



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي



الرقم التسلسلي:

رقم التسجيل:

أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه الطور الثالث LMD في ميدان علوم وتقنيات

النشاطات البدنية والرياضية تخصص تدريب رياضي نخبوي

تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم حسب مراكزهم صنف اقل من 17 سنة

"دراسة ميدانية على بعض نوادي الرابطة الولائية لكرة القدم بسكرة"

أعضاء لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الجامعة الأصلية	الصفة
حميد دشري	أستاذ	جامعة بسكرة	رئيسا
عبد القادر عثمانى	أستاذ محاضر "أ"	جامعة بسكرة	مشرفا ومقررا
ناصر بقار	أستاذ محاضر "أ"	جامعة بسكرة	عضوا مناقشا
عبد القادر حاجي	أستاذ محاضر "أ"	جامعة بسكرة	عضوا مناقشا
قيس فضل	أستاذ محاضر "أ"	جامعة ورقلة	عضوا مناقشا
سالم بن سالم	أستاذ	جامعة المسيلة	عضوا مناقشا

إشراف الدكتور:

عبد القادر عثمانى

إعداد الطالب الباحث:

مفتاح أبوسيف

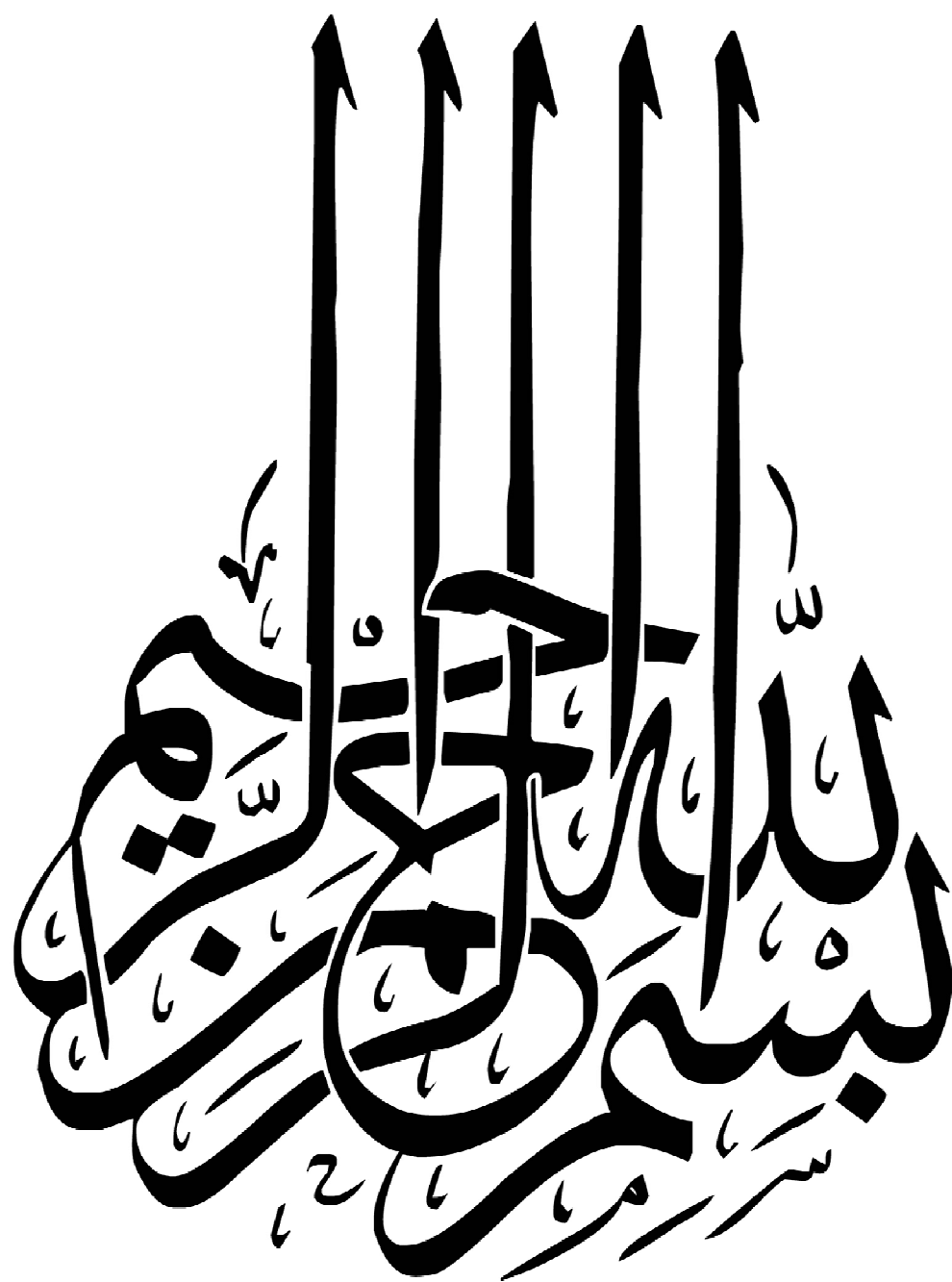
2023 - 2022

شكر وعرفان

تحية طيبة وبعد، أتقدم بخالص الشكر والامتنان للمشرف الدكتور عبد القادر عثمانى ولجميع أساتذة وموظفي معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة بسكرة بدون إستثناء الذين أمضينا معهم مدة طويلة من الزمن خلال رحلة البحث والدراسة وإلى الدكتور بن يوسف دحو والدكتور حبارة محمد في الغياب وإلى الوالدين جميع الأهل والاقارب ومن جمعتنا بهم الحياة لإنجاز الدراسة وإلى جميع أصدقائي وأحبائي الذين شاركوا معي الدرب وإلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد والحمد لله إذ لا يسعني سوى قراءة فاتحة الكتاب الله سبحانه الذي كتب لنا التوفيق وقدر لنا أن ننجح في المسابقة وأن نكمل هذا العمل وأكرمنا بأن نكون إنشاء الله في مصاف هذا الصرح العلمي العطر والحمد لله رب العالمين

إهداء

أهدي هذا العمل إلى الوالدين الكريمين وإلى خالي صالح وإلى جدي الغائب وإلى جميع أصدقائي وأحبائي بجامعة بسكرة وجامعة باتنة وكل من أخلص لنا الاحترام والود والتقدير وإلى كل من قرأ الأطروحة أو إستفاد منها وإلى كل من جمعتنا بهم الدنيا وإلى كل من ساعدونا ولو بالكلمة الطيبة وإلى كل من سيأتي من بعدي ويكمل البحث في دراسة مرتبطة بهذه الدراسة وإلى جميع من يعرفني من قريب وبعيد و إلى كل من أحبنا في الله وتمنى لنا الخير وأختم بـما شاء الله لا قوة الا بالله



عنوان الدراسة :

تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم حسب مراكزهم
صنف أقل من 17 سنة .

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة إلى تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب ، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من 120 لاعبا صنف أقل من 17 سنة من نوادي الرابطة الولائية لكرة القدم بسكرة والتي تقدر بنسبة 19 % من المجتمع الأصلي حيث استخدم الباحث العينة العشوائية في اختيار عينة الدراسة وقد اعتمد على المنهج الوصفي بأسلوبه المقارن ، كما اعتمد على مجموعة من الاختبارات البدنية والتي تمثلت في الوثب العريض ، اختبار بريكسي 5 د، السرعة 20 م من البدء العالي، اختبار بارو، ثني الجذع من الوقوف للأمام ومجموعة من الاختبارات المهارية والتي تمثلت في تنطيط الكرة بالزمن، دقة التمرير الأرضي ، تهديف الكرات نحو مرمى مقسم لثلاثة مناطق، الجري بالكرة 3م . وقد توصل الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السرعة الانتقالية 20 م بين مختلف مراكز اللعب (الهجوم ،وسط الميدان، مدافع ظهير، مدافع جانبي) للاعبي كرة القدم صنف أقل من 17 سنة مع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القدرات البدنية الأخرى والتي تتمثل في القوة الانفجارية، التحمل الهوائي، الرشاقة، والمرونة ، وكذا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مختلف مراكز اللعب في بعض القدرات المهارية وهي السيطرة على الكرة، دقة التمرير الأرضي ، دقة التهديف، المراوغة وتوصل في الأخير إلى أن مستوى اللاعبين لعينة الدراسة اندرج ضمن المستوى المتوسط لثلاثة مراكز لعب وهي الهجوم، وسط الميدان، مدافع محوري، بينما تآرجح بين ضعيف ومتوسط وجيد لمركز المدافع الظهير.

الكلمات المفتاحية:

المستويات المعيارية ،القدرات البدنية ،القدرات المهارية، مراكز اللعب ،فئة أقل من 17 سنة ، كرة القدم

Study Title:

Determining Standard Levels For Some Physical and Skill Abilities Of Football Players According To Their play centers, a Category Under 17 years old

Abstract:

The study aims to Determining Standard Levels For Some Physical and Skills Abilities Of Football Players According To Their Play Centers , The study was conducted on sample consisted of 120 players under the 17 years old from the clubs of state League football that belong biskra city It is around 19% of the study community where the researcher used the random sample, where The researcher relied on the descriptive approach in its comparative style and on a set of physical tests It consisted from the following Test of Wide jump, Test of Brikci 5 munities ,Test of sprint 20 m, from standing , Test of Barrow ,test of Bend the Torso from standing forward. And also on a set of Skills Tests It consisted from the following Test of Dribbling the Ball by Time, Test of Accuracy of the ground pass, Test of scoring balls towards the Goal divided into three areas, Test of running with the ball 3m. finally The researcher Reached the Following Results, There are Statistically Significant Differences in a Sprint of 20 Meter Between the Different Playing centers (offensive player , midfielders, Wing Back, centre back) For football players category under 17 years old where they are no Statistically significant differences in, explosive strength, Aerobic Endurance, Agility, and Flexibility as well There are no statistically significant differences between the different playing centers (offensive player , midfielders, Wing Back, centre back) in all skill abilities (ball control, ground passing accuracy, scoring accuracy, dribbling), Finally, he reached that The level of the players for the study sample was included in the average level For the playing centers (offensive player , midfielders, centre back), while it fluctuated between weak, medium and good for the Wing back.

Keywords:

Standard levels, Physical abilities, skill abilities, Playing centers, category under 17 years old , football

قائمة المحتويات

الصفحة	المواضيع
	الشكر والعرفان
	إهداء
	البسملة
	ملخص باللغة العربية
	ملخص باللغة الانجليزية
VII - I	قائمة المحتويات
X - VIII	قائمة الجداول
XI	قائمة الأشكال
أ-ج	مقدمة
الفصل التمهيدي (الإطار العام للدراسة)	
5	1. إشكالية
7	2. فرضيات الدراسة
7	3. أهمية الدراسة
8	4. أهداف الدراسة
8	5. أسباب اختيار موضوع الدراسة
8	6. تحديد المفاهيم والمصطلحات
11	7. الدراسات السابقة والمثابفة
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإختبارات والمستويات المعيارية في المجال الرياضي	
25	تمهيد
26	1. تعريف القياس
26	2. أنواع القياس
27	3. خصائص القياس في المجال الرياضي

28	4. أخطاء القياس
29	5. أغراض القياس في التربية البدنية والرياضية
33	6. الفرق بين القياس والاختبار
34	7. تعريف الاختبار
34	1.7. أهمية الاختبارات والمقاييس للمدرب الرياضي
35	2.7. تصنيف الاختبارات والمقاييس على أساس طرق تفسير الدرجة:
35	3.7. مميزات الاختبارات المقننة
35	4.7. شروط الإختبار الجيد
38	8. الفرق بين التقويم والقياس
39	9. التقويم
39	1.9. أهمية التقويم في التربية البدنية والرياضية:
39	2.9. أنواع التقويم
40	3.9. أهداف التقويم
40	4.9. مبادئ التقويم
41	10. المستويات
41	1.10. أهمية المستويات
42	11. المحكات
42	12. ماهية المعايير
42	1.12. أهمية المعايير المدرب والمدرس
43	2.12. شروط استخدام المعايير
44	3.12. متطلبات إعداد المعايير
44	4.12. أنواع المعايير
45	5.12. أنواع معايير المقارنة
47	خلاصة
الفصل الثاني: القدرات البدنية والمهارية والمرحلة العمرية أقل من 17 سنة	
49	تمهيد
50	1. الإعداد البدني

50	1.1.1. الاعداد البدني العام
50	1.2.1. الاعداد البدني الخاص
50	2. المتطلبات البدنية للاعبي كرة القدم
51	3. مفهوم القدرات البدنية
52	4. مكونات القدرات البدنية
52	1.4. التحمل
52	1.1.4. أنواع التحمل
53	2.1.4. أهمية التحمل
54	2.4. القوة العضلية
54	1.2.4. تصنيف القوة العضلية
55	2.2.4. الفرق بين القوة المميزة بالسرعة والقوة الانفجارية
56	3.2.4. أهمية القوة العضلية
56	3.4. السرعة
56	1.3.4. أقسام السرعة
57	2.3.4. أهمية السرعة
57	4.4. الرشاقة
57	1.4.4. أقسام الرشاقة
58	2.4.4. أهمية الرشاقة
58	5.4. المرونة:
59	1.5.4. اقسام المرونة
59	2.5.4. أهمية المرونة
60	5. علاقة الصفات البدنية بالمهارة الأساسية في كرة القدم
60	6. الإعداد المهاري في كرة القدم
60	7. المتطلبات المهارية
61	8. مفهوم المهارة في كرة القدم
61	9. مفهوم المهارة الأساسية
61	10. خصائص المهارات في كرة القدم

61	11. المهارات الأساسية في كرة القدم
61	1.11. المهارات الأساسية بدون كرة
63	2.11. المهارات الأساسية بالكرة
68	12. تعريف المراهقة
69	1.12. أقسام المراهقة
69	2.12. خصائص ومميزات المرحلة العمرية تحت 17 سنة:
69	1.2.12. الخصائص الجسمية
69	2.2.12. الخصائص الذهنية
70	3.2.12. الخصائص الحركية
70	4.2.12. الخصائص الاجتماعية
70	5.2.12. الخصائص النفسية
70	6.2.12. الخصائص العاطفية
72	خلاصة
الفصل الثالث: كرة القدم ومراكز اللعب	
74	تمهيد
75	1. نشأة وتطور رياضة كرة القدم في العالم
75	2. أهم المحطات في رياضة كرة القدم في العالم
77	3. تلخيص لبعض الأحداث الهامة في كرة القدم الجزائرية
77	4. مميزات كرة القدم الحديثة
78	5. قواعد كرة القدم
78	6. خصائص رياضة كرة القدم
79	7. طرق اللعب في كرة القدم
80	8. قانون كرة القدم الدولي
87	9. أقسام مراكز اللعب
87	1.9. لاعبو خط الدفاع
87	1.1.9. ظهير الجنب (الظهير الأيمن والظهير الأيسر)
87	1.1.1.9. الواجبات الدفاعية لظهير الجنب واجبه الأول

88	2.1.1.9.الواجبات الهجومية لظهيري الجنب (واجبه الثاني)
88	2.1.9.ظهير الوسط
89	1.2.1.9.الواجبات الدفاعية لظهير الوسط (واجبه الأول)
89	2.2.1.9.الواجبات الهجومية لظهير الوسط (واجبه الثاني)
89	3.1.9.الظهير الحر
90	1.3.1.9.الواجبات الدفاعية للظهير الحر(واجبه الأول)
90	2.3.1.9.الواجبات الهجومية للظهير الحر(واجبه الثاني)
90	4.1.9.المتطلبات المهارية والبدنية للاعب الدفاع
91	5.1.9.مبادئ الدفاع
91	2.9.لاعبو خط الوسط
91	1.2.9.لاعب خط الوسط صانع الألعاب
91	1.1.2.9.الواجبات الهجومية للاعب خط الوسط صانع الألعاب
92	2.1.2.9.الواجبات الدفاعية للاعب خط الوسط صانع الألعاب
92	2.2.9.لاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي
92	1.2.2.9.الواجبات الدفاعية للاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي
92	2.2.2.9.الواجبات الهجومية للاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي
92	3.2.9.لاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الهجومي
93	1.3.2.9.الواجبات الهجومية للاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع
93	2.3.2.9.الواجبات الدفاعية للاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الهجومي
93	4.2.9.المتطلبات البدنية والمهارية للاعب خط الوسط
94	5.2.9.الصفات الفنية الأساسية للاعب خط الوسط
94	3.9.لاعبو خط الهجوم
94	1.3.9.الجناحان
94	1.1.3.9.الواجبات الخططية الهجومية للاعب الجناح
94	2.1.3.9.الواجبات الدفاعية للاعب الجناح
95	2.3.9.قلب الهجوم (رأس الحرية)
95	1.2.3.9.الواجبات الخططية الهجومية لقلب الهجوم

95	2.2.3.9.الواجبات الخططية الدفاعية لقلب الهجوم
95	3.3.9.المتطلبات البدنية والمهارية للاعب خط الهجوم
95	4.3.9.مبادئ الهجوم
96	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
99	تمهيد
100	1.الدراسة الاستطلاعية
100	2.منهج الدراسة
101	3.مجتمع الدراسة
101	4.عينة الدراسة
102	5. مجالات الدراسة
102	1.5.المجال المكاني
102	2.5. المجال الزمني
102	3.5.المجال البشري
103	6.متغيرات الدراسة
103	1.6.المتغير المستقل
103	2.6.المتغير التابع
103	7. أدوات الدراسة
111	8.الخصائص السيكومترية للاختبارات المستخدمة
111	1.8.الثبات
111	2.8.الصدق
112	3.8.الموضوعية
113	9.الأدوات الاحصائية
115	10. صعوبات الدراسة
116	خلاصة

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
118	تمهيد
119	1. عرض وتحليل النتائج
119	1.1. عرض وتحليل التوزيع الطبيعي للبيانات حسب مراكز اللعب
128	2.1. عرض وتحليل المستويات المعيارية للقدرات البدنية حسب مراكز اللعب
133	3.1. عرض وتحليل المستويات المعيارية للقدرات المهارية حسب مراكز اللعب
137	4.1. عرض وتحليل اختبار الفروق في القدرات البدنية حسب مراكز اللعب
139	5.1. عرض وتحليل اختبار الفروق في القدرات المهارية حسب مراكز اللعب
141	2. عرض وتحليل الفرضيات
141	1.2. عرض وتحليل الفرضية الأولى
142	2.2. عرض وتحليل الفرضية الثانية
144	3.2. عرض وتحليل الفرضية الثالثة
144	4.2. عرض وتحليل الفرضية الرابعة
145	5.2. عرض وتحليل الفرضية العامة
146	الاستنتاج عام
147	التوصيات والإقتراحات
148	خاتمة
	المصادر والمراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم
51	يبين العلاقة بين نوعية المجهود وخطوط اللعب	01
101	يبين حجم العينة توزيعها حسب حسب الفرق	02
102	يبين حجم العينة وتوزيعها حسب مراكز اللعب	03
112	يبين الثبات والصدق للاختبارات البدنية المطبقة.	04
112	يبين الثبات والصدق للاختبارات المهارية المطبقة.	05
119	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الإلتواء للقوة الانفجارية حسب مراكز اللعب	06
120	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الإلتواء للتحمل الهوائي حسب مراكز اللعب	07
121	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الإلتواء للسرعة حسب مراكز اللعب الانتقالية حسب مراكز اللعب	8
122	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الإلتواء الرشاقة حسب مراكز اللعب حسب مراكز اللعب	9
123	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الإلتواء لاختبار لمرونة حسب مراكز اللعب	10
124	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الإلتواء لاختبار تنطيط الكرة حسب مراكز اللعب	11
125	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الإلتواء لاختبار لدقة التمرير الأرضي حسب مراكز اللعب	12
126	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الإلتواء لاختبار الرشاقة مع الكرة حسب مراكز اللعب	13

127	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لاختباردقة التهديف نحو مرمى مقسم لثلاثة مناطق حسب مراكز اللعب	14
128	يبين المستويات المعيارية للقوة الانفجارية حسب مراكز اللعب	15
128	يبين النسب المئوية للقوة الانفجارية حسب مراكز اللعب	16
129	يبين المستويات المعيارية للتحمل الهوائي حسب مراكز اللعب	17
129	يبين النسب المئوية للتحمل الهوائي حسب مراكز اللعب	18
130	يبين المستويات المعيارية للسرعة الانتقالية 20 م حسب مراكز اللعب	19
130	يبين النسب المئوية للسرعة الانتقالية 20 م حسب مراكز اللعب	20
131	يبين المستويات المعيارية لصفة الرشاقة حسب مراكز اللعب	21
131	يبين النسب المئوية لصفة الرشاقة حسب مراكز اللعب	22
132	يبين المستويات المعيارية لصفة المرونة حسب مراكز اللعب	23
132	يبين النسب المئوية لصفة المرونة حسب مراكز اللعب	24
133	يبين تحليل التباين الأحادي لاختبار الوثب العريض حسب مراكز اللعب	25
133	تحليل التباين الأحادي للتحمل العام حسب مراكز اللعب	26
134	تحليل التباين الأحادي لاختبار السرعة الانتقالية 20م حسب مراكز اللعب	27
134	تحليل التباين الأحادي لاختبار بارو حسب مراكز اللعب	28
135	تحليل التباين الأحادي لاختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف حسب مراكز	29
135	يبين تحليل التباين الأحادي لاختبار تنطيط الكرة حسب مراكز اللعب	30
136	يبين تحليل التباين الأحادي لمهارة التمرير حسب مراكز اللعب	31
136	يبين تحليل التباين الأحادي لمهارة التهديف حسب مراكز اللعب	32
137	يبين تحليل التباين الأحادي للرشاقة مع الكرة حسب مراكز اللعب	33
137	يبين تحليل التباين الأحادي لاختبار الوثب العريض حسب مراكز اللعب	34

138	تحليل التباين الأحادي للتحمل العام حسب مراكز اللعب	35
138	تحليل التباين الأحادي لاختبار السرعة الانتقالية 20م حسب مراكز اللعب	36
139	تحليل التباين الأحادي لاختبار بارو حسب مراكز اللعب	37
139	تحليل التباين الأحادي لاختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف حسب مراكز	38
140	يبين تحليل التباين الأحادي لاختبار تنطيط الكرة حسب مراكز اللعب	39
140	يبين تحليل التباين الأحادي لمهارة التمرير حسب مراكز اللعب	40
141	يبين تحليل التباين الأحادي لمهارة التهديف حسب مراكز اللعب	41
145	يبين تحليل التباين الأحادي للرشاقة مع الكرة حسب مراكز اللعب	42

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم
63	يبين أنواع السيطرة على الكرة	01
104	يبين طريقة أداء اختبار الوثب العريض	02
105	يبين طريقة أداء اختبار بريكسي	03
105	يبين طريقة أداء اختبار السرعة 20 م من الوقوف	04
106	يبين طريقة أداء اختبار بارو	05
107	يبين طريقة أداء اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف	06
108	يبين طريقة أداء اختبار تنطيط الكرة	07
109	تبيين طريقة أداء اختبار تهديف الكرات	08
110	يبين طريقة أداء اختبار التمريرات المتوسطة	09
111	يبين طريقة أداء اختبار الجري مع الكرة	10
114	يبين الدرجات والمستويات المعيارية والنسب المقررة لها في منحني التوزيع الطبيعي المقسم لخمسة مستويات	11
119	يبين المتوسطات الحسابية للقوة الانفجارية	12
120	يبين المتوسطات الحسابية لتحمل الهوائي	13
121	يبين المتوسطات الحسابية للسرعة الانتقالية	14
122	يبين المتوسطات الحسابية للرشاقة	15
123	يبين المتوسطات الحسابية للمرونة	16
124	يبين المتوسطات الحسابية للسيطرة على الكرة	17
125	يبين المتوسطات الحسابية لدقة التمرير	18
126	يبين المتوسطات الحسابية للرشاقة مع الكرة	19
127	يمثل المتوسطات الحسابية لدقة التهديف نحو مرمى مقسم لثلاثة مناطق	20

مقدمة:

إن التقدم الحاصل في مختلف الألعاب الجماعية يرجع الى عاملين أساسيين هما مدى اعتماد الأسلوب العلمي في الدراسة والتحليل والإطلاع على كل ما هو جديد في التدريب الرياضي، وتعتبر لعبة كرة القدم أكثر الرياضات شعبية في العالم والتي حظيت باهتمام العديد من الباحثين والعلماء للوصول بها إلى أعلى المستويات من خلال مواكبة متطلبات وظروف عديدة تفرضها المنافسة على أداء اللاعبين، وبذلك فممارسة هذه اللعبة بطرق مقننة وما يرافقه من طرق و أساليب تدريبية مضبوطة بات مطلب الباحثين و المهنيين في مجال التدريب الرياضي ، وقد تبنت المراكز التدريبية المختصة للفرق الرياضية و كذا مراكز البحث في الجامعات في العديد من الدول استراتيجية واحدة غرضها الرئيسي الرفع من مستوى القدرات البدنية والمهارية للاعبين.

حيث يذكر كاظم هادي نقلا عن (حسن أبو عبدة، 2015) "أن القدرات البدنية في كرة القدم تشكل عاملا هاما وأساسيا في مستوى الأداء المهاري، حيث أن القدرة البدنية تهدف إلى تحديد عناصر بدنية معينة تلعب دورا بارزا في إتقان اللاعب للمهارات الأساسية وكرة القدم كأحد الأنشطة الرياضية الجماعية تعد من الرياضات التكتيكية التي تحتوي على عدد كبير من المهارات الحركية التي تحتاج لقدر كبير من الامكانيات والقدرات البدنية لكي تتم بأسلوب وأداء فني سليم وتعتبر الحالة البدنية للاعبي كرة القدم هي التي تحدد كفاءة الأداء المهاري والخططي" (حسن كاظم ، 2020، 47) وقد اشار أيضا (حسن ابو عبدة، 2016) إلى أن "المهارات الأساسية في كرة القدم تعتبر أحد الأركان الأساسية في وحدة التدريب اليومية إذ تعتبر قاعدة أساسية للعبة وبدون إتقانها لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة" (حسن كاظم هادي ، 2020، 55)

ولقد أدرك المختصون في مجال التدريب الرياضي أهمية الاختبارات والمقاييس المقننة على كافة المستويات لقياس النواحي البدنية والمهارية للاعبين، إلا أن هذه النتائج الخام لهذه الاختبارات ليس لها اي مدلول في قيمها ونتائجها إن لم نقم بتحويلها إلى مستويات معيارية يمكن من خلالها تقييم وتقويم مستوى القدرات البدنية للاعبين حسب مراكز اللعب ومقارنتها بمعيار او محك أو بنتائج دراسات في نفس الميدان.

ويذكر وليد عبد الأمير ألماني نقلا عن محمد حسن علاوي (2000) "أن نتائج الاختبارات والمقاييس لا تعطي اي مدلول في حد ذاتها فنحن لا نختبر لمجرد رغبتنا في الاختبار كما اننا لانطبق المقاييس للقياس في حد ذاته ولكن من أجل عملية التقويم." (وليد عبد الأمير ألماني، 2018، 44) ومن هنا جاءت فكرة الدراسة في تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكزهم صنف اقل من 17 سنة.

ولدراسة موضوع بحثنا تم التطرق إلى جانبين، الجانب الأول نظري والثاني تطبيقي حيث توزعت فصوله على النحو التالي:

الفصل التمهيدي:

الإطار العام للدراسة يحتوي على إشكالية الدراسة، تساؤلات الدراسة، فرضيات الدراسة، أهمية الدراسة أهداف الدراسة، أسباب إختبار الموضوع، تحديد المفاهيم والمصطلحات، الدراسات السابقة والمثابفة، وقد تم تقسيم الدراسة إلى جانبين أساسين هما الجانب النظري والجانب التطبيقي.

الجانب النظري: يحتوي على ثلاثة فصول على النحو التالي:

الفصل الأول:

جاء بعنوان الاختبارات والمستويات المعيارية في المجال الرياضي ، حيث تطرقنا إليه من خلال تعريف القياس، أنواع القياس، خصائص القياس في المجال الرياضي، أخطاء القياس، أغراض القياس في التربية البدنية والرياضية، الفرق بين القياس والاختبار، تعريف الاختبار، تصنيف الاختبارات والمقاييس، مميزات الاختبارات المقننة، شروط الإختبار الجيد، الفرق بين التقويم والقياس، أهمية التقويم في التربية البدنية والرياضية، أنواع التقويم، أهداف التقويم، مبادئ التقويم، المستويات، وأهميتها، المحكات، ماهية المعايير، شروط استخدام المعايير، متطلبات إعداد المعايير، أنواع المعايير، أنواع معايير المقارنة.

الفصل الثاني:

جاء بعنوان القدرات البدنية والمهارية وخصائص المرحلة العمرية أقل من 17 سنة. وتناولنا فيه مفهوم الإعداد البدني العام والإعداد البدني الخاص، المتطلبات البدنية للاعبين كرة القدم، مفهوم القدرات البدنية، مكونات القدرات البدنية، التحمل وأنواعه، أهمية التحمل، القوة العضلية، تصنيف القوة العضلية، أهمية القوة العضلية، تعريف السرعة، أقسام السرعة، أهمية السرعة، تعريف الرشاقة، أقسام الرشاقة، أهمية الرشاقة، تعريف المرونة، أقسام المرونة، أهمية المرونة، علاقة الصفات البدنية بالمهارة

الأساسية في كرة القدم ،الإعداد المهاري في كرة القدم. المتطلبات المهارية، مفهوم المهارة في كرة القدم، مفهوم المهارة الأساسية وخصائصها، المهارات الأساسية بدون كرة وبالكرة، تعريف المراهقة، وأقسامها خصائص ومميزات المرحلة العمرية أقل من 17 سنة.

الفصل الثالث:

جاء بعنوان كرة القدم ومراكز اللعب. وتطرقنا فيه إلى نشأة وتطور رياضة كرة القدم في العالم، أهم المحطات في رياضة كرة القدم في العالم، تلخيص لبعض الأحداث الهامة في كرة القدم الجزائرية، مميزات كرة القدم الحديثة، قواعد كرة القدم ،خصائص رياضة كرة القدم، طرق اللعب في كرة القدم ،قانون كرة القدم الدولي، أقسام مراكز اللعب.

الجانب التطبيقي فقد ضم فصلين:

الفصل الأول:

وجاء بعنوان الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية وتطرقنا فيها إلى الدراسة الاستطلاعية ، منهج الدراسة ، مجتمع الدراسة ،عينة الدراسة وخصائصها الدراسة، وتحديد المجتمع الأصلي وعينة الدراسة، بالإضافة. مجالات الدراسة ،متغيرات الدراسة ،أدوات الدراسة ،الخصائص السيكومترية للدراسة ،صعوبات الدراسة.

الفصل الثاني:

وجاء بعنوان عرض وتحليل ومناقشة النتائج تناولنا فيه عرض وتحليل نتائج الدراسة، من خلال عرض وتحليل التوزيع الطبيعي للبيانات حسب مراكز اللعب، عرض وتحليل المستويات المعيارية للقدرة البدنية حسب مراكز اللعب ، عرض وتحليل المستويات المعيارية للقدرة المهارية حسب مراكز اللعب، عرض وتحليل اختبار الفروق في القدرات البدنية حسب مراكز اللعب ،عرض وتحليل اختبار الفروق في القدرات المهارية حسب مراكز اللعب ،مناقشة الفرضيات في ضوء نتائج الدراسة وفي الأخير الخروج بخاتمة للدراسة ومقترحات مستقبلية بناء على النتائج المتحصل عليها بالإضافة إلى مصادر ومراجع الدراسة وملاحقها.

الفصل التمهيدي

الإطار العام
للدراصة

1. إشكالية:

تعد الاختبارات جزءاً أساسياً ومتكاملاً للعملية التدريبية التي هدفها تحسين المستوى البدني والمهاري للفرد، كما تساعد في عملية التقويم وتعتبر أدواتها الرئيسية، ولعل من أسباب التفوق في نتائج لعبة كرة القدم هو الاعتماد على طرق غير علمية في عمليات إنتقاء اللاعبين منها الملاحظة المجردة للمدرب وخبرته الشخصية والمقابلات التنافسية المنظمة لذلك الغرض دون إخضاع اللاعبين لمجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية. (رامي عز الدين بعوش، 2015، 240)

ويرى "بارو" Barrow و"ماك جي" MaGGe على أن الاختبارات هي "مجموعة من الأسئلة أو المشكلات أو التمرينات، تعطى للفرد بهدف التعرف على معارفه أو قدراته أو إستعداداته أو كفاءته" (محمد صبحي حسانين 2004، 41)، "حيث أن الهدف الأساسي من الاختبارات والقياس هو معرفة مستوى اللاعبين و المقارنة بينهم في القدرات البدنية والمهارية حيث تشير ليلي السيد فرحات إلى أن الاختبارات تسعى إلى المقارنة بين الأفراد في ضوء معيار أو مستوى أو محك". (ليلي السيد فرحات، 2003، 38).

وقد أشار ايتسولد (1985) إلى ماهية القدرات البدنية على أنها " تلك المرادفات التي تعني كل من القوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة كقدرات بدنية أساسية". (بسطويس، 1999، ص107)

إذ أن مفهوم القدرات البدنية والمهارية في كرة القدم أكثر إتساعاً من اللياقة البدنية والصفات البدنية ، حيث يتمكن اللاعب من خلالها من أداء المهارات الأساسية في ظروف مختلفة بأحسن أداء وبمستوى ثابت وكفاءة عالية ، وتساعد عملية تقويم قدرات اللاعبين البدنية والمهارية في تحسين أداء الواجبات الملقاة على عاتق كل لاعب في الفريق، بحيث تضمن عدم التعارض في أداء المهام وتنفيذ الخطط المختلفة في الملعب وكذا توفير الجهد للوصول الى التنسيق والتنظيم في تغطية مساحة ملعب كرة القدم ، ويجدر بالذكر أن لخصوصية مراكز اللعب في كرة القدم أهمية بالغة حيث أن ما يميز أي لاعب حسب كل مركز لعب هو ما يتمتع به من قدرات بدنية ومهارية ، فكلما تم إسناد كل مركز حسب تفوق كل لاعب في قدرات بدنية ومهارية معينة أثر ذلك إيجابياً على مستوى الفريق وأدائه، وعلى ضوء ما سبق جاءت العديد من الدراسات التي إهتمت بهذا الجانب كدراسة (ناصر عبد القادر، 2006) والتي هدفت إلى تحديد مجالات الترابط والإختلافات في المتطلبات البدنية

والمهارية بين مراكز وخطوط اللعب ،ومعرفة تأثير مراكز اللعب على الصفات البدنية والمهارية مع تحديد المستويات المعيارية لعينة البحث وتوضيح النسب المئوية الملائمة لمراكز وخطوط اللعب وكذا دراسة (بن نعمة بن عودة،2018) التي هدفت إلى التعرف على المستويات المعيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية كأساس لاختيار لاعبي كرة القدم 20 سنة.

وعند النزول للميدان و الاتصال الدائم بمدربي الفئات الصغرى لكرة القدم لأندية الرابطة الولائية لكرة القدم ولاية بسكرة ،إتضح لنا عدم إعتمادهم على وسائل موضوعية وفق معايير وأسس علمية لتقويم و تحديد مستويات الأداء البدني والمهاري لكل مركز لعب، وإنما إقتصر فقط على الملاحظة والمشاهدة للاعبين أثناء المباراة فقط،و بالتالي النقص الموجود هو غياب مستويات حقيقة يعرف من خلالها المدربين ما يميز كل لاعب من قدرات بدنية ومهارية لغرض تطويرها و صقل جوانبها، وبذلك فتحديد مستويات معيارية للقدرة البدنية والمهارية حسب مراكز اللعب لصنف الأشبال يعتبر حافزا للقيام بمختلف عمليات التدريب والإنتقاء واختيار أحسن اللاعبين، وهذا يأتي من خلال التعرف على نواحي الضعف والقصور للعمل على معالجتها والتعرف على مواطن القوة والتقدم لتطويرها والمحافظة عليها، فضلا عن تقويم برامج التدريب المعتمدة للاعبين كرة القدم أقل من 17 سنة، حيث تعتبر هذه الفئة العمرية القاعدة الأساسية و الخزان الحقيقي لإعداد فرق النخبة بلاعبين جاهزين بدنيا ، مهاريًا، و خططيا للرفع من مستوى كرة القدم ، و يعتبر العمود الذهبي للتعلم و السن المناسب لتدريب مختلف القدرات البدنية و المهارية.

وهذا ما يدفعنا إلى طرح التساؤل التالي:

1.1.التساؤل الرئيسي:

- هل يمكن وضع مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف اقل من 17 سنة ؟

2.1.التساؤلات الجزئية:

- ما مستوى بعض القدرات البدنية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف اقل من 17 سنة ؟
- ما مستوى بعض القدرات المهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف اقل من 17 سنة ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى بعض القدرات البدنية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف اقل من 17 سنة ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى بعض القدرات المهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة ؟

2. فرضيات الدراسة:

1.2. الفرضية العامة:

- مستوى بعض القدرات البدنية و المهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة يقع في المستوى المتوسط.

2.2. الفرضيات الجزئية:

- مستوى بعض القدرات البدنية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة يقع في المستوى المتوسط.

- مستوى بعض القدرات المهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة يقع في المستوى المتوسط.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى بعض القدرات البدنية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى بعض القدرات المهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة.

3. أهمية الدراسة:

1.3. الأهمية العلمية:

- تزويد المكتبة الجامعية بمرجع علمي يحتوي على معطيات نظرية وتطبيقية من شأنها أن تساهم في تعريف لاعبي ومدربي كرة القدم بالواجبات الدفاعية والهجومية وفقا لمراكز اللعب.
- تزويد المدربين واللاعبين ببعض الاختبارات البدنية مع المستويات المعيارية لها، من شأنها أن تمكنهم من الوقوف على المستوى البدني للاعبينهم.

2.3. الأهمية العملية:

- تحديد بعض الخصائص البدنية المميزة لكل مركز من مراكز اللعب من شأنه أن يساهم في توظيف اللاعب المناسب في المكان المناسب.

- تعريف مدربي ولاعبي كرة القدم ببعض الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة في مجال كرة القدم لفئة أقل من 17 سنة.
- الوقوف على مستوى القدرات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم حسب مراكزهم ميدانيا.
- تعريف المدربين واللاعبين بأهمية التقويم في مجال التدريب والانتقاء.

4. أهداف الدراسة:

- تحديد مستوى بعض القدرات البدنية للاعبي كرة القدم المميزة لكل مركز من مراكز اللعب.
- تحديد مستوى بعض القدرات المهارية للاعبي كرة القدم المميزة لكل مركز من مراكز اللعب.
- تحديد مستوى الفروق في القدرات البدنية للاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب لعينة الدراسة.
- تحديد مستوى الفروق في القدرات المهارية للاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب لعينة الدراسة.
- تقويم مستوى بعض القدرات البدنية والمهارية للفرق التابعة للرابطة الولائية لكرة القدم ولاية بسكرة صنف قل من 17 سنة.

5. أسباب اختيار موضوع الدراسة:

1.5. الأسباب الشخصية:

- نظرا لتخصصنا في مجال التدريب الرياضي إرتائنا الخوض في دراسة تخص الميدان.
- الرغبة الشخصية في معالجة هذا النوع من المواضيع.

2.5. الأسباب الموضوعية:

- لكل باحث أسبابه تدفعه إلى إختيار موضوع من أجل دراسته والبحث فيه، تلك الأسباب والدوافع تختلف وتتعدد ولكن الغاية دائما واحدة وهي خدمة البحث العلمي، ومن بين هذه الأسباب:
- تقديم بحوث ميدانية تثري الرصيد المعرفي للباحثين في مجال قياس القدرات البدنية والمهارية.
- تقديم نتائج علمية تحجب عن بعض التساؤلات العلمية في مجال التدريب الرياضي.

6. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1.6. المستويات المعيارية:

أ - إصطلاحا:

هي المعايير القياسية التي تستخدم لتحديد الحالة النسبية للدرجات الخام بغرض تفسير هذه الدرجات وتقويم نتائجها. (علاوي، رضوان، 2008، 194).

ب- التعريف الاجرائي:

هي عبارة عن تعبير رقمي للنتائج الخام المحولة وفق علاقات إحصائية وذلك للتعبير عن حالة الفرد وتمثل الهدف المطلوب تحقيقه من أي صفة أو خاصية.

2.6. القدرات البدنية:

أ- إصطلاحا:

وتشمل القوة **Power** والتحمل **Endurance** والسرعة **Speed** ومرونة المفاصل **Flexibility** إن كافة هذه القدرات لها علاقة بالحالة البدنية بشكل أساسي، إن السرعة لها علاقة بنوع الألياف العضلية أما التحمل فله علاقة بالجهاز الدوري التنفسي في حين أن القوة لها علاقة بعدد الوحدات الحركية المستثارة والمقطع العرضي للعضلة، وأخيرا المرونة التي لها علاقة بمطاطية الأنسجة حول المفصل لتحديد المدى الحركي للمفصل. (شرايشة رفيقة، 2019، 106)

ب- التعريف الاجرائي:

هي مختلف الصفات الجسمية والحركية والوظيفية أو مكونات اللياقة البدنية وتتمثل في التحمل القوة السرعة الرشاقة المرونة التوافق التوازن.

3.6. مراكز اللعب:

أ- إصطلاحا:

يمكن تحديده بالموقع الذي يحدد للاعب في البناء المتكامل للاعب الفريق حيث يقوم من خلاله بتنفيذ واجباته الهجومية والدفاعية في إطار الخطط الموضوعة.

(مفتي إبراهيم حماد، 1994، 35)

ت- التعريف الاجرائي:

هي مناطق محددة على أرضية ميدان كرة القدم يتوزع عليها اللاعبون حسب خطة اللعب التي تضمن تقاسم الأدوار بين اللاعبين و تأدية مهامهم الدفاعية والهجومية وهي تظم لاعبي خط الدفاع (الظهير، المحوري) ولاعبي خط الوسط ولاعبي خط الهجوم.

4.6. فئة اقل من 17 سنة:

أ-إصطلاحا:

تتنتمي هذه المرحلة العمرية إلى مرحلة المراهقة المتوسطة أو المرحلة الثانوية والتي تتميز بنمو سريع للفرد للرياضي خاصة من الناحية المرفولوجية والفسيولوجية وقدرته العقلية والانفعالية والمعرفية والاجتماعية. (زكي محمد محمد حسن، 2004، 54)

ب-التعريف الإجرائي:

هي مرحلة إنتقالية بين الطفولة والرشد ، حيث تعتبر من المراحل الحساسة في حياة الفرد ،وذلك لما يحدث من تغيرات فيزيولوجية وجسمية ونفسية ،بحيث تتضح كل المظاهر المميزة لها بصفة عامة.

5.6. كرة القدم:

أ-إصطلاحا:

هي لعبة تمارس بين فريقين، كل فريق يتكون من أحد عشر لاعبا يستعملون كرة مستديرة منفوخة ذات مقاس عالمي محدد في ملعب مستطيل الشكل ذو أبعاد محددة في كل طرف من طرفيه مرمى الهدف ، ويحاول كل فريق إدخال الكرة فيه على حارس المرمى للحصول على هدف. (محمود بن حسن آل سليمان، 1998، 09)

ب-التعرف الاجرائي:

هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل واحد منهما من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام، وهدف كل فريق هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم ، ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط، وحكمان للتماس وحكم مراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو 90دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة.

6.6. القدرات المهارية:

أ-إصطلاحا:

هي جميع المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم سواء كانت بالكرة أو بدونها التي يقوم بها اللاعب والتي تؤدي حسب قانون اللعبة، حيث تكون هذه المهارة حركية، والمهارة الحركية هي حركة أو مجموعة من الأساسيات الحركية تؤدي بدرجة عالية من الدقة، حيث يجب أن تتال الأساسيات

الحركية جزءا كبيرا من إهتمام المدربين واللاعبين وأن تكثف التدريبات لتطويرها، ويمكن تعريف المهارة بأنها "الحركات التي تحتم أداؤها في جميع المواقف التي تتطلبها اللعبة للوصول إلى أفضل النتائج مع الإقتصاد في الجهد. (بوحاج مزيان، 2012، 31)

ويرى مفتي ابراهيم حماد أن المهارة هي المقدرة على التوصل على نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان من أجل بذل الطاقة في أقصر زمن ممكن. (مفتي ابراهيم حماد ، 1996 ، 150)

ب-التعريف الاجرائي:

هي جميع المهارات الأساسية التي يؤديها لاعبو كرة القدم سواء بالكرة أو بدونها.

7.الدراسات السابقة والمثابرة:

1.7.الدراسة الأولى:

دراسة سعداوي فيصل(2020).تحديد مستويات معيارية لبعض المتطلبات البدنية والفسولوجية من أجل انتقاء المواهب الشابة في كرة القدم لفئة 14 سنة ،أطروحة دكتوراه. تخصص تحضير بدني ، معهد التربية البدنية والرياضية ،جامعة الجزائر 3.

1.1.7.أهداف الدراسة

هدفت الدراسة إلى تحديد مستويات معيارية لبعض المتطلبات البدنية من أجل انتقاء المواهب الشابة في كرة القدم وتقنين عملية الانتقاء .

2.1.7. منهج الدراسة:

إعتمد الباحث على الباحث المنهج الوصفي المقارن لملاءمته لطبيعة الموضوع.

3.1.7.عينة الدراسة:

وعينة الدراسة شملت 53 لاعبا من فريقي وفاق سطيف ونجم مقرة للفئة العمرية (14-15) سنة الناشطين في القسم المحترف الأول كما تم اختيار العينة بالطريقة القصدية.

4.1.7.أدوات الدراسة

إستخدم الباحث مجموعة الاختبارات البدنية بالأجهزة.

5.1.7. أهم النتائج التي المتوصل إليها:

- استنتاج أن أغلب توزيعات النتائج المحصل عليها ضمن المستويات المعيارية للاختبارات البدنية المطروحة تركزت في المستويين الجيد والمتوسط.

2.7. الدراسة الثانية:

دراسة قعقاع توفيق (2019). تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية للاعبين كرة اليد فئة U17، أطروحة دكتوراه، تخصص التدريب الرياضي، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة أكلي محند الحاج، البويرة.

1.2.7. أهداف الدراسة:

وهدفنا الدراسة إلى ما يلي:

- التعرف على إمكانية تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية للاعبين كرة اليد فئة U17

2.2.7. المنهج المستخدم:

إعتمد الباحث على المنهج الوصفي بأسلوبه التحليلي.

3.2.7. عينة البحث:

أجريت الدراسة على عينة مكونة من 112 لاعب من خمسة فرق.

4.2.7. أدوات الدراسة:

أ- الاختبارات البدنية:

القوة الانفجارية، والقوة المميزة بالسرعة، الرشاقة والمرونة، وتحمل السرعة، بالإضافة إلى

ب- الاختبارات المهارية:

إختبارات لقياس التوافق، المناولة، التنطيط، التصويب.

5.2.7. أهم النتائج المتوصل إليها:

- المستوى المعياري لعينة البحث (جيد) في اختبار المناولة والاستلام على حائط 3 م.
- المستوى المعياري لعينة البحث (متوسط) في اختبار التوافق وسرعة التمرير على دائرة مرسومة، واختبار التوافق وفي اختبار تنطيط الكرة و في اختبار ثني الجذع من الوقوف.

3.7. الدراسة الثالثة:

دراسة بن نعمة بن عودة (2018). تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية لاختبار لاعبي كرة القدم تحت 20 سنة، أطروحة دكتوراه في التدريب والتحضير البدني، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعة عبد الحميد ابن باديس، مستغانم.

1.3.7. أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى مايلي:

- التعرف على المستويات المعيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية كأساس لاختيار لاعبي كرة القدم 20 سنة.
- التعرف على وضعية اللاعبين المختارين جهويا مقارنة بمن لم يشملهم الاختيار.
- وضع مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والاعتماد عليها لاختيار اللاعبين تحت 20 سنة.

2.3.7. منهج الدراسة:

إعتمد الباحث على المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي.

3.3.7. عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة مكونة من 189 لاعبا ينتمون الى 11 نادي لكرة القدم فئة تحت 20 سنة ينشطون بولاية وهران ، والتي تم اختيارها بالطريقة المنتظمة.

4.3.7. أدوات الدراسة:

أ-الاستبيان:

ب-الاختبارات البدنية:

إختبار 20 م من الوقوف، إختبار القفز العريض، إختبار بارو، إختبار بريكسي، إختبار ثني الجذع للأمام.

ج-الاختبارات المهارية:

في إختبار إخماد الكرة، إختبار الجري بالكرة ، إختبار دقة التمرير الأرضي، إختبار دقة التهديف.

5.3.7. أهم النتائج المتوصل إليها:

1. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الاختبارات البدنية والمهارية لعينة البحث.
2. مستوى عينة البحث في الجانب المهاري متوسط مع تسجيل بعض المواهب في المستوى جيد جدا.

3. مهارة الجري بالكرة لم تسجل أي لاعب في المركز جيد.

4.7. الدراسة الرابعة:

دراسة بسلطان بلحاج (2018). تحديد مستويات معيارية لبعض القياسات والاختبارات الأنثروبومترية والبدنية لاختيار حراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، الجزائر.

1.4.7. أهداف الدراسة:

حيث هدفت الدراسة الى:

- وضع مستويات معيارية للجانب الأنثروبومتري والبدني كوسيلة علمية تساعد في الاختبار الأمثل لحراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة.
- وضع مستويات معيارية للجانب البدني والاعتماد عليها لاختيار حراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة.

2.4.7. منهج الدراسة:

إعتمد الباحث على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة الدراسة.

3.4.7. عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية مكونة من 51 حارس مرمى وشملت 23 ناديا من الجهة الغربية للوطن صنف أ.

4.4.7. أدوات البحث

أ- الاستبيان والقياسات الانثروبومترية

ب - الاختبارات البدنية:

إختبار جري 20م من الوقوف ،اختبار نيلسون للاستجابة الحركية ،اختبار الوثب العريض من الثبات ،اختبار الركض المتعرج بطريقة بارو ،اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف،اختبار رمي واستقبال كرة التنس،اختبار رمي الكرة الطبية 3كغ ،اختبار الاسناد الامامي.

