

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -

معهد/التربية البدنية و الرياضية



أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه في التدريب و التحضير البدني

تحت عنوان:

## تحديد بعض معايير التوجيه العلمي لدى مهاجمين كرة القدم

دراسة وصفية بأسلوب المسح تخص بعض نوادي كرة القدم الجهة الغربية تحت 17 سنة

تحت إشراف:

د/كوتشوك سيدي محمد

مساعد المشرف:

د/ ميم مختار

من إعداد الطالب الباحث:

بومدين قادة

### لجنة المناقشة:

جامعة مستغانم	رئيساً	أ.د بن قوة علي
جامعة مستغانم	مقرراً	د.كوتشوك سيدي محمد
جامعة مستغانم	مقرراً مساعداً	د. ميم مختار
جامعة مستغانم	عضواً	د.حجار خرفان محمد
المركز الجامعي تيسمسيلت	عضواً	د.بن رابح خير الدين
جامعة شلف	عضواً	د.سعداوي محمد

السنة الجامعية

2019/2018



## إهداء

أهدي ثمرة عملي هذا إلى أعز ما أملك  
في الوجود كله، إلى ينبوع الدفاء والحنان ومنبع  
الأمن والأمان، إلى من رسم إلي طريق في الحياة  
إلى الاسم الذي يخفي حقيقة نجاحه "أبي" و"أمي"  
أطال الله في عمرهما  
إلى أخواتي كل الأهل و الأقارب  
إلى كل الأحباء والأصدقاء عزت بهم صداقاتي  
وتوسعت بهم أخوتي إلى كل من ذكرهم قلبي ولم يذكرهم قلمي.  
إلى كل من علمني حرفاً أو أكسبني علماً  
ومنحني رأياً أو قدم لي نصحاً.  
إلى كل زملائي في دفعة الدكتوراه بجامعة مستغانم.

"بومدين قادة"

## الشكر و التقدير

الحمد لله الذي علم بالقلم، علم الإنسان ما لم يعلم، وبشكره تدوم النعم، أثني عليه بما هو أهله أشكره على فضله ونعمه، والحمد لله على العون والصبر على لإنجاز هذه المذكرة، وفي هذا المقام لن أستطيع أن أكافئ أصحاب الفكر الصادق والرأي الصائب و الذين بجواري طوال فترة البحث، إلى كل من وقف بجواري وشارك بعلمه ووقته وجهده، أتقدم لهم بالشكر و الاعتزاز.

أتقدم بالشكر الجزيل لكل من ساعدني من قريب أو من بعيد على إنجاز هذه المذكرة كما أتقدم بوافر الشكر والامتنان لكل من الأستاذ المشرف الدكتور كوتشوك سيدي محمد و الأستاذ مساعد المشرف الدكتور ميم مختار على ما قدماه لي من توجيهات مستمرة ونصائح قيمة طوال فترة البحث.

ويقتضي منّي واجب العرفان والجميل أن أعبر عن جزيل شكري وتقديري إلى بروفيسور بن قوة علي الذي كان لي سندا طيلة فترة البحث، الشكر موصول إلى كل رؤساء الرابطات الجهوية لكرة القدم و لمدرربي فرق كرة القدم فئة تحت 17 سنة الجهة الغربية، الشكر موصول إلى فريق البحث الذي كانوا معي قلباً وقالباً طيلة أطوار البحث، الشكر موصول إلى أساتذة و دكاترة معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم د.حجار محمد خرفان- د.زرف محمد- د.بن دحمان محمد- د.فغول سنوسي و بالمركز الجامعي تيسمسيلت د. براج خير الدين- د.ريوح صالح- د.بن نجة محمد- د.خروبي محمد فيصل- د.نغال محمد- و بجامعة البويرة د.بوحاج مزيان.....

الشكر موصول إلى كل من كان لي عون من قريب أو بعيد على إتمام هذا العمل المتواضع وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

# قائمة المحتويات

العنوان	الصفحة
إهداء	
الشكر و التقدير	
قائمة المحتويات	
قائمة الجداول	
قائمة الأشكال	
<b>التعريف بالبحث</b>	
1-مقدمة	02
2-الإشكالية	05
3-الفرضيات	07
4-أهداف الدراسة	07
5-أسباب اختيار الموضوع	08
6-أهمية الدراسة	08
7-مصطلحات الدراسة	09
<b>الباب الأول : الجانب النظري.</b>	
<b>• الفصل الأول : مبادئ ومتطلبات اللعب الهجومي في كرة القدم</b>	
تمهيد	13
1- التدريب الرياضي	14
1-1- مفهوم التدريب الرياضي	14
1-2- خصائص التدريب الرياضي	14
1-2-1- التدريب الرياضي عملية تعتمد على الأسس التربوية و التعليمية	15
1-2-2-1- التدريب الرياضي مبني على الأسس والمبادئ العلمية	15
1-2-3-1- التدريب الرياضي يتميز بالدور القيادي للمدرب	16
1-2-4-1- التدريب الرياضي تتميز عملياته بالاستمرارية	17
1-3-1- أهداف التدريب الرياضي	17
1-4-1- المتطلبات الفسيولوجية للعب الهجومي	18

19	5-1-تحليل حركة اللاعبين المهاجمين
21	1-5-1-العوامل التي تؤثر على نسب العمل الخاصة باللاعبين المهاجمين
26	1-5-2-عدد و زمن الجهود المبذولة لدى لاعبين المهاجمين
27	1-6-المؤشرات الداخلية للجانب البدني الخاصة باللاعبين المهاجمين
27	1-6-1-نبض القلب ونسبة تركيز اللاكتات
29	1-6-2-المستهلك الأقصى للأكسجيني VO <sub>2</sub> max
29	1-6-3-توزيع الألياف العضلية
30	1-6-4-مؤشر التعب
32	1-6-5-تقييم العوامل البدنية و الفسيولوجية التي تحدد الأداء المهاجمين في كرة القدم
33	1-7-متطلبات البدنية للمهاجمين
33	1-7-1-الأسس العلمية الحديثة في الإعداد البدني للاعب كرة القدم
34	1-8-توجيه التحضير البدني لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة
34	1-8-1-عناصر اللياقة البدنية بكرة القدم
36	1-8-2-التحمل (المدائمة)
37	1-8-3-أهمية المدائمة
37	1-9-السرعة في كرة القدم
37	1-9-1-مفهوم السرعة
38	1-9-2-أنواع السرعة
39	1-9-3-العوامل المؤثرة على السرعة
40	1-9-3-1-النظام الطاقوي اللاهوائي اللاكتيكي (الفوسفاتي):
40	1-9-3-2-الخصائص التكوينية لنوعية الألياف
41	1-9-4-أهمية السرعة في كرة القدم
43	1-9-5-خصائص السرعة في كرة القدم
43	1-9-5-1-العضلات الأساسية عند لاعبي كرة القدم أثناء السرعة
44	1-9-6-تمارين القوة
44	1-9-7-تحمل السرعة
45	1-10-القوة العضلية للمهاجمين في كرة القدم
45	1-10-1-مفهوم القوة العضلية
45	1-10-2-أشكال القوة
46	1-10-3-أهمية القوة
49	1-11-العلاقة الارتباطية بين الأنواع القوة

49	12-1-القوة الانفجارية
51	1-12-1-القوة الانفجارية و أهميتها للاعب المهاجم في كرة القدم
51	1-1-12-1-بعض المهارات التي تحتاج القوة الانفجارية
53	13-1-علاقة القوة العضلية بعنصر الرشاقة
53	1-13-1-الرشاقة
55	13-1-2-أهمية الرشاقة
55	13-1-3-مبادئ وطرق تنمية الرشاقة
55	13-1-4-تدريب الرشاقة عند لاعبي كرة القدم
57	14-1-المرونة
57	1-14-1- مفهوم المرونة
58	14-1-2- مبادئ وطرق تنمية المرونة
58	15-1- المتطلبات المهارية و الخططية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة
59	1-15-1-تعريف المهارة في كرة القدم
59	2-15-1- المتطلبات المهارية
61	1-2-15-1- المهارات الأساسية بدون كرة
62	2-2-15-1- المهارات الأساسية بالكرة
65	16-1-المتطلبات التكتيكية أو الخططية للمهاجمين
67	1-16-1-خطط اللعب الهجومية
68	2-16-1-خطط اللعب الهجومية الفردية
69	3-16-1-خطط اللعب الهجومية الجماعية
73	خلاصة
	• الفصل الثاني : متطلبات التوجيه نحو مراكز اللعب الهجومي
75	تمهيد
76	2-المعايير
78	1-2-أنواع المعايير وفقاً للتحليل الإحصائي
77	3-2-أهمية المعايير
77	4-2-أنواع استخدامات المعايير في المجال الرياضي
77	5-2-شروط استخدام المعايير
78	6-2-الانتقاء و التوجيه الرياضي
78	1-6-2-التوجيه الرياضي

78	1-6-2-1 تعريف التوجيه
78	2-1-6-2-أهداف التوجيه
79	3-1-6-2-التوجيه الرياضي
79	4-1-6-2-أسس التوجيه الرياضي
80	5-1-6-2-أهداف التوجيه
81	6-1-6-2-صعوبات التوجيه الرياضي
82	7-2-الانتقاء
82	1-7-2-تعريف الانتقاء
86	8-2-خصائص الانتقاء
86	1-8-2- الخصائص المورفولوجية
87	2-8-2-القياسات والأنثروبومترية وعلاقتها بكرة القدم
88	3-8-2- الخصائص الفسيولوجية
89	4-8-2- الخصائص الحركية والبدنية
90	9-2-أهمية عملية الانتقاء
90	1-9-2-هدف عملية الانتقاء
93	2-9-2-الواجبات المرتبطة بالانتقاء الرياضي
93	10-2-انتقاء الناشئين بالأسلوب العلمي
94	1-10-2-علاقة الانتقاء ببعض الأسس العلمية
95	2-10-2-الصعوبات التي تواجه عملية انتقاء المواهب الرياضية
95	11-2-اختبارات التقييم
95	1-11-2-تعريف الاختبار
95	2-11-2-خصائص الاختبارات
96	3-11-2-استعمال الاختبار
96	4-11-2-أهداف الاختبارات
97	5-11-2-تصميم بطارية اختبار
97	1-5-11-2-اقترح التوصيات التالية لبطاريات الاختبار
101	12-2-مفهوم مراكز اللعب في كرة القدم
101	1-12-2-الأقسام الرئيسية لمراكز اللعب الهجومية
102	13-2-خطط اللعب الهجومية
103	1-13-2-الأسس التي تعتمد عليها المحاور السليمة

105	2-13-2- التمويه و الدفاع
106	2-13-3- أنواع الخداع "التمويه"
106	2-14-14- خطط اللعب الهجومية الجماعية
107	2-14-1- أسس التدريب على اللعب الجماعي
107	2-14-2- وسائل تنفيذ الخطط الهجومية الجماعية
110	2-14-3- طريقة التخلص من المدافع بالجري الحر
110	2-14-4- المنطقة الشاغرة والهروب من الرقابة
111	2-15- أنواع الهجوم
111	2-16- التحركات الهجومية الجماعية داخل التشكيلات الهجومية
114	2-17- أنواع الهجوم في كرة القدم
114	2-17-1- الهجوم الجماعي و الفرقي
115	2-18- المتطلبات الأساسية لتنظيم الهجوم السريع
116	2-19- تطوير لاعب كرة القدم الناشئ
120	خلاصة
<ul style="list-style-type: none"> <li>• الفصل الثالث : الدراسات السابقة والمشابهة</li> <li>أولاً : الدراسات الوطنية المحلية</li> </ul>	
122	تمهيد
123	3-1-1- دراسة محمد زروال 2017
125	3-1-2- دراسة خروبي محمد فيصل (2015)
126	3-1-3- دراسة هوار عبد اللطيف 2015
127	3-1-4- دراسة دربال فتحي 2014
128	3-1-5- دراسة قاسمي عبد المالك 2013
129	3-1-6- دراسة بوحاج مزيان 2012
130	3-1-7- دراسة سمير شيبان 2010
130	3-1-8- دراسة بوجمعة بولوفة 2007
131	3-1-9- دراسة بن برنو عثمان 2007
132	3-1-10- دراسة حريزي عبد الهادي 2007
133	3-1-11- دراسة ناصر عبد القادر 2006
133	3-1-12- دراسة فيلاي خليفة 2005
134	3-1-13- دراسة بن قوة علي 2004

135	3-1-14- دراسة بن قوة علي 1997
<b>ثانياً: الدراسات العربية</b>	
136	3-2-1- دراسة عبد الرحمان محمد عبد الهادي بشير 2012
137	3-2-2- دراسة مجيد خدايش 2009
137	3-2-3- دراسة عباس علي عذاب 2008
138	3-2-4- دراسة نوار عبد الله حسين اللامي (2007)
139	3-2-5- دراسة عبد المنعم أحمد جاسم 2007
140	3-2-6- دراسة كوران معروف قادر 2006
<b>ثالثاً : الدراسات الأجنبية</b>	
141	3-3-1- دراسة لامبرتين (lambrtin ,2000)
142	3-3-2- دراسة بريكسي (brikci ,1999)
142	3-3-3- دراسة كازورلا وفرحي
143	3-3-4- دراسة M.A.CODIK
143	3-3-5- دراسة Maurine vrilac. Jean-Paul Serni
144	4- التعليق على الدراسات
148	خلاصة

<b>الباب الثاني: الدراسة الميدانية</b>	
<b>• الفصل الأول: الدراسة الاستطلاعية</b>	
151	تمهيد
152	1- خطوات الدراسة الاستطلاعية الأولى
152	1-1- الخطوة الأولى -المقابلة-
152	1-1-2- أهم نتائج المقابلة
153	1-2- خطوات الدراسة الاستطلاعية الثانية
153	1-2-1- عينة الدراسة المسحية الأولية
154	1-2-2- مجالات الدراسة الأولية
154	1-2-3- أدوات الدراسة المسحية الأولية
155	1-2-4- المعاملات العلمية للاستبيان
156	1-3- الأدوات الإحصائية المستعملة

157	4-1-عرض ومناقشة نتائج الدراسة الأولية
165	5-1-الدراسة الاستطلاعية الثالثة (بطارية الاختبار المقترحة)
165	1-5-1-الخطوة الأولى ( ترشيح و تحكيم بطارية الاختبار المقترحة):
167	2-5-1-الخطوة الثانية (الدراسة الأولية)
168	3-5-1-ثبات الاختبار
168	4-5-1-صدق الاختبار
173	6-5-1-الموضوعية
174	6-1-استنتاجات الدراسة المسحية الأولى
175	7-1-خلاصة
176	خاتمة الفصل
	• الفصل الثاني: منهجية البحث والإجراءات الميدانية
178	تمهيد
179	1-منهج البحث
180	2-عينة البحث
180	2-1-تحديد مجتمع وعينة البحث
180	2-1-1-مجتمع البحث
182	1-2-1-2-تجانس العينة
182	1-3-1-مجالات البحث
182	1-3-1-المجال البشري
183	1-3-2-المجال المكاني
183	1-3-3-المجال الزمني
184	1-4-الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث
184	1-5-أدوات البحث
186	1-6-الوسائل الإحصائية
189	1-6-1-أسلوب معالجة النتائج الخام
189	1-6-1-1-الدرجة المعيارية
190	1-6-1-2-المستويات المعيارية للاختبارات
191	1-7-مواصفات الاختبارات
191	1-7-1-عرض بطارية الاختبارات الخاصة بتحديد مستويات المعيارية للاعبين المهاجمين
191	1-7-1-1-مفهوم الاختبارات

191	1-7-1-2-وصف البطارية الأولى
191	1-7-1-2-1-القياسات البيومترية
193	1-7-1-2-2-الاختبارات البدنية
199	1-7-1-2-3-الاختبارات الفسيولوجية
201	1-7-1-2-4-الاختبارات المهارية
209	1-7-1-3-وصف البطارية الثانية
209	1-7-1-3-1-عرض بطارية الاختبارات الخاصة بالمقارنة مع مهاجمين الفريق الوطني
209	1-7-1-3-2-الاختبارات البدنية
211	1-7-1-3-3-الاختبارات الفسيولوجية
212	1-7-1-3-4-الاختبارات المهارية
221	1-8-صعوبات البحث
222	خاتمة الفصل
<b>• الفصل الثالث: عرض ومناقشة النتائج</b>	
224	تمهيد
226	3-1-عرض المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري و معامل الالتواء لمتغيرات البحث
226	3-1-1-عرض و مناقشة نتائج التوزيع الاعتدالي للبيانات باستخدام بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت والالتواء
226	3-1-1-1-نتائج القياسات المورفولوجية للاعبين المهاجمين (حجم العينة =60)
226	3-1-2-عرض و مناقشة نتائج التوزيع الاعتدالي للبيانات باستخدام بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت والالتواء
226	3-1-2-1-نتائج الاختبارات البدنية للاعبين المهاجمين (حجم العينة =60)
227	3-1-3-عرض و مناقشة نتائج التوزيع الاعتدالي للبيانات باستخدام بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت والالتواء
227	3-1-3-1-نتائج الاختبارات الفسيولوجية للاعبين المهاجمين (حجم العينة =60)
227	3-1-4-عرض و مناقشة نتائج التوزيع الاعتدالي للبيانات باستخدام بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت والالتواء
227	3-1-4-1-نتائج الاختبارات المهارية للاعبين المهاجمين (حجم العينة =60)
228	3-2-عرض وتحليل الدرجات المعيارية والدرجات المعيارية المعدلة المتمثلة لعينة البحث ومناقشتها
228	3-2-1-تحديد المستويات المعيارية ومقارنتها بالنسب المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي
230	3-3-عرض ومناقشة الفرضية الأولى

230	1-3-3- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج القياسات المورفولوجية
246	4-3- عرض ومناقشة الفرضية الثانية
246	1-4-3- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج الاختبارات البدنية
292	5-3- عرض ومناقشة الفرضية الثالثة
292	1-5-3- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج الاختبارات الفسيولوجية
309	6-3- عرض ومناقشة الفرضية الرابعة
309	1-6-3- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج الاختبارات المهارية
340	7-3- عرض ومناقشة الفرضية الخامسة
341	1-7-3- عرض وتحليل نتائج القياسات الأنتروبومترية بين عينة البحث و المنتخب الوطني
344	2-7-3- عرض وتحليل نتائج الاختبارات البدنية بين عينة البحث و المنتخب الوطني
353	3-7-3- عرض وتحليل نتائج الاختبارات الفسيولوجية بين عينة البحث و المنتخب الوطني
358	4-7-3- عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهارية بين عينة البحث و المنتخب الوطني
361	8-3- الاستنتاج العام
364	9-3- التوصيات و الاقتراحات
366	الخلاصة العامة للبحث
	قائمة المصادر والمراجع باللغتين
	الملاحق

## قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين المسافة المقطوعة لبعض الفرق العالمية	19
02	المسافة المقطوعة من طرف اللاعبين حسب السن و حسب مناصب اللعب	24
03	إجمالي قطع لمسافات بسرعات مختلفة، تبعا لمراكز اللعب والمستوى	24
04	المسافة المقطوعة خلال المباراة حسب مراكز اللعب وبمختلف إيفاعات الجري	25
05	عدد العوامل الحركية خلال مباراة	26
06	خصائص مورفو وظيفية والحركية الخاصة بالفئة العمرية 15-16 سنة	117
07	يوضح توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية الأولى	153
08	يمثل ثبات الاستبيان الخاص بالدراسة الاستطلاعية	155
09	تقسيم محاور استمارة تهمين المشكلة	156
10	معلومات عامة عن المدربين	157
11	المحور الأول- واقع عملية التوجيه نحو مناصب اللعب	159
12	المحور الثاني - معرفة المدربين بعملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية	161
13	يوضح قيم ثبات وصدق اختبارات البطارية المقترحة الخاصة بالمستويات المعيارية	171
14	يوضح قيم ثبات اختبارات البطارية المقترحة الخاصة بالمقارنة مع الفريق الوطني	172
15	يمثل فرق العينة الخاصة ببطارية الاختبار	181
16	يمثل عدد العينة ( اللاعبين المهاجمين )	181
17	وصف عينة الدراسة ( ن=60 )	181
18	يوضح مستويات اختبار الرشاقة الينوا (ذكور-إيئات)	198
19	يوضح بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت المتحصل عليها من القياسات المورفولوجية على اللاعبين المهاجمين.	226
20	يوضح بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت المتحصل عليها من الاختبارات البدنية على اللاعبين المهاجمين	226
21	يوضح بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت المتحصل عليها من الاختبارات الفسيولوجية على اللاعبين المهاجمين.	227
22	يوضح بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت المتحصل عليها من الاختبارات المهارية على اللاعبين المهاجمين.	227
23	يوضح المستويات المعيارية للقياسات المورفولوجية للاعبين المهاجمين	230
24	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في قياس الطول	230
25	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في قياس الوزن	235

239	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في قياس مؤشر الكتلة العضلية	26
244	يوضح المستويات المعيارية للاختبارات البدنية للاعبين المهاجمين	27
245	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة القصوى	28
249	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر الارتفاع	29
250	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القدرة	30
251	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القوة	31
258	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر الارتفاع	32
259	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القدرة	33
260	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القوة	34
267	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار تحمل القوة	35
271	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار السرعة 15 متر	36
275	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار تحمل السرعة (كفاءة تكرار السرعة) RSA	37
280	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار التنسيق (Illinois)	38
285	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار المرونة (قياس مرونة الجذع)	39
289	يوضح المستويات المعيارية للاختبارات الفسيولوجية للاعبين المهاجمين.	40
290	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار يويو تاست	41
296	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار مؤشر التعب RSA (كفاءة تكرار السرعة)	42
301	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار الأداء (NEVMIJANOV سرعة الاسترجاع)	43
306	يوضح المستويات المعيارية للاختبارات المهارية للاعبين المهاجمين	44
307	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القدرة الخاصة (توقيت العمل الدائري)	45

310	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار التحكم بالكرة في الهواء	46
313	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار قطع الكرة	47
315	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار مناولة الكرة	48
320	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار دقة التسديد (اليمنى)	49
322	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار دقة التسديد (اليسرى)	50
326	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار ضرب الكرة بالرجل لأبعد مسافة ممكنة.	51
329	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة	52
334	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار التهديف.	53
339	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث والمنتخب الوطني في بعض القياسات المورفولوجية	54
342	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث والمنتخب الوطني في بعض الاختبارات البدنية	55
351	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث والمنتخب الوطني في الاختبار الفسيولوجي (نافات 20 متر)	56
356	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث والمنتخب الوطني في بعض الاختبارات المهارية	57

## قائمة الأشكال البيانية

الرقم	العنوان	الصفحة
01	الأسس و المبادئ العلمية التي تساهم في التدريب الرياضي الحديث	16
02	يبين النسب المئوية لتحركات اللاعبين في الملعب	20
03	يبين المسافات التي قطعها بعض مهاجمي الدوري الانجليزي	21
04	المسافة المقطوعة من طرف اللاعبين	23
05	عدد الجهود المبذولة ارتباطا بالمسافة المقطوعة	26
06	درجات نبض اللاعب خلال المباراة	28
07	قياس اللاكتات في نهاية المباراة حسب مراكز اللاعب	28
08	تركيز اللاكتات في الدم خلال المباراة	29
09	نسبة الألياف السريعة عند لاعبي كرة القدم مقارنة مع عدائي مختلف المسافات	30
10	يبين توزيع الأهداف حسب وقت تسجيلها خلال 283 مباراة	32
11	يبين العلاقة بين الصفات البدنية الأساسية والمركبة	35
12	يوضح عملية إنتاج الطاقة في النظام اللاهوائي اللاكتيكي (الفوسفاتي)	40
13	نوعية الجهود المبذولة من طرف لاعبي كرة القدم المحترفين	41
14	المسافات المقطوعة في كرة القدم	42
15	التدريب الفئري لتنمية تحمل السرعة في كرة القدم	45
16	يمثل أشكال القوة	46
17	يبين أهمية القوة	47
18	يوضح العلاقة الارتباطية بين أنواع القوة	49
19	يبين محتوى تدريب صفة الرشاقة على اختلاف الفئات العمرية	56
20	المهارات الأساسية في كرة القدم	60
21	أقسام خطط اللعب في كرة القدم	66
22	يبين خطط اللعب الهجومية (خطط الهجوم)	68
23	الخطوات واختبارات اللياقة البدنية موضوعية خلال الموسم كايلا 2007	98
24	أنواع مختلفة من الاختبارات لكرة القدم دلال 2012	98
25	عملية التقييم لكرة القدم وفقا كازورلا 2006	99
26	نموذج التقييم وفقا بورتمان في كرة القدم	100
27	يبين الدرجات المعيارية في المنحنى الطبيعي المقسم إلى (05) أقسام المستويات المستخدمة بالبحث	190

191	يوضح جهاز ميزان إلكتروني	28
192	يوضح جهاز قياس الطول	29
192	يوضح مختلف الأنماط الجسمية	30
193	يوضح الوسائل المستعملة الخاصة بجهاز موتيست وكيفية الأداء	31
194	يوضح طريقة أداء اختبارات لقياس قوة الأطراف السفلية CMJ / SJ	32
195	يوضح طريقة أداء اختبار القوة القصوى ( Test du 1 R.M )	33
195	يوضح طريقة أداء اختبار تحمل القوة للأطراف السفلية	34
196	يوضح تخطيط لاختبار السرعة 15 متر	35
197	يوضح طريقة أداء اختبار كفاءة تكرار السرعة (RSA)	36
198	يوضح تخطيط لاختبار الرشاقة ألينوا (Test d'Agilité Illinois)	37
199	يوضح طريقة إجراء اختبار المرونة	38
200	يوضح طريقة أداء اختبار يويو تيست (Yo-Yo Intermittent)	39
201	يوضح بروتوكول اختبار الأداء NEVMIJANOV	40
203	يمثل اختبار القدرة الخاصّة في كرة القدم ( توقيت العمل الدائري)	41
204	يمثل اختبار التحكم بالكرة فالهواء	42
205	يمثل اختبار قطع الكرة من المنافس	43
206	يمثل اختبار المناولة المرتدة	44
206	يمثل اختبار دقة التصويب	45
207	يمثل اختبار ضرب الكرة بالرجل إلى أبعد مسافة ممكنة	46
207	ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة	47
208	يمثل اختبار تهديف الكرات.	48
209	يوضح اختبار السرعة 20 و 60 متر الخاص بلاعبي كرة القدم	49
211	يوضح اختبار تقييم قوة الأعضاء السفلية- اختبار القفز العمودي	50
212	يوضح اختبار تقييم قدرة تنسيق العضلات السفلية	51
214	يوضح اختبار تقييم المرونة	52
215	يمثل اختبار نافات 20 متر	53
215	يوضح اختبار المراقبة والتحكم بالكرة ( تنطيط 30 متر مع التسديد)	54
217	يوضح اختبار دقة التسديد ( ضرب الكرة 35 متر)	55
220	يمثل اختبار القدرة الخاصّة في كرة القدم ( توقيت العمل الدائري)	56
231	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في قياس الطول (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	57

232	يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في قياس الطول	58
235	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في قياس الوزن (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	59
237	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في قياس الوزن	60
239	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في قياس مؤشر الكتلة العضلية (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	61
241	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في قياس مؤشر الكتلة العضلية	62
247	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة القصوى (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	63
249	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة القصوى RMI	64
252	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر الارتفاع (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	65
253	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القدرة (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	66
254	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القوة (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	67
257	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر الارتفاع	68
257	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القدرة	69
258	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القوة	70
260	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر الارتفاع. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	71
261	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القدرة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	72
262	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القوة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	73
266	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر الارتفاع	74
266	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القدرة	75

266	يبيّن نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) – مؤشر القوة	76
270	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار تحمل القوة (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	77
271	يبيّن نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار تحمل القوة	78
274	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار السرعة 15 متر	79
275	يبيّن نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار السرعة 15 متر	80
278	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار تحمل السرعة RSA(كفاءة تكرر السرعة) (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	81
280	يبيّن نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار تحمل السرعة RSA <sup>2</sup> (كفاءة تكرر السرعة)	82
283	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار التنسيق (Illinois) (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	83
285	يبيّن نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار التنسيق (Illinois)	84
288	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار المرونة (قياس مرونة الجذع). (مهاجم أيمن، قلب هجوم، مهاجم أيسر)	85
290	يبيّن نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار المرونة (قياس مرونة الجذع)	86
293	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار يويو تاست ( السرعة الهوائية القصوى – الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين) VO2MAX -VMA (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	87
295	يبيّن نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار يويو تاست (السرعة الهوائية القصوى – الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين) VO2MAX -VMA	88
300	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار مؤشر التعب RSA (كفاءة تكرر السرعة) (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	89
301	يبيّن نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار مؤشر التعب RSA ( كفاءة تكرر السرعة).	90
304	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب في اختبار الأداء NEVMIJANOV ( سرعة الاسترجاع) (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	91
306	يبيّن نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار الأداء NEVMIJANOV ( سرعة الاسترجاع).	92

310	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري) (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	93
312	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)	94
313	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار التحكم بالكرة في الهواء. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	95
314	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار التحكم بالكرة في الهواء .	96
316	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار قطع الكرة (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	97
318	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار قطع الكرة.	98
319	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار مناولة الكرة (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	99
321	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار مناولة الكرة.	100
322	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار دقة التسديد (اليمنى)	101
324	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار دقة التسديد (اليمنى)	102
325	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار دقة التسديد (اليسرى)	103
326	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار دقة التسديد (اليسرى)	104
328	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار ضرب الكرة بالرجل إلى أبعد مسافة ممكنة (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	105
330	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار ضرب الكرة برجل لأبعد مسافة ممكنة.	106
332	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار ضرب الكرة برأس لأبعد مسافة ممكنة (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	107
333	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار ضرب الكرة برأس لأبعد مسافة ممكنة	108
336	يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار التهديف (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)	109
338	يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار التهديف.	110

342	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في القياسات المورفولوجية	111
342	يوضح قيمة "تا" المحسوبة في القياسات المورفولوجية لعينتي البحث	112
345	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبارات البدنية	113
345	يوضح قيمة "تا" المحسوبة في الاختبارات البدنية لعينتي البحث.	114
354	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبارات البدنية	115
354	يوضح قيمة "تا" المحسوبة في الاختبار الفسيولوجي (نافات20متر) لعينتي البحث	116
359	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبار المراقبة والتحكم في الكرة.	117
359	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبار الدقة في التسديد	118
359	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبار التحكم التقني في الكرة	119
359	يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبار القدرة الخاصة في الكرة.	120
360	يوضح قيمة "تا" المحسوبة في الاختبارات المهارية لعينتي البحث	121

# التعريف بالبحث

### 1 مقدمة:

تعتبر رياضة كرة القدم من الرياضات الشعبية في العالم إذ بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الرياضات الأخرى حيث يتغلب عليها الطابع التنافسي و الحماسي الكبير فأصبحت تكتسي أهمية كبرى عند الشعوب على اختلاف أجناسهم و ألسنتهم، ذلك لما تتميز به هذه اللعبة من خصائص ومميزات جعلتها تختلف عن الرياضات الأخرى .

إنّ التطور السريع في تحقيق المستويات العالية في كرة القدم أصبح يسير متواكبا مع تكنولوجيا علوم التدريب الرياضي ،حيث أنّ المستوى الذي وصلت إليه رياضة كرة القدم العالمية في الوقت الحالي ليس صدفة بل نتيجة تطبيق مختلف العلوم و كذلك نتيجة جهود العلماء و الباحثين في هذا المجال لتطوير مستوى اللاعبين من جميع النواحي سواء البدنية ، الذهنية ، الخططية ، التقنية بالإضافة إلى الوسائل و المناخ حيث أنّ هدف كل مدرب هو الرفع من مستوى لاعبيه من جميع الجوانب ، إذ يتوقف تحقيق الانجاز في كرة القدم على مجموعة من النواحي حيث يعتبر الجانب البدني للاعب كرة القدم أحد هذه الجوانب الأساسية و المهمة في تطوير و الرفع من مستوى اللاعبين لذا أولى المختصون أهمية كبرى لهذا الجانب بحيث يجب تحديد أهم الطرق والأساليب التدريبية الحديثة للرفع من كفاءة الرياضي من الناحية البدنية من أجل ربح الوقت و الجهد و المال لذا يتطلب الانجاز الرياضي تفاعل مجموعة من العوامل التقنية و الخططية و النفسية و البدنية إضافة إلى عوامل أخرى كالمناخ ، والطرق والوسائل المستعملة في التدريب (BANGSBO، 2007).

إنّ اختيار الفرد لممارسة النشاط الرياضي المناسب له منذ الطفولة أمرا بالغ الأهمية في بلوغ المستويات العالية، و من الصعوبة تحقيق مستويات عالية دون التدريب منذ الصغر و أن اختيار الطفل و التوجيه للنشاط المناسب لم يعد متروكا للصدفة، بل أصبحت عملية الاختيار عملية لها أسس علمية أمكن التوصل إليها نتيجة الجهود المضنية لآراء و بحوث المتخصصين في هذا المجال. و إذا استرشد المدرب بالأسلوب العلمي في انتقاء الرياضيين سوف يساعده ذلك في تطوير المستوى و الارتقاء بمستوى الانجاز المستقبل في ضوء المعلومات و المقاييس المتحصل عليها من الطفل، و التي تعد أهم مشاكل الانتقاء (البساطي، 1998، صفحة 10).

أصبحت الرياضة معياراً من معايير تقدم المجتمعات ومصدراً مهماً لصحة وثقافة الشعوب ، حيث أنّ التنافس بين الدول أصبح يقاس بتقدم الرياضة وتطورها ، ولعلّ لعبة كرة القدم من أهم الرياضات التي يحبها ويمارسها معظم شعوب العالم ، ولم تعد كرة القدم مجرد مباراة بين فريقين بل أصبحت مصدر دخل أساسي للاعب والنادي يعتمد عليها بشكل أساسي ، وبما أنها من أكثر

الألعاب شعبية في العالم فقد حظيت باهتمام كبير من قبل الباحثين والعلماء للوصول إلى المستوى العالي ، فقد اهتم الخبراء و الباحثون والمدربون بهذه اللعبة بكل ما وصل له العلم في مجال علم التدريب الرياضي و التكنولوجيا الحديثة والاختبارات العلمية من أجل تطوير وتحسين المستوى البدني و المهاري والخططي والنفسي والذهني للاعب كرة القدم من أجل الوصول إلى الإنجاز الرياضي العالي والمستوى الذي نراه عند لاعبي المنتخبات الدول المختلفة (يوسف، 2005، صفحة 11).

ويشير ( ناصر عبد القادر، 2006) أن نجاح أي فريق وتقدمه يتوقف إلى حد كبير على مدى إتقان أفراده للبادئ الأساسية للعبة ، إن فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بخفة ورشاقة أو يقوم بالتمرير بدقة و توقيت سليم وبمختلف الطرق ويكتم الكرة بسهولة ، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس في المكان والظرف المناسب ، ويحاور عند اللزوم ويتعاون تعاوناً تاماً مع بقية أعضاء الفريق في كل عمل جماعي متناسق. ويرى (محمد، 1999، صفحة 37) أنه من الحكمة أن يتدرب لاعب كرة القدم على جميع مراكز اللاعب حتى يتمكن من اللعب في أي مركز في الفريق ، قد يبدو هذا في أول وهلة مستغرباً بعض الشيء إلا أن التطورات الحديثة للعبة تتطلب ذلك بل تفرضه ، ومع هذا تجدر الإشارة إلى أن لكل لاعب دوره الخاص ، فلاعب الدفاع في جميع تحركاته وحتى أثناء قيام فريقه بالهجوم يعمل على أن يكون في مركز يسمح له سرعة التغطية في حال استحوذ الفريق المنافس على الكرة ، ولاعب الهجوم في جميع تحركاته وحتى أثناء قيام فريقه بالدفاع يعمل على أن يكون في مركز يتيح له سرعة الانطلاق والتقدم نحو المرمى.

وإنّ الارتقاء بهذا المستوى لا يتم إلا إذا كان هناك توجيه علمي مدروس يشمل كل المرتكزات العلمية سواء كانت بدنية أو خططية أو عقلية وترقية كل ما من شأنه إظهار المستوى الفني الجيد أثناء المنافسة أو المباريات. إنّ المجهود الذي يبذله اللاعب أثناء المباراة لا يقتصر على الجانب البدني و المهاري إنّما تفاعل كامل بين أجهزة الجسم الوظيفية والعقلية بغية إنتاج مستوى فني جيد وذلك بتداخل العديد من المتغيرات حيث أنّ مراكز اللعب في كرة القدم تتطلب مقاييس ومعايير خاصة ، فلكل مركز متطلباته البدنية- المهارية وفسولوجية - مورفولوجية إضافةً إلى القدرات الذهنية لذا يجب مراعاة متطلبات كل مركز، ويعد التوجيه الرياضي من المجالات المهمّة بها حديثاً نظراً للأهمية الكبيرة التي يؤديها في تنمية الفرد وتحقيق الفعالية اللازمة ، والوصول إلى أعلى مستوى ممكن للفرد مع إمكانية التنبؤ بمساره المستقبلي في سن مبكرة ، وذلك باكتشاف

استعداداته وقدراته الفطرية عن طريق الاختبارات الخاصة سواء كانت في الجانب البدني المهاري أو النفسي العقلي .

ومن أجل الوصول إلى المستوى العالي والمحافظة على الإنجاز في هذه الرياضة ، كان لابد من الاهتمام بالناشئين من أجل تدعيم الأندية والمنتخبات باللاعبين ، لذلك يتم الاهتمام في السنوات الأخيرة بتوسيع قاعدة الناشئين وتكوين مدارس لكرة القدم نظراً لأن الوصول للمستويات العالية لا يتحقق إلا من خلال التدريب المنظم من قبل فنيين متخصصين يصلون بالناشئ إلى مصاف الفرق الأولى وهم في كامل نضجهم.

ويؤكد أبو العلا عبد الفتاح، أحمد عمر سليمان على أهمية الانتقاء وفق ثلاثة مراحل رئيسية حيث تمثل المرحلة الأولى اختبارات القبول المبدئي للناشئين ، والثانية أكثر عمقاً في التعرف على استعدادات الناشئ بعد مرحلة من التدريب ، والمرحلة الثالثة يتم انتقاء أفضل الناشئين بهدف تأهيلهم للمستويات الرياضية العالية (يوسف، 2005، صفحة 23).

ويذكر فرج بيومي أنه من خلال ثلاثة مراحل رئيسية يتم اختيار ناشئ كرة القدم تبدأ المرحلة الأولى ببداية مدرسة الكرة من خلال بعض القياسات البدنية والبيولوجية ومعرفة درجة استعداد الناشئ لممارسة اللعبة ، والمرحلة الثانية تبدأ مع نهاية مدرسة الكرة وتستمر حتى سن السادسة عشر ويتم هنا استخدام الاختبارات الخاصة بكرة القدم بصورة أكثر دقة بالإضافة إلى ما حققه كل ناشئ من إنجاز خلال فترة الممارسة السابقة ، ثم تأتي المرحلة الثالثة والأخيرة ويتم الانتقاء فيها للاعبين الأكثر كفاءة لإعدادهم لتحقيق المستويات العالية في اللعبة (بيومي، 1981، صفحة 38).

وفي السنوات الأخيرة شهدت لعبة كرة القدم تطوراً كبيراً وكان هذا التطور متمثلاً بطرق اللعب الهجومية والدفاعية وكيفية التغلب على تلك الخطط سواء في الدفاع أو الهجوم ، ولا يمكن إجادة ذلك إلا إذا كان الفريق يتمتع بمواصفات بدنية و مهارية حيث تعطي اللاعب الإمكانية والقدرة على اللعب بكفاءة عالية ويستطيع مجاراة المباراة ، إذا لم يكن بمقدور الفريق تنفيذ خطط اللعب إلا إذا جمع اللاعبون بين اللياقة البدنية المتميزة والمهارات الأساسية المتقنة والروح المعنوية العالية (محمود، 2011، صفحة 72).

إننا كباحثين في المجال الرياضي و خاصة في لعبة كرة القدم نرى الإشكالية الكبرى في افتقار وجود منهج علمي مبني على أسس صحيحة وتخطيط طويل المدى يهتم بمستوى اللاعبين خاصة بالأصناف الصغرى ومنهم صنف الأواسط باعتبار هذا الصنف المنبع الوحيد لديمومة عمل صنف الأكبر.

### 2 الإشكالية:

يعتمد أداء فريق كرة القدم خلال المباراة على تنفيذ اللاعبين لواجبات مراكز اللعب المختلفة , فكل مركز من المراكز واجبات محددة يؤديها اللاعب أثناء المباراة انطلاقاً من طريقة اللعب والخطط الدفاعية والهجومية المستخدمة في المباراة ولكل مركز من مراكز اللعب سمات وصفات معينة يجب أن تتوفر في اللاعب الذي يشغل هذا المنصب و إن وجود واجبات محددة لكل مركز من مراكز اللعب المختلفة مهما زادت أو اتسعت هذه الواجبات يضمن عدم التعارض في أداء المهام وتنفيذ الخطط في المناطق المختلفة من الملعب ، كما يضمن التنسيق والتنظيم في تغطية مساحات الملعب المختلفة دون إهمال مساحة أو أخرى قد تكون ذات أهمية في سير مجريات المباراة , فتوزيع المهام أمر هام وحيوي لتكامل الأداء وتوفير الجهد .

يشير (مفيد، 1994) إلى أن التفوق في أداء وجبات مراكز وخطوط اللعب في كرة القدم ، مرتبط إلى حد كبير بمدى ما يملكه كل لاعب من خصائص بدنية ومهارات حركية والقدرة على تنفيذ الواجبات التكتيكية الهجومية والدفاعية ، بالرغم أن سرعة التكنيك والتحول السريع المفاجئ من الدفاع إلى الهجوم والعكس أثناء المباراة يستلزم بالضرورة إيجاد اللاعبين المتواجدين في مركز ما من مراكز اللعب أو خط من خطوط اللعب بالإجادة والإتقان لمتطلبات هذا المركز إلا أن ذلك لا يعنى بالضرورة توفر مواصفات خاصّة للخصائص البدنية التي يجب أن يتمتع بها اللاعب في هذا المركز من خلال خطوط اللعب المختلفة ، مما يساعد على اكتشاف نقاط الضعف لدى اللاعبين والعمل على تجاوزها عن طريق التقييم الموضوعي لمنهج التدريب.

أمّا السبب الأهم هو إهمال المدربين الأسس العلمية في تقويم اللاعبين بدنياً و مهارياً واكتفائهم بالتدريب بشكل عام لجميع الخطوط وبنفس المستوى ويعتمدون بالشكل الأساسي على الملاحظة في عملية التوجيه إضافة إلى رغبات وتوجهات ميولات اللاعب ومحيطه الاجتماعي ، يفضلون المراكز الهجومية دائماً، بهدف تسجيل الأهداف وتحقيق نوع من الانتصار المعنوي أمام زملائهم، ولكن مهاراتهم قد تكون ليست كافية للمركز الهجومي ، فمن المهم للغاية أن يعرف لاعب كرة القدم في بداية مشواره الاحترافي ما هو أفضل مركز له، هل هو في الهجوم أو في الدفاع أو في خط الوسط، أو حتى كحارس مرمى .

وفيما يتعلق بتوجيه اللاعب لنفسه في المركز الذي يفضله فلا يرتبط الأمر فقط بالجانب المهاري أو ما إلى ذلك فقد يتمتع اللاعب بمواهب أو قدرات معينة لا يكتشفها سوى مدربه، ولعل ملاعب العالم زاخرة بالعديد من النماذج للاعبين بدؤوا في مراكز معينة ببداية مشوارهم قبل أن يتحولوا

لمراكز أخرى في مرحلة الناشئين ثم الشباب وصولاً إلى المشاركة مع الفريق الأول بالأندية التي يلعبون لها.

وأن يكون اللاعب لديه مرونة تكتيكية بالقدرة على شغل أكثر من مركز فهو أمر جيد، حيث يجب محاولة إخراج طاقات اللاعبين والمواهب في أكثر من مركز للاستقرار على أفضلها بالنسبة للاعب نفسه وفقاً لما يتناسب مع إمكانياته، فقد يؤدي اللاعب بشكل جيد في مركز قلب الدفاع عنه إذا ما تم توظيفه في مركز لاعب الوسط المدافع وهو أمر يحدده بالأساس مدربه.

وأحياناً ينجح بعض اللاعبين إلى التقدم وممارسة أدوار أخرى داخل الملعب، ظناً منهم بأن ذلك سيرضى المدرب أو الشخص المنوط به تقييم الأداء، ولكن هذا الاعتقاد خاطئ، خاصة بالنسبة للاعبين الصغار والشباب والمواهب الشابة، فالمدرب حينما يضع اللاعب في مركز ما يتوقع منه أن يبذل كل ما لديه في ذلك المركز دون أن يخل بمهام دوره، لأنه على سبيل المثال إذا تقدم وشغل مركزاً آخر، فهو بذلك يؤثر بالسلب على زميله الذي يشغل ذلك المركز، فضلاً عن الثغرة التي يتركها وهو لا يشعر بذلك حيث عادة ما يميل الشباب إلى السعي لإثبات الذات بشتى الطرق ومن بين ذلك محاولة إظهار القدرة على اللعب في أكثر من مركز خلال نفس المباراة أو التدريب. لذا فإن تحديد المركز أمر مهم، ولكن أهميته تتحدد في ضوء رؤية المدرب أو الخبير الذي يكون لديه تصور أفضل من اللاعب نفسه.

من هنا برزت مشكلة الدراسة لدى الباحث في تحديد بعض المعايير العلمية الأساسية في توجيه اللاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة بغية الارتقاء بمستوى الإنجاز والأداء الجيد والتي يمكن إيجازها في الإجابة عن التساؤلات التالية:

### ❖ التساؤل العام :

على أي أساس يتم توجيه اللاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة ؟

### ❖ التساؤلات الفرعية :

- 1- ما مستوى المعايير المورفولوجية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة ؟
- 2- ما مستوى المعايير البدنية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة ؟
- 3- ما مستوى المعايير الفسيولوجية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة ؟
- 4- ما مستوى المعايير مهارية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة ؟
- 5- هل هناك فروق في مستوى المعايير ( المورفولوجية-البدنية-الفسيولوجية-المهارية) بين عينة البحث (مهاجمين كرة القدم) و مهاجمين الفريق الوطني تحت 17 سنة؟

### 3 فرضيات الدراسة :

لقد انبثق عن تساؤلات الدراسة الفرضيات التالية :

#### ➤ الفرضية العامة:

✓ يتم توجيه اللاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة وفق معايير مورفولوجية، بدنية- فسيولوجية- مهارية ؟

#### ➤ الفرضيات الجزئية :

- 1- يتميز مستوى المعايير المورفولوجية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة بمستوى متوسط.
- 2- يتميز مستوى المعايير البدنية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة بمستوى متوسط.
- 3- يتميز مستوى المعايير الفسيولوجية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة بمستوى متوسط.
- 4- يتميز مستوى المعايير المهارية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة بمستوى متوسط.
- 5- هناك فروق في مستوى المعايير ( المورفولوجية-البدنية-الفسيولوجية-المهارية) بين عينة البحث (مهاجمين كرة القدم) و مهاجمين الفريق الوطني تحت 17 سنة.

### 4 أهداف الدراسة :

يمكن توضيح أهداف البحث فيما يلي :

- التعرف على عملية التوجيه للناشئين نحو مركز الهجوم في الأندية والفرق الرياضية ومدارس كرة القدم الخاصة بالفئات الشبانية الناشئة.
- التعرف على أهم القياسات المورفولوجية من خلال معايير و اختبارات وعلاقتها بتوجيه لاعبي كرة القدم في خط الهجوم ، ليتمكن المدربون من إدراك القيمة الحقيقية من خلال هذه الدراسة.
- التعرف على أهم القدرات البدنية من خلال معايير و اختبارات ميدانية لتوجيه لاعبي كرة القدم في خط الهجوم ، ليتمكن المدربون من معرفة خصائص المهاجم ومتطلباته البدنية .
- التعرف على أهم القدرات الفسيولوجية من خلال معايير و اختبارات ميدانية لتوجيه لاعبي كرة القدم في خط الهجوم ، ليتمكن المدربون من معرفة خصائص المهاجم ومتطلباته البدنية .
- التعرف على أهم القدرات المهارية من خلال معايير و اختبارات ميدانية تخص الجانب التقني تكتيكي لتوجيه لاعبي كرة القدم نحو منصب الهجوم ، ومعرفة مدى اكتساب اللاعب لمتطلبات المنصب .

- تصحيح الأخطاء السابقة التي ارتكبها المدربون باعتمادهم على الملاحظة والمباريات وابتعادهم عن الجانب العلمي الذي تعتبر نتائجه أكيدة ومضمونة .
- الرفع من مكانة الجانب العلمي في عملية التوجيه الخاصة بخط الهجوم وإبراز دوره في تحقيق نتائج الفريق .

### 5 أسباب اختيار الموضوع :

من بين الأسباب التي أدت إلى اختيار الموضوع نذكر ما يلي :

- التوجيه عملية في غاية الصعوبة، نظراً لأن المدرب عليه أن يحدد ويتنبأ للناشئ بقدراته الرياضية المستقبلية التي لم تظهر بعد في الوقت الحالي ، حيث ارتفعت أعداد الممارسين لكرة القدم، ونتيجة لاختلاف خصائص الأفراد في القدرات البدنية والعقلية ، فقد ركزت العديد من الدول المتقدمة في كرة القدم على إخضاع جميع الإمكانيات المادية والبشرية للبحث العلمي والدراسات الإستراتيجية حتى تتمكن من إنجاز التطور العلمي في مجال كرة القدم .
- نقص مثل هذه المواضيع والتي تعتبر مهمة و معالجة لمشكلة التوجيه على مستوى المناصب وخاصة خط الهجوم وذلك بالنسبة لفرق كرة القدم الجزائرية.
- نقص تحكم المدربين في عملية التوجيه، أي عدم إعطائها صبغة علمية واضحة.
- اعتماد اغلب المدربين أثناء التوجيه على الملاحظة المجردة والذاتية و المباريات التنافسية التي تعتبر من الأساليب التي تمثل مصدر إجحاف في حق اللاعبين.

### 6 أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة في كونها ستبين الصورة الحقيقية التي يجب الاعتماد عليها أثناء عملية التوجيه ، والمتمثلة في استعمال معايير واختبارات للتقويم المورفولوجي البدني-الفسولوجي و المهاري التي يجب أن يعتمد عليها المدرب في عملية التوجيه نحو مركز اللعب الهجومي للتمكن من ضبط مختلف المتغيرات الخاصة بالعملية ، والتي تمكنه من اختيار وتحديد اللاعبين المناسبين ذو القدرات والمستويات والاستفادة من التقنيات الحديثة في هذا المجال والطرق والأسس العلمية التي يجب الاعتماد عليها لضبط هذه الطريقة ضبطاً دقيقاً يتماشى و المتطلبات الحديثة لرياضة كرة القدم ، إضافةً إلى ذلك هي عبارة عن توجيه لمختلف المدربين الذين يقعون في خطأ الاعتماد على الملاحظة والمباريات كمعيار لعملية التوجيه ، والانتقال من جانب الصدفة إلى الجانب العلمي في عملية التوجيه.

### 7 مصطلحات الدراسة :

#### 7-1 التوجيه :

لغة :

يشير مصطلح التوجيه في معاجم اللغة العربية إلى مصدر الفعل : وجه يوجه توجيهها ، ويقصد به الدلالة على الوجهة الصحيحة ، أو انقاد واتباع (هادية، 1991) وجاء في المعجم العربي الأساسي : وجه توجه توجيهها أي أدار الشيء إلى جهة من الجهات ، أو جعله يأخذ اتجاهها معيناً (العابد، 1998).

#### اصطلاحاً :

لقد اختلف العلماء في إعطاء تعريف دقيق للتوجيه ، ولكن يمكننا أن نصل إلى خلاصة تجمع بين التعاريف التي سنقدمها ، ونربط بينهما من باب الإفادة . يعرف سعد جلال التوجيه على أن ( مجموع الخدمات التي تهدف إلى مساعد الفرد على أن يفهم نفسه ويفهم مشاكله ، ويستغل إمكانياته من قدرات ومهارات ، واستعدادات وميول وأن يستغل إمكانيات بيئته فيحدد من خلالها أهدافا تتفق مع إمكانياته من ناحية الإمكانيات الخارجية من ناحية أخرى. ويختار الطرق المحققة لها بحكمة ، وتعقل، فيتمكن بذلك من حل مشاكله حلولاً علمية ، ويؤدي ذلك إلى تكييفه مع نفسه ومع مجتمعه ، فيبلغ أقصى ما يمكن أن يبلغه مع النمو والنجاح والتكامل. (جلال، 1992)

#### 7-2- التوجيه الرياضي :

يعرف التوجيه على أنه مجموعة خدمات التي تقدم للأفراد قصد مساعدتهم على اختيار نشاط رياضي أو مجموعة من الأنشطة الرياضية الملائمة لقدراته واستعداداتهم وميولاته.

#### 7-3- المعايير :

المعايير عبارة عن جدول مكون ضمن تعليمات الاختبار عي الدرجات التي يعمل عليها الفرد بالنسبة لمجموعة أفراد آخرين، حيث أنه يعمل الدرجات الخام و الدرجات المشتقة في كل أعمدة متوازية، مما يجعل تحويل الدرجات الخام إلى درجات مشتقة شيء سهلاً يقول **محمد نصر الدين رضوان وكمال عبد الحميد إسماعيل** " إنَّ المعايير تعكس مستوى الرفض للأفراد وبخاصة معايير التحصيل وهي في المجال الرياضي لا تمثل بالضرورة المستويات القياسية ، وخاصة فيما يتعلق بالنمو البدني والقدرات البدنية الحركية "

إنّ المعايير هي أساس الحكم من داخل الظاهرة موضوع التقويم وليس من خارجها ، وتأخذ الصفة الكمية وتحدد في ضوء الخصائص الواقعية للظاهرة فالمعايير لا يجب أن تنظر إليها على أنّها مستويات قياسية ، ولكن يمكن النظر إليها على أنّها وسيلة من وسائل المقارنة والتقويم.

### 7-4-المهاجمين :

وهم اللاعبين الأقرب لمرمى المنافس و وظيفتهم الأساسية تسجيل الأهداف وهناك مهاجمين وظيفتهم صناعة الأهداف و التميريرات الحاسمة للمهاجمين الآخرين والاحتفاظ بالكرة في مناطق المنافس لاقتناص فرصة للتسجيل ( الاطرش2011).

الباب الأول

الدراسة النظرية

## الفصل الأول

# مبادئ ومتطلبات اللعب الهجومي في كرة القدم

## تمهيد:

إن الملاحظ لكرة القدم الحديثة يكتشف مدى التطور الملحوظ في الجهد المبذول من قبل اللاعب الذي يجب عليه أن يتميز بالقدرة الكبيرة على التسارع وسرعة التنفيذ إضافة إلى إيجاد الحلول السريعة لتنفيذ الخطط الهجومية فالضغط على المنافس و الانطلاق في الهجمات المعاكسة أصبحت أكثر من ضرورة و أصبحت فترات الراحة قليلة لذا فكرة القدم أصبحت تخضع لمؤشرات و متطلبات دقيقة لتحقيق أعلى المستويات.

إن مستوى الإنجاز في كرة القدم ما هو إلا نتيجة لتضافر مجموعة من العوامل والتي يمكن تلخيصها في العوامل الفسيولوجية و البدنية ( القوة، السرعة، المتداومة، الرشاقة،....) و الجوانب التقنية و التكتيكية المتمثلة في الصفات المهارية للاعب و مدى توظيفها في اللعب الجماعي إضافة إلى العوامل النفسية كالدافعية والثقة في النفس، التحكم في الذات دون أن ننسى العوامل الخارجية التي يمكن أن تؤثر في الأداء.

وسيتطرق الطالب الباحث في هذا الفصل إلى مبادئ ومتطلبات اللعب الهجومي من مختلف الجوانب وهذا لأهمية معرفة كل ما يؤثر على التدريب الرياضي لهذا المنصب من مختلف الجوانب وهذا لأهمية معرفة كل ما يؤثر على التدريب الرياضي، ثم نبين الأهداف المرجوة من التدريب الرياضي، لتنتقل إلى معرفة المدرب الرياضي للناشئين في كرة القدم، وما يتميز به من خصائص، و صفات وما عليه من واجبات اتجاه التدريب بصفة عامة، والناشئين الموهوبين بصفة خاصة.

## 1- التدريب الرياضي:

### 1-1- مفهوم التدريب الرياضي:

العالم (مات فيف MATVIEW) الروسي عرفه بأنه " عبارة عن إعداد الفرد الرياضي الناحية الوظيفية والفنية والخطية والعقلية والنفسية والخلقية عن طريق ممارسة التمرينات البدنية (MATVIEW، 2009). التدريب الرياضي هو: "العمليات المختلفة التعليمية والتربوية والتنشئة، وإعداد اللاعبين والفرق الرياضية من خلال التخطيط والقيادة التطبيقية بهدف تحقيق أعلى المستويات الرياضية والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة" وهو أيضا "العمليات التي تعتمد على الأسس التربوية والعلمية، التي تهدف إلى قيادة وإعداد وتطوير القدرات والمستويات الرياضية في كافة جوانبها لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة الممارسة" (حماد، 1998، صفحة 19).

كما يعرف التدريب: "على أنه جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية، وتعلم التكنيك، وتطوير القبلات العقلية ضمن منهج علمي مبرمج وهاذف خاضع لأسس تربوية قصد الوصول بالرياضي إلى أعلى مستويات الرياضة الممكنة" (سكر، 2002، صفحة 9). ويعرف محمد علاوي: "التدريب الرياضي عملية تربوية وتعليمية منظمة تخضع للأسس والمبادئ العلمية، وتهدف أساسا إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في المنافسات الرياضية أو في نوع معين من أنواع الرياضة" (علاوي، 2002، صفحة 17). ويفهم مصطلح التدريب الرياضي: "أنه عبارة عن القوانين والأنظمة الهادفة إلى إعداد الفرد للوصول إلى مستوى الانجاز عن طريق الإعداد الكامل لعموم الأجهزة الوظيفية التي تحقق الوصول إلى مستوى لائق، من حيث مراعاة حياة الرياضي وصحته الجسمية العامة، كما يتحسن التوافق العصبي والعضلي ويسهل تعليم المسار الحركي فضلا عن زيادة قابلية الإنتاج لدى الفرد" (حسين، 1997، صفحة 78).

### 1-2- خصائص التدريب الرياضي:

لقد أصبح التدريب الرياضي في عصرنا هذا يتطلب الكثير من المعرفة والكفاءة والإلمام بجميع العلوم المرتبطة بالرياضة نظرا لكون هذه العملية معقدة تهدف إلى الوصول باللاعب إلى الأداء الرياضي الجيد من خلال إعداده إعدادا متكاملًا. لذلك يجب على كل مدرب أن يكون ملما تماما كاملا بخصائص التدريب الرياضي والتي يعتبر من أهمها ما يلي:

## 1-2-1- التدريب الرياضي عملية تعتمد على الأسس التربوية و التعليمية:

" لعملية التدريب الرياضي وجهان يرتبطان معا برباط وثيق، ويكونان وحدة واحدة لا ينفصم عراها، احدهما تعليمي والآخر، تربوي نفسي.

فالجانب التعليمي من عملية التدريب الرياضي يهدف أساسا إلى اكتساب، وتنمية الصفات البدنية العامة والخاصة، وتعليم وإتقان المهارات الحركية، والرياضية والقدرات الخططية لنوع النشاط الرياضي التخصصي، بالإضافة إلى اكتساب المعارف، والمعلومات النظرية المرتبطة بالرياضة بصفة عامة، ورياضة التخصص بصفة خاصة. أما الجانب التربوي النفسي من عملية التدريب الرياضي فإنه يهدف أساسا إلى تربية النشأ على حب الرياضة، والعمل على أن يكون النشاط الرياضي ذو المستوى العالي من الحاجات الضرورية والأساسية للفرد، ومحاولة تشكيل دوافع وحاجات وميول الفرد، والارتقاء بها بصورة تستهدف أساسا خدمة الجماعة، بالإضافة إلى تربية، وتطوير السمات الخلقية الحميدة، كحب الوطن والخلق الرياضي والروح الرياضية، وكذلك تربية وتطوير السمات الإرادية كسمة المثابرة وضبط النفس والشجاعة، والتصميم" (علاوي، 2002، صفحة 19).

كما يمثل التدريب الرياضي في شكله النموذجي وشكل فاعليته تنظيم القواعد التربوية التي تميز جميع الظواهر الأساسية مفصل قواعد التعليم والتربية الشخصية ودور توجيه التربويين والمدرسين التي تظهر بصورة غير مباشرة من جراء قيادته خلال التدريب وأثناء القيادة العامة والخاصة وغيرها" (الخوجا، 2005، صفحة 26).

## 1-2-2- التدريب الرياضي مبني على الأسس والمبادئ العلمية:

كانت الموهبة الفردية قديما في الثلاثينيات والأربعينيات، تلعب دورا أساسيا في وصول الفرد إلى أعلى المستويات الرياضية دون ارتباطها بالتدريب الرياضي العلمي الحديث والذي كان أمرا مستبعدا.

"فالتدريب الرياضي الحديث يقوم على المعارف والمعلومات والمبادئ العلمية المستمدة من العديد من العلوم الطبيعية والعلوم الإنسانية، الطب الرياضي، والميكانيكا الحيوية وعلم الحركة، علم النفس الرياضي، والتربية، وعلم الاجتماع الرياضي" (علاوي، 2002، صفحة 21).

يرى مفتي حماد: أن الأسس والمبادئ العلمية التي تسهم في عمليات التدريب الرياضي الحديث تتمثل في:

- علم التشريح.
- وظائف أعضاء الجهد البدني.
- بيولوجيا الرياضة.
- علوم الحركة الرياضية.
- علم النفس الرياضي.
- علوم التربية.
- علم الاجتماع الرياضي.
- الإدارة الرياضية.



الشكل رقم 01 : الأسس و المبادئ العلمية التي تساهم في التدريب الرياضي الحديث (حماد، 1998، صفحة 21 22)

### 1-2-3- التدريب الرياضي يتميز بالدور القيادي للمدرب:

"يتميز التدريب الرياضي بالدور القيادي للمدرب بارتباطه بدرجة كبيرة من الفعالية من ناحية اللاعب الرياضي، بالرغم من أن هناك العديد من الواجبات التعليمية، والتربوية، والنفسية التي تقع على كاهل المدرب الرياضي لإمكان التأثير في شخصية اللاعب وتربية شاملة متزنة تتيح له فرصة تحقيق أعلى المستويات الرياضية التي تتناسب مع قدراته وإمكانياته، إلا أن هذا الدور

القيادي للمدرب لن يكتب له النجاح إلا إذا ارتبط بدرجة كبيرة من الفعالية والاستقلال وتحمل المسؤولية والمشاركة الفعلية من جانب اللاعب الرياضي، إذ أن عملية التدريب الرياضي تعاونية لدرجة كبيرة تحت قيادة المدرب الرياضي " (علاوي، 2002، صفحة 22 23).

"كما تتسم عملية التدريب الرياضي في كرة القدم بالدور القيادي للمدرب للعملية التدريبية والتي يقودها من خلال تنفيذ واجبات وجوانب وأشكال التدريب، والعمل على تربية اللاعب بالاعتماد على علم النفس والاستقلال في التفكير والابتكار المستمر والتدريب القوي من خلال إرشادات وتوجيهات وتخطيط التدريب" (عده،، 2001، صفحة 27 28).

#### 1-2-4- التدريب الرياضي تتميز عملياته بالاستمرارية:

"التدريب الرياضي عملية تتميز بالاستمرارية ليست عملية (موسمية) أي أنها لا تشغل فترة معينة أو موسما معينا ثم تنتهي وتزول، وهذا يعني أن الوصول لأعلى المستويات الرياضية العليا يتطلب الاستمرار في عملية الانتظام فالتدريب الرياضي طوال أشهر السنة كلها، فمن الخطأ أن يترك اللاعب التدريب الرياضي عقب انتهاء موسم المنافسات الرياضية، ويركن للراحة التامة إذ أن ذلك يسهم بدرجة كبيرة في هبوط مستوى اللاعب ويتطلب الأمر البدء من جديد محاولة التنمية، وتطوير مستوى اللاعب عقب فترة الهدوء والراحة السلبية".

" استمرار عملية التدريب الرياضي منذ بدء التخطيط لها مرورا بالانتقاء وحتى الوصول لأعلى المستويات الرياضية دون توقف حتى اعتزال اللاعب للتدريب" (علاوي، 2002، صفحة 22 23).

#### 1-3- أهداف التدريب الرياضي:

من بين الأهداف العامة للتدريب الرياضي ما يلي:

- الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية لجسم الإنسان من خلال المتغيرات الايجابية للمتغيرات الفسيولوجية، والنفسية والاجتماعية.
- محاولة الاحتفاظ بمستوى الحالة التدريبية بتحقيق أعلى فترة ثبات لمستويات الانجاز في المجالات الثلاثة: الوظيفية، النفسية، والاجتماعية.

ويمكن تحقيق أهداف عملية التدريب الرياضي بصفة عامة خلال جانبين أساسيين على مستوى واحد من الأهمية هما الجانب التعليمي (التدريبي والتدريسي) والجانب التربوي ويطلق عليها واجبات التدريب الرياضي، فالأول يهدف إلى اكتساب وتطوير القدرات البدنية (السرعة، القوة، التحمل)، و المهارة الخطية والمعرفية أو الخبرات الضرورية للاعب في النشاط الرياضي الممارس. والثاني يتعلق في المقام الأول بإيديولوجية المجتمع، ويهتم بتكميل الصفات الضرورية

للأفعال الرياضية معنويا وإداريا، ويهتم بتحسين التدوق، التقدير وتطوير الدوافع، وحاجات وميول الممارس، وإكسابه السمات الخلقية والإدارية الحميدة، الروح الرياضية، المثابرة، ضبط النفس والشجاعة،... الخ. (الباسطي،، 1998، صفحة 12)

كما يهدف التدريب الرياضي إلى وصول اللاعب للفورمة الرياضية من خلال المنافسات والعمل على استمرارها لأطول فترة ممكنة و الفورمة الرياضية تعني تكامل كل من الحالات البدنية، و الوظيفية و المهارية، والخططية، والنفسية والذهنية، والخلقية والمعرفية، والتي تمكن اللاعب من الأداء المثالي خلال المنافسات الرياضية (حماد، 1998، صفحة 21).

بالإضافة إلى ذلك فإن التدريب الرياضي يساهم في تحقيق الذات الإنسانية للبطل وذلك بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق التنافس الشريف العادل وبذل الجهد، فهو يعد دائما عاملا من عوامل تحقيق تقدمه الاجتماعي (سكر، 2002، صفحة 20).

#### 1-4- المتطلبات الفسيولوجية للعب الهجومي :

إن المتطلبات الفسيولوجية للعبة كرة القدم تدل على شدة الأداء المتغيرة في اللعبة و يستهدف تحليل الأداء البدني و الفني ليس تقييم اللياقة البدنية و تقييم اللاعبين بل تقييم أنظمة التدريب , بالإضافة إلى تقييم اللاعبين واحتياجات الطاقة اليومية ومستوى إنفاق الطاقة وهناك بعض النتائج قد تغير تلاقي الإصابات .

و يمكن أن تشير المسافات التي قطعها اللاعب خلال المباراة إلى شدة تلك المباراة و قد تشكل هذه القيمة عاملا مهما في تقييم اللاعبين, إن تحليل المباراة يمكن أن يصنف إلى عدة أبواب منها: الشدة, المسافة, التردد.

إن الهدف الأساسي للوقوف على نسب المكونات السابقة الذكر هو هدف فسيولوجي لغرض الوقوف على متطلبات اللعبة الفسيولوجية و تقييم مستوى التكيف للاعبين الفريق و من ثم العمل على تصميم البرامج التدريبية الملائمة أو تصحيح مسار التدريب (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 28). على الرغم من اتفاق المدربين و المحضرين البدنيين على بعض المبادئ الأساسية حول ماهية التدريب إلا أن ذلك لم يمنع من ظهور الكثير من الاختلافات في وجهات النظر و التصورات لبعض جوانب التدريب في كرة القدم الحديثة وذلك نتيجة للتغير الجذري في خصائص الجهد المبذول من طرف اللاعبين و الذي أدى إلى إعادة النظر في طرق وأساليب التدريب و نوعية الإعداد الذي أصبح يرتكز أساسا على المتطلبات البدنية للأداء. إن تحديد الصفات البدنية الأساسية للاعب كرة القدم يفرض علينا معرفة دقيقة و تحليلا معمقا للمؤشرات

الداخلية للمنافسة ( نبض القلب،نسبة تركيز اللاكتات في الدم.....الخ) إضافة إلى العوامل الخارجية كزمن الجهد و وقت الراحة ،عدد الانطلاقات والتي تمكنا من تقدير جميع موارد الطاقة و طبيعة الصفات البدنية المبذولة في نشاط كرة القدم (شعلان، 1994، صفحة 8).

### 1-5- تحليل حركة اللاعبين المهاجمين:

إن تحليل حركة اللاعب من خلال حساب المسافة التي قطعها اللاعب خلال المباراة يمكن أن تعطي إلى حد كبير كمية الطاقة التي أنفقاها في تلك المباراة ، و أن مجموع هذه المسافة قد قسمت وفقاً لشدة الحركات إلى ثلاثة أقسام : الهرولة ، انطلاقات ، ركض و هناك حركات أخرى مثل المساندة و الدرجة ، و قد لعبت التقنيات المستخدمة في التحليل دوراً في اختلاف بعض النتائج .

إن الطريقة الأحدث حالياً هي استعمال كاميرات عالية السرعة بشكل متزامن تربط بحاسوب عالي السرعة ، إذ ساعدت هذه التقنية في السيطرة بشكل كامل على حركات 22 لاعبا و بجودة عالية جداً خلاصة الدراسات تشير إلى أن لاعبي كرة القدم يقطعون أثناء المباراة مسافة تتراوح بين 8 إلى 13 كم ، و أن نشاط اللاعب يتغير بحدود 1000 مرة إذ يتغير نشاط اللاعب تقريبا كل 6 ثا و هذا التغيير يتبع التغيرات في السرعة و اتجاه الحركة و استخدام مختلف مهارات اللعبة و حركة الفريق الخصم (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 29) .

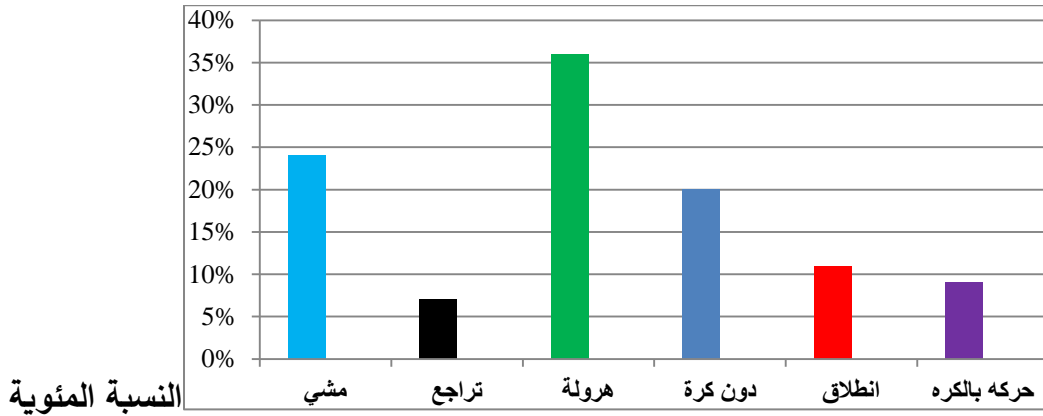
الفريق	العينة	المسافة / م	نوع التقنية
انكلترا	40	8680	شريط تسجيل
اليابان	20	9845	ثلاثي الأبعاد : كامرتين
السويد	10	9800	طريقة يدوية
الممتاز الانكليزي	6	10104	شريط فيديو
بلغاريا	7	10245	شريط سينمائي
الدنمارك	14	10800	فيديو: 24 كاميرا
استراليا	20	11527	شريط فيديو

الجدول رقم 01 : يبين المسافة المقطوعة لبعض الفرق العالمية (Reilly, 1994)

و يتضح من خلال الشكل رقم 02 أن لاعبي كرة القدم يهرولون أثناء المباراة بنسبة 36 % و 24 % تمثل نسبة المشي و 20 % حركة دون كرة , 11 % تمثل نسبة الانطلاقات السريعة و 7 % حركة تراجع و نسبة 9 % حركة بالكرة , وتشير المصادر الحديثة أن النسب هذه لازالت قائمة و متقاربة في السنوات الأخيرة في عدة أماكن كبطولة الدوري الأوربي و بطولة الدوري الانجليزي و دوري المحترفين الياباني (Reilly، 1994).

### نشاط اللاعب

#### متسلسلة 1



### نوع النشاط

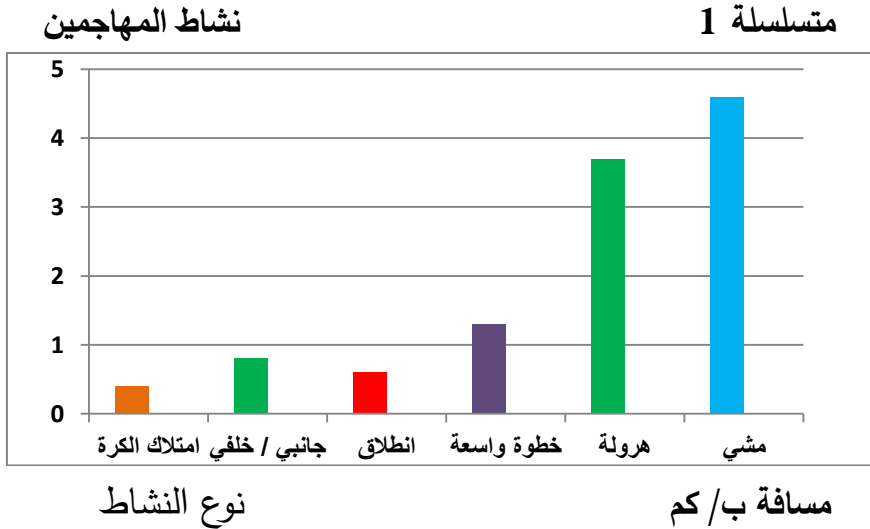
الشكل رقم 02 : يبين النسب المئوية لتحركات اللاعبين في الملعب.

إن الحركة كانطلاقات سريعة أو كحركة دون كرة بسرعة يمكن أن يندمجا تحت بند الشدة العالية في المباراة، و أن نسبة الجهد المؤدى بشدة واطئة إلى نسبة الجهد المؤدى بشدة عالية تشكل 1/2.2 من مجموع المسافة المقطوعة و هذه النسبة إذا قيست بالزمن فإنها تصبح 1/7 أي (خفيف / عالي) و هذا يدل على أن هذه اللعبة يسيطر عليها نظام الطاقة الهوائي بالدرجة الأولى.

إن أكثر النشاط أثناء اللعب في المستويات العليا يتراوح بين المستوى المنخفض إلى المستوى دون القصوى وفي كل الأحوال تبقى نسبة الشدة القصوى هي النسبة الأدنى دائما , ولاعبو كرة القدم يؤدون انطلاقات أو ركض سريع كل 30 ثانية و يؤدون هجوم شامل سريع كل 90 ثانية وفي هذا التوقيت يكون نظام الطاقة لاهوائي سواء بامتلاك الكرة أو بدونها وهو وقت هام في حسم مباريات كرة القدم (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 31 32).

1-5-1-العوامل التي تؤثر على نسب العمل الخاصة باللاعبين المهاجمين :

يلعب مركز اللاعب دور كبير في تحديد نسبة عمل اللاعب, فلاعبي المنتصف هم الأكثر نشاطا كونهم حلقة الوصل بين جميع أعضاء الفريق.



الشكل رقم 03 : يبين المسافات التي قطعها بعض مهاجمي الدوري الانجليزي.

ولوحظ أن هذه النسب كانت متقاربة مع دراسات أخرى على بعض الدوريات الأوربية و لوحظ أن المدافعين و رغم الدور الكبير الموكل إليهم في إيقاف خطورة المهاجمين إلا أنهم الأقل في نسب الانطلاقات , و لوحظ أن لاعبي الوسط و المهاجمين هم الأكثر نشاطا من خلال المسافات التي قطعوها .

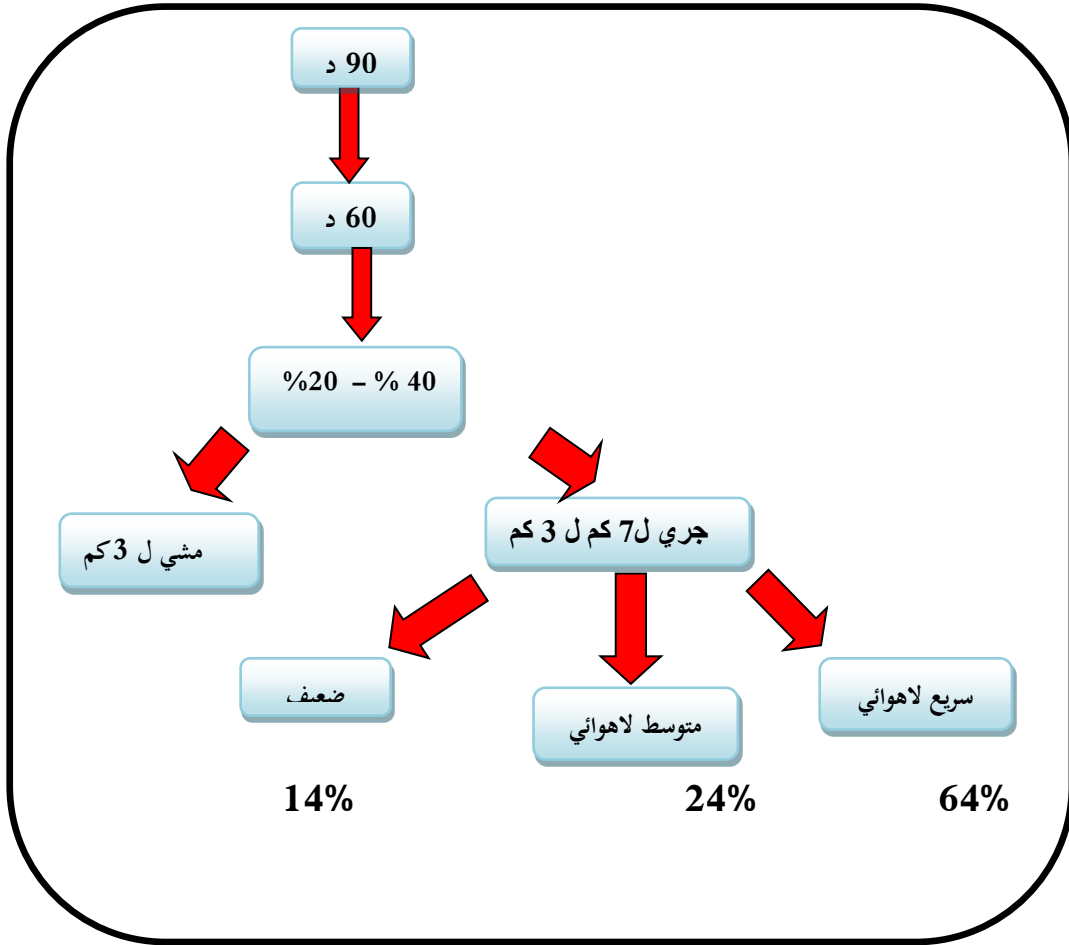
و تفسر بعض الدراسات تفوق لاعبي خط الوسط بحجم المسافة المقطوعة أثناء المباراة إلا أن أكثر النشاطات التي يقوم بها لاعبو الوسط هي أنشطة ذات سرعة منخفضة مما يعطي أهمية لنظام الطاقة الهوائي لدى هؤلاء اللاعبين في حين وجد أن نسبة العمل اللاهوائي تكون أعلى لدى المدافعين خصوصا المدافع القشاش كما ظهر أن قلب الدفاع و قلب الهجوم هم الأكثر في عدد القفزات لحيازة الكرة من بقية المراكز , و يذكر أن معدل القفز لدى لاعبي كرة القدم يشكل مرة كل 5 إلى 6 دقائق (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 33 34).

إن القدرة على تحمل الحمل البدني لفترة طويلة يعتمد على القدرة الهوائية العالية و التي يعبر عنها ( VO2MAX ) , لكن السقف المفتوح لأي حمل بدني مستمر يدخل عامل مؤثر آخر في التحمل وهو العتبة الفارقة اللاهوائية , وتتطلب لعبة كرة القدم استهلاك أكسيجيني يصل إلى 75% من الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين , و تشير الدراسات أن أغلب لاعبي كرة القدم في المستويات العليا

يصلون عند هذه القيمة إلى مستوى العتبة الفارقة اللاهوائية كما تشير الدراسات إلى تفوق لاعبي خط الوسط في هذه القيمة على بقية لاعبي المراكز الأخرى .  
 إن  $VO2MAX$  يعتبر عامل مهم يعمل على ترقية النظامين الهوائي و اللاهوائي على حد سواء و هو أساس النجاح في تغطية المسافة التي يقطعها اللاعب في المباراة بين العمل الهوائي و اللاهوائي لكن العلاقة تضعف بين  $VO2MAX$  و الانطلاقات السريعة التي تقع ضمن نظام الطاقة اللاهوائي الفوسفاتي إن أسلوب اللعب يؤثر في نسب عمل اللاعبين و نسب عمل أنظمة الطاقة فنرى بعض الفرق تتحفظ في بناء الهجمات محاولة اختيار الفرصة المناسبة أو الهجوم المرتد و بعض الفرق تهاجم بسرعة طوال الوقت كفرق أمريكا الجنوبية ومعظم فرق أوروبا و هذا الأسلوب لا يستثني تنمية القدرات الهوائية كونها تساهم هنا في سرعة الاستشفاء من آثار العمل السريع و تحضير الطاقة بوجود الأوكسجين بسرعة أيضا , و تشير إحدى الدراسات أن لاعبي أمريكا الجنوبية هم الأسرع إيقاعا داخل الميدان من اللاعبين الانجليز لكنهم يقطعون مسافة اقل من الانجليز بمعدل 1,5 كم (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 34 35).

إذا قمنا بتحليل أنواع الجهود المبذولة من طرف اللاعبين فإننا نرى أنها تخضع لمجموعة من المعايير و التي تختلف من حيث:

- شدة المواجهات و درجة دافعية اللاعبين
- كثافة الرزنامة و عدد المباريات
- ضرورة تحقيق النتائج (شعلان، 1994، صفحة 161).
- كما توجد عوامل أخرى حددت من طرف ديسالفو و كول، 2007 وهي:
- مراكز اللاعبين أثناء المباراة
- الفئة العمرية
- درجة الممارسة و اللياقة البدنية أو الفورمة الرياضية للاعبين
- مكان المنافسة ( في ميدان الفريق المحلي أو في ميدان المنافس )
- طريقة و نظام اللعب المتبع من طرف الفريق .



الشكل رقم 04: المسافة المقطوعة من طرف اللاعبين (ديفور، 1990)

يمثل الشكل رقم 04 نوعية و زمن مختلف المسافات التي يقطعها اللاعب أثناء المباراة والتي تمثل 40% تكون جري و 20 تكون على شكل مشي (3كم) ، تقدر مسافة الجري التي يقوم بها اللاعب ب7 كم منقسمة إلى 64 ذات شدة ضعيفة ذات طابع هوائي و 24 ذات شدة متوسطة ذات طابع لاهوائي وأخيرا 14 ذات شدة قصوى ذات طابع لاهوائي (COMETTI.G، 1993، صفحة 14).

وفي دراسة أخرى ل كازورلا و فرحي 1998 تم خلالها تحليل المتطلبات البدنية و الفسيولوجية في كرة القدم إضافة إلى القدرات الطاقوية للاعب كرة القدم المحترف، وهي ممثلة في الجدول التالي :

نوع الانتقالات	المدافعين الظهريين	السن	المدافعين	السن	وسط الميدان	السن	المهاجمين	السن
المشي	2768	36	2356	29	2775	31	2247	29
الجري البطيء	3152	41	3331	41	3401	38	2712	35
الجري المرتفع	1307	17	1625	20	1790	20	1726	23
الجري السريع	461	6	812	10	984	11	1007	13
المسافة المقطوعة	7690		8125		8951		7750	

الجدول رقم 02: المسافة المقطوعة من طرف اللاعبين حسب السن وحسب مناصب اللعب (كازورلا و

يمثل الجدول رقم 02 نوعية المسافة المقطوعة من طرف اللاعبين المحترفين أثناء المباراة، و نلاحظ اختلاف واضح بين اللاعبين سواء من حيث السن، أو من حيث مناصب اللعب مثل قطع لاعبي وسط الميدان أكبر مسافة مقارنة مع المدافعين أو المهاجمين (DELLAL.A، 2008، صفحة 161).

(.VERHEIJEN، 1997، صفحة 8) من بين أول من قام بتحليل النشاط حسب المستوى، المواقف، الجري و حسب المتغيرات البدنية والفسيولوجية والتقنية (الجدول رقم 03)

	أشبال النخبة أ								
	مهاجمين			وسط ميدان			مدافعين		
	داعم	متقدم	مهاجم	مدافع	الجانب	الوسط	مهاجمين	وسط ميدان	مدافعين
مشي/كلم	2.2	4.4	2.2	2.4	2.8	4.2	4.6	1.9	3
هرولة/كلم	5.0	2.1	6.8	9.4	4.2	2.7	2.2	5.9	2.5
جري/كلم	0.6	1.3	2.6	0.6	1.3	0.5	1.0	1.2	1.2
جري سريع/كلم	0.9		0.6		0.5		1.4	0.8	0.9

الجدول رقم 03: إجمالي قطع لمسافات بسرعات مختلفة، تبعا لمراكز اللعب والمستوى

(.VERHEIJEN، 1997، صفحة 8) .

و يبين الجدول رقم 03 أن هناك فرقا بين اللاعبين المحترفين الأولى ودولية الناشئين في مختلف الجهود. على سبيل المثال، الخطوط الدفاعية والهرولة في منتصف الميدان في المتوسط 9.4 كم مقارنة مع لاعبي النخبة المقدرة بـ 5.9 كم. ثانيا، هناك فرق بين المسافات التي يقطعها المواقع التي كانت تحتلها. على سبيل المثال المدافع يؤدي 0.5 كم الجري السريع في حين يدرك لاعب خط الوسط 2.6 كم. مثال آخر هو المهاجم النخبة يقوم بـ 1.4 جري سريع ضد المدافع الذي هو 0.9 كم. دراسات وتحليلات تكمل هذه البيانات الأخرى، حاول تحديد المسافات المقطوعة خلال المباراة الموقف وشدة سباقات (رامبيني وآخرون 2007). (Manuel، CAYLA.J، entraînement'pratique de l (2007،

	المسافة المقطوعة بشدة متوسطة أعلى كلم/سا/25.2	المسافة المقطوعة بشدة متوسطة كلم/سا/19.8	المسافة المقطوعة بشدة صغيرة وكلم كلم/سا/14.4	المسافة المقطوعة بشدة صغيرة وكلم كلم/سا/7.2	مسافة المقطوعة بالمشي كلم/سا/7.2-0	مسافة الجري ب المتري
مدافعين الوسط	18	76	278	1458	3846	9995
مدافعين الجانب	31	132	211	1601	3504	11233
وسط الميدان	24	118	467	1726	3341	11748
المهاجمين	27	95	321	1361	3844	10233

الجدول رقم 04: المسافة المقطوعة خلال المباراة حسب مراكز اللعب وبمختلف إيقاعات الجري

من نتائج الجدول رقم 04 قد وجدت أن مسافات مختلفة، اعتمادا على المناصب التي يشغلونها.دراسة أخرى (DELLAL.A، 2008، صفحة 146) أجريت على تحليل الأداء خلال الشوط الأول من 11240 لاعبين من الدوري الفرنسي والألمانية والإسبانية والإنجليزية، وقد أظهرت أن اللاعبين ينتقل عبر 10525،44 م، لا تعطى هذه المسافات في نفس مستويات مراكز

اللعب في الواقع، لاعبو الوسط يقطعون أكبر قدر من المسافة مع القيم التي تتراوح بين 10168 و 12000م المتوسط على 11386.82م هذا ما يوضح أن لديهم قدرة الهوائية جيدة. المدافعون يقطعون أدنى مجموع المسافات بين 10426.90م و10583.24م. وتوزع بشكل يبين الاختلاف بين المدافع المركزيين والعرضيين على حد سواء.

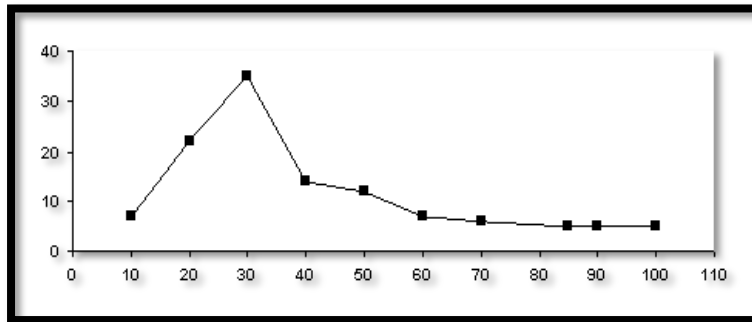
العوامل الحركية	المدافعين		وسط الميدان	مهاجمين
	الجانب	الوسط		
الجري	13.4±9.2	18.5±5.3	39.2±9.8	47.4±11.7
المراوغة	8.5±1.3	11.5±2.6	18.5±14.3	14±6.4
المبارزة بدون كرة	26.3±4	28±7.7	24.8±3.3	36.5±5.2
المبارزة بالكرة	24.8±3.5	30±3.4	26±5.6	25.3±6.8
الضرب بالرأس	10±4	13.5±0.4	7.8±2	12.8±4.9
الاندفاع	6.3±1	7.8±3.0	6.3±5.3	2±0.8
المجموع	107.4	109.5	122.6	138.8

الجدول رقم 05: عدد العوامل الحركية خلال مباراة (CAZORLA.G، 2006).

### 1-5-2- عدد و زمن الجهود المبذولة لدى لاعبين المهاجمين :

في دراسة (MOMBAERTS، 1996) التي حدد فيها عدد و زمن مختلف الجهود المبذولة أثناء اللعب ، هذه الدراسة أظهرت اختلافات في زمن الجهد بحيث أن فترات الزمن من 0 إلى 30ثا تتكرر بكثرة و التي قدرت حوالي 73% و أظهرت كذلك أن حوالي 33% من الجهود المبذولة تقدر ب 15 ثا .

عدد الجهود



المسافة

الشكل رقم 05: عدد الجهود المبذولة ارتباطا بالمسافة المقطوعة (ديفور، 1990)

يمثل الشكل رقم 05 عدد الجهود المبذولة ارتباطا بالمسافة المقطوعة المحصورة نابين 10 و 110 متر وتظهر النتائج أن معظم المسافات المقطوعة أو المسافات الأكثر تكرارا من طرف اللاعب تنحصر ما بين 10 إلى 30 متر (جبالي عويس، 2001، صفحة 4).

وقد وضع شويت 2005 من خلال مرجع فيفا و كازورلا 2006 بعض المعايير الأساسية للاعب كرة القدم بعد تحليل مجموعة من المتطلبات البدنية و الفسيولوجية للاعب كرة القدم محترفين ، و بصفة عامة يجب على لاعب كرة القدم أن يتمتع بالقدرات التالية: (أبو علا أحمد عبد الفتاح و أحمد نصرالدين، 1993، صفحة 79)

سرعة جري قصوى 11.0-11.3 متر/ ثا.

سرعة المطاولة (fond) 45.9-47.0 % من القصوى.

هذا ما يسمح بجري 3000 متر في وقت قدره 9 دقائق و 40 ثانية - 10 دقائق.

استهلاك أقصى للأكسجين : 60 - 70 مللتر/ كلغم/ ق

تركيز أقصى للاكتات 18 - 22 ملمول.

ارتفاع عمودي: 79 - 85 سنتمتر.

كتلة شحميه (دهنية) : 7 - 9 %

كتلة عضلية: 52 - 54% يجب على اللاعب أن ينطلق بسرعات كبيرة ما بين 72 و 109 بمعدل 88 .

القدرة على التوقف فجأة و تغيير اتجاهاته ما بين 40 و 70 مرة بمعدل 54 إضافة إلى 11ضربة بالرأس و 14 مراوغة، 29 صراع بدون كرة و 26 بالكرة.

. يكون قادرا على قطع مسافة 3200م خلال 12د و مستهلك أقصى أكسجين يقدر ب 65ألى ب20كم/سا وحد لاهوائي ب16كم/سا . VMA. 70 مل/كغ/د .

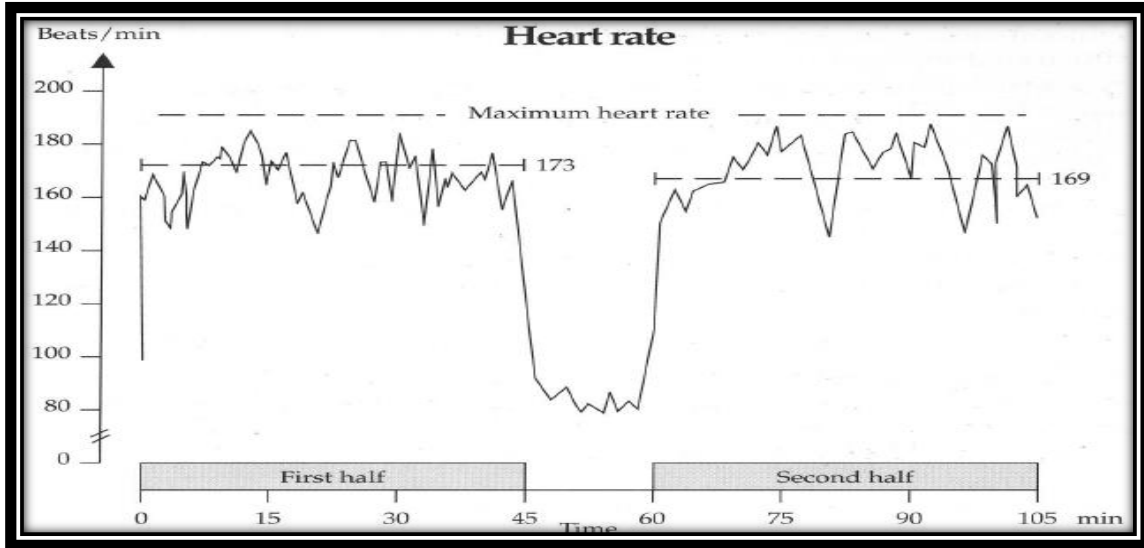
1-6-المؤشرات الداخلية للجانب البدني الخاصة باللاعبين المهاجمين:

1-6-1-نبض القلب ونسبة تركيز اللاكتات:

إن الإلمام بالمؤشرات الفسيولوجية كنبض القلب أو نسبة تركيز اللاكتات في الدم تمكننا من معرفة شدة الجهد المبذول من طرف الأجهزة الوظيفية إضافة إلى نوع الأيض الطاقي.....)

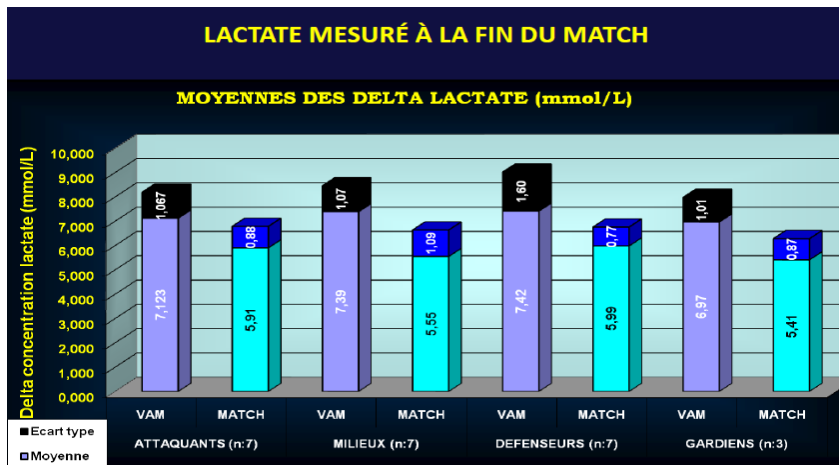
إن معرفة معدل نبضات القلب تكتسي أهمية بالغة في مرحلة الإعداد البدني في كرة القدم حيث تقدر بمعدل ما بين 170 و 175 ن/د، لكن أحيانا تصعد إلى حدود 200 ن/د (أسامة كامل راتب، 2004، صفحة 27).

ويوضح الشكل رقم 06 درجة نبض اللاعب خلال المباراة:



الشكل رقم 06 : درجات نبض اللاعب خلال المباراة (ANCIAN.J.P، 2004).

يوضح الشكل رقم 06 درجة نبض لاعب كرة القدم خلال المباراة أي طوال 90 د، فنلتبس أن درجات النبض تختلف طوال المباراة، إضافة إلى أن نبضات القلب تتخفض في الغالب من 20-30 نبضة عن النبض الأقصى.



الشكل رقم 07: قياس اللاكتات في نهاية المباراة حسب مراكز اللاعب (CAZORLA.G، 2006).

وفقا لهذا الرسم البياني الشكل رقم 07، ونحن نرى أن ليس هناك فرق كبير بين اللاعبين لمستويات اللاكتات الذي يقاس في نهاية المباراة ولكن كانت القيمة القصوى للمدافعين. تركيز اللاكتات في الدم خلال المباراة يعتمد على:

- مستوى اللعب.
- الموقف اللاعب على اختلاف المركز
- مستوى التدريب ل لاعب.
- جودة ألياف العضلات المتوترة



الشكل رقم 08: تركيز اللاكتات في الدم خلال المباراة

### 1-6-2-المستهلك الأقصى الأوكسجيني VO2 max :

يعرف المستهلك الأقصى الأوكسجيني بالكمية القصوى من الأوكسجين التي يمكن للشخص أن يستهلكها أثناء القيام بمجهود ما ، تقاس اللتر في الدقيقة أو بالمليتر في الدقيقة لكل كيلوغرام، يرتبط بالقدرات الهوائية للاعب، فمباراة كرة القدم تكون نسبة استهلاك الأوكسجين ما بين 75% VO2max إلى 80% و تقدر نسبة استهلاك الأوكسجين عند لاعبي كرة القدم المحترفين ما بين 50 إلى 75 مل/كغ/د بمعدل 60مل/كغ/د (أبو علا أحمد عبد الفتاح و أحمد نصرالدين، 1993، صفحة 79).

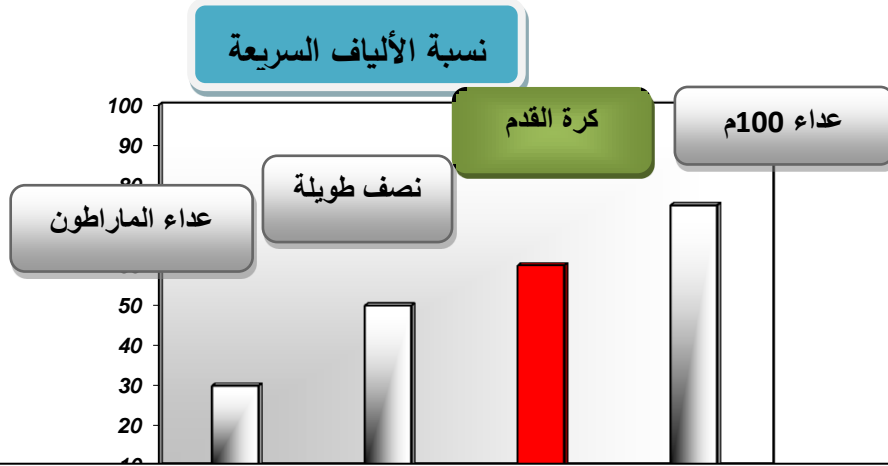
### 1-6-3-توزيع الألياف العضلية:

تتكون العضلة من مجموعة كبيرة من الألياف التي تختلف من حيث الخصائص و المهام

،فتنقسم الألياف العضلية إلى

- ✓ الألياف البطيئة -
- ✓ الألياف السريعة - نوع الأول (أ) - :
- ✓ الألياف السريعة - نوع الثاني(ب)-:

لقد حاولت بعض الدراسات العمل على تحديد نسبة الألياف عند لاعبي كرة القدم، فأظهرت نتائج جاكوبسن و (1982) أن نسبة الألياف البطيئة تقدر ما بين 40 إلى 45 في حين وجد ابور (1988) أن 52 من الألياف السريعة، أما بوسكو (1990) بطريقة غير مباشرة وجد أن الألياف السريعة تقدر ب 55 عند لاعبي كرة القدم.



الشكل رقم 09: نسبة الألياف السريعة عند لاعبي كرة القدم مقارنة مع عدائي مختلف المسافات (ديفور، 1990)

نلاحظ من خلال الشكل رقم 09 أن نسبة الألياف السريعة تقدر ب 60 عند لاعب كرة القدم، فهو يتمركز ما بين عداء الـ 100 متر و عداء المسافات المتوسطة، مع العلم أن هذه الدراسات لا تأخذ بعين الاعتبار مراكز اللاعبين، فمن الواضح أن المهاجمين يقتربون إلى عداء الـ 100 متر في حين لاعبو وسط الميدان يتصفون بخصائص (أسامة كامل راتب، 2004، صفحة 32).

#### 1-6-4 مؤشر التعب:

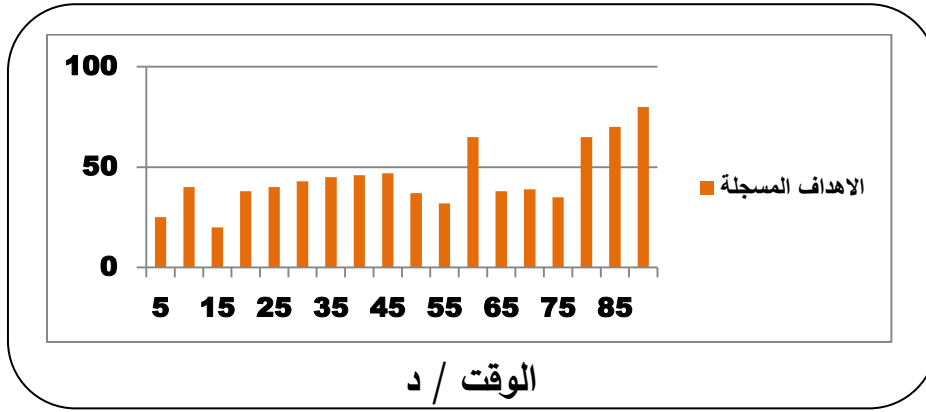
هو هبوط في الأداء نتيجة الاستمرار في الجهد البدني و في كثير من الأحيان تعطل الخسارة بكرة القدم بعامل التعب وغالبا ما يظهر في نهاية المباراة إذ يظهر هبوط عام في إمكانات اللاعبين . و تذكر إحدى الدراسات عن الدوري البلجيكي أن معدل المسافة المقطوعة قد انخفض بمعدل 0,5 كم عما كان عليه في الشوط الأول وفي تقرير آخر أن معدل المسافة المقطوعة في الشوط الأول اكبر بنسبة 5 % عنه في الشوط الثاني لكن هذه النتائج ليست قطعية خصوصا مع الفرق المتميزة و لكمية الكلايوجين المخزونة في العضلات العاملة أهمية كبرى في تقليل فرص ظهور التعب , وأشارت فحوصات إحدى الأندية السويدية أن مخزون الكلايوجين في عضلات الفخذ اقل بنسبة 25 % من الحاجة الفعلية للاعبين في المباراة (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 42)(Saltin, 1973) وكان للسرعة التأثير الأكبر في نسبة استهلاك الكلايوجين , ولا بد من الاهتمام بموضوع كمية

المخزون في العضلة خصوصا خلال فترات ازدحام جدول المنافسات وفي البطولات التي يمكن أن يلجأ خلالها إلى الأشواط الإضافية , إذ يشكل المخزون هنا دورا حيويا في أداء اللاعبين لذا يجب مراعاة الفحص المستمر مع إعطاء النظام الغذائي عناية كبيرة إذ أن جميع التجارب أجمعت على أن زيادة تحميل الكلايوجين للعضلات له آثار ايجابية في الأداء .

إن الغاية الأساسية من تقليل حدوث التعب هو أن التعب سبب أساسي في إحراز الأهداف خصوصا في نهاية المباراة , وهذه الحالة تم التثبت منها بواسطة الاتحاد الاسكتلندي لكرة القدم في دراسة للموسم الرياضي 1991 . 1992 كما موضح في الشكل رقم إذ يتضح أن أعلى نسبة من الأهداف جاءت في آخر 10 دقائق من المباريات وهذا دليل منطقي على أن نسبة التوازن بين الفريقين قد يصيبها خلل في هذا الوقت لأسباب بدنية و وظيفية والأغلب يرجع إلى عامل التعب لأحد الفريقين أو ربما يكون أسبابه ناتجة من تعب عقلي أو نفسي نتيجة لفقدان التركيز خلال هذا الوقت مما يؤدي إلى حدوث أخطاء خطئية تؤدي إلى إحراز هدف , في حين يعزو هذه الظاهرة بعض المختصين إلى أن زيادة سرعة اللعب في تلك الأوقات قد يكون هو السبب الرئيسي إذ لوحظ أن نسبة حيازة الكرة ترتفع بشكل كبير في أول 15 دقيقة و آخر 15 دقيقة (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 42 43)(Rahnama.2002).

و بغض النظر عن سبب التعب فإن فريق كرة القدم يجب أن يستعد بدنيا وفسولوجيا لأن يلعب 90 دقيقة ذات شدة عالية بشكل فعال هذا إذا ما استبعدنا الظروف الجوية التي تعجل من ظهور التعب أو تعمل على تأخيره .

ففي دراسة شملت موندريال اسبانيا 1982 وايطاليا 1990 والولايات المتحدة 1994 أن معدل الحرارة كان 30 درجة مئوية وقد اندمجت مع نسبة رطوبة عالية مما أثر سلبا على معظم الفرق لأن الحرارة و الرطوبة العالية تعمل على تقليل أهمية التعرق الذي يبدد الحرارة وفي مثل هذه الظروف ينصح بالتروية المستمرة لجسم الرياضي بالماء للحفاظ توازن السوائل داخل جسمه , ولغرض التكيف على أجواء من هذا النوع يفضل إقامة المعسكرات التدريبية في تلك الأجواء لفترة من 10 إلى 14 يوما .



الشكل رقم 10: يبين توزيع الأهداف حسب وقت تسجيلها خلال 283 مباراة.

### 1-6-5- تقييم العوامل البدنية و الفسيولوجية التي تحدد الأداء المهاجمين في كرة القدم :

إن تحليل المؤشرات التي تم التطرق إليها سابقاً تمكنا من تقييم العوامل البدنية والفسيولوجية للنشاط:

الجهد البدني في كرة القدم ذو طابع فكري متقطع عبر حركات وانجازات تصاحبها قوة انفجارية، وغالبا ما تكون إجراءات التهديف نتيجة تسارع اللعب، كما أنّ لاعب كرة القدم الحديث يجب أن يكون عظيم السرعة و التنقل إضافة إلى سرعة عالية أثناء تنفيذ المهارات بإتقان، وقدرة كبيرة على التحركات الدينامكية عند امتلاك الكرة أو فقدانها ، وسرعة تنفيذ خلال مختلف المواقف، وكفاءة الأجهزة الوظيفية على سرعة وقدرة الاسترجاع (Cometti, 2002) (Lambertin, 2000) . هذه الجهود هي العامل الحاسم للأداء ونسبة الإنجاز، حيث أن الفرق هنا يتم خلال فترات من المباراة (هدف يسجل بعد بداية أسرع، بعد تسديدة متقنة أو رأسية). هذه الصفات يجب أن الركيزة الأساسية في عملية الإعداد البدني .من الناحية العملية، لاعب من مستوى عال جدا يؤدي حوالي 150 إلى 200 حركات ذات شدة عالية ومكثفة خلال المباراة، ومسافات مقطوعة بين 10 و 13 كم، ومداومة يتراوح زمنها بين ساعة ونصف. و الهدف أن يكون قادرا على بذل هذه الجهود المتفجرة خلال مجريات المباراة، مع الحفاظ على التنشيط الهجومي والدفاعي بفعالية.

إن التوجيه الحديث للتدريب يحتوي عوامل مختلفة للأداء وفقا لمناصب اللعب وحسب مستوى وخصائص اللاعب لأن القدرات البدنية وآثارها الفسيولوجية ليست هي نفسها .وبالتالي، سيتعين على المدربين أن ينشئوا تدريبات ذات طابع فردي وفقا لخصائص اللاعبين والمنصب الخاص بهم (Alexandre, DELLAL, 2008).

وقد اهتم العديد من الكتاب في الخصائص الفسيولوجية والأنثروبومترية للاعبين، اعتمادا على مناصب اللعب المختلفة (Reilly, Bangsbo et Frank, 2000 ; Gill, 2007).

### 1-7-7-متطلبات البدنية للمهاجمين :

تتطور كرة القدم يوماً بعد يوم نظراً لظهور الجديد في مجالات الإعداد فيها سواء كان ذلك مرتبطاً بالإعداد البدني، المهاري، الخططي، الذهني أو النفسي مما يحتم على المهتمين بالإمام بكل ما هو جديد (صالح م.، 2011، صفحة 9)، ومن المجالات التي زاد الاهتمام بها السنوات الأخيرة مجال اللياقة البدنية للاعبين كرة القدم وقياسها عن طريق الاختبارات التي تكشف عن نقاط الضعف والقوة لدى اللاعب فاللاعب المحترف حسب كل من (عمرو أبو المجد وأبو العلاء عبد الفتاح) يحتاج إلى زيادة التركيز على برامج تدريب مخصصة لتنمية احتياجاته من مكونات اللياقة البدنية لأقصى درجة ممكنة مثل التحمل والسرعة والقوة والتوافق العضلي العصبي (عبد الفتاح، 2011، صفحة 23)، وفي نفس السياق وضح ALEXANDRE DELLAL أن الإعداد البدني هو مكون للأداء لدى لاعب كرة القدم بغض النظر عن شكل تطبيقه (مفصول، مرتبط، مدمج) ويجب أن تكون فيه الترتيبات والخطط والبرامج والحصص دقيقة وتعتمد على عوامل مختلفة وهنا يجب على المحضرين البدنيين التخطيط للتحضير البدني طول السنة حسب مختلف الأهداف والفترات المستقلة عن بعضها (Dellal، صفحة 91).

فالجاهزية البدنية مطلوبة عند لاعبي كرة القدم طوال فترات الموسم وعلى مستوى مختلف الخطوط والمناصب الموزعة في أرضية الميدان، فكما أشار (زهرة السيد عبد الله) بأن اللياقة البدنية من الصفات الجسمانية ولكن لها أهمية كبيرة عند لاعب الدفاع فالبنيان الجسماني والقوي وخاصة الذي يتميز بالطول له أهمية عند لاعب الدفاع وأن أصعب ما يواجه المهاجم هو وجود دفاع يتميز بالمهارة مع القوة في نفس الوقت، فاللياقة البدنية يزداد الاهتمام بها يوماً بعد يوم لكل أفراد الفريق دون تمييز في المراكز (عبدالله، 2007، صفحة 36).

### 1-7-7-1-الأسس العلمية الحديثة في الإعداد البدني للاعب كرة القدم:

تعتبر كرة القدم من الرياضات التي يبذل فيها اللاعب نشاطاً حركياً عالياً يصاحبه جهد بدني كبير ويمكن ملاحظة ذلك خلال الأداء داخل الملعب حيث تحدث تغيرات مستمرة في شدة وحجم الجهد ممثلة في الجري والتهديف والوثب ومن هنا يعتبر الإعداد البدني من أهم عناصر النجاح في الأداء لهذا يرى (هاشم ياسر حسن) أن عملية تنمية الصفات البدنية العامة والخاصة للاعب كرة القدم تهدف بشكل رئيسي لرفع المستوى المهاري الذي يحدد نوعية الصفات البدنية الضرورية. ففي بطولة العالم لعام 2006 ظهرت بشكل واضح عدة متغيرات في الجانبين البدني والمهاري وخاصة الجانب البدني ويرجع فيها السبب لتطبيق أسس التدريب الحديثة المبنية على نتائج البحوث والدراسات والتجارب الميدانية (حسن، 2012، صفحة 33 34).

فمن المهم على المدرب أثناء إعداد لاعبي كرة القدم التركيز على صفات بدنية أساسية وهي التحمل القوة، السرعة، المرونة والتوافق سواء مستقلة أو مترابطة مع بعضها البعض ، فنتيجة للتغيرات الكبيرة التي حدثت في خطط اللعب أصبح من الواجب إعداد لاعبي كرة القدم لهذا المجهود العنيف فمرحلة الإعداد البدني تأتي في المقدمة من حيث الأهمية في برنامج التدريب ويتوقف عليها مستوى الفريق في الفترات المقبلة من الموسم ويظهر أكثر استعدادا وتفوقا. وهذا الرأي يؤكدُه (حسن السيد أبو عبده) في كتابه الإعداد البدني للاعبين كرة القدم حيث يرى أن الحالة البدنية للاعبين كرة القدم أحد الأسس الهامة التي تحدد كفاءة الأداء المهاري والخططي لأن أي خطة مهما بلغت درجة اختيارها يمكن أن تفشل إذا لم توضع القدرات البدنية في الاعتبار وكذلك لا يمكن تنفيذ الأداء المهاري بطريقة آليّة دون امتلاك اللاعب للسمات والخصائص البدنية. (عبده،

2008، صفحة 31)

لقد اتفق العديد من الباحثين و المختصين على أهمية الحركات الانفجارية بالنسبة لمعظم الأنشطة الرياضية، فهي ذو تأثير متزايد على مستوى الأداء في كرة القدم فتعد السرعة من أهم المتطلبات البدنية التي يحتاج إليها لاعب كرة القدم لأنه يقوم أثناء المباريات بحركات كثيرة و مختلفة معظمها ذات طابع سريع و يتضح ذلك في مختلف الانطلاقات لمفاجئة المنافس و بالتالي الزيادة في فعاليات الخطط الهجومية، كما يلعب الارتقاء دورا محددًا في نشاط كرة القدم ليس فقط عند حراس المرمى بل كذلك عند اللاعبين من خلال الوثب عاليا لضرب الكرة بالرأس أو من خلال مختلف الصراعات و الاحتكاكات الفردية الهوائية.

1-8-8- توجيّه التحضير البدني لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة:

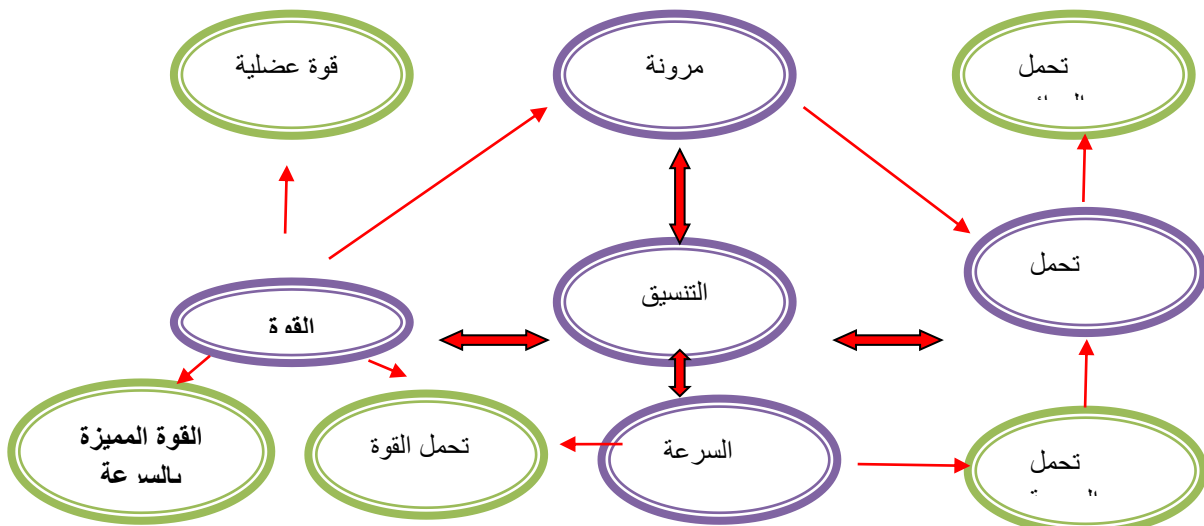
1-8-1- عناصر اللياقة البدنية بكرة القدم : ( Dellal, 2013 صفحة 115)

- التحمل مع دمج التمارين الفترية 30/30 و 30/15 ، 20/10 ، 25/5 على حسب السرعة الهوائية القصوى الخاصة باللاعب بعد إجراء الاختبارات الميدانية الخاصة.  
-التنسيق، حيوية وسرعة قصيرة من خلال تمارين مع أو بدون الكرة الفردية وفقا لمناصب اللعب المختلفة.

-التدريب على تقوية العضلات في الجزء العلوي من الجسم، مع العمل التعليمي (المواقع والحركة والتنفس) موجه لفئة تحت 16 سنة، والعمل من قوة التحمل الخفيفة لفئة تحت 17 سنة ، ثم عمل بحمل تدريبي مرتفع مقارنة بالفئات السابقة لفئة تحت 18 و 19 سنة مع حصص تدريبية تخص القدرة على التحمل، و تطوير السعة، والقوة الانفجارية.

- العمل على تنظيم قواعد تحديد عملية التنفس الإيجابية عند أداء الحركات. المختلفة -التكامل بين جميع الصفات أثناء الأداء الفني التكتيكي.

لكل نشاط أو تخصص رياضي معين خصوصيات ومميزات تميزه عن باقي الأنشطة ، فكرة القدم من الأنشطة التي تتميز بقدرات خاصة للاعبين من مهارة وإعداد خططي وكذلك اكتساب عناصر اللياقة البدنية (الصفات البدنية) أو الحركية والتي تعرف حسب (Manno 1992) " هي الشرط الحركي أو القاعدة الأساسية التي يبني عليها اللاعب مهاراته الفنية الخاصة " ، فالصفات البدنية تعتبر المنطلق أو الشرط الأساسي للانجاز المهاري والخططي ولقد حاول عديد المختصين تقديم تصنيف أو تقسيم شامل للصفات البدنية فحسب (فايناك 1992) يوجد نوعين للصفات البدنية فالنوع الأول متعلق بالشرط البدني وهي المداومة ، القوة والسرعة أما النوع الثاني فمتعلق بالمراقبة العصبية للحركات وهي التوافق والمرونة وحسب (برادي 1996 Pradet) فهو اقترح مقاربة أخرى وهي وجود ثلاث صفات أو قدرات بدنية وهي المداومة (القدرة على العمل لفترة طويلة بغض النظر إلى النظام الطاقوي المستخدم) والثانية القدرة (وهي العمل بشدة كبيرة لأن القدرة هي إنتاج القوة والسرعة) والثالثة (Adresse) "وهي القدرة على تنفيذ المهارات بفعالية فهي نتاج التوافق الحركي والتعلم. ( وهنا فمهما اختلف التصنيف فالصفات البدنية القاعدية تبقى دائما هي: المداومة، القوة، السرعة، المرونة والتوافق وهاته هي الصفات البدنية الأساسية وهناك المركبة وتكون انطلقا من تداخل صفتين مثل مداومة القوة ومداومة السرعة والشكل رقم ( ) يبين العلاقة بين الصفات البدنية الأساسية والمركبة (المشتركة) (Doutreloux، 2013، صفحة 76).



الشكل رقم 11: يبين العلاقة بين الصفات البدنية الأساسية والمركبة.

ويتفق كل من (محمد لطيف ، فرج حسين ، حنفي مختار ، بطس رزق الله وعبدہ أبو العلاء ) على أن المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم تتضمن:

أ - القوة المميزة بالسرعة.

ب - التحمل ENDURANCE

ج - القوة العضلية STRENGTH

د - الرشاقة AGILITY

هـ - المرونة FLEXIBILITY

و - السرعة SPEED . ( غازي صالح محمود،، صفحة 37)

### 1-8-2- التحمل (المداومة) :

تعتبر المداومة من أبرز الصفات البدنية في مختلف الأنشطة الرياضية وخاصة كرة القدم إذ تعتبر هي القاعدة الأساسية للانطلاق لتدريب باقي مكونات اللياقة البدنية ، وللمداومة عدة تعاريف مختلفة فقد عرفها (ريسان خريبط مجيد) " التحمل هو كفاءة الفرد في التغلب على التعب " أو هو " الكفاءة في الاستمرار لأداء نشاط رياضي محدد لوقت طويل بإيجابية دون هبوط في مستوى الأداء ( ريسان خريبط مجيد، 2014، صفحة 158) " ،وحسب (Alexandre Dellal) فالمداومة هي صفة أساسية للأداء في كرة القدم وهو يعتبر أن مفهوم المداومة جد دقيق وهو أن المداومة تتألف من أي عمل مطول مع مرور الوقت (Alexandre, DELLAL، 2008، صفحة 28) .  
فالمداومة من خلال ما سبق هي من الصفات الأساسية وتعني استمرار اللاعب في الأداء الإيجابي دون هبوط في المستوى لوقت طويل وتأخير التعب.

**أشكال المداومة:** للمداومة عدة أشكال وهي:

أ- حسب طبيعة العضلة المستخدمة : هناك مداومة عامة ، مداومة محلية.

ب- حسب خاصية النشاط: مداومة عامة، مداومة خاصة.

ج- حسب الجانب الطاقوي : مداومة هوائية ، مداومة لهوائية.

د- حسب وقت الأداء و الجهد : قصيرة المدى ، متوسطة المدى ، طويلة المدى.

هـ- حسب الأشكال الحركية: مداومة القوة، مداومة السرعة، مداومة القوة المميزة بالسرعة.

