

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في التدريب الرياضي

تحت عنوان

تحديد فرق المستويات المعيارية لبعض الصفات التوافقية

(السرعة، الرشاقة، المرونة) عند لاعبي كرة القدم

فئة أقل من 13 سنة

بحث مسحي اجري على لاعبي كرة القدم لولاية مستغانم وغيليزان

- الأستاذ المشرف:

* بن خالد حاج

- من إعداد الطالبان:

✓ عمراي فتحي

✓ عيسى نجم الدين

السنة الجامعية: 2015/2014

اللهم لك الحمد كله و لك الشكر كله و إليك يرجع الامر كله علانيته و سره من قلوب تشبع بالدفء و الحنان، من عقول تسعى تطلعا إلى أسرار هذه الأكوان و من أرواح متعلقة برب الجنان، يطيب لي أن اهدي ثمرة جهدي و عصارة فكري إلى اعز ما املك في هذه الدنيا و الآخرة بعد الله سبحانه و تعالى إلى من أخرج الناس من الظلمات إلى النور و حرر العقول " حبيبي و قدوتي و رسولي محمد صلى الله عليه و سلم "

* إلى أعز ما لدي " الوالدين الكرمين " إلى التي حملتني هونا على هون إلى من أمتني بقلبها و حوارحها و أنستني في السراء و الضراء، إلى شمس حياتي و مصدر سعادي إليك "أمي" حفظك الله و رعاك.

* إلى الذي جال و صال في كياني حتى أصبحت موجودا، إلى الذي علمني حتى أتقنت معاني الرجولة و الشهامة، إلى من أنار لي درب الحياة و علمني ألا أتواني عن طلب العلم حتى الممات إليك "أبي" العزيز حفظك الله و رعاك.

* إلى الذين عرفت معهم الحياة الأخوية سعادة و أحزانا إخوتي:.

* إلى كل الأهل والأقارب كبيرا وصغيرا .

* إلى كل الأصدقاء والأحباب وإلى كل من يعرف إسم "عمراني فتحي" من قريب أو من بعيد

* إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا البحث .

* إلى الأستاذ المشرف : الحاج بلخالد.

* إلى كل أساتذة وطلبة معهد التربية البدنية و الرياضية و إلى كل دفعة ل.م.د 2015.

"فتحي"

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك .. ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك .. ولا تطيب

الآخرة إلا بعفوك .. ولا تطيب الجنة إلا برؤيتك الله جل جلاله

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة .. ونصح الأمة .. إلى نبي الرحمة ونور العالمين..

سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار .. إلى من علمني العطاء بدون انتظار .. إلى من أحمل أسمه بكل افتخار .. أرجو

من الله أن يمد في عمرك لثرى ثماراً قد حان قطافها بعد طول انتظار وستبقى كلماتك نجوم أهتدي بها اليوم وفي

الغد وإلى الأبد..

أهدي ثمرة جهدي الى من مسهت الليالي لبلوغ الأعلي إلى القلب الحنون والصدر الرحب

أمي العزيزة "عائشة"

وإلى كل من كان لي السند والدعم في مشواري في مشواري الدراسي أبي العزيز "محمد"

أهدي الى رفقاء الدرب.

أهدي إلى كل من جد في طلب العلم وأساتذة معهد التربية البدنية والرياضية.

أهدي الى إخوتي وأخواتي

وأخيراً أهدي هذا الجهد المعتبر الى الأستاذ المؤطر " ولى زملاء الدفعة ولى كل من ساهم

من قريب ومن بعيد في انجاز هذه المذكرة.

"نجم الدين"

شكر وتقدير

نحمد الله تعالى بمّنه وانعامه وتوفيقه لنا بتمام هذا البحث المتواضع الذي هو بين أيديكم

نتقدم بشكرنا الجزيل الى أستاذنا المشرف "بن خالد حاج" على النصائح وإرشاداته

المنهجية والعلمية التي لم ييخل بها علينا طوال انجاز هذا البحث كما أتوجه الى شكر الى

كل من قدم يد العون ماديا ومعنويا من قريب أو من بعيد ، مراد، براهيم، أيمن،

أحمد الباي كما نشكر الأخ "مخلّش صدام الحسين" و "مواسيم رابح" على كتابة

هذه لمذكرة كما نشكر كل عمال وأساتذة معهد التربية البدنية والرياضة . كما نشكر

رؤساء فرق الأندية لجمعية براعم آمال المطمر بولاية غليزان واتحاد وترجي والمهدية

بولاية مستغانم.

كما نشكر المدرين لهاته الأندية وخاصة:

بوسكين، قرني مراد، سويكني، بلعلى حبيب، بورابح محمد، مواسيم ادريس.

"ولله الحمد"

قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
أ	الإهداء
ج	الشكر والتقدير
د	قائمة تسلسل الجداول
د	قائمة تسلسل الأشكال البيانية
التعريف بالبحث	
1	1- مقدمة بالبحث
2	2- اشكالية البحث
2	3- أهمية البحث
2	4- أهداف البحث
2	5- فرضيات البحث
3	6- التعريف بمصطلحات البحث
4	7- الدراسات المشابهة
الباب الأول: الدراسة النظرية والدراسات المشابهة	
الفصل الأول : (التقويم والقياس)	
11	- تمهيد
12	1- التقويم
12	1-1- التقويم الذاتي
13	1-2- التقويم الموضوعي
13	1-3- التقويم التشخيصي
13	2- القياس
14	2-1- القياس المباشر
14	2-2- القياس الغير المباشر
15	3- الاختبار

16	4- المعايير
16	5- أهمية القياس والاختبارات في المجال الرياضي
16	6- الدرجة المعيارية
17	6-1- أنواع الدرجة المعيارية
17	6-1-1 الدرجات الخام
18	6-1-2 الدرجات المشتقة
18	6-1-3 المتوسطات
18	6-2- معايير الدرجات المعيارية
18	6-3- أهم عيوب الدرجات المعيارية
19	- الخلاصة
الفصل الثاني: (متطلبات كرة القدم والصفات التوافقية)	
21	- تمهيد
22	1- مفهوم الأداء
22	1-2- أنواع الأداء
22	1-2-1 أداء المواجهة
22	1-2-2 الأداء الدائري
23	1-2-3 الاداء في محطات
23	2- مفهوم الأداء المهاري
23	2-1- أهمية الأداء المهاري
24	2-2- مراحل الأداء المهاري
24	2-2-1- مرحلة اكتساب التوافق الأولي للمهارة الحركية
24	2-2-2- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للحركة
25	2-2-3- مرحلة اتقان وتثبيت وتكامل المرحلة الحركية
25	3- خطوات التدريب على المهارة حتى الوصول الى الاتقان وتثبيت المهارة وتكامله
25	4- العوامل المؤثرة في تطوير الأداء المهاري ووصوله للآلية
26	5- الأداء المهاري في خطة التدريب السنوية
26	6- دور المدرب في الأداء المهاري
26	7- الأداء الخططي

27	7-1- أهداف الأداء الخططي
27	7-2- واجبات الأداء الخططي
28	7-3- اكتساب المهارات والقدرات الخططية
28	7-4- مراحل الأداء الخططي
28	8- تعريف الصفات التوافقية
29	8-1- أنواع الصفات التوافقية
29	8-1-1- السرعة
29	8-1-2- أنواع السرعة
30	8-1-3- أهمية السرعة
30	8-1-4- تنمية السرعة عند الطفل
31	8-2- الرشاقة
32	8-2-1- أقسام الرشاقة
32	8-2-2- أهمية الرشاقة
32	8-2-3- تنمية الرشاقة عند الطفل
33	8-3- المرونة
33	8-3-1- أنواع المرونة
34	8-3-2- أهمية المرونة
34	8-3-3- تنمية المرونة عند الطفل
35	- الخلاصة
الفصل الثالث: (خصائص المرحلة العمرية لأقل من 13 سنة)	
37	- تمهيد
38	1- تعريف النمو
38	1-1- النمو التكويني
38	1-2- النمو الوظيفي
38	2- خصائص النمو للمرحلة العمرية لأقل من 13 سنة
38	2-1- النمو الجسمي الحركي
40	2-2- النمو النفسي الانفعالي
41	2-3- النمو العقلي المعرفي

42	2-4- النمو الاجتماعي
42	3- الطفل والممارسة الرياضية
42	3-1- أهمية الرياضة في نمو شخصية الطفل
43	3-2- الأسباب المؤدية للممارسة الرياضية
44	3-3- مطالب الطفوله لأقل من 13 سنة
45	3-4- حاجات الأطفال للممارسة الرياضية
47	- الخلاصة
الباب الثاني: الدراسة الميدانية	
الفصل الأول: (منهجية البحث والإجراءات الميدانية)	
51	- تمهيد
51	1- منهج البحث
52	2- عينة البحث
52	3- مجالات البحث
52	3-1- المجال البشري
52	3-2- المجال المكاني
53	3-3- المجال الزمني
53	4- أدوات البحث
53	5- ضبط المتغيرات الاجرائية
54	6- متغيرات البحث
54	7- الدراسة الاحصائية
54	7-1- تحديد الاختبارات والقياسات الاحصائية.
54	8- مواصفات الاختبارات الصفات التوافقية
56	9- دراسة استطلاعية
57	10- الوسائل الاحصائية
59	11- صعوبة البحث
59	- الخلاصة
الفصل الثاني: (عرض وتحليل النتائج)	
61	1- عرض وتحليل النتائج

61	1-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات مهارة لسرعة
62	1-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار 30م.
63	1-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات مهارة المرونة.
64	1-4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار ثني الجذع من الوقوف الى الأمام.
65	1-5- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات مهارة الرشاقة
66	1-6- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار الجري بالكرة بين الشواخص
67	2- الاستنتاجات.
67	2-1- مناقشة فرضيات البحث.
68	2-2- التوصيات.
69	- خلاصة.
70	المراجع والملاحق
76	ملخص البحث

قائمة تسلسل الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم
57	الجدول رقم 01 معامل الثبات صدق والاختبار	01
61	الجدول رقم 02 يوضح النسب المئوية لدى لاعبي كرة القدم في اختبار السرعة والنسب المقررة لها في منحني التوزيع الدوري	02
63	الجدول 3 يوضح النسب المئوية لدى لاعبي كرة القدم في اختبار المرونة والنسب المقررة لها في المنحنى التوزيع الطبيعي	03
65	الجدول رقم 04 يوضح النسب المئوية لدى لاعبي كرة القدم في اختبار الرشاقة والنسب المقررة في منحني التوزيع الطبيعي	04

قائمة تسلسل الأشكال البيانية

الصفحة	عنوان الشكل	رقم
61	الشكل رقم (1) يمثل النسبة المئوية للاعبين كرة القدم لمهارة السرعة والنسب المقررة لها في منحني التوزيع الطبيعي	01
63	الشكل رقم 02 يمثل النسبة المئوية للاعبين كرة القدم لمهارة المرونة والنسب المقررة لها في المنحنى التوزيع الطبيعي	02
65	الشكل رقم 3 يمثل النسب المئوية لدى لاعبي كرة القدم لمهارة الرشاقة والنسب المقررة لها في منحني توزيع الطبيعي	03

1- مقدمة البحث:

تعتبر كرة القدم الأكثر شعبية في معظم دول العالم، والتي احتلت مراكز متقدمة بين الرياضات وزاد الاقبال عليها من كافة الأعمار ومن كلا الجنسين فتطورها وشعبيتها لم يكن ولد صدفة بل كان حصيلة مستيقضة وتفاعل علوم مختلفة كعلم التشريح والفلسفة وعلم النفس والاجتماع ... وعلوم أخرى ساهمت كلها في رفع مستوى الانجاز الرياضي وتطوير الحالة التدريبية للاعبين والتركز على إعدادهم اعدادا جيدا خلال الفترة الإعدادية بقسميها العام والخاص، فتطورت طرق تدريباتها تطورا سريعا من الناحية البدنية والمهارية والخططية والنفسية، ولا يتم هذا إلا بايجاد الطرق العلمية الصحيحة والوسائل الضرورية تحت إشراف إدارات ذات كفاءات عالية من التكوين والإعداد.

وبتطرقنا لموضوع كرة القدم نجد أن الكرة الجزائرية تستدعي الكثير من الاهتمام، حيث تعرف اليوم كرة القدم الحديثة تطورا كبير عبر العالم خلافا للكرة الجزائرية التي شكلت تراجعاً وتدنيا وعدم الاستقرار في المستوى مما انعكس على تراجع الفرق الوطنية في جميع الأصناف العمرية دوليا وحتى قاريا، ومن أجل السير بها الى التحسن يجب الاهتمام ببناء الأجيال التي ينصب أساسها في تطوير القدرة المهارية والبدنية والعلمية وذلك ابتداء من فئة الناشئين.

ومن خلال الحديث عن هذه الفئة وسعيها منا على الكشف على مستوى لاعبيها خاصة في فئة أقل من 13 سنة تلزم منا القيام بجملة من الاختبارات والقياسات التي اقتضت على بعض الصفات التوافقية المهمة في هاته المرحلة، حيث شرعنا بدراسة تهدف أساسا إلى إيجاد طريقة مثلى لتقويم اللاعبين الناشئين، باعتبار القياسات والاختبارات إحدى الطرق العلمية التي تلعب دورا هاما في وضع مناهج وعملية تخطيط والتنظيف في المجال الرياضي.

2- اشكالية البحث:

لقد أصبحت كرة القدم اللعبة المتربعة على وجه الأرض تطورها وشعبيتها حيث كان ناتج فن أبحاث وتفاعل علوم مختلفة كعلم النفس، التدريب الرياضي، علم الحركة، الإجتماع والترشيح ... الخ من العلوم التي ساهمت في الرفع من مقدرة اللاعب معتمدة على أسس علمية للوصول للاعب الى الفورمة الرياضية. فيجب اذا كانت أدوات القياس والاختبار صالحة وتتصف بالصدق والموضوعية فان هذا يؤدي بنا للوصول الى نتائج دقيقة وهذا ما دفعنا لطرح التساؤلات التالية:

- ماهو مستوى الصفات التوافقية (السرعة، الرشاقة، المرونة) عند لاعبي كرة القدم فئة لأقل من 13 سنة؟
- كيف يتم تحديد المستويات المعيارية لبعض الصفات التوافقية (السرعة، الرشاقة، المرونة) عند لاعبي كرة القدم أقل من 13 سنة؟

3- أهمية البحث:

- تلخص أهمية بحثنا هذا في التعرف على بعض المؤشرات والمستويات المعيارية لبعض الصفات التوافقية عند لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.
- تحديد بعض المعايير التي تساعد في التعرف على مستوى الصفات التوافقية.
- إعطاء فرصة لإجراء بحوث مشابهة في جميع الولايات من أجل وضع معايير وطنية.

4- أهداف البحث:

- وضع اختبارات بدنية ومهارية لقياس وتحديد مستوى لاعبي كرة القدم.
- وضع وتحديد مستويات معيارية في اختيار وتصنيف لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة من حيث بعض عناصر الصفات التوافقية (السرعة، الرشاقة، المرونة)

5- فرضيات البحث:

- وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختيارات والقياسات التي اجريت على لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.
- المستويات المعيارية المحددة تساعد على معرفة مستوى لاعبي كرة القدم لأقل من 13 سنة.

6- التعريف بمصطلحات البحث:

- 1/ **التقويم:** هو عملية تبدأ بمقدمات وتنتهي باستخلاص عن العمل الذي نقوم به، ويعرفه "جونسن" و "نيلسون" أنه تلك العملية التي تعطي معنى لنتائج القياس وذلك عن طريق الحكم عن هذه النتائج باستخدام بعض المحكات والمعايير.
- 2/ **المستويات المعيارية:** هي درجة يعبر بها عن درجة كل فرد على أساس عدد ووحدات الانحراف المعياري لدرجة عن المتوسط. (الدين م.، اختبارات المهارة والنفسية في المجال الرياضي)
- 3/ **الصفات التوافقية:** هي الحركات الفعالة التي تعتمد على العمل المنظم والمنسق من الجهاز العصبي والعضلي، فإذا كان النسق جيد بين عمل الجهازين العصبي والعضلي تصبح الحركة منسجمة وهذا ما يعبر عنه "بالتوافق العصبي العضلي" وعندها يشعر الفرد بالقدرة على أداء بشكل جيد ويتطلب استخدام التمارين التوافقية، أدوات والغرض منا هو التناسب الجسدي والمهاري بشكل صحيح ومتزن.
- 4/ **كرة القدم:** هي لعبة جماعية تجمع بين فريقين يتكون كل منهما من احدى عشرة لاعبا لا يقل على سبعة لاعبين داخل الملعب مهما كانت الظروف- يلعب الفريقان على ميدان صالح للعب ويشرف على تحكيمها حكم وسط ومراقبين خطوط الجانبية وحكم رابع. (الحق، كتاب منهجي لطلبة واساتذة التربية والرياضية ص 01، سنة 1997)

7- الدراسات المشابهة :

* دراسة المشرق العربي:

1- دراسة محمد توفيق عبد الموجود الوليلي (الدراسة الاولى):

* العنوان: وضع مجموعة اختبارات لقياس المهارات الحركية الاساسية لكرة اليد.

1-1- أهداف البحث:

- يهدف الى وضع مجموعة اختبارات لقياس المهارات الأساسية في كرة اليد للاعبين الدوري الممتاز الأندية الجمهورية بمصر العربية.
- وضع مستويات معيارية للاعبين الدوري الممتاز للجمهورية المصرية يمكن عن طريقها تقويم المستوى المهاري للاعبين الدوري الممتاز.

1-2- إجراءات الدراسة:

أجريت على فرق الأندية الدوري الممتاز لكرة اليد والمتمثلة في تسع أندية بمجموع 105 لاعب.

وقد اختار الباحث الاختبارات التالية:

- * التمرير والاستقبال على الحائط.
- * الجري المتعرج بالكرة لمدة 30 ثا.
- * رمي الكرة لأبعد مسافة.
- * التصويب بالوثب على الهدف محدد التصويب من الأسفل بثني الذراعين.
- * الجري المتعرج مع التصويب.
- * تصويب 10 كرات.

