



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -  
معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية



قسم التدريب الرياضي  
بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في :  
التربية البدنية و الرياضية  
تحت عنوان:

## تأثير طول الشاخص على سرعة اللاعب في اختبار مهارة الجري بالكرة

دراسة مسحية أجريت على لاعبي كرة القدم فئة 16-17 سنة لنادي بلدية سيدي قادة  
- معسكر -

تحت إشراف الدكتور :  
د . سنوسي عبد الكريم

إعداد الطالبان :  
صبحان محمد عبد النور  
بوتفاحة قادة

السنة الجامعية:  
2018/2017

# \* الإهداء \*

\*\*بسم الله الرحمن الرحيم\*\*

(قل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون)

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك .. ولا تطيب اللحظات إلا  
بذكرك .. ولا تطيب الآخرة إلا بعفوك .. ولا تطيب الجنة إلا برويتك ....

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة .. ونصح الأمة .. إلى نبي الرحمة ونور العالمين ..  
سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.

إلى من أروضتني الحب والحنان إلى رمز الحب ويلسم الشفاء

إلى القلب الناصع بالبياض "والدتي الحبيبة"

إلى من جرع الكأس فارغاً ليسقيني قطرة حب

إلى من كتلت أنامله ليقدم لنا لحظة سعادة

إلى من حصد الأشواك عن دربي ليمهد لي طريق العلم

إلى القلب الكبير "والدي العزيز"

إلى سندي وقوتي وملاذي بعد الله

إلى من آثرتني على أنفسهم

إلى من علمتني علم الحياة

الآن تفتح الأشرعة وترفع المرساة لتنتقل السفينة في عرض بحر واسع مظلم هو بحر  
الحياة وفي هذه الظلمة لا يضيء إلا قنديل الذكريات ذكريات الأخوة البعيدة إلى الذين أحببتهم

وأحبوني "أصدقائي"

إلى من جعلهم الله أخوتي بالله ..... و من أحببتهم با الله أصدقائي في الجامعة و في

كل مكان

إلى من يجمع بين سعادتني وحزني

إلى من أتمنى أن أذكرهم .....إذا ذكروني

إلى من أتمنى أن تبقى صورهم .....في عيوني.

صبحان محمد عبد النور



## \* الإهداء \*

الحمد لله الذي بعونه تتم الصالحات والصلاة والسلام على رسوله الكريم سيدنا  
وحبيبنا محمد عليه أزكى الصلاة وأفضل التسليم (ص) وعلى آله وصحبه أجمعين  
أما بعد: قال تعالى :

(وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا )  
الإسراء: الآية: 24

وبعد ما رست سفينة بحثنا على شواطئ الأمان، أهدي هذا العمل المتواضع  
إلى من كانوا سببا في وجودي و روحهما لا تفارق روحي ودعائهم سر  
نجاحي، اللذين يعجز اللسان عن وصف جميلهما لي وفضلهما الكبير في ما وصلت  
إليه اليوم والدايا حفظهم الله ورعاهما وأطال في عمرهما، إلى التي عجز اللسان عن  
وصف مآثرها نحوي إلى المرأة التي غمرتني حبا وحنانا إلى حكاية العمر التي لا  
أدري بأي كلام أقابلها أبكلام يسكن في الأرض أم في السماء، بأعبارات الليل أم  
بعبارات النهار أُمي الغالية و العزيزة ،إلى من كان يحترق كالشمعة ليضيء دربي  
أبي الغالي الذي صبر على حر الصيف ويرد الشتاء من أجل أن يؤمن لي  
لقمة العيش .كما أهدي هذا العمل إلى أخوتي كل واحد باسمه وإلى كل العائلة، وإلى  
أعمامي وعماتي و أخوالي و خالاتي وإلى جدتي أطال الله في عمرها ،كما لا أنسى  
أصدقاء الدرب الجامعي بدون استثناء وإلى الأستاذ سنوسي عبد الكريم، وإلى كل  
من ساهم في بحثنا هذا ، وإلى كل أساتذة قسم التدريب الرياضي . وإلى كل من  
يعرف و يحب قادة من قريب أو من بعيد، إلى كل محب لوطنه وغيور على دينه، لكل  
هؤلاء أهدي ثمرة جهدي.

بوتفاحة قادة



# علمة شكر و تقدير

نشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه لنا ، والقائل في محكم تنزيل

{ { لئن شكرتم لأزيدنكم } }

ونتقدم مصداقا لقول النبي:

{ { من لم يشكر الناس لم يشكر الله } }

بالشكر إلى من ساهم من قريب أو من بعيد في إنجاز هذا العمل

وبتشكرنا الخالص إلى الأستاذ المشرف: **سنوسي عبد الكريم** الذي سهل لنا

طريق العمل ولم يبخل علينا بنصائحه القيمة ، فوجهنا حين الخطأ وشجعنا حين

الصواب ، فكان نعم المشرف.

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل أساتذة قسم التدريب الرياضي

كما نتقدم بالشكر إلى جميع أساتذتنا الذين أشرفوا على تدريسنا خلال

السنوات الخمس ولكل من ساهم بالكثير أو القليل، من قريب أو حتى من بعيد في

إخراج هذا العمل المتواضع إلى النور.

وفي الأخير نحمد الله جلا وعلا الذي أعاننا في إنهاء هذا العمل.

صبحان محمد عبد النور/بوتفاحة قادة

## ملخص البحث:

موضوع البحث: تأثير طول الشاخص على سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري

بالكرة

دراسة مسحية أجريت على لاعبي كرة القدم لبلدية سيدي قادة لأقل من 17 سنة. تهدف دراسة موضوع بحثنا إلى معرفة تأثير طول الشاخص على سرعة لاعب كرة القدم في إختبار مهارة الجري بالكرة ، إذ شملت دراستنا على عينة البحث المتمثلة في لاعبي كرة القدم لبلدية سيدي قادة لأقل من 17 سنة. حيث بلغ عدد أفراد العينة 20 لاعبا ، و اعتمدنا في بحثنا على التجربة الاستطلاعية من اجل سيكومترية الأداء صدق و ثبات الاختبارات و دققنا في تطبيقنا للاختبارات على أدائها في نفس الوقت و نفس المناخ ،ومن خلال تحليل و مناقشة نتائج الإختبار توصلنا إلى مجموعة من الإستنتاجات و التي كان أهمها أن الزيادة في طول الشاخص تحد من سرعة اللاعب أثناء جريه بالكرة أي أن التناسب بين طول الشاخص وسرعة اللاعب هو تناسب عكسي وكان الإقتراح المناسب في هته الدراسة حول إمكانية إدراج تعليمة نوعية الشاخص كأساس علمي لقياس مهارة الجري المتعرج بالكرة ودونها في كرة القدم.

## الكلمات المفتاحية:

الشاخص - الاختبار - مهارة الجري بالكرة -

## Résumé des recherches :

Thème : l'influence de la longueur du plot sur la vitesse du joueur dans l'habileté de courir avec le ballon, une enquête sur les essais effectués sur les footballeurs aux dirigeants de Sidi Kada Mascara pour les moins de 17 ans.

Visant à étudier la recherche par sujet afin de voir l'impact de la durée d'un test de vitesse de joueur de football courir habileté avec le ballon, couvrant notre recherche étude sur échantillon footballeurs à Sidi Kada dirigeants pour les moins de 17 ans. Comme le nombre de répondants 20 joueurs et nous avons invoqué de nos recherches sur l'expérience exploratoire pour la performance sikomtrik sincérité et essais de Constance et vérifié dans nos performances de tests applications dans le même temps et le climat même, par le biais de l'analyse et la discussion des résultats des tests à un groupe de seulement Stentagat et qui était principalement à l'augmentation de la longueur de la limite de vitesse du joueur pendant boule grise qui la proportion entre la longueur de plot et la vitesse du lecteur est apte et échéant proposition dans le sens inverse par le biais de l'étude sur l'inclusion éventuelle d'une éducation de qualité du plot comme une base scientifique pour mesurer l'habileté de courir avec le ballon et sans liquidation à Football.

### Mots clés :

plot-test -compétences de courir avec le ballon

Search summary:

Theme: the influence of the length of the delimit on the player's speed in testing the skill of running with the ball, a survey conducted on footballers to Sidi Kada Mascara leaders for less than 17 years old.

Aiming to study the subject search to see the impact of the length of the delimit on the football player speed test running skill with the ball, covering our study sample search of footballers to Sidi Kada leaders for less than 17 years old. As the number of respondents 20 players, and we relied on our research on the exploratory experiment for performance sikomtrik sincerity and constancy tests and checked in our application tests (test first and second) performance at the same time and the same climate, through the analysis and discussion of the test results to a group of only Stentagat and that was mainly to the increase in the length of the delimit on the player's speed limit during gray ball which the proportion between the length the delimit and speed of the player is fit and appropriate proposal in reverse through the study on the possible inclusion of quality education as a scientific basis to measure the skill of running with the ball and without winding in Football.

Key words:

Delimit -testing-skill of running with the ball

قائمة الجداول

| الصفحة | العنوان                                                                                                                     | رقم الجدول |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 50     | بيانات عن أفراد عينة البحث المدرجين ضمن التجربة الإستطلاعية فريق النادي الهاوي لبلدية سيدي قادة لفئة 16-17 سنة ولاية معسكر. | 1          |
| 50     | القيم المحسوبة لتبيان مدى تجانس أفراد العينة الإستطلاعية                                                                    | 2          |
| 52     | الأدوات المساعدة في إختبار و قياس مهارة الجري المتعرج بالكرة في كرة القدم.                                                  | 3          |
| 55     | ثبات الاختبارات.                                                                                                            | 4          |
| 56     | صدق الاختبارات.                                                                                                             | 5          |
| 62     | المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة ضمن فارق نوعية الشاخص (قمع/عمود)                         | 6          |
| 64     | المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة ضمن فارق نوعية الشاخص (قمع/عمود)                         | 7          |
| 66     | المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة ضمن فارق نوعية الشاخص (قمع/عمود)                         | 8          |



قائمة الأشكال

| الصفحة | العنوان                                                                                                                     | رقم الشكل |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 54     | إختبار مهارة الجري بالكرة بين الأقماع لمسافة 20متر                                                                          | 01        |
| 54     | إختبار مهارة الجري بالكرة بين الأعمدة لمسافة 20متر                                                                          | 02        |
| 54     | إختبار مهارة الجري بالكرة بين الدمى لمسافة 20متر                                                                            | 03        |
| 63     | المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد (قمع/عمود).  | 04        |
| 65     | المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد (قمع/دمية).  | 05        |
| 67     | المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد (عمود/دمية). | 06        |
| 69     | الفروقات بين المتوسطات الحسابية للدراسة الأساسية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث.                            | 07        |

قائمة المحتويات:

| الصفحة                                              | العنوان                                   | الرقم |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|
| أ                                                   | الإهداء                                   |       |
| ج                                                   | شكر وتقدير                                |       |
| د                                                   | ملخص البحث باللغة العربية                 |       |
| هـ                                                  | ملخص البحث باللغة الفرنسية                |       |
| و                                                   | ملخص البحث باللغة الإنجليزية              |       |
| ز                                                   | قائمة الجداول                             |       |
| ح                                                   | قائمة الأشكال                             |       |
| <b>التعريف بالبحث</b>                               |                                           |       |
| 2                                                   | المقدمة                                   | 2     |
| 4                                                   | مشكلة البحث                               | 3     |
| 5                                                   | أهداف البحث                               | 4     |
| 6                                                   | فرضيات البحث                              | 5     |
| 7                                                   | أهمية البحث                               | 6     |
| 7                                                   | مصطلحات البحث                             | 7     |
| 8                                                   | الدراسات المشابهة                         | 8     |
| <b>الباب الأول:</b>                                 |                                           |       |
| <b>مدخل الباب</b>                                   |                                           |       |
| <b>الفصل الأول: مهارة الجري بالكرة في كرة القدم</b> |                                           |       |
| 13                                                  | تمهيد                                     |       |
| 13                                                  | مهارة الجري و المحاورة في كرة القدم       | 1-1   |
| 14                                                  | مفهوم مهارة الجري و المحاورة في كرة القدم | 2-1   |
| 15                                                  | كيفية الجري بالكرة في كرة القدم           | 3-1   |

|                                                      |                                                               |        |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------|
| 15                                                   | المتطلبات اللازمة لأداء مهارة الجري بالكرة                    | 4-1    |
| 15                                                   | كيفية التدريب على مهارة الجري بالكرة                          | 5-1    |
| 15                                                   | المواقف التي تستخدم في الركض مع الكرة                         | 6-1    |
| 16                                                   | الأخطاء الشائعة أثناء الركض مع الكرة                          | 7-1    |
| 16                                                   | ملاحظات عند تعلم مهارة الجري بالكرة                           | 8-1    |
| 17                                                   | تقنيات ومهارات الجري بالكرة                                   | 9-1    |
| 17                                                   | الجري بوجه القدم الخارجي                                      | 1-9-1  |
| 17                                                   | الجري بوجه القدم الداخلي                                      | 2-9-1  |
| 18                                                   | أنواع مهارات الجري بالكرة وارتباطها بالمحاورة                 | 10-1   |
| 18                                                   | التحرك مع الكرة                                               | 1-10-1 |
| 18                                                   | حجب الكرة                                                     | 2-10-1 |
| 19                                                   | الإستدارة                                                     | 3-10-1 |
| 19                                                   | خداع المحاورة                                                 | 4-10-1 |
| 20                                                   | الدرجة كمطلب أساسي في مهارة الجري بالكرة                      | 11-1   |
| 21                                                   | أنواع الدرجة و علاقتها بمهارة الجري بالكرة                    | 12-1   |
| 21                                                   | الأداء الفني للدرجة                                           | 13-1   |
| 22                                                   | علاقة لاعب كرة القدم بالكرة                                   | 14-1   |
| 22                                                   | متطلبات مهارة الجري بالكرة وعلاقتها بالمهارات الأساسية الأخرى | 15-1   |
| 22                                                   | المراوغة                                                      | 1-15-1 |
| 24                                                   | أغراض المراوغة                                                | 2-15-1 |
| 25                                                   | إختبارات مهارة الجري بالكرة                                   | 16-1   |
| 27                                                   | خاتمة الفصل                                                   |        |
| <b>الفصل الثاني: خصائص المرحلة العمرية 16-17 سنة</b> |                                                               |        |
| 29                                                   | تمهيد                                                         |        |

|    |                                                |       |
|----|------------------------------------------------|-------|
| 30 | مرحلة المراهقة                                 | 1-2   |
| 30 | مفهوم المراهقة                                 | 1-1-2 |
| 30 | أنواع المراهقة                                 | 2-2   |
| 30 | المراهقة التكيفية                              | 1-2-2 |
| 31 | المراهقة المنحرفة                              | 2-2-2 |
| 31 | المراهقة الإنسحابية                            | 3-2-2 |
| 31 | المراهقة العدوانية                             | 4-2-2 |
| 31 | المراهقة الجانحة                               | 5-2-2 |
| 31 | أقسام المراهقة                                 | 3-2   |
| 31 | المراهقة المبكرة                               | 1-3-2 |
| 32 | المراهقة الوسطى                                | 2-3-2 |
| 32 | المراهقة المتأخرة                              | 3-3-2 |
| 32 | تحديد مرحلة المراهقة المتوسطة (15-17) سنة      | 4-2   |
| 32 | الممارسة الرياضية و علاقتها بالمراهقة المتوسطة | 5-2   |
| 33 | دوافع مباشرة                                   | 1-5-2 |
| 33 | دوافع غير مباشرة                               | 2-5-2 |
| 33 | خصائص النمو في مرحلة المراهقة                  | 6-2   |
| 33 | النمو الجسمي                                   | 1-6-2 |
| 34 | النمو النفسي                                   | 2-6-2 |
| 34 | النمو العقلي                                   | 3-6-2 |
| 35 | النمو الإنفعالي                                | 4-6-2 |
| 35 | النمو الحركي                                   | 5-6-2 |
| 36 | النمو الإجتماعي                                | 6-6-2 |
| 36 | مشاكل المراهقة                                 | 7-2   |



|                                                         |                          |       |
|---------------------------------------------------------|--------------------------|-------|
| 36                                                      | مشاكل النمو              | 1-7-2 |
| 36                                                      | مشاكل نفسية              | 2-7-2 |
| 37                                                      | مشاكل انفعالية           | 3-7-2 |
| 37                                                      | مشاكل اجتماعية           | 4-7-2 |
| 38                                                      | مشاكل جنسية              | 5-7-2 |
| 38                                                      | مشاكل صحية               | 6-7-2 |
| 38                                                      | المجال الاجتماعي العاطفي | 8-2   |
| 39                                                      | مفهومه                   | 1-8-2 |
| 39                                                      | خصائصه                   | 2-8-2 |
| 40                                                      | تصنيفاته                 | 3-8-2 |
| 42                                                      | أغراضه                   | 9-2   |
| 43                                                      | أهمية الرياضة للمراهقين  | 10-2  |
| 43                                                      | خاتمة الفصل              |       |
| <b>الباب الثاني</b>                                     |                          |       |
| 45                                                      | مدخل الباب               |       |
| <b>الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية.</b> |                          |       |
| 47                                                      | تمهيد                    |       |
| 48                                                      | منهج البحث               | 1-1   |
| 48                                                      | مجتمع البحث              | 2-1   |
| 48                                                      | عينة البحث               | 3-1   |
| 48                                                      | متغيرات البحث            | 4-1   |
| 49                                                      | مجالات البحث             | 5-1   |
| 50                                                      | أدوات البحث              | 6-1   |
| 55                                                      | الأسس العلمية للاختبار   | 7-1   |

|                                          |                                                                                     |     |
|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 57                                       | المنهج الإحصائي                                                                     | 8-1 |
| 58                                       | صعوبات البحث                                                                        | 9-1 |
| 59                                       | الخاتمة                                                                             |     |
| <b>الفصل الثاني: عرض و تحليل النتائج</b> |                                                                                     |     |
| 61                                       | تمهيد                                                                               |     |
| 62                                       | عرض و مناقشة نتائج الدراسة                                                          |     |
| 62                                       | دراسة مقارنة لنتائج الدراسة الأساسية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة مسافة 20متر | 1-2 |
| 68                                       | مقارنة و مناقشة نتائج الإختبار                                                      | 2-2 |
| 71                                       | الإستنتاجات                                                                         |     |
| 73                                       | مناقشة الفرضيات                                                                     |     |
| 74                                       | الاقتراحات                                                                          |     |
| 75                                       | الخلاصة العامة                                                                      |     |
| قائمة المصادر و المراجع                  |                                                                                     |     |
| الملاحق                                  |                                                                                     |     |

التعرف بالتعرف

## مقدمة البحث:

تعد كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في العالم، إذ تطورت بشكل سريع، وأصبحت الحاجة إلى تحسين الأداء المهاري فيها أمراً جوهرياً للوصول لبلاعب كرة القدم إلى الأداء بصورة آلية و متقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة، وهذا لا يأتي إلا بالبرامج التدريبية المستندة إلى نتائج الإختبارات و القياسات التي تعطي المؤشر الحقيقي للواقع المهاري الذي يتميز به لاعبو كرة القدم . (أ.إل.باد، معمر، 2012، صفحة 348)

و عن (محمد صبحي حسانين 1991 ص121 ) إن الإختبارات المقننة وسيلة من وسائل التقويم في المجال الرياضي والتي تعود على المدربين بفائدة كبيرة تمكنهم من رفع الكفاءة العملية التدريبية وأن الإختبارات التي يتم بناؤها وتقنينها على عينات تمثل مجتمع المستفيدين، تعد أصلح من غيرها التي تم بناؤها وتقنينها على عينات تمثل مجتمعا آخر مهما بلغت درجة التشابه بين المجتمعين . (د، زرف محمد، 2011-2012، صفحة 06)

علما أن ما يميز كرة القدم عن غيرها كثرة المهارات و تعددها، ولتحقيق أفضل المستويات لابد بتطبيق جوانب كرة القدم بدقة وسرعة والتي تحدد بكرة القدم، إذ يمكن أن تقتصر على حالات أساسية من أهمها الحركات المتكررة مثل الركض بالكرة أو بدونها، وتلعب السرعة في الأداء دورا حيويا ومهما، فأداء مهارة الجري بالكرة يحتم على اللاعب إمتلاك مستوى عالي من السرعة القصوى و الحركية، وذلك باعتبار الجري بالكرة من أهم المهارات الأساسية في هذه الرياضة، إذ يتمكن اللاعب من خلالها بالتحرك بكل أرجاء الملعب بالإنتقال بالكرة من الدفاع إلى الهجوم، وهذا ما يتطلب من اللاعب إتقان هذه المهارة مع السرعة. (د، زرف محمد، 2011-2012، صفحة 03)

"لذا تتضح أهمية سرعة اللاعب من ضرورة تأدية حركات اللعب في أسرع وقت ممكن تحت الظروف المتاحة و المتطلبات التكتيكية و الإمكانيات الفردية". (ت، د، هيرينسوك وآخرون، 2003، صفحة 03)



وفي بحثنا هذا سنتطرق لمعرفة مدى تنوع الشاخص ( أشكال و أحجام) مع دراسة أثر هذه التنوع على سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة خلال مرحلة العمل السلبي لحالة تستهدف إيجابية المرور إلى مرحلة الإعاقة الحقيقة I ضد I إذ أن هذه المهارة تعد من الحلول الفردية التي أضحت اهتمام كل ناخب أو مدرب يبحث عن كسر الخطط الدفاعية.

ولقد تناولنا في دراسة هذا الموضوع من خلال خطة البحث التي شملت على مقدمة كانت عبارة عن تقديم وإثارة للموضوع وشملت على خطة سير البحث ،ثم الإطار العام للدراسة والذي تمثل في عرض إشكالية البحث، أهداف البحث الفرضيات ومصطلحات البحث والدراسات السابقة والمشابهة والتي تمثلت في الدراسة الخاصة بالدكتور زرف محمد سنة 2012 تحت عنوان: أثر نوعية الشاخص كممثل أساسي لأدوار المدافع في قيم التقويم لتخطيط عملية تدريب مهارة الجري بالكرة و دونها لناشئي ما قبل التكوين في كرة القدم،

أما الأهمية التي يكتسيها البحث فتجلت في الجانبين العلمي والعملي حيث تتمثل الأهمية العلمية في إعتبره مرجعا تدعم به مكتبة المعهد ويساعد الطلبة في انجاز الدراسات والبحوث المستقبلية ،أما من الناحية العملية فهو يبين تأثير طول الشاخص على سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة وتطوير سرعة اللاعب خلال الجري بالكرة بأسلوب حديث و أكثر محاكاة لواقع المباراة.

