي تخلق جو تنافسي يضع اللاعبين تحت ضغط يشبه ضغط المنافسة و من خلال التحسن في المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري يؤكد الباحثان ان للبرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي في تحسين تكتيك التمرير القصير لدى ناشئي الفريق البلدي لبلدية بني والبان اقل من 17 سنة .

- و نستخلص ايضا من خلال النتائج السابقة الموضحة في الجدول رقم 02 ان نتائج العينة حققت فروق دالة بين الاختبار القبلي و البعدي في قياس عدد التمريرات الطويلة الناجحة و لم تكن هناك فروق دالة في عدد التمريرات الطويلة الفاشلة أي حدث تطور في التمريرات الطويلة الناجحة و نقص في التمريرات الفاشلة و يؤكد الباحث ذلك الى فعالية البرنامج التدريبي المبني على الألعاب المصغرة المطبق على عينة البحث و من خلال التحسن في المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري يؤكد الباحثان ان للبرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي في تحسين تكتيك التمرير الطويل لدى ناشئي الفريق البلدي لبلدية بني والبان اقل من 17 سنة.

و يرجع الباحثان ذلك الى فاعلية البرنامج التدريبي حيث أشار (Michael 2011) الى ان الألعاب المصغرة لها أهمية في تطوير المهارات الأساسية و رفع مستوى أداء اللاعبين فنيا و أيضا بفضل التمارين الموجودة في البرنامج التدريبي التي كانت تخدم هذا الهدف كتمرين 8 ضد 8 موزعين في نصف الملعب كما هو موضح في الرسوم الموجودة في البرنامج التدريبي و الذي كان هدفه تحسين تكتيك التمرير الطويل تحت الضغط و عدة تمارين أخرى تخدم نفس الهدف .

_ و نجد من خلال النتائج السابقة الموضحة في الجدول رقم 04 الذي نتائج التمريرات المفتاحية القبلي و البعدي و الناجحة و الفاشلة ان نتائج العينة حققت فروق دالة بين الاختبار القبلي و البعدي في قياس عدد التمريرات المفتاحية الناجحة و لم تكن هناك فروق دالة في عدد التمريرات المفتاحية الفاشلة أي حدث تطور في التمريرات المفتاحية الناجحة و نقص في التمريرات المفتاحية الفاشلة و يؤكد الباحث ذلك الى فعالية البرنامج التدريبي المبني على الألعاب المصغرة المطبق على عينة البحث لما تحتويه من العاب تكتيكية مختلفة التركيب من عدد اللاعبين و مساحة اللعب التي تحتم على اللاعبين القيام بتمريرات مفتاحية من اجل خلق المساحة و الفرص و من خلال التحسن في المتوسط الحسابي و

الانحراف المعياري يؤكد الباحثان ان للبرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي في تحسين تكتيك التميريات المفتاحية لدى ناشئي الفريق البلدي لبلدية بني والبان اقل من 17 سنة .

- وأيضا يرى الباحثان في الجدول رقم 06 الذي يوضح دراسة الفروق بين القياس القبلي و البعدي لمدة الاستحواذ على الكرة لعينة الدراسة و التي كانت لصالح الاختبار البعدي الذي كان متوسطه الكبر من متوسط الاختبار القبلي و أيضا كانت نسبة التطور كبيرة %27.39 و هذا ما يجعلنا نقول انه حدث تطور في مدة الاستحواذ على الكرة ويعزي الباحث تلك الزيادة الى التركيز في الحصص التدريبية على الألعاب المصغرة و التميريات القصيرة و الطويلة التي كانت فيها زيادة مما أدى الى زيادة مدة الاستحواذ على الكرة و هذا ما يدل على كفاءة البرنامج التدريبي المبني على الألعاب المصغرة في تحسين تكتيك الاستحواذ على الكرة لدى فريق اشبال النجم البلدي لبلدية بني والبان اقل من 17 سنة.

ومن خلال النتائج المحصل عليها في الجداول من 01 و 02 و 04 و 06 ومن خلال ما لاحظناه والتي تبين أنه هناك تطور و تقدم في المستوى بشكل جيد نوعا ما تبين لنا صحة الفرضية الثانية أي: أي أن الألعاب المصغرة تساهم في تحسين تكتيك التمير القصيرة و الطويل.

و تتفق نتائجنا مع النتائج التي توصل اليها (سليم لعمارة و سالم لخضر , 2019) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي و البعدي في المجموعة الضابطة لعدد التميريات القصيرة.

و أيضا كما اتضح في نتائج دراسة (بلقاسمي بوكرايم , صهيب زيغم , 2020) الذي كان يدرس تأثير برنامج تدريبي مقترح بالألعاب الصغيرة على بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم و الذي كانت نتائجه انه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي في عدد التميريات القصيرة.

و توافقه نتائجنا مع نتائج (ناصري صلاح الدين، عصام سمير 2021) فاعلية برنامج تدريبي مقترح بالألعاب المصغرة في تطوير دقة التمير المتوسط و الطويل و التي كان نتائجها انه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين في المجموعة التجريبية لصالح الاختبار البعدي.

- من خلال عملية البحث ومن خلال النتائج المحصل عليها و التي تتدرج تحت عنوان "أثر البرنامج التدريبي باستعمال الألعاب المصغرة في تحسين التكتيك الهجومي في كرة القدم صنف أشبال (17U) ، تأكد لنا صحة الفرضية الرئيسية التي تقول ان :

للبرنامج التدريبي باستعمال الألعاب المصغرة تأثير على تحسين التكتيك الهجومي في كرة القدم صنف أشبال.

إن هذه النتائج المحصل عليها والتي تثبت إلى حد ما ، مدى تأثير الألعاب المصغرة في تحسين التكتيك الهجومي وهذا من خلال الوحدات التدريبية التي يمكن اعتبارها برنامج مصغر لثمانية أسابيع ، لهذا فهذه النتائج يمكن اعتبارها بداية الطريق لدراسات أشمل أين يمكن أن نتطرق إلى كل العوامل التي تساهم في تحسين مستوى الكرة الجزائرية من خلال مناهج تكوينية مبنية على أسس علمية وفق متطلبات كرة القدم العالمية .

1- الاستنتاج العام:

توصل الباحثان إلى الاستنتاجات التالية:

- 1- البرنامج المطبق باستخدام الألعاب المصغرة له أثر على تحسين التكتيك الهجومي بالنسبة للفريق اشبال النجم البلدي لبلدية بني والبان U17.
- 2- تفوق لاعبي اشبال النجم البلدي لبلدية بني والبان في القياس البعدي لمدة الاستحواذ على الكرة بشكل ملحوظ و التمريرات القصيرة و الطويلة.
- 3- تحسن أداء بشكل جيد بدلالة إحصائية في بعض القياسات للأداء التكتيكي الهجومي لعينة الدراسة
- 4- توظيف التدريبات باستخدام الألعاب المصغر له أثر ايجابيا على بعض المتطلبات التكتيكية الهجومية كإنهاء الهجمة وتغيير جهة اللعب.
- 5- توظيف التدريبات باستخدام الألعاب المصغر له أثر على المتطلبات المهارية كالتمريرات بمختلف أنواعها.

