



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي
التحضير البدني



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر
في التدريب الرياضي تحت عنوان:

أثر الوسائط المتعددة (الفيديو) على تعليم بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم (11 سنة)

بحث تجريبي أجري على براعم كرة القدم دائرة تغنيف-معسكر-

إشراف:

* د. ميساليتي لخضر

إعداد:

- قرة بلقاسم

- رقيق يسعد بن عبد الله

السنة الجامعية : 2018 / 2019

الاهداء

إلى التي الجنة تحت أقدامها

إلى التي إن قدمت لها كنوز الدنيا ما وفيت ذرة من فضلها علي.....أمي
الغالية

إلى مثلي الأعلى وقدوتي إلى الذي رسم لي طريقا في الحياة.....أبي العزيز

إلى إخوتي (أيوب، أسامة) إلى جميع أفراد عائلتي

إلى جميع أصدقائي (عبد القادر، محمد، أمين، لطفي، هوارى)

إلى كل من كان سندا لي

أهدي ثمرة جهدي

رفيق يسعد بن عبد الله

الاهداء

بسم الله والصلاة والسلام على سيد الخلق وأشرف المرسلين
الحمد كل الحمد لله عزوجل والدي وفقنا لهذا العمل وما كنا له على نعمة الجمة وما
وما كنا له بحاصين ولا معددين فالحمد له على العقل ولولاه ما كنا بمفكرين ولا
مستنبطين وعلى نعمة العلم وإلا كنا جاهلين.

اهدي ثمرة جهدي إلى مدرسة الأخلاق و التربية إلى من سهرت على الليالي حتى
وصلت إلى ما وصلت إليه الآن إلى أمي ثم أبي كان سندي وشدد من عزمي وقوتي.

إلى الجدة الكريمة الغالية لطالما كان دعائها إعانة لي و مفتاح نجاحي دون انسى
جدي.

إلى جميع الأفراد العائلة

إلى كل الأهل والأقارب

إلى كل الأصدقاء و الزملاء (العيد، سيد علي، محمد، سليم، مختار، ياسين، سفيان، الأمين)

إلى رفيقات (نعيمة، إكرام، رانية، سيهام، فاطمة

إلى جميع أساتذة وعمال معهد التربية البدنية و الرياضية

إلى جميع من ساهم في نجاح هذا البحث.....

اهدي هذا العمل المتواضع

قرة بلقاسم

شكر وتقدير

الحمد لله المتواجد بصفات الكمال والجمال والسلام على سيد الخلق
محمد صلى الله عليه وسلم وعلى آله وصحبة أجمعين..... أما بعد:

أشكر الله على توفيقى

شكرا لوطني الغالي وشكرا للجامعة الجزائرية وبالأخص

جامعة مستغانم

كما نشكر كل من الطاقم الإداري وكل أساتذة معهد التربية البدنية و

الرياضية بمستغانم

ونتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف "ميسالتي لخضر"

من خلال مساهمته في إنجاز هذا العمل المتواضع

بإرشاداته ونصائحه القيمة

كما نتوجه بالشكر للاعبين والمدرب الذين قاموا بمساعدتنا في إنجاز هذا العمل

ملخص البحث

عنوان الدراسة: أثر الوسائط المتعددة (الفيديو) في تعليم بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم (11 سنة).

تهدف هذه الدراسة الحالية الى التعرف على أثر الوسائط المتعددة (الفيديو) لتعلم بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم (11 سنة)، ولتحقيق ذلك أجري البحث على عينة تتكون من 36 لاعبا وقد تم تقسيم العينة الى مجموعتين (18) لاعبا من فريق رابطة جوارية تغنيف يمثلون العينة التجريبية، والأخرى ضابطة (18) لاعبا من فريق اتحاد تغنيف، وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي والبعدي وهذا لملائمة مع طبيعة البحث فضلا عن اللجوء الى استخدام اختبارات مقننة تقيس المهارات الأساسية في كرة القدم ومناسبة المرحلة العمرية (11 سنة) واستنتج الباحثان هناك تحسن في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى لاعبي (11 سنة)، ومن أهم اقتراحات يجب على المدربين المشاركة في الدورات التكوينية و الملتقيات العلمية خاصة المتعلقة باستخدام التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي وعلى المدربين الجزائريين الاستعانة بالتكنولوجيا الحديثة لتوصيل المعلومات للاعبين بأحسن الطرق، على رؤساء الفرق تخصص قاعات مجهزة بمختلف الوسائط السمعية البصرية، واقتناء بعض برامج الوسائط المتعددة الحديثة التي تساعد المدرب .

الكلمات المفتاحية: الوسائط المتعددة-المهارات الأساسية-كرة القدم.

Study summary

Study Title: Multimedia (video) in teaching some basic skills among football players (11 years).

This study aims to identify the impact of multimedia (video) to learn someThe basic skills of football players (11 years), and to achieve this research was conducted on a sampleConsists of 36 players The sample has been divided into two groups (18) players of the Association team A group of 18 players from the Ittihad teamTo classify, the researchers used the experimental method using pre and post measurement and thisTo suit the nature of the research as well as resort to the use of standardized tests measure The basic skills in football and age-appropriate age (11 years) were concludedThere is an improvement in the performance of some basic skills in footballFor players (11 years), one of the most important suggestions coaches should participate in the courses Training and scientific forums, especially on the use of modern technology in sports training, and the Algerian coaches to use modern technology to communicate information to the players in the best way, team leaders should allocate halls equipped with various audiovisual means, and the acquisition of some modern multimedia programs that help the trainer.

Keywords: multimedia - basic skills - football.

محتوى البحث

أهداء.....أ

شكر وتقدير.....ب

قائمة المحتويات

قائمة الجداول.....و

قائمة الأشكال.....د

تعريف بالبحث

1-مقدمة.....1

2-المشكلة.....4

3-أهداف البحث.....5

4-فرضيات.....5

5-مصطلحات البحث.....6

6-الدراسات السابقة والمثابفة.....7

الباب الأول:الجانب النظري

الفصل الأول:التدريب الرياضي وعلاقته بالوسائط المتعددة (فيديو)

تمهيد.....15

1-طرق تدريب في كرة القدم.....15

1-1-التدريب المستمر.....15

16	2-1-التدريب الفتري
17	1-2-1-التدريب الفتري مرتفع الشدة
17	2-2-1-التدريب الفتري منخفض الشدة
17	3-1-التدريب الدائري
18	1-3-1-مميزات التدريب الدائري
19	4-1-التدريب التكراري
19	2-تخطيط التدريب في كرة القدم
20	1-2-خطوات وأسس تخطيط التدريب في كرة القدم
20	1-2-2-خطة التدريب طويل المدى
21	2-2-2-خطة التدريب السنوية
22	1-2-2-2-الفترة الإعدادية
24	2-2-2-2-فترة المنافسات الرسمية
24	3-2-2-2-الفترة الانتقالية
25	3-2-2-خطة التدريب الفترية
25	4-2-2-خطة تدريب الوحدة التدريبية
28	3-مبادئ التدريب الرياضي
28	1-3-مبدأ الإدراك
28	2-3-مبدأ استخدام الحواس
28	3-3-مبدأ خاصية دوران عملية التدريب
29	4-3-مبدأ القدرة على توصيل والفروق الفردية
29	5-3-مبدأ الزيادة التدريجية للأحمال
30	4-الوسائط المتعددة
30	1-4-مفهوم الوسائط المتعددة

- 2-4-العناصر المكونة للوسائط المتعددة.....30
- 3-4-استخدامات الوسائط التعليمية والوسائط المتعددة في عملية التعليم والتعلم....32
- 4-4-أهداف استخدام الوسائط المتعددة في مجال التعليم.....32
- 5-4-أهمية الوسائط المتعددة في اكتساب المهارات.....35
- 5-الفيديو.....36
- 1-5-مكونات الفيديو.....36
- 2-5-الفوائد التعليمية والتربوية للفيديو ومميزاته.....38
- 6-التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي.....40
- 1-6-مفهوم التكنولوجيا.....40
- 2-6-أهداف التكنولوجيا.....41
- 7-الحاسوب.....41
- 1-7-تعريف الحاسوب.....42
- 2-7-الحاسوب ومراحل تطوره.....42
- 3-7-الحساب الآلي في التربية البدنية والرياضة.....43
- 4-7-اسهامات الحاسب الآلي في مجال التربية البدنية والرياضة.....44

الفصل الثاني:المهارات الأساسية في كرة القدم

- 1-كرة القدم.....51
- 2-لمحة تاريخية عن كرة القدم.....51
- 3-الاعداد المهاري.....53
- 1-3-مفهوم الاعداد المهاري.....53
- 1-1-3-مراحل الاعداد المهاري.....53

54.....	4- مفهوم المهارات الأساسية في كرة القدم.
54.....	1-4- أهمية المهارات الأساسية
54.....	2-4- المهارات الأساسية في كرة القدم.
54.....	1-2-4- التمرير
57.....	2-2-4- الجري بالكرة
58.....	3-2-4- السيطرة على الكرة
59.....	4-2-4- ترويض الكرة
60.....	5-2-4- ضرب الكرة بالقدم
62.....	6-2-4- التهديف

الفصل الثالث: المرحلة العمرية

66.....	1- تعريف مرحلة العمرية
66.....	2- خصائص النمو في المرحلة
66.....	1-2- النمو الجسمي الحركي
68.....	2-2- النمو النفسي النفعالي
69.....	3-2- النمو العقلي المعرفي
70.....	4-2- النمو الاجتماعي
71.....	3- الطفل والممارسة الرياضية
71.....	1-3- أهمية الرياضة في نمو شخصية الطفل
72.....	2-3- الأسباب المؤدية للممارسة الرياضية
72.....	3-3- مطالب الطفولة المتأخرة (11 سنة)
74.....	4-3- حاجات الأطفال للممارسة الرياضية

الباب الثاني: الجانب التطبيقي

الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد.....	79
1-منهج البحث.....	79
2-مجتمع وعينة البحث.....	80
1-2-مجتمع البحث.....	80
2-2-عينة البحث.....	80
3-2-خصائص العينة.....	81
3-متغيرات البحث.....	81
2-3-المتغير التابع.....	81
3-3-المتغيرات الداخلية.....	82
4-مجالات البحث.....	82
5-أدوات البحث مستعملة.....	82
6-الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة.....	86
1-6-الثبات.....	86
2-6-الصدق.....	87
3-6-الموضوعية.....	88
7-الدراسات الإحصائية.....	88
1-7-المتوسط الحسابي.....	88
2-7-الانحراف المعياري.....	88
3-7-ت ستودنت.....	89
8-صعوبات البحث.....	89

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

- 1- عرض وتحليل النتائج الاختبارات.....92
- 1-1- عرض وتحليل النتائج اختبار القبلي والبعدي لمهارة التمرير.....92
- 1-2- عرض وتحليل النتائج اختبار القبلي والبعدي لمهارة الترويض.....96
- 1-3- عرض وتحليل النتائج اختبار القبلي والبعدي لمهارة الجري بالكرة.....100
- 2- استنتاجات.....105
- 3- مناقشة فرضيات.....106
- 4- اقتراحات.....107
- 5- خلاصة العامة.....108

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
81	تجانس العينتين الضابطة والتجريبية في السن والطول والوزن	01
87	يوضح قيمة معامل الثبات والصدق لاختبار الخاصة بالمهارات الأساسية قيد الدراسة	02
92	جدول يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة والجدولية للعينات التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مهارة التمرير	03
94	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة والجدولية للعينات الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي في مهارة التمرير	04
96	يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة والجدولية للعينات التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مهارة الترويض	05
98	يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيموت المحسوبة والجدولية للعينات الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي في مهارة الترويض	06
100	يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة والجدولية للعينات التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي في مهارة الجري بالكرة	07
102	يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة والجدولية للعينات الضابطة والتجريبية للاختبار البعدي في مهارة الجري بالكرة	08

قائمة الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح اختبار التمرير في أربع الأهداف	84
02	يوضح اختبار ترويض الكرة	85
03	يوضح اختبار الجري المنعرج بالكرة	86
04	يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي والبعدي في مهارة التمرير	93
05	يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في مهارة التمرير	95
06	يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي والبعدي في مهارة الترويض	97
07	يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في مهارة الترويض	99
08	يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي والبعدي في مهارة الجري بالكرة	101
09	يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة والتجريبية في مهارة الجري بالكرة	103

التعريف بالبحث

-مقدمة:

يعرف التدريب الرياضي ، بأنه العملية التربوية التي تعتمد على أسس ومبادئ العلمية كل عملية التخطيط والقيادة ويتضمن شقين التعليمي والتنموي، والتي تتم من خلال كل عملية التخطيط، بهدف تحقيق أعلى مستويات الرياضية و الحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة (حماد، 2002، ص، 59)، كما يعرفه للبساطي أمر الله أحمد هو مجموعة من الإجراءات المخططة و المبنية على أسس علمية ،التي تما تنفيذها وفقاً لشروط محددة و موجهة بتحقيق الهدف أو الغرض ما في مجال ما (البساطي، 1998، ص، 2). بينما يعرف عصام عبد الخالق بأنه عملية تربوية مخططة لتحقيق التوازن بين متطلبات النشاط الرياضي الممارس وقدرات الفرد ، واستعداداته للوصول به الى أعلى مستويات ممكنة في هذا النشاط.(عبد الخالق، 1992، ص، 1 و4).

وبعد أسلوب الوسائط المتعددة من الأساليب الحديثة في التعلم حيث يقدم خدمة هامة إذا ما استخدم بعناية أثناء عملية التعلم حيث أن الشرح اللفظي لا يكفي ، فالمتعلم لا يستطيع أن يفهم بالشرح إلا في حدود معارفه ومعلوماته ولكن يمكن باستخدام الوسائط توفير حدود أكثر وضوح عن الخبرة والنشاط المراد تعلمه (محمد سعد زغلول ، لمياء فوزي محروس).

والوسائط المتعددة ليست مجرد وسيلة للتعلم، بل هي عبارة عن عدة وسائل في وسيلة واحدة تحوي مزيجاً من النصوص المكتوبة والرسومات والأصوات والموسيقى والرسوم المتحركة والصور الثابتة والمتحركة يمكن تقديمها للتعلم عن طريق الحاسوب فضلاً عن توفيرها لبيئة تعليمية حيوية تفاعلية تجمع بين التقنية العالية المتطورة والنشويق والإثارة، كما تعمل على تعزيز دافعية التعلم وتحفيز الطلبة الضعفاء والمتأخرين دراسياً على تلاقي نواحي القصور لديهم، فضلاً عن ذلك يتم الربط بين عمليتي التعليم والتقويم، وهذا يؤدي إلى الإتقان (العفون).

لقد أصبح استخدام الكمبيوتر أمر ضروري في حياتنا المعاصرة، وما نشاهده من تطوير هائل وسريع في تكنولوجيا المعلومات ما هو إلا دليل على استخدامه، إذ لم يعد هناك ميدان من ميدان المعرفة إلا والحاسوب يلعب الدور الأكبر والفعال فيه. ولذا فإن تكنولوجيا التعليم بوسائلها المتنوعة في التعليم بصفة عامة، وفي الأنشطة الحركية بصفة خاصة يساعد على تركيز انتباه المتعلم وتشجيعه على المشاركة ، وإثارة الرغبة لديه في التعلم ، وتسهيل التذكر والاسترجاع ، وتنمية الخيال ، وتعزيز التعلم السابق ، وتوفير وقت الدرس ، وتنمية الفكر العلمي ، وحل المشكلات ، والقدرة على الاستقصاء لدى المتعلمين ، وتمكين المتعلم من التعلم الذاتي والمستمر (محبوب غزال، 2018، ص1).

كما تعد المهارات الأساسية بكرة القدم القاعدة الأساسية لتحقيق المستويات العالية و الانجاز الجيد في كرة القدم. إذ تحتل جانبا مهما في وحدة التدريب اليومية و البرامج التدريبية إذ يتم التدريب عليها لفترات طويلة ولا تخلو الوحدة التدريبية من اساسيات التدريب على هذه المهارات الى يتم اتقانها لكون درجة اتقان المهارات الاساسية يعد من الجوانب المهمة التي يتوقف عليها تنفيذ الخطط في ظروف اللعبة المختلفة و الفريق الذي يستطيع لابعوه اداء المهارات بخفة ورشاقة وتوقيت سليم يكون باستطاعتهم تنفيذ الواجبات الخطئية خلال سيرالمباراة (موفق اسعد محمود، 2008 ص،89).

كما تعرف مرحلة العمرية للبحث باطفولة المتأخرة وبطلق عليها البعض بمرحلة ما قبل المراهقة وتمثل هذه المرحلة الدراسة الابتدائية العليا (الصفوف الابتدائية الاخيرة ثلاث) وتعد هذه المرحلة انسب مراحل النمو الخاصة بعملية التطبيع الاجتماعي. بالرغم من قلة الاهتمام بدراستها من قبل الباحثين مقارنة بشدة اهتمام هؤلاء الباحثين بما يسبقها وما يلحقها من مراحل النمو.

وتتميز هذه المرحلة ببطئ ، بمعدل النمو مقارنة بسرعة في الرحلة السابقة ، و زيادة .
التمايز بين الجنسين بشكل واضح وتعلم المهارات اللازمة لشؤون الحياة، وتعلم
المعايير الخلقية و القيم وتكوين الاتجاهات والاستعداد لتحمل المسؤولية وضبط
الانفعالات(دسامي محمد ملحم 2006 ص77).

واحتوت الدراسة على جزء التمهيدي للتعرف بالبحث يشمل المقدمة و الاشكالية ،
السؤالات و الفرضيات ، أهمية و أهداف الدراسة و التعرف بالمصطلحات ثم التطرق
للدراسات السابقة.الباب الأول الخاص بالدراسة النظرية فقد احتوى على ثلاث فصول،
الفصل الأول: خاص بالتدريب الرياضي وعلاقته بالوسائط متعددة (فيديو)، الفصل
الثاني تناول المهارات الأساسية في كرة القدم، أما الفصل الثالث يخص الفئة العمرية.
الباب الثاني: خاص بالدراسة التطبيقية حيث قسم الى فصلين ،فصل خاص بمنهج
البحث واجراءته الميدانية اشتمل على: الدراسة الاستطلاعية، منهج البحث وعينته،
مجالات ، متغيرات البحث، أدوات البحث،الوسائلا احصائية،اجراءات الميدانية
وصعوباته.

و الفصل الأخير: تطرقنا فيه الى :النتائج المحصلة عليها وتحليلها ثم مناقشة في
ضوء الفرضيات، كما تحتوي هذا الفصل على الاستنتاج العام و التوصيات و الخاتمة.

2- مشكلة:

تعتبر كرة القدم منظومة متكاملة تتكون من عدة عناصر تؤثر كلا منهم بالأخرى ، التي تؤدي بدورها الى نجاح الفريق أو فشله، ومن هذه العناصر الجانب المهاري ، كما أنها تتميز بالتنافس بين فريقين في مساحة كبيرة اذا ما قورنت بغيرها من الألعاب الأخرى. كما انا المنتبعون للبطولة الوطنية مابين الرابطات بكل فئاتها يجمعون و يؤكدون على ضعف اللاعب الجزائري من ناحية المهارية ، وصعوبة اكتساب التصورات اللازمة اثناء المقابلة .كما لاحظ الباحثان ضعفا في أداء المهاري وعدم المداومة على احترام التعليمات و التوجيهات وتقيظماطلب منهم من طرف مدريهم ، أي أن هنالك تذبذب في أداء الأدوار.ومن خلال تجربة الباحثان في مجال التدريب ومن خلال احتكاكه بمدربي الفئات الصغرى في كرة القدم ،لاحظنا عدم اهتمام باجانب المهاري بغياب شرح الهدف ومحتوى الحصص التدريبية للاعبين.كما لاحظ الباحثان أن جل مدربي فرق كرة القدم يعتمدون على وسائل بسيطة وكلاسيكية عند الشرح للمهارات للاعبين (سبورة و طباشير -أوراق -سبورة مغطاة)،و البعض الآخر يكتفي بشرح مختصر لايتعدى وقته نصف ساعة من الزمن، رغم تطور التكنولوجي الكبير الذي وفر وسائل متطورة كبرامج الكمبيوتر و الوسائط متعددة.مع ولوج الكرة القدم الجزائرية عالم احتراف أغفل المدريون استعمال هذه الوسائل ،رغم أن بعض الدراسات أثبتت أهميتها في تسهيل التواصل مع اللاعبين وشرح دوركل للاعب بطريقة و واضحة وأكدت أن استعمال جهاز الكمبيوتر و الفيديو لتحليل أداء المهاري من طرف المدرب يسهل عليه عملية تصحيح أخطاء اللاعبين و ينتقدهم و يوصل لهم المعلومات بشكل أكثر وضوح.وعلى ضوء ماسبق تجلت مشكلة بحثنا في السؤال التالي: -مأثر الوسائط المتعددة (الفيديو) على تعليم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم(11سنة)

3- أهداف البحث:

- التعرف على تأثير الوسائط متعددة (الفيديو) على تعليم بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم (11 سنة).

- كشف الفروق الحاصلة بين العينة التحريية و العينة الضابطة في الاختبار البعدي.

4- فرضيات:

- الوسائط المتعددة تآثر اجابيا في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم (11 سنة).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اختبارين القبلي و البعدي في التنمية بعض المهارات الأساسية لكرة القدم و لصالح الاختبار البعدي.

5- مصطلحات البحث:

الوسائط المتعددة: هو مجرد أشكال متعددة من وسائل الأعلام متكاملة معا. وسائل الاعلام يمك أن يكون النص و الرسوم البيانية و الصوت و الصور المتحركة و الفيديو و البيانات، الخ مثال الوسائط المتعددة هي صفحة على شبكة الانترنت حول موضوع ما (الانترنت).

ويعرفها الطالبان اجرائيا على أنه مصطلح واسع انتشار يشير الى استعمال عدة وسائط مختلفة مثل (النص،الصوت،الرسومات،الصورالمتحركة،الفيديو،والتطبيقات التفاعلية) لتقديم المحتوى بطريقة تفاعلية لتحقيق هدف أو عدة أهداف محددة المعلومات.

الفيديو:

هو تقانة الترتيب الإشارات الالكترونية لتشكيل صور متحركة.الفيديو وسيلة الكترونية

لتسجيل ونسخ، والتشغيل، والربث، وعرض لنقل الوسائط البصرية والسمعية (الأنترنت).
ويعرفها الطالبان الباحثان إجرائيا هو جهاز يسجل المناسبات والاحداث صوتا و صورة
على أشرطة ممغنطة، ويقوم بعرض ما سجل على هذه الأشرطة تلفزيونيا أو على
شاشة عرض سينمائية.

كرة القدم:

هي لعبة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من 11 لاعبا بمافيهم حارس
المرمى ويديرها 4 حكام، الحكم الرئيسي وحكمين على خط التماس وحكم رابع كمساعد
كما أنها تعد الرياضة الأكثر شعبية في العالم. (فيصل عياش واخرون، 1997).

ويعرفها الطالبان الباحثان إجرائيا على أنها لعبة جماعية تجمع بين فريقين يتكون كل
منهما من إحدى عشر لاعبا ولا يقل عن سبعة لاعبين داخل الملعب مهما كانت
الظروف وتنتهي المقابلة بفوز أحدهما أو خسارة الآخر أو تعادلها بموجب القانون
الدولي لكرة القدم.

المهارات الأساسية:

هي كل الحركات الضرورية والهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة
القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أوبدونها (مختار، 1994، صفحة 21)

ويعرفها الطالبان الباحثان إجرائيا على أنها نوع معين من الأداء الحركي يستلزم
استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحكم في كرة في جميع مواقف
اللعبة

6-الدراسات المشابهة:

-الدراسات العربية:

دراسة فريد كريبع سنة 2016:

العنوان: أثر برنامج تدريبي باستعمال برامج الكمبيوتر قبل وبعد المباراة على التفكير و الأداء التكتيكي الهجومي للاعبي كرة القدم.

