



جامعة محمد الصديق بن يحي - جيجل -



القطب الجامعي تاسوست

كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مذكرة تخرج مكملة لنيل شهادة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: تحضير بدني رياضي

مذكرة بعنوان:

تأثير الألعاب شبه الرياضية على بعض المهارات

الأساسية في كرة القدم

(التمرير - الجري بالكرة)

لدى لاعبي كرة القدم صنف أصاغر -ذكور-

(دراسة ميدانية لفريق شباب أتليتيك تاسوست صنف أصاغر U15)

تحت إشراف الأستاذ:

بن عالية الهادي

من إعداد الطلبة:

بوجميلة يمين

طميزة عمر

الموسم الجامعي: 2020/2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر و عرفان

نحمد الله على إحسانه، ونشكره على توفيقه وامتنانه، ونسأل المولى العلي
القدير أن يجزي أباينا خير الجزاء وأن يمدّهم بالصحة والعافية وأن يوفقهم
لخيري الدنيا والآخرة، ونتقدم بخالص شكرنا وعرفاننا إلى أستاذنا المشرف

"بن عالية الهادي"

الذي ساعدنا كثيرا على إنجاز هذا العمل المتواضع، بتوجيهاته الدقيقة
التي استفدنا منها.

كما يسرنا أن نتقدم بأسمى آيات التقدير والاحترام إلى جميع أساتذتنا في
القسم دون استثناء.

دون أن ننسى الأسرة الرياضية في نادي شباب أتليتيك تاسوست والزملاء
جميعا.

شكرا

A 3D-style signpost with a sign that reads "قائمة المحتويات" (Table of Contents). The signpost consists of a vertical pole and two horizontal bars. The sign is a rounded rectangle with a gradient and a shadow.

قائمة المحتويات

قائمة المحتويات

| الصفحة | العنوان |
|--------|---|
| | البسمة |
| | شكر و عرفان |
| | قائمة المحتويات |
| | قائمة الجداول |
| | قائمة الأشكال |
| أ | مقدمة |
| | الفصل: التمهيدي الإطار العام للدراسة |
| 5 | 1- الإشكالية |
| 6 | 2- فرضيات الدراسة |
| 6 | 3- أهداف الدراسة |
| 7 | 4- أهمية الدراسة |
| 7 | 5- أسباب اختيار الموضوع |
| 8 | 6- تحديد المفاهيم والمصطلحات |
| 8 | 6-1- الألعاب شبه الرياضية |
| 8 | 6-2- المهارات الأساسية في كرة القدم |
| 8 | 6-3- المهارة |
| 9 | 6-4- كرة القدم football |
| 9 | 6-5- التمرير |
| 9 | 6-6- الجري بالكرة (الدحرجة) |
| 10 | 6-7- الفئة العمرية (13-15 سنة) |
| 10 | 7- الدراسات السابقة والمثابفة |
| 10 | 7-1- الدراسات السابقة |
| 12 | 7-2- الدراسات المثابفة |
| 17 | 8- التعقيب على الدراسات السابقة والمثابفة |

قائمة المحتويات

| الجانب النظري | |
|-----------------------------------|-------------------------------|
| الفصل: الأول الألعاب الشبه رياضية | |
| 21 | تمهيد |
| 22 | أولاً: اللعب |
| 22 | 1- تعريف اللعب |
| 22 | 2- قيمة اللعب |
| 23 | 3- أنواع اللعب |
| 23 | 3-1- اللعب العفوي |
| 23 | 3-2- اللعب التربوي |
| 23 | 3-3- اللعب العلاجي |
| 23 | 4- خصائص اللعب |
| 24 | 5- تقسيم الألعاب |
| 24 | 5-1- الألعاب الكبيرة |
| 24 | 5-2- الألعاب الصغيرة |
| 24 | 6- أهداف اللعب |
| 25 | 6-1- الأهداف النفسية الحركية |
| 25 | 6-2- الأهداف المعرفية |
| 25 | 6-3- الأهداف العاطفية |
| 26 | 6-4- الأهداف البدنية |
| 26 | 7- وظائف اللعب |
| 28 | ثانياً: الألعاب شبه الرياضية |
| 28 | 1- تعريف الألعاب الشبه رياضية |
| 28 | 2- خصائص الألعاب الشبه رياضية |
| 28 | 3- تصنيف الألعاب شبه الرياضية |

قائمة المحتويات

| | |
|----|---|
| 28 | 3-1- ألعاب جد نشطة |
| 28 | 3-2- ألعاب نشيطة |
| 29 | 3-3- ألعاب ذات شدة ضعيفة |
| 29 | 3-4- ألعاب ترويحية تثقيفية |
| 29 | 4- أقسام الألعاب الشبه رياضية |
| 29 | 4-1- من حيث طبيعتها |
| 29 | 4-2- من حيث طبيعة نشاطها |
| 30 | 4-3- من حيث القانون |
| 30 | 5- أهداف الألعاب الشبه رياضية |
| 31 | 5-1- المرحلة التحضيرية |
| 31 | 5-2- المرحلة الرئيسية |
| 31 | 5-3- المرحلة النهائية |
| 31 | 6- أغراض الألعاب شبه الرياضية |
| 32 | 7- أهمية الألعاب شبه الرياضية |
| 32 | 8- استعمالات الألعاب شبه الرياضية |
| 33 | 8-1- التحفيز |
| 33 | 8-2- التحضير |
| 33 | 9- ملاحظات خاصة بالألعاب شبه الرياضية |
| 35 | خلاصة |
| | الفصل الثاني: المهارات الأساسية في كرة القدم |
| 37 | تمهيد |
| 38 | 1- تعريف المهارة |

قائمة المحتويات

| | |
|----|---|
| 38 | 2- أهمية المهارة |
| 38 | 3- مفهوم المهارات الأساسية في كرة القدم |
| 39 | 4- أقسام المهارات الأساسية في كرة القدم |
| 39 | أولاً: المهارات الأساسية بدون كرة |
| 39 | 1- الجري المتغير الاتجاه |
| 40 | 2- الوثب (الارتقاء) |
| 41 | 3- الخداع والتمويه |
| 42 | ثانياً: المهارات الأساسية بالكرة |
| 42 | 1- استقبال الكرة |
| 43 | 2- ضرب الكرة بالقدم والرأس |
| 43 | 3- التسديد (التصويب) |
| 44 | 4- مهارات حارس المرمى |
| 44 | 5- مهارة التهديف |
| 45 | 6- المراوغة |
| 46 | 7- رمية التماس |
| 46 | 8- التمرير |
| 46 | 8-1- تعريف التمرير |
| 47 | 8-2- أنواع التمرير |
| 47 | 8-3- أشكال التمرير |
| 48 | 9- الجري بالكرة (دحرجة الكرة) |
| 48 | 9-1- تعريف الجري بالكرة |

قائمة المحتويات

| | |
|--------------------------------|---|
| 48 | 9-2- أهداف الجري بالكرة |
| 49 | 9-3- شروط نجاح مهارة الجري بالكرة |
| 50 | 9-4- انواع الجري بالكرة |
| 51 | 5- مراحل تعليم المهارات الأساسية |
| 51 | 6- أهم مميزات المهارات الأساسية |
| 52 | 7- أساليب التدريب على المهارات الأساسية |
| 54 | خلاصة |
| الفصل الثالث: كرة القدم | |
| 56 | تمهيد |
| 57 | 1 - تعريف كرة القدم |
| 57 | 1-1- التعريف اللغوي |
| 57 | 1-2- التعريف الاصطلاحي |
| 57 | 1-3- التعريف الإجرائي |
| 58 | 2- لمحة عن كرة القدم |
| 58 | 3- أهم المحطات في تاريخ كرة القدم |
| 61 | 4- تطور كرة القدم في الجزائر |
| 63 | 5- أهم منافسات كرة القدم في الجزائر |
| 63 | 5-1- منافسات البطولة |
| 65 | 5-2- منافسات بطولة القسم الجهوي |
| 66 | 5-3- منافسات كأس الجمهورية |
| 67 | 5-4- منافسات الكأس الممتازة |

قائمة المحتويات

| | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| 67 | 6- قوانين كرة القدم |
| 71 | 7- طرق اللعب في كرة القدم |
| 72 | 7-1- طريقة الظهير الثالث |
| 72 | 7-2- طريقة 4-2-4 |
| 72 | 7-3- طريقة متوسط الهجوم المتأخر M.M |
| 72 | 7-4- طريقة 3-3-4 |
| 73 | 7-5- طريقة 4-3-3 |
| 73 | 7-6- الطريقة الدفاعية الإيطالية |
| 73 | 7-7- الطريقة الشاملة |
| 73 | 7-8- الطريقة الهرمية |
| 74 | خلاصة |
| الفصل الرابع: الفئة العمرية | |
| 76 | تمهيد |
| 77 | 1- تعريف فئة الأصاغر (13 - 15) |
| 77 | 2- خصائص النمو في هذه الفئة |
| 78 | 2-1- النمو الجسمي |
| 78 | 2-2- النمو الحركي |
| 79 | 2-3- النمو العقلي |
| 80 | 2-4- النمو الاجتماعي |
| 81 | 2-5- العلاقات |
| 81 | 2-6- النمو الانفعالي |

قائمة المحتويات

| | |
|---|----------------------------------|
| 82 | 3- احتياجات الطفل في هذه المرحلة |
| 82 | 3-1- الاحتياجات النفسية الحركية |
| 83 | 3-2- الاحتياجات الاجتماعية |
| 84 | 3-3- الاحتياجات المعرفية |
| 85 | 3-4- الاحتياجات البدنية |
| 85 | 4- المراقبة |
| 85 | 4-1- تعريف المراقبة |
| 86 | 4-2- تعريف المراقبة المبكرة |
| 86 | 4-3- مشاكل المراقبة المبكرة |
| 89 | خلاصة |
| الجانب التطبيقي | |
| الفصل الخامس: الأسس المنهجية للدراسة الميدانية | |
| 92 | تمهيد |
| 93 | 1- الدراسة الاستطلاعية |
| 94 | 2- المنهج المتبع |
| 95 | 3- مجتمع وعينة الدراسة |
| 95 | 3-1- مجتمع البحث |
| 95 | 3-2- عينة الدراسة |
| 96 | 4- مجالات الدراسة |
| 96 | 4-1- المجال المكاني |
| 96 | 4-2- المجال الزمني |

قائمة المحتويات

| | |
|---|--|
| 97 | 5- متغيرات الدراسة |
| 97 | 5-1- المتغير المستقل |
| 97 | 5-2- المتغير التابع |
| 98 | 6- الأسس العلمية |
| 98 | 6-1- ثبات الاختبار |
| 98 | 6-2- صدق الاختبار |
| 99 | 6-3- موضوعية الاختبار |
| 100 | 7- تقنيات الدراسة |
| 100 | 7-1- اختبار دقة التمرير |
| 100 | 7-2- اختبار الجري بالكرة |
| 101 | 8- الأساليب الاحصائية |
| 101 | 8-1- المتوسط الحسابي |
| 102 | 8-2- الانحراف المعياري |
| 102 | 8-3- معامل الارتباط بيرسون |
| 103 | 8-4- معامل الالتواء |
| 104 | خلاصة |
| الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة | |
| 106 | تمهيد |
| 107 | 1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات |
| 107 | 1-1- عرض وتحليل نتائج دقة التمرير |
| 108 | 1-2- عرض وتحليل نتائج الجري بالكرة |

قائمة المحتويات

| | |
|-----|---|
| 110 | 2- تحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضيات |
| 110 | 2-1- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى |
| 111 | 2-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضية الجزئية الثانية |
| 112 | 2-3- مناقشة النتائج في ظل الفرضية الرئيسية |
| 112 | 3- الاستنتاج العام للدراسة |
| 113 | 4- الاقتراحات المستقبلية |
| 115 | الخاتمة |
| 117 | قائمة المصادر والمراجع |
| | الملاحق |



قائمة الجداول

قائمة الجداول

| الصفحة | العنوان | الرقم |
|--------|--|-------|
| 99 | معامل ثبات الاختبارات المقترحة | 1 |
| 107 | المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للقياسين القبلي والبعدي في اختبار دقة التمرير. | 2 |
| 108 | المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للقياسين القبلي والبعدي في اختبار الجري بالكرة. | 3 |



قائمة الأشكال

قائمة الأشكال

| الصفحة | العنوان | الرقم |
|--------|--|-------|
| 100 | اختبار دقة التمرير | 1 |
| 101 | اختبار الجري بالكرة | 2 |
| 108 | نتائج الفرق بين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في اختبار دقة التمرير | 3 |
| 109 | نتائج الفرق بين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية في اختبار الجري بالكرة. | 4 |



مقدمة

تحتل الرياضة مكانة عالية في المجتمع المعاصر وذلك بنوعيتها الترفيهي والتنافسي، وقد اهتم الإنسان بها منذ أن كانت مجرد حركات يستعملها لتلبية حاجياته اليومية (المطاردة، الصيد، ...)، إلى أن أصبحت تخضع إلى قوانين وقواعد قابلة للتطور والدراسة والتصنيف من حيث الأهمية وطرق الأداء، وكذا من حيث التخصصات فظهرت رياضات فردية وأخرى جماعية ومن بين هذه الرياضات الجماعية نجد رياضة كرة القدم.

وتعتبر كرة القدم أحد الرياضات الأكثر شعبية في العالم، فقد مسها تطور كبير ودخلت مرحلة في غاية التعقيد والتحديث في تقنيات وطرق اللعب، وزاد الإقبال عليها من كلا الجنسين، وهذا التطور يشمل نواحي متعددة، منها التطور البدني والمهاري والخططي والنفسي والعقلي ، ... من أجل تحقيق أسمى شكل لكرة القدم، الذي يهدف إلى بلوغ الرياضي أعلى درجات الأداء المهاري المتمني والعطاء الفني الجميل، وهذا ما يسعى إليه المختصون في كرة القدم من خلال البرامج التدريبية المنتهجة علمياً.

والأداء المهاري أحد أهم الجوانب في كرة القدم الحديثة، فهو يعبر عن مهارات تقنية مكيفة مع اللعب وهي طريقة لأنها نستعمل الحركة المناسبة إلا في الوقت المناسب، لذا وجب على المدرب عند اختياره لطرق تدريب الاصاغر الأخذ بعين الاعتبار تعطشهم للعب كأساس للتعامل معهم، والألعاب الشبه رياضية إحدى هذه الطرق التي يستعملها المدرب في كرة القدم لما تشكله من إمكانيات تحسين مستوى اللاعب، هذا الأخير وحتى يصبح فرداً لامعاً في اللعب وجب عليه أن يمتلك صفات مهارية عالية، لدى وجب التفكير في التحسين وصل هذه المهارات كالتمرير والجري بالكرة، ... وعلى ضوء كل هذا جاء بحثنا الذي سنحاول من خلال دراسته دراسة تأثير الألعاب الشبه رياضية على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (التمرير - الجري بالكرة)، وقد قمنا بتقسيم بحثنا على النحو التالي:

تناولنا في الفصل التمهيدي مشكلة الدراسة، فرضيات الدراسة، أهمية الدراسة، إضافة إلى الأهداف وأسباب اختيار الموضوع، وكذا تحديد المفاهيم والمصطلحات والدراسات المشابهة والسابقة.

أما الجانب النظري فكان من أربعة فصول:

وقد جاء في الفصل الأول دراسة للألعاب الشبه رياضية، حيث تطرقنا إلى ذكر خصائص الألعاب الشبه رياضية وتصنيفاتها وأقسامها، وأهدافها بالإضافة إلى استعمالاتها وأهميتها.

في حين جاء في الفصل الثاني دراسة لكرة القدم : حيث تطرقنا إلى تاريخ كرة القدم والتسلسل التاريخي لتطورها في العالم وفي الجزائر، بالإضافة إلى ذكر قوانين كرة القدم وطرق لعبها المختلفة.

أما الفصل الثالث فقد تطرقنا إلى المهارات الأساسية في كرة القدم، وقمنا بتعريف المهارات وذكر أهميتها وأقسامها وأهم مميزاتهما.

وقد تم في الفصل الرابع ذكر خصائص المرحلة العمرية (13- 15 سنة) وقمنا بذكر خصائص النمو في هذه المرحلة احتياجات الطفل فيها، ومشاكلها.

أما الجانب التطبيقي فقد قسمناه إلى فصلين:

وتضمن الفصل الأول الطرق المنهجية للبحث واشتملت على الدراسة الاستطلاعية والمجال المكاني والزمني، مع تحديد الشروط العلمية للأداة، وكذا ضبط متغيرات الدراسة مع تحديد عينة البحث وكيفية اختيارها، كما تمّ تحديد المنهج المستخدم وأدوات الدراسة المتمثلة في الاختبارات مع شرح إجراءات الاختبار الميداني.

كما قمنا في الفصل الثاني بعرض وتحليل نتائج الدراسة الميدانية مع مناقشتها.

وفي الأخير خاتمة وأعطينا بعض الاقتراحات والتوصيات.

الجانب التمهيدي

الإطار المنهجي

- 1- الإشكالية
- 2- فرضيات الدراسة
- 3- أهداف الدراسة
- 4- أهمية الدراسة
- 5- أسباب اختيار الموضوع
- 6- تحديد المفاهيم والمصطلحات
- 7- الدراسات السابقة والمثابفة
- 8- التعقيب على الدراسات السابقة والمثابفة

1- الإشكالية:

إن التدريب الحديث في كرة القدم عملية مبنية على أسس علمية هدفها الوصول بالناشئ إلى المستوى العالي، حيث أن ارتفاع المستوى في كرة القدم يوضح حتمية الاتجاه للأساليب العلمية في التعامل مع لاعبي كرة القدم على مر مختلف المراحل العمرية، حيث أن الطريق في تدريب اللاعبين الصغار من الأمور الشاقة والصعبة.

وتعد كرة القدم من الرياضات الأكثر شعبية في العالم لما لها من إثارة وتشويق وحماس، حيث تعتمد على مهارات مختلفة، وأصبح أداء المهارة يتميز بالقوة والسرعة والأداء الفني العالي، حيث يتم إنجازها في شكل جماعي على درجة عالية من التفاهم والإتقان، وفي كرة القدم الحديثة الشيء المهم هو الأداء المهاري، والألعاب شبه الرياضية في كرة القدم من الطرق التي يستعملها المدرب خلال الوحدات التدريبية لما تشكله من إمكانية تحسين مهارات اللاعب.

وتعتبر الألعاب شبه الرياضية وسيلة فعالة في إثارة دوافع اللاعبين نحو تحقيق أهداف التعلم وما يحققه من غرض بدني وتكتيكي وتقني معين، بالإضافة إلى الجانب التنافسي والتشويق الذي يجب أن تتميز به اللعبة لما لها من أهمية كبيرة في التدريب والتسلية، فإذا ما كان اللعب ضرورة للاعبين لأنه مطلب من مطالب طبيعتهم ووسيلة لتجديد النشاط والترفيه فيجب البحث عن الطرق والوسائل لإشباع رغباتهم وحاجياتهم بطريقة منظمة.¹

وتعتبر 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.²

¹ بلقاسم العوادي ليلي: تأثير الألعاب شبه رياضية على تطوير صفة السرعة الانتقالية بدون كرة وصفة الرشاقة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد (12- 14 سنة)، مذكرة ماستر، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، 2016/2017، ص 02.

² حسن السيد أبو عبده: الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر، 2002، ص 127.

وتعد مهارة التمرير والجري بالكرة من المهارات الأساسية ذات التأثير الفعال في أداء اللاعب والتي يجب توفرها لدى لاعبي كرة القدم، لذلك نجد المدرب يلجأ إلى استعمال الألعاب شبه الرياضية ويوجهها من حيث استعدادات اللاعبين لممارستها وجعلها مشوقة.

وهذا ما دفعنا في بحثنا هذا إلى طرح التساؤل العام التالي:

➤ هل تؤثر الألعاب شبه الرياضية على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (التمرير - الجري بالكرة)؟

التساؤلات الفرعية:

➤ هل الألعاب شبه الرياضية تؤثر على مهارة التمرير؟

➤ هل الألعاب شبه الرياضية تؤثر على مهارة الجري بالكرة؟

2- فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

✓ تؤثر الألعاب شبه الرياضية على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (التمرير - الجري بالكرة).

الفرضيات الجزئية:

➤ الألعاب شبه الرياضية تؤثر على مهارة التمرير.

➤ الألعاب شبه الرياضية تؤثر على مهارة الجري بالكرة.

3- أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق مجموعة من الأهداف يمكن إيجازها فيما يلي:

- معرفة تأثير الألعاب شبه الرياضية على تطوير مهارات التمرير.

- معرفة تأثير الألعاب شبه الرياضية على تطوير مهارات الجري بالكرة.

4- أهمية الدراسة: تتمثل أهمية الدراسة في جانبين:

الجانب العلمي:

- إضافة معارف جديدة إلى ميدان التربية البدنية والرياضية يستفيد منها الطلبة والقائمين على هذا المجال.

- طرح بعض التوصيات العملية والأكاديمية بناء على نتائج الدراسة ، بجانبها النظري والتطبيقي.

الجانب العملي:

- معرفة المهارات الأساسية وكيفية تطويرها.
- محاولة تسليط الضوء على كيفية اختيار المدربين للألعاب الشبه رياضية المقدمة.
- محاولة إبراز تأثير الألعاب الشبه رياضية في تطوير المهارات الأساسية للاعبين.

5- أسباب اختيار الموضوع :

✓ الأسباب الذاتية:

- محاولة تحسين الجانب المهاري للاعبين في النادي.
- الميل إلى دراسة هذا الموضوع والتعمق فيه.
- الحاجة إلى مثل هذه البحوث التي تعالج موضوعات عصرية ومهمة.

✓ الأسباب الموضوعية:

- تتمثل دراستنا في محاولة إبراز أهمية الألعاب شبه الرياضية في تطوير المهارات الأساسية.
- محاولة التعرف على الألعاب شبه الرياضية كطريقة حديثة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم.

6- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

6-1- الألعاب شبه الرياضية:

اصطلاحيا: هي مجموعة من الحركات أو الفعليات المريحة والترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة.¹

إجرائيا: هي ألعاب جماعية وفردية يمكن ممارستها في أي مكان تعمل على تحفيز الطفل وبناء فكره وتطوير قدراته المختلفة بطريقة نشيطة ومريحة باستعمال وسائل بسيطة.

6-2- المهارات الأساسية في كرة القدم:

اصطلاحا: هي عبارة عن نوع معين من العمل والأداء يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق الأداء البدني الخاص.²

إجرائيا: هي تلك الحركات ذات الواجبات المختلفة سواء كانت بالكرة أو بدون كرة، وإجادة هذه المهارات الأساسية أساس التفوق.

6-3- المهارة:

اصطلاحيا: تعرف بأنها ترتيب وتنظيم المجاميع العضلية بما ينسجم وهدف الحركة للاقتصاد في الجهد والسهولة وفق القانون، والمهارة أيضا توضيح نوعي أو مؤشر نوعي للأداء، أو هي السلوك الذي يعمل على تقليل التضارب بين الانتباه والأداء.³

إجرائيا: هي القدرة على إنجاز نشاط أو حركة بكيفية محددة بدقة متناهية وسرعة في التنفيذ.

¹ محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1994، ص 336.

² حسن السيد أبو عبده: مرجع سابق، ص 128.

³ زاكي محمد حسن: الكرة الطائرة: بناء المهارات الفنية والخطية، دار المعارف، الإسكندرية، 1998، ص 15.

6-4- كرة القدم football :

لغويا: الكرة: كل جسم مستدير ومنه الكرة الأرضية، الكرة أداة مستديرة من الجلد ونحوه يلعب بها وهي

أنواع، كرة القدم، كرة الصولجان، وكرة اليد...¹

اصطلاحا: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار اليها " رومي جميل":

"كرة القدم قبل كل شيء هي رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع."²

إجرائيا: هي رياضة متعددة العوامل(ذهني، نفسي، بدني، مهاري، عاطفي، اجتماعي، تقني وخططي)

تمتاز بتكرار المجهودات قصيرة المدة وعالية الشدة بصفة متقطعة.

6-5- التمرير:

اصطلاحيا: التمرير وسيلة ربط بين لاعبين أو أكثر، تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في

الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد.³

إجرائيا: هو قيام اللاعب بإيصال الكرة إلى الزميل بدقة، وهو 3 أنواع:

- تمريرة أمامية.

- تمريرة خلفية.

- تمريرة عرضية.

6-6- الجري بالكرة: (الدرجة)

اصطلاحيا: هي عملية انتقال اللاعب والكرة في مساحات خالية من المنافسين ويتم من خلال ضرب الكرة

والجري خلفها بخطوات سريعة.⁴

¹- معجم المعاني الالكتروني، مادة كرة.

²- رومي جميل: فن كرة القدم، ط2، دار النفائس، بيروت، 1986، ص 17.

³- Bernard Turpin : préparation et entrainement du Foot baller, édition amphore, paris, France, 1990, p 99.

⁴- عادل تركي حسن، سلام جبار صاحب: كرة القدم تعليم وتدريب، المكتبة الوطنية، بغداد، العراق، 2001، ص 60.

إجرائيا: هي ضرب الكرة بشكل سليم باستعمال الرجل بغية نقلها إلى مكان آخر دون فقدانها وتتطلب دقة عالية.

6-7- الفئة العمرية (13-15 سنة)

اصطلاحا: وهي مرحلة المراهقة المبكرة، تمتد هذه المرحلة من سن 13 إلى 15 سنة وفي هذه المرحلة تظهر الخصائص الجنسية، كما تنمو وظيفة التناسل وتتميز بالنمو الغير منتظم ويعد التناسق بين نمو العظام والعضلات وبضعف التوافق العضلي لذلك يقل التحكم عند الناشئين في حركاتهم و تبدأ في هذه الفترة مشكلات القوام في الظهر.¹

إجرائيا: تعرف هذه الفئة بأنها فئة حساسة من جميع النواحي، حيث أنها تعتبر بمثابة البوصلة التي توجه الطفل في مرحلة حساسة وهي المراهقة.

7- الدراسات السابقة والمشابهة:

7-1- الدراسات السابقة:

- الدراسة الأولى:

دراسة الطالبين ريبوح علي وعلي شيخون أحمد رمزي 2013- 2014 بعنوان:

تأثير الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم (14- 15 سنة)

مذكرة ماستر .

التساؤلات:

التساؤل الرئيسي:

✓ هل الألعاب شبه الرياضية طريقة ناجحة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصغر؟

¹ محمد سعيد عزمي: أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق، دار المعارف، الإسكندرية، مصر، 1996، ص38.

التساؤلات الفرعية:

- ما مدى تأثير الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم؟
- هل المساحات الصغيرة تساهم في التحكّم في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم؟

الفرضيات:

الفرضية الرئيسية:

✓ الألعاب الشبه رياضية تساهم بشكل فعّال في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم.

الفرضيات الجزئية:

- الألعاب الشبه رياضية يمكن أن تكون طريقة حديثة وناجعة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصاغر.

- المساحات الصغيرة تساهم في التحكّم على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم التي تتطلب الدقة والمهارة في الأداء.

