

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في تخصص التدريب الرياضي

تحت عنوان:

دراسة المستوى المهاري والبدني لدى اللاعب المحلي وفق  
متطلبات كرة القدم الحديثة  
من وجهة نظر مدربي القسم الأول و الثاني

دراسة وصفية بأسلوب المسح أجريت على مدربي كرة القدم القسم الأول والثاني

تحت إشراف:

- أ/ د. بن قوة علي

مساعد المشرف:

- د. حامق بغداد

إعداد الطالب:

- حمداً سيد أحمد

السنة الجامعية: 2023 / 2024

# إهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى الوالدان الكريمان اللذان كان  
السند والداعم لي واللذان لم يبخلا علي بالدعاء والتوفيق  
أطال الله في عمرهما.

إلى العائلة الكريمة من الصغير إلى الكبير، و إلى كل  
أصدقائي من قريب أو من بعيد.

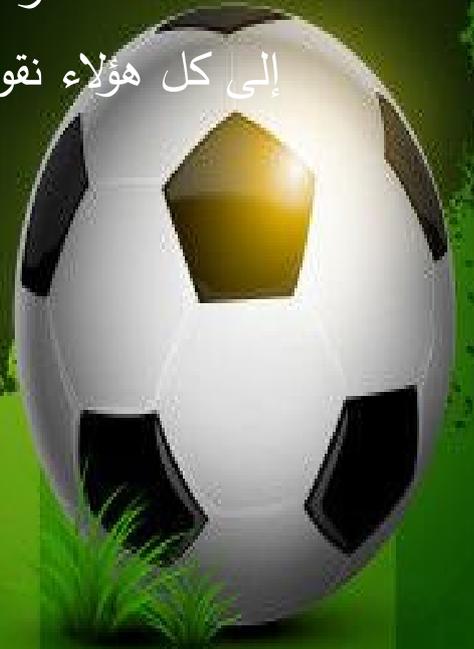
إلى الصديق والزميل "حامق بغداد" وفقك الله في مشوارك  
المهني وجعلك ذخرا لطلب العلم.

إلى من شاركوني العمل وإلى كل الزملاء الذين شاركتمني بهم  
الأيام في المدرسة العليا للتربية البدنية سابقا  
ومعهد التربية البدنية و الرياضية بمستغانم حاليا.

FOOTBALL

## شكر وتقدير

الحمد لله حمدا كثيرا، الحمد لله شكرا جزيلا على نعمه الجليلة،  
يقول الحبيب "من لم يشكر الناس لم يشكر الله"  
أتقدم بالشكر الخالص إلى الأستاذ "بن قوة علي" لقبوله الإشراف  
على هذه المذكرة وعلى سعة صدره وحكمة توجيهاته ونصائحه  
الطيبة المفيدة التي غمرنا بها جزاه الله عنا كل الجزاء.  
كما أتقدم بالشكر إلى الصديق "حامق بغداد" على توجيهاته القيمة  
في سبيل إنهاء هذا البحث.  
كما لا يفوتنا أن نتوجه بالتحية إلى مدربي كرة القدم على  
التسهيلات المقدمة من طرفهم وتعاونهم معنا وكل من تلقينا منه  
علما أو عملا مفيدا لمواصلة مشوارنا الدراسي.  
إلى كل هؤلاء نقول بارك الله لكم وجعل ذلك في ميزان حسناتكم  
وجعل مثواكم الجنة.



## 1. ملخص البحث

عنوان البحث: " دراسة المستوى المهاري والبدني لدى اللاعب المحلي وفق متطلبات كرة القدم الحديثة من وجهة نظر مدربي القسم الأول و الثاني"

تهدف الدراسة التي بين أيديكم إلى التعرف على نظرة المدربين الجزائريين للمستوى المهاري للاعب المحلي ومدى توافقه مع المتطلبات الحديثة في كرة القدم ، ومعرفة آرائهم حول الجانب البدني الذي يتميز به اللاعب المحلي ومدى تطابقه مع متطلبات كرة القدم الحديثة.

ولأجل ذلك اتبعنا المنهج الوصفي المسحي بالإعتماد على إستبيان موجه لمدربي كرة القدم، حيث ضمت (32) مدرب كرة قدم الذي يدرّبون أو سبق لهم التدريب في القسم الوطني الأول أو الثاني في البطولة الوطنية لكرة القدم.

وجاءت أهم نتائج البحث إلى أن المستوى المهاري للاعب المحلي لا يوازي متطلبات كرة القدم الحديثة، كما توصلنا إلى أن المستوى البدني يعتبر عائق لدى اللاعب المحلي لعدم إختياره في تمثيل المنتخبات الوطنية.

## 2. الكلمات المفتاحية:

– المستوى المهاري – المستوى البدني – متطلبات كرة القدم الحديثة

## **1. Résumé de la recherche**

**Titre de la recherche :** «'Etude du niveau Technique et Physique des joueurs locaux et sa relation avec les exigences du football moderne »

Cette étude vise à identifier l'appréciation des entraîneurs algériens sur le technique et physique des joueurs locaux et sa relation avec les exigences du football moderne

À cette fin, nous avons suivi la méthode d'enquête descriptive en utilisant un questionnaire adressé aux entraîneurs de football, qui comprenait 32 entraîneurs de football qui entraînent ou ont déjà entraîné dans la première ou la deuxième division professionnelle du championnat national de football.

Les principales conclusions de la recherche sont que le niveau de compétence du joueur local ne correspond pas aux exigences du football moderne et que le niveau physique du joueur local est un obstacle à sa sélection pour représenter les équipes nationales.

## **2. Mots-clés :**

- Niveau de compétence    -Niveau physique.    -les exigences du football

## قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يمثل سجل المسافات الإجمالية المقطوعة خلال المباريات الرسمية في كرة القدم.	57
02	يبني أهم الصفات البدنية في كرة القدم و الفترات الأكثر ملاءمة لتطويرها.	58
03	يمثل سجل الأداء الفني خلال جميع المباريات الرسمية للبطولة الإسبانية والإنجليزية حسب مختلف المناصب خلال موسم 2010 - 2011.	60
04	يمثل متوسط معدل ضربات القلب أثناء مباريات كرة القدم وفقا لمؤلفين مختلفين حسب Bangsbo 1994.	62
05	يمثل قيم Vo2 القصوى تم الحصول عليها من جهاز الجري تم تقييم مستويات ممارسة لاعبي كرة القدم.	63
06	يمثل القياسات الجسمية لبعض فرق كرة القدم حسب كازورلا.	64
07	يوضح الإتساق الداخلي والبنائي لأسئلة المحور الأول.	75
08	يوضح الإتساق الداخلي والبنائي لأسئلة المحور الثاني.	76
09	يوضح معامل ألفا كرونباخ لمحاور الاستبيان.	77
10	يوضح المستواك التعليمي للمدربين.	81
11	يوضح شهادة التدريب المتحصل عليها المدربين.	82
12	يوضح الخبرة الميدانية للمدربين في التدريب.	83
13	يوضح الفئة التي يدرّبها المدربين.	84
14	يوضح المستوى الذي درب فيه المدربين.	85

86	يوضح الطرق المستخدمة لتقييم الأداء المهاري للاعبين.	15
87	يوضح المدربين الذين يستخدمون المعايير المرجعية العلمية لمقارنة مستوى اللاعبين من الناحية مهارية.	16
88	يوضح آراء المدربين حول نسبة إمتلاك المهارة في إستقبال وتوجيه الكرة لدى اللاعب المحلي.	17
90	يوضح امتلاك اللاعب المحلي لكفاءة السيطرة على الكرة من خلال اللمسة الأولى.	18
91	يوضح نسبة إجادة اللاعب المحلي للعب بالقدمين.	19
92	يوضح نسبة مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرة من الوضعيات التي يكون فيها فاقدا للتوازن.	20
93	يوضح رؤية المدربين للمستوى المهاري للاعب المحلي في عملية إستلام الكرة تحت ضغط المنافس.	21
94	يوضح نسبة نجاح اللاعب المحلي في التحكم في الكرة في المساحات الضيقة.	22
96	يوضح امتياز اللاعب المحلي بالتوقع الصحيح في إختيار التوقيت المناسب لتمرير الكرة.	23
97	يوضح كيفية تقييم المدربين مستوى تحكم اللاعب المحلي في دقة وقوة تمرير الكرة حسب سرعة تنقل الزميل.	24
98	يوضح نسبة قدرة إمتلاك اللاعب المحلي للكرة في الوضعيات الحاسمة مع إتخاذ القرار المناسب.	25
99	يوضح كيفية تقييم المدربين لمستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرات الهوائية.	26
100	يوضح تميز اللاعب المحلي بالثقة اللازمة في إمتلاك الكرة حسب ما تتطلبه ظروف اللعب في المنافسة.	27
102	يوضح تقدير نسبة نجاح اللاعب المحلي في إسترجاع الكرة.	28

103	يوضح مدى محافظة اللاعب المحلي على سرعته القصوى عند إمتلاكه الكرة.	29
104	يوضح إجادة اللاعب المحلي لمهارة المحاورة (المراوغة) في المساحات الضيقة.	30
105	يوضح تقييم المدربين مستوى دقة تسديد اللاعب المحلي للكرة	31
107	يوضح كيفية تقييم المدربين السرعة الهوائية القصوى ( VMA ) عند اللاعب المحلي من خلال الإختبارات البدنية التي يقومون بها.	32
108	يوضح نسبة امتلاك اللاعب المحلي قدرة التحمل العام اللازمة التي تسمح له بالإستمرار في الجهد البدني خلال المنافسة.	33
110	يوضح نسب كيفية تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب سرعة الإسترجاع بعد الجهد البدني.	34
111	يوضح نسبة تحمل اللاعب المحلي لكثافة المباريات دون هبوط مستواه البدني.	35
112	يوضح نسبة امتلاك اللاعب المحلي للقدرات البدنية الكافية لتحمل المنافسة ذات الإيقاع العالي.	36
113	يوضح نسبة تأهيل مستوى اللاعب المحلي لتطبيق الضغط العالي على المنافس وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.	37
115	يوضح نسب تميز اللاعب المحلي بالقدرة البدنية اللازمة التي تتطلبها الكرة الحديثة ( Puissance physique ).	38
116	يوضح نسبة مدى امتلاك اللاعب المحلي خاصية القوة التي تسمح له بالفوز بالصراعات الثنائية.	39
117	يوضح نسب كيفية تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي في صفة الرشاقة.	40
118	يوضح نسبة تميز اللاعب المحلي بالسرعة وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.	41

119	يوضح نسب كيفية تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب قوة الإرتقاء.	42
120	يوضح نسب تقييم المدربين للياقة البدنية للاعب المحلي في التحولات الهجومية و الدفاعية.	43

## قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يوضح المستواك التعليمي للمدربين.	81
02	يوضح شهادة التدريب المتحصل عليها للمدربين.	82
03	يوضح الخبرة الميدانية للمدربين في التدريب.	83
04	يوضح الفئة التي يدرّبها المدربون.	84
05	يوضح المستوى الذي درب فيه المدربون.	85
06	يوضح الطرق المستخدمة لتقييم الأداء المهاري للاعبين.	86
07	يوضح المدربين الذين يستخدمون المعايير المرجعية العلمية لمقارنة مستوى اللاعبين من الناحية المهارية.	87
08	يوضح آراء المدربين حول نسبة إمتلاك المهارة في إستقبال وتوجيه الكرة لدى اللاعب المحلي.	89
09	يوضح إمتلاك اللاعب المحلي لكفاءة السيطرة على الكرة من خلال اللمسة الأولى.	90
10	يوضح نسبة إجادة اللاعب المحلي اللعب بالقدمين.	91
11	يوضح نسبة مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرة من الوضعيات التي يكون فيها فاقدا للتوازن.	92
12	يوضح رؤية المدربين للمستوى المهاري للاعب المحلي في عملية إستلام الكرة تحت ضغط المنافس.	93
13	يوضح نسبة نجاح اللاعب المحلي في التحكم في الكرة في المساحات الضيقة.	95
14	يوضح إمتياز اللاعب المحلي بالتوقع الصحيح في إختيار التوقيت المناسب لتمير الكرة.	96

98	يوضح كيفية تقييم المدربين مستوى تحكم اللاعب المحلي في دقة وقوة تمرير الكرة حسب سرعة تنقل الزميل.	15
99	يوضح نسبة قدرة إمتلاك اللاعب المحلي للكرة في الوضعيات الحاسمة مع إتخاذ القرار المناسب.	16
100	يوضح كيفية تقييم المدربين لمستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرات الهوائية.	17
101	يوضح تميز اللاعب المحلي بالثقة اللازمة في إمتلاك الكرة حسب ما تتطلبه ظروف اللعب في المنافسة.	18
102	يوضح تقدير نسبة نجاح اللاعب المحلي في إسترجاع الكرة.	19
103	يوضح مدى محافظة اللاعب المحلي على سرعته القصوى عند إمتلاكه الكرة.	20
104	يوضح إجادة اللاعب المحلي لمهارة المحاورة (المراوغة) في المساحات الضيقة.	21
105	يوضح تقييم المدربين مستوى دقة تسديد اللاعب المحلي للكرة	22
107	يوضح كيفية تقييم المدربين السرعة الهوائية القصوى ( VMA ) عند اللاعب المحلي من خلال الإختبارات البدنية التي يقومون بها.	23
109	يوضح نسبة امتلاك اللاعب المحلي قدرة التحمل العام اللازمة التي تسمح له بالإستمرار في الجهد البدني خلال المنافسة.	24
110	يوضح نسب كيفية تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب سرعة الإسترجاع بعد الجهد البدني.	25
111	يوضح نسبة تحمل اللاعب المحلي لكثافة المباريات دون هبوط مستواه البدني.	26
112	يوضح نسبة امتلاك اللاعب المحلي للقدرات البدنية الكافية لتحمل المنافسة ذات الإيقاع العالي.	27
114	يوضح نسبة تأهيل مستوى اللاعب المحلي لتطبيق الضغط العالي على	28

	المنافس وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.	
115	يوضح نسب تميز اللاعب المحلي بالقدرة البدنية اللازمة التي تتطلبها الكرة الحديثة ( Puissance physique ).	29
116	يوضح نسبة مدى امتلاك اللاعب المحلي خاصية القوة التي تسمح له بالفوز بالصراعات الثنائية.	30
117	يوضح نسب كيفية تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي في صفة الرشاقة.	31
118	يوضح نسبة تميز اللاعب المحلي بالسرعة وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.	32
119	يوضح نسب كيفية تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب قوة الإرتقاء.	33
120	يوضح نسب تقييم المدربين للياقة البدنية للاعب المحلي في التحولات الهجومية و الدفاعية.	34

محتوى البحث	
الصفحة	العنوان
أ	إهداء
ب	شكر وتقدير
ت	ملخص البحث
ح	قائمة الجداول
ج	قائمة الأشكال
د	قائمة المحتويات
<b>التعريف بالبحث</b>	
01	مقدمة
03	1- مشكلة البحث
04	2- أهداف البحث
05	3- فرضيات البحث
05	4- أهمية البحث
06	5- مصطلحات البحث
07	6- الدراسات المشابهة
11	7- التعليق على الدراسات السابقة
<b>الباب الأول: الدراسة النظرية</b>	
<b>الفصل الأول: المستوى المهاري في كرة القدم</b>	
12	تمهيد
13	1- تعريف المهارة
14	2- مراحل التعلم المهاري الحركي
14	2-1- مرحلة التوافق الأولي
15	2-2- مرحلة التوافق الجيد للحركة

15	2-3-مرحلة أداء المهارة الآلية
16	3-مفهوم المهارة في كرة القدم
16	4-أهمية المهارة في كرة القدم
17	5-خصائص مهارات في كرة القدم
17	5-1-الخصائص مهارية
18	5-2-الخصائص النفسية
18	6-العوامل المؤثر على المهارة في كرة القدم
20	7- أقسام مهارات في كرة القدم
20	7-1-المهارة بدون كرة
22	7-2-المهارة بالكرة
28	8-طرق التدريب على المهارات في كرة القدم
28	8-1- تمارين الإحساس بالكرة
29	8-2- التمارين الفنية الإجبارية
29	8-3-التمارين بأكثر من كرة
29	8-4-التدريب على المهارة باستخدام الألعاب المصغرة
30	8-5- التدريب على المهارات باستخدام الأجهزة
30	9-علاقة الصفات البدنية بالمهارات الفنية
31	خلاصة
<b>الفصل الثاني: المستوى البدني في كرة القدم</b>	
33	تمهيد
34	1- تعريف الصفات البدنية
34	2-أهمية الصفات البدنية
35	3-علاقة الصفات البدنية بالتدريب
36	4-مكونات الصفات البدنية
36	4-1-القوة

39	4-2- السرعة
42	4-3- التحمل
43	4-4- الرشاقة
45	4-5- المرونة
46	5-العوامل التي تؤثر على المستوى البدني للاعب كرة القدم
48	خلاصة
<b>الفصل الثالث: المتطلبات الحديثة لكرة القدم</b>	
48	تمهيد
50	1- تعريف كرة القدم
50	2- نبذة تاريخية عن كرة القدم
51	3- كرة القدم في الجزائر
52	4- صفات لاعب كرة القدم
52	4-1- الصفات البدنية
53	4-2- الصفات الفيزيولوجية
53	4-3- الصفات النفسية
55	5- المتطلبات العامة للاعب كرة القدم
55	5-1- لمحة عن المتطلبات الفردية
55	5-2- المتطلبات البدنية
58	5-3- المتطلبات المهارية
61	5-4- المتطلبات الفيزيولوجية
63	5-5- المتطلبات التكنولوجية
63	5-6- المتطلبات المورفولوجية
65	5-7- المتطلبات النفسية
68	خلاصة
<b>الباب الثاني: الدراسة الميدانية</b>	

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية	
69	تمهيد
70	1- الدراسة الإستطلاعية
71	2- منهج البحث
71	3- مجتمع وعينة البحث
72	4- مجالات البحث
72	5- متغيرات البحث
73	6- أدوات البحث
74	7- الشروط العلمية للأداة
77	8- الوسائل الإحصائية
78	9- صعوبات البحث
79	خلاصة
الفصل الثاني: عرض ومناقشة النتائج	
80	تمهيد
81	1- عرض وتحليل النتائج
122	2- مقابلة النتائج بالفرضيات
127	3- الإستنتاجات
128	4- التوصيات والإقتراحات
129	الخلاصة
المصادر والمراجع	
الملاحق	

# التعريف بالبحث

## مقدمة:

تعد كرة القدم اللعبة الأكثر شعبية في العالم ففي بعض القارات كإفريقيا أوروبا و أمريكا الجنوبية تعتبر الرياضة الأكثر سيطرة من حيث الممارسة مسايرة مع العصر الذي نعيش فيه كونه يتسم بالتطور السريع الذي لم يسبق له مثيل في مجال المعرفة والبحث العلمي والتكنولوجي، أين كان للحركة الرياضية بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة نصيب فيه نتيجة لاحتامية الإعتماد على المنهج العلمي بشكل أساسي حيث تشهد كرة القدم تطور مستمر من جميع النواحي التقنية التكتيكية البدنية البسيكولوجية والذهنية. ( 2011 vgne.G p 237 ) ( Williams 1200 p 311 )

باعتبارها نشاط ممنهج يهدف إلى تنمية القدرات التي تتطلبها المنافسة كما تهتم بتوفير الظروف النفسية اللازمة للاعب التي تسهل له عملية الاندماج الإجتماعي كما تعمل على تحسين الجوانب التربوية الأساسية التي يستند عليها النظام التكويني للاعب.

ويعتبرها جل العلماء بأنها نشاط رياضي يتمثل في الجري السريع تغير الإتجاهات الفجائية الدوران الجري للخلف القفز السير بالكرة التسديد التمرير إلى غير ذلك من الحركات وفق ما تتطلبه وضعية اللاعب وكل هذه الحركات تؤدي بشدة عالية ذات تأثير مباشر في تحديد مستوى الأداء والنتيجة لهذا يستوجب التدريب عليها منذ سن مبكر. ( Reilly T et Gilbourne G 2003 )

كما يؤكد نفس العلماء بأن كرة القدم الحديثة تعتمد على التطور العلمي والتكنولوجي في تحسبن طرق التدريب حيث يسعى الكثير من العلماء الباحثين في هذا المجال إلى العوامل المهمة في تحديد النتيجة ويشير كل من ستوكن وأخرون بأنه من الضروري معرفة المتطلبات الخاصة بكرة القدم الحديثة لما توفره من معلومات

معتبرة حول العوامل التي تسمح بالوصول إلى الأداء المتميز أثناء المنافسة.

(Stolent . Chamari K Castagna C Wisloff U 2005 )

وفي هذا الصدد يرى ( Houiller G 2007 ) بأنها نشاط في تحسن مستمر من

خلال ما نراه من إرتفاع سرعة الأداء .ضيق مساحات اللعب إرتفاع في المستوى

التقني تحسن في المستوى البدني وتطور تكتيكي ومثابرة عالية.

وفي ظل هذا التطور الهائل الذي تعرفه كرة القدم الحديثة تبقى كرة القدم الجزائرية

تعاني من تذبذب في النتائج في المحافل العالمية خاصة الأعوام الأخيرة وهذا بالرغم

من الإهتمام التي توليه الدولة الجزائرية للرياضة وبالخصوص كرة القدم و ذلك من

خلال ما تسخره وزارة الشباب و الرياضة و فديرالية كرة القدم من إمكانيات

مادية و تجهيزات.

كما لاحظنا بصفتنا تقنيين في هذا المجال بأن أغلبية المدربين الذين تداولوا على

المنتخبات الوطنية الصغرى منها أو الفريق الأول لا يعتمدون على اللاعبين المحليين

بالرغم من العدد المعتبر للمنخرطين في البطولتين القسم المحترف الأول والقسم الثاني

خاصة في الأعوام الأخيرة، وعلى هذا الأساس لجأت الفيدرالية الجزائرية الى جلب

اللاعبين مزدوجي الجنسية الذين ينشطون في البطولات الأوربية كونهم يلقون الإجماع

من حيث المستوى بحكم تكوينهم الجيد كحل لهذه الوضعية.

## 1- إشكالية البحث:

أصبح اللاعب المحلي في الآونة الأخيرة لا يحقق الإجماع في تمثيل المنتخبات الوطنية بأصنافها في المحافل الدولية كونه غير قادر على مسايرة المستويات و النتائج العالمية وعليه إتجه القائمون على شؤون كرة القدم إلى الإعتماد على اللاعبين مزدوجي الجنسية لتمثيل المنتخبات الوطنية. حيث أن نتائج المنتخب الوطني الأول في الآونة الأخيرة لم تكن حسب تطلعات المسؤولين على كرة القدم والجماهير بسبب عدم التأهل لكأس العالم قطر 2022 و الخروج من الدور الأول في كأس إفريقيا في مناسبتين 2022 بالكامرون و 2024 بكوت ديفوار

حيث جاء ترتيب الجزائر على مستوى الفيفا في المركز 44 خلال شهر جوان 2024 وعلى المستوى الإفريقي في نفس الشهر المركز 7.

هذا ما يدل على أن النتائج الأخيرة للكرة الجزائرية ليست حسب التطلعات.

ولمواجهة هذه الوضعية لم يبقى مسؤولي الفيدرالية الجزائرية لكرة القدم إداريين منهم و فنيين مكتوفي الأيدي بل باشروا إلى توفير الإمكانيات كفتح مدارس جهوية لتكوين اللاعبين وبرمجة دورات تكوينية للمدربين وهذا تحت وصاية الوزارة المعنية قصد الرفع من المستوى الفني والبدني.

لذا فإن أمر يجب أن يتقطن إليه العاملون في هذا المجال هو معرفة مدى توفر المؤهلات المهارية و القدرات البدنية لدى اللاعب المحلي التي تتطلبها كرة القدم الحديثة حيث تكمن مشكلة بحثنا.

وفي محاولة منا لمعرفة و دراسة أهم أسباب عدم تواجد اللاعب المحلي في المنتخبات الوطنية قمنا بعملية صبر آراء المدربين الجزائريين قصد تقصي بعض الحقائق التي قد تفيدنا في تعديل وتصحيح والإرتقاء بمستوى اللاعب المحلي إلى ما

نصبوا إليه و كذلك لسد حاجة كرة القدم الجزائرية و مسايرة التقدم العلمي في جميع الجوانب الذي أصبح حتمية كونه يعتمد على الوسائل و التكنولوجيا العلمية الحديثة في تكوين و تدريب اللاعبين بعيدا عن العشوائية و الإرتجالية لتحقيق النتائج العالمية وكذا المحافظة عليها لأطول فترة ممكنة.

ومنه يتبادر في أذهاننا أسباب عدم قدرة اللاعب المحلي في تمثيل المنتخبات الوطنية بشكل لائق يظاهي الإمكانيات المادية و اللوجستكية المتاحة. وهذا الطرح يدفعنا إلى التفكير في التساؤلات الجوهرية التي تكمن في إشكالية بحثنا هذا الذي نحن بصدد دراسته ومحاولة الإجابة على تساؤلاته.

### **1-1- /- التسائل العام:**

هل المستوى المهاري و البدني للاعب المحلي يعتبر عائق في عدم إختياره في تمثيل المنتخبات الوطنية و لا يظاهي متطلبات كرة القدم الحديثة ؟

### **1-2- /- التساؤلات الفرعية:**

- 1 - هل المستوى المهاري للاعب المحلي يظاهي متطلبات كرة القدم الحديثة ؟
- 2 - هل يعتبر المستوى البدني عائق لدى اللاعب المحلي لعدم إختياره في تمثيل المنتخبات الوطنية ؟

### **2- /- أهداف البحث:**

يسعى كل بحث علمي إلى تحقيق أهداف و غايات من أجل تقديم الحلول و البدائل وكذا إحداث التعديلات اللازمة على واقع المشكلة المدروسة بغية الوصول إلى أفضل النتائج الممكنة و ذلك من خلال حصر موضوع الدراسة بعناية والوقوف على عناصرها بإهتمام و موضوعية.

وننتج من خلال بحثنا هذا إلى دراسة أسباب عدم الإعتماد على اللاعب المحلي في تمثيل المنتخبات الوطنية وتوجه الفيدرالية الجزائرية لكرة القدم نحو اللاعبين مزدوجي الجنسية الذين ينشطون في الخارج خاصة البطولات الأوربية. حيث إستندنا في ذلك على ذوي الإختصاص المدربين الجزائريين بإعتباره خبراء .

ولإعطاء موضوعنا هذا نوع من الدقة إرتأينا إلى دراسة هذه الظاهرة من الجانب المهاري و البدني فقط كونهما يمثلان المفاتيح الأساسية لتطبيق أي نهج تكتيكي.

1- التعرف على نظرة المدربين الجزائريين للمستوى البدني الذي يتميز به اللاعب

المحلي ومدى تطابقه مع متطلبات كرة القدم الحديثة.

2- معرفة آراء المدربين الجزائريين حول الجانب المهاري للاعب المحلي ومدى توافقه مع المتطلبات الحديثة في كرة القدم

**3- فرضيات البحث:**

**3-1- الفرضية العامة:**

الجانب المهاري و البدني للاعب المحلي لايرقى إلى مستوى التطلعات التي تتطلبها كرة القدم الحديثة.

**3-2- الفرضيات الفرعية:**

1 - المستوى المهاري للاعب المحلي لا يضاها متطلبات كرة القدم الحديثة.

2 - يعتبر المستوى البدني عائق لدى اللاعب المحلي لعدم إختياره في تمثيل

المنتخبات الوطنية.

**4- أهمية البحث:**

إن أهمية البحث لا تقتصر على تسليط الضوء فقط على المفاهيم ودراسة بعض المؤشرات التي تشكل موضوع البحث بل تتعدى ذلك فهي تساهم في إثراء المصادر العلمية في مجال التدريب الرياضي خدمة للمدربين والباحثين من جهة.

كما تكمن في الإستفادة من النتائج المتحصل عليها وهي جوهر البحث في تصحيح وإيجاد الحلول المناسبة للإرتقاء بمستوى اللاعب المحلي إلى مكانة تسمح له بمواكبة المستويات العالمية وتحقيق أفضل النتائج وكيفية المحافظة عليها لأطول فترة ممكنة.

#### **5- مصطلحات البحث:**

#### **5-1- المستوى المهاري:**

#### **- إصطلاحا:**

هي مقدرة الفرد على التوصل الى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإلتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن.

(2008 السيد أبو عبده حسن ص 41)

#### **- إجرائيا:**

هي مجموعة من المهارات الرئيسية يؤديها اللاعب لتحقيق المستويات العالية والإنجاز الجيد ويمكن تنمية وتطوير هذه المهارات من خلال التدريب.

#### **5-2- المستوى البدني:**

#### **- إصطلاحا:**

يعرفها "محمد باسم أحمد" بأنها المعيار الكمي لكفاءة الفرد البدنية التي تعكسها لنا إختيارات الأداء الحركي والمقاييس الجسمية له، بحيث تساعده في تكيف مع متطلبات الحياة اليومية.

#### **- إجرائيا:**

هو مستوى كفاءة اللاعب من حيث القدرات البدنية اللازمة لتنفيذ مهامه الرياضية. يشمل ذلك الصفات البدنية الأساسية.

## 5-3-/- كرة القدم:

### - إصطلاحا:

هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما على 11 لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة في نهاية كل طرف من طرفين مرمى الهدف يحاول كل فريق ادخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقط. (1986 رومي جميل ص15)

### إجرائيا:

لعبة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من 11 العبا يحاول كل منهما تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم حيث يدير المباراة حكم رئيسي وحكمين مساعدين على الأطراف ومحافظ لقاء ، تدوم المباراة 90 دقيقة 45 منها في كل شوط مع استراحة تدوم 15 دقيقة بين كل شوطين، الفريق الفائز هو الذي يسجل أكبر عدد من الأهداف.

## 6/- الدراسات المشابهة:

### 6-1/- الدراسة الأولى:

أطروحة دكتوراه للطالب " سامي فوزي ملاوحيه " بعنوان: " تشخيص و تحليل لوضعية التكوين الرياضي في كرة القدم الجزائرية في ظل الاحتراف " دراسة مقارنة مع تونس وفرنسا سنة 2018/2017.

هدفت هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على أحد عوامل تدني مستوى الكرة الجزائرية والواقع الصعب الذي أضحى ميزة المنتخب الوطني المشكل من نسبة كبيرة من اللاعبين المكونين بخارج الوطن بسبب تراجع مستوى اللاعب المحلي. وتمت الدراسة وفقا للمنهج الوصفي التحليلي والمنهج المقارن من خلال الإعتماد على عينة بحث

مكونة من 23 مدرب للفئات الصغرى بنوادي محترفة جزائرية و15 مدرب فئات صغرى لنوادي محترفة تونسية، كما أجريت سبع مقابلات مع المدراء التقنيين المسؤولين عن التكوين على مستوى هاته النوادي.

وقد دلت نتائج الدراسة على وجود اختلال كبير لعوامل التكوين الكروي في الأندية الجزائرية المحترفة مقارنة بنظيرها التونسية والفرنسية حيث أن ضعف التأطير ونقص الهياكل الرياضية ان لم نقل انعدامها وكذا عدم وجود برمجة و تخطيط مبني على أسس علمية كل هذه العوامل ساهمت في تراجع قيمة اللاعب المحلي و رداءة مستوى البطولة المحلية بالرغم من دخولها عالم الاحتراف إلا أن هذا لم يجلب أي شيء لهاته الأندية.

## 6-2- الدراسة الثانية:

دراسة "مكيرة سمير" بعنوان: "تقييم مستوى الأداء المهاري والبدني عند لاعبي كرة القدم الشباب فئة أقل من 17 سنة"، دراسة مقارنة حسب مستوى المنافسة لأندية بومرداس سنة 2021 .

حيث هدفت هذه الدراسة الى معرفة مستوى الأداء المهاري والبدني لفئة الأشبال في كرة القدم حسب كل مستوى من مستويات المنافسة.

حيث إعتد الطالب على المنهج التجريبي لتحقيق فرضيات الدراسة، وإستخدم إختبارات مهارية وبدنية.

وشملت عينة الدراسة 52 لاعب ينشطون في القسم الجهوي الأول.

إستخدم الطالب أساليب المعالجة الإحصائية التالية : (المتوسط الحسابي الإنحراف المعياري، إختبار الإنحدار الخطي البسيط).

وتوصل الباحث الى النتائج التالية:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي المستويات الثلاثة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصفات البدنية وفروق ذات دلالة إحصائية في إختبار السرعة الإنتقالية 30 متر وإختبار عضلات البطن.
- وجود فروق في مستوى الأداء المهاري والبدني لدى لاعبي كرة القدم لفئة أقل من 17 سنة.