**مشكلة البحث:**

من خلال النتائج و الملاحظات المتخذة من المباريات و جد أن صيغة اللعب البطيء وعدم سرعة اللاعب في الجري بالكرة خصوصا أمام المنافس أدى إلى بناء هجمات بطيئة و عديمة الفعالية،وهذا ما ينافي ما توصلت إليه كرة القدم الحديثة في تأكيدها على اللعب الفعال و الإنتشار السريع و هذا ما يؤكد **موفق المولى** "لا مكان للاعب بطيء بكرة القدم الحديثة". (موفق المولى، 1999، صفحة 183)

وعلى أساسه يرى الباحثين أن نوعية الشاخص (قصيرة -طويلة -دمى من مستوى لاعب سلبي) تؤثر في قيم اختبار السرعة لمهارة الجري بالكرة ويؤثر ذلك إلى أبعاد

الشخص (طول عرض ارتفاع) التي تأثر بدورها على قدرة الموازنة بين الحركات ونواتجها (نسبة الإزاحة) حالة الوقوع تحت ضغط المدافع حيث أن تمثيل الشخص لدوار مدافع سلبي يتطلب توظيف هذه التعليمات بما يخدم أغراض هذه المهارة التي يحددها (زهير الخشاب و آخرون، 1988، صفحة 199) في: اجتياز الخصم و التخلص منه/ الهروب من الخصم عن طريق الجري بالكرة السريع والدفع بالكرة إلى الأمام / اختراق صفوف دفاع الخصم و القيام بالمناولة أو التهديد/ عدم توفر مجال للتمرير في الوقت المناسب / سحب تمرکز الخصم مع تحرير زميل من الرقابة/ تأخير اللعب و كسب الوقت عند التقدم في النتيجة ، و على ذلك يرى الباحثون أن نوعية الشخص تؤثر على سرعة تغير أوضاع الجسم حالة الشخص القصير الطويل و من مستوى لاعب سلبي كما أن شكل وحجم الشخص يؤثر على الهدف من تأدية تلك المهارة. (محمد صبحي حسانين و آخرون، 1997، صفحة 82)

ومن هنا يأتي التساؤل التالي:

❖ هل لمتغير طول الشخص تأثير على سرعة اللاعب في إختبار مهارة

الجري بالكرة؟

أهداف البحث:

الهدف الرئيسي:

❖ يكمن الهدف الرئيسي للبحث في معرفة تأثير طول الشخص في سرعة

اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة.

فرضيات البحث:

الفرض الرئيسي:

✓ لمتغير طول الشخص تأثير سلبي على سرعة اللاعب في إختبار مهارة

الجري بالكرة

أهمية البحث:

يكتسي هذا البحث أهمية من الجانبين العلمي والعملي حيث تتمثل الأهمية

العلمية في إعتبره مرجعا تدعم به مكتبة المعهد ويساعد الطلبة في انجاز الدراسات

والبحوث المستقبلية، أما من الناحية العملية فهو يبين تأثير طول الشخص على سرعة

اللاعب في مهارة الجري بالكرة بالنسبة للاعبين أقل من 17 سنة ، و كذا تذليل المصاعب التي تواجه اللاعب خلال أداء مهارة الجري بالكرة وكيفية معالجة مشكل اللعب البطيء في الأندية الجزائرية ، وهذا النوع من البحوث قد يساهم تحسين عملية إعداد اللاعبين و الإرتقاء بهم إلى الأداء الأمثل.

**تعريف مصطلحات البحث:**

**الاختبارات :**

**التعريف:** هو ملاحظة استجابات الفرد في موقف يتضمن منبهات منظمة تنظيماً مقصوداً وذات صفات محددة ومقدمة للفرد بطريقة خاصة تمكن الباحث من تسجيل وقياس هذه الإجابات تسجيلاً دقيقاً. (محمد صبحي حسانين، 2001، صفحة 41)

**التعريف الإجرائي:**

في هذه الدراسة الإختبار هو عبارة عن أداة تستخدم لقياس مهارة الجري بالكرة في كرة القدم و هذا للكشف عن المعيار و المستوى الحقيقي للاعب في أداء هذه المهارة.

**مهارة الجري بالكرة:**

هي عملية ضرب الكرة بالرجل والجري خلفها بخطوات سريعة .

**التعريف الإجرائي:**

تعد هذه المهارة من أساسيات كرة القدم و المقصود بها هو تحرك اللاعب بالكرة و السيطرة عليها، وتستخدم هذه المهارة عندما لا يكون أمام اللاعب فرصة للتمرير إلى الزميل أو جذب اللاعب عن التغطية لكسر الخطوط الدفاعية.

**متغير نوعية المحدد(قمع-شاخص-معيق) :**

**تعريف الشاخص:**

يعرف ( قاموس الوسط، 2001) المحدد بأنه الشيء المائل و يطلق على الهدف و العلامة البارزة للحد و القائم يحدد به القياس يندرج ضمن العتاد الرياضي و الأدوات plot. أو délimiter

## التعريف الإجرائي:

في المجال الرياضي يعرف الشاخص عند الأغلبية بكلمة قمع " وفي كرة القدم تعمل الشواخص على تحديد معالم التمرين أو الاختبار من الناحية الشكلية أو تحدد الهدف من التمرين أما بالنسبة لمتغير الطول المحدد فهناك نوعان حسب طول و ثلاثة حسب الشكل و لغرض التوضيح انظر الجدول رقم 1 يوضح مختلف المحددات (أقمار شواخص معيقات) المستخدمة في التمارين الرياضية وطبيعة العلاقة التي يطرحها الباحثان كقاعدة في التدريب على مهارة الجري بالكرة في كرة القدم . (د، زرف محمد، 2011-2012، صفحة 11)

### -الدراسات المشابهة:

فيما يلي نعرض بعض الدراسات التي لها علاقة بموضوع دراستنا، وهذا فيما يتعلق بمشكلة البحث، عينة البحث، المنهج المستخدم، المعالجة الإحصائية و أهم النتائج المتوصل إليها.

### دراسة الأستاذ الدكتور زرف محمد .

أجريت هذه الدراسة سنة 2012 تحت عنوان: أثر نوعية الشاخص كمثل أساسي لأدوار المدافع في قيم التقويم لتخطيط عملية تدريب مهارة الجري بالكرة و دونها لناشئي ما قبل التكوين في كرة القدم.

### مشكلة البحث:

1-هل متغير نوعية الشاخص تؤثر في قيم نتائج اختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة ودونها بدافع تمثيلها لادوار المدافع ؟

2-هل متغير نوعية الشاخص كبرنامج معدل يؤثر في نسب تنمية الصفات البدنية و العناصر التوافقية المرتبطة بمهارة الجري بالكرة ودونها ؟

### أهداف البحث:

1- تقييم دور الأداة ضمن مجال استخداماتها (تدريب - اختبار).

2- تحديد معايير للاستخدام الأمثل للأجهزة المساعدة لتطوير الأداء الحركي وحل مشكلة صعوبات التعلم و التدريب.



3- اقتراح بعض التعديلات كمعايير لاختبار يفرق بين مستوى التحصيل و التكوين في الانتقال بين الأصناف.

**فرضيات البحث الأساسية:**

1- في قيم اختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة و دونها(زمن و نواتج حركية) و هو لصالح يؤثر متغير نوعية المحدد delimitter شاخص بموصفات اللاعب السلبي مقارنة بتمثيلها لادوار المدافع.

2- تؤثر أنواع المختلفة للشواخص في مستوى نسب نمو متطلبات (البدنية و الحركية و الفنية) المرتبطة بمهارة الجري بالكرة و هي لمصالحه الشاخص الحامل لموصفات اللاعب السلبي ضمن جميع المقارنات.

**أهمية البحث:**

1- إبراز أهمية الوسائل المساعدة في تحقيق أهداف التخطيط لتدريب و تقويم مهارة الجري بالكرة في رياضة كرة القدم.

2- إبراز دور التحليل الحركي كوسيلة تضع الأساس العلمي لترشيد جوهر عملية تعليم و تدريب هذه المهارة.

3- إبراز أهمية التقويم في اشتقاق التمارين الصحيحة التي تتلاءم مع خصائص المهارة وقدرات الناشئين وإمكانياتهم.

**منهج البحث:**

لقد استخدم الباحث المنهج التجريبي وهذا لملائمته و طبيعة البحث.

**عينة البحث:**

بحث تجريبي أجري على لاعبي كرة القدم فئة الأصغر اقل من 15 سنة فريق بلدية عين تادلس ولاية مستغانم.

**أهم التوصيات:**

1- إدراج تعليمة نوعية الشاخص كأسس علمي لتقويم مهارة الجري المتعرج بالكرة ودونها في كرة القدم .

2- الاهتمام بمتطلبات المهارة كأسس لإتقان الأداء الحركي .

- 3-الاهتمام بالتحليل الحركة كأسس للوصول إلى دقائق و تفاصيل الحركة .
- 4-استخدام التدريبات الخاصة بالوسائل المساعدة التي تخدم الأداء المهاري التنافسي .

#### -التعليق على الدراسة السابقة:

من خلال استعراض الدراسة السابقة و المشابهة للدراسة الحالية بعنوان تأثير طول الشاخص على سرعة اللاعب في اختبار مهارة الجري بالكرة في كرة القدم، حيث تمحورت دراستنا السابقة حول أثر نوعية الشاخص كمثل أساسي لأدوار المدافع في قيم التقويم لتخطيط عملية تدريب مهارة الجري بالكرة و دونها لناشئ ما قبل التكوين في كرة القدم

#### -الموضوع:

يتضح من خلال متغيرات الدراسة المستعرضة إذ يلاحظ أنها تشترك في المتغير المستقل و هو طول الشاخص و تختلف نوعا ما في المتغير التابع الذي تمثل في قيم التقويم لتخطيط مهارة الجري بالكرة ودونها.

-المجال الزمني: أنجزت هذه الدراسة سنة 2011-2012.

-الوسائل الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

T اعتمد الباحث في دراسته على المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و للفروق و معامل الارتباط لبيرسون إضافة لبغض الوسائل الأخرى حسب طبيعة وحاجة الدراسة.

#### نقد الدراسة السابقة:

لقد استخدم الباحث في الدراسة السابقة متغير طول الشاخص في دراسة اثر هذا الأخير على قيم التقويم لتخطيط عملية تدريب مهارة الجري بالكرة و دونها، أما فيما يخص موضوع بحثنا فإن الهدف تمثل في دراسة تأثير طول الشاخص على سرعة اللاعب في اختبار مهارة الجري بالكرة في كرة القدم

# الباب الأول: الأول

## مدخل الباب الأول:

من خلال دراسة موضوع بحثنا الذي يتناول تأثير طول الشاخص على سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة عند لاعبي كرة القدم لأقل من 17 سنة تطرقنا إلى الخلفية النظرية للموضوع والتي تضمنت دراسة متغيرات البحث والتي تكونت من فصلين مع إحتواء تمهيد وخاتمة في كل فصل ،حيث الفصل الأول بعنوان مهارة الجري بالكرة في كرة القدم، أما الفصل الثاني جاء بعنوان الإختبارات و القياسات في كرة القدم.



الفصل الأول:

الفصل الأول:

مهارة الجري بالكرة في كرة القدم  
مهارة الجري بالكرة في كرة القدم

تمهيد:

تعد لعبة كرة القدم واحدة من الألعاب الجماعية ذات المتعة والإثارة، وهي لعبة ذات طابع هجومي ودفاعي ، هجومي في محاولة تسجيل هدف في مرمى الفريق المنافس ودفاعي في محاولة منع الفريق المنافس من تسجيل هدف.

إذ أن لعبة كرة القدم الحديثة تتميز بسرعة الأداء وسرعة الانتقال تجاه منطقة الفريق المنافس والعودة للدفاع ،مما يتطلب الاهتمام بالصفات البدنية و المهارة الخاصة باللعبة فضلا" عن الصفات الخطئية والنفسية.

ومن الصفات البدنية و المهارة هي السرعة الانتقالية وسرعة الجري أو الدرجة بكرة القدم وان تطوير هذه المهارات له تأثير على أداء اللاعبين بدنياً و مهاريا من خلال الانتقال نحو منطقة الفريق المنافس بسرعة و هذا حسب مواقف اللعب. (مجلة كلية التربية الرياضية، 2012، صفحة 236)

و تعد مهارة الجري بالكرة من المهارات الأساسية التي يتحتم على جميع اللاعبين إتقانها إذ لا غنى لأي لاعب عن هذه المهارة وعلى اللاعب الربط بين سرعته وتحكمه بالكرة خلال ركضه بها وإلا فقد السيطرة عليها وأصبحت من نصيب خصمه . (الراوي ، مكي محمود، 2001، صفحة 78)، و تستخدم هته المهارة من قبل اللاعب عندما لا يكون أمامه فرصة تمرير الكرة إلى الزميل أو عندما يريد جذب مدافع إليه لأبعاده عن التغطية وعندما يريد التقدم بالكرة في مساحة خالية . (Louis , Jean, 1991, p. 134)

1-1- مهارة الجري و المحاورة في كرة القدم:

تعد مهارة الجري بالكرة من المهارات الأساسية التي يقول عنها أبو عبيد أنها من المتطلبات التي يجب أن يتقنها كل لاعب حتى حارس المرمية بعد تعديل الأخير الذي أصد تره أليفا نتيجة تضيع الوقت من قبل هذا الأخير .كما يشير لها (Alexandre Dellal, 2008, p. 161) بأنها معيار تقويم التدريب الفردي خاصة من الناحية الفسيولوجية ويذكر أن جميع الدراسات اهتمت بدراسة دور هذه المهارة ضمن الملاعب المصغرة دون الاهتمام بدراستها منفصلة ضمن طوابير خاصة بهذه المهارة، و أن هذه

المهارة تسمح بالتفريق بين اللاعب الماهر و المبتدئ من حيث الاقتصادية في الجهد نتيجة تخفيض عامل الرؤية المحيطة و المركزية في أدائها و أما (إسماعيل ، ثامر محسن وآخرون 1991 ، صفحة 72) فيؤكد أنه لا يمكن الاستغناء عن هذه المهارة سواء في التدريب أو في المنافسة. (د زرف محمد، 2012، صفحة 19)

#### 1-2- مفهوم مهارة الجري و المحاورة بالكرة ( توجيه الكرة و التحكم في الجسم):

هي عملية انتقال اللاعب والكرة في مساحات خالية من المنافسين ويتم ذلك من خلال ضرب الكرة والجري خلفها بخطوات سريعة ، ويتم هذا النوع من المهارة في الهجمات المرتدة السريعة ، ويتطلب أداؤه توقيتا سليما مع قراءة جيدة لمواقع اللاعبين الزملاء والمنافسين على حد سواء من خلال النظرة المستمرة للملعب ، ويجب أن يتم دفع الكرة إلى مسافة يستطيع اللاعب اللحاق بها قبل وصول المنافس ، وبذلك يتم قطع مسافة كبيرة تسمح للزملاء من إدامة الهجمة واللحاق بسرعة لإسناد اللاعب الحائز على الكرة، كونها تتطلب الجري السريع مشابهها للركض لدى عدائي المسافات القصيرة مع ابتعاد الكرة عن اللاعب ولكن بتوقيت سليم للوصول إلى الكرة ، في حين تتطلب الدحرجة إبقاء اللاعب للكرة تحت تصرفه والجري بخطوات سريعة ومنتزعة مع زيادة عدد المرات التي يدفع بها الكرة . ولكي تتم مهارة الجري بشكل سليم لابد أولا من ضرب الكرة بشكل سليم بحيث يؤدي انتقالها إلى مكان خال من المنافس ويعيد عن تغطية زملائه (زملاء المنافس)، كما تتطلب من اللاعب المستحوذ إن يجيد النظر حول الملعب لكي يبدأ بما يلاءم الموقف أما الاستمرار أو المناولة أو التصويب. ( عادل تركي حسن، وآخرون ، 2014، صفحة 60)، و يتفق كل من (François Gil, Christian Séguin, 2001) و (LOUIS JEAN, 1991, p. 134) و (زهير الخشاب و آخرون، 1988، صفحة 199) والسيد (ابوعبده، 2008، ص 83) و (موفق اسعد محمود، 2009، صفحة 104) أن مهارة الجري بالكرة و مهارة دحرجة الكرة من المهارات الأساسية التي يجب أن يتقنها جميع اللاعبين بلا استثناء و هي مهارة تتم بعدة طرق يختار فيها اللاعب الطريقة المناسبة و التي تتناسب و طبيعة الموقف المهاري و الخططي أثناء تأديتها. (د زرف محمد، 2012، صفحة 13).

و في كرة القدم الحديثة تلعب المراوغة dribbling دورا هاما، فقد أصبح من أهم ما يتميز به اللاعبون الدوليون الممتازون قدرتهم الفائقة على المراوغة مما يصعب من مهمة المدافعين ويربك الدفاع و المراوغة (المحاورة) كوسيلة من وسائل تنفيذ الخطط الهجومية الفردية أساسها مهارة الجري بالكرة ، معنى هذا أن الجري بالكرة مهارة أساسية ، فإذا أداها اللاعب بهدف خططي معين تسمى المراوغة أو المحاورة. (محمد عبده صالح، 1994، صفحة 35)

1-3-1- وتتم عملية الجري من خلال:

1-3-1- الجري خلف الكرة المرسله من الزميل في الفراغ.

1-3-2- ضرب الكرة من قبل اللاعب نفسه والجري خلفها.

1-4- المتطلبات اللازمة لأداء مهارة الجري بالكرة هي:

1-4-1- تمتع اللاعب بقوة انفجارية عالية.

1-4-2- تمتعه بسرعة انتقالية.

1-4-3- القدرة على اتخاذ القرار السليم.

1-4-4- قراءة جيدة لمواقع اللاعبين (الزملاء والمنافسين وتحركاتهم )

1-5- كيف يتم التدريب على مهارة الجري بكرة القدم:

1-5-1- التدريب على إجادة العدو الصحيح.

1-5-2- العدو مع رفع الرأس ورؤية الملعب.

1-5-3- دفع الكرة بشكل مستقيم من خلال ضرب الكرة في المنتصف إذا كانت

النية مبنية للركض بشكل مستقيم.

1-5-4- يفضل دائما الركض بشكل مستقيم كونه اقصر الطرق الواصلة بين

نقطتين. ( عادل تركي حسن، وآخرون، 2014، صفحة 61)

1-6- المواقف التي تستخدم في الركض مع الكرة:

1-6-1- قطع مسافات خاليه أمام المهاجم.

1-6-2- عدم وجود الزميل يمكن التمرير له.

1-6-3- العمل على تقريب المسافة التي يريد اللاعب أن يصوب منها على المرمى.

1-6-4- الهروب من الرقابة الضاغطة للمدافع.

1-6-5- الرغبة في جذب مدافع لخلق مساحة خالية. ( مفتي إبراهيم حماد ، 1998، صفحة 159)

1-7-7- الأخطاء الشائعة أثناء الركض مع الكرة هي :

1-7-1- ضرب الكرة بقوة زائدة يؤدي إلى ابتعادها كثيرا على اللاعب.

1-7-2- النظر بصورة دائمة على الكرة أثناء الجري مما يؤدي إلى عدم

استطاعة اللاعب ملاحظة ما يدور حول الملعب

1-7-3- ميل الجذع للخلف وتصلبه أثناء الركض بالكرة. (مفتي إبراهيم حماد و

آخرون، 1994، صفحة 36)

1-8-8- ملاحظات عند تعلم مهارة الجري بالكرة:

1-8-1- يلاحظ دائما أن يكون اللاعب في الوضع الذي يسمح له بأن يسيطر

باستمرار على الكرة، وهذا يعني أن يكون اللاعب متحكما في الكرة في كل خطوة من خطوات جريه.

1-8-2- يتعلم اللاعب أولا أن يضرب الكرة أثناء جريه بقدم واحدة، ومع تقدمه

في إتقان المهارة يقوم بتعلم الجري بالكرة مع ضربها بالقدمين بالتبادل على أن تضرب الكرة في كل خطوة تقريبا. (محمد عبده صالح، 1994، صفحة 35)

1-8-3- يجب أن يرتفع إحساس اللاعب بالكرة مع تقدمه في إتقان هذه المهارة،

فاللاعب الماهر لا ينظر إلى الكرة أثناء جريه بها، ولكن المفروض أن يرتفع نظره باستمرار، حتى يستطيع أن يرى الملعب ليدرك تحركات زملائه و مواقف لاعبي الفريق

المضاد، وفي نفس الوقت يكون لديه الإحساس بسيطرته على الكرة، و على المدرب

أن يراعي هذا و يقوم بتدريب لاعبيه على ذلك باستمرار. (محمد عبده صالح،

1994، صفحة 35)

1-8-4- على اللاعب أن يزيد من قدرته على تغيير سرعته أثناء الجري بالكرة مع استمرار تحكمه فيها، و يصاحب ذلك مقدرة اللاعب على تغيير إتجاه جريه بالكرة مع سيطرته عليها.

#### 1-9- مهارات و تقنيات الجري بالكرة:

يعني الجري بالكرة استخدام أجزاء من القدم بهدف التحكم في الكرة أثناء دحرجتها على الأرض و التقدم بها في الملعب.

ويعدها (مختار حنفي محمود ، 1990 ، صفحة 80) كالتالي:

- الجري بالكرة مع ضربها بوجه القدم خارجي.
- الجري بالكرة مع ضربها بوجه القدم الداخلي.
- الجري بالكرة مع ضربها بوجه القدم الأمامي.
- الجري بالكرة مع ضربها بالقدمين.

#### 1-9-1- الجري بوجه القدم الخارجي:

هو النوع المستخدم و بصورة شائعة في جميع مستويات كرة القدم، ومن خصائص هذا النوع من الجري أن اللاعب يمكن إستخدام جسمه كحاجز بين الكرة و المنافس الخصم، مما يصعب عملية الإستحواذ عليها من جانبه كذلك من مميزاته أيضا سهولة أداءها بسبب أن الأداء الحركي يتفق مع الوضع التشريحي للرجلين أثناء الجري بالكرة.