6- من خلال معايشتنا أثناء تطبيق البرنامج و ذلك لمدة 8 أسابيع استطعنا من معايشة واقع التدريب بصفة عامة والتكوين القاعدي بصفة خاصة هذا الجانب الأساسي في حياة اللاعب المستقبلي الذي سيجد نفسه إما خارج اللعبة أثناء الوصول إلى مرحلة الأكاير أو لاعب هاو لا يستطيع فرض نفسه في المستوى العالي أي في كلتا الحالتين ضحية ما تلقاه في ماضيه التكويني وللخروج من هذه الدوامة

ولإنقاذ حلم الآلاف من الأطفال والناشئين ولما لا أيضا المشاركة في المونديال العربي بلاعبين محليين ينشطون في بطولة وطنية محترفة تضاهي مستوى جيراننا في الوطن العربي .

2- الفروض المستقبلية:

في إطار هذه الدراسة وعلى ضوء فروض ونتائج الدراسة، ورغبة منا في المساهمة في إعطاء صورة عامة عن دور الألعاب المصغرة في تحسين التكتيك الهجومي لدى اشبال لاعبي كرة القدم .

ومن خلال ما توصلنا إليه في هذه الدراسة تم الخروج بإقتراحات وتوصيات وفرضيات مستقبلية تسمح بترك مجال البحث مفتوح في هذا المجال، والتي نذكرها كما يلي:

- الإهتمام أكثر بإستخدام الألعاب المصغرة في تدريبات لاعبي كرة القدم خاصة فئة الأشبال.
- الإهتمام بمعرفة وتقييم اللاعبين ومهاراتهم التكتيكية الهجومية وتفكيرهم الخططي الميداني والعمل على تطويره.
- ضرورة برمجة حصص أكثر خاصة بتدريبات المهارات التكتيكية الهجومية لدى لاعبي كرة القدم.
- ضرورة استخدام الألعاب المصغرة في تدريبات المهارات التكتيكية الهجومية لدى لاعبي كرة القدم.
- إجراء دراسات أخرى مشابهة وتوسيع البحث في هذا المجال لتسليط الضوء أكثر على فوائد الألعاب المصغرة كونها تتماشى مع جميع الفئات العمرية.

خاتمة

خاتمة

تعد طريقة الألعاب المصغرة (كرة القدم المصغرة) من أهم الطرق التي أصبحت يعول عليها كثيرا في كبرى مدارس التكوين الخاصة بكرة القدم ، حيث شمل استعمال هذه الطريقة كل الأعمار ولدى الجنسين .

إن مبدأ هذه الطريقة والقائم على وضع اللاعب ظروف مشابهة وحقيقية لما سيعيشه اللاعب في المنافسات الرسمية وهذا باعتماد دراسة تحليلية للمنافسة الحقيقية أجبر المربين والقائمين على شؤون التكوين على اعتماد هذه الطريقة.

بالإضافة إلى أن الألعاب المصغرة خدمت في بحثنا هذا، الجانب التكتيكي الهجومي كما بإمكان هذه الطريقة خدمت الجانب البدني (تنمية الصفات البدنية) وأيضا الجانب النفسي وهذا ما عشناه خلال هذه التجربة القصيرة نوعا ما حيث اتسم العمل مع الفريق في جو عائلي يسوده التعاون وروح الجماعة حيث لاحظنا أن الممارس يقوم بالتجاوب مع الألعاب والمواقف التكتيكية المقترحة دون الشعور بالتعب والملل وذلك لوجود جو تنافسي ترفيهي يسمح بالعمل وتقديم الإضافة المرجوة .

من خلال نتائج الدراسة المتمثلة في اثر برنامج تدريبي مبني على الألعاب المصغرة في تحسين التكتيك الهجومي تبين لنا ان البرنامج المبني على أسس علمية دقيقد و الذي كان يحمل مجموعة من الألعاب المصغرة ذات اهداف مخصصة لتخدم دراستنا هذه له فعالية في تطوير التكتيك الهجومي على مختلف الأصعدة من لعب جماعي تمرير تسديد احتفاض بلكرة كلها ذات طابع تكتيكي تحسنة تحسن ملحوظ وكانت هذه خاتمت دراستنا و السلام عليكم و رحمة الله تعال و بركاته.

المراجع العربية :

1. إسماعيل طه، 2003، كرة القدم بين النظرية و التطبيقية ، دار الفكر العربي، القاهرة.
2. أمين خزعل عبد (2014) تدريب كرة القدم المتطلبات الفسيولوجية والفنية، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، ط1.
3. حسن عبد الجواد، 1997، المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم ، دار العلم للملايين، ط4 ، بيروت.
4. حماد مفتى إبراهيم، 2001، التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر،.
5. حماد مفتى إبراهيم ، 1999، بناء فريق كرة القدم ، ط1 ،دار الفكر العربي، القاهرة.
6. حماد مفتى إبراهيم، 1994 ،الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي، القاهرة
7. حنفي محمود مختار، 1995، التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي، القاهرة،.
8. خلود مانع الزبيدي، 2008، موسوعة الألعاب الرياضية، دار دجلة، عمان، الأردن
9. خليل ميخائيل معوض، 1999 ، علم النفس الاجتماعي ، دار الفكر الجامعي، الإسكندرية
10. د فؤاد البهى السيد، 1998، الأسس النفسية للنمو، دار الفكر العربي، القاهرة ،مصر.
11. رشوان عبد الحميد، 2006، اصول البحث العلمي، مؤسسة شباب الجامعة الإسكندرية، مصر.
12. رومي جميل، 1986 ، كرة القدم ، دار النفائس، ط1، لبنان.
13. زكية إبراهيم كمال ومصطفى السايح محمد (2009)، الوسيط في الألعاب الصغيرة، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط1، الإسكندرية.
14. سعيد جلال محمد علاوي، 1975، علم النفس التربوي الرياضي، ط4. القاهرة ، دار المعارف.
15. الطعاني حسن أحمد، 2007، التدريب مفهومه و فعاليته في بناء البرامج التدريبية و تقويمها، عمان، دار الشروق.
16. عادل عبد البصير، 1999، التدريب الرياضي و التكامل بين النظرية و التطبيق، ط1، القاهرة، مركز دار الكتاب للنشر.
17. عامر إبراهيم قنديلجي و إيما فاضل السامرائي، 2009، البحث العلمي (الكمي/النوعي)، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع ، عمان، الأردن.

18. عدنان حسين الجادي و يعقوب عبد الله أبو حلو، 2002، الأسس المنهجية و الاستخدامات الاحصائية في بحوث العلوم التربوية، إثراء النشر و التوزيع ، الأردن .
19. عدنان عرفان مصلح، 1995، التربية في رياض الطفل، دار الفكر للنشر والتوزيع.
20. عطيات محمد خطاب، 1990، أوقات الفراغ والترويح، ط1 .
21. علي عبد الواحد واقى، بحوث في علم الاجتماع التربوي والاخلاقي، دار النهضة للطبع والنشر، بدون سنة.
22. عماد الدين إسماعيل، 1986، الأطفال ميراث المجتمع، دار العلم، الكويت.
23. عمرو أبو المجد وأبو العلا عبد الفتاح، (2011) الطريق نحو العالمية في كرة القدم، دار الفكر العربية، ط1، القاهرة.
24. فريدريك معتوق ، 1998، " معجم العلوم الاجتماعية " ، أكاديمية ، بيروت ، لبنان .
25. فيصل رشيد، عباس الدليمي و لحر عبد الحق، 1997، كتاب منهجي لطلبة و أساتذة التربية البدنية و الرياضية ،مستغانم.
26. مالك سليمان مخول، 1998 ، علم نفس الطفولة و المراهقة، منشورات جامعة دمشق ، ط6
27. محمد حسن علاوة، 1983، علم النفس الرياضي، ط5، دار المعارف، القاهرة
28. محمد صبحي حسانين، 1995، القياس والتقويم في التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،
29. مفتي إبراهيم حماد، 1993، بناء فريق كرة القدم ، دار الفكر العربي ، ط1 .
30. النمو المعرفي عند المراهق أ.د. عبد الله كمال - د. ريوح لطيفة - المدرسة العليا للأساتذة بوزريعة، 2010
31. نوري الحافظ، 1990، المراهق ، المؤسسة العربية للدراسات و النشر و التوزيع، بيروت.
32. الوقاد محمد رضا، 2003، التخطيط الحديث في كرة القدم ، ط1 ، دار الوفاء ، القاهرة.

