



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Bad

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Bad

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في التحضير البدني الرياضي

أهمية الألعاب شبه رياضية في تحسين الأداء المهاري عند المبتدئين الناشئين في كرة القدم

دراسة وصفية أجريت على مدربي بعض النوادي والمركبات الرياضية لولاية معسكر

من إعداد الطالبين:

* حمدادو وليد.

* عطاء الله الخضر

إشراف الأستاذ:

د/ زرف محمد

السنة الجامعية / 2020--2021

الإهداء

أهدي ثمرة جهدي هذه إلى الوالدين العزيزين حفظهما الله... أمي التي ربّنتني و صبرت على كل شيء ، التي رعّنتني حق الرعاية و كانت سندي في الشدائد ...

إلى أبي الغالي على قلبي أطال الله في عمره ، الذي أعانني على الإستمرار في مسيرة العلم ...

إلى من كان العون و السند ، إلى كل أفراد العائلة خاصة أخواتي و أخي ...
إلى كل من علمني حرفا ، و أخذ بيدي في سبيل تحصيل العلم و المعرفة ...

إلى كل الأصدقاء و الأحباب.

شكر

أشكر الله عز وجل، ثم والداي على كل مجهوداتهم منذ ولادتي إلى هذه اللحظات،
أتم كل شيء أحبكم في الله أشد الحب

يسرني أن أوجه شكري لكل من نصحني أو أرشدني أو وجهني أو ساهم معي في إعداد هذه المذكرة بإيصالي للمراجع والمصادر المطلوبة في أي مرحلة من مراحلها، وأشكر على وجه الخصوص استاذي المشرف " زرف محمد " على مساندي وإرشادي بالنصح والتصحيح وعلى اختيار العنوان والموضوع، كما أن شكري موجه لإدارة معهد التربية البدنية والرياضية لولاية مستغانم، كما أتفضل بالشكر الجزيل لكل المدربين و الرؤساء والمدراء النوادي والمركبات الرياضية في تسهيل مهمتنا لإتمام دراستنا الميدانية، و بدون أن أنسى بتقديم الشكر إلى كل زملائي في المعهد على دعمهم لنا.

ملخص البحث:

"أهمية الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء المهاري لدى المبتدئين الناشئين لكرة القدم" تهدف الدراسة إلى تحديد أهمية الألعاب الشبه رياضية ودورها في تحسين الأداء المهاري عند المبتدئين الناشئين لكرة القدم ، من أجل ذلك تم تقسم هذه الدراسة إلى جانبين (جانب نظري و جانب تطبيقي)، الجانب النظري و تمثل في ثلاثة فصول كالتالي:

- الفصل الأول و تضمن معالم و مفاهيم الألعاب الشبه رياضية.

- الفصل الثاني، إرتينا فيه إلى ما يخص الأداء المهاري والتعلم الحركي و المهارات الأساسية.

- الفصل الثالث و تمثل في شمل معلومات حول فئة الناشئين ككل.

أما الجانب التطبيقي تضمن أربعة فصول كالتالي:

- الفصل الأول تمثل في الدراسة الإستطلاعية.

- الفصل الثاني تحدثنا فيه عن منهجية البحث وإجراءاته الميدانية حيث إختارنا المنهج الوصفي و

استعملنا فيه الإستمارة الإستبائية المتكونة من ثلاثة محاور:

المحور الأول: معلومات شخصية عن المدرب وتضمن 7 أسئلة.

المحور الثاني: الألعاب شبه رياضية والمبتدئين الناشئين في كرة القدم وتضمن 5 أسئلة.

المحور الثالث: الألعاب شبه رياضية و الأداء المهاري عند المبتدئين الناشئين وتضمن 10 أسئلة.

التي وزعناها على عينة من 25 مدرب تم إختيارهم من بعض نوادي كرة القدم لولاية معسكر تمثلت في

نادي أولمبيك تيغنيف، نادي وفاق تيغنيف، المركب الرياضي الجوارى خلادي ميلود، الرابطة البلدية

للرياضة للجميع والجوارية والمركب الرياضي الجوارى لبلدية الحشم معسكر.

- الفصل الثالث قمنا من خلاله بتحليل و مناقشة النتائج بعد إسترجاع الإستمارات الموزعة على

المدرين.

- الفصل الرابع تضمن كل من مقابلة النتائج بالفرضيات، التوصيات والإقتراحات، الإستنتاجات و

الخلاصة العامة.

Résumé de la recherche

L'importance des jeux semi-sportifs dans l'amélioration des performances des footballeurs juniors appliqués), Le côté théorique est représenté en trois chapitres comme suit :

- Le premier chapitre comprenait les enseignements et les concepts des jeux semi-sportifs.
- Le deuxième chapitre, dans lequel nous avons examiné les performances des compétences, l'apprentissage moteur et les compétences de base.
- Le troisième chapitre comprenait des informations sur la catégorie junior dans son ensemble.

Quant au côté pratique, il comportait quatre chapitres comme suit :

- Le premier chapitre est une étude exploratoire.
- Le deuxième chapitre, dans lequel nous avons parlé de la méthodologie de recherche et de ses procédures de terrain, où nous avons choisi l'approche descriptive et utilisé le formulaire de questionnaire composé de trois axes :
 - * Le premier axe : des informations personnelles sur le formateur et comprend 7 questions.
 - * Le deuxième axe : jeux semi-sportifs et juniors débutants en football et comprend 5 questions.
 - * Le troisième axe : jeux semi-sportifs et performances d'adresse pour les débutants, et comprend 10 questions.

Que nous avons distribué à un échantillon de 25 entraîneurs qui ont été sélectionnés dans certains clubs de football de la Wilayat de Mascara, représentés par le Club Olympique Tighanif, le Club Wifak Tighanif, le Complexe sportif Khaladi Miloud, l'Association sportive municipale pour tous et le Complexe sportif pour la municipalité de Hashem Mascara.

- Le troisième chapitre, dans lequel nous avons analysé et discuté les résultats après avoir récupéré les formulaires distribués aux formateurs.
- Le quatrième chapitre comprenait des entretiens avec les résultats avec des hypothèses, des recommandations et des suggestions, des conclusions et la conclusion générale.

Research Summary

The importance of semi-sports games in improving the skill performance of junior footballers applied), The theoretical side is represented in three chapters as follows:

- The first chapter included the teachings and concepts of semi-sports games.
- The second chapter, in which we looked at skill performance, motor learning and basic skills.
- The third chapter included information about the junior category as a whole.

As for the practical side, it included four chapters as follows:

- The first chapter is an exploratory study.
- The second chapter, in which we talked about the research methodology and its field procedures, where we chose the descriptive approach and used the questionnaire form consisting of three axes:
 - * The first axis: personal information about the trainer and includes 7 questions.
 - * The second axis: semi-sports games and junior footballers and includes 5 questions.
 - * The third axis: semi-sports games and skill performance for young beginners, and it includes 10 questions.

Which we distributed to a sample of 25 coaches who were selected from some football clubs in the Wilayat of Mascara, represented by the Olympic Tighanif Club, Wifak Tighanif Club, the Khaladi Miloud Sports Complex, the Municipal Sports Association for All and the Sports Complex for the Municipality of Hashem Mascara. The third chapter, in which we analyzed and discussed the results after retrieving the forms distributed to the trainers.

- The fourth chapter included interviewing the results with hypotheses, recommendations and suggestions, conclusions and the general conclusion.

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان
28	الجدول رقم (01) استبيان تقييم المدرب خلال تقديم النموذج وشرح المهارة فيما يلي عدد من العبارات
31	الجدول رقم (02) يبين استخدام كل من الطريقة الكلية والطريقة الكلية الجزئية والطريقة الجزئية طبقا لدرجة ترابط أجزاء المهارة ودرجة تعقيدها
49	جدول رقم (03) يحلل عناصر الإعداد والمرامي الواجب بلوغها في المرحلة العمرية (9-12) سنة
60	الجدول رقم (04) يمثل عدد سنوات الخبرة الميدانية للمدربين
61	الجدول رقم (05) يمثل الشهادة التدريبية للمدربين
62	الجدول رقم (06) يمثل خبرة المدربين كلاعبين سابقين في مجال كرة القدم
63	الجدول رقم (07) يمثل إيجابيات المدربين ما إذا قد مارسو كرة القدم منذ سنوات النشء
64	الجدول رقم (08) يمثل اعتماد المدربين القدامى على الألعاب الشبه رياضية في برامجهم التدريبية
65	الجدول رقم (09) يمثل عدد سنوات الخبرة في تدريب الناشئين المبتدئي
66	الجدول رقم (10) يمثل تكوين المدربين في تدريب الناشئين
67	الجدول رقم (11) يمثل مدى تطبيق المدربين للألعاب شبه رياضية أثناء برامجهم التدريبية
68	الجدول رقم (12) يبين مدى أهمية إدراج الألعاب شبه رياضية للمبتدئين في الحصة التدريبية
69	الجدول رقم (13) يمثل حالة الإرتياح النفسي من عدمها للمبتدئي عندما تحتوي الحصة التدريبية على الألعاب ش ر
70	الجدول رقم (14) يمثل دور الألعاب الشبه رياضية في رغبة المبتدئين لممارسة كرة القدم
71	الجدول رقم (15) يبين التأثير الإيجابي للألعاب شبه رياضية في تحقيق الأهداف التدريبية
72	الجدول رقم (16) يبين أهمية الألعاب شبه رياضية في تحقيق أهداف المدربين أثناء الحصص التدريبية

73	الجدول رقم (17) يبين الأهداف التي تحققها الألعاب ش ر بنسبة كبيرة
74	الجدول رقم (18) العلاقة بين الألعاب ش ر و المهارات الأساسية
75	الجدول رقم (19) يبين مدى أهمية الألعاب ش ر في الإرتقاء بالمستوى المهاري
76	الجدول رقم (20) يبين ما إذا كانت الألعاب ش ر تساعد في تحقيق الأداء المهاري
77	الجدول رقم (21) يبين ما إذا كانت الألعاب ش ر تزيد من دافعية المبتدئين في ممارسة التدريبات مهارية
78	الجدول رقم (22) يبين ما إذا كانت الألعاب ش ر عند إستخدامها تكسب المبتدئين بعض المهارات
79	الجدول رقم (23) يبين ما إذا كانت الألعاب ش ر تكسر من الروتين التدريبي أثناء تعليم المهارات الأساسية
80	الجدول رقم (24) يبين ما إذا كان هناك من الألعاب ش ر ما له علاقة مباشرة بتعليم المهارات الأساسية
81	الجدول رقم (25) يبين ما إذا كان ينجح أسلوب اللعب في التوفيق بين تحقيق الأهداف التدريبية والترويح

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان
60	الشكل البياني رقم (02) يمثل نسب المدربين في الخبرات التدريبية
61	الشكل البياني رقم(03) يمثل نسب الشهادات التدريبية المتحصل عليها
62	الشكل البياني رقم(04) يمثل نسب المدربين الذين لديهم خبرة كلاعبين سابقين
63	الشكل البياني رقم(05) يمثل نسب المدربين الذين مارسو كرة القدم منذ أن كانوا ناشئين
64	الشكل البياني رقم(06) يمثل نسبة إعتما د المدربين القدامى على الألعاب ش ر في برامجهم التدريبية
65	الشكل البياني رقم(07) يمثل نسب المدربين أعلى خبرة في تدريب الناشئين
66	الشكل البياني رقم(08) يمثل نسب التكوين الخاص للمدربين في تدريب الناشئين
67	الشكل البياني رقم(09) يمثل نسب تطبيق المدربين للألعاب ش ر في برامجهم التدريبية
68	الشكل البياني رقم (10) يمثل نسب أهمية للألعاب ش ر في الحصص التدريبية
69	الشكل البياني رقم (11) يمثل نسبة مدى إرتيا ح المبتدئ في الحصة التدريبية التي تحتوي على الألعاب ش ر
70	الشكل البياني رقم(12) يمثل نسبة دور الألعاب الشبه رياضية في رغبة المبتدئين لممارسة كرة القدم
71	الشكل البياني رقم يمثل(13) نسبة التأثير الإيجابي للألعاب شبه رياضية في تحقيق الأهداف التدريبية
72	الشكل البياني رقم(14) يمثل نسبة الألعاب شبه رياضية في تحقيق أهداف المدربين أثناء الحصص التدريبية
73	الشكل البياني رقم(15) يمثل نسب الأهداف التدريبية المحققة
74	الشكل البياني رقم(16) يمثل العلاقة بين الألعاب شبه رياضية و المهارات الأساسية
75	الشكل البياني رقم(17) يمثل أهمية الألعاب شبه رياضية في الإرتقاء بالمستوى المهاري
76	الشكل البياني رقم(18) يمثل نسبة مساعد الألعاب ش ر في تحقيق الأداء المهاري

77	الشكل البياني رقم (19) يمثل الألعاب ش ر تزيد من دافعية المبتدئين في ممارسة التدريبات المهارية
78	الشكل البياني رقم (20) يمثل ما إذا كانت الألعاب ش ر عند إستخدامها تكسب المبتدئين بعض المهارات
79	الشكل البياني رقم (21) يمثل ما إذا كانت الألعاب ش ر تكسر من الروتين التدريبي أثناء تعليم المهارات الأساسية
80	الشكل البياني رقم (22) يمثل يبين ما إذا كان هناك من الألعاب ش ر ما له علاقة مباشرة بتعليم المهارات الأساسية
81	الشكل البياني رقم (23) يمثل ما إذا كان ينجح أسلوب اللعب في التوفيق بين تحقيق الأهداف التدريبية والترويج

الصفحة	العنوان
	إهداء
	شكر وتقدير
	ملخص البحث
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال البيانية
	قائمة المحتويات
التعريف بالبحث	
01	مقدمة
03	1- الإشكالية
04	2- فرضيات الدراسة
04	3- أهداف الدراسة
05	4- أهمية الدراسة
05	5- الدراسات المشابهة
10	6- مصطلحات البحث
الجانب النظري	
الفصل الأول: الألعاب شبه رياضية	
13	مقدمة
14	1- تعريف اللعب
14	2- وضائف اللعب

15	3- أنواع اللعب
16	4- قيمة اللعب
16	5- دور الألعاب فب نمو الفرد
17	6- الألعاب شبه رياضية
17	6-1- تعريفها
18	6-2- أهميتها
18	7- تقسيمها
19	8- خصائصها
19	9- أهدافها
20	10- تصنيفها
20	11- مبادئ اختيار الألعاب الشبه الرياضية
21	12- تنظيم تعليم الألعاب الشبه الرياضية (الألعاب الصغيرة)
22	13- أنواع الألعاب الشبه رياضية
24	الخاتمة
الفصل الثاني: الأداء المهاري	
25	مقدمة
26	1- مراحل تعلم المهارات الحركية
35	2- تطوير كفاءة الأداء المهاري للوصول للآلية
38	3- تعليم المهارات الأساسية للمبتدئين في كرة القدم

42	خاتمة
الفصل الثالث: الناشئين	
43	مقدمة
45	1- العوامل المؤثرة في عمليات تدريب الناشئين
48	2- مكونات اللياقة البدنية لمرحلة الطفولة المتأخرة (10-12) سنة
50	3- خصائص النمو و علاقتها بوضع برامج الألعاب
51	5- مميزات الأطفال الناشئين
51	6- قابلية تعلم المهارات الحركية
53	خاتمة
الجانب التطبيقي	
الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية	
54	مقدمة
55	1- منهج البحث
55	2- عينة البحث
55	3- مجالات البحث
56	4- متغيرات البحث
56	5- الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث
57	6- أدوات البحث
58	7- صدق الأداة
58	8- الوسائل الإحصائية

الفصل الثالث: عرض و تحليل ومناقشة النتائج	
60	المحور الأول: معلومات شخصية
67	المحور الثاني: الألعاب شبه رياضية والمبتدئين الناشئين في كرة القدم
72	المحور الثالث: الألعاب شبه رياضية و الأداء المهاري عند المبتدئين الناشئين
82	الاستنتاجات
83	مقابلة النتائج بالفرضيات
84	الإقتراحات والتوصيات
85	الخلاصة العامة
	المصادر والمراجع
	ملاحق

التعريف

بالبحر

مقدمة:

يعد التدريب الرياضي عملية تربوية ذات صبغة فردية حيث تراعي الفروق الفردية من حيث العمر والجنس ودرجة المستوى فتدريب الناشئين يختلف عن تدريب الكبار كما يختلف تدريب البنين عن تدريب البنات ويختلف تدريب الفريق الواحد باختلاف المراكز المختلفة وما تطلبه هذه المراكز من مهارات وقدرات، كما يعتمد التدريب الرياضي أساساً على إخضاع الفرد الرياضي لأنواع من الضغوط البدنية المختلفة والتي تؤدي وفق تخطيط خاص يهدف في النهاية إلى أن يتكيف الفرد الرياضي لها بصورة تجعله قادراً على إنجازها بالطريقة المناسبة أثناء التدريبات الرياضية. والتدريب الرياضي عملية تتميز بالاستمرار وليس بالموسمية وهذا يعني الاستمرار في التدريب طوال العام أو الاستمرار في التدريب لعدة سنوات. (الدودي، 2012) ومع مراعات الفروق الفردية خاصة من ناحية الفئات و المراحل العمرية، فمن أصعب المراحل العمرية التي على المدرب الناجح مراعاة مقاييسها و تحمل عناء تدريبها خاصة في رياضة كرة القدم بطريقة علمية مقننة هي فئة الناشئين فهذه الفئة العمرية تعتبر من أهم الفئات وذلك لأنها تعتبر الفاصل الفعلي ما بين البراعم والفئات السنية حيث أقر اتحاد الكرة دورياً خاصاً بها بعدما تم فصلها من شريحة البراعم وهم يعرفون بإسم (الواعدون) ولذلك يجب على المدرب الناجح التعامل مع تطوير قدراتهم بحذر كبير من أجل الوصول إلى مستويات أحسن و أفضل.

<https://www.duhailsc.com/ar/age-categories-2/about-age->

(group.html)

وعليه فإن الطفل في حد ذاته يحب اللعب وينجذب إليه، ولهذا نجد أن المدربين في النوادي يستخدمون العديد من الطرق تتلائم مع خصائص الفرد، ومن بين هذه الطرق نجد اللعب، فإن موضوع اللعب لقي اهتماماً و متابعة من قبل المفكرين و العلماء و الذين أرادوا أن يعطوا تعريفاً دقيقاً له و من بينهم الدكتور 'ريسان عبد المجيد' و الذي عرفه "هو نشاط حيوي و استخدام حر دائم يقوي المرء و إبداعه في إطار قواعد محدد

والتي هي احدى الطرق التي لها علاقة كبيرة في تحقيق اهداف الحصة التدريبية"
(الدرعي، 1989، صفحة 36)

وذلك لما تتطلبه هذه الطريقة من الأداء الجيد الذي يستلزم اولا السيطرة على الجسم والاداة، فنجد ان المدرب يقوم بصياغة الألعاب لممارستها وجعلها تبدو سهلة او صعبة ، بسيطة أو معقدة حسب اختيار اللعبة والتخطيط المسبق لكيفية انجازها فإن طرق التعليم المهارى تختلف حسب نوع المهارة ودور كل طريقة في الأداء الفعلي للمهارة وتحقيق الهدف. (زكية، 2008، صفحة 15)

ولأجل وصول المدرب الرياضي إلى إتقان الأداء المهارى يستعمل العديد من الطرق ومن بينها الألعاب الشبه الرياضية ومنه ومن خلال ملاحظتنا لمعظم التدريبات في شتى الرياضات والفئات العمرية أن المدربين أو المربيين يستعملون الألعاب الشبه الرياضية.

بغرض الارتقاء بالمستوى المهارى الحركي وتنميته، فالمدرّب الناجح دائما ما يراعي هذا الجانب و يقحمه كنقطة قوة في برامجه التدريبية، وعليه فإن الألعاب الشبه رياضية هي الحل البديل للخروج من الروتين التدريبي و بلورتها إلى تدريب ينمي قدرات معينة منها بدنية، خطئية، ومهارية.

في هذا البحث إرتأينا كطالبين باحثين لدور و أهمية الألعاب الرياضية في تنمية و تحسين الجانب المهارى عند الناشئين المبتدئين.

1- الإشكالية:

تعد الألعاب أحد الأنشطة الرياضية الهامة في مجال التدريب الرياضي المناسب لجميع الجنسين و هي أحد المكونات الرئيسية لأي برنامج للتدريب الرياضي و يفضله الكثيرون لأنه قريب من طبيعة الفرد و ميوله بالإضافة إلى دورها المهم في النمو السليم و المتكامل للفرد (النمو ألبدني ، الحركي)، الذي يعود على الفرد من ممارسته. (فرح آلين وديع، 1996، صفحة 98)

تعتبر الألعاب الشبه الرياضية العامل الفعال الذي لا يتخلى عنه المدرب وهذا راجع لأهميتها البالغة، خاصة في مرحلة الناشئين، كما تعتبر الألعاب الشبه الرياضية مدخلا لظاهرة اللعب حيث أنها تعتبر جزء هام من النشاط الرياضي للناشئين المبتدئين، كما أنها تشكل حيزا في محيط الأنشطة التدريبية، حيث أن مشاركة الأطفال في عملية اللعب، وبصورة عامة تؤدي إلى تنمية كل من الجانب المهاري و البدني. إن معظم الدراسات تجتمع حول مبدأ أساسي هو اللعب، الذي يعتبر الوسيلة التي يستكشف بها الطفل مختلف الخبرات المتنوعة، فبواسطته يتعامل الأطفال مع الأشياء كأنها كائنات تمتلك معاني محددة، ولهذا فإنهم ومن خلاله تنمو قدراتهم البدنية والنفسية والحركية ويكتشفوا اتجاهاتهم ويختبرونها، كما يساعدهم في الإقتراب من الراشد، ويزيد من جرأتهم الحسية والعاطفية واللغوية والحركية كما يعمل على دمجهم من الجانب الإجتماعي ويمتص طاقتهم الزائدة ويجدد نشاطهم ويخفف من حدتهم الانفعالية.(حسين عبد الجواد، 1984)

كما انه يتضمن كل من: الجري والمطاردة والسباق والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل، بالإضافة إلى أهميته الكبيرة في التعلم والتسلية.

إن الألعاب الرياضية تساعد الطفل في الحركة بكل عشوائية و إرتياح نفسي كبير هذا ما أكدته بعض الدراسات، إلا أن المشكل يبقى في كيفية مساهمة الألعاب الرياضية أو شبه رياضية في رفع و تحسين الأداء المهاري خاصة أن الأداء المهاري هو أهم

جانب على المدرب مراعاته عند الناشئين المبتدئين و عليه طرح التسائل العام الذي تتبلور منه دراسة بحثنا هذا:

- هل تساهم الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء المهاري لدى الناشئين المبتدئين كرة القدم؟

و عليه نضع بعض الأسئلة الفرعية :

- هل للألعاب الشبه رياضية دور فعال في تحسين الأداء المهاري لدى المبتدئين الناشئين لكرة القدم؟

- هل إشراك الألعاب الشبه رياضية في الحصص التدريبية ينمي القدرات مهارية عند الناشئين المبتدئين لكرة القدم؟

2- فرضيات الدراسة:

2-1 فرضية عامة:

- تساهم الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء المهاري لدى الناشئين كرة القدم.

2-2 فرضيات جزئية:

- للألعاب الشبه رياضية دور فعال في تحسين الأداء المهاري لدى المبتدئين الناشئين لكرة القدم.

- إشراك الألعاب الشبه رياضية في الحصص التدريبية ينمي القدرات مهارية عند المبتدئين الناشئين لكرة القدم.

3- أهداف الدراسة:

من خلال إختيارنا لمعالجة مشكلة بحثنا فإننا كطالبيين باحثين وصعنا عدة أهداف لدراستنا :

- معرفة دور الألعاب الشبه رياضية في تحسين مستوى المبتدئين الناشئين لكرة القدم.

- إبراز أهمية إدراج الألعاب الشبه رياضية في البرامج التدريبية لدى المبتدئين

الناشئين لكرة القدم.

- إبراز فعالية الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء المهاري عند المبتدئين

الناشئين لكرة القدم.

- معرفة مدى تحفيز الألعاب الرياضية للمبتدئين الناشئين في الإرتقاء بمستوى الأداء المهاري في كرة القدم.

4- أهمية الدراسة:

إن الألعاب الشبه رياضية لا تقل أهمية عن باقي أساليب التدريب الرياضي لدى الناشئين خاصة في كرة القدم و عليه نبين أهميتها فيما يلي:

- تكثيف و إثراء الرصيد المعرفي لدى المدربين من الناحية العلمية و الميدانية في إدراج الألعاب الشبه رياضية خلال الحصص التدريبية.

- إعطاء أهمية كبيرة للألعاب الشبه رياضية في التخصصات الرياضية عامة و كرة القدم خاصة.

5- الدراسات المشابهة والسابقة:

5-1 الدراسة الأولى:

مذكرة لنيل شهادة الليسانس بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بولاية البويرة من اعداد الطبة: محمودي عيسى، زيرق رشيد.

تحت اشراف الأستاذ: بن عبدالرحمان سيدعلي

تحت عنوان: "دور الالعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد (9-12) سنة، دراسة ميدانية على بعض فرق ولاية البويرة الرابطة الولائية لكرة القدم"، وقد اتبعت الخطوات التالية في انجاز هذا الموضوع.