1-3- النتائج:

هناك علاقة ارتباطية بين نتائج الفرق المشتركة في الدوري وترتيبهم وفق نتائج الاختبارات. تصميم درجات معيارية لكل اختبار (الاختبارات السابقة).

2- دراسة قدرتي سيد مرسي:

تحت عنوان "وضع مجموعة اختبارات بدنية ومهارية للاعبي الدوري الممتاز لكرة اليد سنة 1980".

1-2- أهداف الدراسة:

- وضع اختبارات بدنية ومهارية لقياس وتحديد المستوى للاعبي الدوري الممتاز في كرة اليد.
- وضع مستويات معيارية تساهم في اختبار وتصنيف والمقارنة بين امكانية استخدامها لتنمية عناصر الصفات البدنية والمهارية الخاصة بلاعبي كرة اليد.

2-2- إجراءات الدراسة:

- طبقت الدراسة على عينة تبلغ 62 لاعب مع استطلاع رأي الخبراء حول المهارات الهجومية والدفاعية واستخلاص الباحث بعض المهارات التالية:
المهارات الهجومية، التمرير، الاستقبال، التنطيط، الخداع، المهارات الدفاعية، تغطية الهجوم، التحرك الدفاعي، حائط الصد، التخلص من الحجز، مراقبة المهاجم.
- وضع الباحث 22 اختبار، يمثل المهارات الهجومية، 19 منها الاختبارات المهارية الهجومية و 3 دفاعية.

2-3- أهم النتائج:

- تم تحديد مجموعة من الاختبارات مكونة من ثمن وحدات قياس المهارات الأساسية والعناصر البدنية الهجومية ووحدة لقياس التحرك الدفاعي والهجوم معا.
- تم وضع مستويات معيارية لكل اختبار من الاختبارات سابقة الذكر.

3- دراسة محمد توفيق عبد الموجود الوليلي (الدراسة الثانية):

تحت عنوان "تقويم فعالية الأداء المهاري للاعبي كرة اليد خلال المباراة سنة 1988".

1-3- أهداف الدراسة:

- تصميم نموذج للتقويم الموضوعية لفعالية الأداء المهاري للاعبي الفرق خلال المباراة.
- التعرف على العلاقة بين درجة الفعاليات للنموذج وعدد الأهداف المسجلة للاعبي الفرق.
- التعرف على دلالة الفروق في الدرجة المحسوبة للفريق الفائز والمنهزم.

3-2- إجراءات الدراسة:

طبقت الدراسة على عينة من 82 لاعبي الدوري الممتاز لكرة اليد خمس مباريات الموسم الرياضي (1987-1988) وقد استخدم الباحث نموذج تقويم فعالية الأداء المهاري خلال المباراة ذات معايير وقد بلغ معامل صدق النمو 9.18 للمهارات الهجومية و 8.54 للمهارات الدفاعية ومعامل الموضوعية 0.93.

3-3- أهم النتائج:

أسفرت النتائج الى نموذج مقترح لتقويم فعالية الأداء المهاري للاعب والفريق خلال المباراة وأن لاعبي الدوري الممتاز لا يتمتعون بالقدرة الكبيرة من الخطط الفردية مما يؤدي الى انخفاض في المستوى الأداء المهاري كما يوجد ارتباط موجب ارتباط موجب بالرغم من ضعفه.

* دراسات الجزائر:

4- دراسة كبوية محمد:

أجريت هذه الدراسة سنة 1991 بمعهد التربية البدنية والرياضية مستغانم وكان موضوعها:

« Détermination et évaluation d'une batterie de test en basket-ball et football por sport scolaire (15- 18 ans) en vue d'un barèem de notation »

4-1- أهداف الدراسة:

- وضع وسائل تقويمية للألعاب الجماعية (كرة السلة وكرة القدم) مرتبط بمفاهيم تعليم الاعاب الجماعية وخصوصا المتمثلة في تقويم النشاط التعليمي للتلاميذ.
- التقويم في الاعاب الجماعية تتخللها عدة صعوبات كون لا يوجد سلم تنقيطي موحد.
- الأساتذة لا يقيمون التلاميذ في الاعاب الجماعية بصورة موحدة.

4-2- إجراءات الدراسة:

- اشتملت الدراسة على نشاطين كرة السلة وكرة القدم.
- تم ضبط المتغيرات المؤثرة على التجربة.
- تم توزيع استمارة استبيان على أساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى الثانويات.

- أجريت الاختبارات على العينة في اختبار واحد.

4-3- أهم النتائج:

- تم استخلاص بطارية اختيار في كرة السلة وكرة القدم مرفقة بسلم تنيط يتناسب مع مستوى أداء التلاميذ.

5- دراسة بن قوة علي:

أجريت هذه الدراسة سنة 1997 بالمدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية بمستغانم وكان موضوعها " تحديد مستويات معيارية لاختبار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم 11- 12 سنة بمدارس الغرب الجزائري".

5-1- أهداف الدراسة:

- تقييم قدرات الموهوبين لممارسة كرة القدم من خلال مجموعة من الاختبارات العلمية تعد كقاعدة يستعملها المدربون في اختيار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم.
- وضع معايير محددة يستند عليها في اختيار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم.

5-2- إجراءات الدراسة:

- 1- اشتملت الدراسة على نشاط رياضي واحد (كرة القدم).
- 2- أجريت الاختبارات على عينة عشوائية في اختبار واحد.

5-3- أهم نتائج الدراسة:

- وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في قدرات اللاعبين الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم في جميع الاختبارات المهارية واللياقة البدنية.
- معظم نتائج المقاييس المعيارية لعينة البحث تقع ضمن المستوى المتوسط لمختلف الاختبارات المهارية واللياقة البدنية.

6- دراسة بن برنو عثمان:

اجريت هذه الدراسة سنة 2000 بالمدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية وكان موضوعها "تحديد الدرجة المعيارية من خلال بطارية اختبارات مقترحة لتقويم المجال الحسي الحركي للمهارات الاساسية في كرة الطائرة وكرة اليد".

6-1- أهداف الدراسة:

- معرفة الكيفية والطريقة المستخدمة لتقويم التلاميذ في الالعاب الجماعية (كرة اليد وكرة الطائرة) على بعض الثانويات الجزائرية.
- تحديد بطارية اختبارات لتقويم التلاميذ في الالعاب الجماعية (كرة اليد وكرة الطائرة) وفق الوسائل المتوفرة وأهداف المجال الحسي الحركي المنصوص عليها في منهاج التربية البدنية والرياضية على مستوى الثانويات الجزائرية.
- استخلاص طريقة علمية وموضوعية لعملية التقويم التلاميذ في الالعاب الجماعية (كرة اليد وكرة الطائرة) من خلال إعداد المستويات المعيارية.

6-2- إجراءات الدراسة:

- اشتملت على نشاطين (كرة اليد وكرة الطائرة).
- توزيع استمارة استبائية على أساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى الثانويات.
- أجريت الاختبارات على عينة عشوائية.

6-3- أهم النتائج:

- ظهور فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في مختلف الاختبارات المقترحة (كرة اليد وكرة الطائرة).
- مستوى العينة كان متوسط بشكل عام وذلك حسب تقسيم المستويات المعيارية.
- مستوى العينة متوسط الى ضعيف حسب تقسيم الدرجات التنقيطية ذكور وإناث.

7- التعليق على الدراسات:

لقد كانت جميع الدراسات تهدف الى تحديد المستويات المعيارية في مختلف الرياضات باعتمادها على المنهج المسحي الوصفي مع الاختلاف في العينات المأخوذة وكيفية اختيارها وكأداة لجمع المعلومات باختبارات بدنية ومهارية في أغلب الدراسات.

- تمهيد :

ليس القياس بالشيء الجديد ، فهو ظاهرة واسعة الانتشار في جميع مجالات حياة الانسان المعاصر ، وقد لا نكون مبالغين إذا قلنا تدمير وسائل القياس المستخدمة حاليا يمكن أن تؤدي إلى انهيار حضارة الإنسان.

ولقد اتجهت جهود الانسان من القدم نحو تنظيم بيئته والتحكم فيها ، واستمرت تلك الجهود على مدى تطور مراحل حضارته المختلفة ، وقد نتج عن ذلك ان توصل الانسان إلى ابتكار العديد من المقاييس والاختبارات ، وكان معظمها نتيجة تجاربه ومحاولاته المستمرة ونجاحه مرة وفشله مرات عدة ، وقد كانت وسيلته في ذلك هي الحكم المنطقي على الادوات المختلفة التي يستخدمها في تجاربه

1- التقويم :

لقد تعددت وتنوعت مفاهيم التقويم ، كل حسب المستخدم فيه والغاية التي من أجلها استخدم من أجلها التقويم فمنهم من عرف التقويم بأنه : " الحكم على الأشياء أوالأفراد لإظهار المحاسن أو المساوئ ومراعاة صدق الفروض الأساسية التي يتم على اساسها تنظيم العمل وتطويره " والتقويم في مجال التربية الرياضية خاصة يعتمد على التخطيط بوصفه وسيلة عملية لتحقيق الأهداف التربوية والتدريبية ، لا سيما عندما يحدد الحالة التي عليها اللاعب سواءا كانت الفيزيولوجية أو المورفولوجية ، إذ يلقي الضوء من خلاله على الحالات والظواهر التربوية والتدريبية بقصد تقدير واصدار الاحكام عليها. (حسن، 1995)

فمفهوم التقويم في الميدان التربوي والتربية الرياضية أنه " إصدار حكم على مدى تحقيق الأهداف المنشودة على النحو الذي تتحدد به تلك الأهداف " ويتضمن ذلك دراسة الآثار التي تحدثها بعض العوامل والظروف في تسيير تلك الأهداف أو تعطيلها . ويتم التقويم على أساس الاختبارات والمقاييس لذا تتوقف دقة الاختبارات والقياسات المستخدمة وثباتها صدقها لأن التقويم يتأسس على البيانات المجمعة من عمليات الاختبار القياس. (المندلوي، 1989)

يرى فؤاد أو حطب بأن التقويم في التربية الرياضية عملية شاملة منظمة ومستمرة باستمرار العمل المقدم لكل قوى وطاقات الفرد ، لأنه عملية تهدف إلى تحقيق من مستوى أي ظاهرة ، وعلاقة المستوى بالنسبة إلى بعض المستويات الأخرى من أجل إصدار حكم او قرار على الظاهرة المراد تقويمها ، فضلا على انه يضع معايير محددة يمكن استخدامها على درجات الجوانب المقيمة فإذا اقتربت الدرجة من المستوى المحدد يمكن التنبؤ بالنجاح من عدمه وعلى أساس فإن الاختبار والقياس والتقويم يكمل كل منها الاخر. (عثمان، 1972)

والتقويم عامة يمكن ان يقسم إلى نوعين حسب رأي فؤاد أو حطب:

1-1- التقويم الذاتي : (عثمان،)

ويسمى بالتقويم المستمر حول الذات أي يعني ان الشخص هو الذي يقوم بإصدار الحكم على الأشياء أو على الأشخاص بالقدر المستطاع إدراكه والمرتبط بذاته إذا تلعب بعض العوامل دورا في هذا النوع من التقويم منها المنفعة الذاتية كالألفة ، المركز الاجتماعي ، سهولة الفهم والإدراك أو جميع عوامل مرتبطة

بصفة ذاتية ، وعليه فإن إصدار الأحكام تصبح بصورة قرارية سريعة ولا شرعية وبشكل أراء وهي لا ترتبط باية مقاييس موضوعية.

1-2- التقويم الموضوعي :

وهو التقويم الذي تتوفر فيه المعايير أو المحكات والوعي والشعور المبني على الفهم والدراسة والتحليل لعناصر الشيء او الشخص وفيه يتم الحصول على معلومات افضل ودقيقة على إمكانيات الأفراد والأشياء بعيدة عن المقاييس الذاتية وحدها التي تستند إلى اسس والبراهين الموضوعية لاتخاذ القرارات.

1-3- التقويم التشخيصي :

يعرف بأنه يختلف عن التقويم الشامل في أنه لا يتم بعد الانتهاء التدريس ، يقصد إعطاء درجات أو تقديرات للمتعلمين، وإنما يحدث هذا النوع قبل البدء في التعلم واثناؤه وبعد انتهاءه ، والغرض منه هو جمع معلومات يستخدمها المدرس في اتخاذ قراراته التعليمية فهو يستخدم لتحديد المستوى المبدئي للمتعلمين ، اي لتحديد ما يعرفونه وما لا يعرفونه عن الموضوعات التي تكون موضوع التدريس، وما اذا كانوا قد احتفظوا بما تعلموه أو فقدوه اذ يساعد المدرس على التخطيط الجيد ويمنحه قدرا من الثقة في نجاحه لتحقيق الأهداف التعليمية.

ويعرف ويستر في قاموسه التقويم الشخصي بأنه الفحص الدقيق المتعلق بمحاولة فهم شيء أو تفسير واتخاذ قرار أو التوصل الى رأي يستند الى هذا الفحص.

2- القياس:

وهو عملية ضرورية ولازمة للتقويم واحدى الوسائل التي تؤثر بشكل كبير في تحديد دقة التقويم اذ أن القياس تقدير الأشياء والمستويات تقديرا كبيرا وفق إطار معين من المقاييس المدرجة وقد عرفه إبراهيم سلامة بأنه تحديد درجة أو كمية أو نوع من الخصائص الموجودة عن شيء ما. (أحمد، 1984)

أما صفوة فرج فيعرف القياس بأنه عملية مقارنة شيء ما بوحدات معينة أو بكمية قياسية أو بمقدار مقنن من نفس الشيء أو الخاصة بنفس كم من الوحدات يتضمنها هذا الشيء. (عودة، 1925)

يعتبر القياس أحد طرق التقويم التي يتم بواسطتها التعبير عن الأشياء أو القيم المراد قياسها بإعداد حسب قواعد محددة من المقاييس المستخدمة.

لقد أثار القياس تأثيرا مباشرا في تعديل وتغيير فلسفة وأهداف التربية البدنية والرياضية إذ أصبح له دورا بارزا في التشخيص والتصنيف ومتابعة التقدم والمستويات والاكتشاف والتنبيه والتدريب والتوجيه والبحث العمي فضلا عن أنه يساهم في تحقيق زيادة الإدراك والحماس والتشويق. (Harra-D، 1986)

2-1- القياس المباشر:

وهو القياس الذي يعتمد على الأجهزة التي تعطي النتيجة بصورة مباشرة ودقيقة كقياس القوة العضلية باستخدام جهاز الدينامومتر الذي يعطي أرقاما تبين تقدير هذه الصفة وغيرها من وحدات القياس المناسبة.

2-2- القياس الغير مباشر:

ويعتمد على التجريب بواسطة لاختبارات المقننة ويستخدم في قياس الاستعدادات العقلية والسمات الشخصية وغيرها وبهذا كان القياس المباشر تقدير قابليات المستوى بصورة مباشرة أما الاختبار فهو عبار عن طرق قياسية للحصول على معلومات لتقدير المستوى بصورة غير مباشرة وهذه النقطة مهمة لتفريق بين القياس والاختبار فنتائج القياس والختبار تعمم مباشرة وتستعمل لمقارنة بشروط معينة بحيث تعمم نتائج الاختبار وتصمم بعد تقنينها مستخدمين المعايير والمستويات المحكمات.

أما العلاقة بين القياس والتقويم فان مصطلح القياس يشير الى مجموعة الاجراءات التي تضمن تحديد ما يجب قياسه وتعريفه ورجمته الى بيانات يسهل وصفه بمستوى مقبول من الدقة، في وقت يشير مصطلح التقويم أعلى وأشمل من مفهوم القياس إلا أنهما يساعدان على تشخيص مواطن الضعف والقوة في الأفراد والبرامج.

ومما تقدم فان القياس عملية تقويم مباشرة وموضوعية بنسبة معينة وهي أدق وأسهل من القياس الغير مباشر لأنه يعتمد على وسائل قياس دقيقة لا تتأثر بما يمكن ان يتأثر به القياس الغير مباشر من عوامل نفسية لمختبر ومدى صدق إجابته وفهمه لأهمية القياس. (صالح)

3- الإختبار:

تعد الحتبارات إحدى طرق القياس التقويمية في مجال التربية البدنية والرياضية والتي تعتمد على التجريب وتستهدف قياس الكثير من القدرات المهارية والبدنية بشكل علمي بحيث يؤدي الى تطوير الواقع الرياضي نحو الأفضل.

لقد تعددت وتنوعت تعاريف الاختبار كل حسب المجال المستخدم فيه، والغاية التي من أجلها استخدم الاختبار فقد عرف بأنه أسلوب ووسيلة ومنهج تجريبي لتقويم حالة أو عدة حالات والاختبار في رأي "قيس وجيه عن وجيه المحجوب" بأنه قياس قدرة الفرد على أداء عمل معي وفق ضوابط وصيغ عملية دقيقة. اما بوبي - BOBY - فيعرف بأنه "وسيلة تستلزم طرق البحث كالقياس والملاحظة والتجريب والتحديد والتفسير والاستنتاج والتعميم".

وتحدد أهداف الاختبار في مجال التدريب بما يلي:

- المساعدة على تقويم حالة التدريب العامة والخاصة.
- الكشف المباشر لمهويين بالفعاليات الرياضية المختلفة.
- التحقق من سلامة المناهج الموضوعية.
- التقويم العام لكل من المدرب واللاعب وطريقة التدريب.
- الاختبارات عامل إثارة للاعبين وتحفيزهم.
- وضع مستويات خاصة بكل لعبة وبكل المستويات ولكا الجنسين، وللاختبارات المقننة مزايا لا تتوفر في الاختبارات الموضوعية التي يقوم المدرب بعملها بنفسه فهي قد وضعت وصممت على نحو أفضل. وأكثر ثباتا وفضلا على أنها تزودنا بمعايير يمكن أن نتعرف على مدى تقدم اللاعبين أو تأخرهم، إذ أن الغرض الأساسي من الاختبارات هو إيجاد الدرجات التي نستطيع بواسطتها قياس القدرات الفزيولوجية للاعبين قياسا موضوعيا والتي لنتائجها تأثير في تحديث مناهج التدريب، والوصول باللاعبين الى مستويات المطلوبة، ويجب أن تستخدم وتطبق الاختبارات (صالح ب.، 1984)
- المقننة وكذلك القياس بحذر ودقة شديدين فما يستخدم منها لعمر معين قد لا يستخدم لعمر مخالف، وما يستخدم لرجال لا يستخدم للنساء الا تحت وظروف معينة.

