الجمهورية الجزائرية الديموقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه للطور الثالث **(LMD)**

تخصص: التحضير البدني الرياضي

تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية كمحددات لإنتقاء لاعبي كرة القدم "أواسط"

–دراسة ميدانية على أندية ولاية الجلفة التي تنشط في الرابطة الجهوية الثانية–

إعداد الطالب الباحث:
بورقدة حسين صدام

إشراف الأستاذ:
د. جمال باغقول

أعضاء لجنة المناقشة:

الرقم	الاسم و اللقب	الرتبة	الصفة	الجامعة
01	خليل مراد	أستاذ	رئيسا	جامعة بسكرة
02	جمال باغقول	أستاذ محاضر أ	مشرفا و مقررا	جامعة بسكرة
03	عدة بن علي	أستاذ محاضر أ	عضوا مناقشا	جامعة بسكرة
04	عزالدين قدور	أستاذ محاضر أ	عضوا مناقشا	جامعة بسكرة
05	كمال نطاح	أستاذ	عضوا مناقشا	جامعة المسيلة
06	رابح صغيري	أستاذ	عضوا مناقشا	جامعة المسيلة

السنة الجامعية: 2025/2024

بسم الله الرحمن الرحيم

الشكر والتقدير

إذا كان لا بد من كلمة شكر، فأول من أنحني له احتراما وتقديرا وشكرا لا متناهيا، هوأستاذي المشرف الذي اعتبره قدوة ومثالا أعلى، ليس فقط في المجال الأكاديمي والتعليمي، بل عنوانا وقدوة في النجاح والتميز والمثابرة والارتقاء إلى أعلى المراتب، فكل الشكر أوجهه إلى الدكتور 'باغقول جمال" الذي لم يكن مشرفا فحسب، بل كان موجها وناصحا وأخا وسندا.

كما أتوجه بأسمى عبارات الشكر والامتنان إلى كل أساتذتي في كل المراحل التعليمية والذين تتلمذت ودرست على أيديهم، وكانوا سببا في نيل المعارف والعلوم والاستفادة من خبراتهم وتجاربهم، وشكرٌ ثالث أوجهه إلى كل القائمين على معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد خيضر بسكرة، هذا المعهد الذي فتح لي آفاقا جديدة نحومزيد من التعلم والبحث ونيل المعارف.

كما لا يفوتني أن أشكر كل من وقف إلى جانبي ولوبالكلمة الصادقة، فكل الشكر والتقدير لهؤلاء.

الإهداء

إلى من قال فيهما الله سبحانه وتعالى:

"وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا، إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوكِلَاهُمَا فَلَا تَقُل لَّهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا، وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا" الآية 23-24 من سورة الإسراء.

إلى من لا تحلوالحياة إلا بوجودهما....

إلى أعظم كائن في الوجود، أمي الحبيبة...

إلى رمز الشموخ، وعنوان الرجولة، إلى أعظم أبٍ في الدنيا، أبي الحبيب...

إلى زهور الحياة وبهجتها، إخوتي وعائلتي الكريمة ....

إلى كل من ينبض لهم القلب احتراما وحبا وتقديرا...

أهدي هذا العمل المتواضع...

قائمة المحتويات

المحتويات	الصفحة
البسملة	
الشكر والتقدير	
إهداء	
قائمة المحتويات	
قائمة الجداول	
قائمة الأشكال والرسوم البيانية	
قائمة الملاحق	
الملخص باللغة العربية	
الملخص باللغة الإنجليزية	
مقدمة	أ
الجانب التمهيدي **الفصل الأول: الإطار العام للدراسة**	
1. إشكالية الدراسة	**04**
2. تساؤلات الدراسة	**05**
3. فرضيات الدراسة	**05**
4. أهمية الدراسة	**05**
5. أهداف الدراسة	**06**
6. مفاهيم ومصطلحات الدراسة	**06**
7. الدراسات السابقة	**08**
8. تعقيب على الدراسات السابقة	**27**
الجانب النظري **الفصل الأول: المتطلبات البدنية والمهارات الأساسية في كرة القدم**	
تمهيد	**31**
I) الخصائص البدنية لدى لاعبي كرة القدم	**32**
1. تعريف الخصائص البدنية	**32**
2. أنواع الصفات البدنية	**32**
1.2. القوة العضلية	**32**

أ. أنواع القوة العضلية	33
ب. أهم العوامل المؤثرة في إنتاج القوة العضلية	34
ج. أهمية القوة	35
2.2. التحمل	35
أ. أنواع التحمل	35
ب. أهمية التحمل	36
3.2. السرعة	36
أ. أنواع السرعة	37
ب. أهمية السرعة	37
4.2. المرونة	38
أ. أنواع المرونة	38
ب. أهمية المرونة	39
5.2. الرشاقة	39
أ. أنواع الرشاقة	39
ب. مكونات الرشاقة	40
ج. أهمية الرشاقة	40
II) المهارات الأساسية في كرة القدم	40
1. تعريف المهارات الأساسية	40
2. أنواع المهارات الأساسية في كرة القدم	41
1.2. المهارات الأساسية بدون كرة	41
أ. الجري وتغيير الإتجاه	41
ب. الوثب	41
ج. الخداع والتمويه بالجسم (الخدعة البدنية)	41
د. المراكز الدفاعية (وقفة لاعب الدفاع)	41
2.2. المهارات الأساسية بالكرة	42
أ. السيطرة على الكرة	42
ب. ضرب الكرة بالقدم	42
ج. التصويب	43
د. التمرير (المناولة)	44
هـ. الجري بالكرة (المحاورة)	44

و. لعب الكرة بالرأس	45
ز. المهاجمة	46
ح. الخداع	46
ط. الرمية الجانبية أورمية التماس	47
خلاصة الفصل	48
الفصل الثاني: التقويم والانتقاء في المجال الرياضي	
تمهيد	50
1. التقويم	51
1.1. تعريف التقويم	51
2.1. أهمية التقويم	51
3.1. انواع التقويم	52
أ- التقويم الموضوعي	52
ب- التقويم الذاتي	52
ج- التقويم التكويني	52
د- التقويم التحصيلي	53
4.1. أسس التقويم	54
5.1 ادوات التقويم	54
أ- الإختبار	55
ب- القياس	56
ج- القياس والإختبار في المجال الرياضي	56
د- الإختبارات والمقاييس في كرة القدم	56
2. الإنتقاء	57
1.2. تعربف الإنتقاء	57
2.2. أهمية الإنتقاء	58
3.2. الإنتقاء وظاهرة الفروق الفردية	58
أ- الفروق داخل الفرد	59
ب- الفروق بين الأفراد	59
4.2. أهداف الإنتقاء	59
5.2. انواع الإنتقاء	59

أ- الإنتقاء الطبيعي (الميداني)	59
ب- الإنتقاء المقارن (التجريبي)	60
ج- الإنتقاء المركب	60
6.2. دلائل خاصة بالإنتقاء	60
7.2. مراحل الإنتقاء	60
أ- المرحلة الأولى: (الإنتقاء المبدئي)	61
ب- المرحلة الثانية (الإنتقاء الخاص)	61
ج- المرحلة الثالثة: (الإنتقاء التأهيلي)	62
8.2. المحددات الأساسية في الإنتقاء الرياضي	63
أ- المحددات البدنية	63
ب- المحددات البيولوجية	63
ج- المحددات النفسية	64
د- المحددات الجسمية	65
9.2. مبادئ ارشادية لانتقاء الناشئين الموهوبين	66
10.2. الصعوبات التي تواجه عملية انتقاء وتشجيع المواهب الرياضية	66
11.2. مزايا انتقاء الناشئين الموهوبين بالأسلوب العلمي	67
خلاصة	68
الفصل الثالث: الخصائص العمرية لفئة الأواسط	
تمهيد	70
1. تعريف فئة الأواسط وتحديدها	71
2. مفهوم المراهقة	71
3. تقسيمات المراهقة	72
أ- المراهقة حسب العمر	72
ب- المراهقة حسب الظروف الاجتماعية والثقافية	72
➢ المراهقة المتكيفة	72
➢ المراهقة الانسحابية المنطوية	72
➢ المراهقة العدوانية المتمردة	73
➢ المراهقة المنحرفة	73
4. مراحل المراهقة	73

➢ المراهقة المبكرة	73
➢ المراهقة الوسطى	73
➢ المراهقة المتأخرة	74
5. خصائص النموعند فئة الأواسط	74
1.5. مفهوم النمو	74
2.5. أنواع النمو	75
أ- النموالجسمي المورفوفيسيولوجي	75
ب- النموالحركي	76
ج- النموالعقلي والنفسي	76
د- النموالاجتماعي والأخلاقي	77
هـ- النموالانفعالي	77
6. أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين	78
7. أزمات فئة الأواسط	78
1.7. الأزمات النفسية	79
➢ الأزمات الانفعالية	79
➢ الرغبات الجنسية	79
➢ النزعة العدوانية	80
2.7. الأزمات الاجتماعية	80
➢ علاقة اللاعب المراهق بالأسرة والمجتمع	80
➢ الاختلاف في المستوى	80
3.7. الأزمات البدنية	81
أ- الأزمات الحركية	81
ب- أزمات صحية	82
08. المراهقة واللياقة البدنية	82
أ- السرعة الانتقالية	82
ب- سرعة الحركة	82
ج- سرعة الاستجابة	83
د- القوة	83
هـ- القوة المميزة بالسرعة	83
و- الرشاقة	83

ز- المرونة	83
ح- التحمل	83
ط- التوافق	84
09. تطور الصفات البدنية عند فئة الأواسط	84
أ- تطور القوة	84
ب- تطور السرعة	84
ج- تطور المرونة	84
د- تطور التحمل	85
10. التغذية الصحية المتوازنة ودورها في النموالبدني عند فئة الأواسط	85
11. الخصائص التشريحية والفسيولوجية بالنسبة للاعب كرة القدم المراهق	85
12. متطلبات واحتياجات لاعب فئة الأواسط	86
13. علاقة اللاعب المراهق بالرياضة	89
14. أهمية ممارسة كرة القدم لدى للمراهق	89
15. مشاكل المرحلة العمرية لفئة الأواسط	90
16. حاجة الفئة العمرية لصنف الأواسط للممارسة الرياضية	90
خلاصة الفصل	92
الجانب التطبيقي:	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	
تمهيد	94
1. الدراسة الاستطلاعية	95
2. منهج الدراسة	107
3. مجتمع الدراسة	108
4. عينة الدراسة	108
5. المجال الزماني والمكاني الدراسة	109
6. أدوات الدراسة	109
7. الأساليب الإحصائية	117
8. صعوبات الدراسة	117
خلاصة	118
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
تمهيد	120

عرض وتحليل النتائج ومناقشتها والتعليق عليها	121
1. عرض وتحليل النتائج	121
1.1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى	121
2.1. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية	128
3.1. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة	134
2. مناقشة نتائج الفرضيات.	137
1.2. مناقشة نتائج الفرضية الأولى	137
2.2. مناقشة نتائج الفرضية الثانية	143
3.2. مناقشة نتائج الفرضية الثالثة	146
خاتمة	150
الاقتراحات	153
المصادر والمراجع	

قائمة الجداول:

الرقم	العنوان	الصفحة
01	توزيع عينة الدراسة على متغير المؤهل العمل	96
02	توزيع عينة الدراسة على متغير المؤهل التدريبي	97
03	توزيع عينة الدراسة على متغير الفئة التدريبية	98
04	توزيع عينة الدراسة على متغير سنوات التدريب	98
05	توزيع عينة الدراسة على أسئلة محور واقع عملية التقويم والانتقاء	99
06	النسب المئوية للاختبارات البدنية والمهارية في كرة القدم حسب أراء الخبراء والمتخصصين	106
07	توزيع عينة الدراسة على النوادي التي ينشطون بها	109
08	معامل الصدق والثبات للاختبارات البدنية والمهارية	115
09	صدق المقارنة الطرفية لجميع اختبارات الدراسة	115
10	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار التحمل لبريكسي	121
11	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار القفز العمودي سرجنت	122
12	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار السرعة جري 20 متر	124
13	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار الجري المكوكي 4*10امتار	125
14	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار المرونة ثني الجذع من الوقوف	127
15	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار الجري المتعرج بالكرة	128
16	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار تنطيط الكرة لاطول زمن	130

17	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار دقة التصويب على المرمى	131
18	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار دقة التمرير الأرضي	133
19	الاحصاء الوصفي لنتائج عينة الدراسة في اختبارات الدراسة	134
20	العلاقة بين اختبار الجري المتعرج بالكرة مع اختبارات القدرات البدنية	135
21	العلاقة بين اختبار تنطيط الكرة في الهواء مع اختبارات القدرات البدنية	135
22	العلاقة بين اختبار التصويب على المرمى مع اختبارات القدرات البدنية	136
23	العلاقة بين اختبار دقة التمرير الأرضي مع اختبارات القدرات البدنية	136

قائمة الأشكال والرسوم البيانية:

الرقم	الشكل	الصفحة
01	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار بريكسي	122
02	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار القفز العمودي سرجنت	123
03	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار السرعة	125
04	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار الجري المكوكي	126
05	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار المرونة	128
06	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار الجري المتعرج بالكرة	129
07	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار تنطيط الكرة	131
08	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار التصويب	132
09	توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار القفز العمودي سرجنت	134

قائمة الملاحق:

الملحق رقم 01: استمارة تحكيم الاختبارات

الملحق رقم 02: قائمة بأسماء المحكمين

الملحق رقم 03: استمارة تثمين مشكلة البحث

الملخص باللغة العربية:

هدفت الدراسة إلى تحديد المستويات المعيارية للقدرات البدنية والمهارات الحركية لانتقاء أواسط كرة القدم والبحث عن العلاقة بين القدرات البدنية والمهارات الحركية.

لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي المسحي التحليلي على مجتمع يتمثل في سبع نوادي بالجلفة في القسم الجهوي الثاني. على ذلك أجريت الدراسة الميدانية في الموسم الرياضي 2022-2023، وللقيام بذلك قام الباحث باستخدام مجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية.

توصلنا في الأخير إلى أن:

المستوى المعياري للقدرات البدنية لمجموع الاختبارات البدنة المستخدمة تقع ضمن المستوى المعياري الجيد، كما أن معظم الاختبارات المهارية أظهرت بأن أواسط القسم الجهوي الثاني لديهم مستويات معيارية جيدة. كما كانت النتائج تشير إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية للقدرات البدنية مع جل الاختبارات المستخدمة للقدرات المهارية.

وأوصى الباحث بأنه ينبغي على الرابطات الجهوية لكرة القدم إعتماد هذه المعايير للاختبارات البدنية والمهارية في كرة القدم، ويجب على المدربين الاستفادة من هاته الاختبارات والمعايير المقاسة التيى تم بناؤها في هاته الدراسة لتقييم قدرات اللاعبين.

الكلمات المفتاحية: مستويات معيارية، صفات بدنية، صفات مهارية، كرة القدم، فئة الأواسط.

الملخص باللغة الإنجليزية:

The aim of this study was to determine the standard levels of physical abilities and motor skills for selecting youth football players and to explore the relationship between physical abilities and motor skills.

To achieve the objectives of the study, the researcher employed a descriptive, analytical survey method on a sample of seven football clubs in the second regional division of Djelfa. The field study was conducted during the 2022-2023 sports season. To collect the necessary data, the researcher used a series of physical and skill-based tests.

The results of the study revealed the following:

The normative level for physical abilities across all physical tests used in this study was within the "good" standard range. Furthermore, most of the skill tests indicated that the youth players from the second regional division exhibited good normative levels. The results also showed a statistically significant relationship between physical abilities and most of the motor skill tests used.

