

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في:

تحت عنوان

استخدام الإختبارات في تقويم محددات المهارات الأساسية للاعبين
كرة القدم أقل من 14 سنة

بحث تجريبي أجري على فريق غالي معسكر للفئة العمرية أقل من 14 سنة

من إعداد الطلبة: تحت إشراف الأستاذ:

- سويدي محمد - د/ حجار محمد خرفان

- بحيرة عمر

- ساقه بلال

السنة الجامعية: 2019/2018

كلمة شكر

الحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين
سيدنا محمد وعلى آله وصحبه ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين،
وبعد ..

فإننا نشكر الله تعالى على فضله حيث أتاح لنا إنجاز هذا العمل بفضله، فله
الحمد أولاً وآخرًا .

ثم نشكر أئمتنا الأخيار الذين مددوا لنا يد المساعدة، خلال هذه الفترة،
وفي مقدمتهم الأستاذ المشرف على الرسالة فضيلة الأستاذ الدكتور
"حجار محمد" الذي لم ييخل علينا بنصائحه وإرشاداته، فله من الله
الأجر ومن كل تقدير حفظه الله وامتعه بالصحة والعافية ونفع بعلمه

كما أشكر القائمين على معهد التربية البدنية والرياضية

وإلى كل من قدم لنا يد العون

إهداء

اهدي تخزجي إلى معلم البشرية أجمعين

الهادي الأمين صلى الله عليه وسلم

إلى من تعجز الكلمات عن إيفائه حقّه إلى والدي العزيز أطلال الله في عمره

ورزقه الصحة والعافية وأحسن عمله

إلى صاحبة القلب الصابر الحنون

إلى من أنار لي دعائها هياي والدي العزيزة أطلال الله في عمرها

وأحسن عملها إلى من ساندني وآزرتني .

إلى الأستاذ المشرف "الدكتور جفدم بن زهية"

عمر

أهراء

أهري تخرجي إلى من تمنوا لي النجاح والتوفيق

أخي وأخواتي الأعزاء

إلى كل من ساندني وإلى كل من تمنى لي الخير والنجاح ، عائلتي وأصدقائي

وزملائي والشكر الكبير للأعظم شخصين

أبي أُمي شكراً لكم بحجم السماء إليهم جميعاً أهري تخرجي

إلى الأستاذ المشرف " الدكتور جعفر بن فهدية "

راجياً من الله الإطالة بأعمارهم وأن يبارك فيهم ويحفظهم

رَبِّي بَعِينَهُ الَّتِي لَا تَنَامُ.

بلال

قائمة الجداول و الأشكال

1. قائمة الجداول:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في اختبار التصويب على المرمى	65
02	يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار التصويب على المرمى	66
03	يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في اختبار دقة التمرير	67
04	يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار دقة التمرير	68
05	: يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في اختبار التحكم في الكرة	69
06	يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في اختبار التحكم في الكرة	70
07	يبين الفروق بين المجموعتين الضابطة و التجريبية للإختبارات البعديّة في المهارات الأساسية لكرة القدم	71

2. قائمة الأشكال:

الصفحة	العنوان	الرقم
65	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (01)	01
66	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (02)	02
67	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (03)	03
68	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (04)	04
69	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (05)	05
70	يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (06)	06

قائمة المحتويات

أ	إهداء
د	كلمة شكر
هـ	قائمة الجداول
ز	قائمة المحتويات
الفصل التمهيدي: التعريف بالبحث	
02	1. مقدمة البحث
03	2. الإشكالية
03	3. فرضيات البحث
04	4. أهمية البحث
04	5. أهداف البحث
05	6. مفاهيم ومصطلحات متغيرات الدراسة
06	7. الدراسات السابقة والمثابفة
الإطار النظري	
الفصل الأول: كرة القدم	
13	تمهيد

14	1. تعريف كرة القدم
14	2. تاريخ كرة القدم
17	3. مدارس كرة القدم
17	4. المبادئ الأساسية لكرة القدم
18	5. صفات لاعب كرة القدم
19	5-1. الصفات البدنية
20	5-2. الصفات الفيزيولوجية
20	5-3. الصفات النفسية
22	6. قوانين كرة القدم
27	7-1. مفهوم المهارات التقنية الأساسية
27	7-2. أقسام المهارات الأساسية
27	7-2-1. المهارات الأساسية بدون كرة
28	7-2-2. المهارات الأساسية بالكرة
28	7-2-2-1. مهارة الإحساس بالكرة
29	7-2-2-2. مهارات تمرير الكرة بالقدم
29	7-2-2-3. تقنية الجري بالكرة
29	7-2-2-4. السيطرة على الكرة:

32	5-2-2-7. تقنيات التصويب
33	6-2-2-7. تقنيات المراوغة و التمويه و الخداع
34	7-2-2-7. تقنيات مهاجمة الكرة
34	8-2-2-7. مهارة رمية التماس
35	9-2-2-7. حراسة المرمى
36	3. ميكانيزم (آلية) تعلم المهارات
36	4. مراحل تعلم المهارات و التقدم بها حتى الآلية
37	5. علاقة التكنيك بالتكتيك
39	خلاصة
الفصل الثالث: المرحلة العمرية لأقل من 14 سنة	
41	تمهيد
42	1. مفهوم الطفولة
42	2. النضج عند الأطفال
43	3. مفهوم عملية النمو
43	4. العوامل المؤثرة في النمو عند الطفل
43	4-1. العوامل الوراثية
44	4-2. العوامل أو المؤثرات البيئية

44	5. مرحلة الطفولة المتأخرة (09-12) سنة
45	1-5. النمو العقلي
46	3-5. النمو الإنفعالي
47	4-5. النمو الإجتماعي
48	6. المراهقة
48	1-6. مفهوم المراهقة
49	2-6. المرحلة التي تغطيها المراهقة
51	3-6. المراهقة المبكرة (11-14) سنة
51	1-3-6. النور الفيسيولوجي لمرحلة المراهقة المبكرة
51	2-3-6. النمو البدني والحركي
53	3-3-6. النمو الإنفعالي
54	4-3-6. النمو الإنفعالي
55	7. خصائص النمو في المراهقة
56	خلاصة
الإطار التطبيقي:	
الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاته المنهجية	
59	تمهيد

59	1. منهج البحث
59	2. مجتمع وعينة البحث
59	3. متغيرات البحث
60	4. مجالات البحث
60	5. أدوات البحث
60	6. الدراسة الإحصائية
63	خلاصة الفصل
الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج و مناقشة الفرضيات	
65	1. عرض و تحليل النتائج
71	2. مناقشة الفرضيات
73	3. الإستنتاجات
73	4. الإقتراحات و التوصيات
75	قائمة المصادر و المراجع
الملاحق	
ملخص البحث	

1. مقدمة:

تعد كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في العالم، إذ تطورت بشكل سريع وأصبحت الحاجة إلى تحسين الأداء المهاري أمراً جوهرياً للوصول بلاعب كرة القدم إلى الأداء بصورة آلية ومتقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة، لذا أصبحت هناك ضرورة قصوى لأجراء البحوث العلمية التطبيقية في مجال كرة القدم وفقاً للظروف البيئية والاجتماعية المتاحة بالبلاد، وذلك بهدف الارتقاء بهذا المجال، وتعد الفئات العمرية الصغيرة الركيزة القوية التي يعتمد عليها في بناء مستوى متقدم بكرة القدم في المستقبل ويمثلون القاعدة الأساسية والعريضة فيما لو تم اختيارهم بشكل علمي ومدروس وإعدادهم إعداداً بدنياً ومهارياً وخطياً ونفسياً وتربوياً وهذا لا يأتي إلا من خلال التخطيط الصحيح المبني من خلال البرامج التدريبية والمستند إلى نتائج الاختبارات والقياسات التي تعطي المؤشر الحقيقي للواقع المهاري الذي تتميز به هذه الفئة العمرية.

ولقد أصبح الاهتمام بفرق الفئات العمرية الصغرى أمراً مألوفاً في كافة الرياضات وفي كل المؤسسات الرياضية المنظمة، ويرجع ذلك إلى إيمان المسؤولين عن تلك المؤسسات بأن الفئات العمرية الصغرى هم القاعدة الأساسية التي تعتبر خزاناً لفريق الأكاير وبالتالي وجب العناية بها قصد الاستفادة منها مستقبلاً ولم يقف الأمر عند حد اهتمام المؤسسات الرياضية بما تحويه من أندية أو مراكز رياضية بل إن الأمر قد تعدى ذلك، بتبني حكومات الدول لعدد من المشاريع تضمن لها رعاية هؤلاء كما تعد سياسة الاحتراف

التي تتبناها حكومات الدول تعتبر فرصة مواتية لهذه الفئة لتشريف الألوان الوطنية والدولية، لقد انقضى الوقت الذي كان يتمكن فيه بعض المدربين للوصول بالرياضيين الموهوبين إلى المستوى العالي بالاعتماد على تجاربهم الميدانية وخبراتهم الفردية، فمن الصعب اليوم الوصول إلى المستوى العالي المرموق في المجال الرياضي عامة وكرة القدم خاصة ما لم يتم التخطيط الرياضي المبني على أسس علمية متينة في مجال التدريب الرياضي الحديث ، وهذا بدأ من تقويم واختيار الموهوبين وتبنيهم خلال مراحل التكوين والتدريب، وكذلك إعداد بطاريات اختبار لاكتشاف المواهب في الفئات الصغرى التي تعد دعامة النوادي و الفرق الوطنية في المستقبل.

2. الإشكالية:

إن عملية اختيار الناشئ في كرة القدم تعتمد على القياس والاختبار والتقويم بشكل، وهذا لمعرفة قدراته وموهبته وسماته والتنبؤ بمدى تأثيره بعملية التدريب على تطوير تلك القدرات بفاعلية لتحقيق التقدم المستمر في المستقبل.

لذا فمدربوا كرة القدم ما يشغل بالهم هو البحث والتنقيب عن الخامات الرياضية المثمرة والمبشرة بالنجاح والتفوق الرياضي، وبهذه البداية الجيدة في الاختيار ومع أضافه التدريب المهاري المبني على أسس علميه سليمة ، وإكمال الجوانب الأخرى علاوة على الرغبة والميل والدافع للتفوق من الفرد نفسه فتصبح بذلك مقومات صناعه البطل قد اكتملت، ومن هنا وجب طرح السؤال التالي:

التساؤل العام:

- هل لاستخدام الاختبارات دور في تقويم المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 14 سنة ؟

التساؤلات الجزئية:

- هل استخدام الإختبار يساعد على تقويم مهارة التصويب لدى اللاعبين لفئة أقل من 14 سنة ؟
- هل استخدام الإختبار يساعد على تقويم مهارة التمرير لدى اللاعبين لفئة أقل من 14 سنة ؟
- هل استخدام الإختبار يساعد على تقويم مهارة التحكم في الكرة لدى اللاعبين لفئة أقل من 14 سنة ؟

3. فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

- لاستخدام الاختبارات دور في تقويم المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 14 سنة.

التساؤلات الجزئية:

- استخدام الإختبار يساعد على تقويم مهارة التصويب لدى اللاعبين لفئة أقل من 14 سنة.

- استخدام الإختبار يساعد على تقويم مهارة التمرير لدى اللاعبين لفئة أقل من 14 سنة.

- استخدام الإختبار يساعد على تقويم مهارة التحكم في الكرة لدى اللاعبين لفئة أقل من 14 سنة.

4. أهداف البحث:

- بناء بطارية إختبار مهارية وفق أسس علمية لاستعمالها في تقوية مهارات لاعبي كرة القدم.

- إبراز ضرورة الاعتماد على الاختبارات المبنية على أسس علمية في الكشف عن المواهب في ميدان كرة القدم

- إفادة المدربين ببحوث علمية تساعدهم في الارتقاء بمستوى الناشئين في كرة القدم.

- ضرورة الاهتمام بفئة الناشئين في كرة القدم.

5. أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في أعداد بطارية اختبارات لقياس المستوى المهاري كمؤشر

لاختيار اللاعبين الناشئين في رياضة كرة القدم، والتغلب على الأساليب العشوائية

والملاحظة والصدفة.

لذا قمنا بإعداد بطارية اختبارات تمكنا من اختيار اللاعبين بصورة صحيحة لتجنب الأسلوب العشوائي والاختيار الذاتي للاعبين، حيث إن الاختيار الصحيح للناشئ هو دعامة صناعة البطل والموهوب الرياضي.

6. مصطلحات البحث:

التعريف اللغوي : كرة القدم " football " هي كلمة لاتينية و تعني ركل الكرة بالقدم ، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم باك " regby " أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة و التي سنتحدث عنها تسمى " soccer "

التعريف الاصطلاحي : كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل : " كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أفراد المجتمع " (مختار سالم، 1988، صفحة 15).

المهارات الأساسية:

التعريف الإصلاحي: المهارات التقنية الأساسية في كرة القدم تعني كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدون كرة (مفتي إبراهيم حماد، 1999، صفحة 35).

المراهقة:

لغة: جاء في المعجم الوسيط ما يلي " الغ لام الذي قارب الحلم، والمراهقة هي الفترة الممتدة من بلوغ الحلم إلى سن الرشد (إبراهيم أنس وآخرون، 1972، صفحة 278) و تعني قارب

الاحتلام وتعني المراهقة في القاموس العربي " الاقتراب من الحلم"، يقال في اللغة "راهق" بمعنى لحق أو دنا.