### 1-8-3- أهمية المداومة:

أثبتت العديد من الدراسات أن الرياضي بحاجة لمداومة قاعدية كبيرة ومتطورة لمواصلة التدريب بالشدة العالية وتعتبر المداومة عناصر مهما في اكتساب عناصر اللياقة البدنية الأخرى فهي تعتبر شرطاً لتحسين قدرات أداء الرياضي والرفع من مستوى الصفات البدنية الأخرى. و المداومة تحمي اللاعب وتقلل من خطر الإصابات وتزيد من التوازن النفسي وتخفف من مستوى القلق وتزيد من التركيز وسرعة الاستجابة فالجسم المدرب على المداومة يقضي بسرعة على السموم الناتجة عن التعب ( D.jurgen weinek ، 1997 ، صفحة 107).

### 1-9-1- السرعة في كرة القدم:

#### 1-9-1- مفهوم السرعة:

تعتبر السرعة إحدى مكونات الإعداد البدني وإحدى الركائز الهامة للوصول إلى المستويات الرياضية العالية، حيث تعرف السرعة من الناحية الفيزيائية :  
بمعدل التغير في المسافة بالنسبة للزمن أو بمعنى آخر علاقة بين الزيادة في المسافة و الزمن و توضح بالمعادلة التالية  

$$\left\{ \begin{array}{l} \text{السرعة} = \text{المسافة} \times \text{الزمن} \end{array} \right\}$$
 أما في مجال الأنشطة البدنية و الرياضية فتعرف السرعة بأنها صفة عضلية تسمح بأداء حركات معينة في أقصر وقت ممكن.

السرعة هي القدرة التي تسمح لتنفيذ إجراءات المحرك في غضون فترة زمنية الحد الأدنى المحدد ، نظراً لظروف خارجية ، وذلك بفضل عملية التنقل من نظام العصبية والعضلية وقدرة العضلات على تطوير القوة (فلاندر، 1985). يعرف غروسر (1995) السرعة بقدرة الرياضي على أداء حمل معين بأقصر وقت ممكن. و يعرف باردي (2000) السرعة بأنها: القدرة على تحريك أطراف الجسم أو جزء من روافع الجسم أو الجسم ككل في أقل زمن ممكن. في حين يعرف كل من فيري، فيليب، لوروسانو (1998) أن السرعة صفة عضلية تسمح بأداء مجموعة من الحركات في أقصر وقت ممكن ( FERRE.J ، 1998 ، صفحة 244). يمكن أن تكون السرعة: (CAYLA.J و LACRAMP.P ، 2007)

أ- دورية: تكون هناك نوع واحد من الحركات المتكررة أي سرعة تكرار الحركة مثل: الجري، السباحة، التجديف....الخ.

ب- غير الدورية: أي يكون هناك تغير في الحركة تكون مرتبطة بنوع النشاط أي تكون حركات مركبة مثل الجري ثم التصويب في كرة القدم....الخ.

### 1-9-2-أنواع السرعة:

وتنقسم السرعة إلى:

#### 1-9-2-1-سرعة الاستجابة أو رد الفعل:

ويقصد بها القدرة على الاستجابة الحركية لمثير معين في أقصر زمن ممكن، ويمكن أن تكون معقدة، يتحدد هذا النوع بدرجة الاستثارة، فتحدد هذا النوع من السرعة باستثارة الأجهزة الحسية المستقبلية له ثم تنقل الأعصاب هذا المثير إلى الجهاز العصبي ومنه إلى العضلات لتؤدي في الأخير الاستجابة الحركية وينبغي التمييز بين نوعين من سرعة الاستجابة أو رد الفعل (CAYLA.J، 2007، صفحة 255)

فسرعة الاستجابة البسيطة هو الزمن المحصور بين لحظة ظهور مثير واحد معروف ولحظة الاستجابة لهذا المثير أو هي القدرة على الاستجابة بسرعة لمثير يكون معلوم مسبقا كالانطلاق في 100م.

أما سرعة الاستجابة المعقدة أو رد الفعل المركب هي القدرة على الاستجابة بسرعة لمثير يكون غير معلوم تلعب سرعة رد الفعل المركب دورا مهما في الأنشطة الرياضية التي تتميز بسرعة تغيير مواقف اللعب مثل الألعاب بأنواعها المختلفة والمنازلات الفردية، وتختلف سرعة رد الفعل المركب تبعا للهدف منها، فقد ترتبط في بعض الأنشطة الرياضية بسرعة انجاز القرار واختيار استجابة معينة تتناسب مع الموقف، وفي كثير من الأنشطة الرياضية ترتبط هذه الاستجابة بسرعة رد الفعل تجاه هدف متحرك كالكرة أو الخصم أو أداة متحركة أو غير ذلك.

#### 1-9-2-2-السرعة الانتقالية:

ويقصد بها محاولة الانتقال أو التحرك من مكان لأخر بأقصى سرعة ممكنة (سيد، 1996، صفحة 294).

#### 1-9-2-3-السرعة الحركية:(سرعة الأداء)

يقصد بها سرعة الانقباض العضلي عند أداء الحركات الوحيدة، كسرعة أداء الضربة بالقدم، يرتبط نوعا السرعة الحركية والانتقالية فسيولوجيا بالجهاز العصبي المركزي الذي عليه أن يقوم بوظيفته من خلال التبادلات السريعة المتكررة لعمليات الاستثارة <sup>Stimulation</sup> وعمليات الكف <sup>Inhabitation</sup> للخلايا العصبية، وكذلك الاختيار الدقيق والتنظيم المستمر لعمل الوحدات الحركية ومن خلال ذلك فقط يمكن تحقيق سرعة عالية سواء كان ذلك بالنسبة للسرعة الحركية أو الانتقالية، وعلى الجانب الآخر ترتبط السرعة الحركية والانتقالية بالعمل العضلي الذي هو نتاج تنفيذ توجيهات الجهاز

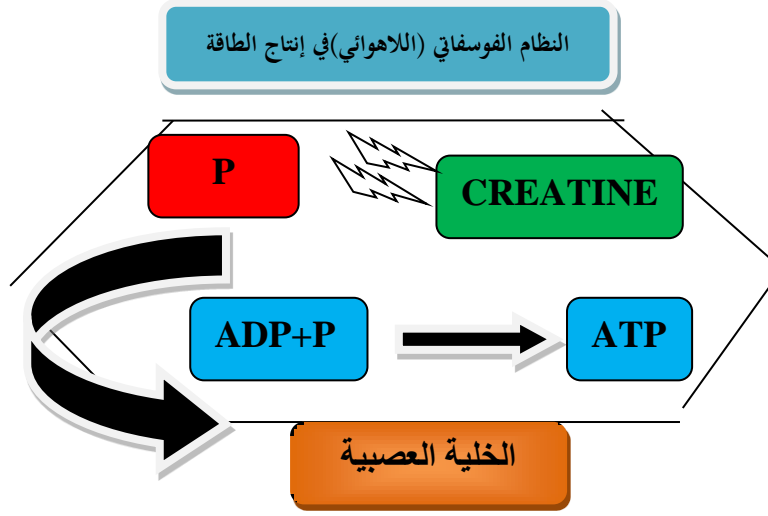
العصبي حيث تقوم العضلة بإنتاج الطاقة المطلوبة لإحداث الانقباضات العضلية السريعة والتي سيأتي الحديث عنها تفصيلياً، والعضلة يجب أن تكون مجهزة للقيام بهذه الانقباضات من حيث قدرتها على الانطلاق السريع أو في عملية تزايد السرعة التي تعتمد بشكل كبير على التوافق بين عمل الوحدات الحركية والانعكاسات العصبية والمكونات المطاطية داخل العضلة ذاتها، وقدرة العضلة على الانقباض بأعلى سرعة لها، كما أن قدرة العضلة على الارتخاء والمطاطية تعتبر عاملاً مهماً لتحقيق السرعة العالية والأداء المهارة الجيد. ويرى **دوتاشو** أن جميع أنواع السرعة قد لا تكون مرتبطة أي مستقلة فيما بعضها البعض فمثلاً يمكن أن يتميز رياضي باستجابة سريعة في حين سرعته الحركية بطيئة و العكس صحيح (**WILMORE.H**، **D.**، و **L.**، **2009**، صفحة 87).

### 1-9-3-العوامل المؤثرة على السرعة:

السرعة مصطلح مستعمل بكثرة في ميدان التدريب الرياضي، فالسرعة من وجهة نظر الفسيولوجية ترتبط بعدة عوامل:

### 1-9-3-1-النظام الطاقوي اللاهوائي اللاكتيكي (الفوسفاتي):

ترتبط السرعة بالنظام اللاهوائي اللاكتيكي الخاصة بالجهود القصيرة و ذات الشدة القصوى، فيسمح هذا النظام بإنتاج الطاقة الميكانيكية للتقلص و  $ATP$  للجهود ذات الشدة القصوى المقدره حوالي 7 ثا (50م) عن طريق تفكيك موجودة بكميات قليلة في  $ATP$  لكن كمية (الكرياتين فوسفات)،  $CP$  العضلة (5مليمول/كغ) والتي لا تسمح إلا بتغطية إلا حوالي الأربعة الثواني الأولى للجهد حتى مخزون الكرياتين فوسفات المقدر ب(20مليمول/كغ) ينفذ بسرعة في بداية الجهد حوالي 88% في 5 ثواني ، بعد نفاذها تدخل أنظمة أخرى لمواصلة إنتاج الطاقة. ( $ATP$ ) - ( $CP$ ) أظهرت مختلف الدراسات أنه يستلزم حوالي 60 إلى 90 ثا لإعادة إنتاج فالسرعة لمدة 4 ثا يجب أن تقدر فترة راحتها ب 80 ثا أي (20 × زمن الجهد). في حين أظهرت دراسات أخرى أن 80% من الطاقة سوف يعاد إنتاجها بعد دقيقة من الراحة الإيجابية لذا ينصح من الناحية العلمية أثناء تدريب السرعة بالعمل بمبدأ (20×زمن الجهد) لتمكين من إعادة قبل انغلاق الشعيرات الدموية (**G.**، **2006**، صفحة 238).  $ATP$  إنتاج فالتحكم في وقت الراحة جد مهم في كرة القدم خاصة يوم قبل المباراة لتجنب التدريب الزائد والذي يمكن أن يؤثر بصورة سلبية يوم المباراة (**THILL.E**، **1997**، صفحة 230).



الشكل رقم 12 : يوضح عملية إنتاج الطاقة في النظام اللاهوائي اللاكتيكي (الفوسفاتي)

### 1-9-3-2- الخصائص التكوينية لنوعية الألياف:

تتكون العضلة من نوعين من الألياف: البطيئة و السريعة بحيث تختلفان من حيث الخصائص و المهام، ولقد أثبتت العديد من الدراسات أنه توجد علاقة إرتباطية كبيرة بين السرعة و نسبة الألياف السريعة ، فترتبط بالألياف السريعة ذات النوع الثاني ب- التي تتميز بحجم كبير و خصائص إنقباضية كبيرة و قصيرة و نشاط أنزيمي عالي لكنها غير مقاومة للتعب، فنسبة هذه الألياف تختلف وراثيا من شخص لأخر. (بوسكو1985)، بوسكو و كومي(1979)، غولنيك (1983) (D. ،WILMORE.H، و L. ،2009، صفحة 87)

### 1-9-3-3-العوامل العصبية:

من أهم العوامل التي يتأسس عليها قدرة الفرد على سرعة أداء الحركات المختلفة بأقصى سرعة، عملية التحكم والتوجيه التي يقوم بها الجهاز العصبي المركزي نظرا لأن مرونة العمليات العصبية التي تكمن تعتبر أساسا لقدرة الفرد على سرعة أداء حالات (الكف) إلى حالة استتارة سواء للحركات البسيطة أو الحركات المعقدة.

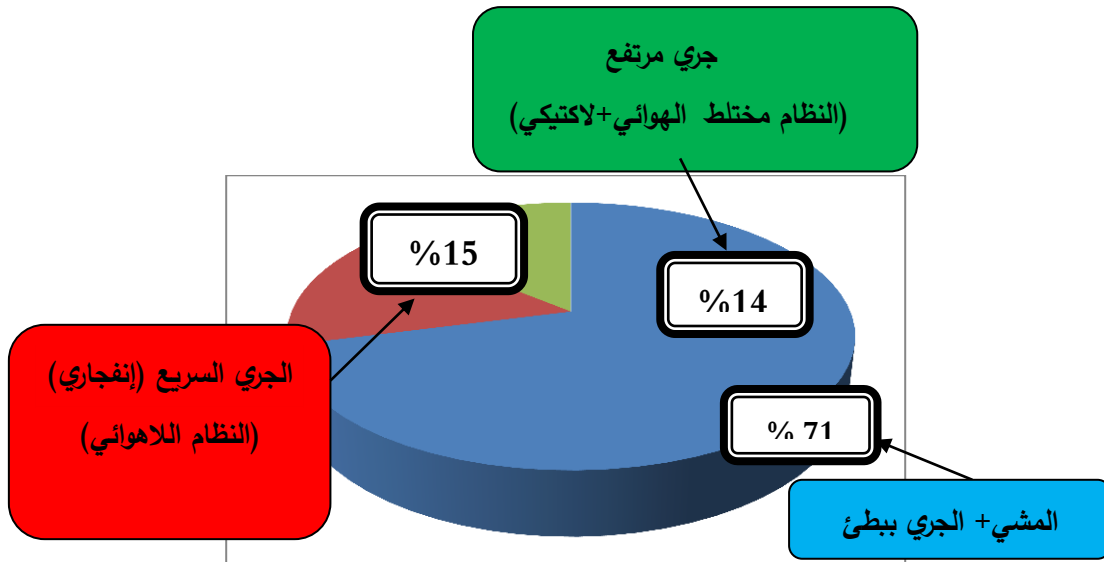
و يمكن أن تتلخص العوامل العصبية في رد الفعل العصبي المتمثل في مدى التأثير الإيجابي لتجنيد الوحدات الحركية على الجهاز العصبي العضلي والتي تسمح بسرعة التقلص و بالتالي التأثير إيجابيا على سرعة رد الفعل (EBOUMOUA، 2004، صفحة 135).

1-9-4- أهمية السرعة في كرة القدم :

تعتبر السرعة من أهم الصفات الأساسية في كرة القدم ،و يظهر ذلك واضح في الأداء الحركي للاعب في تنفيذه لواجبات الحركية المطلوبة بالسرعة المناسبة، فلاعب كرة القدم حالياً يجب أن يمتاز بسرعة حركية كبيرة لأدائه مهاراته بدقة إضافة إلى سرعة الانتقال و سرعة التنفيذ مصاحبة بتحكم مهاري في المستوى والقدرة على كبيرة من ناحية الاسترجاع لتمكينه من إعادة القيام بحركات قصيرة و قصوى في العديد من المرات و طوال وقت المباراة. (لومبارتان2000)و كوميني (2002) و كازورلا (2006) (فاضل، 1994 ، صفحة 24).

وتتجلى أهمية السرعة كذلك باعتبارها من الجهود المتكررة التي يقوم بها لاعب كرة القدم فقد أظهرت معظم الدراسات الارتفاع الملحوظ في الجهود الانفجارية بصفة عامة و الانطلاقات المتكررة المنفذة من طرف اللاعب خلال المباراة فوفقاً لديفور (1990) فإن عدد المسافات القصيرة المقطوعة ذات الشدة القصوى (10الى 15 م خلال 2الى3 ثا) ارتفعت في غضون 42 سنة أي من سنة 1947 إلى غاية 1989 من 70 إلى 195 و التي تمثل حوالي 14% من الجهود ذات شدة قصوى و هي التي تحدد في الغالب مسار المباراة (COMETTI.G ، 1993 ، صفحة 14).

وفي دراسة لكازورلا (2006) عمل على تحديد بعض المتطلبات الفسيولوجية و البدنية عند لاعبي كرة القدم ، يوضح لنا من خلالها نوعية وعدد الجهود المبذولة من طرف اللاعبين حسب المراكز، فأظهرت النتائج ما يلي:



الشكل رقم 13: نوعية الجهود المبذولة من طرف لاعبي كرة القدم المحترفين (كازورلا، 2006)

يمثل الشكل رقم 13 نوعية الجهد المبذول و النظام الطاقوي المستخدم من طرف اللاعب خلال المباراة، فنرى من خلال الشكل أن 71 % من الجهد يكون على شكل مشي وجري بطيء وبالتالي استخدام النظام الهوائي و 14 % جري مرتفع يستخدم خلاله كل من النظام الهوائي و اللاكتيكي و أخيرا 15% يكون على شكل جري سريع و انفجاري مستعينا بذلك بالنظام اللاهوائي (CAZORLA.G، 2006، صفحة 52).

فبالنسبة لعدد الانطلاقات المتكررة فقد أظهرت أن اللاعب عموما يؤدي :

. ما بين 72 إلى 109 بمعدل 88 انطلاقة.

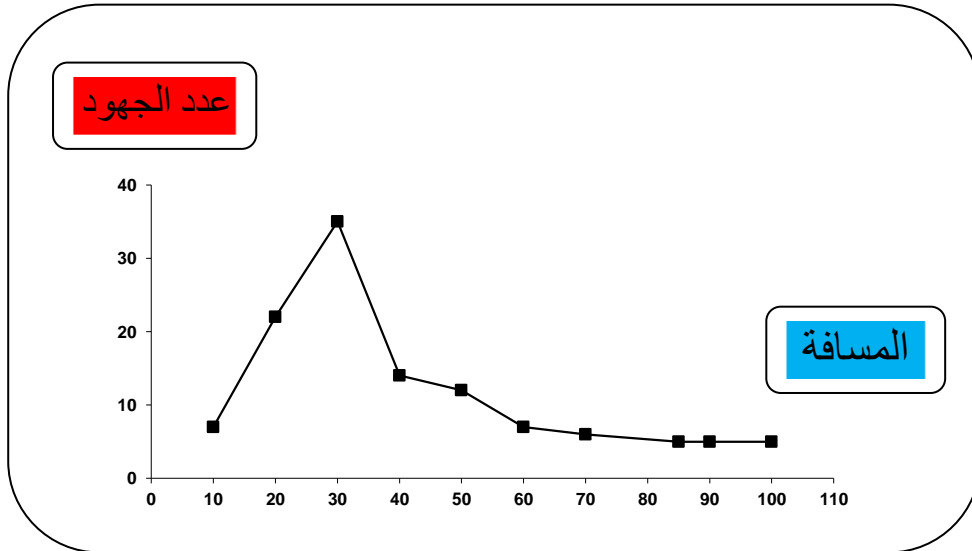
. يغير الاتجاه ما بين 40 إلى 70 مرة بمعدل 54.

أما من ناحية الجهد ذو شدة قصوى و لفترة زمنية جد قصيرة حسب مناصب اللعب ، فيقوم:

- المدافعان الظهران كل 50 ثانية.
- مدافعا وسط الدفاع كل 49 ثانية.
- لاعبو وسط الميدان كل 44 ثانية.
- المهاجمون كل 39 ثانية.

وذلك بمعدل حركة أو جهد انفجاري كل 43 ثانية.

أما من ناحية المسافات المبذولة ،فقد أظهرت نتائج دراسة كل من ( ديفور1990، و مومبارتس1991 ) أن مسافة ما بين 10م إلى30م هي غالبا ما تتكرر .



الشكل رقم 14: المسافات المقطوعة في كرة القدم (مومبارتس،1991)

يمثل الشكل رقم 14 أكثر المسافات القصيرة تكرارا التي يؤديها اللاعب أثناء المباراة ، فمن خلال هذا الشكل نلاحظ بأن الجري السريع ل30 م هي المسافة الأكثر تكرارا من طرف اللاعب ثم تليها مختلف المسافات الأخرى و التي تنحصر ما بين 5 و 40 م.

أما توربان ( 2002 ) فقد أكد على أن المسافات في كرة القدم تكون بالنسب التالية:  
(TURPIN.B، 2002، صفحة 10)

من 0 إلى 5 م ← 40 %

من 5 إلى 10 م ← 30 %

من 10 إلى 20 م ← 20 %

أكثر من 20 م ← 10 %

#### 1-9-5- خصائص السرعة في كرة القدم:

يختلف الجري في كرة القدم عن ألعاب القوى، فمميزات كرة القدم تتطلب نوع خاص في السرعة فيتميز لاعب كرة القدم بخطوات قصيرة نوعا ما بدون رفع الركبتين إلى مستوى أعلى لتمكين مركز الثقل في البقاء في الأسفل وبالتالي بالاستغلال السريع للكرة و السماح له بالارتكاز و الدوران و تغيير الاتجاه كما أن لاعب كرة القدم يقوم بانطلاقات متنوعة ،تسارع،تغيير الاتجاهات وذلك لمسافات مختلفة تتراوح في الغالب ما بين 5 إلى 30متر و تتميز أيضا بحركات مركبة كالإنتلاق ثم التصويب أو الإنتلاق ثم الإرتقاء لضرب الكرة بالرأس (MOMBAERTS، 1996، صفحة 64) (حماد، 1997، صفحة 87)

#### 1-9-5-1- العضلات الأساسية عند لاعبي كرة القدم أثناء السرعة:

تتطلب السرعة مجموعة كبيرة من عضلات الجسم فالخطوة تحدث حول ثلاث مفاصل أساسية هي: الورك، الركبة، العرقوب وأثناء الجري بسرعة فنلاحظ أن العضلات الأساسية عند لاعب كرة القدم تتمثل في:

- العضلة الردفية و خاصة العضلة الردفية الكبرى لما لهما من دور كبير في تغيير الاتجاهات.
- العضلة الحرقفية الكشحية الخاصة بثني الورك الذي له دور جد مهم في البسط خلال دورة الخطوة نحو الورااء الأمام.
- العضلات الفخذية الخلفية و العضلة رباعية الرؤوس التي تعتبر كعضلات قابضة و باسطة لمفصل الركبة يشاركان خاصة في دورة الخطوة نحو الورااء.
- العضلة التوأمية و ما لها دور إيجابي في الحركات الديناميكية.

1-9-6- تمارين القوة :

أ- مختلف تمارين القوة المميزة بالسرعة:

بشدة تساوي 100% ، لـ 3 إلى 7 ثواني وراحة ما بين 1د و 30 ثانية إلى 3 د ، يجب أن تكون الراحة إيجابية حتى تسمح بالمحافظة على الاستثارة العصبية العضلية لبدأ النشاط القادم (CABALLERO، 2008، صفحة 204).

ب- تمارين حمل الأثقال:

العمل بشدة قصوى مع أحمال ما بين 30 إلى 50 % لزمن يقدر ما بين 2 إلى 15 ثانية ، زمن الراحة من 1 د و 30 ثانية إلى 5 د تكون إيجابية .

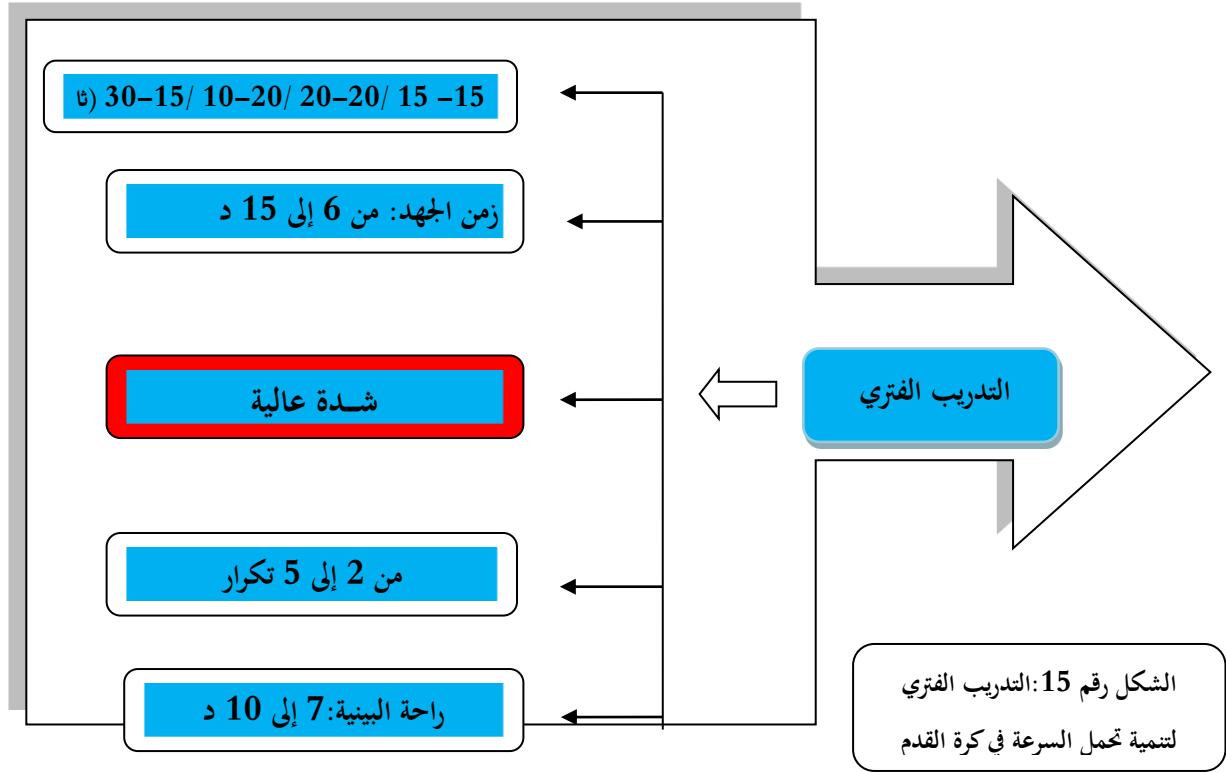
ج- التمارين الخاصة:

يرتكز هذا النوع من التدريب على أساس استغلال القوة المكتسبة و تحويلها إلى سرعة بأقصى شدة ممكنة عن طريق تجنيد أكبر عدد ممكن من الألياف السريعة (TURPIN.B، 2002، صفحة 160).

مثل: رفع الأثقال في وضعية قرفصاء ثم الانطلاق بأقصى سرعة لـ 10 أمتار .

1-9-7- تحمل السرعة:

تتميز كرة القدم الحديث بانطلاقات لمسافات قصيرة ، فتلعب صفة تحمل السرعة عاملا هاما في المحافظة على فعالية مختلف الانطلاقات طوال المباراة ، و يمكن تطوير هذا الجانب عن طريق التدريب الفترتي المرتفع الشدة ( 15 - 15 / 20-20/ 10-20/ 30-15 ) ( COMETTI ،.G et D ، 2005، صفحة 144)



### 10-1- القوة العضلية للمهاجمين في كرة القدم :

#### 1-10-1- مفهوم القوة العضلية:

القوة العضلية هي إحدى مكونات اللياقة البدنية الأساسية وهي حسب (أبو العلاء أحمد عبد الفتاح) « تعني أقصى جهد يمكن إنتاجه لأداء انقباض عضلي إرادي واحد ، كما تعني أقصى مقدار القوة يمكن للعضلة إنتاجه في أقصى انقباض عضلي واحد وكذلك لأداء عمل عضلي بأقصى قوة وسرعة خلال فترة زمنية قصيرة ( أبو العلاء أحمد عبد الفتاح، 2012، صفحة 121)، " ويعتبرها (Cometti) من العوامل المؤثرة لممارسة الألعاب الرياضية والوصول لأعلى المستويات ولقد عرف (Matview) القوة على أنها " القدرة العضلية في التغلب على لمقاومات الخارجية المختلفة" (قاسمي عبد المالك، 2008، صفحة 18).

1-10-2- أشكال القوة: حسب (Raphael LECA et Le german) هناك ثلاث أشكال رئيسية للقوة وهي:

1-10-2-1- القوة المميزة بالسرعة: وهي قدرة النظام العصبي العضلي على التغلب على المقاومات بإنتاج تقلص عضلي بأقصى سرعة ممكنة.

1-10-2-2- القوة القصوى : وهي أقصى قوة أثناء التقلص العضلي الإرادي.

1-10-2-3- مداومة القوة : هي القدرة على المحافظة على نسبة القوة القصوى خلال أطول فترة زمنية (التقلص الايزومتري) أو إعادتها عدة تكرارات ممكنة (التقلص الايزومتري) (Raphael Leca، صفحة 17). وهناك من يضيف القوة الانفجارية كنوع وشكل رئيسي من أشكال القوة في كرة القدم كما يقول (علي فهمي البيك) بأنها " القدرة على التغلب على مقاومة في أسرع زمن ممكن " فالقوة الانفجارية تستخدم من طرف لاعبي كرة القدم خاصة الأطراف السفلية من خلال القفز ومختلف الارتقاء خلال المباراة. (بوحاج مزيان، 2012، صفحة 46) وقد لخص (ALEXANDRE DELLAL) مظاهر القوة في كرة القدم في الشكل التالي:



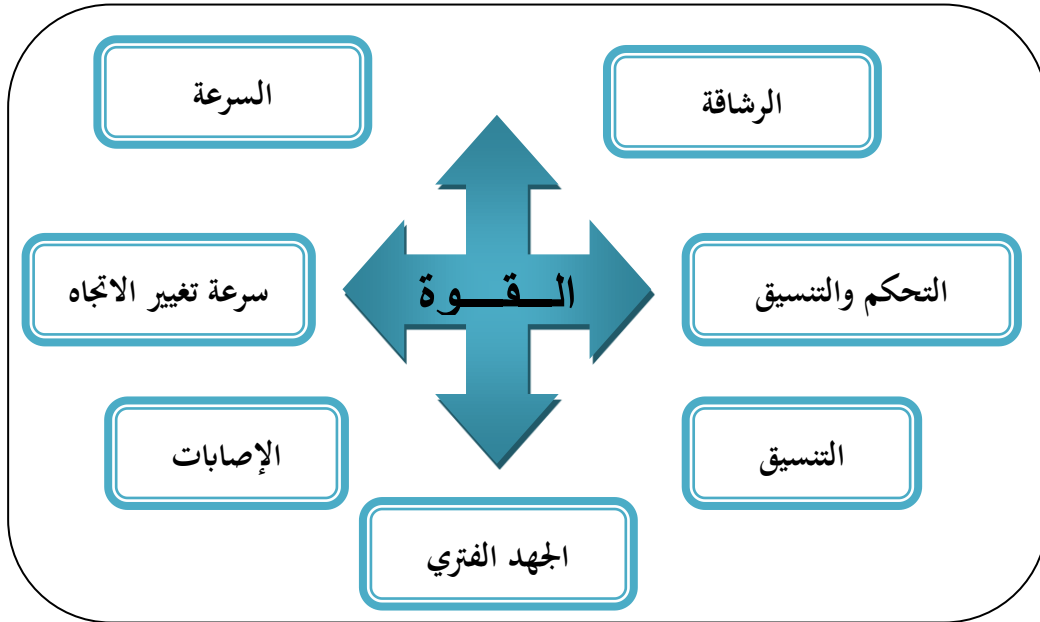
شكل رقم 16 : يمثل أشكال القوة (Alexandre Dellal ، صفحة 40).

### 1-10-3- أهمية القوة:

تعتبر القوة العضلية أحد أهم مكونات اللياقة البدنية حيث يتوقف عليها أداء مختلف الأنشطة ، فالقوة تضمن للفرد تحقيق المستوى الجيد وبلوغ الم ارتب الأولى ، والقوة لها أهمية كبيرة في كونها تساهم في تنمية بعض الصفات البدنية ومكونات الأداء الحركي . ( محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان، 1994، صفحة 20) هذا من جهة وبصفة عامة أما فيما يخص كرة القدم بصفة خاصة فلعنصر القوة أهمية كبيرة بمختلف أنواعها وقد بين (مفتي إبراهيم) هذه الأهمية وحاجة اللاعبين في عدة نقاط هي :

-تسمح القوة العضلية للاعبين من مقاومة الجاذبية الأرضية الساحبة لأجسامهم تجاه الأرض خلال الأداء المهاري والحركي والخططي وخلال أداء الوثبات خلال 90دقيقة.

- لتنفيذ التمريبات بدقة والتحكم في اتجاه الكرة وخاصة التصويب على المرمى.  
 - أثناء محاولة استخلاص الكرة من المنافس أو تشتيتها والالتحام حوله وهو من المواقف المتكررة خلال المباراة مما يحتم على اللاعب التمتع بالقوة اللازمة.  
 - الوثبات المتعددة سواء للتهديف أو التميرير يتطلب القوة بأنواعها.  
 - ارتطام اللاعب مع المنافس (كتف لكتف).  
 ولقد أظهرت مختلف الدراسات أيضا دور القوة في تنمية الصفات الأخرى كما سبق وذكرنا فهي تقلل فرص الإصابة لدى اللاعب وتحسن سرعته ورشاقته (مفتي ابراهيم، 2014، صفحة 19،20)، وبين (ALEXANDRE DELLAL) أهمية القوة ولماذا القوة في كرة القدم مبرزا أهم الجوانب التي تتأثر بوجود القوة العضلية.



الشكل رقم 17 : يبين أهمية القوة ( لماذا القوة في كرة القدم).

#### 1-10-4- القوة المميزة بالسرعة :

تعتبر صفة القوة المميزة بالسرعة كأهم صفة للاعب في كرة القدم لكونها تجمع بين صفي السرعة والقوة وينظر إليها على أنها ارتباط القوة بالسرعة تساوي القوة المميزة بالسرعة وقد عرفها هارا (harra) بكونها " قدرة الفرد في التغلب على مقاومات باستخدام سرعة حركة مرتفعة، وهي عنصر مركب من قوة عضلية و السرعة".  
 ويعرفها أيضا على أنها " مقدرة العضلة أو مجموعات عضلية للبلوغ بالحركة إلى أعلى تردد في أقل زمن ممكن".

ويضيف هارا تعريف آخر بأنها "إمكانية الجهاز العصبي العضلي في إنتاج أقصى قوة في أقل وقت ممكن".

وحسب محمد حسن علاوي نقلا عن هارا (هي قدرة الجهاز العضلي العصبي في التغلب على مقاومات تتطلب درجات عالية من سرعة الانقباضات العضلية). وعلى ذلك ينظر إلى القوة المميزة بالسرعة باعتبارها مركب من صفة القوة العضلية وصفة السرعة.

ويرى بارو أن الربط بين القوة العضلية والسرعة الحركية في العضلات تعد من متطلبات الأداء الحركي في المستويات العليا، حيث يعرف القوة المميزة بالسرعة على أنها قدرة الرياضي على إخراج أقصى قوة في العضلة أو العضلات في أقل زمن ممكن". (علاوي، 1990 ، صفحة 93)

### 1-10-5- تحمل القوة:

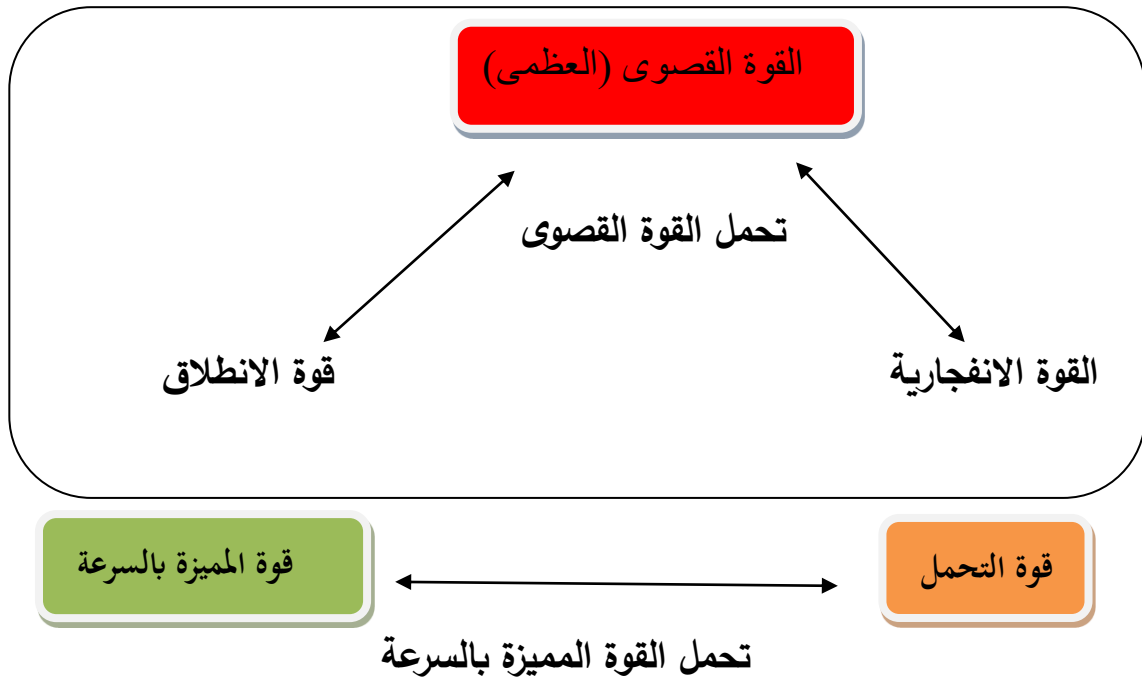
تعرف في كثير من المراجع "بالتحمل العضلي" أو الجلد العضلي "بمعنى قدرة الفرد على بذل جهد بدني مستمر أثناء وجود مقاومات على المجموعات العضلية المعينة لأطول فترة معينة" ، بحيث يقع العبء الأكبر للعمل على الجهاز العضلي ويذكر بسطويسي عن هارا "هي القدرة على مقاومة التعب أثناء أداء مجهود بدني يتميز بحمل عال على المجموعات العضلية المستخدمة في بعض أجزائه أو مكوناته « (صالح، 1984، صفحة 251)

ويعرف أبو العلا عبد الفتاح بكونها " قدرة الفرد على مواجهة مقاومات متوسطة الشدة لترات طويلة نسبيا بحيث يقع العبء الأكبر في العمل على الجهاز العضلي " (الفتاح أ.، 2008، صفحة 101) ويعرفها ماتيويز بكونها " مقدره العضلة على أن تعمل ضد مقاومات متوسطة لفترة طويلة من الوقت " ويعرفها بارو بكونها " مقدره التغلب على العمل العضلي المفروض أداؤه أثناء فترة زمنية مستمرة" ويعرفها كلارك بكونها " المقدره على الاستمرار في القيام بانقباضات عضلية لدرجة اقل من القصوى" (معاني، 1998 ، صفحة 24). كما عرفها محمد حسن لعوي (بأنها قدرة الأجهزة على مقاومة التعب أثناء المجهود المتواصل الذي يتميز بطول فتراته و ارتباطه بمستويات من القوة العضلية )

كما نستخلص أهمية الحيوية لأنواع القوة العضلية في رياضات الجماعية بصفة عامة ورياضة كرة القدم بصفة خاصة ، وأن اللاعب يستطيع تنفيذ معظم الواجبات الهجومية والدفاعية والهجوم المضاد كما يحتاج إلى بذل درجة عالية من أنواع القوة للتغلب على مقاومات العنيفة والمستمرة لفترة طويلة من الوقت وهذا ما يميزه عن منافسه في هذا العنصر الحيوي من خلال امتلاكه لأنواع القوة العضلية.

11-1- العلاقة الارتباطية بين الأنواع القوة :

حسب فاينيك (weneick) توجد علاقة بين كل نوعين من القوة ليميز عنهما شكل من أشكال القوة ,فبين القوة القصوى وقوة التحمل ينتج عنهما شكل وهو تحمل القوة القصوى ,إما بين القوة القصوى و القوة المميزة بالسرعة نميز القوة الانفجارية (وهي الأقرب إلى القوة القصوى بالتغلب على الحمل) ,و قوة الانطلاق (وهي الأقرب إلى القوة المميزة بالسرعة مع عدم وجود تغلب على الحمل) ,وبين قوة التحمل و القوة المميزة بالسرعة نميز تحمل القوة المميزة بالسرعة ,كما يوضح الشكل.



الشكل رقم 18 : يوضح العلاقة الارتباطية بين أنواع القوة.

12-1- القوة الانفجارية:

تعتبر القوة الانفجارية من الركائز الأساسية لبناء الرياضي بدنيا وللوصول إلى أفضل مستوى , القوة الانفجارية من أهم الصفات البدنية التي يحتاجها لاعب كرة القدم , وطبيعة اللعبة والتكتيك الدفاعي والهجومي ومعظم مهارات فعالية كرة القدم تنفذ من خلال استخدام القوة الانفجارية , وان فترة تدريب القوة الانفجارية هي فترة الإعداد الخاص من الخطة السنوية مع مراعاتها تطويرها خلال سنة . ويتم تعريفها من طرف سعد محسن إسماعيل (القدرة على تقجير أقصى قوة في اقل زمن ممكن لأداء حركي مفرد). (إسماعيل، 1996 ، صفحة 24) و أنها (قدرة الجهاز العصبي العضلي في محاولة التغلب على مقاومة ما تتطلب درجة عالية من سرعة الانقباضات العضلية). (سعيد، 1989 ، صفحة 45)

وعرفها قاسم حسن حسين بأنها (القابلية التي تصل إليها القوة القصوى بأقصر زمن ممكن). وعرفها أيضا زكي محمد حسن بأنها ( قدرة الفرد على بذل القوة في أقل زمن ممكن ). ( نصيف، 1979 ، صفحة 339) كما إن البعض الآخر من عرفها على إنها ( المقدره في إعطاء القوة بالسرعة القصوى ).

كما يفهم " هارة " من مصطلح القوة الانفجارية بأنها قدرة الجهاز العصبي العضلي في التغلب على مقاومة تتطلب درجة عالية من الانقباض يعد مهما في تطوير القوة العضلية، ويتم بواسطة القوة الانفجارية ( أي الانقباض العضلي )بالشد السريع. (الكاتب، 1988 ، صفحة 40) ووفقا لـ " واينك : "فيعرفها على أنها القدرة على تحقيق أكثر زيادة في القوة في أقصر وقت ممكن، إن ذلك يعتمد على تقلص الوحدات الحركية والتي تتألف من ألياف عضلية سريعة وعددها ومشاركتها في تقلص العضلة. (J.Weineche، 1997، صفحة 228)

-يذكر (محمد رضا) بأن "المثير التدريبي الرئيسي المستخدم في تنمية القوة الانفجارية هو أداء حركة التمرين بسرعة عالية جدا مرتبطا بكمية القوة اللازمة في نفس التمرين ، وان فعاليات القفز وكل لعبة أو فعالية تحتاج إلى القفز تكون ضمن الألعاب والفعاليات التي تستند من تنمية القوة الانفجارية ، إن هذه الألعاب تنفذ القوة الانفجارية بشكل غير دائري هو العامل الشائع في الأداء أو الانجاز " (رضا، 2007، صفحة 234)

و من جهة أخرى "أن أكثر تمارين القوة مثل سحب الحديد إلى الصدر ودفعه إلى الأعلى وغيرها ، هي تمارين مستعملة في لعبة الأثقال ، ولكن لا يمكن أن تلغي هذه التمارين دور استعمال تمارين أخرى مثل المقاصل الحديدية والأحزمة المثقلة وتمارين القفز المختلفة ". (رضا، 2007، صفحة 235)

ويذكر (السيد عبد المقصود) بأن " يتوقف مستوى القوة الانفجارية على مستوى التوافق الحركي إلى درجة كبيرة ،وتكون القدرة الوظيفية للجهاز العصبي المركزي احد العوامل الهامة المحددة لمستوى القوة الانفجارية ، ويرجع ذلك إلى إن أداء الحركات الرياضية في المستويات العليا لا يسمح إلا بفترة زمنية قصيرة جدا للتوسع في استخدام القوة ، حيث يتم أداء القوة الانفجارية في فترة زمنية قصيرة جدا يتعين أثنائها التوصل إلى استخدام أقصى مستوى قوة ممكن "

كما ويؤدي التدريب السليم المنتظم إلى الإقلال من الزمن اللازم لانقباض الألياف العضلية السريعة وكذلك إلى تحسين التوافق بين العضلات العاملة والمقابلة مما يؤدي إلى انخفاض من تأثير فرملة العضلات المقابلة أو التخلص منها نهائيا ، ويتوقف مستواها أيضا على سرعة انقباض الألياف العضلية البيضاء . (المقصود، 1998 ، صفحة 122)

### 1-12-1- القوة الانفجارية و أهميتها للاعب المهاجم في كرة القدم :

تعد القوة الانفجارية من أهم عناصر اللياقة البدنية التي يجب أن تتوفر لدى لاعبي كرة القدم التي تتطلب عمل سريع وقوة عضلية لأن لاعب كرة القدم يحتاج أن يكون قويا في معظم مجاميع العضلية الكبيرة في الجسم باعتبار أن القوة العضلية مركبة مهمة لمعظم فعاليات اللعبة مثل المهاجمة، الانتقال السريع، واللاعب يحتاج إلى الوثب لضرب الكرة بالرأس، كما أنه يحتاج للقوة للتغلب على عدد من العوامل التي تفرضها طبيعة اللعبة مثل وزن الكرة ، طول الفترة الزمنية للأداء، وأن يكون اللاعب قادرا على اللعب في كل المناطق في مساحة اللعب مشاركا في الواجبات الدفاعية والهجومية، إضافة إلى أن سرعة وكثافة التحركات قد ازدادت بسبب تعدد المهام وتنوع أساليب اللعب في كرة القدم الحديثة وتطور مستويات الحالة التدريبية، الأمر الذي يشترط وجود مستوى عال للياقة البدنية، وتعتبر القوة الانفجارية الصفة لرفع قدرة اللاعب على الأداء وتساهم بدرجة كبيرة في تنمية السرعة والرشاقة والمرونة مما يشكل مفهوما عاما في أهمية القوة الانفجارية كركيزة لبعض مهارات في كرة القدم التي هي أحد العوامل الأساسية في الحالة التدريبية للاعب كرة القدم. (حماد م.، 2005 ، صفحة 112)

ويحتاج لاعب كرة القدم إلى القوة الانفجارية من أجل التغلب على مقاومات معينة، تتمثل هذه المقاومات في حالة أداء المهارات التي تتطلب الوثب عاليا بسرعة كأداء مهارة ضرب الكرة بالرأس أو في حالة دفاع حارس المرمى عن مرماه، أو عندما يركل اللاعب الكرة بأقصى قوة ولأبعد مسافة، أو في حالة التصويب على المرمى. كذلك التغلب على مقاومات وزن الجسم عند الاشتراك في أداء مهارة ضرب الكرة بالرأس أو عندما يحاول اللاعب الخداع وتغيير اتجاه جسمه وسرعته للمرور من المنافس والتغلب على المنافس في محاولة اللاعب الاستحواذ على الكرة وهذا دون التأثير بالتعب خلال المباراة وهذا ما يعرف بمصطلح القوة الانفجارية (عمر، 2000). وهذا يحتاج من اللاعب إلى تدريب خاص ذو مستوى عال من خلال اهتمام تدريب الحديث بالناشئين، حيث نجد أن لاعبي كرة القدم في هذه الفئات العمرية يحتاجون إلى بناء القوة العضلية من أجل أداء المهارات الحركية بأعلى كفاءة ممكنة ومقاومة التعب (بطرس رزق الله، 2004، صفحة 83).

### 1-1-12-1- بعض المهارات التي تحتاج القوة الانفجارية :

#### 1-1-1-12-1- الوثب (الارتقاء):

يعتبر اللاعب الذي يتمتع بالقدرة على الوثب عاليا أكثر من منافسه ذو ميزة تكتيكية أفضل في الوصول إلى الكرة قبل المنافس وتتضح هذه القدرة في الوثب عاليا أمام المرمى بغرض إحراز

هدف في مرمى الخصم أو محاولة المدافع منع المهاجم من إحراز هذا الهدف بالوثب عاليا مسافة أعلى منه واستخلاص الكرة بالرأس قبل أن تصل إلى المنافس.

وهذه المهارة تحتاج إلى توفر قوة الارتقاء للاعب كرة القدم مع التوقيت السليم، والهبوط المناسب ويكون ذلك الارتقاء إما برجل واحدة أو بالرجلين معا مع ملاحظة عدم رفع الرجل الحرة أثناء الارتقاء والوثب الأعلى حتى لا يقع اللاعب في خطأ قانوني خاصة إذا كان قريبا من اللاعب المنافس، ويلاحظ أن الوثب عاليا مع الاقتراب والجري أفضل للاعب الكرة من الوثب من الثبات وذلك للاستفادة من سرعة اللاعب الأفقية أثناء الجري وتحويلها إلى القدرة على الارتقاء والوثب عاليا، لذلك يجب على المدرب أن يهتم بتنمية هذه المهارة عن طريق الأساليب الحديثة . (يساعد الارتقاء على اكتساب الرياضي لبعض السمات النفسية كالثقة بالنفس والشجاعة). (الهاشمي، 1985 ، صفحة 66)

#### 1-12-1-1-2-التصويب (التسديد):

ينقسم إلى التصويب الدقيق و التصويب القوي وهو إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التصويب من اللاعب مقدرة على توفير القوة الانفجارية اللازمة و التركيز في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التصويب دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين لاعبين، ويجب قبل التصويب أن يقرر اللاعب كيف يصوب، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس و من أنواع التصويب :

1-12-1-1-3-الضربة الحرة المباشرة: وهي التي يجوز فيها إصابة الفريق المخطئ مباشرة و التي يحتاج فيها اللاعب إلى قوة الانفجارية بدرجة الأولى لإيصال الكرة يا إما للهدف الخصم وتسجيل يا إما لرؤوس زملاء المتواجدين جانب مرمى الخصم للتهديف لذلك يجب على المدرب مراعاة ذلك في كل حصة بإعطاء فرصة للتسديد على المرمى وكذلك يكون الحال في ضربات الجزاء و ضربة المرمى ، وضربة الركنية.

1-12-1-1-4-رمية التماس: هي رمية للكرة إلى داخل الملعب بكلتا اليدين على أن يواجه الرامي الملعب وأن يكون جزءا من كلا قدميه إما على خط التماس أو على الأرض خارجه، وهي تؤخذ حينما تجتاز الكرة بكاملها خط التماس سواء على الأرض أو في الهواء من النقطة التي اجتازت فيه الخط، ومن أي اتجاه بواسطة لاعب لمس الكرة ولا يجوز للرامي أن يلعب الكرة مرة ثانية إلا بعد أن يلمسها لاعب آخر ولا يجوز تسجيل هدف مباشرة منها. و إذا ما استخدمت رمية التماس استخداما جيدا يمكن أن تشكل خطورة كبيرة على المرمى المنافس خاصة في ثلث الملعب

الهجومي للفريق الرامي .وقد اعتاد الكثير من مدربي كرة القدم إهمال التدريب عليها خلال وحدات التدريب لدرجة أن الكثير من هؤلاء البعض لا يخصصون لها أي وقت يذكر في برامج التدريب. (كشك، 2000 ، صفحة 148)

### 1-13-1-علاقة القوة العضلية بعنصر الرشاقة :

تعتبر القوة والسرعة الحركية مكونات للرشاقة إذ أكد (بارو عن محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان أن الترابط بين السرعة الحركية والقوة والتي تعني رشاقة الحركة تعد من المتطلبات الضرورية في تطبيق الحركات والمهارات الأساسية) (رضوان، 1994 ، صفحة 78)

### 1-13-1-الرشاقة :

هناك معاني كثيرة حول مفهوم الرشاقة، وتحديد مفهوم الرشاقة نظرا لارتباطها الوثيق بالصفات البدنية من جهة و التقنيات من جهة أخرى ، تعرف بأنها ( قدرة الفرد على تغيير أوضاعه في الهواء، كما تتضمن أيضا عناصر تغيير الاتجاه وهو عامل هام في معظم الرياضات بالإضافة لعنصر السرعة) (حسين، 1984، صفحة 45).

ويرى البعض ( أن الرشاقة هي القدرة على التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواء بكل أجزاء جسمه أو بجزء معين منه). (علاوي، 1990 ، صفحة 200)

يعرفها هرتز Hirtz بأنها : " القدرة على إتقان الحركات التوافقية المعقدة والسرعة في تعلم الأداء الحركي وتطويره وتحسينه ، وأيضا القدرة على استخدام المهارات وفق متطلبات المواقف المتغيرة بسرعة ، والمقدرة على إعادة تشكيل الأداء تبعا لهذا الموقف بسرعة " (جلال، 2016).

ويعتبر التعريف الذي يقدمه ( هوتز ) من أنسب التعاريف الحالية لمفهوم الرشاقة في عملية التدريب الرياضي إذ يرى أن الرشاقة هي:

أولا : القدرة على إتقان التوافقات الحركية المعقدة.

ثانيا : القدرة على سرعة وإتقان المهارات الحركية الرياضية.

ثالثا : القدرة على سرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة.

(علاوي، 1990 ، صفحة 110)

ومنه يستنتج الطالب الباحث أن الرشاقة هي القدرة على إتقان العمل العصبي الحركي لمختلف المهارات والتحركات بالشكل والوقت المناسب، وهي من أهم الصفات التي تميز اللاعب المهاجم في كرة القدم وتسمح له في التحكم بأداء أفضل أثناء المباراة في مختلف المواقف و وضعيات اللعب المختلفة عند امتلاك الكرة أو محاولة الحصول عليها، وكرة القدم الحديثة تستوجب التكامل

بين جميع صفات الشرطية والتوافقية لاكتساب لياقة بدنية عالية تتناسب ومتطلبات اللعب الهجومي في كرة القدم.

نتقسم الرشاقة إلى :

- 1- الرشاقة العامة :مقدرة اللاعب على مدى التوافق والانجاز الجيد للمهارات الحركية العامة .
  - 2- الرشاقة الخاصة : وهي القدرة على الأداء الحركي المتنوع حسب التكنيك الخاص لنوع النشاط الممارس وهي الأساس في إتقان المهارات الخاصة باللعبة (حماد م.، 1997، صفحة 165).
- إن انصب مرحلة لتنمية الرشاقة العامة هي ما بين سن الطفولة و المراهقة وحتى الشباب حيث يستطيع الفرد استيعاب وتحسين كثير من المهارات الحركية الأساسية كالجري والوثب و التعلق و المرجحة و التزلج ..الخ تلك المهارات الحركية الأساسية والتي تعمل على تحسين عنصر الرشاقة العامة ولذلك كان من الأهمية البدء مبكرا مع الأطفال في تنمية هذا العنصر حيث من الصعب تنمية في سن متقدمة .

أما الرشاقة الخاصة فيمكن تنميتها بعد الرشاقة العامة وفي مرحلة متقدمة حيث انه من خلال أداء التمرينات الخاصة المركبة و التي تأخذ شكلا أو إحدى أشكال المهارة حيث يعمل ذلك على تنمية على تنمية الرشاقة الخاصة وبذلك تمثل "التمرينات الرشاقة الخاصة" دورا ايجابيا في التقدم بمستوى المهارات الرياضية و الموافق اللعب المتخصصة المختلفة التي تتمثل في الألعاب و المهارات الكبيرة كألعاب القوى وبذلك كان لزاما على المدرب وضعها ضمن البرنامج التدريبي العام مع مراعاة الواجبات و الأسس التالية :

- يجب التركيز على تنمية عنصر الرشاقة العامة في بداية الموسم وخلال المنافسة .
- يجب أن تؤدي تمرينات الرشاقة الخاصة بتوافق حركي كبير و مواقف اللعب المتغيرة.
- يجب لأن تؤدي تمرينات الرشاقة بأوضاع وأشكال حركية متعددة وليست على وتيرة واحدة.
- يجب أن تؤدي تمرينات الرشاقة بسرعة رد فعل عالية ثم العودة إلى الوضع الابتدائي للحركة .
- يجب أن تؤدي تمرينات الرشاقة لتحقيق أكثر من واجب حركي في وقت واحد مع أعلى توافق حركي ممكن. (جلال، badnia، 2016)

الرشاقة تتضمن المكونات الآتية :

- المقدرة على التوازن الحركي.
- المقدرة على الاستعداد الحركي.
- المقدرة على التوجيه الحركي.
- المقدرة على رد الفعل الحركي.

-المقدرة على التنسيق والتناسق الحركي.

- خفة الحركة.

### 1-13-2- أهمية الرشاقة :

تعتبر الرشاقة ذات أهمية في كل الأنشطة التي تتطلب التغيير السريع في مواضع الجسم أو احد أجزاءه. فالبدائيات السريعة والتوقف والتغيير السريع في الاتجاهات أساس للأداء الجيد في الألعاب مثل كرة القدم، كرة السلة ، الكرة الطائرة ، وعلى العكس بعض الأنشطة لا تعتمد على الرشاقة بدرجة كبيرة ، مثل مسابقات الميدان والمضمار والسباحة .

فأهمية الرشاقة في الأداء الرياضي يمكن أن تتلخص في القول انه في أنشطة معينة تكون أساسية وضرورية للأداء الجيد، وربما تكون الصفة الحاسمة والعلامة المميزة الوحيدة في الأداء، والتي بدونها لا يمكن النجاح في أداء النشاط. بينما في أنشطة أخرى معينة تكون الرشاقة غير مساهمة أساسية، أي يمكن الاستغناء عنها وأداء النشاط. ولكن في اغلب الأنشطة يمكن استحسان الأداء مع زيادة الرشاقة.

### 1-13-3- مبادئ وطرق تنمية الرشاقة:

تكمن هذه الطرق والمبادئ فيما يلي:

1-لتطوير صفة الرشاقة ينبغي العمل على اكتساب اللاعب لعدد كبير من المهارات الحركية المختلفة، وتسهم الألعاب الرياضية المختلفة في تنمية وتطوير الرشاقة نظرا لما يتخللها من مختلف المواقف والظروف المتغيرة، وغير المعروفة سلفا.

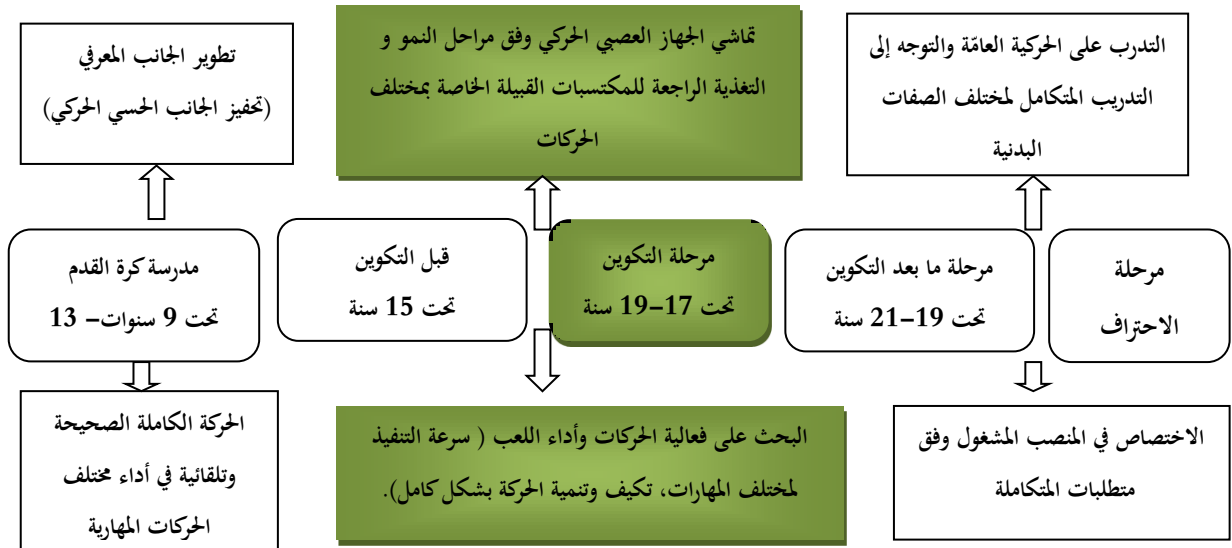
ويقول "أربلي Arbley" أنه كلما زادت الرشاقة لدى اللاعب كلما استطاع بسرعة تحسين مستواه (بصفة عامة) ويوجي بمراعاة مبدأ التدرج من البسيط إلى المركب في التدريب على حركات الرشاقة ينصح " هارا Harra " , " متيف Matveyev " باستخدام الطرق التالية في غصون عمليات التدريب لتنمية وتطوير صفة الرشاقة (البساطي، 2001، صفحة 96):

### 1-13-4- تدريب الرشاقة عند لاعبي كرة القدم :

التدريب على مهارات التنسيق هو موجه للاعبين البالغين، ومهم جداً للأطفال الصغار بحيث أنّ الجهاز العصبي في مرحلة التطوير، وبالتالي مهياً للتحفيز الخارجي. ولتحقيق الاستفادة القصوى من هذه "التهيئة" المؤقتة للجهاز العصبي، فإنه من المستحسن وضع الشباب بشكل منهجي في عمليات تنسيق منفصلة ومتكاملة (8-12 سنة). و في سن النمو (11-14 سنة)، يواجهون ظاهرة التحول البدني الفسيولوجي، كما أن التدريب على صفة التنسيق ضرورية جداً للاعبين كرة القدم

وفق برامج مبنية على أسس علمية. ويمكن القول أن اللاعبين من 8 إلى 9 سنوات و حتى 15-16 سنة عامل التنسيق هو جزء لا يتجزأ من عملية التدريب، كأساس لتكوين المهارات الأساسية الخاصة باللعبة، لأن بعض المهارات و التقنيات ليست كافية. فمن الضروري التدريب في حالات تسلسل (تسلسل الحركات)، المختلفة التي تحفز الجهاز العصبي. و من المفهوم إذن أن التعلم عن طريق حركات معزولة ثابتة لم يعد يلبي متطلبات كرة القدم الحديثة. حيث يجب تضمين الحركة، و التنقلات، و تغيير الاتجاه في جميع عمليات التنسيق والتقنية. حتى لو كان "التحفيز للتعلم" في الجهاز العصبي هو أقل تطوراً مما كان عليه في مرحلة البلوغ، فإنه لا يزال من الممكن تحسين العمل العصبي الحركي. تقنيات الجري، والقفز أو التنسيق تمارين مع الكرة (الإيقاع، والتمايز، و التوجه)، فقد ثبت أن الذاكرة العصبية الحركية للاعبين تتحسن حتى بعد 25 سنة.

(Mayer, 2014 صفحة 44)



الشكل رقم 19 : يبين محتوى تدريب صفة الرشاقة على اختلاف الفئات العمرية (Mayer, 2014)

من خلال الشكل رقم 19 الذي يبين توجه محتويات تدريب التنسيق، نلاحظ أن هذه الصفة يجب تطويرها في سن مبكرة (9 سنوات) ويجب الحفاظ عليها حتى الاحتراف، وخلال هذه الفترة يتم ربط خصوصيات اللاعب ومتطلبات المنصب الذي يشغله.

### 1-14-المرونة:

**1-14-1- مفهوم المرونة:** وهي قدرة اللاعب على الأداء الحركي بمدى واسع، وسهولة، ويسر نتيجة إطالة العضلات والأربطة العاملة على تلك المفاصل لتحقيق المدى اللازم للأداء الحركي. ويعرف "زاتسيورسكي <sup>Zatciorsky</sup> المرونة بأنها "القدرة على أداء الحركات لمدى الواسع. ويضيف البعض بأنها "مدى وسهولة الحركة في مفاصل الجسم المختلفة، ويذكر بارو <sup>Barrow</sup> أن مرونة المفاصل تتغير من وقت لآخر، ويتوقف ذلك على الإحماء ودرجة الحرارة، وشدة المجهود والاسترخاء، والقدرة على الاحتمال. والمرونة الحركية هي القدرة على تحريك الجسم أو أجزاءه خلال أوسع مدى ممكن للحركة دون أن يحدث نتيجة لذلك تمزق للعضلات أو الأربطة. ويرى العديد من الباحثين إن المرونة الحركية من بين الصفات الهامة للأداء الحركي سواء من الناحية النوعية أو الكمية، كما أنها تشكل مع باقي مكونات الأداء الحركي أو البدني كالقوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة الركائز التي يتأسس عليها اكتساب وإتقان الأداء الحركي. (يموفا، 2008، صفحة 309)

ومنه يستنتج الطالب الباحث أن المرونة هي القدرة على القيام بمختلف الوضعيات والتحركات بصورة متكاملة أثناء القيام بمختلف الانجازات دون صعوبة أثناء مرافقة الكرة أو مراقبتها أو تمريرها وكذا تسديدها والقدرة المطاطية للعضلات أو انسيابية الجهاز العظمي العضلي تتيح للاعب كرة القدم بالتحرك المثالي السريع دون إرهاق أو تعرض لإصابات تمزق أو تشنج ويعتمد اللاعب المهاجم على هذه الصفة في مختلف مواقف اللعب الهجومية ويعمل على تطويرها لتكون له قاعدة بدنية تساهم في الدفع به لتحقيق الأفضل أثناء المباراة.

**ب- أنواع المرونة:** يجب أن نميز بين المرونة العامة والمرونة الخاصة، وبين المرونة الايجابية والمرونة السلبية.

**1-المرونة العامة :** عندما تكون مكانيزات المفاصل متطورة بشكل كاف مثل العمود الفقري بمعنى قدرة الفرد على أداء حركات بمدى واسع في جميع المفاصل.

**2-المرونة الخاصة:** فعندما تكون المرونة متعلقة بمفصل واحد بمعنى القدرة على أداء الحركات بمدى واسع في اتجاهات معينة طبقاً للناحية الفنية الخاصة بنشاط رياضي معين.

**3-المرونة الايجابية :** فهي قابلية الفرد على تحقيق حركة بنفسه، بمعنى إمكانية الحصول على أقصى مدى ممكن لحركة في المفصل على حساب المجموعة العضلية العاملة على هذا المفصل والتي تقوم بأداء تلك الحركة، أما المرونة السلبية فنحصل عليها عن طريق قوى خارجية كالزميل

أو الأدوات بمعنى إمكانية الحصول على أقصى مدى ممكن لحركة ما في المفصل على حساب قوة خارجية تقوم بأداء الحركة أو المساعدة في أدائها. (المولى, تامر محسن إسماعيل, موفق مجيد, صفحة 108)

**1-14-2- مبادئ وطرق تنمية المرونة:** ويمكن تنمية صفة المرونة عن طريق التدريب اليومي من خلال تمارين الإطالة ومن أهم المبادئ والطرق التي يجب احترامها أثناء التدريب على صفة المرونة نجد:

1- تلعب المرونة دورا هاما في ترابط الأداء الحركي ولذا يجب أن يكون هناك نوعا من التنسيق في تمارين تنمية المرونة وخاصة التمرينات التي تزيد من مطاطية وإطالة العضلات بشكل منتظم ولكافة المجموعات العضلية المختلفة.

2- لا بد أن يكون هناك نوعا من التنسيق بين تدريبات القوة وتدريبات المرونة حيث أن القوة تساعد الفرد الرياضي على أن يصل إلى المدى المطلوب للحركة أي بالمرونة اللازمة، ولا بد وأن يؤخذ في الاعتبار الترابط بين تمارين زيادة معدل قوة تنمية المرونة. ولقد أوضح "هلين برانندت Hellen Brondt" في أبحاثه أن زيادة سعة أنسجة العضلات لا تتأثر في حالة كثافة البرنامج التدريبي (الخاص بزيادة معدل القوة) حيث أنه لا بد وأن تكون المرونة محدودة الأداء (حد معين) فقط وبطريقة آمنة ويرجع ذلك لقوة العضلات.

3- يرى ريان Allen.J.Ryan وفريد Fred.L أنه يمكن تنمية المرونة لمفصل معين عن طريق تقوية العضلات المضادة في نوع العمل على المفاصل (عضلات تؤدي إلى ثني المفصل وأخرى تؤدي إلى مد المفصل) بنفس النسبة وبنفس القوة ولو تم تقوية مجموعة من العضلات على حساب المجموعة الأخرى لأدى ذلك إلى نقص المجال الحركي للمفصل في الاتجاه الذي تعمل فيه العضلة الضعيفة، والإضافة إلى أن الخمول وعدم النشاط يؤدي إلى نقص المرونة للمفاصل (حسنين, صفحة 156).

**1-15- المتطلبات المهارية و الخطئية للاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة:** متطلبات كرة القدم الحديثة تبرز نهجا جديدا للمفهوم البيداغوجي لهذه التقنية التي سوف نكتشف من ( الصفحة 77 Drissi,2003) خلال مختلف التعاريف و المفاهيم لمختلف المؤلفين المتخصصين.

يعد الإعداد المهاري إحدى وسائل تنفيذ خطط اللعب فكل خطة تتطلب مهارة أساسية أو أكثر لتنفيذها ، لذلك فإن إتقان المهارات ضروري لنجاح الخطط ، وكلما كان اللاعب جيدا في المهارات

تمكن من أن يقوم بالتحركات الخطئية مثال ذلك اللاعب الذي يريد أن يراوغ لاعبا مضادا لا يتمكن من ذلك إلا إذا لم يكن يجيد الجري بالكرة كمهارة، ومثال آخر تعتبر المناولات إحدى الوسائل الخطئية الهجومية الجماعية التي لا يمكن تنفيذها بنجاح وبالذقة المطلوبة إذا لم يتقن اللاعب ضرب الكرة بالقدم بمختلف الطرق واللاعب الذي لا يتقن المهارات الأساسية يضطر إلى أن يركز على الكرة وطريقة لعبها أكثر مما يركز على الناحية الخطئية وبذلك لا يستطيع أن يلاحظ بدقة تحركات زميله أو خصمه في الملعب مما يؤثر في دقة تنفيذه للناحية الخطئية وفي التمرين لا يمكن الفصل بين المهارات وخطط اللعب لذلك أصبح التدريب الحديث يقتضي أن تعطى تمارين مهارية خطئية فاللاعب يتدرب على التحركات في الملعب وفقا لخطة فردية او جماعية وبنفس الوقت يتدرب على إتقان المهارات الأساسية ( زهير الخشاب، الصفحات 226-227).

**1-15-1-تعريف المهارة في كرة القدم :** وهذه التقنية هي وسيلة مكيمة، تهدف إلى الاقتصاد من الجهد في حل الإجراءات الحركية الناتجة عن الأوضاع المتغيرة باستمرار من اللعبة مع الأخذ بعين القدرات البدنية الخاصة باللاعب على اختلاف المنصب الذي يشغله، **Döbler, Schnabel, Thiess (1989).**

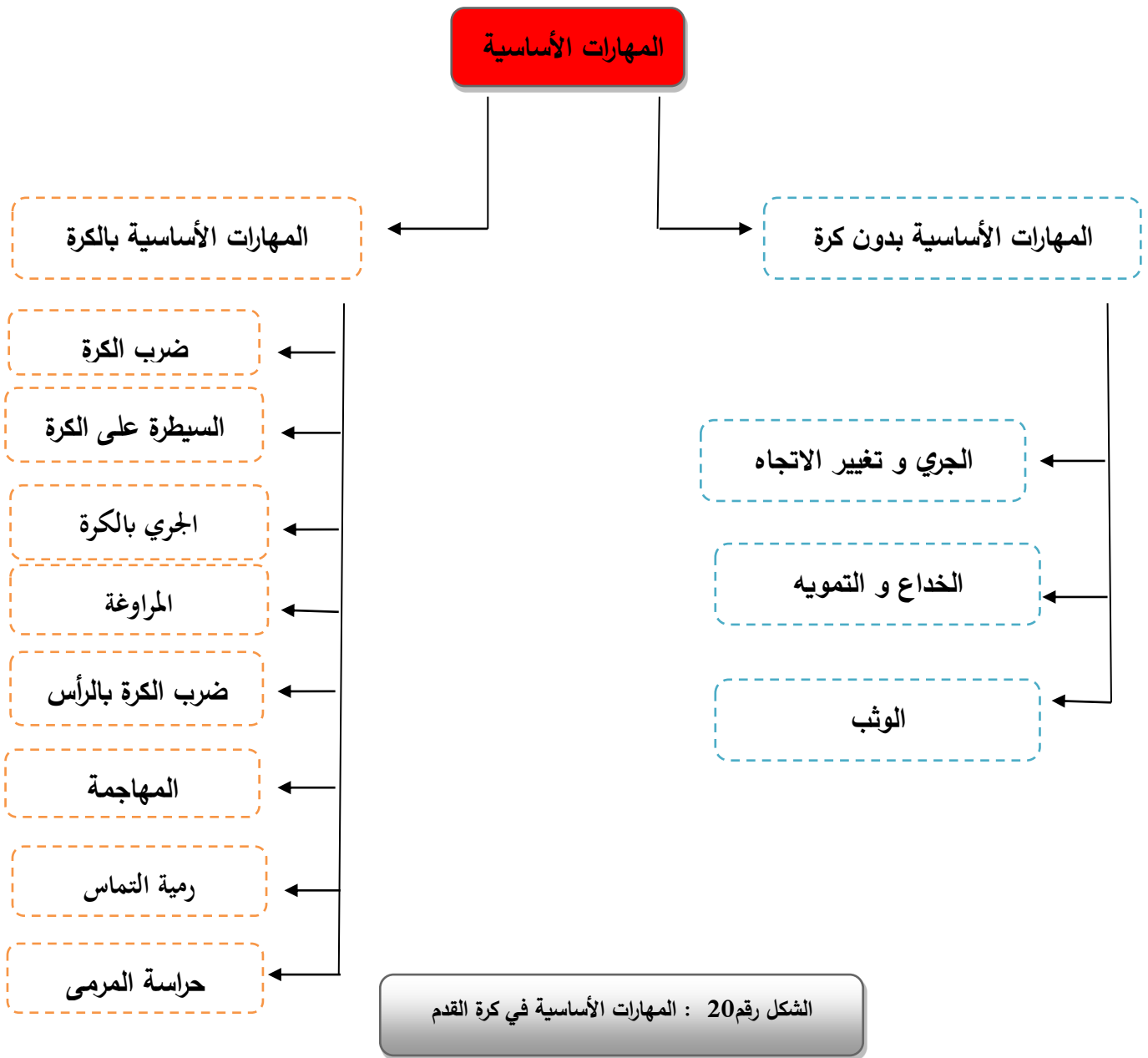
هي فن استخدام الكرة لخدمة الفريق أو القدرة على السيطرة على جميع الجسم مباشرة عند مرافقة الكرة أو القيام بمختلف المهارات **Gaby(1992)** . إن فوز أو انهزام أي فريق في كرة القدم لا يعتمد فقط على القدرات البدنية للاعبين بل يشمل كذلك على قدرة اللاعبين في التعامل مع الكرة، فكرة القدم الحديثة تتطلب التحكم التقني-التكتيكي المثالي، سواء على المستوى الفردي أو الجماعي، وتفرض تنوع كمي للحركات إضافة إلى كفاءة كبيرة وفعالية في التنفيذ كما أن كرة القدم لعبة جماعية ، فالذكاء الجماعي أمر بالغ الأهمية و لا سيما من الجانب التكتيكي من حيث تمركز اللاعبين أو القدرة على فهم و تنفيذ مختلف الخطط ( بطرس رزق الله، 1994).

### 1-15-2- المتطلبات المهارية :

يرتبط الإعداد المهاري ويتحدد وفقا للمتطلبات المهارية الخاصة بكرة القدم، يعرف أيضا بالإعداد التقني أو الفني و يعني كل الإجراءات المتبعة من طرف المدرب لغرض الوصول باللاعب إلى الدقة و الإتقان في أداء جميع المهارات الأساسية في كرة القدم . يعني الإعداد المهاري اكتساب اللاعبين المهارات الأساسية بخلاف التمارين والمعلومات والمعارف بهدف التوصل إلى الدقة والإتقان في الأداء.

ويقصد بالإعداد المهاري الفني كل الإجراءات التي يضعها المدرب أو المدرس ويقوم بتنفيذها بهدف تعليم اللاعب المهارات الأساسية والتدرج بها حتى يصل اللاعب إلى أدائها بطريقة آلية مقننة تحت أي ظرف من ظروف المباراة .

يعرف **دوبلر 1989** المهارة بالوسيلة المناسبة للاقتصاد في الجهد في تنفيذ الحركات الناتجة عن نشاط كرة القدم (LESCANF.C، 2003) . كما يتفق كل من مفتي إبراهيم و صالح عبده محمد وإشراف جابر أن المهارات الأساسية في كرة القدم تعني كل التحركات الضرورية بغرض معين في إطار كرة القدم، سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدون كرة ( حسن السيد أبو عبده، 2008، صفحة 17 18).



1-15-2-1- المهارات الأساسية بدون كرة :

تعرف بالحركات التي يقوم بها اللاعب أثناء المباراة بدون استعمال الكرة و من أهم هذه الحركات مهارة الجري و تغيير الاتجاه سواء كان الجري أمامي أو جانبي أو خلفي إضافة إلى مهارة الوثب و مهارة التمويه و الخداع بالنظر و بالجذع .

وتعتبر هذه المهارات الأساسية بدون كرة أو المهارات البدنية مهمة جدا عند لاعبي كرة القدم إذا علمنا أن يجري بدون كرة حوالي 98 من زمن المباراة أي أن اللاعب يلمس الكرة حوالي دقيقة إلى 150 ثانية حسب دوبلر (1988) ، مومبارتس (1996) من مجموع الوقت المخصص للمباراة (MOMBAERTS، 1996، صفحة 16).

- مهارة الجري:

تتميز مهارة جري لاعب كرة القدم بمميزات خاصة فخطوات تكون قصيرة دون رفع الركبة لكي تسمح لمركز ثقل الجسم من تسهيل عملية الاستعمال السريع للكرة. إن اللاعب يغير من سرعته كثيرا أثناء جريه، فهو لا يجري بإيقاع منتظم، و إنما يغير من سرعته باستمرار وفقا لمقتضيات تحركه في الملعب لأن جري اللاعب يكون متنوع يتميز بالانطلاقات ، التسارع، الجري بشدة عالية لمسافات تقدر في الغالب ما بين 5 إلى 30 متر (MOMBAERTS، 1996، صفحة 16) (LEDEUFF.H، 2002، صفحة 13).

- الوثب:

يتطلب ضرب الكرة بالرأس مقدرة عالية من الإلتقان ، إضافة إلى قدرته على الوثب بطريقة سليمة للوصول إلى أقصى ارتفاع ممكن ، وقد يكون الوثب من الوقوف أو من الوثب جريا، أو بعد الجري جانبا أو إلى الخلف (MOMBAERTS، 1996، صفحة 16).

- الخداع و التمويه:

تعتبر مهارة الخداع و التمويه من أهم ما يتميز به لاعب كرة القدم الحديثة و هي القدرة على أداء حركات الخداع بالجذع و الرجلين ، و يخص خاصة لاعبو الدفاع و الهجوم ، فتغيير المهاجم لسرعته و إتجاه جريه أو الخداع بأخذ خطوة جانبا ثم التحول إلى الجهة الأخرى يتطلب منه أن يكون على جانب كبير من الرشاقة و المرونة و التوافق العصبي العضلي (LESCANF.C، 2003، صفحة 9).

1-15-2-2 - المهارات الأساسية بالكرة :

و هي تشمل جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب بالكرة أثناء المباراة.

- التحكم في الكرة :

و يقصد به تحكم اللاعب أو السيطرة على جميع الكرات القادمة إليه سواء كانت أرضية أو عالية أو نصف عالية ، و يمكن تقسيم السيطرة على الكرة إلى :

أ- استلام الكرة :

و هي عبارة عن إخضاع الكرة إلى تحت السيطرة و ذلك بالإضعاف من سرعتها بإخضاع الجزء المستخدم في الاستلام للكرة و سحبه بمجرد ملامستها، و الأجزاء المستخدمة في الاستلام هي :

(جابر، 2005 ، صفحة 54)

القدم خارج - وجه القدم - باطن القدم

ب- كتم الكرة :

وهي عبارة عن إخضاع كل كرة تأتي اللاعب باستخدام الأرض كعامل يساعد مع الجزء المراد كتم الكرة به في السيطرة عليه.

تنقسم المهارة إلى :

- كتم الكرة بباطن القدم

- كتم الكرة بباطن القدم

- كتم الكرة بخارج القدم

ج- امتصاص الكرة :

و هي عبارة عن إخضاع كل كرة عالية أو هابطة تحت السيطرة و ذلك عن طريق امتصاص سرعتها برفع الجزء المستخدم في عملية الامتصاص إلى أقصى نقطة ممكنة لاستقبال الكرة و الهبوط بها إلى الأرض و يمكن امتصاص الكرة باستخدام : امتصاص الكرة بوجه القدم الأمام امتصاص الكرة بباطن القدم الكرة بأعلى الفخذ امتصاص

إن ضرب الكرة هي عملية ناتجة عن حركة جميع أعضاء الجسم، و كنتيجة لحركة عضلات الجذع تنتقل القوة الكامنة في عضلات الجسم إلى القدم عن طريق الساق الضاربة.

تستعمل مهارة ضرب الكرة بالقدم لغرضين أساسيين ، أولهما التمرير و المناولة بين اللاعبين و ثانيا للتصويب في المرمى للتسجيل ، كما تستخدم أحيانا في إبعاد الكرة عند التهديد من طرف

الخصم دون أن ننسى استعمالها في تنفيذ الضربات الخاصة كضربة الجزاء و الضربات الحرة (حنفي محمود مختار و مفتي إبراهيم، 1989، صفحة 5).

يمكن أن تؤدي الكرة بعدة طرق :

- الكرة بوجه القدم ضرب .
- بداخل القدم ضرب الكرة
- الكرة بخارج القدم ضرب
- ضرب الكرة بمقدمة القدم
- ضرب الكرة بكعب القدم

تنقسم التمريرات من حيث الطول إلى: (مختار، 1980 ، صفحة 41)

- التمريرات القصيرة
- التمريرات المتوسطة
- التمريرات الطويلة

و تنقسم التمريرات من حيث الارتفاع إلى :

- التمريرات العالية
- التمريرات النصف عالية
- التمريرات الأرضية

- الجري بالكرة :

تعرف مهارة الجري بالكرة بفن استخدام أجزاء القدم في دحرجة الكرة على الأرض و هي تحت سيطرة اللاعب ، حيث تتطلب حسن التصرف و التوافق بين سرعة الجري و الكتم بالكرة ويلجأ اللاعب إلى استعمال هذه المهارة في حالة عدم وجود فرصة لتمرير الكرة إلى الزميل، أو عندما يريد اللاعب جذب مدافع لإبعاده عن منطقة التغطية، كما يستخدم الجري بالكرة أثناء التقدم واستغلال المسافات الخالية، الجري بالكرة يتم بثلاث طرق حسب الجزء المستخدم من القدم (أبوعبده، 2008، صفحة 47).

1. الجري بالكرة بالجزء الخارجي من القدم.
2. الجري بالكرة بالجزء الداخلي من القدم.
3. الجري بالكرة بوجه القدم.

- المراوغة :

المراوغة أو الخداع بالكرة هي الوسيلة التي تجعل الخصم يتوقع حركة اللاعب توقعًا خاطئًا وبذلك تكون استجابة الخصم لحركة اللاعب استجابة خاطئة مما يسمح للاعب الذي قام بالخداع أن يكون لديه الوقت و المساحة في الملعب اللذان يمكنانه من التصرف الخططي بأسلوب جيد (مختار، 1980 ، صفحة 150).

من أهم المهارات الأساسية يستخدمها اللاعب المهاجم في الأوقات التي يكون فيها محاصرًا بمدافع ولا يستطيع تمرير الكرة إلى زملائه، كما تعتبر وسيلة لتمويه الخصم يجعله يتوقع حركة اللاعب توقعًا خاطئًا، وبالتالي تكون الاستجابة بالنسبة لحركة اللاعب الحقيقية استجابة خاطئة، مما يسمح للمهاجم بتفادي المدافعين واستغلال الكرة في بناء الهجوم بشكل جيد، وتوقف المراوغة الجيدة والناجحة على قدرة اللاعب الفردية (محمود، 1984، صفحة 187 200).

- ضرب الكرة بالرأس :

ضرب الكرة بالرأس من المهارات الأساسية الهامة في كرة القدم، فمهازة ضرب الكرة بالرأس تستخدم لعدة أغراض كالتصويت، التسديد نحو المرمى، أو التمرير وتبادل الكرات بين الفريق أو الدفاع عن المرمى وإبعاد الخطر، وتتم هذه العملية بشكلين أساسيين، ضرب الكرة بالرأس من الثبات أي اللاعب متصل بالأرض أو ضرب الكرة بالرأس بعد الارتقاء أي واللاعب في الهواء (مرسي، 2009 ، صفحة 91).

- رمية التماس :

رمية التماس من المهارات التي يجب على كل لاعب أن يحسن تنفيذها وذلك عندما تتجاوز الكرة الخط الجانبي للملعب، سواء كانت عالية في الهواء أو على الأرض لذا يجب إعادتها إلى الداخل من النقطة التي اجتازت فيها الخط وبأي اتجاه، وعلى اللاعب أدائها باحترام القواعد التالية: (محمد، 1998، صفحة 32)

1. أن يكون اللاعب مقابلاً للملعب.
  2. أن تكون القدمان على الخط الجانبي أو خارجه.
  3. على الرامي استخدام كلتا يديه.
  4. أن ترمى الكرة من وراء الرأس (خلف الرقبة).
- تعتبر الكرة في اللعب مباشرة بعد تنفيذ رمية التماس إذا أصبحت من المهارات التي يستعملها الفريق للهجوم المباغت إذ لا يستجوب التسلل من رمية التماس، كما أصبحت تستعمل شكل ركنية، وذلك باستغلال قدرات اللاعب في رميها لأبعد مسافة، ولكي تكون الرمية ناجحة يجب:

➤ تهيئتها برجوع الجذع إلى الوراء .

➤ مسك بإحكام بتوزيع كل الأصابع .

ثني حيوي للذراعين إلى فوق أماميا .

### المهجمة :

يقصد بالمهجمة محاولة أخذ الكرة من الخصم والاستحواذ عليها في حالة حيازته لها أو قطعها قبل الوصول إليه، وتعتبر المهجمة سلاح المدافع ضد المهاجم، ويمكن للمدافع المهجمة بعدة طرق.

1. المتكاتف: أن يقوم المدافع بإبعاد الخصم المستحوذ على الكرة باستعمال ضربة الكتف وبطريقة قانونية.

2. قطع الكرة.

3. المهجمة الأساسية والجانبية.

4. المهجمة من الجانب أو من الخلف.

تهدف المهجمة إلى استخلاص اللاعب المدافع للكرة من الخصم لإبعاد الكرة عن الخصم المستحوذ عليها، وتشتيت الكرة من بين أرجل الخصم، و قطع الكرة قبل الوصول إلى الخصم (شعلان إبراهيم، عمرو أبو المجد، 1996 ، صفحة 46).

### 1-16- المتطلبات التكتيكية أو الخطئية للمهاجمين:

الإعداد الخططي هو إكساب اللاعب المعلومات والمعارف والقدرات الخطئية وإتقانها عمليا بالقدر الكافي الذي يمكنه من حسن التصرف في مختلف المواقف المتعددة والمتغيرة خلال المباراة (إبراهيم، صفحة 101).

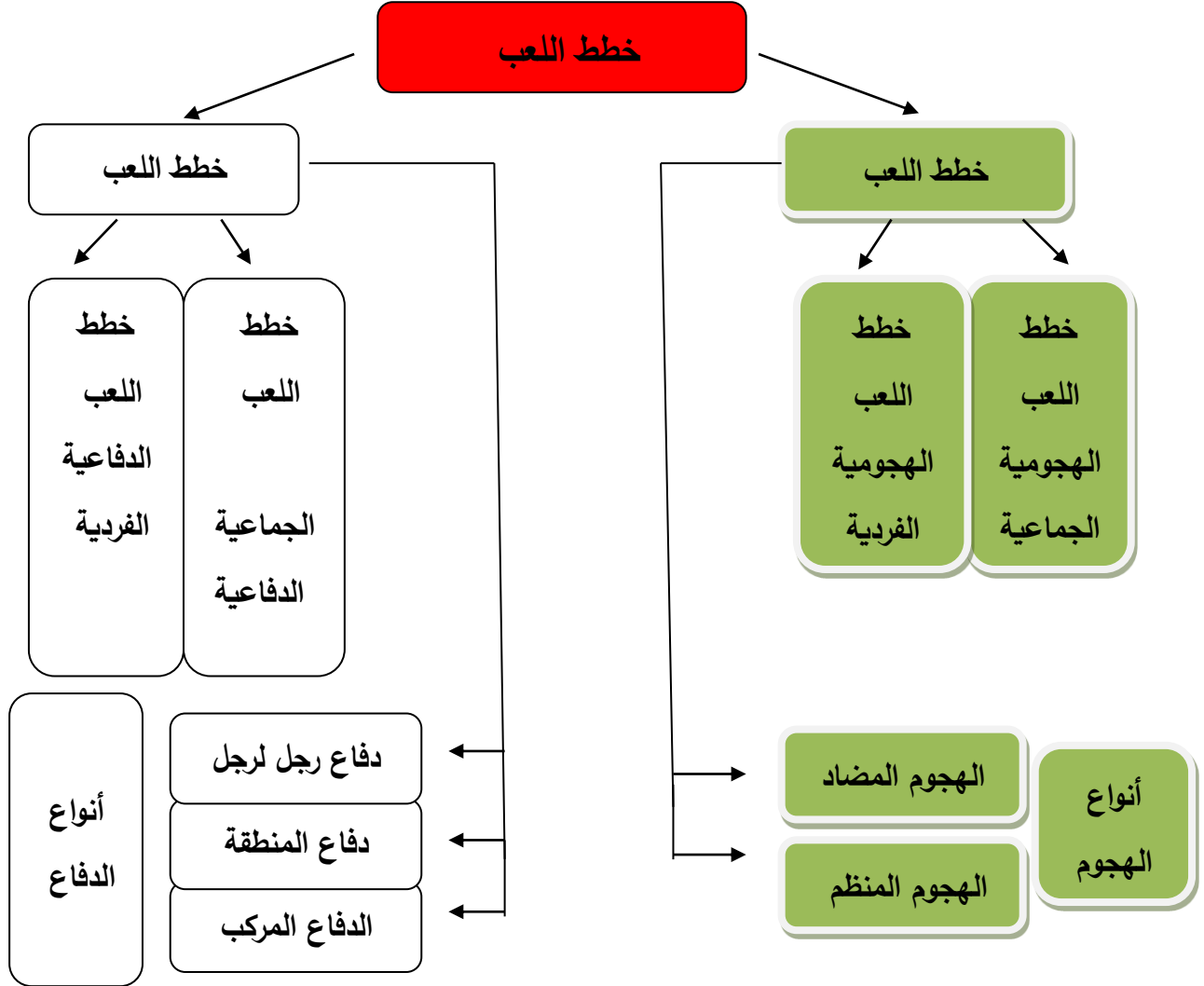
و الإعداد الخططي هو حلقة في سلسلة إعداد فريق كرة القدم، كما أنه جزء من البناء المتكامل لمراحل الحالة التدريبية، حيث يرفع من مستوى أداء اللاعبين للمهارات الأساسية ويزيد من لياقتهم البدنية بالإضافة إلى الأثر التربوي والنفسي على الفريق (عبد، 2008، صفحة 29).

**يعرف** فايبيك (1993) التكتيك بالتصرف العقلاني الذي يخضع للقدرات الحقيقية للرياضي و حسب المنافس وكذلك حسب الظروف الخارجية للمنافسة الرياضية سواء كانت فردية أو جماعية .

أما (دوبلر تيباس ، شنابل 1989 ) فيعرفون الإعداد الخططي بمجموعة من التصرفات الفردية و الجماعية و مختلف الحركات التي يقوم بها اللاعبين أثناء المنافسة مع الأخذ بالاعتبار المنافس و سلوكات الزملاء و قوانين اللعب إضافة إلى الظروف الخارجية للحصول على أفضل نتيجة ممكنة (جبالي عويس، 2001، الصفحات 82-83).

تقسم خطط اللعب إلى:

- أ - خطط اللعب الهجومية - ب - خطط اللعب الدفاعية



الشكل رقم 21: أقسام خطط اللعب في كرة القدم (دوبلر)

### 1-16-1-1-خطط اللعب الهجومية :

و هي مجموعة من الخطط المستعملة في الهجوم لخلق الفرص و تسجيل الأهداف، و تنقسم هذه الخطط إلى:

#### 1-16-1-1-1-الخطط الهجومية الجماعية: وتنقسم إلى :

**1-الهجوم السريع أو المضاد:** هو الهجوم السريع من حالة الدفاع إلى حالة الهجوم و تستعمل في الغالب عند استعادة الكرة و الانطلاق في مفاجئة الخصم الذي يكون في حالة تنظيم غير متوازن لدفاعه و يركز هذا النوع من الهجوم على ما يلي :

- . اللعب نحو الأمام و بأقصى سرعة ممكنة .
- . استعمال أقل عدد من التمريرات .
- . التحرك السريع للمهاجمين.
- . العمل على مساندة المهاجمين
- . الاعتماد على التمريرات الطويلة بالدرجة الأولى .

### 2- الهجوم المنظم أو المبني:

يتميز الهجوم المنظم أو الهجوم المبني بعملية بناء اللعب عن طريق التمريرات القصيرة و المتوسطة ، أي الاستحواذ على الكرة من طرف جميع اللاعبين . يمر بمرحلتين أساسيتين أولاً التمرير الجيد للاعبين ثم الانطلاق في الهجمات بالاعتماد على المهارات التقنو تكتيكية التمريرات ، تبادل المراكز ، التحرر من قبضة المنافس

### 3- الخطط الهجومية الفردية :

وهي جميع الحركات و التصرفات التي يقوم بها اللاعب داخل الرسم التكتيكي المتبع من طرف الفريق .

من أهم وسائل تنفيذ الخطط الهجومية الفردية :

- . الجري بالكرة
- . المراوغة
- . التصويب
- . التمويه بالكرة أو بدون كرة

" ويتطلب لعب الفريق ضرورة تطبيق خطط هجومية ودفاعية تخطط للمواقف الخاصة حسب مقتضيات سير اللعب، وتحتاج بعض الألعاب إلى مراكز محددة للاعبين تستلزم واجبات ومهارات

خاصة لكل مركز، بينما تتواجد العاب لا تتطلب مراكز تخصصية للاعبين مما يستوجب معرفة اللاعب لمهام المركز الذي يشغله في كل موقف من مواقف اللعب " (المولى، موفق مجيد، 2000، صفحة 145) .

وتنقسم خطط اللعب الهجومية (خطط الهجوم) إلى ما يأتي :-

- خطط اللعب الهجومية الفردية .

- خطط اللعب الهجومية الجماعية .

خطط اللعب الهجومية الفرقية . والمخطط رقم (22) يوضح ذلك:

الهجوم الفردي	الهجوم الجماعي	الهجوم الفردي
1. الدحرجة (المراوغة)	1. المناولات	1. أسس اللعب الهجومي
2. الخداع التمويه	2. استقبال الكرة (السيطرة على	2. أسلوب اللعب
3. التهديد	الكرة) .	3. مراحل الهجوم
	3. الجري الحر وتبادل المراكز	4. الإسناد في الهجوم
		5. الهجوم في حالة العدد الزائد أو الناقص للفريق
		6. اللعب ضد مصيدة التسلل
		7. المناولة المرتدة (الدبل-باص)
		8. الهجوم السريع والبطيء للفريق (الاختراق)
		9. الواجبات الخططية للاعبين من الجانب الهجومي .

شكل رقم 22: يبين خطط اللعب الهجومية (خطط الهجوم)

### 1-16-2- خطط اللعب الهجومية الفردية

وهي تلك الحركات والمهارات التي يقوم بها اللاعب بمفرده للاشتراك في الخطة الجماعية ، وقوة اللاعب في الخطط تؤدي بالتالي إلى تقوية الخطط الجماعية إذ تعتمد على كفاءة اللاعب في أداء الواجبات الفنية والخططية خلال المباراة (الخشاب، زهير قاسم، 1999، صفحة 152). ويطلق العمل الفردي على ما يؤديه اللاعب من مهارات اللعب بمفرده مستقلا عن أعضاء الفريق والتي غالبا ما تكون جزءا من الخطط الجماعية و الفرقية . (إسماعيل طه وآخرون، صفحة 92)

مما سبق يتضح أن اللعب الهجومي الفردي يلعب دورا كبيرا في نجاح اللعب الجماعي ، فعلى الرغم من أن خطط لعب كرة القدم الحديثة تؤكد على اللعب الجماعي إلا أن قدرات ومهارات اللاعب الفردية والتصرف الخططي السليم في مواقف اللعب هو الأساس في اللعب الهجومي الجماعي والذي بدوره يفسح المجال للاعبين للوصول إلى مرمى المنافس بنجاح وإحراز هدف في مرماهم ، " إن اللاعب المهاجم المستحوذ على الكرة هو أهم لاعب في الملعب ولا يمكن تسجيل هدف إلا إذا كان المهاجم مستحوذا على الكرة ، وعلى ذلك يجب الاستفادة القصوى من الكرة عند الاستحواذ عليها مع محاولة عدم فقدانها حتى يتمكن اللاعب أو زميل له من الفريق من التسديد على مرمى المنافس. (حنفي محمود مختار، صفحة 130)

### 1-16-3-خطط اللعب الهجومية الجماعية :

وتعرف بأنها عبارة عن جزئيات عمل فردي تختلف باختلاف واجبات مراكز اللعب داخل الملعب حيث تتكامل هذه الواجبات لتحقيق هدف وهو الوصول للمرمى للتصويب بحرية (زهير قاسم الخشاب، 1999، صفحة 87). ويجب أن يوضع في الاعتبار أن اللعب المشترك من الوسائل الهامة الفعالة من أجل احتفاظ الفريق بالكرة والقيام بالهجوم وتناسب الفكر الأساسي الجماعي للعب كرة القدم حيث لا وجود لكيان اللعب بدون تكوينات وبذلك كان اللعب المشترك احد العوامل الهامة للعب. إن الترابط والانسجام بين اللاعبين فضلا عن تمتع اللاعب المهاجم بالكفاح والمثابرة والإرادة القوية في محاولة التحرر والإفلات من ضغط المنافسين وأداء الواجبات الخططية الهجومية مع باقي الزملاء وما تقتضيه هذه الخطط من تفكير خططي بمواقف اللعب المتغيرة وتقدير سليم لقوة دفاع المنافسين تعد من العوامل الأساسية التي تلعب دورا كبيرا في نجاح الخطة الجماعية " ان العوامل الأساسية التي تلعب دورا كبيرا في نجاح الخطة الجماعية هي المهارات الفردية للاعبين والذكاء الميداني النابع من الخبرة المتراكمة خلال المشاركة في المباريات والتدريب (كونزة الفريد، صفحة 109).

### 1-خطط اللعب الهجومية الفريقية :

وهي " الخطط التي يشترك في أداءها عدد كبير من اللاعبين، ويرتبط أداؤها بمساحات كبيرة من الملعب وإتقانها هو المحدد الأساسي لتماسك هجوم الفريق بغض النظر عن نجاحه أو فشله أي أن إتقان لاعبي الفريق لهذه الخطط الأساسية يمكنهم من تنفيذ بدء وبناء وتطوير وإنهاء الهجمات بصورة أسهل وفاعلية اكبر ، وهي " عملية اشتراك جميع لاعبي الفريق في الخطط الهجومية ضمن

إطار خطة جماعية مرسومة ومطبقة سابقا " . (قاسم لزام صبر وآخرون، 2005، الصفحات 254-255)

## 2-العمق في الهجوم:

وهي الخطة التي تهتم بصورة مباشرة بتوزيع اللاعبين في الملعب بصورة تتيح فرصا متعددة ومتنوعة للاعب المستحوذ على الكرة وبأن يمررها إلى أي منهم في سهولة ويسر وينتج عن ذلك تكوين مثلثات وإشكال رباعية وخماسية بين بعض اللاعبين وبعضهم وعمق الفريق يعني انتشار اللاعبين بطول الملعب.

## 3-الاختراق في الهجوم:

إن الهدف الأساس لأي فريق عند امتلاكه للكرة هو اختراق مرمى المنافسين ولن يأتي ذلك إلا من خلال الاستغلال السليم للمهارات الأساسية ويعتبر التمرير من أهم الأسلحة الخططية لتحقيق هذا الهدف ، ويطلق على التمرير اختراقي في حالة ما استطاعت أن تتخطى عددا من المدافعين في وقت واحد ،ومن الملاحظ أن كثير من اللاعبين تكون أمامهم فرصة لأداء التمرير اختراقي إلا أنهم يفضلون التمريرات التي تتصف بالأمان الزائد ، مما يضيع على الفريق فرصا لبناء هجمات ذات تأثير قوي على الفريق المنافس (قاسم لزام صبر وآخرون، 2005، صفحة 256).

## 4-الاتساع في الهجوم (توسيع جبهة الهجوم):

ويعني " المدى الذي يتوزع فيه لاعبو الفريق ككل بعرض الملعب والمسافات العرضية بين اللاعبين وتناسبها مع العمق المطلوب لكل مجموعة من مجموعات اللعب المختلفة وكذلك اتساع الفريق" ، " ويعد اللعب على الجناحين الخطة الأولى للتغلب على التكتل الدفاعي أمام المرمى ويجب على المدرب أن يعطي الوقت الكافي للاعبين الذين سيلعبون في منطقة الجناح للتدريب على ركل الكرة بدقة لتسقط في الأماكن المحددة داخل منطقة الجزاء ولا تذهب في أي اتجاه غير محدد " .

## 5-الإسناد (المساعدة) في الهجوم: ( المولى،موفق مجيد، 2000)

وتعني معاونة لاعب لزميله المستحوذ على الكرة لمساعدته عند اللزوم على أن يكون في أماكن اللاعب المستحوذ على الكرة تمرير الكرة إليه " . إن الغرض الأساسي من الإسناد في الهجوم أولا تخفيف الضغط على اللاعب الذي معه الكرة ووضع اللاعب الساند في حالة استعداد لأداء مهمة

قد لا يتمكن اللاعب المستحوذ على الكرة القيام بها وهناك عنصر يؤثران في كفاءة الإسناد هما زاوية السند، ومسافة السند.

### المناولة المرتدة (واحد - اثنان): (صباح رضا جبر وآخرون، 1991، صفحة 285)

وهي خطة سهلة التنفيذ ومعروفة منذ عهد طويل في كرة القدم ، وهذه التمريزة تعرف باسم (1-2) ، تستخدم هذه التمريزة في جميع أرجاء الملعب إلا أن استخدامها في (3/1) الملعب الهجومي يضيف عليها أهمية خاصة لاختراق الدفاع المتكامل ، وتلعب دورا هاما في كسر مصيدة التسلل عندما يلجا إليها المدافعون ، وتستخدم عندما يكون الموقف الهجومي المباشر (2) مهاجم ضد (1) مدافع ، كما تستخدم أيضا عندما يكون الموقف (2) ضد (2).

### 6- الجري الحر وتبادل المراكز:

ويعني الجري الحر جري اللاعبين المهاجمين لاستغلال المساحات الخالية الموجودة فعلا بين المدافعين دون تقييد بمركز معين ، وهذا يبدو واضحا حينما يخفف الفريق المدافع الضغط على المهاجمين ، أما عملية تبادل المراكز فهي تبادل لاعبين أو أكثر مراكزهم في نفس الوقت وفي توقيت واحد بهدف الهروب من الرقابة لأكثر من لاعب في نفس الوقت وخلق فرص للتمرير.

### 7- خطط خلق المساحات الخالية واستغلالها:

كلما زاد المساحة الخالية التي يتحرك فيها المهاجم كلما زاد الوقت المتاح له في التصرف بالكرة ، وكلما زادت احتمالات وإمكان التصرف السليم بها والعكس صحيح ، وتهدف خطط اللعب الحديثة في كرة القدم إلى زيادة عدد اللاعبين المشتركين في الدفاع حينما يفقد الفريق الكرة بهدف ضمان فاعلية الدفاع بتطبيق المساحات الخالية بين المدافعين لتصعيب مهمة المهاجمين لذلك كان من المهم هجوميا أن يعمل المهاجمين على خلق مساحات خالية يمكن من خلالها اختراق الحاجز الدفاعي.

ويجب ملاحظة أن خطط خلق المساحات الخالية واستغلالها لا تنفذ بفاعلية إلا في حالة ضغط المدافعين على المهاجمين ضغطا شديدا.

### 8- الزيادة العددية في منطقة الكرة:

هدف هذه الخطة إلى تصعيب الواجبات الدفاعية على اللاعبين المدافعين وتتم باشتراك لاعب أو أكثر من اللاعبين المهاجمين في موقف يكون فيه عدد اللاعبين المدافعين والمهاجمين متساويا.

تؤدي زيادة عدد المهاجمين على عدد المدافعين في منطقة وجود الكرة إلى تصعيب الواجبات الدفاعية الملقاة على عاتق المدافعين إذ تتوزع عليهم أعباء إضافية فتتسبب الواجبات ويمكن من خلالها تنفيذ هجوم أكثر فاعلية.

#### 9-خطط الحالات الثابتة الهجومية:

ويقصد بها " كل الضربات الحرة (المباشرة وغير المباشرة) والضربات الركنية ورميات التماس وضربات الجزاء وضربات المرمى وضربة البداية والتي تحتسب لصالح الفريق.

#### 10-الضربات الحرة المباشرة وغير المباشرة:

لقد أصبحت الخطط الواجب إتباعها أثناء تنفيذ هذه الضربات مهمة جدا وذلك للفائدة الكبيرة التي من الممكن أن يحصل عليها الفريق عند تنفيذ هذه الضربات من داخل منطقة الجزاء أو المناطق المحيطة بها (زهير قاسم الخشاب وآخرون، 1999)

## خلاصة:

إنّ قياس المتغيرات البدنية والفسولوجية والقياسات المورفولوجية خلال المنافسات على حسب مراكز اللعب كما أثناء التدريب إضافة إلى الجانب المهاري الخططي قد آثر في الآونة الأخيرة اهتماما كبيرا في البحوث التطبيقية في كرة القدم والرصد العلمي للعملية التدريبية. ، أدت إلى تقارير عن نتائج تم جمعها، حيث تم طرحها ومناقشتها خلال الملتقيات الدولية وإدراجها في العديد من المنشورات و جمع البيانات الخاصة بالمؤشرات والمعايير المثالية خلال المنافسة يوفر فرصة جيدة لدراسة وتحديد المتغيرات الهامة التي تميز فئات الفنية من لاعبي كرة القدم وتعمل على تحديد المعايير المثالية لتوجيه اللاعبين على حسب القدرات نحو مختلف مراكز للوصول إلى أسمى درجات الإنجاز الرياضي.

## الفصل الثاني

# معايير التوجيه نحو مركز الهجوم

## تمهيد:

إن التوجيه المناسب نحو مراكز اللاعب هو الخطوة الأولى نحو الوصول إلى مستوى أفضل، لذلك اتجه المتخصصون في الأنشطة الرياضية المختلفة وبالخصوص في مجال كرة القدم إلى محاولة تحديد المواصفات الضرورية الخاصة بكل مركز على حدى ، لأنّ عملية التوجيه الجيد للناشئين يكون في بداية مشوارهم لتطويرهم على حسب المنصب الذي يشغلونه. كما تعد مشكلة التوجيه من أهم الموضوعات التي لاقت اهتماما كبيرا في السنوات الأخيرة، لأنها تستهدف في المقام الأول الاختيار الأفضل نحو المنصب المناسب على أمل الوصول إلى مستويات عليا لتحقيق نتائج مرضية و الفوز بالبطولات المحلية والدولية. وظهرت الحاجة إلى عملية التوجيه نتيجة وجود فروق فردية بين الأفراد في جميع الجوانب البدنية الفسيولوجية و العقلية و النفسية و مهارية .....الخ، مما يستوجب اختيار أفضل الأفراد الذين تتوفر فيهم الجوانب المختلفة المناسبة للمركز مناسب سواء الدفاع أو وسط الميدان أو الهجوم.

2-المعايير :

يرى فرد كسي ( verducci،1990) أنّ المعايير هي أفضل أنواع المستويات التي تنشأ بواسطة جمع درجات لعدد كبير من الأفراد يكونوا متشابهين في السن والجنس والمقدرة ، بالإضافة إلى بعض الصفات المتعلقة بالموضوع الذي ستستخدم فيه المعايير ، ثم تحلل هذه البيانات بالطرق الإحصائية حتى نحصل في النهاية على مستويات معيارية. (Verducci، 1990، صفحة 13) ويعرفها الهزاع 1998 بالمقاييس المعيارية والتي تعني المستوى الفعلي (أو الموجود) لدى الأفراد. (محمد، 1998، صفحة 193) وتعني كلمة معيار المكيال أو الميزان وهو ما يتخذ أساس للمقارنة ، وتجمع على معايير و المعايير تمدنا بمعلومات عن المختبرين لكي نفهم نتائج أدائهم الفعلي بالنسبة لنتائج زملائهم على نفس الاختبار بمقارنتهم بنفس عينة التقنين التي وضعت لهم تلك الجداول المعيارية. (السيد، 2003، صفحة 225)

كما يمكن أن تعرف المعايير على أنها جداول تستخدم لتفسير درجات الاختبار حيث يستطيع المعلم أو المدرب استخدام تلك المعايير لمعرفة درجات الأفراد المختبرين في المستوى المتوسط أو ما يفوق المتوسط أو ما دون المتوسط بالنسبة لعينة التقنين المستخدمة في بناء المعايير .

2-1-أنواع المعايير وفقاً للتحليل الإحصائي ما يلي : (السيد، 2003، صفحة 225)

- الدرجة التائية (ت).
- الدرجة (ز).
- المئينيات أو المئينية.
- التسايعات.

وتصنف المعايير عامة إلى عدّة أنواع ، فقد يتم التصنيف وفقاً للجنس كمعيار للبنين وأخرى للبنات ، وقد تصنف وفقاً للسن كمعيار للصغار وأخرى للكبار ، وفي المجال التعليمي إلى معايير للمرحلة الابتدائية وأخرى للمتوسطة وأخرى للثانوية والجامعية وقد تصنف وفقاً للمستويات المهارية و الحالة تدريبية إلى معايير للمبتدئين وأخرى للمستويات المتوسطة والثالثة للمستويات العالية ، وقد تصنف وفقاً لطبيعة الأسلوب الإحصائي المستخدم في إعداد هذه المعايير فقد تستخدم الدرجات التائية أو الدرجات المئينية إلى غير ذلك من الدرجات. (ثائر، 1992، صفحة 55 56)

وتعتبر الدرجة المئينية من أكثر الدرجات استخداماً في التربية الرياضية ، وتستخدم المئينيات في بناء المعايير لأنها توفر فرصاً كافية لتفسير درجات أي فرد عندما يقارن نفسه بمستوى أقرانه على

المستوى المحلي أو القومي ، إنَّ المعيار المئيني يقسم الأفراد إلى مائة مستوى وتعتبر الدرجة المئينية عن النسبة المئوية لعدد الأفراد من عينة التقنين الذين يقعون دون درجة خام معينة ، فالفرد الذي تقابل درجته المئينية (80) مثلاً يعني أن درجته الخام أعلى من مستوى الدرجات (80%) من أفراد العينة وأقل من مستوى الدرجات (20%) من أفراد العينة. (ناصر، 1988، صفحة 194 213)

### 2-3- أهمية المعايير :

إنَّ الدرجات المعيارية تجعل وحدات القياس موحدة بعد أن كانت في درجات الخام مختلفة في وحدات قياسها مما يساعد في إعطاء الفرد المختبر درجة كليّة تمثل مجموع ما حصل عليه في كل من المفردات (بطارية اختبار) حيث يرى روزتش وآخرون، 2000 أنّها ذات آلية عملية لتقويم الأداء البدني و المهاري للاعبين كرة القدم كما أنّها عامل مساعد للمدرب لتقييم البرنامج التدريبي بموضوعية. (محمد ع.، 2003، صفحة 72 73) للدرجة المعيارية القدرة في تحديد مكانة الفرد بين مجموعته التي اشتقت لها المعايير (مجتمع البحث) حيث أنّ المعيار يحدد معنى للدرجة التي حصل عليها الفرد المختبر.

وتلخص أهمية المعايير في أنّها تخبرنا عن كيفية أداء الآخرين على الاختبار فتوفر بذلك أساساً للمقارنة وذلك بتحويل الدرجات الخام التي تم الحصول عليها إلى درجات معيارية لإعطاء النتائج معنى ودلالة واضحين. (محمد ع.، 2003، صفحة 72 73)

### 2-4- أنواع استخدامات المعايير في المجال الرياضي:

- 1- المعايير القومية مثل الاختبار الدولي للياقة البدنية.
- 2- المعايير الخاصة بالمجموعة خاصة مثل المعايير خاصّة بلعبة معينة أو بصف دراسي.
- المعايير المحلية مثل المعايير الخاصّة بمدينة معينة أو نادي ، وتعتبر المعايير الأكثر عدلاً لتحديد الدرجات هي تلك المعايير المحلية.
- 3- المعايير المدرسية مثل مقارنة أداء صف دراسي بالنسبة للأداء الكلي للمدرسة. (مفتي،

1988)

### 2-5- شروط استخدام المعايير :

- 1- أن تكون المعايير حديثة.
- 2- أن تكون المعايير مناسبة للاستخدام (الصلاحية) .
- 3- أن تكون الشروط الخاصّة بتطبيق الاختبار واضحة.
- 4- أن تكون العينة التقنينية ممثلة للمجتمع الإحصائي .

ويشترط في عينة التقنين الشروط الآتية :

أن تمثل عينة التقنين المجتمع الأصلي المراد دراسته. حيث يرى سيفنسون و درست ، 2005 أنّ اختبارات الفرد لا يمكن أن تستعمل لتوقع الأداء في المباريات في شكل حاسم وذلك بسبب الطبيعة المعقدة للأداء التنافسي في كرة القدم ، لذلك فإنّ إعداد المعايير يتطلب توفير عينات كبيرة العدد نسبياً وتكون ممثلة للمجتمع الأصلي للبحث تمثيلاً جيداً. (Svensson، 2005، الصفحات 17-23)

كلما كبر حجم العينة (أي زاد عدد أفرادها) زاد الاعتماد على نتائج إجراء الاختبار عليها وحجم العينة يعتمد على حجم المجتمع الأصلي موضع الدراسة ، طبيعة الاختبار ونوع الصفات المقاسة ، وإمكانات الباحث ومدى تعاون الجهات الأخرى.

أن يتساوى متوسط وتشتت أفراد العينة مع متوسط وتشتت أفراد المجتمع الأصلي. كلما صغر حجم القطاع من حيث التجانس والمساحة وعدد الأفراد المراد قياسها تمكن الباحث من تمثيله في عينة وصدقت معاييره. (محمد ع.، 2003، صفحة 27)

## 2-6- الانتقاء و التوجيه الرياضي

### 2-6-1- التوجيه الرياضي:

#### 2-6-1-1- تعريف التوجيه:

التوجيه هو تعيين الاتجاه المراد أخذه، بمعنى سير، دل فنقول مثلاً: وجه اللاعب، والتوجيه هو مجموعة من الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد على أن يفهم مشاكله و أن يستغل إمكانياته من ناحية، و إمكانيات هذه البيئة من ناحية أخرى، و هذا نتيجة فهمه لنفسه وبيئته، و يختار الطرق المحققة لها بحكمة و تعقل فيمكن بذلك من حل مشاكله. (زيدان.، 1968، صفحة 03)

#### 2-6-1-2- أهداف التوجيه :

- بتحليل هذا التعريف نستنتج أن التوجيه عامة يهدف إلى: (جلال، 1992، صفحة 504 505)

- فهم النفس عن طريق إدراكه لقدراته، و مهاراته ، و استعداداته و ميوله.
- فهم البيئة المادية، و الاجتماعية بما فيها من إمكانيات و نقائص.
- استغلال إمكانياته و إمكانيات بيئته.

- تحديد أهداف في الحياة، على أن تكون هذه الأخيرة واقعية يمكن تحقيقها.
- رسم الخطط السليمة التي تؤدي به إلى تحقيق هذه الأهداف.
- التكيف مع نفسه و مجتمعه، و التعامل معه بشكل فعلي.
- تنمية شخصية الفرد عن طريق الخدمات التي تدخل في برنامج التوجيه من اجل تحقيق الأهداف المرسومة.

#### 2-6-1-3- التوجيه الرياضي:

هو مرحلة البحث و الملاحظة ، و الذي يتضمن تحديد القدرات، و المؤهلات التي يمتلكها اللاعبين و التي تؤهلهم، و تؤمن الاستقرار في ممارسة نشاط رياضي معين، و الوصول في المستقبل إلى أحسن المستويات.

التوجيه الرياضي هو توجيه الفرد إلى نشاط رياضي معين و هذا النشاط يجب أن تكون متطلباته تتوافق مع قدرات الفرد \* **1961 b.m.teplov** فالتوجيه الرياضي حسب هذا التعريف يتطلب من الفرد التلائم و توافق إمكانياته و قدراته مع أي نشاط يختاره .

كل نشاط رياضي يتطلب من الفرد لياقة بدنية تتماشى و أهداف النشاط كما يتطلب عدة أشياء أخرى مثل الحاجات النفسية المورفولوجية ، البدنية ، الفسيولوجية النفسية ...لهذا فالتوجيه الرياضي يكمن في دراسة مبسطة لاستعدادات الشخصية و الإمكانيات المتوفرة للاستجابة بأكبر قدر لمتطلبات الاختصاص الرياضي. (**G.shonholrer1971**) فالتوجيه الرياضي هو توجيه الفرد إلى اختصاص بدني معين حسب رغباته و وتماشياً مع أهدافه و طموحه و يتم هذا التوجيه بتوافق قدراته البدنية و المورفولوجية الفسيولوجية و النفسية مع متطلبات النشاط المختار و إمكانيات بيئته و بهذا يمكن أن يصل إلى ما يصبوا إليه.

#### 2-6-1-4-أسس التوجيه الرياضي:

لقيام بعملية التوجيه يستلزم للموجه التقيد بأسس معينة، تسمح له بأداء هذه المهام على أحسن حال، و بذلك يسمح للموجه أو التلميذ بممارسة الرياضة التي تناسب قدراته ، و من أهم هذه الأسس نذكر:

### 1-الأسس النفسية:

تتلخص هذه الأسس فيما يلي: (حسين، 1981، صفحة 53)

- مراعاة إشباع حاجات الفرد في كل مرحلة من مراحل النمو، مع الأخذ بعين الاعتبار مستوى نضجه و الأصول الثقافية ، و القيم الاجتماعية التي نشأ فيها.
- اعتبار عملية التوجيه عملية يستفيد منها الفرد في رسم طريقته في الحياة، و تعميم ما اكتسبه من خبرة من المواقف الجديدة، و التي تعترض سبيله و التحديات التي تتطلب حلا و دراسة.
- مراعاة الشخصية الإنسانية بصفة تامة حيث جوانب الشخصية المختلفة تؤثر على بعضها البعض.

### 2-الأسس الفلسفية:

يستند التوجيه أساسا على فلسفة المسترشد فيما يخص اتخاذ قرارات مستقبلية، و معنى التوجيه يبدأ من فرد و ينتهي إلى فرد آخر، و لكنه لا يؤمن بفلسفة فردية متطرفة لا تضع اعتبارا للمجتمع، أي أن الفرد يحقق ذاتيته، بمعنى أن هذا التوجيه يقوم على مبدأ التربية الفردية، و وظيفة الموجه لا تزيد تقديم العون الفني الذي يساعد على تحقيق الغرض الذي رسمه المرشد. (حسين، الارشاد النفسي و التوجيه التربوي، صفحة 53)

### 2-6-1-5-أهداف التوجيه :

للتوجيه أهداف كثيرة و هامة يمكن تلخيصها فيما يلي :

#### أ - تحقيق الفرد لذاته :

الدافع الأساسي للفرد وإمكانياته قد تسهل أو تعيق تحقيق ذلك الدافع و لكن الإرشاد النفسي يركز على مساعدة الفرد على تحقيق ذاته مهما كانت الإمكانيات الموجودة عنده بحيث يساعد الفرد قبل كل شيء على التعرف على قدراته وإمكانياته و بعد ذلك يعمل على مساعدته على تحقيق أقصى درجة يمكن أن توصله إليها إمكانياته.

**ب: تحقيق التوافق :**

التوافق هو التكيف مع المحيط و كل منّا بحاجة إليه و التوافق الذي يحتاجه الفرد لا يقتصر على الجانب واحد من جوانب حياته و إنّما يشمل مجالات الحياة المختلفة من مهنية و تربوية و اجتماعية و رياضية و قبل كل شيء على الفرد أن يحقق توافقاً مع نفسه و هو ما يسمى بالتوافق الشخصي .

**ج-تحقيق الصحة النفسية :**

لكي يتوفر لدى الفرد الصحة النفسية و ما تتضمنه من سعادة و أمان فإنّ من أهداف عملية الإرشاد التي تؤدي إلى ذلك مساعدته في الرضا عن أساليب تكيفه مع المجتمع و المدرسة ومع العمل الذي يختاره.

**د-تحسين العملية التربوية**

إن أكثر المؤسسات التي تهتم بالتوجيه هي المدارس و النوادي الرياضية ، المساجد و المراكز الثقافية و تحتاج هذه العملية إلى توفير الظروف النفسية الملائمة .

**هـ- تحقيق التوافق المهني:** يتضمن الاختيار المناسب للمهنة و الاستعداد لها علمياً و تدريبياً، أي وضع الفرد المناسب في المكان المناسب له و للمجتمع . وتحقيق التوافق الاجتماعي يتضمن تحقيق السعادة مع الآخرين و الالتزام بضوابط المجتمع و مسايرة المعايير الاجتماعية و العمل لخير الجماعة ، و تعديل القيم مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.

**2-6-1-6-صعوبات التوجيه الرياضي:**

من المشاكل الأساسية للتوجيه بالنسبة للاعبين المؤهلين تتمثل في القابلية و المؤهلات، بحث كل النشاطات الرياضية تمتلك متطلبات خاصة و التي تختلف فيما بينها، و نذكر منها المتطلبات البدنية، النفسية، الاجتماعية و المورفولوجية، و عندما تتحقق هذه المتطلبات تسمح بتوجيه التلاميذ المعنيين، أي المؤهلين لممارسة نشاط رياضي.

و قد اتفق أخصائيو في هذا الشأن على أن هناك مجموعة من العوامل المشروطة وراثياً التي تؤخذ أو تحمل بنية الجسم و كذا التنسيق الحركي و الاستقرار العضوي ، و بعض الخاصيات النفسية للتلميذ.

فإن التوجيه الرياضي يدرس كل المؤهلات، و القدرات الفردية مع جميع الجوانب التي يرجع حتماً إلى متطلبات النشاط الرياضي، فاللاعب الذي يتمتع بطول القامة و الصحة الجيدة يرغب في ممارسة نشاط رياضي أكثر من الذي له بنية ضعيفة.