هدف الدراسة: محاولة إبراز أهمية الألعاب الشبه رياضية كطريقة حديثة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصاغر.

مجالات الدراسة:

المجال المكاني: الملعب البلدي لبلدية العطاف المعشوشب اصطناعيا.

المجال الزمني: من 2013/09/01 إلى 2013/09/15.

عينة البحث: قام الباحثان بتحديد عينة البحث بالطريقة القصدية عن طريق اختيار فريق في كرة القدم ينشط على مستوى ولاية عين الدفلى (شباب العطاف أصاغر)، وقد أجريت الاختبارات على 16 لاعب لكل عينة.

العينة التجريبية: 16 لاعب، العينة الضابطة: 16 لاعب.

المنهج: استخدم الباحثان المنهج التجريبي.

أدوات الدراسة:

الوسائل الاحصائية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قياس ستيودنت معامل الارتباط لسبيرمان.

صدق الاختبار:

الاختبارات: اختبار دقة التمرير، اختبار دقة التصويب، اختبار الجري بالكرة، اختبار المراوغة.

نتائج الدراسة:

طريقة الألعاب الشب رياضية تعتبر طريقة حديثة وناجحة حيث تساهم بشكل فعال يتعلّم المهارات الأساسية في كرة القدم.

7-2- الدراسات المشابهة:

- الدراسة الأول: من أعداد الطالبين كروم حسين وغول هشام (2013- 2014) بعنوان:

مدى تأثير الألعاب المصغرة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصاغر (14-16 سنة).

مذكرة ماستر.

التساؤل الرئيسي: هل الألعاب المصغرة في كرة القدم طريقة ناجحة لتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصاغر (14- 16 سنة).

الفرضية العامة:

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

هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى إبراز أهمية الألعاب المصغرة في كرة القدم كطريقة حديثة لتطوير

بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصغر.

مجالات الدراسة:

المجال المكاني: الملعب البلدي لدائرة السوقر في ولاية تيارت.

المجال الزمني: الاختبار القبلي: 2014/11/15، البعدي 2014/04/23.

عينة الدراسة: قام الباحثان بتحديد عينة البحث عن طريق اختيار فريقين في كرة القدم، ينشطان على

مستوى ولاية تيارت والبيض.

- **الفريق الأول:** فريق اتحاد السوقر والذي يلعب في قسم الجهوي الأول.
- **الفريق الثاني:** فريق مولودية البيض والذي يلعب في قسم الجهوي الثاني.

وقد تمّ إجراء الاختبارات على (15) لاعب لكل فريق.

العينة التجريبية: يطبق عليها برنامج تدريبي خاص لتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم.

العينة الضابطة: نتركها تتدرب بصفة عادية.

المنهج: استخدم الباحثان المنهج التجريبي.

أدوات الدراسة:

الوسائل الاحصائية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قياس ستيودنت.

صدق الاختبار:

الاختبارات: اختبار دقة التمرير، اختبار دقة التصويب، اختبار استقبال الكرة بباطن القدم.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

التدريبي بالألعاب الشبه رياضية ولصالح المجموعة التجريبية في تطوير صفة السرعة الانتقالية بدون كرة وصفة الرشاقة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد أصاغر؟

الفرضيات:

الفرضية العامة: للألعاب الشبه رياضية تأثير على تطوير صفة السرعة الانتقالية بدون كرة وصفة الرشاقة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد من (12-14 سنة).

الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي بالنسبة للمجموعة الضابطة التي لا تستعمل البرنامج التدريبي بالألعاب الشبه رياضية لصالح الاختبار البعدي في تطوير صفة السرعة الانتقالية بدون كرة وصفة الرشاقة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد أصاغر.

- توجد فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي بالنسبة للمجموعة التجريبية التي تستعمل البرنامج التدريبي بالألعاب الشبه رياضية لصالح الاختبار البعدي في تطوير صفة السرعة الانتقالية بدون كرة وصفة الرشاقة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد أصاغر.

- توجد فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة التي لا تستعمل البرنامج التدريبي بالألعاب الشبه رياضية والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية التي تستعمل البرنامج التدريبي بالألعاب الشبه رياضية ولصالح المجموعة التجريبية في تطوير صفة السرعة الانتقالية بدون كرة وصفة الرشاقة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد أصاغر.

هدف الدراسة:

- إبراز مختلف أشكال الألعاب الشبه رياضية ودورها في تطوير صفة السرعة الانتقالية وصفة الرشاقة لكرة اليد.

- التوصل إلى إنجاز حصص التدريب الرياضي باستعمال ألعاب شبه رياضية لما لا أهمية خاصة في

تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة اليد.

- إعطاء برنامج متنوع للمدربين والأساتذة يحتوي على مجموعة مختارة من الألعاب الشبه رياضية.

مجال الدراسة:

المجال المكاني: أجريت الاختبارات والبرنامج التدريبي لمختلف وحداته التدريبية على مستوى قاعة

التدريب الرياضي لدائرة مسكينة.

المجال الزمني: الاختبارات القبلية بتاريخ 2017/01/25.

الاختبارات البعدية بتاريخ 2017/03/29.

عينة الدراسة: قام الباحثان باختبار العينة بالطريقة القصدية.

العينة التجريبية: وشملت 12 لاعب من فريق الاتحاد الرياضي لكرة اليد صنف أصاغر.

العينة الضابطة: وشملت 12 لاعب من فريق الاتحاد الرياضي لكرة اليد أصاغر لبلدية عين البيضاء أم

البواقي.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي.

أدوات الدراسة:

الأدوات الإحصائية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار ستيودنت، اختبار العدو 30 متر من

بداية متحركة، اختبار الجري المتعرج، اختبار دقة التصويب.

نتائج الدراسة:

- للألعاب الشبه رياضية ساهمة فعال في تنشئة المراهق عاطفياً، اجتماعياً، انفعالياً.
- الألعاب الشبه رياضية من أهم الطرق التي تساعد في تحقيق جملة من الأهداف المبرمجة في الحصص التدريبية.

8- التعقيب على الدراسات السابقة والمشابهة:

من خلال اطلاعنا على بعض الدراسات السابقة والمشابهة والنتائج التي أسفرت عليها كدراسة الطالبين ريبوح علي وشيخون أحمد رمزي (2013- 2014) بعنوان تأثير الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم (14- 15 سنة)، ودراسة بلقاسم خديجة والعوادي ليلى (2016- 2017) بعنوان: تأثير الألعاب الشبه رياضية على تطوير صفة السرعة الانتقالية بدون كرة وفة الرشاقة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد (12- 14 سنة)، وكذلك دراسة الطالبين كروم حسين وغول هشام (2013- 2014)، بعنوان: مدى تأثير الألعاب المصغرة على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الأصغر (14-16 سنة).

من حيث المنهج: وجدنا أنّ هناك اتفاق من حيث المنهج المتبع في هذه الدراسات وهو المنهج التجريبي.

من حيث العينة: بالنسبة لعينة الدراسة هناك اختلاف في عدد أفراد العينة، إلاّ أنّه اشتركت في كيفية اختيارها والتي كانت بالطريقة القصدية (العمدية).

من حيث النتائج: أمّا النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسات فكانت مختلفة ذلك لاختلاف بعض المتغيرات.

ولهذا قمنا بدراسة الألعاب الشبه رياضية وتأثيرها على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم صنف أصاغر (13- 15 سنة)، ولقد ساعدتنا هذه الدراسات في وضع الإشكالية وبناء الفرضيات وكذا اختيار منهج وعينة الدراسة.

وسنستعين بهذه الدراسات في تفسير النتائج المتحصل عليها وذلك باستخدامها كسند لتبرير النتائج المتوصل إليها، والأسلوب الأمثل لعرض البيانات ومناقشة نتائج الدراسة.

الجانب النظري

الفصل الأول

الألعاب الشبه رياضية

تمهيد

أولاً: اللعب

ثانياً: الألعاب شبه الرياضية

خلاصة

تمهيد:

تعتبر الألعاب شبه الرياضية قاعدة الألعاب فمن خلالها يمكن الوصول بالطفل إل تعلم اللعبة الجماعية أو الفردية بصفقتها العامة، حيث تدرج الألعاب في الحصص التدريبية قصد وضع الطفل في وضعيات تسمح له بإعطاء أجوبة خاصة به عن طريق روح الإبداع.

ولقد تناولنا في هذا الفصل محورين أساسيين هما اللعب والألعاب شبه الرياضية، حيث تطرقنا أولاً إلى اللعب وما له من أهداف ووظائف ودوره في تكوين شخصية الطفل، وثانياً الألعاب شبه الرياضية وأهميتها ومجالات استعمالها وخصائصها، وختمنا بملاحظات هامة تتعلق بالألعاب الشبه رياضية.

أولاً: اللعب

1- تعريف اللعب:

عرّفه S.miller بأنه ذلك النشاط الوحيد الذي يهدف الإنسان حين ممارسته عن المتعة الناتجة عن اللعب ذاته¹.

أما "غروس" GROSS عرفه: "اللعب ما هو إلا إعداد الطفل لعمل الجد في الحياة المستقبلية."²
 أما "عبد الحميد شرف" فيرى: "اللعب ميل فطري موروث في كل فرد طبيعي وهو وسيلة للتعبير عن الذات باستغلاله طاقته ويدفع الفرد إلى التجريب والتقليد واكتشاف طرق جديدة لعمل الإنسان وبذلك يشعر الفرد فيه بالمتعة والسرور وله دور كبير في تكوين شخصية الفرد:"³
 ويرى "ريسان عبد المجيد:" أنه نشاط حيوي واستخدام حر ودائم يقوي المرء وإبداعه في إطار قواعد محدّدة."⁴

إذن فاللعب عبارة عن نشاط يسلي ويتم بالحركة حيث تكون الألعاب ثابتة أما المضمون فيكون معقول مع محدودية الأدوار.

2- قيمة اللعب:

يعتبر اللعب من أهم الوسائل التربوية التي تدخل في تشكيل جوانب شخصية الفرد، لأنه يساعد الطفل في اكتشاف محيطه واكتساب الخبرة، حيث نجد للعب قيمة كبيرة تتلخص فيما يلي:

- تمكين الطفل من اكتشاف المحيط وتنظيم الفضاء.

- مساعدته على التكيف الاجتماعي.

- تدريس الحواس وتنمية الملاحظة واكتساب الخبرة.

¹ س. ميلر: علم نفس الألعاب، تر: يسف حسين، عالم المعارف، 1987، ص 3.

² محمد حسن علاوي: "علم النفس الرياضي"، مركز الكتاب للنشر، مصر، ط6، 1985، ص 35.

³ عبد المجيد شرف: "التربية الرياضية للأطفال الأسوياء والمتحدي للإعاقة" ط4، 1987، ص 5

⁴ ريسان عبد الحميد: الألعاب الحركية، دار الشروق، الأردن، ط1، 2000، ص 11.

- تسهيل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة.
- استغلال الألعاب في تنظيم الحوار قصد تصحيح المكتسبات وإثرائها.
- تلبية حاجيات الطفل وميوله إلى اللعب والحركة.¹

3- أنواع اللعب:

3-1- اللعب العفوي:

يعتبر أساس النشاط النفسي والحركي للاعب، وهو عبارة عن الوسيلة الأولى للتعبير عن إشارات وحركات تظهر مجانية.

3-2- اللعب التربوي:

المدرسة الفعالة النشيطة اهتمت بأنه يمكن أن يقوم اللعب بدور تربوي وذلك خاصة عندما يكون الطفل في ريعان نمو هـ، بحيث يثير الانتباه وينمي روح الملاحظة في التعاون وبعد ذلك يمكن من تهيئة النزعة للحياة الاجتماعية.²

3-3- اللعب العلاجي:

يستعمل في العلاج النفسي عند الأطفال الذين هم تحت التشخيص، إذ أن الطفل لا يستطيع التعبير على كل مشاكله أي ما يختلج في صدره عن طريق الكلام، ولكن تحملها بظهر بوضوح في نشاطات للهوية كاللعب.³

4- خصائص اللعب:

- يعتبر اللعب أحد أشكال الحركة البنائية وله طبيعة ثقافية وتتميز بعدة خصائص أهمها:
- قابليته للتكرار (يمكن إعادته أكثر من مرة).

¹ N.E Medajaouiri M.rachid.Amelioration des qulitès physique Travers LES J.P.S . (15-17) Sous La Direction M.Dgaout .A. juin .91.p 5

² مفتي إبراهيم حماد: " طرق تدريس ألعاب الكراتي "ط1، دار الفكر العربي، 2000، د ط، ص 25-26

³ مفتي إبراهيم حمادة: المرجع نفسه، ص 26

- ينتهي بنتيجة محددة.

- يتسم ببعض التنظيم (كيفية احتساب الفوز، عدد اللاعبينالخ).

- السلوك الوظيفي (يتمكن وصفه وبالتالي تعليمه).

- روح ومشاعر خاصة أنها تتشكل من الانتقالات المرتبطة به.¹

5- تقسيم الألعاب:

يمكن تقسيم الألعاب إلى نوعين هما:

5-1- الألعاب الكبيرة:

فهي ذلك النوع من الألعاب التي لها قواعد وقوانين متعارف عليها محليا ودوليا وتحتاج عادة إلى مساحات كبيرة لإقامتها ولعدد كبير من الأفراد لمزاومتها.

5-2- الألعاب الصغيرة:

فهي الألعاب التي ليس لها اتحاديات دولية أو قوانين ثابتة ويجب أن لا يغيب عن أذهاننا أن هناك عوامل كثيرة لها أثر كبير في تقسيم الألعاب كالجنس والسن والبيئة والعوامل الجوية.²

6- أهداف اللعب

تعد طريقة اللعب من الطرق الشائعة الاستعمال في مجال التدريب الرياضي لمختلف أطوار نمو الفرد وذلك لما تحققه هذه الطريقة من نجاح كبير للوصول إلى الأهداف المسطرة من قبل المعلم في الجوانب الحركية، والمعرفية، والانفعالية (العاطفية)، ومن بين هذه الأهداف نجد:

¹ أمين أنور الخولي - وآخرون: "مناهج التربية الرياضية الحديثة:" دار الفكر العرب، ط1، 2000-ص 135

² فايز مهنا: التربية الرياضية الحديثة: دار طه يس، ط1، 1985-ص 172-173

6-1- الأهداف النفسية الحركية:

لكي تكون طريقة اللعب فعالة يجب أن تهدف إلى تنمية وتحسين الحركات البنائية الأساسية مثل الحركات الانتقالية والمتمثلة في القدرة على التحرك من وضع الثبات إلى مكان آخر كالوثب والجري بالإضافة إلى الحركات الغير انتقالية كتحريك الرأس والجذع وكذلك الحركات اليدوية كالضرب باليد أو القدم، وتنمية القدرات الإدراكية التي تساعد المتعلم على تفسير المثير حتى يتمكن من التكيف مع البيئة وتتضمن أساسا التميز الحركي والبصري والسمعي، كما تساهم هذه الطريقة في تنمية القدرات البدنية حيث تعمل على تحسين أداء المهارات المتعددة والبسيطة منها والعقدة بالإضافة إلى تنمية المهارات الحركية.¹

6-2- الأهداف المعرفية

ينبغي أن تهدف برامج اللعب إلى إعداد الفرد في المجال المعرفي بأقسامه المتعددة والتي المعرفة مثل: القدرة على تذكر المهارات السابق تعلمها بالإضافة إلى الفهم بحيث يكون المتعلم قادرا على الفهم الحركي أو المهارات التي يتعلمها، وكذا تطابقها وتحليل تلك الحركات وتركيبها، ثم الوصول إلى تقييمها أو معرفة مدى تحقيق الهدف الذي وضع له، ومثال الأهداف المعرفية نذكر ما يلي: أن يعرف المصطلحات الخاصة باللعب ويتعرف على أنواع المهارات الخاصة به، ويختار طرق اللعب المناسبة للفريق ويحلل أنماط المهارات تحليلا دقيقا ويقارن بين مستويات الأداء الأولى والنهائي ويقوم أخطاء الأداء.

6-3- الأهداف العاطفية

لا شك أن لكل هدف معرفي جانب عاطفي وتلازمها أمر طبيعي، وعلى المعلم أن يجذب اهتمامات المتعلمين للتعلم الألعاب حتى يتولد لديهم الرغبة في تعلمها، كما يتضمن المجال العاطفي عملية التطبيع الاجتماعي الذي له الأثر في نمو السلوك والتحكم فيه ويدخل في نطاق الأهداف العاطفية

¹ ألين وديع فرح , "خبرات في الألعاب للصغار و الكبار" : دار المعارف الإسكندرية ,1996، ص-34-37

للألعاب: غرس قيم مرغوب فيها كالروح الرياضية العالية مثل: التفاهم والإحساس بمشاعر الآخرين واحترام حقوق الآخرين نتيجة احترام قواعد اللعب واحترام الحكام والإداريين، وتقبل المسؤولية عن السلوك الشخصي وإدراك الفرد لذاته والشجاعة، والمثابرة وبذل الجهد، كما يكتسب اللاعب قيمة ثقافية بحيث تساعد على فهم ثقافة المجتمع، وكذا اكتساب قيم جمالية وفنية من خلال التربية الحركية التي تعمل على تحقيق الرضا الجمالي والفني.¹

6-4- الأهداف البدنية:

وهي تعتبر القاعدة في بناء وتقديم التلميذ في مجال الأنشطة المختلفة، وتشمل القدرات البدني على عناصر التحمل والقوة العضلية والسرعة والرشاقة والمرونة والدقة والتوازن والقدرة، ويعمل نمو وتحسين القدرات البدنية على تحسين أداء المهارات الحركية وتعلم مهارات جديدة.²

7- وظائف اللعب:

من الوظائف المعروفة عن اللعب هي أن اللعب يستطيع التعرف على وجوده، بالإضافة إلى استيعاب القواعد الاجتماعية والخلقية واللعب بجعل الأفراد يحتكون ببعضهم البعض، وذلك لأنهم يسرقون اكتشاف العلاقات الإنسانية ويوافقون على الخضوع لقواعد المجموعة ومن بين هذه الألعاب توجد الألعاب الرياضية التي لها أهمية كبيرة في تطوير القدرات النفسية والاجتماعية للفرد ومن بين أكبر الوظائف نجد:

- يتعلم السلامة والأمن ومبادئ السلوك الاجتماعي

- يشبع حاجاته من الرضا والسرور والنجاح والمغامرة والتعبير عن النفس.³

- إشباع ميول ورغبات التلاميذ نحو الأداء الحركي.

¹ إلين وديع فرح، المرجع السابق، ص 41-43

² حسن السيد أبو عبده: أساسيات التدريس والتربية الحركية والبدنية، مكتبة ومطبعة الإشباع الفنية، الإسكندرية، مصر، 2002، ص 156.

³ حسين عبد الجواد: "الألعاب الصغيرة" دار العلم للملايين، بيروت، ط 1، 1984، ص 09

- اكتساب التلاميذ الإحساس بالتذوق والجمال والتعبير الحركي.

- تدريب الحواس مع تنمية القدرة على استخدام هذه الحواس .

- تنمية وتطوير الحركات الطبيعية الأساسية.

- اكتساب المهارات الحركية.

- تنمية القيم الخلقية والاجتماعية.

- تنمية عنصر الاتصال الاجتماعي¹

ثانياً: الألعاب شبه الرياضية

إن مصطلح كلمة الألعاب الشبه رياضية غير مستعملة في التعاريف والمراجع العلمية حيث

تستعمل مصطلحات "الألعاب الصغيرة أو الألعاب الكبيرة" كمفردات لها.

1- تعريف الألعاب الشبه رياضية:

عرّفها "عبد الحميد مشرف" أنّها ألعاب بسيطة التنظيم وتتميز بسهولة الأداء يصاحبها البهجة

والسرور تحمل بين طياتها روح التنافس، وتتميز قوانينها بالبساطة والسهولة.²

كما عرفها عدنان "درويش جلول": هي تلك الألعاب بسيطة التنظيم التي يشترك فيها أكثر من فرد

ليتنافسوا وفق قواعد ميسرة ولا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويلعب عليها طابع

الترويح والتسلية وقد تستخدم أدوات أو أجهزة أو بدونها.³

وتعرفها مناهج التعليم الأساسي أنها: "نشاطات حركية تجعل اللاعبين متنافسين حسب قواعد

محددة ويستعملون حركات معينة.⁴

¹ مصطفى السابع محمد ر: "اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية": مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، 2001، ص

² عبد الحميد شرف: التربية الرياضية للطفل، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر، 1995، ص 120.

³ مناهج ومواقيت السنة السادسة: المعهد الوطني للمطبوعات المدرسية، الجزائر، 196، ص 116.

⁴ عدنان درويش جلول وآخرون: التربية البدنية والرياضة المدرسية: دار الفكر العربي، ط3، 1954، ص 171

2- خصائص الألعاب الشبه رياضية:

تتميز الألعاب الشبه رياضية بعدة خصائص وهي:

- الألعاب الشبه رياضية لا تتطلب وسائل وإمكانيات متعددة أو معقدة.

- تكون الألعاب الشبه رياضية محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم.

- تحتوي على مجهود بدني وعقلي يحتفظ بأكثر عدد من اللاعبين أثناء الأداء.

- نتيجة التنافس لا تعتمد على الصدفة.

- يجب أن تكون محفزة للاعب.

- يجب أن تسمح بمجهود بدني تنوع لكامل الجسم، وكذلك توزيع متوازي الجهد البدني وكذا وقت للراحة

وأیضا المتطلبات التنسيقية والمعرفية.¹

3- تصنيف الألعاب شبه الرياضية:

إن تصنيف الألعاب شبه الرياضية يعود إلى "أندري دمييا بر" حيث صنفها إلى أربع مجموعات:

3-1- ألعاب جد نشطة: وهي التي تتطلب جهد بدني مركب ومتوافق بين كل اللاعبين

وهذا الجهد يدوم بدوام اللعب في حد ذاته.

3-2- ألعاب نشيطة:

يكون الجهد في هذه الألعاب عالي، يقتصر على فريق واحد في الوقت الذي يكون فيه الفريق

الثاني في راحة نسبية، مع أخذ قسط حقيقي وفعال من اللعب.

¹ Rachid . Aoudia: les jeux pré sportif dans la formation lu hand – balle sous la directuen de p.konstanty I.D.P.S.jumi 1985 . p5

3-3- ألعاب ذات شدة ضعيفة:

وتصنف هنا كل الألعاب أن يكون فيها الجهد البدني بشكل عام فردي ولا يمثل في الوقت إلا جزء ضئيل من المدة الإجمالية للحصة ويحمل إلى ملاحظة انه في حالة ما إذا استعملت ألعاب هذه المجموعة تكون بعدد قليل من اللاعبين

3-4- ألعاب ترويحوية تثقيفية:

تتميز هذه الألعاب بالجهد الضعيف وإثارة الجهد الذهني والعقلي مما ينتج عنه الترويح والتثقيف.¹

4- أقسام الألعاب الشبه رياضية

تنقسم الألعاب الشبه رياضية لعدة أقسام وهي:

4-1- من حيث طبيعتها:

تنقسم الألعاب الشبه رياضية من حيث طبيعتها إلى ألعاب تؤدي بواسطة أدوات ووسائل وأجهزة تتفاوت أهميتها من لعبة إلى أخرى وألعاب تؤدي بدون أدوات ووسائل.

4-2- من حيث طبيعة نشاطها:

- ألعاب الماء: مثل الألعاب التي تمارس في المياه العميقة باستخدام أدوات السباحة والقوارب.
- ألعاب الغناء: مثل الألعاب التمثيلية الحركية وألعاب الرقص.
- ألعاب الجري: مثل ألعاب المنافسات في الجري، التتابعات الطاردة والبحث عن المكان.
- ألعاب تدريب الحواس: مثل ألعاب الدقة، الملاحظة، سرعة الاستجابة، الانتباه.
- ألعاب الرشاقة: مثل المنافسات الشد والدفء، التوازن، تغيير الاتجاه.

¹ بوغدة نواري وآخرون: أهمية الألعاب الشبه رياضية لألعاب الرياضة الجماعية . مذكرة ماستر . جامعة الجزائر ، 2014-2015،

- ألعاب الكرات : مثل الرمي ، المسك ، التهريب.

- ألعاب الخلاء : مثل الزحف ، البحث ، المطاردة ، اللمس والصيد.¹

4-3- من حيث القانون

- ألعاب مبسطة القوانين:

وهي الألعاب الشعبية التابعة إلى البيئة التي تمارس في القرى والأماكن العامة، والتي لا تحتاج إلى ملاعب خاصة ، وإنما يمكن تدبيرها بأبسط الإمكانيات وربما هو متوفر في البيئة المحلية وعلى أي أرض، على أي مكان، كما أنها لا تتطلب استعدادات أو مهارة خاصة لمن يود ممارستها بل هي تربي المهارات وتهذب الأخلاق كما أنها تقسم ببساطة إذ أنه بوسع أي فرد أن يفهمها أو يؤديها لأن القوانين التي تحكمها سهلة وميسورة وبسيطة هذه الخاصية تجعلها في متناول الجميع فلا يشعر بالعجز في أدائها وهذا ما يؤكد تنوعها و انتشارها عند كل الشعوب.

- ألعاب منظمة تنظيماً محكماً:

وهي ألعاب توضع وفق الإمكانيات المتوفرة في النادي والتي تراعي مراحل النمو وطبيعة المكان وعدد اللاعبين وخلال هذه الألعاب تقسم المجموعات وتحدد بطريقة حسب ما يتطلبه أداء كل لعبة بحيث يكون هدفها واضحاً وقانونها مبين مع الآلات ازم بهذه القوانين الموضوعية وتغييرها حسب مستوى وقابلية اللاعبين وهي تنظم مختلف سباقات التتابعات بين مجموعات الألعاب الجماعية التي تؤدي في وقت واحد والألعاب التي تسمح بمصاحبة الإيقاع وألعاب الكرات.²

5- أهداف الألعاب شبه الرياضية:

إن استعمال الألعاب شبه رياضية في كل جزء من أجزاء الحصص لديها أهداف تتجلى فيما يلي:

¹ قاسم المندلاوي وآخرون: دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية، دار الفكر، 1990، القاهرة، ص 171.

² كمال درويش: أصول الترويج وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، مصر، 1990، ص 61-62.

5-1- المرحلة التحضيرية:

تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لهدفين:

القيام بعمليات الإحماء لتحضير الجسم لتقبل الجهد خلال طول الحصة قصد تحفيز اللاعبين على القيام بجهود بدني وعقلي دائما في صياغ عملية الترفيه.

