

جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل .

القطب الجامعي - تاسوست -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

الشعبة: تدريب رياضي .

تخصص: تحضير بدني رياضي.

بعنوان:

واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية في كرة
القدم صنف أقل من 13 سنة

(دراسة ميدانية لفرق ولاية جيجل)

تحت إشراف الأستاذ :

- بوزكرية فوزي

إعداد الطالبين :

- بومالة محمد الهاني

- دربال إسماعيل

السنة الجامعية: 2019-2020

شكر وعرفان

في البداية نشكر الله عز وجل الذي وفقنا لإتمام هذا العمل. كما يسعدنا أن نتقدم بأسمى التقدير وجزيل الشكر إلى الأستاذ المشرف * بوزكزية فوزي * الذي لم يبخل علينا بنصائحه القيمة التي مهدت لنا الطريق لإتمام هذا البحث، ونتوجه بكامل التقدير للسادة أعضاء لجنة المناقشة وكل أساتدتنا الكرام الدين أشرفوا على تحصيلنا العلمي. ولا يفوتنا أن نتوجه بالشكر الجزيل إلى المدرب فننير عياش ، خالف محمد و لبيض مسعود لإثرائهم دراستنا الاستطلاعية كما لا ننسى شكر جميع مدربي فرق كرة القدم لولاية جيجل صنف أقل من 13 سنة على اهتمامهم معنا في اتمام الجانب التطبيقي لهذه الدراسة . كما نشكر كل من ساعدنا على إنجاز هذا الدراسة سواء من قريب أو من بعيد.

إهداء

إلى أسمى و أعلى بشر في حياتي ...أمي الغالية أطل الله في عمرها

الى الذي تعب لراحتي و ضحى لنجاحي وعلمني روح الكفاح ...أبي العزيز أطل الله في عمره

الى سندي في الحياة و بذور الأسرة الطيبة ...أخواتي العزيزات

الى كل الأهل والأقارب ... إلى جميع الأصدقاء والأحباب

أهدي ثمرة هذا الجهد

بومالة محمد الهاني

إهداء

إلى التي حملتني وهنا على وهن وسهرت على تربيّتي وأعانتني داما بالدعوات ،إلى أعلى
إنسان في الوجود أُمي الحبيبة.

إلى الذي تعب لأكون ما عليه الآن أبي الكريم.

إلى من حبهم يسري في عروقي أخواتي العزيزات.

إلى كل العائلة ، الأحبة والأصدقاء .

أهدي ثمرة هذا العمل.

دريال اسماعيل

فلاسفہ المحدثین

فهرس المحتويات:

الصفحة	العنوان
أ	شكر وعران
ب	إهداء
ج	فهرس المحتويات
د	قائمة الجداول
ذ	قائمة الأشكال
1	مقدمة
	الفصل التمهيدي: مدخل عام للدراسة
4	1-الإشكالية
6	2-الفرضيات
6	3-أهداف الدراسة
7	4-أهمية الدراسة
7	5-أسباب اختيار الموضوع
8	6-مفاهيم الدراسة
11	7-الدراسات المشابهة
	الباب الأول: الجانب النظري
	الفصل الأول: الألعاب المصغرة
19	تمهيد
20	1- مفهوم الألعاب المصغرة
20	2- أهداف الألعاب المصغرة
21	3- أهمية الألعاب المصغرة
22	4- خصائص الألعاب المصغرة
22	5- أسباب لاستخدام الألعاب المصغرة في التدريب
24	6- مبادئ اختيار الألعاب المصغرة
25	7- تنظيم تعليم الألعاب المصغرة
25	8- كيفية اختيار الألعاب المصغرة
27	خلاصة

	الفصل الثاني:المهارات الأساسية في كرة القدم
29	تمهيد
30	1-مفهوم المهارات الأساسية
30	2-تقسيم المهارات الأساسية
41	3-أفضل مرحلة لتعلم المهارات الأساسية
41	4-مراحل تعليم المهارات الأساسية
43	5-خطوات التدريب على المهارات الأساسية
44	6-أساليب التدريب على المهارات الأساسية
47	خلاصة
	الفصل الثالث:كرة القدم وخصائص الفئة العمرية(أقل من 13سنة)
49	تمهيد
50	1-مفهوم كرة القدم
50	2-المتطلبات العامة للاعبين كرة القدم الحديثة
51	3-اللياقة البدنية في كرة القدم
52	4-المهارات الأساسية في كرة القدم
53	5-المقتربات الخطئية بكرة القدم
54	6-أهداف التدريب في كرة القدم
54	7-تصنيف فئات العمر للاعبين كرة القدم حسب الاتحادية الجزائرية لكرة القدم
56	8-الفئة العمرية أقل من 13سنة
62	خلاصة
	الباب الثاني:الجانب التطبيقي
	الفصل الأول: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية
65	تمهيد
66	1-الدراسة الإستطلاعية
67	2-منهج الدراسة
67	3-مجتمع الدراسة
68	4-عينة الدراسة
68	5-أدوات الدراسة
69	6-متغيرات الدراسة
70	7-مجالات الدراسة
71	8-الأساليب الاحصائية

74	خلاصة
	الفصل الثاني: تحليل ومناقشة نتائج الدراسة
76	تمهيد
77	1- عرض وتحليل النتائج
103	2- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات
106	خلاصة
108	الاستنتاج العام
108	الاقتراحات والتوصيات
110	خاتمة
112	قائمة المراجع
117	الملاحق
126	ملخص الدراسة

قائمة الجداول:

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
20	يبين طريقة اختيار شكل الألعاب المصغرة بما يتناسب مع الأهداف المراد تحقيقها	01
63	يبين توزيع أفراد العينة حسب السن	02
64	يبين توزيع أفراد العينة حسب الشهادة المتحصل عليها.	03
65	يبين توزيع أفراد العينة حسب مدة سنوات الخبرة	04
66	يبين طريقة التدريب المعتمدة في تدريب فئة أقل من 13 سنة	05
67	يبين الجانب الذي يركز عليه المدربون في التدريب	06
69	يبين اجابة المدربين حول طريقة تدريب المهارات(الفصل-الجمع)	07
70	يبين نوع المهارات التي تنميها الألعاب المصغرة لدى فئة أقل من 13 سنة	08
71	يبين الطريقة الأنسب في تنمية المهارات	09
73	يبين تقييم الألعاب المصغرة كطريقة لتنمية المهارات	10
74	يبين مراعاة طريقة الألعاب المصغرة للمراحل العلمية لتنمية المهارات	11
75	يبين عدد الحصص المنجزة بالألعاب المصغرة خلال دورة تدريبية شهرية	12
77	يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري وتغيير الاتجاه	13
78	يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة القفز (الارتقاء)	14
79	يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الخداع و التمويه	15
80	يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التمويع	16
81	يبين أشكال الألعاب المصغرة المستخدمة في تنمية المهارات بدون كرة	17
83	يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التمرير	18
84	يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الاستقبال	19
85	يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري بالكرة	20
86	يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة المراوغة	21

87	يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التصويب	22
88	يبين أشكال الألعاب المصغرة المستخدمة في تنمية المهارات بالكرة	23

قائمة الأشكال:

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
1	دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة حسب السن	63
2	دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة حسب الشهادة المتحصل عليها.	64
3	دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة حسب مدة سنوات الخبرة	65
4	دائرة نسبية تبين طريقة التدريب المعتمدة في تدريب فئة أقل من 13 سنة	66
5	دائرة نسبية تبين الجانب الذي يركز عليه المدربون في التدريب	68
6	دائرة نسبية تبين اجابة المدربين حول طريقة تدريب المهارات(الفصل-الجمع)	69
7	دائرة نسبية تبين نوع المهارات التي تتميزها الألعاب المصغرة لدى فئة أقل من 13 سنة	70
8	دائرة نسبية تبين الطريقة الأنسب في تنمية المهارات	72
9	دائرة نسبية تبين تقييم الألعاب المصغرة كطريقة لتنمية المهارات	73
10	دائرة نسبية تبين مراعاة طريقة الألعاب المصغرة للمراحل العلمية لتنمية المهارات	74
11	دائرة نسبية تبين عدد الحصص المنجزة بالألعاب المصغرة خلال دورة تدريبية شهرية	76
12	دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري وتغيير الاتجاه	77
13	دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة القفز (الارتقاء)	78
14	دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الخداع و التمويه	79
15	دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التوقيع	80
16	دائرة نسبية تبين أشكال الألعاب المصغرة المستخدمة في تنمية المهارات بدون كرة	82

83	دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التمرير	17
84	دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الاستقبال	18
85	دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري بالكرة	19
86	دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة المراوغة	20
87	دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التصويب	21
89	دائرة نسبية تبين أشكال الألعاب المصغرة المستخدمة في تنمية المهارات بالكرة	22

مقدمة:

يشهد عالم التدريب الرياضي في السنوات الاخيرة قفزة علمية نوعية واسعة،حيث اصبحت عملية التدريب تنظم يتفق مع حالة التطور الجديد للأساليب و الوسائل المستخدمة في عالم التدريب، و هذا ما تسعى اليه دول العالم لأجل بلوغ أعلى المستويات و الوصول الى الإنجاز الرياضي .

و بينما تعد كرة القدم أكثر الرياضات شعبية في العالم فلا بد لها و أن تتأثر بهذه التطورات النوعية ،فقد أصبح مستوى الفرق يتطور يوما بعد يوم حيث أن أداء المهارات اليوم يتميز بالقوة والسرعة والأداء الفني العالي ،ولكي نحقق ونساير هذا الارتفاع في مستوى الأداء الذي يعكس حقيقة التدريب المخطط له،والقائم على تطوير جميع القدرات البدنية، المهارية، الخطئية، والنفسية،وجب معرفة الطريق الصحيح و تحديد الوسائل و المحتوى المناسب وفقا لما تتطلبه جودة المنافسات ، وإعداد اللاعبين منذ الصغر بالكم و الكيف الذي يؤهله ليكون لاعبا ذو كفاءة مهارية و خطئية تمكنه من إنجاز الواجبات الفردية و الجماعية و حسن و سرعة اتخاذ القرار المناسب.

إن زيادة الواجبات التدريبية دفعت المدربين إلى البحث عن طرق و أساليب جديدة تزيد من فعالية و شمولية التدريب،و تكون محببة إلى نفوس اللاعبين و تشوقهم للاستمرار في التدريب بعيدا عن التعب و الشعور بالملل،حيث يكون كل اللاعبين تحت إشراف واسع للمدرب، ويوضعون في ظروف أقرب ما تكون إلى المنافسة . " إن زيادة الواجبات التدريبية تجعل المدرب يتبع طريقة تضمن له الاشراف الجيد و المباشر على جميع أعضاء الفريق ،ومن جهة أخرى إن المدرب يحاول أن يخلق ظروفًا قريبة إلى ظروف التنافس الفعلي أثناء المباراة " ¹.

ولما كان تحقيق مستوى عالي من الأداء المهاري و اداء المهارات و التقنيات بدرجة عالية من الاتقان ، و جب على المدربين وضع الأسس لتعليمها في سن مبكرة و اختيار أحسن الطرق لتنميتها لدى الناشئين مع

¹ثامر محسن،سامي الصفار:أصول التدريب في كرة القدم،مطبعة جامعة بغداد،العراق،ط1،1988،ص393.

الأخذ بعين الاعتبار تعطش الطفل للعب كأساس تعامل معه، حيث يرى **Arnold deek** أن: "المطلوب من المتعلم أن يقوم بتطبيق أشكال متنوعة لتنفيذ المهارة بأوضاع مختلفة و أن يتمكن على أداء المهارة في مواقف مشابهة لحالات اللعب الحقيقي قدر الامكان " ².

و على ضوء هذا انتهجت الألعاب المصغرة في المدارس الأوروبية العريقة لكرة القدم كطريقة فعالة تساهم في تحسين مستوى اللاعب حتى يصل إلى درجات عليا من إتقان أداء المهارات و أداء التقنيات (التمرير،الاستقبال...) بكفاءة عالية ، هذا ما دفع الباحثين إلى القيام بهذه الدراسة قصد معرفة واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة، و لتحقيق هذا فقد قسمت الدراسة الى بابين ،خصص الباب الاول للدراسة النظرية والباب الثاني للدراسة الميدانية .

الباب الأول : شمل هذا الباب ثلاث فصول ،تناولنا في الفصل الأول الألعاب المصغرة ثم تطرقنا في الفصل الثاني الى المهارات الأساسية في كرة القدم ،أما الفصل الثالث فقد شمل كرة القدم وخصائص الفئة العمرية (أقل من 13سنة).

الباب الثاني: تم التطرق في هذا الباب الى فصلين ،الفصل الأول تناول الاجراءات المنهجية للدراسة ،أما الفصل الثاني فقد تم فيه تحليل النتائج ومناقشتها.

² Arnold deek :Devloping skills ,new monograph motor skills ,1981 ,p79 .

الفصل التمهيدي:

مدخل عام للدراسة

- 1-الإشكالية
- 2-الفرضيات
- 3-أهداف الدراسة
- 4-أهمية الدراسة
- 5-أسباب اختيار الموضوع
- 6-مفاهيم الدراسة
- 7-الدراسات السابقة والمشابهة

1- الإشكالية:

لقد شهدت كرة القدم خلال السنوات الأخيرة تطورا ملحوظا في كافة النواحي البدنية، التقنية، الخطئية ، النفسية... ،و لما كان الأداء المهاري 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.

كانت المهارات الأساسية أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية، إذ تعتبر قاعدة أساسية للعبة وبدون إتقانها لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة .

وقد اختلفت طرق التدريب وفقا لاختلاف الهدف الذي يضعه المدرب ، فقد اصبح التدريب الحديث يعتمد اساسا على استعمال الألعاب المصغرة خاصة عند الناشئين .

"تعتبر كرة القدم المصغرة من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية، فأغلبية المدربين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة وفي مساحة ضيقة"¹ ، وهذا لما تتميز به من ظروف مشابهة لظروف المنافسة، كما أنها تمكن المدرب من ابعاد الملل عن لاعبيه كونها تتميز بالتشويق في جو تنافسي. ويقول في هذا السياق محمد كشك وأمر الله البسطي: " ان تدريبات الألعاب المصغرة أو أسلوب المنافسة يعد من أفضل الأساليب لاستثارة نشاط اللاعب وزيادة دوافع ممارسته نحو الأداء"² والألعاب المصغرة يمكن قياس أهدافها بتوظيف قدرات اللاعب

¹ Eric Batty: Entraînement A L'européenne ,édition Vigot , paris , France , 1981, p 28.

² محمد كشك، وأمر الله البسطي: أسس الاعداد المهاري والخططي في كرة القدم ،دار الفكر العربي ،ط1، مصر، 2000، ص166.

والحاجيات المسطرة كأهداف من تدريب اللاعبين في كل المستويات، ومن أجل الوصول بمستوى اللاعبين إلى الدرجة التي تمكنهم من تحقيق متطلبات اللعب الحديثة بعناصره المختلفة يستلزم تأسيس اللاعب منذ الصغر وفقا لبرامج مقننة بدنيا ومهاريا وفنيا وخططيا، بالإضافة إلى محتوى أكثر تطورا من التدريبات التي تتلاءم مع قدرات وإمكانيات الناشئين والتي تضع الأساس الصحيح لبناء القاعدة من النشئ وبما يصنع جيلا من أصحاب المواهب والقدرات الخاصة.

إن طريقة التدريب بالألعاب المصغرة طريقة لينة تسمح بالتحكم في عدد اللاعبين أو المساحة المستعملة أو تقييد اللعبة ببعض القوانين الخاصة (عدد اللمسات، حجم المرمى، وقت اللعب ...) وفقا لما يخدم الأهداف المسطرة فمثلا حسب النتائج المتوصل إليها من خلال دراسة **عاقلي حسين¹** نجد بأن الألعاب المصغرة بالشكل 5 ضد 5 لها فعالية أكبر في تطوير المهارات مقارنة بالشكل 2 ضد 2 لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 23 سنة.

ان فعالية هذه الطريقة التدريبية و نجاعتها خاصة في تعليم المهارات الأساسية دفع المدارس الكروية العالمية المحترفة اعتمادها من بين الطرق الاساسية في التدريب . هذا ما دفعنا الى دراسة واقع استخدامها من طرف المدارس المحلية الهاوية، وجعلنا نطرح التساؤل الرئيسي التالي:

- هل يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة؟ هذا التساؤل نتج عنه تساؤلان فرعيان هما :

- هل يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة؟

¹ حسين عاقلي، أثر استخدام الألعاب المصغرة (5 ضد 5) و (2 ضد 2) في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم، اطروحة الدكتوراه، قسم التدريب الرياضي، معهد ع ت ن ب ر ،جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2018.

- هل يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة؟

2-الفرضيات:

2-1-الفرضية الرئيسية:

- يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

2-2-الفرضيات الفرعية:

- يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

- يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

3. أهداف الدراسة :

- التعرف على واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

- التعرف على واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

- التعرف على واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

4. أهمية الدراسة:**1.4. الأهمية العلمية:**

تكمن أهمية هذه الدراسة من خلال إضافة مرجع علمي مهم للمكتبة الجامعية بوجه عام و للمدربين والطلبة بوجه خاص، للرفع من القدرات المعرفية وفتح المجال لإجراء بحوث ودراسات حول هذا الموضوع مستقبلا والتوسع فيه لأهميته في مجال التدريب و التحضير البدني .

2.4. الأهمية العملية:

تكمن أهمية هذه الدراسة من الناحية العملية في تسليط الضوء على واقع استخدام طريقة التدريب بالألعاب المصغرة من طرف المدربين. و ابراز أهميتها و أثر التغيير في الوقت والمساحة وعدد اللاعبين .وذلك لتحفيز المدربين لاعتمادها ضمن الطرق التدريبية الرئيسية لتعليم المهارات وتنميتها .

5- أسباب اختيار الموضوع:

ان اختيارنا لهذا الموضوع جاء لعدة أسباب ذاتية وأخرى موضوعية وهي :

5-1- الأسباب الذاتية:

- الميل الشخصي لهذا الموضوع لكوننا مدربين في كرة القدم صنف أقل من 15 سنة.
- الرغبة في تسليط الضوء على التدريب بالألعاب المصغرة والتعمق فيه في طور الماستر كونه موضوع دراستنا في طور الليسانس .

5-2- الأسباب الموضوعية :

- قابلية الموضوع للبحث والدراسة والمناقشة النظرية والتطبيقية.

- ليونة التدريب بالألعاب المصغرة وسهولة تطبيقه بالرغم من مختلف الظروف التدريبية الصعبة (نقص الوسائل البيداغوجية، نقص مساحات اللعب ...).

- تراجع المستوى التقني والمهاري للاعبين في مختلف الاقسام الوطنية ولدى مختلف الفئات .

6. مفاهيم الدراسة :

6-1- الألعاب المصغرة:

هي كلمة مركبة من جزئين: الألعاب ، المصغرة

- لغة: الألعاب: جمع لكلمة لعبة وتعني لهو وتسلية.¹

المصغرة: مفعول من صغر ، أي قلص حجمه أي تم تصغيره.

- اصطلاحا: يعرفها حنفي محمود مختار على أنها : " ألعاب غير محددة القوانين و الشروط فهي مجالات

مختلفة تساعد كل فرد سواء كان طفلا صغيرا أو راشدا للتعلم حسب قدراته الخاصة وامكانياته"

حسب **RAMBINI** و **AROSO** وآخرون : " فان الالعاب المصغرة مختلفة ومتنوعة الخصائص فهي تتغير

بتغير المساحة ،منطقة اللعب و كذلك عدد اللاعبين ووقت التمرين ومن خلال هذه المتغيرات تتحكم في شدة

الالعاب المصغرة.²

¹معجم المعاني الجامع عربي عربي ،،ص762

² MONKAM TCHKONT :These doctorat .2011 .p24

- **التعريف الاجرائي:** هي إحدى طرق التدريب المشابهة والمماثلة لمواقف الأداء الفعلي أثناء المباريات، إذ تقام بين أعداد قليلة من اللاعبين 2 ضد 2 أو 3 ضد 3.. الخ، وتكون داخل مساحات صغيرة من الملعب وفي وقت زمني محدد.

6-2- المهارة:

. **لغة:** المهارات في اللغة مفردتها (مهارة)، وهي مصدر (مَهَرَ)، وتعني القدرة على أداء عمل بحذق وبراعة.¹
 . **اصطلاحا:** حسب محمد حسن علاوي ونصر الدين محمد : هي الاداء المتقن و المميز في انجاز أي عمل لضمان النجاح والتفوق و تشير إلى مستويات نسبة من الأداء، أي درجة من الجودة منسوبة إلى مستوى الفرد ومستوى الجماعة.²

ويعرفها **حنفي محمود مختار:** " هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في اطار قانون كرة القدم سواء كانت بالكرة أو بدونها ".³

- **التعريف الاجرائي:** هي مجموعة من الحركات يؤديها اللاعبون بالكرة او بدونها قصد تحقيق الهدف أو الدفاع عن المرمى.

6-3- كرة القدم:

- **لغة:** كرة القدم (Football) هي كلمة لاتينية وتعني "ركل الكرة بالقدم"، فالأمريكيون يعتبرون (Football) ما يسمى عندهم (ريفي) أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى (Soccer).⁴

¹ معجم المعاني الجامع عربي عربي، ص777.

² محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي ، مصر، 1987، ص20.

³ حنفي محمود مختار :الاسس العلمية في تدريب كرة القدم،دار الفكر العربي ، 1996، ص 65.

⁴ - روجي جميل: كرة القدم، دار النفائس، بيروت، ط1، 1986، ص 5.

-اصطلاحاً: يعتبر رامبيني وآخرون (2007) Rampinini et al أن كرة القدم هي: "رياضة متقطعة (Intermittent) حيث تتناوب فيها فترات قصيرة من العمل (الأداء) ذات الشدة العالية مع فترات طويلة من النشاط منخفض الشدة".¹

كما يرى برادلي وآخرون (2014) Bradley et al كرة القدم بأنها: "رياضة متقطعة تجمع بين فترات من الأنشطة العالية الشدة والمنخفضة الشدة".²

- التعريف الإجرائي: رياضة جماعية تتطلب كفاءة بدنية ومهارية وتقنية عالية ، وهي رياضة متقطعة،متناوبة (Intermittent) تتناوب فيها فترات العالية والمنخفضة الشدة،كما تتميز بتنوع الأداء المهاري الذي يحدث الفارق في نتائج المباريات (كالتمرير ،المراوغة والتسديد).