The researcher recommended that regional football associations adopt these norms for physical and skill tests in football, and that coaches utilize the tests and standards established in this study to assess players' abilities.

Keywords: Standard levels, physical characteristics, skills traits, football, youth category.

مقدمة

مقدمة:

تتبنّى الدول المتقدمة في جميع ميادين الحياة البشرية استراتيجية استغلال الموارد المتاحة لديها، سواء كانت تلك الموارد بشرية أومادية، من خلال تبني المنهج العلمي كأساس للبحث والاستكشاف في مختلف المراحل الأولية. تلك الاستراتيجية تهدف إلى تحقيق أقصى قدر من الفائدة بأقل مجهود وزمن وتكلفة ممكنة، بهدف تحقيق أعظم الإنجازات بأشكالها المختلفة. يعيش مجتمعنا اليوم في عصر تكنولوجي يشكل جزءاً لا يتجزأ من واقعنا، وقد غزت التقنيات الحديثة معظم جوانب حياتنا، بما في ذلك النواحي الرياضية التي شهدت تطوراً كبيراً في أساليب التدريب والمعدات المستخدمة ومرافق التأهيل العلاجي والملاعب. وبالتالي، يعتبر النهج العلمي والتكنولوجي أحد العوامل الرئيسية التي تؤثر في تطور ورفع مستوى الأداء الرياضي.

من هنا، يتجلى دور الباحثين والعلماء الذين يهتمون بمجال الرياضة في استخدام مجموعة متنوعة من العلوم الأخرى بهدف تطوير وتعزيز القدرات البدنية والمهارية والنفسية لدى الرياضيين. إن تحديد المعايير الأساسية والمحاور الرئيسية لتطوير الأداء الرياضي يعد أمراً حيوياً للوصول إلى أعلى المستويات. ويعتبر انتقاء اللاعبين في سن النشء أمراً بالغ الأهمية، حيث تعتبر هذه المرحلة الأولية أساساً لنموووتطور أبطال المستقبل.

إذ أصبح من الضروري على المدربين والمسؤولين عن الفرق الرياضية منح كل لاعب فرصة كافية لتحقيق النجاح، مع مراعاة الرؤية المستقبلية للنادي وتوجيه الاهتمام نحوتطوير المواهب الموجودة. ولمواجهة التحديات المعقدة التي تواجه عملية انتقاء المواهب الرياضية المبتدئة، فإن البحوث والدراسات تسعى إلى تحليل هذه المشكلة وتحديد أبعادها، بهدف وضع استراتيجيات وخطط علمية تهدف إلى بناء نظم جديدة لانتقاء المواهب الرياضية في مختلف الأنشطة الرياضية. ومن هنا تبرز أهمية الكشف المبكر عن المواهب الرياضية منذ الطفولة، حيث يبدأ الطفل في اكتساب المهارات الأساسية وتطويرها منذ سنواته الأولى، مما يجعل التدخل المبكر لتطويرها أمراً أساسياً لتحقيق النجاح في المستقبل.

نظرًا لشعبية كرة القدم كواحدة من الرياضات الجماعية الأكثر انتشارًا واهتمامًا في العالم، فإن المطالب المتزايدة من الجماهير بالتسلية والترفيه ومشاهدة المباريات على

أعلى المستويات دفعت الجهات المعنية باللعبة إلى البحث عن أفضل الطرق والأساليب العلمية لتطويرها. يتجلى هذا بوضوح في الدول المتقدمة، التي تولي اهتمامًا كبيرًا لهذه الرياضة وتخصص لها موارد ضخمة بهدف رفع مستوى فرقها وتحقيق النجاحات العالمية والقارية.

ومع ذلك، فإن وصول أي فريق إلى المستويات العالية وتحقيق المكانة المتقدمة في كرة القدم يتطلب اهتمامًا خاصًا بانتقاء وتطوير فرق الناشئين وتنظيمها وتدريبها وفقًا للأسس العلمية الصحيحة. فالطفل في هذه المرحلة يعتبر القاعدة الأساسية التي ينموويترعرع خلالها أبطال المستقبل. ويبدأ تعلم رياضة كرة القدم منذ سنواته العمرية الأولى، وتتأسس عليها قدراته ومهاراته.

لذا، يجب على كل مدرب أومربٍ أومسؤول أن يمنح الاهتمام الكافي لتطوير المواهب الرياضية الشابة، وضمان حصول كل رياضي ناشئ على الفرصة الكاملة لتحقيق النجاح. ويتطلب النجاح والتألق في المجال الرياضي بصفة عامة، وفي كرة القدم بصفة خاصة، وجود كفاءات عالية من المدربين والمسؤولين، حيث يلعب المدرب دورًا أساسيًا في اختيار وتطوير المواهب الرياضية وضمان وصولها إلى المستويات العالية.

يشكل العمل مع الناشئين أساسًا مهمًا للغاية في رياضة كرة القدم، خاصة إذا ما كان المدرب ذوكفاءة عالية وخبرة واسعة. ولذلك، يجب على المدرب تقديم الرعاية والاهتمام اللازمين للناشئين، وتطوير قدراتهم ومهاراتهم منذ الصغر، وفقًا لبرامج تدريبية متكاملة، لضمان بناء قاعدة من الناشئين المتميزين. وتبرز أهمية الاستخدام الكفء للوسائل والأساليب العلمية المناسبة في تطوير القدرات الرياضية للناشئين، بما في ذلك استخدام القياسات البدنية والفسيولوجية والأساليب الحديثة في تقويم اللاعبين وتطويرهم.

ولغرض تسليط الضوء أكثر على هذا الموضوع الموسوم بعنوان: **تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية كمحددات لإنتقاء لاعبي كرة القدم أواسط**، قام الباحث ببناء مقدمة انتقل فيها من العام إلى الخاص محاولا سرد أكبر عدد ممكن من المعلومات المتعلقة بهذا الموضوع، ثم قام الباحث ببناء الإشكالية أين طرح فيها الإشكال القائم في الموضوع ثم صاغ الباحث الفرضيات محاولا الإجابة مؤقتا على التساؤلات المطروحة، كما بين الباحث أهمية الموضوع والأهداف التي يسعى إلى تحقيقها كما قام الباحث

بتعريف الكلمات الدالة في الموضوع لإزالة الغموض السائد حول هذه المفردات، وكذلك تطرق الباحث إلى الدارسات السابقة والمشابهة ليقف على ما أنجزه الباحثون السابقون وما لم يتم التطرق إليه بعد والاستفادة منها، كما قام الباحث بتقسيم بحثه إلى جانبين جانب نظري وجانب التطبيقي، بحيث قسم الباحث الجانب النظري إلى ثلاثة فصول، ففي الفصل الأول تطرق الباحث إلى المتطلبات البدنية والمهارات الأساسية في كرة القدم، والفصل الثاني تطرقنا الى التقويم والانتقاء في المجال الرياضي، والفصل الثالث تم التطرق فيه الى الخصائص العمرية لفئة الأواسط.

أما الجانب الميداني يتضمن فصلين مهمين، الفصل الأول معنون بـ (الإجراءات المنهجية للدراسة) ويتضمن منهج الدراسة ، الدراسة الاستطلاعية ، مجتمع الدراسة، والعينة وخصائصها، بالإضافة إلى وصف أدوات الدراسة وكيفية تقنينها وهذا من خلال التأكد من صدقها وثباتها، بالإضافة إلى الطرق والأساليب الإحصائية، أما الفصل الثاني حمل عنوان (عرض ومناقشة النتائج) وهومشكل من جزأين رئيسيين أولهما "عرض وتحليل النتائج" من خلال الطرق للنتائج لكمية وعرضها في جداول وأشكال خاصة وهذا بحسب كل فرضية من فرضيات الدراسة، وتحقيقا لأهدافها. أما الجزء الثاني "مناقشة النتائج" انطلاقا من الخلفية النظرية للدراسة والدراسات السابقة وإعطاء تفسيرات محتملة للنتائج المتوصل إليها من خلال الدراسة، وانتهت الدراسة باستنتاجات وتضمنت أهم ما توصلنا إليه من نتائج، بالإضافة إلى الاقتراحات والتوصيات وفيها تم وضع مجموعة من الاقتراحات، والدراسات مستقبلية وهذا انطلاقا مما توصلت إليه الدارسة الحالية من نتائج وتكميلا لها.

الجانب التمهيدي:

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة:

يعتبر الانتقاء في المجال الرياضي حجر الاساس للوصول الى الانجاز الرياضي رفيع المستوى حيث يتم اختيار افضل الرياضيين الموهوبين الذين تظهر فيهم المؤهلات التي تساعدهم على التفوق في مجال تخصصهم ويراعى في عمليات الانتقاء جوانب ومحددات" بيولوجية، حركية، وسيكولوجية وكلها تساهم في تطوير الأداء الرياضي وتحقيق المستويات العليا

تعتبر كرة القدم إحدى أهم الألعاب الرياضية في وقتنا الحاضر لما فيها من متعة يظهرها جميع اللاعبين في الملعب، حيث تعتمد اعتمادا كبيرا على تكوين الخامات الرياضية وانتقاء اللاعبين حسب قدراتهم المتعددة البدنية والمهارية والسيكولوجية للمراحل العمرية المختلفة وذلك للوصول إلى قمة المستويات الرياضية وتحقيق الألقاب الرياضية.

ويشير (مختار، 1997) نقلا عن (حسن سعود، 2013) إلى أن "كرة القدم الحديثة تتطلب أن يكون لاعب كرة القدم متمتعاً بلياقة بدنية عالية."

كما أن الأداء المهاري يمثل جانب مهم الذي يعبر عن قدرة اللاعب التدريبية والتي هي مرتبطة ارتباطا دقيقا باللياقة البدنية لكونها مكملة لها ولا يمكن فصلها عنها، وتعني حالة خاصة لكل لاعب إذا ما استندت عملية إعداده وتكوينه على طرق وأساليب واختبارات بدنية ومهارية متطورة ومرتبطة بحالة اللاعب.

يشير (البساطي، 1997) أن إعتماد المدرب على الملاحظة والمشاهدة للاعبين أثناء المباراة فقط لتحديد مستويات الأداء البدني أمر ينقصه الدقة والموضوعية.

وعليه فإن المدربين اليوم في حاجة كبيرة وملحة إلى العديد من المعايير والمستويات الدقيقة وطرق تقويمية جديدة تسمح باختيار أمثل اللاعبين الذين يتميزون بالمواصفات التي تؤهلهم إلى الشروع في التدريبات وخوض غمار المنافسات وتحمل الأحمال التدريبية المختلفة وتحقيق الألقاب الرياضية.

ولايخفى عنا أن مرحلة الأواسط مرحلة مهمة جدا لظهور صفوة الرياضيين حيث تكتمل كل جوانب اللياقة البدنية خلالها وترتفع الأحمال التدريبية نظرا لنضج اللاعبين البدني والنفسي والفيزيولوجي، كما تعتبر حلقة الوصل بين الناشئين والمتقدمين وتترجم كل أهداف إعداد وتنشئة الخامات الرياضية.

وبناء على الحقائق السالفة الذكر جاءت دراسة الباحث لوضع مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم أواسط لبعض أندية ولاية الجلفة التي تنشط ضمن قسم الجهوي الثاني رابطة البليدة أ، وعليه يمكننا طرح التساؤل الرئيسي التالي:

التساؤل العام:

_ ما درجة المستويات المعيارية للمحددات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم؟

2. تساؤلات الدراسة:

إشكالية الدراسة يمكن أن نفككها إلى مجموعة من التساؤلات، من بينها:

1) ما درجة المستويات المعيارية للمحددات البدنية لدى لاعبي كرة القدم ؟

2) ما درجة المستويات المعيارية للمحددات المهارية لدى لاعبي كرة القدم ؟

3) هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم؟

3. فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

المستويات المعيارية للمحددات البدنية والمهارية مقبولة لدى لاعبي كرة القدم.

الفرضيات الجزئية:

1. المستويات المعيارية للمحددات البدنية تقع في المستوى المقبول (الجيد) لدى لاعبي كرة القدم.

2. المستويات المعيارية للمحددات المهارية تقع في المستوى المقبول (الجيد) لدى لاعبي كرة القدم.

3. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين القدرات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم

4. أهمية الدراسة:

تمثلت أهمية الدراس في معرفة اهم المنطلقات النظرية الخاصة بالاختبارات موضوع الدراسة من ناحية الصفات البدنية والقدرات المهارية، مع تقديم بطارية اختبارات مقننة لمساعدة القائمين بالعملية التدريبية من التقييم العلمي للصفات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم على المستوى الجهوي، وتقديم مرشد ودليل للعاملين في المجال الرياضي بصفة

عامة والعاملين في كرة القدم بصفة خاصة بالمستويات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم، يتم من خلالها التشخيص والتنبؤ والانتقاء والتصنيف والتوجيه ووضع البرامج التدريبية، وأيضا إضافة مرجع بمثل هذه البحوث التي تبحث في مجال كرة القدم.

5. أهداف الدراسة:

- اقتراح بطارية اختبارات تسمح باختبار القدرات البدنية والمهارية الأساسية لدى لاعبي كرة القدم.
- التعرف على المستوى المعياري للمحددات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة القدم.
- تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية الأساسية كوسائل مساعدة لانتقاء لاعبي كرة القدم.
- تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات المهارية الأساسية كوسائل مساعدة لانتقاء لاعبي كرة القدم.

6. مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

أ- المستويات المعيارية:

- **التعريف الاصطلاحي:** هي المعايير القياسية التي تستخدم لتحديد الحالة النسبية للدرجات الخام الناتجة عن تطبيق الاختبارات والقياسات بغرض تفسير هذه الدرجات وتقويم نتائجها. (علاوي و رضوان، 1993، صفحة 194)

ويذكر أن "المستويات المعيارية تتشابه مع المعايير في أنها أسس داخلية للحكم على الظاهرة، موضوع التقويم إلا أنها تأخذ الصيغة الكيفية، ويحدد المستوى في ضوء ما يجب أن تكون عليه الظاهرة. (الصميدعي، 2010، صفحة 85)

- **التعريف الإجرائي:** المستويات المعيارية هي المعايير القياسية التي تُستخدم لتحديد القيم النسبية للدرجات الناتجة عن تنفيذ الاختبارات والقياسات، بهدف تفسير هذه الدرجات وتقييم نتائجها. ويُعنى بها تقدير الوضعية النسبية للنتائج وتصنيفها وفقًا لمعايير محددة ويمكن أن نستخلص أن المستويات المعيارية هي تحويل الدرجات الخام للعينة في الاختبارات البدنية والمهارية المقترحة الى درجات أخرى تتأسس على المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للنتائج المتحصل عليها.

ب- القدرات البدنية:

- **التعريف الإصطلاحي:** هي عبارة عن قدرة الفرد على تنفيذ الأعمال اليومية الواجبة عليه بكفاءة واقتدار دون حدوث التعب الشديد الذي لا يتناسب مع الجهد المبذول. (رضوان ومتولي، 2000)

- **التعريف الإجرائي:** هي القدرة التي يمتلكها الفرد لأداء الأنشطة اليومية بكفاءة وبقدرة مناسبة دون أن يشعر بالتعب الشديد الذي لا يتناسب مع مجهوده.

في هذا السياق، يمكن تفسير القدرات البدنية على أنها القوى والمهارات الجسدية التي يمكن للشخص استخدامها لأداء مجموعة متنوعة من الأنشطة اليومية بفعالية، مثل رفع الأشياء الثقيلة، الجري، القفز، وغيرها من الأنشطة التي تتطلب قوة ولياقة جسدية.