هدفت الدراسة للتعرف على تأثير استعمال برامج الكمبيوتر في التدريب على التفكير التكتيكي الهجومي للاعبي كرة القدم، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة القصدية وتمثلت في لاعبي أواسط فريقي أهلي برج بوعريج وشباب العلمة وعددهم 30 لاعبا قسموا لمجموعتين 15 التجريبية و15 الضابطة، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، وكانت من أهم الاستنتاجات البرنامج التدريبي بمساعدة برنامج الكمبيوتر أدى الى تحسين كبير لأفراد المجموعة التجريبية-أهلي برج بوعريج-في درجات التفكير التكتيكي الهجومي في كرة القدم، ومن أهم توصيات الاهتمام بتطوير مستوى التفكير الخططي الهجومي للاعبي كرة القدم، من خلال اكتساب اللاعبين المعلومات النظرية بالخطط، وقواعد التصرف الخططي في مواقف اللعب المختلفة.

2.دراسة عبد الرزاق واخرون "2012":

دور الوسائل الاتصال السمعية البصرية في تطوير خطط لعب الدفاعية في كرة القدم:

هدفت الدراسة الى استخدام الفيديو كوسيلة مساعدة في تطوير خطط اللعب الدفاعية عن طريق توظيف الوسائل السمعية البصرية حيث قاموا بدراسة لثلاث فرق من قسم الأول وتم اختيار عينة البحث من 66 لاعب وجاءت العينة عشوائية، وعينة قصدية من مدربين مكونة من 20 مدربا لصنف الاكابر واعتمدوا في بحثهم على المنهج الوصفي من أجل فتح مجالات جديدة للدراسة التي ينقصها القدر الكافي من المعارف وهم

يردون التوصل للمعرفة دقيقة وتفصيلية عن العناصر الظاهرة موضوع البحث، وقد توصلوا الى أن للوسائل الاتصال السمعية البصرية دور كبير في رفع مستوى اللاعبين وتطوير خطط اللعب الدفاعية.

3.دراسة ماجستير صبا محمد"1996":

-أثر استخدام بعض الوسائل السمعية البصرية الفيديو على مستوى تعلم السباحة الحرة:

هدفت الدراسة الى تباين دور الجهاز الفيديو في عملية تعلم السباحة الحرة، اعتمدت الباحث في الدراسة على دراسة الاستطلاعية والنهج التجريبي ،ففي الدراسة استطلاعية اعتمد على عينة تتكون من 60 طفل، أما أما في عملية التجربة أخذ 25 طفل عينو ضابطة و25 عينة تجريبية، وقد توصل في الأخير الى اثبات الدور الفعلي والايجابي الذي تلعبه الوسائل السمعية البصرية(الفيديو) على مستوى تعلم السباحة الحرة لدى العينة التجريبية، كما توصل الى إيجاد استمارة للتقويم الذاتي التي يستطيع المدربون الاستعانة بها لمعرفة مستوى تلاميذهم.

4.دراسة صايب هشام واخرون "2010":

- دور الوسائل السمعية البصرية في عملية التحضير المهاري ولخططي لدى لاعبي كرة القدم -
القسم الأول-اكابر

-هدفت الدراسة الى استخدام الوسائل السمعية البصرية كوسيلة مساعدة في عملية التحضير المهاري والخططي حيث تستعمل المنهج الوصفي في الدراسة ومن تم اختيار العينة من 60 لاعبا وكذا 20مدربين للإجابة عن الاستبيان، ومن خلال نتائج الدراسة يتضح لنا أن نسبة 83,33 بالمئة من أفراد العينة المستوجبة أجابوا بنعم، أي أن

أشرطة الفيديو تساعد المدربين في وضع خطط مهارية، أما النسبة المتبقية والممثلة في 16،66 بالمئة فأجابوا بلا، أي عدم مساعدة أشرطة الفيديو المدربين في وضع خطط مهارية.

وكذا نسبة 86،12 بالمئة من أفراد العينة المستجابة أجابوا بنعم، أي أن أشرطة الفيديو تساعد اللاعبين في فهم خطط المدرب اما نسبة 13،88 بامئة من أفراد العينة المستجابة أجابوا بلا، أ] عدم فهم خطط المدرب انطلاقا من أشرطة الفيديو.

وتفسر هذه النتائج يكون أشرطة الفيديو وسيلة تمكن من استعاب وفهم خطط المدرب وقد أظهرت الدراسة أن للوسائل السمعية البصرية(اشرطة الفيديو).دور فعال في عملية التحضير المهاريوالخططي لدى لاعبي كرة القدم للمنافسات

5-دراسة حسن يحي حسن إسماعيل"2013":

-أثر توظيف الفيديو التفاعلي لتحسين مهارة التصويب في كرة السلة لدى اللاعبين الناشئين بمحافظة غزة:

هدفت الدراسة الى تحسين مهارة التصويب للاعبين الناشئينبمحافظة غزة،والتعرف على تأثير توظيف الفيديو التفاعلي في تحسين الجانب المعرفي المرتبط بمهارة التصويب في كرة السلة مستعمل المنهج التجريبي في العمل، وقد خلصت الدراسة بنتائج تشجع على استعمال الفيديو التفاعلي في العملية التدريبية حيث ان الفيديو التفاعلي أدى الى تحسين مهارة التصويب من القفز بنسبة 23،97 بامئة الرمية الحرة 33،9بامئة السلمية 18،18،ويفضح من المعدلات السابقة اثر توظيف الفيديو التفاعلي على جميع المتغيرات وكانت نسبة تحسن العام 25،35 بالمئة.

وقد الاوصى الباحث بالاعتناء وتطور استعمال الفيديو التفاعلي في كل مدارس التربية البدنية والرياضية وكذا الأندية الرياضية.

الدراسات الأجنبية:

دراسة 2013 guillaumeheansler:

هدفت الدراسة الى استخدام الفيديو كوسيلة لتعلم التزلج وقد انتهجت الدراسة المنهج التجريبي حيث اختير عينة من 24 تلميذاً قسموا الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بنسبة ل 1ce و 2ce وكذا بالنسبة ل 1ce حيث اكدت نتائج الدراسة على ان المجموعة المستعملة للفيديو تحصلت في الاختبار الاول على متوسط قدره 88,8 ث ما عند إعادة الاختبار فتحصلت على 61,9 ث وهذا تطور جيد الزمن قطع الجولة اما المجموعة التي تستعمل الفيديو كانت نتائجها 87,8 ث خلال الاختبار و 74,7 ث عند إعادة اختبار وهذا مايفسر الدور الكبير الذي قام به الفيديو في تحسين نتائج التلاميذ واكد الباحث على ضرورة استعمال التكنولوجيا خلال العملية لما فيها من إيجابيات.

دراسة 2007 thierrymerin:

هدفت الدراسة الى معرفة الفيديو خلال درس التربية البدنية والرياضية حيث اختير 43 تلميذاً بأعمار 10-11 سنة وقسموا الى مجموعتين من أجل تعلم مهام معقدة خلال جولة مكونة من قفزة fosbury والارتكاز على العقلة حيث ان المجموعة التجريبية تستعمل الفيديو والضابطة عن طريق التوجيه اللفظي وقد أظهرت النتائج انه بعد عدة محاولات تطور أداء المجموعة المستعملة الفيديو كتغذية راجعة بسرعة على حساب المجموعة الضابطة وقد كانت النتائج تسهيل الفيديو للعملية التعليمية ومن جهة يحرر الأستاذ من اجل أداء مهام اخري وضمان سير جيد للحصة.

تعليق عن الدراسات المشابهة :

-المنهج:

انتهجت اغلب الدراسات المنهج التحريبي كما هو الحال في هذه الدراسة،لملائمة موضوع البحث وقد انتهج كل من صايب هشام وآخرون وكذا صبان محمد في دراستهما المنهج الوصفي.

-العينة:

هناك اختلاف في المراحل العمرية بين كل الدراسات حيث كانت الفئة العمرية لهذه الدراسة 11سنة في حين كانت عينة كل من صيب هشام وآخرون ودراسة عبد الرزاق وآخرون أكابر كرة القدم ودراسة thierrymerian كانت 10-11سنة وكانت عينة صبان محمد 11-12سنة.

-نوع الرياضة:

تطابق الدراسة من حيث فقط مع دراسة صايب هشام وآخرون وشملت الرياضات الأخرى السباحة الحرة عند دراسة صبان محمد، وكذلك التزلج في دراسة thierrymerian ولعبة كرة القدم في دراسة كل من صيب هشام وآخرون، ودراسة عبد الرزاق و آخرون.

-الأدوات المستخدمة:

اعتمدوا في دقة النتائج على الأدوات التي استخدموها كالاختبارات ومقاييس، كما وضع البعض منهم مقاييس جديدة.

-مدى الاستفادة من الدراسات المشابهة:

1-استفادة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في كيفية اختيار المنهج الملائم لطبيعة اجراء وظروف الدراسة.

2-المعالجات الإحصائية في الدراسات السابقة ووجهت الباحثان الى المعالجات التي تناسب وطبيعة الدراسة.

3-اختيار وسائل جمع البيانات الخاصة بالدراسات السابقة والمرتبطة حيث ووجهت الباحث لكيفية اختيار الوسيلة ملائمة لطبيعة البحث.

4-كذلك من حيث تحقيق الأهداف فقد استفاد الباحثان من طريقة عرض النتائج ومناقشتها.

الباب الأول:

الجانب النظري

الفصل الأول

التدريب الرياضي والوسائط المتعددة (الفيديو، التكنولوجيا)

-التدريب الرياضي

-الوسائط المتعددة

-التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي الحاسوب

-الحاسب الألي في مجال الرياضي

تمهيد:

يعتبر التدريب الحديث في كرة القدم عملية تربية مبنية على أسس علمية تعمل على تنمية وتطوير الصفات البدنية للاعب والارتقاء بقدراته المهارية وإكسابه الجوانب الخطئية المتعددة وكذلك تنمية أجهزته الفيزيولوجية و تهذيب صفاته الإرادية و الخلقية التي يجب أن يتحلى بها الرياضي بالإضافة إلى بناء الناحية العقلية و الكفاية الفنية التي ستساعده كثيرا في إخراج قدراته بطريقة اقتصادية للوصول به إلى أعلى مستوى ممكن من الأداء.

1_ طرق التدريب في كرة القدم:

تلعب خصوصية اللعبة الرياضية وأهداف التدريب المحور الرئيسي لاختلاف الطرق و الأساليب في التدريب الرياضي وفي الآونة الأخيرة لقد تعددت طرق وأساليب تدريب كرة القدم التي ظهرت بعد التطور الكبير في إمكانيات اللاعبين البدنية والمهارية و السرعة الفائقة التي أظهرتها فرق كرة القدم في المنافسات الرياضية مما جعلت محتوى و أنظمة التدريب تتماشى مع هذا التقدم الهائل و السريع في لعبة كرة القدم.

1_1_ التدريب المستمر:

هو عبارة عن مجموعة من التمرينات المختلفة التي تلائم مستويات لاعبي كرة القدم وذات جرعات حمل بمستويات متوسطة وغالبا ما تصل ضربات القلب عند اللاعب في هذه الطريقة إلى 150 ضربة في الدقيقة .

وتأخذ هذه الطريقة اسمها من الاستمرارية الحركية بواسطة تمرينات وحركات تخدم الجانب البدني للاعبين وتستمر لفترة طويلة ذات الشدة ثابتة دون ان تتخللها فترات راحة خلال أداء التمرينات ، كما يهدف هذا النوع التدريبي إلى رفع كفاءة الأجهزة العضوية منها تقوية العضلات وتطوير الجهاز الدوري التنفسي وعادة هذا النوع من التدريب في كرة القدم يستخدم في بدايات المرحلة التحضيرية وكذلك في الفترة الأولى من مرحلة الإعداد ويمكن استخدام ملعب كرة القدم وذلك لملائمته لإعداد التمرينات الترويحية والبدنية للوصول الى نفس الغرض التطبيقي في اجراء التمرينات لتطوير المطاولة الاوكسجينية دون استخدام الاركاض الطويلة في الضاحية التي تكون في بعض الأحيان اقل شوقا و اكثر مللا.(محمود، 2011، صفحة 177).

1_2_ التدريب الفتري:

التدريب الفتري يشمل أداء فترات تكرر مجموعة من التمرينات يتخللها فترة استعادة قصيرة فيما بينها، وطول وشدة فترات العمل يعتمد على ما يحاول الرياضي ان ينميها، فمثلا فترات العمل الأطول تتطلب استخدام اكبر لإنتاج الطاقة الهوائي، في حين الفترات الأكثر شدة تمد بمشاركة أكبر للتمثيل الغذائي اللاهوائي لذلك فإن التدريب الفتري المصمم لتحسين الحد الأقصى للاستهلاك الاكسجيني لابد أن يستخدم بصفة عامة فترات أطول من 60 ثا ليعظم إعادة إنتاج ثلاثي ادينوزين الفوسفات هوائيا. ويختلف التدريب الفتري عن التدريب المستمر بتأثيره الأفضل على تكيف الجهاز

العصبي المركزي لأداء الحركات المطلوبة في المنافسة وتتيح الفرصة لاداء مجموعة كبيرة من تمرين عالي الشدة ، بالإضافة إلى أن هذه الطريقة في التدريب تقدم طريقتين بإمداد حمل تدريبي زائد ، فمثلا يمكن الارتقاء بالحمل التدريبي عند استخدام التدريب الفتري بتغيير درجة الحمل للإمداد بحمل زائد من خلال زيادة كل من العدد الإجمالي لفترات التمرين المؤداة أو شدة فترات العمل.(علي فهمي و آخرون، 2008، صفحة 177).

1_2_1_1_ التدريب الفتري مرتفع الشدة:

يعمل هذا النوع من التدريب الفتري على تنمية وتطوير بعض عناصر اللياقة البدنية مثل السرعة او القوة أو القوة المميزة بالسرعة.

1_2_2_1_ التدريب الفتري منخفض الشدة:

يزيد كفاية الأجهزة العضوية والعضلية القلب وجهاز التنفس حيث يصل النبض إلى 160ضربة في الدقيقة الواحدة أثناء الحمل الرياضي العالي مما يساعد على تطوير صفة المطاولة.(محمود، 2011، صفحة 181).

1_3_1_ التدريب الدائري:

يجب ألا يفهم من مصطلح التدريب الدائري أنه طريقة من طرق التدريب المتداولة الآن (المستمر، الفتري، التكراري) فإن هذا بعيد عن الحقيقة ،حيث أنه عبارة عن أسلوب أو نظام له أصوله النظرية والعملية وشروطه ومجالاته أيضا، فهو أسلوب عمل او طريقة تنظيمية يعتمد في مجالاته على طرق التدريب السابق ذكرها بحيث من الممكن أن تشكل وحدة التدريب الدائري باستخدام طريقة التدريب المستمر وفي هذه الحالة يطلق

عليها وحدة التدريب الدائري باستخدام التدريب المستمر، وكذلك باستخدام التدريب الفكري منخفض الشدة أو مرتفع الشدة ونفس الأمثلة أيضا عند استخدام التدريب الدائري في مجال التدريب التكراري.

كما ان وحدة التدريب الدائري غالبا ما تأخذ شكل دائرة حيث ترتب التمرينات حسب أهداف وأغراض وحدة التدريب في شكل دائرة يبدأ اللاعب بالتمرين الاول ثم الثاني وهكذا ملتزما بتسلسل التمرينات الى أن ينهي الدائرة.(كمال درويش وحسانين، 1999، صفحة 23)

1_3_1_ مميزات التدريب الدائري:

زيادة كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي وزيادة القدرة على مقاومة التعب والتكيف للمجهود البدني المبذول.

يسهم بدرجة كبيرة في تنمية صفات القوة العضلية والسرعة والتحمل بالإضافة إلى الصفات البدنية المركبة من هذه الصفات مثل تحمل القوة والقوة المميزة بالسرعة .

يمكن تشكيل التدريب الدائري باستخدام أي طريقة من طرق التدريب وبذلك يمكن التركيز على تنمية صفات بدنية معينة.

يمكن لكل لاعب ممارسة التدريب طبقا لجرعة محددة تتناسب مع درجة مستواه.

يمكن التدرج بحمل التدريب بصورة صحيحة.

يسهم في إكساب وتنمية السمات الخلقية والإرادية مثل الإرادة .(علي فهمي و

آخرون، 2008، صفحة 285)

4_1_ التدريب التكراري:

تستخدم طريقة التدريب التكراري لتطوير أحد العناصر المهمة من عناصر اللياقة البدنية كعنصر السرعة ويتم ذلك عن طريق تطوير العمليات الاكسجينية ويتم تكرار هذا التمرين باستخدام الراحة الطويلة تحت الظروف الاكسجينية في أداء التمرينات، ما يأخذ المدرب أو المشرف على أداء هذه التمرينات بطريقة التدريب التكراري، هو صفة التغيير المستمر في عدد التكرارات مع إعطاء راحة ايجابية بين هذه التكرارات حسب الجهد المبذول في أداء التمرين ومن خلال هذه الراحة الايجابية تسمح للاعب بالعودة الكاملة للحالة الطبيعية و لوظائف الطاقة في الجسم كما كانت في بداية التمرين ويستغرق كل تمرين في هذه الطريقة التدريبية (20-30ثا).

بما أن هذه الطريقة التدريبية تعمل على تطوير عنصر السرعة وأنواع السرعة الاخرى مثل مطاولة السرعة مع مراعاة نوع الشدة مع تغيير عدد التكرارات بين تمرين وآخر مع احتساب الراحة بعد زوال تأثيرات الحمل السابق ومن المستحسن ان تكون الشدة ثابتة لان طريقة الاستخدام بين الفئات العمرية وخاصة بين الأشبال والناشئين وممارسة هذه الطريقة في عملية الإعداد البدني والمحافظة على إكساب عناصرها المختلفة مع التأكيد على عنصرالسرعة في فترة ما قبل المنافسات وكذلك في فترة المنافسات الرياضية مع المحافظة على الاختيار الأمثل لتطبيق التمرينات وأنواعها.(محمود، 2011، صفحة 180)

_ تخطيط التدريب في كرة القدم :

التخطيط لأي عمل وفي أي مجال يضمن دائما الحصول على أعلى النتائج ويسهل تبعا لذلك وضع البرامج وتعديلها وتقويم العمل بصفة عامة ، والتخطيط في كرة القدم يضمن دون شك الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية لذلك فإنه من الضروري أن

يكون لدينا خطة متكاملة عندما نبدأ العمل مع أي فريق وعلى أي مستوى
الوقاد.(الوقاد، 2003 صفحة ،269)

2_1_ خطوات وأسس تخطيط التدريب في كرة القدم:

- 1_ تحديد الهدف أو الأهداف المراد تحقيقها بوضوح.
- 2_ تحديد الواجبات سلوكيا وأوجه النشاط للوصول الى الهدف المحدد.
- 3_ تحديد وسائل وطرق وأساليب تنفيذ وتحقيق الواجبات.
- 4_ تحديد الوقت اللازم لتنفيذ وتنسيق وربط المراحل المختلفة للتخطيط
- 5_ توفير إمكانيات التنفيذ ماديا وبشريا وتحديد الميزانيات .
- 6_ أن يراعى التخطيط في كرة القدم عامل المرونة لمقابلة المتغيرات الفجائية التي تصاحب التطبيق العملي عند تنفيذ وطرق وأساليب تنفيذ وتحقيق الواجبات.
- 7_ تحقيق التقويم المبدئي والمرحلي والنهائي للوصول الى الهدف
(عبده،2007،صفحة ،350).

2_2_ أنواع خطط التدريب في كرة القدم:

2_2_1_ خطة التدريب طويلة المدى:

خطة العمل طويلة المدى غالبا ما تكون لمدة 4سنوات متتالية بالنسبة للفرق أو المنتخبات التي ترتبط بمسابقات أو دورات أو بطولات دولية أو أولمبية كالمشاركة في بطولات كأس العالم والبطولات القارية ، حيث تحتاج هذه الفرق او المنتخبات الى وضع التخطيط الذي يضمن لها تحقيق المستويات البدنية والفنية والتي تأهلها للمشاركة في البطولة وتحقيق أعلى النتائج والمستويات.

وقبل البدء في وضع خطة العمل اللازمة فإنه من الواجب توفر بعض البيانات الضرورية و التي تتلخص في:

- _ تحديد الأهداف الأساسية للفريق.
 - _ تحديد اللاعبين وصفاتهم ومستوياتهم المختلفة .
 - _ تحديد الزمن المخصص للخطة بصفة عامة .
 - _ البطولات والدورات والمباريات التي سيشترك فيها الفريق خلال الخطة .
 - تحديد المهام الأساسية للتدريب في كل مرحلة من مراحل الخطة.
 - _ توزيع فترات التدريب والمباريات وفترات الراحة وتحديد مواعيدها .
 - نتائج الاختبارات البدنية والفنية والفسولوجية والمعدلات التي تم تحقيقها والمطلوب الوصول إليها في كل فترة من فترات .
 - _ نتائج الكشف الطبي ومواعيد الكشف الطبي الدوري في مختلف مراحل الخطة.
 - إعداد وطباعة برامج التدريب وكل مايتعلق بالخطة وتوزيعها على المدربين واللاعبين في كل مرحلة من مراحل الخطة.(الوقاد، 2003، صفحة ،269)
- 2_2_2_ خطة التدريب السنوية:**

ويطلق عليها خطط قصيرة المدى وهي عبارة عن التخطيط للتدريب الفردي و الجماعي والفرقي على مدار السنة وتعتبر تلك الخطة دورة مغلقة متكررة يتحدد فيها الهدف والواجبات والوسائل وطرق التدريب ووسائل التقويم.

وتتقسم خطة التدريب السنوية الى ثلاث فترات هي:

2_2_2_1_ الفترة الإعدادية:

إن الهدف الرئيسي لأي مدير فني هو أن يكون فريقه في أحسن فورمة عند بدء وخلال فترة المباريات ويتم تحقيق ذلك من خلال نمو متكامل من جميع النواحي البدنية والمهارية والخطية و الإرادية وال نفسية عند خوض غمار المنافسات .

وطبيعة كرة القدم تتطلب من اللاعبين بذل مجهود بذل مجهود بدني خارق لذلك تعتبر الفترة الإعدادية هي المرحلة الأساسية التي تعد وتجهز اللاعب لمواجهة تحديات تطلق عليها خطط قصيرة المدى وهي عبارة عن التخطيط للتدريب الفردي و الجماعي والفرقي على مدار السنة وتعتبر تلك الخطة دورة مغلقة متكررة يتحدد فيها الهدف والواجبات والوسائل وطرق التدريب ووسائل التقويم.

وتتقسم خطة التدريب السنوية الى ثلاث فترات هي:

2_2_2_1_ الفترة الإعدادية:

إن الهدف الرئيسي لأي مدير فني هو أن يكون فريقه في أحسن فورمة عند بدء وخلال فترة المباريات ويتم تحقيق ذلك من خلال نمو متكامل من جميع النواحي البدنية والمهارية والخطية و الإرادية وال نفسية عند خوض غمار المنافسات .

وطبيعة كرة القدم تتطلب من اللاعبين بذل مجهود بذل مجهود بدني خارق لذلك تعتبر الفترة الإعدادية هي المرحلة الأساسية التي تعد وتجهز اللاعب لمواجهة تحديات بالمنافسة أثناء المباريات ،ويقوم المدير الفني بتقسيمها إلى مراحل كالتالي:

1_ مرحلة الإعداد العام (2 الى 3 أسابيع).

2_ مرحلة الاعداد الخاص (3 الى 5 أسابيع).

3_ مرحلة الاعداد للمباريات (3 الى 4 أسابيع).

1_ مرحلة الاعداد العام:

وهي تشتمل على التمرينات العامة التي تهدف الى بناء القوام السليم للاعبين خلال تلك المرحلة وتمتاز هذه المرحلة بزيادة حجم الحمل والشدة المنخفضة في التمرينات العامة مع اعطاء فترات راحة طويلة نسبيا، وهي تحتوي على تمرينات عامة لجميع أنحاء الجسم والعضلات التي تعمل في كرة القدم بالاضافة للتمرينات الاحتفاظ بالكرة والتمرينات الفنية الاجبارية والتمرينات بالاجهزة وتدريبات الانتقال و الالعب الصغيرة .

2_ مرحلة الاعداد الخاص:

وهي تشتمل على التمرينات الخاصة التي تركز على الاعداد البدني الخاص بكرة القدم وتعمل على تحسين الأداء المهاري و الخططي وتطويره وإكساب اللاعبين الصفات الارادية ويتميز حمل التدريب بقله الحجم وزيادة الشدة والكثافة.

