

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي



- السنة الثالثة ليسانس (LMD) -



مذكرة مقدمة للحصول على شهادة الليسانس

في التربية البدنية والرياضية

الموضوع

فعالية التدريب على المساحات المصغرة في تطوير بعض المهارات

الأساسية لناشئي في كرة القدم (9_12)

بحث تجريبي أجري على لاعبي شباب المشرية
من 09 الى 12 سنة

الأستاذ المشرف:

د/ مساليتي لخضر

من إعداد الطلبة:

❖ علاونة عبد الرحمان

❖ براهيم يوسف

❖ طيناوي جمال

السنة الجامعية: 2016/2015

الإهداء

قال عز وجل:

(واخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا)

على ذكر آيات المولى العزيز الحكيم

اهدي ثمرة جهدي إلى التي يرتاح إليها البال وتهداً بها العواطف.

إلى التي اسعد بسعادتها وأهناً بهنائها....إلى التي منحني الأمل والتفاؤل.

إلى منبع العطف والحنان، أمي، أمي... ثم أمي.

إلى من كان دوماً ورائي ولم يبخل علي بشيء أبي العزيز الذي مهما عملت لن أرد له خيره مدى الحياة.

إلى إخوتي وأخواتي وإلى كل من له صلة قرابة بعائلة براهيمية

إلى جميع الأصدقاء الذين عشت معهم أحلى وأمر أيام الجامعة: جمال ، عثمان وقادير ، عبد الله ، يوسف ، عبد الصمد ، ابراهيم ، صلاح ، عبد القادر ، شوقي ، عبد الحفيظ ، عبد الرحمن ، عبد الكريم ، نبيل ، زين دين ، ماحي ، بدر دين ،

فيزازي ، مراد ، امين

إلى كل طلبة وأساتذة قسم تدريب الرياضي.

إلى كل الأصدقاء والأحبة الذين لم اذكر أسمائهم.

إلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في مد يد العون

إلى كل سكان المدينة الجميلة "المشرية"

يوسف



الإهداء

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات والصلاة والسلام على رسوله الكريم سيدنا وحبينا
محمد عليه أزكى الصلاة وأفضل التسليم وعلى آله وصحبه أجمعين أما بعد:

بعدما رست سفينة هذا البحث على شواطئ الختام لا يسعني إلا أن أهدي ثمرة هذا الجهد
المتواضع إلى :

التي عجز اللسان عن وصف مآثرها نحوي إلى المرأة التي علّمتني كيف يكون الصّبر
مفتاح الفرج إلى القلب الذي احتمل الكثير و الصدر الفياض الذي لا يضيق، إلى من تفرح
لف

رحي وتحزن لحزني إلى بر الأمان إلى ذلك الوجه الذي لم يفارقتي طيلة حياتي و القلب
الحنون و الدافئ إلى التي سهرت على تربيتي و ضمدت جراحي إلى حكاية العمر إلى التي
لا أدري بأي كلام أقابلها أبكلام يسكن في الأرض أم في السماء أبعبارات الليل أم بعبارات
النهار قرّة عيني إليك والـدي الغالية

إلى من كان يحترق كالشمعة ليضيء لي دربي إلى الذي صارح ظروف الحياة من اجل أن
يومن لي لقمة العيش إلى الذي لم يبخل عليا يوما بدعمه المادي و المعنوي أبي
الغالي

إلى شركائي في عرش أمي وأبي إلى الذين يدخلون القلب بلا استئذان و الذين أقاسمهم
الماء والهواء إلى إخوتي وأخواتي : إلى محمد و زوجته ، فاطمة، جمعة، فريدة ، بوتخيل
، خديجة ، حدة (نادية) ،كلثوم ، عبد الوافي والى البراعم :سهام،نجاة ،رقية ،لحاج ،أمينة
،ابراهيم، محمد ،خولة ،رتاج ،أمينة ،فارس ،والى كل من يحمل لقب علاونة و الى الأهل
والأقارب

إلى رفقاء دربي وشركائي إلى كل الذين لم يسعهم المكان أقول أنتم في عقولنا و قلوبنا ما
حيينا لن ننكر الجميل و ذكراكم خالدة إلى الأبد، فلکم جزيل الشکر و التقدير

عبد الرحمان

الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

إليك يا رمز الحياة و عنوان الأمل ،إلى التي علّمتني كيف يكون الصّبر
مفتاح الفرج إلى القلب الذي احتمل الكثير و الصّدر الفيّاض الذي لا
يضيق إليك والدتي و إلى من هو كبير بإيمانه و أخلاقه و تعاونه السّامي
إلى قدوتي في الحياة "أبي" الغالي منّي لكم كلّ الاحترام و التقدير و إلى
جميع إخوتي و عائلتي و إلى جميع من يحمل لقب "طيناوي" إلى جميع
الأحباب و الأصدقاء الذين عرفتهم في حياتي و مشواري دراستي إلى
جميع طلبة ليسانس 2015-2016 إلى جميع طلاب معهد التربية
البدنية والرياضية و إلى اصدقائي و احبابي

إلى كل الذين لم يسعهم المكان أقول أنتم في عقولنا و قلوبنا ما حيننا لن
ننكر الجميل و ذكراكم خالدة إلى الأبد، فلکم جزيل الشكر و التقدير.

دمتم أوفياء و شكرا-

جمال

ج

شكر و تقدير

بعد شكرنا لله على فضله و منه
علينا أن هدانا وأمرنا تعالى
بالعزم

والقوة والإرادة والصبير لإنجاز هذا
العمل المتواضع والصلاة والسلام
على من بعث رحمة للعالمين وهداية
للضالين،

نتوجه بخالص الشكر إلى من كان
سند لنا في مشوارنا الدراسي

إلى الأستاذ * مساليتي * الذي
تابع عملنا هذا، ولم يبخل علينا

بنصائحه، القيمة والمفيدة، ولم
يبخل علينا بوقته الثمين،

إلى كل من أمد لنا يد المساعدة
من قريب أو من بعيد.

ألف تحية وشكر

يوسف ، عبد الرحمان ، جمال



ملخص الدراسة

عنوان الدراسة: فعالية المساحات المصغرة في تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي في كرة القدم (9_12) .
تهدف الدراسة إلى ابراز فعالية المساحات المصغرة في تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم (9_12) ودورها في التعرف على ما مدى فعالية المساحات المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم الفرض من الدراسة المساحات المصغرة لها فاعلية في تنمية وتطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم.

العينة شباب المشرية و اختيارها عشوائيا اختبارات المستعملة اختبار السيطرة على الكرة, اختبار دقة التمرير بالكور 3, اختبار دقة التمرير قصير, اختبار المراوغة, اختبار امتصاص و كتم الكرة. وتوصلنا الى أهم استنتاج وهو تحسن في مستوى الأداء المهاري للعينة التجريبية في الاختبارات البعدية بالنسبة للاختبارات البعدية وتوصلنا إلى أهم إقتراح وهو الإعتماد على استخدام مساحات مصغرة كطريقة الملائمة لتطوير الجانب المهاري وخاصة في هذه المرحلة العمرية. (9_12 سنة.)

قائمة المحتويات

| العنوان | الصفحة |
|---|---------|
| اهداء..... | أ..... |
| شكر وتقدير..... | د..... |
| ملخص البحث | ه..... |
| قائمة الجداول..... | و..... |
| الأشكال..... | ز..... |
| الباب الأول: الدراسة النظرية. | |
| التعريف بالبحث | |
| 1- مقدمة..... | 2..... |
| 2- مشكلة البحث..... | 3..... |
| 3- الفرضيات..... | 4..... |
| 4- أهمية وماهية البحث..... | 5..... |
| 5-أهداف الدراسة..... | 6..... |
| 6-تحديد المفاهيم و المصطلحات..... | 7..... |
| 7- الدراسات السابقة..... | 8..... |
| الفصل الأول: المهارات الأساسية في كرة القدم | |
| 1- مفهوم المهارة | 11..... |
| 2 مفهوم المهارات الأساسية..... | 11..... |
| 3 المهارات الأساسية القاعدية | 12..... |
| 1-3- التمرير..... | 12..... |
| 2-3- استقبال الكرة..... | 13..... |
| 3-3- المراوغة..... | 15..... |
| 4- أفضل مرحلة عمرية لتعلم المهارات..... | 17..... |
| 1-4- مراحل تعلم المهارات والتقدم بها حتى الآلية | 17..... |
| 5- 1 تعريف كرة القدم | 18..... |
| 5 - 2-كرة القدم في المغرب العربي..... | 18..... |
| 5-12-خصائص الكرة..... | 18..... |
| 5-2-2-منافسات اساسية..... | 18..... |
| 5-3- تجهيز اللاعبين..... | 19..... |

- 5-6 وقت وزمن المباراة.....19
- 5-6-1 مدة اللعب.....19
- 5-6-2 نصف الزمن.....19
6. التسلل20
- 7 الركلة الحرة20
- 8 خطط اللعب21
- 8-1 يمكن تقسيم خطط اللعب21
- 8-2 خطط فردية هجومية ودفاعية21
- 9- أهم منافسات كرة القدم في الجزائر.....21
- 9-1. منافسات البطولة.....21
- 9-1-1. منافسات بطولة القسم الأول.....22
- 9-1-2 منافسات بطولة القسم الثاني.....22
- 9-1-3 منافسات بطولة ما بين الرابطات.....22
- 9-2 منافسات كأس الجمهورية.....23
- 9-3. منافسات الكأس الممتازة.....23

الفصل الثاني: مساحات مصغرة

- تحويل رياضة البالغين مع قدرات الناشئين25
- 1 -تحويل مساحات الملاعب لتناسب مع قدرات الناشئين.....25
- 1-1-أهمية تحويل مساحات الملاعب للناشئين.....25
- 2- تحويل أدوات اللعب لتناسب مع قدرات الناشئين.....26
- 3- تحويل قواعد اللعب لتناسب قدرات الناشئين.....26
- أهمية تحويل قواعد اللعب للناشئين.....26
- 4- تحويل تنظيمات اللعب لتناسب قدرات الناشئين.....26
- أهمية تحويل تنظيمات اللعب.....26

فصل الثاني: خصائص ومميزات الفئة العمرية

- 1-خصائص وسمات النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة29
- 1-1- النمو الجسمي29
- 1-1-1- الفروق الفردية29
- 2-1-النمو العقلي المعرفي30
- 3-1 النمو الحسي31

- 4-1- النمو الحركي 31
- 1-4-1- العوامل المؤثرة فيه 31
- 5-1- النمو الاجتماعي 32
- 6-1- النمو الانفعالي 32
- 2- الفروق الفردية بين الأطفال في السن (من 9 - 12 سنة) 33
- 1-2- الفروق الجسمية 33
- 2-2- الفروق الميزاجية 33
- 3-2- الفروق العقلية 33
- 4-2- الفروق الاجتماعية 33
- 3- مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (9 - 12 سنة) 33
- 4- حاجات الأطفال النفسية 34
- 5- بعض مشكلات مرحلة الطفولة المتأخرة (9 - 12) سنة 35
- 6 - أسباب الانطواء 35

الباب الثاني: الدراسة الميدانية.

الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

- 1- المنهج المستخدم 38
- 2- مجتمع البحث 38
- 1-2- عينة البحث 38
- 3- الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث 39
- 4- مجالات البحث 39
- 4- 1- المجال البشري 39
- 4-2- المجال المكان 39
- 4-3- المجال الزمني 39
- 5- أدوات البحث 40
- 6- الإختبارات 40
- أ- اختبار دقة التمرير القصير 40
- ب - اختبار دقة التمرير بالكور الثلاثة 41
- ج - اختبار السيطرة على الكرة 42
- د - امتصاص وكتم الكرة 43
- و- اختبار المراوغة 44
- الشروط العلمية للأداة 45

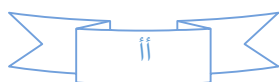
| | |
|---------|---|
| 45..... | 7- الوسائل الإحصائية..... |
| 45..... | أ- المتوسط الحسابي..... |
| 46..... | ب- الانحراف المعياري..... |
| 46..... | ج- اختبار توزيع ستيودنت..... |
| | الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج. |
| 49..... | عرض وتحليل نتائج المجموعة الضابطة والتجريبية..... |
| 58..... | الاستنتاجات..... |
| 59..... | مقارنة النتائج بالفرضيات..... |
| 60..... | - اقتراحات والتوصيات..... |
| 61..... | خاتمة..... |
| | مصادر ومراجع |
| | ملاحق |

الجدول

| الرقم | العنوان | الصفحة |
|-------|---|--------|
| 01 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتي الضابطة والتجريبية في اختبار دقة تمرير | 49 |
| 02 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتي الضابطة والتجريبية في لأختبار دقة التمرير بالكورة 3 | 50 |
| 03 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتي الضابطة والتجريبية في لأختبار السيطرة على الكورة | 51 |
| 04 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتي الضابطة والتجريبية في لأختبار لامتصاص الكورة | 52 |
| 05 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار المراوغة | 53 |
| 06 | نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في اختبار دقة تمرير | 54 |
| 07 | نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار دقة التمرير بالكورة 3 | 55 |
| 08 | نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار السيطرة على الكورة | 56 |
| 09 | نتائج بين الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار لامتصاص الكورة | 57 |
| 10 | نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار المراوغة | 58 |

الأشكال

| الرقم | العنوان | الصفحة |
|-------|---|--------|
| 01 | يوضح اختبار دقة التمرير | 40 |
| 02 | يوضح اختبار دقة تمرير بالكور 3 | 41 |
| 03 | يوضح اختبار سيطرة على الكرة | 42 |
| 04 | يوضح اختبار امتصاص الكورة | 43 |
| 05 | يوضح اختبار المراوغة | 44 |
| 06 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتي الضابطة والتجريبية في اختبار دقة تمرير | 49 |
| 07 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتي الضابطة والتجريبية في لأختبار دقة التمرير بالكورة 3 | 50 |
| 08 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتي الضابطة والتجريبية في لأختبار السيطرة على الكورة | 51 |
| 09 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتي الضابطة والتجريبية في لأختبار لامتصاص الكرة | 52 |
| 10 | نتائج الاختبار القبلي وبعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار المراوغة | 53 |
| 11 | نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في اختبار دقة تمرير | 54 |
| 12 | نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار دقة التمرير بالكورة 3 | 55 |
| 13 | نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار السيطرة على الكورة | 56 |
| 14 | نتائج بين الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار لامتصاص الكرة | 57 |
| 15 | نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية في لأختبار المراوغة | 58 |



الحائب التمهيدي

1 - المقدمة :

لا يختلف اثنان على أن الانسان درس الرياضة وحللها وابتكر قواعدها واقترح نظريات وطرق ممارستها ، كما قام بعدة أبحاث وتجارب في مختلف اختصاصاتها ومستوياتها وذلك بالإلمام بجميع العلوم المتعلقة بها ، ولذا فقد تعانقت كل الجهود العلمية الخبرات العملية نحو تطوير مستوى الأداء الرياضي .

و بما أن كرة القدم تحضى بشعبية هائلة على المستوى المحلي والعالمي، لذا فقد تعانقت كل الجهود العلمية والخبرات العلمية نحو تطوير مستوى الأداء لهذه اللعبة، ونحن نرى ارتفاع مستوى الفرق الرياضية يوماً بعد يوم وأصبح الأداء يتميز بدرجة عالية من الإتقان، ولكي نحقق هذا المستوى أو نلحق به ونسايره وجب معرفة الطريق الصحيح وتحديد الوسائل و الطرق والمحتوى المناسب وفقاً لما تتطلبه هذه الرياضة، وعلى ضوء ذلك يتم إعداد اللاعب منذ الصغر بالكم والكيف الذي يؤهله لان يكون لاعبا ذو كفاءة تمكنه من انجاز الواجبات الفردية والجماعية وحسن التصرف وسرعة اتخاذ القرار خلال المواقف المتباينة طوال زمن المباراة.(عفيفي، 2001)

في كرة القدم الحديثة الشيء المهم هو الأداء المهاري ، هذا ما يعني مهارة تقنية مكيفة مع اللعب وهي ظرفية لأننا لا نستعمل الحركة المناسبة إلا في الوقت المناسب ، مشرطة بمسار الخصم الزميل والظروف الجوية ففي الطفولة يجب وضع الأسس الرياضي المستقبلية ، لذا وجب علينا إختيار الطريقة الازمة لتعليم الناشئين الأخذ بعين الاعتبار تعطش الطفل الشديد للعب كأساس تعامل معه ، ولعب كرة القدم في مساحات مصغرة كإحدى هذه الطرق التي نستعملها في كرة القدم لما تشكله من إمكانية تحسين مستوى اللاعب ، هذا الأخير وحتى يصبح فردا لامعا في اللعبة وجب عليه أن يمتلك صفات مهارية عالية تؤهله إلى أن يكون في مصاف ممارسي هذه اللعبة التي أضحت تستقطب الملايين ، لذا وجب التفكير في تحسين وصقل بعض المهارات الأساسية القاعدية (كالتمرير ، والاستقبال و التحكم في الكرة و ...) قصد النهوض بمستوى مقتع للاعب الممارس لها(حماد، 1997، صفحة 260)

وعلى ضوء هذا فإن كرة القدم في المساحات المصغرة انتهجت كطريقة فعالة قد تساهم بشكل أو بآخر في إبراز هذا المستوى ما شد إلى محاولة معرفة مداها في إكساب الرياضي الفتى الممارس لبعض المهارات الأساسية لكرة القدم التي لا يستغنى عنها لدى كل من يمارسها ، وعلى ضوء كل هذا فقد جاء بحثنا الذي سنحاول من خلاله دراسة كيفية تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم بطريقة حديثة و

ناجحة ، من أجل تطوير اللاعبين من الجانب المهاري هذا ما حفزنا ودفعنا إلى اختيار هذا الموضوع .

ولهذا تمحور بحثنا حول فعالية المساحات المصغرة في تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لدى الناشئين صنف (9-12) سنة، وقصد الخوض في هذا الموضوع قمنا بتقسيم بحثنا إلى فصلين:

الباب الأول :

الفصل الأول: المهارات الأساسية في كرة القدم.

الفصل الثاني: تمحور حول و تدريب على المساحات المصغرة لدى الفئة العمرية (9-12) سنة.

الباب الثاني :

الجانب التطبيقي: الذي يتضمن فصلين .

الفصل الأول: تناولنا فيه الإجراءات الميدانية و الدراسة الاستطلاعية و المنهجية المتبعة أثناء البحث .

الفصل الثاني : تناولنا فيه عرض و تحليل نتائج الإختبارات إضافة إلى خلاصة عامة و كذا الاقتراحات و التوصيات .

حيث إعتمدنا في بحثنا هذا على المنهج التجريبي المعتمد على إختبارات مهارية التي تسعى إلى تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم لناشئي نادي شباب مشرية، فتوصلنا فعلا إلى أن المساحات المصغرة لها فعالية كبيرة في تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم. فقد تم ضبط المتغيرات البحث على متغير مستقل (المساحات المصغرة - كرة القدم) ومتغير تابع (المهارات الأساسية).

2 - مشكلة البحث:

لقد ظهر في عصرنا الحالي تطورا كبيرا في مستوى أندية كرة القدم التي تحنل شعبية هائلة على جميع المستويات في العالم ، لذا تعانقة جل الجهود والخبرات العلمية نحو تطوير مستوى الأداء لهذه اللعبة على تحسين وتطوير كرة القدم .

و التطور الكبير لكرة القدم الحديثة أصبح يعرض على اللاعبين واجبات ومهام من جميع النواحي خاصة المهارات منها ، وتغير طرق و مناهج التدريب بشكل نستطيع القول أنه جدرى مما إضطر على المدربين إلى إعداد اللاعبين من أجل أداء الواجباتهم ككل بفعالية ، أي أصبح العلم هو المسيطر على هذه الرياضة ، التي تجبر المدرب على إعداد برامج تدريبية أو التمرينات و خطط التي تطور و تنمي اللاعب بما يتكيف و يتناسب مع هذا التطور الحاصل.

وتعتبر المهارات الأساسية أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية، إذ تعتبر قاعدة أساسية للعبة وبدون إتقانها لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة. (عبد، 2002، صفحة 127)

و قد ركزت جل الدراسات الحديثة على تنمية هذه الصفات مهارية للاعب وقد اختلفت طرق ومناهج التدريب لتنمية وتطوير مهارات كرة القدم و طرق لعبها

ومن بين طرق تنمية هذه الصفة إعتمة أكبر المنتخبات والأندية التدريب في مساحات مصغرة لأنها أساس لإكساب اللاعب العديد من التركيبات التكنيكية اي مهارية المختلفة حيث تساعد اللاعب على التصرف في ظروف صعبة كصغر مساحة اللعب ، مع تضيق الخناق من لاعبي الفريق الخصم وسرعة اللاعب على الإنتقال لأخذ الأماكن المناسبة و إتقان التمريرة السريع والمناسب و كذا كيفية المحافظة على الكرة والسيطرة عليها و تغيير الأماكن و حجز الخصوم و يمكن أن تتم هذه بأعداد متساوية 2 ضد 2 أو مختلفة 3 ضد 2 أو 3 ضد 5 ، (البيك، 2008، صفحة 129)

ومن خلال تلك المساحات الضيقة يقوم اللاعب بلمس الكرة أكبر قدر ممكن من التكررات و هذه التكررات تولد له الاولية التي هي المرحلة الاخيرة في عملية التعلم هذا ما ينتج عنه الدقة و السرعة في الأداء.