4- المعايير:

هي أساس للحكم من داخل الظاهرة موضوع التقويم وليس من خارجها، وهي تأخذ الصبغة الكمية في غالب الأحوال وتحدد في ضوء الخصائص الواقية للظاهرة، وللوصول الى المعايير يجب تحويل الدرجات الخام الى درجات معيارية، ومن المعروف أن المعايير هي أحد الأهداف الأساسية التي ترمي إليها عملية تقنين الاختبارات، حيث تشتق المعايير من عينة البحث على عينة المجتمع الأصلي المدروس، والدرجات الخام المستخلصة من الاختبارات على عينة التقنين هي مصدر المعايير، ويتم ذلك باستخدام بعض الأساليب الإحصائية المعينة. (اسماعيل، 1994)

ويجب ملاحظة أن المعايير تصف انماطا موجودة من الأداء، ولا تعتبر مستويات مثلي أو على انها وسيلة من وسائل المقارنة والتقويم" (حسنين، 1996)

5- أهمية القياس والاختبارات في المجال الرياضي :

إن حالة العامة للرياضي ووسائل قياسها كانت محل دراسة وبُحث لدى الكثير من العلماء في مجالات عديدة، وعليه فليس من المعقول في مجال التربية البدنية ان نضع خطة تدريبية بدون متابعة لما يحققه الابطال من أرقام ونجاحات في تخصصاتهم المختلفة ولذلك دفع الكثير من الباحثين إلى التفكير للوصول إلى انسب واسهل الطرق والاساليب التي تعطي لهم دلالات إيجابية عن حالة الفرد الوظيفية منها أو الحركية فقد تصمم الاختبارات لقياس العديد من القدرات والاستعدادات العامة والخاصة .

6- الدرجة المعيارية :

الدرجة المعيارية نمط من الدرجات يشتق عن طريق تحويل كل الدرجات الخام في عينة او مجتمع إلى درجات يطلق اسم الدرجات المشتقة أو الدرجات المحولة . هذه الاخيرة يكون لها متوسط حسابي خاص وثابت ايضا.

معنى هذا ان الدرجات المعيارية تعتبر وحدة قياس معيارية قانونية تتأسس على المتوسط الحسابي وانحراف المعياري للدرجات الخام التي يتم الحصول عليها نتيجة تطبيق الاختبار على العينة او المجتمع الأصلي.

وتعتبر الدرجة المعيارية أكثر انواع الدرجات المعيارية انتشارا ، لكثرة استخدامها في المعايير في مجالات عديدة حتى ان بعض المختصين يستخدمون مصطلح : الدرجة المعيارية " للإشارة إلى الدرجة المعيارية ويستفاد منها في تحقيق غرضين رئيسين :

- حساب الدرجة الحركية للطلب عندما تطبق عليها مجموعة من وحدات الاختبارات المعيارية أو عندما تطبق عليه بطارية اختبار تتضمن مجموعة وحدات الاختبار تختلف فيما بينها بالنسبة لطبيعة الدرجات المجتمعة منها ، وبالنسبة للحد الأدنى والاعلى لدرجات الاختبار.

- تمكنا من مقارنة درجات الطالب الواحد على عدد مختلف من الاختبار ، وذلك عن طريق تحويل الدرجات الخام لكل اختبار بغض النظر عن طبيعتها إلى درجات معيارية لها وحدات متساوية بحيث يمكن استخدامها في المقارنة. (واخرون)

6-1-1- أنواع الدرجة المعيارية :

6-1-1-1- الدرجات الخام:

الدرجات الخام هي النتائج والبيانات التي يتم الحصول عليها من تطبيق القياسات والاختبارات ، والتي تصف لنا وصفا كيميا مباشرا للمظاهر التي تدل على الصفات أو السمات أو الخصائص المقاسة ، وقد تكون هذه النتائج وحدات قياس مسافات أو اوزان أو تكرار أو درجات او وحدات قياس الزمن. فحينما يؤدي التلميذ أي اختبار نفسي ، تروي أو حركي فإننا نسجل له نتائج هذه الاختبارات في شكل درجات خام يتم التعبير عنها في شكل وحدات مختلفة مثال :

- عدد الاستجابات الصحيحة.
 - عدد مرات الشد الصحيحة على العقلة .
 - عدد الثواني التي يستغرقها في اختبار العدو لمسافة 50 متر ، وما إلى ذلك من وحدات مختلفة .
- فإذا افترضنا أن أحد التلاميذ أجاب 40 إجابة صحيحة من 50 سؤالاً فإن الدرجات الخام لهذا التلميذ تساوي 40 والدرجات التي يحصل عليها التلميذ على قائمة أو مقياس يتكون من وحدة تتفق أو تختلف في أوزانها النسبية ، تسمى الدرجات الخام. (واخرون م.)

6-1-1-2- الدرجات المشتقة :

يشير مصطلح المشتقة إلى الدرجات الخام ، عندما يتم تحويلها إلى أي نمط من أنماط الدرجات المعيارية لتصبح ملائمة لأغراض المقارنة ، وتفسير درجات الأداء على الاختبار ، ومن أكثر أنماط الدرجات المشتقة شيوعا درجات مكافاة العمر الزمني مكافاة الصف الدراسي والدرجات المعيارية .

يتطلب تحويل الدرجات الخام على الدرجات المشتقة ، استخدام بعض الأساليب الإحصائية المناسبة . وتوضع الدرجات المشتقة في شكل جداول تعرف باسم جداول المعايير ، ويلاحظ ان معظم الاختبار المقننة تتضمن المعايير الخاصة بها ضمن دراسة تعليمات الاختبار.

6-1-3- المتوسطات : (المعدلات)

المتوسطات او المعدلات مفاهيم تشير إلى متوسطات درجات صفة أو خاصية تقوم بقياسها في مجموعة اوعية أو قطاع متجانس من الأفراد ، فقد يكون هذا المعدل على سبيل المثال متوسط القوة العضلية ، الطول ، الوزن أو الطول لعينة ممثلة للتلاميذ في منطقة تعليمية معينة.

يعتبر المتوسط في بعض الاحيان والحالات الذي يمثل العدد الأدنى كمحرك لتقويم مستوى اي جماعة من الجماعات. (واخرون م.، مقدمة التقويم في التربية البدنية الرياضية " ص 221، 223).

6-2- معايير الدرجات المعيارية :

معايير الدرجات المعيارية هي عبارة عن طريقة تبين الوضع النسبي للطالب داخل مجموعة من الطلاب ، عن طريق إظهار كيف تتعد الدرجة الخام التي عليها الطالب من الاختبار عن معدل درجات المجموعة ، حيث يتطلب هذا الاجراء استخدام الدرجات المعيارية . (المرجع، ص 176- ص 181)

6-3- أهم عيوب الدرجات المعيارية :

بين الدكتور فؤاد البهي السيد هذه العيوب من خلال :

- يعاب على الدرجات المعيارية أنها تلتزم حدود التوزيع التكراري للدرجات الخام ، اي انها لا تعتبر اي شئ في شكل هذا التوزيع وقد يكون التوزيع ملتويا التواء موجب أو سالب ، لأن عينة الأفراد التي أجرى عليها الاختبار كانت صغيرة أو انها لم تكن صالحة لتمثيل جميع الافراد المحتمل قياسهم بذلك الاختبار ، وعندما يزداد عدد الأفراد يعتبر ذلك التوزيع وعندما تتغير طريقة اختبارهم يتغير شكل التوزيع ايضا ، فكان الدرجات المعيارية بهذا المعنى تقوم على إطار غير ثابت يعاب عليها ايضا ان وحدة قياسها كبيرة لانها تتساوى انحرافا معياريا واحدا (البهي)

- الخلاصة :

إن القياس يلعب دورا أساسيا في مجال التربية البدنية والرياضية كما أنه يرتكز على أسس ونظريات علمية ويمكن القول ان المدرب أو المدرس التربية البدنية والرياضية يجب ان يكون ماهرا في استخدام وسائل القياس المناسبة لكي تتم عملية التقويم المستمر حتى يحقق الأهداف المنشودة ومنه تتوقف دقة عمليات التقويم وفقا لدقة المقاييس ، فإذا كانت تلك الوسائل غير صادقة وغير موضوعية فإن عملية التقويم لن تكون واقعية .
وعليه يمكن القول أن القياسات الأنثروبومترية والاختبارات الفيزيولوجية بطريقة علمية هي نقطة بداية تحديد مستوى كل تطور داخلي أو خارجي لجسم الإنسان.

- تمهيد :

ان الوصول بفريق ما لتحقيق نتائج ايجابية بدرجة اولى على اتقان افراد الفريق لمتطلبات كرة القدم ، وهذا يعتمد على الاسلوب الصحيح و العلمي في طرق التدريب و التحضير النفسي و البدني الجيد للوصول باللاعب الى نتائج جيدة في الاداء .

و في هذا الفصل سنتطرق الى متطلبات الاساسية في كرة القدم و بعض الصفات التوافقية التي اعتمدنا عليها في بحثنا .

1- مفهوم الأداء:

يستعمل مصطلح الاداء للدلالة على مقدار الانتاج الذي انجز ، اذا فان اغلب التعاريف التي اعطية للاداء كانت ذات صلة كبيرة بالانتاج .

يعرف الاداء : بانه كفاءة العامل لعمله و سلوكه فيه و مدى صلاحيته في النهوض باعباء عمله و أن تحمل المسؤولية في فترة زمنية محددة و بناء على هذا المعنى فان كفاءة الفرد ترتكز على امرين اثنين هما :

- مدى كفاءة الفرد في القيام بعمله ، اي واجباته و مسؤولياته .

- يتمثل في صفات الفرد الشخصية ، و مدى ارتباطها و اثارها على مستوى ادائه لعمله .

ويرى (1989 thomas) ان علماء النفس الرياضي العاملين في الحقل الرياضي وجدوا ارتباطات بين

مفاهيم عديدة ك: القدرة ، الاستعداد ، الدافعية ، واغلبها تشكل مفهوم الاداء ، مضيفا ان الاداء اهو

الاستعداد بالإضافة إلى المهارات المكتسبة .

و الاداء بصفة عامة هو : انعكاس القدرات و دوافع كل فرد لافضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة

للقوى الداخلية غالبا ما يؤدي بصورة فردية و هو نشاط و سلوك للوصول الى نتيجة و هو المقياس الذي

تقاس به نتائج التعلم او هو الوسيلة للتعبير عن عملية التعلم تعبيرا سلوكيا (الخالق:)

و يستخدم مصطلح الاداء بنفس المعنى و المفهوم حيث يطلق عليه مصطلح (الأداء الأقصى) و يستعمل

بشكل واسع للتعبير عن جل المهارات التي يمكن رؤيتها و ملاحظتها في جميع المجالات منها المجال النفسي

الحركي و التي تتطلب تذكر المعلومات و إظهار القدرات و المهارات. (رضوان، 1995)

1-2- أنواع الأداء :

1-2-1- أداء المواجهة : أسلوب مناسب لاداء جميع اللاعبين لنوع الاداء نفسه في وقت واحد و

يستطيع المدرب ان يوجه جميع اجراءاته للوصف كوجبة مناسبة .

1-2-2- الأداء الدائري : طريقة هادفة للتدريب تؤدي الى تنمية الصفات البدنية و خاصة القوة

العضلية و المطاولة و في هذا النوع من الاداء يقسم اللاعبين الى مجموعات يؤديون العبء عدة مرات

بصورة متتالية.

1-2-3- الأداء في محطات: اسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغيير في المحطات أو أداء

الصف كله في محطات و أداءات مختلفة اي نسبة الأداء الحركي باستخدام الحمل.

2- مفهوم الأداء المهاري :

الداء المهاري يعني كافة العمليات التي تبدأ بتعليم اللاعبين اسس تعلم المهارات الحركية و تهدف الى وصولهم فيها لاعلى درجة او رتبة بحيث بحيث تؤدي باعلى مواصفات الالية و الدقة و الانسيابية و الدفاعية بما تسمح به قدراتهم خلال المنافسات الرياضية بهدف تحقيق افضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد وبمعنى اخر يقصد بالاداء المهاري " كل الاجراءات و التمرينات المهارية التي يقوم بالتخطيط لها و تنفيذها في الملعب بهدف وصول اللاعب الى دقة اداء المهارة بالية و اتقان متكامل تحت اي ظرف من ظروف المباراة " و اتفق العديد من الخبراء في مجال التدريب الرياضي على ان "الاداء المهاري" للاعبين يستهدف تعليم و تطوير و سقل و اتقان و تثبيت المهارات الحركية الرياضية التي يمكن استخدامها في المنافسات الرياضية لتحقيق افضل الانجازات الرياضية ، و مما لاشك فيه ان الوصول لقمة المستويات الرياضية العالمية لا يأتي الا عن طريق اتقان و تثبيت المهارات الحركية الرياضية التي يستخدمها الفرد اثناء المنافسات الرياضية

2-1- أهمية الأداء المهاري :

الاتقان التام للمهارات الحركية من حيث انه الهدف النهائي لعملية الاداء المهاري يتاسس عليه الوصول لافضل المستويات الرياضية فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي ، و مهما اتصف به من صفات خلفية ارادية ، فانه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالاتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه فالمهارات الاساسية هي وسائل تنفيذ الخطط و بدون مهارات اساسية لدى لاعبي المنافسات الرياضية لا تنفذ الخطط و بالتالي يصعب تحقيق نتائج ممتازة.

ان تطوير و تحسين الصفات البدنية العامة و الخاصة يربطها مع المهارات الحركية و القدرات الخططية هي الاتجاه الحديث في التدريب الرياضي و ذلك بتكرار المهارات من خلال التمرينات التطبيقية و تمرينات المنافسة مما يؤدي الى اكتساب الفرد الرياضي صفة الالية عند الاداء المهاري في مواقف المنافسة المختلفة .

2-2- مراحل الاداء المهاري :

من الهمية بمكان يتعرف فيه المدرب على المراحل التي يمر بها الناشؤون عند تعلمهم لمهارات جديدة حتى يمكنه تقديم افضل عون لهم في حدود قدراتهم ومستوى نضجهم بهدف اكتسابهم افضل درجة ممكنة من

التعلم فتعلم الناشئ لاي مهارة اساسية لا يتم بين يوم و ليلة ، بل يستمر ذلك مواسم رياضية متعددة حتى يصل الى الدقة و الاتقان في ادائها خلال المباريات و لا يوجد مدرب لا يعمل حاليا على مراجعة المهارات الاساسية المختلفة في كل وحدة تدريب بل ان ذلك اصبح بمثابة مسلمة في التدريب الحديث .
و الاداء المهاري للحركات الرياضية يمر بمراحل تعلم اساسية ثلاثة لا يحدك الفصل بينها حيث تؤثر كل منها في الاخرى و تتاثر بها (السيد، الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب ص(159-160).

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

هذه المرحلة تبدأ من اول خطوة تعلم المهارة الحركية و تنتهي تقريبا حينما يكون الناشئون قد اكتسبوا المقدرة على ادائها في صورتها الاولية و بمعنى اخر اكتساب المسار الاساسي للحركة بشكل عام دون وضع اعتبار لمستوى جودة الاداء و على المدرب توقع افتقار الناشئين لدقة الاداء في هذه المرحلة ، فعلى سبيل المثال قد تتعدى الحركة المدى المطلوب لها او تقل عنه او بالافتقار للانسيابية و التوافق ، كما قد تظهر على الناشئين بوادر التعب من المستوى المتدني للأداء فيها.

2-2-2- مرحلة اكتساب التوافق الجيد للحركة :

تبدأ هذه المرحلة حينما يصبح الناشئون قادرين على تكرار أداء المهارة الحركية بصورتها الأولية حيث يصلون فيها الى مستوى عال من التنظيم للاداء الحركي اذ يصبح شكل الحركة ككل متناسق و انسيابيا وتختفي الحركات الزائدة و التي لا لزوم لها ، ويظهر الناشئ و كأنه سيطرة من المرحلة السابقة ، كما يبدو و كان الجهد المبذول اصبح اكثر اقتصاديا في الجهد المبذول ، ودور المدرب في هذه المرحلة هو العمل على تحليل اداء الناشئين باكتشاف اخطاء الاداء و التعرف على اسبابه ، وعليه ان يقدم المعلومات الفنية اللازمة من خلال التغذية الراجعة المؤثرة .

2-2-3- مرحلة اتقان و تثبيت و تكامل المرحلة الحركية :

بعد ان يكتسب الناشئون التوافق الجيد للمهارة حيث يصبحون قادرين على تكرار اداء المهارة الحركية بصورة اكثر تنظيما و انسيابيا ، يكون من المهم الوصول بهم الى مرحلة الاتقان و التكامل ، و التي تتميز بان مستوى الاداء فيها يصبح مرتفعا بدرجة كبيرة و يتصف بالسيطرة و التوافق و الانسجام بالهدف الاساسي لهذه المرحلة من خلال التكرار الدائم للاداء و استخدام التمرينات المتنوعة و التي تتميز بتغيير

اشتراطات و العوامل الخارجية اثناء التمرين كوجود منافس او اكثر و كذلك في المباريات التجريبية مع اصلاح الاخطاء تحت الظروف المتعددة و المتنوعة فالاداء المهاري في هذه المرحلة يهدف الى الوصول باللاعب الى ان يؤدي المهارة ليا و بدون تفكير اثناء المبارات و ترتبط هذه الالية بالدقة و الاتقان و التكامل التام للمهارة .