#### 1-9-2- الجري بالكرة بوجه القدم الداخلي:

من مميزات هذه الطريقة للجري بالكرة أنها تحافظ على بقاء الكرة بين القدمين قدمي اللاعب فيسهل الإستحواذ عليها بكلى القدمين إلا أنها أقل إستخداما من الجري بالكرة بوجه القدم الخارجي، و تستخدم التمارين العامة، و التمارين الشبه تنافسية، و التمارين الخاصة، و تمارين المنافسة للتدريب على هذه التقنيات. (محمد عبده صالح، 1994 ، صفحة 35)

1-10 أنواع مهارات الجري بالكرة و ارتباطها بالمحاورة:

1-10-1- التحرك مع الكرة: يتوجه اللاعب إلى أقرب مساحة خالية أمامه وبأسرع ما يمكن عند سيطرته على الكرة. يجب على اللاعب أن يركل الكرة لمسافة قصيرة بحيث يمكنه الركض بشكل جيد وبسرعة، فإن ركلها لمسافة بعيدة قد يفقد السيطرة أو حتى استحوازه على الكرة. استعمال خارج القدم يسمح للاعب على المحافظة على سرعته، كما يجب عليه أن يختلس النظر دائماً لرؤية اللعب وباحثاً عن المساحات الخالية (Mady-Hosny, 2009).



صورة تمثل لاعب كرة القدم في حالة حركته مع الكرة.

1-10-2- حجب الكرة: الحجب أو الفصل هما الوسيلتان الأفضل للمحافظة على السيطرة على الكرة ولتجنب محاولة الخصم انتزاعها. من المهم أن يتمتع اللاعب بالقوة والمهارة والمقدرة على التخلص من الخصم. يتطلب الحجب من اللاعب أن يضع جسده بين الخصم والكرة دون ارتكاب أي مخالفة وبطريقة قانونية مع علمه السابق أن الخصم سوف يتحرك ويغير اتجاهه الفرق بين حجب الكرة واع تراض سبيل لاعب آخر يأتي من كون اللاعب المسيطر على الكرة أم لا. لا يمكن أن يقطع اللاعب الطريق على الخصم أو دفعه أو شده ويجب عليه التفكير بالخطوة التالية التي غالباً ما تكون تمرير لزميل غير مراقب أو عقب الكرة والاستدارة حول اللاعب الخصم. (Mady-Hosny, 2009)



تمثل الصورة أعلاه لاعب كرة القدم في حالة حجبه للكرة

1-10-3- الاستدارة: تغيير الاتجاه مع الكرة هو قسم مهم من لعبة كرة القدم. في المساحات الضيقة من الملعب يستدير اللاعب ويغير اتجاهه طالما يستلم الكرة وتصبح تحت سيطرته. هذه الاستدارة غالباً ما تخرج الخصم خارج اللعب وتسمح للاعب بكسب المزيد من الوقت لتحرير الكرة أو تسديها أو الركض بها. يضع اللاعب نفسه دائماً بين الكرة والخصم عندما يحاول أن يستدير ويقوم بمحاولة الالتفاف على قدم واحدة مستعملاً القدم الأخرى لتحريك الكرة أما من الداخل أو عبر نقرها في مساحة خالية أو عقفها من الداخل أو الخارج إذا كان تحت الضغط. (د، زرف محمد، 2011-2012، صفحة 21)



تمثل الصورة أعلاه لاعب كرة القدم عند أدائه لمهارة الإستدارة بالكرة

#### 1-10-4- خدع المحاورة:

تعني قدرة اللاعب المستحوذ على الكرة من اجتياز منافس واحد أو أكثر من خلال التحكم والسيطرة وإجادة الخداع شريطة أن تبقى الكرة تحت سيطرته ، وهذه المهارة بحاجة إلى توافق عضلي عصبي عال مع سيطرة تامة على الكرة فضلاً عن إجادة جميع فنون الخداع كونه يسبق عملية الاجتياز ولا يتم بدونه إضافة إلى تمتع اللاعب بسرعة الاستجابة وسرعة اتخاذ القرار.

و المراوغة تختلف عن الدرجة، كون الدرجة تتم باتجاه واحد وبجزء واحد في حين أن المراوغة تتم بأكثر من جزء وبأكثر من اتجاه فضلاً عن كونها مسبقة بعملية الخداع. ( عادل تركي حسن، وآخرون، 2014، صفحة 63)





تمثل الصورة أعلاه لاعب كرة القدم عند أدائه لمهارة المراوغة بالكرة  
1-11-الدرجة كمطلب أساسي في مهارة الجري بالكرة:

كما أشار (سلامي) عن (Louis) تعد من أساسيات كرة القدم والمقصود بها هو تحرك اللاعب بالكرة والسيطرة عليها ، ويستخدم اللاعب الجري بالكرة عندما لا يكون أمامه فرصة للتمرير إلى الزميل أو عندما يريد جذب مدافع إليه لإبعاده عن التغطية أو عندما يريد التقدم بالكرة في مساحة خالية (عبدالرحيم محمد الطيب و آخرون، 2002، صفحة 24)

والدرجة بالكرة لها هدف معين كما أشار (سلامي) نقلاً عن (Louis) وهي:

-التقدم بالكرة لغرض التقرب إلى منطقة الخصم.

-لكسب الوقت وانتظار احد الزملاء لأخذ الفولغ ومن ثم إجراء المناولة

المناسبة.

-خلق فرصة من اجل المناولة و التهديف.

و كما أشار (جاسم محمد عبد الله، 2006، صفحة 29) أن الدرجة تهدف إلى:

- 1-اجتياز الخصم والتخلص منه.
  - 2-اختراق صفوف دفاع الخصم والقيام بالمناولة أو التهديف.
  - 3-عندما لا يتوفر مجال للمناولة في الوقت المناسب.
  - 4-لسحب الخصم من اجل تنفيذ خطة معينة وإعطاء الزميل فرصة التحرك بحرية لإزالة الضغط عنه.
  - 5-تأخير اللعب وكسب الوقت عندما يكون الفريق متقدماً بنتيجة المباراة.
  - 6-تنظيم لعب الفريق.
- وهناك عدة عوامل تؤثر في انتقال اللاعب بالكرة وهي:
- سرعة اللاعب أثناء الحركة.

-موقع الخصم.

-نوعية ارض الملعب. (عبدالرحيم محمد الطيب و آخرون، 2002، صفحة 24)

### 1-12- أنواع الدرجة و علاقتها بمهارة الجري بالكرة:

أ: الدرجة بالجزء الداخلي للقدم. ب: الدرجة بالجزء الخارجي للقدم. ج: الدرجة بوجه القدم د: الدرجة بمقدمة القدم "و عليه يخلص الباحث أن الوسيلة الأساسية في تحقيق مهارة الجري بالكرة تكمن في التحكم في علاقة المدخلات الرؤية المزدوجة و ذات البعد الثالث(محيطية +مركزية) و التوافق الحركي وعناصره و الرشاقة و السرعة و القوة و المرونة و التوازن كمخرجات في تأدية هذه المهارة و أن علاقة اللاعب بالكرة تكمن في الشكل رقم 2 المولي نقلًا عن بريدا ج ب. (د زرف محمد، 2012، صفحة 24)

وقد قسم حسن الدرجة بالكرة إلى :

-درجة الكرة بوجه القدم الخارجي.

-درجة الكرة بوجه القدم الداخلي.

-درجة الكرة بمقدم القدم.

-درجة الكرة بوجه القدم

أما الخشاب و ذنون فقد قسمها إلى:

-الدرجة بوجه القدم الخارجي.

- الدرجة بوجه القدم الداخلي الخشاب و ذنون ، 2005

و تعد الدرجة بالجزء الخارجي من القدم أفضل أنواع الدرجة كونها توفر حماية كبيرة للكرة من خلال وضع الجسم كحاجز بين الكرة والمنافس وهناك نوع آخر نادر الاستخدام في كرة القدم هو الدرجة بالجزء الداخلي لكلا القدمين. ( عادل تركي حسن، و آخرون، 2014، صفحة 20)

### 1-13- الأداء الفني للدرجة:

لأداء هذه المهارة تكون عضلات الجسم غير مشدودة ، والذراعان تكونان على الجانبين لخلق توازن للجسم فضلا عن خلق حاجزا ، كما أن الجذع يميل للأمام فوق

## الفصل الأول: مهارة الجري بالكرة في كرة القدم

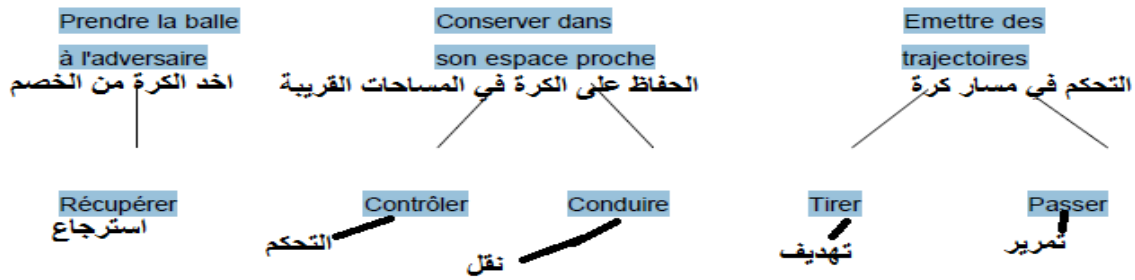
الكرة مع انثناء في الركبتين لرجل الارتكاز والرجل الضاربة كما يجب أن تؤدي الحركة بانسيابية بحيث تدفع الكرة دفعا بسيطا ولا تضرب بمعنى أن الكرة تكون ملتصقة برجل اللاعب تقريبا ولا تبعد عن الجزء الذي تدحرج به والنظر يكون موزعا بين الكرة والملعب ،على أن تكون الكرة في جانب الجسم من الجهة البعيدة عن المنافس.



الدحرجة بالكرة

1-14-1- علاقة لاعب كرة القدم بالكرة: BRAIDA J. P (د زرف محمد، 2012، صفحة

(24



1-15-1- متطلبات مهارة الجري بالكرة في كرة القدم و علاقتها بالمهارات الأساسية الأخرى:

1-15-1- المراوغة : ( عادل تركي حسن، و آخرون، 2014، الصفحات 63-

64-65-66)

تعني قدرة اللاعب المستحوذ على الكرة من اجتياز منافس واحد أو أكثر من خلال التحكم والسيطرة وإجادة الخداع شريطة أن تبقى الكرة تحت سيطرته ، وهذه المهارة بحاجة إلى توافق عضلي عصبي عال مع سيطرة تامة على الكرة فضلا عن إجادة جميع فنون الخداع كونه يسبق عملية الاجتياز ولا يتم بدونه إضافة إلى تمتع اللاعب بسرعة الاستجابة وسرعة اتخاذ القرار.

و المراوغة تختلف عن الدرجة، كون الدرجة تتم باتجاه واحد وبجزء واحد في حين أن المراوغة تتم بأكثر من جزء وبأكثر من اتجاه فضلا عن كونها مسبقة بعملية الخداع.

#### 11-15-1-1-1 مراحل أداء المراوغة:

لكي تؤدي هذه المهارة على أكمل وجه لابد وان تمر بمراحل هي:

1- اتخاذ القرار السريع بحل الواجب الحركي من خلال اختيار

الحل المناسب.

2- مرحلة تنفيذ القرار وتقسّم إلى قسمين هما:

أ- عمل الخداع المناسب.

ب- أداء الحركة النهائية.

#### 1-15-1-2-1 وهناك أنواع من الخداع(المراوغة):

1-15-1-2-1 الخداع بالرجلين: يتم من خلال تبادل حركة الرجلين السريعة

فوق الكرة وحولها مما يشتت انتباه المنافس.

1-15-1-2-2 الخداع بالذراع: ويتم ذلك من خلال ميلان الذراع إلى جهة

معينة لتتم استجابة المنافس بهذا الاتجاه ، وبعدها مباشرة يؤدي اللاعب حركته

الأصلية المقررة سلفا.

1-15-1-2-3 الخداع بالنظر: وتتم من خلال النظر إلى زاوية معينة باتجاه

معين لكي يشد انتباه المنافس إلى هذا الاتجاه ومن ثم التحرك بالاتجاه الآخر.

1-15-1-2-4 الخداع بالكلام: ويتم من خلال الإيعاز إلى الزميل بالركض

باتجاه معين ومن ثم أداء المراوغة بالاتجاه الآخر.

1-15-1-2-5 الخداع بلف الجسم كاملا مع الكرة: تعد هذه من الحركات الحديثة

في كرة القدم إذ يتم الضغط على الكرة وإيقافها ومن ثم سحبها بحركة واحدة لتكون

الكرة واللاعب في الاتجاه المعاكس تماما.

1-15-1-2-6- الخداع بإيقاف الكرة : أثناء الجري السريع بالكرة يقوم اللاعب بإيقاف الكرة مع الخطوة التي تقوم بها القدم اللاعبة مع محاولة تثبيت الكرة بباطن القدم كخدعة، ولكن يتابع اللاعب الجري بسرعة بالكرة تاركا الخصم. وبعد إتمام أي من الحركات السابقة يقوم اللاعب بأداء الحركة النهائية وان كانت مهارة المراوغة تختلف كثيرا عن مهارة الدرجة إلا أنها تلتقي معها في الأغراض الأساسية من القيام بها ، كونها حركة انفرادية الغرض منها مصلحة الفريق ككل ، كما ينصح بعدم الإكثار منها بسبب تأخيرها للهجمة أو تعرض اللاعب للإصابة.

#### 1-15-2- أغراض المراوغة:

- 1- إشغال المنافس وتشتيت انتباهه.
- 2- كسر مصيدة التسلل.
- 3- إعطاء فرصة للزملاء لاستحداث الفراغ.
- 4- إعطاء فرصة للزملاء من إعادة تنظيم الموقف الهجومي.
- 5- تأخير اللعب وكسب الوقت.
- 6- تستخدم لأداء الجري بالكرة أو التصويب بعد الانتهاء منها.
- 7- الحصول على أخطاء بالقرب من منطقة الجزاء أو داخلها للحصول على ضربات حرة.

#### 1-15-2-1- السيطرة على الكرة:

تعد من المهارات الهجومية العامة في لعبة كرة القدم في السيطرة على الكرة و التحكم بها الإستحواذ عليها يعني السيطرة على اللعب بصيغة عامة و تؤكد التفوق فضلا عن دخولها في الكثير من إختبارات الأداء الفني للاعب كرة القدم لقياس مدى قدرة اللاعب الأساسية على الإحتفاظ بالكرة و التحكم فيها. (كارلس هيوز، 1990، صفحة 35)

أما مفتي حماد 1994 فقد رأى أن السيطرة على الكرة تعني امتلاك الكرة والتصرف بها حسبما يقتضي الموقف و تتطلب السيطرة على الكرة توقيتا دقيقا و

حساسية بالغة من جراء الجسم الذي يقوم بالأداء. (محمد حامد الأفندي، 1981، صفحة 94)

#### 1-15-2-2- الجري و تغيير الإتجاه:

يمتاز جري لاعب كرة القدم بخصائص معينة، فهو يقوم باستمرار بعمل بدايات كثيرة طوال المباراة، كما أنه يجري دائما أثناء المباراة بدون كرة. وإذا أدركنا أن مجموع الوقت الذي يلمس فيه اللاعب الكرة أثناء المباراة لا يزيد على دقيقتين لأدركنا أنه يجري بدون كرة باقي التسعين دقيقة. و اللاعب يعود بأقصى سرعته كثيرا خلال مباراة لمسافات تتراوح بين 5-20 متر، و يكون من المهم دائما أن يصل إلى قرب أقصى سرعته في خلال الأمتار الأولى من عدوه حتى يمكنه الوصول للكرة قبل خصمه المنافس له في محاولة الإستحواذ على الكرة.

و يتميز جري لاعب الكرة بأن اللاعب يغير من سرعته كثيرا أثناء جريه فهو لا يجري بإيقاع منتظم و إنما يغير سرعته باستمرار، وفقا لمقتضيات تحركه في الملعب و أخذه الأماكن، يضاف إلى ذلك أن تغيير توقيت سرعة اللاعب هو خداع للخصم. و تتميز طريقة جري اللاعب بأن اللاعب يجري بخطوات قصيرة و سريعة مع إنشاء خفيف في الركبة بدون تصلب، مما يجعل مركز ثقل اللاعب قريبا من الأرض إلى حد ما، وبذلك يكون أكثر اتزاناً و قدرة على تغيير إتجاهه و سرعته في أي لحظة و باستمرار أما حركة الذراعين فإنها مثل حركة ذراعي العداء إلا أنهما تتحركان بقوة أقل.

و لاعب كرة القدم يستطيع أن يغير من اتجاه جريه في أي اتجاه مع عدم التقليل من سرعته. (مختار حنفي محمود ، 1990 ، صفحة 67)

#### 1-16-1- اختبارات مهارات الجري بالكرة:

يشير الباحث (أ.د زرف محمد، 2012) إلى أن مهارة السيطرة و مهارة المراوغة و مهارة الجري بالكرة لا يمكن التفريق بينهما كون أن أي حركة تبدأ بسيطرة على الكرة تم نقلها في حدود الموقف و بالتالي الموقف وحده يحدد الجري أم المراوغة.

#### 1-16-1- التمرين الأول:

اسم الاختبار: (الجري بالكرة بين خمسة شواخص). (محجوب ابراهيم ياسين، 1999)

1- الغرض من الاختبار: المحاورة وقياس سرعة الأداء .

2- الأدوات المستخدمة:

1. كرة قدم قانونية .

2. ساعة توقيت.

3. (5) شواخص.

4. شريط لاصق أو صباغ لتحديد خط البداية.

5. صافرة.

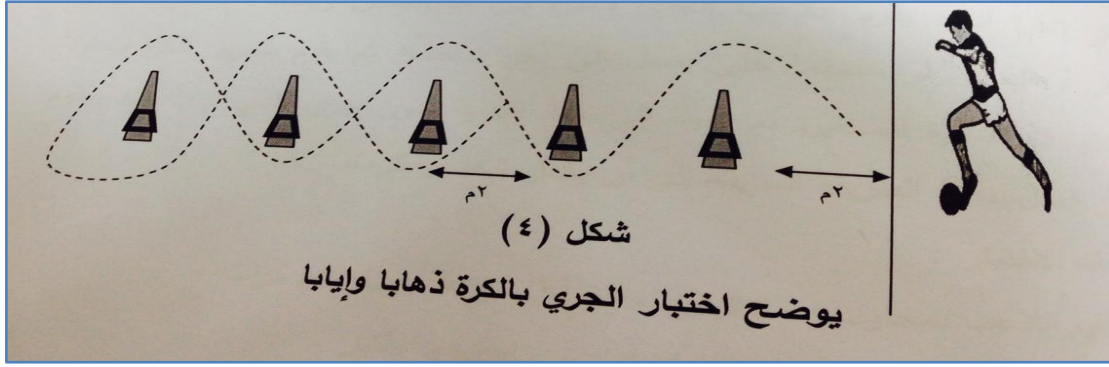
6. سجل لتسجيل الدرجات.

وصف الأداء: تثبت ( 5 ) شواخص في الأرض بخط مستقيم المسافة بين كل شاخص وآخر (2)م ويقف اللاعب خلف خط البداية وعندما نعطي إشارة البدء يقوم اللاعب الجري بالكرة بين الشواخص ويمكنه استخدام الرجل اليمنى أو اليسرى أو كليهما حتى يصل إلى آخر شاخص ثم يعود بنفس الطريق إلى أول شاخص ابتداءً منه.

2 المحاولات المطلوبة : يعطى للاعب محاولتين وتحسب الأفضل ويمكن إعطاء محاولة أخرى إذا ما وقع خطأ غير مقصود من قبل اللاعب كاجتياز شاخصين معا أو إسقاط احد الشواخص .

3 القياس: يحتسب الزمن المستغرق ذهابا وإيابا ويسجل الزمن 10/1 من الثانية.

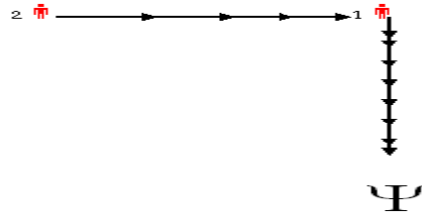
4 الرسم:



1-16-2-التمرين الثاني: ( عادل تركي حسن، وآخرون، 2014، صفحة 62)

اللاعب 2 يعمل مناولة للاعب 1 الذي يستقبل الكرة من الحركة ثم يستدير

ويعمل دحرجة إلى الشاخص لمسافة 10م

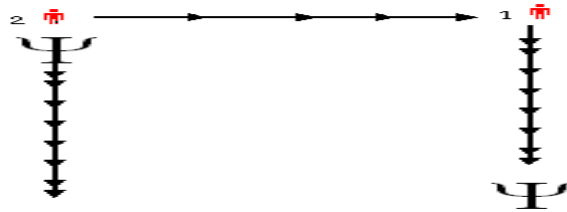


1-16-3-التمرين الثالث:

التمرين السابق نفسه على أن ينطلق اللاعب 2 الذي يجري بالكرة، اللاعب 1

يعمل مناولة إلى اللاعب 2 الذي يستقبل الكرة ويعيد الجري وعند وصوله إلى

الشاخص المقابل يعمل مناولة إلى اللاعب الأول وهكذا يستمر التمرين.



ملاحظة:

يمكن تصعيب التمرين من خلال زيادة الشدة (سرعة الركض)، زيادة المسافة،

خلق حالات لعب حقيقي.



**الخاتمة:**

يعتبر الجري بالكرة من أهم المبادئ الأساسية التي يجب الإهتمام بها نظراً لممارستها من قبل جميع لاعبي كرة القدم رغم اختلاف مراكزهم في اللعب سواء كانوا مهاجمين أو مدافعين أو في خط الوسط وتتم باستخدام أجزاء القدم بهدف التحكم في الكرة أثناء دحرجتها على الأرض و التقدم بها في الملعب، ويجب على اللاعب أثناء الجري بالكرة أن يوازن بين سرعة إنطلاقه بالكرة و درجة تحكمه فيها إذ أنها تعد من وسائل و خطط الهجوم الفردية حيث يلجأ إليها اللاعب عندما لا تتوفر فرصة للتمرير و في وجود مساحات شاغرة لخلق فرص التهديف.