ج- كرة القدم:

- **اصطلاحا:** هي لعبة تتم بين فريقين يتألف كل منهما من إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى الهدف، يحاول كل فريق إدخال الكرة في مرمى الحارس للحصول على نقطة (هدف) وللتفوق على المنافس في إحراز النقاط (السلمان، 1998، صفحة 9).

- **تعريف الاجرائي لكرة القدم:** هي لعبة جماعية يهتم فيها بتسجيل أكبر عدد من الأهداف في شباك الخصم والمحافظة على الشبكة نظيفة من الأهداف وتلعب كرة القدم بين فريقين يضم كل فريق إحدى عشر لاعبا، وتلعب بكرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد، وتدوم المباراة تسعون دقيقة على شوطين أي كل شوط به خمس وأربعون دقيقة، ويتخلل المباراة وقت راحة يدوم خمس عشر دقيقة، وتجرى المباراة بين فريقين يرتديان ألبسة مختلفة، وتتكون هذه الألبسة من قميص وحذاء خاص باللعبة.

د- المهارات الحركية:

- **إصطلاحا:** هي الأداء الحركي الارادي الثابت والمميز بالتحكم والدقة، والاقتصاد في الجهد وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة لإنجاز أفضل النتائج. (عبد الخالق، 1994، صفحة 167) فالمهارة الحركية في كرة القدم هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدى لغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أوبدونها.

- **إجرائيا:** هي تنفيذ الحركات الجسدية بدقة وسيطرة دقيقة، وهي تتضمن القدرة على التحكم في الحركات واستخدام الجهد بكفاءة. تعتبر المهارات الحركية مهمة في الأداء الرياضي، حيث يمكنها أن تساهم في تحقيق أفضل النتائج في وجه التحديات المتغيرة.

هـ- الانتقاء:

- **إصطلاحا:** الانتقاء في المجال الرياضي هو"عملية يتم من خلالها اختيار أفضل العناصر من اللاعبين في فترات زمنية متعددة وفق مراحل الاعداد الرياضي المختلفة. (الحاوي، 2002، صفحة 37)

- **إجرائيا:** الانتقاء في المجال الرياضي يمثل عملية تحديد واختيار أفضل الرياضيين من بين مجموعة من اللاعبين خلال مراحل متعددة من التدريب الرياضي. هذه العملية تهدف إلى اختيار الأفراد الذين يتمتعون بالمهارات والقدرات اللازمة لتحقيق النجاح في مجالاتهم الرياضية.

على سبيل المثال، في الرياضات الجماعية مثل كرة القدم، يتم استخدام عمليات الانتقاء لاختيار اللاعبين الذين يمتلكون مهارات اللعب الجيدة والقدرة على التفاعل مع فريقهم بشكل فعال. تتم هذه العملية عادةً عبر مراحل متعددة من الاختبارات والمقابلات والمباريات التجريبية

الهدف الرئيسي لعملية الانتقاء هوتحديد الرياضيين الذين يمكن أن يساهموا في تطوير الفرق الرياضية وتحقيق الأداء العالي. تعتبر هذه العملية جزءًا أساسيًا من إعداد الفرق الرياضية وضمان تمثيل الأفضل في المنافس.

7. الدراسات السابقة:

❖ **الدراسة الأولى:**

أطروحة دكتوراه بجامعة مستغانم من إعداد غالي بن هدية (2023): تصميم إختبار للأداء المهاري كمؤشر لتحديد مستويات معيارية للاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة.

أهداف الدراسة:

- يهدف البحث إلى تصميم اختبار للأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم تحت 19 سنة.

- إيجاد درجات ومستويات معيارية لاختبار الأداء المهاري المصمم.

المنهج المستخدم: من خلال مشكلة البحث المطروحة تحتم على الطالب الباحث اتباع المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع الدراسة: تم تحديد مجتمع البحث والمتمثل في لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة للجهة الغربية الجزائرية للرابطة المحترفة الأولى والثانية، ويضم 11 فريق ينشطون في قسم واحد والبالغ عددهم 020 وقد تم اختيار منهم 292 لاعب.

عينة الدراسة: شملت عينة البحث مجموعة من لاعبي كرة القدم تحت 19 سنة للجهة الغربية وبلغ عددها 210. حيث تم اختيار كل الفرق الخاصة بالجهة الغربية وتم استبعاد حراس المرمى.

أدوات جمع البيانات: إستخدم الباحث في دراسته اختبار الأداء المهاري. المقنن من طرف الباحث.

الاستنتاجات: من أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث نجد:

- تم التوصل إلى تصميم اختبار مهاري والاعتماد عليه في قياس أداء لاعبي كرة القدم الذين تقل أعمارهم عن 19 سنة في القسم الوطني المحترف الأول والثاني بالمنطقة الغربية.

- الاختبار المهاري المصمم يستند إلى أسس علمية حقيقية وصحيحة، بما في ذلك صدقه، وثباته، وموضوعيته. وهوقادر على التمييز بين الأفراد المختلفين.

- نتائج عينة البحث في الاختبار المهاري المصمم تشير إلى دقة الأداء تصنف ضمن المستوى المعياري المتوسط والضعيف.

- نتائج عينة البحث في الاختبار المهاري المصمم لقياس سرعة الأداء تصنف ضمن المستوى المعياري المتوسط والضعيف جداً.

توصيات واقتراحات: من أهم التوصيات التي أوصى بها الباحث نجد:

- الاعتماد على الاختبار المهاري المصمم من قبل المدربين للتعرف على مستوى اللاعبين في هذه المهارات وعدم الاعتماد على الملاحظة (العين المجردة) في المقابلات التدريبية والتنافسية.

– الاعتماد على الاختبار المهاري المصمم من قبل المدربين في التمارين اليومية وفي قياس الأداء المهاري للاعبي كرة القدم الذين تقل أعمارهم عن 19 سنة.

– الاعتماد على المعايير التي تم التوصل إليها من خلال استخدام الجداول المعيارية التي وضعها الباحث لمفردات الاختبار المهاري المصمم عند عملية تقييم لاعبي كرة القدم الذين تقل أعمارهم عن 19 سنة.

– إجبار الأندية على وضع قاعدة بيانات للاعبيها (الحالة الشخصية – الاختبارات البدنية والمهارية – القياسات) حتى يتسنى لأي مدرب معرفة مستوى كل لاعب وارتقائه، والاهتمام بالفئات الصغرى وإعدادها على أسس علمية، وتقديم الدعم والتحفيز لهم لأنهم يعتبرون خزان الفرق الجزائرية.

❖ **الدراسة الثانية:**

أطروحة دكتوراه بجامعة مستغانم من بوقشيش مولود (2023): بناء اختبار للأداء المهاري كمؤشر لتحديد مستويات معيارية لناشئي كرة القدم تحت 17 سنة.

أهداف الدراسة:

– بناء اختبار للأداء المهاري كمؤشر لتحديد مستويات معيارية عند ناشئي كرة القدم اقل من 17 سنة.

– تحديد درجات ومستويات معيارية لاختبار الأداء المهارى يمكن الاعتماد عليها في معرفة مستوى ناشئي كرة القدم الجزائرية.

المنهج المستخدم: استخدم الطالب الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته لمشكلة البحث.

مجتمع الدراسة: يتعلق المجتمع الأصلي بلاعبي كرة القدم في فئة أقل من 17 سنة في منطقة الغرب الجزائري، حيث يتألف من 13 فريقًا يشاركون في المستوى الأول ويمثلون أندية الرابطة الأولى والرابطة الثانية. ويبلغ إجمالي عدد اللاعبين في هذا المجتمع 328 لاعبً.

عينة الدراسة: بلغ حجم عينة البحث 201 لاعبا يشكلون نسبة 61.28% من مجتمع البحث.

أدوات جمع البيانات: إستخدم الباحث في دراسته اختبار الأداء المهاري. المقنن من طرف الباحث الذي يقوم بقياس سرعة ودقة الأداء المهاري (التمرير القصير، التمرير الطويل والتهديف)

الاستنتاجات: من أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث نجد:

– ان اختبار الأداء المهاري في كرة القدم يتمتع بأسس علمية حقيقية وله القدرة على التمييز بين المختبرين.

– ان اختبار الأداء المهاري في كرة القدم مشابه الى حد كبير ما يحدث في المنافسة.

– تم تحديد خمس مستويات معيارية (جيد جدا –جيد –متوسط –ضعيف –ضعيف جدا) لاختبار الأداء المهاري.

– توزعت عينة البحث بنسب مختلفة في المستويات المعيارية (جيد جدا –جيد –متوسط –ضعيف)، مع الاقتصار على لاعب واحد في المستوى ضعيف جدا.

– أكثر نتائج عينة البحث كانت في المستوى المتوسط.

توصيات واقتراحات: من أهم التوصيات التي أوصى بها الباحث نجد:

– اعتماد اختبار الأداء المهاري المقترح لتقويم الأداء المهاري عند ناشئي كرة القدم.

– اعتماد المعايير المتوصل اليها من الدراسة في تقويم الأداء عند اللاعبين الناشئين.

– ضرورة تكوين المدربين وفق المحتويات العلمية ذات الصلة بالعلوم الأخرى كعلم الاختبار والقياس والتقويم لمواكبة الأساليب العلمية الحديثة في العملية التجريبية.

– تقريب العملية التدريبية أكثر من واقع المنافسة الرياضية من خلال الاعتماد على تدريبات مهارية مشابهة لتلك التي تحدث في المباريات.

❖ الدراسة الثالثة:

أطروحة دكتوراه بجامعة خميس مليانة من إعداد بلعمري ياسين (2021): بناء مستويات معيارية لبطارية اختبارات لانتقاء المواهب الشابة في كرة اليد (17–19 سنة).

أهداف الدراسة:

– التعرف على مستوى القدرات البدنية للاعبي كرة اليد الذين تتراوح أعمارهم بين 17 و19 سنوات في ضوء الدرجات المعيارية.

– التعرف على مستوى المهارات الأساسية للاعبي كرة اليد الذين تتراوح أعمارهم بين 17–19 سنة في ضوء الدرجات المعيارية.

– وضع خارطة تقويمية توضح مستوى القدرات البدنية والمهارات الأساسية حسب مواقع اللعب، وذلك باستناد إلى الدرجات والمستويات المعيارية المتحققة.

المنهج المستخدم: إستخدم الباحث المنهج التجريبي كونه أفضل المناهج التي تتناسب مع طبيعة الموضوع، والذي يعرف بأنه " ذلك المنهج الذي يتركز على التجربة والإختبار الميداني.

مجتمع الدراسة: المجتمع موضوع الدراسة أوأفراد المجتمع الذين يشتركون في مشكلة الدراسة تمثل في 90 لاعبا يزاولون نشاطهم.

عينة الدراسة: تمثل عدد أفراد العينة قيد الدراسة في 70 لاعبا مقسمين على 05 فرق تابعة للرابطة الولائية بسطيف للفئة العمرية (17-19 سنة).

أدوات جمع البيانات: إستخدم الباحث في دراسته مجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية. التي تتمثل في:

اختبارات بدنية: اختبار 30 متر للسرعة، اختبار Tللرشاقة، اختبار القفز العمودي للقوة الانفجارية، اختبار رمي الكرة الطبية 5 كغ، اختبار ركض 1000 متر للتحمل الدوري التنفسي.

اختبارات مهارية: اختبار التواقق والتمرير والاستلام، اختبار تنطيط الكرة لمسافة 30متر ، مهارة التصويب، الجري المتعرج والتسديد.

الاستنتاجات: من أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث نجد:

مستوى القدرات البدنية لدى لاعبي كرة اليد جيد في ضوء الدرجات المعيارية.

مستوى القدرات المهارية لدى لاعبي كرة اليد جيد في ضوء الدرجات المعيارية.

النسبة المحققة لدى عينة البحث ككل كانت في المستوى المعياري "متوسط وجيد" في اختبار القوة الانفجارية للأطراف العلوية، وكانت في المستوى المعياري "جيد" في اختبار القفز العمودي من الثبات. كان المستوى المعياري "جيد" في اختبار التحمل(جري 1000 متر). المستوى المعياري "متوسط" لاختبار السرعة (جري 30متر). النسبة المحققة لدى عينة البحث ككل كانت في المستوى المعياري "متوسط وجيد" في اختبار الرشاقة.

توصيات واقتراحات: من أهم التوصيات التي أوصى بها الباحث نجد:

– ضرورة رفع مستوى المعرفة لدى المدربين في مجال التدريب الرياضي بطريقة علمية، وذلك من خلال تلقي التدريب من قبل متخصصين ذوي خبرة. كما يجب منح الفئات الشبانية الاهتمام الكافي في جميع الجوانب، وخاصة الجوانب البدنية والمهارية".

الاستفادة من نتائج هذه الدراسة، وبشكل خاص من المعايير والمستويات المتعلقة بالقدرات البدنية والمهارية للاعبي كرة اليد، عن طريق تعميمها على باقي الأندية الرياضية، وخاصة عندما يتعلق الأمر بعمليات التقييم واختيار اللاعبين.

❖ الدراسة الرابعة:

دراسة من إعداد بن غالي بن هدية (2021): واقع تقييم الأداء المهاري للاعبي كرة القدم الجزائريين من وجهة نظر المدربين.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى معرفة واقع تقييم الأداء المهاري للاعبي كرة القدم الجزائريين من وجهة نظر المدربين.

المنهج المستخدم: تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المسح.

مجتمع وعينة الدراسة: أجريت الدراسة على مدربي كرة القدم لجميع الفئات العمرية، وبلغت عينة الدراسة 105 مدرب لكل الفئات، شملت مستويات اكاديمية مختلفة.

أدوات الدراسة: اعتمد الباحثون في بحثهم على استمارة استبيانيه وتم توزيعها على المدربين في أماكن عملهم حوالي ثلاثون مدرب وبعد توقف البطولات بسبب جائحة كورونا تم استعمال استبيان إلكتروني وتم توزيعه عن طريق (الإيمايل ، الواتساب ، الفايس بوك) وتكون الاستبيان من الحالة المهنية والشخصية للمدرب وثلاثة محاور.

المحور الأول: التقييم والتقويم في كرة القدم.

المحور الثاني: الاختبارات والقياسات.

المحور الثالث: أهم الصعوبات والعراقيل التي تواجه المدربين في عملية التقويم والقياس والاختبارات.

المقابلات مع المدربين، المصادر والمراجع، وتم اخضاع البيانات الى عملية التحليل الاحصائي والاستعانة ببرنامج التحليل الاحصائي SPSS ، وتم الاعتماد على الأدوات الاحصائية التالية: معامل ألفاكرونباخ والنسب المئوية واختبار حسن المطابقة.

أهم النتائج: غالبًا ما يعتمد أغلب المدربين على المراقبة العابرة وخبرتهم الشخصية وحنكتهم في مجال التدريب، إلى جانب المقابلات التطبيقية والتنافسيّة كوسائل لتقييم أداء اللاعبين من الناحية المهارية. وهذا يعكس نقصًا في الجانب المعرفي والعلمي لدى بعض المدربين عندما يتعلق الأمر بعمليات التقويم والاختبارات والقياسات. بالإضافة إلى ذلك، قلة الإمكانيات والوسائل تعيق استخدام الاختبارات والقياسات كوسيلة فعّالة في تقييم الأداء المهاري.

أهم التوصيات: ضرورة فرض استخدام الاختبارات والقياسات في عمليات التقييم للمدربين، سواء كان ذلك تقييمًا دوريًا أومستمرًا، وبشكل خاص خلال فترات التحضير وفي بداية الموسم الرياضي وعند انتهائه. يجب أيضًا فرض متطلبات على الأندية لتقييم اللاعبين باعتماد الأسس العلمية، مثل الاختبارات والقياسات، في بداية فترة التحضير وخلال مسار الموسم الرياضي، ومن ثم إرسال تقارير مفصلة بهذه المعلومات إلى الرابطات المعنية.