هذا ما دفعنا إلى التطرق لهذا الموضوع بالدراسة و طرح التساؤل التالي :

- السؤال العام :

- هل التدريب على المساحات المصغرة يساهم في تطوير المهارات الأساسية لكرة القدم لدى الناشئين (09-12 سنة)؟

3 - أهداف البحث :

الهدف العام :

- الكشف عن فعالية التدريب على المساحات المصغرة في تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم (09-12 سنة).

4 - الفرضية :

- الفرض العام:

- التدريب على المساحات المصغرة له فعالية في تطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم (09-12 سنة).

5 - مصطلحات البحث :

- المساحات المصغرة :

هي عبارة عن أماكن التدريب يقوم المدرب بتدريب لاعبيه و محاولة تكييفهم معها وهذا راجع الى صعوبة التدريب فيها .

حيث أن المساحات المصغرة تكون فيها المساحات الخاصة باللعب قليلة و الفرص غير متاحة والتفكير و التنفيذ يكونان سريعان بالنسبة للحائز على الكرة أو غير الحائز هي أساس لإكساب اللاعب العديد من التركيبات التكتيكية أي المهارية المختلفة حيث هي أساس سرعة إحساس اللاعب على الإنتقال لإخذ الأماكن المناسبة و إتقان التمريرة السريعة المناسبة و كذا كيفية المحافظة على الكرة و تغيير الأماكن و حجز الخصوم. (البيك ع، 2008، صفحة 129)

- المهارات الأساسية :

المهارات الأساسية في كرة القدم هي عبارة عن نوع معين من العمل والأداء يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق الأداء البدني الخاص. (عبده، 2002، صفحة 128)

- كرة القدم:

لغة:

كرة القدم foot ball هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بال: regby أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى soccer

اصطلاحاً:

كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها "رومي جميل": (كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع. (جميل، 1986، الصفحات 50-51)

- مرحلة الطفولة:(9-12)سنة :

تعرف أيضا باسم الطفولة المتأخرة كما يطلق عليها كذلك اسم مرحلة قبل المراهقة وهي تبدأ من سن تسعة سنوات و تنتهي بالتقريب عند سن الثانية عشر من العمر.

وقد تعتبر هذه المرحلة مرحلة تمهيد للبلوغ والدخول في سن المراهقة لذلك تتميز ببطء في معدل وفي نسبة النمو في عدة جوانبه غير أن الطفل مع ذلك يكتسب فيها المهارات والخبرات الضرورية واللازمة لتوافقه وللتكيف مع شؤون الحياة الاجتماعية. (الوافي، 2006، صفحة 144)

تبدأ هذه المرحلة عند الطفل بتميزه للأشياء على أساس عقلي بحيث يستطيع الربط بين الأشياء ذات التكوين المتشابه كما أنها فترة تنضج فيها قدراته اللغوية ومهاراته البدنية بحيث يقل ميله للخيال الجامع ويظهر في هذه المرحلة اعتماده على نفسه فيسعى إلى ما يقوي هذا الجانب لديه بالإضافة إلى حبه لتقليد الكبار في آدابهم كما تتميز بحب الاستطلاع والمعرفة لدى الطفل والتي تكون في أوجها. (عوسي، 1994 ، صفحة 43).

6 - الدراسات المشابهة :

إن التطرق إلى الدراسات السابقة بالعرض هو عامل مساعد للباحث وهذا لمعرفة ما وفروه من آراء ونظريات ومعارف ومعلومات، ولكي لا يكرر ما درسوا وينطلق من حيث توقفوا.

بعد الإطلاع على الدراسات السابقة والمشابهة لموضوع دراستنا وجدنا أن من بين المواضيع التي اهتمت بدراسة المساحات المصغرة وفعاليتها على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم، والتي هي قريبة لموضوع دراستنا والتي تخدمه من قريب أو من بعيد وهذه المواضيع لخصناها كما يلي:
الدراسة الأولى :

- دراسة بحري ميلود وبرابح عبد القادر 2014-2015 (ماستر في التدريب الرياضي).

عنوان: تحت عنوان أثر التدريب في الملاعب المصغرة على تنمية تحمل الاداء لدى ناشئي كرة القدم أقل من 13 سنة (U-13)

مشكلة البحث: ما مدى تطور تحمل الاداء لدى ناشئين من خلال التدريب في الملاعب المصغرة ؟

فرضيات البحث : الوحدات التدريبية في الملاعب المصغرة تؤثر ايجابا على رفع مستوى تحمل الاداء لدى ناشئي كرة القدم

اهداف البحث : كشف مستوى تحمل الاداء البدني المهاري لدى ناشئي عينة البحث

منهج البحث : بحث تجريبي

العينة: أجري على لاعبي دائرة خير الدين .

الأدوات المنتهجة : إختبارات .

النتائج المتوصل إليها : اقتراح برنامج تدريبي في الملاعب المصغرة لتطوير تحمل الأداء لدى ناشئي كرة القدم أقل من 13 سنة .

أهم توصية : ضرورة إستخدام تدريبات في الملاعب المصغرة في برنامج تدريب الناشئين لما لها من تأثير إيجابي في تنمية تحمل الأداء الحركي لدى هذه الفئة .

النقد والتعليق على الدراسة السابقة :

من خلال الدراسة السابقة يتضح لنا الطالبان تناولوا أثر التدريب في الملاعب المصغرة على تنمية تحمل الاداء لدى ناشئي كرة القدم أقل من 13 سنة أما دراستنا فكانت حول تنمية وتطوير الجانب المهاري وهذا لم يأتي به الطالبان ونضرا لأهمية هذه الدراسة مما جعلنا نتناول هذا البحث .

الدراسة الثانية :

● دراسة سريري جمال و بودور هشام 2007/2006 ليسانس في التربية البدنية والرياضية

عنوان: دراسة تأثير كرة القدم المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين من (11 – 13) سنة .

● مشكلة الدراسة:

- هل كرة القدم المصغرة طريقة ناجحة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين (11-13) سنة؟

- ما مدى تأثير كرة القدم المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم؟

● فرضيات الدراسة:

- كرة القدم المصغرة يمكن أن تكون طريقة حديثة وناجحة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم.

- المساحات الصغيرة تساهم في التحكم على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم التي تتطلب الدقة والمهارة في الأداء.

أهداف الدراسة:

▲ دراسة كرة القدم المصغرة كطريقة تعليمية حديثة تساعد في تنمية المهارات الأساسية خصوصا في هذا السن الحساس من (11 - 13) سنة الذي يميز الطفل باستعدادات مهارية قابلة للنمو والتطور.

▲ دراسة الممارسة الفعلية لطريقة كرة القدم المصغرة أثناء الحصص التدريبية. جعل دراستنا مرجعا مساعدا للباحثين في الميدان الرياضي

منهج البحث: تجريبي

العينة : قمنا باختيار عينة عشوائية (فريق وفاق المسيلة).
الأدوات المستعملة: الوسائل الإحصائية، الاختبارات

النتائج المتوصل إليها: طريقة كرة القدم المصغرة تعتبر طريقة حديثة وناجحة، حيث تساهم بشكل فعال في تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم.
أهم التوصية :

يجب تعليم المهارات الأساسية خلال هذه الفترة، لأن الطفل في هذه المرحلة تكون له القابلية والفهم السريع
التعليق على الدراسة :

من خلال الدراسة السابقة يتضح لنا ان الطلبة تناولوا دراسة تأثير كرة القدم المصغرة على تعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لدى الناشئين من (11 – 13) سنة وركز على هذه الفئة العمرية و أكد على انها هي اساس مرحلة التعلم إلا ان دراستنا تطرقت الى مرحلة الطفولة المتأخرة 09-12 سنة كمرحلة تعلم.

الجانب النظري

الفصل الأول

المهارات الأساسية في كرة القدم

1 - تمهيد

في كرة القدم الحديثة تعتبر المهارات الأساسية قاعدة مهمة لأداء اللعبة، حيث تلعب دورا كبيرا في تحقيق نتائج إيجابية لصالح الفريق، وتؤثر تأثيرا مباشرا في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى إرباك الخصم وعدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب والأداء، وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية لأعضاء الفريق أن يأخذ زمام المبادرة دائما بالتواجد في أماكن ومواقف جيدة تسهل له القدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى الخصم وإحراز الأهداف.

2- مفهوم المهارة:

لفظ مهارة SKILL يشير إلى الأداء المتميز ذو المستوى الرفيع في كافة مجالات الحياة، وهو بذلك يشمل كافة الأداءات الناجحة للتوصل إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والدقة.

هناك ثلاث أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية cognitive skill مثل: الحساب، الجبر، الهندسة.
- مهارات إدراكية perceptualskill مثل: مهارات إدراك أشكال معينة- مهارات حركية motorskill مثل: المهارات الرياضية.

2-1 مفهوم المهارات الأساسية

المهارات الأساسية في كرة القدم هي عبارة عن نوع معين من العمل والأداء. يستلزم استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه لتحقيق الأداء البدني الخاص. وهي بهذا الشكل تعتمد أساسا على الحركة وتتضمن التفاعل بين عمليات معرفية وعمليات إدراكية وجدانية لتحقيق التكامل في الأداء.

3- المهارات الأساسية القاعدية بالكرة:

3-1- التمرير:

التمرير وسيلة ربط أولية بين لاعبين أو أكثر، تسمح بتفادي لاعبي الخصم ووضع الزميل في الوضعية المفضلة من أجل أداء حركي محدد (التصويبان إجابة الفريق للتمرير من العوامل التي تساعد على السيطرة على مجريات اللعب، كذلك تساعد على تنفيذ الخطط الهجومية المختلفة وكذلك الدفاعية، كما أنها تكسب الفريق

الثقة في النفس وتزعزع ثقة الفريق المنافس في نفسه، كما أن دقة ونجاح التمرير يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالسيطرة على الكرة، ولا بد من تعليم الناشئ أولوية الاتجاه في التمرير، بحيث يركز الناشئ على أداء التمرير كالتالي

أ- التمرير الأمامي: يعتبر التمرير للأمام هو مفتاح التمرير الخططي فهو يكسب المهاجمين مساحة للتحرك للأمام بالإضافة إلى أنه يساعد على التخلص من الكثير من المدافعين .

ب- التمرير العرضي: أما إذا لم يكن في إمكان اللاعب تمرير الكرة للأمام فإنه يمرر الكرة بالعرض إلى زميل آخر يستطيع تغيير اتجاه اللعب أو يستطيع التمرير للأمام.

ج- التمرير للخلف: أما آخر خيار أما اللاعب فهو التمرير للخلف وفيها يمهد اللاعبون لتنظيم صفوفهم لبدأ الهجوم أو لتهيئة الكرة للزميل يلعبها للخلف حتى يستطيع التصويب على مرمى المنافس وينبغي التدرج في تعليم التمرير للناشئ كالاتي:

- التمرير بعد إيقاف الكرة (بعد أكثر من لمسة) بدون منافس.

- التمرير بعد إيقاف الكرة بوجود منافس سلبي.

- التمرير تحت ضغط المنافس من خلال التقسيمات المصغرة.

وعند التدريب على مهارات التمرير يراعى التركيز على متابعة الناشئ لمواقف اللعب المتغير والتحركات الخاصة بالزملاء والمنافسين وفي أماكن اللعب التي يتم منها الأداء الخططي وذلك قبل أن تأتي الكرة إليه. كما أنه من الضروري تعود الناشئ على اختيار الزميل المناسب لتنفيذ الأداء الخططي عند التمرير وأن يكون التمرير من خلال موقف ملائم يضمن نجاحه، بمعنى أن لا يتعرض مسار الكرة الممررة للزميل أي منافس يغير من هذا المسار فتصل بعيدة عن الزميل وفي مكان يسهل فقد الكرة، وأيضا عند التدريب يراعى التنبيه باستمرار لدى الناشئين بأهمية استخدام نوع التمرير المناسب للموقف أي ما يضمن الدقة والأمانة لوصول الكرة للزميل بالإضافة إلى اختيار الناشئ للحظة المناسبة لأداء التمرير وقد يكون متأخرا فيضغط عليه المنافس مما يؤدي إلى صعوبة الأداء وإعطاء الفرص للمدافعين وتغطية مساحات كانت خالية وتصلح للتمرير، كما لا بد أن لا يكون التمرير أسرع من اللازم وقبل أن يكون الزميل مستعدا لاستقبال الكرة، وأيضا أن يستخدم الناشئ القوة. اللازمة لوصول الكرة لمكان

الزميل وبما يمكنه لاستحواذ عليها أو تصويبها أو تمريرها وأن تكون في مساحات صغيرة .

3-2- استقبال الكرة:

استقبال الكرة هو إخضاع الكرة تحت تصرف اللعب والهيمنة عليها وجعلها بعيدة عن متناول الخصم وذلك للتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسب ظروف المباراة والسيطرة على الكرة تتم في جميع الارتفاعات والمستويات سواء كانت الكرات الأرضية أو المنخفضة الارتفاع أو المرتفعة، كذلك فإن السيطرة على الكرة تتطلب توقيتاً دقيقاً للغاية وحساسية بالغة من أجزاء الجسم المختلفة للاعب والتي تقوم بالسيطرة على الكرة بسرعة عالية ثم حسن التصرف فيها بحكمة وهذا يتطلب من اللاعب كشف جوانب الملعب المختلفة، كذلك يمكن القول أن هذه المهارة يجب أن يؤديها كلا من المهاجم والمدافع بدرجة كبيرة من الإتقان والتحكم لما لها من أهمية بالغة في إخضاع الكرة لسيطرة اللاعب.

3-2-1- مبادئ عامة يجب أن تراعى أثناء السيطرة على الكرة:

هناك مبادئ وأسس عامة يجب على اللاعب أن يتبعها أثناء قيامه بالسيطرة على الكرة وهي ضرورة سرعة التحرك للسيطرة على الكرة ولنجاح ذلك يجب أن يتبع التالي:

- أن يقوم اللاعب بوضع جسمه في الاتجاه المباشر لمكان استقبال الكرة.
- التحرك بسرعة في اتجاه الكرة وليس انتظار وصولها إليه خصوصاً في المواقف التي يكون فيها الخصم قريباً من اللاعب.
- الإهتمام بتوازن الجسم أثناء السيطرة على الكرة مع شدة الانتباه والتركيز في مهام ابتعاد الكرة عن اللاعب بعد السيطرة عليها.
- أن يقرر بسرعة وفي وقت مبكر أي جزء من أجزاء الجسم سوف يستخدمه في السيطرة على الكرة.
- ضرورة استخدام أكبر مسطح من الجسم للسيطرة على الكرة دون حدوث أي أخطاء فنية لحظة السيطرة على الكرة.

- يجب على اللاعب قبل استلامه للكرة والسيطرة عليها أن يكون قد اتخذ القرار السليم في حسن التصرف في الكرة حسب مقتضيات الظروف المحيطة بالوقت أثناء المباراة.

- يجب مراعاة استخدام جزء من الجسم الذي يقوم بالسيطرة على الكرة مع مراعاة سرعة تحرك الكرة أثناء السيطرة عليها.

- عدم ابتعاد الكرة من اللاعب الذي يقوم بالسيطرة عليها أكثر من اللازم خرفا من حصول الخصم عليها.

وغالبا ما يستخدم إيقاف الكرة بباطن القدم في السيطرة على الكرة المتدحرجة، إذ أن الجسم يكون في هذه الحالة أخذا وضع ضرب الكرة بباطن القدم في نفس الوقت مما يمكن اللاعب من ركل الكرة بباطن القدم بسرعة، وخاصة أن أسلوب اللعب الحديث يقتضي من اللاعب ذلك.

3-3-المراوغة:

هي فن التخلص من الخصم وخداعه مع قدرته على تغيير اتجاهه وهو يحتفظ بالكرة بسرعة مستخدما بعض حركات الخداع التي يؤديها إما بجذعه أو بقدميه، وهي سلاح اللاعب وعامل أساسي في تنفيذ الخطط الهجومية الفردية والجماعية.

والمراوغة تعتبر من أصعب المهارات الأساسية في كرة القدم، لذلك يجب أن يجيدها المهاجم والمدافع على حد سواء مع احتفاظ كل لاعب بأسلوبه المميز في مهارة المراوغة، ولكي يتحقق ذلك يجب يقوم بها في مساحات صغيرة. وفي كرة القدم الحديثة تعتبر مهارة المراوغة أقل أهمية من مهارات التمرير والسيطرة على الكرة لأنها غالبا أقل بطئ، وتأثر في اكتساب مساحة خالية من مهارة التمرير التي تتصف بالسرعة والدقة، وبالرغم من ذلك فإنه يوجد كثير من المواقف اللعبية التي تسمح للاعب المستحوذ على الكرة أن يؤدي مهارة التمرير بحرية نتيجة الدفاع الضاغط من الخصم في مساحات صغيرة أو استخدام الفريق المنافس لمصيدة التسلل كخطة دفاعية ويصبح الحل الأمثل لاكتساب مساحة جديدة والتغلب على المواقف السابقة هو إجادة اللاعب للمراوغة.

وبالرغم من أهمية المراوغة للفريق فإنها سلاح ذو حدين، فإذا أجاد لاعبي الفريق في استخدام طرق المحاورة بنجاح فإن ذلك يعتبر مفيدا من الناحية الخطئية للفريق لأنه ينقص من عدد المدافعين للفريق الأخر بالإضافة إلى اكتساب المهاجم الثقة بالنفس

وعلى الجانب الآخر فإن سوء استخدام المراوغة وأدائها بصورة غير مجدية يؤدي إلى هدم خطط الفريق الهجومية وإهدار الفرص في امتلاك الكرة..

ومن أهم صفات وشروط المراوغة الناجحة ما يلي:

- اختيار الطريقة المناسبة للموقف اللعبي والتي غالباً لا يتوقعها المنافس.
 - قدرة اللاعب المهاجم على إقناع الخصم المدافع بتحريك خادع.
 - أن تتصف المراوغة بعنصر المفاجأة.
 - قدرة اللاعب المهاجم على تغيير أوضاع جسمه بسرعة ورشاقة.
 - قدرة اللاعب المهاجم على استخدام أكثر من نوع وطريقة للمراوغة .
 - قدرة اللاعب المهاجم على تغيير سرعة ريثم الأداء.
 - تمتع اللاعب بحسن استخدام التوقيت السليم للقيام بعملية المراوغة أمام الخصم.
- وهناك عدة طرق للمراوغة هي:
- المراوغة من الأمام.
 - المراوغة من الجانب.
 - المراوغة من الخلف .

وعلى ضوء ذلك يجب على الناشئ أن يفهم ما يلي:

- أن تتناسب طريقة المراوغة مع الموقف، مثل المسافة المتاحة أو اتجاه المدافع صوب المهاجم وعلى ذلك يتدرب الناشئ على أنواع المراوغات الممكنة كلها وتترك له الحرية في اختيار ما يناسبه أثناء المباراة.
- أن يتعلم الناشئ كيفية حماية الكرة من المنافس.
- أن يدرك الناشئ ماذا سيفعل بعد المراوغة مثلاً: التمرير للزميل أو التصويب

4- أفضل مرحلة عمرية لتعلم المهارات:

- تعلم المهارات غالبا ما يتم في مرحلة الناشئين.
- معظم اللاعبين خاصة الناشئين يجيدون أداء مهارات معينة ولا يجيدون أداء البعض الآخر.
- من الأهمية أن يتعلم الصغار أداء المهارات بصورة صحيحة ويتدرج صحيحة.

1-4- مراحل تعلم المهارات والتقدم بها حتى الآلية:

يتم تعلم المهارات من خلال ثلاث مراحل رئيسية كما يلي:

- المرحلة العقلية.

- المرحلة العملية (التطبيقية).

- المرحلة الآلية.

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

5- كرة القدم

تعتبر كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضية انتشارا في العالم و أقدمها شهرة. فالآلاف من عشاقها يذهبون إلى الملاعب لتشجيع فرقهم المفضلة ، بينما الملايين من الناس يشاهدون هذه الرياضة على التلفاز، حيث يعتبر كأس العالم لكرة القدم أكبر محفل دولي في مجال هذه اللعبة الرياضية، و يطمح كل بلد في العالم في الحصول عليه، وقد مرت تلك الرياضة بعدة تطورات هائلة إلى أن وصلت إلى ما عليها من متعة وتكتيك حديث ودراسة، كما مرت بعدة مراحل تطورت فيها من ناحية قوانينها وطريقة لعبها ونظرة العالم لها .