6-4- الفئة العمرية (أقل من 13 سنة):

. لغة: هي مجموعة من الأشخاص تشترك في صفات عامة. فئة عمرية :جميع الأشخاص في عمر واحد أو المتراوحين في الأعمار.³

. اصطلاحاً : يعرفها عبد الرحمن عيساوي : بأنها "مرحلة المراهقة والتي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي".⁴

¹ - Anthony Turner, O.P.CIT, P 51.

² - Terence Favero et al: International research in Science and Soccer II, Routledge, New York, 2016, P 99.

³ معجم اللغة العربية المعاصرة، القاهرة، عالم الكتب ،ط2008، 1، ص 532.

⁴ عبد الرحمن عيساوي: سكولوجية النمو ،دار النهضة العربية ،بيروت ، ط2 ، 1994 ، ص 100

7- الدراسات السابقة والمشابهة:

الدراسة الأولى:

صاحب الدراسة: عاقل حسين

عنوان الدراسة: أثر استخدام الألعاب المصغرة (5 ضد 5) و (2 ضد 2) في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم نون 23 سنة - دراسة ميدانية لفريق اتحاد طولقة - 2018.

هدف الدراسة: ابراز أهمية وأثر استخدام الألعاب المصغرة في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم.

منهج الدراسة: المنهج التجريبي .

عينة الدراسة: لاعبي كرة القدم لفريق اتحاد طولقة صنف أقل من 23 سنة ،حيث قسمت العينة كالاتي:

- 10 لاعبين للتدرب بطريقة الألعاب المصغرة 5 ضد 5.

- 8 لاعبين للتدرب بطريقة الألعاب المصغرة 2 ضد 2.

أدوات الدراسة: مجموعة اختبارات+مجموعة قياسات.

الاستنتاج العام: ان استخدام الألعاب المصغرة في الوحدات التدريبية يساهم بشكل كبير في تطوير الجانب البدني والمهاري الخططي في نفس الوقت.

الدراسة الثانية:

صاحب الدراسة: حجاب عصام وآخرون.

عنوان الدراسة: تأثير استخدام تدريبات الألعاب المصغرة خلال برنامج تدريبي في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم صنف أوسط (أقل من 19 سنة) -دراسة ميدانية بفريق خضراوي أحمد سدراتة-2015.

أهداف الدراسة: التعرف على مدى مساهمة البرنامج التدريبي المبني على أساس الألعاب المصغرة في تطوير القوة الانفجارية لدى لاعبي كرة القدم.

التعرف على مدى مساهمة البرنامج التدريبي المبني على أساس الألعاب المصغرة في تطوير القوة المميزة بالسرعة لدى لاعبي كرة القدم.

منهج الدراسة: المنهج التجريبي.

عينة الدراسة:

-فريق اتحاد سدراتة: مجموعة ضابطة (تتكون من 20 لاعب).

-فريق خضراوي أحمد سدراتة: مجموعة تجريبية (تتكون من 20 لاعب).

أداة الدراسة: بطارية اختبارات.

نتائج الدراسة: ان البرنامج التدريبي المبني على أساس الألعاب المصغرة ساهم وبشكل ايجابي في تطوير الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم .

الدراسة الثالثة:

صاحب الدراسة: بودبوس منى.

عنوان الدراسة: أثر الألعاب المصغرة في تنمية صفة الرشاقة ومهارة المراوغة-دراسة ميدانية على براعم كرة القدم (10-12 سنة) أم البواقي - 2015.

أهداف الدراسة: الكشف عن أثر استخدام الألعاب المصغرة على صفة الرشاقة ومهارة المراوغة لبراعم كرة القدم.

منهج الدراسة: المنهج التجريبي.

عينة الدراسة: براعم النادي الرياضي للهواة "اتحاد الشاوية" بأم البواقي، فريق أقل من 12 سنة، وبلغ مجموع العينة 24 لاعب.

أداة الدراسة: بطارية اختبارات.

نتائج الدراسة: إن البرنامج التدريبي المقترح والمبني أساسا على إدماج الألعاب المصغرة في الوحدات التدريبية المبرمجة أثر إيجابيا على كل من صفة الرشاقة ومهارة المراوغة.

الدراسة الرابعة:

صاحب الدراسة: كروم حسين، غول هشام .

عنوان الدراسة: دراسة مدى تأثير الألعاب المصغرة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصغر-دراسة على ناشئي فريقي اتحاد السوبر و مولودية البيض - 2014.

أهداف الدراسة: إبراز أهمية الألعاب المصغرة في كرة القدم كطريقة حديثة لتطوير وتنمية بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصغر.

منهج الدراسة: المنهج التجريبي.

عينة الدراسة: - فريق مولودية البيض مجموعة ضابطة (15 لاعب).

- فريق اتحاد السوقر مجموعة تجريبية (15 لاعب).

أداة الدراسة: بطارية اختبارات.

نتائج الدراسة:

إن الوحدات التدريبية المقترحة بالألعاب المصغرة أثناء عملية التدريب التي استخدمناها في تحسين الأداء المهاري ودقته للاعبين الاصاغر قد أثرت ايجابيا على تطوير المستوى المهاري لعينة البحث.

الدراسة الخامسة:

صاحب الدراسة: التهامي حمداوي.

عنوان الدراسة: دراسة تأثير التدريب الشامل والمدمج في تطوير الصفات البدنية وفعالته على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم صنف أواسط -دراسة ميدانية على فريق شباب خنشلة-2010.

أهداف الدراسة: ابراز مدى فعالية البرنامج التدريبي الشامل والمدمج في التطوير بالتوازن للصفات البدنية والأداء المهاري معا لدى لاعبي كرة القدم .

منهج الدراسة: المنهج التجريبي.

عينة الدراسة: لاعبي فريق شباب خنشلة صنف أواسط ،حيث قسم الفريق الى مجموعتين: - 15 لاعبا كمجموعة ضابطة.

-15 لاعبا كمجموعة تجريبية.

أداة الدراسة:بطارية اختبارات.

نتائج الدراسة: إن طريقة التدريب الشامل والمدمج لم تؤدي الى تطوير الصفات البدنية والأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم .

7-1- التقيب على الدراسات السابقة والمشابهة:

من خلال عرض الدراسات السابقة و المشابهة بهدف التعرف على الجوانب النظرية و الاجراءات العملية و دعم المعلومات التي بدورها تساعد الباحث في تحديد الاجراءات العملية للدراسة الحالية على اسس علمية صحيحة ،لقد ألفت هذه الدراسات الضوء على الجوانب التي تفيد بحثنا.

حيث تمحورت اغلب هذه الدراسات حول اثر طريقة الالعب المصغرة على مختلف الصفات البدنية والمهارات الاساسية لدى لاعبي كرة القدم عند مختلف الاصناف السنوية.كما تم الاعتماد في معظمها على المنهج التجريبي وهذا لطبيعتها التي تتمثل في بناء برامج تدريبية و لكن بتصميمات مختلفة (مجموعة واحدة،مجموعتين "ضابطة،تجريبية")،بينما اختلفت الدراسات فيما بينها في عدد افراد العينة المستخدمة و الفئة العمرية للاعبين الذين خضعوا لهذه الدراسات،ولقد وقع اختيار العينة في اغلبها بالطريقة العمدية (القصدية)، وأما جمع البيانات فقد تم بالاعتماد على مجموعة اختبارات بدنية ،مهارية أو بدنية ومهارية معا حسب موضوع كل دراسة.

لقد اختلفت دراستنا عن الدراسات السابقة والمشابهة في المنهج المستخدم حيث إعتدنا على المنهج الوصفي إنطلاقا من طبيعة موضوع دراستنا وهو واقع إستخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13سنة ، وتم جمع البيانات عن طريق الإستبيان ،بينما الدراسات المذكورة سابقا فقد اهتمت بدراسة أثر برامج تدريبية مقترحة بالألعاب المصغرة على مختلف الصفات البدنية والمهارية عند أصناف مختلفة ،وكما ذكرنا سابقا فقد تم جمع البيانات فيها عن طريق الإختبارات . ولقد استفاد الباحثين من هذه

الدراسات في معرفة جملة من العراقيل التي واجهت الباحثين في هذا الموضوع، وكذلك الاستفادة منها أخذ العبرة من الأخطاء التي وقع فيها الباحثين، وقد ساعدت هذه الدراسات الباحثين في:

- صياغة موضوع وتحديد متغيرات الدراسة.

- إعداد وصياغة الإشكالية.

- وضع محتوى فصول الدراسة الحالية.

- الاستعانة بها في صياغة بعض أسئلة استبيان الدراسة الحالية.



الباب الأول: الجانب النظري

الفصل الأول: الألعاب المصغرة

تمهيد

1- مفهوم الألعاب المصغرة

2- أهداف الألعاب المصغرة

3- أهمية الألعاب المصغرة

4- خصائص الألعاب المصغرة

5- أسباب لاستخدام الألعاب المصغرة في التدريب

6- مبادئ اختيار الألعاب المصغرة

7- تنظيم تعليم الألعاب المصغرة

8- كيفية اختيار الألعاب المصغرة

خلاصة

تمهيد:

تحتل الألعاب المصغرة مكانا مرموقا في خطط تعلم و تطوير المهارات الأساسية الخاصة بالمرحلة الأولى في كرة القدم، فهي تعد من أهم الوسائل التدريبية الجديدة في علم التدريب الحديث لما لها من تأثير إيجابي في تعلم المهارات، كما تساهم بشكل كبير في تطوير القدرات البدنية للاعبين و كذلك القدرات العقلية بطريقة نشيطة و مرحة.

و تعد من أهم الطرق المساعدة للمدربين في تسهيل مهامه التدريبية، و يكون إدراج هذه الألعاب في حصص التدريب طبقا لميول و رغبات اللاعب و تماشيا مع مميزات و خصائص هذه المرحلة العمرية.

1- مفهوم الألعاب المصغرة:

لا شك في أنه حتماً للألعاب المصغرة أهمية كبرى لما لها من فوائد تعود على ممارستها من كافة الأعمار وخاصة منهم الأطفال، كونها المنطلق الأكثر فعالية لتفجير المكبوتات والأحاسيس والطاقات السلبية وحتى الإيجابية للأفراد، وهذا ما جعل المختصين في مجال التربية البدنية يدرسونها من كافة جوانبها هذا ما أدى إلى توفر العديد من المفاهيم التي تجسد معناها الحقيقي، حيث عرفها أمين أنور الخولي: "عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد للتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم بأدوات أو بأجهزة أو بدونها"¹

كما عرفها كل من **J. Robineau** و **M. Lacroix** بأنها: "حالة خاصة بمباراة بعدد محدود من اللاعبين داخل كل مجموعة، مع مساحة اللعب الضيقة". بينما عرفها **F. Bodineau** بأنها: "من خلال اللعب، يواجه اللاعبون مواقف مختلفة تشبه المباراة تلزمهم ضبط مهاراتهم"².

2- أهداف الألعاب المصغرة:

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

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

¹ أمين أنور الخولي، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط3، 1994، ص 171.

² GHOUAL Adda: " L'apport De La Préparation Physique Intégrée A L'entraînement En Football Des Jeunes Footballeurs Algériens", Revue Scientifique Annuelle I.S.T.A.P.S N° 12 le 31 Décembre 2015. Page 19.

- اكتساب اللاعبين الصفات الخلقية الحميدة مثل: الإحساس بقيمة العمل الجماعي، التعاون، الطاعة وتحمل المسؤولية.... الخ¹.

3- أهمية الألعاب المصغرة:

لطريقة الألعاب المصغرة أهمية كبيرة تنعكس خاصة من الناحية المهارية والبدنية، حيث تتجلى من خلال:

3-1- الناحية المهارية :

تستخدم الألعاب المصغرة لتنمية المهارات الأساسية و حسن تطبيق خطط و طرق اللعب المختلفة و ينظر إليها كأحد الوسائل الهامة التي تصبح الوحدة التعليمية و الوحدة التدريبية بطابع الإثارة و التشويق، كما أنها تعد من الوسائل التربوية و الهامة في إعداد اللاعب لممارسة كرة القدم، و الألعاب المصغرة و التمهيدية تعد من أنجح وسائل التدريب الحديث حيث تعد اللاعب لأداء المهارات الأساسية في مواقف مشابهة للمواقف التي تقابل اللاعب أثناء المباراة حتى تكسبه حسن التصرف أمام المواقف المختلفة.²

3-2- الناحية البدنية:

حسب **حاليوزيتش** : التدريب الحالي يحتاج إلى من 6 إلى 8 أسابيع تحضيرية قبل المباراة الرسمية الأولى بحيث نستفيد بخمسة أسابيع و النصف على الأكثر، وقت التحضير قصير جدا و عليه يجب أن نكفبه و نستطيع تقسيم التدريب اليومي إلى ثلاثة أجزاء، تنمية صفة المداومة أيضا يكون بعد بداية الموسم و عليه يجب أن يكون تدريبها كمي و نوعي، القدرات الفسيولوجية تكون مهياً ما بين 45 و 60 يوم بعد نهاية تحضير المداومة النوعية التي تسمح باسترجاع و تنمية قدرات البدنية و الإنقاص في الإرهاق لدى اللاعبين، التدريب

¹ Eric Batty:entraînement a l'européenne ,édition vigot , paris , France , 1981.P28.

²حنفي محمود مختار:الأسس العلمية في تدريب كرة القدم،مرجع سابق،ص89.

المدمج يرتكز على الألعاب المصغرة الفترية في رفع مستوى المداومة في بداية الموسم، و عليه التحكم في تنمية القدرات الفسيولوجية و البدنية يكون عندما نتحكم في هذه الألعاب المقلصة الفترية بشكل دقيق¹.

4- خصائص الألعاب المصغرة:

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

-عدم وجود مهارات حركية أو خطط ثابتة لكل لعبة.²

5-أسباب لاستخدام الألعاب المصغرة في التدريب:

تتميز الألعاب المصغرة بشعبية كبيرة ليس فقط عند اللاعبين الكبار لكرة القدم بل أيضا عند اللاعبين الشباب حيث استخدامها يبدأ في سن مبكر، بسبب ميادين صغيرة و عدد صغير من المشاركين عند مباريات علي مساحات صغيرة، كل لاعب يكون باتصال مع الكرة، و يبحث في الكثير من الأحيان مواقف اللعبة المشتركة هذه الحالات تتطلب مهارات جيدة مثل التمرير المراوغة و ضرب الكرة بالقدم، كذلك دراية تكتيكية، مثل الجري دون الكرة، التخلص من المراقبة، و التعاون مع اللاعبين الآخرين.

¹ Alexandre Della ,De l'entraînement à la performance en football,2008,P39

²عطيات محمد خطاب:أوقات الفراغ والترويح،دار المعارف،مصر،1998، ط1، ص171.

5-1- لمسات أكثر للكرة:

عدد قليل من اللاعبين داخل المساحة يعني أن كل لاعب سيحصل لمسات أكثر من الكرة حتى يكون لديهم المزيد من الفرص لاتخاذ القرارات و العمل علي كفاءتهم في وضعية تنافسية.

و كلما كان لاعب لديه الفرصة لاتخاذ القرارات، و العمل علي كفاءاته في وضع تنافسي، كلما يطور ذكاءه بسرعة كبيرة في كرة القدم

5-2- تسهيل اتخاذ القرارات:

سيكون اللاعبون لديهم قرارات أفضل عندما يكون هناك عدد قليل من اللاعبين في الميدان بسبب وجود خيارات اقل للنظر فيها. عندما نتعامل مع اللاعبين الشباب، نريد أن نبدأ من عدد قليل من الاختيارات، و عندما يتطور الإحساس و الفهم عند اللاعبين، من ثم نزيد الخيارات، لا يمكن أن نتوقع أن لاعب اقل من 6 سنوات يتخذ قرارا عندما يركز علي مراقبة الكرة.

5-3- تسجيل المزيد من الأهداف:

كل لاعب ، بغض النظر عن العمر، يحب الشعور بتسجيل هدف ، عندما الشباب يكون لديهم الإحساس الكبير في التسجيل، يزداد الشعور لهذا تراهم يسرعون إلى البيت بعد المباراة مع ابتسامة ضخمة على وجوههم ليخبرونا الأم و الأب و يصرخون " أنا سجلت" و هذا يساعدهم على حب اللعبة.

5-4-المزيد من المساحة = الإبداع :

الزيادة في المساحة يسمح للاعبين قذف الكرة دون معاناة، كما يحاولون استعمال حركات مختلفة دون مضايقة من اللاعبين. إن الكرة تجذب اللاعبين الشباب مثل المغناطيس ، فالمساحة الإضافية في الملعب تسمح للاعبين الإبداع و توظيف مهارتهم لان هناك اقل من الازدحام.

5-5- كل لاعب لديه تأثير:

فانه من السهل علي اللاعبين الشباب الاختباء في ألعاب 8 ضد 8، و لكن ليس من السهل جدا لهم الاختباء في ألعاب 4 ضد 4. في المباريات بعدد قليل من المشاركين، يجب علي جميع اللاعبين المساهمة في اللعبة، نفس اللاعبين الذين نجدهم خلال التدريب و المنافسة. لذا يجب إعطاء فرصة لكل اللاعبين لتطوير مهاراتهم و التأثير علي اللعبة.¹

6- مبادئ اختيار الألعاب المصغرة:

يمكن حصر هذه المبادئ في النقاط التالية:

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

¹عاقلي حسين، أثر استخدام الألعاب المصغرة (5 ضد 5) و (2 ضد 2) في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم، اطروحة الدكتوراه، قسم التدريب الرياضي، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2018، ص 123 124 .

- مراعاة المشاركة لجميع اللاعبين¹.

7- تنظيم تعليم الألعاب المصغرة:

إن أهمية التطور في تعليم المهارات يكون مبني على علاقة بالأنشطة الحركية الأخرى و تحمل هنا معنى والتكرار، ويعتبر بناء الأساس المتين ضرورة للنجاح في ألعاب الفرق ولتأكيد التقدم المهاري في ألعاب الفرق فإن التدريب في الفصل عادة ينظم عند استخدام طريقة التدريب المباشرة بهذا التوالي:

-تعليم ممارسة المهارات الأقل صعوبة أولاً.

-أداء الألعاب المصغرة التي تعمل على ممارسة المهارات في مواقف اللعب.

-إعادة ممارسة النشاط والمهارات.

-أداء اللعبة الأساسية في الفريق.

- تمرينات على المهارات أو الصفات البدنية².

8- كيفية اختيار الألعاب المصغرة:

إن اختيار مهارات معينة أو ألعاب تمهيدية أو ألعاب الفرق يتوقف أولاً على تطور المهارات لدى اللاعبين ويجب على المدرب أن يضع في الاعتبار الخبرات الرياضية المكتسبة خارج النادي وداخله على حد سواء، وفي مايلي جدول يوضح طريقة اختيار شكل الألعاب المصغرة بما يتناسب مع الأهداف المراد تحقيقها:

¹قاسم المنذلاوي وأحمد سعيد:التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق،مطبعة علاء،بغداد،1990،ص172-173.

²:نفس المرجع،ص 177.

جدول (1) يبين طريقة اختيار شكل الألعاب المصغرة بما يتناسب مع الأهداف المراد تحقيقها¹

ألعاب مصغرة	مدة التسلسلة	عدد السلاسل	مدة الراحة بين سلاسل	مساحة الملعب	الأهداف البدنية	الأهداف المهارية الخطئية
1 ضد 1	30 ثا إلى 1 د و 30 ثا	2 إلى 4	30 ثا إلى 3 د و 30 ثا	5 إلى 25 (م ²)	اللاهوائية + تقوية العضلات السفلية للجسم	مناقسة + تغطية + مراوغة
2 ضد 2	45 ثا إلى 2 دقائق	2 إلى 5	45 ثا إلى 3 د و 30 ثا	12 إلى 30 (م ²)	اللاهوائية + تقوية العضلات السفلية للجسم	مناقسة + تغطية + مراوغة + جري بدون كرة + مراقبة رجل لرجل
3 ضد 3	2 دقائق إلى 4 د	2 إلى 5	1 دقيقة إلى 3 د و 30 ثا	100 إلى 200 (م ²)	الدرجة الأولى اللاهوائية + الهوائية + حيوية	مناقسة + تغطية + مراوغة + جري بدون كرة + مراقبة رجل لرجل + العلاقة بين لاعبين
4 ضد 4	2 د و 30 ثا إلى 5 دقائق	2 إلى 6	1 دقيقة إلى 4 دقائق	300 إلى 1200 (م ²)	مختلطة اللاهوائية الهوائية/القوة القصوى الهوائية (PMA) + حيوية	مناقسة + تغطية + مراوغة + جري بدون كرة + مراقبة رجل لرجل + العلاقة بين لاعبين + تسلسل سريع + سد الثغرات البيئية
5 ضد 5	4 دقائق إلى 7 دقائق	2 إلى 6	1 دقيقة إلى 4 دقائق	600 إلى 1400 (م ²)	مختلطة اللاهوائية الهوائية/القوة القصوى الهوائية (PMA) + حيوية	مناقسة + تغطية + مراوغة + جري بدون كرة + مراقبة رجل لرجل + العلاقة بين لاعبين + تسلسل سريع + سد الثغرات البيئية
6 ضد 6	5 دقائق إلى 8 دقائق	1 إلى 4	1 دقيقة إلى 4 دقائق	900 إلى 2000 (م ²)	مختلطة اللاهوائية الهوائية/القوة القصوى الهوائية (PMA) + حيوية	مناقسة + جري بدون كرة + مراقبة رجل لرجل + العلاقة بين 3 لاعبين + تسلسل سريع + سد الثغرات البيئية + تمريرات قصيرة وتمريرات نصف طويلة
7 ضد 7	على الأقل 8 دقائق	1 إلى 3	1 دقيقة إلى 4 دقائق	1600 إلى 2500 (م ²)	الدرجة الأولى الهوائية + اللاهوائية	مناقسة + جري بدون كرة + تأطير حامل الكرة + العلاقة الجماعية + تسلسل سريع + سد الثغرات البيئية + تمريرات قصيرة و تمريرات نصف طويلة + التسقيق في التنقل الهجومي و الدفاعي
8 ضد 8 و أكثر	على الأقل 10 دقائق	1 إلى 3		ابتداء من 1600 (م ²)	الدرجة الأولى الهوائية + اللاهوائية	مناقسة + جري بدون كرة + تأطير حامل الكرة + العلاقة الجماعية + تسلسل سريع + سد الثغرات البيئية + تمريرات قصيرة و تمريرات نصف طويلة + التسقيق في التنقل الهجومي و الدفاعي

¹ <https://www.preparationphysique-football./Tableau-jeux-reduits.15-01-2020> (13 :30) .

خلاصة:

ان الألعاب المصغرة تعد أحد الأنشطة الهامة في مجال التدريب الرياضي ،حيث يفضلها الكثيرون ليس بين لاعبي كرة القدم الكبار فقط ولكن ايضا بين اللاعبين الشباب واستخدامها يبدأ من سن مبكرة كونها قريبة من طبيعة الفرد و ميوله بالإضافة إلى دورها الهام في تنمية القدرات البدنية،المهارية والعقلية ...