الفصل الثاني:

الفصل الثاني:

خصائص المرحلة العمرية 16-17 سنة

تمهيد :

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

**2-1-1- مرحلة المراهقة:**

**2-1-1- مفهوم المراهقة :**

- لغة : إن كلمة المراهقة مشتقة من الفعل راهق بمعنى لحق أو دنى , فهي تفيد الاقتراب و الدنو اللحم فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من اللحم و اكتمال النضج. (السيد، 1997، صفحة 257)

- اصطلاحا :يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي تحدث فيها الانتقال التدريجي في النضج البدني و الجنسي و العقلي و النفسي. (العيساوي، 1999، صفحة 10)

**- بعض تعريف العلماء للمراهقة :**

المراهقة من الناحية البيولوجية هي تلك المرحلة التي تبدأ من بداية البلوغ أي بداية النضج الجنسي حتى اكتمال نمو العظام، و هي تتميز بخاصية النمو السريع غير المنتظم و قلة التوافق فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في بدنها وظاهرة اجتماعية في نهايتها . (السيد، 1997، صفحة 272)

المراهقة هي فترة عواطف تؤثر بشدة تكثفها الأزمات النفسية و تسودها المعاناة و الإحباط و الصراع و القلق و صعوبات التوافق . (مول، 1981، صفحة 291)

عرفها " ستايلي هول" أن المراهقة هي فترة عواطف و توتر و شدة تميزها و تكثفها الأزمة النفسية و تسود المعاناة الإحباط و الصراع و القلق و المشكلات و صعوبات التوافق. (زهران، 1995، صفحة 325)

**2-2- أنواع المراهقة و أشكالها :**

المراهقة تتخذ أشكالا مختلفة حسب الظروف الاجتماعية و الثقافية التي يعيش في وسطها الفرد و هناك عدة أشكال للمراهقة

**2-2-1- المراهقة التكيفية :** هي المرحلة التي تنمو نحو الاعتدال في كل

شيء و نحو الإشباع المتزن و تكامل الاتجاهات المختلفة.

2-2-2- المراهقة المنحرفة : و هي صورة مبالغه و متطرفة للمراهقة

الإنسحابية المنطوية و المراهقة العدوانية المتمردة.

2-2-3- المراهقة الانسحابية: تتسم بالانطواء ، و العزلة الشديدة و السلبية و

التردد و شعور المراهقة بالنقص و عدم الملائمة

2-2-4- المراهقة العدوانية المتمردة: و هي مراهقة متمردة ثائرة, تتسم بأنواع

السلوك العدوانية الموجه ضد الأسرة. (معوض خ.,، 1994، الصفحات 449-450)

2-2-5- المراهقة الجانحة: تشكل الصورة المتطرفة لشكلين المنسحب و

العدواني و تتميز بالانحلال الخلقي و الانهيار النفسي. (زيدان م.، 1995، صفحة

19)

2-3- أقسام المراهقة :

لقد اختلف العلماء في تحديد فترة المراهقة من حيث بدايتها و مدة دوامها و

سنة نهايتها لعدم وجود مقياس موضوعي خارجي تخضع له هذه القياسات و إنما أخضعوها لمجالات دراستهم و تسهيلاتهم فهناك من اتخذ أساس النمو الحسي كمعيار و هناك من اتخذ النمو العقلي كمعيار آخر و لكن اتفقوا مبدئياً على أن فترة المراهقة هي الفترة التي تبدأ بأول بلوغ جنسي و تنتهي باكتمال النمو الجسمي للراشد و في ما يلي نتطرق أقسام المراهقة كما يراها عبد السلام زهران .

2-3-1- المراهقة المبكرة :

تمتد من النمو السريع أي من بداية السنة 13 و الذي يصاحب البلوغ إلى

حوالي سنة أو سنتين بعد البلوغ عند استقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد أي مع السن 15 و في هذه المرحلة المبكرة يسعى المراهق إلى الاستقلال و الخروج من التبعية والاعتماد على الغير و التخلص من السلطات التي تحيط به و يظهر لديه إحساس بذاته

وكيانه و يصاحبها التفطن الجنسي الناتج عن الاستشارة الجنسية التي تحدث

جراء التحولات البيولوجية و نمو الجهاز التناسلي.

2-3-2- المراهقة الوسطى: يطلق عليها المرحلة الثانوية حيث تبدأ من 15 إلى 17 و يميزها بطئ في سرعة النمو الجنسي نسبيا في المرحلة السابقة و تزداد التغيرات الجسمية من الزيادة في الطول والوزن و اهتمام المراهق بمظهره و صحته

#### 2-3-3- المراهقة المتأخرة:

و تبدأ من 18 إلى 21 سنة و يطلق عليها مرحلة الشباب و تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة التي يتخذ فيها اختيار مهنة المستقبل , و فيها يصل النمو إلى مرحلة النمو الجسدي و يتجه نحو الشباب الانفعالي و تتبلور بعض العواطف الشخصية مثل : الاعتناء بالمظهر الخارجي طريقة الكلام , الاعتماد على النفس والبحث عن المكانة الاجتماعية , و الميول إلى العواطف نحو الجماعات الطبيعية . (زهران، 1995، صفحة 263)

#### 2-3-4- تحديد المرحلة المتوسطة (15-17) سنة

تتلائم مرحلة المراهقة المتوسطة مع نهاية التعليم الأساسي وبداية التعليم الثانوي ،حيث يصعب تحديد بداية ونهاية المراحل جميعها تتداخل ببعضها البعض، إلا مرحلة المراهقة الأولى والتي يمكن تحديدها "ببداية النضج الجنسي"، وعلى ذلك تعتبر مرحلة المراهقة المتوسطة أنها مرحلة اكتمال ونضج ورشد المراهق ليس جنسيا فقط بل اجتماعيا وعقليا وجسميا وبذلك يبدأ المراهق في تغيير ثوب الطفولة لارتداء ثوب الرجولة، ثوب الاستقرار والتوافق والانسجام.

ويضيف "حامد زهران" أن قدرة المراهق في تلك المرحلة تزداد في أخذ القرار و التفكير السليم و الاختيار و الثقة بالنفس و الاستقلالية في التفكير والحرية في الاستكشاف ،حيث يؤثر ذلك كله على شخصيته المتكاملة. (أحمد، 1992، صفحة 182)

#### 2-5- الممارسة الرياضية و علاقتها بالمراهقة المتوسطة :

لكل فرد في الوجود له دوافع بحتة و أساليب واضحة للقيام بعمل ما، و لقد حدد العالم الباحث -rudig- أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي و قسمها إلى نوعين:

2-5-1- دوافع مباشرة :

- الإحساس بالرضا و الإشباع بعد نشاط عضلي يتطلب جهد ووقت خاصة عند تحقيق النجاح

- المتعة الجمالية بسبب الرشاقة و مهارة و جمال الحركات.
- الشعور بالارتياح كنتيجة التغلب على التدريبات الصعبة و الشاقة.
- الاشتراك في المنافسات الرياضية.

2-5-2- دوافع غير مباشرة :

- اكتساب الصحة و للياقة البدنية.
- إسهام الفرد في دفع مستوى قدرته على العمل والإنتاج.
- الوعي بالشعور الاجتماعي التي تقوم به الرياضة. (علاوي، 1979، صفحة 140)

2-6- خصائص النمو في مرحلة المراهقة :

يعتبر النمو سلسلة متتابعة متماسكة من تغيرات تهدف إلى غاية واحدة هي اكتمال وعملية النمو عملية مستمرة في الحياة و الحياة عملية مستمرة , و معنى الحياة هو النشاط , فالنمو عبارة عن تغيرات تقدمية متجهة نحو تحقيق غرض ضمني و هو النضج و معنى ذلك أن التغيرات تسير إلى الأمام. (زيدان م.,، صفحة 73)

2-6-1- النمو الجسمي :

يعتبر البعد الجسمي أحد الأبعاد البارزة في نمو المراهق, و يشمل البعد الجسمي على مظهرين أساسيين من مظاهر النمو و هما النمو الفيزيولوجي أو التشريحي و النمو العضوي و المقصود بالنمو الفيزيولوجي هو النمو في الأجهزة الداخلية أثناء البلوغ و ما بعده , و يشمل ذلك بوجه خاص النمو في الغدد الجنسية أما النمو العضوي فيتمثل في نمو الأبعاد الخارجية للمراهق كالطول و العرض و الوزن و التغيير في ملامح الوجه و غيره من المظاهر الجديدة التي تصاحب عملية النمو. (الحافظ، 1990، صفحة 48)

2-6-2- النمو النفسي :

في هذه المرحلة نلاحظ تعاقب المراحل بين الإثارة النفسية و من الإحباط النفسي ،حيث يظهر غالبا اهتمامات مجردة و مثالية ودينية ، ومن ناحية أخرى يعتبر بعض الباحثين المراهقة سن الإيمان العضوي و سن الدقة و الفضول و يمكن أن تسيطر الأفكار على العقل .

كما أن المراهق لا يختلف كثيرا عن الطفل و الراشد من حيث الحاجات الأولية البيولوجية أما الحاجات الثانوية ( النفسية ) فتختلف في هذه المرحلة عن الطفولة من حيث تغيراتها الانفعالية و أثرها السلوكية و كذلك لابد من استعراض الحاجات النفسية للمراهق ومن أهمها ما يلي :

2-6-2-1- الحاجة إلى المكانة :

يرغب المراهق أن يكون شخصا هاما ، و أن يكون له مكانة في جماعته و أن يعترف به كشخص ذو قيمة فنجده يسمى إلى أن يكون له مكانة الراشدين.

2-6-2-2- الحاجة إلى الاستقلال :

في هذه الفترة من العمر يرغب المراهق أن يتخلص من قيود الأهل وأن يصبح مسئولا عن نفسه و هو حريص على أن يظهر تعلقه الشديد بأسرته واعتمادا عليها .

2-6-2-3- الحاجة إلى الانتماء :

إن التعارض بين الحاجة المختلفة التي يعيشها المراهق يؤدي إلى الشعور بعدم الأمن و الطمأنينة و بذلك تزداد رغبته إلى الانتماء و الحاجة إلى الجماعة و البحث عن المساعدة لحل المشاكل الشخصية و يمكن إشباعها. (فاخر، 1972،

صفحة 118)

2-6-3- النمو العقلي :

يجب أن نتذكر دائما المقولة التي تقول "العقل السليم في الجسم السليم " من هنا ندرك جيدا أن العقل و الجسم مرتبطان ارتباطا وثيقا ، ففي حالة ما إذا اقتصر المدرسين أو أستاذة التربية البدنية على الجسم فقط فإنهم لم يحققوا مساعيهم ، فاللياقة البدنية تؤدي إلى استخدام العقل استخداما فعالا و مؤثرا .



إذن فالنمو في هذه المرحلة لا يقتصر على التغيرات الجسمية فحسب و إنما يرافق ذلك نمو التفكير في القدرات العقلية المرتبطة به إذ تظهر عليه مختلف القدرات الخاصة و الميول المتعددة كالميول إلى الرياضات بالإضافة إلى رغبة معرفة نفسية و كذا معرفة الآخرين أيضا. (أزوي، 1995، صفحة 70)

2-6-4- النمو الانفعالي :

إن التغيرات السريعة التي تتميز بها فترة المراهقة و كذلك الدوافع المتفجرة التي يجد المراهق نفسه أمامها عاجز عن الفهم و المواجهة ستوقع المراهق في حالات إحباط جديدة و شديدة و يكون رد الفعل انفعالي عليها بنفس الدرجة من القول أو العنف التي تتناسب مع الإحباط نفسه فإذا أضفنا إلى ذلك ما يمكن أن يشغل بال المراهق في هذه الفترة الانفعالية من القلق على مستقبله و يمكن أن نتصور الحياة الانفعالية لمراهق خاصة مما يميزها عن غيرها من المراحل و خاصة المرحلة التي تسبقها مباشرة حيث كان الطفل يتمتع بالهدوء و الاستقرار إلى حد كبير.

2-6-5- النمو الحركي :

يتميز المراهق بفقدان الدقة و التوازن في الحركات، نتيجة النمو الغير المتوازن في العظام و العضلات كما تظهر لديهم تغيرات شكلية كقصر الملابس بالمقارنة بالنمو الجسمي و تغير الهيئة العامة ، كما يكون المراهق أكثر حساسية و أكثر تأثرا لتعليقات أفراد المجتمع ، و في هذا الصدد يؤكد الأستاذ محمد حامد الأفندي "بأنه لا يوجد أساس للفكرة بأن الطفل يفقد أثناء المراهقة شيئا من قدرته الحركية أو توافق حركاته بل على التقبض من ذلك تستمر في التحسين، ولكن هذا التحسين لا يحدث بالسرعة التي تحدث فيها أثناء الطفولة الأولى، إذن النمو في الذكاء القدرة الحركية يؤخذ في البطء ابتداء من مرحلة المراهقة و بالرغم من البطء النمو فإنه يستمر دون اضطرابات إذا رافقتنا المراهق في اللعب فإننا نجد تقدمه في حركات لاعبيه (الأفندي، 1997، صفحة 38)

2-6-6- النمو الاجتماعي :

ما يميز الجانب الاجتماعي للمراهق هو البحث عن الاستقلالية و الاندماج المباشر في المجتمع دون وساطة الوالدين , فالمراهق الذي يخرج من الطفولة و الذي يصل بعد إلى مرحلة الرشد يصبح يبحث عن مكانه في المجتمع و يحاول فرض ذاته كفرد وليس هو بطفل و لا براشد, فيصبح المراهق يميل إلى مسايرة جماعات منها جماعية أقرانه و يميل إلى الاختلاط من كلا الجنسين .

و بإتساع الحياة الاجتماعية للمراهق تستمر عملية التنشئة الاجتماعية من أشخاص ذو تأثير كبير عليه كالوالدين و المدرسين ..... الخ و هذا بتعلمه للنماذج السلوكية التي يقدمها و يمكن توضيح أهم النمو الاجتماعي في المظاهر التالية:

الخضوع لجماعة الرفاق التي يخضع المراهق لأساليب رفاقه و معاييرهم و نظمهم و يصبح ذلك مسايرا لجماعة الرفاق التي ينتمي إليها، تحرره من أسرته التي نشأ فيها فيتحول بولائه الجماعي من الأسرة إلى النظائر.

2-7- مشاكل المراهقة :

2-7-1- مشاكل النمو :

أهم خصائص ذلك نجد الأرق و الشعور بالتعب بصورة سريعة , معاناة الغثيان و عدم الاستقرار النفسي , عدم تناسق أعضاء الجسم , فهذه الأمور لا تهم الراشد كثيرا لكنها بالنسبة للمراهق مصدر قلق و خاصة إذا ما جعلته معرض لسخرية.

(الجسماني، 1994، صفحة 501)

2-7-2- مشاكل النفسية :

من المعروف أن هذه المشاكل قد تؤثر في نفسية المراهق و انطلاقا من العوامل النفسية ذاتها التي تبدو واضحة في تطلع المراهق نحو التحرر و الاستقلال و التوتر لتحقيق هذا التطلع بشتى الطرق و الأساليب و هو لا يخضع لقيود البيئة و تعاليمها و أحكام المجتمع و قيمته الخلقية الاجتماعية بل أصبح يمحس الأمور و يناقشها و يوافقها بتفكيره و عقله عندما يشعر المراهق بأن البيئة تتصارع معه و لا يقدر موقفه و لا يحس بإحساسه الجديد لهذا فهو يسعى دون قصد لتأكيد نفسه، و

توازنه، فإذا كانت كل الأسرة و الأصدقاء لا يفهمون قدراته و مواهبه و لا تعامله كفرد مستقل و لا تشبع في حاجاته الأساسية على حين فهو يجب أن يحس بذاته و أن يكون شيء يذكره و يعترف الكل بقدره و قيمته

#### 2-7-3- مشاكل انفعالية :

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحاً في انفعاله و حدثه و اندفاعه، و هذا الاندفاع الانفعالي أساسي يرجع للتغيرات الجسمية بإحساس المراهق بنمو جسمه و شعوره بأن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال و يشعر المراهق بالفرح و الفخر ، و لكن يشعر في الوقت نفسه بالحياء و الخجل ، و من هذا النمو كما يتجلى بوضوح خوف المراهق من هذه المرحلة الجديدة التي ينتقل إليها ، و يتطلب منه أن يكون رجلاً في سلوكه و تصرفاته . (معوض م.، 1971، الصفحات 72-73)

#### 2-7-4- مشاكل اجتماعية :

إن مشاكل المراهق تنشأ من الاحتياجات السيكولوجية الأساسية مثل الحصول على مركز و مكانة في المجتمع و الإحساس بأن الفرد مرغوباً فيه ، فسوف نتناول كل من الأسرة و المدرسة و المجتمع كمصادر من مصادر السلطة على المراهق

#### 2-7-4-1- الأسرة:

إن المراهق في هذه المرحلة يميل إلى الاستقلال و الحرية و التحرر من عالم الطفولة عندما تتدخل الأسرة في نشأته فيتغير هذا الموقف ، يحبط من نشأته و لا يريد أن يتعامل معاملة الصغار بل يريد أن تكون له مواقف و آراء يجب أن يطبقها في الواقع، إن شخصية المراهق تتأثر بالصراعات الموجودة بينه و بين أسرته و تكون نتيجة هذا الصراع إما خضوع المراهق امتثاله أو تمرد و عدم استسلامه

#### 2-7-4-2- المدرسة :

هي المؤسسة الاجتماعية التي يقضي فيها المراهقين معظم أوقاتهم، و سلطة المدرسة تتعرض لثورة المراهق فالطالب يحاول أن يتبناها و يتمرد عليها بحكم أنها طبيعية في هذه المرحلة من عمره بل أنه يرى سلطة المدرسة أشد من سلطة الأسرة .

2-7-4-3- المجتمع :

إن الإنسان بصفة عامة و المراهق بصفة خاصة يميل إلى الحياة الاجتماعية بسهولة للتمتع بمهارات اجتماعية تمكنه من اكتساب صداقات، و البعض الآخر يميلون إلى العزلة و الابتعاد عن اكتساب صداقات لظروف اجتماعية نفسية أو اختلاف قدراتهم على المهارات اجتماعية كل ما يمكن قوله في هذا المجال أن الفرد لكي يحقق النجاح و ينهض بعلاقته اجتماعية لا بد من أن يكون محبوبا من الآخرين و أن يكون له أصدقاء و أن يشعر بتقبل الآخرين له، إن المراهق قد يواجه الثورة و النقد نحو المجتمع و نحو العادات و التقاليد و القيم الخلقية و الدينية السائدة كما ينفذ نواحي النقص و العيوب الموجودة فيها .

2-7-5- مشاكل جنسية :

من الطبيعي أن يشعر المراهق بالميل الشديد للجنس الآخر و لكن التقاليد في مجتمعنا تقف حاجزا دون أن ينال ما ينبغي عندما يفصل المجتمع بين الجنسين فإنه يعمل على إعاقة الدوافع الفطرية الموجودة عند المراهق اتجاه الجنس الآخر، و قد يتعرض لانحرافات و غيره من السلوك المنحرف بالإضافة إلى لجوء المراهقين إلى أساليب ملتوية لا يقبلها المجتمع لمعاكسة الجنس الآخر أو للتشهير له أو للانحراف في بعض العادات و الأساليب المنحرفة .

2-7-6- مشاكل صحية :

إن المتاعب المرضية التي يتعرض لها المراهق هي السمنة إذ يصاب المراهقين بالسمنة بسيطة مؤقتة و لكن إذا كانت كبيرة فيجب العمل على تنظيم الأكل و العرض على طبيب مختص فقد تكون ورائها اضطرابا شديدا بالغدد كما يجب عرض المراهقين على الطبيب للاستماع إلى متاعبهم و هو في حد ذاته جوهر العلاج .

2-8- المجال الاجتماعي العاطفي :

وتوجد لهذا المجال عدة مصطلحات أخرى كمجال الانفعالي .

ولهذا المجال أصعب من المجالين " الحسي الحركي والمعرفي " لأنه يتعلق بالحالة النفسية الاجتماعية والبيئة الفرد فالموافق والقيم التي يحاول المدرس اكتسابها للتلاميذ أو يحاول إحداث تعبير في نفوسهم وذاتهم وتصبح تصوراتهم وأفكارهم بم حول الموضوع ما أو موضوع معين قد تصادفه صعوبات وعوائق يعجز بعضها ويجهل بعضها الآخر، ذلك لان التلميذ المتمدرس قد يستقبل المواقف والآراء ، والأفكار والحقائق والقيم بتفهم ورضي وقد يستجيب للتعديلات التي طرأت أو أدخلت على معلوماته وخبراته وتجاريه وموافقة وقد يرفض ولا يستقبل ولا يستجيب . (البصيص، 2004، صفحة 75)

#### 2-8-1- مفهومه :

- يرى أنور الحولي هذا المجال بأنه : " ذلك المجال الذي يتضمن السلوكيات المرتبطة بالمشاعر والعواطف التي تتمثل في إجابيات وصور مثل الشعور والاهتمامات والتقدير والقيم ". (الحوالي، 2000، صفحة 220)

- أما إيلين فرج بأنه : " ذلك المجال يتضمن الأهداف تلك العلاقة بالمشاعر والعواطف والانفعالات وهو يفكر النضير في السلوك بالنسبة إلى المنتقم فيما يختص بالاهتمامات والميول والاتجاهات والقيم والتكيف والاستجابة والاستقبال " (فرج، صفحة 41)

- أما زكية إبراهيم فتعرفه : " ذلك المجال الذي يتضمن عملية التطبيع الجماعي التي لها الأثر في السلوك والتحكم فيه ويدخل في نطاقه واكتساب ميول واتجاهات وتقدير وقيم يحث على تكيف الفرد مع مجموعته والمجتمع ، وفي إطار ثقافة المجتمع " (كامل، صفحة 37)

#### 2-8-2- خصائصه :

- المجال الوجداني لا يقتصر على المواد التقدمية كالتربية الإسلامية والوطنية والرياضية بل كل المواد لا يتحقق فيها التعلم بكيفية ايجابية إلا إذا كانت العناية الكافية بالمجال الانفعالي

- يتناول اهتمامات الفرد وتذوقهم واتجاهاتهم وقيمهم وعقائدهم أساليب تكيفهم مع البيئة

- لا يمكن تحقيق الأهداف الوجدانية لهذا المجال في درس أو درسين بل يتحقق تدريجيا على مدى بعيد.

- يصادف المشرفون التربويون صعوبات في تطبيقه مقارنة بالمجالين الآخرين " المجال الحسي الحركي والمجال المعرفي " ( تيغري، 1989، صفحة 220 )  
2-8-3- تصنيفاته :

يتناول هذا الجانب قيم الفرد ومشاعره واتجاهاته وعلى الرغم من أهمية هذا الجانب إلا انه أصعب في التناول من المجالات الأخرى من حيث ملاحظة السلوك الدال عليه وتقييمه ويعد الجانب الوجداني من أهم الجوانب التي تسعى التربية الفنية لتنميتها والاهتمام بهذا الجانب يساعد في تنمية الحس الإجمالي عند الفرد وتذوقه ويحافظ عليها ويضفي اللمسة الفنية إلى كل ما هو محيط به في أي مكان . ( خضر، 1993، صفحة 87 )

وهذا المجال يهتم بالمشاعر والانفعالات مثل تكوين الاتجاهات وتنمية الميول والموهب والقيم والقدرة على التذوق وبناء شخصية المتعلم وينقسم هذا المجال إلى المستويات التالية :

- الاستقبال : ويتمثل في إثارة اهتمام المتعلم ومن مظاهر الإصغاء والمتابعة لاختبار أمر ما الاهتمام والتأثير الرغبة في التعرف بشكل اكبر.