1-5 تعريف كرة القدم:

هي لعبة جماعية تتم بين فريقين, كل فريق من احد عشر لاعبا, يستعملون كرة منفوخة مستديرة, ذات مقياس عالمي محدد, في ملعب مستطيل ذو أبعاد محددة, في كل طرف من طرفيه مرمى الهدف, ويحاول كل فريق إدخال الكرة فيه على حارس المرمى للحصول على هدف. (سليمان، 1998، صفحة 09)

2-5 كرة القدم في المغرب العربي:

عرفت دول المغرب العربي كرة القدم عن طريق الجيوش الفرنسية والاطالية المحتلة لها, وأنشأت لها الفرق والأندية وأقامت مباريات عديدة سواء بين الفرق المحلية أو بين هذه الفرق, وفرق الجيوش الأجنبية, وكونت لها اتحاديات خاصة ترعى شؤونها وتشرف على دوراتها.

وتعد فرق المغرب والجزائر وتونس في مستوى الفرق العالمية خاصة إذا علمنا أن المنتخبات الفرنسية لسنوات قليلة خلت كانت جزائريين يعتبرون في مصاف اللاعبين الممتازين في العالم. (فيصل رشيد عياش الديلمي، 1997، الصفحات 06-08)

5-2-1- خصائص الكرة:

- كروية الشكل.
- مصنوعة من الجلد.
- محيطها 70سم فاكثر و68سم على الأقل.
- وزنها 450 على الأكثر و410غ على الأقل في بداية المباراة.
- ضغطها يتراوح ما بين 0.6 و0.1 ضربة

5-2-2 منافسات أساسية :

في كل مباراة تنافسية في إطار منافسات رسمية من الفيفا أو منافسات منظمة من طرف الاتحادية والشركات الوطنية حيث يمكن استبدال ثلاث لاعبين على الأكثر، قواعد المنافسة: يجب أن تحدد عدد اللاعبين المستبدلين بين ثلاث على الأقل وسبعة على الأكثر.

5-3- تجهيز اللاعبين: (plaet، 2001، صفحة 70)

5-3-1. الأمن: لباس اللاعبين لا يجب أن يعبر عن خطر معين بالنسبة لأنفسهم أو بالنسبة للآخرين.

5-3-2. تكوين أو تجهيز القاعدة: التجهيز القاعدي لكل لاعب يتطلب:

- قميص.
- سراويل (إذا كان اللاعب يحمل التواءات أو انكسارات).
- جوارب.

- حامي العظام(عظام الساق).

- أحذية.

حامي عظام الساق يجب أن يكون:

- مغطى بالجوارب.

- مطاطي.

- يعطي حماية كافية.

5-6. وقت وزمن المباراة:(plaet، 2001، صفحة 128)

5-6-1. مدة اللعب:تتكون مدة مباراة كرة القدم من مرحلتين أو شوطين مدة كل شوط 45دقيقة

5-6-2. نصف الزمن:للاعبين الحق في فترة راحة بين الفترتين .

- هذه الفترة يجب أن لا تتجاوز 15 دقيقة.

- هذه الفترة لا يمكن تغييرها إلا بموافقة الحكم.

5-7-7 بدء واستئناف اللعب:(plaet، 2001، صفحة 138)

5-7-1. الاقتراع:يقوم الحكم بعملية الاقتراع باستعمال قطعة نقدية على الأقل.

يختار كل قائد فريق جهة من جهات القطعة النقدية حيث يربح الاقتراع قائد الفريق الذي ظهرت الجهة التي اختارها من الأعلى .

5-7-2. ضربة الإرسال :ضربة الإرسال هي إجراء من اجل استئناف اللعب :

- في بداية المباراة

- بعد تسجيل هدف.

- في بداية المرحلة الثانية للمباراة.

- في بداية كل شوط من الشوطين الإضافيين.

5-8. الكرة في اللعب أو خارج اللعب:

تكون الكرة خارج اللعب:

- عندما تعبر بأكملها خط المرمى أوخط التماس سواء في السماء أو على الأرض

- عندما يوقف الحكم اللعب وتكون الكرة في اللعب في جميع الأوقات الأخرى من

بداية المباراة إلى نهايتها. (plaet، 2001، صفحة 158)

6- .التسلل :

يعتبر اللاعب متسللا إذا كان أقرب لخط مرمى خصمه من الكرة في لحظة لعب الكرة إلا :

- إذا كان اللاعب في نصف الملعب الخاص بفريقه .

- إذا كان هناك لاعبان منافسان أقرب لخط مرماهما منه .

- إذا كان آخر من لمس الكرة أو لعبها أحد المنافسين .

- إذا وصلت اللاعب الكرة مباشرة من رمية تماس.

7- الركلة الحرة :

تنقسم الركلة الحرة إلى قسمين :

1-7. ركلة حرة مباشرة: وهي التي يمكن تسجيل هدف منها مباشرة في مرمى الفريق المنافس (بناء على ذلك إذا سجل لاعب هدفا مباشرا من هذه الركلة في فريقه لا يحتسب هدفا وتحتسب ركلة ركنية ضد اللاعب)

2-7. ركلة حرة غير مباشرة: وهي التي لا يمكن تسجيل هدف منها إلا إذا لمس الكرة أو لعبها لاعب آخر غير الذي ركلها قبل أن تدخل المرمى , ويجب ملاحظة الآتي عند أخذ الركلة الحرة :

- أن تكون ثابتة .

- أن لا يلعبها الراكل مرة أخرى قبل أن يلمسها لاعب آخر

- أن تسير الكرة قدر محيطها حتى تصبح في الملعب .

- أن يقف جميع لاعبي الفريق المنافس على بعد 10 ياردة من الكرة

الركلة الحرة غير المباشرة ضد الفريق داخل منطقة جزأه يقف الفريق المدافع على خط مرماهم بين قائمي المرمى .

ومن هنا إذا سجل لاعب هدفا في مرماه شخصا مباشرة من ركلة حرة مباشرة بدون أن يلمسها لاعب ما تعتبر ركلة ركنية ضد اللاعب وليست هدفا.

8- خطط اللعب :

خطط اللعب تعني : قدرة كل لاعب ، والفريق ككل ، في العمل كوحدة خلال المباراة ، وذلك باستخدام المباراة الأساسية في تحركات بغرض محاولة تسجيل أكبر عدد من الأهداف ، وفي نفس الوقت مع الفريق المضاد من تسجيل أي هدف في مرمى الفريق .

ويمكن تقسيم خطط اللعب :

خطط فردية هجومية ودفاعية .

خطط جماعية وخطط الفريق الهجومية والدفاعية .

وهذا التقسيم وتفرعه يعني وضع واجبات معينة مناسبة لكل لاعب من خلال العمل الجماعي . بمعنى أنه لو قام لاعب بأداء الخطط الفردية وليس في إطار العمل الجماعي فإن تأثيره سيكون سلبي على أداء الفريق مما يعرقل فاعليته ووصوله للنصر ، وخطط اللعب الفردية لكل لاعب ترتبط ارتباطا وثيقا بخطط اللعب الفردية

لزميله اللاعب الآخر ، وهذا يجعل العمل جماعيا بين الإحدى عشر لاعبا . ومباراة كرة القدم تصبح مسلية ومبهجة مادام أن هناك هجوما من الفريقين المتنافسين في محاولة تسجيل أكبر عدد من الأهداف . وفي نفس الوقت يقوم كل دفاع بمحاولة منع هجوم الفريق المضاد من تسجيل أي هدف في مرماه.(مختار، 1991، صفحة 98)

9- أهم منافسات كرة القدم في الجزائر:

تختلف منافسات كرة القدم حسب إختلاف المستويات التي تلعب فيها الفرق أو كذلك حسب الرقعة الجغرافية التي تنظم على مستواها (ولائي، وطني)

وعلى المستوى الوطني الجزائري تنقسم إلى:

9-1. منافسات البطولة:

وهي دورات رياضية طويلة المدى، تلعب على مرحلتين متساويتين من حيث عدد المباريات لكل مرحلة، وتفصل بينهما فترة راحة تدعى بمرحلة " الميركاتو" وتقوم فيها الفرق بإستقدام اللاعبين وتسريح آخرين أي إعادة النظر في لاعبي الفريق إن كان ذلك ملائم. وكذلك معالجة الإصابات، وإستغلالها في إعطاء الراحة والإسترجاع للاعبين والتحصير الجيد لموصلة المرحلة الثانية من البطولة.

ولعل ما يميز هذه المنافسات هو لعبها على شكل ذهاب و إياب من جهة، وكذلك إختلاف المستويات التي تنشط فيها الفرق المشاركة، فكل فريق يلعب في بطولة المستوى الذي تنشط فيه و إختلاف الأهداف أيضا وهذه المستويات هي:

9-1-1. منافسات بطولة القسم الأول:

وتضم (16) ستة عشر فريقا، والتنافس في هذه البطولة من أجل الحصول على المراتب الأربعة الأولى، حيث أن الفريق الحائز على المرتبة الأولى يتوج ببطولة العام الوطنية بالإضافة إلى حصوله على شارة المشاركة في المنافسة القارية و التي تتمثل في

منافسة " كأس رابطة أبطال إفريقيا" والفريق المتحصل على المرتبة الثانية يشارك في نفس المنافسة القارية والمتحصل على المرتبة الثالثة تعطى له شارة المشاركة في منافسة قارية أخرى وهي " كأس الكونفيدريالية الإفريقية " (C.A.F)، أما الفريق المتحصل على المرتبة الرابعة فيحصل على شارة المشاركة على المستوى العربي في "الكأس العربية الممتازة"، وتلعب باقي الاندية بكل إمكاناتها من أجل الإبتعاد على المراكز الثلاثة الأخيرة لتجنب السقوط إلى القسم الأدنى " القسم الثاني " .

أما فيما يخص التحكيم فإن إدارة هذه المباريات يكون من طرف حكام فيديرا لين ودوليين يتم تعيينهم من طرف لجنة التحكيم الوطنية.

9-1-2 منافسات بطولة القسم الثاني:

وتضم هذه البطولة ثمانية عشر(18) فريقا، و يتم التنافس فيها على المراتب الثلاثة الأولى بهدف الصعود إلى القسم الأعلى " القسم الأول ". والإبتعاد عن المراتب الثلاثة الأخيرة قصد تفادي السقوط إلى القسم الأدنى (قسم ما بين الرابطات) ويكون التحكيم في هذه المنافسات بحكام فيدراليين ودوليين معينين من طرف لجنة التحكيم الوطنية.

9-1-3. منافسات بطولة ما بين الرابطات:

وهي تحتوي ثلاث مجموعات عن المستوى الوطني، وكل مجموعة تضم 16 فريقا هي الفرق المتحصلة على المرتبة الأولى في مجموعتها على المستوى الجهوي الأول، ويتم التنافس فيها من الحصول على المراتب الأولى قصد الصعود إلى القسم الثاني، والإبتعاد على المراتب الأخيرة لتفادي السقوط إلى القسم الأدنى. وتدار مباريات هذه المنافسة أو البطولة من قبل حكام ما بين الرابطات و حتى حكام الدرجات العليا إن اقتضت الضرورة مثلما هو الأمر في المباريات الصعبة ويتم تعيينهم من طرف (FAF)

9-2 منافسات كأس الجمهورية:

تتميز مبارياتها على مباريات البطولة كونها إقصائية بالنسبة لكل الأقسام ولكل الأدوار، وتبدأ هذه المنافسات على مستوى الأقسام الدنيا (الولائي- الجهوي – ما بين

الرابطات) ويديرها حكام جهويين وولائيين وحكام ما بين الرابطات ويتم تعيينهم من طرف الرابطات المعنية وهذا في الدور التمهيدي. بعدها تشارك الفرق المتأهلة من هذا الدور مع فرق القسمين الأول والثاني في عملية القرعة. ويديرها حكام ما بين الرابطات وحكام فيدراليين ودوليين حسب نوعية المباراة ودرجات صعوبتها، وهذه المباريات تلعب في ملاعب محايدة ، ويتم تعيين الحكام و الملاعب التي تلعب فيها المباريات من طرف (FAF)

وتجرى هذه المنافسات على نفس الوتيرة إلى غاية الدور النهائي الذي يلعب غالبا في الملعب الأولمبي "ملعب 5 جويلية" ، ويكون تاريخ إجرائها غالبا متزامنا مع عيد وطني وهو "عيد الاستقلال" وبحضور شخصيات وطنية إضافة إلى رئيس الجمهورية، ويدير هذا النهائي حكام دوليين يتم تعيينهم من طرف (FAF).

3-9. منافسات الكأس الممتازة:

وتجمع بين الفريق الحائز على البطولة الوطنية للقسم الأول مع الفريق المتوج بالكأس الجمهورية في نفس العام ويديرها حكام دوليين معينين من طرف (FAF).

إضافة إلى هذه المنافسات هناك المنافسات الودية، وهي عبارة عن منافسات إما تقييمية لدرجة تحضير الفرق أو إنتقائية لإنتقاء العناصر الشابة والوقوف على إمكانات لاعب أو فريق ما وهي تنحصر غالبا على فرق المستويات العليا ك فرق القسم الأول والثاني وكذلك الفريق الوطني.

ملاحظة: تنص المادة 99 من النظم العامة لكرة القدم على

- نظام مختلف المنافسات و البطولات قديم التعديل فيه بقرار من المكتب الفيدرالي بعد إجتماع أعضائه (La fédération Algériens de foot ball ، 2006 ، صفحة 33)

خلاصة:

بعد الاطلاع على كرة القدم والتعرف على تاريخها وقوانينها ومبادئها واهم منافسات كرة القدم كما يمكن أن استنتج أن لعبة كرة القدم هي لعبة ذات تاريخ قديم ، كما يمكننا الاستنتاج إن هذه الرياضة هي رياضة منظمة تحكمها قوانين مضبوطة و متفق عليها، وقد بلغت من الشهرة ما يجعلها تحتل المرتبة الأولى من حيث الشعبية واستقطاب الجماهير في العالم، فلا تزال كرة القدم تستقطب العديد من متبعيها، فهي محبوبة الجماهير على اختلاف البلدان والأجناس.

الفصل الثاني

تدريبات المساحات الصغيرة

لدى الفئة العمرية 9_12

1- تمهيد:

تلعب المساحات المصغرة الدور البارز والاهم في تطوير الاداء المهاري والحركي لناشئي كرة القدم وذلك بما تتميز به من خصائص ومميزات، حيث أن لاعبي كرة القدم يجبرون على التأقلم والتكيف مع الظروف التي يملوها التدريب المهاري في هذه المساحات. حيث أن المساحات المصغرة تجبر اللاعب على اللعب السريع والدقيق من حيث أداء المهارة وهذا بسبب صغر المساحة وقلة الحلول الموجودة و المتاحة .

2- تحوير رياضة البالغين مع قدرات الناشئين:

يختلف الناشئين عن البالغين في درجة النضج وبالتالي في درجة استجابتهم للتمارين الرياضية المختلفة، وبناءا عليه كان لابد ان تحور قوائد اللعب بما تتضمنه من أدوات ومساحات تتناسب مع قدراتهم.ومن المهم أيضا أن تعد التمارين في مختلف المراحل السيئة مواقف تدريبية تتناسب مع قدراتهم حتي يمكن أن نحقق لها البيئة التدريبية التي يمكن بالتالي من خلالها تحقيق أكبر قدر من خبرات النجاح.

لدى نحاول عرض من التحويرات في قواعد اللعب والأدوات والمساحات بهدف تسهيل ممارسة الناشئين للرياضة حتى تنمو مهاراتهم وقدراتهم المهارية والخطية بصورة أكثر يسرا، حتى يقبل الناشئين على ممارسة الرياضة برضى ودوافع نابعة من ذاتهم. وتتضمن التحويرات أحجام الادوات ومساحات الملاعب وأزمنة اللعب وقواعده.

3- تحوير مساحات الملاعب لتتناسب مع قدرات الناشئين:

3-1 أهمية تحوير مساحات الملاعب للناشئين:

يمر الناشئون خلال المراحل الأولى لطفولتهم لتطورات في النمو المهاري والحركي والنفسي وهو ما يعكس ضعف العناصر المهارية لديهم ، حيث تكون تكون هذه العناصر المتوافرة لدى البالغين بدرجات أكبر فالناشئين غير قادرين على جري المسافات التي يجريها البالغون داخل المساحات الكبيرة للملاعب بنفس السهولة وهم لا يستطيعون أن يجرو نفس المسافة في نفس الزمن .

إن لعب الصغار في ملاعب تناسب البالغين يؤدي إلى تغيير في طبيعة الأداء الحركي لدى الصغار فلعب لاعب ضد لاعب في ملعب يناسب البالغين في كرة القدم يؤدي إلى تجميعهم على الكرة وترك مساحات كبيرة من الملعب الفارغة ولذلك كان من الحكمة أن نكيف مساحات الملاعب حتى يصبح اللعب بالنسبة للصغار أكثر متعة،

وحتى تحقق الأهداف التربوية للعبة ذاتها وحتى نتيح الفرصة للناشئين الصغار كي تنمو مهاراتهم وقدراتهم بما يتناسب ونموهم .

2-3 تحويل أدوات اللعب لتناسب مع قدرات الناشئين:

إن تحويل أدوات اللعب للناشئين تتناسب مع قدراتهم مع قدراتهم مرجعهم ليس فقط لصغر حجم اجسامهم ولكن ايضا لزيادة فعالية أداء المهارات الحركية، فعلى سبيل المثال يجد الناشئون تحت 12 سنة صعوبة في تمرير الكرة مقاس 5 نظرا لعدم تناسب القوة العضلية والمهارية مع حجم ووزن الكرة في الوقت الذي يكون فيه أداء مثل هذه المهارات سهلا بالنسبة للبالغين. كذلك فإن لتحويل أدوات اللعب الثابتة الشباك والمرامي وما شابهها، زاد من فرص نجاحهم مما انعكس بالإيجاب على سرعة تقدم مستواهم ودفاعيتهم. (حماد،، 1996، صفحة 304)

3-3 تحويل قواعد اللعب لتناسب قدرات الناشئين:

أ - أهمية تحويل قواعد اللعب للناشئين:

كلما تناسبت قواعد اللعب مع قدرات الناشئين كانت هناك فرصة لاستمتاعهم باللعب والتعلم بدرجة أفضل وكلما كانت القواعد سهلة الفهم ومبسطة أمكن للناشئ استيعابها وتنفيذها، إن ذلك لهو إيجابي أيضا في تسهيل استخدام المهارات في تنفيذ الخطط المختلفة. لقد تم تعديل الكثير من قواعد اللعب في الأنشطة المختلفة لتناسب قدرات الناشئة. وقد أثبتت نجاحها فعلا، انه ليس هناك ما يمنع استخدام مثل تلك القواعد بهدف زيادة خبرة نجاح الناشئين، وبهدف تحسين عمليات التعلم و الممارسة و المتعة. ويجب مراعاة أن مثل تلك التحويلات متحة ما دامت تستغل بروح النشاط نفسه.

4-3 تحويل تنظيمات اللعب لتناسب قدرات الناشئين:

أ- أهمية تحويل تنظيمات اللعب:

ما هو التنظيم الأمثل لمسابقات الناشئين ؟ هل تأخذ الشكل الدوري أم شكل خروج المغلوب من مرة واحدة؟ أم تأخذ شكل خروج المغلوب من مرتين؟ وبأي أسلوب يحتيب الفريق فائزا ؟ وكم من النقاط يحصل عليها الفريق في حالة الفوز والهزيمة؟ ومتى تبدأ المنافسات خلال الموسم الرياضي؟ هل تبدأ في نفس توقيت بداية مسابقة البالغين؟ و ما طول فترة المنافسة؟ إن كافة هذه التساؤلات لابد ان تتناسب مع الناشئين حتى نضمن أفضل تعلم و متعة ودفاعية لهم، كما ان من الالهية ان تنظم الأنشطة

الرياضية لهم بحيث تكون اقرب إلى ممارسة اللعب منها إلى المنافسة مع عدم اغفال الجانب التنافسي كليا حيث يجب انساعدهم على الاستمرار في حب الرياضة الممارسة وفي ذات الوقت نترج بهم إلى التنافس المناسب. إذن فمن الأهمية أن تنظم البرامج التنافسية طبق الأولويات أهداف الناشئين حاجاتهم و دوافعهم ، وعلينا أن نسأل أنفسنا: إلى أي مدى تحقق التنظيمات المستخدمة أهداف و حاجات الناشئين؟ و هذا يعني أن إختيار البناء التنافسي في ضوء متطلبات الناشئين. "" إن الضغوط المتعددة على الناشئين و الناتجة عن التنظيمات الخاطئة للتنافس و التي تفوق قدراتهم لا تجعلهم يستمتعون بالتنافس "" (حماد،، 1996، صفحة 307)

و في عام 1984 خصصت الجمعية العلمية الأولمبية في أوجين Eugene بولاية أوري جون Oregon بالولايات المتحدة الأمريكية مناقشة خاصة لإستعدادات الصغار للمنافسة الرياضية و تم طرح العديد من الافكار كان مجملها أن من الأهمية أن توضع خصائص الطفل الإعتبار خلال تنظيم المنافسات الرياضية مثل النمو و النضج و التطور و طبيعة الرياضة ذاتها، كما تضمنت المناقشات الحاجة إلى تطوير البيئة التنافسية للناشئين بحيث يتم التركيز على تنمية المهارة قبل مرحلة المراهقة .