الفصل الثاني:

المهارات الأساسية في كرة القدم

تمهيد

1- مفهوم المهارات الأساسية

2- تقسيم المهارات الأساسية

3- أفضل مرحلة لتعلم المهارات الأساسية

4- مراحل تعليم المهارات الأساسية

5- خطوات التدريب على المهارات الأساسية

6- أساليب التدريب على المهارات الأساسية

خلاصة

تمهيد:

في كرة القدم الحديثة تعتبر المهارات الأساسية قاعدة مهمة لأداء اللعبة، حيث تلعب دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق، وتؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق و 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.

1- 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 أساسا على الحركة وتتضمن التفاعل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء.

2- تقسيم المهارات الأساسية:

2-1- المهارات الأساسية بدون كرة:

2-1-1- 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 5-7 كم، وقد تستغرق مدة الجري أحيانا حوالي 6 دقائق دون توقف فإن ذلك يستدعي من اللاعب أن ينظم نفسه على 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 تحريك الذراعين بجوار الجسم وبذلك يمكن للاعب

أن يحافظ على اتزانه أثناء الجري مع القدرة على تغيير الاتجاه في أي لحظة يريد اللاعب وبالسرعة المطلوبة.

2-1-2- الوثب (الارتقاء):

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

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 عالياً مع الاقتراب والجري أفضل للاعب الكرة من الوثب من الثبات وذلك للاستفادة من سرعة اللاعب الأفقية أثناء الجري وتحويلها إلى القدرة على الارتقاء والوثب عالياً، لذلك يجب على المدرب أن يهتم بتنمية هذه المهارة عن طريق تدريبات المرونة والإطالة والرشاقة.

2-1-3- 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

2-1-4- التموقع:

يعد من المهارات الأساسية في كرة القدم ، ويعني التحرك بدون كرة لاحتلال فراغ مؤثر سواء في جانب الملعب أو في العمق من اجل تشتيت انتباه المدافعين أو فتح الملعب وتوسيع رقعة الهجوم أو لاستلام الكرة.

وتعد من المهارات الفعالة جدا خاصة في الكرة الحديثة نظرا لان المبدأ الذي تقوم عليه كرة القدم هو الوقت والفراغ سواء أكان في الهجوم أو في الدفاع ، فالمهاجمون يعملون دائما على سرعة إيصال الكرة للزميل خاصة في العمق أو فتح الملعب ، في حين يحاول الفريق المدافع عكس ذلك من خلال تأخير زمن الهجمة وتضييق المساحات.

واحتلال الفراغ يعني محاولة اللاعب خلق المساحة الخالية خاصة بعد ان لجأت معظم الفرق إلى استخدام الدفاع المتكثف في الدفاع مما يعني ضيق المساحات الموجودة لذا يعمل المهاجمون الركض للأمام أو للجانب وأحيانا بشكل قطري لخلق مساحة خالية².

2-2- المهارات الأساسية بالكرة:

2-2-1- التمرير:

-تعريف التمرير:

التمرير وسيلة ربط أولية بين لاعبين أو أكثر، تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد.¹

¹حسن السيد أبو عبده:الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ،مكتبة الاشعاع الفنية، الاسكندرية، ط1، 2002، ص27-28.

²عادل تركي حسن:كرة القدم تعليم وتدريب،مطبعة النيل،مصر،ط2009،1،ص73.

إن إجادة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب، كذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة وكذلك الدفاعية، كما أنها تكسب الفريق الثقة في النفس وتزعزع ثقة الفريق المنافس في نفسه، كما أن دقة ونجاح التمرير يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالسيطرة على الكرة.

ولا بد من تعليم الناشئ أولوية الاتجاه في التمرير، بحيث يركز الناشئ على أداء التمرير كالتالي:

أ - التمرير الأمامي: يعتبر التمرير للأمام هو مفتاح التمرير الخططي فهو يكسب المهاجمين مساحة للتحرك للأمام بالإضافة إلى أنه يساعد على التخلص من الكثير من المدافعين.

ب - التمرير العرضي : أما إذا لم يكن في إمكان اللاعب تمرير الكرة للأمام فإنه يمرر الكرة بالعرض إلى زميل آخر يستطيع تغيير اتجاه اللعب أو يستطيع التمرير للأمام.

ج - التمرير للخلف :أما آخر خيار أما للاعب فهو التمرير للخلف وفيها يمهد اللاعبون لتنظيم صفوفهم لبدأ الهجوم أو لتهيئة الكرة للزميل يلعبها للخلف حتى يستطيع التصويب على مرمى المنافس.

وينبغي التدرج في تعليم التمرير للناشئ كالاتي:

- التمرير بعد إيقاف الكرة (بعد أكثر من لمسة) بدون منافس.

- التمرير بعد إيقاف الكرة بوجود منافس سلبي.

- التمرير تحت ضغط المنافس من خلال التقسيمات المصغرة.

وعند التدريب على مهارات التمرير يراعى التركيز على متابعة الناشئ لمواقف اللعب المتغير

والتحركات الخاصة بالزملاء والمنافسين وفي أماكن اللعب التي يتم منها الأداء الخططي وذلك قبل

أن تأتي الكرة إليه.

¹ Bernard turpin :préparation et entrainement du footballeur ,edition Amphora,paris,1990,p99

كما أنه من الضروري تعود الناشئ على اختيار الزميل المناسب لتنفيذ الأداء الخططي عند التمير وأن يكون التمير من خلال موقف ملائم يضمن نجاحه، بمعنى أن لا يتعرض مسار الكرة الممررة للزميل أي منافس يغير من هذا المسار فتصل بعيدة عن الزميل وفي مكان يسهل فقد الكرة، وأيضاً عند التدريب يراعى التنبيه باستمرار لدى الناشئين بأهمية استخدام نوع التمير المناسب للموقف أي ما يضمن الدقة والأمانة لوصول الكرة للزميل بالإضافة إلى اختيار الناشئ للحظة المناسبة لأداء التمير وقد يكون متأخراً فيضغط عليه المنافس مما يؤدي إلى صعوبة الأداء وإعطاء الفرص للمدافعين وتغطية مساحات كانت خالية وتصلح للتمير، كما لا بد أن لا يكون التمير أسرع من اللازم وقبل أن يكون الزميل مستعداً لاستقبال الكرة، وأيضاً أن يستخدم الناشئ القوة اللازمة لوصول الكرة لمكان الزميل وبما يمكنه لاستحواذ عليها أو تصويبها أو تمريرها وأن تكون في المساحة الخالية دون أن تبعد عنها قبل وصول الزميل.¹

2-2-2- استقبال الكرة:

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 توقيتاً دقيقاً 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 إبراهيم شعلال، محمد عفيفي: كرة القدم للناشئين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ط1، 2001، ص57-58.

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:

- 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.

- الإهتمام 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.

- عدم ابتعاد الكرة من اللاعب الذي يقوم بالسيطرة عليها أكثر من اللازم خوفا من حصول الخصم

عليها.¹

2-3- الجري بالكرة:

عندما يجري اللاعب بالكرة فإن هذا يعني أن الكرة تقع تحت سيطرته فيقوم بأداء كافة الحركات

والمهارات التي يريد تنفيذها وقد اصطلح على تسمية هذه المهارة " بالجري بالكرة " حيث أن اللاعب

¹حسن السيد أبو عبده:مرجع سابق،ص115-116.

غالبا ما يؤدي هذه المهارة بالجري، غير في بعض الأحيان تؤدي بالمشي، وخاصة عندما يكون ذلك لأغراض تكتيكية " خطوية".

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 فخذه 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 بهاعلى المسافة التي يتحرك فيها اللاعب ويعد 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 الأكثر 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.

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 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 .

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.

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

-أداء المهارة من المشي باستخدام كرة طبية ثم بكرة عادية.

-أداء المهارة من الجري الخفيف بكرة عادية.

-أداء المهارة مع زيادة سرعة الجري.

-أداء المهارة من الجري العادي والمرور بين كرات طبية أو أرماع.

-أداء المهارة مع تغيير السرعات.

-أداء المهارة مع تعدية خصم أو حاجز.¹

2-2-4- المرأوغة:

-تعريف المرأوغة:

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.

والمرأوغة 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 المرأوغة، ولكي يتحقق ذلك يجب أن

¹ محمد رضا الوقاد: التخطيط الحديث في كرة القدم، دار السعادة، مصر، ط2003، ص171-174.

يتمتع اللاعب المحاور بقدرة بدنية عالية تساعده على نجاح مهارة المرأوغة، ومن أهم القدرات البدنية التي تساعده على ذلك الرشاقة والمرونة والسرعة الحركية التي تساعد على تحسين الأداء المهاري للمرأوغة.

وفي كرة القدم الحديثة تعتبر مهارة المرأوغة 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 التسلسل كخطة دفاعية ويصبح الحل الأمثل لاكتساب مساحة جديدة والتغلب على المواقف السابقة هو إجابة اللاعب للمرأوغة.

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

لذلك يجب أن يضع اللاعب المهاجم نصب عينيه أن المرأوغة لا بد أن تكون بسبب ولها هدف لفائدة الفريق وليس الاستعراض ونسبة أداء المرأوغة كبيرة بالنسبة للاعب الهجوم وتقل بالنسبة لساعدي الدفاع وأقل لباقي أفراد الدفاع، وكلما امتاز اللاعب بطريقة أدائه السهلة لتنفيذ المرأوغة وتزود بمهارة أداء الطرق المختلفة للمرأوغة، كلما أفاده ذلك كثيراً في تنفيذ خطط الفريق الهجومية وأعطى فريقه فرصة تفضيل للفوز بالمباراة.

ومن أهم صفات وشروط المرأوغة الناجحة:

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

المرأوغة من الأمام.

المرأوغة من الجانب.

المرأوغة من الخلف.¹

وعلى ضوء ذلك يجب على الناشئ أن يفهم ما يلي:

- أن تتناسب طريقة المرأوغة مع الموقف، مثل المسافة المتاحة أو اتجاه المدافع صوب المهاجم
- وعلى ذلك يتدرب الناشئ على أنواع المرأوغات 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 المرأوغة مثلا : التمير للزميل أو التصويب.²

¹حسن السيد أبو عبده:مرجع سابق،ص154.

²ابراهيم شعلان،محمد عفيفي:مرجع سابق،ص43.

2-2-5-التصويب:

-تعريف التصويب:

إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم و تأتي فرصة التصويب دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين، ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس.¹

إن التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل في التصويب أو فقدان الفريق للكرة إذا صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام 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 تكون عند اللاعب الثقة في النفس ليصوب لا بد وأن يكون وصل إلى مرحلة الإتقان في تكنيك التصويب تحت كل الظروف مثل:

-التدريب على التصويب في ظروف سهلة و بسيطة.

-الارتفاع التدريجي بسرعة الأداء.

-استخدام الوسائل المساعدة (الحوائط المقسمة - الأقماع والشواخص - الحواجز - المقاعد-

المرمى متعدد المساحات).

-أن تؤدي تمرينات التصويب من اتجاهات متغيرة لمسار الكرة.

-تثبيت مهارة التصويب عن طريق تغيير الظروف الخارجية مثل استخدام مدافع سلبي ولكن بفاعلية.

-التدريب على المهارة تحت ظروف أكثر صعوبة مثل وضع مدافع ايجابي.

¹حنفي محمود مختار:مرجع سابق،106.

-الاهتمام والتركيز على دقة التصويب لتثبيت التكنيك الصحيح.

-الاهتمام بتنمية خطط الهجوم الفردية والجماعية لإيجاد المزيد من المواقف المناسبة للتصويب.

-يجب على مدرب الناشئين إعطاء الحرية لهم للإظهار قدرتهم على التصويب مع استخدام

الأسلوب الأمثل للتوجيه.¹

3-أفضل مرحلة عمرية لتعلم المهارات:

-تعلم المهارات غالبا ما يتم في مرحلة الناشئين.

-معظم اللاعبين خاصة الناشئين يجيدون أداء مهارات معينة ولا يجيدون أداء البعض الآخر.

-من الأهمية أن يتعلم الصغار أداء المهارات بصورة صحيحة وبتدرج صحيح.²

4- مراحل تعليم المهارات الأساسية:

لما كان تعليم المهارة الأساسية لا يتم بين يوم وليلة وإنما تستمر عملية التدريب على المهارات

زمنًا طويلاً قد يصل إلى سنتين حتى يصل اللاعب إلى الإتقان الكامل المطلوب لذلك يجب على

مدرس التربية الرياضية والمدرّب أن يعلم أن تعلم المهارات الحركية يمر بثلاث مراحل متداخلة قبل

أن تصل مهارة اللاعب إلى الدقة والكمال في الأداء.

-مرحلة التوافق البدائي أو الأولي.

-مرحلة التوافق الجيد.

-مرحلة تثبيت واتفاق المهارات.

¹ابراهيم شعلان، محمد عفيفي:مرجع سابق،ص158.

²مفتي ابراهيم حماد:المهارات الرياضية،مركز الكتاب لمصر،جامعة حلوان،مصر،ط2002،1،ص34.

4-1- مرحلة التوافق الأولي:

عند تعلم اللاعب مهارة حركية جديدة نجد أن حركته ليست سليمة الأداء تماماً إذ أنه يدخل عليها حركات بأجزاء مختلفة من جسمه لا ضرورة لها، ويعني هذا أن تكون الحركة غير اقتصادية في المجهود كما هو مطلوب، كما أن انسياب الحركة لا يكون سلساً، بل بها تشنجات عضلية وتكون الحركة متقطعة .

لذلك يكون واجب المدرب في هذه المرحلة القيام بالخطوات التالية:

-عمل نموذج للحركة وإن أمكن استخدام الصور والأفلام السينمائية.

-الشرح باللفظ بطريقة سهلة مبسطة وشاملة للمهارة، بحيث يستوعب اللاعبون الشرح وذلك خلال

عمل النموذج للحركة.

-يقوم اللاعب بأداء المهارة، ومن خلال تكرار الأداء يبدأ اللاعب في الإحساس بالحركة ويزداد

توافقه العضلي العصبي، وأثناء أداء اللاعبين للمهارة يقوم المدرب بإصلاح الخطأ وشرح الطريقة الصحيحة في أداء المهارة.

4-2- مرحلة التوافق الجيد:

مع تكرار أداء اللاعب للمهارة والربط بين طريقتي الفهم والمحاولة وحذف الخطأ في التعليم يقوم

اللاعب بالارتقاء بمستوى أدائه حتى يصل إلى اكتساب المقدرة والدقة في أداء الحركة، وهنا يجب

على المدرب أن يوجه اللاعب دائماً إلى الطريقة الصحيحة لأداء المهارة وشرح دقائقها وإصلاح الأخطاء باستمرار.

4-3- مرحلة تثبيت المهارة:

لا يكفي أن يصل اللاعب إلى التوافق الجيد فيستطيع أن يؤدي المهارة بدقة ولكن لا بد له أن

يصل لهذه الدقة إلى الدرجة التي يصبح فيها قادراً على أداء المهارة بدقة في أي لحظة من المباراة

وتحت أي ظرف من ظروفها، أي يصل إلى أن يصبح هذا الأداء آليا متقنا بدون تفكير، وعندئذ ينحصر تفكيره فقط في أن تكون المهارة وسيلة لتنفيذها ناحية خطية معينة، ولكي يصل اللاعب إلى هذه المرحلة يتمرن على المهارة تحت ظروف تقرب من ظروف المباراة وبذلك تثبت المهارة ويصل اللاعب إلى مستوى من الأداء الدقيق المتقن¹.

5- خطوات التدريب على المهارات الأساسية:

ذكرنا أن هدف التدريب على المهارات الأساسية في كرة القدم هو:

-الوصول إلى الكمال ودقة الأداء.

-العمل على تثبيت هذا الكمال وهذه الدقة حتى تؤدي المهارة بطريقة آلية سليمة أثناء المباريات

تحت كل الظروف، فالمباريات وما يصاحبها من منافسة وكفاح وما يترتب على ذلك من تأثيرا

وانفعالات عصبية بسبب المواقف والظروف المحيطة باللاعب (لاعب خصم، جمهور، الملعب...)

تجعل من الصعب على اللاعب الناشئ أن يتغلب دائما على هذه الظروف، فكل التغيرات غير

معتادة بالنسبة له في المحيط الداخلي أو الخارجي تثيره انفعاليا، وتجعله عصبيا وهذا يؤثر بدوره

على صحة ودقة أدائه، لهذا يجب أن يكون تعليم المهارات الحركية في ظروف تشابه ظروف

المباريات أو قريبة منها حتى يمكن للناشئ أن يعتاد مثل هذه المواقف ويصبح أدائه أثناءها آليا.

من واجب المدرب عند التدريب على المهارات الأساسية أن يحدد الطريقة التي سيتبعها، ويدقق في و

اختيار التمرينات التي توصله لتحقيق أهدافه من التدريب ، ويمكن تلخيص خطوات التدريب على

المهارات الأساسية بغرض وصول اللاعب إلى الأداء الآلي المتقن فيما يلي:

-التدريب على المهارات الأساسية للوصول إلى الأداء الدقيق تحت ظروف بسيطة وثابتة.

¹حنفي محمود مختار: الاسس العلمية في تدريب كرة القدم، مرجع سابق، ص98-99.

-تطوير المهارات الأساسية عن طريق الارتفاع التدريجي بسرعة الأداء وازدياد استخدام القوة.¹

6-أساليب التدريب على المهارات الأساسية:

إن التدريب على المهارات الأساسية يجب أن يكون بعد الجزء الإعدادي في مباشرة (الإحماء) لأن تعليم وتطوير الأداءات المهارية يتطلب مقدرة عالية من التركيز ولا يمكن أن يتم هذا التركيز عندما يكون اللاعب مجهدا ،وكذلك يجب أن يراعى أن تعلم المهارات الفنية لا يجب أن يعزل عن تعلم النقاط الأخرى الهامة المطلوبة في اللعب بل لا بد وأن يرتبط بها،فالتمرير مثلا لا يجب أن يعلم مجردا كحركة رياضية أو كمرحلة لتعليم مهارة ركل الكرة ولكن يجب أن يعلم كخطوة من خطط اللعب الجماعي كذلك لابد ان يراعى المدرب تدريب الناشئ على المهارات الأساسية تحت ضغط المنافس في تدريبات تشبه مواقف اللعب الحقيقية. ومن أساليب وطرق التدريب على المهارات الأساسية:

6-1-تدريبات الإحساس بالكرة:

هي سهلة وأساسية لتعليم المهارات حيث تساعد على خلق صداقة وألفه بين الناشئ والكرة وتكون تحت سيطرته سواء عالية أو أرضية ومن جميع الاتجاهات ،وهذا التحكم في السيطرة على كرة يكون من خلال تدريبات يؤديها اللاعب بنفسه دون تدخل مباشر من المدرب مثل درجة الكرة والجري بها في اتجاهات ومسافات مختلفة وكذلك تنطيط الكرة والسيطرة عليها بأجزاء القدم والجسم المختلفة وهذه التدريبات تعطى في بداية الوحدة التدريبية ،أما بالنسبة للاعبين البراعم والأشبال فتأخذ مكانا من الوحدة التدريبية الأساسية.

6-2-تدريبات فنية اجبارية:

وتوضح هذه التدريبات مستوى دقة اللاعب في أداء المهارات الأساسية وتوضع في البرنامج التدريبي من خلال واجبات معينة للاعب سواء من الوقوف أو من الحركة ،وتعطى هذه التدريبات

¹حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين،دار الفكر العربي،مصر،ط1997،1،ص43.

أثناء الإحماء أو بعده وعلى المدرب أن يلاحظ صحة أداء اللاعب لهذه التدريبات بدقة مع تصحيح الأخطاء بصورة مستمرة.

6-3- تدريبات باستخدام أكثر من كرة:

هذا الأسلوب له طابع خاص يساعد اللاعب على سرعة الأداء للمهارة الأساسية بدقة كاملة و يرفع من قدرة اللاعب على الملاحظة أثناء اللعب ويزيد كفاءته الخطئية وتعطي هذه التدريبات في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية.

6-4- تدريبات لتنمية المهارة مع ربطها بالقدرات البدنية:

يعتبر هذا الأسلوب مدخلا للتدريبات المركبة وتعطي هذه التدريبات في بداية و نهاية الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية فعند التدريب على أداء المهارات المرتبطة بتطوير عنصر السرعة مثلا يجب أن تؤدي هذه التدريبات في بداية الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية مع مراعاة طول فترة الراحة النسبية أما تدريبات التحمل فتعطي في الجزء الثاني من الوحدة التدريبية مع مراعاة طول فترة دوام المثير و فترات راحة قصيرة حتى تحقق التدريبات الهدف منها.

6-5- تدريبات الأداءات المهارية المركبة:

يعتبر هذا النوع من التدريبات الأساسية في بناء الجزء الرئيسي في الوحدة التدريبية اليومية ويستخدم هذا الأسلوب من التدريبات لتثبيت دقة الأداء المهاري للعب وتؤدي هذه التدريبات مع وجود مدافع سلبي أو إيجابي ويمكن تحديد مساحة وزمن أداء هذه التدريبات ومن ثم يمكن الحكم على قدرة اللاعب ومهارته.

6-6- تدريبات فنية لتنمية المهارة باستخدام الأجهزة:

وتستخدم فيها بعض الأدوات والأجهزة المساعدة وعن طريقها يمكن للمدرب أن يعطي التدريبات السهلة أو الصعبة أو يتدرج من سهل إلى الصعب وذلك حسب إمكانيات وقدرات لاعبيه، بالإضافة

إلى أن المدرب يمكن أن يعلم اللاعب بعض النواحي الخطئية وينمي القدرات البدنية جنبا إلى جنب مع النواحي الفنية المهارية ومن هذه الأجهزة حائط التدريب والمقاعد السويدية والحوافز وجهاز ضرب الكرة بالرأس.

6-7- تدريبات فنية لتنمية المهارة باستخدام الألعاب المصغرة:

تستخدم الألعاب المصغرة لتنمية المهارات الأساسية وحسن تطبيق خطط وطرق اللعب المختلفة وينظر إليها كأحد الوسائل الهامة التي تصبح الوحدة التعليمية والوحدة التدريبية بطابع الإثارة والتشويق، كما أنها تعد من الوسائل التربوية الهامة في إعداد اللاعب لممارسة كرة القدم، والألعاب المصغرة والتمهيدية تعد من أنجح وسائل التدريب الحديث حيث تعد اللاعب لأداء المهارات الأساسية في مواقف مشابهة للمواقف التي تقابل اللاعب أثناء المباراة حتى تكسبه حسن التصرف أمام المواقف المختلفة.¹

¹ حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين، مرجع سابق، ص 45-46.