3- خطوات التدريب على المهارة حتى الوصول الى الاتقان وثبتت المهارة و تكاملها :

- التدريب على المهارة للوصول الى الاداء الدقيق تحت ظروف سهلة و بسيطة و ثابتة .
- تطوير المهارة عن طريقة الارتفاع التدريجي بسرعة للاداء و ازدياد استخدام القوة .
- تثبيت المهارة الاساسية عن طريق الظروف الخارجية .
- تثبيت المهارات الاساسية تحت ظروف اكثر صعوبة .
- مراجعة دقة و ثبات المهارة الاساسية خلال المباريات التجريبية .
- التدريب على المهارة خلال الخطة السنوية .

4- العوامل المؤثرة في تطوير الأداء المهاري ووصوله للآلية :

اذا ما كان اللاعب يتدرج تحت المعدلات الطبيعية للقياسات لالوظيفية و التشريحية فانه يمكن ان يتعلم المهارات الحركية ، و لكن لن يستطيع الوصول الى المستويات العالية من الكفاءة للاداء المهاري ما لم تكن كافة الوظائف الحيوية للجسم و القياسات المورفولوجية له تتناسب مع المعدلات النموذجية للاداء المهاري في الرياضة التخطيطية .

تطوير كافة الاجهزة الوظيفية بالجسم لاقصى درجة تتناسب مع متطلبات الاداء المهاري خطوة اساسية لتحقيق اهداف تطوير كفاءة الاداء المهاري .

5- الاداء المهاري في خطة التدريب السنوية :

نظرا لاهمية المهارات الاساسية في المباريات و نظرا لصعوبة التدريب عليها في محاولة الوصول الى الدقة و الاتقان و التكامل ، يجب ان يضع المدرب خطة سنوية للتدريب على المهارات المطلوبة ، وهذا يجب مراعات العوامل الاتية اثناء التدريب على الاداء المهاري .

تطوير تمارين الاداء المهاري و استخدام الطرق المختلفة لها يعتمد على المستويات الفردية للاعبين .

التقدم بمستوى التمرين في جرعة التدريب يعتمد على الاداء الصحيح للمهارات ولا تحدد درجة التعب. فترة الراحة بين التمرينات تحدد فرديا طبقا لما يحققه اللاعب من تقدم في الاداء المهاري. (الفتاح، الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب. ص 172 (مرجع سابق))

6- دور المدرب في الاداء المهاري :

- يحدد مفتي ابراهيم دور المدرب الرياضي في الاداء المهاري للاعبين في النقاط التالية :
- اكتشاف الاسباب التي ينتج عنها الاداء المهاري الخاطئ للعمل على تلاقيها و تصحيحها
- العمل على انتظام وحدة التدريب و انتظام اللاعب للارتقاء بمستوى الاداء المهاري
- تخصيص فترات للاعب كجانب تطبيقي كيساهم في الارتقاء بمستوى الاداء المهاري
- تخصيص فترات للعب كجانب تطبيقي كي يساهم في الارتقاء بمستوى الاداء المهاري .
- توضيح النقاط الخاصة بالمهارة و تجزئتها للاعبين بكل دقة .
- تحديد عدة مرات تكرار المهارة بدقة في كل تمرين مستخدم .
- تناسب محتوى التمرين مع اهمية المهارة ذاتها .
- بناء التمرين الذي يحتاجه اللاعب لتنمية المهارة الاساسية .
- مراعات الفروق الفردية .
- استخدام الاحماء بالقدر الكافي المناسب .
- التركيز على ان يكون تعليم المهارة الجديدة في الثلث الاول من وحدة التدريب اليومية .(1)

7- الأداء الخططي :

يتأسس الاداء الخططي على كل من الاداء البدني و المهاري و الاعداد النفسي و الذهني و المعرفي ، وبالتالي فهو محصلة تطوير حالات اللعب البدنية و مهارية و النفسية و الفكرية و تطبيقها في ترابط و تكامل المساعدة على اتخاذ القرار و السلوك المناسب في موقف المنافسة المختلفة و في حدود قانون اللعبة . (الفتاح و.، الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب. ص 172 (مرجع سابق))

7-1- اهداف الأداء الخططي :

يلعب الاداء الخططي دورا ايجابيا في تحديد نتيجة المبارات و لو انه ليس هناك ضمان دائم للنتائج الا ان له اهمية كبيرة ، فهو احد الاركان الهامة في اعداد اللاعب و الفريق ، ولان الاداء المهاري جزء من البناء

المتكامل لمراحل الحالة التدريبية و ان له علاقة متبادلة مع الاداء البدني و المهاري و الاسلوب الفكري و الاستعداد النفسي ، لذا فهو يهدف الى تحسين كفاءة اللاعب لتنظيم و توجيه المنافسة الرياضية للفوز و الوصول الى اعلى المستويات في النشاط الممارس و ذلك من خلال :

- ملاحظة و تحليل المنافسة لمعرفة الواجب الخططي فكريا و حركيا و اقتصار الوقت .
- اختيار و استخدام المهارات الخططية لتطبيق افضلها لهذا الواجب الخططي
- استخدام امكاناته باقصى ما تحتاجه المنافسة و بشكل اقتصادي .
- تحقيق الواجب الخططي تحت الظروف الصعبة .
- الاعتماد على التنافس بوضع خطة المنافسة المتوقعة مع التصرف الذاتي و خاصة في الحالات غير المتوقعة
- تحسين مستوى التوقع خلال المنافسة .
- تحقيق اعلى درجات الانتباه لمجريات التنافس . (الريفي، 2004)

2-7- واجبات الاداء الخططي :

- تحصيل المعلومة الخططية :
- ان المعلومة اساس هام لتنظيم المنافسة و لاتخاذ الاجراءات المناسبة و تتمثل هذه المعلومة الخططية في :
- معرفة اللاعب قوانين و تعليمات النشاط الرياضي الممارس و استغلال ذلك في حل الواجبات الخططية
- امتلاك اللاعب للمعلومات عن الخطط و انواعها و الطرق الممكن استخدامها في المنافسة .
- تحديد اللاعب للعلاقات المتبادلة بين الاداء المهاري و الخططي و الحالة النفسية مما يساعد على توزيع قواه في المنافسة بشكل مقنن و فعال .

3-7- اكتساب المهارات و القدرات الخططية :

يحتاج اللاعب لاداء واجباته ان يكون في وضع يمكنه على التركيز خلال المنافسة على واجبات التنافس الخططي ، ولكي يتم ذلك يجب استخدام مقدراته البدنية و الحركية و استعداداته النفسية بما يلائم متطلبات المنافسة.

4-7- مراحل الاداء الخططي :

- مرحلة فهم و اكتساب المعاف و المعلومات المرتبطة بالاداء الخططي :

تظهر أهمية اكتساب اللاعب للمعلومات الخططية في تمكين اللاعب من حسن تحليل مواقف اللعب المختلفة و اختيارات الحلول لمجابهة مثل هذه المواقف و بالتالي الاسراع في الاداء و التنفيذ ، فالمعارف و المعلومات يقصد بها التعرف على كل من هدف الخطة و كيفية و توقيت ادائها و التحرك من خلالها بالاضافة الى معرفة قواعد التنافس القانونية .

- تنفيذ و اتقان الاداء الخططي :

يشكل اتقان الفرد و الفريق لاداء الخططي الصحيح ركنا رئيسيا هاما بالنسبة للمستوى الرياضي و على المدرب ان يوفر كافة الظروف لانجاح بداية هذه المرحلة اذ انها اول خطوة لتفاعل اللاعب مع الخطة الجديدة حيث يجب العناية بأداء النموذج بوضوح الطريقة الصحيحة .
و لضمان تنفيذ ذلك يؤكد مجموعة من الخبراء على انه يجب اتباع الخطوات التالية :

- تعلم الاداء الخططي في ظروف سهلة مبسطة .

- تعلم الاداء الخططي للتغيير في طبيعة المواقف .

- تعلم اختيار نوع معين من الاداء الخططي المناسب لتعين المواقف المعينة . (الفتاح م.)

8- تعريف الصفات التوافقية:

يطلق عليها في الاتحاد السوفياتي والكتلة الشرقية مصطلح "الصفات البدنية" أو "الحركية" للتعبير عن القدرات الحركية أو البدنية ، للإنسان وتشمل كل من (القوة ، السرعة ، التحمل ، الرشاقة و المرونة) ويربطون هذه الصفات بما نسميه "الفورمة الرياضية" التي تتشكل من عناصر بدنية ، فنية خططية و نفسية بينما يطلق علماء التربية البدنية والرياضية في الولايات المتحدة الأمريكية عليها اسم "مكونات اللياقة البدنية" باعتبارها إحدى مكونات اللياقة الشاملة للإنسان ، والتي تشمل على مكونات اجتماعية ، نفسية وعاطفية وعناصر اللياقة البدنية عندهم تتمثل في العناصر السابقة على حسب رأي الكتلة الشرقية بالإضافة إلى (مقاومة المرض ، القوة البدنية ، والجهد العضلي ، التحمل الدوري التنفسي القدرة العضلية ، التوافق ، التوازن والدقة). وبالرغم من هذا الاختلاف إلا إن كلا المدرستين اتفقتا على أنها مكونات وان اختلفوا حول بعض العناصر . (الشاطي م.، 1992)

8-1- أنواع الصفات التوافقية:

8-1-1- السرعة:

يرى البعض إن مصطلح السرعة في المجال الرياضي يستخدم للدلالة على تلك الاستجابة العضلية الناتجة عن التبادل السريع ما بين حالة الانقباض العضلي و الاسترخاء العضلي و يرى البعض الآخر انه يمكن تعريف السرعة بأنها القدرة على أداء حركات معينة في اقصر زمن ممكن، ومن جهة أخرى يعرفها " بيوكر " بأنها قدرة الفرد على أداء حركات متتابة من نوع واحد في أقصر زمن ممكن. (الشاطي ح.).

و يؤكد " هولمان " بأن السرعة تعتمد على:

- القوة العظمى .
- سرعة انقباض و تقلص العضلات .
- نسبة طول الأطراف إلى الجذع .
- التوافق .
- نوعية الألياف العضلية .
- قابلية التلبية و رد الفعل في البداية .

8-1-2- أنواع السرعة:

نستطيع تمييز أنواع عديدة من السرعة :

أ . السرعة الدورية (Vitesse cyclique):

و تعني ارتباط الحركة بالقوة و كمثال على ذلك الجري السريع في الألعاب الرياضية مع تغيير الاتجاه.

(الكاتب، 1980)

ب . سرعة رد الفعل :

يقصد بها المقدرة على الاستجابة لمؤثرات خارجية في اقصر زمن ممكن، (Weineck، 1992)

و بالتكرار تصبح هذه الحركات لا إرادية كالقفز و الركض و الضرب و الانتباه نحو مؤثرات خارجية ، و يمكن أن نطلق على هذه الاستجابة رد الفعل المكتسب ، أما فيما يخص رد الفعل الطبيعي فهو صفة وراثية

أي يولد مع الطفل ، ويمكن ملاحظة ذلك جليا عند الأطفال الصغار من خلال الفروق التي تظهر

بينهم مبكرا، كما انه يشكل أساس رد الفعل المكتسب. (تاجي،، 1976)

ج . السرعة الانتقالية:

تعني الانتقال من مكان إلى آخر بأقصى سرعة ممكنة و بأقصر فترو زمنية. (الجبار، 1984)

د . سرعة الحركة (الأداء) :

يقصد بها أداء حركة أو عدة حركات مركبة معا في اقل زمن ممكن. (حمادة).

8-1-3- أهمية السرعة :

- تشكل نقطة جوهرية في تطوير القوة المتحركة الناتجة في العضلات الخاصة بالعمل و المرونة العضلية والمفصلية و الترابط الحركي .

- تتأثر السرعة بعاملين أساسيين أثناء الحركة هما الوقت و الشدة .

- تعتبر إحدى عوامل الأداء الناتج في كثير من الأنشطة الحركية.

- من المكونات الأساسية للياقة البدنية.

- كما لها أهمية كبيرة في ممارسة العديد من الأنشطة الرياضية و ذلك لارتباطها بالعديد من المكونات الحركية الأخرى .

8-1-4- تنمية السرعة عند الطفل: (رضوان م.)

إن العوامل الوظيفية للسرعة تحدد وراثيا، و تنمية هذه العوامل يتم مبكرا لدى الطفل خاصة في السنوات الأولى من عمر الطفل التي يتم فيها أكبر تطور للتوتر و سرعة الحركة ، فيجب إذا الأخذ بعين الاعتبار التطوير العام للعوامل البدنية للطفل ، و اللجوء أكثر إلى تمارين السرعة ، و التركيز أكثر على التمارين التي تتطلب الاستجابة السريعة (رد الفعل) ، و التمارين التي تتطلب قدرات عالية من التوافق الحركي و على التسارع و سرعة الحركة ،ومن هذه التمارين ما يلي :

-التدريب باستعمال سرعة اقل من القصوى حتى السرعة القصوى مع مراعاة أن لا يؤدي ذلك

إلى التقلص العضلي و أن ينقسم الأداء الحركي بالتوقيت الصحيح و عدم التوتر .

- الجري السريع لمسافات قصيرة مع مراعات ان لا يؤدي ذلك الى هبوط مستوى السرعة نتيجة التعب.

- تشكيل فترات للراحة بين كل تمرين و آخر بحيث يسمح للاعب باستعادة الشفاء و يتفق ذلك مع نوع التمرين .

- تدريبات على الجري باتجاهات مختلفة مع عمل دحرجات مختلفة.

وهذا نموذج مقترح لتنمية السرعة عند المبتدئين :

عدد مرات التدريب تكون خلال الأسبوع من 2 إلى 3 مرات و تكون شدة أداء التمرين أقصى سرعة يمكن للمبتدئ أدائها بينما عدد مرات تكرار التمرين مرة واحدة لقطع مسافة محددة ، وفترات الراحة بين كل أداء و آخر راحة تامة حيث يكون عدد مرات الأداء من 3 إلى 5 و فيما يلي مثال باستعمال نهج التكرار :

- الجري لمسافة 50متر
- المدة لا تفوق 8 ثا
- التكرارات 05 مرات إلى 10 مرات
- المجموعات 03 مجموعات
- الشدة: 90% - 100% مما يستطيع المبتدئ
- الراحة 03 د بين كل تكرار
- استعمال أسلوب لكي يعمل البعض و يرتاح البعض الآخر لريح الوقت.

8-2- الرشاقة:

تعتبر الرشاقة من القدرات البدنية الهامة ذات الطبيعة المركبة ، حيث أنها ترتبط بالصفات البدنية الأخرى ، وتعني الرشاقة بشكل عام أنها قدرة الجسم أو أجزاء منه على تغير أوضاعه أو اتجاهه بسرعة ودقة . ويعرفها " مانيل " بأنها القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو بجزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس. (الشاطيء).

8-2-1- أقسام الرشاقة :

- الرشاقة الخاصة : هي مقدرة اللاعب على التعرف على انجاز تكتيك الفعالية الرياضية باعلى كفاءة ممكنة .
- الرشاقة العامة : هي امكانية الفرد على توافق الانجاز الجيد للحركات ،وهي تشير الى رشاقة الناشئين عند ادائهم للحركات العامة و المختلفة .
- اما "بسطويس" فيربط الرشاقة بكل من الدقة و التوافق و التوازن و على ذلك فيعرف الرشاقة الخاصة و العامة كما يلي :

- الرشاقة العامة هي امكانية الفرد على الاداء الحركي العام بتوافق و توازن ودقة اما الرشاقة الخاصة فهي امكانية الفرد على اداء المهارات الحركية بتوافق و توازن ودقة. (حمادة.، التدريب الرياضي، ص 157)

8-2-2- أهمية الرشاقة :

- تكسب الرشاقة الفرد القدرة على الانسياب الحركي و التوقف و القدرة على الاسترخاء و القدرة على الاحساس السليم بالاتجاهات و المسافات .
- تعمل على زيادة مستوى اللاعب بسرعة
- تقلل من احتمالية الإصابة
- الرشاقة صفة أساسية للعديد من الانشطة الرياضية مثل الالعاب الرياضية و الجمباز و الغطس و الرقص و الانزلاق ، ومن ناحية اخرى فهناك بعض الانشطة التي لا تتطلب بدرجة كبيرة صفة الرشاقة مثل السباحة و الدرجات .

8-2-3 تنمية الرشاقة عند الطفل :

الرشاقة صفة أساسية تظهر علاقتها بالنواحي النفسية خاصة في فترة التعلم الحركي وخاصة عند الأطفال الذين يؤدون الحركات بسرعة و إتقان ، و من الممكن اكتسابها بشكل جيد في التمارين المختلفة. (الشاطي. م.)

يبدأ التدريب على الرشاقة في الأعمار المبكرة، في عمر (5 - 8 سنوات) ، و يستقر التدريب عند الجنسين في عمر (8 - 10 سنوات)، وإمكانية تطوير الرشاقة ينبغي الاعتماد على وسائل خاصة تهدف إلى تطوير القدرات التوافقية باستخدام أشكال متنوعة ، فيجب العمل على :

- إكساب الطفل عدد كبير من المهارات الحركية المختلفة .

- الأداء العكسي للتمارين .

- خلق مواقف غير معتادة لأداء التمارين

- التغيير في أسلوب أداء التمارين

8-3- المرونة:

تعد المرونة عنصر مهمما و أساسيا من عناصر اللياقة البدنية أثناء الأداء الحركي الرياضي ، كما تشكل مع باقي الصفات البدنية الأخرى الركيزة التي يتأسس عليها اكتساب و إتقان الأداء الحركي فهي تعبر عن مدى الحركة في مفصل واحد أو عدد كبير من المفاصل و تعرف كما يلي :

هي قدرة اللاعب على الأداء الحركي بمدى واسع وسهولة نتيجة إطالة العضلات و الأربطة العاملة على تلك المفاصل لتحقيق المدى اللازم للأداء .