5.4.7. أهم النتائج التي توصل اليها الباحث:

- وجود تباين في الأداء البدني والأنثروبومتري بين حراس المرمى خاصة التي لها جانب وراثي كالسرعة، والمرونة، وسرعة رد الفعل، مع تركز أغلب عينة البحث ضمن المستوى المقبول والجيد

5.7. الدراسة الخامسة:

دراسة موسى روم (2017). بناء معايير ومستويات بدنية ومهارية لانتقاء لاعبي فرق النخبة الجزائرية في كرة القدم لدى فئة الناشئين (15-16) سنة، أطروحة دكتوراه، جامعة الشلف.

1.5.7. أهداف الدراسة:

وهدفت الدراسة إلى بناء مستويات معيارية بدنية ومهارية خاصة بفئة الناشئين (15-16) سنة لأندية الرابطات الجهوية لكرة القدم الجزائرية.

2.5.7. منهج الدراسة:

إعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته لطبيعة الدراسة.

3.5.7. عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة تم إختيارها بالطريقة القصدية، مكونة من 100 لاعب ناشئ يمثلون 05 رابطات جهوية من كل رابطة جهوية 20 لاعب.

4.5.7. أدوات الدراسة:

إختبارات بدنية:

وتتمثل فيما يلي:

إختبار العدو 30 م من البدء المنطلق، إختبار ثني الجذع للامام من وضع الجلوس الطويل باستخدام مسطرة جونسون، إختبار الجري المتعرج بطريقة بارو، إختبار الوثب العريض من الثبات.

إختبارات مهارية:

وتتمثل فيما يلي:

الجري بالكرة، رمية التماس، التمرير، السيطرة على الكرة، التصويب، ضرب الكرة بالرأس.

5.5.7. أهم النتائج المتوصل إليها:

1. مستوى المهارات الأساسية لدى لاعبي أندية الرابطات الجهوية لكرة القدم الناشئين (15-16) سنة كان جيدا.

2. مستوى الخصائص البدنية الأساسية لدى لاعبي أندية الرابطات الجهوية لكرة القدم الناشئين (15-16) سنة كان متوسطا في بعض العناصر وهي السرعة، والرشاقة، وجيدا في العناصر الأخرى وهي المرونة، والقوة العضلية.

6.7. الدراسة السادسة:

دراسة راشف عبد المومن (2016). تحديد مستويات معيارية للصفات البدنية والمهارات الحركية والقياسات الجسمية لدى المبتدئين في كرة القدم، أطروحة دكتوراه في تخصص نظرية ومنهجية التربية البدنية ، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله ، جامعة الجزائر 3 .

1.6.7. أهداف الدراسة

وهدفت الدراسة الى:

- تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية لدى اللاعبين المبتدئين بكرة القدم في منطقة الشرق الجزائري.
- التعرف على أهم القياسات الجسمية والصفات البدنية والمهارية فضلا عن المهارات الخاصة باللاعبين المبتدئين لفئة (10-12) سنة.

2.6.7. منهج الدراسة:

إعتمد الباحث على المنهج الوصفي لملاءمة لطبيعة الدراسة.

3.6.7. عينة الدراسة

أجريت الدراسة على عينة تم اختيارهم بالطرية العشوائية مكونة من 88 لاعب.

4.6.7. أدوات الدراسة:

أ- الاختبارات البدنية:

إختبار الوثب العمودي ، إختبار ركض 20م من بداية عالية ، إختبار ركض 6 دقائق ،إختبار السرعة (4*10م) مكيف، إختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف.

ب-الاختبارات المهارية

الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم، تنطيط الكرة لمدة دقيقة، دقة التمرير الأرضي القصير.

5.6.7. أهم النتائج المتوصل اليها:

1. ليست هناك فروق دالة إحصائية في الصفات البدنية بين اللاعبين المبتدئين في كرة القدم لفئة (10-12) سنة في أي اختبار ما عدا اختبار نصف كوبر 6دقائق.
2. ليست هناك فروق دالة احصائية في المهارات الحركية بين اللاعبين المبتدئين في كرة القدم للاعبين

(10-12) سنة ما عدا في اختبار التصويب على مرمى مقسم لثلاثة مناطق وهذا لصالح اللاعبين الذين تبلغ أعمارهم 10 سنوات المبتدئين.

7.7. الدراسة السابعة:

فتحي دربال (2014). علاقة البناء التكويني الجسمي مع بعض المتطلبات البدنية والوظيفية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب، أطروحة دكتوراه، تخصص التدريب الرياضي، جامعة عبد الحميد ابن باديس، مستغانم.

1.7.7. أهداف الدراسة:

1. تحديد الفروق بين الجانب البنائي والتكويني للجسم ومتطلباته الوظيفية والبدنية للاعبين كرة القدم حسب أعمارهم ومراكزهم.

2.7.7. المنهج المستخدم:

إعتمد الباحث على المنهج الوصفي بأسلوبه المقارن.

3.7.7. عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة مكونة من 225 لاعبا من فئة الأواسط القسم الوطني الثاني الجهة الغربية.

4.7.7. أدوات الدراسة:

أ- القياسات الأنثروبومترية والوظيفية والمرفولوجية

ب- الاختبارات البدنية

التي تمثلت فيما يلي:

إختبار بريكسي 5 دقائق ، إختبار السرعة الانتقالية 30 م ، إختبار الوثب العريض.

5.7.7. أهم النتائج المتوصل إليها:

- وجود فروق دالة وغير دالة بين مراكز اللعب في كرة القدم (الدفاع، الوسط، الهجوم) في المؤشرات الأنثروموفولوجية ، البدنية والوظيفية.

8.7. الدراسة الثامنة:

دراسة بوحاج مزيان (2012). بطارية اختبار لتقويم القدرات البدنية والمهارية اثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف اواسط (17-19) سنة، أطروحة دكتوراه في التدريب الرياضي، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر3.

1.8.7. أهداف الدراسة:

تقويم الجانب البدني والمهاري من خلال بطاريات إختبار لغرض الانتقاء.

2.8.7. منهج الدراسة:

إعتمد الباحث على المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي.

3.8.7. عينة الدراسة:

عينة البحث مكونة من 162 لاعبا بواقع 54 لاعبا من كل منطقة بطارية الاختبار أجريت على كل من أندية رابطة ولاية الجزائر ورابطة ولاية وهران، وإعتمد الباحث على العينة المنتظمة.

4.8.7. ادوات الدراسة:

المقابلة وبطارية إختبار تحتوي على إختبارات بدنية ومهارية.

5.8.7. أهم النتائج المتوصل اليها:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الصفات البدنية والمهارية لناشئ كرة القدم الجزائرية بين مختلف المناطق حيث أنه يتميز اللاعب في منطقة الساحل بالجانب المهاري ويتميز اللاعب في منطقة الجنوب بالصفات البدنية.

2. تأرجح مستوى اللاعب الجزائري بين الضعيف والمتوسط مقارنة باللاعب الأجنبي الفرنسي في المهارات والصفات البدنية.

9.7. الدراسة التاسعة:

دراسة قميني حفيظ (2011). مساهمة في تحديد المستويات المرفوبدنية والتقنية لشبان كرة القدم الجزائرية ترقبا للانتقاء"، دراسة فئة الأصاغر (13-14) سنة لمنطقة الشرق الجزائري، أطروحة دكتوراه ، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر 3.

1.9.7. أهداف البحث:

1. تحديد المستويات المعيارية المرفوبدنية والتقنية لأصاغر كرة القدم حسب مراكز اللعب.

2. تحديد المستويات المعيارية المرفوبدنية والتقنية لأصاغر كرة القدم حسب مستويات الممارسة الكروية.

3. تحديد المستويات المعيارية المرفوبدنية والتقنية لأصاغر كرة القدم حسب العمر الزمني.

2.9.7. منهج الدراسة:

إعتمد الباحث المنهج الوصفي المقارن لملاءمته لطبيعة الدراسة.

3.9.7. عينة الدراسة:

مكونة من 148 لاعبا من أصاغر فرق الشرق الجزائري حيث تم تقسيمهم حسب المعيار الزمني ومعيار خطوط اللعب.

4.9.7. أدوات الدراسة:

القياسات الانثروبومترية

أ-الاختبارات البدنية:

وتمثلت فيما يلي:

إختبار سرعة م20 و م30، Mini Cooper 6m ، القفز العمودي والعريض والقياسات المورفولوجية

ب-الإختبارات المهارية:

وتمثلت فيما يلي:

إختبار تنطيط الكرة من وضعيتي الثبات والحركة ، إختبار Akramov avec Ballon.

5.9.7. أهم النتائج:

- تحديد قيم إيجابية للمستويات المورفولوجية لأصاغر كرة القدم بالشرق الجزائري في شتى الخصائص والمؤشرات المورفولوجية، إذ أنها تجاوزت قيم الأطفال غير الممارسين للرياضة.
- تحديد تطور ضعيف نسبيا لمؤشرات التطور البدني مقارنة بالمستويات العالية بسبب عملية النمو الجسماني التي لا تزال في إستمرار تبعا للمراحل المتبقية للنمو.

10.7. الدراسة العاشرة

دراسة عبد القادر ناصر(2006). تأثير واجبات ومراكز اللعب وخطوطه الدفاعية الوسط والهجومية في إحداث تباين في المتطلبات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم ،منهجية ونظرية التربية البدنية والرياضية،معهد التربية البدنية والرياضية،جامعة الجزائر3.

1.10.7. أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى:

1. تحديد مجالات الترابط والاختلافات في المتطلبات البدنية والمهارية بين مراكز وخطوط اللعب ،

2. معرفة تأثير مراكز اللعب على الصفات البدنية والمهارية مع تحديد المستويات المعيارية لعينة البحث وتوضيح النسب المئوية الملائمة لمراكز وخطوط اللعب.

2.10.7. منهج الدراسة:

اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملاءمته لطبيعة الدراسة.

3.10.7. عينة البحث:

مكونة من 77 لاعبا من أواسط البطولة الجهوية الغربية لكرة القدم الدرجة الأولى (A)، والتي مثلت 70% من المجتمع الأصلي اختيروا بالطريقة القصدية.

4.10.7. أدوات الدراسة:

أ- اختبارات بدنية:

وتمثلت فيما يلي :

الجري 30م، القفز العالي من الثبات، جري 12 دقيقة من الثبات كوبر، ثني الجذع للأمام رمية التماس.

ب- اختبارات مهارية:

وتمثلت فيما يلي :

التصويب على المرمى، وضع الكرة في مربع ضرب الكرة من بعد 5.5 م ، قذف الكرة لأبعد مسافة رمية كرة القدم من مهارة التماس التنطيط لمدة دقيقة واحدة.

5.10.7. أهم النتائج المتوصل إليها:

- توجد فروق معنوية وأخرى عشوائية بين مراكز اللاعبين لبعض العناصر من اللياقة البدنية وبعض المهارات الأساسية كالتالي:

- حققت مراكز الهجوم أحسن نتيجة في كل من صفة السرعة 30 م و صفة القوة الانفجارية و صفة الرشاقة ومهارتي الجري بالكرة بين الشواخص والتصويب في المرمى.

- كما حققت مراكز خط الوسط أحسن نتيجة في كل من صفة المطاولة و صفة المرونة وكذلك مهارة الركنية.

- أما مركز خط الدفاع ف سجل احسن نتيجة في مهارتي التماس وقذف الكرة لأبعد مسافة.

- كانت نتائج تصنيف المستويات المعيارية في المستوى المقبول لجميع المتطلبات البدنية والمهارية.

11.7. الدراسة الحادية عشرة

دراسة بن قوة (2004) تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الاساسية للاعبين كرة القدم الناشئين (14-16) سنة القسم الوطني الاول ،رسالة دكتوراه ، نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر

1.11.7. أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة معرفة مستوى الأداء البدني لفئة الناشئين حسب كل منطقة من مناطق الوطن(ساحل هضاب، صحراء) حسب بطارية الاختبارات المقترحة.

2.11.7. المنهج المستخدم:

إعتمد الباحث المنهج الصفي بأسلوبه المسحي لملاءمته لطبيعة الموضوع

3.11.7. ادوات الدراسة:

أ-الاختبارات البدنية:

السرعة 60م، الوثب العريض،جري 5 دقائق،رمي الكرة الطبية، نزع المسافة إختبار السرعة المتساوي،إختبار ثني الجذع للأسفل من الوقوف

ب-الاختبارات المهارية:

التحكم في الكرة مسافة 30 م ، إختبار دقة التصويب ،إختبار الجري بالكرة 20 م

4.11.7. عينة الدراسة:

تمثلت في 162 لاعبا من مختلف المناطق بطريقة عشوائية

5.11.7. اهم النتائج المتوصل اليها:

1. وجود فروق بين مختلف المناطق الشمالية الوسط والجنوب في مختلف المهارات البدنية والمهارية
2. تأرجح مستوى اللاعب الجزائري مقارنة بالأجنبي على المستوى المتوسط والضعيف

12.7. التعقيب على الدراسات السابقة والمشابهة:

جاءت معظم الدراسات السابقة والمشابهة في مجال كرة القدم ما عدا دراسة قعقاع توفيق التي اهتمت بلعبة كرة اليد، وتباينت متغيراتها فمنها التي إختصت بالمتطلبات البدنية والفسولوجية فقط كدراسة سعداوي فيصل ودراسة فتحي دربال ، ومنها التي إهتمت بالمتطلبات البدنية والقياسات

والاختبارات الأنثروبومترية كدراسة بسلطان بلحاج ودراسة راشف عبد المومن، أما باقي الدراسات فقد تناولت المتطلبات البدنية والمهارية معا.

هدفت معظم هذه الدراسات إلى تحديد الفروق في الجوانب البدنية والمهارية بشكل عام لاختيار وانتقاء لاعبي كرة القدم ، بإستثناء بعض الدراسات التي هدفت إلى تحديد الفروق في الجوانب البدنية والمهارية للاعبين حسب مراكز اللعب لغرض تقويم مستوى اللاعبين كدراسة فتحي دربال و دراسة ناصر عبد القادر ، و من خلال الاطلاع والتحليل للدراسات السابقة لاحظنا أن ما يلي:

1. كل الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي بمختلف أنواعه.
2. بعض هذه الدراسات إستعملت بطارية اختبار للقدرات البدنية والمهارية لغرض الانتقاء.
3. بعض هذه الدراسات إهتمت بفئات عمرية مختلفة عن الدراسة الحالية.
4. إختلاف نوع العينة المستخدمة في الدراسات وكذا الأدوات الاحصائية المستخدمة.
5. تباين مستوى اللاعبين في الصفات البدنية والمهارية من المستوى متوسط إلى جيد.

13.7.مدى الاستفادة من الدراسات السابقة والمشابهة:

يمكن أن نوجز مدى إستفادة الباحث من هذه الدراسات في النقاط التالية:

1. ضبط موضوع الدراسة بدقة أكثر .
 2. إعداد وصياغة الإشكالية.
 3. تحديد منهجية الدراسة الحالية.
 4. تحديد أهدافها وطرق اختيار العينة وحجمها وما يناسب الدراسة.
 5. إختيار وسائل جمع المعلومات وأساليب المعالجة الاحصائية المناسبة للدراسة الحالية.
- وما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة أنها إختصت بتحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية للاعبين حسب مراكزهم للفئة العمرية الأقل من 17 سنة، وكذلك الاعتماد على الدراسات السابقة الواضحة المصدر والتي تخدم موضوع الدراسة.

الجانبة النظري

الفصل الأول

الإختبارات والمستويات المعيارية

في المجال الرياضي

تمهيد:

إن من أهم الأهداف المرجوة التي يسعى إليها المدربون هو البحث عن الطرق للوصول باللاعبين للمستويات الرياضية العالية بالاعتماد على أسس و تقنيات التقييم والتفوييم، التي تعد أحد جوانب التدريب الرياضي المخطط طبقا للأسس العلمية والتي يجب أن تتضمن محاورها عمليات القياس والاختبار وذلك لما له من أهمية في عملية الانتقاء والوقوف على مستوى القدرات البدنية والمهارية للاعبين وما يجب أن يكون علي الفريق مستقبلا .

1. تعريف القياس:

يذكر (فؤاد البهي) أن " القياس بمعناه العام هو مقارنة ترصد في صورة عددية كمقارنة الطوال بالمتر والأوزان بالكيلو جرام وتتحول نتيجة تلك المقارنة الى أعداد نسميها درجات، والدرجات هي جمع درجة وتعني الدرجة المرتبة أو الطبقة " .

وترى ليلي السيد فرحات أن " القياس هو جمع معلومات وبيانات بطريقة كمية يؤسس عليها الحكم على الشيء ويتم ذلك باستخدام أدوات متعددة وتقنية خاصة في جمع البيانات مما يساعد على التقدم في عملية التقويم " . (ليلي السيد فرحات، 2003، 28)

2. أنواع القياس:

1.2. القياس المباشر:

وهو القياس الذي نعتمد فيه الأجهزة التي تعطي النتيجة بصورة مباشرة ودقيقة كمقياس القوة العضلية باستخدام الدينامومتر الذي يعطي أرقاما تبين تقدير هذه الصفة وغيرها من وحدات القياس المناسبة (مرتات محمد، 2012، 54)

2.2. القياس غير المباشر:

يعتمد على التجريب بواسطة الاختبارات المقننة، ويستخدم في قياس الاستعدادات العقلية، و الشخصية وغيرها، وبهذا كأن القياس تقدير القابليات بصورة مباشرة، وعن القياسات الغير مباشرة يقول محمد صبحي حسنين "هي تلك التي يتم فيها تحديد الكمية المقاييس على أساس نتائج القياس المباشر لكمية أخرى ترتبط بالكمية المقاييس بواسطة دالة بسيطة.

(محمد صبحي حسنين، 1995، 51)

وهذه المقاييس يمكن أن تتأثر بعوامل يذكرها أحمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك في ما يلي:

1- الشيء المراد قياسه.

2- أهداف القياس.

3- نوع المقاييس المستخدمة.

4- طريقة القياس ومدى تدريب القائمين بالقياس وكيفية جمع البيانات.

5- عوامل أخرى تتعلق بالشيء المراد قياسه وطبيعة القياس وعلى هذا فالقياس يتبع نوع وطريقة

التنظيم وأهدافه وطرق استخدامه. (أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك، 1996، 10)

3. خصائص القياس في المجال الرياضي:

يتصف القياس في التربية الرياضية بعدد الخصائص أهمها:

1.3. القياس تقدير كمي:

وهنا لابد من الإشارة الى أن القياس يستخدم من آن لآخر لغرض الحصول على بيانات تشير الى حقيقة المستويات التي عليها الأفراد من العديد من الاختبارات (كالبدينية الحركية، الوظيفية،المهارية)، والتي تشير الى ما يملكه الفرد من مقدار هذه الصفات أو السمات كحصوله لنمو وتطور تلك الصفات المقاسة ويعبر عن ذلك رقميا، وقد تستخدم هذه المقادير الكمية في المقارنة مع أخرى وهذا ما يسمى (كمي نسبي).

2.3. القياس المباشر وغير المباشر:

كثيرا ما نجد أن القياس يمكن أن يكون مباشرا لقياس صفة الطول مثلا، ولكن يحصل أن نكون بحاجة الى قياس مقدار النمو البدني والحركي للاعب كرة القدم مثلا، وهذا ما لا نستطيع قياسه إلا بالأسلوب غير المباشر عن طريق قياسه بالمظاهر التي تدل عليه حيث طريقه الأداء الحركي والبدني هي المعبر عن قياس مقدار النمو.

3.3. القياس يحدد الفروق الفردية:

يقاس هذا النوع من الفروق لمقاربة السمات او الخصائص في الفرد نفسه وذلك لمعرفة نواحي القوة والضعف بمعنى مقارنة قدراته المختلفة مع بعضه البعض.

4.3. القياس يحدد الفروق الفردية:

إن من بداهة الأمور أن أفراد المجتمع متميزين بفروقات فردية عند جميع الصفات أو السمات التي يتمتعون بها، وان ظاهرة الفروقات الفردية هي ظاهرة عامة يمكن تصنيفها لمتغيرات عدة منها (السن،الجنس، نوع السمّة، أو الصفة المراد قياسها)، ومن الفروق التي يمكن قياسها ما يلي:

✓ الفروق في ذات الفرد.

✓ الفروق بين الأفراد.

✓ الفروق بين الجماعات الرياضية. (فيصيل سعداوي، 2020، 57)

5.3. القياس وسيلة للمقارنة:

نتائج القياس نتائج نسبية مطلقة ، فالحكم على نتائج القياس يستمد من معايير مأخوذ من مستوى جماعة معينة من الأفراد ، فحصول الفرد على درجة معينة في اختبار القوة العضلية مثلا

لا يعني شيئاً بالنسبة لنا ما لم نقارنها مع مستوى درجات زملائه في الفريق أو الجماعة التي ينتمي إليها. ومقارنة خاصية مقاسة ما بخاصية عند نفس المستوى والجنس، أيضاً مقارنة هذه الخاصية بجداول المستويات المشتقة من نفس الظاهرة أو بجداول المستويات القومية ، كما نقارن الخاصية نفسها بعد فترة من الزمن. (محمد مرتات ، 2012 ، 54-55)

4. أخطاء القياس:

نرى أن عند المقارنة بين المقاييس الطبيعية والمقاييس النفسية أنه حتى ولو إتفقت هذه المقاييس معا في طريقة الفحص ونوع الأداة إلا أنهما يختلفان في نواحي أساسية، وهي أن المقاييس النفسية لم تصل بعد إلى درجة الدقة والموضوعية التي تتوفر في المقاييس الطبيعية سيما وأننا لا نقيس الخاصية المعنية مباشرة، إذ إننا نقيس السلوك الذي نستدل منه على هذه الخاصية ، وبذلك لا تعطي المقاييس النفسية القيم الحقيقية أو الصحيحة للظاهرة المقاسة، والفرق بين القيمة الحقيقية للظاهرة والقيمة المقاسة يسمى الخطأ ويعبر عنه كالتالي:

$$\text{الخطأ} = \text{القيمة المقاسة} - \text{القيمة الحقيقية.}$$

والخطأ نوعان:

❖ الخطأ المنتظم "Systematic":

وهو زيادة أو نقصان في علامات الأفراد بمقدار ثابت (3 علامات مثلا) .

❖ الخطأ العشوائي "Random":

وتكون الزيادة والنقصان في علامات الأفراد بطريقة غير منتظمة، وبمقدار غير ثابت، ويرجع ذلك إلى ظروف عديدة مثل مزاج المصحح، وظروف الطالب أو ظروف تطبيق الاختبار نفسه. (عز الدين مهدي، 2015، 159)

❖ وترجع أسباب الأخطاء في القياس إلى مايلي:

1.4. الخطأ في أداة القياس:

فقد نستعمل في بعض الأحيان في قياس شيء ما أداة قياس غير دقيقة، مما يترتب عليه وقوع خطأ في قياسه، ويظهر هذا الخطأ فيما لو أعيد قياس نفس الشيء بأداة قياس دقيقة فمثلا تعتبر الاختبارات الموضوعية أكثر دقة من اختبارات المقال ، كما أن هناك فروقا بين اختبار يضعه إنسان مدرب و بين اختبار يضعه شخص لا يعرف شي عن القياس ، كما أن عدم وضوح بنود الاختبار لا

يعين على تفسير موحد لها ، ومن ثم فإن إجابته على هذه البنود تتأثر بتلك التفسيرات التي قد يكون بعضها تفسيراً خاطئاً مما يؤدي إلى عدم إظهار التلاميذ لقدراتهم الحقيقية

2.4. أخطاء الاستهلاك:

في الاختبارات التي يستخدم فيها أجهزة هناك إمكانية حدوث أخطاء نتيجة لكثرة استخدام هذه الأجهزة، فمثلاً عند استخدام جهاز الدينامومتر لقياس القوة العضلية هناك احتمال لحدوث الأخطاء في القياس نتيجة كثرة استعمال الجهاز.

3.4. أخطاء عدم الفهم:

قد يكمن الخطأ في قدرة القائمين بتنفيذ القياس على الفهم الصحيح لمواصفات ومكونات أدوات وأجهزة القياس المستخدمة.

4.4. أخطاء عدم الالتزام بتعليمات وشروط الاختبارات وخاصة الثانوية منها:

أي عدم الالتزام بالشروط والتعليمات المرفقة بأدوات القياس والشروط الثانوية كمراعاة درجة الحرارة أو سرعة الرياح.

5.4. أخطاء الفروق الفردية:

لقد أوضحت نظرية الفروق الفردية أن الأفراد يختلفون في قدرتهم واستعداداتهم، وهذه الاختلافات قد تؤدي إلى ظهور تباين في تقديرات المحكمين فمثلاً كثيراً ما نلاحظ في قياس أزمنة اللاعبين في اختبارات العدو أو الجري وجود اختلافات بين محكمين يقومان بالقياس للاعب واحد لذلك يعتبر هذا النوع من الأخطاء يمكن حدوثه.

5.4. أخطاء التقدير الذاتي:

قد تكون معرفة أحد الحكام بطبيعة الحركة محدودة في حين يكون محكم آخر على درجة عالية من الدراسة بهذه المهارة وهذا ينعكس على التقدير. (محمد صبحي حسانين، 2004، 57-58)

5. أغراض القياس في التربية البدنية والرياضية:

للقياس أغراض عدة في مجال التربية البدنية والرياضية، فأدوات القياس وخاصة الاختبارات والمقاييس أغراض مختلفة مثل التحصيل والتقدم والتصنيف والإشراف والتوجيه ووضع المستويات والمعايير، وغير ذلك من الأغراض التي سيلي ذكرها:

1.5. في البرامج:

يعتبر بناء البرامج من أهم الأعمال التي يهتم بها العاملون في مجال التربية البدنية والمدربون في مجال التدريب الرياضي، لأن البرامج العلمية المقننة هي الضمان الوحيد لإحداث النمو المطلوب، وأيا كان نوع البرامج فإنه لا يستطيع أن يستكمل أركانه بدون وجود أدوات للقياس تكون بمثابة المؤشرات التي تشير نحو مقدار ما حققه البرنامج من الأهداف الموضوعة.

2.5. متابعة التقدم:

إن التقدم يعني مقدار التطور والنمو الذي حدث للأفراد بسبب ممارستهم للبرنامج ومتابعة التقدم خلال فترة تنفيذ البرنامج تعد من أهم أغراض القياس وذلك لأهمية هذا الإجراء في التعرف على منحنيات التقدم ومعدلاته، وهذا يعني إطمئنان القائمين على البرنامج في أنه يحقق الاطمئنان بالمعدلات المطلوبة وفق للجدول الزمني الموضوع كما أن القياس في هذا المجال يتيح الفرصة لمعالجة الثغرات التي قد تظهر خلال تنفيذ البرامج، بحيث يمكن تداركها لتعديل مسار التقدم وفقا لما هو مطلوب. (محمد صبحي حسانين، 2004، 80-81)

3.5. في التحصيل:

تعتبر الاختبارات والمقاييس من أكثر وسائل التشخيص استخداما في مجال التربية البدنية والرياضية، فالاختبار يساعد على تحديد مواضع الضعف والقوة في البرامج والأفراد، وذلك تمهيدا لوضع البرامج العلاجية إذا كان الأمر يتطلب ذلك، ولقد استخدمت الاختبارات والمقاييس بنجاح كبير في تشخيص الحالة القوامية للأفراد وأنماط الأجسام ومدى التناسب في مقاييس الجسم والقدرات الرياضية والمهارية، والخططية المختلفة.

4.5. في التصنيف:

أصبحت البرامج ذات القوالب الموحدة التي تصب فيها قدرات جميع التلاميذ واللاعبين غير ذات نفع، حيث إتضح ذلك بعد توصل علماء النفس إلى قوانين الفروق الفردية التي تعتمد أساسا على إختلاف الأفراد فيما بينهم من حيث القدرات والامكانيات والاستعدادات والميول والرغبات، ومن هنا تبرز أهمية عملية التصنيف كضرورة لتجميع من هم متجانسون مع بعضهم البعض عند التخطيط للبرامج، ضمنا لإقبال الأفراد على أنشطة البرامج كضمان لتحقيق الأهداف المرجوة... الخ، سبق أن أشرنا أن الاختبارات والمقاييس تهدف في المقام الأول إلى قياس الفروق الفردية، سواء كانت بين

الأفراد أو المجموعات أو المهن أو داخل الفرد نفسه، تحقيقاً لمبدأ الفروق الفردية فإن الإجراء الأمثل هو وضع برنامج لكل فرد على حدة يصمم في ضوء إمكانياته و قدراته، وهذا ما يحدث في غالب الأحوال عندما نتحدث عن التدريب الرياضي للمستويات العليا ، خاصة في الأنشطة الفردية، و لكن لتعذر تحقيق ذلك في العديد من الأنشطة و خاصة في مجال التربية البدنية بالمدارس فإننا نلجأ إلى تصنيف الأفراد إلى مجموعات (منخفضة- متوسطة- عالية).

5.5. في وضع الدرجات:

الدرجة هي حكم يصدره المدرس على التلميذ أو اللاعب، و قد يكون هذا الحكم تقديرية كما يكون موضوعياً تماماً عن طريق استخدام الاختبارات المقننة، الدرجة حكم نسبي "Relative" ، فإذا كانت درجة تلميذ في اختبار القوة العضلية 40 كغ، فإن الدرجة لا تعطي وصفاً دقيقاً لحالة التلميذ، فهل هي درجة عالية أم متوسطة أم ضعيفة، و تحديد ذلك يتوقف على تحديد المراكز أو المرتبة النسبية ذات الدرجة بالنسبة لدرجات بقية الفصل، فإذا كان متوسط درجات الفصل في القوة العضلية هو 35 كغ، فإننا نستطيع أن نصدر حكماً بأن الطالب الذي حقق 40 كغ في الاختبار يعتبر فوق المتوسط.

6.5. في المعايير والمستويات: Norms and Standards

تتضمن عملية تقنين الاختبارات "Strandardization" وضع معايير ومستويات وذلك لأن الدرجات الخام المستخلصة من تطبيق الاختبارات على الأفراد تعتبر ذات فائدة محدودة بدون تحويلها إلى معايير أو مستويات، ومن المعروف أن معظم الأنشطة البدنية تأخذ الطابع التنافسي، و لا شك أن كل فرد يجب أن يعرف مكانه بالنسبة للأفراد الآخرين، و كل جماعة تحب أن تعرف أين هي بالنسبة للجماعات الأخرى، بمقارنة الفرد بالآخر القرن له، و الجماعة بالأخرى، فمن الأمور الكثيرة الحدوث في مجال التربية البدنية أن نرى التلميذ في درس التربية البدنية في المدرسة يقارن مستواه في بعض المهارات كالوثب الطويل مثلاً بمستوى زميله، و يستطيع بهذه المقارنة تحديد مكانه و ترتيبه النسبي بين زملائه في الفصل.

إذا الاختبارات هي الوسيلة المناسبة لإجراء عملية المقارنة هذه، ووجود مستويات ومعايير للاختبارات يسهل من إجراء هذه المقارنة و يجعلها أكثر صدقا و موضوعية، لذلك يلزم تحويل الدرجات الخام "Raw scores" المستخلصة من الاختبارات على درجات معيارية "Standard scores" و الدرجات المعيارية هي ما يطلق علي البعض اسم المسطرة ، وعادة توضع معايير خاصة لكل سن

معين في كل اختبار من الاختبارات، كما أن للبنين معايير تختلف عن البنات، وذلك لأن المعايير توضع في ضوء مستويات الأفراد.

7.5. الدافعية

الاختبارات و المقاييس وسيلة رائعة للتشويق والإثارة ، فالأداء غير المصحوب بالقياس قد يصاحبه الكسل و الخمول و عدم الحماس ، في حين أن استخدام القياس عند أداء المهارات يجعل الفرد أكثر تشوقا فإذا شعر اللاعب أن عقارب الساعة تسير مع وقع خطواته زاد مجهوده وظهرت رغبته في التعرف على تقدير الساعة لمستواه، فالساعة والمتر والجهاز أصبحوا من أروع وسائل التشويق والإثارة لرفع مستوى الأداء في معظم أنشطة التربية البدنية ويقصد بالدوافع أو القوى الداخلية التي تحرك الفرد وتوجهه لتحقيق هدف معين ، وهي إما دوافع داخلية (أولية) أو دوافع خارجية (ثانوية)، والاختبارات تعد إحدى الوسائل التي تثير دوافع الفرد الداخلية نحو الممارسة ، حيث انها تثير في الفرد الرغبة في إبراز الذات والتفوق والمنافسة، كما أن معرفة التلاميذ و اللاعبين بوجود اختبار سيطبق عليهم في موعد محدد يكون ذلك دافعا لزيادة الجهد في التدريب بهدف رفع قدراتهم على أمل تحقيق نتائج طيبة في الاختيار و بهذا ترفع قيمة الاختبارات و المقاييس في إثارة دوافع الأفراد نحو الممارسة الجادة الهادفة.

8.5. في التدريب:

وقت تنفيذ الاختبارات والمقاييس ليس بالوقت الضائع ، بل على العكس من هذا فالاختبارات ماهي إلا تدريبات مقننة تعود على الفرد بالفائدة فالاختبار الذي يقيس عنصر القوة العضلية مثلا يكسب المختبر قدرا من هذا المكون و يمكننا القول بأن كل اختبار يصلح كتمرين ولكن لانستطيع أن نقول العكس لأن الاختبار له مواصفاته العلمية والفنية التي قد لا تتوفر في كل التمرينات.

9.5. في الانتقاء:

مشكلة الانتقاء من أكثر المشاكل التي يواجهها العاملون في مجال التربية البدنية والرياضية، سواء كان ذلك في قطاع البطولة أو في المؤسسات التعليمية عندما تختار فرقها الرياضية أو توجيه طلبتها إلى مختلف الأنشطة الرياضية المتاحة وكثيرا ما يتم الإنتقاء بناءا على معايير ذاتية يكون أثرها السيئ على النتائج المستقبلية، كما أن الانتقاء الخاطئ يعتبر إهدارا للوقت والإمكانات والأموال حيث ستسخر كلها لخدمة عناصر لا يرجى منها، لذلك يعد الإنتقاء الجيد من أكثر الضمانات التي تتيح فرصة أكبر للنجاح. (محمد صبحي حسنين، 2004، 85-88)

10.5. في الاكتشاف:

الاختبارات والمقاييس تلعب دور (الكشاف) عندما تلقى أعضاؤها على العناصر البشرية الممتازة ، حيث يسهل بعد ذلك توجيهها إلى الأنشطة البدنية التي تتناسب ولمكاناتهم، فتكون بذلك قد ساهمت في وضع الامكانية المناسبة في النشاط المناسب فتزداد فرصة النجاح والنبوغ والتفوق، ويعتبر الاكتشاف أولى خطوات الانتقاء.

11.5. في التنبؤ:

التنبؤ هو عملية تكهن وتوقع لما سيحدث في المستقبل، والتنبؤ عادة لا يتم من فراغ، بل تسبقه دراسات مستفيضة يعتمد معظمها على الاختبارات والمقاييس فعن طريق دراسة معدلات تطور ومنحنيات التقدم في الماضي والتعرف على المستوى الحالي، يمكن التنبؤ بما سيكون عليه معدل التقدم في المستقبل بالنسبة للظاهرة موضوع الدراسة.

12.5. التوجيه:

لذلك تعتبر عملية التوجيه عملية ديمقراطية تهدف إلى تحليل ودراسة الموقف التعليمي لتحديد نسب الطرق لرفع مستوى التلاميذ الذي يمثل محور عملية التوجيه وأساسها، وذلك بما يتماشى مع فلسفة المجتمع وأهداف التربية البدنية والرياضية في المدارس.

دخل البحث العلمي جميع فروع ومجالات التربية البدنية والرياضية ، وللبحوث العلمية مناهج ووسائل لجمع البيانات ، والاختبارات والمقاييس إحدى الوسائل المستخدمة في البحث العلمي لتجميع البيانات والمستويات والأرقام التي تعتمد عليها البحوث في الوصول إلى نتائجها، والجدير بالذكر أن المثلث الحديدي لمعظم البحوث العلمية إن لم يكن لجميعها على الإطلاق يتكون من:

✓ مناهج البحث العلمي وأدواته.

✓ القياس والتقييم (جمع ادوات البحث العلمي هي اختبارات ومقاييس).

✓ الإحصاء. (محمد صبحي حسانين، 2004، 90-91).

6. الفرق بين القياس والاختبار:

يشير أحمد محمد خاطر، وعلي فهمي البيك على أنه يمكن أن يتضح الفرق بين القياس والاختبار في أن الاختبار يستخدم طرق البحث المختلفة وبصورة أخرى فهو محاولة لفهم الظواهر

والعمليات واستنتاج فاعليتها وعلى هذا الأساس فإن الاختبار يكون أشمل من القياس لأنه يشمل في بعض المواقف. (أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك، 1996، 10)

7. تعريف الاختبار:

يعرف براون "Brown" الاختبار على أنه "إجراء منظم لقياس سمة ما من خلال عينة من السلوك". (سامي ملحم، 2000، 53)

ويرى "هيلر" Heller" الاختبار بأنه "مقياس مقنن وطريقة للاختبار.

ويرى "كرونباك" Cronbac أن الاختبار "هو طريقة منظمة لمقارنة سلوك شخص معين أو أكثر.

وتشير "انستازي" Anastasi أن الاختبار "هو مقياس موضوعي مقنن لعينة من السلوك".

(مصطفى حسين باهي، 2015، 40)

1.7. أهمية الاختبارات والمقاييس للمدرب الرياضي:

1- التعرف على الحالة التدريبية العامة باستخدام الاختبارات الحركية وبدراسة الامكانيات الوظيفية للأجهزة الداخلية للجسم والقياسات الأنثروبومترية، مع تحديد القدرات النفسية والبدنية.

2- التعرف على الحالة التدريبية الخاصة للرياضي باستخدام الاختبارات التي تتضمن القياسات الوظيفية لأجهزة الجسم والنفسية والقدرات البدنية والمهارية والصحية للرياضيين.

3- التعرف على مدى التقدم في النتائج الرياضية ومتابعتها للوصول الى المستويات العالية.

4- إنتقاء الناشئين عن طريق الاختبارات في الرياضات المختلفة.

5- التعرف على طرق التخطيط والتدريب المختلفة واستخدام الطرق السليمة والمناسبة وفقا لنتائج الاختبارات.

6- وضع مستويات لمتابعة مراحل التدريب المختلفة وقياس حصائل كل مرحلة للتعديل والاستمرار في التدريب وفقا لنتائج الاختبارات.

7- وضع مستويات لمتابعة مراحل التدريب المختلفة واستخدام طرق التدريب السليمة والمناسبة وفقا لنتائج الاختبارات.

8- وضع مستويات خاصة لكل لعبة لكل لعبة سواء الناشئين أو للاعبين المستويات العالية من الجنسين وتتبع مراحل تقدمهم. (بن نعمة بن عودة، 2018، 102-103).

2.7. تصنيف الاختبارات والمقاييس على أساس طرق تفسير الدرجة:

تصنف إلى نمطين رئيسيين من الاختبارات هما:

1.2.7. اختبارات لها معيار مرجعي:

وهي اختبارات تستخدم عند محاولة تفسير أداء كل مفحوص بالمقارنة بأداء غيره من المفحوصين من نفس مجموعته، وهي تعرف باسم اختبارات معيارية التفسير لكونها تعتمد على مقارنة أداء الفرد بمعيار يتمثل في أداء المجموعة التي ينتمي إليها أو أي مجموعة مشابهة.

2.2.7. اختبارات لها محك مرجعي:

وهي نمط من الاختبارات تستخدم المحك المرجعي لإصدار القرارات التقويمية بالنسبة للمفحوصين، وذلك على أساس معرفة ما الذي يستطيع المفحوص أن يفعله وليس على أساس مقارنة أداء هذا المفحوص بأداء غيره من المفحوصين، فالاختبارات التي لها محك مرجعي تستخدم لتقويم أداء الأفراد على أساس معيار ثابت (قياس) وليس على أساس مقارنة أداء الأفراد ببعضهم البعض أو مقارنة أدائهم بأداء مجموعة مشابهة. (بسلطان بلحاج، 2018، 82-83)

3.7. مميزات الاختبارات المقتنة:

1. أن تتمتع بمعاملات صدق وثبات مقبولة بالنسبة لعينة التقنين التي أعدت لها في الأصل.
 2. أن لها إستمارة تعليمات توضح كافة المعلومات اللازمة لتطبيق الاختبار.
 3. أن لها معايير تعكس مستويات أداء عينة (مجموعة) التقنين الأصلية.
 4. أن لها مفتاح تصحيح يوضح إتجاهات العبارات (الأسئلة) الموجبة والعبارات السالبة لتعيين الدرجات الخاصة بكل إجابة.
 5. تعرف هذه الاختبارات في معظم الأحيان باسم الاختبارات المنشورة وذلك لكونها تحظى بالنشر من قبل الدوريات والمراجع العلمية المتخصصة والتي تتمتع بسمعة محلية وعالمية.
- (محمد نصر الدين رضوان، 2006، 77).

4.7. شروط الاختبار الجيد:

للاختبارات شروط يجب توفرها لنقول أن الاختبار جيد ويقاس الظاهرة موضوع القياس وهو ما يسمى بالأسس العلمية للاختبار وتتلخص فيما يلي:

1.4.7. الصدق:

وصدق الاختبار هو المقياس الذي يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة الظاهرة التي صمم لقياسها ولا يقيس شيئاً بدلاً منها أو بالإضافة إليها.

1.1.4.7. أنواع الصدق:

هناك عدة أنواع للصدق نذكر من بينها:

1.1.1.4.7. الصدق الظاهري:

وقد يطلق على هذا النوع من الصدق صدق السطح، أي كيف يبدو الاختبار مناسباً وملائماً للفرد (أو الأفراد) الذي نقيسه، ومدى إرتباط فقرات الاختبار بالمتغير المقاس، وهذا النوع يتطلب الانتقال عبر المراحل التالية:

- البحث عما يبدو أن الاختبار يقيسه.
- الفحص المبدئي لمحتويات الاختبار.
- النظر على فقرات الاختبار، ومعرفة ماذا يبدو أنها تقيسه، ثم مطابقة ذلك بالوظائف المراد قياسها، فإذا اقترب الاثنان كان الاختبار صادقا صدقا سطحيا.

2.1.1.4.7. الصدق المنطقي:

حيث يعني مدى جودة تمثيل محتوى الاختبار لفئة من المواقف أو الموضوعات التي يقيسها، فوفقاً لهذا النوع من الصدق يعتبر الاختبار صادقا إذا مثلت تقسيماته وتفرعاته تمثيلاً سليماً، ويتم ذلك أثناء تصميم الاختبار في ضوء الأبعاد التالية:

1. تحديد السمة أو الظاهرة أو الخصوصية قيد البحث تحديداً منطقياً (بالتحليل الشامل).
2. التعرف على أبعاد السمة أو الظاهرة أو الخصوصية المقاسة، وأهمية كل جزء فيها والوزن النسبي لكل جزء من هذه الأجزاء أو الأبعاد وذلك بالنسبة للاختبار ككل.
3. وضع مفردات الاختبار بما يتفق مع الأبعاد التي إستقر عليها الرأي في ضوء المرحلتين السابقتين.

3.1.1.4.7. الصدق التنبؤي:

يعتمد الصدق التنبؤي على مسلمة محددة هي أن السلوك الإنساني له صفات الثبات النسبي

في المواقف المستقبلية، فمع إفتراض ثبات هذه المسلمة يمكن التنبؤ بما ستكون عليه إستجابة المختبر في المستقبل للمواقف المحددة قيد البحث فالمواقف المستقبلية تمثل المحك في هذا التصميم.

4.1.1.4.7.الصدق التلازمي:

يمثل الصدق التلازمي العلاقة بين الاختبار ومحك موضوعي تجمع البيانات عليه وقت او قبل إجراء الاختبار، وهذا إجراء يسمح بالتعرف على مدى ارتباط الدرجة على الاختبار بمحكات الأداء الراهنة أو مركز الفرد حالياً.

5.1.1.4.7.الصدق التجريبي:

يعتبر الصدق التجريبي من أفضل أنواع الصدق وأكثرها شيوعاً، حيث يعتمد على إيجاد معامل الارتباط بين الاختبار الجيد وآخر سبق إثبات صدقه في قياس الظاهرة قيد البحث، فمثلاً إذا كنا بصدد قياس اللياقة البدنية "Physical Fitness" عن طريق اختبار جديد بني وقن لهذا الغرض فمن الممكن إيجاد صدق هذا الاختبار عن طريق إيجاد معامل الارتباط بينه وبين اختبار آخر ثبت صدقه ، لقياس اللياقة البدنية.

6.1.1.4.7.الصدق العاملي:

يعتبر هذا النوع من الصدق من أفضل الأنواع المتداولة حيث يعتمد على أسلوب إحصائي هو التحليل العاملي "Factor Analysis"، فالتشبعات البارزة للاختبارات على عواملها المقبولة تمثل القيم المحددة لصدق هذه الاختبارات ، وهذا يمثل الصدق العاملي الذي هو في الواقع معامل الارتباط بين الاختبار وبين ما هو شائع أو مشترك أو عام في مجموعة الاختبارات الخاضعة للتحليل.

7.1.1.4.7.الصدق الذاتي:

ويطلق عليه مؤشر الثبات "Index of Reliability" وهو صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقة التي خلصت من شوائب أخطاء الصدفة ومن ثم فإن الدرجات الحقيقة هي المحك أو الميزان الذي ينسب عليه صدق الاختبار. (محمد صبحي حسانين، 2004، 141-145)

2.4.7.الثبات:

تشير رمزية الغريب إلى أن ثبات الاختبار يعني ان يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد في نفس الظروف.

1.2.4.7. أنواع الثبات:

أما عن أنواع الثبات فيقسمها محمد صبحي حسانين نقلا عن فان دالين "Van Dalen" كمايلي :

1.1.2.4.7. الثبات بطريقة إعادة الاختبار:

يعطى الاختبار لنفس المفحوصين مرتين ثم يحسب معامل الارتباط بعد التطبيقين.

2.1.2.4.7. الثبات بطريقة الصور المتكافئة:

يعطى صورتين متكافئتين ويطبقان على المفحوصين ثم يحسب معامل الارتباط بين نتائج الصورتين.

3.1.2.4.7. الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

يطبق الاختبار مرة واحدة فقط، ولكن تقسم بنوده عشوائيا إلى نصفين ويحسب الارتباط بين

درجات النصفين. (محمد صبحي حسانين، 2004، 147-148)

3.4.7. الموضوعية:

وتعني عدم تأثر الاختبار بتغيير المحكمين أو أن الاختبار يعطي نفس النتائج مهما كان القائم بالتحكيم، ويشير فان دالين "Van Dalen" على أن الاختبار يعتبر موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن من يصححه وهذا يعني استبعاد الحكم الذاتي للمحكم، أي أنه كلما زادت الذاتية قلت الموضوعية. (محمد صبحي حسانين، 2004، 152)

8. الفرق بين التقويم والقياس:

يرى البعض أن التقويم "Evaluation" يقتصر على مفهوم الحكم الكلي على الظاهرة، أما القياس فيعني الحكم التحليلي "Analytical" الذي يعتمد على استخدام الاختبارات وغيرها من المقاييس الأكثر دقة، ويفضل جرونلاند "Gronland" اعتبار التقويم أكثر عمومية من القياس، فالتقويم في ضوء كونه عملية إصدار أحكام واتخاذ قرارات عملية قد يتطلب استخدام أدوات القياس أو عدم استخدامها في كلتي الحالتين يتضمن إصدار أحكام قيمية "Value Judgements".

وتتفق رمزية الغريب مع الشق الأول من رأي "جرونلاند" في أن التقويم يعتبر أعم من القياس، وأن القياس يعتبر أحد وسائله وأدواته، ولكنها تختلف مع "جرونلاند" فيما يتعلق بإمكانية استخدام التقويم للقياس أو عدم استخدامه، إذ ترى أن التقويم لا يمكن أن يستغني عن استخدام في أي صورة من صورته". (محمد صبحي حسانين، 2004، 40)

9.التقويم:

يعني "إصدار الأحكام على الأشياء وتقدير قيمتها ووزنها، أو هو الحكم على قيمة الشيء من خلال إكتشاف عيوبه ومحاسنه، أو هو دراسة الظروف والعوامل التي تساعد سلبا أو إيجابا على الوصول إلى الأهداف المرسومة مسبقا". (ريسان خريط، نجاح مهدي شلش، 2002، 09)

1.9.أهمية التقويم في التربية البدنية والرياضية:

- 1- يعتبر أساسا لوضع التخطيط السليم للمستقبل.
 - 2- يعتبر مؤشر لتحديد مدى ملائمة وحدات التدريس لإمكانية الطلبة.
 - 3- يعتبر مؤشر لكافة طرق التدريس في مدى مناسبتها لتحقيق الاهداف المحدده.
 - 4- يساعد المدرس في معرفة المستوى الحقيقي للطلبة ومدى مناسبة التعليم لإمكانياتهم وقدراتهم وتجاربهم.
 - 5- يساعد المدرس على التشخيص من خلال معرفة اوجه القصور وأوجه القوة ومعرفة الاسباب والعمل على علاجها.
 - 6- توجيه العملية التعليمية فبعد التشخيص يأتي العلاج والتوجيه.
 - 7- اتخاذ القرارات فالتقويم سبب وشرط اساسي لاتخاذ القرارات الخاصة بنوع المناهج المناسبة او من ناحية التقدم في السلم التعليمي والانتقال من صف الى آخر.
 8. يساعد على تصنيف الأفراد والمختبرين إلى فئات او مجموعات متجانسة لتحديد موقعهم على منحني التوزيع الطبيعي.
 - 9 - إستثارة الدوافع فمن الحقائق المقرره من الاختبارات تنمي دوافع التنافس لدى الطلبة.
- (يوسف كماش،رائد مشنت ، 2013 ، 120-121)

2.9.أنواع التقويم:

1.2.9.التقويم الموضوعي:

يعد التقويم الموضوعي أكثر إستخداما من التقويم الذاتي لأنه يعتمد على المقاييس الموضوعية الدقيقة للحصول على المعلومات والبيانات كمقاييس الطول والوزن والحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين والسعة الحيوية..الخ، واتخاذ القرارات والأحكام حول الموضوع المراد تقويمه على يستند على الآراء الذاتية ويعتمد على المعايير والمستويات (موفق أسعد محمود، 2009، 29)

2.2.9.التقويم الاعتباري:

يشير محمد وليد عبد الأمير ألماني نقلا عن (محمد صبحي حسانين ،2004) على أن هذا النوع من التقويم لا يعتمد على المعايير والمستويات والمحكات بالمعنى الاحصائي المفهوم ويكون في ضوء خبرات وآراء واتجاهات القائمين بالقياس، وهناك العديد من الأنشطة الرياضية التي تعتمد على هذا النوع من التقويم يتم تقويمها في ضوء شروط موحدة ما أمكن يتم الاتفاق عليها مسبقا بين المحكمين للاقترب ما يمكن من الموضوعية (محمد وليد عبد الأمير ألماني ،2018، 31)

3.9.أهداف التقويم:

يمكن حصر أهداف التقويم في المجال الرياضي فيما يلي:

1. يعتبر التقويم أساسا في وضع التخطيط السليم للمستقبل.
2. يعتبر التقويم مؤشرا لكافة طرق التدريب ومدى مناسبتها لتحقيق الأهداف المرجوة.
3. يعتبر التقويم مؤشرا لتحديد مدى ملائمة وحدات التدريب مع إمكانيات اللاعبين.
4. يعتبر التقويم مرشدا للمدرب لتعديل وتطوير الخطة التدريبية وفقا للواقع التنفيذي.
5. يساعد التقويم المدرب في معرفة المستوى الحقيقي للاعبين ومدى مناسبة التدريب لإمكانياتهم وقدراتهم، وكذلك تجاوبهم.
6. يساعد المدرب على التعرف على نقاط الضعف والصعوبات التي تواجهها العملية التدريبية.
7. يساعد التقويم في الكشف عن حاجات الأفراد وقدرات اللاعبين كما يساعد في توجيههم للنشاط المناسب أو المراكز الملائمة لقدراتهم داخل النشاط الواحد.
8. يساعد التقويم في تقدير إمكانيات اللاعب ، وتحديد الواجبات المناسبة له مما يزيد من دافعية اللاعب للارتفاع بمستوى أدائه.(ليلي فرحات ، 2003 ، 70-71).