خلاصة:

تعتبر المهارات الأساسية أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية ، حيث يستخدمها اللاعب خلال المباريات والمنافسات ويحاول إتقانها وتثبيتها حتى يتمكن من تحقيق أعلى المستويات ، ويتخذ المدرب لتحقيق ذلك الهدف كل الإجراءات الضرورية الهادفة للوصول باللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة، بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية متقنة تحت ظروف المباراة وفي ظل إطار قانون لعبة كرة القدم.

الفصل الثالث:

كرة القدم وخصائص الفئة العمرية

تمهيد

- 1- مفهوم كرة القدم.
- 2- المتطلبات العامة للاعب كرة القدم الحديثة.
- 3- اللياقة البدنية في كرة القدم.
- 4- المهارات الأساسية في كرة القدم.
- 5- المقترحات الخططية بكرة القدم.
- 6- أهداف التدريب في كرة القدم.
- 7- تصنيف فئات العمر للاعب كرة القدم حسب الاتحادية الجزائرية لكرة القدم.
- 8- الفئة العمرية أقل من 13 سنة.

خلاصة

تمهيد:

تعد كرة القدم الرياضة الرئيسية في كل بلد تقريباً في آسيا وأفريقيا وأوروبا وأمريكا الجنوبية، حيث توفر اللعبة لغة مشتركة بين الناس من خلفيات وتراث مختلفين، وتزداد شهرة كرة القدم لأسباب عديدة، خاصة وأن لاعبي كرة القدم لديهم أحجام وأشكال مختلفة، أي أن كل فرد هو احتمال أن يكون لاعب لفريق من فرق كرة القدم.

وتعتبر كرة القدم من بين الرياضات المتطلبة لمستوى بدني ومهاري عالي جداً، فالاهتمام بالجانب المهاري يعتبر أول خطوة في تكوين اللاعبين إذ أنه العامل المباشر في الوصول إلى أعلى المستويات وتحقيق أفضل النتائج.

1- مفهوم كرة القدم:

هي رياضة جماعية تُلعب بين فريقين يتكون كل منهما من أحد عشر لاعباً بكرة مكورة، يلعب كرة القدم 250 مليون لاعب في أكثر من مائتي دولة حول العالم، فذلك تكون الرياضة الأكثر شعبية وانتشاراً في العالم، تُلعب كرة القدم في ملعب مستطيل الشكل مع مرميين في جانبيه. الهدف من اللعبة هو إحراز الأهداف بركل الكرة داخل المرمى.

تطور أسلوب لعب كرة القدم عبر التاريخ وكذلك الضوابط والقوانين الخاصة بها حتى وصلت إلى المرحلة الحالية المعروفة بكرة القدم الحديثة، التي لم تعد تركز على الهجوم وإحراز العدد الأكبر من الأهداف بقدر ما أصبحت تركز على التكتيك والمهارة، وهي تتمثل بالتنظيم العام الذي يستخدمه مدرب فريق كرة القدم لضبط تحركات الفريق داخل الملعب لتحقيق النتيجة المخطط لها.¹

2- المتطلبات العامة للاعب كرة القدم الحديثة:

لقد اختلف أسلوب كرة القدم منذ 20 سنة عن أسلوب اللعب حالياً فمنذ سنة (1972) تدرج أسلوب اللعب الهجومي حتى صار يتميز أفراد الفريق الجيد خطياً بالقوة والفهم الصحيح على الأداء القوي والمثالي على مرمى المنافس مع الابتعاد عن اللعب للخلف أو اللعب البطيء لتحضير الهجمات وهذا في محاولة للتغلب على التكتل الدفاعي للفريق المنافس.

أثناء المقابلة يكون اللاعبون على اتصال مباشر مع الخصم، حالات اللعب تتغير بصورة سريعة، وفي كل حالة يجب على اللاعب إيجاد الحل المناسب والعمل بأسرع وقت ممكن، عن لاعب كرة القدم ذو طابع تكراري متغير، و العمليات الحركية متغيرة، وتختلف الواحدة عن الأخرى، فالجري متنوع بالعمل أو المشي أو التوقف و

¹ - <https://ar.wikipedia.org/> , (02/01/2020), 12 :51.

القفز،. ويشير الأخصائيون إلى أن جزء كبير من العمليات الحركية للاعب كرة القدم يشغله الجري الذي يتطور من البطيء إلى السريع، إضافة إلى الانطلاق الذي يتحول من توقف مفاجئ أو تغير خاطف للسرعة أو الاتجاه.¹ ولذلك نشاهد حالياً مباريات كرة القدم يغلب عليها الجانب الفني والذكاء في اللعب مع التحضير البدني الجيد للاعبين، فالفرق ذات المستوى العالي لها اتجاه تطوير اللعب مثل ما هو عليه في الرياضات الأخرى (كرة السلة و كرة اليد)... فالكل يهاجم و يدافع في آن واحد، و هذا ما أجبر المدربين على الاهتمام بتحضير اللاعب في شتى جوانبه البدني و التقني و التكتيكي و النظري و الجانب النفسي وهذا استجابة للمتطلبات الإستراتيجية الحديثة.²

3- اللياقة البدنية في كرة القدم:

يعتبر توني سترادويك **Tony Strudwick (2016)** أن اللياقة البدنية في كرة القدم تتمثل في:

- السرعة.
- تحمل السرعة.
- التحمل الهوائي.
- القدرة.
- القوة العضلية.
- المرونة.
- التوازن، التنسيق والرشاقة.

¹ - حنفي محمود مختار: المدير الفني في كرة القدم، دارالفكر العربي، مصر، ط1، 1998، ص ص 187-188.

² - حنفي محمود مختار : نفس المرجع، ص 188.

- القوة الأساسية والاستقرار.¹

4- المهارات الأساسية في كرة القدم:

وتنقسم إلى:

4-1- مهارات أساسية بدون كرة: وتتمثل في:

- الجري وتغيير الاتجاه.

- القفز (الارتقاء).

- الخداع والتمويه بالجسم.

- التوقيع.

4-2- مهارات أساسية بالكرة: وتتمثل في:

- التمرير.

- استقبال الكرة.

- الجري بالكرة.

- المراوغة.

- التصويب.²

¹ Tony Strudwick : Soccer Science, Human Kinetics, United State, 2016, P69.

² معارف كمال: أثر تمارين بدنية بطريقة التدريب التكراري على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم صنف أصاغر، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2013/2012، ص 66-73.

5- المقتربات الخطئية بكره القدم:

تعتبر من "المفاهيم الحديثة التي تعتمد على الأداء الخطئي في اللعب ومفهوم تمرينات المقتربات الخطئية هي حالات التعلم الخطئي التي تهدف إلى الجمع بين تعلم أداء اللعب الخطئي وتطوير المهارات من خلال تطوير القدرة على استخدام المهارات الأساسية وممارستها في حالات مشابهة لحالات اللعب"¹

1-5- المقتربات الخطئية الهجومية: وتشتمل على المبادئ التالية :

- الإسناد في الهجوم
- الجري وتبادل المراكز
- الركض المنحني
- المناولة الجدارية
- اللعب ضد مصيدة التسلل
- خلق الفراغ واستغلاله.²

2-5- المقتربات الخطئية الدفاعية:

وتشتمل على المبادئ الآتية :

- التغطية في الدفاع
- دفاع رجل لرجل

¹ قاسم لزام ، موفق مجيد المولى: تدريب التكنيك بين النظرية والتطبيق، الدار الجامعية للطباعة والنشر، مصر، 2007، ص97.

² ثامر محسن، موفق المولى: التمارين التطويرية بكره القدم، دار الفكر، الأردن، ط1، 1999، ص43.

- الضغط والمضايقة

- قطع الكرة

- إبعاد الكرة

- مهاجمة الخصم.¹

6- أهداف التدريب في كرة القدم:

تتصدر أهداف التدريب الرياضي في:

- الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية للإنسان، من خلال التغيرات الإيجابية الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية.
- محاولة الاحتفاظ بمستوى الحالة التدريبية لتحقيق أعلى فترة ثبات لمستوى الإنجاز في الآليات الثلاثة (الوظيفية، النفسية، الاجتماعية) وكذلك الارتقاء بمستوى الإنجاز الحركي يرتبط ارتباطا وثيقا بالجانب التربوي أيضا.²

7- تصنيف فئات العمر للاعبين كرة القدم حسب الاتحادية الجزائرية لكرة القدم:

كرة القدم في الجزائر هي الرياضة الأكثر شعبية في البلاد. أعلى مستوى لدوري كرة القدم في الجزائر يتمثل في القسم المحترف الأول والقسم المحترف الثاني والذان يشرف عليهما الاتحاد الجزائري لكرة القدم، حيث تقسم الاتحادية الجزائرية لكرة القدم فئات العمر في هذين القسمين ومختلف الأقسام الأخرى حسب ما يلي:

7-1- بانسبة للمحترفين:

- فريق الأكابر.

- فريق احتياطي: أقل من 21 سنة (U21)

¹ زهير الخشاب، محمد خضر اسمر: كرة القدم، تعليم تدريب قانون، مطابع التعليم العالي، جامعة الموصل، 1991، ص111.

² سيف الدين بوطبجة: برنامج تدريبي مقترح للتحضير البدني المدمج في تنمية القدرات الهوائية لدى لاعبي كرة القدم، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، 2016/2017، ص06.

- فريق أقل من 19 سنة (U19).

- فريق أقل من 17 سنة (U17).

- فريق أقل من 15 سنة (U15).

- فريق أقل من 14 سنة (U14).

- فريق أقل من 13 سنة (U13).¹

7-2- بالنسبة لأندية قسم الهواة الوطني:

- فريق أكابر.

- فريق أقل من 19 سنة (U19).

- فريق أقل من 17 سنة (U17).

- فريق أقل من 15 سنة (U15).

- فريق أقل من 13 سنة (U13).

7-3- بالنسبة لأندية القسمين الشرفي وقبل الشرفي:

- فريق أكابر.

- فريق أقل من 19 سنة (U19).

- فريق أقل من 17 سنة (U17).

¹ - Fédération Algérienne de Football : Dispositions Réglementaires Relatives aux compétitions de Football Professionnel Saison 2018/2019, P 03.

- فريق أقل من 15 سنة (U15).

- فريق أقل من 13 سنة (U13).¹

حيث أجريت هذه الدراسة على صنف أقل من 13 سنة لبعض فرق ولاية جيجل.

8- الفئة العمرية أقل من 13 سنة :

8-1- خصائص النمو لدى الفئة العمرية أقل من 13 سنة:

كل مرحلة من مراحل نمو الفرد لها مميزاتها الخاصة بها، فهي تتوقف على سابقتها و تؤثر في

تابعته، فمرحلة الطفولة المتأخرة تتأثر بمرحلة الطفولة الوسطى، و هي مفيدة لفهم مرحلة المراهقة التي تليها.

8-1-1- النمو الجسمي الحركي:

يتميز النمو الجسمي في هذه المرحلة بالبطء في الطول و الوزن، حيث تكون نسبة الزيادة في الطول بمعدل 5

% لكل سنة، في حين تكون الزيادة في الوزن بمعدل 10 % في السنة، وذلك راجع إلى نمو العضلات و العظام،

حيث تصبح أقوى من ذي قبل، فيتحمل الطفل بذلك التعب و يقاوم الأمراض²

تتميز هذه المرحلة بزيادة التوافق العضلي بنسبة كبيرة عن المرحلة السابقة، و كذلك نمو العضلات الصغيرة

المسؤولة عن الحركات الدقيقة، مما يجعل الطفل في هذه المرحلة متمكنا بدرجة كبيرة من توجيه حركاته والتحكم فيها،

و لهذا يتصف أداءه الحركي بالرشاقة و الانسيابية وحسن التوقيت، بالإضافة إلى القوة و السرعة إذا تطلب الأمر

ذلك.³

بالإضافة إلى ذلك فإن انحصار نقطة مركز الثقل لجسم الطفل في منطقة بالقرب من قمة العظم الحرقفي، يساعد

¹ - Fédération Algérienne de Football : Dispositions Réglementaires Relatives aux compétitions de Football Amateur Saison 2018/2019, P 03.

² عزيزة سمارة واخرون: بيكولوجية الطفل، دار الفكر، عمان، ط1، 1992، ص133.

³ أحمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2003، ص1، ص60.

على حسن احتفاظ الطفل بتوازنه، ويساهم بقدر كبير في تأمين الحركة. يدخل أولاد 11 سنة فترة الاقتراب نحو النضج و المراهقة التي يسبقها نمو انفجاري مختصر في طول الرجلين، ويصاحب ذلك زيادة في عرض الكتفين. كما تتضاعف قوة الأولاد في السن 11 سنة بالمقارنة مع سن 6 سنوات، و ذلك بالنسبة لقوة الرجلين عن الذراعين و اليدين، و قد أشار " جوبر " إلى إن التوالي في نمو القوة يظهر أولاً في القوة المميزة بالسرعة للرجلين يلي ذلك في العضلة ذات الرأسين في العضد وعضلات الظهر، و أخيراً الساعد.¹

و من أهم ما يتميز به الطفل في هذه المرحلة، سرعة استيعابه و تعلمه للحركات الجديدة، و القدرة على المداومة الحركية لمختلف الظروف، و كثيرا ما نصادف ظاهرة تعلم الطفل من الوهلة الأولى، و هذا يعني إن الكثير من الأطفال يكتسبون القدرة على أداء المهارات الحركية دون إنفاق وقت، طويل في عملية التعلم والتدريب و الممارسة. و يتلخص النمو الجسمي الحركي في النقاط التالية:

-مرحلة هدوء أو استراحة بالنسبة لنمو الطول و الوزن.

-يتسرع نمو العضلات.

-يقترّب حجم القلب و الرئتين من الحجم الطبيعي.

-التمكن من التحكم العضلي و التوجيه الهادف للحركات (ضرب الكرة بقوة أو مرونة، إيقاع جري سريع، بطيء).

-نمو قدرة التعلم الحركي الدقيق والمركب و المتنوع التنسيق بين البصر و الحركة.

-التلاؤم مع الوضعيات الجديدة بسرعة.²

8-1-2-النمو النفسي الانفعالي:

- تتميز هذه المرحلة بالاستقرار و عدم تقلب المزاج خاصة إذا تم توجيه الطفل إلى نشاط حركي أو عقلي، يكون مجالا لإشباع حاجاته النفسية.

¹ وديع فرج ألين :خبرات في الألعاب للصغار والكبار، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2001، ص1، ص100.

² عاقل فاخر :علم النفس التربوي، دار العلم للملايين، بيروت، ط1980، ص6، ص67.

- طفل هذه المرحلة شديد الحساسية لنقد الكبار أو لمجرد مقارنته بأقرانه، حيث يسبب له ذلك ألما نفسية شديدة قد تقوده أحيانا إلى الانتقام و العدوان.
- الطفل في هذه المرحلة معرض للصراع النفسي، إذا كان هناك تعارض بين اتجاهات الوالدين أو اتجاهات جماعة الأصدقاء بالنادي أو المدرسة، حيث أنه شديد الولاء لرفاق اللعب بالإضافة إلى ولائه و انتمائه لوالديه.
- يميل الطفل في هذه المرحلة إلى تقليد الكبار، و خاصة ذوي القدرات كالأبطال، و يتحمس لهم و يدافع عنهم دفاعا شديدا. يميل الطفل أيضا إلى التنافس، و لكن من خلال جماعة الرفاق مع جماعة أخرى، كما يهوى الرحلات و المغامرات التي تساعده على اكتساب الحقائق التي يدركها الكبار.
- يميل الطفل في هذه المرحلة إلى المرح و الفكاهة، كما يميل أيضا إلى العنف و الخشونة أثناء اللعب، حيث يجد في ذلك وسيلة لإظهار ما لديه من قدرات بدنية و مقارنتها بقدرات الآخرين.¹

8-1-3- النمو العقلي المعرفي:

- يعتبر النمو العقلي جانبا من جوانب النمو عند الإنسان و يفسر بأنه القدرة الذكائية، و أن عملية النمو العقلي بمعناها الواسع هي القدرة على التنظيم و التمثيل و الاستيعاب و التوازن و التكيف، التي من خلالها يتم التغيير في الخطة العقلية.
- ينتقل الطفل في هذه المرحلة من التفكير الخيالي إلى التفكير الواقعي، و تتضح قدرته على إدراك الأزمنة و المسافات و المساحات و الحجوم و الأشكال، و كذلك القدرة على ربط النتائج بأسبابها أو ادراك العلاقة التي تربط بين موضوعين أو أكثر.
- تزداد قدرة الطفل على تركيز الانتباه و تحويله من موضوع إلى آخر الأمر الذي يساعده على الاستمرار في نشاط واحد لمدة طويلة، و القدرة على الوصف الدقيق و التعامل مع الموضوعات التي يميل إليها بدقة، كما يبدأ في إدراك

¹ أحمد أمين فوزي: مرجع سابق، ص 61.

وفهم المعاني التجريدية مثل: الصدق، الأمانة، الخيانة، العدل، المساواة، الحرية و الديمقراطية.

- تتميز هذه المرحلة بنمو القدرة على التفكير الإبتكاري و بداية ظهور الميول، ويبدو ذلك واضحا في اهتمامات الطفل بالأنشطة الرياضية، كما يستطيع إدراك أوجه الشبه والاختلاف بين موضوعين أو أكثر، ولهذا يستطيع النقد وتوجيه الذات و من ثم لا يحتاج إلى وقت كبير في تعلم الحركات الرياضية و خطط اللعب البسيطة¹

8-1-4- النمو الاجتماعي:

- تتميز هذه المرحلة بالولاء الشديد لجماعة الأصدقاء أو رفاق الملعب لدرجة تصبح عندها معايير جماعة الأصدقاء أهم من معايير الأسرة، و بالتالي يصبح تأثير الجماعة على الطفل أكثر من تأثير الأسرة عليه، و لهذا يطلق على هذه المرحلة من النمو مرحلة تكوين العصابات.

- ينضم الطفل في هذه المرحلة بمنتهى السرعة و السهولة إلى الجماعات التي تتكون تلقائيا و في نفس الوقت يسعى إلى الجماعات المنظمة التي يستطيع من خلالها إشباع هواياته كجماعات الفنون، الرحلات، الكشافة، لمعسكرات و الفرق الرياضية، فيخضع الطفل تماما إلى القيادة، فيسعى إلى معاونتها و الالتزام بتنفيذ تعليماتها.

- يتعصب كل جنس في هذه المرحلة للجنس الذي ينتمي إليه، و قد يصل الأمر إلى مستوى العداء ضد الجنس الآخر.

- يبحث طفل هذه المرحلة عن تشجيع الكبار و المعاملة المرضية لهم، و إظهار قدراته وصفاته الاجتماعية (احتشام، نظافة، نجاح في الدراسة، أخذ أدوار ...)²

8-2- مطالب الطفولة المتأخرة:

لكل مرحلة من مراحل النمو مطالب تساعد الطفل على الانتقال من مرحلة إلى أخرى، فيرى الدكتور مصطفى فهمي أن هذه المرحلة تتميز بمطالبها بما يلي:

¹نبيل عبد الهادي:النمو المعرفي عند الطفل،دار وائل للنشر،عمان،ط1999،ص14-15.

²عبد العزيز القوس:الصحة النفسية،دار الفكر العربي،القاهرة،ط1984،ص6.

- تعلم المهارة الجسمية الحركية الضرورية لمزاولة الألعاب و النشاطات العادية:
- فإذا نظرنا إلى النمو الحركي في الفترة السابقة (8-6سنوات)، سوف نجد أن الحركات غير دقيقة، و في هذه الفترة يصل الطفل إلى استعمال العضلات الدقيقة، مما يجعل حركاته محدودة ودقيقة.
- تكوين اتجاه سليم نحو الذات ككائن حي ينمو، و يتلخص ذلك في اكتساب عادات العناية بالجسم والنظافة، و تكوين القدرة على استخدام الجسم استخداما يحس فيه الطفل بالرضا و تكوين نظرة سليمة نحو الجسم.
- تعلم التعامل مع الرفاق و الأقران:
- تعلم أصول الأخذ والعطاء وتكوين الأصدقاء، و لتعامل مع الأطفال الآخرين.
- تعلم دوره الجنسي في الحياة، إذ يتعلم الطفل أنه رجل يجب عليه تقبل المسؤولية المنوطة به.
- تعلم المهارات الأساسية في القراءة والكتابة و الحساب، عند نهاية هذه المرحلة يكون الطفل قادرا على القراءة والكتابة بخط واضح، و القيام بالعمليات الحسابية الأساسية.
- تكوين المفاهيم و المدركات الخاصة بالحياة اليومية، اكتساب أفكار حول الشؤون المهنية، المدنية و الاجتماعية العادية، تكوين روح المسؤولية، وحب العمل.
- تكوين الضمير والقيم الأخلاقية والمعايير السلوكية الخاصة و العامة، تدعم هذه المفاهيم أكثر لدى الطفل في هذه المرحلة، من خلال التربية سواء في البيت أو في المدرسة، وينتقل الطفل من الخضوع إلى مبدأ الواقع حيث يصبح قادرا على تقسيم أفعاله، وتحمل تبعات سلوكياته.
- تكوين اتجاهات نفسية متصلة بالتجمعات البشرية و المنظمات الاجتماعية، تكوين روح التعامل و التكفل الاجتماعي، احترام حقوق الآخرين، حرية الرأي، الوطنية و حب الوطن.¹

¹مصطفى فهمي: التكيف النفسي، مكتبة مصر، القاهرة، ط1، 1988، ص 44-46.

8-3- أهمية الرياضة (كرة القدم) في نمو شخصية الطفل:

لقد أصبحت الرياضة في عصرنا الحديث حاجة فيزيولوجية تتطلبها صحة الإنسان، حيث يتفق الجميع على أنها أساسية للنمو الجسمي السليم، و الطفل في هذه المرحلة تزداد حاجته للنشاط الحركي، و يمثل اللعب احد أهم أهدافه، كما تزداد مهارته و يساعده خياله و حبه للتقليد على إتقان حركات معينة، و من جهة أخرى تلعب نشاطات الفريق الرياضي دورا حاسما، إذ يجد الأطفال المجال الرياضي الذي يساعدهم على تكوين الجماعات الرياضية التي يميلون إليها، فالجماعات الرياضية زيادة على أنها تشبع متطلبات نمو الطفل الاجتماعية، فهي تزوده أيضا بالأسس المهارية و التي تساعده على الاستمرار في العمل لمدة أطول. و تلعب الرياضة دورا هاما في إشباع بعض الميول العدوانية و العنف لدى بعض الأطفال، و ذلك في الألعاب والمنافسات العنيفة مثل الملاكمة الرغبي، و كما تعد الرياضة أيضا مجالا للإعلام يحاول بها الطفل التعبير عن دوافع ما.