المعاجم والقواميس :

1. معجم لسان العرب

المذكرات والرسائل و الأطروحات:

1. بن قوة علي: تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم الناشئين (14-16 سنة) ، رسالة دكتوراه ، معهد التربية البدنية و الرياضية دالي إبراهيم ، الجزائر، 2004
2. بوداود عبد اليمين: أثر الوسائل السمعية البصرية فيديو على تعلم المهارات التقنية الأساسية في المدرسة الجزائرية لكرة القدم ، رسالة دكتوراه، معهد التربية البدنية الرياضية دالي إبراهيم ، جامعة الجزائر ، 1996.
3. بوراس الزهراء (2006). أهمية الألعاب المصغرة في تحسين المستوى و مستوى الدكاء الاطفال المتأخرين عقليا القابلين للتعلم و الواقعين في المدى 50-70 نسبة الدكاء ، جامعة الجزائر .
4. جنيدي جنيدي (2011). تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات المهارية في الملاعب المصغرة على بعض المبادئ الخططية الهجومية لناشئي كرة القدم بمحافظة أسيوط، مصر .
5. الجوهري ياسر ومصلي محمد (2011). تأثير برنامج تدريبي مقترح في تنمية بعض القدرات التوافقية و المهارية لبراعم كرة القدم من خلال استخدام بعض المباريات المصغرة ، جامعة بنها، مصر .
6. قري عبد الغني وآخرون، أنبية إستعمال الألعاب المصغرة لتنمية القدرات الحركية والنفسية لتلاميذ الطور الثاني (9-12)سنة مذكرة ليسانس، (2004).

المراجع الأجنبية :

1. B.R. ALbermons , manuel de psychologie de sport , vigot , Paris 1981 .
2. Einhorn a . N : Problème des aspect tactique . Moscow , 1991 .
3. Gréhaigne , J.F. , & Bouthier , D. (1994) . Analyse des évolutions entre deux configurations du jeu en football .
4. Harre .d : Les bases d'entrainement et compétition . Leipzig , Einhorn 1994
5. Herman vermeulen : football - entrainement a la zone - Edition amphoreparis – 2004.
6. Stanley lover : Football lois illustrées , edit amphora , Paris , 1991
- 7- Jurgen weineck, manuel d'entrainement, édition vigot, 1986/Matviev, aspects fondamentaux Paris, 1986.

قائمة الملاحق

الملاحق الأول

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
تخصص تحضير بدني رياضي

استمارة استطلاع رأي السادة المحكمين لتحديد أهم المقاربات التكتيكية الهجومية المتعلقة بالدراسة
للاعبي كرة القدم

حضرة الدكتور / الخبير المختص:

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث بإجراء دراسة بعنوان أثر برنامج التدريبي مبني على الألعاب المصغرة في تحسين التكتيك
الهجومية في كرة القدم لدى لاعبي الاشبال U17 .

وذلك استكمالاً لمتطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وكونكم
من ذوي الخبرة والاختصاص فإنه يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاستمارة والتي تحتوي على مجموعة
من المهارات الأساسية في كرة القدم راجيا منكم الاطلاع عليها، وإبداء رأيكم في تحديد الأهمية النسبية
لكل مقارنة من المقاربات الأساسية والتي ترونها مناسبة لموضوع البحث وذلك بإدلاء ملاحظاتكم بإضافة
أو تعديل أو حذف ما ترونه مناسباً لهذه الدراسة.

شاكرين تعاونكم خدمة للبحث العلمي.

بناء البرنامج التدريبي

1- أهداف البرنامج المقترح:

تلخصت أهداف البرنامج المقترح فيما يلي:

- الوصول باللاعبين إلى مستوى تدريب عالي من خلال تطوير بعض المقاربات التكتيكية العامة الخاصة.
- بالإضافة إلى رفع وتحسين الأداء المهاري للعبة وفق ظروف مختلفة ومتعددة.
- تحسين الصفات الارادية والخلقية للاعبين.
- اكتساب اللاعبين القدرة الايجابية في اتخاذ القرارات وفق ظروف وما يحدث خلال المباراة.
- الوصول باللاعب لأحسن اداء مثالي من خلال الاستفادة من الخبرات السابقة وأحدث نظم التدريب الخاصة.
- تنمية الأداء المهاري والخططي للاعبين بما يتشابه ومواقف اللعب المختلفة.
- تنمية الجانب المعرفي للاعبين من خلال تمارين تعتمد على التفكير والذكاء.
- الوصول باللاعب الى اداء جميع المهارات والتحركات بالكرة وبدونها في مواقف مشابهة للمباراة.
- استفادة اللاعبين من رصيد كبير للإحساسات البصرية والحركية من خلال تخصيص حيز زمني كبير للأداء التكنو تكتيكي.

2- واجبات البرنامج المقترح:

لتحقيق الأهداف وضع الباحث الواجبات التالية:

- الاعداد البدني
- الاعداد المهاري
- الاعداد النفسي والخططي
- الإعداد النظري

➡ تحديد محتوى البرنامج:

يضم البرنامج المقترح المتطلبات التالية:

• المتطلبات البدنية:

- وتشمل على تطوير مكونات الصفات البدنية وأنواعها السرعة الانتقالية
- القوة المميزة بالسرعة.
- الرشاقة.

• المتطلبات المهارية:

وتشمل كل من المهارات الأساسية بدون كرة والأخرى بالكرة:

- السيطرة على الكرة.

- الجري بالكرة.

- التمرير والاستلام.

• المتطلبات النفسية والخطيطة:

وتشمل الأولى تطوير الصفات الارادية كالثقة بالنفس والتعاون، سرعة اتخاذ القرار، وأما الثانية فتشمل

خطط اللعب الهجومية والدفاعية، الفردية والجماعية منها:

- خطط اللعب الدفاعية:

الدفاع عن المنطقة، دفاع رجل لرجل، التغطية ...

- خطط اللعب الهجومية:

التصويب على الهدف، اللعب السريع في مساحات ضيقة، التمرير في العمق، تغيير جهة الهجوم.

- المتطلبات النظرية:

وتشمل حصص نظرية حول أهداف البرنامج، التغذية الرياضية وقوانين اللعبة.

وقد تم تحديد محتوى البرنامج التدريبي المقترح بناءً على الأهداف التي تم تحديدها والتي تم الإشارة

اليها كما يلي:

متغيرات البرنامج	المدة
مدة تطبيق البرنامج التدريبي	8 أسابيع
عدد الوحدات التدريبية للبرنامج التدريبي	16 حصة
عدد الوحدات التدريبية في الأسبوع	حصتين
مدة كل وحدة تدريبية	60 د - 1.30 س

3- وسائل تنفيذ البرنامج المقترح:

لغرض تنفيذ البرنامج وجب على الباحث تسخير وتحديد الوسائل المساعدة على تنفيذه في أحسن الظروف، وتمثلت هذه الوسائل فيما يلي:

- تحديد اللاعبين عينة البحث.
- تحديد الوسائل والعتاد المستعمل في الدراسة.
- ضبط فترات التدريب.
- * تحديد ميدان التدريب.
- تحضير الأدوات المساعدة.
- * اخراج شبكة الملاحظة في صورتها النهائية لتحديد مستوى اللاعبين.
- * تحديد مبادئ وطرق التدريب المتبعة في البرنامج التدريبي.
- ضبط الزمن الكلي لمختلف الفترات التدريبية.
- ضبط متغيرات البرنامج.