و حسب تيبولوف "TIPLOV" : فان الخاصيات التي يمكن أن تكون فطرية هي الخاصيات التشريحية، و الفسيولوجية، و هذا يعني أنه المؤهلات تكون على أساس تطوير القدرات، و لكن هذه القدرات تكون بحد ذاتها نتيجة للعمل الجاد.

و من جهة ينظر " شونولر " : إن الهدف من الوجيه، هو القيام بالدراسة من عدة جوانب للمؤهلات الفردية للقدرات الخاصة لكل تلميذ حسب المتطلبات الأساسية لدراسة شكل التوجيه في الرياضة فهي تحليل على النشاط الرياضي الذي يعد بالتوجيه و التعريف بخصائصه. اختيار الطرق التي تسمح بإظهار الصفات و السمات الشخصية التي تحدد النجاح بممارسة نشاط رياضي معين.

و من جهة أخرى فالتوجيه الرياضي ليس فقط القيام باختيار أحسن للتلاميذ رغبة للحصول على أحسن النتائج الرياضية لها خاصة حماية التلاميذ من طرف الأخطاء التي تأتي جراء ممارسة نشاط رياضي غير مناسب، و غير ملائم للقدرة العضوية. (حسين،، صفحة 54)  
2-7-الانتقاء:

هو الأسلوب العلمي والتخطيط المدروس للوصول إلى أفضل الخامات المبشرة بالنجاح المستقبلي، وأيا كانت الإمكانيات المادية و البشرية المتوافرة فإنها لن تجدي نفعا إذا لم توجه عبر عناصر بشرية مبشرة بنجاح.

#### 2-7-1-تعريف الانتقاء:

يشير كثيرا من المختصين في القياس و كذلك العلوم التربوية إلى تعريف الانتقاء بأنه مشكلة متعددة الأوجه من الناحية التخطيطية و الاقتصادية و الفلسفية و التربوية (الخضري، ، 1994 ، ، صفحة 18)، و الانتقاء هو عملية اختيار الأشياء و الأشخاص المناسبة. و الانتقاء مصطلح يستعمل في جميع مجالات النشاط الإنساني في العملية التكنولوجية و المهنية، الطبية، الرياضية، و إذا عدنا إلى الميدان الرياضي فالانتقاء هو مسار منظم بصفة إرادية يهدف أساسا إلى اختيار الأفراد حسب الخصائص المورفولوجية و القدرات البدنية و الحالة التحضيرية لمتطلبات نشاط رياضي معين حيث هذه الخصائص قابلة للتطور و الوصول إلى أعلى مستوى بفضل التدريبات. إن الانتقاء عملية مهمة ومشعبة الاتجاهات وحلها يتطلب عملا جماعيا يشترك فيه المدرب و الطبيب وعالم النفس على مدى مراحلها ليكتشف الموهوبين منهم من خلال الملاحظات المسجلة و المتابعة الدائمة و الاختبارات المنظمة إلى أن ينتظر بروزهم و تقدمهم إليه من تلقاء أنفسهم.

(مجيد، 1997، صفحة 229 230) الموهبة لا تكفي وحدها و لو كانت تساهم بنسبة كبيرة في تحقيق نتائج عالية هذه الأخيرة لا تكون إلا بتطوير و صقل هذه المواهب بالعمل المثابر و المنهجي و الموجه الرياضي في وسط ملائم. (K.KPhotonov، 1972، صفحة 136) و يعرف الانتقاء بأنه" اختيار العناصر البشرية التي تتمتع بمقومات النجاح في نشاط رياضي معين " (حسنين، 1999، صفحة 196)

لذلك فالانتقاء يتضمن الكشف و التنقية، و التثبيت عبر مراحل متتالية كما انه يتضمن ثلاث أنواع:

- ❖ انتقاء المواهب.
- ❖ انتقاء الفريق.
- ❖ انتقاء المنتخبات.

و قد عرفه فولكوف " Volkov " 1997 بأنه عملية تحديد ملائمة استعدادات الناشئين مع خصائص نشاط رياضي معين فالانتقاء بهذا الشكل يعتمد نوعا من التنبؤ المبني على أساس علمي سليم من خلاله يمكن استدلال عما سيكون عليه الناشئ مستقبلا بمعنى تحديد استعداداته ( قدراته الكامنة) التي تسمح له بتحقيق انجازات عالية في المستقبل إذا ما أعطى العناية اللازمة في التدريب.

و على ذلك فان الانتقاء الرياضي هو عملية في غاية الصعوبة نظرا لان المدرب عليه أن يتنبأ للطفل بقدراته المستقبلية التي لم تظهر بعد. (طه، 2002، صفحة 13) و قد عرفه " J.Borms " 1996 : كونه الاختيار الأفضل للفرد أو مجموعة من الأفراد، و سياقاتها داخل المضمون الخاص.

و عرفه "GAZORLA.G" 1992: على أنه كشف ما هو مخبأ، بل معرفة أي من بين مجموع الأطفال الممارسين و غير الممارسين يمكنه الحصول على حظوظ أوفر لاستيعاب القدرات على المدى الطويل، و عن طريق التمرين البدني في النشاط الرياضي ذو المستوى العالي". إن صياغة بيان المعايير الخاصة المكيفة مع تقييم القدرات في كل نوع من الرياضة هي شرط أساسي لتحديد و انتقاء المواهب. (الحاوي، 28، 2002، صفحة 28)

بينما يرى البعض الآخر بأنه " عملية يتم فيها اختيار أفضل العناصر من اللاعبين أو اللاعبين من خلال عدد كبير منهم خلال برنامج زمني يتوافق و مراحل برامج الإعداد. (الخضري، ، 1994 ، ، صفحة 19)

إن " كلمة انتقاء في اللغة من الفعل انتقى ، ينتقى ، انتقاء .... و انتقى الشيء أي اختاره". ويعد هذا الموضوع احد الموضوعات المهمة في المجال الرياضي، وما يقود الجميع للاهتمام بهذا الموضوع هو أن الأفراد لا يتساوون في إمكانياتهم وقدراتهم إذ أن هناك فروق فردية بينهم والتي تعرف بأنها "التباين و الاختلاف في القدرات العقلية والبدنية والحركية والجسمية " (ERWINE.H، 1999، صفحة 13).

لذا " فان اكتشاف القدرات الحركية والخصائص الفسيولوجية التي يتميز بها كل إنسان ثم توجيهه لممارسة نوع معين من الأنشطة الرياضية يتلاءم مع ما يتميز به إنما يجعل بالحصول على النجاح وتحقيق المستويات المطلوبة مع الاقتصاد في الوقت والجهد والمال الذي يبذل مع أفراد غير صالحين لممارسة نوع معين من الأنشطة الرياضية " (طه، 2002، صفحة 13).

فالانتقاء في المجال الرياضي احد المرتكزات الأساسية في الوصول إلى المستويات المتقدمة إذ ظهرت الحاجة إليه نتيجة لاختلاف خصائص الأفراد في القدرات البدنية و العقلية و النفسية و تبعا لنظرية الفروق الفردية. إذ أن " لكل نشاط أو فعالية أو لعبة رياضية متطلبات أو مواصفات نموذجية يجب توافرها في الرياضي حتى يمكنه أن يحقق مستويات متقدمة في فعالية أو لعبة رياضية " .

"وتستهدف عملية الانتقاء في المجال الرياضي بصفة عامة اختيار أفضل الناشئين لممارسة نشاط رياضي معين و الوصول إلى مستويات عالية في هذا النشاط، و قد ظهرت الحاجة إلى هذه العملية نتيجة اختلاف الناشئين في استعداداتهم البدنية و العقلية و النفسية ، و قد أصبح من المسلم به أن إمكانية وصول الناشئ إلى المستويات العليا في المجال الرياضي تكون أفضل إذ أمكن منذ البداية انتقاء الناشئ و توجيهه إلى نوع النشاط الرياضي الذي يتلائم و استعداداته و قدراته المختلفة ، و التنبؤ بمدى تأثير عمليات التدريب على نمو و تطوير تلك الاستعدادات و القدرات بطريقة فعالة تمكن اللاعب من تحقيق التقدم المستمر في نشاطه الرياضي، وذلك هو جوهر عملية الانتقاء".

فضلا عن ذلك " فالانتقاء الرياضي يخص مجموعة الرياضيين المتميزين بالمواصفات الجسمية و البدنية و الوظيفية و المهارية و النفسية و العقلية التي تعد قدرات و مواهب و استعدادات لممارسة هذه اللعبة أو تلك بما يتلائم و رغبات الممارسين و قدراتهم خلال المراحل العمرية التي يقترحها المختصون". (صبيح،، سنة 1998 ، ، صفحة 27)

والانتقاء هو " الأسلوب العلمي والتخطيط المدروس للوصول إلى أفضل الخامات المبشرة بالنجاح المستقبلي، و أيا كانت الإمكانيات المادية و البشرية المتوفرة فإنها لن تجدي نفعا إذا لم توجه عبر عناصر بشرية مبشرة بالنجاح". (شعير،، 1999، صفحة 63)

كما أن هذه " العملية لها العديد من الأسس التي يجب مراعاتها أثناء تنفيذها إذ يوفر استخدام الأسلوب العلمي إمكانية التنبؤ بمستوى هذا الناشئ مستقبلا في ضوء المعلومات و المقاييس الخاصة ".

إن تحديد الخصائص النموذجية المرتبطة بجوانب النمو البدني و النفسي و الحركي أو المهاري و العقلي التي تتطلبها الألعاب أو الرياضات التي يتم لها الانتقاء ذات أهمية كبيرة " لإيجاد قاعدة من المواهب الرياضية المتميزة لتكون نواة للمنتخبات الوطنية بعد انتقاء أفضلها إلى جانب تحديد برنامج زمني وخططي لتعليم وتدريب الأفراد المختارين و المتوقع لهم تحقيق مستويات عالية في المستقبل (التنبؤ) وذلك للارتقاء بهم بدنيا و نفسيا و عقليا و اجتماعيا سعيا لتكوين منتخبات قومية في مختلف الألعاب أو الرياضات في جميع مسابقات المراحل العمرية المختلفة و ذلك وفقا لبرنامج إعداد بدني و نفسي و خططي و اجتماعي مبني على أسس علمية ".

و الجدير بالذكر أن الانتقاء بحد ذاته عملية اقتصادية أساسا، لكونها تهدف إلى توفير الجهد و الوقت و التكاليف إضافة إلى المساهمة العلمية في استثمار قدرات الناشئ و توجيهها نحو سبل التطور في المستوى الرياضي، فالانتقاء يعني " اختيار أفضل الناشئين الموهوبين لممارسة نوع النشاط الذي يتلاءم مع استعداداتهم و قدراتهم المختلفة " (مصطفى، 1968، صفحة 13).

و الاختيار الصحيح لنوع النشاط المناسب للناشئ ليس مهما فقط لمجرد إعداد بطل المستقبل و لكن لتجنب ابتعاد الناشئ عن الممارسة فيما بعد لذا فمن الأفضل أن تتم عملية الانتقاء في اتجاهين:

الأول: اختيار نوع النشاط الذي يتناسب تماما مع استعدادات و قدرات الناشئ بغرض إشباع اهتماماته الرياضية (عملية التوجيه).

الثاني: تحديد نوع النشاط للناشئ لغرض تحقيق مستويات أداء عالية (شعير، 1999، صفحة 87). و تتأسس عملية الانتقاء على الدراسة العميقة لجميع جوانب شخصية الناشئ واكتشاف خصائصه النفسية وتقويم صفاته البدنية و هذا يعني دراسة كل ما يتعلق بهذا الناشئ من حيث مواصفاته الجسمية وقدراته البدنية و النفسية، و لا تقتصر هذه العملية على اختيار الناشئ إذ إن من "ابرز واجبات الانتقاء تحديد إمكانية الناشئ التي لها صفة التنبؤ بالمستوى الذي يمكن أن يصل إليه في الوقت الافتراضي للبطولة و كذلك إمكانية استمراره في ممارسة النشاط بمستوى ممتاز"،

فموضوع التنبؤ يعد احد أساسيات عملية الاختيار، و الذي يجب أن يعتمد على وسائل علمية بحتة ضمانا لنجاح العملية التدريبية، إذ أن "التنبؤ هو احد الوسائل الأساس الجوهرية للاختيار و هو أسلوب مثبت علميا ويستند على مقياس تخضع لتحاليل و تقييمات معينة" و هكذا تصبح إمكانية وصول الناشئ إلى المستويات العليا أفضل إذا تمكنا منذ البداية من انتقاء الناشئ وتوجيهه إلى نوع النشاط الذي يتلاءم مع استعداداته و قدراته المختلفة والتنبؤ بدقة بمدى تأثير المناهج التدريبية في تطوير هذه القدرات.

أن الألعاب الرياضية المعينة يتعين عليها معلم أو مدرس التربية الرياضية لانتقاء الأفراد في سن مبكرة، وتعد المرحلة العمرية (12-14) سنة مرحلةً مثاليةً لوضع الأساس للمستويات الرياضية العالية وتوجيه الفرد للنشاط الرياضي التخصصي، كما أن منحنيات النمو الجسمي في هذه المرحلة تظهر في شكل يميزها عن المرحلة السابقة حيث يظهر ذلك في صور تغيرات جسمية تعقبها تغيرات بيولوجية مما يؤثر بشكل مباشر على الجوانب الحركية و العقلية و النفسية (حسنين، 1999، صفحة 21).

ويذكر (ماينل) أن المرحلة العمرية (12-14) سنة من انسب مراحل تنمية و تطوير قدرات التلميذ و إن قابلية التعلم عند أطفال هذه المرحلة كبير جدا و تتميز حركات الطفل منها بقدر كبير من الرشاقة و السرعة و القوة و حسن التوقيت و الانسيابية، لذلك فان هذه المرحلة العمرية تعد اللبنة الأساسية في جميع الجوانب التربوية و التدريبية و يبدأ منها التخصص لذا يجب الاهتمام بها بصورة جدية. (شعير، 1999، صفحة 101)

## 2-8- خصائص الانتقاء:

### 2-8-1- الخصائص المورفولوجية:

إن ممارسة أي نشاط رياضي وباستمرار لفترات طويلة يكسب ممارسيه خصائص مورفولوجية خاصة تتناسب ونوع النشاط الرياضي الممارس . ويؤكد عصام حلمي (1987) على أن ممارسة الأنشطة الرياضية ذات الطبيعة الخاصة وبشكل منتظم ولفترات طويلة تحدث تأثيرا مورفولوجيا على جسم الفرد الممارس ، ويمكن التعرف على هذا التأثير بقياس أجزاء الجسم العاملة بصورة فعالة أثناء ممارسة هذا النشاط (محمد حازم محمد ابو يوسف، 2005، صفحة 25). ويتفق العديد من المتخصصين في المجال الرياضي على أن المواصفات المورفولوجية لها علاقة كبيرة في إظهار مستويات جيدة من الصفات البدنية ، وأن هناك علاقة بين التكوين الجسماني للاعب وإمكانية الوصول للمستويات الرياضية العالية ، حيث أن لها تأثير على إظهار القوة العضلية ،

السرعة ، التحمل ، والمرونة ، كذلك تجاوب جسم اللاعب لمختلف الظروف المحيطة به وأيضا كفاءته البدنية وتحقيق النتائج الرياضية الباهرة (محمد حازم محمد ابو يوسف، 2005، الصفحات 25-26). لقد تبين أن الألعاب و الفعاليات الرياضية التي تحتاج إلى طول و وزن أخذت تبرز في المرحلة الأخيرة و ذلك من خلال الدقة في توجيه الرياضيين و هذا ما يسانده "قاسم حسن حسين" في قوله "لقد أظهرت البحوث الميدانية بشكل قاطع أن هناك علاقة بين مميزات بناء الجسم كالطول و الوزن و طول الأطراف و بين المستوى الرياضي العالي، كما أظهرت أن لكل لعبة أو فعالية رياضية صفات جسمية معينة يتطلب ملاحظتها أثناء الاختيار."

ويواصل "قاسم حسن حسين" دعمه لهذه الفكرة فيقول: "ما من شك فيه أن الطول صفة تلعب دورا هاما، فالرياضي الذي طوله أكثر من المعدل الوسطي يناسب الفعاليات التالية: كرة السلة، كرة الطائرة، القفز العالي... ففي هذه الألعاب يجب أن يكون طول الرجال أكثر من 180 سم أما السباحة وركض المسافات المتوسطة و القصيرة يتطلب أن يكون طول الرجال 175 سم." رغم هذا إلا أن عملية اختيار الرياضيين المبتدئين قياسا على صفاتهم الجسمية (الطول و الوزن) ليس سهلا و دقيقا لأن هناك عقبات معينة تقف أمامهم مثل:

- النمو السريع للأطفال في هذه المرحلة العمرية يجعل طول الجسم يختلف من فرد لآخر.
- تغذية الأطفال تختلف من فرد لآخر مما يجعل الفرق واضح في الوزن بالإضافة إلى العوامل الوراثية لذا فإن عملية اختيار الرياضيين تكون نسبية رغم كل الجهود المبذولة و السبب راجع إلى العوامل السابقة الذكر. (WEINECK، 1998، صفحة 97)

## 2-8-2- القياسات الأنثروبومترية وعلاقتها بكرة القدم :

يشير أبو العلا عبد الفتاح وأحمد عمر (1986) أن القياسات الأنثروبومترية لم تدرس حتى الآن دراسة كافية ولكن من خلال الملاحظة العملية يمكن القول أن الناشئين المتفوقين في قياسات الطول ومحيط الصدر ، حجم الفخذين يظهرون نتائج ايجابية في كرة القدم ومع ذلك لا يمكن الجزم بأن الناشئين ذوي المقاييس المتوسطة أو الأقل من المتوسطة لا يمكنهم تحقيق المستويات العالية . (محمد حازم محمد ابو يوسف، 2005، صفحة 30)

ويرى الطالب الباحث أنه على الرغم من عدم وجود أي دلالات علمية تحدد مقاييس محددة أو علاقة لبعض المقاييس الجسمية بمستوى الأداء بالنسبة لمهاجمين كرة القدم إلا أن الباحث يؤكد أهمية هذه القياسات في الكشف عن مستوى اللاعب المهاجم في كرة و هذه الأهمية منطقية حيث أن لعبة كرة القدم تعتبر اللعبة الوحيدة التي يسمح فيها باستخدام جميع أجزاء جسم اللاعب عدا الذراعين داخل حدود

الملعب وبذلك فان ضرب الكرة بالرأس في حالة الهجوم على مرمى الخصم أو في حالة الدفاع في الضربات الركنية والضربات الثابتة المباشرة وغير مباشرة بصفة خاصة والاشتراك في الكرات العالية بصفة عامه يعتمد أساسا على طول اللاعب في حالة تساوي العوامل الأخرى (القدرة - القوة العضلية - التوقع - وغيرها من العوامل الأخرى) . وعلى ذلك فان العلاقة بين كل من الطول الكلي للاعب ووزنه لها أهمية كبيرة في لعبة كرة القدم , حيث أن لاعب كرة القدم يستمر في الكفاح المباشر مع الخصم في إحراز أكبر عدد من الأهداف والدفاع عن مرماهم حتى لا يتمكن الفريق الخصم من إحراز الأهداف باستخدام أجسامهم مما يؤكد ويظهر أهمية العلاقة بين الطول والوزن والتي تتمثل في مسطح جسم لاعب كرة القدم مع مراعاة العوامل الأخرى (التوافق العضلي العصبي - الرشاقة - القدرة - السرعة - القوة - التحمل) .

ويعتمد لاعب المهاجم في كرة القدم في كثير من المهارات الأساسية للعبة مثل المحاورة - الجري بالكرة - التصويب على المرمى - الخداع - المهاجمة على قوة عضلات الرجلين بصفة خاصة وباقي أجزاء الجسم بصفة عامة وعلى ذلك فان كمية عضلات اللاعب تؤثر بصفة ايجابية على أداء اللاعب حيث أن هناك علاقة بين كمية العضلات بالجسم والقوة العضلية , وبذلك نجد العلاقة بين مهارة مثل قوة التصويب على المرمى ترتبط منطقيا مع كمية العضلات المشتركة في عملية التصويب (محمد حازم محمد ابو يوسف، 2005، الصفحات 31-32) .

### 2-8-3- الخصائص الفسيولوجية:

إن التقدم السريع الذي حدث في الآونة الأخيرة في مجال علوم التربية البدنية والرياضية , وما تبعه من حدوث تطورات في مستوى الأداء وتحطيم الأرقام القياسية , وكذلك صغر سن الأبطال , فجر العديد من الموضوعات العلمية التي تستحق الدراسة . ومن الموضوعات التي نالت اهتمام الباحثين هي التعرف على مقدرة اللاعب ومدى تكيف أجهزته الحيوية على أداء المجهود البدني طبقا للنشاط الممارس (محمد حازم محمد ابو يوسف، 2005، صفحة 40). ولقد ساهمت الدراسات الفسيولوجية في هذا المجال حيث أمكن تحديد مدى استعدادات اللاعب الفسيولوجية لأداء مسابقات السرعة أو مسابقات التحمل في ضوء المؤشرات الفسيولوجية الهامة . وبالرغم من أنه لا تزال هناك صعوبات في تحديد نموذج معين للخصائص الفسيولوجية , وتعدد الطرق للتعرف على الإمكانيات الوظيفية للاعب , فقد اتجه كثير من الباحثين إلى التنبؤ في مجال الانتقال على أساس الإمكانيات الوظيفية للفرد بناء على عوامل كثيرة كمؤشرات وظيفية مثل الحالة الصحية والإمكانيات الوظيفية للجهاز الدوري التنفسي

بالإضافة إلى مستوى الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين (علاوي، فسيولوجيا التدريب الرياضي، 1984، صفحة 23).

- إن إبراز ما يتميز به الطفل من خصائص فسيولوجية يتضح من خلال قول بعض العلماء، حيث يقول "أكراموف":

"يختلف جسم الطفل المراهق عن البالغ لأن هؤلاء جسمهم في تطور مستمر، فخلال هذه المرحلة تتكون لديهم بعض العادات و المعارف التي تكون لها فكرة واضحة عند القيام بعمل يكتسب منه معرفة في بعض الأنشطة الرياضية، و كلما كان الطفل صغيرا كلما حدث له تطور سريع، و تكوين الجهاز العصبي يؤثر بشكل إيجابي على تطور النشاط الحركي، أما تطور الجهاز العضلي فهو يزيد من قدرة النشاط العصبي.

و يدعم القول كذلك في توضيح علاقة التغيير الفسيولوجي بالأداء المهاري حيث يقول " أثناء تحديد العمر البيولوجي يمكن دراسة عمليات التطور في العظام لبعض أجزاء الهيكل العظمي و النمو البدني فالزيادة في القامة و الوزن تحدث عند الطفل خلال السنة الأولى من الحياة و تستمر كذلك على ديناميكية النضوج للوظائف الحركية و الفسيولوجية."

زيادة على هذا فالطفل في هذه المرحلة يمتلك مرونة كبيرة بالإضافة إلى الزيادة المحسوسة في حجم القلب والجهاز التنفسي والقفص الصدري الذي يزداد بنسب متفاوتة.

#### 2-8-4- الخصائص الحركية والبدنية:

إن مجالات التطور في المستوى الحركي الذي يصله الأطفال يجعلنا ننظر إلى مرحلة المدرسة المتأخرة على كونها القمة الأولى في التطور الحركي و كأحسن مرحلة للتعلم الحركي في عمر الطفولة و هذا ما يتبين من قول "علي عبد النصيف" إن العمر المبكر لسن المراهقة هذا يعني من الصنف الابتدائي الثالث، وإن أساس التصرفات الحركية لهذه المرحلة من العمر هو الحيوية الحركية الكبيرة جدا و التي يمتلكها الأطفال كما وأنها تمتزج بالفرحة أثناء لعبهم، إن الأطفال يتعلمون السيطرة على الحافز الحركي و كذلك التركيز على نشاط معين و يكون مستوى السعي لديهم عميقا و متوازيا. (WEINECK، 1998، صفحة 99)

ويواصل قائلا: "إن مراحل النمو البدني المتقدمة تظهر لنا أثناء التطور الحركي، سرعة الحركة القابلة للتوافقية تظهر تقدما واضحا خلال الانتقاء من سنة لأخرى و هذا يقابله تطور المرونة مع الأخذ بعين الاعتبار الاختلافات الشخصية و بصورة عامة القوة إذ لا يكون هناك تقوية هادفة و متواصلة لتقوية الذراعين و الجذع.

## 2-9- أهمية عملية الانتقاء :

تتضح أهمية الانتقاء في المجال الرياضي من خلال وظيفته بالكشف المبكر عن الأفراد ذوي الاستعدادات والقدرات الخاصة ، وكذلك اختيار نوع النشاط الرياضي المناسب لتلك القدرات والتي تمكنهم من الوصول للمستويات العالية مع اختصار الوقت اللازم لتحقيق البطولة ، وكذلك قصر الإمكانيات المتاحة في عمليات التعليم والتدريب على الأفراد الذين يمكنهم الوصول إلى المستويات العالية في الأنشطة الممارسة.

وترجع أهمية الانتقاء في كرة القدم إلى أنها أكثر الألعاب الشعبية في أنحاء كثيرة من العالم مما يجعل كثير من الدول المتقدمة في كرة القدم تبذل جهودا مستمرة لإعداد وتنمية فرق كرة القدم للناشئين على أسس علمية واضحة باعتبارها القاعدة العريضة التي تعتمد عليها لنمو وازدهار اللعبة ، حيث تظهر الدراسات التي اتجهت إلى تحليل الأداء للاعبين كرة القدم من خلال الدورات الأولمبية ، والبطولات الدولية أنّ تحقيق النتائج المتقدمة يكون لمن تتوفر فيهم الموهبة الحركية ، الكفاءة البدنية ، ودرجة عالية من المهارة كما تتوفر لـ الإرادة القوية والروح المعنوية العالية ، ومن هنا أصبحت هذه العوامل تشكل أهمية كبيرة عند انتقاء الناشئين مما أدى إلى ظهور العديد من الدراسات في السنوات الأخيرة ، فيذكر كل من أبو علا عبد الفتاح، أحمد عمر 1987 أنه في السنوات الأخيرة ظهرت العديد من الدراسات تهدف إلى تحديد نظام مبرمج وفق أسس علمية لعملية الانتقاء في كرة القدم حيث أن انتقاء ناشئي كرة القدم في الوقت الراهن يعتمد على الخبرة الشخصية وعن طريق الملاحظة المجردة لمجموعة من المؤشرات دون استخدام مقاييس موضوعية. (محمد حازم محمد ابو يوسف، 2005، صفحة 21)

## 2-9-1- هدف عملية الانتقاء :

يشير عادل عبد البصير"أن الهدف من عملية الانتقاء ما يلي:

- الاكتشاف المبكر للموهوبين في مختلف الأنشطة الرياضية.
- توجيه الراغبين في ممارسة الأنشطة الرياضية إلى المجالات المناسبة لقدراتهم وميولهم.
- تحديد الصفات النموذجية لكل نشاط.
- تكريس الوقت والجهد و التكاليف في تدريب من يتوقع لهم تحقيق المستويات العالية.
- توجيه عملية التدريب لتنمية وتطوير اللاعب في ضوء ما يجب الوصول إليه" (الحاوي،،

(2002، صفحة 37 38)

\* تحديد الصفات النموذجية (البدنية، النفسية، المهارية، الخطئية) التي تتطلبها الأنشطة الرياضية المختلفة.

\* الاكتشاف المبكر لذوي الاستعدادات و القدرات.

\* توجيه الراغبين في ممارسة الأنشطة الرياضية إلى المجالات المناسبة لميولهم واتجاهاتهم واستعداداتهم.

\* إيجاد قاعدة عريضة من ذوي الموهبة والاستعداد الرياضي لاختيار أفضل العناصر على فترات زمنية متعددة .

\* تكريس الوقت والجهد والتكاليف في تعليم وتدريب من يتوقع لهم تحقيق مستويات أداء عالية في المستقبل.

\* توجيه عملية التدريب لتنمية وتطوير الصفات والخصائص البدنية والنفسية للاعب في ضوء ما ينبغي تحقيقه.

\* زيادة الدافعية للممارسة الرياضية للتقارب والتجانس لمستويات مجموعة الأفراد بالوحدة والابتعاد عن التباين بينهم .

\* اختيار أفضل الأفراد في نشاط رياضي محدد لتكوين فرق للاشتراك في منافسة معينة .

\* تطوير عمليات الانتقاء الرياضي ومراحله من حيث التنظيم والفعالية بالدراسات والبحوث العلمية المتواصلة.

كما تحدد "بولجاكوفا" (1982 Bolgakova) أهداف الانتقاء في النقاط التالية:

توفير الوقت و الجهد و المال، حيث تقتصر عمليات التدريب الرياضي فقط على الناشئين الذين تتوفر لديهم صلاحية ممن نتوقع لهم تحقيق مستويات رياضية عالية في المستقبل. توجيه الرياضيين الناشئين التوجيه الصحيح لنوع النشاط الرياضي الذي يتناسب مع الكل وفق خصائصه الفردية و استعداداته الخاصة مع مراعاة الميول الشخصية. (الحاوي،، 2002،

صفحة 39)

و يشير "عادل عبد البصير" إن الهدف من عملية الانتقاء ما يلي:

- 1- الاكتشاف المبكر للموهوبين في مختلف الأنشطة الرياضية.
- 2- توجيه الراغبين في ممارسة الأنشطة الرياضية إلى المجالات المناسبة لقدراتهم و ميولهم.
- 3- تحديد الصفات النموذجية التي يتطلبها كل نشاط.
- 4- تكريس الوقت و الجهد و التكاليف في تدريب من يتوقع لهم تحقيق المستويات العالية. (طه، 2002، صفحة 17)

- 5- توجيه عمليات التدريب لتنمية و تطوير اللعب في ضوء ما يجب الوصول إليه.
- و من الأهداف السامية التي يصبو إليها البطل تحقيق أحسن نتيجة رياضية، و في الاختصاص المختار، و محاولة الدفاع عنها. (طه، 2002، صفحة 18)
- و إن تقويم قدرات الرياضي بشكل صحيح حصيلة يجب القيام بها بهدف مقاربتها مع نموذج مثالي وثيقا للفترة التي يكون معرضا إليها، يمكن إتباع عدة أهداف:
- البحث و الكشف الدقيق عن الأفراد، التي تتمتع بالموهبة الرياضية لهدف توجيهها نحو الفروع المناسبة لتطويرها.
  - توجيه البراعم إلى النشاط الذي يتلاءم مع ميولاتهم و قدراتهم.
  - ترتيب الرياضيين حسب إمكانياتهم الفردية في اختصاص معين.
  - تخطيط برنامج التدريب و الأخذ بعين الاعتبار الكفاءات و المستوى الرياضي المتمكن منه
- أضف إلى هذا نقاط الضعف و التفوق لكل رياضي التي قد تم التعرف عليها خلال الاختبارات التقييمية.
- متابعة تطور الإمكانيات و قدرات اللاعبين، و ذلك بمقارنة نتائج التقييم الأول بنتائج التقييم الثاني.

و يمكن كذلك تلخيص أهم أهداف الانتقاء في المجال الرياضي حسب ما ذكره: **صبحي حسانين 1998** فيما يلي:

- ❖ صقل المواهب و إظهار موهبتها الرياضية.
  - ❖ رعاية المواهب و ضمان تقدمها، حتى سن البطولة.
  - ❖ توجيه عملية التدريب الرياضي، و مقدرات التفوق في الفرد الرياضي لحسن الاستفادة منه.
- (حسنين، 1999، صفحة 231)

كما يشير كذلك " عادل عبد البصير " أن الهدف من عملية الانتقاء ما يلي :

- ❖ الاكتشاف المبكر للموهوبين في مختلف الأنشطة الرياضية.
- ❖ توجيه الراغبين في ممارسة الأنشطة الرياضية إلى المجالات المناسبة لقدراتهم و ميولهم.
- ❖ تحديد الصفات النموذجية التي يتطلبها كل نشاط.
- ❖ تكريس الوقت الجهد، و التكاليف في تدريب من يتوقع لهم تحقيق المستويات العالية .
- ❖ توجيه عمليات التدريب لتنمية تطوير اللاعب في ضوء ما يجب الوصول إليه. (الحاوي،،

(2002، صفحة 39)

- و يشير كذلك " مفتي إبراهيم حماد" أن الهدف من عملية الانتقاء هو:
- ❖ التوصل إلى أفضل الناشئين ، و الموهوبين الواعدين غفي الرياضة مبكرا، مما يمكن من التخطيط لهم بمدى زمني أطول يمكن من الوصول إلى المستويات العالية مبكرا، و البقاء فيها أطول فترة ممكنة.
- ❖ توجيه اللاعبين منذ الصغر إلى أكثر أنواع الرياضة التي تتناسب مع قدراتهم، و ميولهم واتجاهاتهم.
- ❖ تركيز الجهود و الميزانيات على أفضل اللاعبين الواعدين.
- ❖ تطوير مستوى الرياضة من خلال تحسين مستويات الأداء لأفضل اللاعبين ، مما ينعكس ايجابيا على الرغبة في الممارسة، و زيادة متعة المشاهدة. (مفتي، 1988، صفحة 303)

## 2-9-2-الواجبات المرتبطة بالانتقاء الرياضي:

1. التحديد الجيد للصفات النموذجية التي يتطلبها نوع النشاط الرياضي ويتم ذلك من خلال وضع نماذج لأفضل مستوى من الرياضيين في كل نوع من النشاط الرياضي حتى يمكن الاسترشاد منها في عملية الانتقاء.
2. التنبؤ ويعتبر من أهم واجبات الانتقاء حيث أننا إذا لم نستطع التنبؤ بالاستعدادات التي لم يمكن التعرف عليها في المراحل الأولى(مراحل اكتشاف المواهب) فلا فائدة من عملية الانتقاء.
3. العمل على رفع فاعلية عمليات الانتقاء من خلال إجراء الأبحاث والدراسات المتخصصة.
- 4.مراعاة التنظيم الجيد لخطوات عملية الانتقاء وذلك في ضوء الأسس العلمية بمختلف جوانبها.

## 2-10-انتقاء الناشئين بالأسلوب العلمي:

- إن إتباع الأسلوب العلمي في انتقاء الناشئين الموهبين عدد من المزايا هي كما يلي:
1. إن الانتقاء الأسلوب العلمي يقصر الوقت الذي يمكن أن يستغرقه الناشئ للوصول إلى أفضل مستوى ممكن للأداء.
  2. إن الانتقاء من خلال الأسلوب العلمي يساعد المدربين في العمل مع أفضل الخامات المتوافرة من الناشئين.
  3. إن انتقاء الناشئين بالأسلوب العلمي يمكن أن يوفر الفرصة للعمل مع مدربين أفضل.
  4. إن انتقاء بالأسلوب العلمي يتيح الفرصة للناشئين الموهبين فعلا للوصول إلى المستويات العالية.

5. إن درجة تجانس الناشئين الموهوبين تكون واحدة تقريبا مما يحفزهم مع تقدم مستويات الأداء.

6. إن انتقاء الناشئين من خلال الأساليب العلمية يعطيهم الثقة أكبر حيث يؤثر ذلك ايجابيا في التدريب و الأداء. (سعد، 2004)  
2-10-1- علاقة الانتقاء ببعض الأسس العلمية:

ترتبط مشكلة الانتقاء ببعض النظريات والأسس العلمية مثل الفروق الفردية والاستعدادات ومعدل ثبات القدرات والتصنيف، وجميعها ذات قيم متباينة وهامة لمشكلة الانتقاء مما يستوجب إلقاء الضوء على المجالات المرتبطة.

#### أ. علاقة الانتقاء بالفروق الفردية:

إن اختلاف الأفراد في استعداداتهم وقدراتهم البدنية وميولهم واتجاهاتهم في الممارسة الحركية، يتطلب أنواعا مختلفة من الأنشطة الرياضية تناسب كل فرد، وذلك ما يسمح بتغطية الميول و الرغبات بما يتماشى مع قدرات الأفراد وإمكانياتهم البدنية والعلمية، وبالتالي العملية التدريبية لم يعمد فيها الأساليب و البرامج الموحدة لكل الأفراد، و اللاعبين ليسوا قوالب ذات أبعاد موحدة تصب فيها العملية التعليمية و التدريبية، فالأمر يتطلب برامج متنوعة تناسب الطبيعة المختلفة للأفراد وهذا ما يحدث بالفعل في التدريب الرياضي للمستويات العالية. (النمكي، 1997 ، صفحة

(109)

#### ب. علاقة الانتقاء بالتصنيف:

التصنيف (classification) له أهداف عدة أهمها:

تجميع الأفراد أصحاب القدرات المتقاربة في مجموعات متقاربة وتنظيم لهم برامج خاصة بهم وهذا يحقق عدة أغراض هي:

1. زيادة الإقبال على الممارسة: فوجود الناشئ داخل مجموعة متجانسة يزيد من إقباله على النشاط، وبالتالي يزداد مقدار تحصيله في هذا النشاط.
2. زيادة التنافس: إذا اقتربت مستويات الأفراد أو الفرق سيزداد تبعا لذلك التنافس بينهم، فالمستويات شديدة التباين بين الفرق أو الأفراد قد تولد اليأس أو الاستسلام.
3. العدالة: كلما قلت الفروق الفردية بين الأفراد أو الفرق، كلما كانت النتائج عادلة والفرص الممنوحة متساوية.

4. الدافعية: فالمستويات المتقاربة تزيد من دافعية الأفراد والفرق في المنافسة. (Sara، صفحة 117)

2-10-2-الصعوبات التي تواجه عملية انتقاء المواهب الرياضية:

هناك عدة صعوبات ونذكر منها: (حماد م.، 1998، صفحة 323)

✓ الاعتماد على الخصائص الجسمية الثابتة لتحديد والتنبؤ بالرياضي الموهوب أثناء عملية التقييم في حين أن هناك عوامل أخرى نفسية، اجتماعية...وهي متغيرة.  
 ✓ عدم وجود قياسات ومعايير ثابتة تحدد قدرات الرياضي الموهوب، فالاختبارات التي تجرى أثناء الانتقاء لا تعبر سوى عن نسبة قليلة من قدرات الرياضي الحقيقية.  
 ✓ أثناء عملية الانتقاء من الصعب الحكم على الرياضي الموهوب نظرا لأن الموهبة هي حالة نادرة.

✓ عدم وجود سن ثابت بالنسبة لظهور الموهبة، فهي مرتبطة بتطور قدرات الرياضي المختلفة والمتواصلة (جسمية، نفسية، حركية...) مما يطرح مشكلة اكتشافها وانتقائها وتوجيهها نحو التخصص.

2-11-11-اختبارات التقييم

2-11-1-تعريف الاختبار: لا يعتبر أداة للقياس فقط، ولكن أيضا تقييم ومقارنة، وتفسير، وكذلك مؤشر للاعب كرة القدم. (أنسيان، 2004، صفحة 207)

الاختبار: اختبار معين (بدنية والنفسية والمعرفية...) وموحدة (نفس المهمة لجميع الممتحنين) قياس قدرة معينة. (فراي، 1998، صفحة 229)

شيدت هذه الاختبارات من البحوث العلمية (مختبرات، الميادين، والتكنولوجيا الطبية) والتي تعتمد على المعرفة بمعايير علمية واضحة (سلام تقييم والجدول، وشبكات...)، فهي تسمح بمعرفة المعايير والخصائص الفردية والجماعية. (أنسيان، 2004، صفحة 216)

الاختبار هو ممارسة أو استبيان موحد وهو عبارة عن ممارسة نفذت بعد بروتوكول دقة التنفيذ للحصول على قيمة معينة. ويمكن أن تكون مباشرة أو غير مباشرة، عن طريق الملاحظة أو القياس باستخدام جهاز معين. تطبق دائما في نفس الظروف، ونفس الشروط (ريس وبريفوست، 2013، صفحة 40)

2-11-2-خصائص الاختبارات:

- السلامة / نظرا لخطر الناجم في وضع اختبار فمن الممكن أن يصاب اللاعب بعد أدائه لعملية التقييم.

- تكلفة أداء الاختبار، مثل سعر شرائط أو الأجهزة الكهربائية لاكتات البلازما الدم لأداء.
- توفر المعدات اللازمة لتنفيذ الاختبار.
- الحد الأقصى لعدد الأشخاص الذين سيتم تقييمهم .
- وقت التنفيذ اختبار.
- إلزامية استدعاء وحضور الطاقم الطبي لإجراء الاختبار.
- صعوبة فهم الاختبار لأكثر عدد من المختبرين.
- الفئة العمرية التي تقوم بالاختبار.

### 2-11-3- استعمال الاختبار :

بتعدد أنواع الاختبارات، يهتم بأربعة وظائف متكاملة متميزة ومفيدة للمدرب ومدرب اللياقة البدنية.

- أ- وظيفة التدريب: اختبار يمكن أن تستخدم بمثابة تمرين خلال العملية التدريبية.
- ب- وظيفة القياس: يتم استخدام اختبار لتحديد المستوى الحالي للفرد أو مجموعة من الأفراد.
- ج- وظيفة مقارنة: اختبار بشكل دوري يقيس التغيرات، والآثار الإيجابية أو السلبية للتدريب. كما أنها تسمح للأفراد لمقارنتها.
- د- وظيفة الدافعية : وجها لوجه مع اللاعبين لتحفيزهم. (تورين 2002، صفحة. 42)

### 2-11-4- أهداف الاختبارات: والهدف من هذه الاختبارات هو:

- وضع آلية لمتابعة مستوى البدني والفني للرياضي.
- تحسين المعرفة من المدرب والرياضي على تحليل الأداء.
- كشف وانتقاء الرياضيين الموهوبين ، وبالتالي زيادة فرص الاختيار يمكن الاعتماد عليها في مصلحة اللاعب وهياكل التكوين الاتحادية.
- تقييم عدد كبير من الرياضيين.
- إنشاء قاعدة بيانات على المستوى الوطني لتقييم مستويات إمكانات.
- تقييم مستوى المؤشرات الفسيولوجية المشاركة في جهد.

### 2-11-5- تصميم بطارية اختبار :

عند القيام بإنشاء جملة من المعايير باستخدام مجموعة من الاختبارات، لا تخص قياس اللياقة البدنية لوحدها، بل التحكم المثلي لتحقيق أقصى قدر من الموضوعية والمصدقية على جميع القياسات.

### 2-11-5-1- اقترح التوصيات التالية لبطاريات الاختبار:

الاختبارات الغير متعبة (مثل القياسات الأنتروبومترية، وقياسات القلب في حالة الراحة، وما إلى ذلك.....)

اختبارات خفة الحركة.

اختبارات القوة والقدرة.

اختبارات السرعة.

اختبارات التحمل.

اختبارات التعب اللاهوائية.

اختبارات القدرة الهوائية (ريس وبريفوست، 2013، صفحة 40، البروتين صفحة 53)

ومن بين الاختبارات البطاريات المتاحة، هناك، كما يعتبر كرة القدم، خمسة أنواع من الاختبارات (توربين، 2002، صفحة 43.)

➤ اختبارات القياس الحيوي.

➤ اختبارات اللياقة البدنية.

➤ الاختبارات الفنية.

➤ اختبارات بيولوجية.

➤ الاختبارات النفسية والذهنية.

### 1-اختبارات القياس الحيوي:

وهي تستهدف ما يلي:

أ) الطول: بداية - نهاية الموسم.

ب) الوزن: يسجل كل أسبوع.

ج) الدهون: نسبة الدهون في الجسم.

د) سن العظام: أنه يمثل سن الفسيولوجي للرياضي ، يميز العمر البيولوجي والعمر الزمني لتقييم درجة النضج.

## 2- اختبارات اللياقة البدنية:

-التعريف: اختبار لتقييم القدرات البدنية. (تورين، 2002، صفحة 42)

3-وظائف الاختبارات البدنية: فهي تسمح بتحقيق عدّة وظائف:

أ- إنشاء الملف الشخصي رياضي:

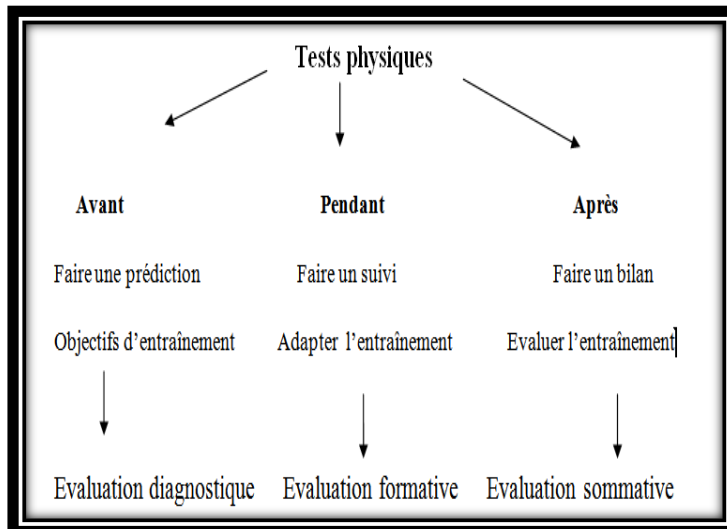
بمجرد أن نعرف العناصر والخصائص التي تميز النشاط، من الضروري إظهار نقاط القوة والضعف في ما يتعلق النشاط.

ب- مقارنة الرياضيين بمعايير المثالية:

عند استخدام اختبارات اللياقة البدنية، والتي يتم تحديدها يتم مقارنتها مع الآخرين إلى أن تكون فعالة، يجب أن تستخدم الجماعة الرياضية كمؤشر أو مرجع يتم الاعتماد عليه للمتابعة و لتطوير المستوى.

ج- متابعة تطور رياضي أثناء التدريب:

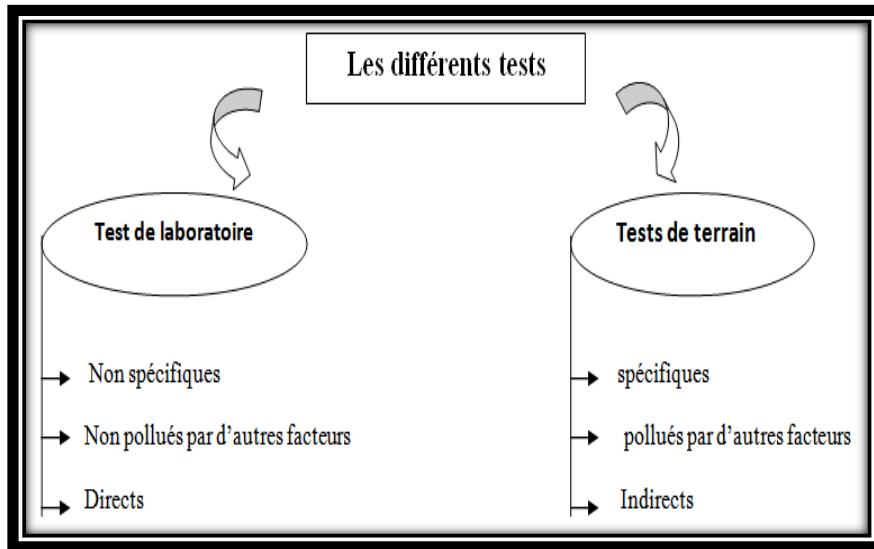
خلال الموسم، واختبارات على فترات ، تساعد في رصد تطور اللاعب، وتكييف تدريبه، ثم الاختبارات المستخدمة لمقارنة ل لاعب. (كايل، 2007، صفحة 98)



الشكل رقم 23 : الخطوات واختبارات اللياقة البدنية موضوعية خلال الموسم(كايل، 2007،الصفحة 100)

وفقا لهذا الشكل المقترح من قبل كايل، يمكننا أن نرى أن الهدف من الاختبارات البدنية باختلاف المرحلة من الموسم الرياضي.

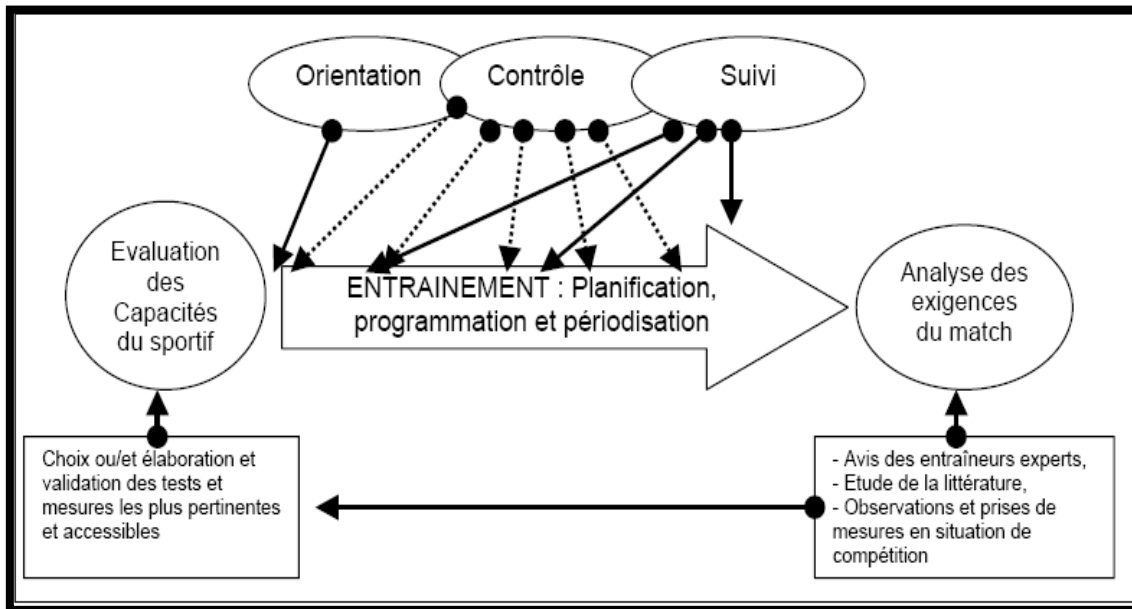
14-2- مختلف الاختبارات البدنية المستخدمة في كرة القدم:



الشكل رقم 24 : أنواع مختلفة من الاختبارات لكرة القدم دلال (2012)

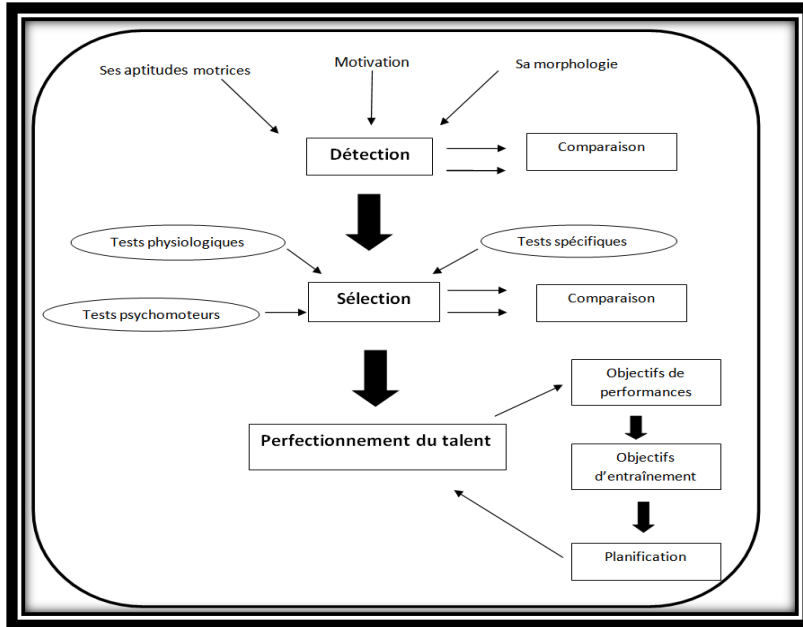
نماذج حول التقييم في كرة القدم :

طريقة كازورلا 2006 :



الشكل رقم 25 : عملية التقييم لكرة القدم وفقا كازورلا 2006

- في عملية التقييم كازولا (2006)، يتضمن عددا من الخطوات في الترتيب الزمني. وأهمها:
- تحليل المتطلبات المحددة من المباراة استنادا إلى مصادر مختلفة (المدرين الخاص، وخبراء، ومراقبة المنافسة، والدراسة النظرية ... الخ)
  - تطوير والتحقق من الاختبارات وتدابير محددة لتقييم اللاعب.
  - السيطرة و التوجيه والرصد محتوى التدريب خلال موسم أو دورة.
- طريقة أنسيان 2008 صفحة 214:
- وتشمل هذه الطريقة لأنسيان 2008 عددا من الخطوات التي يتم تقديمها في الترتيب الزمني:
- (1) التحليل والمقارنة لعوامل أداء كرة القدم والمهارات الحركية للاعب.
  - (2) إمكانية التمييز والقدرة على تقييم.
  - (3) اختيار أدوات القياس أو إنشاء اختبارات محددة.
  - (4) مجموعة منظمة والبيانات.
  - (5) معالجة القيم التي تم الحصول عليها.
  - (6) الاتصالات والتفسير الجماعي والفردى.
- طريقة بورتمان:



الشكل رقم 26: نموذج التقييم وفقا بورتمان في كرة القدم

وفقا لبورتمان، عملية تقييم ترتبط بعوامل مختلفة للوصول إلى المواهب بدءا من الكشف الذي يقوم على (مهارات، الجانب مورفولوجي ودافعية الإنجاز)، ثم يبدأ اختيار على أساس الاختبارات الفسيولوجية والاختبارات النفسية الحركية واختبارات محددة.

## 2-12- مفهوم مراكز اللعب في كرة القدم :

مركز اللعب يمكن تحديده بالموقع الذي يحدده للاعب في بناء متكامل للاعب الفريق حيث يقوم من خلاله بتنفيذ واجباته الهجومية والدفاعية في اطار خطط موضوعية ، ويعتبر تكامل أداء الفريق وظهوره كوحدة واحدة خلال المباراة يعتمد أساسا على تنفيذ اللاعبين لواجبات المراكز المختلفة لكل منهم.

ولكل مركز واجبات محددة يؤديها خلال المباراة انطلاقا من طريقة اللعب والخطط المستخدمة، وتساعد عملية تحديد مراكز اللعب في تحديد المهام والواجبات الملقاة على عاتق كل لاعب في الفريق فمهما زادت واتسعت هذه المهام والواجبات فإنّ تحديد المراكز يضمن إلى حد كبير عدم التعارض في أداء المهام وتنفيذ الخطط المختلفة من الملعب، وبالإضافة إلى ذلك فإنّ تحديد لمركز اللعب يضمن من جهة أخرى التنسيق والتنظيم في تغطية جوانب الملعب المختلفة دون إهمال لمساحة معينة قد تكون ذات أهمية في سير مجريات المباراة، إنّ توزيع المهام والأداء في صورة مراكز لها متطلبات الأداء الخاصة تشمل تكامل الأداء وتوفير الجهد (إبراهيم، 1994، صفحة 35).

## 2-12-1- الأقسام الرئيسية لمراكز اللعب الهجومية:

### 1- الجناحان والذان رقمهما "7" و "11" :

يجب أن نميز من يشغل هذا المركز بالسرعة وأداء مهارة المراوغة بمستوى عالي بالإضافة إلى عمل التميريات العريضة القوية والتصويب القوي الدقيق من جميع الزوايا، وتعتبر المنطقة التي يشغلها الجناح منطقة هامة وأساسية في التغلب على كثافة عدد المدافعين وتكتلهم أمام المرمى.

### 2- الواجبات الخطئية الهجومية للجناح :

- أ- فتح ثغرات في منطقة الجناح وإمداد باقي المهاجمين بالكرات العرضية أمام المرمى.
- ب- العمل مع لاعبي خط الوسط ورأس الحربة والظهير على خلق المساحات الخالية واستغلالها استغلالا هجومياً مفيداً بالإضافة إلى الجري الحر وتبادل المراكز.
- ت- العمل على إنهاء الهجمات بالتصويب القوي المنقن مع باقي المهاجمين.

### 3-الواجبات الخطئية الدفاعية للجناح:

- أ- مراقبة الظهير في حالة تقدمه أو من يحل هذا المكان.
- ب- ينظم إلى التشكيل الدفاعي لفريقه وذلك من خلال منطقة حيث يعمل بالتعاون مع الظهير ولاعب خط الوسط على تغطية اللاعبين المنافسين المتواجدين فيها.

### 2-12-2- قلب الهجوم (رأس الحربة) والذي رقمه "9" :

هو اللاعب الذي توكل إليه مهمة التهديد ، ويجب أن يتميز بالقدرة على خلق الفرص للتهديد واستغلالها استغلالاً مفيداً ، وطريقته في ذلك المهارات العالية والتفكير الصحيح ، ولا بد لمن يشغل المركز من أن يتقن المراوغة والتصويب من جميع الأوضاع والزوايا بالقدم والرأس وتحت ضغط المنافس.

### 1-الواجبات الخطئية الهجومية لقلب الهجوم:

- أ- إحراز الأهداف من خلال التحركات غير المحمودة في ثلث الملعب الهجومي للفريق.
- ب- العمل على استغلال جميع التمريرات العرضية والأمامية التي تلعب إليه داخل منطقة الجزاء وذلك بالتصويب إلى المرمى.
- ت- يقوم بجميع التحركات التي يكون هدفها مساعدة باقي زملائه اللاعبين على نجاح الخطط الهجومية الاختراقية من حيث الجري الحر وتبادل المراكز وخلق المساحات الخالية.

### 2-الواجبات الخطئية الدفاعية لقلب الهجوم :

العمل على عرقلة تقدم الخصم بالكفاح للاستحواذ على الكرة منه إذا ما أصبحت في حوزة المنافسين في غضون المنطقة التي تحددها له الخطة الدفاعية الجماعية للفريق. ( مفتي ابراهيم ، صفحة 200 )

### 2-13- خطط اللعب الهجومية :

تهدف خطط الهجوم أساساً إلى تمكين الفريق من إصابة مرمى الفريق المضاد بأكبر عدد من الأهداف . وكقاعدة عامة تستدعي الخطط الهجومية أن يكون لاعبو الهجوم على مستوى عال من المهارات الأساسية و القدرات الحركية أكثر من لاعبي الدفاع . وقد يكون من السهل نوعاً على لاعبي الدفاع منع المهاجم من إصابة الهدف ، و على العكس من ذلك ، فإنه من الصعب على المهاجمين أن يقوموا بالتخطيط لإصابة الهدف ، و لذلك يصبح تدريب

المهاجمين أكثر أهمية من تدريب المدافعين ، وان كان هذا لا ينفى الدور الهام الذي يلعبه الدفاع في نجاح المباراة أو الفريق ولما كان الفريق الحائز على الكرة هو المهاجم ، فإنه يكون لديه المبادأة ، والميزة ، و الفرصة في خلق و بناء الهجوم ، و تحديد سرعته ، و اتجاهه ، ومن الواضح أن يعمل الفريق على أن ينهي الهجوم لصالحه ما أمكن (حنفي مختار، 1998، صفحة 181).

و تنقسم خطط اللعب الهجومية إلى :

. خطط الهجوم الفردية .

. خطط الهجوم الجماعية .

### 1-1- خطط اللعب الهجومية الفردية :

هي التحركات و المهارات التي يقوم بها اللاعب بمفرده داخل الإطار العام لخطط اللعب الهجومية و تنقسم وسائل تنفيذ الخطط الفردية إلى :

أولاً : المحاورة أو المراوغة .

ثانياً : الخداع

ثالثاً : التصويب .

### 2-المحاورة أو المراوغة:

تهدف المحاورة إلى أغراض متعددة أهمها :

. وضع الخصم في وضع يسمح للمهاجم بالتمرير لزميله بحرية .

. المرور من مدافع و التخلص منه .

. إن تبقى الكرة مع الفريق ، فهناك مواقف لا يستطيع فيها المهاجم أن يمرر الكرة لزملائه إذ

يكونون في مراكز غير ملائمة لتمرير الكرة إليهم ، و لذلك يجب أن يقوم المهاجم بالمحاورة .

### 2-13-1- الأسس التي تعتمد عليها المحاورة السليمة :

و يعتمد إتقان و قدرة اللاعب في المحاورة على الأسس الآتية :

1- السرعة : و تتمثل في سرعة الجري بالكرة ، و سرعة حركة اللاعب في مختلف اللاتجاهات ،

و سرعة تلبية اللاعب ، و سرعة أدائه .

- 2- التحكم في الكرة : و يعني هذا السيطرة على الكرة ، القدرة على التحكم فيها أثناء الجري بها، القدرة على تغيير السرعة سواء أثناء المحاورة ، أو تغيير الاتجاه أثناء الجري .
  - 3- ارتباط المحاورة غالبا بالخداع يعطيها تأثيرا و فعالية أكثر .
  - 4- كبر زاوية رؤية اللاعب للملعب أثناء المحاورة وعدم نظره للأسفل باستمرار مما يجعله قادرا على الجري في الأماكن الصحيحة و تنفيذ الغرض الخططي من المحاورة .
  - 5- الثقة بالنفس : و هذا العامل النفسي له أثر كبير على اللاعب في التغلب على الخصم .
  - 6- الخطة المباغته للخصم : و تعني اختيار اللحظة المناسبة ليقوم المهاجم بالمراوغة و يفاجئ المدافع .
- ومن الطبيعي أن المحاورة الجيدة تعني هذه الأسس السبعة مجتمعة . و وفقا لبعد اللاعب المدافع يكون بعد الكرة عن اللاعب المهاجم ، فإذا كان المدافع قريبا من المهاجم ، كان لابد و أن تكون الكرة قريبة من المهاجم ، وان يضع جسمه بين الكرة و المدافع .
- و المهاجم الذي يجيد المحاورة لاعب خطير يعمل المدافعون له ألف حساب. وهو قطعاً أعلى اللاعبين و أشهرهم ، ومن الأمثلة على ذلك كريستيانو رونالدو لاعب ريال مدريد ونايمار دا سلفا لاعب باريسانجرمان وميسي لاعب برشلونة حاليا و غيرهم .و ترجع قيمتهم إلى أنهم نادرون في العالم و أن فرقهم تعتمد عليهم دائما في إحراز الأهداف أو الإعداد لها ، من ثم جلب الفوز لفرقهم ، علما بأن التصويب و إحراز الأهداف يأتیان غالبا بعد المحاورة الناجحة التي يجيدونها.
- و نظرا لأن طرق اللعب الحديثة تقتضي أن يكون عدد المدافعين أكثر من المهاجمين ، أصبحت إجادة المهاجمين للمحاورة عاملا مهما جدا و أساسيا .
- ومن البديهي انه لا يسمح للاعب المدافع بالمحاورة في منطقة جزائه ، بل أن المحاورة قد تكون خطرة و تسبب في أن يحرز الفريق المضاد هدفا .
- أما المراوغة أمام مرمى الخصم فهي خطيرة و مفيدة و تترك الدفاع خاصة إذا أعقبها التصويب القوي .
- و المحاورة لها قيمة كبيرة في تنفيذ خطط اللعب ، لذلك عمد المدربين على تقوية المهارة لدى اللاعبين خاصة جناحا الفريق .

### 2-13-2- التمويه و الدفاع:

تتميز كرة القدم الحديثة بدقة اللاعبين في أداء مهاراتهم و السرعة في اللعب، و العمل الجماعي، مع ارتباط ذلك بالمباغطة التي تعتمد على الخداع و التمويه. و على المهاجم اختيار نوع الخداع الذي سيقوم به ضد المدافع، ولذلك يصبح واجبا أن يتعلم أنواعا كثيرة من الخداع، لكن من الأهم أن يتعلم عددا معيننا منها و يستطيع تنفيذها بدقة أثناء المباراة و يكون لها التأثير المطلوب . و هذه بعض الملاحظات عند التدريب على الخداع :

- . على المدرب أن يعلم اللاعب حركة خداع واحدة حتى يتقنها، ثم ينتقل إلى أخرى.
- . تنويع حركات الخداع أثناء اللعب .
- . تعليم أنواع الخداع و التمويه للاعب وفقا لإمكانيته البدنية .
- . يتوقف الخداع أيضا على الملعب من حيث اتساعه و ضيقه وحالة الأرض و سرعة الهواء .
- إن المهاجم الذي يجيد الخداع و يمر من المدافع أكثر من مرة بحيل مختلفة يؤثر تأثيرا كبيرا على نفسية المدافع فيجعله يهتز و يفقد الثقة بنفسه ، وعلى العكس من ذلك ترتفع معنويات المهاجم .
- . على المدرب أن يكشف طرق الخداع الفردي في كل لاعب و يقويها.
- . على اللاعب أن يربط بين الخداع و المهارات الأساسية أثناء الحركة و الجري.
- على اللاعب أن يقتنع بأنه لن يصبح لاعبا ممتازا إلا إذا تدرّب على الخداع بمثابرة و إصرار .
- و لذلك فإنه يستحسن أن يقوم بالتدريب الفردي حتى يجيد كل طرق الخداع.

### 2-13-3- أنواع الخداع "التمويه" :

يرتبط الخداع كما ذكرنا بالمهارات الأساسية المختلفة و أهمها ما يأتي :

#### 1- الخداع مع السيطرة على الكرة أثناء الحركة :

في أغلب مواقع اللعب يستقبل اللاعب الكرة وهو واقع تحت ضغط الدفاع و مراقبته ، وهذا يتطلب من اللاعب أن يربط بين الخداع و تقدمه لاستقبال الكرة حتى يستطيع أن يخدع اللاعب المضاد و يضلله للحظة هي في الحقيقة كافية للتخلص من مراقبته ، و بذلك يكون لديه الوقت و المكان المناسبان لاستقبال الكرة و الجري بها في الاتجاه المطلوب .

## 2- الخداع مع المحاورة :

عندما تكلمنا عن المحاورة ذكرنا أن من أسسها الخداع . و اللاعب الممتاز هو الذي يربط بنجاح بين المحاورة و الخداع .فالخداع أثناء المحاورة يمكن اللاعب من التغلب على الخصم ، و إجادة الخداع مع المحاورة يقوي من ثقة اللاعب بنفسه و في نفس الوقت يضعف من ثقة الخصم .

## 3-الخداع مع التمير:

على المهاجم أن يربط التمير بالخداع حتى يمكن أن تصل الكرة إلى المكان المرسله إليه بدون أن بقطعها المدافع . بل إن انتباه المدافع يكون في لحظة تمرير الكرة متجها إلى المكان الخطأ نتيجة الخداع مما يتيح الفرصة للمهاجمين للتصرف السليم بدون ضغط من الدفاع .

## 4- الخداع مع التصويب :

على اللاعب أن يستخدم كل قوته للتصويب ، ومع ذلك فلو وضعت في الكرة بعض التأثيرات التي تغير اتجاهها أثناء سيرها في الهواء فإن هذا يصعب من مهمة الحارس ، ويتم ذلك بخداع المهاجم للمدافع و الحارس بجسمه و التصويب في الاتجاه المغاير لحركة جسمه .

## 5-التصويب :

التصويب هو السلاح القوي الذي يملكه الفريق لتهديد الفريق الآخر. و اللاعب الذي يجيد التصويب لاعب تخشاه الفرق الأخرى . و تسجيل الأهداف في مرمى الفريق المضاد هو تحقيق للهدف من المباراة . إن اهتزاز شباك المرمى يثير في الجمهور و اللاعبين نشوة كبرى . و إن التدريب على التصويب أصبح يأخذ حاليا مكان الصدارة في التدريب اليومي (حنفي مختار، 1998، الصفحات 182-187).

. و هناك مؤثران يحددان طريقة ، و مكان ، و سرعة التصويب هما :

. المهارة الفنية للاعب المهاجم و قدرته على التصويب من أماكن مختلفة بطريقة صحيحة .  
. خطط اللعب الفردية و الجماعية .

## 2-14-خطط اللعب الهجومية الجماعية :

إن الخطط و التحركات الفردية رغم أهميتها ليست لها الخطورة الكبيرة التي يتسم بها اللعب الجماعي الذي يشكل الخطر الحقيقي على الدفاع ، و اللعب الجماعي يتطلب مساعدة وتعاون أحد عشرة لاعب بغرض تسجيل هدف إن أمكن ذلك ، و اللعب الجماعي الهجومي يقتضي على

المدافعين التركيز ليس فقط على الكرة بل على المهاجمين أيضا ، كما أن اللعب الجماعي يجعل الفريق الحائز على الكرة يبذل مجهودا أقل و تتحرك الكرة بينهم في ترابط محكم نحو هدف الفريق المضاد ، أي أن التمريرات تكون للأمام بعمق ، أما التمريرات العرضية أو الخلفية فلا تستعمل كثيرا و لكن وفقا لخطة تهدف إلى فتح الثغرات أو اللعب .  
و الغرض الأساسي من التحركات الجماعية هو المهارة الفنية ، و الفهم الخططي ، و اللياقة البدنية للفريق .

## 2-14-1- أسس التدريب على اللعب الجماعي :

إن التعاون بين مجموعة من اللاعبين ينمي القدرة و المهارات الأساسية للاعبين، فإنه بقي دائما ذلك التأثير المتبادل بين الخطة الجماعية، و الخطة الفردية في المقام الأول. و يعني هذا أن اللاعب يجب أن يضع في اعتباره أن تكون تحركاته الخططية الفردية {المحاورة ، التصويب، الخداع} داخل إطار الخطة العامة للفريق . و يبدأ التدريب أولا بالتمرينات البسيطة التي تكون بين اثنين أو ثلاثة لاعبين، و التدريب على الخطط في هذه المرحلة المبكرة يصاحبه التدريب على المهارات الأساسية، و كلما ازدادت مهارتهم الفنية تقدم المدرب بالخطة معهم .  
كذلك يعمل التمرين الخططي في نفس الوقت على اكتساب اللاعب اللياقة البدنية ، فهو يحسن من سرعته و ينمي قوته ورشاقته (عبد المجيد نعمان-محمد عبده صالح، صفحة 68).  
من هذا نرى أن اللعب الجماعي هو النقطة الأساسية في التمرين الخططي .  
و للتدريب على الخطط الجماعية تعطى التمرينات التي تشبه المباريات {6:6، 8:8} وهي تلعب دورا كبيرا في الإعداد الخططي و تكون غالبا في المرحلة الأخيرة من فترة الإعداد و قبل بدء موسم المباريات و خلاله .

## 2-14-2- وسائل تنفيذ الخطط الهجومية الجماعية هي :

.التمرير .

. استقبال الكرة .

. الجري الحر و تبادل المراكز .

### 1- التمرير :

مما لا شك فيه أن التمرير بين لاعبي الفريق الواحد هو عصب اللعب الجماعي، فبدون التمرير يصعب تحرك الفريق . و دقة التمرير و طريقته تميز الفرق .

و التميرير يمكن أن نميزه بالآتي :

- الاتجاه :فالكرة ممكن أن تضرب للزميل لتذهب إليه أماما أو جانبا أو بميل أو خلفا .
- ارتفاع: يمكن للاعب أن يحدد ارتفاع التميريرة ، فهي إما أرضية أو عالية أو نصف عالية .
- القوة : و تتميز التميريرة بأنها قوية {سريعة} أو ضعيفة {بطيئة} ، و بالقوة المناسبة .
- زمنها : التميريرة يمكن أن تكون مباشرة ، أو بعد استقبال الكرة أي غير مباشرة .
- مسافتها : قصيرة أو طويلة .

و يمكن وصف التميريرة السليمة بأنها هي التميريرة التي تركل للزميل المناسب بالقوة المناسبة في الوقت المناسب لتسير في الارتفاع المناسب ليستقبلها في المكان المناسب.

و معنى هذا أنه قد يكون أمام اللاعب الحائز على الكرة زميلان أو أكثر يمكن أن يمرر إليهما ، ولكن اللاعب الممتاز يستطيع أن يميز و يقدر من منهم أنسب لتميرير الكرة إليه ، و هذا التمييز يكون مبنيا على أساس أي منهم يستطيع أن يكون في موقف أمثل للتصرف في الكرة بعد استقبالها ، لأن التميرير السليم يكون للزميل المناسب ، من هنا ندرك أن التميريرات العرضية الكثيرة لا قيمة لها من الناحية الخططية .أما التميريرات العرضية أو الخلفية إذا كانت لفتح الثغرات ، أو اللعب عن طريق الجناح أو الظهيرة ، فإنها تكون تمريرات ذات قيمة خططية مدروسة (إبراهيم، 1994، صفحة 121).

و أبعاد الملعب تحدد نوع التميريرة ،فالملعب العريض يختلف عن الملعب الطويل .كما أن سرعة الزميل بالنسبة لسرعة الخصم تحدد سرعة و قوة التميريرة ، و كذلك المكان الذي تذهب إليه التميريرة . و تحدد المهارة الفنية للزميل لطريقة تمرير الكرة إليه. و عموما يجب على كل أفراد الفريق أن ينوعوا من تمريرا تهم و تغيير نوع التميريرة من حيث القصر أو الطول أو الارتفاع ، و التغيير من جانب الملعب إلى الجانب الآخر، يجعل الدفاع يفاجأ دائما بتغيير اتجاه اللعب و سرعته مما يربكه.

و عند التميرير نلاحظ النقاط الثلاث التالية :

- أن اللاعب الذي يجري حرا بدون كرة هو الذي يحدد أثناء جريه توقيت واتجاه التميريرة التي يمكن أن يمررها إليه الزميل الحائز على الكرة .
- التميريرة السليمة تنادي الزميل ، و يعني هذا أن الكرة التي تلعب في المكان المناسب تسمح للزميل بالجري و استقبالها في ظروف ملائمة أكثر من الخصم .
- التميريرة و جري الزميل يجب أن يكونا في توقيت سليم ، و هذا يعني أن اللاعب الحائز على الكرة يقدر زمن و سرعة و قوة التميريرة بالنسبة لسرعة الزميل حتى تتقابل الكرة مع الزميل في

المكان المناسب ، وقد ينتج عن سوء تقدير اللاعب لهذه العوامل أن الكرة تسبق الزميل فلا يستطيع أن يدركها .

## 2- استقبال الكرة :

يتميز اللعب الحديث باللعب المباشر في أغلب الأحيان ، واللعب المباشر يستدعي من اللاعب أن ينظر نظرة شاملة سريعة على الملعب قبل أن يستقبل الكرة ليستطيع أن يدرك مراكز زملائه في الملعب وتحركاتهم ، ثم يجري نحوى الكرة لاستقبالها ، ولا ينتظر الكرة حتى تأتي إليه ، ويعقب ذلك التمرير المباشر بدقة وبطريقة المناسبة.

## 3- الجري الحر وتغير المراكز

ونعنى بالجري الحر هنا جرى اللاعب للتخلص من الخصم حتى يمكنه أن يستقبل الكرة بدون إعاقة ، أو مشاركة منه ، وذلك حتى يكون أمام اللاعب فسحة من الوقت والمكان تمكنه من لعب الكرة بحرية ، وبالذقة المطلوبة ، وتغيير اللاعب لمكانه وتغير المراكز مع زميله له نفس غرض الجري الحر ، وهو التخلص من المدافع ، أو الهروب من رقبته ، والجري الحر ، وتغير الأماكن ، وتبادل المراكز بين المهاجمين ، يعمل على خلخلة الدفاع وتفككه ، مما يسهل تنفيذ الخطط الهجومية ، ويسهل للاعب التمرير للزميل بالطريقة البنائية المناسبة (حماد م.، 1998، صفحة 59).

. فإذا كان المدافع يدافع بطريقة فرد لفرد ، يصبح تغير الأماكن وتبادل المراكز بين المهاجمين أساس التحركات الخطئية الهجومية حتى يجهد المدافعون ويشتت انتباههم. أما إذا كان الدفاع يقوم بالدفاع بطريقة دفاع المنطقة ، يصبح تبادل المراكز أقل أهمية وتزداد أهمية الجري الحر كوسيلة أكثر فاعلية وأهمية لتنفيذ الخطط الهجومية الجماعية ، وتبادل المراكز أثناء الهجوم ليقصر على المهاجمين فقط ، فلاعبوا الدفاع يشتركون اشتراكا إيجابيا في الجري الحر ، وتبادل المراكز لا يمكن الفصل بينهما من الناحية العملية من حيث الطريقة والهدف ، خاصة في طرق اللعب الحديث التي تتميز بأن عدد المهاجمين أقل من عدد المدافعين.ومن الناحية النظرية فإن الزميل يجري بمجرد أن يستحوذ أحد لاعبي الفريق على الكرة .

### 2-14-3- طريقة التخلص من المدافع بالجري الحر يمكن إجمالها في النقاط التالية :

- الجري السريع المفاجئ من الثبات أو بعد الجري البطيء . ويستفيد اللاعب من لحظة الجري المفاجئ من الخصم لو أن الزميل الحائز على الكرة ممررها له بسرعة أيضا قبل أن يستطيع الخصم أ، يعدل من وضعية الإلحاق به .
- الجري في اتجاه معين ثم خداع الخصم بتغيير اتجاه الجري مفاجأة مما يجعل الخصم في وضع لا يسمح له بالاشتراك معه عند استقبال الكرة .
- الجري ذهابا وإيابا كالبنديول مما يتعب المدافع ، وعندما يقل انتباه المدافع أو يتجاهل المهاجم للحظة ، هنا يكون المهاجم مستعدا لاستقبال التمريرة .
- عندما يكون المدافع متعبا ، أو غير نشيط ، أو بطيئا في حركته عندئذ يكون الجري الحر لأخذ الأماكن المناسبة ذا فعالية كبيرة .

- 1 . أن يتمكن اللاعب المهاجم من أخذ المكان المناسب بدون رقابة المنافس (مكان شاغر )
- 2 . سحب المهاجم للمدافع الذي يراقبه وتحريكه معه مما يعطي لزميل مهاجم آخر الحرية في أخذ مكان مناسب أو التحرك فيه بدون رقابة أو إعاقة .
- 3 . العمل على خلخلة دفاع الفريق المضاد (إبراهيم، 1994، صفحة 89).

### 2-14-4- المنطقة الشاغرة والهروب من الرقابة :

من واجبات كل لاعب هجوم أن يسيطر على منطقة معينة من الملعب ، ومن الطبيعي أن هذه المنطقة تكبر أو تصغر وفقا لسرعة اللاعب وارتفاع مستوى مهاراته الأساسية وقدراته الخطئية . وهذا يعني أن المنطقة التي يستطيع أن يتحرك فيها اللاعب تحدد بقدراته الذاتية من جهة ، وبقدرة اللاعب المدافع وإمكانياته من جهة أخرى . وتغير ( المنطقة الحرة ) يرتبط بتغير المنطقة التي تقع بين المناطق التي يحميها المدافعون . إذ تزداد وتقل وفقا لبعد الكرة عن اللاعبين . فإذا كانت الكرة بعيدة عن اللاعب المهاجم يخف ضغط المنافس المدافع وتصبح المنطقة التي يستطيع التحرك فيها المهاجم كبيرة ، ولكن تغيير وضع اللعب وسرعة اقتراب الكرة من المهاجم تزداد رقابة المدافع له وبذلك تصغر المنطقة الشاغرة . وعلى ذلك فعلى اللاعب أن يلاحظ التغيير الذي يطرأ على ( المنطقة الشاغرة ) وفقا لسير اللعب حتى يستطيع أن يتحرك بطريقة سليمة تمكنه من أن يستفيد من هذا التغيير ولا يفاجئ به (عبد المجيد نعمان-محمد عبده صالح، صفحة 93).

## 2-15- أنواع الهجوم :

### الهجوم نوعان

1- الهجوم المضاد : وهو الهجوم المفاجئ والسريع للفريق من حالة الدفاع إلى حالة الهجوم ، كتمرير كرة طويلة إلى لاعب مهاجم متقدم .

2- الهجوم المنظم والمتدرج : وهو الهجوم الذي يقوم به الفريق بطريقة منظمة ببناءة عندما يكون دفاع الخصم مركزا ، وعلى الفريق المهاجم حينئذ أن يقوم بعمل خطط منظمة لمحاولة فتح الثغرات في الدفاع المضاد.

## 2-15-1- صفات الهجوم الناجح :

لكي يكون الهجوم ذا فعالية أثناء المباراة يجب أن يتصف بالآتي :

- 1 . التغيير من التمرير القصير إلى التمرير الطويل وبالعكس .
- 2 . تغيير سرعة وتوقيت الهجوم .
- 3 . تغيير اللعب من جانب إلى الأخر .
- 4 . يكون اللعب في منتصف الملعب متوسط السرعة أما أمام هدف الفريق المنافس فيجب أن تزداد سرعة اللعب حيث يجب أن تكون التمريرات قوية وسريعة.

## 2-16- التحركات الهجومية الجماعية داخل التشكيلات الهجومية: (حماد م.، 2001، الصفحات 48-55)

وتعني التفاعل الحركي الجماعي بين لاعبي الفريق خلال التشكيل الهجومي لغرض خلخلة التصور الدفاعي للفريق المنافس ، وذلك من خلال تحركات اللاعبين وتحريك الكرة أو كليهما معا . وهناك عدة أساليب وأشكال لهذه التحركات وكل منها يحتاج إلى صفات معينة يجب أن تتوفر في اللاعبين اللذين يؤديها وكذلك تعتمد هذه التحركات وأساليبها على الأسلوب الخططي الهجومي وهي كما يأتي :

### 1- التحرك الطولي :

ويقصد به تحرك اللاعبين بطريقة طولية باتجاه طول الملعب مما يشعر المدافع بالخطر الدائم لاحتمال الاختراق للمسافات الدفاعية في أي لحظة ، وفي هذه الحركة الطولية يتقدم اللاعب الخلفي إلى الأمام عندما تمرر الكرة إليه من زميلة ويستمر في تقدمه بعد استلامه الكرة مهددا الدفاع ، ثم يقوم بالتمرير للزميل المجاور الذي يتحرك بنفس الطريقة ثم يعود إلى الخلف إلى نفس المكان الذي كان يشغله داخل التشكيل قبل تحركه ، وذلك للاستعداد لتكرار الحركة وكذلك تأمين

العمق الدفاعي . ومن خلال هذا التحرك في اتجاه المرمى يكون المهاجم الخلفي متخذاً أفضل الأوضاع دائماً للتصويب على المرمى مما يجعل خطر إحراز الهدف قائماً بصفة مستمرة مما يؤدي إلى ضرورة خروج المدافع لمقابلة المهاجم المستحوذ على الكرة بصورة مندفعة مما يسهل للزميل المجاور الحركة والهروب من الرقابة , ويزيد من فرص التمرير إلية كذلك اندفاع المدافع لملاقاة المهاجم يزيد من فرصة المهاجم في القطع والمرور والتعاون مع لاعبي الدائرة من خلال هذا النوع من الحركة عن طريق القيام بتحركات عرضية في منطقة الهجوم القريبة لغرض تشتيت جهد المدافعين بالحركة الطولية من أمامه والحركة العرضية من خلفه أو من أمامه .

### 2- التحرك المائل :

ويتطلب هذا النوع من التحرك اشتراك مجموعة من اللاعبين في عمل دورة مستمرة من التحركات المائلة الايجابية التي تنشئ غالباً من منطقة الهجوم الخلفية متجهة نحو منطقة الهجوم الأمامية عند المنتصف أو الجناحين لغرض تحقيق زيادة عددية وإرباك التصور الدفاعي للمنافس وتشتيت جهده بين التحركات المتضادة, ويتبع هذا التحرك تحرك سلبي من مركز الجناح في منطقة الهجوم الأمامية نحو منطقة الهجوم الخلفية وذلك لغرض تأمين العمق الدفاعي وتأمين حركة الكرة وكذلك تنفيذ التكوينات الأساسية من هذه المنطقة . وهنا نلاحظ انه يجب أن تكون تحركات اللاعبين وحركة الكرة تسيران بانتظام محسوب لتكون الكرة مهياً أمام الثغرة الدفاعية لحظة حدوثها , ويتوقف عدد اللاعبين المشاركين في هذا النوع من التحرك على نوع التكوينات المراد تنفيذها ومكان ونوع التشكيل الهجومي المتبع .

### 3- التحرك العرضي :

ويشترك في هذا النوع من التحرك مجموعة من اللاعبين البنائين في منطقة الهجوم الخلفية لغرض إحداث مجموعة متتالية من تبادل المراكز قد يسمح بفتح ثغرة دفاعية أو أكثر للتصويب من خلالها ويتعاون معهم مجموعة من لاعبي الدائرة من خلال القيام بعمليات حجز متتالية . وقد يكون الغرض من هذا التحرك هو تغطية التكوينات الهجومية المراد أداؤها أو لغرض تجميع المدافعين في وسط الملعب ثم مفاجأتهم بتنفيذ التكوينات من احد الجناحين وهنا نلاحظ انه إذا لم يكن الفريق المهاجم الذي يبني تصوره الهجومي على هذا النوع من التحرك العرضي يملك القوة الضاربة من لاعبين الذين يصوبون بالقفز العالي من بعيد بالإضافة إلى مجموعة من لاعبي الدائرة الممتازين في عمليات الحجز والمتابعة يصبح هذا النوع من التحرك تحركاً سلبياً لا فائدة منه بالإضافة إلى الجهد الكبير الذي يصاحبه من كثرة الحركة , وكذلك افتقاره إلى عنصر تأمين الموقف الدفاعي ,

ولقد اتبعت بعض الفرق هذا النظام من التحرك بطريقة مؤقتة إثناء تغيير اللاعبين لمراكزهم يعودون بعده إلى إتباع نظام حركي آخر أكثر استقرارا وتركيزا.

#### 4- اللعب من المراكز الثابتة :

ويعد من انجح أشكال التحرك الهجومي أثناء مرحلة البناء وذلك عندما تتوفر لدى الفريق المهاجم القدرة على تحريك الكرة بسرعة وبطريقة هادفة أمام و من خلال المدافعين دون أداء أيه حركات خداع أو طبطبة للكرة . وغالبا ما يعتمد التصور الهجومي في مثل هذا النوع من التحرك على توسيع الثغرات بين المدافعين وتحريك الفريق المدافع من جانب إلى جانب وذلك بنقل مركز ثقل الهجوم ( الكرة ) من جانب إلى جانب ويتم تغطية التكوينات الهجومية المراد تنفيذها من خلال حركة الكرة السريعة , وكذلك يتم توفير عنصر المفاجأة عن طريق التحرك المفاجئ للمهاجمين المكلفين بتنفيذ التكوينات الهجومية الأساس . ومن الممكن أن يكون خط سير الكرة في نفس اتجاه المكان الذي سوف يتم تنفيذ التكوينات الهجومية فيه أو العكس بمعنى أن تسير الكرة في اتجاه آخر على أن تنقل الكرة في التوقيت المناسب إلى مكان التكوين الهجومي .

#### 5- التكوينات الخطئية الهجومية إلا أساسية الثنائية:

التكوينات الهجومية الأساسية أو كما يطلق عليها البعض التكوينات الهجومية الثنائية هي الدعائم التي تنتهي بها الهجمة المنظمة للفريق فهي اصغر وحدة هجومية تتم بين لاعبين في مركزين متجاورين أو أصبحا متجاورين نتيجة التحركات الواعية ويطلق على احدهما الموجه والأخرى المهني , إذ يقوم الأول بتوجه التكوينية والأخر يعمل على إنهاؤها ويتم ذلك عن طريق فتح المسافات الدفاعية للفريق المنافس عن طريق إجبار المدافع على الاندفاع إلى الخارج أو غلق المسافات الدفاعية للفريق المنافس عن طريق إجبار المدافع على الاندفاع وانشغال مدافعين لرقابة مهاجم واحد وهذه التكوينات الرابعة هي:

- القطع
- نصف تبادل المراكز
- تبادل المراكز
- الحجز

2-17- أنواع الهجوم في كرة القدم:

2-17-1- الهجوم الجماعي و الفرقي :

أولاً :- الهجوم الجماعي :- و هو عبارة عن حركات لاعبين أو أكثر لتنفيذ واجب محدد , و كرة القدم تتكون من عدة خطط الثنائية أو الجماعية أو الفرقية , وهناك خطط مهياة قبل المباراة وأخرى مستجدة أثناء المباراة , إن التفاهم بين اللاعبين و الانسجام فيما بينهم و التنسيق في تحركاتهم داخل الملعب سوف يساعد على نجاح الخطة , وهناك نوعان أساسيان من الخطط و هي:

1-خطط الحالات الثابتة :- وهي الحالات التي تنفذ فيها الكرة وهي خارج اللعب ,أي إن الفريق المنفذ لديه الحرية و الوقت الكافي بتنفيذ الخطة وبالأسلوب الذي يريثيه , و الحالات الثابتة هي (الرمية الجانبية , الضربة الحرة المباشرة وغير المباشرة , ضربة الهدف ,ضربة الزاوية ,ضربة البداية ضربة الجزاء ,إسقاط الكرة) .

2-الخطط من حالات اللعب المختلفة :- وهذه الخطط تنفذ بعد استحواذ الفريق على الكرة ويمكن تغيير الخطة انسجاما مع وضعيات اللعب المختلفة ,فمثلا إذا كانت الخطة الهجوم من جهة اليسار عن طريق (المدافع الأيسر) ولكن بسبب تلكو هذا المدافع أو بسبب الضغط عليه لم يتمكن من تنفيذ الخطة فممكن تغيير اتجاه الخطة إلى جهة اليمين ففي مثل هذه الحالة غيرنا في الخطة ولكن المحتوى الأساسي للخطة لم يتغير وهذا يأتي من خلال الإعداد الخططي المبدع للاعب ولل فريق ككل إذ لا يمكن تنفيذ الخطة و تغييرها أثناء مجريات اللعب إذا لم يكن هنالك إعداد خططي ممتاز للاعبين ككل ومن أمثلة هذه الخطط هي:

أ - تبادل المراكز :- وهو الأسلوب الأكثر ضد دفاع الخصم ويؤدي إلى خلق فراغات يمكن أن يستثمرها الفريق المهاجم وكذلك يوفر تفوق عددي من خلال مشاركة اللاعبين من الخلف في الهجوم.

ب- اللعب بلمسة واحدة (المناولة المزدوجة ) :- وينفذ هذا النوع بواسطة ثلاث لاعبين أو اثنين حيث يكون اللاعبون على شكل مثلثات في اغلب الأحيان و المناولات فيما بينهم تكون بلمسه واحدة من توفير عنصر المفاجئة للخصم و التنفيذ يكون بأقصى سرعة.

ج- اجتياز الكرة و السماح بمرورها :- ويمكن تنفيذ هذا النوع في منطقة الجزاء وفي جوانب الملعب المختلفة حيث يتم إرسال الكرة من الجناح إلى داخل منطقة ال(6يارد) و أحيانا المهاجم يكون في وضع لا يمكنه من القيام التهديف بشكل مستريح أو بسبب الضغط عليه من قبل

المدافعين ففي مثل هذه الحالة يقوم بترك الكرة و السماح لها بالمرور إلى زميل له في وضع أفضل منه ويؤهله التهديف بشكل مستريح .  
ثانياً :- الهجوم الفرقي :- وهو عبارة عن تنظيم حركات مجموع اللاعبين تنفيذ الواجبات المستجدة خلال سير المباراة من دون تنظيم دقيق أي القيام بالهجوم بأي شكل وبطريقة ارتجالية ,ومن أمثلة الخطط الهجومية الفرقية هي:

أ-الهجوم السريع :- وهو الأسلوب الأكثر انسجاما مع كرة القدم الحديثة ويتلخص هذا النوع من الهجوم هو القيام بالهجوم المضاد بعدد قليل من المناولات (1-3) مناولة من اجل وصول المهاجم إلى وضعية مناسبة للتهديف وكذلك لعدم السماح للمدافعين بتنظيم صفوفهم و الاستعداد الجيد لاستقبال الهجوم ,ويتطلب تنفيذ الهجوم بأقصى سرعة من اجل توفير عنصر المباغته ,ويفضل في مثل هذا النوع من الهجوم أن تكون المناولات نحو عمق ساحة الخصم بأسرع وقت ,وهناك ثلاث مراحل للهجوم السريع وهي:-

ب-مرحلة الانتقال:- وهي المرحلة التحضيرية للانتقال من الدفاع إلى الهجوم وبعد الاستحواذ على الكرة وتتم عن طريق المناولة إلى العمق والى اللاعبين المهاجمين.

ج-مرحلة بناء الهجمة :- و هي مرحلة إحداث ثغرة في دفاع الخصم من خلال التحركات السريعة وتبادل المراكز ومن ثم إيصالها إلى اللاعب المواجه للهدف في وضعية جيدة للتهديف.

د-مرحلة التهديف :- وهي المرحلة النهائية من الهجمة و التي يتم فيها إحراز هدف في مرمى الخصم من خلال التهديف (إبراهيم، 1994، الصفحات 66-76).

## 2-18-المتطلبات الأساسية لتنظيم الهجوم السريع :

- 1-ضرورة إعطاء مناولة سريعة إلى الإمام وعدم السماح للمدافعين من تنظيم صفوفهم.
- 2-يجب أن تكون حركة اللاعبين في المرحلتين الثانية و الثالثة (مرحلة بناء الهجمة , ومرحلة التهديف أن تتسم بالتنسيق الجيد وتنفيذ بأقصى سرعة).
- 3-ضرورة امتلاك اللاعبين المهاجمين للمهارة العالية من أجل التغلب على الخصم و إتباع اقصر الطرق التهديف أو توفير فرصه للزميل.
- 4-ضرورة امتلاك الفريق المهاجم لأحد لاعبي الدفاع الذين يجيدون إرسال الكرات الطويلة و الدقيقة إلى المهاجمين.

5- ضرورة انطلاق لاعبي الوسط بسرعة إلى العمق الهجومي لتقديم الإسناد وبناء هجمة ناجحة.  
 ب:- الهجوم المتدرج :- يتميز هذا النوع من الهجوم بالبطء والتدرج على العكس من النوع الأول السريع وهذا النوع يتكون من عدد كبير من المناولات منها القصيرة و المتوسطة وتنفيذ بطول الملعب و عرضه وليس نحو العمق الهجومي ويتميز أيضا بالاحتفاظ بالكرة لفترة طويلة وبالتالي فان هذا النوع من الهجوم هو أقل فاعلية من الهجوم السريع إذ أن الفترة الطويلة المستغرقة في بناء الهجمة تمكن مدافعي الفريق الخصم من العودة إلى مراكزهم وتنظيم صفوفهم و العمل على إفشال الهجمة (إبراهيم، 1994، صفحة 88).

## 2-19- تطوير لاعب كرة القدم الناشئ :

واستنادا إلى عمل سامب وآخرون، 1979، تظهر ذروة النمو من 14 عاما للذكور و 12 للإناث. ولكن هناك فرق في حياة المراهقين الذين يعانون من النضج "في وقت مبكر" أو "المتأخر" مثلا. من 10 سنوات باعتماد على البيانات المعهد الوطني للكرة القدم (INF) في كليرفونتين (لو غال وآخرون، 2006) ويظهر 12% من الأطفال الذين يعانون من أواخر مرحلة النضج، 63.5% في النضج الطبيعي و 24.5% في النضج المبكر على التدريب الفعال قبل التكوين (لاكروا، 2010).

في تطور المراهق، من الضروري التركيز على مراحل الإعداد النفسي المختلفة (وضع الجسم وعلاقة نفسية) وتيارات فكرية مختلفة (بياجيه، الوالون الخ ...).

نموذج (التنمية الطويلة المدى للرياضي) (لاتاد بلاي وآخرون، 2005) سبع مراحل تطور رياضي طويل الأجل:

- المرحلة 01: الطفل النشط (0-6 سنوات)
  - المرحلة 02: المتعة من خلال الرياضة (الفتيات الذين تتراوح أعمارهم بين 6-8 سنوات أبلغ من طفل 6-9 سنوات)
  - المرحلة 03: تعلم لتدريب (الفتيات 8-11 سنة، ذكور 9 إلى 12 سنة)
  - المرحلة 04: تدريب لتدريب (فتيات 11 و 15 سنة، الفتيان الذين تتراوح أعمارهم بين 12 إلى 16 سنة)
  - المرحلة 05: التدريب للمنافسة (الفتيات من 15 إلى 21 عاما، والأولاد 16 إلى 23 سنة)
  - المرحلة 06: التدريب للفوز (الفتيات 18 وكبار السن، والأولاد 19 وما فوق)
  - المرحلة 07: نشاطات المعيشة (جميع الأعمار)
- وهذه الخطوات تسمح لنا للتكيف مع أهداف النمو البدني للطفل في الوقت المناسب في تطورها.

وبالنظر إلى المرحلة 02، فمن الضروري أن يتم تحقيقه في كرة القدم وتطوير الصفات البدنية من خلال الألعاب المدرسية وحالات اللعب. و تشير المرحلة 03 إلى الإطار الذي يجب أن نعطي الطفل التدريب والمتعة، ولكن في إطار منظم.

- مبدأ تنافسية ( " التدريب للفوز " ) التدخل في وقت لاحق فقط، في أواخر فترة المراهقة.  
من خلال هذا العمل، ونحن سوف نحاول تسليط الضوء على خصائص تطوير اللاعبين الشباب في جميع الجوانب (البدنية المورفولوجية والفسولوجية المهارية).

مورفو-وظيفي	تنسيق أبعاد الجسم تطوير نهاية الخصائص الجنسية القدرة الحيوية 4,5 5,5 لتر. من 16-17 سنة في نفس الخصائص للبالغين و17-18 أواخر تجر العظام
التنسيق	تحسين دقة نظرا لاستقرار تسيير حركة (التدريب المهاري) تحسين القدرة على التعلم من الأساليب الحركية (التنسيق) تنمية قدرات الإدراك والملاحظة.
القوة	زيادة قدرة القوة المميزة بالسرعة وأقصى درجات القوة. مستوى قوة التحمل الأقل نموا (خاصة الأطراف العلوية)؛ تحسين قدرة قوة من وجهة نظر تقرير حمولة / الوزن
السرعة	الوصول لمستوى البلوغ في نهاية سن المراهقة. في 15 عاما لا يزال هناك مجال للتحسين (سرعة رد الفعل، السرعة القصوى) من 15-16 سنة بداية المحافظة.
المداومة	تأثير التمرينات الرياضية على مستوى التطوير والتحسين تحسين أداء نظام القلب خاصة بين المراهقين قدرة أفضل على دعم الأحمال

الجدول رقم 06: خصائص مورفو وظيفية والحركية الخاصة بالفئة العمرية 15-16 سنة (شارف، 1998، ص 23)

### 1-تطوير و التنمية المورفولوجية:

حجم ووزن لا يكون تطورهما في توازي، وهذا يعني تطورا تدريجيا. هناك مراحل استتالة ومراحل تحسين العرض، و لاعب كرة القدم المراهق تحدث تغيرات على مستوى جسمه خلال فترة البلوغ، وتختلف من لاعب لآخر عبر الملاحظات في الشكل البنيوي الذي يقودنا إلى تحديد النمط الجسماني للرياضي المراهق. وهي تشمل:

- نمو على مستوى الركبة، - الحد من دوران الداخلي من الفخذ - الميل الحوضي الأمامي - عدم وجود جدار البطن - سمك العضلات في الأطراف السفلية - تصلب العضلات العلوية بشكل ملحوظ خاصة في أوتار الركبة ،نمو الفقرات القطنية ومحيطه بالنخاع قطني، و عضلات مقربة الهرمية (لو غال، 2008، ص. 51)

يتميز العمود الفقري بقدر كبير من المرونة حتى سن 7 سنوات إلى 12 سنة، تشكل الفقرات القطنية والتحجر العمود الفقري ينتهي في حوالي سن (18-20 سنة).  
المفاصل تصل قوة كبيرة إلى 22 إلى 30 عاما. يجب على الرياضيين الامتناع عن أي تدريب المفرط قبل وخلال فترة البلوغ.

زيادة كتلة العضلات بشكل مكثف مع التقدم في السن، فإن نسبة من وزن العضلات والجسم هو 27.2% للأطفال، للمراهقين 15 سنة، من 32.6%، في حين ل البالغين هو 44.2% (فاينك، 1992)بلغت أقصى زيادة في القوة والتحمل تنمية 16-18 سنة و عضلات الأطراف السفلية تتطور بشكل متوازن.

### 2-التطور البدني :

في مرحلة المراهقة، والجسد يخضع للنمو بشكل كبير عن أي وقت آخر من فترات العمرية، باستثناء السنة الأولى، ونمو سريع جدا.معدل النمو ليست هي نفسها بالنسبة للفتيان والفتيات. بين 11 و 13 عاما، ومعدل نمو الفتيات أسرع من الأولاد، تسارع معدل النمو إلى 14 أو 15 سنة ويستمر لمدة 20 عاما.. (لو غال، 2008، ص 5)

فضلا عن أهمية التكتيك بالنسبة لمباراة معينة فهو يعد أحد العوامل التي تطور هذه اللعبة حيث أن الارتقاء بالتكتيك ورفع مستوى التحركات في اللعب يجب أن يلازمه تحسين وتطور في التكتيك واللياقة البدنية والصفات النفسية . إن ارتفاع سرعة وكثافة أداء الجمل الحركية خلال التحركات الكثيرة التي تجري في المباراة بأساليب مختلفة , وفي أجزاء الملعب يجب أن يصاحب ذلك رفع المتطلبات المتعلقة بدرجة إتقان المهارات الأساسية ومستوى القبلية البدنية والاستعداد النفسي

والمعنوي ، هذا العمل يتطلب التعاون بين اللاعبين فضلا عن قدرة وإمكانية اللاعب على تنفيذ واجباته وأدائه في أكثر من مركز وبهذا تتطور اللعبة مع تطور الأسس التكتيكية الهجومية والدفاعية.

اللاعب المستحوذ على الكرة يعد أهم لاعب في الملعب لأن تسجيل الأهداف لا يتحقق إلا إذا كانت الكرة تحت تصرف اللاعب ، والمدافع الذي تكون الكرة تحت سيطرته يستطيع منع وإعاقة الفريق الخصم والاستفادة من وضع الهجوم لهذا نؤكد على اللاعبين ضرورة المحافظة على الكرة عندما تكون تحت تصرف اللاعب ونقلها بشكل يضمن وصولها بسهولة للزميل للتقدم بها إلى هدف الفريق الآخر وتسديد الكرة ، وعند فقدان الكرة يصبح واجب الفريق أخذ أماكنهم في مواقع الدفاع للذود عن مرماهم وإصرارهم في الحصول على الكرة وإبعادها من أقدام المهاجمين لتعطيل وإيقاف عملية الهجوم .وفي حالة الهجوم والكرة بحوزة اللاعب مطلوب منه التصرف بحكمة وذكاء ، وأن يفكر جيدا قبل أن يتصرف ، إذ أن فقدان اللاعب القدرة التفكير السليم وإدراك الموقف وقراءته لمجريات اللعب فإن تصرفه سوف يكون خاطئا وبالتالي تضيع فرصة الفريق في الوصول إلى مرمى الخصم .تعد خطط اللعب الهجومية من العوامل المهمة التي يستخدمها الفريق من أجل التفوق وتحقيق الفوز من خلال تطبيق تكتيكات هجومية معينة واستغلال الفرص التي تمنح للاعبين خلال المباراة ، وينتصر الفريق في حالة تفوقه على الفريق الخصم بفارق الأهداف ، ويتحقق ذلك من خلال إتقان اللاعبين المهارات الأساسية وتوظيفها في خدمة الفعاليات الهجومية . إن اللاعب الذي بحوزته الكرة تكون رغبته وتفكيره التقدم للأمام (العمق) وهذا يزيد من القوة الهجومية وزيادة الضغط على المدافعين والرغبة والقدرة في تطبيق وتنفيذ التكتيكات الهجومية التي تعد سلاحا ضد الأساليب الدفاعية وعليه لا بد من وجود التخطيط المسبق والإبداع في تنفيذه لكي تتحقق المتعة من كرة القدم بتسجيل الأهداف . (محمود، 2007، الصفحات 95-96-97).

خلاصة :

من خلال ما سبق ذكره في هذا الفصل فإن عملية الانتقاء والتوجيه نحو مراكز الهجوم تعتبر ذات أهمية كبيرة و هي عملية جد حساسة لأنها كلما كانت دقيقة كانت الفرصة أكبر لظهور وبروز الناشئ الموهوب والحصول على أفضل النتائج كما أنها تساهم بنسبة كبيرة في رفع مستوى البني إضافة إلى الأداء الفني و المهاري والعقلي و يتوقف الوصول إلى المعدلات المتقنة و العالية الجودة على مدى فعالية عملية الانتقاء والتوجيه المبني وفق أسس علمية التي تساهم في تحديد العوامل الأساسية سواء الفسيولوجية أو البدنية أو مهارية أو ذهنية لضمان الانتقاء والتوجيه السليم للناشئين نحو المركز المناسب لهم مستقبلا.

إن عملية التوجيه الانتقاء من الوسائل الفعالة لتوفير الوقت والجهد في تعليم وتدريب الرياضيين، وكذلك الموهوبين بإعطائهم فرصة النبوغ والتقدم في اختصاصهم الرياضي وإبعادهم عن الإحباط الذي غالبا ما يكون نتيجة خطأ توجيه اللاعب الناشئ إلى أنشطة لا تتناسب مع استعداداته وقدراته أو حتى في توجيهات على حسب منصب في مختلف النشاطات الجماعية وخاصة كرة القدم. فالانتقاء هو نقطة مفترق التوجه نحو الاختصاص المناسب. ومن كل ما سبق ذكره وعلى ضوء مصابيح المعرفة العلمية الحديثة، وما تقدم به العلماء والباحثين في مجال التفوق، فاللاعب المتفوق هو ثمرة جهد، إذ استحسن استعمالها وكيفية توظيفها فإننا نصل بها إلى أبعد الحدود المبتغاة، خاصة وأننا بصدد المجال الرياضي، حيث يمكن التنبؤ لا نقول الحتمي أو الجازم، وإنما نستطيع إدراك أن هذا الشخص أو الناشئ المبرز أو المتفوق لديه استعدادات قابلة للتكيف والوصول بها إلى أعلى المستويات الرياضية.

إن التوجيه و الانتقاء عملية مهمة جدا، حيث يتطلب عملا جماعيا يشترك فيه المدرب و الطبيب ومختص المجال النفسي على مدى مراحل، و يقوم المدرب هنا بالدور الأساسي لأنه يكون على اتصال دائم ليكشف من بينهم الموهوبين على حسب الرياضات أو مختلف مناصب اللعب والذي نخسه بالذكر مراكز الهجوم و لا ينتظر بروزهم وتقدمهم إليه من تلقائي أنفسهم.

## الفصل الثالث

# الدراسات السابقة والمشابهة

## 3- الدراسات السابقة والمثابفة :

## تمهيد :

تكمن أهمية الدراسات السابقة والمثابفة في المساهمة في معالجة مشكلة البحث ومعرفة الأبعاد التي تحيط به مع الاستفادة منها في توجيه وضبط المتغيرات ، وكذا في مناقشة النتائج ، ومن خلال الإطلاع على مختلف المراجع المتوفرة لم يتمكن الباحث من تسجيل دراسات سابقة أو مثابفة منشورة محليا ومتعلقة بالموضوع إلا بعض المواضيع التي تحتوي على مجموعة من المتغيرات المتعلقة بالدراسة وجمل المواضيع التي تطرقت لآلية الانتقاء والتوجيه المبني على الأسس العلمية وفق مناصب اللعب في كرة القدم و دراسات بطاريات الاختبارات ومعايير تقويم الصفات البدنية و المهارية والتعرف على المناهج المستخدمة ووصف مختصر للعينة وكيفية اختيارها والأدوات المستخدمة ، وأهم النتائج التي تم التوصل إليها ، وسيقوم الباحث بتقديم هذه الدراسات مرتبة وفق الزمن ومن ثم يقوم بالتعليق عليها.

3-1-1- أولاً : الدراسات الوطنية المحلية :

3-1-1-1- دراسة محمد زروال 2017 بعنوان بناء بطارية اختبارات بدنية بغرض الانتقاء للفرق المدرسية لكرة القدم في المرحلة الثانوية دراسة ميدانية لبعض ثانويات بلدية بسكرة.

**أهمية البحث:**

تكمن أهمية الدراسة في كونها أداة تؤكد ما توصلت إليه بعض الدراسات السابقة والتي تقول بأن بطارية الاختبارات من أبرز التقنيات المستخدمة في عملية الانتقاء وهذا ما نصبو لتأكيدده من خلال هذه الدراسة في الواقع المعاش في المؤسسات التربوية وبالأخص المؤسسات الثانوية.

**أهداف البحث:**

-بناء بطارية اختبارات بدنية وفق أسس علمية لاستعمالها في الانتقاء للفرق المدرسية لكرة القدم في المرحلة الثانوية.

- محاولة توحيد طريقة الانتقاء للفرق المدرسية لكرة القدم في المرحلة الثانوية باستخدام بطارية الاختبارات.

- اكتشاف التلاميذ الذين يملكون استعدادات بدنية لتوجيههم والنهوض بالرياضة المدرسية ودعم الرياضة.

**المنهج المستخدم :**

حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي .

**العينة:**

تم اختيار العينة بطريقة قصدية وتمثلت عينة الدراسة في تلاميذ (لاعبين ثانويين محمد قروف العالية -بسكرة- وثانوية محمد بلونار -بسكرة- ) وتكونت عينة البحث من 48 لاعبا . تمثل الفريقين

**مجالات البحث:**

**المجال البشري:** لاعبي ثانويين محمد قروف العالية -بسكرة- وثانوية محمد بلونار -بسكرة-

- المجال الزمني : تمت الدراسة خلال الموسم 2014 إلى غاية 2017

- المجال المكاني : في البلدي لولاية بسكرة.

**الاستنتاجات:**

من خلال عرض وتحليل نتائج التحليل العاملي للاختبارات البدنية المطبقة على تلاميذ (لاعبين) الفرق المدرسية لكرة القدم في المرحلة الثانوية تم التوصل إلى استخلاص ثلاثة عوامل من الاختبارات البدنية للاعبين الفرق المدرسية لكرة القدم وهي:

العامل الأول: التوافق العصبي العضلي

العامل الثاني: عامل السرعة.

العامل الثالث : عامل القدرة على تغيير الاتجاه

ومن خلال تلك العوامل المستخلصة تم ترشيح أبرز الاختبارات التي أظهرت أكبر التشعبات وهي كالتالي:

- اختبار سرعة رد الفعل البصرية يمثل العامل الأول (سرعة رد الفعل).

- اختبار <sup>CMJ</sup> .يمثل العامل الأول (قوة الأطراف السفلى/ القوة الانفجارية).

- اختبار 30متر سرعة. يمثل العامل الثاني (السرعة الانتقالية).

- اختبار <sup>T</sup>للرشاقة. يمثل عامل القدرة على تغيير الاتجاه (الرشاقة).

فمن خلال النتائج الموضحة يتبين لنا أنه تم ترشيح اختبارات بدنية على حساب اختبارات بدنية أخرى عند لاعبي الفرق المدرسية لكرة القدم في المرحلة الثانوية ومنه فالفرضية القائلة أنه توجد اختبارات بدنية معينة تعطي فروق ذات دلالة إحصائية مقارنة باختبارات بدنية أخرى عند لاعبي الفرق المدرسية في المرحلة الثانوية قد تحققت.

#### توصيات واقتراحات:

بعد عرض ، تحليل ومناقشة النتائج والخروج بأبرز الاستنتاجات قدم الباحث العديد من التوصيات والاقتراحات الخاصة بالدراسة المعنونة بـ " بناء بطارية اختبارات بدنية بغرض الانتقاء للفرق المدرسية لكرة القدم في المرحلة الثانوية " - دراسة ميدانية لبعض ثانويات بلدية بسكرة - والتي نلخصها فيما يلي:

- 1- محاولة تطبيق نفس الاختبارات على باقي الفرق المدرسية لكرة القدم لمختلف ولايات الوطن
- 2- العمل من أجل تعميم النتائج واعتماد بطارية اختبارات بدنية موحدة في كامل القطر الوطني.
- 3-بناء بطاريات اختبار لكل الجوانب المهمة لدى لاعب كرة القدم (التقنية ، النفسية ، البدنية).
- 4-توحيد طريقة الانتقاء للفرق المدرسية لكرة القدم في المرحلة الثانوية على المستوى الوطني.
- 5-عقد اجتماعات بين الأساتذة المشرفون على الفرق المدرسية على المستوى الولائي ، الجهوي والوطني وذلك بهدف التنسيق وتوحيد الأفكار والعمل على تطوير الرياضة المدرسية.
- 6-العمل على تنظيم ملتقيات للأساتذة المشرفين على الفرق المدرسية في كل المستويات.
- 7-محاولة استخلاص درجات ومستويات معيارية والعمل بها كسلم تنقيط في الانتقاء للمنتخبات الولائية و الجهوية و الوطنية.

8-تنظيم دورات تكوينية لفائدة الأساتذة (مدربي الفرق المدرسية لكرة القدم) وذلك فيما يخص الطرق الحديثة للتدريب و التخطيط، التكنولوجيا الحديثة المستخدمة في المجال الرياضي، عملية الانتقاء. 9-الاهتمام بالرياضة المدرسية على مستوى المؤسسات وتوفير مختلف الإمكانيات للنهوض بالرياضة المدرسية في مختلف التخصصات الرياضية. 10-وضع إستراتيجية عمل للانتقاء على المدى الطويل في مختلف التخصصات الرياضية في مجال الرياضة المدرسية للحصول على رياضيين للمستوى العالي ودعم الحركة الرياضية الوطنية سواء على مستوى الأندية أو المنتخبات.

### 3-1-2- دراسة خروبي محمد فيصل (2015) بعنوان "تقييم لإعداد معايير انتقاء حسب مراكز اللعب".

والغرض من هذه الدراسة هو أن تتيح للمدرب، باستخدام أدوات التقييم الميداني جنبا إلى جنب مع النتائج التي يمكن استخدامها لاختيار اللاعبين الشباب. و يستند هذا على افتراض أن ممارسة كرة القدم على مستوى عال للشباب، يفرض تحديد مستويات ومعايير معينة لاختبارات محددة تقوم أساسا على البيانات الشخصية وخصائص كل لاعب بالمقارنة مع المنصب الذي يشغله حسب خطوط اللعب.

- وضع معايير اختيار البدنية محددة تبعا لمناصب اللعب بين لاعبي كرة القدم الشباب.
- تطوير اللياقة البدنية للاعب كرة القدم الجزائرية الشابة في فئة الناشئين.
- تقييم متطلبات كل لاعب اعتمادا على متطلبات كرة القدم.
- مقارنة التأثيرات المادية بين المدافعين ولاعبي خط الوسط والمهاجمين.
- التفريق بين الصفات البدنية المطلوبة حسب مناصب اللعب (دفاع،وسط ميدان،هجوم).
- أخذ فكرة أفضل عن مستوى اللياقة البدنية في كرة القدم الجزائرية الشباب (الفئات الشبانية).

#### المنهج المستخدم : المنهج الوصفي

العينة : تمت هذه الدراسة على عينة مكونة من 140 لاعبي كرة القدم من الفرق المحترفة فئة الناشئين الذين تتراوح أعمارهم بين 15 إلى 17، وهو ما يمثل 66% من المجتمع الأصلي، وأكثر من 10 مدريا.

مجالات البحث:

المجال البشري: الفرق التي أجريت عليها الدراسة

MCO -ASO -USMH- NAHD- -USMA MCA

JSMT -MCS -USMBA- WAT-- ASMO

المجال الزمني : تمت الدراسة خلال الموسم 2012 إلى غاية 2014

المجال المكاني : في الملعب الخاص بالفريق.

الاستنتاجات:

من تحليل وتفسير النتائج بعد الانتهاء من جميع القياسات الحيوية والاختبارات البدنية المقترحة، وجدنا أن هناك فرقا في كل الصفات البدنية بين مختلف مناصب اللعب .

وفقا لنتائج الاختبارات، نجد أن كل منصب لعب يتميز بقدرة بدنية مختلفة. هذه النتائج تؤكد النتائج التي تحققت في نفس المجال.

والغرض من هذا العمل هو أن تتيح للمدرب استخدام لاختبارات التقييم بوضع مؤشرات ومعايير علمية لاختيار اللاعبين الشباب ، و نستنتج أن لدينا أندية النخبة تتضمن التقييم في البرنامج السنوي في اختيار اللاعبين على حسب خصائص مناصب اللعب المختلفة.

توصيات:

التدريب في كرة القدم يفتقر للمعايير العلمية المنظمة فيما يتعلق بعملية اختيار الموهوبين وتصنيفهم على حسب المناصب المتاحة للعب، و محتوى ونوعية التدريب الرياضي والمبادئ المنهجية لدينا لم تصل بعد لمستوى تقييم المناسب لهم. و من الضروري أن نشير إلى أن رفع مستوى إعداد اللاعبين الشباب يعتمد على تقييم موضوعي ومنظم، والمبادئ الأساسية لعملية دراسة و حملة للمساعدة في رفع مستوى الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم الشباب.

3-1-3- دراسة هوار عبد اللطيف 2015: بعنوان:

**"Elaboration d'un programme informatique pour orienter les jeunes footballeurs vers des compartiments de jeu à base du profil morphologique et des attributs de l'aptitude physique et technique"**

أهداف البحث: - تحديد الفروقات الفردية بين لاعبي كرة القدم (15-16) سنة على حسب مراكز اللعب في بعض المؤشرات المورفولوجية ، ومكونات اللياقة البدنية و المهارية.

- اقتراح برنامج حاسوبي يساعد في توجيه اللاعبين حسب مراكز اللعب على شكل قاعدة بيانات

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي.

**عينة البحث:** أجريت على ( 208 ) لاعبا تم اختيارهم بطريقة عمدية من البطولة الجزائرية المحترفة 1.

**نتيجة البحث:** توصل الباحث إلى عدم وجود فروق بين مراكز اللعب الستة في قياس الوزن ومحيط الساق، وفي كل من صفة التحمل، السرعة الانتقالية بالكرة وبدونها لمسافة (30) م، مرونة عضلات الظهر والساق وفي صفة تحمل السرعة بالكرة على مسافة (150) م. ومن أهم توصياته هي توجيه اللاعبين إلى مراكز اللعب وفق قدراتهم المورفولوجية ، البدنية و المهارية.

- تكوين اللاعبين حسب متطلبات المراكز التي يشغلونها في ميدان كرة القدم. - ضرورة الاعتماد على قاعدة البيانات لتسهيل عملية التوجيه وفق المتطلبات المورفولوجية ، البدنية و المهارية المبلورة في شكل برنامج حاسوبي.

**3-1-4- دراسة دربال فتحي 2014: بعنوان: "مقاييس البناء و التكوين الجسمي وعلاقته مع بعض المتطلبات البدنية والوظيفية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب".**

**مشكلة البحث:** غياب المؤشرات التي يعتمد عليها المدربون في عملية التدريب بمعنى أن الفريق يتدرب بصفة جماعية دون مراعاة متطلبات وواجبات كل مركز لعب.

**هدف البحث:** تحديد البناء والتكوين الجسمي للاعبين كرة القدم حسب أعمارهم ومراكزهم مع تصميم ومعرفة شبكة الشكل الجانبي للقياسات الأنتروبومترية و الوظيفية يمكن أن تساهم في التنبؤ ببعض معايير الانتقاء حسب مراكز اللعب.

**منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج الوصفي.

**عينة البحث:** تكون مجتمع الأصل من لاعبي كرة القدم الأواسط من 17-19 سنة بمجموع 225 لاعب يمثلون خمسة أندية من القسم المحترف الثاني للجهة الغربية.

**أدوات البحث:** استخدم الباحث مجموعة من القياسات الأنتروبومترية تمثلت في قياسات الوزن ، الطول محيطات الجسم ، قياسات سمك الثنايا الجلدية و المؤشرات المورفولوجية تتمثل في بناء و تكوين الجسم باستخدام مؤشر بوندرال ومعادلة <sup>MATEIKA</sup>. إضافة إلى الاختبارات والقياسات الوظيفية المتمثلة في قياس الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين <sup>VO2max</sup> ، قياس السرعة الهوائية <sup>VMA</sup> ، قياس السعة الحيوية <sup>CV</sup> ، قياس الضغط الدموي والنبض القلبي واختبار الاسترجاع روفيه <sup>RUFFIER</sup> . كما استخدم الاختبارات البدنية وتمثلت في اختبار التحمل بريكسي 5 دقائق ، اختبار السرعة 30 متر، السرعة الانتقالية، اختبار القوة الانفجارية للأطراف السفلية.

الدراسة الإحصائية: استخدم الباحث المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط بيرسون ، تحليل التباين FICHER ، النسبة المئوية والتحليل العاملي باستخدام SPSS ، UTILITAIR DANALYSE

**نتيجة البحث:** توصل الباحث إلى أن مقاييس البناء و التكوين الجسمي من أهم العوامل التي تحقق كفاءة الأداء من خلال شكل الجسم وحجم وتركيب الجسم بما يتناسب وكرة القدم كما أنها تفرض متطلبات بدنية وظيفية تؤثر و تتأثر به ، وأن نمط الجسم العضلي يتناسب و يرتبط مع اختبارات اللياقة البدنية و ضروري في عملية الانتقاء وأن هناك فروق دالة إحصائية بين مقاييس البناء و التكوين الجسمي و المتطلبات البدنية و الوظيفية بين مراكز اللعب وكذلك بين الأعمار الزمنية 17-18 سنة مع استخدام شبكة الشكل الجانبي كوسيلة لمعرفة نقاط القوة و الضعف لتحقيق أفضل المستويات والى استخلاص بطارية اختبار لكل مركز لعب انطلاقاً من واجبات وطبيعة الأداء لكل مركز لعب وعليه يوصي الباحث بضرورة العمل على بناء برامج تدريبية مناسبة للمرحلة العمرية 17-19 سنة وذلك بغرض تطور مقاييس البناء و التكوين الجسمي و المتطلبات البدنية و الوظيفية والاهتمام ومتابعة تطور بناء و تكوين الجسم خلال العملية التدريبية كمؤشر دال على ذلك ، استخدام وحدات بطارية الاختبار المستخلصة في انتقاء و تحديد مراكز اللعب ، تصميم استخدام شبكة الشكل الجانبي في المراحل السنوية المختلفة ، اجراء مقارنة أشكال البروفيل والجانب الفسيولوجي للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لأعمار 18-19 سنة مع لاعبي المستوى العالي.