❖ الدراسة الخامسة:

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

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

منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي المناسب لهذه الدراسة، وهوالإجراء الذي يهدف إلى الحصول على حقائق وبيانات مع تفسير لكيفية ارتباط هذه البيانات بمشكلة الدراسة.

عينة الدراسة: قام الباحث باختيار عينته بطريقة قصدية شملت 53 لاعبًا من فريقي وفاق سطيف وجمعية مقرة للفئة العمرية 14 سنة، و49 لاعبًا لفئة الـ 15 سنة من نفس الفريقين، مما يؤدي إجمالي عدد اللاعبين في العينة إلى 102 لاعبًا. تم استبعاد حراس المرمى من العينة. يُلاحظ أن هذه الطريقة استُخدمت عن عمد، وذلك بناءً على معرفة الباحث بالمعاملات الإحصائية للمجتمع الأصلي، وتم اختيار العينة القصدية بحيث تكون ممثلة للمجتمع الأصلي وتجسيدها بشكل جيد.

أدوات الدراسة: إستخدم الباحث مجموعة الاختبارات البدنية بالأجهزة

أهم النتائج التي المتوصل اليها:

– وجدت فروقًا ذات دلالة إحصائية بين فريق وفاق سطيف وفريق نجم مقرة في الفئتين العمريتين 14 و15 سنة فيما يتعلق بمستوى السرعة والرشاقة والقدرة على تغيير الاتجاه.

– كما تم التوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لفريق نجم مقرة في الفئتين العمريتين 15 و14 سنة في اختبار المرونة".

أهم التوصيات:

– إمكانية استفادة المدربين من المستويات المعيارية للمتطلبات البدنية والفسيولوجية في الدراسة الحالية.

– تنظيم عملية الانتقاء والتأسيس بناءً على أسس علمية. توفير التكنولوجيات الحديثة للمساعدة في عملية الانتقاء في الأندية الرياضية. والتخلي عن الطرق التقليدية والعشوائية أثناء عملية الانتقاء الرياضي.

– الاطلاع على المعايير الدولية المعتمدة في عملية انتقاء المواهب الشابة في كرة القدم.

❖ الدراسة السادسة:

أطروحة دكتوراه بجامعة الجزائر3 (2020) من إعداد "بوديسة لمياء" تحت عنوان "تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات البدنية والمهارية الأساسية لناشىء كرة السلة"

هدف الدراسة: كانت الدراسة تهدف إلى تحديد مستويات معيارية بطريقة مضبوطة وعلمية للعناصر البدنية والمهارية للاعبي كرة السلة.

منهج الدراسة: قد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لتلائمه مع طبيعة مشكلة البحث.

مجتمع الدراسة: مجتمع البحث يتكون من أندية كرة السلة الناشطة في الرابطة الولائية للجزائر "الجزائر الوسطى" لفئة الأعمار (12–14) سنة خلال الموسم الرياضي 2018/2017، والتي تضم عددها 20 ناديًا.

عينة الدراسة: تم اختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة قوامها 61 لاعبا من 4 أندية.

نتائج الدراسة: استطاعت الباحثة التوصل الى النتائج التالية:

- تحديد درجات ومستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية لدى ناشئي كرة السلة.
- مستوى القدرات البدنية لدى ناشئي كرة السلة مقبول في ضوء الدرجات المعيارية.
- مستوى القدرات المهارية لدى ناشئي كرة السلة مقبول في ضوء الدرجات المعيارية
- تم التوصل إلى وضع خارطة تقويمية في ضوء الدرجات والمستويات المعيارية كوسيلة علمية موضوعية للتقويم والمقارنة.

توصيات الدراسة: أوصت الباحثة إلى إجراء الاختبارات الدورية للكشف عن قدرات اللاعبين البدنية والمهارية والاستفادة من نتائج هذه الدراسة، وبشكل خاص المعايير ومستوياتها للقدرات البدنية والمهارية الخاصة بلاعبي كرة السلة، وضرورة اجراء مثل هذه الدراسات بشكل دوري على فئات اخرى.

❖ الدراسة السابعة:

أطروحة دكتوراه بجامعة البويرة من إعداد قعقاع توفيق(2019): تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية للاعبي كرة اليد فئة U17.

أهداف الدراسة:

- معرفة الإمكانية في تحديد مستويات معيارية بطريقة مضبوطة علمية لبعض المحددات البدنية والمهارية للاعبي كرة اليد فئة U17 بولاية أم البواقي.
- التعرف على مستوى بعض العناصر البدنية والمهارية لدى أصاغر كرة اليد فئة U17.

المنهج المستخدم: من خلال مشكلة البحث المطروحة تحتم على الطالب الباحث اتباع المنهج الوصفي التحليلي لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من لاعبي كرة اليد على مستوى الرابطة الجهوية بولاية أم البواقي، والذين تتراوح أعمارهم ما بين 17-15 سنة، أي مواليد 2000/2001. والعدد الإجمالي للفرق هو10 فرق وفقًا لإحصائيات الرابطة الجهوية لكرة اليد بولاية أم البواقي لعام.

عينة الدراسة: قام الباحث باختيار العينة القصدية، عينة مكونة من 5 فرق من ولاية أم البواقي المشاركة في الرابطة الجهوية من أصل 10 فرق، أي ما يعادل 50٪. لذلك قام الباحث باختيار الفرق التي احتلت مراكز متقدمة في جدول الترتيب لنحصل على 5 فرق في النهاية وهي: الشباب الرياضي لبلدية مسكيانة (ولاية أم البواقي)، الاتحاد الرياضي سدراتة (ولاية سوق أهراس)، الاتحاد الرياضي

الخنشلي (ولاية خنشلة)، الجيل الصاعد قايس (ولاية خنشلة)، الاتحاد الرياضي واد زناتي (ولاية قالمة) عينة تمثلت من 112 لاعبا.

أدوات جمع البيانات: إستخدم الباحث في دراسته مجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية.

اختبارات بدنية: الحجل على ساق واحدة 30م، الوثب العمودي، رمي الكرة الطبية 2 كغ، جري 30م، ثني الجذع من الوقوف، الثني من الجلوس، الجري الزجزاجي، جري 5*30م..

اختبارات مهارية: التوافق وسرعة التمرير، المناولة الاستلام على حائط 3م، توافق وسرعة التمرير على الدائرة مرسومة، تنطيط الكرة حول الملعب، التنطيط لمسافة 30م في خط متعرج، الجري المتعرج والتصويب، التصويب من الارتقاء من 9م، التصويب من الثبات 6م، التصويب من الثبات 7م.

الاستنتاجات: من أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث نجد:

– النسبة المحققة لدى عينة البحث ككل كانت في المستوى المعياري "**جيد**" في اختبار رمي الكرة الطبية 2كغ، ومستوى معياري "**متوسط**" في اختبار القفز العمودي سارجنت. النسبة المحققة لدى عينة البحث ككل كانت في المستوى المعياري "**متوسط**" في اختبار الحجل عمى ساق 30م. النسبة المحققة لدى عينة البحث ككل كانت في المستوى المعياري "**متوسط**" في اختبار ثني الجذع من الوقوف وثني الجذع من الجلوس. النسبة المحققة لدى عينة البحث ككل كانت في المستوى المعياري "**متوسط**" في اختبار ركض 30م. النسبة المحققة لدى عينة البحث ككل كانت في المستوى المعياري "**متوسط**" في اختبار الجري 5×30م. النسبة المحققة لدى عينة البحث ككل كانت في المستوى المعياري "**جيد**" في اختبار الجري الزجاجي.

توصيات واقتراحات: من أهم التوصيات التي أوصى بها الباحث نجد:

– إجراء مستويات معيارية جديدة لمؤشارت سواء النفسية اوالفيسيولوجية للمراحل العمرية الأخرى تعتمد عليها رابطات جهوية كانت اووطنية بكرة اليد.

– ضرورة بناء مستويات معيارية لقبول في الأندية في شتى النشاطات (جماعية اوفردية) وعلى مستوى القطر الجزائري.

– الاستفادة من الاختبارات المقننة التي استُخدمت في هذه الدراسة باعتبارها طريقة لتقييم مستوى العناصر البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة اليد.

❖ الدراسة الثامنة:

أطروحة دكتوراه بجامعة مستغانم من إعداد بن نعمة بن عودة (2018): تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية لاختيار لاعبي كرة القدم تحت 20 سنة.

هدف الدراسة: التعرف على المستويات المعيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية كأساس لانتقاء لاعبي كرة القدم تحت 20 سنة.

المنهج المستخدم: لتحقيق أغراض الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي.

مجتمع الدراسة: تمثل مجتمع الدارسة في كل لاعبي كرة القدم تحت 20 سنة الذين ينشطون للغرب الجزائري بمنطقتيه وهران وسعيدة ويضم (14) فريق ينشطون في قسم واحد قد اختار منه الباحث 12 فريق.

عينة الدراسة: قام الباحث باختيار 198 لاعب بطريقة عشوائية وشملت التجربة الاستطلاعية على 7 لاعبين من نادي وداد مستغانم كما شملت التجربة الاستطلاعية على 110 مدرب ممن سبق لهم تدريب الناشئين للوقوف على واقع عملية الاختيار ومواكبتها للأسلوب العلمي.

أدوات جمع البيانات: إستخدم الباحث في دراسته مجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية والتي هي كالتالي:

الاختبار البدنية: اختبار الوثب العريض من الثبات لقياس القوة الانفجارية، اختبار بريكسي لقياس التحمل العام الهوائي، جري 20م من الوقوف لاختبار السرعة، اختبار الجري بارولقياس الرشاقة، اختبار الصندوق المدرج لقياس مرونة الجذع.

الاختبارات المهارية: اختبار اخماد الكرة لقياس ترويض الكرة، دقة تمرير لقياس مهارة التمرير المتوسط، الجري بالكرة لقياس التحكم بالكرة، اختبار دقة التهديف.

الاستنتاجات: من أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحث نجد:

- المستويات المعيارية قد صنفت اللاعبين وفق نتائجهم الفعلية في أداء الاختبارات البدنية فكان التباين بين المستويات مما يسهل اختيار أفضلهم وفق العدد المطلوب.
- وجود طاقات شبانية معتبرة في الجانب البدني حيث تم تحديد المستوى المتوسط والجيد.
- مستوى عينة البحث متوسط في الجانب المهاري مع تسجيل بعض المواهب في المستوى الجيد جدا.
- وجود بعض اللاعبين ممن لم يشملهم الاختيار مستواهم البدني والمهاري أفضل من بعض اللاعبين الذين اختيروا للمنتخب الجهوي الغربي.

توصيات واقتراحات: من أهم التوصيات التي أوصى بها الباحث نجد:

- ❖ تقييم اللاعبين من جميع الجوانب وفق الاختبارات والقياسات بعيدا عن الأحكام الذاتية.
- ❖ الاستفادة من نتائج هذا البحث وغيره من البحوث كنموذج علمي للاختيار.
- ❖ العمل على تحديد مستويات معيارية لكل الفئات الشبانية وفق عينة بحث أكبر لتكون مرجع للعمل به.

❖ **الدراسة التاسعة:**

أطروحة دكتوراه بجامعة مستغانم من إعداد بسلطان حاج (2018): تحديد مستويات معيارية لبعض القياسات والاختبارات الأنثروبومترية والبدنية لاختيار حراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى وضع مستويات معيارية للجانب الأنثروبومتري والبدني كوسيلة علمية تساعد في الاختيار الأمثل لحراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة.

إشكالية الدراسة:

التساؤل عام: هل المستويات المعيارية المحددة للجانب الأنثروبومتري والبدني كوسيلة علمية تساعد في الاختيار الأمثل لحراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17سنة ؟

تساؤلات جزئية: – ما هومستوى القياسات الأنثروبومترية لحراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة حسب القياسات والاختبارات المقترحة ؟

- ما هومستوى الأداء البدني لحراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة حسب القياسات والاختبارات المقترحة؟

فرضيات البحث:

الفرضية العامة: -المستويات معيارية المحددة للجانب الأنثروبومتري والبدني كوسيلة علمية تساعد في عملية اختيار الأمثل لحراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت17سنة.

الفرضيات الجزئية: – المستويات المعيارية المحددة للجانب الأنثروبومتري تكشف عن مستوى حراس المرمى للفئة العمرية تحت 17 سنة من الناحية الجسمية تمهيدا لاختيارهم.

- المستويات المعيارية المحددة للجانب البدني تكشف عن مستوى حراس المرمى للفئة العمرية تحت 17 سنة بدنيا تمهيدا لاختيارهم.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي نظرا لملائمته لمشكلة البحث.

مجتمع البحث: اشتمل مجتمع البحث على حراس مرمى كرة القدم للفئة العمرية تحت 17سنة(صنف أ)، أندية الجهة الغربية للوطن لكل من الرابطة الجهوية لكرة القدم وهران والرابطة الجهوية لكرة القدم سعيدة بمجموع (23) ناديا مقسمين إلى مجموعتين، المجموعة الأولى تضم (10) أندية منطقة وهران والمجموعة الثانية تضم (13) ناديا منطقة سعيدة للموسم الرياضي 2016–2017 بمعدل ثلاث حراس في كل نادي بمجموع (69) حارس مرمى.

عينة الدراسة: قام الطالب الباحث باختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية، حيث قدرت عينة البحث ب(51) وشملت (23) ناديا من الجهة الغربية للوطن صنف أ.

أدوات جمع البيانات: اعتمد الباحث على مجموعة من القياسات والاختبارات الأنثروبومترية والبدنية المنتقاة بعد عرضها ومناقشتها من طرف المشرف ونائبه وبعض الأساتذة والخبراء في رياضة كرة القدم.

تضمنت القياسات الأنثروبومترية (الوزن، الطول، طول الذراع مع الكف، طول القدم، محيط الصدر، محيط البطن، محيط الفخذ، عرض الكتفين، عرض الورك، نسبة الدهون في الجسم بالميزان).

تضمنت اختبارات البحث البدنية (الوثب العريض، رمي الكرة الطبية 3 كغ، رمي ولقف كرة التنس، المرونة؛ ثني الجذع من الوقوف للأمام، بارو، جري 20 متر، اختبار نيلسون، الإسناد الأمامي).

أهم الاستنتاجات:

توصل الباحث إلى أن قياس الوزن والطول وطول الذراع وطول الكف وعرض الكتفين ونسبة الدهن لدى أغلب نتائج حراس المرمى منحصرة ضمن المستوى المقبول وضعيف جد، بينما قياسات طول القدم ومحيط الصدر ومحيط الفخذ ومحيط البطن عرض الورك تقع ضمن المستوى المقبول وجيد ، أما ما يخص قياس المجموع الكلي للقياسات الأنثروبومترية فقد توصل الباحث أن أغلب نتائج حراس المرمى منحصرة ضمن المستوى المعياري مقبول وجيد.

توصل الباحث بالنسبة لفرضيته الأولى إلى أن المستويات المعيارية المحددة للجانب الأنثروبومتري تكشف عن المستوى الحقيقي لحراس المرمى للفئة العمرية تحت 17 سنة من الناحية الجسمية تمهيدا لاختيارهم.

توصل الباحث إلى أن اختبار (الإسناد الأمامي) لدى أغلب نتائج حراس المرمى منحصرة ضمن المستوى المقبول وضعيف جد، بينما اختبارات (الوثب العريض، رمي الكرة الطبية 3 كغ، رمي ولقف كرة التنس، اختبار ثني الجذع للأمام، الجري المتعرج، جري 20 متر، اختبار نيلسون) تقع ضمن المستوى المقبول وجيد ، أما ما يخص قياس المجموع الكلي للقياسات الأنثروبومترية فقد توصل الباحث أن أغلب نتائج حراس المرمى منحصرة ضمن المستوى المعياري مقبول وجيد.