و يقول مارك دوران: " إن الأطفال المنخرطين في النوادي الرياضية كمارسين معظم أوقات فراغهم لممارسة الرياضة، بحيث تقدر ب 5 ساعات في الأسبوع تقريبا، تفسر الوضعية الراقية التي تحتلها الرياضة في حياة الطفل"¹

¹ Marck durant :L'enfant et le sport ,edition P.U.F pratique corporelles ,paris ,1987.P233.

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نلاحظ أن كرة القدم رياضة متعددة العوامل، وأن محددات الأداء تتمثل في الصفات البدنية، المهارات، التكتيك... بالإضافة إلى العامل النفسي والاجتماعي، ولهذا نجد مبنية على أسس ومعارف علمية، ومن بين هذه الأسس نجد أن تعلم المهارات وتتميتها يجب أن يكون في سن مبكرة، وهذا راجع الى خصائص هذه المرحلة العمرية، والتي تتدرج ضمن مرحلة الطفولة المتأخرة، يمكننا القول أن التغيرات الفسيولوجية و كذلك المرفولوجية التي تطرأ على مختلف أجهزة الطفل لها تأثير مباشر على نفسيته، و التي تنعكس بصورة واضحة في سلوكه. فالطفل يتميز بقدرته على تعلم الحركات الجديدة بسرعة، كما نجد هناك فروق و حاجات يمر بها الطفل في مراحل نموه.

الباب الثاني
الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد

1- الدراسة الاستطلاعية

2- منهج الدراسة

3- مجتمع الدراسة

4- عينة الدراسة

5- أدوات الدراسة

6- متغيرات الدراسة

7- مجالات الدراسة

8- الأساليب الاحصائية

خلاصة

تمهيد:

إن طبيعة الإشكالية المطروحة في هذه الدراسة تستوجب علينا التأكيد من صحة أو عدم صحة الفرضيات التي قدمناها في بداية الدراسة، لدى تم القيام بدراسة ميدانية بالإضافة إلى الدراسة النظرية، وللقيام بالبحث الميداني توجب على الباحثين القيام ببعض الإجراءات التي تساهم في ضبط الموضوع وجعله منهجيا وذو قيمة علمية، وهذا ما سيتم توضيحه في هذا الفصل.

1- الدراسة الاستطلاعية:

يقصد بالدراسة الاستطلاعية أو الاستكشافية بأنه "دراسة مبدئية يقوم بها الباحث للتعرف على أهم عناصر خطة البحث، خاصة مشكلة البحث"، ويتمثل الهدف الرئيسي للدراسة الاستطلاعية في تحديد مشكلة البحث إضافة لمجموعة من الأهداف الأخرى ومن بينها:

- تعميق معارف وأفكار الباحث.

- المساعدة في تحديد المتغيرات البحثية وصياغة الفروض.

- المساعدة في صياغة عنوان البحث.

- المساعدة في تحديد موضوعات الدراسة ذات العلاقة بالمشكلة.

- المساعدة في تحديد مجتمع البحث وخصائصه.

- المساعدة في جمع البيانات الوثائقية والأولية.¹

ويرى خالد يوسف العمار (2015) أن الدراسة الاستطلاعية "تهدف إلى اختبار و تجريب الأداة

التي سوف يستخدمها الباحث و مدى صلاحيتها و صدقها و ثباتها حيث يعتبر هذا التجريب صورة

مصغرة عن البحث".²

وقد تم إجراء دراسة استطلاعية وفقا للآتي:

- يوم 25 أكتوبر 2019 : قام الباحثان بإجراء دراسة استطلاعية مع كل من المدرسين فنيير عياش* و خالف

¹ - محمد محمد إبراهيم: دليل الباحث في إعداد ومناقشة الرسائل والبحوث العلمية، الدار الجامعية، الإسكندرية، 2014، ص 43.

² - خالد يوسف العمار: أبعاديات البحث العلمي و إعداد الرسائل الجامعية في العلوم النفسية و التربوية و الإجتماعية، دار الإعصار العلمي للنشر والإشهار، الأردن، ط1، 2015، ص 95.

محمد* و لبيض مسعود^{1*}، وكان الغرض منه هو الوقوف على معطيات الدراسة المتوفرة ، وجمع بيانات واقعية تساعد على تحديد مسار الدراسة، وجمع المؤشرات حول الظاهرة المتناولة.

2- منهج الدراسة:

كلمة المنهج تعني: " الطريق والسبيل فهو فن التنظيم الصحيح للأفكار العديدة ويتم تحديد المنهج حسب طبيعة الموضوع أو الدراسة والأهداف المحددة مسبقا، إذا فالمنهج هو الطريقة التي يعتمدها الباحث للوصول إلى هدفه المنشود".²

و باعتبار ان دراستنا هذه تتطلب الوصف والتفسير والتحليل فقد قمنا باستخدام المنهج الوصفي، وهو: " طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أعراض محددة لوضعية اجتماعية أو مشكلة اجتماعية أو سكان معينين".⁽³⁾

3- مجتمع الدراسة:

يمثل مجتمع البحث جميع مفردات أو وحدات الظاهرة التي يراد تطبيق الدراسة عليها وفق المنهج المناسب لها حيث يرى خالد يوسف العمار (2015) أنه " لا بد للباحث من تحديد واضح

*¹ فنيير عياش: أستاذ التربية البدنية والرياضية الطور المتوسط، متحصل على شهادة ليسانس ع.ت.ن.ب.ر. جامعة أم البواقي سنة 2007، مدرب لفئة الاكابر في كرة القدم و فئة أقل من 13 سنة لفريق الشباب الرياضي لبلدية الطاهير.

*² خلالف محمد: أستاذ التربية البدنية والرياضية الطور المتوسط، متحصل على شهادة ماستر ع.ت.ن.ب.ر. تخصص تحضير بدني جامعة جيجل سنة 2018، مدرب أكابر في كرة القدم فريق نجم وجانة ،مدرب لفئة أقل من 13 سنة سابقا .

*³ لبيض مسعود: أستاذ التربية البدنية والرياضية، متحصل على شهادة ليسانس ع.ت.ن.ب.ر. جامعة أم البواقي 2010، مدرب لفئة الاواسط في كرة القدم و فئة أقل من 13 سنة لفريق شباب الطاهير.

² - مصطفى حسين باهي وآخرون: البحث العلمي في المجال الرياضي، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر، ط1، 2013، ص 65.

³ - عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات: "مناهج البحث العلمي وطريقة إعداد البحوث"، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 1995، ص129، 130.

لمجتمع البحث و ذلك لمعرفة من هو المجتمع الذي سيعمم عليه نتائج البحث¹، حيث يمثل المجتمع في هذه الدراسة فرق ولاية جيجل صنف أقل من 13 سنة والبالغ عددها 34 مدرب.

4- عينة الدراسة :

تعرف "بأنها مجموعة من الأفراد تختار بطرق مختلفة من مجتمع كبير لدراسة ظاهرة فيه، وبشكل عام فإن العينة نعرفها بأنها مجموعة من الأفراد تؤخذ من المجتمع الأصلي بحيث تكون ممثلة له تمثيلا صادقا"². و نظرا لصغر مجتمع الدراسة وسهولة الوصول اليهم ،فقد تم اجراء البحث على كافة أفراد مجتمع الدراسة(طريقة المسح الشامل) وهو فرق ولاية جيجل صنف أقل من 13 سنة.

5- أدوات الدراسة:

تعتبر الأدوات التي يستخدمها الباحث في جمع البيانات المرتبطة بالموضوع الذي يقوم بدراسته من أهم الخطوات، لأن وسائل وأدوات جمع البيانات المرتبطة بالموضوع يعتبر المحور الأساسي والضروري في الدراسة، وهو مرتبط بنوع الدراسة التي يقوم بها الباحث³. وقد اعتمد الباحثان على الإستبيان في هذه الدراسة.

وبعد الاستبيان (الاستمارة) من أكثر الأدوات الشائعة في جمع البيانات والمستخدم في الجوانب التطبيقية للدراسات في مجال الرياضة ، وتعرف الاستمارة بأنها: "مجموعة من الأسئلة المصممة لجمع البيانات اللازمة عن مشكلة الدراسة، وهي أهم الوسائل الفعالة في جمع البيانات، شريطة أن

¹ - خالد يوسف العمار، مرجع سابق، ص 88.

² - بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2009، ص 68.

³ - نفس المرجع، ص 75.

يكون الباحث على معرفة دقيقة بالبيانات المطلوب جمعها وكيفية قياس المتغيرات المرغوب دراستها".¹

وكان الهدف من اعتماد الباحثان على استمارة ذات أسئلة مغلقة محددة الخيارات للحصول على إجابات لقياس مؤشرات الفرضيات الموضوعية حول واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية في كرة القدم ، بحيث قسم الباحثان استمارة الدراسة إلى 3 محاور رئيسية تعكس اثنان منها فرضيات الدراسة إضافة إلى محور خاص بالبيانات الشخصية للمبحوثين، وكانت كالاتي:

المحور الأول: البيانات الشخصية لأفراد عينة الدراسة، اشتمل على 3 أسئلة.

المحور الثاني: طرق التدريب في كرة القدم عند فئة أقل من 13 سنة، اشتمل على 8 أسئلة. (من السؤال 1 إلى السؤال 8)

المحور الثالث: واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم، اشتمل على 5 أسئلة. (من السؤال 9 إلى السؤال 13)

المحور الرابع: واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم، اشتمل على 6 أسئلة. (من السؤال 14 إلى السؤال 19)

6- متغيرات الدراسة:

يعرف المتغير على أنه الخاصية أو الصفة التي تختلف فيها العناصر تنتمي لهذا المتغير و يستخدم للتغيير عن المفهوم و بالتالي يعتبر مؤشرا يمكن عن طريقة قياس الظاهرة.² حيث تكونت هذه الدراسة من متغيرين و هما: المتغير المستقل و المتغير التابع.

¹ وائل عبد الرحمان التل: البحث العلمي في العلوم الانسانية والاجتماعية، دار الحامد للنشر والتوزيع، الأردن، 2007، ص58.

² - محمود أبو علام: مناهج البحث في العلوم النفسية و التربوية، دار النشر للجامعات، مصر، ط4، 2004، ص 54.

6-1- المتغير المستقل:

هو: " المتغير الذي نتناوله لقياس التأثير التابع كما يمكننا الحديث أيضا عن المتغير عندما يتسبب المتغير المستقل في رد فعل تكون الإجابة عن الموضوع من طرف المبحوث".¹ و المتغير المستقل في هذه الدراسة هو الألعاب المصغرة.

6-2- المتغير التابع:

هو: " الظاهرة التي توجد أو تختفي أو تتغير حينما يطبق الباحث المتغير المستقل أو يبدله".² والمتغير التابع في هذه الدراسة هو المهارات الأساسية في كرة القدم.

7- مجالات الدراسة:

يعتبر يوسف لازم كماش (2016) أن مجالات الدراسة هي التي تحدد مسار الباحث في المجتمع فعندما يحدد الباحث بفترة زمنية محددة فإن ذلك يسهم في توضيح حدود البحث وتتيح له فرصة إنجازها ضمن سقف زمني محدد و على الباحث أن يبين حدود بحثه وفقا لمجالات مختلفة تتمثل في المجال الزمني و المجال البشري و المجال المكاني"³، وقد تمثلت مجالات هذه الدراسة فيما يلي:

7-1- المجال المكاني:

أجريت الدراسة الاستطلاعية وكذلك الدراسة الفعلية المعتمدة على مستوى الأندية والفرق الناشطة بإقليم ولاية جيجل. (أنظر الملحق 2).

¹ - مورييس أنجرس، ترجمة: بوزيد صحراوي و آخرون: منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية (تدريبات علمية)، دار القصبية، الجزائر، ط2، 2006، ص 169.

² - بوداود عبد اليمين، مرجع سابق، ص 129.

³ - يوسف لازم كماش: البحث العلمي مناهجه -أقسامه-أساليبه الإحصائية ، مرجع سابق، ص 228.

7-2- المجال البشري:

تمثل المجتمع الذي استهدفته الدراسة في تدريبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة لموسم 2019-2020، حيث بلغ عددهم 34 مدرب.

7-3- المجال الزمني:

استطاع الباحثان كمرحلة أولى البحث في واقع التدريب لدى فئة أقل 13 سنة ، وقد بدأت الدراسة الفعلية لهذا البحث بعد تحديد موضوع الدراسة وضبطه بدقة وموافقة الأستاذ المشرف عليه، وكان ذلك مع نهاية شهر أكتوبر 2019، ومن هذا التاريخ بدأت الدراسة النظرية وجمع المعلومات والمادة العلمية للدراسة.

أما الجانب التطبيقي فقد امتد من 18 جوان 2020 إلى 25 جوان 2020 ، حيث تم توزيعها إلكترونياً¹ على المدربين. يوم 18 جوان 2020 وتم جمعها يوم 25 جوان 2020.

8- الأساليب الإحصائية:

إن الهدف من استعمال الدراسة الإحصائية هو التوصل إلى المؤشرات كافية تساعدنا على التحليل والتفسير، والمعادلات الإحصائية المستعملة في هذا الدراسة هي كالتالي:

8-1- النسب مئوية :

وهذا عن طريق إتباع القاعدة الثلاثية المعروفة ب:

النسبة المئوية تساوي عدد التكرارات x 100 / عدد العينة

*https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSecGz0vPUWzAXp87py0QNkiYgw3p8KyRxbs7EhaoHuxyhRNAQ/viewform?usp=sf_link . 18/06/2020. 10 :17.

س ← 100%

ع ← %x

وعليه تكون:

$$X = \frac{س}{ع} \times 100$$

حيث أن:

س: عدد أفراد العينة.

ع: عدد التكرارات (عدد الإجابات).

X: النسبة المئوية.

ثم تحويل هذه النسب المئوية إلى زوايا تمثل في دائرة نسبية بالطريقة التالية:

360 ← 100%

y ← %x

8-2- اختبار كاف تربيع:

حساب اختبار كاف تربيع، ويسمى هذا الاختبار حسن المطابقة أو اختيار التطابق النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها من تجربة حقيقية بمجموعة أخرى من البيانات أو الفرضية التي وضعت على أساس النظرية الفرضية التي يراد اختبارها.⁽¹⁾

(1) فري كامل أبو زينة، عبد الحافظ الشايب وآخرون: منهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي، دار المسيرة، الأردن، 2006، ص 212 - 213.

$$\chi^2 = \frac{\text{مجموع (التكرارات المشاهدة - التكرارات المتوقعة)}^2}{\text{التكرارات المتوقعة}}$$

حيث أن:

التكرارات المشاهدة: هي التكرارات الملاحظة أو الحقيقية.

التكرارات المتوقعة: تساوي مجموع التكرارات على عدد الاختيارات المقترحة. مع

ملاحظة أن درجة الحرية = $n-1$ ، حيث تدل (n) على عدد الفئات أو المجموعات لإعداد الأفراد في

العينة.

خلاصة:

لقد شمل محتوى هذا الفصل الإجراءات الميدانية وذلك بتحديد المنهج المناسب، فكان الاستطلاع تمهيد للعمل الميداني بالإضافة إلى الإجراءات الأخرى للبحث فيما يخص أسئلة الإستبيان ومجتمع وعينة الدراسة، كما تم التحقق من صدق وثبات وموضوعية الاستمارة المستخدمة ، كما تم التطرق إلى الأساليب الإحصائية التي استخدمت تمهيدا للوصول إلى نتائج هذا البحث وتحليلها ومناقشتها.

الفصل الخامس:

تحليل ومناقشة النتائج

تمهيد

1- عرض وتحليل النتائج

2- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات

3- الاستنتاج العام

4- الاقتراحات والتوصيات

خلاصة

تمهيد:

إنه من المعروف أن البحوث العلمية تفرض ضرورة عرض وتحليل النتائج المتوصل إليها، وهذا من أجل توضيح الاختلافات والتشابهات التي قد يصل إليها أي بحث علمي وذلك لإزالة الإبهام والغموض عن النتائج المسجلة خلال هذه الدراسة كي لا تبقى مجرد أرقام، بل تحويلها إلى بيانات تسهل قراءتها، ولهذا قام الباحثان في هذا الفصل بدراسة تحليلية لهذه النتائج في جداول ورسومات بيانية لتوضيح التغيرات الواقعة نتيجة هذه الدراسة.

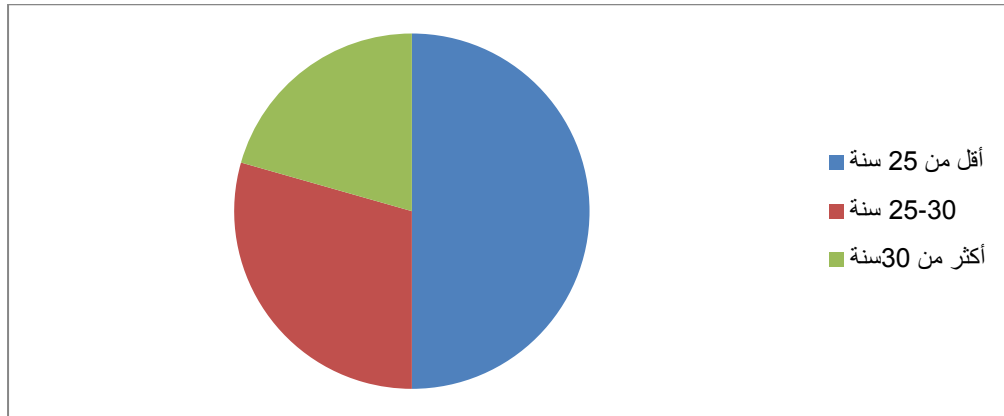
1- عرض وتحليل النتائج:

1-1- عرض وتحليل نتائج محور البيانات الشخصية:

جدول (02) يبين توزيع أفراد العينة حسب السن.

النسبة	العدد	فئة العمر
50	17	أقل من 25 سنة.
29.4	10	من 25،30 سنة.
21,6	7	فوق 30 سنة.
100	34	المجموع.

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نصف أفراد عينة الدراسة نقل أعمارهم عن 25 سنة وهذا راجع أن كون الأندية أصبحت تعتمد بالدرجة على خريجي جامعات الأنشطة البدنية والرياضية وخاصة أصحاب تخصص التدريب الرياضي ، بلغت نسبة اللاعبين الذين تتراوح أعمارهم ما بين 25-30 سنة 29.4 %، في حين بلغت نسبة المدربين فوق 30 سنة 21.6% وتعتبر أخفض نسبة .

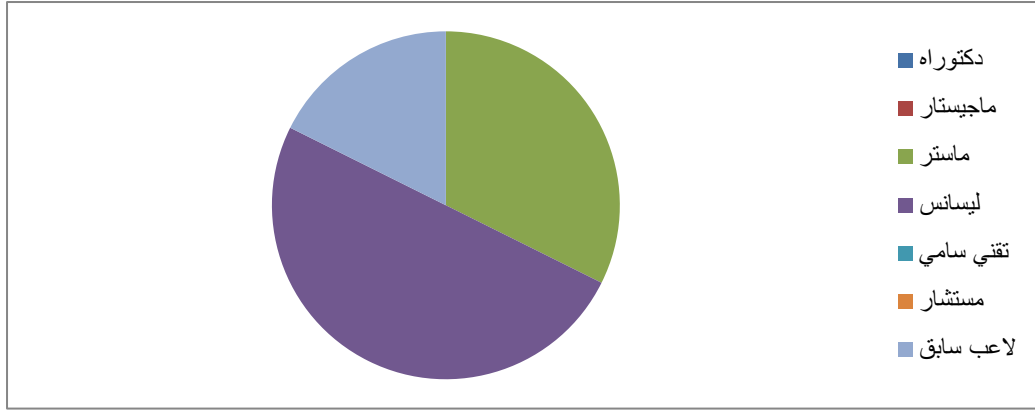


الشكل (01): دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة حسب السن

جدول (03) يبين توزيع أفراد العينة حسب الشهادة المتحصل عليها.

النسبة	التكرار	الشهادة المتحصل عليها
00	00	دكتوراه في الرياضة
00	00	ماجستير في الرياضة
32.3	11	ماستر في الرياضة
50	17	ليسانس في الرياضة
00	00	تقني سامي في الرياضة
00	00	مستشار في الرياضة
17.7	06	لاعب سابق
100	34	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه والذي يوضح توزيع العينة حسب الشهادة المتحصل عليها أن أعلى نسبة هي للمدربين الحاصلين على شهادة الليسانس بنسبة وصلت الى 50% وتعتبر نصف نسبة العينة ، في حين 32.3% من أفراد العينة متحصلين على شهادة الماستر، أما النسبة الدنيا فكانت من نصيب اللاعبين السابقين وبلغت 17.7% ، بينما في ما يخص الشهادات الأخرى فلا يوجد أي مدرب متحصل عليها .

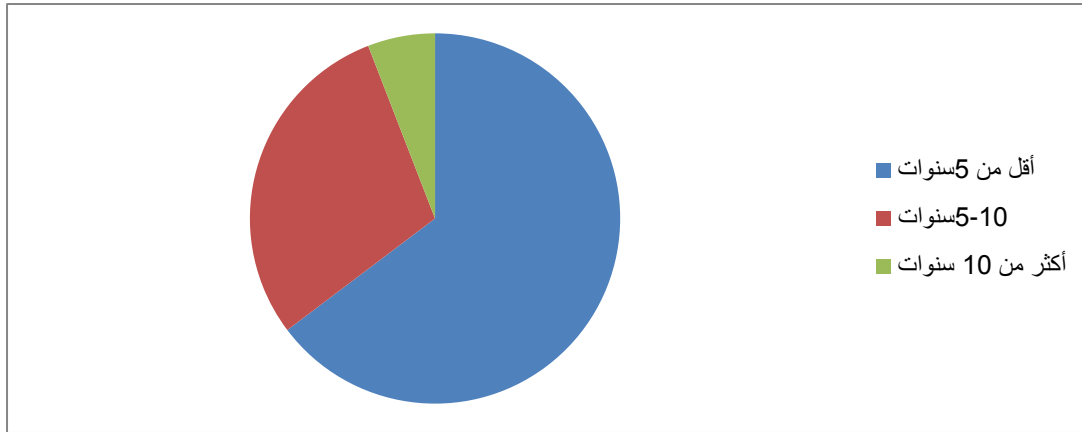


الشكل (02): دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة حسب الشهادة المتحصل عليها

جدول (04) يبين توزيع أفراد العينة حسب مدة سنوات الخبرة.