### 6-3- / الدراسة الثالثة:

دراسة " ولد حمو مصطفى" بعنوان: "الخصائص البدنية والتقنية للاعبي كرة القدم ودورها في تحديد المستوى"، دراسة مقارنة بين فريق محترف وفريق هاوي، فئة أقل من 18 سنة و 20 سنة بولاية بسكرة.

الهدف من هذه الدراسة هو التعرف على العوامل المحددة لمستوى لاعب كرة القدم في فئة أقل من 18 سنة وأقل من 20 سنة بحكم أن هذه الفئات العمرية في المرحلة النهائية من التكوين والأقرب من فئة الأكابر وبالتالي من المستوى العالي. لهذا قام الباحث بمقارنة نتائج مجموعة القياسات الأنتروبومترية والإختبارات البدنية والتقنية على مجموعتين من اللاعبين من مستويين مختلفين (محترف/ هاوي) قصد حصر المعايير المحددة والتي تصنع الفارق بين لاعبي المستويين.

ضمت عينة الدراسة 59 لاعب كرة قدم موزعين كما يلي (اقل من 18 سنة 11 لاعب محترف، و16 لاعبا هاويا، أقل من 20 سنة 18 لاعب محترف و14 لاعب هاوي).

أظهرت النتائج بأن المقاييس الأنتروبومترية وقوة الأطراف السفلى مع السرعة ومداومة السرعة هي أهم محددات المستوى بين اللاعبين المتميزين (محترفين) واللاعبين العاديين (الهواة) في فئة أقل من 18 و 20 سنة.

#### 6-4- الدراسة الرابعة:

دراسة "الدكتور مصطفى ولد حمو" و "الدكتور سفيان يافع" بعنوان: "المواصفات البدنية والتقنية للاعبين كرة القدم ودورها في تشخيص الموهبة عند فئة أقل من 15 سنة"، دراسة ميدانية بجامعة الجزائر 03 سنة 2012.

هدفت هذه الدراسة إلى حصر أهم المواصفات البدنية والتقنية التي يتميز بها أحسن اللاعبين في كرة القدم في فئة أقل من 15 سنة، قصد الإعتماد عليها في عملية تشخيص المواهب.

ومن أجل ذلك إستخدم الباحثان بطارية من الإختبارات البدنية والمهارية، على عينة من 49 لاعبا بمتوسط عمر (14-37 سنة) منهم 21 لاعبا نخبويا و 28 لاعبا غير نخبوي.

توصل الباحثان الى أن المستوى التقني للاعبين النخبويين الجزائريين أقل من مستوى اللاعبين الأجبيين من مختلف الدول المتطورة في كرة القدم، ويتدربون بحجم ساعي أقل بكثير مقارنة باللاعبين الأوروبيين.

## 7/- التعليق على الدراسات السابقة:

- في ضوء العرض والتحليل والتعقيب على الدراسات السابقة فقد أثار السبيل للباحث من الوقوف على كثير من المعالم التي أفادت الدراسة الحالية فيما يلي:
- تحديد منهجية الدراسة الحالية وأسلوب إختيار عينة الدراسة وحجمها.
  - تحديد المجتمع المستخدم في البحث وكذلك تحديد حجم العينة التي تناسب الدراسة الحالية.
  - تحديد الإطار العام للدراسة وكذلك الخطوات المتبعة في إجراءات البحث سواء في النواحي النفسية أو الإدارية.
  - التعرف على أنسب الأساليب والمعالجات الإحصائية للإستفادة منها في دراستنا.
- ومن خلال تحليل الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة فقد تبين لنا أهمية الدراسات المشابهة من خلال محاولة تجنب الصعوبات الماضية وإيجاد نقاط التشابه والإختلاف ، فقد أشارت جميع الدراسات في نتائجها إلى تحقيق أهدافها و فروضها و أكدت على تفوق المجموعات التي إستخدمت أسلوب حل المشكلات.

الباب الأول  
الدراسة النظرية

# الفصل الأول

الجانب المهاري في كرة القدم

**تمهيد:**

إن رياضة كرة القدم بلغت مالم تبلغه معظم الألعاب الأخرى وظهرت في شدة الإقبال على ممارستها ومشاهدتها للإستمتاع بها حيث مرت بتطورات عديدة من جميع النواحي كانت بدنية أو مهارية أو خططية.

ويعتبر المستوى المهاري للاعب كرة القدم تلك المفردات الحركية ذات الواجبات المختلفة والتي تؤدي في إطار قانون اللعبة سواء كانت بالكرة أو بدون الكرة، كما تعتبر إجادة لاعبي الفريق لكافة أشكال المهارات الأساسية بمثابة الأساس الذي يتشكل عليه نجاح وتفوق الفريق في المجال المهاري .

## 1- تعريف المهارة:

يعرفها تيل توماس thomas thill بأنها سلوك معين لفرد يحددها عامل السرعة والدقة في الأداء ويحكمها عامل النجاح والغرض الموجود وهي تعتمد على نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الإقتصاد والثبات. (2008 أبو عبده حسن السيد ص 97)

ويعرفها الحاوي بأنها الأداء الحركي الإرادي للاعب والتي تظهر من خلال التوافقات ما بين عمل الجهاز العصبي وعضلات الجسم المختلفة. (2004 يحي السيد إسماعيل الحاوي ص 143).

وتعرف المهارة الحركية أيضا بأنها مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان وأقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن.

وهي الأداء الحركي الإرادي الثابت المتميز بالتحكم والدقة والإقتصاد في الجهد بسرعة الإستجابة للمواقف المتغيرة لإنجاز أفضل النتائج أثناء المباراة.

وتعني المهارة أيضا القدرة على أداء الحركة في وضعيات مختلفة أي الثبات والآلية والقدرة على حل الواجب الحركي وهذا يعني أن الحركة تؤدي بإنسيابية وسهولة وإقتصادية في العمل وكونها إستجابات حركية متناغمة تتم بإيعازات عصبية إلى المجاميع العضلية الخاصة بالحركة. (2002 مفتي إبراهيم حماد ص 23)

## 2- / مراحل التعلم المهاري الحركي:

### 2-1- / مرحلة التوافق الأولي:

وتعد هذه المرحلة أول المراحل في التعلم وتعتمد كثيرا على ما يقدمه المعلم والمدرّب من ألفاظ وتعليمات وقرارات كثيرة ويعد الأداء الأولي من المتعلم معتمدا على التصحيح (التغذية الراجعة)، ويبدأ بوضع اللمسات الأولى للحركة وتبدأ الخطوات الأولى لوضع البرنامج الحركي الخاص بها ويحاول المتعلم أداء الحركة، ونظرا لكثرة الأسئلة التي تراود ذهن المتعلم الحركة حيث يكون محورها الأساس تحديد الهدف وهذه تعد المشكلة الأساسية التي يواجهها المتعلم، لذا فإن إجابات المعلم أو المدرّب تكون من خلال الشرح والعرض والتوضيح وإستخدام النماذج لأداء الحركة والصور أو العروض السينمائية من خلال الأفلام ومن المهم جدا الإنتباه إلى الخبرات المتراكمة لدى المتعلم ومن خلال ربط الحركة الجديدة بمهارات سابقة تم تعلمها تسهل كثيرا من عملية التعلم، وهنا يبدأ المتعلم بمحاولاته الأولى بتطبيق الحركة ولكنه يبذل مجهود كبيرا بسبب إشراك مجاميع عظلية كثيرة ونلاحظ حركات مصاحبة لا يحتاجها الأداء الفعلي للحركة مما يؤدي إلى التصلب والتشنج وعدم الإنسيابية في الأداء وهذه المرحلة تحتاج إلى الكثير من المقارنة. بينما يجب أن يتم وما تم فعلا وعن طريق التكرار والتصحيح يبدأ المتعلم بإجتياز هذه المرحلة وتتميز هذه المرحلة بالقوة المبذولة أكبر من القوة التي تحتاجها الحركة فعلا في التوازن وصعوبة في الحركة عدم النجاح في أداء الحركة أحيانا كثيرة و كثرة الحركات المصاحبة مما يؤدي إلى التعب و تؤدي الحركة في غير زمانها ومجالها لضعف في رد الفعل و عدم التطابق بين ما يجب أن يتم وما تم فعلا (عدم تطابق الحركة بين مسارها الحقيقي ومسارها الواقعي).

(2009 عادل تركي حسن ص43)

## 2-2- /- مرحلة التوافق الجيد للحركة:

تعتبر هذه المرحلة لتطوير الشكل الخام الأولي للمهارة ويتحقق ذلك بالتمرين والتكرار وبمراقبة وتصحيح الأخطاء حتى تصبح المهارة أكثر دقة وفي هذه المرحلة تتكون القابلية لأداء أساسيات المهارة وتستخدم في هذه المرحلة كل الوسائل العلمية والتي بواسطتها يمكن ممارسة وأداء المهارة وتتميز هذه المرحلة بإستعمال القوة المناسبة بالقدر الكافي في الوقت الصحيح وكذا تحسن عمليات تلقي واستيعاب ومعالجة المعلومات الحس حركية وإزدياد دقة الإحساس الحركي بشكل ملحوظ ويتوقف إتقان المهارة في هذه المرحلة على عملية تصحيح الأخطاء .

(2008 السيد أبو عبده حسن ص 91)

## 2-3- /- مرحلة أداء المهارة الآلية:

عند تعريفنا للمهارة ذكرنا أنها تعني دقة الأداء تحت ظروف متعددة ومتطلبات مختلفة وفي هذه المرحلة يكون المتعلم قد وصل إلى أداء المهارة من خلال معرفته بما يتطلبه الأداء مع ثبات البرنامج الحركي المرسوم في الدماغ وقدرة هذا البرنامج على التحول والإستجابة للإحتمالات الواردة للمتطلبات والظروف الصعبة بمعنى آخر فإن متطلبات الأداء عند الرياح يختلف عنها في الجو الهادئ وهذه تختلف عندما يكون الجو ممطرا وعندما يكون هناك منافسا أو أكثر لكل هذه الإحتمالات يكون البرنامج الحركي المرسوم في الدماغ قد وضع الحلول لها مما يمكن المتعلم من تنفيذها وهنا يكون مسار الحركة وزمانها يسيران وفق لمتطلبات الحركة وكذلك القوة المسلطة والإيعاز العصبي والجهد المبذول كل هذا يساهم في أداء الحركة بشكلها النموذجي الصحيح وبعد هذه المرحلة يفكر اللاعب بالإبداع ومحاولة إشتقاق مهارات أخرى من أصل المهارة التي تعلمها.

**3/- مفهوم المهارة في كرة القدم:**

يتفق كل من "أشرف جابر" و"صابر العدوي" أن المهارة 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. ( 1996 أشرف جابر، صابر العدوي ص84) إن الهدف من تعلم المهارة هو جعل اللاعب قادرا على التصرف بالكرة بأي جزء من جسمه حسب قانون اللعبة في أي وقت من أوقات اللعبة الأمر الذي جعله قادر على تنفيذ الخطط الدفاعية والهجومية بكفاءة وإيجابية، عندما يصل اللاعب إلى مرحلة أداء مهارة اللعبة بدقة وإتقان يمكن أن يعتمد عليه في التعاون مع أعضاء الفريق في تنفيذ الواجبات وتطبيق الخطة المعتمدة فالمهارة هي القاعدة الأساسية في لعبة كرة القدم فبدونها لا يتمكن اللاعب من تنفيذ الخطط والقيام بواجباته كما هو مطلوب منه والوصول إلى إتقان هذه المهارة يتطلب عمل طويل وهو إصابة مرمى الفريق الخصم بأكبر عدد من الأهداف ومنعه من إصابة مرماه. ( 1996 محمد عرافة ص72)

**4/- أهمية المهارة في كرة القدم:**

تكمن أهمية المهارة في كرة القدم في كونها الأداة أو الوسيلة التي تمكن اللاعب من بناء وتنفيذ الخطط الهجومية والدفاعية من أجل الفوز بالمباريات وتتوقف نتائج أي فريق على مدى إتقان لاعبيه للمهارات المختلفة لهذه اللعبة ولما كانت كرة القدم عبارة عن تبادل الفريقين لمواقف الهجوم والدفاع ظهرت أهمية استخدام المهارات الهجومية والدفاعية ولإنتقاء الأنسب منها بغرض التكيف مع الظروف المتغيرة المحيطة بأداءها وتعد المهارة حجرا أساسيا إلى جانب العوامل البدنية والنفسية في بناء اللاعب

المتكامل، ومهما إتصف اللاعب بصفات خلقية الإرادة وبلغ من الإعدادات البدنية والنفسية في بناء اللاعب المتكامل فإنه لن يجيد بالضرورة كل أنواع المهارات في كرة القدم بإعتبار هذه الأخيرة رياضة جماعية تتطلب أن يكمل أداء كل لاعب فيه أداء باقي زملائه. ( P67 Tupin Bernard 1990 )

#### 5- خصائص مهارات في كرة القدم:

تتميز مهارات كرة القدم عن باقي المهارات في الرياضات الأخرى بجملة من الخصائص نذكر ما يلي: (1994حنفي محمود مختار ص113)

#### 5-1- الخصائص المهارية:

تتمثل هذه الخصائص فيما يلي:

#### 5-1-1- التعدد:

تعد المهارة في كرة القدم الأكثر تعددا مقارنة بالمهارات الرياضية الأخرى حيث تتفرع الواحدة منها إلى عدة فروع مما يزيد من عددها.

#### 5-1-2- التنوع:

إن طبيعة لعبة كرة القدم التي تسمح بأداء مهاراتها بجميع أنحاء الجسم ما عدا اليدين، جعلها تزخر بكم كبير من أنواع المهارات إذ يستخدم اللاعب كل من القدمين الرأس، الركبة، والصدر في تنفيذها حيث يختلف إستخدام كل جزء عن غيره في شكل الأداء وقوة التعامل مع الكرة.

### 5-2- الخصائص النفسية:

تعد المهارة في كرة القدم مجموعة من التحركات والقرارات السريعة التي تتحقق من خلال السلوك الفردي الذي يعبر عن القدرة على الإدراك والتفكير مع التركيز في التكيف مع مواقف اللعب خلال المباريات وما تحتاجه من حساسية كبيرة في التعامل مع الكرة والتحكم فيها وسرعة رد الفعل في إتخاذ الأماكن وتنفيذ الحركات وتحديد مواقع الزملاء وسرعة إيجاد الحلول تحت ضغط المنافس والجمهور .  
( 2001 إبراهيم شعلان ص 49 )

### 6- العوامل المؤثرة على المهارة في كرة القدم:

#### 6-1- مساحة اللعب:

تؤثر مساحة اللعب على الأداء المهاري بطريقتين ففي حال الإتساع يكون المجال كبيرا للحركة والسيطرة على الكرة والإتقان، وهذا من خلال الرؤية والمتابعة الجيدة لمسار الكرة وموقع الزملاء، أما إذا صغرت فيضيق المجال الحركي ويصعب التحكم في الكرة حيث يتطلب هذا الوضع درجة عالية من التركيز وسرعة كبيرة لرد الفعل.

#### 6-2- المكان أو المنطقة من الملعب:

كل منطقة من الملعب تتطلب تعاملًا خاصًا بالكرة وبالتالي تستدعي مهارة معينة عن غيرها تتناسب مع متطلبات خطط اللعب للفريق ومراحله كالتمهيد للهجوم في الثلث الأول عقب الإستحواذ على الكرة ثم بناؤه في الثلث الأوسط فتطويره في الثلث الهجومي.

كما أن جانبي الملعب يحتمان الكرات العكسية بينما منطقة الجزاء يفضل فيها الأداء المباشر كالتصويب والتهيئة. (2001 إبراهيم شعلان، محمد عفيفي ص 68)

### 6-3- موقع الزميل وتحركاته:

يؤثر موقع الزميل وأعضاء الفريق وتحركاتهم في أداء المهارة من حيث إعطاء عدد من الحلول عن طريق فتح الثغرات وزوايا التمرير السليمة وإعطاء الفرصة لإتخاذ القرار السليم في التوقيت المناسب والمكان الملائم.

### 6-4- الضغط من جانب المنافس:

يمكن تأثير هذا العامل على طريقة أداء المهارات حيث يحتم وضع الخصم على اللاعب الدمج بين أكثر من مهارة في آن واحد كما يتطلب إخفاء النية عن كيفية الأداء.

### 6-5- إتجاه ومسار وسرعة وقوة ومستوى الكرة:

أما إتجاه الكرة سواءا كان أمامي أو جانبي فيفرض على اللاعب إتخاذ أوضاع معينة للجسم حيث يحتم هذا الوضع أسلوبا معيناً في الأداء بينما المسار فله حساسيته الخاصة حسب نوعه سواءا كان مستقيماً ملتوياً أو لولبياً في حين تتطلب سرعة وقوة الكرة إستخدام الجزء المناسب من الجسم الذي يتلاءم معها، فالكرات القوية ذات الإرتداد القوي، تتطلب أسطحاً أكبر عند الإستلام كباطن القدم أو مستوى الصدر مثلاً عكس الكرات الضعيفة التي تتطلب أسطحاً صغيرة كالوجه الأمامي للقدم أما مستوى الكرة أرضي كان أو عالي أو نصف عالي فيؤثر على الأداء ليجعله من الثبات أو من

الحركة أو من الوثب لأعلى في الهواء كما يؤثر على مدى حركة الرجل والقدم والصدر والرأس. (إبراهيم شعلان، مرجع سابق: ص 61)

7- أقسام مهارات في كرة القدم:

7-1- المهارة بدون كرة:

7-1-1- الجري وتغيير الإتجاه:

يمتاز لاعب كرة القدم بكثرة الجري في ساحة الملعب فهو يقوم بإنطلاقات كثيرة ومتعددة ولمختلف الإتجاهات طوال زمن المباراة نظرا للمتطلبات المواقف التي تتطلب منه أن يتحرك لإستقبال الكرة من زميله أو التحرك لقطع الكرة من اللاعب المنافس والجري لإحتلال موقع مناسب في الملعب أو لتبادل المراكز أو لمتابعة الكرة في الهجوم والدفاع وهذه تقتضي منه الجري بأقصى سرعة للوصول إلى الكرة وقد يكون الجري لخطوات كبيرة أو قصيرة وقد تكون بطيئة أو سريعة وحسب الموقف، ويكون اللاعب مهياً لتغيير إتجاهه في أي ناحية يتطلبها موقف اللعب وهو في أقصى سرعة وقد يغير من توقيت سرعته بإستمرار وخاصة عندما يكون متقصدا في خداع الخصم، إن جوهر الجري في كرة القدم هو السرعة وفق الموقف الذي تفرضه حركة الكرة واللاعب. (2005 قاسم لزوم صبر ص 99)

7-1-2- الوثب:

يعد الوثب من النواحي المهمة للاعب كرة القدم نظرا لإستخدامات الوثب في اللعب وخاصة في ضرب الكرة بالرأس والبدء من إرتباط الوثب بالتوقيت الصحيح لضرب الكرة بالرأس أو لقطع الكرة من اللاعب الخصم.

إن تأدية الوثب بشكله السليم ووفق خطة اللعب الموضوعية قد يكون سببا في فوز الفريق عن طريق إحراز هدف أو في الوصول للكرة بالوقت المناسب وتنفيذ الهدف المطلوب بما يتطلبه التدريب المستمر على الوثب وتطوير مقدرة اللاعب في الوثب وذلك لأن قوة الوثب عند اللاعب تنمو بشكل بطيء الأمر الذي يدعو إلى التأكيد على تمرينات الوثب من الثبات ومن الحركة.

(2008 محمد عبد الله الهزاع ص134)

### 7-1-3- الخداع:

هو فن التخلص من الخصم ومحاولة خداعه وعدم تمكين لاعبي الفريق الخصم في محاولاتهم للتخلص من المدافعين المنافسين ووصولهم إلى مرمى الفريق الآخر فمن الملاحظ أن الخداع يعطي للاعبين المهاجمين أفضلية للحصول على المساحة في الملعب إذ يتمكن من التصرف الخططي السليم وأن يأتي من كون الخداع مرتبط بذكاء اللاعب وسرعة رد الفعل وحسن إختيار اللحظة المناسبة والتوقيت المضبوط مع السيطرة التامة على الكرة وبأقل فترة ممكنة وهو يتيح للاعب تفوقا على اللاعب الخصم وإحتفاظه بالكرة، والذي يتطلب ذلك من اللاعب أن تكون حركته متقنة وغير واضحة للاعب المنافس، الأمر الذي يجعل اللاعب يستجيب إستجابة خاطئة بالنسبة لحركة اللاعب الحقيقية، فيقوم اللاعب بتنفيذ الحركة المطلوبة وهناك عدة طرق للخداع يجب على اللاعب أن يتقنها جميعا من أجل إستخدامها في مختلف مواقف اللعب وحسب قدراته البدنية والفنية التي تتطلب منه ذلك.

(P18 Canada Soccer Pathay 2014)

## 7-2- المهارة بالكرة:

### 7-2-1- مهارة تمرير الكرة:

ويعني استخدام القدمين أو الجسم (ماعد الذراعين أو اليدين) لتمرير الكرة نحو الزملاء بطريقة تمكنهم من السيطرة عليها والتمرير هو من أهم المهارات الأساسية في كرة القدم ويرجع ذلك أنه بواسطة التمرير يتسنى للفريق المهاجم الوصول إلى مرمى المنافس، والتمرير السليم المتقن هو الوسيلة الوحيدة لربط اللاعب وتنفيذ الخطة.

### ❖ أنواع تمرير الكرة:

#### - التمرير بداخل القدم:

هي المهارة الأكثر نجاحا لنقل الكرة ويجب أن تكون مسافة التمرير ومكانه دقيقين، توضع رجل الإرتكاز أمام الكرة ورجل التمرير ترفع قليلا ثم نقوم بتمرير الكرة بداخل قدم رجل التمرير. (P44 Anthony jousse 2012)

#### - التمرير بخارج القدم:

تستعمل عندما تكون الكرة على الجانب من مكان اللاعب ويمكن أن تساعد في إعطاء مسار منحني للكرة قد يكون فعالا لخلخلة توازن المنافس.

#### - التمرير الطويل:

هو القيام بتمريرة مرتفعة تمكن من عكس اللعب بالعرض وأيضا تستعمل للعب في العمق وللقيام بها يجب ضبط الحركة لتثبيت رجل الإرتكاز بالجانب أو قليلا من وراء الكرة وميل قليلا مقارنة بها وإبقاء رجل التسديد مسترخية ثم ضرب الكرة أدنى من نقطة منتصفها. (P33 Jay miller 2004)

- التوزيع:

هي فتحة جانبية أو عرضية سواء كانت أرضية أو هوائية وقد تكون مقوسة أو ممددة أو عكسية حيث نضع رجل الارتكاز أمام الكرة بالإتجاه الذي سنرسل إليه الكرة ثم نضرب الكرة بالقدم الأخرى وبالطريقة التي نريد إيصالها إلى المكان المحدد.

7-2-2- مهارة التسديد:

هو استخدام القدمين لقذف الكرة نحو الشباك أو نحو المرمى، وإذا كان التمرير هو الوسيلة للوصول إلى مرمى الفريق الخصم فإن التصويب هو غاية هذا التمرين، والتصويب يعتمد كثيرا على اللياقة البدنية المتكاملة خاصة القوة العضلية ومرونة المفاصل وسرعة الأداء ودقته والتسديد هو الذي يعطي المباراة حلاوة ومتعة ويعتمد المسدد على نكاته وحسن تصرفه وقدرته على التركيز وإستغلال الفرص التي تتاح له بسرعة وفي أقصر وقت مستخدما سرعة التفكير وسرعة التنفيذ.

❖ أنواع التسديدات:

- التسديدة المباشرة:

تتم بوجه القدم وتستخدم فيه قوة كبيرة لوضعه في الشباك وقد تفتقد الدقة في كثير من الأحيان.

- التسديدة الموجهة بداخل القدم:

وهي تسديدة دقيقة بداخل القدم وبقوة متحكم فيها وتكون موجهة نحو مكان معين في المرمى.

- التسديدة الدائرية:

هي تسديدة تغير إتجاهها في الهواء وهي من أصعب التسديدات على حارس المرمى.  
(P26 JUSTEN CRESSER 2012)

- تسديدة اللوب:

هو ضرب الكرة لرفعها فوق حارس المرمى بطريقة جمالية تجعل حارس المرمى ينظر للوراء ويتابع مسار الكرة.

7-2-3- مهارة السيطرة على الكرة:

تعد السيطرة على الكرة إحدى المهارات الهامة في كرة القدم وهي تعني حصول اللاعب على الكرة وجعلها تحت تصرفه وقد زادت أهميتها بزيادة سرعة اللعب الحديث بإعتبارها من العوامل الفنية الرئيسية في تنفيذ خطط اللعب الدفاعية منها والهجومية فعن طريقها يمكن وضع جميع الكرات القادمة إلى اللاعب تحت سيطرته سواء كان إستلامها بصورة متدرجة أو عالية، وتتطلب عملية السيطرة على الكرة أن تتوفر لدى اللاعب القدرة على إستخدام أجزاء من جسمه كافة (عدا اليدين) في أي وضع كان. ومن الواضح أن اللاعب الذي يتقن مهارة السيطرة على الكرة يكون أكثر إمكانية في التصرف والتحكم بها وهو في حالة حركة فهي تجعله لا يعطي الفرصة للمدافع لقطع الكرة إضافة إلى أنه يكسب الوقت. (1994 محمد عبده صالح ص89)

7-2-4- مهارة إستلام الكرة:

ويستخدم هذا النوع من السيطرة على الكرة المتدرجة على الأرض ويقوم اللاعب بوضعها تحت سيطرته عن طريق تقديم الجزء المستخدم في إستلام الكرة وسحبه للخلف بمجرد ملامسته لها.

### 7-2-5- مهارة إخماد الكرة:

وهي السيطرة على الكرة عندما تكون الكرة قادمة من أمام اللاعب، ومن أهم الأجزاء المستخدمة في ذلك هي:

- إخماد الكرة بأسفل القدم.

- إخماد الكرة بداخل القدم.

- إخماد الكرة بخارج القدم.

### 7-2-6- مهارة إمتصاص الكرة:

وهو عبارة عن السيطرة على الكرة القادمة إلى اللاعب بصورة عالية وجعلها تحت تصرفه عن طريق إمتصاص قوة وسرعة حركة الكرة ويستخدم اللاعب عدة أنواع في إمتصاص الكرة منها:

- إمتصاص الكرة بوجه القدم.

- إمتصاص الكرة بالفخذ.

- إمتصاص الكرة بالصدر.

- إمتصاص الكرة بالرأس.

- مهارة الجري بالكرة. (P157 Tupin Bernard 1990)

### 7-2-7- مهارة الجري بالكرة:

ويعد الجري بالكرة من المهارات الفردية حيث يستخدمها اللاعب من أجل التقدم بإتجاه

مرمى الخصم وخلال الجري بالكرة يجب أن يكون نظر اللاعب موزعا بين الكرة

والمساحة لرؤية اللاعبين، واللاعب الذي يتقن هذه المهارات لا يحتاج إلى إستمرار

التركيز بالنظر إلى الكرة وإنما يمكن أن يكون بين كل لمستين للقدم يوجه نظره إلى

الأمام ويكون مع النظرة الشاملة وملاحظة الكرة والموقف الذي يكون فيه اللاعبون ويشير "محمود" أن الهدف من هذه المهارة هو: (2008 موفق أسعد محمود ص 87)

- مراوغة الخصم والإبتعاد عنه.
- إجتياز الدفاع لتوفير فرصة للتهديف أو أداء التمرير.
- تأخير اللعب عن طريق الإحتفاظ بالكرة.
- إعطاء فرصة للزملاء للتححرر من المراقبة وأخذ الفراغ المناسب.

### 7-2-8- مهارة المراوغة:

وهي فن التخلص من اللاعب المنافس وخداعه وبقاء الكرة تحت سيطرة اللاعب والتحكم فيها في أي جزء من الملعب، ونظرا إلى أن أغلب مواقف اللعب بكرة القدم هي كفاح بين اللاعبين أحدهما مهاجم والآخر مدافع، فإن المراوغة تكتسب أهمية من خلال محاولة اللاعب المهاجم التخلص من المدافع مما يساعد على أن يكون لديه الوقت والمساحة في الملعب والتصرف بالطريقة السليمة.

ويتطلب التكتيك الحديث في كرة القدم من اللاعب المقدرة الكاملة على الربط بين المراوغة والخداع والمهارات الحركية الأخرى، الأمر الذي يستدعي التدريب المستمر لإتقان المراوغة بكافة أنواعها حتى تصل إلى مرحلة الكمال والآلية في التنفيذ ليكون لها التأثير المطلوب في المباراة، وعند تنفيذ المراوغة بالكرة لا بد من التأكيد على ناحية هامة وهي التوقيت وسرعة رد الفعل بأقل زمن ممكن مع السيطرة التامة على الكرة، ويلجأ اللاعب إلى المراوغة بسبب وقوعه تحت ضغط لاعبي الفريق الخصم إضافة الى الملازمة الدقيقة لزملائه من قبل مدافعي الفريق المنافس وبذلك تكون المراوغة بالكرة ذات فائدة كبيرة في استغلال حالات ومواقف اللعب المختلفة.

(قاسم لزام صبر، مرجع سبق ذكره: ص 165)

### 7-2-9- مهارة مهاجمة الكرة:

مهارة مهاجمة الكرة هي محاولة أخذ الكرة من اللاعب الخصم عندما تكون الكرة تحت سيطرته أو قطعها أو تثبيتها قبل إستالمها أو أثناء أو بعد السيطرة على الكرة من قبل اللاعب المنافس، وهذا يستدعي التوقيت الصحيح في إختيار اللحظة المناسبة للمهاجمة، وهي تعتبر من المهارات التي يجب أن يتقنها كل لاعب بدقة، إذ أن التطور الكبير الخاص في خطط اللعب الحديثة يتطلب الإهتمام بالمهاجمة بشكل كبير إنطلاقاً من مبدأ خطط اللعب الجماعية حيث يبدأ الدفاع من اللاعب الذي يفقد الكرة، فالعمل بهذا المبدأ يحتم على أن يقوم جميع اللاعبين بالدفاع والضغط على لاعبي الفريق الخصم من أجل منعه من التقدم بالكرة الأمر الذي يجعل اللاعبين المهاجمين والمدافعين على حد سواء يتقنون هذه المهارة ويبدعون فيها، وذلك عن طريق التدريبات المستمرة والخبرة التي يكتسبها اللاعب خلال المباريات وتطبيق المواقف الخطئية الدفاعية التي تتضمن مهاجمة الكرة والإحتكاك باللاعبين الآخرين.

### 7-2-10- مهارة حارس المرمى:

يعد حارس المرمى العمود الفقري للفريق بسبب المركز الذي يشغله والذي يتطلب منه الدفاع عن مرماه بصورة مركزة وفعالة، إذ أن طبيعة المباريات تستدعي من حارس المرمى أن يتمتع بمهارات خاصة إضافة إلى تمتعه بتفكير خططي وذكاء ميداني جيد لمواجهة مواقف اللعب المختلفة ودوره المتميز والهام والذي يختلف به عن باقي اللاعبين والذي يقوم فيه بالدفاع عن المرمى بإستخدام يديه داخل منطقة الجزاء، فأداء حارس المرمى في كرة القدم يتضمن العديد من المواقف والحالات التي تتطلب أن يتميز فيها حارس المرمى إذ أن طبيعة المباراة تستدعي القيام بالأداء و المهارة بقوة وسرعة ودقة وذهنية عالية، هذا بجانب تنفيذ واجباته في الدفاع عن مرماه والذي

يتضمن القيام بالوثب لأقصى ارتفاع ممكن ولأبعد مسافة ممكنة من أجل تخليص الكرة وإبعادها من لاعبي الفريق الخصم. (حنفي محمود مختار، مرجع سبق ذكره: ص196) ويتوقف إبعاد خطورة هجمات لاعبي الفريق الخصم على مدى قدرة وإمكانية حارس المرمى في الدفاع عن مرماه إضافة إلى توجيهاته للاعبين في تنظيم عملية الدفاع والتحرك حسب المواقف الدفاعية وبالشكل الذي يؤمن سد الثغرات بوجه اللاعبين المهاجمين من الفريق المنافس.