و تعرف أيضا على أنها قابلية الفرد على حركة جسمه أو جزء من أجزائه خلال مدى تؤثر للمفاصل و العضلات. (وآخرون..، كرة القدم بين النظرية و التطبيق . الاعداد البدني لك ص159 ، 1989)

8-3-1- أنواع المرونة : هناك نوعان من المرونة :

أ. المرونة العامة :

تعني: « مقدرة المفاصل المختلفة بالجسم على العمل في مدى واسع ».

ب. المرونة الخاصة:

تعني: « مقدرة المفاصل الضرورية الاستخدام في نشاط ما من العمل في مدى واسع » (حماد،،

1993)

و هناك علماء يقسمون المرونة إلى نوعين هما (Weineck، 1986)

ج. المرونة الايجابية :

مقدرة المفصل على العمل في مدى واسع نتيجة لانقباض مجموعات عضلية معينة تعمل على هذه المفاصل ، مثل ثني الجذع أماما بصورة تلقائية بدون مساعدة .

د. المرونة السلبية :

تحصل بواسطة الفعالية القوى الخارجية ، أي أقصى مدى للحركة الناتجة عن تأثير بعض القوى الخارجية ، كما هو الحال عند أداء التمرينات بمساعدة الزميل ، و تكون درجة المرونة السلبية أكبر من درجة المرونة الايجابية .

8-3-2- أهمية المرونة :

- من الصفات الهامة للأداء الحركي سواء من الناحية النوعية او الكمية .
 - الركيزة الاساسية التي يتاسس عليها اكتساب و اتقان الاداء الحركي .
 - تساهم بقدر كبير في التأثير على تطوير السمات الارادية كالشجاعة والثقة بالنفس .
 - لها دور كبير في تطوير النتائج و الارقام القياسية في مختلف الفعاليات المتنوعة .
- ضف الى ذلك ترتبط المرونة ببعض المكونات الاخرى تساعد على ازالة التعب الذي تسببه بعض التدريبات العضلية اللامركزية و الذي يظهر بعد 24 ساعة من التدريب (السيد، 1993)
- 8-3-3- تنمية المرونة عند الطفل :**

إن الطفل في هذه المرحلة من العمر يملك درجة كبيرة من المرونة المفصلية ، وهذا راجع كون المفاصل و الأوتار لم تنضج بعد ، بحيث نجد إن مرونة العمود الفقري تصل إلى اعلي درجاتها في حوالي السن (8 – 9 سنوات) ، ثم بعد ذلك تنخفض تدريجيا، وتعتبر السن (10-12 سنة) كأفضل سن لتحسين مرونة العمود الفقري. (E.Hahn, 1981)

ومن جهة أخرى نستطيع أن نلاحظ انخفاض قدرة تمديد الأرجل عند مفصل عظم الفخذ ومرونة مفصل الكتفين ويمكن أن تحدث إصابات إذا تعرضت المفاصل إلى تأثير كبير وممكن أكثر إلى الخطر إذا نشطت بواسطة تمارين غير ملائمة. (weinech, 1986)

- الخلاصة :

من خلال ما تطرقنا اليه في هذا الفصل نستنتج ان المتطلبات الاساسية في كرة القدم تعتمد على جميع النواحي البدنية و التقنية فالاداء و المهارة عاملين خارجيين على نطاق طاقة الرياضي و حسب العناصر السالف ذكرها في هذا الفصل نكون قد اعطينا نظرة شاملة عن متطلبات الاساسية و الصفات التوافقية في كرة القدم .

- تمهيد :

تعد الخصوصيات العمرية من اهم ما تهتم به العمليات التدريبية . و هذا راجع لما تحتويه من معطيات بدنية و نفسية و اجتماعية، و تعبر مراحل النمو و التطور البدني و الاجتماعي و النفعالي للناشئين من اهم ما يجب على المدرب معرفته في عملية التدريب .

و عليه فان الامام بهذه الجوانب يسهل عملية تخطيط و تنفيذ برامج التدريب طبقا للسمات و الخصائص المميزة للمرحلة العمرية .

1-تعريف النمو :

النمو يشير إلى تلك العمليات المتتابعة من التغيرات التكوينية و الوظيفية منذ تكوين الخليفة الملحقة " الزيجوت " ، و تستمر باستمرار حياة الفرد فتتميز هذه التغيرات بالسرعة في المراحل الأولى من العمر حتى اكتمال البلوغ ، ثم يعترها البطء بعد ذلك و هذه التغيرات ترتبط معا بصورة متكاملة و تؤثر كل منها في الأخرى و تتأثر بها نظرا لان سلوك الفرد هو نتيجة لعوامل متعددة تتكامل فيما بينها و تتفاعل معا بصورة مستمرة . (علاوي،، 1998)

فالنمو لا يحدث فجأة و لا يحدث عشوائيا . بل يتطور اثر أخرى و يسفر في تطوره عن صفات عامة .
وللنمو مظهران رئيسيان هما :

1-1- النمو التكويني : و نعني به نمو الفرد في الحجم والشكل و الوزن والتكوين نتيجة لنمو طوله و عرضه و ارتفاعه ، فالفرد ينمو ككل في المظهر الخارجي العام و ينمو داخليا تبعا لاعضائه المختلفة.
(النمكي،، 1997)

2-1- النمو الوظيفي : و نعني به نمو الوظائف الجسمية و العقلية و الاجتماعية لتسير تطور حياة الفرد و اتساع نطاق بيئته .

فالنمو ما هو إلا خطوات تقدمية تسير نحو النضوج والاكتمال و مادامت هذه الخطوات تقدمية معنى هذا أنها تسير إلى الأمام ، و لا تسير إلى الخلف كما أنها تتبع نسقا واحدا لا يتغير يمر به كل إنسان في مراحل النمو الطبيعية. (جلال،، 1986)

2- خصائص النمو في للمرحلة العمرية لأقل من 13 سنة (u13) :

كل مرحلة من مراحل نمو الفرد لها مميزاتها الخاصة بها ، فهي تتوقف على سابقتها و تؤثر في تابعها ، فمرحلة الطفولة المتأخرة تتأثر بمرحلة الطفولة الوسطى و هي مفيدة لفهم مرحلة المراهقة التي تليها .

2-1- النمو الجسمي الحركي:

يتميز النمو الجسمي في هذه المرحلة بالبطء في الطول و الوزن بحيث تكون نسبة الزيادة في الطول بمعدل 5 % لكل سنة ، في حين تكون الزيادة في الوزن بمعدل 10 % في السنة ، و ذلك راجع إلى نمو العضلات و العظام ، حيث تصبح أقوى من ذي قبل ، فيتحمل الطفل بذلك التعب و يقاوم الأمراض.
(آخرون،، 1992)

تميز هذه المرحلة بزيادة التوافق العضلي بنسبة كبيرة عن المرحلة السابقة ، و كذلك نمو العضلات الصغيرة المسؤولة عن الحركات الدقيقة ، مما يجعل الطفل في هذه المرحلة متمكنا بدرجة كبيرة من توجيه حركاته و التحكم فيها ، و لهذا يتصف عداؤه الحركي بالرشاقة الانسيابية و حسن التوقيت بالإضافة إلى القوة و السرعة إذا تطلب الأمر ذلك. (فوزي،، 2003)

بالإضافة إلى ذلك فان انحصار نقطة مركز الثقل لجسم الطفل في منطقة بالقرب من قمة العظم الحرقي، يساعد على حسن احتفاظ الطفل بتوازنه ، ويساهم بقدر كبير في تأمين الحركة. (علاوي. س.، 1996)

يدخل أولاد 11 سنة فترة الاقتراب نحو النضج و المراهقة التي يسبقها نمو انفجاري مختصر في طول الرجلين و يصاحب ذلك زيادة في عرض الكتفين.

كما تتضاعف قوة الأولاد في السن 11 سنة بالمقارنة مع سن 6 سنوات و ذلك بالنسبة لقوة الرجلين عن الذراعين و اليدين و قد أشار " جوبر " إلى إن التوالي في نمو القوة يظهر أولا في القوة المميزة بالسرعة للرجلين ، يلي ذلك في العضلة ذات الرأسين (في العضد) و عضلات الظهر و أخيرا الساعد. (الين،، خبرات في الألعاب للصغار و الكبار ص 100).

و من أهم ما يتميز به الطفل في هذه المرحلة ، سرعة استعبابه و تعلمه للحركات الجديدة و القدرة على المداومة الحركية لمختلف الظروف ، و كثيرا ما نصادف ظاهرة تعلم الطفل من الوهلة الأولى ، و هذا يعني إن الكثير من الأطفال يكتسبون القدرة على أداء المهارات الحركية دون إنفاق وقت طويل في عملية التعلم و التدريب و الممارسة. (علاوي. س.، علم النفسي التربوي الرياضي ص 405 . (مرجع سابق)، 1996)

و يتلخص النمو الجسمي الحركي في النقاط التالية :

- مرحلة هدوء أو استراحة بالنسبة لنمو الطول و الوزن .
- يتسرع نمو العضلات .
- يقترب حجم القلب و الرئتين من الحجم الطبيعي .
- التمكن من التحكم العضلي و التوجيه الهادف للحركات (ضرب الكرة بقوة أو مرونة ، إيقاع جري سريع ، بطيء) .

- نمو قدرة التعلم الحركي الدقيق و المركب و المتنوع (التنسيق بين البصر و الحركة) .
- التلاؤم مع الوضعيات الجديدة بسرعة. (فاخر،، 1980)

السن	الطول (سم)	الوزن (كغ)
9 سنوات	126.9	25.8
10 سنوات	131.3	27.4
11 سنة	135.1	29.7
12 سنة	139.5	32.0
13 سنة	144.4	35.2

جدول رقم (1) يبين نسبة زيادة الطول والوزن لدى الذكور(9-13سنة)

فمن خلال الجدول رقم "1" نلاحظ ان ازدياد نسبة الطول و الوزن لدى الذكور في الفترة الممتدة بين (9 - 13 سنة) ، تكون مستقرة على طولها ، ولهذا يطلق على هذه المرحلة العمرية مرحلة الاستقرار.

2-2- النمو النفسي الانفعالي:

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

طفل هذه المرحلة شديد الحساسية لنقد الكبار أو مجرد مقارنته بأقرانه، حيث يسبب له ذلك ألماً نفسية شديدة قد تقوده أحياناً إلى الانتقام و العدوان.

الطفل في هذه المرحلة معرض للصراع النفسي إذا كان هناك تعارض بين اتجاهات الوالدين أو اتجاهات جماعة الأصدقاء بالنادي أو المدرسة، حيث انه شديد الولاء لرفاق اللعب بالإضافة إلى ولاءه و انتمائه لوالديه.

يميل الطفل في هذه المرحلة إلى تقليد الكبار و خاصة ذوي القدرات كالأبطال، و يتحمس لهم و يدافع عنهم دفاعاً شديداً.

يميل الطفل أيضا إلى التنافس و لكن من خلال جماعة الرفاق مع جماعة أخرى ، كما يهوى الرحلات و المغامرات التي تساعده على اكتساب الحقائق التي يدركها الكبار .

يميل الطفل في هذه المرحلة إلى المرح و الفكاهة ، كما يميل أيضا إلى العنف و الخشونة أثناء اللعب حيث يجد في ذلك وسيلة لإظهار ما لديه من قدرات بدنية و مقارنتها بقدرات الآخرين. (فوزي)، مبادئ علم النفس الرياضي ص 61. (مرجع سابق)، (2003)

يقول " محمد مصطفى زيدان " بان « سلوك الطفل في هذه المرحلة يصبح غير وقائي ، إذ يكون مبنيا على مجموعة من الميول و العواطف و الاتجاهات التي تتناسب مع الموقف الذي يواجهه ، كما يتميز بحب الاستطلاع و المثابرة و الطموح الدائم ، حيث يغلب على تصرفاته الطابع التفاعلي ، و عدم المبالاة و كذا النقد الذاتي و الجرأة و الحماس ، و المبادرة في التعلم الذي يشمل مختلف الفعاليات و الأنشطة الرياضية حتى يتضح له المسار في تخصصه. « (زيدان،، 1992)

2-3- النمو العقلي المعرفي:

يعتبر النمو العقلي جانبا من جوانب النمو عند الإنسان و يفسر بأنه القدرة الذكائية ، و أن عملية النمو العقلي بمعناها الواسع هي القدرة على التنظيم و التمثيل و الاستعاب و التوازن و التكيف التي من خلالها يتم التغيير في الخطة العقلية. (المهادي،، 1999)

ينتقل الطفل في هذه المرحلة من التفكير الخيالي إلى التفكير الواقعي ، و تتضح قدرته على إدراك الأزمنة و المسافات و المساحات و الحجوم و الأشكال ، و كذلك القدرة على ربط النتائج بأسبابها و إدراك العلاقة التي تربط بين موضوعين أو أكثر .

تزداد قدرة الطفل على تركيز الانتباه و تحويله من موضوع إلى آخر، الأمر الذي يساعده على الاستمرار في نشاط واحد لمدة طويلة و القدرة على الوصف الدقيق و التعامل مع الموضوعات التي يميل إليها بدقة ، كما يبدأ في إدراك وفهم المعاني التجريدية مثل : الصدق، الأمانة. الحيانة العدل، المساواة، الحرية و الديمقراطية.

تتميز هذه المرحلة بنمو القدرة على التفكير الابتكاري و بداية ظهور الميول ، ويبدو ذلك واضحا في اهتمامات الطفل بالأنشطة الرياضية ، كما يستطيع إدراك أوجه الشبه و الاختلاف بين موضوعين أو أكثر

، و لهذا يستطيع النقد و توجيه الذات و من ثم لا يحتاج إلى وقت كبير في تعلم الحركات الرياضية و خطط اللعب البسيطة. (فوزي،، مبادئ علم النفس الرياضي ص 60. (مرجع سابق)، 2003)

2-4- النمو الاجتماعي:

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

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

يتعصب كل جنس في هذه المرحلة للجنس الذي ينتمي إليه ، و قد يصل الأمر إلى مستوى العداء ضد الجنس الآخر. (فوزي،، مبادئ علم النفس الرياضي ص 60. (مرجع سابق)، 2003)

يبحث طفل هذه المرحلة عن تشجيع الكبار و المعاملة المرضية لهم ، و إظهار قدراته و صفاته الاجتماعية (احتشام ، نظافة ، نجاح في الدراسة ، اخذ ادوار ...). (علاوي. م.، علم النفسي التربوي الرياضي ص 405 (مرجع سابق)، 1983)

3- الطفل و الممارسة الرياضية:

3-1- أهمية الرياضة في نمو شخصية الطفل :

لقد أصبحت الرياضة في عصرنا الحديث حاجة فيزيولوجية تتطلبها صحة الإنسان ، حيث يتفق الجميع على أنها أساسية للنمو الجسمي السليم ، و الطفل في هذه المرحلة تزداد حاجته للنشاط الحركي ، و يمثل اللعب احد أهم أهدافه ، كما تزداد مهارته و يساعده خياله و حبه للتقليد على إتقان حركات معينة ، و من جهة أخرى تلعب نشاطات الفريق الرياضي دورا حاسما ، إذ يجد الأطفال المجال الرياضي الذي يساعدهم على تكوين الجماعات الرياضية التي يميلون إليها فالجماعات الرياضية زيادة على أنها تشبع متطلبات نمو الطفل الاجتماعية فهي تزوده أيضا بالأسس مهارية و التي تساعده على الاستمرار في العمل لمدة أطول .

و تلعب الرياضة دورا هاما في إشباع بعض الميول العدوانية و العنف لدى بعض الأطفال و ذلك في الألعاب و المنافسات العنيفة مثل الملاكمة ، و كما تعد الرياضة أيضا مجالاً للإعلام يحاول بها الطفل التعبير عن دوافع ما . (القوس، 1984)

و يقول " مارك دوران " إن « الأطفال المنخرطين في النوادي الرياضية كممارسين معظم أوقات فراغهم لممارسة الرياضة ، بحيث تقدر ب 5 ساعات في الأسبوع تقريبا ، تفسر الوضعية الراقية التي تحتلها الرياضة في حياة الطفل » (Durant., 1987)

وفي الرياضة البدنية مجالاً للإعلام ، وهي طريقة يحاول فيها الطفل التعبير عن دافع مرغوب فيه ، و يعد التعاون عن طريق الأنشطة الرياضية من أهم العوامل الاجتماعية التي تؤثر في حياة الطفل ، لان شعوره بالاندماج في الحياة يساعده عند الكبر أن يعيش في وسط جماعة منتظمة حيث إن اللعب يساعد الطفل على الاتصال بالجميع و تختلف ظروف الأطفال بعضهم عن بعض في مدى هذا التعامل مع المجتمع ، و مما لا شك فيه يمكننا إن نحصل على نتيجة عالية في حياة الطفل الاجتماعية إذا حاولنا تدریجة أثناء نموه على الألعاب الجماعية. (العلاء،، التربية السياسية للشباب و دور التربية الرياضية ص 177 ،، 1996)

3-2- الأسباب المؤدية للممارسة الرياضية :

من الأوائل الذين اهتموا بالأسباب المؤدية للمشاركة عند لاعبي البيسبول هو الباحث "سكويك" حيث اثبت إن لاعبي البيسبول أتوا في أول مرة من اجل الترفيه و التسلية ، كما إن هناك نتائج مماثلة جاء بها " ساب " و " هويينستركر " حيث استخلصا إن الأطفال قبل كل شيء أتوا للممارسة الرياضية باحثين عن التسلية و اللهو ، ثم للتعلم و اكتساب مهارات حركية و تقنية جديدة ، وليصبحوا في لياقة بدنية جيدة ، و يحققوا اللعب مع الأصدقاء .

