



جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : تدريب رياضي تنافسي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

عنوان المذكرة :

واقع التحضير المهاري في فرق كرة القدم - التسديد والتمرير -

لدى لاعبي كرة القدم

دراسة ميدانية في فرق دائرة الطاهير - جيجل -

إشراف الأستاذ:

عيسات كمال

إعداد الطلبة:

- طميذة عمر

- بوجميلة يمين

- فيثة أمين

- مجيدر إلياس

السنة الجامعية: 2017-2018

تشكر

نتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى:
الأستاذ المشرف

عيسات كمال

والذي لم يبخل علينا من فيض نصائحه وإرشاداته وتوجيهاته
السديدة التي كان لها الأثر والصدى الكبير
في إنجاز هذا العمل المتواضع.
كما لا ننسى الأساتذة

شهير فائزة

والى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في
إنجاز هذا العمل
وشكرا

عمر إلياس يمين أمين

الإهداء

إلى خير خلق الله و ماضي الأنا، حبيبي رسول الله عليه الصلاة و السلام
في البداية اهدي هذا العمل إلى من قال فيهما الرحمن: ((و لا تفل لهما أنة و لا تنصرهما و قل
لهما قولا كريما، و اخفض لهما جناح الذل من الرحمة و قل ربي ارحمهما كما ربياني خيرا)).
إلى التي علمتني معنى الكفاح و كيفه أكون مدرسة للصلاح و ساعدتني لأدق طعم النجاح إلى
بماعة الأمان، إلى من تحب قدميما الجنة إلى التي حملتني وهنا على ومن بتوحيد الله عز وجل

(أمي العبيبة فتية) أطال الله في عمرا

إلى الذي أفنى حياته كذا و شقاء لأسعد في الدنيا و أرقى إلى درجات العلم

إلى الذي ناضل وكافح في صمت و شموخ لاج لان اشق طريقتي مذلي

إلى **(أبي العزيز عبد الرحمن) أطال الله في عمره**

إلى جدتي العزيزتين " الشريفة، مسعودة "

إلى جدي "محمد" وإلى جدي "الطاهر" رحمه الله

إلى أخي "كمال" رحمه الله وأسكنه فسيح جنانه

إلى أعمامي وعائلة "طميزة"

إلى أخوالي وعائلة "بوجميلة"

إلى إخوتي وأخواتي "وليد، يونس، مريم، إيمان" وبنات أختي "لينا"

اللهم أحفظ لي عائلتي فهي سدي في الحياة من كبيرها إلى صغيرها

واجعل اللهم المحبة دائمة بيننا

إلى أصدقائي " حيمود، يمين، أمين، إلياس، أنور، علي، زكرياء، جمال، فارس
كمال، كريم، فارس، سعيد، عبد القادر، بلال، شمسو، أسامة، محمد، خالد، عيسى.

سلامو، محمد، محمد، وليد، أسامة، أحمد.

إلى كل من كان عوناً في بحثي هذا

عمر

الإهداء

إلى خير خلق الله و ماضي الأنا، حبيبي رسول الله عليه الصلاة و السلام

في البداية اهدي هذا العمل إلى من قال فيهما الرحمن: ((و لا تفل لما أوفى و لا تنصرهما و قل
لما قولا كريما، و اخفض لهما جناح الذل من الرحمة و قل ربي ارحمهما كما ربياني خيرا)).

إلى التي علمتني معنى الكفاح و كيفه أكون مدرسة للصلاح و ساعدتني لأدق طعم النجاح إلى
بعمامة الأمان، إلى من تحب قدميما الجنة إلى التي حملتني وهنا على ومن بتوحيد الله عز وجل

(أمي الحبيبة) أطال الله في عمرها

إلى الذي أوفى حياته كذا و شقاء لأسعد في الدنيا و أوفى إلى درجات العلم

إلى الذي ناخذ وكافح في صمت و شموخ لاج لان اشق طريقتي مذلي

إلى **(أبي العزيز) أطال الله في عمره**

إلى جدتي العزيزة (نانة) **"محفلة"**

إلى أعمامي وعائلة **"بوجميلة"** وخاصة عمتي **"طيوشة"**

إلى أخوالي **"محمد، عمار، عبد المالك، الصديق، سليمان، وعائلة بوزنون**

إلى إخوتي وأخواتي وعائلاتهم

اللهم أحفظ لي عائلتي فهي سدي في الحياة من كبيرها إلى صغيرها

واجعل اللهم المحبة دائمة بيننا

إلى أصدقائي **"حيدر، عمر، أمين، إلياس، أنور، علي، زكرياء، جمال، فارس**

كمال، كريم، فارس، سعيد، عبد القادر، بلال، شمسو، أسامة، محمد، خالد عيسى.

سلامو، محمد، محمد، وليد.

إلى كل من كان عوناً في بحثي هذا

يمين

الإهداء

إلى خير خلق الله و ماضي الأنا، حبيبي رسول الله عليه الصلاة والسلام

في البداية اهدي هذا العمل إلى من قال فيهما الرحمن: ((و لا تقل لهما أف و لا تنصرهما و قل لهما قولا كريما، و اخفض لهما جناح الذل من الرحمة و قل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا)).

إلى التي علمتني معنى الكفاح و كيفه أكون مدرسة للصلاح و ساعدتني لأدق طعم النجاح إلى يمامة الأمان، إلى من تحب قدميها الجنة إلى التي حملتني وهنا على ومن بتوحيد الله عز وجل

(أمي الحبيبة جميلة) أطال الله في عمرها

إلى الذي أفنى حياته كذا و شقاء لأسعد في الدنيا و أرقى إلى درجات العلم

إلى الذي ناضل و كافح في صمت و شموخ لاخ لان اشق طريقتي مذلي

إلى (أبي الحبيب السعيد) أطال الله في عمره

إلى إخوتي " دليلة، صابرينة، ياسين، صابر، محمد، ريمة، أمينة "

و جدتي " حورية "

و إلى كل العائلة الكريمة

إلى أصدقائي " بلال، جمال، محمد، يمين، عمر، حمزة

كريم، فارس، السعيد، عبد القادر، بلال، أسامة

إلى كل من كان عوناً في بحثي هذا

إلياس

الإهداء

إلى خير خلق الله و ماضي الأنا، حبيبي رسول الله عليه الصلاة والسلام

في البداية اهدي هذا العمل إلى من قال فيهما الرحمن: ((و لا تقل لهما أف و لا تنصرهما و قل لهما قولا كريما، و اخفض لهما جناح الذل من الرحمة و قل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا)).

إلى التي علمتني معنى الكفاح و كيفه أكون مدرسة للصلاح و ساعدتني لأدق طعم النجاح إلى يمامة الأمان، إلى من تحب قدميها الجنة إلى التي حملتني وهنا على ومن بتوحيد الله عز وجل

(أمي الحبيبة رزيقة) أطال الله في عمرها

إلى الذي أفنى حياته كذا و شقاء لأسعد في الدنيا و أرقى إلى درجات العلم

إلى الذي ناضل و كافح في صمت و شموخ لاخ لان اشق طريقتي مذلي

إلى (جدي الحبيب رابع) أطال الله في عمره

إلى أختي "مريم" وأخوالي "فضيل، مختار، رضوان"

وإلى عمي "طيوش فيثة"

إلى أصدقائي "بلال، جمال، محمد، يمين، عمر، إلياس"

جمال، كريم، فارس، السعيد، عبد القادر، بلال، شمسو، أسامة

إلى كل من كان عوناً في بحثي هذا

آمين

فهرس المحتويات

قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
	شكر
	الإهداءات
	قائمة المحتويات
	قائمة الأشكال
	قائمة الجداول
أ	مقدمة
	الفصل التمهيدي:
4	1- الإشكالية
5	2- فرضيات الدراسة
5	3- أهداف البحث
5	4- أهمية الدراسة
7	5- المنهج المتبع
7	6- أسباب اختيار الموضوع
8	7- تحديد مفاهيم الدراسة
11	8- الدراسات المشابهة
	الجانب النظري
	الفصل الأول: كرة القدم
19	1- تعريف كرة القدم

قائمة المحتويات

19	1-1- التعريف اللغوي
19	2-1- التعريف الاصطلاحي
19	3-1- التعريف الإجرائي
20	2- نبذة تاريخية عن كرة القدم
21	3- التسلسل التاريخي لكرة القدم
22	4 - كرة القدم في الجزائر
24	5- مدارس كرة القدم
24	6- المبادئ الأساسية لكرة القدم
26	7- صفات لاعب كرة القدم
26	1-7- الصفات البدنية
27	2-7- الصفات الفيزيولوجية
28	3-7- الصفات النفسية
28	1-3-7- التركيز
28	2-3-7- الانتباه
29	3-3-7- التصور العقلي
29	4-3-7- الثقة بالنفس
29	5-3-7- الاسترخاء
29	8- قواعد كرة القدم
30	1- 8- المساواة

قائمة المحتويات

30	8-2- السلامة
30	8-3- التسلية
30	9-قوانين كرة القدم
31	9-1- ميدان اللعب
31	9-2- الكرة
31	9-3- مهمات اللاعبين
31	9-4- عدد اللاعبين
31	9-5- الحكام
31	9-6- مراقبو الخطوط
32	9-7- مدة اللعب
32	9-8- بداية اللعب
32	9-9- الكرة في اللعب أو خارج اللعب
32	9-10- طريقة تسجيل الهدف
32	9-11- التسلل
32	9-12- الأخطاء وسوء السلوك
33	9-13- الضربة الحرة
33	9-14- ضربة الجزاء
34	9-15- رمية التماس
34	9-16- ضربة المرمى

34	17-9- الضربة الركنية
34	10- طرق اللعب في كرة القدم
34	10-1- طريقة الظهير الثالث
35	10-2- طريقة 4-2-4
35	10-3- طريقة متوسط الهجوم المتأخر M.M
36	10-4- طريقة 3-3-4
36	10-5- طريقة 4-3-3
37	10-6- الطريقة الدفاعية الإيطالية
37	10-7- الطريقة الشاملة
38	10-8- الطريقة الهرمية
39	خلاصة
الفصل الثاني: الإعداد المهاري	
41	تمهيد
42	1- مفهوم الإعداد المهاري
42	2- المهارات الأساسية
42	2-1- مفهوم المهارة
43	2-2- مفهوم المهارات الأساسية
43	2-3- أقسام المهارات الأساسية
43	أولاً: المهارات الأساسية بدون كرة

قائمة المحتويات

44	1- مهارة الجري وتغيير الاتجاه
45	2- مهارة الوثب
46	3- مهارة الخداع والتمويه
46	ثانياً: المهارات الأساسية بالكرة
46	1- الجري بالكرة
48	2- المراوغة
51	3- استقبال الكرة
53	4- مهارة ضرب الكرة بالرأس
54	5- المهاجمة
55	6- رمية التماس
56	7- حراسة المرمى
57	8- التصويب
57	8-1- مفهوم التصويب
57	8-2- تعريف التصويب
58	8-3- أنواع التصويب
58	8-4- كيفية التصويب في كرة القدم
60	8-5- التحليل التقني للتصويب
61	8-6- العوامل الأساسية لدقة التصويب
62	8-7- مناطق وزوايا التصويب

قائمة المحتويات

64	8-8- أسباب فشل وعدم استغلال فرص التصويب
65	8-9- أهمية التصويب
65	9- التمرير
65	9-1- تعريف التمرير
66	9-2- المبادئ الأساسية في التمرير
66	9-3- أنواع التمريرات
67	9-4- أشكال التمرير
67	9-5- أساليب أداء مهارة التمرير
68	9-6- ملاحظات عند التدريب على مهارة التمرير
69	9-7- القواعد الأساسية لتعلم مهارة المناولة
73	9-8- أهداف التمرير
74	3- أهمية الإعداد المهاري
76	خلاصة
	الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية
79	1- الدراسة الاستطلاعية
79	1-1- مجالات الدراسة
79	1-1-1- المجال المكاني
79	1-1-2- المجال الزمني
80	1-2- ضبط متغيرات الدراسة

قائمة المحتويات

80	1-2-1- تعريف المتغير المستقل
80	2-2-1- تعريف المتغير التابع
80	3-1- عينة الدراسة
81	1-3-1- العينة المستخدمة في الدراسة هي العينة القصدية
81	4-1- منهج الدراسة
81	1-4-1- المنهج الوصفي
81	5-1- تقنيات الدراسة
81	1-5-1- جمع المعلومات وكيفية تطبيقها
82	1-1-5-1- طريقة الاستبيان
82	2-1-5-1- الطريقة الإحصائية
83	2- تحليل وتفسير نتائج الدراسة
109	3- مناقشة نتائج الدراسة
112	خاتمة
114	قائمة المراجع

قائمة الجداول والأشكال

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
83	الفئات العمرية ومدربيهم	1
84	الشهادات المتحصل عليها لدى المدربين	2
85	عدد سنوات التدريب عند المدربين	3
86	مدى اهتمام المدربين بالإعداد المهاري	4
87	المهارات التي يعتمد عليها المدرب في الإعداد المهاري	5
88	أهم المهارات التي يجب تطويرها وهي التسديد والتمرير	6
89	مدى استعمال المدربين على الطرق الحديثة في التحضير على مهارة التسديد والتمرير	7
90	نوعية اللاعبين الذين يركزون عليهم المدرب خلال تمارين التسديد كالمهاجمين	8
91	إذا كان الوقت المخصص للتحضير على مهارة التسديد كاف أم لا	9
92	المهارة الأصعب من حيث التمارين بين التمرير والتسديد	10
93	استعمال المدربين للحرص النظرية في شرح مهارتي التسديد والتمرير	11
94	فترة التحضير لمهارة التمرير خلال الموسم	12
95	مدى استعمال المدربين للتمارين المركبة في التدريب على مهارة التمرير	13
96	متابعة المدربين للتطورات في طرق التدريب في كرة القدم	14
97	مشاركة المدربين في تریصات للاستفادة من طرق التدريب الحديثة في كرة القدم	15
98	تقنيات التمرير التي يركز عليها المدربون	16
99	إذا كان التسديد يعتمد على القوة فقط	17
100	رؤية المدربين لمستوى لاعبيهم في مهارة التمرير	18

قائمة الجداول

101	مدى أهمية الإعداد البدني والإعداد المهاري	19
102	تدوين المدربين لعدد التمريرات الناجحة لكل لاعب في التدريبات	20
103	مدى استيعاب اللاعبين للتدريبات في مهارة التمرير وتطبيقها في المنافسات	21
104	تأثير صفة التكرار على إتقان مهارة التمرير	22
105	رأي المدربين في الصعوبات حول الفروق الفردية من أجل تحسين مهارة	23
106	العوامل المؤثرة على إتقان مهارة التسديد	24
107	مدى تحفيز المدربين للاعب يسدد من بعيد التسديد	25
108	مدى تأثير جو التدريب على تحسين المهارات الأساسية في كرة القدم	26

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
1	الرسم التشكيلي 4-2-4	35
2	الرسم التشكيلي طريقة متوسط الهجوم المتأخر M.M	36
3	الرسم التشكيلي 3-3-4	36
4	الرسم التشكيلي 3-4-3	37
5	الرسم التشكيلي 3-2-4-1	37
6	الرسم التشكيلي 3-3-4	38
38	الرسم التشكيلي للطريقة الهرمية	38
7	مناطق وزوايا التصوير	63
8	النسبة المئوية للتصويب نحو المرمى بدقة	64
9	تمارين الإحماء	70
10	التمارين الأساسية	71
11	التمارين الأساسية	71
12	تمارين تقريبية لما يحدث في المباراة	72
13	تمارين مشابهة لما يحدث في المباراة	73
14	الفئات العمرية ومدربيهم	83
15	الشهادات المتحصل عليها لدى المدربين	84
16	عدد سنوات التدريب عند المدربين	85
17	مدى اهتمام المدربين بالإعداد المهاري	86

87	المهارات التي يعتمد عليها المدرب في الإعداد المهاري	18
88	أهم المهارات التي يجب تطويرها وهي التسديد والتمرير	19
89	مدى استعمال المدربين على الطرق الحديثة في التحضير على مهارة التسديد والتمرير	20
90	نوعية اللاعبين الذين يركزون عليهم المدرب خلال تمارين التسديد كالهاجمين	21
91	إذا كان الوقت المخصص للتحضير على مهارة التسديد كاف أم لا	22
92	المهارة الأصعب من حيث التمارين بين التمرير والتسديد	23
93	استعمال المدربين للخصص النظرية في شرح مهارتي التسديد والتمرير	24
94	فترة التحضير لمهارة التمرير خلال الموسم	25
95	مدى استعمال المدربين للتمارين المركبة في التدريب على مهارة التمرير	26
96	متابعة المدربين للتطورات في طرق التدريب في كرة القدم	27
97	متابعة المدربين للتطورات في طرق التدريب في كرة القدم	28
98	أي تقنيات التمرير التي يركز عليها المدربون	29
99	ما إذا كان التسديد يعتمد على القوة فقط	30
100	رؤية المدربين لمستوى لاعبيهم في مهارة التمرير	31
101	مدى أهمية الإعداد البدني والإعداد المهاري	32
102	تدوين المدربين لعدد التمريرات الناجحة لكل لاعب في التدريبات	33
103	مدى استيعاب اللاعبين للتدريبات في مهارة التمرير وتطبيقها في المنافسات	34
104	تأثير صفة التكرار على إتقان مهارة التمرير	35
105	رأي المدربين في الصعوبات حول الفروق الفردية من أجل تحسين مهارة	36

قائمة الأشكال

106	العوامل المؤثرة على إتقان مهارة التسديد	37
107	مدى تحفيز المدربين للاعب يسدد من بعيد التسديد	38
108	مدى تأثير جو التدريب على تحسين المهارات الأساسية في كرة القدم	39

مقدمة

حضيت الرياضة منذ فترة طويلة من الزمن باهتمام كبير، ولقيت عناية كبيرة عند غالبية المجتمعات في العالم، لما تعود به من فوائد على صحة الفرد وصلابة المجتمع، وقد اهتم الإنسان بهذه الرياضة منذ أن كانت مجرد حركات، مما تعبر عن مشاعر أو الدافعية ضد العوائق الطبيعية إلى أن أصبحت تخضع إلى قوانين وقواعد قابلة للتطور والدراسة والتصنيف من حيث الأهمية وطرق الأداء وكذا من حيث التخصصات فظهرت رياضات فردية وأخرى جماعية، ومن بين الرياضات الجماعية نجد كرة القدم.

هذه الأخيرة التي تعد من الألعاب الجماعية التي تتطلب الاعتماد على النواحي النظرية والعلمية، آخذين بعين الاعتبار الأسس العلمية والموضوعية بغية الوصول إلى الأهداف المرسومة، لهذا لا بد من إعطاء الأهمية لكافة النواحي خلال عملية التدريب حتى يتمكن من الارتقاء بمستوى اللاعبين نحو الأفضل، وتعد المهارات في كرة القدم الركيزة الأساسية لتحقيق الانجاز في المباريات، إذ تحتل جانبا مهما في وحدة التدريب اليومية، حيث يتم التدريب عليها لفترات طويلة حتى يتم إتقانها، وذلك من خلال عملية التحضير أو الإعداد المهاري والهدف من الإعداد المهاري للاعبين هو تعلم وإتقان وتثبيت المهارات لكي تمكن اللاعب بشكل جيد منها خلال المباريات، ومن أهم هذه المهارات نجد مهارة التمرير والتسديد، وتكمن أهمية هاتين المهارتين في تطبيق اللاعب الجماعي والاستحواذ على الكرة لأكثر وقت ممكن، وتسجيل الأهداف وحسم نتائج المباريات، فضلا عن ذلك يقوم المدرب على التعرف على مستويات اللاعبين عن طريق التقويم المستمر للأداء بواسطة الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية.

الفصل التمهيدي

1- الأشكالية:

لقد انخفض مستوى كرة القدم الجزائرية كثيرا في العشرية الأخيرة مقارنة بأشقائنا وجيراننا في إفريقيا، وأصبحت الفرق الجزائرية تدور في دوامة صعب الخروج منها وخاصة فرق ولاية جيجل حيث لاحظنا غياب النتائج الإيجابية ولا توجد فرق من جيجل في المحترف الأول والثاني، إضافة إلى النقص الواضح للاعبين من الجانب المهاري الذي تقوم عليه أسس ومبادئ كرة القدم الحديثة.

وفي كرة القدم الحديثة يلعب الأداء المهاري دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق ويؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق، وذلك من خلال الإعداد المهاري الجيد، "الإعداد المهاري يعد أحد المتطلبات التي يجب أن تتوفر لدى اللاعبين بمستوى عال من المهارات والجدير أن نجاح تحقيق الهدف من المباريات يتوقف دائما على إتقان المهارات التي تعتبر وسيلة لتنفيذ الخطط الهجومية الدفاعية"⁽¹⁾.

الأمر الذي يطلب من المدربين تدعيم هذه العمليات عن طريق البرامج التدريبية في ضوء إدراج التمرينات المناسبة خلال الوحدات التدريبية وتشكل مهارتي التصويب والتمرير الجزء الأكبر من مهارات لعبة كرة القدم.

ومهارتي التمرير والتصويب في كرة القدم من أهم المهارات الأساسية والتي تلعب دور كبير في المباريات، لكن الملاحظة التي يتفق عليها جميعا هي تلك الأهداف والكرات الضائعة نتيجة التصويبات والتمريرات العشوائية والضعيفة والتي تنقصها القوة والدقة سواء بالرجل المفضلة لدى اللاعب أو بالرجل الضعيفة له، وبتحليل لمهارة التصويب والتمرير فهي تتطلب إعطاء وتجنيد كلي للاعب وكذا السرعة

¹ - ناصر عبد الشافي عبد الرزاق: برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض الجوانب المهارية والمعرفية لناشئي تنس الطاولة، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2012، ص 10.

والمفاجأة إلى جانب الدقة لمنع الخصم من التصرف لمنع التمرير أو التصويب، وكذا الزاوية التي تصوب إليها الكرة أو الجهة التي تمرر إليها، وبالرغم من ذلك يبقى المجال مفتوح في كرة القدم لإبداع اللاعب وابتكاره وذكائه خلال التمرير والتصويب.

وعلى هذا الأساس التساؤل الرئيسي للدراسة كما يلي:

- علاقة التحضير المهاري في تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

التساؤلات الفرعية:

وانطلاقاً من التساؤل الرئيسي يمكننا طرح التساؤلات الجزئية التالية:

- هل التحضير المهاري يساعد في تطوير مهارة التسديد؟

- هل التحضير المهاري يساعد في تطوير مهارة التمرير؟

2- فرضيات الدراسة:

الفرضية الرئيسية:

- التحضير المهاري يساعد في تطوير بعض الصفات المهارية في كرة القدم.

الفرضيات الفرعية:

- التحضير المهاري يساعد في تطوير مهارة التسديد.

- التحضير المهاري يساعد في تطوير مهارة التمرير.

3- أهداف البحث:

- معرفة واقع التحضير المهاري في تطوير الصفات المهارية في كرة القدم.
- معرفة واقع التحضير المهاري في تطوير مهارة التسديد.
- معرفة واقع التحضير المهاري في تطوير مهارة التمرير.

4- أهمية الدراسة:

4-1- أهمية علمية:

- طبيعة الموضوع الذي يعتبر أحد أهم جوانب كرة القدم في العصر الحديث.
- نقص الدراسات التي تناولت هذا الموضوع.

4-2- أهمية عملية:

- تأثير التحضير المهاري على مستوى الاداء الفني والخططي للاعب.
- التعرف على أفضل الظروف والأساليب الحديثة في التحضير المهاري.
- معرفة قيمة وأهمية التحضير المهاري للوصول إلى الأداء الجيد للاعب كرة القدم.
- معرفة ظروف التحضير المهاري في النوادي الرياضية.
- إبراز الواقع الحالي للتحضير المهاري والعمل على تنميته وتطويره.

5- المنهج المتبع:

نظرا لطبيعة موضوعنا ارتأينا أن نعتمد على المنهج الوصفي لإجراء بحثنا الميداني، فهو يعتمد على كل ما هو كائن في الواقع.

ويعرف المنهج الوصفي في مجال التربية والتعليم بأنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية كما هي قائمة في الحاضر.

ويعد المنهج الوصفي من أحسن طرق البحث التي تتسم بالموضوعية، وذلك أن المستجوبين يجدون من الحرية في تطرق إلى آرائهم وزيادة على هذا فطبيعة موضوعنا يتطلب هذا المنهج وتحديد العلاقة بين عناصرها أو بين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية أخرى⁽¹⁾.

6- أسباب اختيار الموضوع:

1-6- أسباب ذاتية:

- الرغبة في دراسة المواضيع التي لها علاقة بالتحضير المهاري.
- كوننا في مجال التخصص والسعي من أجل أن تصبح مدربين في كرة القدم مما جعلنا نختار موضوع التحضير المهاري كونه يخدم الرياضة بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة.

2-6- أسباب موضوعية:

- دعم المكتبة الجامعية بالبحوث التي تخص هذا المجال.

¹ - الزوبعي والغانم: مناهج البحث في التربية، مطبعة العافي، ج1، العراق، 1974، ص 81.

- كون الموضوع يندرج في إطار التخصص المدروس.

- الحاجة لمعالجة هذا الموضوع وخاصة أنه عامل هام لتطوير أداء اللاعب والفريق ككل.