وفي هذه المرحلة يؤدي اللاعب تدريبات الاعداد البدني الخاص و التمرينات مهارية المرتبطة الصفات والقدرات البدنية للاعبين كذلك تؤدي تدريبات الأداءاتالمهارية المركب مع تدريبات المراكز و التحركات بالكرة وبدون كرة وكذلك التدريبات الخططية الفردية والجماعية.(عبد، 2007، صفحة، 358)

3_ مرحلة الاعداد للمباريات:

وتستغرق ما بين 3الى4 أسابيع وطبقا لظروف كل فريق فتتضمن من 4الى8 مباريات تجريبية ويخطط خلالها الاستمرار في رفع الاعداد البدني الى أن الاعداد المهاري و الخططي وطوق اللعب يكون هو هدف هذه المرحلة بشكل أساسي وتستكمل مختلف الجوانب خاصة تلك التي تحتاج الى فترة طويلة لتطويرها وتنميتها مثل أنواع القوة العضلية و التحمل في ظروف المباريات.

2_2_2_2_ فترة المنافسات الرسمية:

يكن تحديد الهدف الرئيسي لهذه الفترة بمحاولة الاحتفاظ بالمستوى العالي الذي وصل اليه لاعبو الفريق والعمل على سد أي ثغرة في أنواع الاعداد كافة اذا ما أظهرت المباريات ذلك ، كما أن من اهداف هذه الفترة تفاعل المدرب مع أجواء المباريات ، فهو يعمل على اصلاح الأخطاء التي أظهرتها المباراة السابقة كما أنه في نفس الوقت يستعد لخوض المباراة القادمة.

إن هذه الفترة يمكن تقسيمها الى مرحلتين أولها في النصف الاول من المنافسات الرسمية و الثانية في النصف الثاني منها ، فخلال المرحلة الاولى من المنافسات لن يكون اللاعبون قد وصلو الى درجة اجهاد كبيرة وبذلك لابد ان يكون الحمل التدريبي في النصف الثاني اقل بشكل عام عنه في النصف الاول ، كما ان اللاعبين يكونو خلال المرحلة قد تعب والى حد ما نفسيا نتيجة لكثرة التنافس وقد يكون معدل الاصابات اكثر من المرحلة الاولى.(حماد، 1997، صفحة ،271).

2_2_2_3_ الفترة الانتقالية:

إن هذه الفترة خاصة براحة الاعضاء و الاجهزة الوظيفية نتيجة ثقل وأعباء التدريب و المنافسات بدنيا ونفسيا و عسبا وتعد هذه الفترة بمثابة راحة ولكن يتم فيها بعض الأسابيع بإعطاء راحة ايجابية او تدريبات عرضية بمعنى استخدام أنشطة رياضية أخرى لغرض الترويح والحفاظ على القدرات البدنية ، وتكون هذه الأنشطة مغايرة وبعيدة عن الاختصاص ، فضلا عن تغيير أماكن التدريب كذلك الوسائل و الاجهزة و الأدوات تمهيدا للانتقال الى مرحلة جديدة من الاعداد.(شغاتي، 2014، صفحة ،57)

2_2_3_ خطة التدريب الفترية (الجزئية):

تنظم خلالها الوحدات التدريبية اليومية لمدة أسبوع أو أكثر وتكون في مجموعها الوحدات التدريبية القصيرة ، وغالبا ما يكون التدريب ما بين 5_10 مرات في الاسبوع مع مراعاة التشكيل الصحيح لحمل التدريب ودرجاته عن طريق توجيهه من حيث الشدة و الحجم وفترات الراحة البيئية.

ولضمان تحقيق ذلك في دورة قصيرة يجب تحقيق مايلي:

_ دراسة النواحي الفنية وتحسين مستوى أدائها.

_ تطوير المستوى الاداء الفني بالحمل العال

_ تنمية السرعة في ظروف العمل المستمر.

_ تنمية السرعة في الظروفالعمل لزمان قصير.

_ تنمية القوة العضلية في حدود مقدرة اللاعبين 60-80%.

_ تنمية تحمل القوة في ظروف العمل بالشدة المتوسطة والعالية والحد الاقصى لمقدرة اللاعبين .

2_2_4_ خطة تدريب الوحدة التدريبية:

تعتبر خطة وحدة التدريب اليومية هي القاعدة و الركيزة الأساسية لعملية التخطيط ، والخلية الأساسية لعملية التدريب ومن خلالها تتحقق الواجبات الرئيسية التربوية و التعليمية للوصول الى أهداف التدريب.

ويراعى أن تحتوي مشتملات تخطيط الوحدة التدريبية اليومية على:

_ تحديد الهدف الرئيسي و الواجبات الفرعية بكل دقة ووضوح.

_ إختيار وترتيب محتويات الوحدة التدريبية.

_ تحديد درجات الحمل وكيفية تشك

_ تحديد الطريقة و الاسلوب التدريبي المستخدم في الوحدة .

_ كيفية تنظيم اللاعبين بالنسبة بالنسبة لاماكنات والأدوات والزمن .

_ تحديد الفترة الزمنية للوحدة التدريبية و الفترات الزمنية لاجزاء الوحدة التدريبية وكذلك فترات الراحة البينية.

_ تحديد تنظيمات اللاعبين وتشكيلاتهم خلال أجزاء الوحدة

_ أن يكون ترتيب المحتويات في الوحدة يساعد على تحقيق أفضل أداء وإنتاجية

ممكنة لتحقيق الاهداف.(عبده، 2007، صفحة، 352)

الوحدة التدريبية:هي أصغر مكون في التنظيم البنائي لعمليات التدريب حيث تحتوي

على مجموعة من التمرينات ذات الاتجاهات المختلفة والتي تحدد طبقا للهدف

(الباسطي، 2001، صفحة، 234)

أجزاء الوحدة التدريبية:

1_ الاحماء: يهدف الى ان يتقبل اللاعب جهد التدريب ويتراوح زمنه ما بين 10% الى

20% من الزمن المخصص للوحدة ويتحقق هذا الهدف من خلال ما يلي:

_ الزيادة التدريجية في سرعة ضربات القلب وما يدفع من الدم في كل ضربة وزيادة

اتساع الاوعية الدموية.

_ زيادة سرعة التهوية الرئوية وذلك من خلال زيادة كمية الهواء المستنشق حتى يصبح

التنفس أعمق وأسر

_ إكساب العضلات الاستثارة والاسترخاء والاستطالة المطلوبة للاداء ورفع درجة حرارة

جسم.

_ الوصول لأقصى استعداد نفسي للتدريب

_ الوصول لأقصى استعداد نفسي للتدريب أو المباراة

_ الوصول لأفضل استثارة انفعالية ايجابية لممارسة الأنشطة التدريب و المباراة.

2-الجزء الرئيسي:

يتحقق من خلاله أهداف وحدة التدريب وزمنه يعادل 70% الى 80% من الزمن

المخصص للوحدة ويراعى فيه مايلي:

_ ترمينات التعلم المهاري و الخططي تتم عقب الاحماء مباشرة ، لان ذلك يتطلب

اقصى درجة من تركيز الانتباه وينطبق ذلك على ترمينات الاستجابة الحركية .

_ ترمينات السرعة تتم بعد ترمينات التعلم المهاريضمانا لعدم الارهاق.

-ينتهي الجزء الرئيسي باقصى درجة من درجات الأداء

-ترمينات القوة العضلية والتحمل تقدم بدءا من منتصف الجزء الرئيسي حتى نهايته.

3_ التهدئة : تهدف التهدئة الى العودة باللاعبين الى الحالة الطبيعية بعد ان وصلت

أجهزتهم الحيوية الى درجة عالية من معدلات العمل خلال بذل الجهد ويستغرق حوالي

7% الى 16% من الزمن المحدد للوحدة ويراعى فيه يتحقق من خلاله أهداف وحدة

التدريب وزمنه يعادل 70% الى 80% من الزمن المخصص للوحدة ويراعى فيه

مايلي:

-يحتوي على ترمينات الاسترخاء

_ تكون ترميناته متدرجة من الاسهل الى الأصعب .

_ زمنها يتناسب طرديا مع درجة حمل وحدة التدريب .(حماد، 1997 صفحة ،23)

3- مبادئ التدريب الرياضي:

3-1 مبدأ الإدراك: اللاعبون و المدرب يكونون فريق وكلاهم معا يفهمون بوضوح الأهداف التي يسعون اليها ،فلاعبون لايجب أن يطلوا على جهاز بالأساس المنطقي لكل شكل من أشكال تدريبهم أو لا يكونون لديهم المحرك أو الدافع كما ينبغي لتنفيذ كل أوامر المدرب، وهذا بدوره يعتمد على (أعمار اللاعبين ،درجة التدريب).

3-2 مبدأ استخدام الحواس: منذ أن اعتمد الجنس البشري بشكل كبير على استخدام حواسهم بالمشاهدة أو بالنظر أو استخدام الأدوات البصرية و النماذج و الأمثلة.لذا يجب أن تستخدم معظمها في تدريب اللاعبين،والاهتمام الأكبر يجب يكون بعملية التدريب وخاصة عند استخدام أي أدوات بصرية مساعدة،لأننا في هذه الحالة تكون معتمدين على ما يبدي للعيان.

فتكرار الأداء المهاري أثناء التدريب بتقسيم المهارة و التدريب عليها بشكل ناقص ربما يؤدي الى بناء معرقات التحكم و السيطرة في الأداء المهاري و بالتالي من الصعوبة في تنفيذ المهارة باتقان وتكامل (ممدوح محمدي،محمد علي،1986،ص13).

3-3 مبدأ خاصة دوران عملية التدريب: ان كل شيء يتكون من مجموعة حلقات، وحياة الانسان عبارة عن موجة واحدة كبيرة تمر بمراحل كبيرة :

-مرحلة الوصول للقمة الى القمة

-مرحلة الهبوط أو الانخفاض

-مرحلة الوسطى وهي مرحلة الانحدار من المرحلة الأولى (مرحلة القمة) الى المرحلة الثانية(مرحلة الهبوط).

وتوجد مجموعة أمواج عديدة صغيرة تمر وبتشابك مع موجة حياتنا،والتدريب الرياضي الواقعي يأخذ في هذا الاعتبار هذه الخاصية الحلقية للحياة و يخطط هذا لها في

حلقات أو دورات ،وتوجد في عملية التدريب دورات صغيرة تسمى بدورات الصغرى وتستمر عادة أسبوع ودورات المتوسطة وتسا بدورات الوسطى ومدتها عدة أسابيع أو عدة شهور وهناك دورات كبيرة والتي تستمر بالدورات الكبرى والتي تستمر 6 أشهر أو عام كامل.

ويجب انتباه الى كل دورة لاحقه يكرر فيها جزئيا محتوى الدورة السابقة لها،ولكن في نفس الوقت لكي نضمن التقدم في عملية التدريب يجب أن يكون هناك اختلاف بينهما في المحتوى وشدة الأحمال،وأحيانا أخرى في صرف التريب.

3_4 مبدأ القدرة على توصيل و الفروق الفردية: يقصد بالتوصل قدرة المدرب على توصيل معلومة، فالمعلومات يجب أن تصاغ في أشكال بسيطة سهلة ومواقع مناسبة لكي تكون سهلة الفهم عميقة التأثير للاعب.

لذا يجب على مدرب وضع (السن،الجنس ،الصحة،القدرات الفردية)في عين اعتبار وذلك عند القيام بعملية التعليم و تدريب اللاعبين (محمد عبده صالح،مقتي ابراهيم1984،ص44)ومهمة المدرب معرفة إمكانيات كل للاعب في فريقه وتنظيم التدريب حتى يصل اللاعبون الى أقصى و أفضل مستوى تبعا لامكانياتهم.

3-5 مبدأ الزيادة و التدريجية لأحمال: درجة ونسبة التغيرات في حسم اللاعب تتقدم نتيجة للتدريب معتمدة على الحجم وشدة التمرينات المستخدمة،فاذا كانت الأحمال التدريبية التي تعطي لاتتعدى الحد الخارجي لمقدرة تكيف اللاعب (في مرحلة معينة من التدريب) فلن يكون هناك تقدم في المستوى ، بالتالي فهناك علاقة مباشرة بين الأحمال التدريبية وعملية التكيف.

فكلما كان حجم الأحمال التدريبية كثيرا كلما كان التكيف أقو و أبقى،بينما اذا بينما اذا زاد تركيز الاحمال (ثم ضغطها)كانت عملية استعادة الاستشفاء و التعويض الزائد

والتي تلي عملية التدريب أكثر صعوبة وتكون عملية التكيف في هذه الحالة غير مستقرة(حنفي محمود مختار، 1980، ص64).

فبالعب يحتاج الى وقت لتسطيع أجهزته التكيف مع الاستشارات القوية وهذا التكيف ربما يتضمن تغيرات مرفولوجية و فسيولوجية ونفسية ،وإذا يتم زيادة حمل التدريب كأن يظل الحمل عند مستوى معين أو ثابت تكون النتيجة أن المستوى الذي يصل اليه اللاعب باستخدام هذا الحمل يكون مستقر فانه يتحسن مبدئيا ثم يسوء تدريجيا(ريسان مجيد حربي، 1989، ص31).

4- الوسائط المتعددة:

4-1 مفهوم الوسائط المتعددة:

ان الوسائط المتعددة مصطلح يشتمل على البرامج والعتاد أوالأجهزة ومن خلال هذه الوسائط يستطيع الفرد الاستفادة مما تتضمنه الوسائط من نصوص وصور وحرروف وفيديو .

4-2-العناصر المكونة للوسائط المتعددة:

-النصوص المكتوبة:

من أهم العناصر الوسائط،وتتم من خلال محور انصوص ،والنص المكتوب مهم في برامج الوسائط المتعددة حيث تعتبر الكلمة المعروضة على الشاشة من أوليات الوسائط الخاصة بتوصيل المعنى والمحتوى من خلالها،فهي القاسم المشترك في جميع شاشات الكمبيوتر(عزمي، 2001ص63-65).

-الصوت أو اللغة المنطوقة والموسيقى:

يتم تسجيل اللغة المنطوقة، من خلال شريط أو بإدخال الصوت مباشرة وتسهل اللغة الفهم وتزيد القيم التفاعل وتتمثل في الأحاديث المسموعة التي تتبعت من اتسعاعات بلجهاز، وتستخدم لاعطاء التوجهات المتعلم (علي عبد المنعم، 1996، ص96).

-الرسوم الخطية:

تعرف الرسوم الخطية بأنها تعبيرات تكوينية بالخطوط والأشكال وتظهر في صورة رسوم بيانية خطية أو دائرية أو الأعمدة أو بالصور، وأيضا بالصور، وأيضا قد تكون خرائط أو رسوم كاريكاتورية أو لوحات زمنية.

-الرسوم المتحركة:

الرسوم المتحركة هي مجموعة من الرسومات المتشابهة والمتتابعة في تسلسلها التي يتم عرضها بصورة سريعة توحى بتحركها، ولكل مرة يتم إزاحة ابعاد الشكل قليلا وذلك بعد إخفاء الشكل السابق، ويتم ذلك بسرعة متوافقة مع حركة الشكل (علي حسين حسن، 1990، ص99).

-الصور الثابتة:

وهي ساكنة لاشياء حقيقة عرضها لفترة زمنية طويلة أو قصيرة، ويمكن أن تكون صغيرة أو تملأ شاشة بأكملها أو قد تكون ملونة وتؤخذ هذه الصور بعد الطرق.

-الصور المتحركة:

الصور المتحركة مجموعة من لقطات الفيديو والتي يتم تشغيلها بسرعة معينة لتراها العين مستمرة الحركة، وحتى نحصل على صورة متحركة ولمدة ثانية واحدة يحتاج حوالي 1 الى 25 لقطة أو صور صور ثابتة. (مني محمود 2001، ص29).

-الفيديو الرقمي:

الفيديو الرقمي هو أقصى هدف للوسائط المتعددة يتكون من النص والصورة والحركة والصوت ويشبه ما نراه في حياتنا اليومية.

ورغم أن تقنية الفيديو موجودة منذ عدة سنوات، ولكن منذ فترة قصيرة فقط بدأ اعتمادها كطريقة قياسية وتسجيل الفيديو ، ورغم أن العديد من التغيرات لعبت دورا هاما في تطوير التقنية الفاعلية(جاسم مزهر، 2004، ص45). قبل إضافة الفيديو الرقمي الى جانب التشخيصي كانت احدى العلامات البارزة الكبيرة في الوسائط المتعددة ويمكن الان استعمال اقسام من الفيديو لعرض الموضوع أكثر جاذبية(حسين شفيق، 2005، ص39).

4-3- استخدامات الوسائل التعليمية والوسائط المتعددة في عملية التعليم والتعلم:

ان الوسائط المتعددة لها دور كبير في تطوير التعليم، وذلك لأنها تعد طريقة جديدة في توصيل الأفكار والبحث عن المعلومات واحداث نوع من تفاعلية بين المتعلم والبرمجية التعليمية، ومن اهم مميزاتها في التعليم هي قدرتها على تقديم المعلومات للمتعلم بطريقة فاعلة جعل التعلم أكثر واقعية، مراعاة الفروق الفردية وزيادة قدرة التلاميذ على استرجاع المعلومات.

وتؤكد التربية وعلم النفس القوات الجمة التي تحقق من جراء استخدامات تكنولوجيا التعليم ممثلة في الوسائط المتعددة، وذلك اذا ما أحسن توظيف ذلك التكنولوجيا، فان التعلم سيصبح أكثر فاعلية، وزيادة قدرة المتعلمين على التذكر والاحتفاظ بالمعلومات(حسين طه، خالد عبد اللطيف، 2009، ص110).

وقد أجمل عبد الحي السيد (2008) الأهمية التعليمية للوسائط المتعددة فيما يلي:

-تستشير دافعية المتعلمين للتعلم،حيث تعمل الوسائط المتعددة التفاعلية على تحدي تفكير المتعلمين،وتثير فضولهم،وتتيح لهم إمكانية التحكم بموادها،كما تحقق لهم المتعة النفسية والسرور .

-تجعل التعليم يبقى اثرا من خلال مخاطبة حواس المتعلم.

-تعمل على زيادة تحصيل الطلاب وتعديل اتجاهاتهم.

-تساعد على تنمية الادراك وجذبه الانتباه.

-تراعي الفروق الفردية بين المتعلمين وترسخ مبدأ التعلم الذاتي.

-تساعد على تنمية المهارات فوق المعرفية لدى المتعلمين والتي تتضمن وعي التلمسذ بذاته،أي بمستوى معرفته وقدراته الخاصة وتشجيعه على التأمل والتفكير فيما يفعل والتقويم الذاتي ليأكد حن معرفته.

-توفر التعزيز الفوري والتغذية الراجعة للمتعلمين.

-تدعم الوسائط المتعددة مفهوم البنائية حيث تقوم على وجهة نظر أن التعلم يتحقق فعليا عندما يكون الطلاب نشطين يعرفون معارفهم بأنفسهم.

-تتمي الوسائط المتعددة مهارات التعلم بالاكتشاف،وتعمل على تنشيط الفكر واتساع الخيال وتنمية التفكير الإبداعي (حسن طه،خالد عبد اللطيف 2009،ص110-111)

4-4 أهداف استخدام الوسائط المتعددة في مجال التعليم:

أ-أهداف تتصل بالمتعلم:

لاستخدام الوسائط المتعددة أهداف تتصل بالمتعلم منها:

1-تقديم البرامج التي تعرض الخيرات العلمية التي يصعب تقديمها في المدرسة نظرا لسرعة تطور ونمو هذه المجالات وتقديم المعلومات الجديدة.

- 2- تنمية الاتجاهات والميول العلمية بين التلاميذ والاهتمام بالتطور العلمي والتقني وأهمية ذلك لبناء المجتمع على أسس علمية (عبد الحافظ سلامة، 2000 ص 286).
- 3- التأكيد على أهمية التفكير العلمي كأسلوب عصري في مواجهة المشكلات وجمع المعلومات، وحرية التفكير والبعد عن التعصب وتوخي الموضوعية وقبول رأي الآخر.
- 4- توضيح مبدأ تكامل المعرفة بين الفروع العلم المختلفة، وربط العلم بالحياة في سبيل توفير سعادة الفرد ورفاهية (أحمد حسين اللقائي وآخرون، 1999، ص 275).
- 5- تنمية قدرة المتعلم على تحليل عناصر البيئة البشرية والمادية وبيان العلاقة بينهما وتنمية الوعي البيئي لدى المتعلم مما يجعله أكثر تحسناً للمشكلات البيئية والمساهمة في حلها (عبد الحميد زيتون، 2004 ص 242).
- 6- توسع آفاق ومساعدته على اختيار المهنة المناسبة وتقدير قيمة العمل وخاصة البدوي منه.
- 7- تأكيد أهمية التعلم الذاتي ومواصلة التعلم خارج المدرسة وتنمية المهارات السلوكية لذلك.

ب- أهداف تتعلق بالمعلم:

- 1- تزويد المعلمين بالمعلومات التي تتصل بكل جديد في مجال تخصصهم، حتى يواكب المعلم العربي عجلة التطور في مجال العلم.
- 2- تقديم المواد التعليمية التي لا تتوفر للمعلم في مدرسته مثل اجراء بعض التجارب العلمية التي تتوفر لها الأجهزة أو المختبرات.
- 3- تقديم البرامج التي تساعد على اثراء خبرات المعلم والمتعلم على السواء ومنحها الخبراء الذين لايتوفرون في المدارس، وذلك لقلّة أعدادهم وعدم إمكانية جميع المدارس بهم.

4-رفع كفاءة المعلم عن طريق تقديم بعض البرامج التدريبية لاكتساب الأساليب الحديثة في التدريس وفي استخدام التقنيات التعليمية (محمود حامد، 2004ص67).

5-وهناك الأهداف متعلقة المنهاج وبالمواد التعليمية وأهداف أخرى متعلقة بالمعالجة مشكلات التعليم (المنظمة العربية للتدريب والثقافة والعلوم، 1997).

4-5- أهمية الوسائط المتعددة في اكتساب المهارات:

تتمثل أهمية الوسائط السمعية البصرية في كيفية استخدامها ومشاركتها في عملية التعلم وكيف يمكن لعملية التعلم من أن تمتد المتعلم بالمهارات المراد اكتسابها.

ان الجواب على ذلك يمكن في المناهج والطرق المستخدمة بعملية التعلم أولاً، وثانياً التعليم واستعمال الوسيلة التعليمية المناسبة لكل مهارة مراد اكتسابها.

باعتبار أن هذه الوسيلة وغيرها تعمل على امداد المتعلم بتلك الخبرات متى أحس استغلالها بتحديد غرض الدرس المقدم ومعرفة أهم القواعد الأساسية في استخدام الوسائط السمعية البصرية وتمكنه من التزود بقسط من الخبرات المطلوبة عملياً.

فاذا كانت الوسائط السمعية -البصرية مختلفة ومتنوعة، فهل نجد في هذا الاختلاف وفي هذا النوع فائدة، أم فقط لمجرد التنويع

وفي الواقع ليست المواقف التعليمية واحدة، إنما تختلف بدورها لعدة عوامل تماشياً مع عمر المتعلمين ومستواهم ومع المدارس المقدم.

ويعد تنوع الوسائط السمعية-البصرية عملية تربوية هادفة بإضافة حيوية على جو الدرس العام وجعل المتعلم يشعر بأنه في هذه العملية أقرب ما يمكن الى الجو الطبيعي والواقع بعوامله المختلفة.

هذا الواقع الذي يسمح للإنسان أن يتعامل معه بحواسه وبمشاعره معها فيؤثر به وبالتالي يمكنه من اكتساب الخبرات بفضل الاعتماد على الحساسيات.

بالإضافة الى ماثيره من شوق وميول واهتمام متزايد في الاستفادة واكتساب الخبرات الجديدة، حيث التفاعل مع الخبرات الذاتية السابقة من أجل هذا اتجاهات التعليم اليوم الى مناهج التربوية الحديثة التي تعطى للمجال التطبيقي أهمية كبيرة وفائقة وللممارسة العلمية العناية الكاملة(عبد الحافظ سلامة 2000ص290).