مشكلة البحث:

هل للألعاب الشبه رياضية تأثير في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى لاعبي كرة اليد 9 - 12 سنة؟

وقد حدد مشكل البحث بالتساؤلين التاليين:

- ما الدور الذي تلعبه الألعاب الشبه الرياضية في تحسين الجانب الحسي لدى اللاعب؟

- ما مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في الوصول إلى الأداء الحركي الجيد لدى اللاعب؟

الفرضيات:

أ- الفرضية العامة:

الألعاب الشبه رياضية تأثير في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد
9 - 12 سنة.

ب- الفرضيات الجزئية:

- الألعاب الشبه الرياضية لها دور إيجابي في تحسين الجانب الحسي للاعب.
- تساهم الألعاب الشبه الرياضية في الوصول للاعب إلى الأداء الجيد للحركة.

اهداف البحث:

- إبراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات الحسية الحركية.
- معرفة أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض الجوانب الحسية الحركية
للطفل.

- إبراز دور الألعاب الشبه الرياضية في تحسين الأداء الحركي للطفل.

المنهج المتبع:

اتباع المنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية ويعتبر أحد
الأساليب المستخدمة في البحوث الوصفية تهتم بدراسة الظواهر الموجودة في جماعة
معينة في الوقت الحاضر اي موجودة بالفعل وقت اجراء المسح.
عينة البحث و كيفية اختيارها :

تمت الاستعانة بعينة من 20 مدربا لكرة ينشطون على مستوى الرابطة الولائية لكرة
اليد بشكل عشوائي.

أدوات البحث:

استعان باستمارة الاستبيان وتم تنفيذ هذه الاستمارة عن طريق المقابلة الشخصية و
تحتوي على 18 سؤال.

أهم النتائج:

توصل الباحث في هذا الموضوع إلى نتيجة مفادها: ان للالعاب الشبه الرياضية اهمية بالغة في حياة الطفل الفعاليته في تحقيق الأهداف البدنية والعقلية التي يكسبها الطفل كما أثبتت الدراسة أن الالعاب الشبه الرياضية لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسي للاعب كما يعمل على تكوين خبارت حركية أولية تساهم في سرعة استيعاب المهارات الحركية لديه.

5-2 الدراسة الثانية:

مذكرة لنيل شهادة بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شياذة الماستر في النشاط البدني الرياضي الترويحي بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بولاية مستغانم من اعداد الطبة: محمد بدر الدين محبوبي و حسام الدين بن دينة.

تحت اشراف الأستاذ: د طبوش توفيق

تحت عنوان: "اثر استخدام الألعاب الرياضية الترويحية في تحسين بعض الصفات الحركية لدى مبتدئي بعض النوادي الرياضية، دراسة تجريبية أجريت على مستوى النادي الرياضي لرعاية المواهب الشابة -ولاية البيض -"، وقد اتبعت الخطوات التالية في انجاز هذا الموضوع. مشكلة البحث:

ما هو أثر استخدام الألعاب الرياضية الترويحية في تحسين بعض الصفات الحركية (الرشاقة -التوازن -التوافق) والذكاء لدى مبتدئي بعض النوادي الرياضية ؟

وقد حدد مشكل البحث بالتساؤلين التاليين:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبلية والبعديتين للعينتين الضابطة والتجريبية في إختبار الصفات الحركية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبلية والبعديتين للعينتين الضابطة والتجريبية في إختبار الذكاء؟

الفرضيات:

أ- الفرضية العامة:

لإستخدام الألعاب الرياضية الترويحية أثر في تحسين بعض الصفات الحركية (الرشاقة -التوازن -التوافق) والذكاء لدى مبتدئي بعض النوادي الرياضية.

ب- الفرضيات الجزئية:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبلية والبعدية للعينتين الضابطة والتجريبية في إختبار الصفات الحركية.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبلية والبعدية للعينتين الضابطة والتجريبية في إختبار الذكاء.

اهداف البحث:

- إبرازأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية المختلفة في تكييف شخصية الطفل.

- إبراز دور النشاط الترويحي في تنمية القدرات الإبداعية اللازمة التي تفيده في المستقبل.

- لفت انتباه المدربين والمشرفين على رياض الأطفال إلى إعطاء أهمية كالعناية اللازمة لهذه الفئة لتحقيق نمو متزن من جميع النواحي النفسية والإجتماعية، والعقلية، الإنفعالية، والحركية، والثقافية.

المنهج المتبع:

اتبع المنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية ويعتبر أحد الأساليب المستخدمة في البحوث الوصفية تهتم بدراسة الظواهر الموجودة في جماعة معينة في الوقت الحاضر اي موجودة بالفعل وقت اجراء المسح.

عينة البحث و كيفية اختيارها :

تم اختيار عينة البحث من المجتمع الأصلي بطريقة مقصودة و قد إشتمل الاعييناالمبتدئين ذات 7سنوات .

وقد قسمت العينة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بعدد (15)طفلا ذكر تم إجراء عملية التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات.

أدوات البحث:

- المصادر والمراجع.
- الطرق الإحصائية.
- عتاد البحث (كرات القدم، حلقات، أقماع، صحنون بلاستيكية، صافرة، ميقاتي)
- القياسات والاختبارات.

أهم النتائج:

- اللعب والترويح ضرورة حتمية للوصول إلى نتائج جيدة.
- إن الألعاب الرياضية الترويحية تساهم في تحسين بعض الصفات التوافق، التوازن والرشاقة.
- الألعاب الترويحية تخلق مجال للمشاركة والإبداع داخل النوادي.

3-5 الدراسة الثالثة :

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شياذة الماجستر في من اعداد الطالب الباحث:

أشرف فكري عبد العزيز.

تحت عنوان: " أثر استخدام الألعاب التمهيدية على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم".

أهداف الدراسة :

- معرفة تأثير الألعاب التمهيدية على هذه الصفات وكذلك المهارات الأساسية.
- معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية لناشئي كرة القدم

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

منهج البحث :

تجريبي. (تصميم برنامج تجريبي مقترح باستخدام الألعاب التمهيدية يهدف لتنمية بعض الصفات البدنية و المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم)

عينة البحث:

ناشئي كرة القدم تحت 12 سنة (30 لاعب).

الاستنتاجات:

- أظهرت نتائج البرنامج التدريبي المقترح لتنمية بعض الصفات البدنية و المهارات الأساسية أثر إيجابيا وتحسنا معنويا ملموسا في جميع الاختبارات البدنية و المهارية لدى المجموعة التجريبية.

- أظهرت نتائج البرنامج التدريبي (الأسلوب التقليدي لتنمية الجانب و الجانب المهاري أثرا إيجابيا وتحسنا معنويا في جميع الاختبارات البدنية و المهارية لدى المجموعة الضابطة.

- أظهرت النتائج الدراسة أن نسبة التحسن للمجموعة التجريبية أفضل من التحسن للمجموعة الضابطة في معظم الاختبارات البدنية و المهارية قيد الدراسة.

- كما أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة التحسن للمجموعة التجريبية ارتفعت مما يدل على التأثير الإيجابي للبرنامج التدريبي المقترح في جميع المتغيرات قيد الدراسة.

- كما أظهرت نتائج الدراسة أن هناك نسبة تحسن للمجموعة الضابطة المستخدمة للبرنامج التقليدي ولكن بنسبة أقل عن المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج المقترح.

6- مصطلحات البحث:

6-1 الألعاب الشبه رياضية:

التعريف الإصطلاحي:

عرفها "عدنان درويش جلول" على أنها تلك الألعاب بسيطة التنظيم التي يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافسو وفق قواعد ولا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويلعب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم أدوات أو أجهزة أو يدويا. (عدنان درويش، 1954، صفحة 171)

التعريف الإجرائي:

الألعاب الشبه الرياضية هي ألعاب جماعية وفردية لا تتطلب وسائل كثيرة لتجسيدها تكون محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم تعمل على تحفيز الطفل وبناء فكره وتطوير قدراته البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة.

2-6 الأداء المهاري:

التعريف الإصطلاحي:

يعرفه "راندال randell" الأداء المهاري بأنه السلوك الذي يعمل علي تقليل التضارب بين الانتباه والأداء. (حسن، 1998، صفحة 15).

ويرى "سنجر" فيقول أنه يرتبط بالإنجاز في عمل أو نشاط معين.

التعريف الإجرائي:

هو ترتيب وتنظيم المجاميع العضلية بما ينسجم وهدف الحركة الاقتصاد في الجهد والسهولة وفق القانون" والمهارة أيضا توضيح نوعي أو مؤشر نوعي للأداء. وهو يشير إلى مجموعة من الاستجابات الخاصة التي تؤدي في موقف محدد، هذا الموقف يشتمل أساسا في مضمونه معايير الكم على مستوى الأداء في المهارة.

3-6 الناشئين:

تعرف أيضا باسم الطفولة المتأخرة كما يطلق عليها كذلك اسم مرحلة قبل المراهقة وهي تبدأ من سن تسعة سنوات و تنتهي بالتقريب عند سن الثانية عشر من العمر. وقد تعتبر هذه المرحلة مرحلة تمهيد للبلوغ والدخول في سن المراهقة لذلك تتميز ببطء في معدل وفي نسبة النمو في عدة جوانبه غير أن الطفل مع ذلك يكتسب فيها المهارات والخبرات الضرورية واللازمة لتوافقه وللتكيف مع شؤون الحياة الاجتماعية.

(عبدالرحمن الوافي، 2006، صفحة 144)

تبدأ هذه المرحلة عند الطفل بتمييزه للأشياء على أساس عقلي بحيث يستطيع الربط بين الأشياء ذات التكوين المتشابه كما أنها فترة تتضج فيها قدراته اللغوية ومهاراته البدنية بحيث يقل ميله للخيال الجامع ويظهر في هذه

المرحلة إيماده على نفسه فيسعى إلى ما يقوي هذا الجانب بإضافة إلى حبه لتقليد الكبار، كما تتميز بحب الإستطلاع والمعرفة لدى الطفل والتي تكون في أوجهها. (عفاف أحمد عوسي، 1994، صفحة 43).

6-4 كرة القدم:

كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها "رومي جميل": (كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع). (جميل رومي، 1986، صفحة 50)، كما تلعب بين فريقين يتألف كل واحد منها من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمي ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكام التماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل في حالة مقابلات الكأس) فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين. (جميل رومي، 1986، صفحة 51)

الباب الأول:

الجانب النظري

الفصل الأول:

الألعاب شبيهة

رياضية

مقدمة:

تعتبر الألعاب أحد الأنشطة الرياضية الهامة في مجال التدريب الرياضي المناسب لجميع الجنسين و هي أحد المكونات الرئيسية لأي برنامج للتدريب الرياضي و يفضله الكثيرون لأنه قريب من طبيعة الفرد و ميوله | بالإضافة إلى دورها المهم في النمو السليم و المتكامل للفرد (النمو ألبدني ، الحركي ، الانفعالي الاجتماعي)، الذي يعود على الفرد من ممارسته .

و يمر الإنسان بعدة مراحل في عمره ، تحدد على غرارها مميزات الطرق و الحملات أثناء التعلم و التدريب وهذا ما يجعل الاختصاصيين يحددون كل صنف من خلال عدة جوانب مختلفة و الممارسة الرياضية في هذه المرحلة تتطلب نظاما أكاديميا يضمن نجاح الممارسة فمن المهم أن يعرف المدرب الخصائص و الاحتياجات الفرد و الجوانب الملموسة لنموه و تطوره كي يستطيع بريحة نظام تعليمي و تدريبي قائم على أسس و قواعد علمية .

1- تعريف اللعب

إن موضوع اللعب لقي اهتماما و متابعة من قبل المفكرين و العلماء و الذين ارادو أن يعطوا تعريفا دقيقا له ومن بينهم الدكتور ريسان عبد ليذا و الذي عرفه : هو نشاط حيوي و استخدام حر دائم يقوي المره و إيداعه في إطار قواعد محددة (دريسان، 2000، صفحة 11)

أما "عروس" GROSS" عرفه : "اللعب ما هو إلا إعداد الطفل لعمل الجد في الحياة المستقبلية. (علاوي محمد حسن، 1985، صفحة 35)

أما "عبد الحميد شرف" فيرى : " اللعب ميل فطري موروث في كل فرد طبيعي و هو وسيلة للتعبير عن الذات باستغلاله لافته و بدفع الفرد إلى التجريب و التقليد و اكتشاف طرق جديدة لعمل الإنسان و بذلك يشعر الفرد فيه بالمتعة و السرور وله دور كبير في تكوين شخصية الفرد.

ويرى دا عطية محمود : " أن اللعب يعد الوسيلة الطبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تفرض و تحبط بالطفل ، في كل لحظة و أونة ، فعن طريق اللعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها و يوسع من معلوماته و يزيد من مهاراته و يعبر عن أفكاره ووجدانه.

- و يرى شاتو "CHATAU" أن : " اللعب هو النشوة و حرية التعبير عن الذات. (إبراهيم شعشوعة، 1992)

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

2- وظائف اللعب:

من الوظائف المعروفة عن اللعب هي أن اللعب يستطيع التعرف على وجوده ، بالإضافة إلى استيعاب القواعد الاجتماعية و الخلقية و اللعب يجعل الأفراد يحتكون ببعضهم البعض ، و ذلك لأم يسرقون اكتشاف

العلاقات الإنسانية و يوافقون على الخضوع لقواعد الموعة و من بين هذه الألعاب
توحد الألعاب الرياضية التي لها أهمية كبيرة في تطوير القدرات النفسية والاجتماعية
للفرد ومن بين أكثر الوظائف بجدة

- يتعلم السلامة والأمن ومبادئ السلوك الاجتماعي.
- يشبع حاجته من الرضى والسرور والنجاح والمغامرة والتعبير عن النفس. (حسين
عبدالجواد، 1984، صفحة 9)
- إشباع الميول والرغبات نحو الأداء الحركي.
- إكتساب اللاعبين الناشئين الإحساس بالتذوق والجمال والأداء الحركي.
- تدريب الحواس مع تنمية القدرة على استخدام هذه الحواس .
- تنمية وتطوير الحركات الطبيعية الأساسية. - اكتساب المهارات الحركية . - تنمية
القيم الخلقية و الاجتماعية.
- تنمية عنصر الاتصال الاجتماعي. (مصطفى السابع محمد، 2001)

3- أنواع اللعب :

3-1- اللعب العفوي :

يعتبر أساس النشاط النفسي و الحركي للاعب ، و هو عبارة عن الوسيلة الأولى
للتعبير عن إشارات و حركات تظهر مجانية .

3-2- اللعب التربوي:

المدرسة الفعالة النشيطة اهتمت بأنه يمكن أن يقوم اللعب بدور تربوي و ذلك خاصة
عندما يكون الطفل في ريعان نموه ، بحيث يثير الانتباه و ينمي روح الملاحظة في
التعاون و بعد ذلك يمكن من بئة النزعة للحياة الاجتماعية.(مفتي حماد، 2000،
صفحة 25)

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 ، و لكن

تحملها بظهر بوضوح في نشاطات الهوية كاللعب. (مفتي حماد، 2000، صفحة 27)

4- قيمة اللعب :

بعثير اللعب من أهم الوسائل التربوية التي تدخل في تشكيل جوانب شخصية الفرد لأنه يساعده على اكتشاف المحيط و اكتساب الخبرة ، حيث نجد اللعب له قيمة كبيرة تتلخص فيما يلي :

- تدريب الحول و تنمية الملاحظة و اكتساب الخبرة .
- تلبية حاجات الفرد و ميوله إلى اللعب و الحركة.
- المساعدة على التكليف الاجتماعي
- تسهيل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة .
- استغلال الألعاب في تنظيم الحوار قصد تصحيح المكتسبات و إثرائها.
- اكتساب الخبط و تنظيم الفضاء .

5- دور الألعاب في نمو الفرد

5-1- الجانب البدني:

تساعد الألعاب الطفل على النمو البدني فهي تنمي قدرات الجسم على التكيف للمجهود وقدرته على مقاربة اللعب والعودة إلى الحالة الطبيعية ، وتتضمن الألعاب العديد من الحركات كالجري والرمي والقفز وكلها حركات تساعد على تحسين الأجهزة العضوية المختلفة للجسم. (ألين وديع فرح، 1996، صفحة 24)

5-2- الجانب الحركي:

تعمل الألعاب على جعل الجسم قادرا على الحركة مع بذل أقل قدرا ممكن من الطاقة كما تحمل حركات اللاعب رشيقة و جميلة ، و تعتمد الحركة الفعالة على العمل المنسق بين الجهاز العضلي و الجهاز العصبي و ينتج عن هذه الحركة الصحيحة المنسجمة أن تبعد المسافة بين التعب و قمة الأداء و تنمو هذه الحركات في الألعاب التي تتضمن مهارات مثل: الجري و الوثب و المحاورة و لف الجسم و كل الحركات

التي تتطلب مهارات توافقية مثل: القدرة على التحكم في رمي الكرة إلى مكان بعيد و إيجاد ضرب الكرة بالمضرب و أهم فترة

لاكتساب هذه المواقفات المهارية و تمتيتها في مرحلة الطفولة لا تحتاج إلى سنوات عديدة من التدريب. (التومي، 1981، صفحة 24)

6- الألعاب الشبه رياضية :

6-1- تعريف :

الألعاب الشبه رياضية هي مجموعة من الحركات أو الفعاليات المريحة والترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة ، فالألعاب الشبه رياضية هي نشاط خاص بالطفل ويأخذ عدة أشكال حسب العمر وهو مركز على الميول المأخوذة من النشاط كليا بحيث يعتبر المحرك الرئيسي لتطوير شخصية الطفل وغالبا ما تسير الألعاب الشبه رياضية بطابع تنافسي دون الحاجة أو اللجوء إلى قواعد تنافسية رسمية من بينها مدة اللعب وعدد اللاعبين والملعب وطبيعة الوسائل المستعملة في الرياضات الجماعية بصفة عامة .

ومن هذا المنطلق نجد أن كل من " فرج ايلين وديع" يقول بأن "الألعاب الصغيرة هي ألعاب منظمة تنظيما بسيطا، سهلة الأداء ولا تحتاج إلى مهارات كبيرة عند تنفيذها ولا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة." (فرج،، 2007، صفحة 293)

و " عطيات محمد خطاب " يقول بأنها "مجموعة متعددة من ألعاب الجري والعاب الكرات أو التي تمارس باستخدام الأدوات الصغيرة وألعاب الرشاقة وما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع المرح والسرور والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها وتكرارها عقب بعض الإيضاحات البسيطة". (خطاب، 1990، صفحة 63)

للإشارة أن المصطلح أو كلمة الألعاب الشبه رياضية غير مستعملة في التعاريف العالمية بل تستعمل في الألعاب الصغيرة أو الألعاب الحركية كمفردات لكونها مستمدة من خيال الأطفال ومستوحاة من تقاليد وعادات الشعوب.

6-2- أهميةها:

6-2-1- التحفيز :

بحيث أنه ليس هناك سلوك دون التحفز لذلك يجب إدخال مثير لإثارة الفكر لكي يدخل في الحركة فالتحفيز يمثل العامل الرئيسي الذي به ينمي الفكر ، والتركيز والانتباه والترفيه والراحة في المنافسة كي يستطيع الطفل إعطاء أفضل ما لديه من روح الإبداع في كل الأوضاع البيداغوجية .

6-2-2- السلوك استكشافي:

يعني أنه دافع أو حافز أو ميل أو رغبة لدى الكائن الحي حيث يمكن لهذا الدافع أن يثار في أشياء أو مواضيع جديدة أو غريبة غير مألوفة، كما أكد مجموعة من أصحاب النظريات النفسية بأن السلوك الاستكشافي هو ميل يديه الطفل نحو الأشياء الغريبة أو الغير مألوفة في بيئته. (حسين، 1989، صفحة 63)

كما تكتسي الألعاب الشبه رياضية أهمية كبيرة وتتجلى فيما يلي :

- تعتبر وسيلة أساسية في تطوير الجانب البدني للطفل .
- تنمي روح التعاون والتفاعل الاجتماعي .
- هي بمثابة تمهيد لألعاب الفرق من خلال تنمية المهارات الحركية الأساسية المختلفة.

- تعلم الطفل أشياء جديدة عن نفسه وعن العالم المحيط به.
- تعطي الطفل الفرصة لاستخدام حواسه وعقله وزيادة قرته على الفهم.
- تجذب انتباه الطفل وتشوقه للتعليم، فالتعليم عن طريق اللعب يوفر للطفل جوا طليقا
- تضيف على الحصص التدريبية جوا من المرح والتسلية.

7- تقسيم الألعاب الشبه رياضية :

حسب إلين وديع فرج في كتابه خبرات في الألعاب للصغار والكبار أن الألعاب الشبه رياضية تنقسم وفقا للخصائص المميزة لمجموعات اللعب إلى ما يلي :

- ألعاب المسافة .
- ألعاب الكرة .

- ألعاب الفصل .

- ألعاب التتابع .

- ألعاب اختبار الذات .

- ألعاب مائية.(فرج،، 2007، صفحة 26)

8-خصائص الألعاب شبه رياضية

تتميز الألعاب الشبه رياضية بعدة خصائص منها :

- الألعاب الشبه رياضية لا تتطلب وسائل وإمكانيات متعددة ومعقدة .

- تكون الألعاب الشبه رياضية محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم .

- يجب أن تحتوي الألعاب الشبه رياضية على مجهود بدني وعقلي يحتفظ بأكبر عدد من الأطفال أثناء الأداء .

- نتيجة التنافس لا تعتمد على الصدق .

- يجب أن تكون محفزة خاصة المتعلقة بفكر الطفل .

- يجب أن تسمح بمجهود بدني متنوع لكامل الجسم ، وكذلك توزيع متوازن للجهد

البدني وكذا وقت للراحة ، وأيضا المتطلبات التنسيقية والمعرفية .(aoudia, 1986)

9- أهداف الألعاب الشبه رياضية :

- تطوير وتحسين الصفات البدنية.

- تحسين الأداء المهاري للأطفال.

- تطوير الصفات الإرادية لدى الأطفال مثل العزيمة، المثابرة، الثقة في النفس...الخ

- إدخال عامل المرح والسرور إلى نفوس الأطفال.

- اكتساب الأطفال الصفات الخلقية الحميدة مثل: الإحساس بقيمة العمل الجماعي،

التعاون، الطاعة وتحمل المسؤولية الخ.

وتعتبر الألعاب الصغيرة من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية، فالوضعيات

والتركيبات الحالية موجودة بصفة جلية في مختلف أشكالها وذلك حسب خصائص

الأهداف المسطرة لذا فالأغلبية من المرين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة .
(bottym, 1981)

وان للاستعمال الألعاب الشبه رياضية دور أيضا في عملية التعلم الحركي وكذلك
إضفاء طابع الحيوية والمتعة على الحصة التدريبية.

10- تصنيف الألعاب الشبه رياضية :

إن تصنيف الألعاب الشبه رياضية يعود إلى " اندري ديميابر " حيث صنفها إلى
أربعة مجموعات .

1-10 ألعاب جد نشيطة :

وهي التي تتطلب جهد بدني مركب ومتوافق بين كل اللاعبين وهذا الجهد يدوم بدوام
اللعب في حد ذاته.

2-10 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 .

3-10 ألعاب ذات شدة ضعيفة :

وتتصف هنا كل الألعاب أين يكون فيها الجهد البدني بشكل عام فردي ولا يمثل

في الوقت إلا جزء ضئيل من المدة الإجمالية للحصة ويحمل إلى ملاحظة أنه في

حالة ما إذا استعملت ألعاب هذه المجموعة تكون بعدد قليل من الأطفال .

4-10 ألعاب ترويحوية تثقيفية :

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

والتثقيف. (بوغدة نواري وعمارة نوردين، صفحة 22)

11- مبادئ اختيار الألعاب الشبه الرياضية (الألعاب الصغيرة):

يمكن حصر هذه المبادئ في النقاط التالية:

- فهم الغرض من اللعبة ومراعاة الظروف التالية: السن، الجنس، النمو.

- أن يكون هناك توافق بين غرض المدرب من اللعبة ورغبة اللاعبين فيها وتهيئ

الغرض الاكتشاف قابليتهم البدنية والحركية.

- مراعاة قانون التدرج التدريبي للواجبات الحركية حيث تنتقل باللاعب تدريجياً من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد، وبصفة عامة نبدأ بالألعاب البسيطة لتصل إلى الألعاب المعقدة.
- مراعاة أن تكون الألعاب متنوعة ومشوقة واقتصادية وبما يتفق مع احتياجات الحصة التدريبية.
- عدم الانتقال من لعبة إلى أخرى إلا بعد تأكد المدرب من أن جل اللاعبين قد أنجزوها واستوعبوا قوانينها بشكل جيد.
- إعادة عرض اللعبة إذا كان الموقف التعليمي يتطلب ذلك مع مراعاة ألا تكون الإعادة مجرد التكرار فقط.
- العمل على تحقيق الراحة النفسية للاعبين وذلك بشرح اللعبة بالتفصيل قبل بدايتها.