7- تحديد المفاهيم:

7-1- كرة القدم:

7-1-1- لغة: كرة القدم (foot ball) وتعني ركل لكرة بالرجل فالأمريكيون يعتبرون كرة القدم ما يسمى

عندهم الرغبي أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة التي نتحدث عنها تسمى (Soccep).⁽¹⁾

7-1-2- التعريف الاصطلاحي:

عرفها الدكتور "مأمون بن حسن" بأنها " لعبة تتم بين فريقين يألف كل فريق من 11 لاعب يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة في نهاية كل طرفيها مرمى الهدف، ويحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقطة "هدف للتفوق على المنافس في إحراز الأهداف"⁽²⁾.

عرفه " رومي جميل": كرة القدم هي رياضة جماعية للتكيف مع كل الأفراد⁽³⁾.

7-1-3- التعريف الإجرائي:

كرة القدم أكثر الألعاب الرياضية انتشارا في العالم ومن الألعاب القديمة يتكون كل فريق من 11 لاعب باحتساب حارس المرمى في ملعب مستطيل الشكل وفق قوانين الاتحاد الدولي.

¹ - رومي جميل: كرة القدم، دار النفائس، بيروت، ط1، 1986، ص 50.

² - مأمون بن حسن السلطان: كرة القدم بين المصالح والمنافسة الشرعية، دار بن حزم، بيروت، 1998، ص 9.

³ - رومي جميل: كرة القدم، مرجع سابق، ص 50.

7-2-2- الإعداد المهاري:

7-2-1- اصطلاحا:

عرفه الدكتور "حنفي محمود مختار" بأنه "كل الإجراءات التي يتبعها المدرب بهدف وصول اللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة القدم، بحيث يمكن أن يؤدي اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظرف من الظروف المباراة"⁽¹⁾.

يعرفه الدكتور "مفتي إبراهيم حماد: "الإعداد المهاري كافة العمليات التي تبدأ بتعلم اللاعبين/ اللاعبات أسس تعلم المهارات الحركية وتهدف إلى وصوله فيها لأعلى درجة أو رتبة بحيث تؤدي بأعلى موصفات الآلية والدقة والانسيابية والدافعية، تسمح به قدراتهم خلال المنافسات الرياضية بهدف تحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد"⁽²⁾.

7-2-2- التعريف الإجرائي:

كافة العمليات التي تبدأ بتعلم اللاعب أسس المهارات الحركية وتهدف إلى وصولهم إلى درجات من الصفات المهارية فهو لا يعني تعلم المهارات الحركية فقط وإنما تعلم المهارات الحركية هي المرحلة الأولى من الإعداد المهاري بل يتطلب الأمر بعد تعلمها تنمية وتطوير رفيع المستوى.

7-3- التسييد (التصويب):

7-3-1- لغة:

سَدَّدَ يُسَدِّدُ ، تسديداً، فهو مُسَدِّدٌ ، والمفعول مُسَدَّدٌ، سدد إليه ضربة أو رصاصة أو نحوهما : وجهها إليه -سدد الرمح : قومه .- سده : وفقه ووجهه إلى الصواب⁽³⁾.

7-3-2- اصطلاحا:

هو ركل الكرة بعد استلامها بأحد القدمين أو الرأس والتصويب هو غاية كل المهارات الأساسية للاعب كرة القدم، وتعتبر حصيلة جهود كل لاعبي الفريق الواحد لإنهاء حالة الهجوم الجماعي⁽⁴⁾.

¹ - حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدمن دار الكتاب الحديث، الكويت، دون سنة، ص 65.

² - مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، 2001، ص 103.

³ - إبراهيم أنيس: المعجم الوسيط، مجمع اللغة العربية، القاهرة، ط4، 2004، ص 422.

⁴ - غازي صالح وهاشم ياسر حسن: كرة القدم التدريب المهاري، دار الرواء، عمان، ط1، 2013، ص 142.

يعد من المهارات الأساسية لكرة القدم، وعن طريقه يمكن حسم نتائج المباريات، وكل ما يقوم به اللاعبون داخل الملعب يتجه نحو هدف واحد وخلق فرصة للتهديف غالباً، إذ يعد التهديف إحدى وسائل الهجوم الفردي الذي يتسلح به اللاعب لتحقيق هدف في مرمى الفريق الآخر⁽¹⁾.

7-3-3- التعريف الإجرائي:

يعتبر التصويب على المرمى من أهم أساسيات لعبة كرة القدم، سواء بأحد القدمين أو الرأس، إذ أن اللاعب يصل إلى مرحلة متقدمة في إجادة اللعبة لا بد أن يبلغ مرحلة الإتقان في مهارة التسديد من مختلف المناطق في الملعب، وذلك لتسجيل الأهداف بكثرة في مرمى الخصم..

7-4- التمرير (المنالوة):

7-4-1- لغة:

مَرَّرَ يَمَرِّرُ، تمريراً، فهو مُمَرِّرٌ، والمفعول مُمَرَّرٌ مَرَّرَ الشَّخْصُ البضائعَ وغيرها جعلها تَمُرُّ، مَرَّرَ اللاعبُ الكرةَ إلى زميله بمهارة فائقة، مَرَّرَ السَّائِلَ في الأنبوبة، مَرَّرَ الدواءَ الشَّرَابَ : جعله مُرّاً ليس حُلُوّاً الحاكم الظالم يُمَرِّرُ عيشَ الناس⁽²⁾.

7-4-2- اصطلاحاً:

هو نقل الكرة من حيازة اللاعب المستحوذ عليها طبقاً لطبيعة اللعب والظروف التي يفرضها الموقف المتشكل مستخدماً في ذلك أي نوع من أنواع التمرير التي تحقق الهدف من استخدام التمريرة خلال استمرار اللعب ودون مخالفة لقواعد اللعب ذاتها⁽³⁾.

¹ - موفق أسعد محمود، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، دار دجلة، الأردن، 2011، ص 104.

² - إبراهيم أنيس: المعجم الوسيط، مرجع سابق، ص 862.

³ - كمال عبد الحميد، زينب فهمي: كرة اليد للنشئين، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1987، ص 143.

يعرفه "غازي صالح محمود" و "هاشم ياسر حسن" بأنه: "من أهم المهارات الأساسية لكرة القدم وأكثرها استخداما أثناء المبارات وهي صفة الربط الجماعية بين اللاعبين وتجسيد اللعب الجماعي وإلغاء اللعب الفردي⁽¹⁾."

7-4-3- التعريف الإجرائي:

التمرير يعتبر من أهم المهارات الأساسية استخداما في كرة القدم حيث تستخدم بكثرة هذه المهارة في المباريات والفريق الذي يجيد التمرير يستطيع وبدرجة كبيرة من أداء واجباته الدفاعية والمجموعة داخل الملعب وبشكل سليم وهذا عن طريق لمس أكبر عدد ممكن من اللاعبين للكرة في الفريق الواحد.

8- الدراسات المشابهة:

تعتبر الدراسات والبحوث السابقة ذات أهميه بالغه لما تتضمنه من حقائق ومعلومات وما توصلت إليه من نتائج بمثابة الذخيرة العلمية التي يستخدمها الباحثون والرؤية العلمية الصحيحة في إتباع الخطوات الموضوعية للإجراءات المختلفة في بحوثهم، وفي إيجاد الحلول المناسبة للصعوبات التي تعترض طريقه كما أنها تثير الطريق أمام الباحث ذلك لأنها تلعب الدور الهام في ترتيب الأفكار البحثية التي يجب أن تراعي في منهجية هذه الدراسة البحثية المماثلة، بالإضافة إلى الاسترشاد بالطرق المختلفة للمعالجات الإحصائية التي استخدمها الباحثون من قبل، ونظرا لاختلاف توقيت إجراء هذه الدراسات والأبحاث، لذا فسوف يقوم الباحثون بعرضها من خلال ترتيب تصاعدي بدءا من تاريخ نشر كل دراسة على حده من الأقدم إلى الأحدث ثم يلي ذلك تحليل لما سبق عرضه من إجراءات ونتائج لهذه الدراسات والأبحاث وذلك بهدف استخلاص الجوانب التي يمكن الاستفادة منها في هذه الدراسة البحثية.

¹ - غازي صالح محمود وهاشم ياسر حسن، مرجع سابق، ص 101.

الدراسة الأولى : دراسة أشرف على جابر (1990).

تحت عنوان: برنامج تدريبي مقترح لتطوير الجانب البدني والمهاري لناشئي كرة القدم.

هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر البرنامج المقترح في تطوير الجانب البدني والمهاري للاعبين كرة فئة 13 سنة ، إضافة إلى تحديد أثر البرنامج التقليدي في تطوير الجانب البدني و المهاري وتحديد أثر أي البرامج الأكثر تأثير في تطوير الجانب البدني و المهاري للاعبين كرة القدم فئة 13 - 15 سنة.

المنهج المتبع: فقد تمثل في المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة الدراسة.

عينة البحث : طبق هذا البرنامج على عينة قوامها 20 لاعب فئة 13 سنة واستعمل الباحث الاختبارات البدنية المهارية .

نتائج الدراسة: وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في الجانب المهاري والبدني لصالح القياس البعدي للعينة التجريبية .

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في الجانب المهاري والبدني للمجموعة الضابطة .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية للقياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية .

الدراسة الثانية: دراسة إبراهيم محمود حسن: (1993)

تحت عنوان: تأثير برنامج بدني مهاري على تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم .

هدف الدراسة: وتهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على مكونات اللياقة البدنية والمهارات الأساسية .

المنهج المتبع: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

عينة الدراسة: وقد أجري الباحث دراسة على عينة قوامها 36 فرد وقسمت إلى مجموعتين ضابطة ومجموعة تجريبية بواقع 18 لاعب في كل مجموعة .

نتائج الدراسة : وقد أسفرت هذه الدراسة على ما يلي:

➤ البرنامج التدريبي المقترح يؤثر إيجابيا على مستوى مكونات اللياقة البدنية والمهارات الأساسية وخاصة مهارة السيطرة على الكرة ، وركل الكرة وضرب الكرة بالقدم .

الدراسة الثالثة: دراسة مجرالي أحمد مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر(2012 - 2013) . أم البواقي.

✓ تحت عنوان: أثر برنامج تدريبي مقترح لبعض الصفات الحركية (التوافق. التوازن. الرشاقة) على تحسين دقة التصويب بالقدمين لدى براعم كرة القدم (9-12) سنة، دراسة ميدانية على براعم كرة القدم لفريق شباب عين فكرون .

✓ المنهج المتبع: فقد تمثل في المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة الدراسة.

✓ عينة البحث: قام الطالب الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية، على أنها تحقق أغراض الدراسة التي تقوم بها الباحثة، إذ تم تقسيمها إلى مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) تتكون كل مجموعة من (13) لاعبا.

طبق هذا البرنامج على عينة قوامها 13 لاعب من الفئة (9-12) سنة من براعم نادي شباب عين فكرون (أ) و (ب) و بلغ مجموع عينة البحث (26) لاعبا .

✓ نتائج الدراسة: وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد لمجموعتين (الضابطة و التجريبية) في القياسين القبلي و البعدي لصالح القياس البعدي للعينة التجريبية .
- هذا البرنامج التدريبي المبني على أساس عناصر التدريب النفس -حركي ساهم الى حد ما من رفع مستوى بعض الصفات (القدرات) الحركية قيد الدراسة لدى اللاعبين و التي صاحبها تحسن في اختباري دقة التصويب بالقدمين و أحدثت فروق معنوية لدى المجموعة التي استفادت من التدريبات ومضمون وأهداف البرنامج التدريبي المقترح .

- التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

المقارنة بين الدراسة الحالية والدراسة الأولى:

- العنوان: يختلفان في المتغير المستقل ويشتهبان في المتغير التابع.
- المنهج: يختلفان في المنهج في الدراسة السابقة اعتمدت على المنهج التجريبي.
- العينة: تتمثل العينة في الدراسة الحالية في 28 مدرب بمختلف الفئات للأندية دائرة الطاهير، بينما الدراسة الأولى شملت عينة البحث 20 لاعب فئة 13 سنة واستعمل الباحث الاختبارات المهارية.
- الأداة: الدراسة الأولى تم الاستعانة بالاختبارات كأداة، أما الدراسة الحالية فهي الاستمارة.

المقارنة بين الدراسة الحالية والدراسة الثانية:

- العنوان: يشتركان في المتغير المستقل وهو الإعداد المهاري والمتغير التابع والمهارات الأساسية.
- المنهج: يختلفان في المنهج في الدراسة السابقة اعتمدت على المنهج التجريبي.
- العينة: تتمثل العينة في الدراسة الحالية من 28 مدرب، بينما الدراسة الثانية شملت عينة البحث في 30 فرد وقسمت على مجموعتين ضابطة وتجريبية ب 18 لاعب في كل مجموعة.

- الأداة: الدراسة الحالية استخدمنا استمارة تفرغ البيانات، أما في الدراسة الثانية فقد تم قياس مختلف المهارات.

المقارنة بين الدراسة الحالية والدراسة الثالثة:

- العنوان: يختلفان في المتغير المستقل ويشتهبان في المتغير التابع.
- المنهج: يختلفان في المنهج في الدراسة السابقة اعتمدت على المنهج التجريبي.
- العينة: تتمثل العينة في الدراسة الحالية من 28 مدرب، بينما الدراسة الثالثة فتكون عينة البحث من 26 لاعب تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية من 13 لاعب في كل مجموعة عن طريق عينة عشوائية.
- الأداة: الدراسة الحالية استخدمنا استمارة تفرغ البيانات، أما في الدراسة الثالثة فقد تم قياس دقة التسديد.

الجانب النظري

الفصل الأول: كرة القدم

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين فقل ما نجد بلدا في العالم لا يعرف أبنائه كرة القدم أو على الأقل لم يسمعوا بها فهي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية وصعوبة تنفيذها أثناء المنافسة .

وقد ذكر أن السيد "جول ريمي" الرئيس السابق للاتحاد الدولي لكرة القدم، (FIFA)، قال مازحا " إن الشمس لا تغرب مطلقا عن إمبراطوريتي " دلالة على أن رياضة كرة القدم بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الألعاب، أو الرياضات الأخرى، كما اكتسبت شعبية كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها والتسابق على المشاركة في منافساتها بالرغم من أنه في السنوات الأخيرة، ظهرت عدة ألعاب، نالت الكثير من الإعجاب والتشجيع فقد بقيت، لعبت كرة القدم أكثر الألعاب شعبية وانتشارا ولم يتأثر مركزها، بل بالعكس فإننا نجد أنها تزداد شعبية وانتشارا.

1- تعريف كرة القدم:

1-1- التعريف اللغوي:

كرة القدم "Foot.ball" هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بالـ"Regby" أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى "Soccer".

1-2- التعريف الاصطلاحي:

كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: " كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع"⁽¹⁾.

1-3- التعريف الإجرائي:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل " في حالة مقابلات الكأس " فيكون هناك شوتين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة ، وفي حالة التعادل في الشوتين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء لفصل بين الفريقين.

1- رومي جميل: "كرة القدم"، دار النقائض، بيروت (لبنان)، ط1، 1986م، ص50، 52.

2- نبذة تاريخية عن كرة القدم:

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعا في العالم، وهي الأعظم في نظر اللاعبين والمتفرجين.

نشأت كرة القدم في بريطانيا، وأول من لعب الكرة كان عام 1175م ، من قبل طلبة المدارس الانجليزية، وفي سنة 1334م قام الملك (ادوار الثاني) بتحريم لعب الكرة في المدينة نظرا للانزعاج الكبير كما استمرت هذه النظرة من طرف (ادوار الثالث) ورتشارد الثاني وهنري الخامس (1373م-1453م) نظرا للانعكاس السلبي لتدريب القوات العسكرية.

لعبة أول مرة في مدينة لندن 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 (ايتون Eton) بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها 110م، وعرضها 5.5م وسجل هدفان في تلك المباراة.

بدا وضع بعض القوانين سنة 1830م، بحيث تم التعرف على ضربات الهدف والرمية الجانبية، وأسس نظام التسلسل قانون هاور (haour) كما اخرج القانون المعروف بقواعد كمبرج عام 1848م والتي تعتبر الخطوة الأولى لوضع قوانين كرة القدم، وفي عام 1862م أنشأت القوانين العشرة تحت عنوان: "اللعبة الأسهل" حيث جاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم وإعادة اللاعب للكرة إلى داخل الملعب بضربة باتجاه خط الوسط حين خروجها .

وفي عام 1863م أسس اتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888م (كأس اتحاد الكرة) أين بدأ الحكام باستعمال الصفارة ، وفي عام 1863م تأسس الاتحاد الدانمركي لكرة القدم، وأقيمت كأس البطولة بـ15 فريق دانمركي وكانت رمية بكلتا اليدين .

في عام 1904م تشكل الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا بلجيكا
سويسرا والدانمرك، وأول بطولة لكأس العالم أقيمت في الارغواي 1930م وفازت بها (1).

3- التسلسل التاريخي لكرة القدم:

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود ، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس
واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوربية السائدة في جميع المنافسات، وأصبح مقياس التطور في
كرة القدم هو منافسة كأس العالم ، وبدأ تطور كرة القدم منذ أن بدأت منافسات الكأس العالمية سنة
1930(2).

وفيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم :

- 1863: أسس الاتحاد البريطاني لكرة القدم.

- 1873: أول مقابلة دولية بين إنجلترا واسكتلندا.

- 1904: تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم.

- 1930: أول كأس عالمية فازت بها الأرجواي .

- 1963: أول دورة باسم كأس العرب.

- 1998: دورة كأس العالم في فرنسا وفازت بها ولأول مرة نظمت بـ32 منتخب من بينها 5 فرق من

إفريقيا.

1- موفق مجيد المولى : " الإعداد الوظيفي لكرة القدم" ، دار الفكر، بدون طبعة، لبنان ، 1999، ص 09 .

2- مختار سالم : "كرة القدم لعبة الملايين"، مكتبة المعارف، بدون طبعة، بيروت، 1988، ص 11.

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 1895م أول فريق رياضي جزائري تحت اسم (طليعة الحياة في الهواء الكبير. lakant garde vie grandin) وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م ، وفي 7 أوت 1921م تأسس أول 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 1921م . بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة فرق أخرى منها غالي معسكر الاتحاد الإسلامي لوهران والاتحاد الرياضي الإسلامي للبلدية والاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر .

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكامل 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 تعطي الفرصة لأبناء الشعب التجمع والتظاهر بعد كل لقاء ، حيث في سنة 1956م وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت بين مولودية الجزائر وفريق اورلي من (سانت اوجين،بولوغين حاليا) التي على إثرها اعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م تجنباً للأضرار التي تلحق بالجزائريين .

وقد عرّفت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطنية في 18 افرى 1958م الذي كان مشكلا من أحسن اللاعبين الجزائريين أمثال رشيد مخلوفي الديكان يلعب آنذاك في صفوف فريق سانت ايتيان ،سوخان، كرمالي، زوبا، كريمو ابرير...

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 1962م وكان "محنّد معوش" أول رئيس لها، ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر أكثر من 110000 رياضي يشكلون حوالي 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية و6 رابطات جهوية .

وقد نظمت أول بطولة جزائرية لكرة القدم خلال الموسم 1962-1963م وفاز بها فريق الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر، ونظمت كأس الجمهورية سنة 1963م وفاز بها فريق وفاق سطيف الذي مثل الجزائر أحسن تمثيل في منافسات الكؤوس الإفريقية وفي نفس السنة أي 1963م كان أول لقاء للفريق الوطني، وأول منافسة رسمية للفريق الوطني مع الفريق الفرنسي خلال ألعاب البحر الأبيض المتوسط لسنة 1975م وحصله على الميدالية الذهبية⁽¹⁾.

كما شارك في اولمبياد موسكو لسنة 1980، وفاز بكأس إفريقيا مرة واحدة بالجزائر لسنة 1990م وشارك في دورتين لكأس العالم الأولى باسبانيا سنة 1982م، والثانية بالمكسيك سنة 1986م، ودون ذلك لم يحظى المنتخب الوطني بنتائج كبيرة، حيث أقصيا من تصفيات كأس العالم الباقية رغم إنجابه لعدة لاعبين أكفاء أمثال: لالماس، عاشور، طهير، فريحه، كركور، دراوي، وفي بداية الثمانينات 1982م ظهرت وجوه لامعة مثلت الكرة الجزائرية أحسن تمثيل أمثال : بلومي، ماجر، عصاد، زيدان، مرزقان، سرباح، بتروني... .

أما في التسعينات فقد ظهر كل من صايب وتاسفاوت وآخرون، هذا عن الفريق الوطني، أما عن الأندية فقد برهنت عن وجود الكرة الجزائرية على المستوى الإفريقي، والدليل على ذلك لعبها للأدوار النهائية

1- بلقاسم تلي، مزهود لوصيف، الجابري عيساني: " دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية "، مذكرة ليسانس في التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية دالي إبراهيم، جوان 1997، ص46.47.

بالنسبة لكأس إفريقيا للأندية البطلة، وكأس الأفروديسيوية وكأس الكؤوس والحصول على الكأس لبعض أندية العريقة أمثال شبيبة القبائل ووفاق سطيف،مولودية الجزائر .

5- مدارس كرة القدم :

كل مدرسة تتميز عن الأخرى بأنها تتأثر تأثيرا مباشرا من اللاعبين الذين يمارسونها، وكذلك الشروط الاجتماعية والاقتصادية والجغرافية التي نشأ فيها .

في كرة القدم نميز المدارس التالية :

1- مدرسة أوروبا الوسطى (النمسا،المجر ، التشيك) .

2- المدرسة اللاتينية.

3- مدرسة أمريكا الجنوبية (1) .

6- المبادئ الأساسية لكرة القدم :

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

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه إلى حد كبير على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة ، إن 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 ويسر ،ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظروف المناسبين، ويحاور عند اللزوم ويتعاون تعاوننا تاما مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق.

1- عبدا لرحمان عيساوي : " سيكولوجية النمو"، دار النهضة العربية، بدون طبعة، بيروت، 1980، ص72 .

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 مطلقاً أن يكون لاعب كرة القدم متقناً لجميع المبادئ الأساسية اتقاناً تاماً.

وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة ، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة كما يجب الاهتمام بها دائماً عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء باللعب.

وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى مايلي :

- استقبال الكرة .
- المحاورة بالكرة .
- المهاجمة .
- رمية التماس .
- ضرب الكرة .
- لعب الكرة بالرأس .
- حراسة المرمي (1).

7- صفات لاعب كرة القدم:

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة، تلائم هذه اللعبة وتساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ومن هذه الخصائص أو المتطلبات هناك أربع متطلبات للاعب كرة القدم، وهي الفنية الخطئية

1- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم"، دار العام للملايين، ط 4، بيروت، 1977، ص25-27 .

والنفسية والبدنية واللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكامل خططيا جيدا ومهاريا عاليا والتعدادات النفسية ايجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة والنقص الحاصل في إحدى تلك المتطلبات يمكن أن تعوض في متطلب آخر.

سنركز في بحثنا هذا على متطلبات اللعبة البدنية اعتمادا على معلومات وإحصائيات جمة في الميدان الكروي من خلال دراسات متعددة ، تظهر التغيرات الفزيولوجية المقاسة بدقة قبل المباراة والتمرينات أو أثنائهم أو بعدهم.

يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين وتحليلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة وطرق لعب اللاعب للمباريات، فإن التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص والإحصائيات المهمة⁽¹⁾.

7-1- الصفات البدنية:

من مميزات كرة القدم أن ممارستها في متناول الجميع مهما كان تكوينهم الجسماني، ولئن اعتقدنا بأن رياضيا مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية، جيد التقنية، ذكي، لا تنقصه المعنويات هو اللاعب المثالي فلا نندهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجهها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل والأسلوب، لنتحقق من أن معايير الاختيار لا تركز دوما على الصفات البدنية، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماكر يجيد المراوغة على خصمه القوي الحازم الشريف المخدوع بحركات خصمه غير المتوقعة ، وذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم .

ويتطلب السيطرة في الملعب على الارتكازات الأرضية، ومعرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من أجل التقاط الكرة، والمحافظة عليها وتوجيهها بتناسق عام وتام⁽²⁾.

1- موفق مجيد المولى : " الإعداد الوظيفي لكرة القدم"، مرجع سابق، ص9-10.

2- محمد رفعت: "كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية"، دار البحار، بدون طبعة ، لبنان، 1998، ص99 .

7-2- الصفات الفيزيولوجية :

تحدد الانجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية والخطية والفيزيولوجية وكذلك النفسية والاجتماعية، وترتبط هذه الحقائق مع بعضها وعن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب إذا كانت المعرفة الخطية له قليلة ، وخلال لعبه كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات مصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى ، وهذا ما يجعل تغير الشدة وارد من وقت إلى آخر، وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أخرى، وتحقق الظروف المثالية فإن هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللاعب البدنية .

والتي يمكن أن تقسم إلى ما يلي :

- القابلية على الأداء بشدة عالية .

- القابلية على أداء الركض السريع .

- القابلية على إنتاج قوة (القدرة العالية) خلال وضعية معينة.

إن الأساس في انجاز كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات ، يندرج ضمن مواصفات الجهاز الدموي التنفسي، وكذلك العضلات المتداخلة مع الجهاز العصبي ومن المهم أن نذكر أن الصفات تحدد عن طريق الصفات الحسية ولكن تحسين كفاءتها⁽¹⁾.