سنوات الخبرة	العدد	النسبة
أقل من 5 سنوات	22	64.7
من 5-10 سنوات	10	29.4
فوق 10 سنوات	2	5.9
المجموع	34	100

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن نسبة 64.4% من المدربين تقل خبرتهم عن 5 سنوات، في حين بلغت نسبة المدربين الذين تتراوح خبرتهم بين 5-10 سنوات 29.4%، أما المدربين الذين تزيد مدة خبرتهم عن 10 سنوات فبلغت نسبتهم 5.9% وهذا يشير إلى أن غالبية أفراد عينة الدراسة ذوي خبرة قصيرة في مجال عملهم كمدربين.



الشكل (03): دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة حسب مدة سنوات الخبرة.

2-1- عرض وتحليل نتائج المحور الثاني (طرق التدريب في كرة القدم عند فئة أقل من

13 سنة):

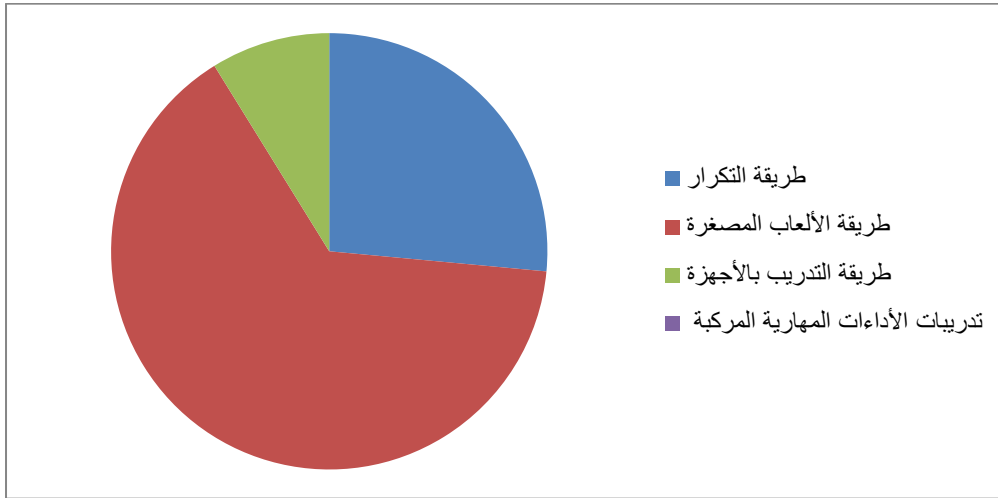
جدول (05): يبين طريقة التدريب المعتمدة في تدريب فئة أقل من 13 سنة

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
طريقة التكرار	9	26.5%	24.92	7.815	0.05	3	احصائياً
طريقة الألعاب المصغرة	22	64.7%					
طريقة التدريب بالأجهزة	3	8.8%					
تدريبات الأداءات المهارية المركبة	0	0%					
المجموع	34	100%					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أغلبية المدربين يعتمدون على طريقة الألعاب المصغرة في التدريب حيث بلغت نسبتهم 64.7%، بينما يعتمد طريقة التدريب التكراري 26.5% من المدربين ، أما نسبة المدربين الذين يعتمدون على طريقة التدريب بالأجهزة فلم تتجاوز 8.8% ، في حين أنه لا يوجد أي مدرب يعتمد على طريقة تدريبات الأداءات المهارية المركبة.

ومن خلال الجدول (05) تبين لنا أن ك2 المجدولة والمقدرة ب7.815 عند درجة حرية 3 ومستوى دلالة 0,05 أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 24.92 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (04): دائرة نسبية تبين طريقة التدريب المعتمدة في تدريب فئة أقل من 13 سنة.

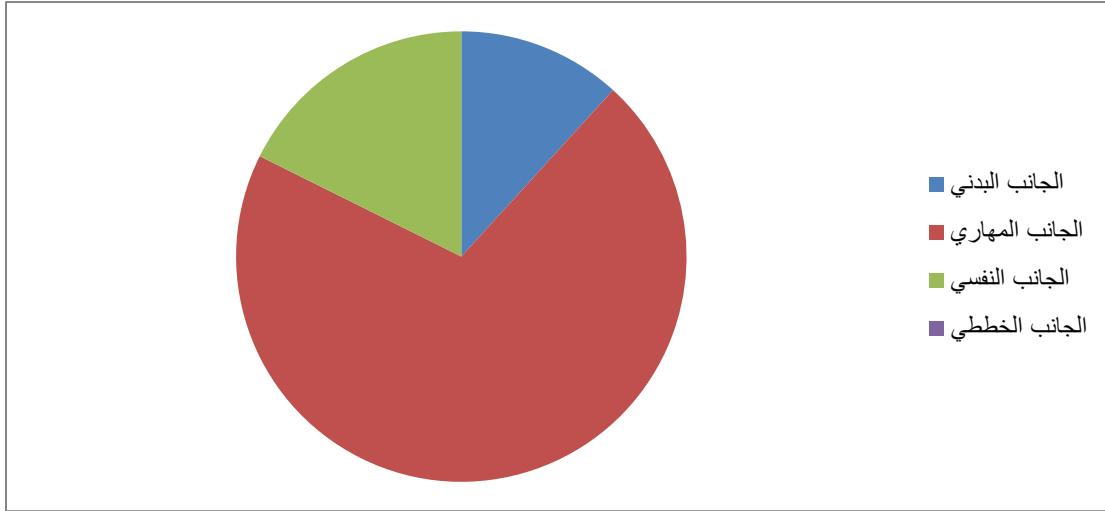
جدول (06): يبين الجانب الذي يركز عليه المدربون في التدريب

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
الجانب البدني	4	11.8	31.28	7.815	0.05	3	دالة احصائية
الجانب المهاري	24	70.5					
الجانب الخطي	0	00					
الجانب النفسي	6	17.7					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أغلبية المدربين يركزون عملهم على الجانب المهاري حيث بلغت نسبتهم 70.5% ،بينما يركز 17.7% من المدربين على الجانب النفسي ، أما نسبة المدربين الذين يركزون على الجانب البدني بلغت 11.8% ، في حين نجد أن المدربين يهملون الجانب الخطي لدى هذه الفئة.

ومن خلال الجدول (06) تبين لنا أن ك2 المجدولة والمقدرة ب7.815 عند درجة حرية 3 ومستوى دلالة 0,05 أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 31.28 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (05): دائرة نسبية تبين الجانب الذي يركز عليه المدربون في التدريب

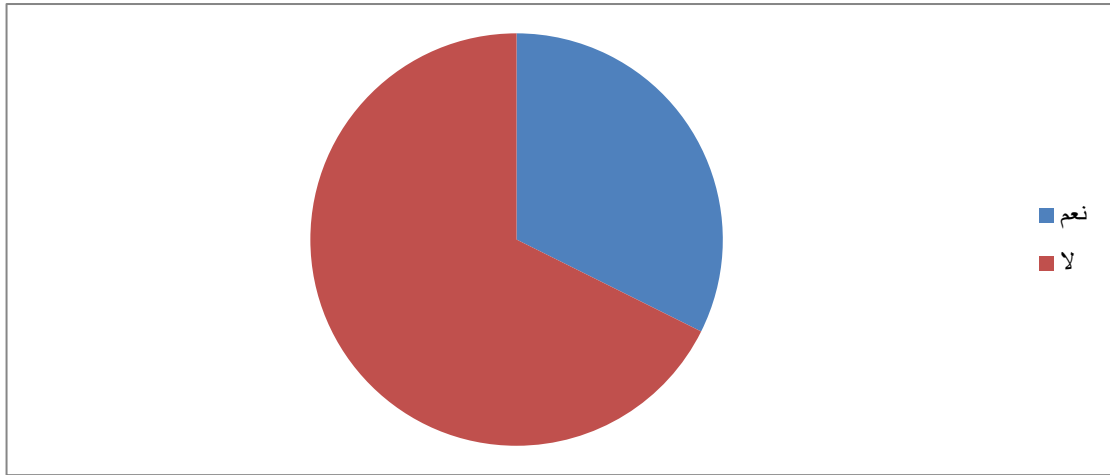
الجدول (07) يبين اجابة المدربين حول طريقة تدريب المهارات(الفصل-الجمع)

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	11	32.4	4.22	3.841	0.05	1	دالة احصائيا
لا	23	67.6					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن نسبة 67.6% من المدربين لا يقومون بفصل تدريب المهارات في حين أن نسبة 32.4% فقط من المدربين يقومون بفصلها.

ومن خلال الجدول (07) تبين لنا أن ك2 الجدولة والمقدرة ب3.841 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 0,05 أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 4.22 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (06): دائرة نسبية تبين اجابة المدربين حول طريقة تدريب المهارات(الفصل-الجمع)

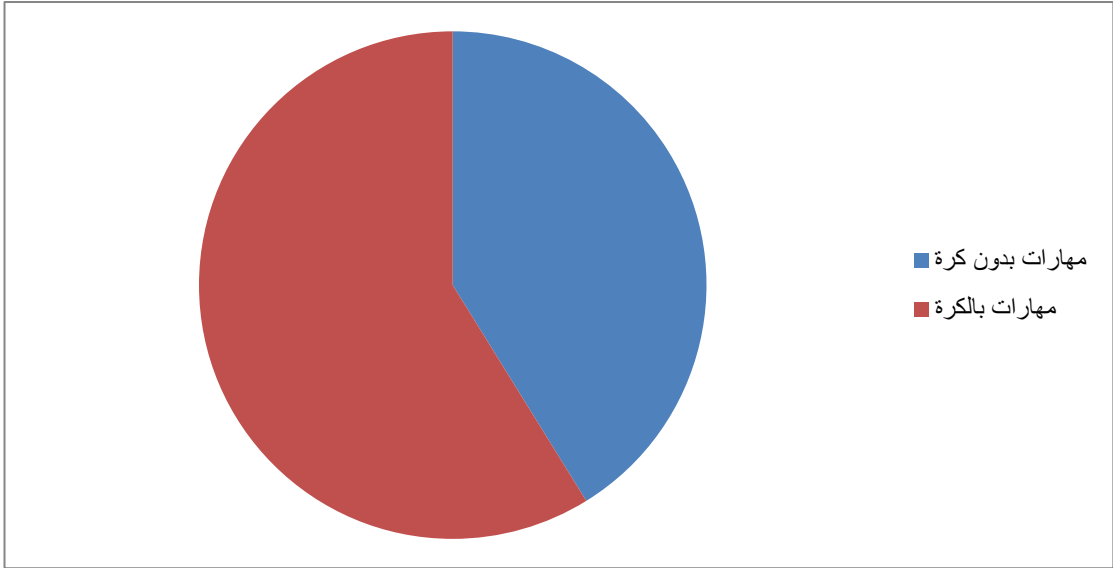
الجدول(08) يبين نوع المهارات التي تنميها الألعاب المصغرة لدى فئة أقل من 13 سنة

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
مهارات بدون كرة	14	41.2					غير
مهارات بالكرة	20	58.8	1.04	3.841	0.05	1	دالة
المجموع	34	100					احصائيا

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن نسبة 58.8% من المدربين يرو بأن الألعاب المصغرة تنمي المهارات الأساسية بالكرة في حين نجد نسبة 41.2% فقط من المدربين يرو بأن الألعاب المصغرة تنمي المهارات الأساسية بدون بالكرة.

ومن خلال الجدول (07) تبين لنا أن ك2 المجدولة والمقدرة ب3.841 عند درجة حرية 1 ومستوى دلالة 05,0 أكبر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 1.04 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (07) دائرة نسبية تبين نوع المهارات التي تنميها الألعاب المصغرة لدى فئة أقل من 13 سنة

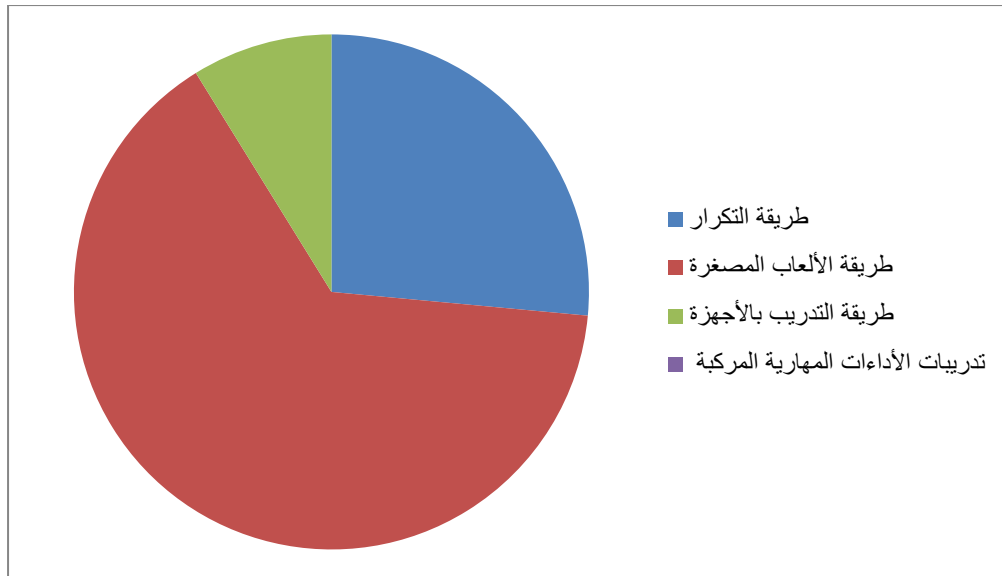
جدول (09) يبين الطريقة الأنسب لتنمية المهارات

الافتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
طريقة التكرار	9	26.5	24.92	7.815	0.05	3	دالة احصائيا
طريقة الألعاب المصغرة	22	64.7					
طريقة التدريب بالأجهزة	3	8.8					
تدريبات الأداءات المهارية المركبة	0	00					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أغلبية المدربين يرو أن طريقة الألعاب المصغرة هي الأنسب لتنمية المهارات حيث بلغت نسبتهم 64.7%، بينما يرى 26.5% من المدربين طريقة التدريب التكراري هي الأسب لذلك، أما نسبة المدربين الذين يرو أن طريقة التدريب بالأجهزة هي المناسبة فلم تتجاوز 8.8%، في حين أنه لا يوجد أي مدرب يرى أن طريقة تدريبات الأداءات المهارية المركبة مناسبة لتنمية المهارات.

ومن خلال الجدول (09) تبين لنا أن ك2 المجدولة والمقدرة ب7.815 عند درجة حرية 3 ومستوى دلالة 0,05 أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 24.92 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية



الشكل (08):دائرة نسبية تبين الطريقة الأنسب لتنمية المهارات

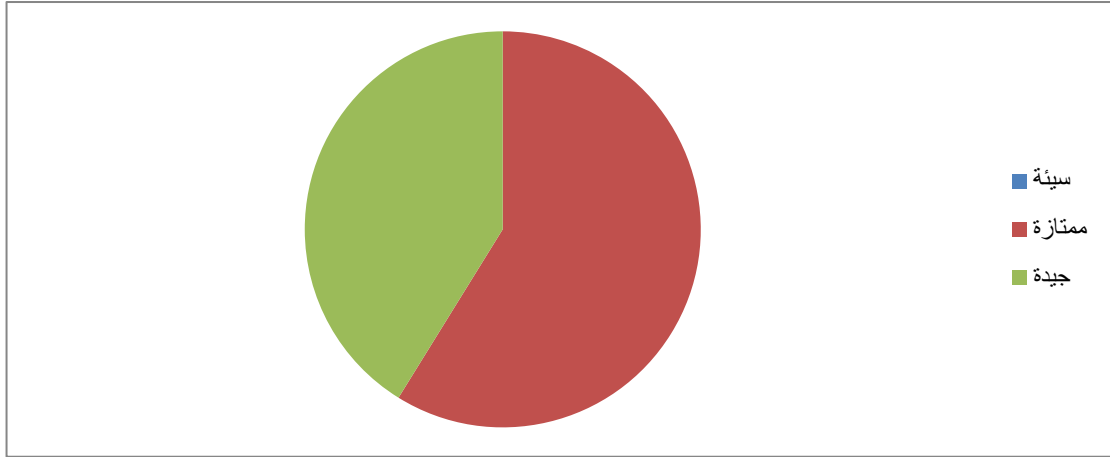
الجدول (10) يبين تقييم الألعاب المصغرة كطريقة لتنمية المهارات

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوب ة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
سيئة	0	0	18.62	5.991	0.05	2	دالة احصائيا
جيدة	14	41.2					
ممتاز	20	58.8					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن تقييم المدربين للألعاب المصغرة كطريقة لتنمية المهارات كان بالنسبة الأكبر على أنها طريقة ممتازة حيث بلغت النسبة 58.8% بينما نسبة التقييم جيد فقد كانت 41.2%، في حين لا يوجد أي مدرب يعتبر طريقة الألعاب المصغرة سيئة في تعليم وتنمية المهارات.

ومن خلال الجدول (10) تبين لنا أن ك2 المجدولة والمقدرة ب 5.991 عند درجة حرية 2 ومستوى دلالة 0,05 أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 18.62 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية



الشكل (09) دائرة نسبية تبين تقييم الألعاب المصغرة كطريقة لتنمية المهارات

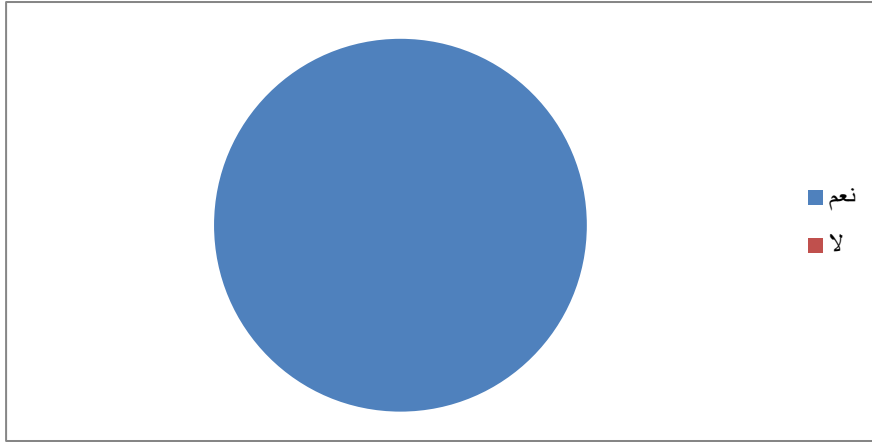
الجدول (11) يبين مراعاة طريقة الألعاب المصغرة للمراحل العلمية لتنمية المهارات

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	34	100	17	3.841	0.05	1	دالة احصائيا
لا	00	00					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن كل المدربين متفقين على أن طريقة الألعاب المصغرة تراعي المراحل العلمية لتنمية المهارات (مرحلة التوافق الأولي، مرحلة التوافق الجيد، مرحلة تثبيت المهارة)، حيث بلغت نسبة الاجابة بنعم 100%.

ومن خلال الجدول (11) تبين أن ك2 الجدولة والمقدرة ب 3،841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0،05 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 17 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (10) دائرة نسبية تبين مراعاة طريقة الألعاب المصغرة للمراحل العلمية لتنمية المهارات

الجدول (12) يبين عدد الحصص المنجزة بالألعاب المصغرة خلال دورة تدريبية شهرية

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
أقل من 4 حصص	2	5.8	17.87	5.991	0.05	2	دالة احصائيا
من 4-8 حصص	10	29.5					
أكثر من 8 حصص	22	64.7					
المجموع	34	100					

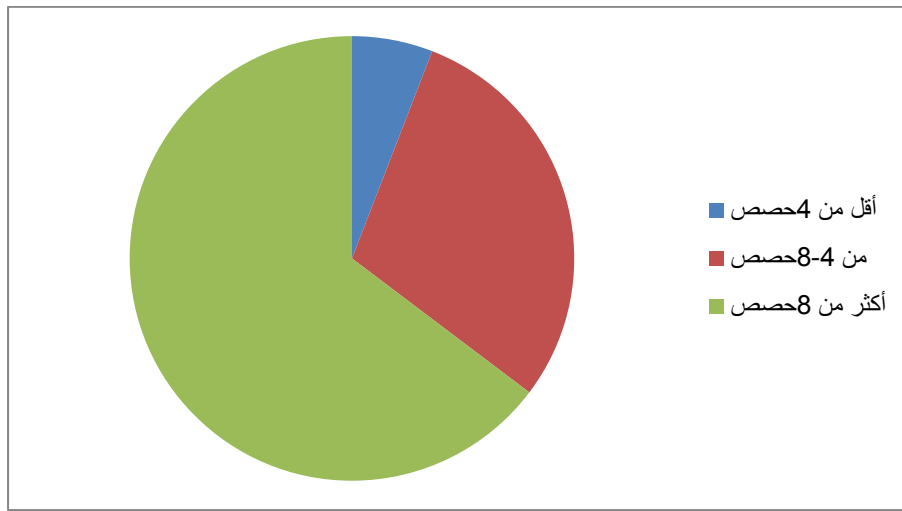
التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أغلب المدربين ينجزون أكثر من 8 حصص بالألعاب المصغرة خلال دورة

تدريبية شهرية من 12 حصة حيث بلغت نسبتهم 64.7%، بينما 29.5% من المدربين ينجزون من 4 الى 8

حصص بالألعاب المصغرة خلال دورة تدريبية شهرية، أما 5.8% فقط هي نسبة المدربين الذين ينجزون أقل من 4 حصص خلال الدورة.

ومن خلال الجدول (12) تبين أن ك2 المجدولة والمقدرة ب5.991 عند درجة الحرية 2 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 17.87 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (11) دائرة نسبية تبين عدد الحصص المنجزة بالألعاب المصغرة خلال دورة تدريبية شهرية

1-3- عرض وتحليل نتائج المحور الثالث (واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية

المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم).

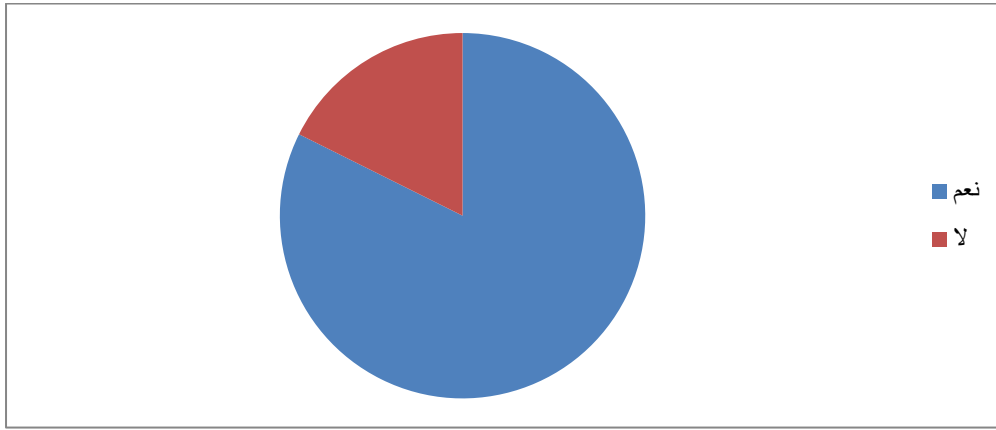
الجدول (13) يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري وتغيير الاتجاه

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	28	82.3	14.22	3.841	0.05	1	دالة إحصائية
لا	6	17.7					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 82.3% من المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري وتغيير الاتجاه ، بينما بلغت نسبة المدربين الذين لا يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري وتغيير الاتجاه 17.7%.