- الاستجابة : وهي المرحلة التي تلي الاستقبال ، حيث تظهر رد الفعل لما استقبله المتعلم على شكل مشاركة ايجابية مع المظاهر أو المثير ، ومن مظاهر ذلك إطاعة القوانين والأنظمة يستكمل الواجبات ، المشاركة في المناقشات حول قضية ما - التقدير : أي إعطاء قيمة أو تقدير الأشياء أو الظواهر أو السلوك في ضوء

الاقتناع التام بقيمة معينة ، وهذا المستوى أعلى من سابقته ،ومن مظاهر هذا المستوى ( تقدير العلم والعمل اليدوي والاستعداد إلى العمل مع الآخرين.

- تنظيم القيم : يقصد به إيجاد قيمة كلمة تنظم التقديرات القيمة.

- تمثيل القيم وتجسيدها: أي تكامل المعتقدات والأفكار والاتجاهات والقيم في  
نضرة شاملة . (هرجة، 1999، الصفحات 120-121)
- لقد ظهرت عدة محاولات من الخبراء التربويين لتصنيف هذا المجال  
تصنيف سميت " Smith " وكذلك تصنيف " كوثر جوك " ولكن تصنيف "كراثوهيل"  
" Krathwohil " سنة 1964 للمجال الانفعالي يعتبر أهم هذه المحاولات :
- تصنيف "كراثوهيل":
- وقد صنف هذا المجال إلى خمس مستويات التي تشمل فئات رئيسية متدرجة  
ومتتابعة ،وقد تنقسم كل منها إلى فئات فرعية ،والتخطيط يوضح تلك الفئات كما يلي
- الاستقبال :
- ويتضمن المقابلة للانتباه إلى مثيرات بذاتها
- ✓ بالإدراك.
- ✓ بالرغبة في الاستقبال .
- ✓ بالانتباه الانتقائي .
- الاستجابة النشطة (التجاوب) : ويتضمن الانتباه الملتمزم النشاط المصحوب  
بالسلوك الفعلي نتيجة لذلك
- ✓ الإذعان في الاستجابة.
- ✓ الرغبة في التجاوب.
- ✓ الاقتناع بالتجاوب
- \* التقدير : ويتضمن النظر إلى المثير ما باعتباره قيما وتفضيله على غيره بما  
في ذلك
- ✓ تقبل القيم.
- ✓ تفضيل القيمة.
- ✓ الالتزام بالقيمة والذود عنها.
- التنظيم : ويتضمن بناء نسق قيمي على المفاهيم واستخدامها في تحديد السلوك
- ✓ باستخلاص مفهوم القيمة.

✓ بتنظيم نسق قيمي.

- الاتصال بالقيمة أو المركب لقيمي :

ويتضمن اكتساب الخلق بتنظيم القيم والاتجاهات في نظام متماسك يعبر عن موقف الفرد.

✓ الاتصاف بنظام مهم.

✓ تجسيد القيمة . ( وآخرون ، 1990 ، صفحة 84 )

- تصنيف كوثر جوك :

لقد صنفها إلى ست فئات رئيسية ، ولم تتعرض إلى فئات أخرى فرعية أو ثانوية ، ويبدأ بمستوى الانتباه حيث المتابعة والإصغاء ، ثم مستوى التقبل حيث الاستجابة والتقبل ، ثم مستوى الاهتمام حيث المشاركة والاهتمام والتعاون ، ثم مستوى تكوين الاتجاه حيث الاختيار واضهار الولاء ، ثم مستوى تكوين ألقيمي حيث المفاضلة والتصنيف والترتيب ، ثم المستوى الأخير هو السلوك ألقيمي حيث التصرف والمواظبة والدفاع عن هذا الشيء ، ويعتبر هذا التصنيف تسليطا لتصنيف "كراوثهيل " ويخدم أيضا أهداف التربية الفنية لأنه محدد ومركز على فئات رئيسية تساعد على تحقيق تلك الأهداف في الجانب الوجداني وقد صنفه كالآتي :

- الانتباه . - التقبل . - الاهتمام . - تكوين الاتجاه . - تكوين النظام ألقيمي .

- السلوك ألقيمي (العرايبي ، 1989 ، صفحة 49)

2-9- أغراضه :

- أن يتكيف الفرد مع الذات ومع الآخرين من خلال مواقف متباينة للعب يقوم فيها بدور المسئول والتابع .

- أن يكتسب القدرة على تبادل وتقييم الأفكار مع الجماعة وتعديل اتجاهاته واكتساب القيم من أجل التفاعل مع المجتمع .

- أن ينمي الشعور بالانتماء والرضا عن المجتمع من خلال تفاهم حاجات المجتمع وتطوير السمات الايجابية للشخصية وحسن استغلال الوقت الحر .



- تقدير الخبرات الجمالية النابعة من الأنشطة المترابطة وأنشطة الخلاء وتصاغ هذه الأغراض وفقا لحاجات الأفراد وميولهم و اتجاههم وفروقهم الفردية في مراحل النمو المختلفة . (هرجة، 1999، صفحة 121)

#### 2-10- أهمية الرياضة للمراهقين :

إن المراهق في السن 15-17 سنة يكون منغمسا في ممارسة النشاط البدني والرياضي ومستعدا لتجاوز الحدود ، إذا كان الأمر متعلقا بتحسين وتعديل مهاراته الرياضية وتنمية استعداداته ومواهبه وفي حدود 14 سنة يكون قد انفصل على النشاطات التقليدية ليتوجه نحو رياضة ما مثل رياضة كرة القدم والى غير ذلك من أنواع الرياضات كما نجده دائما يهتم بمشاهدة الألعاب الرياضية المتلفزة ، فبعدها كان اللاعب رمزيا في مرحلة الطفولة يشترط في مرحلة المراهقة تنظيم تقني للاعب ،حيث يجب توفير العناد والمكان داخل الضر وف الملائمة للمراهقة ، وهي المرحلة التي تزيد فيها السلبيات الغير الواضحة ، دون أن توفر له أو تقترح عليه الإمكانيات الجذابة للاهتمام باللعب ويرجع هذا ربما إلى عدم معرفة التحول النفسي الذي يحدث لكل مراهق . (luise، 1973، صفحة 140)

#### خلاصة :

من خلال تتبعنا لمختلف مراحل النمو في فترة المراهقة يتضح لنا بأن الفترة ليست مجرد تغيير فسيولوجي سريع فحسب ، وإنما هي مرحلة هامة تمس بالدرجة الأولى الجانب النفسي والانفعالي وخاصة الاجتماعي للمراهق ، فتسير به نحو اكتمال النضج ، ورغم ما تشمله هذه المرحلة من شروط الصراع النفسي ، وعدم الاستقرار الانفعالي وصعوبة الاندماج في المجتمع فالمراهقة كما يصفها البعض أنها أزمة يمر بها الفرد سرعان ما تزول ، فهي مرحلة من مراحل النمو التي لا يستطيع الفرد التهرب منها

# الباب الثاني :

## الدراسة التطبيقية.

## مدخل الباب:

لقد احتوى هذا الباب على ثلاثة فصول حيث تطرق الطالبان الباحثان في الفصل الأول إلى عرض مفصل لمنهجية البحث و إجراءاته الميدانية بينما تضمن الفصل الثاني عرض النتائج و مناقشتها . أما الفصل الثالث و الأخير فقد إنصب تركيز الطالبان الباحثان فيه على مقابلة النتائج بالفرضيات مع طرح مجموعة من الاستنتاجات ثم خاتمة عامة للبحث مبرزان في الأخير مجموعة من التوصيات التي صداها يكمن في تحديث آلية التدريب و الوصول باللاعب إلى الأداء الفني الأمثل و الإرتقاء بكرة القدم الجزائرية إلى المستويات العليا.

الفصل الأول :

الفصل الأول :

منهجية البحث والإجراءات الميدانية.

منهجية البحث والإجراءات الميدانية.

تمهيد:

إن أهمية أي دراسة ودقتها تتعدى الجانب النظري المنطلق منه يتطلب تدعيمها ميدانيا من أجل التحقق من فرضيات الموضوع، هذا ما يتطلب من الباحثين الدقة في اختيار المنهج العلمي الملائم والمناسب لموضوع الدراسة والأدوات المناسبة لجمع المعلومات التي يعتمد عليها في ما بعد، وكذا حسن استخدام الوسائل الإحصائية وتوظيفها، هذا من أجل الوصول إلى نتائج ذات دلالة ودقة شاملة تساهم كلها في تسليط الضوء على إشكالية الظاهرة المدروسة وفي تقدم البحث العلمي بصفة عامة.

وفي هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في الدراسة، والأدوات والوسائل الإحصائية المستخدمة، والمنهج العلمي المتبع حسب متطلبات الدراسة وتصنيفها، كل هذا من أجل الحصول على نتائج علمية يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى، وكما هو معروف فإن الذي يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا لا يتحقق إلا إذا اتبع الباحث منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

**1-1- منهج البحث:**

اتبع الباحثان المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، وذلك لملائمته و طبيعة الدراسة حيث يعتبر اختيار منهج الدراسة مرحلة هامة في عملية البحث العلمي إذ يحدد كيفية جمع البيانات و المعلومات حول موضوع البحث. (وجيه محجوب، 1991، صفحة 219)

و اقتصرت الدراسة المسحية على تناول الطالبان الباحثان دراسة تأثير متغير طول الشاخص على سرعة اللاعبين في إختبار مهارة الجري بالكرة لدى لاعبي كرة القدم.

**1-2-مجتمع البحث:**

في واقع الأمر، إن دراسة مجتمع البحث الأصلي كله يتطلب وقتا طويلا و جهدا شاقا وتكاليف مادية مرتفعة، و يكفي أن يختار الباحثان عينة ممثلة لمجتمع الدراسة بحيث تحقق أهداف البحث و تساعده على إنجاز مهمته.

و يتمثل مجتمع الدراسة في بحثنا هذا حول لاعبي فريق كرة القدم لبلدية سيدي قادة ولاية معسكر لفئة 16-17 سنة

**1-3-عينة البحث:**

تم إختيار عينة البحث بطريقة عشوائية قصد الوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع حيث تكونت عينة الدراسة من 15 لاعبا وتم ذلك على ملعب بلدية سيدي قادة حيث تتراوح أعمارهم بين 16-17 سنة.

**1-4-متغيرات البحث:**

**1-4-1-المتغير المستقل:**

و هو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة و عامة ما يعرف باسم العامل التجريبي، و يتمثل في دراستنا في مقياس طول الشاخص.

1-4-2- المتغير التابع:

و هذا المتغير هو نتاج تأثير العامل المستقل في الظاهرة، و يتمثل في دراستنا هذه في مهارة الجري بالكرة في رياضة كرة القدم.

1-5-5- مجالات البحث:

1-5-1- المجال البشري:

تمثلت عينة البحث في لاعبين يبلغون من العمر 16-17 سنة حيث يبلغ عددهم 20 لاعبا تم تقسيمهم على مجموعتين 05 لاعبين للدراسة الإستطلاعية (صدق و ثبات الإختبار) و 15 لاعبا للدراسة الأساسية.

1-5-2- المجال المكاني:

شملت الدراسة الميدانية للبحث الملعب البلدي لبلدية سيدي قادة.

1-5-3- المجال الزمني: لقد امتدت فترة العمل التجريبي على مرحلتين أساسيتين

1-5-3-1- المرحلة الأولى :

وتمثلت في الدراسة الإستطلاعية وتضمنت هذه المرحلة الخطوات التالية:

1-5-3-1-1- إجراء الإختبار الأول: 2018/08/19

1-5-3-1-2- و أعيد الإختبار بعد تسعة أيام أي يوم 2018/08/28 على

نفس العناصر في نفس ظروف التدريب.

تجانس أفراد العينة الإستطلاعية من حيث السن و الطول والعمر التدريبي:

الجدول رقم (02) يوضح بيانات عن أفراد عينة البحث المدرجين ضمن التجربة

الإستطلاعية فريق النادي الهاوي لبلدية سيدي قادة لفئة 16-17 سنة ولاية معسكر.

## منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

| عدد سنوات التدريب | الوزن(كلغ) | الطول(سم) | السن(الشهور)    | رقم اللاعب |
|-------------------|------------|-----------|-----------------|------------|
| 2                 | 65         | 172       | 16              | 1          |
| 3                 | 62         | 176       | 16 سنة و 3 شهور | 2          |
| 2                 | 69         | 169       | 16 سنة و 5 شهور | 3          |
| 2                 | 64         | 175       | 16 سنة و 9 شهور | 4          |
| 2                 | 71         | 174       | 16 سنة و شهرين  | 5          |

وللتعرف على مواصفات العينة الاستطلاعية من حيث حسن اختيارها ومدى توزيعها توزيعاً طبيعياً قمنا بحساب معامل الالتواء لقياس الوزن والطول لبيان تجانسهما إذ كانت النتائج ضمن الحدود الطبيعية لمعامل  $(+3/-3)$  إذ كلما كانت الدرجات الناتجة محصورة بين  $(+3/-3)$  الالتواء دل على أن الدرجات تتوزع طبيعياً وعدم وجود عيب في إختبار العينة وهو ما يتضح من خلال الجدول رقم (03).

| المتغيرات      | المتوسط الحسابي | الوسيط | الإنحراف المعياري | معامل الالتواء |
|----------------|-----------------|--------|-------------------|----------------|
| السن (الشهور)  | 195,8           | 195    | 3,42              | 0,7            |
| الطول (سم)     | 173,2           | 174    | 2,77              | -0,86          |
| الوزن (كلغ)    | 66,2            | 65     | 3,7               | 0,97           |
| العمر التدريبي | 2,2             | 2      | 0,45              | 1,34           |

### 1-5-3-2- المرحلة الثانية:

الدراسة الأساسية و تمثلت في إجراء الإختبارات يوم 2018/09/08.

### 1-6- أدوات البحث:

لقد استخدم الطالبان الباحثان لأجل انجاز بحثهما على نحو أفضل مجموعة من

الأدوات التالية:



### 1-6-1-المصادر و المراجع:

إن الإستناد على المصادر العلمية العربية و الأجنبية من دراسات سابقة و مشابهة و كتب و مجلات و محاضرات، والتي وضفت في الجانب النظري من البحث العلمي أكسب الباحثان خلفية نظرية أقوى حول موضوع البحث و أهميته العلمية مما جعل الطريق للوصول إلى تحقيق هدف البحث أكثر إمكانية و سهولة من قبل، و ذلك في ضل إعتماد المدرب الجزائري على المحددات القصيرة و المتمثلة في الأقماع وهذا ما تجلى لنا من خلال الإستبيان الموزع في دراسة الأستاذ زرف محمد مما تركب عنه ركود سرعة مهارة الجري في كرة القدم للاعب الجزائري عند مستوى محدد و الحيلولة دون تطويرها و هذا واضح من خلال اللعب البطيء في الملاعب الجزائرية.

### 1-6-2-الإختبارات:

من أجل معرفة تأثير متغير طول الشاخص (قمع، عمود، دموية) على سرعة أداء اللاعب في مهارة الجري بالكرة إعتد الباحثان على إختبارات ميدانية وهذا بعد التطرق للإختبارات المدرجة ضمن بحوث المصادر و المراجع و الدراسات السابقة و المشابهة، إذ أن الإختبار الأنسب لقياس مهارة الجري بالكرة هو إختبار الجري المتعرج بين الأقماع، حيث تشمل طريقة تنفيذ الإختبار جري اللاعب بالكرة بتجاوز الشواخ الأربعة. مما دفع الباحث إلى دراسة أثر متغير نوعية المحدد ضمن هذا الإختبار كتقنين يمكن أن يعمم في دراسة أخرى. إن ثراء إختبارات كرة مهارة الجري بالكرة ودونها في كرة القدم يعكس مدى اهتمام و إن التصميم الحالي اهتم بتطبيقها في صورة متعرج و هذا لمعرفة دلالة الفروق بين أشكال الجري و فارق المشاكل المصاحبة و إن خلفية الباحث تتمشى مع من حدث باستخدام أربعة شواخص موزعة بتساوي مسافة 20 متر حيث يؤكد Thomas Reilly,A. Mark Williams, 2003-p40 تفضيل هذا الإختبار من قبل وين و أول 1997 كما يشير الباحث أن اهتمام الدول المتقدمة

بتصميم أنواع مختلفة من هذه المحددات لا سر لأهميتها في تعليم و تدريب هذه المهارة و التي و يؤكد الباحث أن الكل من سبقه في استخدام هذا الاختبار يعتمد على حساب زمن الكلي لمسافة الاختبار و بأجزاء الثانية كمؤشر للسرعة.

### 1-2-6-1- الأدوات المساعدة في إختبار وقياس مهارة الجري بالكرة:

يعتبر المحدد احد أهم الوسائل المساعدة في جميع أنواع تمارين مهارة الجري بالكرة و نظرا لتوفر بعض منه و غياب الباقي قام الباحثان بإدخال محددات مقترحة و التي نجدها تتناسب و قاعدة تناسب طول اللاعب بالمحدد والتي تؤدي دور مدافع سلبي واقف دون أي حراك.

الجدول (04) يوضح الأدوات المساعدة في إختبار و قياس مهارة الجري بالكرة

### في كرة القدم.

| الأدوات المساعدة       | أنواعها                                                                              | مدى توفرها | طرق الإستخدام بالكرة                                                                | أدوارها و طريقة التدرج                    |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| الأقماع                |  | متوفرة     |  | التحكم في الكرة استعدادا للمرحلة للموالية |
| الأعمدة                |  | متوفرة     |  | التحكم في الكرة استعدادا للمرحلة للموالية |
| دمى من مستوى لاعب سلبي |  | متوفرة     |  | التحكم في الكرة إستعدادا لمرحلة الإعاقة   |

1-2-6-2-2-إسم الإختبار: اختبار مهارة الجري بالكرة بين الأعمدة أو الأقماع أو

دما: (د زرف محمد، 2012، صفحة 295)

1-6-2-3-الغرض من الإختبار:

قياس الجري السريع بالكرة .

1-6-2-4- الأدوات المستخدمة:

1.كرة القدم.

2. ساعة توقيت.

3.(5) شواخص.

1-6-2-5-الإجراءات:

الجري مسافة 20متر تحت سيطرة اللاعب باستعمال 5 شواخص مقسمة بالتساوي مسافة 2 متر بين الشاخص و الآخر ذهابا و إيابا (محجوب ابراهيم ياسين )، أما بالنسبة للباحثان فقد تم إتخاذ إختبار المنتهج في دراسة الأستاذ زرف ويتم ذلك بتقسيم مسافة 20متر على 4 أقماع المسافة بين كل قمع و آخر هي 4 أمتار و بين خط البداية و القمع الأول 4 متر مع الزيادة في درجة صعوبة التمرين بتغيير طول الشاخص ويمكن للاعب استخدام الرجل اليمنى أو اليسرى أو كليهما حتى يصل إلى آخر شاخص.

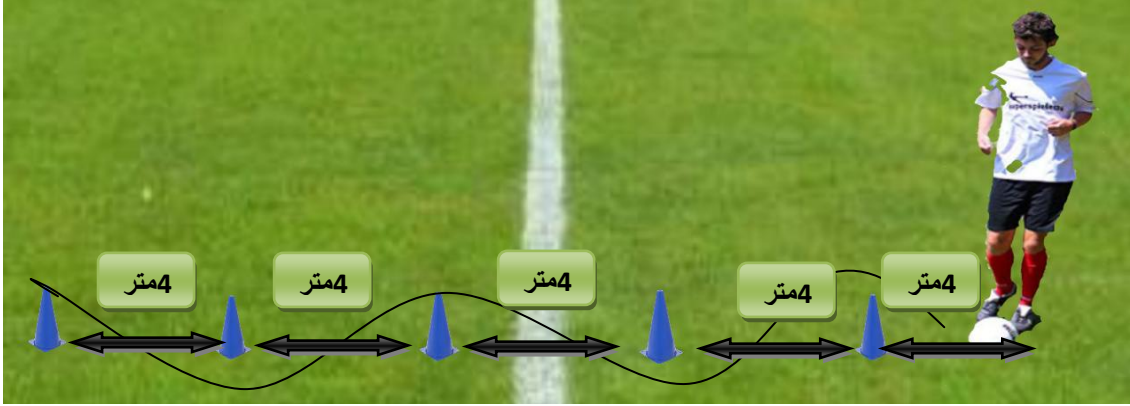
1-6-2-6-المحاولات المطلوبة:

يعطى للاعب محاولتين وتحسب الأفضل ويمكن إعطاء محاولة أخرى إذا ما وقع خطأ غير مقصود من قبل اللاعب كاجتياز شاخصين معا أو إسقاط احد الشواخص .

1-6-2-7- القياس : يحتسب الزمن المستغرق ذهابا ويسجل الزمن 10/1 من

الثانية .