5-2- المرحلة الرئيسية: وتستعمل الألعاب في هذه المرحلة لتعزيز وتدعيم عملية التعلم وذلك باقتراح

ألعاب تخدم الحصة، بحيث تسمح باكتشاف المهارات الحركية والتقنية في وسط تنافسي بحيث تنمي فيه جميع الصفات البدنية والعقلية

5-3- المرحلة النهائية:

وتستعمل الألعاب شبه الرياضية في المرحلة النهائية لخدمة هدفين أساسيين ويتمثل الأول في عملية الاسترخاء البدني بعد أداء جهد في مرتفع، أما الهدف الثاني فيهدف ترك اللاعبين في نشاط دائم في حالة عدم احتواء المرحلة الرئيسية على حمل كبير، أو إذا كان البرنامج يسمح بذلك أي عدم وجود حصة دراسية بعد حصة التربية البدنية والرياضية.¹

6- أغراض الألعاب شبه الرياضية:

تختلف الألعاب الشبه رياضية فيما بينها وتتباين في ضوء بعض المتغيرات والعوامل كالسن والجنس والمرحلة التعليمية والإمكانيات والهدف، كما أن اللعبة الواحدة يمكن أن يتغير هدفها من خلال تغير حمل الأداء، وبشكل عام هناك بعض الأغراض الهامة تحققها الألعاب شبه الرياضية منها:

- التشويق: حيث توفر للأفراد الجاذبية التي تدفعهم للمشاركة بفعالية في النشاط الحركي.
- المرح والبهجة: تتيح الألعاب شبه الرياضية وسطا بهيجا ومرحا من خلال ظروف اللعبة.

¹ chachaou Brahim . Meseausi . Brahim . ben taha sid – Ahmed: mémoire . étude comparative de deuse m'eihodes d'emtreuement sous la diractuou de –lelawi . f. jumar 1991-1992 . p38

- اللياقة الحركية: حيث أن الألعاب الشبه رياضية تعتمد على الصفات البدنية والحركية الأصلية وبذلك تتيح ممارستها للمشاركين اكتساب مهارات وقدرات حركية.

- التفاعل الاجتماعي: يكتسب الأفراد المشتركون في الألعاب شبه الرياضية مهارات التعامل مع الجماعة واحترام وتقدير الآخرين وتقبل القيم الاجتماعية.

- التدرج التعليمي: تساعد هذه الألعاب على تدرج تعليمي للواجبات المتعلمة حيث ينتقل اللاعب تدريجياً من السهل إلى الأصعب ومن البسيط إلى المعقد.

- التكيف مع التسهيلات المتاحة: تعاني أغلب الأندية من نقص الوسائل حيث تتناسب معطيات الألعاب الشبه رياضية وما تتميز به من قدر كبير من المرونة مع الظروف.¹

7- أهمية الألعاب شبه الرياضية:

تكتسي الألعاب شبه الرياضية أهمية كبيرة تتجلى فيما يلي:

- إثارة الرغبة في الحل.

- وسيلة فعالة في إثارة الدوافع نحو تحقيقه أهداف الحصة.

- تعد مجالاً لإشباع المتعلم نحو تحقيق الذات وإثبات الوجود وسط الجماعة.

- تشبع الحاجات حتى تمكن الشعور بالاعتبار والتقدير من الآخرين.

- تقود إلى الفهم والمعرفة وحب الإصلاح.

- وسيلة لزيادة قدرة التحكم الحركي للمهارات والألعاب المختلفة.²

8- استعمالات الألعاب شبه الرياضية:

تستعمل الألعاب شبه الرياضية في:

¹ عدنان درويش جلول - المرجع السابق - ص 171-172

² إلين وديع فرح: المرجع السابق - ص 294

8-1- التحفيز:

بحيث أنه ليس هناك سلك دون تحفيز لذلك يجب إدخال مثير لإثارة الفكر لكي يدخل في الحركة، فالتحفيز يمثل العمل الرئيسي الذي به ينمي الفكر، التركيز، الانتباه، الترفيه والراحة في المنافسة كي يستطيع الطفل إعطاء أفضل ما لديه من روح الإبداع في كل الأوضاع البيداغوجية.

يجب التأثير على التحفيز لدى الطفل وذلك من خلال عدة عوامل:

- عوامل مرتبطة باللعب: منها حب التنفيذ وكذلك استعمال متطلبات الحركة.
- عوامل مرتبطة بالنشاط في حد ذاته تتنوع الوضعيات المنتابحة والإحساس بالاستقلالية.
- عوامل مرتبطة بشخصية المدرب وتتمثل في:

• احترام شخصية الطفل.

• إيجاد وسط آمن ومثير في نفس الوقت.

8-2- التحضير:

يكون اللعب على أشكال مختلفة حسب العمر، ويكون مركز على الميول المكتسبة عن طريق الممارسة، ويعتبر اللعب المحرك الأساسي لتطير القدرات البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية في الرياضات والممارسات الكلية والمداومة تكون مقيدة، لكن هذه الإجراءات تتخذ قصد تميز الألعاب الخاصة للطفل التي لها دلالة معاني مختلفة.¹

9- ملاحظات خاصة بالألعاب شبه الرياضية:

تساعد الألعاب شبه الرياضية في التحكم ضمن مختلف الأنشطة وخاصة الرياضات الجماعية

ومن جهة أخرى تسمح:

- بإشراك عدد من الأفراد في حالة نقص الوسائل.

¹ سوزانا ميلر: سيكولوجية اللعب، ترجمة حسن عيسى، عالم المعرفة، الكويت، 1987، ص 192.

- استغلال الوسائل البسيطة مثل: كرات ذات أشكال وأوزان مختلفة.

- تقدم بعض الألعاب شبه الرياضية كمثال: على المربي أن يبحث وينوع في اختيار الألعاب باحترام

المبادئ التالية:

- القيام باختيار دقيق يناسب تحقيق الأهداف المسطرة.
- تجنب تكرار الذي يعرض إهمال التكلم والميل إلى التنشيط.¹

¹ مناهج التربية البدنية والرياضية التعليم الثانوي ديوان المطبوعات المدرسية، جوان، 1996.

خلاصة:

من خلال دراستنا لأهم الجوانب الخاصة بالألعاب شبه رياضية من تعريف وتبيان أهميتها يمكن القول بأنها تعدّ أحد الأنشطة الهامة في مجال التدريب الرياضي التنافسي المناسب لجميع الأعمال، وهي أحد المقومات الرئيسية لأي برنامج تدريبي يفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله، بالإضافة إلى دورها الهام في النمو الحركي والعقلي والانفعالي والاجتماعي.

الفصل الثاني

المهارات الأساسية في كرة القدم

تمهيد

- 1- تعريف المهارة
- 2- أهمية المهارة
- 3- مفهوم المهارات الأساسية في كرة القدم
- 4- أقسام المهارات الأساسية في كرة القدم
- 5- مراحل تعليم المهارات الأساسية
- 6- أهم مميزات المهارات الأساسية
- 7- أساليب التدريب على المهارات الأساسية

خلاصة

تمهيد:

غالبا ما يتضح الجمهور في الملعب أو على شاشات التلفزيون بالعروض الجميلة والحركات المعقدة وتوظيفا في اجتياز الخصم او تسجيل الأهداف، نتيجة امتلاك بعض اللاعبين القدر الكافي من المهارات الفنية العالية التي تسمح بالسيطرة على الكرة والتحكم فيها بجميع أجزاء جسم اللاعب وبدقة ورشاقة عاليتين وبدقة متناهية، وعلى ضوء ذلك فسنتطرق في هذا الفصل للمهارات الأساسية في كرة القدم (التمرير - الجري بالكرة) وهذا لما تمتلكه من أهمية بالغة في كرة القدم الحديثة.

1- تعريف المهارة:

لفظ مهارة Skill يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، وهو بذلك يشمل كافة الأدوات الناجحة للوصول إل أهداف سبق تحديدها، شريط أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والدقة هناك ثلاث أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية: الحساب، الجبر، الهندسة.

- مهارات إدراكية: مثل مهارة ادراك أشكال معينة.

- مهارات حركية: المهارات الرياضية.¹

2- أهمية المهارة: وتتمثل أهمية المهارات فيما يلي:

- الاتقان للمهارة الحركية من حيث أنه الهدف النهائي لعملية الأداء المهاري.

- الوصول إلى على المستويات الرياضية.

- تطوير وتحسين الصفات البدنية العامة والخاصة وربطها بالمهارات الحركية.

- اكتساب الرياضي الآلية عند الأداء المهاري، فالمهارة وسيلة تنفيذ الخطة.²

3- مفهوم المهارات الأساسية في كرة القدم:

تعد المهارات الأساسية الفنية بكرة القدم من العناصر المهمة والأساسية التي يجب أن يمتلكها لاعبي كرة القدم وأحياناً تكون ليفصل في حسم نتيجة المباراة وخاصة بعد التطور الكبير في طرق اللعب المختلفة والحديثة في الدفاع والهجوم وكذلك الارتقاء المهاري الكبير في أداء لاعبي كرة القدم في العالم

¹ مفتي إبراهيم حماد: المهارات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط1، جامعة حلوان، مصر، 2002، ص 13.

² عامر فاخر شغاني: علم التدريب الرياضي نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا، مكتبة المجمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2014، ص 30.

الذي يساعد اللاعبين في فتح الثغرات فيدافع الخصم الاستحواذ على الكرة والسيطرة على مجريات المباريات واستغلال الفرص، أينما منحت لتسجيل أعلى نسبة من الأهداف وتحقيق الفوز.¹

4- أقسام المهارات الأساسية في كرة القدم:

أولاً: المهارات الأساسية بدون كرة:

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

ومن المعروف أنه عندما يمتلك اللاعب مهارات حركية متنوعة ومتعددة ينعكس ذلك على صفاته البدنية ويصبح من السهل عليه اتقان المهارات الأساسية في كرة القدم، أي أنه هناك ارتباط بين المخزون من المهارات والصفات البدنية من جانب وبين المهارات الجديدة الواجب تعلمها من جانب آخر، ونوع النشاط الحركي الذي يؤدي اللاعب كرة القدم في الملعب بدون كرة هو عبارة عن الجري بأنواعه ، وما يعرف بالجري المتغير الشدة.²

ويمكن تقسيم المهارات الأساسية بدن كرة إلى ثلاث أقسام:

1- الجري المتغير الاتجاه:

كرة القدم لعبة جماعية تمتاز بالتحول السريع من الدفاع إلى الهجوم والعكس طوال زمن المباراة، وهذا الأمر يستدعي من اللاعبين إجادة الجري التدريب 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 في الجري بدون كرة، سواء الجري بأقصى سرعة أو بسرعة

¹ أحمد بوسكرة: مناهج التربية البدنية والرياضية للتحكم الثانوي والتقني، دار الخلود، الجزائر، 2005، ص 17.

² بطرس رزق الله: متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارة، مطبعة لإسكندرية، مصر، 1992، ص 119.

متوسطة لمسافات تتراوح ما بين 5 إلى 30 متر، ويكون غالبا هذا التحرك لترك المسافة برض اللحاق بالكرة والوصول إليها قبل أن تصبح بمتناول الخصم.¹

وكما كانت المسافة التي يقطعها لاعب كرة القدم طوال زمن المباراة تتراوح بين (5- 7 كلم) وقد تستغرق مدة الجري حوالي 6 دقائق دون توقف، فإن ذلك يستدعي ن اللاعب أن ينظم نفسه على خطوات الجري وكيفية استنشاقه الأكسجين وتنظيم عملية التنفس، ويجب على اللاعب أيضا أن يراعي قصر وسرعة خطواته أثناء الجري مع انثناء خفيف في الركبة بدون تلب وخفض ركب الجسم، حتى يكون قريبا من الأرض إلى حد ما، مع ترك الذراعين بجوار الجسم وبذلك يمكن للاعب أن يحافظ على اتزانه أثناء الجري مع القدرة على تغيير الاتجاه في أي لحظة يريدها اللاعب بالسرعة المطلوبة.

2- الوثب: (الارتقاء)

يعتبر اللاعب الذي يتبع بالقدرة على الوثب عاليا أكثر من منافسيه ذو ميزة تكتيكية وتكنيكية أفضل في الوصول إلى الكرة قبل المنافس، وتوضح هذه القدرة في الوثب عاليا أمام المرمى بغرض إحراز هدف في مرمى الخصم، أو محاولة المدافع منع المهاجم من إحراز هذا الهدف بالوثب عاليا مسافة أعلى منه، استخلاص 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 لأعلى حتى لا يقع اللاعب في خطأ قانوني، خاصة إذا كان قريبا من اللاعب المنافس، ويلاحظ أنّ الوثب عاليا مع الاقتراب واجري أفضل للاعب المنافس من الثبات وذلك للاستفادة من سرعة اللعب

¹ حسين السيد أبو عبدو: الإعداد المهاري للاعب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، مصر، ط1، 2002، ص 141.

الأفقية أثناء الجري وتحويلها إلى القدرة على الارتقاء والوثب عالياً، لذلك يجب على المدرب أن يهتم بتنمية هذه المهارة عند تدريبات المرونة والإطالة والرشاقة.¹

3- الخداع والتمويه:

يعتبر التمويه إحدى الوسائل الخطئية الفردية التي تستعمل غالباً في الهجوم، وبدن إجادة اللاعب المهاجم للتمويه يصعب عليه التغلب على المدافع أو تخطيه، والتمويه يمكن أن يكون بالكرة أو بدونها، ويرتبط التمويه بالكرة بجميع المهارات الأساسية، فالمحاورة لا تكون مؤثرة إذا لم ترتبط بالخداع، ومن مهمة المدرب أن يجعل اللاعبين يجيدون عدداً قليلاً من طرق الخداع والتمويه أهم من جعلهم يعرفون عدد كبير من طرق التمويه من دون إجادتها.

• ملاحظات للمدرب عند التدريب على الخداع:

- على المدرب أن يعلم اللاعب حركة خدع واحدة حتى يتقنها ثم ينتقل إلى أخرى، فيعمل على تعليمه هذه الحركة حتى يتقنها وهكذا.
- يكون تعليم اللاعب نوع الخداع الذي يتناسب مع إمكانياته البدنية.
- يتوقف نوع الخداع على الملعب من حيث اتساعه وضيق، وحالة الأرضية (جافة، مبتلة، صلبة، رخوة).
- على المدرب أن يكتشف طرق الخداع الفردي لكل لاعب ويقويها.
- على الناشئ أن يدرك أنه لن يصبح لاعباً ممتازاً إلا إذا تعلم من جهته طرق عديدة من الخداع وأجادها، وأن يقوم بالتدريب الفردي على طرق الخداع المختلفة بمثابرة وإصرار.²

¹ حسين السيد أبو عبدو: المرجع السابق، 141.

² زهران السيد عبد الله: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، الإسكندرية، د ط، د س، ص 115.

ثانيا: المهارات الأساسية بالكرة:

1- استقبال الكرة:

استقبال الكرة و اخضاع الكرة تحت تصرف اللاعب والهيمنة عليها وجعلها بعيدة عن متناول الخصم وذلك للتصرف فيها بالطريقة لمناسبة حسب ظروف المباراة، والسيطرة على الكرة تتم في الارتفاعات المستويات سواء كانت الكرات الأرضية أو المنخفضة الارتفاع أو المرتفعة، كذلك فإن السيطرة على الكرة تتطلب توقيت دقيق للغاية وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب، والتي تقوم بالسيطرة على الكرة بسرعة كبيرة ثم حسن التصرف فيها.

• مبادئ عامة يجب أن تراعى أثناء السيطرة على الكرة:

- أن يقوم اللاعب بوضع جسمه في لاتجاه المباشر لمكان استقبال الكرة.
- التحرك بسرعة باتجاه الكرة وليس انتظار وصولها إليه.
- الاهتمام بتوازن الجسم أثناء السيطرة على الكرة مع الانتباه والتركيز.
- أن يقرّر بسرعة أي جزء من اجزاء الجسم سوف يستخدمه في السيطرة على الكرة.
- ضرورة استخدام أكبر مسطح من الجسم للسيطرة على الكرة دون حدوث أي اخطاء فنية لحظة السيطرة عليها.¹

وغالبا ما يستخدم ايقاف الكرة بباطن القدم في السيطرة على الكرة المتدحرجة، إذ أنّ الجس يكون في هذه الحالة اخذ وضع ضرب الكرة بباطن القدم في نفس الوقت، ممّا مكن اللاعب من ركل الكرة بباطن القدم بسرعة، وخاصة أنّ أسلوب اللعب الحديث يقتضي من اللاعب ذلك.²

¹ حسن السيد أبو عبود: مرجع سابق، ص 115- 116.

² حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997، ص 54.

2- ضرب الكرة بالقدم والرأس:

يمكننا اعتبار ضرب الكرة بالقدم والرأس لغرض المناولة أو التصويب كمهارة هجومية، كما يستخدم ضرب الكرة بالقدم والرأس لغرض تشتيت الكرات المنخفضة العالية، إن الأداء المهاري في حالتي لدفع الهجوم لا يختلف لهذه المهارة، فمتلما تتطلب الدقة عند الهجوم كذلك تتطلب عملية التشتيت أن تكون دقيقة، ومتلما تتطلب الفة عن المهاجمين كذلك عند الدفاع، عموماً لم يتمكن اللاعب عند تشتيت الكرة من إيصالها للزميل فعليه أن يقر بإبعادها عن منطقة الخطر.¹

3- التسديد (التصويب):

إن التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرار، فواعي الفشل في التصويب أو فقد العقب للكرة إذا صوّب اللاعب قد تكون حاجزاً نفسياً أمام الكثير من اللاعبين، فالتصويب لا بدّ له من لمسات نفسية خاصة يتطلّب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب كالثقة بالنفس. ولكي يكون عند اللاعب ثقة في نفسه ليصوّب وأن يكون ل إلى مرحلة الاتقان في تكتني التصويب تحت كل الظروف.²

وهناك عدّة انواع للتسديد يمكن إبرازها في:

- **التصويب من الثبات:** يمكن أن نجد هذا النوع من التسديد في مباراة كرة القد في حالة خاصة منها ضرب الكرة الثابتة المباشرة يتطلب هذا النوع من التسديد تقديم جهد جيّد، أي أداء المهارات بالطريقة الفنية المفروضة، زد على ذلك القوة والدقة المطلوبتان لنجاح الضربة.

¹ عادل تركي حسن، سلام جبار صاحب: كرة القدم تعليم وتدريب، المكتبة الرياضية، بغداد، د ط، د س، ص 82.

² إبراهيم شعلان، محمد عفيفي: كرة القدم للناشئين الإعداد المهاري والفني والخططي، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2001، ص

- التصويب من الحركة: وهي الحالة الأكثر انتشاراً في كرة القدم، لهذا فعلياً أن نحضّر اللاعب لكل الحالات التي يمكن أن تطرأ ل أثناء المقابلة.¹

4- مهارات حارس المرمى:

مهارات حارس المرمى تشغل مكانة خاصة في قنن اللعبة لأنه الوحيد الذي يسمح له بإمساك الكرة باليد داخل منطقة الجزاء، ويجب على حارس المرمى أن يتحرّك في مرماه طبقاً لتحريك الكرة أثناء تواجدها مع النفسين أو الزملاء، بحيث يكون مواجه له وأن يضع في اعتباره أن تحرّكه سيكون بخطوات جانبية في كل حالة يجب عليه أن يقف في منتصف المنطقة بينها وبين قائم المرمى، فمهارات حارس المرمى تشتمل على الناحية الفنية وكل ما يخدم حماية الهدف.²

5- مهارة التهديف:

إن إدخال الكرة في مرى المنافس هو الدف النهائي في لعبة كرة القدم لدى فإن كل الحركات والمهارات التي يقوم بها اللاعبون يجب أن تخدم هذا الهدف لتحقيق الفوز على المنافس، لدى تعدّ مهارة التهديف من أهم المهارات التي عن طريقها تحسم نتائج المباريات، وكل شيء يفعله اللاعبون داخل الملعب يصب اتجاه خلق فرصة مناسبة للتهديف، فالتهديف أحد وسائل الهجوم الفردي والذي يتطلب من اللاعب القدرة على التركيز ومهارة فنيّة عالية في أداء مختلف أنواع ركل الكرة بالقدم، تأتي فرصة التهديف غالب بعد المحاورة أو بين اللعب الجماعي بين اللاعبين.³

¹ مفتي إبراهيم حماد: الهجوم في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990، ص 121.

² زهران السيد عبد الله: المهارات الأساسية في كرة القدم، دار الوفاء لنديا الطباعة، مصر، ط1، 2005، ص 76.

³ فرحات جبار سعد الله، رشيد الزهاوي: التدريب العقلي والمعرفي للاعبين كرة القدم، دار دجلة، عمان، ط1، 2011، ص 206.

هي فن التخلص من الخصم وخداعه مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدماً بعض حركات الخداع التي يؤديها، إما بجذعه أو بقدميه وهي سلاح اللاعب وعامل أساسي في تنفيذ الخطط الهجومية الفردية والجماعية.¹

ويرى "غازي محمد الصالح" و"هاشم ياسر حسن": أنّ المراوغة غالباً ما تقتنر بعملية الخداع والذي من خلاله يمكن جعل كل استجابات الخصم الحركية خاطئة في التوقع والتنفيذ مع استغلال المساحة التوقيت الصحيح لخلق الفرص السهلة في التسديد والتمرير، المحاورة من دون خداع هي طريقة أكيدة لخسارة الكرة، إلا إذا كان اللاعب يتمتع بسرعة عالية.²

• الاعتبارات التي يجب مراعاتها عند أداء المراوغة:

- في الثلث الهجومي للفريق: وحيث أنّ الفريق يكون قريباً من هدف المنافس فيجوز له أن يخاطر بالمراوغة إذا سنحت له الفرصة، لأنّه إذا نجح فستكون فرصة لتسجيل دف إن ل ينجح فلا خطورة على مرماه.

- في الثلث الأوسط: عليه المراوغة بحرص حتى لا يفقد الفريق الكرة، إلا إذا كان اللاعب واثقاً من قدرته على المراوغة وتخطي المنافس للدخول إلى مرحلة تطير الهجوم وإنهائه.

- في الثلث الدفاعي: يحظر استخدام المراوغة لخطورتها في تهديد المرمى إذا نجح المنافس في قطع الكرة.³

¹ حسن السيد أبو عبدو: مرجع سابق، ص 153.

² غازي صالح محمود، هاشم ياسر حسن: كرة القدم التدريب المهاري، مكتبة المجتمع العربي، الأردن، ط1، 2013، ص 160.

³ إبراهيم شعلان، محمد عفيفي: مرجع سابق، ص 43.

7- رمية التماس:

تعتبر رمية الجانبية من المهارات الدفاعية والهجومية التي يؤديها اللاعب على جانبي الملعب بغرض ادخال الكرة إلى الملعب، وهي المهارة الوحيدة التي يسمح بها قانون كرة القدم للاعبين بلعبها باليدين، وتؤدي هذه الرمية من الثبات أو الحركة ولا تختلف هذه الرميات عن بعضها إلا من ناحية الأداء، أو من ناحية واحدة وهي وضعية القدمين التي تكون متحركة أو ثابتة.¹

8- التمرير:

8-1- تعريف التمرير:

هو من أهم المهارات الأساسية في كرة القدم ويرجع ذلك إلى أنّ هذه اللعبة لعبة جماعية تحتاج إلى تعاون الفريق ككل من أجل هدف واحد وهو مبتغى كل من يلعب في الملعب.

والتمرير هو عبارة عن عماد كرة القدم، حيث لا يستطيع أي لاعب لوحده الوصول إلى المرمى ومحاوره كل لاعبي الفريق المنافس، ومع تقدم هذه اللعبة وحدثتها أصبحت تعتمد على أعضاء الفريق ككل، وليس الاعتماد على لاعب واحد بعينه ولو لديه مهارات عالية، كما في السابق حيث كان الفريق يلعب ويحاول إيصال الكرة إلى هذا اللاعب الذي يحاور ويستخدم مهاراته الفردية للوصول إلى المرمى لتحقيق الهدف المنشود.²

كما عرفه "مفتي إبراهيم حماده": بأنه وسيلة ربط أولية بين لاعبين أو أكثر، تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد (التصويب).³

¹ غازي صالح محمود، هاشم ياسر حسن: مرجع سابق، ص 119.

² محمد عبد الله الهزاع: المهارات الأساسية في كرة القدم، د ن، القاهرة، 1988، ص 22.

³ مفتي إبراهيم حماد: مرجع سابق، ص 13-14.

8-2- أنواع التمرير: هناك أنواع مختلفة للتمرير (المناولة) ويمكننا اختصارها في ما يلي:

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

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

- التمرير إلى الخلف: وفيه يمهل اللاعبون لتنظيم صفوفهم لبدأ الهجوم أو لتهيئة الكرة للزميل يلعبها للخلف حتى يستطيع التصويب على مرمى المنافس.¹

8-3- أشكال التمرير: هناك أشكال عديدة للمناولة ويمكننا ابرازها في ما يلي:

- التمرير بباطن القدم.

- التمرير بوجه القدم.

- التمرير بوجه القدم الأمامي الداخلي.

- التمرير بوجه القدم الأمامي الخارجي.

- التمرير بعقب ومقدمة القدم.

- التمرير بالرأس.²

• ارشادات للاعب عند التمرير (توجيهات المدرب):

- مرر على الأرض.

- مرر أمام الزميل، حيث يستطيع أن يسيطر على الكرة أثناء الجري دون توقف.

¹ إبراهيم شعلان: مرجع سابق، ص 57.

² غازي صالح محمود، هاشم ياسر حسن: مرجع سابق، ص 103.

- لا تظهر نواياك للتمرير.
- حاول سحب الدفاع بعيدا عن زميلك الذي تنوي التمرير إليه.
- لا تجعل تمريراتك قوية جدا خصوصا للمسافات القصيرة.
- لا تمرّر بأصابع قدميك.
- لا تمرّر لمجرد حب التمرير.¹

9- الجري بالكرة (دحرجة الكرة):

9-1- تعريف الجري بالكرة:

هو توجيه الكرة المتدحرجة على الأرض عند ملاستها بالقدم، والسيطرة عليها والسير بها حسب إرادة اللاعب، وترتبط قيادة الكرة ارتباطاً كلياً بمهارة الجري بالكرة.²

كما يرى "محمد رضا الوقاد" أنّ اللاعب عندما يجري بالكرة هذا يعني أنّ الكرة تقع تحت سيطرته ويقوم بأداء كافة الحركات والمهارات التي يريد تنفيذها، وقد أصطلح على تسمية هذه المهارة بالجري بالكرة، حيث أنّ اللاعب غالباً ما يؤدي هذه المهارة بالجري غير أنّها في بعض الأحيان تؤدي بالمشي وخاصة عندما يكون ذلك لأغراض تكتيكية خطية.³

9-2- أهداف الجري بالكرة:

- إجبار الخصم على اللحاق باللاعب المستحوذ على الكرة لغرض فتح ثغرة يمكن الاستفادة منها في الهجوم.

¹ بدر الدين درويش طيار، أحمد محمد الحسن، مقرر كرة القدم، الكلية الرياضية، سوريا، 2018، ص 81.
² محمد رضا الوقاد: التخطيط الحديث في كرة القدم، دار السعادة، مصر، ط1، 2003، ص 171.
³ موفق أسعد محمود: التعليم والمهارات الأساسية في كرة القدم، دار دجلة، الأردن، ط2، 2009، ص 114.