1- موفق مجيد المولى: "الإعداد الوظيفي لكرة القدم، مرجع سابق، ص 62 .

عن طريق التدريب وفي أغلب الحالات، فإن اللاعبين المتقدمين في كرة القدم يمتلكون قابلية عالية في بعض الصفات البدنية فقط ، ولهذا فإن نجاح الفريق يعتمد على اختيار إستراتيجية اللعب التي توافق قوة اللاعبين.

7-3- الصافات النفسية:

تعتبر الصافات النفسية أحد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم وما يمتلكه من السمات الشخصية ومن بين الصافات النفسية نذكر ما يلي :

7-3-1- التركيز:

يعرف التركيز على أنه" تضيق الانتباه ، وتشبيته على مثير معين أو الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد"، ويرى البعض أن مصطلح التركيز يجب أن يقتصر على المعنى التالي : (المقدرة على الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد لفترة من الزمن وغالبا ما تسمى هذه الفترة ب: مدى الانتباه) .

7-3-2- الانتباه:

يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة، أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار، ويتضمن الانتباه الانسجام والابتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد انتباهه، وعكس الانتباه هو حالة الاضطراب والتشويش والتشتت الذهني (1).

1- يحي كاظم النقيب:"علم النفس الرياضة"، معهد إعداد القادة، بدون طبعة، السعودية، 1990، ص 384 .

7-3-3- التصور العقلي:

وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الإعداد للأداء، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية ، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن لمح إرسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو مطلوب .

7-3-4- الثقة بالنفس :

هي توقع النجاح ، والأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن، ولا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسن الأداء (1).

7-3-5- الاسترخاء:

هو الفرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة طاقته البدنية والعقلية والانفعالية بعد القيام بنشاط ، وتظهر مهارات اللاعب للاسترخاء بقدرته على التحكم وسيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر (2).

8- 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 (17) قاعدة لسير هذه اللعبة ، وهذه القواعد سارت بعدة تعديلات ولكن لازالت باقية إلى الآن .

حيث أول سبق للثبات لأول قوانين كرة القدم أسندوا إلى ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالا واسعا للممارسة من قبل الجميع دون استثناء ، وهذه المبادئ حسب سامي الصفار 1982م كما يلي :

1- أسامة كامل راتب : "تدريب المهارات النفسية(التطبيقات في المجال الرياضي)"، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة، 2000 ص 117.

2- R-Tham:"pre'peration psychologique du sportif", Vigot, Ed1, Paris, 1991, P72 .

8-1- المساواة :

إن قانون اللعبة يمنح لممارسي كرة القدم فرصة متساوية لكي يقوم بعرض مهاراته الفردية ، دون أن يتعرض للضرب أو الدفع أو المسك وهي مخالفات يعاقب عليها القانون.

8-2- السلامة :

وهي تعتبر روحا للعبة ، بخلاف 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 .

8-3- التسلية :

وهي إفراح المجال للحد الأقصى من التسلية والمتعة التي يجدها اللاعب لممارسة اللعبة ، فقد منع المشرعون لقانون كرة القدم بعض الحالات والتي تصدر من اللاعبين تجاه بعضهم البعض⁽¹⁾.

9- قوانين كرة القدم :

بالإضافة إلى هذه المبادئ الأساسية هناك 17 قانون يسيّر اللعبة وهي كالتالي:

9-1- ميدان اللعب :

يكون مستطيل الشكل، لا يتعدى طوله 130م ولا يقل عن 100م ، ولا يزيد عرضه عن 100م ولا يقل عن 60م .

1 - سامي الصفار: "كرة القدم" ، ج1، بدون طبعة، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق، 1982، ص 29.

9-2- الكرة :

كروية الشكل، غطائها من الجلد لا يزيد محيطها عن 71سم، ولا يقل عن 68سم، أما وزنها لا يتعدى 453غ، ولا يقل عن 359غ .

9-3- مهمات اللاعبين :

لا يسمح لأي لاعب أن يلبس أي شئ يكون فيه خطورة على لاعب آخر .

9-4- عدد اللاعبين :

تلعب بين فريقين، يتكون كل منهما من 11 لاعبا داخل الميدان، وسبعة لاعبين احتياطيين.

9-5- الحكام :

يعتبر صاحب السلطة لمزاولة قوانين اللعبة بتنظيم القانون وتطبيقه.

9-6- مراقبو الخطوط :

يعين للمباراة مراقبان للخطوط وواجبهما أن يبيئا خروج الكرة من الملعب ، ويجهزان برايات من المؤسسة التي تلعب على أرضها المباراة .

9-7- مدة اللعب :

شوطان متساويان كل منهما 45د، يضاف إلى كل شوط وقت ضائع، ولا تزيد فترة الراحة بين الشوطين عن 15د.

9-8- بداية اللعب :

ينتقد اختيار نصفي الملعب، وركلة البداية ، تحمل على قرعة بقطعة نقدية ولل فريق الفائز بالقرعة اختيار إحدى ناحيتي الملعب أو ركلة البداية .

9-9- الكرة في اللعب أو خارج اللعب :

تكون الكرة خارج الملعب عندما تعبر كلها خط المرمى أو التماس، عندها يوقف الحكم اللعب وتكون الكرة في اللعب في جميع الأحوال الأخرى من بدء المباراة إلى نهايتها.

9-10- طريقة تسجيل الهدف :

يحتسب الهدف كلما تجتاز الكرة كلها خط المرمى بين القائمين وتحت العارضة (1).

9-11- التسلل :

يعتبر اللاعب متسللاً إذا كان أقرب من خط مرمى خصمه من الكرة في اللحظة التي تلعب فيها الكرة.

9-12- الأخطاء وسوء السلوك :

يعتبر اللاعب مخطئاً إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية:

- ركل أو محاولة ركل الخصم .

- عرقلة الخصم مثل محاولة إيقاعه باستعمال الساقين أو الانحناء أمامه أو خلفه .

- دفع الخصم بعنف أو بحالة خطرة .

1 - علي خليفة العنشري وآخرون: "كرة القدم"، بدون طبعة، الجماهيرية العربية الليبية، 1987م، ص 255.

- الوثب على الخصم .

- ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد .

- مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع .

- دفع الخصم باليد أو بأي جزء من الذراع.

- يمنع لعب الكرة باليد إلا لحارس المرمى .

- دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه⁽¹⁾.

9-13- الضربة الحرة: حيث تنقسم إلى قسمين:

- مباشرة : وهي التي يجوز فيها إصابة مرمى الفريق المخطئ مباشرة .

- غير مباشرة : وهي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب الكرة أو لمسها لاعب آخر.

9-14- ضربة الجزاء:

تضرب الكرة من علامات الجزاء ، وعند ضربها يجب أن يكون جميع اللاعبين خارج منطقة الجزاء.

9-15-رمية التماس :

عندما تخرج الكرة بكاملها من خط التماس.

1 - سامي الصفار: "كرة القدم"، مرجع سابق، ص 30 .

9-16- ضربة المرمى:

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدى الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق الخصم .

9-17- الضربة الركنية:

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدى الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق المدافع (1).

10- طرق اللعب في كرة القدم:

إن لعبة كرة القدم لعبة جماعية ولذلك فإن جميع قدرات اللاعبين ومهاراتهم الفنية تجتمع لتنتهي إلى غرض واحد ، وهو المصلحة العامة للفريق ، ولا بد أن تتناسب طريقة اللعب للفريق مع اللياقة البدنية والمستوى الفني والكفاءة الفردية لجميع لاعبي الفريق.

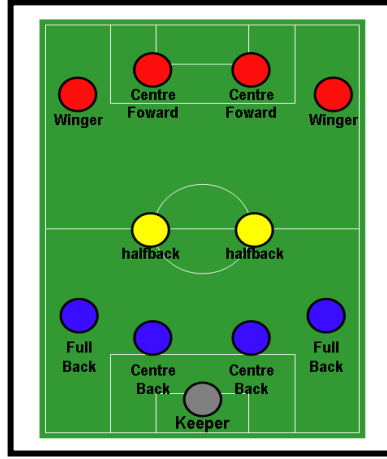
10-1- طريقة الظهير الثالث:

هذه الطريقة شائعة الاستعمال بين الفرق وقد وضعتها انجلترا عام 1925م، لتنظيم دفاع الفريق ضد الهجوم للفريق المنافس، وهي طريقة دفاعية الغرض منها هو الحد من خطورة هجوم الخصم والعمل الأساسي لنجاح هذه الطريقة هو تنظيم العلاقة بين المدافعين لأداء واجبهم كوحدة واحدة متكاملة لإمكان نجاح الفريق.

10-2- طريقة 4-2-4 :

وهي الطريقة التي نالت بها البرازيل لكأس العالم سنة 1958م، ويجب على الفريق أن يتمتع بلياقة بدنية عالية وحسن التصرف في أداء المهارات المختلفة لأن هذه الطريقة تتطلب التعاون بين الهجوم والدفاع بحيث يزداد عدد اللاعبين في كلتا الحالتين (الدفاع والهجوم) واشتراك خط الوسط الذي يعمل على تحليل دفاع الخصم.

1- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم"، مرجع سابق، ص 177 .



الشكل 1: الرسم التشكيلي 4-2-4

10-3- طريقة متوسط الهجوم المتأخر M.M :

وفي هذه الطريقة يكون الجناحان ومتوسط الهجوم على خط واحد خلف ساعدي الهجوم المتقدمين إلى الأمام، للهجوم بهما على قلب هجوم الخصم ، ويجب على متوسط الهجوم سرعة التمريرات المفاجئة وسرعة الجناحين للهروب من ظهري الخصم (1).



الشكل 2: الرسم التشكيلي طريقة متوسط الهجوم المتأخر M.M

1- علي خليفة العنشري وآخرون: "كرة القدم"، مرجع سابق، ص 211 .

10-4-3 طريقة : 3-3-4

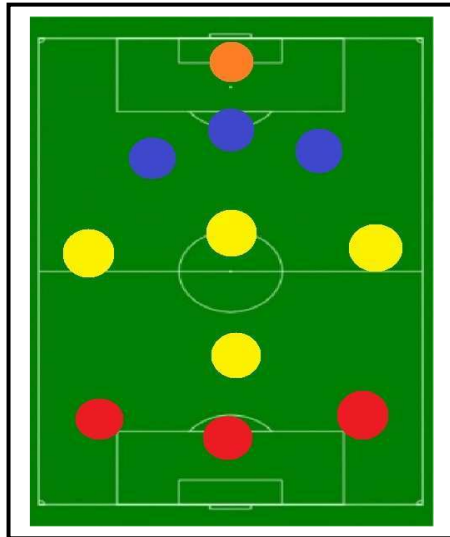
وتمتاز هذه الطريقة بأنها طريقة دفاعية هجومية وتعتمد أساسا على تحرك اللاعبين وخاصة لاعبي خط الوسط، ومن الممكن للظهير أن يشارك في عمليات الهجوم على فريق الخصم و كما أن هذه الطريقة سهلة الدراسة وسهلة التدريب.



الشكل 3: الرسم التشكيلي 3-3-4

10-5-3 طريقة : 3-4-3

وهي طريقة دفاعية هجومية تستعمل للتغلب على طريقة الظهير الثالث، وينتشر اللعب بها في روسيا وفرنسا، ويكون الفريق بهذه الطريقة في حالة هجوم شديد عندما تتواجد الكرة مع خط الهجوم أو خط الوسط⁽¹⁾.



الشكل 4: الرسم التشكيلي 3-4-3

1- Alain Michel: "Foot .balle, les systèmes de jeu", 2^{eme} edition, edition chiram, Paris, 1998, P14.

10-6- الطريقة الدفاعية الايطالية:

وهي طريقة دفاعية بحثة وضعها المدرب الايطالي (هيلينكو هيريرا Helinkou Herea) بغرض سد المرمى أمام المهاجمين (1-4-2-3) .



الشكل 5: الرسم التشكيلي 1-4-2-3

10-7- الطريقة الشاملة:

وهي طريقة هجومية ودفاعية في نفس الوقت حيث تعتمد على جميع اللاعبين في الهجوم وفي الدفاع.



الشكل 6: الرسم التشكيلي 3-3-4

10-8- الطريقة الهرمية:

ظهرت في إنجلترا سنة 1989م وقد سميت هرمية لأن تشكيل اللاعبين الأساسيين في أرض الملعب يشبه هرمًا قمته حارس المرمى وقاعدته خط الهجوم (حارس المرمى، اثنان دفاع، ثلاثة خط الوسط، خمسة مهاجمين) (1).



الشكل 7: الرسم التثكيلي للطريقة الهرمية

1- حسن أحمد الشافعي: "تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي"، منشأة المعارف بالإسكندرية، بدون طبعة، مصر، 1998م، ص 23.

خلاصة:

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 ، كي يكون دوره إيجابيا في هذه المعادلة، وإعطاء النتائج المرجوة منه.

ومن كل هذا فإن للاعب كرة القدم العديد من الجوانب التي يجب الاهتمام بها كي يصل إلى أعلى مستوى من الاحترافية والعالمية .

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 ، كي يكون دوره إيجابيا في هذه المعادلة، وإعطاء النتائج المرجوة منه.

ومن كل هذا فإن للاعب كرة القدم العديد من الجوانب التي يجب الاهتمام بها كي يصل إلى أعلى مستوى من الاحترافية والعالمية .

الفصل الثاني: التحضير المهاري

تمهيد

في كرة القدم الحديثة يعتبر التحضير المهاري قاعدة أساسية ومهمة لأداء اللعبة، حيث يلعب دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق، ويؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى إرباك الخصم وعدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب والأداء، وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية لأعضاء الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم وإحراز الأهداف.

وفي هذا الفصل سنتطرق إلى التحضير المهاري من خلال إبراز المهارات الأساسية وأقسامها بالتفصيل.

1- مفهوم الإعداد المهاري:

ويقصد به الإجراءات التي يتبعها المدرب بهدف الوصول باللاعب إلى الدق والإتقان في أداء المهارات الأساسية للعبة كرة القدم، بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة.

ويعرف مفتي إبراهيم الإعداد المهاري بأنه اكتساب اللاعبين المهارات الأساسية من خلال التمرينات والمعلومات والمعارف بهدف الوصول إلى الدقة والإتقان في أدائها.

كما يعني الإعداد المهاري اكتساب اللاعبين المهارات الأساسية بخلاف التمرينات والمعلومات والمعارف بهدف التوصل إلى الدقة والإتقان في الأداء.

ويقصد بالإعداد المهاري الفني كذلك كل الإجراءات التي يضعها المدرب أو المدرس ويقوم بتنفيذها تعليم اللاعب المهارات الأساسية والتدرج بها حتى يصل اللاعب إلى أدائها بطريقة آلية مقننة تحت أي ظرف من ظروف المباراة⁽¹⁾.

وتهدف عملية الإعداد المهاري إلى تعليم المهارات الحركية التي يستعملها اللاعب في غضون المنافسات الرياضية ومحاولة إتقانها وتثبيتها حتى تحقيق أعلى المستويات الرياضية والإتقان التام للمهارات الحركية.

2- المهارات الأساسية

1-2- مفهوم المهارة:

لفظ مهارة SKILL يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، وهو بذلك يشمل كافة الأداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والدقة.

هناك ثلاث أنواع من المهارات:

¹ - حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1997، ص 23.

- مهارات معرفية cognitive skill مثل: الحساب، الجبر، الهندسة.
- مهارات إدراكية perceptual skill مثل: مهارات إدراك أشكال معينة.
- مهارات حركية motor skill مثل: المهارات الرياضية. (1)

2-2- مفهوم المهارات الأساسية

المهارات الأساسية في كرة القدم هي عبارة عن نوع معين من العمل والأداء. يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق الأداء البدني الخاص. وهي بهذا الشكل تعتمد أساساً على الحركة وتتضمن التفاعل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء. (2)

2-3- أقسام المهارات الأساسية:

أولاً: المهارات الأساسية بدون كرة:

هي جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب أثناء المباراة في إطار اللعبة دون استعمال الكرة ومن أهم هذه الحركات التي يمكن ملاحظتها مهارة الجري وتغيير الاتجاه سواء كان الجري أمامي أو جانبي أو خلفي زيادة على مهارة الوثب ومهارة الخداع بالنظر أو الخداع بالجدع. كما يصطلح على تسمية المهارات الأساسية بدون كرة بالمهارات البدنية.

ومن المعروف أنه عندما يمتلك اللاعب مهارات حركية متنوعة ومتعددة ينعكس ذلك على صفاته البدنية ويصبح من السهل عليه إتقان المهارات الأساسية في كرة القدم، أي أنه هناك ارتباط بين المخزون من المهارات والصفات البدنية من جانب وبين المهارات الجديدة الواجب تعلمها من جانب آخر، ونوع النشاط

¹ - مفتي إبراهيم حماد: مرجع سابق، ص 13 - 14.

² - حين السيد أبو عبدو: الإعداد المهاري للاعبين لكرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، ط 1 الإسكندرية، مصر، 2002، ص 27.

الحركي الذي يؤديه لاعب الكرة في الملعب بدون كرة هو عبارة عن الجري بأنواعه وما يعرف بالجري المتغير الشدة، جري أمامي أو جانبي أو خلفي، دف إلى ذلك مهارة الوثب ومهارة الخداع والتمويه بالجسم وذلك عن طريق الخداع بالنظر والخداع بالجدع وأيضا وقفة لاعب الدفاع لأخذ الوضعية التي تساعده على المهارة بسرعة جيدة (1).

إن المهارات الأساسية التي يمكن أن نلاحظها على اللاعب كرة القدم بدون الكرة هي مهارة وتغيير الاتجاه، وذلك بالجري الأمامي والجانبية والخلفي، دف إلى ذلك مهارة الوثب الخدع والتمويه وذلك عن طريق مهارة الخداع بالنظر والخداع بالجدع (2).

ويمكن تقسيمها إلى ثلاث أقسام:

1- الجري وتغيير الاتجاه:

كرة القدم لعبة جماعية سريعة الإقطاع وتمتاز بالتحول السريع من الدفاع إلى الهجوم والعكس طوال زمن المباراة وهذا الأمر يستدعي من اللاعبين إجادة الجري والتدريب عليه، والجري بدون كرة للاعب كرة القدم يكون بخطوات قصيرة لكي يحتفظ بتوازنه باستمرار والتحكم في الكرة مع القدرة على تغيير الاتجاه بسهولة، وتختلف المسافة التي يتحرك فيها اللاعب بالجري بدون كرة سواء الجري بأقصى سرعة أو بسرعة متوسطة لمسافات تتراوح ما بين 5-30 م ويكون غالبا هذا التحرك لتلك المسافة بغرض اللحاق بالكرة والوصول إليها قبل أن تصبح في متناول الخصم.

ولما كانت المسافة التي يقطعها لاعب كرة القدم طوال زمن المباراة تتراوح ما بين (5-7كلم) وقد تستغرق مدة الجري أحيانا حوالي 6 دقائق دون توقف فإن ذلك يستدعي من اللاعب أن ينظم نفسه على

¹ - بطرس رزق الله: متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية، مطبعة الإسكندرية، مصر، 1992، ص 119-120.

² - بطرس رزق الله: المرجع السابق، ص 120.

خطوات الجري وكيفية استنشاقه للأكسجين وتنظيم عملية التنفس، ويجب على اللاعب أيضا أن يراعي قصر وسرعة خطواته أثناء الجري مع انثناء خفيف في الركبة بدون تصلب وخفض مركز ثقل الجسم حتى يكون قريبا من الأرض إلى حد ما، مع تحرك الذراعين بجوار الجسم وبذلك يمكن للاعب أن يحافظ على اتزانه أثناء الجري مع القدرة على تغيير الاتجاه في أي لحظة يريدها اللاعب وبالسرعة المطلوبة.

2- الوثب (الارتقاء):

يعتبر اللاعب الذي يتمتع بالقدرة على الوثب عاليا أكثر من منافسه ذو ميزة تكتيكية وتكنيكية أفضل في الوصول إلى الكرة قبل المنافس وتتضح هذه القدرة في الوثب عاليا أمام المرمى بغرض إحراز هدف في مرمى الخصم أو محاولة المدافع منع المهاجم من إحراز هذا الهدف بالوثب عاليا مسافة أعلى منه واستخلاص الكرة بالرأس قبل أن تصل إلى المنافس⁽¹⁾.

وهذه المهارة تحتاج إلى توفر قوة الارتقاء للاعب كرة القدم مع التوقيت السليم، والهبوط المناسب ويكون ذلك الارتقاء إما برجل واحدة أو بالرجلين معا مع ملاحظة عدم رفع الرجل الحرة أثناء الارتقاء والوثب الأعلى حتى لا يقع اللاعب في خطأ قانوني خاصة إذا كان قريبا من اللاعب المنافس، ويلاحظ أن الوثب عاليا مع الاقتراب والجري أفضل للاعب الكرة من الوثب من الثبات وذلك للاستفادة من سرعة اللاعب الأفقية أثناء الجري وتحويلها إلى القدرة على الارتقاء والوثب عاليا، لذلك يجب على المدرب أن يهتم بتنمية هذه المهارة عن طريق تدريجات المرونة والإطالة والرشاقة.

¹ - حسين السيد أبو عبود: الإعداد المهاري للاعب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، ط 1 الإسكندرية، مصر، 2002، ص

3- الخداع والتمويه بالجسم:

تعتبر هذه المهارة من المهارات التي يجب أن يجيدها اللاعب المدافع والمهاجم على حد سواء مع القدرة على أدائها باستخدام الجسم والجذع والرجلين والنظر، وهذا يتطلب من اللاعب قدرا كبيرا على الاحتفاظ بمركز الثقل بين القدمين والتمتع بقدر كبير من المرونة والرشاقة والتوافق العضلي العصبي وقدرة كبيرة على التوقع السليم والإحساس بالمسافة والزمن والمكان الذي يقوم به اللاعب أثناء الخداع⁽¹⁾.

ثانيا: المهارات الأساسية بالكرة:

وهي جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب بالكرة أثناء المباراة وتشمل الطرق المختلفة بالكرة وتشمل المهارات الأساسية بالكرة على مهارة ضرب (ركل) الكرة بالقدم، السيطرة على الكرة، الجري بالكرة، المراوغة، ضرب الكرة بالرأس، المهاجمة، رمية التماس وحراسة المرمى⁽²⁾.

1- الجري بالكرة:

عندما يجري اللاعب بالكرة فإن هذا يعني أن الكرة تقع تحت سيطرته فيقوم بأداء كافة الحركات والمعارات التي يريد تنفيذها وقد اصطلح على تسمية هذه المهارة " بالجري بالكرة" حيث أن اللاعب غالبا ما يؤدي هذه المهارة بالجري، غير أنها في بعض الأحيان تؤدي بالمشي، وخاصة عندما يكون ذلك لأغراض تكتيكية "خطوية"⁽³⁾.

¹ - حسين السيد أبو عبود: مرجع سابق، ص 142-143.

² - Warzos jerry : atlas exercices specifique de foot ball. Edition, I.N.S.E.P,paris, 1980, p 36-37.

³ - محمد رضا الوقاد: التخطيط الحديث في كرة القدم، دار السعادة، ط1 ، مصر ، 2003، ص 171.

ولتنفيذ هذه المهارة فإن اللاعب غالبا ما يستخدم إحدى أجزاء القدم وأحيانا يجري بالكرة مستخدما الفخذ أو الفخذين معا، وقد يجري بالكرة مستخدما رأسه، غير أنه عندما يستخدم الفخذ أو الرأس فإننا نفضل التعبير عن ذلك بعبارة " تنطيط بالكرة" فلا يجري اللاعب بالكرة برأسه أو فخذة لمسافة كبيرة حيث لا يساعده ذلك على مجاراة سرعة وظروف اللعب أو اللاعبين، لذلك فإن اللعب غالبا ما يؤدي هذه المهارة بإحدى أجزاء القدم التالية:

جزء القدم الأمامي الداخلي، جزء القدم الأمامي الخارجي، و من الأجزاء التي قد يستخدمها اللاعب أحيانا سن القدم بالإضافة إلى الفخذ والرأس .والجري بالكرة هو عبارة عن خليط من الجري، وركل الكرة بإحدى أجزاء القدم المعروفة، ويتوقف تحديد سرعة الجري بالكرة، و كذلك الجزء المستخدم في ضربها وقوة الضربة أثناء الجري بها على المسافة التي يتحرك فيها اللاعب وبعد الخصم عنه،و أيضا الهدف من الجري بالكرة ومهما كانت الظروف فإن الجري بالكرة يستدعي من اللاعب استمرار السيطرة عليها وذلك بأن لا يطلقها بعيدا عن متناول قدميه، و ألا تزيد المسافة بينه وبين الكرة عن متر أو مترين، وتقل هذه المسافة كلما قرب الخصم من اللاعب، ومن الطرق لأكثر شيوعا للجري بالكرة، الجري باستخدام جزء القدم الأمامي الداخلي حيث يتمكن خلالها اللاعب من الجري لأكبر مسافة بالسرعة المطلوبة و بسهولة، غالبا أيضا ما يجري اللاعب مستخدما جزء القدم الأمامي الخارجي و الداخلي معا، وإن كان ذلك قد يقلل من سرعة الجري بالكرة⁽¹⁾.