4.9.مبادئ التقويم:

توجد مبادئ عدة لعملية التقويم هي:

1. تحديد الغرض من التقويم او تعزيز ما نريد تقويمه إذ أنه إذا كان الغرض غير واضح من الصعب
2. الحكم على جدوى عملية التقويم كما أنه يصعب التأكد من صحة أي خطوة لاحقة في هذه العملية نحو اختيار أسلوب التقويم المناسب والأدوات المناسبة لجمع المعلومات والبيانات.

3. اختيار وتقييم أدوات التقييم المناسبة للغرض من التقييم.
4. وعي المقوم أو فريق التقييم بمصادر الأخطاء المحتملة في عملية التقييم.
5. الوعي بخصائص عملية التقييم (الشمول، التوازن، التنوع، الاستمرارية).
6. التأكد من أهمية الجانب الذي تم تقييمه ووضوح خطة التقييم والالتزام.
7. الوعي بظروف الأفراد والجماعات والمؤسسة ذات الصلة بعملية التقييم.
8. إحترام ترابط المدرب أو المدرس مع اللاعب والمتعلم
9. التحسب لآثار الاحكام على الآخرين (علي سموم الفرطوسي وآخرون ، 2015، 22)
10. المستويات:

يرى محمد صبحي حسانين أن المستويات تتشابه مع المعايير في أنها أسس داخلية للحكم على الظاهرة موضوع التقييم إلا أنها تأخذ الصورة الكيفية "Quality" وتتحدد في ضوء ما يجب ان تكون عليه الظاهرة " (محمد صبحي حسانين ، 2004، 30)

ويضيف "محمد حسن علاوى ومحمد نصر الدين رضوان" (2000 م) أن المستويات معلومات تدلنا على كيفية الأداء الفعلي للأفراد مقارنة درجة الفرد بمعيار درجات مجموعة من الأفراد لا تدلنا على ما يجب أن تكون عليه درجة الفرد، ولكنها تدلنا فقط كيف أن هذا الفرد أدى الاختبار عند مقارنته بآخرين من نفس مستواه وذلك عن طريق تحديد مكانته بالنسبة لعينة التقنين فقط وليس بالنسبة للمستوى الذى يجب أن يكون عليه (محمد حسن علاوى، محمد رضوان، 2000، 301)

1.10. أهمية المستويات:

1. أسس داخلية للحكم على الظاهرة.
2. تأخذ الصورة الكيفية
3. تتحدد في ضوء ما يجب أن تكون عليه الظاهرة ، يتم إعدادها على أفراد مدربين ذوي مستويات مثالية، كما يتم إعدادها بعد التعلم والتدريب والممارسة بهدف التحصيل أو تطوير الصفة أو الخاصية للوصول إلى درجات تعكس المستوى الأمثل للصفة أو الخاصية.
4. تستخدم المستويات في تقييم المستوى من خلال المقارنة بمحك، حيث تستخدم في اختبارات التحصيل لتفسر الأداء من خلال ملاحظة ما يؤديه الفرد فعلياً بالمقارنة بما يجب أن يكون عليه الأداء وليس مقارنة بأداء الآخرين (أي الحكم هنا على مدى الاتقان).

5. ولتحديد المستويات يمكن استخدام منحى كاوس (التوزيع الطبيعي) إذ أن للمنحنى التكراري الاعتيادي خواص إحصائية متعددة يستفاد منها في عمل معايير الاختبارات أو في الحصول على معلومات إحصائية مختلفة ، وكذلك يعد التوزيع الطبيعي من أكثر التوزيعات شيوعاً في ميدان التربية الرياضية ، يتم تحديد الدرجات المعيارية لكل مستوى وذلك حسب عدد المستويات، وبذلك يكون لكل مستوى عدد من الدرجات وهذا ما يميز المستويات المعيارية عن الدرجات المعيارية.

(بن نعمة بن عودة، 2018، 110-111)

11. المحكات:

حيث يشير محمد نصر الدين رضوان على أنها " من وسائل التقويم وقد تكون عبارة عن درجات أو آراء بحيث نرتضيها كأساس لمقارنة النتائج بها، مع إصدار أحكام قيمة إما كيفية أو كمية على هذه النتائج، ولعل من أهم مميزات المحكات هي أنها تكون دائماً من خارج الظاهرة".

(محمد نصر الدين رضوان، 2006، 52)

12. ماهية المعايير:

ويشير ماتيوس Mathwes أن " المعايير هي افضل أنواع المستويات وتنشأ بواسطة جمع الدرجات لعدد كبير من الأفراد يكونا متشابهين في السن والجنس والمقدرة هذا إلى جانب نواحي أخرى متعلقة بالموضوع الذي تستخدم فيه المعايير ثم تحلل هذه البيانات احصائياً وفي النهاية تصل إلى مستويات معيارية مبنية على أساس هذا التحليل". (Mathwes,1978,502)

ويرى محمد صبحي حسانين إلى أن المعايير "أحد الأهداف الأساسية التي ترمي إليها عملية تقنين الاختبارات حيث تشتق المعايير من عينة التقنين التي تمثل المجتمع الأصل المدروس، والدرجات الخام المستخلصة من تطبيق الاختبارات على عينة التقنين هي مصدر المعايير ويتم ذلك باستخدام بعض الأساليب الإحصائية المعنية". (محمد صبحي حسانين، 2004، 29)

1.12. أهمية المعايير المدرب والمدرس:

- 1- تحدد الوضع النسبي للفرد في العينة المعنية كما تحدد مستواه.
- 2- تقويم أداء الفرد في ضوء أداء الآخرين.
- 3- تصبح مقاييس قابلة للمقارنة سواء بين الأفراد أو بين الاختبارات ويعني ذلك مقارنة أداء لاعب أو تلميذ بآخر أو أدائه على اختبار بأدائه في اختبار آخر.

4- تحدد مدى التقدم في التحصيل لمختلف الجوانب (ليلي فرحات، 2003، 174)

2.12. شروط استخدام المعايير:

1.2.12. أن تكون المعايير حديثة:

فمعايير أي إختبار هي دائما معايير مؤقتة مع مرور الوقت تصبح غير صالحة للمقارنة نظرا لتغير خصائص الأفراد وقدراتهم وسماتهم على مر السنوات ولذا يجب إعادة النظر في معايير الاختبارات من حين لآخر وخاصة المعايير المتعلقة باختبارات التحصيل وذلك للتقدم المستمر الذي يحدث في أسلوب وطرق التدريس والتدريب وإعداد المدرسين والمدرسين والتغيير المستمر في المناهج الدراسية.

2.2.12. أن تكون عينة التقنين ممثلة للمجتمع الأصلي تمثيلا صحيحا:

بمعنى ان تمثل المعايير مستويات الأداء الحقيقي المجتمع الأصلي الذي ستطبق عليه الاختبارات الذي ستطبق عليه الاختبارات بعد ذلك حتى تكون المقارنة موضوعية .

3.2.12. أن تكون المعايير مناسبة للاستخدام الصلاحية:

حيث تشير صلاحية المعايير إلى الدرجة التي تمتد إليها عينة التقنين في تمثيل العينة التجريبية التي يطبق عليها الاختبار ولا يجب على سبيل المثال أن يتم استخدام معايير خاصة بأفراد رياضيين لمقارنة أداء أفراد رياضيين وغير رياضيين. يجب أيضا أن تمتد صلاحية المعايير لتضمن بعض العوامل الهامة الواجب مراعاتها في العينة مثل التوزيع الجغرافي كالريف والحضر والمستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي والصحي.

4.2.12. أن تكون الشروط الخاصة بتغيير الاختبار واضحة:

ان الدرجة الخام التي يسجلها الفرد في أي اختبار لا يكون لها أي دلالة في حد ذاتها، ولكي تكتسب هذه الدرجة معنى أو مفهوما يجب أن تحول الى معيار وهناك بعض الشروط التي تميز هذه الوحدات او المعايير وهي:

✓ أن يكون للدرجة الواحدة من اختبار لآخر معنى موحدا حتى توفر أساسا يمكن به ان نقارن بين الدرجات التي يحصل عليها الافراد في الاختبارات المختلفة.

✓ أن تكون هذه الوحدات او المعايير متساوية، بحيث أن العدد المعين من الوحدات وليكن (5) درجات على جزء من الاختبار يدل على نفس الشيء الذي تعنيه (5) درجات على جزء آخر من نفس الاختبار.

✓ وجود نقطة صفر حقيقة، صفر مطلق، تعبر عن إنعدام الصفة التي نقيسها، بحيث نستطيع ان نقول بأنها درجة ضعف درجة اخرى.

وتوجد بعض الأنماط الأساسية لتفسير درجة الفرد وهي:

- أ- **معايير العمر:** وتفيد في تفسير الدرجة التي يحصل عليها طفل معين في اختبار للمفردات
 - ب- **المعايير المئينية:** تفيد في تفسير درجة الفرد على أساس وضعه في جماعة معينة ولكي تكون الرتبة المئينية ذات معنى يجب ان تكون الجماعة التي يقارن على أساسها صالحة لتحقيق ذلك وتحتاج في العادة الى جداول خاصة بالمعايير المئينية الخاصة بفئات مختلفة، اذا كان علينا أن نستخدم الاختبار مع أعمار أو مستويات تعليمية أو مهن مختلفة.
- (حسام الدين غيلان سيف عون، 2017، 30-31)

3.12. متطلبات إعداد المعايير:

1. تحديد الاختبارات المطلوبة وشروط تطبيقها وتعليمات الاجراء واحتساب الدرجة وغيرها.
 2. اختيار عينة تدعي عينة التقنين ويشترط فيها اعتدالية التوزيع والاختيار بالطريقة العشوائية، كبر حجمها تمثيلها للمجتمع.
 3. تطبيق الاختبارات واستخراج الدرجات المعيارية.
 4. مراعاة التوقيت الزمني في فالمعايير دائما مؤقتة لكونها قابلة للتغيير مع مرور الوقت.
 5. مراعاة طريقة العرض اذ يجب أن يتم بجداول واضحة يمكن التعامل معها بسهولة لأغراض.
- التشخيص او المقارنة. (يوسف كماش ، رائد مشنت، 2013، 213)

4.12. أنواع المعايير:

يذكر محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين أنه يمكن تحديد أربعة أنواع رئيسية من المعايير.

1.4.12. المعايير القومية:

ويعتبر هذا النوع من المعايير الأكثر إنتشارا في المجال التربوي ويتم نشر هذه المعايير في المراجع العلمية المتخصصة في المجال التربوي وغالبا ما يتم نشرها على أساس السن والجنس والصنف الدراسي ويختص هذا النوع من المعايير بكل أنواع الاختبارات التربوية وبشكل خاص الاختبارات المدرسية العامة المتعلقة بقياس التحصيل والاستعداد.

2.4.12. المعايير الخاصة بمجموعة خاصة:

وهي معايير تكون خاصة بصنف دراسي معين او بلعبة معينة وعادة ما تكون هذه المعايير خاصة باختبار القدرات والاستعدادات الخاصة مثل اختبارات القدرة الحركية و الرياضية، والقدرة الميكانيكية "Mechanical" أو القدرة الكتابية "Clerical" أو الموسيقى "Musical" وهذا النوع من المعايير يكون خاصا بنوعيات خاصة من الأفراد مثل الرياضيين، المهندسين، الكتبة، الموسيقى... إلخ.

3.4.12. المعايير المحلية:

ويقصد بها المعايير الخاصة بمدينة او منطقة معينة او جماعة أو مدرسة أو نادي او شركة معينة وتستخدم لمقارنة مستويات الأفراد داخل هذه المؤسسات.

4.4.12. المعايير المدرسية معايير الصفوف:

وتستخدم هذه المعايير عند مقارنة متوسط أداء فصل دراسي معين على اختبار معين بالنسبة للأداء الكلي للمدرسة على نفس الاختبار. (محمد حسن علاوي، رضوان، 2000، 302-303)

5.12. أنواع معايير المقارنة:

1.5.12. التوزيع الاعتدالي:

يستخدم التوزيع الاعتدالي للوصف والمقارنة لكثير من السمات الفردية (الطول، الوزن، الذكاء، الدرجات) لدى مجموعة كبيرة من الطلاب تتوزع درجاتهم بتكرارات متطرفة عالية او متدنية ، وعند رسم تلك القيم بيانيا ،فان الرسم يأتي بشكل منحنى جرسى متماثل الجهتين ويمكن الاستفادة كثيرا من خصائصه الاحصائية كمعيار لدراسة العديد من المفاهيم والنماذج الرياضية ومن أبرزها:

1. أن المتوسط والوسيط والمنوال تقع في مركز التوزيع.
2. يمتد التوزيع من الطرفين الى ما لا نهاية ولكن يؤخذ بين $(-3, +3)$ فوق وتحت المتوسط $(X \pm 3)$ يمثل ارتفاع المنحنى عند اي نقطة تكرار الدرجات.
3. عند إدراج المحور السيني بوحدات متساوية التوزيع أن 68.26% من المساحة تحت المنحنى تقع بين $(-1, +1)$ انحراف معياري تحت وفوق المتوسط.
4. قد يؤخذ المنحنى شكلا ملتويا من الجهة اليمنى أو اليسرى عند تطبيقه على مجموعة صغيرة من الطلاب تبعا لصعوبة أو سهولة أسئلة الاختبار أو وجود قيم متطرفة في توزيع الدرجات.

5. ليس من المفترض في مجال الاختبارات التحصيلية أن يأخذ المنحنى شكلا اعتداليا بسبب الاختلاف في أغراض الاختبار من جهة وصغر عدد الطلاب من جهة أخرى ، وعلى الرغم من ذلك يظل الاعتدال مفيدا عند محاولة تفسير الدرجات أو مقارنتها.

2.5.12. معايير الدرجات الخام أو المحولة:

لتوفير معلومات تزيد في توضيح معنى الدرجات الخام يمكن إجراء بعض التحويلات الإحصائية عليها لزيادة قوتها التفسيرية، فيمكن ربط الدرجة الخام بأداء المجموعة التي أخذت الاختبار ومعرفة موقع الدرجة من التوزيع العام أي معرفة قرب الدرجة أو بعدها عن المتوسط باستخدام إحدى الطرق الآتية:

3.5.12. المئينيات والرتب المئينية:

يعرف المئيني على أنه نقطة توزيع الدرجات المعيارية تساويها أو تحتها تقع نسب مئوية من الدرجات فمثلا الدرجة (6) على اختبار ما، له المئيني رقم (7) يعني أن من الطلاب أخذوا درجات أقل من درجة (6)، ويجب أن نلاحظ أن القياس هنا من النوع ترتيبي لأن الفروق بين المئينيات المتساوية غير متساوي.

4.5.12. معايير الدرجات الخطية:

يمكن تحاشي مشكلة عدم تساوي الفروق بين المئينيات بتحويل الدرجة الخام خطيا الى درجة معيارية يستفاد من هذه الخطوة إعطاء الدرجات الخام وضوحا أكثر أننا سوف نحصل على توزيع تكون قيمة الانحراف فيه واحد والمتوسط صفر.

5.5.12. الدرجة المعيارية:

تشير ليلي السيد فرحات الى أن " الدرجة المعيارية هي الوسيلة اللتي توضح العلاقة بين درجة إنحراف الفرد عن الوسط الحسابي للمجموعة وبين الانحراف المعياري لتوزيع درجات المجموعة لذلك من الضروري استخدام الدرجة المعيارية لأن الدرب والمعلم يحتاجها من أجل التعرف على مستوى تلاميذه أو لاعبيه أو مقارنة تحصيل تلميذ أو لاعب بأخر، أو أدائه على اختبار بأدائه على اختبار آخر وتفسير النسبة". (ليلي السيد فرحات، 2003، 176).

خلاصة:

تعد الاختبارات البدنية والمهارية الوسيلة الوحيدة للحصول على نتائج رقمية تبين مستوى اللاعبين إلا أننا لا نستطيع الحكم على نتائجها إلا إذا قارناها بنتائج اللاعبين الآخرين من نفس الفريق ،و بمقارنتها أيضا بنتائج أقرانهم من الفرق الأخرى وهذا لا يأتي إلا من خلال الاستعانة بالمستويات المعيارية وفق طرق إحصائية ممنهجة وقوانين علمية وضعها الإحصائيون في مجال الإحصاء الرياضي، لتصنيف ومعرفة الفروق وتقويم القدرات البدنية والمهارية في جميع النشاطات الرياضية والألعاب الجماعية وخاصة لعبة كرة القدم لما لها من أهمية كبيرة في الأوساط الشعبية .

الفصل الثاني

القدرات البدنية والمهارية والمرحلة العمرية

أقل من 17 سنة

تمهيد:

إن النهوض بمستوى القدرات البدنية والمهارية يفرض على المدرب تنمية جميع عناصرها بشكل متزن ومناسب للفئات العمرية المختلفة وفئة أقل من 17 سنة خاصة ومراعاة الوقت الذي تنمى فيه كل صفة بدنية على حدى وكذلك احترام مبدأ الفروق الفردية بين اللاعبين ومبادئ التدريب من حيث الاستمرارية وإتباع الطرق العلمية في إكساب تلك المهارات للاعبين بطريقة صحيحة تمكنهم ومن الاستفادة من برامج التدريب الموضوعة حتى يتمكن اللاعب من أداء واجباته البدنية والمهارية والخطية طيلة فترة المباراة.

1. الإعداد البدني:

يرى حسن كاظم نقلا عن (أبو عبدة، 2015) أن الإعداد البدني من الواجبات الأساسية للتدريب في كرة القدم أن اللاعب بدون إكتسابه للإعداد البدني العام والخاص لا يستطيع أن يؤدي واجباته في المباراة بإتقان حيث يعمل الإعداد البدني على تحسين حالة اللاعب البدنية والحركية لمجابهة أعباء ومتطلبات عملية التدريب والمنافسة أثناء المباريات بأقل جهد مع القدرة على إستعادة الشفاء.

1.1. الاعداد البدني العام:

الاعداد البدني العام ويعني إكساب اللاعب القدرات البدنية بصورة عامة وشاملة وهو القاعدة الأساسية التي يبنى عليها ، ويمثل التطور الشامل للقدرات البدنية الأساسية والقدرات الحركية والإمكانات الوظيفية والهدف الأساس هو الوصول إلى مرحلة التكيف على حمل التدريب.

(حسن كاظم هادي، 2020، 24)

1.2. الاعداد البدني الخاص:

هو إكساب اللاعب القدرات البدنية الأساسية والضرورية للعبة كرة القدم وهو مكمل للإعداد العام ويهدف إلى تطوير العناصر البدنية الضرورية للنشاط التخصصي ويكون التدريب موجها نحو تقوية أنظمة الجسم وأجهزته وزيادة إمكانياته البدنية والوظيفية وفقا لمتطلبات النشاط الممارس (فاضل منصور المياحي، 2018، 30).

2. المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم:

تتطلب كرة القدم الحديثة تطوير الصفات البدنية، ولما كانت هذه الصفات مرتبطة بعضها البعض تطلب تطويرها معا أسرع وأقوى من محاولة تنمية صفة واحدة كل مرة على حدا، إن توافر الحد الأدنى من الصفات البدنية كمتطلبات أساسية للأداء المهاري يعتبر الهدف الأساسي للتخطيط لأي برنامج تدريبي، إن الصفات البدنية لها مفهوم شاسع وواسع الاستعمال في مجال البحوث الرياضية، وقد أعطيت عدة تعاريف لها (القدرة البدنية – اللياقة البدنية – الكفاءة البدنية)، وقد عرف مجيد المولى اللياقة البدنية الخاصة بكرة القدم بأنها "مدى توفر العناصر البدنية الأساسية التي تدفع من قابلية اللاعب لأداء واجباته الحركية على مستوى عال من الكفاءة". (موفق مجيد المولى، 2000، 244).

فكرة القدم من الرياضات ذات الجهد البدني العالي ، حيث يقطع اللاعبون حديثا أكثر من 10 كيلومترات جريا خلال المباراة الواحدة تتخللها صراعات بدنية والتحامات قوية زيادة على تركيز عال طول فترة المباراة والتزامات خطية... الخ، وهذا ما يجعل الحاجة الماسة الى درجة عالية من الاعداد البدني الذي يتمثل في التنمية المستمرة للصفات البدنية الأساسية وهي القوة، السرعة، المرونة، التحمل، الرشاقة وتحليل مباراة كرة القدم يعطينا الفكرة عن طبيعة المجهود والمسافة المقطوعة.

الجدول رقم 01 يبين العلاقة بين نوعية المجهود وخطوط اللعب:

نقلا عن (Lambartin,2000)

(بن نعمة بن عودة، 2018، 35)

خطوط اللعب	المهاجمون	قلب الدفاع	الظهريين	وسط الميدان
نوع المجهود				
جري سريع	%12	%6	%10	%11
جري معتدل	%29	%36	%29	%31
جري خفيف	%23	%17	%20	%20
مشي	%35	%41	%41	%38

3. مفهوم القدرات البدنية:

وقد أخذ مفهوم ومعنى القدرات البدنية في مجال التدريب الرياضي عدة مسميات وذلك في المدارس الاجنبية المختلفة كالمدرسة الألمانية والأمريكية والروسية، ومن هذه المسميات القدرات الحركية، والقدرات الفسيولوجية، والصفات البدنية، والصفات الحركية، والصفات الفسيولوجية، والعناصر البدنية والعناصر الحركية، والعناصر الفسيولوجية وفيما يلي ذكر بعض آراء المختصين حول القدرات البدنية حيث يعرفها مفتي ابراهيم حماد بأنها "عبارة عن مكونات ترتبط الى حد بعيد بكفاءة الأداء الحركي وتؤثر بصورة مباشرة في الأداء المهاري في الرياضة التخصصية". (مفتي ابراهيم، 1996، 144)

4. مكونات القدرات البدنية

1.4 التحمل:

ويعرفه يوسف لازم كماش على أنه "مقدرة اللاعب على أداء المباراة بجميع متطلباتها مستخدماً القدرات البدنية والمهارية والخططية بفعالية دون هبوط في مستوى الأداء".
(يوسف لازم كماش، 2002، 18)

ويعرف التحمل كذلك على أنه القدرة على أداء الاعمال الآلية دون إنخفاض في مستوى الأداء لفترة زمنية طويلة وهو مقدرة الرياضي على الإستمرار في الأداء بفعالية دون هبوط كفاءته، أو مقدرة الرياضي على مقاومة التعب ويعرف التحمل في كرة القدم بقدرة اللاعب على الإستمرار والمحافظة على مستوى الأداء البدني والوظيفي لأطول فترة ممكنة من خلال تأخير ظهور التعب الناتج أثناء أداء اللاعب خلال المباراة". (أمر الله البساطي، 2001، 59)

1.1.4 أنواع التحمل:

إن التحمل ينقسم الى عدة أنواع وذلك حسب وجهات النظر، حيث يقول (Weineck) يمكن تقسيم التحمل الى التحمل العام والتحمل الخاص وحسب المدة كما يلي:

أ- تحمل قصير المدى (45ثا-2د)

ب-تحمل متوسط المدى (2د-8د)

ت-تحمل طويل المدى (أكثر من 8د). (راشف عبد المومن، 2016، 80)

1.1.1.4 التحمل العام:

يعرف أبو العلا عبد الفتاح التحمل العام عن **platow** (1997) بأنه المقدرة على الإستمرار بفعالية في أداء بدني غير تخصصي نتيجة لرفع مستوى التكيف لأداء أحمال بدنية وانتقال تأثيرها إلى النشاط الرياضي التخصصي الممارس". (بسطويسي أحمد، 1999، 182)

2.1.1.4 التحمل الخاص:

يعرفه **داكتشوف** "بأنه مقدرة اللاعب على الوقوف ضد التعب الذي ينمو في حدود مزاولته نشاط محدد، وهو أيضا قدرة الفرد على الاحتفاظ بكفاءته البدنية فترة أداء النشاط المعين".
(بن نعمة بن عودة، 2018، 39).

1.2.1.1.4. تحمل القوة:

تعرف على أنها " قدرة الجسم على مقاومة التعب في أثناء المجهود المتواصل الذي يتميز بطول مدده و مرتبط بمستويات عالية من القوة العضلية وتعد حركة مركبة من صفة القوة العضلية مع صفة التحمل". (أحمد عريبي عودة، 2014، 143)

ويرى يوسف لازم كماش على أنها "المقدرة على مقاومة التعب أثناء بذل المجهود المبذول الذي يتميز بارتفاع درجة القوة العضلية في بعض أجزائه ومكوناته". (لازم كماش وآخرون، 2017، 101)

ويرى إبراهيم شحاتة أنه " المقدرة على الاستمرار في اخراج القوة امام مقاومات لفترة طويلة وتعرف بأنها قدرة مقاومة الجسم للتعب العضلي عند إنجاز حركات القوة التي تستمر لفترات طويلة ويقصد به مقدرة العضلة او المجموعات العضلية على الوقوف ضد التعب أثناء الانقباضات العضلية المتكررة أو الوقوف ضد مقاومات خارجية لفترة زمنية طويلة". (إبراهيم شحاتة، 2003، 250)

2.2.1.1.4. تحمل السرعة:

هو صفة بدنية مركبة من صفتي السرعة والتحمل لأن اللاعب يقطع مسافات متنوعة بسرعة عالية بتكرارات كثيرة خلال المباراة وهو يمثل كذلك قدرة اللاعب في الاحتفاظ بمعدل عالي من توقيت الحركة بأقصى سرعة خلال مسافات قصيرة ولفترة طويلة مع فترات راحة بسيطة ما بين 10-30 ثانية ومن أمثلتها التطبيقية في كرة القدم الأداء المهاري والخططي بسرعات مختلفة كالجري بالكرة وبدون كرة ،وأخذ الأماكن المناسبة ،والتغطية للاعب والتوقف المفاجئ لإستلام الكرة، تكرار العدو السريع لمسافات متعاقبة خلال شوطي المباراة .(حسن السيد أبو عبدة ، 2008، 40)

2.1.4. أهمية التحمل:

يلعب التحمل دورا هاما في مختلف الفعاليات الرياضية وهو الاساس في إعداد الرياضي بدنيا وأظهرت البحوث العلمية في هذا المجال أهمية التحمل للاعب كرة القدم فهو:

1. يطور الجهاز التنفسي.
2. يزيد من حجم القلب.
3. ينظم الجهاز الدوري الدموي.
4. يرفع الاستهلاك الاقصى للأكسجين.
5. يرفع من النشاط الانزيمي.

6. يرفع من مصادر الطاقة.

7. يزيد من ميكانيزمات التنظيم والتخلص من المواد الزائدة حمض اللاكتيك بالإضافة الى الفوائد البدنية ،الفسولوجية التي يعمل التحمل علة تطويرها وهناك جانب هام يعمل التحمل على تطويره والرفع منه وهو الجانب النفسي لذا فالتحمل يعمل على تطوير صفة الارادة وقدرة المواصلة وقدرة مواجهة التعب. (موفق مجيد المولى، 1999، 148)

2.4. القوة العضلية:

كما يرى "Lambertin" أن تطور القوة عند اللاعب تمكنه من سرعة تغيير الاتجاه أثناء الدرجة بالكرة أو بدونها وكذلك اثناء المراوغة ،بالإضافة إلى السرعة العالية، وهذه معايير أساسية لصفة الرشاقة وكذلك تمكنه من السيطرة على جسمه ضد قوة عزم القصور الذاتي أثناء قيامه بهذه الحركات أثناء المنافسة والتي تشمل الجسم كله أو جزء منه. (Lambertin,2000,111)

و يعرف محمد توفيق المولى القوة على أنها أعلى قدرة من القوة يبذلها الجهاز العضلي والعصبي على التغلب على مقاومة معينة من خلال استخدام الحمل البدني ويضيف "هوكس" بأن إختلاف درجة القوة يعتمد على سرعة الانقباض حجم العضلة المقاومة واستعدادات العضلة لعملية الميتابولزم أما في مجال كرة القدم فتعرف القوة على أنها مقدرة العضلات في التغلب على المقاومات المختلفة ، ويحتاج لاعبو كرة القدم الى القوة العضلية في غالبية زمن المباراة تقريبا وفيما يلي نذكر بعض المواقف التي تستخدم فيها القوة العضلية خلال المباراة:

1. التصويب الى المرمى.
2. التمرير الطويل والتمرير القصير.
3. مهاجمة الكرة التي في حوزة المنافس.
4. رميات التماس الطويلة والقوية.
5. ضربات الراس سواء بهدف التصويب أو التشيتيت أو التمرير (طلحة حسام وآخرون، 1997، 37)

1.2.4 تصنيف القوة العضلية:

1.1.2.4. القوة العظمى القصوى:

وهي أقصى قوة يستطيع الجهاز العضلي العصبي إنتاجها في حالة أقصى إنقباض إرادي. (محمد حسن علاوي، 1990، 98)

2.1.2.4. القوة المميزة بالسرعة:

يرى بارو وماجي على أنها " قدرة اللاعب على اخراج أقصى انقباض عضلي بمعدل عال من السرعة". (غازي صالح محمود، 2011، 131)

ويعرفها بارو بأنها " قدرة الرياضي على إخراج أقصى قوة في العضلة أو العضلات في أقل زمن ممكن". (حسن السيد أبو عبده، 2001، 77)

ويعرفها عماد الدين أبو زيد على أنها " القدرة على التغلب المتكرر على مقاومة باستخدام السرعة الحركية المرتفعة وهناك يكون مقدار القوة أقل من القصوى وأيضا مقدار السرعة أقل من السرعة القصوى ولو أنه مرتفع جدا حيث ان القوة المميزة بالسرعة تتمثل في التكرار دون وجود برهة انتظار لتجمع القوة ومن أمثلتها الجري السريع". (عماد الدين عباس أبو زيد، 2005، 270)

1.2.1.2.4. كيفية تنمية القوة المميزة بالسرعة:

يمكن التدريب من تنمية القوة المميزة بالسرعة عن طريق أداء العمل المطلوب نفسه تقريبا مع حمل ثقل أو جر ثقل غير كبير و تكرار أداء الحركات بسرعة.(عماد الدين أبو زيد، 2005 ، 02)

3.1.2.4. القوة الانفجارية:

ويطلق عليها البعض القوة القصوى أو القوة العظمى وتعرف بأعلى قوة ديناميكية يمكن للعضلة أو مجموعة عضلية أو تنتجها لمرة واحدة وتعرف أيضا أنها أعلى قوة ينتجها الجهاز العصبي أثناء الانقباض الارادي.(كنتشوك سيدي محمد، 2011، 80)

4.1.2.4. تحمل القوة:

يرى يحيى السيد الحاوي أن تحمل القوة هو "القدرة على في التغلب على التعب العضلي أثناء بذل المجهود في وجود مقاومات بدرجة عالية مع الاستمرار في الأداء بفعالية لفترة زمنية طويلة". (يحيى السيد الحاوي 2002، 143)

2.2.4. الفرق بين القوة المميزة بالسرعة والقوة الانفجارية:

إن القوة المميزة بالسرعة لا تعني الأداء اللحظي ولمرة واحدة ، وإنما الأداء خلال زمن معين ولأكبر عدد من التكرارات أي السرعة بالأداء في حين أن القوة الانفجارية هي وكما ذكرنا القوة اللحظية وبطبيعة إنفجارية ولمرة واحدة أما عدد التكرارات القوة المميزة بالسرعة فهو ينحصر بزمن معين وهذا الزمن بين (10-15) ثانية، وذلك لأنه خلال هذا الزمن يكون ناتج العمل العضلي نتيجة لنظام الطاقة

الفوسفاتي (ATP - CP) في حين أن زمن القوة الانفجارية يجب ان لا يزيد عن (2-3) ثانية لكي يكون العمل ضمن نظام الطاقة اللاهوائي من تحلل ATP فقط دون إستعمال فوسفات الكرياتين وعليه فان اختبارات القوة المميزة بالسرعة يجب ان تنحصر بين (10-15) ثانية واختبارات القوة الانفجارية بين (2-3) ثانية أو أقل. (بسلطان بلحاج، 2018، 62)

3.2.4.. أهمية القوة العضلية:

تلعب القوة دورا بالغ الأهمية في إنجاز أداء لاعب كرة القدم من خلال المباراة ، ويتضح إحتياج اللاعب لها في كثير من مواقف اللعب وخاصة عند الوثب لضرب الكرة بالرأس أو التصويب على المرمى أو التمريرات الطويلة بأنواعها المختلفة وعند أداء مختلف المهارات بالقوة والسرعة المناسبة ، ويحتاج اللاعب إليها أيضا فيما تتطلبه المباراة من الكفاح والاحتكاك المستمر مع الخصم للإستحواذ على الكرة ، أو الرقابة المحكمة مع التغلب على وزن الجسم أثناء الأداء طوال زمن المباراة. (أمر الله البساطي، 89، 2001)

3.4. السرعة:

يرى حنفي محمود مختار السرعة على أنها "قدرة اللاعب على أداء حركات معينة في أقصر زمن ممكن". (حنفي محمود مختار، 1997، 75)

و يعرفها "تشارلز بوتشر" في حالة الحركات المتكررة المتشابهة بأنها "قدرة الفرد على أداء حركات متتالية في أقصر فترة زمنية ممكنة وهي عدد الحركات في وحدة زمنية ويعرفها (هارا) في حالة الاستجابة العضلية بأنها أقصى سرعة لتبادل الاستجابة العضلية ما بين الانقباض والانبساط". (عصام عبد الخالق، 2005، 161)

1.3.4. أقسام السرعة:

1.1.3.4. السرعة الانتقالية:

يعرفها أحمد نصر الدين سيد على أنها "سرعة تحرك وانتقال الجسم من نقطة الى نقطة أخرى في أقل زمن ممكن". (أحمد نصر الدين سيد، 2003، 62)

ويذكر أبو العلا ،أحمد عبد الفتاح نقلا عن محمد حسن علاوي أنها القدرة على التحرك أو التحرك من مكان لآخر بأقصى سرعة ممكنة. (أبو العلا أحمد عبد الفتاح، 1997، 187)

2.1.3.4. سرعة الحركة (الأداء):

ويعرفها عادل عبد البصير على أنها "قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في أقصر مدة ممكنة". (عادل عبد البصير، 1999، 187)

3.1.3.4. سرعة الاستجابة (سرعة رد الفعل):

ويقصد بها سرعة التحرك لأداء حركة نتيجة ظهور موقف أو مثير معين مثل سرعة بدء الحركة لملاقاة الكرة بعد تمرير الزميل، أو سرعة تغيير الاتجاه نتيجة لتغير موقف مفاجئ أثناء المباراة، وفي مجال اللعبة فإنها تتمثل في قدرة اللاعب على سرعة الاستجابة لأي مثير خارجي كالكرة أو منافس، ومقدرة اللاعب على سرعة التصرف نتيجة لتحركهم، وتتوقف هذه الصفة لدى اللاعب على سرعة التصرف بسلامة حواسه، ومقدرته على صدق التوقع وسرعة التفكير وسرعة الأداء الحركي.

(عمرو أبو المجد ، جمال إسماعيل النمكي، 1997، 11)

2.3.4. أهمية السرعة:

وتظهر أهمية السرعة في كرة القدم في قدرة اللاعب على أداء المهارات الأساسية والحركية بسرعة كبيرة حسب ظروف المباراة ومدى قدرته على سرعة العدو لمسافات بعيدة سواء كانت بالكرة أو بدونها وسرعة الوثب لأعلى لضرب الكرة بالرأس سواء بالتمرير أو إصابة الهدف أو حماية المرمى من إحراز هدف للفريق الخصم ، كذلك سرعة تغيير اتجاه اللاعب وسرعة الاستجابة لمواقف اللعب المختلفة. (حسن السيد أبو عبدة، 2008، 111)

4.4. الرشاقة:

ويرى مفتي إبراهيم حماد، بأنها "المقدرة على تغيير أوضاع الجسم أو سرعته أو اتجاهاته على الأرض أو في الهواء بدقة وانسيابية وتوقيت صحيح". (مفتي إبراهيم حماد، 2010، 203).

كما يشير الوقاد إلى أن الرشاقة تتصل اتصالاً مباشراً بالجهاز العصبي لذلك فهي تعرف على أنها قدرة الجهاز العصبي على التحكم لتسهيل أداء الحركات المختلفة في سرعة مناسبة ومواجهة الحركات المفاجئة واختيار الطريقة المناسبة لأدائها (محمد رضا الوقاد، 2003، 124)

1.4.4. أقسام الرشاقة:

1.1.4.4. الرشاقة العامة:

وهي المقدرة على أداء واجب حركي يتسم بالتنوع والإختلاف والتعدد بدقة وانسيابية وتوقيت سليم.

2.1.4.4. الرشاقة الخاصة:

وتشير إلى "مقدرة على أداء واجب حركي متطابق مع الخصائص والتركيب والتكوين الحركي لواجبات المنافسة في الرياضة التخصصية" (مفتي إبراهيم حماد، 2001، 200)

2.4.4. أهمية الرشاقة:

يحتاج لاعب كرة القدم إلى الرشاقة كمهارة لها تأثير على المواقف المتغيرة في المباراة ، كما في سرعة التغيير من أداء إلى أداء آخر أو ربط أو دمج المهارات مع بعضها البعض، وكذا تغيير اللاعب لسرعته واتجاهاته ،التوقف فجأة أو التصويب بعد المراوغة و الجري ،أو الجري للهروب من الخصم لإستلام الكرة من الخصم والحصول عليها بإنسيابية في أقل وقت وجهد فالرشاقة تتطلبها جميع الأداءات الحركية. (أمر الله البساطي، 2001، 157)

5.4. المرونة:

وهي قدرة اللاعب على الأداء الحركي بمدى واسع وسهولة ويسر نتيجة إطالة العضلات والأربطة العاملة على تلك المفاصل لتحقيق المدى اللازم للأداء في كرة القدم. ويعرف "Haree" و "Frey" المرونة بأنها "قدرة الرياضي على أداء حركات بأكثر حرية في المفاصل بإرادته أوتحت تأثير قوة خارجية مثل مساعدة زميل. وتعرف المرونة كذلك بأنها قدرة الفرد على أداء الحركات بمدى حركي كبير وتبعاً لذلك فإن الحد الأعلى لمدى السعة أو القدرة على الحركات هو مقياس المرونة، وتقاس المرونة بالدرجات أو السنتيمترات في مجال النشاط". (موفق مجيد المولى، 2000، 263)

ويعرفها "زاتسيورسكي" (Zatciorsky) بأنها "القدرة على أداء الحركات لمدى واسع، ويضيف البعض أن مرونة المفاصل تتغير من وقت إلى آخر".

ويعرفها "بارو" بأنها "مدى وسهولة الحركة في مفاصل الجسم المختلفة ،ويتوقف ذلك على الاحماء ودرجة الحرارة وشدة الهدوء والاسترخاء ،والقدرة على الاحتمال ،والمرونة الحركية هي القدرة على تحريك الجسم او اجزائه خلال أوسع مدى ممكن للحركة دون ان يحدث نتيجة لذلك تمزق للعضلات او للأربطة ،ويرى العديد من الباحثين أن 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". (موفق أسعد محمود، 2009، 242).

1.5.4. اقسام المرونة:

1.1.5.4. المرونة العامة:

هي المدى الذي تصل اليه مفاصل الجسم جميعا في الحركة.

2.1.5.4. المرونة الخاصة:

هي المدى الذي تصل اليه المفاصل المشتركة في الحركة.

3.1.5.4. المرونة الايجابية:

المدى الذي يصل إليه المفصل في الحركة على أن تكون العضلات العاملة عليه هي المسببة للحركة.

4.1.5.4. المرونة السلبية:

هي المدى الذي يصل اليه المفصل في الحركة على أن تكون هذه الحركة ناتجة عن تأثير قوة خارجية

5.1.5.4. المرونة الثابتة (الاستاتيكية) والمرونة المتحركة (الديناميكية):

1.5.1.5.4. المرونة الثابتة:

المدى الذي يصل اليه المفصل في الحركة ثم الثبات فيه.

2.5.1.5.4. المرونة المتحركة:

المدى الذي يصل اليه المفصل أثناء أداء حركة تتسم بالسرعة القصوى.

(مفتي ابراهيم حماد، 2001، 195)

2.5.4. أهمية المرونة:

1. تعتبر المرونة أساس لإتقان الأداء الفني هذا بالإضافة إلى أنها عامل الأمان لوقاية العضلات

والأربطة من التمزق. (عماد الدين أبو زيد، 2005، 257)

2. ترتبط تمارين المرونة ببعض المكونات البدنية الأخرى كالقوة والسرعة.

3. ترتبط المرونة بكفاءة الأداء الحركي بما توفره من سعة وسهولة في الحركة.

4. تساعد المرونة على إزالة التعب (طويل المدى) الذي تسببه بعض التمارين العضلية اللامركزية

والذي يظهر عادة بعد 24 ساعة من التدريب ويستمر الشعور به لفترة امتد إلى عدة أيام.

5. تؤدي المرونة إلى الإقتصاد في الجهد والطاقة المبذولة. (عبد الفتاح ونصر الدين، 2003، 53)

5. علاقة الصفات البدنية بالمهارة الأساسية في كرة القدم:

لم يعد هناك مجال للاعب كرة القدم الذي يتمتع بمستوى عالي من المهارات الأساسية بدون أن يكون على مستوى مماثل من الناحية البدنية كما أن الناحية البدنية وحدها لا يمكن أن تؤدي إلى نتائج حسنة في اللعبة دون مستوى مماثل من الناحية الفنية وهكذا أصبحت اللياقة البدنية والمهارة لا يمكن فصلها في أي مرحلة من مراحل الإعداد. حسب (ماتيف، نوفيكون، شبلن، داتشكوف، زيمكين، دسكوى، بيجنكل) فإن تدريبات اللياقة البدنية العالية تؤدي إلى زيادة المقدرة الفنية و القدرة الحركية لدى اللاعبين (حسن السيد ابو عبدة، 2001، 133)

6. الإعداد المهاري في كرة القدم:

يشير حسن هادي كاظم نقلا عن (فتحي يوسف، 2013م) أن الاعداد المهاري يعتبر أحد الجوانب الأساسية لعملية التدريب في جميع الأنشطة الرياضية ،كما يمثل مستوى إتقان الأداء المهاري أحد مؤشرات القدرة المهارية العامة للرياضي والتعلم الحركي ما هو إلا مجموعة من عمليات تحدث من خلال تمرينات أو خبرات تؤدي إلى تغيير ثابت في قدرات الأداء ،وتعتبر المهارات الرياضية هي عصب الأداء الرياضي، وإنجازها يعتمد على الاعداد البدني، ويبنى عليها باقي جوانب الإعداد الأخرى. (حسن هادي كاظم، 2020، 54)

7. المتطلبات المهارية:

المهارة هي كل الحركات الأرضية الهادفة التي تستخدم في اللعبة في إطار قانون كرة القدم تتوقف نتائج المباريات على إجابة اللاعبين للمهارات الأساسية المختلفة وقدرتهم على توظيفها لصالح الأداء الجماعي للفريق، إجابة المهارات تحدد إمكانية تنفيذ خطط اللعب، واللاعب المتميز في أداء المهارات لاعب ذو قيمة ويكتسب أهمية خاصة في الفريق ،والمهارات المتعددة في كرة القدم يكمل كل واحد منهم الآخر.

❖ مهارات متنوعة ومتعددة.

❖ تكمل مهارات كرة القدم بعضها بعضا فاللاعب لكي يجري بالكرة أو بصوبها أن يكون قد سيطر

عليها وكذلك إذا راوغ لابد أن يكون متحكما تماما فيها وكذلك غالبا لابد أن ترتبط المراوغة

بالتصويب أو التمرير سواء كان قصيرا أو طويلا. (لباد معمر ، 2015 ، 40).

8. مفهوم المهارة في كرة القدم:

يعرف مفتي إبراهيم حماد المهارات الأساسية في كرة القدم بأنها تعني " كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدون كرة". (مفتي إبراهيم حماد، 1997، 175)

9. مفهوم المهارة الأساسية:

تعرف على أنها المهارات الحركية التي تعتبر ضرورية وجوهرية لإجادة وإتقان أي نشاط مثل الجري ن الوثب والرمي... الخ، وهي بمفهوم آخر مزيج متوافق من الحركات الأساسية. (كمال إسماعيل ، محمد صبحي حسانين، 2002، 21)

10. خصائص المهارات في كرة القدم:

للمهارات عدد من الخصائص يمكن تلخيصها فيما يلي:

أ- التعدد:

إن أهم خاصية في مهارات كرة القدم هي تعددها، فبالإضافة لعددها الكبير نجد أن كل واحدة منها لها فروع.

ب- التنوع:

كرة القدم تؤدي مهاراتها بكافة أجزاء الجسم باستثناء الذراعين، إذ يستخدم في ذلك القدمين والراس والركبة والفخذ والصدر، وقطعا تختلف طبيعة استخدام كل جزء من أجزاء الجسم السابقة في شكل الأداء وقوة التعامل مع الكرة وغيرها. (راشف عبد المومن، 2016، 96)

11. المهارات الأساسية في كرة القدم

1.11. المهارات الأساسية بدون كرة:

تلعب المهارات الأساسية بدون استخدام الكرة دورا بارزا في الإعداد المهاري للاعب وإعداداته لمواجهة المواقف التي تستدعي منه التحرك بدون كرة لفتح ثغرة في الفريق المنافس أو بغرض تكتيكي بهدف سحب الخصم بعيدا عن مجال سير الكرة أو للوثب عاليا في محاولة لشغل الخصم ومنعه من الحصول على الكرات العرضية أو الكرات الآتية من الركلات الركنية الجانبية ، أو القيام بأحد حركات الخداع والمناورة بدون كرة في محاولة للتخلص من مراقبة الخصم والهروب منه، وهذه المهارات الأساسية بدون كرة تستدعي تحركات مستمرة من اللاعبين بغرض مساعدة زملائهم في اللعب للقيام

بالدور الدفاعي والهجومى على حد سواء، وعلى الرغم من أن حركات اللاعب بدون كرة قد تختلف من لاعب لآخر إلا أن هناك بعض المهارات التي يجب على المدرب أن يقوم بتدريب لاعبيه عليها وهي كالتالي:

1.1.11. مهارة الجري وتغيير الاتجاه:

يمتاز جري لاعب كرة القدم بخصائص معينة فهو يقوم باستمرار بعمل بدايات كثيرة طوال المنافسة كما أنه يجري أثناء المنافسة بدون كرة وأن مجموع الوقت الذي يلمس فيها اللاعب الكرة أثناء المنافسة لا يزيد عن دقيقتين لإدراكنا أنه يجري بدون الكرة باقي التسعين دقيقة (90 د) ، ويكون من المهم دائما أن اللاعب يجري بأقصى سرعته كثيرا خلال مسافة تتراوح بين 5 إلى 30 متر، ويكون من المهم دائما ان يصل قريبا من أقصى سرعته خلال الأمتار الأولى من عدوه حتى يمكنه من الوصول إلى الكرة قبل خصمه المنافس له محاولة الاستحواذ على الكرة. (حنفي مختار، 1996، 74)

2.1.11. الوثب:

يعد الوثب من النواحي المهمة للاعب كرة القدم نظرا لاستخدامات الوثب في اللعب خاصة في ضرب الكرة بالرأس ولا بد من ارتباط الوثب بالتوقيت الصحيح لضرب الكرة بالرأس أو لقطع الكرة من اللاعب الخصم، إن تأدية الوثب بشكله السليم ووفق خطة اللعب الموضوعة قد يكون سببا في فوز الفريق عن طريق احراز هدف أو في إنقاذ الفريق من خسارة محتملة عن طريق قطع الكرة، كما أن له أهمية بالغة في الوصول للكرة بالوقت المناسب وتنفيذ الهدف المطلوب بما يتطلبه التدريب المستمر على الوثب وتطوير مقدرة اللاعب في الوثب وذلك لأن قوة الوثب عند اللاعب تنمو بشكل بطيء الأمر الذي يدعو إلى التأكيد على تمارين الوثب من الثبات ومن الحركة.

(قاسم لزام صبر وآخرون ، 2005، 99)

3.1.11. الخداع والتمويه بالجسم

الخداع هو ان تجعل كل إستجابات الخصم الحركية خاطئة في التوقع والتنفيذ مع إستغلال الوقت والمساحة المناسبة لخلق الفرص السهلة في التسديد والتمرير... الخ ، والمحاورة من دون خداع هي طريقة أكيدة لخسارة الكرة إلا إذا كنت تتمتع بسرعة هائلة ، ويمكن للخداع أن يتخذ أشكالا عدة مثل القيام بمحاولة تجاوز الخصم من الجهة المعاكسة أو التغيير المفاجئ في السرعة.