- التخلص والهروب من الخم بواسطة الدرجة.
- إعطاء فرصة للزملاء للتحرّر من المراقبة وأخذ الفراغ المناسب.
- اجتياز الدفاع لتوفير الفرص للتهديف أو أداء المناولة.
- تأخير اللعب عن طريق الاحتفاظ بالكرة.¹

9-3- شروط نجاح مهارة الجري بالكرة:

- القدرة على الملاحظة وإدراك الحالة التي يتواجد فيها اللاعب في الملعب.
- التوافق العضلي العصبي.
- المهارة الحركية للقدمين والساقين.
- قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة حتى في الأماكن الضيقة.
- لمس الكرة في كل خطوة حت في الجري السريع.
- حماية الكرة عن طريق وضع الجسم بينها وبين المنافس.
- قدرة اللاعب على الجري بالكرة باستخدام القدمين.
- سرعة اللاعب.²

¹ زهران السيد عبد الله: مرجع سابق، ص 122.

² بدر الدين درويش طيار، أحمد محمد الحسن، مرجع سابق، ص 81.

9-4- أنواع الجري بالكرة:

- الجري بالكرة بخارج القدم:

تتحرك القدم التي تستطيع ضرب الكرة من الخلف للأمام على أن يدور من القدم للداخل قليلاً، حتى يتمكن أن يواجه خارج القدم وهو مرتخياً.

دفع الكرة دفعا خفيفا بخارج القدم حتى لا تبتعد الكرة عن اللاعب ويتم ذلك من خلال ارتخاء القدم الدافعة للكرة، رفع الرأس بعد دفع الكرة للنظر للأمام حتى يكون بإمكان اللاعب مراقبة الأحداث التي تدور من حوله في الملعب من الزملاء والمنافسين.

- الجري بالكرة بوجه القدم الأمامي:

يلجأ اللاعب إلى استخدام هذا النوع من الدرجة للانتقال السريع بالكرة بخط مستقيم باتجاه حركة الكرة، وعلى اللاعب أن يكون حذراً في ضرب الكرة أمامه لأن دفع الكرة بقوة أكثر من اللازم سيؤدي لدفعها مسافة بعيدة وبالتالي يعطي الفرصة للاعب الخصم ليقطع الكرة.¹

- الجري بالكرة بواسطة وجه القدم:

يلاحظ عند أداء مهارة الجري بالكرة بوجه القدم الداخلي تباعدها بسرعة عن ملامستها لمقدمة القدم، لذلك يجب أن يكون اللاعب حذراً عند استخدام هذا النوع من الجري حتى لا تخرج الكرة عن سيطرته.²

¹ يوسف لازم كماش، صالح بشير أبو خيط: المبادئ الأساسية لتدريب كرة القدم، دار زهران للنشر والتوزيع، الأردن، ط1، 2013، ص 160.

² المرجع نفسه، ص 160.

5- مراحل تعليم المهارات الأساسية:

لما كان تعليم المهارة الأساسية لا يتم بين يوم وليلة وإنما تستمر عملية التدريب على المهارات زمنا طويلا قد يصل إلى سنتين حتى يصل اللاعب إلى الإتقان الكامل المطلوب لذلك يجب على مدرس التربية الرياضية والمدرّب أن يعلموا 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.¹

6- أهم مميزات المهارات الأساسية:

- دائمة التطور ساعدت العلوم الأخرى في تطور المهارات الفنية وأداء الرياضيين بشكل عام وبرامج التحليل الحركي عن طريق الأجهزة الالكترونية المتطورة التي كشفت عن كل حالات التقطع المهاري وكل حركة غير هادفة وصولا إلى الأداء الحركي والفني الذي يصل إلى الإتقان.

- العلاقة الطردية بين المهارات الأساسية الحركية والقدرات البدنية للاعبين من قوة وسرعة ورشاقة وكذلك سلامة الأجهزة الحيوية.

- تتميز المهارات الأساسية بالفردية وبذلك تظهر جليا مدى الفوارق الفردية في طريقة أداء المهارات بين اللاعبين، وهذه تتوقف على النمط والتركيب البدني للاعب أو طوله، سرعته، وطباعه، وغير ذلك من خصائص اللاعب.

¹ حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر، دت، ص 98.

- المهارات الأساسية بكرة القدم تحتوي على كل العناصر المعنوية والتطبيقية في تكوين مستلزمات اللاعب النوعي (المثالي)، وهو اللاعب الذي يعطيك الحلول المناسبة والجاهزة بكل الظروف الصعبة وفي الوقت المناسب.

- غالب ما تعطي المهارات الأساسية جمالية الحركة في الأداء الفردي مع إبداء كل جوانب التحفيز في ثبات المستويات العالية وتحقيق النتائج.¹

- اللاعب الماهر له الأسبقية في استخدام كل متطلبات نجاح أداء المهارة في مواقف مختلفة أثناء المنافسة وخاصة في المواقف الصعبة التي تحتاج إلى حلول فردية وفنية.

- الاقتصاد في الجهد أثناء أداء المهارة بفعالية متكاملة وفي الوقت المناسب وبسرعة فائقة لاستغلال كل مستلزمات نجاح الأداء الفني التطبيقي.²

7- أساليب التدريب على المهارات الأساسية:

إن التدريب على المهارات الأساسية يجب أن يكون بعد الجزء الإعداد 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 لا بد يراعى المدرب تدريب الناشئ على المهارات الأساسية تحت ضغط المنافس في تدريبات تشبه مواقف اللعب الحقيقية .

¹ حسن السيد أبو عبدو: الاتجاهات الحديثة في تدريب كرة القدم، مكتبة الإسكندرية، مصر، د س، ص 131.

² مفتي إبراهيم حماد: مرجع سابق، ص 139.

ومن أساليب وطرق التدريب على المهارات الأساسية :

- تدريبات الإحساس بالكرة.
- تدريبات فنية إجبارية.
- تدريبات باستخدام أكثر من كرة.
- تدريبات لتنمية المهارة مع ربطها بالقدرات البدنية.
- تدريبات الأداءات المهارية المركبة.
- تدريبات فنية لتنمية المهارة باستخدام الأجهزة.
- تدريبات فنية لتنمية المهارة باستخدام الألعاب الصغيرة.¹

¹ حنفي محمود مختار: مرجع سابق، ص 100.

خلاصة:

تعتبر المهارات الأساسية في كرة القدم العصب الرئيسي في تكوين وإعداد اللاعبين في الفئات الصغرى، حيث يسعى المدرب غلى تعليم وتحيين مختلف هذه المهارات بالاعتماد على الطرق والأساليب الحديثة في التدريب والمبنية على الأسس العلمية بهدف الوصول بالرياضي إلى مستوى عالٍ من الأداء المهاري.

الفصل الثالث

كرة القدم

تمهيد

- 1 - تعريف كرة القدم
- 2 - لمحة عن كرة القدم
- 3 - أهم المحطات في تاريخ كرة القدم
- 4 - تطور كرة القدم في الجزائر
- 5 - أهم منافسات كرة القدم في الجزائر
- 6 - قوانين كرة القدم
- 7 - طرق اللعب في كرة القدم

خلاصة

تمهيد:

تعتبر كرة القدم أكبر الرياضات شعبية في العالم، حيث بلغت من الشهرة حدًا لم تبلغه الرياضات الأخرى، إذ يغلب عليها الطابع التنافسي والجمالي الكبير، فأصبحت تكتسي أهمية بالغة عند الشعوب على اختلاف أجناسهم ولغاتهم نظرًا لخصائص هذه اللعبة ومميزاتها، وأيضًا يغلب عليها طابع الانسجام والتنظيم بين أفراد جماعة وكذا الاحترام المتبادل والتعاون وتنسيق الجهد، أين تلعب دورًا مهمًا في إقامة علاقات وطيدة قائمة على التأثير في إطار ديناميكية جماعية محدّدة.

1 - تعريف كرة القدم:

1-1- التعريف اللغوي:

كرة القدم " Football " هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم ، فالأمريكيون يعتبرون هذه الأخيرة ما يسمى عندهم بالـ " Regby " أو كرة القدم الأمريكية ، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها كما تسمى " Soccer"¹

1-2- التعريف الاصطلاحي:

رياضة تبارى فيها فريقان في الملعب ذو أرضية على جانبيه مريان، والفكرة في كرة القدم هي محاولة إيداع الكرة في مرمى الخصم، وذلك باستخدام الأرجل أو الرأس غلبًا، حيث لا يسمح باستخدام اليدين إلا لحارس المرمى، يتكون كل فريق من 11 لاعب، يتواجد أثناء المباريات الرسمية حكم ساحة ومساعدين اثنين له على جوانب الملعب.²

1-3- التعريف الإجرائي:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من إحدى عشر 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيهما مرمى، ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ، ويشرف على تحكيم هذه المباراة حكم وسط وحكمان على التماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة ، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة وإذا انتهت بالعدل في حالة مقابلات الكأس فيكون

¹ رومي جميل: "كرة القدم"، دار النفائس، ط1، لبنان، 1986، ص50-52.

² علي حسن أبو جاموس: المعجم الرياضي، دار أسامة، الأردن، ط1، 2012، ص 6.

هناك شوطين، إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

2- لمحة عن كرة القدم:

إنّ لعبة كرة القدم من الألعاب القديمة التي مارستها الشعوب عبر المراحل التاريخية وكانت تمارس بطريقة عشوائية دون نظام خاص بها، ويلعبها عدد كبير من الأفراد ولم تحدّد لها قواعد ثابتة ووقت محدّد ولا عدد معين من اللاعبين ولا مواصفات خاصة بالكرة، أو تحديد قياسات معيّنة للملعب؛ بل كان الناس يلعبونها كيفما أرادوا باليدين والرجلين واستخدام العصا في دحرجتها أو لإيقافها، وكان يصاحب لعبها أعمال عنف وحشية، وتلعب داخل المناطق الشعبية والساحات العامة، وكانت تحدث بعض المشاكل من جرّاء ذلك ممّا جعل الملوك يحرمونها.

وبدأ العمل على وضع قوانين خاصة بكرة القدم وتحريم استخدام الأيدي فيها، ومن خلال ذلك حدث انقسام بين من يحبون اللعب باليدين والذين يحبون اللعب بالقدم، فتكونت لعبتان كرة القدم السائدة وكرة الروكبي، وقد تولّت لندن وبعض مدن إنجلترا وضع قوانين جديدة للعبة، وحاليا تقام بطولات عديدة عالمية وقارية ووطنية وتتابعها شعوب العالم بشغف لكون كرة القدم أصبحت اللعبة الشعبية الأولى في العالم.¹

3- أهم المحطات في تاريخ كرة القدم:

إن تطور كرة القدم في العالم موضوع ليس له حدود، والتطور أصبح كمنافسة بين القارات الخمس، واشتد صراع التطور بين القارتين الأمريكية والأوروبية السائد في جميع المنافسات، وأصبح مقياس التطور

¹ ضافر أحمد منصور: تحليل الأداء الفني المهاري في كرة القدم، دار غيداء، عمان، ط1، 2011، ص 21-22.

في كرة القدم هو منافسة كأس العالم وبدأ تطور كرة منذ أن بدأت منافسة الكأس العالمية سنة 1930 وفيما يلي التسلسل التاريخي لتطور كرة القدم.

1863 : أسس الاتحاد البريطاني لكرة القدم.

1882 : عقد بلندن مؤتمر دولي لمندوبي اتحادات بريطانيا وتقرر فيه إنشاء هيئة دولية مهمتها الاشراف على تنفيذ القانون وتعديله.

1890 : طبقت رمية التماس.

1891 : وضع قانون ضربة الجزاء، مع تقرير وضع الشبكة للمرمى.¹

1995 : تقرير السماح بالاحتراف في كرة القدم.

1904 : تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وتضم حاليا 193 اتحاد وطني.²

1925 : وضعت مادة جديدة في القانون حددت حالات التسلسل.

1930 : تنظيم أول بطولة كأس العالم وفازت بها لأورغواي.

1934 : تنظيم كأس العالم في إيطاليا.

1935 : محاولة تعيين حكمين في المباراة.³

1937 : استعمال قوس الجزاء بعشر ياردات (9.15 متر موقع علامة الجزاء).

¹ سامي الصفار وآخرون: كرة القدم، دار الكتاب للطباعة والنشر، العراق، ط1، 1982، ص 11.

² رشيد فرحات وآخرون: موسوعة كنوز المعرفة الرياضية، دار النظير، 1999، ص 217.

³ موفق مجيد المولي: الإعداد الوظيفي لكرة القدم، دار الفكر، عمان، ط1، 1999، ص 9.

1938 : تنظيم الدورة الثانية لكأس العالم.

1939 : تقرير وضع أرقام على ظهور اللاعبين وتوقف المباريات الدولية الرسمية بسبب الحرب العالمية الثانية.

1942 : إلغاء الدورة الرابعة لكأس العالم في البرازيل بسبب الحرب العالمية الثانية.

1949 : أقيمت أول دورة لكرة القدم بين دول البحر المتوسط.

1950 : تقرر إنشاء دورات عسكرية دولية كرة القدم.

1954 : أقيمت الدورة الخامسة لكأس العالم بسويسرا.

1955: دورت ألعاب البحر الأبيض المتوسط تضم كرة القدم.¹

1959: تنظيم كأس الاتحاد الأوروبي.

1961: تنظيم كأس رابطة الأبطال الأوروبية.

1962: أقيمت المنافسة السابعة لكأس العالم في تشيلي.

1966: أقيمت الدورة الثامنة في إنجلترا.

1967 : دورة المتوسط في تونس من ضمن ألعابها كرة القدم.

1970 : دورة كأس العالم في المكسيك وفاز بها البرازيل.

¹ حسن عبد الجواد: " كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي"، دار العلم للملايين، ط7، لبنان، 1984، ص 24.

1974 : دورة كأس العالم في ميونيخ وفاز بها منتخب ألمانيا.

1975 : دورة البحر المتوسط في الجزائر.

1978 : دورة كأس العالم في الأرجنتين وفاز بها البلد المنظم.

1982 : دورة كأس العالم في إسبانيا وفاز بها منتخب الأرجنتين.¹

1986 : دورة كأس العالم في المكسيك وفاز بها الأرجنتين.

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

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

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

2002 : دورة كأس العالم وفازت بها البرازيل، ولأول مرة تنظيم مزدوج للدورة بين اليابان وكوريا الجنوبية.²

4- تطور كرة القدم في الجزائر:

طويل هو تاريخ كرة القدم في الجزائر ، فقبل اندلاع الكفاح المسلح كانت هناك فرق لكرة القدم ذات الأسماء التي ترمز لعروبيتها ، ففي سنة 1921 شهدت الجزائر ميلاد أول فريق هو نادي مولدية الجزائر، جاء بعدها شباب قسنطينة، ثم الاتحاد الرياضي الإسلامي لوهران و انضمام فرق عديدة أخرى للمجموعة،

¹ مجلة الحوادث: العدد 109، 23 أبريل، 2000، الجزائر، ص 10.

² Alain Mischel/ M foot- Ball, les systèmes de jeu, e^{eme} édition, chironn paris, 1998, p14.

تكونت جمعيات رياضية وطنية في لعبة كرة القدم متخذة أبعاد سياسية لم ترضي قوات الاستعمار، جاء بعد هذه الأندية فريق جبهة التحرير الوطني الذي كون في 13 أبريل 1958 حيث ولد في خضم الثورة المسلحة لإسماع صوت الجزائر المكافحة عبر العالم من خلال كرة القدم.

في ظرف أربع سنوات تحول الفريق إلى مجموعة ثورية مستعدة للتضحيات و إسماع صوت الجزائر في ابعد نقطة من العالم، وبدأت مسيرة جبهة التحرير الوطنية من تونس عبر العالم في تحفيظ النشيد الوطني.

بعد الاستقلال جاءت فترة الستينيات والسبعينيات التي تغلب عليها الجانب التروحي والاستعراضي، حيث أن المستوى الفني للمقابلات كان عاليا تلتها مرحلة الإصلاحات الرياضية من 1978 - 1985 التي شهدت قفزة نوعية في مجال تطور كرة القدم بفضل ما وفر لها من إمكانيات مادية ، الشيء الذي سمح للفريق الوطني نيل الميدالية الذهبية في الألعاب الإفريقية الثالثة بالجزائر ثم المرتبة الثانية في كاس إفريقيا للأمم سنة 1980، وفي المنافسات الاولمبية تأهل الفريق الوطني إلى الدور الثاني من العاب موسكو سنة 1980.

وكذلك الميدالية البرونزية سنة 1979 في العاب البحر الأبيض المتوسط ووصلت إلى قمته في مونديال ألمانيا 1982 أين فاز الفريق الوطني على احد عمالقة كرة القدم في العالم إلا وهو الفريق الألماني الغربي وانهزمت بصعوبة سنة 1986 في مونديال المكسيك أمام البرازيل، وتحصلت على كاس إفريقيا للأمم سنة 1990 بالجزائر.¹

¹ مجلة الوحدة الرياضية- عدد خاص - 18/06/1982- الجزائر - ص 10.

5- أهم منافسات كرة القدم في الجزائر:

تختلف منافسات كرة القدم حسب اختلاف المستويات التي تلعب فيها الفرق أو كذلك حسب الرقعة

الجغرافية التي تنظم على مستواها (ولائي، وطني)

وعلى المستوى الوطني الجزائري تنقسم إلى:

5-1- منافسات البطولة:

وهي دورات رياضية طويلة المدى، تلعب على مرحلتين متساويتين من حيث عدد المباريات لكل مرحلة، وتفصل بينهما فترة راحة تدعى بمرحلة " الميركاتو" وتقوم فيها الفرق بإستقدام اللاعبين وتسريح آخرين أي إعادة النظر في لاعبي الفريق إن كان ذلك ملائم. وكذلك معالجة الإصابات، واستغلالها في إعطاء الراحة والاسترجاع للاعبين والتحضير الجيد لموصلة المرحلة الثانية من البطولة.

ولعل ما يميز هذه المنافسات هو لعبها على شكل ذهاب و إياب من جهة، وكذلك اختلاف المستويات التي تنشط فيها الفرق المشاركة، فكل فريق يلعب في بطولة المستوى الذي تنشط فيه واختلاف الأهداف أيضا وهذه المستويات هي:

➤ منافسات بطولة القسم الأول:

وتضم (16) ستة عشر فريقا، والتنافس في هذه البطولة من أجل الحصول على المراتب الأربعة الأولى، حيث أن الفريق الحائز على المرتبة الأولى يتوج ببطولة العام الوطنية بالإضافة إلى حصوله على شارة المشاركة في المنافسة القارية و التي تتمثل في منافسة " كأس رابطة أبطال إفريقيا" والفريق المتحصل على المرتبة الثانية يشارك في نفس المنافسة القارية مع الفريق الأول والمتحصل على المرتبة الثالثة تعطى له شارة المشاركة في منافسة قارية أخرى وهي " كأس الكونفيدريالية الإفريقية " (C.A.F)،

أما الفريق المتحصل على المرتبة الرابعة فيتحصل على شارة المشاركة على المستوى العربي في "الكأس العربية الممتازة" أما الفرق الأخرى فتلعب من أجل البقاء في القسم الأول فقط، وتلعب بكل إمكاناتها من أجل الابتعاد على المراكز الثلاثة الأخيرة لتجنب السقوط إلى القسم الأدنى " القسم الثاني".

أما فيما يخص التحكيم فإن إدارة هذه المباريات يكون من طرف حكام فيديرا لين ودوليين يتم تعيينهم من طرف لجنة التحكيم الوطنية.

➤ منافسات بطولة القسم الثاني:

وتضم هذه البطولة ثمانية عشر (18) فريقا، و يتم التنافس فيها على المراتب الثلاثة الأولى بهدف الصعود إلى القسم الأعلى " القسم الأول ". والابتعاد عن المراتب الثلاثة الأخيرة قصد تفادي السقوط إلى القسم الأدنى (قسم ما بين الرابطات) ويكون التحكيم في هذه المنافسات بحكام فيدراليين ودوليين معينين من طرف لجنة التحكيم الوطنية.

➤ منافسات بطولة ما بين الرابطات:

وهي تحتوي ثلاث مجموعات عن المستوى الوطني، وكل مجموعة تضم 16 فريقا هي الفرق المتحصلة على المرتبة الأولى في مجموعتها على المستوى الجهوي الأول، لكل رابطة جهوية مثل الرابطة الجهوية لكرة القدم قسنطينة.... الخ، ويتم التنافس فيها من الحصول على المراتب الأولى قصد الصعود إلى القسم الثاني، والابتعاد على المراتب الأخيرة لتفادي السقوط إلى القسم الأدنى.

وتدار مباريات هذه المنافسة أو البطولة من قبل حكام ما بين الرابطات و حتى حكام الدرجات العليا (فيدرالي، دولي) إن اقتضت الضرورة مثلما هو الأمر في المباريات الصعبة ويتم تعيينهم من طرف (FAF).

5-2- منافسات بطولة القسم الجهوي:

وتكون المنافسة في هذه البطولة على مستوى فرق الرابطة الجهوية فقط، أي الفرق التي تتبع نفس

الرابطة الجهوية و هي تنقسم إلى:

➤ بطولة القسم الجهوي الأول:

ويختلف عدد الفرق المشاركة باختلاف الرابطة الجهوية ولكل رابطة عدد معين يتم فيها التنافس

على احتلال المرتبة الأولى من أجل الصعود إلى القسم الأعلى (ما بين الرابطات) والابتعاد عن المراتب

الأخيرة الثلاثة لتفادي السقوط إلى الجهوي الثاني.

➤ بطولة القسم الجهوي الثاني:

ويختلف عدد الفرق المشاركة من رابطة إلى أخرى، وتتنافس على احتلال المرتبة الأولى قصد

الصعود إلى الجهوي الأول، وتلعب الفرق الأخرى من أجل البقاء وتفادي السقوط إلى القسم الشرفي،

وتختلف عدد الفرق الصاعدة حسب متطلبات المستوى الأعلى وهذا بقرار من الرابطة المعنية.

➤ بطولة القسم الشرفي (الجهوي الثالث):

وتختلف عدد المجموعات والفرق المتنافسة باختلاف الرابطة الجهوية التي تنتمي إليها وتلعب

وتتنافس للحصول على المرتبة الأولى للصعود إلى القسم الجهوي الثاني، وقد يصعد أكثر من فريق

حسب متطلبات القسم الأعلى، ويتم إدارة هذه المنافسات لمختلف الأقسام الجهوية من طرف حكام

جهوبين وحتى حكام ما بين الرابطات وحكام فيدراليين إن اقتضت الضرورة في المقابلات المحلية ويكون

تعينهم من طرف الرابطة المعنية.

➤ بطولة القسم الولائي:

وتكون المنافسة في هذه البطولة على مستوى الولاية فقط، وتختلف عدد الفرق من ولاية إلى أخرى ، ويتم التنافس لضفر بالمرتبة الأولى قصد الصعود إلى القسم الشرفي ، وقد تتعدى إلى صعود فريقين أو أكثر حسب احتياجات القسم الأعلى ، أما الفرق الأخيرة فهي تلعب من أجل اللعب ، لأنه لا يوجد هناك إقصاء أو سقوط إلى قسم آخر، بما أنه القسم الأدنى ، وتدار مباريات هذه البطولة من طرف حكام ولاتيين وحتى جهويين وحكام ما بين الرابطات في اللقاءات الصعبة، ويتم تعيينهم من طرف الرابطة الولائية المعنية.

5-3- منافسات كأس الجمهورية:

تتميز مبارياتها على مباريات البطولة كونها إقصائية بالنسبة لكل الأقسام ولكل الأدوار، وتبدأ هذه المنافسات على مستوى الأقسام الدنيا (الولائي-الجهوي - ما بين الرابطات) ويديرها حكام جهويين ولاتيين وحكام ما بين الرابطات ويتم تعيينهم من طرف الرابطات المعنية وهذا في الدور التمهيدي. بعدها تشارك الفرق المتأهلة من هذا الدور مع فرق القسمين الأول والثاني في عملية القرعة. ويديرها حكام ما بين الرابطات وحكام فيدراليين ودوليين حسب نوعية المباراة ودرجات صعوبتها، وهذه المباريات تلعب في ملاعب محايدة، ويتم تعيين الحكام و الملاعب التي تلعب فيها المباريات من طرف (FAF).

وتجرى هذه المنافسات على نفس الوتيرة إلى غاية الدور النهائي الذي يلعب غالبا في الملعب الأولمبي "ملعب 5 جويلية" ،ويكون تاريخ إجرائها غالبا متزامنا مع عيد وطني وهو "عيد الاستقلال" وبحضور شخصيات وطنية إضافة إلى رئيس الجمهورية، ويدير هذا النهائي حكام دوليين يتم تعيينهم من طرف (FAF).

4-5- منافسات الكأس الممتازة:

وتجمع بين الفريق الحائز على البطولة الوطنية للقسم الأول مع الفريق المتوج بالكأس الجمهورية في نفس العام ويديرها حكام دوليين معينين من طرف (FAF).

إضافة إلى هذه المنافسات هناك المنافسات الودية، وهي عبارة عن منافسات إما تقييمية لدرجة تحضير الفرق أو انتقائية لانتقاء العناصر الشابة والوقوف على إمكانات لاعب أو فريق ما وهي تنحصر غالبا على فرق المستويات العليا كفرق القسم الأول والثاني وكذلك الفريق الوطني.¹

6- قوانين كرة القدم :

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

المادة 01: ميدان اللعب:

- يجب أن يكون ميدان اللعب مستطيل.
- الطول: الحد الأقصى 120 متر.
- الحد الأدنى 90 متر.
- العرض: الحد الأقصى 90 متر.
- الحد الأدنى 45 متر.²

¹ La fédération Algériens de foot ball : "les règlements genereaux », 2006, p33.

² موفق سعيد محمود: تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم، دار دجلة، عمان، 2011، ص 244.

المادة 02: الكرة:

تكون كروية الشكل ذات غلاف خارجي من الجلد أو من مادة أخرى معتمدة، ويجب أن يكون محيطها ما بين 68 سم و 71سم، وأن تزن ما بين 396 و 453 غرام.

المادة 03: تجهيزات اللاعبين :

يتكون زي اللاعب من قميص وسروال قصير وجوارب وواقيات قسبة الساق وحذاء، وتعتبر جميع هذه الأدوات إجبارية ويجب أن يكون لون قميص حارس المرمى مختلف عن لون قمصان لاعبي الفريقين والحكم.¹

المادة 04: عدد اللاعبين:

تلعب بين فريقين، يتكون كل منهما من 11 لاعبا داخل الميدان، وسبعة في الاحتياط.

المادة 05: الحكام:

يعتبر صاحب السلطة لمزاولة وتطبيق قوانين.

المادة 06: مراقبي الخطوط:

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

¹ خلود مانع الزبيدي: موسوعة الألعاب الرياضية، دار دجلة، عمان، 2010، ص 183 - 184.

المادة 07: مدة اللعب:

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

المادة 08: بداية اللعب:

يتقدر اختيار نصفي الملعب، وركلة البداية، تحمل على قرعة بقطعة نقدية وللفريق الفائز بالقرعة اختيار إحدى ناحيتي الملعب أو ركلة البداية.