ونقصد بالمراهق: الفتى الذي يدنو من الحلم ، واكتمال النضج اشتق مصطلح المراهقة في اللغة الانجليزية adolescence من فعل adolecers في اللغة اللاتينية، وتعني الاقتراب التدريجي من النضج الجسمي والعقلي والانفعالي (حسام أحمد محمد أبو سيف، 2011، صفحة 305).

إصطلاحاً: يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي (عبد الرحمن العيسوي ، 1999، صفحة 100) . كما يعني مصطلح المراهقة في علم النفس مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريباً أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين (حامد عبد السلام زهران، 1977، صفحة 289)، وعرفها أحمد عزت راجح بأنها تلك المرحلة التي يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسية، وقدرة الفرد على التنازل، وتنتهي بسن الرشد وإشراف القوى العقلية المختلفة على تمام النضج (حسام أحمد محمد أبو سيف، 2011، صفحة 305).

7. الدراسات السابقة:

تكمن الدراسات المشابهة في معالجة مشكلة البحث ومعرفة الأبعاد التي تحيط بها مع الاستفادة منها في توجيهه، تخطيطه وضبط متغيرات البحث، ومن أجل استكمال مقومات البحث العلمي، فقد اطلع الباحث على مجموعة من البحوث التي وقعت تحت يده والتي فيها تشابه مع بحثه إذ أن الاستعراض العميق والناقد للدراسات السابقة يمكن أن يساعد الباحث على زيادة كفاية عمله ونوعه.

6-1. الدراسة الأولى: دراسة مسالتي لخضر (2008).

موضوع الدراسة: "توظيف برنامج تدريبي مقترح للتدريب بالأنقال في تنمية القوة العضلية وأثرها على تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم".

أهداف الدراسة:

1- تصميم برنامج تدريبي بالأنقال للاعبين كرة القدم الأواسط (16-18 سنة) لتنمية القوة العضلية .

2- معرفة مامدى تأثير برنامج التدريب بالأنقال على تحسين بعض المهارات الأساسية لكرة القدم .

3- معرفة مامدى تأثير برنامج الأثقال مقترح في القياسات القوة لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة .

عينة الدراسة:

اختيرت بطريقة عمدية قدرت ب: 36 لاعبا تتراوح أعمارهم ما بين (16/18 سنة) وقسمت

العينة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة.

المنهج المستخدم: استخدم المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين تجريبية وضابطة مع

قياس قبلي وبعدي.

أدوات جمع المعلومات: المصادر والمراجع العربية والأجنبية ،بطارية اختبار روسية

الاختبارات البدنية والمهارية.

نتائج الدراسة:

1- إن استخدام البرنامج التدريبي المقترح قد أثر ايجابيا في تنمية القوى عند لاعبين .

2- أدى البرنامج التدريبي المقترح إلى تحسين وتطوير بعض المهارات الأساسية في كرة

القدم

(ضرب الكرة بالرأس ، الجري المنعرج و رمية التماس).

الدراسة الثانية: دراسة بلعروسي سليمان(2008)

موضوع الدراسة: "توظيف الألعاب التمهيديّة ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض الصفات

البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم" .

أهداف الدراسة:

1- تصميم برنامج تجريبي مقترح باستخدام اللاعبين التمهيديّة يهدف لتنمية بعض الصفات

البدنية والمهارات لناشئ كرة القدم ومعرفة تأثيرها على هذه الصفات وكذلك المهارات

الأساسية .

2- معرفة تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات

الأساسية لناشئ كرة القدم.

عينة الدراسة: تمثلت عينة البحث في أصاغر الوفاق الرياضي لبلدية جديوية ولاية غليزان

الذي ينشط ضمن القسم الجهوي تتراوح أعمارهم بين 15/13 سنة ، حيث قام الباحث

باختيار عينة مكونة من مجموعتين ضابطة وتجريبية تمثلت في 30 لاعبا.

المنهج المستخدم: وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي وذلك باستخدام

القياس القبلي والبعدي.

أدوات جمع المعلومات: المصادر والمراجع العربية والأجنبية ، المقابلات الشخصية ، الاستبيان.

نتائج الدراسة:

1- إن توظيف الألعاب التمهيديّة في البرامج التدريبية تؤثر إيجابيا في تنمية بعض الصفات

البدنية اللاصقة السرعة والمهارات الأساسية الأساسية .

2- إن برمجة التدريب وفق الأسس والمبادئ العلمية بمحتوى التدريبات التقليدية لا يكفي

للاوصول باللاعب إلى أعلى المستويات.

تمهيد :

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا و شعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين و المشهدين و هي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية و صعوبة تنفيذها أثناء المنافسة.

و هي من الألعاب القديمة و تاريخه طويل حافظة فيه على حيويتها و قدرتها على استقطاب الجماهير باهتمامهم و مارسته الشعوب بشغف كبير و أعطوها أهمية خاصة فجعلوها جزء من منهاج لتدريب العسكري لما تتميز به من روح المنافسة و النضال.

و قد تطرقنا في هذا الفصل إلى التعريف بهذه اللعبة و ذكر نبذة تاريخية عن تطور كرة القدم في العالم و الجزائر ، كما ذكرنا بعض المدارس العريقة لهذه اللعبة و المبادئ الأساسية و القوانين النظم له ، و كذا الصفات التي يتميز بها لاعب كرة القدم.

1. تعريف كرة القدم

التعريف اللغوي : كرة القدم " football " هي كلمة لاتينية و تعني ركل الكرة بالقدم ، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بالـ " regby " أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة و التي سنتحدث عنها تسمى " soccer "

التعريف الاصطلاحي : كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل : " كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أفراد المجتمع " (مختار سالم، 1988، صفحة 15).

2. تاريخ كرة القدم :

1-2. في العالم : لقد اختلفت الآراء و كثرت الأقاويل حول تحديد البداية الحقيقية لكرة

القدم فهي لعبة قديمة التاريخ ظهرت من حوالي خمسة آلاف سنة في الصين لتدريب الجيوش و تحسين لياقتهم البدنية ، كما يرى البعض الآخر أن حوالي 4500 سنة قبل الميلاد القدماء المصريون مارسوا هذه اللعبة و يذكرون أن قدماء اليونان نقلوا هذه اللعبة عن المصريين وهم بدورهم نقلوها إلى الانجليز .

حسب المؤرخين تعددت الأسماء الخاصة لكرة القدم ففي اليابان كانت تدعى

" كيماري kemari " .

و هناك في ايطاليا لعبة كرة قديمة تسمى " الكاليشو calicio " كانت تلعب في فلورنسا مرتين في السنة ، بمناسبة عيد " سان جون sanjon " (حسن عبد الجواد، 1984، صفحة 15).

كما ورد في احد مصادر التاريخ الصيني أنها تذكر باسم " تسو - شوي tsu -shu " أي بمعنى ركل الكرة و كل ما عرف من تفاصيل أنها كانت تتألف من قائمين كبيرين يزيد ارتفاعهما عن 30 قدم مكسوة بالحرائر المزركشة و بينهما شبكة من الخطوط الحريرية يتوسطها ثقب مستدير مقداره قطره قدم واحد ، و بعد كل هذه الخلافات تم الاتفاق سنة 1830 على أن تكون هذه اللعبة لعبتين الأولى (soccer) و الثانية (rugby)، و بعدها في عام 1845 تم وضع القواعد الثلاثة عشر لكرة القدم بجامعة كامبردج ، و في عام 1862 أنشئت عشر قواعد جديدة تحت عنوان " اللعبة السهلة " و جاء فيها منع ضرب الكرة بكعب القدم، و في 26 أكتوبر 1863 أسس أول اتحاد انجليزي على أساس القواعد و القوانين الجديدة لكرة القدم و بمرور كل هذه السنوات أدى ذلك إلى ظهور أول بطولة رسمية عام 1888 و يميّت باتحاد الكرة، و بدأ الدوري باثنا عشر فريقا و سنة بعدها أسست في الدنمرك اتحادية وطنية لكرة القدم و يتنافس على بطولتها خمسة عشر فريقا .

2-2. في الجزائر:

طويل هو تاريخ كرة القدم في الجزائر ، فقبل اندلاع الكفاح المسلح كانت هناك فرق لكرة القدم ذات الأسماء التي ترمز لعروبيتها، ففي سنة 1921 شهدت الجزائر ميلاد أول فريق هو نادي مولديه الجزائر ، جاء بعدها شباب قسنطينة، ثم الاتحاد الرياضي الإسلامي لوهران و انضمام فرق عديدة أخرى للمجموعة ، تكونت جمعيات رياضية وطنية في لعبة كرة القدم متخذة أبعاد سياسية لم ترضي قوات الاستعمار ، جاء بعد هذه الأندية فريق جبهة التحرير الوطني الذي كون في 13 افريل 1958 حيث ولد في خضم الثورة المسلحة لإسماع صوت الجزائر المكافحة عبر العالم من خلال كرة القدم.

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

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

و كذلك الميدالية البرونزية سنة 1979 في العاب البحر الأبيض المتوسط ووصلت إلى قممتها في مونديال ألمانيا 1982 أين فاز الفريق الوطني على احد عمالقة كرة القدم في العالم إلا وهو الفريق الألماني الغربي و انهزمت بصعوبة سنة 1986 في مونديال المكسيك أمام البرازيل ، و تحصلت على كاس إفريقيا للأمم سنة 1990 بالجزائر (مجلة الوحدة الرياضية، 1982، صفحة 10).

3. مدارس كرة القدم:

كل مدرسة تتميز عن الأخرى بأنها تتأثر تأثيرا مباشرا من اللاعبين الذين يمارسونها و كذلك الشروط الاجتماعية و الاقتصادية و الجغرافية التي تنشأ فيها.

في كرة القدم نميز المدارس التالية :

❖ مدرسة أوروبا الوسطى (النمسا ، المجر ، التشيك).

❖ المدرسة اللاتينية

❖ مدرسة أمريكا الجنوبية (عبد الرحمان عيساوي، 1980، صفحة 72)

4. المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأى لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة و التي تعتمد في

إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طرق التدريب .

و يتوقف نجاح أي فريق و تقدمه إلى حد كبير على مدى كبير إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، أن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة و رشاقة، و يقوم بالتمرير بدقة و بتوقيف سليم و بمختلف الطرق، و يحسن ضرب الكرة بالرأس في المكان و الظرف المناسبين، كما يتعاون تعاوننا تاما مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق .

و صحيح أن لاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة و الطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع أو الهجوم، إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية اتقاننا تاما.

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

و تقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم إلى ما يلي :

- استقبال الكرة
- المحاورة بالكرة
- المهاجمة
- رمية التماس

- ضرب الكرة
- لعب الكرة بالرأس
- حراسة المرمى (بلقاسم كلي وآخرون، 1997، صفحة 46).

5. صفات لاعب كرة القدم :

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة تلائم هذه اللعبة و تساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ، و من هذه الخصائص أو المتطلبات هناك أربعة متطلبات للاعب كرة القدم و هي الفنية الخططية ، النفسية ، و البدنية و اللاعب الجيد هو الذي يمتلك تكامل خططيا جيدا و مهاريا عاليا و التعدادات النفسية ايجابية مبنية على قابلية بدنية ممتازة و نقص الحاصل في إحدى تلك المتطلبات يمكن أن تعوض في متطلب آخر .

يمكن تقويم المتطلبات البدنية لكرة القدم من خلال دراسة الصفات الحركية للاعبين و تحليلها خلال المباراة طبقا للنشاطات المختلفة و طرق لعب اللاعب للمباريات ، فان التحليل كان معتمدا على رصد مباريات كثيرة للوصول لتلك الخصائص و الإحصائيات المهمة (حسن عبد الجواد ، الصفحات 25-27).

5-1. الصفات البدنية :

من مميزات كرة القدم أن ممارستها في متناول الجميع مما كان تكوينهم الجسماني، و لئن اعتقدنا بأن رياضيا مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية ، جيد التقنية ، ذكي ، لا

تتقسه المعنويات هو اللاعب المثالي فلا تتدهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل و الأسلوب ، لنتحقق من أن معايير الاختيار لا تركز دوما على الصفات البدنية ، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماهر يجيد المراوغة على خصمه القوي،و ذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم و يتطلب السيطرة في الملعب على الارتكازات الأرضية ، و معرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من اجل التقاط الكرة ،و المحافظة عليها و توجيهها يتناسق بتناسق عام و تام (موفق مجيد المولى ، الصفحات 09- 10)

5-2. الصفات الفيزيولوجية:

تحدد الانجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية و الخططية و الفيزيولوجية و كذلك النفسية و الاجتماعية و ترتبط هذه الحقائق مع بعضها و عن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب إذا كانت المعرفة الخططية له قليلة ، و خلال لعبة كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات المصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالجهد الأقصى ، وهذا ما يجعل تغير الشدة واردة من وقت إلى آخر ، وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى ، فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أخرى ، و تحقيق الظروف المثالية فان هذه المتطلبات تكون قريبة لقابلية اللاعب البدنية و التي يمكن أن تقسم إلى ما يلي :

❖ القابلية على الأداء بشدة عالية .

❖ القابلية على أداء الركض السريع

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

أن الأساس في انجاز كرة القدم داخل محتوى تلك المفردات ، يتدرج ضمن مواصفات الجهاز الدموي التنفسي و كذلك العضلات المتداخلة من الجهاز العصبي.