(غازي صالح محمود ، 2011، 52)

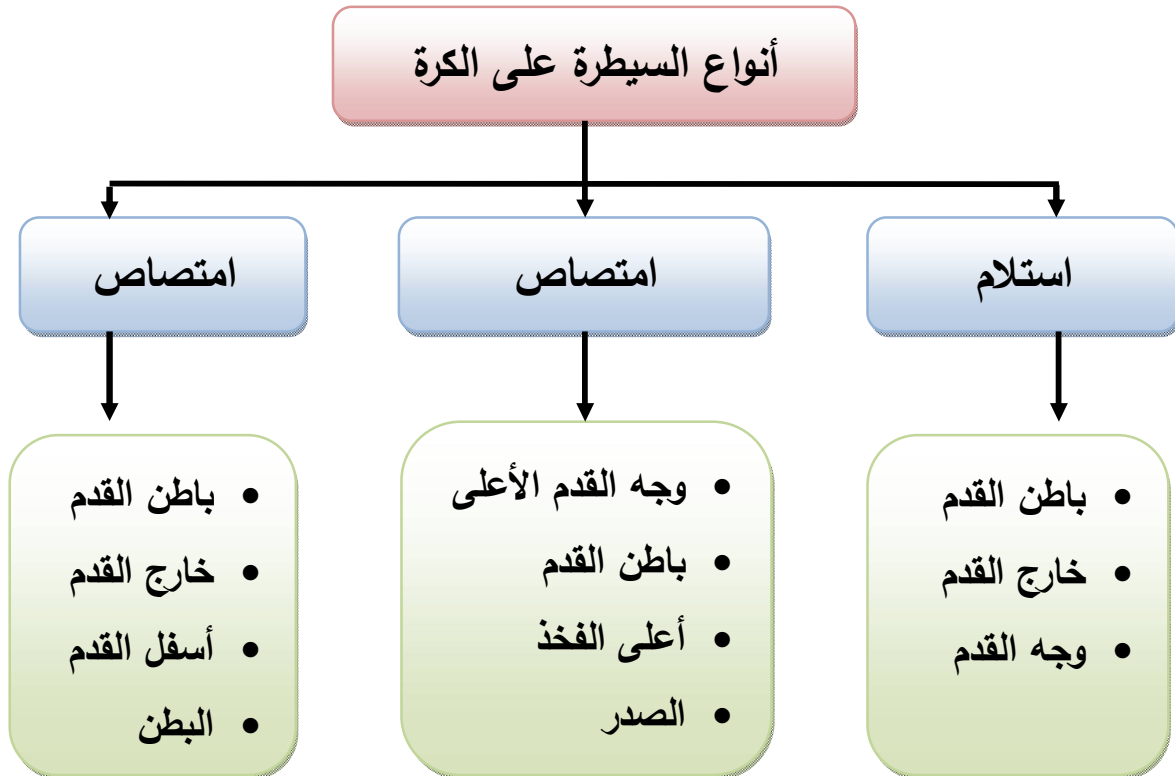
4.1.11. وقفة لاعب الدفاع:

لقد أصبح من الضروري في لعبة كرة القدم أن يأخذ اللاعب الوضعية الجيدة التي تتناسبه وتساعد على أن يحقق المهارات الأساسية للعبة بسرعة وخفة جيدة ومن أجل الحيلولة دون هجوم الفريق الخصم يجد اللاعب نفس مضطرا إلى الوقوف بشكل جيد بحيث يقف لاعب الدفاع بتباعد القدمين والركبتين بحيث يقع مركز ثقل الجسم على مقدمة القدمين، ويثني الجذع قليلا للأمام مع تباعد الذراعين قليلا عن الجسم ويسمح هذا للاعب بسرعة التحرك. (علي بن قوة، 2004، 65)

2.11. المهارات الأساسية بالكرة:

1.2.11. مهارة السيطرة على الكرة

مهارة السيطرة على الكرة تعد السيطرة على الكرة إحدى المهارات الأساسية في كرة القدم حيث أن كل فريق يسعى إلى الاحتفاظ بها لأطول مدة ممكنة مما يسمح له بتنفيذ واجباته الخطئية في المهارة التي تضمن عدم فقدان الكرة وإتقانها (السيطرة) دليل على تحكم اللاعب في الكرة مما يزيد من ثقته في نفسه. (زهران عبد الله، 2008، 20)



الشكل رقم (1) يبين انواع السيطرة على الكرة

2.2.11..مهارة الجري بالكرة:

تعتبر مهارة الجري بالكرة من المهارات الأساسية التي يجب ان يتقنها جميع اللاعبين بلا إستثناء ، سواء المدافعين أو المهاجمين وهي مهارة تتم بعدة طرق مختلفة يختار فيها اللاعب الطريقة المناسبة له والتي تتناسب أيضا مع طبيعة الموقف المهاري والخططي أثناء تأديته للمهارة ، والجري بالكرة يتطلب مهارة فائقة من اللاعب للتحكم في الكرة، والسيطرة عليها أثناء الجري بها مع إحساسة بالمسافة والزمن والمكان الذي يؤدي فيه المهارة وهذا يتطلب قدر كبير من السرعة والقدرة على الإنطلاق مع الإحتفاظ بالكرة بعيدا عن متناول الخصم. (حسن السيد أبو عبدة، 2010، 82)

1.2.2.11. طرق الجري بالكرة:

- أ- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الخارجي.
- ب- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الداخلي.
- ت- الجري بالكرة باستخدام وجه القدم الأمامي. (حسن السيد أبو عبدة، 2010، 84)

3.2.11..مهارة ضرب الكرة:

1.3.2.11. مهارة ضرب الكرة بالرأس:

ضرب الكرة بالرأس من المهارات الأساسية في كرة القدم ، ولا يمكن لأي لاعب مهما اختلف المكان الذي يلعب فيه أو اختلفت طبيعة واجباته أن يتجاهل استخدام رأسه أثناء اللعب ،فهي ضرورة لكل لاعب وخاصة خلال الصراع على الكرة العالية المشتركة مع الخصم ،أو حتى في حالات تشتيت الكرة أمام المرمى ، كما تستخدم بصورة أشمل في التمرير إلى الزميل وكذلك التسديد على المرمى وتسجيل الأهداف.(محمد رضا الوقاد، 2003، 147)

1.1.3.2.11..طرق ضرب الكرة بالرأس:

تعتبر مهارة ضرب الكرة بالرأس من اهم المهارات الأساسية

❖ ضرب الكرة بالرأس واللاعب متصل بالأرض:

- 1.ضرب الكرة بالرأس من الثبات.
- 2.ضرب الكرة بالرأس من الحركة.

❖ ضرب الكرة بالرأس واللاعب في الهواء:

- 1.ضرب الكرة بالرأس مع الوثب عاليا بالإرتقاء الفردي.

2. ضرب الكرة بالرأس مع الوثب عاليا بالإرتقاء الزوجي.

3. ضرب الكرة بالرأس بعد الطيران خلفها. (حسن السيد أبو عبدة، 2010، 137-138)

2.1.3.2.11..مهارة ضرب الكرة بالقدم:

وتنقسم طرق ضرب الكرة بالقدم إلى قسمين

❖ طرق شائعة الاستعمال مالوفة:

- باطن القدم

- وجه القدم الأمامي الداخلي

- وجه القدم الأمامي

- وجه القدم الأمامي الخارجي

❖ طرق غير شائعة الاستعمال غير مالوفة:

- طرق غير شائعة الاستعمال

- سن القدم

- كعب القدم اسفل القدم

- الركبة

4.2.11.التصويب:

هو الوسيلة الفعالة التي يستخدمها المهاجم للتغلب على التكتلات والكثرة العددية للاعبين الفريق المنافس للدفاع داخل منطقة الجزاء وهو السلاح القوي الذي يستخدم لإحراز الأهداف في مرمى الفريق المنافس. (بن نعمة بن عودة، 2018، 70)

5.2.11. مهارة تمرير الكرة:

1.5.2.11. مفهوم مهارة تمرير الكرة:

التمرير المتبادل بين اللاعبين هو الذي يحدد طابع اللعب والتمرير المتبادل هو أكثر العناصر تأثيراً في تقدم الفريق نحو مرمى الخصم واستغلال المساحات الفارغة بين لاعبي الخصم والملعب وإن الكيفية التي يستخدم بها التمرير المتبادل هي التي تحدد طابع المباراة. (غازي محمود، 2011، 47).

1.1.5.2.11. أنواع التمرير:

أ- التمرير الأمامي:

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

ب- التمرير العرضي:

أما إذا لم يكن في إمكان اللاعب تمرير الكرة للأمام فانه يمرر الكرة بالعرض إلى وزميل آخر يستطيع تغيير اتجاه الملعب أو يستطيع التمرير للأمام.

ج- التمرير للخلف:

أما آخر خيار للاعب فهو التمرير للخلف وفيها يمهد للاعبين لتنظيم صفوفهم لبدأ الهجوم أو لتهيئة الكرة للزميل، حيث يلعبها للخلف حتى يستطيع التصويب على مرمى المنافس.

(إبراهيم شعلان، 2001، 57)

6.2.11. المراوغة (المحاورة):

هي فن التخلص من اللاعب المنافس وخداعه وبقاء الكرة تحت سيطرة اللاعب والتحكم فيها في أي جزء من الملعب ونظرا إلا أن أغلب مواقف اللعب في كرة القدم هي الكفاح بين اللاعبين أحدهما مهاجم والآخر مدافع.

إن المراوغة تكتسب أهمية من خلال محاولة اللاعب المهاجم التخلص من المدافع مما يساعد أن يكون لديه الوقت والمساحة في الملعب والتصرف بالطريقة السليمة.

ويتطلب التكتيك الحديث في كرة القدم من اللاعب المقدرة الكاملة على الربط بين المراوغة والخداع والمهارات الحركية الأخرى ، الأمر الذي يستدعي التدريب المستمر لإتقان المراوغة وبكافة أنواعها حتى تصل على مرحلة الكمال والآلية في التنفيذ ليكون لها التأثير المطلوب في المباراة ، وعند تنفيذ المراوغة بالكرة يلجأ اللاعب إلى المراوغة بالكرة بسبب وقوعه تحت ضغط لاعبي الفريق الخصم ، إضافة إلى الملائمة الدقيقة لزملائهم من قبل فريقي المدافع المنافس، وبذلك تكون المراوغة بالكرة ذات فائدة كبيرة في إستغلال حالات ومواقف اللعب المختلفة والتي تعمل على تحقيق الأهداف الرئيسية للمراوغة والتي تتمثل فيمايلي:

أ- التخلص من لاعبي الفريق المنافس.

ب- سحب اللاعبين المدافعين من الفريق الآخر لخلق مساحة شاغرة لاستغلالها من قبل اللاعبين الزملاء.

ت- خلق وضع مناسب للتمرير والتهديف.

ث- سحب المراقبة عن الزميل.

ج- بقاء الكرة تحت سيطرة اللاعب المستحوذ على الكرة. (لزام صبر وآخرون، 2005، 164)

ح- ويشير مصطلح المراوغة إلى تلك الحركات التي يؤديها اللاعب بالكرة والتي تمكنه من تخطي

مدافع منافس يعترض طريقه أو يضغط عليه. (مفتي إبراهيم حماد، 2010، 150)

ويمكن أن نجد المحاورة على ثلاثة أشكال:

✓ المحاورة من الامام.

✓ المحاورة من الجانب.

✓ المحاورة من الخلف. (قاسمي عبد المالك، 2014، 66)

7.2.11. المهاجمة:

هي مهارة دفاعية تستهدف إبعاد الكرة من المنافس أو الاستحواذ عليها، وفي بعض الأحيان تستخدم هذه المهارة في إيجاد الطرق المناسبة في تشتيت الكرة بين أقدام المهاجم المنافس أو قطع الكرة قبل أن تصل للمنافس. (غازي صالح محمود، 2013، 178)

1.7.2.11. أنواع المهاجمة:

أ- المهاجمة بالكتف حسب قواعد القانون المكاتفة

ب- المهاجمة بقطع الكرة من المنافس

ج- المهاجمة بالزحقة من الجانب أو الخلف. (غازي صالح محمود، 2013، 179)

8.2.11. رمية التماس:

هي إحدى الحالات الثابتة التي تشكل خطورة على مرمى الفريق المنافس إذا كان مكان أداؤها قريبا من الثلث الهجومي للفريق خصوصا إذا تم إستغلالها بشكل صحيح ومخطط لها بدقة فإنه ممكن ان يحرز منها هدف ،خصوصا إن قانون كرة القدم لا يطبق قاعدة التسلل أثناء أداء رمية التماس ، ويحدد موقف اللاعبين المدافعين أثناء رمية التماس على كل من:

1. مكان تنفيذ رمية التماس (بعيدة أو قريبة من المرمى).

2. التفوق العددي للمهاجمين.

1- عدم تطبيق قاعدة التسلل أثناء رمية التماس. (حسن السيد أبو عبدة، 2001، 199)

9.2.11. مهارة حارس المرمى:

حارس المرمى يجب أن يتصف بكافة صفات لاعب الكرة وخاصة صفات الشجاعة والجرأة والثقة بالنفس، وسرعة تقدير الموقف بالإضافة إلى الصفة البدنية كالقوة والرشاقة والمرونة...الخ، وكذلك إجادته للمهارات الأساسية التي تتطلبها وظيفة حارس المرمى والتي تتضمن:

1.9.2.11. حركات حارس المرمى بدون كرة:

أ- الأوضاع الأساسية.

ب- إختيار المكان المناسب.

2.9.2.11. حركات حارس المرمى بالكرة:

أ- مسك الكرة.

ب- إبعاد الكرة بالقبضة.

ت- الارتقاء على الكرة.

ث- ركل الكرة.

ج- رمي الكرة باليد. (محمد رضا الوقاد، 2003، 186-187)

12. تعريف المراهقة:

معنى المراهقة في اللغة العربية فتعني الاقتراب من الحلم في حين أن المراهقة من الناحية البيولوجية فتعني تلك الفترة في حياة الفرد التي تبدأ بالبلوغ وتستمر حتى سن النضج ، فهي مرحلة تمتد من نهاية مرحلة الطفولة وتستمر حتى بداية سن الرشد ، وبهذا يكون المراهق ليس طفلاً وليس راشداً ، ولهذا فإن فترة المراهقة في حياة الانسان تبدأ أول إشارات لها وعند غالبية المراهقين فيما بين 11 و 12 سنة وتتسارع حتى تبلغ ذروتها في 15-16 سنة تقريباً ثم تتباطأ بعض الشيء وفي 18 سنة تكون مراحل النمو التي التي تكون المراهقة قد تكاملت إلى حد بعيد أو قريب.

(أحمد الزغبى، 2010، 15-16).

1.12. أقسام المراهقة:

لقد اختلف العلماء في تحديد مراحل النمو بدايتها ونهايتها نظرا لعدم وجود مقياس موضوعي خارجي تخضع له هذه التقسيمات ، وإنما أخضعوها لمجال دراستهم ، ولتسهيلها فهناك من إتخذ أساس النمو الجسمي كمعيار ومن إتخذ النمو العقلي كمعيار آخر، ولكنهم إتفقوا مبدئيا على أن فترة المراهقة هي الفترة الواقعة بين البلوغ الجنسي وإكتمال النمو الجسمي للراشد أي أن حيتها من الثانية عشر وتستمر على غاية الثانية والعشرون حيث يذهب الباحثون الأمريكيون على تقسيم مرحلة المراهقة إلى ثلاثة أقسام تشمل مجال الدراسة والبحث لا غير ولضبط كل المتغيرات النفسية السلوكية التي تحدث في هذه المرحلة وفيما يلي أقسامها:

- 1- المراهقة المبكرة (12-13-14) سنة.
- 2- المراهقة الوسطى (15-16-17) سنة.
- 3- المراهقة المبكرة (18-19-20). (قاسمي عبد المالك، 2014، 127)

2.12. خصائص ومميزات المرحلة العمرية تحت 17 سنة:

1.2.12. الخصائص الجسمية:

يذكر محمد إبراهيم شحاته "أن هذه المرحلة تتميز بنمو جسمي سريع في الطول والوزن واتساع الكتفين وطول الجذع والساقين ومحيط الأرداف كما أن معدل نمو الجسم لدى البنات أسرع من البنين وتظهر مشكلات القوام نتيجة هذا النمو السريع ويسبق نمو العظام نمو العضلات ويبدأ أولا بالطول ثم الوزن ثم محيط الصدر ويميل المراهق إلى الاهتمام بجسمه ويتناسق عضلاته". (محمد إبراهيم شحاته وآخرون، 1998، 21)

2.2.12. الخصائص الذهنية:

تتطور الحياة المعرفية العقلية للمراهق توطئة لإعداد الفرد للتكيف الصحيح لبيئته المتغيرة المعقدة ولهذا تبدو أهمية القدرات العقلية العاطفية في المراهقة وأهمية الذكاء في الطفولة يقول فؤاد السيد في هذا المجال "تختلف سرعة نمو الذكاء وسرعة نمو كل من القدرات العاطفية المختلفة فتهدا في المراهقة ويهدا نموها نوعا ما في أوائل هذه المرحلة ثم تهدأ تماما في منتصفها ثم إستقرار تاما في الرشد تهدأ سرعة نمو الذكاء ويقرب هنا الوصول لإكتمال الفترة (15-17) سنة ".
(السيد عبد المقصود، 1985، 225)

3.2.12. الخصائص الحركية:

1. تطور المرونة يسيير بشكل متناقص لكن يمكن تطويرها بشكل جيد بالتدريب.
2. تتميز بداية المرحلة بقلّة التوجيه الحركي الذي يؤدي حدوث حركات عشوائية بالإضافة إلى الأداء الحركي المتصلب.
3. تصل السرعة ورد الفعل واستجابة العضلة إلى مستوى البالغين في نهاية هذه المرحلة وتبقى في تطور.
4. تتسم قابلية التعلم الحركي في بداية المراهقة بصعوبة تعلم المهارات الحركية الجديدة.
5. زيادة في قيم ركض المسافات القصيرة والقفز العريض والعالي والرمي.
6. تحسين ديناميكية سير الحركات من خلال المرحلة المتوسطة للمراهقة. ودقة التصرفات الحركية.
8. تطور البناء الحركي والزن الحركي والانسيابية والدقة الحركية وثبات الحركة مما يؤدي إلى تحسين قابلية التوجيه الحركي (قاسمي عبد المالك، 2014، 131)

4.2.12. الخصائص الاجتماعية:

تتميز هذه المرحلة السنية المراهقة المتوسطة بإنفراد الأطفال مع بعضهم في جماعات تصبح معاييرها لدى الطفل أهم معايير الأسرة بحيث تظهر لدى الطفل رغبة وميل كبير إلى الانضمام في الجماعة والاشتراك في منافسات لزيادة تشوقه للعمل ،وفي هذا الشأن يؤكد إحصان محمد "أن في هذه المرحلة يزداد الشعور بتقدير الجماعة في صورة الولاء للفرق والرغبة في الكيان الذاتي وشدة ميلهم للعمل المساهمة في المواقف الاجتماعية حيث يبرز ويصبح موضوع التمييز مع زملائه". (بلعروسي سليمان، 2015، 103)

5.2.12. الخصائص النفسية:

1. تتمحور وظيفة المراهقة على التعرف على التوقعات والاحتمالات التي تساعد الفرد على اختيار طريق ومسار الانطلاق في حياة الرشد،
2. وتتميز بنشاط ونمو الغريزة الجنسية، تقرير الاتجاهات المهنية الاجتماعية الرغبة في الحرية والاستقلال وثراء الحياة الانفعالية. (عزمي محمد سعيد، 2006، 38)

6.2.12. الخصائص العاطفية:

1. تظل انفعالات المراهق قوية.

2. تتطور مشاعر الحب و وميلها نحو الجنس لآخر.
3. زيادة الشعور بالذات عند المراهق.
4. زيادة مشاعر الغضب كالتمرد على سلطة الأسرة كالمدرسة والمجتمع.(مبروك مفتاح،2020،141)

خلاصة:

إن تعدد الخصائص البدنية والمهارات الحركية التي تتطلبها لعبة كرة القدم ،وكذا طرق التدريب والإعداد البدني والمهاري جعل منها لعبة ثرية من مختلف فنياتها و جوانبها ، وهذا ما زاد من اهتمام الباحثين والخبراء في مجال البحث العلمي لتطوير مستوى الأداء في كرة القدم، إذ تعتبر فئة أقل من 17 سنة من أهم المراحل العمرية لأنها تتوافق مع مرحلة إكتساب بعض الصفات البدنية و تعلم المهارات الأساسية بالطرق الصحيحة التي تنقلهم إلى المرحلة الألية وصولا باللاعبين إلى أعلى المستويات في الانجاز والتفوق الرياضي.

الفصل الثالث

كرة القدم
ومراكز اللعب

تمهيد:

يشكل فريق كرة القدم وحدة متكاملة من حيث تشكيلات وخطط اللعب المختلفة ، وكذا الأدوار التي يقوم بها اللاعبون في كل خط من خطوط اللعب،حيث أن لكل منهم متطلباته وواجباته الدفاعية والهجومية في مباريات كرة القدم ، فكل لاعب سيمتيز في مركز معين بقدرات ومهارات خاصة، وهذا ما يستدعي من المدرب وضع اللاعب المناسب في المكان المناسب حتى يتسنى للفريق خوض غمار المنافسات الرياضية على أكمل وجه.

1. نشأة وتطور رياضة كرة القدم في العالم:

اختلفت الآراء حول تحديد البداية لكرة القدم فهي لعبة قديمة في التاريخ فبعض المؤرخين يقول أنها ظهرت لعبة تشبه نوعا ما كرة القدم في اليابان عام 1000 سنة قبل الميلاد ، وفي سنة 300 قبل الميلاد في الصين، كما ظهرت في اليونان الاليسيكير "Episcyre" وعند الرومان بإسم هاربارستوما "Harbarstom" وفي ايطاليا عرفت باسم كالسيو "Calcio"، كما يذهب بعض المؤرخين لهذه اللعبة أنها وجدت خلال القرنين 3 و 4 قبل الميلاد وكأسلوب تدريبي عسكري في الصين، وعلى درجة التحديد في الفترة ما بين 206 قبل الميلاد وسنة 25 م، كما ورد في أحد مصادر التاريخ الصيني كانت اللعبة تسمى باسم صيني نسوتشو، الكلمة الأولى تعني الركل والثانية تعني الكرة، وكل ما يعرف عنها من تفاصيل أنها كانت تتألف من قائمتين عموديتين يزيد ارتفاعها عن 30 قدم مكسوة بالحريز وبينها شبكة من الخيوط يتوسطها ثقب مستدير مقداره قدم واحد، ولكن هناك من أسبها إلى الانجليز بحكم أنهم هم الذين طوروها ، وقد ثبت في كل المراجع أنهم تولوها بالتشريع والتهديب.

وفي عام 1845م تم وضع القواعد 13 لكرة القدم ، وهذا بجامعة كامبريدج وهذا في عام 1863م، ولد أول اتحاد وهو الاتحاد الإنجليزي ، ويمولد هذا الأخير بدأت مرحلة جديدة في تاريخ لعبة كرة القدم ألا وهو توحيد قوانينها التي إستندت إلى ثلاث مبادئ هي المساواة، السلام، التسلية. (أسماء بوساق، 2015، 62)

2. أهم المحطات في رياضة كرة القدم في العالم :

على الرغم من ان الخبراء والباحثين في المجال الرياضي اختلفوا في تاريخ كرة القدم وتعدد التسميات لها إلا أنها مرت بتواريخ بارزة أهمها:

1840م: أسس أول نادي لكرة القدم في كامبريدج.

1848م: اجتمع 20 شخص يمثلون مدارس العامة وأسسوا 13 قانون رسمي بكامبريدج.

1862م: أنشأت 10 قوانين تحت عنوان اللعب السهل، وجاء فيه تحريم ضرب الكرة بكعب القدم.

1863م: تأسيس الاتحاد البريطاني لكرة القدم كأول اتحاد. (أسماء بوساق ، 2015، 63)

1872م: تقنين حجم ومواصفات محددة لكرة القدم.

1875م: تعويض الشريط الذي كان يحدد علو المرمى بقضيب عرضي (أو ما يعرف بالعارضة).

- 1878م: حكم بريطاني يستعمل لأول مرة الصافرة في التحكيم.
- 1885م: وضع تشريعات للاحتراف.
- 1891م: ظهور ضربة الجزاء.
- 1900م: أول دروة أولمبية في (باريس).
- 1904م: تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم FIFA.
- 1912م: أصبح بإمكان الحراس استعمال أيديهم داخل المربع.
- 1927م: أصبح الهدف من الزاوية (الركنية) مباشرا جائزا
- 1929م: تقرر تنظيم مباريات كأس العالم كل أربع سنوات مثل الألعاب الأولمبية
- 1930م: تنظيم أول مباريات لكأس العالم في أورغواي. (مشعل عدي النمري، 2013، 35)
- 1934م: أقيمت الدورة الثانية بإيطاليا وفازت بها إيطاليا (بداية النقل الإذاعي للمباريات).
- 1938م: أقيمت الدورة الثالثة وفازت بها إيطاليا للمرة الثانية
- 1950م: أقيمت الدورة الرابعة بالبرازيل وفازت بها الأورغواي. (جاء تنظيم هذه الدورة بعد توقف دام 12 سنة بسبب الحرب العالمية الثانية).
- 1954م: أقيمت الدورة الخامسة بسويسرا وفازت بها ألمانيا الغربية.
- 1958م: أقيمت الدورة السادسة بالسويد وفازت بها البرازيل.
- 1962م: أقيمت بتسيلي الدورة السابعة وفازت بها البرازيل.
- 1982م: أقيمت الدورة الثانية عشرة بإسبانيا وفازت بها إيطاليا.
- 1986م: أقيمت الدورة الثالثة عشرة بالمكسيط وفازت بها الأرجنتين.
- 1990م: أقيمت الدورة الرابعة عشرة بإيطاليا وفازت بها ألمانيا
- 1992م: تنظيم أول مباريات لكأس العالم النسائية في الصين.
- 1994م: أقيمت الدورة الخامسة عشرة بالولايات المتحدة الأمريكية وفازت بها البرازيل
- 1998م: أقيمت الدورة السادسة عشرة بفرنسا وفازت بها فرنسا.
- 2002م: أقيمت الدورة السابعة عشر بكل من اليابان وكوريا الجنوبية وفازت بها البرازيل
- 2006م: أقيمت الدورة السابعة عشر بألمانيا وفازت بها إيطاليا
- 2010م: أقيمت الدورة الثامنة عشر بجنوب إفريقيا وفازت بها إسبانيا.
- (مشعل عدي النمري، 2013، 36-37)

3. تلخيص لبعض الأحداث الهامة في كرة القدم الجزائرية:

- 1917م: فتح قسم خاص بكرة القدم.
- 1921م: ميلاد أول فريق في الجزائر (مولودية الجزائر).
- 1958م: تكوين فريق جبهة التحرير الوطني.
- 1962م: تكوين الفدرالية الجزائرية برئاسة "محمد معوش".
- 1963م: تنظيم أول بطولة وكأس فاز بالبطولة إتحاد العاصمة وبالكأس وفاق سطيف.
- 1965م: أول مشاركة للجزائر في الألعاب الإفريقية ببرازافيل.
- 1967م: أول تأهل للجزائر لكأس إفريقيا للأمم إثيوبيا وألعاب البحر الأبيض المتوسط.
- 1975م: أول ميدالية ذهبية في ألعاب البحر الأبيض المتوسط.
- 1976م: أول كأس للأندية البطة الإفريقية فاز بها فريق مولودية الجزائر.
- 1980م: أول نهائي في كأس إفريقيا للأمم ضد نيجيريا.
- 1980م: أول مشاركة للألعاب الاولمبية في موسكو.
- 1982م: أول تأهل للفريق الوطني لنهائيات كأس العالم بإسبانيا.
- 1990م: فوز للفريق الوطني بكأس إفريقيا للأمم لأول مرة.
- 1997م: أول كأس عربية لفريق مولودية وهران بالإسكندرية.
- 1998م: أول تتويج لفريق وداد تلمسان بالكأس العربية للأندية.
- 2000م: أول تتويج لفريق شبيبة القبائل بكأس الكاف. (مجلة الحوادث، 23 أبريل 2000، ص10)
- 2009م: تأهل المنتخب الوطني لنهائيات كأس العالم 2010. (الياس ف، حكيم، 2009، 14)

4. مميزات كرة القدم الحديثة:

تتميز لعبة كرة القدم بأنها نشاط متعدد العوامل، وهو ما يعني أن أداء اللاعب يعتمد على التداخل بين قدراته المهارية، الخططية، البدنية والعقلية، حيث أن كل مركز من مراكز اللعب في الميدان لديه خصوصياته التي تختلف وفقا للمتطلبات و التوجيهات الفنية والخططية من قبل الجهاز الفني (التنشيط الدفاعي و التنشيط الهجومي)، و كما يقول العديد من الفنيين أن الاعداد البدني يلعب دورا هاما في كرة القدم الحديثة، بكل أشكاله سواء كان مدمجا، منفصلا أو متصلا وانطلاقا من هذه

الملاحظة، يجب علينا أن نعرف بالضبط النشاط البدني والمهاري للاعب الحديث لكرة قدم في المستوى العالي خلال المنافسة، هذه العناصر تسمح بما يلي:

- 1- توجيه التدريب بما يتماشى مع الواقع في الميدان.
- 2- تخصيص حصص تدريبية فردية خاصة بكل اللعب حسب مركز اللعب.
- 3- وضع معالم وأهداف للاعب كرة القدم الهواة واللاعبين الشباب، حول ما ينبغي أن يكون عليه الأداء مقارنة مع اللاعبين المحترفين. (لصبحاني وليد، 2015، 15)

5. قواعد كرة القدم:

سيق أول قوانين كرة القدم على ثلاث مبادئ رئيسية جعلت من اللعبة مجالا واسعا للممارسة من قبل الجميع وهذه المبادئ هي:

5.1. المساواة:

إن هذه اللعبة تمنح لممارس كرة القدم فرص متساوية لكي يقوم بعرض مهارته الفردية دون أن يتعرض للضرب أو الدفع أو المسك وهي مخالفات يعاقب عليها القانون.

5.2. السلامة:

وهي تعتبر روحا للعبة وبخلاف الخطورة التي كانت عليها في العهود العابرة فقد وضع القانون حدا للحفاظ على سلامة وصحة اللاعبين أثناء اللعب، مثل تحديد مساحة الملعب وأرضيتها وتجهيزهم من ملابس وأحذية للتقليل من الإصابات وترك المجال واسعا لإظهار مهارتهم بكفاءة عالية

5.3. التسلية:

وهي إفراح المجال للحد الأقصى من التسلية والمتعة التي يجدها اللاعب لممارسة كرة القدم فقد منع المشرعون لكرة القدم بعض الحالات والتي تصدر عن اللاعبين تجاه بعضهم البعض.

(حسن عبد الجواد، 1977، 25-27)

6. خصائص رياضة كرة القدم:

6.1. الأداء العالي:

كقاعدة اساسية لأداء الفريق يجب على الهجوم أن يكون مدروسا جيدا وموجها ومؤشرا لتحقيق الهدف من المباراة، وكذلك قدرة كل لاعب في الفريق على ملاحظة تفكير المنافس التوقع السليم

لتصرفاته وكذا المثابرة وبذل جهد هجومي ودفاعي بدون ملل وتغلب اللعب الجماعي في الكرة الحديثة عن اللعب الفردي..(أسماء بوساق، 2015، 64)

2.6. أسلوب اللعب الجيد:

إن لعبة كرة القدم تمنح لممارستها فرص متساوية لكي يقوم بعرض مهارته الفردية دون أن يتعرض للضرب أو الدفع أوالمسك وهي مخالفات يعاقب عليها القانون، السلامة تعتبر روحا للعبة وبخلاف الخطورة التي كانت عليها في العهود العابرة فقد وضع القانون حدودا لصحة اللاعبين أثناء اللعب مثل تحديد مساحة الملعب وأرضيتها وتجهيزهم من ملابس وأحذية لتقليل من الإصابات وترك المجال واسعا لإظهار المهارات بكفاءة عالية.

3.6. التنوع والتنظيم:

تنوع اساليب اللعب لكل مركز من مراكز اللعب والربط الجيد المنظم من دفاع فرد لفرد ودفاع المنطقة مع الضغط القوي على المنافسين، والدفاع كذلك في المنطقة الخطرة امام المرمى وجود أكثر من لاعب في الفريق له القدرة على التصويب القوي المتقن من خارج منطقة الجزاء... الخ ، فكرة القدم شأنها شأن كل الألعاب ضمن التنمية الشاملة لأي مجتمع كذلك حسب الظروف الاقتصادية والسياسية وكذلك التغيرات وحسب القوانين والأسس الايديولوجية..(أسماء بوساق، 2015، 65)

7. طرق اللعب في كرة القدم:

1.7. الطريقة الإنجليزية:

أول طريقة ظهرت للوجود في بريطانيا أول دولة ظهرت فيها لعبة كرة القدم العام 1863 م وكانت طريقة اللعب عبارة عن تنظيم اللاعبين في الملعب على الشكل 1-1-9 حارس المرمى ولاعب واحد للدفاع والتسعة الباقون في الهجوم.

2.7. طريقة الظهر الثالث WM:

في العام 1925 م أدخلت على اللعبة في إنجلترا طريقة الظهر الثالث وهي طريقة دفاعية على شكل حرفي أم دبليو "MW".

3.7. الطريقة الهرمية:

وعادت إنكلترا لتقدم طريقة جديدة للعب في العام 1890 م أطلق عليها إسم الطريقة الهرمية لأن تشكيل اللاعبين في أرض الملعب يشبه هرمًا قمته حارس المرمى وقاعدته خط الظهر وكان على

الشكل التالي: (1-2-3-5) حارس المرمى لاعبان في خط الدفاع ثلاثة لاعبين في خط الوسط وخمسة مهاجمين (مشعل عدي النمري، 2013، 92)

4.7. طريقة المثلثات:

وهي طريقة نمساوية هجومية كان هدفها كسر قوة دفاع طريقة الظهير الثلاث الانكليزية ،لأن اللاعبين يوزعون الكرة بشكل مثلثات لاخترق الدفاع

5.7. طريقة 4-2-4

في عام 1985 م ظهرت اول طريقة دفاعية هجومية في آن واحد وهي طريقة 4-2-4 البرازيلية والتي إستطاع قباها البرازيليون الفوز بكأس العالم في نفس العام في ستوكهولم عاصمة السويد

6.7. طريقة متوسط الهجوم المتأخر MM :

في العام 1952م قدمت من المجر في عصرها الذهبي الكروي طريقة رجل لرجل وهي طريقة دفاعية بحتة.

6.7 طريقة 3-3-4:

طريقة دفاعية بحتة تعتمد أساسا على تحرك لاعب خط الوسط في الدفاعوفي مساعدة الهجوم 3

8.7. طريقة 4-3-3

هي طريقة دفاعية مشتقة من طريقة قلب الهجوم المتأخر الليبرو حيث يدافع الفريق بستة لاعبين بدلا من خمسة

9.7.الطريقة الدفاعية الكاتيناتشيو:

و هي طريقة إيطالية دفاعية بحتة وضعها المدرب الايطالي "هيلينكو هيرارا" بغرض سد الطريق أمام المهاجمين وهي على شكل.(1-2-4-3) (مشعل عدي النمري، 2013، 93)

8. قانون كرة القدم الدولي:

1.8. ميدان اللعب:

يكون الملعب طوله من 90 إلى 120مترا، وعرضه من 45 إلى 90 مترا ، أما في المباريات الدولية فيكون طوله محصورا ما بين 100 إلى 110 مترا،وعرضه محصورا ما بين 64 إلى 75 مترا.

2.8..تخطيط ميدان اللعب:

يتم تحديد ميدان اللعب بخطوط، وتدخل هذه الخطوط ضمن مساحة المناطق التي تحددها. ويسمى الخطان الطويلات بخطى التماس و القصيران بخطى المرمى ولا يزيد عرض كافة الخطوط عن 12سم (05 بوصة)، ينقسم ميدان اللعب إلى نصفين بواسطة خط المنتصف و تحدد علامة المنتصف منتصف الخط ويتم رسم دائرة نصف قطرها 9.15 م (10 ياردة) حول علامة منتصف الملعب.

1.2.8..منطقة المرمى:

يتم تحديد منطقتي المرمى عن كل من نهايتي ميدان اللعب على النحو التالي:
يرسم خطان عموديان بزاوية قائمة على خط المرمى على مسافة 5.5م (6 ياردة) من حافة الداخلية لقائمي المرمى ثم يوصلان بخط موازي لخط المرمى،إن المساحة المحدودة بهذه الخطوط و خط المرمى هي منطقة المرمى.

2.2.8.منطقة الجزاء:

يتم تحديد منطقة الجزاء عند كل من نهايتي ميدان اللعب على النحو التالي:
يرسم خطان عموديان بزاوية قائمة على خط المرمى على مسافة 16.5 م (18 ياردة) ثم يوصلان بخط مواز لخط المرمى إن المنطقة المحدودة بهذه الخطوط و خط المرمى هي منطقة الجزاء، وفي داخل كل من منطقتي الجزاء، توضع علامة منتصف المرمى و ذلك بين قائمي المرمى و على بعد متساو عنهما. ويتم رسم قوس من دائرة نصف قطرها 9.15 م (10 ياردات) من كل علامة ركلة جزاء، وذلك خارج منطقة الجزاء.

3.8.الكرة:

يجب أن تكون الكرة مستديرة ، مصنوعة من الجلد أو أي مادة مناسبة أخرى أو أي مادة مناسبة أخرى ،لايتعدى لا محيط دائرة الكرة عن 70 سم ولا يقل عن 68 سم ،ولا يزيد وزنها عن 450 غرام ولا يقل عن 410 غرام، وأن يكون الضغط الجوي مساويا إلى (0,6- 1,1) ضغط جوي، وهو ما يوازي (600-1100)غ/سم² عند سطح البحر (مشعل عدي النمري، 2013، 42).

4.8. عدد اللاعبين:

تلعب المباراة بين فريقين يتكون كل فريق من 11 لاعب ويكون حارس المرمى من بين القائمة ، حيث يحمل ملابس تميزه عن باقي اللاعبين والحكم ويمكن تعويض حارس المرمى من طرف أحد رفاقه اثناء اللعب ويجب أن يعلم الحكم من طرف قائد الفريق ، وفي حالة الطرد قبل بدء المباراة فإن اللاعب الذي طرد يمكن تعويضه بأحد البدلاء ولكن في حالة طرد أحد البدلاء فلا يمكن تعويضه بأحد اللاعبين. (رومي جميل ، 1986، 84)

5.8. معدات اللاعبين:

يجب على اللاعب ألا يستعمل أي معدات أو يلبس ما يشكل خطورة أو على لاعب آخر (ويشمل ذلك أي نوع من المجوهرات)، إن المعدات الأساسية الإجبارية للاعب هي: فانيلة أو قميص، سروال (وإذا تم إرتداء سراويل حرارية فيجب أن تكون من نفس لون السراويل الأساسية)، جوارب ، واقيات الساق، حذاء. (مشعل عدي النمري، 2013، 48)

6.8. الحكم:

كل مباراة تدار بواسطة الحكم وهو الذي له السلطة الكاملة في تنفيذ قانون اللعبة ويتخذ القرارات في كل الحالات وقراراته غير قابلة للنقاش ، وهو الوحيد من يحتسب وقت اللقاء كما يمكنه إيقاف اللقاء ، وله الحق في منح إنذار إلى لاعب عند سلوك غير رياضي كما له الحق في طرده، وهو من يسمح أو يمنع دخول أي أحد إلى أرضية الملعب ، وتظل للحكم العديد من الصلاحيات المتنوعة والمختلفة مهما تم إحصاؤها.

1.6.8. الحكام المساعدون:

يكون حكام إلتماس اثنان يساعدان الحكم الرئيسي وبدونهما لا يمكن لعب اللقاء ، حيث تكمن مهمتهما في إعلان الخروج للكرة خارج خط الملعب مثل الإعلان عن الركنية والتماس أو الإعلان عن تسلل اللاعب الخصم.

7.8. مدة المباراة:

تستمر المباراة لفترتين متساويتين مدة كل منهما 45 دقيقة وبين الفريقين توجد مدة استراحة مدتها 15 دقيقة ، كما يتم تعويض أي شوط من شوطي المباراة من الوقت البديل الضائع، وهذا من

خلال حدوث الإستبدال وإصابة اللاعبين وتضييع الوقت...الخ، وهذا الوقت يقدر وفق تقدير الحكم ، كما يمكن أن يمتد الوقت في حالة وجود ضربة جزاء مع نهاية الشوط.

8.8. بدء واستئناف اللعب:

عند بدء المباراة يتم إجراء قرعة باستخدام قطعة نقدية والفريق الذي يكسب القرعة هو الذي يختار، إما المرمى أو الكرة، وضربة البداية يجب أن تمرر في جهة ميدان الخصم الذي يتواجد على بعد 15, 9 م من الكرة والتي يقوم بها اللاعبون ،أوعند تسجيل الهدف، أو عند بداية الشوط الثاني من المقابلة ،أو عند بداية الشوط الثاني من المقابلة ،أو عند كل شوطين من الوقت الإضافي أو عند اللجوء إليه.

8.9. الكرة في اللعب أو خارج اللعب:

تكون الكرة في اللعب خلال جميع أوقات المباراة بما في ذلك عندما ترتد من قائم المرمى أو العارضة أو قائم الراية الركنية وتبقى داخل الملعب ، وتكون الكرة خارج اللعب عندما تعبر بأكملها خط المرمى أو خط التماس سواء على الأرض أو على الهواء أو عندما يوقف الحكم اللعب.

(أسماء بوساق ، 2015 ، 67-68)

8.10. طريقة تسجيل الهدف:

يحتسب الهدف عندما تتجاوز الكرة بأكملها خط المرمبين القائمين وتحت العارضة بشرط أن لا يكون الفريق الذي سجل الهدف قد ارتكب مخالفة لقانون لمواد قانون اللعبة قبل ذلك.

(مشعل عدي النمري، 2013 ، 58)

8.11. التسلل:

يعتبر اللاعب في وضع المتسلل إذا كان في اللحظة التي يلعب فيها زميله الكرة موجودا في نصف ملعب الخصم في وضع أقرب إلى خط المرمى من الكرة. (مشعل النمري، 2013 ، 89)

8.12. الأخطاء وسوء السلوك:

تتم معاقبة الأخطاء وسوء السلوك على النحو التالي:

8.12.1. الركلة الحرة المباشرة:

- تحتسب ركلة حرة مباشرة للفريق الخصم إذا ارتكب أي من اللاعبين أحد الأخطاء الستة التالي بشكل يعتبره الحكم إهمالا أو تهورا أو يتضمن إفراطا في إستعمال القوة:

1. ركل أو محاولة ركل الخصم.
2. عرقلة أو محاولة عرقلة الخصم
3. القفز على الخصم
4. مكاتفة الخصم
5. ضرب أو محاولة ضرب الخصم
6. دفع الخصم
7. تحتسب ركلة حرة مباشرة أيضا إذا ارتكب أحد من اللاعبين أي من الأخطاء التالية:
8. مهاجمة الخصم من أجل الاستحواذ على الكرة و الإحتكاك به قبل لمس الكرة.
9. مسك الخصم.
10. البصق على الخصم
11. لمس الكرة متعمدا (باستثناء حارس المرمى داخل منطقة جزائه)

2.12.8. ركلة الجزاء:

تحتسب ركلة جزاء في حالة ارتكاب أي هذه الأخطاء العشرة السابقة من قبل أحد اللاعبين داخل منطقة الجزاء الخاصة به بصرف النظر عن مكان الكرة بشرط أن تكون الكرة في اللعب.

3.12.8. الركلة الحرة غير المباشرة:

تحتسب ركلة حرة غير مباشرة للفريق الخصم إذا ارتكب حارس المرمى ضمن منطقة جزائه أيا من الأخطاء الأربعة التالية:

1. استغراق أكثر من ستة ثوان و هو المسيطر على الكرة بيده قبل أن يطلقها من حوزته.
2. لمس الكرة مرة أخرى بيده بعد أن تم إطلاقها من حوزته دون أن تلمس أي لاعب آخر.
3. لمس الكرة بيديه بعد أن تم ركلها إليه عن عمد من قبل أحد زملائه.
4. لمس الكرة بيديه بعد أن استلمها مباشرة من رمية تماس من قبل أحد أفراد فريقه.
5. تحتسب ركلة حرة غير مباشرة للفريق الخصم إذا كان في رأي الحكم أن لاعبا.
6. يلعب بطريقة خطيرة.
7. يعيق تقدم الخصم.
8. يمنع حارس المرمى من إطلاق الكرة من يديه.

9. يرتكب أية مخالفة أخرى لم يرد ذكرها في المادة (12) من قانون اللعبة و التي تم إيقاف اللاعب فيها لإصدار أو طرد لاعب.

10. يتم لعب الركلة الحرة غير المباشرة من المكان الذي حدثت فيه المخالفة (أنظر ملاحظات على مواد قانون اللعبة). (مشعل عدي النمري، 2013 ، 89)

4.12.8. المخالفات التي تستوجب الطرد:

يطرد اللاعب أو البديل أو المستبدل و تشهر له البطاقة الحمراء إذا ارتكب أيًا من الأخطاء السبعة التالية:

1. مذنبًا بارتكاب اللعب العنيف
 2. مذنبًا بارتكاب السلوك المشين.
 3. ييصق على الخصم أو أي شخص آخر
 4. يحرم الفريق الخصم من هدف أو فرصة محققة لتسجيل هدف بلمس عن عمد (ولا ينطبق هذا على حارس المرمى داخل منطقة الجزاء الخاصة
 5. حرمان اللاعب الخصم الذي يتحرك باتجاه مرمى خصمه من فرصة محققة لتسجيل هدف بارتكابه أحد الأخطاء التي تستوجب احتساب ركلة جزاء.
 6. يستخدم ألفاظًا أو إشارات عدوانية بذيئة أو مهينة.
 7. يتلقى الإنذار الثاني في نفس المباراة.
 8. اللاعب الذي يتم طرده يجب عليه مغادرة ميدان اللعب و المنطقة الفنية.
- (مشعل عدي النمري، 2013 ، 62)

13.8. أنواع الركلات الحرة:

تكون الركلات الحرة إما مباشرة أو غير مباشرة.

يجب أن تكون الكرة ثابتة عند لعب الركلات الحرة المباشرة و غير المباشرة، و لا يجوز للاعب الذي نفذ الركلة أن يلمس الكرة مرة ثانية حتى تلمس لاعبا آخر .

1.13.8. الركلة الحرة المباشرة:

1. يحتسب الهدف إذا تم لعب الركلة الحرة المباشرة إلى مرمى الخصم مباشرة.

2. إذا تم لعب الركلة الحرة المباشرة بإتجاه مرمى نفس الفريق مباشرة فإنه يتم احتساب ركلة ركنية لصالح الفريق الخصم.

2.13.8. الركلة الحرة غير المباشرة:

يعطي الحكم الإشارة بإحتساب ركلة حرة غير مباشرة برفع ذراعه فوق رأسه، و يبقى ذراعه في ذلك الوضع حتى يتم تنفيذ الركلة، و يستمر بتلك الإشارة حتى تلعب الركلة و تلمس الكرة لاعبا آخر أو تصبح خارج اللعب.

1.2.13.8. دخول الكرة في المرمى:

- يمكن تسجيل هدفا فقط إذا تم لمس الكرة بعد ركلها بواسطة لاعب آخر قبل دخولها المرمى.
1. إذا تم تنفيذ الركلة الحرة غير المباشرة إلى مرمى الخصم مباشرة يستأنف اللعب بركلة مرمى.
2. إذا تم تنفيذ الركلة الحرة غير المباشرة إلى مرمى الفريق نفسه مباشرة، يمنح الخصم ركلة ركنية.

2.2.13.8. موقع الركلة الحرة:

❖ الركلة الحرة داخل منطقة الجزاء:

❖ الركلة الحرة المباشرة و غير المباشرة للفريق المدافع:

1. يجب أن يكون كافة لاعبي الفريق الخصم على مسافة 9.15 م (10 ياردة) على الأقل من الكرة.
2. يجب أن يبقى كافة لاعبي الفريق الخصم خارج منطقة الجزاء حتى تصبح الكرة في اللعب.
3. تصبح الكرة في اللعب عندما يتم لعبها مباشرة إلى خارج منطقة الجزاء.
4. يتم تنفيذ الركلة الحرة التي داخل منطقة المرمى من أي نقطة داخل تلك المنطقة.

(مشعل عدي النمري، 2013 ، 65-66)

14.8. ركلة الجزاء:

تحتسب ركلة جزاء ضد الفريق الذي يرتكب أحد الأخطاء التي يعاقب عليها بركلة حرة مباشرة داخل منطقة جزائه والكرة في الملعب، ويمكن تسجيل هدف مباشر من ركلة الجزاء وتقذف الكرة في ضربة جزاء من المكان المخصص لذلك، ويمتد الوقت لأخذ ركلة جزاء عند نهاية كل شوط من الوقت الأصلي أو الوقت الإضافي يجب أن يتواجد اللاعبون خارج منطقة الجزاء وخلف نقطة الجزاء على بعد لا يقل عن 9,15 م من نقطة الجزاء، أما الحارس يكون على خط مرماء في مواجهة الركلة بين القائمين حتى تركل الكرة.(أسماء بوساق، 2015، 70)

8.15 رمية التماس.

رمية التماس هي طريقة لاستئناف اللعب.

لا يمكن تسجيل هدف مباشر من رمية التماس، يتم منح رمية التماس على النحو التالي :

1. عندما تجتاز الكرة بكاملها خط التماس سواء على الأرض أو في الهواء.
2. يكون تنفيذها من النقطة التي اجتازت فيها الكرة خط التماس.
3. تمنح إلى منافس اللاعب الذي كان آخر من لمس الكرة قبل اجتيازها خط التماس.

(مشعل عدي النمري، 2013، 72)

9. أقسام مراكز اللعب:

إن تكامل أداء الفريق وظهوره كوحدة واحدة خلال المباراة يعتمد أساساً على تنفيذ اللاعبين لواجبات المراكز المختلفة لكل منهم، ولكل مركز واجبات محددة يؤديها اللاعب خلال المباراة انطلاقاً من طريقة اللعب والخطط المستخدمة ، وتساعد عملية تحديد المراكز في تحديد المهام والواجبات الملقاة على عاتق كل لاعب في الفريق فمهما زادت واتسعت هذه المهام والواجبات فأن تحديد المراكز يضمن إلى حد كبير عدم التعارض في أداء المهام وتنفيذ الخطط المختلفة في الملعب، وبالإضافة إلى ذلك فإن هذا التحديد لمراكز اللعب يضمن جهة أخرى التنسيق والتنظيم في تغطية جوانب الملعب المختلفة دون إهمال لمساحة معينة قد تكون ذات أهمية في سير المباراة وأن توزيع المهام والأداء في صورة مراكز لها متطلبات الأداء الخاصة بها أمر مازال حيويًا ومهما لتكامل الأداء وتوفير الجهود.