المادة 09: الكرة في اللعب أو خارج اللعب:

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

المادة 10: طريقة تسجيل الهدف:

يحتسب الهدف كلما تجتاز الكرة كلها خط المرمى بين القائمين وتحت العارضة¹.

المادة 11: التسلل :

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

¹ علي خليفة العنشري وآخرون: "كرة القدم"، د ط، الجماهيرية العربية الليبية، 1987، ص 255.

المادة 12: الأخطاء وسوء السلوك:

يعتبر اللاعب مخطئاً إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية:

- ركل أو محاولة ركل الخصم.

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

- دفع الخصم بعنف أو بحالة خطيرة.

- الوثب على الخصم.

- ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد.

- مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع.

- دفع الخصم باليد أو بأي جزء من الذراع.

- يمنع لعب الكرة باليد إلا لحارس المرمى.

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

المادة 13: الضربة الحرة : حيث تنقسم إلى قسمين:

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

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

¹ سامي الصفار : "كرة القدم"، ج1، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق، د ط، 1982، ص 30.

المادة 14: ضربة الجزاء:

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

المادة 15: رمية التماس:

عندما تخرج الكرة بكاملها من خط التماس.

المادة 16: ضربة المرمى:

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

المادة 17: الضربة الركنية:

عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدى الجزء الواقع بين القائمين ويكون آخر من لعبها من الفريق المدافع¹.

7- طرق اللعب في كرة القدم :

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

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

7-1- طريقة الظهير الثالث:

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

7-2- طريقة 4-2-4:

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

7-3- طريقة متوسط الهجوم المتأخر M.M :

وفي هذه الطريقة يكون الجناحان ومتوسط الهجوم على خط واحد خلف ساعدي الهجوم المتقدمين إلى الأمام ، للهجوم بهما على قلب هجوم الخصم، ويجب على متوسط الهجوم سرعة التميريرات المفاجئة وسرعة الجناحين للهروب من ظهري الخصم¹.

7-4- طريقة 4-3-3 :

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

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

7-5-3-4: طريقة

وهي طريقة دفاعية هجومية تستعمل للتغلب على طريقة الظهير الثالث، وينتشر اللعب بها في روسيا وفرنسا، ويكون الفريق بهذه الطريقة في حالة هجوم شديد عندما تتواجد الكرة مع خط الهجوم أو خط الوسط¹.

7-6- الطريقة الدفاعية الإيطالية:

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

7-7- الطريقة الشاملة:

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

7-8- الطريقة الهرمية:

ظهرت في إنجلترا سنة 1989م وقد سميت هرمية لأن تشكيل اللاعبين الأساسيين في أرض الملعب يشبه هرمًا قمته حارس المرمى وقاعدته خط الهجوم (حارس المرمى، اثنان دفاع، ثلاثة خط الوسط، خمسة مهاجمين)².

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

² حسن احمد الشافعي: "تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي"، منشأة المعارف بالإسكندرية، د ط، مصر، 1998، ص23.

خلاصة:

إن ما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه حول رياضة كرة القدم، أنها ذات إيجابية عديدة وضرورية في حياة الفرد فهي تعتبر وسيلة تربية وقائية فعالة للاعب كرة القدم وخاصة للفئات الناشئة، إذا ما تم استغلالها بصفة منظمة ومستمرة، وتساهم في تطوير وبناء شخصية اللاعب، فهي تساعد على استغلال وقت فراغه إيجابيا دون ملل بدلا من تضييعه في الشارع دون فائدة، حيث إن انضم الناشئ لفريق كرة القدم يقلص من فرص وقوعه في فخ الانحراف، وعلى هذا فمن الوهلة الأولى يجب أن تكون رياضة كرة القدم منظمة وموجهة كما ينبغي، نحو غايات تربية سامية.

الفصل الرابع

الفئة العمرية

تمهيد

1- تعريف فئة الأصاغر (13 - 15)

2- خصائص النمو في هذه الفئة

3- احتياجات الطفل في هذه المرحلة

4- المراهقة

خلاصة

تمهيد:

يمر الإنسان بعدة مراحل في عمره، تحدّد على غرارها مميزات الطرق والحُمّلات أثناء التعلم والتدريب ومن بينها مرحلة المراهقة المبكرة (تحت 15 سنة)، وهذا ما جعل الاختصاصيين يحدّدون كل صنف من خلال عدّة جوانب مختلفة.

فالممارسة الرياضية في هذه المرحلة تتطلب نظاما أكاديميا يضمن نجاح هذه الممارسة، لذا من المهم أن يعرف المدرب خصائص واحتياجات الطفل والجوانب الملموسة لنموه وتطوره واختيار أفضل الطرق التدريبية والتعليمية بحمولات مناسبة كي يستطيع برمجة نظام تعليمي وتدريبى قائم على أسس وقواعد علمية.

وقد تطرّقنا في دراستنا هذه إلى المرحلة العمرية (من 13 - 15 سنة) وذلك بهدف التعرف عليها

من جميع النواحي.

1- تعريف فئة الأصاغر (13 - 15):

هي مرحلة المراهقة المبكرة، تمتد من 13-15 سنة وفي هذه المرحلة تظهر الخصائص الجنسية، كما تنمو وظيفة التناسل وتتميز بالنمو الغير منتظم، ويعد التناسق بين نمو العظام والعضلات ويضعف التوافق العضلي، لذلك يقل التحكم عند الناشئين في حركاتهم وتبدأ في هذه الفترة مشكلات القوام في الظهر.

يزداد حجم القلب لكن بنسبة غير معتدلة مع الشرايين فيضلاً التوازن للجسم لذا يجب تجنب النشاط الرياضي العتيق.¹

ووصفها "عبد العالي الجسماني": "بأنّ هذه الفترة كولادة جديدة لما تطرأ على تغير المراق ن تأمل وتنقية الخبرات التي قد مرت به، فهو يريد أن يتبنى وجودها في حياته، وهو يمرّ بمرحلة بيولوجية لها أثارها البارزة في التكوين الجسمي وفي نمو أبعاده، وفي ملاحظة الظواهر الجديدة، فالطفل في هذه المرحلة معرض للارتباك والحيرة وربما الانحراف.

وهذا بسبب:

- طبيعة التغيرات الفيزيولوجية المفاجئة التي لم يصلها الطفل من قبل.
- ظهور بعض الدوافع على النحو المفاجئ كالدافع الجنسي مثلا.
- ظهور بعض الوظائف العقلية كالخيال والاستدلال.²

2- خصائص النمو في هذه الفئة:

لكل مرحلة من مراحل العمر المختلفة خصائصها التي تميزها عن غيرها من مراحل النمو، فمرحلة المراهقة لها خصائصها.

¹ محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1987، ص 144.

² عبد العالي الجسماني: سيكولوجية الطفولة وحقاتها الأساسية، الدار العربية للعلوم، 1994، ص 170.

كما أنّ لكل مرحلة ظروفها ومطالبها بالنسبة لكل فرد ولهذا تختلف قدرة الفرد على السلوك والتصرف غزاء الموقف الواحد من مرحلة إلى أخرى، ويبدو ذلك واضحا من عبير الفرد عن انفعالاته وكذا قدرته على التعليم، وأيضا الأساليب التي يتبعها في تلبية حاجاته.¹

2-1- النمو الجسمي:

إنّ ما يميز هذه المرحلة الإضراب الطولي في نمو الأطراف الذي يعطي شكلا غير مقبول، عند الشباب، مع تباطؤ النمو الطولي للجذع وسرعان ما يختفي ذلك في المرحلة الثانية ن المراهقة، وهذا بالإضافة إلى نمو كبير في حجم العضلات والذي ينتج عنه زيادة ملحوظة في الوزن.

إنّ عدم التناسق بين نسب الأطراف والجذع في تلك المرحلة يعمل على إعاقة عمل العلاقات وانسجامها وخصوصا بين الحركات التي تستخدم فيها كل من الرجلين والذراعين، والجذع حيث تبدو الحركة بدون انسياب، وبذلك تظهر الحركات الغريبة والزائدة.²

كما قد يتأخر الجهاز العضلي قليل في النمو العظمي والطولي، ولذلك يشعر المراهق بآلام جسمية نتيجة لتوتر العضلات المتصلة بالعظام النامية المتطورة، وفي اتساع منكبيه وطول ذراعيه وكبير يديه، ولهذه الزيادة في التكيف الاجتماعي للمراهق في تأكيد مكانته وشخصيته، هذا ويتفوق البنين على البنات في القوة العضلية نظراً لتفوق الفتى على الفتاة.³

2-2- النمو الحركي:

من مظاهر النمو الحركي نمو القدرة والقوة الحرية بصفة عامة، من جهة أرى نلاحظ ميل المراهق بين الكسل والخمول التراخي ولهذا تكون حركات المراهقة غير دقيقة، والسبب في ذلك طفرة النمو الجسمي الذي يجعله يتصف بنقص التناسق واختلاف أبعاد الجسم نظراً للنمو السريع المنتظم،

¹ محمد السيد محمد الزعبلوي: خصائص النمو للمراهقة، مؤسسة الكتب الثقافية، ط1، 1998، ص 25.

² محمد بليونوي: أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، مصر، 1996، ص 178.

³ محمد عبد الحليم مني: علم نفس النمو، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر، 2001، ص 201.

ونلاحظ قصور في عنصر الرشاقة مع تميز البنات على الأولاد في عنصر المرونة¹، كما تتميز الحركة بنقلها وعدم اتزانها.

وفي هذه المرحلة يزداد وزن الجسم وطوله بزيادة نمو العضلات والعظام، وتكون القدرة على العمل المتزن ضئيلة لأن نمو العظام في الطول والسمك والكثافة يغير النظام الميكانيكي في الجسم كله، ويتضح ذلك في فقدان عنصر الرشاقة وعدم القدرة على ضبط الحركات وظهور علامات التعب عليهم بسرعة.

2-3- النمو العقلي:

يطور الناشئ أثناء مراهقته فعاليته العقلية المتنوعة للتعلم والتعامل مع الأفكار المجردة وإدراك العلاقات وحل المشكلات، وفي الوقت ذاته الذي يتابع المراهق تنمية قابليته العقلية، تتعمق معرفته وتتنوع في المجالات المختلفة، يستمر النمو العقلي فتكون سرعة كبيرة عند بداية المراهقة، إلى سنوات المرحلة الثانوية، حيث يكتسب المراهق قدرة كبيرة في التعبير اللغوي وازدياد النشاط الفكري والخيالي والقدرة على إدراك المفاهيم، كالحرية والشخصية، واتخاذ مواقف معينة ضد تقاليد المجتمع.²

هذه التقاليد العامة التي يراها المراهق غير صالحة ويجب تغييرها، والرغبة في الانضمام إلى النوادي زيادة على حب الاطلاع الميل إلى جمع المعلومات عن الظواهر ومشكلات المجتمع، وتزويد قدرته على إدراك الأحداث الماضية والحاضرة والمستقبلية القريبة والبعيدة، وإذا لم يوجد توجهها سليماً فقد يتجه استطلاعها اتجاهها فيه شيء من الانحراف بل قد يتجه أحياناً إلى الإجرام.

¹ محمد بليونى: مرجع سابق، ص 144.

² عبد اللطيف فؤاد إبراهيم: المناهج أسسها ومتطلباتها وتقييم أثارها، مكتبة القاهرة، 1967، ص 221.

2-4- النمو الاجتماعي:

فمرحلة المراهقة يبلغ رحلة النضج حيث ينعكس هذا النضج في النمو الاجتماعي الواضح فيبدو المراهق إنسانا يرغب في أخذ مكانة في المجتمع، وبالتالي يتوقع من المجتمع أن يقبله كرجل أو امرأة كما يبدأ المراهق بإظهار الرغبة الاجتماعية من حيث الانضمام إلى النوادي أو الأحزاب أو الجمعيات في اختلاف ألوانها مما يؤمن له شعور بالانتماء إلى المجتمع كأنسان ذات قيمة فعّالة، أمّا الشيء الملفت للنظر هو ميل الجنس إلى عكسه لأنه على هذا الميل يتوقف بقاء الجنس البشري.¹

لذلك نرى المراهق مهتما بمنظره الخارجي ذاته الجسمية من أجل جلب اهتمام الآخرين من الجنس الآخر وشخصيته، وما يترتب عليه:

- ميل اجتماعي جديد للمشاركة فيما بعد لأنّ يكون إنسانا قادراً على بناء مستقبله وهذا ما يجعله يفكر في كيفية الزواج وتكوين أسرة وما إلى ذلك.²

- يميل التلاميذ خلال هذه المرحلة إلى الجنس الآخر ويحاول جلب انتباهه بكل الطرق الوسائل مثل الأناقة اللياقة في الكلام والمباريات الرياضية والاشتراك في الجمعيات المدرسية، كما يعجب بالشخصيات اللامعة الأدبية ولسياسة، الفنية والرياضية ولكن إذا لم يوجد التوجه الحسن فإنّه ينحرف، ويستخف المراهق باهتمام الكبار بمستقبله وبأخلاقه ويعمله ويميل إلى التحرر من القيود في الطفولة والاستقلال في الأسرة.³

فهو يشهر بأنّه لم يعد طف ويريغب أن يعامل كالكبار، ف يرضى عن سيطرتهم أو أم أمرهم كما يميل إلى تحمّل المسؤولية مثلهم وتبدو له آراء الكبار قديمة وتقليدية وغير واقعية.

¹ توما جورج خوري: سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان، 2000، ص 265.

² المرجع نفسه، ص 266.

³ عبد اللطيف فؤاد إبراهيم: مرجع سابق، ص 214.

2-5- العلاقات:

تتزايد أهمية العلاقات الاجتماعية للناس بتقدمه من الطفولة إلى المراهقة، وذلك بسبب تشعب تلك العلاقات من جهة وازدياد تأثيرها في مجمل حياته وسلوك الشخص من جهة ثانية، فالمراهقة باعتبارها جسر الانتقال من الطفولة إلى الشباب يكسب علاقات الناس بأقرانه وعلاقته الاجتماعية بصورة عامة طابعا خاصا وتجعلها أكثر شمولا وعمقا بانتهاء المراهقة والانتقال إلى مرحلة لرشد، ويبح كل الراشدين أقرانا له إذ عليه أن يجد مكانا له في مجتمع لا يضم أقران المراهقين فحسب بل أشخاصا يزيدونه في السنّ زيادة كبيرة في بعض الأحيان، ويلعبون الأدوار المختلفة التي يقبلها بهم المجتمع.

2-6- النمو الانفعالي:

يشكل النمو الانفعالي في المراهق جانبا أساسا في عملية النمو لشاملة، ويعتبر دراسة هامة ضرورية ليس فقط لفهم الحياة الانفعالية للمراهق بل لتحديد وتوجيه المسار النهائي لشخصيته ككل والخوض إلى أعماق ذاته المتحولة بكل ما تحمله من العواطف والأفكار، وتحققه من ضروب في الفعل أنماط السلوك.

يعد شعور المراهق نحو نفسه من جهة ونحو الأقران من جهة ثانية من إبراز ملامح حياته الانفعالية ويمثل بالحب، الحقد، الأمل، الغضب، الخوف، الفخر الاحساس بالعار.¹

كما ترتبط الانفعالات ارتباطا وثيقا بالعالم الخارجي المحيط بالفرد، عبر مثيراتها واستجاباتها للعالم العضوي الداخلي عبر شعورها الوجداني وتغيراتها الفيزيولوجية الكيميائية.²

الغضب: ويكون عندما يشعر بما يفوق نشاطه تحول بينه وبين غايته.

¹ توما جورج خوري: مرجع سابق، 265.

² محمد سلامة أدم: علم نفس الطفل، مديرية التكوين والتربية، الجزائر، 1973، ص 76.

القلق: أهم أسبابه في هذه التغيرات التي تحدث على مستوى العمري، وكذلك معاملة الوالدين له على أن لا يزال غيرًا، وبالتالي فهم لا يأخذون برأيه ولا يحترمون رغباته، كل هذا يتحول إلى شعور المراهق بالإهمال والتهميش من قبل والديه ومن المجتمع.

العدوانية: تعدّ المراهقة من العوامل المساعدة على زيادة في درجة العدوانية التي هي تلك النزاعات أو مجمل النزاعات التي تتجسد في تصرفات حقيقية أو وهمية ترمي إلى الحاق الأذى بالآخرين وتميز بالكراهة إذلاله.¹

3- احتياجات الطفل في هذه المرحلة:

3-1- الاحتياجات النفسية الحركية:

إنّ علم النفس النمو على سبيل المثال يهت بالعلاقة بين المظاهر البيولوجية النفسية لنمو الفرد، فالطفل الناشئ في هذه المرحلة يحتاج إلى وسائل التدخل لمناسبة للتقديم، لهذا التربية البدنية تكسب قيمة بارزة في النمو لحيوي النفسي، والنمو المتناسق بين نفسية وحركية الطفل وتساعد على سرعة التكوين الذهني والاجتماعي والخلقي ومنحه الثقة بالنفس.

زكما يحتاج أيضا إلى استغلال ذاتي نفسي بدني لكي يكون الطفل قادراً على الاحساس بحريته وعلى مواصلة أهدافه وتطيرها وتحقيقها.²

فإذن الرياضة تربية للبدن التي يحتاجها الطفل لإزالة أسباب الأمراض الطارئة، وأنها كل ما يلزم لجعل نمو الفرد حركيا وهرمونيا.

¹ لابالاش وبورتالس: عجم مصطلحات، التحلي النفس، تر: مطى حجازي، ديوان المنشورات الجامعية الجزائرية، الجزائر، 1982، ص 982.

² جوليا يانتوني: تر: عبد الفتاح حسين، التربية النفسوحركية والبدنية والصحة ف رياضة الأطفال، دار الفكر العربي، مصر، 1991، ص 14.

فتطبيقها بشكل صحيح وسل ثر إيجابيا على الاحتياجات الأخرى للطفل كاللعب والتفكير، المرح

... إلخ، ويستطيع الطفل خلال الحركة أن يلتزم ويشغل بنفسه بدنيا وروحيا ونفسيا.¹

وكما يحتاج إلى الأهمية التربوية للمجال النفسي الحركي من النظر إلى التربية تعليمية عملية

شاملة وتستهدف النمو المتكامل للشخصية بكافة جوانبها الحركية والمعرفية والانفعالية والاجتماعية.

ويحتل الجانب الحركي والبدني مكانة هامة وأساسية في إطار مفهوم التربية الشاملة.

حيث أنّ هذه التربية الشاملة تؤكد على وحدة الفرد الكاملة وتنتظر إلى السلوك بمختلف مظاهره،

والجوانب الحركية والمعرفية الحركية.²

كما تبين أيضا أهمية النشاط الحركي والمهارات النفسية الحركية في مجالات متنوعة من التعليم،

ولذا يحتاج الطفل لعملية التعليم، والتعليم فيها اتقان المهارات النفسية، حركية مثل التعلم الفني (التربية

الفنية).

3-2- الاحتياجات الاجتماعية:

إنّ الطفل يحتاج إلى ما هو المعنى الذي يتضمنه "التكوين الاجتماعي" وبحيث تضم عند "فروبل"

(استمراره) النم الاجتماعي، والتكوين، وبالتالي أهمية وخصوصية كل لحظة ن لحظات النمو التي يتطلب

اهتماما تربويا لشكل إنسانية الطفل، فالطمأنينة والفرح والابتسامة تظهر ا بداخل الطفل وكما أن البحث

الأنثروبولوجي يصف احتياج الطفل للتكيف الثقافي، بالتدفق المحترم للقوى الاجتماعية على المؤسسات

التربوية التي تنظم سلوك الطفل، فمن طريق وساطة الكبار يدخل الثبات بهذا الشكل في علاقة مع

خطوط القوة للمجموعة الاجتماعية التي يحتاج إلى فه قيمتها لكي يواصل مسيرتها في الحياة لرياضية

والتقدم عامة.

¹ أحمد عمر سليمان روجي: الأهداف التربوية في المجال النفسي الحركي، دار الفكر، مصر، 1996، ص 54.

² المرجع نفسه، ص 54.

إنّ عملية التربية عنصر هام أساسيا في حياة الطفل بحيث يهدف إلى تشكيل شخصية الفرد واكتسابه للصّفة الاجتماعية، وهذا لاكتساب مكونات الشخصية الاجتماعية والنفسية عن طريق التعلم، فمن هذه المرحلة لحساسة يبدأ تعلم الاستجابات الصحيحة لمطالب المجتمع وتوقعات الآخرين في المواقف المختلفة.

وكما يحتاج إلى اكتساب التوقعات السلوكية المرتبطة بالدور الاجتماعي، ويؤكد "جورج مباد" على أهمية اللعب في اكتساب دور المهارات المرتبطة بالرياضة مما يساعد على عملية النشأة الاجتماعية.¹

3-3- الاحتياجات المعرفية:

يحتاج الطفل في هذه المرحلة أولا: إلى المعرفة العلمية وهي المعرفة التي يتحصل عليها عن طريق الحواس أولا ثم التحليل العقلي المجرد، وهي خاضعة للاختبارات الحسية والعقلية.

ويحتاج إلى المعرفة الرياضية وذلك باكتسابها بحيث تتألف من معرفة حسي تتأثر بالحواس مباشرة، فتزد المؤثرات الحسية إلى العقل يتولى تنظيمها والربط بين الحركات الرياضية فيما بينها، فيصوغ المعرفة العلمية، أما الأجهزة الحديثة التي تستخدم في التدريب الرياضي قد وفّرت للعقل الرياضي كثيرا من الجهد والوقت وبألف الرياضي جوهريين أولهما حسي وثانيهما مجرد.

فالمعرفة التي يتوصل إليها في هذه المرحلة حسب "قاسم حسين" هي:

- النوع الذي يمكن الجزم معه بما يحدث بعد فترة قصيرة أو طويلة من التعلم والتدريب.
- امتداده من الماضي البعيد فهو خارج من النطاق التجريبي ولا يمكن إعادته مثل تقنية الموهوب الرياضي الصغير، ويتم بناء هذه النظرية على الأدلة التي تجمعت من الدراسات المختلفة كعلم التشريح والوراثة والقياسات البدنية.²

¹ لمبريلا كبران: التربية الاجتماعية، دار الفكر، مصر، 1993، ص 9-10.

² ريبوح علي، شيخون أحمد رمزي: تأثير الألعاب شبه الرياضية على تعلم المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم أصغر (14-15 سنة)، مذكرة ماستر، عيد الدفلى، 2014، ص 76-77.

3-4- الاحتياجات البدنية:

تتميز هذه المرحلة بالمرافقة الابتدائية حيث يحصل فيها تغيرات على الأجهزة العضوية الداخلية وتنعكس على القوة الحركية، فهناك آراء مختلفة حول تأثير مرحلة المراهقة على التطور الحركي، حيث تشير المصادر العلمية لعدم التأثير على التطور الحركي، بينما يراه الآخرون انسجام حركات الطفل في عمر من (12-15 سنة) وتأثيرها على تطور المراهقة.¹

احتياجات الطفل البدنية في هذه المرحلة كلاعب تعتبر القاعدة الصلبة القوية التي ركز عليها صحة الأداء الفني للاعب، فالمهارة التي تؤدي بطريقة سليمة يجب أن يكون هناك سريان إنسيابي في مسار القوة التي تؤدي بها الحركة، ولا يأتي هذا الأداء إلا إذا ساعدت العضلات المقابلة في ذلك، وأن تدريب هذه العضلات يحقق هذا العمل الصاعد، ولذا يحتاج إلى القوة العاملة والسرعة والتحمل العام والمرونة لجميع مفاصل الجسم، ثم اكتساب اللاعب درجة عالية من التوافق حيث تصل به إلى تحقيق جسم رياضي متناسق خالي من العيوب الجسمانية مما يكون له أحسن الأثر في أداء المهارات.²

4- المراهقة:

4-1- تعريف المراهقة:

هي المرحلة التي تسبق الرشد وتصل بالفرد إلى اكتمال النضج، وهي تبدأ من البلوغ حتى سن الرشد في الواحد والعشرين سنة تقريبا، فالمرافقة هي المرحلة النهائية أو الطور الذي يمر فيه الفرد أو الناشئ أو غير الناضج جسميا وعقليا ومجتمعيا نحو النضج العقلي والجسمي والاجتماعي.³

¹ طلعت منصور: تنشيط نمو الطفل، مجلة عالم الفكر، الكويت، المجلد الخامس، العدد، 1998، ص 19.

² حنفي محمود مختار: التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995، ص 98.

³ محمد السيد طوب: النمو الإنساني أسسه وتطبيقاته، دار المعرفة الجامعية، د ط، مر، 1997، ص 315.

4-2- تعريف المراهقة المبكرة:

تمتد منذ بدأ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي سنة أو سنتين بعد البلوغ، وسماها "شارلوت بوهرلر" بمرحلة الاتجاه السلبي ذلك أنّ سلوك الفتى أو الفتاة يتجه إلى السلبية ويصعب على الفتى المراهق التحكم في سلوكه الانفعالي بالدرجة التي تتيح له فرصة امتصاص القيم والعادات والاتجاهات من المجتمع الذي يعيش فيه، وذلك لوجود التغيرات الفيزيولوجية والفردية التي تجعله مفرط الحساسية بذاته شغولاً باجتياز الصراعات.¹

4-3- مشاكل المراهقة المبكرة:

تتميز مرحلة المراهقة لمبكرة بالفوضى والتناقض، فبحث الفرد عن هوية جديدة ويحاول تجاوز هذه الأزمات والمشاكل بالرياضة، وتتلخص كلّ هذه المشاكل في النقاط التالية:

المشاكل النفسية: إنّ من الطبيعي أن تتسم الحياة النفسية للمراهق بالفوضى والتناقض والتجارب العديدة التي يقوم بها، فقد تكون فاشلة أو ناجحة، فهو بذلك يعيش صراعات داخلية مكبوتة ق يظهرها أحيانا بالعدوان والتمرد على الأعراف والتقاليد، فهو يعتقد أنّ على المجتمع الاعتراف بشخصيته.

ونستطيع صرف النظر عن هذه المشاكل بإدماج المراهق في النشاط الرياضي المكثف، لكي يتكيف على الحياة الاجتماعية ويتعلم روح المسؤولية.

المشاكل الانفعالية: إنّ العامل الانفعالي لدى المراهق في حياته يبدو واضحاً في انفعالاته واندفاعه وهذا الاندفاع الانفعالي يرجع أساساً إلى التغيرات الجسمية وشعوره أنّ جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال، ومن بين الصراعات التي يعاني منها المراهق:

¹ حامد عبد السلام زهران: علم النفس والنمو والطفولة المراهقة، دار الثقافة، لبنان، 1983، ص 264.

- الصراع العائلي بين ميله إلى التحرر من القيود الأسرية ومن سلطة الأسرة.

- صراعه بين جيله وجيل الماضي.

- الصراع بين مغريات الطفولة والرجولة.