**3-1-5- دراسة قاسمي عبد المالك بعنوان " بناء عاملي لبطارية اختبارات بدنية وحركية للاعبين كرة القدم صنف ناشئين ( 16-17 سنة ) وأواسط أقل من ( 20 سنة ) . لفرق الرابطة المحترفة لولاية قسنطينة رسالة ماجستير، 2012-2013 جامعة قسنطينة 2.**

وكان الهدف من الدراسة هو بناء بطارية اختبارات بدنية للاعبين كرة القدم للناشئين والأواسط وتحديد لتحل الفرق بينهما في عوامل الصفات البدنية والاختبارات البدنية من التحليل العاملي. واتباع الباحث في دراسته المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي وكأداة للبحث اعتمد على الاختبارات والمقابلات والاستبيان ، وتمثل مجتمع الدراسة في لاعبي كرة القدم لفرق الرابطة المحترفة لفتي تحت 17 و 20 سنة لولاية قسنطينة وكان عددهم على التوالي ( 117 لاعب 162 - لاعب ) تم اختيار عينة منهم و التي تكونت من 95 لاعبا من فئة الناشئين و 86 لاعب من الأواسط وتم تطبيق الاختبارات المرشحة على أفراد العينة وكانت حوالي 30 اختبار موزعة على مختلف الصفات

البدنية. ولغرض وتحليل النتائج تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية ( الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري معامل الالتواء لفشير ، بيرسون ، الدرجة المعيارية بطريقة اللوغاريتمات ، التحليل العاملي. ) ومن أهم النتائج التي تحصل عليها الباحث هي أنه تم اقتراح بطاريتين للاختبارات البدنية والحركية لها للناشئين والأواسط فيها نفس الاختبارات باستثناء اختلاف في اختبار صفة التحمل وتم ترشيح الاختبارات البدنية للاستدلال على عوامل الصفات البدنية لدى الناشئين والأواسط في كرة القدم إضافة للوصول لنتيجة وجود اختلاف في الاختبارات البدنية والحركية المرشحة للفئتين ماعدا اختبار صفة السرعة الانتقالية 20م من الوقوف.

**3-1-6 دراسة بوحاج مزيان بعنوان " بطارية اختبارات لتقويم بعض القدرات البدنية و المهارية أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أواسط 17-19سنة " دراسة ميدانية على فرق الرابطة الجهوية بالجزائر ووهران ، دراسة دكتوراه ، 2011-2012سيدي عبد الله الجزائر 3.**

وكان الهدف من الدراسة هو إبراز أهمية التقويم بصفة عامة والتقويم البدني و المهاري من خلال بطارية اختبارات لانتقاء لاعبي كرة القدم ، وتصحيح الأخطاء المرتكبة من المدربين باعتمادهم على الملاحظة والمباريات وابتعادهم على الجانب العلمي إضافة لإبراز دور الجانب العلمي في عملية انتقاء لاعبي كرة القدم

واعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي وكأداة لجمع البيانات استخدم بطارية الاختبارات والمقابلة . واشتملت عينة الدراسة على 164 لاعبا من 41فريق أجريت عليها الاختبارات وعينة المقابلة 30فرد وقد تم تطبيق الاختبارات البدنية على أفراد العينة وهي ( 1500م ، اختبار الوثب العريض ، اختبار رمي الكرة الطبية باليدين ، اختبار السرعة 50م ، اختبار الوثب العالي ، اختبار القفز المتكرر للأعلى اختبار الجلوس من الرقود ، اختبار تحمل السرعة 200م ، اختبار الجري المتعرج (زك ازك) ، اختبار ثني الجذع من الوقوف ) والاختبارات المهارية اشتملت على 10اختبارات هي (الجري بالكرة ، إخماد الكرة ، رمية التماس ، التصويب في المرمى ، ضرب الكرة بالقدم لأطول مسافة ممكنة ، ضرب الكرة وهي في الهواء بالقدم لأطول مسافة ، الاستحواذ على الكرة في منطقة 6أمتار ، قطع الكرة من الخصم ، الضربة الركنية ، ركل الكرة نحو هدف مرسوم على الحائط . ) ولعرض وتحليل النتائج استخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية (النسب المئوية ، كا2) ومن أهم النتائج المتوصل إليها هي أن استخدام بطارية اختبارات لتقويم قدرات اللاعبين بدنيا ومهاريا في عملية الانتقاء هو عمل علمي ومنهجي ومن جهة أخرى استنتج الباحث

أن المدرب الذي يعتمد على المقابلات التنافسية والملاحظة أثناء عملية الانتقاء يجد صعوبة في التعامل مع اللاعبين أثناء التدريب

3-1-7- دراسة سمير شيبان 2010 SAMIR CHIBAN :

" Les dimensions corporelles en tant que critère de sélection les jeunes footballeurs algériens de 15-16 ans "

أهداف البحث: هدفت الدراسة إلى:

- تحديد البروفيل المورفولوجي للاعب الناشئ الجزائري وفق المنطقة الجغرافية لممارسة النشاط.
- تقييم البروفيل المورفولوجي للاعب الجزائري الناشئ حسب مناصب اللعب.
- تحديد مكانة اللاعب الجزائري لأقل من 17 سنة بالمقارنة مع اللاعب العالمي في نفس الفئة العمرية.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي.

عينة البحث: شملت 146 لاعب تحت 17 سنة ، 25 لاعب للمنتخب الوطني ، 27 ممن اختيروا للوسط 37 ممن اختيروا للشرق ، 18 للغرب ، 39 للجنوب.

أهم نتائج البحث:- إن معظم المدربين يستعملون الملاحظة لاختيار لاعبيهم .

- لا توجد أسس علمية لاختيار اللاعب الجزائري تحت 17 سنة.

- اقتراح بروفيل مورفولوجي كمعيار لاختيار اللاعب الجزائري .

3-1-8- دراسة بوجمعة بولوفة 2007: بعنوان: "توصيف المتطلبات المورفو- وظيفية

للمؤشرات الجسمية وعلاقتها بنوع النشاط".

مشكلة البحث: تتمثل في غياب المعايير العلمية في رياضة التخصص وفي إعداد البطل الرياضي.

هدف البحث: توصيف نماذج مورفو- وظيفية لعينات البحث ( كرة القدم - الكرة الطائرة- كرة اليد- الجيدو)- إيجاد العلاقات الارتباطية بين المؤشرات المورفو- وظيفية ورياضة التخصص ومراحلها العمرية.

منهج البحث: استخدم المنهج المسحي الوصفي.

عينة البحث: بلغ عدد العينة 299 لاعبا من تخصص ( كرة القدم - الكرة الطائرة- كرة اليد- الجيدو) من مجموع رياضي البطولات الجهوية الغربية.أدوات البحث: استخدم الباحث مجموعة من

القياسات الأنتروبومترية تمثلت في الوزن ، الطول ، مساحة الجسم ، تقدير نمط الجسم ، تحديد مكونات الجسم المطلقة والنسبية باستخدام معادلة MATEIKA ، تحديد VO<sub>2</sub> max المطلق والنسبي واختبار الاسترجاع ISTH .

الدراسة الاحصائية: استخدم الباحث المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، التباين ، معامل الارتباط لبيرسون التجانس T(STUDENT)، تحليل التباين F(FISHER) ، النسبة المئوية. نتيجة البحث: توصل الباحث إلى أن النمط المكون العضلي هو النمط الغالب وأن هناك فروق دالة بين الألعاب الجماعية ، هناك علاقة ايجابية بين أنماط الأجسام واختبارات التحمل للأداء الحركي، هناك علاقة بين تزايد قدرة الجسم على التكيف مع متطلبات الجهد البدني وواجباته وسرعة الشفاء ، ومن أهم التوصيات التي توصل إليها الباحث هي ضرورة الاهتمام بتحديد معايير المؤشرات المورفو- وظيفية لعينات البحث وتطبيقها على اختصاصات أخرى ، اعتماد نتائج القياسات لمؤشرات مكونات الجسم (العضلات ، الدهون العظام ) والنمط الجسمي عند توجيهه في الألعاب الرياضية المدرسية.

3-1-9- دراسة بن برنو عثمان 2007: بعنوان: "تحديد درجات معيارية من خلال بطارية اختبارات لتقويم بعض المهارات الأساسية في الألعاب الجماعية ( كرة اليد، الكرة الطائرة وكرة السلة)".

مشكلة البحث: غياب طرق موضوعية لتقويم التلاميذ في التربية البدنية والرياضية.

أهداف البحث:

1- اقتراح بطارية اختبارات لتقويم بعض المهارات الأساسية في نشاط كرة اليد ، الكرة الطائرة وكرة السلة مع استخلاص مستويات معيارية مرفقة بدرجات معيارية وسلم تنقيط تكون مناسبة لهذه المرحلة العمرية.

2- معرفة مستوى أداء التلاميذ في الألعاب الجماعية من منطقة إلى أخرى ( منطقة الهضاب ، الساحل والجنوب) مع معرفة الاختلاف الموجود بينهم.

3- اقتراح طريقة علمية لعملية التقويم تعتمد على برنامج تطبيقي في الإعلام الآلي للألعاب الجماعية المدروسة.

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي.

عينة البحث: تلاميذ ( ذكور وإناث) للسنوات الثلاث من التعليم الثانوي من خمس ولايات لكل منطقة (ساحل، هضاب و جنوب) أي 20 تلميذ وتلميذة لكل سنة دراسية .

الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث في دراسته النسبة المئوية ، المتوسط الحسابي ، التباين ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط (ر) كارل بيرسون ، صدق الاختبار، السلم الطبيعي لحساب الرتب ودرجات التنقيط حسب القانون العادي ، التوزيع الطبيعي لحساب الدرجات المعيارية و المستويات المعيارية.

**أهم النتائج والتوصيات: 1-** استخدام الطريقة الموضوعية لتقويم التلاميذ في التربية البدنية والرياضية عامة وخاصة في الألعاب الجماعية.

**2-** استعمال المعايير والدرجات لتحديد مستويات الأداء المهاري للتلاميذ في الألعاب الجماعية. الاعتماد على البرنامج التطبيقي في الإعلام الآلي المقترح ( موجود على القرص) حتى يتسنى للمدرس ربح الوقت والسهولة في التنفيذ.

**3-1-10- دراسة حريزي عبد الهادي بعنوان " اقتراح بطارية اختبار لتحديد وتقويم درجات معيارية لانتقاء لاعبي كرة القدم أشبال ( 15-17 سنة) - دراسة لفرق اتحاد العاصمة ، أهلي برج بوعرييج ، وفاق سطيف " رسالة ماجستير 2006-2007 سيدي عبد الله - جامعة الجزائر. -**

وكان الهدف من الدراسة هو معرفة نوعية وواقع الاختبارات المستخدمة في عملية الانتقاء إضافة لتوضيح دور عملية الانتقاء في الرفع من مستوى الكرة الجزائرية وابرز المستويات الفعلية للاعبين الناشئين واستخلاص جملة من التوصيات كمرشد مستقبلي للمدربين واللاعبين.

واستخدم الباحث المنهج المسحي والتجريبي وكأداة اعتمد على الاستبيان والاختبارات الميدانية . وشملت عينة الدراسة 44 لاعبا من ثلاث فرق (اتحاد العاصمة ، أهلي برج بوعرييج ، وفاق سطيف) وقد تم تطبيق اختبارات البطارية وهي (تنطيط الكرة بالرجلين ، تنطيط الكرة بالرأس، التمريرة المؤطرة ، رفع الكرة الجري بالكرة بين الشواخص ، الجسر الكبير، الجري بالكرة ، التمريرة العرضية ، الجسر الصغير التصويب نحو المرمى ، التصويب على نصف الطائر). ولعرض وتحليل النتائج استخدم الباحث عديد الوسائل الإحصائية وهي (النسب المئوية ، المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الالتواء) . ومن أبرز النتائج المتوصل إليها هي أن أفراد العينة حققوا أعلى مستوى وهو جيد جدا وأدنى مستوى هو مقبول ، ومجموعة كبيرة من المدربين نفوا وجود بطارية اختبارات للانتقاء وبنسبة كبيرة أيضا من المدربين أكدوا أن الاختبارات البدنية مناسبة في عملية الانتقاء ، وأن معظم المدربين ينتقون اللاعبين عن طريق الملاحظة في المنافسة وبنسبة قليلة جدا ممن يقومون بإجراء اختبارات مهارية وبدنية.

### 3-1-11- دراسة ناصر (2006) بعنوان تأثير واجبات مراكز اللعب وخطوطه الدفاعية الوسط والهجومية في إحداث التباين في المتطلبات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم

إجراء دراسة هدفت إلى التعرف على تحديد مجالات الترابط والاختلاف في المتطلبات البدنية والمهارية بين مراكز وخطوط اللعب ، وشملت عينة الدراسة سبعة فرق من القسم الجهوي الغربي من صنف الأواسط للدرجة الأولى ، وأجريت عليهم اختبارات وقياسات للياقة البدنية المتمثلة في الجري 30م والمرونة والرشاقة والقفز العالي من الثبات واختبار الجري 12 د وبعض المهارات الأساسية المتمثلة في رمية التماس و الضربة الركنية والسيطرة والتصويب والجري وضرب الكرة بالرأس ، واستخدم الباحث المنهج المسحي لإثبات أو نفي وجود فروق بين مراكز اللاعب في المتطلبات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم.

وعلى ضوء النتائج والتحليل الإحصائي توصل الباحث إلى وجود فروقات معنوية بين مراكز اللاعبين لبعض العناصر من اللياقة البدنية وبعض المهارات الأساسية ، حيث حققت مراكز خط الهجوم أحسن نتيجة في كل من صفة السرعة والقوة والرشاقة وفي كل من مهارتي الجري بالكرة بين الشواخص والتصويب في المرمى.

كما حققت مراكز الوسط أحسن نتيجة في كل من صفة التحمل وصفة المرونة وكذلك في مهارة الركنية ، أما مراكز خط الدفاع فسجلت أحسن نتيجة في مهارتي رمية التماس وقذف الكرة لأبعد مسافة.

### 3-1-12- دراسة فيلاي خليفة، 2005. بعنوان: "اختبارات وقياسات بعض المؤشرات الوظيفية و المورفولوجية لرياضي سباق الدراجات الهوائية".

مشكلة البحث: عدم معرفة المعطيات الفسيولوجية و المورفولوجية لدى رياضي سباق الدراجات لمختلف أعمارهم في الجزائر مع معرفة تأثير رياضة سباق الدراجات على الجانب الفسيولوجي ( نبض القلب الضغط الدموي الشرياني ، السعة الحيوية على الجانب المورفولوجي ( الأطوال ، الكتلة العظمية ، الكتلة العضلية مساحة الجسم ) في الأصناف المختلفة أصاغر، أشبال و أكابر) مقارنة مع الأشخاص العاديين.

هدف البحث: تحديد بعض الخصائص الفسيولوجية ( نبض القلب ، الضغط الدموي الشرياني ، السعة الحيوية لرياضي سباق الدراجات ).  
منهج البحث: استخدام الباحث المنهج الوصفي.

عينة البحث: تتكون من 45 رياضي دراج إلى جانب 45 غير رياضيين.  
 أدوات البحث: استخدام الباحث الاختبارات الفسيولوجية لقياس كل من نبض القلب ، الضغط الدموي الشرياني و السعة الحيوية) كما استخدم القياسات المورفولوجية لقياس الأطوال الكتلة العظمية ، العضلية و مساحة الجسم....  
 نتيجة البحث: توصل إلى أن القياسات الفسيولوجية لنبض القلب والضغط الدموي الشرياني و السعة الحيوية عند الدراجين أحسن منها عند الأشخاص العاديين.  
 و فيما يخص القياسات المورفولوجية لكل من الأطوال ، الكتلة العظمية ، مساحة الجسم (لدى فئة الأصغر فقط) عند الرياضيين الدراجين أحسن و لو بقليل من الأشخاص العاديين.

### 3-1-13 - دراسة بن قوة علي 2004: بعنوان: "تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية عند لاعبي كرة القدم الناشئين (14-16) سنة"

أهداف الدراسة: - معرفة مستوى الأداء البدني لهذه الفئة من الناشئين حسب كل منطقة من مناطق الوطن (ساحل ، هضاب ، صحراء ) حسب بطارية الاختبارات المقترحة .

- معرفة مستوى الأداء المهاري لهذه الفئة من الناشئين حسب كل منطقة من مناطق الوطن (ساحل هضاب ، صحراء ) حسب بطارية الاختبارات المقترحة .

- معرفة مستوى اللاعب الجزائري من الناحية البدنية والمهارية مقارنة باللاعب الفرنسي حسب بطارية الاختبارات المقترحة.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج المسحي.

عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية ، من مجموع المناطق المكونة لجغرافية الجزائر ، وقد بلغت العينة الكلية 162 لاعبا من مختلف المناطق على النحو التالي:

- المناطق الساحلية: 54 لاعب موزعين على ثلاثة أندية من الساحل كل نادي ب 18 لاعب .
- المرتفعات : 54 لاعب موزعين على ثلاثة أندية من المنطقة الداخلية كل نادي ب 18 لاعب .
- المناطق الجنوبية (الصحراوية): 54 لاعب موزعين على ثلاثة أندية من الجنوب كل نادي ب 18 لاعب.

أهم النتائج:

- تذبذب مستوى اللاعب الجزائري و وجود فروق كبيرة المستوى سواء من الناحية المهارية أو البدنية ، إذا ما توزعت بمستوى التوزيع الطبيعي.

- لاحظنا أنه كلما اتجهنا الى الساحل كلما تحكم اللاعب أكثر في الجانب المهاري بالكرة و كلما اتجهنا ناحية الجنوب تحكم اللاعب في الصفات البدنية.  
- تأرجح مستوى اللاعب الجزائري مقارنة باللاعب الأجنبي بين المتوسط والضعيف في المهارات والصفات البدنية.  
**أهم التوصيات:**

- ضرورة استخدام مستويات معيارية التي توصل اليها الباحث حتى تكون مرجع للعمل الميداني.  
- ضرورة الاعتماد على اختبارات الجانب المهاري والبدني للاعبين كرة القدم لهذه الفئة لأنهم يعتبرون خزان للفرق الكبرى.  
- الاستفادة بمختصين من ذوي الشهادات الجامعية للاستفادة من خبرتهم العلمية في ميدان البحث العلمي. - ضرورة إجراء دراسات أخرى وفي اختصاصات متعددة.

**3-1-14- دراسة بن قوة علي 1997 تحت عنوان تحديد مستويات معيارية لاختبار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم الفئة العمرية (11-12 سنة)**  
**أهداف البحث :**

وقد صاغ الباحث أهداف البحث فيما يلي :  
-تقييم قدرات الموهوبين لممارسة كرة القدم من خلال وضع مجموعة من الاختبارات العلمية تعد كقاعدة يستعملها المدربين في اختبار ناشئين كرة القدم.  
- وضع معايير محددة يستند عليها اختيار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم.  
**استنتاجات :**

قد توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :  
في اختبار جري 30 متر سرعة من الوقوف ن توصل الباحث إلى وجود فروق معنوية بين أعمار الناشئين تحصل الأطفال 12 سنة على أحسن وقت.  
في اختبار الوثب العمودي ورمية التماس ، والجري بالكرة وضرب الكرة لأبعد مسافة والجري المتعرج بالكرة لاحظنا تفوق أطفال 12 سنة.  
في اختيار الركض، الوثب العمودي ورمية التماس ، والجري بالكرة وضرب الكرة لأبعد مسافة والجري المتعرج بالكرة حققت عينة البحث أكبر مستوى لها عند مستوى المعياري متوسط وبالتالي فإن المستوى المعياري متوسط.

التوصيات :

أوصى الباحث بما يلي

- ضرورة تطبيق الاختبارات في بداية فترة الإعداد والتعرف على مستوى اللاعبين من خلال الجداول المعيارية.
- ضرورة تطبيق الاختبارات بين فترة وأخرى لمعرفة مدى تطور مستوى اللاعبين.

3-2- ثانياً: الدراسات العربية :

3-2-1- دراسة عبد الرحمان محمد عبد الهادي بشير بعنوان " بناء بطارية اختبار للياقة البدنية لدى أفراد الجيش الفلسطيني " رسالة ماجستير ، ، 2012 جامعة نابلس -فلسطين. -

وكان الهدف من الدراسة هو بناء بطارية اختبار للياقة البدنية لدى أفراد الجيش الفلسطيني إضافة لوضع مستويات معيارية لمستوى اللياقة البدنية لأفراد الجيش.

واتبع الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي واستخدم المقابلة والاختبارات والاستبيان كأدوات لجمع البيانات.

تكون مجتمع الدراسة من 4007 عسكري أعمارهم ( 18-32 سنة) فكانت عينة الدراسة ( 1885 عسكري تم اختيارها بالطريقة الطبقية وتم تطبيق حوالي 21 اختبار موزعة على مختلف الصفات البدنية.

ولغرض وتحليل النتائج استخدم الباحث عدة وسائل إحصائية وهي المتوسطات الحسابية ، الانحرافات المعيارية ، الالتواء، النسب المئوية ، معامل الارتباط بيرسون ، المنوال ، التحليل العاملي. وكانت أهم النتائج المتوصل إليها هي استخلاص بطارية اختبار لقياس الناحية البدنية متمثلة في العوامل المستقلة لهذه الدراسة وهي 6عوامل (عامل القوة العضلية ، السرعة الانتقالية ، عامل الرشاقة قوة التحمل العضلي ، المرونة ) ، وتم استخلاص مستويات ودرجات معيارية للأداء الحقيقي للجيش الفلسطيني وتم تقسيمها إلى فئتين الأولى ( 18-25 سنة) والثانية ( 26-32 سنة ) وذلك حسب الفئة العمرية وخصائصها.

3-2-2- دراسة مجيد خديخش أسد بعنوان " بناء بطاريتي اختبارات بدنية و مهارية في خماسي كرة القدم للاعبي فرق المدارس الابتدائية بأعمار 9-12 سنة " قسم التربية الرياضية ، كلية التربية الأساسية جامعة السليمانية ، 2009 . وكان الهدف من الدراسة هو بناء بطاريتي اختبارات بدنية والمهارات الأساسية في خماسي كرة القدم للاعبي فرق المدارس الابتدائية بأعمار ( 9-12 سنة) ووضع معايير للبطاريتين.

واتبع الباحث تحليل المحتوى والملاحظة والاستبيان والاختبار كأدوات لجمع البيانات، وتمثلت عينة الدراسة في 120 لاعبا تمثل عينة البناء العاملي، وعينة التقنين كانت حوالي 220 تلميذا. ولقد طبق الباحث الاختبارات البدنية و المهارية المرشحة والمقدرة بحوالي 21 اختبارا بدنيا موزعة على مختلف الصفات و 12 اختبارا مهاريا.

ولعرض وتحليل النتائج ومختلف العمليات الإحصائية استخدم الباحث الوسائل التالية وهي ممثلة في التحليل العاملي ومصفوفة الارتباطات. ومن أبرز النتائج المتوصل إليها هي أنه تم استخلاص بطارية اختبار اللياقة البدنية على ضوء عواملها وهي:

-عدو 20م من الوقوف تمثل عامل السرعة الانتقالية.

-ثني الجذع للأمام من الجلوس تمثل عامل المرونة.

-ركض 4×10م مكوكي تمثل عامل الرشاقة.

-الوثب العريض من الثبات تمثل عامل القوة الانفجارية.

وتم وضع معايير لوحدات البطارية، ولقد تم استخلاص بطارية اختبار للمهارات الأساسية وتم وضع معايير لها.

3-2-3- دراسة عباس علي عذاب بعنوان " بناء وتقنين بطارية اختبار بدنية للقبول في الكليات العسكرية مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الثامن ، المجلد 1 ، 2008 .

وكان الهدف من الدراسة هو بناء بطارية اختبار للقبول في الكليات العسكرية ووضع درجات معيارية لبطارية الاختبار المستخلصة.

واتبع الباحث في دراسته المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي واستخدم الاختبارات والمقابلة والاستبيان كأدوات لجمع البيانات، واحتوت عينة الدراسة على 500 طالب متقدم إلى الكلية العسكرية بأعمار (18 سنة) وقسمت العينة إلى 3 أقسام ( 30 طالب قاموا بالتجربة الاستطلاعية و 100 طالب كعينة

للبناء و 370 كعينة للتقنين واختيرت العينة بالطريقة العمدية . وطبق الباحث حوالي 33 اختبار ممثلاً

الصفات البدنية ولغرض عرض وتحليل النتائج اعتمد الباحث على الوسائل الإحصائية باستخدام برنامج SPSS وهي الوسط الحسابي ، الوسيط ، الانحراف المعياري ، معامل الالتواء ، التحليل العاملي ، الدرجة المعيارية المعدلة بطريقة التتابع. ( وقد توصل الباحث إلى عدة نتائج أبرزها أن البطارية المستخلصة تكونت من أربع عوامل وهي : عامل التحمل وتمثل باختبار 2400م وعامل السرعة ممثلاً باختبار 40م من الوضع الطائر ، عامل الرشاقة ممثلاً باختبار 4×10م ، عامل تحمل القوة ممثلاً باختبار ثني ومد الذراعين من وضع الاستناد الأمامي حتى نفاذ الجهد ، إضافة إلى أن الباحث رأى أن البطارية المستخلصة تتسم بالبساطة وعدم التعقيد لذا فهي سهلة التنفيذ وقد تم تحديد الدرجات المعيارية بطريقة التتابع للبطارية المستخلصة.

3-2-4- دراسة نوار عبد الله حسين اللامي (2007) بعنوان تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية والقياسات الجسمية لخطوط اللعب المختلفة للشباب الأواسط لمنطقة الفرات.

**أهمية البحث :** تكمن في تسليط الضوء على أهمية الصفات البدنية الخاصة وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية لكرة القدم والمواصفات التي يتطلبها اللاعب من اللعب ضمن الخطوط الثلاثة إضافةً دراسة المتغيرات الأساسية بدنية ، مهارية ، الأنماط الجسمية لمختلف خطوط اللاعب وإبراز الفروقات بين المراكز ومتطلبات كل منصب لالعاب .

#### أهداف البحث :

- 1- مستوى الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية لدى لاعبين الشباب في منتخبات محافظات الفرات الأوسط لكرة القدم وفق خطوط اللعب الثلاثة.
- 2- تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية لدى لاعبين الشباب في منتخبات الفرات الأوسط بكرة القدم وفق خطوط اللعب الثلاثة.
- 3- الفروق في مستويات الصفات البدنية الخاصة والمهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية للاعبين حسب خطوط اللعب الثلاثة .

**المنهج المستخدم :** حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي .

**العينة:** كما قام باختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو منتخبات محافظات الفرات الأواسط البالغ عددهم (88) لاعباً بعد استبعاد حراس المرمى ، ومن أهم التوصيات التي أشار

إليها الباحث ضرورة الاعتماد على المستويات المعيارية عند اختيار لاعبي الخطوط ، واعتماد المستويات المعيارية لتقييم أداء الفرق لمنتخب شباب الفرات الأواسط.

#### مجالات البحث:

لاعبو الشباب في منتخبات الفرات الأوسط بكرة القدم للموسم 2006 - 2007 بواقع (88) لاعب .

مدة البحث :- 20/1/2007 ولغاية 10/10/2007 ملاعب الأندية الرياضية في الفرات الأوسط لكرة القدم، المشمولة بالبحث .

وعلى ضوء النتائج والتحليل الإحصائي توصل الباحث إلى جملة من النتائج والتوصيات تمثلت فيما يلي:

1- لا فرق دال معنوي في اللياقة البدنية الخاصة لخطوط اللعب الثلاثة باستثناء سرعة الاستجابة والرشاقة .

2- عدم وجود فرق دال إحصائياً في الأداء المهاري لجميع اللاعبين ولمختلف الخطوط .

3- لأفرق دال معنوي في القياسات الجسمية لخطوط اللعب الثلاثة باستثناء الطول الكلي للاعب..

4- تقارب مستويات اللاعبين ولجميع الخطوط في المتغيرات المبحوثة عند المستوى المتوسط باستثناء (التوافق، دقة المناولة ، المراوغة ، الإخماد) عند المستوى الخامس(جيد جدا) وقد أوصى الباحث بما يلي:

1- التأكيد على التدريب الفردي وحسب خطوط اللعب في ما يخص عناصر اللياقة البدنية الخاصة .

2- التأكيد على تدريب مهارات ( التهديف ،ضرب الكرة بالرأس،والدحرجة ) لخطوط اللعب .

3- ضرورة اختيار لاعبي خط الدفاع والهجوم من طوال القامة.

4- الاعتماد على المستويات المعيارية عند اختيار لاعبي الخطوط.

5- اعتماد المستويات المعيارية لتقييم أداء الفرق لمنتخبات شباب الفرات الأوسط .

3-2-5- دراسة عبد المنعم أحمد جاسم بعنوان " حقيبة اختبارات لانتقاء لاعبي كرة القدم بالأعمار (-1210سنة) وفق عدد من المحددات " . 2007.

وكان الهدف من الدراسة هو التعرف على محددات لاعبي كرة القدم ( 10-12سنة) منها (المهارية،الجسمية ، البدنية ، الوظيفية ، النفسية والمعرفية ) ،إضافة لبناء بطاريات اختبار لتلك المحددات. و وضع درجات معيارية للاختبارات المستخلصة عامليا وقد اتبع الباحث المنهج

الوصفي. وتمثلت عينة الدراسة في 250 تلميذا اختيروا بالطريقة العمدية نظرا للتقسيم الجغرافي بمدينة تكريت وقد طبق الباحث مختلف الاختبارات المرشحة.

ولغرض تحليل وعرض النتائج اعتمد الباحث على عديد الوسائل الإحصائية وهي الوسط الحسابي والوسيط ، المنوال ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط لبيرسون ، النسب المئوية ، معامل الالتواء الدرجة التائية والمعيارية والتحليل العاملي.

كانت من أبرز النتائج المتوصل إليها وأولا فيما يخص اللياقة البدنية كانت المحددات كما يلي:

أ- عدو 20م من الوقوف يمثل السرعة الانتقالية.

ب- الوثب العريض من الثبات يمثل القوة العضلية.

ت- ركض مكوكي 5×55م يمثل المطاولة والرشاقة.

وكذلك المهارات الأساسية استخلص الباحث أربع عوامل ومهارات وهي:

● السيطرة على الكرة خلال 30ثا تمثل السيطرة على الكرة.

● دحرجة الكرة حول دائرة منتصف الملعب يمثل الدحرجة بالكرة.

● دقة التهديف القريب يمثل دقة التهديف والمناولة.

● دقة ضرب الكرة بالرأس يمثل دقة المناولة بالرأس.

**3-2-6- دراسة كوران معروف قادر بعنوان " تصميم و بناء بطاريتي اختبار لبعض عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية كمؤشر لاختيار ناشئي كرة القدم لفرق المدارس المتوسطة لمدينة أربيل " 2006دكتوراه**

وكان الهدف من الدراسة تصميم بطاريتي اختبار الأولى لبعض عناصر اللياقة البدنية لناشئي فرق المدارس المتوسطة لكرة القدم في مدينة أربيل والثانية اختبار لبعض المهارات الأساسية لناشئي فرق المدارس المتوسطة لكرة القدم في مدينة أربيل وكذلك وضع معايير لبطاريتي اللياقة البدنية و المهارات الأساسية لناشئي فرق المدارس المتوسطة لكرة القدم في مدينة أربيل. و كان الهدف من الدراسة هو معرفة نوعية وواقع الاختبارات المستخدمة في عملية الانتقاء إضافة لتوضيح دور عملية الانتقاء في الرفع من مستوى الكرة الجزائرية وإبراز المستويات الفعلية للاعبين الناشئين واستخلاص جملة من التوصيات كمرشد مستقبلي للمدربين و اللاعبين. واستخدم الباحث المنهج الوصفي وكأداة اعتمد على الاستبيان والاختبارات. وشملت عينة الدراسة 114 لاعبا تمثل 6مدارس ولعرض وتحليل النتائج استخدم الباحث عديد الوسائل الإحصائية وهي الوسط الحسابي ، الوسيط

، المنوال، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط لبرسون ، النسب المئوية ، الدرجة المعيارية والتحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية أهم النتائج المتوصل إليها :

استخلاص بطارية اللياقة البدنية و التي ضمت الاختبارات التالية:

ثني الجذع أمام أسفل من الوقوف يمثل عامل المرونة.

الجري 50متر يمثل عامل السرعة.

تمرين البطن بمد الرجلين 30ثا يمثل عامل التحمل الخاص.

الركض 1000متر يمثل عامل التحمل الدوري التنفسي. أما المهارات الأساسية فكانت كما

يأتي: المناولة على المربعات يمثل عامل ضرب الكرة.

التهديف على الدائرة من مسافة 12متر يمثل عامل التهديف

السيطرة داخل دائرة 2متر يمثل عامل السيطرة.

الركض و الدرجرة بين الشواخص يمثل عامل الدرجرة

### 3-3-3 ثالثاً : الدراسات الأجنبية

3-3-3-1- دراسة لامبرتين (lambtrtin, 2000) بعنوان علاقة نوع الجهد والنسب للمسافات

المنجزة حسب المراكز وهدفت الدراسة التعرف على الاختلافات بين مراكز اللاعبين

وقد قسم الباحث المراكز إلى :

( المهاجم ، المدافع الجانبي ، المدافع الوسط ، الوسط ).

وأظهرت نتائج الدراسة أن مركز الوسط أكثر المراكز في الجري المتوسط (32%) ويعتبر كل من

مركزي المدافع الجانبي والمدافع الوسط أكثر المراكز في قطع المسافات بالجري الخفيف ، (41%)

، كما يعتبر خط الهجوم أكثر المراكز في قطع المسافات السريعة (13%).

ويمكن تلخيص هذه الدراسة في الجدول التالي :

سرعة	مشي	جري خفيف	جري متوسط	نوعية الجري
				المراكز
%13	%29	%35	%23	المهاجم
%11	%36	%41	%17	المدافع الظهير
%06	%31	%35	%32	الوسط

### 3-3-2- دراسة بريكسي (brikci ,1999) بعنوان الخصائص الفسيولوجية للاعبي كرة القدم الجزائريين .

وهدفت الدراسة إلى تثبيت أهمية الخصائص الفسيولوجية والبدنية في رفع المستوى العالي وتحديد خصوصيات لاعب كرة القدم ، ومعرفة خصوصيات المركز الذي يشغله كل لاعب وتكونت عينة الدراسة من لاعبي كرة القدم للنخبة و الفريق الوطني ومن خلال تحليل النتائج توصل الباحث إلى الآتي :

إن المقارنة بواسطة تحليل التباين للمعطيات المورفولوجية والفسيولوجية على حسب مراكز اللاعب لا تظهر فروق ذات دلالة معنوية ، وعدم تجانس اللاعبين من الناحية المورفولوجية والفسيولوجية ووجود فروق بين حارس المرمى ومختلف المراكز الأخرى ، وتطور القوة الانفجارية بشكل كبير عند لاعبي كرة القدم مقارنة مع السنوات الماضية وبالأخص حارس المرمى ، وتطور قدرة لاعبي الهجوم وتطور التحمل للاعبي الوسط ، والقوة العضلية عند لاعبي الدفاع.

### 3-3-3-دراسة كازورلا وفرحي بعنوان تحديد القدرات الفسيولوجية والبدنية للاعبي كرة القدم ذو المستوى العالي حسب المراكز.

#### الهدف من الدراسة:

معرفة نسبة الفروقات بين مراكز اللاعبين، وقد قسم الباحثان المراكز في اللعبة إلى ما يلي :

-لاعبي الدفاع الوسط

-لاعبي الدفاع الظهرين

-لاعبي الوسط

-لاعبي الهجوم

#### الخلاصة:

تعتبر كل من صفات السرعة والقوة ( الارتقاء) والمرونة من الصفات التي لها أهمية كبيرة في لعبة كرة القدم.

نتائج اختبار السرعة لدى لاعبي كرة القدم المحترفين أكثر دلالة مقارنة مع الألعاب الجماعية الأخرى.

يعتبر كل من لاعب الوسط و الظهرين ( الأيمن والأيسر) من أحسن اللاعبين في صفة الطاوله ويلهيهم لاعبي الهجوم

3-3-4- دراسة M.A.CODIK بعنوان: دراسة مقارنة بين مراكز اللاعبين (الدفاع -الوسط - الهجوم).  
الهدف من الدراسة:

معرفة الفروقات بين المراكز. وقد اعتمد الباحث في دراسته على المناطق فقط وهي (الدفاع - الوسط -الهجوم)، كما ركز الباحث في دراسته على المسافة المقطوعة خلال مباريات كأس العالم (جري خفيف -جري سريع -جري سرعة قصوى-جري بالكرة)وفي نهاية الدراسة توصل الباحث إلى المسافة المقطوعة في المباراة، وحدد الباحث جدول يشمل جميع المسافات المقطوعة خلال المباريات

المجموع	جري بالكرة	جري سرعة قصوى	جري سريع	جري خفيف	نوعية الجري المراكز
2050	950	650	450	4100	الدفاع
2130	860	570	280	3840	الوسط
2190	940	970	385	4485	الهجوم

-الخلاصة:

-يعتبر خط الهجوم أحسن خط في المسافة المقطوعة خلال المباراة.  
-كما سجل خط الوسط أضعف نتيجة مقارنة بين خطي الدفاع والهجوم.  
-يعتبر خط الهجوم الأحسن في جري المسافات السريعة .  
ويعتبر الباحث هذه النتائج بداية أولى في دراسة الواجبات و المتطلبات الخاصة بالمراكز و هي بذلك تعطي للباحث نظرة شاملة حول الاختلافات في بعض الصفات البدنية ( السرعة ، المطاولة الهوائية ... )خلال المنافس.

3-3-5- دراسة Maurine vrilac. Jean-Paul Serni بعنوان دراسة حول مراكز لاعبي المنتخب الفرنسي لكرة القدم.

الهدف من الدراسة :تحديد الفروقات بين اللاعبين في بعض الفروقات المورفولوجية. وقد قسم الباحث المراكز في لعبة كرة القدم إلى:

الدفاع - الوسط - الهجوم

-الخلاصة:

-سجل لاعبو الدفاع أحسن متوسط في قياس الوزن 73.85(كلغ)مقارنة بلاعبي

الوسط 69.00 (كلغ)والهجوم 68.09 (كلغ).

-سجل لاعبو الوسط أحسن نتيجة في قياس الطول 1.76 متر مقارنة بلاعبي الدفاع

1.75 (متر) و الهجوم 1.72 (متر).

ويمكن تلخيص هذه النتائج في الجدول التالي:

القياسات المراكز	حجم العينة	السن	الطول	الوزن
الدفاع	13	24	1.75	73.84
الوسط	11	26	1.76	69.00
الهجوم	11	24	1.72	68.09

#### 4- التعليق على الدراسات :

من خلال الدراسات سابقة الذكر و التي شملت الاختبارات و التقويم والانتقاء والقياس ، والتي توافقت في مجموعة من النقاط الأساسية التي تدعو إلى استخدام الأسلوب العلمي في عمليات الانتقاء والتوجيه وإدراج بطاريات الاختبار المختلفة واختبارات النفسية والذهنية والمقابلات المنظمة والإطلاع على الجوانب النظرية المعرفية الحديثة كوسيلة ذات طابع علمي لا باستخدام المحض للملاحظة التي باتت اليوم غير كافية في التحديد الجيد وكذا محاولة تجسيد هذه المعايير في ثقافة ومفهوم اللاعب الجزائري والمدرّب بالدرجة الأولى وكذا مسيري الكرة الجزائرية ومسؤولي القطاع الذين يسعون اليوم إلى تطوير هذا الجانب بتشجيعهم لقطاع البحث العلمي وتوفير السبل والمتطلبات على اختلاف مستوياتها لنهوض وتطوير مستوى الكرة والوصول باللاعب المحلي إلى أعلى مستويات الإنجاز هذه الإستراتيجية التي تنتهجها الاتحادية الجديدة تحت قيادة الرئيس زطشي و مسؤولي التكوين والمراقبة بوعلام شارف و رابح سعدان و عامر شفيق و أعضاء المكتب الذين يسعون جاهدين إلى تطوير كرة القدم الجزائرية وذلك بانتهاج الأسلوب العلمي المبني على مبادئ التدريب الرياضي الحديث سواءً في عملية تكوين المدربين والقائمين على مختلف الفئات العمرية أو

عملية الانتقاء والتوجيه للفرق الوطنية وحاول الباحث أن يجمع ما أمكن من الدراسات التي تناولت جانب الانتقاء والتوجيه لتكون له نظرة شاملة تساهم في معالجة موضوعه .

**قد اتفقت هذه الدراسات في مضمونها على ضرورة ما يلي :**

- . وضع مستويات معيارية من أجل المساعدة في تقويم لاعبي بطريقتهم موضوعية .
- . ضرورة الاهتمام بزيادة تطوير القدرات البدنية و المهارية الأساسية و كذلك تقويمها حتى نعرف مستوى التقدم الذي وصلت إليه .
- . تعزيز و دعم الأداء الجيد للمهارات و قدرات اللاعبين .
- . تطبيق الاختبارات في مختلف المراحل و على مختلف المستويات .
- . ضرورة إجراء بحوث و دراسات مشابهة لبقية الأصناف الأخرى لإيجاد المستويات المعيارية.
- و بهذا نكون قد قمنا بإيجاد النقاط المشتركة التي خرجت بها كل دراسة من أجل التحليل و المقارنة من أجل تدعيم البحث و النتائج المتحصل عليها .

**4-1- من حيث المجال الزمني :** أجريت هذه الدراسات في الفترة الزمنية 1997 إلى 2017

**4-2- من حيث الموضوع:** قد تختلف توجهات الباحثين في تناولهم للموضوعات من حيث الشكل و طرح العنوان إلا أنه هناك اتفاق كبير في المتغيرات ، حيث اشتركت الدراسات في المتغيرات التالية : الاختبارات ، الانتقاء ، التقويم ، القياس.

**4-3- من حيث الهدف :** توجهت مختلف الدراسات إلى أهداف تتداخل من حيث الشكل والمضمون باعتبار عملية التقييم والقياس وفق الأسس العملية تبقى من أهم النقاط في تحديد وضبط معايير انتقاء أو توجيه الخاصة بميدان كرة القدم من أجل البحث عن النخبة وعن جوهر المراهق البطل على اختلاف المتغيرات البدنية ، المهارية ، الذهنية ، النفسية، وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية الخاصة بالتوجيه نحو مراكز الهجوم ، إلا أن هناك أهداف جانبية اختلفت بين الدراسات .

**4-4- من حيث المنهج :** اختلفت توظيف المناهج على اختلاف متطلبات الدراسة بين المنهج الوصفي والتجريبي إلا أن معظم الدراسات كانت تعتمد على بطاريات اختبار لتقييم المتغيرات على اختلافها وفي بحثنا هذا يتطلب الدراسة ميدانية تحمل مجموعة من الاختبارات البدنية الفسيولوجية المورفولوجية المهارية.

4-5- من حيث العينة : اشتملت العينة في معظم الدراسات من لاعبي كرة القدم تراوحت أعمارهم بين 09 سنوات و 20 سنة.

4-6- من حيث الأدوات : استخدمت كل الدراسات استمارات و استبيانات لتقصي الحقيقة إضافة إلى جملة من المقابلات مع أهل الاختصاص والميدان لتدعيم الجانب النظري لمعالجة الدراسات المختلفة كما تم اقتراح و إنشاء مجموعة من الاختبارات ، حيث هناك من استخدم اختبارات ميدانية و معملية تناولت العديد من الجوانب سواء المورفولوجية أو الفسيولوجية البدنية و المهارية وكل باحث واستخدم ذلك حسب متطلبات بحثه وأهدافه والإمكانات المتاحة له للعمل التجريبي .

4-7- من حيث النتائج : تم الاتفاق في مجمل الدراسات على أهمية استخدام بطاريات الاختبار لتقييم القدرات في عملية الانتقاء والتوجيه وإلى أهمية توظيف الأسس العملية القائمة على التجربة واستخلاص النتائج وتطوير بإسهام كل ما هو جديد في العملية التدريبية الحديثة الخاصة بكرة القدم وما أسفرت عليه نتائج الدراسات المحلية الجزائرية أنّ عملية الانتقاء والتوجيه مازالت تعتمد على الطرق الذاتية العشوائية لانجازات مباريات وبطاقات ملاحظة و ما شد الباحث أنّ هناك عدد كبير من الدراسات التي أجريت ولكن للأسف بقية تشغل الأمكنة في المكتبات وفضاء الأنترنات فقط يلتجأ إليها الباحثون عند الحاجة إلى عمل نظري إضافة إلى أنّ مجمل النتائج المحصل عليها والتي تناولت تحديد مستويات كانت ذات مستوى متوسط إلى ضعيف وهذا دلالة على أن عملية المتابعة والمراقبة شبه منعدمة لمختلف الفئات وما توصل إليه الباحث أنّ حتى الفرق الوطنية لا يتم انتقاء عناصرها عبر اختبارات بل عبر الملاحظة المجردة هذا ما قد يكون ظلم إن صح التعبير لعدة مواهب تستحق أن تمثل الألوان الوطنية و استخلص الباحث عبر جمل التوصيات التي خرجت بها معظم الدراسات والتي اتفقت على المتابعة والمراقبة والتقييم خلال العملية التدريبية وحتى خلال المسار الرياضي للمواهب الشابة وذلك من أجل رفع المستوى وتحقيق الأفضل لمستقبل الكرة الجزائرية التي باتت جل فرقها الوطنية وعلى اختلاف النشاطات تعتمد على ما ينتجه الغرب ومنتبناه نحن تحت شعار الوطنية ولكن هذا ما يجب أن يعاد النظر إليه بجدية للنهوض بالمستوى الرياضي الجزائري بصفة عامّة .

أوجه الاستفادة من الدراسات :

- خلص الباحث من عرض وتحليل الدراسات السابقة والمثابفة إلى تحديد النواحي النظرية والإجراءات العملية للدراسة الحالية كالآتي :
- تحديد جوانب مختلفة لمشكلة البحث.
- تحديد أهمية عملية الانتقاء والتوجيه في كرة القدم.
- التعرف على مختلف الاختبارات الحديثة لتقويم مختلف الصفات البدنية الفسيولوجية و المهارية.
- صياغة الأهداف والفروض للدراسة الحالية.
- تحديد مجتمع و عينة البحث.
- تحديد المنهج الملائم لدراسة الحالية.
- التعرف على وسائل جمع البيانات و الأدوات والأجهزة المناسبة لإجراء الدراسة.
- تصميم بطارية اختبارات للقيام بتحديد معايير التوجيه نحو منصب الهجوم وفق أسس علمية صحيحة بعيداً عن الذاتية و العشوائية.
- الاستفادة من الدراسات المحلية والأجنبية في كيفية معالجة مشكلة البحث إذ أن أغلب الدراسات تربط المتغير المستقل بالواقع وتتناوله في الإطار الخاص به.

## خلاصة:

تعتبر الدراسات و البحوث السابقة و المثابفة الأرضية الصلبة التي ينطلق منها البحث كبناء يتم تشييده وفقا لإطار نظري و تطبيقي شامل يحقق لنا الهدف من الدراسة من خلال التوصل إلى حل لمشكلة ما، وهذا ما حذا حذوه الطالب إذ انطلق من هذه القاعدة التي سمحت له بمواصلة البحث الذي هو بصدد دراسته، مما سمح له بتحديد مشكلة بحثه وفقا لطريقة علمية صحيحة و الإطار الصحيح الذي يوصله إلى النتائج المتطلع إليها من الناحية العلمية و العملية.

لقد حاولنا بقدر المستطاع جمع هذه الدراسات و ترتيبها و إيجاد النقاط المشتركة التي نرى أنها تخدم هذه الدراسة و تدعمها. حيث أن إيجاد المعايير لهذه الفئة في الجزائر لم تأخذ بعين الاعتبار نظرا إلى العوامل التي باتت ترتبط بالملاحظة المجردة فقط خالية من المعايير العلمية التي تسير كرة القدم الحديثة وتحقق أعلى مستويات الإنجاز الرياضي.

و قد اتفقت جميع هذه الدراسات على أهمية المعايير في الانتقاء و التوجيه و لهذا نعتبر أن توجيه الصحيح و المناسب للاعبين سوف يعطي احتمال النجاح أكبر للعملية التدريبية. يتضح من خلال عرض الدراسات السابقة العلاقة بينها و بين الدراسة الحالية ، حيث تتمحور معظم الدراسات حول بطارية الاختبارات و علاقتها بعملية التقويم و الانتقاء ، في حين سيجادل الباحث تناول هذه العلاقة بشيء من التفصيل على مستوى خط الهجوم وعملية التوجيه التي تقوم وفق أسس علمية باعتماد على محددات بدنية فسيولوجية و مورفولوجية إضافة إلى الجانب المهاري هذه المحددات تعتبر اليوم في كرة القدم الحديثة من أهم المعايير التي ترتكز عليها عملية التوجيه.

وحاولنا من خلال جمعنا لمختلف الدراسات السابقة والمثابفة أن نبرز أهمية هذه الدراسة وأن نتطرق للعديد من المحاور التي تم معالجتها والبحث فيها عاملين بمجمل التوصيات التي خلفتها الدراسات التي تبرز أهمية العملية العلمية المبنية وفق قواعد حديثة فيما يخص الاختبارات وعمليات التقييم في اكتشاف وانتقاء وتوجيه الموهوبين في اختلاف التخصصات والفئات العمرية.

# الباب الثاني

## الدراسة التطبيقية

# الفصل الأول

## الدراسة الاستطلاعية

## تمهيد:

يهتم كل باحث هو بصدد التطرق إلى جوهر دراسة ما بالتحري أو البحث الأولي وبناء خلفية نظرية تساهم في إثراء بحثه وتساهم بشكل أو بآخر في ثمين مشكلة بحثه وهذا ما يعطي صبغة علمية للموضوع المعالج وفتح آفاق جديدة وتدعم بدلائل وشواهد علمية قبل الشروع في الدراسة الأساسية. وعلى ذلك كانت الأهداف العامة للدراسة الاستطلاعية الأولية ما يلي:

- التقرب من أهل الاختصاص من أساتذة ومدربين وكذا من فرق كرة القدم للرابطة الجهوية وهران وسعيدة.
- معرفة واقع عمليات الاكتشاف والانتقاء والتوجيه والأهمية البالغة التي باتت تكتسي بها في مختلف الرياضات الجماعية والفردية على حد سواء.
- معرفة الأساليب والطرق التي تتم عبرها عملية التوجيه والخاصة بالتوجيه الاختصاصي الذي يهتم بمناصب اللّعب في كرة القدم وخاصة منصب الهجوم الذي يعتبر محور دراستنا.
- تمكين الطالب الباحث من التعرف أكثر على واقع عملية التوجيه الخاصة بمناصب اللّعب في كرة القدم.
- معرفة سبل وطريقة تقديم أدوات البحث في الدراسة الأساسية.
- تدريب فريق البحث على طريقة العمل وتسجيل العراويل التي يمكن أن تعيق هذه العملية. ولتجسيد الأهداف المرجوة من الدراسة الاستطلاعية الأولى لجأ الباحث إلى خطوتين أساسيتين استعمل في كل منها أداة بحث لجمع البيانات و المعلومات حول مشكلة البحث وذلك على النحو التالي:

## 1-خطوات الدراسة الاستطلاعية الأولى:

### 1-1-الخطوة الأولى -المقابلة:-

تمثلت الخطوة الأولى في إجراء مقابلة مع مجموعة من المختصين والمدربين (\*بعض التقنيين والمدربين) في مجال كرة القدم و ممن توكل لهم مهمة عملية الاكتشاف و الانتقاء و التوجيه، وكان الهدف من المقابلة:

- معرفة آرائهم حول محددات التي يعتمدها المدربين في عملية التوجيه نحو مختلف مناصب اللعب.
  - طرق المعمول بها حاليا في ضبط متطلبات أو محددات اللاعبين الذين يشغلون مختلف المناصب في كرة القدم ونخص بالذكر الفئات الشبابية.
  - معرفة آرائهم حول المتطلبات الأساسية للاعبين المهاجمين بالخصوص وما يفنقر إليه المدرب الجزائري ليتمكن من ضبط عملية التوجيه الصحيحة وفق أسس علمية.
- ولأجل أن تكون المقابلة هادفة إلى ما نصبوا إليه فقد عمد الطالب الباحث على تحضير بطاقة المقابلة بمعية الأستاذ المشرف وأخذا بآراء بعض الأساتذة من أهل الاختصاص. لنستقر في الأخير على بطاقة تضم مجموعة من الأسئلة المباشرة صيغت باللغتين العربية والأجنبية (الفرنسية) لتمكين كل المختصين من فهم الأسئلة، إضافة إلى تحضير الأجوبة المحتملة لكل سؤال حيث يتم التأشير على الجواب من طرف الطالب الباحث مباشرة مع تسجيل ملاحظات أو تفسيرات التي يقدمها المختص، هذه الطريقة تمكن من ربح الوقت وكذا جمع معلومات دقيقة عن كل سؤال بعيدا عن العموميات.

### 1-المجال البشري للمقابلة:

تمت المقابلة مع 07 مكونين فدراليين في اختصاص كرة القدم.

### 2-المجال الزمني للمقابلة:

تمت الخطوة الأولى الدراسة الاستطلاعية في الفترة ما بين ديسمبر 2016 و فيفري 2017.

### 3-المجال المكاني للمقابلة:

استغل الطالب الباحث الدورة التكوينية كاف أ" (CAF A) الخاصة بكرة القدم التي أجريت بالمركز التقني الجزائر العاصمة لإجراء المقابلة مع المكونين تخصص كرة القدم.

### 1-1-2- أهم نتائج المقابلة:

- أجمع الأخصائون على عدم وجود معايير ومحددات خاصة بعملية التوجيه نحو مختلف مناصب اللعب التي تخص الفئات الشبابية.

- المعرفة التامة لأهمية تحديد متطلبات لاعبيون الشبان المختلفة وضرورة وجود هذه المعايير على مستوى الرابطات المختلفة.
- يرى المختصون أن عملية الانتقاء و التوجيه باتت تكتسي الطابع التقليدي عن طريق الملاحظة المجردة التي لا تعتبر عامل كافي لتقييم مستوى اللاعبين.
- أكد المختصون على التركيز على الاختبارات الميدانية ذات الطابع العلمي في تحديد مختلف المتطلبات التي تتناسب والمنصب ونذكر بالخصوص مناصب اللعب الهجومية.
- ضرورة الاهتمام بالفئات الشبابية من جميع الجوانب والدعوة إلى تكوين خاص للمدربين والقائمين على هذه الفئة يشمل الكشف و الانتقاء والتوجيه على حد سواء من أجل رفع مستوى كرة القدم المحلية.

### 1-2- خطوات الدراسة الاستطلاعية الثانية -دراسة مسحية-

لتأكد من المشكلة التي نحن بصدد دراستها ارتئى الطالب الباحث بعد استشارة المشرف إجراء دراسة مسحية أولية شملت عينة من مدربين كرة القدم الذين يمثلون العامل الرئيسي الذي يقوم بعملية التوجيه الخاصة نحو مناصب اللعب المختلفة وخاصة منصب الهجوم الذي نحن بصدد دراسته. وجاءت أهداف هذه الدراسة على النحو التالي:

1- معرفة طرق التي يستخدمها المدربين في فرقههم أثناء توجيه اللاعبين نحو مناصب اللعب الهجومية الخاصة بالفئات الشبابية التي تعتبر مهد الأكاير وجوهر المستقبل لمختلف فرق كرة القدم الجزائرية.

2- الكشف عن معرفة المدربين بمتطلبات اللاعب المهاجم بصفة عامّة والمعايير الأساسية التي يعتمد عليها أثناء عملية التوجيه.

3- التعرف على إمكانية تطبيق بطاريات اختبارات تشمل جميع الجوانب مقننة وفق أسس علمية لتمكين من عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية الخاصة بالفئات الشبابية.

### 1-2-1- عينة الدراسة المسحية الأولية:

تم اختيار العينة بطريقة مقصودة حيث شملت مدربي كرة القدم المنتمين لفرق كرة القدم من مختلف ولايات الوطن، حيث بلغت عينة البحث الإجمالية 60 مدرب موزعين حسب الجدول رقم (07) الموالي:

مدرب	محضر	
فني	بدني	
53	07	توزيع أفراد العينة
60		مجموع العينة الكلية

الجدول رقم (07): يوضح توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية الأولى.

### 1-2-2-مجالات الدراسة الأولية:

-المجال البشري: تمت الدراسة الأولية على عينة إجمالية قوامها 60 من مدربين كرة القدم أثناء الدورات التكوينية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم "A" CAF و "03" FAF بالجزائر العاصمة و ولاية تيارت.



صورة جماعية لتربص المدربين CAF A



صورة جماعية لتربص المدربين FAF3

1- المجال المكاني: تم تقديم الاستمارات على مستوى مرافق التكوين الخاصة بالمدربين بالجزائر العاصمة و ولاية تيارت.

2- المجال الزمني: تحضير الاستمارات الخاصة بالعينة وجمع ومناقشة النتائج تمت من مارس 2017 إلى غاية ماي 2017.

### 1-2-3- أدوات الدراسة المسحية الأولية:

لأجل تحقيق أهداف الخطوة الثانية من الدراسة الاستطلاعية الأولى قام الطالب الباحث بتصميم استمارة موجهة إلى فئة من المفحوصين (المدربين) في كرة القدم ، وننوه أن هذه الخطوة المتمثلة في تحضير الاستمارة تم من خلال مراجعة مجموعة من الدراسات السابقة و البحوث المشابهة من الأسئلة وعبارات الواردة فيها، إضافة إلى الجانب النظري خاصة فيما يتعلق بخصائص ومميزات كل مناصب اللعب الهجومية ومتطلبات اللاعب المهاجم، وقد اشتملت الاستمارة الخاصة بالمدربين على محورين إضافة إلى الأحوال الشخصية، تمثلت في:

- المحور الأول: واقع عملية التوجيه نحو مناصب اللعب.

- المحور الثاني: معرفة المدربين بأهمية عملية التوجيه من خلال بطارية الاختبارات.

كما ضمت الصورة الأولية الاستمارة سبع عبارات في المحور الأول وثلاثة عشر عبارة في المحور الثاني بعد عرضها على مجموعة من أساتذة مختصين وضبطها وتصحيحها والموافقة عليها.

1-2-4-المعاملات العلمية للاستبيان:

1-صدق الاستبيان:

للتأكد من صدق الاستبيان قام الطالب الباحث بعرض الاستمارات على مجموعة من الأساتذة من أهل الاختصاص (صالح،، 2017) لإبداء رأيهم حول مدى ملائمة عبارات الاستبيان مع المحور وكذا وضوح مفرداتها، حيث وضعنا أمام كل عبارة (موافق-تعديل-حذف). وبعد عملية تحليل ما سجله الأساتذة الخبراء حول الاستمارتين وجدنا أن كل العبارات تحصلت على أكثر من 80% من الموافقة مع تسجيل التعديلات التالية:

1-إعادة النظر في بعض الأسئلة الخاصة بمحور المعلومات الشخصية ليتسنى للمفحوصين الإجابة عليها بسهولة.

2-إعادة صياغة ثلاثة عبارات من الاستبيان الموجه للمدربين بشكل يسمح بسهولة فهمها. وبعد إجراء التعديلات المطلوبة تم إعداد الصورة النهائية للاستمارة (أنظر الملحق رقم (02)) والتي تضم كل واحدة منها 20 عبارة مقسمة على محورين.

2- ثبات الاستبيان:

بغرض اختبار مدى دقة واستقرار نتائج الاستبيان استخدم الباحث طريقة "تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه" مستعملا الاستمارة الخاصة بالمدربين بفاصل زمني قدره أسبوع وذلك على عينة قوامها 27 فردا من المدربين من خارج عينة البحث الأساسية.

وبحساب معامل الارتباط بيرسون سجلنا أن الاستبيان ككل يتمتع بدرجة عالية من الثبات حيث قدرت القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط "ر" 0.86 عند درجة الحرية 25 ومستوى الدلالة 0.05 وهي قيمة أكبر من القيمة الجدولية التي تقدر بـ 0.38، وينطبق ذلك أيضا على محاور الاستبيان وهو ما يوضحه الجدول رقم (08) الموالي:

رقم المحور	المحاور	ن	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيم "ر" المحسوبة	قيمة "ر" الجدولية
1	واقع عملية التوجيه نحو مناصب اللعب				0,66	
2	معرفة المدربين بأهمية عملية التوجيه من خلال بطارية الاختبارات				0,80	
	الدرجة الكلية للاستبيان	27	0.05	25	0,85	0.38

الجدول رقم (08): يمثل ثبات الاستبيان الخاص بالدراسة الاستطلاعية.

3-الموضوعية:

لقد ركز الطالب الباحث على سهولة العبارات و وضوحها بعيدا عن الصعوبة و الغموض حسب مستوى إدراك عينة البحث حيث قمنا بالتعديلات اللازمة حسب توجيهات الأساتذة المحكمين، كما قمنا بمراعاة طبيعة عينة المفحوصين وكذا إمكانية تقبلهم للموضوع الذي يعينهم وهذا كله حتى يتحقق للاستبيانات شرط الموضوعية.

1-3-الأدوات الإحصائية المستعملة:

لأجل المعالجة الإحصائية للدراسة الأولية وظف الباحث المعادلات الإحصائية التالية:

النسبة المؤوية - معامل الارتباط بيرسون - اختبار حسن المطابقة كا<sup>2</sup>.

الجدول رقم 09 : تقسيم محاور استمارة تثمين المشكلة.

العناصر	العنوان	المحاور	الأسئلة
العنصر الأول	المعلومات العامة	/	- الشهادة المحصل عليها. - الخبرة المهنية - مهام المدرب
العنصر الثاني	أسئلة البحث	المحور الأول: واقع عملية التوجيه نحو مناصب اللعب	1/ هل لديك معرفة حول محددات التوجيه على حسب مناصب اللعب؟ 2/هل اطلعت على بعض محددات التوجيه الخاصة بمناصب اللعب ؟ 3/هل سبق وأن استخدمت بعض الأسس العلمية في عملية التوجيه الخاصة بمناصب اللعب؟ 4/هل لديكم اختبارات خاصة بعملية التوجيه نحو مناصب اللعب ؟ 5/كيف يتم توجيه اللاعبين نحو مناصب اللعب للفئات الشبانية؟ 6/في نظركم عملية توجيه اللاعبين على مستوى أنديةكم نحو مناصب اللعب ؟ 7/هل شاركنم في تربيصات أو ملتقيات خاصة بكيفية إجراء وتنفيذ عملية التوجيه على مستوى الفئات الشبانية؟
العنصر الثاني	أسئلة البحث	المحور الثاني: معرفة المدربين بأهمية عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية	8/على أي أساس يتم توجيه اللاعبين نحو مناصب اللعب الهجومية ؟ 9/إذا اعتمدتم على الملاحظة على ماذا تركزون؟ 10/إذا اعتمدتم الجانب البدني والفسولوجي ما هي الصفات الأساسية التي تعتمدونها في عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية ؟ 11/ إذا اعتمدتم الجانب المورفولوجي ما هي الخصائص الأساسية التي تعتمدونها في عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية؟ 12/ إذا اعتمدتم الجانب المهاري ما هي الصفات المهارية الأساسية التي تعتمدونها في عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية ؟ 13/كيف تتم عملية التوجيه للاعبين نحو مناصب اللعب الهجومية ؟ 14/هل تراعون متطلبات خط الهجوم البدنية الفسيولوجية-المورفولوجية والقدرات المهارية-النفسية الذهنية عند إجراء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية ؟

- 15/ هل تراعون الموهبة فقط عند التوجيه دون مراعاة خصوصيات خط الهجوم؟
- 16/ هل تستشرون اللاعب عند التوجيه نحو المنصب الذي يختاره يوم إجراء عملية التوجيه؟
- 17/ هل تعتمدون في عملية التوجيه إن وجدت الاختبارات والقياسات؟
- 18/ هل ترون أنه من الضروري وجود محددات أو درجات أو مستويات معيارية موحدة يتم من خلالها توجيه اللاعبين في كرة القدم نحو مناصب اللعب الهجومية للفئات الشبابية؟
- 19/ المدربين المشرفين على الفئات الشبابية غير مدعمن بدليل معايير المعتمدة وطنياً في كرة القدم من شأنه تسهيل عملية توجيه الموهوبين بشكل علمي وموضوعي بعيداً عن العشوائية والذاتية؟
- 20/ هل تعتبرون المحددات البدنية الفسيولوجية-المورفولوجية والقدرات المهارية-النفسية الذهنية كافية لتوجيه اللاعبين نحو مناصب اللعب الهجومية عند فئة تحت 17 سنة؟

#### 1-4- عرض ومناقشة نتائج الدراسة الأولية:

سوف يعتمد الطالب الباحث على عرض نتائج كل محور على حدى بالنسبة للاستبيان الخاصة بالمدربين، (كرة القدم) ومناقشة أهم النتائج المتوصل إليها بعد معالجتها إحصائياً باستخدام النسب المئوية مع حساب قيمة كا<sup>2</sup>، إضافة إلى عرض بعض عبارات المحاور (لتصفح الاستمارة كاملة راجع الملحق رقم 02).

#### - أ - معلومات العامة :

جدول رقم 10 : معلومات عامة عن المدربين.

المعلومة	الإجابة	التكرارات	النسبة
الشهادة المحصل عليها (الشهادة الأكاديمية)	- ليسانس	23	38%
	- ماستر	20	33%
	- ماجستير	02	4%
	- مستشار	15	25%
<b>المجموع</b>			
الشهادة المحصل عليها (الشهادة التدريبية)	FAF 3	30	50%
	CAF C	15	25%
	CAF B	04	7%
	CAF A	11	18%
	<b>المجموع</b>		
		60	100%

25%	15	من 01 - 03 سنوات	الخبرة المهنية
42%	25	من 03-05 سنوات	
13%	08	من 05-10 سنوات	
20%	12	أكثر من 10 سنوات	
<b>%100</b>	<b>60</b>	<b>المجموع</b>	
88%	53	مدرب فني	مهام المدرب
12%	07	محاضر بدني	
00%	00	محاضر نفسي	
00%	00	مدرب حراس المرمى	
<b>%100</b>	<b>60</b>	<b>المجموع</b>	

من خلال الجدول موضح أعلاه يتبين لنا أن أغلبية المدربين متحصلون على شهادة ليسانس أكاديمي والذي بلغ عددهم 23 بنسبة 18% وفيما يخص الشهادة التدريبية المحصل عليها فأغلبية المدربين يحملون شهادة فاف3 والبالغ عددهم 30 بنسبة قدرت بـ 50% وفيما يخص الخبرة المهنية فأغلبية المدربين تراوحت خبرتهم بين 3 إلى 5 سنوات والبالغ عددهم 25 بنسبة قدرت بـ 42% و فيما يخص مهام المدرب في الفريق الخاص فأغلبية المدربين فنيين والذين بلغ عددهم 53 مدرباً فنياً بنسبة قدرت بـ 88%.

وعليه فإنّ أغلبية المدربين الذين تم إجراء الدراسة عليهم يتميزون بمستوى علمي جيد من الناحية الأكاديمية والتدريبية هذا الذي يسمح لنا بمعرفة أهم النقاط المبحوث عنها في مجال الانتقاء والتوجيه وهذا ما يبرز لنا العديد من المؤشرات المهمة التي تكون سندا لنا في عملية البحث والتحري ومعالجة الموضوع الذي بين أيدينا بطريقة علمية أكاديمية.

ب- أسئلة البحث:

الجدول رقم 11- المحور الأول: واقع عملية التوجيه نحو مناصب اللعب.

الأسئلة	الأجوبة				نعم	لا	نوع	نوع	نوع	نوع	نوع
	نعم	لا	نوع	نوع							
هل لديك معرفة حول محددات التوجيه على حسب مناصب اللعب؟	ت	15	%	25	ت	45	%	75	3,84	15*	الجدولية
هل اطلعت على بعض محددات التوجيه الخاصة؟	ت	20	%	33	ت	40	%	67	3,84	6,66*	المحسوبة
هل سبق وأن استخدمت بعض الأسس العلمية في عملية التوجيه الخاصة بمناصب اللعب؟	ت	22	%	37	ت	38	%	63	3,84	4,26*	
هل لديكم اختبارات خاصة بعملية التوجيه نحو مناصب اللعب؟	ت	10	%	17	ت	50	%	83	3,84	16,66*	
كيف يتم توجيه اللاعبين لفئات الشبابية؟	ت	55	%	92	ت	05	%	08	3,84	21,66*	
في نظركم عملية توجيه اللاعبين على مستوى أنديةكم نحو مناصب اللعب؟	ت	47	%	78	ت	10	%	17	5,99	21,9*	
هل شاركنم في تربية أو م تقيات خاصة بكيفية إجراء وتنفيذ عملية التوجيه على مستوى الفئات الشبابية؟	ت	03	%	05	ت	57	%	95	3,84	48,6*	

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن العبارة الأولى هناك 75% من المدربين ليست لديهم معرفة حول محددات التوجيه على حسب مناصب اللاعب أما 25% لديها معرفة حول محددات التوجيه على حسب مناصب اللاعب، وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2كا) المحسوبة (15) أكبر من قيمة (2كا) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الثانية هناك 67% من المدربين ليست لديهم اطلاع حول محددات التوجيه على حسب مناصب اللاعب أما 33% لديها اطلاع حول محددات التوجيه نحو مناصب اللعب ، وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2كا) المحسوبة (6,66) أكبر من قيمة (2كا) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الثالثة هناك 63% من المدربين لم يسبق لهم استخدام بعض الأسس العلمية في عملية التوجيه نحو مناصب اللعب أما 37% سبق لهم استخدام بعض الأسس العلمية في عملية التوجيه نحو مناصب اللعب ، وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2كا) المحسوبة (4,26) أكبر من قيمة (2كا) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الرابعة 83% من المدربين ليس لديهم اختبارات خاصة بعملية التوجيه نحو مناصب اللعب أما 17% لديهم اختبارات خاصة بعملية التوجيه نحو مناصب اللعب ، وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2كا) المحسوبة (16,66) أكبر من قيمة (2كا) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الخامسة هناك 92% من المدربين يعتمدون على الملاحظة أثناء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب أما 8% لديهم يستخدمون بطاريات اختبارات وفق الأسس العلمية لعملية التوجيه نحو مناصب اللعب ، وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2كا) المحسوبة (21,66) أكبر من قيمة (2كا) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة السادسة 78% من المدربين يرون أنه من الضروري القيام بعملية التوجيه وبالخصوص نحو مناصب اللعب أما 17% يرون أنها مهمة نوعا ما ، فيما يرى 5% أنها غير ضرورية وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2كا) المحسوبة (21,66) أكبر من قيمة (2كا) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

كا2) المحسوبة (21,9) أكبر من قيمة ( كا2) المجدولة (5,99) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة السابعة هناك 95% من المدربين لم يسبق لهم المشاركة في تربيصات أو ملتقيات خاصة بكيفية إجراء وتنفيذ عملية التوجيه على مستوى الفئات الشبابية أما 05% يسبق لهم المشاركة في بعض الملتقيات والتربيصات وهو ما أكده مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0,05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة ( كا2) المحسوبة (48,6) أكبر من قيمة ( كا2) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

الجدول رقم 12 - المحور الثاني : معرفة المدربين بعملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية.

كا <sup>2</sup> المجدولة	كا <sup>2</sup> المحسوبة	الأجوبة						الأسئلة
3,84	41,66*	الاختبارات الميدانية			الملاحظة			على أي أساس يتم توجيه اللاعبين المهاجمين؟
		08 %	05	ت	92	%	55	ت
5,99	16,3*	الجانب المهاري			البنية المورفولوجية			إذا اعتمدتم على الملاحظة على ماذا تركزون؟
		62 %	37	ت	32 %	19	ت	23 %
5,99	10*	السرعة			القوة			إذا اعتمدتم الجانب البدني والفسولوجي ما هي الصفات الأساسية التي تعتمدونها في عملية التوجيه؟
		50 %	30	ت	33 %	20	ت	17 %
3,84	3,26	الطول			البنية المورفولوجية			إذا اعتمدتم الجانب المورفولوجي ما هي الخصائص الأساسية التي تعتمدونها في عملية التوجيه؟
		38 %	23	ت	62 %	37	ت	37 %
9,49	11,13*	تسديد الكرة	مراقبة الكرة	الاستقبال	التمرير	الجري بالكرة	إذا اعتمدتم الجانب المهاري ما هي الصفات الأساسية التي تعتمدونها في عملية التوجيه؟	
		%	ت	%	ت	%	ت	%
		33	20	10	06	15	09	17
3,84	19,26*	حسب ميولات اللاعبين			مجموعة			كيف تتم عملية التوجيه للاعبين نحو مركز الهجوم؟
		%	ت	%	ت	%	ت	%
		22	13	78	47			

3.84	41,66*	لا		نعم		هل تراعون متطلبات خط الهجوم الجوانب البدنية الفسيولوجية-المورفولوجية والقدرات المهارية-الذهنية عند إجراء عملية التوجيه؟			
		%	ت	%	ت				
		08	05	92	55				
3.84	6,66*	لا		نعم		هل تراعون الموهبة فقط عند التوجيه دون مراعاة خصوصيات خط الهجوم؟			
		%	ت	%	ت				
		33	20	67	40				
3.84	0,26	لا		نعم		هل تستشرون اللاعب عند التوجيه نحو المركز الذي يختاره يوم إجراء عملية التوجيه؟			
		%	ت	%	ت				
		47	28	53	32				
7.82	21,2*	القدرات	القدرات المهارية	المؤشرات الفسيولوجية	الاختبارات	هل تعتمدون في عملية التوجيه إن وجدت الاختبارات والقياسات ؟			
		الذهنية		المورفولوجية	الميدانية				
		%	ت	%	ت				
		13	08	33	20	08	05	45	27
3.84	11,26*	لا		نعم		هل ترون أنه من الضروري وجود محددات أو درجات أو مستويات معيارية موحدة يتم من خلالها توجيه اللاعبين في كرة القدم نحو مراكز الهجوم للفئات الشبابية؟			
		%	ت	%	ت				
		28	17	72	43				
3.84	52,26*	لا		نعم		المدرسين المشرفين على الفئات الشبابية غير مدعمن بدليل معايير المعتمدة وطنياً في كرة القدم من شأنه تسهيل عملية توجيه الموهوبين بشكل علمي وموضوعي بعيداً عن العشوائية والذاتية؟			
		%	ت	%	ت				
		03	02	97	58				
3.84	3,26	لا		نعم		هل تعتبرون المحددات البدنية الفسيولوجية-المورفولوجية والقدرات المهارية-النفسية الذهنية كافية لتوجيه اللاعبين نحو مناصب اللعب الهجومية عند فئة تحت 17 سنة؟			
		%	ت	%	ت				
		38	23	62	37				

نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) أن العبارة الثامنة هناك 92% من المدربين يقومون بعملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية عن طريق الملاحظة أما 08% يجرون اختبارات ميدانية من أجل هذا الغرض وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (كا<sup>2</sup>) المحسوبة (41,66) أكبر من قيمة (كا<sup>2</sup>) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة التاسعة 23% من المدربين يعتمدون على البنية المورفولوجية أثناء الملاحظة و 32% على الجانب البدني أما 62% يعتمدون على الجانب المهاري وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2) كانت قيمة (كا<sup>2</sup>) المحسوبة (16,3) أكبر من قيمة (كا<sup>2</sup>) المجدولة (5,99) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة العاشرة أن 17% من المدربين يعتمدون على صفة المداومة أثناء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية و 33% على صفة القوة و 50% على صفة السرعة وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2) كانت قيمة (كا<sup>2</sup>) المحسوبة (10) أكبر من قيمة (كا<sup>2</sup>) المجدولة (5,99) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الحادي عشر أن 62% من المدربين يعتمدون على البنية المورفولوجية أثناء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية و 38% على مؤشر الطول وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (كا<sup>2</sup>) المحسوبة (3,26) أصغر من قيمة (كا<sup>2</sup>) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الثانية عشر أن 25% من المدربين يعتمدون على مهارة الجري بالكرة و 17% على مهارة التمرير و 15% على مهارة الاستقبال و 10% على مهارة مراقبة الكرة و 33% على مهارة التسديد وذلك أثناء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (4) كانت قيمة (كا<sup>2</sup>) المحسوبة (11,13) أكبر من قيمة (كا<sup>2</sup>) المجدولة (9,49) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الثالثة عشر أن 78% من المدربين يعتمدون أثناء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية على الطريقة الجماعية و 22% على ميولات اللاعبين أثناء عملية التوجيه لمناصب اللعب الهجومية وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (كا<sup>2</sup>) المحسوبة (19,26) أكبر من قيمة (كا<sup>2</sup>) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الرابعة عشر أن 92% من المدربين يعتمدون أثناء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية على مختلف الجوانب البدنية الفسيولوجية-المورفولوجية والقدرات المهارية الذهنية و 08% لا يدركون هذه المتغيرات ولا يعتمدون عليها أثناء عملية التوجيه لمناصب اللعب الهجومية وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2) المحسوبة (41,66) أكبر من قيمة (2) المحسوبة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الخامسة عشر أن 67% من المدربين يراعون الموهبة دون مراعاة متطلبات منصب الهجوم أثناء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية و 33% لا يراعونها أثناء عملية التوجيه لمناصب اللعب الهجومية بل يعتمدون على متطلبات المنصب وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2) المحسوبة (6,66) أكبر من قيمة (2) المحسوبة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة السادسة عشر أن 53% من المدربين يستشرون اللاعب أثناء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية و 47% لا يستشرون اللاعب بل يعتمدون على متطلبات المنصب وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2) المحسوبة (0,26) أصغر من قيمة (2) المحسوبة (3,84) وهذا ما يدل على أن ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة السابعة عشر أن 45% من المدربين يعتمدون على الاختبارات الميدانية أثناء عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية و 08% على المؤشرات الفسيولوجية المورفولوجية و 33% على القدرات المهارية و 13% على القدرات الذهنية وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (3) كانت قيمة (2) المحسوبة (21,2) أكبر من قيمة (2) المحسوبة (7,82) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة الثامنة عشر أن 72% من المدربين يرون أنه من الضروري وجود محددات أو درجات أو مستويات معيارية موحدة يتم من خلالها عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية و 28% لا يرونها ضرورية وهو ما أكدته مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (2) المحسوبة (11,26) أكبر من قيمة (2) المحسوبة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

ومن خلال العبارة التاسعة عشر أن 97% من المدربين غير مدعمين بدليل معايير المعتمدة وطنياً في كرة القدم من شأنه تسهيل عملية توجيه الموهوبين بشكل علمي وموضوعي بعيداً عن العشوائية

والذاتية والتي تخص عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية و 03% تتوفر لديهم معايير خاصة يتم عبرها القيام بعملية التوجيه الخاصة بمناصب اللعب الهجومية وهو ما أكده مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (كا) المحسوبة (52,26) أكبر من قيمة (كا) (2) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية. ومن خلال العبارة العشرين أن 62% من المدربين يعتبرون المحددات البدنية الفسيولوجية-المورفولوجية والقدرات المهارية-النفسية الذهنية كافية لتوجيه اللاعبين نحو مناصب اللعب الهجومية عند فئة تحت 17 سنة و 38% لا يعتبرون ذلك كافية من أجل عملية التوجيه نحو مناصب اللعب الهجومية وهو ما أكده مقدار (كا<sup>2</sup>) على مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (1) كانت قيمة (كا) (2) المحسوبة (3,26) أصغر من قيمة (كا) (2) المجدولة (3,84) وهذا ما يدل على أن ليست هناك فروق ذات دلالة إحصائية.

### 1-5-1- الدراسة الاستطلاعية الثالثة: (بطارية الاختبار المقترحة)

#### 1-5-1-1- الخطوة الأولى ( ترشيح و تحكيم بطارية الاختبار المقترحة):

وقد تمثلت في قيام الطالب الباحث باستطلاع آراء عدد من الأساتذة والدكاترة التالية أسماؤهم: أ-د علي بن قوة جامعة مستغانم، أ-د حريثي حكيم من جامعة الجزائر، أ-د الأمين واضح مركز الجامعي تيسمسيلت، أ-د علي الراوي جامعة مستغانم، د-ميم مختار جامعة مستغانم، د-بن رابح خير الدين المركز الجامعي تيسمسيلت، د-فيصل محمد خروبي جامعة الجزائر، د-زرف محمد جامعة مستغانم، د-فغلول سنوسي جامعة مستغانم، د-قميني عبد الحفيظ جامعة سوق هراس، د-ربوح صالح المركز الجامعي تيسمسيلت، د-بن نجة محمد المركز الجامعي تيسمسيلت د- بوحاج مزيان جامعة البويرة، د- مزاري فاتح جامعة البويرة، د-سعداوي محمد جامعة شلف، د-هوار عبد اللطيف جامعة غرداية-.

إلى جانب الاعتماد على المراجع والمصادر وبعض البحوث المشابهة بغرض التحليل والتفكير المنطقي لأهم العناصر والمتطلبات الحديثة لكرة القدم على اختلاف الجوانب المورفولوجية والبدنية الوظيفية و المهارية التي يتمتع بها اللاعب المهاجم في كرة القدم، ثم تحديد الاختبارات المناسبة و التي بإمكانها أن تتضمنها البطارية المقترحة كوسيلة لتحديد معايير توجيه الخاصة باللاعبين المهاجمين في كرة القدم، وامتدت هذه المرحلة من 09أفريل 2017 إلى غاية 10 جوان 2017، وفي هذا الشأن يشير الطالب الباحث أنه تم الاستعانة ببعض الدراسات السابقة وبعض البحوث

العلمية الحديثة في مختلف المجالات الوطنية والدولية، وفي نفس المنطلق يشير "فاينك" نقلا عن "هان" 1982 إلى بعض العوامل الأساسية لانتقاء الناشئين والذي يوصي بمرعاتها وهي كالتالي:

- القياسات الأنتروبومترية (الطول، الوزن، مؤشر الكتلة...)
  - عامل اللياقة البدنية الذي يتطلبه الاختصاص (التحمل اللاهوائي والهوائي، السرعة، القوة..)
  - المميزات أو الخصائص الفنية الحركية مثل التوازن وقدرة الدقة أو تقدير المسافات.
  - استعداد قبلي ( التهيئة) للأداء الرياضي (النتيجة الرياضية) (weineck, 2003، صفحة 92).
- ومن هذا المنطلق تم إعداد محتوى البطارية الأولى الخاصة بتحديد المستويات في شكل استمارة تحتوي مجموعة من الاختبارات المختلفة التي تقيس مختلف صفات التي تحتويها الدراسة والتي تميزت بسهولة و وضوح ، كما أن البطارية الثانية تم أخذ نفس الاختبارات المطبقة على الفريق الوطني والتي كانت لدراسة قام بها "فرحي" باعتماد الاتحادية الجزائرية لكرة القدم بالمركز التقني بسيدي موسى أثناء تربيص لمختلف الفئات للمنتخب الوطني الجزائري.
- وعليه عرضت الاستمارة الخاصة بترشيح الاختبارات إلى جانب البطارية المقترحة على الأساتذة المحكمين وذلك لأجل تحديد أدق للاختبارات المقننة والتي تقي بالهدف المنشود، وعلى اثر النتائج المتحصل عليها.

وعليه عرضت الاستمارة الخاصة بترشيح الاختبارات إلى جانب بطارية الاختبار المقترحة على الأساتذة المحكمين وذلك من أجل تحديد أدق الاختبارات المقننة والتي تقي بالهدف المنشود، وعلى اثر النتائج المتحصل عليها بعد استرجاع 16 استمارة من المجموع الكلي المقدر ب20 أي ما يعادل 80%، شرع الباحث في تحليلها مستخلصاً مجموعة من النقاط الأساسية التي أوضحها المحكمين من خلال ترشيح أهم الاختبارات الحديثة التي تخص تقييم جميع الجوانب الأساسية الخاصة باللاعب المهاجم في كرة القدم والتي يجب التركيز عليها أثناء عملية التوجيه نحو المنصب وقد أشار السادة المحكمين أن هذه القدرات المراد تقييمها من أهم المكونات في تحديد المستوى الإنجاز الرياضي في كرة القدم، والتي ينبغي التركيز عليها أثناء عملية الانتقاء و التوجيه وهي على الآتي:

#### ➤ بالنسبة للجانب البدني الفسيولوجي:

القوة القصوى، القوة الانفجارية، السرعة، تحمل القوة، تحمل السرعة، الرشاقة، المرونة، سرعة الاسترجاع، السرعة الهوائية القصوى، الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين، مؤشر التعب.

➤ بالنسبة للجانب المهاري:

التحكم التقني بالكرة، المراوغة، مراقبة الكرة والمناولة، التسديد، الدقة ضرب الكرة بالرأس، قوة في التسديد، دقة في التمرير على اختلاف التمريرات.

كما نوه بعض الأساتذة إلى ضرورة إدراج بعض المؤشرات المورفولوجية التي يعتمد عليها أثناء عملية الانتقاء تمثلت في (الطول والوزن والمؤشر الكتلة العضلية .....)، وهذا ما أكده فلاديمير نيكولاي فيتش بلاتنوف بقوله أنّ " القائمة تعد من المؤشرات المساعدة في انتقاء الرياضيين كما تعد عامل جد

مهم في تحقيق النجاح الرياضي " (Platonov, 1984, صفحة 223)

1-5-2- الخطوة الثانية (الدراسة الأولية) :

تجلت أغراض هذه الدراسة فيما يلي :

- التأكد من سلامة مختلف الوسائل في التجربة وصلاحيتها.
- الوقوف على المشاكل وصعوبات تنفيذ الاختبارات حتى يمكن تفاديها خلال التجربة الأساسية.
- معرفة الوقت الذي يستغرقه الاختبار.
- معرفة إمكانية إجراء القياسات المورفولوجية و الاختبارات البدنية الفسيولوجية و المهارية.
- قدرة العينة على انجاز الاختبارات المبرمجة.

وخلال هذه المرحلة تناول الباحث تلك الاختبارات بالتجريب للتأكد من ثقلها العملي ، حيث تم اختيار عينة مقصودة من بعض فرق ولاية تيارت لفئة تحت 17 سنة ترجي دحموني ، وفاق فرندة ، اتحاد سوقر ، حيث بلغ حجمها 15 لاعب يشغلون منصب هجوم وطبقت عليهم مجموعة الاختبارات المستهدفة وعلى مرحلتين متتاليتين أين تمت المرحلة القبلية الأولى بتاريخ 10 جانفي 2017 بينما المرحلة البعدية تمت بتاريخ 16 جانفي 2017 وقد تم ذلك بالمركب الرياضي قايد أحمد تيارت وقد أشرف الطالب الباحث بنفسه على إجراء الاختبارات بمساعدة فريق عمل يضم مجموعة من الطلبة باحثين طور دكتوراه في نفس التخصص وطلبة ليسانس و ماستر إضافة إلى مدربين اختصاص كرة القدم ، حيث نظم معهم لقاء عمل قبلي تم فيه الشرح المفصل لكل الاختبارات التي تتضمنها البطارية المقترحة مع العرض النموذجي لأكثر من مرة لكل اختبار وهذا بتاريخ 15 ديسمبر 2016.

وبالنسبة لترتيب أداء الاختبارات فكان كالتالي :

### 1- البطارية الأولى خاصة بالمستويات:

#### • الاختبارات البدنية والقياسات المورفولوجية:

- قياس الطول والوزن وحساب مؤشر الكتلة العضلية.
- اختبار القوة القصوى <sup>RI</sup>
- اختبار القوة الانفجارية بجهاز الميو تاست.
- اختبار تحمل القوة.
- اختبار السرعة 15 متر.
- اختبار تحمل السرعة <sup>RSA</sup>.
- اختبار التنسيق.
- اختبار المرونة.

#### • الاختبارات الفسيولوجية:

- اختبار يويو تاست ( السرعة الهوائية القصوى ، الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين).
- اختبار <sup>RSA</sup> لمؤشر التعب.
- اختبار نوفميجانوف ( قدرة الاسترجاع).

#### • الاختبارات المهارية:

- اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم ( توقيت عمل دائري المهاري).
- اختبار التحكم بالكرة في الهواء.
- اختبار قطع الكرة.
- اختبار مناولة الكرة.
- اختبار دقة التسديد.
- اختبار ضرب الكرة بالرجل لأبعد مسافة ممكنة.
- اختبار ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة.
- اختبار التهديف.

### 2- البطارية الثانية خاصة بالمقارنة مع الفريق الوطني:

#### • القياسات المورفولوجية:

- قياس الطول والوزن ومؤشر الكتلة العضلية

• الاختبارات البدنية:

- اختبار السرعة 20 متر
- اختبار السرعة 60 متر
- اختبار القوة الانفجارية
- اختبار تحمل القوة
- اختبار الرشاقة
- اختبار المرونة

• الاختبارات الفسيولوجية:

- اختبار نافات 20 متر

• الاختبارات المهارية:

- اختبار المراقبة والتحكم في الكرة (تنطيط بالكرة 30 متر مع التسديد)
- اختبار الدقة في التسديد (ضرب الكرة 35 متر)
- اختبار التحكم التقني في كرة (سرعة، رشاقة، قوة، دقة)
- اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)

1-5-3- ثبات الاختبار:

إنّ كلمة الثبات تعني في مدلولها الاستقرار وتعني أننا لو قمنا بتكرار الاختبار لمرات متعددة على الفرد أو المجموعة لأظهرت شيئاً من الاستقرار وذلك بأن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما استخدم أكثر من مرة تحت نفس الظروف. (فرحات، 2001، صفحة 111)

$$r = \frac{n * \text{مج س ص} - \text{مج س} * \text{مج ص}}{[(n * \text{مج س}^2) - (\text{مج س})^2][(n * \text{مج ص}^2) - (\text{مج ص})^2]}$$

يذكر نبيل عبد الهادي إنّ هذا الأساس العلمي " يعتبر من المقومات الأساسية للاختبار الجديد حيث يفترض أن يعطي الاختبار نفس النتائج تقريباً إذا أعيد استخدامه مرة أخرى". (الهادي، 1999، صفحة 109).

ويعتبر أسلوب الثبات عن طريق الاختبار - إعادة الاختبار من أكثر طرق إيجاد معامل الثبات صلاحية بالنسبة لاختبارات الأداء في التربية البدنية والرياضية ويصطلح عليه البعض بمعامل

الاستقرار " (حسانين، 1995، صفحة 197). وفي هذا الشأن يؤكد كل من محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين أن درجة العلاقة بين متغيرين تظهر من مقدار الارتباط بينهما بحيث ، إذا بلغت "ر" قيمة +1 أو -1 فإنّ هذا يعني وجود ارتباط تام ، أمّا إذا بلغت "ر" قيمة +0,95 أو 0,88 فإنّ هذا يعني وجود ارتباط عالي . (رضوان، 1988، صفحة 223)

ويقول مروان عبد المجيد إبراهيم " الثبات هو محافظة الاختبار على نتائجه إذا ما أعيد على نفس العينة" (إبراهيم، 1999، صفحة 75)

#### 1-5-4- صدق الاختبار :

يقصد بصدق الاختبار أن يقيس فعلا ما وضع لقياسه، ولا يقيس شيئا بديلا عنه أو الإضافة إليه. (فرحات، 2001، صفحة 144)

استخدم الطالب الباحث الصدق المنطقي ( صدق المحتوى) حيث تم تمثيل محتوى الاختبار تمثيلا سليما و يؤثر ثبات المقياس في صدقه فانخفاض معامل الثبات يكون دليلا على وجود عيب في الاختبار فيقدم بذلك مؤثرا على انخفاض صدقه وتجدر الإشارة إلى أن الصدق يتأثر بالقيم العديدة لمعامل الثبات تأثيرا مباشرا مطردا، فيزداد الصدق تبعاً لزيادة الثبات.

ويؤكد الطالب الباحث على صدق جميع الاختبارات والقياسات التي طبقت في هذه الدراسة، حيث استعمل الباحث اختبارات معروفة لدى جميع المختصين في مجال البحث العلمي في الرياضة، وكل اختبار صادق يقيس الصفة التي أختبر من أجلها (خريبط، صفحة 52).

ينكر كل من بارو ومك جي " أنّ الصدق يعني المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي وضع من أجله" (حسانين، 1995، صفحة 183). كما يقصد به حسب مقدم عبد الحفيظ "هو مدى صلاحية الاختبار لقياس فيما وضع لقياسه" (الحفيظ، 1993، صفحة 146).

وبغرض التعرف على الصدق الذاتي للاختبارات استخدم الباحث المعادلة:

$$\text{معامل الصدق} = \sqrt{\text{الثبات}}$$

وبعد الحصول على النتائج الخام القبلية و البعدية ، شرع الطالب الباحث بمعالجتها إحصائياً وذلك بتحويل الدرجات الخام المتحصل عليها إلى درجات معيارية باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون ، وأفرزت هذه المعالجة عن مجموعة من النتائج التي تخص البطاريتين المقترحتين يوجزها الباحث في الجدولين المواليين :

• البطارية الأولى الخاصة بالمستويات المعيارية للاعبين المهاجمين:

الاختبارات	حجم العينة	القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط (معامل الثبات)	القيمة المحسوبة (معامل الصدق)	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط عند مستوى الدلالة الإحصائية		درجة الحرية (ن-1)
				0,01	0,05	
اختبار القوة القصوى	15	0,86	0,92	0,623	0,497	14
اختبار القوة الانفجارية SJ		0,87	0,93			
اختبار القوة الانفجارية CMJ		0,90	0,94			
اختبار تحمل القوة.		0,87	0,93			
اختبار السرعة.		0,90	0,94			
اختبار تحمل السرعة.		0,90	0,94			
اختبار التنسيق.		0,98	0,98			
اختبار المرونة.		0,98	0,98			
اختبار يويو تاست VMA		0,75	0,86			
اختبار يويو تاست VO <sub>2</sub> <sup>MAX</sup>		0,81	0,90			
اختبار مؤشر التعب. RSA		0,88	0,93			
اختبار نوفميجانوف		0,96	0,97			
اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم		0,90	0,94			
اختبار التحكم بالكرة في الهواء.		0,94	0,96			
اختبار قطع الكرة.		0,91	0,95			
اختبار مناولة الكرة.	0,91	0,95				
اختبار دقة التسديد.	0,88	0,93				
اختبار ضرب الكرة بالرجل.	0,94	0,96				
اختبار ضرب الكرة بالرجل.	0,88	0,93				
اختبار التهديف.	0,70	0,83				

الجدول رقم ( 13 ) : يوضح قيم ثبات وصدق اختبارات البطارية المقترحة الخاصة بالمستويات المعيارية.

لقد تبين من خلال المعالجة الإحصائية للنتائج الخام الموضحة في الجدول رقم (13) أنّ جميع مفردات الاختبارات البدنية والفسولوجية و المهارية أعطت نتائج ذات صدق وثبات عاليتين ، حيث سجلنا أنّ كل قيم معامل الارتباط "ر" المتحصل عليها حسابياً هي عالية حيث تراوحت بين 0,70 كأدنى قيمة و 0,98 كأعلى قيمة وبالنسبة لنتائج الصدق فتراوحت القيم بين ، مما تشير جميعها إلى مدى الارتباط القوي الحاصل بين نتائج الاختبار القبلي و البعدي ارتباطات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,01-0,05) يحكم كذلك على أن قيمة معامل الثبات في كل الاختبارات زادت عن القيمة الجدولية التي بلغت 0,497 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 14، وهذا ما أكد لنا أن عملية انتقاء الاختبارات كانت بطريقة مبنية على أسس علمية صحيحة. وانطلاقاً من نتائج هذه التجربة باشر الطالب الباحث بإجراء التجربة الرئيسية على عينة البحث باستعمال نفس الأسلوب والطريقة و مراعاة جميع المتغيرات التي يمكن أن تؤثر على نتائج البحث.

• البطارية الثانية الخاصة بالمقارنة للاعبين المهاجمين مع الفريق الوطني:

الاختبارات	حجم العينة	القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط (معامل الثبات)	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط عند مستوى الدلالة الإحصائية		درجة الحرية (ن-1)
			0,05	0,01	
اختبار السرعة 20 متر	15	0,96	0,97	0,497	14
اختبار السرعة 60 متر		0,91	0,95		
اختبار القوة الانفجارية		0,88	0,93		
اختبار تحمل القوة		0,70	0,83		
اختبار الرشاقة		0,81	0,90		
اختبار المرونة		0,98	0,98		
اختبار نافات 20 متر		0,88	0,93		
اختبار المراقبة والتحكم في الكرة (تنظيف بالكرة 30 متر مع التسديد)		0,91	0,95		
اختبار الدقة في التسديد (ضرب الكرة 35 متر)		0,81	0,90		
اختبار التحكم التقني في كرة (سرعة، رشاقة، قوة، دقة)		0,70	0,83		
اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)		0,89	0,94		

الجدول رقم (14) : يوضح قيم ثبات اختبارات البطارية المقترحة الخاصة بالمقارنة مع الفريق الوطني.

لقد تبين من خلال المعالجة الإحصائية للنتائج الخام الموضحة في الجدول رقم (14) أن كل قيم معامل الارتباط "ر" المتحصل عليها حسابياً هي عالية حيث تراوحت بين 0,70 كأدنى قيمة و 0,96 كأعلى قيمة ، مما تشير جميعها إلى مدى الارتباط القوي الحاصل بين نتائج الاختبار القبلي و البعدي، وهذا التحصيل الإحصائي يؤكد على مدى تمتع الاختبارات المستخدمة بصفة الثبات التي هي من ضمن الشروط الأساسية للاختبار الجيد وهذا يحكم كذلك على أن قيمة معامل الثبات في كل الاختبارات زادت عن القيمة الجدولية التي بلغت 0,497 عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 14 ، وكذلك أعلى من القيمة الجدولية المقدره بـ 0,623 عند مستوى الدلالة 0,01 ودرجة الحرية 14. وهذا ما أكد لنا أن عملية انتقاء الاختبارات كانت بطريقة مبنية على أسس علمية صحيحة. وانطلاقاً من نتائج هذه التجربة باشر الباحث بإجراء التجربة الرئيسية على عينة البحث باستعمال نفس الأسلوب والطريقة و مراعاة جميع المتغيرات التي يمكن أن تؤثر على نتائج البحث.

#### 1-5-6-الموضوعية:

يقصد بالموضوعية عدم التأثر بالأحكام الذاتية للمصححين، وأن تعتمد نتائجه على حقائق المتعلقة بموضوع الاختبار وحده، أي لا تختلف درجة الفرد باختلاف المصححين الذين يقومون بتقدير الاختبارات (فرحات، 2001، صفحة 169). وهي التحرر من التحيز أو التعصب، وعدم إدخال العوامل الشخصية فيما يصدر الباحث من أحكام (عيسوي، 2003، صفحة 332). كما يقصد بها وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار، وحساب الدرجات والنتائج الخاصة (إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي، 2000، صفحة 179).

ويمكن إيجاز موضوعية الاختبارات في مجموعة من النقاط التالية:

- وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق بطاريتي الاختبارات المقترحة وحساب الدرجات والنتائج بعيد عن الصعوبة والغموض.
- بساطة لغة تواصل والتعامل مع المختبرين والشرح المفصل للاختبار مع العرض النموذجي مفصل لكل اختبار وتعزيزهم بأدق التفاصيل.
- كما التزم الباحث خلال فترة العمل الميداني بمراعاة بعض العوامل التي تمثلت في طول الفترة الزمنية التي يستغرقها الاختبار، طبيعة المختبرين، إدارة الاختبار، درجة دافعية، المستوى المهاري للأفراد، أداء الاختبارات أثناء التعب.
- تجانس فريق العمل من حيث المؤهلات العلمية بالإضافة إلى ذلك تم توضيح العمل الميداني لهم والعروض النموذجية، وكيفية القياس وتسجيل النتائج.

- كما قام الطالب الباحث بإجراء بعض التعديلات اللازمة حسب توجيهات المشرف وبعض الأساتذة ومختصين في ميدان كرة القدم حتى يتحقق للاختبار شرط الموضوعية، و عبر ذلك يستخلص الباحث أن بطاريتي الاختبارات المقترحتين تتمتعان بموضوعية عالية.

### 1-6- استنتاجات الدراسة المسحية الأولى:

وفقا لنتائج الدراسة نعرض فيما يلي أهم الاستنتاجات:

-عملية التكوين التي يقوم بها المسؤولون على هذه الفئات الشبابية خالية تقريباً من أساسيات والطرق الحديثة لعملية الانتقاء والتوجيه والاهتمام بالجانب التدريبي المجرّد من متطلبات وخصائص المرحلة العمرية ومميزات وخصائص المنصب الممارس هذا الذي يكون من أهم الأسباب لعدم مناسبة خصوصية اللاعب والمنصب المشغول وعبر ذلك نرى أنه من الضروري جدا على المسؤولين في القطاع الرياضي ونشير إلى الاتحادية الجزائرية الاهتمام بهذا المجال الذي يعتبر الطريق الأولي للوصول إلى أعلى مستويات الانجاز الرياضي.

-اختلاف قدرات اللاعبين على حسب المناصب هو نتاج عن التوجيه العشوائي للاعب على حسب المنصب الذي يشغله وذلك نظراً إلى التوجيه الخاطئ إن صح التعبير فخط الهجوم يعتمد على بعض الصفات قد تكون نسبتها مميزة مقارنة مع باقي الخطوط كالقدرة العضلية للأطراف السفلية، السرعة، المرونة، الرشاقة إضافة إلى القدرات المهارية العالية التي تتمثل في التميرير المراوغة ودقة التسديد وبعض القدرات الذهنية النفسية التي تميز اللاعب المهاجم عن باقي مناصب اللعب.

-الأهمية القصوى لعملية التوجيه والانتقاء هي الحصول على نخبة رياضية ناشئة متميزة تتوفر على المقاييس الضرورية لتحقيق أفضل النتائج وذلك باستعمال الطرق الموضوعية في عملية الانتقاء والتوجيه من خلال التركيز على العوامل الميدانية الخاصة بتطبيق الاختبارات بكل فئة على حسب الصفات الأساسية المطلوبة مع احترام خصائص المرحلة العمرية إضافة إلى الملاحظة وهذا ما يجعل المدرب يبتعد عن استخدام الطرق العشوائية في الانتقاء بصفة عامّة والتوجيه بصفة خاصّة.

## 1-7- خلاصة:

حاولنا من خلال هذه الدراسة الاستطلاعية الأولية وضع أساس لمشكلة بحثنا هذه حتى لا تكون مجرد فكرة نظرية لا أثر لها في الواقع، حيث أكدت النتائج المتوصل إليها أن عملية التوجيه نحو منصب الهجوم تتم بطريقة عشوائية إن صح التعبير دون تطبيق الأسس العلمية المتمثلة في مجموعة اختبارات تخص جميع النواحي الخاصة باللاعب سواء بدنية فسيولوجية أو مهارية التي تسمح للاعب الذي يشغل منصب الهجوم بتقديم أفضل مستوياته، كما تمكنا من معرفة أنّ هذه الفئة العمرية تقريباً مهمشة من المتابعة العلمية لمستواها سواء في عملية الكشف أو الانتقال أو التوجيه حيث أنّ أغلب المدربين يكتفون بميولات اللاعبين وقدراتهم المهارية في توجيههم نحو المنصب حتى ولو لم يمتلك اللاعب تلك المواصفات التي تتناسب مع المنصب المشغول وكذا نقص التكوين والتريصات الخاصة بالمدربين في هذا المجال .

هذه النتائج المتوصل إليها في الدراسة الاستطلاعية الأولية تضعنا أمام حتمية القيام بدراسة تشمل اللاعبين فئة تحت 17 سنة لبعض أندية الغرب الجزائري بصفتهم حجز الأساس في بحثنا هذا، ولأجل الوصول إلى حقائق علمية تؤكد مدى أهمية العمل بالأسس العلمية في التوجيه الصحيح للاعبين نحو مناصب اللعب المتناسبة وقدراتهم وكذا الرفع من مستواهم وتحسين الانجاز الرياضي.

## خاتمة الفصل:

تعد الدراسة الاستطلاعية من أهم مراحل العملية التي ينبغي على الطالب الباحث الالتزام بها رغبة في جمع أكبر قدر من المعلومات أو الحقائق التي تخدم موضوع البحث وكذلك إلى تحقيق بعض الأغراض العلمية وهذا بناء على الوسائل المستخدمة في ظل المنهج المتبع، وفي هذا الشأن فقد تطلب الأمر إلقاء نظرة حول واقع الأسس العلمية المنتهجة لتوجيه اللاعبين المهاجمين في كرة القدم تحت 17 سنة وفق المتطلبات الأساسية والحديثة التي تتناسب المنصب على مختلف الجوانب المورفولوجية والبدنية الوظيفية و المهارية وذلك من خلال مقابلات مع أهل الاختصاص وكذا إعداد استبيان محكم كان موجه للمدربين على مختلف الأصناف لتقصي الحقيقة، كما قد توفر لدى الطالب الباحث في هذا المجال مجموعة اختبارات مقننة تم تنظيمها في شكل بطارية بالتنسيق مع السيد المشرف وكذا مجموعة من الأساتذة الخبراء تبعاً لأهداف البحث المنشودة، ومنه استخلص بحسن الإعداد والبناء، وتوفرها كذا على مقومات العملية .

## الفصل الثاني

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

## تمهيد:

تهدف البحوث العلمية عموماً إلى الكشف عن الحقائق ، وتكمن قيمة هذه البحوث وأهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها ، وهذه الأخيرة تعني " مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه ، وبالتالي فإن وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات ، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها (فريدريك معتوق، 1998 ، صفحة 231).

تعتبر منهجية البحث والإجراءات الميدانية الخاصة به من أهم الخطوات في البحث العلمي التي يجب على الباحث أن يدركها ويقنن خطواتها، حيث لا بد له أن يتمكن من الانتقال بين مختلف الخطوات بطريقة منطقية ومنسقة تجعل من بحثه دراسة منظمة، إضافة إلى معرفته وإدراكه إلى كيفية استعمال مختلف الأدوات الخاصة بهذه العملية وكيفية صياغتها واستغلالها في خدمة هدف البحث.

ويتمحور أصل مشكلتنا حول دراسة كشف حالة ميدانية وذلك باستعمال طرق علمية والتي تتمثل في الاختبارات والقياسات لتحديد بعض المعايير المورفولوجية والبدنية الفسيولوجية إضافة إلى الجانب المهاري لدى لاعبي كرة القدم صنف تحت 17 سنة، محاولين عبر ذلك توجيه المدربين بالدرجة الأولى إلى أنّ كرة القدم الحديثة أصبحت تختلف على جميع المستويات عن كرة القدم التقليدية، حيث أصبحت الأبحاث العلمية الحديثة تعتمد بدرجة كبيرة على أسس علمية سواء في عمليات الكشف، الانتقاء، التوجيه أو حتى على مستوى العملية التدريبية وما نحن بصدد في هذا البحث يتضمن تحديد مستويات معيارية تشمل أهم الجوانب للاعب المهاجم لهذه الفئة العمرية لذا يكون من الضروري إخضاع مشكلة البحث إلى دراسة موسعة شاملة معتمدين في ذلك على مختلف مراحل وخطوات البحث العلمية، كما أن هذا الفصل يساعدنا في ضبط مختلف الطرف والوسائل المستعملة لمعالجة هذه النتائج معالجة علمية وتحويلها إلى معطيات تعمل على تفسير وتبرير مختلف آراء وافتراضات البحث، والتي نحاول من خلالها الوصول إلى إيجاد حلول مشكلة في تحديد بعض معايير التوجيه الخاصة بمهاجم كرة القدم.

مقدمة الفصل :

سيترك الطالب الباحث في هذا الفصل إلى توضيح منهجية البحث والإجراءات الميدانية المتبعة بغية الوصول إلى تحقيق الأهداف المنشودة ، وهذا من خلال تحديد المنهج العلمي المتبع ، عينة البحث، مجالات البحث، كما سيتم التطرق إلى عرض مفصل لأدوات البحث والقواعد التي ينبغي مراعاتها في الإعداد لها وتنفيذها، وكذا عرض دقيق للوسائل الإحصائية التي سوف يستند عليها الطالب الباحث في معالجة النتائج المتحصل عليها من درجات الخام في شكلها الأولي إلى درجات معيارية يمكن من خلالها إصدار أحكام موضوعية حول موضوع البحث.

1-منهج البحث:

تختلف مناهج البحث المتبعة تبعاً لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه في مجال البحث العلمي، ويعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة المشكلة نفسها، وبالنظر إلى طبيعة البحث الذي نحن بصدد انجازه والذي يكمن في تحديد بعض معايير التوجيه المبنية وفق أسس علمية لدى لاعبي كرة القدم صنف تحت 17 سنة فإن المنهج الوصفي هو الأكثر ملائمة للإجابة على التساؤلات المطروحة حول موضوع البحث، وحسب طبيعة الموضوع فسنتعمل المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي اعتماداً على أدوات البحث المختلفة.

ويعرف المنهج الوصفي أنه استقصاء عن ظاهرة من الظواهر قصد تشخيص وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها وضبطها كماً قصد جمع المعلومات وتصنيفها ثم تحليلها، وبالتالي إخضاعها إلى دراسة علمية ودقيقة (بحوش، 1995، صفحة 129) و المنهج في البحث العلمي يعني مجموعة من القواعد والأسس التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى حقيقة معينة (نبات، 1995، صفحة 89). كما أنّ الدراسة الوصفية لا تقف عند مجرد جمع المعلومات والحقائق بل تتجه إلى تصنيف هذه الحقائق وتلك البيانات وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالتها وتجديدها بالصورة التي هي عليها كماً وكيفاً بهدف الوصول إلى نتائج نهائية يمكن تعميمها (شفيق، 1998، صفحة 108). كما سيعمل الباحث على تطبيق بطارية اختبار مقترحة على عينة من بعض فرق كرة القدم الجهة الغربية صنف تحت 17 سنة، وذلك بغية الوصول إلى تحديد مستويات معيارية على ضوءها يتم توجيه اللاعبين إلى مناصب الهجوم والذين تتوفر فيهم إمكانية التفوق إضافةً إلى متطلبات و الخصائص المهاجم الحديث في كرة القدم ، و مقارنة مستوى العينة مع أفراد النخبة المتمثلة في الفريق الوطني تحت 17 سنة بتطبيق بطارية اختبار على عينة البحث ودراسة الفروق لتدعيم نتائج الدراسة بطريقة أكاديمية علمية.

## 2- عينة البحث:

إنّ العينة هي النموذج الأولي الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني فهي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، فهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث. فالعينة إذا هي "جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله (زرواتي، 2007، صفحة 334).

و يقصد بالمعينة " تلك الإجراءات التي يتخذها الباحث لاختيار عينة بحثه، فهي إجراء يهتم بالطرق التي بواسطتها يتم التأكد من تمثيل العينة لمجتمعها الأصلي" (رضوان، 2003، صفحة 17). و العينة عبارة عن " مجموعة من المفردات أو الوحدات مأخوذة من مجتمع ما، بحيث يمكن التنبؤ بخواص هذا المجتمع في ضوء النتائج التي يتم الحصول عليها من العينة، و من المعروف أنّه كلما كانت العينة كبيرة الحجم كانت النتائج المستخلصة منها أقرب مطابقة لخواص المجتمع الأصلي" (رضوان م.، 2000، صفحة 216).

## 2-1- تحديد مجتمع وعينة البحث:

## 2-1-1- مجتمع البحث:

قام الباحث باختيار العينة في صورة محدودة العدد حيث قدرت بـ 60 لاعب مهاجم من مختلف النوادي الناشطة في الرابطتين الجهوية سعيدة، وهران مراعيًا في ذلك أهم الشروط العلمية التي ينبغي توافرها في اختيار العينة والتي من أهمها : أن تكون العينة الممثلة، وأن تكون لأفراد المجتمع فرص متساوية للوقوع في العينة، وفيما يلي عرض حجم كل فئة من الفئات التي تتضمنها عينة البحث:

الرمز	فرق رابطة وهران	الرقم	الرمز	فرق رابطة سعيدة	الرقم
	فريق سريع غليزان	01		فريق شبيبة تيارت	01
	فريق ترجي مستغانم	02		فريق وداد تيسمسيلت	02
	فريق مولودية وهران	03		فريق مولودية سعيدة	03
	فريق وداد تلمسان	04		فريق عالي معسكر	04
	فريق جمعية وهران	05		فريق فوز فرندة	05

الجدول رقم 15 : يمثل فرق العينة الخاصة ببطارية الاختبار.

من خلال الجدول (رقم 15) الذي يمكن اعتباره المجتمع المصغر لهذه العينة فمن خلاله تم اختيار 6 لاعبين مهاجمين من كل فريق بطريقة منتظمة فإنه تم إجراء الاختبارات المقدمة في هذه الدراسة من أجل تحديد بعض معايير التوجيه العلمية كما سيتم عرض عدد اللاعبين الذين أجرو الاختبارات في الجدول رقم حيث مجموع اللاعبين في جميع الفرق يمثل العدد الحقيقي للعينة التي أجريت عليها بطارية الاختبارات قصد عملية التوجيه الخاصة بمنصب الهجوم.

الرابطة	عدد لاعبي الفرق	عدد اللاعبين المهاجمين
الرابطة الجهوية لولاية سعيدة	5 فرق	30
الرابطة الجهوية لولاية وهران	5 فرق	30
المجموع	10	60

جدول رقم 16 : يمثل عدد العينة ( اللاعبين المهاجمين).

ومن خلال الجدول الموضوع أعلاه لأفراد العينة قام الباحث باختيار 10 فرق من أبرز الفرق الناشطة على مستوى الرابطتين سعيدة و وهران للموسم الرياضي 2016/ 2017 وكان الغرض من هذا الاختيار هو إجراء الاختبارات والقياسات على الفرق القوية، وبلغت نسبة العينة حوالي 50% من مجموع مهاجمين فرق المجتمع الإحصائي وبالنسبة 27% من المجتمع الإحصائي ككل المتمثل في لاعبي فرق الأندية الناشطة في الجهة الغربية.

وبهدف ضبط جميع المتغيرات التي يمكن أن تؤثر على نتائج البحث، تم التحقق من تواريخ الميلاد للاعبين المهاجمين عن طريق الوثائق الرسمية التابعة لكل فريق بالتنسيق مع المدرب والإدارة الخاصة بكل فريق وقدر مجتمع البحث بـ 75 لاعب إلا أنّ الباحث استبعد بعض اللاعبين قدر عددهم بـ 15 لاعب بعد إجراء التجربة الرئيسية و اللاعبين الذين تم استبعادهم هم :

- ❖ اللاعبين الذين لا يحملون شروط الفئة العمرية تحت 17 سنة.
  - ❖ اللاعبين المصابون.
  - ❖ اللاعبين الذين تقل مدة لعبهم في مركز هجوم عن سنتين.
  - ❖ اللاعبين الذين يشتركون للمرة الأولى على مستوى الرابطة.
- هذا ما يؤكد على أنّ الاختبارات أجريت على اللاعبين الأساسيين، و ذوي الخبرة في المركز.
- 1-2-1-2-تجانس العينة :**

الامتياز	المعاملات			المتغير
	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
-1,40	16	0,39	15,81	السن
-0,07	1,74	0,04	1,73	الطول
-1,04	64,5	5,89	62,45	الوزن
0,65	21,14	1,61	21,49	مؤشر الكتلة العضلية
0,94	3	0,63	3,2	العمر التدريبي

جدول رقم 17 : وصف عينة الدراسة ( ن=60)

يوضح الجدول (رقم 17) مدى تجانس أفراد عينة البحث في متغيرات السن، الطول، الوزن، مؤشر الكتلة العضلية، العمر التدريبي، وذلك من خلال النتائج المشار إليها حيث أن قيم معامل الالتواء لهذه المتغيرات تتحصر بين  $(3^+, 3^-)$  ويعني ذلك اعتدال المنحنى التكراري وتجانس عينة البحث.

### 1-3-3-مجالات البحث:

#### 1-3-1-المجال البشري :

قدر حجم عينة البحث بـ 60 لاعب يشغلون منصب هجوم موزعة كالتالي :

- لاعبين الذين ينتمون لرابطة الجهوية سعيدة 5 فرق الموضحين في الجدول رقم(15) بلغ عددهم 30 لاعب بمعدل 6 لاعبين من كل فريق يشاركون في أغلب المباريات الخاصة بالفريق.

- لاعبين الذين ينتمون لرابطة الجهوية وهران 5 فرق الموضحين في الجدول رقم 15 بلغ عددهم 30 لاعب بمعدل 6 لاعبين من كل فريق يشاركون في أغلب المباريات الخاصة بالفريق.

### 1-3-2-المجال المكاني :

1-بالنسبة للمقابلات: تم التنسيق و إجراء مواعيد مع بعض الأخصائيين والمدربين في العديد من المناسبات الكروية أو ملتقيات الوطنية والدولية التي نظمتها مختلف معاهد القطر الوطني وحتى اتصالات عبر مواقع التواصل الاجتماعي والهاتف كما تم تصوير بعض اللقاءات التي أجراها الطالب الباحث مع مجموعة من مدربين.

2-الاستمارة الخاصة بتثمين المشكلة: إن أغلب الاستبيانات المسترجعة وزعت خلال مناسبات التكوين الفدرالي للمدربين كاف"أ" و فاف"3" الذين نظمتها الاتحادية الجزائرية لكرة القدم في ولاية الجزائر العاصمة و ولاية تيارت للموسم الرياضي 2016/2017

3-بالنسبة لمكان إجراء بطارية الاختبارات المقترحة: على مستوى ملاعب الأندية لبعض ولايات الغرب الجزائري الناشطين في رابطة سعيدة و وهران.ولاية تيارت، ولاية تيسمسيلت، ولاية معسكر، ولاية سعيدة، ولاية مستغانم، ولاية وهران، ولاية غليزان، ولاية تلمسان.

### 1-3-3-المجال الزمني:

امتدت فترة الدراسة الميدانية لهذا البحث من 15 ديسمبر 2015 إلى 31 مارس 2018 وانتظمت عبر الخطوات التالية:

- ✓ تنظيم لقاءات مع الأستاذ المشرف من اجل تحديد خطة بحث للعمل بشكل منظم جابي.
- ✓ تم إعداد الاستبيان تثمين المشكلة الموجهة للمختصين والمدربين في كرة القدم.
- ✓ مرحلة انجاز التجربة الاستطلاعية خاصة بالاستبيان.
- ✓ مرحلة توزيع واسترجاع الاستبيان من الأخصائيين والمدربين.
- ✓ مرحلة تنظيم مقابلات مع البعض من المدربين والخبراء في مجال كرة القدم.
- ✓ مرحلة إعداد البطارية في اطار المراجعة النظرية للدراسات المشابهة.
- ✓ انجاز التجربة الاستطلاعية الثالثة قصد التأكد من النقل العملي للبطارية المقترحة من حيث توفرها على الصدق والثبات والموضوعية.

- ✓ مرحلة الدراسة الأساسية، وتمثلت في تطبيق البطاريتين المقترحتين على عينة
- ✓ مرحلة المعالجة الإحصائية وإعداد البحث بشكله النهائي.

#### 1-4- الضبط الإجرائي لمتغيرات البحث :

إنّ الدراسة الميدانية تتطلب ضبطاً للمتغيرات قصد التحكم فيها من جهة وعزل بقية المتغيرات الأخرى، وفي هذا الشأن يذكر محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب " أنه يصعب على الباحث أن يتعرف على المسببات الحقيقية للنتائج، بدون ممارسته لإجراءات الضبط الصحيحة" (محمد حسن علاوي أسامة كامل راتب، 1987، صفحة 243). ومن هذا المنطلق عمل الباحث على محاولة ضبط الإجرائي لمتغيرات البحث والتي نوجزها فيما يلي:

الاختبارات المستخدمة سهلة ولا تتطلب إمكانيات ضخمة أو معقدة ومناسبة لمستوى المختبرين فئة تحت 17 سنة.

تم إبعاد اللاعبين المصابين وكذا الغائبين عن المنافسة.

تم التأكد من سلامة العتاد المستخدم.

التأكد من التخطيط الميداني لكل اختبار و إتباع البروتوكول بشكل صحيح.

مراعاة الحالة النفسية والذهنية لكل المختبرين، حيث تميز الكل بالحيوية والنشاط وابدوا رغبة في تطبيق الاختبارات بكل جدية دون أي تأثيرات خارجية.

تثبيت عدد المحاولات عند إجراء الاختبار أو القياس والأخذ بأحسنها.

#### 1-5- أدوات البحث:

- تطلب انجاز هذا البحث العلمي المتواضع استخدام بعض الأدوات التالية :
- الإلمام النظري حول الموضوع عبر التطرق لمختلف المصادر والمراجع التي تمثلت في العديد من الدراسات السابقة والمشابهة العربية والأجنبية، المجالات الوطنية والدولية، المحاضرات والملتقيات العلمية وكذا مختلف المواقع الإلكترونية.
  - المقابلة التي نظمت مع بعض المدربين وأهل الاختصاص من السادة الأساتذة بمختلف معاهد الوطن.
  - استبيان تثمين المشكلة المحكمة التي وجهت للأخصائيين ومدربين كرة القدم في مختلف والتربصات التي نظمتها الاتحادية الوطنية الجزائرية لكرة القدم.
  - استبيان الخاص ببطارية الاختبار المقننة التي عرضت على الأساتذة المحكمين للأخذ بآرائهم حول أنسب الاختبارات والقياسات وتمثلت في ما يلي :

• القياسات المورفولوجية:

قياس الطول والوزن، مؤشر الكتلة العضلية.

• الاختبارات البدنية:

اختبار القوة القصوى، اختبار القوة الانفجارية <sup>SJ</sup>، اختبار القوة الانفجارية <sup>CMJ</sup>، اختبار تحمل القوة . اختبار السرعة. اختبار تحمل السرعة <sup>RSA</sup>. اختبار التنسيق. اختبار المرونة.

• الاختبارات الفسيولوجية

اختبار يويو تاست <sup>VO2MAX VMA</sup> ، اختبار مؤشر التعب <sup>RSA</sup> . اختبار نوفميجانوف.

• الاختبارات المهارية:

اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)، اختبار التحكم بالكرة في الهواء، اختبار قطع الكرة، اختبار مناولة الكرة، اختبار دقة التسديد. اختبار ضرب الكرة بالرجل لأبعد مسافة ممكنة، اختبار ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة ، اختبار التهديف.