(مفتي إبراهيم حماد، 1994، 35)

9.1. لاعبو خط الدفاع:

9.1.1. ظهير الجنب (الظهير الأيمن والظهير الأيسر):

إن المهمة الأولى لظهير الجنب سواء الأيمن أو الأيسر و الدفاع أمام المهاجمين المنافسين في منطقة الأجنحة أساساً ، ويجب ان يتميز الظهير بالجرأة والتصميم وعدم التخاذل.

9.1.1.1. الواجبات الدفاعية لظهير الجنب واجبه الأول:

أخذ المكان الصحيح الذي يراعى فيه النقاط التالية:

1. تمركز اللاعب على امتداد الخط الواصل بين الكرة والمرمى
2. يقف الظهير بحيث يستطيع إعاقة تمريرات المهاجم المستحوذ على الكرة ألى مهاجم آخر

3. يضيق الظهير المساحة التي يستطيع فيها المهاجم المتواجد في منطقة القيام بالمرأوة والتقدم للأمام.

4. يستطيع الظهير من هذا المكان التحرك السريع إلى وضع تغطية.

5. العمل على دفع الهجمات وإبقاء الكرة بالقرب من خط التماس مع العمل على مهاجمة الكرة لاستخلاصها.

6. الاحتراس من الحركات الخداعية التي يقوم بها الجناح، فبعضهم يقوم بالمرور بالكرة إلى الداخل والبعض الآخر يهدف إلى المرور للخارج، وعلى الظهير أن يكون حذرا من التمريرات الطويلة إلى الجناح حيث يحاول زملاؤه الاستفاد من سرعته.

7. القيام بجميع واجبات التغطية على بقية زملاء خط الظهر والوسط

2.1.1.9. الواجبات الهجومية لظهيري الجنب (واجبهم الثاني):

1. مراعاة الأمان في التمرير حيث تشكل التمريرات الأرضية الطويلة وخاصة الأرضية منها في ثلث الملعب الدفاعي خطوة على مرمى الفريق ، وعلى هذا فانه بفضل الابتعاد عن التمريرات العرضية بالقرب من منطقة المرمى أو داخل منطقة الجزاء بصورة عامة.

2. إذا ما تتطلب الأمر الجري بالكرة، فعلى اللاعب أن يؤدي ذلك بدون أدنى مخاطرة من قطعها أو إعاقتها بواسطة أحد المنافسين لذلك يجب أن يكون المدافع متأكدا من وجود المساحة الخالية والوقت الكافي لأداء ذلك على أن يراعى أن لا يعود المدافع بالجري السريع على مكانه أو إلى مكان التغطية المفروض ألا يتواجد فيه إذا ما انتهت الهجمة سواء بخروج الكرة خارج الملعب أو باستحواذ المنافسين. (مفتي ابراهيم حماد، 1994، 36-37)

2.1.9. ظهيرالوسط:

هو اللاعب الذي يتخذ موضعه بين الظهيرين حيث يلعب مدافعا أمام قلب هجوم الفريق في المنطقة المضادة أو من يحل محله المحددة له ويجب أن يتميز هذا اللاعب بمقدرته على مهاجمة الكرة على الأرض أو في الهواء وإجادة ضربات الرأس من الكرات الطويلة سواء كانت آتية إليه عرضية أم أمامية وكذلك إجادة الرقابة والضغط على المهاجم والتغطية السليمة ويفضل أن يكون هذا اللاعب متميزا بطول القامة.

9.1.2.1. الواجبات الدفاعية لظهير الوسط (واجبه الأول) :

الواجبات الخطئية الدفاعية لظهير الوسط تشبه إلى حد كبير الواجبات الخطئية الدفاعية لظهيري الجنب حيث يجب ان يراقب المهاجم الذي يلعب في منطقة مراقبة كاملة وذلك بقطع التمريرات التي تلعب إليه بالإضافة إلى الواجبات التالية:

1. قطع أي تمريرات عرضية بينية تلعب في منطقته سواء كانت على الأرض أو في الهواء إذا ما تحرك رأس الحربة في منطقته إلى الجناح وكان من الواجب على الظهير الوسط أن يتبعه فعليه ان يفعل ذلك أن ينفذ واجبات ظهير الجنب في هذه الحالة

2. العمل على تغطية الثلث الدفاعي للفريق بتنسيق كامل مع ظهير الجنب والظهير الحر سواء كان ذلك بدفاع رجل لرجل او دفاع المنطقة

3. أثناء إعاقة ظهير الوسط للعب المهاجم المستحوذ من إتخاذ طريق سهل إلى المرمى ، على الكرة يجب عليه أن يمنعه وإذا ما حدث واضطر ظهير الوسط إلى الدخول على المهاجم من الجانب الآخر فعلى الظهير أن يقوم بدوره في التغطية

9.2.2.1. الواجبات الهجومية لظهير الوسط (واجبه الثاني):

1. الاشتراك في الهجوم عندما تتاح له الفرصة في التقدم للأمام ، حيث يكون لتمريراته الحائطية اثر كبير في تشكيل خطة على مهارة المنافسين ويجب مراعاة ان قيام ظهير الوسط بالدور الهجومي يتحدد بمدى التنسيق بينه وبين باقي لاعبي خط الظهير وخط الوسط حتى لا يكون الهجوم المضاد للمنافسين خطوة على المرمى.

2. أداء التمريرات الطويلة سواء على الأرض او في الهواء أو في منطقة الجناحين للزملاء سواء بهدف تغيير اتجاه الهجمات أو بهدف استغلال مساحة خالية. (ناصر عبد القادر، 2006، 100)

9.3.1.1. الظهير الحر:

ظهر هذا المركز في فترة قصيرة إذا ما قيس بتاريخ كرة القدم ويتخذ اللاعب الذي يشغل هذا المركز وضعه خلق الظهير الوسط وظهير الجنب وعلى مسافة مناسبة منهم، ويجب أن يتميز هذا اللاعب بالمهارات العالية الطويلة والمقدرة على القيادة بالإضافة إلى تكوين بدني متكامل ويفضل ان يكون طويل القامة.

1.3.1.9. الواجبات الدفاعية للظهير الحر (واجبه الأول):

1. يلعب حرا خلف زملائه لاعبي خط الظهير يغطيهم من خلال وضعه العميق خلفهم ويكون
2. مستعدا لقطع التمريرات الاحترافية خلالهم.
3. العمل على تغطية المساحات خلف الزملاء والعمل على مهاجمة الكرة التي في حوزة المهاجمين إذا ما مر أحد من زملائه المدافعين.
4. يتولى مهمة اللاعب الذي يسبب الزيادة العددية على دفاع الفريق حيث يعمل على إغراضه بمهاجمة الكرة التي في حوزته أو يقوم بمراقبة عندما يتطلب الأمر ذلك وعليه في ذلك ألا يخرج له في الوقت المناسب حتى يحد من خطورته بعيدا عن المرمى ، فالخروج المبكر لإعاقة المهاجم أو التأخر أو التأخر في أداء ذلك يؤدي على سهولة التخلص منه.
5. قيادة الفريق اثناء الدفاع حيث يقوم بتوجيه زملائه وإرشادهم وتصحيح أخطائهم كما يعتبر همزة وصل بين لاعبي خط الظهر جميعا.

2.3.1.9. الواجبات الهجومية للظهير الحر (واجبه الثاني):

القيام بالدور الهجومي واجب أساسي له حيث يسبب إشراكه في الهجوم زيادة عددية على مرمى المنافسين ، ويستطيع الظهير الحر تنفيذ الاختراق وعمل التمريرة الحائطية والتصويب على المرمى ويلاحظ التنسيق الكامل بينه وبين باقي زملائه في مثل هذه الحالات.

(ناصر عبد القادر ، 2006، 101)

4.1.9. المتطلبات المهارية والبدنية للاعبي الدفاع:

لاعب خط الدفاع له مميزات فنية معينة تؤهله للعب بمنطقة الدفاع بأداء فني صحيح ، وهي عبارة عن مجموعة من الصفات الفنية الأساسية ذات الأهمية يجب توافرها فيه وتعتبر من المميزات الخاصة التي يتمتع بها ضمن أفراد الفريق فيحتاج المدافع إلى سرعة في الحركة سواء كان الاشتراك بالقدم أو إستخدام ضربات الرأس وفق التمريرة الموجهة ، وكلما كانت سرعة اللاعب المدافع أكثر من سرعة اللاعب الخصم في التوجه نحو الكرة والقيام بالأداء المطلوب منه ، كلما كانت فرصته في الاستحواذ على الكرة أفضل وأوفر من خصمه ، ويكون الأداء أكثر سهولة ويتمكن المدافع من تحقيق النجاح في الاشتراك في الكرة.

تعتبر ضربات الرأس الدفاعية من الصفات الرئيسية التي تميز لاعب الدفاع عن باقي اللاعبين، وهي سمة أساسية في القيام بالواجب الدفاعي وتظهر أهمية هذه المهارة في القيام بالواجب الدفاعي عند قيام الخصم بتوجيه تمريرات جانبية عالية بمنطقة المرمى وأيضا تمريرات ركلة الركنية حيث تكون معظم هذه التمريرات عالية وداخل منطقة الجزاء وهي أخطر مناطق التسديد على المرمى، والواجب الدفاعي يفرض على لاعب الدفاع الاشتراك في الكرة والاستحواذ عليها مستعملا ضربة الرأس الدفاعية. (زهران السيد عبد الله، 2007، 19)

5.1.9. مبادئ الدفاع:

1. تأخير في الدفاع (المدافع الأول).
2. العمق في الدفاع التغطية.
3. الموازنة في الدفاع.
4. التركيز في الدفاع.
5. مبدأ الضغط.
6. مبدأ السيطرة. (موفق أسعد محمود، 2009، 215)

2.9. لاعب خط الوسط:

1.2.9. لاعب خط الوسط صانع الألعاب:

يبدأ ويدير الهجمات في اغلب الأحيان ويقوم بتحركات لها أثر واضح في بناء وإنهاء الهجمات ويجب أن يتميز هذا اللاعب بالمهارات العالية بالإضافة إلى القدرة على أخذ الأماكن التي تمكنه من النجاح في أداء هذا الدور، كما يجب أن يتميز بالتصويب القوي المتقن، كما تكمل إجادته للمهام الدفاعية الدور الأساسي الذي يلعبه إذ يبدأ من موقعه الدفاعي وتحركاته لصنع الهجمات. (طه اسماعيل وآخرون، 1989، 16)

1.1.2.9. الواجبات الهجومية للاعب خط الوسط صانع الألعاب:

1. العمل على بناء الهجمات من خلال التفكير والاستفادة لأقصى درجة ممكنة من المواقف.
2. المختلفة لتحديد سرعة الهجوم واتجاهه واختيار أنواع التمريرات التي تؤثر تأثيرا مباشرا في تشكيل الخطوة على مرمى المنافسين.
3. تحديد اتجاهات بناء الهجمات من خلال رؤية واضحة لمواقف اللعب المختلفة.

4. التعاون مع باقي الزملاء خط الوسط والمهاجمين على اختراق دفاع المنافسين.

5. التصويب المتقن على المرمى.

2.1.2.9. الواجبات الدفاعية للاعب خط الوسط صانع الألعاب:

1. الانضمام للمدافعين للقيام بالواجب الدفاعي من خلال دفاع المنطقة أو دفاع رجل لرجل طبقاً لخطة الفريق الدفاعية.

2. قد يكلف بمراقبة لاعب معين من فريق اللاعب المنافس. (مفتي إبراهيم حماد، 1994، 84)

2.2.9. لاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي:

هو اللاعب الذي يكلف بواجبات دفاعية بنسبة كبيرة وغالباً ما يكلف بمراقبة المهاجم الذي يشكل مع قلب هجوم الفريق المنافس رأس حربة ثاني، ويجب ان يتصف اللاعب بمقدرته على أداء الواجبات الدفاعية بكفاءة عالية ويتميز بالأداء القوي مع ارتفاع لياقته البدنية

1.2.2.9. الواجبات الدفاعية للاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي:

1. العمل على القيام بالواجب الدفاعي من خلال المنطقة أو الدفاع رجل لرجل بانضمام لاعبي خط الظهر التحرك امامهم عند وجود الزيادة العددية من لاعبي الفريق المهاجم.

2. قد يكلف بواجب مراقبة مهاجم بأسلوب رجل لرجل.

3. تغطية لاعب خط الظهر المتقدم في حالة ارتداد الكرة على فريقه.

4. تغطية لاعب خط الوسط وتعطيل اللعب عند ارتداد الهجمة على الفريق.

2.2.2.9. الواجبات الهجومية للاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الدفاعي:

1. التصويب من خلال وضعه العميق خلف زملائه المهاجمين.

2. المساعدة في بناء الهجمات وتنظيمها.

3. القيام بالجري الاختراقي بالكرة لتنفيذ التمريرة الحائطية أو الجري الأمامي بدون كرة لتحقيق الزيادة العددية أو خلق المساحات الخالية على أن يراعى تأمين منطقة نصف الملعب من الجانب الدفاعي.

3.2.9. لاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الهجومي:

يلعب هذا اللاعب في الطرق العادية خلف خط قلب الهجوم وهو يقوم بأداء دوره الهجومي من خلال مساحات كبيرة من الملعب بالإضافة إلى دوره الدفاعي الفعال.

(ناصر عبد القادر، 2006، 103)

1.3.2.9. الواجبات الهجومية للاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الهجومي:

1. المشاركة في الهجوم كأى لاعب خط الهجوم.
2. إتخاذ الأماكن الملائمة عندما يستحوذ فريقه على الكرة وذلك بإستغلال المساحات الخالية.بالإضافة إلى العمل على إيجادها والعمل على تبادل المراكز بين زملاء.
3. استغلال تمريرات زملائه لاعبي خط الوسط ولاعبي خط الدفاع واستثمارها معهم وإنهائها بالتصويب

2.3.2.9. الواجبات الدفاعية للاعب خط الوسط الذي يغلب عليه الطابع الهجومي:

1. يعمل عل تأمين خط الوسط في حالة اندفاع أحد لاعبي الوسط الآخرين أو أحد لاعبي خط الدفاع لأداء الواجب الهجومي.
 2. عرقلة هجمات المنافسين بتعطيل اللعب أو بمهاجمة المنافس المستحوذ على الكرة، بالإضافة إلى الإنضمام إلى البناء الدفاعي للفريق في حالة الهجوم على المنافسين في المرمى.
- (ناصر عبد القادر، 2006، 104)

4.2.9. المتطلبات البدنية والمهارية للاعبي خط الوسط:

من المعروف أن خط الوسط يشغل أكبر مركز من مساحة الملعب وأيضاً فإن الواجبات المطلوبة من لاعب الوسط تعتبر أكبر الواجبات عن غيرها من مراكز اللعب المختلفة سواء الهجوم أو الدفاع ومن هنا فإن اللعب بهذا المركز أكبر من اللعب الشامل الذي يحتوي على كافة مهارات كرة القدم نظراً لطبيعة هذا المركز المتحرك دائماً بالمشاركة مع الهجوم والدفاع في نفس الوقت ،فمنطقة الوسط هي منطقة في الملعب لتبادل التمريرات بين الفريقين وبالتالي فهي أكثر مناطق اللعب التي تتواجد فيها الكرة وأكثرها إزدحاماً باللاعبين ولاعب وسط الفريق يستقبل التمريرات من لاعبي الدفاع وحارس المرمى وزملاء الوسط ومن ثم فهو يتعرض للإشتراك في الكرة مع الخصم بصفة مستمرة ويحاول الخصم قطع التمريرة والإستحواذ على الكرة ، وهنا يحتاج لاعب الوسط إلى مهارة نقل الكرة مع اللاعبين والاحتفاظ بالتمريرة سليمة بعيدة عن متناول الخصم.

إن اللاعب الخصم يقوم بالإشتراك مع لاعب الوسط بهدف قطع التمريرة والإستحواذ على الكرة وفن ومهارة لاعب الوسط في هذا الفرض تتطلب منه سرعة التحرك بالمكان السليم لاستقبال الكرة والتحكم فيها ثم إعادة التمريرة ونقل الكرة إلى مكان آخر، ومهارة التمرير المطلوبة من لاعب الوسط تكشف لنا القياس الحقيقي لدرجة أداء اللاعب داخل الملعب،تعتبر ضربات الرأس الهجومية والتي يكون الهدف منها هو التسديد على مرمى الخصم هي الأكثر خطورة والأكثر دقة في التسديد ، ولاعب

الوسط يقوم بهذا الأداء عند الإشتراك مع المهاجمين لتنفيذ الهجمات ضد مرمى الخصم وخاصة عند الركلات الجانبية وكلات الكرر ضد الفريق الخصم، فمن المعروف والمؤكد أيضا أن أحد الواجبات الهامة على لاعبي الوسط هي للمشاركة الفعالة مع خط الهجوم، ومن هنا يجب أن تتوفر عنده القدرة على إحراز الأهداف مستخدما ضربات الرأس أو تسديدات القدم، إن تميز لاعب الوسط بمهارة المراوغة تمكنه من الأداء الصحيح ، وتجعله يحافظ على الإستحواذ على الكرة ويستطيع ان يوجه التمريرة الصحيحة بعد المراوغة وبمعنى آخر لا تتم إلا بعد مراوغة لاعب الخصم الذي يعترض التمريرة. (زهرة السيد عبد الله، 2007، 98)

5.2.9. الصفات الفنية الأساسية للاعبي خط الوسط:

1. الإشتراك في الكرة
2. التحكم والقدرة على الاستقبال الجيد للكرة والتمرير
3. استخدام الرأس
4. المراوغة
5. مشاركة الهجوم بالتميز بالتسديداتعن طريق الضربات الثابتة
6. قطع تمريرات الخصم (زهرة عبد الله، 2008، 19)

3.3.9. لاعبو خط الهجوم:

1.3.9. الجناح:

1.1.3.9. الواجبات الخطئية الهجومية للاعبي الجناح:

1. فتح الثغرات في منطقة الجناح ولمداد باقي المهاجمين بالكرات العرضية أمام المرمى.
2. العمل مع لاعبي خط الوسط ورأس الحرية والظهير على خلق المساحات الخالية واستغلالها استغلالا هجوميا مفيدا بالإضافة إلى الجري الحر وتبادل المراكز.
3. العمل على إنهاء الهجمات بالتصويب القوي المتقن مع باقي الزملاء المهاجمين.

2.1.3.9. الواجبات الدفاعية للاعبي الجناح:

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

2.3.9. قلب الهجوم (رأس الحربة):

1.2.3.9. الواجبات الخططية الهجومية لقلب الهجوم:

1. إحراز الأهداف من خلال التحركات غير المحمودة في ثلث الملعب الهجومي للفريق.
2. العمل على إستغلال جميع التمريرات العرضية والأمامية التي تلعب إليه داخل منطقة الجزاء وذلك بتصويبها للمرمى.
3. يقوم بجميع التحركات التي يكون هدفها مساعدة باقي زملائه اللاعبين على نجاح الخطط الهجومية الاختراقية من حيث الجري الحر وتبادل المراكز وخلق المساحات الخالية.

2.2.3.9. الواجبات الخططية 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 حماد، 1994، 200)

3.3.9. المتطلبات البدنية والمهارية للاعب خط الهجوم:

اللاعب المهاجم يجب أن يتصف بالسرعة والمهارة وقوة التحمل والبراعة في تغيير السرعة وإيقاع الأداء كما يجب أن يتصف اللاعب المهاجم باللياقة البدنية العالية التي تمكنه من أداء حركات الوثب والقفز والصراع على الكرة ولجادة اللعب في الهواء أمام مدافعين يتميزون بلياقة بدنية عالية، بالإضافة إلى القدرة على المناورة بالكرة وبدون كرة وسرعة أداء المهارات وإتقانها كالجري بالكرة وأداء الركلات المختلفة في مختلف الظروف والمراوغة وغيرها من المهارات وكثيرا ما يتميز اللاعب المهاجم بمهارات فردية خاصة. (محمد رضا الوقاد، 2003، 211).

4.3.9. مبادئ الهجوم:

1. الاختراق في الهجوم.
2. العمق في الهجوم.
3. الاتساع في الهجوم.
4. إمكانية الحركة وتغيير المركز.
5. اللعب السريع.
6. الإبداع، الارتجال، الموهبة. (موفق أسعد محمود، 2009، 163)

خلاصة:

إن أهم ما تتميز به لعبة كرة القدم هو كبر مساحة الملعب الذي تجرى فيه المباريات وطول فترة المباراة التي تصل إلى تسعين دقيقة، مما يوجب على المدرب توزيع اللاعبين بالشكل الصحيح الذي يغطي كل مناطق اللعب، وهذا مما يجعل تعيين لاعب في مركز دون آخر يكون حسب القدرات البدنية والمهارية التي تتوافق مع المتطلبات الدفاعية والهجومية لذلك المركز لبناء فريق متكامل يقوم فيه كل لاعب بدوره خلال المباراة.

الجانبة التطبيقية

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية
للدراية الميدانية

تمهيد:

إن أهمية أية دراسة و دقتها، تتعدى الجانب النظري المنطلق منه ، يتطلب تدعيمها ميدانيا من أجل التحقق من فرضيات الموضوع ، وبالتالي فتوخي الدقة في إختيار المنهج العلمي الملائم و الأدوات المناسبة لجمع المعلومات، التي يعتمد عليها فيما بعد ،وكذلك التمكن استخدام الوسائل الإحصائية، من أجل الوصول إلى نتائج ذات دلالة علمية ، تساهم في تسليط الضوء على الإشكالية المدروسة و في تقديم البحث العلمي بصفة عامة.

1. الدراسة الاستطلاعية:

يحدد الباحث المدة الزمنية والمستلزمات الرئيسية للبحث ويبدأ بتهيئة التجربة الاستطلاعية من حيث مدتها ومستلزماتها وتحليل نتائجها وبعد إستكمال نتائج التجربة الاستطلاعية التي تكون بالأساس القاعدة الأساسية للاختبار، وثم يبدأ الباحث بإجراء التجربة الكلية وتعيين موعد الاختبار والمدة الزمنية ومكانا وشرطها في ضوء النتائج التي حصل عليها في تجربته الاستطلاعية.

1.1. الهدف من الدراسة الاستطلاعية:

1. تعريف فريق العمل المساعد على ماهية الاختبارات والقياسات المبرمجة.
2. تشخيص الأخطاء والمعوقات التي قد ترافق تطبيق الاختبارات والقياسات قبل البدء الفعلي في الاختبارات الرئيسية وكذا التأكد من سلامة وصلاحية الأدوات المستخدمة في إجراء الاختبارات.
3. التعرف على الزمن المستغرق لتنفيذ الاختبارات وكفاءة فريق العمل المساعد.
4. توفير متطلبات تنفيذ الاختبارات.
5. التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

2.1. الدراسة الاستطلاعية للإجراءات الميدانية:

قمنا خلال هذه المرحلة بضبط جميع الشؤون الادارية التي تخص الوثائق على مستوى المعهد لتزويدنا باستمارة تسهيل المهمة وتم توجيهنا إلى الرابطة الولائية لكرة القدم بسكرة بعد الحصول على تراخيص إجراء الدراسة الميدانية ومن ثم قمنا بالإتصال والتنسيق مع مدربي فرق كرة القدم لفئة أقل من 17 سنة ، ومن ثم إجراء الدراسة الاستطلاعية على 07 لاعبين.

3.1. أهم نتائج الدراسة الاستطلاعية:

وقد تبين من خلال نتائج الدراسة الاستطلاعية:

1. أن الاختبارات والمقترحة من طرف الباحث صالحة ومناسبة لإجراء الدراسة الميدانية.
2. كما أن استجابة اللاعبين كانت جيدة عند تطبيق الأدوات المستخدمة في الدراسة.
3. إظهار الخبراء والمحكمين الرضا على الأدوات المستخدمة وطريقة تطبيقها.

2. منهج الدراسة:

طبيعة مشكلة البحث وأهدافه هما اللذان يحددان المنهج والأسلوب الذي ينتهجه الباحث لدراسة البحث والوصول إلى معلومات وحقائق علمية مع تحقيق الهدف، لذا إعتد الباحث على المنهج

الوصفي بأسلوبه المقارن، وذلك لملائمته لطبيعة البحث، حيث يعد المنهج الوصفي بأنه أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كما عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة.

(محمد ملحم سامي، 2000، 324)

3. مجتمع الدراسة:

مجتمع الدراسة هو "تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس، فرق، تلاميذ سكان، أو أي وحدات أخرى" (محمد نصر الدين رضوان، 2003، 14) ويتمثل مجتمع الدراسة في لاعبي كرة القدم الأقل من 17 سنة والذين ينشطون على مستوى الرابطة الولائية لكرة القدم بسكرة والمكونة من 640 لاعب موزعة على 32 فريق.

4. عينة الدراسة :

عينة البحث مكونة من 120 لاعب من لاعبي كرة القدم صنف أقل من 17 سنة من الرابطة الولائية لكرة القدم بسكرة والتي تقدر بنسبة 19% من المجتمع الأصلي الذين تم إختيارهم بالطريقة العشوائية واستثنى من ذلك حراس المرمى نظرا لخصوصية هذا المركز وعينة الثبات. وهذا للتأكد من صحة وصدق النتائج، والجدول يوضح حجم العينة وتوزيعها.

جدول رقم (02): يبين حجم العينة توزيعها حسب الفرق

النسبة المئوية	حجم العينة	الفريق
15%	18	J.S.Djamourah
14.17%	17	J.El Aalia
14.17%	17	J.R.B.El Hadjeb
14.17%	17	E.S.Branis
14.17%	17	T.S.B
14.17%	17	C.R.B.El Outaya
14.17%	17	N.G.Aalia
100%	120	المجموع

جدول رقم(03):يبين حجم العينة وتوزيعها حسب مراكز اللعب

النسبة المئوية	حجم العينة	مركز اللعب
25%	30	مهاجم
40%	48	وسط ميدان
16.67%	20	مدافع ظهير
18.33%	22	مدافع محوري
100%	120	المجموع

5. مجالات الدراسة:

1.5.المجال المكاني:

أجريت الدراسة بملاعب ولاية بسكرة على الفرق التابعة للرابطة الولائية لكرة القدم صنف اقل من 17 سنة.

2.5. المجال الزمني:

أولاً: شرعنا في الدراسة الاستطلاعية النظرية انطلاقاً من 2017/11/05 حيث قمنا خلال هذه الفترة بالإطلاع على مختلف الأدبيات والمقالات والكتب والدراسات المتعلقة بموضوع بحثنا
ثانياً: بعد ضبط جميع الإجراءات الادارية والحصول على استمارة تسهيل المهمة من طرف إدارة المعهد قمنا بالاتصال برابطة كرة القدم لكرة القدم وتحصلنا على اسماء المدربين والفرق ومن ثم شرعنا في الدراسة الاستطلاعية الميدانية ابتداء من 2018/08/22 حيث قمنا بإجراء جميع الاختبارات المحكمة من طرف المختصين

ثالثاً: شرعنا في العمل الميداني ابتداء من 2018/09/09 ليتم إكمال الدراسة في السنة الجامعية (2022-2023)

3.5.المجال البشري:

وقد تمثل في لاعبي فرق الرابطة الولائية لكرة القدم صنف أقل من 17 سنة بولاية بسكرة.

6. متغيرات الدراسة:

1.6. المتغير المستقل:

تعني المتغيرات المستقلة بمفهومها العام قدرتها على إحداث تغيرات في متغيرات أخرى يطلق عليها بالمتغيرات التابعة. (عدنان حسين وآخرون، 2009، 82)، وبهذا يكون المتغير المستقل في دراستنا مراكز اللعب.

2.6. المتغير التابع:

هي المتغيرات التي تتأثر بالمتغيرات المستقلة. (عدنان حسين وآخرون، 2009، 84)، ومنه فإن المتغير التابع في دراستنا هذه هي القدرات البدنية والمهارية قيد الدراسة

7. أدوات الدراسة:

1.7. المصادر والمراجع العربية والأجنبية:

من أجل الإلمام النظري حول موضوع الدراسة، ولقد استخدم الباحث كل من المراجع و المصادر العربية والأجنبية، كذلك المجالات والمنشور ، والملتقيات العلمية، ، كما تم الاستعانة بالدراسات السابقة والمثابة المحلية التي تناولت موضوع تحديد مستويات معيارية للصفات البدنية والمهارات الأساسية.

2.7. الاختبارات البدنية:

تم استخدام خمسة اختبارات بدنية تمثلت في:

1.2.7. الوثب العريض من الثبات:

❖ الغرض من الاختبار:

قياس القوة الانفجارية للأطراف السفلية

❖ أدوات الاختبار:

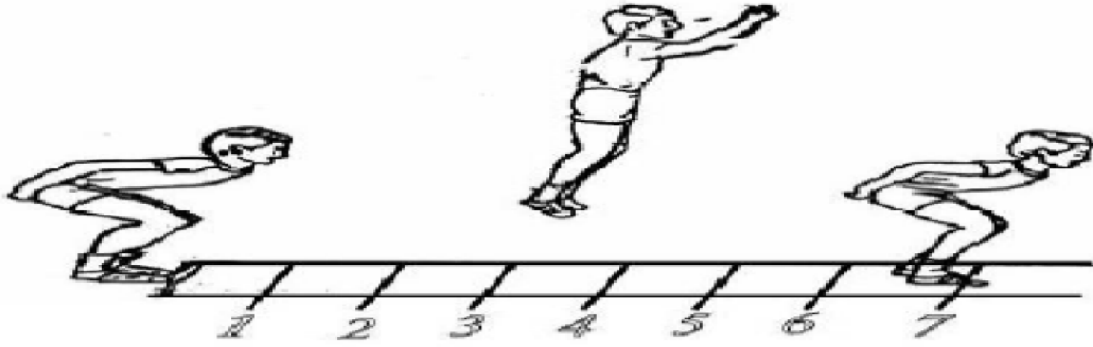
أرض مسطحة تخطط يحدد عليها مسافات مقدرة ب5 سم في كل خط بواسطة طباشير ويكون التخطيط بواسطة اشارات مكتوب عليها مسافة.

❖ مواصفات الأداء:

يقف اللاعب على خط البداية حيث ان هذا الخط هو الصفر ويقفز نحو الأمام مع حركة اليدين وتعطى للاعب محاولتين

❖ التسجيل:

يسجل للاعب أبعد مسافة من الكعب التي يتحصل عليها من المحاولتين
(محمد حسانين، 2001، 308)



الشكل رقم (02) يبين طريقة اداء اختبار الوثب العريض

2.2.7. إختبار بريكسي 5د:

❖ الغرض من الاختبار:

قياس كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي والاستهلاك الأقصى للأكسجين

❖ وصف الاختبار:

يعلم المختبرين بضرورة قطع أكبر مسافة ممكنة خلال مدة الاختبار.

❖ مواصفات الأداء:

- جري المدة بدون توقف.
- الجري والمشي غير مسموح.
- السرعة قصوى.
- المدة 5 دقائق.
- يمكن أن يتخذ المختبر وضع الاستعداد من البدء العالي.
- في حالة توقف أحد المختبرين يقصى مباشرة وتعطى له راحة كافية لإعادة الاختبار.

❖ التسجيل:

تحسب المسافة الكلية المقطوعة خلال مدة الاختبار. (Brikci, 1990, 86)



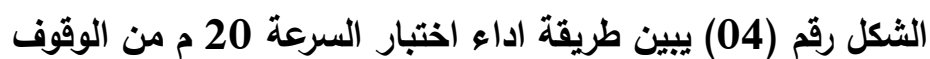
❖ الغرض من الاختبار:

❖ أدوات الاختبار

❖ مواصفات الأداء:

❖ التسجيل:

(کمال درویش و آخرون 190، 2002)



4.2.7. إختبار بارو

❖ الغرض من الاختبار:

قياس الرشاقة

❖ الأدوات:

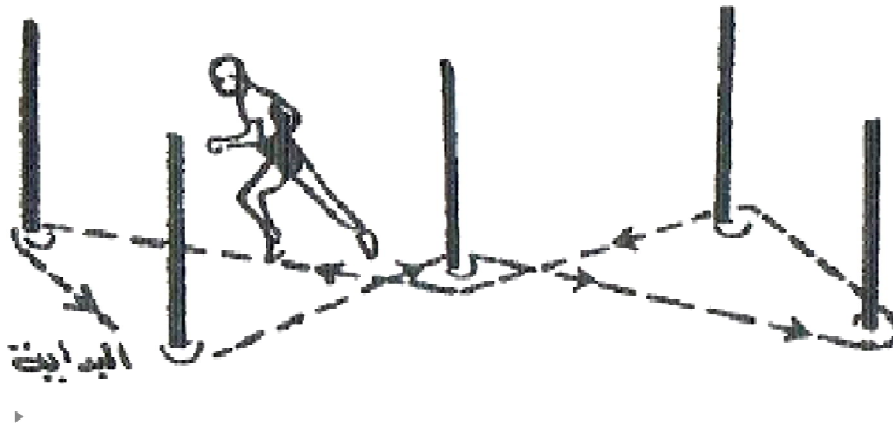
ساعة إيقاف مستطيل 3×4,8م تثبت أربعة قوائم عموديا على الأرض في الأركان الأربعة للمستطيل.

❖ وصف الاختبار :

من مكان البداية بجانب احد القوائم الأربعة المحددة للمستطيل يجري المختبر جري الزجراج يؤدي هذا العمل مرة واحدة

❖ التسجيل:

يسجل الزمن الذي قطعه المختبر في الدورة الكاملة. (محمد صبحي حسانين، 2001، 260)



الشكل رقم(05) يبين طريقة أداء اختبار بارو

5.2.7. اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف:

❖ هدف الاختبار:

قياس مرونة الجذع.

❖ الأدوات المستعملة:

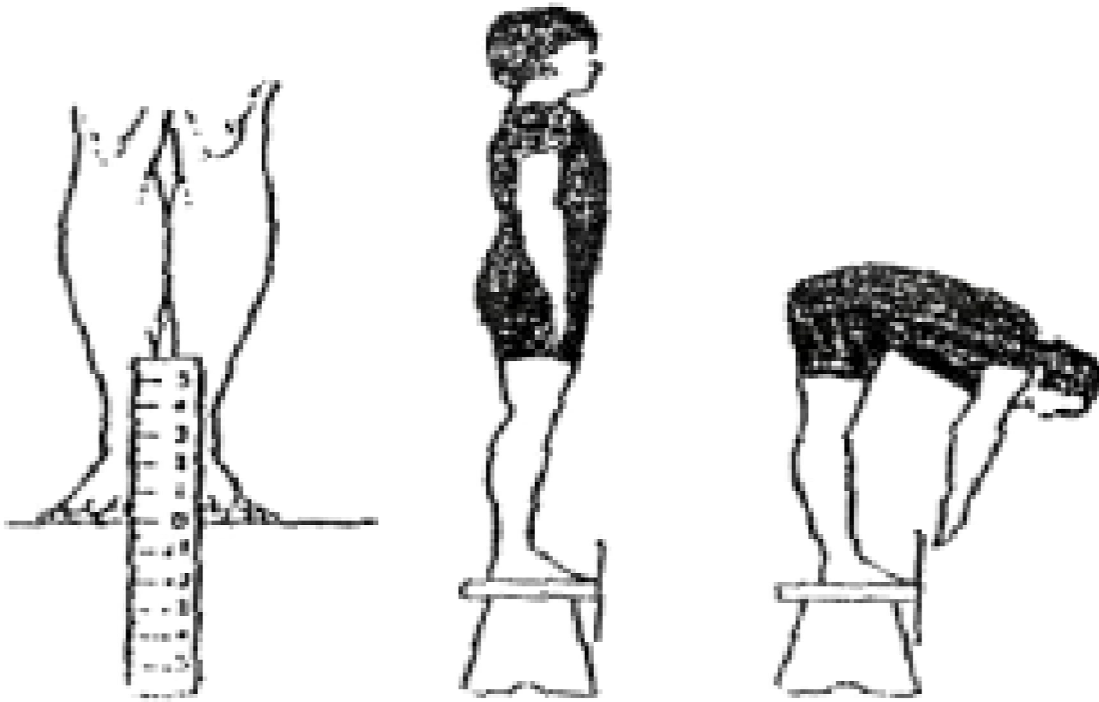
مقعد خشبي مدرج بالسنتيمتر

❖ طريقة التنفيذ:

يقف المختبر فوق المقعد والقدمان مضمومتان مع تثبيت أصابع القدمين على حافة المقدمع الاحتفاظ بالركبتين مفردتين يقوم المختبر بثني جذعه للأمام ولأسفل بحيث يدفع المؤشر بأطراف أصابعه إلى أبعد مسافة ممكنة على أن يثبت عند آخر مسافة يصل لها لمدة ثانيتين.

❖ التسجيل:

يحاول اللاعب تحقيق أقصى مدى ممكن للثني إلى الأسفل (محمد صبحي ، 2004 ، 260)



الشكل رقم (06) يبين طريقة أداء اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف

3.7. الاختبارات المهارية:

تم استخدام أربعة اختبارات مهارية تمثلت في:

1.3.7. اختبار تنطيط الكرة في الهواء:

❖ هدف الاختبار:

قياس مستوى مهارة التحكم في الكرة في الهواء.

❖ الأدوات المستعملة:

الكرات ، ميقاتي.

❖ طريقة التنفيذ:

يقوم اللاعب برفع الكرة بإحدى القدمين عن الأرض وتنتطيتها في الهواء مستعملا القدمين أو الفخذين أو الرأس و الاحتفاظ بها لأطول فترة ممكنة دون أن تلامس الأرض. تعطي ثلاث محاولات لكل لاعب متتالية.

❖ التسجيل:

هو الزمن الكلي الذي يستغرقه في المحاولات الثلاثة بالثانية. (حنفي مختار، 1997، 29)



الشكل رقم (07): يبين طريقة اداء اختبار تنطيط الكرة

2.3.7. إختبار تهديف الكرات:

❖ الهدف من الاختبار:

قياس دقة التهديف

❖ الأدوات المستعملة:

كرات قدم، شاخص ، حبل، مرمى مقسم إلى مناطق كما في الشكل

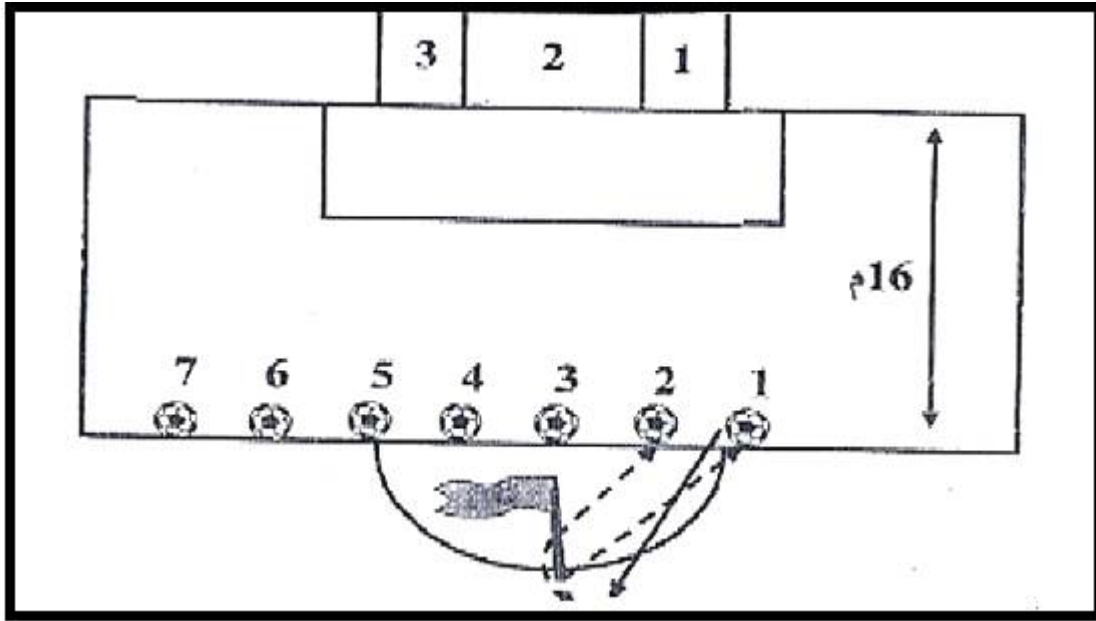
❖ طريقة التنفيذ:

توزع 7 كرات على خط 18 ،ويبدأ اللاعب بالركض من خلف الشاخص الموجود على قوس الجزء باتجاه الكرة الأولى ،فيهدف ويعود للدوران حول الشاخص ، ثم يتجه للكرة الثانية وهكذا مع الكرات كلها ويكون التهديف اعلى من مستوى الارض ، وللاعب الحرية باختيار اي قدم على أن يتم الأداء من وضع الركض.

❖ طريقة التسجيل:

تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب من تهديف الكرات السبعة كمايلي:

- يمنح اللاعب 3 درجات إذا دخلت الكرة في المنطقتين المحددتين
 - يمنح اللاعب درجة 1 إذا دخلت الكرة في المنطقة
 - تمنح الدرجة 0 إذا خرجت الكرة خارج المرمى
 - في حالة ارتطام الكرة بالعمود أو العارضة تمنح درجة تلك المنطقة للاعب.
- (موفق أسعد محمود ، 2009 ، 46)



الشكل رقم (08) يبين طريقة اداء اختبار تهديف الكرات

3.3.7. اختبار التمريرات المتوسطة:

❖ الهدف من الاختبار:

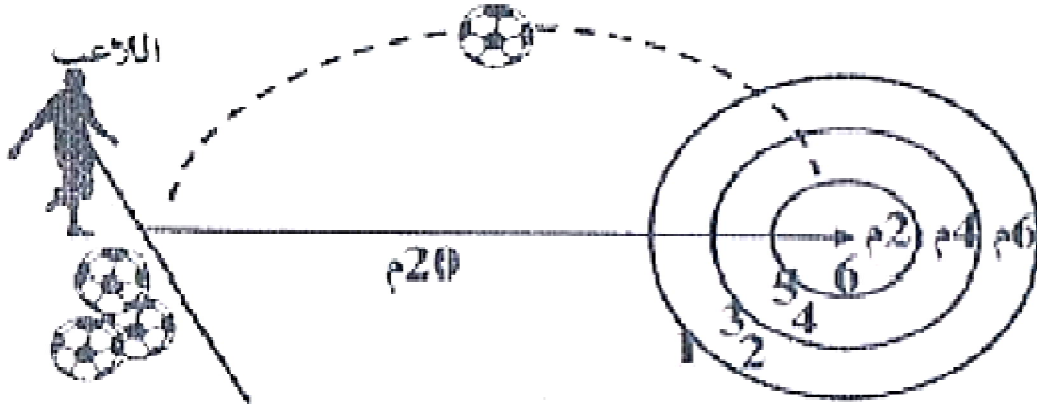
قياس دقة التمريرات المتوسطة

❖ الأدوات المستخدمة:

منطقة محددة لإجراء الاختبار ، 5 كرات أو أكثر شريط قياس (2م، 4م، 6م) وتعطى درجات على التوالي (6، 2، 4)، حيث يبعد مركز الدوائر البداية 20 متر.

❖ طريقة التسجيل:

- تعطى للاعب 5 محاولات متتالية
- تحسب عدد الدرجات التي تحصل عليها اللاعب من المحاولات الخمس.
- في حالة وقوع الكرة على خطوط الدوائر تعطى الدرجات التالية (1، 3، 5) درجة
- تعتبر المحاولة فاشلة في حالة سقوط الكرة خارج الدوائر. (موفق أسعد محمود، 2009، 59)



الشكل رقم (09) يبين طريقة أداء اختبار التمريرات المتوسطة

4.3.7. اختبار الجري بالكرة 3م:

❖ الهدف من الاختبار

الجري السريع بالكرة قياس الرشاقة مع الكرة.

❖ الأدوات المستخدمة:

كرة قدم قانونية ساعة توقيت ، 5 شواخص.

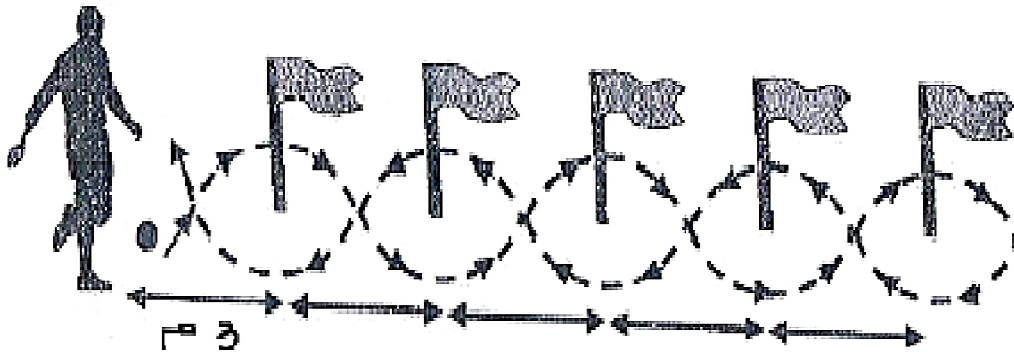
❖ مواصفات الأداء:

يقوم اللاعب ومعه الكرة خلف خط البدء وعندما يعطى الإشارة يبدأ بالجري بالكرة بالقدم بين الشواخص.

❖ التسجيل:

يعطى لكل لاعب محاولتين متتاليتين

يحتسب الزمن الأقرب ل 1 / 10 لأفضل محاولتين. (موفق اسعد محمود، 2009، 49)



الشكل رقم (10) يبين طريقة أداء اختبار الجري مع الكرة

8. الخصائص السيكومترية للاختبارات المستخدمة:

1.8. الثبات:

يعد الثبات من أهم الصفات التي يتصف بها الاختبار الجيد، ويقصد به مدى الدقة والاتساق للقياسات التي يتم الحصول عليها فيما يقبسه الاختبار (ليلي السيد فرحات، 2007، 144). ولغرض التأكد من ثبات الاختبار اعتمد الباحث على طريقة الاختبار وإعادة تطبيق الاختبار على عينة بلغ عددها 07 لاعبين من مجتمع البحث ثم استثنائها فيما بعد من عينة الدراسة.

2.8. الصدق:

1.2.8. الصدق الذاتي:

ويقصد به صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائب أخطاء القياس، وبذلك تصبح الدرجات الحقيقية للاختبار في الميزان الذي ينسب إليه صدق الاختبار ويقاس الصدق الذاتي عن طريق الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار. (باهي الأزهرى، 2006، 155)

و من أجل التأكد من صحة الاختبار قام الباحث بحساب الصدق الذاتي.

جدول رقم (04): يبين الثبات والصدق للاختبارات البدنية المطبقة.

الرقم	الاختبار	الثبات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القيمة الجدولية	الدلالة	الصدق
1	بارو	0.94	5	0.05	0.75	دال	0.96
2	الوثب العريض	0.96				دال	0.97
3	بريكسي	0.82				دال	0.90
4	السرعة الانتقالية 20 م	0.98				دال	0.98
5	ثني الجذع للأمام من الوقوف	0.87				دال	0.93

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم(07): أن ومعاملات الثبات للاختبارات البدنية كان ارتباطها قوي، إذن وجود علاقة ارتباطيه دالة بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات البدنية مما يشير إلى ثبات هذه الاختبارات، حيث كانت معاملات الثبات للاختبارات البدنية محصورة بين (0.87-0.98) حيث أنها تقترب من الواحد عند درجة حرية 5 ومستوى دلالة (0.05)، وقيم ألفا كرونباخ عالية وهذا يعني أن الاختبارات البدنية تقيس ما وضعت لقياسه.

الجدول رقم(05) يبين الثبات والصدق للاختبارات المهارية المطبقة.

التسلسل	الاختبار	الثبات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القيمة الجدولية	الدلالة	الصدق
1	تنطيط الكرة	0.83	5	0.05	0.75	دال	0.91
2	التمريرات المتوسطة	0.87				دال	0.93
3	دقة التهديف	0.85				دال	0.92
4	الجري بالكرة 3م	0.99				دال	0.99

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم(08) أن ومعاملات الثبات للاختبارات المهارية كان ارتباطها قوي، إذن وجود علاقة ارتباطيه دالة بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات البدنية مما يشير إلى ثبات هذه الاختبارات حيث كانت معاملات الثبات للاختبارات المهارية محصورة بين (0.83-0.99) حيث أنها تقترب من الواحد عند درجة حرية 5 ومستوى دلالة 0.05، وأيضا قيم ألفا كرونباخ عالية وهذا يعني أن الاختبارات البدنية تقيس ما وضعت لقياسه.

3.8.الموضوعية:

وترى ليلي السيد فرحات أن الموضوعية هي مدى تحرر المحكم أو الفاحص من العوامل الذاتية، كالتحيز ويتم ذلك بتحديد درجة الاتفاق بين الحكام أو الفاحصين، بحيث يكون المحكم مستقلا في المجال الرياضي لا بد من لإيضاح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار من اجرائته وإدارته وتسجيل النتائج ونجد ذلك عند قيام مجموعة من المحكمين بقياس الأداء لمجموعة من الأفراد ويسجلوا نفس النتائج وبمعنى آخر ان الموضوعية هي الاتفاق بين المحكمين عند قياسالأفراد وذلك باستخدام معامل الارتباط للنتائج (ليلي السيد فرحات، 2003، 169)

وعليه فقد استخدم الطالب الباحث مجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية الشائعة الاستعمال والسهولة التطبيق والمتعارف عليها، والبعيدة عن التقويم الذاتي، كما ان وسائل تجسيدها وطرق تسجيل النتائج سهلة وبسيطة.

9. الأدوات الإحصائية:

إعتمادا على برنامج الحزمة الإحصائية spss نسخة 27 نسخة لحساب المعاملات التالية في الدراسة التطبيقية:

- 1- النسب المئوية
- 2- معامل الارتباط بيرسون
- 3- معامل ألفا كورنباخ
- 4- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري
- 5- معامل الالتواء
- 6- تحليل التباين الاحادي anova one way للمجموعات غير المتساوية العدد
- 7- إختبار التوزيع الطبيعي "Klomogrov-smirnow" واختبار شابيرو ويلك Shapiro-wilk برنامج "Exel 2007" لحساب المستويات المعيارية بطريقة التتابع.