3-5. الصفات النفسية :

تعتبر الصفات النفسية احد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم و ما يمتلكه من السمات الشخصية ، و من بين الصفات النفسية نذكر ما يلي :

▪ التركيز:

يعرف التركيز على انه " تضيق الانتباه ، و تثبيته على مثير معين أو الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد" ، و يرى البعض أن مصطلح التركيز يجب أن يقتصر على المعنى التالي :
(المقدرة على الاحتفاظ بالانتباه على مثير محدد لفترة من الزمن و غالبا ما تسمى هذه الفترة ب: مدى الانتباه) (يحي كاظم النقيب : علم النفس الرياضة، 1990، صفحة 384)

▪ الانتباه:

يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة ، أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار ، ويتضمن الانتباه ، الانسجام و الابتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد انتباهه ، و عكس الانتباه هو حالة الاضطراب و التشويش و التشتت الذهني .

■ التصور العقلي :

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

■ الثقة بالنفس :

هي توقع النجاح ، و الأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن و لا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس و توقع تحسن الأداء (أسامة كامل راتب، صفحة 117).

▪ الاسترخاء:

هو فرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة طاقته البدنية و العقلية و الانفعالية بعد القيام بنشاط، و تظهر مهارات اللاعب للاسترخاء بقدرته على التحكم و سيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر .

6. قوانين كرة القدم:

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

▪ ميدان اللعب:

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

▪ الكرة:

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

▪ مهمات اللاعبين

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

▪ عدد اللاعبين:

تلعب بين فريقين ، يتكون كل منهما 11 لاعبا داخل الميدان ، و سبعة لاعبين احتياطيين .

▪ الحكام :

يعتبر صاحب السلطة المزولة لقوانين اللعبة لتنظيم القانون و تطبيقه.

▪ مراقبو الخطوط:

يعين للمباراة مراقبان للخطوط وواجبهما إن يبيننا خروج الكرة من الملعب، و يجهزان برايات من المؤسسة التي تلعب على أرضها المباراة .

▪ مدة اللعب :

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

▪ بداية اللعب:

يتحدد اختيار نصفي الملعب ، و ركلة البداية على القرعة بقطعة نقدية و للفريق الفائز بالقرعة اختيار إحدى ناحيتي الملعب أو ركلة البداية.

▪ الكرة في الملعب أو خارج الملعب :

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

▪ طريقة تسجيل الهدف:

يحتسب الهدف كلما اجتازت الكرة خط المرمى بين القائمين و تحت العارضة (حنفي محمود

مختار، 1997، صفحة 23)

▪ التسلل :

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

▪ الأخطاء و سوء السلوك:

يعتبر اللاعب مخطئاً إذا تعمد ارتكاب مخالفة من المخالفات التالية :

❖ ركل أو محاولة ركل الخصم.

❖ عرقلة الخصم مثل محاولة إيقاعه باستعمال الساقين أو الانحناء أمامه أو خلفه

❖ دفع الخصم بعنف

- ❖ الوثب على الخصم
- ❖ ضرب أو محاولة ضرب الخصم باليد
- ❖ مسك الخصم باليد بأي جزء من الذراع
- ❖ يمنع لعب الكرة باليد إلا حارس المرمى
- ❖ دفع الخصم بالكتف من الخلف إلا إذا اعترض طريقه.
- الضربة الحرة : حيث تنقسم إلى قسمين:
 - ❖ مباشرة: وهي التي يجوز فيها إصابة مرمى الفريق المخطئ مباشرة .
 - ❖ غير مباشرة : و هي التي لا يمكن إحراز هدف بواسطتها إلا إذا لعب الكرة أو لمسها لاعب آخر
- ضربة الجزاء : تضرب الكرة من علامة الجزاء و عند ضربها يجب أن يكون جميع اللاعبين خارج منطقة الجزاء.
- رمية التماس: عندما تخرج الكرة بكاملها من خط التماس.
- ضربة المرمى: عندما تجتاز الكرة بكاملها خط المرمى فيما عدا الجزء الواقع بين القائمين و يكون آخر من لعبها من الفريق الخصم .
- الضربة الركنية: عندما يخرج الخصم الكرة من خط المرمى فيما عدا الجزء الواقع بين القائمين .

7-1. مفهوم المهارات التقنية الأساسية

يعتبر تكنيك كرة القدم العامل الحركي الذي يكون، بالإضافة إلى عوامل أخرى لنشاط اللاعب الفردي أثناء المباراة ويشمل جميع الحركات بالكرة و بدون كرة " يتفق كل من اشرف جابر و صبري العدوي، حنفي مختار، محمد عبد صالح و مفتي إبراهيم، على أن المهارات التقنية الأساسية في كرة القدم تعني كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدون كرة (مفتي إبراهيم حماد، 1999، صفحة 35).

7-2. أقسام المهارات الأساسية :

تنقسم المهارات في كرة القدم إلى قسمين:

- مهارات أساسية بدون كرة.
- مهارات أساسية بالكرة.

7-2-1. المهارات الأساسية بدون كرة :

هي جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب أثناء المباراة في إطار اللعبة دون استعمال الكرة و من أهم هذه الحركات التي يمكن ملاحظتها، مهارة الجري و تغيير الاتجاه سواء كان الجري أمامي، خلفي أو جانبي زيادة على مهارة الوثب و مهارة الخداع بالنظر أو الخداع بالجدع. كما يصطلح على تسمية المهارات الأساسية بدون كرة بالمهارات البدنية و من المعروف أنه عندما يمتلك اللاعب مهارات حركية متنوعة و متعددة ينعكس ذلك على صفاته البدنية و يصبح من السهل عليه إتقان المهارات الأساسية في كرة القدم، أي أنه هناك ارتباط بين المخزون من المهارات و الصفات البدنية من جانب آخر (بطرس رزق الله، 1992، صفحة 119)

7-2-2. المهارات الأساسية بالكرة:

و هي جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب بالكرة أثناء المباراة و تشمل الطرق المختلفة للعب الكرة. تعتمد المهارات الأساسية بالكرة على مهارات ضرب الكرة بالقدم، السيطرة على الكرة، الجري بالكرة، المراوغة، ضرب الكرة بالرأس، المهاجمة، رمية التماس و مهارات حارس المرمى (ثامر محسن، واثق ناجي، 1989، صفحة 41)

7-2-2-1. مهارة الإحساس بالكرة:

تعني مقدرة اللاعب على تطويع الكرة و تحريكها بأجزاء جسمه المختلفة. تعكس هذه التقنية مدى إحساس الأجزاء المختلفة لجسم اللاعب بوزن الكرة و ملمسها و تقدير خط

سيرها و حركة دورانها و شكلها .تتمي هذه التقنية مقدرة عضلات أجزاء الجسم المختلفة في التعامل مع الكرة بدفعها بدرجات 3مختلفة من القوة طبقا لإرادة اللاعب ذاته، و تحريكها على الأرض أو في الهواء (د. مفتي إبراهيم حماد، 1999، صفحة 3).

7-2-2-2. مهارات تمرير الكرة بالقدم:

- **التمرير القصير بباطن القدم:** لأداء هذه التقنية جيدا يميل الجذع لإمام مع الاحتفاظ بتوازن الجسم، ثم ضرب الكرة من منتصفها بباطن الكرة مثبت بالقوة المناسبة مع متابعتها.
- **التمرير بخارج القدم:** توضع القدم الضاربة خلف و إلى الجانب من الكرة، يثبت مشط القدم ليضرب الكرة بالقوة في الاتجاه المرغوب.
- **التمرير الطويل بالقدم:** يقترب اللاعب إلى الكرة بزاوية و سرعة مناسبة، ثم يضرب الكرة بوجه القدم الداخلي من أسفلها بالقوة المناسبة بحيث تتابع الساق الضاربة الحركة خلف الكرة.

- التمرير بالرأس: تثبيت عضلات الرقبة مع فتح العينين و إغلاق الفم لتضرب الكرة بجانب الجبهة أو منتصفها، مع الاحتفاظ باتزان الجسم بعد الضرب.

7-2-2-3. تقنية الجري بالكرة: أهم النقاط الفنية للجري بالكرة بداخل و خارج القدم هي دفع الكرة بلمسها بخارج أو داخل القدم مع الاسترخاء المناسب لأجزاء الجسم، و تبادل توجه النظر بسرعة للكرة و المساحة المحيطة.

7-2-2-4. السيطرة على الكرة: نتطرق في كالمنا عن السيطرة على الكرة بعنصرين و هما كتم الكرة الملامسة للأرض و امتصاص الكرات في الهواء.

7-2-2-5. تقنيات التصويب:

هناك عدة تقنيات التصويب في كرة القدم و التي نذكرها فيما يلي:

7-2-2-5-1. التصويب بوجه القدم للكرة:

- الاقتراب السريع للكرة .
- المرجحة المناسبة للقدم الضاربة خلفا ثم أماما أن يلاقي وجه القدم الكرة مفرودا و الركبة وفق الكرة.
- الاحتفاظ بالرأس موجها للأسفل أثناء التصويب ثم متابعة مركز التصويب

7-2-2-5-2. التصويب بخارج الرجل: يجب الاقتراب بسرعة إلى الكرة باختيار القدم

المناسبة للضرب مع لفها للداخل قليلا و ملاقاتة خارج القدم مفرد مشدود لمنتصف الكرة مع الاحتفاظ بالرأس ثابتة و متابعة حركة التصويب.

7-2-2-5-3. التصويب الصاعد للكرة الهابطة: عمل زاوية بوجه القدم المشدود المفرد

لضرب الكرة بعد ارتدادها من الأرض مباشرة، مع الاحتفاظ بتوازن الجسم مع ميل خفيف للخلف أثناء ملامسة الكرة.

7-2-2-5-4. التصويب بالرأس:

أهم النقاط الفنية للتصويب الجيد بالرأس هي:

توليد قوة للتصويب بميل الجذع للخلف ثم الإلمام و مقابلة الكرة بجهة الرأس في

منتصفها، مع متابعة ضرب الكرة و الهبوط محتفظا بالاتزان، و هناك نوعين و هما:

- التصويب بالرأس من الارتقاء بالقدمين.
- التصويب بالرأس من الارتقاء بقدم واحد (حسن عبد الجواد، 1998، صفحة 31).

7-2-2-6. تقنيات المراوغة و التمويه و الخداع:

للأداء الجيد لهذه التقنيات يجب تنفيذ خداع متقن ثم الانطلاق في الاتجاه المطلوب مع مراعاة السيطرة التامة على الكرة أثناء تنفيذ المراوغة و الرشاقة في الأداء .أهم تقنيات المراوغة ما يلي:

- المراوغة بالتمويه إلى الجانب .
- المراوغة بالتمويه في جانبيين عكسيين و المرور في الثالثة.
- المراوغة بالتمويه للتصويب.
- المراوغة بحسب الكرة للخلف ثم دفعها للإمام.
- المراوغة بالتمويه لتمرير الكرة بباطن القدم ثم سحبها إلى الجانب العكسي.
- المراوغة بإيقاف الكرة بأسفل القدم ثم دفعها مرة أخرى في نفس اتجاه الجري.
- المراوغة بإيقاف الكرة فجأة و عمل دائرة حول الذات.
- المراوغة بالتمويه للتمرير بخارج القدم و تغيير الاتجاه.
- المراوغة بسحب الكرة بأسفل القدم و تغيير الاتجاه.
- المراوغة بالتغيير الدائم للاتجاه بعيدا عن المنافس (مفتي إبراهيم حماد، 1990، صفحة 150).

7-2-2-7. تقنيات مهاجمة الكرة:

في أداءها يجب الاقتراب بالسرعة المناسبة في اتجاه المهاجم المستحوذ على الكرة مع تركيز النظر عليها، كما يجب التفاعل مع الكرة و ليس جسم اللاعب، ثم مهاجمة الكرة في اللحظة التي تخرج فيها من قدم المهاجم بقوة للعمل على استخلاصها أو تشتيتها.

و أهم تقنيات مهاجمة الكرة ما يلي:

- قطع طريق الكرة أثناء تمريرها من منافس لمنافس آخر.
- استخلاص الكرة من المهاجم أثناء الجري.
- تشتيت الكرة العالية بعيدا عن المهاجم أثناء ذهابها إليه.
- مهاجمة الكرة أثناء وصولها للمنافس (Garel (Pedro)، 1977، صفحة 143).

7-2-2-8. مهارة رمية التماس:

لأدائها يجب إمساك الكرة بأصابع اليدين بقوة و ميل الجذع للخلف، ثم المرجحة

السريعة للجذع أماما مع رمي الكرة من خلف الرأس و متابعة الحركة.

ويمكن القول بأن رمية التماس من المهارات الأساسية يمكن القول بأن لتي يجب أن يجيدها اللاعب، حتى يتمكن من استغلال قدرته في رمي الكرة إلى أكبر مسافة ممكنة للعمل على نجاح خطة اللعب. أصبحت رمية التماس من المهارات التي يستعملها الفريق للهجوم المباغت لأن تمرير الكرة من التماس للاعب في وضعية التسلل يسمح بها القانون، كما

أصبحت تستعمل كالركنية و لهذا يجب أن يستغلها الفريق في بناء الهجوم لتحقيق الهدف .و هناك عدة أنواع لتنفيذ رمية التماس و هي كما يلي:

▪ رمية التماس و القدمان متلاصقان:

❖ من الاقتراب .