#### 8/- طرق التدريب على المهارات في كرة القدم:

#### 8-1/- تمارين الإحساس بالكرة:

إن الإحساس بالكرة يعتمد على قدرة الناشئ على التمييز الدقيق بين المنبهات المختلفة التي يتلقاها عند لعبه الكرة ويستطيع الجهاز العصبي تحليل هذه المنبهات البصرية والحركية واللمسية بواسطة جملة من الخطوات والمراكز العصبية، ويمكن تنمية الإحساس بالكرة بواسطة تمارين خاصة تعطى عادة في بداية الحصة التدريبية ولتمارين الإحساس بالكرة أهمية خاصة فينبغي أن تعطى هذه التمارين في كل حصة من الحصص التعليمية والتدريبية، كما أن تمارين الإحساس بالكرة تعتبر شرطاً أساسياً لإتقان المهارات بالكرة ويتطلب إكتساب الإحساس بالكرة تدريبات منتظمة مستمرة يستخدم فيها جميع أجزاء الجسم. ( 1997مفتي ابراهيم حماد ص112)

**8-2- التمرينات الفنية الإجبارية:**

توضح هذه التمرينات للمدرب دقة الناشئ في أداء المهارات وتوضع هذه التمرينات في برنامج التدريب لتساعد على تنمية مهارة اللاعب مع وضع واجبات معينة للناشئ ويجب ملاحظة صحة أداء الناشئ للمهارة، تلي هذه التمرينات تمرينات الإحساس بالكرة وتعطى هذه الطريقة أثناء التسخين وبعدها.

**8-3- التمرينات بأكثر من كرة:**

تفيد هذه التمرينات التي تستخدم فيها أكثر من كرة واحدة في أن واحد لتنمية قدرة اللاعبين على تأدية الحركات بسرعة ودقة، كما تجبر اللاعب على الإنتباه الى أكثر من كرة واحدة وأكثر من زميل واحد، وبذلك تنمو مقدرة اللاعب الحركية، وفي نفس الوقت تزداد كفاءته الخططية على رؤية الملعب بزاوية أكبر، تعطى هذه التمرينات غالبا في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية. (P281. P S BRQDELY2011)

**8-4- التدريب على المهارة باستخدام الألعاب المصغرة:**

إن الألعاب الصغيرة تخدم تنمية قدرات ومهارات وصفات اللاعب الضرورية لمباراة كرة القدم بصورة مركزة، كما تستخدم كوسيلة تربوية للاعبين وتعودهم على الإلتزام والإنضباط والوعي والإخلاص واللعب النظيف، كما يجب أن تكون أشكال الألعاب المستخدمة مشابهة للعبة كرة القدم من حيث قواعد اللعب و طبيعة اللعب وسيره بشكل عام. (1995 أمر الله أحمد البساطي ص 217)

**8-5- - التدريب على المهارات باستخدام الأجهزة:**

كثيرا ما تستخدم الأدوات في التدريب على المهارات نظرا لما لها من فائدة في تعلم الدقة في الأداء لجميع المهارات، وعن طريق الأدوات يستطيع المدرب أن يعطي التمرينات السهلة أو الصعبة والتدرج من السهل إلى الصعب وكذلك يستطيع تنمية النواحي المهارية والخطئية وينمي في نفس الوقت الصفات البدنية. وعادة الأجهزة التي تستخدم في التدريب نجد حائط الصد، الحواجز، ، حائط التمرير، القوائم،أصحن.

**9- - علاقة الصفات البدنية بالمهارات الفنية:**

لم يعد هناك مجال للاعب كرة القدم الذي يتمتع بمستوى عالي من المهارات الأساسية بدون أن يكون على مستوى مماثل من الناحية البدنية، كما من الناحية البدنية وحدها لا يمكن أن تؤدي إلى نتائج حسنة في اللعبة دون مستوى مماثل من الناحية الفنية. وهكذا أصبحت اللياقة البدنية والمهارية لا يمكن فصلها في أي مرحلة من مراحل الإعداد.

وحسب "ماتيفيف نوفيكوف"، "داتشكوف"، و"بيجنكل" فإن تدريبات اللياقة البدنية العالية تؤدي إلى زيادة القدرة الفنية والقدرة الحركية لدى اللاعبين ومن المعروف أنه عندما يمتلك اللاعب مهارات حركية متنوعة ومتعددة ينعكس ذلك على صفات البدنية ويصبح من السهل عليه إتقان المهارات الأساسية في كرة القدم أي أن هناك إرتباط بين المخزون من المهارات والصفات البدنية من جانب وبين المهارات الجديدة الواجب تعلمها من جانب آخر. (P136 Frederic bertin 2000)

ولقد تأكد علميا وعمليا أهمية توفير اللياقة البدنية للاعب إلى جانب لياقته الفنية فلم يعد هناك مجال للاعب الكرة الذي يتمتع بمستوى عالي من المهارات دون أن يكون على مستوى مماثل من الناحية البدنية وهكذا أصبحت اللياقة البدنية والفنية لا يمكن فصلها في أي مرحلة من مراحل الإعداد وفترة المباريات.

## خلاصة:

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

# الفصل الثاني

## الجانب البدني في كرة القدم

### تمهيد:

يعد المستوى البدني للاعب كرة القدم أحد أهم العوامل التي تحدد قدرته على الأداء بشكل فعال والوصول إلى أقصى إمكاناته في الملعب، حيث يتطلب اللعب الحديث لكرة القدم لياقة بدنية عالية تتكون من عناصر أساسية متعددة، ولهذا سنتطرق في هذا الفصل إلى المستوى البدني للاعبين لكرة القدم من خلال التركيز على أهم الصفات البدنية الخاصة باللاعبين وطرق تطويرها.

### 1- تعريف الصفات البدنية:

إن تعريف الصفات البدنية كثر حوله الجدل و النقاش و عدم الإتفاق بين العلماء وخاصة في القرن الماضي، وذلك لصعوبة حصرها و تحديدها من ناحية وإختلاف المدارس الفكرية التي يؤمن بها علماء الثقافة الرياضية في البلدان المختلفة من ناحية أخرى، و في مايلي نتناول آراء بعض العلماء لمفهوم اللياقة البدنية.

حيث يعرف "كيورتن" اللياقة البدنية بأنها أحد مظاهر اللياقة العامة للفرد و التي تشمل العقلية و اللياقة العاطفية. ( 1997عصام جهي ص13)

ويعرفها "محمد باسم أحمد" بأنها المعيار الكمي لكفاءة الفرد البدنية التي تعكسها لنا إختيارات الأداء الحركي و المقاييس الجسمية له، بحيث تساعده في التكيف مع متطلبات الحياة اليومية.

وللصفات البدنية مفهوم شائع و واسع الإستعمال في مجال البحوث الرياضية، وقد أعطيت عدة تعارف لها (الصفات البدنية، اللياقة البدنية، الكفاءة البدنية، ...)، ويقصد بالصفات البدنية تلك القدرات التي تسمح وتعطي للجسم قابلية وإستعداد للعمل على أساس التطور الشامل والمرتبط بهذه الصفات كالتحمل والقوة والسرعة والمرونة والرشاقة، ومن الضروري عند تطوير هذه الصفات وجود خلفية علمية في مجال العادات الحركية. ( 1992 محمد عوض بسيوني ص179)

### 2- أهمية الصفات البدنية:

تلعب الصفات البدنية دورا أساسيا في ممارسة جميع الأنشطة الرياضية، ويختلف حجم هذا الدور وأهميته طبقا لنوع النشاط و طبيعته، كما يختلف نوع الصفات البدنية من لعبة إلى أخرى و هذا ما يعرف باللياقة البدنية الخاصة.

ولقد إتفقت معظم آراء علماء التدريب الرياضي على أن الصفات البدنية العامة هي المكون الأساسي الذي يبني عليه بقية المكونات اللازمة للوصول إلى ما يعرف بالفورمة الرياضية، ويشبه البعض الصفات البدنية في الأنشطة الرياضية بأساس البيت الذي يمثل الدعامة الأساسية له والذي يبني عليه جميع أدوار المنزل دور بعد آخر إلى أن يكتمل، فإذا كان الأساس متينا وثابتا المنزل يكون متماسكا وقويا وهكذا الصفات البدنية بالنسبة للنشاط الرياضي، العمود الفقري والقاعدة العريضة التي لا تقبل مجرد المنافسة حول أهميتها لأن أهميتها أصبحت من المسلمات الأساسية في التربية البدنية والرياضية.

ويرى العالم "كلارك" أن تحقيق اللياقة البدنية أو الصفات البدنية يعتبر الهدف الأول للرياضة والتربية البدنية سواء كان ذلك للبنين أم البنات، ويتفق مع هذا الرأي "برواتل" و "هاجمان" حيث يعتبران أن تحقيق اللياقة البدنية الهدف الأول الذي يجب أن تحققه التربية البدنية والرياضية. ( 1997 كمال عبد الحميد ص30 )

ويقول "نيكسون وجيوت" إن الحصول على أقصى جهد ضروري من القوة العضلية والجهد الدوري التنفسي يعتبر أحد أهداف الرياضة، وقال إن التنمية العضوية تشمل القدرة الجسمية والتخلص من العيوب البدنية والتوترات العصبية كما ضمتها التحمل والمهارة والسرعة والرشاقة والقوة، والتوافق العصبي العضلي.

### 3/- علاقة الصفات البدنية بالتدريب:

تمثل القدرات البدنية الأساسية (القوة والسرعة والتحمل والمرونة والرشاقة) القاعدة العريضة للوصول للأداء المهاري الجيد حيث يتوقف مستوى المهارات الرياضية بصفة عامة على ما يتمتع به اللاعب من تلك القدرات من خلال ذات العلاقة بالمهارة، وعلى ذلك تعمل طرق التدريب المختلفة للإرتقاء بمستوى تلك القدرات من خلال ديناميكية

العمل من مكونات التدريب، أما طرق التدريب الأساسية الخاصة بالتنمية و التقدم بمستوى كل من القوة العضلية والسرعة والتحمل فتتمثل فيما يلي:

- التدريب بالحمل المستمر.
- التدريب الفتري.
- التدريب التكراري.
- التدريب البيلومتري.
- التدريب الهرمي. (P34 Marina Tsetseli 2010)

#### 4- مكونات الصفات البدنية:

يقسمها "هارسون كلارك" في إحدى دراساته إلى سبعة عناصر كما يلي: التحمل الدوري التنفسي، الرشاقة، المرونة، القوة العضلية، السرعة والتحمل العضلي. ويقسمها خبراء المدرسة الألمانية إلى خمس قدرات بدنية أساسية أو خمس صفات بدنية أساسية كما يلي: القوة العضلية، السرعة، التحمل، المرونة والرشاقة، وتسمى بجانب الصفات البدنية الصفات الحركية والفيزيولوجية، كما يقسمها خبراء المدرسة السوفياتية إلى ستة قدرات بدنية أساسية وهي القوة العضلية، السرعة، التحمل، المرونة، الرشاقة والتوافق، وبذلك يضيفون عنصر التوافق زيادة عن المدرسة الألمانية. (2008 أحمد البسطويصي ص104)

#### 4-1- القوة:

يؤكد كثير من العلماء على أن صفة القوة العضلية هي التي يتأسس عليها وصول الفرد إلى أعلى مراتب البطولات الرياضية، وهذا ما أشار إليه كل من "كمال درويش" و "محمد صبحي حسنين" على أنها من العوامل المؤثرة لممارسة الألعاب الرياضية

والوصول بها إلى أعلى المستويات و نظرا للأهمية الكبرى لهذه الصفة فقد تعددت تعاريف القوة ومنها: (1997 عصام حلمي ص73)

عن كمال عبد المجيد يعرف "هارا" أنها أعلى قدرة من القوة التي يبذلها الجهاز العصبي العضلي لمواجهة أقصى مقاومة خارجية.

ويرى كل من "كلارك" و "ماتيويس" و "جيتشل" في تعريف القوة العضلية بأنها القوة القصوى المستخدمة أثناء اندفاعية عضلية واحدة.

وعن سامي الصفار يعرفها "ماتفيف" بأنها القدرة العضلية في التغلب على المقاومات المختلفة. (محمود عوض بيسوني، مرجع سابق: ص171)

وتعد القوة العضلية من الصفات البدنية المهمة التي من الضروري أن يتمتع بها كل شخص رياضي أو غير رياضي، كما ترتبط مع الصفات البدنية الأخرى.

و يرى العلماء أن القوة العضلية هي التي يتأسس عليها وصول الفرد إلى أعلى مراتب البطولات الرياضية، كما أنها تؤثر بدرجة كبيرة على تنمية بعض الصفات البدنية الأخرى كالسرعة والتحمل والرشاقة، ويرى خبراء الإختبارات والمقاييس في التربية البدنية والرياضية أن الأفراد الذين يتميزون بالقوة العضلية يستطيعون تسجيل درجة عالية في القدرة البدنية العامة ويمكن تعريف القوة العضلية في التغلب على المقاومات المختلفة (خارجية، داخلية). (2007 ليلي السيد فرحات ص168)

#### 4-1-1- أنواع القوة:

##### - القوة القصوى:

وهي عبارة عن أقصى قوة يستطيع الجهاز العضلي العصبي إنتاجها في حالة أقصى إنقباض إرادي، وتعتبر واحدة من الصفات الضرورية اللازمة لأداء اللاعب.

- القوة المميزة بالسرعة:

هي قدرة اللاعب على إستخدام الحد الأقصى من القوة بأقصر زمن ممكن، ويعرفها "محمد حسن علاوي" بأنها قدرة الجهاز العصبي العضلي في التغلب على مقاومات تتطلب درجة عالية من سرعة الإنقباضات العضلية كما هو الحال في سباقات العدو. (كمال عبد الحميد، مرجع سابق ص 80)

- تحمل القوة:

يعني تحمل القوة عند الرياضيين قدرة الرياضي على العمل لفترة طويلة، ويعرفها "محمد حسن علاوي" بأنها قدرة أجهزة الجسم على مقاومة التعب أثناء المجهود المتواصل الذي يتميز بطول فتراته. ( 1989 محمد حسن علاوي ص 115)

- القوة الانفجارية:

لقد ظهرت تعاريف كثيرة للقوة الانفجارية كونها أحد عناصر القوة العضلية، فقد عرفها "المندلأوي" و "أحمد سعيد" على أنها قدرة الجهاز العصبي العضلي في محاولة التغلب على مقاومة ما تتطلب درجة عالية من سرعة الانقباضات العضلية. وتنمو القوة العضلية مع نمو الشخص نتيجة زيادة في النمو البيولوجي ( نمو الخلايا والأنسجة). ( 1999 قاسم المندلأوي ص 45) وتطورها يكون بالتدريب الرياضي المنظم والهادف وتقاس بوحدة القياس الكيلوغرام و بجهاز الدينامومتر أو التخطيط الكهربائي للعضلات (الكترومايوكراف).

4-1-2- أهمية القوة عند لاعب كرة القدم:

إن القوة العضلية تلعب دورا بالغ الأهمية في إنجاز الأداء للاعب كرة القدم خلال المباراة ويتضح إحتياج اللاعب لها في كثير من المواقف، خاصة عند الوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب على المرمى أو التمريرات الطويلة بأنواعها المختلفة وعند

أداء مختلف المهارات بالقوة والسرعة المناسبة، كما تظهر أهميتها في المباريات التي تتطلب الكفاح والاحتكاك المستمر مع الخصم للاستحواذ على الكرة أو الرقابة المحكمة مع التغلب على وزن الجسم أثناء المباراة. (1990 أمر الله البساطي ص 61) وبما أن القوة بمختلف أشكالها تعد عاملا مهما في تحقيق النتائج الرياضية وجب علينا أن نوليها أهمية كبيرة، كما أن هناك بعض الحركات المهارية التي لا يمكن أن تؤدي بدون مستوى معين من القوة، فتطوير القوة إذن قد يؤثر على فعالية النظام التدريبي الطويل المدى إما بالإيجاب أو السلب. (P143 Juergen Weineck 1986)

**4-2- السرعة:**

ينظر إلى السرعة من وجهة علم الميكانيكا على أنها معدل تغير المسافة بالنسبة للزمن أما في المجال الرياضي فتعتبر من القدرات البدنية الهامة في تحسين مستوى الكثير من الفعاليات و الرياضات الجماعية المختلفة وكذا ألعاب القوة والسباحة والملاكمة وغيرها من رياضات المصارعة، فتلك الأنشطة تعتمد على عنصر السرعة بأشكالها المختلفة عند أداء المهارات الخاصة.

وبذلك ينظر إلى السرعة كمؤشر لمدى توافق الإستجابات العضلية مع الإستجابات العصبية اللازمة للتوقيت والمدى الحركي الخاص بالمهارات الرياضية المختلفة حيث يتطلب ذلك كفاءة الجهازين العضلي والعصبي.

يقول "علي فهمي البيك" حول السرعة أنها القدرة على أداء حركة بديلة أو مجموعة حركات محددة في أقل زمن ممكن. (1989 مختار أحمد ص 234)

ويعرفها "Taelman" بأنها قدرة الفرد على أداء حركات متشابهة من نوع واحد في أقصر مدة.

وتعتبر السرعة من الصفات المهمة وبنفس الوقت من أصعب الصفات البدنية في تطويرها، حيث تتميزها تكون بصورة بطيئة قياسا بالصفات الأخرى، ومعروف في الميدان الرياضي أن هذه الصفة تتعلق بتكوين الرياضي نفسه، ويؤكد "هولمان" بأن السرعة تعتمد على:

- القوة العظمى.
  - التوافق.
  - سرعة تقلص وإقباض العضلات.
  - نوعية الألياف العضلية.
  - نسبة طول الأطراف إلى الجذع.
  - قابلية الإستجابة ورد الفعل في البداية. (P234. Cédric Cattenoy,2002)
- فبالعب بحاجة إلى مختلف أنواع السرعة لأنها تحدث باستمرار أثناء المباراة، فالسرعة الإنتقالية يحتاجها اللاعب عند الانتقال من مكان لآخر بأقصر وقت، أما السرعة الحركية فتتمثل بأداء المهارات الأساسية بسرعة، على سبيل المثال سرعة إستلام وتمير الكرة أو سرعة الإقتراب والقفز لضرب الكرة بالرأس، أما عن سرعة الإستجابة فتتعلق بمقدرة اللاعب على الإستجابة للمواقف المتغيرة لأي مثير خارجي سواء كانت الكرة أو اللاعب الخصم أو لاعب من نفس الفريق. (1997 كورت ماينل ص 152)
- 4-2-1- أنواع السرعة:**

- سرعة الانتقال (السرعة القصوى):

ويقصد بها سرعة التحرك من مكان إلى آخر في أقصر زمن ممكن، إن العدد الكبير من الحركات هو الشرط الأساسي للسرعة القصوى، فكلما زاد إنتاج الحركات بأسلوب وتكتيك جيدين زادت نسبة السرعة القصوى.

- سرعة الحركة (سرعة الأداء): والتي تتمثل في إنقباض عضلة أو مجموعة عضلية لأداء حركة معينة في أقل زمن ممكن مثل حركة ركل الكرة، أو حركة التصويب نحو المرمى، أو المحاورة بالكرة، أو سرعة إستلام وتمرير الكرة، أو سرعة المحاورة والتمرير. (1994 أبو العلا عبد الفتاح ص47)

ويقصد بها كذلك أداء حركات ذات هدف محدد لمدة واحدة أو لعدد متوالي من المرات في أقل زمن ممكن، أو أداء حركة ذات هدف محدد في أقصى عدد من المرات في فترة زمنية قصيرة ومحددة.

- سرعة رد الفعل (سرعة الاستجابة):

ويقصد بها سرعة التحرك لأداء حركة نتيجة ظهور موقف أو مثير معين مثل سرعة بدء الحركة لملاقاة الكرة بعد تمرير الزميل، أو سرعة تغيير الإتجاه نتيجة لتغير موقف مفاجئ أثناء المباراة.

وفي مجال اللعبة فإنها تتمثل في قدرة اللاعب على سرعة الإستجابة لأي مثير خارجي كالكرة أو منافس، ومقدرة اللاعب على سرعة التصرف نتيجة لتحركهم، وتتوقف هذه الصفة لدى اللاعب على سرعة التصرف بسلامة حواسه، ومقدرته على صدق التوقع وسرعة التفكير وسرعة الأداء الحركي. (1997 ريسان مجيد خريبط ص104) ويمكن التدريب على السرعة عن طريق العدو السريع لمسافات قصيرة بتكرارات مختلفة، بالإضافة إلى سرعة أداء التصويب والخداع والتمرير من المواقف المختلفة، وسرعة الإستجابة لتلك المواقف بسرعة أخذ المكان المناسب وسرعة تغيير المراكز وسرعة تنفيذ الواجبات الخطئية كخلخلة الدفاع وخلق فرص للتسديد وإحراز الأهداف.

4-2-2- أهمية السرعة في كرة القدم:

إن السرعة تتوقف على سلامة الجهاز العصبي والألياف العضلية، لذا فالتدريب عليها

ينمي ويطور هذين الجهازين لما لهما من أهمية وفائدة في الحصول على النتائج الرياضية والفوز في المباراة.

كما أن هذه الصفة لها أهمية كبيرة من الناحية الطاقوية إذ تساعد على زيادة المخزون الطاقوي من الكرياتين الفوسفات وأدينوزين ثلاثي الفوسفات، وتتضح أهمية السرعة في المباراة عند مفاجئة الخصم من خلال سرعة الأداء والتمرير والتحرك وتغيير المراكز. (P157. Edgar Thil 2015)

#### 4-3- التحمل:

يعرف "داتشكوف" التحمل على أنه مقدرة اللاعب على تأخير التعب والذي ينمو في حدود مزاوله النشاط الرياضي المحدد، بمعنى القدرة على مقاومة التعب خلال النشاط الرياضي.

ومفهوم التحمل عند لاعبي كرة القدم فيعرفه "كرامر" بأنه قدرة اللاعب على الأداء المهاري و الفني بدرجة عالية و لفترة طويلة. (1994 حنفي محمود مختار ص48)

#### 4-3-1- أنواع التحمل:

##### - التحمل لفترة زمنية قصيرة:

يمتاز بقصر الفترة الزمنية حيث تمتد من 40 ثا إلى دقيقتين، كما أنه يمتاز بإرتباطه بالسرعة و القوة كما هو الحال في الركض 100م, 200م, 400م.

##### - التحمل لفترة زمنية متوسطة:

يمتاز بفترة زمنية متوسطة حيث تمتد من دقيقتين إلى 09 دقائق، وله علاقة إرتباطية قوية بينه و بين السرعة و القوة.

##### - التحمل لفترة زمنية طويلة:

يتميز بطول الفترة الزمنية و التي تمتد من 10د إلى 30د، كما أن تأثير تحمل السرعة

و القوة يكون ضعيف. (1989 طه إسماعيل عمر ص 101)

#### - التحمل لفترة زمنية فوق الطويلة:

نجد هذا النوع من التحمل في الرياضات التي يستمر بها الأداء أكثر من 30د كما هو الحال في الرياضات الجماعية، وعلى الرغم من هذا فأنواع التحمل مرتبطة ومكملة لبعضها البعض.

#### 4-3-2- طرق تنمية التحمل:

في فترة الإعداد العام يمكن التدريب على التحمل بواسطة الجري لمسافات طويلة ومتنوعة، ويهدف ذلك إلى تكييف الأجهزة الحيوية وهو ما يطلق عليه طريقة التدريب المستمر. (2004 كمال جميل الربطي ص 92)

أما لتطوير التحمل الخاص يتم استخدام مجموعة من التمارين التي تهدف إلى تحسين و تطوير التكنيك الخاص لتلك الفعالية الرياضية التي يتدرب عليها اللاعب من خلال التكرارات المناسبة والفترة الزمنية المناسبة لهذا التمرين، وتطوير التحمل الخاص له علاقة مباشرة بتطوير التحمل العام بحيث هناك تأثير متبادل بينهما، ولتطوير التحمل الخاص يجب استخدام طريقة التدريب الفترتي والدائري.

#### 4-4- الرشاقة:

الرشاقة في ذاتها من الصفات التي تحمل مكانا بارزا بين الصفات البدنية الأخرى كما أن لها علاقة بهذه الصفات، ولا تقتصر علاقة الرشاقة بالقوة والسرعة فقط وإنما تزداد علاقتها بالمهارة الحركية و ذلك لأن هذه الصفة لها خصائص مركبة.

يعرفها كمال عبد الحميد عن "كيرتن" بأنها القدرة على رد الفعل السريع للحركات الموجهة التي تتسم بالدقة مع إمكانية الفرد في تغير وضعه بسرعة، ولا يتطلب ذلك القوة العظمى.

أما "مانيل" يعرفها بأنها القدرة على التوافق الجيد للحركات بكل أجزاء الجسم أو جزء معين منه كاليدين أو القدم أو الرأس. (P121. Victor Genson 1994) وينصح "هارا" و "ماتيفيف" بإستخدام الطرق التالية في تنمية و تطوير صفة الرشاقة:

- الأداء العكسي للتمرين.

- التغيير في السرعة وتوقيت الحركات.

- تغيير الحدود المكانية لإجراء التمرين.

- تقصير مساحة اللعب.

- التغيير في أسلوب أداء التمرين.

#### 4-4-1- أنواع الرشاقة:

- الرشاقة العامة:

وهي نتيجة تعلم حركي متنوع أي نجده في مختلف الأنشطة الرياضية.

وتشير أيضا إلى المقدرة على أداء واجب حركي يتسم بالتنوع والإختلاف والتعدد بدقة

وإنسيابية وتوقيت سليم. (P24 Ladislav Kacani, 1986)

- الرشاقة الخاصة:

وهي القدرة على الأداء الحركي المتنوع حسب التكنيك الخاص لنوع النشاط الممارس

وهي الأساس في إتقان المهارات الخاصة باللعبة، وتعكس قدرة اللاعب على الأداء

الحركي في الرياضة المختارة بأسرع ما يمكن وكذلك بسهولة وأقل ما يمكن من أخطاء

وبدقة عالية، وترتبط بخصائص المهارات الحركية الأساسية من خلال تكرار أداء تلك

المهارات المختلفة بدقة عالية.

#### 4-4-2- أهمية الرشاقة في كرة القدم:

تلعب الرشاقة دورا بارزا في الحياة الإنسانية بصورة عامة وأكثر الإحتياجات لهذه

الصفة البدنية نجدها في الأنشطة والفعاليات الرياضية وبالأخص عند أداء الفرد الرياضي للحركات الصعبة والمركبة. (2001 مفتي إبراهيم حمادة ص200)  
**4-5- المرونة:**

المرونة هي إحدى عناصر اللياقة البدنية التي تساهم مع غيرها من العناصر كالقوة والسرعة والتحمل في بناء و تطوير الأداء الحركي عند اللاعب.  
 وتعرف المرونة بأنها قابلية اللاعب على تحريك الجسم وأجزائه في مدى واسع من الحركة دون الشد المفرط أو إصابة العضلات والمفاصل.  
 ويعرفها "هارا" بأنها قدرة الرياضي على أداء حركات مع منح حرية كبيرة للمفاصل بإرادته أو تحت تأثير. (1990 هارا ص296)

#### 4-5-1- أقسام المرونة:

##### - المرونة العامة:

وتشمل مرونة جميع مفاصل الجسم وتولد المرونة العامة مع الإنسان و بهذا تكون الحركة جيدة لجميع المفاصل. (محمد حسن علاوي، مرجع سابق ص80)

##### - المرونة الخاصة:

وتشمل مرونة المفاصل التي تدخل في الأداء الفني الحركي، حيث يكون لكل رياضة مرونتها الخاصة بها، وتحسين المرونة الخاصة يؤدي إلى تحسين نتيجة اللاعب في شكل الرياضة التي يمارسها، وتكون المرونة إيجابية أو سلبية.  
 وتمثل المرونة الإيجابية في قدرة اللاعب على أداء حركة لأوسع مدى في أي مفصل خلال عمل المجموعات العضلية.

أما المرونة السلبية فتعني الوصول لأوسع مدى للحركة بتأثيرات خارجية مثل مساعدة الزميل والأدوات المساعدة. (P34 Dekkar nourdine,1990)

#### 4-5-2- أهمية المرونة:

تعتبر المرونة الشرط الأساسي لأداء الحركات كما ونوعا وبصورة جيدة، كما تعتبر وسيلة أساسية لتخليص العضلات من نواتج الأيض الناتجة عن الجهد البدني، وتكمن أهميتها أيضا في الوقاية من الإصابات مما يعطي دفعا إيجابيا من الناحية السيكولوجية للاعبين وبالتالي تحقيق النتائج الرياضية.

( P124. Cazorla G 1993 )

والمرونة هي الصفة التي تسمح بإستعمال أحسن وأوسع وأعلى لكل قدرات الرياضي حيث تساعد على الإقتصاد في الجهد والوقت أثناء التدريب كما تساعد على قدرة التعلم السريع للحركة وسرعة إتخاذ القرار أثناء المنافسة وقدرة التكرار لتمارين بالدقة الجيدة، فالرياضي الذي نادرا ما يصاب يمكن أن يحسن مستواه، كما أن حركاته تكون أكثر حرية في المفاصل وبالتالي يكون أدائه المهاري جيدا.

#### 5- العوامل التي تؤثر على المستوى البدني للاعب كرة القدم:

##### 5-1- المركز الذي يلعب فيه اللاعب:

لكل مركز متطلبات بدنية خاصة، فمثلا يحتاج المهاجمون إلى سرعة أكبر من المدافعين.

##### 5-2- عمر اللاعب:

مع تقدم اللاعب في العمر، تتراجع بعض قدراته البدنية، مثل السرعة والقوة العضلية.

##### 5-3- التدريب:

يعد التدريب المنتظم ضروريا للحفاظ على اللياقة البدنية وتحسينها.

##### 5-4- الراحة:

يحتاج اللاعب إلى الراحة الكافية للسماح لجسمه بالتعافي من التمارين.

5-5- النظام الغذائي:

يجب أن يتبع اللاعب نظاما غذائيا صحيا يغذي جسمه ويمده بالطاقة اللازمة للتمارين

والأداء. (P86 Brikci A. Dekkar N, 1990)

### خلاصة:

يعد المستوى البدني أحد أهم العوامل التي تُحدّد نجاح لاعب كرة القدم. من خلال اتباع برنامج تدريبي منتظم، فبالإضافة إلى المهارات الفنية والتكتيكية، يتطلب اللعب الحديث قدرات بدنية استثنائية ليتمكن اللاعب من مجاراة سرعة اللعب وتحمل الضغوطات، وتقديم أفضل ما لديه طوال مدة المباراة.

## الفصل الثالث

المتطلبات الحديثة لكرة القدم

**تمهيد:**

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا وشعبية في العالم من حيث عدد اللاعبين والمشاهدين وهي لعبة تتميز بسهولة المهارات النظرية وصعوبة تنفيذها أثناء المنافسة، وهي من الألعاب القديمة وتاريخها طويل حافظت فيه على حيويتها وقدرتها على إستقطاب الجماهير بإهتمامهم ومارسها الشعوب بشغف كبير وأعطوها أهمية خاصة فجعلوها جزءا من منهاج التدريب العسكري لما تتميز به من روح المنافسة والنضال.

## 1- / تعريف كرة القدم:

1-1- / **التعريف اللغوي:** كرة القدم "Foot.ball" هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بالـ"Regby" أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى "Soccer".

## 1-2- / التعريف الإصطلاحي:

كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع".

## 1-3- / التعريف الإجرائي:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكمان للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا إنتهت المباراة بالتعادل " في حالة مقابلات الكأس " فيكون هناك شوطين إضافيين. (1997 حسن عبد الجواد ص08)

## 2- / نبذة تاريخية عن كرة القدم:

تعتبر كرة القدم اللعبة الأكثر شيوعا في العالم، وهي الأعظم في نظر اللاعبين والمتفرجين.

نشأت كرة القدم في بريطانيا، و أول من لعب الكرة كان عام 1175م، من قبل طلبة المدارس الإنجليزية، وفي سنة 1334م قام الملك (إدوارد الثاني) بتحريم لعب الكرة في المدينة نظرا للانزعاج الكبير كما إستمرت هذه النظرة من طرف (إدوار الثالث)

ورثشارد الثاني وهنري الخامس (1373م-1453م) نضرا للإنعكاس السلبي لتدريب القوات العسكرية. ( 1997 مفتي إبراهيم حمادة ص18 )

لعبت أول مرة في مدينة لندن بعشرين لاعب لكل فريق، وذلك في طريق طويل مفتوح من الأمام ومغلق من الخلف، حيث حرمت الضربات الطويلة والمناولات الأمامية، كما لعبت مباراة أخرى في ( ايتون Eton ) بنفس العدد من اللاعبين في ساحة طولها 110م، وعرضها 5.5 م وسجل هدفان في تلك المباراة.