- الحصول على بطارية الاختبار ونتائجها الخام التي طبقت على المنتخب الوطني لفئة تحت 17 سنة في الموسم الرياضي 2016/2015 و تم اعتمادها من طرف الاتحادية الجزائرية لكرة القدم من أجل المقارنة مع عينة البحث والتي احتوت الاختبارات التالية:

- الاختبارات البدنية :

اختبار السرعة 20 متر، اختبار السرعة 60 متر، اختبار القوة الانفجارية، ، اختبار تحمل القوة، اختبار المرونة

- الاختبارات الفسيولوجية: اختبار نافات 20 متر

- الاختبارات المهارية: اختبار المراقبة والتحكم في الكرة ( تنطيط بالكرة 30 متر مع التسديد) اختبار الدقة في التسديد ( ضرب الكرة 35 متر) اختبار التحكم التقني في كرة ( سرعة، رشاقة، قوة، دقة) اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري).

- **الملاحظة** تعتبر أحد الطرق الهامة لجمع البيانات في البحوث المسحية، وهي تعتمد على المشاهدة الدقيقة الهادفة للظواهر موضع الدراسة باستخدام الوسائل المناسبة، وفي هذا الشأن قام الباحث بتنظيم بعض الزيارات الميدانية على مستوى بعض النوادي وبعض تظاهرات الانتقاء المنظمة في بعض ولاية الوطن " مسابقة القميص الذهبي " التي تم تنظيمها من طرف مدرسة نجوم تيارت لكرة القدم والتي تقوم على الاختيار وفق الأسس العلمية بتنظيم بطارية اختبار من طرف مدربين مختصين في هذا المجال وعبر ذلك كانت للباحث نظرة حول هذه التقنيات المستخدمة، وتم رصد الملاحظات الخاصة حول واقع عملية الانتقاء في مختلف الأندية ومدارس كرة القدم.

### 1-6- الوسائل الإحصائية :

إنّ الهدف الدراسة الإحصائية هو محاولة التوصل إلى مؤشرات ذات دلالة، تساعد على تحليل والتفسير والحكم على مدى صحة الفرضيات والمعادلات الإحصائية المستعملة. اعتمد الطالب الباحث على مجموعة من الوسائل الإحصائية حتى يتمكن من معالجة النتائج بغرض الاستناد عليها في عملية التحليل و التفسير، وتتمثل هذه المعادلات الإحصائية فيما يلي:

#### 1- النسبة المئوية: (قيس ناجي، 1988، صفحة 43)

النسبة المئوية (%) = (عدد أفراد كل مستوى × 100) / العدد الإجمالي للعينة

$$\frac{100 \times \text{س}}{\text{ن}} = \%$$

حيث / س: عدد التكرارات

ن: عدد العينة الكلية (حجم العينة)

#### 2- المتوسط الحسابي: (الطبيب، 1999، صفحة 47)

$$\frac{\text{مج س}}{\text{ن}} = \bar{\text{س}}$$

حيث / س: المتوسط الحسابي للدرجات

مج س: مجموع القيم

ن: عدد أفراد العينة

#### 3- الانحراف المعياري: (حلمي، 1992، صفحة 58)

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

30 ≤ ن

حيث/ ع: الانحراف المعياري

س: الدرجة الخام

س: المتوسط الحسابي

ن: عدد أفراد العينة

مج: المجموع

4- معامل الارتباط -كارل بيرسون-: (حمودي، 2009، صفحة 189)

$$r = \frac{\left[ \text{مج (س-س)' * (ص-ص)'} \right]}{\sqrt{\left[ \text{مج(ص-ص)'}^2 \right] \left[ \text{مج(س-س)'}^2 \right]}}$$

حيث/ ن: عدد أفراد العينة.

مج س: مجموع القيم الأولى أو المتغير الأول.

مج ص: مجموع القيم الثانية أو المتغير الثاني.

5-الصدق الذاتي:

ويطلق عليه أيضا مؤشر الثبات وهو صدق الدرجات التجريبية للاختبارات بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس، وبذلك تصبح الدرجات الحقيقية للاختبار هي المحك الذي ينسب إليه صدق الاختبار ( حسن علاوي، نصر الدين رضوان،، صفحة 350).

فالصلة وثيقة بين الثبات والصدق من حيث أن الثبات الاختبار يؤسس على ارتباط الدرجات الحقيقية للاختبار بنفسها إذا أعيد الاختبار على نفس المجموعة من الأفراد، ويحسب الصدق الذاتي للاختبار وفق المعادلة التالية:

معامل الصدق الذاتي = معامل الثبات

6- معامل الالتواء: (خيري، 1997، الصفحات 49-134)

قمنا باستخدام معادلة معامل الالتواء بهدف التأكد من تجانس عينة البحث الأساسية من حيث متغيرات السن، العمر التدريبي، الطول، الوزن. وكذا التأكد من اعتدالية درجات متغيرات البحث. و يقوم حساب معامل الالتواء على المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط، هذا الأخير يمثل القيمة الوسطية في مجموعة من القيم. وفي ما يلي معادلة معامل الالتواء:

$$\text{معامل الالتواء} = \frac{3 (\text{المتوسط الحسابي} - \text{الوسيط})}{\text{الانحراف المعياري}}$$

7- اختبار حسن المطابقة (كا<sup>2</sup>): (حسين، 1995، صفحة 132)

$$\text{كا}^2 = \frac{\text{مج (ك ش - ك م)}^2}{\text{ك م}}$$

حيث/ مج : مجموع.

ك ش : التكرارات المشاهدة.

ك م : التكرارات المتوقعة.

8- اختبار الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت: (النيل، 1987، الصفحات 231-232)

يستعمل الاختبار الدلالة "ت" لقياس دلالة فروق المتوسطات المرتبطة و الغير المرتبطة والعينات المتساوية و الغير المتساوية، وقد استملنا في بحثنا هذا القانون الخاص بالعينات الغير متساوية العدد ن<sub>1</sub> ≠ ن<sub>2</sub> وهي على النحو التالي:

$$t = \frac{\bar{S}_1 - \bar{S}_2}{\sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}} \sqrt{\frac{(n_1 - 1)E_1^2 + (n_2 - 1)E_2^2}{n_1 + n_2 - 2}}}$$

حيث / س<sub>1</sub>: المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى.

س<sub>2</sub>: المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية.

ن<sub>1</sub>: عدد أفراد المجموعة الأولى.

ن<sub>2</sub>: عدد أفراد المجموعة الثانية.

ع<sub>1</sub>: الانحراف المعياري للمجموعة الأولى.

ع<sub>2</sub>: الانحراف المعياري للمجموعة الثانية.

درجة الحرية = ن<sub>1</sub> + ن<sub>2</sub> - 2

1-6-1-1 أسلوب معالجة النتائج الخام :

1-1-6-1-1 الدرجة المعيارية:

يعتبر الحصول على الدرجات الخام من الأمور السهلة بالنسبة للقياس، إلا أن وجه الصعوبة يكمن في تفسير هذه الدرجات وإعطائها معنى له دلالة، باعتبار أن بطارية الاختبارات المستخدمة ميدانياً في ايطار التجربة الأساسية تختلف في وحداتها، وفي هذا الشأن استخدم الطالب الباحث الإحصاء للتغلب على هذه المشكلة، وذلك عن طريق تحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية يمكن جمعها بحيث تدل الدرجة الكلية على الأداء الكلي للفرد في مجموع الاختبارات المستخدمة، و قصد الوصول إلى تحقيق الهدف المنشود اختار الباحث طريق توزيع "كاوس" والمسمى بالتوزيع الطبيعي لإيجاد الدرجات المعيارية حيث يستخدم هذا الأخير في تحديد المستويات المعيارية والدرجات المعيارية (السمرائي، صفحة 101). ويذكر محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان أن منحنى التوزيع الطبيعي للبيانات أو المنحنى المعتدل عبارة عن توزيع نظري للبيانات المتجمعة، وهذا التوزيع النظري قائم في أساسه على نظرية الاحتمالات، والحصول عليه متوقف على طبيعة العينة وعددها ومدى مناسبة الاختبارات، فكلما كانت الاختبارات المستخدمة مناسبة للعينة من حيث درجة الصعوبة والسهولة، أدى ذلك إلى الحصول على شكل المنحنى الاعتدالي للبيانات ( حسن علاوي، نصر الدين رضوان، الصفحات 144-145).

ومن خصائص التوزيع الطبيعي أن "72.99" من مفردات المجتمع تنحصر بين حدين يمثل الحد الأعلى قيمة المتوسط الحسابي مضافا إليه ثلاثة انحرافات معيارية ( $X+3S$ ) بينما يمثل الحد الأدنى قيمة الوسط الحسابي مطروحا منه ثلاثة انحرافات معيارية ( $x-3S$ )، وعلى هذا الأساس تم استخدام الدرجات المعيارية حيث يمثل الحد الأعلى للتوزيع درجة التقويم القصوى (100)، ويمثل الوسط الحسابي درجة التقويم الوسطي (50) في حين يمثل الحد الأدنى للتوزيع درجة التقويم الصغرى (0) (صفر، ومن طرح قيمة الحد الأعلى من قيمة الحد الأدنى، نستخرج المقدار المحصور بين القيمتين، ثم يتم قسمة المقدار على (100) ونستخرج بذلك المقدار الثابت الذي يجب إضافة أو طرح المقدار تنازليا أو تصاعديا عن الوسط الحسابي، حتى يصل التصاعد إلى درجة (100)، بينما يصل التنازل درجة (0) (معين أمين السيد، الصفحات 34-35).

حيث: - الدرجة المعيارية = المتوسط الحسابي  $\pm$  الرقم الثابت

الرقم الثابت = الحد الأعلى - الحد الأدنى / 100

- الحد الأعلى :المتوسط الحسابي +ثلاثة انحرافات ( $+ 3s$ )

- الحد الأدنى :المتوسط الحسابي -ثلاثة انحرافات ( $-3s$ ) \*

### 1-6-1-2-المستويات المعيارية للاختبارات :

بعد أن تمت معالجة نتائج الاختبارات ، والحصول على الدرجات المعيارية ومن أجل تحقيق هدف البحث ، المتمثل في تحديد المستويات المعيارية لمستوى القدرات البدنية الفسيولوجية و المهارة للاعبين المهاجمين لكرة القدم تحت 17 سنة ، استخدم الطالب الباحث طريقة التوزيع (كاوس) " لتوزيع الطبيعي "في تعيين المستويات المعيارية إذ أنه يعد من أكثر التوزيعات شيوعا في ميدان التربية الرياضية ، لأن كثيرا من الصفات والخصائص التي تقاس في هذا المجال يقترب توزيعها من التوزيع الطبيعي، إذ افترض الباحث أن إنجاز العينة في جميع مفترضات الاختبار يتوزع توزيعا طبيعيا (قحطان بن خليل العزاوي، 1991، صفحة 151).

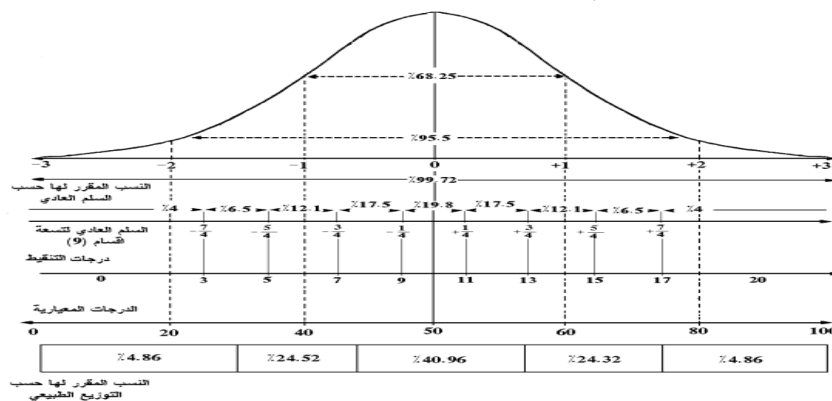
وفي التوزيع الطبيعي نرى حوالي ( 72, 99) من الحالات تقع ضمن ثلاث انحرافات معيارية من الوسط الحسابي حيث:

(1) - تتحصر 68,27% من البيانات بين ( $X - S - X + S$ )

(2) - تتحصر 95,45% من البيانات بين ( $X - 2S - X + 2S$ )

(3) - تتحصر 99.72% من البيانات بين ( $X - 3S - X + 3S$ )

-وبقسمة المدى 5 (درجات معيارية) على خمسة مستويات معيارية اختارها الباحث ، حيث يكون لكل مستوى (مدى 1.2) من الدرجات المعيارية التي تقابل (20) درجة في التقسيم المئوي للدرجات المعيارية المعدلة ، كما هو موضح في الشكل رقم 26.



الشكل رقم 27 : يبين الدرجات المعيارية في المنحنى الطبيعي المقسم إلى (05) أقسام

طول الواحد منها (1,2) وحدة وتقسيمات المستويات المستخدمة بالبحث

، 1992، صفحة 234)PIERRE PARLEPAS

كما يجب أن تمتد مساحة المنحنى الاعتدالي من ما لانهاية في الاتجاه الموجب إلى ما لا نهاية في الاتجاه السالب وعليه فإن المنحنى الاعتدالي هو الذي يمثل توزيع الظاهرة المقاسة لذلك لا بد من إجراء هذا المنحنى عند تقنين الاختبارات وعمل المعايير وإلا أصبحت معايير الاختبار غير دقيقة (ليلى السيد فرحات، 2003، صفحة 176).

#### 7-1-7-1- مواصفات الاختبارات:

##### 1-7-1-1- عرض بطارية الاختبارات الخاصة بتحديد مستويات المعيارية للاعبين المهاجمين:

##### 1-1-7-1-1- مفهوم الاختبارات:

هي عبارة عن أداة لجمع المعلومات حيث تكون موجهة لتمثيل الوقائع (بحوش، 1995، صفحة 130). وعبر ذلك قام الطالب الباحث في البحث عن أحدث الاختبارات المطروحة على حسب إمكانيات المتوفرة و التمكن من تسجيل كل النتائج للاعبين والتي لها صلة بعملية التوجيه وكيفية تقويم القدرات وتعتبر هذه التقنية الوسيلة الأنسب وعبر ذلك إجراء دراسة تحليلية لنتائج اللاعبين المهاجمين.

##### 2-1-7-1- وصف البطارية الأولى :

##### 1-2-1-7-1- القياسات البيومترية:

الوزن:

- الهدف:

قياس وزن اللاعب.

- الأدوات المستخدمة:

ميزان إلكتروني حديث.

-الإجراء:

يتم وضع لاعب على التوازن بشكل متناظر ويبقى بلا حراك حتى استقرار التدبير.



الشكل رقم 28 : يوضح جهاز ميزان إلكتروني.

• الطول:

الهدف:

قياس طول لاعب.

-الأدوات المستخدمة:

شريط قياس.

-الإجراء:

أن يستقيم اللاعب ويباعد بين رجليه من 30 إلى 45 سم، ونحن نأخذ طول اللاعب الذي يجب أن يبقى بلا حراك.



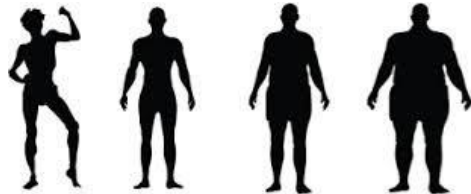
الشكل رقم 29 : يوضح جهاز قياس الطول.

مؤشر كتلة الجسم:

-الهدف:

تقدير كتلة العضلات باستخدام المعادلة.

$$\text{مؤشر كتلة الجسم} = \frac{\text{الوزن (بالكيلوغرام)}}{\text{الطول}^2 \text{ (بالمتر المربع)}}.$$



الشكل رقم 30 : يوضح مختلف الأنماط الجسمية

### 1-7-1-2-2- الاختبارات البدنية

#### اختبارات القوة:

جهاز ميوتيست برو (Myotest pro) (BUBANJ، 2010، الصفحات 46-48)

#### ❖ تعريف بالجهاز:

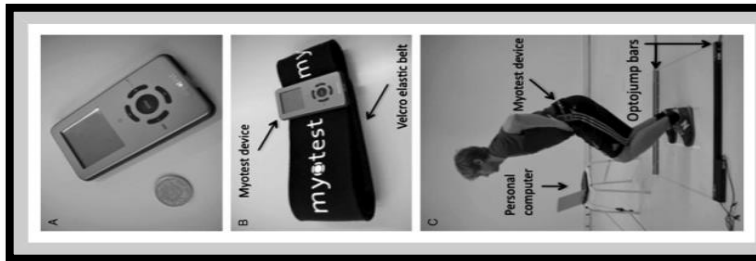
أداة قياس مصممة خصيصا للتقييم الميداني للقدرة القفز العمودي، وهو يتألف من التسارع واحد الواردة في جهاز صغير و مضمون، يتم إرفاق الجهاز إلى مستوى الورك أثناء تنفيذ قفزة عمودية وذلك لتسجيل التسارع الرأسي للجسم الموضوع. استنادا إلى سرعة الإقلاع الرأسي أو تسجيلات وقت الطيران، ونظام ميوتيست يمكن بعد ذلك توفير تقدير القفزة العمودي ارتفاع. وبالمقارنة مع الأجهزة الأخرى للقفز في الميدان التقييم، لديها مزايا كونها صغيرة للغاية والمحمولة.

#### ❖ الإجراء:

يهدف الاختبار إلى تقييم مستوى أداء العضلات للرياضي، فضلا عن قياس ارتفاع القفزة (بسم) و وقت الرحلة (بالميلي ثانية)، والتفاعل وصلابة (أو تصلب العضلات في كن / م) لاختبار القفز من التفاعل. ميزة هذا المقياس هو المناورة وسهولة الاستخدام للاختبار، يعلق الجهاز على مستوى الحوض مع حزام الفيلكرو بعد أن أدخلت قيمة وزن الشخص الذي تم اختياره. فمن الممكن تعيين عدد من القفزات التي نريد لدراستنا. في نهاية الاختبار، يقوم الجهاز بحساب متوسط القفزات لقيم مختلفة، ومن الممكن أيضا للكمبيوتر تقييم كل قفزة خاصة بفضل التسجيل عن طريق التسارع، ميوتيست برو يستخدم الآن على نطاق واسع في الرياضة عالية الأداء لتقييم الصفات البدنية للرياضيين.

#### ❖ الأدوات المستخدمة:

جهاز ميوتيست برو - حزام الفيلكرو - جهاز كمبيوتر.



الشكل رقم 31: يوضح الوسائل المستعملة الخاصة بجهاز ميوتيست وكيفية الأداء.

اختبارات CMJ (Contre mouvement Jump) / SJ (Squat Jump) (CHOUKOU ، 2012 -)

❖ الهدف من الاختبار :

قياس قوة الأطراف السفلى ( الانفجارية )

❖ حساب النتيجة :

يتم عرض النتيجة على شاشة الحاسوب مباشرة بعد انتهاء المحاولة وتحتوي على زمن الطيران ، الارتفاع والقوة ... الخ . وتتم القراءة من الشاشة بطريقة عادية.



الشكل رقم 32 : يوضح طريقة أداء اختبارات لقياس قوة الأطراف السفلية CMJ / SJ (NESSER، 2008)

1- اختبار القوة القصوى للعضلات السفلية (Test du 1 R.M). (Sale D، 1981 ، صفحة 87)

❖ الأدوات المستخدمة:

الأنقال ،آلة (العمود)

❖ وصف الاختبار:

بعدما يقوم اللاعب بإحماء خاص ،يأخذ اللاعب وضعيته على الآلة بحيث تكون رجلاه متباعدتين على حسب الوركين، نقوم بتثبيت العمود على الكتفين، يقوم اللاعب بمسك العمود بيديه مع سحب المرفقين للوراء مع تثبيت الجذع بانقباض عضلات البطن .

يقوم اللاعب بالنزول ببطء حتى تصبح الركبتان في زاوية 90° ثم يعود إلى وضعيته الأولية مع الحرص على المحافظة على الظهر في استقامة عن طريق انقباض عضلات البطن.

نبدأ بزيادة الحمولة أكثر فأكثر بعد كل محاولة، زيادة الحمولة تقدر ب10 كغ مابين المحاولات مع 3 د راحة.

يجب أن يكون عدد التكرارات في المحاولة الأخيرة ما بين 1 و 10 (عدد التكرارات القصوى)، فإذا

أما إذا كان أكثر من تكرار فيجب استخدام تكرار واحد فذلك يمثل القوة القصوى (1RM)،

معادلات بيرزيكي .

$$\frac{\text{الوزن} \times 100}{\text{القوة القصوى} = 102,78 - (2,78 \times \text{التكرار الأقصى})}$$



الشكل رقم 33 : يوضح طريقة أداء اختبار القوة القصوى (Test du 1 R.M)

## 2- اختبار تحمل القوة: (- CHOUKOU، 2012)

لقياس تحمل القوة لعضلات الساقين، من وضعية الجلوس على الأرض، مد الساقين و اليدين على الأرض... ينهض اللاعب للأعلى ، ويقفز في الهواء بالمد الكامل للركبتين، والمد الكامل للذراعين للأعلى، ثم يعود إلى الوضع الابتدائي، وهكذا باستمرار لمدة 90 ثانية، وتحسب المحاولات الصحيحة خلال مدة الاختبار.



الشكل رقم 34 : يوضح طريقة أداء اختبار تحمل القوة للأطراف السفلية

3- اختبارات السرعة (VANHELST، 2014، صفحة 96):

❖ اختبار السرعة 15 متر:

❖ الهدف:

قياس السرعة القصوى للاعب.

❖ الأدوات المستخدمة:

ساعة توقيت، صافرة ، أقماع.

❖ التحضير:

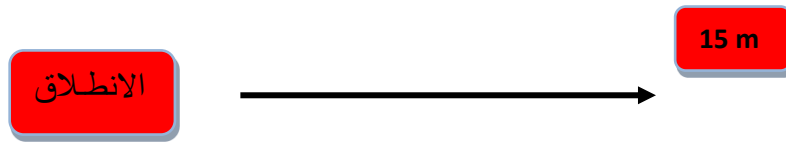
- يتم وضع الأقماع على بعد 15 متر.

-الإحماء.

❖ وصف الاختبار:

يجب أن يقطع المختبر مسافة 15 متر بسرعة قصوى عن طريق نشر كل إمكانياته .  
وتعطى البداية باستخدام إشارة .يتم تكرار الاختبار ثلاث مرات تسجل أفضل نتيجة  
متحصل عليها.

❖ الرسم التخطيطي للاختبار



الشكل رقم 35: يوضح تخطيط لاختبار السرعة 15 متر

4- اختبار كفاءة تكرار السرعة (RSA): (Bangsbo 1994)

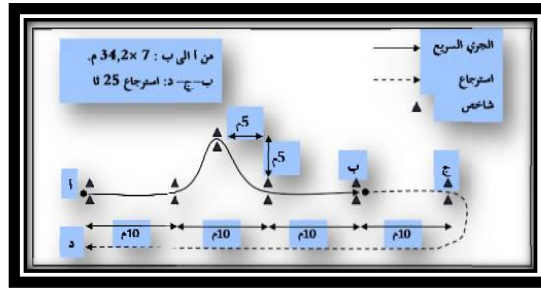
يهدف الاختبار إلى قياس تحمل السرعة الخاص لكرة القدم ومؤشر التعب اللذان يعبران عن قدرة اللاعب على التحمل اللاهوائي، حيث يقوم المختبر بتنفيذ الركض السريع من "أ" إلى "ب" على امتداد الإشارات، ويتبع ذلك 25 ثانية من الركض الخفيف من النقطة "ب" إلى "ج"، الاختبار يحتوي على سبع ركضات والشكل رقم "36" يوضح ذلك.

❖ طريقة استخراج النتائج:

يتم تسجيل وقت كل ركضة من النقطة "أ" إلى النقطة "ب" في الاستمارة الاستبائية وبعدها نقوم بحساب النتائج كما يلي:

❖ **معدل الركضات:** يعبر عن تحمل سرعة اللاعب ويحسب بجمع الأوقات السبعة وتقسيمها على الرقم 7، في حالة السقوط أو تعثر اللاعب يؤخذ معدل الركضتين قبل وبعد التعثر ويدخل كزمن للركضة التي تعثر عندها اللاعب.

❖ **مؤشر التعب:** هو يعبر عن قدرة اللاعب على مقاومة التعب ويحسب بطرح أصغر وقت لركضه واحدة من أكبر وقت أنجزه اللاعب أثناء الاختبار.



الشكل رقم 36: يوضح طريقة أداء اختبار كفاءة تكرار السرعة (RSA)

5- اختبار التنسيق إيلنوا (Test d'Agilité Illinois) (Y. Köklü, 2014)

❖ الهدف من الاختبار:

قياس خفة الحركة (الرشاقة).

❖ الأدوات المستخدمة:

شريط قياس ديكامتر، أقماع، ميقاتي.

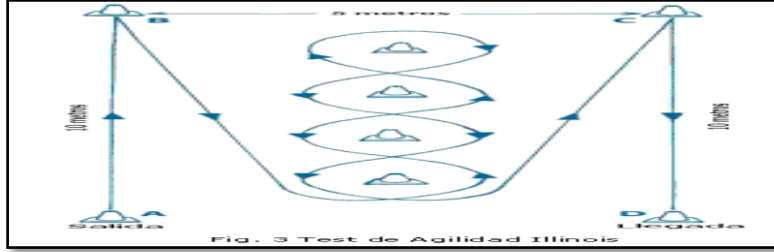
❖ وصف الاختبار:

يتكون اختبار الرشاقة إيلنوا من تركيب أربعة أقماع تشكل مساحة 10 أمتار بطول 5 أمتار بالعرض. وضع قمع في كل نقطة بداية A للانطلاق، B و C يمثلان نقاط العودة، و D نهاية الاختبار. وضع أربعة أقماع في وسط منطقة الاختبار تفصلهم 3،3 متر.

❖ الإجراء:

بدأ الاختبار باستلقاء المختبر، الوجه موجه نحو الأسفل مع اليدين على الكتفين. في بداية، يتم بدء الإشارة والتوقيت. لاعب ينهض وينطلق في أسرع وقت ممكن، ويمشي

مسار الاختبار (من اليسار إلى اليمين أو العكس بالعكس .يتحول B و C ، كما يتوجب عليه أن تلمس القمع بيده.



الشكل رقم 37 : يوضح تخطيط لاختبار الرشاقة ألينوا (Test d'Agilité Illinois).

Test Agilité (seg)	Excellente	Sur la moyenne	Moyenne	Sous moyenne	Faible
Hommes	< 15.2	15.2 - 16.1	16.2 - 18.1	18.2-18.8	> 18.8
Femme	< 17.0	17.0 -17.9	18.0 - 21.7	21.8-23.0	> 23.0

الجدول رقم 18 : يوضح مستويات اختبار الرشاقة ألينوا (ذكور-إيناث)

#### 6- اختبار المرونة: (Markland، 2007، صفحة 85)

❖ الهدف من الاختبار:

قياس مرونة الجذع

❖ الأدوات المستخدمة:

كرسي، شريط مدرج

❖ وصف الاختبار:

الانحناء للأمام قدر الإمكان من وضع الجلوس الطويل.

❖ الأدوات:

منضدة اختبار أو صندوق بالأبعاد التالية (الطول 35 سم، العرض 45 سم، الارتفاع 32 سم) ومقاسات الشريحة طوليا 55 سم، عرضيا 45 سم وتمتد خارج الحافة الموجهة للقدمين ب 15 سم مدرجة من 0 إلى 50 سم في منتصفها، وتوجد مسطرة طوليا 30 سم متحركة عمى السطح العلوي للصندوق عند لمسها من قبل المفحوص.

❖ تعميمات للمفحوص:

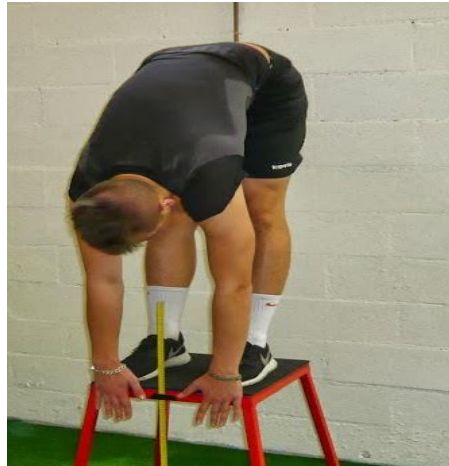
الجلوس ووضع القدمين في مواجهة الصندوق وسلاميات الأصابع فوق حافة الشريحة العلوية، ثني الجذع ببطء مع الحفاظ على الركبتين مفرودتين وادفع المسطرة بالتدرج للأمام دون مرجحة الذارعين المفرودتين، يؤدي الاختبار مرتين وتحسب النتيجة الأفضل.

❖ توجيهات الاختبار:

الوقوف بجانب المفحوص وجعل ركبتيه مفرودتين كما يجب وصول السلاميات إلى الحافة العلوية والبقاء أو الثبات عند النتيجة المحققة لمدة ثانيتين، تؤدي المحاولة الثانية بعد فترة قصيرة من المحاولة الأولى حالة عدم وصول كلتا اليدين لنفس المسافة نأخذ المتوسط لهما.

❖ التسجيل:

أفضل النتيجة المنجزة هي التي تسجل بوحدة سم.



الشكل رقم 38 : يوضح طريقة إجراء اختبار المرونة.

1-7-1-2-3-الاختبارات الفسيولوجية :

1-اختبار "يويو تست بطريقة الفترية" (Yo-Yo Intermittent) (Bangsbo، 1994ديسمبر)

❖ مواصفات الاختبار:

تم تطوير هذا الاختبار من طرف الدنماركي الفسيولوجي "ينس بانفسبو" و هناك إصداران، مستوى 1 و 2 (للمبتدئين والمستوى المتقدم).

مساحة من ثلاثة خطوط منفصلة (باستخدام الأقماع / الأعلام) كما في الرسم البياني أسفله؛ 20 متر و 5 متر للراحة البينية. يبدأ المختبر خلف خط الوسط، ويبدأ بالنطلاق عند سماع منبه

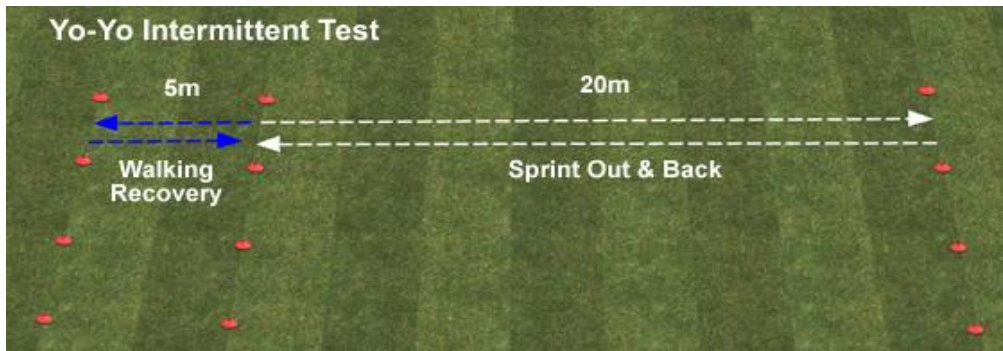
الصوت. المختبر يستدير و يعود إلى نقطة البدء الأولى عند سماع صافرة الصوت المسجلة. هناك راحة بينية بعد كل ركضة (ذهاباً وإياباً) فترة 20 ثانية ركض / يهرول حول مخروط نهاية مرة أخرى إلى نقطة البداية (خط الوسط). إذا فشل لاعب للعودة إلى خط البداية في الوقت المخصص التي وضعتها CD الصوت لاعب يتلقى رسالة تحذير. فشل اللاعب في الاختبار إذا لم يتمكن من اللحاق بإشارة لاحقة (صافرة منبه الصوت المسجلة). يتم تسجيل النتيجة وعلى مسافة إجمالية قدرها المسافة المقطوعة أثناء الاختبار قبل التوقف.

#### ❖ أدوات المستخدمة:

أقمه - شريط قياس (ديكا متر) - جهاز التنبيه الصوتي - شريط تسجيل الاختبار يويو تست - ورقة تسجيل.

#### ❖ كيفية الأداء:

بعد إتباع توجيهات عبر متابعة شريط التسجيل الصوت "يويو" للاعبين تشغيل ذهاباً وإياباً بين خطين (المشار إليها بالأقمار) محاولة التحضير للانطلاق قبل إشارة (تنبيه) من القرص المضغوط. زيادات تيرة بعد فترة. اللاعبون تلقي تحذيراً إذا لم يكمل المحاولة في الوقت المعين. يبدأ اختبار مستوى 2 في أعلى سرعة تشغيل وله زيادات مختلفة في سرعة. النتيجة المختبر تعطي المسافة الإجمالية قبل أن يكون غير قادر على مواكبة تسجيل. اختبار متقطعة يويو عادة ما يستغرق ما بين دقيقة 10-2 لمستوى 1 وبين دقائق 20-6 لمستوى 2 .



الشكل رقم 39: يوضح طريقة أداء اختبار يويو تيس (Yo-Yo Intermittent)

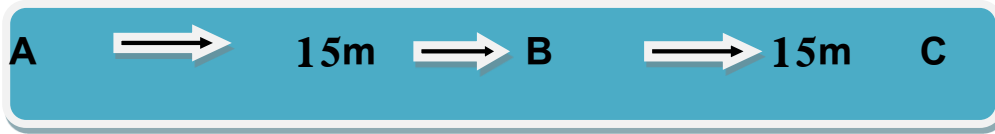
2- اختبار الأداء NEVMIJANOV:

❖ الغرض من الاختبار: قياس نبض القلب.

❖ الأدوات:

- مقياتي.
- مضمار ملعب العاب القوى.
- صافرة.
- 3 شواخص.
- ديكامتر.

❖ مواصفات الأداء:



شكل رقم 40: يوضح بروتوكول اختبار الأداء NEVMIJANOV

A تعتبر نقطة الانطلاق و الوصول.

يطبق الاختبار في خط مستقيم محدد بـ 3 شواخص المسافة بينهم 15 متر.  
على العداء جري مسافة 180 متر باتباع مسار معين:

$$AB + BA + AC + CA + AC + CA + AB + BA$$

$$15m + 15m + 30m + 30m + 30m + 30m + 15m + 15m = 180m$$

عند الوصول يجب تسجيل:

- الزمن المحصل عليه عند قطع مسافة 180 متر.
- نبض القلب عند الوصول (f1), و عند بداية الدقيقة الثانية (f2), و الدقيقة الثالثة (f3) من بداية الراحة. الكفاءة تقاس حسب المعادلة التالية:  $P = \text{temps} \times (f1 + f2 + f3)$

❖ توجيهات :

أفضل سعة عمل هي التي تنتج من اكبر سرعة عدو و أقل عدد ضربات قلب.

1-7-1-2-4-الاختبارات المهارية:

1-اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم(توقيت العمل الدائري):

❖ الهدف من الاختبار:

تقييم الدورة يتكون من المهارات التقنية المتسلسلة والمنظمة، في أحسن وقت ممكن ،والذي يسمح بوضع حساب للتنسيق المحدد الذي يستخدم القدرة على إتقان وتنفيذ المهارات التقنية المعتادة بسرعة كبيرة. مثل: الجري بالكرة، تمرير، استقبال وتسديد الكرة.

❖ الأدوات المستعملة:

هذا الاختبار يمكن أن يجرى في صالة الألعاب الرياضية أو في ملعب كرة القدم.

- مساحة مستطيلة مجهزة .

-جدار في إحدى طرفي الملعب.

-اللوحة ( 1متر \* 3متر).

-مقعد.

- 10 كرات القدم.

- 10 مخاريط.

- 2 ميقاتي.

- 1 قياس طول مزدوج.

- قفص كرة اليد.

-2 أعضاء فريق العمل.

- بطاقة جمع النتائج.

❖ إجراءات الاختبار:

إذا تم الاختبار في قاعة كرة القدم، يجب استخدام الأحذية من نوع "تنس" ،إذا أجري خارجا، استعمل أحذية كرة القدم .لتحقيق التمرير ، وفقا للمؤشرات المقدمة في المخطط. بعد كل تسديدة، تتم استعادة الكرة والقيام بستة دورات تقنية إلى اليسار. بعد التوقف لمدة خمسة عشر دقيقة، يتم القيام بستة دورات تقنية إلى اليمين. "تمرير وذهاب" رقم "أربعة" يتحقق بمساعدة الذي يمرر الكرة في المنطقة رقم "ستة". لعدم تضييع الوقت، يجرى الاختبار من طرف فريقين بشكل متناوب.

❖ اخذ القياسات:

يتم اختيار الأفضل من الجانبين، هذا يعني ستة دورات تقنية إلى اليسار وستة إلى اليمين.

التقييم مستمد من معيارين:

1) المدة الإجمالية لسته دورات تقنية متسلسلة وبالتالي تزداد العقوبات التالية.

+ثانيتين لتسديدة ضائعة.

+ثانية لتسديدة على العمود.

المدة الإجمالية السابقة، الزيادة أو العقوبة وفقا للمستوى المهارة التقنية على النحو التالي:

❖ **كيفية التنفيذ:**

\* ممتاز = -2ثا.

\* جيد (خطأ صغير) = -1ثا.

\* متوسط = 0ثا.

\* ضياع الكرة = +1ثا.

\* ضعيفة جدا = +2ثا.

❖ **الإعداد قبل الاختبار:**

بعد التفسيرات الدقيقة والإيضاحات، يجب تخصيص عشرة دقائق للتدريب معتمدين على تمرير الكرة بالقدم.



الشكل رقم 41: يمثل اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)

2- اختبار التحكم بالكرة في الهواء: (موفق اسعد محمود، 2007، صفحة 50)

❖ **الهدف من الاختبار:**

تقييم الإحساس بالكرة والسيطرة عليها.

❖ **الأدوات اللازمة:**

كرة قدم، ميفاتي.

❖ **الإجراءات:**

1- يقوم اللاعب برفع الكرة بإحدى القدمين عن الأرض، والتحكم بها في الهواء باستخدام القدمين أو الفخذين أو الرأس أو بأي جزء قانوني من أجزاء الجسم والاحتفاظ بها لأطول وقت ممكن بعيدا عن الأرض.

- 2- يحتسب الزمن عندما يبدأ اللاعب في رفع الكرة في الهواء وينتهي عندما تلمس الكرة الأرض.
- 3- يقوم اللاعب بثلاث محاولات متتالية.
- 4- درجة اللاعب هي الزمن الكلي الذي يستغرقه في المحاولات الثلاث.



الشكل رقم 42: يمثل اختبار التحكم بالكرة فالحواء .

### 3- اختبار قطع الكرة من المنافس: (موفق اسعد محمود، 2007، صفحة 52)

#### ❖ الهدف من الاختبار :

قياس القدرة والمهارة في إبعاد الكرة عن المنافس.

#### ❖ الإجراءات:

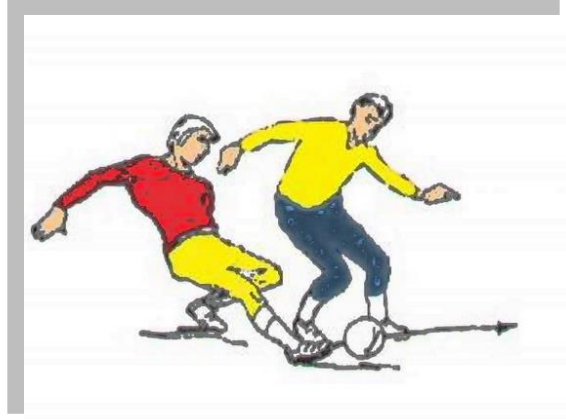
- يرسم خطان متوازيان بينهما مسافة 14م.
- يقف اللاعبان (أ- ب) مواجهين في منتصف منطقة 14م.
- يقوم أحد اللاعبين وليكن اللاعب (ب) بأداء الاختبار، وفي هذه الحالة تكون الكرة مع اللاعب الأخر.
- عندما يعطي الحكم إشارة البدء يحاول اللاعب (أ) المرور بالكرة من اللاعب (ب) الذي يحاول قطع الكرة من اللاعب (أ)، والسير للأمام لاجتياز خط منطقة 14م.

#### ❖ تعليمات الاختبار:

- ممنوع ركل الكرة بالقدم لإبعادها بعيدا عن المنافس، وإنما تطبق الطرق الفنية المستخدمة في كرة القدم.
- يمكن استخدام كلتا القدمين لقطع الكرة.
- يجب إتباع الطرق القانونية في الهجوم.
- تعطى خمس محاولات متتالية.

❖ احتساب الدرجات:

- -يمنح اللاعب (ب) درجتان عن كل محاولة صحيحة يستطيع فيها قطع الكرة من المنافس والتقدم بها للأمام حتى خط الجانب.
- لا يمنح اللاعب (ب) أي درجات إذا فشل في قطع الكرة والسيطرة عليها خلال منطقة ال 14م.
- لا يمنح اللاعب (ب) أي درجات إذا حدثت منه أخطاء لا يقرها قانون اللعبة.
- الدرجة النهائية للاختبار هي: 10 درجات.



شكل رقم 43 : يمثل اختبار قطع الكرة من المنافس.

4- اختبار المناولة المرتدة: (موفق اسعد محمود، 2007، صفحة 60)

هدف الاختبار:

قياس دقة المناولات القصيرة.

الأدوات المستخدمة:

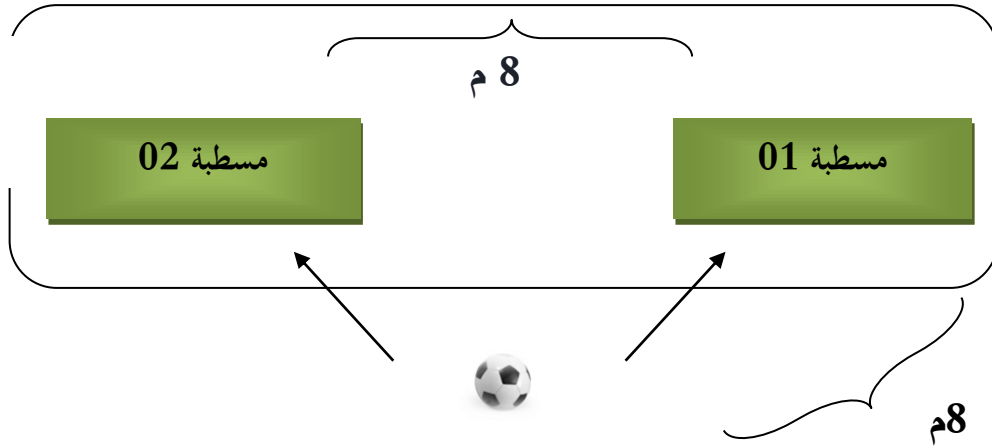
ثلاث كرات قدم قانونية، ساعة توقيت، مسطبة أو مقعد سويدي عدد 2، شريط قياس.

إجراءات الاختبار:

توضع الكرة على محيط نصف دائرة (150سم)، يوضع مقعدان سويديان طول كل منهما 120سم، بحيث يبعد بعضهما عن الآخر مسافة 8م من منتصف المقعد، والمقعدان السويديان يبعدان عن مركز الدائرة بمسافة 8م أيضا، وعند الإيعاز يبدأ اللاعب بضرب الكرة باتجاه ارتداد الكرة عن المقعد ويدرجها إلى الدائرة، ثم يضرب بالقدم الأخرى إلى المقعد الثاني، وهكذا يستمر بالتناوب إلى حد انتهاء وقت الاختبار 30 ثانية.

طريقة التسجيل:

- 10 درجات لكل 5 مرات ناجحة.
- 7 درجات لكل 4 مرات ناجحة.
- 3 درجات لكل 3 مرات ناجحة.
- 1 درجات لكل 1 مرات ناجحة.



الشكل رقم 44 : يمثل اختبار المناولة المرتدة.

5- اختبار دقة التصويب: (مالينا ومسا، 2005).

يهدف هذا الاختبار إلى قياس دقة التصويب بكلاً القدمين (يمنى ويسرى).

يقف اللاعب على بعد 20 متر من الهدف، والهدف مجزئ إلى 06 أجزاء، جزئين محوريين (2 نقطة للجزء العلوي و03 نقاط للجزء السفلي). تمنح عشر تسديدات متتالية لكل لاعب (05 لكل قدم)، ويحتسب عدد النقاط المسجلة من 0 (كل الكرات خارج الهدف). الأجزاء في الجانب تبعد ب 1.5 متر عن العمود العمودي للمرمى لكل جانب وبارتفاع 1.5 متر عن الأرض.



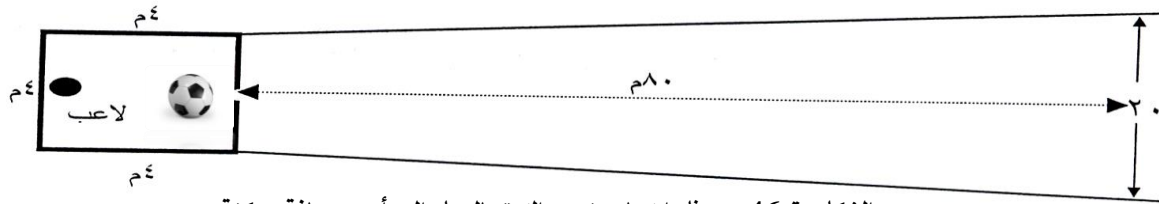
الشكل رقم 45 : يمثل اختبار دقة التصويب

6- اختبار ضرب الكرة بالرجل إلى أبعد مسافة ممكنة : (إبراهيم، 1994، صفحة 256)

يهدف هذا الاختبار إلى قياس قوة ضرب الكرة بالرجل إلى أبعد مسافة.

وصف الأداء: دائرة نصف قطرها (1)م وعلى بعد (3)م من مركز الدائرة يرسم خط البدء توضع الكرة على مركز الدائرة ويقوم اللاعب بالتقدم جريا لضرب الكرة بالقدم المفضلة إلى أبعد مسافة ، يؤدي اللاعب ثلاث محاولات.

**طريقة التسجيل:** تسجل المسافة من مركز الدائرة حتى نقطة سقوط الكرة، و تحتسب للاعب أفضل محاولة.



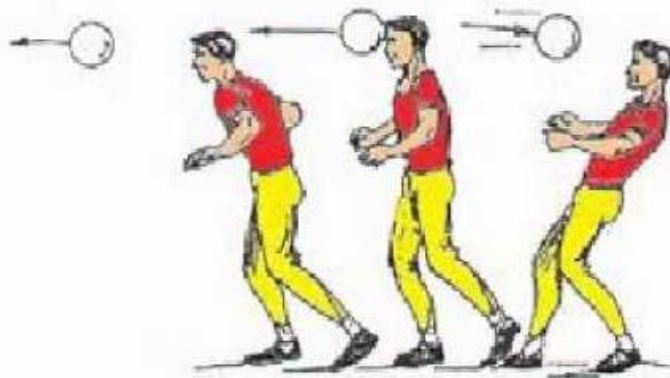
الشكل رقم 46 : يمثل اختبار ضرب الكرة بالرجل إلى أبعد مسافة ممكنة

7- اختبار ضرب الكرة بالرأس إلى أبعد مسافة ممكنة. (الربيعي و عبد الحق، 1997، صفحة 144).

يهدف هذا الاختبار إلى قياس قوة ضرب الكرة بالرأس إلى أبعد مسافة.

وصف الأداء : يقف اللاعب خلف خط البدء ماسكا الكرة وعند الإشارة يرمي الكرة عاليا ثم يقوم بضربها بالجبهة لأبعد مسافة ممكنة إلى الأمام وتعطى له ثلاث محاولات.

**طريقة التسجيل:** تحتسب أفضل محاولة يسجلها اللاعب.



الشكل رقم 47 : ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة

8- اختبار تهديف الكرات: (موفق اسعد محمود، 2007، صفحة 46)

الهدف من الاختبار:

قياس دقة التهديف.

الأدوات المستعملة:

سبع كرات قدم، وشاخص، حبل، مرمى مقسم إلى مناطق محددة كما في شكل رقم (46).

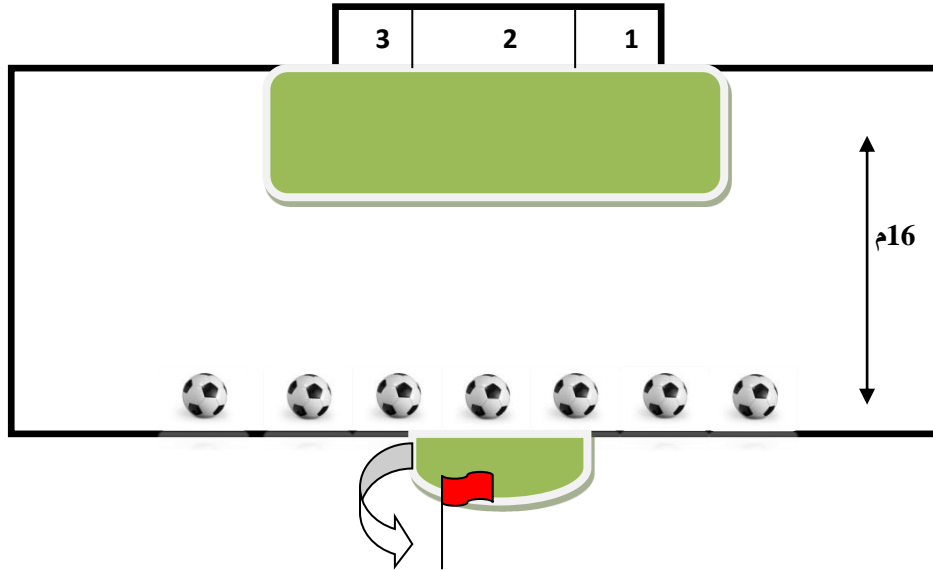
طريقة الأداء:

توزع (7) كرات في منطقة الجزاء، يبدأ اللاعب بالركض من خلف الشاخص الموجود على قوس الجزاء باتجاه الكرة الأولى، فيهدف ويعود للدوران حول الشاخص، ثم يتوجه للكرة الثانية... وهكذا مع الكرات كلها، ويكون التهديف أعلى من مستوى الأرض، وللاعب الحرية باختيار أي قدم، على أن يتم الأداء من وضع الركض.

طريقة التسجيل:

تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من تهديف الكرات السبعة وعلى النحو التالي:

- يمنح اللاعب (3) درجات إذا دخلت الكرة في منطقتين المحددتين (1، 2).
- يمنح اللاعب درجة واحدة إذا دخلت الكرة في المنطقة المحددة (3).
- يمنح اللاعب صفرا إذا خرجت الكرة عن ايطار المرمى.
- في حالة ارتطام الكرة بالعارضة أو العمود، ولم تدخل تحسب للاعب درجة تلك المنطقة المحددة التي ارتطمت بها الكرة.



الشكل رقم 48 : يمثل اختبار تهديف الكرات.

1-7-1-3-وصف البطارية الثانية:

1-7-1-3-1-عرض بطارية الاختبارات الخاصة بالمقارنة مع مهاجمين الفريق الوطني:

1-7-1-3-2-الاختبارات البدنية:

1-اختبار السرعة 20-60 (متر).

❖ الهدف من الاختبار:

لتقييم القدرة على البدء بطريقة "انفجارية" والحفاظ على السرعة القصوى. علاقته مع كرة القدم على أعلى مستوى بغض النظر عن اختلاف مراكز اللاعب داخل الملعب ، كل التحركات في الخطط الهجومية و الدفاعية على حد سواء .و التي يجب أن تتحقق مع أقصى سرعة على مسافة من 5 إلى 30 مترا وأكثر من ذلك هذه السرعة تظهر خلال المباراة بطريقتين:

- ❖ إما بطريقة انفجارية أثناء الانطلاق والتغلب على الخصم.
- ❖ أو مع سرعة على مسافات طويلة، لتجنب خطر الهجوم المضاد أو الفوز في المواجهات الفردية على مسافة أطول أو أقصر. هذه الاختبارات تسلط الضوء على عدة خصائص فسيولوجية وتشريحية.

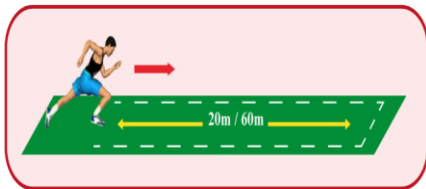
❖ طبيعة التنسيق العصبي الحركي.

- ❖ الانقباض والاسترخاء لمجموعة العضلات في مختلف التحركات.
- ❖ قوة التعبئة العضلات واحتفاظ العضلات للفوسفاجين الضروري لتطوير عمليتي التمدد والتقلص .

❖ المرونة والامتثال العضلي.

❖ الأدوات المستخدمة:

- مسار مستقر.
- ساعتين توقيت أو مجموعة الخلايا الكهروضوئية.
- بطاقة جمع النتائج.
- 3 مقيمين.
- مقياتين و 1 يحفظ(يسجل) النتائج .
- 10مخاريط.



شكل رقم 49: يوضح اختبار السرعة 20 و 60 متر الخاص بلعبي كرة القدم.

❖ البروتوكول:

اللاعب يقف خلف خط الانطلاق، الركبتين مثبتيين. وقت رفع الميقاتين الذراع هذا يعني أن يكونوا جاهزين أو الخلايا الكهروضوئية تم تعيينها في الصفر. يمكنه أن يبدأ متى يشاء. ساعة التوقيت يتم تفعيلها عندما القدم الخلفية للمتسابق تترك الأرضية أو عندما شعاع الخلية الكهروضوئية يقع عند الانطلاق، وينقطع من طرف اللاعب المقيم. تتوقف عندما قطع المتسابق خط الوصول. الاختبار يتكرر للمرة الثانية في أقل من خمس دقائق من الوقت الفاصل.

❖ اخذ القياسات:

المدة قدرت بمقياس 100/1 ثانية. نسجل الأداء في 10م, 30 م , 50 و 60 مترا.

❖ الإعداد قبل الاختبار:

ليس هناك إعداد ضروري مضبوط لانجاز الاختبار حيث يتم القيام بإحماء العضلات بالاعتماد على الانحناء و امتداد الأطراف السفلية و السباقات القصيرة السريعة.  
2- اختبار تقييم قوة الأعضاء السفلية: اختبار القفز العمودي:

❖ الهدف من الاختبار:

القوة العضلية للأعضاء السفلية لا تزال تسمى "القوة الانفجارية" من قبل المدربين و التي تمثل أقصى قدر من القوة التي ينبغي تطويرها في وحدة زمنية.

❖ علاقته مع كرة القدم عالية المستوى:

بغض النظر عن مختلف مراكز اللعب ، من الضروري في كثير من إجراءات اللعبة , خاصة فيما يتعلق بالانطلاقات السريعة و التغلب على الخصم في المواجهات المباشرة ، التهديف ، تنفيذ تمريرات طويلة ، أو القفز العمودي .(حوالي 154 في المتوسط في المباراة الواحدة).

❖ الأدوات المستخدمة:

- سطح مستوي.
- لوحة خشبية من 1 × 1 متر و 2 سم من السمك الذي يتم عليها رسم شكلين من الأقدام الموضوعة بالتوازي في وسط المربع 10 سم.
- فتحة (ثقب) بالضبط في وسط اللوحة ومجهز بنظام يسمح لشريط القياس بالانزلاق في حالة التوقف.
- شريط القياس مثبت على محيط الحزام.
- مقيم.
- ورقة خلاصة النتائج.

❖ تثبيت المعدات:

الحزام الموضوع أين تم تثبيت شريط القياس بإحكام حول خصر اللاعب و تحقق من أن الحزام لا يتحرك عند القفز .



الشكل رقم 50 : يوضح اختبار تقييم قوة الأعضاء السفلية: اختبار القفز العمودي:

❖ بروتوكول:

يتم إجراء الاختبار على اللاعب حافي القدمين، واضعاً قدميه في الأشكال المقدمة لهذا الغرض، شريط القياس يكون مشدود، بعد ثني الركبتين حوالي ( 90 درجة ) ، يجب وضع اليدين في الجزء السفلي والخلفي من الجسم ، اللاعب يقفز على أعلى مستوى ممكن من خلال إبراز الذراعين إلى الأمام ، ولكن ليس إلى الأعلى: مثلما يؤدي "رأسية" كرة القدم، القفز يجب أن يؤدي عن امتداد كامل للأعضاء السفلية والأرجل يتم ذلك لثلاث مرات متتالية.

❖ اخذ القياسات:

- قبل القفز ، ضع (شد) شريط القياس.
- بعد القفز ، قم بقراءة القياس المتحصل علي من خلال القفز . ضع مرة أخرى شريط القياس وقم قراءة القياس واقفا. خلال القراءتين يجب على اللاعب الوقوف بشكل مستقيم و عدم محاولته قراءة القياسات التي تم الحصول عليها بنفسه. سجل القياسين ،قارن وجد أفضل قفزة.

❖ الإعداد قبل الاختبار:

بعد التفسيرات الدقيقة والإيضاحات، امنح خمسة دقائق من التدريب و الإحماء معتمدا على الانكماش والاسترخاء للأطراف السفلية تجنب أي حادث.

### 3- اختبار تقييم قدرة تحمل العضلات السفلية:

#### ❖ الهدف من الاختبار:

"قوة التنسيق" هي نتيجة نفس المبادئ التي تم تحديدها سابقا "سرعة-التنسيق"، في اختبارات "قوة التنسيق"، أو على وجه التحديد في هذا الاختبار: مرونة العضلات، تعتمد على الطاقة المخزنة من المكونات (الليف العضلي والأوتار)، غالبا ما تعرف بأنها "الطاقة الحرة".

#### ❖ الأدوات المستخدمة:

- سطح مستوي (على سبيل المثال المسار في الوثب الطويل)
- 1مقياس مزدوج .
- بساط استقبال في نهاية القفز.
- 1 بطاقة تسجيل النتائج.

#### ❖ وصف الاختبار:

يعد التأهب لمسافة مترين، يقوم اللاعب بتنفيذ خمس قفزات متتالية بالدفع إلى أقصى بالطرف السفلي على الأرض. آخر خمس قفزات يكون بالوصول بكلتا القدمين.

يمكن تقسيم الاختبار على النحو التالي:

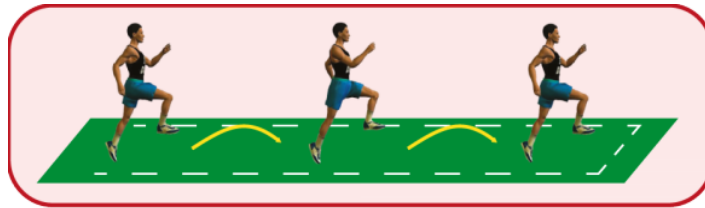
- الانطلاق بكلا القدمين.
- أول قفزة برجل واحدة.
- ثم ثلاث قفزات و أخيرا الوصول بكلا القدمين على بساط الاستقبال .

#### ❖ اخذ القياسات وتسجيل النتائج :

الأداء المسجل على البطاقة يعتبر الأفضل من بين الاختبارات الثلاثة. يتم قياسه بسنتيمتر الأقرب إلى أصابع القدمين على مستوى خط الانطلاق.

#### ❖ الإعداد قبل الاختبار:

هذا الاختبار يتطلب التدريب الذي يجب أن يكتمل في خمس دقائق. كما انه يجب التركيز على الأطراف السفلية(كلتا الرجلين) خلال الخطوة الأخيرة.



الشكل رقم 51: يوضح اختبار تقييم قدرة تنسيق العضلات السفلية

#### 4- اختبار تقييم المرونة:

##### ❖ الهدف من الاختبار:

يمكن تعريف المرونة بأنها السعة القصوى للعديد من المفاصل التي تتدخل مباشرة في تحقيق الأداء الفني في كرة القدم, ولكنها تساعد إلى حد كبير في زيادة الكفاءة والفعالية.

##### ❖ علاقتها مع كرة القدم:

يحكم المدربون على أنها ضرورية لا غنى عنها في بعض المواقف: (لاعبي خط الوسط وحراس المرمى). وهي تسمح بتجنب الحوادث العضلية والمفصلية. أثناء القيام بعدة مهام حركية, مثل: المراوغة, محاولة استرجاع الكرة... الخ.

##### ❖ الأدوات المستخدمة:

- مسطرة مسطحة (40 سم).
- سطح أفقي يقع على ارتفاع < 30 سم من الأرض. (فوق مقعد).
- حافة عمودية تثبت عليها المسطرة (شريط لاصق).
- ورقة جمع النتائج.
- مقيم واحد يكفي.

##### ❖ وصف الاختبار:

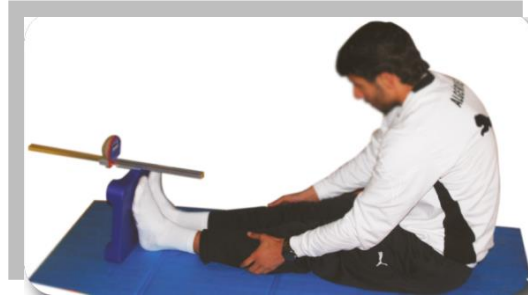
يتم الاختبار على اللاعب وهو حافي القدمين. وضعية الانطلاق: يقف على المقعد, تقع أطراف أصابع القدم على جانب حافة المقعد (حوالي 5 سم). وتوضع المسطرة بينهما. الاختبار يحتوي على انخفاض اليدين إلى الأسفل ووضعهما على المسطرة. من دون حركة الأعضاء السفلية تبقى مشدودة. ابتعاد القدمين مسافة 10 سم.

##### ❖ اخذ القياسات وتسجيل النتائج :

النتائج تسجل للاعب محافظ على يديه مشدودتين للأسفل حوالي ثلاث دقائق يأخذ أفضل قياس من المحاولتين.

##### ❖ الإعداد قبل الاختبار :

بعد التفسيرات الدقيقة والإيضاحات, امنح خمسة دقائق من التدريب والإحماء معتمدا على الانكماش والاسترخاء للأطراف السفلية تجنب أي حادث.



الشكل رقم 52: يوضح اختبار تقييم المرونة.

### 1-7-1-3-3-1- الاختبارات الفسيولوجية:

#### 1- اختبار تقييم القوة الهوائية القصوى " نافات " ( max 2VO , VMA ).

##### ❖ الهدف من الاختبار:

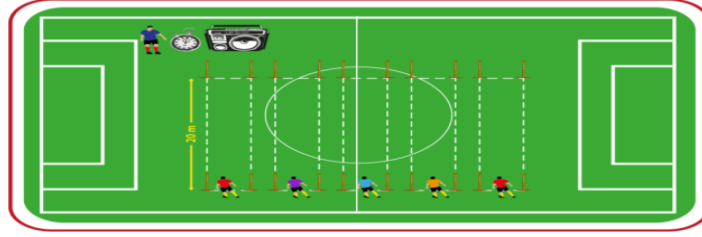
يهدف الاختبار إلى تقدير مستهلك الأقصى الأكسجيني والسرعة الهوائية القصوى. max 2VO , VMA

##### ❖ الأدوات المستخدمة:

- مقياس طول (ديكامتر) مزدوج.
- مسجل الصوت.
- سطح مستوي معين عليه خطان متوازيان على 20متر.
- صفارة.
- مقيم.
- ورقة جمع النتائج.

##### ❖ البروتوكول:

تتلخص إجراءاته في الجري بسرعة مقننة بين نقطتين يفصل بينهما 20 متر، وهو يتكون من مجموعة مراحل، مدة كل مرحلة دقيقتين، وتبدأ سرعة الجري في المرحلة الأولى عند 8,5 كم/سا تزداد بمقدار 0,5 كم/سا في كل دقيقة حتى الوصول إلى التعب. حيث يتم ضبط إيقاع سرعة الجري من خلال شريط تسجيل يصدر صوتا ذا نغمة قصيرة ينبغي أن يكون المفحوص عند سماعها قد وصل إلى أحد طرفي مسافة العشرين متر، وثاني نغمة يكون قد وصل إلى الطرف الآخر منها، ويتغير الصوت إلى نغمة طويلة عند انتهاء مرحلة ودخول المرحلة التالية، وينتهي الاختبار عندما لا يستطيع المفحوص المحافظة على إيقاع سرعة الجري ومجاراة النغمة.



الشكل رقم 53 : يمثل اختبار نافات 20 متر.

#### ❖ طريقة استخراج النتائج:

ت حسب عدد مرات الذهاب و الرجوع ثم تضرب في 20 فنتحصل على المسافة المقطوعة.  
ملاحظة: تمنح لكل لاعب محاولة واحدة.

#### 1-7-1-4- الاختبارات المهارية:

#### 1- اختبار المراقبة والتحكم بالكرة (تنطيط 30 متر مع التسديد)

#### ❖ الهدف من الاختبار:

الاختبار يهدف إلى تقييم قدرة التنسيق بين الجسم والكرة في السباقات السريعة و كرة القدم الحديثة تعتمد كثيرا على براعة و إتقان العديد من التقنيات وسرعة التنفيذ العالية لقطع المسافة 30 متر بسرعة،

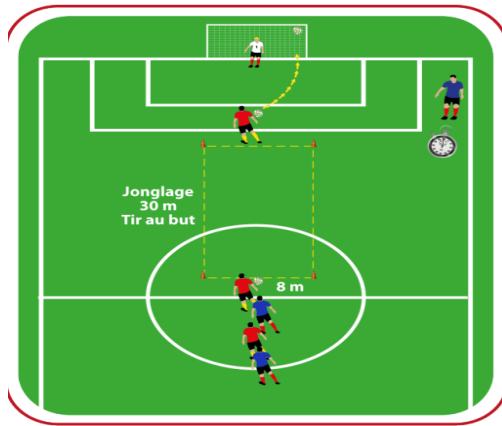
يمثل تسلسل تقني أو مجموعة من التمارين المتسلسلة و يسمح بالتحقق من المستوى التقني والتنسيق لدى اللاعبين.

#### ❖ أنواع التقييم:

التحكم في الكرة، سرعة التنفيذ، القدرة على التسديد.

#### ❖ الأدوات المستخدمة:

- 4مخاريط.
- 2 كرات (كحد أدنى).
- ميقاتي.
- ساعة توقيت.
- مقياس طول
- مزدوج(ديكامتر).
- ورقة جمع النتائج.



الشكل رقم 54 : يوضح اختبار المراقبة والتحكم بالكرة (تنطيط 30 متر مع التسديد)

❖ البروتوكول:

الكرة على الأرض على خط الانطلاق (46.5متر) اللاعب يرفع الكرة ويقوم بتنطيط على مسافة 6/30متر يستعمل كل أجزاء الجسم دون سقوط الكرة بأقصى سرعة ممكنة يقف اللاعب في حدود خط 16,5 متر. اللاعب يقذف الكرة في الهواء نحو المرمى، إذا سقطت الكرة على الأرض، المحاولة تلغى.

❖ الإعداد قبل الاختبار:

بعد التفسيرات الدقيقة والإيضاحات يجب تخصيص عشرة دقائق للاحماء . كما انه من الممكن أن يكون هناك اختبار قبلي ويمكن أن يحسب إذا كانت نتيجته ايجابية.



2- اختبار دقة التسديد ( ضرب الكرة 35 متر)

❖ الهدف من الاختبار:

القدرة التي تساوي نتاج القوة، والسرعة هي الجودة التي تتجلى في العديد من الفرص في كرة القدم: الانطلاق السريع، القفز العمودي، التمرير الطويل و التسديدة على المرمى، القوة ترتبط بالدقة التي لا تمكن حارس المرمى من التقاط الكرة.

الهدف من الاختبار هو تقييم قدرة اللاعب على إدماج "القوة والدقة" في مهمة لاعبي كرة القدم على خطوط اللاعب الدفاع والهجوم بصفة خاصة.

❖ الأدوات المستخدمة:

- عمود.
- حبل.
- رباط مطاطي مما يسمح بفصل المرمى إلى جزئين متساويين .
- 6مخاريط.
- 5كرات.
- مقياس طول مزدوج(ديكامتر).
- بطاقة جمع النتائج.

❖ تثبيت أدوات الاختبار:

تقسيم المرمى إلى نصفين بواسطة الحبل، المطاط أو العمود. قياس المسافة يكون حسب سن اللاعب المراد تقييمه:

- 10سنوات: 10/9 أمتار.

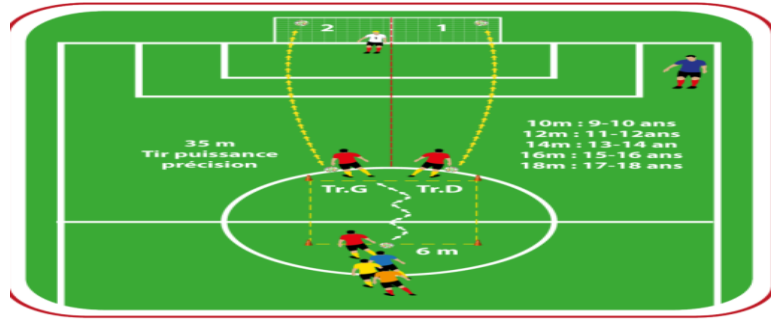
- 12 سنة : 12/11 متر.
- 14 سنة: 14/13 متر.
- 16 سنة : 16/15 متر.
- 18 سنة : 18/17 متر.

#### البروتوكول:

انطلاق الكرة بالقدم, اللاعب يدفع الكرة حوالي ستة أمتار, ويقذف أقوى ركلة ممكنة في منتصف المرمى المقابل لممره. يقوم بذلك في الممرات الأربعة الأخرى دون ضغط. بعد الإعادة لخمس أهداف من نفس الجهة, تقدم خمس دقائق من الراحة التامة قبل البدء في المحاولة من الجهة الأخرى.

#### اخذ القياسات:

فقط التسديدات القوية المسجلة في الهدف هي من تؤخذ بعين الاعتبار.



الشكل رقم 55 : يوضح اختبار دقة التسديد (ضرب الكرة 35 متر)

### 3- اختبار التحكم التقني في الكرة ( سرعة، رشاقة، قوة، دقة):

#### ❖ الهدف من الاختبار:

هذا الاختبار يهدف إلى تقييم العناصر التقنية: التحكم في الكرة و السيطرة عليها, التسديد القوي والدقيق. وهناك أيضا عناصر تقنية أخرى مهمة مثل:التنسيق,قوة السرعة والدقة التي يمكن تقييمها.

#### ❖ الأدوات المستخدمة:

- قفص كرة القدم.
- رباط مطاطي.
- 4 مخاريط.
- 5كرات.

- مقياس طول مزدوج (ديكامتر).
- ساعة توقيت.
- مقيم وثلاث مساعدين.
- بطاقة جمع النتائج.
- ❖ تثبيت المعدات:

تقسم المرمى إلى نصفين بواسطة الحبل, . قياس المسافة يكون حسب سن اللاعب المراد تقييمه:

- 10 سنوات: 10/9 أمتار.
- 12 سنة : 12/11 متر.
- 14 سنة: 14/13 متر.
- 16 سنة : 16/15 متر.
- 18 سنة : 18/17 متر

#### ❖ البروتوكول:

في البداية الاختبار يقف المختبر أمام المرمى على بعد مترين خارج مربع .يتم وضع خط خلال ستة أمتار من زاوية المربع، ينطلق اللاعب بالكرة متعرجا . عند الخروج من التعرج، يقذف الكرة نحو الهدف.

- الخروج لليساار:قذف الكرة بالقدم اليمنى للجهة اليسرى للمرمى .
- الخروج لليمين:قذف الكرة بالقدم اليسرى للجهة اليمنى للمرمى .

#### ❖ اخذ القياسات:

خمسة محاولات أجريت على اختلاف القدمين (يمنى، يسرى). يتم تشغيل ساعة التوقيت عند انطلاق الكرة و تتوقف عند وصول الكرة لخط الهدف، الأهداف المسجلة على أحسن جهة في المرمى هي من تحسب.

#### ❖ الإعداد قبل الاختبار:

بعد التفسيرات الدقيقة والإيضاحات ,يجب تخصيص عشرة دقائق للتدريب . يجب إجراء الاختبار مرتين على الأقل لكل جانب قبل بدء الاختبار الفعلي.

#### 4- اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري):

##### ❖ الهدف من الاختبار:

تقييم الدورة يتكون من المهارات التقنية المتسلسلة والمنظمة، في أحسن وقت ممكن، والذي يسمح بوضع حساب للتنسيق المحدد الذي يستخدم القدرة على إتقان وتنفيذ المهارات التقنية المعتادة بسرعة كبيرة. مثل: الجري بالكرة، تمرير، استقبال وتسديد الكرة.

##### ❖ الأدوات المستعملة:

هذا الاختبار يمكن أن يجرى في صالة الألعاب الرياضية أو في ملعب كرة القدم.

- مساحة مستطيلة مجهزة .

- جدار في إحدى طرفي الملعب.

- لوحة ( 1متر \* 3متر).

- مقعد.

- 10 كرات القدم.

- 10 مخاريط.

- 2 ميقاتي.

- 1 قياس طول مزدوج.

- قفص كرة اليد.

- 2 أعضاء فريق العمل.

- بطاقة جمع النتائج.

##### ❖ إجراءات الاختبار:

إذا تم الاختبار في قاعة كرة القدم، يجب استخدام الأحذية من نوع "تنس"، إذا أُجري خارجاً، استعمل أحذية كرة القدم. لتحقيق التمرير، وفقاً للمؤشرات المقدمة في المخطط. بعد كل تسديدة، تتم استعادة الكرة والقيام بستة دورات تقنية إلى اليسار. بعد التوقف لمدة خمسة عشر دقيقة، يتم القيام بستة دورات تقنية إلى اليمين. "تمرير وذهاب" رقم "أربعة" يتحقق بمساعدة الذي يمرر الكرة في المنطقة رقم "ستة". لعدم تضييع الوقت، يجرى الاختبار من طرف فريقين بشكل متناوب.

##### ❖ اخذ القياسات:

يتم اختيار الأفضل من الجانبين، هذا يعني ستة دورات تقنية إلى اليسار وستة إلى اليمين.

التقييم مستمد من معيارين:

(2) المدة الإجمالية لستة دورات تقنية متسلسلة وبالتالي تزداد العقوبات التالية.

+ثانيتين لتسديدة ضائعة.

+ثانية لتسديدة على العمود.

المدة الإجمالية السابقة، الزيادة أو العقوبة وفقا للمستوى المهارة التقنية على النحو التالي:

❖ **كيفية التنفيذ:**

\* ممتاز = -2ثا.

\* جيد (خطأ صغير) = -1ثا.

\* متوسط = 0ثا.

\* ضياع الكرة = +1ثا.

\* ضعيفة جدا = +2ثا.

❖ **الإعداد قبل الاختبار:**

بعد التفسيرات الدقيقة والإيضاحات، يجب تخصيص عشرة دقائق للتدريب معتمدين على تمرير الكرة بالقدم.



الشكل رقم 56: يمثل اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)

1-8- صعوبات البحث:

كل عمل منهجي ومنظم لا يخلو من العراقيل والصعوبات خاصة إذا كان هذا الأخير تجسده معاملة ميدانية مع مجتمع وعينة الدراسة، ولقد واجهتنا عدّة صعوبات أثناء انجاز هذا العمل المتواضع اختلفت مصادرها نحاول ذكرها فيما يلي :

- صعوبة الاتصال مع المدربين والمختصين في مجال كرة القدم نظرا لارتباطاتهم الشخصية والعملية.
- قلة المراجع الحديثة الخاصة بمجموعة الاختبارات على اختلاف القدرات البدنية الفسيولوجية وكذا المهارية التقنية.
- عدم الحصول على بعض الاستمارات التي تم تقديمها لبعض المدربين على مستوى الفرق و التبرصات المقامة من طرف الاتحادية الجزائرية لكرة القدم.
- التعامل مع النوادي من أصعب المراحل التي صادفت الباحث خلال إجراء البحث.
- عدم الجدية في التعامل مع الفرق ذلك ما أدى إلى غياب اللاعبين خلال الحصص التدريبية.
- صعوبة العمل مع بعض النوادي أدى إلى اللجوء إلى بعض المساعدات من بعض الأطراف، هذا ما جعل المدربين يتحكمون في بعض الأمور التي من المفروض أن يتحكم فيها الباحث.
- ندرة الدراسات التي تناولت خط الهجوم وكيفية اختيار وتوجيه اللاعبين هذا ما جعل بعض الأشياء غامضة مبهمة في طريقة التعامل النظري والميداني.

## خاتمة الفصل :

يقصد بالتوجيه في هذا البحث المتواضع أساساً إلى اختيار أفضل اللاعبين المهاجمين على حسب الخصائص التي تميز كرة القدم الحديثة وهذا نتيجة اختلاف القدرات والاستعدادات وفي هذا الشأن يذكر محمد صبحي حسانين " يختلف الأفراد فيما بينهم من حيث القدرات العقلية والمقاييس الجسمية والاستعدادات والميول والاتجاهات والقدرة على الأداء البدني وعندما نحاول أن نفسر هذه الاختلافات ونقيسها ونصنفها فإننا بذلك نكون أخضعنا هذه الفروق الفردية للدراسة والبحث" (حسانين، 1985، صفحة 20)

وعليه فقصدهم البلوغ أهداف البحث المنشودة تطرق الباحث خلال هذا الفصل إلى عرض مفصل حول منهج البحث وإجراءاته الميدانية المتبعة خلال الدراسة الاستطلاعية والأساسية وهذا تماشياً مع طبيعة البحث العلمي ومتطلباته العلمية والعملية، حيث تم التطرق في بداية هذا الفصل إلى توضيح المنهج المستخدم ومجالات البحث والأدوات المستخدمة ووصف بطاريات الاختبار التي طبقت على عينة الدراسة وكذا عرض أهم الوسائل الإحصائية التي تم توظيفها من أجل معالجة النتائج وإصدار الأحكام الموضوعية حول ظاهرة موضوع البحث، كما تناول الباحث أهم الصعوبات والعراقيل التي صادفته أثناء القيام بالدراسة وعبر ذلك استخلص الباحث أن العمل وفق الأسس العلمية المدروسة هي السبيل إلى الرقي والتطور في المجال الرياضي قصد ضمان عملية الانتقاء والتوجيه بشكل موضوعي باعتبار أن الفئة الشبابية هي الخزان الحقيقي للأبطال. وفي الأخير يمكن القول أن الباحث الذي يتبع الخطوات والإجراءات أثناء إنجازه لبحثه يكون قد حقق خطوة كبيرة في إثبات صدق عمله وكذا توضيح الركائز العلمية التي اعتمد عليها للوصول إلى نتائج علمية ودقيقة يمكن الاعتماد عليها مستقبلاً وحتى إمكانية تعميمها.

# الفصل الثالث

## عرض ومناقشة النتائج

## تمهيد

بعد توضيح الطالب الباحث لمنهج البحث وإجراءاته الميدانية وكذا أدوات البحث المستعملة والوسائل الإحصائية سوف نتعرض في هذا الفصل إلى تحليل النتائج التي كشفت عنها الدراسة ومناقشتها وفقاً لخطة البحث مناسبة لطبيعة الدراسة كما تعتبر عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي تلزم الباحث القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات أو عدم صحتها، ولكن العرض وحده غير كافي للخروج بنتيجة ذات دلالة علمية، وإنما يجب على الباحث أن يقوم بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على البحث بصفة عامة، ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم جمعها والتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية التي أجريت على بعض نوادي كرة القدم الجهة الغربية "رابطة الجهوية سعيدة و وهران"، وسنحاول من خلال هذا الفصل إعطاء بعض التفسير لإزالة الإشكال المطروح خلال الدراسة، والتي يجب الحرص على أن تكون مصاغة بطريقة منظمة تمكن من توضيح مختلف الأمور المتعلقة بذلك، وقد حرص الباحث على أن تتم العملية بطريقة علمية ومنظمة، حيث قام بعرض النتائج المسجلة في بطارية الاختبارات من طرف اللاعبين أثناء القيام بتقويم قدراتهم المورفولوجية و البدنية الفسيولوجية و المهارية، إضافة إلى مقارنة نتائج البحث المتوصل إليها مع الفريق الوطني لفئة تحت 17 سنة ومعالجتها معالجة إحصائية وكذا تقديم تحليل مفصل لهذه النتائج وبالتالي الخروج باستنتاج لكل اختبار، والهدف الرئيسي من هذا الفصل هو تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية و عملية يمكن الاعتماد عليها في إتمام هذه الدراسة وبلوغ مقاصده، ونظراً لأنّ الهدف الرئيسي من هذا البحث يتجه نحو تحديد معايير توجيه اللاعبين الناشئين نحو منصب الهجوم في كرة القدم على وجه الخصوص، لزم على الباحث تحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية حتى يكون لها مدلول أو معنى من شأنه المساهمة في عملية الانتقاء والتوجيه وفق أسس علمية.

مقدمة :

يأتي هذا الفصل الثالث في الجانب التطبيقي بعد الفصل الأول الذي خصص للدراسة الاستطلاعية أولية بغرض تبيين مشكلة الدراسة، ثم الفصل الثاني تطرقنا فيه إلى المنهج البحث والإجراءات الميدانية المتبعة لأجل الوصول إلى حقائق علمية مرتبطة بمتغيرات البحث؛ أما الفصل الموالي فسوف نعرض فيه النتائج المتوصل إليها مع التحليل و المناقشة وهذا وفقا لما تمليه طبيعة و فرضيات و أهداف البحث موظفين لذلك مجموعة من الأشكال البيانية التوضيحية. وعلى ذلك سوف نعرض نتائج الدراسة وفقا للترتيب التالي:

1. عرض المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري و معامل الالتواء لمتغيرات البحث.
2. عرض نتائج تطبيق المستويات المعيارية بطارية الاختبار الخاصة بالقياسات المورفولوجية للاعبين المهاجمين تحت 17 سنة.
3. عرض نتائج تطبيق المستويات المعيارية بطارية الاختبار الأولى الخاصة بالقدرات البدنية للاعبين المهاجمين تحت 17 سنة.
4. عرض نتائج تطبيق المستويات المعيارية بطارية الاختبار الأولى الخاصة بالقدرات الفسيولوجية للاعبين المهاجمين تحت 17 سنة.
5. عرض نتائج تطبيق المستويات المعيارية بطارية الاختبار الأولى الخاصة بالقدرات المهارية للاعبين المهاجمين تحت 17 سنة.
6. دراسة الفروق الإحصائية الخاصة لبطارية الاختبارات الثانية بين عينة البحث و المنتخب الوطني للاعبين المهاجمين فئة تحت 17 سنة.

3-1- عرض المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري و معامل الالتواء لمتغيرات البحث:  
3-1-1- عرض و مناقشة نتائج التوزيع الاعتدالي للبيانات باستخدام بعض مقاييس النزعة  
المركزية والتشتت والالتواء :

3-1-1-1- نتائج القياسات المورفولوجية للاعبين المهاجمين (حجم العينة =60)

معامل الالتواء	المنوال	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مقاييس النزعة المركزية والتشتت القياسات المورفولوجية
-0,07	01,72	01,74	0,03	01,73	الطول
-1,04	65	64,5	05,89	62,45	الوزن
0,65	20,93	21,14	1,610	21,49	مؤشر الكتلة العضلية

الجدول رقم 19 : يوضح بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت المتحصل عليها من القياسات المورفولوجية  
على اللاعبين المهاجمين.

3-1-2- عرض و مناقشة نتائج التوزيع الاعتدالي للبيانات باستخدام بعض مقاييس النزعة  
المركزية والتشتت والالتواء :

3-1-2-1- نتائج الاختبارات البدنية للاعبين المهاجمين (حجم العينة =60)

معامل الالتواء	المنوال	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مقاييس النزعة المركزية والتشتت الاختبارات البدنية
-0,06	70	74,5	15,12	74,16	القوة القصوى
-0,73	38,3	37,8	5,12	36,54	الارتفاع
-0,43	44,5	52,76	5,38	51,97	القدرة
-0,65	45,5	62,23	7,18	60,65	القوة
-0,16	35,1	33,45	04,18	33,22	الارتفاع
0,42	49	48,75	09,78	50,15	القدرة
0,22	29,9	28,2	01,78	28,33	القوة
-0,68	2,86	2,75	0,22	02,70	السرعة 15 متر
-0,40	41	40,5	07,56	39,48	تحمل القوة 90 ثا
-0,24	06	7,28	01,18	07,18	تحمل السرعة RSA
0,31	14,5	15,41	01,23	15,53	الرشاقة " إينوا"
0,15	05	07	01,96	07,1	مرونة الجذع

الجدول رقم 20: يوضح بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت المتحصل عليها من الاختبارات البدنية  
على اللاعبين المهاجمين.

3-1-3- عرض و مناقشة نتائج التوزيع الاعتدالي للبيانات باستخدام بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت والالتواء :

3-1-3-1- نتائج الاختبارات الفسيولوجية للاعبين المهاجمين (حجم العينة =60)

معامل الالتواء	المنوال	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مقاييس النزعة المركزية والتشتت	
					الاختبارات الفسيولوجية	الاختبارات الفسيولوجية
0,75	15	15	1,25	15,31	السرعة الهوائية القصوى VMA	يويو تاست
0,75	52,5	52,5	4,39	53,60	الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين VO <sub>2</sub> MAX	
0,62	0,9	0,90	0,15	0,93	مؤشر التعب RSA	
-0,91	324	350	21,37	343,5	سرعة الاسترجاع نوفيجانوف	

الجدول رقم 21 : يوضح بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت المتحصل عليها من الاختبارات الفسيولوجية على اللاعبين المهاجمين.

3-1-4- عرض و مناقشة نتائج التوزيع الاعتدالي للبيانات باستخدام بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت والالتواء :

3-1-4-1- نتائج الاختبارات المهارية للاعبين المهاجمين (حجم العينة =60)

معامل الالتواء	المنوال	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مقاييس النزعة المركزية والتشتت	
					الاختبارات المهارية	الاختبارات المهارية
0,92	91	91,75	04,04	92,99	اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)	
0,85	01,5	01,66	0,65	01,84	اختبار التحكم بالكرة في الهواء	
0,12	04	04	02,48	04,1	اختبار قطع الكرة	
1,15	03	03	03,02	04,16	اختبار مناولة الكرة	
-0,80	09	08	03,03	07,18	اختبار دقة التسديد	يمنى
-0,24	05	05	03,10	04,75		يسرى
-0,50	05,5	05,5	0,72	05,37	اختبار ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة	
0,14	31,6	28,15	01,95	28,25	اختبار ضرب الكرة بالرجل لأبعد مسافة ممكنة	
0,17	06	09	04,36	09,25	اختبار التهديد	

الجدول رقم 22 : يوضح بعض مقاييس النزعة المركزية والتشتت المتحصل عليها من الاختبارات المهارية على اللاعبين المهاجمين.

من خلال النتائج الموضحة في الجداول أعلاه رقم 19-20-21-22 تبين أن جميع القياسات والاختبارات تدخل المنحنى الاعتدالي حيث أن قيم معامل الالتواء هي محصورة ضمن مجال  $3 \pm$  ، نظراً لأنّ أدنى قيمة بلغت 0,06- بينما أعلى قيمة بلغت 0,92 مما يدل على أن هذه البيانات موزعة توزيعاً اعتدالياً، وفي هذا السياق يذكر محمد نصر الدين رضوان أن " كلما زاد حجم العينة كلما اقترب توزيع المعاينة من التوزيع المعتدل الذي يظهر به في المجتمع الأصلي" (محمد نصر الدين رضوان، 2003، صفحة 77). كما يؤكد محمد حسن علاوي أن " كلما زاد حجم العينة اقتربنا عند توزيع البيانات من شكل المنحنى الاعتدالي، وكلما كانت الاختبارات المستخدمة مناسبة من حيث درجة الصعوبة والسهولة، أدى ذلك إلى الحصول على شكل المنحنى الاعتدالي للبيانات" (محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، 2000، صفحة 145)، وعليه يمكن تحديد مستويات معيارية لكل اختبار من الاختبارات التي تتضمنها البطارية المقترحة قصد تحديد معايير لعملية التوجيه الخاصة باللاعبين المهاجمين والباحث عن أنسب اللاعبين الذين يتميزون بالخصائص الحديثة للاعب المهاجم على اختلاف القدرات وبذلك القيام بعملية التوجيه وفق أسس علمية وعملية خالية من أساليب العشوائية التقليدية.

### 3-2- عرض وتحليل الدرجات المعيارية والدرجات المعيارية المعدلة المتمثلة لعينة البحث ومناقشتها:

3-2-1- تحديد المستويات المعيارية ومقارنتها بالنسب المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي:  
بعد الحصول على الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية فتح المجال أمامنا لتحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية بغية الوصول إلى بناء المعايير ، ومن المعروف أن المعايير هي إحدى الأهداف الأساسية التي ترمي إليها عملية تقنين الاختبارات حيث تشتق المعايير من عملية التقنين التي تمثل مجتمع البحث ، والدرجة الخام هي النتيجة الأصلية المشتقة من تطبيق الاختبارات قبل أن تعالج إحصائياً (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين ، 2008 ، صفحة 38)، لغرض معالجة البيانات وبعد الحصول على الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية تم استخراج الدرجات المعيارية وهي تعني انحراف القيم عن أوساطها الحسابية ، أي أن هذه العلاقة تعني أيضاً انحراف القيم عن الوسط الحسابي قد أصبحت مقاسه بوحدات القيم الأصلية ، كما أن انحراف الدرجات عن الوسط الحسابي يوضح مستوياتها المختلفة ، فضلاً عن أن زيادة الدرجة المعيارية دليل التفوق بالنسبة للآخرين في هذا الاختبار ، وأن الدرجة المعيارية الموجبة تعني أن القيمة أعلى من الوسط

الحسابي وبالعكس ، فان الدرجة المعيارية السالبة تعني أن القيمة اقل من الوسط الحسابي (جاسم، 2008، صفحة 319).

إن الوسط الحسابي للدرجة المعيارية يساوي صفر وانحرافها المعياري يساوي واحد وتتراوح قيم هذه الدرجة عادة بين 3 (±) من الانحرافات المعيارية وبالاجتهين اللذان يمثلان الحد الأعلى والحد الأدنى لنتائج أفراد العينة ، إذ تم الحصول على الدرجات المعيارية من خلال تطبيق بعض الأساليب الإحصائية المتمثلة بـ : (محمد، 1996، صفحة 189)

$$\text{استخدام قانون الدرجة المعيارية } z = \frac{\bar{x} - \bar{c}}{s}$$

إن النتائج التي يتم الحصول عليها جراء تنفيذ قانون الدرجة المعيارية (z-scores) تحمل اختلافات كثيرة متمثلة بالدرجات السالبة والدرجات الموجبة فضلا عن الكسور أو الأعداد العشرية ، ولصعوبة المقارنة ومعالجة النتائج أوجد ثورندايك Thorndike (وتيرمان Terman) الدرجة المعيارية المعدلة (T.score) وقد سميت بهذا الاسم نتيجة إلى الحرف الأول من اسمي العالمين الإحصائيين وهو الحرف ( T ، ) ولهما الفضل في استخدام علم الإحصاء في المجال التربوي والنفسي، والدرجة الثانية هي عبارة عن درجة معيارية متوسطها (50) وانحرافها المعياري (10) درجات تقابل انحرافا معياريا واحدا ، وتتراوح قيم هذه الدرجات بين (20 - 80) وهي درجات تائية وتمثل أيضا ثلاث انحرافات إلى اليمين وثلاث انحرافات إلى الشمال ، أي محصورة بين (±ع، ) 3 كما يمكن الحصول على الدرجة المعيارية المعدلة أو الثانية من خلال تطبيق المعادلة التالية وفق القانون التالي :-

$$\text{الدرجة الثانية} = \text{الدرجة المعيارية} \times 10 + 50 \text{ (عبدالله، 1995، صفحة 212)}$$

وبهذا يتمكن الباحثون من توحيد وحدات القياس والتخلص من الإشارات السالبة والكسور التي ظهرت في الحصول على الدرجات المعيارية ، وبناء على ما تقدم تم تحديد الجداول المعيارية الخاصة بإفراد العينة ( متغيرات البحث كافة ) وكما مبينة في الجدول (3) ( علما أن الباحث قد استخدم التقريب للدرجات المعيارية وكذلك للدرجات المعيارية المعدلة (التائية).

**3-3- عرض ومناقشة الفرضية الأولى:**  
**تتميز القياسات المورفولوجية للاعبين المهاجمين تحت 17 سنة بمستوى متوسط.**

**3-3-1- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج القياسات المورفولوجية :**

المورفولوجية القياسات	ضعيف	دون الوسط	متوسط	جيد	ممتاز
قياس الطول	الدرجة المعيارية	[35,78_24,41]	[47,16_35,79]	[58,54_47,17]	[69,92_58,55]
	الدرجة الخام	[01,68_01,64]	[01,72_01,69]	[01,77_01,73]	[01,81_01,78]
قياس الوزن	الدرجة المعيارية	[37,34_30,56]	[44,13_37,35]	[50,92_44,14]	[57,71_50,93]
	الدرجة الخام	[55,00_51,00]	[59,01_55,01]	[63,02_59,02]	[67,03_63,03]
قياس مؤشر الكتلة العضلية	الدرجة المعيارية	[41,05_32,88]	[49,22_41,06]	[57,39_49,23]	[65,56_57,4]
	الدرجة الخام	[20,04_18,72]	[21,36_20,05]	[22,69_21,37]	[24,01_22,7]

الجدول رقم 23 : يوضح المستويات المعيارية للقياسات المورفولوجية للاعبين المهاجمين.

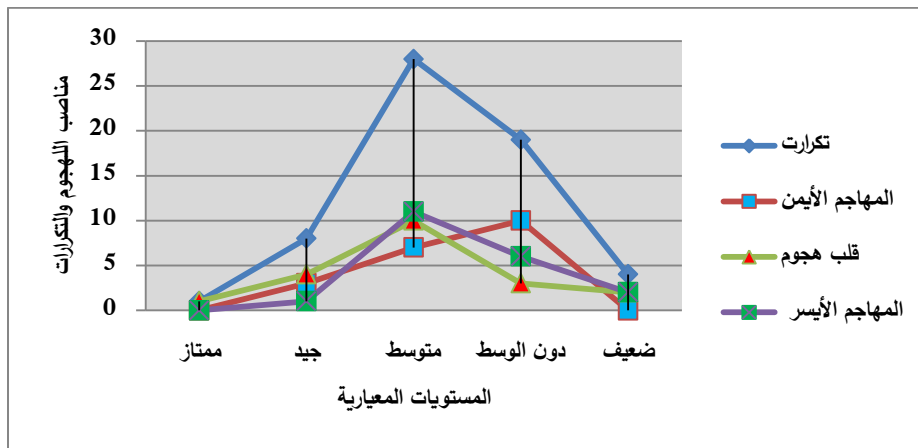
**3-3-2- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج قياس الطول :**

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية و العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة							
4,86	09,49	*42,16	00	01	00	01	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%05	%00	1,67	%		
24,52			01	04	03	08	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%05	%20	%15	13,32	%		
40,96			11	10	07	28	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%55	%50	%35	46,67	%		
24,52			06	03	10	19	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%30	%15	%50	31,67	%		
4,86	02	02	00	04	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]		
	%10	%10	%00	6,67	%				
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 24 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن

منحنى التوزيع الطبيعي في قياس الطول.

ومن خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 24 ) أن القيمة المحسوبة لـ  $\chi^2$  بلغت  $42,16^*$  وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدره بـ  $9,49$  عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة  $0,05$  ما يعني دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 57: يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في قياس الطول (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين و مقارنة نسب نتائج عينة

البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في قياس الطول تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية  $1,67\%$  ما يعادل لاعب مهاجم واحد فقط يشغل منصب قلب هجوم وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدره بـ  $4,86\%$ .

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية  $13,32\%$  ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة  $15\%$  و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة  $20\%$  ولاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة  $05\%$  وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدره بـ  $24,52\%$ .

**المستوى: المتوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية  $46,67\%$  ما يعادل 28 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 07 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة  $35\%$  و 10 لاعبين في منصب

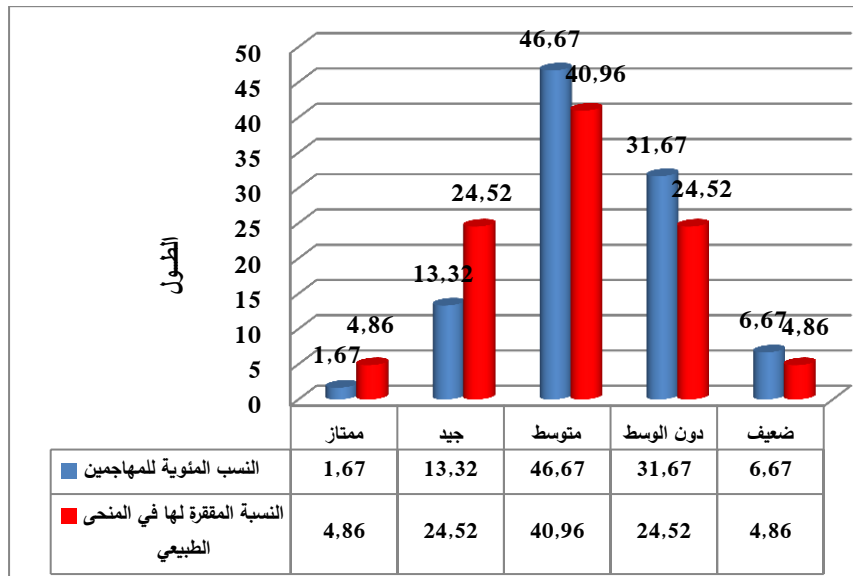
قلب هجوم بنسبة 50% و 11 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 55% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 40,96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية 31,67% ما يعادل 19 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 10 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 50% و 03 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية 6,67% ما يعادل 04 لاعبين مهاجمين بنسبة يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 02 في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و 02 في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 58 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في قياس الطول.

➤ **ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:**

● لقد تبين من خلال النتائج الموضحة لقياس الطول أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $0,03 \pm 1,73$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج إلى طبيعة المرحلة

العمرية حيث تتميز هذه المرحلة بالبلوغ لمستوى النمو عالي وخاصة في متغير الطول وهذا ما توصل إليه سعد الدين أبو الفتوح "أن فترة النمو السريعة في الطول هي بين 12 إلى 14 سنة ويكون الثبات خلال المرحلة العمرية تحت 17 سنة" (الشروبي، 1991، صفحة 227). كما يعتبر هذا الأخير من أهم الخصائص الذي يتميز بها اللاعب المهاجم نظرا لمتطلبات المنصب و المهارات والتحركات التي يقوم بها المهاجم أثناء استقبال الكرات الهوائية أو الصراعات الثنائية وحتى التهديد من مختلف الهجمات التي تكون في مواقف ثابتة أو حتى تمريرات عالية، وهذا ما يتفق مع دراسة عصام حلمي الذي استخلص على أن ممارسة الأنشطة الرياضية ذات الطبيعة الخاصة وبشكل منظم ولفترات طويلة تحدث تأثيرا مورفولوجياً على جسم الفرد الممارس، ويمكن التعرف على هذا التأثير بقياس أجزاء الجسم العاملة بصورة فعالة أثناء ممارسة هذا النشاط (حلمي، عصام محمد أمين، 1998، صفحة 111). كما اتفقت النتائج المتوصل إليها مع رأي عبد علي نصيف وقاسم حسن حسين القائلان " بأن هذه المرحلة تتميز بالنمو الطولي وخاصة الأطراف وأحياناً يكون نمو الذراعين والرجلين كبيراً الذي يميز خاصية المورفولوجية للاعبين" (حسين، 1988، صفحة 8). كما يتفق العديد من المتخصصين في المجال الرياضي على أن المواصفات المورفولوجية لها علاقة كبيرة في إظهار مستويات جيدة من الصفات البدنية، وأن هناك علاقة بين التكوين الجسماني للاعب وإمكانية الوصول للمستويات الرياضية العالية، حيث لها تأثير على إظهار القوة العضلية، السرعة، التحمل، والمرونة وتجاوب جسم اللاعب لمختلف الظروف المحيطة به، وأيضاً كفاءته البدنية وتحقيق النتائج الرياضية الباهرة (البيك، 1997، صفحة 75).

ويرى الطالب الباحث أن أغلبية اللاعبين المهاجمين تنحصر نتائجهم بين المستوى المتوسط ودون الوسط وذلك نظرا لعدم اهتمام المدربين أثناء عملية الانتقاء والتوجيه لهذا المؤشر بحجة أنه ليس من ضوابط تحديد مناصب اللعب نظرا لأن العديد من اللاعبين لا يتوفر فيهم مؤشر الطول ولكنهم يقدمون أفضل المستويات ولكن الباحث يرى أن متطلبات وميزات اللاعبين عالية المستوى و الفئات الشبابية الناشطة في الأندية الجزائرية لا مجال للمقارنة سواء في عملية التكوين أو الانتقاء أو التوجيه نظرا للاختلاف الشاسع في جميع المعطيات المادية والمعنوية ولذلك ونظرا للمحددات التي تقوم عليها الدراسة والتي تخص منصب الهجوم يرى الباحث أن مؤشر الطول يعتبر من أهم المؤشرات التي يجب أن يتصف بها اللاعب المهاجم نظرا إلى أهميته في أداء المهاجم والعمل التكتيكي المرتبط بمهامه في العملية الهجومية هذا ما يؤكد "لوقال" **Le Gall 2008** " أن المهاجمين مقارنة بالمراكز الأخرى يمتازون بخصوصيات توافق مهامهم التقنية أثناء الصراعات الجوية بالكرة الفردية مع المدافعين أو حتى مع حراس المرمى (Le Gall، 2008). ولكن ذلك لا

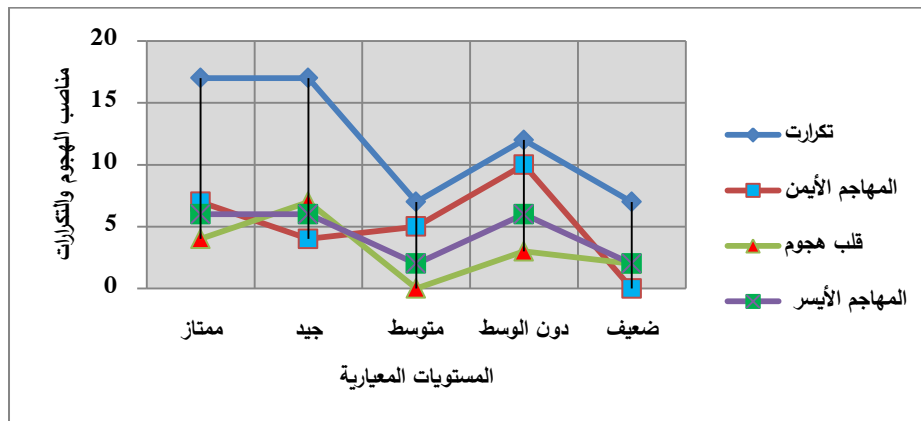
يعني خلو الفئات الشبابية على طاقات تتمتع بقياسات أنثروبومترية متميزة ينبغي حسن استغلالها والعمل على تطويرها لتقديم الأفضل في المجال الرياضي وخاصة في ميادين كرة القدم، وباعتبار مؤشر الطول من أهم مؤشرات النمو البدني التي تقوم بدور فعال وإيجابي في تحديد مؤشرات موضوعية، يمكن من خلالها القيام بعملية التوجيه وفق أسس علمية مدروسة في مختلف مجالات الانجاز الرياضي لكرة القدم وخاصة عند الفئات الشبابية التي تعتبر خزان فرق الأكاير، ويشير الطالب الباحث أن هذه النتائج المتحصل عليها قد اتفقت مع العديد من الدراسات التي تناولت هذه الجوانب على اختلاف عملية الكشف أو الانتقاء أو التوجيه ونذكر دراسة (هوار عبد اللطيف 2015) الذي أكد على أهمية المحددات المورفولوجية وتوصل عبر نتائج دراسته على أن عينة البحث المتمثلة في لاعبي كرة القدم على اختلاف مناصب لاعبيهم يمتازون بمستوى متوسط في قياس الطول ، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه حمدي عبد المنعم نقلا عن ميديا بيكوف من أن " المواصفات الجسمية تعد أهم الدلالات للاختيار، وعلى ذلك يجب أن يهتم بها في جميع المراحل السنية، ودورها يزداد أهمية خاصة في مراحل تحديد الإمكانات الفردية المطابقة لتحقيق النجاح" (المنعم، 1982). ويوضح كل من كاربوفيتش وسننج أن للخصائص المورفولوجية أهمية كبرى للأداء في النشاط الرياضي، وترجع هذه الأهمية إلى قيام اللاعبين بأداء الحركات بأجسامهم التي تختلف في مقاييسها من فرد إلى آخر مما ينتج عنه اختلاف في أداء الحركات الرياضية مما يؤكد ضرورة ملائمة مقاييس اللاعب لمتطلبات النشاط الممارس (محمد حازم ، 2005، صفحة 27). ويذكر كل من مورهاوس وميللر وكذا عصام عبد الخالق ومحمد حسن علاوي "أن التركيب الجسمي ووزن الجسم وطوله من أهم العوامل التي يتوقف عليها الوصول إلى المستويات العالية" (محمد حازم ، 2005، صفحة 27). ويؤكد كمال عبد الحميد، أسامة راتب نقلا عن كارتر أن العلاقة أكيدة بين البناء الجسمي والوظيفة، فالقياسات المورفولوجية تعتبر مطلباً هاماً لأداء الحركي للرياضيين حتى يمكن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية (الحميد، 1997، صفحة 173). ويشير خبراء اللعبة أن هناك بعض المراكز تتطلب مواصفات خاصة لا يمكن تجاهلها كخاصية طول القامة لدى حراس المرمى وقلب الدفاع لسهولة التعامل مع الكرات العالية في حين يمتاز لاعبو الأطراف في أغلب الأحيان بقصر القامة كونها تتطلب سرعة الحركة (أمين خزل عبد، 2014، صفحة 152).

3-3-3- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج قياس الوزن :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	08,33	04	07	06	17	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%20	%35	%30	28,33	%		
24,52			08	05	04	17	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%40	%25	20%	28,33	%		
40,96			00	04	03	07	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%00	%20	%15	11,67	%		
24,52			04	03	03	12	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%20	%15	%15	20	%		
4,86			02	01	04	07	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%10	%05	%20	11,67	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 25 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في قياس الوزن.

ومن خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم (25) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت 08,33 وهي أصغر من القيمة الجدولية المقدر بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني عدم وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات.



الشكل رقم 59 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في قياس الوزن (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين و مقارنة نسب نتائج عينة

البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في قياس الوزن تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية 28,33% ما يعادل 17 لاعب مهاجم بنسبة يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 06 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 30% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 06 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية 28,33% ما يعادل 17 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 06 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

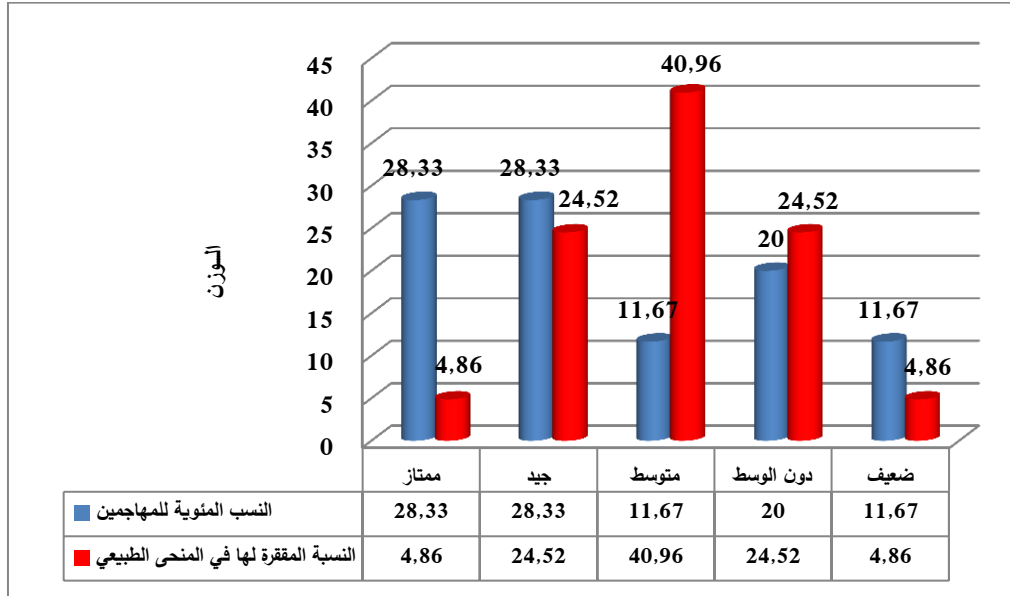
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية 11,67% ما يعادل 07 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و 02 لاعبين منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة 20% ما يعادل 12 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و 03 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة 11,67% ما يعادل 07 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و لاعب واحد منصب قلب هجوم بنسبة 05% و 02 لاعبين منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، حيث يشير الباحث بذلك أن النسبة أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 60 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في قياس الوزن.

ومما سبق خلص الباحث إلى ما يلي:

- لقد تبين من خلال النتائج الموضحة لقياس الوزن أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $5,89 \pm 62,45$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج إلى طبيعة البنيوية للمرحلة العمرية تحت 17 سنة والنمط الجسماني الذي تتصف به وما يلاحظ على لاعبي كرة القدم الجزائرية هو اعتدال في الوزن الذي يساهم بشكل كبير في إمكانية أدائهم للعب بشكل مميز دون إيجاد مشاكل في الوزن الذي يعتبر عائق لتوافق وتكامل عوامل الإنجاز الرياضي هذا الذي توضح من خلال النتائج المتوصل إليها على عينة البحث المتمثلة في اللاعبين المهاجمين حيث كانت النسب معتدلة في مجملها ويرى الطالب الباحث أنّ أغلبية اللاعبين المهاجمين نتائج قياساتهم في الوزن منحصرة ضمن المستوى الجيد جدا و مستوى الجيد وهو مؤشر على إمكانية تحقيق التفوق الرياضي مستقبلا باعتبار أن الوزن من أهم المؤشرات في عملية الانتقاء والتوجيه في مختلف النشاطات الرياضية المختلفة زيادة الوزن ومؤشر الكتلة والدهون يشكل عائق للفورمة الرياضية على حد سواء ويتفق على ذلك ماتيسوس وفوكس <sup>mathowos focxe</sup> "أن زيادة نسبة الدهون لتلك المعدلات تؤثر على مدى الحركي للمفاصل وكمية القوة العضلية المبدولة واللازمة للأداء الحركي الجيد. وينكر ويلمور <sup>willmore</sup> "أن دراسة التكوين الجسماني تعطي فهماً وأبعاد هامة لحالة اللاعب، فمعرفة وزن اللاعب قد لا يعني شيء ولكن إذا عرفنا أن هذا اللاعب يزن 100 كغ منها 15 كغ دهن فهذا يعني وافر معلومات هامة يمكن استخدامها للوصول للاعب إلى أقصى قدراته تبعا لخصائص وقدرات

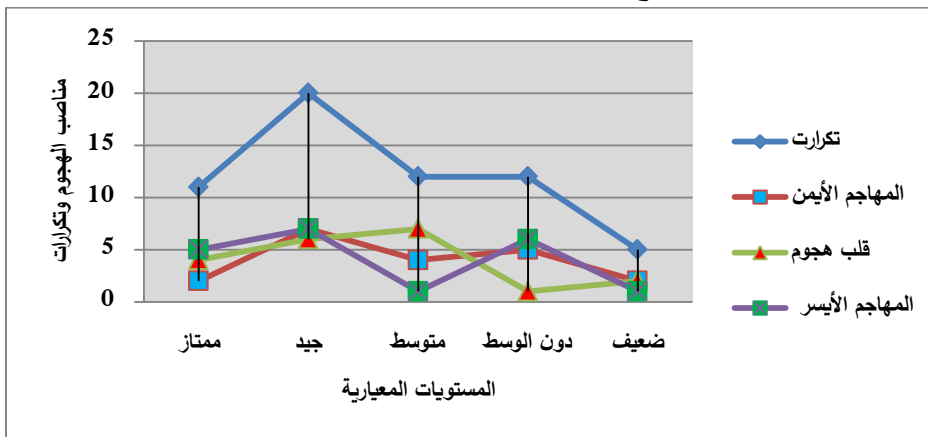
لاعبى كرة القدم، فقد تكون نسبة 15% دهن غير مرغوب فيها ويجب على اللاعب أن يفقد 05% إلى 08% من وزنه الكلي" (محمد حازم ، 2005، صفحة 142). وتشير في هذا الصدد سلمى مزار وآخرون 1992 "أن العضلات تعتبر الجهاز الأساسي الذي يعتمد عليه الجسم في تأدية النشاط الرياضي حيث تقوم بتحريك الجسم وإيقافه في أوضاع مختلفة" (محمد حازم ، 2005، صفحة 145). كما اتفقت الدراسة على ما توصل إليه كوتشوك سيدي محمد 2011 "اطروحة دكتوراه" الذي توصل على أن عينة البحث المدروسة المتمثلة في لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة معتدلة من حيث الوزن حيث تراوحت النتائج متوسط الحسابي بين 63-64 كغ للعينتين و هذا ما يتفق أيضا مع دراسة خروبي محمد فيصل 2015 "اطروحة دكتوراه" الذي كانت نتائج بحثه في مؤشر الوزن معتدلة تراوحت المتوسطات بالنسبة للاعبين المهاجمين قيد الدراسة بين 61/62 كغ وهذا ما يؤكد هوار عبد اللطيف 2014 "اطروحة دكتوراه" في دراسته المقارنة لتحديد بعض معايير التوجيه لمختلف مناصب اللعب (دفاع، وسط ميدان، هجوم) حيث كانت نتائج مؤشر الوزن في متوسط 62,25 كغ، ويرى الطالب الباحث أنه يجب عند دراسة القياسات المورفولوجية وكذلك مكونات الجسم الخاصة بلاعبى كرة القدم على اختلاف مناصب لاعبيهم لا يمكن المقارنة من خلال القيم المطلقة حيث أنها لا تظهر حقيقة تلك القياسات إلا إذا تم دراستها في ضوء وزن الجسم الخاص باللاعب. ويتفق على ذلك أبو العلا عبد الفتاح وأحمد الروبي بقولهما أن " في مجال الانتقاء الرياضي للناشئين تأخذ بعض القياسات الجسمية أهمية خاصة لدلالاتها الكبيرة في التنبؤ بما يمكن أن يحققه اللاعب من نتائج، وأهم هذه القياسات طول الجسم والوزن ونسبة الدهون والمحيطات والعلاقات المتبادلة بين هذه القياسات" (الروبي، 1996، صفحة 36).

3-3-4- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج قياس مؤشر الكتلة العضلية<sup>IMC</sup> :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية و العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة							
4,86	09,49	*09,5	05	04	02	11	العدد	ممتاز	[68.01_80,00]
			%25	%20	%10	18,33	%		
24,52			07	06	07	20	العدد	جيد	[56.01_68,00]
			%35	%30	%35	33,33	%		
40,96			01	07	04	12	العدد	متوسط	[44.01_56,00]
			%05	%35	%20	20	%		
24,52			06	01	05	12	العدد	دون الوسط	[32.01_44,00]
			%30	%05	%25	20	%		
4,86			01	02	02	05	العدد	ضعيف	[20.00_32,00]
			%05	%10	%10	08,33	%		
99,72			20	20	20	60	العدد	المجموع	
			100	100	100	100	%		

الجدول رقم 26 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في قياس مؤشر الكتلة العضلية.

- ومن خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 26 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت 09,5 وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدره بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى الجيد.



الشكل رقم 61 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في قياس مؤشر الكتلة العضلية (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين و مقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في قياس مؤشر الكتلة العضلية <sup>IMC</sup> تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33 أي ما يعادل 11 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 02 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% ،وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 33,33% أي ما يعادل 20 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 07 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 35% و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 30% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

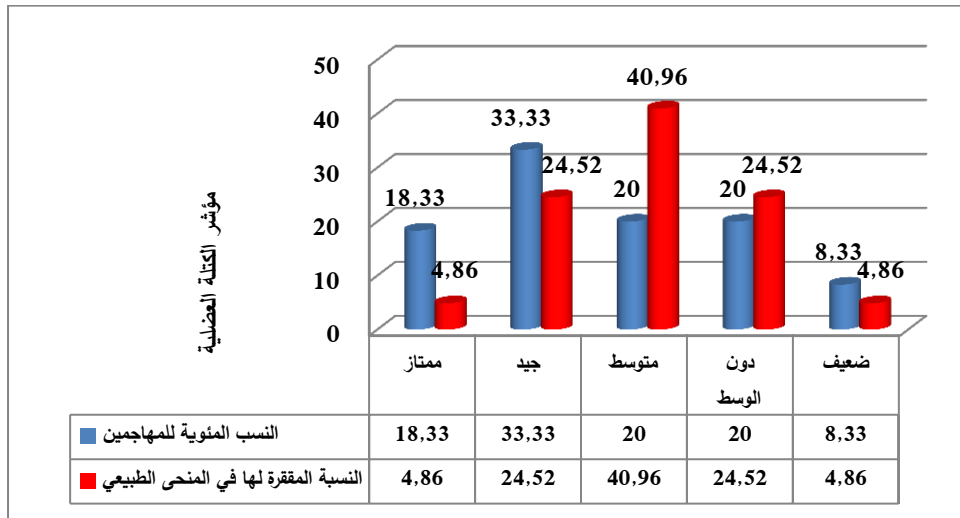
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 20% أي ما يعادل 12 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و لاعب واحد في منصب قلب هجوم بنسبة 05% و 06 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 20% ما يعادل 12 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 06 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 30% و لاعب واحد منصب قلب هجوم بنسبة 05% و 06 لاعبين منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 08,33% ما يعادل 05 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 02 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و 02 لاعبين منصب قلب هجوم بنسبة 10% و مهاجم أيسر واحد بنسبة 05% 08,33% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 62 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في قياس مؤشر الكتلة العضلية.

ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

- لقد تبين من خلال النتائج لقياس مؤشر الكتلة العضلية أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $01,61 \pm 21,49$  ويعزى الطالب الباحث هذه النتائج إلى العلاقة الارتباطية التي تجمع مؤشر الطول والوزن والذي كان بشكل اعتدالي لدى عينة البحث وبذلك اكتسب اللاعبين مؤشر مقبول نظراً للبنية المورفولوجية التي تكون اللاعب المهاجم وعبر مجموع النتائج المتوصل إليها وعند مقارنتها في مستويات مؤشر الكتلة العضلية اتضح للطالب الباحث أن عينة البحث المتمثلة في اللاعبين المهاجمين تحت 17 سنة تتميز بخصائص تركيبية عالية لمجموعة العضلات العلوية أو السفلية دون وجود سمنة أو نقص في الوزن مميزة تتناسب وتحركاتهم داخل الميدان وأداء وظائفهم على اختلاف المهارات والقدرات البدنية الموظفة، و تشير بعض الدراسات التي اهتمت بدراسة مكونات الجسم للاعبين في الأنشطة الرياضية المختلفة إلى علاقة كمية العظام ومكونات الجسم الأخرى مثل العضلات والدهن وكذلك مستوى الأداء الرياضي، ومنها دراسة سيد عبد الجواد، زكي محمد حسن 1994 حيث أشار إلى أن زيادة في الكتلة العضلية وكذلك قوتها يصاحبه تغيرات واضحة في الجهاز العظمي وكذلك نسبة الدهن، كما أنها تعكس بصورة أكثر فاعلية الحالة التدريبية للفرد بالإضافة إلى مساعدتها في الكشف عن نمو الأنسجة الرخوية للناشئين وكذلك البالغين (محمد حازم ، 2005، الصفحات 147-148).

تحديد المؤشرات المورفولوجية يعتبر أمر مهم نظراً لخصوصية منصب الهجوم الذي يحتاج إلى بنية مورفولوجية دقيقة تحمل مواصفات اللياقة البدنية العالية التي تسمح للمهاجم بأداء وظيفته ومهامه داخل المستطيل الأخضر بشكل أفضل وهذا ما يتجلى في مؤشر الكتلة العضلية الخاص بعناصر عينة البحث التي كانت نتائجها تشير إلى وزن مثالي ونمط جسماني عضلي نحيف يتوافق ومتطلبات المورفولوجية للاعب كرة القدم في هذه المرحلة العمرية تحت 17 سنة رغم وجود بعض العناصر التي كانت تعاني نقص في مؤشر الكتلة نظراً لطبيعة الناشئين الوراثية، وقد أكد **كونسلمان<sup>Counsilman</sup> 1993** "على أن توافر المواصفات المورفولوجية دون إعداد يؤدي إلى تقدم محدود، وبذلك نجد أن الصفات المورفولوجية لازمة للتفوق في النشاط الرياضي الممارس وأن التدريب يكمل هذه الصفات" (Counsilman, 1993، صفحة 14). ويشير **بروك<sup>Brooks</sup> 1996** "أن المرحلة العمرية تحت 17 سنة ليس ذروة النمو الجسماني ويكون عبر ذلك اللاعبين في مسار نمو وتطور للبنية العضلية" (Brooks, 1996).، ويتفق مع ذلك **عصام حلمي 1997** "على أنّ ممارسة الأنشطة الرياضية ذات طبيعة الخاصة وبشكل منتظم ولفترات مدروسة بأسس علمية تحدث تأثيراً مورفولوجياً على جسم الفرد الممارس، ويمكن التعرف على هذا التأثير بقياس أجزاء الجسم العاملة بصورة فعالة أثناء ممارسة هذا النشاط" (محمد حازم ، 2005، صفحة 25). وهذا ما توافق مع الدراسات التي أقيمت على هذه الفئة التي أشار لها **كوتشوك سيدي محمد 2011** ، **خروبي محمد فيصل 2015** **هوار عبد اللطيف 2014**، **بوحاج مزيان 2012** حيث كان النمط السائد في الدراسات هو النمط العضلي النحيف بوجود بعض اللاعبين بنسبة قليلة يمتازون بوزن زائد مقارنة بمتوسط المجموعة. كما أن ممارسة العملية التدريبية باستمرار ولفترات طويلة تكسب اللاعبين خصائص مورفولوجية خاصة تتناسب ودور اللاعب والمنصب الذي يشغله.