يذكر محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان أن منحى التوزيع النظري قائم في اساسه على نظرية الاحتمالات والحصول عليه متوقف على طبيعة البيانات من شكل المنحنى الإعتدالي وكلما كانت الاختبارات المستخدمة مناسبة للعينة من حيث درجة الصعوبة والسهولة أدى ذلك إلى الحصول على الشكل الإعتدالي للبيانات (علاوي، رضوان، 2008، 144).

ولقد إستخدم الباحث المعادلات الإحصائية الخاصة بايجاد الدرجات والمستويات المعيارية والدرجات المعيارية المعدلة بطريقة التتابع وذلك باستخدام برنامج الاكسل والعادلات كالتالي:

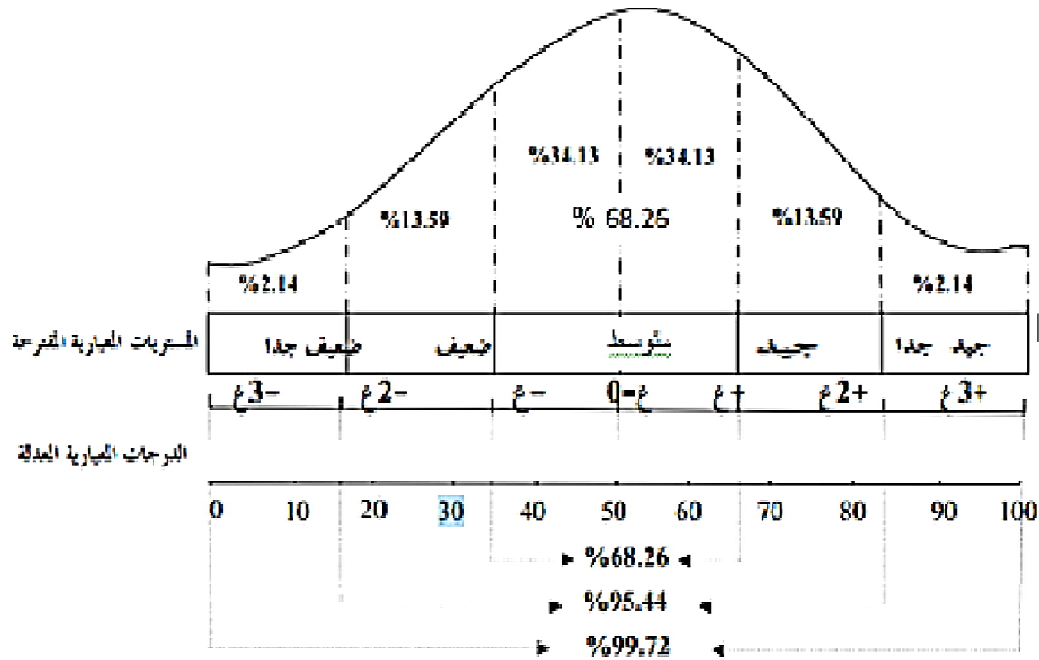
الدرجة المعيارية = المتوسط الحسابي + الرقم الثابت.

الحد الأعلى = المتوسط الحسابي + 3 انحراف معياري

الحد الأدنى = المتوسط الحسابي - 3 انحراف معياري

$$\text{الرقم الثابت} = \frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى}}{100}$$

وعلى أساس هذه المعادلات تم استخدام الدرجات المعيارية حيث يمثل الحد الأعلى للتوزيع الدرجة القصوى 100، ويمثل الوسط الحسابي درجة التقويم الوسطى 50، في حين يمثل الحد الأدنى للتوزيع درجة التقويم الصغرى 0، ويتم الاتجاه نحو الدرجات العليا أو الدنيا بإضافة أو طرح الرقم الثابت في كل مرة مع مراعاة وحدة الاختبار لتبيان اتجاه العلامات العليا واتجاه العلامات الدنيا للاختبار



الشكل رقم (11): يبين الدرجات والمستويات المعيارية والنسب المقررة لها في منحنى التوزيع الطبيعي المقسم لخمس مستويات

بين (س+ع) و (س-ع) تقع 68.27%

(س+ع2) و (س-ع2) تقع 95.45%

(س+ع3) و (س-ع3) تقع 99.72%

كما تمتد مساحة المنحنى الاعتدالي من مالا نهاية في الاتجاه الموجب إلى ما لا نهاية في الاتجاه السالب ، وعليه فان المنحنى الاعتدالي هو الذي يمثل توزيع الظاهرة المقاسة لذلك لا بد من اجراء المنحنى عند تقنين الاختبارات وعمل المعايير والا أصبحت معايير الاختبارات غير دقيقة (علاوي، رضوان، 2008، 144)

10. صعوبات البحث:

- 1- صعوبة التواصل مع المدربين ورؤساء النوادي.
- 2- بعد المسافة بين مقر إقامتي وبين مقر الدراسة الميدانية
- 3- صعوبات فيما يخص الحصول على البرنامج الأصلي "Spss" وكذا عدم الخوض في مجال المستويات المعيارية سابقا مما جعلني أدرس المستويات المعيارية لمدة طويلة من خلال الانترنت.
- 4- صعوبة التعامل القيم الشاذة وتحقيق الاعتدالية للبيانات.
- 5- كثرة الحسابات والجداول مما جعلني استعين ببرنامج إكسل واستغرقت وقتا في التحصل على النتائج.
- 6- قلة بعض المراجع وخاصة فيما يخص مراكز اللعب لأن أغلبها مراجع قديمة.

خلاصة:

لقد شمل محتوى هذا الفصل الإجراءات الميدانية فكان الاستطلاع تمهيدا للعمل الميداني إلى الأجزاء الأخرى للبحث فيما يخص الاختبارات البدنية، عينة الدراسة، مجالاتها، وكذا الدراسة الإحصائية حيث أن هذه الإجراءات تعتبر أسلوبا منهجيا في أي دراسة علمية تشكل قاعدة ترتكز عليه الدراسات المستقبلية، بالإضافة إلى أنها تساعد الباحث على تحليل النتائج التي توصل إليها، هذا من جهة ومن جهة أخرى تجعلنا نثبت تدرج العمل الميداني في الأسلوب المنهجي الذي هو أساس كل بحث علمي.

الفصل الخامس

عرض وتحليل
ومناقشة النتائج

تمهيد:

تعتبر عملية جمع البيانات وعرضها من الخطوات اللازمة للتحقق من فرضيات الدراسة، ومن ثم وجب على الباحث تحليلها ومناقشتها للوصول لنتيجة ذات دلالة علمية وكذا تدعيم هذه النتائج بما توصل إليه الباحثون في الدراسات السابقة والمرتبطة بالموضوع و الاستدلال ببعض الجوانب النظرية مما ورد في الكتب والمراجع والمقالات العلمية ومن ثم الخروج باستنتاجات ، و توصيات للبحوث المستقبلية.

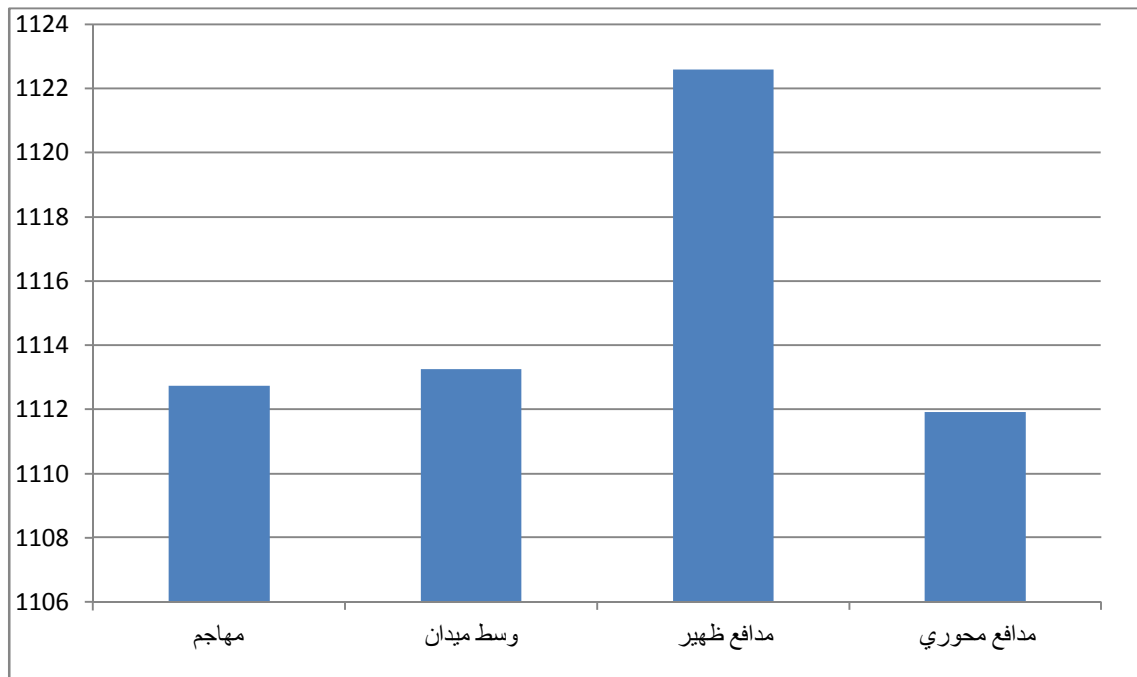
1. عرض وتحليل النتائج:

1.1. عرض وتحليل التوزيع الطبيعي للبيانات حسب مراكز اللعب:

الجدول رقم (06): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء

للقوة الانفجارية حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مركز اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
القوة الانفجارية	مهاجم	30	167.53	15.31	0.013
	وسط ميدان	48	164.19	20.63	0.141-
	مدافع ظهير	20	155	20.41	0.293-
	مدافع محوري	22	166.86	13.58	0.001-



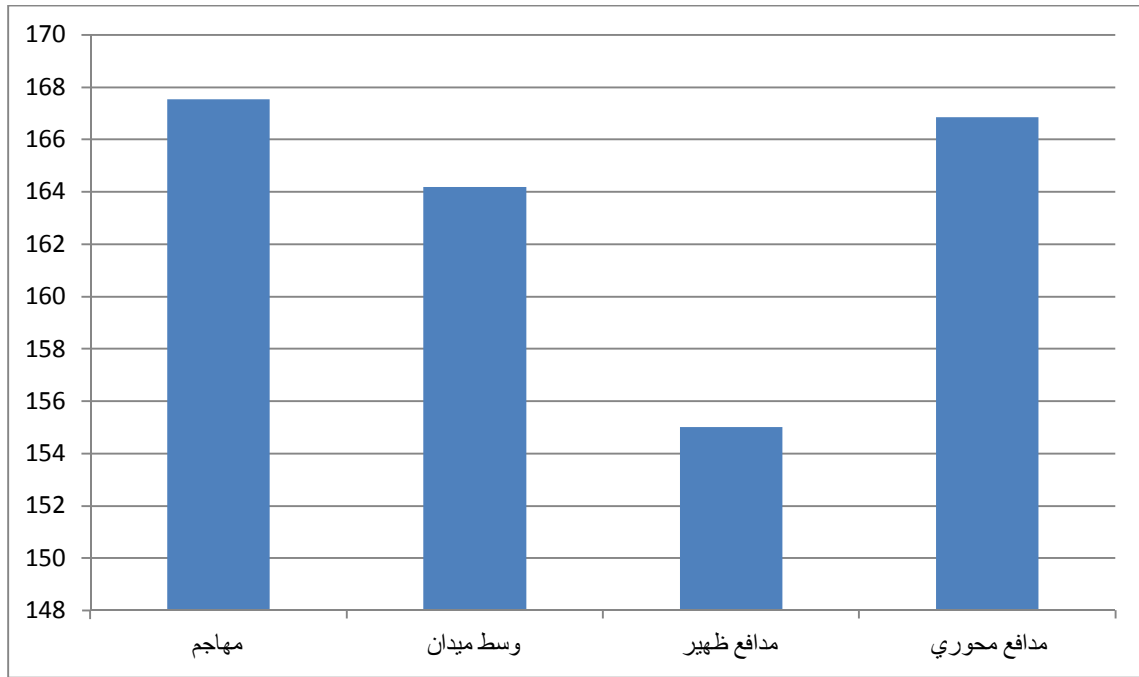
الشكل رقم (12): يبين المتوسطات الحسابية للقوة الانفجارية

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (06) أن المتوسط الحسابي لاختبار الوثب العريض لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب كانت على التوالي (167.53، 164.19، 155، 166.86) وكانت افضل نتيجة في هذا الاختبار لصالح الهجوم ، كما أن قيم معامل الالتواء لمراكز اللعب انحصرت ما بين (-0.013، 0.293) والتي تشير على إعتدالية البيانات في اختبار الوثب العريض.

الجدول رقم (07): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء

للتحمل الهوائي حسب مراكز اللعب

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة	مركز اللعب	القدرات البدنية
0.121-	51.54	1112.73	30	مهاجم	التحمل الهوائي
0.27	53.04	1113.25	48	وسط ميدان	
0.105	59.38	1122.6	20	مدافع ظهير	
0.148-	53.55	1111.91	22	مدافع محوري	



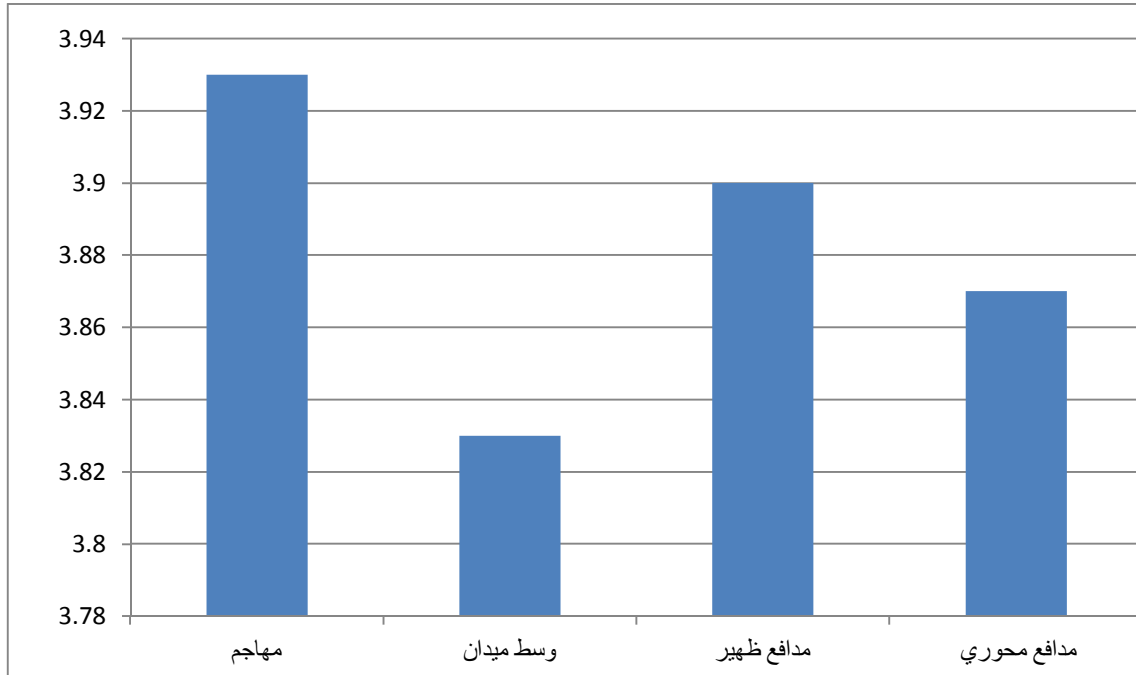
الشكل رقم (13): يبين المتوسطات الحسابية للتحمل الهوائي

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (07) أن المتوسط الحسابي لاختبار بريكسي لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب كانت على التوالي (1112.73، 1111.91، 1122.6، 1113.25) وكانت افضل نتيجة في هذا الاختبار لصالح الهجوم ، كما أن قيم معامل الالتواء لمراكز اللعب انحصرت ما بين (-0.148، 0.27) والتي تشير إلى إعتدالية البيانات في اختبار بريكسي

الجدول رقم (08): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء

للسرعة الانتقالية حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مركز اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السرعة الانتقالية	مهاجم	30	3.93	0.14	0.386-
	وسط ميدان	48	3.83	0.136	0.31
	مدافع ظهير	20	3.90	0.117	0.510-
	مدافع محوري	22	3.87	0.148	0.316-



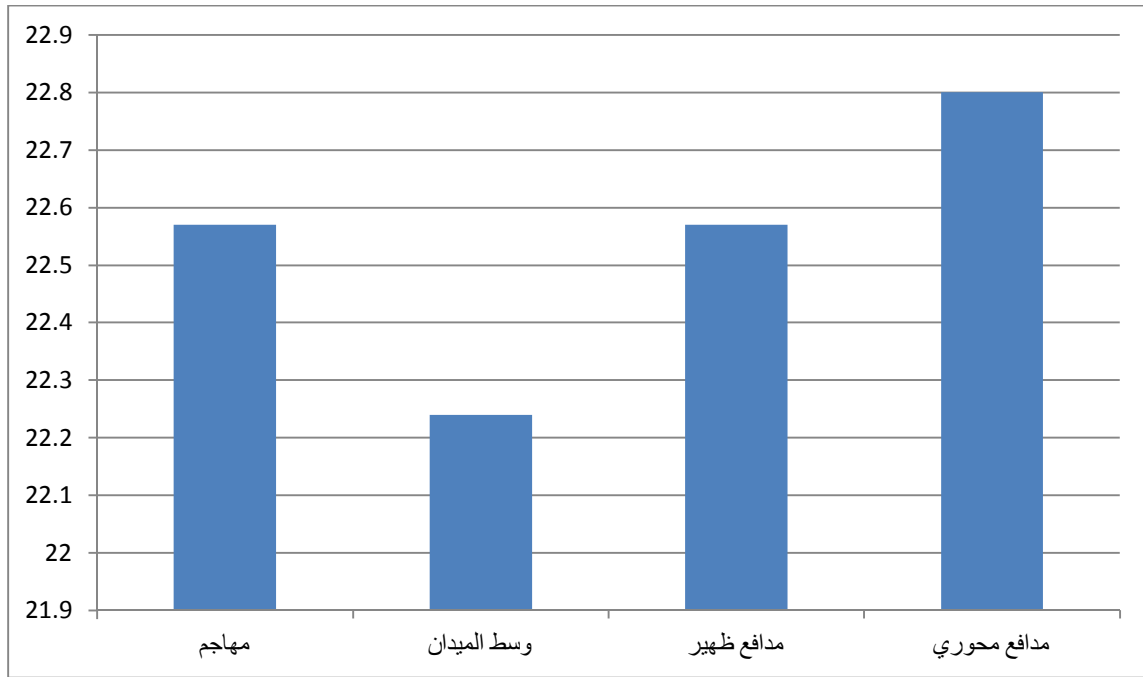
الشكل رقم (14): يبين المتوسطات الحسابية للسرعة الانتقالية

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (08) أن المتوسط الحسابي لاختبار السرعة الانتقالية 20 م لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب كانت على التوالي (3.93، 3.83، 3.90، 3.87)، وكانت افضل نتيجة في هذا الاختبار لصالح وسط الميدان ، كما أن قيم معامل الالتواء لمراكز اللعب انحصرت ما بين (0.31، 0.386-)، والتي تشير إلى إعتدالية البيانات في اختبار 20 م سرعة

الجدول رقم (09): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء

الرشاقة حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مركز اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الرشاقة	مهاجم	30	22.57	0.61	0.260
	وسط ميدان	48	22.24	1.03	0.239
	مدافع جانبي	20	22.57	0.72	0.120-
	مدافع محوري	22	22.80	0.89	0.153



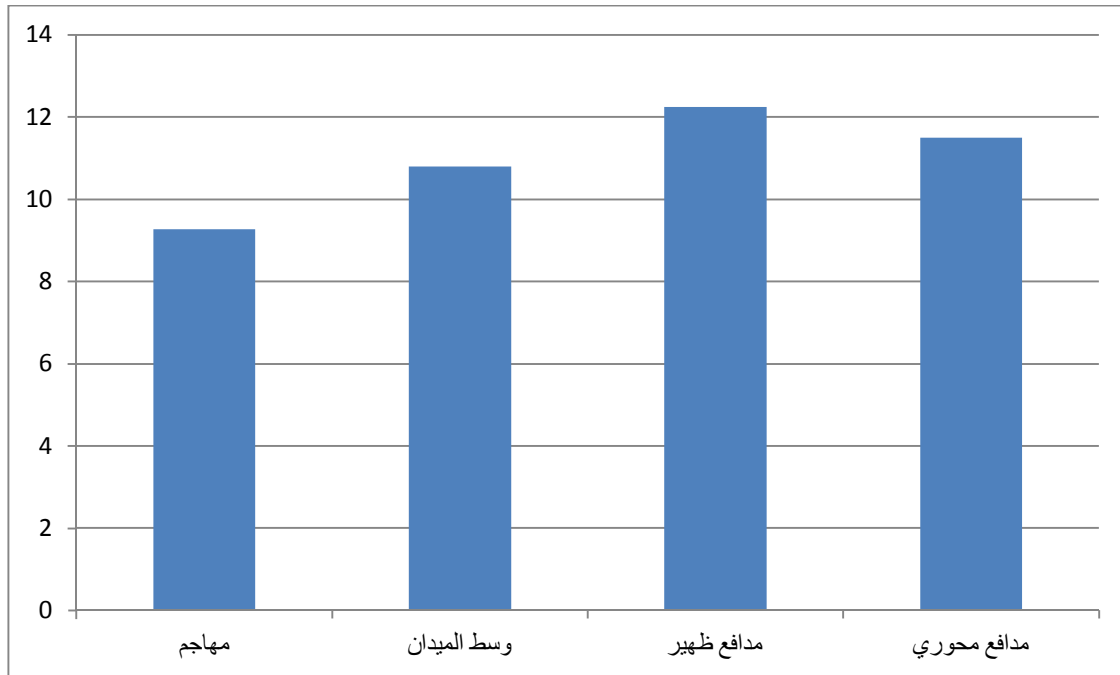
الشكل رقم (15): يبين المتوسطات الحسابية للرشاقة

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (09) أن المتوسط الحسابي لاختبار بارو لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب كانت على التوالي (22.57، 22.24، 22.57، 22.80) وكانت افضل نتيجة في هذا الاختبار لصالح وسط الميدان، كما ان قيم معامل الالتواء لمراكز اللعب إنحصرت ما بين (0.120-، 0.26) والتي تشير إلى إعتدالية البيانات في اختبار الرشاقة.

الجدول رقم(10): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء

للمرونة حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مركز اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
المرونة	مهاجم	30	9.27	4.14	0.155-
	وسط ميدان	48	10.79	4.51	0.153-
	مدافع جانبي	20	12.25	2.09	0.178-
	مدافع محوري	22	11.5	4.61	0.002-



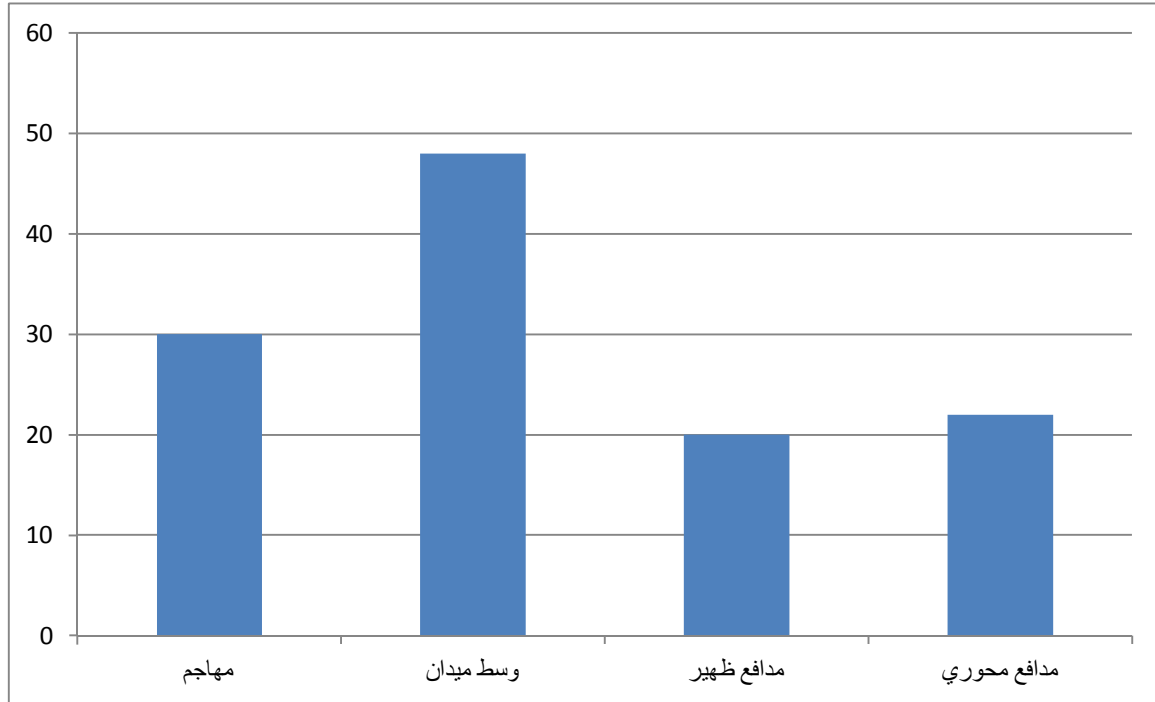
الشكل رقم (16): يبين المتوسطات الحسابية للمرونة

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم(10) أن المتوسط الحسابي لاختبار بارو لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب كانت على التوالي(9.27، 10.79، 12.25، 11.5) وكانت افضل نتيجة في هذا الاختبار لصالح مدافع ظهير، كما ان قيم معامل الالتواء لمراكز اللعب إنحصرت ما بين (0.002-، 0.178-) والتي تشير إلى إعتدالية البيانات في اختبار المرونة

الجدول رقم(11): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء

لاختبار تنطيط الكرة حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مركز اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السيطرة على الكرة	مهاجم	30	113.93	31.5	-0.341
	وسط ميدان	48	103.83	31.27	-0.26
	مدافع ظهير	20	104.85	27.63	0.57
	مدافع محوري	22	109.77	27.64	0.113



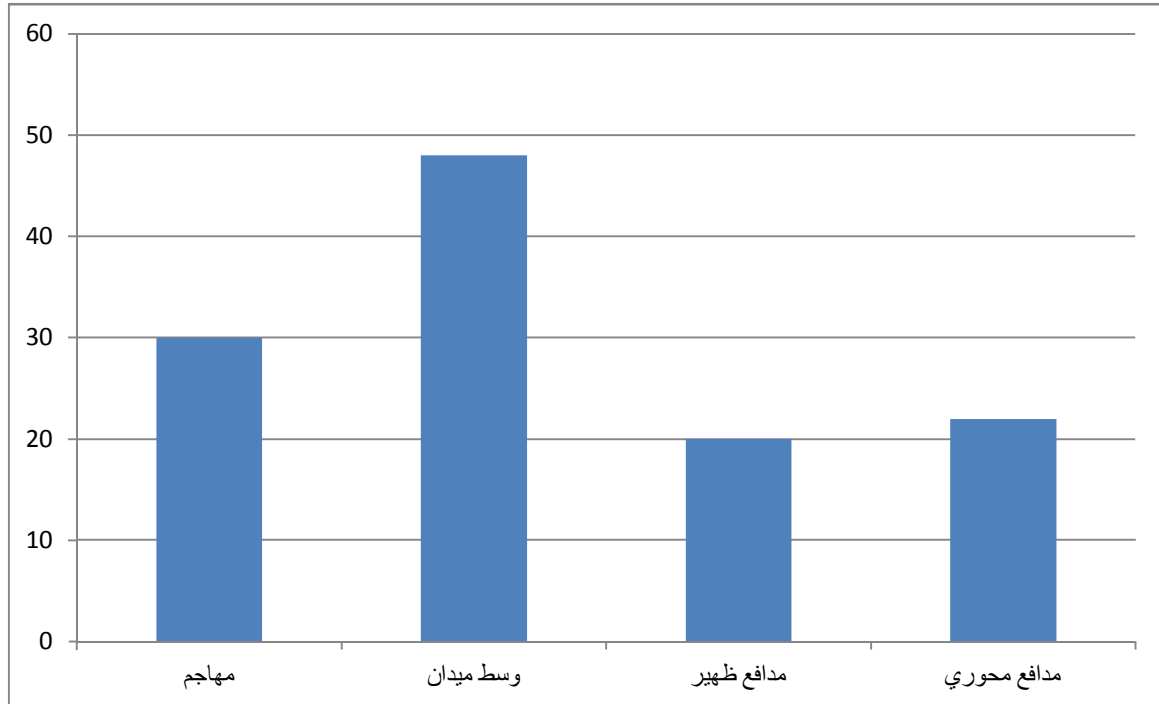
الشكل رقم(17): يبين المتوسطات الحسابية للسيطرة على الكرة

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (11) أن المتوسط الحسابي لاختبار تنطيط الكرة لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب كانت على التوالي (113.93، 103.83، 104.85، 109.77) وكانت افضل نتيجة في هذا الاختبار لصالح وسط الميدان، كما أن قيم معامل الالتواء لمراكز اللعب إنحصرت ما بين (-0.341، 0.57) والتي تشير إلى إعتدالية البيانات في اختبار تنطيط الكرة.

الجدول رقم(12): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء

لاختبار لدقة التمرير الأرضي حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مركز اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
دقة التمرير الأرضي	مهاجم	30	18.93	5.98	0.168
	وسط ميدان	48	18.67	4.17	0.55-
	مدافع ظهير	20	19.3	3.13	0.80-
	مدافع محوري	22	18	5.48	0.244



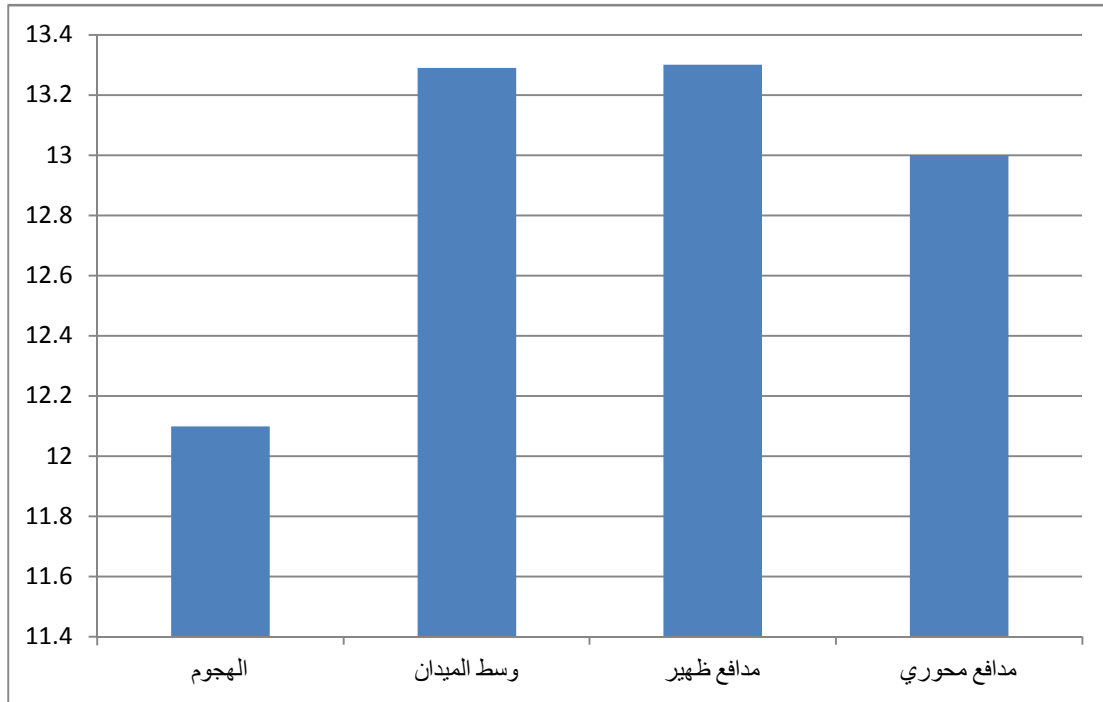
الشكل رقم (18): يبين المتوسطات الحسابية لدقة التمرير

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (12) أن المتوسط الحسابي لاختبار التمريرات المتوسطة لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب كانت على التوالي (18.93، 18.67، 19.3، 18) وكانت أفضل نتيجة في هذا الاختبار لصالح المدافع الجانبي، كما أن قيم معامل الالتواء لمراكز اللعب إنحصرت ما بين (0.80-، 0.244) والتي تشير إلى إعتدالية البيانات.

الجدول رقم (13): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء

لاختبار الرشاقة مع الكرة حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مركز اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الرشاقة مع الكرة	مهاجم	30	11.10	0.60	-0.214
	وسط ميدان	48	11.11	0.54	0.67
	مدافع ظهير	20	11.17	0.47	-0.036
	مدافع محوري	22	10.96	0.51	-0.026



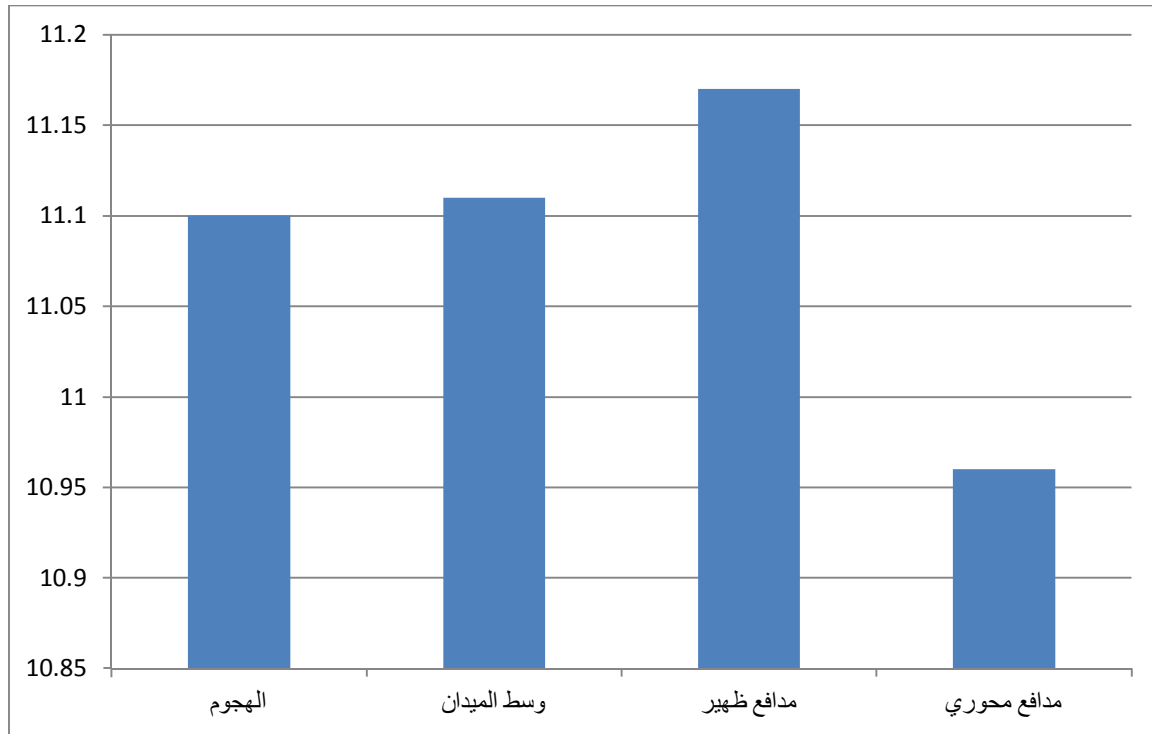
الشكل رقم (19): يبين المتوسطات الحسابية للرشاقة مع الكرة

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (13) أن المتوسط الحسابي لاختبار التمريرات المتوسطة لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب كانت على التوالي (11.10، 11.11، 11.17، 10.96) وكانت افضل نتيجة في هذا الاختبار لصالح الهجوم، كما أن قيم معامل الالتواء لمراكز اللعب إنحصرت ما بين (-0.214، 0.67) والتي تشير إلى إعتدالية البيانات.

الجدول رقم(14): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء

لاختبار دقة التهديد نحو مرمى مقسم لثلاثة مناطق حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مركز اللعب	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
دقة التهديد	مهاجم	30	12.1	4.09	0.190-
	وسط ميدان	48	13.29	3.05	0.256-
	مدافع ظهير	20	13.3	3.62	0.188-
	مدافع محوري	22	13	3.70	0.188-



الشكل رقم (20): يبين المتوسطات الحسابية لاختبار دقة التهديد نحو مرمى مقسم

لثلاثة مناطق

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (14) أن المتوسط الحسابي لاختبار دقة التهديد لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب كانت على التوالي (12.1، 13.29، 13.3، 13) وكانت افضل نتيجة في هذا الاختبار لصالح المدافع الجانبي، كما أن قيم معامل الالتواء لمراكز اللعب إنحصرت ما بين (0.188-، 0.256-) والتي تشير إلى إعتدالية البيانات.

2.1. عرض وتحليل المستويات المعيارية للقدرات البدنية حسب مراكز اللعب

الجدول رقم (15): يبين المستويات المعيارية للقوة الانفجارية حسب مراكز اللعب

القوة الانفجارية	هجوم	وسط ميدان	مدافع ظهير	مدافع محوري
جيد جدا	213-196	226-202	216-192	207-192
جيد	195-177	201-177	191-168	191-175
متوسط	176-159	176-153	167-143	174-159
ضعيف	158-140	151-128	143-119	158-143
ضعيف جدا	139-122	127-103	118-94	142-126

الجدول رقم (16): يبين النسب المئوية للقوة الانفجارية حسب مراكز اللعب

الدرجات المعيارية	المراكز المستويات	الهجوم		وسط الميدان		مدافع الظهير		مدافع محوري	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
81 فما فوق	جيد جدا	1	3.33	0	0	1	5	0	0
80-61	جيد	7	23.33	12	25.0	4	20	5	22.73
60-41	متوسط	14	46.67	22	45.8	10	50	12	54.45
40-21	ضعيف	8	26.67	12	25.0	4	20	5	22.73
أقل من 20	ضعيف جدا	0	0	2	4.2	1	5	0	0
المجموع		30	100	48	100	20	100	22	100

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (16) أن النسب التي حققها مركز الهجوم في القوة الانفجارية كانت (3,33, 0, 67, 26, 46, 33, 23) على التوالي وهو ما يوضح أن مستوى لاعبي الهجوم متوسط في القوة الانفجارية، أما النسب التي حققها مركز وسط الميدان فهي (0, 25, 45, 8, 2, 25, 23, 22) وهو ما يوضح أن مستوى وسط الميدان متوسط في صفة القوة الانفجارية، أما النسب التي حققها مركز المدافع الظهير في القوة الانفجارية كانت (5, 20, 50, 20, 5) وهو ما

يوضح ان مستوى لاعبي المدافع الظهير في صفة القوة الانفجارية متوسط أما النسب التي حققها مركز المدافع المحوري فهي (0.22,73.54.45.22,73.0) مما يعني أن مستوى المدافع المحوري في القوة الانفجارية متوسط.

الجدول رقم (17): يبين المستويات المعيارية للتحمل الهوائي حسب مراكز اللعب

التحمل العام	هجوم	ووسط ميدان	مدافع الظهير	مدافع محوري
جيد جدا	1019-961	1272-1211	1300-1233	1272-1211
جيد	1081-1023	1208-1148	1229-1161	1208-1147
متوسط	1143-1084	1145-1084	1158-1090	1144-1082
ضعيف	1205-1146	1081-1020	1086-1019	1079-1018
ضعيف جدا	1267-1208	1017-957	1015-948	1015-957

الجدول رقم (18): يبين النسب المئوية للتحمل الهوائي حسب مراكز اللعب

الدرجات المعيارية	المراكز المستويات	الهجوم		وسط الميدان		مدافع ظهير		مدافع محوري	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
81 فما فوق	جيد جدا	0	0	1	2.08	1	5	0	0
80-61	جيد	8	26.67	12	25.0	3	15	6	27.27
60-41	متوسط	11	36.67	17	35.4	6	30	10	64.54
40-21	ضعيف	10	33.33	17	35.4	7	35	6	27.27
أقل من 20	ضعيف جدا	1	3.33	1	2.08	0	0	0	0
المجموع		30	100	48	100	20	100	22	100

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (18) أن النسب التي حققها مركز الهجوم في التحمل

الهوائي للمستوى المعياري (جيد جدا، جيد، متوسط، ضعيف، ضعيف جدا) كانت على التوالي

(3,33.33,33.36,67.26,67.0) وهو ما يوضح أن مستوى لاعبي الهجوم متوسط في التحمل

الهوائي ، أما النسب التي حققها مركز وسط الميدان فهي (2,08.35,4.35,4.25.2,08) وهو ما

يوضح ان مستوى وسط الميدان من ضعيف إلى متوسط في صفة التحمل الهوائي ،أما النسب التي

حققها مركز المدافع الظهير في التحمل الهوائي كانت (30,15,5,0,35) يعني ان مستوى لاعبي المدافع الظهير في صفة التحمل الهوائي ضعيف أما النسب التي حققها مركز المدافع المحوري فهي (0.27,27.64,54.27,27.0) مما يعني أن مستوى المدافع المحوري في التحمل الهوائي متوسط

الجدول رقم (19): يبين المستويات المعيارية للسرعة الانتقالية حسب مراكز اللعب

السرعة	هجوم	وسط ميدان	مدافع الظهير	مدافع محوري
جيد جدا	3.68-3.25	3.60-3.45	3.70-3.58	3.62-3.46
جيد	3.85-33.69	3.75-3.61	3.83-3.71	3.79-3.63
متوسط	4.01-3.86	3.91-3.76	3.97-3.84	3.95-3.80
ضعيف	4.18-4.02	4.06-3.92	4.10-3.98	4.12-3.96
ضعيف جدا	4.35-4.19	4.22-4.07	4.23-4.11	4.29-4.13

الجدول رقم (20): يبين النسب المئوية للسرعة الانتقالية 20 م حسب مراكز اللعب

الدرجات المعيارية	المراكز	الهجوم		وسط الميدان		مدافع ظهير		مدافع محوري	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
81 فما فوق	جيد جدا	2	6.66	1	2.08	1	5	2	9.09
80-61	جيد	5	16.67	11	22.92	5	25	4	18.18
60-41	متوسط	15	50	24	50	7	35	10	45.46
40-21	ضعيف	8	26.67	10	20.83	7	35	6	27.27
أقل من 20	ضعيف جدا	0	0	2	4.17	0	0	0	0
المجموع		30	100	48	100	20	100	22	100

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (20) أن النسب التي حققها مركز الهجوم في السرعة الانتقالية للمستوى المعياري (جيد جدا، جيد، متوسط، ضعيف، ضعيف جدا) كانت على التوالي (0.26,67.50.16,67.6,66) وهو ما يوضح أن مستوى لاعبي الهجوم متوسط في السرعة الانتقالية، أما النسب التي حققها مركز وسط الميدان فهي (4,17.20,83.50.22,92.2,08) وهو يعني ان مستوى وسط الميدان متوسط في صفة السرعة الانتقالية، أما النسب التي حققها مركز المدافع الظهير في السرعة الانتقالية كانت (0.35.35.25.5) وهو ما يوضح ان مستوى لاعبي المدافع

الظهير في صفة السرعة الانتقالية من ضعيف إلى متوسط أما النسب التي حققها مركز المدافع المحوري فهي (0.27,27.45,46.18,18.9,09) مما يعني أن مستوى المدافع المحوري في السرعة الإنتقالية متوسط.

الجدول رقم(21): يبين المستويات المعيارية لصفة الرشاقة حسب مراكز اللعب

الرشاقة	هجوم	وسط ميدان	مدافع الظهير	مدافع محوري
جيد جدا	21.47-20.78	20.39-19.21	21.27-20.45	21.20-20.18
جيد	22.20-21.51	21.62-20.43	22.14-21.32	22.27-21.25
متوسط	22.94-22.23	22.86-21.68	23.00-22.18	23.33-22.32
ضعيف	23.67-22.97	24.09-22.90	23.87-23.04	24.40-22.39
ضعيف جدا	24.40-23.70	25.33-24.15	24.73-23.91	25.47-24.46

الجدول رقم (22): يبين النسب المئوية لصفة الرشاقة حسب مراكز اللعب

الدرجات المعيارية	المراكز المستويات	الهجوم		وسط الميدان		مدافع ظهير		مدافع محوري	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
81 فما فوق	جيد جدا	1	3.33	2	4.17	1	5	1	4.55
80-61	جيد	8	26.67	12	25.00	4	20	4	18.18
60-41	متوسط	12	40.00	20	41.67	9	45	9	40.90
40-21	ضعيف	8	26.67	13	27.08	5	25	7	31.82
أقل من 20	ضعيف جدا	1	3.33	1	2.08	1	5	1	4.55
المجموع		30	100	48	100	20	100	22	100

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (22) أن النسب التي حققها مركز الهجوم في صفة الرشاقة للمستوى المعياري (جيد جدا، جيد، متوسط، ضعيف، ضعيف جدا) كانت على التوالي (3,33,26,67,40,26,67,3,33) يعني أن مستوى لاعبي الهجوم متوسط في صفة الرشاقة. أما النسب التي حققها مركز وسط الميدان فهي (2,08,27,08,41,67,25,4,17) وهو ما يوضح أن مستوى وسط الميدان متوسط في صفة الرشاقة ، أما النسب التي حققها مركز المدافع الظهير في صفة الرشاقة كانت (5,25,45,20,5)، مما يعني ان مستوى لاعبي المدافع الظهير في صفة الرشاقة متوسط ، أما النسب التي حققها مركز المدافع المحوري في صفة الرشاقة فهي

(4,55.31,82.40,90.18,18.4,55) مما يعني أن مستوى المدافع المحوري متوسط في صفة الرشاقة.

الجدول رقم (23) يبين المستويات المعيارية لصفة المرونة حسب مراكز اللعب

المرونة	هجوم	وسط ميدان	مدافع الظهير	مدافع محوري
جيد جدا	21-16	24-19	18-16	25-20
جيد	15-12	18-13	15-13	19-14
متوسط	11-7	12-8	12-11	13-9
ضعيف	6-2	2-7	10-8	8-3
ضعيف جدا	1-(2.90-)	1.86-(2.20-)	7-6	2-(1.5-)

الجدول رقم (24): يبين النسب المئوية لصفة المرونة حسب مراكز اللعب

الدرجات المعيارية	المراكز المستويات	الهجوم		وسط الميدان		مدافع ظهير		مدافع محوري	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
81 فما فوق	جيد جدا	2	6.67	1	2.08	1	5	1	4.55
80-61	جيد	7	23.33	17	35.42	8	40	6	27.27
60-41	متوسط	11	36.67	18	37.50	7	35	10	45.45
40-21	ضعيف	9	30.00	12	25.00	4	20	5	22.73
أقل من 20	ضعيف جدا	1	3.33	0	0	0	0	0	0
المجموع		30	100	48	100	20	100	22	100

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (24) أن النسب التي حققها مركز الهجوم في صفة المرونة للمستوى المعياري (جيد جدا، جيد، متوسط، ضعيف، ضعيف جدا) كانت على التوالي (3,33.30.36,67.23,33.6,67) وهو ما يوضح أن مستوى لاعبي الهجوم متوسط في صفة المرونة أما النسب التي حققها مركز وسط الميدان فهي (0.25,37,5.35,42.2,08) وهو ما يوضح أن مستوى وسط الميدان متوسط في صفة المرونة، أما النسب التي حققها مركز المدافع الظهير في صفة المرونة كانت (0.20.35.40.5) وهذا يعني أن مستوى لاعبي المدافع الظهير في

صفة المرونة من متوسط إلى جيد أما النسب التي حققها مركز المدافع المحوري فهي (0.22،73.45،45.27،27.4،55) مما يعني أن مستوى المدافع المحوري متوسط في المرونة.

3.1. عرض وتحليل المستويات المعيارية للقدرات مهارية حسب مراكز اللعب:

الجدول رقم(25): يبين المستويات المعيارية للسيطرة على الكرة حسب مراكز اللعب

السيطرة على الكرة	هجوم	ووسط ميدان	مدافع الظهير	مدافع محوري
جيد جدا	208-172	197-161	187-156	192-161
جيد	170-134	160-124	154-123	160-128
متوسط	132-96	123-86	121-89	126-94
ضعيف	95-59	85-49	88-56	93-61
ضعيف جدا	57-21	48-13	55-23	60-28

الجدول رقم(26): يبين النسب المئوية لمهارة السيطرة على الكرة حسب مراكز اللعب

الدرجات المعيارية	المراكز المستويات	الهجوم		وسط الميدان		مدافع الظهير		مدافع محوري	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
81 فما فوق	جيد جدا	1	3.33	0	0	0	0	0	0
80-61	جيد	5	16.67	13	27.08	8	40	6	27.27
60-41	متوسط	19	63.33	21	43.75	8	40	10	45.45
40-21	ضعيف	3	10	12	25	4	20	5	22.73
20 - 1	ضعيف جدا	2	6.67	2	4.17	0	0	1	4.55
المجموع		30	100	48	100	20	100	22	100

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (26) أن النسب التي حققها مركز الهجوم في تنطيط الكرة للمستوى المعيارى (جيد جدا، جيد، متوسط، ضعيف، ضعيف جدا) كانت على التوالي (6،67.10.63،33.16،67.3،33) وهو ما يوضح أن مستوى لاعبي الهجوم متوسط في مهارة تنطيط الكرة، أما النسب التي حققها مركز وسط الميدان فهي (4،17.25.43،75.27،08.0) وهو ما يوضح ان مستوى وسط الميدان متوسط في مهارة تنطيط الكرة ،أما النسب التي حققها مركز المدافع الظهير في مهارة تنطيط الكرة كانت (0.20.40.40.0) وهو ما يوضح ان مستوى لاعبي

المدافع الظهير في صفة السرعة الانتقالية من للمتوسط إلى الجيد أما النسب التي حققها مركز المدافع المحوري فهي (27.0، 45.27، 73.45، 55.22، 4) مما يعني أن مستوى المدافع المحوري متوسط في مهارة تنطيط الكرة

الجدول رقم (27): يبين المستويات المعيارية لدقة التمرير الأرضي حسب مراكز اللعب

التمرير	هجوم	وسط ميدان	مدافع ظهير	مدافع محوري
جيد جدا	30-29	30-26	30-28	30-25
جيد	28-22	25-21	27-21	24-21
متوسط	21-15	20-16	20-15	20-17
ضعيف	14-8	15-11	14-8	16-13
ضعيف جدا	7-1	10-6	7-1	12-8

الجدول رقم (28): يبين النسب المئوية لدقة التمرير الأرضي حسب مراكز اللعب

الدرجات المعيارية	المراكز المستويات	الهجوم		وسط الميدان		مدافع الظهير		مدافع محوري	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
81 فما فوق	جيد جدا	2	6.67	4	8.33	0	5	3	13.64
80-61	جيد	7	23.33	9	18.75	6	30	4	18.18
60-41	متوسط	14	46.67	26	54.17	12	60	7	31.82
40-21	ضعيف	7	23.33	8	16.67	2	10	4	18.18
أقل من 20	ضعيف جدا	0	0	1	2.08	0	0	4	18.18
المجموع		30	100	48	100	20	100	22	100

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (28) أن النسب التي حققها مركز الهجوم في مهارة تمرير الكرة للمستوى المعياري (جيد جدا ،جيد، متوسط، ضعيف ، ضعيف جدا) كانت على التوالي (67، 33.6، 67.23، 33.46، 23، 0) وهو ما يوضح أن مستوى لاعبي الهجوم متوسط في مهارة تمرير الكرة، أما النسب التي حققها مركز وسط الميدان فهي (33، 75.8، 17.18، 67.54، 16.08، 2) وهو ما يوضح ان مستوى وسط الميدان متوسط في مهارة تمرير الكرة ،أما النسب التي حققها مركز المدافع الظهير في مهارة تمرير الكرة كانت (5.30، 60.10، 0) وهذا يعني ان مستوى لاعبي المدافع

الظهير في مهارة تمرير الكرة متوسط أما النسب التي حققها مركز المدافع المحوري فهي (18،18.18،18.31،82.18،18.13،64) مما يعني أن مستوى المدافع المحوري متوسط في مهارة تمرير الكرة.