في عام 1863م أسس إتحاد الكرة على أساس نفس القواعد وأول بطولة أجريت في العالم كانت عام 1888م (كأس اتحاد الكرة ) أين بدأ الحكام بإستعمال الصفارة ، وفي عام 1863م تأسس الإتحاد الدانمركي لكرة القدم ، وأقيمت كأس البطولة بـ15فريق دانمركي وكانت رمية بكتا اليمين. في عام 1904م تشكل الإتحاد الدولي لكرة القدم FIFA وذلك بمشاركة كل من فرنسا، هولندا بلجيكا سويسرا والدانمرك، وأول بطولة لكأس العالم أقيمت في الأرجواي 1930م وفازت بها. ( 1998 مختار سالم ص12 )

**3- كرة القدم في الجزائر :**

تعد كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت، والتي أكتسبت شعبية كبيرة، وهذا بفضل الشيخ "عمر بن محمود"، "علي رابيس"، الذي أسس سنة 1895م أول فريق رياضي جزائري تحت إسم ( طليعة الحياة في الهواء الكبير . lakant garde vie grandin ) وظهر فرع كرة القدم في هذه الجمعية عام 1917م ، وفي 07 أوت 1921م تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية " مولودية الجزائر " غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة ( CSC ) هو أول نادي تأسس قبل سنة 1921م، بعد تأسيس مولودية الجزائر تأسست عدة

فرق أخرى منها غالي معسكر الإتحاد الإسلامي لوههران والإتحاد الرياضي الإسلامي للبلدية والإتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر.

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكامل لصد الإستعمار، فكانت كرة القدم أحد هذه الوسائل المحققة لذلك، حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين، حيث في سنة 1956م وقعت إشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت بين مولودية الجزائر وفريق أورلي من (سانت أوجين، بولوغين حاليا) التي على إثرها إعتقل العديد من الجزائريين مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م تجنباً للأضرار التي تلحق بالجزائريين. (1997 مفتي إبراهيم حماد ص 17)

#### 4- صفات لاعب كرة القدم :

يحتاج لاعب كرة القدم إلى صفات خاصة، ثلاثم هذه اللعبة وتساعد على الأداء الحركي الجيد في الميدان ومن هذه الخصائص أو المتطلبات هناك أربع متطلبات للاعب كرة القدم. (1999. مصطفى كامل محمود ص 39)

#### 4-1- الصفات البدنية:

من مميزات كرة القدم أن ممارستها في متناول الجميع مهما كان تكوينهم الجسماني، وإن إعتقدنا بأن رياضيا مكتمل التكوين الجسماني قوي البنية، جيد التقنية، ذكي، لا تنقصه المعنويات هو اللاعب المثالي فلا نندهش إذا شاهدنا مباراة ضمت وجها لوجه لاعبين يختلفون من حيث الشكل والأسلوب، لنتحقق من أن معايير الإختيار لا ترتكز دوما على الصفات البدنية، فقد يتفوق لاعب صغير الحجم نشيط ماهر بجيد المراوغة على خصمه القوي الحازم الشريف المخدوع بحركات خصمه غير المتوقعة، وذلك ما يضيف صفة العالمية لكرة القدم ويتطلب السيطرة في الملعب على الإرتكازات

الأرضية، ومعرفة تمرير ساق عند التوازن على ساق أخرى من أجل إتقاط الكرة، والمحافظة عليها وتوجيهها بتناسق عام و تام.

#### 4-2- الصفات الفيزيولوجية:

تحدد الإنجازات لكرة القدم الحديثة بالصفات الفنية والخططية والفيزيولوجية وكذلك النفسية والاجتماعية،

وترتبط هذه الحقائق مع بعضها و عن قرب شديد فلا فائدة من الكفاءات الفنية للاعب إذا كانت المعرفة الخططية له قليلة، وخلال لعبه كرة القدم ينفذ اللاعب مجموعة من الحركات مصنفة ما بين الوقوف الكامل إلى الركض بالأقصى، وهذا السلوك هو الذي يفصل بل يميز كرة القدم عن الألعاب الأخرى فمتطلبات اللعبة الأكثر تعقيدا من أي لعبة فردية أخرى. (1997 حسن عبد الجواد ص141)

والتي 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.

#### 4-3- الصفات النفسية :

تعتبر الصفات النفسية أحد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم وما يمتلكه من السمات الشخصية ومن بين الصفات النفسية نذكر ما يلي:

#### 4-3-1- التركيز:

يعرف التركيز على أنه " تضيق الإنتباه، وتشبيته على مثير معين أو الإحتفاظ بالإنتباه

على مثير محدد، ويرى البعض أن التركيز يجب أن يقتصر على المقدرة على الإحتفاظ بالإنتباه على مثير محدد لفترة من الزمن وغالباً ما تسمى هذه الفترة بمدى الإنتباه.

#### 4-3-2- / الإنتباه:

يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة، أو تركيز العقل على فكرة معينة من بين العديد من الأفكار، ويتضمن الإنتباه الإنسجام والإبتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد إنتباهه.

#### 4-3-3- /التصور العقلي:

وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل لغرض الإعداد للأداء, ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب تمكن من إرسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو مطلوب. (1998مختار سالم ص72)

#### 4-3-4- / الثقة بالنفس:

هي توقع النجاح، والأكثر أهمية الإعتقاد في إمكانية التحسن، ولا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الإحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسن الأداء.

#### 4-3-5- /الإسترخاء :

هو الفرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة طاقته البدنية والعقلية والإنفعالية بعد القيام بنشاط ، وتظهر مهارات اللاعب للإسترخاء بقدرته على التحكم وسيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر.

### 5- المتطلبات العامة للاعب كرة القدم:

#### 5-1- لمحة عن المتطلبات الفردية:

إن التطرق إلى بعض المتطلبات الفردية للاعب كرة القدم الحديثة بشكل عام يمكننا من تحديد جملة الخصائص التي يعتمد عليها خلال مرحلة التدريب بشكل مكثف من أجل ضمان توافرها في اللاعبين فإن أداء لاعب كرة القدم يعتمد على إرتباط العديد من العوامل الحاسمة فبغض النظر عن الصحة الجيدة والنضج الإجتماعي يمكن تلخيص بعض الخصائص في ما يلي:

- التكيف مع مختلف الحالات والأدوار .
- القدرة على تقييم مواقف اللعب بشكل صحيح.
- الكفاءة التقنية للإجابة على أكثر مواقف اللعبة حساسية.
- الإرادة في المبارزات ،والمثابرة في جميع المواقف التكتيكية.

#### 5-2- المتطلبات البدنية:

تعد متطلبات البدنية الركيزة الأساسية التي يبنى عليها مفهوم اللياقة البدنية للاعب كرة القدم، و هي أحد أساسيات المباراة لما تتطلبه من جري سريع لمحاولة الإستحواذ على الكرة قبل الخصم ،و الأداء المستمر طوال زمن المباراة (90 دقيقة) والذي قد يمتد أكثر من ذلك في الكثير من الأوقات وكذا سرعة تبادل المراكز وتغيير الإتجاهات ولذا يجب أن يتصف لاعب الكرة بدرجة عالية بكل ما تحتاجه المباراة والعمل على رفع كفاءته حتى يتمكن من تنفيذ المهام المهارية والخططية المختلفة بفاعلية، فقد أصبح حالياً من الواجب الهجوم بالإشتراك في الدفاع في حالة إمتلاك الفريق للكرة.

(1994حنفي محمود مختار ص 55)

- كرة القدم لعبة هجومية للغاية (أكثر من 2.5 هدف لكل مباراة) في المسابقات الكبرى في بلدان معينة.
- ما يقرب من 25 من الأهداف ما زالت مسجلة في الربع الأخير من الساعة. وهذا ما ينطوي عليه:
- من 30 إلى 100 لمسة من الكرة في كل مباراة ، على حسب المركز.
- إجمالي مسافات الجري في المتوسط حسب الفريق والمباراة:
- من 10-11 إلى 14 كلم في المجموع من 3 إلى 4.5 كلم بالكرة ومن 3.6 إلى 4.5 كم بدون كرة.
- جري من 500 إلى 800 متر بكثافة عالية (21) إلى 24 كلم / ساعة).
- ❖ مسافات الجري الإجمالية في المتوسط على حسب المركز :
- خط الوسط: 11 إلى 14 كلم.
- المدافع الجانبي: 10.5 إلى 12 كلم.
- المدافع المركزي : 9.5 إلى 11 كلم.
- المهاجمون 10.5 إلى 12 كلم.
- ❖ مسافات العدو (+ 30% منذ 1994):
- من 200 إلى 350م (أكثر من 25 كلم/سا ، أو من 10 إلى 20 سباق للاعب على حسب مركزه.
- من 40 إلى 150م بالكرة ومن 90 إلى 150م بدون كرة، من 280 إلى 350م للظهيرين.
- من 230 إلى 300 م للمهاجمين أي 120 إلى 180م بالكرة و 80 إلى 120 م بدون كرة.

- متوسط مسافة العدو: 15 إلى 23 م (المجموع: 10 إلى 40 م).
  - متوسط الراحة بين الجهود بشكل عام من 30 إلى 45 بوصة وبين العدو السريع: 1 إلى 4" (حسب المركز). (Fifa, Football des jeunes)
- يمكن إجراء تحليل النشاط أثناء مباراة كرة القدم باستخدام أدوات مختلفة مثل: المراقبة وتحليل تسجيل الفيديو، وأجهزة الإرسال الإلكترونية في نظام مثلي ونظام تحديد المواقع العالمي، مقاييس التسارع أو تحليلات الفيديو شبه الأوتوماتيكية مثل (Prozone)، أنظمة التحليل الأخيرة هذه هي الأكثر موثوقية في تقييم الآثار المادية والتقنية خلال مباراة لكرة القدم. ( P71 Dellal,2020 )

المسافة الكلية المقطوعة ب كلم	الدرجة	الكتاب
3 361	Professionnel anglais	Gamblin et Winterbottom (1952)
10 200	Professionnel suédois	Agnevik (1970)
12 000	Amateur suédois	Saltin (1973)
11 700	Professionnel anglais	Whitehead (1975)
7 100	Division 2 finlandaise	Smaros (1980)
11 500	Sélection australienne	Whiters et al. (1982)
10 000	Amateur suédois	Eklom (1986)
9 000	Amateur allemand	Gerisch et al. (1988)
9 660	2 <sup>e</sup> division anglaise	Reilly (1994 et 1996)
10 550	International danois	Bangsbo (1994)
8 638	International sud-américain	Rienzi et al. (2000)
10 333	Professionnel danois	Mohr et al. (2004)
15 000	Professionnel anglais	Hawkins (2004)
11 393	Professionnel espagnol	Di Salvo et al. (2007)
10 012	Professionnel brésilien	Barros et al. (2007)
10 864	Professionnel anglais	Rampinini et al. (2007)
10 425 – 11 726	Professionnel français	Dellal et al. (2010)
10 496 – 11 780	Professionnel espagnol – anglais	Dellal et al. (2011)
Entre 9273 et 13 200 m et entre 108 et 180 (210) m/min	Professionnel français	LFP (2018) – saison 2017-2018

**الجدول (01):** يمثل سجل المسافات الإجمالية المقطوعة خلال المباريات الرسمية في

كرة القدم. ( P73 Dellal,2020 )

		مرحلة ما قبل البلوغ المراهقة		مرحلة البلوغ	مرحلة ما بعد البلوغ المراهقة	
		8-6 سنوات	11-09 سنة	14-12 سنة	17-15 سنة	18 سنة و +
الحركة النفسية الموجهة لكرة القدم		++++	+++	+		
التعلم التقني المتعدد(كرة القدم 3/2)		++	++++	+++		
التعلم الخاص بكرة القدم		++	+++	++++	+	
القدرة الهوائية	المدائمة	++	+++	+++	+++	++
	الاستطاعة الهوائية القصوى PMA	+	++	++++	+++	+++
قدرة لاهوائية حمضية				+	++	++
سرعة		++	+++	++++	++++	++++
القوة العضلية	تقوية عامة	++	+++	++++	+++	++
	القوة القصوى				++	++++
القدرة العضلية				++	+++	+
المدائمة العضلية		+	++	++	+++	+
المرونة		++	++	++++	+++	+++

**الجدول (02):** يبني أهم الصفات البدنية في كرة القدم و الفترات الأكثر ملاءمة

لتطويرها. ( P124 Hourcade,2010 )

### 5-3- المتطلبات المهارية:

تتميز كرة القدم الحديثة بسرعة عالية على نحو متزايد من الإيقاع و الشدة ، وهو ما يتضح من متوسط عدد لمسات الكرة التي تم الحصول عليها عن طريق الإستحواذ على الكرة ( 2.217 كجم ) ( و نادراً ما تتجاوز المدة الإجمالية للحيازة دقيقة واحدة أو 1.30 دقيقة الجدول (4) يقدم اللاعبون ما بين 75 و 81 من التمريرات الناجحة ،

مع قيم تصل إلى 84-90% في أفضل الفرق الأوروبية ريال مدريد، أولمبيك ليون، مانشستر يونايتد، برشلونة، بايرن ميونخ، إلخ).

تعتبر فكرة المباراة أيضًا أساسية في كرة القدم وغالبًا ما تميز ضد الفرق التي تخسر المباريات أو مواقف اللعب المختلفة (باستثناء الحالات الخاصة. سينخفض الأداء الفني بين 'd1 و d2 نصف الوقت، وقد وصف بعض المؤلفين أن الإنخفاض في عدد الممتلكات ونسبة التمريرات الناجحة في فريق يعين بانتظام الفرق الخاسرة. علاوة على ذلك فإن التعديلات على أنظمة اللعبة ستعدل النشاط الفني للاعبين وخاصة المهاجمين، فنمط اللعب وآثاره الهجومية الدفاعية يؤدي إلى تغييرات في النشاط الفني للاعب، ونوع التمريرات التي سيجريها والمواقف التي سيجد فيها نفسه وعدد المباريات والمخططات التفضيلية. (P94 Dellal,2017)

إن من أهم أهداف الفريق في كرة القدم تحقيق الفوز على الخصم وهذا الهدف لا يمكنه أن يتحقق إلا إذا يتقن تطبيق الخطط الدفاعية والهجومية بكفاءة وإيجابية ، هذه الخطط التي تعتمد على المهارات الأساسية التي تعتبر جوهر الإنجاز في المباريات وبدونها لن يكون هناك تنفيذ خططي سليم، والإعداد المهاري هو عملية تعليم وإتقان المهارات الأساسية المستخدمة في كرة القدم ومحاولة تثبيتها وتمثل ركنا أساسيا في وحدة التدريب اليومية والقاعدة الأساسية للعبة ، ومن هنا يتضح ويتجلى أهمية التدريب على المهارات الأساسية بالنسبة للاعب كرة القدم وهذا ما يؤكد "تامر محسن" حيث يقول إن مجهودات الفريق الهجومية تتركز في فعالية واحدة هي إدخال الكرة في الهدف وبدون هذه الفعالية لا يمكن للفريق أن يحقق الفوز على الخصم.

من هنا تظهر أهمية الفعاليات التكتيكية بالنسبة لمؤدي هذه الفعالية، وعليه ومما تم ذكره سابقا فإن المهارات الأساسية تلعب دورا هام في عملية الإعداد الشامل والمتكامل

للاعب كرة القدم الناشئ، ولا يأتي هذا إلا من خلال البرامج التدريبية المبنية على الأسس العملية في مجال التدريب الرياضي الحديث وكذا متابعة المدرب للطرق الحديثة في عملية تعلم وإتقان المهارات الأساسية ، فقد أصبح اللاعب على درجة عالية من السيطرة والتحكم بالكرة، إضافة إلى قدرته العالية في الخداع بطرق مختلفة ومتعددة و التهديف مباشرة على المرمى. (2009 موفق ص 241)

مركز اللعب	الدوري	العينة	%تمريرات ناجحة	عدد التمريرات للأمام	الاستحواذ على الكرة	الوقت الكلي للاستحواذ	لمس الكرة عدد الاستحواذ عليها	فوز بالصراعات الهوائية والأرضية	
مدافع مركزي	LIGA	624	77.00	15.32	43.40	43.89	1.76	59.44	56.04
	FAPL	1704	75.00	15.16	41.22	41.72	1.74	61.89	55.84
ظهير	LIGA	212	79.00	18.28	54.38	54.40	1.79	61.48	54.20
	FAPL	132	81.00	20.30	58.88	59.76	1.84	59.41	55.42
وسط ميدان دفاعي	LIGA	616	78.00	14.13	53.60	63.61	2.03	48.99	50.13
	FAPL	1356	77.00	14.52	53.22	60.76	2.01	47.55	49.96
وسط ميدان هجومي	LIGA	82	78.00	13.42	60.96	84.04	2.26	40.19	50.75
	FAPL	76	80.00	13.06	57.12	76.09	2.24	39.21	50.74
وسط ميدان محوري	LIGA	100	77.00	14.44	55.30	67.23	2.03	46.46	49.66
	FAPL	50	80.00	14.46	56.24	77.85	2.24	49.05	49.67
مهاجم	LIGA	262	74.00	6.52	41.52	55.87	2.16	39.38	47.70
	FAPL	724	70.00	7.79	43.04	54.19	2.01	34.98	46.61

**الجدول (03):** يمثل سجل الأداء الفني خلال جميع المباريات الرسمية للبطولة

الإسبانية والإنجليزية حسب مختلف المناصب خلال موسم 2010 - 2011.

(Dellal,2017 )

## 5-4- المتطلبات الفيزيولوجية:

إن لعبة كرة القدم ليست برياضة تكتيكية وهذا ما يؤكد كازورلا حيث يصنف النظام اللاهوائي اللبني بأقل نسبة ب % 14.3 ، والنظام الهوائي بأعلى نسبة قدرت ب 70.8 % وجاءت نسبة النظام الفوسفاتي % 9, 14 ، وتلعب القدرات الفيسيولوجية دورا رئيسيا مهما في ممارسة كرة القدم من خلال تنمية هذه القدرات الهوائية واللاهوائية وتكيف أعضاء وأجهزة أجسام مختلفة. (2016 عقبوبي حبيب ص 90)

قام العديد من المؤلفين بتحليل متوسط معدل ضربات القلب ، لاكتات الدم ، وإستهلاك الأكسجين ( $Vo_{2max}$ ) غالبًا كنسبة مئوية من ( $Vo_{2max}$ ) خلال المباراة. فيما يتعلق بمتوسط نبضات القلب ، أبلغ المؤلفون عن قيم تتراوح بين 157 و 175 نبضة في الدقيقة، أي بين 72 و 93 % من النبض القلبي الأقصى. (Dellal, 2008)

ويعتبر الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين هو المتغير الفسيولوجي الأكثر دراسة في كرة القدم مقارنة بالقيم المنشورة منذ عام 1964 ، ويدعم ذلك وجود علاقة إيجابية بين مستوى الممارسة وأهمية ( $Vo_{2max}$ ) بحد أقصى بين 60 و 65 ملل / د / كغ.

القيمة المتوسطة للاعبين المحترفين أعلى هذه القدرة مهمة في تدريب عالي المستوى ، وتتيح أيضًا تعافيًا أفضل وقبل كل شيء تضمن للاعب كفاءة عالية في استخدام الطاقة طوال مدة المباراة. (CAZORLA & FARHI, 1988)

المؤلفون	متوسط النبض القلبي ن/د	%النبض القلبي max	مجتمع الدراسة
Seliger 1968	165	80%	Professionnels tchécoslovaque
Agnevik 1970	175	93%	Internationaux suédois
Smodlaka 1978	171	85%	Internationaux russes
Reilly 1986	157	72%	Professionnels de 1ère league anglaise
Van Gool et Al 1988	169 في الشوط الأول، 165 في الشوط الثاني	84%	
Ali et Farrally 1991	168-172	-	Professionnels et amateurs écossais
Bangsbo 1992	164 في الشوط الأول، 154 في الشوط الثاني	80%	Internationaux danois
Brewer et Davis 1994	175	89-91%	Professionnels suédois
Helgerud et al 2001	-	82.2%	Internationaux juniors norvégiens
Mohr et al 2004	160	-	Professionnels danois

**الجدول (04):** يمثل متوسط معدل ضربات القلب أثناء مباريات كرة القدم وفقا لمؤلفين

مختلفين حسب Bangsbo 1994 . (P37. Dellal,2008 )

المؤلفون	الدرجة	الحجم الأقصى للأكسجين مل/د/كغ
Eklom et coll (1981)	Loisirs .....	45.0 à 60.0
Caru et coll (1970)	Amateurs (n = 95) .....	56.0
Chatard et coll (1981)	Équipes : Cameroun et Sénégal .....	55 ± 4 & 56 ± 5
Kae Oulaï (1988)	3 <sup>e</sup> Division France .....	58.5
Rowen et coll (1976)	Professionnels Nord Américains .....	58.9
Nos travaux (1989)	Stagiaires, Professionnels Girondins .....	60.7 ± 4.0
Chatard et coll (1991)	Professionnels Saint-Étienne .....	61 ± 3
Nos travaux (1991)	Professionnels 2 <sup>e</sup> Division Girondins .....	61.1 ± 3.0
Eklom (1984-1986)	Professionnels Internationaux .....	61.0
Withers et coll (1977)	Internationaux Australiens .....	62.0
Nos travaux (1989)	Professionnels et Internationaux Girondins ..	64.4 ± 4.0
Hollmann et coll (1964)	Professionnels Haut Niveau Allemagne ..	65.0
Rost et Hollmann (1984)	Équipe Nationale Suédoise .....	67.0

### الجدول (05)

يمثل قيم (Vo2max) القصوى تم الحصول عليها من جهاز الجري تم تقييم مستويات ممارسة لاعبي كرة القدم. ( P104 Farhi et Cazorla,1998 )

#### 5-5- المتطلبات التكنولوجية:

في كرة القدم عندما يكون اللاعب مستحوذ على الكرة، يكون تركيزه البصري على سلوك الشركاء والخصوم لذلك فإن إبطار اللاعب يكون محدود هنا تتجلى أهمية الإدراك الخططي كنوع من الذكاء حيث تتكون لديه إن صح التعبير صورة ذهنية حوله عن مكان اللاعبين الآخرين، وتختلف هذه القدرات الحسية حسب موقع أو تمركز اللاعب في الميدان.

إن التمارين الخططية التي يقوم بها المدربون تساعد على تطوير الخصائص السابقة الذكر لذلك فإن التمارين المهارية تزيد من قدرة الإحساس بالكرة فتصبح من السهل التحكم في الكرة أثناء تنفيذ الخطط الهجومية والتكيف السريع مع تغير ظروف اللعب. (2001 حسين السيد أبو عبده ص37)

#### 5-6- المتطلبات المورفولوجية:

حسب التقرير العالمي للفيفا سنة 2014 ضمن الدراسات المتعلقة بكأس العالم بالبرازيل فإن متوسط الطول المثالي للاعب كرة القدم هو 81.1 سم

بينما متوسط الوزن المثالي هو 74 كلغ .

ولكن حسب بعض الخبراء على غرار Toumanian G.S سنة 1971 وفقا لهذا العالم يسمح قصر الطول بتحكم أفضل وسيولة من حركات الجسم أي قرب ثقل الجسم من الأرض أو فكرة أن الحجم الكبير يمكن أن تحد من براعة فنية لاعبي كرة القدم. و لكن على أساس المنطق السليم ، فإن هذه الظاهرة هي حقيقة واقعة، لأن اللاعبين المتوسطين هم في معظم الحالات فنيون جيدون. ( 2000 بطرس رزق الله ص87) ان الكثير من الدول المتقدمة تدقق في إختيار اللاعبين لتوفير الجهد والوقت لكل من المدرب واللاعب لذلك أعطت هذه الدول أهمية خاصة أثناء مراحل الإختبار المتعددة والمختلفة إلى المقاييس الجسمية التي يتميز بها رياضي كرة القدم المختلفة كأساس للتنبؤ بمستقبل اللاعب أثناء مزاوله هذا النشاط ، فيتفق العديد من الباحثين على أنه لكي يكون مستوفيا لمتطلبات وإحتياجات النشاط الرياضي الممارس لابد وأن يمتلك جسما متناسقا ، تلعب نوعية الأجسام دورا في إمكانية الإشتراك في ممارسة كرة القدم بمستوى معين.

الفريق	العدد	السن	الطول	الوزن	نسبة الدهون
تشيكوسلوفاكيا	15	3.4±24.8	5.5 ±182.6	6.2 ± 78.7	2.7 ±8.1
منتخب فرنسا	26	3.1±26.6	5.2 ±182.3	7.1 ± 79.2	1.9 ±10.3
فنلندا	31	3.3±26.7	4.3 ±180.4	7.3 ± 76 .0	2.8 ±12.4
بطولة فرنسا الدرجة الاولى	165	3.8±25.6	5.8 ±180.1	6.6 ± 75.7	2.1 ±11.8
هولندا	78	26.8	179.6	76.6	11.8
اليونان	99	3±25.4	5.1 ±178.2	5 ±74.5	1.6 ±9.2
البرتغال	21	27.6	178.1	73.8	1.3± 11.0
ايطاليا	33	3.8±26.3	5 ±178	5.9 ±75.7	1.9 ±11.7
بطولة فرنسا الدرجة الثانية	115	3.3±19.8	5.5 ±175.7	6.1 ±70.1	2.4± 11.7

الجدول (06): يمثل القياسات الجسمية لبعض فرق كرة القدم حسب كازورلا.

(P64 Cazorla ,2001)

### 5-7- المتطلبات النفسية:

من أجل الحد من نسبة عدم الثقة في كرة القدم، يجب على اللاعب أن يطور بالإضافة إلى صفاته البدنية ، الصفات العقلية وقوة الشخصية لزيادة إلتزامه في اللعبة. لهذا يجب أن يكون لدى اللاعب القدرة على التكيف والإستباق في مواجهة التغيرات في الموقف يجب أن يكون قادرا على إستخدام إمكاناته على أكمل وجه على الرغم من الإجهاد والمخاطر، كما يجب أن يكون مبتكرا لخلق عدم الثقة :لا يمكن التنبؤ به بالنسبة للخصم.

يجب أن يكون لديه توقيت وصحة في الممر لإجراء تبادلات سريعة للمراوغة و التسديدات ، حتى عندما يكون متعبا. يجب أن يكون منضبطا في الجهد بأقصى إلتزام وعدوانية مضبوطة و بشكل عام هو موقف التواصل داخل المجموعة.

يجب أن يكون لديه عنصرين تكميليين أساسيين: الذكاء الرغبة تسمح قراءته للعبة السريعة وشعوره بالتوقع أن يتقدم خطوة واحدة في تنفيذ الأعمال الهجومية أو الدفاعية. اللاعب متخصص ومنتوع حتى لو تم تعيينه في منصب معين، يجب أن يكون قادراً على تولي أدوار أخرى في المجموعة. على سبيل المثال، يمكن أن يكون مهاجماً أمامياً ويتغير للعب على الجانبين مع العبء الدفاعي المعني.

#### - عوامل القوة العقلية:

تركيز، تنبيه ، صرامة، التحكم في النفس الثقة في النفس، مقاومة الضغط، عدوانية، تحمل المخاطر، التحمل النفسي التنافسية، اللعب من أجل الفريق التحفيز العالي والإنجاز الشخصي، السعي للتطور (Fifa (Football des jeunes

كما يعتمد أداء لاعب كرة القدم كثيرا على سلوكه النفسي الخلفي، و إنطلاقا من الطابع الخاص الذي يميز مقابلة كرة القدم، تعتبر الصفات النفسية أحد الجوانب الهامة لتحديد خصائص لاعب كرة القدم وما يمتلكه من السمات الشخصية ومن بين الصفات النفسية نذكر ما يلي:

### 5-7-1- التركيز:

يعرف التركيز على أنه تضيق الإنتباه ، وتشبيته على مثير معين أو الإحتفاظ بالإنتباه على مثير محدد "ويرى البعض أن مطلع التركيز يجب أن يقتصر على المعني التالي: المقدره على الإحتفاظ بالإنتباه على المثير محددة لفترة من الزمن وغالبا ما تسمى هذه الفترة بمدى الإنتباه.

### 5-7-2- الانتباه:

يعني تركيز العقل على واحدة من بين العديد من الموضوعات الممكنة أو تركيز العقل على فكرة معينة مبنية على العديد من الأفكار، ويتضمن الإنتباه الإنسجام والإبتعاد عن بعض الأشياء حتى يتمكن من التعامل بكفاءة مع بعض الموضوعات الأخرى التي يركز عليها الفرد إنتباهه، وعكس الإنتباه هو حالة الإضطراب والتشويش وتشتت الذهن.

### 5-7-3- التصور العقلي:

وسيلة عقلية يمكن من خلالها تكوين تصورات الخبرات السابقة أو تصورات جديدة لم تحدث من قبل العرض الإعداد للأداء ، ويطلق على هذا النوع من التصورات العقلية الخريطة العقلية ، بحيث كلما كانت هذه الخريطة واضحة في عقل اللاعب أمكن لمح إرسال إشارات واضحة للجسم لتحديد ما هو مطلوب.

**5-7-4- الثقة بالنفس:**

هي توقع النجاح والأكثر أهمية الإعتقاد في إمكانية التحسس ، ولا تطلب بالضرورة تحقيق المكسب فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز يمكن الإحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسن الأداء.

**5-7-5- الإسترخاء:**

هو الفرصة المتاحة للاعب لإعداد تعبئة صفاته البدنية والعقلية والإنفعالية بعد القيام بنشاط ، وتظهر مهارات اللاعب للإسترخاء بقدرته على التحكم وسيطرته على أعضاء جسمه المختلفة لمنع حدوث التوتر.

## خلاصة:

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة الأكثر إنتشارا في العالم منذ القدم، وليس هناك ما يستدعي الحديث عنها، فأصبحت الرياضة التي تفرض نفسها على كافة الأصعدة، بفضل ما خصص لها من إمكانيات كبيرة من طرف الدول، التي جعلتها في مقدمة الرياضات التي يجب تطويرها والنهوض بها للوصول إلى المستوى العالمي إذ أن النجاح في بناء فريق كرة القدم يستدعي بالضرورة تواجد مجموعة من العوامل الأساسية التي بدونها لا يمكن الإرتقاء بمستوى كرة القدم.

فالوصول إلى النتائج يكون في مختلف الجوانب وبالخصوص الجانب البدني الذي يعتبر نقطة قوة اللاعب في السيطرة على مجريات اللعب وإكمال المباراة دون تراجع في المستوى، لذلك فإن النشاط البدني والتدريب الرياضي في كرة القدم يجب أن يأخذ بعين الإعتبار جميع الإمكانيات ومختلف المتطلبات للوصول إلى أعلى المستويات .

الباب الثاني

الدراسة الميدانية

# الفصل الأول

منهجية البحث

والإجراءات الميدانية

## تمهيد:

تعتبر منهجية البحث والإجراءات الميدانية الخاصة به أهم خطوة في البحث العلمي التي يستوجب على الباحث أن يدركها ويتقن مراحلها من خلال إنتقاله من مرحلة إلى أخرى بطريقة منظمة و منسقة، وعليه أن يدرك كيفية إستعمال مختلف الأدوات الخاصة لهذه العملية وكذا طريقة صياغتها و إستغلالها في خدمة هدف البحث. و سنوضح في هذا الفصل الإجراءات التي إعتدنا عليها من أجل الوصول إلى حل لمشكلة البحث.

كما سنبين المجالات التي تم فيها البحث من المجال المكاني والزمني والبشري كما حددنا مجتمع الدراسة والعينة المختارة ونوع المنهج المتبع لإنجاز هذا البحث لتحقيق الهدف المرجو وسيحتوي الفصل على عرض مفصل لأدوات الدراسة المستعملة وكيفية معالجتها وتسجيل نتائجها.

**1- الدراسة الإستطلاعية:**

لا يخفى على أي باحث أن ضبط سؤال الإشكالية و صياغة الفرضيات و تحديد الأهداف هو أساس إنطلاق الدراسة، أما أدوات البحث المناسبة فهي أساس نجاح الجانب الميداني الذي يعزز من مصداقية الإشكالية وحسب طبيعة موضوعنا إستعملنا المنهج الوصفي بأسلوب المسح إعتمادا على أداة الإستبيان حيث يعرف المنهج الوصفي بأنه إستقصاء عن ظاهرة من الظواهر قصد تشخيص وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها و ضبطها بهدف جمع المعلومات وتصنيفها ثم تحليلها و بالتالي إخضاعها إلى دراسة علمية دقيقة.

ولإعطاء أداة البحث المعتمدة أكثر مصداقية قمنا ببناء الإستبيان حيث حضرنا جملة من الأسئلة تتعلق بالجانبين المهاري والبدني كأول خطوة ثم قمنا بعرضها على نخبة من الأساتذة الخبراء متخصصين في كل من ميدان البحث العلمي والتدريب الرياضي حسب وثيقة التحكيم حيث كان الغرض من هذه الخطوة هو الترشيح و التعرف على مدى وضوح الأسئلة المختارة و قياسها للشئ المطلوب قياسه و مدى مناسبتها مع موضوع البحث، كما سمحت لنا هذه الخطوة بعزل و تعديل بعض الأسئلة و تم إعادة الصياغة النهائية حتى نعطي مصداقية للأجوبة.