4- وحدات البرنامج المقترح:

الحصة التدريبية:

تعتبر عنصر من عناصر الميكرو سيكل وهي قلب المناهج، حاولنا بناء وتخطيط الحصص التدريبية من خلال الاهداف المحددة، أهداف تدريبية متوسطة المدى ، حيث تضمن البرنامج وحدة تدريبية يومية مقسمة إلى وحدتين في الأسبوع ،

ووفقا للأسس العلمية للبرامج التدريبية لتدريب الأصناف الوسطى ، وضعت في البرنامج وحدتين تدريبيتين لكل أسبوع بما يعادل 16 وحدة تدريبية في 8 أسابيع وكل وحدة تدريبية تدوم حوالي مدة 60 الى 120 دقيقة ، حيث يتم تقسيم كل وحدة الى ثلاثة مراحل هي :

المرحلة التمهيديّة:

هي مرحلة تحضيرية للحصة يكون تشكيلها بشكل تدريجي، ركزنا فيها على التحضير البسيكولوجي والنفسي كجزء أول، ثم خصصنا الجزء الثاني إلى التحضير الفيسيولوجي من خلال الاعتماد على مجموعة تمارين مدمجة بالكرة تعمل على تهيئة اللاعب لتحمل أعباء التدريب، وبما يضمن عدم شعور اللاعب بالملل من اجراء نفس الاحماء في كل مرة.

المرحلة الرئيسية:

تعتبر مرحلة أساسية في الحصة وهي مرحلة تدريب وتدريب تعمل على تحقيق الأهداف الرئيسية للحصة حيث اعتمدنا على:

تشمل هذه المرحلة على الألعاب الخاصة بالمقاربات التكتيكية الهجومية قيد الدراسة: تتشكل من مجموعة ألعاب 5 ضد 5 و 7 ضد 7 على شكل مقابلات وألعاب موجهة تعمل على تحقيق الهدف العام للحصة تعمل على تنمية الجانب الخططي، المهاري، البدني والمعرفي من تشكيل استراتيجيات لعب مع تطوير عملية التنشيط الهجومي والدفاعي في وضعيات مشابهة لمواقف اللعب .

تتمثل الألعاب المصغرة من تشكيلات 2 ضد 2 و 3 ضد 3 ،، الخ ترتكز على الجانب التكتيكي من خلال تطبيق الجانب التكنو تكتيكي في مساحات صغيرة تحت ضغط المنافس حيث تعمل هذه الألعاب على تنمية الجانب العقلي من خلال الادراك والتحليل مع الاجابة الحركية السريعة في موقف يتشابه مع وضعيات اللعب الحقيقية.

المرحلة الختامية:

وخصصناه إلى الرجوع الى حالة الهدوء من خلال مجموعة ألعاب استرجاعية، وقد حاولنا في تشكيلنا للحصص التدريبية اتباع مبدأ التدرج في الصعوبة من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المركب وفي درجة الحمل من أجل التحكم في حجم الحمل وشدة العمل ومراحل الراحة والتي خصصت كراحة نشطة وهنا نشير الى البرنامج التدريبي المبني على الأسس المختلفة لتطوير وتحسين التكتيك الهجومي:

البرنامج التدريبي

هدف الحصة	الشدة	زمن التدريب	اليوم	الحصة	
تحسين مهارتي التسديد و التمير	منخفضة	60 د	الاثنين	S1	MICROCYCLE-1
تحسين التميرة الطويلة و الاحتفاظ بالكرة	متوسطة	60 د	الاربعاء	S2	
MATCH DAY			السبت		
تحسين التسديد على المرمى	مرتفعة	1.20 h	لاثنين	S3	MICROCYCLE-2
تحسين التميرة الطويلة و تغيير جهة اللعب	متوسطة	60 د	الاربعاء	S4	
MATCH DAY			السبت		

هدف الحصة	الشدة	زمن التدريب	اليوم	الحصة	
تحسين مهارة التسديد مع وجود ضغط	مرتفعة	1.30 H	الاثنين	S5	MICROCYCLE-3
تحسين التمريرة الطولة تحت الضغط	متوسطة	1.20 H	الاربعاء	S6	
MATCH DAY			السبت		
الاحتفاظ بالكرة و التصويب نحو المرمى	مرتفعة	1.30 H	الاثنين	S7	MICROCYCLE-4
تحسين التمريرة الطويلة و القصيرة	متوسطة	1.30 H	الاربعاء	S8	
MATCH DAY			السبت		

هدف الحصة	الشدة	زمن التدريب	اليوم	الحصة	
تطوير تكتيك التمير في العمق و التصويب على المرمى	مرتفعة	1.30 h	الاثنين	S9	MICROCYCLE-5
تحسين تكتيك التمير الطويل و القصير تحت الضغط	متوسطة	1.30 h	الاربعاء	S10	
MATCH DAY			السبت		
التمير في العمق و انهاء الهجمة	فوق المتوسط	1.30 h	لاثنين	S11	MICROCYCLE-6
تحسين مهارتي التسديد و التمير	منخفضة	60 د	الاربعاء	S12	
MATCH DAY			السبت		

هدف الحصة	الشدة	زمن التدريب	اليوم	الحصة	
تحسين التسديد على المرمى	مرتفعة	1.20 h	الاثنين	S13	MICROCYCLE-7
تحسين التمريرة الطولة تحت الضغط	متوسطة	1.20 h	الاربعاء	S14	
MATCH DAY			السبت		
الاحتفاظ بالكرة والتصويب نحو المرمى	مرتفعة	1.30 h	لاثنين	S15	
تحسين تكتيك التمير الطويل و القصير تحت الضغط	متوسطة	1.30 h	الاربعاء	S16	
MATCH DAY			السبت		

الحصص التدريبية

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن +
ضلفي جاسر

- التاريخ :
- المدة : 60 د
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين مهارتي التسديد و التمير
- الشدة:متوسطة

المرحلة	الأهداف	التمرين وطريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
التهيئة	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> • تسجيل الحضور • التعريف بهدف الحصة • الجري الخفيف • التسخين العام والخاص • تمديد 		15'	%45	0'
الأساسية	- تحسين مهارتي التمير والتسديد - تحسين مهارتي التمير والتسديد	<p>-في ثلث الملعب طولا و 25 م عرضا يوضع حارس مرمرى و فريقين كل منهما من 7 لاعبين يحاول كل فريق تسجيل هدف بعد القيام ب 10 تمريرات او أكثر مع التسديد على بعد 9 امتار من الحارس.</p> <p>- في ثلث الملعب في اتجاه المرمى الذي يوجد فيه الحارس، في الجهة المقابلة توضع مرمرى صغيرين في الجانب الايمن و الايسر . 7 ضد 7 + حارس يحاول الفريق الأول التسجيل في المرمى مي الكبير عقب عدد من التمريرات لا يقل على 10 بينما الفريق الآخر بينما الفريق الآخر يحاول التسجيل في المرمىين الصغيرين.</p> <p>مباراة تطبيقية</p>		15'	85%	5' راحة
التهيئة	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'


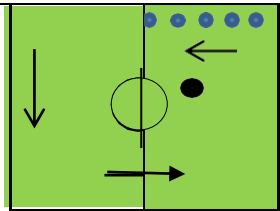
- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي جاسر