و يرى " مارك دوران " إن هناك عدة عوامل تدفع الطفل للممارسة الرياضية و هي كالآتي : - يجمع ثلاث اتجاهات للممارسة الرياضية في الفوج ، كالعامل داخل الجماعة ، خلق روح التضامن في الفريق الرياضي ، الرغبة في الانتماء إلى الفريق الرياضي .

- اكتساب لياقة بدنية جيدة كالبحت عن التمتع بصحة جسمانية جيدة .

- الحصول على علاقة جيدة مع المدرب اوالمربي ، بالإضافة كذلك إلى إرضاء الآباء والأصدقاء .

- البحث عن التسلية و اللهو. (L،.Durant) enfant et le sport Pratiques corporelles P154 ، (1987)

3-3- مطالب الطفولة لأقل من 13 سنة:

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

. تعلم المهارة الجسمية الحركية الضرورية لمزاولة الألعاب و النشاطات العادية :

فإذا نظرنا إلى النمو الحركي في الفترة السابقة من (6 - 8 سنوات) سوف نجد أن الحركات غير دقيقة، و في هذه الفترة يصل الطفل إلى استعمال العضلات الدقيقة، مما يجعل حركاته محدودة و دقيقة.

- تكوين اتجاه سليم نحو الذات ككائن حي ينمو :

و يتلخص ذلك في اكتساب عادات العناية بالجسم و النظافة و تكوين القدرة على استخدام الجسم استخداما يحس فيه الطفل بالرضا و تكوين نظرة سليمة نحو الجسم.

- تعلم التعامل مع الرفاق و الأقران :

تعلم أصول الأخذ و العطاء و تكوين الأصدقاء و التعامل مع الأطفال الآخرين .

- تعلم دوره الجنسي في الحياة :

إذ يتعلم الطفل انه رجل يجب عليه تقبل المسؤولية المنوطة به .

- تعلم المهارات الأساسية في القراءة و الكتابة و الحساب :

عند نهاية هذه المرحلة يكون الطفل قادرا على القراءة و الكتابة بخط واضح و القيام بالعمليات الحسابية الأساسية.

- تكوين المفاهيم و المدركات الخاصة بالحياة اليومية: اكتساب أفكار حول الشؤون المهنية ، المدنية و

الاجتماعية العادية ، تكوين روح المسؤولية وحب العمل.

- تكوين الضمير و القيم الأخلاقية و المعايير السلوكية الخاصة و العامة :

تتدعم هذه المفاهيم أكثر لدى الطفل في هذه المرحلة ، من خلال التربية سواء في البيت أو في المدرسة و

ينتقل الطفل من الخضوع إلى مبدأ الواقع حيث يصبح قادرا على تقسيم أفعاله و تحمل تبعات سلوكياته.

- تكوين اتجاهات نفسية متصلة بالتجمعات البشرية و المنظمات الاجتماعية :

تكوين روح التعامل و التكفل الاجتماعي، احترام حقوق الآخرين، حرية الرأي، الوطنية و حب الوطن.
(فهمي،، 1988)

3-4- حاجات الأطفال للممارسة الرياضية:

لقد اهتم العديد من الباحثين بدراسة حاجات إقبال الأطفال على ممارسة الأنشطة الرياضية رغم تعددها و اختلاف درجاتها ، و نظرا لتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية ، إلا أن معرفة احتياجات الأطفال هي مفتاح إثارة دوافعهم ، ومن أهم الحاجات البارزة التي يسعى الطفل إلى إشباعها بالممارسة الرياضية ما يلي :

- أ- الحاجة إلى الإثارة و المتعة .
- ب- الحاجة إلى الانتماء و الجماعة .
- ج- الحاجة لإثبات الذات " النجاح".
- أ. الحاجة إلى الإثارة و المتعة :

تظهر الحاجة إلى المتعة بوضوح في تلك المشاهد التنافسية بين الأطفال و الرغبة في التفوق و نلاحظ هذه المتعة لدى الأطفال (9 - 13 سنة) عندما ينغمسون في نشاط رياضي معين و يفقدون الإحساس بالزمن و يشعرون إن كل شيء يسير على الوجه الصحيح ، فهو غير متوفر وهذه الخبرة تتسم بالتركيز الشديد ، و الشعور بسيطرة الطفل على نفسه ، و على البيئة المحيطة به. (الراتب،، 1997)

و عليه فان كل فرد منا يحتاج إلى قدر من التنشيط و الإثارة على حسب طبيعته أو ما يطلق عليه علماء النفس " الحاجة إلى الاستثارة " و يفضل البعض مستوى عالي من الإثارة بينما يرى البعض الآخر إن يكون هذا المستوى منخفضا ، (باهي،، 1999)

و في كلتا الحالتين يشعر الطفل بالإشباع والمتعة و الانغماس تماما في النشاط. و من جهة أخرى قد يحدث في بعض الأحيان نتيجة للتدريب الطويل أن تصبح الممارسة شيئا غير ممتع ، فهو لا يزيد درجة الإثارة بالقدر الملائم ، و إنما يزيد بدرجة مبالغ فيها ، و عندئذ تتحول ممارسة النشاط الرياضي إلى مصدر للتوتر و الشعور بالقلق . (الراتب،، علم النفس الرياضي ، ط 2 ، ص 85. (مرجع سابق)، 1997)

ب . الحاجة إلى الانتماء :

إن الحاجة إلى الانتماء تتلخص في رغبة الطفل في إن تكون الجماعة التي ينتمي إليها تريده فعلا داخلها ، و تتمتع بصحبته و تفتقده إذا غاب ، و يختار بعض الأطفال المشاركة في الأنشطة الرياضية لرغبتهم في الانتماء إلى جماعة الرفاق ، فهم يريدون بذلك إشباع حاجة الانتماء لديهم و ليس تحقيق مجد أو شهرة. إن مرحلة الطفولة المتأخرة تتميز بالميل إلى تكوين الأندية و الجماعات ، و التي تتميز بقوانين داخلية تحكمها ، و تتميز أفرادها بالمودة و التماسك و التضامن ، و قد تختار قائدا لها غالبا ما يكون ذو قدرة على التنظيم ، و اهتمامات مع الجماعة ، أو التفرقة في بعض النواحي و خاصة الجسدية منها ، مما يجعله يتميز نوعا ما عن باقي أفراد الجماعة (زيدان.، سيكولوجية النمو ص 214 . (مرجع سابق)، 1992)

ج . الحاجة إلى إثبات الذات (النجاح):

إن الحاجة إلى النجاح لا تقل أهمية عن باقي حاجات الطفولة المتأخرة ، فالفشل المتكرر سوف يربط من عزيمته الطفل ، و يجعله يتخلى عن هذا العمل أو ذاك ، و قد يكبر هذا الشعور فيصبح الطفل سلبيا ، متخوفا من القيام بأي عمل ، فيعقد روح البحث و المبادرة ، و قد يصل الأمر أحيانا إلى حد التوقوع على النفس ، و الدخول في اضطرابات ولعل أهمها الخجل الذي يتولد عنه عدم الثقة بالنفس .

و النجاح هو الحالة الغالبة على معظم الأطفال ، و ذلك لإظهار الكفاءة و الجدارة للفوز بتقدير الآخرين ، و يعود هذا إلى نظرة المجتمع عادة للشخص الذي يحقق المزيد من الانجاز ، و على انه أكثر قيمة من غيره الذي يكون انجازه اقل ، و في مجال النشاط الرياضي يقاس الانجاز من خلال عامل واحد و بسيط ألا هو المكسب ، فالمكسب يعني النجاح و الخسارة بالطبع تعني الفشل و الاعتماد على هذا العامل (المكسب) و حده يؤدي إلى عدم تدعيم قيمة الذات للطفل، ومن ثم عدم استقرار الثقة بالنفس، أي في حالة الاعتماد على المكسب و الخسارة كعامل أساسي ، فان تدعيم الثقة بالنفس يعتمد على عامل غير مستقر لان المكسب غير مضمون دائما ، فضلا على انه في الغالب نصيب عدد معين من الرياضيين. (الراتب.، علم النفس الرياضي ط 2 ص 234) (مرجع سابق)، 1997)

– الخلاصة :

من الضروري لمدربي كرة القدم مراعات و دراسة خصائص نمو لاعبي كرة القدم في هذه المرحلة العمرية الحساسة و التي يعتبر فيها اللاعب قد بدأ في عملية التطور الفكري و البدني و عليه فان اهمية دراسة هذه الخصائص ملزمة لمدرّب كرة القدم للوصول الى باللاعب الى مستويات جيدة .

الفصل الأول:

التطبيقي

منهجية البحث والاجراءات الميدانية:

- تمهيد

1/ منهج البحث.

2/ عينة البحث.

3/ مجالات البحث.

3-1 المجال البشري.

3-2 المجال المكاني.

3-3 المجال الزمني.

4/ أدوات البحث.

5/ الظبط المتغيرات الاجرائية.

6/ متغيرات البحث.

7/ الدراسة الإحصائية.

7-1 تحديد الاختبارات والقياسات الإحصائية.

8/ مواصفات الاختبارات الصفات التوافقية.

9/ دراسة استطلاعية.

10/ الوسائل الإحصائية

11/ صعوبة البحث.

-تمهيد:

إن عملية التقويم في مجال التدريب الرياضي في مختلف الأندية الرياضية تعاني خاصة في الألعاب الجماعية من بينها كرة القدم بحيث كرة القدم بحيث أن معظم المدرسين ما زالوا الى يومنا هذا يعتمدون على التقويم الذاتي مبتعدين كل البعد عن الموضوعية مما يزيد من صعوبة تحقيق الأهداف التدريبية، وعليه من خلال كل ما تقدم وبغية إيجاد الطريقة العدمية في التقويم للاعبين في كرة القدم. كان لابد علينا القيام بدراسات أولية المتمثلة في تثبت صلاحية الاختبارات المقترحة مع مراعاة الشروط العلمية من ثبات وصدق وموضوعية مع ضبط الاجرائية للبحث.

1- منهج البحث:

مجال البحث يعتمد على اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة، وتختلف المناهج المتبعة باختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل اليه وفي بحثنا هذا اتبعنا المنهج المسحي الوصفي بأسلوب يلائم طبيعة الدراسة ، ويعرف المنهج المسحي الوصفي بأنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية كما هي في الوقت الحاضر يقصد بها تشخيصها، كشف جوانبها، تحديد العلاقة بين عناصرها، العلاقة بينها وبين الظواهر الاخرى، ويتم ذلك عن طريق جمع البيانات وتحليلها وتستخرج منها الاستنتاجات دلالة بالنسبة للمشكلة المطروحة. (والشاطي، 1992)

2- عينة البحث:

تعتبر عينة البحث في البحوث المسحية أساس عمل الباحث بحيث "أنها مجموعة من الأفراد يبني الباحث أمله عليها، مؤخوذة من المجتمع الأصلي فتكون ممثلة له تمثيلا صادقا" وفي بحثنا هذا تتكون العينة من

110 لاعب كرة قدم أقل من 13 سنة وهم موزعين على الشكل التالي

30 لاعب: اتحاد مستغانم.

30 لاعب ترجي مستغانم.

20 لاعب: فريق المهايدين بمستغانم.

وتم اختيار البحث بالطريقة المقصودة:

3- مجالات البحث:**3-1- المجال البشري:**

اشتمل المجال البشري في بحثنا على 110 لاعبا وهو عدد المجتمع الأصلي من فئة أقل من 13 سنة بحيث أجريت عليهم مجموعة من الاختبارات التقييمية.

3-2- المجال المكاني:

أجريت الاختبارات التقييمية على النحو التالي:

المكان	الفريق
1/ الملعب الجوارى لبلدية المطمر.	1/ جمعية أمال براعم المطمر - غليزان
2/ المركب الرياضي الرائد فراج	2/ ترجي مستغانم
3/ ملعب بن سليمان	3/ اتحاد مستغانم
4/ المركب الرياضي الرائد فراج.	4/ فريق المهديّة

3-3- المجال الزمني:

قام الباحثان في الفترة الممتدة من شهر 04 جانفي الى 26 فيفري لجمع المعلومات المتعلقة ببحثنا من خلال المراجع والمقابلات الشخصية مع بعض الدكاترة وغيرها وفي الفترة الممتدة من بداية شهر مارس قمنا بترشيح الاختبارات الواجب الإعتماد عليها في بحثنا بحيث تم القيام بالاختبارات في الفترة الممتدة من 01 أفريل الى 30 من نفس الشهر.

4- أدوات البحث:

استخدم الباحثون في دراستهم الأدوات التالية:

- المرجع والمصادر باللغة العربية والأجنبية.
- المقابلات الشخصية مع الأساتذة ودكاترة في مجال التدريب الرياضي.
- الإعتماد على مجموعة من الاختبارات التي تم ترشيحها باستشارة السادة الدكاترة.

4-1- الوسائل البيداغوجية والمتمثلة في:

- ساعة ميقاتية.
- صفارة
- أفمصة رياضية
- شريط قياس.
- شواخص.
- ملعب

5- الضبط المتغيرات الاجرائية :

إن الدراسة الميدانية تتطلب ضبطا للمتغيرات الإجرائية قصد التحكم فيها، ولهذا عمل الباحثان على ضبط المتغيرات من خلال ما يلي:

- كل العينات من حيث ذكر فئة أقل من 13 سنة
- اشراف الباحثان بنفسهما على الاختبارات والقياسات
- توحيد ظروف اجراء جميع الاختبارات في فترة زمنية واحدة و ذلك في الفترة المسائية.
- تم استخدام نفس الأدوات ونفس فريق العمل.

6- متغيرات البحث:

متغير مستقل : المسويات المعيارية.

متغير تابع : لاعبي كرة القدم.

7- الدراسة الإحصائية:

قام الباحثون بدراسة إحصائية الغرض منها هو:

تحديد مجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية لتقويم لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة وكشف مدى نبات وصدق موضوعية الاختبار.

الخطوات:

كانت عبارة عن تحديد مجموعة من الاختبارات التوافقية التي تم انتقاؤها عن طريق مناقشة ومحاوره بعض الأساتذة والدكاترة في التدريب الرياضي ذوي الخبرة الميدانية وكان اختيار هذه الاختبارات مرتبطا ببعض الصفات التوافقية للاعبين كرة القدم فئة من 13 سنة.

7-1- تحديد الاختبارات والقياسات:

من خلال اطلاع الباحث على مجموعة من المصادر والمراجع التي تناولت موضوع بحثنا هذا وتحققا لأهدافه وبعدها عرضت على مجموعة من الدكاترة على رأسهم المشرف وقد ابد بعض النصائح والارشادات لتحديد الاختبارات ونذكر بعض الدكاترة. (سيد احمد. زرق - فغلول سنوسي - غوال عدة).

8- مواصفات اختبارات الصفات التوافقية:**8-1- اختبار ركض لمسافة 30 م**

هدف الاختبار: قياس السرعة.

الأدوات والامكانيات : ساحة أو ملعب مؤشر عليه مسافة 30م محدد بداية وخط نهاية - ساعة توقيت - مسدس اطلاق.

طريقة اجراء الاختبار:

* يقف اللاعب خلف خط البداية (وضع البدأ الاعلي).

* عند سماع اشارة البدأ يقوم اللاعب بالركض بأقصى سرعة ممكنة الى ان يجتاز خط النهاية.

طريقة التسجيل:

* يحسن اللاعب الزمن المستغرق الذي قطع فيه مسافة 30 م

* تعطى اللاعب محاولة واحدة فقط. (محمود ا.، الاختبارات والتكتيك في كرة القدم الصفحة 34)

8-2- اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف:

هدف الاختبار: قياس مرونة العمود الفقري على المحور الأفقي.

الأدوات المستخدمة: مقعد بدون مسند ارتفاعه (50سم) مسطرة غير مرنة مقسمة من صفر الى 100، مثبت على المقعد عموديا. بحيث يكون رقم 50 موازيا لسطح المسطرة ورقم 100 موازيا للحافة السفلى للمقعد، مؤشر حسي يتحرك من سطح المسطرة.

طريقة اجراء الاختبار:

يقف اللاعب المختبر فوق المقعد والقدمان مضمومتان وأصابع القدمين مثبتة على حافة المقعد، والكبتين ممدودة، يقوم اللاعب بتني جذعه للأمام وللأسفل بحيث يدفع المؤشر بأصبعه إلى ابعد سباق يستطيع الوصول إليها، وتثبت في اخر مسافة وصل إليها لمدة ثانيتين

طريقة التسجيل :

- تسجل للمختبر المسافة التي وصل إليها
- تعطى اللاعب محاولتان وتحسب له المسافة الاكبر بالسنتيمتر. (محمود ا.)

8-3 الجري المتعرج بالكرة

الهدف من الاختبار : الجري السريع بالكرة (قياس الرشاقة مع الكرة)

الأدوات اللازمة : كرة قدم قانونية (ساعة توقيت ، / 5 شواخص)

الإجراءات :

تخطط منطقة الاختبار :

يقف اللاعب ومعه الكرة خلف منطقة البدء وعندما اشارة البدء يقوم الجري بالكرة بالقدم بين

5 شواخص يعطي كل لاعب محاولتين متتاليتين يحسب الزمن لأفضل محاولة

حساب الدرجات : درجة اللاعب من الزمن الكلي الذي يستغرقه في الأداء. (محمود)

9- الدراسة الاستطلاعية:

يعرف محمد أبو صالح وعدنان محمد عوض علم الاحصاء بأنه العلم الذي يدرس ويبحث في جميع البيانات وتنظيمها وعرضها وتحليلها واستخلاص النتائج واتخاذ القرارات بناءا عليها ولذلك كان علينا إجراء دراسة استطلاعية من أجل الوصول الى افضل النتائج.

9-1 تقنين الاختبارات: لقد تم اجراء الاستطلاعية على هذه الاختبارات في 17 مارس مجموعة من

لاعبي كرة القدم لدائرة المطمر من الفئة العمرية (11-13) سنة واعيدت هذه التجربة على نفس العينة والظروف بعد 5 أيام وخلصت هذه التجربة الى مايلي:

- سهولة الفهم والأداء.
- لا تحتاج الى أدوات كثيرة.