12-تنظيم تعليم الألعاب الشبه الرياضية (الألعاب الصغيرة):

- إن أهمية التطور في تعليم المهارات يكون مبني على علاقة بالأنشطة الحركية الأخرى وتحمل هنا معنى التكرار، ويعتبر بناء الأساس المتين ضرورة للنجاح في ألعاب الفرق ولتأكيد التقدم المهاري في ألعاب الفرق فان التعليم يكون كالتالي:
- تعليم ممارسة المهارات الأقل صعوبة أولاً.
- أداء الألعاب الصغيرة التي تعمل على ممارسة المهارات في مواقف اللعب.
- إعادة ممارسة النشاط والمهارات.
- أداء اللعبة الأساسية في الفريق.
- تمرينات على المهارات أو الصفات البدنية.
- ويبدأ تقديم مهارات الألعاب الجماعية غالباً من سن التاسع، ولكن لا يمكن أداء اللعبة عادة قبل السن العاشر ولو أن ميول وحاجات واستعدادات. (قاسم المندولاوي، 1990، الصفحات 172-173)

13-أنواع الألعاب الشبه رياضية:

13-1-العاب هادئة:

يقوم الطفل بها وحده أو مع أقرانه في جو ساكن قليل الحركة و مكان محدد داخل الفصل أو خارجه و اغلب ما تكون أغراضها للتفكير و التخمين أو لإراحة الفرد بعد الإجهاد البدني أو التعب بقدر تنويع في الطريقة و الموضوع.

13-2-العاب بسيطة:

ترجع سهولتها إلى جلوها من التفاصيل و كثرة القواعد فيها الطفل بقوته دون أن يدرك معنى المنافسة، و تعده الى الألعاب المعقدة أعداد يشمل النظام و سرعة تلبية و احترام قانون اللعبة و عمل التكوينات. (حسين السيد أبو عبده، 2002، صفحة 157)

13-3-العاب تنافسية فردية:

و فيها تزداد قوة الطفل العصبية وما يتبعها من توافق في الحركات فيستطيع وقف الكرة او قذفها نحو الهدف و اظهار مجوده الفردي لغرض ما و لصالح الجماعه التي ينتمي اليها.

13-4-العاب تنافسية جماعية:

و فيها التلميذ يتولى قيادة الجماعة او يكون واحد من بين الجماعة ياتمر بامر قائدها. كما يقدر المهارة الفردية و مهارة الأفراد في الجماعة و يضع خطط مختلفة و تمتاز هذه الألعاب بكثرة قوانينها و تباين أنواعها فيها ما تستخدم فيه اليدان و فيها ما تستخدم فيه القدمان أو كلاهما معا كذلك فيها البسيط التمهيدي الالعاب الجماعية الكبيرة حتى تتماشى مع قدرات الطفل و ميوله و تنوعها وفقا لذلك ، و تبدأ تنمو عنده تدريجيا روح الجماعة و في الوقت نفسه يكتسب مهارة الانتقال في الملعب و التحكم في الكرة و وضع الخطط لاصابة الهدف.

13-5-العاب التتابع:

وهي من المنافسات القديمة الطبيعية لاداء الحركي للطفل في الأنشطة الرياضية و يكون التابع بين الأطفال في الذهاب و العودة بالأدوات ، الكرات ، كيس، او بدونها المصافحة و تكون المنافسة بين الأطفال من مجموعات يتسابقون في التسليم و التسلم

مع زملائهم ليكون هناك فائز وهذا يؤدي إلى زيادة الحماس المراهق و تعاونهم و
انتمائهم للجماعة. (حسين السيد أبو عبده، 2002، الصفحات 152-153)

الخاتمة:

بعد تطرقنا لأهم الجوانب الخاصة بالألعاب الشبه الرياضية من تعريف وتبيان أهدافها وأهميتها يمكننا أن نقول بأن الألعاب الشبه الرياضية تعد أحد الأنشطة الهامة في مجال التربية البدنية والرياضية المناسبة لجميع الأعمار ولكلا الجنسين على سواء، وهي أحد المقومات الرئيسية لأي برنامج تدريبي ويفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد وميوله بالإضافة إلى دورها الهام في النمو الحركي والعقلي والانفعالي والاجتماعي ، وهذه الألعاب إما أن تكون جماعية تنمي و تحسن روح الفريق أو فردية تبرز القدرات المهارية والبدنية للطفل الناشئ وإمكانية الاعتماد على النفس والشجاعة وحب المنافسة.

الفصل الثاني:

الأداء المهاري

مقدمة:

المتطلبات المهارية في كرة القدم تتضمن جميع المهارات الأساسية للعبة سواء كانت بالكرة أو بدونها، وتعني الحركات الضرورية والهادفة التي يقوم بها اللاعب وتؤدي في إطار قانوني للعبة بهدف الوصول إلى أفضل النتائج، ويمكن تنمية وتطوير هذه المتطلبات المهارية من خلال التخطيط الجيد للبرامج التدريبية، التي تهدف إلى وصول اللاعب الناشئ إلى الإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة.

إن متطلبات التدريب في مرحلة الناشئين الحالية تلقي عبئاً كبيراً على عاتق المدربين والباحثين والرياضيين ، وذلك بالكشف عن الأساليب والطرق التي تساعد وبشكل واضح ودقيق وعلمي على معرفة وتحديد الإمكانيات المطلوبة في رياضة كرة القدم من أجل الإرتقاء بمستوى الأداء المهاري.

وعليه فإن الأداء المهاري الجيد يعد كمؤشر للإنجاز في رياضة كرة القدم ويعدّ وصفاً نوعياً لحالة اللاعب ، وهو بذلك يمثل تقريراً متكاملًا عن مستوى الناشئ وفقاً للضغوط الكاملة التي يمكن أن يتعرض لها، وهذا يساعد المدربين القائمين على أمر الناشئين في اكتشاف نقاط الضعف والقوة وبالتالي وضع خطط العلاج والتطوير لأجل الوصول إلى أفضل المستويات المهارية لصمان مستقبل كروي ناجح للناشئين، وعلى ذلك فقد كانت الملاحظة العلمية من خلال كونها ملاحظة منظمة، مضبوطة ومنضبطة وليست عشوائية ولا فوضوية تمثل أسلوباً لتقويم الأداء " المهاري.

1- مراحل تعلم المهارات الحركية:

لقد تعددت الأقوال والتصنيفات لمراحل تعلم المهارات الحركية إلا أن أهمها وأنسبها لدراستنا هي المراحل المتعلقة بمسار التعلم، أين يمر بثلاثة مراحل أساسية مرتبطة فيما بينها فتؤثر كل منها في الأخرى وتتأثر بها، وهي:

* مرحلة اكتساب التوافق الأولى للمهارة الحركية.

* مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية.

* مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية (نايف مفضي الجبور، 2012، صفحة 153).

1-1 مرحلة اكتساب التوافق الأولى للمهارة الحركية: هنا يكون الأداء الحركي صعبا لاشتراك عضلات زائدة مما يجعل الأداء الحركي متوترا وبذلك يحتاج لطاقة إضافية. اعتبارات هامة:

يجب على المدرب الرياضي مراعاة الاعتبارات الهامة التالية، والتي ترتبط باستخدام الوسائل أثناء مرحلة اكتساب التوافق الأولى للمهارة الحركية وهي :

1-1-1- بالنسبة للوسائل السمعية : هناك العديد من الاعتبارات نذكر أهمها:

- يجب أن يتسم التقديم اللفظي والشرح بالوضوح وأن يتناسب مع مستوى فهم الأفراد ليفهمه الجميع، ما يؤدي لقدرتهم على التصور السمعي الصحيح للمهارة الحركية .
- ينبغي استخدام مصطلحات صحيحة للمساهمة في سرعة الفهم والتصور والتمييز.
- يجب أن يناسب الشرح والإيضاح المستوى المهاري للأفراد وما يرتبط به من المعارف والخبرات السابقة .(مفتي إبراهيم حماد.2002.صفحة89)
- يحسن ارتباط الشرح والوصف بالطابع الانفعالي المحبب إلى النفس والذي يتمثل في اختيار مختلف التعبيرات والألفاظ المعينة التي تعمل على إثارة ميل الفرد للتقليد وعلى زيادة الثقة بالنفس والتي تضيف على الموقف التعليمي الروح الانفعالية الايجابية السارة
- يجب على المدرب الرياضي مراعاة أن يكون بمقدور جميع الأفراد سماع الشرح .
- يجب أن تبدأ عملية التعلم بالتقديم اللفظي الذي يتناول هدف المهارة والوصف الإجمالي لها بصورة مختصرة.

- بعد أن يزداد استيعاب الفرد للمهارة الحركية يمكن زيادة التعمق في الشرح وتوجيه الانتباه لبعض النقاط الهامة (نايف ماضي الجبور، 2012، صفحة 159) .

1-1-2- بالنسبة للوسائل البصرية (المرئية):

- إن تقديم نموذج للمهارة الحركية في هذه المرحلة يعتبر من أهم الوسائل التقليدية المستخدمة، وينبغي مراعاة أداء النموذج بصورة صحيحة، مع مراعاة أن يكون بمقدور جميع الأفراد رؤية النموذج بصورة واضحة.

- فالمتعلم يرغب لرؤية منظر هذه المهارة الحركية التي ينبغي عليه تعلمها، إذ أنه مهما بلغت دقة الوصف أو الشرح اللفظي فلا يمكن بأي حال من الأحوال أن يعوض المتعلم عن رؤيته للنموذج، فالتعلم الحركي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصورة المرئية الحقيقية للمهارة الحركية. (نايف ماضي الجبور، 2012، صفحة 150).

- إن التأثير الحقيقي لرؤية نموذج للمهارة الحركية في بداية عملية التعلم يتركز في أنه يعمل كدافع وكباعث أو كحافز لتعبئة قوى الفرد الداخلية لكي يقوم بأداء المهارة الحركية ومحاولة تقليدها. كما يعمل على اكتساب الفرد الحماس المطلوب لإنجاح عملية التعلم. وعلى ذلك فإن استعداد الفرد للتعلم يزكيه النموذج الجيد للمهارة الحركية - ويجب علينا مراعاة أن النموذج الحركي يكتسب أهمية قصوى في أثناء عملية تكرار أداء المهارة الحركية ، إذ أن ذلك يؤدي إلى زيادة تعمق واستيعاب الفرد لمفردات المهارة الحركية ويسهم في العمل على صقل أداء المهارة الحركية ككل .

1-1-3- بالنسبة للوسائل العلمية:

إن الاكتساب الحقيقي للفرد الرياضي يبدأ منذ قيامه الفرد بالمحاولة الأولى لأداء المهارة الحركية، وبالرغم من تميزها بعدم الإتيان إلا أنها تكسب الفرد " صورة داخلية " للحركة، وهذا يعني اكتساب الفرد للإدراك الحركي بالمهارة ؛ فأداء المهارة الحركية يعمل على إكساب الفرد لبعض الخبرة للعمل الحركي الحقيقي، أي إدراك الإحساس بالعمل العضلي وإدراك الإحساس بالتوتر العضلي وإدراك الإحساس بوضع الجسم أثناء الأداء (نايف ماضي الجبور، 2012، صفحة 160).

الجدول رقم (01) استبيان تقويم المدرب خلال تقديم النموذج وشرح المهارة فيما يلي عدد من العبارات. استجب لكل واحدة منها بالدرجة المناسبة بوضع علامة (X) أمامها

الإستجابة				العبارات
أبدا	قليلا	أغلب الأحيان	دائما	
				<ul style="list-style-type: none"> - أعمل على توجيه انتباه اللاعبين للاعبات إلى النموذج. - أشرح كيف يتم أداء النموذج. - أودى المهارة عمليا كما لو كانت تؤدي في المباراة . - أودي المهارة عمليا من اليمين ومن الibar. - أودي المهارة عملية من زوايا مختلفة. - اودي المهارة عمليا لعدد من المرات . - الأودي المهارة عمليا ببطء إذا كان ذلك ضروريا. - أشرح تسلسل الحركة أثناء الأداء و احدد المفاتيح المهمة في المهارة. - أشرح التشابه بين المهارة والمهارات الأخرى. - أستمع وأجيب على الأسئلة بصوت يسمعه الجميع. - أتأكد من استيعاب اللاعبين للشرح والنموذج.

التقدير	الدرجة
ممتاز	48-43
جيد	42-37
متوسط	36-30
ضعيف	29-12

التقييم:

دائما: 4 درجات.
أغلب الأحيان: 3 درجات
قليلا: درجتان.
أبدا: درجة واحدة.

1-2-1- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للمهارة الحركية:

تحتل الوسائل العملية مكانة هامة في هذه المرحلة والتي يمكن بواسطتها ممارسة وأداء المهارة الحركية والتدريب عليها ككل وكأجزاء كما تحتل عملية إصلاح الأخطاء دوراً هاماً في خلال عملية التدريب.

1-2-1- تعلم المهارة الحركية ككل :

يرى أنصار مدرسة " التعلم بالاستبصار " أن الطريق الصحيح للتعلم هو تعلم المهارة الحركية ككل والتدريب عليها ككل أيضاً إذ يرون ضرورة تنظيم المهارة الحركية المطلوب تعلمها كوحدة واحدة، وتعلمها بهذه الطريقة دون تجزئتها إلى وحدات صغيرة، إذ أن ذلك يساعد على إدراك العلاقات بين عناصر المهارة الحركية مما يسهم في سرعة تعلمها وإتقانها .

كما أن من المزايا الهامة لهذه الطريقة هو أنها تسهم بدرجة كبيرة في العمل على خلق أسس التذكر الحركي للمهارة نظراً لأن الفرد يقوم باستدعاء واسترجاع المهارة الحركية كوحدة واحدة ، أي بارتباطها بأجزائها المختلفة دون انفصام أو تجزئة.

وفي الواقع نجد أن عملية تعلم المهارة الحركية أو التدريب عليها باستخدام الطريقة الكلية تناسب غالباً المهارات الحركية السهلة غير المركبة ، كما تناسب المهارات الحركية التي يصعب تجزئتها .

ويرى بعض الباحثين إن الطريقة الكلية يصعب استخدامها عند تعلم المهارات الحركية المركبة التي تتميز بالصعوبة ، أو عند تعلم المهارات الحركية الكرية من بعض الأجزاء المعقدة وبعض الأجزاء الأخرى السهلة نظراً لأن أداء المهارة الحركية ككل يتطلب بذل جهد زائد لتكرار الأجزاء السهلة من المهارة الحركية التي اكتسبها الفرد (نايف ماضي الجبور ، 2012، الصفحات 61-62).

وهنا يقوم المدرب بشرح المهارة الحركية وأداء نموذج لها ككل بطريقة مبسطة في أول الأمر ثم يقوم الفرد الرياضي بأداء المهارة الحركية والتدريب ككل أيضاً، ويمكن استخدام التوقيت البطيء الذي يساعد - في بعض الأحيان على الإحساس الحركي بالمهارة مع مراعاة ألا يؤدي ذلك إلى فقد الحركة لوحدها وتوافقها، كما يستطيع

المدرّب الرياضي أثناء أداء الفرد للمهارة الحركية ككل من توجيه انتباهه نحو التركيز على جزء معين من المهارة الحركية حتى يستطيع إتقانه.

1-2-2- تعلم المهارة الحركية كأجزاء :

في هذه الطريقة تقسم المهارة الحركية إلى عدة أجزاء صغيرة ويقوم الرياضي بأداء كل جزء على حده، ثم ينتقل إلى الجزء التالي بعد إتقانه للجزء الأول وهكذا حتى ينتهي من تعلم جميع أجزاء المهارة الحركية، ثم يقوم بأداء المهارة الحركية كلها كوحدة واحدة نتيجة لتعلم مختلف الأجزاء المكونة لها والتدريب عليها.

وبالرغم من مناسبة هذه الطريقة لبعض المهارات الحركية التي تتميز بالصعوبة والتعقيد، إلا أنها لا تتناسب مع المهارات الحركية السهلة البسيطة أو المهارات الحركية التي لا يمكن تجزئتها.

ومن أهم عيوب هذه الطريقة أنه في كثير من الأحيان تفقد بعض أجزاء المهارة الحركية الارتباط الصحيح بالأجزاء الأخرى مما يعمل على تأخير إتقان التوافق المنشود للمهارة الحركية وظهور بعض العادات الحركية الخاطئة كنتيجة لربط الأجزاء المنفصلة بعضها ببعض الآخر، وينصح عند استخدام هذه الطريقة بمراعاة ما يلي:

- أن يستغرق تعلم كل جزء من أجزاء المهارة الحركية والتدريب عليها وقتاً قصيراً.
- ضرورة قيام الفرد بالتدريب على تلك الأجزاء التي تكون في مجموعها وحدة واحدة (نايف ماضي الجبور، 2012، الصفحات 62-63).

1-2-3- تعلم المهارة الحركية بالطريقة الكلية الجزئية:

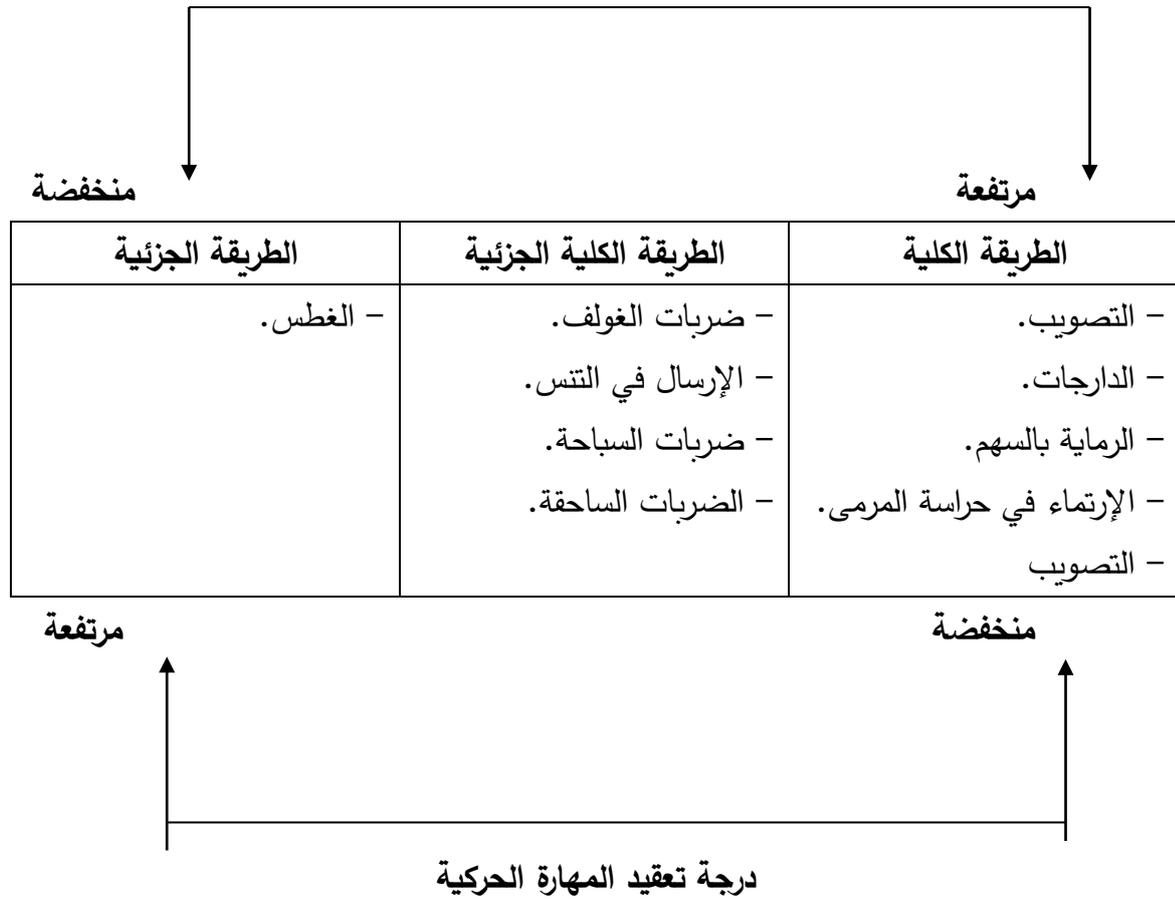
في كثير من الأحيان يفضل استخدام الطريقتين السابقتين معا حتى يمكن الاستفادة من مزايا كل منهما وفي نفس الوقت تلافي عيوب كل طريقة. وقد دلت الخبرات على أن التعلم بالطريقة الكلية - الجزئية يحقق أحسن النتائج بالنسبة لمعظم المهارات الحركية وعند استخدام المدرّب الرياضي لهذه الطريقة ينبغي عليه مراعاة ما يلي:

- تعليم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة في أول الأمر.
- تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة مع الارتباط بالأداء الكلي للمهارة الحركية.

- مراعاة تقسيم أجزاء المهارة الحركية إلى وحدات متكاملة ومتراطة عند التدريب عليها كأجزاء.

الجدول رقم (02) يبين استخدام كل من الطريقة الكلية والطريقة الجزئية والطريقة الجزئية طبقاً لدرجة ترابط أجزاء المهارة ودرجة تعقيدها

درجة تكامل ونرباط اجزاء المهارة الحركية



1-2-4- إصلاح الأخطاء:

إن اكتساب التوافق الأولى للمهارة الحركية يرتبط بظهور بعض الأخطاء في الأداء، ما يتطلب من المدرب إصلاحها، ومن أهم أسباب الأخطاء ما يلي:

- عدم مناسبة المهارة الحركية لسن ومستوى الفرد الرياضي كصعوبة المهارة الحركية بالنسبة لعمر اللاعب ما يؤدي لسوء الفهم أو التصور الخاطئ للمهارة الحركية .
- عدم كفاية الاستعداد البدني للفرد الرياضي، مثل افتقار الفرد إلى بعض الصفات البدنية كالسرعة أو القوة العضلية أو المرونة التي تساعد على أداء المهارة بنجاح.
- الإحساس بالتعب والإرهاق أو الخوف وعدم الثقة في النفس.
- الانتقال السلبي لأثر التعلم - أي التأثير السلبي لمهارة حركية سبق تعلمها وإتقانها على المهارة الحركية الجديدة المراد تعلمها لاختلافهما في طريقة الأداء مثلاً.
- ويجب على المدرب الرياضي أن يلم إماماً كافياً بكل أجزاء المهارة الحركية في جميع مراحلها حتى يستطيع الإسهام بطريقة فعالة في إصلاح الأخطاء الحادثة.
- ومن الأهمية بمكان امتلاك المدرب الرياضي للقدرة على الملاحظة فنظرة المدرب الفاحصة الناقدة، بالعثور على مكنم الخطأ في الأداء، فتشكل حجر الزاوية لنجاح المدرب في عملية إصلاح الأخطاء، إضافة لاختيار المدرب المكان المناسب الذي يستطع منه حسن ملاحظة الأداء.
- ومن أهم القواعد التي تتأسس عليها عملية إصلاح الأخطاء ما يلي:
- سرعة إيضاح الأخطاء عقب الأداء مباشرة حتى لا تثبت الأخطاء وتصبح عادة.
- التدرج بإصلاح الأخطاء حسب أهميتها إذ يحسن البدء بإصلاح الأخطاء الأساسية الشائعة ثم يلي ذلك الأخطاء الفرعية أو الجزئية.
- وفي معظم الأحيان نجد أن إصلاح الخطأ الأساسي يؤدي إلى إصلاح بعض أو معظم الأخطاء الجزئية الأخرى نظراً هذه الأخطاء ترتبط غالباً بالخطأ الرئيسي.
- مواجهة الأداء الخاطئ بالأداء الصحيح وذلك بإعادة عرض نموذج صحيح للمهارة الحركية ، أو بقيام أحد الأفراد بالأداء الذي يتسم بعدم الدقة والذي يرتبط بالخطأ ثم يعقبه الأداء - الصحيح سواء من المدرب أو من أحد الأفراد ، كما يمكن الاستعانة ببعض الوسائل البصرية المعينة على التعلم السابق ذكرها.
- محاولة تشكيل التمرين بطريقة معينة بحيث لا تدع المجال لتسرب الخطأ (كالجري طبقاً لبعض العلامات المرسومة في حالة قصر طول خطوة الجري مثلاً) .

- تكرار التدريب على الجزء من المهارة الحركية الذي يؤدي بصورة خاطئة مع ضرورة ارتباطه بعد فترة قصيرة بالتدريب على المهارة الحركية كلها.
- يحسن أن تبدأ عملية إصلاح الأخطاء بمحاولة تحسين وضع الجسم بغض النظر عما إذا كان التمرين يؤدي من وضع الوقوف أو التعلق أو الرقود .. الخ.
- في بعض الأحيان يصبح من المستحسن استخدام بعض التمرينات التمهيدية للمهارة الحركية لإمكان إصلاح بعض الأخطاء المعينة.
- توجيه النظر إلى مكن الخطأ باستخدام كلمات التوجيه المناسبة وذلك في أثناء أداء الفرد للمهارة الحركية ، وينبغي عدم إصلاح الأخطاء أثناء اتخاذ الأوضاع الصعبة.
- يجب على المدرب الرياضي تجنب النقد والتشهير بالمخطئ نظراً لارتباط ذلك بالتأثيرات النفسية السلبية على الفرد الرياضي ، وينبغي ضرورة اختيار الألفاظ المناسبة وكلمات التشجيع التي تحفز الفرد على بذل الجهد نحو سرعة إصلاح الأخطاء ، كما ينبغي تجنب تكرار أداء المهارة بصورة مستمرة إلا بعد التأكد من اصطلاح الأخطاء الأساسية (نايف ماضي الجبور، 2012، صفحة 166).

1-3-3-1- مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الحركية:

في هذه المرحلة يمكن إتقان وتثبيت أداء المهارة الحركية من خلال موالاة التدريب وإصلاح الأخطاء تحت الظروف المتعددة والمتنوعة، ويمكن استخدام المراحل التالية في غضون عملية التدريب لمحاربة العمل على إتقان الفرد الرياضي للمهارة وتثبيتها.