- صراع بين شعوره الشديد بذاته وشعوره الشديد بالجماعة.¹

المشاكل الاجتماعية: إنّ مشكل المراهقة ينشأ من الاحتياجات السيكولوجية الأساسية مثل الحصول على مركز أو مكانة في المجتمع، والاحساس بأنه فرد مرغوب فيه ويميل المراهق إلى اظهار مظاهره، ويتميز بالصراحة التامة والاخلاص في مسايرة الجماعة تقل شيئا فشيئا ويحل محلّ هذا الشعور اتجاه آخر يقوم أساسا على تأكيدات الذات والرغبة بالاعتراف ب كفرد يعمل وسط جماعة، وذلك نظرا للنضج العقلي والاجتماعي السبب الذي يدعو إلى الانسجام في الجماعة في أول مرحلة للمراهق، وهو يحب سلوك الرغبة في تحقيق الذات حيث أنه يميل إلى القيام بالأعمال التي تجلب الانتباه، ويشعر المراهق كذلك أنّ عليه مسؤوليات نحو الجماعة أو الجماعات التي ينتمي إليها، إذ أنه يحاول القيام بآرائه فيعتقد أنّها تريد أن تحطم عبقريته.

المشاكل الصحية: إنّ المتاعب لمرضية التي يتعرض إليها المراهق هي السمنة، غذ يصب المراهقون بسمنة بسيطة مؤقتة، لكن إذا كانت مفرطة فيجب العمل على تنظيم الأكل والعرض على طبيب مختص، وقد تكون ورائها اضطرابات شديدة في الغدد، كما يجب عرض المراهقين على الطبيب للاستماع إلى متاعبهم وهو في حدّ ذاته جوهر العلاج.

¹ خليل ميخائيل عوض: مشكلات المراهق في المدن والريف، دار المعارف، مصر، 1971، ص 72.

المشاكل الجنسية: من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد للجنس الآخر ولكن تقاليد مجتمعنا تقف حاجزاً دون أن ينال مراده، عندما يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على إعاقة الدافع الفطري الموجود لدى المراهق اتجاه الجنس الآخر.

وقد يتعرض إلى انحرافات وغيرها من السلوك المنحرف، بالإضافة للجوء إلى أساليب ملتوية لا يقبلها المجتمع كعكاسة الجنس الآخر والتشهير له أو الانحراف في بعض العادات والأساليب الملتوية.¹

¹ خليل ميخائيل عوض: المرجع السابق، ص 73-74.

خلاصة:

هذه المرحلة حساسة وهامة في حياة الطفل كونها أسمى المراحل فهي تحدد مستقبل الطفل الرياضي والنشاط البدني الرياضي له مكانة هامة في حياة الطفل ونموه، هذا بدوره الهام في تنمية مختلف الأنظمة من أجل نمو متناسق مما يحتم الأخذ بعين الاعتبار معرفة مختلف التحولات أثناء ممارسة هذا النشاط.

فباللاعب في هذه الفئة العمرية (13- 15 سنة) يحتاج إلى تنمية وتوفير احتياجاته المختلفة كي يستطيع التأقلم مع نظام محدد من المعارف المكتسبة لمعرفة التصرف كفرد في المجتمع وكلاعب في الفريق.

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس

الأسس المنهجية للدراسة الميدانية

1- الدراسة الاستطلاعية

2- المنهج المتبع

3- مجتمع وعينة الدراسة

4- مجالات الدراسة

5- متغيرات الدراسة

6- الأسس العلمية

7- تقنيات الدراسة

8- الأساليب الاحصائية

خلاصة

تمهيد:

يسع كل باحث إلى التحقق من صحة الفرضيات التي وضعها ويتم ذلك بإخضاعها إلى التجربة العلمية باستخدام مجموعة من المواد العلمية، ومن خلال تطرقنا في الجانب النظري إلى الالعب الشبه رياضية وتأثيرها على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم للأصاغر، سنحاول في هذا الجزء أن نحيط بالموضوع من الجانب التطبيقي بدراسة ميدانية عن طريق إجراء اختبارات على أفراد العينة المختارة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

يعرّف "ماتيو جدير" الدراسة الاستطلاعية على أنها عبارة عن دراسة علمية كشفية، تهدف إلى التعرف على المشكلة، وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث عندما تكون المشكلة محلّ البحث جديدة لم يسبق إليها، أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة.¹

وعلى هذا الأساس تعتبر الدراسة الاستطلاعية من أهم المراحل التي على يجب البحوث القيام بها قصد التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث ومدى صلاحية الأداة المستعملة حول موضوع الدراسة، وباعتبارنا مدربين في الملعب، كانت لنا نظرة مسبقة حول الوسائل المتوفرة وأوقات التدريب، وهذا ما سهّل علينا توفير معطيات كافية وللإمام بالموضوع من جميع النواحي، ثم القيام بالتجربة الاستطلاعية يوم 20/01/2020 الاختبار القبلي للعينة ويوم 27/01/2020 الاختبار البعدي على عينة تشمل 6 لاعبين من نفس مجتمع البحث، وتمّ استبعادهم من التجربة وكانت العينة المأخوذة تطابق الشروط الموضوعية للدراسة، وكان الهدف منها تحديد الأسس العلمية للاختبارات (الصدق، الثبات، الموضوعية).

¹ماتيو جدير: منهجية البحث العلمي، ترجمة ملكة أبيض، <http://dr..mohamed-abd-elny-spaces-live.com>

2- المنهج المتبع:

إنّ اختبار منهج البحث يعتبر من أهم المراحل في عملية البحث العلمي، إذ نجد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس وانطلاقاً من موضوع البحث والذي يهتم بدراسة تأثير الألعاب الشبه رياضية على بعض الصفات المهارية (التمرير_ الجري بالكرة) لدى لاعبي كرة القدم صنف الأصاغر في نادي شباب أتلتيك تاسوست، ونظراً لطبيعة الموضوع استخدمنا المنهج التجريبي على مجموعة واحدة (تصميم تجريبي على مجموعة واحدة) لتحقيق أهداف البحث.

والمنهج التجريبي هو ذلك المنهج الذي يركز على التجربة أو الاختبار الميدان مسترشداً مستنيراً بواسطة الملاحظة، ومستنداً على استعمال الأدوات والأجهزة والمعدات العلمية الحديثة بهدف اكتشاف وإبراز أية علاقة نسبية بين واحد أو أكثر من المتغيرات في إطار محكم الضبط، وكذلك تنظيم للأدلة والبراهين فيه يتم اخضاع الفروض للتحقق من صحتها أو عدم صحتها.¹

¹مروان عبد المجيد إبراهيم: طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن، ط1، 2002، ص 137.

3- مجتمع وعينة الدراسة:

3-1- مجتمع البحث:

يعرّف مجتمع الدراسة على أنه هو تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ منها العينة وقد

تكون هذه المجموعة: مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، لاعبين، أو أي وحدات أخرى.¹

فمجتمع دراستنا هو لاعبي أصاغر فريق شباب أتليتيك تاسوست لكرة القدم والمقدر بـ:

26 لاعب.

3-2- عينة الدراسة:

تعرف العينة أنها لوحة المصغرة التي تمثل تمثيلاً حقيقياً لمجتمع البحث ليقو الباحث

بإجراء مجمل دراسته عليه.²

وتعرف أيضاً على أنها مجتمع الدراسة التي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءاً

من الكل بمعنى أن تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليه

الدراسة.³

وقد شملت عينة البحث في دراستنا 20 لاعب من ناد شباب أتليتيك تاسوست لكرة القدم

صنف أصاغر، وقد تم اختيار العينة بطريقة قصدية (مسح شامل).

¹ محمد نصر الدين رضوان: الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، د ط، 2003، ص 169.

² عبد اللطيف حمزة: مناهج البحث العلمي، دار الفكر العربي، مصر، 1978، ص 161.

³ فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة: أسس البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، مصر، ط1، 2002، ص 169.

4- مجالات الدراسة:

4-1- المجال المكاني:

أجريت الاختيارات والبرنامج التدريبي بمختلف وحداته التدريبية على مستوى الملعب البلدي تاسوست ببلدية الأمير عبد القادر ولاية جيجل.

4-2- المجال الزمني:

شرعنا في إنجاز هذه الدراسة أواخر شهر أكتوبر 2019 إلى غاية بداية شهر مارس 2020، وانقسمت إلى مرحلتين:

المرحلة الأولى: من أواخر شهر أكتوبر 2019 إلى بداية شهر فيفري 2020 وهي مرحلة البحث النظري، حيث قمنا بجمع المادة العلمية المتعلقة بموضوع ومتغيرات الدراسة.

المرحلة الثانية: كانت من بداية شهر فيفري 2020 إلى منتصف شهر مارس 2020، وهو تاريخ توقّف النادي عن التدريب بصفة استثنائية وذلك بسبب جائحة covid 19 وما لزمها من حجر وكذلك تخوّف الإدارة وأسر اللاعبين عليهم، وقد خصصت هذه المرحلة للجانب التطبيقي.

- الاختبار القبلي كان 2020 /01/04 وبعدها بيوم قمنا بتطبيق البرنامج التدريبي الخاص لمدة خمسة أسابيع.

- الاختبار البعدي: 2020 /03 /09.

5- متغيرات الدراسة:

يعرف المتغير على أنه الخاصية أو الصفة التي تختلف فيها العناصر التي تنتمي لهذا المتغير ويستخدم للتعبير عن المفهوم، وبالتالي يعتبر مؤشر يمكن عن طريقه قياس الظاهرة¹، وشملت هذه الدراسة متغيرين وهما: المتغير المستقل والمتغير التابع.

5-1- المتغير المستقل:

وهو العامل الذي يتناوله الباحث للتعبير والتحقيق من علاقته بالمتغير التابع للموضوع² وهو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر³. والمتغير المستقل في دراستنا هو تأثير الألعاب الشبه رياضية.

5-2- المتغير التابع:

وهو الظاهرة التي توجد أو تختفي أو تتغير حينما يطبق الباحث التغير المستقل أو يبدله⁴.

¹ محمود أبو علام: مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، دار النشر للجامعات، مصر، ط4، 2014، ص 54.

² حسن عماد مكاي، ليلي حسين السيد: الاتصال ونظرياته المعارة، الدار المرية اللبنانية للنشر، مر، ط1، 1998، ص 26.

³ محمد حسن علاوي، اسامة كامل الراتب: البحث العلمي في التربية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 1999، ص 26.

⁴ بوداود عبد اليمين: مناهج البحث العلمي في علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط1، 2010، ص 191.

والمتمغير التابع في دراستنا هو: بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (تمرير_جري بالكرة).

6- الأسس العلمية:

6-1- ثبات الاختبار:

يقد بالثبات مدى دقة أو الاتقان أو الاتساق الذي يقاس به الاختبار للظاهر التي وضع من أجلها¹، فقد قمنا بتطبيق الاختبارين على عينة استطلاعية مكونة من 6 لاعبين والذين تم استبعادهم فيما بعد وذلك بتاريخ 2020/01/14، وأعدنا الاختبار بعد أسبوع على نفس العينة يوم 2020/01/21 وف نفس الظروف، ثم قمنا بحساب ثبات الاختبار بمعامل الارتباط بيرسون ببرنامج Excel.

6-2- صدق الاختبار:

اختبار يسعى لتأكيد صحة أداة البحث أو القياس المستخدم في الدراسة أو صلاحيته في جمع البيانات أو قياس المتغيرات بدرجة عالية من الكفاءة والدقة.² وبحسب الثبات بأسلوب الاختبار وإعادة الاختبار والصدق الذاتي يحسب بالمعادلة التالية:

¹ محمد حسن علاوي، نصر الدين رضوان: القياس في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 2008، ص 278.

² منال هلال المزاهرة: منهج البحث الإعلامي، دار المسيرة، سوريا، ط1، 2012، ص 203.

$$\text{الصدق الذاتي} = \sqrt[1]{\text{الثبات}}$$

ومن أجل التأكد من صدق الاختبارات استخدمنا معامل الصدق الذاتي، حيث أظهرت النتائج الاحصائية أنّ معاملات الارتباط للصدق عالية وتفي بأغراض الدراسة والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم (01): يبين معامل ثبات الاختبارات المقترحة.

| مستوى الدلالة | معامل الصدق | معامل الثبات | الاختبار الثاني | | الاختبار الأول | | حجم العينة | الاختبارات المقترحة |
|---------------|-------------|--------------|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|------------|---------------------|
| | | | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | | |
| 0.05 | 0.795 | 0.633 | 0.75 | 2.83 | 1.04 | 2.5 | 06 | اختبار دقة التمرير |
| | 0.993 | 0.988 | 0.97 | 10.13 | 1.04 | 10.10 | | اختبار الجري بالكرة |

6-3- موضوعية الاختبار:

هو عدم إدخال العوامل الشخصية فيما يدر الباحث من احكام والتحرّر من التحيز التعصب²، وبما

أننا استخدمنا اختبارات تحتاج إلى عمليات حسابية عقدة وأن وحدات قياس الاختبارات واضحة، فإن ذلك

يعني وجود درجة مرتفعة من الموضوعية للاختبارات.

¹ محمد بح حسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط6، 2004، ص 39.

² عبد الرحمان محمد: الاختبارات والمقاييس النفسية، منشأة المعارف، مصر، ط1، 2003، ص 232.

7- تقنيات الدراسة:

7-1- اختبار دقة التمرير:

هدف الاختبار: يهدف هذا الاختبار إلى قياس دقة التمرير عند لاعبي كرة القدم للناشئين.

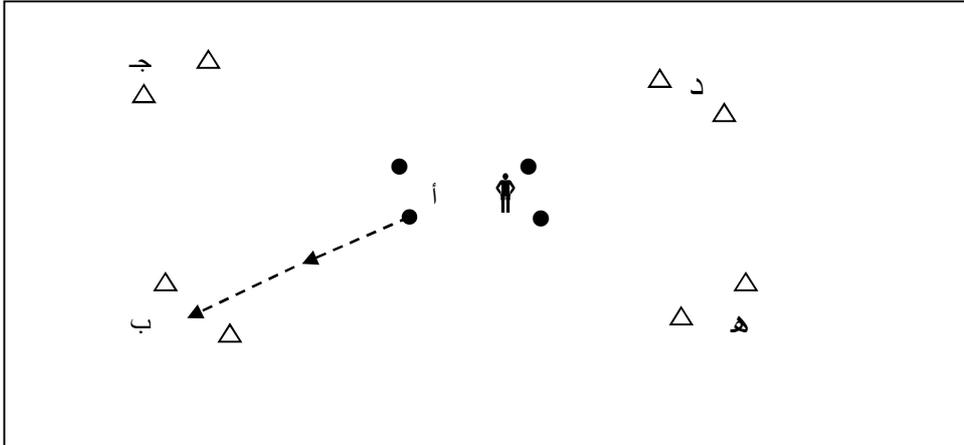
الأدوات المستعملة: كرات ، أقماع.

طريقة أداء الاختبار:

من على بعد 15 مترا حول نقطة (أ) تحدد أربعة أهداف (ب ، ج ، د ، هـ) اتساع كل هدف من

70-100 سم، يوضع على بعد 2 متر من (أ) كرة تقابل كل مرمى ، يقف اللاعب عند النقطة (أ) وعند

إشارة البدء يجري اللاعب باتجاه الكرة ليقوم بركلها باتجاه الهدف المحدد¹.



الشكل رقم(01): اختبار دقة التمرير

7-2- اختبار الجري بالكرة :

هدف الاختبار: يهدف هذا الاختبار إلى قياس القدرة على التحكم في الكرة مع الجري لدى لاعبي كرة القدم

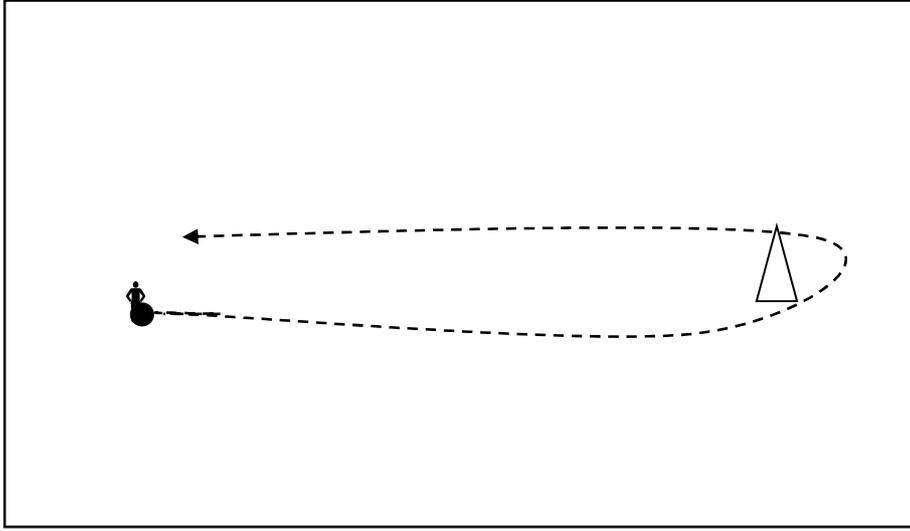
الناشئين.

¹ حنفي محمود مختار: مرجع سابق ، ص 322 .

الأدوات المستعملة: كرات ، أقماع ، ميقاتي.

طريقة أداء الاختبار:

يقف اللاعب والكرة معه على بعد 10-15 متر من قمع بلاستيكي ، يجري اللاعب بالكرة في اتجاه القمع ويدور حوله ويعود في اتجاه نقطة البداية ، وذلك باستخدام كلتا القدمين ، مع احتساب الوقت المستغرق¹.



الشكل رقم(02): اختبار الجري بالكرة

8- الأساليب الإحصائية:

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

8-1- المتوسط الحسابي:

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

يحسب بالعلاقة التالية:

¹حسن السيد أبو عبده : الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ، مكتبة الإشعاع الفنية ، الاسكندرية ، مصر 2002 ، ص 49

حيث:

\bar{x} : المتوسط الحسابي.

$\sum x$: مجموع القيم.

n : عدد الأفراد.

8-2- الانحراف المعياري:

ويعتبر الانحراف المعياري من أهم معايير التشتت إذ يبين لنا مدى ابتعاد درجة المختبر عن المتوسط

$$s^2 = \frac{\sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}$$

الحسابي ويعطى بالعلاقة التالية:

حيث:

S^2 : الانحراف المعياري.

$\sum X^2$: مجموع مربع الدرجات.

$(\sum X)^2$: مربع مجموع الدرجات.

n : عدد أفراد العينة.

8-3- معامل الارتباط بيرسون:

الهدف منه معرفة مدى العلاقة الارتباطية بين الاختبارين من أجل إيجاد معامل ثبات الاختبار وعلاقته هي:

$$r_{yx} = - \frac{\sum_{i=1}^n (r_1 - \bar{x})(y_1 - \bar{y})}{\sqrt{\sum_{i=1}^n (r_2 - \bar{x})^2 \sum_{i=1}^n (y_2 - \bar{y})}}$$

8-4- معامل الالتواء:

ويسمى معامل بيرسون للالتواء Pearsonian coefficient for skewness ويعطى بالعلاقة

التالية:

$$Sk = \frac{3(\bar{x} - Md)}{S}$$

8-5- اختبار (T) (PairedSamples T. Test) للعينات المزدوجة:

$$T = \frac{\bar{D}}{sD}$$

يستعمل لحساب الفروق بين المتوسطات الحسابية:

$$\bar{D} = \frac{\sum D}{\eta}$$

وتقييمها تقييماً مجرداً من التدخل الشخصي:

$$s\bar{D} = \frac{sD}{\sqrt{\eta}}$$

بما أن العينة أقل من 30 فإننا نستعمل صيغة T التالية:

المتوسط الحسابي للفروق بين النتائج في الحالتين:

$$sD = \sqrt{\frac{\eta \sum D^2 - (\sum D)^2}{\eta(\eta - 1)}}$$

انحراف المتوسطات للفروق:

وقد تم الاستعانة ببرنامج التحليل الإحصائي في العلوم الإجتماعية النسخة 25 (Spss v25)

وبرنامج إكسيل 2007 (Excel 2007) في العمليات الإحصائية.

خلاصة:

لقد شمل هذا الفصل الإجراءات الميدانية، فكان الاستطلاع تمهيد للعمل الميداني، حيث أن هذه الإجراءات تعتبر أسلوب منهجي في أي بحث علمي وأن نجاح أي بحث مهما بلغت درجته العلمية مرتبط بشكل أساسي بإجراءاته الميدانية لأن جوهر الدراسة مكون في كيفية ضبط حدود البحث الرئيسية. وعليه قد حاولنا من خلال هذا الفصل وضع خطة محدّدة الأهداف ومنه تحديد النقاط التي مكنتنا من ضبط المتغيرات وحدود البحث وذلك بتحديد المنهج المناسب لطبيعة البحث الذي يخدم مشكلة البحث الرئيسية، كما تم تحديد عينة البحث والقيام بالدراسة الاستطلاعية تماشيًا مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته العلمية والعملية، واختبار الأدوات اللازمة لذلك، وتحديد طرق القياس والوسائل الإحصائية الملائمة التي ساعدتنا في عملية عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

الفصل السادس

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات

1-2- عرض وتحليل نتائج الجري بالكرة

3- الاستنتاج العام للدراسة

4- الاقتراحات المستقبلية

خلاصة

تمهيد:

بعد تحديد الإجراءات المنهجية المتبعة في تطبيق الدراسة المتمثلة في معرفة تأثير الألعاب الشبه رياضية على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (التمرير - الجري بالكرة) لدى لاعبي أصغر شباب أتلتيك تاسوست، وفي هذا الفصل سنتطرق إلى عرض وتحليل النتائج المتصل إليها بعد معاينة البيانات الاحصائية المتوصل إليها بعد تطبيق الاختبارات باستعمال برنامج SPSS، وسيتم عرض نتائج الدراسة بتسلسل في صياغتها.

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات:

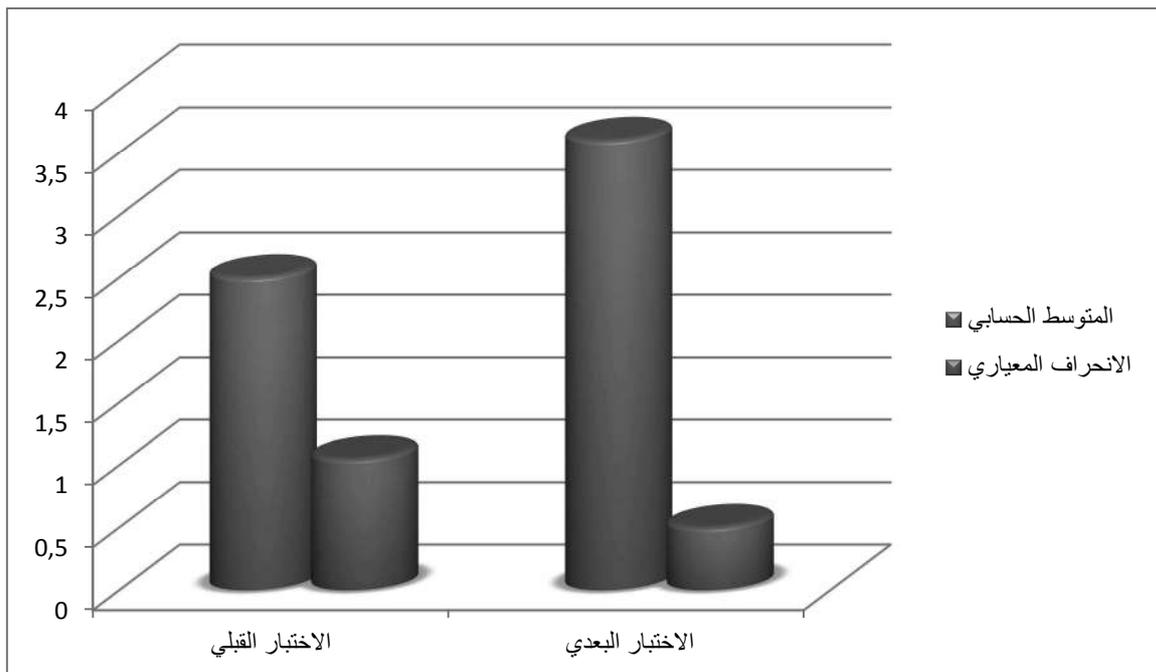
1-1- عرض وتحليل نتائج دقة التمرير:

الجدول رقم (02): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للقياسين القبلي والبعدى في اختبار دقة التمرير.

| الدالة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | (ت) الجدولية | (ت) المحسوبة | الاختبار البعدى | | الاختبار القبلي | | عدد أفراد العينة |
|--------|-------------|---------------|--------------|--------------|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|------------------|
| | | | | | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | |
| دال | 19 | 0.05 | 2.093 | 6.242 | 0.50 | 3.6 | 1.05 | 2.5 | 20 |

- عرض وقراءة النتائج:

من خلال الجدول رقم 02 يتضح لنا مقارنة نتائج الاختبار القبلي والذي تحصلت فيه المجموعة التجريبية على متوسط حسابي قدرة 2.5، وانحراف معياري مقدر بـ 1.05، والاختبار البعدى لها والذي تحصلت فيه على متوسط حسابي قدره 3.6، وانحراف معياري مقدر بـ 0.50 وبلغت (T) المحسوبة 6.242 وبمقارنتها مع (T) الجدولية التي تساوي 2.093 عند مستوى الدلالة 0.05 نجد أنها ذات دلالة إحصائية ، وهذا ما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي و البعدى ، ويعني أن هناك تطور ملحوظ في دقة التمرير للعينة التجريبية التي عملت وفق البرنامج المقترح.