أما الجري بالكرة باستخدام الرأس (أو الجزء الأوسط من الجبهة) فإن ذلك نادرا ما يحدث ،وكما سبق القول فإن أداء هذه المهارة يكون لتنطيط الكرة وتعليم الجري بالكرة للمبتدئين يتطلب مراعاة الأوضاع التشريحية للقدم التي يستخدمها اللاعب في الجري فمن الضروري البدء بتعليم اللاعب (الناشئ) الجري بالكرة

¹ - محمد رضا الوقاد: المرجع السابق، ص 172.

أولاً بجزء القدم الأمامي الخارجي حيث يضمن اللاعب بهذه الطريقة مرونة أكثر في الحركة بالإضافة إلى أن الجري بالكرة بجزء القدم الأمامي الخارجي يعتبر أكثر مناسبة لتحقيق السرعة المطلوبة في الجري⁽¹⁾.

ويرى البعض أن البدء في تعليم اللاعب الناشئ الجري بالكرة بجزء القدم الأمامي الداخلي والخارجي - بعد ذلك فقط - يمكن البدء في تعليمه الجري بوجه القدم وسن القدم.

وتعليم مهارة الجري بالكرة بأي جزء من الأجزاء يجب أن يمر بالخطوات التالية:

- أداء المهارة من المشي باستخدام كرة طيبة ثم بكرة عادية.
- أداء المهارة من الجري الخفيف بكرة عادية .
- أداء المهارة مع زيادة سرعة الجري .
- أداء المهارة من الجري العادي والمرور بين كرات طيبة أو أرماع.
- أداء المهارة مع تغيير السرعات.
- أداء المهارة مع تعدية خصم أو حاجز⁽²⁾.

2- المراوغة:

- تعريف المراوغة:

هي فن التخلص من الخصم وخداعه مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدماً بعض حركات الخداع التي يؤديها إما بجذعه أو بقدميه، وهي سلاح اللاعب وعامل أساسي في تنفيذ الخطط الهجومية الفردية والجماعية.

¹ - محمد رضا الوقاد: مرجع سابق، ص 173.

² - محمد رضا الوقاد: مرجع سابق، ص 174.

والمراوغة تعتبر من أصعب المهارات الأساسية في كرة القدم، لذلك يجب أن يجيدها المهاجم والمدافع على حد سواء مع احتفاظ كل لاعب بأسلوبه المميز في مهارة المراوغة، ولكي يتحقق ذلك يجب أن يتمتع اللاعب المحاور بقدرة بدنية عالية تساعد على نجاح مهارة المراوغة، ومن أهم القدرات البدنية التي تساعد على ذلك الرشاقة والمرونة والسرعة الحركية التي تساعد على تحسين الأداء المهاري للمراوغة.

وفي كرة القدم الحديثة تعتبر مهارة المراوغة أقل أهمية من مهارات التمرير والسيطرة على الكرة لأنها غالباً أقل بطئاً، وتأثر في اكتساب مساحة خالية من مهارة التمرير التي تتصف بالسرعة والدقة، وبالرغم من ذلك فإنه يوجد كثير من المواقف اللعبية التي تسمح للاعب المستحوذ على الكرة أن يؤدي مهارة التمرير بحرية نتيجة الدفاع الضاغط من الخصم في مساحات صغيرة أو استخدام الفريق المنافس لمصيصة التسلل كخطة دفاعية ويصبح الحل الأمثل لاكتساب مساحة جديدة والتغلب على المواقف السابقة هو إجادة اللاعب للمراوغة.

وبالرغم من أهمية المراوغة للفريق فإنها سلاح ذو حدين، فإذا أجاد لاعبي الفريق في استخدام طرق المحاورة بنجاح فإن ذلك يعتبر مفيداً من الناحية الخطية للفريق لأنه ينقص من عدد المدافعين للفريق الآخر بالإضافة إلى اكتساب المهاجم الثقة بالنفس وعلى الجانب الآخر فإن سوء استخدام المراوغة وأدائها بصورة غير مجدية يؤدي إلى هدم خطط الفريق الهجومية وإهدار الفرص في امتلاك الكرة⁽¹⁾.

لذلك يجب أن يضع اللاعب المهاجم نصب عينيه أن المراوغة لا بد أن تكون بسبب ولها هدف لفائدة الفريق وليس الاستعراض ونسبة أداء المراوغة كبيرة بالنسبة للاعبين الهجوم وتقل بالنسبة لساعدي الدفاع وأقل لباقي أفراد الدفاع، وكلما امتاز اللاعب بطريقة أدائه السهلة لتنفيذ المراوغة وتزود بمهارة أداء

¹ - محمد السيد أبو عبده: مرجع سابق، ص 153.

الطرق المختلفة للمراوغة، كلما أفاده ذلك كثيرا في تنفيذ خطط الفريق الهجومية وأعطى فريقه فرصة تفصيل للفوز بالمباراة.

ومن أهم صفات وشروط المراوغة الناجحة ما يلي:

- اختيار الطريقة المناسبة للموقف اللعبي والتي غالبا لا يتوقعها المنافس.
 - قدرة اللاعب المهاجم على إقناع الخصم المدافع بتحريك خادع.
 - أن تتصف المراوغة بعنصر المفاجأة.
 - قدرة اللاعب المهاجم على تغيير أوضاع جسمه بسرعة ورشاقة.
 - قدرة اللاعب المهاجم على استخدام أكثر من نوع وطريقة للمراوغة حتى لا ينجح خصمه المدافع في توقع نوع المراوغة التي يقوم بتنفيذها المهاجم.
 - قدرة اللاعب المهاجم على تغيير سرعة ريثم الأداء.
 - تمتع اللاعب بحسن استخدام التوقيت السليم للقيام بعملية المراوغة أمام الخصم.
- وهناك عدة طرق للمراوغة هي:
- المراوغة من الأمام.
 - المراوغة من الجانب.

- المراوغة من الخلف (1).

وعلى ضوء ذلك يجب على الناشئ أن يفهم ما يلي:

- أن تتناسب طريقة المراوغة مع الموقف، مثل المسافة المتاحة أو اتجاه المدافع صوب المهاجم وعلى ذلك يتدرب الناشئ على أنواع المراوغات الممكنة كلها وتترك له الحرية في اختيار ما يناسبه أثناء المباراة.

- أن يتعلم الناشئ كيفية حماية الكرة من المنافس.

- أن يدرك الناشئ ماذا سيفعل بعد المراوغة مثلا: التمرير للزميل أو التصويب (2).

3- استقبال الكرة:

- تعريف:

استقبال الكرة هو إخضاع الكرة تحت تصرف اللعب والهيمنة عليها وجعلها بعيدة عن متناول الخصم وذلك للتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسب ظروف المباراة والسيطرة على الكرة تتم في جميع الارتفاعات والمستويات سواء كانت الكرات الأرضية أو المنخفضة الارتفاع أو المرتفعة، كذلك فإن السيطرة على الكرة تتطلب توقيتا دقيقا للغاية وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب والتي تقوم بالسيطرة على الكرة بسرعة عالية ثم حسن التصرف فيها بحكمة وهذا يتطلب من اللاعب كشف جوانب الملعب المختلفة، كذلك يمكن القول أن هذه المهارة يجب أن يؤديها كلا من المهاجم والمدافع بدرجة كبيرة من الإتقان والتحكم لما لها من أهمية بالغة في إخضاع الكرة لسيطرة اللاعب.

¹ - حسن السيد أبو عبده: مرجع سابق، ص 154.

² - إبراهيم شعلان محمد عفيفي: مرجع سابق، ص 43.

- مبادئ عامة يجب أن تراعى أثناء السيطرة على الكرة:

- هناك مبادئ وأسس عامة يجب على اللاعب أن يتبعها أثناء قيامه بالسيطرة على الكرة وهي ضرورة سرعة التحرك للسيطرة على الكرة ولنجاح ذلك يجب أن يتبع التالي⁽¹⁾:
- أن يقوم اللاعب بوضع جسمه في الاتجاه المباشر لمكان استقبال الكرة.
- التحرك بسرعة في اتجاه الكرة وليس انتظار وصولها إليه خصوصا في المواقف التي يكون فيها الخصم قريبا من اللاعب.
- الاهتمام بتوازن الجسم أثناء السيطرة على الكرة مع شدة الانتباه والتركيز في مهام ابتعاد الكرة عن اللاعب بعد السيطرة عليها.
- أن يقرر بسرعة وفي وقت مبكر أي جزء من أجزاء الجسم سوف يستخدمه في السيطرة على الكرة.
- ضرورة استخدام أكبر مسطح من الجسم للسيطرة على الكرة دون حدوث أي أخطاء فنية لحظة السيطرة على الكرة.
- يجب على اللاعب قبل استلامه للكرة والسيطرة عليها أن يكون قد اتخذ القرار السليم في حسن التصرف في الكرة حسب مقتضيات الظروف المحيطة بالوقت أثناء المباراة.
- يجب مراعاة استخدام جزء من الجسم الذي يقوم بالسيطرة على الكرة مع مراعاة سرعة تحرك الكرة أثناء السيطرة عليها.

¹ - محمد السيد أبو عبده: مرجع سابق، ص 115.

- عدم ابتعاد الكرة من اللاعب الذي يقوم بالسيطرة عليها أكثر من اللازم خزفا من حصول الخصم عليها⁽¹⁾.

وغالبا ما يستخدم إيقاف الكرة بباطن القدم في السيطرة على الكرة المتدحرجة، إذ أن الجسم يكون في هذه الحالة آخذا وضع ضرب الكرة بباطن القدم في نفس الوقت مما يمكن اللاعب من ركل الكرة بباطن القدم بسرعة، وخاصة أن أسلوب اللعب الحديث يفتضي من اللاعب ذلك⁽²⁾.

4 - مهارة ضرب الكرة بالرأس:

إن الكرة في لعبة كرة القدم لا تكون على الأرض طيلة المباراة فكثير ما تطير عاليا نتيجة الضربات العالية وأحسن سلاح يستخدمه اللاعب في هذه الحالة مدافعا أو مهاجما هو الرأس.

فمهارة ضرب الكرة بالرأس تعتبر من المبادئ الأساسية الصعبة لكرة القدم، والتي يحتاج إتقانها إلى تدريب متواصل، وتحت مختلف الظروف، بحيث يصبح أداؤها آليا، برد فعل مكتسب، وتعود هذا المبدأ إلى كون ضرب الكرة بالرأس يحتاج إلى مقدرة فائقة على التوقيت ملامسة الكرة بالرأس في المكان الصحيح، بالإضافة إلى الثقة الواجب توفرها عند اللاعب لكي يؤدي الحركة للرأس باتزان ومرونة، خاصة وأن العينين تغمضان بصورة آلية في لحظة ملامسة الكرة للرأس نتيجة الصدمة، لذلك يجب التدرج في تعليم هذا المبدأ بشكل يتيح للاعب تكوين هذه الثقة أولا، وبإبقاء العينين مفتوحتين ثانيا⁽³⁾.

¹ - محمد السيد أبو عبده: مرجع سابق، ص 116.

² - حنفي محمود مختار: مرجع سابق، ص 54.

³ - حسن عبد الجواد: كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988، ص 36.

وعليه فإن مهارة ضرب الكرة بالرأس من المهارات الأساسية التي يجب على اللاعب أن يجيدها، وهي من مستلزمات اللاعب الممتاز سواء كان مهاجماً أو مدافعاً، ويعتبر الرأس قدماً ثالثة يستعملها اللاعب في ضرب الكرات العالية التي تعجز القدم عن الوصول إليها، وتستعمل مهارة ضرب الكرة بالرأس في (1):

- التسديد صوب المرمى.

- التمير بين أفراد الفريق الواحد.

- الدفاع عن مرمى الفريق.

ويمكن أن تتم هذه المهارة بشكلين وهما:

- ضرب الكرة بالرأس واللاعب متصل بالأرض.

- ضرب الكرة بالرأس واللاعب في الهواء.

5- المهاجمة (القطع)

ومعناه محاولة أخذ الكرة من الخصم في الحالة حيازته لها، أو قطعها قبل وصولها إليه، وتعتبر المهاجمة سلاح المدافع ضد المهاجم.

وتهدف المهاجمة إلى:

- استخلاص اللاعب المدافع الكرة من المهاجم المنافس.

- إبعاد المنافس المستحوذ على الكرة منها.

- تشتيت الكرة من أرجل المهاجم المنافس.

¹ - حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1980، ص 53.

- قطع الكرة قبل أن تصل إليه.

وتتم المهاجمة بالطرق التالية:

- المكافئة.

- المهاجمة من الأمام.

- المهاجمة من الجانب.

- المهاجمة بالزحلقة من الجانب أو الخلف أو الأمام⁽¹⁾.

6- رمية التماس:

إن مهارة رمية التماس تدخل في الخطة الهجومية كون قاعدة التسلل لا تطبق عند رمية التماس، وتتم رمية التماس بأن يقوم اللاعب برمي الكرة بيديه الاثنتين من فوق الرأس وقدماه على خط التماس ملامستان الأرض، وذلك حتى تصبح الكرة في الملعب مرة أخرى⁽²⁾.

ويجب تعليمها لدى المبتدئين والتركيز على أدائها باحترام القواعد التالية:

- استعمال اليدين.

- أن تكون القدمان على أو خارج التماس.

- استعمالها ورميها من وراء الرأس (الرقبة).

وحتى تكون الرمية الجانبية جيدة يجب:

- تهيئتها برجوع الجذع إلى الخلف.

¹ -Garel pedro : foot ball technique jeu, entrainement, édition amphora, paris, 1977, p 143.

² -مفتي إبراهيم حمادة: تمرينات الإحماء والمهارات الأساسية في برنامج تدريب كرة القدم، مركز الكتب والنشر، القاهرة، 1998، ص 325.

- تقديم الجذع إلى الأمام.

- مسك الكرة بإحكام وهذا بتوزيع الأصابع.

- ثني حيوي للذراعين إلى الفوق أماميا.

ومما سبق نجد أن القانون قد حدد أسلوب أداء رمية التماس في حين أنه لم يحدد لها أسلوب أداء التصويب أو التمير، ويمكن أن تؤخذ رمية التماس بأسلوبين: رمية التماس من الثبات، رمية التماس من الاقتراب.

1/ رمية التماس من الثبات: ويستخدم هذا النوع عادة عندما يريد اللاعب توصيل الكرة إلى مسافة قصيرة.

2/ رمية التماس من الاقتراب: ويستخدم هذا الأسلوب عادة عندما يريد اللاعب توصيل الكرة إلى مسافة بعيدة.

7- حراسة المرمى:

يعتبر حارس المرمى اللاعب الذي يشغل المنصب الأكثر حساسية في الفريق وهو الذي يسمح له القانون باستخدام يديه في مسك الكرة أو صدها في حدود منطقة العمليات ومركزه في مؤخرة الدفاع يتيح له توجيه زملائه في عمليات الهجوم، سريع الاستجابة، يتمتع بلياقة بدنية معتبرة ومهارات نفسية عالية.

ومن واجبات حارس المرمى أن يقف في المكان الصحيح، ويتحرك بدقة وبطريقة خطية مدروسة، وهذا يتطلب منه مراقبة دائمة، واكتساب مهارات أساسية به كمسك الكرة الأرضية والعالية من ارتفاع البطن، أو الصدر أو الرأس، ومهارة ضرب الكرة باليد أو تحويلها جانبية أو عالية، كما يحتاج الحارس إلى مهارة ضرب الكرة⁽¹⁾.

¹ - خليل جليل: الناشئ في كرة القدم، مطبعة سلمى، بغداد، 1988، ص 32-33.

8- التصويب:

8-1- مفهوم التصويب:

يعتبر التصويب من أهم أجزاء اللعب الهجومي في كرة القدم وهو أحد أساسياتها الرئيسية، والذي يحدد النتيجة ويعد التصويب كذلك الوسيلة الأساسية لتقرير النتيجة بالنسبة لخصمين متكافئين وهو القرار الأول والأخير للفريق وثمره جهد اللاعبين طيلة فترة المباراة.

"فالتصويب هو عماد الفريق نحو تحقيق الفوز وهو نتيجة مجهودات الفريق الهجومي التي تركز في إدخال الكرة في مرمى الخصم"⁽¹⁾.

8-2- تعريف التصويب:

هو إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التصويب دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين لاعبين، ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس⁽²⁾.

إن التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل في التصويب أو فقدان الفريق للكرة إذا صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أما الكثير من اللاعبين، وعلى هذا فالتصويب لا بد له من صفات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب، كالثقة بالنفس مثلا، ولكي

¹- موفق أسعد محمود، مرجع سابق، ص 101.

²- حنفي محمود مختار: مرجع سابق، ص 54.

تكون عند اللاعب الثقة في النفس ليصوب لا بد وأن يكون وصل إلى مرحلة الإتقان في تكتيك التصويب تحت كل الظروف.

3-8- أنواع التصويب

يمكن أن نقسم تكتيك مهارة التسديد إلى قسمين حسب حالات اللعب التي يمكن أن يجدها في مباراة كرة القدم وهي :

- التسديد من الثبات.

- التسديد من الحركة.

التسديد من الثبات: يمكن أن نجد هذا النوع من التسديد في مباراة كرة القدم في حالة خاصة منها ضرب الكرات الثابتة مباشرة وغير المباشرة ، ويتطلب هذا النوع من التسديد تقديم مجهود جيد أي أداء للمهارات بالطريقة الفنية المفروضة زد على ذلك فالقوة والدقة مطلوبتان لنجاح الضربة .

التسديد من الحركة : وهي الحالة الأكثر انتشارا في كرة القدم ، اعتبارا أن مباراة كرة القدم تتم في حالة جري التي تمنح فرص أكثر للتهديف والتسديد خاصة في الحالات التي يصعب التخلص فيها من مراقبة الخصم⁽¹⁾.

4-8- كيفية التصويب في كرة القدم

هناك عدة إمكانيات للتسديد أثناء مباراة كرة القدم، ولهذا فعلى أن نهىء ونحضر اللاعب لكل الحالات التي يمكن أن تطرح له خلال المقابلة .

- ضرب الكرة بوجه القدم : يعتبر هذا النوع من الضربات من أصعب الأنواع وهو ليس سهلا كما يتصور البعض ، والأصعب الكبير من القدم غالبا ما يصاب عندما يكون التنفيذ غير صحيح وتستخدم هذه

¹ محمد حامد الأفندي : المهارات الأساسية خطط أصول التدريب ، عالم الكتب القاهرة ، مصر ، 1971، ص 43

- الطريقة إما بطريقة مستقيمة أو لولبية وتستخدم في ضربات المرمى والضربات الحرة المباشرة القوية وللمتمرير الطويل والسريع ، ومن عيوبها أنها لا تغطي دقة اللعب .
- ضرب الكرة بالقسم الجانبي من القدم (القسم الداخلي) : تستخدم للمناولات القريبة والبعيدة والعريضة وكذلك للمناولات اللولبية وكذلك الضربات المباشرة وغير المباشرة .
- ضرب الكرة بالقسم الخارجي من القدم : تعتبر هذه المهارة من الضربات التي تخدم الأغراض التكتيكية حيث يلعب التكتيك هنا دورا كبيرا ويستخدم هذا النوع من الضربات للتسجيل من مناطق بعيدة إلى جانب التمريرات الطويلة والقصيرة⁽¹⁾.
- الضربة المنخفضة : يتميز هذا النوع من الضرب بالطريقة التي يضرب بها القدم للكرة، إذ يحتفظ بالنشاط متجها إلى الأسفل حتى يرسل ظهر الكرة على الأرض ، حيث إذا كانت الركبة بعيدة جدا خلف الكرة فإن ظهر القدم يرسل الكرة إلى الأعلى بعيدا عن سطح الأرض .
- الضربة غير المألوفة : نلاحظ هذا النوع من الضربات في المستويات العالية حيث يضطر اللاعبون على أداء طرق غير عادية للوصول إلى الكرة وذلك باستعمال الزحف والركب وهم قادرون على ضرب الكرة .
- الضربة الخاطفة : تتم هذه الضربة بسرعة فائقة وهذا من أجل تجنب قدم اللاعبين من المتابعة ومن مميزات هذه الضربة هي حدة الحركة التي تجعل منها ضربة جديفة.
- ضرب الكرة من الدوران : وهذه الحركة غالبا ما نلاحظها في المقابلات الوطنية وهي موجودة بكثرة في المستويات العالية ونجدها في الهجوم حيث تتم بطريقة فنية لتسجيل الأهداف .
- الضربة بخلف العقب : تستخدم هذه الضربة لخداع الخصم، وهي من الضربات الفنية والاستعراضية، كما يمكن عن طريقها استعمال تمريرات قصيرة وتسجيل أهداف جميلة.

¹ - محمد حامد الأفندي، مرجع سابق، ص 43.

- الضربة الطائرة والنصف طائرة : تستعمل هذه الضربة عندما تكون الكرة في الهواء وفي توجيه ضربات منخفضة بعيدة المدى، مما يحدد ارتفاع الكرة نوع الضربة الطائرة الضربة النصف طائرة تتطلب إحساسا سليما لاتصال الكرة بظهر القدم لحظة ارتداد الكرة بالضبط.
- الضربة المرفوعة : نجد هذا النوع من الضربات بكثرة في المقابلات بحيث أنها تستعمل للمناولات الطويلة والعريضة والضربات الطويلة و القصيرة للتسديد، كما تحدد وضعية الجسم ارتفاع الكرة بالإضافة أن هذه الضربة تخدم الأغراض التكتيكية⁽¹⁾.

8-5- التحليل التقني للتصويب:

يتجسد التحليل عند ملامسة القدم للكرة ، لذا يجب دراسة وتوضيح الوضعية القاعدية ، معناه منطقة الارتكاز هي الأرض.

- قدم الارتكاز:

- توضع على علو الكرة مزاحة قليلا إلى الجانب بحوالي 12 إلى 15سم .

- مقدمة القدم موجهة نحو الهدف المراد التصويب نحوه.

- الارتكاز يجب أن يكون صلبا ، معنى أن تكون القدم مثبتة جيدا على الأرض.

- رجل الارتكاز:

- الركبة مثنية بحيث وضعيتها تحدد الإتجاه المراد للكرة.

- الجذع:

- منحني إلى الأمام فوق الكرة .

- الذراعين:

- متوازيتين ، بحيث يوجه الذراع الأيسر إلى الأمام والأيمن يرمى إلى الخلف عند التصويب بالقدم

اليمنى والعكس عند التصويب بالقدم اليسرى.

¹- محمد حامد الأفندي : المرجع السابق، ص44.

- الرأس والعينين:
- مثبتة على الكرة أثناء التصويب.
- رجل التصويب:
- ركبة مثنية مسلحة وترك الكرة عند هبوطها.
- قدم التصويب: وضعها يتغير من 0° - 90° .
- 0° بالوجه، التصويب يكون بعنق القدم ، أو مقدمة القدم.
- بفتح الزاوية نحو 90° : يمكن التصويب هنا بداخل القدم أو بخارجها .
- الحوض: تلعب وضعيته دورا هاما لدقة الحركة وقوتها ، لأنه إذا تزعج الحوض إلى الوراء أثناء التصويب ، فإن الكرة تصعد عاليا بسبب رجوع الجذع إلى الوراء مما يعطي للكرة مسارا نحو الأعلى.⁽¹⁾
- مساحات التلامس:
- عنق القدم: يجب أن تكون القدم في تمدد تام ومفصل الرسغ القديمي مثبت ومقدمة القدم تكاد تلامس الأرض ، و قدم الإرتكاز مثبتة على الأرض جيدا وموجهة نحو اتجاه التصويب الذي يكون سريعا وقويا.
- داخل القدم: القوة تكون نوعا ما أقل لكن بدقة أكبر لذا يستعمل داخل القدم للتصويب عن قريب مما يسمح من مغالطة حارس المرمى في تحديد مسار الكرة.
- خارج القدم: هو تصويب قوي نسبيا ويعطي الكرة مسارين:
- * مسار ممدد : إذا كان التلامس مع الكرة مباشرا.
- * مسار منحنى: إذا كان التلامس مع الكرة مماسيا.
- ويستعمل في غالب الأحيان مع الكرات القادمة من الجناح أو الكرات الثابتة.

8-6- العوامل الأساسية لدقة التصويب:

- العامل النفسي:

ويدخل تحت هذا العمل مجموعة صفات هي:

¹ سعد سعود فؤاد: دراسة أثر الاتزان على تعلم دقة التصويب عند تلاميذ الطور الثالث 15/12، دراسة ماجستير، 2000 ص 18.

- العزيمة والإرادة وقوة التصميم لدى اللاعب، وهي تتمثل في عدم تردده في التصويب كلما سمحت له الفرصة.

- قدرة اللاعب على التركيز عند التصويب

- هدوء اللاعب عند التصويب .

- ثقته بنفسه وبمقدرته .

- مدى اتساع زاوية رؤيته للملعب وخاصة المرمى وما حوله .

- العامل البدني:

وأهم ما يؤثر في ذلك هو:

أ- قوة اللاعب التي تساعده على التصويب بقوة مما يؤثر نفسياً على المدافعين خاصة حارس المرمى

كما أن قوة اللاعب تجعله يتفوق بدنياً على الخصم في لحظة التصويب خاصة وهما يتنافسان على الكرة بل التصويب.

ب- رشاقة ومرونة اللاعب التي تجعله يستطيع أن يأخذ الوضع الصحيح عند التصويب أو عند الربط

بين الخداع والتصويب .

- العامل الفني

ويتمثل هذا في إجادة اللاعب مهارة التصويب بأي جزء من أجزاء القدم أو الرأس، من أي مكان من

الملعب سواء من الحركة أو الثابت أو الوثب ، ومن أي وضع يتخذه الجسم⁽¹⁾.