أصبح التدريب الرياضي الحديث علم قائم بذاته. فلا يمكن في أي حال من الأحوال الخوض في العملية التدريبية و الإشراف على الرياضيين ، ما لم يتم إعداد برامج تدريبية مخططة مبنية على أسس علمية في مجال التدريب الرياضي . و أمام هذا و جب علينا نحن الباحثين و من خلال هذا الفصل الالمام بكل ما يساعد مدربينا من الناحية النظرية و الميدانية في انجاح العملية التدريبية و عليه قمنا باعطاء نظرة شاملة، و هادفة ، و دقيقة على كل ما يساعدهم في انجاز البرامج. يعتبر المدرب العمود الفقري للعملية التدريبية، فهو يعتبر أحد أهم العوامل المرتبطة بالتفوق الرياضي نظرا للدور المهم الذي يلعبه بالنسبة لعملية التدريب، و الإعداد المهاري و الفني و الخططي للاعبين في الانشطة الرياضية المختلفة هذا بالإضافة الى مسؤولياته بالنسبة للتخطيط و تنفيذ البرامج و فقا لما تقتضيه متطلبات المنافسة من امكانيات مادية و بشرية، و قد تم في هذا الفصل عرض بعض التحويلات لرياضة البالغين لتتناسب و قدرات الناشئين. 4-

المرحلة العمرية (9 - 12):

إن الكائن البشري يمر بمراحل مختلفة تتميز بخصائص جسمية و سيكولوجية و فيزيولوجية و عقلية مختلفة ، فالإنسان ينتقل من الطفولة إلى الشباب إلى الكهولة إلى الشيخوخة ، و كل هذه المراحل لها مميزات خاصة بها ، و بما أننا ندرس مرحلة

معينة من المراحل التي يمر بها الإنسان التي تناسب عينة موضوعنا ألا وهي مرحلة الطفولة المتأخرة " 9 - 12 " فهذا سوف نتطرق إلى دراسة الخصائص والسمات التي يمر بها الكائن البشري في هذه السن بالإضافة إلى مميزات مرحلة الطفولة وحاجات الطفل النفسية وبعض المشكلات التي يتعرض لها الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة ، كما سوف نعرض في هذا المبحث الأسباب التي أدت بالطفل إلى الانطواء والعزلة عن بقية الأطفال الآخرين .

4-1 خصائص وسمات النمو في مرحلة الطفولة المتأخرة :

4-1-1 النمو الجسمي :

يسير النمو الجسمي في هذه المرحلة بطريقة بطيئة ومنتظمة بالمقارنة مع مراحل النمو الأخرى ، ولا تحدث تغيرات مفاجئة إلى أن يصل الطفل إلى سن البلوغ ، وتنمو العضلات الكبيرة وتزداد المهارات الحركية المتصلة بها اتزاناً واثقاً مما يساعد الطفل على ممارسة أعماله والألعاب التي تحتاج إلى العضلات الكبيرة والكثير من التآزر العضلي والعصبي .

كما تلعب البيئة وثقافة المجتمع دوراً كبيراً في تفصيل ألعاب حركية معينة لنوع آخر ، مما يكون له أثر في تنمية مهاراته الحركية. (شفق، 1985، صفحة 43)

4-1-2 الفروق الفردية :

تبدو الفروق الفردية واضحة ، فجميع الأطفال لا ينمون بنفس الطريقة أو بنفس المعدلات ، فبعضهم ينمو بدرجة أكبر نسبياً في الطول والبعض الآخر في الوزن بما يؤدي إلى تنوع الأنماط الجسمية العامة مثل (طويل، نحيف) أو (قصير، طويل). (زهرا، صفحة 265)

4-2-2 النمو العقلي المعرفي :

يطلق جان بياجيه على تفكير الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة مصطلح التفكير الإجرائي ، بمعنى أن التفكير المنطقي للطفل في هذه المرحلة مبني على العمليات العقلية ويصل هذا الطفل إلى مرحلة ما قبل العمليات وتمتد من السنة الثانية إلى السنة السابعة وتفكير في مرحلة العمليات العيانية (7 - 12) تفكير منطقي ولكنه تصور مرتبط بتصور الأشياء أو الأشياء نفسها .

إن هذا النوع الأخير من التفكير يصل إلى الطفل في المرحلة الرابعة والأخيرة من مرحلة النمو العقلي ، ويخص بياجيه العمليات العقلية التي يستطيع طفل هذه المرحلة القيام بها بفضل ما حققته من نمو معرفية في المرحلة السابقة بالعمليات التالية :

- القدرة على العودة إلى نقطة البداية في عملية التفكير .
مثال : إذا كان : $4 = 2 + 2$

ان : $2 = 2 - 4$

القدرة على تنظيم أو تصنيف الأشياء في فئات مثل : 10-20-30-40- وهكذا كلها وحدات عشرية .

ولخص "روبرت فيجست " مطالب النمو

- اكتساب المهارات الأساسية في القراءة والكتابة والحساب .
 - تعلم الدور الاجتماعي الملائم للطفل .
 - تنمية المفاهيم الأساسية للحياة اليومية .
 - تنمية القيم والمعايير الأخلاقية .
 - اكتساب الاستقلال الذاتي. (شفق، 1985، صفحة 49)
- يستمر في هذه المرحلة نمو الذكاء وينتقل فيها الطفل إلى التفكير المجرد ، حيث يستخدم المفاهيم والمدرجات، أي يصبح تفكيره واقعيًا ويتحكم في العمليات العقلية دون المنطقية والمنطقية مع إدراك الأشياء بوصفها والقدرة على تقدير الأقيسة والكميات ، ثم مع سن 12 سنة ينمو لديه التفكير الاستدلالي، أي تظهر لديه أشكالاً فكرية أكثر استنتاجاً واستقراءً وتطوراً ، أي ظهور التفكير التركيبي الذي يؤدي به إلى استخدام المناهج لاكتشاف الواقع ثم بعد ذلك تنمو لديه بالتدرج القدرة على الابتكار . (سعيد، 2004، صفحة 30)

3-4- النمو الحسي :

يكاد نمو الحواس يكتمل في هذه المرحلة ، حيث يتطور الإدراك الحسي وخاصة إدراك الزمن، إذ يتحسن في هذه المرحلة إدراك المدلولات الزمنية والتتابع الزمني للأحداث التاريخية ، ويلاحظ أن إدراك الزمن والشعور بمدى فتراته يختلف في الطفولة بصفة عامة عن المراهقة وعن الرشد والشيخوخة ، فشعور الطفل بالعام الدراسي يستغرق مدى أطول من شعور طالب الجامعة ، ويشعر الراشد والشيخ أن الزمن يولي مسرعاً ، وفي هذه

المرحلة أيضا يميز الطفل بدقة أكثر بين الأوزان المختلفة. وتزداد دقة السمع ويميز الطفل الأنغام الموسيقية بدقة ويتطور ذلك من اللحن البسيط إلى المعقد .

ويزول طول البصر ويستطيع الطفل ممارسة الأشياء القريبة من بصره (قراءة أو عمل يدوي) بدقة أكثر واحدة أطول من ذي قبل .

وتتحسن الحاسة العضلية بإطراء حتى سن 12 ، وهذا عامل هم من عوامل المهارة اليدوية .

4-4 النمو الحركي :

يطرد النمو الحركي ، ويلاحظ أن الطفل في هذه المرحلة لا يكل ولكنه يمل. هذه المرحلة تعتبر مرحلة النشاط الحركي الواضح وتشاهد فيها زيادة واضحة في القوة والطاقة ، فالطفل لا يستطيع أن يضل ساكنا بلا حركة مستمرة وتكون الحركة أسرع وأكثر قوة ويستطيع الطفل التحكم فيها بدرجة أفضل ويلاحظ اللعب مثل الجري والمطاردة وركوب الدراجة ذات العجلتين والعلوم والسباق والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل والتي تحتاج إلى مهارة وشجاعة أكثر من ذي قبل ، وأثناء النشاط الحركي المستمر للطفل قد يتعرض لبعض الجروح الطفيفة

4-4-1- العوامل المؤثرة فيه :

تؤثر البيئة الثقافية والجغرافية التي يعيش فيها الطفل في نشاطه الحركي ، فرغم أن النشاط الحركي للطفل في جميع أنحاء العالم متشابه بالمعنى العام فهم جميعا يجررون ويقفزون ويتسلقون ويلعبون ، إلا أن الاختلافات الثقافية والجغرافية تبرز بعض الاختلافات في هذا النشاط من ثقافة إلى أخرى ويظهر هذا بصفة خاصة في أنواع الألعاب والمباريات . ويؤثر المستوى الاجتماعي والاقتصادي ونوع المهنة في الأسرة في نوع النشاط الحركي للأطفال ، فاللعب التي يهتم بها طفل الأسرة الفقيرة تختلف كما وكيفا عن اللعبة التي تيسر لطفل الأسرة الغنية وطفل الأسرة التي بها اهتمامات موسيقية يختلف نشاطه الحركي عن نشاط طفل الأسرة ذات الاهتمامات الميكانيكية...

4-5- النمو الاجتماعي :

يقدم لنا " اريك اريكسون " في كتابه (ChildhoodJoretey) نظرة جديدة التي كانت سائدة في عصره فبدلا من اتخاذ النمو الجنسي محورا لوصف وتقسيم النمو إلى

مراحل كما فعل " فرويد " قام اريسون بتتبع نمو الطفل بالمهام الاجتماعية أي من خلال تفاعل الشخصية بالمجتمع .

ويقسم اريكسون النمو إلى ثمانية مراحل في خمس منها في الطفولة وثلاثة أخرى في سن البلوغ ، والمراحل الخمسة هي :

- مرحلة الشعور بالثقة والأمان مقابل عدم الثقة (من الميلاد) .
 - مرحلة الشعور بالاستقلال مقابل الشك والخجل (من الثلاثة من العمر) .
 - مرحلة الشعور بالثقة والتغلب عن الشعور بالذنب (من الخامسة من العمر) .
 - مرحلة الجد والاجتهاد ومقاومة الشعور بالنقص (من الثامنة من العمر) .
 - مرحلة الشعور بالكيان والهوية والتغلب على الشعور (من الثانية عشر من العمر) (زيدان، 1975، صفحة 61)
- 4-6- النمو الانفعالي :

تعتبر هذه المرحلة مرحلة هضم وتمثل الخبرات الانفعالية السابقة ومن مظاهره أن الطفل يحاول التخلص من الطفولة والشعور بأنه قد كبر ، وهذه تعتبر مرحلة الاستقرار والثبات الانفعالي Emotional Stability .

ولذلك يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم " مرحلة الطفولة الهادئة " .

ويلاحظ ضبط الانفعالات ومحاولة السيطرة على النفس وعدم إفلات الانفعالات ، فمثلا إذا غضب الطفل فانه لن يتعدى على مثير الغضب ماديا ، بل يكون عدوانه لفظيا أو في شكل مقاطعة . ويتضح الميل للمرح ، ويفهم الطفل النكتة ويضطرب لها ، وتنمو الاتجاهات الوجدانية ، ويون التعبير عن الغيرة بالوشاية والإيقاع بالشخص الذي يغار منه ويحاط الطفل ببعض مصادر القلق والصراع ويستغرق في أحلام اليقظة وتقل مخاوف الأطفال وان كان الطفل يخاف الظلام واللصوص .

5- الفروق الفردية بين الأطفال في السن (من 9 - 12 سنة) :

تتميز مرحلة الطفولة المتأخرة بخصائص عامة تتشابه فيها كثير من الأطفال إلى جانب هذه الخصائص العامة نجد فروق فردية شاسعة بين أطفال هذه المرحلة وهي كما يلي :

5-1- الفروق الجسمية :

فمنهم صحيح البدن سليم البنية ومنهم البنية سقيم المظهر ومنهم الطويل والقصير ومنهم السمين والنحيف ، وهذه الفروق يجب أن يراعيها المربي في العملية التربوية .

2-5- الفروق الميزاجية :

فهناك الطفل الهادئ والوديع وهناك الطفل سريع الانفعال وهناك المنطوي على نفسه وهكذا ولكل من هؤلاء الطريقة التي تناسبه في التعليم .

3-5- الفروق العقلية :

فهناك الطفل الذكي ومتوسط الذكاء والطفل الغبي وعلينا أن نسير مع الكل وفق سرعته وبما يناسبه من طرق التدريس .

4-5- الفروق الاجتماعية :

فكل طفل وبيئته الاجتماعية التي يعيش فيها مما لها في درجة ثقافة الوالدين ووسائل معيشتها والعلاقة بالأهل والجوار وغير ذلك ، مما له تأثير على تفكير الطفل وثقافته وأنماطه السلوكية. (البسيوني، 1992، صفحة 36)

6- مميزات وخصائص الأطفال في مرحلة ما بين (9 – 12 سنة) :

إن أهم مميزات وخصائص هذه المرحلة سواء كانت بدنية أو عقلية أو نفسية فإن هذا الأمر يجعل من الضروري أن يشمل برنامج التربية البدنية لهذه المرحلة ل الأنشطة تقريبا واعل من أهم ما مميزاتا هي :

- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية .
 - كثرة الحركة .
 - انخفاض التركيز وقلة التوافق .
 - صعوبة تعليم نواحي فنية دون سن السابعة .
 - ليس هناك هدف معين للنشاط .
 - نمو الحركات بإيقاع سريع .
 - القدرة على أداء الحركات ولكن بصورتها المبسطة .
- يعتبر " ماتينيف " أن الطفل يستطيع في نهاية المرحلة تثبيت كثير من المهارات الحرية الأساسية كالمشي والوثب والقفز ويزيد النشاط الحركي باستخدام العضلات الكبيرة في الظهر والرجلين أكبر من العضلات الدقيقة في اليدين والأصابع . وفي نهاية هذه المرحلة يميل الطفل إلى تعلم المهارات الحرية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبيا بين اليدين والعينين وكذلك الإحساس بالاتزان. (يوسف، 1962، الصفحات 23-24)

7- حاجات الأطفال النفسية :

الحاجة افتقار إلى شيء ما ، إذا وجد حقق الإشباع والرضا والارتياح للكائن الحي والحاجة شيء ضروري إما لاستقرار الحياة نفسها (حاجة فسيولوجية) أو للحياة بأسلوب أفضل (حاجة نفسية) ، فالحاجة إلى الأكسجين ضرورية للحياة نفسها ، وبدون الأكسجين يموت الفرد في الحال ، أما الحاجة إلى الحب والمحبة فهي ضرورية للحياة ، وبأسلوب أفضل وبدون إشباعها يصبح الفرد سيئ التوافق ، والحاجات توجه سلوك الكائن سعياً لإشباعها . ولا شك أن فهم حاجات الطفل وإشباعها يضيف إلى قدرتنا على مساعدته للوصول إلى أفضل مستوى للنمو النفسي ، والتوافق النفسي ، والصحة النفسية . وأهم الحاجات الفيزيولوجية للطفل الحاجة إلى الهواء ، الغذاء ، الماء ، درجة الحرارة المناسبة ، الوقاية من الجروح والأمراض والسموم ، والتوازن بين الراحة والنشاط .

الحاجات الجمالية

الحاجة إلى تحقيق الذات

الحاجة إلى المكانة والتقدير واحترام الذات

الحاجة إلى الحب والانتماء والتفاعل

الحاجة إلى الأمن

الحاجات الفسيولوجية

شكل (1) : الترتيب الهرمي للحاجات

ومع نمو الفرد تتدرج الحاجات النفسية صعوداً ، فالحاجات الفسيولوجية هامة في مرحلة الحضانه والحاجة إلى الأمن تعتبر حاجة أساسية في الطفولة المبكرة والحاجة إلى الحب تعتبر حاجة جوهرية في الطفولة المتأخرة ويستمر التدرج حتى يصل إلى الحاجة إلى تحقيق الذات وهي من حاجات الرشد. (أنظر الشكل 1) (زهران، الصفحات 294-295).

8- بعض مشكلات مرحلة الطفولة المتأخرة (9 – 12) سنة :

أولاً : عدم ضبط النفس :

يميل الطفل في هذه المرحلة إلى التحكم في انفعالاته وضبط نفسه ولكن كثير ما نلاحظ ثورة الطفل في هذه المرحلة على بعض الأوضاع القائمة والقوانين الصارمة التي يفرضها عليه الكبار من حوله مما يجعل الطفل منفعلًا وثائراً غير قادر على التحكم في مشاعره وضبطها . وتزداد هذه الحالة سواء حتمية يتعمدها هؤلاء الكبار من إخوة وأخوات أو في الآباء والمعلمين وتحدي الطفل ومحاولة إجباره على الخضوع لانحناء سلوكه .

ثانياً : الهروب من المدرسة :

تنتشر ظاهرة الهروب من المدرسة بين عدد من التلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة وقد يكون الهروب من المدرسة كلها أو بعض الحصص فيها وهنا أسباب عدة للهروب لعل أهمها :

- عدم راحة التلميذ في المدرسة
- عدم إشباع المدرسة لحاجاته وميوله
- عدم انسجامه مع المدرسة وكرهه لها .
- كرهه لبعض المدرسين .
- كرهه لمادة جافة لا تثير اهتمامه .
- عدم إحساسه بقيمة المدرسة وما فيها .

وهناك أسباب أخرى يكون المنزل مسؤولاً عن بعضها فعدم إعطاء الطفل مصروفه مثلاً : يجعله يقارن بينه وبين زملائه فلا يميل الذهاب إلى المدرسة ، وقد يرجع ذلك إلى رداءة ملابسه أو عدم اهتمام أهل الطفل بذهابه إلى المدرسة أو اعتبارها مكان لإبعاده عنهم كي يرتاحون منه إلى غير ذلك من الأسباب التي تجعل الطفل يكره المدرسة ويهرب منها .

ثالثاً : الانطواء على النفس :

قد يعتمد الطفل لهذه المرحلة إلى الانزواء والسلبية بدل العدوان والفعالية والنشاط ، ووجه الخطر هنا أن الطفل الذي يتسم بطابع الانطواء قد ينال من البيئة التي يعيش فيها القبول والتشجيع على اعتبار الانطواء طاعة وامثال ، لذلك فإن بذور هذا السلوك حينما تجد لها متلبياً في هذه المرحلة من النمو يسهل عليها بعد ذلك أن تنمو وتفصح عن نفسها في شخصية غير سوية في المستقبل ، والسلوك الانطوائي يرجع أصلاً إلى

سوء التكيف بين الطفل والبيئة التي يعيش فيها وعدم كفاية إمكانية البيئة في إشباع الحاجات النفسية للطفل .

9 - أسباب الانطواء :

يرجع إلى عدة عوامل بعضها منزلي والبعض الأخر مدرسي فقد تكون ظروف المنزل سيئة حيث يجد الطفل معاملة صارمة أو التدليل الزائد وحرمانه من الاحتكاك بالأطفال خوفاً عليه منهم ، فينشأ الطفل في كلتا الحالتين فاقد الثقة بنفسه وبذاته وبقدراته منزوياً غير متفاعل مع أصدقائه وقد يرجع سبب الانطواء إلى حالة مرضية أو عاهة جسمية أو تشوهات تجعله يحس بالنقص مقارنة بزملائه(البسيوني، 1992، الصفحات 36-37)

خلاصة :

بعد التطرق لأهم الخصائص لهذه المرحلة العمرية ، يمكننا القول أن التغيرات الفيزيولوجية، وكذا المرفولوجية التي تطرأ على مختلف أجهزة الطفل لها تأثير مباشر على نفسيته والتي تنعكس بصورة واضحة في سلوكه .

فالطفل يتميز بقدرته على تعلم الحركات الجديدة بسرعة ، كما نجد هناك فروق وحاجات يمر بها الطفل في مراحل نموه .

يعتبر (ما تيفيف) أن الطفل يستطيع في نهاية هذه المرحلة تثبيت كثير من المهارات الحركية الأساسية كالمشي والوثب والقفز ويزيد النشاط الحركي باستخدام العضلات الدقيقة في اليدين والأصابع .

وفي نهاية هذه المرحلة يميل الطفل لتعلم المهارات الحركية ويتحسن لديه التوافق العضلي والعصبي نسبياً بين اليدين والعينين وكذلك الإحساس بالاتزان فيمكن القيام بالأداء الحركي بواسطة الموسيقى البسيطة والجلوس في مكان واحد لمدة تصل إلى أكثر من نصف ساعة .