الشكل رقم (03): يبين نتائج الفرق بين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسين القبلي

والبعدي للعينة التجريبية في اختبار دقة التمرير

1-2- عرض وتحليل نتائج الجري بالكرة:

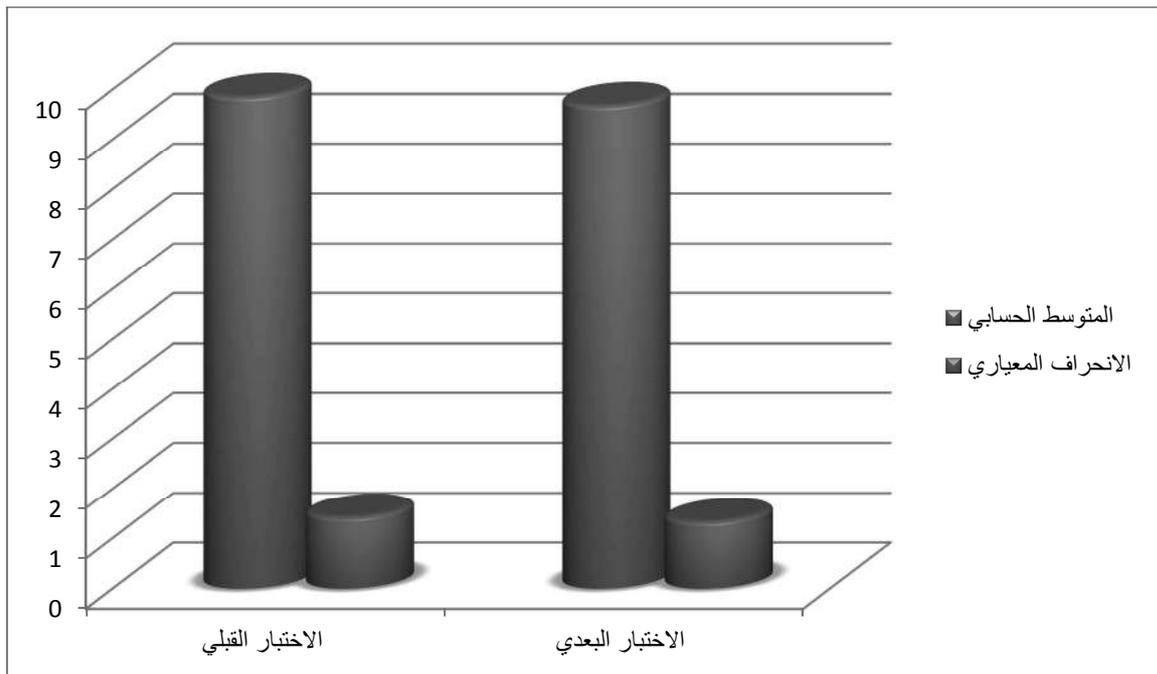
الجدول رقم (03): يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للقياسين القبلي والبعدي

في اختبار الجري بالكرة.

| الدالة | درجة الحرية | مستوى الدلالة | (ت) الجدولية | (ت) المحسوبة | الاختبار البعدي | | الاختبار القبلي | | عدد أفراد العينة |
|--------|-------------|---------------|--------------|--------------|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|------------------|
| | | | | | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | |
| دال | 19 | 0.05 | 2.093 | 4.024 | 1.33 | 9.68 | 1.42 | 9.86 | 20 |

- عرض وقراءة النتائج:

من هذا الجدول يتضح لنا مقارنة نتائج الاختبار القبلي والذي تحصلت فيه المجموعة التجريبية على متوسط حسابي قدره 9.86 ، وانحراف معياري مقدّر بـ 1.42، والاختبار البعدي لها والذي تحصلت فيه على متوسط حسابي قدره 9.68، وانحراف معياري مقدّر بـ 1.33 وبلغت (T) المحسوبة 4.024 وبمقارنتها مع (T) الجدولية التي تساوي 2.093 عند مستوى الدلالة 0.05 نجد أنها ذات دلالة إحصائية ، وهذا ما يدل على وجود فروق معنوية بين الاختبارين ، ويعني أن هناك تطور ملحوظ في سرعة الجري بالكرة للعينة التجريبية التي عملت وفق البرنامج المقترح.



الشكل رقم (04): يبين نتائج الفرق بين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسين القبلي

والبعدي للعينة التجريبية في اختبار الجري بالكرة.

2- تحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

2-1- مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

تنطلق الفرضية الجزئية الأولى من اعتقاد مفاده: الألعاب الشبه رياضية تؤثر على مهارة التمرير لدى لاعبي أصاغر شباب أتلتيك تاسوست لكرة القدم، وللتحقق من صحة الفرضية تبين لنا من خلال الجدول رقم (02) والشكل (03) وهما يوضحان الدلالة الاحصائية للفروق بين المتوسط الحسابي القبلي والبعدي من خلال المعالجة الاحصائية باستخدام اختبار (T)، يتضح أنّ الفروق الاحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدقة التمرير لها دلالة احصائية معنوية لصالح الاختبار البعدي على حساب الاختبار القبلي للعينة التجريبية.

أي أنّ البرنامج التدريبي المطبق احتوى على تمارين تطوير الجانب المهاري (دقة التمرير) باستعمال الألعاب الشبه رياضية.

بالرجوع إلى نتائج دراسة الطالبين ريبوح علي وشيخون أحمد رمزي سنة 2014 تحت عنوان تأثير الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم (14 - 15 سنة) فإنّها تتفق مع نتائج دراستنا، حيث بينت أنّ الألعاب الشبه رياضية تؤثر إيجابيا في تطوير مهارة التمرير في كرة القدم.

كما تتفق مع دراسة الطالبان: تأثير الألعاب الشبه رياضية على تطوير صفة السرعة الانتقالية بدون كرة وصفة الرشاقة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد (12 - 14 سنة)، حيث بينت أنّ الألعاب الشبه رياضية تساهم في تحقيق أهداف الحصص التدريبية.

وبالتالي فإنّ البرنامج التدريبي المطبق والمتضمن وحدات تدريبية بالألعاب الشبه رياضية تساهم في تطوير مهارة التمرير.

ويعتبر التمرير من أكثر المهارات الأساسية استخداماً في كرة القدم حيث تستخدم هذه المهارة وبكثرة في المباريات، والفريق الذي يجيد المهارة يستطيع وبدرجة كبيرة من أداء واجباته الدفاعية والهجومية في الملعب بشكل سليم.¹

2-2- مناقشة النتائج في ظل الفرضية الجزئية الثانية:

تطلق الفرضية الجزئية الثانية من اعتقاد مفاده أن: الألعاب الشبه رياضية تؤثر على مهارة الجري بالكرة لدى لاعبي أصاغر شباب أتليتيك تاسوست لكرة القدم، وللتحقق من صحة هاته الفرضية يتبين لنا من خلال الجدول رقم (03) والشكل رقم (04) وهما يوضحان الدلالة الاحصائية للفروق بين المتوسط الحسابي القبلي والبعدي من خلال المعالجة الاحصائية باستخدام اختبار (T) يتضح لنا أن الفروق الاحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للجري بالكرة لها دلة احصائية معنوية لصالح الاختبار البعدي على حساب الاختبار القبلي للعينة التجريبية أي أن البرنامج التدريبي المطبق احتوى على تمارين تطور الجانب المهاري (الجري بالكرة) باستعمال الألعاب الشبه رياضية.

وبالرجوع إل نتائج دراسة ريبوح علي وشيخون أحمد رمزي سنة 2014 تحت عنوان تأثير الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم (14- 15 سنة) فإنها تتفق مع نتائج دراستنا، حيث بينت أن الألعاب الشبه رياضية تؤثر إيجابياً في تطوير مهارة الجري بالكرة.

وبالتالي فإن البرنامج التدريبي المطبق والمتضمن وحدات تدريبية بالألعاب الشبه رياضية تساهم في تطوير مهارة الجري بالكرة، أي أن الجري بالكرة "يعتبر الجري بالكرة من أهم المبادئ الأساسية التي

¹ مشعل عدي النمري : مهارات كرة القدم وقوانينها، دار أسامة للنشر، الأردن، ط1، 2012، ص 222.

يجب الاهتمام الكافي بها نظرا لممارستها من قبل جميع لاعبي كرة القدم باختلاف مراكزهم في اللعب سواء كانوا مهاجمين أو مدافعين أو في خط الوسط.¹

2-3- مناقشة النتائج في ظل الفرضية الرئيسية:

تنطلق الفرضية العامة من اعتقاد مفاده: هل تأثر الألعاب شبه الرياضية على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (التمرير - الجري بالكرة)؟، وبما أنّ الفرضيات الجزئية تحققت فإنّ الفرضية العامة تحققت كذلك.

وانطلاقاً كذلك من القراءات والخلفيات النظرية المختلفة حول الألعاب الشبه الرياضية، كما أشار إليها إلين وديع فرج: أنّ الألعاب الشبه رياضية تساهم في تنمية القدرات البدنية، حيث تعمل هذه القدرات على تحسين أداء المهارات المتعددة البسيطة منها والمعقدة، بالإضافة إلى تنمية المهارات الحركية.²

3- الاستنتاج العام للدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة وعرض نتائجها ومناقشتها تبين أنّه:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار التمرير لصالح القياس البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية للقياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار الجري بالكرة لصالح القياس البعدي.

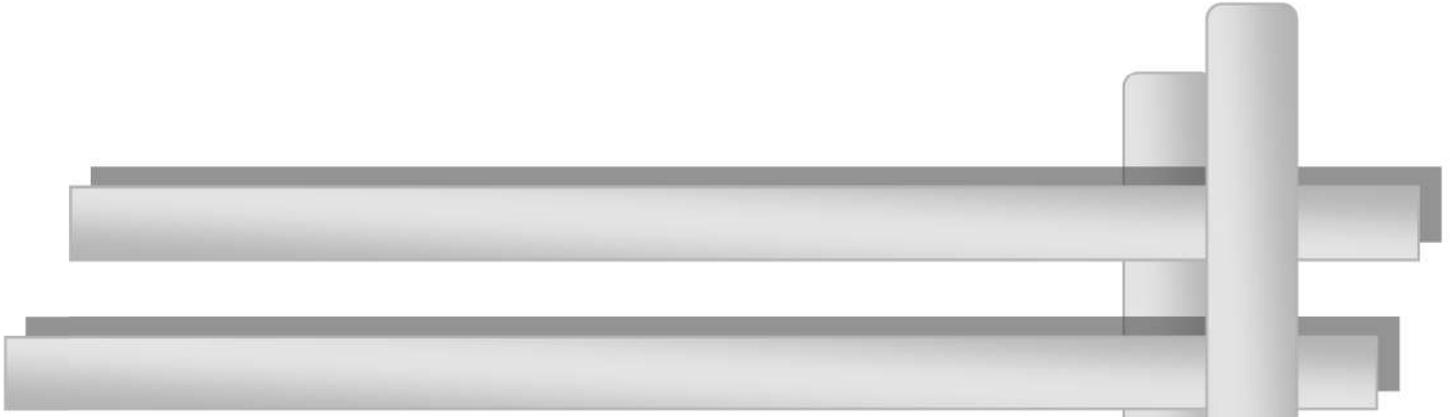
¹ مشعل عدي النمري : مرجع سابق، ص 235.

² إلين وديع فرج: مرجع سابق، ص 24.

وبالتالي الألعاب الشبه رياضية تساهم في التأثير إيجابا على تطوير المهارات الأساسية في كرة القدم (التمرير والجري بالكرة) لدى لاعبي كرة القدم أصغر.

4- الاقتراحات المستقبلية:

- تعميم استخدام الألعاب الشبه رياضية في عملية تدريب الفئات السنية الصغرى.
- مراعاة الفروق الفردية أثناء القيام بالألعاب الشبه رياضية مع مراعاة سلامة اللاعبين.
- إدراك أهمية الألعاب الشبه رياضية في تنمية شخصية الرياضي قدراته المختلفة.
- مراعاة اختيار أنواع الألعاب الشبه رياضية حسب هدف كل مجموعة عدم اهمال الجانب الترفيهي لها.
- ضرورة مراعاة سن الطفل وسلامته أثناء إجراء الألعاب الشبه رياضية.
- ضرورة توفير الأجهزة والعتاد اللازم لسير الحصص التدريبية.



الأختامه

إنّ الألعاب الشبه رياضية كطريقة لتعلّم المهارات الأساسية وتطويرها من أهم الطرق الحديثة المنتهجة في عملية التدريب، نظرا للدور الكبير الذي تلعبه في تنمية القدرات ومهارات اللاعب، وهذه الطريقة تخدم الفئات السنية الصغرى أقل من 15 سنة والتي تعتبر خصبة وملائمة لصقل مهاراتهم، لأنّ اللاعب في هذا السن يمتاز بالنشاط والحيوية والطاقة والميول إلى اللعب، وهذا ما جعلنا نستعمل تمارين الألعاب الشبه رياضية لأنّها توقّر له إشباع رغباته في اللعب وإظهار طاقاتهم، ونظرا للطبيعة المعقدة له فإنّه ليس من السهل تعليمه الحركات الرياضية والمهارات الحركية، ويظهر ذلك بشعوره بالملل خلال ممارسة مختلف التمرينات الرياضية، وهذا ما يفرض علينا إدراج الألعاب الشبه رياضية في الوحدات التدريبية لأنّها تعطى طابع تروحي، تحفيزي وتنافسي، كما تمدّ اللاعب بالنشاط والحيوية اللذان يحفزانه على تعلم واتقان مختلف مهارات كرة القدم.

ومن هذا المنطلق جاءت دراستنا للتعرف على تأثير الألعاب الشبه رياضية على بعض المهارات الاساسية في كرة القدم، وبعد تطبيق أداة الدراسة ومعالجة البيانات بالأساليب الاحصائية المناسبة وتحليل ومناقشة النتائج توصلنا إلى أنّ: الألعاب الشبه رياضية تؤثر على المهارات الأساسية في كرة القدم (التمرير - الجري بالكرة).

وفي الأخير يمكن القول أنّ هذا الموضوع بقدر ما كان شيقاً كان واسعاً، وإنّ كل ما بذلناه من جهد كان قليلاً مقارنة مع أهميته ودوره في عملية التدريب الرياضي الحديث، كما نأمل أن تكون هذه الدراسة بمثابة مقدمة لدراسات أخرى مستقبلاً.



قائمة المصادر والمراجع

1- الكتب:

1. إبراهيم شعلان، محمد عفيفي: كرة القدم للناشئين الإعداد المهاري والفني والخططي، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2001.
2. أحمد بوسكرة: مناهج التربية البدنية والرياضية للتحكم الثانوي والتقني، دار الخلود، الجزائر، 2005.
3. أحمد عمر سليمان روجي: الأهداف التربوية في المجال النفسي الحركي، دار الفكر، مصر، 1996.
4. ألين وديع فرح، "خبرات في الألعاب للصغار و الكبار" : دار المعارف الإسكندرية, 1996.
5. أمين أنور الخولي - وآخرون: "مناهج التربية الرياضية الحديثة": دار الفكر العربي، ط1، 2000.
6. بدر الدين درويش طيار، أحمد محمد الحسن، مقرر كرة القدم، الكلية الرياضية، سوريا، 2018.
7. بطرس رزق الله: متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية، مطبعة لإسكندرية، مصر، 1992.
8. بوداود عبد اليمين: مناهج البحث العلمي في علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط1، 2010.
9. توما جورج خوري: سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان، 2000.
10. جوليا يانتوني: تر: عبد الفتاح حسين، التربية النفسحركية والبدنية والصحة ف رياضة الأطفال، دار الفكر العربي، مصر، 1991.
11. حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو والطفولة المراهقة، دار الثقافة، لبنان، 1983.
12. حسن احمد الشافعي: "تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي"، منشأة المعارف بالإسكندرية، د ط، مصر، 1998.

قائمة المصادر والمراجع

13. حسن السيد أبو عبده : الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم ، مكتبة الإشعاع الفنية ، الاسكندرية ، مصر 2002.
14. حسن السيد أبو عبده: أساسيات التدريس والتربية الحركية والبدنية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر، 2002.
15. حسن السيد أبو عبده: الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، مصر، 2002.
16. حسن عبد الجواد: " كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية والقانون الدولي"، دار العلم للملايين، ط7، لبنان، 1984.
17. محمد حسن علاوي: "علم النفس الرياضي"، مركز الكتاب للنشر، مصر، ط6، 1985.
18. حسن عماد مكاي، ليلي حسين السيد: الاتصال ونظرياته المعارة، الدار الميرية اللبنانية للنشر، مر، ط1، 1998.
19. حسين السيد أبو عبده: الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية، مصر، ط1، 2002.
20. حسين عبد الجواد: "الألعاب الصغيرة" دار العلم للملايين، بيروت، ط 1، 1984.
21. حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، مدينة نصر، مصر، د.ت.
22. حنفي محمود مختار: التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995.
23. حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
24. خلود مانع الزبيدي: موسوعة الألعاب الرياضية، دار دجلة، عمان، 2010.
25. خليل ميخائيل عوض: مشكلات المراهق في المدن والريف، دار المعارف، مصر، 1971.

قائمة المصادر والمراجع

26. رشيد فرحات وآخرون: موسوعة كنوز المعرفة الرياضية، دار النظير، 1999.
27. رومي جميل: "كرة القدم"، دار النفائس، ط1، لبنان، 1986.
28. رومي جميل: فن كرة القدم، ط2، دار النفائس، بيروت، 1986.
29. ريسان عبد الحميد: الألعاب الحركية، دار الشروق، الأردن، ط1، 2000.
30. زاكي محمد حسن: الكرة الطائرة: بناء المهارات الفنية والخططية، دار المعارف، الإسكندرية، 1998.
31. زهران السيد عبد الله: المهارات الأساسية في كرة القدم، دار الوفاء لدنيا الطباعة، مصر، ط1، 2005.
32. زهران السيد عبد الله: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، الإسكندرية، د ط، د س.
33. س. ميلر: علم نفس الالعاب، تر: يسف حسين، عالم المعارف، 1987.
34. سامي الصفار وآخرون: كرة القدم، دار الكتاب للطباعة والنشر، العراق، ط1، 1982.
35. سوزانا ميلر: سيكولوجية اللعب، ترجمة حسن عيسى، عالم المعرفة، الكويت، 1987.
36. ضافر أحمد منصور: تحليل الأداء الفني المهاري في كرة القدم، دار غيداء، عمان، ط1، 2011.
37. عادل تركي حسن، سلام جبار صاحب: كرة القدم تعليم وتدريب، المكتبة الوطنية، بغداد، العراق، 2001.
38. عامر فاخر شغاني: علم التدريب الرياضي نظم تدريب الناشئين للمستويات العليا، مكتبة المجمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2014.
39. عبد الحميد شرف: التربية الرياضية للطفل، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر، 1995.
40. عبد الرحمان محمد: الاختبارات والمقاييس النفسية، منشأة المعارف، مصر، ط1، 2003.

قائمة المصادر والمراجع

41. عبد العالي الجسماني: سيكولوجية الطفولة وحقائقها الأساسية، الدار العربية للعلوم، 1994.
42. عبد اللطيف حمزة: مناهج البحث العلمي، دار الفكر العربي، مصر، 1978.
43. عبد اللطيف فؤاد إبراهيم: المناهج أسسها ومتطلباتها وتقييم أثارها، مكتبة القاهرة، 1967.
44. عبد المجيد شرف: "التربية الرياضية للأطفال الأسوياء والمتحدي للإعاقة" ط4، 1987.
45. عدنان درويش جلول وآخرون: التربية البدنية والرياضة المدرسية: دار الفكر العربي، ط3، 1954.
46. علي خليفة العنشري وآخرون: "كرة القدم"، د ط، الجماهيرية العربية الليبية، 1987.
47. غازي صالح محمود، هاشم ياسر حسن: كرة القدم التدريب المهاري، مكتبة المجتمع العربي، الأردن، ط1، 2013.
48. فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة: أسس البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، مصر، ط1، 2002.
49. فايز مهنا: التربية الرياضية الحديثة: دار طه يس، ط1، 1985.
50. فرحات جبار سعد الله، رشيد الزهاوي: التدريب العقلي والمعرفي للاعبين كرة القدم، دار دجلة، عمان، ط1، 2011.
51. قاسم المندلوي وآخرون: دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية، دار الفكر، 1990.
52. كمال درويش: أصول الترويح وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، مصر، 1990.
53. لابالاش وبورتالس: عجم مصطلحات، التحلي النفيس، تر: مطفى حجازي، ديوان المنشورات الجامعية الجزائرية، الجزائر، 1982.
54. لمبريلا كبران: التربية الاجتماعية، دار الفكر، مصر، 1993.

قائمة المصادر والمراجع

55. محمد السيد طوب: النمو الإنساني أسسه وتطبيقاته، دار المعرفة الجامعية، د ط، مر، 1997.
56. محمد السيد محمد الزعبلوي: خصائص النمو للمراهقة، مؤسسة الكتب الثقافية، ط1، 1998.
57. محمد بح حسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط6، 2004.
58. محمد بليونى: أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، مصر، 1996.
59. محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1994.
60. محمد حسن علاوي، أسامة كامل الراتب: البحث العلمي في التربية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 1999.
61. محمد حسن علاوي، نصر الدين رضوان: القياس في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، مصر، ط1، 2008.
62. محمد رضا الوقاد: التخطيط الحديث في كرة القدم، دار السعادة، مصر، ط1، 2003.
63. محمد سعيد عزمي: أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق، دار المعارف، الإسكندرية، مصر، 1996.
64. محمد سلامة أدم: علم نفس الطفل، مديرية التكوين والتربية، الجزائر، 1973.
65. محمد عبد الحليم منى: علم نفس النمو، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر، 2001.
66. محمد عبد الله الهزاع: المهارات الأساسية في كرة القدم، د ن، القاهرة، 1988.
67. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1987.
68. محمد نصر الدين رضوان: الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، د ط، 2003.

قائمة المصادر والمراجع

69. محمود أبو علام: مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، دار النشر للجامعات، مصر، ط4، 2014.
70. مروان عبد المجيد إبراهيم: طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن، ط1، 2002.
71. مشعل عدي النمري : مهارات كرة القدم وقوانينها، دار أسامة للنشر، الأردن، ط1، 2012.
72. مصطفى السابع محمد ر: "اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية": مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، 2001.
73. مفتي إبراهيم حماد: " طرق تدريس ألعاب ألكراتي " ط1، دار الفكر العربي، 2000.
74. مفتي إبراهيم حماد: المهارات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط1، جامعة حلوان، مصر، 2002.
75. مفتي إبراهيم حماد: الهجوم في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
76. منال هلال المزاهرة: منهج البحث الإعلامي، دار المسيرة، سوريا، ط1، 2012.
77. موفق أسعد محمود: التعليم والمهارات الأساسية في كرة القدم، دار دجلة، الأردن، ط2، 2009.
78. موفق سعيد محمود: تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم، دار دجلة، عمان، 2011.
79. موفق مجيد المولي: الإعداد الوظيفي بكرة القدم، دار الفكر، عمان، ط1، 1999.
80. يوسف لازم كماش، صالح بشير أبو خيط: المبادئ الأساسية لتدريب كرة القدم، دار زهران للنشر والتوزيع، الأردن، ط1، 2013.

2- المذكرات:

81. بلقاسم العوادي ليلي: تأثير الألعاب شبه رياضية على تطوير صفة السرعة الانتقالية بدون كرة وصفة الرشاقة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد (12- 14 سنة)، مذكرة ماستر، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، 2016/2017.

قائمة المصادر والمراجع

82. بوغدة نواري وآخرون: أهمية الألعاب الشبه رياضية لألعاب الرياضة الجماعية . مذكرة ماستر،

جامعة الجزائر، 2014-2015.

83. ريبوح علي، شيخون أحمد رمزي: تأثير الألعاب شبه الرياضية على تعلم المهارات الأساسية لدى

لاعب كرة القدم أصاغر (14- 15 سنة)، مذكرة ماستر، عيد الدفلى، 2014.

3- المعاجم:

84. علي حسن أبو جاموس: المعجم الرياضي، دار أسامة، الأردن، ط1، 2012.

5- المواقع الالكترونية:

85. ماتيو جيدير: منهجية البحث العلمي، ترجمة ملكة أبيض، [http://dr..mohamed-abd-](http://dr..mohamed-abd-elnby-spaces-live.com)

[elnby-spaces-live.com](http://dr..mohamed-abd-elnby-spaces-live.com)

86. معجم المعاني الالكترونية.

4- المجلات العلمية:

87. طلعت منصور: تنشيط نمو الطفل، مجلة عالم الفكر، الكويت، المجلد الخامس، العدد، 1998.

88. مجلة الوحدة الرياضية- عدد خاص - 18 / 06 / 1982- الجزائر.

89. مجلة الحوادث: العدد 109، 23 أبريل، 2000، الجزائر.

90. مناهج التربية البدنية والرياضية التعليم الثانوي ديوان المطبوعات المدرسية، جوان، 1996.

ثانيا: المراجع باللغة الأجنبية:

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

92. Alain Mischel/ M foot- Ball, les systèmes de jeu, e^{eme} édition, chironn paris, 1998.

93. Bernard Turpin : préparation et entrainement du Foot baller, édition amphore, paris, France, 1990.

94. chachaou Brahim . Meseausi . Brahim . ben taha sid – Ahmed: mémoire .
étude comparative de deuse m'eihodes d'emtreuement sous la diractuou de –
lelawi . f. jumar 1991-1992 .
95. La fédération Algériens de foot ball : "les règlements genereaux ,» 2006.
N.E Medajaouiri M.rachid.Amelioration des qulitès physique Travers LES J.P.S
. (15-17) Sous La Direction M.Dgaout .A. juin .
96. Rachid . Aoudia: les jeux pré sportif dans la formation lu hand – balle sous
la directuen de p.konstanty I.D.P.S.jumi 1985 .

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الخليل بن يحيى - جيجل



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات
البدنية والرياضة

جيجل في/...../.....

إلى السيد (ة): بوقريقة فارس
رئيس نادي شباب التبرك
C.A.T

الموضوع: طلب تسهيلات

بشرفنا أن نتقدم إلى سيادتكم بطلب تسهيلات من شأنها أن تمكن من تسهيلات وعون للطلبة
الآتية أسماؤهم ، وهذا قصد إجراء دراسة ميدانية في إطار إعداد مذكرة التخرج ماستر LMD في علوم
وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص
أسماء الطلبة:

01/...../...../.....

02/...../...../.....

تقبلوا منا مع كل تقدير والاحترام

اسم ولقب الأستاذ(ة) المشرف (ة): (ة)/...../.....

إمضاء الأستاذ (ة) :

رئيس القسم





جامعة محمد الصديق بن يحيى -جيزل-



كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

استمارة التحكيم

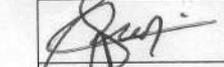
في اطار نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية تخصص التحضير البدني، تحت عنوان دور الألعاب الشبه رياضية وتأثيرها على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم صنف اصاغر -ذكور- .-دراسة ميدانية على فريق أتليتيك تاسوست-

يشرفنا ان نطلب منكم تحكيم الوحدات التدريبية المناسبة لتنمية مهارتي الجري بالكرة والتمرير لدى لاعبي كرة القدم صنف أصاغر .

لذا نرجو من حضرتكم التكرم بإبداء الرأي في تحديد التمارين المناسبة لتنمية هاتين المهارتين وفقا لطريقة الألعاب الشبه رياضية لدى اللاعبين وإبداء الملاحظات التي ترونها تفيد الدراسة من أجل توظيفها في الوحدات التدريبية المقترحة.

شكرا لحضرتكم وحسن تعاونكم الصادق معنا.