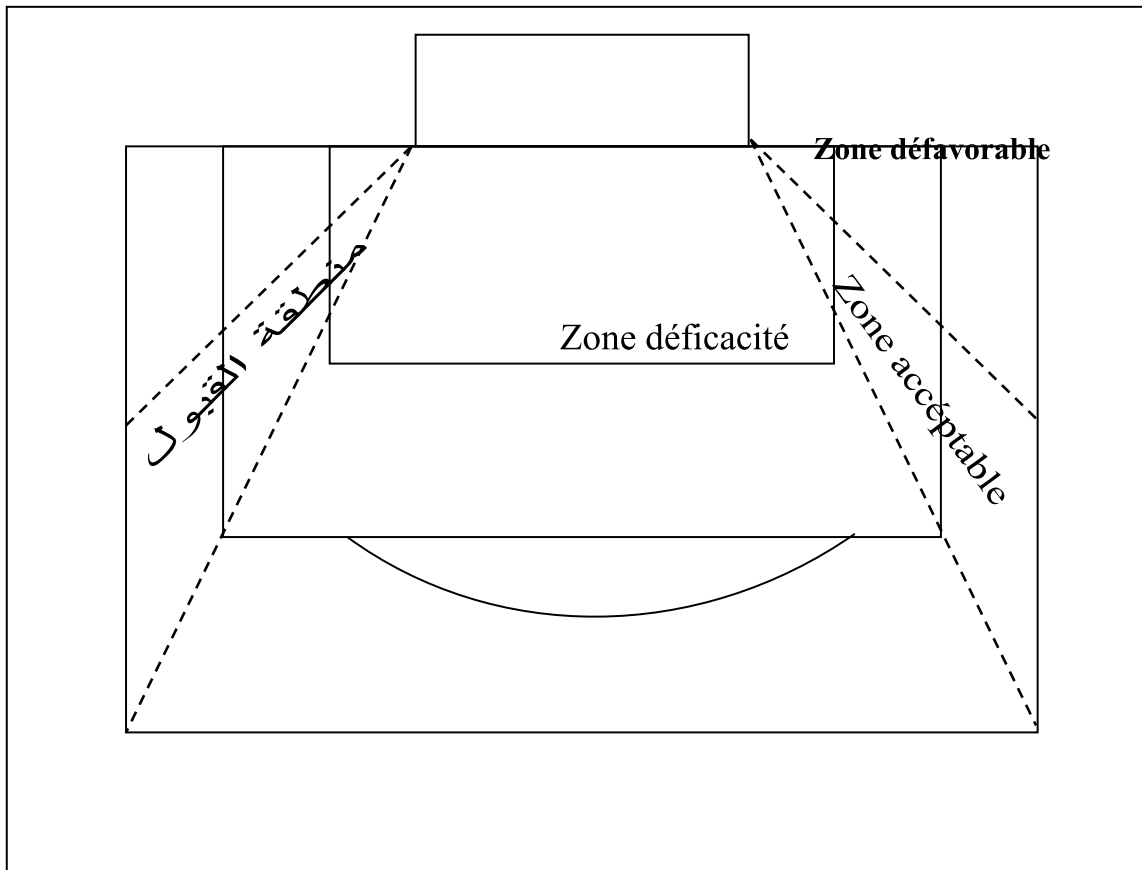
7-8- مناطق وزوايا التصويب:

إن اللاعب الجيد قبل أن يصبوب يجب أن يعرف مكان التصويب ما إذا كان جيداً أم لا ، كما يجب

أن يحدد مكان الحارس والمدافعين أثناء التنفيذ ولهذا الغرض قام Alan AZHAR بتحديد مناطق التصويب نحو المرمى وهي:

¹- سعد سعود فؤاد: مرجع سابق، 2000 ص 19.

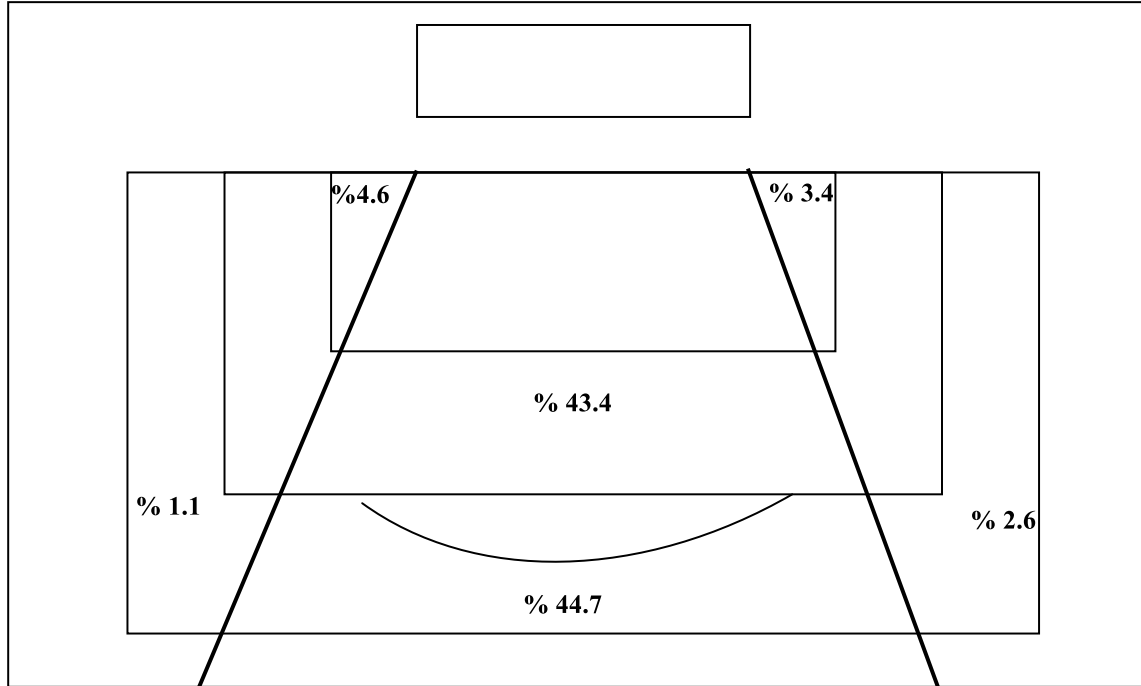
- منطقة الفعالية (**zone défficacité**): وفيها يجب أن يكون التصويب مركزا وبدقة عالية ، كما يجب أن يكون الهجوم مركزا على هذه المنطقة بأكبر عدد من الهاجمين .
- منطقة مقبولة (**zone acceptable**) : التصويب أثناء اختلال دفاع الخصم أو أثناء تمرکز غير جيد للحارس ، أو في حالة تمرکز للمدافعين في منطقة الفعالية بشكل يسمح للمهاجم من البقاء منفردا في المنطقة وبالتالي تصير أخطر منطقة على الفريق والتي تقل فيها زوايا التصويب والتسجيل من هذه المنطقة ولا يتسنى ذلك إلا للاعب الجيد والموهوب الذي يغالط الحارس و الشكل رقم (01) يبين ذلك⁽¹⁾:



الشكل رقم (07) : مناطق وزوايا التصويب

¹ -ALAN AZHAR M:foot ball une méthode complete et moderne pour arprendre ou se perfection;édition SOLAR;1992;p;p 42

وهناك دراسة أخرى أجريت من طرف WRZOS مشارا إليها لدى J. F.GREHAIGNE تبين النسب المئوية للتصويب المدقق ووضعية تنفيذها على الفرق الملاحظة وهي ملخصة في الشكل رقم (08):⁽¹⁾



الشكل رقم (08): النسبة المئوية للتصويب نحو المرمى بدقة

8-8- أسباب فشل وعدم استغلال فرص التصويب:

- مهما اولى المدربون مقداراً مناسباً من الأهمية في معظم برامج تدريبية لمهارة التصويب إلا أنه لازالت هناك نسبة عالية من التصويبات الغير ناجحة والبعيدة عن المرمى وذلك لأسباب عديدة منها:
- عدم اهتمام بتمرينات التصويب التي تشبه ما يحدث في المباراة.
- تغاضي المدرب أو إخفاق في تصحيح النواحي الفنية في التصويب.
- تشجيع التمرين على حساب التصويب.
- التغاضي على توجيه اللاعب الذي يحجم عن التصويب وهو موقف يمكن أن يصوب منه.

¹ - سعد سعود فؤاد : مرجع سابق، ص 17.

8-9- أهمية التصويب:

من خلال أنظمة طرق اللعب الحديثة والتي تقوم على أساس تكتل دفاعي قوي وهجمات سريعة يتحتم على لاعبي الوسط المساهمة في الهجوم بواسطة القذف من بعيد كما لا يمكن للمدرب أن يستغني على برمجة حصص تدريبية خاصة للتصويب وهذا لأهميته في إحراز الأهداف.

وحسب التعريف يمكن القول بأن التصويب ضرورة لا يمكن الاستغناء عنها⁽¹⁾.

فحسب (MONBERT E) يقول تسدد كثيرا نحو المرمى هذا يعني أن نسبة الخطورة قد زادت وهنا

تصبح الأجهزة الدفاعية أقل مقاومة.

9- التمرير (المناوله):

9-1- تعريف التمرير:

التمرير وسيلة أولية بين لاعبين أو أكثر تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد (التصويب).

إن إجادة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب، كما تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة وكذلك الدفاعية، كما أنها تكسب الفريق الثقة في النفس وتزرع ثقة المنافس في نفسه، كما أن دقة ونجاح التمرير يرتبط ارتباطا وثيقا بالسيطرة على الكرة ولا بد من تعليم الناشئ أولوية الاتجاه في التمرير⁽²⁾.

¹ – ALAN AZHAR M ; foot balle une méthode complète et moderne pour apprendre ou se perfection, édition solar, 1992, p 42.

² – Bernard tarpin: preparation et entrainement du foot balleur, edition amphora, paris, 1990, p 99.

9-2- المبادئ الأساسية في التمرير:

هناك 03 عناصر مهمة وفعالة تؤثر بصورة مباشرة على نجاح المناولة وهي:

- الدقة في أداء المناولة.

- أن تكون المناولة بسيطة.

- السرعة في أداء المناولة.

وعندما يستطيع الفريق أداء المناولات بصورة سليمة ودقيقة يتمكن من اجتياز الخصم والحصول على مساحة جيدة لتنفيذ خطط اللعب، إلا أنها تقلل من الجهد الذي يبذله اللاعب وسرعة الوصول إلى الهدف، وللدقة أهمية كبيرة في تنفيذ المناولات وتمكن الفريق من السيطرة على الكرة ومناولتها بين اللاعبين لأن الفريق الذي يتمكن لاعبه من أداء المناولات بدقة تكون له القدرة على الأداء الجيد وتنفيذ الواجبات الخطئية، وقد أكد ألفريد كونزة ذلك بقوله: "إن تعلم الدقة في المناولة يجب أن يكون على درجة عالية جدا من الناحية التطبيقية"⁽¹⁾.

9-3- أنواع التمريرات:

التمريرات السريعة والمفاجئة:

وعادة تسعى هذه التمريرات بالارتدادية (1-2) ويؤديها لاعبان أو أكثر وخاصة في مناطق دفاعات الخصم لغرض التغلب على المراقبة اللصيقة أو بعض حالات الخطط الدفاعية، وتحتاج إلى تدريبات مستمرة مع انسجام عالي بين المنفذين لهذه المهارة.

¹- موفق أسعد محمود: مرجع سابق، ص 93.

التمريرات البيئية:

هي تمريرة سريعة جدا ومفاجئة وتنفذ بدقة وبسرعة فائقة إلى أقدام اللاعب الزميل.

دفاعات الخصم:

وفي بعض الأحيان تعطى هذه المناولة للاعب الزميل المتقدم سريعا.

9-4 - أشكال التمرير:

- التمرير بباطن القدم.

- التمرير بوجه القدم.

- التمرير بوجه القدم الأمامي الداخلي.

- التمرير بوجه القدم الأمامي الخارجي.

- التمرير بعقب ومقدمة القدم.

- التمرير بالرأس⁽¹⁾.

9-5 - أساليب أداء مهارة التمرير:

هناك أساليب وطرق الأداء مهارة التمريرة بكرة القدم وهي:

- الاسترخاء وعدم التوتر.

¹ - غازي صالح محمود وهاشم ياسر حسن: كرة القدم التدريب المهاري، دار الرواد، عمان، الأردن، ط1، 2013، ص 103.

- عدم التردد والخوف.
- الثقة بالنفس وعدم الارتباك.
- وضع الجميع يكون منحنيا إلى الأمام قليلا عند التمرير بالقدم عدا كعب ومقدمة القدم.
- الرجل الثانية تشير في اتجاه التمريرة.
- ثني مفصل الركبة قليلا.
- المسافة بين القدم الثانية لا تزيد على 15 سم وموازية للكرة.
- النظر موجهة إلى الزميل أو المرمى في اتجاه التمريرة قبل ضرب الكرة عند التمرير بوجه النظر إلى الكرة نفسها.
- الذراعان يكونان في وضع طبيعي للجسم.
- ملاحظة أن التمريرات تختلف باختلاف اتجاه الرجل الضاربة عند التمرير بباطن القدم تشير الأصابع إلى الاتجاه الجانبي أما في حالة التمرير بوجه القدم الأمامي الخارجي فتشير الأصابع إلى الداخل⁽¹⁾.

9-6- ملاحظات عند التدريب على مهارة التمرير:

- عندما يجري اللاعب ليأخذ مكانا مناسباً على اللاعب الذي بحوزته الكرة أن يمررها في الوقت المناسب وتكون التمريرة أمام اللاعب.
- يجب تمرير الكرة للزميل الغير مراقب من الخصم وذلك يعتمد على اللاعب الذي معه الكرة والتركيز على جميع أنحاء الملعب.

¹ - غازي صالح محمود وهاشم ياسر حسن: مرجع سابق، ص 104.

- غالبا تمرير الكرة من جانبي الملعب تكون عالية وبعيدة عن متناول حارس المرمى وموجهة إلى اللاعب زميل في مكان مناسب وقد تكون التمريرة أرضية وسريعة في مناطق الهدف أو الجزاء حسب التدريب السابق وموقف الخصم في المنطقة المذكورة.
- الزميل المراقب بصورة لصيقة يجب أن تكون التمريرة إليه سريعة وقوية ومتفنة وبصورة مفاجئة مع الحركة.
- الزميل المراقب من الجانب الأيمن تمرر الكرة إليه من الجانب الأيسر والعكس صحيح.
- المواصفات الأنتروبومترية والبيولوجية للمدافعين تأخذ نوع التمريرة في منطقة الجزاء، بالإضافة إلى بعض المواصفات البدنية إذا كان اللاعب الخصم طويل القامة فيجب استخدام التمرير الأرضي والعكس صحيح وإذا كان المنافس بطيء الحركة يجب استخدام التمرير السريع الحركة الدائمة والعكس صحيح⁽¹⁾.

9-7- القواعد الأساسية لتعلم مهارة المناولة:

- أ/ الشرح والتوضيح: يتم شرح مهارة المناولة وتوضيحها بشكل مبسط وطريقة الأداء وأهم النقاط مع التأكيد على أهم شروط المناولة وهي: الدقة، التوقيت، القوة.
- ب/ الإحماء: الهدف من الإحماء هو التهيئة النفسية للاعب.
- تهيئة العضلات.
- تنشيط الدورة الدموية.
- التهيئة الذهنية للاعبين من خلال استخدام بعض تمارين التكنيك.
- الإحماء الجيد يهيئ اللاعب ويجعله مستعدا لأداء التمارين والحركات دون خوف من الإجابة.
- إطالة العضلات وارتفاع درجة حرارة الجسم.

¹ - غازي صلاح محمود، هاشم ياسر حسن: مرجع سابق، ص 106.

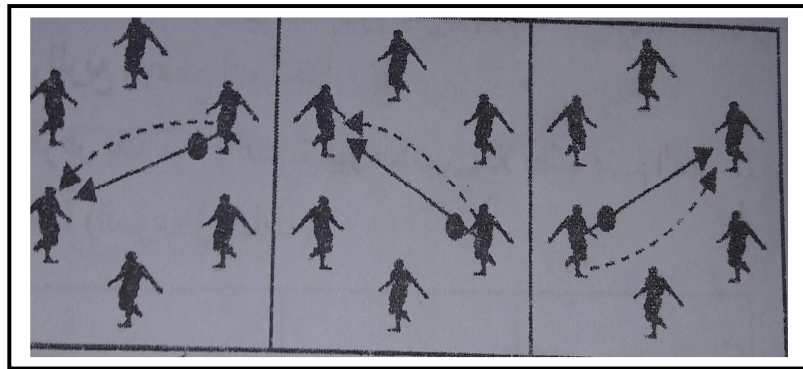
- تجهيز العضلات العاملة بالأكسجين.

- تمارين الإحماء:

- المناولة بين لاعبين من الحركة.

- يوزع اللاعبون داخل مربعات كل 6 لاعبين داخل مربع يقفون على شكل دائرة العمل يكون بأداء المناولة

والركض إلى مكان الزميل كما هو موضح في الشكل رقم: (09) (1).



الشكل رقم : 09

ج/ التمارين الأساسية:

- يوزع اللاعبون على شكل مجموعات تقف الواحدة أمام الأخرى، المسافة بينهما 15 م يؤدي اللاعب رقم

1 من المجموعة A المناولة إلى اللاعب رقم 1 من المجموعة B ويركض ليقف آخر المجموعة B يبعد عن

اللاعب 10م، يمرر اللاعب A الكرة إلى الجانب (جانب اليمين وجانب اليسار)، بتحريك اللاعب B باتجاه

الكرة ليقوم بلعبها مباشرة إلى اللاعب A الذي بدوره يقوم بتوجيه الكرة مرة أخرى إلى اللاعب B إلى الجهة

الأخرى. (الشكل 10).

¹ - موفق أسعد محمود: مرجع سابق، ص 100.



الشكل رقم: 10

- كل ثلاثة لاعبين داخل المربع (10X10م) كما هو موضح في الشكل 10، يقوم اللاعب A بأداء المناولة إلى اللاعب B ويركض لاحتلال الفراغ، يوجه اللاعب B الكرة إلى اللاعب C ويركض لاحتلال الفراغ ويتم التأكيد ما يلي⁽¹⁾:

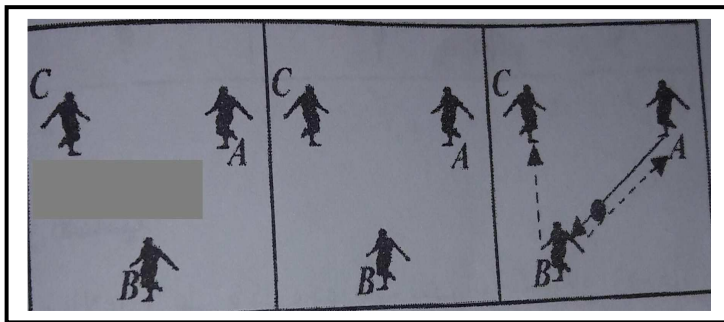
- التأكيد على الوضع الصحيح لقدم الارتكاز.

- إنشاء الركبة.

- رجوع الساق المناولة إلى وضعها.

- في حالة وجود خطأ يقوم المدرب بإيقاف اللاعبين المخطئين ويخرجهم من المربع ويصحح لهذا الخطأ.

- ولغرض من المرح والتشويق بين اللاعبين مثلاً: يطلب منهم القيام بـ 15 لمسة (السرعة في المناولة)، (شكل 11).

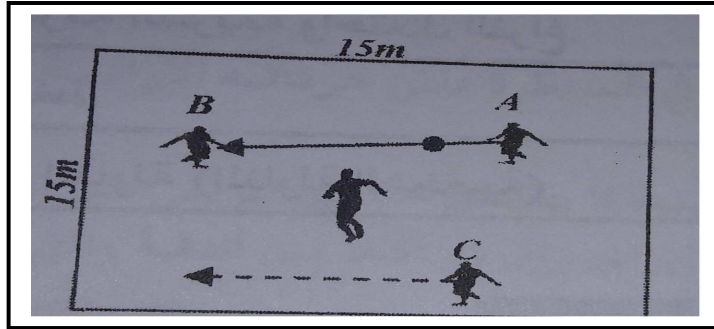


الشكل رقم: 11

¹- موفق أسعد محمود: مرجع سابق، ص 101.

د- تمارين تقريبية لما يحدث في المباراة:

- ثلاثة لاعبين A، B، C داخل مربع أبعاده (15X15م)، يواجه اللاعب A الكرة إلى الأمام إلى اللاعب B وبنفس الوقت يتحرك اللاعب C للإسناد. (شكل رقم 12).
- نفس التمرين السابق مع وجود خصم كما هو موضح في الشكل رقم 12.



الشكل رقم: 12

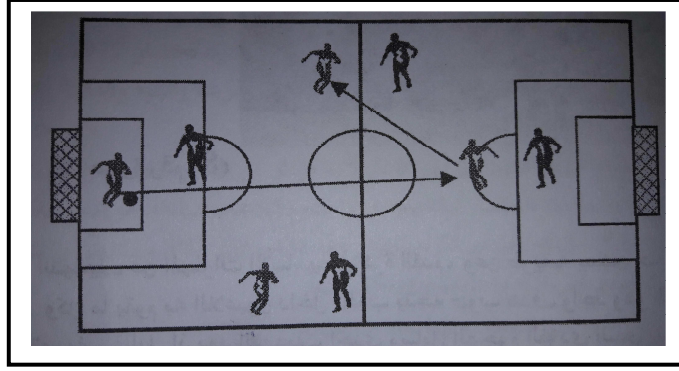
يتم التأكيد إلى النقاط الآتية عند أداء هذه التمارين.

- خلق الفراغ.
- الإسناد والتغطية.
- الدقة في الأداء.
- الضغط.⁽¹⁾

ه- تمارين مشابهة لما يحدث في المباراة:

- (4 ضد 4) في ملعب أبعاده (45X35م)، وجود أهداف صغيرة، يقوم اللاعب 1 بأداء مناولة طويلة إلى اللاعب 2 الذي يمرر بدوره إلى اللاعب 3 يتم اللاعب بوجود ضغط من الخصم كما هو موضح في الشكل رقم 13.

¹- موفق أسعد محمود: مرجع سابق، ص 102.



الشكل رقم: 13

إن الحالات التي تؤدي في التمرين هي مشابهة لما يحدث في المباراة حيث يؤدي اللاعبون كل حركات اللعب (مهارات وخطط....) وهي تهدف إلى ما يأتي⁽¹⁾:

التغطية والإسناد	الحركة السريعة واحتلال الفراغ
التخلص من الخصم	الضغط
وجود لاعب قشاش	دقة المناولة (المناولة الشخصية)

9-8- أهداف التمرير:

- التمرير المتبادل بين اللاعبين هو الذي يحدد طابع اللعب والتمرير المتبادل هو أكثر العناصر تأثيراً في تقدم الفريق نحو مرمى الخصم واستغلال المساحات الفارغة بين لاعبي الخصم والملعب وإن الكيفية التي تستخدم بها التمرير المتبادل هي التي تحدد طابع المباراة.

- وهناك بعض الفرق العالمية في الوقت الحاضر تستخدم التمريرات المختلطة حسب طابع اللعب والفرص السانحة أمام الفريق أو اللاعب وفي بعض الأحيان مكان اللاعب الفارغ من الرقابة أو ملاحظة الخصم أو

¹ - موفق أسعد محمود: مرجع سابق، ص 103.

في حالات تحويل الكرة بسرعة أو ساحة الخصم تستخدم هذه التمريرات السريعة وبطريقة منظمة خطأ

التمريرات تكون السبب فيما يلي:

- الهجوم العكسي السريع.
- تسجيل الأهداف على الفرق.
- ضياع الفرص في التسجيل والتقدم للفريق الخصم.
- الضغط على الفريق من الفريق الخصم.
- استحواذ الفريق الآخر على الكرة وتهيئ الفرصة في السيطرة على الملعب ومجريات اللعب.
- ضعف الحالة المعنوية والنفسية للفريق.
- تفكك في تطبيق الخطط والواجبات المطلوبة فيهم.
- في أغلب الأحيان الوصول إلى النتائج السلبية (الخسارة)⁽¹⁾.

3- أهمية الإعداد المهاري:

إن من أهم أهداف الفريق في كرة القدم تحقيق الفوز على الخصم وهذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا يتقن تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية بكفاءة وإيجابية، هذه الخطط التي تعتمد على المهارات الأساسية وتعتبرها الأساس الذي تركز عليه ومن هنا يتضح ويتجلى أهمية التدريب على المهارات الأساسية بالنسبة للاعبين كرة القدم وهذا ما يؤكد محسن حسين يقول إن مجهودات الفريق الهجومية تتركز في فعالية واحدة هي إدخال الكرة في الهدف وبدون هذه الفعالية لا يمكن للفريق أن يحقق الفوز على الخصم. من هذا تظهر أهمية الفعاليات التكتيكية بالنسبة لمؤدي هذه الفعالية.

¹ - غازي صالح محمود، هاشم ياسر حسن: مرجع سابق، ص 106.

إن المهارات الأساسية لا تتم في مدة زمنية قصيرة، بل يتم عملية التدريب عليها زمنا طويلا قد يصل إلى سنتين حتى يصل اللاعب إلى الإتقان الكامل المطلوب، لذا أصبح اليوم التدريب على المهارات متزامنا مع تطوير الصفات البدنية. وأن تعلم اللاعب للمهارات الأساسية يسمح له بخلق ظروف جيدة للعب وبالتالي خلق فرص للتسجيل تكون هي أساسا في الحصول على النتائج الجيدة.