1-6-2-8-مخطط الإختبار:



الشكل 1 يوضح إختبار مهارة الجري بالكرة بين الأقماع لمسافة 20متر



الشكل 2 يوضح إختبار مهارة الجري بالكرة بين الأعمدة لمسافة 20متر



الشكل 3 يوضح إختبار مهارة الجري بالكرة بين الدمى لمسافة 20متر

1-7-1- الأسس العلمية للإختبارات المستخدمة:

1-7-1-1- ثبات الإختبار:

1-7-1-1-1- معامل الارتباط لبيرسون :

بغرض إصدار أحكام موضوعية حول طبيعة العلاقة القائمة بين متغيرات البحث من خلال نتائج الاختبار الأول و الثاني للدراسة الإستطلاعية لعينة البحث التي شملت 05 لاعبين ، عمل الطالبان الباحثان على معالجة مجموعة من درجات الخام المتحصل عليها و ذلك باستخدام ما يسمى بمقياس العلاقة بين درجات المتغيرات المختلفة و يرمز له بالرمز "ر" و يشير هذا المعامل إلى مقدار العلاقة الموجودة بين متغيرين و التي تنحصر في المجال [- 1.1] فإذا كان الارتباط سالبا فهذا يعني أن العلاقة بين المتغيرين علاقة عكسية بينما يدل معامل الارتباط موجب علو وجود علاقة طردية بين المتغيرين ، و يحسب معامل الارتباط وفق المعادلة التالية: (محمد حسن العلاوي-محمد نصر الدين رضوان، 1994، صفحة 295)

مج(ص - ص<sup>2</sup>):مجموع مربعات انحرافات قيم ص عن متوسط حسابها

الجدول (5) يوضح ثبات الاختبارات.

| مستوى الدلالة الإحصائية | درجة الحرية | القيمة الجدولية لمعامل الارتباط | القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط | حجم العينة | مقاييس الإحصائية الاختبارات                 |
|-------------------------|-------------|---------------------------------|---------------------------------|------------|---------------------------------------------|
| 0.05                    | 04          | 0.81                            | 0.97                            | 5          | إختبار الجري المتعرج بالكرة باستخدام القمع  |
|                         |             |                                 | 0.98                            |            | إختبار الجري المتعرج بالكرة باستخدام العمود |
|                         |             |                                 | 0.97                            |            | اختبار الجري المتعرج بالكرة باستخدام الدمية |

يلاحظ من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه إن كل القيم المتحصل عليها حسابيا حيث بلغت أدنى قيمة 0.97 و أعلى قيمة 0.98 وهي أكبر من قيمة ر الجدولية التي بلغت 0.81 عند درجة الحرية ن- 4=1 و مستوى الدلالة 0.05 مما تشير إلى مدى ارتباط بين نتائج الاختبار الأول و الثاني، و هذا التحصيل يؤكد على ثبات جميع الاختبارات المستخدمة.

1-7-1-2- صدق الاختبارات :

يذكر من باروومك جي : " أن الصدق يعني المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي وضع من أجله " (محمد صبحي حسنين، 1988، صفحة 312). و بغرض التعرف على الصدق الذاتي للاختبار استخدم الطالبان المعادلة :

الجدول رقم (6) يوضح الصدق الذاتي للاختبار:

| مستوى الدلالة الإحصائية | درجة الحرية | القيمة الجدولية لمعامل الارتباط | القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط | حجم العينة | مقاييس الإحصائية الاختبارات                 |
|-------------------------|-------------|---------------------------------|---------------------------------|------------|---------------------------------------------|
| 0.05                    | 04          | 0.81                            | 0.99                            | 5          | إختبار الجري المتعرج بالكرة باستخدام القمع  |
|                         |             |                                 | 0.99                            |            | إختبار الجري المتعرج بالكرة باستخدام العمود |
|                         |             |                                 | 0.98                            |            | اختبار الجري المتعرج بالكرة باستخدام الدمية |

لقد تبين من خلال النتائج الإحصائية المدونة في الجدول أعلاه أن الاختبارات صادقة فيما وضعت لقياسه ، و هذا بحكم أن كل مؤشرات الثبات التي تأرجحت بين

098 و 0.99 وهي اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط و التي بلغت 0.81 و هذا عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 4.

#### 1-8-1 الوسائل الإحصائية:

بهدف إصدار أحكام موضوعية حول تأثير متغير طول الشاخص على سرعة اللاعب في مهارة الجري بالكرة ، عمل الطالبان الباحثان على تحويل مجموعة الدرجات الخام المتحصل عليها من التجربة الأساسية إلى درجات معيارية ، وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية التالية :

#### 1-1-8-1- المتوسط الحسابي:

وهو من أشهر المقاييس المركزية الذي يستخرج بجمع قيم كل عناصر المجموعة ثم قسمة النتيجة على عدد العناصر و يحسب من خلال القانون التالي: (مقدم عبد الحفيظ، 1993، صفحة 310):

#### 1-2-1-8-1 الانحراف المعياري:

وهو من أهم مقاييس التشتت و أدقها ، و يستخدم لمعرفة مدى تشتت القيم عن المتوسط الحسابي، حسب المعادلة الإحصائية التالية: (محمد ابو يوسف، 1989، صفحة 153):

#### 1-3-1-8-1 اختبار الدلالة ت:

يستعمل اختبار الدلالة ت لقياس دلالة فروق المتوسطات المرتبطة و الغير المرتبطة و للعينات المتساوية و الغير المتساوية و في هذا الصدد استخدمت المعادلتين التاليتين:

أ - دلالة الفروق بين متوسطين مرتبطين حيث (ن=1ن=2) (مقدم عبد الحفيظ، 1993، صفحة 51).

و تحسب ت الجدولية من خلال جدول احصائي خاص، و هذا عند مستو  
الدلال 0.05 و درجة الحرية (ن-1).

ب- دلالة الفروق بين متوسطين مستقلين بحيث  $n_1 = n_2$

في حالة العينتين متساويتين فان حساب ت يكون وفق المعادلة التالية: (معين  
أمين السيد، صفحة 115)

1-9- صعوبات البحث:

إن التجربة عملية صعبة تتطلب التحكم في جميع الظروف المحيطة بها، و  
العراقيل و الصعوبات كثيرة في طريق كل تجربة، ولكن الصعوبة الكبيرة التي  
إعترضتنا هي توفير الدمى لإنجاز إختبار الجري المتعرج 20 متر باستخدامه  
كشاخص من مستوى مدفع سلبي، و أيضا ندرة الدراسات الخاصة بموضوع البحث  
هذا.

الخاتمة:

لقد تمحور ها الفصل حول منهجية البحث و الإجراءات الميدانية التي أنجزها  
الطالبان الباحثان من خلال التجربة الميدانية تماشيا مع طبيعة البحث العلمي و  
متطلباته العلمية حيث تطرقنا في بداية هذا الفصل إلى منهجية البحث و إجراءاته  
الميدانية حيث من خلال التجربة أشار الطالبان على عدة خطوات علمية أنجزها  
بتوضيح المنهج المستخدم في البحث، عينة البحث، مجالاته، و الأدوات المستخدمة  
و إلى كيفية تنظيم العمل مع عين ة البحث، ثم الوسائل و إلى كيفية تنظيم الطالبان  
الباحثان أهم الصعوبات



# الفصل الثاني:

## عرض وتحليل النتائج.

## عرض و تحليل النتائج

### تمهيد:

إن مجموعة الدرجات الخام المتحصل عليها من الدراسة الأساسية لهذا البحث ليس لها مدلول أو معنى بغرض الحكم على صحة الفروض المصاغة أو نفيها ، و على هذا الأساس سيتناول الطالبان الباحثان في هذا الفصل معالجة نتائج الخام المتحصل عليها باستخدام مجموعة من المقاييس الإحصائية لأجل عرضها في الجداول ثم تحليلها و مناقشتها ومن ثم تمثيلها بيانيا ليتسنى لطالبان استخلاص مجموعة من النتائج يعتمد عليها في إصدار الأحكام الموضوعية حول متغيرات البحث.

## عرض و تحليل النتائج

- عرض و مناقشة نتائج الدراسة و التي تمحورت حول:

- هل لمتغير طول الشاخص (قصير من مستوى قمع، طويل من مستوى عمود، دمية من مستوى لاعب سلبي) تأثير على سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة؟

2-1-دراسة مقرنة لنتائج الدراسة الأساسية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة مسافة

20متر:

-الجدول رقم 07 يوضح المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري

المتعرج بالكرة لعينة البحث ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد (قمع/عمود).

| الإختبار<br>الأول | ن  | قمع  |      | عمود |      | ت<br>المحسوبة | ت<br>الجدولية | مستوى<br>الدلالة | درجة<br>الحرية |
|-------------------|----|------|------|------|------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|                   |    | ع    | س-   | ع    | س-   |               |               |                  |                |
| المقارنة<br>01    | 15 | 0.40 | 4.88 | 0.44 | 6.31 | 9.05          | 2.048         | 0.05             | 28             |

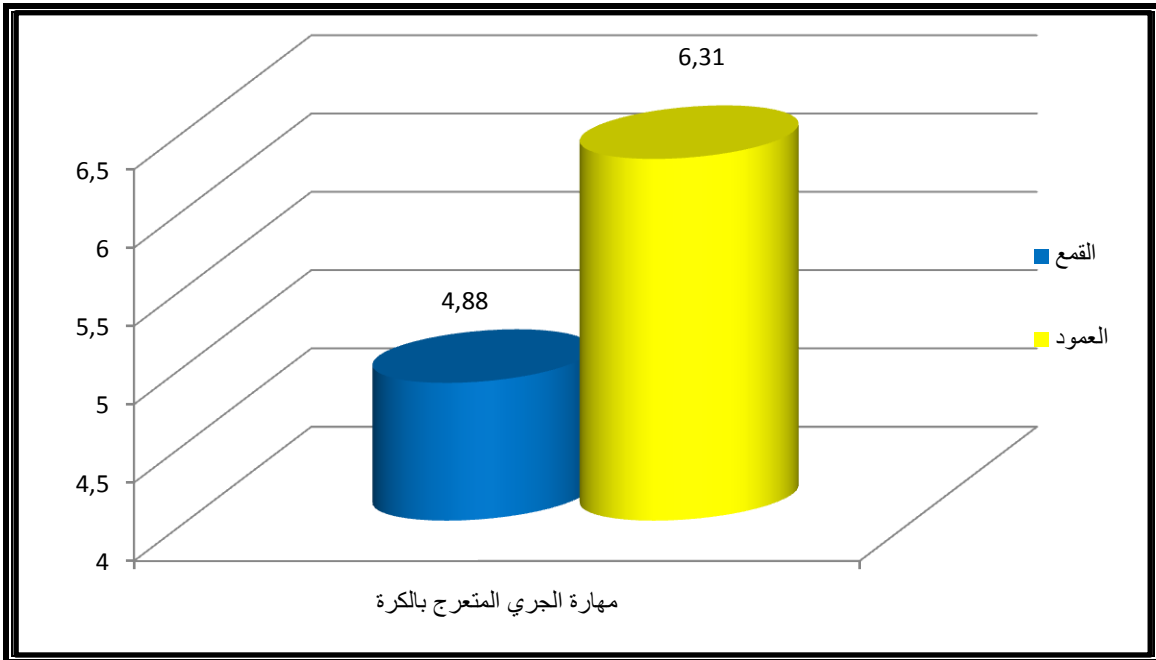
تبين من خلال النتائج الموضحة في الجدول المقارن أعلاه لإختبار مهارة الجري

المتعرج بالكرة 20متر باستخدام القمع، و المحدد الطويل و المتمثل في العمود أن

## عرض و تحليل النتائج

قيمة ت المحسوبة و التي بلغت 9.05 و هي أكبر من ت الجدولية و التي بلغت قيمتها 2.048 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2-2=28، وهذا يدل على وجود فرق معنوي دال إحصائياً لصالح القمع، وهذا ما يؤكد الفرق الموجود بين المتوسطات الحسابية، حيث يقول الأستاذ زرف محمد في أطروحته الصفحة 319 أن زيادة حدود الشاخص تزيد من قيمة المسافة و الإزاحة التي يتخذها جسم اللاعب تفادياً للتصادم مع الشاخص، و عليه نفسر زيادة زمن أداء اللاعب في مهارة الجري بالكرة في حالة استخدام المحدد الطويل عنها عند استخدام القمع بزيادة أبعاد المحدد الطويل و المتمثل في العمود، وهو ما توصل إليه الأستاذ الدكتور زرف محمد في أطروحته و التي جاءت تحت عنوان أثر نوعية الشاخص كممثل أساسي في قيم التقويم لتخطيط عملية مهارة الجري بالكرة ودونها لناشئ ما قبل التكوين في كرة القدم سنة 2012.

الشكل (04) يوضح المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد (قمع/عمود).



## عرض و تحليل النتائج

-الجدول رقم 08 يوضح المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد (قمع/دمية).

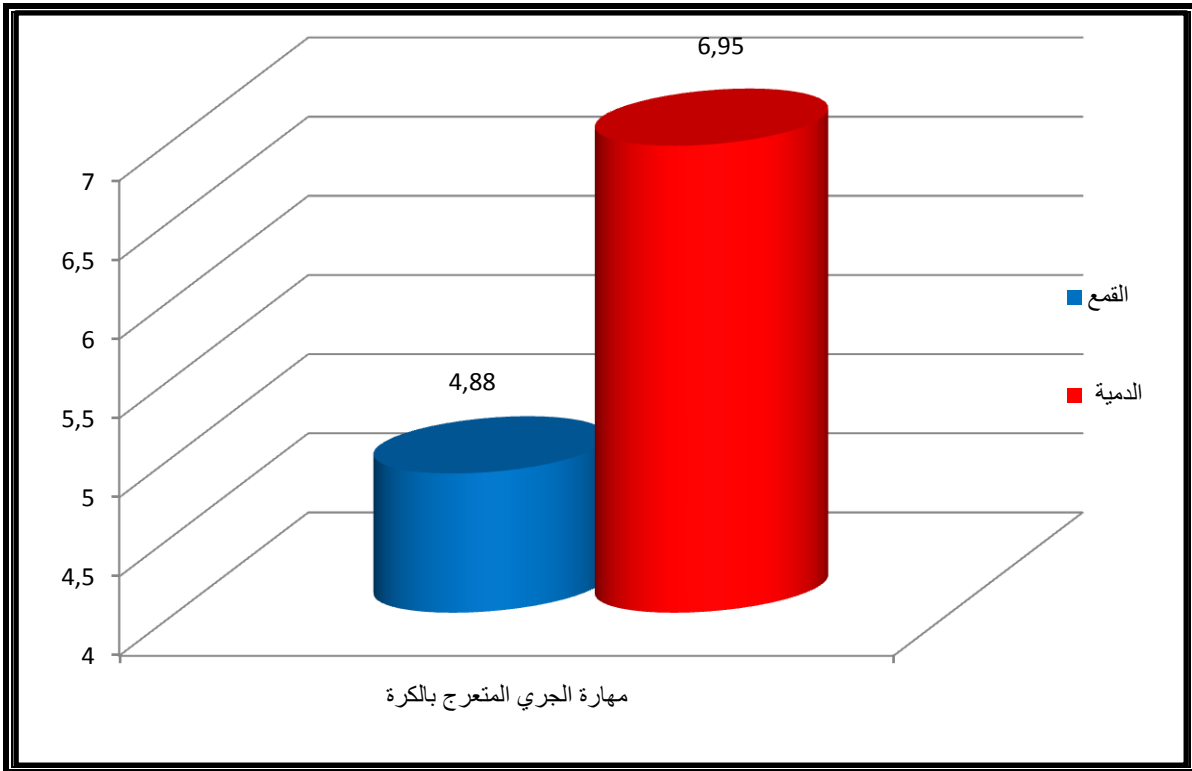
| الإختبار الأول | ن  | قمع  |      | دمية |      | ت المحسوبة | ت الجدولية | مستوى الدلالة | درجة الحرية |
|----------------|----|------|------|------|------|------------|------------|---------------|-------------|
|                |    | ع    | س-   | ع    | س-   |            |            |               |             |
| المقارنة 02    | 15 | 0.40 | 4.88 | 0.46 | 6.95 | 12.77      | 2.048      | 0.05          | 28          |

تبين من خلال النتائج الموضحة في الجدول المقارن أعلاه لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة 20 متر بين إختبار القمع و إختبار الدمية ( شاخص من مستوى لاعب سلبي) أن قيمة ت المحسوبة و التي بلغت 12.77 و هي أكبر من ت الجدولية و التي بلغت قيمتها 2.048 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية  $2-2=28$ ، وهذا يدل على وجود فرق معنوي دال إحصائيا لصالح الشاخص القصير و المتمثل في القمع، وهذا ما يؤكد الفرق الكبير الموجود بين المتوسطات الحسابية، حيث يقول الأستاذ زرف محمد في أطروحته الصفحة 319 أن زيادة حدود الشاخص تزيد من تزيد من قيمة المسافة و الإزاحة التي يتخذها جسم اللاعب تفاديا للتصادم مع الشاخص، و عليه نفسر زيادة زمن أداء اللاعب في مهارة الجري بالكرة في حالة استخدام دمية من مستوى مدافع سلبي عنها عند استخدام القمع بتمائل ظروف الإختبار بالبيئة الميكانيكية للأداء الحقيقي للاعب خلال المباراة مقارنتا بالنموذج

## عرض و تحليل النتائج

الصحيح للحركة مما زاد من أعباء اللاعب و حد من حركته أكثر، وهو ما توصل إليه الأستاذ الدكتور زرف محمد في أطروحته و التي جاءت تحت عنوان **أثر نوعية الشاخص كمثل أساسي في قيم التقويم لتخطيط عملية مهارة الجري بالكرة ودونها لناشئ ما قبل التكوين في كرة القدم سنة 2012.**

الشكل (05) يوضح المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد (قمع/دمية).



## عرض و تحليل النتائج

-الجدول رقم 09 يوضح المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد (عمود/دمية).

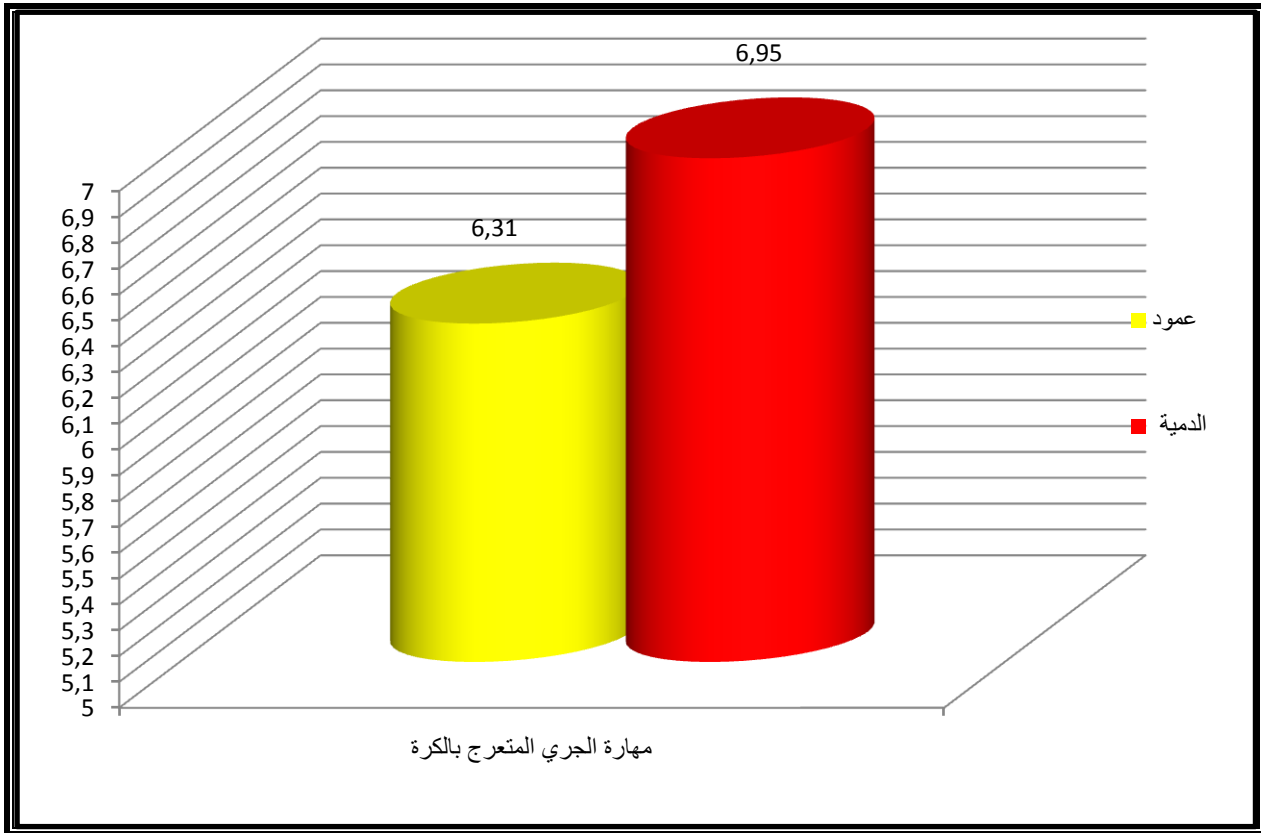
| الإختبار الأول | ن  | عمود |      | دمية |      | ت المحسوبة | ت الجدولية | مستوى الدلالة | درجة الحرية |
|----------------|----|------|------|------|------|------------|------------|---------------|-------------|
|                |    | ع    | س-   | ع    | س-   |            |            |               |             |
| المقارنة 03    | 15 | 0.44 | 6.31 | 0.46 | 6.95 | 3.76       | 2.048      | 0.05          | 28          |

تبين من خلال النتائج الموضحة في الجدول المقارن أعلاه لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة 20متر بين إختبار المحدد الطويل و المتمثل في العمود و إختبار الدمية ( شاخص من مستوى لاعب سلبي) أن قيمة ت المحسوبة و التي بلغت 3.76 و هي أكبر من ت الجدولية و التي بلغت قيمتها 2.048 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 2-2=28، وهذا يدل على وجود فرق معنوي دال إحصائيا لصالح العمود، وهذا ما يؤكد الفرق الموجود بين المتوسطات الحسابية، حيث يقول الأستاذ زرف محمد في أطروحته الصفحة 319 أن زيادة حدود الشاخص تزيد من تزيد من قيمة المسافة و الإزاحة التي يتخذها جسم اللاعب تفاديا للتصادم مع الشاخص، و عليه نفس زيادة زمن أداء اللاعب في مهارة الجري بالكرة في حالة استخدام دمية من مستوى مدافع سلبي عنها عند استخدام العمود بتمائل ظروف

## عرض و تحليل النتائج

الإختبار بالبيئة الميكانيكية للأداء الحقيقي للاعب خلال المباراة مقارنة بالنموذج الصحيح للحركة مما زاد من أعباء اللاعب و حد من حركته أكثر، مع العلم أنه يكون تبعاً لدرجة الصعوبة الإختبار و تماثل ظروف التدريب بالمنافسة وهو ما توصل إليه الأستاذ الدكتور زرف محمد في أطروحته و التي جاءت تحت عنوان **أثر نوعية الشاخص كمثل أساسي في قيم التقويم لتخطيط عملية مهارة الجري بالكرة ودونها لناشئ ما قبل التكوين في كرة القدم سنة 2012.**

الشكل (06) يوضح المقارنة بين المتوسطات الحسابية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد (عمود/دمية).