5-الفيديو:

ان احدى الفوائد المهمة بالنسبة للفيديو،أنه يتطلب استجابة من المتعلم عن طريق لوحة المفاتيح وبما أن هذا النظام يتطلب من المتعلم القيام باستجابة من بين الحين و الآخر فان الفيديو،يمكن أن يعمل على جلب انتباه المتعلم،ويحوز على اهتمامه الى درجة الأقصى أكثر من شريط الفيديو.

الفيديو:منظومة تعليمية كاملة،تشمل على مكونات من الوسائط المتعددة(النصوص مكتوبة،صوت مسموع،صور ورسوم،متحركة)متكاملة مع بعضها البعض،وتعمل بطريقة منظومية وبشكل متنوع كوحدة وظيفية واحدة،تمكن المتعلم من التحكم فيها والتفاعل معها من خلال جهاز الحاسوب أو أية وسيلة إلكترونية أخرى.

5-1مكونات الفيديو:

الأجهزة التعليمية:

جهاز الفيديو:

عمل الفيديو بشرائط قرصية ويوجد منه نوعان الأول يعمل بأشعة الليزر والثاني يعمل بنظام الأشعة الإلكترونية،وهي تختلف عن أجهزة الفيديو كاسيت حيث يقصر عملها على المشاهدة فقط ولكن قدرتها التخزينية للمعلومات بالصوت والصور والمعلومات المطبوعة تفوق الفيديو كاسيت،ويمكن بواسطتها تسجيل مئات الأفلام والبرامج العالية الجودة وتستخدم بكفاءة كبيرة في أغراض التعليم و التدريب.

جهاز العرض:

أما بخصوص جهاز العرض فإنه يستطيع استقبال كل من صورة الملونة وغير الملونة (أبيض وأسود).

الحاسب الآلي:

وهذا الجهاز هو جوهر نظام الفيديو الذي يتيح التفاعل المتوقع للنظام فيطرح الأسئلة ويتوقع الاستجابة من المتعلم ويتشعب الى الموقع المناسب في البرنامج التعليمي، والحاسب الآلي يتكون من لوحة مفاتيح ومجموعة من مفاتيح التي تعمل باللمس وقلم ضوئي ومنشط الصوت، ونظام لعمل محاكاة ثلاثية الأبعاد، ونظام التخزين المعلومات التي تتعلق باستجابات الأفراد وشاشة.

-أدوات الإدخال:

هي تلك الأدوات التي يستخدمها وعن طريقها يتم الاتصال بالبرنامج التعليمي والاستجابة للمثيرات المعروضة، خلال الشاشة سواء السمعية البصرية أو الفضية أي تلك التي تقدم للمتعلم وسائ ادخال الاستجابة مثل لوحة المفاتيح وشاشة اللمس والقلم الضوئي والفارة وعصا الألعاب وكرة التتبع ونظام التعرف.

-أجهزة الصوت:

وهي تمثل الأجهزة التي يستطيع المبرمج تسجيل الصوت من خلالها مثل الميكروفون وكذلك أجهزة الصوت التي يستطيع المتعلم سماع الصوت من خلالها مثل سماعات الأذن وطذلك مكبرات الصوت.

-وسائل التخزين:

وتتضمن القرص الصلب والاقراص البصرية (الأقراص المضغوطة للقراءة، والكتابة، القرص المضغوط، القرص الرقمي التفاعلي، قرص اليزر، قرص المضغوط لذاكرة القراءة).

-إدارة المعلومات:

-نظام التأليف: وهي بسيطة في استخدامها على طلب قدرا قليلا من معلومات، عن عملية البرمجة وبعضها لايتطلب معلومات سابقة، وتعتبر إطارات وقوالب يمكن أن يوضع بها التعليمات والنصوص والعديد من هذه النظم تستخدم القوائم لحث المتعلم على اكتساب المعلومات.

-لغة تأليف: هي لغة البرمجة وتتطلب نظاما وبناء متتابعا لاصدار الأوامر بعكس نظام تأليف، فلغات التأليف تتطلب كتابة سلسلة من الأمور المتتابعة التي لا تشبه الناتج النهائي حتى يتم تنفيذها، وهي تمثل مصدر ارتباك للمبدئين، وميزة لغة تأليف بالاضافة الى أن المبرمجين المهرة يجدون قوائم التأليف غير مريحة لهم.

5-2 الفوائد التعليمية والتربوية للفيديو ومميزاته:

وهناك مجموعة من الفوائد والمميزات لاستخدام تقنية الفيديو ذكرها أبو ناجي:

-القدرة على التنوع في الدرس يعني التفرع في الموضوع الواحد ما بين دروس تعليمية وأخرى للتقوية وثالثة لاكتساب المهارات.

-مراعاة الفروق الفردية بين المتعلمين حيث يتعلم المتعلم وفقا لرغبته الخاصة في التعليم.

-يستعمل في أعراض تعليمية متنوعة كالمؤثرات والندوات العلمية والدينية والثقافية.

- متابعة مدى تقم في المادة الدراسية وذلك يتبع استجابة والتعرف على مدى ماأنجزه من أهداف تعليمية.
- أما أهم ميزات هذه التقنية في العملية التربوية والتعليمية،فتتلخص فيما يلي:
 - يمكن استخدام أكثر من وسيط تعليمي في البرنامج الواحد.
 - يساعد المدرس في تفرعه لأعمال الأخرى عبر التدريس المباشر مثل الارشاد والتوجيه،والتخطيط.
 - سهولة تسجيل البرامج من البث العام او نقاه شريط آخر أو تسجيله.
 - تساعد برنامج على المشاركة الايجابية والفعالة من التلميذ.
 - سهولة حفظ البرمجيات في أماكن عادية (درجة حرارة عالية ورطوبة عادية).
 - عنصر التشويق الذي يوفره والنتاج من عنصري الصوت والصورة والتعزيز والاثارة.
 - يمكن استخدامه كنومج للتعلم الفردي بحيث يستطيع استساخ شريط من البرامج لمشاهدته في أي وقت يشاء.
 - عيوب الفيديو في العملية التربوية والتعليمية:
 - حدوث أعطال خارجية.
 - ارتفاع كلفة العرض والبرمجة في مقابل العائد.
 - تلف الأجهزة الوسيطة لعرض المادة الأولى فقط.
 - قد تقتصر العملية على العرض الأول فقط
 - عدم توفر معلم أو فني متخصص لاستخدام الأجهزة وتشغيلها وصيانتها.

6-التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي:

تسعى دول العالم أجمع المتقدم والنامي الى تطور مظاهر العيش فيها واذكاء روح النمو الشامل بين الأفراد والجماعات من مواطنها، وتوطيد اتصالها بما يعيشه العالم من تغيرات متسارعة تتطلب السعي في طلب العلم، وفي الاخذ بأسباب التطبيقات العلمية، وفي إشاعة الروح العلمية بأبعادها النظرية و التكنولوجيا ، وهي سنة تتوارثها أجيال الأمم، وأمر تفرضه الثورة العلمية والتكنولوجية التي من أهم مظاهرها التقدم الهائل في تكنولوجيا الاتصالات و التطبيقات الأخرى الجبارة على الأرض وفي الفضاء لنظريات السيبرنطيقا ونظريات الاتصال الأخرى.(عبد السميع،1998، ص:161).

ويتسم العالم اليوم بمعرفة تمخضت عنها ثقافات متعددة وها نحن نستقبل القرن الواحد والعشرين الذي يذخر بمتغيرات تمثل ثورة علمية وتكنولوجية لاحدود لأثارها السياسية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية والرياضية.(الجزار،1994، ص:12).

6-1-التكنولوجيا:

يشير مصطلح التكنولوجيا الى التطبيق المنظم للمعرفة العلمية في مجالات متعددة تتعلق بالانشطة الإنسانية كالزراعة والفضاء والطب و الرياضة وذلك يعكس ما هو شائع أنها مجرد استخدام الالاتوالاحزة المتطورة.(رابطة التربية،ص21)

6-2 أهداف التكنولوجيا:

-توضيح أسلوب تناول مشكلة أو عدة مشكلات.

-تحليل المشكلات الى عناصر الأساسية.

-توظيف متكامل لكل الخيارات المتاحة بغرض أن تكون تأثير اتحاد وتكامل هذه

الخيارات أقوى من تأثير كل خبرة تعمل بعيدة عن الخبرة الأخرى وهذا

مايسمى synergistic effect:

7-الحاسوب:

مما لاشك فيه الحاسب الألي قد نال حظا وافرا من الاهتمام بين المختصين وغير المختصين، والمنظرين والمتطابقين، بين الساسة والعسكريين، بين علماء النفس وعلماء الاجتماع، وبين المربين أصحاب الفلسفات المختلفة وبين المنفذين في مدارس التعليم الرسمي وغير الرسمي، ولعل مرد هذا الاهتمام أن الكمبيوتر بأشكاله المختلفة واشكالاته قد غرا كل بيت عن ر ضا أهله أو بأقصر وفي كفاية شؤون حياة الناس الخاصة والعامة، مما يتطلب توافر الحد الأدنى من المعرفة لكل فرد تحدد أساليب استهلاك للألات الكمبيوتر (عبد السميع، 1998، ص:162).

وقد شاع استخدام الحاسوب في الأونة الاخرة في مختلف ميادين الحياة، وأثبتت كفاءة وفرت الكثير من الجهد والوقت والتكلفة في معاهد أبحاث الفضاء، والبنوك والاحصاء

السكاني والأعمال التجارية و الميزانيات و التصميمات المعمارية والهندسية وفي المجال الرياضي وغيرها في المجالات المختلفة.

7-1 تعريف الحاسوب:

يعرفه العقيلي وآخرون على أنه عبارة عن جهاز إلكتروني يتكون من مجموعة من الأجهزة أو الوحدات المستقلة التي تشكل معدات الحاسوب تؤدي كل منها وظيفة معينة، وتعمل في ما بينها بأسلوب متناسق ومنظم من خلال البرمجيات وتشكل البرمجيات و المعدات ما يسمى بنظام الحاسوب .

وعرفه أحمد عيادات على أنه عبارة آلة إلكترونية صممت لإستلام وتخزين البيانات من أجل إجراء جميع العمليات السهلة و الصعبة بطريقة دقيقة ومنظمة وسريعة للحصول على النتائج من جراء العمليات أوتوماتيكيا .(عيادات، 2014، صفحة 24).

7-2 الحاسوب ومراحل تطوره:

المرحلة الأولى(1958-1950)الأنابيب:

امتازت الأجهزة في هذه المرحلة باستخدام أنابيب التفريغ كبيرة الحجم واستخدام لغة الآلة لبرجمة الأجهزة ،اقتصر عمل الحاسوب على بعض التدريبات و التمارين والاداء بعض العمليات الحسابية،وقد استخدمت الأسطوانات المغناطسية لحفظ المعلومات في الذاكرة.

المرحلة الثانية(1959-1964) الترانزستورات:

في هذه المرحلة استبدلت أساليب التفريغ صغيرة الحجم وزاد سرعة الاداء الحاسوب وظهرت الاقراص المغناطسية في الحواسيب هذه الفترة واستخدمت لغات راقية في

البرمجة مثل لغة الكوبل و الفورتران وقد اهتمت هذه المرحلة باستخدام في الأعمال و التجارة.

المرحلة الثالثة (1965-1971).

ظهرت في هذه المرحلة الدارات المتكاملة بدلا من الترانزستورات مما ساهم في زيادة سرعة معالجة المعلومات وقد ظهرت أجهزة الحواسيب متوسطة الحجم وازدادت تطبيقات واستخدامات الحواسيب في هذه الفترة ويستطيع جهاز هذه المرحلة اجراء العمليات الإدارية والعلمية.

المرحلة الرابعة (1972 حتى الثمانينات):

امتازت هذه الفترة باختراع المشغل الدقيق المتكون من دارات متكاملة مديجة مصنوعة من مادة السيليكون، وظهرت الحواسيب الصغيرة المستخدمة في المكاتب وانخفضت أسعار الحواسيب وزاد انتشارها، واستخدام الحاسوب في مجالات المختلفة منها الاقتصادية والتربوية والادارية وللتسلية وغيرها، وهكذا أصبحت حواسيب جيل المرحلة الرابعة سريعة ومعقدة ولكن تقوم بالعمليات بشكل دقيق ومتقن ومتقن وأسعارها رخيصة. (بشنة، ص: 145).

7-3- الحساب الآلي في التربية البدنية والرياضة:

لقد نجحت العقول الالكترونية كأحد انجازات التكنولوجيا في اختصار الكثير من الجهد والوقت، كما أنها رفعت من درجة صدق النتائج الى قدرات تقترب من الكمال، كما نجح العلماء في صناعة العديد من العقول الالكترونية لتستخدم في كافة المجالات والميادين ولقد كان المجال الرياضي نصيب كبير في هذا. (محمود، 2004، ص22).

وفي الواقع اذا نظرنا الى الرياضة وعلاقتها بالعلوم الاخرى نجد أن جميع العلوم تستخدم الحاسب الآلي في تخزين واستعادة البيانات والتحليل الخاص بالعمليات

الحسابية الدقيقة،ومن ثم وجب ادخال الحاسب الالى الى مجال الرياضي ليواكب
الطفرة العلمية التي أدخلت على باقي العلوم الأخرى، وقد أصبح الحاسب الألي من
الأدوات التي لاغنى عنها في المجال الرياضي فيتم استخدامه في العديد من المجالات
الرياضية.(فرحات،ص:105).

7-4- اسهامات الحاسب الالى في مجال التربية البدنية والرياضية:

لقد أسهم الحاسب الألي في مجالات التربية البدنية والرياضية اسهامات عديدة وأصبح
ضرورة حتمية في مجال التعليم والتعلم في ذلك المجال وتتخلص أهم هذه الاسهامات
في النقاط التالية:

> حفظ البيانات المرتبطة بالمدرّب والمدرّس وكذلك اللاعبين والتلاميذ والمستويات
المهارية والبدنية ونتائج الاختبارات.

> تحضير واخراج الدروس و التدريبات وشرحها واخراجها وكذلك محتويات الوحدات
التدريبية

> تسجيل كل مايتعلق بالأدوات و الأجهزة والوسائط و الملاعب ومدى صلاحيتها.
> تحليل الحركات والمهارات التي يحتويها المنهج وتحديد النقاط الفنية لكل مهارة
وطريقة التعليم و التدريب المناسبة لها.

> اعدا النموذج الرياضي الأمثل لمختلف المهارات الرياضية.

> تسهيل عمليات تعليم المهارات الحركية واختصار وقت العملية التعليمية.

> تقويم مجالات التربية الرياضية المختلفة وتصحيح الأخطاء للمتعلمين واللاعبين.

> المساهمة في اجراء البحوث العلمية خاصة الأبحاث التي تتعلق بمجالات علوم
الحركة.

تحصميم ورسم تشكيلات العروض الرياضية.

> ادارة البطولات و الدورات الرياضية. (شحاتة،ص:53،52).

8- التحليل وأهميته للنشاط الرياضي:

يساعد التحليل المدربين و القائمين على عملية التدريب على فهم محتوى المعلومات الفنية و الخططية عن فرقهم و الفرق الأخرى المنافسة من حيث الملاحظة مواطن القوة و الضعف بين لاعبي الفرق، و التحليل ما هو الا أحد الأساليب المتقدمة التي يمكن أن تفيد المدربين في تعديل خططهم خلال أداء اللاعبين للمباريات أو التدريب نحو الأفضل (دبور، 1992م، ص:15).

ويعتبر التحليل باستخدام التصوير سواء كان سينمائيا أو باستخدام الفيديو من الأساليب التي تساعد في عرض ما تم ملاحظته أثناء أداء المباراة حيث أن التسجيل يتيح فرصة تكرار الملاحظة في أي وقت دون معاناة اللاعب في هذا التكرار. (ابراهيم ص01).

8-1 أساليب تحليل الأداء المهاري لمباريات كرة القدم:

يعتبر أسلوب تحليل المباريات من أفضل الاساليب الفعالة في تقويم وقياس مستويات اللاعبين في كرة القدم. فتحليل المباراة يعتبر نظاما متكامل لقياس، وتقويم الأداء اللاعبين وكذلك الفريق سواء كان ذلك في المنافسات أوفي التدريب.

ويقصد بتقويم أداء اللاعبين باستخدام نظام (تحليل المباراة) تتبع أداء لاعب ما على حدة ، خلال المباراة سواء كان العرض تحليل المهارات الأساسية أو من خلال تنفيذ المهام الخاصة كالخطط وطرق اللعب المكلف بها اللاعب كعضو في الفريق أو من خلال تتبع تنفيذ اللاعب لكل هذه المهام مجتمعة. (ابراهيم، 2004، ص:01).

وبما أن أسلوب تحليل المباراة يعتمد أيضا على تحليل و توضيح القدرات التي تعتمد بها

اللاعب و الفريق، وبالتالي تحديد طرق و امكانيات التقويم بأسلوب مدروس مما يوفر فرص النجاح و الفوز بامباريات، وبالتالي تحقيق الأهداف المحددة للفريق هذا بالإضافة لما يوفره هذا الأسلوب من زيادة الدفاعية للممارسة و التفوق و ابراز روح المنافسة و الجدية في الأداء و روح الفريق و تكامله. (ابراهيم، 2004، ص: 02).

ان تحليل المباراة ليس نظام أو طريقة لتقويم أداء اللاعبين أو الفريق ككل سواء في المنافسات أو التدريب فقط، بل يتيح تحليل المباراة التعرف على متطلبات النجاح في ممارسة نوع النشاط للوصول للمستويات العالمية، سواء كانت المتطلبات مهارية أو خطية أو بدنية أو نفسية (المكونات الفردية للفورمة الرياضة لنوع النشاط المختار) ويجب أن تلعب القوانين الفسيولوجية، والتشريحية الدقيقة، ونظريات التدريب و التعليم و قوانين النشاط الممارس دورا هاما في دراسة و تحليل المباراة سواء جانب التغيرات التي تقع على اللاعب، أو الفريق خلال المنافسة، أو متطلبات أداء النشاط في المستويات العالية. (ابراهيم، 2004، ص: 02).

8-2 شروط اختيار الطريقة المناسبة لتحليل المباراة:

توجد طرق مختلفة لتحليل المباراة و كل طريقة من هذه مجالات وظروفها لكي تستخدم، وعلى الرغم من اختلاف هذه الطرق الا انها جميعا تسعى الى ملاحظة وتقويم وقياس الاداء الفرد للفريق، سواء استخدمت هذه الطرق أساليب اعتبارية أو موضوعية وتلعب الأداة المستخدمة في التحليل دورا كبيرا في تحديد درجة موضوعية التقويم، فالملاحظة والاستمارات تجعل التقويم أكثر ميلا الى تقويم الاعتراري، في حين يدفع التصوير السينمائي (الفديو). والتحليل الاحصائي بالتقويم الى الموضوعية في التحليل

و أيا كانت الطريقة المستخدمة في التحليل فأنها تتوقف على بعض العوامل نذكر منها(حساين 1995، ص473-476).

-الهدف من اجراء التحليل.

-الحالات المراد مراقبتها وتقويمها واخضاعها للتسجيل و الدراسة.

-عدد الملاحظات ذات القيمة الواجب متابعتها،

-حاجة ونوع المعلومات و المعارف المراد الحصول عليها

-عدد الافراد الخاضعين لعملية التحليل.

-كفاءة الأفراد القائمين بعملية التحليل.

8-3- التحليل عن طريق الفيديو:

ان التحليل عن طريق الفيديو ذات قيمة عالية في الملاحظة ، وخاصة اذا كانت الأنشطة على جانب من الأهمية حيث يمكن التصويرها بالفيديو ثم الملاحظة بعد ذلك،وتبدو أهمية هذه الأداة واضحة في عدم الحاجة الى القلق حول تسجيل الملاحظات حيث تتلاقى سلبيات الطرق الفترية في التسجيل، هذا الى الجانب إمكانية تسجيل عدد من الأفراد في وقت واحد،وتتميز هذه الطريقة أيضا بإمكانية الأصوات المصاحبة للملاحظة وكذلك تعليقات الملاحظة،والأجهزة الحديثة من الفيديو خفيفة الوزن ويمكن حملها بسهولة وقادرة على انتاج صور واضحة في الضوء العادي،وهناك بعض السلبيات في استخدام أجهزة الفيديو أولها انه باهظ التكاليف، يتطلب التصوير به درجة من الإمكانيات الفنية المرتبطة بالاضاءة ولأوضاع التي يمكن أن تكون صعبة في بعض الحالات المتابعة السلوك،وقد يؤدي وجود الكاميرا أيضا الى تغيير السلوك الى درجة التي يسلك فيها الفرد بطريقة غير عادية.(شمعون،ص:177-178)

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل لمقومات التدريب الرياضي الحديث الذي أُبِح من أمس الحاجة لاعتماده على التكنولوجيا الحديثة و الاستفادة من التطور الحاصل في مجال الكمبيوتر حيث يجب أن ينال التدريب الرياضي نصيب منه وخصوصا في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم ،فيتنقل التدريب طرق كلاسيكية تعتمد على الشرح المدرب الى أساليب حديثة يستعين فيها على الوسائل الحديثة.

لأن الشرح اللفظي لا يكفي،فبالاعباليستطيع أن يفهم بالشرح الا في حدود معارفه ومعلوماته ولكن يمكن باستخدام الصور و الفيديو لتوفير حدود و الفيديو لتوفير حدود أكثر وضوحا للنشاط المراد تعلمه.

الفصل الثاني

المهارات الأساسية في كرة القدم

-تمهيد

-كرة القدم

-الاعداد المهاري

-أهمية مهارات الأساسية

-المهارات الأساسية في كرة القدم

تمهيد :

إن من البديهي ومسلم أن لكل رياضة مهاراتها الخاصة مثل كرة القدم، التي تعتمد عليها وهذا للوصول إلى نتيجة واحدة وهي صنع الفارق والفوز، وكرة القدم الحديثة أصبحت تعتمد على حسن استغلال الوقت وعدم تضييعه، لأن المهارة في مفهومها العام تعلم صاحبها الاقتصاد في الوقت والجهد وعليه فاللاعب الجيد ما يعني اللاعب المهاري وهو الذي يتقن المهارة ويعرف كيف يستعملها وأوقاتها وفرص نجاحها، وانطلاقاً من هذا سنعرض في هذا الفصل مختلف المهارات الأساسية التي يجب على لاعب كرة القدم الحديثة أن يملكها.

1-كرة القدم:

لعبة تتم بين فريقين يتألف كل من هما من 11 لاعبا يستعملون الكرة وفي نهاية كل طرف من طرفي الملعب مرمى ، ويحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى خصمه ، بغية تسجيل هدف و التفوق على الفريق المنافس.

ويتم تحريك الكرة بالأقدام و الرأس، وخلال اللعب لايسمح إلا لحارس المرمى أن يلمس الكرة بيده داخل المنطقة وتعرف بمنطقة الجزاء، ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط وحكمين تماس وحكم رابع لمراقبة الوقت وتلعب المباراة على مدار شوطين.(سالم مختار، 1988، صفحة 11).