وعليه ومما تم ذكره سابقا فإن المهارات الأساسية تلعب دورا هاما في عملية الإعداد الشامل والمتكامل للاعب كرة القدم الناشئ، ولا يأتي هذا إلا من خلال البرامج التدريبية المبنية على الأسس العملية في مجال التدريب الرياضي الحديث وكذا متابعة المدرب الطرق الحديثة في عملية تعلم وإتقان المهارات الأساسية.

خلاصة

يعتبر التحضير المهاري أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية، حيث يستخدمه المدرب في التحضير للمنافسات حتى يتمكن اللاعب من تحقيق أعلى المستويات، ويتخذ المدرب لتحقيق كل الإجراءات الضرورية الهادفة للوصول للاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة، بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية منقنة تحت ظروف المباراة وفي ظل إطار قانون لعبة كرة القدم.

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1- الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بدراسة استطلاعية لفرق دائرة الطاهير وهذا راجع لقرب المسافة وريح الوقت، حيث كان الهدف من وراء الحصول على معلومات كافية من عدد الفرق الناشطة بالدائرة المذكورة سالفا وطبيعة البرامج التدريبية التي ينتهجها وتم الاتصال بالمدرّبين لإعطاء شروحات وافية حول موضوع دراستنا.

1-1- مجالات الدراسة:

1-1-1- المجال المكاني: تمت الدراسة على مستوى أندية دائرة الطاهير لأغلب الفئات العمرية فيهم

وهم على التوالي:

- الوفاق الرياضي لمدينة تاسوست.

- شباب أثلتيك تاسوت.

- النجم الرياضي تاميلة.

- نجم وجانة.

- الاتحاد الرياضي بوشركة.

- مولودية الطاهير.

- شباب الطاهير.

- شباب الشحنة.

1-1-2- المجال الزمني: تم إجراء هذه الدراسة في الفترة الممتدة من أواخر شهر سبتمبر إلى بداية

شهر أكتوبر حيث استغرقتنا 6 أشهر في الجانب النظري من بداية التاريخ المذكور، أما الجانب التطبيقي

فقد انتهينا فيه بداية شهر أكتوبر واستمر قرابة الشهرين، وقد واجهتنا بعض التأخيرات نتيجة انقطاعنا عن الدراسة لمدة (04) أشهر وكذا عطلة الصيف.

1-2-2- ضبط متغيرات الدراسة:

1-2-1- تعريف المتغير المستقل: هو عبارة عن متغير الذي يفترض الباحث أن السبب أو أحد الأسباب بالنتيجة ودرسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره مع متغير آخر.

وفي دراستنا الحالية المتغير المستقل: التحضير المهاري.

1-2-2- تعريف المتغير التابع: متغير يؤثر فيه المستقبل وهو الذي تتوقف قيمته على تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع⁽¹⁾.

وفي دراستنا الحالية المتغير التابع: بعض مهارات كرة القدم (التمرير، التصويب).

1-3- عينة الدراسة: هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث⁽²⁾.

وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لانجاز العمل الميداني والعينة المجموعة الفرعية من عناصر مجتمع بحث معين، وكان مجتمع البحث في دراستنا، وكان مجتمع الدراسة فرق دائرة

¹ - محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، دون طبعة، القاهرة، 1999، ص 219.

² - رشيد زرواتي: مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007، ص 334.

الطاهير بولاية جيجل في جميع الأصناف، وقد كان اختيار العينة بطريقة قصدية وشكلت أغلب مدربي دائرة الطاهير المتمثل عددهم في 28 مدرب.

1-3-1- العينة المستخدمة في الدراسة هي العينة القصدية.

- تعريف العينة القصدية: هي التي تم اختيارها بناء على دعم شخصي أو تقدير ذاتي بهدف التخلص من المتغيرات الدخيلة لإلغاء مصادر التعريف المتوقعة لكن لا بد من الوقوع في التعريف الناتج أو ما سبب التحيز الشخصي أو سبب الجهل في بعض صفات المجتمع بخصوصية وجود ارتباط غير مكتشف بين طريقة المعاينة أو المتغير الذي يسعى الباحث لدراسته.

1-4-1- منهج الدراسة:

1-4-1-1 المنهج الوصفي: هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي يشد الباحث من بدايته إلى نهايته قصد الوصول إلى النتائج⁽¹⁾.

وقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي وهذا الاختيار لم يحدث اعتباطيا بل نتيجة حتمية لطبيعة الموضوع، ومن ثمة فالمنهج الوصفي هو: "طريقة من طرق التحليل والتغيير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية اجتماعية أو سكان معينين"⁽²⁾.

1-5-1- تقنيات الدراسة:

1-5-1-1 جمع المعلومات وكيفية تطبيقها: إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المتعلقة

بالدراسة سهلت علينا الإمام بأغلب جوانب الدراسة وجاءت هذه بعد تحديد العينة المراد دراستها وتختلف

¹ - محمد أزهر السعك وآخرون: الأصول في البحث العلمي: دار الحكمة للطباعة والنشر، دون طبعة، الموصل، العراق 1980، ص 42.

² - عمار بوحوش، محمد محمود دنبيات: مناهج البحث وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، دون طبعة الجزائر، 1995، ص 129 - 130.

هذه الطريقة باختلاف الموضوع وحسب المجال التي تمت فيه الدراسة استعملنا في بحثنا مجموعة من الطرق المتمثلة في:

1-1-5-1- طريقة الاستبيان:

حيث تعد وسيلة لجمع المعلومات مستعملة وبكثرة في البحوث العلمية ومن خلالها تستمد المعلومات مباشرة من المصدر الأصلي وتتمثل في جملة من الأسئلة مقسمة إلى: (مغلقة، نصف مغلقة) ويقوم الباحث بتوزيعها على العينة المختارة كالإجراء الأولي ثم يقوم بجمعها ودراستها وتحليلها بعملية جمع المعلومات وتحليلها بسهولة وقلة تكاليفها.

1-1-5-2- الطريقة الإحصائية:

تساعد الطريقة على تحليل البيانات والنتائج من حالتها الكمية إلى نسب مئوية، وقد اعتمدنا في تحليلنا للمعطيات العددية بالاستبيان على القاعدة الثلاثية، وذلك لاستخراج والحصول على نسب مئوية لمعطيات كل سؤال.

(1)

عدد التكرارات $100 \times$	= النسبة المئوية
المجموع الكلي	

واعتمدنا على نفس الطريقة الثلاثية لتحويل النسب المئوية لدوائر نسبية للنتائج المتحصل عليها.

¹ - فريد كامل أبو زينة وآخرون: مناهج البحث العلمي، الكتاب الثاني، الإحصاء في البحث العلمي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، ص 86.

2- تحليل وتفسير نتائج الدراسة

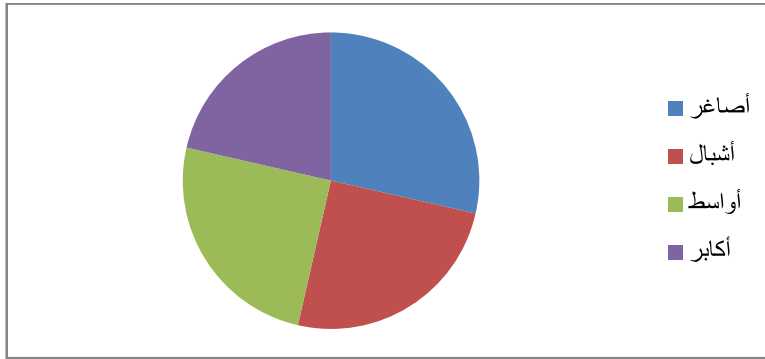
المحور الأول: البيانات الشخصية للمدربين

السؤال الأول: ما هي الفئة العمرية التي تقوم بتدريبها في النادي؟

الغرض: معرفة الفئة التي يقوم بتدريبها.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
1	أصغر	8	%28.57
	أشبال	7	%25
	أواسط	7	%25
	أكابر	6	%21.43
	المجموع	28	%100

جدول رقم (1): يمثل الفئات العمرية ومدربهم



الشكل رقم (14): دائرة نسبية تمثل الفئات العمرية ومدربهم

من خلال مناقشة نتائج الجدول يتبين لنا أن مدربين الأصغر تكرر 8 تكرارات من أصل 28 بنسبة

%28.57 في حين نجد فئة الأشبال بـ 7 مدربين بنسبة %25 ونفس الشيء للأواسط، أما الأكابر فتكرر بـ

6 تكرارات من أصل 28 بنسبة %21.43.

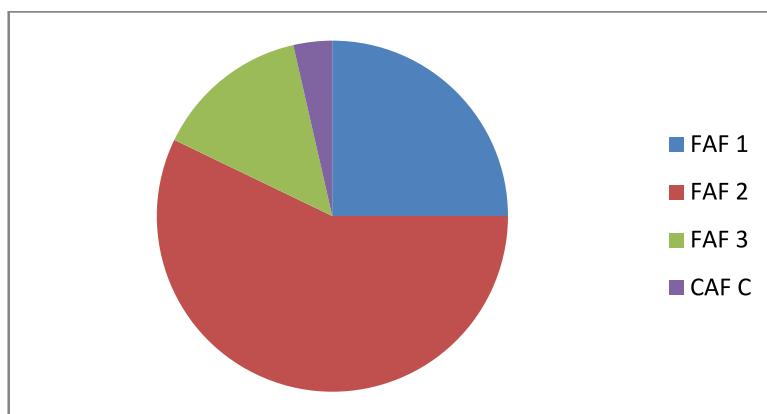
نستنتج أن المدربين لفئات العمرية كلهم موجودين في هذه المذكرة.

السؤال الثاني: ما هي الشهادة المتحصل عليها في التدريب الرياضي؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة الدرجة التدريبية لكل مدرب

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
2	FAF 1	7	25%
	FAF 2	16	57.14%
	FAF 3	4	14.29%
	CAF C	1	3.57%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (2): يمثل الشهادات المتحصل عليها لدى المدربين



الشكل رقم (15): دائرة نسبية تمثل الشهادات المتحصل عليها لدى المدربين

من خلال مناقشة نتائج الجدول رقم (2) تبين لنا أن 7 تكرارات من مجموع التكرارات أي بنسبة

25% من المدربين لديهم شهادة FAF 1، أما 16 من التكرارات أي بنسبة 57.14% من المدربين لديهم

شهادة FAF 2، أما 4 تكرارات أي بنسبة 14.29% من المدربين لديهم شهادة FAF 3، أما النسبة المتبقية

وهي 3.57% من المدربين لديهم شهادة CAF C.

نستنتج من خلال مناقشتنا لنتائج الجدول أن المدربين يملكون شهادات مختلفة ومقاربة وأكثر

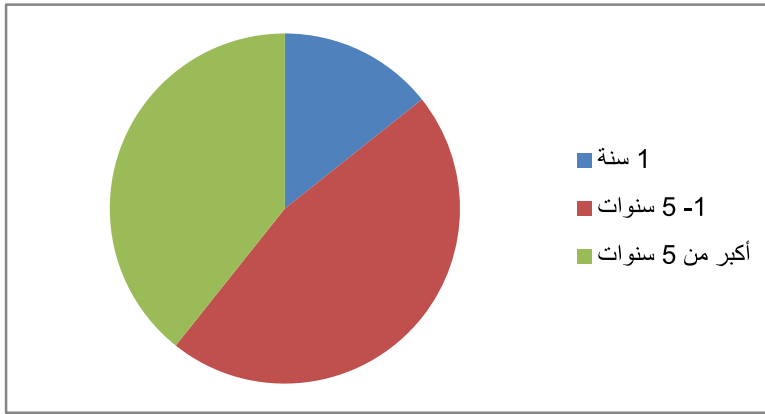
الشهادات هي 2 FAF.

السؤال الثالث: كم عدد خبرتك في التدريب؟

الغرض: معرفة خبرة المدرب ومستواه.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
3	1 سنة	4	14.29%
	1- 5 سنوات	13	46.43%
	أكبر من 5 سنوات	11	39.29%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (3): يمثل عدد سنوات التدريب عند المدربين



الشكل رقم (16): دائرة نسبية تمثل عدد سنوات التدريب عند المدربين

من خلال مناقشة نتائج الجدول تبين أن 4 تكرارات من أصل 28 أي بنسبة 14.29% لديهم خبرة

تدريبية أقل من سنة، في حين النسبة الأكبر 46.43% بتكرار 13 تكرار لديهم خبرة من 1- 5 سنوات، أما

نسبة 39.29% بتكرار 11 من أصل 28 لديهم خبرة تدريبية أكبر من 5 سنوات.

نستنتج من خلال تحليل النتائج أن معظم المدربين لديهم خبرة تدريبية أكثر من سنة.

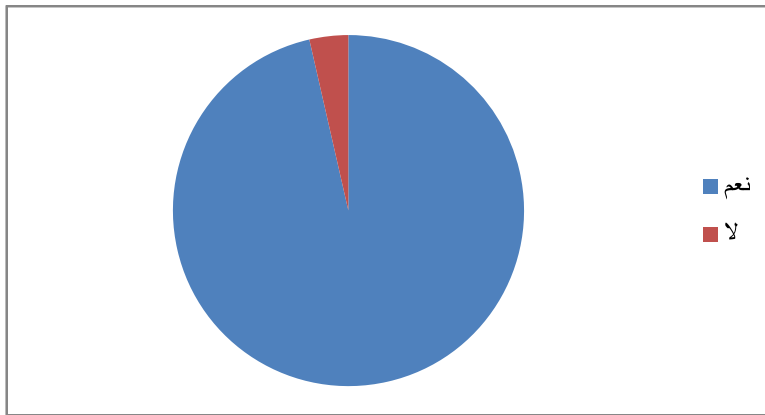
المحور الثاني: الإعداد المهاري

السؤال الرابع: هل لديكم برنامج تدريبي خاص بالإعداد المهاري في كرة القدم؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل ما مدى اهتمام المدربين بوضع برامج الإعداد المهاري في كرة القدم.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
4	نعم	27	96.42%
	لا	01	3.58%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (4): يمثل ما مدى اهتمام المدربين بالإعداد المهاري



الشكل رقم (17): دائرة نسبية تمثل ما مدى اهتمام المدربين بالإعداد المهاري

من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين لنا أن 27 تكرر من مجموع التكرارات أي بنسبة

96.42% من المدربين لديهم برنامج تدريبي خاص بالإعداد المهاري، أما النسبة المتبقية أي 01 تكرر

بنسبة 3.58% من المدربين لا يملكون برنامج تدريبي خاص بالإعداد المهاري في كرة القدم.

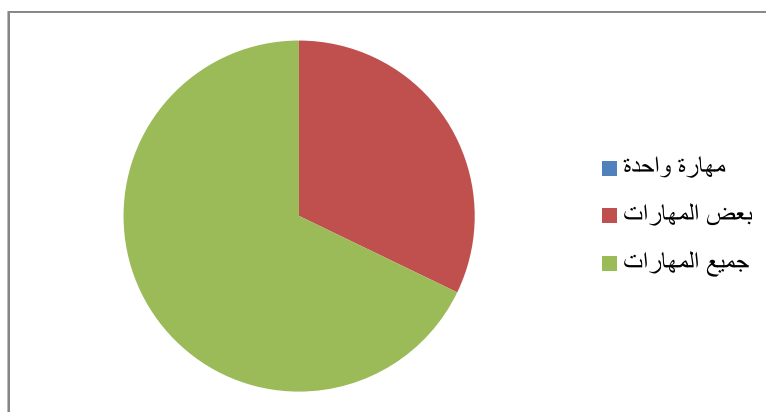
يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا لنتائج الجدول أن المدرب يهتم بوضع برنامج تدريبي خاص بالإعداد

المهاري.

السؤال الخامس: هل تركزون على جميع المهارات في الإعداد المهاري أو على مهارة معينة في كرة القدم
الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة نوع المهارات التي يعتمد عليها المدرب في الإعداد المهاري.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
5	مهارة واحدة	0	0%
	بعض المهارات	9	32.14%
	جميع المهارات	19	67.85%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (5): يمثل المهارات التي يعتمد عليها المدرب في الإعداد المهاري



الشكل رقم (18): دائرة نسبية تمثل المهارات التي يعتمد عليها المدرب في الإعداد المهاري

من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين لنا أن 19 من مجموع التكرارات أي بنسبة 67.85% من المدربين يعتمدون على العمل على جميع المهارات، أما 9 من التكرارات أي بنسبة 32.14% من المدربين يعتمدون في التحضير المهاري على بعض المهارات فقط.

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا لنتائج الجدول أن المدرب يهتم بالعمل على جميع المهارات خلال

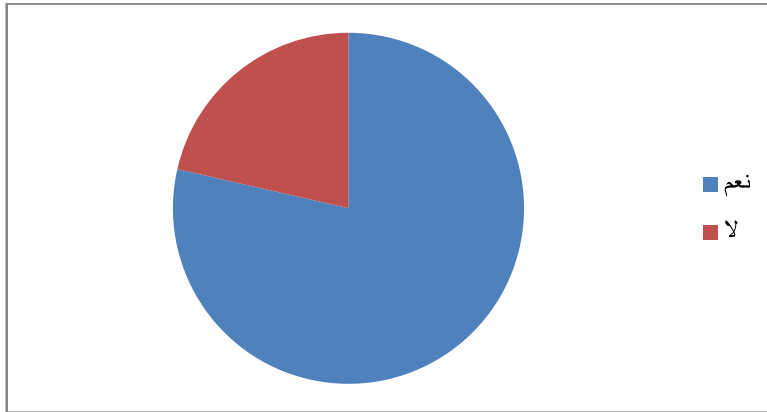
التحضير المهاري.

السؤال السادس: هل تعتقدون أن التمرير والتسديد من أهم المهارات التي يجب تطويرها؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة هل التسديد والتمرير أهم المهارات التي يجب تطويرها

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
6	نعم	22	%78.57
	لا	06	%21.42
	المجموع	28	%100

جدول رقم (6): يمثل أهم المهارات التي يجب تطويرها وهي التسديد والتمرير



الشكل رقم (19): دائرة نسبية تمثل أهم المهارات التي يجب تطويرها وهي التسديد والتمرير

من خلال مناقشة نتائج الجدول رقم (06) تبين لنا أن 22 من مجموع التكرارات أي نسبة %78.57

من المدربين يعتقدون أن التمرير والتسديد أهم المهارات التي يجب تطويرها، أما 6 من مجموع التكرارات أي

بنسبة % 21.42 من المدربين لا يعتقدون أن التمرير والتسديد أهم المهارات التي يجب تطويرها.

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل نتائج الجدول أن التمرير والتسديد من أهم المهارات التي يجب

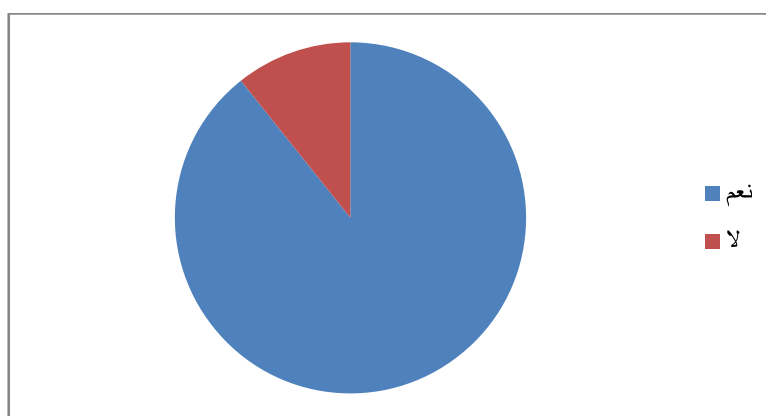
تطويرها في كرة القدم.

السؤال السابع: هل تعتمدون على الطرق الحديثة في تنمية مهارتي التسديد والتمرير في كرة القدم؟
الغرض: معرفة مدى إطلاع المدربين على الطرق الحديثة في التحضير على مهارتي التسديد والتمرير وتطبيقها في الملعب.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
7	نعم	25	%89.28
	لا	03	%10.71
	المجموع	28	%100

جدول رقم (7): يمثل مدى استعمال المدربين على الطرق الحديثة في التحضير على مهارة التسديد

والتمرير



الشكل رقم (20): دائرة نسبية تمثل مدى استعمال المدربين على الطرق الحديثة في التحضير على مهارة

التسديد والتمرير

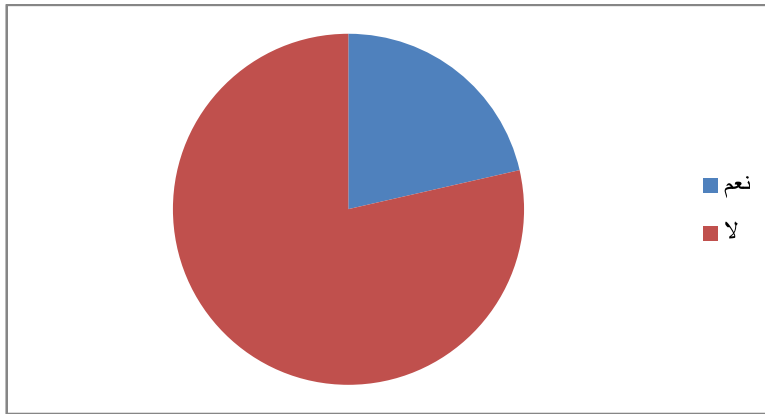
من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه يتبين لنا أن 25 تكرار من مجموع التكرارات أي بنسبة %89.28 من المدربين يستعملون الطرق التدريبية الحديثة للتحضير على مهارة التسديد والتمرير، أما النسبة المتبقية والمتمثلة في 03 تكرار أي نسبة %10.71 من المدربين لا يستعملون برنامج تدريبي وطرق تدريبية حديثة للتحضير على مهارتي التسديد والتمرير.

السؤال الثامن: أثناء تطبيق برنامج تدريبي للرفع من فعالية التسديد هل تركز على بعض اللاعبين مثل المهاجمين فقط

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة اللاعبين الذين يركزون عليهم المدربون خلال برنامج تدريبي للرفع من فعالية التسديد.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
8	نعم	06	%21.42
	لا	22	%78.57
	المجموع	28	%100

جدول رقم (8): يمثل نوعية اللاعبين الذين يركزون عليهم المدرب خلال تمارين التسديد كالمهاجمين



الشكل رقم(21): دائرة نسبية تمثل نوعية اللاعبين الذين يركزون عليهم المدرب خلال تمارين التسديد

كالمهاجمين

من خلال مناقشة نتائج الجدول رقم (7) تبين لنا أن 6 من مجموع التكرارات أي نسبة 21.57% من المدربين يعتمدون خلال برنامج التدريب لأجل الرفع من فعالية التسديد على لاعبين معينين مثل المهاجمين، أما 22 من التكرارات أي بنسبة 78.57% من المدربين لا يعتمدون على لاعبين معينين أو المهاجمين فقط خلال برنامج تدريبي لأجل الرفع من فعالية التسديد.

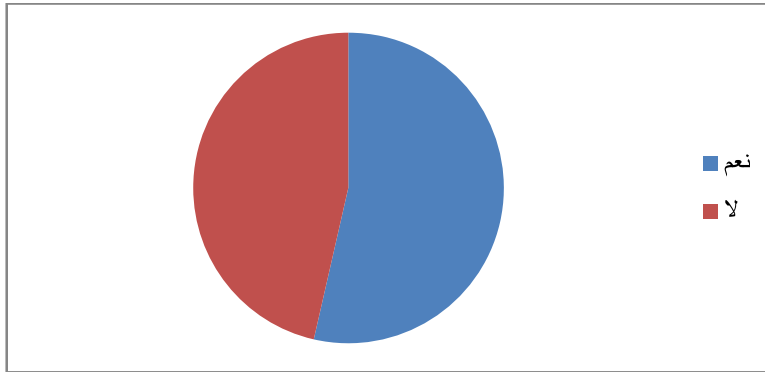
يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل الجدول أن المدربين خلال البرنامج التدريبي الخاص بالرفع من فعالية التسديد يعتمدون على جميع اللاعبين.

السؤال التاسع: هل الوقت المخصص في الحصص التدريبية لتحسين مهارة التسديد نحو المرمى؟

الغرض: معرفة هل يكفي الوقت المخصص للتدريب على مهارتي التسديد نحو المرمى

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
9	نعم	15	53.57%
	لا	13	46.42%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (9): يمثل إذا كان الوقت المخصص للتدريب على مهارة التسديد كاف أم لا



الشكل رقم (22): دائرة نسبية تمثل إذا كان الوقت المخصص للتدريب على مهارة التسديد كاف أم لا

من خلال مناقشة نتائج الجدول المبين أعلاه تبين لنا أن 15 تكرار من مجموع التكرارات أي بنسبة 53.57% من المدربين يجدون أن الوقت في صالحهم للتدريب على التسديد ويكون كاف غالباً في الكثير من الأحيان، في حين نسبة 46.42% أي 13 تكرار لا يرون أن الوقت كاف في الحصص التدريبية للتدريب على مهارة التسديد نحو المرمى.