**1-1- التجربة الإستطلاعية**

تم إجراء هذه الدراسة يوم 10 ديسمبر 2023 على عينة مؤلفة من سبعة مدربين من نفس مجتمع البحث غير منتمين إلى عينة البحث حيث وزعت عليهم الإستبيان وبعد فترة زمنية دامت ثلاثة عشر يوم تم إعادة نفس الإختبار وكان الهدف منها هو إيجاد معامل الثبات والصدق والموضوعية لأداة البحث.

## 2- / منهج البحث:

المنهج هو الطريق الواضح في أمر ما وهو الخطوات المنظمة والعمليات العقلية الواعية والمبادئ العامة والطرق الفعلية التي يستخدمها الباحث لفهم الظاهرة موضوع الدراسة. (2009 بوداود عبد اليمين ص111) ووفقا لطبيعة الموضوع ومشكلة البحث الذي تناولناه في دراستنا إعتدنا على المنهج الوصفي الذي يعرفه "عمار بوحوش" و"محمد محمود الذنبيات" على أنه طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض مهمة. (2007 عمار بوحوش ص139)

## 3- / مجتمع وعينة البحث:

### 3-1- / مجتمع البحث:

يعرفه الدكتور "محمد نصر الدين رضوان" بأنه المجموعة الأصلية التي تؤخذ منها العينة. (2003 رضوان محمد نصر الدين ص14) ويتمثل مجتمع بحثنا هذا في مدربي كرة القدم الذين يدرّبون في الوطنية لكرة القدم القسم الأول و الثاني والبالغ عددهم (48) مدرب.

### 3-2- / عينة البحث:

العينة هي جزء من مجتمع الدراسة وهي تخضع لشروط تشابه مجتمع الدراسة، الهدف منها الحصول على معلومات من المجتمع الأصلي للبحث، فليس من السهل أن يقوم الباحث بتطبيق بحثه على جميع أفراد المجتمع الأصلي. (2000 خلاص محمد عبد الحفيظ ص129)

فالعينة هي إنتقاء عدد الأفراد لدراسة معينة تجعل النتائج منهم ممثلين لمجتمع

الدراسة فالإختبار الجيد للعينة يجعل النتائج قابلة للتعميم على المجتمع حيث تكون نتائجها صادقة بالنسبة له.

وقد تم إختيار عينة البحث بطريقة قصدية حيث ضمت (32) مدرب كرة قدم يمثلون نسبة (67%) من مجتمع البحث.

#### 4- مجالات البحث:

#### 4-1- المجال البشري:

تكونت عينة البحث من مجموعة من مدربي القسم الأول و الثاني وكان عددهم مدرب 32.

#### 4-2- المجال المكاني:

أجري البحث في مختلف القطر الجزائري.

#### 4-3- المجال الزمني:

تمت دراستنا هذه خلال الفترة الزمنية من الشروع في جمع المادة العلمية وضبط أدوات البحث وتحديد الإطار المنهجي للبحث، حيث تمت البحث بداية من شهر ديسمبر 2023 إلى غاية شهر أفريل 2024 وذلك بإستشارة الأستاذ المشرف ومرافقته. وتم تقسيم ضبط الإستبيان وتحكيمة وتقسيمه الكترونيا ثم جمع كل البيانات وتقيغها وتحليلها وتطبيق المعالجة الإحصائية للنتائج خلال الفترة الممتدة من شهر ماي 2024 الى بداية شهر جوان من نفس السنة.

#### 4-5- متغيرات البحث:

#### 4-5-1- المتغير المستقل:

هو المتغير الذي يتحكم فيه الباحث عن طريق تثبيت جميع المتغيرات ماعدا متغير واحد، أو هو المتغير الذي يفرض الباحث أنه الأنسب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة

ودراسته قد تؤدي إلى معرفة أثره على متغير آخر.

(بوداود عبد اليمين، مرجع سابق: 140)

والمتغير المستقل في بحثنا هو: متطلبات كرة القدم الحديثة.

### 5-2- المتغير التابع:

هو العامل الذي يتبع العامل المستقل ويعرف بأنه المتغير الذي يتغير نتيجة تأثير

المتغير المستقل، أو هو المتغير الذي يراد معرفة تأثير المتغير المستقل عليه.

والمتغير التابع في بحثنا هو: المستوى المهاري و البدني.

### 5- أدوات البحث:

من أجل إختبار الفرضيات المقترحة لبحثنا هذا والوقوف على مدى تحقيقها وإنطلاقا

من أهدافه تم إعداد:

### 6-1- أدوات الجانب النظري:

إعتمدنا في جمع المادة العلمية النظرية على عدة مراجع ومصادر عربية وأجنبية

وبعض المجالات والمذكرات تتقارب من حيث القيمة العلمية ولها علاقة كبيرة بموضوع

الدراسة.

### 6-2- أدوات الجانب التطبيقي:

أي دراسة ميدانية لابد من إستعمال أدوات تقنية منهجية لتقصي الحقائق و فحص

الواقع المدروس، وفي دراستنا هذه استعملنا أداة الإستبيان.

### 6-2-1- الإستبيان:

يعتبر الإستبيان أداة مفيدة من أدوات البحث العلمي للحصول على الحقائق والتوصل

إلى الوقائع والتعرف على الظروف والأحوال ودراسة المواقف والاتجاهات

والآراء، وهو في بعض الأحيان الوسيلة العلمية الوحيدة للقيام بالدراسة العلمية.

تم تصميم الإِستبيان الموجه للمدربين وتحديد عناصره وإنتقاء المؤشرات والأسئلة التي تحدد مختلف المحاور التي تخدم هذا الموضوع، وصياغتها وتوجيهها إلى المدربين، كما تم الإِستعانة بآراء وتوجيهات عدد من الباحثين والمختصين في الميدان الرياضي لإعطاء صورة نهائية للإِستبيان، والذي يتشكل من (34) سؤال مقسم على ثلاثة محاور على النحو التالي:

- المحور الأول: يشمل (05) أسئلة تتعلق بالمعلومات الشخصية عن المدربين.
- المحور الثاني: يشمل (17) سؤال يتعلق بالجانب المهاري والذي يرتبط بالفرضية الجزئية الأولى.
- المحور الثالث: يشمل (12) سؤال يتعلق بالجانب البدني والذي يرتبط بالفرضية الجزئية الثانية.

7- /- الشروط العلمية للأداة:

7-1- /- صدق الإِستبيان:

أ- صدق الإِتساق الظاهري (صدق المحكمين):

تم عرض الإِستبيان للتحكيم على أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية، بغرض تقصي جوانب الإِستبيان ومدى تطابق مع الأسئلة الواردة مع محاور الدراسة وكذلك الجوانب الشكلية من خلال إعادة ترتيب الأسئلة وتصنيفها. وبعد تلقي مجمل الملاحظات من طرف الأساتذة المحكمين والأستاذ المشرف قمنا بالتعديل المطلوب للأسئلة وضبط الإِستبيان في صورته النهائية.

ب- صدق الإتساق الداخلي للإستبيان:

- المحور الثاني:

النتيجة	Sig مستوى المعنوية	معامل الارتباط	أسئلة المحور
يوجد ارتباط	0.000	** 0.898	السؤال (01)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.809	السؤال (02)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.800	السؤال (03)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.679	السؤال (04)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.749	السؤال (05)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.706	السؤال (06)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.729	السؤال (07)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.649	السؤال (08)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.878	السؤال (09)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.749	السؤال (10)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.689	السؤال (11)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.587	السؤال (12)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.806	السؤال (13)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.748	السؤال (14)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.943	السؤال (15)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.837	السؤال (16)
يوجد ارتباط	0.000	** 0.579	السؤال (17)

**الجدول (07):** يوضح الإتساق الداخلي والبنائي لأسئلة المحور الأول.

يتضح من خلال الجدول أن جميع الأسئلة ترتبط مع المحور الأول، أي أن أسئلته دالة

إحصائياً، حيث أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل سؤال من أسئلته أكبر من قيمة

(r) الجدولية، كما أن قيمة SIG أقل من  $\alpha = 0.05$  بمستوى دلالة 0.01 في جميع

أسئلة المحور أي يوجد ارتباط معنوي.

- المحور الثالث:

النتيجة	Sig مستوى المعنوية	معامل الارتباط	أسئلة المحور
يوجد ارتباط	0.000	0.891**	السؤال (01)
يوجد ارتباط	0.000	1.000**	السؤال (02)
يوجد ارتباط	0.000	0.722**	السؤال (03)
يوجد ارتباط	0.000	0.658**	السؤال (04)
يوجد ارتباط	0.000	0.891**	السؤال (05)
يوجد ارتباط	0.000	0.738**	السؤال (06)
يوجد ارتباط	0.000	0.901**	السؤال (07)
يوجد ارتباط	0.000	0.671**	السؤال (08)
يوجد ارتباط	0.000	0.809**	السؤال (09)
يوجد ارتباط	0.000	0.734**	السؤال (10)
يوجد ارتباط	0.000	0.577**	السؤال (11)
يوجد ارتباط	0.000	0.609**	السؤال (12)

**الجدول (08):** يوضح الإتساق الداخلي والبنائي لأسئلة المحور الثاني.

يتضح من خلال الجدول أن جميع الأسئلة ترتبط مع المحور الثاني، أي أن أسئلته دالة إحصائياً، حيث أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل سؤال من أسئلته أكبر من قيمة (r) الجدولية، كما أن قيمة SIG أقل من  $\alpha = 0.05$  بمستوى دلالة 0.01 في جميع أسئلة المحور أي يوجد ارتباط معنوي.

**7-2- الثبات:**

يقصد بثبات الإستبيان أنها تعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيع الإستبيان أكثر من مرة، لذا قام الباحث بتوزيع الإستبيان على مجموعة من 10 مدربين وبعد مرور أسبوع، قام بإعادة توزيعه على نفس العينة وفي نفس الشروط، وتم التحقق من ثبات ثبات الإستبيان عن طريق معامل ألفا كرونباخ.

محاور الاستبيان	معامل ألفا كرونباخ	عدد الأسئلة	النتيجة
المحور الأول	0.792	17	ثابت
المحور الثاني	0.728	12	ثابت
الاستبيان ككل	0.742	29	ثابت

**الجدول (09):** يوضح معامل ألفا كرونباخ لمحاور الإستبيان.

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ لكل محاور الإستبيان تتراوح بين (0.728 و 0.792) وهي معاملات مرتفعة، وكذلك معامل ألفا لجميع محاور الإستبيان بلغ (0.742) وهذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة.

#### 8- الواسائل الإحصائية:

قمنا بتفريغ النتائج بإدخال البيانات في برنامج EXCEL Office Microsoft وصبها في برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS:V23) والحساب باستخدام النسبة المئوية و كاي مربع (كا2):

#### 8-1/- قانون معالجة التكرارات كا2 (كاف تربيع):

$$كا^2 = \frac{(ت_و - ت_م)^2}{ت_و}$$

تو : هو التكرار الواقعي الذي يحدث بالفعل والموجود بالجدول.

تم: هو التكرار المتوقع حدوثه ويختلف حسابه باختلاف نوع الجدول المطلوب حساب كا2 منه.

#### 8-2/- النسبة المئوية:

$$\text{النسبة المئوية} = [\text{عدد التكرارات} / \text{المجموع}] * 100$$

$$\frac{ع \ x}{س} = X$$

فإن: 100 ← س  
x ← ع  
=X = النسبة المئوية.

ع = عدد الإجابات التكرارات.

س = عدد أفراد العينة.

### 8-3- إختبار الصدق و الثبات:

بالإستعانة بمعامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات و معامل الصدق الذاتي.

### 9- صعوبات البحث:

لقد واجهنا خلال بحثنا هذا العديد من الصعوبات من بينها:

- صعوبة الإتصال بالمدرسين خاصة لبعد المسافة مما إضطرنا للإتصال والبحث عن وسطاء لعرض الإستبيان عليهم وكذلك أرسلنا الإستبيان إلكترونيا لربح الوقت.
- عدم الحصول على بعض الإجابات من قبل بعض المدرسين رغم موافقتهم على طرحها عليهم لأسباب لا نعلمها.
- صعوبة الحصول على المراجع التي تخدم بحثنا.
- صعوبة الحصول على الدراسات السابقة المشابهة للموضوع.

## خلاصة:

حاولنا في هذا الفصل التطرق لمختلف الخطوات المنهجية من أجل الوصول إلى إثبات أو نفي فرضيات بحثنا هذا، وعليه فقد ذكرنا مختلف العناصر الأساسية والنقاط المهمة المساعدة لها.

ومن هذا المنطلق فإن هذا الفصل يعتبر بمثابة البنية التحتية للدراسة، فبعد تسطير الجانب المنهجي لها سنحاول توظيف مختلف العناصر ميدانيا والتي من خلالها تطرقنا إلى المنهج المتبع في هذا البحث، كما وضعنا أدوات هذه الدراسة الميدانية ومتغيراتها وطرق تفرغ نتائجها.

الفصل الثاني

عرض ومناقشة

النتائج

## تمهيد:

بعد إتباع الخطوات المنهجية للبحث، يأتي هذا الفصل الذي نقوم فيه بجمع النتائج المتحصل عليها وعرضها وتحليلها ومناقشتها، وهي من الخطوات التي يجب على الباحث القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات من عدمها، كما يسهل عملية مقارنة النتائج المتحصل عليها بالفرضيات المطروحة من أجل الخروج بدراسة واضحة المعالم وخالية من المبهمات وذات قيمة علمية تعود بالفائدة على البحث بصفة عامة.

1- عرض وتحليل النتائج:

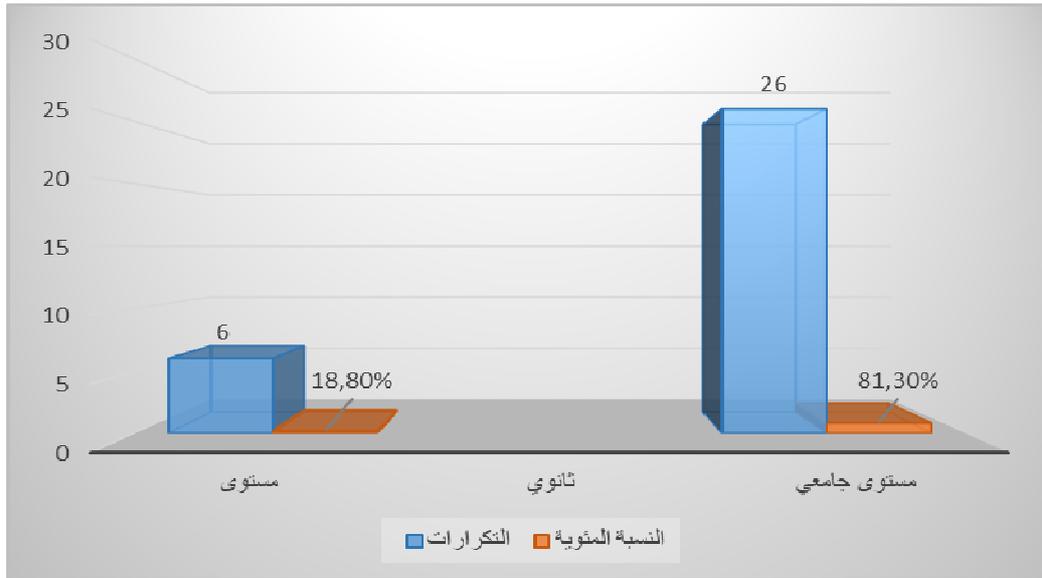
المحور الأول ( التعريف بالمدرسين):

السؤال (01): ما هو مستواك التعليمي ؟

الهدف من السؤال: معرفة المستوى التعليمي للمدرسين.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
18.8%	06	مستوى ثانوي
81.3%	26	مستوى جامعي

جدول رقم (10): يوضح المستواك التعليمي للمدرسين.



شكل رقم (01): يوضح نسبة المستوى التعليمي للمدرسين.

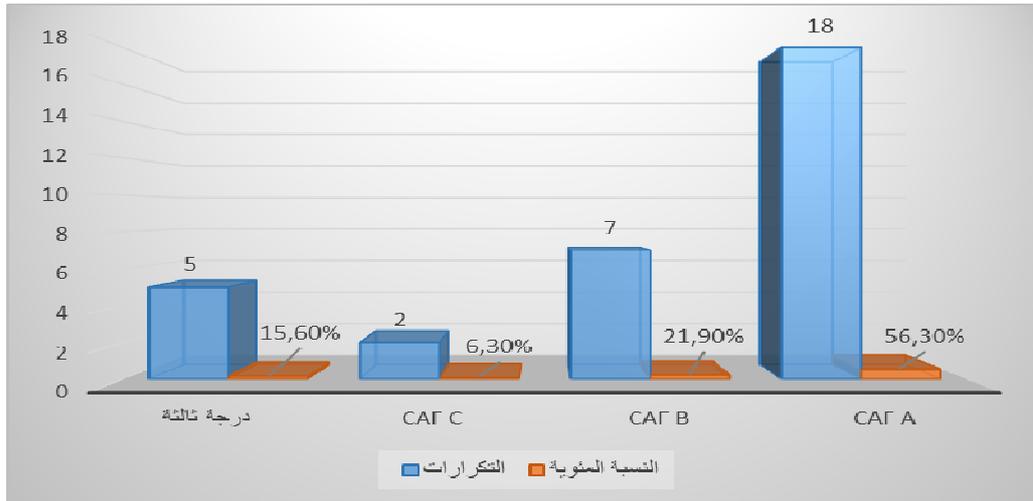
تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق النسب المئوية نجد أن نسبة كبيرة من المدرسين بلغت (81.3%) مستواهم التعليمي جامعي، أي أنهم يملكون المستوى الكافي للتدريب وللإجابة على الأسئلة بكل موضوعية.

السؤال (02): ما هي شهادة التدريب المتحصل عليها ؟  
الهدف من السؤال: معرفة شهادة التدريب المتحصل عليها المدربين.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
15.6%	05	درجة ثالثة
6.3%	02	CAF C
21.9%	07	CAF B
56.3%	18	CAF A

جدول رقم (11): يوضح شهادة التدريب المتحصل عليها المدربين.



شكل رقم (02): يوضح نسبة شهادة التدريب المتحصل عليها المدربين.

### تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق النسب المئوية نجد أن أكبر نسبة من المدربين بلغت (56.3%) يملكون شهادة تدريب (CAF A)، بينما نسبة (21.9%) منهم يملكون شهادة تدريب (CAF B) ونسبة (6.3%) منهم يملكون شهادة تدريب (CAF C) ونسبة (15.6%) منهم يملكون شهادة تدريب من الدرجة الثالثة.

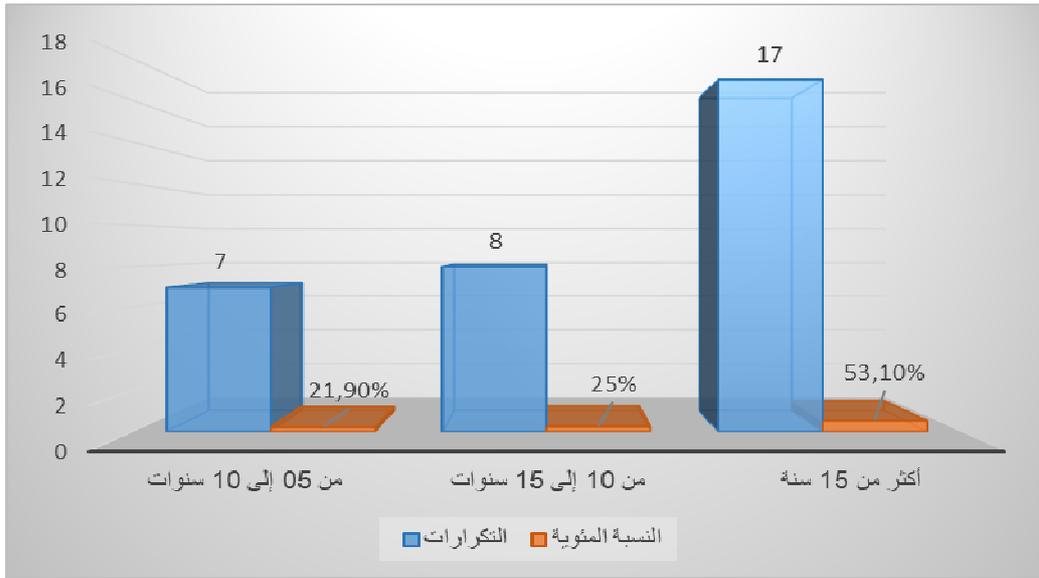
نستنتج أن كل المدربين الممثلين لعينة البحث يملكون شهادات تدريب معترف بها لتدريب الفرق في القسم الأول و القسم الثاني و هذا حسب شروط التدريب الخاصة بالمديرية الفنية لكرة القدم.

**السؤال (03):** ما هي خبرتك الميدانية في التدريب ؟

**الهدف من السؤال:** معرفة الخبرة الميدانية للمدربين في التدريب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
من 05 إلى 10 سنوات	07	21.9%
من 10 إلى 15 سنوات	08	25%
أكثر من 15 سنة	17	53.1%

**جدول رقم (12):** يوضح الخبرة الميدانية للمدربين في التدريب.



**شكل رقم (03):** يوضح نسبة الخبرة الميدانية للمدربين في التدريب.

### تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق النسب المئوية نجد أن أكبر نسبة من المدربين بلغت (53.1%) خبرة أكثر من 15 سنة في التدريب. و(25%) من المدربين لديهم خبرة من 10 سنوات الى 15 سنة .

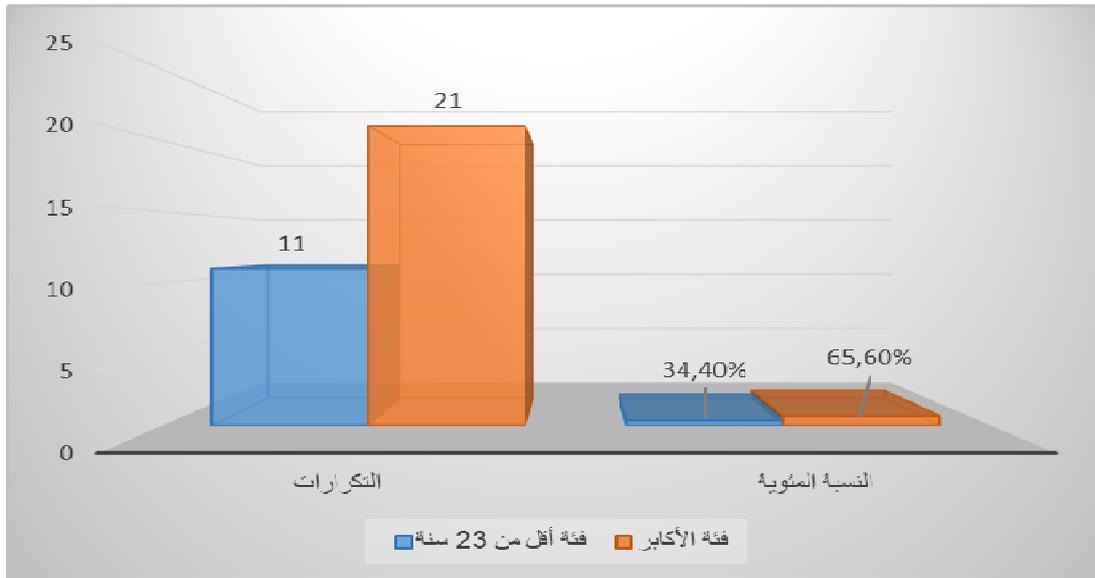
ومنه نستنتج أن معظم المدربين الممثلين لعينة البحث لديهم خبرة كافية في التدريب تسمح لهم بالحكم وتقييم مستوى لاعبي البطولة الوطنية من الجانب المهاري و البدني.

**السؤال (04):** ما هي الفئة التي تدرّبها ؟

**الهدف من السؤال:** معرفة الفئة التي يدرّبها المدربين.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
34.4%	11	فئة أقل من 23 سنة
65.6%	21	فئة الأكاير

**جدول رقم (13):** يوضح الفئة التي يدرّبها المدربين.



**شكل رقم (04):** يوضح نسبة الفئة التي يدرّبها المدربين.

**تحليل النتائج :**

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق النسب المئوية نجد أن أكبر نسبة من المدربين بلغت (65.6%) يدرّبون فئة الأكاير. و نسبة (34.4%)

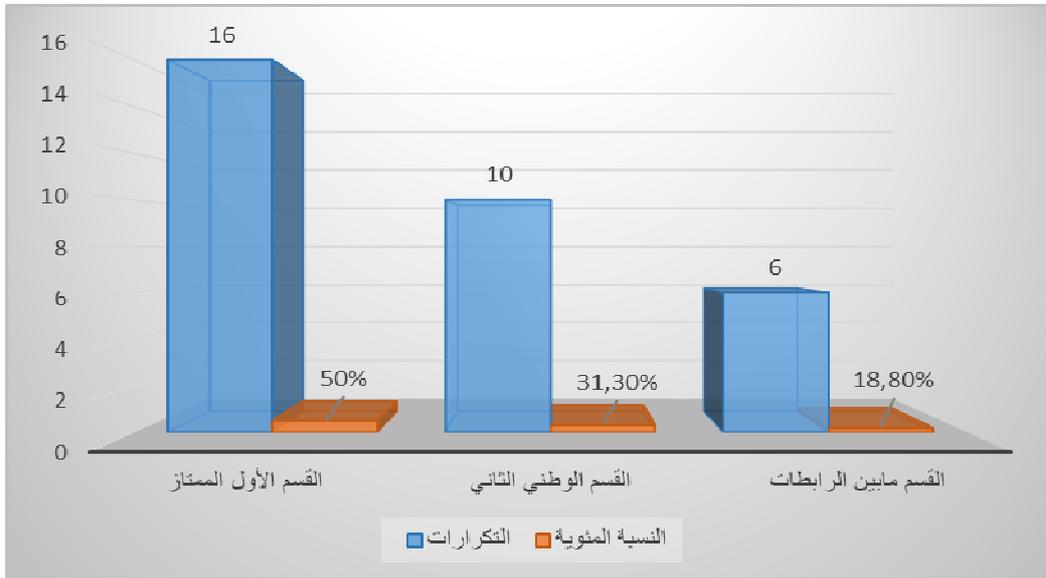
من المدربين يدرّبون فئة أقل من 23 سنة والذين يمكنهم المشاركة مع فرق الأكاير في المباريات الرسمية و منه نستنتج أن أغلب المدربين الممثلين لعينة البحث يعرفون مستوى لاعبي كرة القدم و يمكنهم تقييم اللاعبين من جميع النواحي.

السؤال (05): ما هو المستوى الذي دربت فيه ؟

الهدف من السؤال: معرفة المستوى الذي درب فيه المدربين.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
50%	16	القسم الأول الممتاز
31.3%	10	القسم الوطني الثاني
18.8%	06	القسم الثالث

جدول رقم (14): يوضح المستوى الذي درب فيه المدربين.



شكل رقم (05): يوضح نسبة المستوى الذي درب فيه المدربين.

تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق النسب المئوية نجد أن نسبة كبيرة من المدربين بلغت (50%) دربوا أو يدرّبون في القسم الأول ، بينما نسبة (31.3%) منهم يدرّبون في القسم الوطني الثاني، ونسبة (18.8%) يدرّبون في قسم الثالث.

مما نستنتج أن أغلب المدربين الممثلين لعينة البحث يدرّبون في القسم الأول الممتاز و القسم الثاني وبالتالي لديهم معلومات كافية حول المستوى البدني والمهاري للاعبين المحليين الناشطين في البطولة الوطنية.

المحور الثاني(الجانب المهاري):

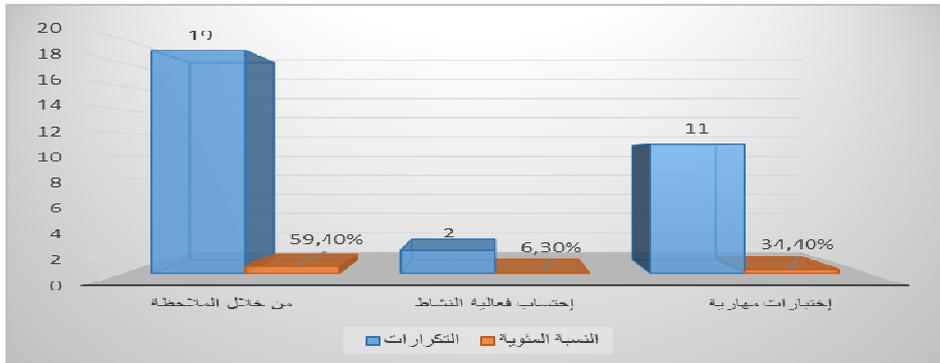
مناقشة الفرضية الأولى:

السؤال (01): ماهي الطرق المستخدمة لتقييم الأداء المهاري للاعبين ؟

الهدف من السؤال: معرفة الطرق المستخدمة لتقييم الأداء المهاري للاعبين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2 المحسوبة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
من خلال الملاحظة	19	59.4%	13.56	02	5.991	0.05	دال
إحتساب فعالية النشاط	02	6.3%					
إختبارات مهارية	11	34.4%					

جدول رقم (15): يوضح الطرق المستخدمة لتقييم الأداء التقني للاعبين.



شكل رقم (06): يوضح نسبة الطرق المستخدمة لتقييم الأداء المهاري للاعبين.

تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (13.56) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. وبلغت أكبر نسبة بقيمة (54.9%) للمدربين الذين يعتمدون على طريقة الملاحظة لتقييم الأداء المهاري وتليها طريقة الإختبارات المهارية بنسبة (34.4%) وفي الأخير طريقة إحتساب فعالية بنسبة (06.3%). هذا ما يدل على أن جل المدربين ينتهجون الملاحظة كوسيلة تقييمية.

**السؤال (02):** هل تستخدمون المعايير المرجعية العلمية لمقارنة مستوى اللاعبين من الناحية المهارية؟

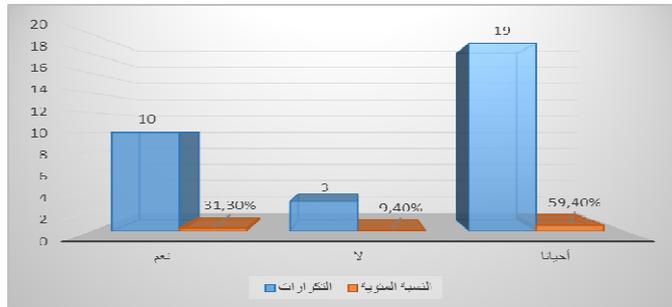
**الهدف من السؤال :** معرفة إذا كان المدربين يستخدمون المعايير المرجعية العلمية

لمقارنة مستوى اللاعبين من الناحية المهارية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
نعم	19	59.4%	12.06	02	5.991	0.05	دال
لا	03	9.4%					
أحيانا	10	31.3%					

**جدول رقم (16):** يوضح هل المدربين يستخدمون المعايير المرجعية العلمية لمقارنة

مستوى اللاعبين من الناحية المهارية.



**شكل رقم (07):** يوضح نسبة المدربين إن كانوا يستخدمون المعايير المرجعية العلمية

لمقارنة مستوى اللاعبين من الناحية المهارية.