❖ من الثبات .

▪ رمية التماس من وضع الساق أماما و الأخرى خلفا.

❖ من الاقتراب.

❖ من الثبات .

▪ رمية التماس و القدمان متباعدتان من الثبات.

7-2-2-9. حراسة المرمى:

طبيعة المهارات الأساسية لحارس المرمى تختلف عن باقي اللاعبين في المراكز

الأخرى في الفريق حيث يختلف أدائه عنهم اختلاف ملحوظا و يرجع ذلك بطبيعة الحال إلى

إمكانية استخدام حارس المرمى ليديه داخل منطقة جزاءه، كما أن إسهامه في الجوانب

الخطية للفريق يختلف أيضا عن باقي زملائه اللاعبين نظرا لمحدودية حركته داخل

منطقة جزاء فريقه.

يمتاز حارس المرمى عن بقية اللاعبين بصفات بدنية معينة بالإضافة إلى مقدرته الفني كفاءته الخطئية ليستطيع حماية مرماه بامتياز، كما يمتاز حارس المرمى بصفة الرشاقة، المرونة و القدرة على الوثب عالياً، و بسرعة تلبية الاستجابة، و سرعة البدء، كما يمتاز بالصفات النفسية منها التركيز، الشجاعة، العزيمة، القدرة على التصميم و الوعي الكامل لمسئوليته. من هذا نلاحظ أن حارس المرمى هو آخر خط الدفاع فلماذا يتحمل مسؤولية كبيرة في توجيه زملائه و أخذ المكان المناسب لالتقاط الكرة (مفتي إبراهيم حماد، 1994، صفحة 328).

3. ميكانيزم (آلية) تعلم المهارات:

- تكوين الصورة العقلية للمهارة في ذهن اللاعب.
- تلخيص المهارات.
- استخراج البرنامج الحركي للمهارة.

4. مراحل تعلم المهارات و التقدم بها حتى الآلية: يتم تعلم المهارات من خلال ثالث

مراحل رئيسية كما يلي:

4 1. المرحلة العقلية: تهدف هذه المرحلة في تقديم المهارة الحركية للاعب من خلال

الشرح و النموذج لإدراك اللاعب بالأداء الصحيح أو النقاط الفنية المكونة للمهارة

حتى يتمكن اللاعب من تكوين صورة عقلية للمهارة.

4 2. المرحلة العملية (التطبيقية): وضع النموذج العقلي للمهارة حيز التنفيذ بحيث يتم

التركيز خلالها على كفاءة التطبيق و تنفيذ الأداء خاصة توقيت و توافق كل وجه من

أوجه تتالي المهارة.

4 3. المرحلة الآلية: بعد التقدم التدريجي بالأداء حتى الوصول به إلى الأداء الآلي، تتميز

هذه المرحلة بدرجة عالية من الدقة، و درجة عالية من انسيابية الأداء و عدم تقطعه،

أداء ثابت المستوى و غير متذبذب في محاولات الأداء المتتالية، بذل أقل جهد ممكن

أثناء تنفيذ المهارة، و أعلى درجات استثارة للدافعية و درجة عالية من المرونة و

التكيف مع الظروف لأداء المحيطة بالمباراة.

5. علاقة التكتيك بالتكتيك:

يذكر الدكتور بوداود في بحثه بأن تكتيك كرة القدم يشمل مجموع طرق الهجوم و الدفاع الفردية و الجماعية المستخدمة لتحقيق أفضل نتيجة مع مراعاة قانون اللعبة و أسلوب الخصم في اللعب .إن اللاعب الذي يمتلك تكتيكا جيدا يستطيع أن يستخدم جميع وسائل اللعب في المباراة بفاعلية عالية، لكي يسير اللعب بأقل جهد، و بصورة هادفة و ناجعة، و يتوقف المستوى التكتيكي أساسا على:

- القدرات البدنية.
- القدرات التكتيكية أو مهارية.
- القدرات النفسية.

يوجد ترابط وثيق بين التكتيك و التكتيك خاصة التكتيك الفردي، الأمر الذي يتطلب أن يرتبط التدريب التكتيكي مبكرا بمتطلبات خاصة بالتصرف التكتيكي الجيد عن تأدية مهارة تكتيكية معينة، و يتلخص الهدف من تعليم و تدريب اللعب في إعداد العب متقن للتكتيك و بإمكانه تطبيق مهارات التكتيكية على ضوء المتطلبات التكتيكية المختلفة التي تفرضها مقابلات كرة القدم".

نظراً للعلاقة الوطيدة التي تميز التكتيك بالتكتيك و بالخصوص التكتيك الفردي يشترط على المدربين اخذ بعين الاعتبار هذا الأمر مبكرا خلال مراحل تكوين الناشئين حتى

يكون التكامل بين الجانبين، و هذا راميا لتحقيق مردود اللاعب بأكثر فعالية .و من أهم الجوانب التكنيكية التي ذكرناها أعلاه، من مهارات أساسية لكرة القدم بالكرة و بدون كرة .أما بالنسبة للجانب التكتيكي سنخوضه الآن بالتفصيل في البنود الموالية:

- التكتيك الجماعي.
- التكتيك الفردي.
- التكتيك الهجومي.
- التكتيك الدفاعي

خلاصة:

كرة القدم لها مكانة مرموقة تفوق جميع الرياضات الأخرى، ومهاراتها الأساسية تعتبر مهارات كل الأنشطة الرياضية ، ونظرية التدريب الحديث تتطلب ألدللمام بأصول التدريب والتكامل في جميع الجوانب .

لقد حاولنا جاهدين من خلال هذا الموضوع ، الذي يعتبر من بين أهم المواضيع ذات الشأن الكبير في المجال الرياضي بصفة عامة ، ومجال كرة القدم بصفة خاصة، أن نبين ما إذا كان التدريب النفسي يلقي العناية من طرف المدربين ومسؤولي الفرق من جهة ومن جهة أخرى نريد التعرف على دور التدريب النفسي في تحقيق وتطوير الأداء المهاري والتقليل من الضغط النفسي لدى لاعبي كرة القدم، حيث أن موضوع الضغط بمختلف أبعاده (الحاجة للإنجاز ، ضبط النفس ، التدريبية ... الخ) .

تمهيد:

من الأهمية أن يدرس مدربو الناشئين النمو والتطور البدني والحركي والاجتماعي الذي يحدث للناشئين سواء كانوا بنات أو بنين، لأن من شأن ذلك مساعدتهم على إدراك وفهم ما يستطيع الناشئون أن يؤديه من خلال أجسامهم وما لا يستطيعون نظرا لأن كل مرحلة سنوية لها المظاهر التي تميزها عن المراحل السنوية الأخرى في النمو البدني والحركي والاجتماعي.

ولقد حاولنا في هذا الفصل التركيز على معرفة معدل النمو في المرحلة السنوية الواحدة الذي يختلف من صغير إلى آخر، وهذا يعني أن بعض الناشئين ينمون مبكرين عن أقرانهم وآخرين يكونون متأخرين عنهم، كما أن الاختلاف بين الصغار لا يكون فقط في معدل النمو ولكن يكون أيضا في الاختلاف في تناسب هذا النمو بينهم وبين بعضهم البعض، والذي يمكن أن يؤثر في القدرة على الأداء.

1. مفهوم الطفولة:

الطفولة مرحلة هامة من الناحية النفسية، وقد أشار علم النفس إلى أن الطفولة المبكرة هي أساس بناء الشخصية وفيها تتحد السمات التي سوف يكون عليها الفرد في الكبر، ويحتاج الطفل إلى الرعاية والحماية والقوة وخاصة المادية والنفسية كحاجة الأمن والرعاية واللعب لكي ينمو الجسم نموا سليما، ويعتبر الباحثون مرحلة الطفولة ليست مجرد إعداد للحياة، المستقبلية، بل هي مرحلة هامة من مراحل الحياة التي يجب أن يسعد بها الطفل (بشير معمرية، 2007، صفحة 08).

2. النضج عند الأطفال:

المقصود بالنضج هو التغيرات الداخلية للفرد والتي ترجع إلى تكوينه الفيزيولوجي والعضوي وهذه التغيرات ضرورية لحدوث التعلم، ولا يستطيع الطفل تعلم الكتابة قبل نمو عضلات الأصابع الدقيقة، ولا يستطيع تعلم المشي قبل نمو عضلات الساقين، ولا يستطيع أن يفهم المواضيع المعقدة قبل نمو القدرات العقلية، وهذا يعني أن النضج شرط لازم لكي نعلم التلميذ، فلا نستطيع أن ندخل تلميذا 06 سنوات إلى المدرسة الإعدادية مباشرة دون أن يلم بمعلومات المدرسة الابتدائية ودون أن يصل نموه العقلي إلى مرحلة معينة تسمح له بتلقي معلومات المدرسة الإعدادية (جون فيف برانشوا وآخرون، 1993، صفحة 548).

3. مفهوم عملية النمو:

النمو عملية ديناميكية تشمل سلسلة من التغيرات التي يمر بها الفرد منذ الولادة حتى سن البلوغ، وخلاف تلك يزداد حجم الجسم وتتطور وظائفه بمعدلات سريعة، ويتميز بزيادة قدرة الجسم على التكيف، ونظرا لأهمية النمو بالنسبة لمستقبل الطفل فقد اهتم الكثير من الباحثين بدراسته، واتحد في هذا الاتجاه أسلوبين أساسيين أحدهما هو الدراسات المقطعية العرضية والأسلوب الآخر هو الدراسات الطولية والنوع الأول هو الذي يجري على عينة كبيرة من الأطفال يتم دراستها وتشمل كافة مراحل النمو بأعمارها المختلفة، أما النوع الثاني وهو الدراسات الطولية فإنه يتم بتتبع مجموعة معينة من الأطفال خلال مراحل مختلفة من أعمارهم (أبو العلا أحمد عبد الفتاح وأحمد نصر الدين، 2003، صفحة 266) .

4. العوامل المؤثرة في النمو عند الطفل:**4-1. العوامل الوراثية :**

ويقصد بها ما ينقل من الآباء والأجداد إلى الأبناء، وذلك عبر الجينات أو ناقلات الوراثة، وتظهر أكثر ما تظهر هذه العوامل الوراثية في لون الشعر وشكله، ولون البشرة وطول القامة، وبناء الجسم، وفي بعض القدرات كالذكاء، فالعوامل الوراثية تؤثر في تكوين الطفل، والحقيقة أن الوراثة تضع الحدود العامة التي تحدد تصرف الإنسان حيال البيئة وكيفية استفادته من الظروف البيئية.

4-2. العوامل أو المؤثرات البيئية :

ويقصد بالبيئة كل ما يحيط بالإنسان من ظروف مناخية وتضاريس وحرارة وبرودة ورطوبة وإضاءة وتهوية، وما يوجد في البيئة من تلوث، ومصانع ومبان ومظاهر حضارية وغلاف جوي وضوضاء أو زحام وتكدس، ويحدث من أحداث ووقائع، وكل ما هو خارج عن الإنسان يقع في بيئته. في مجموعة أو مجمل الظروف الخارجية تلك العوامل القادرة على التأثير في الكائن الحي، ولكن البيئة تختلف عن المثبرات التي تثير الفرد، ذلك لأن هناك بعض المثبرات الداخلية في داخل الفرد ذاته (عبد الرحمن العيسوي، 2009، الصفحات 23-24).

5. مرحلة الطفولة المتأخرة (09-12) سنة:

تتميز هذه المرحلة بزيادة سرعة النمو البدني نسبيا عن المرحلة السابقة، وتبدأ الفروق بين البنين والبنات في الطول والوزن في الظهور، حيث يزداد طول ووزن البنات عن البنين. تتضح في هذه المرحلة الفروق بين البنين والبنات في النشاط الحركي، حيث يميل البنون إلى النشاط الذي يتسم بالجرأة والشجاعة، والهدف إلى مقارنة ما لديهم من قوة وسرعة بأقرانهم من نفس العمر للتباهي بالقدرات الحركية، أما البنات فيملن إلى يتحسن أداء الجهاز الحسي للطفل في هذه المرحلة مما يساعده على إمكانية الاستمرار والتركيز في النشاط لمدة أطول عن المرحلة السابقة، كما أن هذا التحسن سوي يساعده على تمييز الإيقاعات الحركية وضبطها مهما اختلفت سرعتها .

تتميز هذه المرحلة بزيادة التوافق العضلي بنسبة كبيرة عن المرحلة السابقة، بسبب نمو العضلات الصغيرة المسئولة عن الحركات الدقيقة، مما يجعل الطفل في هذه المرحلة متمكنا بدرجة كبيرة من توجيه حركاته والتحكم فيها، ولهذا يتصف أداءه الحركي ولياقة والإنسانية وحسن التوقيت بالإضافة إلى القوة والسرعة إذا تطلب الأمر ذلك.

5-1. النمو العقلي:

ينتقل الطفل في هذه المرحلة من التفكير الخيالي إلى التفكير الواقعي، وتتضح ذلك على إدراك الأزمنة والمسافات والمساحات والحجوم والأشكال، وكذلك القدرة على النتائج بأسبابها وإدراك العالقة التي تربط بين موضوعين أو أكثر .