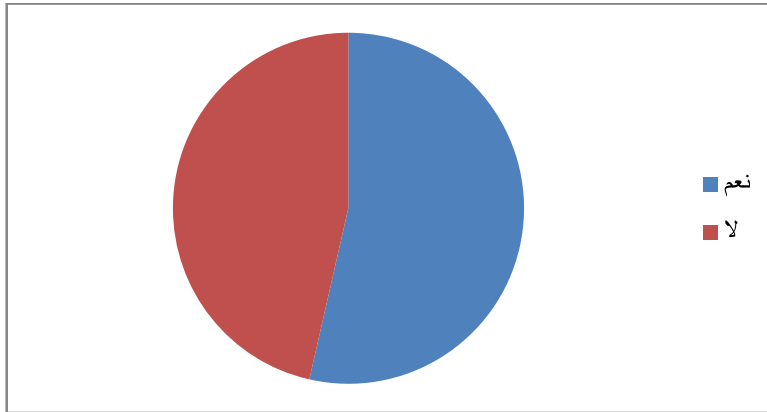
يمكن أن نستنتج أنه يوجد رأيين مختلفين متضاربين، نصف يرى أن الوقت غير كاف للتدريب على

التسديد والنصف الآخر يرى أنه يوجد وقت كاف للتدريب على هذه المهارة.

السؤال العاشر: هل تعتقدون أن مهارة التسديد أصعب من مهارة التمرير من حيث التمارين في التدريبات؟
الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة ما مدى صعوبة تمارين التسديد وتمارين التمرير والمهارة الأصعب من حيث التمارين.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
10	نعم	08	%28.57
	لا	20	%71.42
	المجموع	28	%100

جدول رقم (10): يمثل المهارة الأصعب من حيث التمارين بين التمرير والتسديد



الشكل رقم (23): دائرة نسبية تمثل المهارة الأصعب من حيث التمارين بين التمرير والتسديد

من خلال مناقشة نتائج الجدول (10) تبين لنا أن 8 من مجموع التكرارات أي بنسبة 28.57% من المدربين يرون أن تمارين الخاصة بمهارة التسديد أصعب من التمارين الخاصة بمهارة التمرير، أما 20 من باقي التكرارات أي بنسبة 71.42% من المدربين لا يعتقدون أن مهارة التسديد أصعب من مهارة التمرير من حيث التمارين.

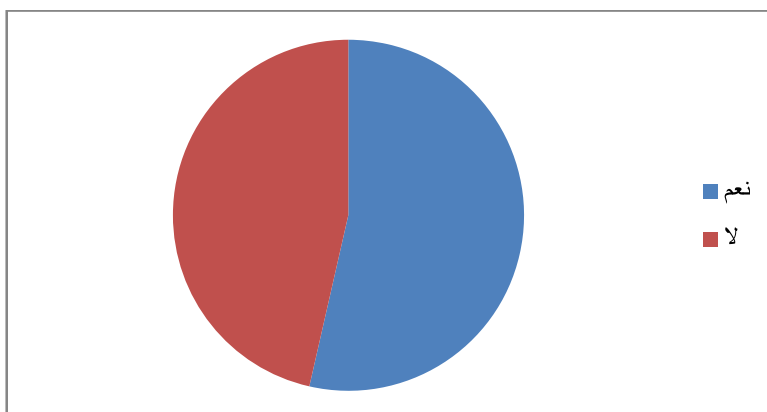
يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل نتائج الجدول أن تمارين مهارة التسديد والتمرير لهما صعوبات مختلفة ومتقاربة.

السؤال الحادي عشر: هل تقومون بحصص نظرية تشرحون فيها مهارتي التسديد والتمرير؟

الغرض: معرفة إذا كان المدربون يستعملون في التدريب على مهارتي التسديد والتمرير نظام الشرح النظري ثم التطبيقي أو يستعملون الشرح التطبيقي في الميدان مباشرة.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
11	نعم	08	%28.57
	لا	20	%71.42
	المجموع	28	%100

جدول رقم (11): يمثل استعمال المدربين للحصص النظرية في شرح مهارتي التسديد والتمرير



الشكل رقم (24): دائرة نسبية تمثل استعمال المدربين للحصص النظرية في شرح مهارتي التسديد والتمرير

من خلال مناقشة نتائج الجدول المبين أعلاه تبين لنا أن 8 تكرارات من مجموع التكرارات أي بنسبة %28.57 من المدربين يستعملون الشرح النظري لمهارتي التسديد والتمرير ثم التطبيق في الميدان، أما النسبة المتبقية أي 20 تكرار بنسبة %71.42 وهي النسبة الأكبر من المدربين لا يستعملون الشرح النظري بل يقومون بتطبيق تمارين المهارتين السابقتين الذكر في الميدان مباشرة بدون شرح نظري.

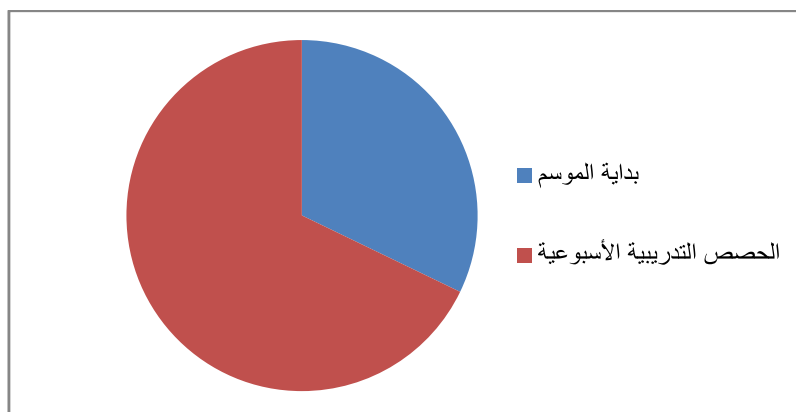
يمكن أن نستنتج من مناقشة النتائج أن أغلب المدربين يعطون أهمية للشرح النظري ويولون الاهتمام بالتطبيق فوق أرضية الميدان.

السؤال الثاني عشر: هل التحضير في مهارة التمرير تكون في بداية الموسم الكروي أو مع الحصص الأسبوعية؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة فترة التحضير لمهارة التمرير خلال الموسم التدريبي

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
12	بداية الموسم	09	%28.57
	الحصص التدريبية الأسبوعية	19	%71.42
	المجموع	28	%100

جدول رقم (12): يمثل فترة التحضير لمهارة التمرير خلال الموسم



الشكل رقم (25): دائرة نسبية تمثل فترة التحضير لمهارة التمرير خلال الموسم

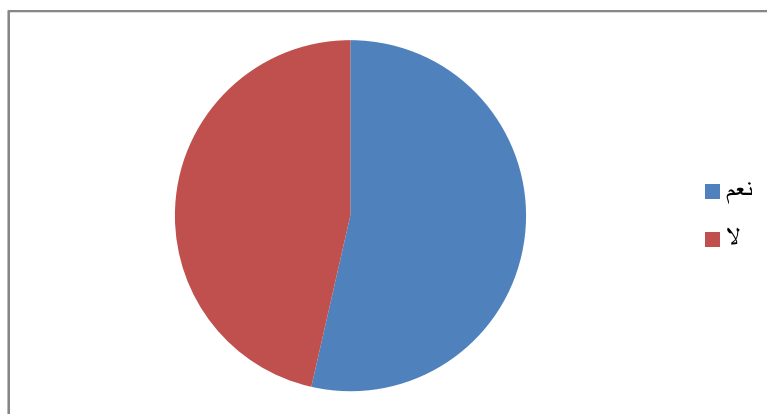
من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين لنا أن 9 من مجموع التكرارات أي بنسبة 32.14% من المدربين يعتقدون أن فترة التحضير لمهارة التمرير تكون في بداية الموسم، أما 19 من التكرارات أي بنسبة 67.85% من المدربين يعتقدون أن التحضير لمهارة التمرير تكون في الحصص التدريبية الأسبوعية. يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل النتائج أن المدربين يقومون بالتحضير لمهارة التمرير في الحصص الأسبوعية.

السؤال الثالث عشر: هل تستعملون التمارين المركبة في مهارة التمرير في كرة القدم؟

الغرض: معرفة مدى استعمال المدربين للتمارين المركبة الصعبة أم التمارين البسيطة السهلة في مهارة التمرير .

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
13	نعم	26	92.85%
	لا	02	7.14%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (13): يمثل مدى استعمال المدربين للتمارين المركبة في التدريب على مهارة التمرير



الشكل رقم (26): دائرة نسبية تمثل مدى استعمال المدربين للتمارين المركبة في التدريب على مهارة التمرير

من خلال النتائج التحصل عليها في الجدول أعلاه يتبين لنا أن 26 تكرار من مجموع التكرارات أي ما يعادل 92.85% من المدربين يستعملون التمارين المركبة الغير بسيطة وهذه هي الأغلبية، أما النسبة المتبقية من المدربين لا يستعملون التمارين المركبة بل يستعملون التمارين البسيطة بنسبة 7.14% أي بتكرارين فقط من مجموع التكرارات.

نستنتج من مناقشتنا للجدول والنتائج المتحصل عليها أن الأغلبية الساحقة من المدربين يفضلون

التمارين المركبة على البسيطة للتدريب على التمرير.

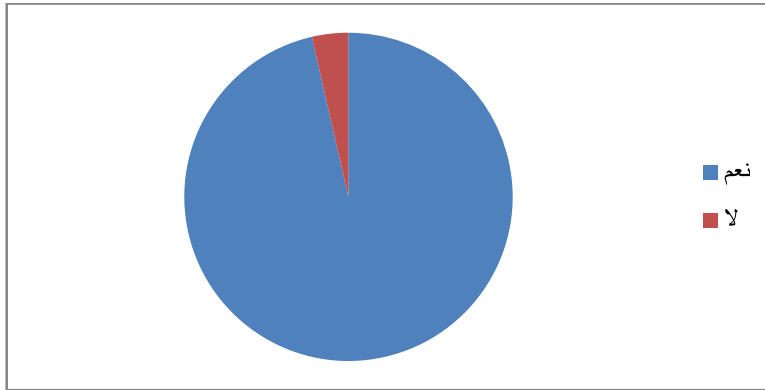
السؤال الرابع عشر: هل يتابعون التطورات المختلفة الحديثة في طرق التدريب بكرة القدم؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة مدى متباينة المدربين للتطورات المختلفة في طرق التصويب بكرة

القدم

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
14	نعم	27	96.43%
	لا	01	3.57%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (14): يمثل متابعة المدربين للتطورات في طرق التدريب في كرة القدم



الشكل رقم (27): دائرة نسبية تمثل متابعة المدربين للتطورات في طرق التدريب في كرة القدم

من خلال مناقشة نتائج الجدول رقم (13) تبين لنا أن 27 من التكرارات أي بنسبة 96.43% من

المدربين يتابعون التطورات المختلفة الحديثة في طرق التدريب، أما بنسبة 01 من التكرارات أي بنسبة

3.57% من المدربين لا يتابعون التطورات المختلفة الحديثة في طرق التدريب في كرة القدم.

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل نتائج الجدول أن المدربين يتابعون التطورات المختلفة الحديثة

في طرق التدريب بكرة القدم.

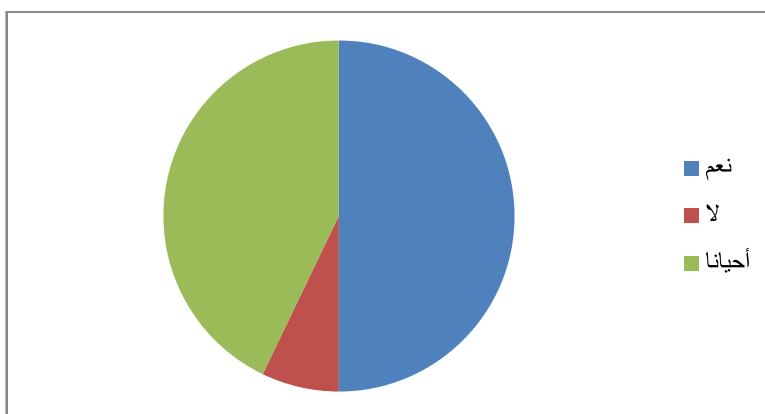
السؤال الخامس عشر: هل تدخلون في تریصات للاستفادة من طرق التدريب الحديثة في كرة القدم؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة مدى مشاركة ودخول المدربين في تریصات للاستفادة من طرق

التدريب الحديثة في كرة القدم.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
15	نعم	14	50%
	لا	02	7.14%
	أحيانا	12	42.85%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (15): يمثل مشاركة المدربين في تریصات للاستفادة من طرق التدريب الحديثة في كرة القدم



الشكل رقم (28): دائرة نسبية تمثل متابعة المدربين للتطورات في طرق التدريب في كرة القدم

من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين لنا أن 14 من التكرارات أي بنسبة 50% من المدربين يشاركون في تریصات للاستفادة من طرق التدريب الحديثة، أما 02 من التكرارات أي بنسبة 7.14% من المدربين لا يدخلون في تریصات، أما 12 من التكرارات أي بنسبة 42.85% من المدربين يدخلون في بعض الأحيان في تریصات للاستفادة من طرق التدريب الحديثة في كرة القدم.

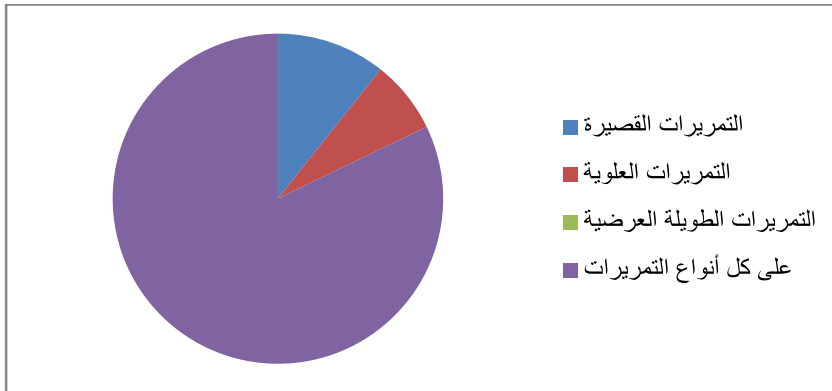
يمكننا أن نستنتج م مناقشتنا وتحليل الجدول أن المدربين يدخلون في تریصات للاستفادة من طرق التدريب الحديثة في كرة القدم.

السؤال السادس عشر: على ماذا تركز م تقنيات التمرير في كرة القدم؟

الغرض: معرفة مدى تركيز المدربين على مختلف تقنيات التمرير الموجودة.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
16	التمريرات القصيرة	03	10.71%
	التمريرات العلوية	02	7.14%
	التمريرات الطويلة العرضية	00	00%
	على كل أنواع التمريرات	23	82.14%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (16): يمثل أي تقنيات التمرير التي يركز عليها المدربون



الشكل رقم (29): دائرة نسبية تمثل أي تقنيات التمرير التي يركز عليها المدربون

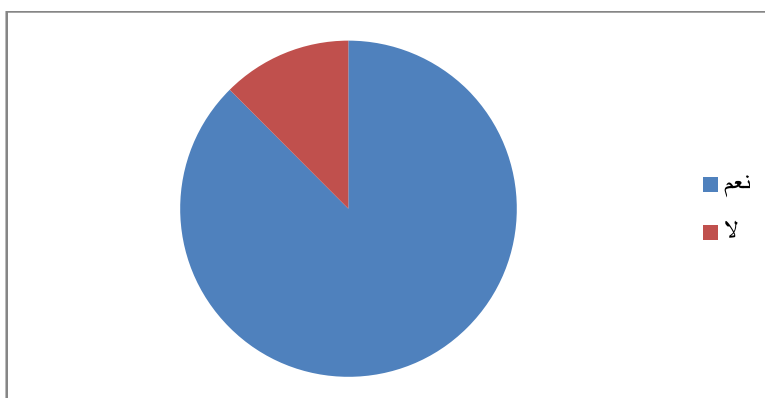
من خلال مناقشة نتائج الجدول رقم (14) تبين لنا بعد التحليل أنه معظم المدربين وهم الأغلبية بنسبة 82.14% ب 23 تكرار من أصل 28 تكرار يقومون بالتمرير على معظم وكل مهارات التمرير الموجودة، أما النسبة الثانية من المدربين الذين يركزون على التمريرات القصيرة بنسبة 10.70% بتكرار 3 مدربين فقط ومدربين آخرين من أصل 28 مدرب يفضلون التدريب على التمريرات العلوية بنسبة 7.14% في حين لم يختار أي مدرب من أصل 28 مدرب التمريرات الطويلة العرضية ولم يولونها أهمية. نستنتج من خلال النتائج أن معظم المدربين يقومون بالتحضير على كل أنواع التمريرات.

السؤال السابع عشر: هل التسديد يعتمد على القوة فقط؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة ما إذا كان التسديد يعتمد على القوة فقط.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
17	نعم	03	%10.71
	لا	الوضعية	09
		الدقة	11
		التركيز	05
المجموع		28	%100

جدول رقم (17): يمثل ما إذا كان التسديد يعتمد على القوة فقط



الشكل رقم (30): دائرة نسبية تمثل ما إذا كان التسديد يعتمد على القوة فقط

من خلال مناقشة نتائج الجدول تبين لنا أن 03 من التكرارات أي بنسبة %10.70 من المدربين يعتقدون أن التسديد يعتمد على القوة فقط، أما 25 من التكرارات أي بنسبة %89.29 من المدربين يرون أن التسديد لا يعتمد على القوة فقط بل يعتمد حسبهم على: الدقة والتركيز والتكرار وتمركز اللاعب.

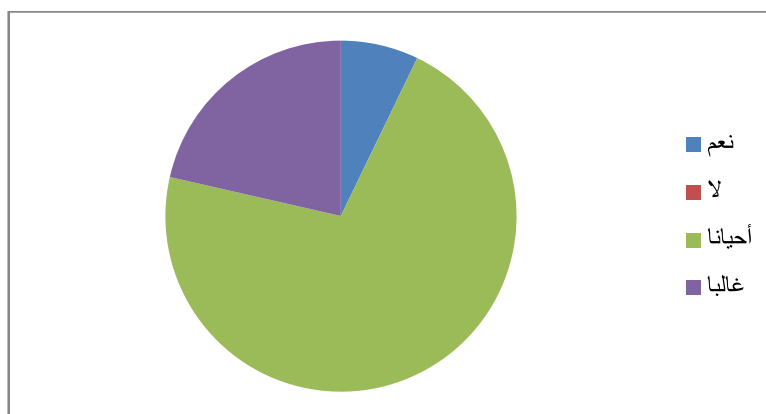
يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل نتائج الجدول أن التسديد لا يعتمد على القوة فقط بل يعتمد على عدة صفات أخرى.

السؤال الثامن عشر: هل تعتقد أن لاعبيك يطبقون مهارة التمرير بصفة جيدة في المنافسات؟

الغرض: معرفة إذا كان اللاعبون يجدون مهارة التمرير ومعرفة مستواهم فيها.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
18	نعم	02	7.14%
	لا	00	00%
	أحيانا	20	71.42%
	غالبا	06	21.42%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (18): يمثل رؤية المدربين لمستوى لاعبيهم في مهارة التمرير



الشكل رقم (31): دائرة نسبية تمثل رؤية المدربين لمستوى لاعبيهم في مهارة التمرير

من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين لنا أن 20 تكرار من مجموع التكرارات أي بنسبة 71.42% يعتقدون أن لاعبيهم يطبقون مهارة التمرير بصفة جيدة في المنافسات وجاوبوا بأحيانا أي أنهم متوسطون في مستوى تمريراتهم، في حين توجد نسبة 21.42% أي 06 تكرارات جاوبوا بغالبا أي مستواهم جيد في التمرير في حين تكرارين (02) من المدربين بنسبة 7.14% أجابوا أنهم يرونهم يتقنون مهارة التسديد، في حين لم يجابون ب لا.

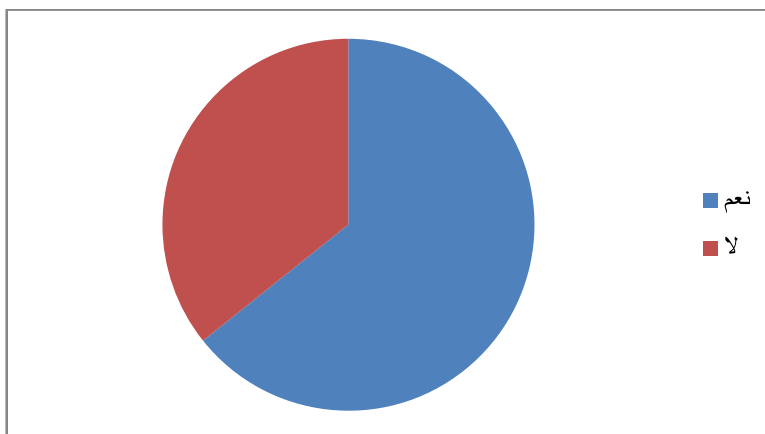
نستنتج من مناقشتنا أن مستوى اللاعبين في مهارة التمرير متوسطة في أغلب الأندية.

السؤال التاسع عشر: هل تعتقد أن الإعداد البدني أهم من الإعداد المهاري؟

الغرض: قمنا بطرح التساؤل لمعرفة الأهم بين الإعداد البدني والإعداد المهاري.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
19	نعم	18	64.28%
	لا	10	35.72%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (19): يمثل مدى أهمية الإعداد البدني والإعداد المهاري



الشكل رقم (32): دائرة نسبية تمثل مدى أهمية الإعداد البدني والإعداد المهاري

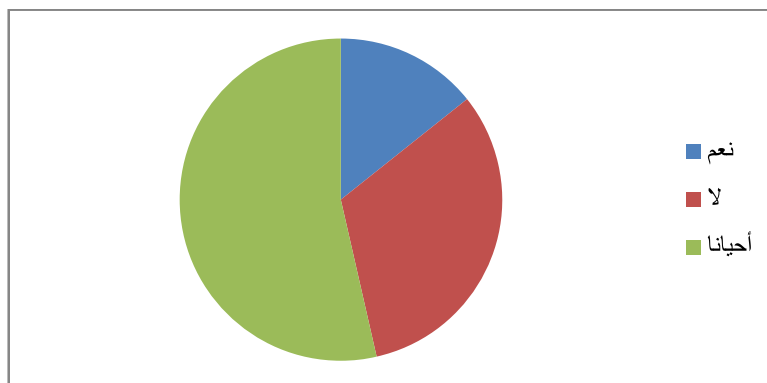
من خلال مناقشة نتائج الجدول (19) تبين لنا أن 18 من التكرارات أي بنسبة 64.28% من المدربين يرون أن الإعداد البدني أهم من الإعداد المهاري، أما 10 من التكرارات أي بنسبة 35.72% من المدربين لا يرون الإعداد البدني أهم من المهاري ويقولون أنه بدون قوة بدنية لا يمكن تطبيق المهارة لأنك لست وحدك في الملعب، وبدون مهارة لا يمكن تسجيل الأهداف أي أنهما مكملان لبعضهم البعض. نستنتج من مناقشتنا أن كل من الإعداد المهاري والإعداد البدني يكملان بعضهم البعض.

السؤال العشرين: هل تقومون بتدوين عدد الناجحة لكل لاعب في التدريبات؟

الغرض: قمنا بطرح التساؤل لمعرفة ما إذا كان المدربون يقومون بتدوين عدد التمريرات الناجحة.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
20	نعم	04	14.29%
	لا	09	32.14%
	أحيانا	15	53.57%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (20): يمثل تدوين المدربين لعدد التمريرات الناجحة لكل لاعب في التدريبات



الشكل رقم (33): دائرة نسبية تمثل تدوين المدربين لعدد التمريرات الناجحة لكل لاعب في التدريبات

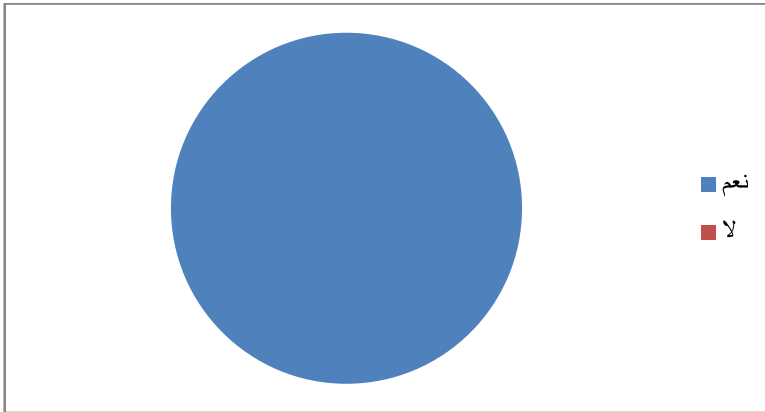
من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين لنا أن 04 من التكرارات أي بنسبة 14.92% من المدربين يدونون عدد التمريرات الناجحة أما 09 من التكرارات بنسبة 32.14% من المدربين لا يدونون عدد التمريرات، أما نسبة 53.57% أي 15 من التكرارات من المدربين يقومون بتدوين التمريرات أحيانا. يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل نتائج الجدول أن المدربين لا يبدون اهتمام كبير لتدوين التمريرات الناجحة.