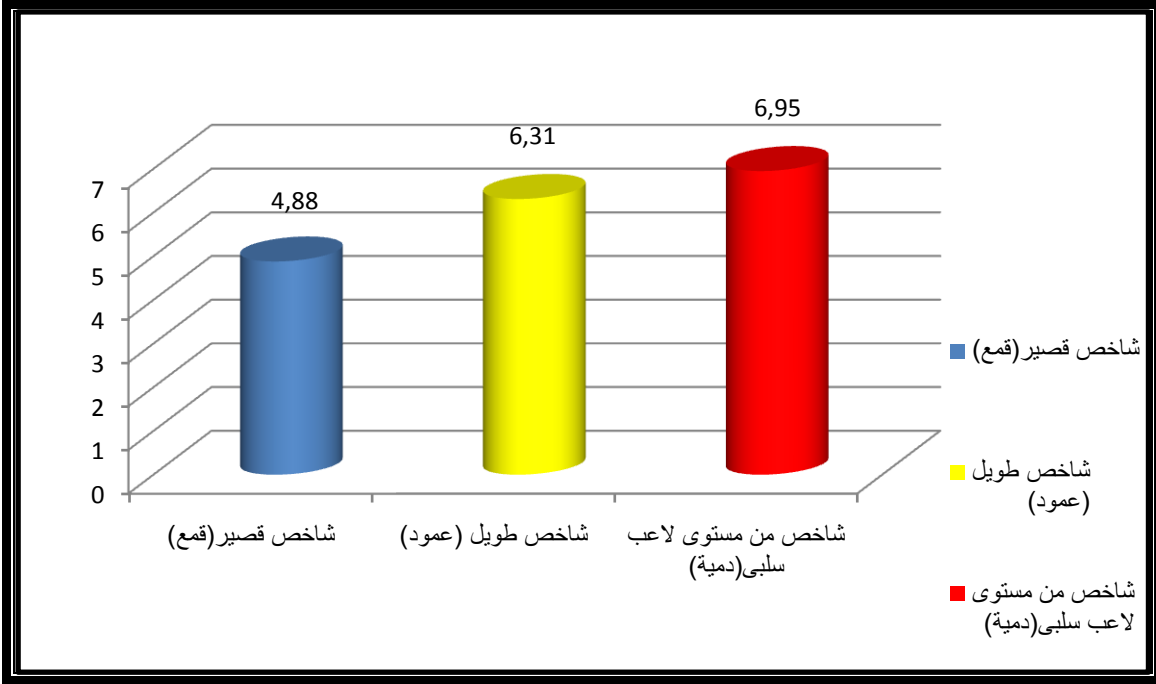
## عرض و تحليل النتائج

### 2-2- مقارنة و مناقشة نتائج الإختبار:

من خلال تحليل النتائج المتحصل عليها من أداء إختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة مسافة 20متر ضمن فارق نوعية الشاخص، نلاحظ وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، وأن أكبر متوسط حسابي هو لصالح المحدد القصير (القمع)، مقارنة للمتوسط الحسابي للمحدد الطويل (عمود) و الدمية من مستوى مدافع سلبي وهو ما أكدته نتائج إختبارت ستودنت و التي كانت في كل حالات المقارنة لصالح الشاخص الأطول (الدمية) ثم يليه المحدد الطويل و الممثل بالعمود ثم يأتي المحدد القصير و الممثل بالقمع وهو مما دل على وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية، مما أكد صحة الفرضية التي نصت على أن الزيادة في صعوبة إختبار مهارة الجري بالكرة تبعاً لطول الشاخص تحد من زمن أداء اللاعبين، و هو ما يفسره زرف محمد بزيادة تماثل بيئة الإختبار بالبيئة الميكانيكية للأداء الحقيقي مقارنة بالنموذج الصحيح للحركة و إن زيادة حدود الشاخص تزيد من قيمة المسافة و الإزاحة التي يتخذها جسم اللاعب تقادياً للتصادم مع الشاخص.

## عرض و تحليل النتائج

الشكل (07) يوضح الفروقات بين المتوسطات الحسابية للدراسة الأساسية لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة لعينة البحث.



# الإستنتاجات

بعد دراسة مختلف الجداول التي جاءت في الجانب التطبيقي والتي تحتوي على مختلف المعلومات الإحصائية الخاصة بمتغيرات دراستنا والتي دارت حول الإشكالية التالية " تأثير طول الشاخص على سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة دراسة مسحية أجريت على لاعبي كرة القدم فئة 16-17 سنة لنادي بلدية سيدي قادة -معسكر-

ومن خلال ذلك يمكن استنتاج ما يلي:

- متغير طول الشاخص يؤثر سلبا في سرعة مهارة الجري بالكرة و هو لصالح المحدد القصير الممثل بالقمع
- القياس الأمثل و الأكثر دقة للمهارة هو الذي يتم تحت ظروف تحاكي الأداء التنافسي الحقيقي لجو المباراة
- من أهم شروط إختبار مهارة الجري بالكرة التدريب على الأداء الصحيح للمهارة بإستراتيجية تماثل طول المدافع، وهذا تطبيقا لمبدأ تماثل ظروف التدريب و المنافسة لتنمية و تطوير نقاط الضعف حتى تتحقق جميع المؤشرات النموذجية.
- إبراز أهمية تمثيل علاقة العتاد بأدواره في قياس المهارة .

## عرض ومناقشة نتائج الفرضية:

تتعلق الفرضية من إعتقاد مفاده وجود فروق معنوية بين طول الشاخص و سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة أي أن زيادة طول الشاخص تحد من سرعة اللاعب عند أداء هذه المهارة.

إن النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة ضمن فصل عرض و مناقشة النتائج فإن الجداول ( 4،5،6،7،8،9 ) تثبت صحة الفرضية، وذلك لأن الفروق بين المتوسطات الحسابية للاختبارات هي فروق دالة إحصائيا ضمن جميع المقارنات، وهي تنص على أن سرعة اللاعب تتناسب عكسا مع طول و نوعية الشاخص، فكلما زادت أبعاد الشاخص زاد زمن الأداء أي قلت سرعة اللاعب، و تمثيل الشاخص لأدوار المدافع لن يكون إلا بتطوير وتغيير الأدوات المساعدة تبعا للمهارة، أي جعل ظروف التدريب أكثر محاكاة بظروف المنافسة، حيث يؤكد زرف محمد صفحة 383 أن تطبيق الإتجاهات الحديثة يتطلب تماثل ظروف التدريب و التقويم مع المنافسة، وعليه يقترح تعليمة الشاخص الحامل لمواصفات اللاعب السلبي كتقنين يسمح بقياس مهارة الجري المتعرج بالكرة، وعلية نقول أن زيادة زمن الأداء لدى اللاعب بزيادة طول الشاخص راجع إلى زيادة أعباء اللاعب مما يحد من حركته وهذا بزيادة قيمة المسافة و الإزاحة التي يتخذها جسم اللاعب تفاديا للتصادم بالشاخص.

من خلال مناقشة النتائج و الفرضيات و تقديم جملة من الإستنتاجات نتطرق إلى مجموعة من الإقتراحات و هي كالتالي:

➔ إدراج نوعية الشاخص كأساس علمي لقياس و تقويم و تطوير مهارة

الحرى بالكرة

➔ تصميم و توفير أدوات تعليمية تدريبية تتوافق و متطلبات المهارة

➔ إستخدام التدريبات التي تحاكي الأداء الحقيقي للمهارة خلال المنافسات

➔ عمل دراسات مشابهة في رياضات أخرى

➔ إثراء الجانب العلمي للدراسة بعمل تجارب أخرى و دراسات مشابهة

## خلاصة البحث:

إن لعبة كرة القدم الحديثة تتميز بسرعة الأداء و سرعة الإنتقال تجاه منطقة الفريق المنافس و العودة للدفاع، مما يتطلب الإهتمام بالصفات البدنية و الممارية الخاصة بالعبة، و من جملة هاته الصفات سرعة الجري أو الدحرجة بكرة القدم و كما ذكر الراوي مكي محمود 2001 الصفحة 78 أن مهارة الجري بالكرة من المهارات الأساسية التي يتحتم على جميع اللاعبين إتقانها، إذ لا غنى لأي لاعب عن هذه المهارة، و هو ما يؤكد أبو عبيد في ذكره أنها من المتطلبات التي يجب أن يتقنها كل لاعب حتى حارس المرمى، و أما إسماعيل ثامر حسن (مرجع سابق) فيؤكد أنه لا يمكن الإستغناء عن هذه المهارة سواء في التدريب أو المنافسة، إلا أن ما يميز نسق اللعب في المباريات الجزائرية هو عكس ذلك، إذ تمتاز أغلب الأندية الجزائرية برتمها البطيء أثناء اللعب، وهذا نتيجة نقص أداء اللاعب في مهارة الجري بالكرة و سرعته أثناء دحرجتها، و على هذا المنطلق تطرقنا لموضوع بحثنا الذي يدرس تأثير نوعية الشاخص (قصير ممثل بالقمع-طويل ممثل بالعمود و دمية من مستوى لاعب سلبي) على قيم إختبار سرعة اللاعبين في مهارة الجري بالكرة، و لقد كان الهدف من هذه الدراسة يكمن في معرفة نوع التأثير بين متغير طول الشاخص و سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة، و كذا محاكاة جو المباراة من خلال وضع شواخص بنفس قوام اللاعب مع إجراء دراسة مقارنة بين سرعة اللاعب أثناء الجري بالكرة بين الشواخص العادية و سرعته أثناء الحري بين الشواخص المقترحة، و لقد تجلت أهمية الدراسة في تدليل المصاعب التي تواجه اللاعب خلال أداء مهارة الجري بالكرة وكيفية معالجة مشكل اللعب البطيء و إبراز أهمية الأدوات المساعدة المصممة تبعاً

للمتطلبات البدنية و الحركية في القياس الأمثل للمهارة، حيث تطرقنا في الباب الأول من الخلفية النظرية للموضوع إلى فصلين، فصل أول بعنوان مهارة الجري بالكرة في كرة القدم، و فصل ثاني بعنوان خصائص الفئة العمرية 16-17 سنة، أما الباب الثاني فيخص الدراسة الميدانية للموضوع، حيث سلك الباحثان في الفصل الأول من منهجية البحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي و ذلك لملائمته وطبيعة الدراسة حيث شملت عينة البحث لاعبي النادي الهاوي لكرة القدم لبلدية سيدي قادة ولاية معسكر فئة 16-17 سنة، إذ تمت الدراسة بالملعب البلدي للفريق على مرحلتين، مرحلة الدراسة الإستطلاعية التي تمت في فترتين أولى وثانية على عينة بحث متجانسة تتكون من 05 لاعبين لدراسة صدق و ثبات الإختبار، أما المرحلة الأساسية فتمت بإجراء الإختبار على 15 لاعبا، حيث تمثل الإختبار في الجري المتعرج بالكرة مسافة 20متر بين الأقماع ثم الأعمدة في المرحلة الثانية من الإختبار و في المرحلة الأخيرة من الإختبار تم استعمال دمي من مستوى لاعب سلبي ، وهذا الإختبار من مرجعية بحث الأستاذ زرف محمد و بعد تحكيمه عند مجموعة من الأساتذة المحكمين عبر استمارة ترشيح الإختبارات.

ومن خلال فصل تحليل النتائج و مقارنة النتائج بالفرضيات تم التوصل إلى أنه من أهم شروط إختبار و قياس مهارة الجري بالكرة إعتقاد عملية الإختبار على الأداء الصحيح بإستراتيجية تماثل طول الشاخص باللاعب تطبيقا لمبدأ تماثل ظروف الإختبار بالمنافسة وذلك لقياس أكثر مصداقية، و اعتبار هذه الإختبارات كتغذية راجعة تخدم اللاعب في تصحيح أخطائه و تدعيم رصيده حيث أكدت نتائج الدراسة أن العلاقة العكسية القائمة بين متغيرات البحث المتمثلة في سرعة اللاعب و متغير



طول الشاخص هي نتيجة زيادة طول الشاخص، وتمثلت الإقتراحات المقدمة من طرف الباحثان في توفير أدوات تعليمية تدريبية تتوافق و متطلبات المهارة، زيادة الإهتمام بالوسائل و الأدوات باعتبارها من العوامل التي تساعد على الأداء الحقيقي للمهارة.

المصادر و المراجع

المصادر و المراجع

## المراجع باللغة العربية:

- أ.لباد، معمر . ( 2012). تأثير برنامج تدريبي في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم دون 12 سنة. مجلة علوم التربية الرياضية (العدد الرابع)، 348.
- أبو العلا عبد الفتاح ، أحمد عبد الفتاح .التدريب الرياضي و الأسس الفزيولوجية .
- أحمد علي علي خليفة . التقويم والاختبارات قسم التربية البدنية ، الكلية الجامعية بالقطيف ، دون سنة . سعودية : جامعة أم القرى.
- أحمد ماهر . (2003). الاختبارات واستخدامها في إدارة الموارد البشرية والأفراد .الدار الجامعية ،الإسكندرية .
- أحمد ب. (1992). أسس ونظريات الحركة . ط 1، دار الفكر العربي.
- أزوي م. (1995). المراهق و العلاقات المدرسية . منشورات مجلة علوم التربية.
- الأستاذ لسعد العبيدي . (2013). دليل تريض الشهادات الوطنية للإجازات التطبيقية .
- الأفندي م. ح. (1997). علم النفس التربوي و الأسس النفسية للتربية البدنية . القاهرة : دار الهناء للطباعة.
- الجسماني ، ع . ا . (1994). سيكولوجية الطفل والمرافقة . ط 1، دار العربية للعلوم.
- الحافظ بن . (1990). المرافقة . ط-2 المؤسسة العربية لدراسات و النشر. الخولي . أ. (2000). مناهج التربية البدنية المعاصرة . ط1، دار الفكر العربي.
- الراوي ، مكي محمود. ( 2001). بناء بطارية اختبار المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين شباب محافظة نينوى. كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.
- الرائد الرسمي للجمهورية التونسية. (1 0ماي 2009).

- السيد (1997). الأسس النفسية للفرد . القاهرة :دار الفكر العربي.
- العبيدي الأسعد (2010). مشاركة الطلبة في التريصات أثناء الدراسة الجامعية في الجيل الجديد من طلبة الجامعات التونسية :عامل متحول .مركز الدراسات والبحوث الاقتصادية والاجتماعية.
- العرايبي (1989) .كيف تدرس بواسطة الأهداف ط 3، دار الخطابى للطباعة.
- العيساوي (1999) .ورشات في تنشئة السلوك الإنساني . دار الراتب للجامعة بيروت .
- أيت لونيس مراد. ( 2000). دراسة تحليلية للتغذية الرجعية المدرجة في حالة التعليم والتعلم وعلاقتها بالتجربة البيداغوجية. الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية.
- بن عقيلة كمال. ( 2000) . ، النشاط البدني والرياضي على مستوى الطور الأول والثاني لمرحلة التعليم الأساسي ومدى إنعكاسه على البعد النفسي التربوي. الجزائر: جامعة الجزائر.
- بن قناب الحاج. ( 1998). تقويم مترصيالتربية البدنية و الرياضية كما يراها الموجهون و الطلبة المترصين و التلاميذ. مستغانم: المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية و الرياضية.
- ت، د، هيرينسوك وآخرون. (2003). كراس دراسي للطلبة في مادتي نظريات و طرق التدريب الخاص برياضة كرة القدم. ألمانيا: كلية العلوم الرياضية جامعة لايبزج .
- تيغري ، أ. (1989) .قراءات في الأهداف التربوية . ط 3دار الخطابى للطباعة.
- جاسم محمد عبد الله. (2006). طريقة الإدخال التضميني و تأثيرها في بعض مكونات اللياقة البدنية. جامعة المستنصرية ، كلية التربية الأساسية.
- حسان محمد حسن. (1994). الأسس العلمية لمناهج البحث العلمي ، ط 1. بيروت: دار الطليعة.

- خضر ،ص .(1993) .*قراءات في مناهج وطرق التدريس* .القاهرة :دار العربية للنشر والتوزيع.
- د زرف محمد. ( 2012). أثر نوعية الشاخص كمثل أساسي في قيم التقويم لتخطيط عملية مهارة الجري بالكرة ودونها لناشئ ما قبل التكوين في كرة القدم. 13.
- زهرا ن .(1995) .*علم النفس النمو و الطفولة و المراهقة* . القاهرة :عالم الكتاب ، جامعة عين شمس .
- زهير الخشاب و اخرون. ( 1988 ). *كرة القدم* . العراق : مديرية دار الكتب للطباعة و النشر العراق.
- زيدان .(1995) .، *علم النفس التربوي* . دار المشرق.
- سعداوي محمد. ( 1995). *تحليل التعليم في التربية البدنية والرياضية، الأسلوب البيداغوجي للمدرب والمعلم* . الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية.
- سامي عريفج و آخرون. ( 1987 ). *مناهج البحث العلمي و أساليب، ط 1* . عمان: مجدلاوي للنشر.
- سند تكويني. ( 2005 ). *بناء الاختبارات* . الحراش، الجزائر: هيئة التأطير بالمعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية وتحسين مستواهم.
- شارف عبد القادر. (2004). *دور أنظمة التدريب في تطوير كفاءات الأفراد*.
- شلغوم عبد الرحمن. ( 1994 ). *إبراز أهمية الإتصال في العلاقة البيداغوجية ودوره في تدريس التربية البدنية والرياضية* . الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية.
- عبدالرحيم محمد الطيب و آخرون. ( 2002 ). *اثر برنامج مقترح لاسلوبين من التدريب الذهني في بعض المهارات الأساسية ومستوى الرضا الحركي بكرة القدم* . كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.
- علاوي .(1979) . *علم النفس التربوي الرياضي* .مصر :ط4، دار المعارف .
- علي سلوم جواد الحكيم. ( 2004 ، ) . *الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي* . جامعة القادسية، كلية التربية الرياضية.

- عماد الدين عباس . ( 2005). التخطيط والأسس العلمية لبناء واعداد الفريق في الألعاب الجماعية ، ط 8 . الإسكندرية: منشأة المعارف.
- عمار بوحوش، محمد محمود الزبيبات. (1989). مناهج البحث العلمي، أسس و أساليب، ط 1. الأردن: مكتبة المنار للطباعة و النشر و التوزيع.
- غازي صالح محمود. ( 2011). كرة القدم(المفاهيم-التدريب)، ط 1. الأردن، عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- فاخر. (1972). علم النفس التربوي .بيروت : ط 2، دار العلم للملايين.
- فرح
- كارلس هيويز. (1990). كرة القدم، الخطط والممارات.
- كاظم جابر أمير. ( 1999). الاختبارات والقياسات الفسيولوجية في المجال الرياضي، ط 2،. الكويت: ذات السلاسل للطباعة والنشر.
- لبصيص . (2004). التدريس العلمي و الفني اشتقاق بمراقبة الكفاءات و الأهداف . دار التنوير ، الجزائر .
- مجلة كلية التربية الرياضية. ( 2012). مجلة كلية التربية الرياضية جامعة بغداد المجلد 24 العدد 3 ، 236.
- محجوب ابراهيم ياسين. ( 1999). تحديد العلاقة بين بعض المحددات الانسانية التخصصية لانتقاء الناشئين لكرة القدم ،اطروحة دكتورا غير منشورة ،كلية التربية الرياضية. جامعة بغداد.
- محمد إبراهيم شحاته و آخرون. (1995). القياسات الجسمية واختبارات الأداء الحركي. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- محمد ابو يوسف. (1989). الاحصاء في البحوث العلمية .جامعة القاهرة.
- محمد حامد الأفندي. (1981). كرة القدم . القاهرة دار النشر والتوزيع .
- محمد حسن العلاوي-محمد نصر الدين رضوان . (1994). القياس في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي .دار الفكر العربي.

- محمد صبحي حسانين. ( 2001). القياس و التقويم في التربية البدنية و الرياضية، ط4. دار الفكر العربي.
- محمد عبده صالح. (1994). أساسيات كرة القدم . القاهرة: دار عالم المعرفة.
- محمد عوض بسيوني. ( 1992). ظريات وطرق التربية البدنية. ديوان المطبوعات الجامعية.
- محمد موسى عثمان .(1996). اسس و مناهج البحث العلمي .مكتبة زهراء الشروق .القاهرة.
- محمد نصر الدين رضوان ، و آخرون. ( 1994). مقدمة التقويم في التربية الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- مختار حنفي محمود . (1990). كرة القدم.
- مروان عبد المجيد و آخرون. ( 2002). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط1. عمان: مؤسسة الوراق.
- مصطفى باهي و آخرون. ( 2007). الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية ، ط 1. مصر، القاهرة: ، مكتبة الأنجلو المصرية.
- معوض ،خ م .(1994). سيكولوجية بالنمو للطفولة و المراهقة . ط 3، دار الفكر بالجامعي.
- معين أمين السيد .المعين في الاحصاء .الجزائر: دار النشر و التوزيع.
- مفتي إبراهيم حماد و آخرون. (1994). أساسيات كرة القدم. القاهرة: دار عالم المعرفة ، ط 1.
- مقدم عبد الحفيظ .(1993). الاحصاء و القياس النفسي التربوي .ديوان المطبوعات الجامعية.
- مكارم حلمي أبو هجرة وآخرون. (2000). التدريب الميداني للتربية الرياضية. مركز الكتاب للنشر.

- موفق أسعد محمود . ( 2009). الاختبارات والتكتيك في كرة القدم ، ط 2 . عمان ،الأردن : دار دجلة .
- مول .(1981). علم نفس الطفل المراهق .ط- 5دار المعارف بيروت ،لبنان.
- نبيل عبد الهادي .(1999). القياس و التقويم التربوي و استخدامه في مجال التدريس الصفّي ط 1. دار وائل للنشر.
- هرجة .(1999). مناهج التربية الرياضية .القاهرة :ط 1، دار الفكر العربي.وآخرون .(1990). أسس بناء برامج التربية الرياضية .دار الفكر العربي.
- وجيه محجوب. ( 1991). طرائق البحث العلمي و مناهجه . الموصل: دار الكتاب للطباعة و النشر.
- يوسف ، فضيلة حسين. ( 1984). مقارنة بين اثر استخدام بعض الوسائل التعليمية على تعلم مهارة الشقلبة الجانبية علنالأرض. سورية: جامعة حلوان.

#### المراجع باللغة الفرنسية:

- Alexandre Dellal. (2008). *De l'entraînement à la performance en football .De Boeck Supérieur.*
- Claud BAYER. (1985). *L' enseignement des jeux sportifs collectifs.* édition vigot.
- François Gil, Christian Séguin. (2001). *Football. Initiation et perfectionnement des jeunes.* france: Editions Amphora.
- Guy, P. (1976). *les méthode en pédagogie.* presse universitaires de France.
- Guyard M, G. ((1997). « *L'importance des stages dans la préparation à la vie professionnelle* ». Revue Française de Service Social.