ويرى الطالب الباحث أن تحديد الصفات المورفولوجية أثناء عملية التوجيه نحو منصب الهجوم من أهم المؤشرات إضافةً إلى مختلف القياسات الأنتروبومترية التي تميز المهاجم من جميع النواحي سواء النمط أو الأطوال أو المحيطات هذا "البروفایل" الذي سيسمح للمهاجم بالعمل على الرفع من الكفاءة البدنية وتطوير مستواه بشكل مميز والعمل على هذا الأساس يبعثنا على الذاتية والعشوائية في عملية الانتقاء والتوجيه وخصوص في المدارس والأندية الجزائرية لكرة القدم على اختلاف الفئات العمرية للرفع من المستوى والوصول باللاعبين إلى أعلى درجات الإنجاز الرياضي.

**3-4- عرض ومناقشة الفرضية الثانية:**  
**تتميز القدرات البدنية للاعبين المهاجمين تحت 17 سنة بمستوى متوسط.**

**3-4-1- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج الاختبارات البدنية :**

ممتاز	جيد	متوسط	دون الوسط	ضعيف	الاختبارات البدنية	
					الدرجة المعيارية	الدرجة الخام
[70,38_69,98]	[69,97_55,58]	[55,57_48,17]	[48,16_40,77]	[40,76_33,36]	القوة القصوى	
[105,00_93,81]	[93,8_82,61]	[82,6_71,41]	[71,4_60,21]	[60,2_49,00]	الدرجة الخام	
[67,47_59,36]	[59,35_51,24]	[51,23_43,12]	[43,11_35]	[34,99_26,88]	ارتفاع	القوة الانفجارية SJ
[45,5_41,35]	[41,34_37,19]	[37,18_33,03]	[33,02_28,87]	[28,86_24,7]	الدرجة الخام	
[71,21_63,75]	[63,74_56,28]	[56,27_48,82]	[48,81_41,35]	[41,34_33,88]	الدرجة المعيارية	
[63,4_59,39]	[59,38_55,37]	[55,36_51,35]	[51,34_47,33]	[47,32_43,3]	الدرجة الخام	
[63,58_56,32]	[56,31_49,05]	[49,04_41,78]	[41,77_34,51]	[34,5_27,23]	الدرجة المعيارية	
[70,42_65,20]	[65,19_59,98]	[59,97_54,75]	[54,74_49,53]	[49,52_44,3]	الدرجة الخام	
[69,29_62,46]	[62,45_55,63]	[55,62_48,80]	[48,79_41,97]	[41,96_35,13]	ارتفاع	القوة الانفجارية CMJ
[41,3_38,45]	[38,44_35,59]	[35,58_32,73]	[32,72_29,87]	[29,86_27,00]	الدرجة الخام	
[76,4_69,15]	[69,14_61,90]	[61,89_54,64]	[54,63_47,39]	[47,38_40,13]	الدرجة المعيارية	
[76,00_68,91]	[68,9_61,81]	[61,8_54,71]	[54,7_47,61]	[47,6_40,5]	الدرجة الخام	
[72,71_64,67]	[64,66_56,63]	[56,62_48,58]	[48,57_40,54]	[40,53_32,49]	الدرجة المعيارية	
[32,39_30,96]	[30,95_29,52]	[29,51_28,09]	[28,08_26,65]	[26,64_25,21]	الدرجة الخام	
[80,00_72,00]	[71,99_62,07]	[62,06_52,22]	[52,13_42,21]	[42,2_32,27]	تحمل القوة	
[53_49,21]	[49,2_45,41]	[45,4_41,61]	[41,6_37,81]	[37,8_34,00]	الدرجة الخام	
[19,85_28,29]	[28,3_36,73]	[36,74_45,17]	[45,18_53,61]	[53,62_62,05]	السرعة 15 متر	
[02,01_02,20]	[02,21_02,39]	[02,4_02,59]	[02,6_02,78]	[02,79_02,98]	الدرجة الخام	
[36,34_43,59]	[43,60_50,84]	[50,85_58,09]	[58,10_65,34]	[65,35_72,1]	تحمل السرعة RSA	
[05,57_06,42]	[06,43_07,28]	[07,29_8,13]	[08,14_08,99]	[09,00_09,85]	الدرجة الخام	
[72,1_64,02]	[64,01_55,93]	[55,92_47,84]	[47,83_39,75]	[39,74_31,65]	الدرجة المعيارية	
[18,26_17,27]	[17,26_16,27]	[16,26_15,28]	[15,27_14,28]	[14,27_13,28]	الدرجة الخام	
[80,00_73,94]	[73,93_62,73]	[62,72_51,53]	[51,52_40,32]	[40,31_29,11]	الدرجة المعيارية	
[14,00_11,81]	[11,8_09,61]	[09,6_07,41]	[07,4_05,21]	[05,2_03,00]	الدرجة الخام	

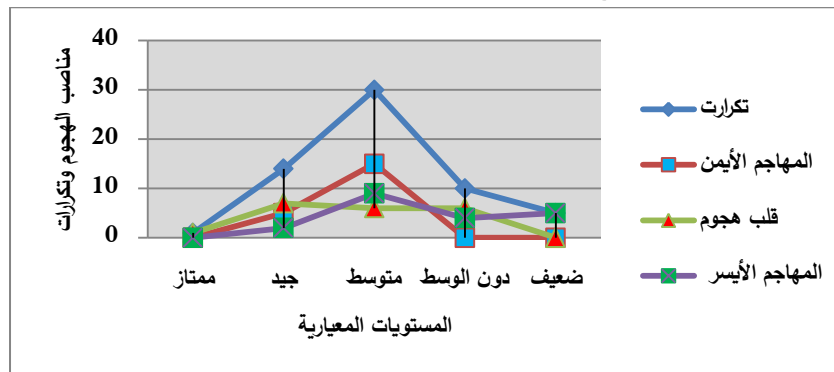
الجدول رقم 27: يوضح المستويات المعيارية للاختبارات البدنية للاعبين المهاجمين.

3-4-1-1-1- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار القوة القصوى RMI :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد <sup>9</sup>		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*41,83	00	01	00	01	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%05	%00	1,67	%		
24,52			02	07	05	14	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%10	%35	%25	23,33	%		
40,96			09	06	15	30	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%45	%30	%85	50	%		
24,52			04	06	00	10	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%20	%30	%00	16,66	%		
4,86			05	00	00	05	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%25	%00	%00	8,33	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 28 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة القصوى.

- ومن خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 28 ) أن القيمة المحسوبة لـ كا<sup>2</sup> بلغت 41,83 وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدره بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 63 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة القصوى (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين و مقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار القوة القصوى<sup>RM1</sup> تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 01,67% ما يعادل لاعب واحد يشغل منصب قلب هجوم ،وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 23,33% أي ما يعادل 14 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%

**المستوى: المتوسط**

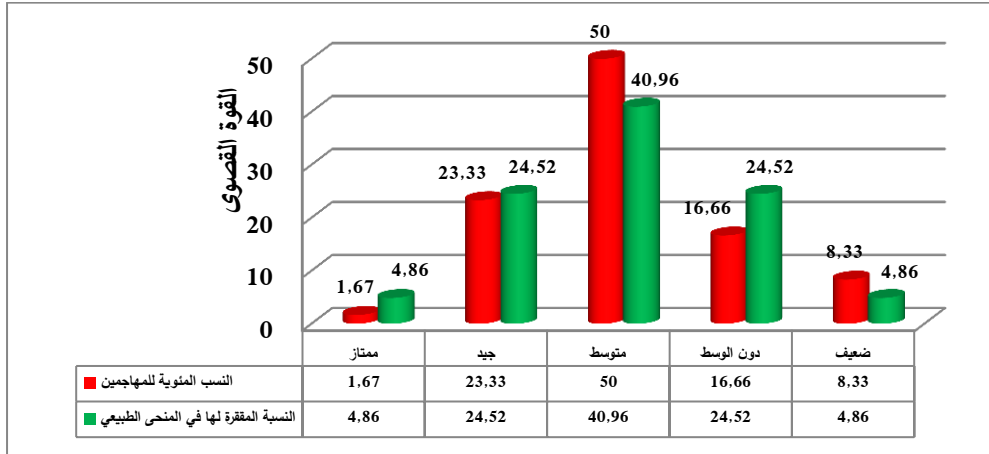
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 50% أي ما يعادل 30 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 15 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 85% و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 30% و 09 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 45% ،وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% أي ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 30% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 8,33% ما يعادل 05 لاعبين مهاجمين يشغلون منصب مهاجم أيسر بنسبة 25% ، حيث يشير الباحث بذلك أن النسبة أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 64 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة القصوى RMI.

–ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج لاختبار القوة القصوى أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $15,12 \pm 74,16$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها إلى غياب أو إهمال جانب التكوين والتنمية خلال العملية التدريبية في غياب البرامج المقننة الخاصة بعملية التحضير البدني رغم أن القوة العضلية تعتبر عامل مهم في لياقة اللاعب المهاجم ومن أحد المؤشرات الحساسة التي تتعكس على أدائه إلى كون القوة العضلية من أهم الصفات البدنية التي يمكن تنميتها عند اللاعبين وهي المكون الأول في اللياقة البدنية باعتبار القوة القصوى أقصى جهد يمكن أن يبذل لمرة واحدة ضد مقاومة ويتفق كل من احمد خاطر وعلي البيك (1997) وعصام عبد الخالق (1991) على أنّها قدرة العضلات في التغلب على المقاومة أثناء الإنجاز (محمد حازم ، 2005 ، صفحة 37)، يعتبر جيل كوميتي G. COMETTI من أبرز المنادين على أهمية القوة في كرة القدم وذلك بناء على نظريته المختلفة إلى فلسفة و طريقة الإعداد البدني في كرة القدم و يركز في ذلك على تحليل لمميزات و خصائص الجهد البدني المبذول من طرف اللاعب ، ويؤكد في ذلك على مختلف الدراسات التي أنجزت في هذا الجانب ديفور (1990) ، مومبارتس (1991) ، كازورلا (2006)، دلال (2008)) والتي لأظهرت أن الجهود المبذولة من طرف اللاعب تكون بطيئة إلى متوسطة السرعة ، في حين تقدر الجهود الانفجارية (قصيرة و ذات شدة قصوى) ما بين 5 إلى 15% من الوقت العام الذي يبذله اللاعب (COMETTI .G et D ، 2005 ، صفحة 13).

ويرى الطالب الباحث أن القوة تلعب دور بالغ الأهمية في أداء اللاعب المهاجم وذلك من خلال استعمالها في مختلف مواقف اللعب الهجومية و تظهر جليا في مختلف المهارات التمريرات

الطويلة و التصويب نحو المرمى إضافة إلى الانطلاقات و تغيير الاتجاهات دون أن ننسى أهميتها الواضحة في الاحتكاكات والصراعات الفردية سواء الهوائية أو الأرضية ودورها في حماية الجهاز الحركي من الإصابات. وهذا ما يؤكد شعلان إبراهيم و عمرو أبو المجد 1996 تلعب العضلات المادة للركبة و المادة للفخذ و القابضة دورا هاما و أساسيا في معظم ركلات الكرة سواء باستخدام الناحية الداخلية أو الخارجية ،أما عن القوة المندفعة فهي تتمثل في الأداء الذي يستلزم القدرة (القوة×السرعة) كالتصويب بمختلف أنواعه و الوثب" (شعلان إبراهيم، عمرو أبو المجد، 1996، صفحة 135). و يرى الطالب الباحث أنّ أغلبية اللاعبين المهاجمين نتائج اختبار القوة القصوى RMI لديهم ينحصر في المستوى المتوسط إلى المستوى الجيد نوعا ما وذلك ما يوضح أنّ هذه الصفة متوسطة نسبياً على المستوى الذي يمكن أن يصل إليه اللاعبين بتطبيق برامج تدريبية خاصة بتطوير القوة القوى وباعتبار اللاعب المهاجم بحاجة إلى هذه الخاصية التي تميزه في أداء دوره الهجومي بشكل جيد فعال خلال مختلف المباريات وعبر ذلك نجد أنّ عملية التوجيه نحو منصب الهجوم لا يعتمدها أغلبية الفرق خلال عمليات الانتقاء والتوجيه نظرا إلى الاعتماد الكامل على المهارات عن طريق الملاحظة المجردة، ولكن خصائص مهاجم كرة القدم الحديثة يجب أن يتميز بقوة عضلية عالية تسمح له باكتساب لياقة بدنية عالية يواجه بها مختلف الصراعات والتحركات بالكرة أو بدونها وفي اختلاف الوضعيات التي يكون فيها متحرر أو مراقب من طرف الخصم وهذا ما يؤكد عصام عبد الخالق 1991 إلى نوعية الأداء في الأنشطة الرياضية بصفة عامة يتطلب درجات متفاوتة من عنصر القوة حيث يلعب الدور الرئيسي في تحديد مستوى الفرد في بعض الرياضات التي تتطلب التغلب على مقاومة كبيرة، كما هو الحال في كرة القدم لمختلف مواقف اللعب الهجومية والدفاعية (محمد حازم ، 2005، صفحة 37)، في حين أثبتت بعض الدراسات أنّ هذا النوع من القوة لا يستعمل في الغالب مباشرة في كرة القدم لكنها تعد قاعدة أساسية لتأثيرها و مدى ارتباطها مع الأنواع الأخرى (القوة المميزة بالسرعة ،القوة الانفجارية ، مداومة القوة ) بحيث لا يحتاج لاعب كرة القدم إلى كتلة عضلية كبيرة ،فاكتساب حجم عضلي كبير غير مرغوب فيه لتأثيره السلبي على بعض الصفات الأخرى كالتناسق و المرونة ،لكن ذلك لا يمنع من القيام بحصص خاصة في بعض الحالات منها تمارين خاصة بالاسترجاع و العودة من الإصابات وكذا تنمية الجهاز العضلي خاصة في الأطراف العليا عند اللاعبين الذين يعانون من نقص في هذا الجانب لتمكينهم من تحسين أداء هم في الصراعات الفردية بفعالية( في حالات الوثب، المحافظة على الكرة، الصراعات الثنائية) (TURPIN.B، 2002، صفحة 149). كما يشير ريلي Reilly 1996 إلى حاجة لاعبي كرة القدم إلى تنمية كل من القوة الثابتة والمتحركة أثناء التدريب إلا أنه وجد أنّ معدل القوة الثابتة

لدى معظم اللاعبين هي فوق المعدل الطبيعي الذي يحتاجه لاعب كرة القدم وهو يرى أن القوة الثابتة لا تعبر بشكل حقيقي عن مقدار القوة المتحركة التي تعتبر أساسية في اللعبة لكنه يجب المحافظة على تمارين القوة الثابتة في التدريبات كونها تكسب الجسم ثباتاً كبيراً في كثير من مواقف اللعب خصوصاً أثناء الاشتراك على الكرة (أمين خزعل عبد، 2014، الصفحات 47-48).

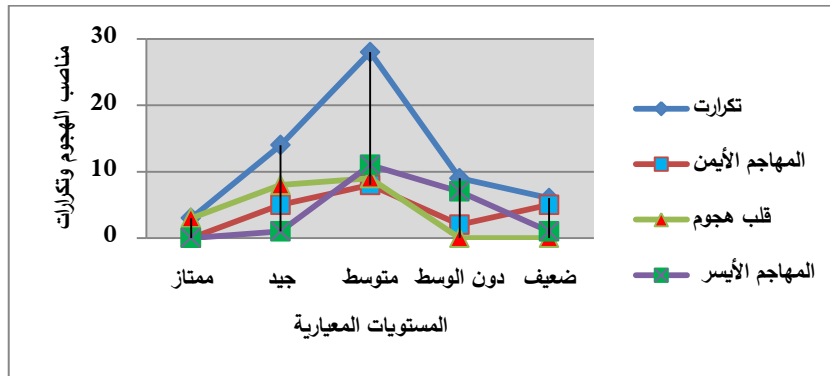
3-4-1-2- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - SJ -

مؤشر الارتفاع - :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية و العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*32,16	00	03	00	03	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%15	%00	05	%		
24,52			01	08	05	14	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%05	%40	%25	23,33	%		
40,96			11	09	08	28	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%55	%45	%40	46,67	%		
24,52			07	00	02	09	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%35	%00	%10	15	%		
4,86			01	00	05	06	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%05	%00	%25	10	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 29: يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر الارتفاع.

- من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 29 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت \*32,16 وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدره بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 65: يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) مؤشر الارتفاع. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

3-1-4-3- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار القوة الانفجارية SJ (Squat Jump) -

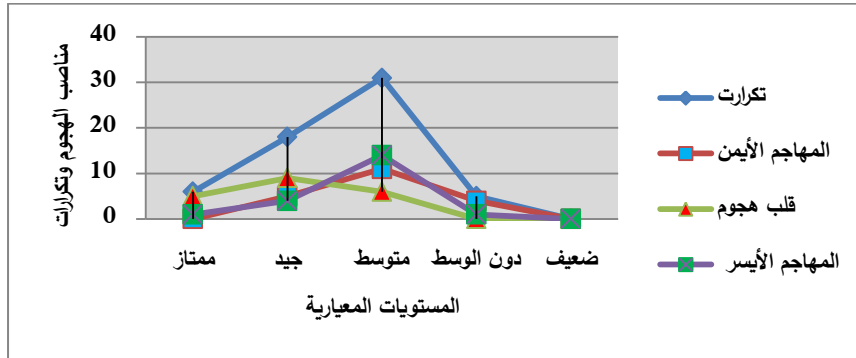
مؤشر القدرة - :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	* 52,16	01	05	00	06	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%05	%25	%00	10	%		
24,52			04	09	05	18	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%20	%45	%25	30	%		
40,96			14	06	11	31	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%70	%30	%55	51,67	%		
24,52			01	00	04	05	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%05	%00	%20	8,33	%		
4,86			00	00	00	00	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%00	%00	%00	%00	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 30 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القدرة.

- من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 30 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت \*52,16 وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر بـ 9,49 عند درجة الحرية 4

ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



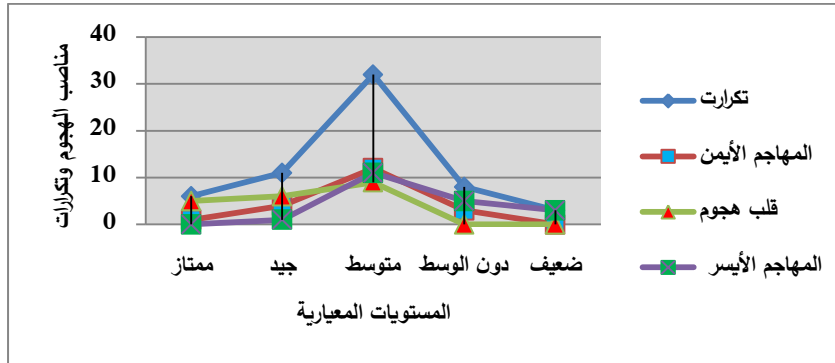
الشكل رقم 66 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القدرة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

### 3-4-1-4- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) SJ - مؤشر القوة - :

النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	* 44,5	00	05	01	06	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%25	%05	10	%		
24,52			01	06	04	11	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%05	%30	%20	18,33	%		
40,96			11	09	12	32	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%55	%45	%60	53,33	%		
24,52			05	00	03	08	العدد	دون المتوسط	[32,01_44,00]
			%25	%00	%15	13,33	%		
4,86	03	00	00	03	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]		
	%15	%00	%00	05	%				
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 31 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القوة.

- من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 31 ) أن القيمة المحسوبة لـ  $\chi^2$  بلغت 44,5\* وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدرة بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 67 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القوة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين و مقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) تبين ما يلي:

المستوى: الممتاز

❖ بالنسبة لمؤشر الارتفاع :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 05% ما يعادل 03 لاعبين يشغلون منصب قلب هجوم بنسبة 15% ،وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

❖ بالنسبة لمؤشر القدرة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 10% ما يعادل 06 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ،وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

❖ بالنسبة لمؤشر القوة:

خلال المستوى تمثلت النسبة 10% ما يعادل 06 لاعبين مهاجمين، و هي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

❖ **بالنسبة لمؤشر الارتفاع :**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 23,33% أي ما يعادل 14 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و 08 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 40% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

❖ **بالنسبة لمؤشر القدرة :**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 30% أي ما يعادل 18 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و 09 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 45% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

❖ **بالنسبة لمؤشر القوة :**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33% أي ما يعادل 11 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 30% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

❖ **بالنسبة لمؤشر الارتفاع :**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 46,67% أي ما يعادل 28 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 08 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 40% و 09 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 45% و 11 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 55% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

❖ **بالنسبة لمؤشر القدرة :**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 51,67% أي ما يعادل 31 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 11 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 55% و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 30% و 14 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 70% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

❖ بالنسبة لمؤشر القوة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 53,33% أي ما يعادل 32 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 12 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 60% و 09 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 45% و 11 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 55% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

المستوى: دون الوسط

❖ بالنسبة لمؤشر الارتفاع :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 15% ما يعادل 09 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم لاعبان في منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

❖ بالنسبة لمؤشر القدرة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 8,33% ما يعادل 05 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

❖ بالنسبة لمؤشر القوة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,33% أي ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 05 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 25% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

المستوى: الضعيف

❖ بالنسبة لمؤشر الارتفاع :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 10,00% ما يعادل 06 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و لاعب واحد في

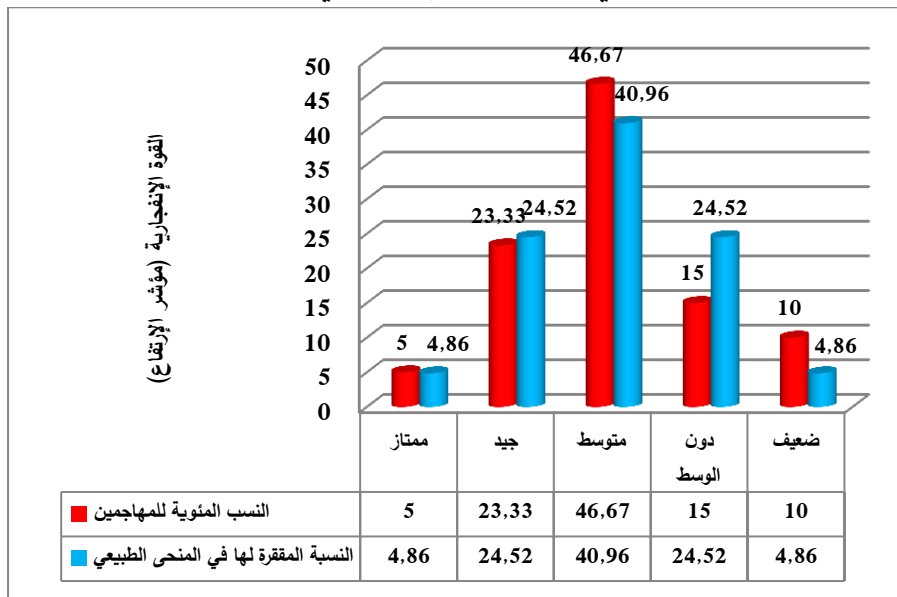
منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، حيث يشير الباحث بذلك أن النسبة أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

❖ بالنسبة لمؤشر القدرة :

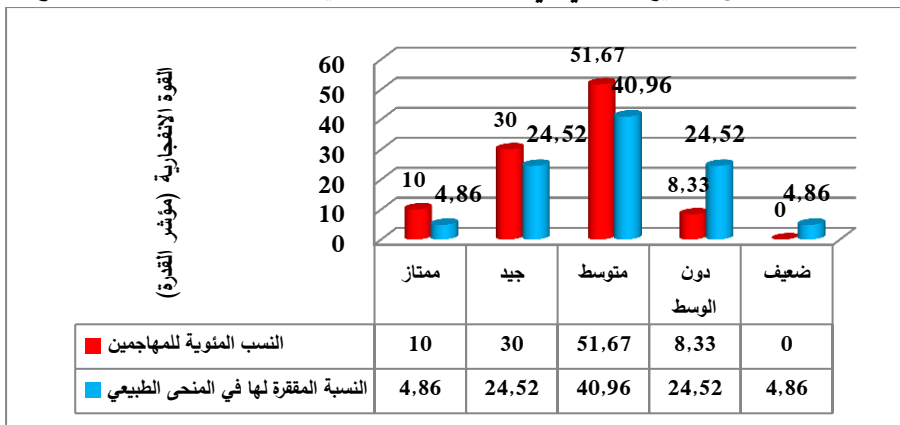
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 0% بحيث لا يوجد أي لاعب مهاجم على اختلاف المناصب، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

❖ بالنسبة لمؤشر القوة :

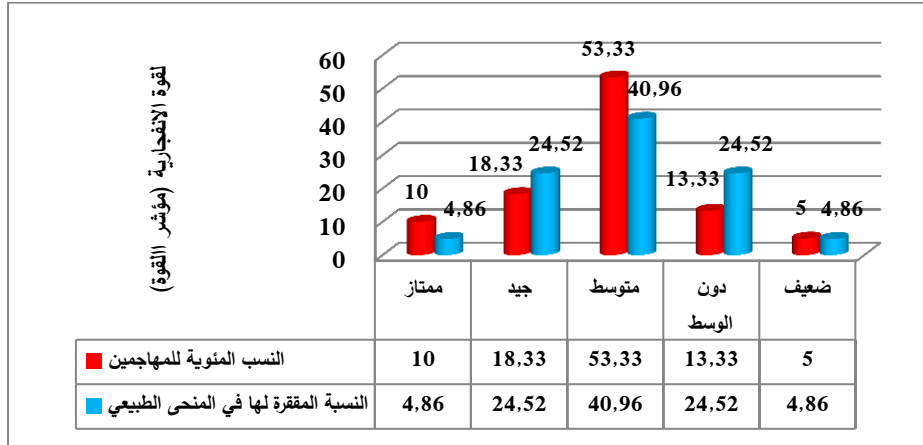
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 05% ما يعادل 03 لاعبين يشغلون منصب مهاجم أيسر ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 68: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر الارتفاع.



الشكل رقم 69 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) - مؤشر القدرة.



الشكل رقم 70 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Squat Jump) – مؤشر القوة.

–ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج الموضحة في الجدول أعلاه أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين في اختبار القوة الانفجارية **Squat Jump** بلغت  $05,12 \pm 36,54$  عند مؤشر الارتفاع و  $05,12 \pm 36,54$  عند مؤشر القدرة و  $07,18 \pm 60,65$  عند مؤشر القوة ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها و هذا الذي يبين مدى إهمال هذه الصفة في عملية الإعداد البدني الخاصة باللاعبين رغم أهميتها البالغة في تحديد مستوى اللاعب المهاجم حيث تعتبر القوة الانفجارية أحد المؤشرات الأساسية التي تميز اللاعب سواء على الجانب البدني أو خلال أداء مختلف المهارات الأساسية في كرة القدم، وقد ساهمت الاختبارات البدنية التي تطبق على اللاعبين المهاجمين في إبراز الإمكانيات الحقيقية لهم وتضع نصب أعيننا الحقائق العلمية التي تأثر بشكل مباشر في كل ما يتعلق بكرة القدم وخاصة على مستوى خط الهجوم والخصائص الجوهرية وهذا ما أكده أمين خزعل عبد 2014 " شغلت اختبارات القوة بأشكالها للأطراف السفلى حيزاً مهماً من اختبارات لاعبي كرة القدم كونها تمثل مرتكزاً أساسياً في جميع الحركات كالقفز عالياً وسرعة تغيير الاتجاه وتحمل القوة التوقف المفاجئ والحفاظ على السيطرة والتوازن" (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 47). وهذا ما يتفق مع العديد من الدراسات التي تناولت أهمية القوة الانفجارية "يحتاج لاعب كرة القدم في الغالب إلى مجموعة من العضلات خلال نشاطه و القيام بأدائه الحركي، فتعتبر عضلات الكتف و الجذع و خاصة الأطراف السفلية المتمثلة في الورك، الفخذ، القدم للقيام بالانطلاقات، الوثب، تغيير الاتجاهات، التوقفات المفاجئة، الدوران، ضربات الكرة بالقدم إضافة إلى اعتبار العضلات المادة للركبة و المادة للفخذ و القابضة دوراً هاماً و أساسياً في معظم ركلات الكرة سواء

باستخدام الناحية الداخلية أو الخارجية ،أما عن القوة المندفعة فهي تتمثل في الأداء الذي يستلزم القدرة (القوة×السرعة) كالتصويب بمختلف أنواعه و الوثب" ( شعلان إبراهيم، عمرو أبو المجد،، 1996، صفحة 35). ويشير الباحث أن صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلية هي مركب من السرعة والقوة هذا ما يتفق مع دراسة حسن السيد أبو عبده 2007 "أن حاجة لاعبي كرة القدم للقوة تظهر أثناء التصويب على المرمى والوثب العالي لضرب الكرة واستخلاص الكرات والسرعة في تغيير الاتجاه" (حسن السيد أبو عبده، 2007، صفحة 77). ويرى Strudwick وآخرون 2002 "أن اللاعبين الذين يخضعون للتدريب التخصصي في اللعب يتميزون بمعدلات عالية من اللياقة البدنية والوثبات والسرعات حيث يؤكد على أهمية هذه القدرات البدنية الخاصة للاعبي المهاجمين في كرة القدم" (STRUDWICK، 2002، صفحة 239). ويفسر الطالب الباحث أن وجود معايير التي تخص صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلية لتقييم مستوى اللاعبين المهاجمين يساهم في توجيه اللاعبين وفق قدراتهم ويمكن من تخطيط وفق أسس علمية حديثة لتحقيق الأهداف والواجبات، إذ يجب أن يتميز التدريب في كرة القدم بالتنظيم والاستمرار، هذا ما يكون له أثر ايجابي على مستوى اللاعب وتقدمه، كما تعتبر عملية الإعداد الخاص باللاعبين المهاجمين أنها تشمل جوانب لعبة كرة القدم كافة لأنها مجموعة من المؤشرات توافق بعضها البعض ولا يمكن الخلل بأي جزء منها وأن حالة خلل أو قصور لتلك العملية سوف يؤثر سلباً على بقية الجوانب، فبدون مستويات عالية للصفات البدنية يكون من الصعب تحقيق أهداف تطور كفاءة الأداء ككل هذا ما يتفق مع ما أشار إليه Akramov على أن الصفات البدنية للاعب كرة القدم هي التي تحدد إلى حد كبير كفاءة الأداء المهاري والخططي في المباراة.

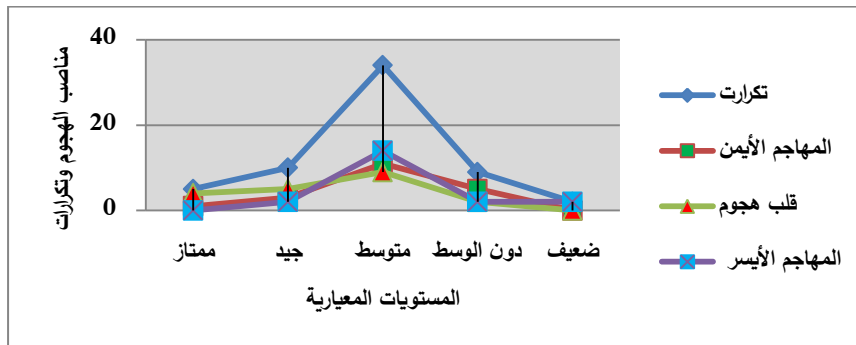
وقد أشار الباحث خروبي محمد فيصل 2010 أن العديد من الباحثين و المختصين على أهمية الحركات الانفجارية بالنسبة لمعظم الأنشطة الرياضية ،فهي ذو تأثير متزايد على مستوى الأداء في كرة القدم فتعد السرعة من أهم المتطلبات البدنية التي يحتاج إليها لاعب كرة القدم لأنه يقوم أثناء المباريات بحركات كثيرة و مختلفة معظمها ذات طابع سريع و يتضح ذلك في مختلف الانطلاقات لمفاجئة المنافس و بالتالي الزيادة في فعاليات الخطط الهجومية، كما يلعب الارتقاء دورا محددًا في نشاط كرة القدم ليس فقط عند حراس المرمى بل كذلك عند اللاعبين من خلال الوثب عاليا لضرب الكرة بالرأس أو من خلال مختلف الصراعات و الاحتكاكات الفردية الهوائية.

3-4-1-5- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار القوة الانفجارية (Contre CMJ mouvement Jump) - مؤشر الارتفاع:-

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد <sup>9</sup>		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*53,83	00	04	01	05	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%20	%05	8,33	%		
24,52			02	05	03	10	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%10	%25	%15	16,67	%		
40,96			14	09	11	34	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%70	%45	%55	56,66	%		
24,52			02	02	05	09	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%10	%10	%25	15	%		
4,86			02	00	00	02	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%00	%00	%00	3,33	%		
99,72			20	20	20	60	العدد	المجموع	
			100	100	100	100	%		

الجدول رقم 32 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر الارتفاع.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 32 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت **53,83\*** وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر بـ **9,49** عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



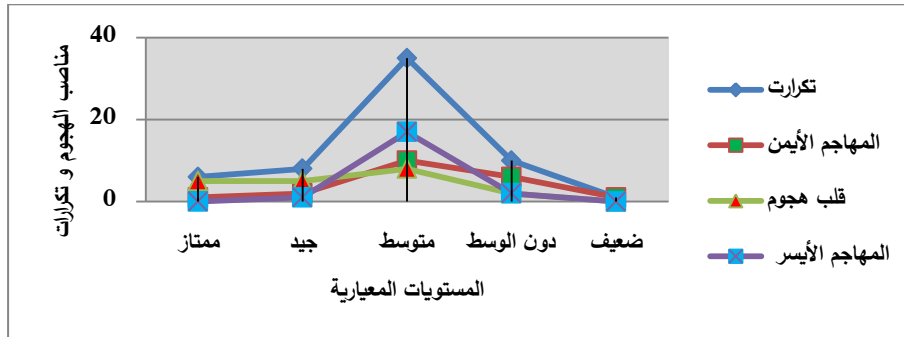
الشكل رقم 71: يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر الارتفاع. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

3-4-1-6- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القدرة - :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*58,83	00	05	01	06	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%25	%05	10	%		
24,52			01	05	02	08	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%05	%25	%10	13,33	%		
40,96			17	08	10	35	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%85	%40	%50	58,33	%		
24,52			02	02	06	10	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%10	%10	%30	16,66	%		
4,86			00	00	01	01	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%00	%00	%05	1,67	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 72 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القدرة.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 33 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت **58,83\*** وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدره بـ **9,49** عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 72 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القدرة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

3-4-1-7- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement CMJ)

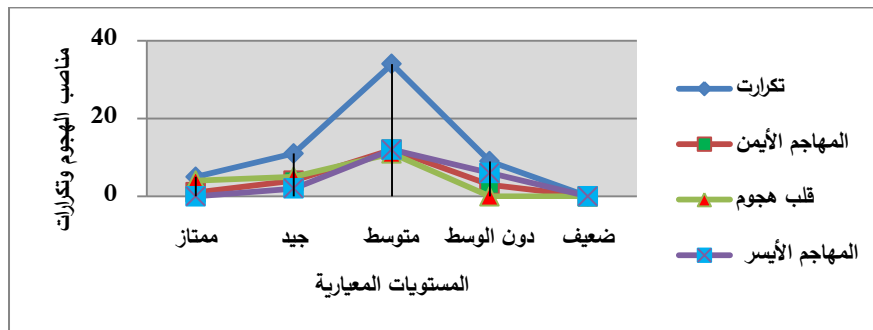
Jump) - مؤشر القوة - :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*57,25	00	04	01	05	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%20	%05	8,33	%		
24,52			02	05	04	11	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%10	%25	%20	18,33	%		
40,96			12	11	12	35	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%60	%55	%60	58,33	%		
24,52			06	00	03	09	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%30	%00	%15	15	%		
4,86			00	00	00	00	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%00	%00	%00	00	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 34 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن

منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القوة.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 34 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت 57,25\* وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 73 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار القوة الانفجارية (Contre

Jump) - مؤشر القوة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين و مقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

❖ **بالنسبة لمؤشر الارتفاع :**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 08,33% ما يعادل 05 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20%، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

❖ **بالنسبة لمؤشر القدرة :**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 10% ما يعادل 06 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

❖ **بالنسبة لمؤشر القوة:**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 08,33% ما يعادل 05 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

❖ **بالنسبة لمؤشر الارتفاع :**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,76% ما يعادل 10 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

❖ بالنسبة لمؤشر القدرة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,33% ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعبان في منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05%، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

❖ بالنسبة لمؤشر القوة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33% ما يعادل 11 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25%، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

المستوى: المتوسط

❖ بالنسبة لمؤشر الارتفاع :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 56,66% ما يعادل 34 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 11 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 55% و 09 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 45% و 14 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 70%، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

❖ بالنسبة لمؤشر القدرة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 58,33% ما يعادل 35 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 10 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 50% و 08 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 40% و 17 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 85%، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

❖ بالنسبة لمؤشر القوة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 58,33% ما يعادل 35 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 12 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 60% و 11 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 55% و 12 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 60%، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

المستوى: دون الوسط

❖ بالنسبة لمؤشر الارتفاع :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 15% ما يعادل 09 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% ولاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

❖ بالنسبة لمؤشر القدرة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% ما يعادل 10 لاعب يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 06 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 30% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

❖ بالنسبة لمؤشر القوة :

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 15% ما يعادل 09 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

المستوى: الضعيف

❖ بالنسبة لمؤشر الارتفاع :

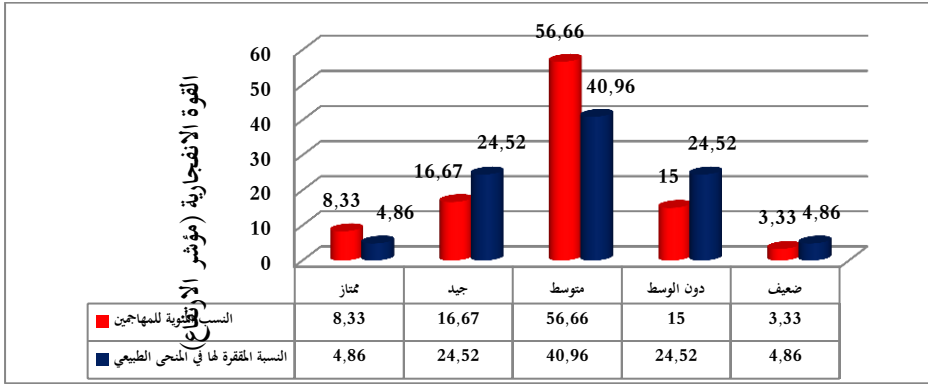
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 03,33% ما يعادل لاعبان مهاجمان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10%، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

❖ بالنسبة لمؤشر القدرة :

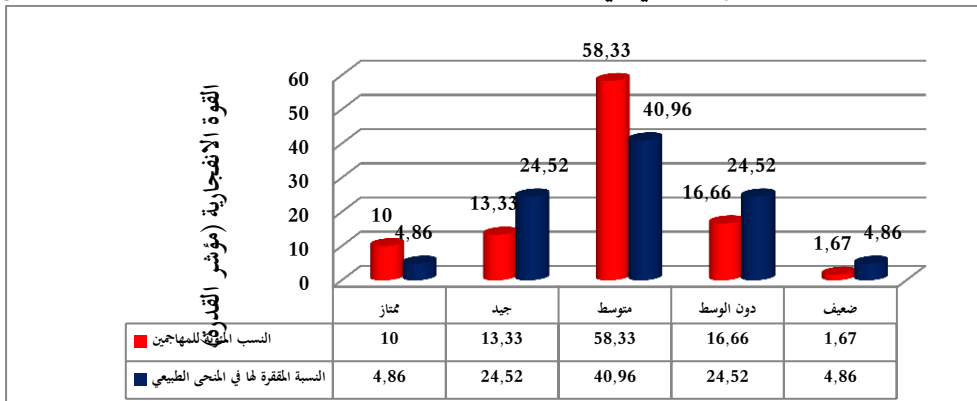
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 1,67% ما يعادل لاعب واحد يشغل منصب مهاجم أيمن بنسبة 05%، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

❖ بالنسبة لمؤشر القوة :

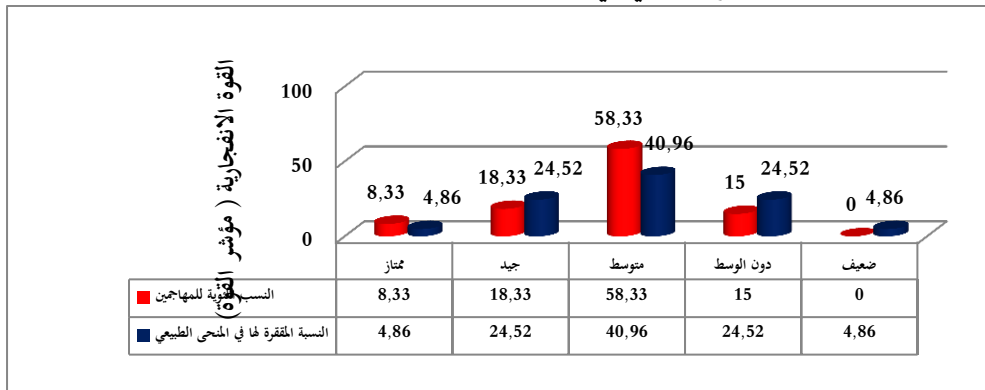
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 00% حيث لم يتواجد أي لاعب مهاجم على اختلاف المناصب، حيث يشير الباحث بذلك أن النسبة أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 74 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر الارتفاع.



الشكل رقم 75 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القدرة.



الشكل رقم 76 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار القوة الانفجارية (Contre mouvement Jump) - مؤشر القوة.

- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار القوة الانفجارية للأطراف السفلية أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين في اختبار القوة الانفجارية *Contre mouvement Jump* بلغت  $04,18 \pm 33,22$  عند مؤشر الارتفاع و  $09,78 \pm 50,15$  عند مؤشر القدرة و  $01,78 \pm 28,33$  عند مؤشر القوة ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها مؤشر واضح على عدم اعتماد على معايير التي تخص هذه الصفة لتوجيه اللاعبين المهاجمين في تطبيق مجموعة القياسات والاختبارات التي تخص القوة العضلية للاعبين كرة القدم رغم الأهمية البالغة لها في مستوى وأداء اللاعبين المهاجمين على وجه الخصوص هذا ما أكدته كازورلا وآخرون 2013 على أن صفة القوة من أهم المؤشرات التي ترافق عملية التحضير البدني و من خلال خبرتنا الميدانية القوة الانفجارية بالاعتبار الأول لمساهمتها الفعالة في مختلف المهارات و الانجازات التي يقوم بها اللاعب ومدى قدرته على تكرار ذلك بنسق ودقة عالية (Georges Cazorla et al, 2013, صفحة 333) بالإضافة إلى ذلك أن القدرة العضلية الانفجارية مؤشر لارتباط عاملين أساسيين هما الأداء والوقت أثناء القيام بمختلف الانجازات السريعة من خلال ذلك يتضح لنا جليا تركيب وتزواج القوة والسرعة في صورة ميكانيكية للأداء الحركي للاعب (Georges Cazorla et al, 2013, صفحة 335).

كما يشير أمين خزعل عبد 2014 "أن تحليل القدرة الوظيفية للعضلات للاعبين كرة القدم يدل أنه من ممكن للاعبين اللعب لأكثر من 90 دقيقة لأنّ الجهد يتراوح بين مستوى الخفيف والعالي ويمكن لطبيعة التدريب ومستوى المنافسات أن يغير من مهمة بعض أنواع الألياف العضلية (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 50)، وقد أشار كازورلا أن مجموعة التكتيفات الحاصلة أثناء التدريب العلمي السليم تسمح للاعب بإحداث تطور ورفع من المستوى وخاصة على مستوى القوة العضلية وكذا إمكانية المحافظة على اللياقة البدنية (Georges Cazorla et al, 2013, صفحة 348). كما إتفق الكثير من المتخصصين شاتار (1991)، غارغانتا (1992)، كازورلا (2006)) على أهمية الارتقاء في كرة القدم باعتباره من العوامل المحددة للأداء في كرة القدم، فقدرت الصراعات الفردية بالكرة و بدون الكرة بحوالي 54 صراع وغالبا ما تستعمل صفة الارتقاء خلالها و قد أثبتت العديد من الدراسات أنه توجد علاقة ارتباطية بين النجاح في الصراعات و الاحتكاكات الفردية و نتيجة المباريات فمعظم الفرق التي تفوز بمبارياتها هي التي تتجح في التعامل بصفة إيجابية مع هذه الصراعات (CAZORLA.G, 2006, صفحة 22).

ويفسر الطالب الباحث هذه النتائج المتوصل لها من خلال تحديد معايير التوجيه لصفة القوة الانفجارية للأطراف السفلية على أهمية وضرورة هذه الصفة وهو ما يتوافق حسب دراسة) **Cazorla2006 Capranica1992 Brevet et Davis 1992 Chatrard 1991 Garganta** ( " بأنّ القوة العضلية للأطراف السفلية تعتبر من العوامل الفارقة لتحقيق المستوى العالي في الأداء الخاص بكرة القدم (CAZORLA.G، 2006). وهذا يحتاج من اللاعب إلى تدريب خاص ذو مستوى عالي من خلال الاهتمام بالتدريب الحديث للناشئين، حيث نجد أنّ لاعبي كرة القدم في هذه الفئات العمرية يحتاجون إلى بناء القوة العضلية من أجل أداء المهارات الحركية بأعلى كفاءة ممكنة ومقاومة التعب .. . (بطرس رزق الله، 2004، صفحة 83). وقد اتفقت مجموعة النتائج المتوصل إليها مع دراسة **بوحاج مزيان2012** "أن عملية التقويم تقدم للمدرب تقرير علمي حول هذه القدرة لدى اللاعب والذي يستند عليه المدرب في تسطير خطة تدريبية و معرفة قدرات اللاعبين بأدق التفاصيل والتي تعطي حجة انتقائه أو عدم انتقائه دون أي شك أو ريب في العملية على عكس ما يعتمد عليه أغلب المدربين باستعمال الملاحظة المجردة من خلال مقابلات تنافسية، وهذا ما يفقد الكثير من اللاعبين حظهم في الانتقاء " إضافةً إلى غياب التدريب الخاص لهذه الصفة الأساسية والمتمثلة في القوة العضلية بصورة عامّة والقوة الانفجارية بصورة خاصّة قد تكون الأسباب متعددة تتمثل في غياب ونقص البرامج التدريبية المقننة والمدرسة وفق الأسس العلمية التي هي من مهام الدربين المشرفين على هذه الفئة العمرية (تحت 17 سنة) وخاصّة اللاعبين المهاجمين الذي تعتبر صفة القوة الانفجارية من أهم خصائص التي تسمح لهم بالأداء الفعّال في مختلف التحركات والانجازات داخل الميدان أثناء مختلف المباريات أو خلال الحصص التدريبية، وبالنسبة لمختلف بعض الدراسات السابقة التي تم إنجازها عبر مختلف الأندية الجزائرية لكرة القدم صنف تحت 17 سنة قد توصل **هوار عبد اللطيف2014** من خلال دراسته التي تناولت التوجيه وفق القدرات المورفولوجية والبدنية المهارية مناصب اللعب (دفاع، وسط ميدان، هجوم) لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة حيث تميزت خط الهجوم والذي هو محور دراستنا بمستوى متوسط خلال اختبار الوثب العمودي من الثبات الذي يظهر مؤشر القوة العضلية للأطراف السفلية ( القوة الانفجارية) وهذا ما توصل إليه كذلك **خروبي محمد فيصل2015** من خلال دراسته على أهم محددات الانتقاء وفق مناصب اللعب للفئة العمرية تحت 17 سنة حيث كان أغلب المهاجمين في اختبار القوة الانفجارية في المستوى المتوسط بنسبة 65%. ويرى الباحث أنّ القوة الانفجارية من أهم المؤشرات التي يجب توفرها في اللاعب المهاجم حتى يتم توجيهه إلى هذا المنصب الذي تتميز خصائصه البدنية في كرة القدم الحديثة إلى لياقة عالية.

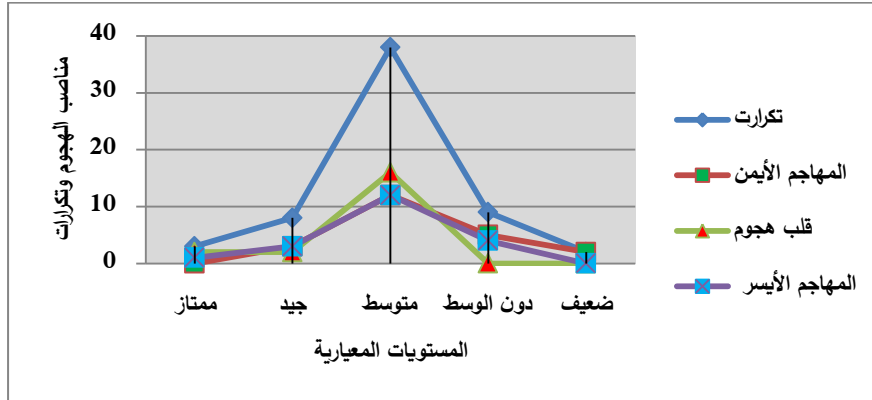
ويستخلص الطالب الباحث أن رفع كفاءة ومستوى اللاعبين المهاجمين وفق المتطلبات الحديثة لكرة القدم سواء البدنية أو المهارية تحتاج إلى عمل جدي فعلي يواكب تطور التدريب الحديث في كرة القدم القوة الانفجارية وذلك عبر اطلاع المشرفين والمدربين بالطرق الحديثة للتدريب والخصائص الوظيفية والتركيبة كما أن تحديد بعض المعايير الخاصة بعملية التوجيه يسمح لهم بمعرفة مستوى اللاعبين فيمكنهم ذلك من البحث عن أساليب تطوير نقاط القوة وتحسين وتنمية نقاط الضعف سواء في ما يخص القوة العضلية أو اللياقة البدنية بصفة عامة هذا ما سيكسب اللاعب المهاجم خصائص ومميزات تساهم وتواكب صفات المهاجم الجيد.

3-4-1-8- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار تحمل القوة:

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*73,5	01	02	00	03	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%10	%00	05	%		
24,52			03	02	03	08	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%15	%20	%15	13,33	%		
40,96			12	16	12	38	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%55	%80	%55	63,33	%		
24,52			04	00	05	09	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%20	%00	%25	15	%		
4,86			00	00	02	02	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%00	%00	%10	3,33	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 35: يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار تحمل القوة.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 35 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت \*73,5 وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 77 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار تحمل القوة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة

البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار تحمل القوة تبين ما يلي:

#### المستوى: الممتاز

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 05,00% ما يعادل 03 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

#### المستوى: الجيد

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,33% ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% ولاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24, 52%.

#### المستوى: المتوسط

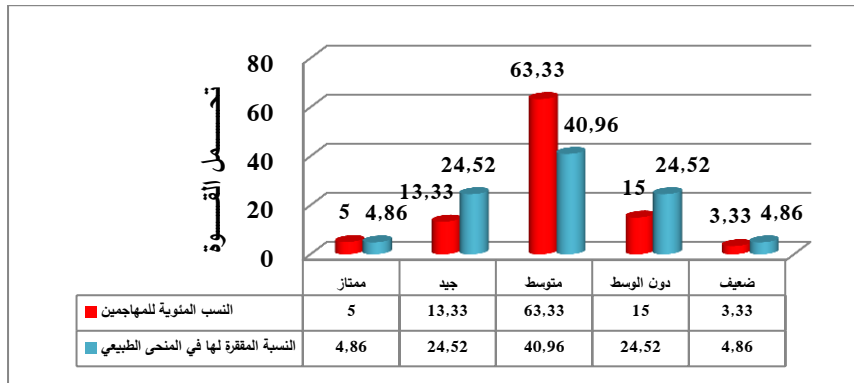
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 63,33% ما يعادل 38 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 12 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 55% و 16 لاعب في منصب قلب هجوم بنسبة 80% و 12 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 55% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 40,96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 15,00% ما يعادل 09 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 03,33% ما يعادل لاعبان مهاجمان يشغلون منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 78 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار تحمل القوة.

**- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:**

لقد تبين من خلال النتائج اختبار تحمل القوة أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $07,56 \pm 39,48$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها ويعزي الباحث أنّ صفة تحمل القوة من أهم المؤشرات التي يعتمد عليها المهاجمين في مختلف تحركاتهم و انجازاتهم خلال أطوار المباراة أو حتى في خلال الحصص التدريبية التي يقومون بها من أجل الرفع من الكفاءة العضلية والقدرة على تحمل أكبر عبئ ملقى على المجاميع العضلية وخاصة الأطراف السفلية، كما يرى الباحث أنّ صفة تحمل القوة تمثل عامل أساسي في عملية الانتقاء والتوجيه لهذا المركز الفعّال حيث على القائمين و المشرفين على هذه الفرق الشبانية لكرة القدم صنف تحت 17 سنة مراعاة عملية التقييم والتقويم من خلال برمجة حصص خاصة بتطبيق مجموعة من الاختبارات الميدانية للعمل على تطوير هذه الصفة من خلال تصميم برامج تدريبية هذا ما يؤكد جيل كوميتي Gilles

**Comitti 1993** على أنّ الأبحاث العلمية التي أجريت في مجال التدريب بالانتقال أصبح من الوسائل الفعالة لتنمية الأنواع المختلفة للقوة العضلية (Cometti, 1993، صفحة 163). ويشير **محمد حازم 2005** أنّ أي مجهود عضلي لفترة طويلة يحتاج إلى تحمل قوة حتى يستطيع اللاعب الاستمرار في هذا المجهود لأطول فترة ممكنة وبكفاءة عالية (محمد حازم ، 2005، صفحة 38). ووفق المعطيات المبينة في الجدول رقم (35) يرى الباحث أنّ أغلب النتائج كانت عند المستوى المتوسط هذا ما يؤكد على أنّ عملية التوجيه لدى اللاعبين المهاجمين كانت بطرق مجردة تمثلت في الملاحظة و أداء بعض المهارات كالتهديف ومراقبة الكرة من خلال إجراء منافسات ولكن هذا لا يعتبر كافياً لتقييم اللياقة العامّة للاعب هذا ما يتفق مع ما أشار إليه أمين خزعل **عبد 2005** نقلاً عن **Parente** أنّ اختلاف مراكز اللعب يلعب دوراً مباشراً في تحديد نسبة الألياف العضلية، وأشارت إحدى الدراسات أنّ نسبة الليف العضلي نوع 1 لدى اللاعبين المهاجمين كانت 38% في حين النوع الثاني 2 كانت النسبة 40% باختلاف عن اللاعبين المدافعين و وسط الميدان حيث تمثلت النسبة في النوع 1 67% - 44% والنوع الثاني 2 49%-17% وهذه النسب تعطي دليلاً واضحاً حول طبيعة تأثير العضلة بمركز اللعب.

كما يرى الطالب الباحث عبر متابعته للعديد من المباريات التي تخص هذه الفئة في ميادين كرة القدم الجزائرية أنّ أغلبية المهاجمين لا يكملون المباراة بنفس نسق البداية في مختلف هذا ما يوضح أنّ كفاءة المهاجمين ذو مستوى متوسط وخصوصاً في مختلف الانطلاقات والوثبات والصراعات الأرضية والعالية على الكرة مع الخصم وبذلك وجب إعادة النظر في العملية التدريبية وكذا في مستوى كل لاعب لرفع المستوى والدفع باللاعبين ذو الكفاءة إلى خط الهجوم الذي يعتبر منصب فعال في إحداث الفرق في النتيجة خلال مختلف المباريات هذا ما اتفق معه **محمد حازم 2005** حيث أشار أنّ تحقيق الانجاز والوصول إلى الفورمة العالية في صفة القوة العضلية الخاص للمهاجمين في كرة القدم يقوم على العمل المتساوي لعضلات الرجلين وسرعة انتقال الجسم ككل، ويتمثل ذلك في مقاومة كبيرة نسبية على العضلات القائمة بالحركة لقطه تلك المسافات في أقل زمن ممكن وهذا ما يتطلب بذل قوة عضلية لعضلات الرجلين والذراعين بمعدل تسارعي عالي بشكل يغلب عليه العمل اللاهوائي مما يوضح تأثير أداء الخاص باللاعبين (محمد حازم ، 2005، صفحة 150). كما يرى محمود عبد الدايم أنّ إمكانية زيادة القدرة العضلية عندما تخضع لشدة معينة وبدرجة ما لو كانت أكبر من مقدرتها الطبيعية وبدرجة معقولة، فإنها سوف تستجيب بصورة فعالة وتصبح أقوى (الدايم، 1996، صفحة 94). ويشير **عادل عبد البصير (2004)** أنّ كرة القدم من الرياضات التي تتطلب نوع من القدرة العضلية خلال الخطة التدريبية السنوية، بحيث يجب تطوير عنصر تحمل

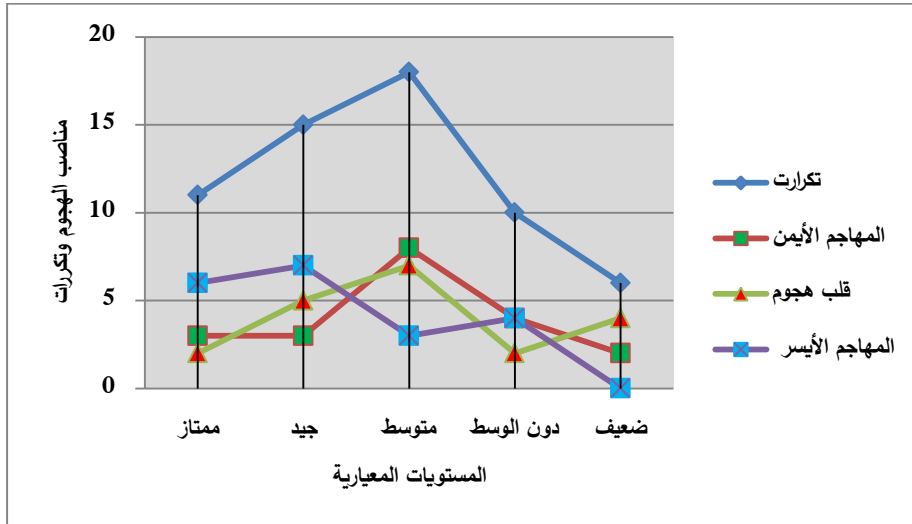
القوة في بداية الفترة الإعدادية الأولى كأساس لتطوير القوة العضلية الخاصة بالمنافسة، ثم يتم تطوير القوة المميزة بالسرعة بصورة مركزة ثم تنمي القوة القصوى، وإن تحقيق مستوى عال من القوة العضلية يعتبر مطلباً أساسياً للقدرة، لذا فإنه يجب أن يبدأ البرنامج التدريبي بالأثقال ببناء عام للقوة العضلية ومع اقتراب موعد المنافسة يبدأ تعديل البرنامج بحيث تتحول تدريبات القوة إلى تدريبات للقدرة، فيغلب طابع القوة المتفجرة على التدريب (علي، 2004، صفحة 138). ويشير الطالب الباحث على أهمية صفة تحمل القوة بالنسبة للاعبين المهاجمين في كرة القدم حيث تمكن اللاعب من تنفيذ الواجبات الهجومية والدفاعية والتغلب على المقاومات العنيفة والمستمرة لفترات طويلة من خلال امتلاكه لأنواع القوة العضلية، كما أنّ برمجة تدريب الناشئين تعتمد على تدريبهم من خلال برامج علمية منظمة تنطلق من خطط طويلة ومتوسطة وقصيرة المدى، لأن العمل بالأسلوب المنظم العلمي يضمن الارتقاء بمستوى الناشئين والوصول بهم إلى أفضل مستوى ممكن، ويجب أن تشمل البرامج التدريبية للناشئين كل المقومات الأساسية لتدريبات الكبار ولكنها تختلف عنها في درجة التقويم وذلك من خلال الاهتمام بنظم الطاقة والتركيز عليها في مجال تدريبات كرة القدم.

### 3-4-1-9- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار السرعة 15 متر:

النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
	جدولية	محسوبة	المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن	العدد	%		
4,86	09,49	*23,83	03	06	03	12	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%15	%30	%15	20	%		
24,52			02	07	04	13	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%10	%35	%20	21,67	%		
40,96			11	05	09	25	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%55	%25	%45	41,67	%		
24,52			02	02	04	08	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%10	%10	%20	13,33	%		
4,86			02	00	00	02	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%10	%00	%00	3,33	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 36 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار السرعة 15 متر.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 36 ) أن القيمة المحسوبة لـ  $\chi^2$  بلغت  $23,83^*$  وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدره بـ  $9,49$  عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة  $0,05$ ، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 79 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار السرعة 15 متر. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار السرعة 15 متر تبين ما يلي:

#### المستوى: الممتاز

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة  $20,00\%$  ما يعادل 12 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15 و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة  $30\%$  و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة  $15\%$  ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدره بـ  $4,86\%$ .

#### المستوى: الجيد

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة  $21,67\%$  ما يعادل 13 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة  $20\%$  و 07 لاعبين في

منصب قلب هجوم بنسبة 35% و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

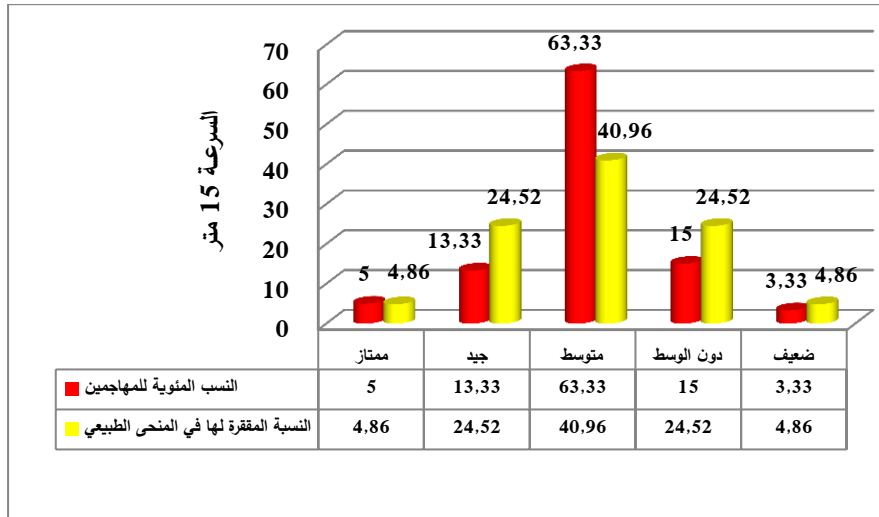
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 41,67% ما يعادل 25 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و 11 لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 55% ،وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40,96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,33% ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10%، و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 03,33% ما يعادل لاعبان مهاجمان يشغلون منصب مهاجم أيسر بنسبة 10%، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 80: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار السرعة 15 متر.

- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار السرعة أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $00,22 \pm 02,70$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها ويعزي الباحث أنّ صفة القوة من أهم المحددات التي تميز اللاعب المهاجم نظراً إلى توظيفه لهذه الصفة في العديد من التحركات و الأداء المختلف بالكرة أو بدونها ، وهي تقييم وتقويم هذه الصفة عامل أساسي يتماشى ومتطلبات الحديثة لكرة القدم كما أوضحتها العديد من الدراسات منها دراسة **ولد حمو مصطفى وزرول** **محمد 2017** حيث بينت "أن عنصر السرعة وخاصّة المسافات القصيرة تعتمد كمعيار ومحدد للتمييز في كرة القدم الحديثة" (ولد حمو مصطفى ، زرول محمد، 2017، الصفحات 25-29). ويضيف كازورلا **2006** الذي توصل أن لاعبي كرة القدم ذو المستوى العالي ينجزون خلال مقابلات العديد من الحركات من بينها الجري السريع لمسافات والمقدرة حسب دراسته ب ( $17 \pm 11$ م). هذا ما يتفق مع مختلف الدراسات التي قام بها كل من **لومبارتان (2000)** و **كوميتي (2005)** و **كازورلا (2006)** "تعتبر السرعة من أهم الصفات الأساسية في كرة القدم ، و يظهر ذلك واضح في الأداء الحركي للاعب في تنفيذه لواجبات الحركية المطلوبة بالسرعة المناسبة، فلاعب كرة القدم حالياً يجب أن يمتاز بسرعة حركية كبيرة لأدائه مهاراته بدقة إضافة إلى سرعة الانتقال و سرعة التنفيذ مصاحبة بتحكم مهاري في المستوى والقدرة على كبيرة من ناحية الاسترجاع لتمكينه من إعادة القيام بحركات قصيرة و قصوى في العديد من المرات و طوال وقت المباراة" (LAMBERTIN.F، 2000). (COMETTI .G et D، 2005، CAZORLA.G، 2006)

وتتجلى أهمية السرعة كذلك باعتبارها من الجهود المتكررة التي يقوم بها لاعب كرة القدم فقد أظهرت معظم الدراسات الارتقاع الملحوظ في الجهود الانفجارية بصفة عامة و الانطلاقات المتكررة المنفذة من طرف اللاعب خلال المباراة فوفقاً **لديفور (1990)** فإن عدد المسافات القصيرة المقطوعة ذات الشدة القصوى (10 إلى 15 م خلال 2 إلى 3 ثا) ارتفعت في غضون 42 سنة أي من سنة 1947 إلى غاية 1989 من 70 إلى 195 و التي تمثل حوالي 14% من الجهود ذات شدة قصوى و هي التي تحدد في الغالب مسار المباراة.

وفي دراسة **لكازورلا (2006)** عمل على تحديد بعض المتطلبات الفسيولوجية و البدنية عند لاعبي كرة القدم ، يوضح لنا من خلالها نوعية وعدد الجهود المبذولة من طرف اللاعبين حسب المراكز، فأظهرت النتائج ما يلي: (CAZORLA.G، 2006، صفحة 54)

نوعية الجهد المبذول و النظام الطاقوي المستخدم من طرف اللاعب خلال المباراة، فنرى من خلال الشكل أن 71 % من الجهد يكون على شكل مشي وجري بطيء وبالتالي استخدام النظام الهوائي و 14 % جري مرتفع يستخدم خلاله كل من النظام الهوائي و اللاكتيكي و أخيرا 15% يكون على شكل جري سريع و انفجاري مستعينا بذلك بالنظام اللاهوائي فبالنسبة لعدد الانطلاقات المتكررة فقد أظهرت أن اللاعب عموماً يؤدي :

. ما بين 72 إلى 109 بمعدل 88 انطلاقة.

. يغير الاتجاه ما بين 40 إلى 70 مرة بمعدل 54.

أما من ناحية الجهد ذو شدة قصوى و لفترة زمنية جد قصيرة حسب مناصب اللعب ، فيقوم:

. المدافعان الظهيرين كل 50 ثانية.

. مدافعا وسط الدفاع كل 49 ثانية.

. لاعبو وسط الميدان كل 44 ثانية.

. المهاجمون كل 39 ثانية.

وذلك بمعدل حركة أو جهد انفجاري كل 43 ثانية.

ويشير **حنفي محمود مختار** "أن التدريب على السرعة يبدأ غالباً في الجزء الثاني من فترة الإعداد ويستمر أيام الفترة الأولى من فترة المباريات، ولكن يجب أن يلاحظ المدرب أن السرعة يمكن أن تفتقد نسبياً إذا لم يستمر التدريب عليها، لذلك فإنّ التدريب على السرعة يستمر بدرجة ما خلال الموسم بأكمله" (مختار، كرة القدم، صفحة 59).

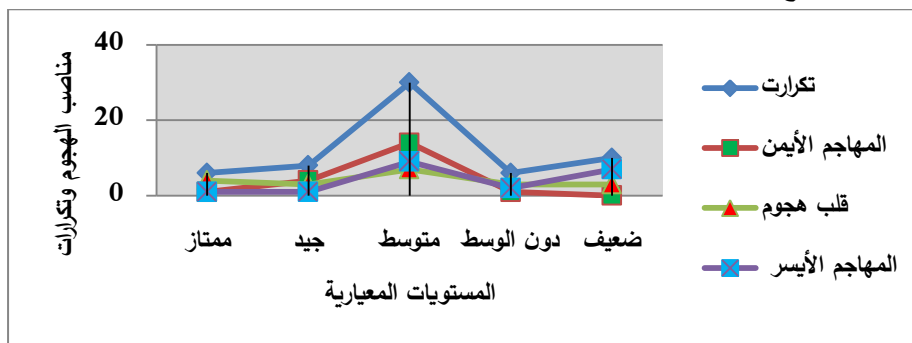
ويرى الطالب الباحث بالنسبة لتحديد معيار عامل السرعة أنّه من الأفضل متابعة مستوى اللاعب المهاجم على مجموعة من المراحل والفترات حتى يتمكن المشرف أو المدرب على الإطلاع على نسبة التقدم أو التراجع و ذلك باعتبار السرعة من أهم المؤشرات التي يجب توفرها عند اللاعب المهاجم نظراً إلى متطلبات هذا المنصب الذي يشارك في العديد من التحركات السريعة في شكل هجمات منظمة أو معاكسة تسمح له باستغلال الفرص لتسجيل الأهداف .

3-4-1-10- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار تحمل السرعة (كفاءة تكرار السرعة) RSA:

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد <sup>9</sup>		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	* 34,66	01	04	01	06	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%05	%20	%05	10	%		
24,52			01	03	04	08	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%05	%15	%20	13,33	%		
40,96			09	07	14	30	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%45	%35	%70	50	%		
24,52			02	03	01	06	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%10	%15	%05	10	%		
4,86			07	03	00	10	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%35	%15	%00	16,67	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 37 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار تحمل السرعة (كفاءة تكرار السرعة) RSA.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 37 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت \*34,66 وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 81 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار تحمل السرعة RSA (كفاءة تكرار السرعة). (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار تحمل السرعة<sup>RSA</sup> (كفاءة تكرار السرعة) تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 10,00% ما يعادل 06 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,33% ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 03 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

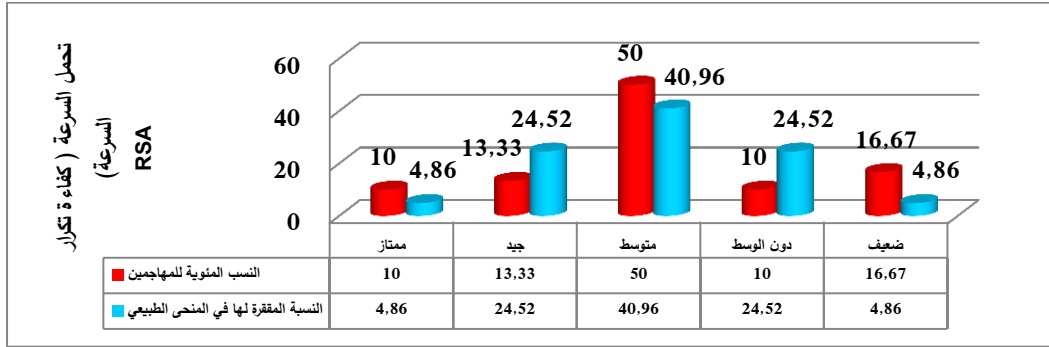
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 50,00% ما يعادل 30 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 14 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 70% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 09 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 45% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40,96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 10,00% ما يعادل 06 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و 03 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,67% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 82: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار تحمل السرعة<sup>RSA</sup> (كفاءة تكرار السرعة).

- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار كفاءة تكرار السرعة<sup>RSA</sup> أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $01,18 \pm 07,18$  ويعزى الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها، و يشير الباحث عبر ذلك أنّ اختبار كفاءة تكرار السرعة القصوى يعد من أهم الاختبارات التي تعبر عن قدرة الرياضي على التحمل اللاهوائي، وهو الأمثل والمناسب لقياس تحمل السرعة لدلا لاعبي كرة القدم وذلك لارتباطه بخصوصية اللعبة التي تتميز بالجري لمسافات قصيرة وبشدة الأقل من القصوى إلى القصوى، كما أنه يقيس عدة قدرات فسيولوجية في آن واحد وهذا ما يعكس أهميته، و من خلال ذلك يتبين أنّ هذه الصفة لدى المهاجمين من أهم المتغيرات التي يجب توفرها في محتوى اللياقة البدنية للمهاجم حيث أنّه يحتاج إلى كمية السرعة و وفرتها بنفس النسق خلال قيامه بمختلف الواجبات الهجومية ويرى الباحث أن تقييم هذه الصفة ومتابعتها من خلال مجموعة من الاختبارات الميدانية تسمح للمدرب معرفة مستوى اللاعب والعمل على تنمية وتطوير مستواه فتحمل السرعة من عوامل الإنجاز الأساسية في مجال اللياقة البدنية حيث تظهر أهميتها في مجال كرة القدم من خلال التأثير الحاسم لها في عملية بناء الهجمة أثناء سير اللعب أو من خلال عملية المباغثة أو الإيقاف أو العرقلة، لذا فإنّ تطوير عنصر تحمل السرعة يتم من خلال استعمال طريقة تدريب الملائمة في تنمية وزيادة القدرة الوظيفية إلى جانب التكنيك الجيد الذي يمكنه من الركض والانتشار في كافة أرجاء الملعب والتوقف وتغيير الاتجاه لذلك فإنّ التدريب في كرة القدم يعتمد على عاملين يكمل بعضهما الآخر وهما الإعداد من الناحية التطبيقية للأداء البدني المهاري والخططي ومن الناحية النفسية" (مختار، 2001، صفحة 11).

ويعزى الطالب الباحث من خلال دراسته لهذا المؤشر عدم الاهتمام بتطوير أشكال السرعة أثناء فترة الإعداد العام والخاص وفترة الإعداد للمباريات وقلة وجود البرامج التدريبية العلمية الذي

ينتهجها المدربون لتطويرها ولأنها أساس لنواحي الأخرى (المهارية والخطئية) فلذلك أغلب المدربين لا يعيرون أهمية لها مما يؤثر سلباً على المستوى الفني للاعبين وهذا الذي كان واضح جلياً في النتائج المتوصل إليها الخاصة باللاعبين المهاجمين هذا ما يتفق مع دراسة (إسماعيل عبد زيد عاشور 2009) " أن صيغة اللعب بطيء وعدم سرعة اللاعبين في الانتشار والانتقال من مكان لآخر في الملعب هذا ما يؤدي إلى عدم بناء هجمة سريعة هذا ما ينافي ما توصلت إليه كرة القدم الحديثة في تأكيدها على اللعب الحديث والانتشار السريع؛ هذا ما يؤكد موفيق المولى " لا مكان للاعب بطيء بكرة القدم الحديثة" (موفيق مولى، 1999، صفحة 183). كما توصل الباحث عبر اطلاعه على العديد من الدراسات والبحوث التي أجريت حول تحسين وتنمية هذه الصفة أن تحسين معدل الراكضات لاختبار كفاءة تكرر السرعة القصوى بفعل التدريب الفترى، منها دراسة ( Thomassen و آخرون 2010) أن التدريب الفترى أدى إلى تحسين كفاءة تكرر السرعة (RSA) بنسبة 1,9% هذا التفوق الحاصل لصالح التدريب الفترى في تحسين مؤشرات كفاءة تكرر السرعة القصوى إلى طبيعة التمارين المطبقة أثناء برنامج التدريب الفترى مختلف الشدة، إذ أن التدرج في شدة التمارين من دورة متوسطة إلى أخرى، و التقليل المتدرج في الراحة البينية بين التكرارات عمل على تكيف الأجهزة الوظيفية للجسم على تحمل التعب الناجم عن فقدان مصادر الطاقة قصيرة المدة  $ATP-PC$  و حتى تراكم حمض اللاكتيك، كما أن التحسن الحاصل في الأجهزة الوظيفية و خاصة الجهاز الدوري التنفسي أدى تسريع عملية استرجاع مصادر الطاقة المفقودة أثناء تكرر السرعة لعدة مرات متتالية و ذلك عن طريقة زيادة كفاءة نظام الطاقة الأوكسوجيني، حيث توصل (حمد 2008) إلى أن طريقة التدريب دائري بالأسلوب الفترى أدت إلى تحسين كفاءة الجهاز الدوري التنفسي و سرعة الاسترجاع من خلال سرعة عودة النبض إلى الحالة الطبيعية، كما يؤكد ذلك دراسة (Dupont, et al. 2005) التي تشير إلى وجود علاقة بين الجهاز الدوري التنفسي ( $VO2MAX$ ) و كفاءة تكرر سرعة لمسافة 40م ل 15 تكرر و براحة 25ثا. و تشير الكثير من الدراسات إلى أن تدريب تحمل السرعة يؤدي إلى الرفع من كفاءة اللاعب في تكرر السرعة القصوى و يزيد من قدرته على الاسترجاع عند لاعبي كرة القدم ( Magni Mohr 2014) ولم تتفق الدراسة مع ما توصل إليه (Ferrari 2008) والتي توصل فيها لأنّ التدريب الفترى بطريقة 4\*4 وبشدة 90 إلى 95 % من أقصى نبض بينها 3 دقائق راحة بواقع مرتين في الأسبوع لم يحسن من معدل الراكضات وبقي ثابتاً، كما تشير دراسة (Hill-Haas S, Dawson et Rowsell 2009) إلى عدم تحسن كفاءة تكرر

السرعة القصوى عند تطبيق برنامجين مختلفين على لاعبي كرة القدم شبان أحدهما يعتمد على أسلوب الفترتي بطريقة الألعاب الصغيرة و الثاني يعتمد نفس الأسلوب لكن بطريقة الجري.

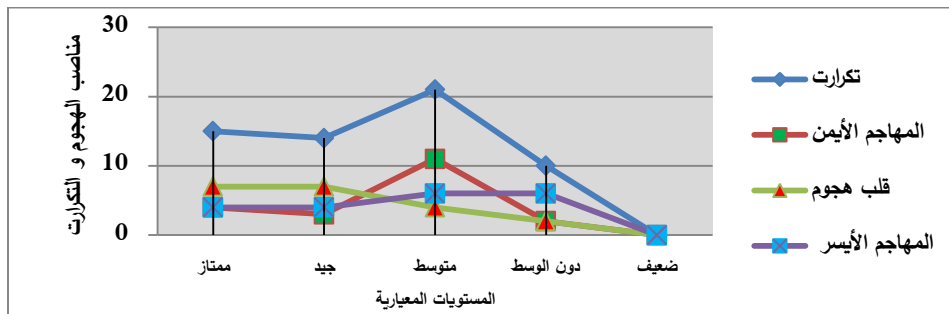
ويعزي الطالب الباحث أن التطور الحاصل لدى كبار الأندية هو نتيجة عمل مدروس وفق أسس علمية وليس وليد الصدفة والأرقام والنتائج تثبت ذلك على أوسع نطاق في ميادين كرة القدم وعلى اختلاف الفئات العمرية هذا الذي أكدته مجموعة من الدراسات و الأبحاث حول المستوى الذي حققه الغرب في الرياضة بشكل عام وفي عالم التدريب بشكل خاص؛ "وقد أدت الرهانات الرياضية والمالية لكرة القدم إلى قيادة المدربين الرياضيين يبحثون باستمرار عن أفضل الطرق لتقييم الأداء وتحسينه فرد وجماعي. و الحاجة إلى ردود فعل سريعة وموضوعية ودقيقة وذات صلة بأداء اللاعبين المنافسين أدى إلى تطوير تحليل متطور للمباراة. استناداً إلى أحدث تقنيات الكمبيوتر و الفيديو، أصبحت هذه الأنظمة عنصراً حيوياً في عملية التدريب والتحضير للأداء على أعلى مستوى" (Carling، 2005). وبعد اطلاع الطالب الباحث على مجموعة من الدراسات التي تناولت تحليل الأداء الخاص بالمهاجمين في مختلف الدوريات الأوروبية توصل إلى مجموعة من الإحصائيات التي تخص المهاجمين على المستوى العالي حيث أوضحت دراسة على مهاجمين الدوري الانجليزي الممتاز أن المهاجمين يقومون بالجري مسافة 278,22 متر بشكل سريع عندما تكون الكرة بحوزة الفريق بمعدل 13 انطلاقة خلال المباراة الواحدة إضافة إلى نجاح استقبالهم للكرة في وضعيات مختلفة بنسبة % 70-80 وبمعدل 1,84 إلى 2,24 لمسة بتوقيت يتراوح بين 77,85 76,09 ثانية، أما مهاجمين الدوري الإسباني يقومون بالجري لمسافة 260,04 متر بشكل سريع بمعدل 43 88 متر عند امتلاكهم للكرة، أما مهاجمين البطولة الفرنسية يقومون بالجري لمسافة 290,38 متر بشكل سريع وعند امتلاك الكرة 208,5 متر (Dellal، 2008، صفحة 19 25 36). ومن خلال التحليل السابق لأداء المهاجمين وكفاءتهم العالية في مؤشر تكرار السرعة يتضح أن دور المهاجم يتطلب لياقة بدنية بما يتطلب بدوره خلال المباراة و إبراز الفارق في مختلف الوضعيات مع الفريق الخصم هذه المعايير تعتبر أساسية لتوجيه اللاعبين إلى المنصب المناسب وبالخصوص لمركز الهجوم الذي يعتبر الفاصل في تسجيل الأهداف و الوصول إلى تحقيق نتائج ايجابية في مختلف المباريات. ويرى الطالب الباحث أن لاعب كرة القدم المهاجم يحتاج إلى كل أنواع السرعة وحسب المواقف المتنوعة والمتجددة للعب فهو يحتاج إلى سرعة الركض لمسافات قصيرة للحاق بالكرة أو احتلال فراغ أو التخلص من الخصم ويحتاج إلى سرعة التحول بالكرة عند الدرجة والى سرعة التفكير لاتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب والى سرعة المناولة وكذلك إلى سرعة التهديد عندما يكون قريب من مرمى الخصم.

3-4-1-11- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار التنسيق (Illinois):

النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد <sup>9</sup>		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*20,16	04	07	04	15	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%20	%35	%20	25	%		
24,52			04	07	03	14	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%20	%35	%15	23,33	%		
40,96			06	04	11	21	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%30	%20	%55	35	%		
24,52			06	02	02	10	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%30	%10	%10	16,67	%		
4,86			00	00	00	00	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%00	%00	%00	00	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 38: يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار التنسيق (Illinois).

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 38 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت 20,16\* وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 83 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار التنسيق (Illinois). (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار التنسيق (Illinois) تبين ما يلي:

#### المستوى: الممتاز

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 25,00% ما يعادل 15 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

#### المستوى: الجيد

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 23,33% ما يعادل 14 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

#### المستوى: المتوسط

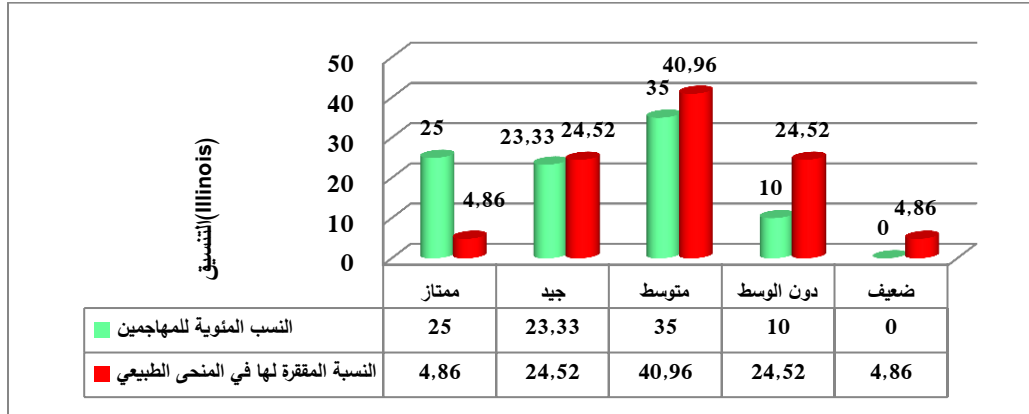
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 35,00% ما يعادل 21 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 11 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 55% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40,96%.

#### المستوى: دون الوسط

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,67% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعبان في منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

#### المستوى: الضعيف

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 00,00% ما يوضح عدم وجود أي لاعب مهاجم على اختلاف المناصب، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 84 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار التنسيق (Illinois).

- وما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار التنسيق أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $01,23 \pm 15,53$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها، ويشير الباحث أن صفة الرشاقة من أحد أهم النقاط التي توضح قدرة اللاعب المهاجم الحركية في تعاملاته مع مختلف المهارات و عمله المنسق العصبي العضلي الذي يوفر له أعلى درجة من الانسيابية والسهولة في الحركة، فالتنسيق هو قابلية الزيادة و النقصان و الحفاظ على تردد السرعة مع تغير الاتجاه و التحكم في الجسم و أن هذا العمل يتطلب مجهود كبير من الجهاز العصبي كمنسق بين العضلات و القرارات بالإضافة إلى حفاظ اللاعب على مركز ثقله داخل قاعدة الارتكاز تماشياً مع السرعة الانتقالية لتحقيق الهدف من الحركة، و الاستجابة السريعة هي القابلية تغير أوضاع الجسم بإنتاج القوة المطلوبة لذلك التنقل و أن هذا العمل يتطلب قدر عالية من المعلومات البصرية و السمعية كتغذية راجعة في تنفيذ الحركة".

و عليه يؤكد الطالب الباحث أن فرق بين الجري في خط مستقيم و الجري المتعرج سواء بالكرة أو دونها يساهم في تقييم إمكانية اللاعب المهاجم بصورة خاصة في التعامل أثناء المواقف المشابهة للمنافسة وإمكانية تجاوزه بشكل سريع وسليم للمدافعين و بذلك اكتساب لياقة عالية من الرشاقة والتنسيق التي نعيد تعرفها نقلا عن (إيلي سيد فرحات ، 2001) في قدرة الفرد على تغير أوضاعه أو اتجاهه بأقصى سرعة و توافق ينسجم و الإزاحة أي الفراغ المتاح المطلوب تجاوزه بطريقة تضمن للاعب المحافظة على السرعة المكتسبة وتقليل من زمن تغير الاتجاه حيث يشير(حنفي مختار ومفتي إبراهيم ) انه كلما قصر زمن الرجوع (زمن إدراك المثير و بداية الاستجابة) كلما استطاع لاعب كرة القدم أن يقوم بالتصرف السليم و في الوقت المناسب.

كما يشير الطالب الباحث على أن هذه الصفة هي تكامل كل الصفات البدنية الأساسية وهذا ما يتفق عليه كل من **2006 Joseph Mercier** و **2008 Micheal Clark** و **Sports Medicine, National Academy of 2001** "أن علاقة السرعة و الرشاقة تكمن في ثبات القوة و مطاطية العضلة و مرونة المفاصل مع ربط العمل الثابت مع المتحرك بالإضافة إلى التكنيك الجيد ، كما يضيف أنّ السرعة هي القابلية في تحريك الجسم في اتجاه واحد أما الرشاقة فهي قابلية الزيادة و النقصان و الحفاظ على تردد السرعة مع تغير الاتجاه و التحكم في الجسم و أن هذا العمل يتطلب مجهود كبير من الجهاز العصبي كمنسق بين العضلات و القرارات بالإضافة إلى حفاظ اللاعب على مركز ثقله داخل قاعدة الارتكاز تماشياً مع السرعة الانتقالية لتحقيق الهدف من الحركة، و يضيف نفس المصدر أن الاستجابة السريعة هي القابلية تغير أوضاع الجسم بإنتاج القوة المطلوبة" (**Mercier, 2006، صفحة 112**). وهذا ما يؤكد **2006Philippe Leroux** إنّ اعتماد هذه الصفة على مستوى نمو التوافق العضلي العصبي وسرعة تفهم تفاصيل الحركة في استيعاب التوافق المتعدد للواجب الحركي الذي يعتمد على قدرة اللاعب المهاجم على السيطرة على الحركات الأفقية و المنحنية المعقدة مع تفهمها في فترة زمنية قصيرة ، بدقة وانسيابية وتوقيت صحيح "تسمح حالة الحركات الغير متوقعة بالتعديل السريع كضبط و تصحيح للعمل الحركي" (**Leroux, 2006، صفحة 14**).

إنّ الرشاقة تتطلب العمل مع المعارضة عكس السرعة و أن الحفاظ على مستوى هذه الصفة المركبة في كرة القدم يجب أن يشمل حصتين على الأقل أسبوعياً خلال الموسم ويضيف الباحث أن توزع المقترح ضمن البرنامج (عمل بدون كرة و بالكرة) يساهم في نمو متطلبات اكتساب فن الأداء الصحيح مثل مراقبة تحركات الكرة و سلامة تقدير الحواس (الحس بصرية حركية) وكفاءة الجهاز العصبي في تقدير المسافة. و عليه يشير ( **Martin D Weineck** ) "أن الجانب التقني الذي يكتسبه اللاعب من خلال التدريب اليومي يعمل على تغلب على المشاكل الحركية بأقل جهد ممكن و اقل وقت ممكن و هذا لاعتمادها على التنسيق أو التوافق الحركي النموذجي الذي يصب في مصلحة الهدف من تلك الحركة حيث يؤكد (**Weineck**) أن التنسيق أو التوافق هو زمن تردد الحركة أو تسارعها و الذي يسمح بتنظيم المثالي للقوة المنتجة (التأثير المتبادل بين القوى الداخلية و الخارجية). (**Weineck, 1997، صفحة 417**) و الذي يعبر عنه , (**Lee E. Brown, Vance Ferrigno**) في أهمية عنصر الرشاقة التي تحتاج إلى عمليتين متوازيتين الأولى يعتمد على القوة المميزة بالسرعة (تباطؤ و تسارع) عند تغير الاتجاه و الثاني التحكم في الجسم و تخفيض السرعة. ويعزي الباحث من خلال ما أشارت إليه النتائج لصفة التنسيق والرشاقة أن هذا

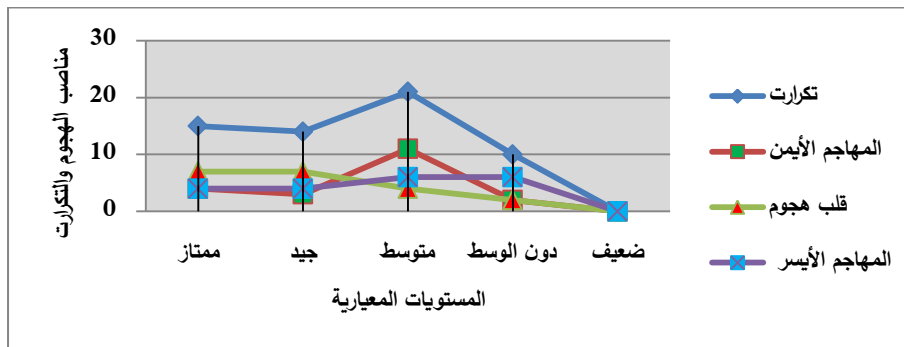
العامل يعتبر مهم في تحديد معايير خاصة للاعب المهاجم لتقييم قدراته الحركية وهذا ما يتيح للمدربين العمل على تحسين هذه الصفة وأخذها بعين الاعتبار أثناء عملية التوجيه نحو المنصب وتطوير أداء المهاجمين للرفع من مستوى أدايم بشكل عام حيث يؤكد **Ancian, Jean-Paul** **2008** "أنّ مباريات كرة القدم تتطلب من اللاعبين المهاجمين استخدام جهازهم الحركي بنسبة 5% دون كرة 60-66% بالكرة حيث تتطلب هذه الأخيرة خطوات خاصة تختلف عن الجري العادي و هذا بسبب نقل الكرة زائد إلى ذلك عملية تغير الاتجاه نتيجة المضايقة و التي تتراوح بين 40-60% حيث أن هذه المواقف وحده يتطلب اشتراك جميع أقسام الجسم ضمن علاقة اللاعب كرة و بوجه خاص عند الجري بالكرة التي تتطلب عمل العضلي الأفقي و العمودي قصد المحاورة و السيطرة على الكرة تم المرور إلى المراوغة. مما يجعل مهارة في كرة القدم تأخذ الطابع المعقدة الذي يحتاج إلى الدقة الحركية و التوازن" (**Ancian, 2008**، صفحة 18). ويشير **Sheppard** وآخرون **2006** "أنّ السرعة في الحركة مع تغيير الاتجاه وذلك من خلال الاستجابة لمختلف المثيرات، وكمل في كرة القدم اللاعب يقوم بسرعات وتوقفات مع تغيير الاتجاه على مدار سير المباراة" (**SHEPPARD, 2006**، الصفحات 342-349)

3-4-1-12- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار المرونة (قياس مرونة الجذع):

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد <sup>9</sup>		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*22,33	03	06	02	11	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%15	%30	%10	18,33	%		
24,52			03	04	06	13	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%15	%20	%30	21,67	%		
40,96			07	07	09	23	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%35	%35	%45	38,33	%		
24,52			07	03	03	13	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%35	%15	%15	21,33	%		
4,86			00	00	00	00	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%00	%00	%00	00	%		
99,72				20	20	20	60	المجموع	
				100	100	100	100		

الجدول رقم 39 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار المرونة (قياس مرونة الجذع):

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 39 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت 22,33\* وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، بين المستويات لصالح المستوى المتوسط.



الشكل رقم 85 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار المرونة (قياس مرونة الجذع). (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار المرونة (قياس مرونة الجذع) تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33% ما يعادل 11 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعبان في منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 30% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 21,67% ما يعادل 13 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 06 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 30% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

**المستوى: المتوسط**

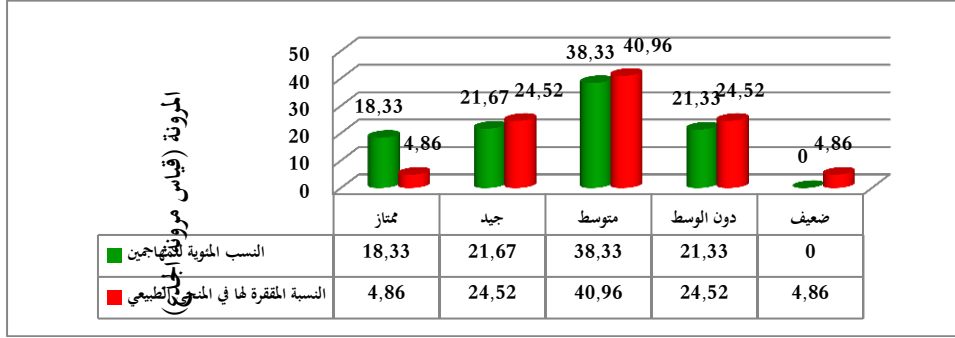
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 38,33% ما يعادل 23 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 09 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 45% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40,96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 21,33% ما يعادل 13 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 03 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 00,00% ما يوضح عدم وجود أي لاعب مهاجم على اختلاف المناصب، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 86 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها

ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار المرونة (قياس مرونة الجذع)

- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار المرونة أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $01,96 \pm 07,10$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها، ويشير الباحث إلى أنّ هذه الصفة تعتبر من القدرات الهامة التي تميز الجهاز العضلي (المجموعة العضلية، المفاصل، الأربطة، المحاور والمستويات العظمية..). هذه المؤشرات تعتبر من القواعد الأساسية التي تنمى في فترات متقدمة بالنسبة للاعبين ككرة القدم لكونها لها زمن محدد للتطوير والتمنية وحاول الباحث عبر هذا الاختبار إلى قياس مرونة الجذع الخاص باللاعبين المهاجمين لمعرفة مدى مرونة الجهاز الحركي للاعب الذي يتميز بقيامه بأداء متنوع الذي يتوافق وقدراته و مهامه في التنشيط الهجومي الذي يحتوي مجموعة من المهارات والحركات المعقدة التي تسمح للاعب بالتحكم والتعامل المثالي لنقل جسمه سواء عن طريق الكرة أو في كيفية مركزه أثناء استقبالها أو تسديدها ، ويشير في هذا السياق (محمد حازم محمد أبو يوسف 2005) "أنّ المرونة من القدرات الهامة لأداء الحركي لأنها تشكل مع باقي القدرات الحركية السابقة كالتحمل والسرعة والقوة و الرشاقة، الركائز التي يتأسس عليها اكتساب وإتقان الأداء الحركي في كرة القدم" (محمد حازم ، 2005، صفحة 39).

ويرى الطالب الباحث أنّ المرونة في شتى أشكالها وأنواعها وأقسامها وتعدداتها المتباينة ، هي السمة التي تشتمل عليها جميع الحركات والمهارات التي يقوم بها اللاعب المهاجم، وكما أشرنا سابقاً بأن اللاعب المهاجم من الناحية البدنية مزيج مركب من العناصر المكونة واللياقة البدنية، والمرونة بصفة خاصّة يحتاجها اللاعبون المهاجمين على اختلاف المناصب التي يشغلونها حتى يتمكنوا من القيام بواجباتهم المهارية الخطئية أثناء التنشيط الهجومي والحفاظ على حركة أجسامهم بأقصى كفاية من السلامة هذا ما يتوافق مع ما توصل إليه كل من شرعب وأبو صلاح 2001 والبطيخي 2010 والدلمي 2008 وعبد الله وعذاب 2007 " أن للمرونة أهمية كبرى كونها إحدى المتغيرات

البدنية المستهدفة أثناء عمليات التدريب لدى ناشئي كرة القدم". ويشير **ADRESSE** "أن أولويات التدريب البدني تدور حول القوة والسرعة إضافة لرؤية المدربين لتأثير المرونة على أنه قليل في الأداء ، رغم أن المرونة هي سبب اتساع المدى الحركي الكبير إضافة لتأثيرها على صفات الأداء الحركي الجميل" (Aurélien Broussal Derval، 2012، صفحة 42). و أكد (ولد حمو مصطفى 2015) في دراسته "أن للمرونة علاقة مباشرة مع القوة ولها فوائد صحية كبيرة بحيث تساعد في الوقاية من الإصابات وتساعد على الانسيابية وتحقيق الآلية الحركية" (مصطفى، 2015، الصفحات 16-36). ويشير الطالب الباحث أن المرونة ضرورية للاعب المهاجم في كرة القدم ليتمكن من حركة مفاصل جسمه بسهولة وبسرعة لأداء الحركات المختلفة والمطلوبة منه وحسب المواقف الهجومية التي تواجهه في المباريات وبدون هذه الصفة لا يمكن لأي لاعب أن يقوم بأداء المهارات الأساسية بالشكل المطلوب هذا ما يؤكدّه المولى 2000 " أن المرونة الضعيفة تؤدي إلى تكتيك وعمل بدني ضعيف، وكذلك إلى أغلب الإصابات الرياضية الشائعة عند لاعبي كرة القدم" (موفق مجيد المولى، 2000، صفحة 322). و يضيف أنه من الضروري أن يتصف لاعب كرة القدم بالمرونة "لأن المرونة القليلة تعيق الإنجاز الرياضي وتعرض العضلات للإصابة". و هذا ما يتفق مع (حسانين و آخرون 1998) "بما أن المرونة من مكونات الأداء الحركي فأن تمتيتها تؤثر على باقي الصفات البدنية الأخرى و أثر تكيف اللاعب في كثير من أوجه النشاط البدني تقدره درجة المرونة الشاملة للجسم أو لمفصل معين ،والمرونة الجيدة أو المدى الواسع للحركة له مكان بارز فسيولوجياً و ميكانيكياً و إن اللاعب ذو المرونة العالية يبذل جهداً أقل من اللاعب الأقل مرونة" (حسانين، محمد صبحي، ومعاني، أحمد كسرى، 1998، صفحة 164). ويرى الطالب الباحث أن تحديد مستويات معيارية لهذه الصفة من المؤشرات المهمة التي تسمح للمدرب في التعرف على المستوى الحركي للاعب المهاجم ومدى مقدرته على التحكم في المجموعة العضلية أثناء أداء مختلف المهارات والحركات الأساسية التي تساهم في تحقيق أفضل مستوى للإنجاز خلال المنافسات أو خلال الحصص التدريبية باعتبار أن المرونة تلعب دور كبير في أداء اللاعب المهاجم حيث أن معظم المهارات التي يؤديها المهاجم تحتاج إلى مرونة المفاصل ومطاطية في العضلات مثل التصويب والتمرير الاستقبال و الترويض وغيرها من المهارات الأساسية التي يقوم بها اللاعب المهاجم، كما يشير الباحث أن المستوى المتوسط الذي شهده لاعبي كرة القدم الذين يشغلون منصب هجوم هو دلالة على إهمال هذه الصفة خلال المرحلة الأولى من التدريب لهذه الفئات الشبانية ولذلك على القائمين على عمليات التدريب والتكوين الاهتمام بالفئات الشبانية ومحاولة صقل مواهبهم وفق مؤشرات وأسس علمية تتماشى وما يتطلبه التدريب الحديث في كرة القدم ومحاولة مسابرة على مدارس وأندية كرة القدم الجزائرية.

عرض ومناقشة الفرضية الثالثة:  
 تتميز القدرات الفسيولوجية للاعبين المهاجمين تحت 17 سنة بمستوى متوسط.

3-5-1- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج الاختبارات الفسيولوجية :

ممتاز	جيد	متوسط	دون الوسط	ضعيف		الاختبارات الفسيولوجية
[42,13_41,02]	[41,01_39,91]	[39,9_38,79]	[38,78_37,77]	[37,76_36,56]	الدرجة المعيارية	السرعة الهوائية القصوى
[18,00_16,61]	[16,6_15,21]	[15,2_13,81]	[13,8_12,41]	[12,4_11,00]	الدرجة الخام	VMA
[42,13_41,02]	[41,01_39,91]	[39,9_38,79]	[38,78_37,77]	[37,76_36,56]	الدرجة المعيارية	الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين
[63,00_58,11]	[58,1_53,21]	[53,2_48,31]	[48,3_43,21]	[43,4_38,5]	الدرجة الخام	VO2MAX
[32,38_39,6]	[39,61_46,83]	[46,84_54,06]	[54,07_61,29]	[61,3_86,52]	الدرجة المعيارية	مؤشر التعب
[0,66_0,77]	[0,78_0,88]	[0,89_01]	[01,01_01,11]	[01,12_01,23]	الدرجة الخام	RSA
[37,96_38,84]	[38,85_39,72]	[39,73_40,6]	[40,61_41,48]	[41,49_42,36]	الدرجة المعيارية	سرعة الاسترجاع
[300_318,8]	[318,81_337,6]	[337,61_356,4]	[356,41_375,2]	[375,21_394]	الدرجة الخام	NOV

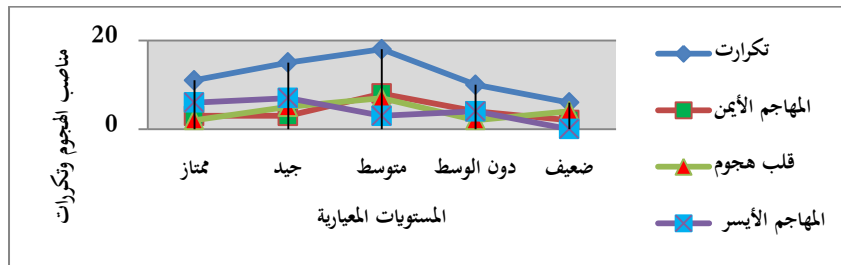
الجدول رقم 40 : يوضح المستويات المعيارية للاختبارات الفسيولوجية للاعبين المهاجمين.

3-5-1-1 عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار يويو تاست ( السرعة الهوائية القصوى - الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين) : VO2MAX -VMA

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة							
4,86	09,49	7.16	06	02	03	11	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%30	%10	%15	18,33	%		
24,52			07	05	03	15	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%35	%25	%15	25	%		
40,96			03	07	08	18	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%15	%35	%40	30	%		
24,52			04	02	04	10	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%20	%10	%20	16,67	%		
4,86			00	04	02	06	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%00	%20	%10	10	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 41: يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار يويو تاست.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 41 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت 07,16 وهي أقل من القيمة الجدولية المقدر بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني عدم وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، ومنه نستنتج أن النسب متقاربة بين المستويات .



الشكل رقم 87 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار يويو تاست ( السرعة الهوائية القصوى - الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين) : VO2MAX -VMA ( مهاجم أيسر ، مهاجم أيمن ، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة

البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار يويو تاست ( السرعة

الهوائية القصوى- الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين)  $VO_{2MAX} - VMA$  تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33% ما يعادل 11 لاعب مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 25,00% ما يعادل 15 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

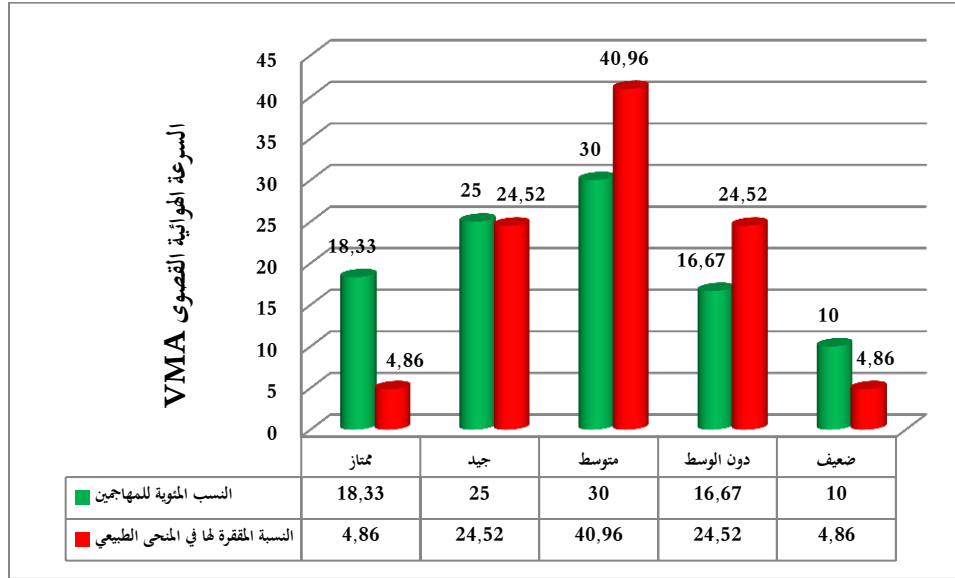
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 30,00% ما يعادل 18 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 08 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 40% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,67% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 10,00% ما يعادل لاعبان مهاجمان يشغلون منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 88 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار يويو تاست ( السرعة الهوائية القصوى - الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين)  $VO_{2MAX} - VMA$ .

#### - ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار يويو تاست أن قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $01,25 \pm 15,31$  بالنسبة لمؤشر السرعة الهوائية القصوى و  $04,39 \pm 53,60$  بالنسبة لمؤشر الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بتقارب في المستوى بالنسبة للقدرات الهوائية الخاصة باللاعبين المهاجمين على اختلاف المناصب التي يشغلونها ومن خلال دراسة الطالب الباحث التي كان محتواها تحديد مستوى اللاعبين من خلال بعض القدرات الفسيولوجية تبين أن اللاعب المهاجم لا زال بعيداً عن المستوى المطلوب وذلك نظراً للإهمال إن صح التعبير خلال العملية التدريبية الخاصة بالفئات الشبانية فمن خلال اطلاع الباحث وقيامه بمجموعة من المقابلات اتضح أن هذه الأندية أغلبها لا تقوم بالتحضير الجدي للمنافسات وذلك ما يؤثر سلباً على اللياقة البدنية وبصورة خاصة على القدرات الفسيولوجية ، ويشير الباحث أنه من خلال معرفة المتغيرات الفسيولوجية وتحديد مستواها قد تفيد العديد من المتخصصين في وضع برامج التدريب، وبالتالي رفع كفاءة اللاعب المهاجم مما ينعكس على طريقة أداءه في الملعب وبالتالي ارتفاع مستوى الأداء، هذا ما أكده **محمد حازم محمد أبو يوسف** أن مساهمة الدراسات الفسيولوجية تمكن من تحديد مدى استعدادات اللاعب الفسيولوجية لأداء المنافسات في ضوء المؤشرات الفسيولوجية الهامة، وبالرغم من أنه لا تزال هناك صعوبات في تحديد نموذج معين للخصائص الفسيولوجية، وتعد الطرق

للتعرف على الإمكانيات الوظيفية للاعب، فقد اتجه كثير من الباحثين إلى التنبؤ في مجال الانتقال على أساس الإمكانيات الوظيفية للفرد بناء على عوامل كثيرة كمؤشرات وظيفية مثل الحالة الصحية والإمكانيات الوظيفية للجهاز الدوري التنفسي بالإضافة إلى مستوى الكفاءة البدنية العامة والخاصة (محمد حازم ، 2005 ، الصفحات 40-41). ويشير **عبد الرحمن سيف 1991** إلى أهمية الأسس الفسيولوجية لأجهزة الجسم المختلفة وسلامتها للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية، حيث يعتبر الجهاز الدوري التنفسي من أهم الأجهزة الحيوية بالجسم، وفي الدول المتقدمة رياضياً يستعين القائمون على التدريب والباحثون بمعدلات النبض، وضغط الدم، ومعدل التنفس وكم النفس بعد أقصر شهيق وأدنى زفير خلال المجهود البدني والراحة كمقاييس لتقويم حالة الفرد من الناحية الوظيفية. (**عبد الرحمن احمد سيف، 1991، صفحة 193**).

ويرى الطالب الباحث أن أهمية تحديد القدرات الفسيولوجية لدى لاعبين المهاجمين تساهم بشكل كبير في معرفة قدرات اللاعب على أداء وظائفه التقنية والتكتيكية في شكل يتناسب ومتطلباته الوظيفية البدنية، وقام العديد من الباحثين بتناول نشاط اللاعبين وتوصلوا "أن الحركة كالانطلاقات سريعة أو كالحركة دون كرة بسرعة يمكن أن يندمجا تحت بند الشدة العالية في المباراة، وأن نسبة الجهد المؤدى بشدة واطئة إلى نسبة الجهد المؤدى بشدة عالية تشكل  $2/1$  من مجموع المسافة المقطوعة وهذه النسبة إذا قيست بالزمن فإنها تصبح  $1/7$  أي (خفيف-عالي) وهذا يدل على أن اللعبة يسيطر عليها نظام الطاقة الهوائي بالدرجة الأولى" (**أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 31**).

ويرى الطالب الباحث أن المستوى الذي تحصل عليه اللاعبين المهاجمين من خلال الاختبار الفسيولوجي الخاص بالقدرات الهوائية يعود إلى المنهاج التدريبي المعتمد من طرف القائمين على هذه النوادي والذي لم يتبع الأسلوب العلمي الصحيح والذي يمكن من خلاله تحديد الحمل التدريبي وفق المؤشرات الوظيفية "إن التدريب الوظيفي يحتاج للتخطيط والتنظيم و إلى خيال مدرب قادر على تقويم نجاح الأهداف والدخول لهدف التدريب" (**الطائي، معزز يونس ذنون، 2001، صفحة 66**). ولا بد لأي مدرب عند وضعه لمنهاج تدريبي أن يستعان ببعض المؤشرات الوظيفية ليتمكن من تحديد الأحمال التدريبية اليومية والأسبوعية حيث يتضح الترابط بين طبيعة الأداء في لعبة كرة القدم وبين المتغيرات الوظيفية التي تصاحب الأداء والتي لا بد من دراستها والوقوف على مبادئ التنمية لديها عند إعداد الوحدات التدريبية اليومية والأسبوعية والشهرية وأثناء الموسم التدريبي (**العلا، وشعلان، إبراهيم، 1997، صفحة 21**).

و تفسر بعض الدراسات تفوق لاعبي خط الوسط بحجم المسافة المقطوعة أثناء المباراة إلا أن أكثر النشاطات التي يقوم بها لاعبو الوسط هي أنشطة ذات سرعة منخفضة مما يعطي أهمية لنظام الطاقة

الهوائي لدى هؤلاء اللاعبين في حين وجد أن نسبة العمل اللاهوائي تكون أعلى لدى المدافعين خصوصا المدافع القشاش كما ظهر أن قلب الدفاع و قلب الهجوم هم الأكثر في عدد القفزات لحيازة الكرة من بقية المراكز , و يذكر أن معدل القفز لدى لاعبي كرة القدم يشكل مرة كل 5 إلى 6 دقائق (أمين خزعل عبد، 2014، الصفحات 33-34). كما أنّ القدرة على تحمل الحمل البدني لفترة طويلة يعتمد على القدرة الهوائية العالية و التي يعبر عنها (VO2MAX) ، لكن السقف المفتوح لأي لاعب حمل بدني مستمر يدخل عامل مؤثر آخر في التحمل وهو العتبة الفارقة اللاهوائية , وتتطلب لعبة كرة القدم استهلاك أكسيجيني يصل إلى 75% من الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين , و تشير الدراسات أن اغلب لاعبي كرة القدم في المستويات العليا يصلون عند هذه القيمة إلى مستوى العتبة الفارقة اللاهوائية كما تشير الدراسات إلى تفوق لاعبي خط الوسط في هذه القيمة على بقية لاعبي المراكز الأخرى (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 34). ويعتبر مؤشر VO2MAX عامل مهم يعمل على ترقية النظامين الهوائي و اللاهوائي على حد سواء و هو أساس النجاح في تغطية المسافة التي يقطعها اللاعب في المباراة بين العمل الهوائي و اللاهوائي لكن العلاقة تضعف بين VO2MAX و الانطلاقات السريعة التي تقع ضمن نظام الطاقة اللاهوائي الفوسفاتي .إن أسلوب اللعب يؤثر في نسب عمل اللاعبين و نسب عمل أنظمة الطاقة , فنرى بعض الفرق تتحفظ في بناء الهجمات محاولة اختيار الفرصة المناسبة أو الهجوم المرتد و بعض الفرق تهاجم بسرعة طوال الوقت كفرق أمريكا الجنوبية ومعظم فرق أوروبا و هذا الأسلوب لا يستثني تنمية القدرات الهوائية كونها تساهم هنا في سرعة الاستشفاء من آثار العمل السريع و تحضير الطاقة بوجود الأوكسجين بسرعة أيضا , و تشير إحدى الدراسات أن لاعبي أمريكا الجنوبية هم الأسرع إيقاعا داخل الميدان من اللاعبين الانجليز لكنهم يقطعون مسافة اقل من الانجليز بمعدل 1,5 كم (Reilly.T، 1994). ويشير الباحث أن ما توصل إليه من نتائج يتوافق ما توصل إليه العديد من الباحثين في ميدان كرة القدم الجزائرية وعلى العديد من الأندية التي تخص الفئة العمرية تحت 17 سنة نذكر دراسة علي بن قوة 2004، ناصر عبد القادر 2006، و دربال 2014، هوار عبد اللطيف 2014، خروبي محمد فيصل 2015 وكانت أغلب النتائج المتوصل إليها تنحصر بين المستوى المتوسط والضعيف بالنسبة لمؤشر VMA VO2max وهذا دلالة أن عملية التكوين فيها العديد من المشاكل والنقائص التي أدت إلى الوصول إلى هذا المستوى وأن الاهتمام البالغ أصبح يساير فئة الأكبر فقط رغم أنّ الفئات الشبانية هم الخزان لفرق الأكبر والفرق الوطنية، كما أن المؤشرات الفسيولوجية أصبحت من أهم المؤشرات التي تعطي صورة واضحة للياقة البدنية للاعب و على هذا الأساس يشير الباحث أن عملية التوجيه نحو منصب الهجوم لا تقوم وفق أسس علمية متمثلة في اختبارات ميدانية وما زال العديد من المدربين يراعون

الجانب المهاري بشكل كامل وهذا ما يعد طريقة عشوائية بالمقارنة ما تتطلبه كرة القدم الحديث في مجالات الكشف والانتقاء والتوجيه ولذلك وجب على القائمين على أندية الكرة القدم الجزائرية إعادة النظر فالإستراتيجية التي يستخدمونها أثناء عملية التوجيه وفق مناصب اللعب بشكل عام.

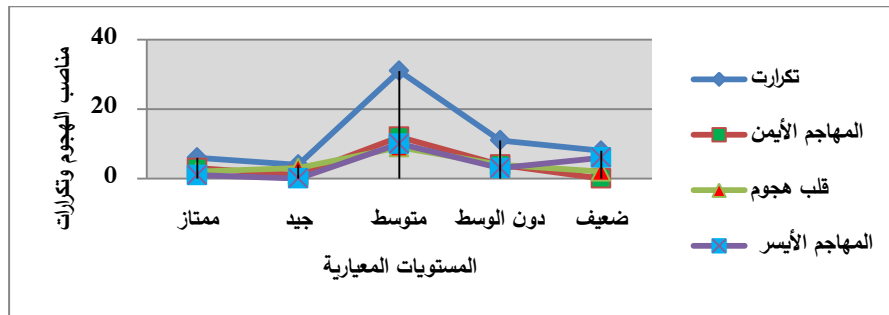
يؤكد بعض المختصين في مجال التدريب والتحصير البدني أنّ أفضلية برنامج التدريب الفترتي مختلف الشدة في تحسين هذين المؤشرين الدالين على القدرة الهوائية القصوى لدى اللاعب و بالتالي يعتمد عليها المدرب في وضع التمارين بدرجة الحمل التي يريد و حسب الفروقات الفردية للاعبه بالاعتماد على كل من السرعة الهوائية القصوى (VMA) و مؤشر النبض (FCMAX) و كذا منطقة الانتقال الهوائي-لاهوائي حيث تشير الكثير من البحوث إلى أهمية استعمال هذه المؤشرات في تقنين الأحمال التدريبية للبرامج التدريبية الحديثة و منها دراسة (J.meddelli 1989) و هي خاتمة لمجموعة من الدراسات من سنة 1987 إلى 1989م حيث اتفقت هذه الأخيرة على أهمية التحضير البدني الفردي على حسب الفروقات الفردية (كما أن قياس VO2MAX و مجال الانتقال من العمليات الأيضية الهوائية إلى اللاهوائية هي مرجعية دقيقة في المقارنة بين اللاعبين بالنسبة للمدربين، كما أنّها توصلت إلى أن هذه المعطيات تحول التقويم الكمي إلى تقويم نوعي للتدريب كي يكون اللاعبون كما يريدهم المدرب، و حسب الجمعية الفرنسية للطب الرياضي فان طريقة استعمال تركيز حمض اللاكتيك في الدم و التهوية الرئوية تعتبر طريقة مرجعية في تحديد مناطق الشدة المستعملة في برمجة التدريب البدني، و الشائع هو القيام بتحديد العتبتين اللاكتيكتيتين أو عتبتى التهوية الأولى و الثانية. وبرى الطالب الباحث أنّ تحديد هذه المؤشرات الفسيولوجية لها أهمية كبيرة لدى لاعب كرة القدم بصفة عامّة وللمهاجم بصفة خاصة لكونها من أحد أهم المحددات التي تظهر مدى كفاءة اللاعب وهذا بمرافقة عملية التكوين والإعداد التي يعتمدها المشرفون على مختلف الفئات الشبانية ومراعاة متطلبات مناصب اللعب حتى يكون هناك تناسق بين كفاءة اللاعب والمنصب المشغول، وتعتبر القدرات الهوائية من ضروريات لاكتساب لياقة بدنية عالية وهذا ما يفتقره ناشئ معظم فرق الكرة الجزائرية الذي تتوضح في مختلف نتائج الدراسات التي تناولت تحديد مستويات معيارية حيث توصلت إلى مستوى المتوسط و الضعيف على اختلاف الفئات العمرية.

3-5-1-2- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار مؤشر التعب RSA ( كفاءة تكرار السرعة ) :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد <sup>9</sup>		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*39.83	01	02	03	06	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%05	%10	%15	10	%		
24,52			00	03	01	04	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%00	%15	%05	6.66	%		
40,96			10	09	12	31	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%50	%45	%60	51.66	%		
24,52			03	04	04	11	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%15	%20	%20	18.33	%		
4,86			06	02	00	08	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%30	%10	%00	13.33	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 42 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار مؤشر التعب RSA ( كفاءة تكرار السرعة ) .

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 42 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت \*39,83 وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدرة بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، لصالح مستوى المتوسط.



الشكل رقم 89: يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب

في اختبار مؤشر التعب RSA ( كفاءة تكرار السرعة )

( مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر )

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار مؤشر التعب RSA (كفاءة تكرار السرعة)

تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 10% ما يعادل 6 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 5% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 6.66% ما يعادل 4 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ لاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 5% و 03 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

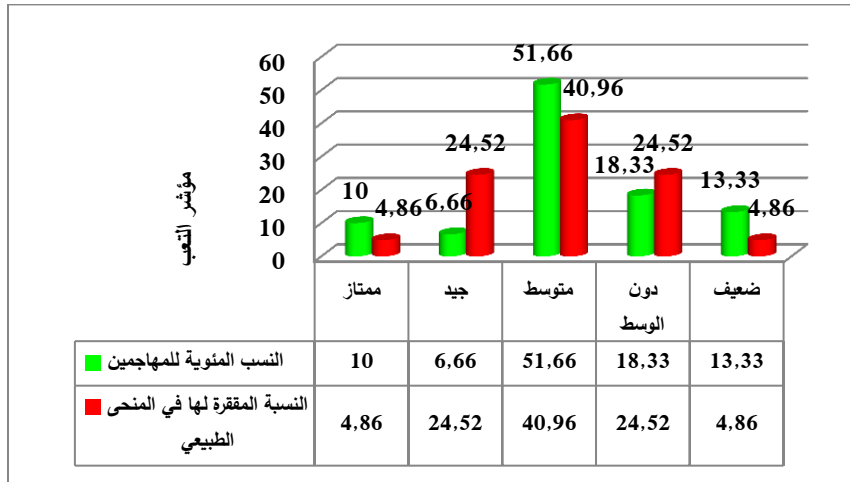
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 51.66% ما يعادل 31 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 12 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 60% و 9 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 45% و 10 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 50% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18.33% ما يعادل 11 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 4 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24, 52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13.33% ما يعادل 06 لاعبين مهاجمين يشغلون منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% و لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 10% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 90 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار مؤشر التعب RSA (كفاءة تكرار السرعة).