ومن خلال الجدول (13) تبين أن ك2 المجدولة والمقدرة ب 3،841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0،05 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 14.22 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (12) دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري وتغيير الاتجاه

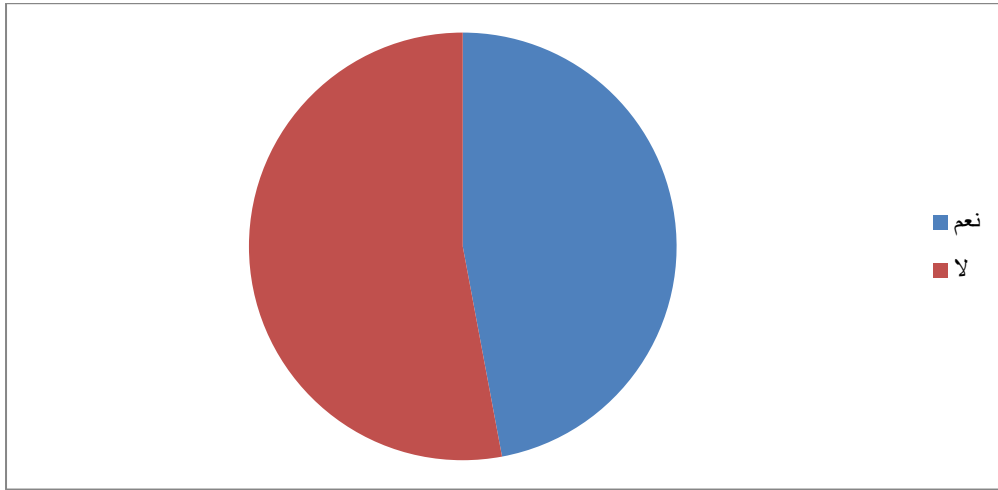
الجدول (14) يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة القفز (الارتقاء)

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	16	47	0.11	3.841	0.05	1	احصائيا
لا	18	53					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 53% من المدربين لا يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة القفز (الارتقاء) ، بينما بلغت نسبة المدربين الذين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة القفز (الارتقاء) 47%.

ومن خلال الجدول (14) تبين أن ك2 المجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أكبر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 0.11 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (13) دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة القفز (الارتقاء)

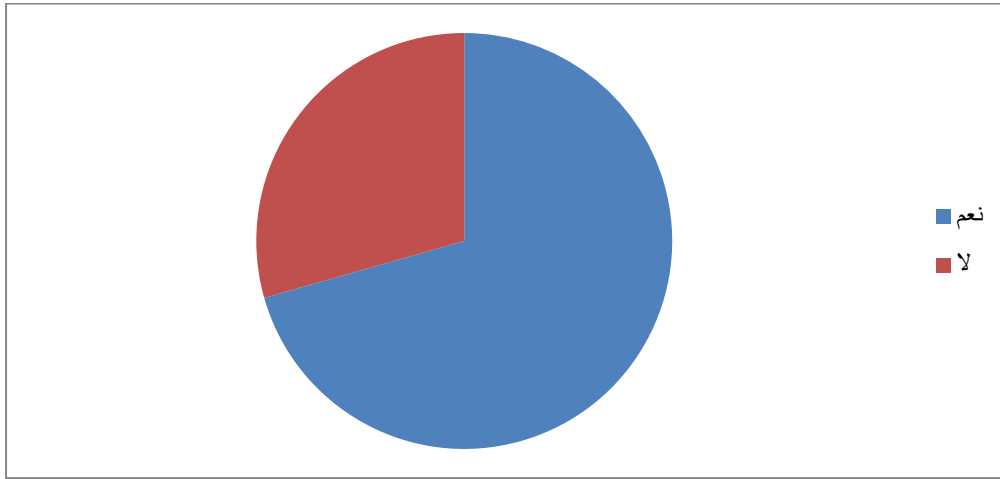
الجدول (15) يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الخداع و التمويه

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	24	70.6	5.76	3.841	0.05	1	دالة إحصائية
لا	10	29.4					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 70.6% من المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الخداع و التمويه، بينما بلغت نسبة المدربين الذين لا يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الخداع و التمويه 29.4%.

ومن خلال الجدول (15) تبين أن ك2 المجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 5.67 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (14) دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الخداع و التمويه

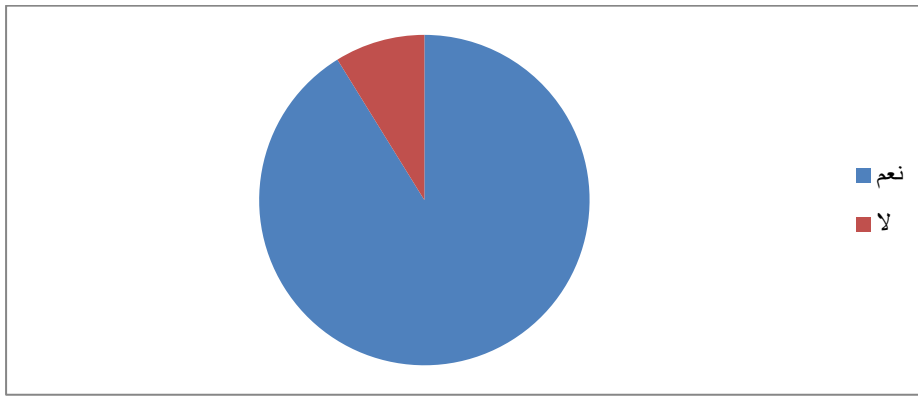
الجدول (16) يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التموقع

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	31	91.1	23.12	3.841	0.05	1	دالة إحصائية
لا	3	8.9					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 91.1% من المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التوقيع، بينما بلغت نسبة المدربين الذين لا يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التوقيع 8.9%.

ومن خلال الجدول (16) تبين أن ك2 المجدولة والمقدرة ب 3،841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 05،0 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 23.12 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (15) دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التوقيع

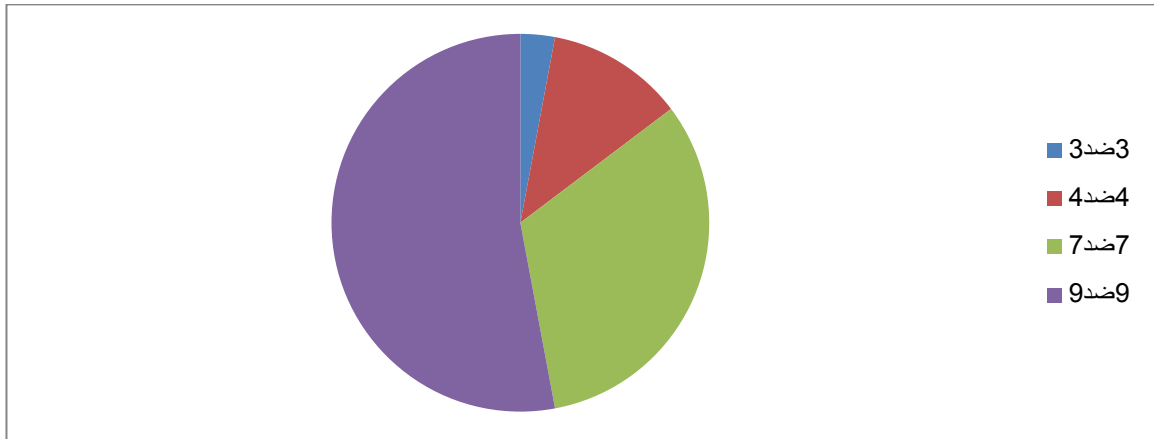
الجدول (17) يبين أشكال الألعاب المصغرة المستخدمة في تنمية المهارات بدون كرة

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
3 ضد 3	1	3	20.33	7.815	0.05	3	دالة إحصائية
4 ضد 4	4	11.7					
7 ضد 7	11	32.3					
9 ضد 9	18	53					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 53% من المدربين يستخدمون الألعاب المصغرة بالشكل 9 ضد 9 في تنمية المهارات بدون كرة ،بينما يستخدم 32.3% من المدربين طريقة الألعاب المصغرة من الشكل 7 ضد 7 في ذلك ، أما نسبة المدربين الذين يستخدمونها بالشكل 4 ضد 4 بلغت 11.7% ، في حين أن الذين يستخدمون الشكل 3 ضد 3 فكانت نسبتهم 3% فقط.

ومن خلال الجدول (17) تبين لنا أن ك2 المجدولة والمقدرة ب7.815 عند درجة حرية 3 ومستوى دلالة 0,05 أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 20.33 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (16) دائرة نسبية تبين أشكال الألعاب المصغرة المستخدمة في تنمية المهارات بدون كرة

1-4- عرض وتحليل نتائج المحور الرابع (واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم).

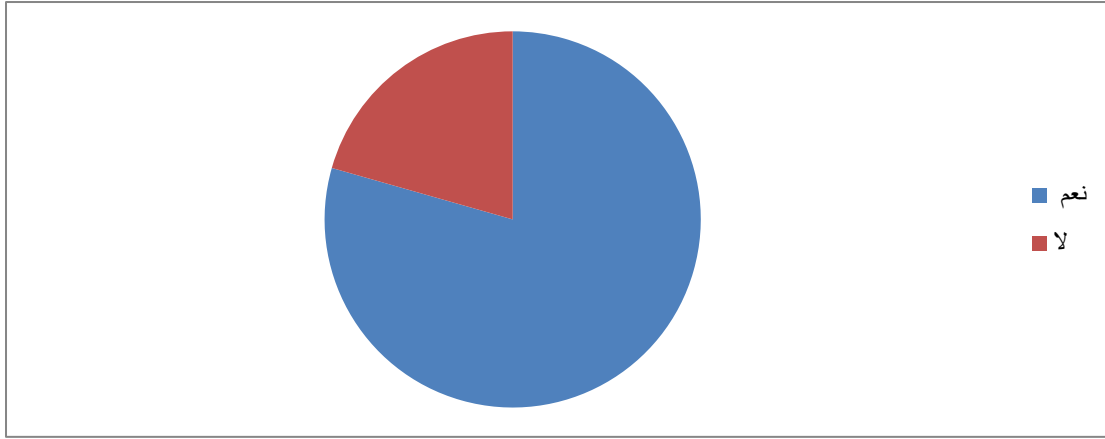
الجدول (18) يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التمرير

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	27	79.4	11.76	3.841	0.05	1	دالة احصائيا
لا	7	20.6					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 79.4% من المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التمرير، بينما بلغت نسبة المدربين الذين لا يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التمرير 20.6%.

ومن خلال الجدول (18) تبين أن ك2 المجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 05,0 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 11.76 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (17) دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التمرير

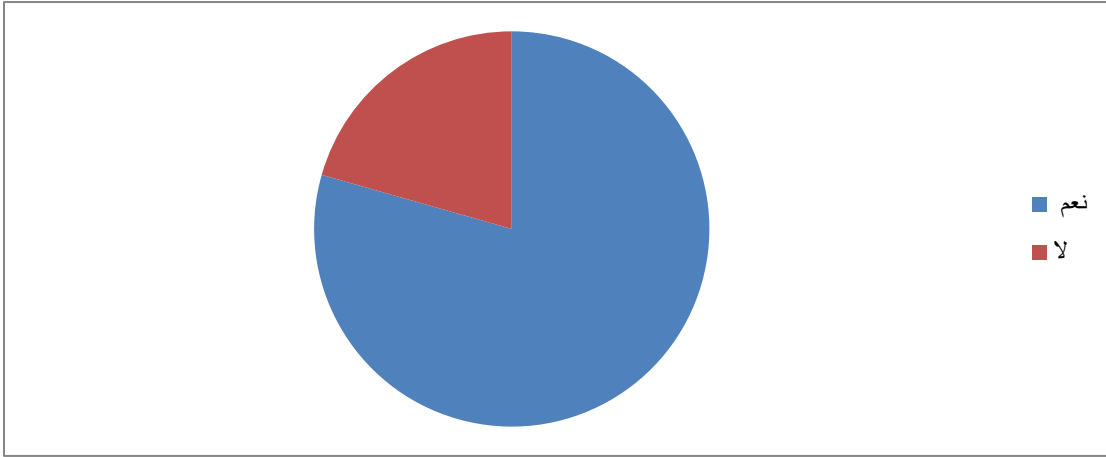
الجدول (19) يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الاستقبال

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	27	79.4	11.76	3.841	0.05	1	دالة احصائيا
لا	7	20.6					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 79.4% من المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الاستقبال، بينما بلغت نسبة المدربين الذين لا يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الاستقبال 20.6%.

ومن خلال الجدول (18) تبين أن ك2 المجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 11.76 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (18) دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الاستقبال

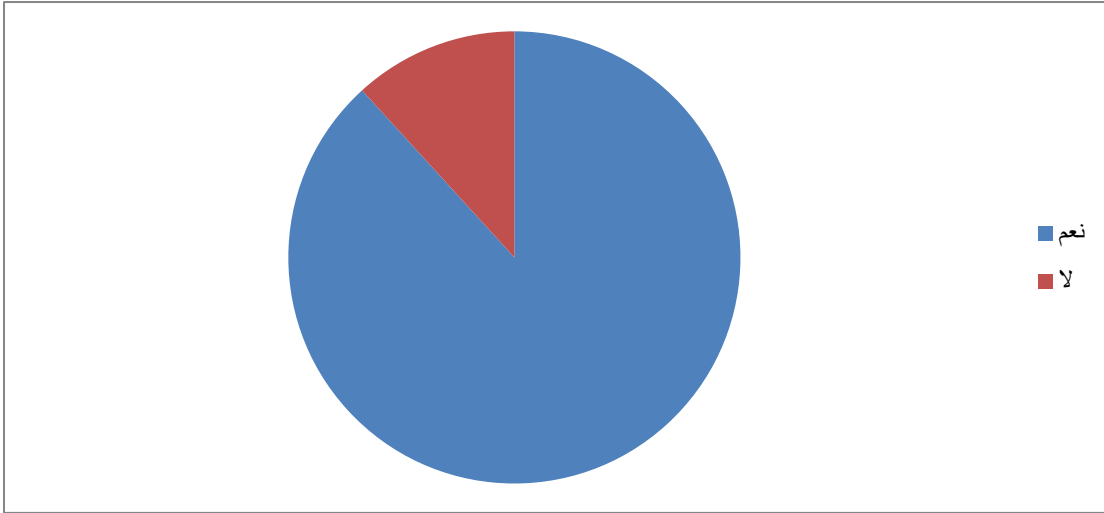
الجدول (20) يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري بالكرة

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	30	88.2	19.88	3.841	0.05	1	دالة احصائيا
لا	4	11.8					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 88.2% من المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري بالكرة، بينما بلغت نسبة المدربين الذين لا يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري بالكرة 11.8%.

ومن خلال الجدول (20) تبين أن ك2 المجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 19.88 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (19) دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري بالكرة

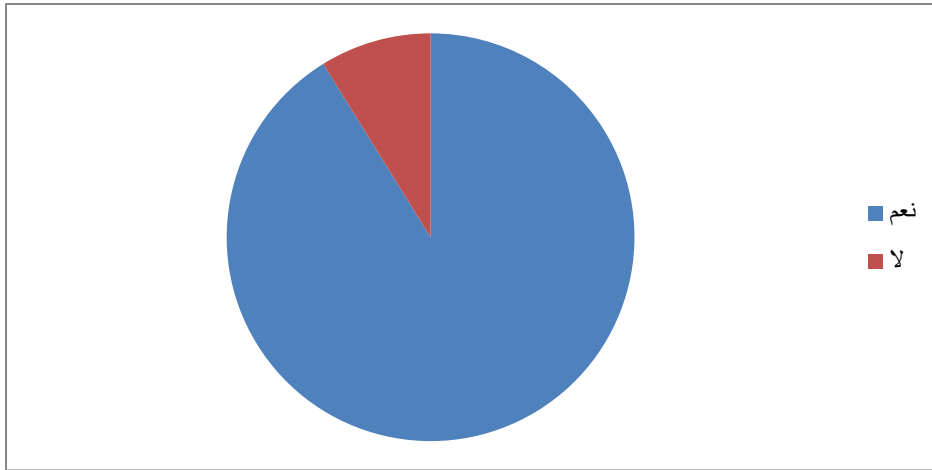
الجدول (21) يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة المراوغة

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
نعم	31	91.1	23.12	3.841	0.05	1	دالة احصائيا
لا	3	8.9					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 91.1% من المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة المراوغة، بينما بلغت نسبة المدربين الذين لا يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة المراوغة 8.9%.

ومن خلال الجدول (21) تبين أن ك2 المجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 23.12 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (20) دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة المراوغة

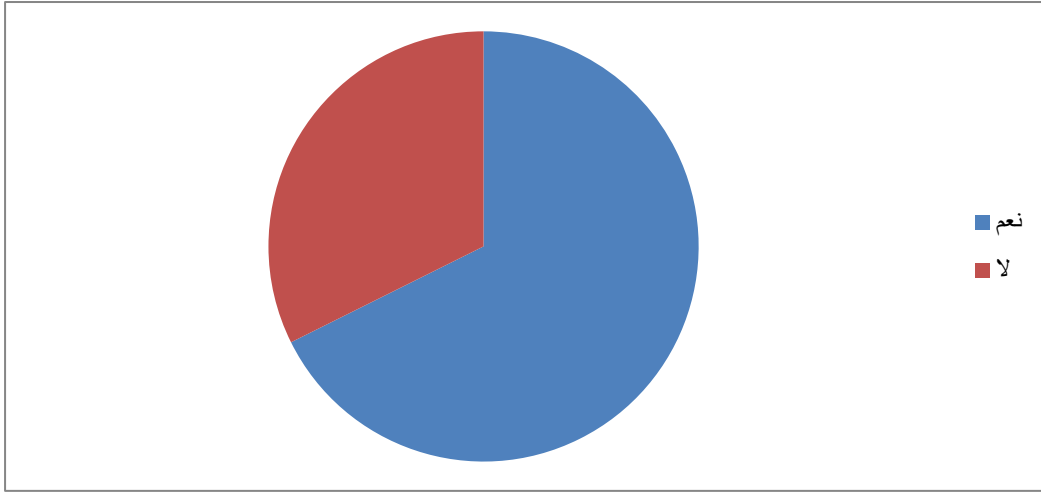
الجدول (22) يبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التصويب

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدالة
نعم	23	67.6	4.23	3.841	0.05	1	دالة احصائيا
لا	11	32.4					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 67.6% من المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التصويب، بينما بلغت نسبة المدربين الذين لا يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة المراوغة 32.4%.

ومن خلال الجدول (22) تبين أن ك2 الجدولة والمقدرة ب 3,841 عند درجة الحرية 1 ومستوى الدلالة 0,05 أنها أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب. 4.23 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الشكل (21) دائرة نسبية تبين استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التصويب

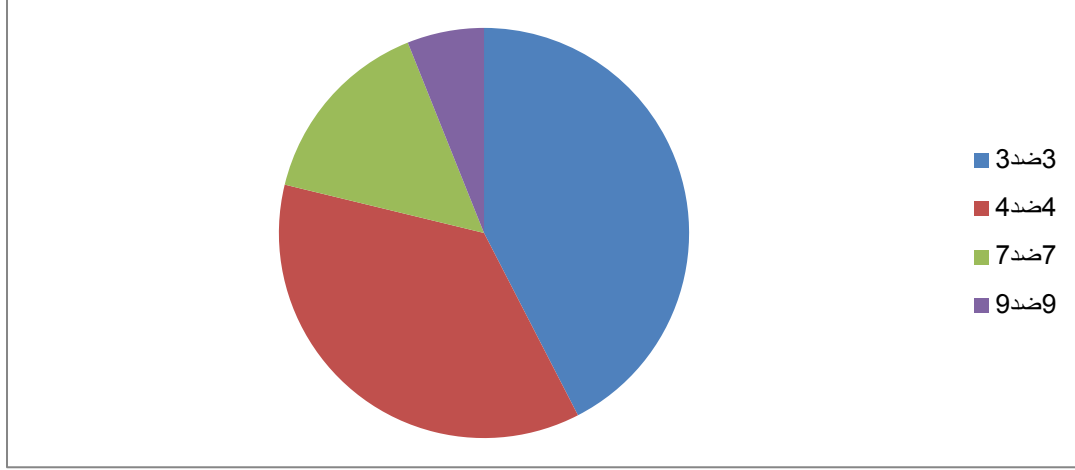
الجدول (23) يبين أشكال الألعاب المصغرة المستخدمة في تنمية المهارات بالكرة

الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	ك2 المحسوبة	ك2 المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
3 ضد 3	15	44.1	12.76	7.815	0.05	3	دالة احصائيا
4 ضد 4	12	35.3					
7 ضد 7	5	14.7					
9 ضد 9	2	5.9					
المجموع	34	100					

التحليل:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن 44.1% من المدربين يستخدمون الألعاب المصغرة بالشكل 3 ضد 3 في تنمية المهارات بالكرة ،بينما يستخدم 35.3% من المدربين طريقة الألعاب المصغرة من الشكل 4 ضد 4 في ذلك ، أما نسبة المدربين الذين يستخدمونها بالشكل 7 ضد 7 بلغت 14.7% ، في حين أن الذين يستخدمون الشكل 9 ضد 9 فكانت نسبتهم 5.9% فقط.

ومن خلال الجدول (23) تبين لنا أن ك2 المجدولة والمقدرة ب7.815 عند درجة حرية 3 ومستوى دلالة 0,05 أصغر من ك2 المحسوبة والمقدرة ب 12.76 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.



الجدول(22)دائرة نسبية تبين أشكال الألعاب المصغرة المستخدمة في تنمية المهارات بالكرة

2- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

2-1- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

التي افترض فيها الباحثان أنه يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم صنف اقل من 13 سنة.

ولإثبات صحة هذه الفرضية تبين لنا من خلال:

- الجدول (13) والشكل (12) أن أغلب المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري وتغيير الاتجاه، حيث أكدت دراسة **عاقلي حسين** على أنها طريقة فعالة في ذلك.

- الجدول (14) والشكل (13) أن اراء المدربين تضاربت حول استخدام طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة القفز (الارتقاء) لكن أغلبهم لا يستخدمها في ذلك .وهذا ما توافق مع ما توصلت اليه دراسة **عاقلي حسين**، حيث كانت النتائج على النحو التالي:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للعينة التجريبية لمهارة الإرتقاء.