9-2 الأسس العلمية:

ثبات الاختبار: يقول مقدم عبد الحفيظ أن ثبات الاختبار هو مدى ثبات واستقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الافراد في مناسبتين مختلفتين. (الحفيظ،، 1993)

حيث عمل الطلبة الباحثون على ضمان أقوى تجانس وذلك من خلال مراعاة الجنس، حيث حولت النتائج الاحصائية باستخدام معمال الارتباط بيرسون، وبعد الكشف عن الدلالة لمعامل الارتباط عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 7 ووجد أن القيمة المحسوبة لكل اختبار أكبر من القيمة الجدولية وهي 0.66 مما يؤكد أن الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية.

وهذا ما يوضح في الجدول رقم "2":

الدلالة الاحصائية	الدلال	معامل	معامل	اهمية	مستوى	درجة	حجم	الدراسة الاحصائية
الاحصائية	الهدف	البناء	الجدول	الجدول	الدلالة	الحرية	الفئة	الاختبارات
دال احصائيا	0.84	0.71						السرعة: جري مسافة 30 متر
دال احصائيا	0.68	0.74	0.66	0.05	7	8		الرشاقة: الجري بالكرة بين التو اخص
دال احصائيا	0.95	0.94						المرونة: ثني الجذع الى الأمام من الوقوف

الجدول رقم "2" يوضح معامل الثبات صدق والاختبار.

9-3- صدق الاختبار:

من أجل التأكد من صدق الاختبارات استخدم الباحثون معامل الصدق الذاتي الذي باعتباره أصدق درجات التجربة بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائبها أخطاء القياس والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل نبات الاختبار وقد نسب أن الاختبارات تتمتع بدجات عالية.

10- الوسائل الاحصائية: ان الهدف من التقنيات الاحصائية هو التوصل الى مؤثرات كمية تساعد على

التحليل والتفسير والتأويل والحكم والتقنيات المستعملة في هذا البحث نجد:

10-1 المتوسط الحسابي: (سعد، 1991)

$$س = \frac{مجم س}{ن} \text{ حيث س: المتوسط الحسابي.}$$

مجم س: مجموع الدرجات.

ن: عدد الأفراد.

والهدف منه الحصول على متوسط المفحوصين في الاختبارات المهارية بالاضافة الى ذلك أنه ضروري الاستخراج الانحراف المعياري.

* الانحراف المعياري: (حلمي، 1992)

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مج}(س-س')^2}{1-ن}}$$

حيث ع: الانحراف المعياري.

مج (س - س'): مجموع مربعات الانحرافات عن المتوسط.

ن: عدد الأفراد.

وهو من أهم مقاييس التشتت: إذ يبين لنا مدى ابتعاد درجة المختبر عن النقطة المركزية.

10-3 معامل الارتباط لكال بيرسون: (الحفيظ، 1983)

وذلك لمعرفة معامل النبات للاختبارات:

$$ر = \frac{\text{مج}(ص-ص') - (\text{مج}ص - \text{مج}ص')}{\sqrt{2 \text{مج}(ص-ص')^2}}$$

ر: معامل الارتباط لبيرسون.

س: قيم الاختبار الأول

ص: قيم الاختبار الثاني

ن: مجموع العينة.

10-4- صدق الاختبار:

$$\sqrt{\text{الثبات}} = \text{صدق الاختبار}$$

النسبة المئوية: (السيد).

الغرض منه وصف المستويات التي حصلت عليها الغيبة.

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{عدد التلاميذ في كل مستوى} * 100}{\text{المجموع الكلي للعينة}}$$

المجموع الكلي للعينة

الدرجة المعيارية: (القادر،، 1995)

الدرجة المعيارية = المتوسط الحسابي + الرقم الثابت

الرقم الثابت = (الحد الأعلى - الحد الأدنى) / 100

الحد الأعلى = المتوسط الحسابي + ثلاثة انحرافات (س+3ع)

الحد الأدنى = المتوسط الحسابي - ثلاثة انحرافات (س-3ع)

11- صعوبة البحث:

أهم الصعوبات التي واجهتنا أثناء القيام بهذه الدراسة هي:

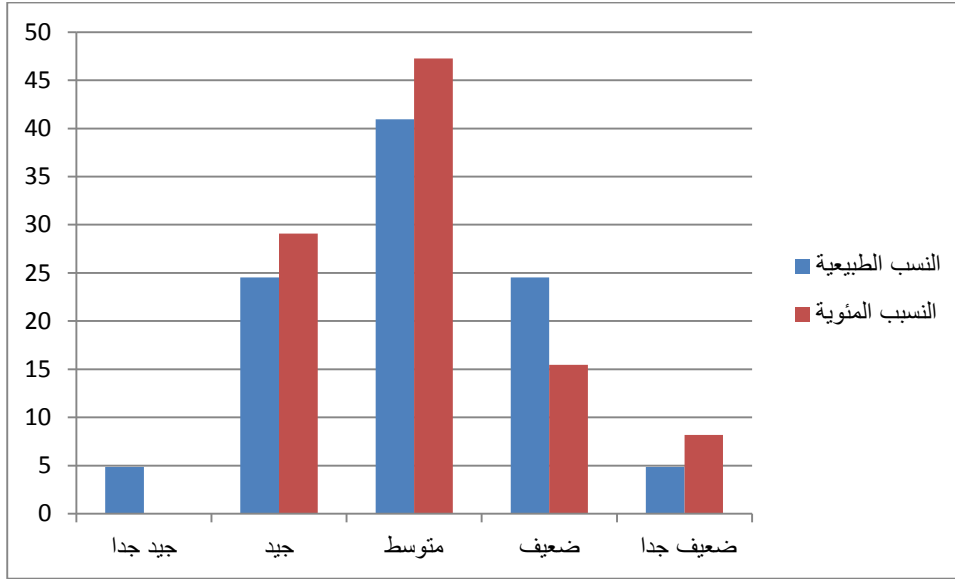
- صعوبة تطبيق الاختبارات في نفس الظروف وذلك لسوء الأحوال الجوية
- تكرار الغيابات من طرف اللاعبين.

- خلاصة:

قمنا في هذا الفصل بعرض منهجية البحث ومختلف اجراءاته اميدانية حيث تم التطرق الى المنهج المستعمل وسبب اختياره، العينة المأخوذة والطريقة التي أخطت بها مجالات البحث: الزمني ، المكاني، البشري، بالإضافة الى الادوات المستعملة والتي من شأنها مساعدتنا اضافة الى العمل الاحصائي الذي عمدنا لاستعماله بما يناسب مع موضوع بحثنا مع ابراز الصعوبات التي واجهت طريقنا طول مدة البحث.

1- عرض و تحليل النتائج:

1-1- عرض و تحليل و مناقشة نتائج اختبارات مهارة السرعة :



الشكل رقم 1 يمثل النسبة المئوية للاعبين كرة القدم لمهارة السرعة والنسب المقررة لها في منحنى التوزيع

الطبيعي

النسبة المقدرة لها في المنحنى الطبيعي	النسبة المؤية	التكرارات	المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية المعدلة للإختبار
4.86	0.	0	جيد جدا	4.63-4.27
24.52	29.09	32	جيد	5.03-4.65
40.96	47.27	52	متوسط	5.41-5.05
24.52	15.45	17	ضعيف	5.81-5.43
4.86	8.18	9	ضعيف جدا	6.23-5.83
99.72	99.99	110		المجموع

الجدول رقم 02 يوضح النسب المئوية لدى لاعبي كرة القدم في اختبار السرعة والنسب المقررة لها في

منحنى التوزيع الدوري

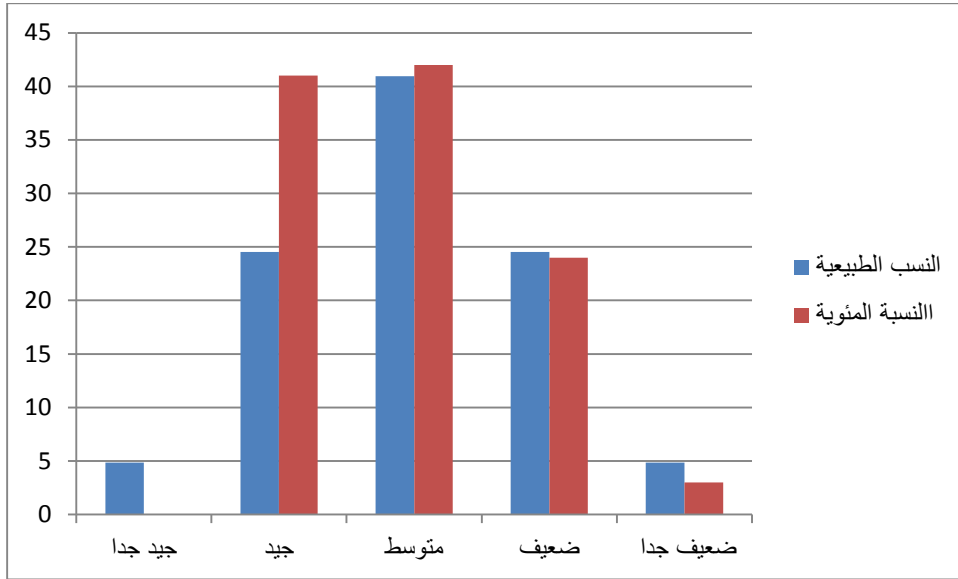
1-2- عرض و تحليل و مناقشة نتائج اختبار 30م:

من خلال الجدول رقم (1) و النتائج الموضحة تبين لنا قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث بلغت (5.23) بإنحراف معياري مقدر ب (0.34) و يدعم الطلبة الباحثون من خلال المعالجة الإحصائية للنتائج الحام بحيث تبين أن أعلى نسبة مئوية لدى عينة البحث تقدر ب (47.27) بالمائة اي مايعادل (52) تلميذ وهذا عند المستوى المعياري (متوسط) المقابل للدرجة المعيارية (5.05-5.41) ومن خلال مقارنة نسب نتائج البحث المتحصل عليها مع النسب المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي الذي يوضح لنا مايلي:

في مستوى معياري جيد جدا وبدرجة معيارية (4.27-4.63) سجلت عينة البحث (0) بالمائة و هي أصغر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (4.86). في مستوى معياري جيد و بدرجة معيارية (4.65-5.03) سجلت عينة البحث (29.09) بالمائة وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (24.52) و في مستوى معياري متوسط و بدرجة معيارية (-5.05-5.41) سجلت عينة البحث (47.27) وهي أكبر من النسبة المقررة لها في التوزيع الطبيعي (40.96). و في مستوى معياري ضعيف و بدرجة معيارية (5.43-5.81) سجلت عينة البحث 15.45 بالمائة و هي أصغر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (24.52)، في مستوى معياري ضعيف جدا و بدرجة معيارية (5.83-6.23) سجلت عينة البحث ((8.18)) بالمائة و هي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (4.86).

- ومن هنا إستخلص الطلبة الباحثون أن أغلبية اللاعبين هم في المستوى المتوسط و الجيد في إختبار السرعة بنسبة قدرت ب (47.27) في المستوى المتوسط و بنسبة (29.09) في المستوى الجيد و هذا عدد كبير مقارنة بعينة البحث (110) لالعاب و يرجع هذا المستوى إلى سهولة الإختبار و المستوى الجيد للاعبين

3-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات مهارة المرونة :



الشكل رقم 02 يمثل النسبة المتووية للاعبين كرة القدم لمهارة المرونة والنسب المقررة لها في المنحنى التوزيع الطبيعي

النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي	النسبة المتووية	التكرارات	المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية المعدلة للإختبار
4.86	0.	0	جيد جدا	69.7-62.1
24.52	38.18	42	جيد	61.7-54.1
40.96	37.27	41	متوسط	53.7-46.1
24.52	21.8	24	ضعيف	45.7-38.1
4.86	2.72	03	ضعيف جدا	37.3-29.7
99.72	99.97	110		المجموع

الجدول 3 يوضح النسب المتووية لدى لاعبي كرة القدم في اختبار المرونة والنسب المقررة لها في المنحنى التوزيع الطبيعي

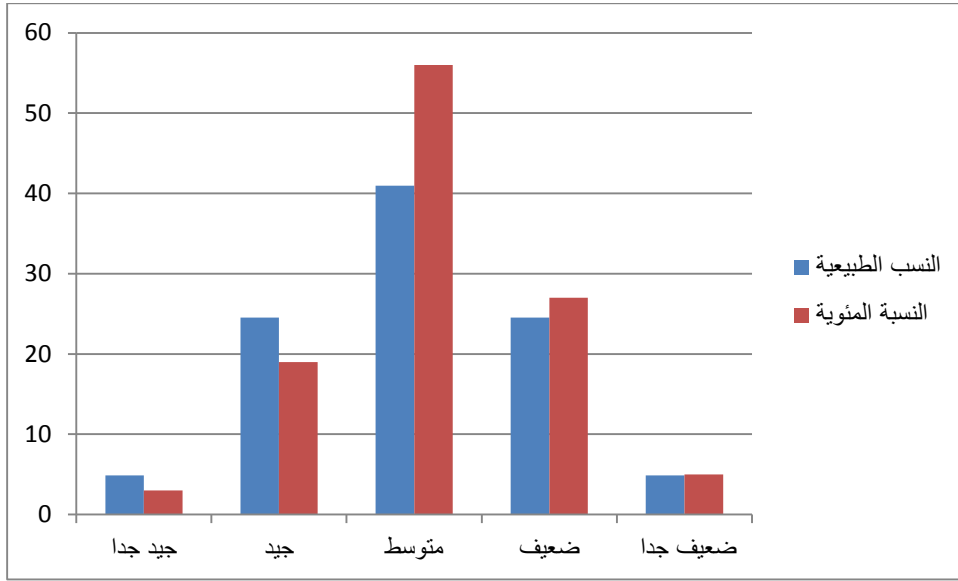
1-4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار ثني الجذع من الوقوف الى الامام :

من خلال الجدول رقم (2) و النتائج الموضحة تبين لنا قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث بلغت (49.7) بإنحراف معياري مقدر ب (6.60) و يدعم الطلبة الباحثون من خلال المعالجة الإحصائية للنتائج الحام بحيث تبين أن أعلى نسبة مئوية لدى عينة البحث تقدر ب (37.27) بالمائة اي مايعادل (41) لاعبين وهذا عند المستوى المعياري (متوسط) المقابل للدرجة المعيارية (46.1-53.7) ومن خلال مقارنة نسب نتائج البحث المتحصل عليها مع النسب المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي الذي يوضح لنا مايلي:

في مستوى معياري جيد جدا وبدرجة معيارية (29.7-37.3) سجلت عينة البحث (0) بالمائة و هي أصغر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (4.86). في مستوى معياري جيد و بدرجة معيارية (54.1-61.7) سجلت عينة البحث (38.18) بالمائة وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (24.52) و في مستوى معياري متوسط و بدرجة معيارية (46.1-53.7) سجلت عينة البحث (37.27) وهي أصغر من النسبة المقررة لها في التوزيع الطبيعي (40.96). و في مستوى معياري ضعيف و بدرجة معيارية (38.1-45.7) سجلت عينة البحث (21.8) بالمائة و هي أصغر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (24.52)، في مستوى معياري ضعيف جدا و بدرجة معيارية (29.7-37.3) سجلت عينة البحث (2.72) بالمائة و هي أصغر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (4.86).

- ومن هنا إستخلص الطلبة الباحثون أن أغلبية اللاعبين هم في المستوى المتوسط و الجيد بنسبة قدرت في المستوى المتوسط قدرت ب (37.27) و المستوى الجيد قدرت النسبة ب (38.18) و هذا عدد كبير مقارنة ب عدد اللاعبين 110 لاعب إمتلاك اللاعبين مرونة جيدة و المستوى الممتاز في المرونة

1-5- عرض وتحليل ومناقشة نتائج إختبارات مهارة الرشاقة :



الشكل رقم 3 يمثل النسب المئوية لدى لاعبي كرة القدم لمهارة الرشاقة والنسب المقررة لها في منحنى توزيع

الطبيعي

الدرجات المعيارية المعدلة للإختبار	المستويات المعيارية	التكرارات	النسبة المئوية	النسبة المقدرة لها في المنحنى الطبيعي
9.62-8.86	جيد جدا	3	2.72.	4.86
10.42-9.66	جيد	19	17.27	24.52
11.22-10.46	متوسط	56	50.90	40.96
12.02-11.26	ضعيف	27	24.54	24.52
12.86-12.06	ضعيف جدا	5	4.54.	4.86
المجموع		110	99.97	99.72

الجدول رقم 04 يوضح النسب المئوية لدى لاعبي كرة القدم في اختبار الرشاقة والنسب المقررة في منحنى

التوزيع الطبيعي

1-6- عرض و تحليل و مناقشة نتائج إختبار الجري بالكرة بين الشواخص :

من خلال الجدول رقم (3) و النتائج الموضحة تبين لنا قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث بلغت (10.86) بإنحراف معياري مقدر ب (0.73) و يدعم الطلبة الباحثون من خلال المعالجة الإحصائية للنتائج الخام بحيث تبين أن أعلى نسبة مئوية لدى عينة البحث تقدر ب (50.90) بالمائة اي ما يعادل (56) تلميذ وهذا عند المستوى المعياري (متوسط) المقابل للدرجة المعيارية (10.46-11.22) ومن خلال مقارنة نسب نتائج البحث المتحصل عليها مع النسب المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي الذي الذي يوضح لنا مايلي :

في مستوى معياري جيد جدا وبدرجة معيارية (8.86-9.62) سجلت عينة البحث (2.72) بالمائة و هي أصغر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (4.86). في مستوى معياري جيد و بدرجة معيارية (9.66-10.42) سجلت عينة البحث (17.27) بالمائة وهي أصغر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (24.52) و في مستوى معياري متوسط و بدرجة معيارية (10.46-11.22) سجلت عينة البحث (50.90) و هي أكبر من النسبة المقررة لها في التوزيع الطبيعي (40.96). و في مستوى معياري ضعيف و بدرجة معيارية (11.26-12.02) سجلت عينة البحث 24.54 بالمائة و هي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (24.52)، في مستوى معياري ضعيف جدا و بدرجة معيارية (12.06-12.86) سجلت عينة البحث (4.54) بالمائة و هي أصغر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي (4.86).