توصل الباحث بالنسبة لفرضيته الثانية إلى أن المستويات المعيارية المحددة للجانب البدني تكشف عن المستوى الحقيقي لحراس المرمى للفئة العمرية تحت 17 سنة من الناحية البدنية تمهيدا لاختيارهم.

اقتراحات وتوصيات:

من اهم التوصيات التي أوصى بها الباحث نجد:

- ضرورة تكوين وتأهيل المدربين العاملين في الحقل التدريبي في ميدان الاختيار والانتقاء لحراس المرمى باستعمال الوسائل العلمية الحديثة.
- بضرورة استخدام المستويات المعيارية التي توصل إليها من خلال الدراسة حتى تكون مرجع للعمل الميداني.
- زيادة الاهتمام بتحسين اللياقة البدنية التي أظهر فيها حراس المرمى بكرة القدم ضعفا كبيرا.

❖ **الدراسة العاشرة:**

دراسة روام موسى (2017)، أطروحة دكتوراه (جامعة الشلف) تحت عنوان "بناء معايير بدنية ومهارية لانتقاء لاعبي فرق النخبة الجزائرية في كرة القدم (15-16) سنة".

أهداف الدراسة :هدفت الدراسة إلى: بناء معايير ومستويات معيارية ومهارية خاصة بفئة الناشئين (15-16) سنة لأندية الرابطات الجهوية لكرة القدم الجزائرية.

فرضية الدراسة: يمكن بناء معايير ومستويات بدنية ومهارية خاصة بفئة الناشئين (15-16) سنة لأندية الرابطات الجهوية لكرة القدم.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج الوصفي نظرا لملائمته لأهداف البحث.

عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة مكونة من (100) لاعبا يمثلون أندية الرابطات الجهوية (البليدة، الجزائر، سعيدة، ورقلة، قسنطينة) للموسم الرياضي 2014-2015.

الأداة المستخدمة :عن طريق الاختبارات البدنية (السرعة (اختبار العدو30 ثا)، المرونة (اختبار ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس الطويل)، الرشاقة (اختبار الجري المتعرج بطريقة بارو)، القوة العضلية(اختبار الوثب العريض من الثبات)) والاختبارات المهارية (الجري بالكرة، رمية التماس، التمرير، السيطرة على الكرة، التصويب، ضرب الكرة بالرأس) وبعد جمع البيانات ثم تحليلها بواسطة برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ، أظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية للاختبارات البدنية اختبار 30م عدو(4.22 ثا)، اختبار المرونة من الجلوس الطويل (03سم)، اختبار بارو(22.90ثا)، اختبار الوثب العريض من الثبات (185.7سم)، أما بالنسبة للاختبارات المهارية فكانت النتائج للمتوسطات (اختبار المتعرج بين القوائم (21.60 ثا) واختبار رمي التماس لأبعد مسافة (12.22م) واختبار التصويب على المرمى (6.24 هدف)، اختبار دقة ضرب الكرة بالرأس (1.66 هدف).

أهم الاستنتاجات: توصلت الدراسة إلى مجموعة من الاستنتاجات من بينها:

- ✓ أن مستوى الخصائص البدنية لدى لاعبي أندية الرابطات الجهوية لكرة القدم فئة الناشئين (15-16) سنة كان متوسطا في بعض العناصر وهي السرعة والرشاقة وجيد في العناصر الأخرى المرونة والقوة العضلية.
- ✓ أن مستوى المهارات الأساسية لدى لاعبي أندية الرابطات الجهوية لكرة القدم فئة الناشئين (15-16) سنة كان جيدا.

أهم التوصيات:

- ✓ ضرورة اعتماد المدربين للاختبارات البدنية والمهارية المختارة لناشئي كرة القدم سواء عند الانتقاء للفرق الوطنية أوللأندية وعدم الاكتفاء بإجراء المباريات والملاحظة.
- ✓ على الرابطات الجهوية لكرة القدم اعتماد هذه المستويات المعيارية التي توصلت إليها الدراسة في انتقاء منتخبات الرابطات وتعميمها على الأندية الرياضية.

❖ الدراسة الحادية عشر:

أطروحة دكتوراه بجامعة الجزائر3 من إعداد يزيد عمورة (2017): تقديم بطارية اختبار وتحديد مستويات معيارية لتقييم الصفات البدنية لدى لاعبي كرة اليد أقل من 17 سنة لفرق رابطة الوسط.

أهداف الدراسة: هدفت دراستنا الى تحقيق ثلاثة اهداف رئيسية وهي: استخلاص بطارية اختبارات بدنية وفق درجة الاهمية لتقييم الصفات البدنية، ثم معرفة المستوى المعياري الفعلي للصفات البدنية ومدى تماثلها مع التوزيع الاعتدالي الطبيعي، واخيرا تحديد واستنباط المعادلات التنبؤية لتقييم الصفات البدنية للاعبي كرة اليد.

المنهج المستخدم: لتحقيق أغراض الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة البحث: تمثلت عينة الباحث في 237 لاعب صنف اصاغر اقل من17سنة ذكور، ينشطون في فرق رابطة الوسط الجهوية كرة اليد الجزائرية للموسم الرياضي 2016-2017.

أدوات جمع البيانات: قام الباحث بتطبيق بطارية اختبارات بدنية ميدانية اشتملت على(10)اختبارات.

النتائج: تم استخلاص بطارية اختبارات تشمل(5)اختبارات تمثل(03) عوامل للصفات البدنية بدلالة الاختبارات البدنية وهي: العامل الأول: صفة السرعة الانتقالية والتوافق، العامل الثاني: صفة المرونة والقوة الانفجارية، العامل الثالث: صفة تحمل القوة .

توصل الباحث إلى بناء وتحديد مستويات معيارية للاختبارات البدنية المطبقة ووجد أن ستة(6) اختبارات الصفات البدنية يدرج مستواها ضمن المستوى **الجيد**، ثم تليها أربعة (4) اختبارات الصفات البدنية المتبقية التي ادرج مستواها ضمن المستوى المتوسط.

توصل الباحث إلى إيجاد أربعة(4) معادلات خط انحدار(الصفات البدنية التابعة **الغير مستخلصة** ضمن بطارية الاختبارات) على اختبارات (الصفات البدنية المستقلة التفسيرية **المستخلصة** ضمن بطارية الاختبارات)، كذلك توصلنا إلى إيجاد ثلاثة (3) معادلات خط انحدار(الصفات البدنية التابعة المستخلصة ضمن بطارية الاختبارات) على اختبارات(الصفات البدنية المستقلة التفسيرية المستخلصة ضمن بطارية الاختبارات).

❖ **الدراسة الثانية عشر:**

أطروحة دكتوراه بجامعة الجزائر3 من إعداد راشف عبد المؤمن (2016): تحديد مستويات معيارية للصفات البدنية والمهـارات الحركية والقياسات الجسمية لدى المبتدئين (10–12) للدى أندية الرابطة الجهوية عنابة لكـــرة القـــدم.

هدف الدراسة: هدف الباحث من خلال دراسته إلى تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية لدى اللاعبين المبتدئين بكرة القدم في منطقة الشرق الجزائري.

المنهج المستخدم: لتحقيق أغراض الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي.

مجتمع الدراسة: تمثل مجتمع الدارسة في كل اللاعبين المبتدئين بسن (12–10) سنة الذين ينشطون ضمن الرابطة الجهوية لكرة القدم عنابة وبلغ عدد اللاعبين (360) لاعب ينشطون في (12) نادي في الموسم الرياضي(2014–2015).

عينة الدراسة: قام الباحث باختيار 88 لاعب بطريقة عشوائية من 5 نوادي مختلفة والتي كانت على موزعة النحوالتالي (أكاديمية مولودية سوق أهراس 17 لاعب وفريق نجم القالة 18 لاعب وفريق حمراء عنابة 16 لاعب وفريق اتحاد عنابة 18 لاعب وفريق بلدية قالمة 19 لاعب.

أدوات جمع البيانات: إستخدم الباحث في دراسته مجموعة من الاختبارات البدنية والمهارية والقياسات الجسمية والتي هي كالتالي:

الاختبار البدنية: اختبار القفز العمودي، اختبار كوبر6 دقائق، جري 20م، اختبار الجري الارتدادي 4×10م، المرونة من وضع الوقوف.

الاختبارات المهارية: تنطيط الكرة بالزمن، دقة تمرير الكرة الأرضي، الجري 25م بالكرة مع الحواجز، التصويب على مرمى مقسم إلى ثلاث مناطق.

القياسات الجسمية: تمثلت في الوزن، قياسات الأطوال (الطول الكلي، طول الذراع، طول الفخذ، طول الساق)، المحيطات (محيط الفخذ، محيط الذراع، محيط الصدر، محيط سمانة الساق)

الاستنتاجات:

ليست هناك فروق دالة إحصائيا في الصفات البدنية بين اللاعبين المبتدئين في كرة القدم بسن10-11-12 في جميع الاختبارات ما عدا في اختبار دومي كوبر 6دقائق.

ليست هناك فروق دالة إحصائيا في المهارات الحركية بين اللاعبين المبتدئين في كرة القدم بسن 10-11-12 ما عدا في اختبار التصويب على مرمى مقسم لثلاثة مناطق، وهذا لصالح اللاعبين بسن 10سنوات.

ليست هناك فروق دالة إحصائيا في القياسات الجسمية بين اللاعبين المبتدئين في كرة القدم بسن 10-11-12 ما عدا في قياس الطول الكلي ومحيط الساق ومحيط سمانة الساق.

توصيات واقتراحات:

ضرورة زيادة الاهتمام بتطوير اللياقة البدنية والمهارات الأساسية التي أظهرت الدراسة ضعفا كبيرا فيها مثل القوة الانفجارية للأطراف السفلية، المرونة...

ضرورة تطبيق الاختبارات البدنية واختبارات المهارية وكذا القياسات الجسمية في بداية كل موسم رياضي من اجل التعرف على مستوى اللاعبين والعمل على برمجة الحصص التدريبية المخصصة لتدارك النقص الملحوظ وتطوير بعض الصفات الضعيفة لدى الناشئين.

ضرورة تطبيق اختبارات دورية لمعرفة مدى تطور مختلف الصفات لدى المبتدئين في كرة القدم.

1) تعقيب على الدراسات السابقة:

من حيث المجال الزمني: تفاوت هذه الدراسات من حيث المجال الزماني، حيث امتدت من الفترة الممتدة بين 2015 و2023. كما تعتبر دراسات حديثة حول موضوع بناء وتحديد المستويات المعيارية للمحددات المختلفة، سواء البدنية والمهارية والأنثروبومترية التي تعتبر جانب مهم من جوانب الفورمة الرياضية، والتي تسمح للمدربين والهيئات الرياضية المختلفة باعداد البرامج الرياضية حسب نتائج هذه

الدراسات المحلية، واختيار اللاعبين الذين يظهرون مستويات عالية. سواءا للفرق الوطنية أولتشكيل الفرق الجهوية.

من حيث الموضوع: بالرغم من ان صياغة الموضوع تختلف الا انه هناك اشتراك في المتغيرات، حيث اشتركت الدراسات في المتغيرات التالية "الصفات البدنية والصفات المهارية، وتحديد المستويات المعيارية كعامل مهم ،وبناء بطاريات الاختبارات مكونة من اختبارات وقياسات للصفات البدنية والمهاري. كما أجريت كل الدراسات على لاعبي كرة القدم سواء الناشئين اوالأواسط أوالاكابر باستثناء الدراسة الثالثة التي أجريت على لاعبي كرة اليد الأقل من 17 سنة كما أجريت الدراسة الثانية على حراس المرمى فقط تحت 17 سنة.

من حيث الهدف: ملاحظة ان هناك اشتراك في الهدف وهووضع أوبناء أومعرفة المستويات المعيارية سواءا للمحددات البدنية اوالمهارية اوالقياسات الجسدية والأنثروبومترية في كل الدراسات الخمس التي أجراها الباحث.

من حيث المنهج: استخدم المنهج الوصفي التحليلي أوالمسحي لمعظم الدراسات السابقة لملائمتها مع طبيعة الموضوع فلبناء المستويات المعيارية يحتاج الباحث إلى البحث عن العلاقة بين المتغيرات كما يقوم بحساب الدرجات المعيارية التائية وتصنيفها حسب مستويات يتحكم فيها الباحث من 3 إلى 5 حتى 7 مستويات لتكون الدراسة أكثر دقة كون أن الباحث لا يدخل أي متغيرات من شأنها ان تؤثر على نتائج الاختبارت أومستوى اللاعبين فهويقوم بأخذ قياسات عن المتغيرات البدنية والمهارية والأنثروبومترية ويقوم بوصفها وتحليلها لتفكيك الظاهرة فالمنهج الوصفي إذا هوالمنهج الملائم لكل الدراسات.

من حيث العينة:

اشتملت العينة في الدراسة الأولى على مجموعة من 210 لاعب كرة قدم تحت 19سنة للرابطة المحترفة الأولى والثانية للجهة الغربية الجزائرية. بلغ حجم عينة البحث للدراسة الثانية 201 لاعب كرة قدم يشكلون نسبة 61.28% من مجتمع البحث لمنطقة الغرب الجزائري. تمثل عدد أفراد العينة للدراسة الثالثة في 70 لاعب كرة يد مقسمين على 05 فرق تابعة للرابطة الولائية بسطيف للفئة العمرية (17-19 سنة).، أما الدراسة الرابعة قدرت عينة البحث ب 102 لاعب كرة يد تم اختيارهم بطريقة قصدية من الفئة العمرية 14-15 سنة من فريقي وفاق سطيف وجمعية مقرة. وفي الدراسة الخامسة تم اختيار عينة بطريقة عشوائية بسيطة، قوامها 61 لاعب كرة سلة من 4 أندية للرابطة الولائية للجزائر "الجزائر الوسطى" لفئة الأعمار (12-14) سنة خلال الموسم الرياضي

2018/2017. تمثلت عينة الدراسة السادسة في 112 لاعب كرة يد، تم اختيارها بطريقة قصدية من الرابطة الجهوية بولاية أم البواقي، والذين تتراوح أعمارهم ما بين 17-15 سنة. شملت عينة البحث للدراسة السابعة 198 لاعب كرة قدم أقل من 20 سنة تم اختيارها بطريقة عشوائية. قدرت عينة الدراسة الخاصة بالدراسة الثامنة 51 حارس مرمى كرة قدم وشملت (23) ناديا من الجهة الغربية للوطن صنف أ. أجريت الدراسة التاسعة على 100 لاعب كرة قدم 15-16 سنة يمثلون أندية الرابطات الجهوية (البليدة، الجزائر، سعيدة، ورقلة، قسنطينة) للموسم الرياضي 2014-2015. تمثلت عينة الدراسة العاشرة في 237 لاعب كرة يد صنف اصاغر اقل من17سنة ذكور، ينشطون في فرق رابطة الوسط الجهوية كرة اليد الجزائرية للموسم الرياضي 2016-2017. في الدراسة الاخيرة اختير 88 لاعب كرة قدم بطريقة عشوائية من 5 نوادي مختلفة والتي كانت على موزعة النحوالتالي (أكاديمية مولودية سوق أهراس 17 لاعب وفريق نجم القالة 18 لاعب وفريق حمراء عنابة 16 لاعب وفريق اتحاد عنابة 18 لاعب وفريق بلدية قالمة 19 لاعب.