الحائب النظيف

الفصل الأول

الطرق المنهجية للبحث

1- تمهيد:

إن كل باحث من خلال بحثه يسعى إلى التحقق من صحة الفرضيات التي وضعها، ويتم ذلك بإخضاعها إلى التجريب العلمي باستخدام مجموعة من المواد العلمية، وذلك بإتباع منهج يتلاءم وطبيعة الدراسة، وكذا القيام بدراسة ميدانية عن طريق تطبيق الإختبارات على العينة الاستطلاعية والعينة الأصلية ويشتمل الجانب التطبيقي لبحثنا هذا على فصلين ، الفصل الأول ويمثل الطرق المنهجية للبحث والتي تشمل على المجال المكاني والزمني وكذا الشروط العلمية للأداة وهي الصدق والثبات والموضوعية مع ضبط متغيرات الدراسة كما اشتمل على عينة البحث وكيفية اختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وكذلك إجراءات التطبيق الميداني وحدود الدراسة. أما الفصل الثاني فيحتوي على عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء الفرضيات .

2- المنهج المستخدم:

تختلف المناهج المتبعة تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه في مجال البحث العلمي، ويعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، وفي بحثنا هذا حتمت علينا مشكلة البحث إتباع المنهج التجريبي وهذا للتأكد من صحة فرضياتنا ، ويعتبر هذا المنهج من أفضل وأدق المناهج في التدريب الرياضي نظرا لأنه أقرب إلى الموضوعية ويستطيع فيه الباحث السيطرة على العوامل المختلفة التي تؤثر على الظاهرة مدروسة.

3- مجتمع البحث:

من الناحية الاصطلاحية هو " تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ من العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس فرق ، تلاميذ ، سكان ، أو أي وحدات أخرى " .
ويطبق المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على انه كل الأشياء التي تمتلك الخصائص أو سمات قابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي ، ولذا فقد اعتمدنا في بحثنا وارتأينا أن يكون مجتمع البحث خاص بفريق المشرية.

3-1- عينة البحث:

العينة هي " مجتمع الدراسة الذي نجمع منه البيانات الميدانية ، وتعتبر جزء من الكل بمعنى انه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة فهي جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله ، ووحدات العينة قد تكون أشخاصا كما تكون أحياء أو شوارع أو مدن أو غير ذلك " وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية تكون هي " أشخاص "

والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر المجتمع بحث معين ، وفي بحثنا شملت جزءا من مجتمع دراسة في كرة القدم صنف أصاغر وقد تم اختيار العينة العشوائية لتعميم النتائج ، واشتملت على 40 لاعبا في كرة القدم من ولاية النعامة . (شباب المشرية)

4- الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث:

يعتبر ضبط المتغيرات عنصرا أساسيا في أي دراسة ميدانية، وقد جاء ضبط متغيرات الموضوع الذي نحن بصدد دراسته كما يلي:

أ- المتغير المستقل: ويتمثل في مساحات المصغرة .

ب- المتغير التابع: ويتمثل في الجانب المهاري.

5-مجالات البحث:

5-1 المجال البشري:

تتكون عينة البحث من 40 لاعب ، تم اختبارهم بصفة عشوائية من فريقين 20 لاعب من اتحاد المشرية اختيرو كعينة ضابطة و 20 لاعب الأخرى من شباب المشرية اختيرو كعينة تجريبية ، والعينة كلها من جنس واحد وهم ذكور ، تتراوح أعمارهم من 09 إلى سنة 12 .

5-2 المجال المكاني :

لقد قمنا بتطبيق برنامجنا المقترح وجل الاختبارات القبلية والبعدية بملعب شباب المشرية.

5-3 المجال الزمني :

استغرقت فترة العمل من 2016/03/07 الى غاية 2016/04/27 بحيث أجريت الاختبارات القبلية بتاريخ 08 /03/ 2016 ودامت مدتها 60 د لكل عينة ، بعدها قمنا بتطبيق البرنامج المقترح على العينة التجريبية إلى غاية 2015/04/26 وبحجم ساعي قدره ساعتين في الأسبوع و بشكل متفرق ، أي ساعة كل يوم سبت و ثلاثاء ، في الفترة المسائية. ثم أجرينا الاختبارات البعدية بتاريخ 2015/04/27 ودامت مدتها هي الأخرى 60د و لكل عينة كذلك.

6- أدوات البحث :

- المراجع والمصادر.

- الاختبارات والقياسات .

- الطرق الإحصائية.

- عتاد البحث والمتمثل في (كرات قدم، شواخص، حواجز، ميقاتي، صفارة).

7- الإختبارات :

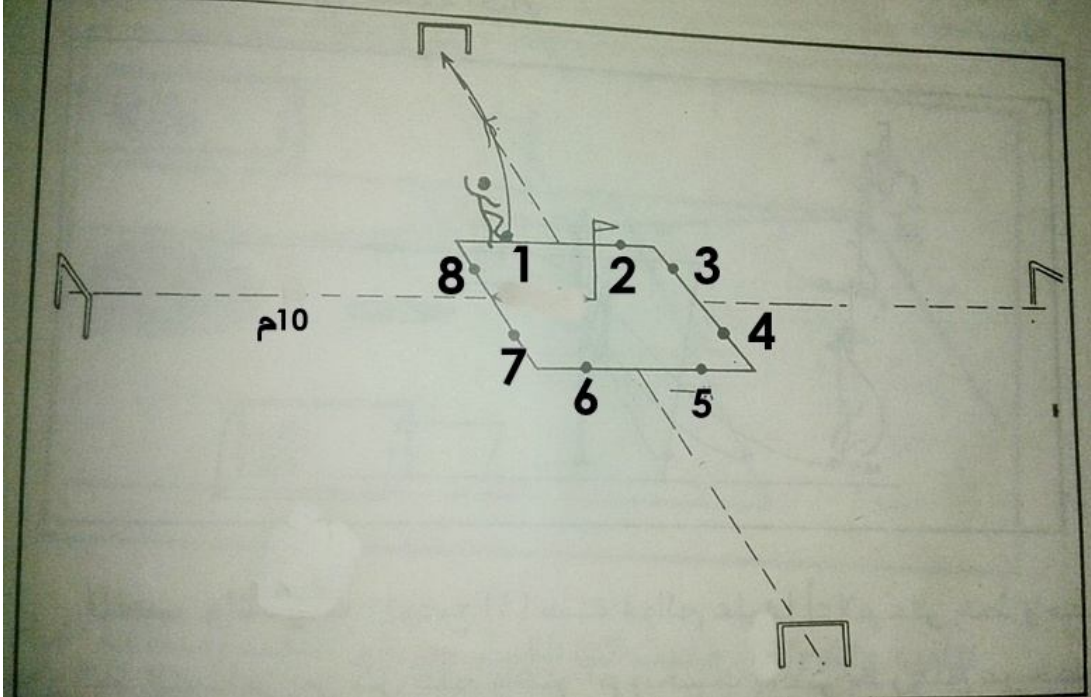
أ- اختبار دقة التمرير القصير

هدف الاختبار قياس دقة التمرير بالقدمين.

الأدوات المستعملة: كرات، أقماع.

طريقة أداء الإختبار :

رسم مربع طوله ضلعه 20 متر، يوضع في كل ضلع مرمى يكون من علمين وفي منتصف المربع مربع صغير طول ضلعه مترين يقف فيها اللاعب يبدأ بان يقف المختبر داخل مربع البدء وعند إعطاء الإشارة يقوم اللاعب بتمرير كرتين في المرمى المواجهة بحيث يمرر بالكرة اليمنى بالقدم اليمنى والكرة اليسرى بالقدم اليسرى داخل المرمى. (8 كرات) (مختار، 1993، صفحة 26)



أ- الشكل رقم 01 يوضح اختبار دقة التمرير القصير

ب - اختبار دقة التمرير بالكور الثلاثة :

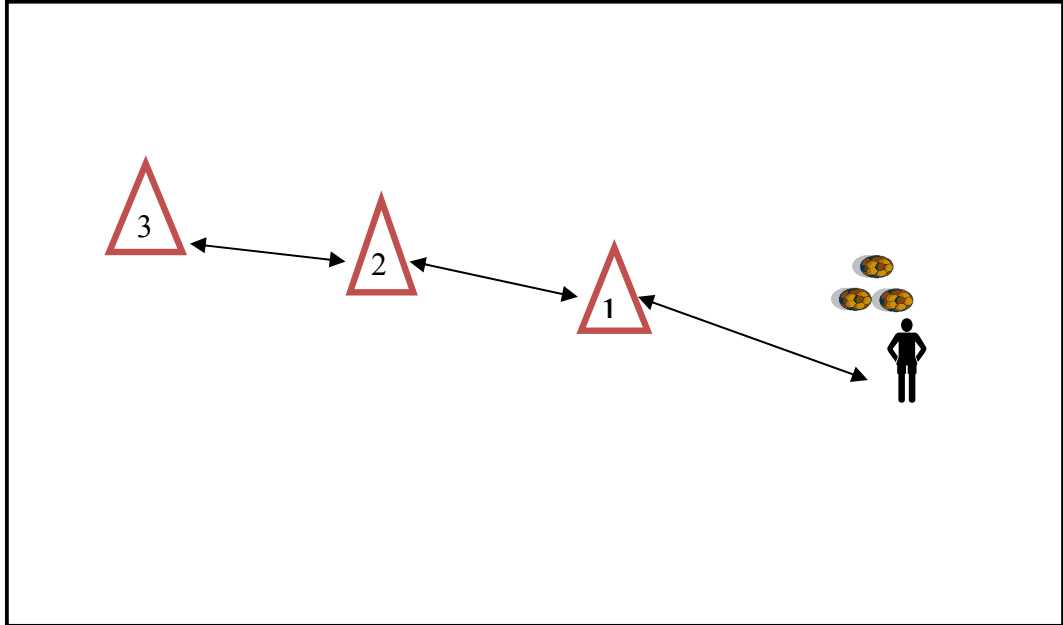
هدف الاختبار قياس دقة التمرير.

الأدوات المستعملة: كرات ، أقماع.

طريقة أداء الإختبار :

- يقف المختبر على بعد 1م من القمع الأول وعلى بعد 2م من القمع الثاني وبعد 3 أمتار من القمع الثالث ومعه 3 كور يقوم بتمرير الكرة الأولى لتصطدم بالقمع الأول ويتكرر مع الأقماع 2,3.

التسجيل: إذا اصطدمت الكرة بالقمع الأول يعطى له 1 نقطة والثاني يعطى له 2 نقاط والثالث 3 نقاط وإذا لم تصطدم لا يعطى له اي درجة (مختار، 1993، صفحة 29)



الشكل رقم 02 يوضح اختبار دقة التمرير بالكور الثلاثة .

ج - اختبار السيطرة على الكرة :

هدف الاختبار

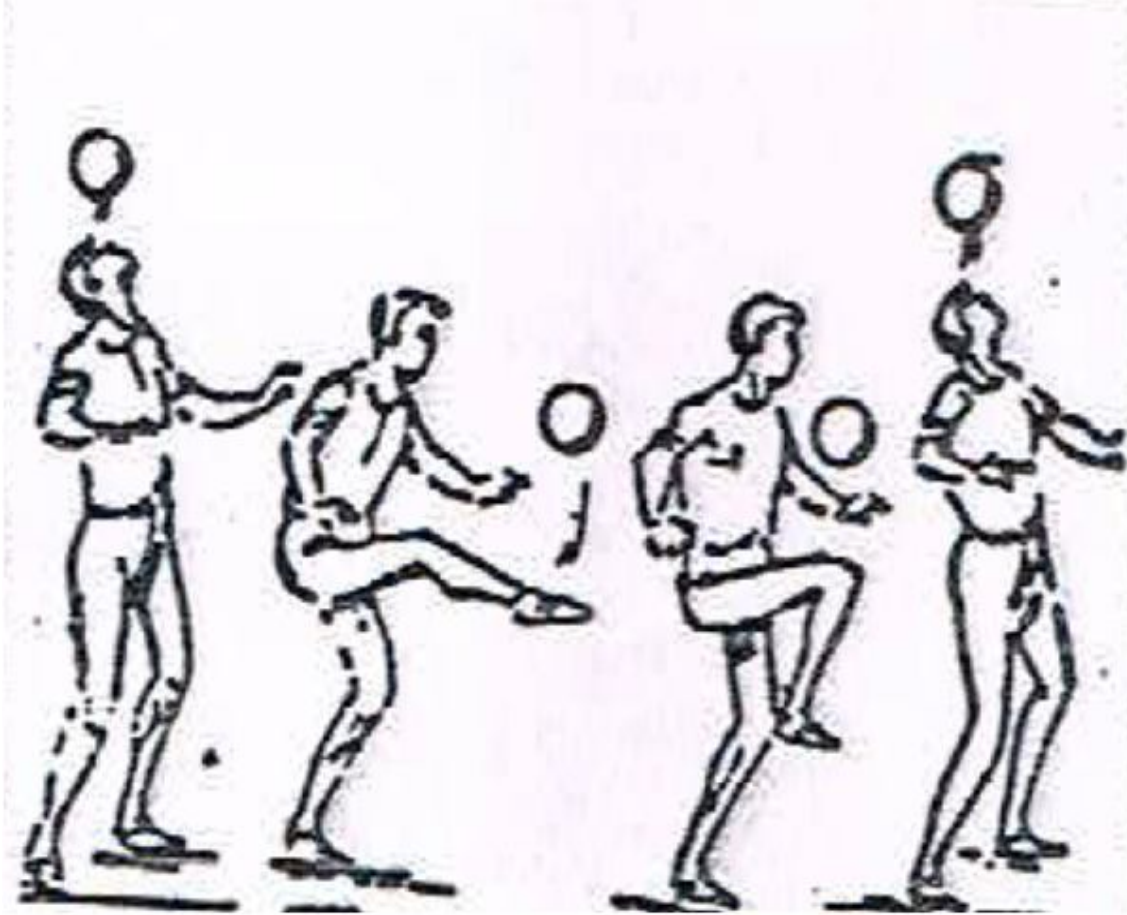
- مقدرة اللاعب على السيطرة على الكرة والتحكم فيها.

الأدوات المستعملة:كرات ،ميقاتي.

طريقة أداء الاختبار

مع اشارة المدرب يقوم اللاعب برفع الكرة باحدى القدمين عن الأرض والتحكم بها في الهواء باستخدام القدمين أو الفخذين أو الرأس او بأي جزء قانوني من أجزاء الجسم والاحتفاظ بها لأطول وقت ممكن عن الأرض. يعطى للاعب ثلاث محاولات متتالية.

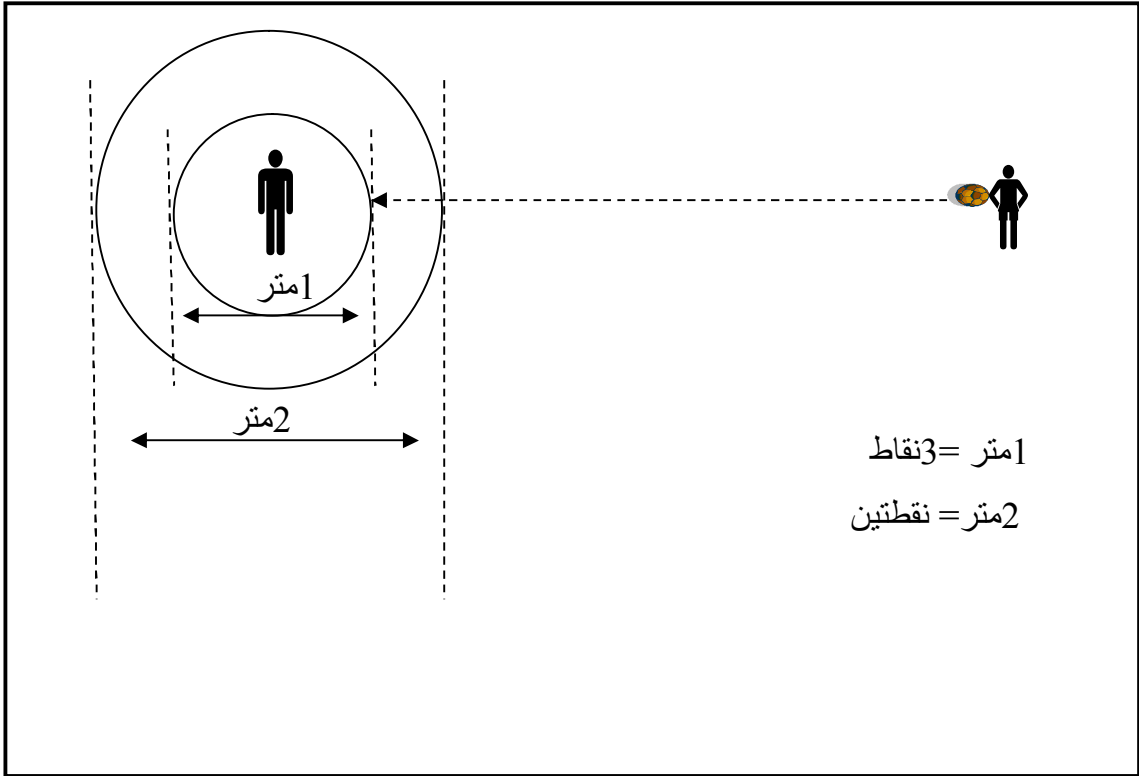
التسجيل -يحتسب افضل زمن من محاولات الثلاث عندما يبدأ اللاعب في رفع الكرة في الهواء و ينتهي عندما تلمس الكرة الأرض. (مختار، 1993، صفحة 39)



الشكل رقم 03 يبين السيطرة على الكرة.

د - امتصاص وكنم الكرة

هدف الإختبار : يهدف هذا الإختبار إلى قياس مقدرة اللاعب في السيطرة على الكرة داخل مساحة محددة عند لاعبي كرة القدم للناشئين .
الأدوات المستعملة : كرات ، أقماع ، حبل .
طريقة أداء الإختبار :
 - يقف المختبر داخل الدائرة الصغرى يقوم الزميل المساعد برمي الكرة للمختبر في مسار قوس والسيطرة على الكرة باى جزء من الجسم.
التسجيل: إذا نجح اللاعب في السيطرة على الكرة داخل الدائرة الصغرى يعطى 3نقاط وإذا سيطر عليها في الدائرة الكبرى يعطى 2 نقاط ولا يعطى اى درجة إذا خرجت الكرة خارج الدائرتين ((د/ حسن السيد أبو عبده،، 2002، صفحة 78)



شكل رقم 04 يوضح امتصاص الكرة

و- اختبار المراوغة :

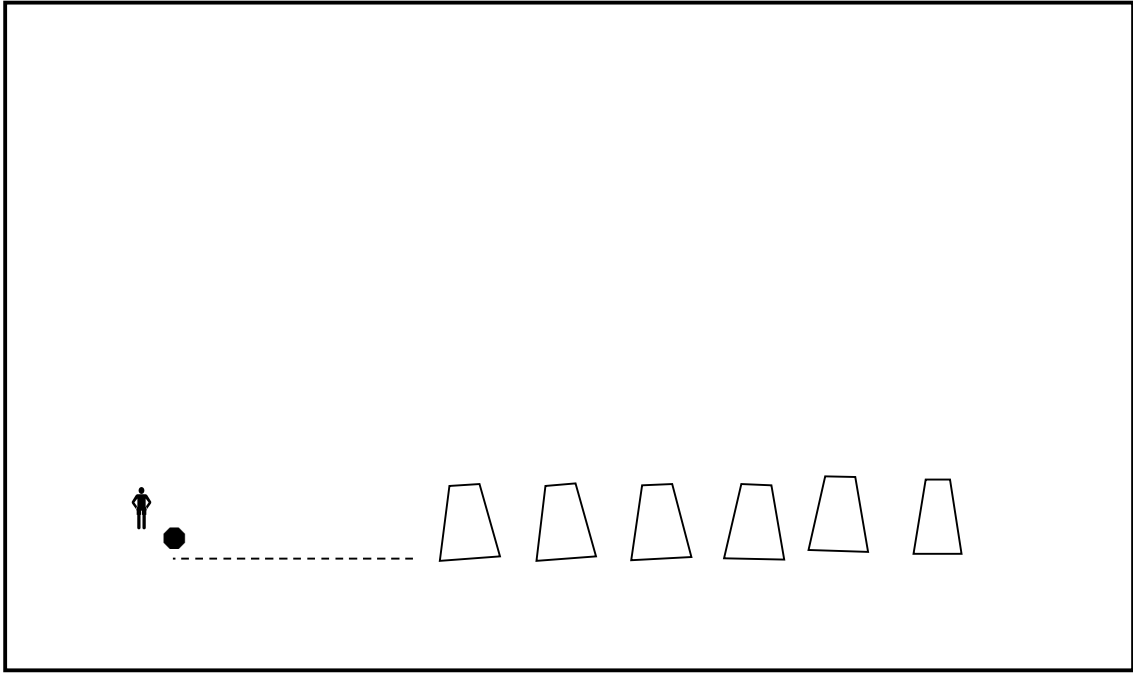
هدف الإختبار :يهدف هذا الإختبار إلى قياس القدرة على المراوغة عند لاعبي كرة القدم الناشئين .

الأدوات المستعملة:كرات ، أقماع ، ميقاتي .