-J.J.ROUSSEAU. (1987). *clefs pour la pédagogie*, édition S.E.G. hers.

-LAND SHEERE. (1976). *La formation des enseignants de demain*. édition casterian.

-LOUIS JEAN. (1991). *FOOT PASSION LE PLAISIR PAR LE JEU*. france: Editions Amphora.

-luise, P. (1973). *psychologiqui de lladolesceent*. paris.

-Mady-Hosny. (2009). *elsa7er*  
*elmostadera.ahlamontada.net*.

-Pierre chazaut. (1991). *science humaines*. B.E. de E.S. édition vigot.

-SHEERE, L. (1976). *La formation des enseignants de demain*. édition casterian.

الملاحق

الملاحق

# المُلحق الأول

- نتائج التجربة الاستطلاعية و الأساسية
- جدول قيم معامل الارتباط بيرسون
- جدول قيم دلالة الفروق "ت" "ستيوكنت"

-النتائج الخام لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة مسافة 20متر ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد للتربية الإستطلاعية.

| إختبار الجري المتعرج 20م<br>بالكرة باستخدام الدمية | إختبار الجري التعرج 20م<br>بالكرة باستخدام العمود | إختبار الجري المتعرج 20م<br>بالكرة باستخدام القمع | الاختبارات<br>اللاعب |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------|
| 6,74                                               | 6,21                                              | 5,09                                              | 1                    |
| 6,67                                               | 6,06                                              | 4,47                                              | 2                    |
| 6,45                                               | 5,91                                              | 4,86                                              | 3                    |
| 6,61                                               | 5,85                                              | 4,39                                              | 4                    |
| 7,48                                               | 6,49                                              | 5,27                                              | 5                    |

-النتائج الخام لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة مسافة 20متر ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد للتجربة الإستطلاعية.

| إختبار الجري المتعرج 20م<br>بالكرة باستخدام الدمية | إختبار الجري التعرج 20م<br>بالكرة باستخدام العمود | إختبار الجري المتعرج 20م<br>بالكرة باستخدام القمع | الاختبارات<br>اللاعب |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------|
| 6,89                                               | 6,24                                              | 4,94                                              | 1                    |
| 6,70                                               | 5,93                                              | 4,43                                              | 2                    |
| 6,38                                               | 5,87                                              | 4,93                                              | 3                    |
| 6,53                                               | 5,81                                              | 4,43                                              | 4                    |
| 7,42                                               | 6,42                                              | 5,33                                              | 5                    |

-النتائج الخام لإختبار مهارة الجري المتعرج بالكرة مسافة 20متر ضمن فارق نوعية الشاخص أو المحدد لعينة البحث.

| إختبار الجري المتعرج 20م<br>بالكرة باستخدام الدمية | إختبار الجري التعرج 20م<br>بالكرة باستخدام العمود | إختبار الجري المتعرج 20م<br>بالكرة باستخدام القمع | الاختبارات<br>اللاعب |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------|
| 6,80                                               | 6,35                                              | 4,74                                              | 1                    |
| 6,62                                               | 5,97                                              | 4,53                                              | 2                    |
| 7,28                                               | 6,41                                              | 5,03                                              | 3                    |
| 6,39                                               | 5,91                                              | 4,41                                              | 4                    |
| 7,33                                               | 6,49                                              | 4,89                                              | 5                    |
| 6,97                                               | 6,22                                              | 5,12                                              | 6                    |
| 7,29                                               | 6,53                                              | 5,34                                              | 7                    |
| 6,32                                               | 5,85                                              | 4,97                                              | 8                    |
| 6,57                                               | 6,50                                              | 4,61                                              | 9                    |
| 7,53                                               | 7,33                                              | 5,40                                              | 10                   |
| 7,41                                               | 6,95                                              | 5,73                                              | 11                   |
| 6,27                                               | 5,80                                              | 4,37                                              | 12                   |
| 7,46                                               | 6,47                                              | 4,92                                              | 13                   |
| 7,36                                               | 5,78                                              | 4,72                                              | 14                   |
| 6,59                                               | 6,1                                               | 4,46                                              | 15                   |

## - جدول قيم دلالة الفروق "ت" ستيوكنت

**t Table**

| cum. prob | $t_{.50}$        | $t_{.75}$ | $t_{.90}$ | $t_{.95}$ | $t_{.99}$ | $t_{.995}$ | $t_{.998}$ | $t_{.999}$ | $t_{.9995}$ | $t_{.9999}$ |        |
|-----------|------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|------------|-------------|-------------|--------|
| one-tail  | 0.50             | 0.25      | 0.20      | 0.15      | 0.10      | 0.05       | 0.025      | 0.01       | 0.005       | 0.001       | 0.0005 |
| two-tails | 1.00             | 0.50      | 0.40      | 0.30      | 0.20      | 0.10       | 0.05       | 0.02       | 0.01        | 0.002       | 0.001  |
| df        |                  |           |           |           |           |            |            |            |             |             |        |
| 1         | 0.000            | 1.000     | 1.376     | 1.963     | 3.078     | 6.314      | 12.71      | 31.82      | 63.66       | 318.31      | 636.62 |
| 2         | 0.000            | 0.816     | 1.061     | 1.386     | 1.886     | 2.920      | 4.303      | 6.965      | 9.925       | 22.327      | 31.599 |
| 3         | 0.000            | 0.765     | 0.978     | 1.250     | 1.638     | 2.353      | 3.182      | 4.541      | 5.841       | 10.215      | 12.924 |
| 4         | 0.000            | 0.741     | 0.941     | 1.190     | 1.533     | 2.132      | 2.776      | 3.747      | 4.604       | 7.173       | 8.610  |
| 5         | 0.000            | 0.727     | 0.920     | 1.156     | 1.476     | 2.015      | 2.571      | 3.365      | 4.032       | 5.893       | 6.869  |
| 6         | 0.000            | 0.718     | 0.906     | 1.134     | 1.440     | 1.943      | 2.447      | 3.143      | 3.707       | 5.208       | 5.959  |
| 7         | 0.000            | 0.711     | 0.896     | 1.119     | 1.415     | 1.895      | 2.365      | 2.998      | 3.499       | 4.785       | 5.408  |
| 8         | 0.000            | 0.706     | 0.889     | 1.108     | 1.397     | 1.860      | 2.306      | 2.896      | 3.355       | 4.501       | 5.041  |
| 9         | 0.000            | 0.703     | 0.883     | 1.100     | 1.383     | 1.833      | 2.262      | 2.821      | 3.250       | 4.297       | 4.781  |
| 10        | 0.000            | 0.700     | 0.879     | 1.093     | 1.372     | 1.812      | 2.228      | 2.764      | 3.169       | 4.144       | 4.587  |
| 11        | 0.000            | 0.697     | 0.876     | 1.088     | 1.363     | 1.796      | 2.201      | 2.718      | 3.106       | 4.025       | 4.437  |
| 12        | 0.000            | 0.695     | 0.873     | 1.083     | 1.356     | 1.782      | 2.179      | 2.681      | 3.055       | 3.930       | 4.318  |
| 13        | 0.000            | 0.694     | 0.870     | 1.079     | 1.350     | 1.771      | 2.160      | 2.650      | 3.012       | 3.852       | 4.221  |
| 14        | 0.000            | 0.692     | 0.868     | 1.076     | 1.345     | 1.761      | 2.145      | 2.624      | 2.977       | 3.787       | 4.140  |
| 15        | 0.000            | 0.691     | 0.866     | 1.074     | 1.341     | 1.753      | 2.131      | 2.602      | 2.947       | 3.733       | 4.073  |
| 16        | 0.000            | 0.690     | 0.865     | 1.071     | 1.337     | 1.746      | 2.120      | 2.583      | 2.921       | 3.686       | 4.015  |
| 17        | 0.000            | 0.689     | 0.863     | 1.069     | 1.333     | 1.740      | 2.110      | 2.567      | 2.898       | 3.646       | 3.965  |
| 18        | 0.000            | 0.688     | 0.862     | 1.067     | 1.330     | 1.734      | 2.101      | 2.552      | 2.878       | 3.610       | 3.922  |
| 19        | 0.000            | 0.688     | 0.861     | 1.066     | 1.328     | 1.729      | 2.093      | 2.539      | 2.861       | 3.579       | 3.883  |
| 20        | 0.000            | 0.687     | 0.860     | 1.064     | 1.325     | 1.725      | 2.086      | 2.528      | 2.845       | 3.552       | 3.850  |
| 21        | 0.000            | 0.686     | 0.859     | 1.063     | 1.323     | 1.721      | 2.080      | 2.518      | 2.831       | 3.527       | 3.819  |
| 22        | 0.000            | 0.686     | 0.858     | 1.061     | 1.321     | 1.717      | 2.074      | 2.508      | 2.819       | 3.505       | 3.792  |
| 23        | 0.000            | 0.685     | 0.858     | 1.060     | 1.319     | 1.714      | 2.069      | 2.500      | 2.807       | 3.485       | 3.768  |
| 24        | 0.000            | 0.685     | 0.857     | 1.059     | 1.318     | 1.711      | 2.064      | 2.492      | 2.797       | 3.467       | 3.745  |
| 25        | 0.000            | 0.684     | 0.856     | 1.058     | 1.316     | 1.708      | 2.060      | 2.485      | 2.787       | 3.450       | 3.725  |
| 26        | 0.000            | 0.684     | 0.856     | 1.058     | 1.315     | 1.706      | 2.056      | 2.479      | 2.779       | 3.435       | 3.707  |
| 27        | 0.000            | 0.684     | 0.855     | 1.057     | 1.314     | 1.703      | 2.052      | 2.473      | 2.771       | 3.421       | 3.690  |
| 28        | 0.000            | 0.683     | 0.855     | 1.056     | 1.313     | 1.701      | 2.048      | 2.467      | 2.763       | 3.408       | 3.674  |
| 29        | 0.000            | 0.683     | 0.854     | 1.055     | 1.311     | 1.699      | 2.045      | 2.462      | 2.756       | 3.396       | 3.659  |
| 30        | 0.000            | 0.683     | 0.854     | 1.055     | 1.310     | 1.697      | 2.042      | 2.457      | 2.750       | 3.385       | 3.646  |
| 40        | 0.000            | 0.681     | 0.851     | 1.050     | 1.303     | 1.684      | 2.021      | 2.423      | 2.704       | 3.307       | 3.551  |
| 60        | 0.000            | 0.679     | 0.848     | 1.045     | 1.296     | 1.671      | 2.000      | 2.390      | 2.660       | 3.232       | 3.460  |
| 80        | 0.000            | 0.678     | 0.846     | 1.043     | 1.292     | 1.664      | 1.990      | 2.374      | 2.639       | 3.195       | 3.416  |
| 100       | 0.000            | 0.677     | 0.845     | 1.042     | 1.290     | 1.660      | 1.984      | 2.364      | 2.626       | 3.174       | 3.390  |
| 1000      | 0.000            | 0.675     | 0.842     | 1.037     | 1.282     | 1.646      | 1.962      | 2.330      | 2.581       | 3.098       | 3.300  |
| Z         | 0.000            | 0.674     | 0.842     | 1.036     | 1.282     | 1.645      | 1.960      | 2.326      | 2.576       | 3.090       | 3.291  |
|           | 0%               | 50%       | 60%       | 70%       | 80%       | 90%        | 95%        | 98%        | 99%         | 99.8%       | 99.9%  |
|           | Confidence Level |           |           |           |           |            |            |            |             |             |        |

قيم معامل ارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة 0.05 و 0.01 (الحفيظ، 1993)

| 0.01  | 0.05  | دج   |
|-------|-------|------|
| 0.424 | 0.329 | 32   |
| 0.418 | 0.325 | 35   |
| 0.413 | 0.320 | 36   |
| 0.403 | 0.312 | 38   |
| 0.393 | 0.304 | 40   |
| 0.384 | 0.297 | 42   |
| 0.376 | 0.294 | 44   |
| 0.372 | 0.288 | 45   |
| 0.368 | 0.284 | 46   |
| 0.361 | 0.279 | 48   |
| 0.354 | 0.273 | 50   |
| 0.338 | 0.264 | 55   |
| 0.325 | 0.250 | 60   |
| 0.313 | 0.241 | 65   |
| 0.302 | 0.232 | 70   |
| 0.292 | 0.224 | 75   |
| 0.283 | 0.217 | 80   |
| 0.275 | 0.211 | 85   |
| 0.267 | 0.205 | 90   |
| 0.260 | 0.200 | 95   |
| 0.254 | 0.195 | 100  |
| 0.228 | 0.174 | 125  |
| 0.208 | 0.159 | 150  |
| 0.193 | 0.148 | 175  |
| 0.181 | 0.138 | 200  |
| 0.148 | 0.113 | 300  |
| 0.128 | 0.098 | 400  |
| 0.115 | 0.088 | 500  |
| 0.081 | 0.062 | 1000 |

| 0.01   | 0.05  | دج |
|--------|-------|----|
| 0.9999 | 0.997 | 1  |
| 0.990  | 0.950 | 2  |
| 0.959  | 0.878 | 3  |
| 0.917  | 0.814 | 4  |
| 0.874  | 0.751 | 5  |
| 0.834  | 0.707 | 6  |
| 0.798  | 0.666 | 7  |
| 0.765  | 0.632 | 8  |
| 0.735  | 0.602 | 9  |
| 0.708  | 0.576 | 10 |
| 0.684  | 0.554 | 11 |
| 0.664  | 0.532 | 12 |
| 0.641  | 0.514 | 13 |
| 0.623  | 0.497 | 14 |
| 0.606  | 0.482 | 15 |
| 0.590  | 0.468 | 16 |
| 0.575  | 0.456 | 17 |
| 0.561  | 0.444 | 18 |
| 0.549  | 0.433 | 19 |
| 0.537  | 0.423 | 20 |
| 0.526  | 0.413 | 21 |
| 0.515  | 0.405 | 22 |
| 0.505  | 0.396 | 23 |
| 0.487  | 0.388 | 24 |
| 0.479  | 0.381 | 25 |
| 0.471  | 0.374 | 26 |
| 0.463  | 0.376 | 27 |
| 0.456  | 0.361 | 28 |
| 0.449  | 0.355 | 29 |
| 0.436  | 0.349 | 30 |
| 0.436  | 0.349 | 31 |

# المُلحق الثاني

-الاستمارة لترشيح الاختيارات





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة عبد الحميد ابن باديس-مستغانم-  
معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية  
قسم التدريب الرياضي  
شهادة التحكيم  
(صدق المحكمين)



يشهد السادة الدكاترة المحترمون الموقعون أدناه: أن الطالبان صباحان محمد عبد النور و بوتفاحة قادة السنة الثانية ماستر تحضير بدني رياضي أنه قد تم تحكيم أداة البحث (إستمارة ترشيح الإختبارات) و التي تندرج ضمن متطلبات إنجاز البحث تحت عنوان تأثير طول الشاخص على سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة (دراسة ميدانية أجريت على لاعبي كرة القدم فئة 16-17 سنة لنادي بلدية سيدي قادة-معسكر -)

{قائمة الأساتذة المحكمين}

| الرقم | لقب و إسم المحكم | الدرجة العلمية | التوقيع |
|-------|------------------|----------------|---------|
|       | زرف محمد         | دكتوراه        |         |
|       | سنوسي عبد الكريم | دكتوراه        |         |
|       | جغدم بن ذهبية    | دكتوراه        |         |
|       | كوتشوك سيدي محمد | دكتوراه        |         |
|       | حجار محمد حرفان  | دكتوراه        |         |



وزارة التعليم العلي و البحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس -مستغانم-  
معهد التربية البدنية و الرياضة  
قسم التدريب الرياضي  
استمارة الاستبيان لترشيح الاختبارات



إلى أساتذتي الكرام:  
السلام عليكم وبعد:

في إطار انجاز بحث علمي ميداني ضمن مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في التدريب الرياضي يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذا التصميم التجريبي وهذه الإستمارة الإستبائية بغية إثراء البحث و الاستفادة من رأيكم في موضوع البحث و الذي جاء بعنوان: تأثير طول الشاخص على سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة دراسة ميدانية أجريت على لاعبي كرة القدم فئة 16-17 سنة لنادي بلدية سيدي قادة -معسكر-

يرجى من سيادتكم بيان رأيكم حول الإختبار المقترح لقياس سرعة اللاعب في إختبار مهارة الجري بالكرة, و إضافة أي اختبار ترونه مناسباً ولم يتم إدراجه في هذه القائمة, ولكم منا كامل الشكر و التقدير.

تحت إشراف الدكتور:

سنوسي عبد الكريم

من إعداد الطلبة: بوتفاحة قادة

صبحان محمد عبد النور

## الاختبار الأول

المرجعية العلمية:

إسم الإختبار: اختبار مهارة الجري بالكرة بين الأعمدة أو الأقماع أو دما: (د زرف محمد، 2012، صفحة 295).

-الغرض من الإختبار:

حساب القدرة والسيطرة والتحكم في الكرة بالمراوغة، و يضيف موفق أن الهدف من الاختبار يكمن في قياس الجري السريع بالكرة وقياس الرشاقة اللاعب مع الكرة أما (ابوعبيدة 2008 ص 202)و الذي نتفق معه في محتوى و طريقة إجراء هذا الاختبار أن الغرض من هذا الاختبار هو قياس القدرة على التحكم في الكرة أثناء الجري المتعرج بين الأقماع في اقل زمن ممكن.

-الإجراءات:

الجري مسافة 20متر تحت سيطرة اللاعب باستعمال 5 شواخص مقسمة بالتساوي مسافة 2 متر بين الشاخص و الآخر ذهابا و إيابا (محجوب ابراهيم ياسين )، أما بالنسبة للباحثان فقد تم إتخاذ إختبار المنتهج في دراسة الأستاذ زرف ويتم ذلك بتقسيم مسافة 20متر على 4 أقماع المسافة بين كل قمع و آخر هي 4 أمتار و بين خط البداية و القمع الأول 4 متر مع الزيادة في درجة صعوبة التمرين بتغيير طول الشاخص ويمكن للاعب استخدام الرجل اليمنى أو اليسرى أو كليهما حتى يصل إلى آخر شاخص.

مخطط الإختبار:



رسم 1 يوضح إختبار مهارة الجري بالكرة بين الأقماع لمسافة 20متر



رسم 2 يوضح إختبار مهارة الجري بالكرة بين الأعمدة لمسافة 20متر



رسم 3 يوضح إختبار مهارة الجري بالكرة بين الدمى لمسافة 20متر

يصلح بعد التعديل

لا يصلح

يصلح

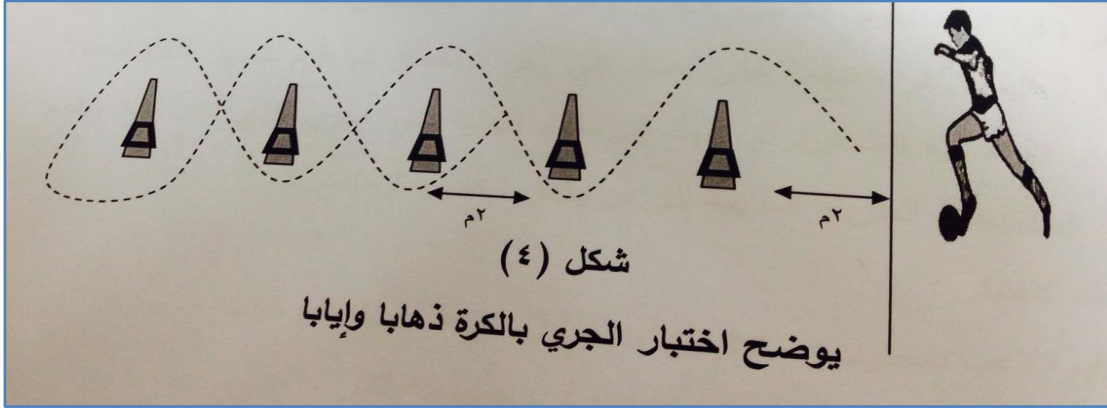
الإختبارات الأخرى:

اسم الاختبار: (الجري بالكرة بين خمسة شواخص). (محجوب ابراهيم ياسين، 1999)

1- الغرض من الاختبار: المحاورة وقياس سرعة الأداء .

وصف الأداء: تثبت (5) شواخص في الأرض بخط مستقيم المسافة بين كل شاخص وآخر (2)م ويقف اللاعب خلف خط البداية وعندما نعطي إشارة البدء يقوم اللاعب الجري بالكرة بين الشواخص ويمكنه استخدام الرجل اليمنى أو اليسرى أو كليهما حتى يصل إلى آخر شاخص ثم يعود بنفس الطريق إلى أول شاخص ابتداء منهُ.

المخطط:



يصلح بعد التعديل

لا يصلح

يصلح

الإقتراحات المقدمة حول الإختبارات المقترحة:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

..

# المُلحق الثالث

- وثائق إدارية





الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

Université Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportives



جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية

مستغانم: 1.8.1. جويلية 2018

قسم: تدريب رياضي

الرقم: 038/ت.ر/ 2018/09

إلى السيد : رئيس النادي الهواي لكرة القدم لولاية معسكر

الموضوع : طلب تسهيل مهمة

يسر رئيس قسم التدريب الرياضي بمعهد التربية البدنية و الرياضية لجامعة عبد الحميد بن باديس أن يتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة الطالبان :

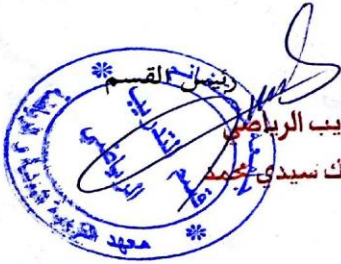
- بوتفاحة قادة .

- صباحان محمد عبد النور .

المسجلان في السنة الثانية ماستر تحضير بدني رياضي للسنة الجامعية 2017/2018.

وهذا من أجل إجراء تريض ميداني لإعداد مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر .

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير .



رئيس قسم التدريب الرياضي  
إمضاء : د . كوتشوك سيدي محمد



معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم خروبة

ع ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف: 213 45 10 33/36/35 (0) الفاكس: 213 45 30 10 28

البريد الإلكتروني: [leps@univ-mosta.dz](mailto:leps@univ-mosta.dz) ou [lstaps@univ-mosta.dz](mailto:lstaps@univ-mosta.dz)