- لمحة تاريخية عن كرة القدم:

تعود البدايات الأولى لجذور كرة القدم لحضارة الصين وعرفت بها لعبة كرة القدم آنذاك باسم تسوتشسو منذ ألفين وخمس مائة عام بكرة مستديرة الشكل ثم ظهرت في الحضارة الإغريقية حيث كان يمارسها الرجال فقط في المدن و الأرياف وكانت الكرة عبارة عن

جلد حيوان، وقد اختلف العلماء و المؤرخون عن تاريخ هذه اللعبة أو مكان نشأتها لأول مرة ولا يختلف اثنان على ان الحضارات القديمة في الغرب والعالم العربي الذين كانوا يمارسون شتى الممارسات الرياضية و الألعاب لخدمة جيوشهم وتقوية رجالهم وقد ذكر المؤرخون العرب ان قدماء العرب ووادي الرافدين مارسومايشبه لعبة كرة القدم ويذكرون أيضا أن قدماء الرومان نقلو هذه اللعبة الى الانجليز الذين يعتبرهم أغلب المؤرخين صانعي اللعبة وواضعي تصميمها وابتدأ عندهم الأسس الأولية لمظاهر اللعبة الحالية بالإضافة الى تطوير قواعد وأصول اللعبة وكان لهم الفضل الكبيرتعود البدايات الأولى لجنور كرة القدم لحضارة الصين وعرفت بها لعبة كرة القدم آنذاك باسم تسوتشسو منذ ألفين وخمس مائة عام بكرة مستديرة الشكل ثم ظهرت في الحضارة الإغريقية حيث كان يمارسها الرجال فقط في المدن و الأرياف وكانت الكرة عبارة عن جلد حيوان، وقد اختلف العلماء و المؤرخون عن تاريخ هذه اللعبة أو مكان نشأتها لأول مرة ولا يختلف اثنان على ان الحضارات القديمة في الغرب والعالم العربي الذين كانوا يمارسون شتى الممارسات الرياضية و الألعاب لخدمة جيوشهم وتقوية رجالهم وقد ذكر المؤرخون العرب ان قدماء العرب ووادي الرافدين مارسومايشبه لعبة كرة القدم ويذكرون أيضا أن قدماء الرومان نقلو هذه اللعبة الى الانجليز الذين يعتبرهم أغلب المؤرخين صانعي اللعبة وواضعي تصميمها وابتدأ عندهم الأسس الأولية لمظاهر اللعبة الحالية بالإضافة الى تطوير قواعد وأصول اللعبة وكان لهم الفضل الكبيرفي تنظيم قواعدها وتطوير أسس لعبها، ومع نهاية القرن التاسع عشر انتشرت لعبت كرة القدم في مختلف أرجاء العالم حيث تم نشرها من البريطانيين ومختلف المسافرين الأوروبيين ضمن أستراليا البرازيل ثم انتشأت الاتحادات والأندية و المسابقات وأدى ذلك النمو الشامل إلى تكوين الإتحاد الدولي لكرة القدم عام 1904م بعدما تم انتهاء دور الإتحاد السابق من قبل فرنسا وبمشاركة ست دول أوروبية وقد أصبحت كرة القدم

لعبة عالمية وفي بداية القرن العشرين إبتدأ التنظيم الدولي و العالمي لكرة القدم حيث أقيمت عام 1908م أول بطولة أولمبية شاركت بها ست دول وفازت بها إنجلترا وفي عام 1930 أقيمت أول بطولة لكأس العالم لكرة القدم في البراغواي .(محمود، غازي صالح، 2011، صفحة 6).

3-الإعدادالمهاري:

3-1 مفهوم الإعداد المهاري:

الإعدادالمهاري يعني كافة العمليات التي تبدأ بتعلم اللاعبين أسس تعلم المهارات الحركية وتهدف إلى وصولهم فيها لأعلى درجة أورتبة بحيث تؤدي بأعلى مواصفات الآلية والدقة و الانسيابية والدافعية تسمح به قدراتهم خلال المنافسات الرياضية بهدف تحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد.(محمود، 2008، صفحة 63)

3-1-1 مراحل الإعداد المهاري:

إن عملية الإعداد المهاري للمهارات الأساسية في كرة القدم تمر بمراحل تعلم أساسية ثلاث لايمكن الفصل بينها حيث تؤثر كل منهما في الأخرى وتتأثر بها حتى يكتسب اللاعب المقدرة الكافية الإتقان تلك المهارة،ويمكن إيجاز المراحل الثلاثة الرئيسية في التالي:

1-مرحلة اكتساب التوافق الخام أو الأولي للمهارة الأساسية

2-مرحلة اكتساب التوافق الجيد أو الدقيق للمهارة الأساسية

3-مرحلة إتقان وتثبيت المهارة الأساسية (عبد، 2002، صفحة 29)

4- مفهوم المهارات الأساسية لكرة القدم :

المهارة هي فن استعمال الكرة في خدمة الفريق وتعتبر المهارات الأساسية هي الركيزة الأولى لتحقيق الإنجاز في مباريات كرة القدم ، لأن المهارة تعني التحكم في الكرة في جميع مواقف اللعب (محمود، 2008، صفحة 71)

4-1- أهمية المهارات الأساسية:

تعد المهارات الأساسية بكرة القدم القاعدة الأساسية لتحقيق المستويات العالية و الإنجاز الجيد بكرة القدم، إذ تحتل جانبا مهما في وحدة التدريب اليومية والبرامج التدريبية، إذ يتم التدريب عليها لفترات طويلة ولا تخلو الوحدة التدريبية من أساسيات على هذه المهارات إلى يتم إنقاذها لكون درجة إتقان المهارات الأساسية يعد من الجوانب المهمة التي يتوقف عليها تنفيذ الخطط في ظروف اللعب المختلفة، والفريق الذي يستطيع لعبه أداء المهارات بخفة ورشاقة وتوقيت سليم يكون باستطاعتهم تنفيذ الواجبات الخططية خلال سير المباراة (محمود، 2008، صفحة 74).

4-2- المهارات الأساسية في كرة القدم:

4-2-1 التمرير (المنالولة): تعتبر المنالولة أساس اللعب الجماعي وهي من مقومات الاتصال و الربط في الخطط الجماعية وهناك ثلاث عناصر مهمة وفعالة تؤثر بصورة مباشرة على نجاح المنالولة:

1-الدقة في أداء المنالولة

2-أن تكون منالولة بسيطة

3- السرعة في أداء المنالولة

أ- أنواع التمريرات:

قسم موفق أسعد محمود 2009 التمريرات الى ما يلي:

1- حسب الاتجاه :

- المناولة العميقة (في العمق)

- المناولة العرضية

- المناولة الخلفية

2- حسب الارتفاع :

- المناولة الارضية

- المناولة العالية

3- حسب المسافة :

- المناولة القصيرة وتكون مسافتها من 8 الى 12 متر.

- المناولة المتوسطة وتكون مسافتها من 12 الى 25 متر.

- المناولة الطويلة وتكون مسافتها من 25 متر فما فوق 2009 (محمود، 2008،

صفحة 93)

ب- طريقة الاداء:

1- تؤدى الضربة بأن توضع قدم الارتكاز بجانب الكرة والى الخلف قليلا وتستدير القدم الضاربة للكرة بحيث تشكل زاوية قائمة مع قدم الارتكاز حتى يواجه داخلها الكرة.

2- تكون الركبة منثنية قليلا.

3- يكون الجذع مائلا للامام قليلا.

4- تستخدم الذراعان لاجل الحفاظ على توازن الجسم. 5- تستمر مرجحة الرجل

المؤدية للضربة باستمراريتها للأمام بعد اداء الضربة.

ج- الخطوات التعليمية:

لتعليم التمرير في كرة القدم يقترح يوسف لازم كماش الخطوات التعليمية التالية :

- 1- يتم ضرب الكرة من منتصفها.
- 2- يكون النظر الى الكرة لحظة ضربها.
- 3- تؤدي الحركة من الثبات بدون ضرب الكرة.
- 4- أحد اللاعبين يمسك الكرة على الارض ويقوم اللاعب الاخر بضرب الكرة بباطن القدم بشكل خفيف
- 5- يقوم اللاعب بضرب الكرة بباطن القدم نحو الزميل او الحائط
- 6- يقوم اللاعب بضرب الكرة بباطن القدم من المشي نحو الزميل.
- 7- لاعبان يتبادلان مناوالتضرب الكرة بباطن القدم بشكل مستمر.
- 8- لاعبان أحدهما يرمي الكرة بيده فيقوم اللاعب الآخر بإرجاعها له بباطن القدم.
- 9- يقف اللاعبون بشكل رتل ويقف أمامهم لاعب معه كرة يقوم بمناولة الكرة الى اللاعب الاول من الرتل بباطن القدم الذي يقوم بإرجاعا له ويجري سريعا ليقف خلف اللاعب الذي ناوله الكرة.
- 10- ثلاث لاعبين يقفون على خط مستقيم والكرة مع اللاعب الوسط الذي يبدأ بمناولة الكرة بداخل القدم الى اللاعب (أ) الذي يرجعها الى لاعب الوسط (ب) الذي يقوم بدوره بمناولتها الى اللاعب (ج) الذي يرجعها اليه بباطن القدم.(بشير، 2013، صفحة 110).

4-2-2 الجري بالكرة (الدرجة بالكرة):

تعد مهارة الدرجة بالكرة من الاساسيات الفنية بكرة القدم والتي نعني بها التحرك بالكرة ودفعها بقدم اللاعب باستخدام اجزاء من القدم والتحكم بها أثناء دحرجتها على الارض

أ- الأسس المهمة في الدرجة بالكرة:

- 1-المحافظة على الكرة على بعد مناسب من قدم اللاعب.
- 2- المحافظة على التوازن لاجل التحرك لكل الاتجاهات بسهولة.
- 3-عدم تركيز النظر على الكرة أثناء الدرجة ولا بد من رفع الرأس دائما لرؤية تحركات اللاعبين الاخرين

ب- أنواع الدرجة بالكرة:

- 1- الدرجة بالكرة بوجه القدم الداخلي .
- 2- الدرجة بالكرة بوجه القدم الخارجي .
- 3-الدرجة بالكرة بوجه القدم الامامي .

ج- الخطوات التعليمية:

- 1- المشي بالكرة في خط مستقيم .
- 2- الهرولة بالكرة في خط مستقيم مع استخدام القدمين في لمس الكرة .
- 3-الجري البطئ بالكرة بخطوات أكبر مع دفع الكرة بقدم واحدة .
- 4-الجري البطئ بالكرة بشكل متعرج مع استخدام القدم اليسرى ثم اليمنى .
- 5- الجري الاعتيادي بالكرة في خط مستقيم ثم التحول الى الجري المتعرج بالكرة مرة

أخرى

- 6- الجري السريع بالكرة بين الشواخص .
- 7- الجري السريع بالكرة مع وجود مدافع سلبي .
- 8- الجري السريع بالكرة مع وجود مدافع ايجابي يحاول قطع الكرة .
- 9- نفس التمرين السابق ولكنه يؤدي مرة فيخط مستقيم و مرة اخرى بشكل متعرج .
- 10- الجري بالكرة مع تغيير السرعة وحسب اشارة المدرب (بشير ، 2013، صفحة 154).

4-2-3 السيطرة على الكرة:

هي قدرة وامكانية اللاعب على تنطيط الكرة في الهواء لاكثر عدد من المرات بأجزاء الجسم عدا اليدين ،كما يفهم بانها قدرة اللاعب على التحكم بالكرة في الهواء وعليه يجب أن يكون توقيت اللاعب دقيقا واحساسه عاليا بالكرة .

الخطوات التعليمية:

- 1- السيطرة على الكرة وعدم اسقاطها على الارض واستخدام جميع أجزاء الجسم من وضع الوقوف وكذلك الهرولة
- 2-السيطرة على الكرة بالقدمين ثم رفع الكرة عاليا ومحاولة السيطرة عليها مرة أخرى
- 3- السيطرة على الكرة ثم قلبها من فوق الرأس تماما والسماح للكرة بلمس الارض ثم قلبها من فوق الرأس مرة اخرى .
- 4- إستمرار ضرب الكرة بالرأس بين اللاعبين دون اسقاطها مع زيادة ونقصان المسافة بينهما .
- 5- يقوم اللاعب بالسيطرة على الكرة ثم ضربها على الحائط ويحاول السيطرة على الكرة المرتدة .

6- نفس التمرين السابق مع التأكيد على ضرب الكرة بالرأس .

-4-2-4 ترويض الكرة (الإخماد):

يقصد بإخماد الكرة هو إستقبالها والسيطرة عليها وجعلها تحت تصرف اللاعب بما يتطلبه الموقف من المباراة وعلى اللاعب ان يتبع الخطوات التالية لكي ينجح في اخماد الكرة:

1- أنيجه نظر اللاعب الى الكرة

2- الخفة و المرونة في استقبال

3- أن يكون توقيتته مناسباً عند استقبال الكرة

4- أن يحافظ على الكرة بعد استقبالها وبقائها تحت سيطرته

5- الانتباه وتركيز من قبل اللاعب عند استقبال الكرة والاعتمادها والسيطرة عليها.

أ- أنواع الإخماد:

1- الإخماد بالجزء الداخلي من القدم .

2- الإخماد بالجزء الخارجي من القدم .

3- الإخماد بأسفل القدم

4- الإخماد بوجه القدم

5- الإخماد بالفخذ .

6- الإخماد بالصدر.

7- الإخماد بالرأس .

(محمود، 2008، صفحة 127)

ب- الخطوات التعليمية:

- 1- التدريب على أخذ الوضع الصحيح للقيام بعملية اخماد بدون كرة .
 - 2- لاعب يرمي الكرة باليد عاليا لمسافة (5) متر الى زميله الذي يقوم بعملية اخماد الكرة .
 - 3- نفس التمرين السابق ولكن الكر تكون متدحرجة على الارض .
 - 4- لاعب يرمي الكرة باليدين عاليا لمسافة (10) متر الى زميله الذي يقوم باخماد الكرة والسيطرة عليها من مختلف الاتجاهات .
 - 5- نفس التمرين السابق ولكن اللاعب الذي يسيطر على الكرة يجري بها يمينا ويسارا بالتعاقب لمسافة (5) متر .
 - 6- لاعبان (أ،ب) المسافة بينهما (10-15) متر يقوم اللاعب (أ) بمناولة الكرة الى اللاعب (ب) الذي يؤدي عملية السيطرة على الكرة باستخدام أجزاء القدم المختلفة (بشير، 2013، صفحة 154)
- 4-2-5 ضرب الكرة بالقدم:

يقول حنفي محمود مختار: تعتبر مهارة ضرب الكرة بالقدم أكثر المهارات استخداما على الاطلاق خلال مباراة كرة القدم وهدف استخدام هذه المهارة هو التمرير أو التصويب أو تشتيت ويعتبر استخدامها بهدف التمرير وهي الأكثر بنسبة عالية وهي بذلك تستخدم مهارة تربط بين مهارات المختلفة أثناء المباراة (مختار، 1997).

الأنواع الرئيسية لمهارة ضرب الكرة بالقدم :تنقسم الى أنواع رئيسية ومنها ما هو شائع استخدام وهي:

-ضرب الكرة بباطن القدم:يعتبر ضرب الكرة بباكن القدم من أكثر ضربات استخداما في كرة القدم على الاطلاق ورجع السبب في استخدامها بكرة الى المدى الدقة التي تحققها في التميرالى الزميل أو التصويب الى المرمى او مساحة محددة اذا انسب مسافة لتنفيذها تتراوح ما بين (8-20)حيث يقترب اللاعب الى كرة في خط مستقيم للاتجاه الذي يراد ضرب الكرة اليه فيضع قدم الساق الغير بجانب الكرة و على مسافة مناسبة وترجح الساق للخلف من مفصل الفخذ الى ان تكون مثنية من مفصل الركبة ثم تمرجح للامام على ان يستدير سن القدم للخارج.(عبده 2002).

-ضرب الكرة بوجه القدم الأمامي :يقول مقتي إبراهيم حماد:وجه القدم الأمامي هو الجزء الممتد من سن القدم حتى المفصل القدم وبمعنى الآخر هو جزء المغطى برياط الحذاء.

وضرب الكرة بوجه القدم يعتبر أقوى نوع الضربات على الأطلاق في كرة القدم اذ أنها من الضربات التي تسير نتيجتها للكرة أطول مسافة بالإضافة الى وصولها الى هدفها في أقل زمن ممكن وللاسباب السابقة فان استخدام ضرب الكرة بوجه القدم الأمامي يصعب التحكم فيه خلال المراحل الأولى من سن الناشئين.

-ضرب القدم بجانب القدم الخارجي:تستخدم ضربة الجانب الداخلي للقدم في التميريات المستقيمة و الطويلة و التميريات المتوسطة ومن مميزات هذه الضربة أن المبتدئون والناشئ يقبلون على أدائها اذا أنها لاتسبب لهم ألما أثناء أدائها كما أنها لاتهددهمبالاصابة كما يحدث لهم عند تنفيذ ضرب الكرة بوجه القدم وتتراوح مسافة

الاقترب في حالة الكرات الثابتة على الأرض من (6-7) ويراعي أن يكون خطه بزاوية من الخط الواصل بين الكرة و المكان المطلوبة توصيل الكرة اليه.(عبد،2002).

-ضرب الكرة بجانب القدم الخارجي:يقول مقتي إبراهيم حماد:جانب القدم الخارجي هو المكان من القدم المحدد بالمنطقة المحيطة بالأصبعين الصغيرين.

ولقد اكتسب هذه الضربة في الفترة الأخيرة أهمية خاصة نظرا لاستخدامها المتعددة في التمير و التصويب وتستخدم في التصويبات اللولبية والضربات الحرة و الغير المباشرة والتميريات الطويلة و المتوسطة والتميريات القصيرة و السريعة.(حمادة،1994).

4-2-6-التهدف:

يعتبر التهدف بكرة القدم الوسيلة الأساسية لإحراز الأهداف والتي يمكن بواسطها انهاء الجهود المبذول في بدء الهجوم وبناءه وتطويره،يعتبر التهدف أحد أهم المهارات الأساسية في كرة القدم. وذلك لان الهدف من المباراة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف. ان التدريب على التهدف أصبح من أهم الأهداف التدريب اليومي للاعبين إذا يتوقف نجاح المباراة على اللحظة واحدة حاسمة يصوب فيها اللاعب الكرة الى مرمى الخصم ليسجل هدفا.

ويضيف بعض الباحثين بأن التصويب في المباريات يعتبر عملية اتخاذ القرار، فدواعي الفشل في التصويب أو فقد الفريق الكرة اذ صوب اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين وعلى هذا فالتصويب لا بد له من سمات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب كالثقة بالنفس مثلا، ولكي يكون عند اللاعب ثقة في نفسه ليصوب لا بد وان يكون قد وصل الى مرحلة الاتقان في تكتيك التصويب تحت كل الظروف.

ويذكر بكرة القدم بان التهديد هو الوسيلة الفعالة التي تستخدمها اللاعب المهاجم للتغلب على التكتلات و الكثرة العددية للاعبي الفريق المنافس لدفاع داخل منطقة الجزاء وهو السلاح القوي الذي يستخدم لاحرازالأهداف في مرمى الفريق المنافس مستغلا قابليته البدنية والفنية والنفسية والذهنية ضمن اطار قانون اللعب

ومن العوامل الأساسية التي تتوقف عليها دقة التصويب هي الاتي:

-الناحية النفسية-الناحية البدنية-الناحيةالمهارية-الناحية الخطئية

لقد أكثر العديد من الباحثين و المتخصصين في التدريب الرياضي على ان هنالك العديد من اللاعبين لا يهدفون على المرمى أثناء المباراة بالرغم من أنهم في وضع جيد يسمح لهم بالتهديد على المرمى ولكنهم لا يهتمون الفرصة لذلك وقد أكدوا بأننا هناك سببين وهما:

1-تشجيع المناولة على حساب التهديد:

الكثير من المدربين يشجعون الاعبين على المناولة الكرة الى الزميل في حين يكون هذا اللاعب في موقف يستطيع منه التهديد بقوة على المرمى ويبررون ذلك بتعويد اللاعب على الابتعاد عن الأتانية.

2-التغاضي عن توحية اللوم الى اللاعب الذي في موقف يستطيع منه التهديد ولا يهدف على المرمى.

خلاصة:

ان اتقان المبادئ والمهارات والمهارات الأساسية يتوقف الى حد كبير وصول المتعلم الى درجة الى درجة يستطيع فيها ان يؤدي في كرة القدم المهارات الأساسية لكرة القدم

بصورة صحيحة ومناسبة حسب متطلبات اللعبة وقواعدها لكي يستفيد منها كل من
اللاعب و المدرب.

الفصل الثالث

المرحلة العمرية

-تعريف الفئة العمرية (11سنة)

-خصائص النمو مرحلة العمرية(11سنة)

-الطفل وممارسة الرياضة

1-التعريف المرحلة العمرية:(11سنة)

-التعريف المرحلة العمرية:(11سنة)

التعريف اللغوي:ان كلمة المراهقة مشتقة من كلمة راهق أو دنى فهي تنفيذ الاقتراب والدنو الحلم فالمرهق بهاذ المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج(فرد بهي السيد،ص13)

كما جاء في معجم الوسيط مايلى:الغلام الذي قارب الحلم والمراهقة هي الفترة الممتدة من بلوغ الحلم الى سن الرشد(إبراهيم انيس واخرون،1972،ص275)

التعريف الاصطلاحي:يطلق مصطلح المراهقة على المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجسمي والعقلي و النفسي (عبد الرحمان العيساوي،1999،ص100)

أو هي لفظة وصفية تطلق على الغير ناضج انفعاليا وجسميا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة (تركى رابح ،1989،ص214).

2-خصائص النمو في مرحلة الطفولة (11سنة):

كل مرحلة من مراحل نمو الفرد لها مميزاتها الخاصة نها،فهي تتوقف على سابقتها وتؤثر في تابعتها،فمرحلة الطفولة المتأخرة تتأثر بمرحلة الطفولة الوسطى وهي مفيدة لفهم مرحلة المراهقة التي تليها.

2-1-النمو الجسمي الحركي:

يتميز النمو الجسمي في هذه المرحلة بالبطء في الطول ووزن بحيث تكون نسبة الزيادة في الطول بمعدل 5بالمئة لكل سنة،في حين تكون الزيادة في الوزن بمعدل 10بالمئة ، وذلك راجع الى نمو العضلات و العظام،حيث تصبح أقوى من ذي قبل ،فيتحمل الطفل ذلك التعب ويقاوم الأمراض (سماره،1992م ص:134).

تتميز هذه المرحلة بزيادة التوافق العضلي بنسبة كبيرة عن المرحلة السابقة، وكذلك نمو العضلات الصغيرة المسؤولة عن الحركات الدقيقة، مما يجعل الطفل في هذه المرحلة متمكنا بدرجة كبيرة من توجيه حركاته والتحكم فيها، ولهذا يتصف عداؤه الحركي بالرشاقة الإنسانية وحسن التوقيت بالإضافة الى قوة والسرعة اذا تطلب الأمر ذلك (احمد أمين فوزي، ص60).

بالإضافة لذلك فان انحصار نقطة مركز الثقل الجسم الطفل في منطقة بالقرب من قمة العظم الحرقفي، يساعد على حسن احتفاظ الطفل بتوازن، ويساهم بقدر كبير في تأمين الحركة، (سعد حلال، محمد حسن علاوي 1996، ص151).

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

كما تتضاعف قوة الأولاد في السن 11 سنة بالمقارنة مع سن 6 سنوات وذلك بالنسبة لقوة الرجلين عن الذراعين واليدين وقد أشار جوير الى ان التوالي في نمو القوة يظهر أولا في القوة المميزة بالسرعة للرجلين، يلي ذلك في العضلة ذات الرأسين (في العضد) وعضلات الظهر وأخيرا الساعد (وديع فرج الين ص100).

ومن أهم ما يميز به الطفل في هذه المرحلة، سرعة استجابة وتعلمه للحركات الجيدة، والقدرة المداومة الحركية لمختلف الظروف، وكثيرا ما تصادف ظاهرة تعلم الطفل من الوهلة الأولى، وهذا يعني هناك كثير من الأطفال يكتسبون القدرة على أداء المهارات الحركية دون انفاق وقت طويل في عملية التعلم والتدريب الممارسة (محمد حسن علاوي 1996، ص405).

يكسبون القدرة على أداء المهارات الحركية دون انفاق وقت طويل في عملية التعلم والتدريب والممارسة (سعد جلال، محمد حسن علاوي 1996، ص 405).

ويتلخص النمو الجسمي الحركي في نقاط التالية:

-مرحلة هدوء أو استراحة بالنسبة لنمو الطول و الوزن.

-يتسرع نمو العضلات .

-يقترّب حجم القلب والرئتين في الحجم الطبيعي.

-التمكن من التحكم العضلي والتوجه العضلي للحركات (ضرب الكرة بقوة

أومرونة، إيقاع جري سريع، بطيء).

-نمو قدرة التعلم الحركي الدقيق و المركب و المتنوع (التنسيق بين البصر و الحركة).

-التلاؤم مع الوضعيات الجديدة بسرعة (عافر، فاخر 1980، ص 67).

2-2-النمو النفسي النفعالي:

تتميز هذه المرحلة بالاستقرار وعدم تقلب المزاج خاصة اذا تم توجيه الطفل الى نشاط حركي أو عقلي يكون مجالاً لاشباع حاجاته النفسية.

طفل في هذه المرحلة شديد الحساسية لنقد الكبار أو مجرد مقارنته بأفراده، حيث يسبب له ذلك ألماً نفسية شديدة قد تقوده في بعض الأحيان الى انتقام و العدوان.