طريقة أداء الاختبار :

يقف اللاعب ومعه الكرة وعلى بعد 05 أمتار يوجد 06 أقماع بلاستيكي والمسافة بين كل قمع والآخر حوالي 1 متر ، يبدأ التمرين بأن يجري اللاعب بالكرة مسافة 05 أمتار ، ثم يقوم بالجري بين الأقماع مستخدماً الأجزاء المختلفة من القدم في المرور بين الأقماع، مع السيطرة على الكرة ودون أن تبتعد عنه الكرة مع احتساب الوقت المستغرق ذهاباً وإياباً .

- إذا أسقط اللاعب أحد الأقماع تضاف له 2ثا ((د/ حسن السيد أبو عبده،، 2002، صفحة 178)



الشكل رقم 05 يوضح المراوغة.

8- الوسائل الإحصائية:

أ- المتوسط الحسابي:

وهو الطريقة الأكثر استعمالا ، حيث يعتبر الحاصل لقسمة مجموعة المفردات أو القيم في المجموعة التي أجري عليها القياس، س1، س2 ، س3 ، س4 س ن. على عدد القيم (n) وصيغة المتوسط الحسابي تكتب على الشكل التالي:

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

حيث: المتوسط الحسابي

: هي مجموع القيم

\bar{X} س ن : عدد القيم ((1)- عبد القادر حلّيمي ، 1992)

ب- الانحراف المعياري:

هو أهم مقاييس التشتت لأنه ادقها ، حيث يدخل استعماله في كثير من قضايا التحليل الإحصائي ويرمز له بالرمز (ع)، فإذا كان الانحراف المعياري قليل فإن ذلك يدل على أن القيم متقاربة والعكس صحيح ويكتب على الصيغة التالية:

$$s = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n - 1}}$$

حيث ع: الانحراف المعياري.

س: المتوسط الحسابي.

س: قيمة عددية (نتيجة الاختبار .

ن: عدد العينة. ((1)- عبد القادر حلّيمي ، 1992)

ج- اختبار توزيع ستيودنت:

يستخدم قياس ستيودنت للدلالة الإحصائية ، وكذا قياس مدى دلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين ومن أجل ذلك يستعمل القانون التالي:

$$T = \frac{|s_1 - s_2|}{\sqrt{\frac{(e_1)^2 + (e_2)^2}{n - 1}}}$$

- حيث T : معيار ستودنت .
- س1: المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى .
- س2: المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية.
- ن: عدد أفراد العينة.
- ع1: الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.
- ع2: الانحراف المعياري للمجموعة الثانية. (نزار مجيد الطالب ،محمد السمرائي ،
(1980

الفصل الثاني

عرض وتحليل النتائج

عرض وتحليل نتائج المجموعة الضابطة والتجريبية

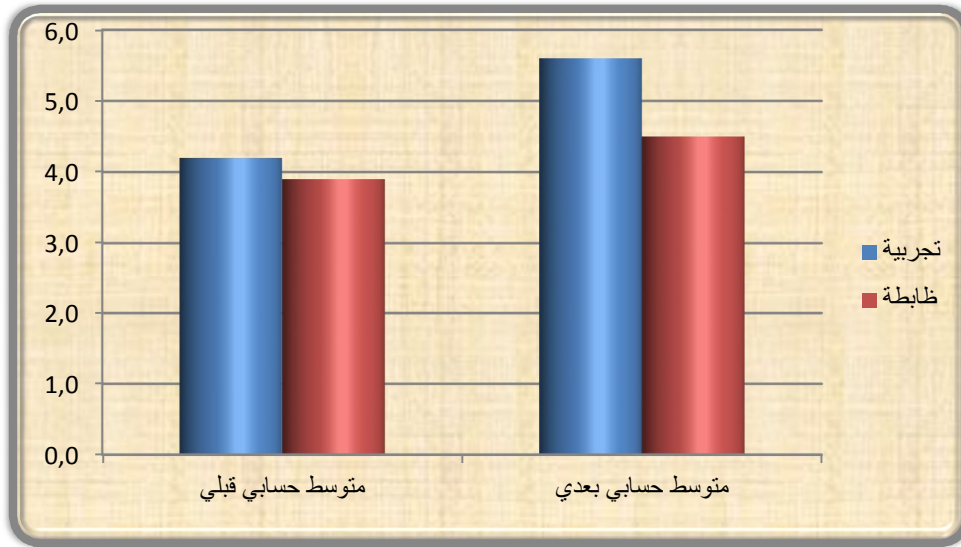
جدول رقم (01): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لاختبار دقة التمرير

| الاحصائية | دلالة | ت | ت | بعدي | | قبلي | | حجم العينة | |
|-----------|-------|------|------|------|-----|------|-----|------------|--|
| | | | | ع | س | ع | س | | |
| تجريبية | دال | 2.20 | 4.91 | 1.39 | 5.6 | 1.51 | 4.2 | 20 | |
| ضابطة | دال | 2.20 | 2.47 | 1.41 | 4.5 | 1.61 | 3.9 | 20 | |

التعليق :

من خلال الجدول رقم " 1 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي في القبلي (س 4.2 \ ع 1.51) أما البعدي حققت (س 5.6، ع 1.39) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (س 3.9، ع 1.62) وفي البعدي (س 4.5، ع 1.41) وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة التجريبية 4.91 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.20 ،

وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة الضابطة 2.47 والتي كانت أكبر من "ت الجدولية" وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 مما يبين وجود فرق دال إحصائياً بين العينتين في اختبار دقة تمرير



شكل رقم (01): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لاختبار دقة التمرير

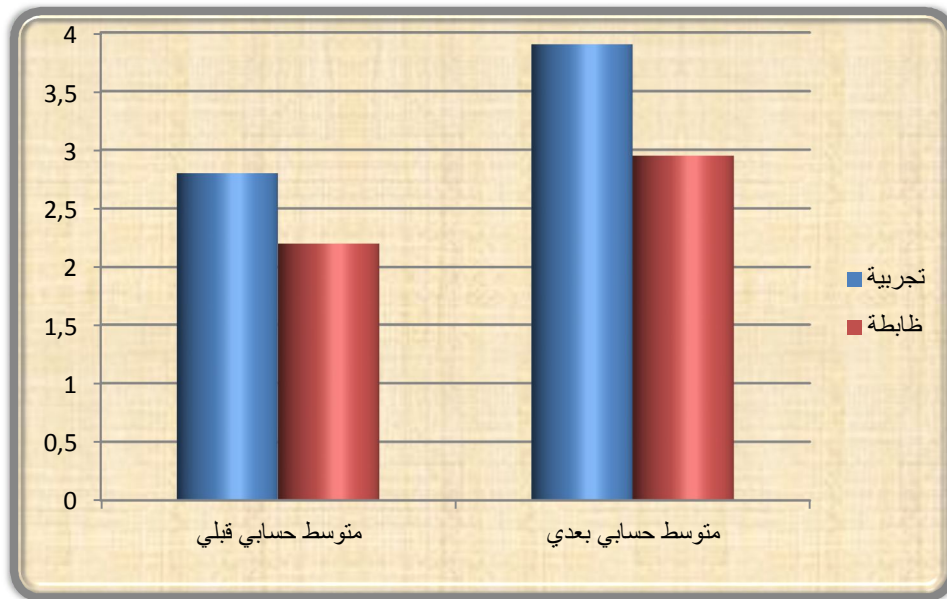
جدول رقم (02): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لأختبار دقة التمرير بالكرات الثلاث .

| دلالة الاحصائية | ت جدولية | ت محسوبة | بعدي | | قبلي | | حجم العينة | |
|-----------------|----------|----------|------|------|------|-----|------------|---------|
| | | | ع | س | ع | س | | |
| دال | 2.20 | 4.59 | 1.21 | 3.9 | 1.2 | 2.8 | 20 | تجريبية |
| دال | 2.20 | 2.88 | 1.36 | 2.95 | 1.4 | 2.2 | 20 | ضابطة |

تعليق:

من خلال الجدول رقم " 2 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي في القبلي (2.8 و 1.2ع) أما البعدي حققت (س3.9،ع1.21) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (2.2،ع 1.4) وفي البعدي (س2.95،ع1.36) وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة التجريبية 4.59 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.20

وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة الضابطة 2.88 والتي كانت أكبر من "ت الجدولية" وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 مما يبين وجود فرق دال إحصائياً أي معنوي بين العينتين في اختبار الإحساس بالكرة.



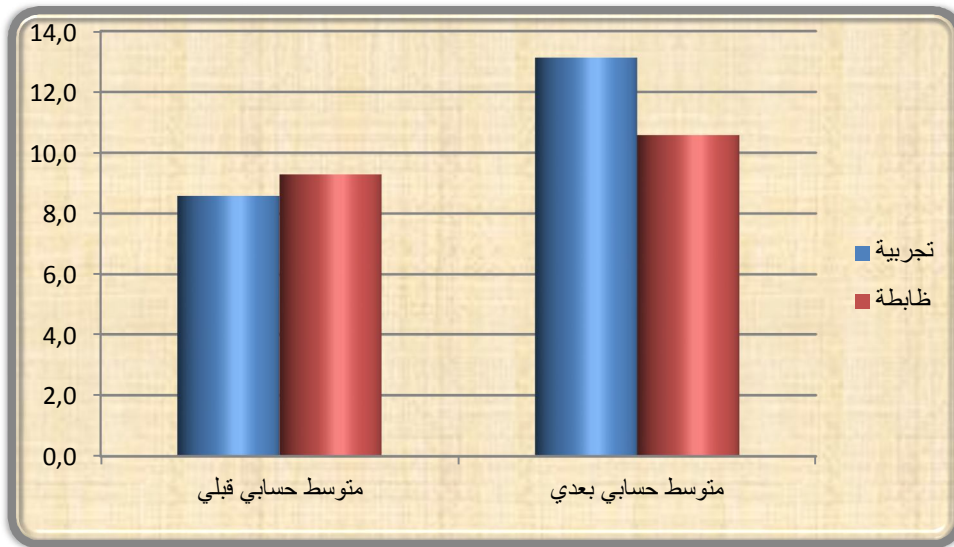
شكل رقم (02): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لأختبار دقة التمرير بالكرات الثلاث .

جدول رقم (03): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لاختبار السيطرة على الكورة

| دلالة الاحصائية | ت جدولية | ت محسوبة | بعدي | | قبلي | | حجم العينة | |
|-----------------|----------|----------|------|-------|------|------|------------|---------|
| | | | ع | س | ع | س | | |
| دال | 2.20 | 5.56 | 635. | 13.13 | 3.77 | 8.58 | 20 | تجريبية |
| دال | 2.20 | 3.23 | 3.19 | 10.58 | 2.89 | 9.29 | 20 | ضابطة |

التعليق :

من خلال الجدول رقم " 3 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي في القبلي (8.58 و 3.77) أما البعدي حققت (س13.13، ع5.63) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (9.29، ع2.89) وفي البعدي (س10.58، ع3.19) وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة التجريبية 5.56 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.20 وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة الضابطة 3.23 والتي كانت أكبر من "ت الجدولية" وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 مما يبين وجود فرق دال إحصائياً أي معنوي بين العينتين في اختبار الإحساس بالكرة.

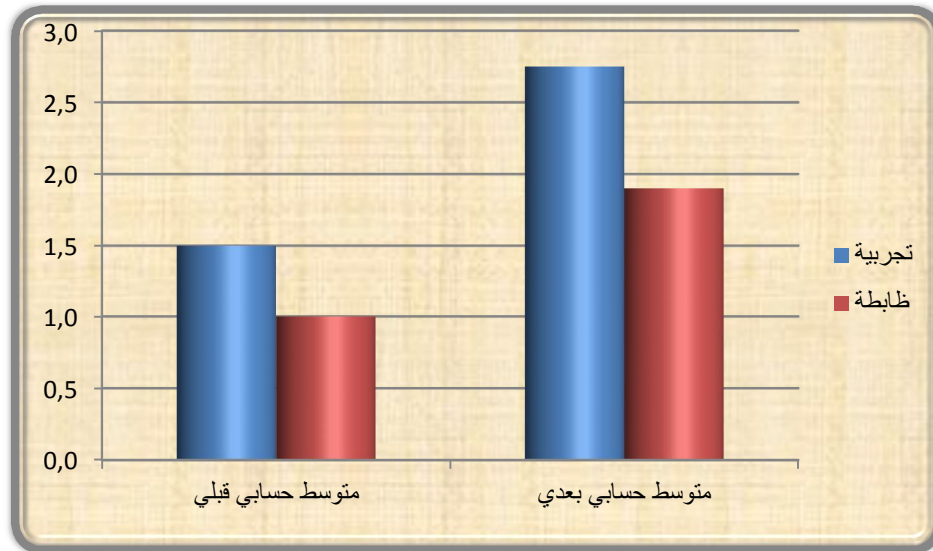


شكل رقم (03): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لاختبار السيطرة على الكرة

جدول رقم (04): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لاختبار لامتناص الكرة

| دلالة الاحصائية | ت | ت | بعدي | | قبلي | | حجم العينة | |
|-----------------|-----|------|------|------|------|------|------------|----|
| | | | ع | س | ع | س | | |
| تجريبية | دال | 2.20 | 3.12 | 0.89 | 2.75 | 1.05 | 1.5 | 20 |
| ضابطة | دال | 2.20 | 2.32 | 1.18 | 1.9 | 1.21 | 1 | 20 |

التعليق : من خلال الجدول رقم " 4 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي في القبلي (1.5 و 1.05) أما البعدى حققت (س2.75، ع0.89) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (1، ع1.21) وفي البعدى (س1.9، ع1.18) وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة التجريبية 3.12 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.20 وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة الضابطة 2.32 والتي كانت أكبر من "ت الجدولية" وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 مما يبين وجود فرق دال إحصائياً بين العينتين في اختبار دقة تمرير



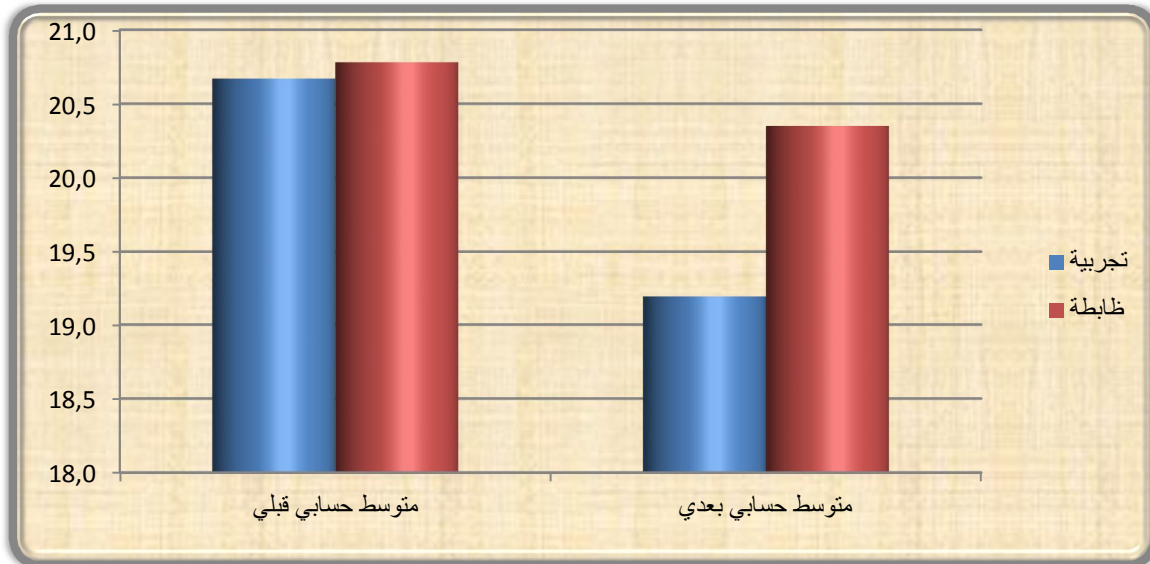
شكل رقم (04): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لاختبار لامتناص الكرة

جدول رقم (05): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لأختبار المراوغة

| دلالة الاحصائية | ت جدولية | ت محسوبة | بعدي | | قبلي | | حجم العينة | |
|-----------------|----------|----------|------|-------|------|-------|------------|---------|
| | | | ع | س | ع | س | | |
| دال | 2.20 | 5.28 | 2.35 | 19.19 | 2.86 | 20.67 | 20 | تجريبية |
| دال | 2.20 | 2.81 | 1.66 | 20.35 | 1.82 | 20.78 | 20 | ضابطة |

من خلال الجدول رقم " 5 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي في القبلي (20.67 و 2.86ع) أما البعدي حققت (س19.19، ع3.35) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (20.78، ع1.82) وفي البعدي (س20.35، ع1.66) وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة التجريبية 5.28 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.20

وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينة الضابطة 2.81 والتي كانت أكبر من "ت الجدولية" وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 19 مما يبين وجود فرق دال إحصائياً أي معنوي بين العينتين في اختبار الإحساس بالكرة.



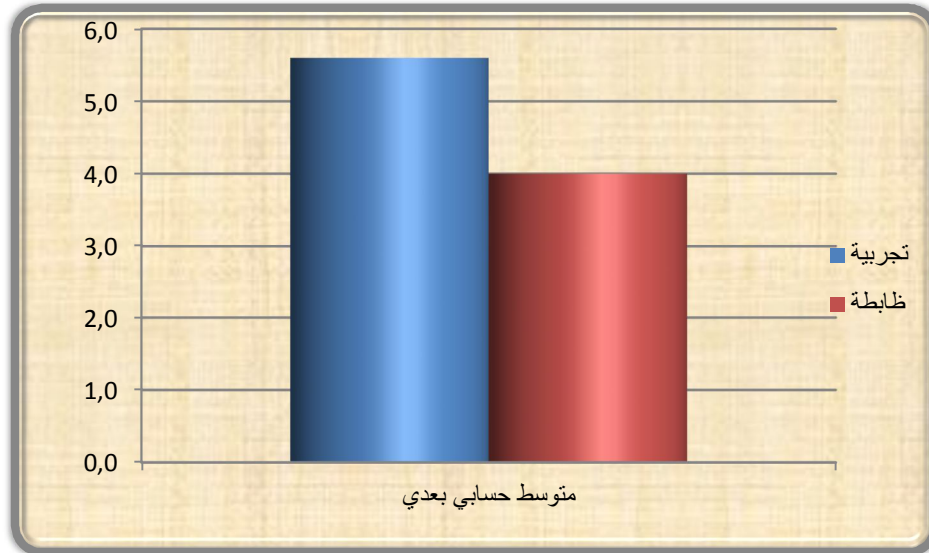
اعمدة بيانية رقم (05): يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى لأختبار مراوغة

جدول رقم "06" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار دقة التمرير

| دلالة الاحصائية | ت جدولية | ت محسوبة | اختبار بعدي | | حجم العينة | |
|-----------------|----------|----------|-------------|------|------------|---------|
| | | | ع | س | | |
| دال | 2.02 | 3.60 | 1.39 | 5.60 | 20 | تجريبية |
| دال | 2.02 | 3.60 | 1.41 | 4.00 | 20 | ضابطة |

من خلال الجدول رقم " 06 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي (س 5.60 و ع 1.39) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (س 4.00، ع 1.41)

وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينتين 3.60 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.02 مما يبين وجود فرق دال احصائيا اي معنوي في العينة التجريبية و الضابطة.