من حيث الأدوات: استخدمت كل الدراسات مجموعة من الاختبارات، حيث هناك من استخدم اختبارات بدنية فقط ، وهناك من استخدم نوعين معا بدنية ومهارية أوبدنية وأنثروبومترية أوبدنية وفيزيولوجية، وهناك من استعمل الاختبارات الثلاث البدنية والمهارية والأنثروبومترية، إلا أننا نلاحظ أن كل الدراسات ما عدا الدراسة الخامسة ارتبطت بدراستنا الحالية سواء بتطرقها إلى استعمال اختبارات بدينة أواستعمال بطارية اختبارات مهارية، التي هي محور الدراسة الخاصة بنا. استعملت بعض الدراسات أيضا استبيانات ومقابلات أثناء الدراسة الاستطلاعية للتعرف على مشكلة البحث وضبط جوانبها.

من حيث النتائج: اتفقت معظم الدراسات على ان المستويات المعيارية المحددة للجانب الجانب البدني أوالجانب المهاري تكشف عن المستوى الحقيقي تمهيدا لاختيارهم للعينة التي أجريت عليها أي دراسة من الدراسات.

كما توصل الدراسات إلى بناء وتحديد مستويات معيارية للاختبارات المطبقة ووجد أن معظم الاختبارات يدرج مستواها ضمن المستوى **الجيد**، في حين الجزء المتبقي يدرج مستواها ضمن المستوى المتوسط والمنخفض بدرجة أقل.

وهذا ما يجعل كل الدراسات قد حققت النتائج المرجوة وتم التأكد من صحة فرضياتها بموضوعية ووعلية النتائج المحصل عليها نتائج يمكن استخدامها والاعتماد عليها في اختيار اللاعبين ويمكن ان تكون نماذج مختلفة لكل المراحل العمرية كما تسمح للباحثين بإجراء دراسات أخرى لأماكن مختلفة

وعينات أخرى كما يمكن تطبيقها على عينات اكبر لبناء مستويات أدق فكلما زاد حجم العينة كلما زادت مصداقية النتائج.

الجانب النظري

الفصل الأول:

المتطلبات البدنية والمهارات الأساسية في كرة القدم

تمهيد

في مجال التدريب الرياضي، شهد مفهوم المتطلبات والخصائص البدنية تطورًا ملحوظًا على مر الزمن، تلك التطورات جاءت نتيجة الخبرات المتنوعة والمعرفة المزدادة للباحثين العرب من خلال تفاعلهم مع المدارس الرياضية المختلفة مثل المدرسة الألمانية، والروسية، والأمريكية، وغيرها، هؤلاء الباحثين أثروا بشكل كبير على المكتبة العربية بمفاهيمهم المتنوعة، على الرغم من اختلاف المصطلحات المستخدمة نتيجة للترجمة من لغات مختلفة، إلا أن المعنى الأساسي للمتطلبات البدنية لا يزال ثابتًا.

إن هذا التنوع اللغوي يعزز اللغة ويثريها، فمصطلحات متعددة مثل "القدرات الحركية، القدرات البدنية، القدرات الفيزيولوجية، الخصائص البدنية، الصفات الحركية، العناصر الحركية" تُستخدم للإشارة إلى نفس المفهوم. واوضح آخرون أن "الصفات البدنية" تعني القدرة على تنفيذ حركات بجهد بدني، باعتبارها أساسية لتحقيق أداء رياضي فعال، وبناءً على هذه المفاهيم، يمكن القول أن كرة القدم تتميز بتعدد مهاراتها واستخدام متنوع لأجزاء الجسم مثل القدم، والفخذ، والصدر، والرأس، وحتى اليدين في بعض الحالات. تلك التنوعات تجعل اللعبة أكثر تعقيدًا من الرياضات الأخرى، مما يتطلب سرعة التفكير والتكيف الفوري مع التغييرات الميدانية بفاعلية. تجمع كرة القدم بين القوة واللياقة والاستراتيجية والمهارات المتعددة في مزيج فريد، وهي تجربة شاملة تجسد الروح الرياضية والتفاني في سبيل تحقيق التميز والإتقان.

I) المتطلبات البدنية لدى لاعبي كرة القدم

1. تعريف الخصائص البدنية

يستخدم علماء الاتحاد السوفياتي والكتلة الشرقية، في ميدان التربية البدنية والرياضة مصطلح "الخصائص البدنية" أو"الحركية" للإشارة إلى القدرات الحركية والبدنية للإنسان. وتتضمن هذه القدرات العديد من العناصر المهمة مثل القوة، والسرعة، والتحمل، والرشاقة، والمرونة. ويقومون بربط هذه الصفات بما يعرف بـ "الفورمة الرياضية"، والتي تتشكل من خلال تكامل العناصر البدنية، والعناصر الفنية والخططية، والعناصر النفسية.

بالمقابل، يُشهر علماء التربية البدنية والرياضة في الولايات المتحدة الأمريكية مصطلح "مكونات اللياقة البدنية" للدلالة على هذه القدرات الحركية والبدنية. وتعتبر هذه المكونات جزءًا لا يتجزأ من مفهوم اللياقة البدنية الشاملة للإنسان. وتتضمن هذه المكونات عوامل اجتماعية ونفسية وعاطفية، إلى جانب العوامل البدنية.

كما يُعبّر علماء التربية البدنية والرياضة في الكتلة الشرقية عن مفهوم عناصر اللياقة البدنية بشكل معين. يتضمن هذا المفهوم العناصر التالية: القوة، السرعة، التحمل، الرشاقة، المرونة، مقاومة المرض، القوة البدنية، والجلد العضلي، التحمل الدوري التنفسي، القدرة العضلية، التوافق، التوازن، والدقة.

على الرغم من التباين في التصنيف والتفسير، إلا أن كلاً من المدارس الأكاديمية توافق على أن هذه العناصر تشكل مكونات أساسية للياقة البدنية. ورغم وجود اختلافات في تصنيف بعض العناصر، إلا أن هذه الاختلافات لا تقلل من الأهمية التي تُعطى للياقة البدنية وقدرات الإنسان في التحرك وأداء الأنشطة البدنية بكفاءة، أي أن هناك توافقًا على وجود مكونات أساسية للياقة البدنية بين علماء التربية البدنية والرياضة في الكتلة الشرقية والولايات المتحدة الأمريكية، كما يشددون على الأهمية البارزة لهذه العناصر في تعريف اللياقة البدنية وفهم مقنن لقدرات الإنسان. (البسيوني و الشاطئ، 1992)

2. أنواع المتطلبات البدنية

1.2. القوة العضلية:

يُعتبر القوة العضلية عاملاً أساسيًا يؤثر بشكل كبير على أداء الفرد في الرياضة وتطوير صفاته البدنية. يعتبر الباحثون أن القوة العضلية هي الأساس الذي يمكن للفرد

أن يبني عليه لتحقيق أداء متميز في مجالات متعددة من الأنشطة البدنية والرياضية. بالإضافة إلى ذلك، تظهر الأبحاث أن القوة العضلية لها تأثير كبير على تطوير وتحسين صفات بدنية أخرى مثل السرعة، والتحمل، والرشاقة، حيث تعد القوة العضلية من الصفات البدنية المهمة التي من الضروري ان يتمتع بها كل شخص رياضي أوغير رياضي إذ ترتبط مع الصفات البدنية الأخرى . (روام، 2017، صفحة 13)

بالإضافة إلى ذلك، يُشير خبراء اختبارات وقياسات التربية البدنية والرياضة إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بقوة عضلية متميزة يمكنهم تحقيق نتائج ممتازة في اختبارات القدرة البدنية العامة، وبناءً عليه يمكن تصور القوة العضلية كقدرة مميزة للعضلة للتغلب على مقاومات متنوعة، سواء كانت هذه المقاومات خارجية أوداخلية، وكذا التحمل والتكيف مع هذه المقاومات بفعالية.

أ. أنواع القوة العضلية:

تتعدد التصنيفات والآراء حول أنواع القوة العضلية، حيث تعتبر هذه الأنواع ترتبط بعناصر وقدرات بدنية مختلفة، مثل القوة السريعة وتحمل القوة. وقد صنفها "البيك" على نحوأربعة أنواع مختلفة للقوة العضلية كالتالي: (فهمي، 1992، صفحة 62)

- **القوة القصوى:** يُعرف هذا النوع بأنه "القوة التي يمكن للعضلة استخراجها في حالة أقصى انقباض إرادي".
- **القوة الانفجارية:** هذا النوع يُعبر عن "القدرة على تفجير أقصى قوة في أقل زمن ممكن لأداء حركة فردية". يعكس هذا النوع القدرة على توليد القوة بسرعة عند الحاجة إلى أداء حركات سريعة.
- **القوة المميزة بالسرعة:** تُعرف هذه القوة على أنها "المظهر السريع للقوة العضلية، والذي يجمع بين السرعة والقوة في حركة واحدة". هذا يعني أنها تجمع بين القوة والقدرة على تنفيذ الحركات بسرعة.
- **القوة المميزة بالمطاولة:** يُعبر عن هذا النوع على أنه "قابلية الأجهزة على مقاومة التعب عند استخدام مستوى معين من القوة لفترة طويلة نسبيًا". يُظهر هذا النوع كفاءة الجهاز في الحفاظ على أدائه لفترات طويلة دون التعب الشديد.

تلك الأنواع المتنوعة من القوة العضلية تلعب دورًا مهمًا في تحقيق الأداء البدني المتميز في مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية والحركية.

ب. أهم العوامل المؤثرة في إنتاج القوة العضلية:

إن إنتاج القوة العضلية اللازمة لأداء عضلي معين يعتمد على تأثير مجموعة من العوامل الفسيولوجية والبيولوجية والبيئية والنفسية، يمكن تلخيص هذه العوامل كما يلي: (هارة، 1976، صفحة 312)

- **نوع ألياف العضلات المشتركة:** يعتمد إنتاج القوة العضلية على نوع ألياف العضلات المشاركة في الأداء. فهناك ألياف عضلية تميل إلى القوة وأخرى تميل إلى الاستدامة، وتتأثر القوة بتوزيع هذه الألياف.
- **مساحة المقطع الفسيولوجي للعضلة أوالعضلات المشتركة:** حجم العضلة ومساحتها العرضية يؤثران بشكل كبير على إمكانية إنتاج القوة العضلية.
- **القدرة على إثارة العدد الكافي من ألياف العضلات:** تعتمد القوة على القدرة على تفعيل عدد كافي من ألياف العضلات للمشاركة في الأداء.
- **زوايا الشد في العضلة:** زوايا الشد تؤثر على إمكانية توليد القوة العضلية وتحقيق أقصى فائدة من العضلات.
- **حالة العضلة قبل الانقباض:** حالة الاسترخاء والاستعداد للانقباض تلعب دورًا حاسمًا في إنتاج القوة.
- **درجة التوافق بين العضلات المشاركة:** التنسيق والتوافق بين العضلات المشتركة في العمل يسهمان في تحقيق أداء فعّال.
- **تقنيات الأداء:** كيفية تنفيذ الحركة واستخدام التقنيات الصحيحة تؤثر على إمكانية توليد القوة وتحقيق الأداء الممتاز.
- **العامل النفسي (قوة الإرادة):** العوامل النفسية مثل الدافع والتحفيز تلعب دورًا هامًا في قدرة الفرد على إنتاج القوة العضلية.
- **العوامل الشخصية:** السن والجنس والتدريب السابق يمكن أن يؤثروا على إنتاج القوة العضلية.
- **العوامل البيئية والوراثية والحالة الغذائية وطبيعة العمل:** تأثير هذه العوامل على إنتاج القوة يمكن أن يكون كبيرًا ومتنوعًا.

- **فترة الانقباض العضلي:** مدى استمرارية الانقباض العضلي يؤثر على قدرة العضلة على توليد القوة.

هاته العوامل تتداخل بشكل معقد وتؤثر على إنتاج القوة العضلية في أداء الفرد أثناء الأنشطة البدنية والرياضية المختلفة.

ج. أهمية القوة

تأتي القوة بأهمية بالغة في رياضة كرة القدم حيث تلعب دوراً حاسماً في تحقيق التحسينات البدنية وتعزيز الأداء، فإلى جانب تحسين اللياقة العامة للاعب، تلعب القوة دوراً مهماً في تطوير مجموعة العضلات التي تساهم في زيادة القدرة على تنفيذ حركات سريعة وفعالة في الملعب.

- تزيد من المدخرات الطاقوية للجسم :مثل الفوسفوكرياتين والغليكوجين.
- تربي لدى الرياضي الصفات الإرادية المطلوبة في اللعبة (الشجاعة، الجرأة، العزيمة.)
- تسهم في تطوير عناصر الصفات البدنية الأخرى التحمل والسرعة والرشاقة.

تعتبر محددا هاما في تحقيق التفوق الرياضي كما أنه كلما كانت عضلات اللاعب قوية فإنها تقلل من فرص إصابات المفاصل.(Martin JC, 1998, p. 72)

2.2. التحمل:

يُعتبر التحمل أحد العوامل الأساسية في مجال اللياقة البدنية ويمثل جزءًا أساسيًا في التحضير البدني للأنشطة الرياضية ذات المدى الزمني الطويل. يتباين تعريف التحمل وفقًا لاختلاف الرؤى بين الباحثين، إلا أن "تشارلز بوش" قدم تعريفًا يشمل جوانب مهمة. حيث يُعرف التحمل على يد "تشارلز بوش" على أنه القدرة على تنفيذ انقباضات عضلية متواصلة وطويلة باستخدام مجموعة متعددة من العضلات بقوة كافية ولمدة كافية. وهذا الأداء العضلي يتطلب القدرة على التحمل لفترات طويلة دون التعرض للإجهاد والتعب ودون أن يؤثر سلبًا على وظائف الجهاز الدوري والتنفسي.

أ. أنواع التحمل:

هناك أنواع مختلفة من التحمل في مجال اللياقة البدنية والرياضة، ويمكن تصنيفها على النحوالتالي:

- **التحمل العام:** يُعرف بأنه القدرة على التحمل لفترة طويلة دون تقليل من مستوى الأداء أوالكفاءة. يشمل هذا نشاطًا مطولًا يشتمل على استخدام مجموعات كبيرة من العضلات ومستويات متوسطة من الحمل. يجب أن يتميز التحمل العام بالقدرة على الاستمرار في الأداء الفعّال دون أن يؤثر على وظائف الجهاز الدوري والتنفسي بشكل طبيعي (قدوس، 1977، صفحة 68)
- **التحمل الخاص:** يُعرف بأنه قدرة الرياضي على مقاومة التعب خلال أداء فعالية رياضية معينة. يتعلق هذا التحمل بالقدرة على الاستمرار في الأداء الرياضي دون تقليل من كفاءة الأداء خلال مراحل النشاط.

هذه الصفات البدنية يمكن أن ترتبط ببعضها البعض، مثل التحمل القوي وتحمل السرعة، وهما صفات بدنية هامة في كرة القدم الحديثة. تحمل القوة يشير إلى القدرة على الأداء المتميز لنشاط معين على مدى فترة زمنية طويلة بغض النظر عن الحمل البدني. بالمقابل، تحمل السرعة يشير إلى القدرة على الأداء بسرعة قصوى لفترة زمنية ممتدة، مما يسمح للاعب بالجري بأقصى سرعة ممكنة في أي لحظة خلال المباراة.

ب. أهمية التحمل

التحمل يلعب دورًا بارزًا في مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية ويُعتبر أساسيًا في تجهيز الرياضي من الناحية البدنية. أظهرت الأبحاث العلمية في هذا الميدان أهمية التحمل بوضوح. إذ يعزز من تطوير الجهاز التنفسي ويزيد من حجم وسعة القلب، وينظم الدورة الدموية. يعمل التحمل أيضًا على زيادة استهلاك الأكسجين الأقصى(O_2) ، مما يسهم في تحسين الأداء البيوكيميائي.