السؤال الواحد والعشرين: هل ترون أن بعد التدريب تزيد نسبة التمريرات الناجحة في المنافسات؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة ما إذا كان يستفاد من التدريبات على مهارة التكرير وتطبيقها في المنافسات.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
21	نعم	28	%100
	لا	00	% 00
	المجموع	28	%100

جدول رقم (21): يمثل ما مدى استيعاب اللاعبين للتدريبات في مهارة التمرير وتطبيقها في المنافسات



الشكل رقم(34): دائرة نسبية تمثل ما مدى استيعاب اللاعبين للتدريبات في مهارة التمرير وتطبيقها في

المنافسات

من خلال مناقشة نتائج الجدول رقم 18 تبين لنا أن 28 تكرر من أصل 28 بنسبة %100 يقولون

بأن لاعبيهم يؤدون التدريبات ويطبقون مهارة التمرير في المنافسات بعد التدريبات.

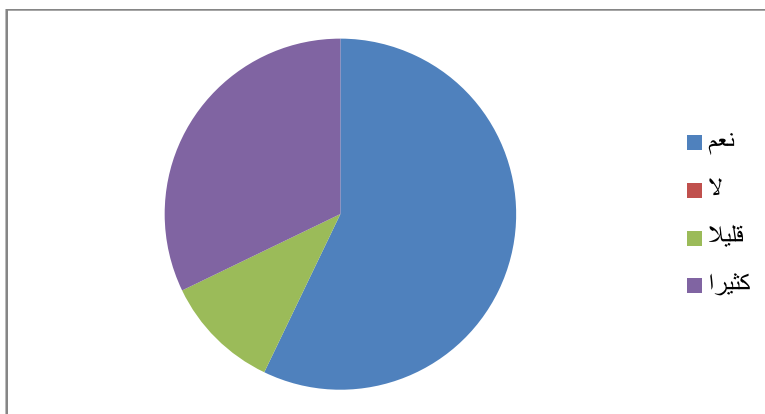
يمكن أن نستنتج بعد المناقشة أن التمريرات الناجحة تزيد بعد التدريب.

السؤال الثاني والعشرين: هل ترون أن إتقان التمرير قائم على التكرار؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة ما مدى تأثير صفة التكرار على إتقان مهارة التمرير.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
22	نعم	16	57.14%
	لا	00	00%
	قليلا	03	10.71%
	كثيرا	9	32.14%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (22): يمثل تأثير صفة التكرار على إتقان مهارة التمرير



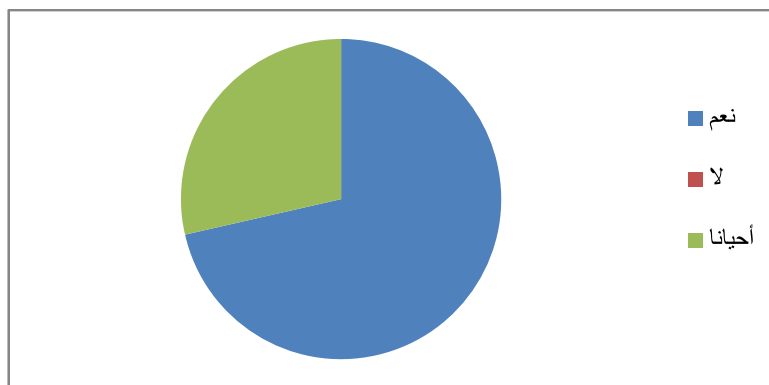
الشكل رقم (35): دائرة نسبية تمثل تأثير صفة التكرار على إتقان مهارة التمرير

من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين أن 16 من التكرارات أي ما يعادل نسبة 57.14% من المدربين يرون أن إتقان التمرير قائم على التكرار، أما 3 من التكرارات أي بنسبة 10.71% من المدربين يرون أن التكرار يؤثر قليلا على إتقان التمرير، وأما 9 من التكرارات أي بنسبة 32.14% من المدربين يرون أن التكرار يؤثر كثيرا على إتقان التمرير ولا يوجد مدرب يقول أن التكرار لا يؤثر على إتقان التمرير. يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل نتائج الجدول أن التكرار يؤثر على إتقان مهارة التمرير.

السؤال الثالث والعشرين: هل تجدون صعوبة في تحسين مهارة التسديد لاختلاف إمكانيات اللاعبين؟
الغرض: معرفة الصعوبة من حيث الفروق الفردية في تحسين مهارة التسديد ورأي المدربين فيها.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
23	نعم	20	%71.43
	لا	00	% 00
	أحيانا	08	%28.57
	المجموع	28	%100

جدول رقم (23): يمثل رأي المدربين في الصعوبات حول الفروق الفردية من أجل تحسين مهارة التسديد



الشكل رقم (36): دائرة نسبية تمثل رأي المدربين في الصعوبات حول الفروق الفردية من أجل تحسين

مهارة التسديد

من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين لنا أن الأغلبية من المدربين بنسبة %71.43 بتكرار 20 من أصل 28 يجدون صعوبة في تحسين مهارات التسديد عند اللاعبين لاختلافهم في الإمكانيات في حين 08 من التكرارات من أصل 28 يرون بأنهم لا يجدون صعوبة إلا أحيانا فقط.

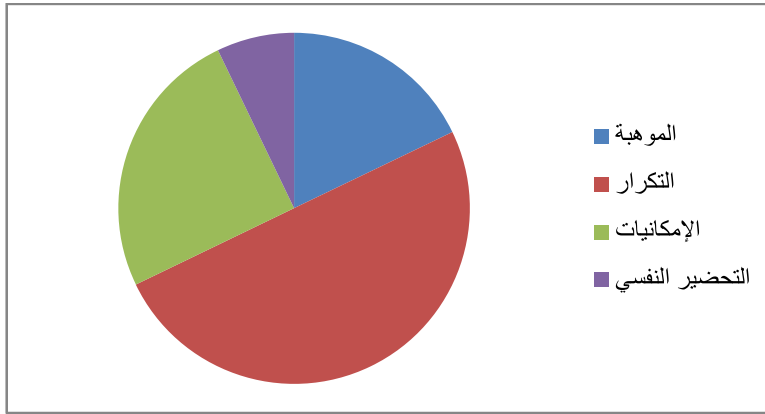
نستنتج بع مناقشتنا للجدول وتحليل نتائجه أن معظم المدربين يجدون صعوبة ف تحسين مهارة التسديد عند لاعبيهم نظرا لوجود الفروق الفردية.

السؤال الرابع والعشرون: هل ترون أن إتقان مهارة التسديد قائمة على الموهبة، التكرار، الإمكانيات أو التحضير النفسي

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة العوامل المؤثر على إتقان مهارة التسديد

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
24	الموهبة	05	17.85%
	التكرار	14	50%
	الإمكانيات	07	25%
	التحضير النفسي	02	7.14%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (24): يمثل العوامل المؤثرة على إتقان مهارة التسديد



الشكل رقم (37): دائرة نسبية تمثل العوامل المؤثرة على إتقان مهارة التسديد

من خلال مناقشة نتائج الجدول تبين أن 05 من التكرارات أي بنسبة 17.85% من المدربين يرون أن إتقان مهارة التسديد قائم على الموهبة، أما 14 من التكرارات بنسبة 50% من المدربين يرون أن إتقان مهارة التسديد قائم على التكرار، أما 07 من التكرارات أي بنسبة 25% من المدربين يرون أن إتقان مهارة التسديد قائم على توفر الإمكانيات، أما 02 من التكرارات أي بنسبة 7.14% من المدربين يرون أن إتقان مهارة التسديد قائم على التحفيز النفسي.

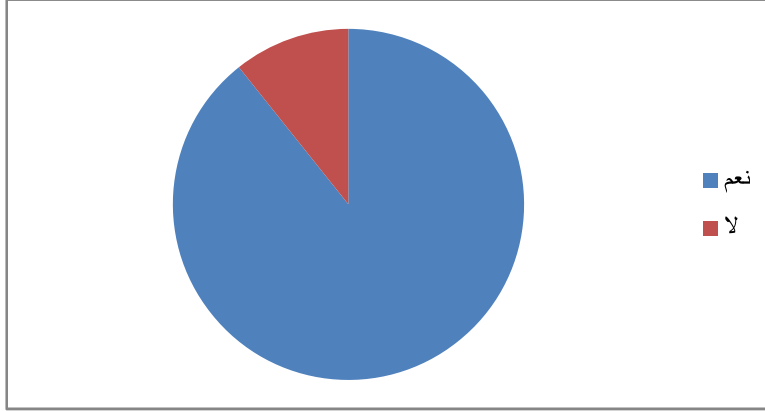
يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل نتائج الجدول أن إتقان مهارة التسديد قائم على التكرار بنسبة كبيرة ثم إلى الإمكانيات وكذا الموهبة والتحفيز النفسي بنسبة أقل.

السؤال الخامس والعشرين: هل تقومون بتحفيز لاعب يسدد من بعيد

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة إذا كان المدربين ضد التسديد من بعيد رغم وجود لاعبين يقومون بذلك.

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
25	نعم	25	89.29%
	لا	03	10.71%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (25): يمثل مدى تحفيز المدربين للاعب يسدد من بعيد



الشكل رقم (38): دائرة نسبية تمثل مدى تحفيز المدربين للاعب يسدد من بعيد التسديد

من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين لنا أن 25 تكرر من أصل 28 أي 89.29% يقومون بتحفيز اللاعب بالتسديد من بعيد، في حين 3 تكرارات بنسبة 10.71% لا يقومون بذلك ويحبون الصعود ببطء إلى التسجيل.

نستنتج بعد مناقشة النتائج أن المدربين يحفزون اللاعب للتسديد من بعيد لأنه قد يمنح الفارق من

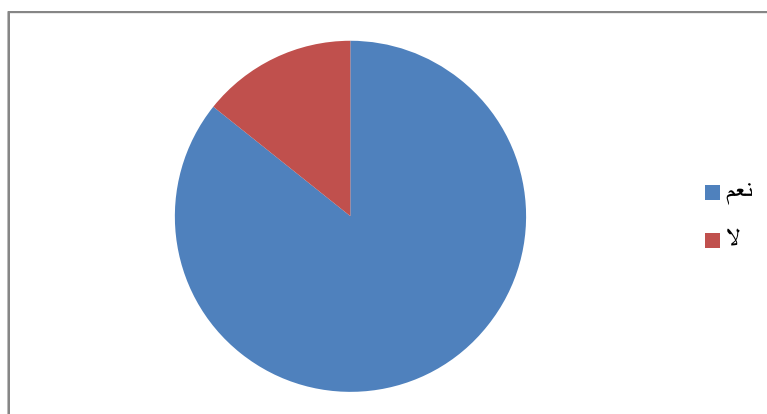
هدف بعيد.

السؤال السادس والعشرين: في رأيكم هل جو التدريب عموماً يساعد على تحسين المهارات الأساسية في كرة القدم في ناديك؟

الغرض: قمنا بطرح هذا التساؤل لمعرفة تأثير جو التدريب على تحسين المهارات الأساسية في كرة القدم في النادي

رقم السؤال	نوع الإجابة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
26	نعم	24	85.71%
	لا	04	14.29%
	المجموع	28	100%

جدول رقم (26): يمثل مدى تأثير جو التدريب على تحسين المهارات الأساسية في كرة القدم



الشكل رقم (39): دائرة نسبية تمثل مدى تأثير جو التدريب على تحسين المهارات الأساسية في كرة القدم

من خلال مناقشة نتائج الجدول أعلاه تبين أن 24 من عدد التكرارات أي نسبة 85.71% من المدربين يرون أن جو التدريب المناسب يساعد على تحسين المهارات الأساسية في كرة القدم، أما 04 من التكرارات أي نسبة 14.29% من المدربين يرون أن تحسين المهارات الأساسية لكرة القدم لا يعتمد على جو التدريب.

يمكننا أن نستنتج من مناقشتنا وتحليل نتائج الجدول أن توفر الجو المناسب للتدريب يساعد على تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم.

3- مناقشة النتائج:

على ضوء النتائج المتحصل عليها من خلال الاستمارة الموجهة لمدربي الأندية الرياضية باختلاف مستوياتهم وشهاداتهم تحصلنا على النتائج التالية:

- أغلب المدربين يضعون برنامج تدريبي خاص بالإعداد المهاري كما يركزون على جميع المهارات.
- معظم المدربين يعتمدون على الطرق الحديثة في التحضير المهاري ويرون أن التسديد والتمرير من أهم المهارات التي يجب تطويرها.

- الإعداد البدني أهم من الإعداد المهاري.

- توفر الجو المناسب للتدريب يساعد على تطوير المهارات الأساسية.

- التسديد أصعب من التمرير من حيث التمارين في التدريبات.

مناقشة النتائج في ضوء الفرضية الأولى:

- واقع التحضير المهاري في تطوير مهارة التسديد:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول التالية:

الخاصة بتحليل نتائج الاستمارة نستنتج أن النتائج المحصلة تدعم الفرضية الأولى وهذا ما يبين أن للتحضير المهاري يطور مهارة التسديد.

مناقشة النتائج في ضوء الفرضية الثانية:

- واقع التحضير المهاري في تطوير مهارة التمرير:

من خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول التالية:

الخاصة بتحليل نتائج الاستبيان الموجه لأفراد العينة نستنتج أن النتائج تدعم الفرضية الثانية.

وهذا ما يتبين أن التحضير المهاري يطور مهارة التمرير.

الأخاتمة

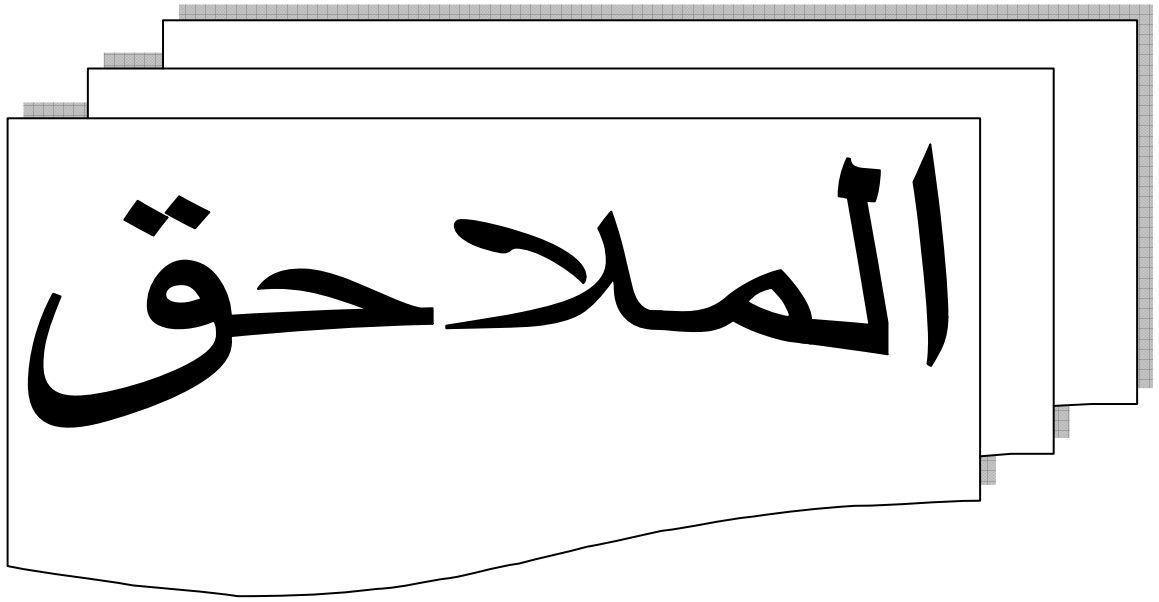
قائمة المراجع

- 1- إبراهيم أنيس: المعجم الوسيط، مجمع اللغة العربية، القاهرة، ط4، 2004.
- 2- أسامة كامل راتب: "تدريب المهارات النفسية(التطبيقات في المجال الرياضي)"، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 2000.
- 3- بطرس رزق الله: متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية، مطبعة الإسكندرية، مصر، 1992.
- 4- بلقاسم تلي، مزهود لوصيف، الجابري عيساني: " دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية "، معهد التربية البدنية والرياضية دالي إبراهيم ، مذكرة ليسانس، جوان 1997.
- 5- حسن احمد الشافعي: " تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي "، منشأة المعارف بالإسكندرية، بدون طبعة، مصر، 1998م.
- 6- حسن عبد الجواد: كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988.
- 7- حسن عبد الجواد: "كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم"، دار العام للملايين، ط 4، بيروت، 1977.
- 8- حسين السيد أبو عبدو: الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، ط 1 الإسكندرية، مصر، 2002.
- 9- حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1980.
- 10- حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الكتاب الحديث، الكويت، دون سنة.
- 11- حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر ، 1997.
- 12- خليل جليل: الناشئ في كرة القدم، مطبعة سلمى، بغداد، 1988.
- 13- رومي جميل: "كرة القدم"، دار النقائض، بيروت (لبنان)، ط1، 1986م.
- 14- رشيد زرواتي: مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، الجزائر، 2007.

- 15- رومي جميل: كرة القدم، دار النفائس، بيروت، ط1، 1986.
- 16- الزوبعي والغانم: مناهج البحث في التربية، مطبعة العافي، ج1، العراق، 1974.
- 17- سامي الصفار: "كرة القدم"، ج1، بدون طبعة، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق، 1982.
- 18- فريد كامل أبو زينة وآخرون: مناهج البحث العلمي، الكتاب الثاني، الإحصاء في البحث العلمي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.
- 19- سعد سعود فؤاد: دراسة أثر الاتزان على تعلم دقة التصويب عند تلاميذ الطور الثالث 15/12، دراسة ماجستير غير منشورة، 2000.
- 20- عبد الرحمان عيساوي: "سيكولوجية النمو"، دار النهضة العربية، بدون طبعة، بيروت، 1980.
- 21- علي خليفة العنشري وآخرون: "كرة القدم"، بدون طبعة، الجماهيرية العربية الليبية، 1987م.
- 22- عمار بوحوش، محمد محمود دنيبات: مناهج البحث وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، دون طبعة، الجزائر، 1995.
- 23- غازي صالح محمود وهاشم ياسر حسن: كرة القدم التدريب المهاري، دار الرواد، عمان، الأردن، ط1، 2013.
- 24- غازي صالح وهاشم ياسر حسن: كرة القدم التدريب المهاري، دار الرواء، عمان، ط1، 2013.
- 25- كمال عبد الحميد، زينب فهمي: كرة اليد للناشئين، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1987.
- 26- مأمون بن حسن السلطان: كرة القدم بين المصالح والمنافسة الشرعية، دار بن حزم، بيروت، 1998.
- 27- محمد أزهر السعك وآخرون: الأصول في البحث العلمي: دار الحكمة للطباعة والنشر، دون طبعة، الموصل، العراق، 1980.

- 28- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس، دار الفكر العربي، دون طبعة، القاهرة، 1999.
- 29- محمد رضا الوقاد: التخطيط الحديث في كرة القدم، دار السعادة، ط1 ، مصر ، 2003.
- 30- محمد رفعت: "كرة القدم اللعبة الشعبية العالمية"، دار البحار، بدون طبعة ، لبنان، 1998.
- 31- محمد حامد الأفندي : المهارات الأساسية خطط أصول التدريب، عالم الكتب القاهرة ، مصر ، 1971.
- 32- مختار سالم : "كرة القدم لعبة الملايين"، مكتبة المعارف، بدون طبعة، بيروت، 1988.
- 33- مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2، 2001.
- 34- مفتي إبراهيم حمادة: تمرينات الإحماء والمهارات الأساسية في برنامج تدريب كرة القدم، مركز الكتب والنشر، القاهرة، 1998 .
- 35- موفق أسعد محمود، التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم، دار دجلة، الأردن، 2011.
- 36- موفق مجيد المولى : "الإعداد الوظيفي لكرة القدم" ، دار الفكر، بدون طبعة، لبنان ، 1999.
- 37- ناصر عبد الشافي عبد الرزاق: برنامج تدريبي مفتوح لتطوير بعض الجوانب المهارية والمعرفية لناشئي تنس الطاولة، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2012.
- 38- يحي كاظم النقيب: "علم النفس الرياضة"، معهد إعداد القادة، بدون طبعة، السعودية، 1990.

- 39 –Alain Michel:"Foot .balle,les systèmes de jeu",2^{eme} edition,édition chiram,Paris,1998.
- 40- ALAN AZHAR M ; foot balle une méthode complète et moderne pour apprendre ou se perfection, édition solar, 1992.
- 41- Bernard tarpin: preparation et entrainement du foot balleur, édition amphora, paris, 1990.
- 42- Garel pedro : foot ball technique jeu, entrainement, édition amphora, paris, 1977.
- 43 - R-Tham:"pre'peration psychologique du sportif", Vigot, Ed1, Paris, 1991.
- 44 - Warzos jerry : atlas exercices specifique de foot ball. Edition, I.N.S.E.P,paris, 1980.



جامعة محمد الصديق بن يحي -جبل-

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: تدريب رياضي تنافسي

استبيان

نحن بصدد إعداد مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في علم التربية البدنية والرياضية، تحت عنوان واقع التحضير المهاري في تطوير بعض الصفات المهارية - التسديد والتمرير - لدى لاعبي كرة القدم لهذا يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذا الاستبيان، ونرجو منكم الإجابة عن الأسئلة الواردة فيه بكل صدق وأمانة، وما عليكم سوى وضع علامة (X) أمام العبارة التي تناسب إجاباتكم ونحيطكم علماً أن المعلومات المقدمة من طرفكم ستبقى في السرية والكنتمان ولن تستعمل إلا لغرض البحث العلمي.

وفي الأخير تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام وشكراً

- طمينة عمر

- بوجميلة يمين

- فيثة أمين

- مجيدر إلياس

السنة الجامعية 2017-2018

المحور الأول: البيانات الشخصية

1- اسم النادي الذي تقوم بتدريبه؟

.....

2- ما هي الفئة العمرية التي تقوم بتدريبها من النادي؟

أصغر

أشبال

أواسط

أكابر

3- ما هي الشهادة المتحصل عليها في التدريب الرياضي؟

FAF 1

FAF 2

FAF 3

CAF C

4- كم عدد خبرتك في التدريب الرياضي؟

1 سنة

1-5 سنوات

أكثر من 5 سنوات

المحور الثاني: الإعداد المهاري

5- هل لديكم برنامج تدريبي خاص بالإعداد المهاري في كرة القدم؟

نعم

لا

6- هل تركزون على جميع المهارات في الإعداد المهاري أو على مهارة معينة في كرة القدم؟

مهارة واحدة

بعض المهارات

جميع المهارات

7- هل تعتقدون أن التسديد والتمرير في كرة القدمهما أهم المهارات التي يجب تطويرها؟

نعم

لا

8- هل تعتمدون على الطرق الحديثة في تنمية مهارتي التسديد والتمرير في كرة القدم؟

نعم

لا

9- أثناء تطبيق البرنامج التدريبي من أجل الرفع من فعالية التسديد هل تركز على بعض اللاعبين مثل المهاجمين فقط؟

نعم

لا

10- هل الوقت المخصص في الحصص التدريبية كافٍ لتحسين مهارة التسديد نحو المرمى؟

نعم

لا

11- هل تعتقدون أن مهارة التسديد أصعب من مهارة التمرير من حيث التمارين في التدريبات؟

نعم

لا

12- هل تقومون بحصص نظرية تشرحون فيها مهارة التسديد والتمرير؟

نعم

لا

13- هل التحضير في مهارة التمرير تكون في بداية الموسم الكروي أو مع الحصص التدريبية الأسبوعية؟

بداية الموسم

في الحصص التدريبية الأسبوعية

14- هل تستعملون التمارين المركبة في مهارة التمرير في كرة القدم؟

نعم

لا

15- هل تتابعون التطورات المختلفة الحديثة في طرق التدريب بكرة القدم؟

نعم

لا

16- هل تدخلون في تربيصات للاستفادة م طرق التدريب الحديثة في كرة القدم؟

نعم

لا

أحيانا

17- على ماذا تركز من تقنيات التمرير في كرة القدم؟

<input type="checkbox"/>	التمريرات الطويلة الأرضية	<input type="checkbox"/>	التمريرات القصيرة
<input type="checkbox"/>	على كل أنواع التمريرات	<input type="checkbox"/>	التمريرات العلوية

18- هل التسديد يعتمد على القوة فقط؟

نعم

لا

إذا كانت الإجابة بـ لا على ماذا يعتمد؟

19- هل تعتقد أن لاعبيك يطبقون مهارة التمرير بصفة جيدة في المنافسات؟

نعم

أحيانا

لا

غالبا

20- هل تعتقد أن الإعداد البدني أهم من الإعداد المهاري؟

نعم

لا

في كلتا الحالتين أذكر لماذا؟

21- هل تقومون بتدوين عدد التمريرات الناجحة لكل لاعب في التدريبات؟

نعم

لا

أحيانا

22- هل ترون أن بعد التدريب تزيد نسبة التمريرات الناجحة في المنافسات؟

نعم

لا

23- هل ترون أن إتقان التمرير قائم على التكرار؟

نعم قليلا

لا كثيرا

إذا كانت الإجابة بـ لا أذكر لماذا؟

.....
.....

24- هل تجدون صعوبة في تحسين مهارة التسديد لاختلاف إمكانيات اللاعبين؟

نعم

لا

أحيانا

25- هل ترون أن إتقان مهارة التسديد قائمة على:

الموهبة

التكرار

الإمكانيات

التحفيز النفسي

شيء آخر:.....

26- هل تقومون بتحفيز لاعب يسدد من بعيد؟

نعم

لا

27- في رأيكم هل جو التدريب عموماً يساعد على تحسين المهارات الأساسية في كرة القدم في ناديتك؟

نعم

لا