وتبيان خاص بالمحكم:

| التوقيع | مدة العمل في مجال الاختصاص | شهادة التدريب | الدرجة العلمية | الاسم و النقب |
|---|-------------------------------|------------------|----------------|---------------------|
|  | 5 سنوات | مدرسة بوردو | دكتوراه | 1- نوذي بوالولو |
|  | 5 سنوات | مدرسة بوردو | ماستر | 2- سعيد محمد الطاهر |
|  | 4 سنوات | مدرسة بوردو | ماستر | 3- سعيد محمد الطاهر |
|  | 9 سنوات | FAF 3 | ليسانس | 4- بوزينة سليم |

نتائج الدراسة الاستطلاعية:

| اختبار الجري بالكرة | | اختبار التمرير | |
|---------------------|-------|----------------|------|
| بعدي | قبلي | بعدي | قبلي |
| 10.30 | 10.5 | 3 | 2 |
| 11.90 | 11.85 | 2 | 1 |
| 9 | 8.7 | 2 | 3 |
| 10.05 | 9.97 | 3 | 3 |
| 9.95 | 10.02 | 3 | 2 |
| 9.60 | 9.57 | 4 | 4 |

نتائج اختبارات التمرير والجري بالكرة:

| اختبار الجري بالكرة | | اختبار التمرير | |
|---------------------|-------|----------------|------|
| بعدي | قبلي | بعدي | قبلي |
| 9.17 | 9.52 | 4 | 3 |
| 8.40 | 8.44 | 3 | 2 |
| 8.20 | 8.27 | 4 | 4 |
| 11.50 | 12.03 | 4 | 2 |
| 8.32 | 8.25 | 3 | 1 |
| 9.80 | 10.05 | 4 | 3 |
| 9.53 | 9.47 | 3 | 2 |
| 8.16 | 8.36 | 3 | 3 |
| 13.13 | 13.28 | 3 | 1 |
| 10.47 | 10.55 | 4 | 2 |
| 8.70 | 8.92 | 4 | 4 |
| 11 | 11.72 | 4 | 2 |
| 17.98 | 8.02 | 4 | 4 |
| 9.27 | 9.51 | 3 | 1 |
| 9.42 | 9.77 | 4 | 3 |
| 10.11 | 10.03 | 4 | 4 |
| 10.73 | 10.88 | 3 | 2 |
| 8.68 | 8.70 | 4 | 3 |
| 10.32 | 10.5 | 4 | 3 |
| 10.86 | 11.08 | 3 | 1 |

FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل
 Licence U15 n° 00350180043

CLUB : CAT
 NOM : BOUZENOUNE
 PRENOM : RAFIK
 NE LE : 22/02/2005 à TAHER
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل
 Licence U15 n°00429181367

CLUB : CAT
 NOM : BOULKERARA
 PRENOM : AKRAM
 NE LE : 07/02/2006 à JIJEL
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل
 Licence U15 n°02826181363

CLUB : CAT
 NOM : BELHADJI
 PRENOM : LOTFI
 NE LE : 03/08/2005 à JIJEL
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل
 Licence U15 n° 022511880060

CLUB : CAT
 NOM : FEITA
 PRENOM : ABDERRAOUF
 NE LE : 28/06/2005 à JIJEL
 Grp Sanguin: A+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل
 Licence U15 n° 006731880055

CLUB : CAT
 NOM : BOUSSEDER
 PRENOM : SAMI
 NE LE : 20/02/2005 à JIJEL
 Grp Sanguin: A+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل
 Licence U15 n°01580181364

CLUB : CAT
 NOM : BELABED
 PRENOM : SIDALI
 NE LE : 22/05/2006 à JIJEL
 Grp Sanguin: A+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 Licence U15 n° 017791880058

CLUB : CAT
NOM : BOUMECHEAL
PRENOM : WAIL
NE LE : 07/09/2005 à TAHER
Grp Sanguin: B+
SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 Licence U15 n° 00888180046

CLUB : CAT
NOM : MOULAHM
PRENOM : FOUAZ
NE LE : 08/03/2005 à JIJEL
Grp Sanguin: O+
SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 Licence U15 n°19827181366

CLUB : CAT
NOM : AMIROUCHE
PRENOM : FARES
NE LE : 05/11/2006 à CONSTANTINE
Grp Sanguin: A+
SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 Licence U15 n° 019681880051

CLUB : CAT
NOM : BELHADJI
PRENOM : ADEM
NE LE : 20/09/2006 à TAHER
Grp Sanguin: A+
SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 Licence U15 n° 003711880050

CLUB : CAT
NOM : BOUCETTA
PRENOM : ISLAM
NE LE : 31/01/2005 à JIJEL
Grp Sanguin: A+
SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 Licence U15 n° 01108180042

CLUB : CAT
NOM : FEDSI
PRENOM : YAHIA
NE LE : 26/03/2005 à JIJEL
Grp Sanguin: AB+
SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 Licence U15 n° 006561880056

CLUB : CAT
NOM : AYACHI
PRENOM : HAITEM
NE LE : 07/04/2005 à TAHER
Grp Sanguin: A+
SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 Licence U15 n° 008501880057

CLUB : CAT
NOM : ZAABAT
PRENOM : MOHAMMED
NE LE : 05/03/2005 à JIJEL
Grp Sanguin: O+
SAISON SPORTIVE: 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل

Licence U15 n° 00003181373

CLUB : CAT
 NOM : AMIROUCHE
 PRENOM : MOUHCENE
 NE LE : 01/01/2005 à TAHER
 Grp Sanguin: B+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل

Licence U15 n° 031831880048

CLUB : CAT
 NOM : BOUCHOUCHA
 PRENOM : SAFOUANE
 NE LE : 31/08/2005 à JIJEL
 Grp Sanguin: B+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل

Licence U15 n° 016951880052

CLUB : CAT
 NOM : ZELBAH
 PRENOM : SOUHIL
 NE LE : 15/08/2006 à TAHER
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل

Licence U15 n° 021431880047

CLUB : CAT
 NOM : SAYOUD
 PRENOM : MOURAD
 NE LE : 21/06/2005 à JIJEL
 Grp Sanguin: B+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل

Licence U15 n° 014271880059

CLUB : CAT
 NOM : BOUCHEHTA
 PRENOM : AMIR
 NE LE : 12/05/2006 à JIJEL
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
 جيجل

Licence U15 n° 001161880062

CLUB : CAT
 NOM : BOUASSILA
 PRENOM : NASREDDINE
 NE LE : 09/01/2005 à JIJEL
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE:
 2019/2020



FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
Licence U15 n° 01553181362

الجزائر جيجل

CLUB : CAT
 NOM : BENSMARA
 PRENOM : CHIHAB EL D
 NE LE : 21/05/2006 à JIJEL
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
Licence U15 n° 00092180044

الجزائر جيجل

CLUB : CAT
 NOM : CHEBBAH
 PRENOM : AZIZ
 NE LE : 05/09/2005 à O.ASKEUR
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
Licence U15 n° 007561880054

الجزائر جيجل

CLUB : CAT
 NOM : BOUKRIKA
 PRENOM : IMAD EDDINE
 NE LE : 26/04/2005 à TAHER
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
Licence U15 n° 02705181365

الجزائر جيجل

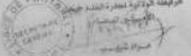
CLUB : CAT
 NOM : SELLOUBI
 PRENOM : SAMI
 NE LE : 28/07/2005 à JIJEL
 Grp Sanguin: O-
 SAISON SPORTIVE: 2019/2020




FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
Licence U15 n° 035881880049

الجزائر جيجل

CLUB : CAT
 NOM : BOUDRAA
 PRENOM : SEIF EL ISLAM
 NE LE : 02/10/2005 à JIJEL
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE: 2019/2020

FEDERATION ALGERIENNE DE FOOTBALL
 LIGUE REGIONALE DE FOOTBALL DE CONSTANTINE
 LIGUE FOOTBALL DE WILAYA DE JIJEL
Licence U15 n° 01470180045

الجزائر جيجل

CLUB : CAT
 NOM : BOUFEDECHE
 PRENOM : YAKOUB
 NE LE : 01/05/2005 à JIJEL
 Grp Sanguin: O+
 SAISON SPORTIVE: 2019/2020

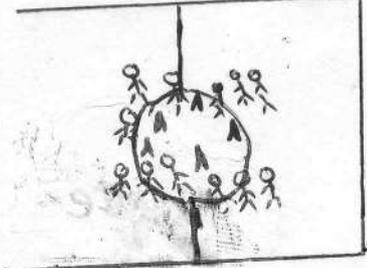
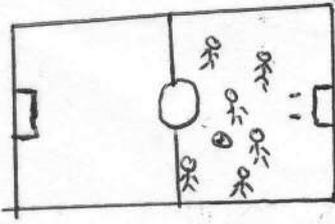
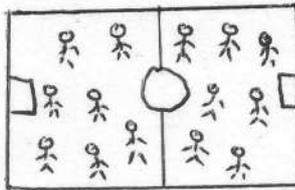
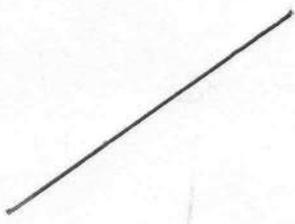



الوحدات التدريبية

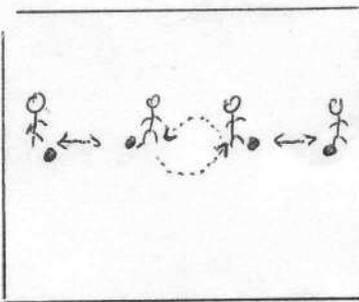
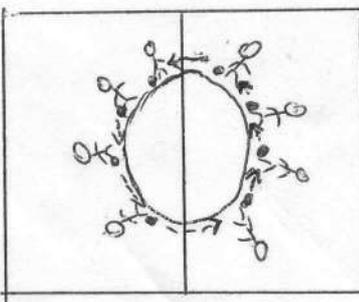
| | | |
|--------------------------|---|-------------------------------|
| الموسم الرياضي 2020-2021 | الفئة العمرية: أصغر (13-14 سنة) | النادي: ساجد أثلينك تاسوت CAT |
| التاريخ: | رقم الحصة: 01 | المدرّب: بوجميلة + طهينة |
| زمن الحصة: | الوسائل المستخدمة: أقدمت، ألعاب، كرات، ماهرة، ميثاق | هدف الحصة: التمرير |

| التوصيات | ضرب الحبل | التشكيلات | المستوى | الملاحظات |
|--|---|-----------|---|-----------|
| التدخين المجبة لنادي الهابات | 11 دقيقة 75% | | شرح هذه الحصة - تهيئة فيزيو لجمعية عامة وخاصة - القيام بتمارين التدخين | |
| احترام أوامر المدرّب المجديّة في العمل التمرير الصحيح وعدم تضييع الكرات | 11 دقيقة 76% 3 تكرارات (3) عمل 2 و 2 راحة | | التمرير 01: نضع قمعيه، كل لاعب يقف عند كل قمع، يقدم اللاعب (A) بالكرة نحو اللاعب (B)، حيث يمرر اللاعب (B) الكرة نحو المنتصف المسمى بين القميين، يهل اللاعب (A) حيث يقوم بإعادة التمرير نحو اللاعب B. | |
| يلبس كل فدية تبيها بلون موحد كي لا تخلط الصور التشجيع والجدية العناية رأية المنافسة | 20 76% 4 تكرارات (3) عمل 2 راحة | | التمرير 02: تقسم اللاعبين إلى مجموعتين، كل مجموعة تتضمّن 8 لاعبين، نجرب لهم منافسة شبه رياضية، (4 ضد 4)، يقوم الزملاء بالتمرير بينهم، بينما المنافسين يحاول قطع الكرة، وعند قطع الكرة يتبادل الفريقان الدور، ولكن إن تمّت عشر تمريرات بين الفريقين الزميل يرفع الفريق المنافس إلى تمارينه الضغط ما أجل خلق جو المنافسة. | |
| القيام بتدبيرات الاسترخاء العصبي | 10 75% | | القيام بتدبيرات الحرص على الحالة الطاهرة تقسيم الحصة ومناقشتها | |

| | | |
|--------------------------|---|---------------------------|
| النادي شبيبة حيرجلا . | الغزة العصرية 9 - 12 سنة . | الموسم الربيعي |
| الصدر بوجمعة + طيزة | رقم العمل 09 | التاريخ |
| هدف الجهة : الجري بالكرة | الوسائل المستخدمة : اقماع , هافرة , الكرات الصغيرة + هاريات . | عدد اللاعبين : 60 دقيقة . |

| مراحل | التمارين | التشكيل | التوجيهات |
|----------------|---|---|--|
| التمرين الأول | تنشيع الكرات ضد الحائط - تمارين التهديف من حافة الحائط - العمارة + تمارين خالصة . |  | رقم ترميمات القلب + دقيقة . |
| التمرين الثاني | 1- تقسيم الفريق الى اربع افواج واعداء مقابلت في كل فريق الملعب مع وضع شوا ارضها داخل الملعب وتبويب اللاعبين على محاولة عدم استقام الشوا ارضها تدوم المباراة 5 دقائق ويبدل الفريق الثاني . |  | 10 دقائق مقسمة على 3 مجموعات راحة لفة دقيقة واحدة |
| | 2- تمارين اللعب 3 لهدم 03 بدون مارسا الجري مع مرمو واحدة |  | 15 دقيقة 03 تكرارات راحة 3 دقائق التكرارات 1 يوم 3 ثانيا |
| | 3- منافسة بين الفريقين والهدف التماس هو الذي ضد يحصل الرصيد |  | 10 دقائق |
| التمرين الثالث | الجري ثم التناوب مع الجري - تمارين التهديف من حافة الملعب - العمارة |  | الهدف مع اللدوء والعودة الى العمارة الجديدة |

| | | |
|--------------------|--|---------------------------------------|
| التاريخ: 2020/2019 | الفئة العمرية: أعمار (13-15) | الكادر: C. A. T |
| التمرين: | الهدف رقم: 03 | بوجوهية يمين المدرسة: كاتز عمير |
| الوقت: 60 min | الوسائل المستخدمة: ألعاب، صابون، مبيدات. | الهدف: وقت التمرين والحرارة الجيدة |

| المدة | الهدفون | التشكيل | ملاحظات |
|--|---|---|---|
| 15 د 20 % | شرح لهدف من الوحدة. تمارين اداء لتهيئة الاجهزة الوظيفية. | | رفع نبضات القلب تهيئة زوالية |
| 20 د 60 % 4 تكرارات 3 د عمل 6 د راحة | التمرين 01: 4 لاعبين وكرتان يقف اللاعبون في دائرة قطرها 6 متر لقوم اللاعبان اللذان معهما الكرة بتمريرها الى لاعب آخر في اتجاه الكرة لاخذ مكان اللاعب الذي ذهبت اليه الكرة وتلعب بالقدم. |  | التوتر يكون بذلك اللاعبين الجديدة في العمل |
| 45 د 60 % 3 تكرارات 3 د عمل 9 د راحة | التدريب 02: ينتشر اللاعبون على محيط الدائرة ومع كل لاعب كرة و يبدؤ التمرين بان يجري اللاعبون على محيط الدائرة مع صاغات ان تكون المسافة بين كل منهم والآخر متناسبة مع زيادة السرعة في كل اسارة ثم تغيير الاتجاه |  | التوتر يكون على اسارة المرب الطري بالسرعة و عدم ضياعها |
| 10 د 20 % | القيام بالتمديدات وتمارين التهدئة. تقديم اللعبة و مناقشتها | | القيام بالاسترخاء العصبي |

| | | |
|--|--------------------------------------|--------------------------------------|
| النادي: شباب ستروست | الفئة العمرية: أما خد | الوسيلة التي استخدمها 2019 - 2020 |
| المدرّب: بوجميلة بيمين فهميدة عمر | رقم الحصة: 4 | التاريخ: |
| هدف الحصة: التمييز والبر بالكرة تطوير | الوسائل المستخدمة: أقماع، صغار، ميقا | زمن الحصة: 50 د |

| المرضى | التنسيق | مواظبة | التوجيهات | ملاحظة |
|---|---------|--|---|------------------------|
| الشرح لطرف من الحصة. تسخين يدي كامل وماعها | | 11 دقيقة 75% | التسخين اليد لتعاري الاصابع | تسخين يدي |
| التوبيخ 22: فريقيين في فمين متقابلين على خطين متوازيين ووضع كرتين في الوسط كرة مخصصة لكل فريق وعند سماع ال قو يتعلق صاحب ال قو جلب الكرة والعودة بعالتويها لكل زمانه ثم ارجاع الكرة الى مكانها والتي يكمل اول تنسيق ذقاة لفريقيين | | 11 دقيقة 60% 3 تكرارات 3 د عمل 5 دقيقة | تسخين اليد لتعاري الاصابع التمرين التسخين اليد لتعاري الاصابع | التوبيخ 22 |
| القيام بتمارين الإطالة. تقسيم الكرة وماعها | | 11 دقيقة | التعود الى الكرة الطبيعية | القيام بتمارين الإطالة |

| | | |
|----------------------------|---|--|
| الموسم الرياضي 2019 - 2020 | الفئة العمرية : 14-16 سنة | النادي : شباب أكاديمية تاسوس |
| التاريخ : | رقم اللعبة : 5 | المدرّب : بوجميلة ربيع المعيدة : حمار |
| زمن اللعبة : 60 د. | الوسائل المستخدمة : ألعاب ، أقمار ، هياكل ، صناديق ، كرات | هدف اللعبة : الجري بالكرة |

| الملاحظات | المواد | التشكيل | المدخلون | ملاحظات |
|--|--|---------|--|----------------------|
| رفع بنديبات أقمار + تلفيفة تلفيفة | 15 دقيقة | | - شرح الهدف من اللعبة بتدريب تمام (جري خفيف حول الملعب) + تدريب خاص | المرحلة التدريبية |
| الهدف بالتصاميم الجري السريع بالكرة دون هناك لها | 10 دقائق الهدف الهدف 30 تكرارات راحة 5 د | | تدريب 1: يتوزع لاعبو الفريق على زوايا الملعب التي تم تحديدها باستخدام الألعاب عند الإشارة يجري اللاعبون من زاوية إلى أخرى مع دمج الكرة على جميع اللاعبين عند الجري العكس بجانب العلم الذي يتم وضعه في المنتصف تدريب 2: ينتشر لاعبو الفريق داخل الملعب الذي يتم تحديده بدمج كل لاعب الكرة بأصابع ممتدة وفي تلك المواقف | المرحلة التأسيسية |
| الهدف في الكرة عند المرحلة مع المسيرة في الجري | 10 دقائق الهدف 30 تكرارات راحة 1 د | | تدريب 3: تعد المسافة 1م في كل زاوية من زوايا المساحة وقف فيها اللاعب عند الإشارة يدرك باتجاه الكرة التي ولدت في الوسط يقوم بدمجها إلى الدقيقة المحددة بلام ويفوز من يدمج الكرة من الكرة | |
| العودة إلى الحالة الهدف | 15 دقيقة | | - تصارين التلهفة - مناقشة اللعبة | المرحلة التقييمية |

| | | |
|-------------------------------------|---|-----------------------------------|
| الناحية: شباب أت لنيك تاسونت | الفترة: العصرية: أها عز | الوصول: الريا للخي 2013 - 2020 |
| المرتب: بوجميمة يطين لمصيزة عمار | رقم الرحلة: 06 | التاريخ: |
| لغز الرحلة: التحريك | الوسائل المستخدمة: كرات - أقماع - بيكاتي لصارة | رقم الرحلة: 60 |

| المرتب | الصلحون | التشكيل | الهوايط الوصول | التوجيهات |
|------------------|---|---------|--|---|
| المرتب المرتب | تحريك أعضاء بدني عام + خاص والتذكير مع الأطراف السفلية | | 15 دقائق | رفع يديك القلب + الدم لهضم المصونة |
| المرتب المرتب | تمرين 01: زقتهم مع عينهم في وقت متلف من 05 مع عينهم يلمون في مربعات، تلعب 04 أشكالهم (أ)، (ب)، (ج)، (د) مع شكل مربع، يقف كل مع بينا شاخهين بعينهم يتحرك مع الكرة الاربعة تشاركهمين ويلعب مع 5 داخل المربع معلوم أحد الكرة عندما يقوم المعين اكريمة تتبادل الكرة لكة بلجيس الكرة مرتين التقيام ثم تصون لعدة دقيقتين ثم تحس المعين | | 10 دقائق 80% 02 تكرار 1 دقيقة راحة | التدبير التقيا الكرة حيدرا للتكحيل عملية التصديق |
| المرتب المرتب | تمرين 02: 04 للمعينا، لمرقة آداء التصون بولعب ثلاث شواخهين (أ)، (ب)، (ج) مع شكل مثلث متقايس مع التلاع، يقف بينا كل شاخهين واحدا للاعب بعينهم يتبادلون الكرة بلصحة الكرة مرتين وقت المعين يقوم المع (4) مخلولة ذلوع الكرة بدون الوصول | | 10 دقائق 85% 04 تكرار 1 دقيقة راحة | المسقة في المراداء مع الافة عن التصديق |
| المرتب المرتب | القيام بتصارنبا املهاالة تجيب الرحلة وصانقتتها | | 15 دقائق | التموة بالاجسام في مالهة الهدية |

شعار فريق شباب أتليتيك تاسوست



الملعب البلدي تاسوست



أصاغر فريق شباب أتليتيك تاسوست



T-TEST PAIRS=قبلي، فبلي اختيار التمرير، بعدي WITH (PAIRED)
 /CRITERIA=CI(.9500)
 /MISSING=ANALYSIS.

Test T

Remarques

| | | |
|--------------------------------|--|--|
| Sortie obtenue | | 12-OCT-2020 22:05:01 |
| Commentaires | | |
| Entrée | Jeu de données actif | Jeu_de_données0 |
| | Filtre | <sans> |
| | Pondération | <sans> |
| | Fichier scindé | <sans> |
| | N de lignes dans le fichier de travail | 61 |
| Gestion des valeurs manquantes | Définition de la valeur manquante | Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes. |
| | Observations utilisées | Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse. |
| Syntaxe | | T-TEST PAIRS=قبلي، اختيار التمرير، بعدي WITH (PAIRED) /CRITERIA=CI(.9500) /MISSING=ANALYSIS. |
| Ressources | Temps de processeur | 00:00:00,00 |
| | Temps écoulé | 00:00:00,02 |

[Jeu_de_données0]

Statistiques des échantillons appariés

| | Moyenne | N | Ecart type | Moyenne erreur standard |
|--|---------|---|------------|-------------------------|
| | | | | |

| | | | | | |
|---------|----------------------|--------|----|---------|--------|
| Paire 1 | قبلي، اختبار التمرير | 2,5000 | 20 | 1,05131 | ,23508 |
| | بعدي، اختبار التمرير | 3,6000 | 20 | ,50262 | ,11239 |

Corrélations des échantillons appariés

| | N | Corrélation | Sig. |
|--|----|-------------|------|
| Paire 1 & قبلي، اختبار التمرير بعدي، اختبار التمرير | 20 | ,697 | ,001 |

Test des échantillons appariés

| | Différences appariées | | | |
|--|-----------------------|------------|-------------------------|---|
| | Moyenne | Ecart type | Moyenne erreur standard | Intervalle de confiance de la différence à 95 % |
| | | | | Inférieur |
| Paire 1 - قبلي، اختبار التمرير بعدي، اختبار التمرير | -1,10000 | ,78807 | ,17622 | -1,46883 |

Test des échantillons appariés

| | Différences appariées | t | ddl | Sig. (bilatéral) |
|---|---|--------|-----|------------------|
| | Intervalle de confiance de la différence à 95 % | | | |
| | Supérieur | | | |
| Paire 1 قبلي، اختبار التمرير - بعدي، اختبار التمرير | -,73117 | -6,242 | 19 | ,000 |

T-TEST PAIRS=بعدي، اختبار الجري، بالكرة، WITH قبلي، اختبار الجري، بالكرة (PAIRED)
 /CRITERIA=CI (.9500)
 /MISSING=ANALYSIS.

Test T

Remarques

| | | |
|--------------------------------|--|--|
| Sortie obtenue | 12-OCT-2020 19:47:33 | |
| Commentaires | | |
| Entrée | Jeu de données actif | Jeu_de_données0 |
| | Filtre | <sans> |
| | Pondération | <sans> |
| | Fichier scindé | <sans> |
| | N de lignes dans le fichier de travail | 20 |
| Gestion des valeurs manquantes | Définition de la valeur manquante | Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes. |
| | Observations utilisées | Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse. |
| Syntaxe | T-TEST PAIRS=بالكرة، اختبار الجري، بعدي WITH قبلي، اختبار الجري، بالكرة (PAIRED) /CRITERIA=CI(.9500) /MISSING=ANALYSIS. | |
| Ressources | Temps de processeur | 00:00:00,00 |
| | Temps écoulé | 00:00:00,01 |

Statistiques des échantillons appariés

| | Moyenne | N | Ecart type | Moyenne erreur standard |
|------------------------------------|---------|----|------------|-------------------------|
| Paire 1 بعدي، اختبار الجري، بالكرة | 9,6875 | 20 | 1,33853 | ,29930 |
| قبلي، اختبار الجري، بالكرة | 9,8675 | 20 | 1,42797 | ,31930 |

Corrélations des échantillons appariés

| | N | Corrélation | Sig. |
|---|----|-------------|------|
| Paire 1 & بعدي، اختبار الجري، بالكرة & قبلي، اختبار الجري، بالكرة | 20 | ,992 | ,000 |

Test des échantillons appariés

| | Différences appariées | | | |
|---|-----------------------|------------|-------------------------|--|
| | Moyenne | Ecart type | Moyenne erreur standard | Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur |
| Paire 1 - بعدي، اختبار الجري، بالكرة - قبلي، اختبار الجري، بالكرة | -,18000 | ,20005 | ,04473 | -,27363 |

Test des échantillons appariés

| | Différences appariées | t | ddl | Sig. (bilatéral) |
|---|---|--------|-----|------------------|
| | Intervalle de confiance de la différence à 95 % | | | |
| | Supérieur | | | |
| Paire 1 - بعدي، اختبار الجري، بالكرة - قبلي، اختبار الجري، بالكرة | -,08637 | -4,024 | 19 | ,001 |



ملخص الدراسة

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الى التعرف على تأثير الالعاب الشبه رياضية على بعض المهارات الاساسية في كرة القدم(التمرير الجري بالكرة) ولتحقيق ذلك اجريه الدراسة على عينة من 20 لاعب معتمدين على التصميم التجريبي لمجموعة واحدة للموسم الرياضي 2019-2020.

استخدم في هذه الدراسة المنهج التجريبي الملائم لطبيعة الموضوع ، واستخدمت الاختبارات المهارية كأداة دراسة واعتمدنا في الدراسة الميدانية على وحدات تدريبية و الدراسات السابقة و المشابهة التي قمنا بتحليلها و الاستنتاج منها، وتم جمع البيانات عن طريق الاختبارات القبليّة والبعدية .

حيث توصل الباحثان من خلال مناقشة الفروض في ضوء الدراسات السابقة و المشابهة الى أن الحصص التدريبية المطبقة باستخدام الالعاب الشبه رياضة لها تأثير إيجابي بتطوير مهارتي التمرير والجري بالكرة في كرة القدم.

Résumé de l'étude:

L'étude vise à identifier l'effet des jeux semi-sportifs sur certaines habiletés de base du football (passer, courir avec le ballon), et pour y parvenir, l'étude a été menée sur un échantillon de 20 joueurs en fonction de la conception expérimentale d'un groupe pour la saison sportive 2019-2020

Dans cette étude, l'approche expérimentale appropriée à la nature du sujet a été utilisée, les tests d'aptitude ont été utilisés comme outil d'étude et, dans l'étude de terrain, nous nous sommes appuyés sur des unités de formation et des études antérieures et similaires que nous avons analysées et déduites, et les données ont été collectées par des pré et post tests.

Là où les deux chercheurs, en discutant des hypothèses à la lumière d'études antérieures et similaires, ont conclu que les séances d'entraînement appliquées à l'aide de jeux semi-sportifs ont un impact positif sur le développement des compétences de passe et de course avec le ballon au football.