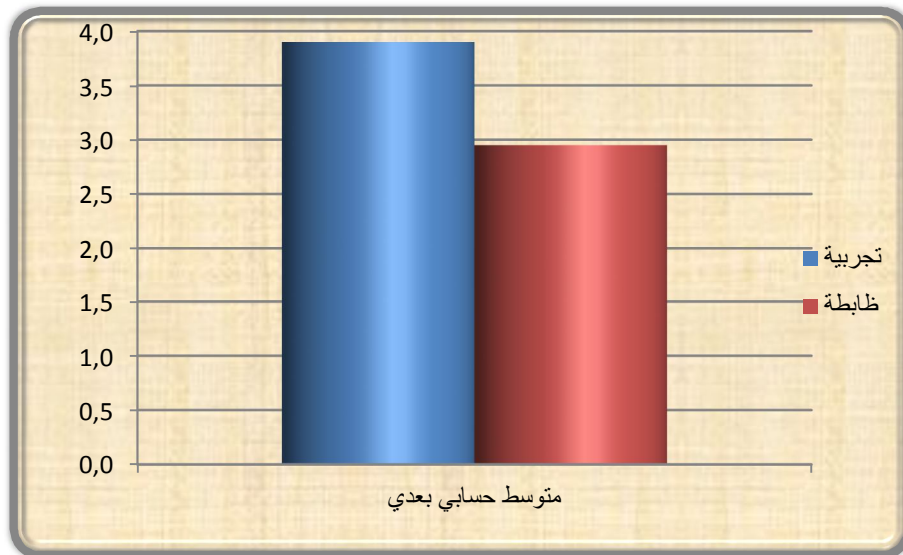


شكل رقم "06" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار دقة التمرير

جدول رقم "07" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار التمريرات 3

| دلالة الاحصائية | ت جدولية | ت محسوبة | اختبار بعدي | | حجم العينة | |
|-----------------|----------|----------|-------------|------|------------|---------|
| | | | س | ع | | |
| دال | 2.02 | 2.33 | 1.21 | 3.90 | 20 | تجريبية |
| دال | 2.02 | 2.33 | 1.36 | 2.95 | 20 | ضابطة |

من خلال الجدول رقم " 07 " يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي (س 3.90 و ع 1.21) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (س 2.95، ع 1.36) وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينتين 2.33 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.02 مما يبين وجود فرق دال احصائيا اي معنوي في العينة التجريبية و الضابطة



شكل رقم "07" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار التمرير بثلاث كرات :

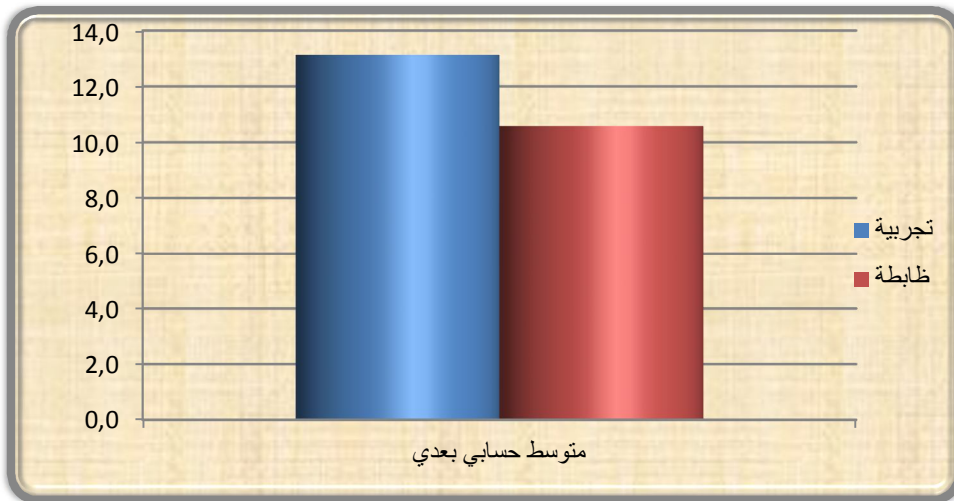
جدول رقم "08" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار السيطرة على الكرة

| دلالة الاحصائية | ت جدولية | ت محسوبة | اختبار بعدي | | حجم العينة | |
|-----------------|----------|----------|-------------|-------|------------|---------|
| | | | ع | س | | |
| دال | 2.02 | 2.75 | 5.63 | 13.13 | 20 | تجريبية |
| دال | 2.02 | 2.75 | 3.19 | 10.58 | 20 | ضابطة |

التعليق :

من خلال الجدول رقم "08" يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي (س) 13.13 و ع 5.63) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (س) 10.58، ع (3.19

وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينتين 2.75 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.02 مما يبين وجود فرق دال احصائيا اي معنوي في العينة التجريبية و الضابطة



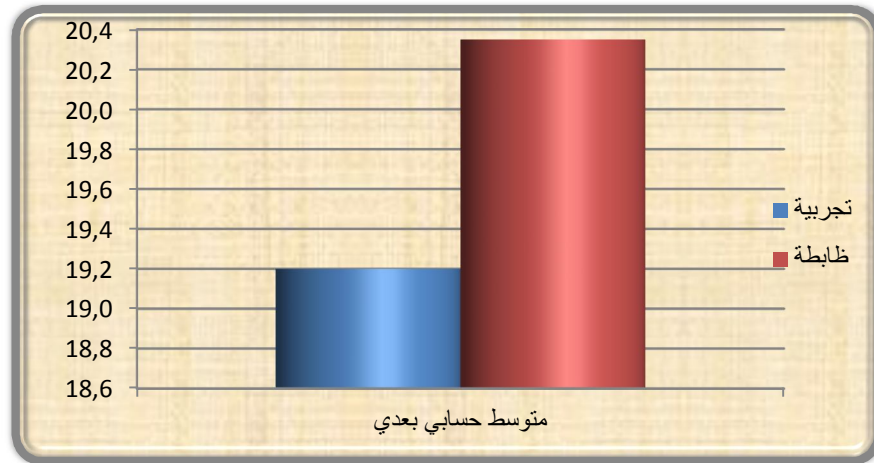
شكل رقم "08" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار السيطرة على الكرة

جدول رقم "09" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار المراوغة

| دلالة الاحصائية | ت جدولية | ت محسوبة | اختبار بعدي | | حجم العينة | |
|-----------------|----------|----------|-------------|-------|------------|---------|
| | | | س | ع | | |
| دال | 2.02 | 2.12 | 2.35 | 19.19 | 20 | تجريبية |
| دال | 2.02 | 2.12 | 1.66 | 20.35 | 20 | ضابطة |

من خلال الجدول رقم "09" يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي (س) 19.19 و ع 2.35) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (س) 20.35، ع 1.66 ،

وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينتين 2.12 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.02 مما يبين وجود فرق دال احصائيا اي معنوي في العينة التجريبية و الضابطة

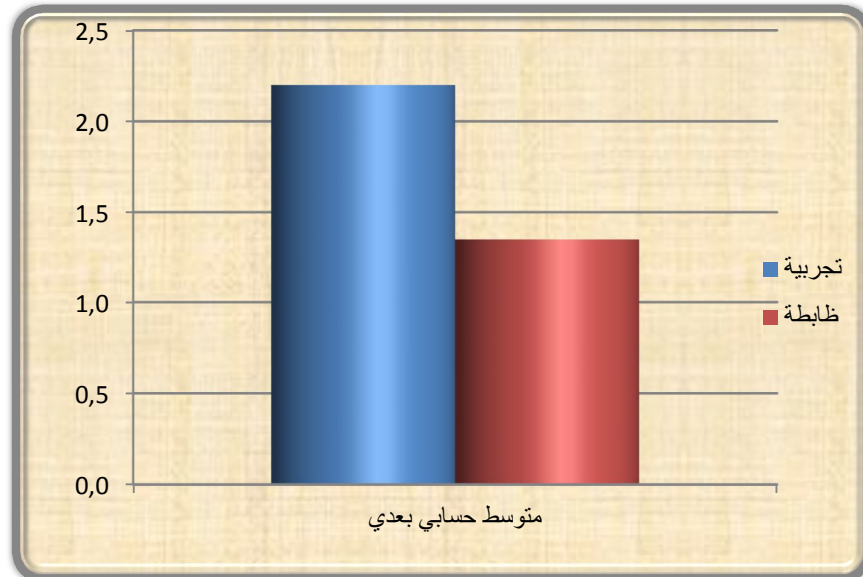


شكل رقم "09" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار المراوغة

جدول رقم "10" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار امتصاص الكرة

| دلالة الاحصائية | ت جدولية | ت محسوبة | اختبار بعدي | | حجم العينة | |
|-----------------|----------|----------|-------------|------|------------|---------|
| | | | ع | س | | |
| دال | 2.02 | 2.56 | 0.89 | | 20 | تجريبية |
| دال | 2.02 | 2.56 | 1.18 | 1.35 | 20 | ضابطة |

من خلال الجدول رقم "10" يتضح أن العينة التجريبية حققت متوسط حسابي (س) 2.20 و ع 0.89) وحققت العينة الضابطة متوسط حسابي (س 1.35، ع 1.18) ، وبلغت قيمة "ت المحسوبة" في العينتين 2.56 والتي كانت أكبر من قيمة "ت الجدولية" 2.02 مما يبين وجود فرق دال احصائيا اي معنوي في العينة التجريبية و الضابطة



شكل رقم "10" يبين نتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية اختبار الامتصاص

الاستنتاجات

من خلال النتائج المتحصل عليها وبعد الدراسة الإحصائية وتحليل ومناقشة النتائج توصلنا إلى الاستنتاجات التالية :

- 1- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي لعينتي اختبار دقة التمرير وهذا يعني وجود تحسن في مستوى مهارة دقة التمرير
- 2- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي لعينتي اختبار دقة التمرير بثلاث كرات وهذا يعني وجود تحسن في مستوى مهارة دقة التمرير
- 3- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي لعينتي اختبار السيطرة على الكرة وهذا يعني وجود تحسن في مستوى مهارة السيطرة على الكرة
- 4- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي لعينتي اختبار امتصاص و كتم الكرة وهذا يعني وجود تحسن في مستوى مهارة امتصاص و كتم الكرة
- 5- وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي لعينتي اختبار المراوغة وهذا يعني وجود تحسن في مستوى مهارة المراوغة
- 7- تقارب بين العينتين الضابطة والتجريبية في مستوى مهارة المراوغة أثناء إجراء الاختبارات القبلية
- 8- تحسن في مستوى الصفات المهارية المستهدفة لدى العينة التجريبية في الاختبارات البعدية بالنسبة للاختبارات القبلية
- 9- حققت العينة التجريبية تقدم واضحا في مستوى الصفات المهارية المستهدفة خلال الاختبارات البعدية منه عن العينة الضابطة

مقارنة النتائج بالفرضيات

الفرضية:

التدريب على المساحات المصغرة لها فعالية في تنمية وتطوير بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم المستهدفة لدى العينة التجريبية .

على ضوء النتائج المتحصل عليها في الجدول 6 و7 و8 و9 و10 في الاختبارات البعدية حيث ان الفرضية أعطت صدقها حيث وجد أن هناك تطور في مستوى جميع المهارات الأساسية المستهدفة بالنسبة للعينة التجريبية بالمقارنة مع العينة الضابطة، وهذا ما يدل على ان مساحات مصغرة كان له الأثر الايجابي في تنمية تلك المهارات الاساسية لكرة القدم للعينة التجريبية.

كما ان هذه النتيجة توصل اليها الباحثان ميلود وبرابح عبد القادر تحت عنوان أثر التدريب في الملاعب المصغرة على تنمية تحمل الاداء لدى ناشئي كرة القدم أقل من 13 سنة (U-13)

- اقتراحات والتوصيات

- 1) نوصي بالاعتماد على استخدام طريقة اللعب في مساحات مصغرة الملائمة لخصوصيات الطفل المهارية وخاصة في هذه المرحلة العمرية (09 -12 سنة) .
- 2) نوصي باستثمار طاقات الأطفال من خلال طريقة اللعب في مساحات مصغرة
- 3) نوصي بالتنظيم المحكم والجيد اللعب في مساحات مصغرة حتى نلبي رغبات التلاميذ وتحقق الهدف من الدرس.
- 4) نوصي بالمراقبة الجيدة والمستمرة لجميع التلاميذ أثناء اللعب لتفادي الإصابات والأخطار .
- 5) نوصي بالعمل علي التدريس الشامل والمتنوع عن طريق الجانب اللعب في الجانب المهاري .
- 6) نوصي بخلق جو تحفيزي للعمل وذلك من خلال اللعب في مساحات مصغرة.

(7) نوصي بإقامة ندوات أو أيام دراسية تدرس فيها خصوصيات الفئة العمرية وإعطاء أهم الطرق للتدريس الحديث .

هذه بصفة عامة ووجيزة بعض الإرشادات التي ارتئيها أن نقدمها وذلك قصد لفت انتباه المدرسين إلى طريقة اللعب في مساحات مصغرة وأهميتها في مجال التدريس الحديث

خاتمة :

إن لعب كرة القدم في مساحات المصغرة كطريقة لتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم هي من أهم الطرق الحديثة المنتهجة نظرا للدور الكبير الذي تلعبه في بلوغ أهداف مجتمعة لتطوير وتنمية قدرات ومهارات اللاعب الناشئ وهذه الطريقة تتلائم مع المرحلة من (9 - 12) سنة ، والتي تعتبر خصبة وملائمة لصقل المهارات ، لأن الطفل في هذه المرحلة يمتاز بالنشاط والحيوية والميول إلى اللعب ، لذلك فإنها تستهوي الأطفال وتتيح لهم الفرصة لتطوير وتنمية قدراتهم المهارية ، هذا ما جعلنا نؤكد على استعمال هذه الطريقة الحديثة خاصة مع المبتدئين الذين يعتبرون لاعبو الدرجة الممتازة وعماد الفريق الرياضي في المستقبل ، لذلك فإن العناية بتنشئتهم تنشئة سليمة يعني الاطمئنان على مستقبل كرة القدم .

وعلى ضوء النتائج المحصل عليها توصلنا إلى ضرورة إعطاء هذه الطريقة المكانة والأهمية التي تستحقها أثناء عملية تدريب وتكوين الناشئين ، وضرورة اعتماد برامج ومناهج علمية حديثة تتماشى مع متطلبات وأساليب التدريب الرياضي الحديث ونلاحظ ان معظم الاندية الكبيرة في مختلف فئاتها تعتمد على لعب في مساحات صغيرة لتطوير مختلف مهارات .

وفي الأخير نستطيع القول بأن هذه النتائج لا بد أن تكون مرجعا ومنطلقا لدراسات أخرى في هذا المجال ، ومنارا للمختصين في مجال التدريب الرياضي في الجزائر للسير على الطريق الصحيح بداية من إيجاد البرامج الناجعة وتوفير الظروف لنجاح هذا الفرد وتوجيهه نحو التأهيل الصحيح .

قائمة

المرجع

المصادر والمراجع باللغة العربية:

- 1- البيك, ع. ب. ف. (2008). *طرق وأساليب التدريب*. مصر: دار منشأة المعارف .
- 2- الوافي, ع. ا. (2006). *مدخل إلى علم النفس*. دار هوم.
- 3- جميل, ر. (1986). *كرة القدم*. بيروت: دار النقائض، ط1،.
- 4- حسن السيد أبو عبده. (2002). *الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم*، مكتبة الإشعاع الفنية. الاسكندرية، مصر.
- 5- حماد, م. ا. (1997). *البرنامج التدريبي المخطط لفرق كرة القدم*. القاهرة: كتاب النشر
- 6- حسن السيد أبو عبده، (2002). *الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم*، مكتبة الإشعاع الفنية. الاسكندرية، مصر.
- 7- حنفي محمد مختار. (1993). *اختبارات وقياسات*. نصر: دار فكر العربي.
- 8- حنفي محمود مختار 1991 *تطبيق العلمي لتدريب كرة القدم*-القاهرة مصر دار الفكر العربي
- 9- حسن السيد أبو عبده. (2002). *الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم*، مكتبة الإشعاع الفنية. الاسكندرية، مصر.
- 10-حنفي محمود مختار. *الإختبارات و القياسات للاعبين كرة القدم*. دار الفكر العربي .
- 11-عبده, ح. ا. (2002). *الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم*. الإسكندرية، مصر: مكتبة الإشعاع الفنية.
- 12- لحر عبد القادر فيصل رشيد عياش الديلمي 1997 *كرة القدم*، مستغانم، طبع في المدرسة العليا للاساتذة التربوية البدنية والرياضية

- 13- ليلي يوسف : " سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية " ، مكتبة الاجلو المصرية ، القاهرة ، 1962
- 14- محمد صبحي. 1998 القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة ، مصر : ، دار الفكر العربي.
- 15- محمد مصطفى زيدان " دراسة سيكولوجية الطفل " ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1975 .
- 16-مفتي براهيم حماد 2001 تدريب الرياضي الحديث – القاهرة دار الفكر العربي
- 17-محمود بن حسن آل سليمان, كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية, دار ابن حزم, بيروت, لبنان, بدون طبعة, 1998..
- 18-محمد عبد الرزاق شفق : "إدارة الصف المدرسي " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1985.
- 19-محمود بديع, موسوعة الألعاب الرياضية والشعبية, دار حمورابي للنشر والتوزيع, عمان-الأردن-الطبعة الأولى, 2007.
- 20-محمد حسن علاوي: محمد نصر الدين غضبن . (1996). القياس في التربية الرياضية وعلم القياس الرياضي. القاهرة ، مصر: دار الفكر العربي.
- 21-مروان عبد المجيد إبراهيم: (1999). الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية. عمان ، الأردن.
- 22-نزار مجيد الطالب ،محمد السمراي . (1980). مبادئ الإختبارات البدنية و الرياضية . بغداد العراق : دار الكتاب لطباعة و النشر
- 23-عيفي ، ا .ش . (2001). كرة القدم للناشئين . دار الفكر العربي . القاهرة . مصر.

- 24-عوسي, ع. أ. (1994) *ثقافة الطفل بين الواقع والطموحات*, مكتبة الزهراء.
- 25-عبد الرحمان الوافي ، د.زيان سعيد : "النمو من الطفولة إلى المراهقة " ، الخنساء للنشر والتوزيع ،2004.
- 26-عبد القادر حلومي . (1992). *مدخل الإحصاء* ، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية
- 27-فيصل رشيد عياش الديلمي,د. لحر عبد الحق, كرة القدم, طبع في المدرسة العليا لأساتذة التربية البدنية والرياضية, مستغانم, 1997.
- 28-خدم عوض البسيوني : " نظريات وطرق التربية البدنية " ، د. م ج: الجزائر ، 1992 .
- المراجع الأجنبية :

01-[Http://www.almaherahadhe.montadactif.com/montada-/15/topic17.nexthtm](http://www.almaherahadhe.montadactif.com/montada-/15/topic17.nexthtm).

02-Leon plaet . le football Et ses regles. edit parpro,o-foot .2001.

03-Leon plae ibid.

04-La fédération Algériens de foot ball : "les règlements genereaux, 2006,

05 - www.ahlamontada.com

الملاحق

العينة التجريبية فريق شباب المشرية اقل من 12 سنة

| اختبار السيطرة على الكرة | | اختبار دقة التمرير بالكور 3 | | اختبار دقة التمرير | | أسماء اللاعبين |
|--------------------------|-------|-----------------------------|--------|--------------------|--------|----------------|
| البعدي | قبلي | البعدي | قبلي | البعدي | قبلي | |
| 18.22 | 10.51 | 3 نقطة | 3 نقطة | 7 نقطة | 6 نقطة | 1 |
| 10.29 | 6.72 | 6 نقطة | 3 نقطة | 6 نقطة | 4 نقطة | 2 |
| 10.1 | 11.12 | 6 نقطة | 4 نقطة | 6 نقطة | 7 نقطة | 3 |
| 12.11 | 6.41 | 3 نقطة | 2 نقطة | 7 نقطة | 4 نقطة | 4 |
| 13.82 | 5.6 | 4 نقطة | 3 نقطة | 5 نقطة | 4 نقطة | 5 |
| 10.52 | 7.48 | 3 نقطة | 3 نقطة | 5 نقطة | 5 نقطة | 6 |
| 12.82 | 8.18 | 3 نقطة | 2 نقطة | 6 نقطة | 3 نقطة | 7 |
| 8.4 | 4.62 | 4 نقطة | 3 نقطة | 6 نقطة | 3 نقطة | 8 |
| 10.07 | 14.4 | 5 نقطة | 4 نقطة | 8 نقطة | 6 نقطة | 9 |
| 10.41 | 4.91 | 3 نقطة | 1 نقطة | 3 نقطة | 2 نقطة | 10 |
| 16.99 | 9.8 | 3 نقطة | 3 نقطة | 3 نقطة | 4 نقطة | 11 |
| 8.52 | 6.15 | 3 نقطة | 1 نقطة | 5 نقطة | 2 نقطة | 12 |
| 19.81 | 13.91 | 6 نقطة | 3 نقطة | 6 نقطة | 5 نقطة | 13 |
| 11.88 | 6.51 | 4 نقطة | 2 نقطة | 4 نقطة | 4 نقطة | 14 |
| 12.61 | 8.51 | 3 نقطة | 4 نقطة | 6 نقطة | 4 نقطة | 15 |
| 32.17 | 18.11 | 6 نقطة | 6 نقطة | 8 نقطة | 7 نقطة | 16 |
| 16.42 | 12.72 | 3 نقطة | 3 نقطة | 6 نقطة | 4 نقطة | 17 |
| 11.72 | 6.51 | 4 نقطة | 3 نقطة | 6 نقطة | 5 نقطة | 18 |
| 8.31 | 4.49 | 3 نقطة | 1 نقطة | 5 نقطة | 2 نقطة | 19 |
| 7.45 | 5.32 | 3 نقطة | 2 نقطة | 4 نقطة | 3 نقطة | 20 |