- التاريخ :
- المدة : 60 د
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين التمريرة الطويلة و الاحتفاظ بالكرة
- الشدة : متوسطة

المرحلة	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
الابتدائية	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> تسجيل الحضور التعريف بهدف الحصة الجري الخفيف التسخين العام و الخاص تمديد 		15'	%45	0'
الأساسية	<ul style="list-style-type: none"> دقة التمرير الطويل و القصير الاحتفاظ بالكرة و تحسين التمريرة الطويلة 	<p>- في مساحة 40-40 تحدد مساحة لحارس المرمى 20-20 و عدد اللاعبين 5 ضد 5 خارج منطقة الحارس يحاولون الاحتفاظ بالكرة و القيام بتمريرات قصيرة ثم العمل على القيام بتمريرة طويلة لحارس المرمى لكي يحتسب هدف .</p> <p>- في نصف الملعب يقسم الى ثلاث مناطق يوضع 4 مرامي 2 في كل طرف فيه حارس فيبي كل منطق 4 لاعبن 2 ضد 2 يحاولون التهيف الهدف من تمريرة قصيرة يحتسب 1 والهدف من تمريرة طويلة يحتسب هدفين</p> <p>مبارات تطبيقية</p>		15'	85%	5' بينية
المتقدمة	الرجوع الى الهدوء	<ul style="list-style-type: none"> جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة 		'10	%25	0'

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي
جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1,20 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين التسديد على المرمى
- الشدة : مرتفعة

المرحلة	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
الابتدائية	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> تسجيل الحضور التعريف بهدف الحصة الجري الخفيف التسخين العام والخاص تمديد 		20'	%45	0'
الأساسية	<p>- تحسي التسديد على المرمى مع وجود ضغط</p> <p>- تحسي التسديد على المرمى مع وجود ضغط</p>	<p>- يوضع على مساحة 40 × 40 4 أهداف والعديد من حراس المرمى المباراة تكون 4 ضد 4 مع حراس مرمى محايدين ، يمكن لكل فريق أن يسجل في أي هدف. الاختلاف يكون لعب حر ثم ثلاث لمسات للكرة ثم لمستين يجب أن تكون هناك تسديدة كل تمريرتين كحد أقصى .</p> <p>- معارضة على سطح 30 × 40 المباراة 4 ضد 4 مع حراس المرمى يكون اللعب ذو شدة عالية يجب على كل فريق التسديد على المرمى بعد اللعب الحر ثم 4 لمسات للمستين</p> <p>مبارات تطبيقية</p>	 	20'	95%	+ '10
النهائية	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي
جاسر

- التاريخ :
- المدة : 60 د
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين التمريرة الطويلة و تغيير جهة اللعب
- الشدة : متوسطة

المرحلة	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
الابتدائية	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> • تسجيل الحضور • التعريف بهدف الحصة • الجري الخفيف • التسخين العام و الخاص • تمديد 		15'	%45	0'
الأساسية	- الاحتفاظ بالكرة و تحسين التمريرة الطويلة. - تغيير جهة عن طريق تمريرات قصيرة و طويلة	<p>- في مساحة 40*40 تقسم الى ثلاث مناطق في المنطقة الأولى 4 ضد 2 و نفسها في المنطقة الثالثة يقوم اللاعبون الأربعة بتنفيذ 5 تمريرات قصيرة ثم إرسال الكرة بتمريرة طويلة للمنطقة الثالثة ليحتسب هدف و عند استرجاع الكرة . يتبادل الفريقان المناطق و الأدوار .</p> <p>كما هو موضح في الرسم في الملعب كامل يقوم اللاعب الأول بعمل تمريرة قصيرة مع اللاعب الثاني و يرجع له الكرة ثم ينتقل للمنطقة الثانية ليقوم بنفس الشيء مع اللاعب الثالث ثم يقوم بتغيير جهة اللعب بتمريرة طويلة للاعب الرابع ليقوم بتمريرة طويلة داخل منطقة الجزاء للاعبين الثلاثة و يمكن زيادة الصعوبة بإضافة المدافعين.</p> <p>مباراة تطبيقية</p>		15'	85%	5'
النهائية	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

• التاريخ :

- عدد اللاعبين : 14

• المدة : 1.30 H

المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي جاسر

• هدف الحصة : تحسين مهارة التسديد مع وجود ضغط

• الشدة : مرتفعة

المرحلة	الأهداف	التمرين وطريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
الابتدائية	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> • تسجيل الحضور • التعريف بهدف الحصة • الجري الخفيف • التسخين العام والخاص • تمديد 		20'	%45	0'
الاساسية	<ul style="list-style-type: none"> - تحسين مهارة التسديد مع وجود ضغط - تحسين مهارة التسديد مع وجود ضغط - تحسين مهارة التسديد مع وجود ضغط 	<p>- في اتجاه المرمى ، يقوم اللاعب بالانطلاق بالكرة من خارج منطقة 18 م وبمجرد وصوله إلى نقطة الجزاء يقوم بالتسديد في الزاوية الارضية لمرمى كرة اليد ، مع وجود مدافع .</p> <p>- في ملعب أبعاده (18 م 32 م) يوضع مرمبي كرة يد يقين من 7 لاعبين ، يحاول كل فريق تسجيل الهدف في مرمى الفريق الآخر من خلال التسديد . لا يتعدى عدد التمريرات قبل التسديد 5 تمريرات .</p> <p>- في مساحة لعب بطول 18 م طولاً و عرض المرمى (7.43 م) لاعب وحارس مرمى يواجه لاعب وحارس مرمى آخر يحاول كل لاعب تسجيل اكثر عدد من الأهداف من التسديد (مدة اللعب 1 د × 2) لكل لاعب.</p> <p>مبارات تطبيقية</p>	  	15'	100%	5'
الاساسية	<ul style="list-style-type: none"> - تحسين مهارة التسديد مع وجود ضغط 	<p>- في مساحة لعب بطول 18 م طولاً و عرض المرمى (7.43 م) لاعب وحارس مرمى يواجه لاعب وحارس مرمى آخر يحاول كل لاعب تسجيل اكثر عدد من الأهداف من التسديد (مدة اللعب 1 د × 2) لكل لاعب.</p> <p>مبارات تطبيقية</p>		20'	85%	5'
الابتدائية	الرجوع الى الهدوء	<ul style="list-style-type: none"> • جري خفيف حول الملعب • تمارين الإطالة 		'10	%25	0'

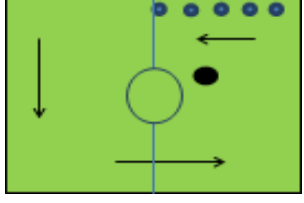



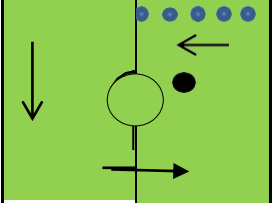
- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي
جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1.20 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين التمريرة الطويلة تحت الضغط
- الشدة : متوسطة