- الجدول (15) والشكل (14) أن أغلب المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الخداع والتمويه.

- الجدول (16) والشكل (15) أن أغلب المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التموقع. وهذا لما تتميز به طريقة الألعاب المصغرة من خصائص حيث أنها تشبه ظروف المنافسة ،وهذا ما ذكر في الفصل النظري في خصائص الألعاب المصغرة.

- الجدول (17) والشكل (16) أن أغلب المدربين يستخدمون الألعاب المصغرة من الشكل 9 ضد 9 في تنمية المهارات بدون كرة .وهذا كون أنه كلما زاد عدد اللاعبين زادت الحاجة الى هذا النوع من المهارات وهذا ما يتأكد

من خلال الجدول 1 في الفصل النظري الذي يبين طريقة اختيار الألعاب المصغرة بما يتناسب مع الأهداف المراد تحقيقها.

أنه يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة وبالتالي بالفرضية تحققت جزئياً بنسبة قدرها 80%

2-1-1- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى في ضوء الدراسات المشابهة:

من خلال ما سبق ذكره يتضح أن النتائج المتوصل إليها تتوافق تماماً مع نتائج الدراسات السابقة (دراسة عاقل حسي، ودراسة كروم حسين، غول هشام) والتي توصلت إلى وجود تأثير إيجابي للبرامج التدريبية المبنية بالألعاب المصغرة على المهارات الأساسية بدون كرة .

2-1-2 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى بالإعتماد على الجانب النظري للدراسة:

من خلال ما سبق ذكره يتضح أن النتائج المتوصل إليها تتوافق تماماً مع ما تم ذكره في الجانب النظري للدراسة، وهذا لما للألعاب المصغرة من أهمية، مميزات و خصائص تجعلها من بين أحسن الطرق لتنمية المهارات بدون كرة.

2-2 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

التي افترض فيها الباحثان أنه يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

ولإثبات صحة هذه الفرضية تبين لنا من خلال:

- الجدول (18) والشكل (17) أن أغلب المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التمرير.

حيث أكدت دراسة عاقل حسي ودراسة كروم حسين، غول هشام على أنها طريقة فعالة في ذلك.

- الجدول (19) والشكل (18) أن أغلب المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الاستقبال، حيث أكدت دراسة **عاقلي حسين** ودراسة **كروم حسين**، **غول هشام** على أنها طريقة فعالة في ذلك.
- الجدول (20) والشكل (19) أن أغلب المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري بالكرة، حيث أكدت دراسة **عاقلي حسين** ودراسة **كروم حسين**، **غول هشام** على أنها طريقة فعالة في ذلك.
- الجدول (21) والشكل (20) أن أغلب المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة المراوغة، حيث أكدت دراستي **عاقلي حسين** و **بودبوس منى** على أنها طريقة فعالة في ذلك.
- الجدول (22) والشكل (21) أن أغلب المدربين يستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التصويب، حيث أكدت دراسة **عاقلي حسين** ودراسة **كروم حسين**، **غول هشام** على أنها طريقة فعالة في ذلك.
- الجدول (23) والشكل (22) أن أغلب المدربين يستخدمون الألعاب المصغرة من الشكل 3 ضد 3 في تنمية المهارات بالكرة. وهذا كون أنه كلما نقص عدد اللاعبين زادت مرات لمس الكرة وبالتالي تنمية المهارات بالكرة وهذا ما يتأكد من خلال الجدول 1 في الفصل النظري الذي يبين طريقة اختيار الألعاب المصغرة بما يتناسب مع الأهداف المراد تحقيقها.

أنه يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة وبالتالي بالفرضية تحققت كليا.

2-2-1- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية في ضوء الدراسات المشابهة:

من خلال ما سبق ذكره يتضح أن النتائج المتوصل إليها تتوافق تماما مع نتائج الدراسات السابقة (دراسة **عاقلي حسين**، دراسة **كروم حسين**، **غول هشام**، ودراسة **بودبوس منى**) والتي توصلت الى وجود تأثير ايجابي للبرامج التدريبية المبنية بالألعاب المصغرة على المهارات الأساسية بالكرة .

2-2-2- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية بالاعتماد على الجانب النظري للدراسة:

من خلال ما سبق ذكره يتضح أن النتائج المتوصل اليها تتوافق تماما مع ما تم ذكره في الجانب النظري للدراسة، وهذا لما للألعاب المصغرة من أهمية، مميزات و خصائص تجعلها من بين أحسن الطرق لتنمية المهارات بالكرة.

2-3- مناقشة الفرضية الرئيسية:

من أجل التحقق من صحة الفرضية الرئيسية يجب الرجوع إلى الفرضيات الفرعية، وبما أنها قد تحققت، فمعناه أن الفرضية الرئيسية " يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف اقل من 13 سنة " قد تحققت.

خلاصة:

لقد تضمن هذا الفصل عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث، وقد تبين لنا الواقع أنه يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

- الاستنتاج العام:

في ضوء أهداف الدراسة وعرض نتائجها ومناقشتها تبين أنه:

- يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم صنف اقل من 13 سنة.

- يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم صنف اقل من 13 سنة.

وبالتالي يمكن القول أنه يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف اقل من 13 سنة.

- الاقتراحات والتوصيات:

في ضوء أهداف الدراسة وعرض نتائجها ومناقشتها يوصي الباحثان بما يلي:

- ادراج برامج الألعاب المصغرة ضمن الدورات التدريبية خاصة لدى الفئات الصغرى.
- الاهتمام بالفئات الصغرى لأنها المنطلق الأساسي للوصول لأعلى المستويات الرياضية.
- ضرورة اتباع طريقة الألعاب المصغرة لتحقيق عدة أهداف .
- استخدام الألعاب المصغرة بعدد كبير من اللاعبين لتنمية المهارات الأساسية بدون كرة .
- استخدام الألعاب المصغرة بعدد قليل من اللاعبين لتنمية المهارات الأساسية بالكرة.
- التركيز على الجانبين المهاري والنفسي لدى الفئات العمرية الصغرة.

خاتمة

خاتمة:

إن الألعاب المصغرة طريقة لتنمية المهارات الأساسية في كرة القدم ومن أهم الطرق الحديثة المنتهجة نظرا للدور الكبير الذي تلعبه في بلوغ أهداف مجتمعه لتطوير و تنمية قدرات و مهارات اللاعب الناشئ و تتلاءم مع فئة أقل من 13 سنة، و تعتبر الألعاب المصغرة من أهم تدريبات الفرق الكبرى العالمية للقيمة التي تحتويها ، و أثرها الإيجابي على تكوين الناشئين و تحسين مستواهم المهاري.

وعلى ضوء هذا جاء موضوع دراستنا الذي يهدف الى ابراز واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

حيث توصل الباحثان الى أنه يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

قائمة المراجع

قائمة المراجع :

1-المراجع العربية:

1-1- الكتب:

- 2- ابراهيم شعلال، محمد عفيفي:كرة القدم للناشئين،مركز الكتاب للنشر،القاهرة،ط1،2001.
- 3- أحمد أمين فوزي:مبادئ علم النفس الرياضي،دار الفكر العربي،القاهرة،ط 1، 2003.
- 4- أمين أنور الخولي، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط3، 1994.
- 5- بوداود عبد اليمين، عطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2009.
- 6- ثامر محسن،سامي الصفار:أصول التدريب في كرة القدم،مطبعة جامعة بغداد،العراق،ط1،1988.
- 7- ثامر محسن، موفق المولى: التمارين التطويرية بكره القدم، دار الفكر، الأردن، ط1، 1999.
- 8- حسن السيد أبو عبده:الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم،مكتبة الاشعاع الفنية،الاسكندرية،ط 1،.2002.
- 9- حنفي محمود مختار :الاسس العلمية في تدريب كرة القدم،دار الفكر العربي ،مصر،1996.
- 10- حنفي محمود مختار: المدير الفني في كرة القدم، دارالفكر العربي، مصر، ط1، 1998.
- 11- حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين،دار الفكر العربي،مصر،ط 1 ، 1997.
- 12- خالد يوسف العمار: أبحاث البحث العلمي و إعداد الرسائل الجامعية في العلوم النفسية و التربوية و الإجتماعية، دار الإعصار العلمي للنشر والإشهار، الأردن، ط1، 2015.
- 13- روجي جميل: كرة القدم، دار النفائس، بيروت، ط1، 1986.
- 14- زهير الخشاب، محمد خضر اسمر: كرة القدم، تعليم تدريب قانون، مطابع التعليم العالي، جامعة الموصل، 1991.
- 15- عادل تركي حسن:كرة القدم تعليم وتدريب،مطبعة النيل،مصر،ط 1 ، 2009.
- 16- عاقل فاخر:النفس التربوي،دار العلم للملايين،بيروت،ط 6 ، 1980.
- 17- عبد الرحمن عيساوي: سكولوجية النمو ،دار النهضة العربية ،بيروت ، ط 2 ، 1994.
- 18- عبد العزيز القوس:الصحة النفسية،دار الفكر العربي،القاهرة، ط 1 ، 1984.
- 19- عزيزة سمارة واخرون :بسكولوجية الطفل،دار الفكر ،عمان،ط 1 ، 1992.
- 20- عطيات محمد خطاب:أوقات الفراغ والترويح،دار المعارف،مصر،ط 1 ، 1998 .
- 21- عمار بوحوش، محمد محمود ذنبيات: "مناهج البحث العلمي وطريقة إعداد البحوث"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.

- 22- فري كامل أبو زينة، عبد الحافظ الشايب وآخرون: منهج البحث العلمي للإحصاء في البحث العلمي، دار المسيرة ، عمان، الأردن، 2006.
- 23- قاسم المندلوي وأحمد سعيد: التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق، مطبعة علاء، بغداد، 1990.
- 24- قاسم لزام ، موفق مجيد المولى: تدريب التكتيك بين النظرية والتطبيق، الدار الجامعية للطباعة والنشر، مصر، 2007.
- 25- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي ، مصر، 1987.
- 26- محمد رضا الوقاد: التخطيط الحديث في كرة القدم، دار السعادة، مصر، ط 1 ، 2003.
- 27- محمد كشك وأمر الله البسوطي: أسس الاعداد المهاري والخططي في كرة القدم ،دار الفكر العربي ،ط 1 ، مصر، 2000 .
- 28- محمد محمد إبراهيم: دليل الباحث في إعداد ومناقشة الرسائل والبحوث العلمية، الدار الجامعية، الإسكندرية، 2014 .
- 29- محمود أبو علام: مناهج البحث في العلوم النفسية و التربوية، دار النشر للجامعات، مصر، ط 4، 2004.
- 30- مصطفى حسين باهي وآخرون: البحث العلمي في المجال الرياضي، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة، مصر، ط 1، 2013.
- 31- مصطفى فهمي: التكيف النفسي، مكتبة مصر، القاهرة، ط 1، 1988.
- 32- مفتي ابراهيم حماد: المهارات الرياضية، مركز الكتاب لمصر، جامعة حلوان، مصر، ط 1 ، 2002.
- 33- موريس أنجرس، ترجمة: بوزيد صحراوي و آخرون: منهجية البحث العلمي في العلم الإنسانية (تدريبات علمية)، دار القصة، الجزائر، ط 2، 2006.
- 34- نبيل عبد الهادي: النمو المعرفي عند الطفل، دار وائل للنشر، عمان، ط 1 ، 1999.
- 35- وائل عبد الرحمان التل: البحث العلمي في العلوم الانسانية والاجتماعية، دار الحامد للنشر والتوزيع، الأردن، 2007.
- 36- وديع فرج ألين :خبرات في الألعاب للصغار والكبار، دار الفكر العربي، القاهرة، ط 1 ، 2001.
- 37- يوسف لازم كماش: البحث العلمي مناهجه -أقسامه-أساليبه الإحصائية ، دار دجلة ،العراق، ط 1، 2016.
- 1-2- المعاجم:**

- 38- معجم اللغة العربية المعاصر .
- 39- معجم المعاني الجامع عربي عربي .

1-3- الرسائل العلمية:

- 40- سيف الدين بوطيجة: برنامج تدريبي مقترح للتحضير البدني المدمج في تنمية القدرات الهوائية لدى لاعبي كرة القدم، مذكرة ماستر، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، 2017/2016.
- 41- عاقل حسين، أثر استخدام الألعاب المصغرة (5ضد5) و (2ضد2) في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم، أطروحة الدكتوراه، قسم التدريب الرياضي، معهد ت ن ب ر، جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2018 .
- 42- مفاث كمال: أثر تمارين بدنية بطريقة التدريب التكراري على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم صنف أصاغر، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2013/2012.

2-المراجع الأجنبية:

2-1- Les livres:

- 43- Alexandre Della ,De l'entraînement à la performance en football,2008.
- 44- ¹ Arnold deek :Devloping skills ,new monograph motor skills ,1981
- 45- Bernard turpin :préparation et entrainement du footballeur ,edition Amphora,paris,1990.
- 46- Eric Batty: Entraînement A L'européenne ,édition Vigot , paris , France , 1981.
- 47- GHOUAL Adda : L'apport De La Préparation Physique Intégrée A L'entrainement En Football.2015.
- 48- Marck durant :L'enfant et le sport ,edition P.U.F pratique corporelles ,paris ,1987.
- 49- Tony Strudwick : **Soccer Science**, Human Kinetics, United State, 2016.
- 50- Anthony Turner, O.P.CIT, P 51.
- 51- Fédération Algérienne de Football : Dispositions Réglementaires Relatives aux compétitions de Football Amateur Saison 2018/2019.
- 52- Terence Favero et al: International research in Science and Soccer II, Routledge, New York, 2016.

2-2- Les theses:

- 53- MONKAM TCHKONT :These doctorat .2011 .

2-3-Les revues:

54- Des Jeunes Footballeurs Algériens, Revue Scientifique Annuelle
I.S.T.A.P.S N° 12 le 31 Décembre2015

3 - المواقع الإلكترونية:

55- -[https : // www.preparationphysique football./](https://www.preparationphysiquefootball.com/) Tableau- jeux-
reduits.(09/11/2019) ,17 :36.

56- <https://ar.wikipedia.org/> , (02/01/2020), 12 :34

الملاحق

الملحق 1: استمارة البحث:

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل -

القطب الجامعي تاسوست

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج مكتملة لنيل شهادة الماستر LMD تخصص تحضير بدني

استمارة بعنوان:

واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية في كرة القدم
صنف أقل من 13 سنة

لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه الإستمارة ونرجو مساعدتكم بالإجابة على الأسئلة الآتية (مع العلم أن المعلومات المقدمة لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي).

*الرجاء وضع علامة (X) أمام الإجابة المناسبة

شكرا على تفهمكم ومساعدتكم.

تحت اشراف الأستاذ :

- بوزكرية فوزي

إعداد الطالبين :

- بومالة محمد الهاني

- دربال إسماعيل

السنة الجامعية : 2019-2020

المحور الأول: محور البيانات الشخصية:

الفريق:

السن :

أقل من 25 سنة من 25-30 سنة أكبر من 30 سنة

الشهادة المتحصل عليها:

دكتوراه في الرياضة ماجستير في الرياضة ماستر في الرياضة

ليسانس في الرياضة تقني سامي في الرياضة مستشار في الرياضة

لاعب سابق

سنوات الخبرة في التدريب:

أقل من 5 سنوات من 5-10 سنوات أكثر من 10 سنوات

المحور الثاني: طرق التدريب في كرة القدم عند فئة أقل من 13 سنة:

س1: ماهي الطريقة التي تعتمدونها في تدريب فئة أقل من 13 سنة؟

طريقة التكرار

طريقة الألعاب المصغرة

طريقة التدريب بالأجهزة

تدريبات الأداءات المهارية المركبة

س2: ماهو الجانب الذي تركزون العمل عليه عند فئة أقل من 13 سنة؟

الجانب البدني

الجانب المهاري

الجانب الخططي

الجانب النفسي

س3: هل تقومون بفصل تدريب المهارات عند فئة أقل من 13 سنة (تدريب كل مهارة على حدى)؟

لا

نعم

س4: هل ترى أن الألعاب المصغرة تنمي لدى فئة اقل من 13 سنة؟

المهارات بالكرة

المهارات بدون كرة

س5: ماهي الطريقة التي تراها الأنسب لتنمية المهارات؟

طريقة التكرار

طريقة الألعاب المصغرة

طريقة التدريب بالأجهزة

تدريبات الأداءات المهارية المركبة

س6: كيف تقيم طريقة الألعاب المصغرة كطريقة لتنمية المهارات؟

ممتازة

جيدة

سيئة

س7: هل ترى أن طريقة الألعاب المصغرة تراعي المراحل العلمية لتنمية المهارات (مرحلة التوافق

الأولي، مرحلة التوافق الجيد، مرحلة تثبيت المهارة)؟

لا

نعم

س8: في دورة تدريبية شهرية (مكونة من 12 حصة). ماهو عدد الحصص التدريبية المنجزة بطريقة

الألعاب المصغرة ؟

أقل من 4 حصص 4-8 حصص أكثر من 8 حصص

المحور الثالث: واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة

لدى لاعبي كرة القدم.

س 9: هل تستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري وتغيير الاتجاه؟

نعم لا

س10: هل تستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة القفز (الارتقاء)؟

نعم لا

س11: هل تستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الخداع و التمويه؟

نعم لا

س12: هل تستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التوقيع؟

نعم لا

س13: ماهي أشكال الألعاب المصغرة التي تستخدمونها في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة ؟

3ضد3 4ضد4 7ضد7 9ضد9

المحور الرابع : واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى

لاعبي كرة القدم.

س14: هل تستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التمرير؟

نعم لا

س 15: هل تستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الاستقبال؟

لا

نعم

س16: هل تستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة الجري بالكرة ؟

نعم لا

س17: هل تستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة المراوغة ؟

نعم لا

س18: هل تستخدمون طريقة الألعاب المصغرة في تنمية مهارة التصويب ؟

نعم لا

س19: ماهي أشكال الالعاب المصغرة التي تستخدمونها في تنمية المهارات الاساسية بدون كرة ؟

3 ضد 3 4 ضد 4 7 ضد 7 9 ضد 9

الملحق 2: قائمة الفرق التي أجريت عليها الدراسة ومكان تدريبها :

الفريق	الملعب	البطولة التي ينشط فيها
مولودية بلدية قاوس	ملعب الشهيد رويح حسين	الجهوي الثاني قسنطينة
شباب اتلتيك تاسوست	ملعب تاسوست الجواري	شرفي ولاية جيجل
شباب حي موسى	ملعب العقيد عميروش	الثاني هواة شرق
شباب جيجل	ملعب الشهيد رويح حسين	الثاني هواة شرق
اتحاد بوشركة الطاهير	الملعب المتعدد الرياضات بوشركة الطاهير	الجهوي الثاني قسنطينة
الشباب الرياضي لبلدية الطاهير	الملعب المتعدد الرياضات بوشركة الطاهير	قبل الشرفي ولاية جيجل
النجم الرياضي لبلدية وجانة	الملعب البلدي وجانة	شرفي ولاية جيجل
شباب القنار	الملعب البلدي القنار	الجهوي الثاني قسنطينة
اتحاد الميلية	الملعب المتعدد الرياضات بوتياس الميلية	شرفي ولاية جيجل
نادي الشرطة الطاهير	الملاعب الجوارية لبلدية الطاهير	
نادي الشرطة الميلية	الملاعب الجوارية لبلدية الميلية	
نادي الشرطة جيجل	الملاعب الجوارية لبلدية جيجل	
نادي الشرطة العنصر	الملاعب الجوارية لبلدية العنصر	
اتحاد أولاد عسكر	الملعب البلدي أولاد عسكر	قبل الشرفي لولاية جيجل
مولودية الطاهير	الملعب المتعدد الرياضات	شرفي ولاية جيجل

	بوشركة الطاهير	
الجهوي الأول قسنطينة	الملعب المتعدد الرياضات بوشركة الطاهير	شباب الطاهير
مايين الرباطات	الملعب المتعدد الرياضات بوتياس الميلية	شباب الميلية
شرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي سيدي معروف	شبيبة سيدي معروف
قبل الشرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي الشقفة	شباب أولاد علال
قبل الشرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي ولاد يحي	شباب ولاد يحي
قبل الشرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي قاوس	شبيبة قاوس
شرفي ولاية جيجل	ملعب تاسوست	الوفاق الرياضي تاسوست
شرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي الأمير عبد القادر	نجم الأمير عبد القادر
شرفي ولاية جيجل	ملعب العقيد عميروش	شباب بلدية جيجل
شرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي سيدي عبد العزیز	اتحاد سيدي عبد العزيز
شرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي الشقفة	الأمل السعيد الشقفي
شرفي ولاية جيجل	الملعب المتعدد الرياضات بوتياس الميلية	اتحاد أولاد علي
شرفي ولاية جيجل	ملعب العقيد عميروش	الاتحاد الاسلام الجيجلي
شرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي تاكسنة	شبيبة تاكسنة
قبل الشرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي جيملة	أمل جيملة
قبل الشرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي سيدي معروف	شباب غزالة
قبل الشرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي العنصر	أمل العنصر
قبل الشرفي ولاية جيجل	الملعب البلدي بن ياحيس	شباب بن ياحيس

	ملحق ملعب روييح حسين	فريق مديرية الشباب والرياضة DJS
--	----------------------	------------------------------------

ملخص الأمانة

ملخص الدراسة:

هذه الدراسة بعنوان " واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية في كرة القدم صنف أقل من 13 سنة"، تهدف إلى التعرف على واقع استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

وعليه كان التساؤل الرئيسي للدراسة كالآتي:

- هل يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة؟

هذا التساؤل الرئيسي يندرج عنه التساؤلات الفرعية التالية:

- هل يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة؟

- هل يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة؟

حيث يفترض الباحثان ما يلي:

الفرضية الرئيسية: - يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

الفرضيات الفرعية:

- يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

- يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

تمثل مجتمع الدراسة في تدريبي فرق ولاية جيجل فئة أقل من 13 سنة حيث بلغ عددهم 34 مدرباً، أما عينة الدراسة فهي عينة غير احتمالية قصدية عن طريق المسح الشامل.

إعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي لملائمته طبيعة متغيرات الدراسة والإعتماد على الاستبيان كأداة لجمع المادة العلمية.

وكانت النتائج مبينة كالآتي:

- يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بدون كرة لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 13 سنة.

- يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية بالكرة لدى لاعبي كرة القدم صنف اقل من 13 سنة.

وبالتالي يمكن القول أنه يتم استخدام الألعاب المصغرة في تنمية المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم صنف اقل من 13 سنة.

الكلمات المفتاحية: الألعاب المصغرة، المهارة، كرة القدم.