1-3-3-1- إتقان المهارة الحركية تحت الظروف المبسطة الثابتة:

يستطيع الفرد الرياضي أن يحرز في البداية النجاح السريع في أداء المهارة عندما يقوم بموالاة التدريب تحت ظروف ثابتة بقدر الإمكان، مع مراعاة موالاة تكرار المهارة الحركية ككل وكأجزاء، ويراعى استخدام حمل متوسط حمل يتناسب مع المستوى المهاري للفرد نظراً لأن الزيادة البالغة في الحمل وبذل الجهد والتكرار السريع في أداء المهارة الحركية ينطوي على خطورة تثبيت الأخطاء الحركية، بالإضافة إلى ذلك فإن

عامل التعب يسهم في عدم قدرة الفرد على ضبط وتوقيت الحركات، ويعمل على إشراك مجموعات عضلية زائدة عن الحاجة في غضون الأداء.

1-3-2- تثبيت المهارة الحركية بواسطة الزيادة التدريجية لتوقيت الحركة واستخدام القوة:
يجب مراعاة ألا يمتد التدريب تحت الظروف المبسطة والثابتة لفترة طويلة، وأن يكون ذلك بالفرد الذي يسمح للفرد بإتقان المهارات الحركية تحت الظروف السالفة الذكر وضرورة العمل على الإسراع بتوقيت المهارة الحركية مع استخدام القوة التي تناسب أو تكاد تقترب من الأداء الحقيقي الذي تؤدي فيه المهارة الحركية في أثناء المسافات (نايف ماضي الجبور، 2012، صفحة 167).

1-3-3- تثبيت المهارة الحركية مع التغيير في الاشتراطات والعوامل الخارجية:
إن التغييرات التي تتناول البيئة الخارجية كثيراً ما تؤثر على نوع المهارة الحركية، ففي بعض الأحيان يؤدي التغيير في نوع الجهاز أو الأداء، والتي لم يتعود عليها الفرد الرياضي، إلى حدوث بعض التأثير السلبي على المهارة الحركية، بالإضافة إلى ذلك فإن التدريب مع وجود منافس يحاول إعاقة حركات اللاعب كما هو الحال في الألعاب الرياضية مثلاً، يسهم كثيراً في التأثير على دقة الأداء، وعلى ذلك على الفرد الرياضي محاولة إتقان المهارات الحركية تحت نطاق مثل هذه الظروف وغيرها الاشتراطات والعوامل الخارجية التي يحتمل مجابتهها.

1-3-4- تثبيت المهارة الحركية في ظروف تتميز بالصعوبة:
لضمان إتقان المهارات الحركية والعمل على تثبيتها في غضون المنافسة يجب أن يقوم الرياضي بأداء المهارة الحركية تحت الظروف التي تتميز بزيادة عامل الصعوبة عما يصادفه الفرد في غضون المنافسات الرياضية، وبهذه الطريقة يستطيع الفرد اكتساب القدرة على الأداء المهاري الجيد في حالة الزيادة القصوى للأعباء البدنية والنفسية في غضون المنافسات التي تتميز بقوتها.

2- تطوير كفاءة الأداء المهاري للوصول لآلية

2-1- مفهوم تطوير كفاءة الأداء المهاري للوصول لآلية

- تنمية الأداء المهاري تعنى انتحضير اللاعبين / اللاعبات للوصول لأعلى درجة أو رتبة للمهارات الحركية بحيث تؤدي بأعلى درجات الآلية والدقة والانسيابية والدافعية نسمح بها قدراتهم خلال المنافسة الرياضية بهدف تحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد

تنمية الأداء المهاري هي المرحلة الثانية بعد أن يكون اللاعبون / اللاعبات قد أتقنوا تعلم المهارات الحركية في المرحلة الأولى.

2-2- أهداف تطوير كفاءة الأداء المهاري

تهدف عملية تطوير كفاءة الأداء المهاري إلى تحقيق ما يلي:

- أداء ثابت المستوى وغير متذبذب في محاولات الأداء .
- أعلى درجات الدقة.
- الانسيابية وعدم تقطع الأراء.
- بذل أقل جهد ممكن أثناء الأداء.
- أعلى استشارة للدافعية.
- الوصول إلى درجة آلية الأداء من خلال مواصفات الأهداف السابقة مجتمعة.
- درجة مناسبة من المرونة والتكيف مع الظروف المحيطة بالأداء خلال المنافسة جماهير / أجهزة | ميدان تنافس طقس... إلخ)

2-3- العوامل المؤثرة في تطوير الأداء المهاري:

ووصوله للآلية يرتبط تطوير الأداء المهاري ووصوله للآلية بالمواصفات السابق شرحها بعدة عوامل

كما يلي:

- العوامل الوظيفية والتشريحية لجسم اللاعب / اللاعبه .
- عوامل الصفات البدنية.

- العوامل النفسية

- الفروق الفردية في الإمكانيات الحركية

- مدى توافر خبرات حركية متنوعة

2-4- العوامل الوظيفية والتشريحية لجسم اللاعب / اللاعب:

- و إذا ما كان اللاعب / اللاعبه يندرج تحت المعدلات الطبيعية للقياسات

الوظيفية والتشريحية فإنه يمكن أن يتعلم المهارات الحركية، لكن لن يستطيع الوصول

إلى المستويات العالية من كفاءة الأداء المهارى ما لم تكن كافة الوظائف الحيوية

بالجسم والقياسات المورفولوجية له تتناسب مع المعدلات النموذجية للأداء المهارى في

الرياضة التخصصية.

- تطوير كفاءة الأجهزة الوظيفية بالجسم لأقصى درجة كى تتناسب مع متطلبات الأداء

المهارى خطوة أساسية لتحقيق أهداف تطوير كفاءة الأداء المهارى.

2-4-1- عوامل الصفات البدنية:

بدون مستويات عالية جدا للصفات البدنية (عناصر اللياقة البدنية) يكون من الصعب

تحقيق أهداف تطوير كفاءة الأداء المهارى.

- من الضروري تحقيق توازن أمثل بين مستويات الصفات البدنية الضرورية للرياضة

التخصصية يسمح بخروج أفضل وأدق مستوى الأداء المهارى.

- درجة الاستجابة الإيجابية لتطوير الصفات البدنية تسهم إيجابيا في تطوير مستوى

الأداء المهارى.

- من المطلوب الوصول لأفضل تناسق للانقباض والاسترخاء العضلي خلال الأداء.

2-4-2- العوامل النفسية:

- من الأهمية العمل على تطوير كفاءة العمليات العقلية مثل الانتباه والإدراك والتذكر

وتكامل أدوارهما معا لتحقيق أفضل كفاءة مهارية .

- ويجب الوصول إلى أفضل استثارة الفعالية خلال الأداء.

- يجب الوصول لأفضل درجة ممكنة من الدافعية.

2-4-3- الفروق الفردية في الإمكانيات الحركية:

- على سبيل المثال يؤدي توافر قدرات ميكانيكية حيوية للاعب / اللاعبه خلالالمد والثني لمفصل الحوض والعمود الفقري إلى تطوير الأداء المهاري في الوثب العالي وعدو الحواجز والوثب الطويل والجمباز والتمرينات الفنية والغطس.

2-4-4- مدى توافر خبرات حركية متنوعة:

- بتطور الأداء المهاري بدرجة أسرع إذا ما توافرت قاعدة عريضة من الأداء الحركي المتنوع المتعدد الاتجاهات والمختلف في شدة الأداء.

2-5-2- طرق تطوير كفاءة الأداء المهاري للوصول إلى الآلية:

للتحقيق اهداف عملية تطوير كفاءة الأداء المهاري السابق الإشارة إليها تتبع الطرق التالية مع مراعاة ضرورة التنفيذ بصورة صحيحة:

2-5-1- الأداء الآلي السريع المتكرر للمهارة:

- يخطط للاداء بصورة آلية لعدد مناسب متال من المرات بحيث لا يرهق اللاعب اللاعبه.

- التخطيط للتركيز على تقليل زمن الأداء الصحيح.

2-5-2- الأداء الآلي الذي يتميز بالصعوبة:

- في هذه الطريقة يتم التخطيط لدرجة صعوبة الأداء المهاري (تختلف من رياضة لأخرى) عن الظروف المعتادة.

- يتم التركيز على الأداء الآلي الذي يتم خلاله التغلب على الصعوبات الذي تميزه.

- يلاحظ عدم وصول اللاعب إلى ذرة الإجهاد.

2-5-3- تبادل الأداء الآلي السريع مع الأداء الآلي الذي يتميز بالصعوبة:

- يتم خلال هذه الطريقة تحديد زمن محدد لكلا الأداءين على أن يتم تنفيذهما كوحدة واحدة وبشكل الحمل بحيث يتم التبادل من 2;4 مرات.

- يراعى أن يكون زمن الأداء السريع أطول نسبيا من الأداء الآلي الذي يتميز بالصعوبة.

3-5-3- الأداء الآلي في ظل ظروف واشتراطات غير متوقعة:

- مثال ذلك التخطيط لظهور معوقات أداء غير متوقعة مثل تغير ملمس الجهاز أو تغيير في درجة حرارة الوسط التنافسي أو وجود مشتات للأداء.
- 2-5-4- الأداء الآلي بالارتباط مع عناصر اللياقة البدنية:
 - مثال ربط الأداء الآلي بالرشاقة أو القدرة العضلية أو التحمل.
- 2-5-5- الأداء الآلي بالارتباط مع مهارات أخرى:
 - مثال ربط الأداء الآلي للمهارة المعنية بمهارة أخرى أو أكثر.
 - نستخدم هذه الطريقة بعد استخدام الطرق السابقة.
 - يراعى أن يتم التركيز على آلية المهارة المطلوب تطوير كفاءتها.

2-6- نتائج الوصول لآلية الأداء المهارى:

- ينتج عن وصول اللاعب / اللاعبة كلية الأداء المهارى ما يلي:
 - أن تصبح المهارة حركية عادة
 - اختفاء شوائب الأداء الزوائد الحركية التي ليس لها فائدة في المهارة.
 - انخفاض الجهد المبذول في الأداء نتيجة انخفاض درجات التوتر العضلي.
 - ندرة التغذية الراجعة من المدرب.

3- تعليم المهارات الأساسية للمبتدئين في كرة القدم:

3-1 التحكم بالكرة وتسكينها:

يُعتبر التَّحْكُمُ في الكرة والسيطرة عليها من أكثر المهارات أهميةً في لعبة كرة القدم، فهذه المهارة هي الباب العريض للتحكم في مجريات المباراة، فيكون الفريق مُستحوذاً على اللعب عندما تكون الكرة بحوزة أحد لاعبيه وتحت سيطرته، كما أنّ عدم القدرة على التحكم بالكرة بشكل صحيح قد يُضيع فرصة إرسالها للاعب آخر في الفريق، ويُعدّ استلام الكرة وتسكينها عند استقبالها من لاعب آخر أمراً هاماً، ومؤثراً على الفريق بأكمله، ومن المهارات التي يجب أن يتمتع بها لاعب كرة القدم الجيد، ويشار إلى ضرورة أن يكون اللاعب مُستعداً لوصول الكرة من أيّ زاوية، ومن أيّ ارتفاع، وحتى تحت أي سرعة، وتتجلى مهارات كبار اللاعبين باستلام الكرة وتسكينها بحركة

واحدة، وفي المكان الذي يريدونه تماماً، وهذه السرعة تُتيح لهم إمكانية التفكير في ماهية خطوتهم القادمة وتحركهم الآتي بعد استلام الكرة.

(Kindersley Dorling, 2011, p. 52)

3-2 التسديد:

ينبغي أن يتمتع اللاعبون بقدرة على تسديد ركلات قوية ودقيقة، فالقوة قد تترك حارس مرمى الفريق الخصم عاجزاً عن صد الكرة وإبعادها عن شباك مرماه، أما فيما يخص دقة التسديدة، فيجب أن يدرب اللاعب نفسه مراراً وتكراراً ليكون قادراً على تسديد الكرة بشكلٍ دقيقٍ، ويُمكن القيام بهذا التدريب من خلال استخدام شبكةٍ صغيرةٍ تُوضع على المرمى، مع محاولة التسديد عليها، أو من خلال استخدام إحدى أدوات التدريب التي تغطي المرمى بشكلٍ كاملٍ عدا منطقةٍ صغيرةٍ فقط في كل زاوية من زواياه، ثم التسديد عبرها، ويُؤخذ بعين الاعتبار إلى ضرورة عدم التوقف عن التدريب المستمر والدائم، لتحقيق تسديدات قوية ودقيقة، كما يُمكن مشاهدة مباريات كرة القدم التي يلعب بها كبار اللاعبين في العالم، والتركيز على مشاهدة تسديداتهم ومحاولة التعلم منها، وتوجد العديد من الأمور التي يجب مراعاتها، لتعزيز قدرة اللاعب على التسديد بشكل جيد، ومن هذه الأمور الآتي:

- إبعاد قدم اللاعب عن الكرة بمسافة نصف متر تقريباً قبل تسديدها، ومحاولة جعل القدم مُسطحةً على الأرض مع ثني الركبة أثناء التسديد.
- استخدام كامل الجسد لتحقيق تسديدةٍ قويةٍ، إذ لا يجب أن يتم استخدام القدمين فقط أثناء تسديد الكرة، بل يجب أن يتم استخدام قوة الجسم كاملة، لتحقيق توازنٍ يُساعد على تسديد ركلاتٍ قويةٍ.
- التّموّض الصّحيح لجسم اللاعب، إذ يجب أن يتّخذ اللاعب وضعيةً مُناسبةً تُمكنه من التّوازن أثناء ركل الكرة وتسديدها.

- التدريب والممارسة المُستمرة، والتي تجعل اللاعب قادراً على اكتساب المزيد من الخبرة في كيفية تسديد ركلاتٍ قويةٍ ودقيقةٍ.

(Cox Malcolm, 2018)

3-3 التمرير:

يعدّ التمرير معياراً لتمييز اللاعبين ذوي المهارة من غيرهم، ونظراً لأهميته ينبغي العمل على تطويره وتنميته بالشكل المطلوب، ولتمريرات كرة القدم أنواعٌ مُختلفةٌ، ومنها الآتي:

3-3-1 التمريرات العادية الأرضية: يُستخدم هذا النوع من التمريرات لتمرير الكرة على أرض الملعب، وتتمّ من خلال رفع الساق إلى الجانب، ثم تمرير الكرة بالجانب الداخلي للقدم، ويشار إلى أنّ هذا النوع يستخدم بشكلٍ كبيرٍ في مباراة كرة القدم، لذا من الضروريّ التدرّب جيداً على إجادته.

3-3-2 التمريرات العالية الطويلة: تُستخدم التمريرات العالية لتمرير الكرة بشكلٍ طويلٍ ومُرتفعٍ عبر الملعب، وتُنَفَّذ من خلال ركل أسفل الكرة، ثم جعلها تعلو قليلاً، ثم ركلها بالقوة المطلوبة.

3-3-3 التمريرات العالية القصيرة: تهدف التمريرة القصيرة إلى إبقاء الكرة في الهواء لفترةٍ أطول، حتى وصول لاعب آخر من الفريق، وتُستخدم هذه التمريرة خلال مسافاتٍ قصيرةٍ، وتتم من خلال ركل أسفل الكرة، ثم ركلها للأعلى.
(Complete Soccer Guide, 2012).

4- الجري بالكرة:

يُعتبر الجري بالكرة أحدَ أهمّ المهارات التي يجب أن يمتلكها لاعب كرة القدم، والتي تعتمد على مبدأ الاحتفاظ بالكرة، وركلها أثناء جري اللاعب عبر أرجاء الملعب، ومن الضروريّ أثناء ذلك محاولة السيطرة عليها، وإبعاد لاعبي الفريق الخصم، وهو ما يُعرف باسم المراوغة علماً أنّ المساحات الموجودة أمام اللاعب ليركض خلالها هي مسافات نادرًا ما تكون مُمتدةً وفارغةً، وعليه توجد بعض التقنيات التي يُمكن استخدامها لتلافي قطع الكرة من لاعبي الخصم أثناء الركض، ومنها إمكانية خفض

الكتف للتمويه بأنّ اللاعب ينوي الذهاب إلى اتّجاه آخر، أو تغيير الاتّجاه أثناء
الجرى.

(Kindersley Dorling70، 2011، صفحة)

خاتمة:

يحتل تعلم المهارات الأساسية في كرة اليد الحديثة أهمية خاصة في عملية التدريب، إذ يهدف إلى إكساب الفرد المهارات الحركية وإتقانها بحيث يمكنه إستخدامها بدرجة كبيرة من الفاعلية أثناء المنافسة.

المهارات الأساسية تلعب دورا هاما في مرحلة الناشئين، ولا يأتي هذا إلا من خلال البرامج المبنية على الأسس العلمية في مجال التدريب الرياضي الحديث، وكذا متابعة المدرب الطرق الحديثة في عملية التعلم وإتقان المهارات الأساسية والإلمام بالمبادئ الأساسية في تطوير جميع النواحي المرتبطة بتكوين لاعب كرة اليد الحديثة، محترمين بذلك الخصائص والصفات النفسية، والفهم المتبادل بين اللاعبين وبتوافق كامل مع أداءاتهم وفعاليتهم في كرة اليد الحديثة.

الفصل الثالث:

الناسئين

مقدمة:

أصبح التدريب الرياضي علماً قائماً بذاته يحتاج إلى عدة علوم أخرى لتكامل العمليات التربوية والتعليمية التي تخضع لقوانين ومبادئ عديد من العوامل مثل فسيولوجيا الرياضة والميكانيكا الحيوية وعلم النفس الرياضي وعلم وظائف الأعضاء، وغيرها من العلوم الأخرى المرتبطة بالرياضة والمكملة لها. ولعملية التدريب الرياضي وجهان يرتبطان معاً برباط وثيق يكونان وحدة واحدة أحدهما تعليمي والآخر تربوي، فالجانب التعليمي من عملية التدريب الرياضي يهدف إلى إكساب وتنمية الصفات البدنية العامة والخاصة وتعليم وإتقان المهارات الحركية الرياضية والقدرات الخطئية لنوع النشاط الرياضي التخصصي، إضافة إلى إكساب المعارف والمعلومات النظرية المرتبطة بالرياضة بصفة عامة ورياضة كرة القدم بصفة خاصة. وتدريب الناشئين أو التدريب بصفة عامة من أحسن الطرق لضمان التطور المستمر ويجعل المتدربين قادرين على الوصول إلى المستويات الرياضية العالية من خلال تنمية وتطوير قدرات الفرد البدنية والوظيفية والنفسية. إن التدريب لا يتوقف على مستوى دون آخر وليس قاصراً على الإعداد الفني والبدني فقط، بل إن عملية تحسين وتقدم وتطوير مستمر لمستوى المتدربين في قطاعات الناشئين، وهو فن بحد ذاته وموهبة عند البعض، يحتاج إلى دراسة وصقل وممارسة، وفن التدريب يحتاج أيضاً إلى المدرب المؤهل والمتقن برياضته والرياضات الأخرى ويكون لديه الخبرة العملية الكافية. ومن المعروف أن تدريب الناشئين وهم الصغار الذين تراوح أعمارهم بين 6 و16 سنة يحتاج إلى تهيئتهم وإعدادهم للتقدم بمستواهم وفقاً لخصائص المرحلة السنية التي ينتمون إليها، وتنمية وتطوير قدراتهم البدنية والبيولوجية والنفسية. وتعد مرحلة تدريب الناشئين، مرحلة قائمة بذاتها يتداخل فيها تدريب المبتدئين مع المتقدمين، ولذلك لا بد أن يتم الإعداد التربوي للناشئين بهدف تعليمهم وإكسابهم مختلف القدرات والسمات والخصائص والمهارات النفسية وتنميتها وإتقانها، وكذلك توجيههم وإرشادهم ورعايتهم بصورة تسهم في إظهار كل طاقاتهم وقدراتهم واستعداداتهم في المنافسات، إضافة إلى مساعدتهم في تشكيل وتنمية شخصياتهم بصورة متزنة وشاملة كي يكتسبوا الصحة النفسية والبدنية. إن هناك

واجبات تربوية للنشء يسعى التدريب الرياضي إلى تحقيقها بطريقة غير مباشرة في أثناء إنجاز الواجب التعليمي للوصول إلى المستويات العليا. (د.محمد الخير الشيخ، 2010)

1- العوامل المؤثرة في عمليات تدريب الناشئين:

هناك مجموعة من العوامل المؤثرة في عمليات تدريب الناشئين وهي:

1-1-مراعاة الخصائص السنوية للناشئ: إذ تتأثر طرق رفع المستوى الرياضي للفرد بتطوره البيولوجي وبمقدرته على التكيف لمتطلبات المستوى العالي(عامر فاخر شغاتي، 2014، صفحة 228)، فعلى مدرب الناشئين معرفة الخصائص المميزة للناشئين في كل مرحلة عمرية والذين تتراوح أعمارهم بين 9-18 سنة ولكل سنتين أو ثلاثة سنوات منها خصائص مميزة، ففئة (9-12) سنة لا يتم التعامل معهم كفئة أقل من 15 سنة وهكذا، وهذا سيساعد المدرب على وضع أهداف التدريب، وكيفية استثارة الناشئين، وملاحظة وتقييم أداءهم. (أحمد أمين فوزي، 2008، الصفحات 59-60).
وهنا سنتطرق لأهم خصائص ومتطلبات المرحلة العمرية للعينة قيد الدراسة (10-12).

1-2- خصائص النمو الحركي:

وجود فروق فردية في أداء المهارات الحركية الرياضية ما يستدعي تكليف الطفل بأنشطة في حدود قدراته؛ مع صقل وتحسين أداء المهارات المركبة وتسخيرها في الأنشطة، والتي بدورها تعد مناسبة لكلا الجنسين في هذه المرحلة، حيث تظهر الحاجة للأنشطة التي تتميز بالحيوية والنشاط الزائد؛ أين يحقق الطفل تقدما سريعا في التعلم ونواحي الأداء كتفسير للتحكم والتوافق الحركي الجيد، إضافة لتنظيم أجهزة الجسم الحسية الحركية، فتبرز حركاته بدرجة عالية من الرشاقة والسرعة والقوة فهذه المرحلة هي القمة الأولى في التطور الحركي من حيث تطور التوافق، التوازن، النقل، التعلم، التوجيه (وجيه محجوب، 2001، صفحة 113)

وقد نقل هرم مراحل النمو الحركي وتقسيماته عن(جالهو1982) مبينا التسلسل في عملية النمو الحركي من الحركات المنعكسة والأساسية للمهارات وصولا للمهارات والحركات الخاصة بنوع الألعاب والأنشطة (وجيه محجوب، 2001، صفحة 114).

3-1- خصائص النمو الفيسيولوجية:

1-3-1- خصائص الجهاز الدوري القلبي:

في المرحلة (09- 13 سنة) يكون القفص الصدري بالنسبة للأطفال ضيق مما يؤدي إلى النمو التدريجي للقلب، فتجد بذلك أنه كلما اتسع القفص الصدري كلما زاد حجم القلب حسب العالم (لا يتيف 1983) فإن الوزن المطلق للقلب عند الطفل من 08 إلى 15 سنة يتراوح بين 96 غ و 230 غ تقريبا ويقدر ب 44.0 و 48.0% من وزن الجسم ومنه فإن قلب الطفل في هذه المرحلة صغير وينمو من الناحية الطولية وفي مرحلة المراهقة يبدأ في النمو عرضيا من ناحية السمك . (رشيد حميد زفير، صفحة 257) لذا من الضروري تجنب فترات التحميل الجسمية الطويلة و المستمرة دون فترات من الراحة، وكذلك يمكن هنا الإشارة إلى أنه يمكننا رفع مستوى قدرة جهاز الدورة الدموية على الأداء بشكل ملحوظ عن طريق التدريبات المنتظمة و المستمرة والمتعددة الجوانب مع مراعاة المرحلة السنوية وكذلك الفروق الفردية. (مروان عبدالمجيد إبراهيم، صفحة 66)

1-3-2- خصائص الجهاز الدوري التنفسي :

إن المشاكل التي تواجه القلب أثناء الطفولة هي نفسها التي تواجه الرئتين. حيث يؤثر القفص الصدري تأثيرا كبيرا على الرئتين وبالتالي فنمو القدرات التنفسية الحيوية للرئتين، وزيادة حجم الرئتين يكون على حساب الأعمار، كذلك كمية الأكسجين الممتصة من كل لتر من الهواء، فمثلا السن 12 سنة تصل السعة الهوائية للرئتين 2200 ملل، في هذا السن فإن العمود الفقري ليس ثابتا بالقدر الكافي لذلك يتعرض لتشوهات وخاصة في القفص الصدري، و لذا يجب الحذر من الصدمات أو الحركات العنيفة لأن التشوهات التي تطرأ على الهيكل العظمي تعيق كل الأعضاء الداخلية . (حامد عبدالسلام زهران، 1983، صفحة 102)

1-3-3- الخصائص المورفولوجية:

تعتبر المورفولوجيا إحدى العلوم البيولوجية التي تهتم بدراسة مجموعة الظواهر التي تؤثر على نمو الفرد أي تدرس لأجسام وأشكالها، وتكون الزيادة في النمو بين (10-11 سنة) أكبر منه عند الفتاة

و(12- 13 سنة) عند الطفل يتسارع يصل إلى حد النمو المضاعف، فيتراوح بين (12-17 سم) في السنة عند الصبي وبين (6-11سم) عن البنت.

في هذه المرحلة يلاحظ ازدياد وزن وطول الجسم بزيادة نمو العضلات والعظام وهذه الزيادة تؤثر على القدرة على العمل المتزن من الجانب الميكانيكي للجسم ويعيني بذلك فقدان عنصر الرشاقة وظهور التعب وعدم ضبط الحركات.