الجدول رقم (29): يبين المستويات المعيارية لمهارة دقة التهديف حسب مراكز اللعب

دقة التهديف	هجوم	ووسط ميدان	مدافع الظهير	مدافع محوري
جيد جدا	24-19	22-18	24-20	24-19
جيد	18-14	17-15	19-15	18-15
متوسط	13-9	14-11	14-11	14-11
ضعيف	8-4	10-7	10-7	10-6
ضعيف جدا	3-1	6-4	6-2	5-2

الجدول رقم (30): يبين النسب المئوية لمهارة دقة التهديف حسب مراكز اللعب

الدرجات المعيارية	المراكز المستويات	الهجوم		وسط الميدان		المدافع الظهير		المدافع المحوري	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
81 فما فوق	جيد جدا	1	3.33	3	6.25	0	5	2	9.09
80-61	جيد	9	30	15	31.25	9	45	7	31.82
60-41	متوسط	15	50	24	50	7	35	8	36.36
40-21	ضعيف	4	13.34	6	12.50	4	20	5	22.73
أقل من 20	ضعيف جدا	1	3.33	0	0	0	0	0	0
المجموع		30	100	48	100	20	100	22	100

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (30) أن النسب التي حققها مركز الهجوم في مهارة دقة التهديف للمستوى المعياري (جيد جدا، جيد، متوسط، ضعيف ضعيف جدا) كانت على التوالي (3،33،30.34،50.33،3) وهو ما يوضح أن مستوى لاعبي الهجوم متوسط في مهارة دقة التهديف ، أما النسب التي حققها مركز وسط الميدان فهي (25،25.6،5.31،5.50،0.12)، وهو ما يوضح أن مستوى وسط الميدان متوسط في مهارة دقة التهديف، أما النسب التي حققها مركز المدافع الظهير في مهارة دقة التهديف كانت (5.45،20.35،0) وهو ما يوضح أن مستوى لاعبي المدافع

الظهير في مهارة دقة التهديد جيد أما النسب التي حققها مركز المدافع المحوري فهي (0.22،73.36،36.31،82.9،09) مما يعني أن مستوى المدافع المحوري في دقة التهديد.

الجدول رقم (31) يبين المستويات المعيارية لمهارة المراوغة حسب مراكز اللعب

المراوغة	الهجوم	وسط الميدان	مدافع الظهير	مدافع محوري
جيد جدا	10.02-9.34	10.14-9.52	10.32-9.79	10.04-9.46
جيد	10.74-10.06	10.79-10.17	10.89-10.34	10.65-10.07
متوسط	11.46-10.78	11.43-10.82	11.45-10.92	11.27-10.66
ضعيف	12.18-11.50	12.08-11.47	12.02-11.48	11.88-11.30
ضعيف جدا	12.90-12.20	12.73-12.11	12.58-12.04	12.49-11.91

الجدول رقم (32) يبين النسب المئوية لمهارة المراوغة حسب مراكز اللعب

الدرجات المعيارية	المراكز المستويات	الهجوم		وسط الميدان		المدافع الظهير		المدافع المحوري	
		العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
81 فما فوق	جيد جدا	2	6.67	1	2.08	0	5	2	9.09
80-61	جيد	6	20	10	20.84	7	35	4	18.18
60-41	متوسط	16	53.33	23	47.92	8	40	11	50
40-21	ضعيف	3	10	13	27.08	5	25	4	18.18
أقل من 20	ضعيف جدا	3	10	1	2.08	0	0	1	4.55
المجموع		30	100	48	100	20	100	22	100

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (32) أن النسب التي حققها مركز الهجوم في الرشاقة مع الكرة للمستوى المعياري (جيد جدا، جيد، متوسط، ضعيف، ضعيف جدا) كانت على التوالي (10.10.53،33.20.6،67)، وهو ما يوضح أن مستوى لاعبي الهجوم متوسط في مهارة الرشاقة مع الكرة ، اما النسب التي حققها مركز وسط الميدان فهي (2،08.27،08.47،92.20،84.2،08) وهو ما يوضح ان مستوى وسط الميدان متوسط في الرشاقة مع الكرة ،أما النسب التي حققها مركز المدافع الظهير في مهارة الرشاقة مع الكرة كانت (0.25.40.35.5)،وهو ما يوضح ان مستوى لاعبي المدافع الظهير في مهارة الرشاقة مع الكرة من متوسط إلى جيد أما النسب التي حققها مركز

المدافع المحوري فهي (4،55.18،18.50.18،18.9،09) ،مما يعني أن مستوى المدافع المحوري متوسط في مهارة الرشاقة مع الكرة.

4.1. عرض وتحليل اختبار الفروق في القدرات البدنية حسب مراكز اللعب:

الجدول رقم (33): يبين تحليل التباين الأحادي للوثب العريض حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجة الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
القوة الانفجارية	بين المجموعات	2176.59	3	725.53	2.180	0.05
	داخل المجموعات	38611.37	116	332.85		
	التباين الكلي	40787.96	119	1058.38		

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (33) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في القوة الانفجارية بين مراكز اللعب حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة اقل من قيمة (ف) الجدولية في اختبار الوثب العريض من الثبات عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول رقم (34): يبين تحليل التباين الأحادي لاختبار بريكسي حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجة الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
التحمل الهوائي	بين المجموعات	1627.98	3	542.66	0.904	0.05
	داخل المجموعات	334317.48	116	2882.04		
	التباين الكلي	335945.46	119	3424.70		

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (34) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التحمل الهوائي بين مراكز اللعب حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة اقل من قيمة (ف) الجدولية في اختبار بريكسي 5 دقائق عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول رقم (35): يبين تحليل التباين الأحادي لاختبار السرعة 20م حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجة الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
السرعة الانتقالية 20م	بين المجموعات	0.204	3	0.068	3.658	0.05
	داخل المجموعات	2.154	116	0.019		
	التباين الكلي	2.358	119	0.087		

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم(35) أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في السرعة الانتقالية بين مراكز اللعب حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة اقل من قيمة (ف) الجدولية في اختبار السرعة 20 م عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول رقم (36): يبين تحليل التباين الأحادي لاختبار بارو حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجة الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
الرشاقة	بين المجموعات	5.29	3	1.753	2.308	0.05
	داخل المجموعات	88.10	116	0.760		
	التباين الكلي	341.18	119	93.63		

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (36) أنه لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية في صفة الرشاقة بين مراكز اللعب حيث كانت قيمة(ف) المحسوبة اقل من قيمة (ف) الجدولية في اختبار بارو عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول رقم (37): يبين تحليل التباين الأحادي لاختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجة الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
المرونة	بين المجموعات	123.33	3	41.111	2.4	0.05
	داخل المجموعات	1987.03	116	17.130		
	التباين الكلي	2110.36	119	58.241		

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (37) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرشاقة بين مراكز اللعب حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة اقل من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05).

5.1. عرض وتحليل اختبار الفروق في القدرات المهارية حسب مراكز اللعب:

الجدول رقم (38): يبين تحليل التباين الأحادي لاختبار تنطيط الكرة حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجة الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
السيطرة على الكرة	بين المجموعات	2008.52	3	669.50	0.721	0.05
	داخل المجموعات	107679.34	116	928.27		
	التباين الكلي	109687.86	119	1597.77		

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (38) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في السيطرة على الكرة بين مراكز اللعب حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة اقل من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول رقم (39): يبين تحليل التباين الأحادي لمهارة التمرير حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجة الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
دقة التمرير	بين المجموعات	19.633	3	6.544	0.284	0.05
	داخل المجموعات	2674.733	116	23.058		
	التباين الكلي	2694.366	119	23.058		

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (39) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في اختبار التمريرات المتوسطة بين مراكز اللعب حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة اقل من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول رقم (40): يبين تحليل التباين الأحادي لمهارة التهديف حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
دقة التهديف	بين المجموعات	29.77	3	9.925	0.786	0.05
	داخل المجموعات	1464.81	116	12.628		
	التباين الكلي	1494.59	119	22.553		

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم (40) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في اختبار دقة التهديف بين مراكز اللعب حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة اقل من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول رقم(41): يبين تحليل التباين الأحادي للرشاقة مع الكرة حسب مراكز اللعب

القدرات البدنية	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط مربعات الانحراف	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
الجري بالكرة 3م	بين المجموعات	0.841	3	0.280	1.007	0.05
	داخل المجموعات	32.281	116	0.278		
	التباين الكلي	33.122	119	0.558		

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول رقم:(41) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في اختبار الجري مع الكرة 3م بين مراكز اللعب حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة اقل من (ف) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05).

2.مناقشة الفرضيات:

1.2.عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى في ضوء النتائج التحصل عليها والموسومة ب: مستوى القدرات البدنية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة يقع في المستوى المتوسط

تبين الجداول رقم (16)،(18)،(20)،(22)،(24)حسب المستويات المعيارية للقدرات البدنية التي تم بناؤها للاعبين الرابطة الوطنية لكرة القدم بسكرة فئة اقل من 17 سنة أن مستوى اللاعبين في صفة القوة الانفجارية لم يرقى إلى المستوى المطلوب إذ أن مستوى اللاعبين متوسط في جميع مراكز اللعب المستوى(الهجوم ، وسط الميدان،مدافع ظهير، مدافع محوري) وكانت أحسن نسبة للمدافع المحوري بنسبة 54.54%

أما فيما يخص صفة التحمل الهوائي فقد سجلت مراكز اللعب جميع مراكز اللعب (الهجوم ، وسط الميدان،مدافع ظهير، مدافع محوري) المستوى متوسط وكانت أحسن نسبة للمدافع المحوري بنسبة 45.46%، أما بالنسبة للسرعة الهوائي فقد سجلت مراكز اللعب (الهجوم ، وسط الميدان، مدافع محوري) المستوى من ضعيف إلى متوسط بنسبة 35%، باستثناء مركز مدافع ظهير الذي سجل المستوى وكانت أحسن نسبة للهجوم ووسط الميدان بنسبة 50% وجاءت هذه النتائج متشابهة مع دراسة أجراها (بن قوة، 2006)على ناشئي بعض أندية الغرب الجزائري حيث أظهرت نتائج اللاعبين

في اختبار السرعة 20 م أن أغلبية عينة البحث تركزت في المستوى المعياري متوسط ب 76 لاعبا وبنسبة مئوية بلغت 49,61% وكذا المستوى المعياري ضعيف ب 51 لاعب بنسبة مئوية قدرت ب 31,48% ، حيث يرى أن نتائج الناشئين في كرة القدم للجهة الغربية ضعيفة تميل نحو المتوسط وهذا يرجع للإمكانات الفطرية التي تلعب دورا بارزا وجوهريا في هذه الصفة واختلاف النتائج راجع بالدرجة الأولى الى الفروقات الفردية فسيولوجيا، أما بالنسبة لصفة الرشاقة فقد سجلت عينة البحث في جميع مراكز اللعب (الهجوم، وسط الميدان، مدافع ظهير، مدافع محوري) في المستوى متوسط وكانت أحسن نسبة للمدافع الظهير بنسبة 45% ، في حين سجلت صفة المرونة لعينة البحث المستوى جيد للمدافع الظهير بينما سجلت المستوى متوسط لبقية مراكز اللعب (الهجوم ، وسط الميدان ، مدافع محوري)، وكانت أحسن نسبة للمدافع المحوري بنسبة 45.45%، هذا ما وفق دراسة (سعداوي فيصل، 2020) ، حيث توصل إلى أن اغلب توزيعات النتائج المحصل عليها ضمن المستويات المعيارية للاختبارات البدنية المطروحة تركزت في المستويين جيد ومتوسط ، و يعزو الباحث انخفاض مستوى القدرات البدنية (القوة الانفجارية ، التحمل الهوائي، السرعة الانتقالية، الرشاقة، المرونة) إلى عدم جدية المدربين للتخطيط في عملية التدريب و عدم مراعاة الفروق الفردية في تدريب مراكز اللعب، إضافة إلى غياب وسائل التقييم كالمستويات المعيارية التي تسمح للمدرب للوقوف على المستوى البدني للاعبين وبالتالي تعزيز نقاط القوة وعلاج نقاط الضعف في القدرات البدنية ومن خلال ما سبق نستنتج فان معظم المستويات المتحصل عليها تقع معظمها في المستوى متوسط وبالتالي نقول أن الفرضية الأولى محققة.

2.2. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية في ضوء النتائج التحصل عليها الموسومة ب: مستوى القدرات المهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة يقع في المستوى المتوسط.

تبين الجداول رقم (26)، (28)، (30)، (32) حسب المستويات المعيارية للقدرات المهارية التي تم بناؤها للاعبين الرابطة الوطنية لكرة القدم بسكرة فئة أقل من 17 سنة أن مستوى اللاعبين في مهارة تنطيط الكرة (السيطرة على الكرة) في المستوى متوسط للمراكز (الهجوم ، وسط الميدان، مدافع محوري) وكانت أحسن نسبة لصالح مركز الهجوم بنسبة 63.34% في حين سجل مدافع ظهير مستوى ترواح بين المتوسط للجيد، أما فيما يخص دقة التمرير الأرضي فقد سجلت جميع مراكز اللعب نسباً مرتفعة

في المستوى المعياري متوسط وكانت احسن نسبة لصالح مدافع ظهير بنسبة 60% وهو ما يدل على انخفاض هذه المهارة عند أفراد عينة البحث حيث تعتبر مهارة التمرير اساس اللعب الجماعي ونجاح لاعبي الفريق ،حيث يقول (أسعد محمود،2009،93) عن التمرير " تعتبر المناولة اساس اللعب الجماعي وهو من مقومات الاتصال والربط في الخطط الجماعية وتنفيذ وسائل الهجوم الجماعي يعتمد على مدى قدرة ولمكانية اللاعبين في أداء المناولات بينهم بشكل سريع مع ضمان الدقة في الأداء لكون المناولات هي عصب اللعب الجماعي ".ولقد جاءت نتائج هذه الدراسة متفقة مع نتائج وهذا ماإتفق مع نتائج دراسة (قعقاع توفيق،2019)حيث توصل إلى أن المستوى المعياري لعينة البحث (متوسط) في اختبار التمرير واختبار التوافق.

أما بالنسبة لمهارة دقة التهديف فقد سجلت مراكز اللعب(الهجوم ، وسط الميدان، مدافع محوري) المستوى متوسط، وكانت أفضل نسبة لصالح الهجوم ووسط الميدان بنسبة 50% وهذا ما تفق مع نتائج دراسة (ناصر عبد القادر،2006) حيث توصل إلى ، أن تصنيف المستويات المعيارية في المستوى المقبول لجميع المتطلبات البدنية والمهارية ،في حين حقق مركز مدافع ظهيرفي مهارة التهديف المستوى جيد بنسبة 45% وهذا ما اتفق مع دراسة(روام موسى ،2017) حيث توصل إلى أن أفضل نتائج عينة البحث في الجانب المهاري سجل في دقة التهديف أما بالنسبة امهارة الجري بالكرة فقد سجلت مراكز اللعب(الهجوم ، وسط الميدان، مدافع محوري) المستوى متوسط، ، وكانت أفضل نتيجة لصالح وسط الميدان بنسبة 47.92%

ويعزو الباحث إنخفاض مستوى القدرات المهارية إلى نفس العوامل التي أدت إلى انخفاض المستوى البدني لعينة البحث حيث تشير كل الدراسات إلى أن الجانب البدني هو القاعدة الأساسية التي تبنى عليها جميع جوانب الاعداد بداية من الجانب المهاري ويرى الباحث أن الارتقاء بالقدرات المهارية يحتاج إلى مستوى جيد من القدرات البدنية بالإضافة إلى التدريب والتكرار الدائم لهذه المهارات ومن خلال ما سبق نجد أن أفراد العينة يندرجون ضمن المستوى المتوسط وبالتالي الفرضية الثانية محققة.

3.2. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة في ضوء النتائج التحصل عليها الموسومة ب: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القدرات البدنية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف اقل من 17 سنة.

يتضح من خلال نتائج الجداول رقم (33)،(34)،(35)،(36)،(37) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في في أغلب القدرات البدنية (القوة الانفجارية التحمل الهوائي ،الرشاقة ، المرونة)،حيث كانت (ف)المحسوبة اصغر من (ف) الجدولية ،ويرجع الباحث سبب تقارب مستوى اللاعبين في القدرات البدنية قيد الدراسة بين مراكز اللعب في كرة القدم إلى عدم التخصصية في تدريب المراكز وعدم مراعاة المدربين الفروق والتخصص في ذلك وهذا ما إتفق دراسة (نعمة بن عودة ،2018) حيث توصل إلى عدم وجود أي فروق ذات دلالة احصائية في جميع الاختبارات البدنية لعينة البحث

في حين نسجل وجود فروق ذات دلالة احصائية في خاصية السرعة الانتقالية حيث كانت (ف) المحسوبة أكبر من الجدولية ، وهذا ما اتفق مع دراسة (عبد القادر بن ناصر،2006) فيما يخص السرعة الانتقالية التي توصلت الى وجود فروق معنوية وأخرى عشوائية بين مراكز اللاعبين لبعض العناصر من اللياقة البدنية وبعض المهارات الأساسية ولم تتفق مع دراسة (روام موسى،2017) حيث توصل إلى انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الاختبارات البدنية وبما أننا وجدنا فروق ذات دلالة إحصائية في صفة السرعة نقول أن الفرضية الثالثة محققة.

4.2. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الرابعة في ضوء النتائج التحصل عليها الموسومة ب: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القدرات مهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف اقل من 17 سنة.

يتضح لنا من خلال نتائج الجداول رقم (38)،(39)،(40)،(41)،أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في في كل القدرات (المهارية السيطرة على الكرة في الهواء ودقة التمرير الأرضي ، ودقة التهديف ، الرشاقة مع الكرة) بين مراكز اللعب (الهجوم،وسط الميدان حيث كانت ف المحسوبة اصغر من الجدولية وهو ما اتفق (دراسة بن نعمة بن عودة،2018) حيث توصل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارات المهارية.

وكذا عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية تصويب الكرة نحو مرمى مقسم إلى 3 مناطق وهذا ما يتفق مع دراسة (راشف عبد المومن،2016)،حيث توصل إلا أنه لا توجد فروق دالة احصائيا في

المهارات الحركية بين اللاعبين المبتدئين في كرة القدم (10-12) سنة ما عدا في اختبار التصويب على مرمى مقسم لثلاثة مناطق وهذا لصالح اللاعبين بسن 10 سنوات المبتدئين، وبالتالي نقول أن الفرضية الرابعة غير محققة.

5.2. عرض وتحليل وتحليل ومناقشة الفرضية العامة إن مستوى القدرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة يقع في المستوى المتوسط.

الجدول رقم (42): يبين المستويات المعيارية للقدرات البدنية والمهارية حسب المراكز

مدافع محوري	مدافع ظهير	وسط الميدان	الهجوم	مراكز اللعب القدرات البدنية والمهارية
متوسط	متوسط	متوسط	متوسط	القوة الانفجارية
متوسط	ضعيف-متوسط	متوسط	متوسط	التحمل الهوائي
متوسط	ضعيف-متوسط	متوسط	متوسط	السرعة الانتقالية
متوسط	متوسط	متوسط	متوسط	الرشاقة
متوسط	جيد	متوسط	متوسط	المرونة
متوسط	متوسط-جيد	متوسط	متوسط	السيطرة على الكرة
متوسط	متوسط	متوسط	متوسط	دقة التمرير
متوسط	جيد	متوسط	متوسط	دقة التهديف
متوسط	متوسط	متوسط	متوسط	الرشاقة مع الكرة

من خلال عرض وتحليل النتائج السابقة ومن خلال تحقق الفرضيات الأولى والثالثة والرابعة وحسب الجدول رقم (42): الذي يبين المستويات المعيارية لعينة البحث حسب مراكزهم فقد توصل الباحث إلى إيجاد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكزهم صنف أقل من 17 سنة حيث، إندرجت أغلبية القدرات البدنية والمهارية المستوى متوسط وبالتالي تحقق الفرضية العامة للبحث الموسومة ب: مستوى القدرات البدنية و المهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة يقع في المستوى المتوسط.

الإستنتاج العام:

في ضوء المعالجة الإحصائية للبيانات فان الباحث استنتج مايلي:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في السرعة الانتقالية 20 م بين مختلف مراكز اللعب (الهجوم، وسط الميدان، مدافع ظهير، مدافع محوري) للاعبي كرة القدم صنف أقل من 17 سنة في السرعة الانتقالية مع عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية القدرات البدنية الأخرى (القوة الانفجارية ، التحمل الهوائي ، الرشاقة، والمرونة).
2. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين مختلف مراكز اللعب (الهجوم، وسط الميدان، مدافع ظهير، محوري) في جميع القدرات المهارية (السيطرة على الكرة، دقة التمرير، دقة التهديف، المراوغة)
3. مستوى لاعبي كرة القدم حسب مراكزهم لفئة أقل من 17 سنة لعينة البحث في القوة الانفجارية و التحمل الهوائي والرشاقة يندرج ضمن المستوى متوسط
4. مستوى لاعبي كرة القدم حسب مراكزهم لفئة أقل من 17 سنة لعينة البحث في السرعة الإنتقالية يتراوح في المستوى فمتوسط باستثناء مركز المدافع الظهير الذي تراوح بين الضعيف للمتوسط.
5. مستوى لاعبي كرة القدم حسب مراكزهم لفئة أقل من 17 سنة لعينة البحث في المرونة يتراوح بين المستوى متوسط لمراكز اللعب (الهجوم، وسط الميدان ، المدافع المحوري) وجيد لمركز المدافع الظهير .
6. مستوى لاعبي كرة القدم لعينة البحث في مهارة السيطرة على الكرة يندرج ضمن المستوى المتوسط لمراكز اللعب (الهجوم، وسط الميدان ، المدافع المحوري)، بينما تراوح بين المتوسط إلى الجيد في مركز المدافع الظهير
7. مستوى لاعبي كرة القدم لعينة البحث في مهارة دقة التمرير الأرضي ومهارة المراوغة (الرشاقة مع الكرة) يندرج ضمن المستوى المتوسط لجميع مراكز اللعب
8. مستوى لاعبي كرة القدم لعينة البحث في مهارة دقة التهديف يندرج ضمن المستوى المتوسط لمراكز اللعب (الهجوم، وسط الميدان ، المدافع المحوري) وجيد للمدافع الظهير
9. اختلاف المستويات في القدرات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم حسب مراكزهم صنف أقل من سنة لمركز المدافع الظهير من (ضعيف ،متوسط ،جيد) وثباتها في المستوى المتوسط لبقية المراكز

التوصيات والاقتراحات:

- في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة فإن الباحث يقترح:
1. تدريب وتوظيف اللاعبين إنطلاقاً من القدرات البدنية والمهارية التي تفرضها الواجبات الخططية
 2. ضرورة استفادة المدربين من المستويات المعيارية والاختبارات المقننة في عملية تقييم و تقويم المستوى البدني والمهاري للاعبين حسب مراكزهم
 3. ضرورة تطبيق اختبارات في بداية فترة الاعداد للتعرف على مستوى اللاعبين من خلال الجداول المعيارية حتى يتمكن المدربون من وضع خطة التدريب وكذا تكرار إجراء الاختبارات من فترة إلى أخرى للوقوف على تطور مستوى اللاعبين حسب مراكزهم.
 4. تدريب اللاعبين حسب المراكز وهذا إنطلاقاً من واجبات وخصوصيات كل مركز
 5. ضرورة إجراء دراسات مشابهة في مختلف الفئات العمرية وفي مستويات اللعب الأخرى.

خاتمة:

إن الرفع من مستوى الأداء الفني والبدني في لعبة كرة القدم يفرض على المدرب تحقيق الواجبات والمتطلبات الخططية ، وهذا ما يحتم عليه أن يراعي الأسس العلمية وأن ينتهج المنهجية الصحيحة من حيث خصوصية الفروق الفردية وكذا تطبيق مبادئ التدريب والاستفادة من خبرات المربين والمختصين في نفس المجال واستخدم الاختبارات العلمية المقننة للحصول على مستويات معيارية حسب كل مركز لعب تمكنه من تقويم موضوعي لتلك الخصائص التي تتطلبها لعبة كرة القدم، من أجل معرفة جوانب القصور والضعف لدى اللاعبين وتقويمها وكذا جوانب القوة والمحافظة عليها للوصول على بناء فريق متكامل يتميز فيه كل مركز من مراكز اللعب بما يتطلبه من القدرات البدنية والمهارية ، فمن المنطقي أن يتميز لاعبو الدفاع الجانبي بسرعة الانطلاق وقدرة تحمل عالية بالإضافة إلى المراوغة ودقة التمرير وأن يتميز لاعبو محو الدفاع بالسرعة والقوة الانفجارية ، بينما يتميز لاعبو الوسط بقدرة تحمل عالية ودقة التمرير بأنواعه بالإضافة إلى المراوغة ، كما لا بد أن يتميز المهاجم بدقة التصويب على المرمى والسرعة في المراوغة والانطلاقات السريعة، فتحسين قدرات أي لاعب في مركز ما يتطلب المحاولة الجادة والاستمرارية في التدريب ، مما يستوجب من المدرب استخدام جميع أساليب التقويم من إختبارات بدنية ومهارية مقننة مع مستويات معيارية تمكننا من تشخيص موضوعي لتلك الخصائص والقدرات التي تتطلبها لعبة كرة القدم.

وقد توصل الباحث إلى أن مستوى فرق عينة البحث أغلبيتها تدرج ضمن المستوى المتوسط وأن جميع الفروق سجلت في مركز المدافع الظهير حيث تراوح المستوى في هذا المركز من الضعيف للمتوسط في كل من صفتي التحمل الهوائي والسرعة الانتقالية وسجل هذا المركز أيضا المستوى من متوسط إلى جيد في السيطرة على الكرة ودقة التمرير ودقة التهديف.

والملاحظ أن مستوى لاعبي كرة القدم لعينة البحث حسب نتائج الاختبارات المحكمة لم يرقى إلى المستوى المطلوب فلما كانت أغلبية المستويات في مختلف مراكز اللعب لعينة الدراسة تدرج ضمن المستوى متوسط فهذا إن دل على شيء فأنما يدل على عدم إهتمام المدربين بتنمية وتطوير القدرات والمهارات الأساسية للعبة كرة القدم حسب كل مركز لعب وذلك لتقارب مستويات مراكز اللاعبين في القدرات البدنية والمهارية على حد سواء باستثناء مركز المدافع الظهير.

المصادر

والمراجع

1. المراجع باللغة العربية:

1. ابراهيم شعلان، محمد عفيفي (2001). كرة القدم للناشئين، ب ط، القاهرة، مركز الكتاب.
2. أبو العلا أحمد عبد الفتاح (1997). التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية، ط1، القاهرة، دار الفكر.
3. أبو العلاء عبد الفتاح، أحمد نصر الدين (2003). فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة.
4. أحمد بسطويس (1999). أسس ونظريات التدريب الرياضي، القاهرة، بط، دار الفكر العربي.
5. أحمد عريبي عودة (2014). الاعداد البدني في كرة اليد، ط1، عمان، الاردن، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
6. أحمد محمد الزغبى (2010). سيكولوجية المراهقة، ب ط، عمان، الأردن، دار زهران للنشر والتوزيع.
7. أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك (1996). القياس في المجال الرياضي، ط4، القاهرة، دار الكتاب الحديث.
8. أحمد نصر الدين سيد (2003). فسيولوجيا الرياضة نظريات وتطبيقات، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي.
9. أمر الله البساطي (2001). التدريب البدني الوظيفي في كرة القدم (تخطيط، تدريب، قياس)، الاسكندرية، دار الجامعة الجديدة.
10. باهي مصطفى حسين، الأزهرى منى أحمد (2006). أدوات التقويم في البحث العلمي، ط1، مصر مكتبة الأنجلو المصرية.
11. حسن السيد أبو عبدة (2010). الاعداد المهاري للاعبى كرة القدم (النظرية-التطبيق)، ط8، الاسكندرية، مكتبة الاشعاع.
12. حسن السيد أبو عبدة (2008). الاعداد البدني للاعب في كرة القدم، ط1، الاسكندرية، دار الفتح.
13. حسن السيد أبو عبده (2001). الإتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، ط1، الاسكندرية، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية.

14. حسن عبد الجواد (1977). كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم، ط 4، بيروت، لبنان، دار العلم للملايين.
15. حنفي محمود مختار (1996). الأسس العلمية لتدريب كرة القدم، بط، القاهرة، دار الفكر العربي.
16. حنفي محمود مختار (1997). كرة القدم لناشئين، بط، القاهرة، دار الفكر العربي.
17. حنفي محمود مختار (1997). مدرب كرة القدم، بط، القاهرة، دار الفكر العربي.
18. رحيب يونس كرو العزاوي (2008). مقدمة في منهج البحث العلمي، ط1، عمان، دار دجلة.
19. رومي جميل (1986). فن كرة القدم، ط2، بيروت، دار النقائض.
20. ريسان خريبط، نجاح مهدي شلش (2002). التحليل الحركي، ط1، عمان دار الثقافة للنشر والتوزيع.
21. زكي محمد محمد حسن (2004). التنشئة الصحية الرياضية من الطفولة إلى المراهقة، ط1، القاهرة، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع.
22. زهران السيد عبد الله: 2007 الدفاع والوسط في كرة القدم، ط 1، الاسكندرية، دار الوفاء.
23. زهران السيد (2008). المهارة الفنية في كرة القدم، ط 1، الاسكندرية، دار الوفاء.
24. السيد عبد المقصود (1985). تطور حركة الإنسان وأسسها، بط، الاسكندرية، الفنية للطباعة والنشر.
25. طلحة حسام الدين، وفاء صلاح الدين (1997)، مصطفى كامل حمد. الموسوعة العلمية في التدريب الرياضي، ط 1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
26. طه اسماعيل، عمرو أبو المجد، إبراهيم شعلان (1989). كرة القدم بين النظرية والتطبيق: الإعداد البدني في كرة القدم، ب ط، القاهرة، دار الفكر العربي.
27. عادل عبد البصير (1999). التدريب الرياضي بين النظرية والتطبيق ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
28. عدنان حسين الجادري ، يعقوب عبد الله، أبو الحلو (2009). الأسس المنهجية والاستخدامات الإحصائية في بحوث العلوم التربوية والإنسانية، ط 1، عمان، إثراء للنشر العربي.
29. عزمي محمد سعيد (2006). أساليب تطوير تنفيذ وتطوير درس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي، بط، الاسكندرية، منشأة المعارف.

30. عصام عبد الخالق (2005). **التدريب الرياضي (نظرياته-تطبيقاته)**، ط12، الإسكندرية، منشأة المعارف.
31. علي سموم الفرطوسي، صادق جعفر الحسيني، علي مطير الكريزي (2015)، **القياس والاختبار والتقويم في المجال الرياضي**، بغداد، مطبعة المهيمن.
32. عماد الدين عباس أبو زيد (2005). **التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق في الألعاب الجماعية (نظريات - تطبيقات)**، بط، القاهرة، منشأة المعارف.
33. عمرو ابو المجد، جمال اسماعيل النمكي (1997). **تخطيط برامج تربية و تدريب البراعم و الناشئين في كرة القدم**، بط، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
34. غازي صالح محمود (2011). **كرة القدم (المفاهيم -التدريب)**، ط1، عمان، الأردن، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
35. غازي صالح محمود، هاشم ياسر حسن (2013). **كرة القدم التدريب المهاري**، ط1، عمان الاردن، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
36. فاضل دحام منصور المياحي (2018). **القدرات البدنية في كرة القدم**، ط1، عمان، الاردن، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ب.ط.
37. قاسم لازم صبر، يوسف، لازم كماش (2005). **أسس التعلم والتعليم وتطبيقاته في كرة القدم**، بط، الاسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة.
38. كاظم حسن هادي (2020). **تأثير تمرينات القوة على بعض القدرات الخاصة والمهارية لناشئ كرة القدم**، ط1، الاسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة.
39. كمال إسماعيل، محمد صبحي حسانين (2002). **رباعيات كرة اليد الحديثة**، ج1، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
40. كمال الدين عبد الرحمان درويش، مرسى قدري سيد، عماد الدين (2002). **القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد (نظريات -تطبيقات)**، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
41. ليلي السيد فرحات (2003). **القياس والاختبار في التربية البدنية والرياضية**، ط2، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.

42. محمد إبراهيم شحاتة (1998). قنديل محروس محمد، الشاذلي احمد فؤاد. أساسيات التمرينات البدنية، بط، الإسكندرية، منشأة المعارف.
43. محمد ابراهيم شحاتة (2003). تدريب الجمباز المعاصر، القاهرة، بط، دار الفكر العربي.
44. محمد حسن علاوي (1990). علم التدريب الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة.
45. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان (2000). القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي.
46. محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان (2008). القياس في التربية الرياضية علم النفس الرياضي، ب ط، القاهرة، دار الفكر العربي.
47. محمد رضا الوقاد (2003). التخطيط الحديث في كرة القدم، بط، القاهرة، دار السعادة للطباعة.
48. محمد سامي ملحم، (2000). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط1، عمان، الأردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
49. محمد صبحي حسانين (1995). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي.
50. محمد صبحي حسانين (2001). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط4، القاهرة، دار الفكر العربي.
51. محمد صبحي حسانين (2004). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط6، القاهرة، دار الفكر العربي.
52. محمد صبحي حسانين، حمدي عبد المنعم (1988). الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس، بط، القاهرة، مطبعة روز اليوسف.
53. محمد نصر الدين رضوان (2003). الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي.
54. محمد نصر الدين رضوان (2006). المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية، ط 1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
55. محمود بن حسن آل سليمان (1998). كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية، ط2، بيروت، دار ابن حزم.

56. مشعل عدي النمري، (2013). مهارات كرة القدم وقوانينها، ط1، عمان، دار أسامة للنشر والتوزيع. مصطفى حسين باهي، صبري ابراهيم عمران، هشام اسماعيل هلال (2015). الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية والرياضية (النظرية - التطبيق)، ب ط، المكتبة الانجلو مصرية.
57. مفتي إبراهيم حماد (1994). البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم موسوعة التعليم والتدريب في كرة القدم بط، القاهرة، دار الفكر العربي.
58. مفتي ابراهيم حماد (1996). التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي.
59. مفتي ابراهيم حماد (1996). التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة للمراهقة ط1، القاهرة دار الفكر العربي.
60. مفتي إبراهيم حماد (1997). البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم، بط، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
61. مفتي إبراهيم حماد (2010). المرجع الشامل في كرة القدم، ط1، القاهرة، دار الكتاب الحديث.
62. مفتي ابراهيم حماد (2010). التدريب الرياضي للناشئين والمدرّب الناجح، بط، القاهرة، دار الكتاب الحديث.
63. مفتي إبراهيم حماد (2001). التدريب الرياضي الحديث (تخطيط وتدريب وقيادة)، ط 1، القاهرة، دار الفكر العربي.
64. ملحم سامي محمد (2000). مناهج البحث في التربية وعلم النفس، بط، عمان، الأردن: دار الميسر للنشر والتوزيع.
65. موفق أسعد محمود (2009). الاختبارات والتكتيك في كرة القدم، ط2، عمان دار دجلة.
66. موفق مجيد المولى (2000). الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم، عمان، ب ط، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
67. موفق مجيد المولى (1999). الإعداد الوظيفي في كرة القدم، ط1، عمان، الأردن، دار الفكر العربي.
68. وليد عبد الأمير ألمانى محمد (2018). المستويات المعيارية لبعض المهارات الهجومية لناشئ الكاراتية، ط1، الاسكندرية، دار الوفاء لدنيا الطباعة.

69. يحي السيد الحاوي(2002).التدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب، ط1 القاهرة، المركز العربي للنشر .
70. يوسف لازم كماش، ذو الفقار صالح، عزيز كريم الحجامي، أحمد عبد العزيز(2017).إعداد وتدريب اللاعبين الناشئين بكرة القدم، ب ط، عمان الأردن، دار الأيام للنشر والتوزيع.
71. يوسف لازم كماش، رائد محمد مشنت(2013). القياس والاختبار والتقويم في المجال التربوي والرياضي ط1، الأردن، دار دجلة.
72. يوسف لازم كماش(2002). اللياقة البدنية للاعبين في كرة القدم، ب ط، القاهرة، دار افكر العربي.

2.1.الرسائل والأطروحات:

73. أسماء بوساق(2015). دور الاعلام المكتوب في نشر ثقافة الاحتراف الرياضي في كرة القدم بالجزائر، أطروحة دكتوراه، تخصص إعلام رياضي تربوي، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله، الجزائر .
74. بسلطان بلحاج (2018). تحديد مستويات معيارية لبعض القياسات والاختبارات الأنثروبومترية والبدنية لاختيار حراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة، أطروحة دكتوراه بمعهد التربية البدنية والرياضية بجامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم الجزائر .
75. بن نعمة بن عودة (2018). تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية لاختيار لاعبي كرة القدم تحت 20 سنة أطروحة دكتوراه في تخصص تدريب وتحضير بدني قسم التدريب الرياضي معهد التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد ابن باديس .
76. توفيق قعقاع (2019). تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية للاعبين كرة اليد فئة 17u أطروحة دكتوراه، التدريب الرياضي، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة جامعة اكلي محند الحاج، البويرة.
77. حسام الدين غيلان سيف عون (2017). تحديد مستويات معيارية لبعض المتغيرات البدنية والفسيولوجية والمهارية للطلاب المتقدمين للالتحاق لكليات التربية الرياضية في الجامعات اليمنية، أطروحة دكتوراه في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم.

78. حفيظ قميني (2011). مساهمة في تحديد المستويات المرفوبدينية والتقنية لشبان كرة القدم الجزائرية ترقبا للانتقاء "، دراسة فئة الأصاغر (13-14) سنة لمنطقة الشرق الجزائري، أطروحة.

79. دربال فتحي (2014). علاقة البناء التكويني الجسمي مع بعض المتطلبات البدنية والوظيفية للاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب، أطروحة دكتوراه، التدريب الرياضي، جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر 3.

80. راشف عبد المومن (2016). تحديد مستويات معيارية للصفات البدنية والمهارات الحركية والقياسات الجسمية لدى المبتدئين في كرة القدم، أطروحة دكتوراه في تخصص نظرية ومنهجية، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3.

81. سليمان بلعروس (2015). فاعلية برنامج بدرس الألعاب التمهيدية على بعض الصفات البدنية الأساسية وعلى درجة التوافق الاجتماعي لدى ناشئي كرة القدم u17، أطروحة دكتوراه، نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، الجزائر 3.

82. عبد القادر ناصر (2006). تأثير واجبات ومراكز اللعب وخطوطه الدفاعية الوسط والهجومية في إحداث تباين في المتطلبات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم، منهجية ونظرية التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3.

83. عز الدين مهدي (2015). اقتراح بطاريات اختبارات لتقويم الطلبة بأقسام و معاهد التربية البدنية و الرياضية في الجزائر، أطروحة دكتوراه في تخصص النشاط البدني الرياضي التربوي، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر 3

84. علي بن قوة (2004). تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم الناشئين (14-16) سنة القسم الوطني الاول، رسالة دكتوراه، نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.

85. فيصل سعداوي (2020). تحديد مستويات معيارية لبعض المتطلبات البدنية والفسولوجية من أجل انتقاء المواهب الشابة في كرة القدم لفئة 14 سنة، أطروحة دكتوراه، تخصص تحضير البدني لمواهب الشابة، معهد التربية البدنية والرياضية جامعة الجزائر 3.

86. قاسمي عبد المالك (2014). مساهمة المنافسة الرسمية مختلفة المستوى في تطور الأداء التقني لدى لاعبي كرة القدم الجزائريين فئة أقل من 17 سنة أطروحة دكتوراه، علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص التدريب الرياضي النخبوي معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله الجزائر 3.
87. كتشوك سيدي محمد (2011). أثر برنامج تدريبي بالأثقال على تنمية القدرة العضلية وبعض المتغيرات الفسيولوجية والأداء المهاري لناشئ كرة القدم أقل من 17، أطروحة دكتوراه في نظريات مناهج التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3.
88. مبروك مفتاح (2020). أثر استخدام الوسائل التكنولوجية في تعليم المهارات الحركية وتعزيز التغذية الراجعة خلال حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة أولى ثانوي (16-17) سنة، أطروحة دكتوراه، في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
89. محمد مرات (2012). وضع مقاييس معيارية مرفقة بسلم تنقيط لتقويم المرحلة المتوسطة ذكور (12-15) سنة في الجانب النفس حركي، أطروحة دكتوراه، قسم التربية البدنية والرياضية، جامعة منتوري قسنطينة.
90. مزيان بوحاج (2012). بطارية اختبار لتقويم القدرات البدنية والمهارية اثناء انتقاء لاعبي كرة القدم صنف اواسط (17-19) سنة ، أطروحة دكتوراه في التدريب الرياضي والرياضية معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر 3.
91. معمرباد (2015). تأثير برنامج تدريبي على تعلم المهارات الأساسية لدى مدارس كرة القدم الجزائرية، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، ، جامعة الجزائر 3.
92. موسى روم (2017). بعنوان بناء معايير ومستويات بدنية ومهارية لانتقاء لاعبي فرق النخبة الجزائرية في كرة القدم لدى بفئة الناشئين (15-16) سنة، اطروحة دكتوراه، جامعة الشلف.
93. وليد لصبحاني (2015). تأثير نسبة المشاركة في المنافسة على بعض الخصائص البدنية و المهارية للاعبي كرة القدم صنف اواسط أقل من 20 سنة، أطروحة دكتوراه، عبد الحميد مهري، جامعة قسنطينة 2.

3.1.المجلات والدوريات العلمية:

94. إلياس.ف و حكيم: الخضر يدفنون الفراعنة في المريخ، جريدة الشروق، العدد 2773، 19-11-2009.

95.رامي عز الدين بعوش خالد، (2015)، أهمية استعمال الاختبارات البدنية والمهارية في عملية انتقاء لاعبي كرة القدم، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد4، العدد1.

96.شرايشة رفيقة(2019)، بناء مستويات معيارية لبطارية اختبار للقدرات البدنية لقبول الطالبات بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سوق أهراس، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، المجلد18، العدد 1.

97.مجلة الحوادث، 23أفريل2000، العدد 109.

2.المراجع باللغة الأجنبية:

98. Brikci A , Dekkar N, Hanafi R (1990). **Techniques d'evaluation physiologique des athlètes**, ed COA, L'Algérie.

99. Lambertin Frédéric (2000). **Football Préparation Physique Intégrée**, paris ,amphora.

100. Mathews,D,K (1978). **Measurement in physical education**, Philadelphia,5th ,ed w b,Saunders.

اللاحق

ملحق رقم (01)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة استطلاع رأي الاساتذة المختصين والخبراء لترجيح بعض الإختبارات البدنية والمهارية

تحية طيبة وبعد:

يقوم الطالب الباحث بإنجاز دراسة ضمن متطلبات الحصول على شهادة دكتوراه L.M.D في اختصاص تدريب رياضي نخبوي تحت عنوان: **تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات**

البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكزهم صنف أقل من 17 سنة

" دراسة ميدانية على بعض نوادي الرابطة الولائية لكرة القدم ولاية بسكرة "

الفرضية العامة:

- مستوى بعض القدرات البدنية و المهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللعب لصنف أقل من 17 سنة يقع في المستوى المتوسط.

وكونكم ذوي الخبرة والاختصاص في مجال التدريب ونظرا لما تتمعون به من خبرة ودراية في هذا المجال فانه يشرفنا أن نضع بين ايديكم هذه الاستمارة والتي تحتوي على مجموعة من الإختبارات البدنية والمهارية لذا نرجو منكم الإطلاع عليها التكرم وإبداء رأيكم حول ملائمة الإختبارات المقترحة عليكم من طرف الطالب الباحث ، وذلك بالتأشير بعلامة (X) أمام الإختبار الذي ترونه مناسبا لفئة أقل من 17 سنة ، كما يرجى منكم إبداء ملاحظاتكم في إضافة أو تعديل أو حذف ما ترونه مناسبا ما ترونه مناسبا لهذه الدراسة.

إشراف الدكتور :

عبد القادر عثمانى

إعداد الطالب:

مفتاح أبوسيف

الرقم	القدرات البدنية	مكونات القدرات البدنية	الاختبارات البدنية	يقيس	لا يقيس	يعدل
1	التحمل	التحمل	اختبار ركض 800م			
			اختبار ركض 1000 م			
			اختبار ركض 1500 م			
			ركض لمدة 12د اختبار كوبر			
			اختبار ركض 6دقائق (D.Cooper)			
			اختبار بريكسي 5 دقائق			
			لا تقيس أقترح اختبار.....			
2	القوة	القوة الانفجارية	اختبار القفز العريض من الثبات			
			اختبار القفز العريض من الثبات			
			لا تقيس أقترح اختبار.....			
		القوة المميزة بالسرعة	الحجل على ساق واحدة 30م			
			لا تقيس أقترح اختبار.....			
3	السرعة	السرعة الانتقالية	اختبار 50 م			
			اختبار 40 م			
			اختبار 30 م			
			تختبار 20 م			
4	الرشاقة	الرشاقة	الجري المكوكي			
			الجري الارتدادي 4*10			
			بارو			
			لا تقيس أقترح اختبار.....			
5	المرونة	المرونة	اختبار ثني الجذع من الوقوف للأمام			
			ثني الجذع من وضع الجلوس الطويل			
			لا تقيس أقترح اختبار.....			

رقم	المهارات	الاختبارات المهارية	يقيس	لا يقيس	يعدل
1	السيطرة على الكرة	اختبار تنطيط الكرة بالزمن			
		اختبار تنطيط الكرة بالمسافة			
		اختبار تنطيط الكرة بالعدد			
		اقترح اختبار.....			
2	التمرير	اختبار دقة التمرير الارضي			
		اختبار دقة التمرير الطويل المرتفع			
		اختبار دقة التمرير نحو هدف مرسوم على الحائط			
		اقترح اختبار.....			
3	المراوغة	اختبار الجري بالكرة مسافة 25م بين الحواجز			
		اختبار الجري بالكرة مسافة 20م			
		الجري بالكرة مسافة 3 م			
		اقترح اختبار.....			
4	التصويب	اختبار تهديف الكرات			
		اختبار دقة التصويب على مرمى مقسم الى 3 مناطق			
		اختبار دقة التهديف على دوائر متاخلة مرسومة على الحائط			
		اقترح اختبار.....			