بالإضافة إلى ذلك، يلعب التحمل دورًا حاسمًا في تعزيز نشاط الإنزيمات وزيادة كفاءة استخدام مصادر الطاقة. كما يُحسِّن التحمل فعالية آليات التنظيم البيولوجي في الجسم. ولا يمكن تجاهل الفوائد البدنية والفيزيولوجية التي يسهم التحمل في تطويرها، والتي تعزز من الأداء البدني والرياضي بشكل عام.

3.2. السرعة

هناك تفسيرات مختلفة لمصطلح السرعة في مجال الرياضة. يُستخدم البعض للإشارة إلى استجابة العضلات السريعة التي تحدث خلال التبادل السريع بين حالات الانقباض

والاسترخاء العضلي. بينما يرى الآخرون أن السرعة تشير إلى القدرة على أداء حركات محددة في أقصر وقت ممكن.

ومن جهة أخرى يعرفها " بيوكر " بأنها قدرة الفرد على أداء حركات متتابعة من نوع واحد في أقصر مدة. (يوتشر، 1964، صفحة 181)

أ. أنواع السرعة

- **سرعة رد الفعل:** يقصد بها المقدرة على الاستجابة لمؤثرات خارجية في اقصر زمن.(Weineck, 1992, p. 337)

مع تكرار الممارسة، تتطور الحركات التي كانت في البداية مبنية على الإرادة مثل القفز والركض والضرب والاستجابة للمؤثرات الخارجية باتجاه غير إرادي. يُطلق على هذه الاستجابة التحولية اسم "رد الفعل المكتسب". بالمقابل، يُعتبر رد الفعل الطبيعي صفة وراثية تكون موجودة منذ الولادة، ويمكن ملاحظتها بوضوح عند الأطفال الصغار من خلال التفاعلات التي تظهر بينهم في وقت مبكر. وهذا النوع من الردود يشكل أساسًا لردود الفعل المكتسبة.

- **السرعة الانتقالية:** تعني الانتقال من مكان إلى آخر بأقصى سرعة ممكنة وبأقصر فترة زمنية.
- **سرعة الحركة (الأداء):** يقصد بها أداء حركة أوعدة حركات مركبة معا في اقل زمن ممكن (حماد، 1993، صفحة 220)

ب. أهمية السرعة:

تُعتبر السرعة عاملًا مهمًا يؤثر على سلامة الجهاز العصبي وألياف العضلات، لهذا السبب، يعد التدريب على السرعة ضروريًا لتطوير وتعزيز هذين الجهازين، نظرًا للأهمية الكبيرة التي يحملانها في تحقيق الأداء الرياضي المتميز والفوز في المباريات، بالإضافة إلى ذلك، يتعلق دور السرعة بشكل كبير بالنواحي الطاقوية، حيث يساهم في زيادة مخزون الطاقة الفسفورية مثل فوسفات الكرياتين (CP) وثلاثي الفوسفات الأدينوزين (ATP).

4.2. المرونة:

تعد المرونة عنصرًا أساسيًا ضمن مكونات اللياقة البدنية أثناء الأداء الحركي في المجال الرياضي. وتشكل مع الصفات البدنية الأخرى جزءًا لا يتجزأ من الأساس الذي يقوم عليه اكتساب وتطوير الأداء الحركي بشكل فعال.

وتُعرف المرونة على أنها القدرة على تنفيذ حركات حركية بمدى وسعة كبيرين وبكفاءة عالية، يتطلب ذلك استطالة العضلات والأربطة المساهمة في تحريك المفاصل بالمدى اللازم لتحقيق الأداء المثلى في الأنشطة الرياضية مثل كرة القدم. المرونة تعتبر الصفة التي تمكن الرياضي من الاستفادة القصوى من إمكانياته، وتسهم في تحقيق الادارة والتحكم المنظم في الوقت والجهد أثناء التدريب، وتساعد في:

- قدرة التعلم السريع لحركة رياضية ما.
- قدرة اخذ القرار بسرعة أثناء حالة تنافسية.
- قدرة التكرار لتمرين الدقة.

فهي تعبر عن مدى الحركة في مفصل واحد أوعدد كبير من المفاصل (علاوي، 1992، صفحة 318)

أ. أنواع المرونة

هناك نوعان من المرونة:

المرونة العامة: تعني: مقدرة المفاصل المختلفة بالجسم على العمل في مدى واسع.

المرونة الخاصة: تعني: مقدرة المفاصل الضرورية الاستخدام في نشاط ما من العمل في مدى واسع. (حماد ، 1996، صفحة 226)

وهناك علماء يقسمون المرونة إلى نوعين هما:

- **المرونة الايجابية:** مقدرة المفصل على العمل في مدى واسع نتيجة الانقباض مجموعات عضلية معينة تعمل على هذه المفاصل، مثل ثني الجذع أماما بصورة تلقائية بدون مساعدة.
- **المرونة السلبية:** تحصل بواسطة فعالية القوى الخارجية، أي أقصى مدى للحركة الناتجة عن تأثير بعض القوى الخارجية، كما هوالحال عند أداء التمرينات بمساعدة الزميل، وتكون درجة المرونة السلبية اكبر من درجة المرونة الايجابية.

ب. أهمية المرونة:

يُعتبر غياب المرونة في هيكل جسم الرياضي عاملًا يمكن أن يؤدي إلى مجموعة من الصعوبات والتحديات، ومن هذه الصعوبات نجد:

- عدم قدرة الرياضي على اكتساب مهارات رياضية أساسية وإتقانها، سواء كانت متعلقة بحركات تنفذ بوجود الكرة أوبدونها.
- صعوبة تطوير وتعزيز الصفات البدنية الأخرى مثل السرعة، والقوة، والتحمل، والرشاقة.
- زيادة احتمالية الإصابة بالتمزقات في العضلات والأربطة نتيجة لقلة المرونة وعدم تمددها بشكل كافي.
- ضرورة بذل جهد إضافي عند أداء بعض الحركات المعينة بسبب القيود في نطاق الحركة والمرونة.

لهذا فإن تطوير وتعزيز المرونة يعتبر أمرًا ضروريًا للرياضيين، حيث يساعد على تحسين أدائهم الرياضي ويقلل من خطر الإصابات البدنية.

5.2. الرشاقة

ان تطوير الرشاقة يتطلب تنويع التمارين وزيادة عدد التمارين المختلفة التي يتم تضمينها في برامج التدريب الرياضي. هذا يهدف إلى زيادة قدرة الرياضي على تنفيذ المهارات بسرعة عالية، وتحقيق توافق كبير في الأداء، وتغيير الاتجاه بسرعة، حيث يتعين أيضًا تنظيم هذه التمارين بشكل متكامل خلال جلسات التدريب الرياضي، وضمان تكاملها مع الأنشطة الخاصة بالنشاط التخصصي.

وتُعد الرشاقة واحدة من القدرات البدنية الأساسية والمعقدة، حيث يرتبط تطويرها بشكل كبير مع الصفات البدنية الأخرى. عمومًا، يمكن تعريف الرشاقة على أنها قدرة الجسم أوجزء معين منه على تغيير وضعياته أواتجاهه بسرعة وبدقة. وفي تعريف آخر للرشاقة من قبل الباحث "مانيل"، يُعتبر أن الرشاقة تكون عبارة عن القدرة على تنسيق الحركات بين مختلف أجزاء الجسم بشكل جيد، سواء كان ذلك لجميع أجزاء الجسم أوجزء معين منه مثل الأيدي أوالأرجل أوالرأس. (مختار ، 1978، صفحة 69)

أ. أنواع الرشاقة

يمكن تصنيف الرشاقة إلى نوعين رئيسيين:

- **الرشاقة العامة:** تعبر عن القدرة على أداء مجموعة متنوعة من الحركات والأنشطة الرياضية. يُمكن ملاحظتها في مختلف أنواع الأنشطة الرياضية.
- **الرشاقة الخاصة:** تُظهر القدرة على تنفيذ الحركات بشكل متميز وفقًا للتكتيك المحدد لنوع النشاط الرياضي الممارس. تُعتبر هذه الرشاقة أساسية لاحتراف وإتقان المهارات الخاصة بنوع معين من الرياضات، مثل كرة القدم.

ب. مكونات الرشاقة

مكونات الرشاقة تشمل العديد من الصفات البدنية والمهارات التي تسهم في تحقيق الأداء الحركي المتميز، هذه المكونات تتضمن:

- **الدقة:** تمثل القدرة على تنفيذ الحركات بدقة وسيطرة دقيقة على الأداء، هذه الصفة ترتبط بالإدراك الإيقاعي والقدرة على التمييز.
- **التوازن:** يشير إلى القدرة على الحفاظ على استقرار الجسم أثناء اتخاذ مواقف مختلفة (توازن الثبات)، وأثناء الحركة (توازن حركي).
- **التوافق:** يُفهم كقدرة الجسم على دمج حركات متعددة في إطار زمني واحد دون فقدان السيطرة. (مختار ، 1978، صفحة 69)

ج. أهمية الرشاقة:

الرشاقة تلعب دورًا بالغ الأهمية في الألعاب التي تعتمد على الأداء المهاري والتكتيكي، حيث تساعد في تحديد نتائج المنافسات وتعزز الإدراك الحركي والتعاون والتنسيق بين اللاعبين وتغيير المراكز والوضعيات. يظهر تأثير الرشاقة بوضوح في توجيه الأداء الحركي والتحركات المعقدة التي تتطلب إعادة التوازن في حال فقدانه.

بالإضافة إلى ذلك، تقلل الرشاقة من احتمالية حدوث الإصابات والحوادث، وتساهم في تنفيذ المهارات الرياضية الأساسية بدقة وفعالية. كما تعزز القدرة على اكتساب مهارات حركية بشكل أسرع وتسهم في الاقتصاد في الأداء الحركي.

II) المهارات الأساسية في كرة القدم

1. تعريف المهارات الأساسية:

المهارات الأساسية في كرة القدم هي مجموعة من القدرات والمتطلبات الفنية التي يحتاجها اللاعبون لتنفيذ الأداء الفعّال في هذه الرياضة. تشمل هذه المهارات القدرة على التحكم في الكرة، والمراوغة، والتسديد، والتمرير، والتفاعل مع الزملاء في الملعب، وفهم

قوانين وتكتيكات اللعبة. تعد المهارات الأساسية أساسية لأداء جيد في كرة القدم وتحقيق النجاح في المباريات.

ويعرف سامي الصفار المهارات "بأنها تعبير يطلق على تلك الفعاليات التي يؤديها اللاعب مع الكرة أوفي المنطقة القريبة منها وهذه الفعاليات يؤديها جميع اللاعبين. (الصفار، 1984، صفحة 27)

2. أنواع المهارات الأساسية في كرة القدم:

وتنقسم إلى نوعين:

- المهارات الأساسية بدون كرة
- والمهارات الأساسية بالكرة

1.2. المهارات الأساسية بدون كرة:

أ. الجري وتغيير الإتجاه:

يميز جري اللاعب في كرة القدم بالقدرة على تغيير سرعته واتجاهه بسرعة ودقة أثناء الجري، مما يجعله يتفوق في التحكم بموقفه والتعامل مع الكرة بشكل أكثر فعالية، الجري يتطلب مرونة وقوة في الكتفين والاستجابة السريعة.

ب. الوثب:

تعتبر مهارة ضرب الكرة بالرأس بالاتقان والكمال ضرورية في كرة القدم. لذا، يجب على اللاعب أن يكون لديه القدرة على الوثب بشكل صحيح وبأقصى ارتفاع ممكن. الوثب يمكن أن يتم من وضعية الوقوف أوبعد الجري، وقد يكون ذلك بقدم واحدة أوبالقدمين.

ج. الخداع والتمويه بالجسم (الخدعة البدنية):

تتضمن هذه المهارة استخدام الجسم للخداع الخصم أثناء لعب المباراة. يعتمد ذلك على سرعة رد الفعل، الرشاقة، سرعة الانطلاق، والتوقيت الجيد. اللاعب يستخدم حركات جسمه للتمويه وتشتيت الخصم.

د. المراكز الدفاعية (وقفة لاعب الدفاع):

تتعلق بموقف اللاعب في المنطقة الدفاعية. يجب على اللاعب أن يتخذ وضعًا يمكنه من الحركة والتوازن بكفاءة. ذلك يتضمن وضع الجذع متقدمًا قليلاً إلى الأمام، وثني الساقين من الركبتين مع الكعبين مرفوعين قليلًا عن الأرض، ومد اليدين برشاقة إلى

الخارج من خصر اللاعب، واستناد وزن الجسم على مشط القدمين. (محسن و ناجي، 1976، صفحة 38)

2.2. المهارات الأساسية بالكرة:

أ. السيطرة على الكرة:

مهارة السيطرة على الكرة تعني قدرة اللاعب على التحكم في جميع الكرات التي تأتي إليه، سواء كانت هذه الكرات منخفضة على الأرض أم عالية في الهواء. يجب على اللاعب أن يمتلك إحساسًا دقيقًا وشعورًا متقنًا يمكنه من التنبؤ بسرعة وقوة الكرة واتجاه حركتها المستقبلي. هذا يتيح له أن يعبر عن كيفية التحكم في الكرة وكيفية التصرف بها بطريقة تخدم استراتيجية الفريق بنجاح.

وترجع أهمية السيطرة على الكرة في أن اللاعب يحب أن يتحكم في الكرة أثناء حركته، مع القدرة على إستخدام أي جزء من الجسم، وفي أي وضع، والسيطرة على الكرة من المهارات الأساسية الصعبة التي تتطلب حساسية عالية من اللاعب نحوالكرة حتى يستطيع أن يتحكم فيها. (مختار ، 1978، صفحة 73)

وفيما يلي عرض لأسس السيطرة على الكرة:

إتقان تنطيط الكرة: تعتبر مهارة تنطيط الكرة في الهواء من بين المهارات الأكثر صعوبة والتي تتطلب إحساسًا دقيقًا بالكرة وثقة في النفس. تتيح هذه المهارة للاعب إتخاذ مواقف استراتيجية تسمح له بالسيطرة على الكرة واستغلال الوقت والمساحة بشكل فعّال.

إستقبال الكرة (الكتم): إتقان هذا المبدأ يعتبر أساسيًا في كرة القدم. فبدون القدرة على استقبال الكرة بشكل صحيح، لن يكون بإمكان اللاعب تصويب الكرة أوتمريرها أوالتفاعل معها بشكل مناسب. تتطلب لعبة كرة القدم الدقة والتوازن والتركيز على استقبال الكرة بشكل صحيح في جميع الوضعيات (عبد الجواد، 1988، صفحة 30)

ب. ضرب الكرة بالقدم:

ضرب الكرة بالقدم هوجزء أساسي في لعبة كرة القدم، ويتميز بأهميته الكبيرة في تحقيق الأهداف وتبادل الكرة بين الزملاء. ينقسم ضرب الكرة بالقدم إلى مهمتين رئيسيتين: التمرير للزميل والتصويب نحوالمرمى.

فيما يتعلق بالتمرير للزميل، يعتمد ذلك على قوة واتجاه ضربة الكرة واختيار الزميل المناسب لتلقي الكرة. التمرير الدقيق يساعد في بناء الهجمات وزيادة فرص التسجيل. أما

التصويب نحوالمرمى، فهوالحركة الأساسية لتحقيق الأهداف، ويجب أن تكون هذه الضربة دقيقة وموجهة باتجاه الشبكة لزيادة فرص نجاحها.

بالإضافة إلى ذلك، تشمل لعبة كرة القدم أنواعًا مختلفة من الضربات الخاصة مثل الضربة الحرة وضربة الجزاء وضربة الركنية، والتي تتطلب مهارات خاصة لتنفيذها بنجاح وتشكل جزءًا هامًا من استراتيجية الفريق في المباريات.