يكون نصيب البنين أكثر من البنات في النسيج العضلي، ويكون نصيب البنات أكثر من البنين في الدهن الجسمي ، وتكون البنات أقوى قليلا من البنين في هذه المرحلة فقط، وتلاحظ زيادة البنات عن البنين في هذه المرحلة في كل من الطول والوزن. (صلاح الدين العمري، 2010، صفحة 232)

- عند الذكور التطور العضلي واضح متبوع بالزيادة في سمك العظام .

- يظهر لدى البنات مهل أكبر في زاوية اتصال عظمة الفخذ مع الحوض وعنصر الذراعين والرجلين بالنسبة للجدع و الزيادة في عرض الحوض.

- محيط الفخذ أكبر عند البنات من الذكور بينما الذكور أكبر من البنات في محيط الصدر والساعد. (إبراهيم مروان عبدالمجيد، 2002، صفحة 61)

1-3-4- خصائص العقلية المعرفية:

تحسن تدريجي في المقدرة على التركيز والانتباه، وتزداد في نهاية هذه المرحلة العمرية كما يقل اعتماد الناشئ في التقدير على الصورة البصرية، ويحل محلها تدريجيا الألفاظ والكلمات؛ ما يؤدي لزيادة المحصول اللغوي نتيجة ما يسمعه الناشئ من مفردات ومصطلحات من المدرب بالنادي أو المدرسة، وما يطلع عليه من وسائل المعرفة والإعلام السمعي والمرئي، ليميز التخيل بالواقعية، فيتجه نحو اللعب الواقعي، ويبعد عن اللعب الإيهامي في المرحلة السابقة، يصاحبه نمو سريع في المقدرة على التذكر، مع زيادة حب الاستطلاع والاستكشاف الحركي والرغبة لمعرفة ما يدور حوله بالاستفسار ويبدأ الفهم كأحد العوامل التي تساعد في التذكر، وتزداد القدرة على التعلم ونمو المفاهيم والتفكير المجرد، فيحقق الطفل تقدما سريعا في التعلم (أسامة كامل راتب، 1999، صفحة 115).

1-3-5- خصائص الاجتماعية:

يحدث التقدم الاجتماعي للناشئ عند ممارسة الألعاب والأداء في مجموعات أثناء التدريب، حيث يلاحظ أنه يفضل اللعب الجماعي على اللعب الفردي، فيستطيع المشاركة في اللعب كعضو في فريق من خلال فهم روح الفريق والالتزام بها (إبراهيم شعلان، 2010، صفحة 32)؛ كما يستمتع الأطفال بالاشتراك في المنافسات حيث يراعى استخدامها أكثر في الألعاب لمجموعات كبيرة أو صغيرة مع ضرورة الاطمئنان على أن الناشئ يستطيع التحكم والسيطرة في أداء المهارات خاصة مع الاستفادة من مساعدة الزملاء المتميزين في مساعدة الأطفال الأقل مهارة، في وجود تنوع الميول لممارسة الأنشطة الرياضية (أسامة كامل راتب، 1999، الصفحات 115-116).

تتميز العلاقات بالتعاون بعد أن كانت علاقات التنافس هي السائدة في المرحلة العمرية السابقة وتتسع دائرة اتصال الناشئ بالعالم الخارجي مع كل الأشخاص المحيطين به، ما يصرفه عن التفكير في مطالبه الشخصية، فلا تكون هناك مبررات قوية للانفعال والتوتر الزائدين، حيث تزداد القدرة على ضبط النفس والمشاعر وتقل المخاوف بينما تظهر مخاوف جديدة مرتبطة بالفشل في القيام بالواجبات والمهام الموكلة لهم أثناء التدريب. (إبراهيم شعلان، 2010، صفحة 32)

2- مكونات اللياقة البدنية لمرحلة الطفولة المتأخرة (10-12) سنة:

- يستطيع طفل هذه المرحلة أداء الأنشطة الهوائية (المشي، التحمل).
- تقل فترة استعادة الشفاء بعد أداء المجهود في تلك الفترة العمرية، ويستطيع الأطفال بدل المجهود مع ارتفاع معدلات نبض القلب ليصل إلى 210 ن/د.
- التحمل العضلي غير مستقر من حيث درجة النمو، ويتم تتبع النمو من خلال قياس قوة عضلات الجسم، كما تنمو القدرة العضلية بشكل منتظم حيث يكون تقدم نمو القدرة العضلية أفضل للمجموعات للأطراف السفلى مقارنة بالمجموعات العضلية الخاصة بعضلات الذراعين والجدع، ويعتبر اختبار الوثب العريض من الثبات من أكثر الاختبارات صلاحية لقياس مدا النمو في القدرة.

- تحقق معظم مفاصل الجسم نموًا في مداها الحركي، غير أنها تتسم بالبطء من حيث معدلها في نهاية هذه الفترة العمرية، و يتميز نمو المرونة بمفاصل الجسم بالخصوصية فالناشئ الذي يتميز بالمرونة الكبيرة في مفصل الكتف ليس بالضروري أن يتميز كذلك بالنسبة لمفصل الفخذ؛ كما يتأثر تطور نمو المرونة لمفاصل الجسم وفقا لفرص ممارسة النشاط البدني والحركي والبدني على نحو أكثر من التأثير بمتغير العمر.
- تتحسن السرعة للجري، وكذا سرعة رد الفعل مع تقدم العمر لهذه المرحلة السنوية من (09-12) سنة ويسير معدل السرعة بصورة منتظمة وبدرجة كبيرة، وتشهد هذه الفترة العمرية نموًا منتظمًا في التوافق الحركي، وتزداد إلى أقصى مدا لها عند سن 12 سنة.
- يحقق الأطفال نموًا محدودًا للرشاقة مقارنة بمكونات العناصر البدنية الأخرى حيث تلعب الوراثة دورًا هامًا في تطور الرشاقة وبالرغم من ذلك يمكن تنميتها ولكن بدرجة كبيرة من التدريب والممارسة.
- يتحسن التوازن من عام لآخر خلال تلك المرحلة العمرية، إلا أنه يقل نسبيًا في سن 11 سنة عند سنوات العمر الأخرى وبصفة عامة تشهد هذه الفترة تحسنًا واضحًا في كل من التوازن الثابت والمتحرك (أ/د إبراهيم شعلان، 2009، الصفحات 29-30).

جدول رقم (03) يحلل عناصر الإعداد والمرامي الواجب بلوغها في المرحلة العمرية (9-12) سنة

عناصر الإعداد	(09-10) سنوات	(11-12) سنة
القوة	- مكون القدرة؛ من خلال أجهزة وبذونها، التكرارات من 8-12 مرة الزمن من 20-30 ثانية.	القوة الدافعة المندفعة (انقباض بالتقصير والتطويل)؛ استخدام مقاومة لا تتعدى 50% من قدرة الناشئ؛ تكرار من 10-15 مرة.
التحمل	تهيئة الجهاز الدوري التنفسي للعمل المستمر؛ العمل لفترات متقطعة أطول (25ث)، فترات راحة إيجابية، المسافات 20-30م	بناء وتكيف الجهاز الدوري التنفسي للعمل المستمر، الأداء المستمر 30ث، الراحة الإيجابية 30-45ث، الحمل لا يتعدى 60%، المسافة 30-50م.
السرعة	- مكون سرعة الأداء الحركي والمهاري؛ سرعة	- السرعة الإنتقالية لمسافة من 15-25م

أداء مهارات اللعبة بالكرة وبذونها، سرعة رد الفعل.	من أوضاع مختلفة؛ سرعة الأداء الحركي والمهاري (سرعة الإرتداد)؛ سرعة الإستجابة.
الرشاقة	- من خلال أجهزة وأدوات بالكرة وبذونها من أوضاع مختلفة.
المرونة	- الأداء الديناميكي محدود مع التركيز على المفاصل الأكثر استعمالا في اللعبة؛ التكرار 5-8 مرات
الدقة	- الأداء الديناميكي الإستاتيكي ولكافة مفاصل الجسم بمدى مناسب، التكرار 10-12 مرة؛ الثبات 5-8 ث
النوافق	- دقة الأداء المهاري والحركي؛ دقة تصويب الكرة على أهداف صغيرة من مسافات وزوايا مختلفة.
التوازن	- الأداء بأكثر من كرة؛ الربط بين أكثر من مهارة، التعامل مع الكرة بأجزاء الجسم المختلفة.
	- التحكم والسيطرة على الكرة من خلال مساحات ومواقف مختلفة، وتحت ضغط المنافس.

3- خصائص النمو والمرحلة العمرية بعد الدراسة :

إن برامج الألعاب الناجحة هي تلك التي تمد الطفل بأنواع من الأنشطة التي يحتاج إليها لتأكيد استمرار نموه و تطوره بدنيا و عقليا و وجدانيا، و الحاجة إلى اللعب في أي مرحلة من مراحل النمو التي تحدد بدرجة كبيرة أنماط التمر و مستوى النضج و التطور الاجتماعي و التعلم السابق و القدرة الفكرية، و يشاء على ذلك فإنه من المفيد لأستاذ التربية البدنية و الرياضة أن يكون واعيا بهذه الخصائص التي تظهر بين الأطفال في عمر زمن معين. (حامد عبدالسلام زهران، 1983، صفحة 104)

و يوجد في كل مجموعة شبه بعض الأطفال طوال القامة و البعض قصار، و البعض نحيفا و البعض سمينا، و البعض أنكيا يتعلمون بسرعة و البعض أغبياء يتعلمون ببطئ والبعض أقوىاء نشطاء و البعض كسالىء ضعفاء، ولا يوجد وصف خصائص أي مجموعة سيئة تتناسب مع كل طفل في القسم الواحد، و من غير المتوقع ظهور عدد كبير من سن معين لديهم جميع هذه الخصائص الموصوفة لهذا السن، و مع كل هذا

فإن كل طفل يتطور بمعدله الذاتي و هذا المعدل يمكنه أن يتأثر بالحالة الاجتماعية و الاقتصادية و العوامل الوراثية على حد سواء و معرفة الخصائص التي تعرض لغالبية الأطفال في مرحلة سنية معينة تكون في غاية الأهمية عند وضع برامج الألعاب. (فرج ألين وديع، 1996، صفحة 79)

4- مميزات الأطفال اتلناشئين :

إن أهم مميزات وخصائص هذه المرحلة سواء كانت بدنية أو عقلية أو نفسية فإن هذا الأمر يجعل من الضروري أن يشمل برنامج التربية البدنية لهذه المرحلة ل الأنشطة تقريبا واعل من أهم ما مميزاتا هي :
سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية .
- كثرة الحركة .

- انخفاض التركيز وقلّة التوافق .
- صعوبة تعليم نواحي فنية دون سن السابعة .
- ليس هناك هدف معين للنشاط .
- نمو الحركات بإيقاع سريع .
- القدرة على أداء الحركات ولكن بصورتها المبسطة .

5- قابلية تعلم المهارات الحركية:

عندما يبلغ الطفل عمر 6 - 8 سنوات فإن معظم البناءات العصبية تقترب من مستوى نضج البالغ، كما أن معظم الأنماط الحركية الأساسية يستطيع أن يؤديها الطفل . لذلك فإنه من المتوقع أن يكون هذا العمر 6 - 8 سنوات مناسبا للتعلم النوعي والممارسة للمهارات الحركية الأساسية. ومع ذلك فإن برامج التربية الحركية المخططة جيدا تدعم تنمية المهارات الحركية الأصلية لدى الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة ، لذلك فإن التوجهات التعليمية بواسطة المتخصصين والآباء والمدرّبين، وتقديم التتابع المنطقي للمهام الحركية، فضلا عن تخصيص الوقت الملائم للممارسة، فإن ذلك كله يمثل مكونات هامة لبرامج التعليم الناجحة للطفل.

ونظرا لأن المهارات الحركية تستخدم في معظم الأنشطة الرياضية من خلال التزاوج بينها أو تعديل الأنماط الحركية الأصلية، فإن ذلك يعكس أهمية التعلم والممارسة المبكرة كمدخل مهم عند ممارسة الطفل للأنشطة الرياضية المنظمة (الرسمية) خلال فترة الطفولة المتوسطة، إن هناك عوامل متداخلة عديدة يجب أن تؤخذ في الاعتبار مثل دور الآباء، أعضاء الأسرة، الأصدقاء، اهتمام الطفل بنفسه، كمية الوقت الذي يؤديه الطفل في أنشطة متنوعة حيث يتوقع أن توجد عوامل اجتماعية وثقافية عديدة تؤثر في التطور الحركي والأداء للطفل.

وبشكل عام فإن هناك تقدما متوقعا في الأداء الحركي يصاحب التقدم في العمر الزمني للطفل في فترة الطفولة المتوسطة، ويستمر ذلك التحسن أثناء فترة المراهقة بالنسبة للبنين، ولكن قد يصل إلى التوقف بالنسبة للبنات حوالي 14 - 15 سنة، هذا، ويتأثر ارتباط النضج بالأداء بمدى استجابة أو قابلية الطفل للتعلم والممارسة، فعلى سبيل المثال فإن البنين الذين يحققون تقدما في النضج البيولوجي يكون لديهم قابلية أفضل للتعلم والممارسة ومن ثم الأداء الرياضي، والأمر ليس كذلك بالنسبة للبنات حيث إن البنات اللاتي يتميزن بالتأخر في النضج البيولوجي قد يحققن أداء أفضل في بعض المهام الحركية مقارنة بزميلاتهن اللاتي يحققن تقدما في النضج البيولوجي. (أسامة كامل راتب، 1999، صفحة 359)

خاتمة:

يلاحظ أن اللاعبين الناشئين لهم قابليات هائلة لاكتساب خصائص بدنية ومهارات حركية، وذلك من خلال التحولات المورفولوجية والوظيفية التي تطرأ على الناشئين وتعتبر هذه المرحلة أساسية في تنمية المهارات الحركية، حيث أن الناشئين يكتسبون (90%) من حجم المهارات الحركية خلال كل حياتهم، وبالتالي إذا لم يتم المدربون باستغلال الطاقات المخزنة في الناشئين فان ذلك يصبح صعب المنال في المستقبل. التنشيط البدني والرياضي له مكانة هامة في حياة الطفل الناشئ ونموه لدوره الهام في تنمية مختلف الأنظمة من أجل نمو متناسق مما يجري إلى الأخذ بعين الاعتبار معرفة مختلف التحولات أثناء الممارسة النشاط الرياضي وما يتطلبه لجهد بدني ونفساني باستعمال الطريقة التي تلبي الرغبات.

الباب الثاني:

الجانب

التطبيقي

الفصل الأول:

منهجية البحث

و إجراءاته

الميدانية

مقدمة:

إن البحوث العلمية لا تقتصر على الدراسات النظرية و فقط فمن المعروف أن من مبادئ البحث العلمي ضرورة الدراسة الميدانية والتي تحمل في طياتها عدة فصول منها فصل منهجية البحث و إجراءاته الميدانية يعد من أبرز الفصول للجانب التطبيقي من دراستنا هذه، حيث تطرقنا فيه لمجموعة من العناصر و التي تمثلت في كل من منهج البحث و مجتمعه وعينة البحث و متغيراته و أيضا مجالاته الزمانية و المكانية.

1- منهج البحث:

يعتمد كل بحث من البحوث العلمية على دراسة تحليلية وفق مناهج مختلفة باستعمال طرق جمع البيانات، وإن طبيعة دراستها هذه تتطلب تجميع معلومات وبيانات تسمح لنا بوصف الظاهرة وصفا دقيقا وتفسيرها وإيجاد العلاقات ومدى التأثير بين عناصرها وهو ما حتم علينا إتباع المنهج الوصفي أو المسحي حيث يعرف على أنه يسعى إلى جمع البيانات بين أفراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة في متغير معين أو متغيرات (مروان عبد المجيد، صفحة 91)، إذ أن اختيار منهج الدراسة لا يتم بشكل عشوائي بل هو اختيار موضوعي يعتمد بالأساس على طبيعة المشكلة المراد دراستها.

وتعد المناهج الوصفية من بين المناهج الأكثر استعمالا في البحوث العلمية.

2- عينة البحث:

يقول عبد العزيز فهمي هيكل: عينة البحث هي المعلومات عند عدد الوحدات التي تتسحب من المجتمع الإحصائي موضوع الدراسة بحيث تكون ممثلة تمثيلا صادقا لصفات هذا المجتمع. (عبد العزيز فهمي، 1994، صفحة 95)

تمثلت عينة البحث في مدربين لبعض الأندية والمركبات الرياضية على مستوى ولاية معسكر و الذين كان عددهم 25 مدرب تم إختيارهم بصفة مقصودة حيث كانت لهم خبرة في تدريب الناشئين والمبتدئين.

3- مجالات البحث:

3-1- المجال الزمني:

تم تسليم الإستمارات الإستبائية للمدربين في فترة 10/أفريل/2021 إلى غاية 13/أفريل/2021 ثم تم استرجاع الأجوبة في نفس الأيام.

3-2- المجال المكاني:

تم العمل و بعد الموافقة الرسمية لرؤساء النوادي ومدراء المركبات الرياضية التالية:
- أولمبيك تيغنيف.

- وفاق تيغنيف.
 - المركب الرياضي الجوّاري خلادي ميلود.
 - الرابطة البلدية للرياضة للجميع والجوارية.
 - المركب الرياضي الجوّاري لبلدية الحشم معسكر.
- تم التنقل إلى النوادي فقط من أجل الإماءات و أخذ حسابات و أرقام هواتف المدربين وبعدها لم يتم التنقل إلى النوادي من أجل أخذ الإجابات، حيث تم الإعتماد فقط على حسابات وسائل التواصل الإجتماعي (فيسبوك والبريد الإلكتروني).

4- متغيرات البحث:

4-1- المتغير المستقل :

المتغير المستقل هو المتغير الذي يتم اختياره من قبل الباحث العلمي القائم على إعداد البحث؛ السبب في هذا الاختيار هو بيان تأثيره في متغير أخ. نجد المتغير المستقل يشكل سبب محتمل ويكون تحت تصرف وسيطرة الباحث. (المتغيرات المستقلة والمتغير التابع، 2019)

وفي دراستنا هذه فإنه تم تحديد المتغير المستقل على أنه الألعاب شبه رياضية.

4-2- المتغير التابع:

هو المتغيرات الناتجة من العمليات التي تعكس الأداء أو السلوك، وعلى ذلك فإن المثير هو المتغير المستقل بينما الاستجابة تمثل المتغير التابع والذي يلاحظه الباحث من خلال معالجته للظروف المحيطة بالتجربة. (مروان عبد المجيد، أسس البحث العلمي) ومن خلال موضوع الدراسة فإنه تم تحديد المتغير التابع في تحسين الأداء المهاري

5- الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

- استبعاد المدربين الذين ليست لديهم خبرة في تدريب الناشئين المبتدئين.
- استبعاد المدربين الذين لم يتلقوا تكويناً نظرياً و تطبيقياً معتمداً.
- العمر التدريبي (أكثر من سنتين تدريب).

6- أدوات البحث:

لا يخلو أي بحث من أدواته العلمية وبصفتنا كطالبيين باحثين اعتمدنا على بعض الأدوات منها ماهي نظرية كالا اعتماد على الكتب و المجلات العلمية الحديثة منها والقديمة و أيضا على مراجع الدراسات السابقة و تطرقنا إلى الدراسات المشابهة، كما اعتمدنا أيضا على الأدوات التطبيقية. ومن أجل الإحاطة بالموضوع من كل جوانبه تم استخدام الإستمارة الإستبائية التي تعد أداة رئيسية لجمع البيانات الكلية عن وقائع محدودة وعدد كبير نسبيا من الأشخاص.

وكذلك تعرف استمارة الاستبيان بأنها تعتمد على إستنتاج الأشخاص المستهدفين للبحث من أجل الحصول على إجاباتهم عن الموضوع والتي يتوقع الباحث أنها شفافية بالتمام، مما يجعله يعمم أحكامه من خلال النتائج المتوصل إليها على آخرين لم يشتركوا في الإستنتاج الإستبائي.(مروان عبد المجيد، البحث العلمي في التربية الرياضية، صفحة 95)

وزعت الاستمارات الإستبائية على المدربينو هي عبارة عن مجموعة من المحاور التي تتضمن الأسئلة.

المحور الأول:معلومات شخصية، وتضمنت 07 أسئلة.

المحور الثاني:الألعاب شبه رياضية والمبتدئين الناشئين في كرة القدم، وتضمنت 05 أسئلة.

المحور الثالث:الألعاب شبه رياضية و الأداء المهاري عند المبتدئين الناشئين، وتضمنت 10 أسئلة.

7- صدق الأداة:

المقصود بصدق الأداة هنا هو صدق الإستبيان يعني أن يقيس الاختبار بفعل القدرة أو الظاهرة التي وضع لقياسها، ويعتبر الصدق من أهم المعاملات لأي مقياس أو اختبار حيث أنه من شروط تحديد صلاحية الاختبار أو القياس.

و من أجل تامين مصداقية الاستبيان فقد قمنا بما يلي:

1- اللجوء إلى البعض من دكاترة المعهد الذين قاموا بتحكيم الاستبيان بعدما أعطونا بعض النصائح و التعديلات حتى يصبح الاستبيان في صميم الموضوع.

قام بتحكيم إستمارتنا كل من :

- الأستاذ الدكتور كوتشوك سيد أحمد.

- الدكتور عتوتي نورالدين.

- الدكتور جعدم بن ذهبية.

- الدكتور سنوسي عبد الكريم.

- الدكتور فغلول سنوسي.

2- قمنا بتوزيع 10 إستمارة على 10 مدربين مختلفين عن عينتنا في الفترة الممتدة بين 10 مارس 2021 و 15 مارس 2021 ثم أعدنا توزيعها على المدربين أنفسهم في الفترة 30 مارس 2021 الى غاية 04 أفريل 2021، وفي كلتا الحالتين وجدنا تقريبا نفس الإجابات، بغض النظر عن الأسئلة التي تم إضافتها و تعديلها.

8- الوسائل الإحصائية:

قمنا في بحثنا هذا بإعتماد على الوسائل الإحصائية التالية:

8-1- النسبة المئوية:

النسبة المئوية هي نسبة عدد الإجابات من المجموع الكلي للأفراد العينة و هي المعرفة بالعلاقة التالية:

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد الإجابات}}{\text{المجموع الكلي}} \times 100$$

8-2-ك2:

وهو معروف بالعلاقة التالية :

(التكرار الواقعي - التكرار المتوقع)²

التكرار المتوقع

الفصل الثاني:

تحليل ومناقشة

النتائج

المحور الأول: معلومات شخصية

السؤال الأول: ماهو عدد سنوات الخبرة لديك؟

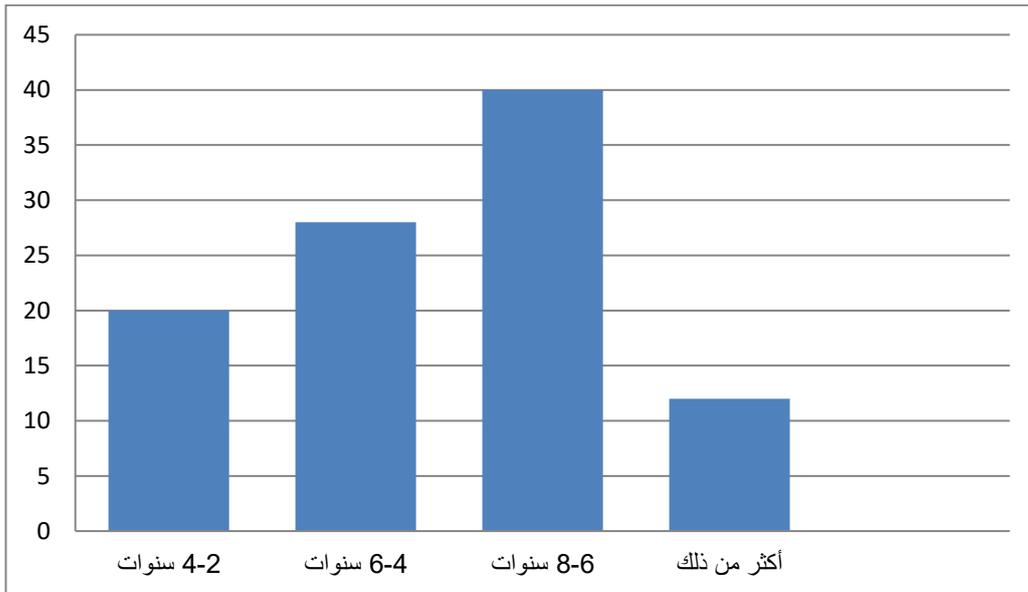
ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات					
				المجموع	أكثر من ذلك	8-6	6-4	4-2	
9.91	7.81	0.05	3	25	3	10	7	5	التكرار
				100%	12	40	28	20	النسبة المئوية

الجدول رقم (04) يمثل عدد سنوات الخبرة الميدانية للمدربين

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أكثرية المدربين لديهم ما بين 6-8 سنوات خبرة ما يمثل نسبة 40% من الكل و تليها 28% من المدربين خبرتهم التدريبية تتراوح ما بين 4-6 سنوات ثم تليها نسبة 20% للمدربين الذين تتراوح خبرتهم ما بين 2-4 سنوات، أما في الأخير فنجد من هم خبرتهم أكثر من 8 سنوات بنسبة 12%، و نلاحظ أيضا من خلال الجدول أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 3 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج بأن أغلبية المدربين لديهم ما بين 6 حتى 8 سنوات كخبرة تدريبية.