الطفل في هذه المرحلة معرض للصداق النفسي اذا كان هناك تعارض بين اتجاهات الوالدين أو اتجاهات جماعة الأصدقاء بالنادي أو المدرسة، حيث شديد الولاء لرفاق اللعب بالإضافة الى ولائه وانتمائه للوالدين.

يميل الطفل في هذه المرحلة الى تقليد الكبار خاصة الابطال يقول محمد مصطفى زيدان بان سلوك الطفل في هذه المرحلة يصبح غير وقائي، اذا يكون مبنيا على مجموعة من الميول و العواطف والاتجاهات التي تتناسب مع الموقف الذي يواجهه، كما يتميز بحب الاستطلاع و المثابة والطموح الدائم حيث يغلب على تصرفاته الطابع التفاعلي، وعدم المبالاة وكذا النقد الذاتي والجرأة والحماس والمبادرة في التعلم الذي يشمل مختلف الفعاليات والأنشطة الرياضية حتى يتضح له مسار في تخصصه. (محمد مصطفى زيدان 1992، ص56).

2-3- النمو العقلي المعرفي:

يعتبر النمو العقلي جانبا من الجوانب النمو عند الانسان ويفسر بأنه القدرة الذكائية، وان عملية النمو العقلي بمعناها الواسع هي القدرة على التنظيم والتمثيل والاستعاوب والتوازن، والتكيف من خلالها يتم التغير في اللحظة العقلية (نبيل الهادي، 1994، ص14).

ينتقل الطفل في هذه المرحلة من التفكير الخيالي الى التفكير الواقعي، وتتضح قدرته على ادراك الأزمنة و المسافات و المساحات والحجوم والأشكال، وكذلك القدرة على ربط النتائج بأسببها وادراك العلاقة التي تربط بين موضوعين أو أكثر .

تزداد القدرة الطفل على التركيز الانتباه وتحويله من موضوع الى آخر، الأمر الذي يساعده على الاستمرار في نشاط واحد لمدة طويلة والقدرة على الوصف الدقيق والتعامل مع الموضوعات التي يميل اليها بدقة، كما بدأ في ادراك وفهم المعاني مثل: الصدق، الأمانة،

الخيانة، العدل، المساواة، الحرية، الديمقراطية.

تتميز هذه المرحلة بنمو القدرة عن التفكير الابتكاري وبداية ظهور الميول، ويبدو ذلك واضحاً في اهتمامات الطفل بالأنشطة الرياضية، كما يستطيع ادراك أوجه الشبه واختلاف بين موضوعين أو أكثر، ولهذا يستطيع النقد وتوجيه الذات ومن ثم لا يحتاج الى وقت كبير في تعلم الحركات الى وقت كبير في تعلم الحركات الرياضية وخطط اللعب البسيطة (أحمد أمين فوزي، 2003، ص60).

2-4- النمو الاجتماعي:

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

ينضم الطفل في هذه المرحلة بمنتهى السرعة والسهولة الى الجماعات التي تتكون تلقائياً وفي نفس الوقت السعي الى الجماعات المنظمة التي يستطيع من خلالها اشباع هوايته كجماعات الفنون، الرحلات، الكشافة، المعسكرات و الفرق الرياضية، فيخضع الطفل تماماً الى القيادة ويسعى الى معاونتها والالتزام بتنفيذ تعليماتها.

يتعقب كل جنس في هذه المرحلة للجنس الذي ينتمي اليه، وقد وصل الأمر الى مستوى العداء ضد الجنس الذي ينتمي اليه، وقد يصل الامر الى مستوى العداء ضد الجنس الاخر (أحمد أمين فوزي، 2003، ص60).

يبحث طفل في هذه المرحلة عن التشجيع الكبار و المعاملة الرضية هم، وإظهار قدراته وصفاته الاجتماعية احتشام، نظافة. نجاح في دراسة، اخذ الثوار (محمد حسن علاوي 1983، ص405).

3-الطفل والممارسة الرياضية:

3-1 أهمية الرياضة في نمو شخصية الطفل(سنة):

لقد أصبحت الرياضة في عصرنا حاجة فيزيولوجية تتطلبها صحة الانسان،حيث يتفق الجميع على انها أساسية نمو الجسمي السليم،والطفل في هذه المرحلة تزداد حاجته للنشاط الرياضي،ويمثل اللعب أحد أهم أهدافه،كما تزداد مهارته ويساعده خياله وحبه للتقليد على اتقان حركات معينة،ومن جهة أخرى تلعب نشاطات الفريق الرياضي دورا حاسما،اذا يجد الأطفال المجال الرياضي الذي يساعدهم على تكوين الجماعات الرياضية التي يميلون اليها فالجماعات الرياضية زيادة على انها تشبع متطلبات نمو الطفل الاجتماعية فهي تزوده أيضا بالاسسالمهارية والتي تساعده على الاستمرار في العمل لمدة أطول.

وتلعب الرياضة دورا مهما في اشباع بعض الميول العدوانية والعنف لدى بعض الأطفال وذلك في الألعاب و المنافسات العنيفة مثل الملاكمة،الريفي،وكما تعد الرياضة أيضا مجالا للاعلام يحاول بها الطفل التعبير عن دوافع ما.(عبد العزيز القوس،1984،ص6).

ويقول مارك ان >الطفل المنخرطين في النوادي الرياضة كمارسين معظم أوقات فراغهم لممارسة الرياضة،بحيث تقدر ب 5ساعات في الأسبوع تقريبا،تفسر الوضعية الراقية التي تحتلها الرياضة في حياة الطفل.

وفي الرياضة البدنية مجالا للاعلام،وهي طريقة يحاول الطفل فيها التعبير عن دافع فيه،وبعد التعاون عن الطريق الأنشطة الرياضة من اهم العوامل الاجتماعية التي تؤثر في حياة الطفل ،لان شعور بالاندماج في الحياة يساعده عند الكبر أن يعيش في وسط جماعة منظمة حيث ان اللعب يساعد الطفل على الاتصال بالجميع وتختلف ظروف

الأطفال بعضهم عن بعض في مدى هذا التعامل مع المجتمع(عواطف أبو
علاء،1996،ص177).

3-2- الأسباب المؤدية للممارسة الرياضية:

من الأوائل الذين اهتموا بالاسباب المؤدية للمشاركة عند لاعبي البسبول سكوبيك حيث
اثبت ان لاعبي البيسبول أتوا في أول مرة من اجل ترفيه وتسلية، كما ان هناك نتائج
مماثلة جاء بها ساب وهو بيستركر حيث استخلصا ان الأطفال قبل كل شيء
أتوللممارسة الرياضة باحثين عن التسلية واللهو ،ثم للتعلم واكتساب مهارات حركية
وتقنية جديدة،وليصبحوا في لياقة بدنية جيدة،ويحققوا اللعب مع الأصدقاء.

ويرى مارك دوران ان هنالك عدة عوامل تدفع الطفل للممارسة الرياضة وهي كالآتي:

- يجمع ثلاث اتجاهات للممارسة الرياضية في الفوج ،كالمعمل داخل الجماعة،خلق روح
التضامن في الفريق الرياضي ،الرغبة في الانتماء الى الفريق الرياضي.
- اكتساب لياقة البدنية جيدة كالبحت عن التمتع بصحة جسمانية جيدة.
- الحصول على العلاقة جيدة مع المدرب او المربي،بالإضافة كذلك الى إرضاء الإباء
و الأصدقاء

-البحت عن التسلية واللهو.(mark durnt 1987 p154)

3-3-مطالب الطفولة المتأخرة:(11سنة):

لكل مرحلة من مراحل النمو مطالب تساعد الطفل على الانتقال من مرحلة الى أخرى
،فيرى الدكتور "مصطفى فهمي " ان هذه المرحلة تتميز بمايلي:

-تعلم المهارة الجسمية الحركية الضرورية مزاولة الألعاب والنشاطات العادية:
فاذا نظرا الى النمو الحركي في الفترة السابقة من (6-8سنوات)سوف نجد أن الحركات
غير دقيقة،وفي هذه الفترة يصل الطفل الى استعمال العضلات ،مما يجعل حركاته
محدودة ودقيقة.

-تكوين اتجاه سليم نحو الدات ككائن حي ينمو:

ويستخلص ذلك في اكتساب عادات العناية بالجسم و النظافة و تكوين القدرة على
استخدام الجسم استخداما يحس فيه الطفل بالرضا وتكوين نظرة السلمية نحو الجسم

-تعلم التعامل مع الرفاق والأقارب:

تعلم الأصول الأخذ والعطاء وتكوين الأصدقاء والتعامل مع الأطفال الآخرين.

-تعلم دوره الجنيس في الحياة:

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

-تعلم المهارات الأساسية في القراءة و الكتابة والحساب:

عند نهاية هذه المرحلة يكون الطفل قادرا على القراءة والكتابة بخط واضح والقيام

بالعمليات الحسابية الأساسية:

-تكوين المفاهيم والمدرجات الخاصة بالحياة اليومية.

اكتساب أفكار حول الشؤون المهنية ، المدنية والاجتماعية العادية،تكوين روح

المسؤولية وحب العمل.

-تكوين الضمير والقيم الأخلاقية و المعايير السلوكية الخاصة و العامة.

تتدعم هذه المفاهيم أكثر لدى الطفل في هذه المرحلة من خلال التربية سواء في البيت أو المدرسة وينتقل الطفل من الخضوع الى مبدأ الواقع حيث يصبح قادرا على تقسيم أفعاله وتحمل تبعات سلوكياته. (مصطفى فهمي، 1988، ص44،46).

3-4 حاجات الأطفال للممارسة الرياضية:

لقد اهتم العديد من الباحثين بدراسة حاجات اقبال الأطفال على ممارسة الأنشطة الرياضية رغم تعددها واختلاف درجاتها، ونظرا لتعدد الأهداف التي تمكن تحقيقها عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية، إلا أن معرفة احتياجات الأطفال هي مفتاح إثارة دوافعهم، ومن أهم الحاجات البارزة التي يسعى الطفل إلى إشباعها ممارسة الرياضة مايلي:

أ- الحاجة إلى الإثارة والمتعة

ب- الحاجة إلى الانتماء والجماعة

ج- الحاجة لإثبات الذات "النجاح"

أ- الحاجة إلى الإثارة والمتعة:

تظهر الحاجة إلى المتعة بوضوح في تلك المشاهد التنافسية بين الأطفال و الرغبة في التفوق ونلاحظ هذه المتعة في الأطفال (11 سنة) عندما ينتفسون في نشاط رياضي معين ويفقدون الإحساس بالزمن ويشعرون أن كل شيء يسير على وجه صحيح، فهو غير متوفرة وهذه الخبرة تنسم بالتركيز الشديد، والشعور بسيطرة الطفل على نفسه وعلى البيئة محيطة به (أسامزة كامل الراتب 1997، ص85).

وعليه فإن كل فرد يحتاج إلى قدرة من النشاط والإثارة على حسب طبيعته أو ما يطلق عليه علماء النفس "الحاجة للاستثارة" ويفضل البعض مستوى العالي من الإثارة

بينما يرى البعض الآخر ان يكون هذا المستوى منخفضا (أمينة إبراهيم شلي ، مصطفى حسن باهي ، 1999، ص،70).

ومن جهة أخرى قد يحدث في بعض الأحيان نتيجة المدرب التدريب الطويل أن تصبح الممارسة شيئا غير ممتع، فهو يزيد درجة الاثارة بالقدرة الملائم ،وانما يزيد بدرجة مبالغ فيها،وعنده تتحول ممارسة النشاط الرياضي الى مصدر للتوتر بالقلق (أسامة كامل الراتب 1997، ص،85).

ب- الحاجة الى الانتماء:

ان الحاجة الى الانتماء تتخلص في رغبة في ان الطفل في ان تكون الجماعة التي ينتمي اليها تريده فعلا داخلها، وتتمتع بصحته وتفقدته اذا غاب، ويختار بعض الأطفال للمشاركة في الأنشطة الرياضية لرفبتهم في الانتماء الى جماعة الرفاق، فهم يريدون بذلك اشباع حاجة الانتماء لديهم وليس تحقيق مجد أو الشهرة.

ان مرحلة الطفولة المتأخرة تتميز بالميل الى تكوين الأندية والجماعات، والتي تتميز بقوانين داخلية تحكمها، ويتميز أفرادها بالتماسك والتضامن، وقد تختار غالبا ما يكون ذو قدرة على التنظيم، واهتمامات مع الجماعة، أو التفرقة في بعض النواحي وخاصة الجسدية منها، مما يجعله يتميز نوعا ما عن باقي أفراد الجماعة. (مصطفى، 1992، ص،214).

ج الحاجة الى اثبات الذات:(النجاح):

ان الحاجة الى النجاح لا يقل أهمية عن باقي حاجات الطفولة المتأخرة ، فالفشل المتكرر سوف يحبط من عزيمة الطفل ويجعله يتخلى عن هذا العمل أو ذلك ،وقد يكبر هذا الشعور فيصبح الطفل سلبي ، متخوفا من القيام بأي عمل ، فيعقد روح

البحث والمبادرة ،وقد يصل الأمر أحيانا الى حد التوقع على النفس ، والدخول في اضطرابات ولعل أهمها الخجل الذي يتولد عند عدم الثقة بالنفس.

والنجاح هو الحالة الغالية عن معظم الأطفال، وذلك لاظهار الكفاءة والجدارة للفوز بتقدير الآخرين ،ويعدد هذا الى النظر المجتمع عادة للشخص الذي يحقق المزيد من الإنجاز، وعلى انه أكثر قيمة من غير الذي يكون إنجازة اقل ،وفي النشاط الرياضي يقاس الإنجاز من خلال عامل واحد وبسيط ألا هو المكسب، فالمكسب يعني النجاح والخسارة بالطبع تعني الفشل.

والاعتماد على العامل (المكسب) وحده يؤدي الى عدم تدعيم قيمة الذات للطفل ،ومن ثم عدم استقرار الثقة بالنفس، أي في حالة الاعتماد على المكسب والخسارة كعامل أساسي، فان تدعيم الثقة بالنفس يعتمد على العامل غير مستقر لان مكسب غير مضمون دائما، فضلا على انه في الغالب نصيب عدد معين من الرياضيين (أسامة كامل الراتب، 199، ص، 234).

الباب الثاني:

الباب التطبيقي

الفصل الأول:

منهجية البحث والاجراءات الميدانية.

تمهيد:

في هذا الفصل سنتناول الخطوات المنهجية التي سنعتمدها في اجراء هذا البحث بداية بالمنهج المستعمل الى الدراسة الاستطلاعية وأدوات ومجتمع وعينة البحث.

01-منهج البحث:

دون شك لابد من التمييز بين نوعين من المناهج ونقصد بذلك التمييز بين المناهج التي تستخدم الكم، والمعروفة بالمناهج الكمية والتي تعتمد على الكيف والتي يطلق عليها المناهج الكيفية، وهذا التمييز يعود في الحقيقة الى طبيعة الموضوعات التي يطبق عليها المنهج العلمي كما أن الاختلاف في تصنيف العلوم له دور في هذا فهناك علوم المادة، وعلوم تجعل من الانسان محور لها وهي ما نصلح عليها الانسانية والاجتماعية. (بوحفص، 2009، ص21).

ان أول أساس تبنى عليه أي دراسة علمية هو اختيار المنهج والذي تتم بموجبه المعالجة الميدانية للظاهرة على اعتبار أن المنهج هو الكيفية أو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة موضوع البحث وهو يجيب بذلك على الكلمة الاستفهامية كيف (قنديلي والسامرائي 2009، ص107).

ولكي نحدد طبيعة المنهج الذي نتبعه فانا نحدد طبيعة الموضوع المدروس من قبل وذلك لأن طبيعة المنهج تتوقف على طبيعة الظاهرة وأن أول مشكلة تصادف الباحث هي اختيار المنهج المناسب للدراسة. (رشوان وعبد الحميد، 2006، ص108).

وقد اختار الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة لملاءمته لطبيعة الموضوع باعتباره موضوع يرتكز على تطبيق برامج تدريبي على أفراد العينة والتحقق من أثر هذا البرنامج.

وبعد أهم المناهج الأساسية في اجراء البحوث العلمية،فهو المنهج الذي تتمثل فيه معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة،باعتبار يستخدم التجربة في قياس الظاهرة المراد التحري عنها، وذلك باستخدام التصميم التجريبي المتكافئ (القياس القبلي والبعدى)(شفيق،2000،ص65).

02-مجتمع وعينة البحث:

2-1-مجتمع البحث:

هو مجموعة الحالات التي تنطبق عليها خصائص معينة تحدد وفقا لموضوع الدراسة،ويتكون مجتمع البحث في دراستنا على بعض فرق ولاية معسكر

2-2-عينة البحث:

تعد عينة البحث ضرورة من ضرورات البحث العلمي،حيث يجب أن تمثل مجتمع البحث تمثيلا صحيحا وحين يجمع الباحثان بيناتهم ومعلوماتهم قد يلجأوا الى جمعها اما من المجتمع الأصلي كله أو من عينة تمثل هذا المجتمع (زرواتي2007ص243) وهي نموذج يشمل جانبا أوجزه من وحدات المجتمع الاصيلي المعني بالبحث تكون ممثلة له بحيث تحمل صفاته المشتركة وهذا النموذج أو الجزء يعني الباحث عن دراسة كل وحدات ومفردات المجتمع الأصلي خاصة في حالة صعوبة أو استحالة دراسة كل الوحدات(ابراهيم،2003،ص255).

وقد اختار الباحثان العينة بالطريقة القصدية (العمدية) وتمثلت في36 لاعبا من اللاعبين البراعم الناشئين بسن (11سنة)من فريق تغنيف للرابطة الجوارية واتحاد تغنيف لولاية معسكر.

تم اختيار أفراد العينة على أساس المعايير التالية:

-اختيار اللاعبين أكثر انضباطا وأحسنهم سلوكا حتى يتمكن الباحث من التطبيق الجيد لسير التجربة،حيث ساعدنا في هذا الاختيار مدربا الفريقين.

-أن يكون اللاعبون أساسيين في التشكيلة قصد تسجيل مبارياتهم.

-اختيار عينة صغيرة قصد التحكم في مجريات الدراسة التي تعتمد على التجربة.

-ثم استبعاد حراس المرمى.

-2-3 خصائص العينة:

الجدول(01)تجانس العينتين الضابطة و التجريبية في السن و الطول و الوزن.

المتغيرات	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		T المحسوبة	T الجدولية	الدالة الإحصائية
	ع	س	ع	س			
السن	11.66	1.53	11.72	0.84	1.02	2.02	غير دال
الوزن	38.33	2.22	38.78	4.61	1.45		غير دال
الطول	133.33	3.36	140.27	3.83	1.48		غير دال

عند مستوى الدلالة 0.05

3-متغيرات البحث

3-1:المتغير المستقل:هو المتغير التجريبي،المتغير المراد معرفة تأثيره على الظاهرة

بهذا فتطبيق الوسائط المتعددة يعتبر بمثابة المتغير المستقل لهذه الدراسة.

3-2المتغير التابع:هو المتغير الناتج من تأثير المتغير التجريبي أي من البرنامج

المنفذ،المهارات الأساسية لكرة القدم يعتبر المتغير المستقل لهذه الدراسة.

3-3 المتغيرات الدخلية: المتغيرات الدخلية، هي التي يقوم الباحث بضبطها كي لا تؤثر على المتغير التابع، ليترك متغير واحد فقط يقوم بتغييره ليرى مدى تأثيره في المتغير التابع، لهذا قام الباحثان بضبط متغير السن، بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، مع التأكيد على تلقي المجموعتين التجريبية والضابطة للبرنامج التدريبي مختلف.

4-مجالات البحث:

4-1- المجال البشري:

تكونت عينة البحث من 18 لاعب ، تم اختيارهم بصفة مقصودة من فريق براعم تغنيف ولاية معسكر، والعينة كلها من جنس واحد وهم ذكور تتراوح أعمارهم من 11 سنة .

4-2- المجال المكاني:

لقد قمنا بتطبيق الوحدات التدريبية المقترحة و الاختبارات القبلية والبعديّة بالملاعب محمد بسوف عمي أحمد.

4-3- المجال الزمني:

استغرقت فترة العمل 2019/02/25 إلى غاية 2019/05/25 ، بحيث أجريت الاختبارات القبلية بتاريخ 02/201925، بعدها قمنا بتطبيق الوحدات التدريبية المقترحة على العينة التجريبية إلى غاية 2019/05/23، وبواقع ثلاث حصص في الأسبوع في الفترة المسائية. ثم أجرينا الاختبارات البعديّة بتاريخ 2019/05/25.

5-أدوات البحث المستخدمة:

-المراجع والمصادر

-الأنترنت

-الاختبارات والقياسات .

-الوحدات التدريبية.

-جهاز حاسوب محمول من hp webcam .

-برنامج microsoft word 2010.

-الوسائل الإحصائية.

-المقالات الشخصية.

-العتاد الرياضي البيداغوجي.

-البرنامج التدريبي باستعمال الكمبيوتر

المهارات الأساسية المستخدمة في الدراسة:

بعد الاطلاع على المصادر والمراجع قام الطالبان الباحثان بترشيح مجموعة من المهارات الأساسية في كرة القدم وعرضها على مجموعة من أساتذة ومدربين في كرة القدم الملحق رقم(1)لاختيار مناسب منها لعينة البحث.

مواصفات الاختبارات المهارية المستخدمة:

قام الطالبان الباحثان بترشيح مجموعة من الاختبارات التي تخص المهارات الأساسية في كرة القدم المرشحة من طرف الأساتذة ومدربي كرة القدم للعينة قيد الدراسة وعرضها على مجموعة من أساتذة ومدربين كرة القدم لاختيار المناسب منها لعينة البحث وفيما يلي وصف لمفردات الاختبارات:

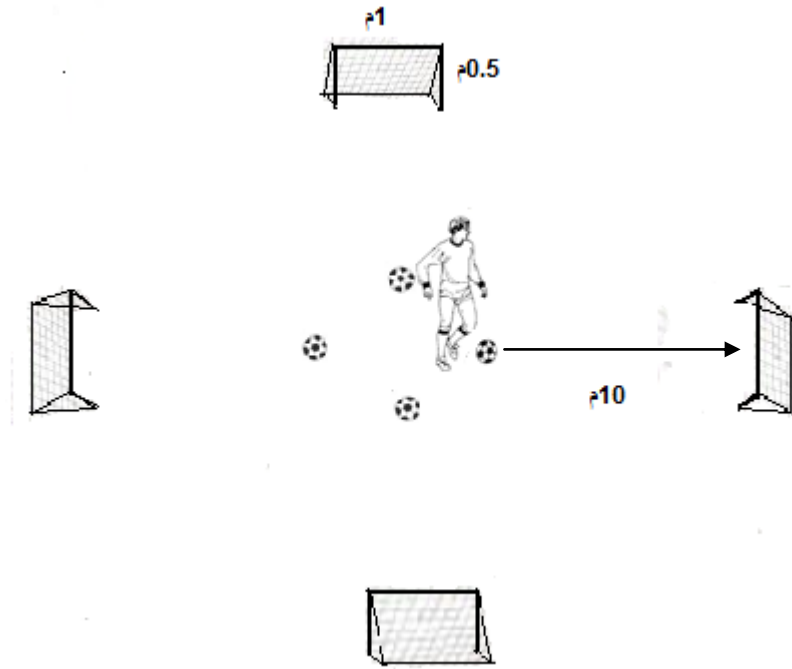
1-الاختبار الاول: إختبار التمرير في أربعة أهداف

الغرض من الاختبار: يهدف هذا الاختبار إلى قياس سرعة ودقة التمرير الخاصة باللاعب.

الادوات : أربعة أهداف صغيرة 1متر وإرتفاعها 0.5 متر ، 4 كرات قدم ، شريط قياس صافرة

طريقة الاداء : يقف اللاعب مصحوب بأربع كرات ونضع أربع أهداف بحيث يشكل بين كل هدف وآخر زاوية قائمة و المسافة بينه وبين الأهداف 10 متر. وعند سماع الإشارة يقوم اللاعب بتمرير الكرات كل واحدة بالهدف الخاص بها دون الترييض وبسرعة

التسجيل: تحتسب للاعب درجة واحدة عند تسجيل الهدف . وتحتسب 4 درجات عند تسجيل 4 أهداف.(الرحمان، 2011، صفحة 54).