العينة التجريبية فريق شباب المشرية اقل من 12 سنة

| اختبار المراوغة | | اختبار امتصاص و كتم الكرة | | أسماء اللاعبين |
|-----------------|-------|------------------------------|--------|----------------|
| البعدي | قبلي | البعدي | قبلي | |
| 16.81 | 18.11 | 3 نقطة | 2 نقطة | 1 |
| 16.94 | 19.65 | 2 نقطة | 2 نقطة | 2 |
| 16.17 | 17.45 | 3 نقطة | 3 نقطة | 3 |
| 18.56 | 18.63 | 3 نقطة | 2 نقطة | 4 |
| 17.64 | 18.22 | 3 نقطة | 2 نقطة | 5 |
| 20.4 | 22.1 | 2 نقطة | 2 نقطة | 6 |
| 21.98 | 24.98 | 2 نقطة | 0 نقطة | 7 |
| 19.43 | 23.12 | 2 نقطة | 0 نقطة | 8 |
| 18.29 | 20.09 | 2 نقطة | 2 نقطة | 9 |
| 24.92 | 27.33 | 0 نقطة | 0 نقطة | 10 |
| 18.72 | 19.46 | 3 نقطة | 2 نقطة | 11 |
| 22.05 | 21.02 | 2 نقطة | 0 نقطة | 12 |
| 17.72 | 18.8 | 2 نقطة | 2 نقطة | 13 |
| 18.75 | 17.61 | 3 نقطة | 2 نقطة | 14 |
| 18.64 | 19.88 | 2 نقطة | 2 نقطة | 15 |
| 16.11 | 17.61 | 3 نقطة | 3 نقطة | 16 |
| 17.7 | 19.95 | 2 نقطة | 2 نقطة | 17 |
| 19.08 | 20.27 | 3 نقطة | 2 نقطة | 18 |
| 22.84 | 25.32 | 0 نقطة | 0 نقطة | 19 |
| 21.12 | 23.87 | 2 نقطة | 0 نقطة | 20 |

العينة الشاهدة فريق شباب المشرية اقل من 12 سنة

| اختبار المراوغة | | اختبار امتصاص و كتم الكرة | | أسماء اللاعبين |
|-----------------|-------------|------------------------------|--------|----------------|
| البعدي | قبلي | البعدي | قبلي | |
| 20.86 ثانية | 21.41 ثانية | 3 نقطة | 2 نقطة | 1 |
| 18.11 ثانية | 19.15 ثانية | 0 نقطة | 0 نقطة | 2 |
| 18.34 ثانية | 18.15 ثانية | 3 نقطة | 2 نقطة | 3 |
| 18.56 ثانية | 19.67 ثانية | 0 نقطة | 0 نقطة | 4 |
| 17.76 ثانية | 17.15 ثانية | 2 نقطة | 3 نقطة | 5 |
| 20.86 ثانية | 21.19 ثانية | 2 نقطة | 0 نقطة | 6 |
| 21.55 ثانية | 21.91 ثانية | 2 نقطة | 0 نقطة | 7 |
| 22.2 ثانية | 22.4 ثانية | 0 نقطة | 0 نقطة | 8 |
| 21.46 ثانية | 21.55 ثانية | 2 نقطة | 3 نقطة | 9 |
| 20.21 ثانية | 21.01 ثانية | 0 نقطة | 0 نقطة | 10 |
| 18.67 ثانية | 18.44 ثانية | 0 نقطة | 2 نقطة | 11 |
| 22.02 ثانية | 22.42 ثانية | 2 نقطة | 0 نقطة | 12 |
| 20.43 ثانية | 21.8 ثانية | 3 نقطة | 2 نقطة | 13 |
| 21.67 ثانية | 22.11 ثانية | 2 نقطة | 0 نقطة | 14 |
| 19.13 ثانية | 20.56 ثانية | 2 نقطة | 2 نقطة | 15 |
| 18.89 ثانية | 18.81 ثانية | 0 نقطة | 2 نقطة | 16 |
| 18.9 ثانية | 19.25 ثانية | 2 نقطة | 0 نقطة | 17 |
| 22.02 ثانية | 21.97 ثانية | 0 نقطة | 2 نقطة | 18 |
| 22.78 ثانية | 22.14 ثانية | 0 نقطة | 3 نقطة | 19 |
| 22.6 ثانية | 24.52 ثانية | 2 نقطة | 2 نقطة | 20 |

العينة الشاهدة فريق شباب المشرية اقل من 12 سنة

| اختبار السيطرة على الكرة | | اختبار دقة التمرير بالكور 3 | | اختبار دقة التمرير | | أسماء اللاعبين |
|--------------------------|-------------|-----------------------------|--------|--------------------|--------|----------------|
| البعدي | قبلي | البعدي | قبلي | البعدي | قبلي | |
| 11.1 ثانية | 8.11 ثانية | 3 نقطة | 1 نقطة | 5 نقطة | 5 نقطة | 1 |
| 8.47 ثانية | 6.54 ثانية | 1 نقطة | 1 نقطة | 4 نقطة | 3 نقطة | 2 |
| 16.82 ثانية | 15.72 ثانية | 5 نقطة | 4 نقطة | 7 نقطة | 8 نقطة | 3 |
| 10.52 ثانية | 9.83 ثانية | 4 نقطة | 2 نقطة | 5 نقطة | 5 نقطة | 4 |
| 8.59 ثانية | 7.75 ثانية | 3 نقطة | 3 نقطة | 2 نقطة | 3 نقطة | 5 |
| 15.52 ثانية | 14.32 ثانية | 3 نقطة | 1 نقطة | 4 نقطة | 4 نقطة | 6 |
| 12.14 ثانية | 8.9 ثانية | 1 نقطة | 2 نقطة | 3 نقطة | 2 نقطة | 7 |
| 6.01 ثانية | 4.93 ثانية | 3 نقطة | 3 نقطة | 2 نقطة | 1 نقطة | 8 |
| 14.62 ثانية | 11.53 ثانية | 3 نقطة | 3 نقطة | 4 نقطة | 5 نقطة | 9 |
| 10.52 ثانية | 8.41 ثانية | 4 نقطة | 2 نقطة | 3 نقطة | 2 نقطة | 10 |
| 10.2 ثانية | 11.52 ثانية | 3 نقطة | 2 نقطة | 3 نقطة | 4 نقطة | 11 |
| 5.45 ثانية | 7.32 ثانية | 1 نقطة | 0 نقطة | 3 نقطة | 2 نقطة | 12 |
| 15.1 ثانية | 12.82 ثانية | 6 نقطة | 3 نقطة | 4 نقطة | 4 نقطة | 13 |
| 11.59 ثانية | 7.41 ثانية | 2 نقطة | 2 نقطة | 3 نقطة | 4 نقطة | 14 |
| 10.13 ثانية | 8.49 ثانية | 3 نقطة | 2 نقطة | 5 نقطة | 5 نقطة | 15 |
| 8.18 ثانية | 11.4 ثانية | 3 نقطة | 3 نقطة | 6 نقطة | 6 نقطة | 16 |
| 12.39 ثانية | 10.57 ثانية | 4 نقطة | 6 نقطة | 5 نقطة | 4 نقطة | 17 |
| 10.14 ثانية | 8.53 ثانية | 4 نقطة | 3 نقطة | 6 نقطة | 5 نقطة | 18 |
| 7.59 ثانية | 5.4 ثانية | 2 نقطة | 1 نقطة | 2 نقطة | 3 نقطة | 19 |
| 6.61 ثانية | 6.38 ثانية | 1 نقطة | 0 نقطة | 4 نقطة | 3 نقطة | 20 |

المرحلة: التحضيرية

مذكرة رقم 01 :عدد الافراد :20

الهدف :التمرير والاستقبال

التوقيت: 14:30 _ 16 :00

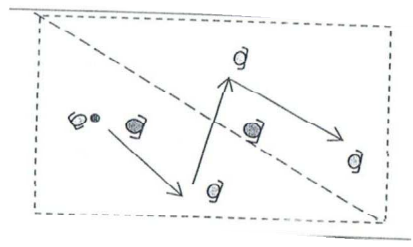
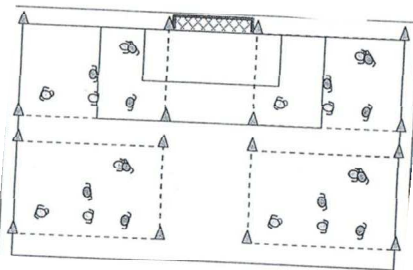
| المراحل | الأهداف | التشكيلات | المدة | الشدة | الحجم |
|-------------------|---|---|-------|-------|-------|
| المرحلة التمهيدية | إحماء عام | | ٥د | 50% | 5د |
| | إحماء خاص | | 10د | 50% | 10د |
| المرحلة الرئيسية | <p>1- مقابلات داخل مساحات مختلفة بأعداد مختلفة 2ضد1- 3ضد2-4ضد3 تحاول كل مجموعة القيام بخمسة تمريرات ثم تمرير الكرة إلى الزملاء في المنطقة الأخرى وفي نفس الوقت استقبال الكرة منهم</p> <p>2- على محيط دائرة قطرها 15م ينتشر اللاعبون في محاولة منهم تمرير الكرة بينهم لإيجاد فرصة لضرب الشاخص الموجود في مركز الدائرة و المحمي من طرف الحارس الفريق الفائز هو الذي يصيب الشاخص اكبر عدد ممكن من المرات</p> |  | 20د | 70% | 40د |
| | |  | 20د | 90% | |
| المرحلة الختامية | الانصراف- بهدوء خفيف حول نصف - جري الملعب جمع العتاد | | 5د | 20% | 5د |

المرحلة: التحضيرية

مذكرة رقم 02 : عدد الافراد : 20

الهدف: الدفاع و هجوم

التوقيت: 14:30 _ 16 :00

| الحجم | الشدة | المدة | التشكيلات | الأهداف | المراحل |
|-------|-------|-------|---|--|---------------------|
| 5 | 50% | 5 | | التحية والمنادات- الإصطاف، شرح الأهداف | إحماء عام |
| 10 | 50% | 10 | | تسخين العضلات المسؤولة- عن العمل | إحماء خاص |
| 40 | 80% | 20 |  | - 4 ضد 2 في مساحة 13*13م مقسمة قطريا يتم تغيير المدافعين كل دقيقتين يحاول المهاجمين اللعب بالتمرير و نقل الكرة للجانب الاخر دون تجاوز القطر و تحديد عدد لمس الكرة | المرحلة الرئيسية |
| 40 | 70% | 20 |  | 2- 3 ضد 3 في منطقة 20*16.5م التسجيل يكون باقاف الكرة على خط منطقة المنافس اللعب الحر مع منع التمرير للامام يحتسب الهدف بعد تواجد اللاعبين الثلاثة خارج منطقتهم | المرحلة الرئيسية |
| 5 | 20% | 5 | | الانصراف- بهدوء خفيف حول نصف - جري الملعب جمع العتاد | المرحلة الختامية |

المرحلة: التحضيرية

مذكرة رقم 03 : عدد الافراد : 20

الهدف : دقة في تمرير وتصويب

التوقيت: 14:30 _ 16 :00

| المراحل | الأهداف | التشكيلات | المدة | الشدة | الحجم |
|-------------------|---|---|-------|-------|-------|
| المرحلة التمهيدية | إحماء عام | | 05- | 50% | 5- |
| | إحماء خاص | تسخين العضلات المسؤولة عن العمل | 10- | 50% | 10- |
| المرحلة الرئيسية | 1- 5 ضد 5 داخل ملعب في 20*40م مقسم الى ثلاثة مناطق في منتصف اللعب الحر مع تسجيل الهدف بالتصويب على المرمى بحيث التسجيل من المنطقة 3 ب3 نقاط و من المنطقة 2 ب2 و من المنطقة 1 ب1 نقطة |  | 20- | 70% | 40- |
| | 2- 6 ضد 6 داخل مساحة 20*40م اللعب بكرتين في وقت واحد، فاذا كان الفريق مهاجما بكرة فعليه مراقبة الفريق الاخر إذا كانت لديه الكرة و بذلك يكون الفريق مدافعا و مهاجما في نفس الوقت ، او يكون مهاجما بكرتين و الفريق اثنائي مدافعا على مرماه من كرتين |  | 20- | 70% | |
| المرحلة الختامية | الانصراف- بهدوء خفيف حول نصف الملعب جمع العتاد | | 5- | 20% | 5- |

| المراحل | الأهداف | التشكيلات | المدة | الشدة | الحجم |
|---------|---------|-----------|-------|-------|-------|
|---------|---------|-----------|-------|-------|-------|

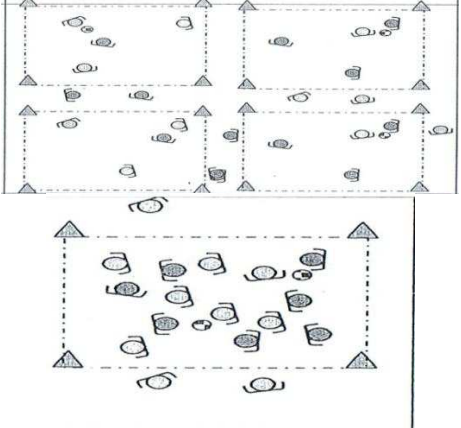
المرحلة: التحضيرية

مذكرة رقم 04 : عدد الافراد : 20

الهدف : التحكم في الكرة

التوقيت : 14:30 _ 16 :00

| المراحل | الأهداف | التشكيلات | المدة | الشدة | الحجم |
|-------------------|--|--|------------|------------|-------|
| المرحلة التمهيدية | إحماء عام | التحية والمنادات- الإصطاف، شرح الأهداف | 05- | 50% | 5- |
| | إحماء خاص | تسخين العضلات المسؤولة- عن العمل | 10- | 50% | 10- |
| المرحلة الرئيسية | 1- في ربع ملعب كرة القدم اللعب 6 ضد 6 مع تقسيم منطقة اللعب الى نصفين لكل فريق اللعب بلمسة واحدة في منطقتيه و بلمستين في منطقة المنافس يسجل الهدف بعد تحقيق خمسة تمريرات بالحصول على ثلاثة نقاط و الحصول على نقطة واحد بعد اقل من خمس تمريرات 2- 2 ضد 1+2 للمساندة لكل فريق مرميين للتسجيل و اخرين للدفاع يسمح للاعب المساند بلمس الكرة فقط التسجيل يكون بالجري بالكرة و الدخول في المرمى بين الاعمدة الاستجداد بالمساند في الحالات الصعبة فقط |   | 20- 20- | 70% 90% | 40- |
| المرحلة الختامية | الانصراف- بهدوء خفيف حول نصف - جري الملعب جمع العتاد | | 5- | 20% | 5- |

| | | | | | | |
|-----|-----|-----|---|--|---------------------|----------------------|
| 5د | 50% | 5د | | التحية والمنادات- الإصطفاف، شرح الأهداف | إجماء عام | المرحلة التمهيدية |
| 10د | 50% | 10د | | تسخين العضلات المسؤولة- عن العمل | إجماء خاص | |
| 40د | 70% | 20د |  | <p>- للعب 1*3 في مساحة 10*10م يقف مدافعان كاحتياط خارج المربع يحاول المهاجمون الاحتفاظ بالكرة أطول وقت ممكن تحت ضغط المدافع يفقد المهاجمون الكرة إذا خرجت الكرة خارج المربع أو قطعها المدافع، و عندها يبدل مكانه مع احد زملائه. بعد إشارة المدرب يتبادل المدافعون الأدوار مع المهاجمون .</p> <p>2- داخل مساحة 20*20م فريقين بلونين مختلفين لكل فريق كرة يحاول أعضاء كل فريق القيام بأكبر عدد ممكن من التمريرات في وقت محدد في نفس الوقت محاولة قطع تمريرات الفريق الأخر و عرقلته .</p> | المرحلة الرئيسية | |
| 5د | 20% | 5د | | الانصراف- بهدوء خفيف حول نصف - جري الملعب جمع العتاد | | المرحلة الختامية |

مذكرة رقم 05 : عدد الافراد : 20

المرحلة : التحضيرية

التوقيت: 14:30 _ 16 :00

الهدف : التمرير سليم في ضغط

المرحلة: التحضيرية

مذكرة رقم 06 :عدد الافراد :20

الهدف :الهجوم مع تركيز على التميرير

التوقيت: 14:30 _ 16 :00

| الحجم | الشدة | المدة | التشكيلات | الأهداف | المراحل |
|-------|-------|-------|---|--|---------------------|
| 5- | 50% | 5- | | التحية والمنادات- الإصطفاف، شرحالأهداف | إحماء عام |
| 10- | 50% | 10- | | تسخين العضلات المسؤولة- عن العمل | إحماء خاص |
| 40- | 70% | 20- |  | <p>1-4 ضد4 مع مساعدين لكل فريق في الهجوم للارتكاز اللعب داخل منطقة 15*20مقسمة الى نصفين و محددة الزوايا ل لاعب الارتكاز في كل زاوية لتبادل التميرير فقط يسمح بالجري بالكرة في منطقة المنافس فقط اما في الدفاع فيسمح بلمستيين</p> <p>2- 7 ضد7 في نصف الملعب مع رسم خطيين على طولي الملعب بالتوازي مع خط التماس يبقى لاعبان الجوكر في المنطقة الجانبية مساند لكل فريق ، يقوم الفريقان بالتباري لتسجيل الاهداف حيث كل هدف يسجل بعد 5 تمريرات يحصل الفريق على 3 نقاط ، و كل هدف يسجل بعد اقل من 5 تمريرات يحتسب نقطة تحتسب 3 نقاط عند التسجيل من خارج المنتصف الفريق الفائز الذي يحصل على اكبر عدد من النقاط</p> | المرحلة الرئيسية |
| 5- | 20% | 5- | | الانصراف- بهدهوء خفيف حول نصف - جري الملعب جمع العتاد | المرحلة الختامية |

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
معهد التربية البدنية والرياضية
جامعة مستغانم

ترشيح الاختبارات

اساتذتي الافاضل:

يشرفني ان اضع بين ايديكم هذه الاختبارات التي تتدرج في إطار انجاز بحث علمي لتحضير شهادة في مذكرة ليسانس في اختصاص تدريب رياضي راجين منكم قبول هذه الإختبارات وبذلك قد تكونوا ساهتمم بشكل كبير في انجاح هذا البحث الذي يندرج تحت عنوان:

فعالية التدريب على المساحات المصغرة في تطوير بعض المهارات الأساسية في لدى الناشئين كرة القدم (9-12 سنة)

دعمكم يبقي دائما شرفا لنا ولجميع قراء هذه المذكرة

تحت اشراف

من اعداد الطلبة:

د/مساليتي

علاونة عبد الرحمن
لخضر

طيناوي جمال

براهيمي يوسف

| غير مقبول | مقبول | كيفية الأداء | الهدف من الإختبار | الإختبار | الخاصية المهارية |
|-----------|-------|---|---|------------------------------|------------------|
| | | <p>رسم مربع طوله ضلعه 20 متر، يوضع في كل ضلع مرمى يكون من علمين وفي منتصف المربع دائرة يقف فيها اللاعب يبدأ بان يقف المختبر داخل دائرة البدء وعند إعطاء الإشارة يقوم اللاعب بتمرير كرتين في المرمى المواجهة بحيث يمرر الكرة اليمنى بالقدم اليمنى والكرة اليسرى بالقدم اليسرى داخل المرمى. (8 كرات)</p> | - قياس دقة التمرير بالقدمين. | -دقة التمريرة القصيرة | التمرير |
| | | <p>- يقف المختبر على بعد 1م من القمع الأول وعلى بعد 2م من القمع الثاني وبعد 3 أمتار من القمع الثالث ومعه 3 كور يقوم بتمرير الكرة الأولى لتصطدم بالقمع الأول ويتكرر مع الأقماع 2,3. التسجيل: إذا اصطدمت الكرة بالقمع الأول يعطى له 1 نقطة والثاني يعطى له 2 نقاط والثالث 3 نقاط وإذا لم تصطدم لا يعطى له أى درجة</p> | - قياس دقة التمرير | - دقة التمرير بالكور الثلاثة | |
| | | <p>- يقف المختبر داخل الدائرة الصغرى يقوم الزميل المساعد برمي الكرة للمختبر في مسار قوس والسيطرة على الكرة باى جزء من الجسم. التسجيل: إذا نجح اللاعب في السيطرة على الكرة داخل الدائرة الصغرى يعطى 3 نقاط وإذا سيطر عليها في الدائرة الكبرى يعطى 2 نقاط ولا يعطى أى درجة إذا خرجت الكرة خارج الدائرتين</p> | - التحكم في الكرة عن طريق الامتصاص والكتم | - امتصاص وكتم الكرة | الإستقبال |

| | | | | | |
|--|--|--|--|------------------------|-----------------|
| | | <p>- يقف اللاعب ومعه الكرة وعلى بعد 05 أمتار يوجد 06 أقماع بلاستيكي والمسافة بين كل قمع والآخر حوالي 1 متر ، يبدأ التمرين بأن يجري اللاعب بالكرة مسافة 05 أمتار ، ثم يقوم بالجري بين الأقماع مستخدماً الأجزاء المختلفة من القدم في المرور بين الأقماع، مع السيطرة على الكرة ودون أن تتعد عنه الكرة مع احتساب الوقت المستغرق ذهاباً وإياباً</p> <p>- إذا أسقط اللاعب أحد الأقماع تضاف له 2 ثا</p> | <p>يهدف هذا الاختبار إلى قياس القدرة على المراوغة عند لاعبي كرة القدم الناشئين</p> | <p>اختبار المراوغة</p> | <p>المراوغة</p> |
|--|--|--|--|------------------------|-----------------|