الشكل البياني رقم (02) يمثل نسب المدربين في الخبرات التدريبية

السؤال الثاني: ماهي شهادتك التدريبية؟

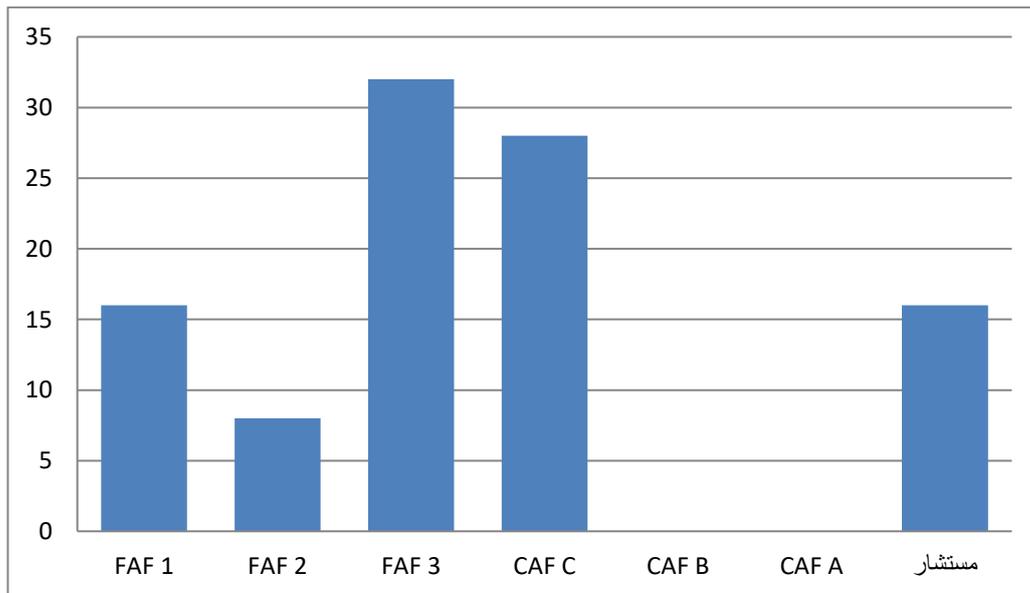
ك2 المحسوب ة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات								التكرار
				المجموع	مستش ر	Caf A	Caf B	Caf C	Faf3	Faf2	Faf1	
22.28	12.59	0.05	6	25	4	0	0	7	8	2	4	
				100%	16	0	0	28	32	8	16	النسبة المئوية

الجدول رقم (05) يمثل الشهادة التدريبية للمدربين

من خلال الجدول نلاحظ أن معظم المدربين لديهم ما شهادة FAF3 بما يمثل نسبة 32% من الكل و تليها 28% من المدربين لديهم شهادة CAF C ثم من المدربين ما لديهم من FAF1 و FAF2 ومستشار بالنسب التالية على التوالي 16%، 8%، 16%، أما بالنسبة ل شهادات CAF B و CAF A فنجدهم بنسب معدومة تماما، و نلاحظ أيضا من خلال الجدول أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 6 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج بأن معظم مدربين العينة لديهم شهادات FAF3 و CAF C بينما لا يوجد منهم من يملك CAF B أو CAF A.



الشكل البياني رقم (03) يمثل نسب الشهادات التدريبية المتحصل عليها

السؤال الثالث: هل لديك خبرة كلاعب سابق في كرة القدم؟

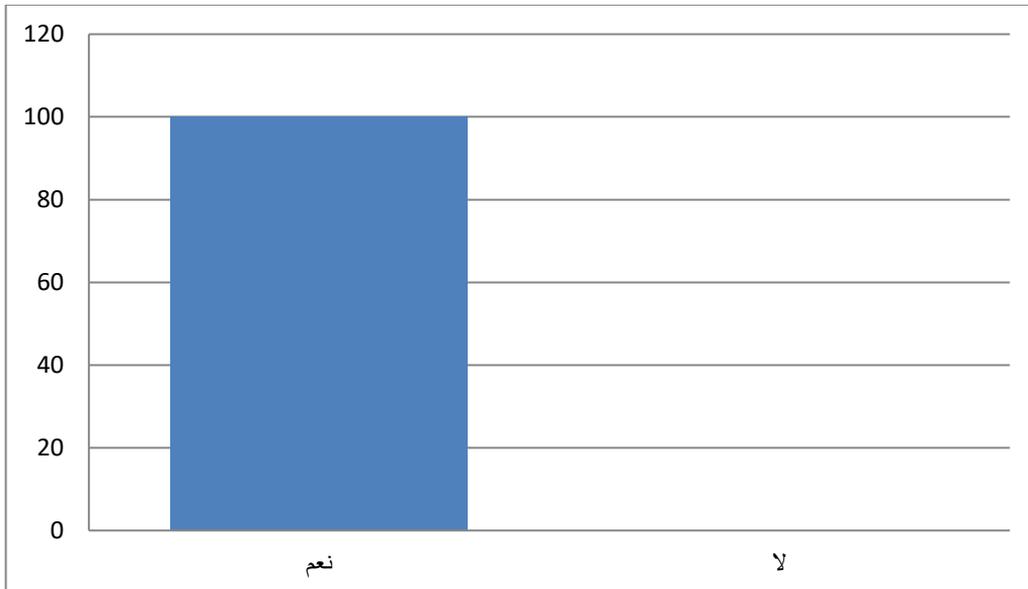
ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			
				المجموع	لا	نعم	
6.25	3.84	0.05	1	25	0	25	التكرار
				100%	0	100	النسبة المئوية

الجدول رقم (06) يمثل خبرة المدربين كلاعبين سابقين في مجال كرة القدم

نلاحظ من خلال الجدول أن كل المدربين لديهم خبرة كلاعبين سابقين بما يمثل نسبة 100%، و نلاحظ أيضا من خلال الجدول أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن كل مدربين العينة لديهم خبرة كلاعبين سابقين



الشكل البياني رقم(04) يمثل نسب المدربين الذين لديهم خبرة كلاعبين

السؤال الرابع: إن كانت إجابتك نعم، هل مارست كرة القدم منذ أن كنت ناشئاً؟

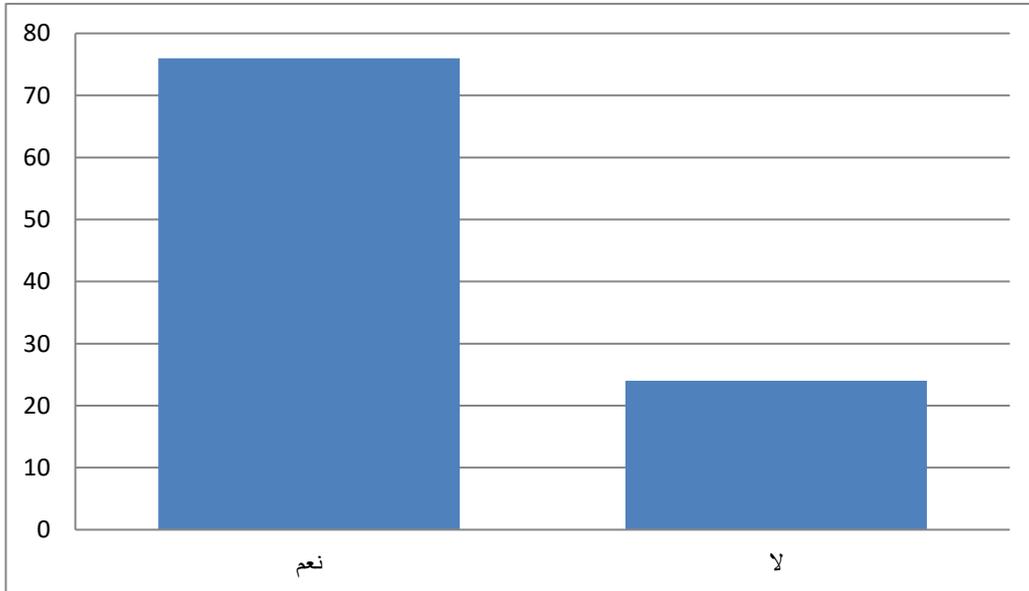
ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			
				المجموع	لا	نعم	
6.25	3.84	0.05	1	25	6	19	التكرار
				100%	24	76	النسبة المئوية

الجدول رقم (07) يمثل إجابات المدربين ما إذا قد مارسو كرة القدم منذ سنوات النشء

نلاحظ من خلال الجدول أن أغلبية المدربين مارسو كرة القدم منذ أن كانوا ناشئين وذلك بنسبة 76%، و من المدربين من لم يمارسوها منذ النشء كانت نسبتهم مقدره ب 24%، و نلاحظ أيضا من خلال الجدول أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن أغلبية مدربين العينة مارسو كرة القدم منذ أن كانوا ناشئين.



الشكل البياني رقم (05) يمثل نسب المدربين الذين مارسو كرة القدم منذ أن كانوا

ناشئين

السؤال الخامس: إن كانت إجابتك بنعم، هل إعتد مدربك على الألعاب الشبه رياضية في برامجهم التدريبية؟

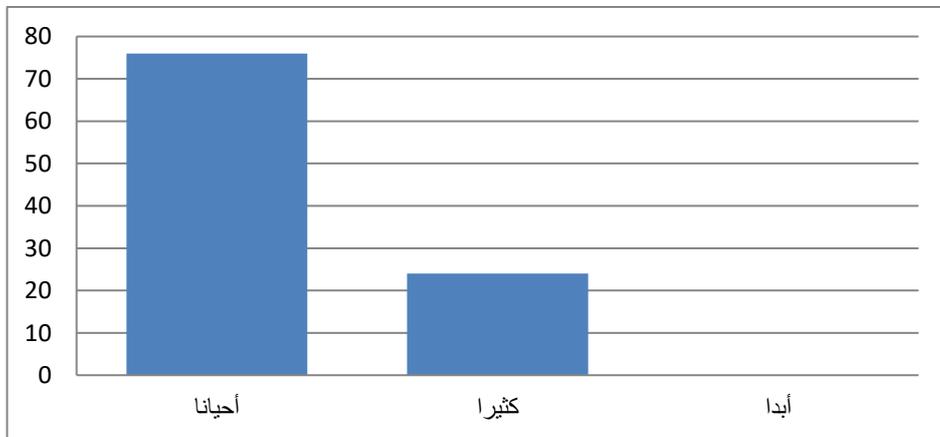
ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات				
				المجموع	أبدا	كثيرا	أحيانا	
9.76	5.99	0.05	2	19	0	6	13	التكرار
				100%	0	24	76	النسبة المئوية

الجدول رقم(08) يمثل إعتاد المدربين القدامى على الألعاب الشبه رياضية في برامجهم التدريبية

نلاحظ من خلال الجدول أن معظم المدربين لم يعتمد مدربيهم السابقين على الألعاب شبه رياضية في برامجهم التدريبية دائما و إنما في بعض الأحيان فقط وذلك بنسبة 76%، و من المدربين من إعتد مدربيهم السابقين على الألعاب شبه رياضية في برامجهم التدريبية في الكثير من الأحيان حيث كانت نسبتهم مقدرة ب 24%، و نلاحظ أيضا نسبة المدربين الذين لم يتلقو ألعاب شبه رياضية من قبل مدربائهم السابقين. من خلال الجدول نلاحظ أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 2 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

إن أن أغلبية مدربين العينة لم يعتمد مدربيهم السابقين على الألعاب شبه رياضية في برامجهم التدريبية دائما و إنما في بعض الأحيان فقط.



الشكل البياني رقم(06) يمثلنسبة إعتاد المدربين القدامى على الألعاب ش ر في برامجهم التدريبية

السؤال السادس: ماهي عدد سنوات الخبرة لديك في تدريب الناشئين المبتدئين؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات					التكرار
				المجموع	أكثر من 8	8-6	6-4	4-2	
26.85	7.81	0.05	3	25	0	10	11	4	
				100%	0	40	44	16	النسبة المئوية

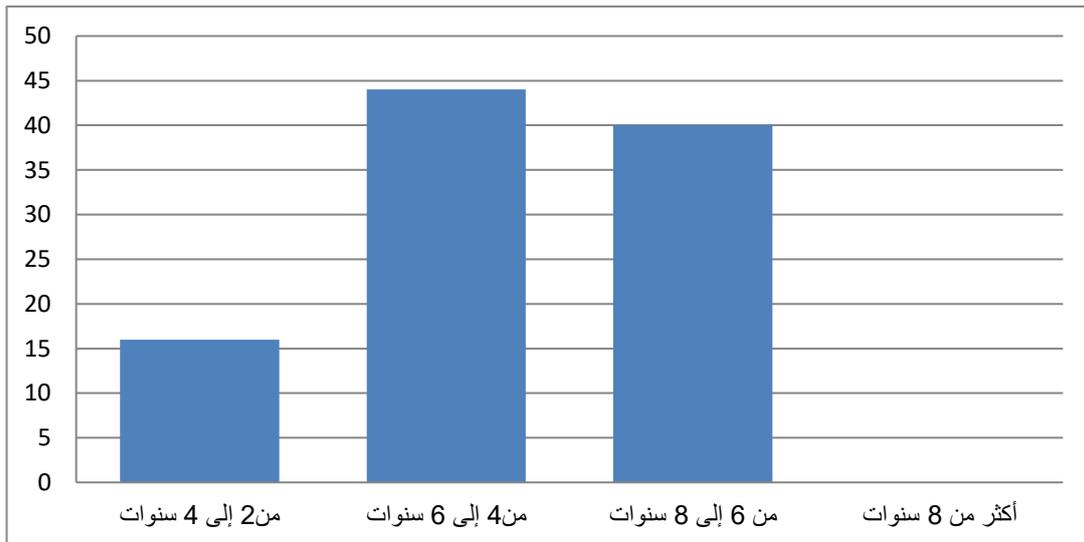
الجدول رقم (09) يمثل عدد سنوات الخبرة في تدريب الناشئين المبتدئين

نلاحظ من خلال الجدول أن معظم الذين يملكون أعلى نسبة 44% هم فئة 4-6 سنوات خبرة في تدريب الناشئين ثم تليها فئة 6-8 سنوات بنسبة 40% ثم بعدها فئة 2-4 سنوات خبرة بنسبة 16%، بينما نلاحظ إنعدام المدربين الذين يملكون أكثر من 8 سنوات خبرة في تدريب الناشئين.

من خلال الجدول نلاحظ أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 3 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

إن أن أغلبية مدربين العينة هم ذوي 4-6 سنوات خبرة تدريبية للناشئين و ذوي 6-8 سنوات.



الشكل البياني رقم (07) يمثل نسب المدربين أعلى خبرة في تدريب الناشئين

السؤال السابع: هل تلقيت تكويناً خاصاً بتدريب الناشئين؟

المحسوبة ك2	الجدولية ك2	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			التكرار
				المجموع	لا	نعم	
6.42	3.84	0.05	1	25	25	0	
				100%	100	0	النسبة المؤوية

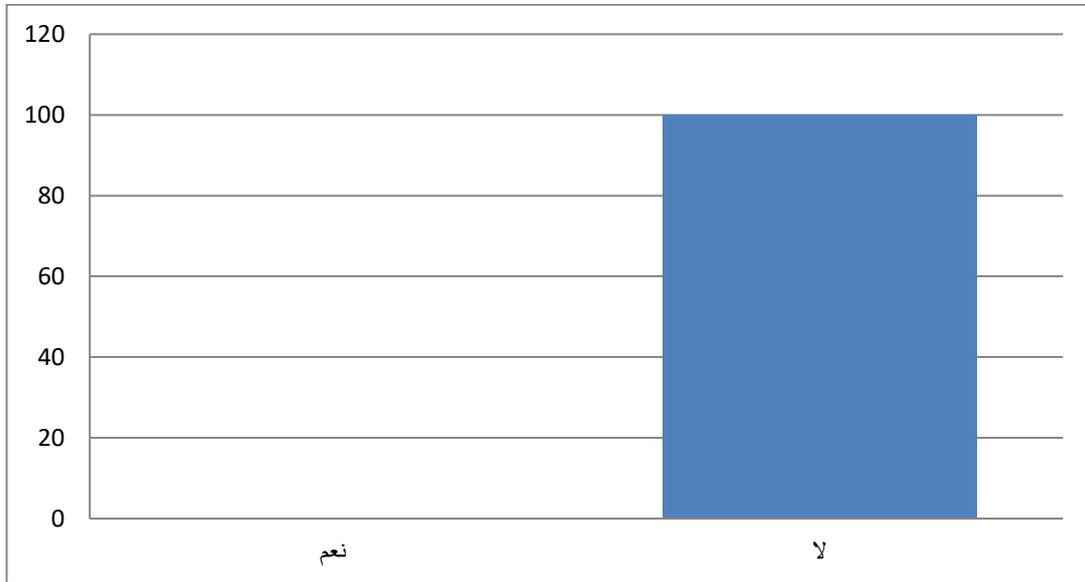
الجدول رقم (10) يمثل تكوين المدربين في تدريب الناشئين

نلاحظ من خلال الجدول أن كل المدربين لم يتلقوا تكويناً خاصاً بالناشئين في مجال كرة القدم.

من خلال الجدول نلاحظ أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن كل مدربين العينة لم يتلقوا تكويناً خاصاً بفئة الناشئين.



الشكل البياني رقم (08) يمثل نسب التكوين الخاص للمدربين في

المحور الثاني: الألعاب شبه رياضية والمبتدئين الناشئين في كرة القدم

السؤال الأول: هل تطبق الألعاب شبه رياضية أثناء برنامجك التدريبي للمبتدئين؟

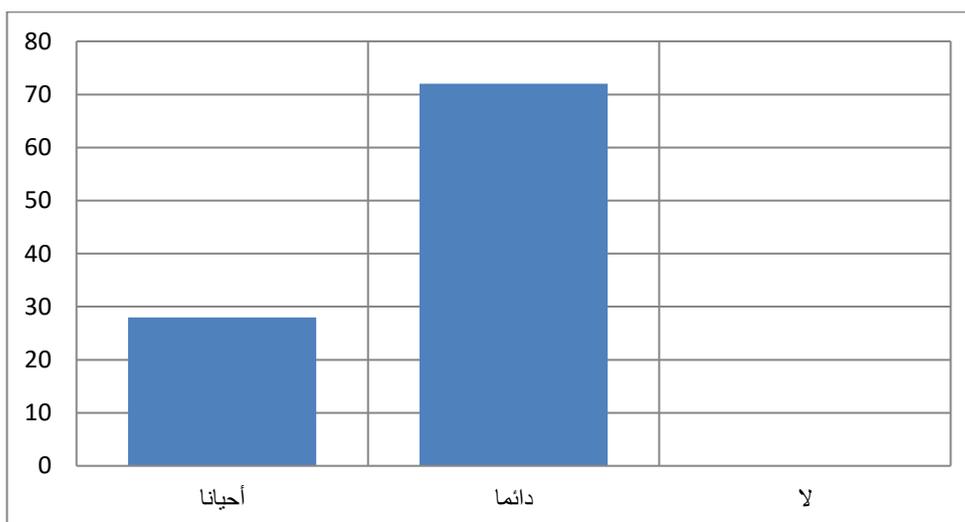
ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات				
				المجموع	لا	دائما	أحيانا	
20.005	5.99	0.05	2	19	0	18	7	التكرار
				100%	0	72	28	النسبة المئوية

الجدول رقم(11) يمثل مدى تطبيق المدربين للألعاب شبه رياضية أثناء برامجهم التدريبية

نلاحظ من خلال الجدول أن أغلبية المدربين دائما ما يطبقون الألعاب شبه رياضية أثناء برامجهم التدريبية و ذلك بنسبة 72% ، ونجد أيضا من يرون أنه يجب تطبيقها في بعض الأحيان فقط و كانت نسبتهم 28% . من خلال الجدول نلاحظ أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 2 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن أغلبية المدربين يطبقون الألعاب شبه رياضية في برامجهم التدريبية.



الشكل البياني رقم(09) يمثل نسب تطبيق المدربين للألعاب شبه رياضية

برامجهم التدريبية

السؤال الثاني: هل تعتبر الألعاب شبه رياضية أثناء الحصة التدريبية هامة للاعبين المبتدئين في كرة القدم؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			
				المجموع	لا	نعم	
7.89	3.84	0.05	1	25	0	25	التكرار
				100%	0	100	النسبة المئوية

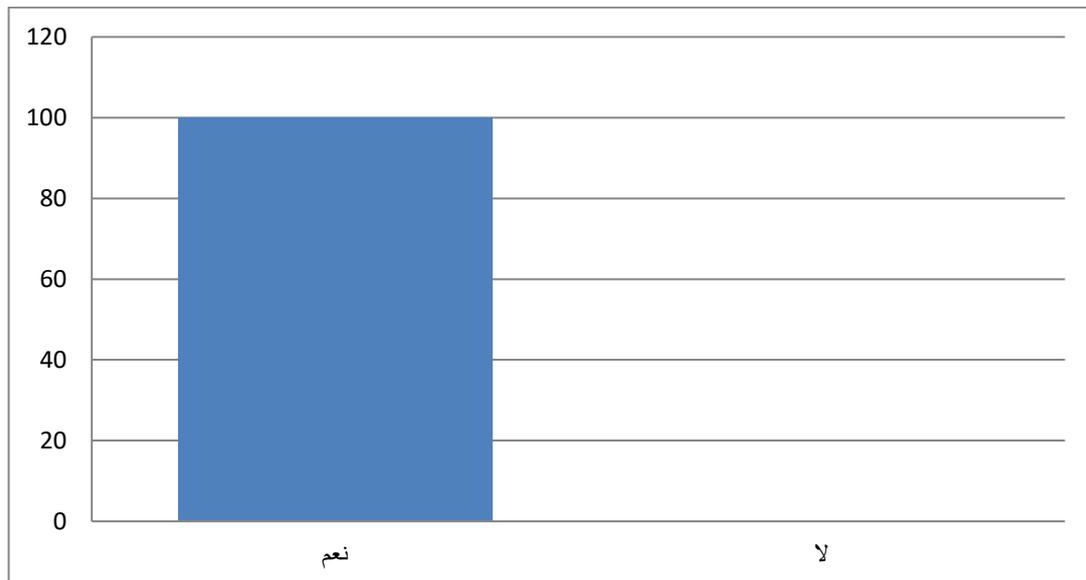
الجدول رقم (12) يبين مدى أهمية إدراج الألعاب شبه رياضية للمبتدئين في الحصة التدريبية

نلاحظ من خلال الجدول أن كل المدربين يعتبرون أن الألعاب شبه رياضية مهمة للمبتدئين أثناء الحصة التدريبية حيث نلاحظ نسبتهم مقدرة ب 100% .

من خلال الجدول نلاحظ أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن كل مدربين العينة يعتبرون أن الألعاب شبه رياضية مهمة للمبتدئين أثناء الحصة التدريبية.



الشكل البياني رقم (10) يمثل نسب أهمية الألعاب ش ر في الحصص التدريبية

السؤال الثالث: هل يشعر اللاعب المبتدئ بإرتياح كبير عندما تحتوي الحصة التدريبية على مجموعة من الألعاب شبه رياضية؟

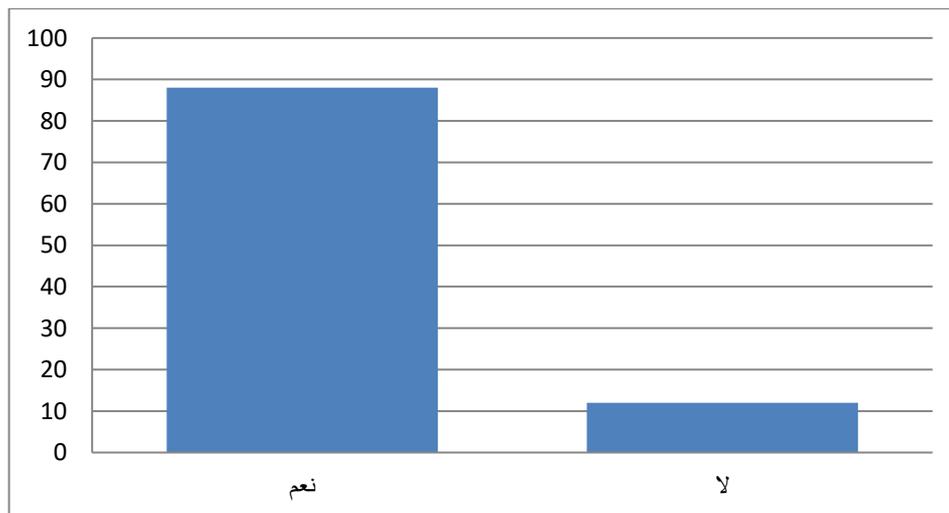
ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			
				نعم	لا	المجموع	
4.59	3.84	0.05	1	22	3	25	التكرار
				88	12	100%	النسبة المئوية

الجدول رقم (13) يمثل حالة الإرتياح النفسي من عدمها للمبتدئ عندما تحتوي الحصة التدريبية على الألعاب ش ر

نلاحظ من خلال الجدول أن الأغلبية الساحقة من المدربين دائماً يرون أن الألعاب ش ر تجعل اللاعب المبتدئ يشعر بإرتياح أثناء الحصة التدريبية و ذلك بنسبة 88% ، أما من يرون عكس ذلك فكانت نسبتهم 12% . من خلال الجدول نلاحظ أيضاً أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن أغلبية المدربين يرون أن الألعاب ش ر تجعل اللاعب المبتدئ يشعر بإرتياح أثناء الحصة التدريبية.