تزداد قدرة الطفل على تركيز الانتباه وتحويله من موضوع إلى آخر الأمر الذي عده على الاستمرار في نشاط واحد لمدة طويلة والقدرة على الوصف الدقيق عامل مع الموضوعات التي يميل إليها بدقة، وكذلك القدرة على التعامل مع أكثر من نوع في وقت واحد .

يبدأ الطفل هذه المرحلة في إدراك المعاني التجريدية، مثل الصدق والأمانة والخيانة والمساواة والحرية والديمقراطية .

يستمر الطفل في هذه المرحلة في محاولة اكتشاف البيئة والتعرف عليها، ولكنه يعتمد اعتمادا كبيرا على حواسه وخبراته التي يكتسبها من تفاعله مع عناصرها، وذلك من توجيه الأسئلة الذي كان سمة المراحل السابقة (أحمد أمين فوزي ، 2003، الصفحات 59-60).

3-5. النمو الإنفعالي:

تتميز هذه المرحلة بالاستقرار وعدم تقلب المزاج خاصة إذا توجيه الطفل إلى نشاط حركي أو عقلي يكون مجالاً لإشباع حاجاته النفسية. طفل هذه المرحلة شديد الحساسية لنقد الكبار أو لمجرد مقارنته بأقرانه، حيث يسبب له ذلك آلاماً نفسية شديدة قد تقوده أحياناً إلى الانتقام والعدوان .

الطفل في هذه المرحلة معرض للصراع النفسي إذا كان هناك تعارض بين اتجاهات الوالدين واتجاهات جماعة الأصدقاء بالنادي أو بالمدرسة، حيث أنه شديد الولاء لرفاق اللعب بالإضافة إلى ولائه وانتمائه لوالديه .

- يميل الطفل في هذه المرحلة إلى تقليد الكبار وخاصة ذوي القدرات الخاصة كالأبطال، ويتحمس لهم ويدافع عنهم دفاعاً شديداً.
- يميل الطفل إلى اقتناء الأشياء ويهتم بها حيث يقوم بتصنيفها مثل طوابع البريد والفراش والأصداف وصور الأبطال.
- يميل أيضاً الطفل إلى التنافس ولكن من خلال جماعة الرفاق مع جماعة أخرى، كما يهوى الرحلات والمغامرات التي تساعد على اكتشاف الحقائق التي يدركها الكبار.
- يميل الطفل في هذه المرحلة إلى المرح والفكاهة، كما يميل أيضاً إلى العنف والخشونة أثناء اللعب حيث يجد في ذلك وسيلة لاكتشاف ما لديه من قدرات بدنية ومقارنتها بقدرات الآخرين (أحمد أمين فوزي ، 2003، الصفحات 60-61) .

4-5. النمو الإجتماعي:

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

- ينضم الطفل في هذه المرحلة بمنتهى السرعة والسهولة إلى الجماعات التي تتكون تلقائياً وفي نفس الوقت يسعى إلى الانضمام إلى الجماعات المنظمة التي يستطيع من يميل أطفال هذه المرحلة خلال تعاملهم مع بعضهم أن يكون لهم رموز خاصة يتعاملون بها ويخفون بها مقاصد سلوكهم عن الكبار، تأكيداً لحريتهم واستقلالهم عن السلطة المفروضة عليهم من الكبار.
- يتعصب كل جنس في هذه المرحلة للجنس الذي ينتمي إليه، وقد يصل الأمر إلى مستوى العداة ضد الجنس الآخر.
- يتعرف طفل هذه المرحلة بما يتمتع به أقرانه من قدرات وما لديهم من مميزات، حتى يصل به الأمر إلى التباهي بقدرات زميله أمام والديه.
- يخضع الطفل تماماً للقيادة ويسعى إلى معاونتها والالتزام بتنفيذ تعليماتها (أحمد أمين فوزي ، 2003 ، الصفحات 61-62).

6. المراهقة:

المراهقة بمعناه العام هي التي تبدأ ببلوغ وتنتهي بالرشد ، فهذه عملية بيولوجية وحيوية وعضوية في بدنها وظاهرها، اجتماعية في نهايتها (فؤاد السيد باهي، 1975، صفحة 257) ، تبدأ المراهقة من 12 إلى 17 سنة عند كل من مشال و مارتين بحيث تطرأ على هذه المرحلة عدة تغيرات أو تحولات نفسية ومورفولوجية والتي غالبا ما تعزى إلى البلوغ، ويتميز المراهق في هذه المرحلة بهيكله شخصيته وهويته (Michael Attali, Jean Saint Martin, 2010, p. 414).

6-1. مفهوم المراهقة:

- لغة: جاء في المعجم الوسيط ما يلي " الغ لام الذي قارب الحلم، والمراهقة هي الفترة الممتدة من بلوغ الحلم إلى سن الرشد (إبراهيم أنس وآخرون، 1972، صفحة 278) و تعني قارب الاحتلام وتعني المراهقة في القاموس العربي " الاقتراب من الحلم"، يقال في اللغة "راهق" بمعنى لحق أو دنا.
- ونقصد بالمراهق: الفتى الذي يدنو من الحلم ، واكتمال النضج اشتق مصطلح المراهقة في اللغة الانجليزية adolescence من فعل adolecers في اللغة اللاتينية، وتعني الاقتراب التدريجي من النضج الجسمي والعقلي والانفعالي (حسام أحمد محمد أبو سيف، 2011، صفحة 305).

- **إصطلاحاً:** يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي (عبد الرحمن العيسوي ، 1999 ، صفحة 100) .

كما يعني مصطلح المراهقة في علم النفس مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج، فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، وتمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريباً أو قبل ذلك بعام أو عامين أو بعد ذلك بعام أو عامين (حامد عبد السلام زهران، 1977 ، صفحة 289)، وعرفها أحمد عزت راجح بأنها تلك المرحلة التي يمكن تحديدها ببدء نضج الوظائف الجنسية، وقدرة الفرد على التماسك، وتنتهي بسن الرشد وإشراف القوى العقلية المختلفة على تمام النضج (حسام أحمد محمد أبو سيف، 2011 ، صفحة 305).

6-2. المرحلة التي تغطيها المراهقة:

يلاحظ عموماً عدم اتفاق الباحثين و العلماء المختصين بدراسة التطور الإنساني على فترة زمنية محددة لفترة المراهقة، كما أنهم لم يتفقوا على المراحل الفرعية التي تتضمنها هذه المرحلة، أما من حيث الفترة الزمنية التي تغطيها هذه المرحلة فترى (هيرلوك 1980 Hurlock) أنها تمتد ما بين (12 - 18) سنة وقسمتها إلى مرحلتين فرعيتين، أطلقت على الأولى التي تمتد ما بين (13 - 17) سنة إسم المراهقة المبكرة وعلى الفترة القصيرة الممتدة ما بين (17 - 18) سنة مرحلة الطفولة المتأخرة، وترى (كاتلين بيرجر 1988 Berger) أن

مرحلة المراهقة تمتد ما بين (10-20) سنة، وقامت بدراسة هذه المرحلة كفترة عمرية واحدة دون تحديد مراحل فرعية، وقد تبني (لورنس سيشامبرج 1985 Schiamberg) تقسيم فترة المراهقة إلى مرحلتين فرعيتين، تمتد الأولى التي أطلق عليها اسم المراهقة المبكرة ما بين (16-12) سنة في حين تمتد الثانية ما بين (17) سنة وحتى منتصف أو نهاية فترة العشرينات من العمر.

وتذكر (لورا بيرك Berk 1999) أن مرحلة المراهقة طويلة جدا، وقد جرت العادة بين الباحثين على تقسيمها إلى ثالث مراحل فرعية، يطلق على الأولى المراهقة المبكرة وتمتد في الفترة ما بين (11) أو (12) سنة إلى (14) سنة، وهي فترة من التغيرات السريعة نحو البلوغ، و المرحلة الثانية هي المراهقة المتوسطة، وتمتد في الفترة ما بين (14-18) سنة، حيث تكون التغيرات ذات العلاقة بالبلوغ قد اكتملت تقريبا، أما المرحلة الأخيرة وهي المراهقة المتأخرة فتغطي الفترة ما بين (18-21) عاما، وعموما فإن مثل هذا التقسيم ينسجم مع تسلسل المراحل الدراسية في كثير من دول العالم، حيث يأتي بعد المدرسة الابتدائية التي تحدثنا عنها في مرحلة الطفولة المتوسطة و المتأخرة، مرحلة المدرسة الإعدادية أو المتوسطة، ومرحلة المدرسة الثانوية، وأخيرا ينتقل الفرد إلى الدراسة في الكليات أو الجامعات ونظرا لحالة عدم الاتفاق التي يمكن ملاحظتها بين الباحثين وعلماء النفس التطوري حول التحديد الدقيق لبداية هذه المرحلة ونهايتها، فضال عن عدم الاتفاق على المراحل الفرعية التي تتضمنها فترة المراهقة، فسوف نتناول هذه المرحلة كوحدة واحدة، مع الإشارة حيث يلزم

إلى الخصائص التطورية التي تكون أكثر وضوحا عندما يصبح الفرد في مرحلة عمرية محددة (صالح محمد أبو جادو، 2011، الصفحات 408-409).

3-6. المراهقة المبكرة (11-14) سنة:

إن معدل سن بدء النمو المتدفق هو (9 ونصف) سنة للبنات، و (11 ونصف) للأولاد، وتتم البنات بأسرع نمو في الطول في سن (11 ونصف) والأولاد في سن (13 ونصف) سنة في المتوسط (نبيلة احمد عبد الرحمن، سعدية عبد الجواد شيحة، مها محمود شفيق، ياسمين حسن البحار، 2011، صفحة 89).

1-3-6. النمر الفيسيولوجي لمرحلة المراهقة المبكرة:

في هذه المرحلة تتغير وظائف جميع أجهزة الجسم بدرجات متفاوتة، لكن التغير البارز في هذه المرحلة هو حدوث البلوغ الجنسي، يسبقه فترة نمو جسدي سريع خاصة في الطول، كما يلاحظ نمو حجم القلب بنسبة اكبر من نمو الأوردة والشرايين، ويزداد ضغط الدم، وتتمو المعدة وتتسع لسد حاجة الجسم النامي، وتتمو أعضاء الجهاز الهضمي بالنسبة نفسها تقريبا. ويتذبذب التمثيل الغذائي بما يؤدي إلى زيادة الشهية للأكل عند المراهق (سامي محمد ملحم، 2014، صفحة 356).

2-3-6. النمو البدني والحركي:

من أكثر مظاهر النمو في هذه المرحلة ظهور أعراض الجنسي الذي يتحدد لدى البنين بظهور شعر العانة وتحت الإبطن وخشونة الصوت وتضخمه، ولدى البنات بظهور

الشعر في نفس المناطق من الجسم بالإضافة إلى بروز الثديين، واستدارة الأرداف، يزداد نمو العظام والعضلات بمعدل سريع جدا في هذه المرحلة عن أي مرحلة سابقة من مراحل الطفولة الثالث التي تم التعرض لها، ولكن معدل هذا النمو عند البنات أسرع من البنين، وقد تصل البنت إلى أقصى طول لها وإلى أقصى وزن في حوالي سن 16 سنة تقريبا، بينما يصل الولد إلى أقصى طول وأقصى وزن في سن 18 سنة تقريبا، ولكن عموما فإن نمو الطول والوزن لدى الجنسين قد يستمر إلى سن 21 سنة.

تتمو العظام في هذه المرحلة قبل نمو العضلات، ويزداد نمو القلب ولكن ليس بنسبة متعادلة مع نمو الشرايين وحجم الجسم، وينتج عن عدم التناسق هذا في نمو أجهزة الجسم ظهور بعض عاومات التراخي في النشاط الحركي وضعف التوافق العضلي العصبي وعدم القدرة على التحكم والسيطرة على الحركات، لذا يطلق على هذه المرحلة من النمو مرحلة الخمول والارتباك الحركي، النمو العقلي نسبيا في هذه المرحلة عن مراحل النمو السابقة.

- تبدأ في هذه المرحلة القدرات العقلية كالقدرة اللفظية والقدرة العددية والقدرة الميكانيكية والقدرة الفنية والقدرة الحركية فتظهر الميول المرتبطة بهذه القدرات.
- تزداد قدرة المراهق في هذه المرحلة على التفكير والنقد والاهتمام بالأسباب التي تكمن وراء الظواهر، ولهذا فهو دائم الشك في كثير من أمور الحياة ويسعى جاهدا إلى التعرف على الأسباب واليهدا حتى يربط الأسباب بالنتائج.

- تزداد قدرة المراهق في هذه المرحلة على فهم التجريدات، حيث يستطيع التعامل مع الرموز والإشارات، ويفهم الموضوعات النظرية من القراءة أو الشرح.
- تبدأ عملية التذكر اعتباراً من هذه المرحلة تعتمد على الفهم والاستيعاب وليس على الارتباط الآلي كما كان في المراحل السابقة.
- يستطيع المراهق اعتبار من هذه المرحلة الانتباه إلى أكثر من موضوع في وقت واحد، كما تزداد لديه القدرة على تركيز الانتباه في موضوع واحد.
- يتميز الخيال في هذه المرحلة بقربه من الواقعية، كتخيل تكوينات حركية جديدة في اللعب، ولهذا تتميز هذه المرحلة بالابتكار وتكوين الميول الرياضية.