- وما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار RSA لمؤشر التعب أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $0,15 \pm 0,93$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث تميزت بمستوى متوسط في أغلب النتائج وذلك ما يوضح أنّ اللاعبين المهاجمين لديهم بطئ وتأخر في عملية الاسترجاع و العودة إلى الحالة الطبيعية من خلال اختبار كفاءة تكرار السرعة RSA الذي يحدد مؤشر التعب بالنسبة للاعبين المهاجمين الذي تتطلب مواقف لاعبه الهجومية مسايرة نسق المباراة في مختلف الجهود التي يبذلونها في أطوار المباراة الذي ينتج عنه تعب و هبوط في الأداء نتيجة الاستمرار في الجهد البدني و في كثير من الأحيان تعلق الخسارة بكرة القدم بعامل التعب وغالبا ما يظهر في نهاية المباراة إذ يظهر هبوط عام في إمكانات اللاعبين، هذا ما يؤكد أمين خزعل عبد نقلاً عن Saltin أنّ لكمية الكلايكوجين المخزونة في العضلات العاملة أهمية كبرى في تقليل فرص ظهور التعب ، وأشارت فحوصات إحدى الدراسات السويدية أنّ مخزون الكلايكوجين في عضلات الفخذ اقل بنسبة 25 % من الحاجة الفعلية للاعبين في المباراة، وكان للسرعة التأثير الأكبر في نسبة استهلاك الكلايكوجين ، ولابد من الاهتمام بموضوع كمية المخزون في العضلة خصوصا خلال فترات ازدحام جدول المنافسات وفي البطولات التي يمكن أن يلجأ خلالها إلى الأشواط الإضافية ، إذ يشكل المخزون هنا دورا حيويا في أداء اللاعبين لذا يجب مراعاة الفحص المستمر مع إعطاء النظام الغذائي عناية كبيرة إذ أنّ جميع

التجارب أجمعت على أن زيادة تحميل الكلايوجين للعضلات له آثار ايجابية في الأداء (أمين خزعل عبد، 2014، صفحة 42). ويرى الباحث أن الغاية الأساسية من تقليل حدوث التعب هو أن التعب سبب أساسي في إحراز الأهداف خصوصا في نهاية المباراة ولذلك يشمل هذا المؤشر جميع اللاعبين على اختلاف خطوط اللعب و بغض النظر عن سبب التعب فان فريق كرة القدم يجب أن يستعد بدنيا وفسولوجيا لأنه يلعب 90 دقيقة ذات شدة عالية بشكل فعال هذا إذا ما استبعدنا الظروف الجوية التي تعجل من ظهور التعب أو تعمل على تأخيره . ويشير (Rahnama.2002) تعب عقلي أو نفسي نتيجة لفقدان التركيز خلال هذا الوقت مما يؤدي إلى حدوث أخطاء خطئية تؤدي إلى إحراز هدف، في حين يعزو هذه الظاهرة بعض المختصين إلى أن زيادة سرعة اللعب في تلك الأوقات قد يكون هو السبب الرئيسي إذ لوحظ أن نسبة حيازة الكرة ترتفع بشكل كبير في أول 15 دقيقة و آخر 15 دقيقة.

وهذا ما توصل إليه بوفادن عثمان 2016 "أن كل من تحمل السرعة و تحمل القوة يدخلان ضمن نظام الطاقة الأوكسجيني بشقيه سواء كان الفوسفاتي أو اللاكتيكي وذلك ما يظهر في تحسن القدرة الأوكسجينية للاعبين من حيث سرعة استرجاع مركبات الطاقة من فوسفات كرياتين و أدينوسين ثلاثي فوسفات و جلايوجين العضلات و كذا قدرة العضلات على تحمل التعب الناتج عن تراكم حمض اللاكتيك و خاصة في اختبار تحمل القوة لاستمراره لمدة 90 ثا مما يعني دخول في النظام اللاكتيكي، و كذا تسريع التفاعلات الكيميائية عن طريق تحفيز نشاط الإنزيمات المساعدة الناتج عن طبيعة و أسلوب التدريب المتبع، و الذي يتميز بشدات مختلفة و فترات راحة ايجابية بين التكرارات و المجموعات مما يساعد على استدامة هذه التفاعلات أثناء الجهد و الاستعادة" كما أشارت دراسة (Rossignol 1998) أن توجد علاقة ارتباطية قوية بين مؤشر التعب و القدرة اللاهوائية القصوى (20م سرعة قصوى ) حيث بلغ معامل الارتباط بينهما 0,72-.

وقد أوضح (زكي وراتب) عن (Fox & Mathews) أن التدريب الفترتي يقلل من سرعة ظهور التعب ، لأن مخزون العضلة من الـ(ATP) يعوض في أثناء مدة الاستشفاء ، عن طريق النظام الأوكسجيني ، في حين لا توجد راحة في طريقة الحمل المستمر ليتم تعويض الـ(ATP) في الاستشفاء ، وهذا يفسر لماذا يتمكن الرياضي من أداء العمل المنقطع بكفاءة أكبر من العمل بطريقة الحمل المستمر ، إذ أن حجم ضربة القلب تكون عادة في مدة الاستشفاء أعلى من التدريب ، بمعنى زيادة كمية الدم التي يدفعها القلب مع كل ضربة ، فكلما زادت كمية الدم التي يدفعها القلب زادت كمية الأوكسجين للعمل ، كما أن العمل الفترتي أكثر كفاءة من العمل المستمر ، لأن

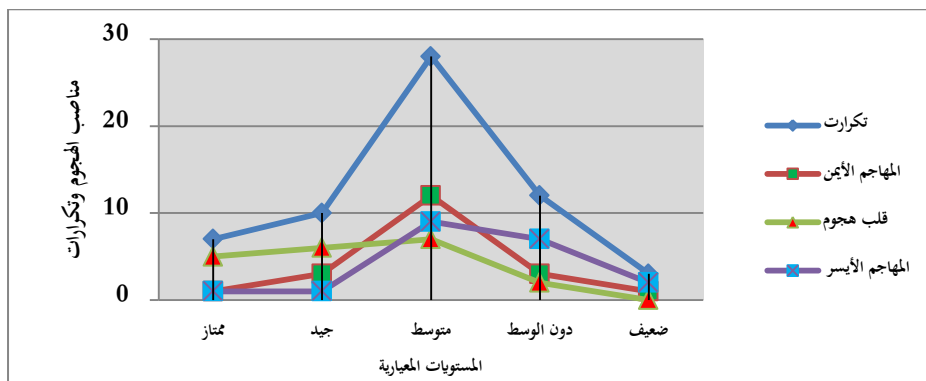
فترات استعادة الشفاء تمكن القلب من الوصول إلى أعلى مستوى لضخ الدم في حين هناك مدة راحة واحدة في نهاية التدريب المستمر (زكي، 1990، صفحة 136). ويشير الباحث أنّ إلمام المدربين بهذه الجوانب النظري والتطبيقي في ما يخص عمليات الاسترجاع والاستشفاء له أهمية بالغة في تقنين وبرمجة حصص الاسترجاع لتجاوز مرحلة التعب الذي قد تكون أحد أبرز النقاط التي تساهم في هبوط مستوى اللياقة البدنية الخاصة باللاعبين ويشير الطالب الباحث على ما توصل إليه الغرب في هذا المجال برزت نتائجه على مستوى عالي حيث أننا نشاهد مباريات ذات نسق عالي جدا خلال المنافسات القارية والعالمية حيث يجري أغلب الأندية أطوار المباريات دون ظهور تعب أو إرهاق كبير عكس ما نشاهده في ميادين الكرة العربية و الجزائرية بالخصوص ولذلك وجب مواكبة عصر التطور والتكنولوجيا ومحاولة توظيفها في أنديةنا للنهوض بالمستوى على جميع المستويات في عالم المستديرة.

3-5-1-3- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار الأداء NEVMIJANOV (سرعة الاسترجاع):

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية و العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة							
4,86	09,49	* 30,50	01	05	01	07	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%05	%25	%05	11,66	%		
24,52			01	06	03	10	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%05	%30	%15	16,66	%		
40,96			09	07	12	28	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%45	%35	%60	46,66	%		
24,52			07	02	03	12	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%35	%10	%15	20	%		
4,86			02	00	01	03	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%10	%00	%05	05	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 43 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار الأداء NEVMIJANOV (سرعة الاسترجاع)

خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 43 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت **30,50\*** وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر بـ **9,49** عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، لصالح مستوى المتوسط.



الشكل رقم 91 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب في اختبار الأداء NEVMIJANOV (سرعة الاسترجاع) (مهاجم أيمن، قلب هجوم، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار الأداء (NEVMIJANOV) سرعة الاسترجاع) تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 11,66% ما يعادل 07 لاعبين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 5% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 30% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 46,66% ما يعادل 28 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 12 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 60% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 09 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 45% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

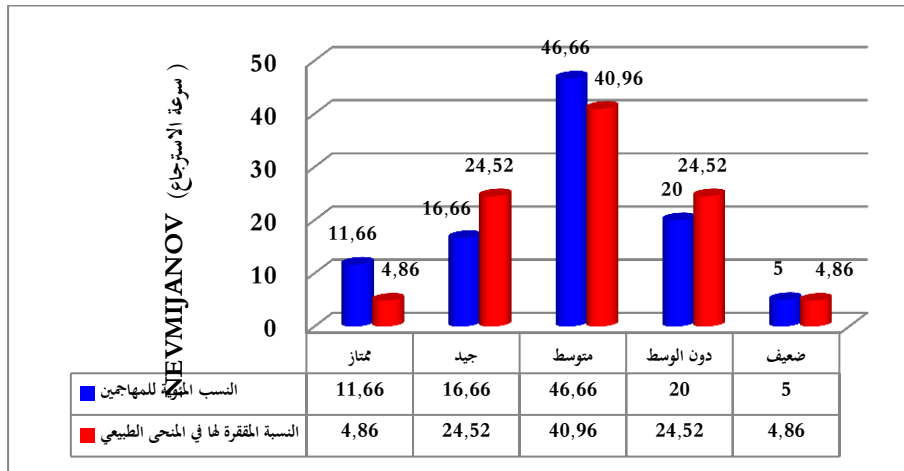
**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 20% ما يعادل 12 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 05% ما يعادل 03 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و لاعبان في منصب

مهاجم أيسر بنسبة 10%، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ4,86%.



الشكل رقم 92 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار الأداء NEVMIJANOV (سرعة الاسترجاع).

#### - ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج لاختبار سرعة الاسترجاع NEVMIJANOV أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $21,37 \pm 343,5$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث تميزت بمستوى متوسط في أغلب النتائج والذي يوضح أن اللاعبين المهاجمين لديهم بطئ في سرعة الاسترجاع بعد أداء مجهودات ذات شدة عالية وتحديد مستويات معيارية لهذا المؤشر يعتبر من أهم النقاط التي يجب على القائمين على هذه الأندية الوقوف عليها ومحاولة العمل على تحسينها وتنمية وزيادة سرعة الاسترجاع عبر برمجة مجموعة من البرامج المدروسة لتطوير كفاءة سرعة الاسترجاع وهذا ما يؤكد (عبد الفتاح) في "أن التدريب المنتظم يؤدي إلى إحداث تغيرات وظيفية في أجهزة الجسم ومنها القلب والدورة الدموية ، فالأفراد المدربون بصورة جيدة يمكنهم التكيف للتغيرات الوظيفية التي تحدث في أجهزة الجسم من جراء الجهد العضلي، والاستمرار بهذا الجهد ، ومن هذه التغيرات ازدياد نبضات القلب" ( عبد الفتاح ، أبو العلا، 1997، صفحة 46) ، إذ يصبح القلب أكثر كفاءة وأقدر على ضخ الدم وزيادة سريانه إلى العضلات العاملة، مؤكداً بذلك زيادة إمدادها بالطاقة والأوكسجين ويشير (الشاعر وآخران) إلى أن تكيف القلب ما هو إلا الإيجابية في كفاءة القلب الوظيفية بسبب الجهد المنتظم الذي يطرأ عليه ، إذ أن التكيف الذي يحدث نتيجة الانتظام في برامج تدريبية يحدث تغيرات وظيفية في القلب ، تتمثل في توسع تجاويف القلب وازدياد قوة العضلة القلبية ، وازدياد

حجم القلب (الشاعر ، عبد المجيد وآخرون، 1991، صفحة 10). وأكد (Divid) بأن هناك تغيرات وظيفية للقلب تحصل بعد أداء الجهد الرياضي ليستطيع إمداد العضلات العاملة باحتياجاتها المتزايدة من الأوكسجين اللازم لأداء المجهود ، ويتم ذلك عن طريق زيادة كل من ناتج القلب وسرعة سريان الدم (David، 1987، صفحة 190). ويشير كازورلا "أن ممارسة التدريب الرياضي يؤدي إلى زيادة سمك عضلة القلب ، ومن ثم زيادة قوته ، وزيادة حجم الدم المندفع منه في الضربة الواحدة" (CAZORLA.G، 2006، صفحة 191) ، وأضاف (المولى) "أن التدريب يعمل على تكيف القلب والدورة الدموية ، ويصبح اللاعب ذا مقدرة على ارتفاع معدل ضربات القلب كلما تحسن مستواه الرياضي" (موفق مجيد المولى، 2000، صفحة 156).

كما وافقتها عدة دراسات في ذلك منها دراسة (Doust 2010) و دراسة (JOHN A1999) في حين ترى دراسات أخرى نجاعة انكسار منحني نبض القلب في تقدير العتبة اللاهوائية و منها دراسة (Jorge Villamil, et al. 2011) و دراسة (JAMES C, et al. 2005) و دراسة (M Wonisch, et al. 2003). ويشير الباحث أنه في السنوات الأخيرة تم الاعتماد على معدل ضربات القلب كمؤشر لمعدل صرف الطاقة و بشكل ميداني أثناء المباراة إذ تم استخدام تقنية (Telemetry) و هو راديو بعيد المدى يراقب بيانات القلب أثناء المباريات التجريبية وقد تم استخدامه في بعض البطولات الغير رسمية . و تشير البيانات عموما أن نتائج الرسم البياني لعمل القلب جاءت متقاربة في معظم أوقات اللعب مع زيادة نسبية في الشوط الثاني للاعبين الغير محترفين. و اتضح أن معدل ضربات القلب للمدافع المحور والقشاش كان بمتوسط 155 ض / د و معدل ضربات القلب للاعبي خط الوسط 170 ض / د و للمهاجمين من 168. 171 ض / د مما يثبت أن هناك صلة وثيقة بين معدل ضربات القلب و المسافة المقطوعة و قد استخدم معدل ضربات القلب أثناء اللعب كدليل لتخمين حجم العمليات الأيضية أثناء المباراة . كما ظهر أن شدة الأداء أثناء مباراة كرة القدم تتراوح بين 75 . 85 % من  $VO_2MAX$  وبالمقارنة مع بيانات المختبرات المختصة أشارت النتائج أن علاقة الارتباط عالية بين بيانات التجارب الميدانية وتجارب المختبرات وان نسبة الخطأ ضئيلة و بتقدير شدة الأداء في المباراة تم تقدير مستوى لكتات الدم و ظهر أن اللاعبين الأكثر جريا في الملعب هم الأكثر إنتاجا لحمض اللاكتيك و بلغت ذروة حامض اللاكتيك 12 مللي مول / لتر لدى لاعبي المستويات العليا , لكن هذه النسبة تتغير مع تغير طبيعة النشاط في الملعب و نسبة اللجوء إلى الأيض اللاهوائي في المباراة , لكن أكثر الدراسات تشير نتائجها إلى أن نسبة تركيز حامض اللاكتيك بين 4 . 6 مللي مول / لتر و بنيت

هذه البيانات على أساس سحب الدم بعد 5 دقائق من نهاية الجهد و لوحظ أن القيمة الأعلى لتجمع حامض اللاكتيك تأتي في نهاية الشوط الأول (Bangsbo، 1997، صفحة 98). ومن خلال ما سبق تقديمه للعديد من الدراسات التي تطرقت إلى عملية الاسترجاع وأسباب تأخرها وتفسيراتها الميدانية على الحالة الوظيفية للاعب يرى الباحث أنّ الوصول إلى أعلى فورمة بالنسبة للاعبين المهاجمين هو نتاج عمل جدي مدروس وفق أسس علمية فالمنصب الحساس هذا يعتمد على معايير عالية المستوى ولذلك وجب العمل بالطرق الحديثة لتقييم حالة اللاعب و بالأساس تطبيق مجموعة الاختبارات الميدانية في عملية التوجيه للاعبين على حسب متطلباتهم التي توافق منصب اللعب ونذكر بالخصوص ما تتطرق له دراستنا (خط الهجوم) والابتعاد عن الطرق العشوائية والذاتية .

**3-6- عرض ومناقشة الفرضية الرابعة:**  
**تتميز القدرات المهارية للاعبين المهاجمين تحت 17 سنة بمستوى متوسط.**

**3-6-1- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج الاختبارات المهارية :**

ممتاز	جيد	متوسط	دون الوسط	ضعيف			الاختبارات المهارية
[27,75_36,15]	[36,16_44,56]	[44,57_52,96]	[52,97_61,37]	[61,38_69,78]	الدرجة المعيارية		القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)
[84,00_87,4]	[87,41_90,8]	[90,81_94,2]	[94,21_97,6]	[97,61_101]	الدرجة الخام		
[80,00_72,08]	[72,07_62,94]	[62,93_53,80]	[53,79_44,66]	[44,65_35,51]	الدرجة المعيارية		التحكم بالكرة في الهواء
[03,89_3,30]	[03,29_2,70]	[02,69_02,10]	[02,09_01,50]	[01,49_0,9]	الدرجة الخام		
[73,77_65,72]	[65,71_57,66]	[57,65_49,60]	[49,59_41,54]	[41,53_33,47]	الدرجة المعيارية		قطع الكرة
[10,00_08,04]	[08,03_06,03]	[06,02_04,02]	[04,01_02,01]	[02,00_00,00]	الدرجة الخام		
[69,27_63,33]	[63,32_57,38]	[57,37_51,43]	[51,42_45,48]	[45,47_39,53]	الدرجة المعيارية		مناولة الكرة
[10,00_08,21]	[08,2_06,51]	[06,4_04,61]	[04,6_02,81]	[02,8_01,00]	الدرجة الخام		
[65,84_57,95]	[57,94_50,05]	[50,04_42,16]	[42,15_34,26]	[34,25_26,36]	الدرجة المعيارية		دقة التسديد
[12,00_09,61]	[09,6_07,21]	[07,2_04,81]	[04,8_02,41]	[02,4_00,00]	الدرجة الخام		
[73,38_65,65]	[65,64_57,91]	[57,9_50,17]	[50,16_42,43]	[42,42_34,68]	الدرجة المعيارية		يسرى
[12,00_09,61]	[09,6_07,21]	[07,2_04,81]	[04,8_02,41]	[02,4_00,00]	الدرجة الخام		
[69,93_62,11]	[62,1_54,28]	[54,27_46,45]	[46,44_38,62]	[38,61_30,79]	الدرجة المعيارية		ضرب الكرة بالرأس
[06,82_06,26]	[06,25_05,96]	[05,68_05,13]	[05,12_04,56]	[04,55_03,99]	الدرجة الخام		
[67,11_59,94]	[59,93_52,76]	[52,75_45,58]	[45,57_38,40]	[38,39_31,22]	الدرجة المعيارية		ضرب الكرة بالرجل
[31,6_30,20]	[30,19_28,80]	[28,79_27,39]	[27,38_25,99]	[25,98_24,58]	الدرجة الخام		
[67,74_59,96]	[59,95_52,17]	[52,16_44,39]	[44,38_36,60]	[36,59_28,81]	الدرجة المعيارية		التهديف
[17,00_13,61]	[13,6_10,21]	[10,2_06,81]	[06,8_03,41]	[03,4_00,00]	الدرجة الخام		

الجدول رقم 44 : يوضح المستويات المعيارية للاختبارات المهارية للاعبين المهاجمين.

3-6-1-1-1- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم

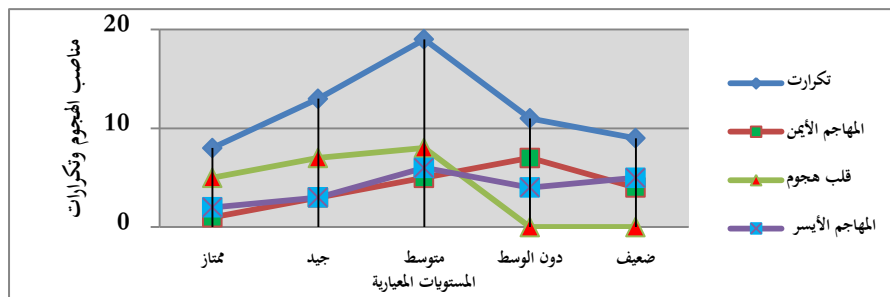
(توقيت العمل الدائري).

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية للعدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	6,33	02	05	01	08	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%10	%25	%05	13,33	%		
24,52			03	07	03	13	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%15	%35	%15	21,66	%		
40,96			06	08	05	19	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%30	%40	%25	31,67	%		
24,52			04	00	07	11	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%20	%00	%35	18,33	%		
4,86			05	00	04	09	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%25	%00	%20	15	%		
99,72			20	20	20	60	العدد	المجموع	
			100	100	100	100	%		

الجدول رقم 45 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن

منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار القدرة الخاصة (توقيت العمل الدائري).

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول رقم ( 45 ) أن القيمة المحسوبة لـ ك<sup>2</sup> بلغت 06,33 وهي أقل من القيمة الجدولية المقدر بـ 9,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05، ما يعني عدم وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة و التكرارات المتوقعة، ومنه نستنتج أن النسب متقاربة بين المستويات .



الشكل رقم 93 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب

في اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري).

(مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري) تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,33% ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 21,66% ما يعادل 13 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

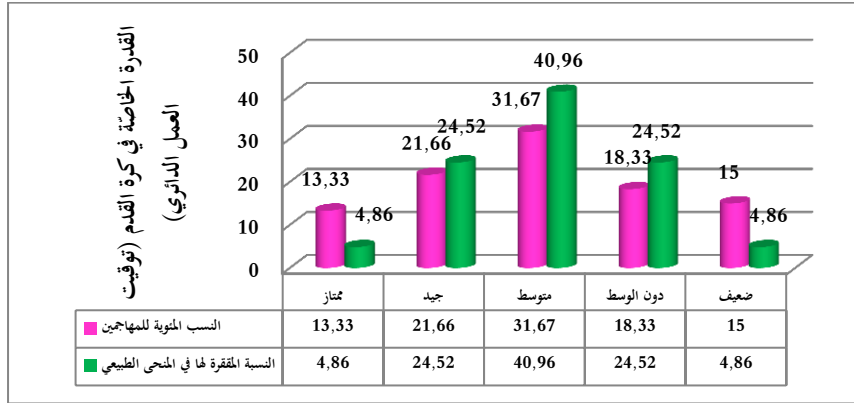
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 31,67% ما يعادل 19 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و 08 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 40% و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33% ما يعادل 11 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 07 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 35% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 15,00% ما يعادل 09 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 05 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 25% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 94: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن

#### منحنى التوزيع الطبيعي

في اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)

- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

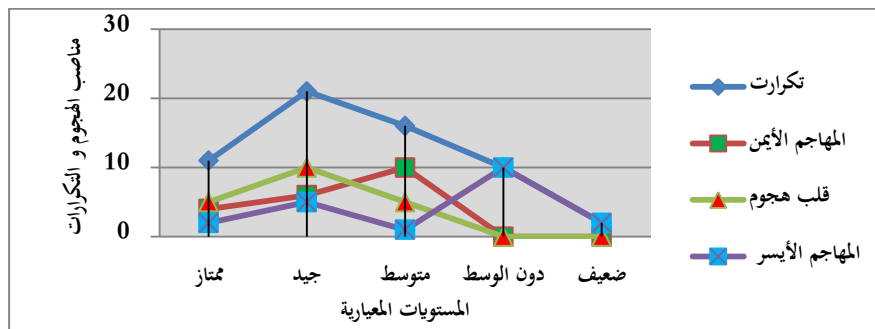
لقد تبين من خلال النتائج أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $92,99 \pm 04,04$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين من خلال المستويات المعيارية أنّ هناك تقارب من ناحية المستوى وهذا ما يوضح أنّ الجانب المهاري لدى اللاعبين المهاجمين يوضح متطلبات المهارة لهذا المنصب المناسبة للأداء الذي يميز لاعبي هذا الخط فالتحكم بالكرة ومرافقتها في جميع الظروف و الأوضاع خلال المباراة من المؤشرات الجيدة للاعب المهاجم وهذا ما يتوافق مع ما أشار إليه مختار 1995 " الوقت الذي يلمس فيه اللاعب الكرة خلال المباراة قليل مقارنة مع الجري بدون كرة في كل الاتجاهات فنلاحظ أن عمل اللاعب بدون كرة أكبر منه بالكرة" (حنفي، 1995، صفحة 89) وهذا ما أكد عليه عبد اليمين 1996 في الوقت الذي يستغرقه اللاعب مع الكرة أثناء المباراة يتراوح من 60-150 ثانية، وهذا حسب وظيفته أما بقية المباراة تكون في تنشيط الهجومي والدفاعي. وهذا ما أكده ناصر عبد القادر 2006 "أن المهارة هي وسيلة لتنفيذ خطط اللعب، فكل خطة تتطلب مهارة أساسية أو أكثر لتنفيذها، لذلك فإن إتقان المهارات ضروري لنجاح الخطط، وهذا يساعد اللاعب على أن يلاحظ بدقة تحركات زملائه أو منافسه في الملعب، وأن يتصرف تصرفاً سليماً" (ناصر .، 2006). ويرى الطالب الباحث أن توفر اللاعب المهاجم على هذه الصفات يجعل منه لاعب مناسب للمنصب و تمثل القدرات المهارة سابقة الذكر من أهم المؤشرات التي يجب على القائمين والمدربين أخذها بعين الاعتبار أثناء عملية التوجيه نحو منصب الهجوم نظراً إلى المتطلبات المهارة العالية التي يجب توفرها في اللاعب لأداء دوره الهجومي بشكل المطلوب ووفق ما تتطلبه معطيات كرة القدم الحديثة.

3-6-1-2- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار التحكم بالكرة في الهواء :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية و العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية المعدلة للاختبار التحكم بالكرة في الهواء
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة							
4,86	09,49	*16,83	02	05	04	11	العدد	ممتاز	
			%10	%25	%20	18,33	%		
24,52			05	10	06	21	العدد	جيد	
			%25	%50	%30	35	%		
40,96			01	05	10	16	العدد	متوسط	
			%05	%25	%50	26,66	%		
24,52			10	00	00	10	العدد	دون الوسط	
			%50	%00	%00	16,66	%		
4,86			02	00	00	02	العدد	ضعيف	
			%10	%00	%00	03,33	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 46 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار التحكم بالكرة في الهواء .

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول (46) أن القيمة المحسوبة ل ك<sup>2</sup> بلغت 16,83\* وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر ب 09,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05 , ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة لصالح المستوى الجيد .



الشكل رقم 95 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار التحكم بالكرة في الهواء . (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار التحكم بالكرة في الهواء تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33% ما يعادل 11 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر ب 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 35,00% ما يعادل 21 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 06 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 30% و 10 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 50% و 05 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 25%، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر ب 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

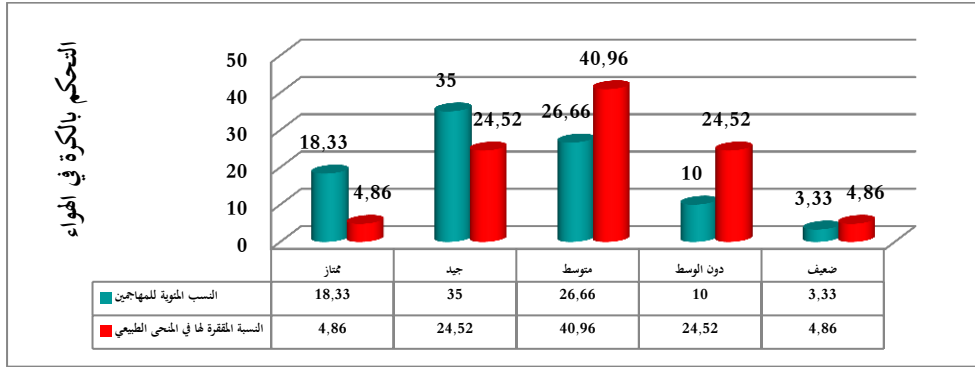
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 26,66% ما يعادل 16 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 10 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 50% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و لاعب واحد في منصب مهاجم أيسر بنسبة 5% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر ب 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 10 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 50% وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر ب 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 3,33% ما يعادل لاعبان مهاجمان يشغلون منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر ب 4,86%.



الشكل رقم 96: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار التحكم بالكرة في الهواء.

- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

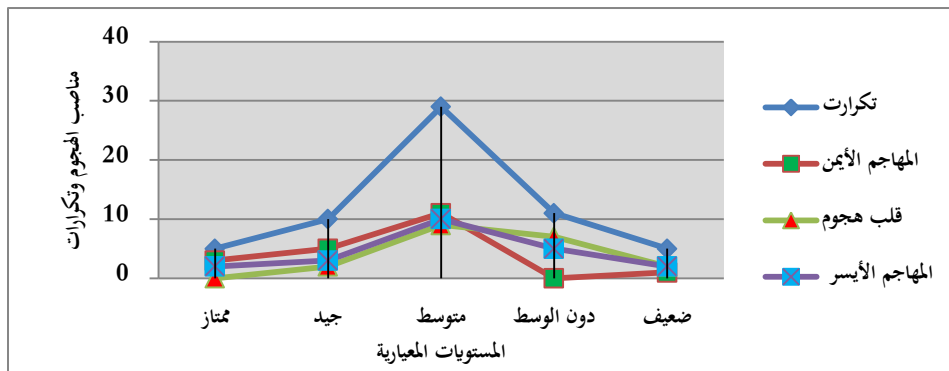
لقد تبين من خلال النتائج اختبار التحكم بالكرة في الهواء أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $00,65 \pm 01,84$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين من خلال المستويات المعيارية و التي تميزت بالمستوى الجيد هذا ما يوضح أنّ أغلبية اللاعبين المهاجمين يمتازون بالتحكم العالي بالكرة وقدرتهم في مداعتها والسيطرة عليها هذا ما توافق مع ما أشار إليه الوقار 2003 " أنّ السيطرة على الكرة تشمل تحكم اللاعب في كل الكرات القادمة إليه سواءً كانت الكرة أرضية أو عالية بإحساس وشعور يجعله يتوقع سرعة الكرة و قوتها أو اتجاه سيرها وكيفية السيطرة عليها والتصرف بها حسب ما يتطلبه الموقف في المباراة، كما أنّ هذه الخاصية المهارية تتطلب حساسية عالية من اللاعب نحو الكرة لأنّ الفشل في السيطرة يؤدي إلى فقدانها" (الوقار، 2003، صفحة 56). في حين أظهرت بعض الدراسات عند قياس مهارة السيطرة على الكرة (الإخماد) " أنّ هذه المهارة هي عملية استقبال الكرة والسيطرة عليها من قبل اللاعب لوضعها تحت تصرفه بالطريقة المناسبة بهدف المناولة أو الدحرجة أو التهديف وتتطلب هذه المهارة توقيتاً دقيقاً وحساساً بالغاً من أجزاء الجسم التي تقوم بهذه الأداء" (قاسم، واخران، 1999، صفحة 96). ويرى الباحث أنّ التطور يعود إلى فاعلية المنهاج التدريبي وما تضمنه من تمارين بدنية و مهارية وخططية في الوحدات التدريبية وفق أسلوب علمي دقيق "إنّ التكوين الصحيح لرياضة كرة القدم يتطلب أنّ تكون الكرة هي المحور في التدريب واكتساب الأداء الفني في الكرة والقدرة على اللعب يلزم توفر ملاحظة دقيقة ويجب تقوية الجسم تدريجياً في التدريب الفني الخططي المتكامل" (الزهاوي، فال خورشيد، 2004، صفحة 106).

3-6-1-3- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار قطع الكرة:

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية و العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة							
4,86	09,49	*32,66	02	00	03	05	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%10	%00	%15	08,33	%		
24,52			03	02	05	10	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%15	%10	%25	16,66	%		
40,96			10	09	11	29	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%50	%45	%55	48,33	%		
24,52			05	07	00	11	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%25	%35	%00	18,33	%		
4,86			02	02	01	05	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%10	%10	%05	08,33	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 47: يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار قطع الكرة.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول (47) أن القيمة المحسوبة ل ك<sup>2</sup> بلغت 32,66\* وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر ب 09,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05 , ما يعني عدم وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة لصالح المستوى المتوسط .



الشكل رقم 97 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار قطع الكرة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار قطع الكرة تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 08.33% ما يعادل 05 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و لاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

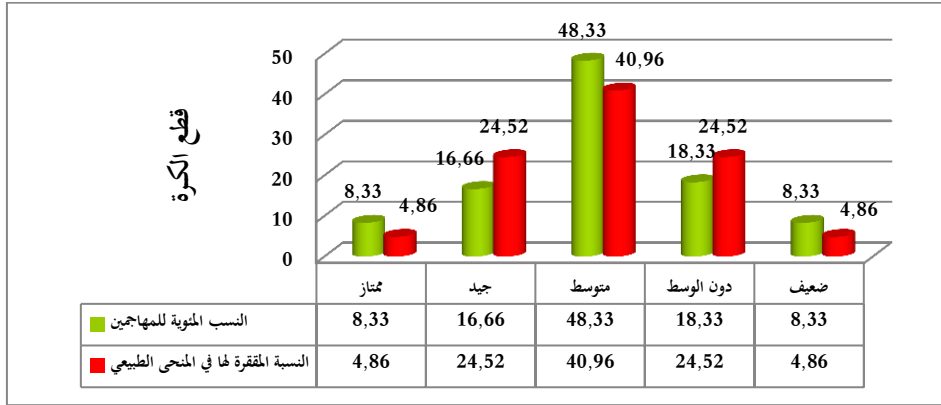
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 48.33% ما يعادل 29 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 11 لاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 55% و 09 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 45% و 10 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 50% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33% ما يعادل 11 لاعب مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 05 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 25% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 8,33% ما يعادل 05 لاعبين مهاجمين يشغلون منصب مهاجم أيمن بنسبة 5% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% ، ولاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 98: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار قطع الكرة.

- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار قطع الكرة أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $02,48 \pm 04,10$  ويعزى الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين من خلال المستويات المعيارية و التي تميزت بالمستوى متوسط و الذي يوضح أن اللاعبين المهاجمين لا يملكون قدرة عالية خلال الصراعات الثنائية على الكرة ويفقدون خاصية استرجاع الكرة بسرعة إضافة إلى أنّ قطع الكرة من المنافس يحتاج من اللاعب المهاجم رد فعل عالي وسرعة في الأداء ومرونة ورشاقة ، وغياب البرامج التدريبية الخاصة المشابهة لظروف المنافسة تساهم بشكل كبير في تراجع الأداء التكنونكتيكي ونسبة الإنجاز خلال مختلف المباريات الرسمية للفريق .

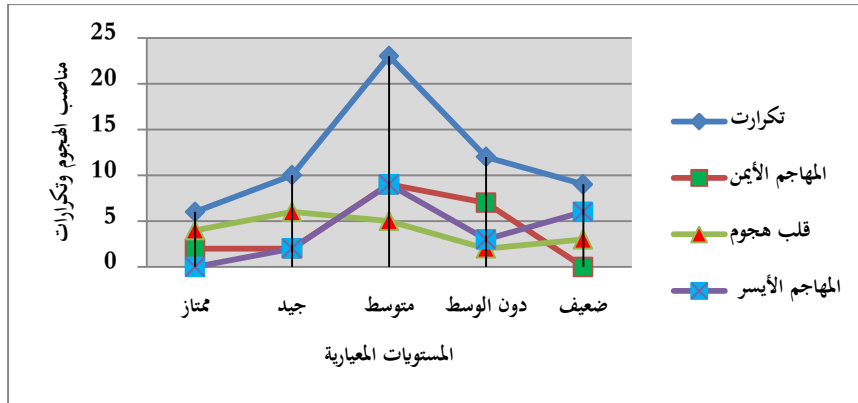
ويشير موفق أسعد محمود 2007 "إّن تحسين قدرة وإمكانيات اللاعبين الفردية على اللعب الهجومي تتطلب التركيز على التدريب الهادف مع مراعاة النظر إلى الإمكانيات والمؤهلات الفردية للاعبين, واستخدام التسلسل المنطقي والموضوعي في عملية التدريب و ما لها أهمية كبيرة ومؤثرة على الأسلوب و التصرف التكتيكي المناسب والصحيح, ونؤكد هنا أن لا تأخذ عملية التدريب التكتيكي مجالا واسعا , إذ يتم التركيز في هذه المرحلة على المهارات الأساسية" (محمود، 2007، صفحة 100). ويرى الباحث أنّ امتلاك اللاعب المهاجم لكفاءة استرجاع الكرة وقطعها و تشكيل هجوم مضاد من أبرز الانجازات التي تميز اللاعب المهاجم وفق المتطلبات الحديثة لكرة القدم وذلك ما نشاهده عند أبرز المهاجمين في مختلف الدوريات الأوروبية أو حتى على مستوى الرابطة المحترفة الجزائرية ولذلك على القائمين على الفرق الثبانية أخذ هذه الجوانب بعين الاعتبار وبدقة لرفع المستوى بعيدا عن الذاتية والعشوائية والعمل بالمعايير الخاصة بعملية التوجيه تساهم بشكل كبير في معرفة مستوى ومتطلبات اللاعب المهاجم أو مختلف مناصب اللاعب.

3-6-1-4- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار مناولة الكرة:

النسبة المقررة لها في المنحنى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*14,16	00	04	02	06	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%20	%10	10	%		
24,52			02	06	02	10	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%10	%30	%10	16,66	%		
40,96			09	05	09	23	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%45	%25	%45	38,33	%		
24,52			03	02	07	12	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%20	%10	%35	20	%		
4,86			06	03	00	09	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%30	%15	%00	15	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 48: يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار مناولة الكرة.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول (48) أن القيمة المحسوبة ل ك<sup>2</sup> بلغت 14,16\* وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر ب 09,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05 , ما يعني عدم وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة ومنه نستنتج أن النسب متقاربة بين المستويات .



الشكل رقم 99: يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار مناولة الكرة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار مناولة الكرة تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 10% ما يعادل 06 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب لاعبان في منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 30% ولاعبان في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

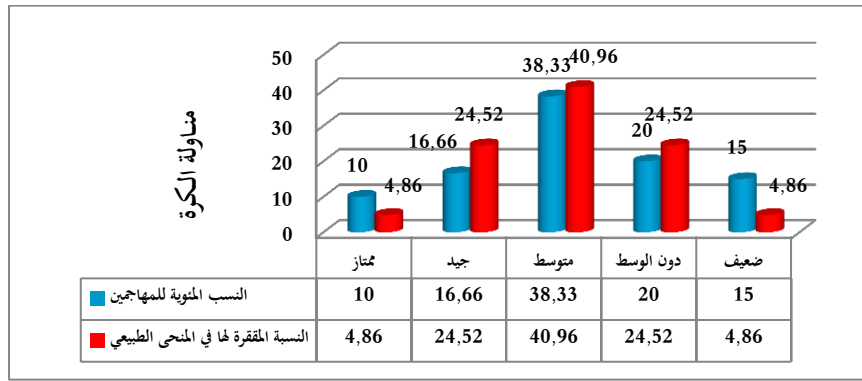
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 38.33% ما يعادل 23 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 09 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 45% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و 09 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 45% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 20% ما يعادل 12 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 07 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 35% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 10% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 15% ما يعادل 9 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مناصب الهجوم ب 03 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% ، و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 100 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار مناولة الكرة.

- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار مناولة الكرة أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $03,02 \pm 04,16$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين من خلال المستويات المعيارية و التي تميزت بالمستوى متوسط الذي يبرز مستوى خاصية المناولة للاعبين المهاجمين و الاعتماد على معايير التوجيه للاعبين يعتمد بالأساس على المتابعة والمراقبة خلال عملية التكوين الخاصة وفق برامج تدريبية مدروسة ومقننة وفق أسس علمية تتماشى وقدرات اللاعبين المهاجمين هذا ما يسمح لهم برفع من مستوى الاحتفاظ بالكرة و تمريرها بالشكل المناسب أثناء بناء مختلف الهجمات، ويتضح ذلك من خلال الانسجام والتفاهم بين أعضاء الفريق في اللعب الهجومي الجماعي وإتقان المناولات بصورة جيدة يمكنه أداء اللعب بمهارة عالية وزعزعة دفاع الخصم و هذا ما يتفق مع ما أشار إليه مفتي إبراهيم حماد 2001 "أنّ المناولات من أهم مقومات الاتصال بين اللاعبين" (مفتي إبراهيم حماد، 2001، صفحة 89). محمد عبد الله الهزاع "أنّ المناولة أساس اللعب الجماعي وهي من أبرز وسائل الهجوم ونجاحها في ثلث الهجوم هذا ما يعطي ثقة عالية تساعد المهاجمين على التقدم بسرعة باتجاه هدف الخصم". ويشير موفق أسعد محمود أنّ المناولة في ثلث الساحة الهجومية تكون نسبة نجاحها 25% وذلك ما يتطلب ثقة ومهارة عالية" (محمود، 2007، صفحة 94).

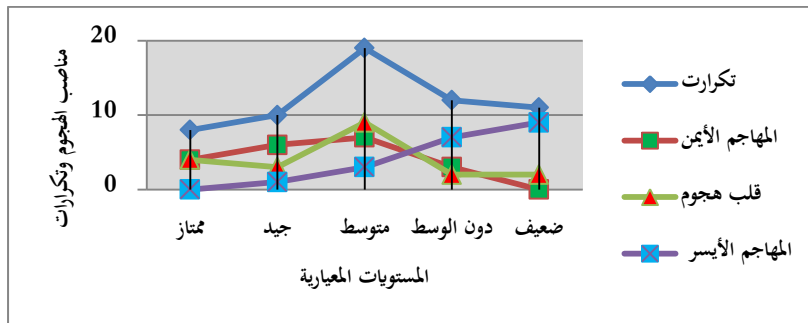
ويرى الطالب الباحث أنّ كرة القدم الحديثة تتميز بالسرعة في الأداء التي يكون طابع المناولة فيها سريعاً في الهجمات المنظمة أو السريعة و مؤشر على التماسك و الربط بين اللاعبين في الفريق الواحد و الدليل على عمل الفريق كمجموعة واحدة متعاونة ولذلك يجب أن لا يستهان بها عند التدريب وأن تستخدم بذكاء و بهدف وهذه قاعدة من أجل الوصول بالفريق إلى الأداء المثالي وفي أغلب الأحيان الطريق الأسهل والأسرع لإيصال الكرة .

3-6-1-5- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار دقة التسديد ( اليمنى):

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد <sup>9</sup>		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	05,83	00	04	04	08	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%00	%20	%20	13,33	%		
24,52			01	03	06	10	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%05	%15	%30	16,66	%		
40,96			03	09	07	19	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%45	%45	%35	31,66	%		
24,52			07	02	03	12	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%35	%15	%15	20	%		
4,86			09	02	00	11	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%45	%10	%00	18,33	%		
99,72			20	20	20	60	العدد	المجموع	
			100	100	100	100	%		

الجدول رقم 49 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار دقة التسديد (اليمنى).

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول (49) أن القيمة المحسوبة ل ك<sup>2</sup> بلغت 05,83 وهي أقل من القيمة الجدولية المقدره ب 09,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05 , ما يعني عدم وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة ومنه نستنتج أن النسب متقاربة بين المستويات .



الشكل رقم 101 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار دقة التسديد ( اليمنى).  
(مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار دقة التسديد ( اليمنى) تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,33% ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 06 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 30% و 03 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% ولاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%

**المستوى: المتوسط**

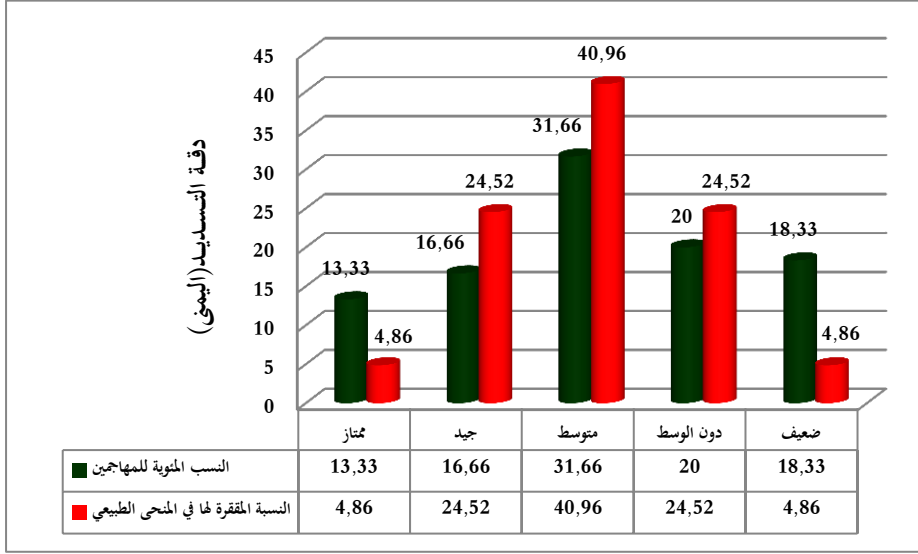
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 31,66% ما يعادل 19 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 07 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 35% و 09 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 45% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 45% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 20% ما يعادل 12 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و لاعبان في منصب قلب هجوم بنسبة 15% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33% ما يعادل 11 لاعب مهاجم يتوزعون على مناصب الهجوم بلاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 10% ، و 09 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 45% وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.



الشكل رقم 102: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن

منحنى التوزيع الطبيعي  
في اختبار دقة التسديد (اليمين).

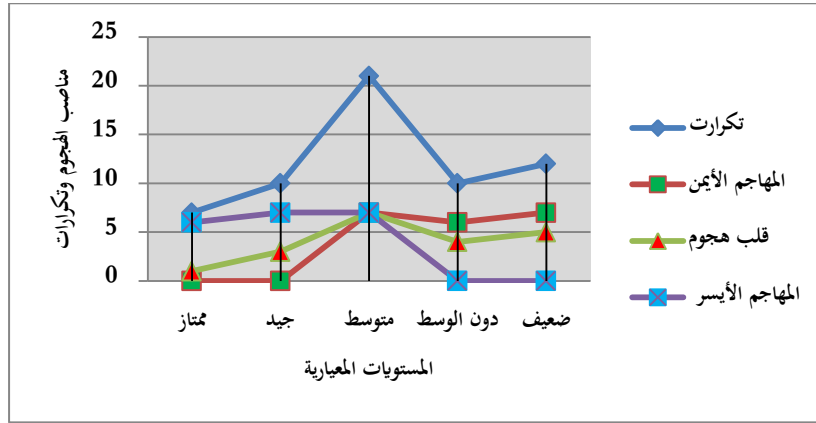
### 3-6-1-6-6-عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار دقة التسديد (اليسرى):

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
	جدولية	محسوبة	المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن	العدد	%		
4,86	09,49	09,4	06	01	00	07	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%30	%05	%00	11,66	%		
24,52			07	03	00	10	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%35	%15	%00	16,66	%		
40,96			07	07	07	21	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%35	%35	%35	35	%		
24,52			00	04	06	10	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%00	%20	%30	16,66	%		
4,86			00	05	07	12	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%00	%25	%35	20	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 50: يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن

منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار دقة التسديد (اليسرى).

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول (50) أن القيمة المحسوبة لـ  $\chi^2$  بلغت 9,4 وهي أقل من القيمة الجدولية المقدره بـ 09,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05 , ما يعني عدم وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة ومنه نستنتج أن النسب متقاربة بين المستويات .



الشكل رقم 103 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار دقة التسديد ( اليمنى).  
( مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار دقة التسديد ( اليسرى) تبين ما يلي:

#### المستوى: الممتاز

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 11,66% ما يعادل 07 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب في منصب قلب هجوم بنسبة 05% ، و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدره بـ 4,86%.

#### المستوى: الجيد

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 3 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 15% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدره بـ 24,52%.

**المستوى: المتوسط**

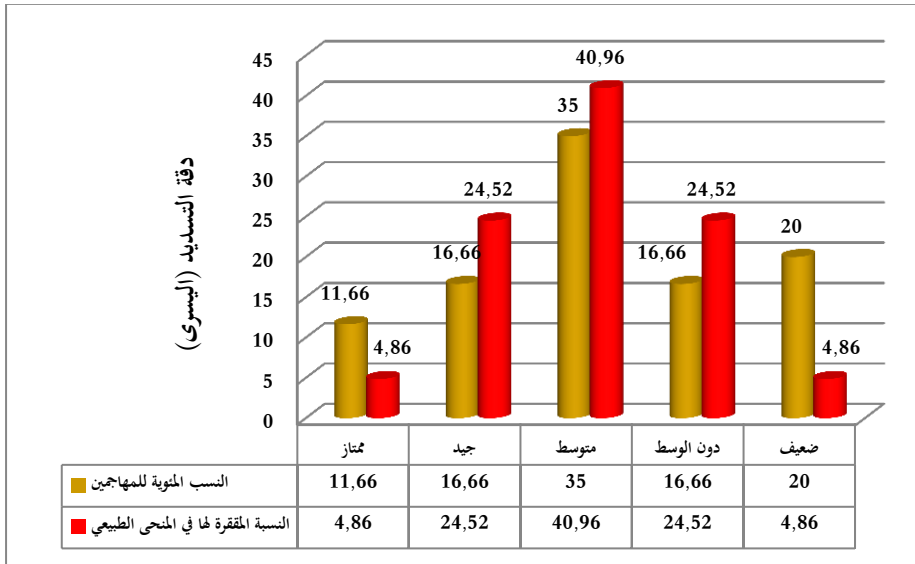
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 35% ما يعادل 21 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 07 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 35% و 07 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 35% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر ب 40,96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 06 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 30% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر ب 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 20% ما يعادل 12 لاعب مهاجم يتوزعون على مناصب الهجوم ب 07 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 35%، و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25%، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر ب 4,86%.



الشكل رقم 104: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار دقة التسديد ( اليسرى).

- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

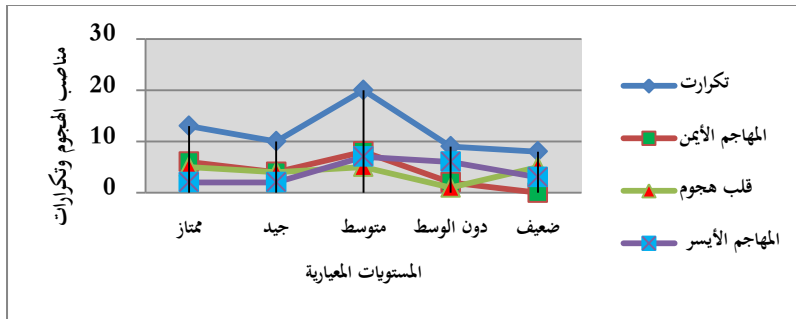
لقد تبين من خلال النتائج اختبار دقة التسديد أنّ قيمة المتوسطات الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين في اختبار دقة التسديد (اليمنى، اليسرى) بلغت  $03,03 \pm 07,18$  بالنسبة للتسديد بالقدم اليمنى و  $03,10 \pm 04,75$  بالنسبة للتسديد بالقدم اليسرى و يعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين من خلال المستويات المعيارية و التي تميزت بتقارب في المستوى بين اللاعبين المهاجمين و هذا دلالة على أن هذه المهارة تعتبر مؤشر هام يميز اللاعب المهاجم من خلال مهامه الهجومية التي يعتبر فيها التسديد من المهارات البارزة في التعامل مع الكرة في مختلف المواقف وكذا من مختلف الأماكن التي يرى اللاعب المهاجم أنّ بإمكانه التسديد ومحاولة التهديف، ويعد التسديد من أهم أساسيات لعبة كرة القدم على الإطلاق، فعن طريقه تحسم نتائج المباريات ويرى الطالب الباحث أنّه من أجل الارتقاء بمهارة التسديد يجب استخدام تدريبات التي تستخدم فيها مختلف الوسائل الوسيطة كالشواخص والأهداف الصغيرة والمرسومة على الحائط مع الاستمرار في تكرار التسديد من زوايا مختلفة حيث يشير عبد الجواد إلى أنّ التدريب على التسديد مقابل حائط يعد من أهم وسائل التدريب، كما أنّ الجانب البدني من أهم المؤشرات التي تساهم في الرفع من المستوى المهاري وهناك علاقة ارتباطية بين الجانبين و العملية التدريبية الخاصة بالقوة العضلية والقوة الانفجارية تساهم بشكل كبير في قوة التسديد إضافة إلى الحضور الذهني والنفسي للاعب المهاجم فبدون مستويات عالية للجانب البدني يكون من الصعب تحقيق أهداف تطور كفاءة الأداء المهاري وهذا ما يتفق مع رأي أكرموف Akramov على أنّ الصفات البدنية للاعب كرة القدم هي التي تحدد إلى حد كبير كفاءة الأداء المهاري والخططي في المباراة . وهذا ما توصل إليه بلقاسم بوكراتم 2008 على أن مهارة التسديد تعتمد على السرعة الفائقة في التقلص العضلي المركزي و اللامركزي وصولاً إلى أفضل ترابط وعلاقة بين الفعل وردة الفعل السريع إضافة إلى أنّ التسديد يتطلب تركيزاً كبير وحسن رؤية واستغلال اللحظة المناسبة للتسديد نحو المرمى.

3-6-1-7- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار ضرب الكرة بالرجل لأبعد مسافة ممكنة:

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد <sup>9</sup>		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	08,5	02	05	06	13	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%10	%25	%30	21,66	%		
24,52			02	04	04	10	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%10	%20	%20	16,66	%		
40,96			07	05	08	20	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%35	%25	%40	33,33	%		
24,52			06	01	02	09	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%25	%05	%10	15	%		
4,86			03	05	00	08	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%15	%25	%00	13,33	%		
99,72	20	20	20	60	العدد	المجموع			
	100	100	100	100	%				

الجدول رقم 51 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار ضرب الكرة بالرجل لأبعد مسافة ممكنة.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول (51) أن القيمة المحسوبة ل ك<sup>2</sup> بلغت 8,5 وهي أقل من القيمة الجدولية المقدر ب 09,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05 , ما يعني عدم وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة ومنه نستنتج أن النسب متقاربة بين المستويات.



الشكل رقم 105: يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار ضرب الكرة بالرجل إلى أبعد مسافة ممكنة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

- و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار ضرب الكرة بالرجل لأبعد مسافة ممكنة تبين ما يلي:

**المستوى: الممتاز**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 21,66% ما يعادل 13 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 06 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 30% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% ، و لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

**المستوى: الجيد**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 16,66% ما يعادل 10 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% و لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 10% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24, 52%.

**المستوى: المتوسط**

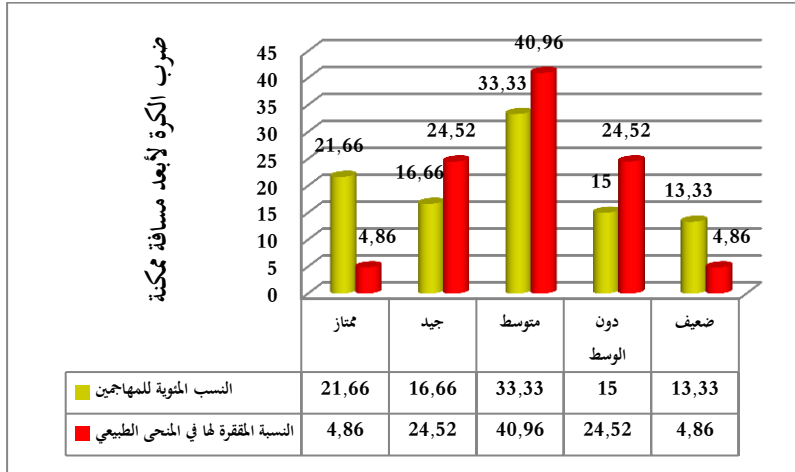
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 33,33% ما يعادل 20 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب 08 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 40% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 15% ما يعادل 09 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 10% و لاعب في منصب قلب هجوم بنسبة 05% و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 25%، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,33% ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مناصب الهجوم ب 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25%، و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 106: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار ضرب الكرة برجل لأبعد مسافة ممكنة.

#### - ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار ضرب الكرة بالرجل لأبعد مسافة ممكنة أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $01,95 \pm 28,25$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها، ويشير الطالب الباحث أن مهارة ضرب الكرة إلى أبعد مسافة ممكنة هو دلالة على القوة العضلية للأطراف السفلية الخاصة باللاعب المهاجم بالتحديد ويعزي الباحث أنّ هذه المهارة من المحددات الأساسية التي يجب توفرها في مجموع المهارات الأساسية التي يتميز بها مهاجم الحديث في كرة القدم ويشير الطالب الباحث أنّ المهاجمين كانوا ذو مستوى متوسط في تسجيل نسب متفاوتة كان أغلبها ذو مستوى متوسط إلا بعض اللاعبين الذين كانت صفة القوة العضلية عندهم جيدة وقد سجل ذلك من خلال الاختبارات البدنية سواء القوة القصوى أو الانفجارية أو تحمل القوة وهذا مؤشر له علاقة ارتباطية بمهارة ضرب الكرة؛ ويشير فاينيك القوة بقدرة العضلات على تنفيذ متطلبات المجهود ضد مقاومات مهما كان نوعها و التغلب عليها بكفاءة عالية إضافة إلى أنها تضم كلا من الجوانب البدنية والنفسية فالقوة العضلية و التقلص العضلي بالخصوص يعتمد على عوامل كثيرة و معقدة، ويؤكد في نفس السياق كل من غروسر(1984)،كوميتي (2002) "أنّ لاعب كرة القدم يحتاج بدون شك إلى صفة القوة بمختلف أنواعها لأداء مجموعة من المهام الحركية إضافة إلى أنّها القاعدة الأساسية لتنمية القوة الخاصة باللاعب كالارتقاء و ضرب الكرة بالرأس أو بالرجل أو قوة الانطلاق. و يحتاج لاعب كرة القدم في الغالب إلى مجموعة من العضلات خلال نشاطه و القيام بأدائه الحركي (COMETTI .G et D، 2005) ، فتعتبر عضلات الكتف و

الذرع و خاصة الأطراف السفلية المتمثلة في الورك،الفخذ،القدم، للقيام بالانطلاقات، الوثب ،تغيير الاتجاهات، التوقفات المفاجئة،الدوران، ضربات الكرة بالقدم....الخ. كما أنّ العضلات المادة للركبة و المادة للفخذ و القابضة دورا هاما و أساسيا في معظم ركلات الكرة سواء باستخدام الناحية الداخلية أو الخارجية ،أما عن القوة المندفعة فهي تتمثل في الأداء الذي يستلزم القدرة (القوة×السرعة) كالتصويب بمختلف أنواعه و الوثب ( شعلان إبراهيم، عمرو أبو المجد، 1996، صفحة 135).

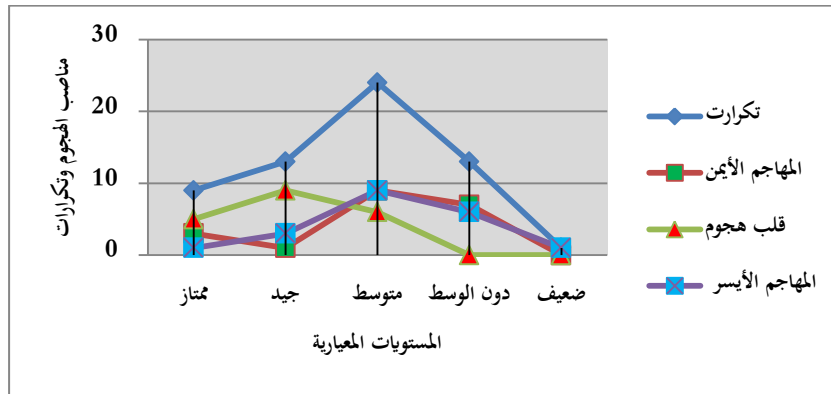
3-6-1-8- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة:

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية	
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن					
	جدولية	محسوبة				العدد	%			
4,86	09,49	*23	01	05	03	09			ممتاز	[68,01_80,00]
			%05	%25	%15	15	%			
24,52			03	09	01	13			جيد	[56,01_68,00]
			%15	%45	%05	21,66	%			
40,96			09	06	09	24			متوسط	[44,01_56,00]
			%45	%20	%45	40	%			
24,52			06	00	07	13			دون الوسط	[32,01_44,00]
			%30	%00	%35	21,66	%			
4,86			01	00	00	01			ضعيف	[20,00_32,00]
			%05	%00	%00	1,66	%			
99,72	20	20	20	60			المجموع			
	100	100	100	100	%					

الجدول رقم 52 : يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن

منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول (52) أن القيمة المحسوبة ل ك<sup>2</sup> بلغت \*23 وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر ب 09,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05 , ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة لصالح المستوى المتوسط .



الشكل رقم 107: يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار ضرب الكرة برأس لأبعد مسافة ممكنة. (مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة تبيان ما يلي:

#### المستوى: الممتاز

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 15% ما يعادل 09 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 05 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 25% ، و لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 4,86%.

#### المستوى: الجيد

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 21,66% ما يعادل 13 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و 09 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 45% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 50% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 24, 52%.

#### المستوى: المتوسط

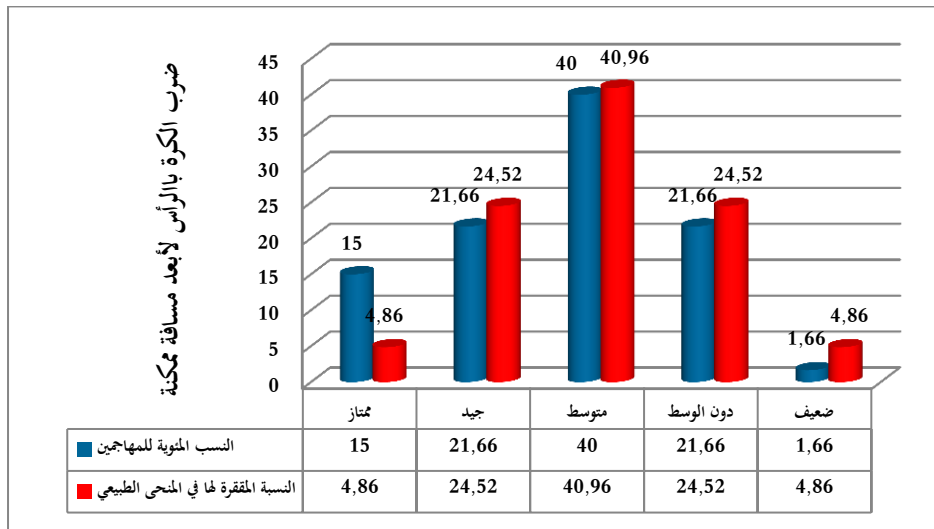
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 40% ما يعادل 24 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم ب09 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 45% و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% و 09 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 45% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدرة بـ 40, 96%.

**المستوى: دون الوسط**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 21,66% ما يعادل 13 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 07 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 35% و 06 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 30%، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

**المستوى: الضعيف**

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 1,66% ما يعادل لاعب مهاجم في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15%، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 108 : يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار ضرب الكرة برأس لأبعد مسافة ممكنة.

**- ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:**

لقد تبين من خلال النتائج اختبار ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين بلغت  $01,95 \pm 28,25$  ويعزى الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها، ويشير الطالب الباحث أنّ مهارة ضرب الكرة بالرأس من أهم المحددات التي يتصف بها اللاعب المهاجم وذلك نظراً إلى تميزه بهذه الصفة سواء في نجاحه في امتلاك الكرة أثناء الصراعات الفردية أو خلال التهديد، ويعزى الباحث ذلك إلى أنّ اختبار ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة يحتاج من اللاعب إلى مرونة في عضلات الجذع عند أداء المهارة، و الاعتماد على

التدريبات الخاصة تكسبه درجة عالية من المرونة في عضلات الجسم المختلفة وأنّ هذه التدريبات تعتمد على الإطالة والتقصير في الأداء وأنها تساهم في زيادة مطاطية العضلات وزيادة مرونتها مما يمكنها من أداء مهارة ضرب الكرة بالرأس بشكل أفضل، فضلاً عن ذلك فإن عملية الاستطالة التي تحدث نتيجة الانقباضات اللامركزية تعمل على إطالة العضلات المشتركة في العمل العضلي، كذلك تعمل على إطالة العضلات المقاومة أو المانعة والتي قد تعمل على إعاقة العمل العضلي في حالة عدم الامتطاط مما يؤدي إلى بطء الحركات وهذا ما أكده (محمد حسن علاوي) بقوله " إن القابلية الامتطاط لا يقصد بها العضلات المانعة أو العضلات المقاومة حتى لا تعمل كعائق وينتج عن ذلك بطء الحركات ".

و يرى الطالب الباحث أن اختبار ضرب الكرة بالرأس يحتاج إلى التوافق في عمل عضلات الرجلين والجذع والذراعين لإحداث أقصى قوة ممكنة لتمكين المهاجمين بأداء هذه المهارة بشكل مثالي يساهم في الرفع من مستوى أدائهم من خلال تعاملهم مع الكرات الهوائية. كما أكد كوميتي (2005) من خلال نظريته الجديدة في الإعداد البدني في كرة القدم على تنمية الصفات الانفجارية بالدرجة الأولى في إعداد اللاعبين، إضافة إلى صفة السرعة بمختلف أنواعها يجب أن تكون الصفات الأخرى المتمثلة في القفز و الوثب و الارتقاء في المقام الأول باستعمال تدريبات القوة و خاصة عن طريق التمارين البليومترية و تمارين تقوية العضلات والتي يجب أن تكون القاعدة الأساسية للإعداد البدني في كرة القدم (COMETTI .G et D، 2005، صفحة 23).

ويؤكد دريسي بوزيد 2003 "يتطلب ضرب الكرة بالرأس مقدرة عالية من الإلتقان ، إضافة إلى قدرته على الوثب بطريقة سليمة للوصول إلى أقصى ارتفاع ممكن ، وقد يكون الوثب من الوقوف أو من الوثب جريا، أو بعد الجري جانبا أو إلى الخلف" (DRISSI.B، 2003، صفحة 81). ويشير محسن ثامر و تاجي واثق "أنّ ضرب الكرة بالرأس من المهارات الأساسية الهامة في كرة القدم، فمهارة ضرب الكرة بالرأس تستخدم لعدة أغراض كالتصويت، التسديد نحو المرمى، أو التمير وتبادل الكرات بين الفريق أو الدفاع عن المرمى وإبعاد الخطر، وتتم هذه العملية بشكلين أساسيين، ضرب الكرة بالرأس من الثبات أي اللاعب متصل بالأرض أو ضرب الكرة بالرأس بعد الارتقاء أي واللاعب في الهواء" (محسن ثامر و تاجي، صفحة 91).

ويرى الطالب الباحث أن هذه المهارة كان لها اهتمام كبير من طرف العديد من الدراسات التي تناولت أهمية الارتقاء في كرة القدم و التعامل مع الكرة الهوائية من مختلف الوضعيات والمواقف؛ ففي إحدى الدراسات التي قامت بها مؤسسة Pekka Luhtanen للبحث والتطوير في الألعاب الرياضية الأولمبية ، فنلندا(2002) وجد أن مساهمات مكونات الجسم لرفع مركز ثقل الجسم في

القفزات العمودية المستخدمة لضرب الكرة بالرأس هي الأعلى في تمدد مفصل الركبة للرجل الدافعة حيث بلغت 55% ومن ثم تمدد أخمص القدم في الكاحل حيث بلغت 25% بينما كان دور تمدد الجذع وحركة الذراعين هي حوالي 10.10% وعلى المدربين معرفة هذه النسب المهمة وذلك بإعطاء أولويات المفاصل المختلفة التي تشترك في عملية القفز وضرب الكرة بالرأس ولو أن أي واحدة من هذه المفاصل لم يتم استعمالها فأن ناتج أداء القفز سوف لن يكون في أقصى حد له وهذا ما يؤثر سلباً على فاعلية مهارة التهديف بالرأس ؛ وقد وجد أن التدريب المنتظم باستخدام الأثقال لمدة ستة أسابيع يؤدي إلى زيادة ارتفاع الوثب العمودي من الثبات بمقدار (3.3سم) وان التدريب البليومتري يؤدي إلى زيادة مقدارها (3.8سم) في حين أن التدريب المركب من كلا النوعين ولنفس المدة يؤدي إلى زيادة مقدارها (10.7سم).

ويشير الطالب الباحث أن تحديد مستويات معيارية لهذه المهارة بالنسبة للاعبين المهاجمين وذلك من أجل تحديد متطلبات مهاجم حديث يتميز بمتطلبات عالية تسمح له بأداء دوره في محور الهجوم بشكل مثالي ودقيق لاعتبار منصب الهجوم من أبرز الخطوط الفعالة التي لها دور كبير في إحداث الفرق خلال نتيجة المباراة هذا ما يتطلب عناية كبيرة من طرف القائمين على تكوين اللاعبين بشكل سليم وفق أسس علمية للعملية التدريبية، فعملية التوجيه نحو هذا المنصب تحتاج إلى دقة عالية من التقييم والتقويم لتوجيه اللاعب إلى المنصب بتوافق قدراته البدنية و المهارية.

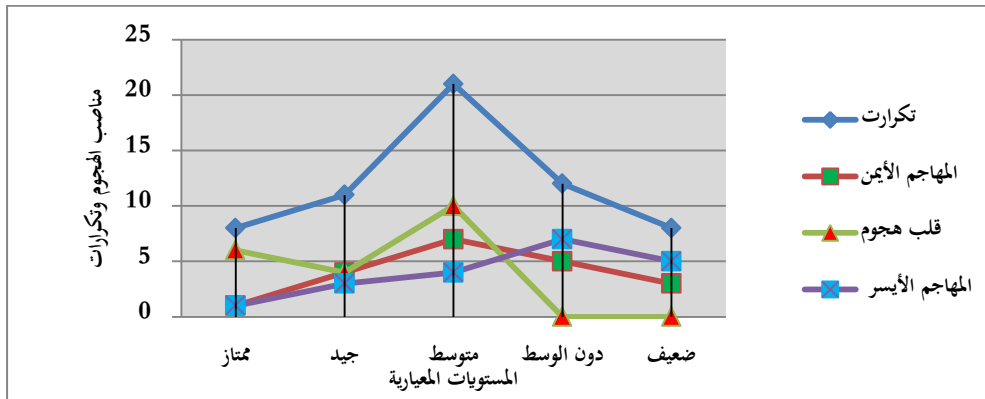
3-6-1-9- عرض ومناقشة عينة البحث في نتائج اختبار التهديد :

النسبة المقررة لها في المنحى الطبيعي	قيمة ك <sup>2</sup>		مناصب الهجوم			النسبة المئوية العدد <sup>9</sup>		المستويات المعيارية	الدرجات المعيارية
			المهاجم الأيسر	قلب الهجوم	المهاجم الأيمن				
	جدولية	محسوبة				العدد	%		
4,86	09,49	*09,5	01	06	01	08	العدد	ممتاز	[68,01_80,00]
			%05	%30	%05	13,33	%		
24,52			03	04	04	11	العدد	جيد	[56,01_68,00]
			%15	%20	%20	18,33	%		
40,96			04	10	07	21	العدد	متوسط	[44,01_56,00]
			%20	%50	%35	35	%		
24,52			07	00	05	12	العدد	دون الوسط	[32,01_44,00]
			%35	%00	%25	20	%		
4,86			05	00	03	08	العدد	ضعيف	[20,00_32,00]
			%25	%00	%15	13,33	%		
99,72				20	20	20	60	المجموع	
				100	100	100	100		

الجدول رقم 53: يبين عدد المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن

منحنى التوزيع الطبيعي في اختبار التهديد.

من خلال النتائج المتوصل إليها يتضح من خلال الجدول (53) أن القيمة المحسوبة ل ك<sup>2</sup> بلغت 09,5\* وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدره ب 09,49 عند درجة الحرية 4 ومستوى الدلالة 0,05 , ما يعني وجود دلالة إحصائية للفرق بين التكرارات المشاهدة والتكرارات المتوقعة لصالح المستوى المتوسط .



الشكل رقم 109 : يوضح مستويات اللاعبين المهاجمين على حسب مناصب اللعب في اختبار التهديد.

(مهاجم أيمن، قلب هجوم ، مهاجم أيسر)

➤ و إثر المعالجة الإحصائية للنتائج الخام للاعبين المهاجمين ومقارنة نسب النتائج عينة

البحث مع النسب المقررة لها في المنحنى الطبيعي في اختبار التهدف تبين ما يلي:

#### المستوى: الممتاز

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,33% ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بلاعب واحد في منصب مهاجم أيمن بنسبة 05% و 06 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 30% ، و لاعب في منصب مهاجم أيسر بنسبة 05% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.

#### المستوى: الجيد

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 18,33% ما يعادل 11 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 04 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 20% و 04 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 20% و 03 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 15% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24, 52%.

#### المستوى: المتوسط

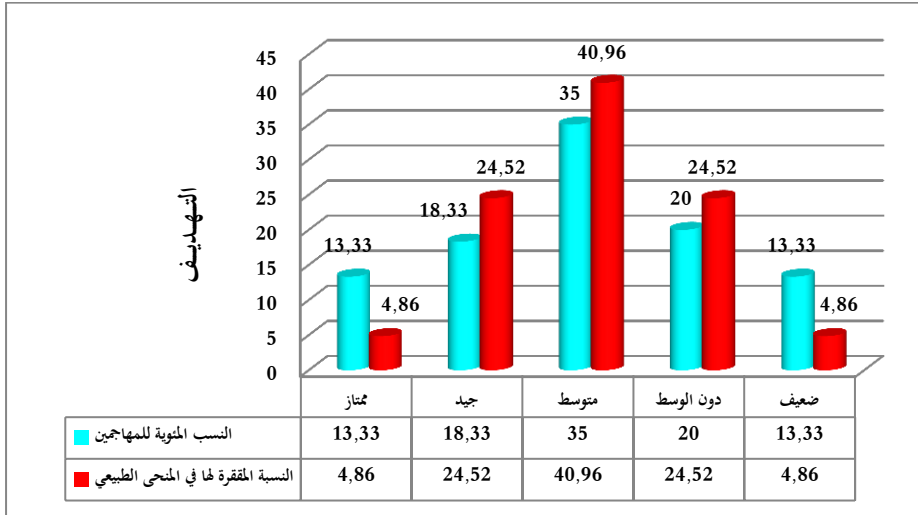
لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 35% ما يعادل 21 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 07 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 35% و 10 لاعبين في منصب قلب هجوم بنسبة 50% و 04 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 20% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 40, 96%.

#### المستوى: دون الوسط

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 20% ما يعادل 12 لاعب مهاجم يتوزعون على مختلف مناصب الهجوم بـ 05 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 25% و 07 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 35% ، وهي أقل من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 24,52%.

#### المستوى: الضعيف

لقد سجل هذا المستوى نسبة مئوية بقيمة 13,66% ما يعادل 08 لاعبين مهاجمين يتوزعون على مناصب الهجوم بـ 03 لاعبين في منصب مهاجم أيمن بنسبة 15% و 05 لاعبين في منصب مهاجم أيسر بنسبة 25% ، وهي أكبر من النسبة المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقدر بـ 4,86%.



الشكل رقم 110: يبين نسب المهاجمين والنسب المئوية المقابلة حسب كل مستوى معياري والنسب المقررة لها ضمن منحى التوزيع الطبيعي في اختبار التهديد.

#### - ومما سبق خلص الطالب الباحث إلى ما يلي:

لقد تبين من خلال النتائج اختبار التهديد أنّ قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث عند اللاعبين المهاجمين لاختبار التهديد بلغت  $04,36 \pm 09,25$  ويعزي الطالب الباحث هذه النتائج التي تحصل عليها اللاعبين المهاجمين حيث اتضحت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها، ويشير الباحث أنّ المهاجمين يمتازون بقلّة الثقة والتركيز خلال أداء مهارة التهديد إضافة إلى ضعف التسديد نحو المرمى وهذا ما يؤكده موفق أسعد محمود 2007 "أنّه لا يمكن تحقيق الأهداف إلا إذا توفرت في اللاعب الثقة بالنفس والذكاء الميداني والإرادة، وتحمل المسؤولية والخبرة، إلى جانب وجود عدة عناصر مهمة التهديد تتمثل في الدقة والقوة" (محمود م.، 2011، صفحة 105). ويشير مفتي إبراهيم 2001 إلى "أنّ كلا من الدقة والقوة عنصر مطلوب في التهديد" (مفتي إبراهيم حماد، 2001، صفحة 81). ويرى الباحث أنّ هذه المهارة من القدرات الأساسية الخاصّة باللاعب المهاجم نظراً إلى متطلباته الهجومية التي يجسدها التهديد وتحقيق نتائج ايجابية خلال مختلف المباريات، ويشير المولى أنّ مهارة التهديد الأكثر إثارة في لعبة كرة القدم.

وبناءً على ما تقدم يجب الاهتمام الجاد والمكثف بتدريبات التهديد من عدّة أماكن متنوعة ومسافات مختلفة وتحت ظروف متغيرة تشابه ما أمكن مع التي تحدث في المباريات الحقيقية قدر الإمكان كأن يحتوي التمرين على بعض المواقف المفاجئة أو المتغيرة التي نجد فيها اللاعب محاصراً بالمدافعين من عدة اتجاهات لمحاولة غلق الطرق أمامه أو الاستحواذ على الكرة وتشتيتها من بين قدميه، ومن خلال ذلك يجب على المدربين تقويم العمليات والقدرات مهارية ككل للاعب

كرة القدم المهاجم وذلك من أجل رفع مستواه وحسه التهديفي خلال المباريات الرسمية كما أنّ إتقان اللاعب للمهارات الأساسية تدفعه إلى اللعب بحماس أكبر وتوصله لأعلى المستويات الفنية ويكون ورقة رابحة بيد مدربه لتنفيذ أفكاره وخططه أثناء المنافسات الرسمية ويشير إلى ذلك ولد **حمو مصطفى 2017** " أنّ الإتقان التام للمهارات-الحركية من حيث انه الهدف النهائي لعملية الإعداد المهاري-يتأسس عليه الوصول لأعلى المستويات الرياضية فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي . ومهما اتصف به من سمات خلقية وإرادية، فإنّه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان في المهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الرياضي التخصصي الذي يتخصص فيه" (ولد حمو مصطفى ، زروال محمد، 2017).

## 3-7- عرض ومناقشة الفرضية الخامسة:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة البحث و المنتخب الوطني للاعبين المهاجمين فئة تحت 17 سنة.

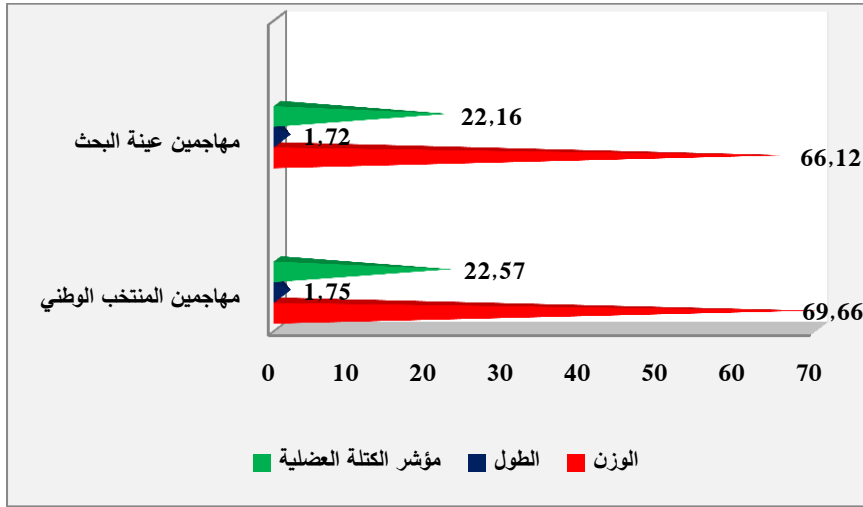
بعد قيام الطالب الباحث بتحديد مستويات معيارية الخاصة بالمهاجمين وفق بعض القياسات المورفولوجية والقدرات البدنية الفسيولوجية و القدرات المهارية تم تحديد اللاعبين ذو المستوى الجيد من خلال الاختبارات الخاصة ببطارية الاختبار الأولى، وتم تطبيق البطارية الثانية الخاصة بالفريق الوطني على مجموعة من اللاعبين المهاجمين بلغ عددهم 12 لاعب من مختلف فرق الدراسة وتم التنسيق مع المدربين لإجراء الاختبارات الميدانية على اللاعبين وبعد الحصول على مجموع النتائج تم دراسة المقارنة بين مهاجمي عينة البحث ومهاجمي الفريق الوطني الذي بلغ عددهم 06 لاعبين مهاجمين، وقد تم الحصول على نتائج المنتخب الوطني من مستندات رسمية من الاتحادية الجزائرية لكرة القدم لدراسة فرحي على مختلف فئات المنتخب الوطني للموسم الرياضي 2015/2016 وقد تم تحديد نتائج اللاعبين المهاجمين ( انظر الملحق رقم 06 ) .

3-7-1- عرض وتحليل نتائج القياسات الأنتروبومترية بين عينة البحث و المنتخب الوطني:

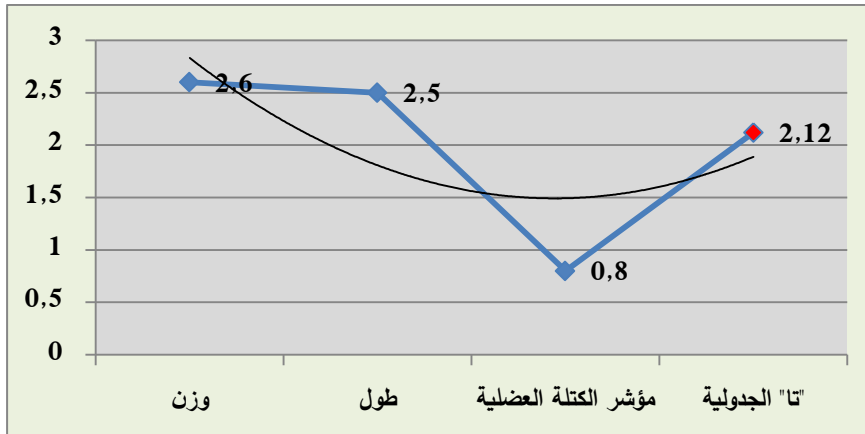
الجدولية	المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	مهاجمين المنتخب الوطني		مهاجمين عينة البحث		القياسات الأنتروبومترية
				متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
2,12	*2,60	0,05	16	69,66	2,06	66,12	4,25	الوزن
	*2,50			1,75	0,02	1,72	الطول	
	0,80			22,57	1,72	22,16	مؤشر الكتلة العضلية	

الجدول رقم 54 : يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث والمنتخب الوطني في بعض القياسات المورفولوجية.

من خلال الجدول رقم (54) الذي يبين نتائج الفرق بين مهاجمين العينة و مهاجمين المنتخب الوطني في بعض القياسات المورفولوجية حيث نلاحظ أنه في قياس الوزن تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 66,12 و انحراف معياري قدره 4,25 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 69,66 و انحرافه المعياري 2,06، أما بالنسبة لقيمة "تا" المحسوبة فبلغت 2,60 وهي أكبر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني. وبالنسبة لقياس الطول تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 1,72 و انحراف معياري قدره 0,02 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 1,75 و انحرافه المعياري 0,02، أما بالنسبة لقيمة "تا" المحسوبة فبلغت 2,50 وهي أكبر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني . أما بالنسبة لقياس مؤشر الكتلة العضلية تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 22,16 و انحراف معياري قدره 1,72 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 22,57 و انحرافه المعياري 0,68، أما بالنسبة لقيمة "تا" المحسوبة فبلغت 0,80 وهي أصغر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين.



الشكل رقم 111 : يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في القياسات المورفولوجية.



الشكل رقم 112: يوضح قيمة "تا" المحسوبة في القياسات المورفولوجية لعينتي البحث.

يستخلص الطالب الباحث من خلال نتائج سألفة الذكر و الذي يوضحها الشكل البياني رقم (108) قيم "تا" المحسوبة في القياسات المورفولوجية لعينتي البحث، أين يظهر أن قيمة قياس الوزن والطول أكبر من "تا" الجدولية وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني أمّا قياس مؤشر الكتلة العضلية قيمته أصغر من "تا" الجدولية هذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، مما يبين الفرق في المستوى المورفولوجي بين عينة البحث والمنتخب الوطني حيث بينت الدراسة الحالية وجود فروق إحصائية دالة فيما يخص وزن اللاعبين حيث يتميز اللاعبون النخبويين بأنهم أكثر وزنا من اللاعبين غير النخبويين. حيث يتوافق وزن

اللاعبين النخبويين لعينتنا مع المعطيات العالمية للاعبين كرة القدم في نفس العمر الزمني والذي يتراوح ما بين 68 إلى 70 كلغ (McMillan K, 2005، الصفحات 273-277) أما وزن اللاعبين غير النخبويين فهو أقل من معدل الوزن لنفس السن (Da Silva CD, 2008, pp. 309-319) من البحوث والدراسات الأوروبية. من جهة أخرى، لم تتفق هذه الفروقات التي وجدها الطالب الباحث في وزن اللاعبين مع بعض الدراسات التي شملت لاعبين شبان حيث لم تسفر دراسة لوقال و آخرون (LeGall F, 2008) عن وجود فروقات بين وزن اللاعبين الدوليين المحترفين والهواة سواء عند لاعبي تحت 14، 15 و 16 سنة كما لم تعرف دراسة دوتي و بوتيرون 2004 وجود فروقات بين وزن اللاعبين المحترفين والهواة لفئة الأكاير. أما فيما يخص قائمة لاعبي عينتنا أسفر البحث عن وجود فروق دالة إحصائياً بين اللاعبين حسب مستوى المنافسة حيث يتوافق هذا مع دراسة دوتي و بوتيرون (M, Dauty M et Potiron Josse, 2004، الصفحات 75-79) لعينة تتضمن صنف للأكاير ولا تتوافق مع خصائص عينة لوقال و آخرون 2008 حيث وجدت هناك فروق دالة إحصائياً مبرزا القائمة الطويلة للاعبين ذوي المستوى الدولي مقارنة باللاعبين الهواة لفئة أقل من 17 سنة (LeGall F, 2008)، من جهة أخرى، يبقى معدل قائمة اللاعبين المحصل عليه في الدراسة الحالية أقل من معدل القائمة الموجود في عدة دراسات أجنبية خاصة الأوروبية منها والتي تبقى مرتفعة عموماً مقارنة بنتائج قائمة عيني الدراسة الحالية سواء اللاعبين النخبويين أو غير النخبويين.

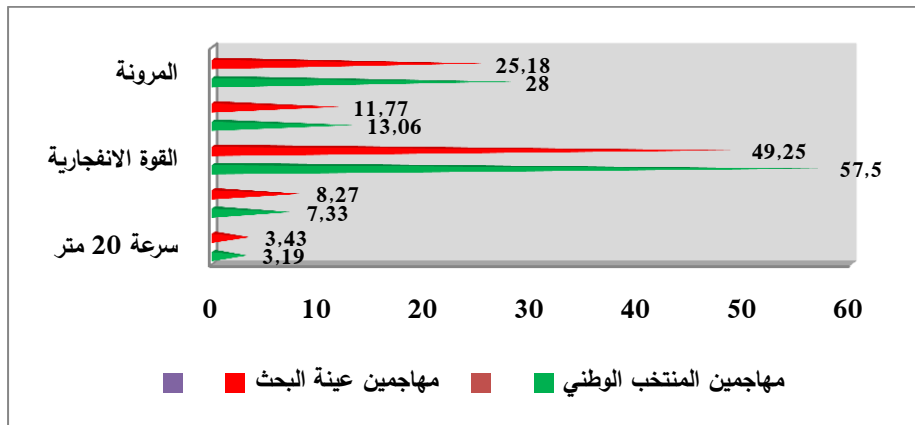
3-7-2- عرض وتحليل نتائج الاختبارات البدنية بين عينة البحث و المنتخب الوطني:

الاختبارات البدنية	مهاجمين عينة البحث		مهاجمين المنتخب الوطني		درجة الحرية	مستوى الدلالة	المحسوبة	تأ الجدولية
	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
اختبار السرعة 20 متر	3,43	0,18	3,19	0,30	16	0,05	1,81	2,12
اختبار السرعة 60 متر	8,27	0,38	7,33	0,36				
اختبار القوة الانفجارية	49,25	4,41	57,5	3,61				
اختبار تحمل القوة	11,77	0,78	13,06	0,36				
اختبار المرونة	25,18	4,24	28	2,75				

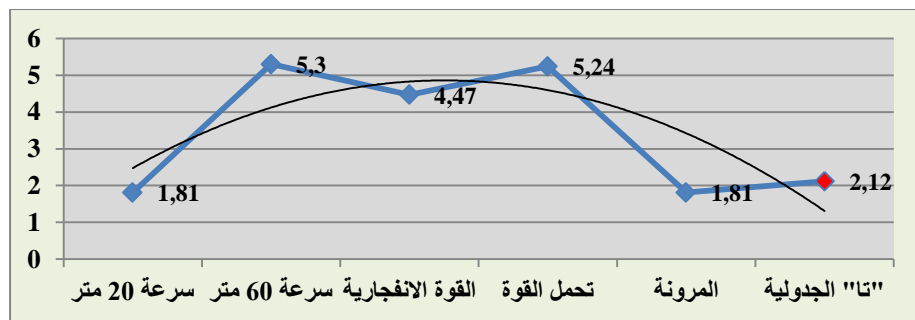
الجدول رقم 55 : يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث والمنتخب الوطني في بعض الاختبارات البدنية.

من خلال الجدول رقم (55) الذي يبين نتائج الفرق بين مهاجمين العينة و مهاجمين المنتخب الوطني في بعض الاختبارات البدنية حيث نلاحظ أنه في اختبار السرعة 20 متر تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 3,43 و انحراف معياري قدره 0,18 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 3,19 و انحرافه المعياري 0,30، أما بالنسبة لقيمة "تأ" المحسوبة فبلغت 1,81 وهي أصغر من "تأ" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية. وبالنسبة لاختبار السرعة 60 متر تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 8,27 و انحراف معياري قدره 0,38 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 7,33 و انحرافه المعياري 0,36، أما بالنسبة لقيمة "تأ" المحسوبة فبلغت 5,30 وهي أكبر من "تأ" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني . أما بالنسبة لاختبار القوة الانفجارية تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 49,25 و انحراف معياري قدره 4,41 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 57,5 و انحرافه المعياري 3,61، أما بالنسبة لقيمة "تأ" المحسوبة فبلغت

4,47 وهي أكبر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني. أما بالنسبة لاختبار تحمل القوة تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 11,77 و انحراف معياري قدره 0,78 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 13,06 و انحرافه المعياري 0,36، أما بالنسبة لقيمة "تا" المحسوبة فبلغت 5,24 وهي أكبر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني. أما بالنسبة لاختبار المرونة تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 25,18 و انحراف معياري قدره 4,24 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 28 و انحرافه المعياري 2,75، أما بالنسبة لقيمة "تا" المحسوبة فبلغت 1,81 وهي أصغر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين.



الشكل رقم 113: يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبارات البدنية.



الشكل رقم 114: يوضح قيمة "تا" المحسوبة في الاختبارات البدنية لعينتي البحث.

يستخلص الطالب الباحث من خلال نتائج سאלفة الذكر و الذي يوضحها الشكل البياني رقم (110) قيم "تا" المحسوبة في الاختبارات البدنية لعينتي البحث، أين يظهر أن قيمة اختبار السرعة 60 متر و القوة الانفجارية و تحمل القوة أكبر من "تا" الجدولية وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني أمّا اختبار السرعة 20 متر و المرونة قيمتهما أصغر من "تا" الجدولية هذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، مما يبين الفرق في المستوى البدني بين عينة البحث والمنتخب الوطني.

**السرعة:** حيث بينت الدراسة الحالية وجود فروق إحصائية دالة فيما يخص «السرعة» حيث يتميز المهاجمين النخبويين بأنهم الأسرع نوعاً ما من المهاجمين غير النخبويين من خلال النتائج المحصل عليها وهذا دلالة على أنّ صفة السرعة من أهم المؤشرات الواجب توفرها في لاعب مهاجم نظراً إلى متطلبات هذا المنصب من خلال مختلف المواقف التي يتعامل المهاجم معها طوال المباراة وباعتبار أن السرعة الفائقة هي التي تحدث الفارق في التفوق خلال الكرات المرتدة و الهجمات المعاكسة وهذا ما أكده **Alexandre Dellal** "أنّ العمل على تدريب لمسافات صغيرة (3-20 متر) يحسن رد فعل والتوقع وهو أمر مهم خاصة في كرة القدم مع تغيير المنبهات" (Dellal، صفحة 20). وفي حوار أجراه **Alexandre Dellal** مع **Cloud Puel** حين تم طرح السؤال حول المعايير التي تحدد لاعب كرة القدم الحديثة أكد كلاود بول " في الوقت الراهن كرة القدم هي ترابط مختلف العوامل المهارية وتكتيكية والبدنية وقدرة المحافظة وتحكم اللاعب في هذه العوامل طيلة أداءه خلال المباراة". وأضاف أنّ منهجية التحضير البدني في تطور وتحسن مستمر، وما نلاحظه خصوصاً في تحسن نوعية العمل المنجز خلال مختلف مباريات كرة القدم، ويحتاج مختلف اللاعبين إلى متطلبات بدنية على رغم من وجود لاعبين يمتازون بجانب مهاري تقني عالي إلا أن افتقارهم لمؤشرات اللياقة البدنية يجعلهم في عدم توافق بين عوامل الإنجاز الرياضي" (Dellal، 2008، صفحة 5). ويشير **فريدريك أنتوني** أنّ صفة السرعة أساسية لكرة القدم عالية المستوى لأنها ستسمح بتنفيذ إجراءات فنية بأسرع وقت ممكن، كما تعد عند المهاجم أمراً أساسياً مع أو بدون كرة، ويضيف أن مؤشر السرعة و التصرف السريع من معايير الاختيار. لاعب كرة القدم اليوم، يجب أن يتصرف بسرعة وبأفضل طريقة ممكنة. ومن الواضح أن هذا المفهوم من سرعة التنفيذ يرتبط بالقدرة التقنية للاعب، وتوقعه وتصوره للعبة، في الوقت الحاضر، فإن غالبية الأهداف يتم تسجيلها على الهجمات السريعة. و هذا ما أكده "يجب على اللاعبين المهاجمين أن يجمعوا بين السرعة و التقنية، وأن يكونوا قادرين على تكرار الحركات لأطول فترة ممكنة وبنفس جودة التنفيذ خلال المباراة" (Dellal، 2008، صفحة 62 63). كما

انتقلت العديد من الدراسات أن هناك فرق في المستوى بين لاعبي الهواة وفريق النخبة حيث تشير دراسة **عرفة محمد 2014** "أن لاعبي كرة القدم الشبان المصنفين حسب مستوى المنافسة يختلفون في مستوى الاستطاعة العضلية، القدرة الهوائية و الاستطاعة اللاهوائية الحمضية لصالح اللاعبين الأعلى مستوى، حيث تعمل هذه العناصر على التفريق بين اللاعبين حسب مستوى المنافسة" (عرفة محمد، 2014). وقام (**Ssampa** و **Macas 2005**) بدراسة مقارنة بين اللاعبين الهواة والمحترفين من خلال الاختبارات الميدانية على مسافة 37 متر. ، أظهرت النتائج عن وجود اختلاف في القدرة على تكرار سباقات السرعة (37 متر مع فترات الاسترجاع من 25 ثانية) على المستوى العملي. ومن خلال قام الباحث بالبحث المعمق حول نتائج دراسات أوروبية مختلفة تناولت مؤشر السرعة على اختلاف المسافات من 05 أمتار إلى 40 متر سيتم الإشارة لها وفق مجموعة من النقاط بتسلسل زمني :

- دراسة **Breuer et Davis 1992** للمحترفين الانجليز والهواة

مسافة 15 متر	2,35 ثانية للمحترفين و 2,70 ثانية للهواة.
مسافة 40 متر	5,51 ثانية للمحترفين و 5,80 ثانية للهواة.

- دراسة **Kollath and Quade (1993)** للمحترفين الألمان والهواة

مسافة 05 متر	1,03 ثانية للمحترفين و 1,07 ثانية للهواة.
مسافة 10 متر	1,79 ثانية للمحترفين و 1,88 ثانية للهواة.
مسافة 20 متر	3,03 ثانية للمحترفين و 3,15 ثانية للهواة.
مسافة 30 متر	4,19 ثانية للمحترفين و 4,33 ثانية للهواة.

- دراسة **Cometti et al (2001)** لمختلف الأقسام الفرنسية محترفة والهواية.

مسافة 05 متر	1,80 ثانية للقسم "1" و 1,82 ثانية للقسم "2" و 1,90 لقسم الهواة.
مسافة 30 متر	4,22 ثانية للقسم "1" و 4,25 ثانية للقسم "2" و 4,30 لقسم الهواة.

- دراسة **Hoff et Helgerud (2002)** للمحترفين النرويج والهواة: (Hoff, 2002)

مسافة 05 متر	1,81 ثانية للمحترفين و 1,88 ثانية للهواة.
مسافة 30 متر	5,55 ثانية للمحترفين و 5,58 ثانية للهواة.

- دراسة **Dupont et al (2004)** للمحترفين الفرنسيين والهواة:

مسافة 30 متر	5,35 ثانية للمحترفين و 5,55 ثانية للهواة.
--------------	---

ومن خلال نتائج سالفه الذكر يرى الباحث أن الاختلاف في قدرات مؤشر السرعة راجع إلى المستوى الذي ينشط فيه اللاعب من جميع النواحي سواء عملية التكوين والتدريب أو الإمكانيات

البشرية والمادية للأندية المحترفة والهاوية و الفرق شاسع في جميع العوامل، كما أن واقع التكوين في مختلف النوادي الجزائرية يفتقر للعديد من الأشياء أهمها الوسائل المادية المتمثلة في مراكز التكوين والتدريب و الملاعب الجوارية ونقص فادح في هيكله التكوين الصحيح للفئات الشبانية والاعتناء بهم، وما نلاحظه بشكل دقيق هو الاعتماد بدرجة كبيرة على فريق الأكاير وإهمال الخزان المتمثل في الفئات الشبانية لمختلف الأصناف.

كما أن عملية الانتقاء والتوجيه الحديثة باتت تعتمد على مختلف عمليات التقييم والاختبارات الميدانية و المعملية إضافة إلى فحوصات طبية في اكتشاف مستوى اللاعب وخصوصياته وإمكانياته و متابعة القائمين والمشرفين على مختلف النوادي الجزائرية بهذه الأساليب و استخدامها هو السبيل الأمثل لتطوير مستوى كرة القدم الجزائرية بعيدا عن كلام البلاطوهات و تحليلات العقيمة التي لم تفرز عن أي جديد منذ عقد الزمن.

**القوة الانفجارية للأطراف السفلية:** حيث بينت الدراسة الحالية وجود فروق إحصائية دالة فيما يخص «القوة الانفجارية» في اختبار سارجن تاست حيث يتميز اللاعبون النخبويين بقدرة عضلية انفجارية عالية مقارنة بالمهاجمين غير نخبويين وهذا ما يتفق مع عدة دراسات أجنبية والتي تبين تفوق اللاعبين المحترفين على الغير محترفين فيما يتعلق بصفة القوة الانفجارية للأطراف السفلية. في هذا الصدد، توصلت أبحاث لوقال وآخرون (LeGall F، 2008) إلى وجود تفوق دال إحصائيا للاعبين الدوليين أقل من 16 سنة على نظرائهم الهواة فيما يخص الاستطاعة اللاهوائية القصوى (المقدرة بالواط) والتي تعبر بصفة عامة عن الاستطاعة العضلية المتعلقة بالمجهودات القصيرة المدة والعالية الشدة. كما أثبت كوميتي و آخرون أن اللاعبين المحترفين يملكون أكبر قوة عضلية مطاولة (force excentrique) لعضلات ثني الركبة مقارنة بلاعبين المستويات الدنيا، في هذا المجال تعتبر هذه الصفات من خصائص لاعبي المستوى العالي. (Cometti G، 2001، صفحة 45 51) كما أن جل الأبحاث بينت أن من أهم الفروق التي تميز مستويات المنافسة هو شدة حمولة التمارين المنجزة خلال المباراة والتي تكون عالية في مباريات المستوى العالي والتي تتخفف بانخفاض مستوى المنافسة، (Ekblom B، 1986، الصفحات 50-60) (Bangsbo J، 1994) كما توافقت نتائج دراستنا مع نتائج أبحاث روش و آخرون (Rosch D، 2000، الصفحات 29-39) في نفس الاختبارات حيث تفوق اللاعبون النخبويين على قرنائهم في المستويات الدنيا في عدة صفات بدنية و مهارية منها طول رمية التماس، القفز

العمودي وقذف الكرة لأطول مسافة ممكنة وهذا في صنف الأكاير وكذا اللاعبين بين 16 و 18 سنة وعلى العكس من هذا، فقد فنّدت دراسة جرافينا و آخرون وجود اختلافات إحصائية فيما يخص اختبار القفز العمودي بين لاعبين شبان إسبانيين محترفين وآخرين غير محترفين، وهذا ما يخالف نتائج دراستنا وكذا عدة أبحاث أجنبية في نفس المجال (Gravina L، 2008). كما تعتبر القوة الانفجارية للأطراف السفلى أنّها مركب من السرعة و القوة وأوضح (حسن السيد أبو عبده 2006 ( أن حاجة لاعبي كرة القدم للقوة تظهر أثناء التصويب على المرمى والوثب العالي لضرب الكرة واستخلاص الكرات والسرعة في تغيير الاتجاه (حسن السيد أبو عبده، 2006، صفحة 77).

ويرى (STRUDWICK 2000) وآخرون أن اللاعبين الذين يخضعون للتدريب التخصصي في اللعب يتميزون بمعدلات عالية من اللياقة البدنية في الوثبات والسرعات حيث يؤكد على أهمية هذه القدرات البدنية الخاصة للاعبين كرة القدم (الفاضي، 2016، صفحة 240) (STRUDWICK A، 2002، صفحة 239). واتفقت مع نتائج دراستنا منها ما أكدّه (CHLIF، 2010) (M وآخرون على أن أبرز المواقف الحاسمة مثل التصويب والتسديد والسرعات العنيفة والقذف من بعيد والتدخلات السريعة تكون فيها القوة والسرعة بأشكالها ضرورية ، فالقوة الانفجارية وسرعة رد الفعل يبرزان حقيقة ممارسة كرة القدم الحديثة" (CHLIF، صفحة 132 138). ودراسة (Wisloff U 1998) وآخرون "حيث أظهرت أن قوة الأطراف السفلى مرتبطة بقدرة إنتاج طاقة أكبر في الجري والارتقاء الجيد والتفوق في الكرات العالية وتغيير الاتجاه فجأة بسرعة كبيرة (Wisloff U، 1998، صفحة 462 467).

و باطلاع الطالب الباحث على آخر الأبحاث التي تطرقت لمؤشر القوة الانفجارية في مختلف المجالات والبحوث الأكاديمية توصل الباحث أنّ القوة الانفجارية لدى اللاعبين النخبويين مرتفعة مقارنة بالهواة وذلك نظرا لاختلاف مستوى اللاعبين والمنافسات وشكل ومحتوى التدريب هذا ما أكدّه C. Cabriel fébrica 2017 في دراسته لمتغير القوة الانفجارية لدى لاعبي كرة القدم من خلال اختبار (SJ)، (CMJ)، ومؤشر مرونة (IE) لعينة شملت 21 لاعب كرة القدم في أمريكا الجنوبية في بداية ونهاية فترة تنافسية لمدة ستة أشهر. تم تحقيق القفزات على منصة القوة وتم تجميع البيانات التي تم الحصول عليها وفقًا لوقت، بداية ونهاية الفترة التنافسية، و مناصب اللاعب (المدافعين، لاعبي خط الوسط والمهاجمين) تم استخدام اختبار "تا" لدراسة الفروق و Kruskal-Wallis للاختلافات بين المواقف لتحليل تأثيره ، وكذلك المنافسة ، على المتغيرات التي تم بحثها. تم تحليل العلاقة بين CMJ و SJ بواسطة "معامل الارتباط بارسون" كانت القيم التي تم

العثور عليها في SJ و CMJ و IE أقل من المعايير الدولية. وأظهرت النتائج المتوصل إليها أن القوة الانفجارية تتأثر بشكل كبير بالفترة التنافسية و متطلبات كل منصب مما يدل على أنّ الأنشطة عالية الشدة أثناء المباراة حيث تشير العلاقات المتبادلة إلى وجود اختلافات في العوامل التي تحدد التغييرات المهمة بالنسبة للاعبين خط الوسط والهجوم. وخلص إلى أن تطبيق التمارين التي تنطوي على عمل من نوع دورة تقصير تمتد (SSC) خلال فترة تنافسية عالية للغاية يمكن أن تسهم في تحسين أداء اللاعبين (C. Gabriel Fábrica، 2017، الصفحات 16-25).

ويشير الطالب الباحث أنّ تفوق مهاجمين الفريق الوطني في مؤشر القوة الانفجارية هو راجع إلى المستوى الذي ينشطون فيه و عملية التكوين الذي يقومون بها في مختلف التريبات المغلقة المنظمة من طرف الاتحادية الجزائرية لكرة القدم إضافة إلى الاهتمام بالعلمية التدريبية بإدراج مختلف الوسائل والطرق الحديثة في التدريب الرياضي التي تخص مؤشر القوة العضلية في حين أنّ مختلف الأندية الناشطة عبر الرابطات الجهوية الغربية تعاني من التهميش و الإهمال في جميع المجالات وكذا لاستمرارية في العملية التكوينية الخاصة بالناشئين لفئة تحت 17 سنة، هذا الذي كان من أهم الأسباب التي جعلت مستوى اللاعبين في انخفاض تراوحت نسبة بين المتوسط و الجيد لبعض اللاعبين وعبر ذلك فإنّ الوصول إلى أعلى مستويات الإنجاز ليس وليد الصدفة بل هو نتاج إستراتيجية مدروسة تشمل جميع النواحي و هي مجموعة من التوصيات للعديد من البحوث السابقة إلا أنّها تبقى ملامسات نظرية تخلوا من التطبيق الفعلي و العمل الميداني التي تحتاجه كرة القدم الجزائرية للنهوض بها وتطوير جميع العوامل المرتبطة بعملية التكوين و الاعتماد على الشبان لإعداد فريق وطني محلي في المستقبل القريب.

**تحمل القوة:** حيث بينت الدراسة الحالية وجود فروق إحصائية دالة فيما يخص «تحمل القوة» في اختبار تحمل القوة حيث يتميز اللاعبون النخبويين بقدرة تحمل عضلية عالية مقارنة بالمهاجمين غير نخبويين ويعزي الباحث هذه النتائج إلى الجانب التكويني التدريبي الذي يحضاه به مهاجمين الفريق الوطني عن نظرائهم في مختلف الأندية الهاوية فعنصر تحمل القوة من أهم المؤشرات التي تميز اللاعب المهاجم حيث تساهم في مقاومة أدائه بصورة ايجابية طيلة أطوار المباراة ويحتاج المهاجم إلى القدرة على إعادة مختلف التحركات والمهارات وهذا ما يتفق مع عدة دراسات أجنبية والتي تبين تفوق اللاعبين المحترفين على الغير محترفين فيما يتعلق بصفة تحمل القوة والقدرة العضلية. في هذا الصدد، توصلت أبحاث (لوقال و آخرون، LeGall et coll., 2008) إلى وجود تفوق دال إحصائيا للاعبين الدوليين أقل من 16 سنة على نظرائهم الهواة فيما يخص الاستطاعة اللاهوائية القصوى (المقدرة بالواط) و التي تعبر بصفة عامة عن الاستطاعة

العضلية المتعلقة بالمجهودات القصيرة المدة والعالية الشدة. كما أثبت كوميتي و آخرون (Cometti et coll., 2001) أن اللاعبين المحترفين يملكون أكبر قوة عضلية مطاولة لعضلات ثني الركبة مقارنة بلاعبي المستويات الدنيا، في هذا المجال تعتبر هذه الصفات من خصائص لاعبي المستوى العالي. كما أن جل الأبحاث بينت أن من أهم الفروق التي تميز مستويات المنافسة هو شدة حمولة التمارين المنجزة خلال المباراة والتي تكون عالية في مباريات المستوى العالي والتي تتخفف (1994Bangsbo) بانخفاض مستوى المنافسة كما توافقت نتائج دراستنا مع نتائج أبحاث روش و آخرون (Rosch et coll., 2000) في نفس الاختبارات حيث تفوق اللاعبون النخبويين على قرنائهم في المستويات الدنيا في عدة صفات بدنية و مهارية منها طول رمية التماس، القفز العمودي وقذف الكرة لأطول مسافة ممكنة وهذا في صنف الأكابر وكذا اللاعبين بين 16 و 18 سنة وعلى العكس من هذا، فقد فُتدت دراسة جرافينا و آخرون (Gravina coll., 2008) وجود اختلافات إحصائية فيما يخص اختبار القفز العمودي بين لاعبين شبان إسبانيين محترفين وآخرين غير محترفين، وهذا ما يخالف نتائج دراستنا وكذا عدة أبحاث أجنبية في نفس المجال . كما يشير (Georges Cazorla et al، 2013) أنّ العلاقة الارتباطية بين القوة القصوى والسرعة تسمح بالأداء لأطول فترة ممكنة و اللاعبين الذين يمتازون بقدرة على تحمل القوة تكون لهم سرعة عالية والقدرة العضلية هي مجال نوعي للجانب البدني، هذه الصفة بمرافقة السرعة تحقق قدر عالي من التحمل العضلي إضافة إلى الاهتمام بالمؤشرات الهوائية  $VMA-VO2MAX$  الذي تعتبر من أهم العوامل لتطور الصفات المركبة. ويرى الباحث أنّ الاهتمام بالعملية التدريبية ومرافقة الناشئين طوال الموسم في برمجة وتخطيط تدريب نموذجي مدروس وفق أسس علمية الذي يخص متغير القوة العضلية تكون له نتائج ايجابية على مستوى اللاعبين بصفة عامة وعلى المهاجمين بصفة خاصّة وذلك بالعمل على طرق تدريبية حديثة لتنمية وتحسن صفة تحمل القوة وعلى القائمين على مختلف الفئات العمرية لكرة القدم إدراج الوسائل المختلفة كالأنثقال أو الأجهزة المتطورة و التدريب المدمج ....، هذا الذي سيرفع من كفاءة اللاعبين على حد سواء و تحسن مستواهم و الوصول بذلك إلى أعلى مستويات الانجاز الرياضي.

**المرونة:** حيث بينت الدراسة الحالية عدم وجود فروق إحصائية فيما يخص «صفة المرونة» في اختبار تقييم المرونة و يعزي الباحث السبب لوجود تقارب في مستوى اللاعبين المهاجمين في مؤشر المرونة العضلية خصوصاً أنه لا يوجد تدريب مستمر وتخصصي لتدريب وتنمية هذه الصفة. ويربط الباحث عدم وجود فروق في لقلة التدريبات وعدم الاستمرار بالتدريب المنظم والاكتفاء بتحضير اللاعبين بوقت البطولة بالإضافة لعدم وجود الخبرة عند اللاعبين، ويشير الباحث

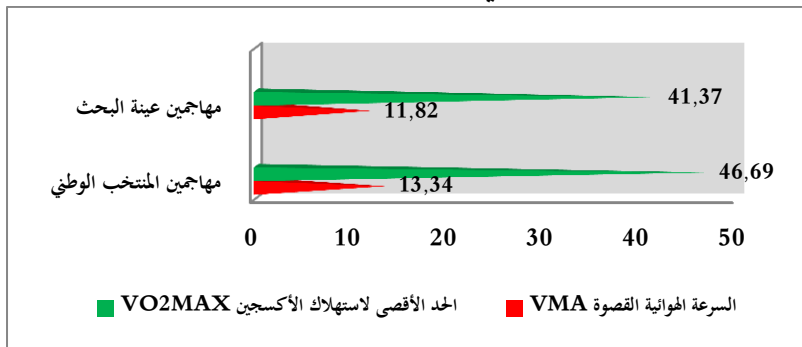
عدم وجود فروق في الخصائص البدنية إلى عدم التنوع في التدريبات للاعبين حسب المراكز داخل الملعب واكتفائهم بالتدريب بشكل عام و بنفس الأسلوب لنفس المراكز ويعتبرون أن لاعب الوسط ممكن أن يلعب مكان اللاعب المدافع و بنفس المستوى، وهذا يدل على عدم التخصصية في مراكز اللعب، ويعتبر منصب الهجوم من المناصب الحساسة التي تحتاج إلى فورمة عالية وإلى انسيابية حركية تسمح للمهاجم بانجاز مختلف الحركات سواء بالكرة أو بدونها وهذا ما يتفق مع دراسة روش و آخرون (Rosch et coll., 2000) حيث كانت نتائج مقارنة مرونة عضلات ومفاصل الأطراف السفلية متكافئة بين اللاعبين النخبويين وغير النخبويين وهذا ما سجله عند اللاعبين الشبان بين 16 و 18 سنة لنفس الاختبار والتي تمثل نفس سن عينة بحثنا عكس الشبان ما بين 14 و 16 سنة أين تفوق لاعبو المستوى العالي على اللاعبين الأدنى مستوى و صفة المرونة لها فوائد كثيرة فكما ذكر (Aurélien et Olivier 2012) "أن أولويات التدريب البدني تدور حول القوة والسرعة إضافة لرؤية المدربين لتأثير المرونة على أنه قليل في الأداء ، رغم أن المرونة هي سبب اتساع المدى الحركي الكبير إضافة لتأثيرها على صفات الأداء الحركي الجميل وأكد (ولد حمو مصطفى 2015) في دراسته أن للمرونة علاقة مباشرة مع القوة ولها فوائد صحية كبيرة بحيث تساعد في الوقاية من الإصابات وتساعد على الانسيابية في الحركة وتحقيق الآلية. ويرى الطالب الباحث أن عامل المرونة ذو أهمية بالغة بالنسبة للاعب المهاجم و هي من الصفات الأساسية التي يجب الاهتمام بها عند الفئات الصغرى باعتبار أنها من الخصائص التي لها عمر تدريبي محدد يميزها عن باقي الصفات، فباعتبار أن المرونة تكون في الجاهزية تامة عند الفئات الصغرى وجب على المدربين الاهتمام بها و إعطائها القدر الكافي من العملية التدريبية حتى تكون بشكل متميز عند بلوغ اللاعب لفئة الأواسط وما أسفرت عنه نتائج الاختبارات توحى أن اللاعبين المهاجمين لمختلف فرق الدراسة يتميزون بمستوى متوسط مقارنة مع فرق أوروبية عالية المستوى و من خلال ذلك وجب النظر إلى عملية الإعداد والتكوين الخاصة بهذه الفئات باستخدام برمجة وتخطيط مدروسة وفق أسس علمية تساهم في الرفع من الأداء العضلي للاعب وهذا ما يسمح له بإبراز قدراته وتطوير مستواه نحو الأفضل لبلوغ مستويات عالية من الإنجاز الرياضي في نشاط كرة القدم ونشير هنا إلى اللاعب المهاجم الذي يتميز بمرونة عالية تسمح له بانجاز مختلف التحركات خلال اللعب هذا ما أكدته وأشارت إليه العديد من الدراسات (خروبي محمد فيصل 2015 هوار عبد اللطيف 2015 ناصر عبد القادر 2006 بن قوة علي 2004 ) وكانت أغلب ما توصلوا إليه أن لاعب كرة القدم الجزائرية يحتاج إلى تكوين ومرافقة علمية لمختلف العمليات التدريبية للوصول به إلى مستويات متقدمة من حيث الأداء والإنجاز.

3-7-3- عرض وتحليل نتائج الاختبارات الفسيولوجية بين عينة البحث و المنتخب الوطني:

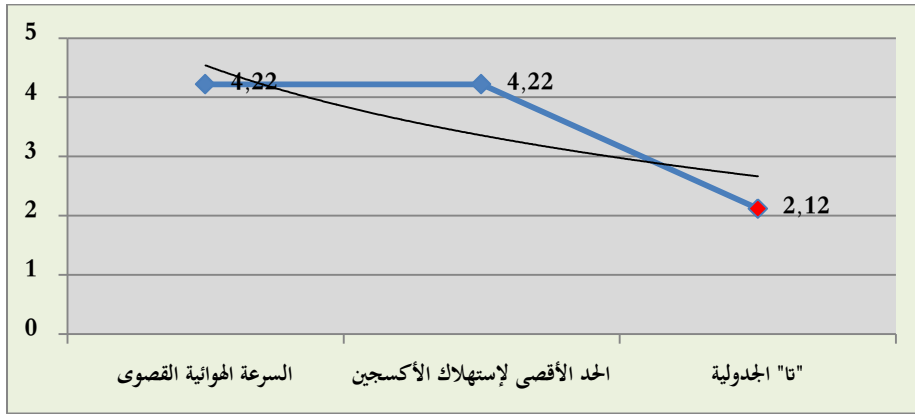
الجدولية	تا المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	مهاجمين المنتخب الوطني		مهاجمين عينة البحث		الاختبار الفسيولوجي نافات 20 متر
				متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
2,12	*4,22	0,05	16	13,34	0,79	11,82	0,60	السرعة الهوائية القصوى VMA
	46,69			2,79	41,37	2,12	الحد الأقصى لاستهلاك VO2 <sup>MAX</sup> الأوكسجين	

الجدول رقم 56: يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث والمنتخب الوطني في الاختبار الفسيولوجي (نافات 20 متر).

من خلال الجدول رقم (56) الذي يبين نتائج الفرق بين مهاجمين العينة و مهاجمين المنتخب الوطني في اختبار الفسيولوجي (نافات 20متر) حيث نلاحظ أنه في اختبار السرعة الهوائية القصوى VMA تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 11,82 و انحراف معياري قدره 0,60 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 13,34 و انحرافه المعياري 0,79، أما بالنسبة لقيمة "تا" المحسوبة فبلغت 4,22 وهي أكبر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني. وبالنسبة لاختبار الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين VO2<sup>MAX</sup> تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 41,37 و انحراف معياري قدره 2,12 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 46,69 و انحرافه المعياري 2,79، أما بالنسبة لقيمة "تا" المحسوبة فبلغت 4,22 وهي أكبر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني.



الشكل رقم 115 : يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبارات البدنية.



الشكل رقم 116 : يوضح قيمة "تا" المحسوبة في الاختبار الفسيولوجي (نافات 20متر) لعينتي البحث.

يستخلص الطالب الباحث من خلال نتائج سالفه الذكر و الذي يوضحها الشكل البياني رقم (112) قيم "تا" المحسوبة في الاختبارات البدنية لعينتي البحث، أين يظهر أن قيمة اختبار السرعة الهوائية القصوى  $VMA$  و الحد الأقصى لإستهلاك الأوكسجين  $VO2MAX$  أكبر من "تا" الجدولية وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني ، مما يبين الفرق في المستوى الفسيولوجي بين عينة البحث و المنتخب الوطني.حيث بينت النتائج المتوصل إليها من خلال اختبار نافات 20 متر وجود فروق إحصائية دالة فيما يخص  $VMA-VO2max$  حيث يتميز المهاجمين النخبويين بمستوى عالي مقارنة مع مهاجمين الفرق الهاوية وهذا دلالة على فرق التكوين و التدريب الذي يعتمده كلا العنيتين.و يمثل النظام الهوائي أول مصدر لتوفير الطاقة أثناء ممارسة مباراة كرة قدم ( **Bangsbo 1994**) كما أن القدرات الهوائية للاعب كرة القدم تلعب دورا مهما في الأداء أثناء المباراة حيث أن قدرة اللاعب على الحفاظ على نفس المستوى طيلة أطوارها يعود إلى قدرته على امتصاص أكبر قدر من الأوكسجين و إمداد العضلات بأكبر قدر منه،حيث يشير السيد عبد المقصود 1992 أن القدرة الهوائية "هي العامل المحدد لمستوى تحمل الأزمنة الطويلة " و من ناحية أخرى يتوقف مستوى القدرة الهوائية على أقصى قدرة على امتصاص الأوكسجين (المقصود، 1992، صفحة 223). حيث أنه من المعروف أن الرياضيين الأكثر تحملا هم الذين يملكون أكبر قدرة هوائية إذ يشير كل من (أبو العلا أحمد عبد الفتاح أحمد نصر الدين سيد، 2003) أنه في حالة الأنشطة الرياضية التي تتطلب طبيعة الأداء فيها الاستمرار في العمل العضلي لفترة طويلة تزيد عن 5دقائق فإن إنتاج الطاقة اللاهوائي لا يعتبر المصدر الرئيسي للطاقة،و لذلك تلجأ العضلة للاستعانة بالأوكسجين لإنتاج الطاقة اللازمة للأداء،و بهذا يمكن الاستمرار في العمل العضلي لفترة طويلة قبل الإحساس بظهور التعب و

كرة القدم و نظرا لاستمرارها لمدة طويلة فإن اعتمادها على القدرة الهوائية هو أساسي و مهم جدا حيث يرى (Dellel، 2008) أن التحمل الهوائي يتمثل في مجهود ديناميكي (جري، قفز، مراوغة ، الخ... ) يعتمد على النظام الهوائي في أغلبه .