الشكل البياني رقم (11) يمثل نسبة مدى إرتياح المبتدئ في الحصة

التدريبية التي تحتوي على الألعاب ش ر

السؤال الرابع: هل تكسب الألعاب شبه رياضية المبتدئين رغبة في ممارسة كرة القدم؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			
				المجموع	لا	نعم	
7.89	3.84	0.05	1	25	0	25	التكرار
				100%	0	100	النسبة المئوية

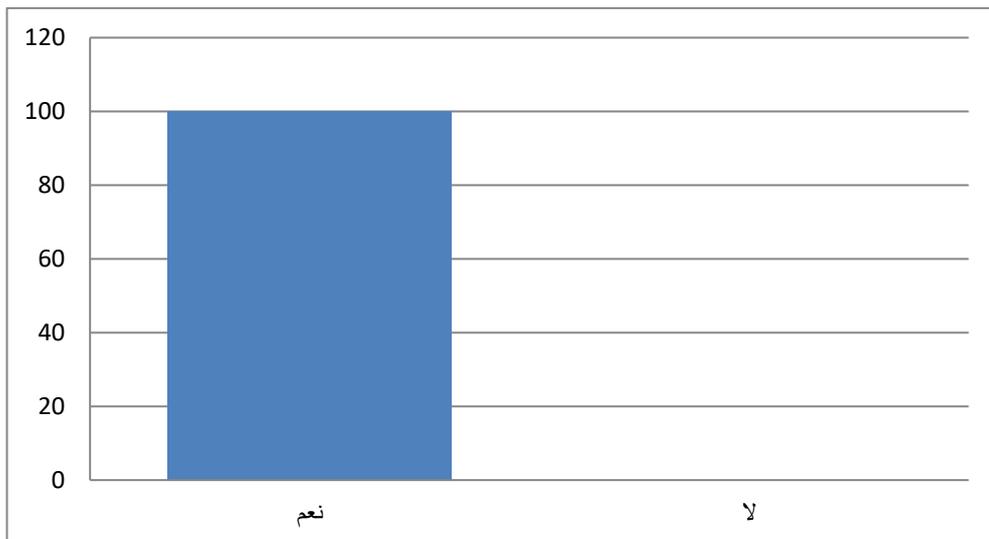
الجدول رقم(14) يمثل دور الألعاب الشبه رياضية في رغبة المبتدئين لممارسة كرة القدم

نلاحظ من خلال الجدول أن كل المدربين يرون أن الألعاب ش ر تكسب رغبة الممارسة لكرة القدم لدى الالع المبتدئ وذلك بنسبة 100%.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن كل مدربين العينة يرون أن الألعاب ش ر تكسب رغبة الممارسة لكرة القدم لدى الالع المبتدئ.



الشكل البياني رقم(12) يمثل نسبة دور الألعاب الشبه رياضية في رغبة المبتدئين لممارسة كرة القدم

السؤال الخامس: هل ترى أن الألعاب شبه رياضية تأثر إيجابا في تحقيق أهدافك التدريبية؟

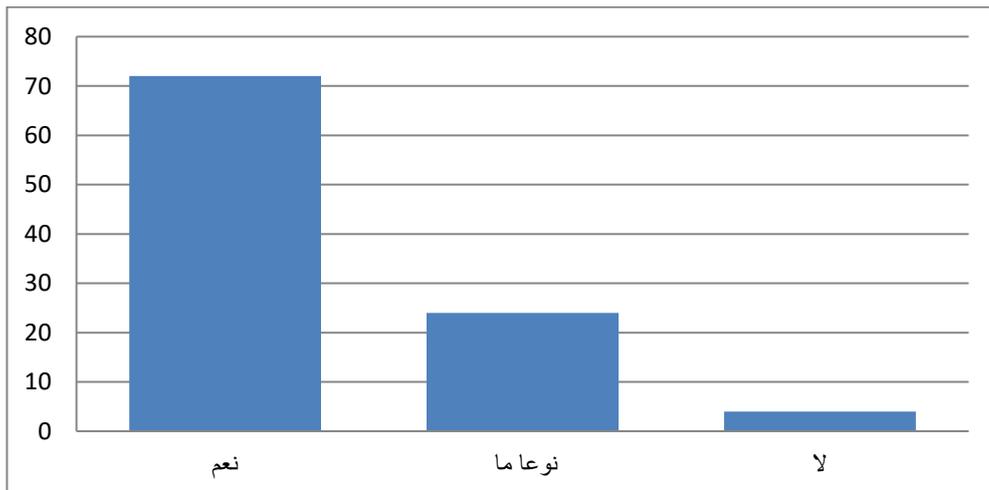
ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات				التكرار
				المجموع	لا	نوعا ما	نعم	
11.56	5.99	0.05	2	25	1	6	18	
				100%	4	24	72	النسبة المئوية

الجدول رقم(15)يبين التأثير الإيجابي الألعاب شبه رياضية في تحقيق الأهداف التدريبية

نلاحظ من خلال الجدول أن الأغلبية الساحقة من المدربين دائما يرون أن الألعاب ش ر تؤثر و بشكل إيجابي في تحقيق الأهداف التدريبية و ذلك بنسبة 72% ، أما من يرون أنها تحققها ولكن نوعا ما يعني بنسبة صغيرة و يمكن الإستغناء عنها فكانت نسبتهم 24%، أما من يرون عكس ذلك كليا و فنسبتهم كادت تتعدم و قدرت ب 4%. من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 2 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن أغلبية مدربين العينة يرون أن الألعاب ش ر تؤثر إيجابا في تحقيق الأهداف التدريبية.



الشكل البياني رقم يمثل(13) نسبة التأثير الإيجابي الألعاب شبه رياضية في تحقيق الأهداف التدريبية

المحور الثالث: الألعاب شبه رياضية و الأداء المهاري عند المبتدئين الناشئين

السؤال الأول: هل تعتبر الألعاب شبه رياضية هامة في تحقيق أهدافك أثناء الحصص التدريبية؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات				التكرار
				المجموع	لا	دائما	أحيانا	
11.56	5.99	0.05	2	25	1	18	6	
				100%	4	72	24	النسبة المئوية

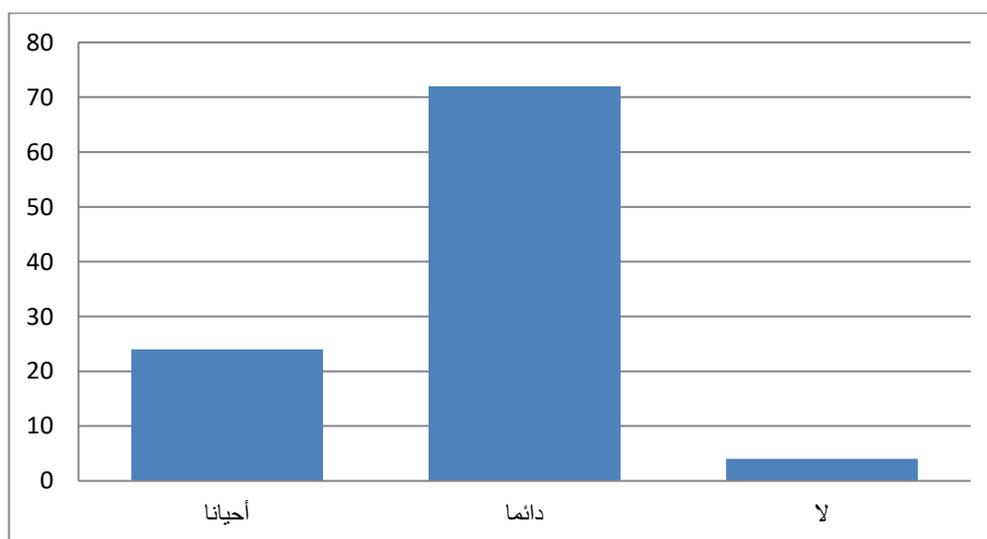
الجدول رقم(16) يبين أهمية الألعاب شبه رياضية في تحقيق أهداف المدربين أثناء الحصص التدريبية

من خلال الجدول نلاحظ أن أغلبية المدربين دائما يعتبرون أن الألعاب ش ر مهمة في تحقيق أهدافهم أثناء الحصص التدريبية و ذلك بنسبة 72% ، أما من يرون أنها تحقق أهدافهم أحيانا فكانت نسبتهم 24%، أما من يرون عكس ذلك كليا و فنسبتهم كادت تنعدم و قدرت ب 4%.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 2 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن أغلبية مدربين العينة يعتبرون الألعاب ش ر مهمة في تحقيق أهدافهم أثناء الحصص التدريبية.



الشكل البياني رقم(14) يمثل نسبة الألعاب شبه رياضية في تحقيق أهداف المدربين أثناء الحصص التدريبية

السؤال الثاني: إذا كانت الإجابة بنعم، فأبي الأهداف تحققها الألعاب شبه رياضية بنسبة كبيرة؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات				التكرار
				المجموع	خططية	بدنية	مهارة	
10.6	5.99	0.05	2	25	7	9	9	النسبة المئوية
				100%	28	36	36	

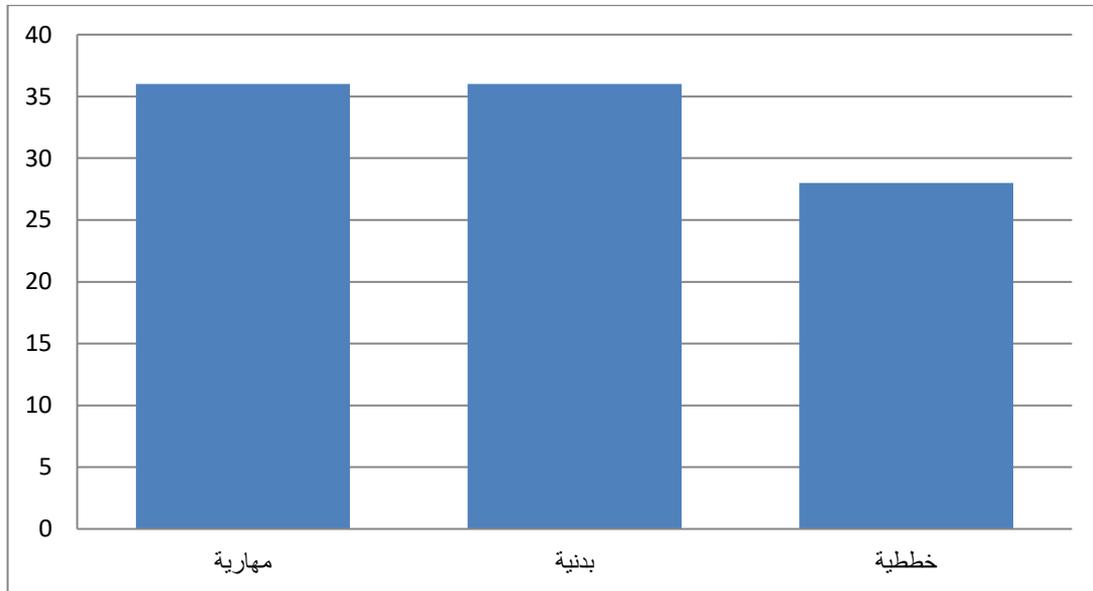
الجدول رقم(17) يبين الأهداف التي تحققها الألعاب ش ر بنسبة كبيرة

من خلال الجدول نلاحظ أن مدربين العينة قد وقعت إجاباتهم بتساوي على أن الأهداف التي تحققها الألعاب الشبه رياضية هي أهدا مهارة وبدنية و ذلك بنسبة 36%، أما الأهداف الخططية فكانت نسبتها 28%.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 2 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن الألعاب شبه رياضية تحقق الأهداف التدريبية كلها وحسب مدربين العينة مهارة و بدنية ثم خططية.



الشكل البياني رقم(15) يمثل نسب الأهداف التدريبية المحققة

السؤال الثالث: هل هناك علاقة بين الألعاب شبه رياضية و المهارات الأساسية؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			
				المجموع	لا	نعم	
16.66	3.84	0.05	1	25	5	20	التكرار
				100%	20	80	النسبة المئوية

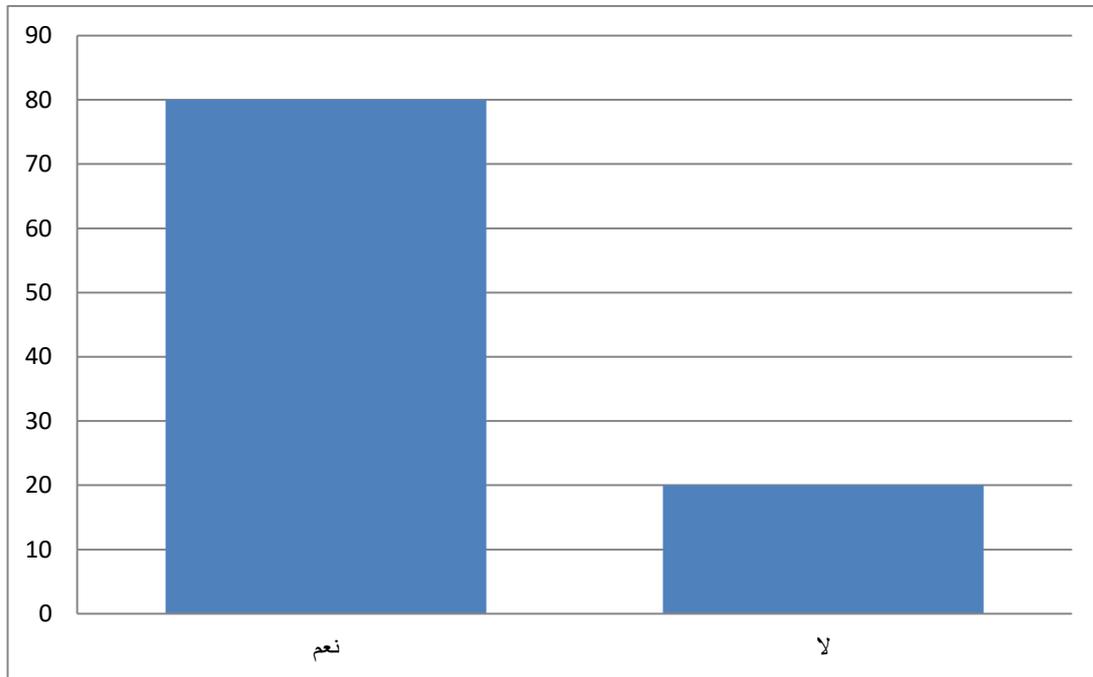
الجدول رقم(18)العلاقة بين الألعاب ش ر و المهارات الأساسية

إذن من خلال الجدول نلاحظ أنه توجد علاقة بين الألعاب شبه رياضية والمهارات الأساسية و هذا من خلال إجابة المدربين حيث كانت نسبة الإجابة لنعم 80%، أما لا فكانت بنسبة 20%.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن الألعاب شبه رياضية لها علاقة بالمهارات الأساسية.



الشكل البياني رقم(16) يمثل العلاقة بين الألعاب شبه رياضية و المهارات الأساسية

السؤال الرابع: هل ترى أن هناك أهمية في إشراك الألعاب شبه رياضية للإرتقاء بالمستوى المهاري للمبتدئين؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			التكرار
				المجموع	لا	نعم	
5.76	3.84	0.05	1	25	7	18	
				100%	28	72	النسبة المئوية

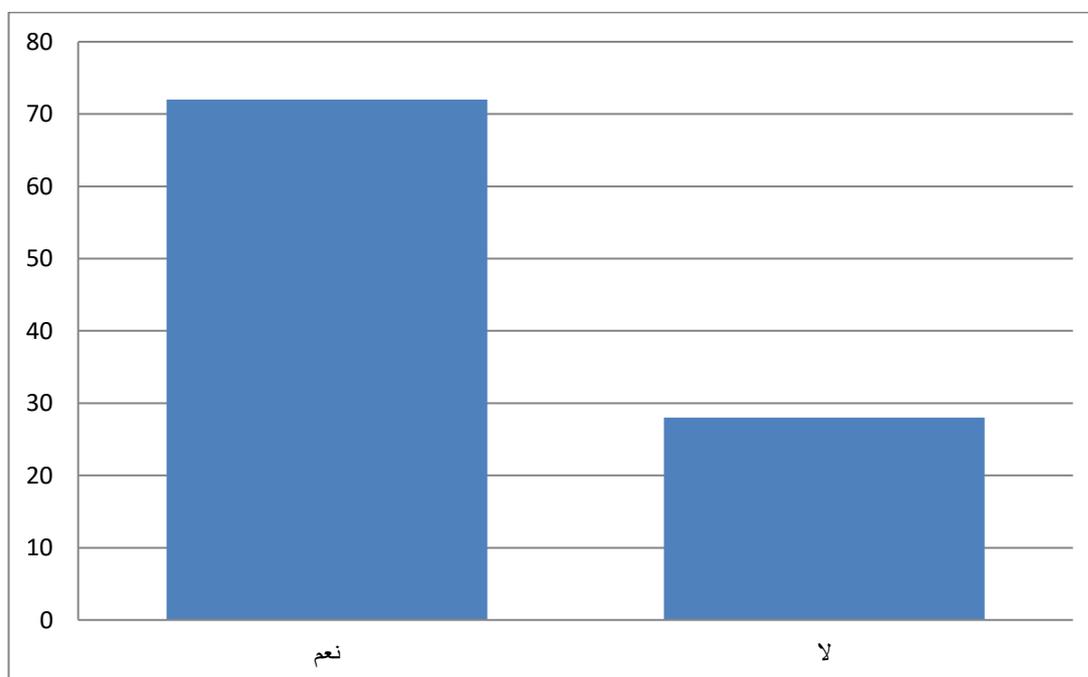
الجدول رقم (19) يبين مداهمية الألعاب ش ر في الإرتقاء بالمستوى المهاري

من خلال الجدول نلاحظ أنه للألعاب الشبه رياضية أهمية للإرتقاء بمستوى الأداء المهاري حيث كانت نسبة الإجابة لنعم 72%، أما الإجابة بلا فكانت بنسبة 28%.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن الألعاب شبه رياضية لها أهمية في الإرتقاء بمستوى الأداء المهاري.



الشكل البياني رقم (17) يمثل أهمية الألعاب شبه رياضية في الإرتقاء بالمستوى

السؤال الخامس: هل تساعد الألعاب شبه رياضية في تحقيق الأداء المهاري عند المبتدئين؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			التكرار	
				المجموع	لا	دائما		أحيانا
8.26	5.99	0.05	1	25	1	15	9	
				100%	4	60	36	النسبة المئوية

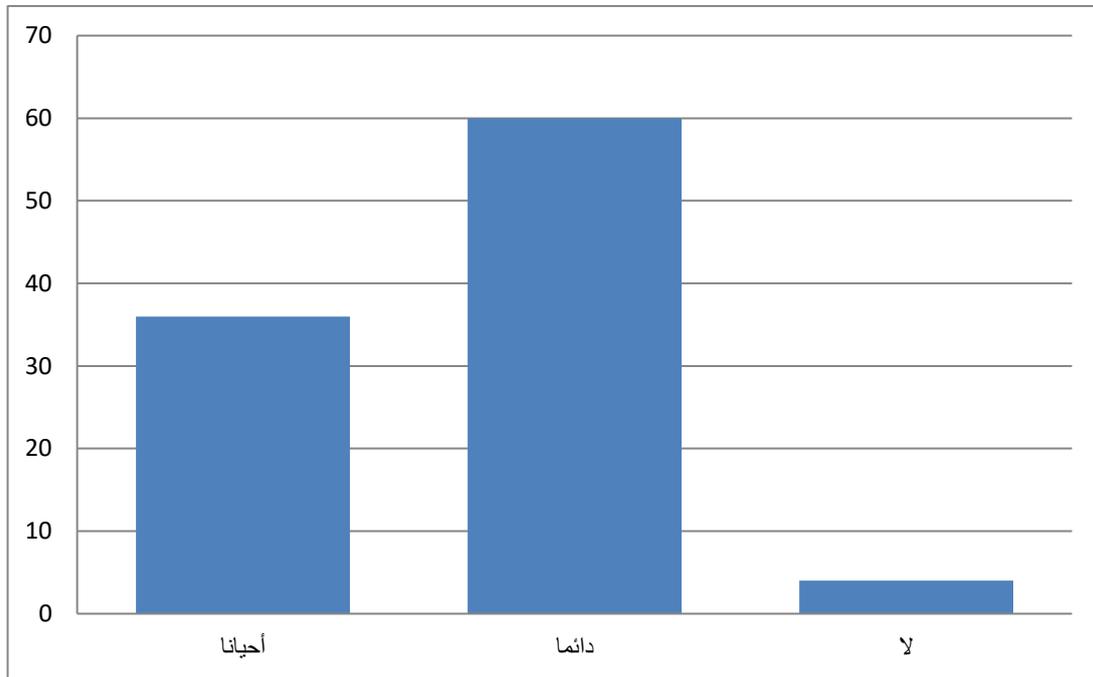
الجدول رقم(20) يبين ما إذا كانت الألعاب ش ر تساعد في تحقيق الأداء المهاري

نلاحظ من خلال الجدول أن الألعاب الشبه رياضية دائما ما تسهل في تحقيق الأداء المهاري وذلك بنسبة 60% حسب عينة المدربين ، وأحيانا بنسبة 36% أما عكس ذلك فكان بنسبة شبه منعدمة 4%.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن الألعاب شبه رياضية تساعد في تحقيق الأداء المهاري.



الشكل البياني رقم(18) يمثل نسبة مساعد الألعاب ش ر في تحقيق الأداء المهاري

السؤال السادس: هل ترى أن الألعاب شبه رياضية تزيد من دافعية المبتدئين في ممارسة التدريبات
المهارية؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			التكرار	
				المجموع	لا	دائما		أحيانا
7.27	5.99	0.05	2	25	0	19	6	
				100%	0	76	24	النسبة المئوية

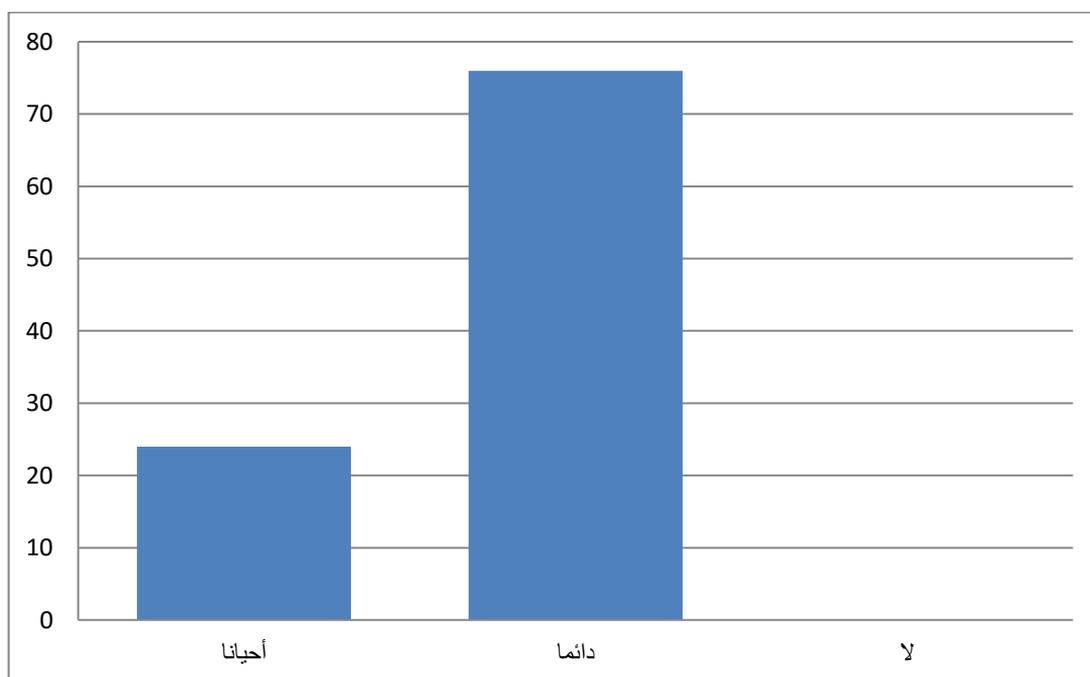
الجدول رقم (21) يبين ما إذا كانت الألعاب ش ر تزيد من دافعية المبتدئين في ممارسة التدريبات المهارية

إذن من خلال الجدول نلاحظ أن الألعاب ش ر دائما ما تزيد من دافعية المبتدئين لممارسة التدريبات المهارية و ذلك بنسبة 76%، و أحيانا بنسبة قليلة 24%، أما لا فلا نجد لها نسبة فوق الصفر.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أكبر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 2 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن الألعاب شبه رياضية دائما ما تزيد من دافعية المبتدئين لممارسة التدريبات المهارية.