6-3-3 النمو الإنفعالي:

نتيجة للتغيرات البدنية والفسولوجية التي طرأت على المراهق في هذه المرحلة فهو يشعر بأنه بعيد عن عالم الصغار ودخيل على عالم الكبار الذين لم يعترفوا بانضمامه إليهم (أحمد أمين فوزي، 2003، الصفحات 63-64).

وهذا الوضع الهامشي يولد لدى المراهق الشعور بالاغتراب في المجتمع، ويجعله دائم التردد في أي عمل، ويشعر بالخطأ والذنب في كل ما يفعله.

نتيجة لعدم التوازن بين سرعة النمو البدني والعقلي، فإن المراهق يكون شديد الحساسية والخجل ويشوب مزاجه عدم الاستقرار وسرعة الانتقال من السرور إلى الحزن ومن الضحك إلى الغضب .

يسعى المراهق دائما إلى الانتقال لعالم الكبار والتشبه بهم ومحاولاته في ذلك تتطلب منه التخلي عن عادات مألوفة إلى عادات مجهولة لديه، هذا التحول من إن التغييرات الفسيولوجية التي طرأت على المراهق في هذه المرحلة والدوافع الجنسية التي بدأت في الظهور تجعل المراهق غريبا عن نفسه، ويزداد الأمر سوءا بإحاطة الدوافع الجنسية بالسرية وعدم مناقشتها بطريقة موضوعية، وهذا ما يقود المراهق إلى التفكير في الجنس الذي يصطدم إن آجال أو عاجلا بمثاليته وتؤدي إلى التوتر وعدم الاستقرار الانفعالي والشعور بالذنب.

يميل المراهق إلى تحسين مظهره الشخصي واثبات رجولته في وعظم تصرفاته فنلاحظه دائم الاهتمام بملابسه وهندامه وطريقة كالمه وتصفيف شعره، وكذلك نلاحظه متمردا على تعليمات الأسرة والمدرسة، وكل ذلك من أجل تأكيد ذاته كعضو في المجتمع.

4-3-6. النمو الإنفعالي:

الميل إلى الابتعاد عن الأسرة للتحرر من سلطتها، ومحاولة الانتماء لجماعة الرفاق من نفس العمر حيث يستطيع من خلالها تأكيد ذاته والتعبير عن نفسه بحرية تامة تتميز الصداقة في هذه المرحلة بالاستمرار والإخلاص والعمق في الاتصال، وتتكون جماعة الأصدقاء من عدد قليل بالنسبة للمرحلة السابقة، الميل إلى تكوين صداقة مع الجنس الآخر دون محاولة إظهارها، وتتميز هذه الصداقة إذا تكونت بالإخلاص الشديد والتضحية.

(أحمد أمين فوزي ، 2003 ، الصفحات 64-65).

إن محاولة الانضمام إلى عالم الكبار تبدو في المشاركة الفعالة في الحفلات وتأدية الواجبات وفي الإسهام في الأعمال التطوعية والخيرية والمحافظة على المواعيد والالتزام بالواجبات نحو جماعة الأصدقاء (أحمد أمين فوزي، 2003، صفحة 66)

7. خصائص النمو في المراهقة:

ويمكننا الآن أن نذكر خصائص النمو عند المراهقين، فهو أولا واضح " الجنسية" إذ تزيد الاختلافات بين جسم الذكر و جسم الأنثى، بل يكون النمو الخاص بالفتاة أكثر تبكيرا وقصرا من نمو الشاب، وثانيا، يأخذ النمو غالبا عند البلوغ شكل يسمى (50 أزن) على أساسها يمكن تفسير الاضطرابات التي تثيرها لدى الوالدين وأخيرا، يبدو النمو " كتشكيل" بمعنى الكلمة إذ تتضح الفروق الفردية، أما العناصر الوراثية التي كانت كامنة عند الطفل فتهدم وتحدد معالم مزاج كل فرد، وهكذا يأخذ المراهق شكله، وهذا ما سنجده أيضا في المجال النفسي.

ولا يعني هذا التطور الحاسم في الجسم مقاطعة الماضي بأي شكل من الأشكال، ولكن أهمية التغيرات التي تلاحظ ترجع إلى حدوثها في نفس الوقت، ومن مجموعها أو الارتباط بينهما ينم للجسم فيما بين الثامنة عشرة أو العشرين اتخاذ شكل جديد تماما (محمد بن محمود آل عبد الله ، 2014، الصفحات 70-71).

خلاصة:

من خلال ما سبق تطرقنا إلى مختلف المراحل العمرية التي يمر بها الطفل والناشئ بحيث كان استعراض لخصائص نمو كل مرحلة من المراحل من عدة جوانب البدني والحركي والنفسي والعقلي والاجتماعي كل هذه الجوانب يجب على المدرب أن يكون على دراية بكل خصائص كل مرحلة من المراحل والتغيرات التي تحدث في كل مرحلة ووضع البرنامج التدريبي حسب كل صنف من الأصناف كل هذا يؤدي إلى ضمان تطور اللاعبين بطريقة سليمة وكذلك ضمان سلامة اللاعبين.

تمهيد:

يعمل الجانب التطبيقي من البحث على تكملة وتأكيـد ما جاء في الجانب النظري، فهو وسيلة نقل مشكل البحث إلى الميدان، وتوضيحها وتحديدـها والإجابة عن تساؤلات هذا البحث واختبار صحة فروضه للوصول إلى الأهداف المرجوة.

1. منهج البحث:

لكون البحث العلمي الحالي يهتم بإجراء مقارنة بين مجموعتين في بعض الأبعاد النفسية استخدم الطلبة الباحث المنهج التجريبي لان هذا الأخير يدرس جوانب الاختلاف و التشابه بين الظواهر، باعتباره المنهج الملائم لطبيعة المشكلة المطروحة في هذه الدراسة.

2. مجتمع وعينة البحث:

تكونت عينة البحث من 24 لاعبا من فريق غالي معسكر لفئة أقل من 14 سنة، تم اختيارهم بطريقة عمدية.

وقسمت عينة البحث إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية تحوي كل منهما 12 لاعبا.

3. متغيرات البحث:

- المتغير المستقل: الإختبار.

- المتغير التابع: المهارات الأساسية.

4. مجالات البحث:

4-1. المجال البشري: تم إجراء هذه الدراسة على لاعبي فريق غالي معسكر فئة أقل من 14 سنة.

4-2. المجال المكاني: أجريت الدراسة بالملعب البلدي لمدينة معسكر.

4-3. المجال الزمني: امتدت فترة الدراسة من 2019/03/01 إلى غاية 2019/06/01

5. أدوات البحث:

اعتمدنا في دراستنا على اختبارات الكشف عن المهارات الأساسية بطريقة الإختبارات كالتالي:

- إختبار التصويب نحو المرمى، (ملحق 03).

- إختبار التمرير من على بعد 25م ، (ملحق 02).

- إختبار الجري بالكرة بين الشواخص (ملحق 01)

5-2. المصادر و المراجع :

الإلمام النظري حول موضوع البحث من خلال الدراسة في كل المصادر و المراجع

العربية و الأجنبية، شبكة الانترنت، ديوان المطبوعات الجامعية

6. الدراسة الإحصائية:

لقد اعتمد الطلبة الباحث خلال إصداره للأحكام الموضوعية حول نتائج الدراسة

الاستطلاعية و الدراسة الأساسية على تحويل الدرجات الخام المتحصل عليها إلى نتائج

الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

بغرض الاستناد عليها في إصدار أحكام موضوعية وتم ذلك من خلال الاستخدام الأمثل

لبعض الوسائل الإحصائية التالية:

أ- المتوسط الحسابي:

وهو الطريقة الأكثر استعمالاً، حيث يعتبر الحاصل لقسمة مجموعة المفردات

أو القيم في المجموعة التي أجري عليها القياس، س 1، س 2، س 3، س 4.....س

ن. على عدد القيم (n) وصيغت المتوسط الحسابي تكتب على الشكل التالي:

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

حيث: \bar{X} : المتوسط الحسابي

M س: هي مجموع القيم

ن : عدد القيم (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، صفحة 153)

ب- الانحراف المعياري:

هو أهم مقاييس التشتت لأنه أدقها، حيث يدخل استعماله في كثير من قضايا التحليل

الإحصائي ويرمز له بالرمز (ع)، فإذا كان الانحراف المعياري قليل فإن ذلك يدل على أن

القيم متقاربة والعكس صحيح ويكتب على الصيغة التالية:

$$S = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n}}$$

حيث ع: الانحراف المعياري.

س : المتوسط الحسابي.

س: قيمة عددية (النتيجة).

ن: عدد العينة. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، صفحة 231)

ج- اختبار دلالة الفروق ت-ستودنت للعينات المتساوية بالعدد:

يستخدم قياس ت ستودنت للدلالة الإحصائية ، وكذا قياس مدى دلالة الفرق بين متوسطي

المجموعتين ومن أجل ذلك يستعمل القانون التالي:

$$T = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s^2}{n_1} + \frac{s^2}{n_2}}}$$

حيث :

\bar{x}_1 : المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى .

\bar{x}_2 : المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية.

ن: عدد أفراد العينة.

s^2 : الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.

s^2 : الانحراف المعياري للمجموعة الثانية (نزار مجيد الطالب.محمد السمراي، 1980،

صفحة 76).

خلاصة الفصل:

لقد تضمن هذا الفصل منهجية البحث و الإجراءات الميدانية التي تم القيام بها ، كما
ثم التطرق إلى الأدوات المستخدمة في البحث، و كذا توزيع العينات و تحديد مجالات
البحث الزمني و المكاني و مختلف الوسائل الإحصائية.

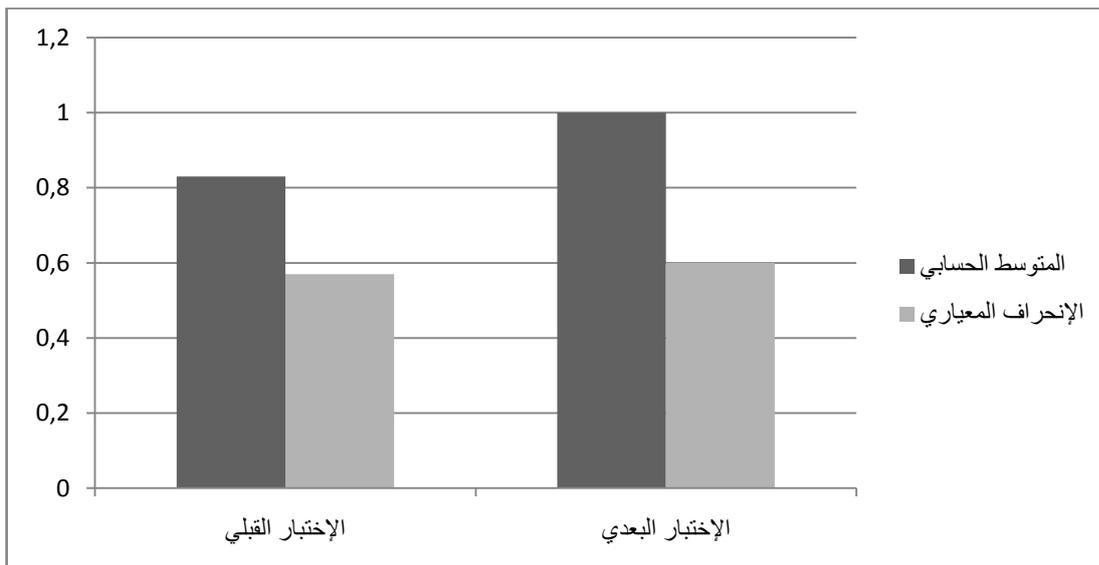
1-2. عرض و تحليل النتائج:

الجدول رقم 01: يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في

إختبار التصويب على المرمى

المتغيرات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
إختبار التصويب على المرمى	0.83	0.57	1.00	0.60	0.69	1.71
مستوى الدلالة	0.05 (غير دال)					
درجة الحرية	22					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 22، بحيث أن قيمة ت المحسوبة أصغر من قيمة ت الجدولية.



الشكل رقم (01): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (01)

الجدول رقم 02: يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في

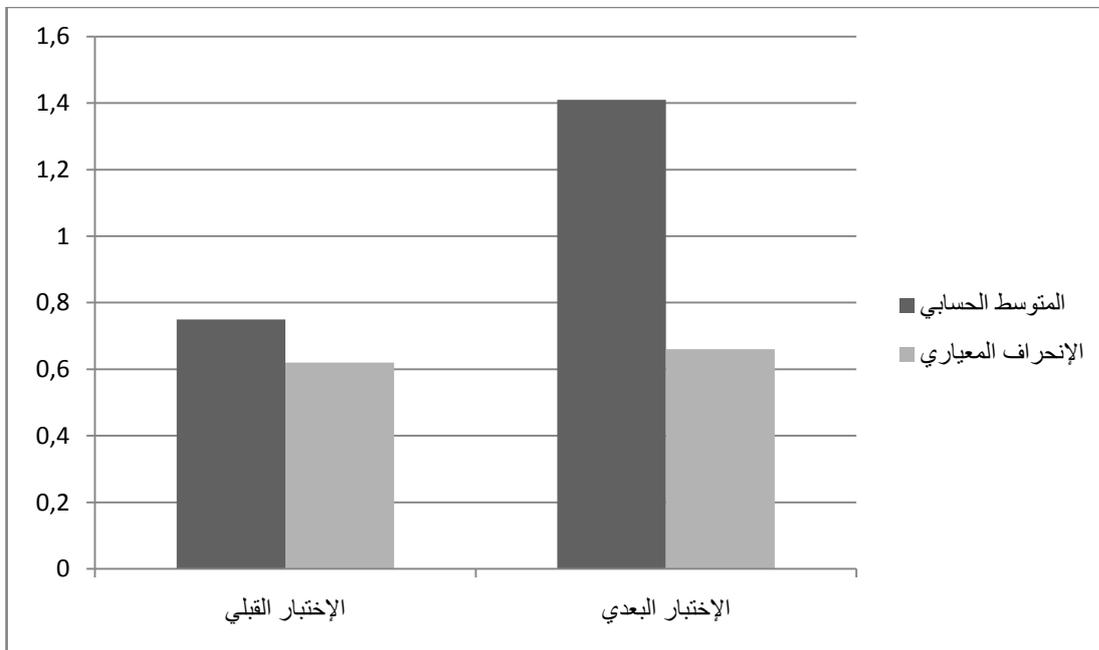
إختبار التصويب على المرمى

المتغيرات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
إختبار التصويب على المرمى	0.75	0.62	1.41	0.66	2.52	1.71
مستوى الدلالة	0.05 (دال)					
درجة الحرية	22					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و

البعدي للمجموعة الضابطة عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 22، بحيث أن

قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية.