ملحق رقم (02)

République Algérienne Démocratique et Populaire
Ministère de L'enseignement Supérieur
et de la recherche scientifique
Université Mohamed Khider_Biskra
Institut des Sciences et Techniques des Activités
physique et Sportives
Vice Institut chargé De la PGRS



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر _ بسكرة
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
نيابة مديرية المعهد المكلفة بما بعد التدرج
و البحث العلمي والعلاقات الخارجية

رقم التسجيل : 05/PG/D/LMD/SPR/17

تقديم تسهيلات رقم : 004/ن.م.ب.ت.ب.ع.ع.خ/2019

إلى السيد المحترم: رئيس الرابطة الولائية
لكرة القدم بسكرة

الموضوع: تقديم تسهيلات

تحية طيبة وبعد

في إطار التعاون بين جامعة بسكرة ونظيراتها الأخرى وكذا بينها وبين المؤسسات الاقتصادية والاجتماعية الوطنية ، فإننا نرجو من سيادتكم الفاضلة، خدمة للبحث العلمي تقديم التسهيلات الممكنة للطلاب (ة):

اللقب : مفتاح

الاسم : أبو سيف

من خلال تمكينه (ها) من الاستفادة من المرافق و البيانات المتوفرة لديكم ، قصد الاطلاع و الاستفادة على المراجع و الوثائق وكذلك تقديم التسهيلات اللازمة في إطار انجاز مذكرة الدكتوراه في :

التخصص : التدريب الرياضي النخبوي

قسم : التدريب الرياضي

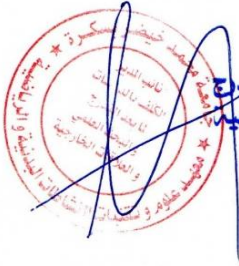
تقبلوا مني فائق الاحترام و التقدير

سلمت هذه الوثيقة بطلب من المعني (ة) للإدلاء بها في حدود ما يسمح به القانون

بسكرة في : 2019/02/26

المدير المساعد المكلف بالدراسات لما بعد التدرج

و البحث العلمي والعلاقات الخارجية



مدير مساعد مكلف بما بعد التدرج
والبحرث العلمي والعلاقات الخارجية

أ.د/رواب عمار

قائمة الخبراء و المحكمين لأهم الاختبارات البدنية والمهارية

عنوان الدراسة تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم حسب مراكزهم صنف أقل من 7 سنة "دراسة ميدانية على بعض نوادي الرابطة الولائية لكرة القدم بـمسكرة"

التخصص: **عقريب رياضي تخيري**

تحت اشراف:

اعلام الطالب :

عثمانی عبد القادر

مفتاح ابونسیو

[illegible]

ملحق رقم (04)

جدول يبين النسب المئوية للاختبارات البدنية حسب رأي الخبراء

الرقم	القدرات البدنية	مكونات القدرات	الاختبارات البدنية	النسبة المئوية
1	التحمل	التحمل العام	اختبار ركض 800 م	33.33
			اختبار ركض 1000 م	%0
			اختبار ركض 1500 م	%0
			ركض لمدة 12 اختبار كوبر	%0
			اختبار ركض 6 دقائق (D.Cooper)	%0
			اختبار بريكسي 5 دقائق	66.67
	السرعة	السرعة الانتقالية	اختبار 50 م	%0
			اختبار 40 م	%16.67
			اختبار 30 م	%16.67
			اختبار 20 م	%66.66
3	القوة	القوة العضلية للرجلين	اختبار القفز العريض من الثبات	%83.33
			اختبار القفز العمودي من الثبات	%16.67
			اختبار رمي الكرة الطبية وزن 2 كغ	%0
4	الرشاقة	الرشاقة	اختبار الجري المكوكي	%16.67
			اختبار الجري الارتدادي 4*10م	%33.33
			اختبار الجري المتعرج لبارو	%50
5	المرونة	المرونة	اختبار ثني الجذع من وضع الجلوس الطويل	%0
			اختبار ثني الجذع من وضع الوقوف للأمام	%100

ملحق رقم (05)

جدول يبين يوضح النسب المئوية للاختبارات المهارية حسب رأي الخبراء

الرقم	المهارات	الاختبارات المهارية	النسبة المئوية
1	السيطرة على الكرة	اختبار تنطيط الكرة بالزمن	%50
		اختبار تنطيط الكرة بالمسافة	%16.67
		اختبار تنطيط الكرة بالعدد	%33.33
2	التمرير	اختبار دقة التمرير الارضي	%66.66
		اختبار دقة التمرير الطويل المرتفع	%16.67
		اختبار دقة التمرير نحو هدف مرسوم على الحائط	%16.67
3	المراوغة	اختبار الجري بالكرة مسافة 25م بين الحواجز	%16.67
		اختبار الجري بالكرة مسافة 20م	%16.67
		الجري بالكرة مسافة 3 م	%66.66
4	التصويب	اختبار تهديف الكرات	%0
		اختبار دقة التصويب على مرمى مقسم الى 3 مناطق	%83.33
		اختبار دقة التهديف على دوائر متاخلة مرسومة على الحائط	%16.67

ملحق رقم (06)

جدول يبين قائمة الوسائل المستخدمة في الدراسة

الرقم	الأداة	العدد	الغرض
1	استمارة تسجيل	7	تسجيل النتائج المحصل عليها
2	ساعة توقيت	3	قياس الوقت
3	ديكامتر	1	قياس المسافة
4	صافرة	2	بدء الاختبار
5	طباشير ملونة	4	تحديد منطقة الاختبار
6	صندوق المرونة	1	قياس المرونة
7	شواخص	8	للاختبارات المهارية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

بعد تسهيل سيادتكم المحترمة مهمة الطالب مفتاح أبوسيف الذي يقوم ببحث ضمن متطلبات الحصول على شهادة الدكتوراه في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تخصص التدريب الرياضي النخبوي بعنوان تحت عنوان: تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية لاعبي كرة القدم حسب مراكزهم صنف اقل من 17 سنة "دراسة ميدانية على بعض نوادي الرابطة الولائية لكرة القدم ولاية بسكرة"

يشهد رؤساء الفرق أسفله أن الطالب قد أجرى الاختبارات البدنية والمهارية مع فرقنا.



ملحق رقم: (08)

جدول يبين عينة الدراسة الأساسية للاختبارات البدنية والمهارية

الاختبارات المهارية				الاختبارات البدنية					الترتيب	مركز اللعب
اختبار دقة التصويب	تمريرات متوسطة	الجري بالكرة 3 م	اختبار تنطيط ثانية	بارو	اختبار مرونة الجذع	السرعة 20 م	اختبار بريكسي	الوثب العريض		
13	10	11.33	128	23.01	14	4.10	1050	167	1	مدرسة
13	14	11.00	45	22.23	14	3.90	1080	165	2	
13	28	10.30	47	22.18	8	3.99	1120	146	3	
15	22	11.24	136	22.80	9	3.62	1120	150	4	
11	8	11.00	120	22.16	13	3.74	1140	148	5	
13	24	10.50	150	22.04	6	3.96	1090	186	6	
21	12	10.56	175	22.62	11	3.96	1160	165	7	
11	16	10.78	130	22.32	14	3.90	1160	196	8	
17	8	11.16	104	22.64	13	3.89	1200	184	9	
13	26	10.00	106	22.52	9	3.64	1180	170	10	
5	18	9.98	120	22.98	6	3.74	1120	170	11	
11	26	12.20	118	22.80	10	3.90	1180	190	12	
15	20	11.80	113	22.17	18	4.13	1160	144	13	
6	30	11.78	120	22.62	11	4.14	1020	174	14	
18	18	11.21	110	21.54	6	4.15	1200	146	15	
9	20	11.10	108	24.00	5	3.94	1040	174	16	
15	20	11.15	163	22.36	10	3.88	1150	176	17	
13	22	11.32	108	23.58	9	4.05	1140	174	18	
8	20	11.12	160	23.00	3	4.00	1120	160	19	
3	18	11.06	76	21.88	4	4.02	1040	140	20	
17	18	10.82	130	22.35	5	3.92	1080	156	21	
18	16	12.02	100	22.62	10	4.12	1140	160	22	
14	18	10.78	158	23.22	8	3.78	1050	190	23	
10	16	11.40	108	23.55	1	4.06	1140	160	24	
7	28	10.42	110	22.52	8	3.82	1050	180	25	
9	16	10.68	102	21.65	5	3.96	1120	167	26	

9	18	12.21	78	23.11	12	3.98	1080	190	27	
11	30	12.22	60	21.45	13	3.80	1132	178	28	
11	14	10.66	132	21.99	6	3.89	1080	156	29	
14	14	11.32	103	23.25	17	3.89	1040	164	30	
17	20	11.00	83	21.46	17	3.88	1040	187	31	وسط الميدان
11	16	10.00	69	21.40	10	3.76	1150	174	32	
15	16	10.46	58	21.04	12	4.20	1160	176	33	
17	18	12.05	84	23.15	17	3.79	1200	145	34	
17	26	10.44	136	22.19	16	3.91	1180	201	35	
13	20	11.66	140	22.52	9	3.93	1120	162	36	
15	14	12.28	82	23.02	5	3.99	1110	156	37	
11	16	11.52	102	23.02	14	3.98	1120	162	38	
17	16	11.54	160	21.55	12	3.84	1080	164	39	
13	16	11.21	75	21.08	13	3.98	1110	160	40	
13	12	11.10	100	21.98	11	3.68	1080	197	41	
13	20	10.60	118	21.89	6	3.76	1180	162	42	
7	16	11.32	104	20.43	9	3.64	1160	196	43	
9	12	11.24	68	22.04	12	3.62	1020	184	4	
13	20	11.04	93	21.98	2	3.99	1080	170	45	
13	22	10.82	104	21.41	1	3.68	1050	170	46	
7	20	11.00	102	22.26	4	3.82	1180	190	47	
13	18	11.02	91	23.51	10	3.82	1140	197	48	
13	18	11.80	120	22.34	15	3.72	1000	160	49	
9	16	11.20	140	22.70	13	3.66	1040	192	50	
13	12	10.89	120	20.88	10	3.65	1080	139	51	
11	14	11.00	106	22.52	11	3.72	1140	182	52	
7	20	11.80	58	24.16	11	3.78	1050	134	53	
19	20	11.80	128	23.05	18	3.88	1140	132	54	
13	14	10.24	140	20.06	18	3.70	1050	132	55	
13	10	11.22	100	22.26	14	3.82	1120	156	56	
13	20	11.85	100	23.02	16	4.10	1160	162	57	
13	22	11.36	82	22.34	5	3.46	1132	172	58	
17	24	11.82	44	22.70	10	3.79	1080	190	59	
13	22	11.48	92	23.98	3	3.89	1050	170	60	

19	18	11.58	120	20.03	12	3.95	1100	118	61	
15	20	10.56	140	21.84	7	3.92	1160	150	62	
15	18	11.60	136	22.90	10	3.90	1160	178	63	
15	12	11.26	86	22.10	15	3.92	1200	146	64	
15	24	10.76	112	21.50	14	3.62	1140	154	65	
17	18	11.36	144	23.43	5	3.74	1240	153	66	
15	18	10.32	156	23.80	7	3.78	1120	170	67	
13	22	10.44	56	24.02	6	3.76	1080	138	68	
13	24	11.38	154	23.40	9	3.88	1132	174	69	
13	26	11.72	100	21.22	8	3.78	1100	136	70	
15	18	11.42	160	22.09	20	3.84	1040	146	71	
11	24	11.18	86	20.53	7	3.88	1050	164	72	
11	12	10.65	74	20.88	13	3.89	1120	138	73	
11	26	11.22	60	23.51	13	3.96	1080	192	74	
11	20	11.36	116	22.34	16	3.79	1132	134	75	
19	18	11.34	130	22.60	15	3.79	1120	172	76	
7	22	11.34	113	22.80	8	3.99	1180	174	77	
15	26	10.64	42	22.82	9	3.89	1080	170	78	
17	22	11.18	120	22.00	10	3.76	1130	132	79	
9	14	11.22	89	22.06	11	3.88	1100	164	80	
9	18	11.85	60	23.16	13	3.88	1100	174	81	مداخل جانبي
7	20	11.36	100	21.88	13	4.10	1140	134	82	
17	20	11.82	62	22.54	16	3.79	1132	153	83	
15	22	11.48	120	22.52	14	3.91	1080	176	84	
15	24	11.16	146	23.04	14	3.93	1050	105	85	
11	14	10.80	139	22.22	14	3.89	1200	168	86	
19	18	11.60	138	22.62	11	3.98	1160	155	87	
11	16	11.26	150	24.00	15	3.89	1160	138	88	
15	16	10.76	89	22.26	13	3.98	1200	146	89	
11	24	11.36	124	22.56	9	4.02	1140	164	90	
17	20	10.64	98	20.98	12	3.89	1240	190	91	
7	18	10.34	134	21.46	15	4.04	1040	154	92	
13	20	11.44	69	23.21	12	3.62	1180	192	93	
13	16	10.44	72	23.67	12	3.99	1060	152	94	

13	18	10.80	97	22.55	11	4.00	1160	162	95	
19	20	10.66	108	22.80	10	3.82	1020	152	96	
13	22	11.16	150	23.38	12	3.82	1080	150	97	
15	24	12.00	134	22.52	8	3.72	1080	139	98	
13	16	11.56	68	23.45	14	4.02	1160	148	99	
15	18	11.18	160	23.82	12	3.72	1020	162	100	
15	18	12.02	92	22.35	13	3.78	1140	165	101	مناطق محوري
7	18	10.89	126	22.14	10	3.83	1080	162	102	
9	10	11.00	96	21.20	5	4.08	1120	172	103	
13	14	10.42	87	22.59	12	3.84	1120	170	104	
17	24	11.70	148	22.62	18	3.56	1160	182	105	
7	22	11.00	106	22.52	11	3.93	1040	152	106	
11	26	11.16	132	23.40	12	4.12	1060	150	107	
15	14	10.88	108	24.54	5	3.84	1060	184	108	
9	26	11.00	120	22.36	10	3.89	1200	160	109	
17	10	10.50	120	21.46	3	3.65	1180	170	110	
11	18	10.56	80	22.50	6	3.95	1040	190	111	
7	8	10.78	150	22.35	9	4.05	1140	144	112	
19	22	11.16	96	23.78	17	4.02	1050	174	113	
13	20	10.00	104	23.54	7	3.98	1140	146	114	
15	14	9.98	110	21.99	16	3.82	1080	174	115	
11	20	11.32	104	22.52	20	3.85	1132	170	116	
13	10	10.66	86	23.60	18	3.92	1160	180	117	
17	22	11.12	50	21.56	9	3.62	1180	190	118	
13	20	11.56	132	24.20	14	3.86	1080	162	119	
19	26	10.60	140	23.00	12	3.78	1120	164	120	

ملحق رقم (09)

جدول يبين تصنيف اللاعبين في الاختبارات البدنية والمهارية بطريقة التتابع

الدرجة	الوثب العريض (سم)	بريكسي (م)	السرعة 20 م (م)	بارو ثانية	مرونة الجذع (سم)	تنطيط الكرة (بالزمن)	دقة تمرير الأرضي (درجة)	دقة التهديف (درجة)	الجري بالكرة ثانية
1	122.52	961.20	3.52	20.78	-2.90	21.32	1.35	0.08	9.34
2	123.44	964.29	3.53	20.81	-2.65	23.21	1.71	0.32	9.37
3	124.36	967.39	3.54	20.85	-2.40	25.10	2.07	0.57	9.41
4	125.27	970.48	3.54	20.89	-2.16	26.99	2.43	0.81	9.44
5	126.19	973.57	3.55	20.92	-1.91	28.88	2.78	1.06	9.48
6	127.11	976.66	3.56	20.96	-1.66	30.77	3.14	1.30	9.52
7	128.03	979.76	3.57	21.00	-1.41	32.66	3.50	1.55	9.55
8	128.95	982.85	3.58	21.03	-1.16	34.55	3.86	1.79	9.59
9	129.87	985.94	3.59	21.07	-0.91	36.44	4.22	2.04	9.62
10	130.79	989.03	3.59	21.11	-0.67	38.33	4.58	2.28	9.66
11	131.70	992.13	3.60	21.14	-0.42	40.22	4.94	2.53	9.70
12	132.62	995.22	3.61	21.18	-0.17	42.11	5.30	2.77	9.73
13	133.54	998.31	3.62	21.22	0.08	44.00	5.65	3.02	9.77
14	134.46	1001.40	3.63	21.25	0.33	45.89	6.01	3.27	9.80
15	135.38	1004.50	3.64	21.29	0.58	47.78	6.37	3.51	9.84
16	136.30	1007.59	3.64	21.33	0.82	49.67	6.73	3.76	9.88
17	137.22	1010.68	3.65	21.36	1.07	51.56	7.09	4.00	9.91
18	138.13	1013.77	3.66	21.40	1.32	53.45	7.45	4.25	9.95
19	139.05	1016.87	3.67	21.44	1.57	55.34	7.81	4.49	9.98
20	139.97	1019.96	3.68	21.47	1.82	57.23	8.17	4.74	10.0
21	140.89	1023.05	3.69	21.51	2.07	59.12	8.52	4.98	10.0
22	141.81	1026.14	3.69	21.55	2.31	61.01	8.88	5.23	10.0
23	142.73	1029.24	3.70	21.58	2.56	62.90	9.24	5.47	10.1
24	143.65	1032.33	3.71	21.62	2.81	64.79	9.60	5.72	10.1
25	144.57	1035.42	3.72	21.66	3.06	66.68	9.96	5.97	10.2
26	145.48	1038.51	3.73	21.69	3.31	68.57	10.32	6.21	10.2

10.2	6.46	10.68	70.46	3.56	21.73	3.74	1041.60	146.40	27
10.3	6.70	11.04	72.35	3.81	21.76	3.75	1044.70	147.32	28
10.3	6.95	11.40	74.24	4.05	21.80	3.75	1047.79	148.24	29
10.3	7.19	11.75	76.13	4.30	21.84	3.76	1050.88	149.16	30
10.4	7.44	12.11	78.02	4.55	21.87	3.77	1053.97	150.08	31
10.4	7.68	12.47	79.91	4.80	21.91	3.78	1057.07	151.00	32
10.4	7.93	12.83	81.80	5.05	21.95	3.79	1060.16	151.91	33
10.5	8.17	13.19	83.69	5.30	21.98	3.80	1063.25	152.83	34
10.5	8.42	13.55	85.58	5.54	22.02	3.80	1066.34	153.75	35
10.6	8.66	13.91	87.47	5.79	22.06	3.81	1069.44	154.67	36
10.6	8.91	14.27	89.36	6.04	22.09	3.82	1072.53	155.59	37
10.6	9.16	14.62	91	6.29	22.13	3.83	1075.62	156.51	38
10.7	9.40	14.98	93.14	6.54	22.17	3.84	1078.71	157.43	39
10.7	9.65	15.34	95.03	6.79	22.20	3.85	1081.81	158.34	40
10.7	9.89	15.70	96.92	7.03	22.24	3.85	1084.90	159.26	41
10.8	10.14	16.06	98.81	7.28	22.28	3.86	1087.99	160.18	42
10.8	10.38	16.42	100.70	7.53	22.31	3.87	1091.08	161.10	43
10.8	10.63	16.78	102.59	7.78	22.35	3.88	1094.18	162.02	44
10.9	10.87	17.14	104.48	8.03	22.39	3.89	1097.27	162.94	45
10.9	11.12	17.49	106.37	8.28	22.42	3.90	1100.36	163.86	46
10.9	11.36	17.85	108.26	8.52	22.46	3.90	1103.45	164.77	47
11.0	11.61	18.21	110.15	8.77	22.50	3.91	1106.55	165.69	48
11.0	11.85	18.57	112.04	9.02	22.53	3.92	1109.64	166.61	49
11.1	12.10	18.93	113.93	9.27	22.57	3.93	1112.73	167.53	50
11.1	12.35	19.29	115.82	9.52	22.61	3.94	1115.82	168.45	51
11.1	12.59	19.65	117.71	9.77	22.64	3.95	1118.91	169.37	52
11.2	12.84	20.01	119.60	10.02	22.68	3.96	1122.01	170.29	53
11.2	13.08	20.37	121.49	10.26	22.72	3.96	1125.10	171.20	54
11.2	13.33	20.72	123.38	10.51	22.75	3.97	1128.19	172.12	55
11.3	13.57	21.08	125.27	10.76	22.79	3.98	1131.28	173.04	56
11.3	13.82	21.44	127.16	11.01	22.83	3.99	1134.38	173.96	57
11.3	14.06	21.80	129.05	11.26	22.86	4.00	1137.47	174.88	58
11.4	14.31	22.16	130.94	11.51	22.90	4.01	1140.56	175.80	59
11.4	14.55	22.52	132.83	11.75	22.94	4.01	1143.65	176.72	60
11.5	14.80	22.88	134.72	12.00	22.97	4.02	1146.75	177.63	61

11.5	15.04	23.24	136.61	12.25	23.01	4.03	1149.84	178.55	62
11.5	15.29	23.59	138.50	12.50	23.05	4.04	1152.93	179.47	63
11.6	15.54	23.95	140.39	12.75	23.08	4.05	1156.02	180.39	64
11.6	15.78	24.31	142.28	13.00	23.12	4.06	1159.12	181.31	65
11.6	16.03	24.67	144.17	13.24	23.16	4.06	1162.21	182.23	66
11.7	16.27	25.03	146.06	13.49	23.19	4.07	1165.30	183.15	67
11.7	16.52	25.39	147.95	13.74	23.23	4.08	1168.39	184.06	68
11.7	16.76	25.75	149.84	13.99	23.27	4.09	1171.49	184.98	69
11.8	17.01	26.11	151.73	14.24	23.30	4.10	1174.58	185.90	70
11.8	17.25	26.46	153.62	14.49	23.34	4.11	1177.67	186.82	71
11.8	17.50	26.82	155.51	14.73	23.38	4.11	1180.76	187.74	72
11.9	17.74	27.18	157.40	14.98	23.41	4.12	1183.86	188.66	73
11.9	17.99	27.54	159.29	15.23	23.45	4.13	1186.95	189.58	74
12.0	18.24	27.90	161.18	15.48	23.49	4.14	1190.04	190.50	75
12.0	18.48	28.26	163.07	15.73	23.52	4.15	1193.13	191.41	76
12.0	18.73	28.62	164.96	15.98	23.56	4.16	1196.22	192.33	77
12.1	18.97	28.98	166.85	16.23	23.59	4.17	1199.32	193.25	78
12.1	19.22	29.34	168.74	16.47	23.63	4.17	1202.41	194.17	79
12.1	19.46	29.69	170.63	16.72	23.67	4.18	1205.50	195.09	80
12.2	19.71	30.05	172.52	16.97	23.70	4.19	1208.59	196.01	81
12.2	19.95	30.41	174.41	17.22	23.74	4.20	1211.69	196.93	82
12.2	20.20	30.77	176.30	17.47	23.78	4.21	1214.78	197.84	83
12.3	20.44	31.13	178.19	17.72	23.81	4.22	1217.87	198.76	84
12.3	20.69	31.49	180.08	17.96	23.85	4.22	1220.96	199.68	85
12.4	20.93	31.85	181.97	18.21	23.89	4.23	1224.06	200.60	86
12.4	21.18	32.21	183.86	18.46	23.92	4.24	1227.15	201.52	87
12.4	21.43	32.56	185.75	18.71	23.96	4.25	1230.24	202.44	88
12.5	21.67	32.92	187.64	18.96	24.00	4.26	1233.33	203.36	89
12.5	21.92	33.28	189.53	19.21	24.03	4.27	1236.43	204.27	90
12.5	22.16	33.64	191.42	19.45	24.07	4.27	1239.52	205.19	91
12.6	22.41	34.00	193.31	19.70	24.11	4.28	1242.61	206.11	92
12.6	22.65	34.36	195.20	19.95	24.14	4.29	1245.70	207.03	93
12.6	22.90	34.72	197.09	20.20	24.18	4.30	1248.80	207.95	94
12.7	23.14	35.08	198.98	20.45	24.22	4.31	1251.89	208.87	95
12.7	23.39	35.43	200.87	20.70	24.25	4.32	1254.98	209.79	96

12.7	23.63	35.79	202.76	20.94	24.29	4.32	1258.07	210.70	97
12.8	23.88	36.15	204.65	21.19	24.33	4.33	1261.17	211.62	98
12.8	24.12	36.51	206.54	21.44	24.36	4.34	1264.26	212.54	99
12.9	24.37	36.87	208.43	21.69	24.40	4.35	1267.35	213.46	100
9.52	4.32	6.41	11.90	-2.47	19.21	3.45	957.31	103.54	1
9.55	4.51	6.66	13.77	-2.20	19.27	3.46	960.49	104.78	2
9.59	4.69	6.91	15.65	-1.93	19.34	3.46	963.68	106.01	3
9.62	4.87	7.16	17.52	-1.66	19.40	3.47	966.86	107.25	4
9.65	5.06	7.41	19.40	-1.39	19.46	3.48	970.04	108.49	5
9.68	5.24	7.66	21.28	-1.12	19.52	3.49	973.22	109.73	6
9.72	5.42	7.91	23.15	-0.85	19.58	3.49	976.41	110.96	7
9.75	5.60	8.16	25.03	-0.58	19.64	3.50	979.59	112.20	8
9.78	5.79	8.41	26.91	-0.30	19.71	3.51	982.77	113.44	9
9.81	5.97	8.66	28.78	-0.03	19.77	3.52	985.95	114.68	10
9.85	6.15	8.91	30.66	0.24	19.83	3.53	989.14	115.92	11
9.88	6.34	9.16	32.53	0.51	19.89	3.53	992.32	117.15	12
9.91	6.52	9.41	34.41	0.78	19.95	3.54	995.50	118.39	13
9.94	6.70	9.66	36.29	1.05	20.02	3.55	998.68	119.63	14
9.98	6.89	9.91	38.16	1.32	20.08	3.56	1001.87	120.87	15
10.0	7.07	10.16	40.04	1.59	20.14	3.56	1005.05	122.10	16
10.0	7.25	10.41	41.92	1.86	20.20	3.57	1008.23	123.34	17
10.0	7.43	10.66	43.79	2.13	20.26	3.58	1011.41	124.58	18
10.1	7.62	10.91	45.67	2.40	20.32	3.59	1014.60	125.82	19
10.1	7.80	11.16	47.54	2.67	20.39	3.60	1017.78	127.06	20
10.1	7.98	11.41	49.42	2.94	20.45	3.60	1020.96	128.29	21
10.2	8.17	11.66	51.30	3.21	20.51	3.61	1024.14	129.53	22
10.2	8.35	11.91	53.17	3.48	20.57	3.62	1027.33	130.77	23
10.2	8.53	12.16	55.05	3.75	20.63	3.63	1030.51	132.01	24
10.3	8.72	12.42	56.93	4.03	20.70	3.64	1033.69	133.25	25
10.3	8.90	12.67	58.80	4.30	20.76	3.64	1036.87	134.48	26
10.3	9.08	12.92	60.68	4.57	20.82	3.65	1040.05	135.72	27
10.4	9.26	13.17	62.55	4.84	20.88	3.66	1043.24	136.96	28
10.4	9.45	13.42	64.43	5.11	20.94	3.67	1046.42	138.20	29
10.4	9.63	13.67	66.31	5.38	21.00	3.67	1049.60	139.43	30
10.4	9.81	13.92	68.18	5.65	21.07	3.68	1052.78	140.67	31

10.5	10.00	14.17	70.06	5.92	21.13	3.69	1055.97	141.91	32
10.5	10.18	14.42	71.93	6.19	21.19	3.70	1059.15	143.15	33
10.5	10.36	14.67	73.81	6.46	21.25	3.71	1062.33	144.39	34
10.6	10.55	14.92	75.69	6.73	21.31	3.71	1065.51	145.62	35
10.6	10.73	15.17	77.56	7.00	21.37	3.72	1068.70	146.86	36
10.6	10.91	15.42	79.44	7.27	21.44	3.73	1071.88	148.10	37
10.7	11.09	15.67	81.32	7.54	21.50	3.74	1075.06	149.34	38
10.7	11.28	15.92	83.19	7.81	21.56	3.74	1078.24	150.57	39
10.7	11.46	16.17	85.07	8.08	21.62	3.75	1081.43	151.81	40
10.8	11.64	16.42	86.94	8.35	21.68	3.76	1084.61	153.05	41
10.8	11.83	16.67	88.82	8.63	21.75	3.77	1087.79	154.29	42
10.8	12.01	16.92	90.70	8.90	21.81	3.78	1090.97	155.53	43
10.9	12.19	17.17	92.57	9.17	21.87	3.78	1094.16	156.76	44
10.9	12.38	17.42	94.45	9.44	21.93	3.79	1097.34	158.00	45
10.9	12.56	17.67	96.33	9.71	21.99	3.80	1100.52	159.24	46
11.0	12.74	17.92	98.20	9.98	22.05	3.81	1103.70	160.48	47
11.0	12.92	18.17	100.08	10.25	22.12	3.81	1106.89	161.71	48
11.0	13.11	18.42	101.95	10.52	22.18	3.82	1110.07	162.95	49
11.1	13.29	18.67	103.83	10.79	22.24	3.83	1113.25	164.19	50
11.1	13.47	18.92	105.71	11.06	22.30	3.84	1116.43	165.43	51
11.1	13.66	19.17	107.58	11.33	22.36	3.85	1119.61	166.67	52
11.2	13.84	19.42	109.46	11.60	22.43	3.85	1122.80	167.90	53
11.2	14.02	19.67	111.33	11.87	22.49	3.86	1125.98	169.14	54
11.2	14.21	19.92	113.21	12.14	22.55	3.87	1129.16	170.38	55
11.3	14.39	20.17	115.09	12.41	22.61	3.88	1132.34	171.62	56
11.3	14.57	20.42	116.96	12.68	22.67	3.88	1135.53	172.85	57
11.3	14.75	20.67	118.84	12.95	22.73	3.89	1138.71	174.09	58
11.4	14.94	20.92	120.72	13.23	22.80	3.90	1141.89	175.33	59
11.4	15.12	21.17	122.59	13.50	22.86	3.91	1145.07	176.57	60
11.4	15.30	21.42	124.47	13.77	22.92	3.92	1148.26	177.81	61
11.5	15.49	21.67	126.34	14.04	22.98	3.92	1151.44	179.04	62
11.5	15.67	21.92	128.22	14.31	23.04	3.93	1154.62	180.28	63
11.5	15.85	22.17	130.10	14.58	23.11	3.94	1157.80	181.52	64
11.6	16.04	22.42	131.97	14.85	23.17	3.95	1160.99	182.76	65
11.6	16.22	22.67	133.85	15.12	23.23	3.95	1164.17	183.99	66

11.6	16.40	22.92	135.73	15.39	23.29	3.96	1167.35	185.23	67
11.6	16.58	23.17	137.60	15.66	23.35	3.97	1170.53	186.47	68
11.7	16.77	23.42	139.48	15.93	23.41	3.98	1173.72	187.71	69
11.7	16.95	23.67	141.35	16.20	23.48	3.99	1176.90	188.95	70
11.7	17.13	23.92	143.23	16.47	23.54	3.99	1180.08	190.18	71
11.8	17.32	24.17	145.11	16.74	23.60	4.00	1183.26	191.42	72
11.8	17.50	24.42	146.98	17.01	23.66	4.01	1186.45	192.66	73
11.8	17.68	24.67	148.86	17.28	23.72	4.02	1189.63	193.90	74
11.9	17.87	24.93	150.74	17.56	23.79	4.03	1192.81	195.13	75
11.9	18.05	25.18	152.61	17.83	23.85	4.03	1195.99	196.37	76
11.9	18.23	25.43	154.49	18.10	23.91	4.04	1199.17	197.61	77
12.0	18.41	25.68	156.36	18.37	23.97	4.05	1202.36	198.85	78
12.0	18.60	25.93	158.24	18.64	24.03	4.06	1205.54	200.09	79
12.0	18.78	26.18	160.12	18.91	24.09	4.06	1208.72	201.32	80
12.1	18.96	26.43	161.99	19.18	24.16	4.07	1211.90	202.56	81
12.1	19.15	26.68	163.87	19.45	24.22	4.08	1215.09	203.80	82
12.1	19.33	26.93	165.74	19.72	24.28	4.09	1218.27	205.04	83
12.2	19.51	27.18	167.62	19.99	24.34	4.10	1221.45	206.28	84
12.2	19.70	27.43	169.50	20.26	24.40	4.10	1224.63	207.51	85
12.2	19.88	27.68	171.37	20.53	24.46	4.11	1227.82	208.75	86
12.3	20.06	27.93	173.25	20.80	24.53	4.12	1231.00	209.99	87
12.3	20.24	28.18	175.13	21.07	24.59	4.13	1234.18	211.23	88
12.3	20.43	28.43	177.00	21.34	24.65	4.13	1237.36	212.46	89
12.4	20.61	28.68	178.88	21.61	24.71	4.14	1240.55	213.70	90
12.4	20.79	28.93	180.75	21.88	24.77	4.15	1243.73	214.94	91
12.4	20.98	29.18	182.63	22.16	24.84	4.16	1246.91	216.18	92
12.5	21.16	29.43	184.51	22.43	24.90	4.17	1250.09	217.42	93
12.5	21.34	29.68	186.38	22.70	24.96	4.17	1253.28	218.65	94
12.5	21.53	29.93	188.26	22.97	25.02	4.18	1256.46	219.89	95
12.6	21.71	30.18	190.14	23.24	25.08	4.19	1259.64	221.13	96
12.6	21.89	30.43	192.01	23.51	25.14	4.20	1262.82	222.37	97
12.6	22.07	30.68	193.89	23.78	25.21	4.20	1266.01	223.60	98
12.7	22.26	30.93	195.76	24.05	25.27	4.21	1269.19	224.84	99
12.7	22.44	31.18	197.64	24.32	25.33	4.22	1272.37	226.08	100
9.79	2.66	1.89	23.62	6.11	20.45	3.58	948.02	94.99	1

9.82	2.87	2.22	25.28	6.23	20.50	3.58	951.59	96.22	2
9.84	3.09	2.55	26.93	6.36	20.54	3.59	955.15	97.44	3
9.87	3.31	2.88	28.59	6.48	20.58	3.60	958.71	98.67	4
9.90	3.53	3.20	30.25	6.61	20.63	3.60	962.27	99.89	5
9.93	3.74	3.53	31.91	6.73	20.67	3.61	965.84	101.12	6
9.96	3.96	3.86	33.56	6.86	20.71	3.62	969.40	102.34	7
9.99	4.18	4.19	35.22	6.98	20.76	3.62	972.96	103.57	8
10.0	4.39	4.52	36.88	7.11	20.80	3.63	976.53	104.79	9
10.0	4.61	4.85	38.54	7.23	20.84	3.64	980.09	106.02	10
10.0	4.83	5.18	40.20	7.36	20.89	3.64	983.65	107.24	11
10.1	5.05	5.51	41.85	7.48	20.93	3.65	987.21	108.47	12
10.1	5.26	5.83	43.51	7.61	20.97	3.66	990.78	109.69	13
10.1	5.48	6.16	45.17	7.74	21.01	3.66	994.34	110.91	14
10.1	5.70	6.49	46.83	7.86	21.06	3.67	997.90	112.14	15
10.2	5.92	6.82	48.48	7.99	21.10	3.68	1001.46	113.36	16
10.2	6.13	7.15	50.14	8.11	21.14	3.68	1005.03	114.59	17
10.2	6.35	7.48	51.80	8.24	21.19	3.69	1008.59	115.81	18
10.3	6.57	7.81	53.46	8.36	21.23	3.70	1012.15	117.04	19
10.3	6.78	8.14	55.12	8.49	21.27	3.70	1015.72	118.26	20
10.3	7.00	8.46	56.77	8.61	21.32	3.71	1019.28	119.49	21
10.3	7.22	8.79	58.43	8.74	21.36	3.72	1022.84	120.71	22
10.4	7.44	9.12	60.09	8.86	21.40	3.72	1026.40	121.94	23
10.4	7.65	9.45	61.75	8.99	21.45	3.73	1029.97	123.16	24
10.4	7.87	9.78	63.41	9.12	21.49	3.74	1033.53	124.39	25
10.4	8.09	10.11	65.06	9.24	21.53	3.74	1037.09	125.61	26
10.5	8.30	10.44	66.72	9.37	21.58	3.75	1040.66	126.83	27
10.5	8.52	10.77	68.38	9.49	21.62	3.75	1044.22	128.06	28
10.5	8.74	11.10	70.04	9.62	21.66	3.76	1047.78	129.28	29
10.6	8.96	11.42	71.69	9.74	21.71	3.77	1051.34	130.51	30
10.6	9.17	11.75	73.35	9.87	21.75	3.77	1054.91	131.73	31
10.6	9.39	12.08	75.01	9.99	21.79	3.78	1058.47	132.96	32
10.6	9.61	12.41	76.67	10.12	21.84	3.79	1062.03	134.18	33
10.7	9.82	12.74	78.33	10.24	21.88	3.79	1065.60	135.41	34
10.7	10.04	13.07	79.98	10.37	21.92	3.80	1069.16	136.63	35
10.7	10.26	13.40	81.64	10.49	21.97	3.81	1072.72	137.86	36

10.8	10.48	13.73	83.30	10.62	22.01	3.81	1076.28	139.08	37
10.8	10.69	14.05	84.96	10.75	22.05	3.82	1079.85	140.30	38
10.8	10.91	14.38	86.61	10.87	22.09	3.83	1083.41	141.53	39
10.8	11.13	14.71	88.27	11.00	22.14	3.83	1086.97	142.75	40
10.9	11.35	15.04	89.93	11.12	22.18	3.84	1090.53	143.98	41
10.9	11.56	15.37	91.59	11.25	22.22	3.85	1094.10	145.20	42
10.9	11.78	15.70	93.25	11.37	22.27	3.85	1097.66	146.43	43
11.0	12.00	16.03	94.90	11.50	22.31	3.86	1101.22	147.65	44
11.0	12.21	16.36	96.56	11.62	22.35	3.87	1104.79	148.88	45
11.0	12.43	16.68	98.22	11.75	22.40	3.87	1108.35	150.10	46
11.0	12.65	17.01	99.88	11.87	22.44	3.88	1111.91	151.33	47
11.1	12.87	17.34	101.53	12.00	22.48	3.89	1115.47	152.55	48
11.1	13.08	17.67	103.19	12.12	22.53	3.89	1119.04	153.78	49
11.1	13.30	18.00	104.85	12.25	22.57	3.90	1122.60	155.00	50
11.2	13.52	18.33	106.51	12.38	22.61	3.91	1126.16	156.22	51
11.2	13.73	18.66	108.17	12.50	22.66	3.91	1129.73	157.45	52
11.2	13.95	18.99	109.82	12.63	22.70	3.92	1133.29	158.67	53
11.2	14.17	19.32	111.48	12.75	22.74	3.93	1136.85	159.90	54
11.3	14.39	19.64	113.14	12.88	22.79	3.93	1140.41	161.12	55
11.3	14.60	19.97	114.80	13.00	22.83	3.94	1143.98	162.35	56
11.3	14.82	20.30	116.45	13.13	22.87	3.95	1147.54	163.57	57
11.4	15.04	20.63	118.11	13.25	22.92	3.95	1151.10	164.80	58
11.4	15.25	20.96	119.77	13.38	22.96	3.96	1154.67	166.02	59
11.4	15.47	21.29	121.43	13.50	23.00	3.97	1158.23	167.25	60
11.4	15.69	21.62	123.09	13.63	23.05	3.97	1161.79	168.47	61
11.5	15.91	21.95	124.74	13.75	23.09	3.98	1165.35	169.70	62
11.5	16.12	22.27	126.40	13.88	23.13	3.99	1168.92	170.92	63
11.5	16.34	22.60	128.06	14.01	23.17	3.99	1172.48	172.14	64
11.5	16.56	22.93	129.72	14.13	23.22	4.00	1176.04	173.37	65
11.6	16.78	23.26	131.37	14.26	23.26	4.01	1179.60	174.59	66
11.6	16.99	23.59	133.03	14.38	23.30	4.01	1183.17	175.82	67
11.6	17.21	23.92	134.69	14.51	23.35	4.02	1186.73	177.04	68
11.7	17.43	24.25	136.35	14.63	23.39	4.03	1190.29	178.27	69
11.7	17.64	24.58	138.01	14.76	23.43	4.03	1193.86	179.49	70
11.7	17.86	24.90	139.66	14.88	23.48	4.04	1197.42	180.72	71

11.7	18.08	25.23	141.32	15.01	23.52	4.05	1200.98	181.94	72
11.8	18.30	25.56	142.98	15.13	23.56	4.05	1204.54	183.17	73
11.8	18.51	25.89	144.64	15.26	23.61	4.06	1208.11	184.39	74
11.8	18.73	26.22	146.30	15.39	23.65	4.07	1211.67	185.62	75
11.9	18.95	26.55	147.95	15.51	23.69	4.07	1215.23	186.84	76
11.9	19.16	26.88	149.61	15.64	23.74	4.08	1218.80	188.06	77
11.9	19.38	27.21	151.27	15.76	23.78	4.08	1222.36	189.29	78
11.9	19.60	27.54	152.93	15.89	23.82	4.09	1225.92	190.51	79
12.0	19.82	27.86	154.58	16.01	23.87	4.10	1229.48	191.74	80
12.0	20.03	28.19	156.24	16.14	23.91	4.10	1233.05	192.96	81
12.0	20.25	28.52	157.90	16.26	23.95	4.11	1236.61	194.19	82
12.1	20.47	28.85	159.56	16.39	24.00	4.12	1240.17	195.41	83
12.1	20.68	29.18	161.22	16.51	24.04	4.12	1243.74	196.64	84
12.1	20.90	29.51	162.87	16.64	24.08	4.13	1247.30	197.86	85
12.1	21.12	29.84	164.53	16.76	24.13	4.14	1250.86	199.09	86
12.2	21.34	30.17	166.19	16.89	24.17	4.14	1254.42	200.31	87
12.2	21.55	30.49	167.85	17.02	24.21	4.15	1257.99	201.53	88
12.2	21.77	30.82	169.50	17.14	24.25	4.16	1261.55	202.76	89
12.3	21.99	31.15	171.16	17.27	24.30	4.16	1265.11	203.98	90
12.3	22.21	31.48	172.82	17.39	24.34	4.17	1268.67	205.21	91
12.3	22.42	31.81	174.48	17.52	24.38	4.18	1272.24	206.43	92
12.3	22.64	32.14	176.14	17.64	24.43	4.18	1275.80	207.66	93
12.4	22.86	32.47	177.79	17.77	24.47	4.19	1279.36	208.88	94
12.4	23.07	32.80	179.45	17.89	24.51	4.20	1282.93	210.11	95
12.4	23.29	33.12	181.11	18.02	24.56	4.20	1286.49	211.33	96
12.5	23.51	33.45	182.77	18.14	24.60	4.21	1290.05	212.56	97
12.5	23.73	33.78	184.42	18.27	24.64	4.22	1293.61	213.78	98
12.5	23.94	34.11	186.08	18.39	24.69	4.22	1297.18	215.01	99
12.5	24.16	34.44	187.74	18.52	24.73	4.23	1300.74	216.23	100
9.46	2.12	10.10	28.51	-2.05	20.18	3.46	954.47	126.87	1
9.49	2.34	10.29	30.17	-1.78	20.24	3.47	957.69	127.69	2
9.52	2.57	10.47	31.83	-1.50	20.29	3.48	960.90	128.50	3
9.55	2.79	10.66	33.48	-1.22	20.34	3.48	964.11	129.32	4
9.58	3.01	10.85	35.14	-0.95	20.40	3.49	967.33	130.13	5
9.61	3.23	11.04	36.80	-0.67	20.45	3.50	970.54	130.95	6

9.64	3.45	11.22	38.46	-0.39	20.50	3.51	973.75	131.76	7
9.67	3.68	11.41	40.12	-0.12	20.56	3.52	976.96	132.58	8
9.71	3.90	11.60	41.78	0.16	20.61	3.53	980.18	133.39	9
9.74	4.12	11.79	43.43	0.44	20.66	3.53	983.39	134.21	10
9.77	4.34	11.98	45.09	0.71	20.72	3.54	986.60	135.02	11
9.80	4.56	12.16	46.75	0.99	20.77	3.55	989.82	135.84	12
9.83	4.79	12.35	48.41	1.27	20.82	3.56	993.03	136.65	13
9.86	5.01	12.54	50.07	1.54	20.88	3.57	996.24	137.47	14
9.89	5.23	12.73	51.73	1.82	20.93	3.58	999.46	138.28	15
9.92	5.45	12.91	53.38	2.10	20.98	3.58	1002.67	139.10	16
9.95	5.67	13.10	55.04	2.37	21.04	3.59	1005.88	139.91	17
9.98	5.90	13.29	56.70	2.65	21.09	3.60	1009.09	140.73	18
10.0	6.12	13.48	58.36	2.93	21.14	3.61	1012.31	141.54	19
10.0	6.34	13.67	60.02	3.20	21.20	3.62	1015.52	142.36	20
10.0	6.56	13.85	61.68	3.48	21.25	3.63	1018.73	143.17	21
10.1	6.78	14.04	63.33	3.76	21.30	3.63	1021.95	143.99	22
10.1	7.01	14.23	64.99	4.03	21.36	3.64	1025.16	144.80	23
10.1	7.23	14.42	66.65	4.31	21.41	3.65	1028.37	145.62	24
10.2	7.45	14.61	68.31	4.59	21.47	3.66	1031.59	146.43	25
10.2	7.67	14.79	69.97	4.86	21.52	3.67	1034.80	147.24	26
10.2	7.89	14.98	71.63	5.14	21.57	3.68	1038.01	148.06	27
10.2	8.12	15.17	73.29	5.41	21.63	3.69	1041.22	148.87	28
10.3	8.34	15.36	74.94	5.69	21.68	3.69	1044.44	149.69	29
10.3	8.56	15.54	76.60	5.97	21.73	3.70	1047.65	150.50	30
10.3	8.78	15.73	78.26	6.24	21.79	3.71	1050.86	151.32	31
10.4	9.00	15.92	79.92	6.52	21.84	3.72	1054.08	152.13	32
10.4	9.23	16.11	81.58	6.80	21.89	3.73	1057.29	152.95	33
10.4	9.45	16.30	83.24	7.07	21.95	3.74	1060.50	153.76	34
10.5	9.67	16.48	84.89	7.35	22.00	3.74	1063.72	154.58	35
10.5	9.89	16.67	86.55	7.63	22.05	3.75	1066.93	155.39	36
10.5	10.11	16.86	88.21	7.90	22.11	3.76	1070.14	156.21	37
10.5	10.34	17.05	89.87	8.18	22.16	3.77	1073.35	157.02	38
10.6	10.56	17.23	91.53	8.46	22.21	3.78	1076.57	157.84	39
10.6	10.78	17.42	93.19	8.73	22.27	3.79	1079.78	158.65	40
10.6	11.00	17.61	94.84	9.01	22.32	3.79	1082.99	159.47	41

10.7	11.22	17.80	96.50	9.29	22.37	3.80	1086.21	160.28	42
10.7	11.45	17.99	98.16	9.56	22.43	3.81	1089.42	161.10	43
10.7	11.67	18.17	99.82	9.84	22.48	3.82	1092.63	161.91	44
10.8	11.89	18.36	101.48	10.12	22.53	3.83	1095.85	162.73	45
10.8	12.11	18.55	103.14	10.39	22.59	3.84	1099.06	163.54	46
10.8	12.33	18.74	104.79	10.67	22.64	3.84	1102.27	164.36	47
10.9	12.56	18.92	106.45	10.95	22.69	3.85	1105.48	165.17	48
10.9	12.78	19.11	108.11	11.22	22.75	3.86	1108.70	165.99	49
10.9	13.00	19.30	109.77	11.50	22.80	3.87	1111.91	166.80	50
10.9	13.22	19.49	111.43	11.78	22.85	3.88	1115.12	167.61	51
11.0	13.44	19.68	113.09	12.05	22.91	3.89	1118.34	168.43	52
11.0	13.67	19.86	114.75	12.33	22.96	3.90	1121.55	169.24	53
11.0	13.89	20.05	116.40	12.61	23.01	3.90	1124.76	170.06	54
11.1	14.11	20.24	118.06	12.88	23.07	3.91	1127.98	170.87	55
11.1	14.33	20.43	119.72	13.16	23.12	3.92	1131.19	171.69	56
11.1	14.55	20.61	121.38	13.44	23.17	3.93	1134.40	172.50	57
11.2	14.78	20.80	123.04	13.71	23.23	3.94	1137.61	173.32	58
11.2	15.00	20.99	124.70	13.99	23.28	3.95	1140.83	174.13	59
11.2	15.22	21.18	126.35	14.27	23.33	3.95	1144.04	174.95	60
11.3	15.44	21.37	128.01	14.54	23.39	3.96	1147.25	175.76	61
11.3	15.66	21.55	129.67	14.82	23.44	3.97	1150.47	176.58	62
11.3	15.89	21.74	131.33	15.10	23.49	3.98	1153.68	177.39	63
11.3	16.11	21.93	132.99	15.37	23.55	3.99	1156.89	178.21	64
11.4	16.33	22.12	134.65	15.65	23.60	4.00	1160.11	179.02	65
11.4	16.55	22.30	136.30	15.93	23.65	4.00	1163.32	179.84	66
11.4	16.77	22.49	137.96	16.20	23.71	4.01	1166.53	180.65	67
11.5	17.00	22.68	139.62	16.48	23.76	4.02	1169.74	181.47	68
11.5	17.22	22.87	141.28	16.76	23.81	4.03	1172.96	182.28	69
11.5	17.44	23.06	142.94	17.03	23.87	4.04	1176.17	183.10	70
11.6	17.66	23.24	144.60	17.31	23.92	4.05	1179.38	183.91	71
11.6	17.88	23.43	146.25	17.59	23.97	4.05	1182.60	184.73	72
11.6	18.11	23.62	147.91	17.86	24.03	4.06	1185.81	185.54	73
11.6	18.33	23.81	149.57	18.14	24.08	4.07	1189.02	186.36	74
11.7	18.55	23.99	151.23	18.42	24.14	4.08	1192.24	187.17	75
11.7	18.77	24.18	152.89	18.69	24.19	4.09	1195.45	187.98	76

11.7	18.99	24.37	154.55	18.97	24.24	4.10	1198.66	188.80	77
11.8	19.22	24.56	156.21	19.24	24.30	4.11	1201.87	189.61	78
11.8	19.44	24.75	157.86	19.52	24.35	4.11	1205.09	190.43	79
11.8	19.66	24.93	159.52	19.80	24.40	4.12	1208.30	191.24	80
11.9	19.88	25.12	161.18	20.07	24.46	4.13	1211.51	192.06	81
11.9	20.10	25.31	162.84	20.35	24.51	4.14	1214.73	192.87	82
11.9	20.33	25.50	164.50	20.63	24.56	4.15	1217.94	193.69	83
12.0	20.55	25.69	166.16	20.90	24.62	4.16	1221.15	194.50	84
12.0	20.77	25.87	167.81	21.18	24.67	4.16	1224.37	195.32	85
12.0	20.99	26.06	169.47	21.46	24.72	4.17	1227.58	196.13	86
12.0	21.21	26.25	171.13	21.73	24.78	4.18	1230.79	196.95	87
12.1	21.44	26.44	172.79	22.01	24.83	4.19	1234.00	197.76	88
12.1	21.66	26.62	174.45	22.29	24.88	4.20	1237.22	198.58	89
12.1	21.88	26.81	176.11	22.56	24.94	4.21	1240.43	199.39	90
12.2	22.10	27.00	177.76	22.84	24.99	4.21	1243.64	200.21	91
12.2	22.32	27.19	179.42	23.12	25.04	4.22	1246.86	201.02	92
12.2	22.55	27.38	181.08	23.39	25.10	4.23	1250.07	201.84	93
12.3	22.77	27.56	182.74	23.67	25.15	4.24	1253.28	202.65	94
12.3	22.99	27.75	184.40	23.95	25.20	4.25	1256.50	203.47	95
12.3	23.21	27.94	186.06	24.22	25.26	4.26	1259.71	204.28	96
12.4	23.43	28.13	187.71	24.50	25.31	4.26	1262.92	205.10	97
12.4	23.66	28.31	189.37	24.78	25.36	4.27	1266.13	205.91	98
12.4	23.88	28.50	191.03	25.05	25.42	4.28	1269.35	206.73	99
12.4	24.10	28.69	192.69	25.33	25.47	4.29	1272.56	207.54	100