تحليل النتائج :

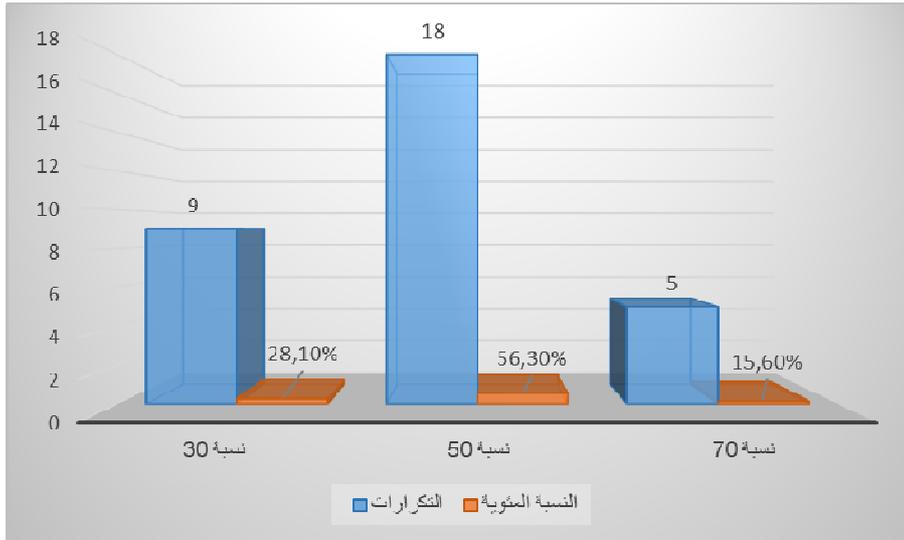
من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (12.06) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال النتائج يتضح أن أغلبية المدربين و الذين بلغت نسبتهم (59.4%) يعتمدون على المرجعية العلمية ونسبة أقل بقيمة (31.3%) يستندون للمرجعية العلمية في بعض الأحيان وبلغت نسبة المدربين الذين لا يعتمدون المرجعية العلمية بنسبة(9.4%) ويتبين لنا من هذه القراءة أن المدرب الجزائري يتميز بالموضوعية في تقييم مستوى اللاعبين

**السؤال (03):** ما هي نسبة إمتلاك المهارة في إستقبال وتوجيه الكرة لدى اللاعب المحلي ؟  
**الهدف من السؤال:** معرفة نسبة إمتلاك المهارة في إستقبال وتوجيه الكرة لدى اللاعب المحلي.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
30 %	09	28.1%	8.31	02	5.991	0.05	دال
50 %	18	56.3%					
70 %	05	15.6%					

**جدول رقم (17):** يوضح آراء المدربين حول نسبة إمتلاك المهارة في إستقبال وتوجيه الكرة لدى اللاعب المحلي.



**شكل رقم (08):** يوضح نسبة آراء المدربين حول نسبة إمتلاك المهارة في إستقبال وتوجيه الكرة لدى اللاعب المحلي.

#### تحليل النتائج :

تبين نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (8.31) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

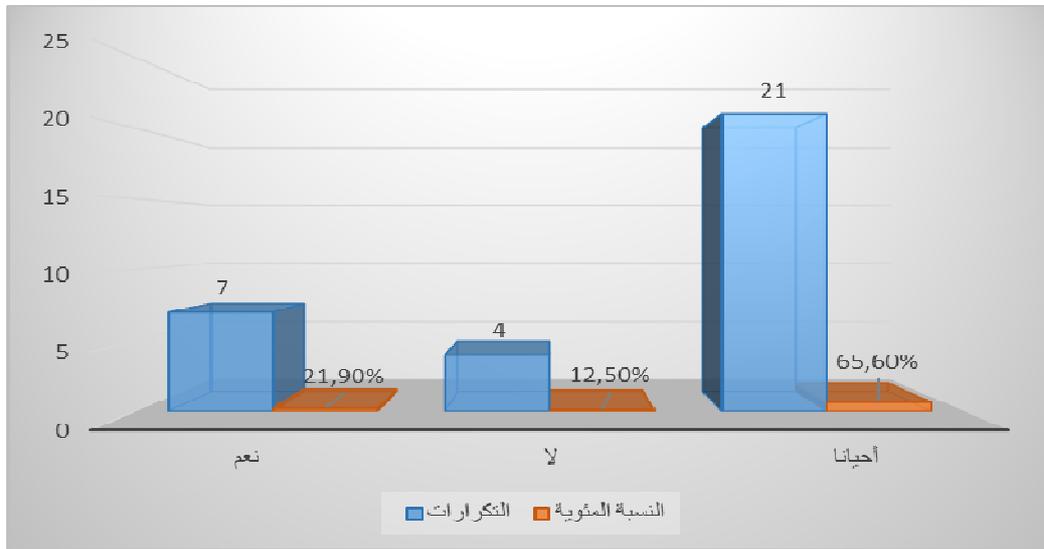
و من خلال قرائنتنا للنتائج يتضح أن أكبر نسبة (65.3%) و التي تمثل أغلبية المدربين الذين يرون أن نسبة إمتلاك مهارة إستقبال و توجيه الكرة هي في حدو المستوى المقدر بـ (50%) بينما يرى البعض الأخر و الممثل بنسبة (15.6%) بأن اللعب المحلي يمتاز بمهارة إستقبال و توجيه الكرة في حدود المستوى المقدر بـ (70%) و التي تبين رغم قلتها إلا أنها تؤكد أنه يوجد لاعبين يتميزون في هذه المهارة.

**السؤال (04):** هل للاعب المحلي الكفاءة في السيطرة على الكرة من خلال اللمسة الأولى ؟

**الهدف من السؤال :** معرفة إذا كان للاعب المحلي الكفاءة في السيطرة على الكرة من خلال اللمسة الأولى.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
نعم	07	21.9%	15.43	02	5.991	0.05	دال
لا	04	12.5%					
أحيانا	21	65.6%					

جدول رقم (18): يوضح إمتلاك اللاعب المحلي لكفاءة السيطرة على الكرة من خلال اللمسة الأولى.



شكل رقم (09): يوضح نسبة إمتلاك اللاعب المحلي للكفاءة في السيطرة على الكرة من خلال اللمسة الأولى.

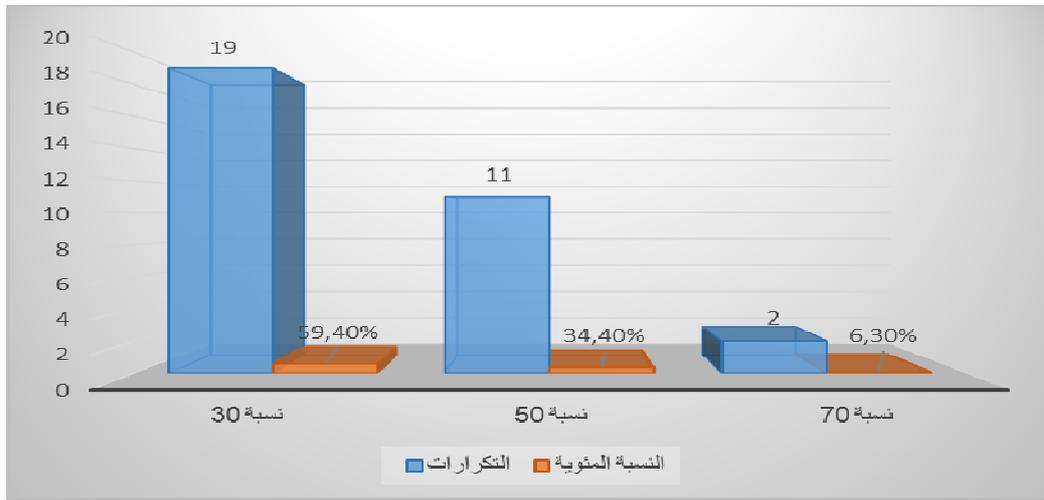
### تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (15.43) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. وهذا ما يوضح أن أغلبية المدربين الممثلين بنسبة (65.6%) يجتعون على أن اللاعب المحلي لا يرقى إلى المستوى المهاري من حيث قدرة السيطرة على الكرة من الوهلة الأولى والتي تعتبر أحد المفاتيح الأساسية في اللعب.

السؤال (05): ما هي نسبة إجادة اللاعب المحلي للعب بالقدمين ؟  
الهدف من السؤال : معرفة نسبة إجادة اللاعب المحلي للعب بالقدمين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
30 %	19	59.4%	13.56	02	5.991	0.05	دال
50 %	11	34.4%					
70 %	02	6.3%					

جدول رقم (19): يوضح نسبة إجادة اللاعب المحلي للعب بالقدمين.



شكل رقم (10): يوضح نسبة إجادة اللاعب المحلي للعب بالقدمين.

### تحليل النتائج :

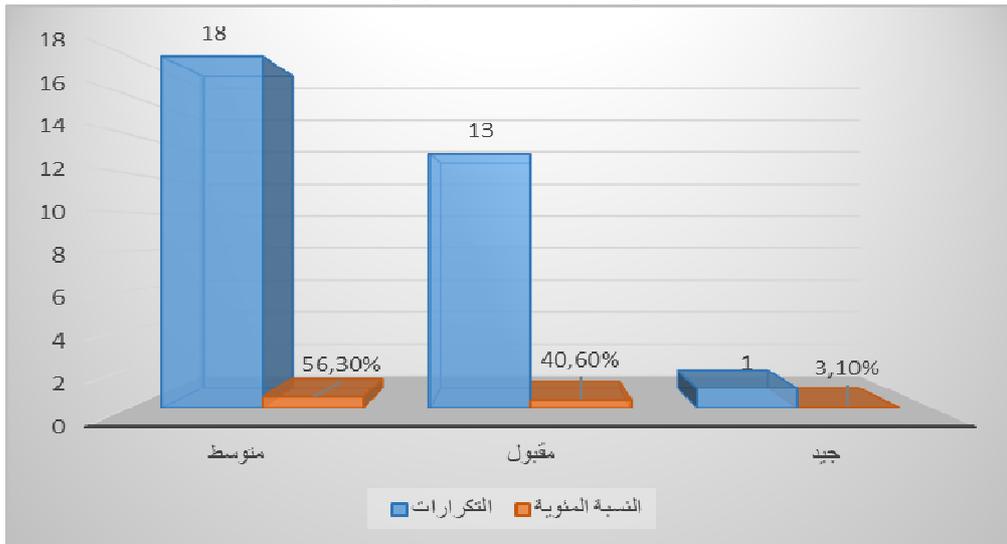
يتضح من تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (13.56) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. من خلال النتائج يتضح أن معظم المدربين الممثلين بنسبة (59.4%) يرون أن إجادة اللاعب المحلي للعب بالقدمين أقل من المتوسط ، رغم إعتبارها أحد المهارات الأساسية في المستوى العالي وتعطي حلول أكثر من مختلف الوضعيات في اللعب.

**السؤال (06):** في نظركم ماهو مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرة من الوضعيات التي يكون فيها فاقدا للتوازن ؟

**الهدف من السؤال:** معرفة مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرة من الوضعيات التي يكون فيها فاقدا للتوازن.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2 المحسوبة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
متوسط	18	56.3%	14.31	02	5.991	0.05	دال
مقبول	13	40.6%					
جيد	01	3.1%					

**جدول رقم (20):** يوضح مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرة من الوضعيات التي يكون فيها فاقدا للتوازن.



**شكل رقم (11):** يوضح نسب مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرة من الوضعيات التي يكون فيها فاقدا للتوازن.

**تحليل النتائج :**

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا 2 نجد أن قيمة كا 2 المحسوبة تساوي (14.31) وهي أكبر من كا 2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 هذا ما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. ما بين إجابات المدربين.

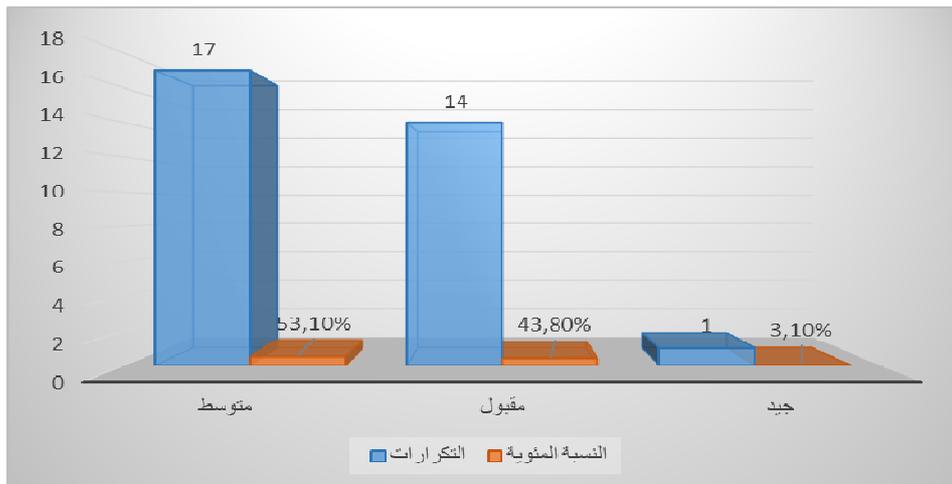
حيث بلغت أكبر نسبة مقدرة ب (56.3%) سجلت لصالح المدربين الذين يقدرون مستوى اللاعب المحلي بالمتوسط و بنسبة (40.6%) لصالح الفئة الأخرى التي ترى بأن مستواهم يقدر بالمقبول، هذا مايفسر أن مستو اللاعب المحلي من حيث صفة التحكم في الكرة في الوضعيات التي يفقد فيها التوازن لا يرتقي الى المستوى متطلبات الكرة الحديثة.

**السؤال (07):** كيف ترون المستوى المهاري للاعب المحلي في عملية إستلام الكرة تحت ضغط المنافس ؟

**الهدف من السؤال:** معرفة رؤية المدربين للمستوى المهاري للاعب المحلي في عملية إستلام الكرة تحت ضغط المنافس.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2 المحسوبة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
متوسط	17	53.1%	13.56	02	5.991	0.05	دال
مقبول	14	43.8%					
جيد	01	3.1%					

**جدول رقم (21):** يوضح رؤية المدربين للمستوى المهاري للاعب المحلي في عملية إستلام الكرة تحت ضغط المنافس.



**شكل رقم (12):** يوضح نسب رؤية المدربين للمستوى المهاري للاعب المحلي في عملية إستلام الكرة تحت ضغط المنافس.

تحليل النتائج :

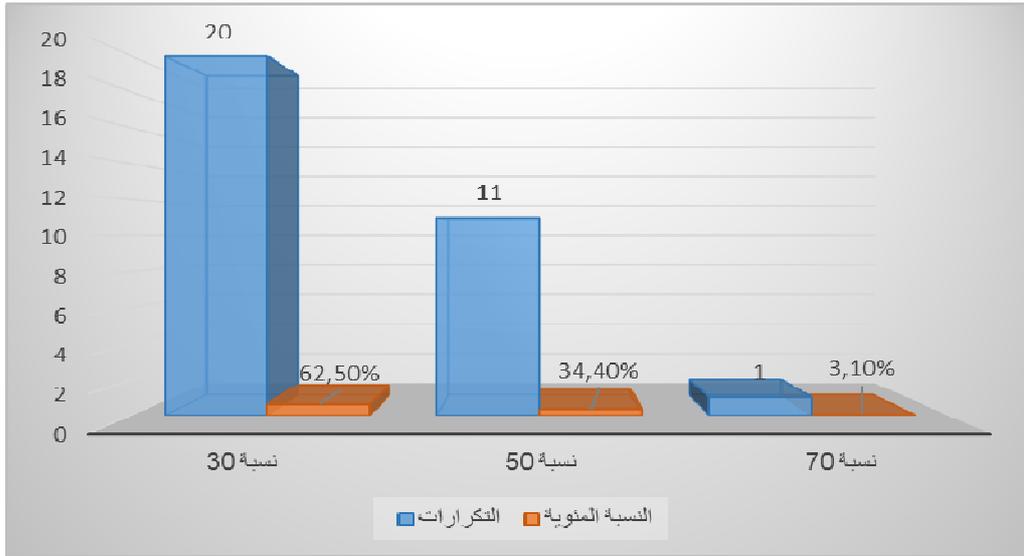
توضح نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (13.56) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. كما تبين أن عدد كبير من المدربين ممثلين بنسبة تتراوح ما بين (43.8%) إلى (53.1%) أكدوا أن المستوى المهاري للاعب المحلي في عملية إستلام الكرة تحت ضغط المنافس تقدر بالمستوى المتوسط إلى المقبول.

**السؤال (08):** ما هي نسبة نجاح اللاعب المحلي في التحكم في الكرة في المساحات الضيقة ؟

**الهدف من السؤال :** معرفة نسبة نجاح اللاعب المحلي في التحكم في الكرة في المساحات الضيقة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
30 %	20	62.5%	16.93	02	5.991	0.05	دال
50 %	11	34.4%					
70 %	01	3.1%					

**جدول رقم (22):** يوضح نسبة نجاح اللاعب المحلي في التحكم في الكرة في المساحات الضيقة.



شكل رقم (13): يوضح نسبة نجاح اللاعب المحلي في التحكم في الكرة في المساحات الضيقة.

#### تحليل النتائج :

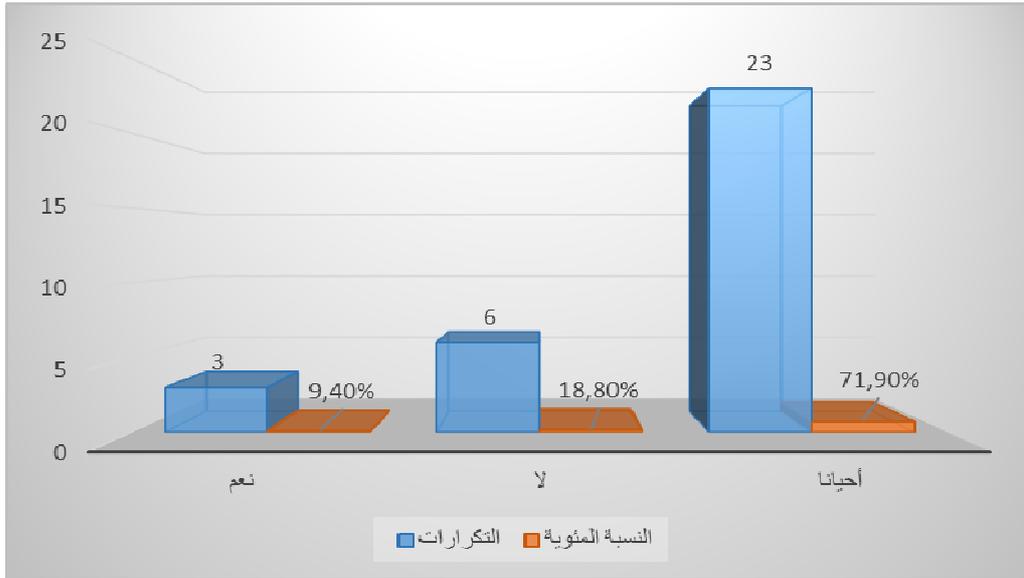
تظهر لنا نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (16.93) وهي أكبر من كا2 الجدولية و المقدر ب (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 أنه توجد هناك فروق دلالة إحصائياً. فيما يخص إجابات المدربين. حيث بلغت أكبر نسبة (62.5%) التي تشمل فئة المدربين الذين يرون أن نسبة نجاح اللاعب المحلي في التحكم في الكرة في المساحات الضيقة لا تتعدى مستوى (30%). أما فيما يخص المستوى المقدر ب (50%) لهذه الخاصية فاتفقت عليه فئة أخرى من المدربين ممثلة بنسبة أقل قدرت ب (34.4%). وعليه تبقى هذه النسب لا تحقق الإجماع على أن اللاعب المحلي يمتلك القدرات المهارية التي تظاهي المستوى العالي.

السؤال (09): هل اللاعب المحلي يمتاز بالتوقع الصحيح في إختيار التوقيت المناسب لتمرير الكرة ؟

الهدف من السؤال : معرفة إذا كان اللاعب المحلي يمتاز بالتوقع الصحيح في إختيار التوقيت المناسب لتمرير الكرة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	2كا المحسوبة	درجة الحرية	2كا الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
نعم	03	9.4%	21.81	02	5.991	0.05	دال
لا	06	18.8%					
أحيانا	23	71.9%					

جدول رقم (23): يوضح إمتياز اللاعب المحلي بالتوقع الصحيح في إختيار التوقيت المناسب لتمرير الكرة.



شكل رقم (14): يوضح نسبة إمتياز اللاعب المحلي بالتوقع الصحيح في إختيار التوقيت المناسب لتمرير الكرة.

تحليل النتائج :

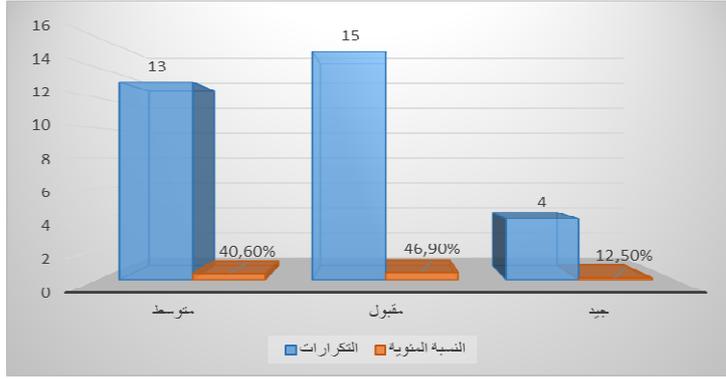
من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (21.81) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 مما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. ومن خلال النتائج يتضح أن معظم المدربين يتفقون على أن اللاعب المحلي لا يمتاز بالتوقع الصحيح في اختيار التوقيت المناسب لتمرير الكرة الا في بعض الحالات حيث سجلت هذه الإجابات نسبة معتبرة قدرت بـ (71.9%) و بالرغم من أن المدربين الذين أكدوا بأن اللاعب المحلي لديه التوقع الصحيح إلا أنه يمثل بنسبة قليلة وهذا ما يؤكد أن المستوى المهاري للاعب المحلي يبقى بعيدا عن المستوى المطلوب.

**السؤال (10):** كيف تقيمون مستوى تحكم اللاعب المحلي في دقة وقوة تمرير الكرة حسب سرعة تنقل الزميل ؟

**الهدف من السؤال:** معرفة كيف يقيم المدربون مستوى تحكم اللاعب المحلي في دقة وقوة تمرير الكرة حسب سرعة تنقل الزميل.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
متوسط	13	40.6%	6.43	02	5.991	0.05	دال
مقبول	15	46.9%					
جيد	04	12.5%					

**جدول رقم (24):** يوضح تقييم المدربين لمستوى تحكم اللاعب المحلي في دقة وقوة تمرير الكرة حسب سرعة تنقل الزميل.



شكل رقم (15): يوضح نسب كيفية تقييم المدربين لمستوى تحكم اللاعب المحلي في دقة وقوة تمرير الكرة حسب سرعة تنقل الزميل.

### تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (6.43) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 مما يظهر أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. من خلال النتائج نستنتج أن أغلبية المدربين يتفقون أن مستوى تحكم اللاعب المحلي في دقة وقوة تمرير الكرة حسب سرعة تنقل الزميل بين المتوسط والمقبول. وهذا يبقى ناقص بالمقارنة مع المستوى العالي الذي يتطلب أكثر فعالية.

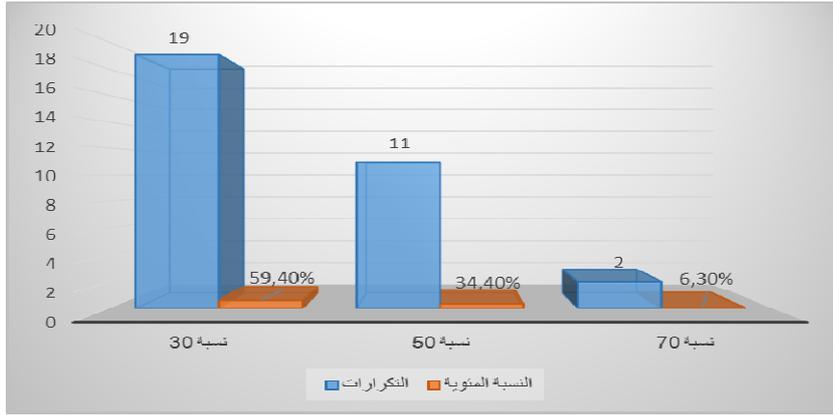
السؤال (11): ماهي نسبة قدرة إمتلاك اللاعب المحلي للكرة في الوضعيات الحاسمة مع إتخاذ القرار المناسب ؟

الهدف من السؤال : معرفة نسبة قدرة إمتلاك اللاعب المحلي للكرة في الوضعيات

الحاسمة مع إتخاذ القرار المناسب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
30 %	19	59.4%	13.56	02	5.991	0.05	دال
50 %	11	34.4%					
70 %	02	6.3%					

جدول رقم (25): يوضح نسبة قدرة إمتلاك اللاعب المحلي للكرة في الوضعيات الحاسمة مع إتخاذ القرار المناسب.



شكل رقم (16): يوضح نسبة قدرة إمتلاك اللاعب المحلي للكرة في الوضعيات الحاسمة مع إتخاذ القرار المناسب.

### تحليل النتائج :

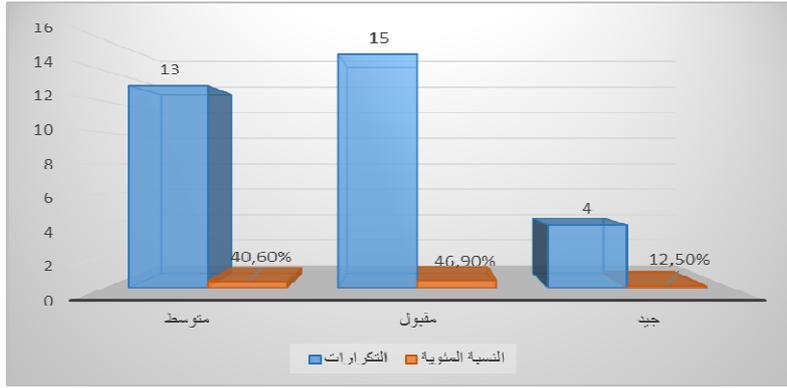
من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (13.56) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 إذن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. من خلال النتائج نستنتج أن معظم المدربين يرون أن نسبة قدرة إمتلاك اللاعب المحلي للكرة في الوضعيات الحاسمة مع إتخاذ القرار المناسب تتراوح بين (30 % و 50 %) وهي نسبة ضئيلة مقارنة بالنسب التي يتطلبها المستوى الذي ينشطون فيه.

السؤال (12): كيف تقيمون مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرات الهوائية ؟

الهدف من السؤال: معرفة كيف يقيم المدربون مستوى تحكم اللاعب في الكرات.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
متوسط	13	40.6%	6.43	02	5.991	0.05	دال
مقبول	15	46.9%					
جيد	04	12.5%					

جدول رقم (26): يوضح كيفية تقييم المدربين لمستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرات الهوائية.



شكل رقم (17): يوضح نسب كيفية تقييم المدربين لمستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرات الهوائية.

### تحليل النتائج :

يتضح لنا من تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (6.43) وهي أكبر من كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 والتي تبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. كما نستنتج أن أغلبية المدربين يرون أن مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرات الهوائية هو في حدود المقبول ،وعليه يبقى هذا المستوى لا يرتقي إلى متطلبات الكرة الحديثة التي تتميز بقوة الصراعات الثنائية.

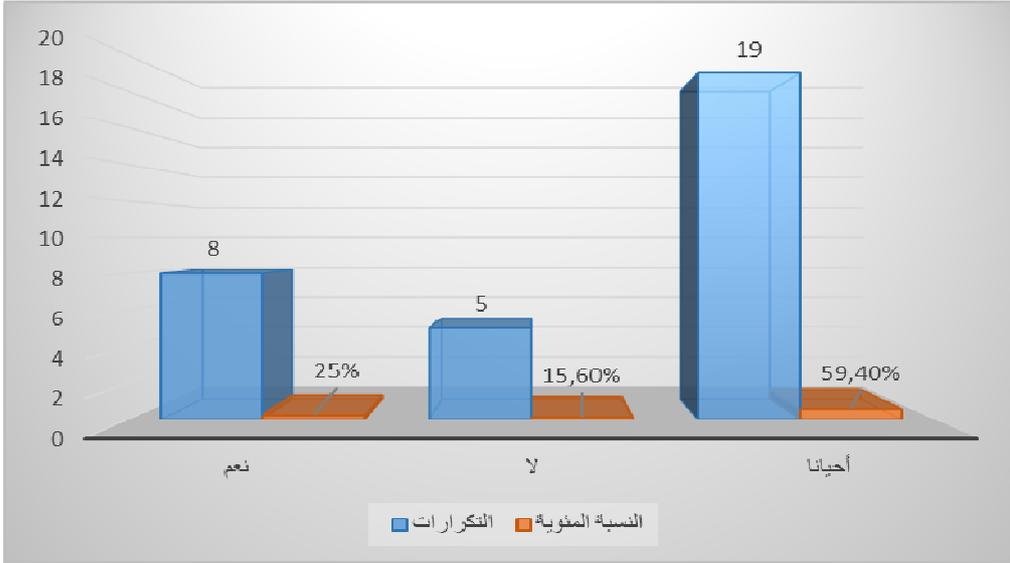
السؤال (13): في نظركم هل اللاعب المحلي يتميز بالثقة اللازمة في إمتلاك الكرة حسب ما تتطلبه ظروف اللعب في المنافسة ؟

الهدف من السؤال: معرفة إذا كان اللاعب المحلي يتميز بالثقة اللازمة في إمتلاك

الكرة حسب ما تتطلبه ظروف اللعب في المنافسة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
نعم	08	25%	10.18	02	5.991	0.05	دال
لا	05	15.6%					
أحيانا	19	59.4%					

جدول رقم (27): يوضح تميز اللاعب المحلي بالثقة اللازمة في إمتلاك الكرة حسب ما تتطلبه ظروف اللعب في المنافسة.



شكل رقم (18): يوضح نسب تميز اللاعب المحلي بالثقة اللازمة في إمتلاك الكرة حسب ما تتطلبه ظروف اللعب في المنافسة.

#### تحليل النتائج :

يظهر تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (10.18) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 وهذا مايدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

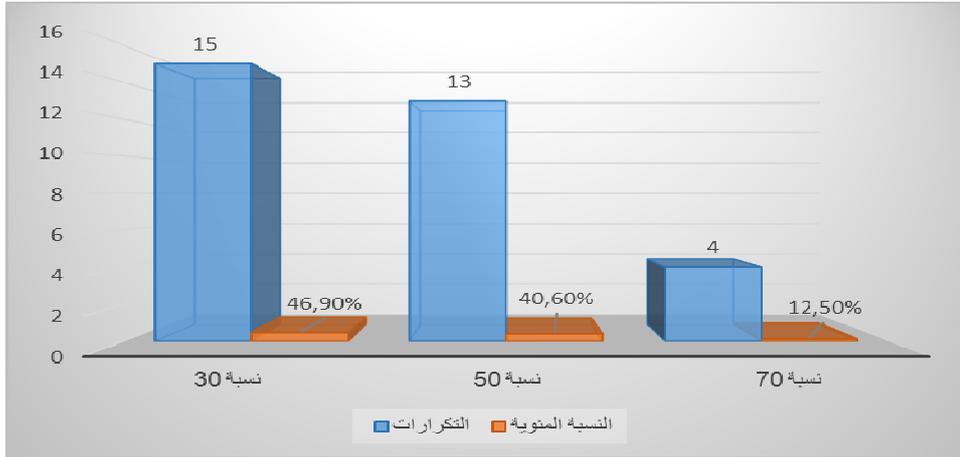
ومن خلال النتائج يتضح أن معظم المدربين يتفقون على أن اللاعب المحلي لا يتميز بالثقة اللازمة في إمتلاك الكرة حسب ما تتطلبه ظروف اللعب في المنافسة. إلا في بعض الحالات حيث سجلت هذه الإجابات نسبة معتبرة قدرت ب (59.4%) وهي النسبة الغالبة لإجابات المدربين. رغم من أن البعض القليل منهم و الممثل ب (25%) يؤكدون أن اللاعب المحلي يمتلك الثقة اللازمة في إمتلاك الكرة. إلا أنها لا ترقى الى المستوى المطلوب.

السؤال (14): ماهي نسبة نجاح اللاعب المحلي في إسترجاع الكرة ؟

الهدف من السؤال : معرفة كم تقدر نسبة نجاح اللاعب المحلي في إسترجاع الكرة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
% 30	15	46.9%	6.43	02	5.991	0.05	دال
% 50	13	40.6%					
% 70	04	12.5%					

جدول رقم (28): يوضح نسبة نجاح اللاعب المحلي في إسترجاع الكرة.



شكل رقم (19): يوضح نسبة تقدير نجاح اللاعب المحلي في إسترجاع الكرة.

### تحليل النتائج:

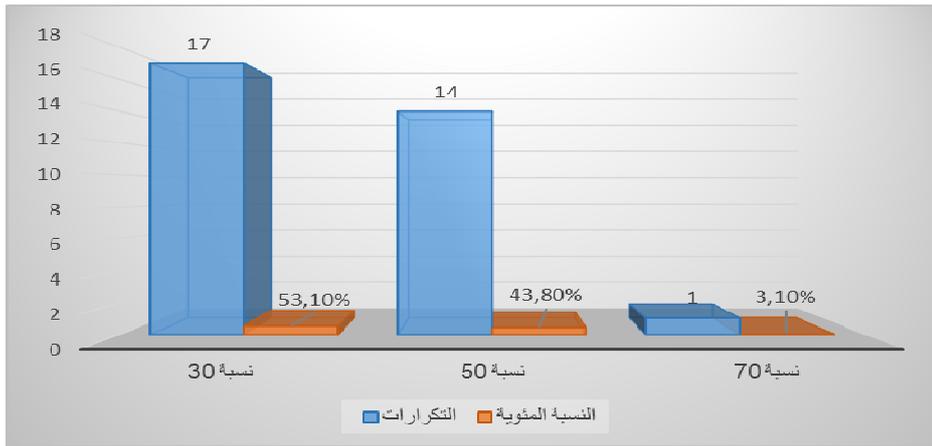
من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (6.43) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 هذا م يثبت أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. من خلال النتائج يتضح أن معظم المدربين يؤكدون أن نسبة نجاح اللاعب المحلي في إسترجاع الكرة تتراوح بين (30 % و 50 %)، وهي نسبة تحت المتوسط مقارنة بالنسب التي يتطلبها المستوى العالي.