الشكل(1) اختبار التمرير في أربع أهداف

2-الاختبار الثاني: اختبار إيقاف حركة الكرة (ترويض)

الغرض من الاختبار: قياس الدقة في إيقاف الكرة واستعادة التحكم فيها بالقدم او الركبة او الصدر او الرأس.

الأدوات: 5 كرات، شريط قياس، صافرة.

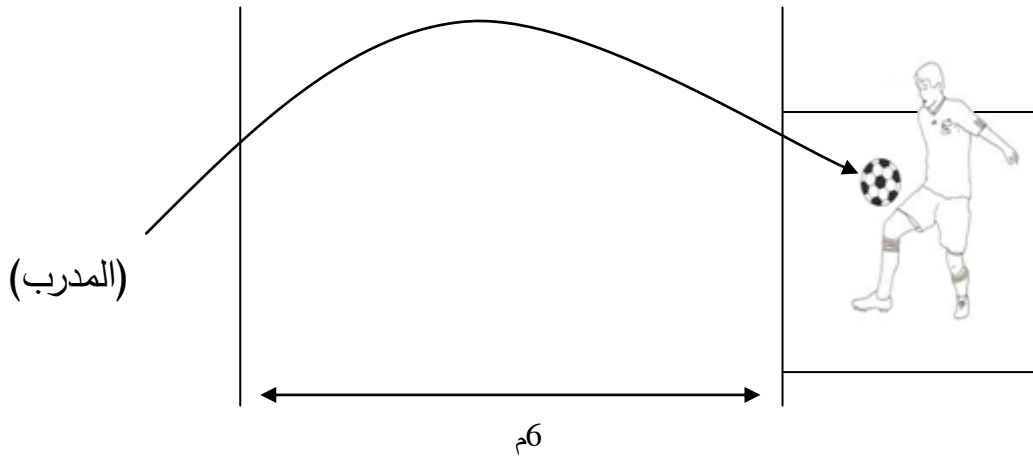
طريقة الأداء: يقف اللاعب خلف منطقة الاختبار المحددة وعند سماع الإشارة يقوم اللاعب بإيقاف الكرة خلف الخط وضمن المنطقة المحددة على أن تكون إحدى قدميه داخل منطقة الاختبار

الشروط: _ لا يتم احتساب المحاولة اذا اجتاز اي خط من المنطقة بأكثر من قدم .

_ ولا يتم احتساب المحاولة إذا أوقف الكرة بطريقة غير قانونية في كرة القدم

التسجيل: _ تعطى 2 درجة لكل محاولة صحيحة.

_ تحتسب 10 درجات لمجموع المحاولات الخمسة (محمود، 2009، صفحة 55)



الشكل (2) اختبار ترويض الكرة

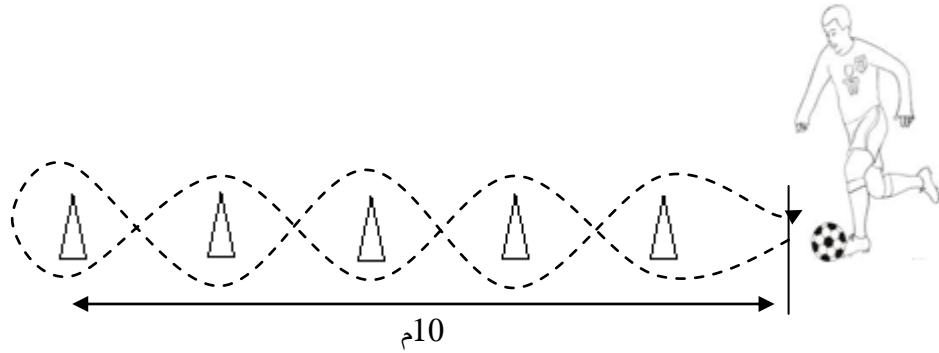
3-الاختبار الثالث: إختبار الجري المتعرج بالكرة

الغرض من الإختبار: الجري السريع بالكرة .

الأدوات:كرة قدم ، ميقاتي ، 5 شواخص.

طريقة الأداء: يقف اللاعب ومعه الكرة خلف خط البداية عندما تعطى الإشارة يقوم اللاعب بالجري بالكرة بين الشواخص ذهاباً وإياباً ويعطى لكل لاعب محاولتين متتاليتين .

التسجيل: درجة اللاعب هي الزمن الكلي الذي يستغرقه اللاعب في أداء المحاولتين.
يحتسب الزمن 10/1 من الثانية.



الشكل (3) اختبار الجري المنعرج بالكرة

6- الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة :

6-1- الثبات:

قام الطالبان الباحثان بحساب معاملا لثبات باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه بفواصل زمني قدره سبعة أيام بين التطبيقين على نفس العينة الاستطلاعية الأولى وعددها (10 لاعبين) وهي عينة لا تنتمي العينة البحث الأساسية وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني باستخدام معامل الارتباط بيرسون والجدول رقم (2) يوضح معاملات الثبات للاختبارات المهارية قيد البحث.

درجة الارتباط	الصدق	الثبات	إعادة اختبار		اختبار		د. الإحصائية الاختبارات الخاصة ب
			ع ±	س̄	ع ±	س̄	
ارتباط قوي	0.80	0.65	1.12	2.7	1.37	2.6	مهارة التمرير
ارتباط قوي	0.92	0.86	5.73	6.2	8.88	6	مهارة ترويض الكرة
ارتباط قوي	0.86	0.75	1.19	19.99	1.96	19.8	مهارة الجري بالكرة

الجدول رقم (02) يوضح قيمة معامل الثبات و الصدق لاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية قيد الدراسة.

كما هو موضح في الجدول رقم (02) ظهر أن قيم معامل الثبات عالية مما يدل على ان الاختبارات جميعها تتمتع بدرجة ثبات عالية.

6-2- الصدق:

هو العامل الأكثر أهمية بالنسبة لمحاكات جودة الإختبارات و المقاييس ويرى جرونلاند الى أن صدق الإختبار أو المقياس يشير الى الدرجة التي يمتد إليها في قياس او إختبار ما وضع من أجله. فالإختبار او المقياس الصادق هو الذي يقىس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها ولا يقىس شيئاً بدلا منها او بالإضافة إليها . (حسن علاوي ونصر الدين رضوان، 2008، صفحة 254).

لذا قام الطالبان الباحثان بايجاد معامل الصدق الذاتي للاختبارات عن طريق ايجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات كما هو موضح بالجدول رقم(2).

6-3- الموضوعية:

هي مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الإختبار ، وحساب الدرجات أو النتائج الخاصة به. و الموضوعية العالية للإختبار تظهر عندما يطبق الإختبار على مجموعة معينة من الأفراد ، ثم يحصلون على نفس النتائج ، وذلك مع التسليم بأن المحكمين مؤهلون للقيام بهذه المهمة بدرجة عالية ومتكافئة.(حسن علاوي ونصر الدين رضوان، 2008، صفحة 299).

الاختبارات المستخدمة في هذا البحث سهلة و واضحة الفهم و غير قابلة للتأويل إذ إن الاختبارات الجيدة هي التي تبعد الشك و عدم الاتفاق من قبل المختبرين عند تطبيقها.

7- الدراسة الاحصائية :

استعملنا الوسائل الاحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي:

هو القيمة التي تمثل مركز ثقل البيانات فإذا كان لدينا مجموعة من القيم ومثلناها بأثقال متساوية الوزن على لوح مدرج فسنجد أن هذا اللوح سيكون في وضع إتزان اذا ثبت من مركز ثقله ، ومركز الثقل هو الذي يمثل الوسط الحسابي لهذه القيم ويعرف بأنه مجموع القيم مقسوما على عددها(ابراهيم، 2000، صفحة 154)

$$\bar{س} = \frac{\text{مجم س}}{ن}$$

- الانحراف المعياري:

هو الجذر التربيعي الموجب لمجموع مربعات انحراف قيم المجموعة عن متوسطها الحسابي مقسوما على عددها ، بمعنى أن الانحراف المعياري هو الجذر التربيعي الموجب للتباين (ابراهيم، 2000، صفحة 231)

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

و للحصول على صدق الاختبار قمنا بحساب معامل الصدق.

$$\text{صدق الاختبار} = \text{معامل ثبات الاختبار}$$

- (ت) ستيودنت:

هو عبارة عن تطبيق بسيط للفرض الصفري أو فرض العدم وذلك بالنسبة للبيانات التجريبية التي يتم الحصول عليها بحيث تستخدم (ت) للتحقق من صدق هذه الفروض التي يعتقد في صحتها .(حسن علاوي ونصر الدين رضوان، 2008، صفحة 230)

$$ت = \frac{م ف}{\sqrt{\frac{\text{مج ح}^2}{ن(ن - 1)}}}$$

8- صعوبات البحث:

من المنطق أن كل باحث يريد البحث في ظاهرة يتعرض لعوائق وصعوبات تحوله دون إنجاز عمله ومن بين ما واجهنا من صعوبات مايلي:

1- وجود ملعب ممثليّ باللعبين للأصناف الأخرى وبالتالي الانتظار حتى ينهي الآخرون أو أخذ مساحة قليلة

2- نقص العتاد في بداية الأمر مثل: الكرات، الشواخص

3- قلة المراجع والكتب في المكتبات الجزائرية التي تتحدث عن هذا الموضوع.

4- تعرض الباحثان لبعض الصعوبات الإدارية الناتجة عن عدم استقرار الطاقم الإداري.

عرض وتحليل النتائج

تمهيد:

تهدف هذه الدراسة لتعرف على مدى تأثير الوسائط المتعددة على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، وسنعرض في هذا الفصل النتائج المتحصل عليها وتحليلها ثم مناقشتها في ضوء الفرضيات، كما يحتوي هذا الفصل على الاستنتاجات العام والتوصيات.

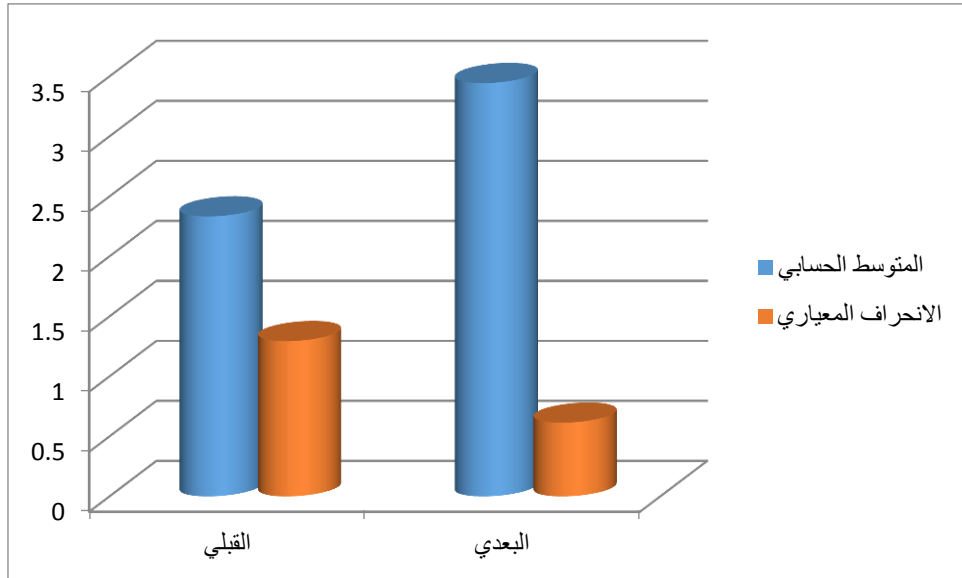
1- عرض وتحليل النتائج:

1-1- عرض وتحليل النتائج الاختبار القبلي والبعدي للاختبار مهارة التمرير:

جدول (03) يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة t المحسوبة و الجدولية للعينة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مهارة التمرير

المتغيرات	الاختبار	س	ع	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	الدالة
مهارة التمرير	القبلي	2.33	1.29	3.41	1.69	دال
	البعدي	3.44	0.61			

الشكل رقم (04) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي و البعدي في مهارة التمرير



من خلال النتائج المسجلة في الجدول 03 والمبينة في الشكل رقم 04 يتضح أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية في مهارة التمرير في كرة القدم يساوي 3.44 وهي قيمة كبيرة مقارنة بالمتوسط الحسابي القبلي للمجموعة نفسها والذي بلغ 2.33 .

وبلغت قيمة ت ستودنت المحسوبة 3.41 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.69 عند مستوى الدلالة 0.001 .

وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والختبار البعدي في متوسطات اختبار مهارة التمرير في كرة القدم لصالح الختبار البعدي.

أشارت نتائج الجدول رقم 03 الى وجود فروق داله احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار مهارة التمرير في كرة القدم، لصالح القياس البعدي، وهذا يشير الى أن استخدام أسلوب شرح المهارة التمرير نظريا وباستعمال جهاز الكمبيوتر ساعد على اثاره اهتمام اللاعبين وحفزهم وأدى بهم لحب الاكتشاف وعدم الشعور بالملل.

البرنامج الذي طبقه الباحثان يعتمد على غرض كل التمارين خاصة بمهارة التمرير في كرة القدم باستعمال برنامج الكمبيوتر على شكل صور واضحة تظهر كيفية أداء مهارة بشكل علمي سليم، ثم تطبيقها ميدانيا في الملعب.

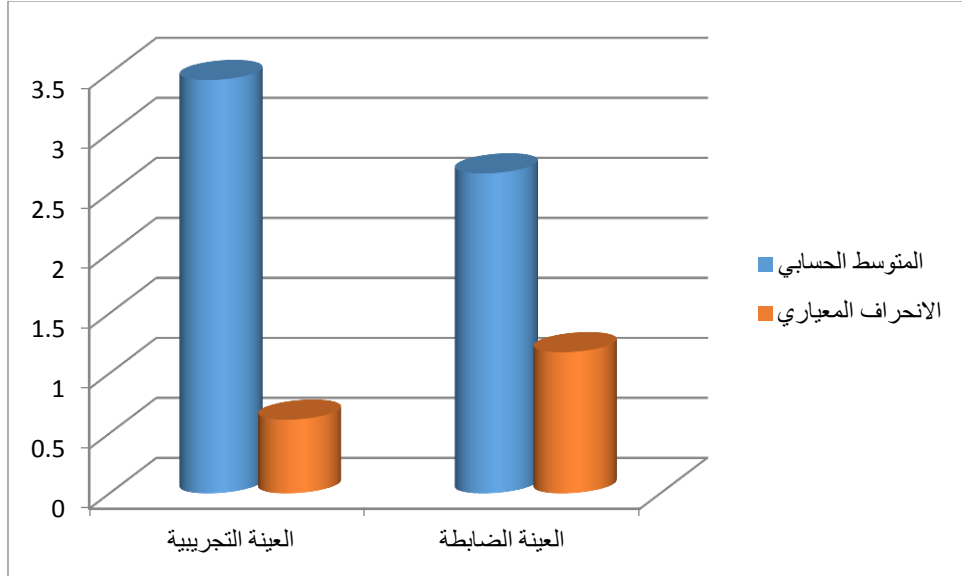
كما دعمها الباحثان وبحضور المدرب بشرح مفصل لأداء المهارة بطريقة علمية صحيحة، ومختلف الحالات والاحتمالات، هذا ما أدى الى تطور قدرة اللاعبين على التصور مهارة، ومكنهم من اكتساب معارف ومعلومات نظرية.

عرض وتحليل النتائج الاختبار البعدي للعينة التجريبية والضابطة للاختبار التمرير:

الجدول رقم 04 يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة ت المحسوبة و الجدولية للعينة الضابطة و التجريبية للاختبار البعدي في مهارة التمرير

العينة	س	ع	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدالة الإحصائية
التجريبية	3.44	26.5	2.46	1.69	دال
الضابطة	0.61	1.17			

الشكل البياني رقم 04 يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة و التجريبية في مهارة التمرير



من خلال النتائج المسجلة في الجدول 04 والوضحة في الشكل رقم 05 يتضح أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية في مهارة التمرير في كرة القدم يساوي 3.44 وهي قيمة كبيرة مقارنة بالمتوسط الحسابي للقياس البعدي للمجموعة الضابطة والذي بلغ 0.61

وبلغت قيمة اختبار ت ستودنت المحسوبة 2.46 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.69 عند مستوى الدلالة 0.001 .

وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعدين في متوسطات مقياس مهارة التمرير في كرة القدم.

أظهرت النتائج المسجلة في الجدول رقم 04 وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعدين في متوسطات اختبار مهارة التمرير لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغ المتوسط الحسابي لأفراد المجموعة الجريبية 3.44 وهي نتيجة كبيرة مقارنة بنتيجة المجموعة الضابطة التي بلغ متوسط حسابي 0.61 وقيمة ت تساوي 2.46 .

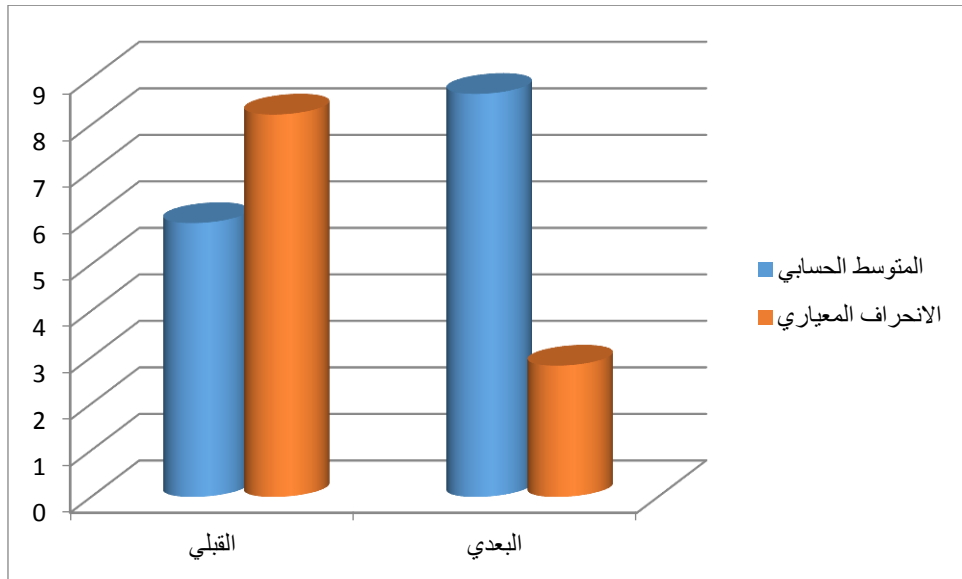
ويفسر الباحثان هذه باتباع أفراد المجموعة التجريبية-رابطة جهوية تغنيف- للبرنامج المبني على عرض التمارين على شكل صور ثابتة ومتحركة باستعمال الوسائط المتعددة الفيديو برنامج الكمبيوتر والرفق بالشرح، فكان أكثر ايجابية وفاعلية من الأسلوب التقليدي الذي اتبعه أفراد المجموعة الضابطة-أولمي تغنيف-أين تطبق فيه التمارين والمهارات الأساسية في الحصص التدريبية في الملعب بالاعتماد على الشرح مختصر من طرف المدرب دون التطرق لأهدافها ومتغيراتها دور كل لاعب بصفة دقيقة.

1-2 عرض وتحليل النتائج الاختبار القبلي والبعدي للاختبار مهارة الترويض:

جدول (05) يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة t المحسوبة و الجدولية للعينة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مهارة الترويض

المتغيرات	الاختبار	س	ع	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	الدلالة
مهارة الترويض	القبلي	5.88	8.22	3.54	1.69	دال
	البعدي	8.66	2.82			

الشكل رقم (06) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي و البعدي في مهارة الترويض



من خلال النتائج المسجلة في الجدول 05 والمبينة في الشكل رقم 06 يتضح أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية في مهارة ترويض الكرة في كرة القدم يساوي 8.66 وهي قيمة كبيرة مقارنة بالمتوسط الحسابي القبلي للمجموعة نفسها والذي بلغ 5.88 وبلغت قيمة ت ستودنت المحسوبة 3.54 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.69 عند مستوى الدلالة 0.001 .

وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والختبار البعدي في متوسطات اختبار مهارة التمرير في كرة القدم لصالح الختبار البعدي.

أشارت نتائج الجدول رقم 05 الى وجود فروق داله احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار مهارة ترويض في كرة القدم، لصالح القياس

البعدي، وهذا يشير الى أن استخدام أسلوب شرح المهارة ترويض الكرة نظريا وباستعمال فيديو و جهاز الكمبيوتر ساعد على اثارة اهتمام اللاعبين وحفزهم وأدى بهم لحب الاكتشاف وعدم الشعور بالملل.

البرنامج الذي طبقه الباحثان يعتمد على غرض كل التمارين خاصة بمهارة ترويض الكرة في كرة القدم باستعمال برنامج الكمبيوتر على شكل صور واضحة تظهر كيفية أداء مهارة بشكل علمي سليم، ثم تطبيقها ميدانيا في الملعب.

كما دعمها الباحثان وبحضور المدرب بشرح مفصل لأداء المهارة بطريقة علمية صحيحة، ومختلف الحالات والاحتمالات، هذا ما أدى الى تطور قدرة اللاعبين على التصور مهارة، ومكنهم من اكتساب معارف ومعلومات نظرية.

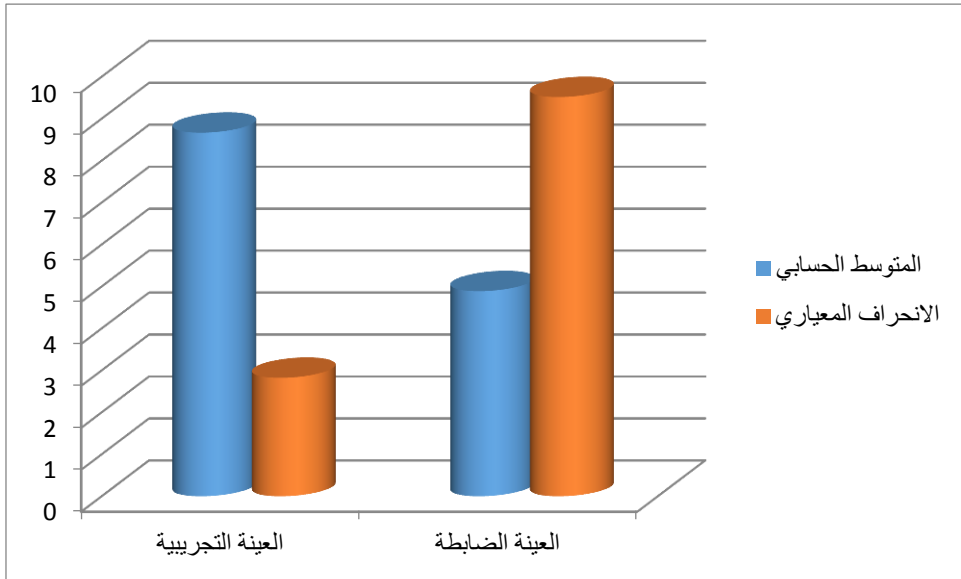
عرض وتحليل النتائج الاختبار البعدي البعدي للعينة التجريبية والضابطة للاختبار الترويض:

الجدول رقم 06 يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة ت

المحسوبة و الجدولية للعينة الضابطة و التجريبية للاختبار البعدي في مهارة الترويض

العينة	س	ع	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدالة الإحصائية
التجريبية	8.66	2.82	4.56	1.69	دال
الضابطة	4.88	9.51			

الشكل البياني رقم 07 يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة و التجريبية في مهارة الترويض



من خلال النتائج المسجلة في الجدول 06 والوضحة في الشكل رقم 07 يتضح أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية في مهارة ترويض الكرة في كرة القدم يساوي 8.66 وهي قيمة كبيرة مقارنة بالمتوسط الحسابي للقياس البعدي للمجموعة الضابطة والذي بلغ 4.88

وبلغت قيمة اختبارات ستودنت المحسوبة 4.56 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.69 عند مستوى الدلالة 0.001 .

وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعدين في متوسطات مقياس مهارة ترويض الكرة في كرة القدم.

أظهرت النتائج المسجلة في الجدول رقم 06 وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعدين في متوسطات اختبار مهارة التمرير لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغ المتوسط الحسابي لأفراد المجموعة التجريبية 8.66 وهي نتيجة كبيرة مقارنة بنتيجة المجموعة الضابطة التي بلغ متوسط حسابي 4.88 وقيمة ت تساوي 4.56 .