الشكل رقم (02): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (02)

الجدول رقم 03: يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في

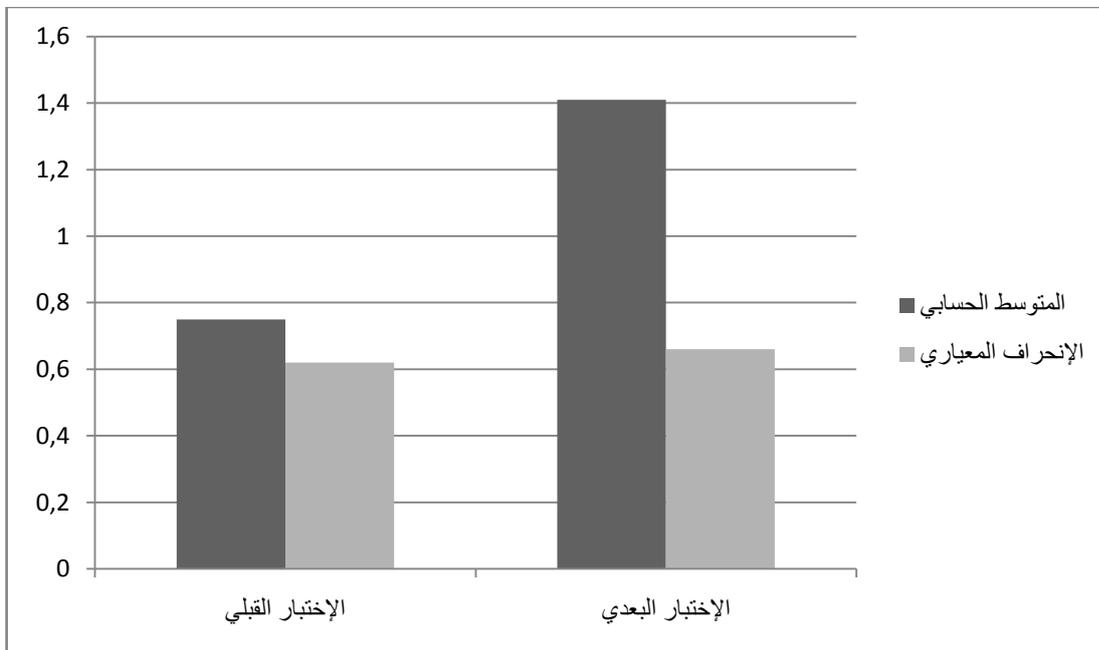
اختبار دقة التمرير

المتغيرات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
إختبار دقة التمرير	0.41	0.51	0.75	0.45	1.68	1.71
مستوى الدلالة	0.05 (غير دال)					
درجة الحرية	22					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي

و البعدي للمجموعة الضابطة عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 22، بحيث أن

قيمة ت المحسوبة أصغر من قيمة ت الجدولية.



الشكل رقم (03): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (03)

الجدول رقم 04: يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في

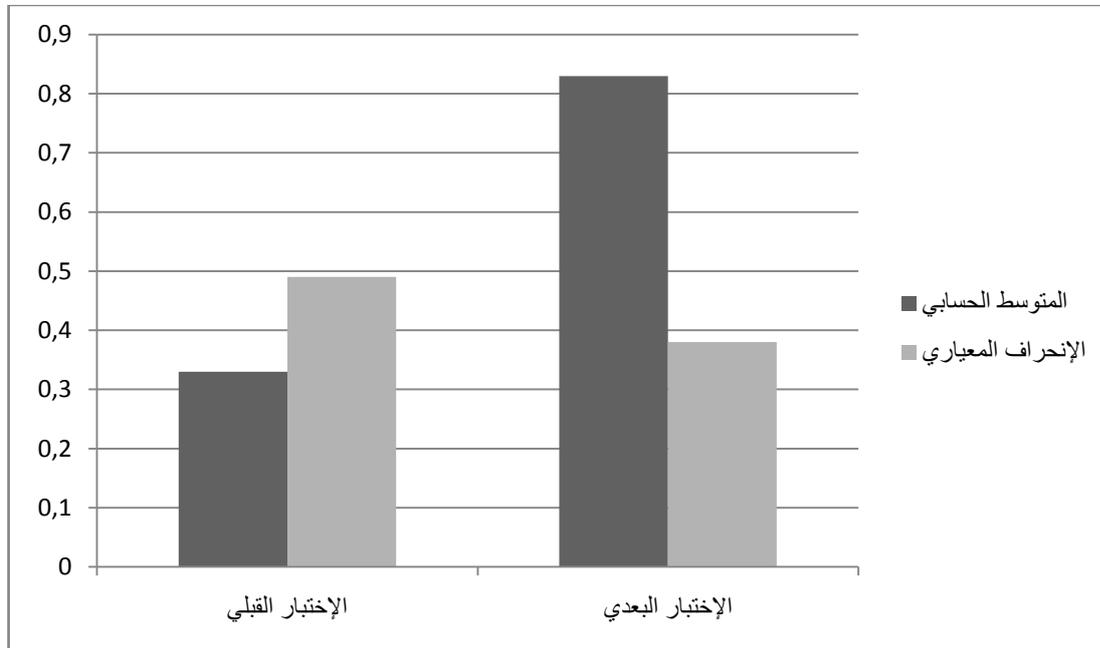
اختبار دقة التمرير

المتغيرات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
إختبار دقة التمرير	0.33	0.49	0.83	0.38	2.75	1.71
مستوى الدلالة	0.05 (دال)					
درجة الحرية	22					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي

و البعدي للمجموعة الضابطة عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 22، بحيث أن

قيمة ت المحسوبة أصغر من قيمة ت الجدولية.



الشكل رقم (04): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (04)

الجدول رقم 05: يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في

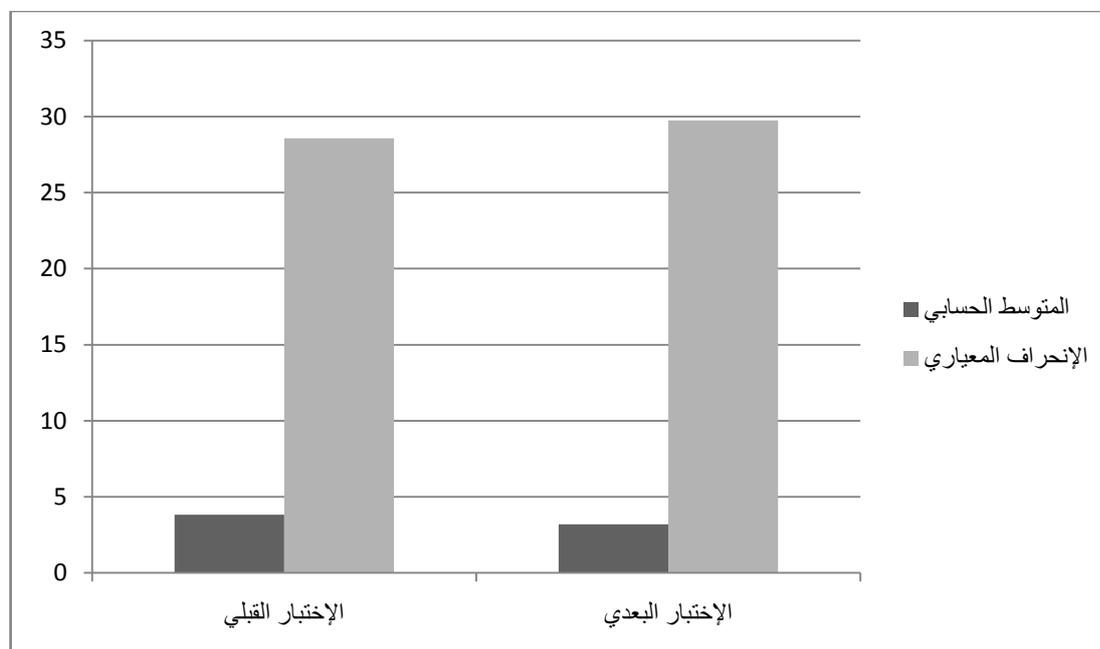
إختبار التحكم في الكرة

المتغيرات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
إختبار التحكم في الكرة	28.58	3.82	29.75	3.19	0.81	1.71
مستوى الدلالة	0.05 (غير دال)					
درجة الحرية	22					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي

و البعدي للمجموعة الضابطة عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 22، بحيث أن

قيمة ت المحسوبة أصغر من قيمة ت الجدولية.



الشكل رقم (05): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (05)

الجدول رقم 06: يبين الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية في

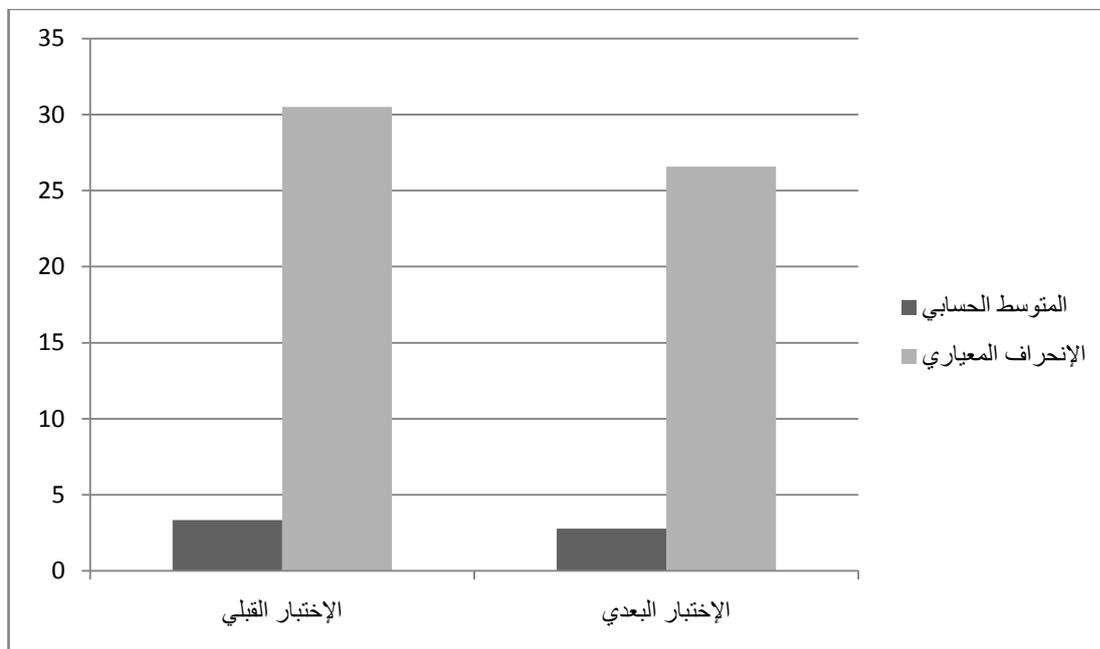
إختبار التحكم في الكرة

المتغيرات	الإختبار القبلي		الإختبار البعدي		ت المحسوبة	ت الجدولية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
إختبار التحكم في الكرة	30.5	3.34	26.58	2.77	3.12	1.71
مستوى الدلالة	0.05 (دال)					
درجة الحرية	22					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارين القبلي و

البعدي للمجموعة الضابطة عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية = 22، بحيث أن

قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية.



الشكل رقم (06): يمثل النتائج المبينة في الجدول رقم (06)

الجدول رقم 06: يبين الفروق بين المجموعتين الضابطة و التجريبية للإختبارات البعيدة

في المهارات الأساسية لكرة القدم

الدالة الإحصائية	ت الجدولية	ن المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دال	1.71	1.61	0.66	1.41	0.60	1.00	إختبار التصويب على المرمى
دال		1.80	0.38	0.83	0.45	0.75	إختبار دقة التمرير
دال		2.59	2.77	26.58	3.19	29.75	إختبار التحكم في الكرة

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين

الضابطة و التجريبية في إختبار التصويب على المرمى، بينما توجد فروق ذات دلالة

إحصائية بين المجموعتين الضابطة و التجريبية في إختباري دقة التمرير و التحكم في الكرة

لصالح المجموعة التجريبية عند مستوى الدلالة 0.05، و درجة الحرية = 22.