المراحل	الأهداف	التمرين وطريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
التهيئة	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> تسجيل الحضور التعريف بهدف الحصة الجري الخفيف التسخين العام والخاص تمديد 		15'	%45	0'
الأساسية	<p>- تحسين التمريرة الطويلة</p> <p>- تحسين التمريرة الطويلة تحت الضغط</p> <p>- تحسين التمريرة الطويلة</p>	<p>- تبادل الكرة الطويلة بين اللاعبين في مساحة 20 × 40 ياردة لعب الكرة الطويلة واستلام الكرة وتهيئنا للجانب ثم تكرار لعب الكرة الطويلة.</p> <p>- ضد 2 في مساحة 30*30 يحاول اللاعبون 4 الاربعة القيام بتمريرات طويلة تحت ضغط اللاعبين الدين في الوسط و عند ضياع الكرة يتم تغيير اللاعبين الدين في الوسط</p> <p>- ضد 5 كل فريق مع كرة خاصة به لتبادل الكرة 5 داخل منطقة لعب 30 × 30 ياردة وكل فريق لا يتدخل بلعب الفريق الثاني أو بكرته .</p> <p>مباريات تطبيقية</p>		15'	70%	5'
التهيئة	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي
جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1.20 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : الاحتفاظ بالكرة والتصويب نحو المرمى
- الشدة : مرتفعة

المرحلة	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
التهيئة	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> • تسجيل الحضور • التعريف بهدف الحصة • الجري الخفيف • التسخين العام و الخاص • تمديد 		15'	%45	0'
الاساسية	<p>- الاحتفاظ بالكرة والتصويب نحو المرمى.</p> <p>- الاحتفاظ بالكرة والتصويب نحو المرمى</p> <p>- الاحتفاظ بالكرة والتصويب نحو المرمى</p>	<p>- في مساحة 40*40 يكون 4 ضد أربعة و في كل جهة مرمى يحاول اللاعبون الاحتفاظ بالكرة و كل فريق يؤدي 5 تمريرات متتالية يمكنه التسجيل في أحد الأهداف الأربعة.</p> <p>- في نصف الملعب يكون 3 لاعبون ضد 3 تبدأ الكرة من نصف الملعب كما هو موضح في الشكل يمرر اللاعب الأول للثاني و يرجع له الكرة ثم ينتقل بالكرة نحو الدافع يمرر الكرة للاعب الثاني الذي تخلص من المدافع و اللاعب الثالث يتخلص من الدفاع و يدخل في منطقة الجزاء هو و اللاعب الأول و يقوم اللاعب الثاني برفع الكرة ليحاول اللاعب الأول و الثالث إنهاء الهجمة بتسديدة من كرة عالية.</p> <p>- في مساحة نصف الملعب نضع 4 أهداف من دون حراس ويكون 8 ضد 8 يحاولون الاحتفاظ بالكرة والتصويب في أحد الأهداف لا يحتسب الهدف إلى بعد مرور الكرة على كل اللاعبين .</p> <p>مباراة تطبيقية</p>	  	15'	90%	5'
النهائية	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بو عشة ايمن + ضلفي
جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1.30 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين التمريرة الطويلة و القصيرة
- الشدة : متوسطة

المرحلة	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
الاستعداد	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> • تسجيل الحضور • التعريف بهدف الحصة • الجري الخفيف • التسخين العام و الخاص • تمديد 		15'	%45	0'
الأساسية	<p>- تحسين التمريرة الطويلة.</p> <p>- تحسين التمريرة الطويلة و القصيرة.</p> <p>- تحسين التمريرة الطويلة و القصيرة تحت الضغط.</p>	<p>- لاعبان مقابلان بعض يتبادلان كرات طويلة تبدأ من 10 أمتار ثم 20 ثم 30 ثم 40 متر في حالة التمريرة الخاطئة يعيدون من البداية.</p> <p>- علا بعد 30 متر يتمركز ثلاث لاعبون في كل جهة يتبادلون تمريرات قصيرة ثم تمريرة طويلة للاعبون الأخرى ليقوموا بنفس الشيء و كل مرة يتغير اللعب الذي يقوم بالتمريرة الطويلة .</p> <p>- كما هو موضح في الشكل في مساحة 50*30 تقسم على ثلاث مناطق تكون المنطقة الثانية فارغة ينقسمون 4 ضد 2 في كل جهة يحاولون الاحتفاظ بالكرة و عمل تمريرات طويلة من المنطقة a إلى b تحت ضغط اللاعبين الإثنى في حالة قطع الكرة أو تمريرته خارج المساحة يقومون بتغيير اللاعبين.</p>	  	10' 15' 20'	50% 70% 90%	5' 5' 5'
النهاية	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1.30 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تطوير تكتيك التمير في العمق و التصويب على المرمى
- الشدة : مرتفعة

المرحلة	الأهداف	التمرين و طريقة الأداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
الإحماء	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> تسجيل الحضور التعريف بهدف الحصة الجري الخفيف التسخين العام و الخاص تمديد 		15'	%45	0'
التأسيس	- تطوير تكتيك التمير في العمق و التصويب على المرمى .	- في ثلث الملعب باتجاه المرمى الذي يوجد به حارس منطقتين 2 ضد 2 في المنطقة 1 ولاعب آخر في المنطقة 2 ينتظر الكرة و مدافع باتجاه المرمى . تنطلق الكرة من المنطقة 1 بتمريرات قصيرة (5 تمريرات على الأقل) و بعدها يتم تمرير الكرة للاعب في المنطقة 1 الذي يقوم باختراق المدافع و تسجيل الهدف.		10'	75%	5'
	تطوير تكتيك التمير في العمق و التصويب على المرمى مع وجود ضغط	- في ثلث الملعب يتواجه فريقين . فريق من 7 لاعبين وحارس مرمى و فريق من 7 لاعبين فقط يحاول هذا الأخير التسجيل في مرمى الفريق الأول بينما الفريق الأول عليه استرجاع الكرة و تناقلها الى ما بعد خط الثلث المحدد .		15'	85%	5'
	- تطوير تكتيك التمير في العمق و التصويب على المرمى مع وجود ضغط	- في ثلث الملعب طولاً و 25 م عرضاً يوضع حارس مرمى و فريقين كل منهما من 7 لاعبين يحاول كل فريق تسجيل هدف بعد القيام ب 10 تمريرات او اكثر مع التسديد على بعد 9 امتار من الحارس.		20'	95%	5'
	مباراة تطبيقية					
التبريد	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن +
ضلفي جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1.30 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين تكتيك التمير الطويل و القصير تحت الضغط
- الشدة : متوسطة

المراحل	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
التهيئة	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> تسجيل الحضور التعريف بهدف الحصة الجري الخفيف التسخين العام و الخاص تمديد 		15'	%45	0'
الاساسية	- تحسين تكتيك التمير الطويل	- في نصف الملعب توضع أقماع كما موضح في الشكل في كل قمع 3 لاعبين يقوم اللاعب الأول بالقيام بتمريرة طويلة للعب الذي في القمع الثاني و هو يقوم بنفس الشيء نحو القمع الثالث الذي يقوم بتمريرة طويلة نحو منطقة الجراء الذي يكون فيها اللاعب الرابع ليقوم ب السديد ثم يقومون بتغيير.		15'	75%	5'
	- تحسين تكتيك التمير الطويل	- في نصف الملعب يوضع ثلاث أقماع في الأول ثلاث لاعبين كل واحد وحده و في القمع الثاني واحد ضد واحد يقوم اللاعب الأول بتمريرة عالية نحو القمع الثاني يحاول اللاعب الثاني استقبال الكرة تحت الضغط و إعادته بتمريرة طويلة تحت ضغط إذا لم يستطع استقبالها أو إرجاعها يقوم بتغييره مع اللاعب الذي كان يقوم بالضغط.		15'	70%	5'
	- تحسين تكتيك التمير الطويل و القصير تحت الضغط	- كما موضح في الرسم في نصف الملعب يقسم إلى 5 مناطق يكون عدد اللاعبين 8 ضد 8 الأولى 3 لاعبين معهم خصم واحد و العكس في المنطقة الثانية أما في المنطقة الوسطى 1 ضد 1 و المنطقة 3 و 4 يكون في كل واحدة 3 لاعبين من نفس الفريق يحاول الفريقان الاحتفاظ بالكرة و عمل أكبر عدد ممكن من التميريات القصيرة و الطويلة.		20'	85%	5'
النهائية	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