- ومن هنا استخلص الطلبة الباحثون أن أغلبية اللاعبين هم في المستوى المتوسط إختبار أو مهارة الرشاقة ب نسبة قدرة ب (50.90) بالمائة أي ما يعادل 56 لاعب وهي نسبة كبيرة مقارنة مع عينة البحث 110 لاعب ويعود سبب النتيجة إلى عدم إتقان أو عدم التدريب المتواصل إضافة إلى عدم إعتمام مدربي رياضة كرة القدم على مقاييس علمية في تدريب هذه الرياضة .

2- الاستنتاجات:

خلص الطلبة الباحثون من خلال العروض السابقة لبحثهم نتائج الاختبارات أنه على الرغم من وفرة الأطارات العلمية على مستوى قطاع التدريب في كرة القدم وكذا الامكانيات الميدانية المعتمدة التي حضي بها هذا القطاع إلا ان هناك عجز واضح في بعض الجوانب من الموضوع وهذا ما نلخصه فيما يلي

- نقص علمي واضح لدى مدربي كرة القدم وخاصة الفئات الصغرى
- اهمال المشرفين على الفرق الفئة الصغرى للاعبين كرة القدم وخاصة أقل من 13 سنة
- ضعف استخدام وسائل القياس (اختبارات، القياسات) لتقدير مستوى لاعبين في كرة اقدم
- تقويم اللاعبين كرة القدم يخضع لاساليب غير علمية ، حيث يعتمد على الصدفة والملاحظة والخبرة الشخصية ، وهذا النوع من التقويم لا يعتمد على معايير و مستويات وماكات بالمعنى المفهوم ويكون في ضوء خبرات واء واتجاهات القائمين وهو نوع اقرب الى التقويم الذاتي عنه إلى التقويم الموضوعي .

- نقص واضح من حيث تدعيم المدربين بمعايير ومستويات معيارية مقننة علميا يمكن استناد عليها في عملية الكشف مستوى الناشئين في كرة القدم

2-1 مناقشة فرضيات البحث**2-1-1 الفرضية الأولى :**

هناك فروق دلالة احصائية في الاختبارات والقياسات في الصفات التوافقية لدى لاعبي كرة القدم لاقبل من 13 سنة

على ضوء النتائج المتحصل عليها في الاختبارات لبعض الصفات التوافقية في كرة القدم اتضح لنا من خلال معالجة الاحصائية التي تمثل نتائج الاختبارات التي انجزت على لاعبي كرة القدم لأقل من 13 سنة نجد أن هناك فروق فردية في بعض الصفات التوافقية مثل اختبار الرشاقة نجد لاعبين قاموا بالاختبار خلال 10.08 ثا واخرين قاموا بنفس الاختبار خلال 11.62 ثا.

2-1-2 الفرضية الثانية:

المستويات المعيارية المحددة تساعد على معرفة مستوى لاعبي كرة القدم لأقل من 13 سنة.

في اطار النتائج المتحصل عليها في الاختبارات التي قمنا بها في كرة القدم اتضح لنا من خلال المعالجة الاحصائية التي تمثل نتائج الاختبارات على اللاعبين نجد أن المستويات المعيارية بالنسب المقررة في منحى التوزيع الطبيعي.

2-2- التوصيات:

على ضوء ما جاءت به هذه الدراسات والتي شملت المستويات المعيارية لتقويم بعض الصفات التوافقية عند لاعبي كرة القدم لأقل من 13 سنة.

- برجة لقاءات ومحضرات موضوعها التقويم بغية تدعيم وتحسيس المهتمين بالرياضة عمارة وكرة القدم خاصة عند الناشئين في مناهج حديثة وموضوعية.
- وضع مستويات معميارية للمراحل العمرية المختلفة خاصة الناشئين للكشف عن المتميزين في مختلف الفعاليات.
- برجة حصص تدريبية خاصة للاعبين للوصول الى المستوى المطلوب.
- التركيز على الجانب البدني والمهاري بصورة متزنة التي تؤدي الى رفع مستوى اللاعب.
- إن أحسن الطرق للوصول للمستويات العليا هي التقويم الموضوعي المسند على الطرق والاختبارات العلمية من أجل تحقيق أحسن النتائج.

- الخلاصة :

مما لا شك فيه ان التقدم في أي مجال كان لا يهتم الا بالتقويم المستمر في هذا المبدأ وان عملية التقويم في الرياضة حلقة من أهم الحلقات التي لا يمكن الاستغناء عنها في الكشف عن المواهب واعدادهم والتبوء بالنتائج وتشخيص مراكز القوة والضعف وادراكهما في الوقت المناسب.

وحيث أن التطور الكبير والاهتمام المتزايد بالرياضيين خاصة الناشئين باعتبارهم القاعدة الاساسية لأي اختصاص رياضي ليدعون لبحث عن احسن الحلول وانجح الوسائل في الكشف عن هؤلاء ممن يمتلكون صفات التفوق والتميز عن غيرهم. وإن عدم استعمال وسائل وادوات التقويم المتمثلة في اختبارات والقياسات يعني ضعف عملية التدريب وجهل كيفية تحقيق الأهداف فمسألة تحديد المستويات المعيارية تعد من الوسائل ذات الأهمية الكبرى ومطلبا أساسيا يجب أن نعمل على تحقيقه.

ومن أجل تحقيق ذلك استعمل الطلبة الباحثون عدة طرق تهتم بالمجال المهاري حيث تمحور هدف الدراسة على تحديد مستويات معيارية وذلك باقتراح بطارية اختبارات لتقييم مستوى اللاعبين الناشئين وذلك بعد ترشيح مجموعة من الاختبارات من طرف الأساتذة ودكاترة معهد التربية البدنية والرياضية.

المراجع باللغة العربية :

1. فيصل رشيد - عباس الدليسي - لحر عبد الحق. (سنة 1997). كتاب منهجي لطلبة واساتذة التربية والرياضية. مستغانم
2. قاسم حسن حسين. فوائد التدريب الرياضي ، الطبعة الخامسة. القاهرة: دار المعارف.
3. محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين. اختبارات المهارة والنفسية في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر.
4. أحمر سليمان عودة. (1925). القياس والتقويم في العملية التدريبية. ط1 . الأردن.
5. السيد البهي. علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري.
6. بسطويس أحمد وعباس أحمد صالح. (1984). طرق التدريب في مجال التربية الرياضية. العراق: جامعة الموصل .
7. حسين، قاسم حسن. (1995). اللياقة البدنية وطرق تحقيقها،. جامعة بغداد: العراق.
8. سلامة، ابراهيم أحمد. (1984). الاختبارات في التربية الرياضية، . العراق: مطبعة جامعة الموصل،.
9. فؤاد أو حطب وسيد أحمد عثمان. (1972). التقويم النفسي ، ط 2. القاهرة: مكتبة الأنجلو.
10. قاسم المندلأوي. (1989). الاختبارات والتقويم في التربية الرياضية . جامعة بغداد العراق.
11. محمد نصر الدين رضوان وكمال عبد المجيد اسماعيل. (1994). مقدمة التقويم في التربية الرياضية . القاهرة: دار الفكر العربي.
12. محمد صبحي حسنين. (1996). التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، ج2، ط3 . دار الفكر العربي.
13. ابو العلاء عبد الفتاح .احمد نصر الدين السيد. (1993). فسيولوجيا اللياقة البدنية ط1. القاهرة : دار الفكر العربي.
14. أثير صبري ، عقيل عبد الله الكاتب. (1980). التدريب الدائري. بغداد: مطبعة علاء.
15. تامر محسن واثق تاجي. (1976). كرة القدم و عناصرها الأساسية. بغداد: المطبعة الجامعية.
16. د.وجدى مصطفى الفاتح و د. مصطفى لطفي السيد. الاسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب و المدرب.
17. طه اسماعيل وآخرون. (1989). كرة القدم بين النظرية و التطبيق . الاعداد البدني لك. القاهرة : دار الفكر العربي.
18. عصام عبد الخالق. التدريب الرياضي، 1992. القاهرة: دار الفكر العربي ط 1 .

19. قاسم حسن حسين ، قيس ناجي عبد الجبار. (1984). مكونات الصفات الحركية. بغداد : مطبعة الجامعة.
20. كمال جميل الرفي. (2004). التدريب الرياضي للقرن 21. الاردن: دار النشر و التوزيع .
21. محمد نصر الدين رضوان. (1995). مقدمة في التقويم و التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي ط3.
22. محمود عوض البسيوني و فيصل ياسين الشاطىء. نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ، ديوان المطبوعات الجامعية 1992.
23. مفتي إبراهيم حماد. (1993). بناء فريق كرة القدم ط 1. دار الفكر العربي.
24. مفتي إبراهيم حمادة، محمد الدين رضوان. اختبار الأداء الحركي.
25. احمد أمين فوزي. (2003). مبادئ علم النفس الرياضي . القاهرة: دار الفكر العربي.
26. أمينة إبراهيم شلبي، مصطفى حسن باهي. (1999). الدافعية. القاهرة : مركز الكتاب للنشر.
27. سعد جلال. (1986). علم النفسي التربوي الرياضي. القاهرة : دار المعارف.
28. عاقر فاخر. (1980). النفس التربوي. بيروت: دار العلم للملايين ط 6 .
29. عبد العزيز القوس. (1984). الصحة النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.
30. عزيزة سماره و آخرون. (1992). سيكولوجية الطفولة. عمان: دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع.
31. عمر ابو المجد . جمال اسماعيل النمكي. (1997). الموسوعة العربية لتربية و تدريب البراعم و الناشئين في كرة القدم. القاهرة : مركز الكتاب للنشر.
32. عواطف أبو العلاء. (1996). التربية السياسية للشباب و دور التربية الرياضية. القاهرة : مطبعة النهضة .
33. محمد حسن علاوي. (1998). سيكولوجية النمو للعربي الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
34. محمد مصطفى زيدان. (1992). النمو النفسي للطفل و المراهق و نظريات الشخصية ص 56 . القاهرة: دار الشروق.
35. مصطفى فهمي. (1988). التكيف النفسي ص 44 ، 46. القاهرة: مكتبة مصر.
36. نبيل عبد الهادي. (1999). النمو المعرفي عند الطفل ، ط1. عمان: دار وائل للنشر.
37. وديع فرج الزين. خبرات في الألعاب للصغار و الكبار.
38. الطاهر سعد. (1991). علاقة التفكير الابتكاري بالتحصيل العلمي. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
39. الناصر عبد القادر. (1995). مستوى المقاييس المعيارية لقيم بعض الصفات الليلية البدنية. مذكرة ماجستير.
40. عبد القادر حلمي. (1992). مدخل الى الاحصاء. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

41. محمد عوض بيسوني وفيصل ياسين والشاطيء. (1992). نظريات وطرق التربية البدنية ط2. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعة .

42. مقدم عبد الحفيظ. (1983). الاحصاء والقياس النفسي والتربوي. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

المراجع باللغة الأجنبية:

1. Harra-D .(1986) .trainingshe here verlog p 244 .berlin: vrigol.
2. Mark Durant .(1987) .L'enfant et le sport Pratiques corporelles P.233 . Paris :
edition P.U.F.
3. Mark Durant .(1987) .L'enfant et le sport Pratiques corporelles P154 . .Paris:
edition P.U.F.
4. E.Hahn .(1981) .entrenement Sportif de l'enfant . paris : édition vigot.
5. Jurgen weinech .(1986) .manuel d'entrainement P 286 .paris :édition vigot.
6. Jurgen Weineck .(1986) .manuel d'entrainement P273 . paris : édition vigot.
7. Weineck .(1992) .Biologie du sport P337 .paris :édition vigot.

نتائج اختبارات السرعة والرشاقة والمرونة عند لاعبي كرة القدم لأندية مستغانم (ترجي ، الإتحاد والمهدية) ونادي
(براعم المطمر) بولاية غليزان:

الرقم	اختبار السرعة	اختبار الرشاقة	اختبار المرونة
-1	5.09	10.19	50
-2	5.88	10.02	51
-3	5.06	10.38	39
-4	5.80	10.47	48
-5	4.99	09.28	51
-6	5.15	10.13	57
-7	5.08	10.01	55
-8	5.13	11.02	51
-9	5.06	10.04	45
-10	5.18	10.25	42
-11	04.9	09.80	4052
-12	5.66	11.75	55
-13	4.76	10.90	49
-14	5.13	10.68	38
-15	5.28	12.00	47
-16	5.37	09.88	56
-17	5.06	10.77	57
-18	5.18	11.22	55
-19	4.81	11.28	49
-20	5.06	12.15	46
-21	5.21	09.60	55
-22	5.32	10.88	41
-23	5.25	09.54	47
-24	5.21	11.27	57
-25	5.37	11.92	55

43	12.03	4.71	-26
49	11.55	5.32	-27
51	10.79	4.96	-28
51	10.42	5.01	-29
48	11.00	4.90	-30
40	10.14	5.28	-31
46	12.02	5.01	-32
50	11.85	4.90	-33
55	09.85	5.90	-34
46	11.11	5.71	-35
42	12.04	5.28	-36
55	10.39	5.20	-37
35	11.77	5.81	-38
45	10.21	5.30	-39
42	12.25	4.94	-40
50	11.89	5.53	-41
50	11.72	5.37	-42
48	12.06	5.25	-43
52	11.72	5.50	-44
54	10.55	5.31	-45
51	12.06	5.03	-46
57	12.33	5.60	-47
48	09.58	5.46	-48
46	11.40	5.22	-49
52	11.04	5.33	-50
55	12.13	5.46	-51
51	12.05	4.98	-52
49	11.71	4.70	-53
39	11.33	4.89	-54

52	11.09	5.09	-55
47	10.99	5.31	-56
47	10.88	5.21	-57
51	09.99	5.3	-58
55	11.55	5.37	-59
52	12.09	4.90	-60
55	11.17	5.27	-61
49	10.99	4.76	-62
54	10.25	5.08	-63
46	11.12	5.19	-64
39	11.78	5.68	-65
41	12.01	5.19	-66
43	112.18	5.13	-67
51	11.39	5.20	-68
46	11.98	4.85	-69
39	10.08	5.21	-70
43	10.91	5.31	-71
47	12.07	5.16	-72
51	11.55	5.01	-73
39	10.77	5.52	-74
56	10.81	5.00	-75
55	11.14	4.69	-76
39	11.61	5.01	-77
47	11.78	4.82	-78
40	11.63	4.80	-79
45	10.41	4.77	-80
42	11.00	5.31	-81
34	11.29	5.08	-82
55	12.01	4.99	-83

58	10.31	4.97	-84
51	11.77	4.80	-85
49	11.01	6.02	-86
53	09.98	5.99	-87
56	12.03	4.88	-88
58	11.83	5.18	-89
40	11.19	5.32	-90
55	10.68	5.13	-91
54	11.38	5.25	-92
42	1.37	5.31	-93
53	11.82	4.68	-94
47	11.37	5.06	-95
55	12.05	4.82	-96
38	10.73	5.13	-97
51	1045	4.96	-98
50	10.05	5.09	-99
48	11.18	4.64	-100
50	10.55	5.99	-101
41	10.84	5.69	-102
47	12.09	5.32	-103
45	10.77	4.99	-104
51	11.38	4.78	-105
53	11.58	5.32	-106
52	10.89	4.75	-107
48	10.13	5.29	-108
40	10.46	5.03	-109
47	11.09	5.28	-110

ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة: تحديد فرق المستويات المعيارية لبعض الصفات التوافقية (السرعة، الرشاقة، المرونة) عند لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة.

تهدف هذه الدراسة الى تحديد الفروق الفردية في الاختبارات المتناولة، والغرض منها هو تحديد المستويات المعيارية لتلك الاختبارات في الصفات التوافقية (السرعة، الرشاقة، المرونة) عند لاعبي كرة القدم فئة أقل من 13 سنة وتم اختيارها بالطريقة المقصودة بأندية مستغانم والمتمثلة في اتحاد مستغانم وترجي مستغانم وفريق المهديّة ونادي جمعية امال براعم المطمر بولاية غليزان بحيث بلغت العينة 110 لاعب، والأداة المستخدمة هي القيام بجملة من الاختبارات بدنية ومهارية وقد أظهرت النتائج أنه بالفعل هناك فروق ذات دلالة احصائية وفروق بين النتائج بين اللاعبين

وفي الأخير يوصي الطالبان الباحثان باعطاء أهمية للاعبين الناشئين وخاصة فئة أقل من 13 سنة التي أصبحت مهمشة نوعا ما من طرف الهيئات المعنية في هذا المجال.

Le résumé d'étude

Le titre de notre étude c'est déterminer les différences des niveaux standards pour certains qualités d'équivalence (vitesse, agilité, flexibilité) chez les joueurs de football catégorie de moins de 13 ans.

Cette étude vise à déterminer les signes distinctifs individuels durant les tests d'admission dont le but est de désigner les niveaux standards relatifs aux tests des qualités d'équivalences précédentes (vitesse, agilité, flexibilité) chez les joueurs de football de même catégorie sélectionnée en d'acheminant vers des clubs de Mostaganem suivants : ESM, USMM, l'équipe de Mahdia ainsi que le club ASS d'El Matmar de Relizane dont l'échantillon est composé de 110 joueurs qui ont passé des tests physiques et d'autres d'habilité.

Les résultats ont montré qu'il existe vraiment de signes distinctifs de signification statique et d'autres aux niveaux des résultats concernant des tests appliqués sur les joueurs.

Enfin les deux étudiants chercheurs préconisent de mieux intéresser aux joueurs en particulier ceux de 13 ans qui deviennent marginalisés par les formes extérieures spécialisées.