2-2. مناقشة الفرضيات:

2-2-1. مناقشة الفرضية الأولى:

من خلال النتائج المبينة في الجدولين رقم (01) و رقم (02)، نرى أنه لا توجد فروق

ذات دلالة إحصائية في الإختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة، بينما توجد فروق

ذات دلالة إحصائية في لصالح الإختبار البعدي بالنسبة للمجموعة الضابطة، و من يمكننا

القول أنه إختبار التصويب على المرمى يساعد على تقويم مهارة التصويب لدى لاعبي كرة

القدم لفئة أقل من 14 سنة و منه نستطيع القول أن الفرضية الجزئية الأولى محققة.

2-2-2. مناقشة الفرضية الثانية:

من خلال النتائج المبينة في الجدولين رقم (03) و رقم (04)، نرى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في لصالح الاختبار البعدي بالنسبة للمجموعة الضابطة، ومن يمكننا القول أنه إختبار التمريرات الطويلة يساعد على تقويم مهارة دقة التمرير لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 14 سنة، ومن هنا ثبتت صحة الفرضية.

2-2-3. مناقشة الفرضية الثالثة:

من خلال النتائج المبينة في الجدولين رقم (05) و رقم (06)، نرى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبارين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في لصالح الاختبار البعدي بالنسبة للمجموعة الضابطة، ومن يمكننا القول أنه إختبار الجري بالكرة بين الشواخص يساعد على تقويم مهارة التحكم في الكرة لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 14 سنة ومنه فالفرضية الجزئية الثالثة صحيحة.

3-3. مناقشة الفرضية العامة:

من خلال تحليل الجداول رقم (01)، (02)، (03)، (04)، (05)، و (06)، ومن خلال مناقشة الرضيات الجزئية الثلاثة يمكننا القول أن استخدام الاختبارات يساعد على تقويم بعض المحددات مهارية للاعبي كرة القدم فئة أقل من 14 سنة.

3. الإستنتاجات:

- لإستخدام الاختبارات دور في تقويم مهارة التصويب عند اللاعبين الناشئين.
- لإستخدام الاختبارات أثر في القدرة على تقويم مهارة التمرير عند اللاعبين الناشئين.
- لإستخدام الاختبارات دور في تقويم مهارة التحكم في الكرة لدى اللاعبين.
- لإستخدام الاختبارات أثر في الكشف عن المهارات الأساسية لدى لاعبي الفئات

الصغرى.

4. الاقتراحات و التوصيات:

- بناء اختبارات لكل الجوانب المهمة لدى لاعبي كرة القدم (التقنية، النفسية، البدنية ...).
- الاهتمام بالفئات الصغرى للناشئين كونها تعتبر داعمة النوادي و الفرق الوطنية في المستقبل.
- تكوين المدربين بهذا المجال و تحسيسهم بمدى أهمية الاختبارات و عدم الاعتماد على عملية الملاحظة.
- إجراء بحوث مشابهة على فئات عمرية أخرى.

قائمة المصادر و المراجع

أ. المراجع باللغة العربية

1. أبو العلا أحمد عبد الفتاح وأحمد نصر الدين . (2003). فيسيولوجية اللياقة البدنية . القاهرة : دار الفكر العربي.
2. أحمد أمين فوزي . (2003). مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم التطبيقات الإسكندرية : دار الفكر العربي.
3. أحمد أمين فوزي . (2003). مبادئ علم النفس الرياضي -المفاهيم والتطبيقات الإسكندرية : دار الفكر العربي.
4. أسامة كامل راتب .تدريب المهارات النفسية .
5. بشير معمريه . (2007). بحوث ودراسات في علم النفس .الجزائر :منشورات الحبر.
6. بطرس رزق الله . (1992). متطلبات العب كرة القدم البدنية و المهارية . مصر : مطبعة الإسكندرية.
7. بلقاسم كلي وآخرون . (1997). دور الصحافة الرياضية المرئية في تطوير كرة القدم الجزائرية .الجزائر :دالي إبراهيم -جامعة الجزائر.
8. ثامر محسن، واثق ناجي . (1989). كرة القدم و عناصرها الأساسية .العراق :مطبعة الجامعية بغداد.
9. جون فيف برانشوا وآخرون . (1993). موسوعة عالم الأسرة مراحل الطفولة، التربية، علاقة الآباء بالأبناء .(طنجة -المغرب :ترجمة علماء جامعة فهد مطابع عكاظ .
10. حامد عبد السلام زهران . (1977). علم النفس ط 4 .القاهرة :عالم الكتب.
11. حسام أحمد محمد أبو سيف . (2011). علم نفس النمو .القاهرة :إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.
12. حنفي محمود مختار . (1997). التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم ط القاهرة -مصر :دار الفكر العربي.

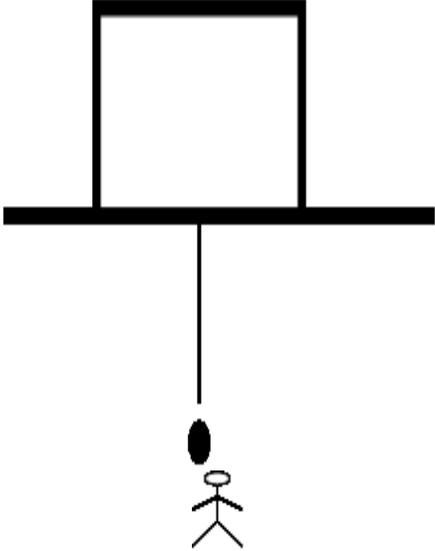
13. سامي محمد ملحم (2014). علم نفس النمو دورة حياة الإنسان . عمان :دار الفكر.
14. صالح محمد أبو جادو (2011). علم النفس التطورري الطفولة والمراهقة عمان :دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
15. عبد الرحمان عيساوي (1980). سيكولوجية النمو . ب ط . (لبنان : دار النهضة العربية).
16. عبد الرحمن العيسوي (1999). دراسات في تفسير السلوك الإنساني . بيروت :دار الراتب الجامعية.
17. عبد الرحمن العيسوي (2009). سيكولوجية الطفل والمراهقة . عمان :دار أسامة للنشر.
18. فؤاد السيد باهي (1975). الأسس النفسية للنمو . ط . القاؤه : دار الفكر العربي.
19. مجلة الوحدة الرياضية (1982). عدد خاص . الجزائر.
20. محمد بن محمود آل عبد الله (2014). المراهقة والعناية بالمراهقين . الإسكندرية :دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر .
21. مختار سالم (1988). كرة القدم لعبة الملايين . ط . بيروت - لبنان :مكتبة المعارف.
22. مفتي إبراهيم حماد (1994). الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم . القاهرة :دار الفكر العربي.
23. مفتي إبراهيم حماد (1990). الهجوم في كرة القدم . القاهرة : دار الفكر العربي.
24. مفتي إبراهيم حماد (1999). بناء فريق كرة القدم (Vol. ط (1) القاهرة :دار الفكر العربي.
25. موفق مجيد المولى . الإعداد الوظيفي لكرة القدم .

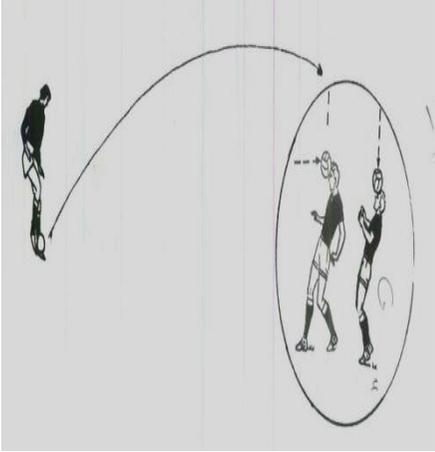
26. نبيلة احمد عبد الرحمن، سعدية عبد الجواد شيحة، مها محمود شفيق، ياسمين حسن البحار. (2011). سلسلة المراجع في التربية البدنية والرياضية -9-المدرّب والتدريب مهنة وتطبيق القاهرة :دار الفكر العربي .
27. يحي كاظم النقيب :علم النفس الرياضة .(1990). السعودية :معهد إعداد القادة.

ب. المراجع باللغة الأجنبية:

1. Garel (Pedro). (1977). Football technique, jeu, entraînement (traduit par le chercheur). Paris: éd Anphora.
2. Michael Attali, Jean Saint Martin. (2010). dictionnaire culturel du sport. paris: dictionnaire culturel du sport.

رقم	المهارة	الاختبار	وصف الاختبار	رسم توضيحي للاختبار
1	الجري بالكرة	<p>اسم الاختبار:</p> <p>الجري إلى الأمام حول (9) شواخص بالأسلوب التنافسي</p> <p>الغرض من الاختبار:</p> <p>قياس قدره على التحكم بالكرة بواسطة القدم</p> <p>الادوات:</p> <p>كرة قدم - ساعة إيقاف - صافرة - شواخص</p> <p>طريقة الاداء :</p> <p>يقف المختبر ومعه الكرة خلف خط البداية عند سماع الإشارة يقوم المختبر بالجري بالكرة بين الشواخص بكتفا قدميه او بقدم واحدة الى خط النهاية على ان يتم التحكم في الكرة اثناء الجري بها.</p> <p>تعليمات الاختبار:</p> <p>تعتبر المحاولة فاشلة اذا خرجت الكرة خارج المنطقة المحدده او اسقاط احد الشواخص</p> <p>ويسجل الزمن من لحظة خروج المختبر بالكرة من خط البداية الى ان يجتاز خط النهاية.</p> <p>يعطى لكل مختبر محاولة واحدة او اثنتين</p> <p>ادارة الاختبار:</p> <p>ميقاتي يعطي الإشارة للبدء وحساب الزمن من لحظة البداية الى النهاية.</p>	<p>ساعة توقيت ، ملعب خماسي كرة القدم ، (18) شواخص</p> <p>يرسم على الأرض ثمانية مثلثات متقابلة بالرأس ، أطوال أضلاع كل منها (2) متر ويفصل بين كل مثلثين متقابلين بالرأس (1) متر، وكما هو موضح في الشكل (1). يقف كل لاعب عند خط البداية (الشخص 1)، وعند سماع إشارة البدء يقوم اللاعب بالجري إلى الأمام إلى الشخص (2) ليستدير من حوله ثم إلى الشخص (3) ليستدير من حوله ثم إلى الشخص (4) ليستدير من حوله ثم إلى الشخص (5) ليستدير من حوله ثم إلى الشخص (6) ليستدير من حوله ثم إلى الشخص (7) ليستدير من حوله ثم إلى الشخص (8) ليستدير من حوله ثم إلى الشخص (9) (خط النهاية)</p>	

		<p>اسم الاختبار: التصويب نحو المرمى على بعد 25 م</p> <p>الغرض من الاختبار: قياس القدرة على دقة التصويب</p> <p>طريقة الأداء: يقف المختبر خارج منطقة 18 م على بعد 25 م عن المرمى يقوم المختبر بالتسديد على المرمى بوجود حارس</p> <p>تعليمات الاختبار: على المختبر أن يصوب في الإطار أو أن يلمس العارضة</p> <p>ادارة الاختبار: كرة</p> <p>التسجيل : يمنح المختبر درجة واحدة عندما يسجل هدفا يمنح المختبر نقطتان في حال لمس العارضة لا يمنح المختبر أي نقطة في حال تسديد الكرة خارج الإطار.</p>	<p>التصويب نحو المرمى</p>	<p>2</p>

	<p>يقف اللاعب ومعه كرة القدم وعند سماع اشارة البدء يقوم اللاعب بالتحكم بالكرة على القدمين ومن ثم على الرأس باستمرار بحيث لا تلمس الكرة الارض</p>	<p>اسم الاختبار: التمريرات الطويلة الغرض من الاختبار: قياس القدرة على إيصال الكرة للزميل (دقة التمرير) الأدوات: كرة قدم الإجراءات: تعتبر المحاولة فاشلة اذا لم ينجح المختبر إيصال الكرة إلى الزميل طريقة الأداء: يركل المختبر الكرة باتجاه زميله على بعد 25م تعليمات الاختبار: لا تحتسب المحاولة صحيحة إذا لم تصل الكرة للزميل التسجيل: يمن المختبر نقطة إذا ما وصلت الكرة إلى زميله ولا يمنح أي نقطة في حال الفشل في إيصال الكرة للزميل</p>	<p>دقة التمرير</p>	<p>3</p>
---	--	--	--------------------	----------

ملخص البحث

هدفت الدراسة إلى إبراز أثر استخدام الإختبارات في الكشف عن المهارات لدى لاعبي الفئات الصغرى، و كان الفرض ن الدراسة لاستخدام الإختبارات دور في تقويم المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم فئة أقل من 14 سنة، و تكونت عينة الدراسة من 24 لاعبا من فريق غالي معسكر فئة أقل من 14 سنة. تم اختيارها بطريقة عمدية و اعتمدنا على أداة الإختبار لتقويم المهارات الأساسية للاعبين و استنتجنا أن الإختبارات تساعد في الكشف على المهارات الأساسية (التصويب، التمرير و التحكم في الكرة ...)، و في الأخير اقترحنا بالقيام ب الدراسات المماثلة على الجوانب الأخرى للفئات الصغرى، كونها تعتبر دعامة الفرق و النوادي الوطنية في المستقبل.

الكلمات المفتاحية:

كرة القدم المهارات الأساسية الإختبار