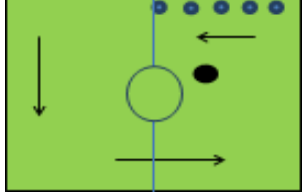
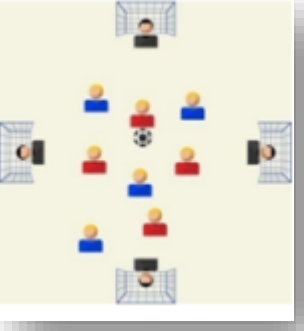

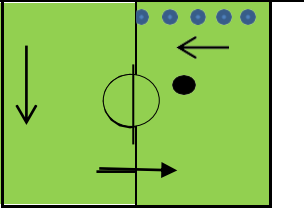
- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي
جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1.30 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : التمرير في العمق و انتهاء الهجمة
- الشدة : فوق المتوسط

المراحل	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
التهيئة	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> تسجيل الحضور التعريف بهدف الحصة الجري الخفيف التسخين العام و الخاص تمديد 		15'	%45	0'
الأساسية	- التمرير في العمق و انتهاء الهجمة .	- في منطقة الجزاء يكون 5 لاعبين ضد 5 و حارس مرمى واحد و تحدد ثلاث مناطق بالأقماع يحاول اللاعبون الاحتفاظ بالكرة و فتح المناطق و محاولة عمل تمريرة في العمق في أحد الأهداف الثلاث لا يحتسب الهدف إذ لم تمر الكرة بين أحد الأقماع الثلاث.		15'	85%	5'
	- التقدم بالكرة للأمام و التسديد على المرمى .	- في ملعب ابعاده 45 / 25 م يقسم على 3 مناطق يتواجه فريقين من 7 لاعبين و حارس مرمى . يكون اللعب عبر التمرير القصير في الارض لا يتجاوز الفريق الذي بحوزته الكرة احدى المناطق الثلاث الا عند اتمام 5 تمريرات في حين الفريق الذي لا يملك الكرة يدافع في كل المناطق سوى بأربع لاعبين.		15'	85%	5'
	- التمرير في العمق و انتهاء الهجمة .	- نفس الملعب السابق 7 ضد 7 بالإضافة الى حارسين بلمس الكرة مرتين (استقبال + تمرير) ليكون اللعب نحو الأمام فقط مع التسديد حيث تتاح الفرصة .		20'	90%	5'
النهاية	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي
جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1,20 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين التسديد على المرمى
- الشدة : مرتفعة

المرحلة	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
الابتدائية	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> • تسجيل الحضور • التعريف بهدف الحصة • الجري الخفيف • التسخين العام والخاص • تمديد 		20'	%45	0'
الأساسية	<p>- تحسي التسديد على المرمى مع وجود ضغط</p> <p>- تحسي التسديد على المرمى مع وجود ضغط</p>	<p>- يوضع على مساحة 40 × 40 4 أهداف والعديد من حراس المرمى المباراة تكون 4 ضد 4 مع حراس مرمى محايدين ، يمكن لكل فريق أن يسجل في أي هدف. الاختلاف يكون لعب حر ثم ثلاث لمسات للكرة ثم لمستين يجب أن تكون هناك تسديدة كل تمريرتين كحد أقصى .</p> <p>- معارضة على سطح 30 × 40 المباراة 4 ضد 4 مع حراس المرمى يكون اللعب دو شدة عالية يجب على كل فريق التسديد على المرمى بعد اللعب الحر ثم 4 لمسات ثم لمستين</p> <p>مباراة تطبيقية</p>	 	20'	95%	+ '10
النهائية	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

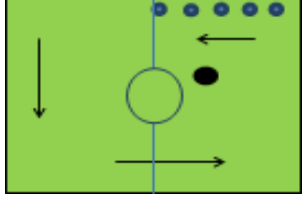



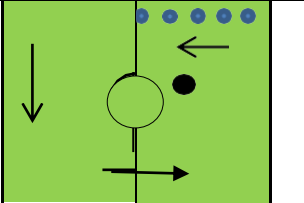
- عدد اللاعبين : 14
 المدربان : بوعشة ايمن + ضلبي
 جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1.20 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين التمريرة الطويلة تحت الضغط
- الشدة : متوسطة

المرحلة	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
الابتدائية	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> تسجيل الحضور التعريف بهدف الحصة الجري الخفيف التسخين العام و الخاص تمديد 		15'	%45	0'
الأساسية	- تحسين التمريرة الطويلة - تحسين التمريرة الطويلة تحت الضغط	- تبادل الكرة الطويلة بين اللاعبين في مساحة 20 × 40 ياردة لعب الكرة الطويلة واستلام الكرة وتهيئتنا للجانب ثم تكرار لعب الكرة الطويلة. - ضد 2 في مساحة 30*30 يحاول اللاعبون 4 الاربعة القيام بتمريرات طويلة تحت ضغط اللاعبين الذين في الوسط و عند ضياع الكرة يتم تغيير اللاعبين الذين في الوسط	 	15'	70%	5'
الأساسية	- تحسين التمريرة الطويلة	- ضد 5 كل فريق مع كرة خاصة به لتبادل الكرة 5 داخل منطقة لعب 30 × 30 ياردة وكل فريق لا يتدخل بلعب الفريق الثاني أو بكرته . مباريات تطبيقية		15'	85%	5'
النهائية	الرجوع الى الهدوء	<ul style="list-style-type: none"> جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة 		'10	%25	0'

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي
جاسر

التاريخ :
المدة : 1.30 h
الفئة : u17
هدف الحصّة : الاحتفاظ بالكرة والتصويب نحو المرمى
الشدة : مرتفعة

المرحلة	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
0'	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> تسجيل الحضور التعريف بهدف الحصّة الجري الخفيف التسخين العام والخاص تمديد 		15'	%45	0'
5'	الاحتفاظ بالكرة والتصويب نحو المرمى.	<p>- في مساحة 40*40 يكون 4 ضد أربعة و في كل جهة مرمى يحاول اللاعبون الاحتفاظ بالكرة و كل فريق يؤدي 5 تمريرات متتالية يمكنه التسجيل في أحد الأهداف الأربعة.</p>		15'	90%	5'
5'	الاحتفاظ بالكرة والتصويب نحو المرمى	<p>- في نصف الملعب يكون 3 لاعبون ضد 3 تبدأ الكرة من نصف الملعب كما هو موضح في الشكل يمرر اللاعب الأول للثاني و يرجع له الكرة ثم ينتقل بالكرة نحو الدافع يمرر الكرة للاعب الثاني الذي تخلص من المدافع و اللاعب الثالث يتخلص من الدفاع و يدخل في منطقة الجزاء هو و اللاعب الأول و يقوم اللاعب الثاني برفع الكرة ليحاول اللاعب الأول و الثالث إنهاء الهجمة بتسديدة من كرة عالية.</p>		15'	90%	5'
5'	الاحتفاظ بالكرة والتصويب نحو المرمى	<p>- في مساحة نصف الملعب نضع 4 أهداف من دون حراس ويكون 8 ضد 8 يحاولون الاحتفاظ بالكرة والتصويب في أحد الأهداف لا يحتسب الهدف إلى بعد مرور الكرة على كل اللاعبين .</p>		20'	100%	5'
0'	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