الشكل البياني رقم (19) يمثل الألعاب ش ر تزيد من دافعية المبتدئين في ممارسة التدريبات
المهارية

السؤال السابع: عند استخدام الألعاب شبه رياضية هل تلاحظ بأن الاعيين المبتدئين تمكنو من اكتساب بعض المهارات؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			التكرار	
				المجموع	لا	نوعا ما		نعم
11.44	5.99	0.05	2	25	1	17	7	
				100%	4	68	28	النسبة المئوية

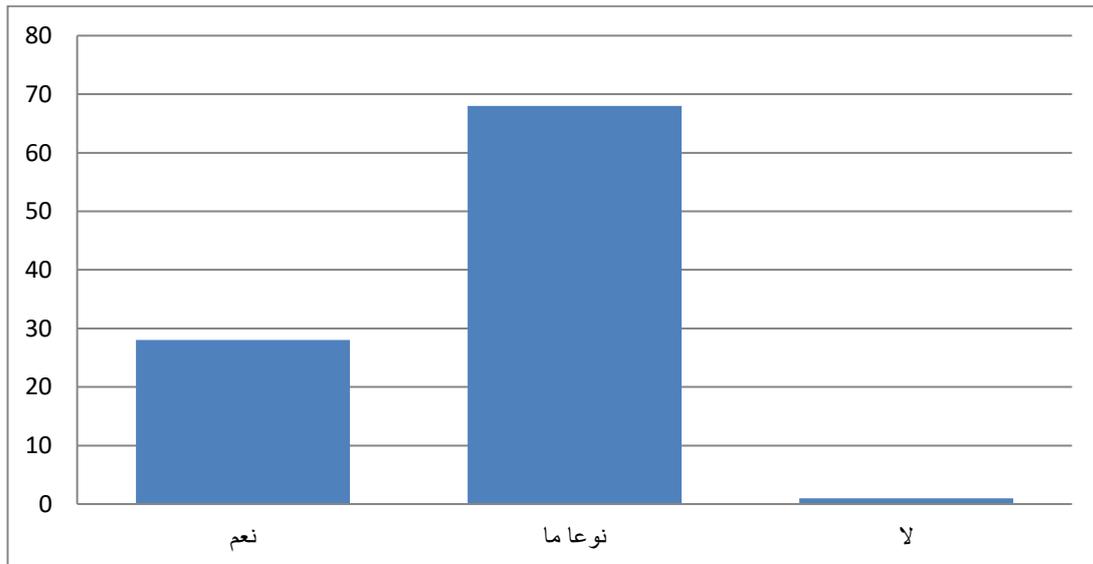
الجدول رقم(22) يبين ما إذا كانت الألعاب ش ر عند إستخدامها تكسب المبتدئين بعض المهارات

نلاحظ من خلال الجدول أن الألعاب الشبه رياضية عند إستخدامها تكسب المبتدئين نوعا ما بعض المهارات وذلك بنسبة 68% حسب عينة المدربين ، و فعليا بنسبة قليلة 28% ، أما عكس ذلك فكان بنسبة شبه منعدمة 4%.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 2 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أنه عند استخدام الألعاب شبه رياضية يكتسب المبتدئون نوعا ما بعض المهارات.



الشكل البياني رقم(20) يمثل ما إذا كانت الألعاب ش ر عند إستخدامها تكسب المبتدئين بعض المهارات

السؤال الثامن: هل الألعاب شبه رياضية تكسر من الروتين التدريبي أثناء تعليم المهارات الأساسية؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			
				المجموع	لا	نعم	
7.89	3.84	0.05	1	25	0	25	التكرار
				100%	0	100	النسبة المئوية

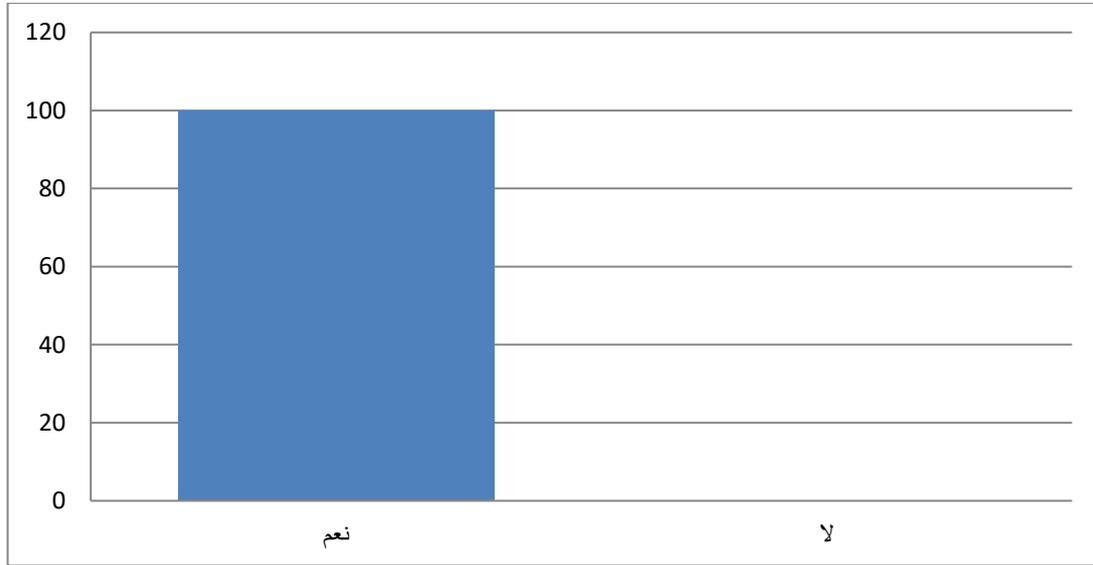
الجدول رقم (23) يبين ما إذا كانت الألعاب ش ر تكسر من الروتين التدريبي أثناء تعليم المهارات الأساسية

يتبين لنا من خلال الجدول أن الألعاب شبه رياضية تكسر من الروتين التدريبي أثناء تعلم المهارات الأساسية وذلك بنسبة 100% حسب عينة المدربين.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن الألعاب شبه رياضية تكسر من الروتين التدريبي أثناء تعليم المهارات الأساسية.



الشكل البياني رقم (21) يمثل ما إذا كانت الألعاب ش ر تكسر من الروتين التدريبي أثناء تعليم المهارات الأساسية

السؤال التاسع: هل هناك من الألعاب شبه رياضية ما لها علاقة مباشرة بتعليم المهارات الأساسية؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			
				المجموع	لا	نعم	
4.16	3.84	0.05	1	25	10	15	التكرار
				100%	40	60	النسبة المئوية

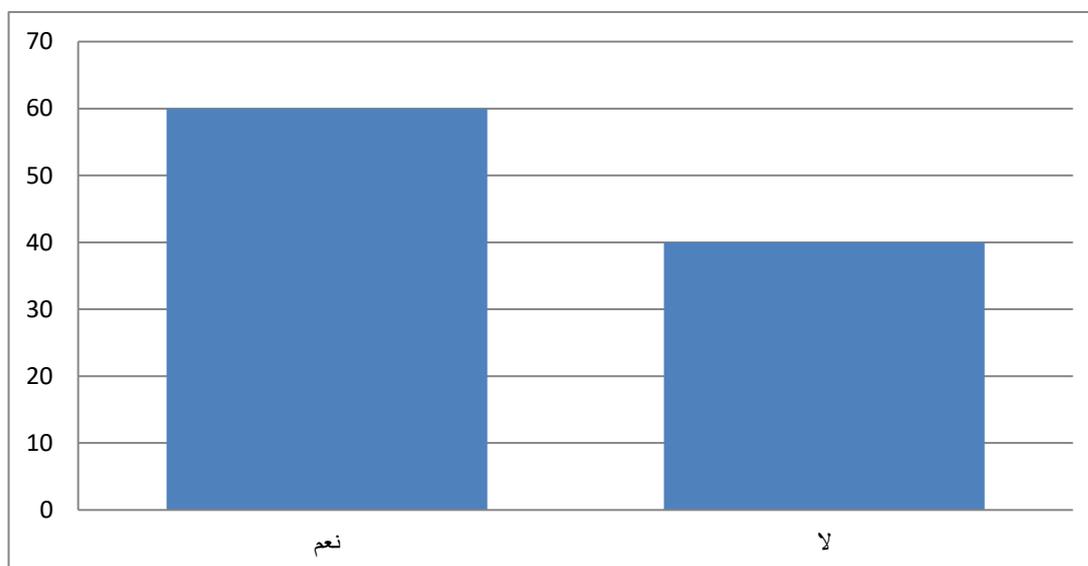
الجدول رقم(24) يبين ما إذا كان هناك من الألعاب ش ر ما له علاقة مباشرة بتعليم المهارات الأساسية

من خلال الجدول نلاحظ أن 60% من العينة قد أفادو أن هناك من الألعاب الشبه رياضية ما له علاقة مباشرة بتعليم المهارات الأساسية ، أما من أفادو بعكس ذلك فكانت نسبتهم 40%.

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 1 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج أن الألعاب شبه رياضية فيها ما له علاقة مباشرة بتعليم المهارات الأساسية حسب أغلبية الإجابات.



الشكل البياني رقم(22) يبين ما إذا كان هناك من الألعاب ش ر ما له علاقة مباشرة بتعليم المهارات الأساسية

السؤال العاشر: هل ينجح معك أسلوب اللعب في التوفيق بين تحقيق الأهداف التدريبية؟

ك2 المحسوبة	ك2 الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإقتراحات			التكرار	
				المجموع	لا	دائما		أحيانا
6.25	5.99	0.05	1	25	0	19	6	
				100%	0	76	24	النسبة المئوية

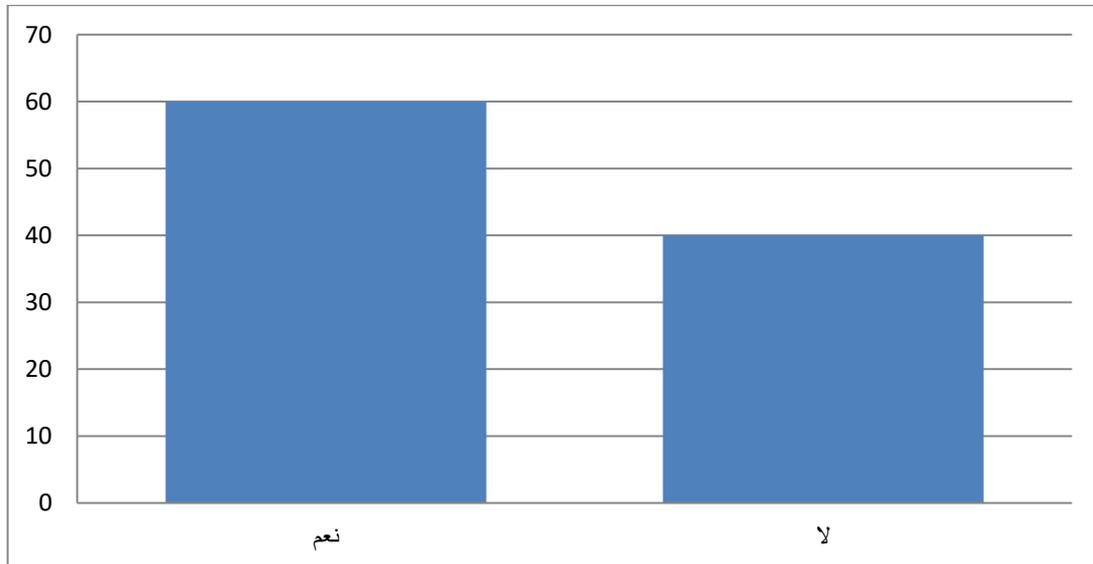
الجدول رقم(25) يبين ما إذا كان ينجح أسلوب اللعب في التوفيق بين تحقيق الأهداف التدريبية

يتبين لنا من خلال الجدول أن 19% من المدربين قد أجابو أنه دائما ينجح أسلوب اللعب في التوفيق بين تحقيق الأهداف التدريبية و الترويج ، و 6% قد أجابو بأحيانا، ونجد 0% في الإحتمال لا..

من خلال الجدول نلاحظ أيضا أن ك2 الجدولية أصغر من ك2 المحسوبة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 2 و هذا ما يبين وجود دلالة إحصائية وعدم وجود تطابق، وهذا ما يتفق مع الدراسة.

إستنتاج:

نستنتج وحسب أغلبية إجابات العينة أن أسلوب اللعب دائما ما ينجح في التوفيق بين تحقيق الأهداف التدريبية و الترويج.



الشكل البياني رقم(23) يمثل ما إذا كان ينجح أسلوب اللعب في التوفيق بين تحقيق الأهداف التدريبية

الإستنتاجات:

- أن الألعاب الشبه رياضية لها أثر كبير وبالغ الأهمية في نجاح البرنامج التدريبي التعليمية الخاصة بالناشئين المبتدئين.
- أن الألعاب الشبه رياضية لها علاقة مباشرة بالأداء المهاري.
- أن الألعاب شبه رياضية تحقق أهداف مهارية و بدنية و تزيد من نكاء المبتدئين.
- وفي الأخير استنتجنا أن نتائج الإجابات التي تحصلنا عليها جاءت مؤكدة لخلفية نظرية.

مقابلة النتائج بالفرضيات:

فرضيات الدراسة:

فرضية عامة:

- تساهم الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء المهاري لدى الناشئين كرة القدم.

فرضيات جزئية:

- للألعاب الشبه رياضية دور فعال في تحسين الأداء المهاري لدى المبتدئين الناشئين لكرة القدم.

- إشراك الألعاب الشبه رياضية في الحصص التدريبية ينمي القدرات مهارية عند المبتدئين الناشئين لكرة القدم.

بعد إتمام الدراسة الوصفية و تحليل جميع نتائج الإستبيان المقدم للمدربين، بعد الدراسة الإحصائية لاحظنا أن الفرضية العامة قد تحققت بما فيها الفرضيات الجزئية أيضا.
مناقشة الفرضية العامة:

الفرضية:

- تساهم الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء المهاري لدى المبتدئين الناشئين في كرة القدم.
المناقشة: لقد أثبتت النتائج صدق تنبؤنا من خلال إجابات المدربين الذين قدمت لهم استمارات الإستبيان التي تضمنت أهمية الألعاب شبه رياضية واتخاذها من طرف المدربين كركيزة في سهولة إكتساب الأداء المهاري الجيد.

التوصيات والإقتراحات:

بالنظر إلى ما توصلنا إليه من معلومات من خلال تحليل و معالجة النتائج الإحصائية ، نقدم فيما يلي مجموعة من التوصيات والإقتراحات:

في المجال الميداني:

-نوصي المدربين على الإعتماد على تنمية وتطوير الجانب المهاري جيدا وذلك بإعتماد على الألعاب الشبه رياضية بمراعاة كل الأسس العلمية في هذا المجال من أجل تحقيق أفضل أداء مهاري للناشئين المبتدئين.

- التنوع في الألعاب الشبه رياضية للإستهداف عدد كبير من المهارات الأساسية.

- التركيز على تعليم الجانب المهاري خاصة عند المبتدئين الناشئين.

- الإهتمام بالفئات العمرية الصغيرة في تنمية الأداء المهاري.

- إتباع برامج تدريبية مبنية على خلفية علمية.

- إحترام قواعد التدريب الرياضي و معرفة كيفية وضع الأحمال التدريبية خلال

الحصص التدريبية.

في مجال البحث العلمي:

- نوصي الباحثين بالبحث أكثر في هذا الصنف، لما له من أهمية في التدريب الرياضي، مع تطبيق طرحنا مع عينات مختلفة و متغيرات أخرى لإثباته أكثر من خلال التجريب المستمر المبني على أسس علمية.

- نحن كطالبين باحثين نوصي ونقترح على وضع برامج تعليمية خاصة بالطلبة معاهد التربية

البدنية و المدربين الذين يتلقون التكوين في المدارس العليا و المعاهد الوطنية للرياضة من أجل

تكوين خاصة بفئة الناشئين لأن هذه الفئة إن صلحت صلح مستقبل التخصص فيها.

الخلاصة العامة:

تعتبر الألعاب الشبهرياضية ذات أهمية بالغة لتعلم المهارات الأساسية المختلفة، فهي تساهم بمقدار كبير في تبسيط المهارات الأساسية و جعلها سهلة و هذا بواسطة الطابع الذي تتميز به هذه الأخيرة و الذي يتجسد في التحفيز و التنافس و الارتفاع و التعلم كذلك ، و بالتالي تؤدي إلى رفع رغبة اللاعب و تنشيطه بدنيا و نفسيا ، أي زيادة قابليته للتعلم و اكتشاف أخطائه و تصحيح الأخطاء التي يقع فيها.

ومن هنا سعى كطالبيين باحثين للبحث في إحدى الجوانب المرتبطة بتدريب المبتدئين الناشئين رياضة كرة القدم والمتعلقة بمدى أهمية ارتباط الألعاب الشبه رياضية بالأداء المهاري في ظل اختلاف المهارات الأساسية من تخصص للأخر ، فأسفرت نتائج الدراسة عن أهمية الاعتماد على ربط الألعاب شبه رياضية بالأداء المهاري على أسس علمية ، من خلال الحصول على نتائج نهائية دالة على التطور الحاصل في مستوى المبتدئين الناشئين ما أكد على نجاعة هذا الطرح في التدريب الرياضي و في تخصص كرة القدم، ولما لا تطبيقه مع التخصصات الأخرى، وخاصة الجماعية منها لتشابهها في المتطلبات والقواعد الأساسية.

المصادر والمراجع:

- إبراهيم شعشوعة. (جوان, 1992). المقارنة بين طريقتين في التدريب الرياضي.
- إبراهيم مروان عبدالمجيد. (2002). النمو البدني والتعلم الحركي. عمان: الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.
- الفزاز محفوظ محمد حسين. (1989). السلوك الإستكشافي ببعض المتغيرات لدى تلاميذ السنة السادسة ابتدائي. أطروحة دكتوراه. بغداد: كلية التربية ابن رشد.
- ألين وديع فرح. (1996). خيارات في الألعاب للصغار والكبار. الإسكندرية: دار المعارف.
- بوغدة نواري وعمارة نوردين. (بلا تاريخ). أهمية الألعاب الشبه رياضية للألعاب الجماعية.
- تامر الدوودي. (12, 09, 2012). التدريب الرياضي. مقدمة عن التدريب الرياضي.
- جميل رومي. (1986). كرة القدم. بيروت: دار النقائض.
- حامد عبدالسلام زهران. (1983). علم النفس النمو والطفولة والمراهقة. لبنان: دار الثقافة.
- حسين السيد أبو عبده. (2002). أساسيات تدريس التربية الحركية البدنية. الإسكندرية: مطبعة الإشعاع.
- حسين عبدالجواد. (1984). الألعاب الصغيرة. بيروت: دار العلم للملايين.
- رشيد حميد زفير. سيكولوجية النمو. دار المعرفة.
- صلاح الدين العمري. (2010). سيكولوجية النمو. عمان: دار الثقافة للتوزيع والنشر.
- عبد العزيز فهمي. (1994). مبادئ الإحصاء. الجزائر: 95.
- عبدالرحمن الوافي. (2006). مدخل إلى علم النفس. دار هومة.
- عبدالمجيد دريسان. (2000). ألعاب الحركة. الأردن: دار الشروق.

- عزمي محمد سعيد. (1996). أساليب تطوير و تنفيذ درس التربية البدنية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق. الإسكندرية: نشأة المعارف.
- عطيات محمد خطاب. (1990). أوقات الفراغ والترويح. القاهرة: دار المعارف.
- عفان أحمد عوسي. (1994). ثقافة الطفل بين الواقع والطموحات. مكتبة الزهراء.
- علاوي محمد حسن. (1985). علم النفس الرياضي.
- عمر محمد التومي. (1981). تطوير النظريات و الأفكار التربوية.
- فرج ألين وديع. (1996). خيارات في الألعاب للصغار والكبار. الإسكندرية: دار المعارف للنشر والتوزيع.
- قاسم المنذولوي. (1990). دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية. دار الفكر العربي.
- مروان عبد المجيد. أسس البحث العلمي.
- مروان عبد المجيد. البحث العلمي في التربية الرياضية. الجامعة الهولندية كلية العلوم الرياضية.
- مروان عبدالمجيد إبراهيم. النمو البدني والتعلم الحركي.
- مصطفى السابع محمد. (2001). إتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضية. مكتبة الإشعاع الفنية.
- مفتي حماد. (2000). طرق تدريس ألعاب الكراتي. دار الفكر العربي.
- وديع فرج. (2007). خيارات في الألعاب للصغار والكبار. الإسكندرية: منشئة المعارف.

المصادر والمراجع الإلكترونية:

- Complete Soccer Guide: How to Pass a Soccer Ball (2012 ,06 02) ، من <https://completesoccerguide.com/soccer-passing/>.
- Complete Soccer: shooting in football: how to perfect your technique (2018 ,11 21) من [/https://completesoccerguide.com/soccer-passing](https://completesoccerguide.com/soccer-passing).
- Cox Malcolm – the soccer store (2019 ,01 7) من ، <https://www.thesoccerstore.co.uk/blog/football-training/shooting-in-football-how-to-perfect-your-technique>.
- Eric bottym Vigot .l'européenne à entrainement .(1981) .Paris.
- Kindersley Dorling .Essential soccer skills .(2011) New york.
- sportif dans la les jeux pré .(1986) .rachid aoudia ،<https://mawdoo3.com/>
.costanty: IEPS .formation en hand.
- Robert Malina and Claude Boucharde .(1991) .Growth maturation and physical activity.

- أحمد مجدي. مفاهيم عامة في البحث العلم (2019 07.01) ، من مكتبتك

<https://www.maktabtk.com/blog/post/1004/>

- الخير الشيخ محمد. تدريب الناشئين فن و أمانة ومسؤولية (2021 04/11)، من جريدة العرب

الدولية والإقتصادية. https://www.aleqt.com/2010/09/30/article_449157.html

- موضوع. الرياضة وأهميتها. (2020 ,2 16) https://mawdoo3.com: https://mawdoo3.com

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبدالحميد ابن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

في إطار البحث العلمي، و من أجل إنجاز دراسة علمية متمثلة في مذكرة تخرج تتدرج تحت سياق نيل شهادة الماستر تخصص تدريب وتحضير بدني تحت عنوان " أهمية الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء المهاري عند المبتدئين في كرة القدم"، وعليه نطلب من المدرسين الكرام و الذين وقع عليهم إختيارنا الإجابة على أسئلة هذا الإستبيان و بكل شفافية و مصداقية.

شكرا

المحور الأول: معلومات شخصية

1- ما هو عدد سنوات الخبرة لديك؟

أكثر من ذلك

8-6

6-4

4-2

2- ماهي شهادتك التدريبية؟

مستشار

CAF A

CAF B

CAF C

FAF 3

FAF 2

FAF 1

3- هل لديك خبرة كلاعب سابق في كرة القدم؟

لا

نعم

4- إن كانت إجابتك نعم، هل مارست كرة القدم منذ أن كنت ناشئاً؟

لا

نعم

5- إن كانت إجابتك بنعم، هل إعتد مدريك على الألعاب الشبه رياضية في برامجهم التدريبية؟

أبدا

كثيرا

أحيانا

6- ماهي عدد سنوات الخبرة لديك في تدريب الناشئين المبتدئين؟

أكثر من ذلك

8-6

6-4

4-2

7- هل تلقيت تكويناً خاصاً بتدريب الناشئين؟

لا

نعم

المحور الثاني: الألعاب شبه رياضية والمبتدئين الناشئين في كرة القدم

1- هل تطبق الألعاب شبه رياضية أثناء برنامجك التدريبي للمبتدئين؟

لا

دائما

أحيانا

2- هل تعتبر الألعاب شبه رياضية أثناء الحصة التدريبية هامة للاعبين المبتدئين في كرة القدم؟

لا

نعم

3- هل يشعر اللاعب المبتدئ بإرتياح كبير عندما تحتوي الحصة التدريبية على مجموعة من الألعاب شبه رياضية؟

لا

نعم

4- هل تكسب الألعاب شبه رياضية المبتدئين رغبة في ممارسة كرة القدم؟

لا

نعم

5- هل ترى أن الألعاب شبه رياضية تؤثر إيجابا في تحقيق أهدافك التدريبية؟

لا

نوعا ما

نعم

المحور الثالث: الألعاب شبه رياضية و الأداء المهاري عند المبتدئين الناشئين

1- هل تعتبر الألعاب شبه رياضية هامة في تحقيق أهدافك أثناء الحصص التدريبية؟

لا

دائما

أحيانا

2- إذا كانت الإجابة بنعم، فأى الأهداف تحققها الألعاب شبه رياضية بنسبة كبيرة؟

خطئية

بدنية

مهارية

3- هل هناك علاقة بين الألعاب شبه رياضية و المهارات الأساسية؟

لا

نعم

4- هل ترى أن هناك أهمية في إشراك الألعاب شبه رياضية للإرتقاء بالمستوى المهاري للمبتدئين؟

لا

نعم

5- هل تساعد الألعاب شبه رياضية في تحقيق الأداء المهاري عند المبتدئين؟

لا

دائما

أحيانا

6- هل ترى أن الألعاب شبه رياضية تزيد من دافعية المبتدئين في ممارسة التدريبات المهارية؟

لا

دائما

أحيانا

7- عند استخدام الألعاب شبه رياضية هل تلاحظ بأن اللاعبين المبتدئين تمكنو من اكتساب بعض المهارات؟

لا

نوعا ما

نعم

8- هل الألعاب شبه رياضية تكسر من الروتين التدريبي أثناء تعليم المهارات الأساسية؟

لا

نعم

9- هل هناك من الألعاب شبه رياضية ما لها علاقة مباشرة بتعليم المهارات الأساسية؟

لا

نعم

10- هل ينجح معك أسلوب اللعب في التوفيق بين تحقيق الأهداف التدريبية؟

لا

دائماً

أحياناً

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبدالحميد ابن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

تحت قيد الدراسة المتمثلة في مذكرة تخرج التي هي طور الإنجاز في سياق نيل شهادة الماستر تخصص تدريب وتحضير بدني تحت عنوان " أهمية الألعاب الشبه رياضية في تحسين الأداء المهاري عند المبتدئين الناشئين في كرة القدم "، وعليه نطلب من أساتذتنا ودكاترتنا الكرام تحكيم هذا الإستبيان و توجيهنا في نطاق عمل بيداغوجي ناجح. و شكرا

الإسم واللقب	الدرجة العلمية	التوقيع
كوتشوك سيد أحمد		
عتوتي نورالدين		
جغدم بن ذهبية		
سنوسي عبدالكريم		
فغلول سنوسي		