**السؤال (15):** في رأيكم ما هي نسبة محافظة اللاعب المحلي على سرعته القصوى عند إمتلاكه الكرة؟

**الهدف من السؤال:** معرفة نسبة محافظة اللاعب المحلي على سرعته القصوى عند إمتلاكه الكرة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2 المحسوبة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
30 %	17	53.1%	13.56	02	5.991	0.05	دال
50 %	14	43.8%					
70 %	01	3.1%					

**جدول رقم (29):** يوضح مدى محافظة اللاعب المحلي على سرعته القصوى عند إمتلاكه الكرة.



**شكل رقم (20):** يوضح نسبة محافظة اللاعب المحلي على سرعته القصوى عند إمتلاكه الكرة.

### تحليل النتائج :

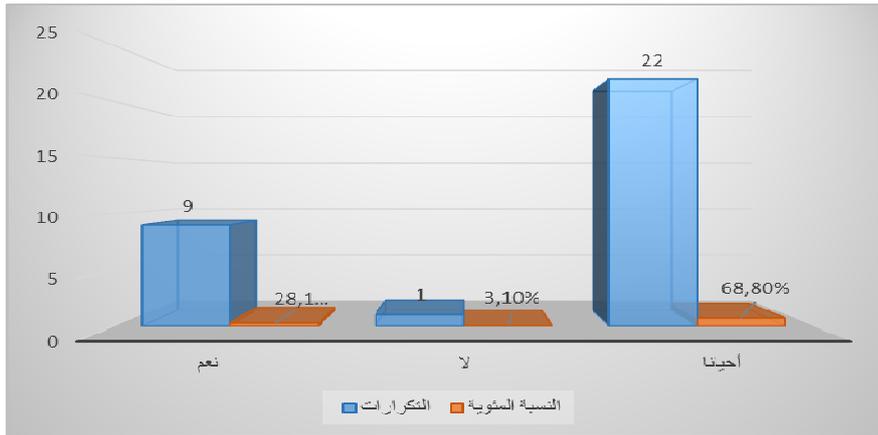
تظهر لنا نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (13.56) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 هذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية. كما نستنتج أن معظم المدربين يرون أن نسبة محافظة اللاعب المحلي على سرعته القصوى عند إمتلاكه الكرة تتراوح في حدود مستوى (30 % الى 50 %) وهي نسبة متوسطة بالنسبة للاعب ينشط في البطولة الوطنية.

السؤال (16): هل يجيد اللاعب المحلي مهارة المحاورة (المراوغة) في المساحات الضيقة ؟

الهدف من السؤال : معرفة إذا كان اللاعب المحلي يجيد مهارة المحاورة (المراوغة) في المساحات الضيقة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا المحسوبة	درجة الحرية	كا الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
نعم	09	28.1%	21.06	02	5.991	0.05	دال
لا	01	3.1%					
أحيانا	22	68.8%					

جدول رقم (30): يوضح إجادة اللاعب المحلي لمهارة المحاورة (المراوغة) في المساحات الضيقة.



شكل رقم (21): يوضح نسبة إجادة اللاعب المحلي لمهارة المحاورة (المراوغة) في المساحات الضيقة.

تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (21.06) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 مما يدل أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال النتائج يتضح أن معظم المدربين يتفقون على أن اللاعب المحلي يجيد مهارة المحاورة إلا في بعض الحالات مؤكدة بنسبة إجابات مقدرة بـ (68.8%) و هي القيمة

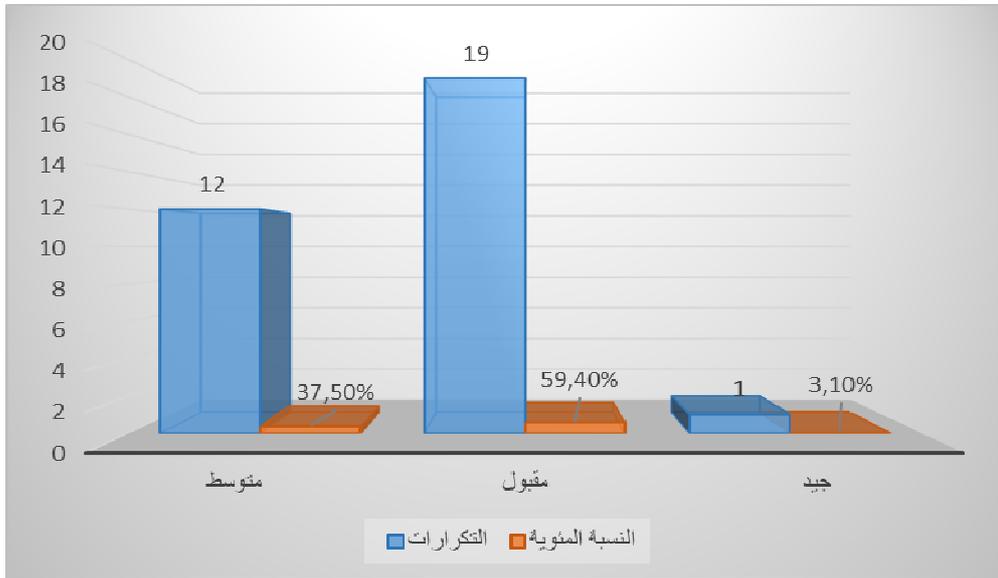
الأكبر بالمقارنة مع نسبة (28.1%) الممثلة لفئة المدربين الذين يرون بأن اللاعب المحلي يجيد مهارة المحاورة في المساحات الضيقة.

السؤال (17): كيف تقيمون مستوى دقة تسديد الكرة للاعب المحلي ؟

الهدف من السؤال: معرفة كيف يقيم المدربون مستوى دقة تسديد اللاعب المحلي للكرة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
متوسط	12	37.5%					
مقبول	19	59.4%	15.43	02	5.991	0.05	دال
جيد	01	3.1%					

جدول رقم (31): يوضح تقييم المدربين لمستوى دقة تسديد اللاعب المحلي للكرة.



شكل رقم (22): يوضح نسبة تقييم المدربين مستوى دقة تسديد اللاعب المحلي للكرة.

## تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (15.43) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 مما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

من خلال النتائج حيث بلغت أعلى نسبة بالمستوى المقبول في اجابات المدربين (59.4%) وفي حدود مستوى متوسط بنسبة (37.5%) مما نستنتج أن أغلبية المدربين يقيمون مستوى دقة تسديد اللاعب المحلي للكرة بين المتوسط والمقبول، حيث يعتبر هذا المستوى في هذه المهارة غير كافي لما تتطلبه كرة القدم الحديثة.

المحور الثاني ( الجانب البدني ) :

مناقشة الفرضية الثانية:

السؤال (01): من خلال الإختبارات البدنية التي تقومون بها كيف تقيمون مستوى السرعة

الهوائية القصوى ( VMA ) عند اللاعب المحلي ؟

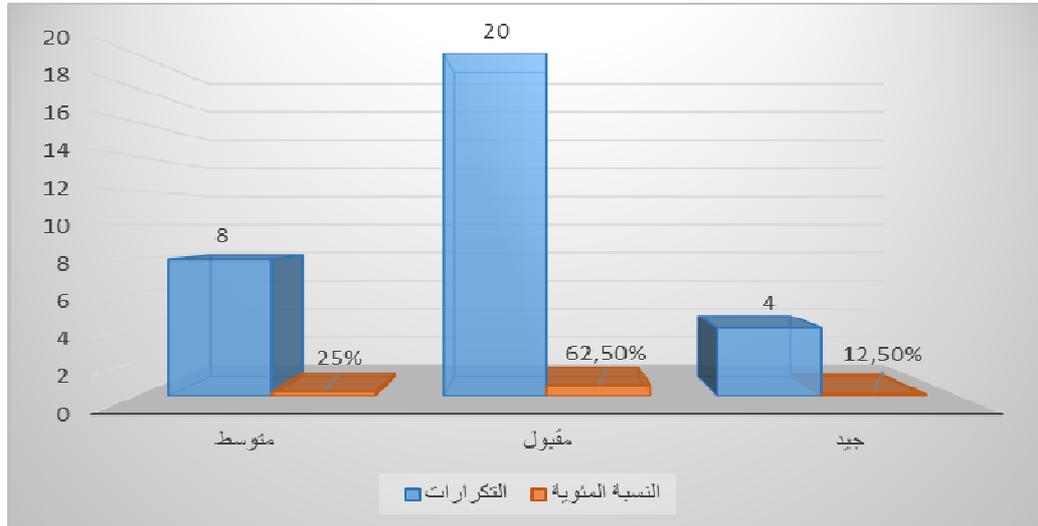
الهدف من السؤال: تقييم مستوى السرعة الهوائية القصوى ( VMA ) عند اللاعب

المحلي من خلال الإختبارات البدنية التي يقوم بها المدربين.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2 المحسوبة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
متوسط	08	25%	13.00	02	5.991	0.05	دال
مقبول	20	62.5%					
جيد	04	12.5%					

جدول رقم (32): يوضح مستوى تقييم المدربين للسرعة الهوائية القصوى ( VMA ) عند

اللاعب المحلي من خلال الإختبارات البدنية التي يقومون بها.



شكل رقم (23): يوضح نسبة مستوى تقييم المدربين للسرعة الهوائية القصوى ( VMA )

عند اللاعب المحلي من خلال الإختبارات البدنية التي يقومون بها.

تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (13) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 تبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. ما بين آراء المدربين.

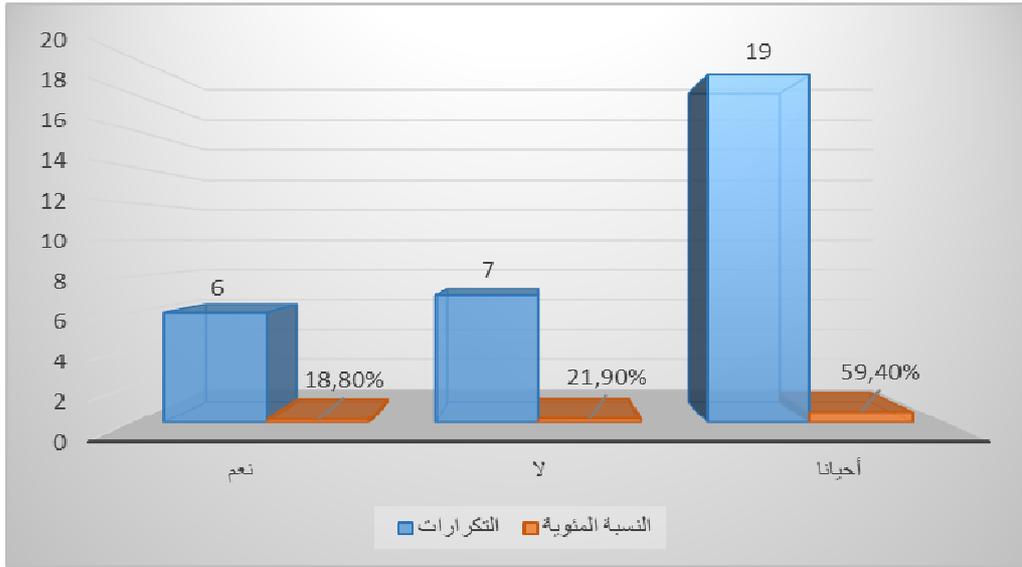
حيث أجمع الأغلبية و ممثلين بنسبة(62.5%) على أن مستوى السرعة الهوائية القصوى للاعب المحلي و المقدره في حدود المقبول،حيث يبقى المستوى لا يلبي متطلبات كرة القدم الحديثة.

**السؤال (02):** هل اللاعب المحلي يمتلك قدرة التحمل العام اللازمة التي تسمح له بالإستمرار في الجهد البدني خلال المنافسة ؟

**الهدف من السؤال :** معرفة اذا كان اللاعب المحلي يمتلك قدرة التحمل العام اللازمة التي تسمح له بالإستمرار في الجهد البدني خلال المنافسة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
نعم	06	18.8%	9.81	02	5.991	0.05	دال
لا	07	21.9%					
أحيانا	19	59.4%					

**جدول رقم (33):** يوضح إمتلاك اللاعب المحلي قدرة التحمل العام اللازمة التي تسمح له بالإستمرار في الجهد البدني خلال المنافسة.



شكل رقم (24): يوضح نسبة إمتلاك اللاعب المحلي قدرة التحمل العام اللازمة التي تسمح له بالإستمرار في الجهد البدني خلال المنافسة.

#### تحليل النتائج :

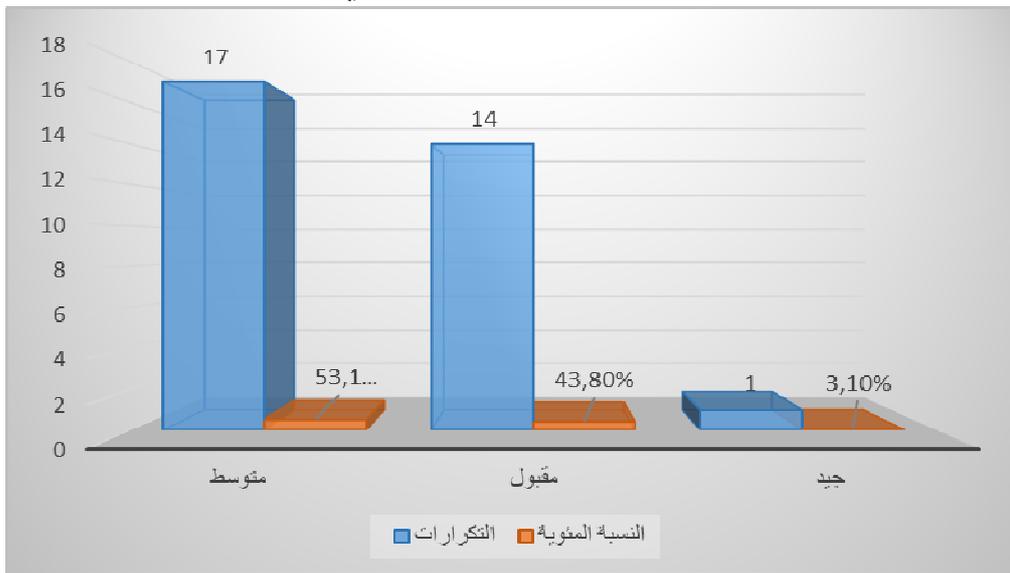
يظهر تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (9.81) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 بأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية ما بين آراء المدربين من حيث قدرة التحمل العام لدى اللاعب المحلي حيث أكد أغلب المدربين ممثلين بأكثر نسبة مقدرة ب (59.4%) أن هذه الخاصية متذبذبة لديهم و غير مستقرة رغم أهميتها البالغة باعتبارها أحد قواعد اللياقة البدنية.

السؤال (03): كيف تقيمون مستوى اللاعب المحلي من جانب سرعة الإسترجاع بعد الجهد البدني ؟

الهدف من السؤال : معرفة تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب سرعة الإسترجاع بعد الجهد البدني.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2 المحسوبة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
متوسط	17	53.1%	13.56	02	5.991	0.05	دال
مقبول	14	43.8%					
جيد	01	3.1%					

جدول رقم (34): يوضح كيفية تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب سرعة الإسترجاع بعد الجهد البدني.



شكل رقم (25): يوضح نسب تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب سرعة الإسترجاع بعد الجهد البدني.

### تحليل النتائج :

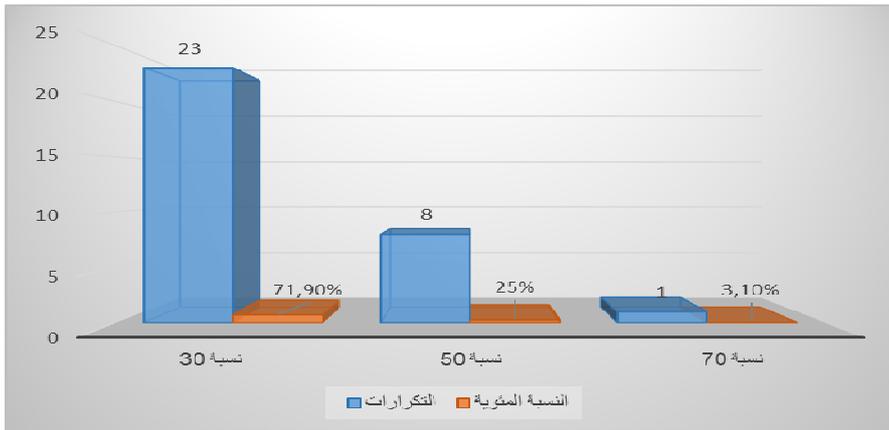
تبين نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا 2 أن قيمة كا 2 المحسوبة تساوي (13.56) وهي أكبر من قيمة كا 2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات المدربين التي تمحورت حول مدى قدرت اللاعب المحلي في سرعة الإسترجاع بعد الجهد البدني المعبر حيث تراوحت إجاباتهم ما بين المستوى المتوسط و المقبول ممثلة بنسبة (43.8% الى 53.1%) على التوالي و تبقى هذه المستويات لا تتماشى مع متطلبات الحديثة.

السؤال (04): ماهي نسبة تحمل اللاعب المحلي لكثافة المباريات دون هبوط مستواه البدني ؟

الهدف من السؤال: معرفة مدى تحمل اللاعب المحلي لكثافة المباريات دون هبوط مستواه البدني.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
% 30	23	71.9%	23.68	02	5.991	0.05	دال
% 50	08	25%					
% 70	01	3.1%					

جدول رقم (35): يوضح نسبة مدى تحمل اللاعب المحلي لكثافة المباريات دون هبوط مستواه البدني.



شكل رقم (26): المحلي لكثافة المباريات دون هبوط مستواه البدني.

تحليل النتائج يتبين من خلال نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق

حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (23.68) وهي أكبر من قيمة كا2

الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة . 0.05 .

نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية ما بين نظرة المدرب الجزائري للاعب المحلي

من حيث قدرته على تحمل كثافة المباريات دون هبوط مستواه البدني، وأجمع الأغلبية

الممثلة بنسبة (71.9%) أن قدرة اللاعب المحلي لا تتعدى مستوى 30 % و هذا المستوى

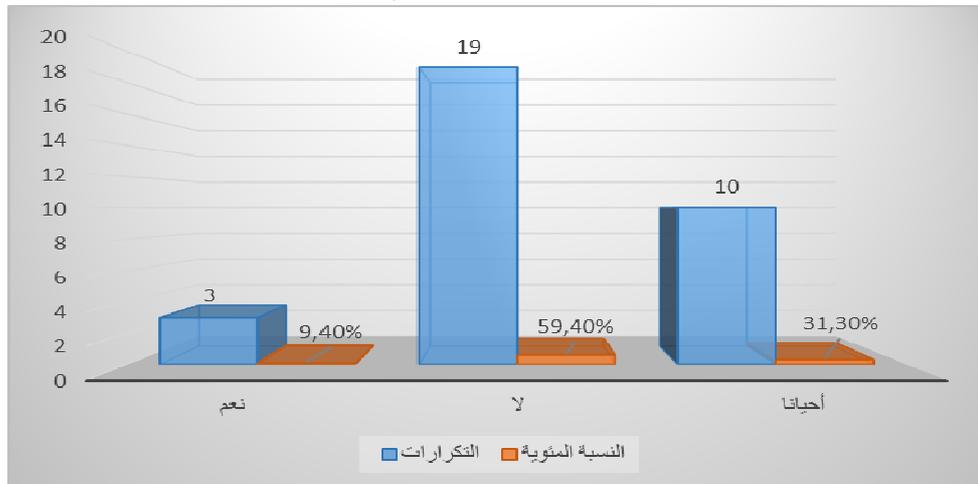
لا يظاهي تطلعات كرة القدم في المستوى العالي.

السؤال (05): هل اللاعب المحلي لديه القدرات البدنية الكافية لتحمل المنافسة ذات الإيقاع العالي؟

الهدف من السؤال: معرفة إذا كان لدى اللاعب المحلي القدرات البدنية الكافية لتحمل المنافسة ذات الإيقاع العالي.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2 المحسوبة	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
نعم	03	9.4%	12.06	02	5.991	0.05	دال
لا	19	59.4%					
أحيانا	10	31.3%					

جدول رقم (36): يوضح امتلاك اللاعب المحلي للقدرات البدنية الكافية لتحمل المنافسة ذات الإيقاع العالي.



شكل رقم (27): يوضح نسبة امتلاك اللاعب المحلي للقدرات البدنية الكافية لتحمل المنافسة ذات الإيقاع العالي.

تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (12.06) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 مما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

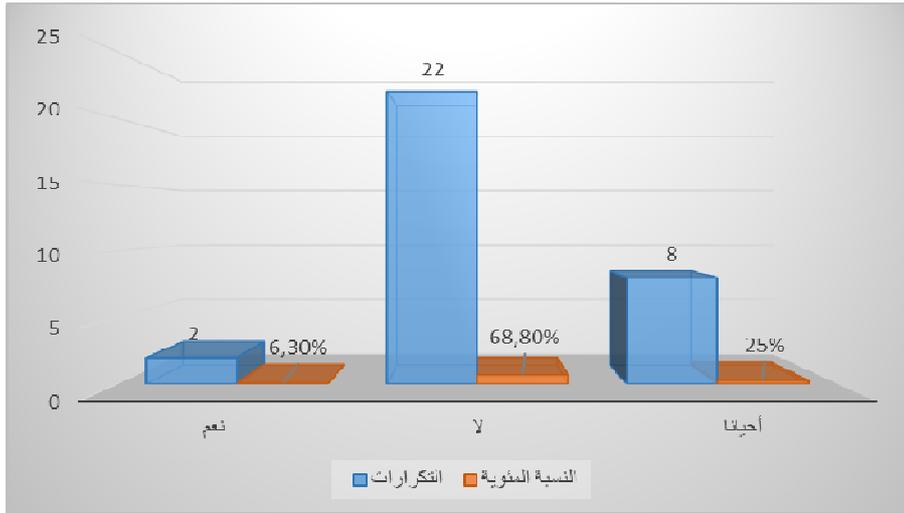
حيث أجمع أغلب المدربين بنسبة (59.4%) أن اللاعب المحلي لا يمتلك القدرات البدنية الكافية لتحمل المنافسة ذات الايقاع العالي الذي يعتبر أحد مفاتيح متطلبات كرة القدم الحديثة.

**السؤال (06):** هل مستوى اللاعب المحلي يؤهله لتطبيق الضغط العالي على المنافس وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة ؟

**الهدف من السؤال:** معرفة إذا كان مستوى اللاعب المحلي يؤهله لتطبيق الضغط العالي على المنافس وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
نعم	02	6.3%	19.75	02	5.991	0.05	دال
لا	22	68.8%					
أحيانا	08	25%					

**جدول رقم (37):** يوضح تأهيل مستوى اللاعب المحلي لتطبيق الضغط العالي على المنافس وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.



شكل رقم (28): يوضح نسبة تأهيل مستوى اللاعب المحلي لتطبيق الضغط العالي على المنافس وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.

#### تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (19.75) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 مما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

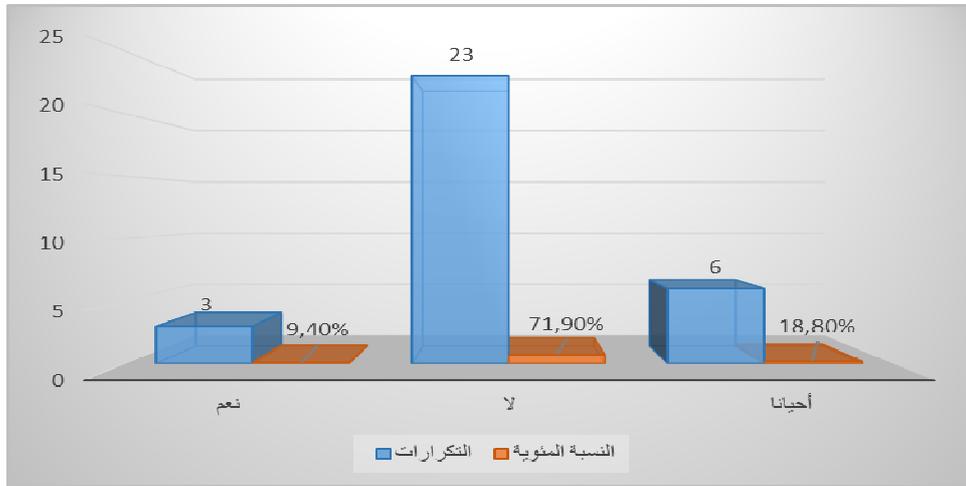
حيث إستنتجنا أن معظم المدربين المستجيبين و ممثلين بأكثر نسبة مقدرة ب (68.8%) يجمعون أن اللاعب المحلي لا يمتلك القدرات البدنية اللازمة لتطبيق الضغط العالي على المنافس وفق ما تتطلبه متطلبات كرة القدم الحديثة .

**السؤال (07):** هل يتميز اللاعب المحلي بالقدرة البدنية اللازمة التي تتطلبها الكرة الحديثة ( Puissance physique ) ؟

**الهدف من السؤال :** معرفة إذا كان اللاعب المحلي يتميز بالقدرة البدنية اللازمة التي تتطلبها الكرة الحديثة ( Puissance physique ) ؟

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
نعم	03	9.4%	21.81	02	5.991	0.05	دال
لا	23	71.9%					
أحيانا	06	18.8%					

جدول رقم (38): يوضح تميز اللاعب المحلي بالقدرة البدنية اللازمة التي تتطلبها الكرة الحديثة (Puissance physique).



شكل رقم (29): يوضح نسب تميز اللاعب المحلي بالقدرة البدنية اللازمة التي تتطلبها الكرة الحديثة (Puissance physique).

### تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (21.81) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 يتبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

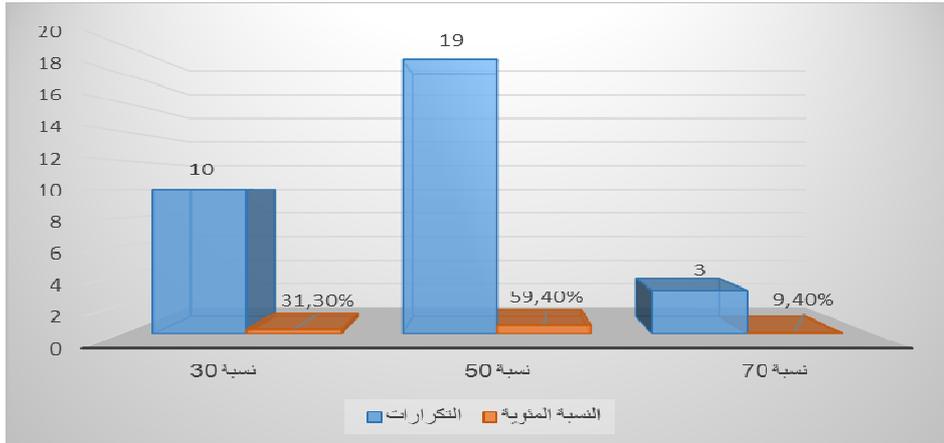
من خلال النتائج يتضح أن عدد كبير من المدربين يؤكدون أن اللاعب المحلي لا يتميز بالقدرة البدنية اللازمة التي تتطلبها الكرة الحديثة (Puissance physique). في حدود الاجابة ب لا بنسبة تقدر بـ (71.9%).

**السؤال (08):** ماهي نسبة إمتلاك اللاعب المحلي لخاصية القوة التي تسمح له بالفوز بالصراعات الثنائية ؟

**الهدف من السؤال:** معرفة مدى إمتلاك اللاعب المحلي لخاصية القوة التي تسمح له بالفوز بالصراعات الثنائية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
30 %	10	31.3%	12.06	02	5.991	0.05	دال
50 %	19	59.4%					
70 %	03	9.4%					

**جدول رقم (39):** يوضح مدى إمتلاك اللاعب المحلي لخاصية القوة التي تسمح له بالفوز بالصراعات الثنائية.



**شكل رقم (30):** يوضح نسبة إمتلاك اللاعب المحلي لخاصية القوة التي تسمح له بالفوز بالصراعات الثنائية.

**تحليل النتائج :** من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (12.06) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 مما يبين هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

من خلال النتائج نستنتج أن معظم المدربين يرون أن نسبة إمتلاك اللاعب المحلي

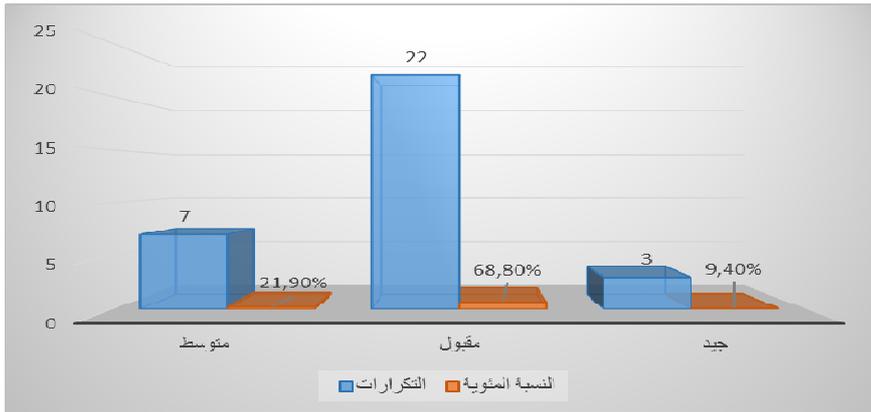
خاصية القوة التي تسمح له بالفوز بالصراعات الثنائية في حدود مستوى (30% إلى 50%) تقدر بنسبة (31.3% إلى 59.4%) وهي نسبة متوسطة بالمقارنة مع المستوى العالي الذي يتطلب نسبة أعلى أن غالبا ما تفصل الصراعات الثنائية في الفوز المباريات.

**السؤال (09):** كيف تقيمون مستوى اللاعب المحلي في صفة الرشاقة ؟

**الهدف من السؤال :** معرفة تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي في صفة الرشاقة

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
متوسط	07	21.9%	18.81	02	5.991	0.05	دال
مقبول	22	68.8%					
جيد	03	9.4%					

**جدول رقم (40):** يوضح كيفية تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي في صفة الرشاقة.



**شكل رقم (31):** يوضح نسب تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي في صفة الرشاقة. تحليل النتائج :

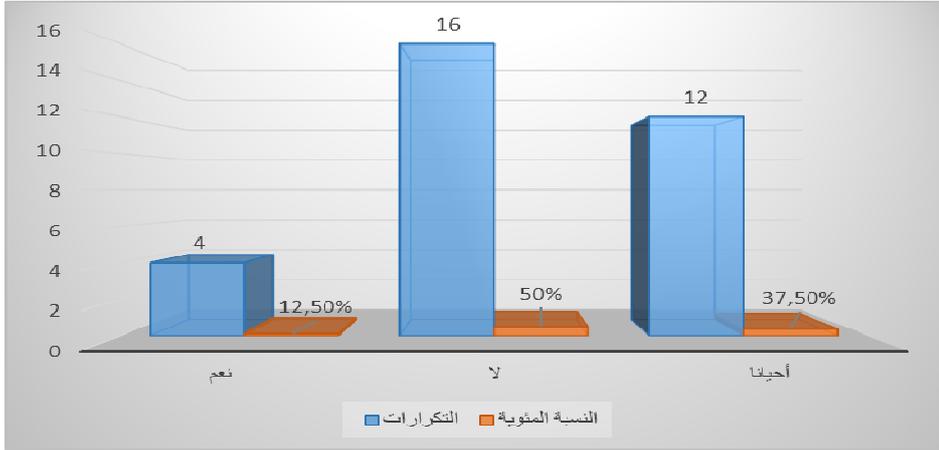
من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (18.81) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 مما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

من خلال النتائج يتضح لنا أن أغلبية المدربين يرون أن مستوى اللاعب المحلي في صفة الرشاقة مقبول والمقدرة بأكبر نسبة في حدود (68.8%).

**السؤال (10):** هل اللاعب المحلي يتميز بالسرعة وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة ؟  
**الهدف من السؤال:** معرفة إذا كان اللاعب المحلي يتميز بالسرعة وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
نعم	04	12.5%	7.00	02	5.991	0.05	دال
لا	16	50%					
أحيانا	12	37.5%					

**جدول رقم (41):** يوضح تميز اللاعب المحلي بالسرعة وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.



**شكل رقم (32):** يوضح نسبة تميز اللاعب المحلي بالسرعة وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة.  
**تحليل النتائج :**

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (7.00) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 إذ تبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. مما نستنتج أن عدد كبير من المدربين يؤكدون أن اللاعب المحلي لا يتميز بالسرعة وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة بنسبة (50%) فيما قدرت الاجابة بأحيانا بنسبة (37.5%) وهذا ما يبين أن أغلب المدربين إتفقوا على أن اللاعب المحلي لايمتلك السرعة اللازمة التي تتطلبها كرة القدم الحديثة.