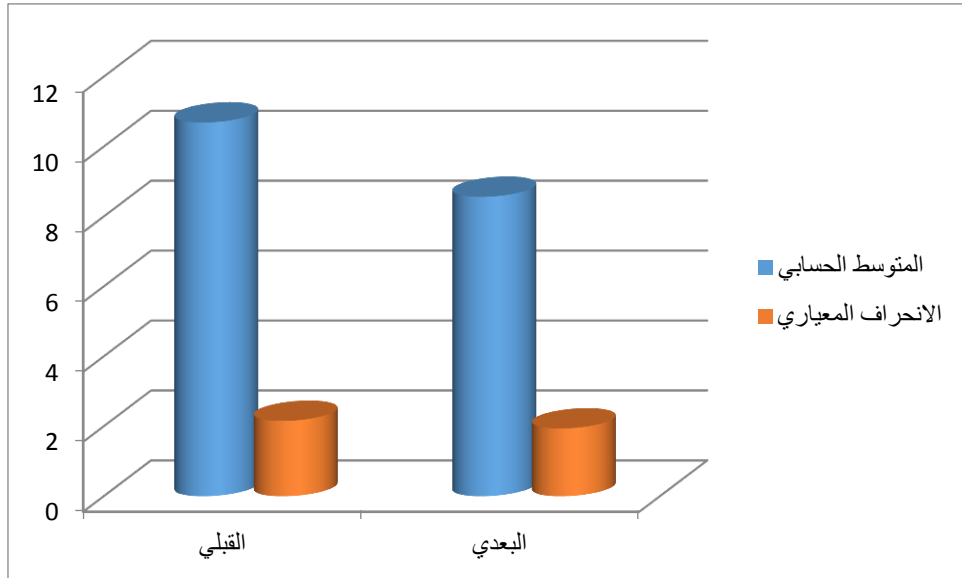
ويفسر الباحثان هذه باتباع أفراد المجموعة التجريبية-رابطة جهوية تغنيف- للبرنامج المبني على عرض التمارين على شكل صور ثابتة ومتحركة باستعمال الوسائط المتعددة الفيديو برنامج الكمبيوتر والرفق بالشرح، فكان أكثر ايجابية وفاعلية من الأسلوب التقليدي الذي اتبعه أفراد المجموعة الضابطة-أولمبي تغنيف- أين تطبق فيه التمارين والمهارات الأساسية في الحصص التدريبية في الملعب بالاعتماد على الشرح مختصر من طرف المدرب دون التطرق لأهدافها ومتغيراتها دور كل لاعب بصفة دقيقة.

رابعاً: عرض وتحليل النتائج الاختبار القبلي والبعدي للاختبار مهارة الجري بالكرة:

جدول (07) يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة t المحسوبة و الجدولية للعينة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مهارة الجري بالكرة

المتغيرات	الاختبار	س	ع	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	الدلالة
مهارة الجري بالكرة	القبلي	10.7	2.15	4.45	1.69	دال
	البعدي	8.56	1.93			

الشكل رقم (08) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للاختبار القبلي و البعدي في مهارة الجري بالكرة



من خلال النتائج المسجلة في الجدول 07 والمبينة في الشكل رقم 08 يتضح أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية في مهارة الجري بالكرة يساوي 8.56 وهي قيمة كبيرة مقارنة بالمتوسط الحسابي القبلي للمجموعة نفسها والذي بلغ 10.7

وبلغت قيمة ت ستودنت المحسوبة 4.45 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.69 عند مستوى الدلالة 0.001 .

وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والختبار البعدي في متوسطات اختبار مهارة الجري بالكرة لصالح الختبار البعدي.

أشارت نتائج الجدول رقم 07 الى وجود فروق داله احصائيا بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار الجري بالكرة، لصالح القياس

البعدي، وهذا يشير الى أن استخدام أسلوب شرح الجري بالكرة نظريا وباستعمال الوسائط المتعددة (الفيديو) وجهاز الكمبيوتر ساعد على اثارة اهتمام اللاعبين وحفزهم وأدى بهم لحب الاكتشاف وعدم الشعور بالملل.

البرنامج الذي طبقه الباحثان يعتمد على غرض كل التمارين خاصة بمهارة الجري بالكرة باستعمال برنامج الكمبيوتر على شكل صور واضحة تظهر كيفية أداء مهارة بشكل علمي سليم، ثم تطبيقها ميدانيا في الملعب.

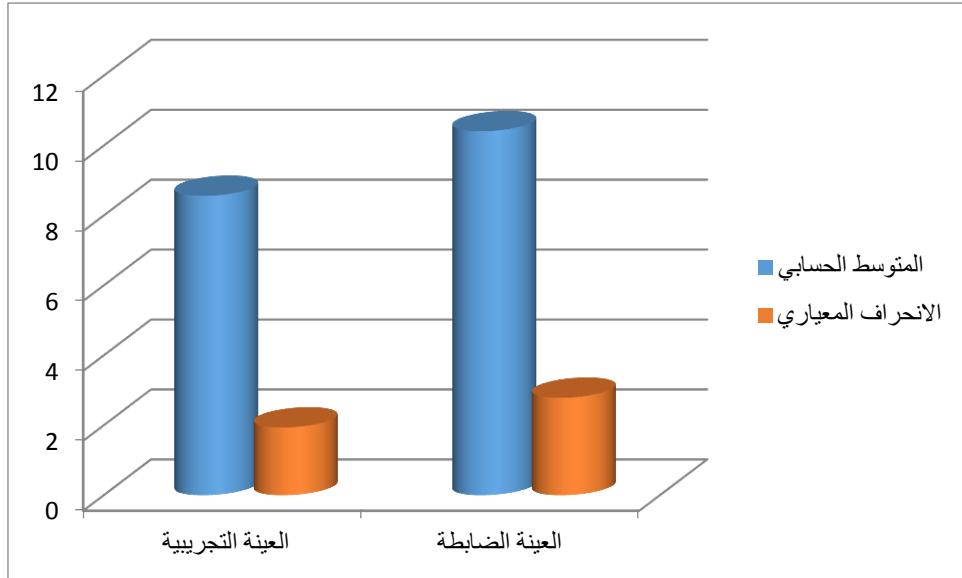
كما دعمها الباحثان وبحضور المدرب بشرح مفصل لأداء المهارة بطريقة علمية صحيحة، ومختلف الحالات والاحتمالات، هذا ما أدى الى تطور قدرة اللاعبين على التصور مهارة، ومكنهم من اكتساب معارف ومعلومات نظرية.

-عرض وتحليل النتائج الاختبار البعدي للعينتين:

الجدول رقم 08 يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية و قيمة ت المحسوبة و الجدولية للعينة الضابطة و التجريبية للاختبار البعدي في مهارة الجري بالكرة

العينة	س	ع	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	الدالة الإحصائية
التجريبية	8.56	1.93	3.60	1.69	دال
الضابطة	10.41	2.78			

الشكل البياني رقم 09 يمثل الفرق بين المتوسطات الحسابية للاختبار البعدي بين المجموعة الضابطة و التجريبية في مهارة الجري بالكرة



من خلال النتائج المسجلة في الجدول 08 والوضحة في الشكل رقم 09 اذ يتضح أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي لأفراد المجموعة التجريبية في مهارة الجري بالكرة في كرة القدم يساوي 8.56 وهي قيمة كبيرة مقارنة بالمتوسط الحسابي للقياس البعدي للمجموعة الضابطة والذي بلغ 10.41

وبلغت قيمة اختبار ت ستودنت المحسوبة 3.60 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية 1.69 عند مستوى الدلالة 0.001 .

وهذا يؤكد وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعدين في متوسطات مقياس مهارة الجري بالكرة في كرة القدم.

أظهرت النتائج المسجلة في الجدول رقم 08 وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعدين في متوسطات اختبار مهارة الجري بالكرة لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغ المتوسط الحسابي لأفراد

المجموعة الجريبة 8.56 وهي نتيجة كبيرة مقارنة بنتيجة المجموعة الضابطة التي بلغ متوسط حسابي 10.41 وقيمة ت تساوي 3.60 .

ويفسر الباحثان هذه باتباع أفراد المجموعة التجريبية-رابطة جهوية تغنيف- للبرنامج المبني على عرض التمارين على شكل صور ثابتة ومتحركة باستعمال الوسائط المتعددة الفيديو برنامج الكمبيوتر والرفق بالشرح، فكان أكثر ايجابية وفاعلية من الأسلوب التقليدي الذي اتبعه أفراد المجموعة الضابطة-أولمبي تغنيف-أين تطبق فيه التمارين والمهارات الأساسية في الحصص التدريبية في الملعب بالاعتماد على الشرح مختصر من طرف المدرب دون التطرق لأهدافها ومتغيراتها دور كل لاعب بصفة دقيقة.

2-الاستنتاج العام:

من خلال النتائج المتحصل عليها وبعد الدراسة الإحصائية وتحليل ومناقشة النتائج توصل الطالبان الباحثان إلى الاستنتاجات التالية :

- 1) هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي و لصالح الاختبار البعدي في مهارة التمرير
- 2) هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي و لصالح الاختبار البعدي في مهارة ترويض الكرة.
- 3) هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي و البعدي و لصالح الاختبار البعدي في مهارة الجري بالكرة.
- 4)البرنامج التدريبي بمساعدة الوسائط المتعددة (الفيديو) أدى الى تحسن كبير لأفراد المجموعة التجريبية في المهارات الأساسية في كرة القدم.

3-مناقشة الفرضيات:

3-1مناقشة الفرضية الأولى:

الفرضية 1:

-الوسائط المتعددة تَأْتِراجابيا في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم (11سنة).

على ضوء النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة، تحقق الفرض الأول حيث وجد أن الوسائط المتعددة (فيديو) كانت لها الأثر الإيجابي في تنمية تلك المهارات الأساسية المستهدفة.

وفي هذا الصدد حسين طه،حسن عبد اللطيف 2009 تنمي الوسائط المتعددة مهارات التعلم اكتشاف،وتعمل على تنشيط الفكر واتساع الخيال وتنمية التفكير الإبداعي.

ويشير كذلك عبد الحي السيد 2007على أن الوسائط المتعددة تستثير دافعية المتعلمين للتعلم،حيث تعمل الوسائط المتعددة التفاعلية على تحدي تفكير المتعلمين،وتثير فضولهم،وتتيح لهم إمكانية التحكم بموادها،كما تحقق لهم المتعة النفسية والسرور.ويقول أيضا تساعد على تنمية المهارات فوق المعرفية لدى متعلمين والتي تتضمن وعي بذاته،أي بمستوى معرفته وقدراته الخاصة وتشجيعه على التأمل والتفكير فيما يفعل والتقويم الذاتي ليؤكد حن معرفته.

3-2الفرضية

الفرضية 2:

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اختبارين القبلي و البعدي في التنمية بعض مهارات الأساسية لكرة القدم و لصالح الاختبار البعدي.

من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج الاختبارات المهارية المتحصل عليها يتضح

وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبيية والضابطة لصالح اختبار البعدي ، هذا من خلال الجداول رقم (03،04،05،06،07،08) التي توضح الدلالة الإحصائية للفروقات الحاصلة بين متوسطات نتائج اختبارات المهارة القبلية والبعدي لعينتي البحث.على ضوء النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة، تحقق الفرض الثاني حيث وجد أن هناك تطور في مستوى جميع المهارات الأساسية المستهدفة بالنسبة لعينة الدراسة ، وهذا ما يدل على فاعلية الوسائط المتعددة في تطوير بعض المهارات الأساسية لدى لاعبين البراعم

4-اقتراحات:

- الاهتمام بتطوير مستوى المهاري للاعبين كرة القدم، من خلال اكتساب اللاعبين المعلومات النظرية المتعلقة بالمهارات الأساسية في كرة القدم.
- يجب على المدربين المشاركة في الدورات المشاركة في الدورات التكوينية و الملتقيات العلمية خاصة المتعلقة باستخدام التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي.
- على المدربين الجزائريين الاستعانة بالتكنولوجيا الحديثة لتوصيل المعلومات للاعبين بأحسن الطرق.
- على رؤساء الفرق تخصص قاعات مجهزة بمختلف الوسائل السمعية البصرية،واقثناء بعض برامج الوسائط المتعددة الحديثة التي تساعد المدرب .
- اجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة تتطرق لتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم باستخدام تكنولوجيا الاعلام الالي.
- تطبيق البرنامج التدريبي المقترح على عينات مختلفة من اللاعبين مختلفي المستويات والمراحل السنية.

-تخصيص جزء من وقت الوحدة التدريبية لتطوير القدرات المهارية على شكل تدريبات علمية بعد شرحها نظريا.

5-خلاصة العامة:

بغيرها من الألعاب الأخرى، وإن تحقيق التفوق في رياضة كرة القدم يستلزم إهتمام بالتخطيط السليم المبني على الأسس العلمية،وكذا الإهتمام بإعداد وتكوين اللاعبين في فئات العمرية الصغرى وفق برامج تدريبية ذات الأسس العلمية للإرتقاء بمستوى المهاري و البدني و التكتيكي و بالتالي صناعة اللاعب الشامل ولهذا أصبح من ضروري إدخال التكنولوجيا الحديثة متمثلة في الحاسوب في تصميم العمليات التدريبية لترسيخ المهارات الأساسية و الإرتقاء بمستوى المهاري للاعبين.

وتعتبر المهارات الأساسية على أنها نوع معين من الأداء الحركي يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحكم في كرة في جميع مواقف اللعب.

وفي عصر تقدم والتكنولوجيا لا تكفي فقط بالتعرف على أساس القصور في مجالات عملنا بل يجب الوصول الى الجانب العلاجي، فهذا البحث عالجننا فيه احدى المشكلات المرتبطة ببعض المهارات الأساسية في كرة القدم.

ان اتقان الفرد و الفريق للأداء المهاري الصحيح يشكل الأساس الهام لمستوى الرياي العالي، وفي هذه المرحلة يجب العناية بأداء نموذج يوحى الطريقة الصحيحة للأداء مع ارتباط بالايضا حوالشرح، ثم يعقب ذلك الممارسة العملية للاعب.

وفي عصر التقدم والتكنولوجيا لا نكتفي بالتعرف على أسباب القصور في مجالات عملنا بل يجب الوصول الى جانب العلاجي ومن خلال اجرائنا للبحث الذي عالجننا فيه احدى المشكلات المرتبطة ببعض المهارات الأساسية في كرة القدم، حيث ان استعمال الباحث للوسائط المتعددة (فيديو)مكنه من رسم بعض التمارين المهارية مما

سهل على اللاعبين استيعابها قبل تطبيقها في الملعب، وطور من قدرتهم على الفهم والتصور والتحليل ، هذا مايفسر النتائج الجيدة التي حققها اللاعبون في الإجابة على اختبارات في القياس البعدي، عكس نتائجهم في القياس القبلي التي كانت متوسطة.

فاستخدام أسلوب عرض التمارين بالصور الثابتة والمتحركة ومشاهدة وتحليل أداء المهاري يساعد على ترتيب المادة العلمية في الذاكرة بطريقة معينة كما أن هذا الأسلوب يساعد اللاعب على التحليل المهاري مما يسهل عملية استرجاع وتذكر معلومات المعرفية أو الحركية مرة أخرى عند الحاجة اليها أثناء المباريات، والوسائل المرئية تعمل على تحسين فهم المتعلم وتنمية قدراته ومساعدته على تحسن أداء الحركي وتقديم المادة التعليمية في شكل مرئي يفوق أي شرح لفظي حول النواحي المعرفية المتصلة المادة التعليمية، وأن التصميم الجيد للمادة التعليمية يجعل اتجاه المتعلم نحو هذه المادة أكثر إيجابية.

تهدف هذه الدراسة الحالية الى التعرف على أثر الوسائط المتعددة (الفيديو) لتعلم بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم (11سنة)، ولتحقيق ذلك أجري البحث على عينة تتكون من 36 لاعبا وقد تم تقسيم العينة الى مجموعتين (18) لاعبا من فريق رابطة جوارية تغنيف يمثلون العينة التجريبية، والأخرى ضابطة(18) لاعبا من فريق اتحاد تغنيف، وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام القياس القبلي والبعدي وهذا لملائمة مع طبيعة البحث فضلا عن اللجوء الى استخدام اختبارات مقننة تقيس المهارات الأساسية في كرة القدم ومناسبة المرحلة العمرية (11سنة) واستنتج الباحثان هناك تحسن في مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى

للاعبين(11سنة)،ومن أهم اقتراحات يجب على المدربين المشاركة في الدورات التكوينية و المنتقيات العلمية خاصة المتعلقة باستخدام التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي وعلى المدربين الجزائريين الاستعانة بالتكنولوجيا الحديثة لتوصيل المعلومات

للاعبين بأحسن الطرق، على رؤساء الفرق تخصص قاعات مجهزة بمختلف الوسائل السمعية البصرية، واقتناء بعض برامج الوسائط المتعددة الحديثة التي تساعد المدرب .

المصادر والمراجع

01-قائمة المراجع باللغة العربية:

أ-الكتب:

- 01-ابراهيم أحمد سلامة: أساسيات الحاسبات الشخصية المكونات المادية-البرمجيات-نظام-التشغيل-مكتبة دار المعارف، القاهرة، 1995.
- 02-ابراهيم انيس وآخرون: المعجم الوسيط 1972.
- 03-ابراهيم م.ع.: الاحصاء الوصفي والاستدلالي عمان دار الفكر، 2002.
- 04-الوقاد، م.ر.: التخطيط الحديث في كرة القدم، القاهرة.مجلة الدراسات في المناهج والتدريس.
- 05-البساطي أ.أ.: الاعداد البدني الوصفي في كرة القدم -الاسكندرية، دار الجامعة الجديدة، 2001.
- 06-البساطي أمر الله أحمد: أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته، مطبعة الانتصار، القاهرة، 1998.
- 07-الجزار عبد اللطيف: مقدمة في تكنولوجيا التعليم النظرية والعلمية، كلية البنات، جامعة عين شمس، القاهرة 1992.
- 08-الرحمان.ع.ع.: دراسة أثر برنامج تدريبي مقترح في مساحات مصغرة لتطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، 2011.
- 09-بوحفص عبد الكريم: دليل الطالب لاعداد واخراج البحث العلمي، ديوان المطبوعات الجامعية ط2الجزائر 2009.
- 10-تركي رابح: اصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية ط1989.

- 11- جاسم مزهر: التعليم مجالات أفاق. العدد 21 الشبكة العربية للتعليم المفتوح عن البعد، 2004.
- 12- حسنين شفيق: حاسبات الوسائط المتعددة والانترنات. القاهرة دار الكتب العلمية للتوزيع، 2005.
- 13- حسن طه، خالد عبد اللطيف عمرن: أ128 اليب التعلم الذاتي الالكتروني، دار العلم والايمان للنشر والتوزيع، 2009.
- 14- حسن علاوي ونصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي، 2008.
- 15- حماد محمد: البرامج التدريب المخططة لفرق كرة القدم القاهرة: مركز الكتب، 1997.
- 16- حماد مفني ابراهيم: التدريب الرياضي مؤد-المختار للنشر والتوزيع، القاهرة، 2002.
- 17- دسامي ملحم: الأسس النفسية للنمو في الطفولة المبكرة ،دار الفكر، 2006.
- 18- رشوان أحمد وعبد الحميد حسين: أصول الحث العلمي، مؤسسة شباب الجامعة، الاسكندرية ، 2006.
- 19- شفانيع.ف.: علم التدريب الرياضي. مكتبة المجتمع العربي، 2014.
- 20- شمعون محمد العربي: التدريب العقلي في التنس ط ،دار الفكر العربي ، القاهرة، 1996.
- 21- شفيق محمد: البحثالعلمي، المكتبة الجامعية ط1 السكندرية، 2000.
- 22- عزمي محمد: أ128 اليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق الاسكندرية: دار الوفاء، 2001

- 23- علي محمد عبد المنعم:ثقافة الكمبيوتر. القاهرة دار البشرى،1996.
- 24- عبد الحافظ سلامة:الوسائط التعليمية والمناهج ط عمان،الأردن-دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع،2000.
- 25- عبد الرحمان العيساوي:دراسات في تفسير السلوك الانساني،دار الراتب الجامعية،بيروت لبنان 1999.
- 26- عبد السميع مصطفى محمد:تكنولوجيا التعليم -دراسات عربية،مركز الكتاب للنشر،القاهرة 1998.
- 27- عبد الخالق عصام:التدريب الرياضي -نظريات وتطبيقات.دارالمعارف،القاهرة،1992.
- 28- عبده ح.أ.:الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب في كرة القدم القاهرة،مكتبة الاشعاع الفنية،2007.
- 29- عبده ح.أز:الاعدادالمهاري للاعبي كرة القدم ،الاسكندرية،الاشعاع الفنية2002.
- 30-فرحات ليلي السيد:القياس والاختبار في التربية الرياضية مركز كتاب القاهرة ، 2001.
- 31-قنديلجي عامر والسامرائي ايمان:البحث العلمي الكمي والنوعي،دار البازوري،كمان،2009 الاردن.
- 32-كمال درويش وحساين:الجديد في التدريب الدائري.القاهرة.مركز الكتاب،1999.
- 33-محمد حسن علاوي.محمد نصر الدين.غضين:القياس في التربية الرياضية وعلم القياس الرياضي ط3دار الفكر العربي القاهرة،مصر1996.
- 34-محمد حسن علاوي:علم النفس الرياضي،دارالمعارف،القاهرة مصر 1987.

- 35- محمد حسن علاوي. محمد نصر الدين غضين: القياس في التربية الرياضية وعلم القياس الرياضي. ط3 دار الفكر العربي القاهرة، مصر 1996.
- 36- مصطفى فهمي: سيكولوجية الطفولة والمراهقة. مكتبة مصر ط مصر، 1974.
- 37- موفق أسعد محمود: تعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم. دار دجلة 2008.
- 38- محمود محمد شيماء: توظيف الحاسب الالى في وضع معليير للقدرات التوافقية للأطفال، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة طنطا، 2003.
- 39- محمود غازي: 2011 كرة القدم المفاهيم تدريب. القاهرة مكتبة المجتمع العربي، 2011.
- 40- محمود محمد: التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم. عمان دار دجلة. 2008.
- 41- محمود محمد: الاختبارات والتكتيك في كرة القدم. عمان. دار دجلة، 2011.

ب - المذكرات:

- 42- إبراهيم رضا: فاعلية أداء بعض المهارات وعلاقتها باستراتيجية تنفيذ المواقف اتابطة الهجومية وأثره على نسبة التهديف في كرة القدم، رسالة دكتوراه منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان القاهرة، 2004.
- 43- دبورياسر حسن: دراسة فاعلية بعض التكوينات الخططية الهجومية بالنسبة للتشكيلات الدفاعية في مباريات كرة اليد، رسالة دكتوراه منشورة، كلية التربية الرياضية جامعة الإسكندرية 1992.

44- غزال المحجوب: فاعلية الوسائط المتعددة على تحصيل لمهارة التصويب في كرة السلة لدى طلبة السنة الثانية ل.م.د، مستغانم 2018.

ج: المجلات والمنشورات:

45- رابطة التربية الحديثة: أبحاث مؤثر نحو مشروع حضاري عربي (11-13) ابريل، الجزء الثاني، القاهرة، 1987م.

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

الملحق (1)

جامعة عبد الحميد ابن باديس-مستغانم-

معهد التربية البدنية والرياضة

قسم التدريب الرياضي

الإستمارة الخاصة لاستطلاع رأي المحكمين حول تحديد أهم المهارات الأساسية الخاصة بكرة القدم لصنف البراعم (11سنة).
نأمل من سيادتكم تحديد أهم المهارات الأساسية الخاصة بكرة القدم و التي تتناسب مع فئة البراعم(11سنة)
ولكم منا فائق الشكر و التقدير

الرقم	المهارة	مناسبة	غير مناسبة
01	التسديد (التصويب)		
02	التمرير القصيرة		
03	التمرير الطويل		
04	السيطرة على الكرة		
05	المراوغة		
06	الجري بالكرة		
07	اللعب بالرأس		
08	رمية التماس		
09	ترويض الكرة		

الطالبان الباحثان:

قرة بلقاسم

رفيق يسعد بن عبد الله