- عدد اللاعبين : 14
المدربان : بوعشة ايمن + ضلفي
جاسر

- التاريخ :
- المدة : 1.30 h
- الفئة : u17
- هدف الحصة : تحسين تكتيك التمرير الطويل و القصير تحت الضغط
- الشدة : متوسطة

المراحل	الأهداف	التمرين و طريقة الاداء	الرسم	الحجم	الشدة (vma)	الراحة
الابتدائية	تهيئة الجسم للتمرين	<ul style="list-style-type: none"> تسجيل الحضور التعريف بهدف الحصة الجري الخفيف التسخين العام و الخاص تمديد 		15'	%45	0'
الأساسية	<p>- تحسين تكتيك التمرير الطويل</p> <p>- تحسين تكتيك التمرير الطويل</p> <p>- تحسين تكتيك التمرير القصير تحت الضغط</p>	<p>- في نصف الملعب توضع أقماع كما موضح في الشكل في كل قمع 3 لاعبين يقوم اللاعب الأول بالقيام بتمريرة طويلة للعب الذي في القمع الثاني و هو يقوم بنفس الشيء نحو القمع الثالث الذي يقوم بتمريرة طويلة نحو منطقة الجراء الذي يكون فيها اللاعب الرابع ليقوم ب السديد ثم يقومون بتغيير.</p> <p>- في نصف الملعب يوضع ثلاث أقماع في الأول ثلاث لاعبين كل واحد وحده و في القمع الثاني واحد ضد واحد يقوم اللاعب الأول بتمريرة عالية نحو القمع الثاني يحاول اللاعب الثاني استقبال الكرة تحت الضغط و إعادته بتمريرة طويلة تحت ضغط إذا لم يستطع استقبالها أو إرجاعها يقوم بتغييره مع اللاعب الذي كان يقوم بالضغط.</p> <p>- كما موضح في الرسم في نصف الملعب يقسم إلى 5 م اطق يكون عدد اللاعبين 8 ضد 8 الأولى 3 لاعبين معهم خصم واحد و العكس في المنطقة الثانية أما في المنطقة الوسطى 1 ضد 1 و المنطقة 3 و 4 يكون في كل واحدة 3 لاعبين من نفس الفريق يحاول الفريقان الاحتفاظ بالكرة و عمل أكبر عدد ممكن من التمريرات القصيرة و الطويلة.</p>	  	15'	75%	5'
الأساسية	<p>- تحسين تكتيك التمرير الطويل و القصير تحت الضغط</p>	<p>- كما موضح في الرسم في نصف الملعب يقسم إلى 5 م اطق يكون عدد اللاعبين 8 ضد 8 الأولى 3 لاعبين معهم خصم واحد و العكس في المنطقة الثانية أما في المنطقة الوسطى 1 ضد 1 و المنطقة 3 و 4 يكون في كل واحدة 3 لاعبين من نفس الفريق يحاول الفريقان الاحتفاظ بالكرة و عمل أكبر عدد ممكن من التمريرات القصيرة و الطويلة.</p>		20'	85%	5'
النهاية	الرجوع الى الهدوء	جري خفيف حول الملعب تمارين الإطالة		'10	%25	0'

الملحق الثاني

شبكة تحليل الأداء التكتيكي الهجومي الجماعي

مباراة:

التاريخ:

فاشلة	ناجحة	النتيجة	وحدة القياس	المحاور
			عدد	عدد التمريرات القصيرة
			عدد	عدد التمريرات الطويلة
			عدد	التمريرات المفتاحية
			عدد	التسديدات على المرمى
			عدد	تغيير جهة الهجوم - من اليمين لليساار والعكس
			دقيقة	الاستحواذ على الكرة

شبكة ملاحظة الأداء التكتيكي الهجومي حسب منصب اللاعب

1- لاعبو خط الدفاع :

الرقم	المحاور	ناجحة	فاشلة
1	عدد التمريرات الناجحة		
2	عدد التمريرات في العمق		
3	عدد التمريرات الجدارية 1-2 مع المهاجمين		
4	التمريرات الحاسمة		
5	التسديد نحو المرمى		
6	الأهداف المسجلة		
7	تغيير جهة الهجوم		

2- لاعبو خط الوسط:

الرقم	المحاور	ناجحة	فاشلة
1	عدد التمريرات الناجحة		
2	عدد التمريرات في العمق		
3	عدد التمريرات الجدارية 1-2		
4	التمريرات الحاسمة		
5	التسديد نحو المرمى		
6	الأهداف المسجلة		
7	المجازفة وإيجاد الحل الفردي		

3- المهاجمون:

الرقم	المحاور	ناجحة	فاشلة
1	عدد التمريرات الناجحة		
2	عدد التمريرات في العمق		
3	عدد التمريرات الجدارية 1-2		
4	التمريرات الحاسمة		
5	التسديد نحو المرمى		
6	الأهداف المسجلة		
7	المجازفة وإيجاد الحل الفردي		
8	طلب الكرة في العمق		

الملحق الثالث

نتائج الاختبارات القبلية و البعدية لعينة الدراسة:

نتائج الاختبارات القبلية لعينة الدراسة:

فاشلة	ناجحة	النتيجة	وحدة القياس	المحاور
25	145	170	عدد	1- عدد التمريرات القصيرة
15	26	41	عدد	2- عدد التمريرات الطويلة
08	15	23	عدد	3- التمريرات المفتاحية
06	09	15	عدد	4- التسديدات على المرمى
08	15	23	عدد	5- تغيير جهة الهجمة
		44	الدقيقة	6- الاستحواذ على الكرة

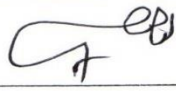


نتائج الاختبارات البعدية لعينة الدراسة :

المحاور	وحدة القياس	النتيجة	ناجحة	فاشلة
1- عدد التمريرات القصيرة	عدد	185	165	20
2- عدد التمريرات الطويلة	عدد	50	38	12
3- التمريرات المفتاحية	عدد	28	22	06
4- التسديدات على المرمى	عدد	18	14	04
5- تغيير جهة الهجمة	عدد	28	23	05
6- الاستحواذ على الكرة	الدقيقة	56		

الملحق الرابع

قائمة بأسماء المحكمين:

والجدول التالي يمثل تبيان خاص بالمحكمين:

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	شهادة التدريب	مدة العمل في مجال التخصص	التوقيع
ميرزا يوحنا	ماجستير	العاب القوى الكرة الطائرة	15 سنة	
بلقيس رياض ياسين	دكتوراه	درجة ثانية كرة قدم	6 سنوات	
لوكة يوسف السلام	دكتوراه	درجة ثانية كرة القدم	10 سنوات	
صراد قهلوز				

الملحق الخامس



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -



جيجل في:/...../.....

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

إلى السيد(ة): هايبو عبد الله
رئيس المندوب الرياضي لبلدية بني الويلان

الموضوع: طلب تسهيلات

يشرفنا أن نتقدم لسيادتكم المحترمة بطلب تقدم ما أمكن من تسهيلات وعون للطلبة الآتية
أسمائهم، وهذا قصد إجراء دراسة ميدانية في إطار إعداد مذكرة التخرج ماستر LMD في ميدان علوم
وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، تخصص تحضير بدني رياضي.

أسماء الطلبة:

- 1- بوعسة أيمن
- 2- جاسر صلفي
- 3-

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام

رئيس القسم

رئيس قسم علوم وتقنيات
النشاطات البدنية والرياضية
أ. عيسات كمال



موافقة المؤسسة المستقبلة

Président C.S.A. Nagh Rafahi
Baladiet Beni-Ouelbane

TABBOU Abdallah