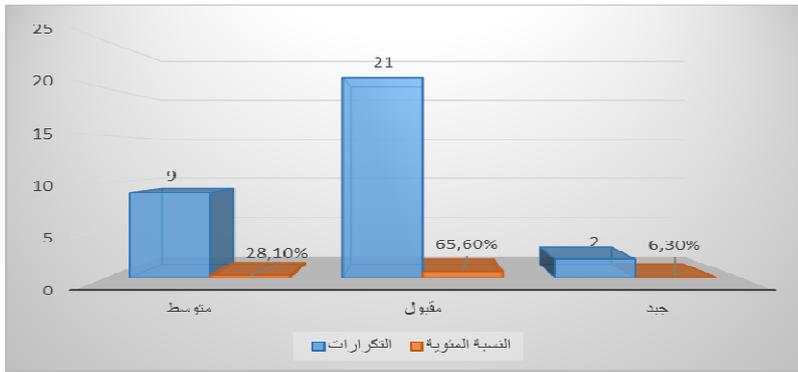
السؤال (11): كيف تقيمون مستوى اللاعب المحلي من جانب قوة الإرتقاء ؟

الهدف من السؤال : معرفة تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب قوة

الإرتقاء .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا2 المحسوبة	درجة الحرية	كا2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
متوسط	09	28.1%	17.31	02	5.991	0.05	دال
مقبول	21	65.6%					
جيد	02	6.3%					

جدول رقم (42): يوضح تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب قوة الإرتقاء .



شكل رقم (33): يوضح نسب تقييم المدربين لمستوى اللاعب المحلي من جانب قوة الإرتقاء .

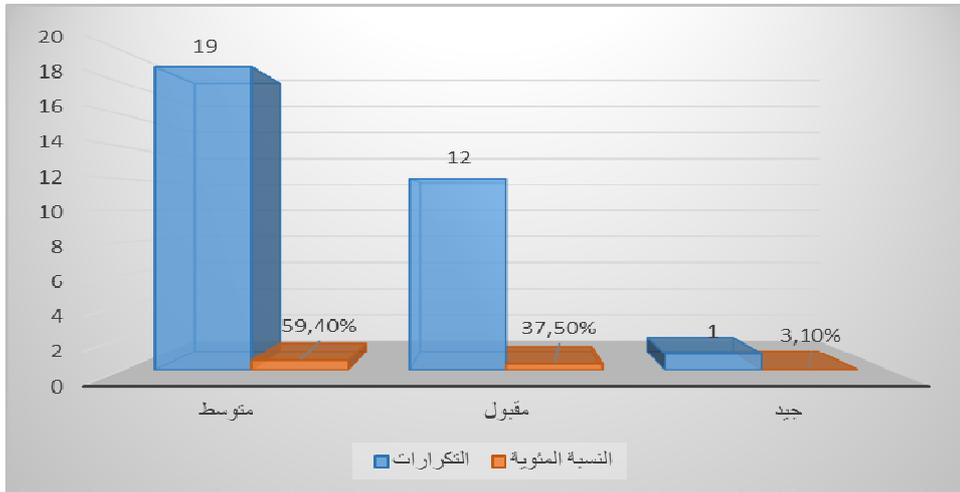
تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (17.31) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية. كما يبين الجدول من خلال الاجابات أن معظم المدربين يؤكدون أن اللاعب المحلي يتميز بمستوى مقبول في قوة الإرتقاء بنسبة (65.6%) كأكبر قيمة، بينما قدرت إجابات المدربين في حدود المستوى المتوسط بنسبة . (28.1%) كما ثاني أكبر نسبة ممايبين أن أغلب المدربين يقدرون هذه الخاصية بمستوى متوسط إلى مقبول.

**السؤال (12):** مستوى اللياقة البدنية للاعب المحلي كفيل للإستجابة لمتطلبات اللعب الحديث في التحولات (من حالة دفاعية إلى حالة هجومية ومن حالة هجومية إلى حالة دفاعية) كيف تقيمون مستوى اللاعب المحلي في هذه الخاصية ؟  
**الهدف من السؤال:** معرفة تقييم المدربين لمستوى اللياقة البدنية للاعب المحلي في التحولات الهجومية و الدفاعية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا 2	درجة الحرية	كا 2 الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
متوسط	19	59.4%	15.43	02	5.991	0.05	دال
مقبول	12	37.5%					
جيد	01	3.1%					

**جدول رقم (43):** يوضح تقييم المدربين لمستوى اللياقة البدنية للاعب المحلي في التحولات الهجومية و الدفاعية.



**شكل رقم (34):** يوضح نسب تقييم المدربين للياقة البدنية للاعب المحلي في التحولات الهجومية و الدفاعية.

## تحليل النتائج :

من خلال تحليل نتائج الجدول للمعالجة الإحصائية للإستبيان عن طريق حساب كا2 نجد أن قيمة كا2 المحسوبة تساوي (15.43) وهي أكبر من قيمة كا2 الجدولية (5.991) عند درجة الحرية 02 ومستوى الدلالة 0.05 مما يبين أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

من خلال النتائج نستنتج أن معظم المدربين يقدرّون مستوى اللياقة البدنية للاعب المحلي في التحويلات الهجومية و الدفاعية. في حدود المتوسط بنسبة (59.4%) كأبر قيمة بينما ثاني أكبر قيمة قدرت في حدود المستوى المقبول بنسبة (37.5%). وهذا ما يبين الفرق بين مستوى اللاعب المحلي و لاعبي المستوى العالي في التحويلات التي يتطلبها اللعب الحديث.

**2- مقارنة النتائج بالفرضيات**

هذه الخطوة تمكننا من إعطاء القيمة العلمية لنتائج الإستبيان الموجه للمدربين من خلال المعالجة الإحصائية لأراء المدربين ومناقشتها و تفسيرها و معرفة العلاقة بينهما و بين الفرضيات المطروحة وهذا لهدف الخروج بإستنتاجات واضحة و دقيقة لكل إختبار حتى نتمكن من تحديد نظرة المدربين و تقييمهم لمستوى اللاعب المحلي من الناحية المهارية والبدنية.

**المحور لأول :**

أسفرت نتائج الإستبيان الموجه للمدربين أن الأغلبية منهم يمتلكون المستوى الجامعي و حاملي لشهادة الكاف A و شهادة التدريب من الدرجة الثالثة ا لمعادلة لها، كما يتمتعون بخبرة مهنية تفوق عشرة سنوات ناشطين في القسم الأول و الثاني. هذا مايفسر أن العينة المستجوبة تخدم أهداف البحث من حيث الموضوعية في إجاباتهم ما يعطي لبحثنا هذا أكبر مصداقية.

**2-1- مقارنة النتائج بالفرضية الجزئية الأولى:****( المحور الثاني ) :**

الفرضية الأولى تنص على أن "المستوى المهاري للاعب المحلي لا يضاهاى متطلبات كرة القدم الحديثة"، و من خلال تحليل ومناقشة نتائج المحور الثاني إتضح أن مستوى اللاعب المحلي من حيث مهارة الإستقبال و توجيه الكرة و التي تعتبر أحد المفاتيح الهامة في إنجاح اللعب هو في حدود المتوسط كما هو مؤكد في الجدول رقم (17). يتبين لنا أن معظم أفراد العينة أكدوا من خلال تقييمهم لمهارة السيطرة على الكرة من الوهلة الأولى والتي تبقى أحد أساسيات اللعبة التي تسمح بتوفير الوقت و الجهد للاعب

ويؤكد كل من (Grehaigme et al 1993) على أن الجانب الحسي الحركي يعد أحد العوامل المهمة و الأساسية في تحديد جودة الأداء المهاري للاعبين، كما يعزز ذلك Hoof 2004 في إشارته إلى أن الأداء في كرة القدم يرتكز على الجانب المهاري للاعبين. ومن خلال الجدول رقم (19) إستخلصنا أن جل المدربين المستجوبين يرون أن نسبة كبيرة من اللاعبين المحليين لا يجيدون اللعب بالقدمين التي تمثل عائق لبلوغ المستوى العالي. كما تبين لنا من خلال نظرة المدربين بأن اللاعب المحلي ليس لديه قدرة التحكم في الكرة في الوضعيات التي يكون فيها فاقدا للتوازن وهذا النقص لا يسمح له ببلوغ تتطلعات كرة القدم الحديثة كما يؤكد العالم Carling et al 2007.

يؤكدون على أهمية المستوى المهاري المعتبر لأن اللاعبين يلمسون الكرة لفترات جد قصيرة خلال المنافسة و عليه يستوجب عليهم إستغلالها و السيطرة عليها بطريقة جيدة. وإتضح لنا من خلال الجدول رقم (23) أن أغلبية أفراد عينة البحث أجمعوا على أن اللاعب المحلي لا يتميز بالتوقع الصحيح في تسليم الكرة التي تعد أحد مميزات كرة القدم الحديثة بحيث أن التوقع الصحيح يسمح بتوفير ظروف جيدة في إستقبال مع تحركات الزميل من حيث المساحة و الوقت.

وأضفت نتائج الجدول رقم (26) أن جل المدربين المستجوبين يرون أن مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرات الهوائية التي تعتبر أحد مميزات كرة القدم الحديثة لا يتعدى المستوى المقبول، وعليه يبقى بعيدا عن المعايير العالمية وفي هذا السياق يرى Mohr et al 2023 أن لاعبين المستوى العالي يرتفع نشاطهم من خلال المنافسة حيث يفوزون بالصراعات أكثر ،يجرون مسافات أكبر بشدة عالية و الجري للخلف بمسافات أكبر بالمقارنة مع اللاعبين ذو مستوى أقل.

ويجتمع جل أفراد عينة البحث على أن مستوى المحافظة على السرعة القصوى بالكرة للاعب المحلي لا يتعدى المستوى المتوسط حيث تبقى هذه القيمة لا تأهله للتطلع للمستوى العالي نظرا لأهمية هذه الخاصية بإعتبارها أحد متطلبات كرة القدم الحديثة ويشير في هذا الصدد العالم **Bangsbo 1994** بأن لاعب المستوى العالي في كرة القدم الحديثة يتميز بقدرة الإحتفاظ بالكرة في حدود الدقيقة و نصف كما تصل قدرة المحاورة حتى ثلاثون مرة بالكرة خلال المقابلة.

و على ضوء هذا التحليل وما أضفت إليه نتائج الإستبيان للمحور الثاني نأكد الفرضية على أن المستوى المهاري للاعب المحلي لا يظاهي متطلبات كرة القدم الحديثة.

## 2-2- / مقابلة النتائج بالفرضية الجزئية الثانية:

( المحور الثالث ) :

الفرضية الثانية تنص على أن المستوى البدني يعتبر عائق لدى اللاعب المحلي في عدم إختياره في تمثيل المنتخبات الوطنية"، فمن خلال النتائج المتحصل عليها في جداول المحور الثاني لإجابات المدربين في الإستبيان، قد إتضح لنا أن أغلبيتهم يعتمدون في تقييم القدرات الهوائية القصوى للاعبين من خلال الإختبارات البدنية .أين صنفوا مستواهم في هذه الخاصية بالمقبول حيث يبقى هذا التقدير غير كافي للإرتقاء للمستوى العالي بإعتبار أن القدرات الهوائية القصوى تشكل أحد الركائز القاعدية لمتطلبات الكرة الحديثة حيث يشير **Helgerud et al 2001** أن القدرات الهوائية المعتيرة تساعد اللاعبين في تحسين أدائهم من خلال زيادة نشاطهم في المقابلات كما تسمح لهم بجري مسافات أكبر و بشدة مرتفعة.و يضيف في نفس السياق **Mohr et al 2003** بأن لاعبي المستوى العالي يجرون مسافات أكبر من غيرهم.

وتظهر نتائج الجدول رقم (34) بأن أغلبية إجابات المدربين حول إمكانيات اللاعب المحلي في الإسترجاع بعد الجهد البدني المعتبر كانت في حدود تقدير المستوى المتوسط

حيث تبقى هذه المستويات لا تتماشى مع المتطلبات البدنية للكرة الحديثة. نظرا لأهميتها

البالغة في الإستمرار في الجهد و يوضح كل من Stolen et al 2005

بأن لاعب المستوى العالي بإمكانه تكرار الجهد تقريبا كل 06 ثانوي هذا ما يدل على قدرات الإسترجاع المعتبرة.

كما يشير كذلك أن شدة نشاط لاعب كرة القدم للمستوى العالي خلال المنافسة تتراوح ما بين

(80%) حتى (90%) من Fc Max هذا ما يبين أهمية القدرات الهوائية العالية

وإستنادا لهذا يتأكد لنا من الجدول رقم (36) الذي أسفرت نتائجه على أن القدرات البدنية

للاعب المحلي لتحمل المنافسة ذات الإيقاع العالي والتي كانت في حدود المقبول لا تسمح

له بالظهور في المستوى العالي.

ويتجلى لنا من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (37) التي تمحورت حول مدى إمكانية

اللاعب المحلي في تطبيق الضغط العالي على المنافس وفق ما تتطلبه كرة القدم الحديثة

أن أغلبية العينة المستجوبة أجمعت أن مستواه لا يرتقي لهذه التطلعات. رغم ما تفرضه

الخطط التكتيكية الحديثة لنجاحاتها في إفتكالك الكرة في منطقة الخصم لخلق وضعيات

هجومية التي تعرف بالتحويلات السريعة.

وفق ما يشير إليه Lippi 2007 حيث يؤكد أن اللياقة البدنية يجب أن تكون ذات مستوى

عالي يسمح للاعبين بإظهار إمكانيات مهارية و تكتيكية معتبرة.

كما تبين أن مستوى خاصية السرعة لدى اللاعب المحلي لايسمح له بالظهور في المستوى

العالي نظرا لإجماع جل أفراد عينة البحث على ذلك و لأهمية هذه الخاصية في الكرة

الحديثة وما تفرضه من سرعة التنفيذ ،سرعة التنقل و سرعة إتخاذ القرار .

و هذا ما يؤكد عليه Bradley el al 2010 من خلال تحليلهم للمنافسة.حيث توصلوا

إلى أن لاعب المستوى العالي يتميز بقدرة تحقيق أكثر من 160 جرية بشدة عالية.

ومانستنتجه من خلال مناقشتنا وتحليلنا لنتائج المحور الثالث الذي تمركز حول مستوى الجانب البدني للاعب المحلي المتمثل في المداومة والسرعة والقوة وقدرة الإسترجاع ومدى إمكانية تكرار الجهد يشكلون العوامل المهمة في تحديد الأداء في كرة القدم الحديثة حيث أسفرت النتائج بالأغلبية أن مستوى اللاعب المحلي لا يتطلع لمتطلبات الكرة الحديثة. وعليه يتبين إثبات الفرضية الثانية والتي تنص على أنه يعتبر المستوى البدني عائق لدى اللاعب المحلي لعدم إختياره في تمثيل المنتخبات الوطنية.

### 3- الإستنتاجات:

- إعتمادا على ما تم إستخلاصه من الدراسات النظرية والإختبارات المستخدمة في الدراسة وعلى ضوء أهداف البحث وفرضياته وعينته وأدواته وما أسفر عنه التحليل الإحصائي ومن خلال المناقشة والمقارنة مع آراء العلماء تمكنا من الوصول إلى الإستنتاجات التالية.
- يعتمد جل المدربين على طريقة الملاحظة كوسيلة لتقييم الأداء المهاري.
  - المستوى المهاري للاعب المحلي من حيث إستلام و تسليم الكرة لا يتطبع لمستلزمات الكرة الحديثة.
  - قدرة التحكم للاعب المحلي في الكرة من الوضعيات الصعبة لا تسمح له بالظهور في المستوى العالي.
  - إمكانية المحافظة على السرعة القصوى عند إمتلاك الكرة لدى اللاعب المحلي لاتلبي مستلزمات المستوى العالي .
  - القدرات الهوائية القصوى للاعب المحلي لا تأهله للعب في المستوى العالي.
  - مستوى الصراعات الثنائية وقوة الإرتقاء لا تتطابق مع ما تتطلبه الكرة الحديثة.
  - مستوى اللياقة البدنية لايسمح بتطبيق الضغط العالي على المنافس لنقص إمكانيات البدنية.

#### 4/-التوصيات والإقتراحات:

من خلال الدراسة النظرية والميدانية لهذا البحث إرتأينا أن نقدم بعض الإقتراحات التي نتمنى من خلالها أن تكون عاملا مساعدا ومسهلا لكل هذه المشاكل وأن تجد الأذان الصاغية لها:

- إعادة النظر في عملية الإنتقاء و الإعتماد على الأسس العلمية بالتنسيق مع وزارة التعليم العالي و البحث العلمي لإستغلال نتائج البحوث العلمية.
- الإعتماد على مقاييس علمية و معايير عالمية في إختيار اللاعبين.
- إعتماد سياسة تكوين قاعدي تحت إشراف أخصائيين.
- إعطاء أهمية للبطولة الشبانية كونها مصدر الفريق الأول.
- إعادة النظر في نظام البطولة لزيادة حجم المنافسة .
- في الصرامة في توظيف المدربين على شكل طاقم فني مؤهل شامل للجوانب الأساسية في التدريب (الجانب البدني، التكتيكي، النفسي و الطبي).
- في التدريب (الجانب البدني، التكتيكي، النفسي و الطبي).
- إعادة النظر في التخطيط على المدى القريب و البعيد و البرمجة الصحيحة بالإعتماد على الكفاءات.

## الخلاصة:

من خلال بحثنا هذا المتواضع إتحاح بأن ما تعانيه كرة القدم الجزائرية من تقهقر أساسه ضعف التكوين القاعدي بمختلف جوانبه من حيث التأطير والبرامج والهيكل وهذا من خلال الدراسة التي أجريناها حول المستوى المهاري والبدني للاعبين المحليين وعلاقته مع متطلبات كرة القدم الحديثة، حيث تبين لنا بأن واقع مستوى اللاعبين المحليين لازال بعيدا كل البعد عن ماهو معمول في الإحتراف.

ويعتبر الأداء المهاري والبدني الجيد في كرة القدم الحديثة من العوامل المهمة في نجاح خطط اللعب التي ينتهجها الفريق لتحقيق النتائج الإيجابية لصالحه ومن أجل هذا يجب على المدربين الإهتمام بتنمية وتطوير القدرات مهارية والبدنية مستعملين في ذلك كل الطرق العلمية والمعارف المطبقة في الإعداد المهاري والبدني للحصول على النتائج المرجوة.

وقصد معرفة مستوى الأداء المهاري والبدني للاعبي كرة القدم المحليين وعلاقته مع متطلبات كرة القدم الحديثة، جاءت هذه الدراسة لمحاولة تحديد مستوى القدرات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم بالقسم الأول و الثاني حسب رأي مدربي النخبة، حيث قمنا بتقسيم مجموعة من الأسئلة على مدربي كرة القدم بالقسمين الأول و الثاني وبعد الإنتهاء من مناقشة النتائج المتحصل عليها خلصنا إلى أن مستوى اللاعبين محليين المهاري والبدني لا يرقى للمستوى العالي لكرة القدم ولتطلعات متتبعي وأخصائيي كرة القدم المحلية والعالمية.

لذا وجب تطوير المستوى القاعدي للاعبين المحليين بداية من الفئات الصغرى حتى يتسنى لهم يوما ما الوصول لأعلى المستويات البدنية والمهارية وتلقي إستعداد تمثيل المنتخبات الوطنية وتشريف الراية الوطنية.

وأخيرا حتى إن إختلفنا فسننتق على أن العمل القاعدي من التكوين إلى الإحتراف إلى حسن التسيير والإستثمار في كرة القدم هي معادلة النهوض بالكرة الجزائرية ليوازي ماضيها حاضرها ويكون مستقبلها لأجيال قادمة.

# المصادر والمراجع

(1) المصادر و المراجع:

(2) الكتب:

(3) ابراهيم شعلان، محمد عفيفي: كرة القدم للناشئين، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2001.

(4) أبو العلا عبد الفتاح و ابراهيم شعلان: فسيولوجيا التدريب في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994.

(5) أبوعبده حسن السيد: الإعداد المهاري للاعبين لكرة القدم، ط01، مكتبة الاشعاع الفنية، الاسكندرية، 2002.

(6) أمر الله أحمد البساطي: الإعداد البدني والوظيفي في كرة القدم تخطيط، تدريب، قيا، دار الجامعة الجديدة للنشر، مصر، 2001.

(7) أمر الله أحمد البساطي: التدريب والإعداد البدني في كرة القدم، مطبعة الإسكندرية، مصر، 1989.

(8) بوداود عبد اليمين عطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية

(9) تامر محسن، واثق ناجي: كرة القدم وعناصرها الأساسية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، المطبعة الجامعية، بغداد، 1988.

(10)الجامعية، العراق، 1984.

(11)حسن عبد الجواد: كرة القدم، المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم، ط04، دار العلم للملايين، بيروت، 1997.

(12)حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994.

(13)خلاص محمد عبد الحفيظ، باهي مصطفى حسين: طرق البحث العلمي والتحليل الاحصائي، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2000.

- 14) دلال القاضي، البياني محمود: منهجية وأساليب البحث العلمي وتحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS، ط01، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، 2008.
- 15) الديلمي فيصل رشيد عياش: كرة القدم، كتاب منهجي لطلبة وأساتذة التربية البدنية
- 16) رومي جميل: كرة القدم، ط01، دار النقاش، بيروت، لبنان، 1986.
- 17) عادل تركي، حسن سالم، جبار صاحب: كرة القدم، تعليم وتدريب، ط01، مطبعة النخيل، البصرة، 2009.
- 18) العربي ، القاهرة، 2001.
- 19) عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي، نظريات وتطبيق، دار المعارف، الاسكندرية، 2006.
- 20) عمار بوحوش، محمد محمود الذنبيات: مناهج البحث العلمي وطرق اعداده، ط04، ديوان المطبوعات الجامعية، 2007.
- 21) الفكر العربي، ط03، القاهرة، مصر، 1997.
- 22) قاسم حسن حسين، قيس ناجي عبد الجبار: مكونات الصفات الحركية، المطبعة
- 23) قاسم لزام صبر: أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم، دار الوفاء لندنيا الطباعة، الاسكندرية، 2005.
- 24) كمال عبد الحميد و محمد صبحي حسانين: اللياقة البدنية ومكوناتها الأساسية، دار
- 25) الكويت، 1989.
- 26) محمد حسن علاوي: علم التدريب، ط06، دار المعارف، القاهرة، 1989.
- 27) محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط01، دار المعارف، القاهرة، 1992.
- 28) محمد حسن علاوي: علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 2002.

29) محي الدين مختار: محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1982.

30) مختار أحمد: كرة القدم، الأسس العلمية في تطوير اللياقة البدنية، مطابع المنار،

31) مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.

32) مفتي إبراهيم حمادة: "التدريب الرياضي الحديث"، تخطيط، تطبيق، قيادة، دار الفكر

33) موفق مجيد المولى: الاعداد الوظيفي لكرة القدم، ط01، دار الفكر للنشر والتوزيع،

1999.

### المراجع الأجنبية:

Dellal et al, Une saison de préparation physique en football, Edition de boeck, Paris, 2017.

Association Suisse de football, Manuel d'utilisation des tests de l'association Suisse de football, 2016.

Canada soccer pathway, coach's tool kit stage two fundamentals, 2014, Druckman And Sweets Jab, Enhancing Human Performance, National Academy Press, Washington, 1988.

Frederi Clambertin, Préparation physique intégrée, Edition Amphora, Paris, 2000.

Jay Miller, Attacking Soccer, skills and drills for a hight scoring offense, Human Kinetics, Uk, 2014.

Jurgen Weineck: Manuel d'entraînement physiologie de la performance sportive et de son développement dans l'entrainement de l'enfant et l'adolescent, 4ém Edition augmentée et révisé, Traduit de l'allemand par Portmann M, et Handschuh R, Edition Vigot, Paris, 1997.

Tupin Bernard, préparation et entrainement du footballeur, Edition Amphora, Paris, 1990.

Anthony Jousse, ce qu'il faut savoir pour bien pratiquer le football, dollon omni sports. France.

F. Gelen, "Acute effects of different warm-up methods on sprint, slalom dribbling and penalty kick performance in soccer players", J Strength Cond Res, 24(4), (Avril 2010).

E. Rampinini, F. Impellizzeri, C. Castagna, A. Coutts, U. Wisloff, "Technical performance during soccer matches of the Italian Serie A league: Effect of fatigue and competitive level", Journal of Science and Medicine in Sport (2007).

Michael Thyron, >>soccer coordination training a German perspective<< performance conditioning for soccer, part1, vol 05, n 06.

# الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي



## الستمارة الاستثنائية موجهة لمدربي كرة القدم

في إطار إنجاز بحثنا العلمي لنيل شهادة ماستر تخصص تدريب رياضي حول موضوع:

" دراسة المستوى المهاري والبدني لدى اللاعب المحلي وفق متطلبات كرة القدم الحديثة

من وجهة نظر مدربي القسم الأول و الثاني "

دراسة وصفية بأسلوب المسح أجريت على مدربي كرة القدم القسم الأول والثاني

نرجوا من سيادتكم الموقرة الإجابة بكل صراحة و موضوعية على أسئلتنا و نتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذا الإستباين ستستخدم لأغراض علمية بحتة، و شكرا على تعاونكم. لذا نرجوا منكم القراءة المتأنية للسؤال ثم وضع علامة (X) أمام الاجابة المناسبة.

تحت إشراف

أ.د/ بن قوة علي

مساعد المشرف

د. حامق بغداد

من إعداد الطالب

حمداد سيد أحمد

السنة الجامعية: 2023/ 2024

## معلومات حول المدرب

1- ماهو مستواك التعليمي ؟

- ثانوي

- اامعي

2- ماهي شهادة التدريب المتحصل عليها ؟

درجة 3 -  كاف A -  كاف B -  كاف C

3- ماهي خبرتك الميدانية في التدريب ؟

من 05 إلى 10 سنوات -  من 10 إلى 05 سنوات -  أكثر من 15 سنة

4- ماهي الفئة التي تدرّبها ؟

- فئة أقل من 23 سنة -  فئة الأكبر

5- ماهو المستوى الذي درّبت فيه ؟

- القسم الأول الممتاز -  - القسم الثاني -  - القسم الثالث

## الجانب المهاري

1 - ماهي الطرق المستخدمة لتقييم الأداء المهاري للاعبين؟

- من خلال الملاحظة
- حساب فعالية النشاط
- إختبارات مهارية

2 - هل تستخدمون المعايير المرئية العلمية لمقارنة مستوى اللاعبين من الناحية المهارية؟

- نعم
- لا
- أحيانا

3 - ماهي نسبة إمتلاك المهارة في إستقبال و توفيقه الكرة لدى اللاعب المحلي؟

- % 70       % 50       % 30

4 - هل للاعب المحلي الكفاءة في السيطرة على الكرة من خلال اللمسة الأولى؟

- نعم
- لا
- أحيانا

5 - ماهي نسبة إادة اللاعب المحلي للعب بالتقدمين؟

- % 70       % 50       % 30

6- في نظركم ماهو مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرة من الوضعيات التي يكون فيها فاقدًا للتوازن؟

- مستوى متوسط

- مستوى مقبول

- مستوى يد

7 - كيف ترون المستوى المهاري للاعب المحلي في عملية إستلام الكرة تحت ضغط المنافس؟

- مستوى متوسط

- مستوى مقبول

- مستوى يد

8 - ماهي نسبة نجاح اللاعب المحلي في التحكم في الكرة في المساحات الضيقة؟

% 70

% 50

% 30

9 - هل اللاعب المحلي يمتاز بالتوقع الصحيح في إختيار التوقيت المناسب لتمرير الكرة؟

- نعم

- لا

- أحيانا

10 - كيف تقيمون مستوى تحكم اللاعب المحلي في دقة وقوة تمرير الكرة حسب سرعة تنقل الزميل؟

- مستوى متوسط

- مستوى مقبول

- مستوى يد

11 - ماهي نسبة قدرة إمتلاك اللاعب المحلي للكرة في الوضعيات الحاسمة مع إتخاذ القرار المناسب؟

% 70

% 50

% 30

12 - كيف تقيمون مستوى تحكم اللاعب المحلي في الكرات الهوائية ؟

- مستوى متوسط  
 - مستوى مقبول  
 - مستوى يد

13 - في نظركم هل اللاعب المحلي يتميز بالثقة اللازمة في إمتلاك الكرة حسب ما تتطلبه ظروف اللعب في المنافسة ؟

- نعم  
 - لا  
 - أحيانا

14 - ماهي نسبة نجاح اللاعب المحلي في إستراتيج الكرة ؟

- % 70       % 50       % 30

15 - في رأيكم ماهي نسبة محافظة اللاعب المحلي على سرعته القصوى عند إمتلاكه الكرة ؟

- % 70       % 50       % 30

16 - هل يجيد اللاعب المحلي مهارة المحاوره ( المراوغة ) في المساحات الضيقة ؟

- نعم  
 - لا  
 - أحيانا

17 - كيف تقيمون مستوى دقة تسديد الكرة للاعب المحلي ؟

- مستوى متوسط  
 - مستوى مقبول  
 - مستوى يد

## الجانب البدني

01 - من خلال الإختبارات البدنية التي تقومون بها. كيف تقيمون مستوى السرعة الهوائية القصوى

( VMA ) عند اللاعب المحلي ؟

- مستوى متوسط  
 - مستوى مقبول  
 - مستوى  يد

02- هل اللاعب المحلي يمتلك قدرة التحمل العام اللازمة التي تسمح له بالإستمرار في الجهد البدني خلال المنافسة ؟

- نعم  
 - لا  
 - أحيانا

03 - كيف تقيمون مستوى اللاعب المحلي من  انب سرعة الإسترا<sup>ح</sup>اع بعد الجهد البدني ؟

- مستوى متوسط  
 - مستوى مقبول  
 - مستوى  يد

04 - ماهي نسبة تحمل اللاعب المحلي لكثافة المباريات دون هبوط مستواه البدني ؟

- % 70       % 50       % 30

05 - هل اللاعب المحلي لديه القدرات البدنية الكافية لتحمل المنافسة ذات الإيقاع العالي ؟

- نعم  
 - لا  
 - أحيانا

06 - هل مستوى اللاعب المحلي يأهله لتطبيق الضغط العالي على المنافس وفق ماتتطلبه الكرة الحديثة؟

- نعم  
 - لا  
 - أحيانا

07 - هل يتميز اللاعب المحلي بالقدرة البدنية (Puissance physique) اللازمة التي تتطلبها الكرة الحديثة؟

- نعم  
 - لا  
 - أحيانا

08 - ماهي نسبة امتلاك اللاعب المحلي لخاصية القوة التي تسمح له بالفوز بالصراعات الثنائية؟

- % 70       % 50       % 30

09 - كيف تقيمون مستوى اللاعب المحلي في صفة الرشاقة؟

- مستوى متوسط  
 - مستوى مقبول  
 - مستوى يد

10 - هل اللاعب المحلي يتميز بالسرعة وفق ما تتطلبه الكرة الحديثة؟

- نعم  
 - لا  
 - أحيانا

11 - كيف تقيمون مستوى اللاعب المحلي من □ انب قوة الإرتقاء ؟

- مستوى متوسط
- مستوى مقبول
- مستوى □ يد

12 - مستوى اللياقة البدنية للاعب المحلي كفيل للإستجابة لمتطلبات اللعب الحديث في التحولات (من حالة دفاعية إلى حالة هجومية و من حالة هجومية إلى حالة دفاعية).  
كيف تقيمون مستوى اللاعب المحلي من هذه الخاصية. ؟

- مستوى متوسط
- مستوى مقبول
- مستوى □ يد

القائمة الاسمية للمحكمين

الرقم	الإسم و اللقب	الدرجة	تخصص	الجامعة	الإمضاء
1	عوال عدة	استاذ	تدريب رياضي	سنتانم	
2	شهابي لسوي	استاد	،،	،،	
3	رفيف حدابي	،،	،،	،،	
4	لبنانكم شعير	استاذ العالم العام	،،	سنتانم	
5	صالي كهر	استاذ التعليم الصالي	،،	سنتانم	
6	دروبال قدي	أ. م. أ.	تدريب رياضي	USTO MB OZAO	
7	عقبولي جسد	أ. م. أ.	تدريب رياضي	USTO MB OZAO	
8					