وفي مجال القدرة الهوائية والمتمثلة باختبار نافات 20 متر فقد توصلت نتائج دراستنا إلى التفوق الجلي للاعبين النخبويين وهذا ما وافق بعض الدراسات المماثلة والتي أكدت تفوق اللاعبين المحترفين على الهواة أو الغير محترفين كدراسة (Rosch D، 2000) التي توصلت إلى نفس النتائج بالنسبة للاعبين صنف الأكاير واللاعبين الشبان ما بين 14 و 16 سنة عكس اللاعبين الشبان ما بين 16 و 18 سنة أين كان مستوى القدرة الهوائية لنفس اختبار متكافئا. لكن وبالمقابل أسفرت عدة دراسات أجنبية عن تكافؤ مستوى القدرات الهوائية بين اللاعبين المحترفين أو النخبويين مع اللاعبين غير حيث أكدت النخبويين أو للهواة فروق دالة عند تطبيق الاختبارات الهوائية وكذا فيما يخص الاستهلاك الأقصى للأكسجين ويرجع هذا التباين في النتائج بصفة عامة إلى تأثير برامج التدريب المختلفة لعينات البحث لمختلف الدراسات حيث تسمح بعض البرامج التدريبية بتطوير القدرات الهوائية بصفة فعالة حتى عند اللاعبين الهواة كما تلعب عدة عناصر أخرى دورا هاما في تباين النتائج منها كفاءة طاقم التدريب وكذا الوسائل و حجم العمل التدريبي بالإضافة إلى التباين في العمر البيولوجي للاعبين الشبان والذي يؤثر مباشرة في اختلاف مستوى تطور القدرات البدنية للاعبين. (Malina RM، 2004، صفحة 62) وهذا ما يبرز قدرة اللاعبين المحترفين أو ذوي الدرجة الأولى على التحمل والإنجاز الفعال للمجهودات ذات الشدة تحت القصوى وهذا ما أثبتته تركيز حمض اللبن الذي كان مرتفعا عند اللاعبين الأعلى مستوى مقارنة باللاعبين الأقل مستوى (Edwards AM، 2003، الصفحات 14-20) من جهة أخرى، كان انخفاض نبضات القلب سريعا عند اللاعبين النخبويين سواء بعد اختبار كوبر و عن قدرة الاسترجاع الكبيرة للاعبين النخبويين سواء بعد مجهودات هوائية أو لا هوائية وهذا ما ذهب إليه إدواردس و آخرون (Edwards et coll., 2003) الذين توصلوا إلى نفس النتائج وكذا روش و آخرون (Rosch et coll., 2000) بحيث تمكن اللاعبون الشبان ذوي المستوى العالي من الاسترجاع بسرعة عن طريق الانخفاض السريع لنبضات القلب ، وهذا لصالح للشبان بين 16 و 18 سنة وكذا الشبان بين 14 و 16 سنة حيث أن القدرة الهوائية العالية تسمح بتحمل مجهودات طويلة المدة كما تسمح بالاسترجاع السريع بعد مجهودات لا هوائية. وقد بين (زيرفون و آخرون 2016) أهمية المداومة في كرة القدم ولخصها في عدة نقاط منها تمكن اللاعب من الاستشفاء بسرعة وذلك راجع للبناء الجيد للتحمل الهوائي إضافة للتحمل الجيد للانطلاقات المتكرر.

و يشير بوفادن عثمان 2016 أنّ القدرات الهوائية و اللاهوائية للاعب كرة القدم العامل المحدد للياقة البدنية و الفسيولوجية له، حيث أنه كلما زادت عنده هذه القدرات تحسن لديه الأداء و تتمتع بكفاءة عالية على مقاومة التعب، و قد ركز العلماء و الباحثين كثيرا على دراسة هذه القدرات رغبة منهم في حل كثير من المشاكل المتعلقة سواء بالتدريب أو بالأداء أثناء المباراة، و يعد كل من المستهلك الأقصى الأوكسجيني، السرعة الهوائية القصوى، العتبة الفارقة الهوائية و اللاهوائية من أهم المؤشرات التي تدل على القدرة الهوائية، كما يعبر تأخر التعب و سرعة استرجاع مصادر الطاقة على كفاءة اللاعب الفسيولوجية في مقاومة التعب (عثمان بوفادن، 2016، صفحة 94) كما يعتمد الأخصائيين والدارسين لكرة القدم في الآونة الأخيرة على تحليل نشاط اللاعب أثناء المباراة كرة القدم، وتختلف الوسائل والأجهزة الالكترونية المتطورة في تحصيل النشاط البدني و المهاري الخططي ( Dellal2010-2011 ، Disalov2007-2010 ، Rampnini ، 2007 ) حيث أسفرت النتائج على أنّ لاعبي كرة القدم يهرولون أثناء المباراة بنسبة 36 % و تمثل نسبة المشي 24 % و 20 % حركة دون كرة ، 11 % تمثل نسبة الانطلاقات السريعة و 7 % حركة تراجع و نسبة 9 % حركة بالكرة ، وتشير المصادر الحديثة أن النسب هذه لازالت قائمة و متقاربة في السنوات الأخيرة في عدة أماكن كبطولة الدوري الأوربي و بطولة الدوري الانجليزي و دوري المحترفين الياباني.

إن القدرة على تحمل الحمل البدني لفترة طويلة يعتمد على القدرة الهوائية العالية و التي يعبر عنها  $VO_2MAX$  ، لكن السقف المفتوح لأي لاعب حمل بدني مستمر يدخل عامل مؤثر آخر في التحمل وهو العتبة الفارقة اللاهوائية ، وتتطلب لعبة كرة القدم استهلاك أكسجيني يصل إلى 75% من الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين ، و تشير الدراسات أن اغلب لاعبي كرة القدم في المستويات العليا يصلون عند هذه القيمة إلى مستوى العتبة الفارقة اللاهوائية كما تشير الدراسات إلى تفوق لاعبي خط الوسط في هذه القيمة على بقية لاعبي المراكز الأخرى. إن  $VO_2MAX$  يعتبر عامل مهم يعمل على ترقية النظامين الهوائي و اللاهوائي على حد سواء و هو أساس النجاح في تغطية المسافة التي يقطعها اللاعب في المباراة بين العمل الهوائي و اللاهوائي لكن العلاقة تضعف بين  $VO_2MAX$  و الانطلاقات السريعة التي تقع ضمن نظام الطاقة اللاهوائي الفوسفاتي . و أسلوب اللعب يؤثر في نسب عمل اللاعبين و نسب عمل أنظمة الطاقة ، فنرى بعض الفرق تتحفظ في بناء الهجمات محاولة اختيار الفرصة المناسبة أو الهجوم المرتد و بعض الفرق تهاجم بسرعة طوال الوقت كفرق أمريكا الجنوبية ومعظم فرق أوروبا و هذا الأسلوب لا يستثني تنمية القدرات الهوائية كونها تساهم هنا في سرعة الاستشفاء من آثار العمل السريع و تحضير الطاقة بوجود الأوكسجين بسرعة أيضا ، ومن

خلال ما قدمه الطالب الباحث يرى أنّ المشكل في محدودية المستوى الفسيولوجي للاعبين الهواة هو نتاج إلى إستراتيجية ضعيفة للعملية التكوينية التي يتناولها مختلف الفئات الشبانية فغياب البرنامج التدريبي و انعدام مرحلة التحضير البدني و عملية التخطيط هي من أهم أسباب تدني المستوى و إشراف مدرّبين ليست لديهم دراية تامة بأساسيات التدريب الرياضي الحديث ونظرت المسؤولين اتجاه الفئات الصغرى كلها عوامل ساهمت في تراجع مستوى اللاعبين على جميع المستويات، ومن هذا المنطلق وجب إعادة النظر في الهيكلة القاعدية لعملية التكوين و المراقبة هذا ما يتفق مع ما أشار إليه ناصر عبد القادر 2006 "من أجل النهوض بلعبة كرة القدم في الجزائر يستوجب علينا الاهتمام بالأصناف الصغرى وإعدادهم إعدادا صحيحا مبنيا على الأسس العلمية للنهوض بالمستوى نحو الأفضل" (ناصر .، 2006، صفحة 250). و القدرات الفسيولوجية أحد الوسائل المهمة التي تعمل على تحسين الأداء في اللعبة إذ لا يمكن اللعب بمستوى جيد أثناء وقت المباراة دون كفاءة فسيولوجية جيدة فهي أحد المرتكزات الرئيسية في لعبة كرة القدم و التي تعمل هي كذلك على تحسين الأداء و الوصول إلى أعلى مستويات الإنجاز.

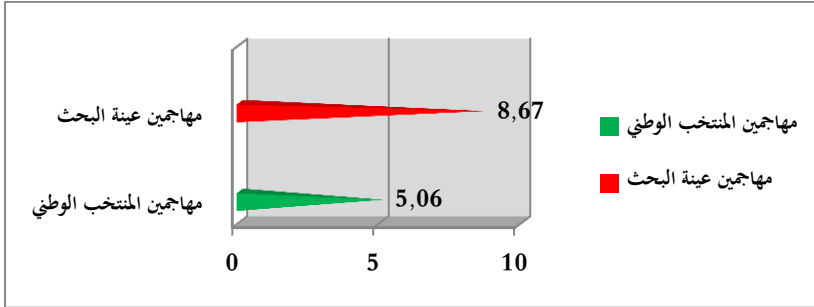
3-7-4- عرض وتحليل نتائج الاختبارات المهارية بين عينة البحث و المنتخب الوطني:

الجدولية	المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	مهاجمين المنتخب الوطني		مهاجمين عينة البحث		الاختبارات المهارية	
				الانحراف المعياري	متوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الحسابي		
2,12	*9,48	0,05	16	0,38	5,06	0,58	8,67	المراقبة والتحكم في الكرة (تنظيف بالكرة 30 متر مع التسديد)	
	*3,09			1,21	2,33	0,37	4	يمنى	الدقة في التسديد (ضرب الكرة 35 متر)
	*2,23			0,81	1,66	1,21	2,57	يسرى	
	*12,18			0,77	4,23	0,48	8,44	يعنى	التحكم التقني في كرة
	*3,64			1,03	2,33	0,79	4,08	الهدف	(سرعة، رشاقة، قوة، دقة)
	*8,61			0,73	4,80	0,41	7,60	يسرى	
	0,72			1,04	2,5	0,57	2,83	الهدف	
	1,95			3,15	86,68	0,95	89,25	القدرة الخاصة في كرة (توقيت العمل الدائري)	

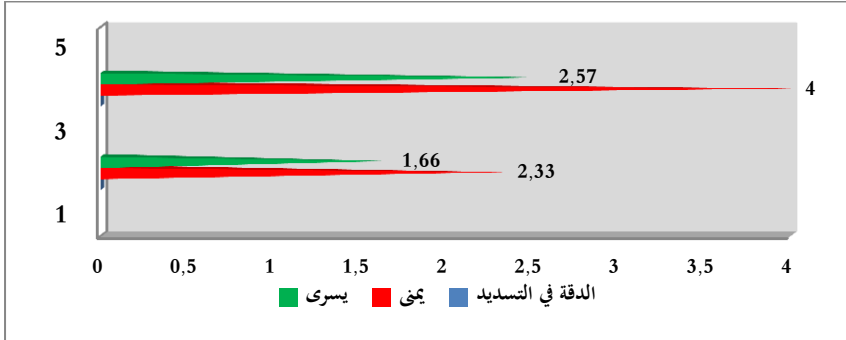
الجدول رقم 57: يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث والمنتخب الوطني في بعض الاختبارات المهارية.

من خلال الجدول رقم (57) الذي يبين نتائج الفرق بين مهاجمين العينة و مهاجمين المنتخب الوطني في بعض الاختبارات المهارية حيث نلاحظ أنه في اختبار المراقبة والتحكم في الكرة تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 8,67 و انحراف معياري قدره 0,58 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 5,06 و انحرافه المعياري 0,38، أما بالنسبة لقيمة "تا" المحسوبة فبلغت 9,48 وهي أكبر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين المنتخب الوطني. وبالنسبة لاختبار الدقة في التسديد تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 2,57/4 و انحراف معياري قدره 1,21/0,37 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 1,66/2,33 و انحرافه المعياري 0,81/1,21، أما بالنسبة لقيمة "تا" المحسوبة فبلغت 2,23/3,09 وهي أكبر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين عينة البحث. وبالنسبة لاختبار التحكم التقني بالكرة تحصلت عينة المهاجمين على متوسط حسابي قدره 4,08/8,44 و انحراف معياري قدره 0,79/0,48 أما بالنسبة لمهاجمين المنتخب الوطني فبلغ متوسطه الحسابي 1,66/2,33 و انحرافه المعياري 0,81/1,21، أما بالنسبة لقيمة "تا"

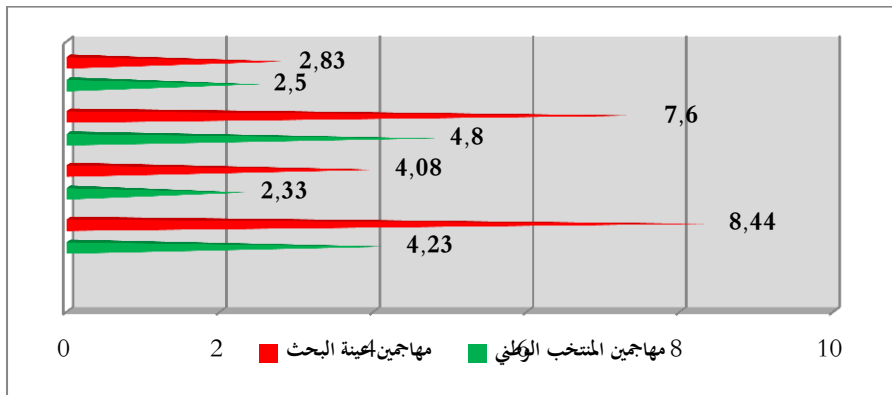
المحسوبة فبلغت  $2,23/3,09$  وهي أكبر من "تا" الجدولية (2,12) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 16 مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مهاجمين عينة البحث.



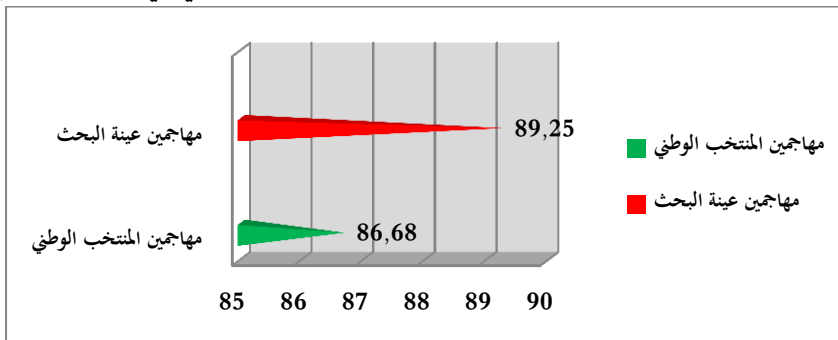
الشكل رقم 117 : يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبار المراقبة والتحكم في الكرة.



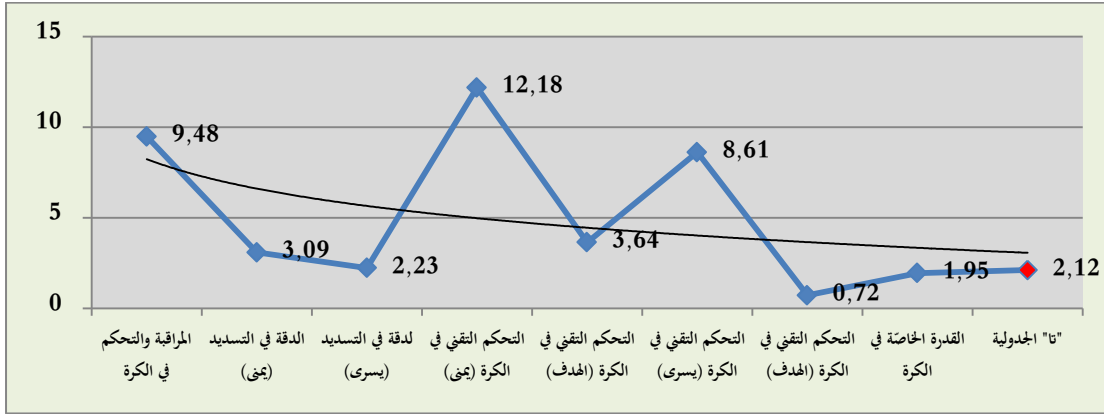
الشكل رقم 118 : يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبار الدقة في التسديد.



الشكل رقم 119 : يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبار التحكم التقني في الكرة.



الشكل رقم 120 : يبين الفرق بين مهاجمين عينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني في الاختبار القدرة الخاصة في الكرة.



الشكل رقم 121 : يوضح قيمة "تا" المحسوبة في الاختبارات المهارة لعينتي البحث.

ستخلص الطالب الباحث من خلال نتائج سאלفة الذكر و الذي يوضحها الشكل البياني رقم ( 121 ) قيم "تا" المحسوبة في الاختبارات المهارة لعينتي البحث، أين يظهر أن أغلبية الاختبارات كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية ما يظهر الفرق من ناحية المستوى المهاري لصالح مهاجمين عينة النخبة الوطنية وهو مؤشر على أنّ المستوى التقني للاعبين المنتخب الوطني جيد وذلك ما أهلهم في عملية الانتقاء حيث أنّ طريقة الملاحظة التي استعان بها المشرفون كان جل تركيزهم على المهارة و هو الأمر الذي أثبتته مجموعة الاختبارات المهارة حيث أن أغلبية المهاجمين نخبة كانت نتائجهم جيدة مقارنة بلاعبين المهاجمين لفرق الدراسة حيث أنّهم كانوا متوسطين في بعض الاختبارات وهذا دليل على التهميش والإهمال الذي يصادف هؤلاء الشباب في بداية مساهمهم الكروي لذلك يرى الباحث أن تدريب اللاعبين المهاجمين على تحسين الجانب المهاري التقني (الأداء المهاري الخططي) أثناء التدريبات كوسيلة مساعدة على حسن أداء الواجب الهجومي وضمان استمرارية أداء مختلف المهارات حتى آخر نقطة من المباراة مما يعمل على إكساب هؤلاء اللاعبين نوعا من خبرات الأداء الناجحة تحت مختلف الظروف سواء في التدريبات أو المنافسات. و يعزي الباحث ذلك النقص إلى عدم وضع الرجل المناسب في المكان المناسب وغياب العمل المنهجي المدروس وفق أسس علمية إضافة إلى إهمال فئة الناشئين على مدار العام بل يقتصر الأمر على تجهيز مشاركتهم وإثبات وجودهم أمام الاتحادية لأنه أمر إجباري و إلزامي لمعظم الفرق، و نعتقد بأننا إذا وفرنا مشرف على الفريق هو انجاز مع العلم أننا نتعامل مع أهم مرحلة وهي تأسيس وتثبيت المهارة لأنّ عملية التدريب تخضع لقوانين ومبادئ عديدة من العلوم كالفسيولوجي وعلم النفس.... ويرى الباحث أنّه لكي نرتقي إلى المستويات العليا علينا الاهتمام بفئة الناشئين من جميع النواحي الإدارية والفنية، والعمل على تأسيس سبل تقوم على أسس علمية لعملية التكوين.

## 3-8- الاستنتاج العام :

إنّ تقدم المستويات الرياضية العالية في مجال كرة القدم يرجع إلى التطور العلمي وتطبيق نتائج البحوث والدراسات التي تناولت كشف وانتقاء وتوجيه اللاعب المناسب طبقاً لطبيعة و متطلبات المورفولوجية والبدنية الفسيولوجية و المهارية ....؛ لذلك اتجه المتخصصون إلى تحديد المواصفات الخاصة بكل لاعب وعلى حسب المنصب الذي يشغله والتي تساعد على اختيار الناشئ وفقاً لأسس علمية محددة للوصول إلى أعلى مستويات الانجاز وتشير مختلف الدراسات والبحوث الخاصة بعملية الانتقاء والتوجيه إلى التوصل لكثير من المعلومات حول عمليات الانتقاء والتوجيه وإلى وضع الأسس النظرية لها، وظهور الكثير من المشكلات النظرية و التطبيقية، والتي لا يزال البحث مستمراً لحلها مما يدعو للقول بأنّ عملية الانتقاء والتوجيه الناشئين في كرة القدم على الرغم من التقدم في السنوات الأخيرة، إلا أنّها لا تزال مشكلة لم تحسم بعد حتى في الدول المتقدمة التي تهتم بهذا المجال.

وعلى هذا الأساس جاءت هذه الدراسة بهدف الكشف عن مستوى اللاعبين المهاجمين في بعض أندية كرة القدم الجزائرية للجهة الغربية للوطن الناشطة في الرابطة الجهوية وهران وسعيدة وتحديد معايير الخاصة بهم عبر بطارية اختبارات مقترحة تشمل بعض القياسات المورفولوجية وبعض القدرات البدنية الفسيولوجية و بعض القدرات المهارية الأساسية عند اللاعب المهاجم وذلك بمعرفة قدرات اللاعب وتشخيص أهم محددات التوجيه له حسب متطلبات المنصب الذي يشغله.

وقد عمد الباحث على تقسيم الدراسة إلى بابين يستبقهما قسم خصص للتعريف بالبحث حتى يتسنى لمتصفح الأطروحة التعرف على مشكلة الدراسة وأهدافها وفرضياتها بالإضافة إلى مفاهيم ومصطلحات البحث، أما الباب الأول فقسمناه إلى ثلاثة فصول، الفصل الأول تضمن مبادئ ومتطلبات اللعب الهجومية، متطلبات كرة القدم الحديثة و الفئة العمرية تحت 17 سنة و جمل من تفاصيل القدرات البدنية الفسيولوجية و المهارية ...، أما الفصل الثاني فتناول معايير التوجيه لمركز الهجوم، الانتقاء والتوجيه، أما الفصل الثالث فقد تناول الدراسات السابقة والمثابرة التي كانت الانطلاقة التي اعتمدها الباحث في معالجة الموضوع ؛ أما في ما يخص الباب الثاني فقد تم تقسيمه إلى ثلاث فصول، الفصل الأول تضمن الدراسة الاستطلاعية التي كانت بمثابة تهيئة لمشكلة البحث و ضبط مختلف المتغيرات التي تطرق لها البحث ، أما الفصل الثاني تضمن منهجية البحث وإجراءاته الميدانية من حيث المنهج الذي تمت من خلاله معالجة الموضوع، أما الفصل الثالث تناول عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها وإعطاءها صبغة علمية ذات دلالة

على محتوى الدراسة و مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات التي توصل إليها الطالب الباحث من خلال تحديد بعض معايير التوجيه العلمية لدى مهاجمين كرة القدم تحت 17 سنة لنستخلص مجموعة من الاستنتاجات أهمها:

\_ يتميز الجانب المورفولوجي للمهاجمين الذي يخص متغير الطول والوزن ومؤشر الكتلة العضلية بمستوى متوسط في أغلب نتائجه وفق تحديد المستويات المعيارية الخاصة بهذا المتغير.

\_ القدرات البدنية المتمثلة في أهم مؤشرات الأساسية للاعب المهاجم تميزت بمستوى متوسط في أغلب نتائجها وهذا مؤشر على أنّ اللاعبين المهاجمين يحتاجون إلى عمل جدي أثناء عملية التكوين والتدريب وكذا توصل الباحث أنّ بعض اللاعبين لا يمتازون ببروفيل مهاجم وهذا المنصب غير مناسب لهم.

\_ المؤشرات الفسيولوجية متوسطة إلى حد بعيد وهذا ما يتنافى ومتطلبات هذا المركز وقد استنتج الباحث أن عملية الإعداد البدني الخاصة باللاعبين تكاد تنعدم و الإهمال الذي تعاني منه الفرق الشبانية هو أحد أبرز نتائج هذا المستوى.

\_ الجانب المهاري تميز في أغلب درجاته بمستوى تراوح بين المتوسط و الجيد و قد تميز اللاعبين المهاجمين بمهارة لا بأس بها في أغلب الاختبارات و هذا ما بات يعتمد عليه أثناء عملية الانتقاء والتوجيه وإهمال باقي العناصر التي تعتبر مهمة بنفس درجة المهارة ولذلك التوجيه يكون بتكافؤ عناصر اللياقة البدنية وعوامل الانجاز الرياضي.

\_ بمقارنة مستوى اللاعبين المهاجمين لعينة البحث و مهاجمين المنتخب الوطني كانت هناك فروق في المستوى لصالح النخبة الوطنية وهذا راجع تقريباً إلى الاهتمام البالغ بالمنتخب أثناء إجراء مختلف التريصات و المتابعة العملية للتدريبية و ارتفاع مستوى المنافسة مقارنة باللاعبين المهاجمين لفرق الهواة الذين يعيشون حالة من اللامبالاة من طرف المشرفين.

من خلال كل ما تم تقديمه في كلا الجانبين النظري والتطبيقي، يمكن القول أننا وصلنا إلى استخلاص جوهر هذا العمل المتواضع، وخاصة عبر الدراسة الميدانية التي أوضحت هذا الغموض الذي كان يسود هذا الموضوع، وبالتالي تقديم جملة من الحلول التي تعطي إجابة للمشكل المطروح الذي يخص مستوى اللاعبين المهاجمين لبعض أندية كرة القدم تحت 17 سنة الجهة الغربية، و كنتيجة لهذا العمل يمكن أن نستنتج استعمال بطارية اختبارات لكشف مستوى اللاعبين المهاجمين المورفولوجية و البدنية الفسيولوجية و المهارة أثناء عملية التوجيه نحو منصب الهجوم و يعتبر هذا الأسلوب علمي ومنهجي يتطلب من القائمين والمشرفين على هذه الفرق كفاءة علمية ومهنية حتى يتمكنوا من تطبيقه والعمل به.

كما استنتج الطالب الباحث أن أغلبية المدربين يعتمدون على عامل الملاحظة والذاتية وإجراء المقابلات التنافسية أثناء عملية الانتقاء والتوجيه نحو مختلف مناصب اللاعب و شمل ذلك حتى المنتخبات الوطنية، ولذلك يشير الباحث أن استعمال بطارية اختبارات لقيوم قدرات اللاعبين المهاجمين أثناء عملية التوجيه هي عملية علمية و تتضح فعاليتها في النتائج التي يحققها اللاعبين ودورها في تحقيق الأفضل للفريق إذا جسدت بطريقة تدريب علمية ومنهجية، لذا وجب على المدربين أن يعتمدوا هذه الطريقة لتوجيه اللاعبين لمختلف مناصب اللعب على حسب قدراتهم ومتطلبات المنصب وخصوصاً منصب الهجوم الذي هو محور دراستنا، وعلى جميع الفئات العمرية المختلفة، لأنها طريقة علمية مضمونة النتائج شريطة أن تتم عملية المتابعة العلمية لبرامج التدريب، و الابتعاد على عامل العشوائية والصدف و التركيز على مستقبل اللاعب المهاجم الذي يمكن أن يتفوق في المنصب من خلال توجيه الصحيح المبني وفق أسس علمية.

كما استنتج الطالب الباحث أن أغلبية نتائج البطارية المقترحة بعد معالجتها ومناقشتها كانت نسبها متوسطة وهو ما يثبت على أن معظم اللاعبين المهاجمين لمختلف الأندية لا يملكون مقومات مهاجم كرة القدم الحديثة ويمتازون بقدرات متوسطة شملت الجانب المورفولوجي و البدني- الفسيولوجي و المهاري وتم التطرق إلى أهم مواصفات اللاعب المهاجم من الجانب المورفولوجي تم قياس الطول والوزن إضافةً إلى مؤشر الكتلة العضلية وتوصل الباحث أن معظم المهاجمين يمتازون بتذبذب لمؤشر الطول والوزن و ساد النمط العضلي النحيف على أغلبية المهاجمين ومن الجانب البدني تم التطرق إلى اختبار القوة القوي و القوة الانفجارية التي تعتبر من أهم خصوصيات اللاعب المهاجم، والسرعة التي تمثل أحد أهم المؤشرات التي يتميز بها اللاعب المهاجم وكذا كفاءة تكرار السرعة إضافةً إلى الصفات التوافقية الرشاقة والمرونة، أما فيما يخص الجانب الفسيولوجي فتم اختبار القدرات الهوائية المتمثلة في السرعة الهوائية القصوى  $VO_{2MAX}$  والحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين  $VO_{2MAX}$  و كذا مؤشر التعب وكفاءة وسرعة الاسترجاع كلها تعتبر من أهم متطلبات اللاعب المهاجم في كرة القدم، كما تم التطرق إلى أهم المهارات الأساسية التي تشابه ظروف اللاعب بالنسبة للاعب المهاجم، وكانت أغلب النتائج بعد تحديد مستويات معيارية متوسطة على حد سواء وهذا ما يوضح أن عملية التوجيه لمعظم الأندية تمت وفق مؤشرات ذاتية عفوية تتنافى ومتطلبات كرة القدم الحديثة هذا الذي نحاول من خلال بحثنا أن نتوصل إليه وهو تقويم القدرات وكشف مستوى اللاعبين وتوجيههم على حسب قدراتهم نحو خط الهجوم الذي يعتبر من المناصب الحساسة في كرة القدم ويتوجب على اللاعب أن يمتاز بمستوى جيد يشمل جميع عوامل الإنجاز الرياضي.

وخلص الطالب الباحث إلى مجموعة نقاط على شكل استنتاجات نهائية هي بمثابة أهم النقاط المتوصل لها خلال البحث:

- يتميز اللاعبين المهاجمين بمستوى متوسط في مختلف المؤشرات المورفولوجية.
- يتميز اللاعبين المهاجمين بمستوى متوسط بشكل عام في بعض القدرات البدنية
- يتميز اللاعبين المهاجمين بمستوى متوسط لبعض المؤشرات الفسيولوجية.
- يتميز اللاعبين المهاجمين بمستوى متوسط لبعض القدرات المهارية.
- هناك فرق في المستوى البدني الفسيولوجي و المهاري بين عينة البحث ومهاجمين المنتخب الوطني.

### 3-9- التوصيات و الاقتراحات:

في ضوء ما توصلنا إليه من نتائج و اعتماداً على البيانات والاستنتاجات المستخلصة يقدم الطالب الباحث التوصيات و الاقتراحات التالية:

- 1- نوصي بضرورة رفع القدرات المعرفية للمدربين في مجال التدريب الرياضي بأسلوب علمي، وهذا عن طريق تنظيم مجموعة من الملتقيات والدورات التدريبية التكوينية تحت إشراف إدارات متخصصة في مجال كرة القدم الحديثة.
- 2- نوصي بإعادة رسكلة مستوى المدربين خاصة هؤلاء الذين يتمتعون بالأقدمية المهنية واللاعبين السابقين والذين يعتمدون على خبرتهم الشخصية، وإفادتهم بكل ما هو جديد فيما يخص عملية الانتقاء والتوجيه وكيفية تقويم قدرات اللاعبين على اختلاف مناصب لعبهم.
- 3- نوصي بمحاولة المتابعة والمراقبة لمختلف أعمال المدربين من طرف رؤساء الفرق أو حتى الرباطات، حتى يكون العمل ذو صبغة علمية و تقادي العمل القائم على الذاتية والعشوائية سواء خلال عملية الانتقاء والتوجيه أو خلال العملية التكوينية لفرق الناشئين.
- 4- نوصي بالاهتمام المسؤولين القائمين على كرة القدم الجزائرية بالفئات الشبانية التي تعتبر جوهر وخزان الأكاير و المنتخبات الوطنية وذلك بتوفير الإمكانيات اللازمة للرفع من المستوى والكفاءة لجميع عوامل الانجاز الرياضي.
- 5- نوصي بالاهتمام بعملية التقويم والمتابعة كجزء لا يتجزأ من العملية التدريبية.
- 6- نوصي بضرورة إشراك كل الهيئات المسؤولة على القطاع بتوفير المنشآت الرياضية من قاعات رياضية و ملاعب جوارية و العمل على صيانة وإعادة هيكلة الملاعب القديمة.
- 7- نوصي بتطبيق بطاريات الاختبارات الخاصة بكشف مستوى اللاعبين وتوجيههم بطريقة صحيحة نحو مختلف المراكز على اختلاف خطوط اللعب.

- 8- نوصي بضرورة الحرص على إتباع طرق ومناهج علمية أثناء عملية الانتقاء والتوجيه.
- 9- نوصي بالاعتماد الدراسات الميدانية كمحك أو مرجع عند مختلف عمليات الانتقاء واختيار اللاعبين أو حتى عند توجيه نحو مناصب اللعب وفق متطلبات المنصب وحسب مستوى اللاعب.
- 10- نوصى بالتطرق إلى عملية الانتقاء والتوجيه لمختلف مناصب اللعب الأخرى ( حارس مرمى-دفاع-وسط ميدان..)
- 11- نوصي بالتكثيف بمثل هذه الدراسة وعلى فئات عمرية مختلفة.
- 12- نوصي بالتطرق لأنشطة أخرى قد تشمل الرياضات الجماعية والفردية أو حتى الرياضات القتالية لتوجيه اللاعب على حسب مستواه وقدراته.
- 13- نوصي بضرورة البحث عن أنجع الأساليب و الطرق الحديثة في عملية التقويم وفق مجموعة من الاختبارات الميدانية و المخبرية للتصرف المثالي أثناء عملية الانتقاء والتوجيه.
- 14- تشخيص حالات عملية الانتقاء والتوجيه في مختلف النوادي الجزائري وعلى اختلاف المستويات والفئات العمرية.
- 15- نوصي بوضع نماذج حيه لعملية الانتقاء باستعمال بطارية الاختبارات و تحليل وعرض نتائجها ومناقشتها وتقديرها، هذا ما يحفز المدربين على إتباع هذا الأسلوب العلمي.
- 16- نوصي بتطبيق بطاريات الاختبارات الخاصة بالمهاجمين ومحاولة العمل المنهجي لعملية التوجيه نحو الهجوم وفق متطلبات مهاجم كرة القدم الحديثة.
- 17- نوصي بتطبيق دراسات مختلفة تخص الجانب العقلي النفسي للاعبين وفق مختلف الخطوط اللعب ( حارس مرمى، الدفاع، وسط الميدان، الهجوم).
- 18- نوصي بالقيام بدراسات تتناول الجانب الخططي للاعب المهاجم نقصد بذلك التفكير الخططي و التركيز والذكاء في اتخاذ القرارات المختلفة أثناء اللعب.
- 19- نوصي بالمتابعة و المراقبة المنظمة وفق عملية التخطيط والبرمجة للمستوى البدني الفسيولوجي و المهاري والعمل على التطوير و الرفع من الكفاءة.
- 20- نتيجة للصعوبات التي واجهها الباحث في رفض بعض المسيرين و المدربين من الدخول للفرق للقيام بالتجربة نوصي بضرورة إيجاد بروتوكول بين وزارة التعليم العالي و البحث العلمي و وزارة الشباب و الرياضة توفر و تمكن الباحثين للقيام و تنفيذ مهامهم.

## الخلاصة العامة للبحث:

تشير معظم الدراسات إلى افتقار كرة القدم الجزائرية إلى نماذج لعملية الانتقاء و التوجيه ، يمكن أن نؤكد أنّ معظم الفرق الرياضية لم تخضع إلى تطبيق بطارية اختبارات تخص عملية التوجيه نحو مختلف مناصب اللعب على اختلاف الخطوط (دفاع، وسط ميدان، هجوم) وأن نسبة 90% من النوادي لا تستخدم هذه الأسس العلمية في مختلف عمليات تقويم وكشف المستوى للاعبين وحتى على مستوى فرق الأكاير ، فاحتياجات هذه اللعبة إلى المتابعة وكشف مختلف القدرات البدنية و المهارية والتي تساهم في توجيه اللاعبين وفق متطلباتهم إلى المنصب المناسب كما أنّ الوصول إلى أعلى المستويات وتحقيق الأفضل في ميدان كرة القدم ليس وليد الصدفة إنّما نتاج عمل متواصل ومراقب يخضع لأساسيات علمية وفق منهجية سليمة، ومن خلال هذا يهدف الباحث إلى تصميم بطارية اختبارات لتحديد بعض معايير التوجيه العلمية لدى مهاجمين كرة القدم و التعرف على مستوى اللاعبين من مختلف الجوانب التي تعتبر أساسية عند المهاجم الناشئ.

لقد بدأنا بحثنا من المجهول وها نحن ننهي هذا العمل المتواضع بما هو معلوم وبدأنا بما هو غامض وها نحن ننهيه بما هو واضح وبدأنا بإشكالية وافتراضات وها نحن ننهيه بحلول ونتائج ولكل منطلق هدف مسطر و مقصود وها نحن نخط أسطر خاتمة بحثنا التي سنحاول من خلالها تقديم نتائج جوهر الموضوع ومدى تحقيق الهدف المرجو من ذلك وتقديم افتراضات مستقبلية تساعد الباحثين على مواصلة البحث أو إعادة دراسته من جوانب أخرى حيث انطلقنا من تعاريف ومصطلحات و جسدت بجمع المعلومات ومعالجتها وتحليلها معتمدين في ذلك على العمل المنهجي الذي لا يخلو من الضوابط والالتزامات المنهجية المطلوبة حيث وضعنا في مقدمة أهدافنا إزالة الغموض والالتباس الذي لمسناه أثناء بداية هذا الموضوع لهذا كانت من أهم الخطوات المعتمدة هي تنظيم العمل في إطار علمي ومنهجي فقمنا بتحليل هذه الوضعية التي يعاني منها أغلب فرق الجزائر لفئة تحت 17 سنة ومختلف الفئات الأخرى و هي عملية توجيه اللاعبين المهاجمين باستعمال الملاحظة المجردة والذاتية و العشوائية • و إعطاء البديل لها وهي عملية الانتقاء عن طريق تطبيق بطارية اختبارات حيث قدمنا نموذج من هذه الأخير وتم تطبيقها على عينة مختارة من مجتمع البحث بطريق منهجية وواضحة وتسجيل النتائج وتحليلها والخروج بنتيجة تبين مدى فعالية هذه الطريقة ونجاحتها في الوسط العلمي والعملية. فقمنا بتشخيص الحالة ميدانيا فوجدنا أنّ أغلب المدربين يعتمدون أثناء عملية التوجيه نحو منصب الهجوم على الملاحظة وذلك لأنهم ينطلقون من إجراء مقابلات عادية وتدريبات تطبيقية حيث أنّها تتم بالطريقة العادية أي بالعين المجردة بالرغم من أنّ أغلبهم يرون أنّ عملية التوجيه عن طريق تقويم قدرات اللاعبين هي

الطريقة الأمثل والأفضل إلا أنهم يرجعون أسباب عدم استعمالهم لها إلى عدم توفير الوسائل والإمكانيات وإلى التعويض المالي المقدم لهم وهذا ما يقف أمام تحقيق نتائج إيجابية في فرقنا المحلية ويعيق مسيرتها ويفشل مواسمها الرياضية.

ونظرا لغياب إستراتيجية أو سياسة واضحة غير مبنية على التكوين الفعال الذي يأخذ في عين عملية الانتقاء والتوجيه وخاصة حسب مناصب اللعب ونذكر بالخصوص المهاجمين، إضافة إلى الأهداف البيداغوجية لا يمكننا الوصول إلى أعلى المستويات لذا من الضروري السعي إلى الرفع من مستوى الإعداد عن طريق العمل التدريبي الذي يخضع لمتطلبات كرة القدم الحديثة و المبادئ الأساسية للتدريب إضافة إلى التخطيط السليم و العقلاني مبني على أطر بيداغوجية سليمة تأخذ في عين الاعتبار عامل الأسس العلمية المبنية على قاعدة لتطبيق بطاريات اختبارات لكشف المستوى من جميع الجوانب من أجل الرفع من مستوى لاعبي كرة القدم الجزائرية. وفي الأخير يجب التذكير بأن الاتجاهات الحديثة في تدريب الأصناف الصغرى بصفة عامة و في الأواسط بصفة خاصة كرة القدم، والذي يظهر في مختلف الأندية الكبيرة في العالم ناتج عن طريق فهم و تحليل و دراسة لعملية التدريب بطريقة عقلانية ، إضافة الإعداد العلمي للبرامج التدريبية والتي ترتبط ارتباطا وثيق بمجموعة من الأهداف المستقبلية المتمثلة في الوصول إلى المستويات العليا مع تحديد الهدف الأساسي الذي يسלט الضوء على العلاقة البيداغوجية المثالية في تكوين الفئات الصغرى.

# قائمة المصادر والمراجع

## قائمة المصادر والمراجع باللغة العربية:

1. إبراهيم الهاشمي. (1985). رياضة كرة السلة. البحرين : مؤسسة المعارف،.
2. إبراهيم محمد رضا. (2007). التطبيق الميداني لنظريات وطرق التدريب الرياضي. بغداد: دار الكتب.
3. إبراهيم ط. إ. (1989). كرة القدم بين النظرية و التطبيق "الإعداد البدني . القاهرة :دار الفكر العربي.
4. إبراهيم م. ع. (1999). الأسس العلمية وطرق الإحصاء في التربية البدنية والرياضية .دار الفكر ط.1
5. أبو العلا أحمد عبد الفتاح. (2003). فسيولوجيا التدريب و الرياضة. ط .1 القاهرة-دارالفكر .
6. أبو العلا عبد الفتاح ، (2008). التدريب الرياضي و الأسس الفزيولوجية. القاهرة: دار الفكر العربي.
7. أبو العلا عبد الفتاح،براهيم شعلان. (1994). فسيولوجيا اللياقة البدنية. القاهرة: ط1 ، دار الفكر العربي.
8. أبو العلاء أحمد عبد الفتاح. (2012). التدريب الرياضي المعاصر . نصر ، القاهرة: ط ، I دار الفكر العربي.
9. أبو العلى عبد الفتاح،أحمد الروبي. (1996). انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي. القاهرة: عالم الكتب.
10. أبو زيد عباس عماد الدين. (2005). التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفرق الألعاب الجماعية-نظريات، تطبيقات. الإسكندرية: ط1 منشأة المعارف.
11. أبو عبده حسن السيد. (2008). الإعداد البدني للاعبين كرة القدم. الإسكندرية: ط1. مكتبة الإشعاع الفنية.
12. أبو علا أحمد عبد الفتاح و أحمد نصرالدين . (1993). فسيولوجيا اللياقة البدنية، . القاهرة :دار الفكر العربي.
13. احمد محمد خاطر، علي فهمي البيك. (1997). القياسات في المجال الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
14. إخلاص محمد عبد الحفيظ،مصطفى حسين باهي . (2000). طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية. القاهرة مصر :مركز الكتاب للنشر.
15. أسامة كامل راتب. (2004). النشاط البدني و الإسترخاء،. القاهرة: ، الطبعة الأولى دار الفكر العربي
16. إسماعيل طه وآخرون. (1989). كرة القدم بين النظرية والتطبيق. القاهرة: دار الفكر العربي.
17. إسماعيل (1996). تأثير أساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عاليا في كرة اليد- دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ،جامعة بغداد.
18. إسماعيل، محمد رضوان، كمال ناصر. (1994). مقدمة التقويم في التربية الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
19. اللقافي. (1995). .تثقيف الطفل .القاهرة،دار الفكر العربي.
20. أمر الله أحمد البساطي. (2001). الإعداد البدني والوظيفي في كرة القدم. دار الفكر الجامعة الجديدة للنشر.
21. 21-أمر الله البساطي. (1998). أسس و قواعد التدريب الرياضي و تطبيقاته. الإسكندرية: الناشر للمعارف
22. أمر الله البساطي. (2000). أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم . القاهرة: دار الطباعة والنشر.
23. أمين خزل عبد. (2014). تدريب كرة القدم المتطلبات الفسيولوجية والفنية. عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
24. أنا اسكارود- ترجمة- هاشم ياسر حسن يمؤفا. (2008). موسوعة التمارين التطبيقية للألعاب الرياضية كافة. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
25. بارو اقتبسه محمد حسن علاوي. (1994). اختبارات الأداء الحركي . القاهرة : دار الفكر العربي.
26. بانفسو (1994ديسمبر). نهج علمي في تدريب اللياقة البدنية في كرة القدم،مترجم . جامعة كوبنهاجن: معهد كروغ
27. بريقع محمد جابر. (2005). المنظومة الكاملة في تدريب القوة و التحمل العضلي، . القاهرة : منشأة المعارف

28. البساطي، أ. أ. (1998). أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته. الإسكندرية، مصر: منشأة المعارف.
29. البساطي، أ. أ. (1998). قواعد و أسس التدريب الرياضي و تطبيقاته. كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية، مصر: مطبعة الانتصار لطباعة الأوفست رقم 348/40.
30. بسطويسي أحمد ، عباس أحمد صالح. (1984). طرق التدريب في مجال التربية الرياضية ، جامعة بغداد
31. بسطويسي أحمد بسطويسي. (1999). أسس ونظريات التدريب الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
32. بسطويسي أحمد،. (1999). أسس و نظريات التدريب الرياضي، . القاهرة: دار الفكر العربي.
33. بسيوني محمود و باسم فاضل. (1994). الإعداد النفسي للاعبين في كرة القدم ، . القاهرة: دار المعرفة.
34. بطرس رزق الله. (2004). متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارة. الإسكندرية: دار المعارف.
35. بطرس رزق الله. (1994). متطلبات كرة القدم البدنية و المهارة،. مصر: مطبعة الإسكندرية.
36. بطرس رزق الله. (2004). متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارة. الإسكندرية، مصر: دار المعارف.
37. بوحاج مزيان. (2012). بطارية اختبارات لتقويم بعض القدرات البدنية والمهارة أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف أواسط "17-19 سنة" ،. الجزائر: رسالة دكتوراه منشورة.
38. بيرقع، ع. ح. (1997). التدريب الرياضي أسس-مفاهيم واتجاهات. القاهرة مصر: دار المعارف .
39. بيومي، ف. ح. (1981). انشاء اختبارات لقياس المهارات الأساسية لكرة القدم للاعبين المرحلة الاعدادية بمحافظة الاسكندرية. الاسكندرية: ماجستر غير منشورة جامعة حلوان.
40. ثائر، م. ر. (1992). طرق تصميم بطاريات اختبار في التربية الرياضية. العراق: جامعة البصرة.
41. جبالي عويس. (2001). التدريب الرياضي - النظرية و التطبيق. ، القاهرة: دار الطباعة للنشر و التوزيع.
42. جلال، س. (1992). التوجيه التربوي النفسي و المهني. القاهرة: ط2، دار الفكر العربي.
43. الجنابي. (2005). بناء و تقنيو بطارية اختبار بدنية لانتقاء رياضيي العاب القوى بأعمار 14-15 سنة العراق.
44. الحاوي. (2002). المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب. المركز العربي للنشر
45. حسانين. (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية - الجزء الأول. القاهرة: دار الفكر العربي.
46. محمد صبحي حسانين. (1996). التحليل لعاملي قدرات البدنية في مجالات ت ب ر ، القاهرة: دار الفكر العربي.
47. حسانين، محمد صبحي. (1998). موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي، القاهرة: ط 1، مركز الكتاب للنشر.
48. حسن السيد أبو عبده،. (2008) : الإعداد المهاري للاعبين في كرة القدم النظرية و التطبيق ، مكتبة الإشعاع الفنية.
49. حسن السيد أبو عبده. (2007). الاتجاهات الحديثة في تخطيط و تدريب كرة القدم. الإسكندرية الإشعاع الفنية للطبع.
50. حسن السيد أبو عبده. (2008). الإعداد البدني للاعبين كرة القدم ، . الإسكندرية : ط ، 1الفتح للطباعة والنشر .
51. حسن عبد الجواد. (1988). كرة القدم المبادئ الأساسية، الألعاب الإعدادية، القانون الدولي، بيروت: ط1. دار العلم.
52. حسن. (2012). ،التطبيقات البدنية الحديثة للاعبين كرة القدم. عمان: ط ، 1مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع .
53. حسانين. (1999). الحديث في كرة السلة، الأسس العلمية والتطبيقية. القاهرة: دار الفكر العربي، ط2
54. حسين. (1997). علم التدريب الرياضي في الأعمار المختلفة، عمان، الأردن: دار الفكر و الطباعة و التوزيع.
55. الحفيظ، م. ع. (1993). الإحصاء والقياس النفسي والتربوي مع نماذج من المقاييس والاختبارات. الجزائر.
56. حلمي، عصام محمد أمين. (1998). دراسة تتبعية لبعض البراتيرات المورفولوجية لسباحي المسافات القصيرة، نظريات وتطبيقات. الاسكندرية: كلية التربية الرياضية للبنين، العدد الأول.

57. حماد، إ. (1998). التدريب الرياضي الحديث تخطيط -تطبيق -قيادة. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي، ط.1
58. حمدي عبد المنعم. (1982). وضع بطارية لقياس الاستعداد البدني المورفولوجي لاختيار ناشئ كرة الطائرة. القاهرة، مصر: رسالة دكتوراه، كلية التربية البدنية.
59. حنفي محمود مختار و مفتي إبراهيم. (1989). الإعداد البدني في كرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي.
60. حنفي مختار. (1998). الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. كويت: دار الكتاب الحديث.
61. الخشاب، زهير قاسم. (1999). كرة القدم. جامعة الموصل: ط 2، محدثة، دار الكتب للطباعة والنشر.
62. الدايم. (1996). برامج تدريب الأعداد البدني وتدريب الأثقال. القاهرة: مركز الكتاب والنشر.
63. رشيد زرواتي. (2007). مناهج البحث العلمي في العلوم الإجتماعية. عين مليلة، الجزائر: ط1، دار الهدى.
64. رضوان، م. ح. (1988). القياس في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي ط.2
65. رضوان، م. ح. (2000). القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
66. رضوان، م. ن. (2003). الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي ط.1
67. ريسان خريبط مجيد. (2014). المجموعة المختارة في التدريب وفسولوجيا الرياضة. القاهرة: ط ، 1 مركز الكتاب للنشر.
68. الزهاوي، فال خورشيد. (2004). أثر تمارين مهارية بدنية مبنية على أسس التدريب الفكري على عدد من المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية للاعبين كرة القدم الشباب. الموصل-العراق: أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الموصل.
69. زهران السيد عبدالله. (2007). الدفاع و الوسط في كرة القدم. الإسكندرية: ط ، 1 دار الوفاء لعنوا الطباعة والنشر.
70. زيزفون، فادي، عيسى. (2016). دراسة عنصر التحمل لدى لاعبي كرة القدم خلال المرحلة التحضيرية لأندية الساحل السوري. سلسلة العلوم الصحية 37 VOL NO4 .
71. سعد الدين أبو الفتوح الشرنوبى. (1991). دلالات بعض مكونات الجسم (الدهون، العضلات، العظام) المساهمة في نتائج الاستعداد لمسابقات الوثب. المملكة العربية السعودية: كلية التربية الرياضية-العدد التاسع.
72. سعد. (2004). إدراك أهمية تخطيط البرامج العلمية التدريبية لإعداد و تكوين الفئات الشبانية. دالي إبراهيم، الجزائر "، مذكرة ماجستير، معهد.ت.ب.ر. .
73. سكر. (2002). علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية. عمان، الأردن: دار العلمية للنشر والتوزيع.
74. السيد عبد المقصود. (1992). نظريات التدريب الرياضي، تدريب و فسيولوجيا التحمل. القاهرة: مطبعة الشباب.
75. السيد عبد المقصود. (1998). نظريات التدريب الرياضي تدريب و فسيولوجيا القوة . القاهرة: مركز الكتاب لمنشر.
76. السيد، ف. ل. (2003). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
77. سيد، م. ز. (1996). تأثير إستخدام ملاعب مصغرة على بعض الجوانب البدنية و المهارية ، القاهرة.
78. الشاعر ، عبد المجيد وأخران. (1991). أساسيات علم وظائف الأعضاء. عمان: دار المستقبل للنشر والتوزيع.
79. الشافعي حسن أحمد . (2009). مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية و العلوم الإنسانية و الإجتماعية. الإسكندرية: دار الوفاء لعنوا الطباعة والنشر.
80. شعلان إبراهيم، عمرو أبو المجد. (1996). أسس بناء كرة القدم الشاملة، القاهرة: العربية للطباعة و النشر.

81. شعلان إبراهيم، عمرو أبو المجد. (1996). : أسس بناء كرة القدم الشاملة، ، العربية للطباعة و النشر.
82. شعير، ز. م. (1999). رعاية المتفوقين و المتميزين و الموهوبين .مكتبة النهضة المصرية ،ط1،.
83. شفيق، م. (1998). الخطوات المنهجية لإعداد بحوث الاجتماعية .الإسكندرية :المكتب الجامعي الحديث.
84. صالح، د. س. (2017). أساتذة .معهد التربية البدنية مستغانم /ع ت تيسمليت.
85. صباح رضا جبر وآخرون. (1991). كرة القدم للصفوف الثالثة،. بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر.
86. صبحي، ح. م. سنة 1998، .(اطلس تصنيف و توظيف انماط الجسم .القاهرة، :، ط1، مركز الكتاب للنشر.
87. الطائي، معتر يونس ذنون. (2001). اثر برنامجين تدريبيين بأسلوب التمارين المركبة و تمارين اللعب في تطوير بعض لصفات البدنية والمهارية. العراق: أطروحة دكتوراه غير منشورة جامعة الموصل.
88. طه، م. ل. (2002). الأسس النفسية للانتقاء الرياضي .جامعة حلوان :كلية التربية الرياضية .
89. عادل عبد البصير علي. (2004). تدريب القوة العضلية -التكامل بين النظرية والتطبيق. القاهرة: ط1. المكتبة المصرية.
90. عادل عبد الحميد الفاضي. (2016). الاختبارات المقننة في كرة القدم الحديثة (بدني ، مهاري ، وظيفي) ، . الإسكندرية: ط 2، مؤسسة عالم الرياضة والنشر ودار الوفاء لدنيا الطباعة.
91. عبد الرحمن احمد سيف. (1991). دراسة مقارنة لبعض النواحي الوظيفية والبدنية قبل وبعد الجولات لملاكمي الدرجة الاولى وعلاقة ذلك بنتائج المباريات. الاسكندرية: نظريات وتطبيقات العدد 11.
92. عبد الفتاح ، أبو العلا. (1997). التدريب الرياضي ، الأسس الفسيولوجية. القاهرة: دار الفكر العربي.
93. عبد الفتاح، أبو العلا، وشعلان، إبراهيم. (1997). فسيولوجيا التدريب في كرة القدم،،. القاهرة: دار الفكر العربي.
94. عبد المجيد نعمان-محمد عبده صالح. كرة القدم التدريب والتخطيط. دار السكناات العربي للطباعة والنشر.
95. عبد علي نصيف، قاسم حسن حسين. (1988). مبادئ علم التدريب الرياضي. بغداد، العراق: مطبعة التعليم العالي.
96. عبده، ح. ا. (2001). الاتجاهات الحديثة في التخطيط وتدريب كرة القدم .الإسكندرية، مصر :مكتبة ومطبعة الإشعاع.
97. عثمان بوفادن. (2016). تأثير التدريب الفترتي مختلف الشدة في تحسين عتبة الأيض اللاهوائية و الهوائية. مستغانم-الجزائر: مذكرة دكتوراه غير منشورة- معهد التربية البدنية والرياضية-مستغانم.
98. عرافة محمد. (2014). مقارنة الأداء البدني بين شبان لاعبي كرة القدم الجزائريين النخبويين وغير نخبويين. مجلة علمية تصدر عن مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي- العدد 07 .
99. علاوي، م. ح. (2002). علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية .القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
100. علي سلوم و مازن حسن جاسم. (2008). تحديد وبناء الدرجات والمستويات المعيارية للاختبارات البدنية والمهارية الخاصة بقبول طلاب كلية التربية الرياضية. مجلة كلية التربية/جامعة الواسط/العدد الثالث ، 319.
101. علي محمد وراتب ، أسامة زكي. (1990). تدريب السباحة ، ، مصر: ط1 ، دار الفكر العربي.
102. علي، ب. ق. (1997). تحديد مستويات معيارية لاختيار الموهوبين من الناشئين لممارسة كرة القدم .مستغانم :رسالة ماجستير غير منشورة.
103. عمر، ل. س. (2000). أثر استخدام التدريب الدائري في بعض الصفات البدنية والمهارات الحركية لدى لاعبي كرة القدم .العراق ،جامعة الموصل :رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية.

104. فرحات، ل. س. (2001). الفياس والاختبار في التربية البدنية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
105. قاسم لزام صبر، يوسف لازم كماش، صالح بشير. (2005). أسس التعليم والتعلم وتطبيقاته في كرة القدم. الاسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة.
106. قحطان بن خليل العزاوي. (1991). تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية لاعبي كرة القدم. العراق.
107. كمال عبد الحميد إسماعيل،. (2000). رباعية كرة اليد الحديثة. ص.3. القاهرة: ج1 (دار التوزيع).
108. كمال عبد الحميد. (1997). القياسات الجسمية للرياضيين، القاهرة: دار الفكر العربي.
109. ليلي السيد فرحات. (2003). القياس والاختبار في التربية الرياضية. القاهرة: ك2، مركز الكتاب للنشر.
110. محمد حازم . (2005). أسس اختيار الناشئين في كرة القدم. الاسكندرية-مصر: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
111. محمد حسن علاوي ، (1994). ، اختبارات الأداء الحركي ، القاهرة : ط، 3، دار الفكر العربي
112. محمد حسن علاوي أسامة كامل راتب. (1987). البحث العلمي في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
113. حسن علاوي ومحمد نصر الدين . (2008). القياس في التربية الرياضية وعلم النفس. القاهرة: دار الفكر العربي.
114. محمد نصر الدين رضوان. (2000). القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر.
115. محمد صبحي حسنين. (1985). تقويم فعالية (العلاقة، المساهمة، التنبؤ) بعض القياسات الجسمية على مستوى الرقمي للاعبي الفريق القومي المصري. مجلة الزقازيق ، 20.
116. محمد صبحي حسنين. (1988). الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس. القاهرة: مطبعة روز اليوسف.
117. محمد علي مفيد. (1994). دراسة بعض القدرات البدنية الخاصة للاعبي كرة القدم في خطوط اللعب المختلفة في المرحلة العمرية من 14-16 سنة. كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية.: رسالة ماجستر غير منشورة.
118. محمد نصر الدين رضوان. (2003). الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية ب ر. القاهرة: دار افكر العربي.
119. محمد، ع. ا. (2003). القياس والتقويم في التربية البدنية و الرياضية. عمان: الوراق للنشر.
120. محمد، ه. (1998). فسيولوجيا الجهد البدني لدى الأطفال والناشئين. الرياض: الاتحاد السعودي للطب الرياضي.
121. محمود، م. ا. (2011). التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم. الاردن: دار دجلة.
122. مختار حنفي. (1995). التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم". القاهرة: دار الفكر العربي.
123. مختار، ح. م. (2001). الأسس العلمية في تدريب كرة القدم. القاهرة: دار الفكر العربي.
124. مفتي إبراهيم حماد. (2001). التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة. القاهرة: ط-2 دار الفكر العربي.
125. مفتي إبراهيم حماد. (1996). كرة القدم للفتيات ( الأسس التربوية). مدينة النصر: دار الفكر العربي.
126. مفتي إبراهيم. (1994). الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم. القاهرة: داتر الفكر العربي.
127. ممدوح عبد المنعم وعيسى عبدالله. (1995). القياس والتقويم النفسي التربوي. الكويت: مكتبة الفلاح.
128. موفق أسعد محمود. (2007). الاختبارات و التكتيك بكرة القدم. الأردن: دار دجلة.
129. موفق أسعد محمود. (2011). التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم. عمان: دار الدجلة.
130. موفق مجيد المولى. (2000). الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم. عمان: ط 1، دار الفكر للطباعة والنشر.
131. موفق مولى. (1999). الاعداد الوظيفي لكرة القدم. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
132. المولى، موفق مجيد. (2000). الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم. عمان: ط 1، دار الفكر للطباعة والنشر.

133. ناصر عبد القادر. (1995). إعداد مقاييس معيارية لتقويم لاعبي كرة القدم- مستغانم، معهد ت ب ر ، الجزائر .
134. ناصر عبد القادر. (2006). تأثير واجبات مراكز اللعب وخطوطه الدفاعية الوسط والهجومية في إحداث التباين في المتطلبات البدنية و المهارية للاعبي كرة القدم. معهد ت ب ر ، جامعة الجزائر. : (رسالة دكتورا غير منشورة).
135. النمكي ،ع .أ. (1997). تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين .مركز الكتاب للنشر،ب ط.
136. الهادي بن .ع. (1999). القياس والتقويم التربوي واستخدامه في مجال التدريس،الأردن :ط 1دار وائل للنشر .
137. وديع ياسين. (1996). التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية. الموصل، العراق: دار الكتاب.
138. ولد حمو مصطفى ، زرزال محمد .(2017). المحددات البدنية للتفوق عند لاعبي كرة القدم فئة اقل من 20 سنة ، . الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والانسانية.
139. ولد حمو مصطفى. (2015). الخصائص البدنية والتقنية للاعبي كرة القدم و دورها في تحديد المستوى،. دفاتر المخبر العدد
140. يوسف لازم كماش. (2000). اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم. عمان. الأردن. : دار الفكر العربي.
141. يوسف بم .ح. (2005). أسس اختيار الناشئين في كرة القدم .مصر،الاسكندرية :دار الوفاء .

## قائمة المصادر والمراجع باللغة الأجنبية:

- I. Alexandre Dellal .(2008) .de l'entrainement à la performance en football .paris: edition de boeck université.
- II. Anis, MANZI, Vincenzo, WONG, Del P., et a CHAOUACHI .(2010) .I. Intermittent endurance and repeated sprint ability in soccer players . .The Journal of Strength & Conditioning Research, , vol. 24, no 10.2669-2663 ,
- III. Bangsbo J. (1994). Energy demands in competitive soccer. J Sports Sci, 12 Spec N°: S5-12, .
- IV. Brooks. (1996). Exercices physiques. éd-2ème édition my field publishing company.
- V. BANGSBO, J. (2007). aerobic and anerobic training in soccer. Stormtryk Bagsvaerd.
- VI. BERNARD CYFFERS PIERRE PARLEPAS .(1992) .Statistique Appliquée Aux Activités physique et sportives .paris: I.N.S.P.
- VII. BUBANJ, S. S. ( 2010). Reliability of myotest tested by a countermovement jump. Acta Kinesiologica: vol. 4, no 2.
- VIII. COMETTI .G et D : .(2005) .Aspects nouveaux de la préparation physique en football .,Dijon, Bourgogne: Ed .UFR STAPS de Dijon, Bourgogne.
- IX. COMETTI .G et D .(2005) .Aspects nouveaux de la préparation physique en football .Bourgogne: Ed .UFR STAPS de Dijon.
- X. COMETTI .G et D. (2005). Aspects nouveaux de la préparation physique en football,. Dijon, Bourgogne: Ed .UFR STAPS.
- XI. Cometti, G. (1993). football et musculation. paris: Edition Actio.
- XII. Counsilman .(1993) .the science of swimming .U S A: PELHM bOOKS.
- XIII. CAZORLA.G. (2006). « Expertise des exigences physiques et physiologiques du football de haut niveau » . Bordeaux: Laboratoire Evaluation Sport et Santé.
- XIV. CHLIF, M. J. (s.d.). Suivi physique et physiologique de footballeurs semi professionnels: vers un entraînement individualisé par poste. O.P.CIT , Christophe Pourcelot , .(2013) .Cross training . Paris : éditions amphora.

- XV. Carling, C. W. (2005). *The Handbook of Soccer Match Analysis*. Routledge: London.: A Systematic Approach to Improving Performance. .
- XVI. David Markland .(2007) .The relationships between body mass and body image and relative autonomy for exercise among adolescent males and females . *Psychology of Sport and Exercise*.
- XVII. Da Silva CD, B. J. (2008). . A review of stature, body mass and maximal oxygen uptake profiles of U17, U20 and first division players in Brazilian soccer. . *J Sports Sci Med*, 7: , 309-319.
- XVIII. Dellel, A. (2008). *De L'entrainement a la performance en football*. Bruxelles: Groupe De Boek.
- XIX. DRISSI.B .(2003) .Football, concept et méthode . Alger :Ed, O.P.U. ,
- XX. ERWINE.H. (1999). *entrainement sportif des enfants*. Paris: . Ed : vigot,.
- XXI. Verducci .(1990) .measurement concepts in physical education sport 2 edition . new york: cv mosby Co.
- XXII. Platonov, V. n. (1984). *l'entraînement sportif, théorie et méthodologie*, traduit du russe par n.jonco etd.wattez, en collaboration avec j.r.lacour professeur de physiologie à la faculté de médecine de saint-etienne. france: édition revue eps.
- XXIII. weineck, J. (2003). *manuel d'entraînement, physiologie de la performance sportive de son développement dans l'entrainement de l'enfant et de l'adolescent*. france: 4eme édition vigot.
- XXIV. Jérémy, CZAPLICKI, Grégory, KERN, Laurence, et al. VANHELST .(2014) . *Évaluation de la condition physique des adolescents dans la région Île-de-France: comparaison avec les normes européennes* .France: , no 4, p. 96.
- XXV. M. A. et LAFFAYE, G - CHOUKOU .(2012) .EFFET DE LA CROISSANCE SUR LES QUALITES PHYSIQUE .conference paper .
- XXVI. MacDougall D Sale D .( 1981) .Specificity in strength training .a review for the coach and athlete. *Can J Appl Sport Sci*.87 .
- XXVII. Thomas W., HUXEL, Kellie C., TINCHER, Jeffrey L., et al NESSER .(2008) . *The relationship between core stability and performance in division i football players* .*The Journal of Strength & Conditioning research* vol,22,no6-1750 ‘ .1754
- XXVIII. U. Alemdaroğlu, A .Özkan , M. Koz, G. Ersöz Y. Köklü .(2014) ) .*The relationship between sprint ability, agility and vertical jump performance in young soccer players* *Relation entre la performance de l'habilité de sprint,*

l'agilité et le saut vertical chez des jeunes joueurs de football .Articles originaux  
Published by Elsevier Masson SAS

- XXIX. et DORAN T. Reilly D STRUDWICK .(2002) .Anthropometric and fitness profiles of elite players in two football codes .journal of sports medicine and physical fitness vol42,no2.
- XXX. C. Gabriel Fábica, R. A. ( 2017). Explosive force in football association: effects of competition and field location. International Journal of Performance Analysis in Sport , Eisenmann JC, Cumming SP, Ribeiro B, Aroso J Malina RM. .(2004) . Maturity-associated variation in the growth and functional capacities of elite youth football (soccer) players 13-15 years .Eur J Appl Physiol.62-555 ‘
- XXXI. Georges Cazorla et al .(2013) .la bible de la préparation physique .paris :édition AMAPHORA.
- XXXII. Gil SM, Ruiz F, ZuberoJ, Gil J, Irazusta J Gravina L .(2008) .Anthropometric and physiological differences between first team and reserve soccer players aged 10-14 years at the beginning and end of the season .Strength Cond Res. 22 (4): 1308-14.
- XXXIII. Helgerud J, Hoff J Wisloff U .(1998) .Strength and endurance of elite soccer players .Medicine and Science in Sports and Exercise, 30.467 462 ‘ :
- XXXIV. Hoff, H. ., (2002). Maximal strength training enhance running economy and aerobic endurance performance. Trondheim, , university of science and. In Hoff,J, Helgerud,J, editors. Football (soccer)Norvege university of science and technology .
- XXXV. j Bangsbo .(1997) .physiology of muscle fatigue during intense exercise,in Clinical pharmacology of sport and Exercise .Amsterdam: eds T Reilly and M orme , Elsevier.
- XXXVI. J. M., YOUNG, Warren B., DOYLE, T. L. A SHEPPARD .(2006) .An evaluation of a new test of reactive agility and its relationship to sprint speed and change of direction speed .Journal of Science and Medicine Sport Vol 9 ‘
- XXXVII. J., Rodas, G., Kemi, O. J & .,Hoff, J. Helgerud .() .(2011) .Strength and endurance in elite football .O.P.CIT.
- XXXVIII. Jean-Paul Ancian .(2008) .une préparation physique programmée .france :édition amphora.
- XXXIX. Joseph Mercier .(2006) .Comprendre et pratiquer, faire savoir pour savoir faire . paris :édition Amphora.

- XL. LAMBERTIN.F. (2000). : Football préparation physique intégrée. Paris: Ed. AMPHORA.
- XLI. Le Gall, F. (2008). Le football et l'enfant: guide pour l'entraîneur. Paris: Geoffroy.
- XLII. LeGall F, C. C. (2008). Anthropometric and fitness characteristics of international amateur male graduate soccer players from an elite youth academy. . J Sci Med Sports .
- XLIII. M, Dauty M et Potiron Josse . .(2004) .Corrélations et différences de performance entre des footballeurs,professionnels, en formation et amateurs à partir du test de sprint (10 mètres départ arrêté (et de tests isocinétiques du genou . .Science et Sports, 19.79-75 ‘
- XLIV. Macfayen AM, Clark N Edwards AM .(2003) .Test performance indicators from a single soccer specific fitness test differentiate between highly trained and recreational active soccer players .J Sports Med Phys Fitness.20-14 ‘
- XLV. Maffiuletti NA, Pousson M, Chatard JC, Maffuli N. Cometti G.(2001) . Isokinetic strenght and anaerobic power of elite subelite and amateur French soccer players .Int J Sports Med, 22(1.51-45 ‘ (
- XLVI. McMillan K, H. R. (2005). Physiological adaptations to soccer specific endurancetraining in professional youth soccer players. . Br J Sports Med. 39 , Olivier Bolliet Aurélien Broussal Derval .(2012) .la préparation physique moderne .France: 4 trainer éditions.
- XLVII. Philippe Leroux .(2006) .planification et entraînement .: france: Edition Amphora.
- XLVIII. R.L0 David .(1987) .physiolgy of exercices, macmillam ., new york.: publishing co . inc
- XLIX. Rosch D, H. R.-B. (2000). Assessment and evaluation of football performance. Am J Sports Med. 28 (5 suppl) , 29-39.
- L. STRUDWICK, A. e. (2002). . Anthropometric and fitness profiles of elite players in two football codes. Journal of sports medicine and physical fitness vol. 42, no 2 , 239.
- LI. TURPIN.B .(2002) .Préparation et entraînement des footballeurs (préparation physique .(Paris: Tome 2 Ed. AMPHORA.
- LII. Weineck J .(1997) .Manuel d'entraînement collection sport et enseignement . edition Vigot.

العلماء حقا

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي  
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضة  
قسم التدريب الرياضي

## استمارة لتتمين مشكلة البحث

زملائي المدرسين تحية طيبة وبعد...

استمارة موجهة إلى المدرسين و المتخصصين في مجال التدريب الرياضي اختصاص كرة القدم من خلال خبرتكم في مجال التدريب ، و لإعطاء أكثر مصداقية للبحث وتزويدنا بالمعلومات المناسبة الدراسة حول موضوع تحت عنوان :

" تحديد بعض معايير التوجيه العلمية لدى مهاجمين كرة القدم تحت 17 سنة

نضع بين أيديكم مجموعة من الأسئلة لإبداء آرائكم و توجيهاتكم و هذا خدمة للبحث الذي نحن بقصد تحقيقه في إطار التحضير لأطروحة الدكتوراه.

نشكركم على مساعدتنا ولكم منا كل التقدير و الاحترام.

ملاحظة: الرجاء قراءة كل عبارة في الصفحة الموالية ثم الإجابة عليها بوضع علامة x في الخانة التي تناسبكم.

كما لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة وإنما إجاباتكم تبين وجهة نظركم .

تحت إشراف الدكتور

كوتشوك سيدي محمد

الطالب الباحث

بومدين قادة

## الاستمارة الخاصة بتثمين مشكلة البحث:

❖ الشهادة المحصل عليها:

➤ شهادة أكاديمية

ليسانس  ماستر  ماجيستر  مستشار

➤ شهادة تدريبية

Caf A  Caf B  Caf C  Faf 3

➤ الخبرة المهنية:

من 1-3 سنوات  من 3-5 سنوات  من 5-10 سنوات  أكثر من 10 سنوات

➤ مهام المدرب:

مدرب فني  محاضر بدني  محاضر نفسي  مدرب حراس مرمى

## الأسئلة:

### • المحور الأول: واقع عملية التوجيه

- 1- هل لديك معرفة حول محددات التوجيه على حسب مناصب اللاعب ؟  
نعم  لا
- 2- هل اطلعت على بعض محددات التوجيه الخاصة بالمهاجمين ؟  
نعم  لا
- 3- هل سبق وأن استخدمت بعض الأسس العلمية في عملية التوجيه الخاصة بالمهاجمين ؟  
نعم  لا
- 4- هل لديكم اختبارات خاصة بعملية التوجيه لمناصب الهجوم ؟  
نعم  لا
- 5- كيف يتم توجيه اللاعبين المهاجمين للفئات الشبانية ؟  
الملاحظة  الأسس العلمية

6- في نظركم عملية توجيه اللاعبين على مستوى أنديتكم نحو مركز اللاعب وخاصة الهجوم؟

ضرورية  مهمة نوعا ما  غير ضرورية

7- هل شاركتكم في تربيصات أو ملتقيات خاص بكيفية إجراء و تنفيذ عملية التوجيه على مستوى الفئات الصغرى ؟

نعم  لا

### • المحور الثاني : معرفة المدربين بعملية التوجيه نحو الهجوم

1- على أي أساس يتم اللاعبين المهاجمين؟

الملاحظة  اختبارات ميدانية

2- إذا اعتمدتم على الملاحظة على ماذا تركزون :

البنية المورفولوجية  الجانب المهاري

الجانب البدني  الجانب فسيولوجي

3- إذا اعتمدتم على الجانب البدني والفسيولوجي ما هي الصفات البدنية الأساسية في عملية التوجيه؟

المداومة  القوة  السرعة

4- إذا اعتمدتم على الجانب المورفولوجي ما هي أهم الخصائص الأساسية في عملية التوجيه ؟

البنية المورفولوجية  الطول

5- إذا اعتمدتم على الجانب المهاري ما هي الصفات المهارية الأساسية في عملية التوجيه؟

جري بالكرة  التمرير  الاستقبال  مراقبة الكرة

6- كيف تتم عملية التوجيه للاعبين نحو مراكز الهجوم :

مجموعة  حسب ميولات اللاعبين

7- هل تراعون متطلبات خط الهجوم البدنية الفسيولوجية و الجانب المورفولوجي و القدرات المهارية-

الذهنية عند إجراء عملية التوجيه :

نعم  لا

8- هل تراعون الموهبة فقط عند التوجيه دون مراعاة خصوصيات خط الهجوم ؟

نعم  لا

9- هل تستشرون اللاعب عند التوجيه نحو المنصب الذي يختار اللعب فيه يوم إجراء عملية التوجيه؟

نعم  لا

10- هل تعتمدون في عملية التوجيه إن وجدت الاختبارات و القياسات على :

✓ الاختبارات المعملية

✓ الاختبارات الميدانية لعناصر اللياقة البدنية

✓ بعض المؤشرات المورفولوجية و الفسيولوجية

✓ القدرات المهارية

✓ القدرات الذهنية

11- هل ترون أنه من الضروري وجود محددات أو درجات معيارية أو مستويات معيارية موحدة

يتم من خلالها توجيه اللاعبين في كرة القدم نحو مراكز الهجوم في الفئات الصغرى ؟

نعم  لا

12- المدربين المشرفين على الفئات الصغرى غير مدعمن بدليل معايير المعتمدة وطنيا في كرة

القدم من شأنه تسهيل عملية التوجيه للموهوبين بشكل علمي و موضوعي بعيدا عن العشوائية و

الذاتية :

نعم  لا

13- هل تعتبرون المحددات البدنية الفسيولوجية-المورفولوجية المهارية كافية

لتوجيه اللاعبين نحو مراكز الهجوم عند الفئة تحت 17 سنة ؟

نعم  لا

الملحق رقم: 02

استمارة ترشيح بطارية الاختبارات



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

التخصص: تدريب وتحضير بدني

## استمارة استبيان لترشيح مجموعة من الاختبارات

استمارة استبيان موجهة إلى المدربين والمتخصصين في كرة القدم

زملائي المدربين تحية طيبة وبعد...

نظرا لأهمية خبرتكم في مجال التدريب الرياضي اختصاص كرة القدم، يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاستمارة راجين من حضرتكم ترشيح مجموعة من الاختبارات البدنية المورفولوجية و المهارية التي ترونها مناسبة لموضوع بحثنا في إطار انجاز بحث علمي ميداني تحت عنوان : تحديد بعض معايير التوجيه العلمية لدى مهاجمين كرة القدم تحت 17 سنة. آرائكم و توجيهاتكم تهمنا و هذا خدمة للبحث الذي نحن بقصد تحقيقه في إطار التحضير لأطروحة الدكتوراه.نشكركم على مساعدتنا ولكم منا كل عبارات التقدير و الاحترام.

تحت إشراف الدكتور:

كوتشوك سيدي محمد

الطالب الباحث:

بومدين قادة

مجموعة من الاختبارات المقترحة:

أولاً : القياسات الأنتروبومترية:

1-الوزن

2- الطول

3- مؤشر الكتلة العضلية

4-مؤشر الكتلة العظمية

5-مؤشر الكتلة الدهنية

6-الأطوال و المحيطات

اقتراحات:.....  
.....  
.....  
.....

ثانياً: الاختبارات البدنية الفسيولوجية:

اختبارات المتداومة :

1- اختبار كوبر 12 دقيقة

2- اختبار كوبر 06دقيقة

3- اختبار دكار وبريكسي 05 دقيقة

4- اختبار فاميفال (vameval)

5- اختبار يويوتاست (yoyo test)

6- اختبار كفاءة اللياقة البدنية RSA (مؤشر التعب)

7- اختبار سرعة الاسترجاع novmijanov

اقتراحات:.....  
.....  
.....



## اختبارات السرعة :

- 1- اختبار أقصى سرعة (15متر)
- 2- اختبار أقصى سرعة (30متر)
- 3- اختبار أقصى سرعة (60متر)
- 4- اختبار أقصى سرعة (80متر)
- 5- اختبار أقصى سرعة (100متر)
- 6- اختبار الجري المتعرج
- 7- سرعة متكررة ذهاباً وإياباً 44م (2\*50،5م)
- 8- سرعة متكررة ذهاباً وإياباً 50م (5\*10م)
- 9- اختبار كفاءة تكرار السرعة RSA

..... اقتراحات: .....

.....

.....

.....

## اختبارات القوة:

- 1- اختبار القوة القصوى للعضلات السفلية (Test du 1 R.M).
- 2- اختبار الارتفاع العمودي من الثبات إلى الأعلى (Sergent Test)
- 3- اختبار الارتفاع العمودي من الثبات إلى الأعلى (Squat Jump)
- 4- اختبار الارتفاع العمودي من الثبات إلى الأعلى (Contre Mouvement Jump)
- 5- اختبار الارتفاع العمودي من الثبات إلى الأعلى (Drop Jump)
- 6- اختبار القفز الطويل من الثبات (Saut en longueur sans élan)

..... اقتراحات: .....

.....

.....

.....



## والهأ: الاختبارات المهارية:

- اختبار دقة التمرير

- اختبار دقة التسديد

- اختبار قطع الكرة

- اختبار ضرب الكرة بالرأس إلى أبعد مسافة ممكنة

- اختبار ضرب الكرة بالرجل إلى أبعد مسافة ممكنة

- اختبار المخالفات

- اختبار التهديف.

- اختبار الجري المتعرج بالكرة بين (5) شواخص (Tomsen, 1984,4).

- اختبار اكراموف للجري وتغيير الاتجاه بالكرة : (مالينا ومسا ، 2005).

- اختبار السيطرة على الكرة بالتنطيط : (مالينا ومسا، 2005).

- اختبار السيطرة على الكرة بدون سقوطها 30م بأخذ الوقت

- اختبار القدرة الخاصة في كرة القدم (توقيت العمل الدائري)

- اختبار التحكم بالكرة في الهواء

- اختبار مناولة الكرة

اقتراحات:.....  
.....  
.....  
.....



# الملحق رقم: 03

بيان تسهيل المهمة الخاصة بالدراسة الميدانية



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



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
نيابة مديرية الدراسات ما بعد التدرج  
الرقم... 3666 / م.ت.ب.ر/2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد المدير التقني الجهوي لكرة القدم  
وهران

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " بومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملكو ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفئة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

وفي الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



ش. بن قناب الخياط  
مساعد مكلف بما بعد التدرج  
في ش.ت.ب.ر. و العلاقات الخارجية



معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروبة  
ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر  
الهاتف: +213 45 421134 (0) +213 الفاكس: +213 45 42 11 36  
البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
نيابة مديرية الدراسات ما بعد التخرج  
الرقم ... 2017/م.ت.ب.ر.

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس كرة القدم لنادي مولودية وهران

MCO

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " بومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملالكو ولاية تيارت . المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفترة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

و في الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.



معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروية

ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: +213 (0) 45 421134 الفاكس: +213 45 42 11 36

البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
نوبلة منيرية للدراسات ما بعد التدرج  
الرقم...3666...م.ت.ب.ر/2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس كرة القدم لنادي جمعية وهران

ASMO

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " يومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملكو ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجواء الميداني للفئة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

و في الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد  
نوبلة منيرية للدراسات ما بعد التدرج  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

BEKHAY Mahieddine

معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم حرة

ع ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف: 45 421134 (0) +213 الفاكس: 213 45 42 11 36 +

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



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
نيابة مديرية الدراسات ما بعد التدرج  
الرقم... 333333 / م.ت.ب.ر/ 2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس كرة القدم لنادي ترجي مستغانم  
ESM

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " بومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملاكو ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفترة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

وفي الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



د. بن قناب الطاب  
مساعد مكلف بما بعد التدرج  
في بحث العلمي و العلاقات الخارجية



معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروية

ع ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: +213 45 421134 (0) الفاكس: +213 45 42 11 36

البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
نيابة مديرية الدراسات ما بعد التخرج  
الرقم...366.../م.ت.ب.ر/2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس فريق كرة القدم لسريع غليزان  
R C R

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " بومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملكو ولاية تيارت . المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفترة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

و في الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



ش. بن قناب الحاج  
مس. مساعد مكلف بما بعد التخرج  
و البحث العلمي و المعاقبات



معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروبة

ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: +213 45 421134 (0) الفاكس: +213 45 42 11 36

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



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
توأبة مديرية الدراسات ما بعد التخرج  
الرقم ...366... / م.ت.ب.ر/ 2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس كرة القدم لنادي و داد تلمسان  
WAT

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " بومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملكو ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفئة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

وفي الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



د. بن قناب الحاج  
مساعد مكلف بما بعد التخرج  
و البحث العلمي و العلاقات



معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم بحرية

ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: 45 421134 (0) 213 + الفاكس: 213 45 42 11 36 +

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



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



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
نيابة مديرية الدراسات ما بعد التدرج  
الرقم... 3363 / م.ت.ب.ر/ 2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد المدير التقني الجهوي لكرة القدم  
سعيدة

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " بومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملكو ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفئة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

وفي الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



خ. بن قناب  
مساعد مكلف بما يخص  
العلاقات العلمية و البحثية

Ligue Régionale de Football Saïda  
Directeur Technique Régional .  
ABDELKRIM BENAOUA

معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروبة

ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: +213 (0) 45 421134 الفاكس: +213 45 42 11 36

البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
تدابة مديرية الدراسات ما بعد التدرج  
الرقم 366.../م.ت.ب.ر/2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس فريق كرة القدم لشبيبة تيارت  
JSMT

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " بومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملكو ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفترة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

و في الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



د. بن قناب الحاج  
مساعد مكلف بما بعد التدرج  
و تربيت العلي و العلاقات الخارجية



معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم بحرية

ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: +213 45 421134 (0) +213 الفاكس: +213 45 42 11 36

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



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
نيابة مديرية الدراسات ما بعد للترج  
الرقم... 2017/03/07 م.ت.ب.و

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس كرة القدم لنادي غالي معسكر

GSM

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب "يومدين قادة" من مواليد 1990/07/06 بملكو ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفئة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

وفي الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



تدبير قضاة  
ومساعد مكلف بما ب  
بمؤسسات الطمى والعلاقات



معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم حرورية

ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: 421134 05 (0) 213 + الفاكس: 42 11 36 213 +

البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
نيابة مديرية الدراسات ما بعد التدرج  
الرقم 366.../م.ت.ب.ر/2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس فريق كرة القدم لفوز فرندة  
FCF

السلام عليكم سيدي الكريم ...

برجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " بومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملكو ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفترة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

وفي الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



د. بن قناب الخياط  
مساعد مكلف بما بعد التدرج  
في قسم التربي و التدرج

معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروبة

ع ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: +213 45 421134 (0) الفاكس: +213 45 42 11 36

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



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
نباية مديرية الدراسات ما بعد التدرج  
الرقم ...366.../م.ت.ب.ر/2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس فريق وداد تيسميسيات  
WABT

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب " بومدين قادة " من مواليد 1990/07/06 بملالكو ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفترة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

وفي الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



د. بن قناب الحاج  
مساعد مكلف بما بعد التدرج  
في البحث العلمي و الدراسات

معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم خروية

ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: +213 45 421134 (0) +213 الفاكس: +213 45 42 11 36

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



République Algérienne Démocratique et Populaire  
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
Ministère de l'Enseignement Supérieure et de la Recherche Scientifique  
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



Université Abdelhamid Ibn Badis – Mostaganem  
Institut d'Education Physiques et Sportive  
Sous direction de la post- graduation

جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم  
معهد التربية البدنية و الرياضية  
تجربة منيرية الذرائعات ما بعد التخرج  
الرقم ... 3666 / م.ت. ب. 2017

مستغانم في 2017/03/07

# تسهيل مهمة

إلى السيد رئيس كرة القدم لنادي مولودية سعيدة  
M.C.S

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب "بومدين قادة" من مواليد 1990/07/06 بملاك ولاية تيارت ، المسجل في السنة الثانية دكتوراه الطور الثالث بمعهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس للأجراء الميداني للفترة تحت 17 سنة لغرض إنجاز أطروحته.

وفي الأخير تقبلوا منا سيدي فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



أ. ب. بن قصاب  
مساعد مكلف بما ي  
و. س. الظفر و العالقات

LEUO REPRESER DE TONZARU SONE  
DZAVOU - TONZARU SONE  
ABDELKHEIF - TONZARU

Handwritten signature of the official.

معهد التربية البدنية و الرياضية – جامعة مستغانم حروية

ع.ب 002 مستغانم – 27000 الجزائر

الهاتف: +213 45 421134 (0) الفاكس: +213 45 42 11 36

البريد الإلكتروني: [ieps@univ-mosta.dz](mailto:ieps@univ-mosta.dz) ou [istaps@univ-mosta.dz](mailto:istaps@univ-mosta.dz)

## الملحق رقم: 04

بين أسماء الخبراء والمختصين الذين تم الاستعانة بهم في تكيم وضبط سير الدراسة

\* قائمة الأساتذة المحكمين والمتابعين لمختلف أطوار الدراسة \*

الرقم	الاسم واللقب	الدرجة	الوظيفية ومكان العمل
01	أ.د بن قوة علي	أستاذ تعليم عالي	مستغانم
02	أ.د علي راوي	أستاذ تعليم عالي	مستغانم
03	أ.د حرثي حكيم	أستاذ تعليم عالي	جزائر 3
04	د ربوح صالح	أستاذ محاضر	تيسمسيلت
05	د بن نعجة محمد	أستاذ محاضر	تيسمسيلت
06	د بوحاج مزيان	أستاذ محاضر	بوية
07	د زرف محمد	أستاذ محاضر	مستغانم
08	د حجار خرفان محمد	أستاذ محاضر	مستغانم
09	د. براهيم خير الدين	أستاذ محاضر	تيسمسيلت
10	د. خرووي محمد فيصل	أستاذ محاضر	جزائر 3

\* قائمة المدربين المرشحين لبطارية الاختبارات المقترحة \*

01	برايح خير الدين	CAF A	تيارت
02	سعداوي محمد	CAF A	شلف
03	بليدي تواتي	CAF A	مستغانم
04	موساوي أحمد	CAF A	البيض
05	سعيداني محمد	CAF A	تيارت
06	صديقي اعمر	CAF A	بوزريعة
07	زرغان مليك	CAF A	عين الحجر
08	سلاطي ياسين	CAF A	قالمة
09	مناد كريم	CAF A	تيزي وزو
10	بن مرابط عبد المومن	CAF A	مسيلة

\* قائمة فريق العمل \*

الرقم	الاسم واللقب	التحصيل العلمي	الوظيفية ومكان العمل
01	د. براهيم خير الدين	دكتوراه	أستاذ جامعي تيسمسيلت
02	د. بن نعجة محمد	دكتوراه	أستاذ جامعي تيسمسيلت
03	د. خروبي محمد فيصل	دكتوراه	أستاذ جامعي جزائر 3
04	د ريوخ صالح	دكتوراه	أستاذ جامعي تيسمسيلت
05	د بوفادن عثمان	دكتوراه	أستاذ جامعي وهران
06	أ.قاسم عبد الهادي	طالب دكتوراه	أستاذ تعليم متوسط
07	أ.بن تومية رضوان	طالب دكتوراه	أستاذ تعليم ثانوي
08	أ.بليدي تواتي	طالب دكتوراه	مدير تقني الولائي لكرة القدم
09	أ.شاشو سداوي	طالب دكتوراه	أستاذ تعليم متوسط
10	أقيني مروان	طالب دكتوراه	/

\* قائمة الأساتذة المصححين اللغويين و المترجمين \*

الرقم	الاسم واللقب	التحصيل العلمي	الخبرة	الوظيفية ومكان العمل
01	بوخرطوب خير الدين	ليسانس فرنسية	8 سنوات	أستاذ تعليم ثانوي
02	بن سعدي سفيان	ماستر فرنسية	4 سنوات	أستاذ تعليم ثانوي
04	غزالي نصيرة	مدرسة عليا انجليزية	5 سنوات	أستاذة تعليم متوسط
05	يدو رشيدة	ماجستير فرنسية	12 سنة	أستاذة تعليم متوسط
06	بومدين زوليخة	ماستر أدب عربي	10 سنوات	أستاذة تعليم ثانوي
07	بوغوفالة جميلة	ليسانس أدب عربي	17 سنة	أستاذة تعليم متوسط
08	لونيس بلال	ماستر أدب عربي	4 سنوات	أستاذ تعليم متوسط

الملحق رقم: 05

بين النتائج الخام لعينة البحث [مهاجمين كرة القدم تحت 17 سنة]

الوزن (كغ)	الطول (سم)	العمر التدريبي سنوات	السن (السنوات)	مناصب الهجوم	النادي (بالكبير/المركز) (بالترجمة)
67	1,7	4	16	ظهير أبن 7*	
68	1,68	3	16	ظهير أبن 7*	
65	1,71	3	16	قلب هجوم 9*	
67	1,66	4	16	قلب هجوم 9*	
65	1,69	3	16	ظهير أيسر 11*	
70	1,71	3	16	ظهير أيسر 11*	
71	1,7	4	16	ظهير أبن 7*	
65	1,68	3	16	ظهير أبن 7*	
69	1,65	3	15	قلب هجوم 9*	
71	1,72	3	16	قلب هجوم 9*	
56	1,69	4	16	ظهير أيسر 11*	
57	1,65	4	16	ظهير أيسر 11*	
64	1,78	3	16	ظهير أبن 7*	
54	1,67	2	16	ظهير أبن 7*	
55	1,66	2	16	قلب هجوم 9*	
52	1,62	2	16	قلب هجوم 9*	
55	1,67	2	15	ظهير أيسر 11*	
56	1,66	3	15	ظهير أيسر 11*	
68	1,75	3	16	ظهير أبن 7*	
57	1,66	3	16	ظهير أبن 7*	
58	1,67	4	16	قلب هجوم 9*	
61	1,64	3	16	قلب هجوم 9*	
53	1,68	4	16	ظهير أيسر 11*	
56	1,64	3	16	ظهير أيسر 11*	
54	1,61	4	16	ظهير أبن 7*	
51	1,63	3	16	ظهير أبن 7*	
53	1,67	3	15	قلب هجوم 9*	
56	1,64	3	16	قلب هجوم 9*	
65	1,7	4	16	ظهير أيسر 11*	
57	1,65	3	16	ظهير أيسر 11*	
55	1,64	4	15	ظهير أبن 7*	
59	1,69	3	15	ظهير أبن 7*	
54	1,68	4	16	قلب هجوم 9*	
57	1,65	4	16	قلب هجوم 9*	
65	1,75	3	16	ظهير أيسر 11*	
60	1,72	3	15	ظهير أيسر 11*	
65	1,76	2	16	ظهير أبن 7*	
66	1,77	3	15	ظهير أبن 7*	
62	1,73	2	16	قلب هجوم 9*	
64	1,72	3	16	قلب هجوم 9*	
59	1,73	3	16	ظهير أيسر 11*	
63	1,76	4	16	ظهير أيسر 11*	
66	1,75	3	16	ظهير أبن 7*	
68	1,72	3	16	ظهير أبن 7*	
63	1,75	4	16	قلب هجوم 9*	
67	1,77	3	16	قلب هجوم 9*	
71	1,76	4	16	ظهير أيسر 11*	
70	1,74	3	16	ظهير أيسر 11*	
69	1,74	4	16	ظهير أبن 7*	
68	1,77	3	15	ظهير أبن 7*	
66	1,75	4	15	قلب هجوم 9*	
61	1,73	3	16	قلب هجوم 9*	
60	1,79	4	16	ظهير أيسر 11*	
71	1,68	3	16	ظهير أيسر 11*	
69	1,79	3	16	ظهير أبن 7*	
66	1,7	3	16	ظهير أبن 7*	
65	1,73	2	16	قلب هجوم 9*	
66	1,74	3	16	قلب هجوم 9*	
66	1,72	4	15	ظهير أيسر 11*	
70	1,74	3	16	ظهير أيسر 11*	
62,45	1,7035	3,2	15,81667	المتوسط الحسابي	
5,8929	0,046608	0,632456	0,390205	الانحراف المعياري	



اختبار المرونة	اختبار التسيق	تحميل السرعة RSA	السرعة 15 متر	تحميل القوة	CMJ			CJ			القوى القصوى RM1	مناصب المجموع
					قوة	قدرة	ارتفاع	قوة	قدرة	ارتفاع		
10	15,69	7,42	2,56	37	29,9	49	30,7	45,5	44,5	28,3	81	ظهر أين 7
7	15,88	5,85	2,72	40	28,2	48,5	27,7	45,5	44,5	28	82	ظهر أين 7
10	14,3	6	2,9	41	27,7	44,5	36,8	69,7	54,5	37,8	93	قلب مجوم 9
6	14,1	5,85	2,95	39	27,7	56	38,5	45,5	44,5	28	101	قلب مجوم 9
6	14,5	6	2,74	41	28,9	76	41,3	60,4	54	39,2	90	ظهر أين 11
5	14,6	6,14	2,55	40	31,8	54,5	29,1	44,3	43,3	24,7	76	ظهر أين 11
3	15,02	6,42	2,15	35	26,42	42,44	35,1	49,4	48,3	30,4	98	ظهر أين 7
9	14,3	7,42	2,92	40	29,11	50,07	28,6	64,9	50,75	35,2	91	ظهر أين 7
10	14	7,28	2,73	41	27,7	44,5	36,4	61,78	55,23	40,1	84	قلب مجوم 9
10	14	7,71	2,67	43	27,7	44,5	36	65,63	58,67	42,6	100	قلب مجوم 9
5	15,6	8	2,73	46	26,42	42,44	35,1	66,24	59,22	43	69	ظهر أين 11
7	15	8,14	2,67	36	28,2	48,5	27	59,01	52,76	38,3	65	ظهر أين 11
8	14	8,85	2,83	38	29,11	50,07	28,4	64,72	50,6	35,1	70	ظهر أين 7
5	14,9	9,71	2,01	34	29,9	49	30,2	60,4	54	39,3	69	ظهر أين 7
6	14,3	9,85	2,54	36	29,9	49	30,5	65,63	58,67	42,6	65	قلب مجوم 9
5	14,5	9,85	2,78	39	32,39	53,08	32,5	66,4	59,35	43,1	50	قلب مجوم 9
8	14,5	7,28	2,96	37	28,19	74,14	40,1	64,72	50,6	35,2	58	ظهر أين 11
6	15	7,57	2,23	41	28,19	74,14	40	69,48	62,1	45,1	57	ظهر أين 11
8	14,5	7,28	2,45	37	28,46	45,72	37,4	63,16	56,47	41,1	75	ظهر أين 7
6	15	7,42	2,23	39	25,89	41,59	34,4	65,63	58,67	42,3	54	ظهر أين 7
9	14,5	7,57	2,45	36	25,21	40,5	33,5	60,4	54	39,1	61	قلب مجوم 9
5	15,25	8	2,71	36	30,58	50,62	31,2	69,7	54,5	37,8	70	قلب مجوم 9
7	16,1	6	2,75	39	29,9	49	30	64,72	50,6	35,8	57	ظهر أين 11
9	15,26	5,85	2,01	38	29,9	49	30,2	61,78	55,23	40,3	57	ظهر أين 11
8	16,2	5,71	2,9	3	30,58	50,62	31,5	63,16	56,47	41	54	ظهر أين 7
7	15,22	6,42	2,86	53	25,89	41,59	34,8	61,78	55,23	40,7	49	ظهر أين 7
5	14,1	5,85	2,56	6	28,77	46,23	37,6	69,7	54,5	37,9	51	قلب مجوم 9
4	16,2	8,14	2,74	41	26,42	42,44	35,7	64,72	50,6	35,6	56	قلب مجوم 9
14	15,86	7,71	2,75	41	25,21	40,5	33	62,69	49,01	34,1	80	ظهر أين 11
7	16,02	8	2,86	40	25,21	40,5	33,4	44,68	43,7	27,5	60	ظهر أين 11
9	14,88	7,57	2,86	45	25,89	41,59	34,4	45,5	44,5	28,3	55	ظهر أين 7
8	15,56	7,57	2,87	48	28,9	76	41	45,5	44,5	29,3	54	ظهر أين 7
4	16,2	7,42	2,76	45	29,9	49	30,2	65,63	58,67	42,4	50	قلب مجوم 9
6	14,97	7,28	2,89	46	29,11	50,07	28,6	63,16	56,47	41,3	58	قلب مجوم 9
8	15,84	7,42	2,86	42	26,42	42,44	35,1	70,42	63,4	45,5	75	ظهر أين 11
7	15,64	8,28	2,78	42	29,11	50,07	28,6	63,16	56,47	41	70	ظهر أين 11
9	16	5,85	2,87	45	27,7	44,5	36,4	65,63	58,67	42,1	81	ظهر أين 7
7	17,2	6	2,98	47	27,7	44,5	36	69,7	54,5	37,6	86	ظهر أين 7
7	15,68	6,14	2,89	48	26,42	42,44	35,1	58,27	44,79	31,7	81	قلب مجوم 9
5	17,8	6,57	2,78	42	28,2	48,5	27	62,69	49,01	34,1	86	قلب مجوم 9
10	16,5	6	2,86	45	29,11	50,07	28,4	58,83	45,22	32	71	ظهر أين 11
5	18,1	5,85	2,75	41	29,9	49	30,2	66,53	52,02	36,6	80	ظهر أين 11
7	16,2	6,42	2,58	42	29,9	49	30,5	59,01	52,76	38,3	80	ظهر أين 7
8	15,94	8	2,85	42	32,39	53,08	32,5	61,78	55,23	40	79	ظهر أين 7
5	14,7	7,14	2,58	38	28,19	74,14	40,1	59,01	52,76	38,3	79	قلب مجوم 9
6	15,66	7,14	2,78	39	28,19	74,14	40	61,78	55,23	40,1	90	قلب مجوم 9
5	18,03	6	2,85	36	28,77	46,23	37,4	59,01	52,76	38,1	101	ظهر أين 11
8	17,23	6,71	2,58	35	25,89	41,59	34,4	58,27	44,79	31	100	ظهر أين 11
6	15,58	6,85	2,96	38	25,21	40,5	33,5	57,51	44,21	30,6	105	ظهر أين 7
8	14,95	6,57	2,85	37	28,19	74,14	40,7	57,51	44,21	30,2	99	ظهر أين 7
6	13,28	7	2,86	47	28,77	46,23	37,9	63,16	56,47	41,1	91	قلب مجوم 9
9	13,9	6	2,85	45	26,42	42,44	35,6	61,46	54,95	40	80	قلب مجوم 9
5	14,65	5,85	2,72	41	25,89	41,59	34,1	69,7	54,5	37,6	76	ظهر أين 11
7	18,26	7,28	2,84	41	28,2	48,5	27,5	64,72	50,6	35,7	75	ظهر أين 11
9	16,58	8,85	2,75	42	29,11	50,07	28,3	60,66	46,63	33	71	ظهر أين 7
8	16,58	9	2,45	41	31,8	54,5	29,3	60,66	46,63	33,4	70	ظهر أين 7
7	17,56	9,71	2,74	40	28,2	48,5	27,5	62,69	49,01	34,4	74	قلب مجوم 9
5	17,92	9,57	2,78	37	28,2	48,5	27,8	63,16	56,47	41	71	قلب مجوم 9
8	18,2	6	2,85	38	29,11	50,07	28,1	57,51	44,21	30,2	69	ظهر أين 11
9	16,28	5,57	2,24	41	29,9	49	30,5	45,5	44,5	28,6	70	ظهر أين 11
7,1	15,57	7,18	2,70	39,48	28,33	50,15	33,22	60,65	51,97	36,54	74,16	المتوسط الحسابي
1,96	15,69	1,18	0,22	7,56	1,78	9,78	4,18	7,18	5,38	5,12	15,12	الانحراف المعياري

سرعة الاسترجاع Novmejanov	مؤشر التعب RSA	الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين VO2max	السرعة الهوائية القصوى VMA	مناصب الهجوم
330	0,83	49	14	ظهر أين 7'
300	0,75	52,5	15	ظهر أين 7'
316	0,77	52,5	15	قلب هجوم 9'
355	0,9	56	16	قلب هجوم 9'
320	0,81	56	16	ظهر أين 11'
329	1,07	52,5	15	ظهر أين 11'
335	1,02	49	14	ظهر أين 7'
350	0,8	56	16	ظهر أين 7'
361	1,11	49	14	قلب هجوم 9'
354	0,96	52,5	15	قلب هجوم 9'
331	0,96	56	16	ظهر أين 11'
321	0,7	59,5	17	ظهر أين 11'
365	1,09	52,5	15	ظهر أين 7'
344	1,2	52,5	15	ظهر أين 7'
325	0,9	49	14	قلب هجوم 9'
365	0,98	56	16	قلب هجوم 9'
321	1,06	56	16	ظهر أين 11'
354	1,11	52,5	15	ظهر أين 11'
391	0,85	59,5	17	ظهر أين 7'
362	0,84	59,5	17	ظهر أين 7'
324	0,75	52,5	15	قلب هجوم 9'
362	0,76	49	14	قلب هجوم 9'
352	0,74	52,5	15	ظهر أين 11'
324	0,89	52,5	15	ظهر أين 11'
325	1,2	49	14	ظهر أين 7'
328	1,09	49	14	ظهر أين 7'
365	1,15	49	14	قلب هجوم 9'
394	0,99	52,5	15	قلب هجوم 9'
368	0,94	52,5	15	ظهر أين 11'
314	0,85	49	14	ظهر أين 11'
312	1,21	52,5	15	ظهر أين 7'
325	1,11	49	14	ظهر أين 7'
369	0,96	63	18	قلب هجوم 9'
324	0,97	49	14	قلب هجوم 9'
324	0,81	52,5	15	ظهر أين 11'
324	0,71	56	16	ظهر أين 11'
365	1,01	56	16	ظهر أين 7'
325	1,19	56	16	ظهر أين 7'
368	0,9	52,5	15	قلب هجوم 9'
367	0,76	52,5	15	قلب هجوم 9'
325	0,66	56	16	ظهر أين 11'
320	0,74	56	16	ظهر أين 11'
350	1,23	38,5	11	ظهر أين 7'
362	1,06	52,5	15	ظهر أين 7'
350	1,11	49	14	قلب هجوم 9'
340	0,85	63	18	قلب هجوم 9'
310	0,84	56	16	ظهر أين 11'
333	0,75	52,5	15	ظهر أين 11'
356	0,76	49	14	ظهر أين 7'
352	0,74	52,5	15	ظهر أين 7'
358	0,89	52,5	15	قلب هجوم 9'
351	1,2	52,5	15	قلب هجوم 9'
374	1,09	56	16	ظهر أين 11'
324	1,15	52,5	15	ظهر أين 11'
359	0,99	59,5	17	ظهر أين 7'
357	0,94	63	18	ظهر أين 7'
369	0,85	59,5	17	قلب هجوم 9'
357	1,21	63	18	قلب هجوم 9'
321	1,11	56	16	ظهر أين 11'
354	0,77	52,5	15	ظهر أين 11'
<b>343,5</b>	<b>0,94</b>	<b>53,60</b>	<b>15,31</b>	<b>المتوسط الحسابي</b>
<b>21,37</b>	<b>0,16</b>	<b>4,39</b>	<b>1,255</b>	<b>الانحراف المعياري</b>

سرعة الاسترجاع Novmejanov	مؤشر التعب RSA	الحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين VO2max	السرعة الهوائية القصوى VMA	مناصب الهجوم
330	0,83	49	14	ظهر أين 7'
300	0,75	52,5	15	ظهر أين 7'
316	0,77	52,5	15	قلب هجوم 9'
355	0,9	56	16	قلب هجوم 9'
320	0,81	56	16	ظهر أين 11'
329	1,07	52,5	15	ظهر أين 11'
335	1,02	49	14	ظهر أين 7'
350	0,8	56	16	ظهر أين 7'
361	1,11	49	14	قلب هجوم 9'
354	0,96	52,5	15	قلب هجوم 9'
331	0,96	56	16	ظهر أين 11'
321	0,7	59,5	17	ظهر أين 11'
365	1,09	52,5	15	ظهر أين 7'
344	1,2	52,5	15	ظهر أين 7'
325	0,9	49	14	قلب هجوم 9'
365	0,98	56	16	قلب هجوم 9'
321	1,06	56	16	ظهر أين 11'
354	1,11	52,5	15	ظهر أين 11'
391	0,85	59,5	17	ظهر أين 7'
362	0,84	59,5	17	ظهر أين 7'
324	0,75	52,5	15	قلب هجوم 9'
362	0,76	49	14	قلب هجوم 9'
352	0,74	52,5	15	ظهر أين 11'
324	0,89	52,5	15	ظهر أين 11'
325	1,2	49	14	ظهر أين 7'
328	1,09	49	14	ظهر أين 7'
365	1,15	49	14	قلب هجوم 9'
394	0,99	52,5	15	قلب هجوم 9'
368	0,94	52,5	15	ظهر أين 11'
314	0,85	49	14	ظهر أين 11'
312	1,21	52,5	15	ظهر أين 7'
325	1,11	49	14	ظهر أين 7'
369	0,96	63	18	قلب هجوم 9'
324	0,97	49	14	قلب هجوم 9'
324	0,81	52,5	15	ظهر أين 11'
324	0,71	56	16	ظهر أين 11'
365	1,01	56	16	ظهر أين 7'
325	1,19	56	16	ظهر أين 7'
368	0,9	52,5	15	قلب هجوم 9'
367	0,76	52,5	15	قلب هجوم 9'
325	0,66	56	16	ظهر أين 11'
320	0,74	56	16	ظهر أين 11'
350	1,23	38,5	11	ظهر أين 7'
362	1,06	52,5	15	ظهر أين 7'
350	1,11	49	14	قلب هجوم 9'
340	0,85	63	18	قلب هجوم 9'
310	0,84	56	16	ظهر أين 11'
333	0,75	52,5	15	ظهر أين 11'
356	0,76	49	14	ظهر أين 7'
352	0,74	52,5	15	ظهر أين 7'
358	0,89	52,5	15	قلب هجوم 9'
351	1,2	52,5	15	قلب هجوم 9'
374	1,09	56	16	ظهر أين 11'
324	1,15	52,5	15	ظهر أين 11'
359	0,99	59,5	17	ظهر أين 7'
357	0,94	63	18	ظهر أين 7'
369	0,85	59,5	17	قلب هجوم 9'
357	1,21	63	18	قلب هجوم 9'
321	1,11	56	16	ظهر أين 11'
354	0,77	52,5	15	ظهر أين 11'
<b>343,5</b>	<b>0,94</b>	<b>53,60</b>	<b>15,31</b>	<b>المتوسط الحسابي</b>
<b>21,37</b>	<b>0,16</b>	<b>4,39</b>	<b>1,255</b>	<b>الانحراف المعياري</b>

الملحق رقم: 06

بين النتائج الخام لعنتي البحث (مهاجرين الدراسة مهاجرين المنتخب الوطني)

نتائج بطارية الاختبارات البدنية-الفسولوجية و المهارة لعينة البحث  
 "المستوى الممتاز - الجيد"  
 مهاجمين كرة القدم تحت 17 سنة

❖ عرض نتائج بعض القياسات المورفولوجية لمهاجمين عينة البحث:

مؤشر الكتلة العضلية الوزن / الطول <sup>2</sup>	الطول (سم)	الوزن (كغ)	السن (السنوات)	مناصب الهجوم
23,18	1,7	67	16	ظهير أيمن "7"
22,98	1,72	68	16	ظهير أيمن "7"
22,22	1,71	65	16	قلب هجوم "9"
22,12	1,74	67	16	قلب هجوم "9"
22,22	1,71	65	16	ظهير أيسر "11"
23,93	1,71	70	16	ظهير أيسر "11"
24,56	1,7	71	16	ظهير أيمن "7"
20,51	1,78	65	16	ظهير أيمن "7"
23,32	1,72	69	15	قلب هجوم "9"
23,99	1,72	71	16	قلب هجوم "9"
17,87	1,77	56	16	ظهير أيسر "11"
19,49	1,71	57	16	ظهير أيسر "11"
22,16	1,72	66,12	15,93	المتوسط الحسابي
1,72	0,02	4,25	0,25	الانحراف المعياري

❖ عرض نتائج الاختبارات البدنية الفسيولوجية لمهاجمين عينة البحث:

الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين	السرعة الهوائية القصوى	المرونة	تحمل القوة	القوة الانفجارية	السرعة 60 متر	السرعة 20 متر	مناصب الهجوم
42,52	12,15	29	12,01	57	8,61	3,49	ظهير أيمن "7"
40,07	11,45	27	11,7	55	8,23	3,53	ظهير أيمن "7"
42	12	16	11	48	7,26	3,52	قلب هجوم "9"
40,07	11,45	24	12,1	54	8,51	3,61	قلب هجوم "9"
43,05	12,3	20	11,6	51	8,69	3,54	ظهير أيمن "11"
43,05	12,3	26	13	41	8,45	3,22	ظهير أيمن "11"
38,5	11	22	12	43	8,62	3,56	ظهير أيمن "7"
43,05	12,3	23	13	50	8,42	3,50	ظهير أيمن "7"
39,02	11,15	24	11,6	47	8,16	3,56	قلب هجوم "9"
38,5	11	20	10,6	46	7,95	3,24	قلب هجوم "9"
39,02	11,15	30	10,7	51	8,56	3,11	ظهير أيمن "11"
39,55	11,30	29	11	50	8,62	3,15	ظهير أيمن "11"
41,3765625	11,821875	25,1875	11,775625	49,25	8,27375	3,434375	المتوسط الحسابي
2,12	0,60	4,24	0,78	4,41	0,38	0,18	الانحراف المعياري

❖ عرض نتائج الاختبارات المهارية لمهاجمين عينة البحث:

توقيت العمل الدائري ( القدرة الخاصة في كرة القدم)	التحكم التقني في الكرة (سرعة، رشاقة، قوة، دقة)				الدقة في التسديد		مراقبة والتحكم في الكرة	مناصب الهجوم
	الهدف	اليسرى	الهدف	اليمنى	اليسرى	اليمنى		
90,3	4	8,15	5	9,2	2	5	10	ظهير أيمن "7"
90	3	8,1	5	9,1	3	5	9,1	ظهير أيمن "7"
90	3	8	5	9	3	5	9	قلب هجوم "9"
90	3	8	5	9	2	4	9	قلب هجوم "9"
90	3	7,8	4	8,5	5	4	9	ظهير أيسر "11"
90	3	7,8	4	8,2	3	3	8,77	ظهير أيسر "11"
89	3	7,5	4	8,1	2	4	8,5	ظهير أيمن "7"
89	3	7,47	4	8,1	2	4	8,41	ظهير أيمن "7"
89	3	7,12	4	8,1	2	4	8,11	قلب هجوم "9"
88,5	2	7,12	3	8	3	3	8,1	قلب هجوم "9"
88	2	7,1	3	8	1	4	8,1	ظهير أيسر "11"
87,3	2	7,1	3	8	5	3	8,01	ظهير أيسر "11"
89,25	2,83	7,60	4,08	8,44	2,75	4	8,67	المتوسط الحسابي
0,95	0,57	0,41	0,79	0,48	1,21	0,73	0,58	الانحراف المعياري



## نتائج بطارية الاختبارات البدنية الفسيولوجية و المهاربة المنتخب الوطني الجزائري لفئة تحت 17

❖ عرض نتائج بعض القياسات المورفولوجية لمهاجمين الفريق الوطني:

مؤشر الكتلة العضلية الطول/2 الوزن	الطول (سم)	الوزن (كغ)	السن سنوات	مناصب الهجوم
23,05	1,73	69	16	ظهير أيمن "7"
22,92	1,76	71	16	ظهير أيمن "7"
21,62	1,76	67	16,5	قلب هجوم "9"
23,04	1,78	73	16	قلب هجوم "9"
23,05	1,73	69	16	ظهير أيسر "11"
21,77	1,78	69	16	ظهير أيسر "11"
22,57	1,75	69,66	16,08	المتوسط الحسابي
0,68	0,02	2,06	0,20	الانحراف المعياري

❖ عرض نتائج الاختبارات البدنية الفسيولوجية لمهاجمين الفريق الوطني:

الحد الأقصر لاستهلاك الأكسجين	السرعة الهوائية القصى	المرونة	تحمل القوة	القوة الانفجارية	السرعة 60 متر	السرعة 20 متر	مناصب الهجوم
42	14	30	13,3	62	2,80	6,95	ظهير أيمن "7"
39,3	13,3	31	13	59	3,21	7,80	ظهير أيمن "7"
36,9	12,3	27	12,58	55	3,15	7,18	قلب هجوم "9"
37,35	12,45	24	13,4	60	3,51	7,76	قلب هجوم "9"
42	14	30	12,7	52	3,56	7,26	ظهير أيسر "11"
42	14	26	13,4	57	2,95	7,03	ظهير أيسر "11"
40,02	13,34	28	13,06	57,5	3,19	7,33	المتوسط الحسابي
2,39	0,79	2,75	0,36	3,61	0,30	0,36	الانحراف المعياري

❖ عرض نتائج الاختبارات المهارية لمهاجمين الفريق الوطني:

توقيت العمل الدائري ( القدرة الخاصة في كرة القدم)	التحكم التقني في الكرة (سرعة، رشاقة، قوة، دقة)				الدقة في التسديد		مراقبة والتحكم في الكرة	مناصب الهجوم
	الهدف	اليسرى	الهدف	اليمنى	اليسرى	اليمنى		
85,2	1	4,12	2	3,88	2	4	4,26	ظهر أيمن "7"
87	2	5,11	2	4,17	1	3	5,2	ظهر أيمن "7"
83,4	3	4,26	3	3,3	1	2	5,68	قلب هجوم "9"
85	2	5,1	1	3,9	3	3	3,86	قلب هجوم "9"
92,5	3	6,01	4	5,55	2	1	5,99	ظهر أيسر "11"
87	4	4,23	2	4,6	1	1	5,42	ظهر أيسر "11"
86,68	2,5	4,80	2,33	4,23	1,66	2,33	5,06	المتوسط الحسابي
3,15	1,04	0,73	1,03	0,77	0,81	1,21	0,83	الانحراف المعياري

الملحق رقم: 07

بيان لبعض صور الدراسة الميدانية

## بعض الصور من الدراسة الميدانية







الظن

يهدف البحث إلى تحديد بعض معايير التوجيه العلمية لدى مهاجمين كرة القدم تحت 17 سنة لبعض أندية الغرب الجزائري، حيث قام الباحث بدراسة استطلاعية معمقة من أجل تبيين المشكلة وضبط متغيرات البحث عبر مجموعة من المقابلات الشخصية مع خبراء ومختصين في مجال الانتقاء، وكذا تم تصميم استبيان وجه للعديد من المدربين على اختلاف مستوياتهم، وتم تحليل نتائج الدراسة الاستطلاعية التي نتج عنها الغياب الشبه تام لاستخدام الأسس العلمية في توجيه اللاعبين نحو منصب الهجوم، وفي خطوة التي خصت الدراسة الأساسية للبحث قام الباحث بتصميم بطارية اختبارات لعملية التوجيه بالتنسيق مع أهل الاختصاص في ميدان كرة القدم من مدربين ومكونين فدراليين شملت هذه الأخيرة أهم صفات المهاجم لكرة القدم الحديثة، وقد تم تطبيقها على عينة قوامها 60 لاعب مهاجم من عشرة فرق ينتمون إلى الرابطتين الجهويتين وهران و سعيدة وبعد المعالجة الإحصائية تم تحديد مستويات معيارية لمختلف الجوانب المورفولوجية و البدنية-الفسولوجية و المهارية أسفرت عن مستوى متوسط في أغلب النتائج الخاصة بالمهاجمين، حيث استنتج الباحث أنّ عملية التوجيه المستخدمة كانت ذاتية وعشوائية دون مراعاة متطلبات المنصب و إضافة إلى ذلك تم استخدام البطارية اختبارات قد طبقت سابقاً على لاعبي المنتخب الوطني تحت 17 سنة، و قام الباحث بتحديد المهاجمين ذو المستوى الجيد من عينة الدراسة حيث طبقت عليهم البطارية وتم دراسة الفروق بين العينتين، أسفرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أغلب النتائج ما يدل على الفرق في المستوى وذلك راجع إلى عملية التكوين والمتابعة التي تحضها بها فرق النخبة بالمقارنة مع فرق الهواة. وكخلاصة نتجت عنها جملة من الاستنتاجات والتوصيات أشار فيها الباحث إلى ضرورة التطبيق العلمي الميداني السليم أثناء عملية الانتقاء والتوجيه الخاصة باللاعبين على اختلاف مستوياتهم وفتاتهم العمرية وذلك من أجل الوصول إلى أعلى مستويات الانجاز.

## **Summary of the study:**

The research aims to identify some of the scientific guiding criteria for football attackers under the age of 17, for some of the west Algerian clubs, where the researcher made a deep exploratory study for evaluating the problem and adjusting the research variables through a series of personal interviews with experts and specialists in the area of selection, as well as the questionnaire which was designed to many of the trainers at all different levels, also the results of the exploratory study were analyzed, which resulted in the lack of using the scientific bases to direct players to the attack position, and in a movement that sums up the study of research fundamental, the researcher designed tests of the battery for the orientation process in coordination with Specialists in football such as: coaches and the trainers of the federal field. This latter included the most important features of the attacker in modern football, and it was applied to a sample of 60 attacking players from ten teams belonging to two regional associations « Oran and Saida » after the statistical treatment, the standard levels were identified for different morphological, physical-physiological and skill aspects which led to an average level in most results of the attackers, where the researcher concluded that the orientation process used was subjective and random without considering the requirements of the post and in addition that the battery tests used previously applied to « The national team » players under the age of 17; and the researcher identified the attackers with a good level from the study sample, where the battery tests applied on them, and he studied the differences between the two samples. The results show that there is a difference which is statistically significant in most results which means the difference in level and that's because of the configuration and the process of monitoring which is promoted by elite teams compared to amateur teams.

As a conclusion, which led to a number of findings and recommendations that the researcher on the need for proper application of the scientific field when selecting and guiding players at all different levels and age groups of the process to achieve the highest levels of performance.

**Key words: orientation standards - - attackers .**

## **Résumé de l'étude:**

La recherche vise à identifier certains critères scientifiques pour les attaquants de football U 17, pour certains clubs de l'ouest algérien, le chercheur a fait une étude exploratoire approfondie pour évaluer le problème et ajuster les variables de recherche à travers un entretiens avec des experts et des spécialistes dans la zone de sélection, ainsi que le questionnaire qui a été conçu pour beaucoup de formateurs à tous les différents niveaux, aussi les résultats de l'étude exploratoire ont été analysés, ce qui il'ya un manque d'utilisation des bases scientifiques Pour diriger les joueurs vers l'attaque, et dans un mouvement qui résume l'étude de la recherche fondamentale, le chercheur a conçu des tests de la batterie pour le processus d'orientation en coordination avec des spécialistes du football tels que: entraîneurs du champ fédéral. Ce dernier a inclus les caractéristiques les plus importantes de l'attaquant dans le football moderne, et il a été appliqué à un échantillon de 60 attaquants Après les traitements statistiques, les niveaux standard ont été identifiés pour différents aspects morphologiques, physique-physiologiques et techniques qui ont conduit à un niveau moyen dans la plupart des résultats, le chercheur a conclu que le processus d'orientation utilisé était subjectif et aléatoire sans tenir compte des exigences de la poste et que les tests de batterie utilisés précédemment s'appliquaient aux joueurs de «l'équipe nationale» u 17; et le chercheur a identifié les attaquants avec un bon niveau de l'échantillon de l'étude, où les tests de batterie appliqués sur eux, et il a étudié les différences entre les deux échantillons. Les résultats montrent qu'il y a une différence significative dans la plupart des résultats. la différence de niveau et cela à cause de la configuration et du processus de surveillance qui est promu par les équipes élites par rapport aux équipes amateurs.

En conclusion, un certain nombre de conclusions et de recommandations ont été soulignées par le chercheur sur la nécessité d'appliquer correctement le domaine scientifique lors du choix et de l'orientation des joueurs à tous les niveaux et groupes d'âge afin d'atteindre les plus hauts niveaux de performance.

**Mots clés: les normes -l'orientation - attaquants -**



## ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تحديد بعض معايير التوجيه العلمية لدى مهاجمين كرة القدم تحت 17 سنة لمختلف النوادي الناشطة على مستوى رابطة وهران وسعيدة، وذلك باقتراح بطارية اختبارات تشمل أهم خصائص وصفات اللاعب المهاجم المورفولوجية و البدنية-الفسولوجية و المهارية، وبعد معالجة النتائج تم وضع مستويات معيارية كانت في المستوى المتوسط في أغلب الاختبارات الميدانية هذا ما يؤكد على أنّ عامل الذاتية والعشوائية لا يزال يجوب ميادين كرة القدم الجزائرية، ومن أجل تأكيد وإضافة لموضوع البحث تم دراسة الفروق في المستوى بين مهاجمين عينة البحث ذو المستوى الجيد والمنتخب الوطني والذي كانت لصالح النخبة الوطنية، وخلص الباحث أنّ عملية التوجيه تقوم على أسس علمية ومتابعة ومراقبة لمختلف العمليات لتطوير مستوى كرة القدم الجزائرية.

الطالب الباحث : بومدين قادة

معهد التربية البدنية والرياضية

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم -

2019/2018