إن ضرب الكرة هوعملية ناتجة عن حركة جميع أجزاء الجسم ، وكنتيجة لحركة عضلات الجذع تنتقل القوة الكامنة في عضلات الجسم إلى القدم، عن طريق الساق الضاربة . (محسن و ناجي، 1976، صفحة 41)

ج. التصويب:

يعتبر التصويب في كرة القدم عملية حاسمة لتحقيق الأهداف، وعلى الرغم من وجود أساليب متعددة للتصويب، إلا أن أنسب الأساليب لتنفيذه هومن خلال الضربة العادية بالقدم بواسطة المشط. يتطلب تنفيذ هذه الضربة بشكل صحيح تحقيق عنصري الدقة والقوة.

لضمان القوة الكافية، يجب على اللاعب العمل على تطوير قوته البدنية من خلال مجموعة متنوعة من التمرينات. بالنسبة للدقة، يمكن تحقيقها من خلال التدريب على مربعات صغيرة يتم رسمها على الحائط أومن خلال التصويب داخل أطواق قطرها متر تقريبًا. يمكن للمربعات والأطواق أن تسهم في تطوير دقة التصويب وتوجيه الكرة بدقة إلى مختلف مناطق الملعب.

علاوة على ذلك، يمكن أن يكون التدريب على التصويب أمام الحائط من بين أنجح الأساليب التدريبية، حيث يتيح للاعب استقبال الكرة من زوايا غير متوقعة ومن ثم التصويب إلى المكان المطلوب، مما يعزز من دقته وسرعته في تنفيذ الأداء.

إن التصويب يحتاج إلى الربط بين التوقيت الصحيح والأداء الفني السليم، فضلا عن الإختيار الصحيح للمكان الذي ستتوجه إليه الكرة، واستغلال جميع الظروف المهارية والبدنية والنفسية والخارجية، وعموما فإنه كلما إزدادت خبرة اللاعب كلما إستطاع أن يصوب إلى المرمى بدقة في المكان المناسب وبالقوة المناسبة. (حماد ، 1993، صفحة 64)

د. التمرير (المناولة):

يستخدم التمرير في كرة القدم في أوسع مدى نظرا لكبر مساحة الملعب ولصعوبة تقدم اللاعب بالكرة بمفرده دون مقاومة، والتمرير بالإضافة إلى جميع المزايا التي يتمتع بها، يوفر الوقت والجهد ويجعل الإستفادة من الفرص الكثيرة ممكنة إلى حد اقصى، خاصة إذا أحسن إتخاذ المراكز الصحيحة لإستقبال التمرير. (عبد الجواد، 1988، صفحة 52)

بشكل عام، هناك ثلاثة عوامل أساسية تؤثر بشكل مباشر على نجاح عملية التمرير في كرة القدم. هذه العوامل هي:

- **الدقة:** التمرير يحتاج إلى دقة عالية، حيث يجب على اللاعب أن يستهدف هدفه بدقة دون أخطاء كبيرة. هذا يتطلب تمركزًا جيدًا وضبطًا دقيقًا لقوة الضربة وزاوية التوجيه.
- **البساطة:** التمرير يجب أن يكون بسيطًا وفعّالًا. على اللاعب أن يتخذ قرارات سريعة وبسيطة لنقل الكرة بنجاح دون التعقيد أوالخداع الزائد.
- **السرعة:** التمرير يحتاج إلى سرعة تنفيذ، حيث يجب على اللاعب تنفيذ الحركة بسرعة للاستفادة من الفرص وتفادي الضغط من الخصم.

كما يمكن تصنيف التمريرات حسب الطول إلى ثلاثة أنواع:

- **التمريرات القصيرة:** تكون عادةً بين 3–15 مترًا.
- **التمريرات المتوسطة:** تكون ما بين 15–25 مترًا.
- **التمريرات الطويلة:** تزيد عن 25 مترًا.

التمريرات القصيرة عادةً موثوقة أكثر وأدق، بينما يمكن استخدام التمريرات المتوسطة والطويلة للاستفادة من الفرص وتغيير مجرى اللعب. يتطلب كل نوع من هذه التمريرات تقنيات مختلفة، بما في ذلك الضربات بالداخل أوجانب القدم أوالكعب، وتكوينات الضربات تتضمن الضربة العادية والضربة الجوية والضربة شبه الجوية.

بالنسبة لارتفاع التمريرات، يمكن تصنيفها إلى تمريرات أرضية وتمريرات عالية، حيث يعتمد اختيار النوع على الحالة والموقف المعين.

هـ. الجري بالكرة (المحاورة):

عملية المحاورة في كرة القدم لا تقتصر على الجري بالكرة والاقتراب من المرمى الخصم فقط، بل تشمل أيضًا حماية الكرة والحفاظ عليها بعيدًا عن مدى الخصم. هذا

يعني أنه يجب على اللاعب أن يحافظ على الكرة ويبقيها بعيدة عن متناول الخصم خلال هذه العملية. يمكن تحقيق هذه الحماية من خلال تغيير السرعة والاتجاه واستخدام تقنيات الخداع.

لتنفيذ المحاورة بشكل فعال، يمكن للاعب تغيير سرعته أثناء الجري مما يصعب على الخصم متابعته بكفاءة. يمكن أيضًا تغيير اتجاه الحركة بسرعة لإرباك الخصم وتجنب الاعتراض على الكرة. هذا بالإضافة إلى استخدام تقنيات الخداع للتضليل والمراوغة. يتضمن ذلك أيضًا توجيه الكرة بعيدًا عن مدى الخصم لمنعه من اعتراضها.

المحاورة يمكن أن تتم في خط مستقيم إذا كان لا يوجد خصم في الطريق، أوفي خط منحني لتغطية الكرة وحمايتها إذا كان هناك خصم يحاول التقدم، أوفي خط منكسر للمراوغة وتفادي هجمة الخصم. هذه التكتيكات تعتمد على موقف وحركة اللاعب والوضع الميداني لتحقيق الهدف المطلوب في المحاورة.

وهي فن إستخدام أجزاء القدم في دحرجة الكرة على الارض وهي تحت سيطرة اللاعب، حيث تتطلب حسن التصرف والتوافق بين سرعة الجري والتحكم بالكرة (حماد ، 1993، صفحة 61)

و. لعب الكرة بالرأس:

إن عملية ضرب الكرة بالرأس هي عملية حركة جميع أعضاء الجسم وخاصة الجذع الذي يعطي القوة لعضلات الرقبة وبدورها إلى الرأس فالكرة . (Batty, 1981, p. 132)

كما ان ضرب الكرة بالرأس يعد من المبادئ الأساسية في لعبة كرة القدم، ويتطلب إتقانه تدريباً مستمراً تحت مختلف الظروف. يعتبر هذا المبدأ صعباً نظراً لأن ضرب الكرة بالرأس يتطلب مهارات توقيت دقيقة لملامسة الكرة بالرأس في المكان المناسب، بالإضافة إلى الثقة اللازمة للقيام بالحركة بثبات ومرونة. يعتبر توقيت ملامسة الكرة بالرأس والثقة في الحركة أموراً حاسمة، وخاصة أن العينين تُغمضان تلقائيًا في لحظة ملامسة الكرة بالرأس نتيجة الصدمة. لذلك، يجب تعليم هذه المهارة بشكل تدريجي لتمكين اللاعب من اكتساب الثقة والقدرة على الأداء المتزن.

تستخدم مهارة ضرب الكرة بالرأس في عدة أغراض، منها التصويب على المرمى، وتمرير الكرة بين أفراد الفريق الواحد، والمشاركة في الدفاع عن مرمى الفريق. لضرب

الكرة بالرأس بشكل صحيح، يجب أن يقوم اللاعب بضرب الكرة باستخدام مقدمة جبهة الرأس، مما يتيح له ضرب الكرة على ارتفاع مختلف، سواء أثناء الوقوف أوالقفز أوالطيران نحوالأمام في الهواء.

ز. المهاجمة:

الهجوم هوالطريقة التي يعتمد عليها اللاعب للتنافس على الكرة واستخلاصها من الخصم. يمكن تحقيق الهجوم بمختلف الوسائل، سواء عبر قطع التمريرات أوالتصويبات أومنع الكرة بين قدمي الخصم ثم الاستيلاء عليها، ويُعَد الهجوم أحد المفاهيم الأساسية التي يجب توظيفها بشكل جيد، ولضمان تنفيذ الهجوم بطريقة صحيحة، غالبًا ما يتضمن ذلك استخدام الكتف لدفع الخصم وإجباره على الابتعاد عن الكرة، ويُمكن أيضًا استغلال هذا الدفع لجعل الخصم يفقد توازنه، مما يسهل عملية الاستيلاء على الكرة.

كما ان اتقان هذه المهارة لا يأتي عن طريق التدريبات الاصطناعية، وانما يكتسب عن طريق الخبرة التي يمر بها أثناء المباريات. (عبد الجواد، 1988، صفحة 68)

ح. الخداع:

لا يمكن تجاهل أهمية الخداع في كرة القدم بل يمكن اعتباره أحد المفاهيم الأساسية والضرورية لتحقيق النجاح في هذه الرياضة. فإتقان مبادئ التمرير والمحاورة لا يكتمل بدون إتقان فن الخداع، وإذا لم يتم التفكير في الخدع كجزء أساسي من الأسلوب اللعبي، فإن ذلك قد يقلل بشكل كبير من فعالية وفاعلية الأداء.

الخداع، عندما يتم تنفيذه بشكل صحيح، يمكن أن يكون سلاحًا فعالًا يميز اللاعب ويجعله بارزًا على الملعب، يتضمن الخداع العديد من التقنيات والأساليب المختلفة، وعلى اللاعب أن يتعلم كيفية تنفيذها بنجاح في اللحظة المناسبة.

وعندما يكون لاعب ما بحوزته الكرة، يجذب انتباه الخصم بحركة مميزة، ثم يتبعها بحركة أخرى سريعة في اتجاه مختلف يفاجئ الخصم ويمنح اللاعب الفرصة لتنفيذ اللعبة المثلى. هذا يتطلب التفكير السريع والمهارة في التحكم بالكرة والتمويه بنيات الحركة لتحقيق الغرض المرجومن الخداع.

وللحفاظ علي الكرة هناك طريقتين رئيستين هما المحاورة والخداع، بحيث ان لكل تصرف غرض يتماشى مع كل موقف، وعلى المدرب ألا يفرض نوع الخدعة أي أن لكل لاعب خدعته المناسبة. (عبد الجواد، 1988، صفحة 81)

ط. الرمية الجانبية أورمية التماس:

تُعد الرمية الجانبية أحد الجوانب الأساسية في كرة القدم وتُستأنف بها اللعب عندما تتجاوز الكرة خط التماس بكاملها، سواء كان ذلك على الأرض أوفي الهواء. يمكن رمي الكرة إلى أي اتجاه من النقطة التي خرجت فيها عن الخط، ويجب على اللاعب القائم بالرمية أن يستخدم كلتا يديه ويواجه الملعب في لحظة الرمي، كما يجب أن يكون جزءًا من كل قدم على خط التماس أوخارجه، وعليه أن يرمي الكرة من فوق رأسه.

لضمان نجاح الرمية الجانبية وزيادة فعاليتها، هناك خطوات يجب اتباعها بعناية أثناء تنفيذها. أولًا، يجب تقوس الجذع للخلف، ثم تحريك الجذع بسرعة إلى الأمام، مع الحفاظ على سيطرة كاملة على الكرة باستخدام الأصابع. يجب أيضًا مد الذراعين إلى الأعلى وإلى الأمام.

يتعين أن تكون حركة الجسم بأكمله ضمن الاعتبارات الأساسية عند تنفيذ الرمية الجانبية. إذا أراد الرامي أن تكون الرمية بعيدة وفعالة، يجب عليه أداء هذه الحركات بسلاسة وقوة، مع مراعاة الزاوية المثلى واتجاه الرمية المناسب بناءً على الوضعية في الملعب.

خلاصة الفصل:

نستخلص في هذا الفصل أن التفوق في كرة القدم والوصول إلى المستويات العليا يرتبط بشكل كبير بالخصائص البدنية للاعبين، حيث يظهر تأثير هذه المتطلبات والخصائص بوضوح في قدرة عضلات الرجلين على أداء مجموعة متنوعة من المهام مثل التهديف والتمرير والقطع والقفز، بالإضافة إلى القدرة على رمي الكرة بعيداً باستخدام الذراعين، اذ تلعب هذه الخصائص أيضاً دوراً مهماً في قدرة اللاعبين على التحرك بسرعة في الوضعيات الدفاعية والهجومية.

وإلى جانب المتطلبات البدنية، تلعب المهارات الأساسية دورًا حاسمًا في تحديد مستوى الأداء في كرة القدم، فكلما زاد إتقان اللاعب للمهارات الأساسية، زاد مستواه في الأداء، مما يمكنه من تنفيذ الخطط التكتيكية بكفاءة وفعالية. وهذا يعني أن تطوير المهارات الأساسية يساهم بشكل كبير في تحسين الأداء البدني والمهاري وتنفيذ الخطط التكتيكية بكفاءة.

وبالتالي، يجب العمل على توظيف الوسائل الفعالة لتطوير الخصائص البدنية والمهارات الأساسية للاعبين، لما تلعبه من أهمية في تحسين أدائهم وقدرتهم على التنفيذ وتحقيق النجاح.

الفصل الثاني:

التقويم والانتقاء في المجال الرياضي

تمهيد

من أجل تطوير قاعدة رياضية قائمة ومستدامة تتميز بالتنوع والديمقراطية في تكوينها المتعدد، يجب أن نولي اهتمامًا خاصًا للفئات الصغيرة طوال فترة التكوين، كما يجب أن يتمثل هذا التكوين في عملية شاملة ومتكاملة، حيث يتم خضوع المتدربين لمراحل متعددة تشمل التقييم والانتقاء، لضمان فعالية هذه العملية الأخيرة، يجب أن تستند إلى منهج علمي وموضوعي يتم تطويره وتنفيذه بواسطة خبراء في مجالات متعددة مثل التربية والتدريب وعلم النفس وعلم الاجتماع والصحة.

ينبغي أن يكون هذا المنهج موجهًا نحودراسة وتحليل الخصائص الرئيسية التي تجعل الأفراد مؤهلين للمشاركة والتميز في الرياضة. يعتمد هذا الاختيار على معايير دقيقة وموضوعية تساعد في اختيار الكفاءات اللازمة بعناية.

1. التقويم

1.1. تعريف التقويم:

أوضح "بلوم" أن مفهوم التقويم يتعلق بإصدار أحكام ذات قيمة حول مجموعة متنوعة من العناصر والأمور. يتمثل هذا في الأفكار، والخطط، والمشروعات، والأعمال، والحلول المقترحة، والطرق، والوسائل، والموارد، والأدوات، ومكونات أخرى مماثلة. يمكن لهذه الأحكام أن تكون إما ذات طابع كيفي يتعلق بالكيفية التي يتم بها تقدير هذه العناصر أوطابع كمي يتعلق بالكميات أوالمقاييس المستخدمة لتقييمها. (عبد الحميد و حسانين، 1980)

2.1. أهمية التقويم:

للتقويم أهميته بالغة في مجال التدريب الرياضي، ويمكن تحديد أهميته من خلال النقاط التالية:

- ❖ تحديد قيمة الأهداف التعليمية والتدريسية وتفصيلها: يعمل التقويم على توضيح وتحليل الأهداف التعليمية والتدريسية وتفصيلها بشكل دقيق، مما يساعد في تحديد المخرجات المتوقعة لعملية التعلم.
- ❖ تقييم الطرق المستخدمة وتحقيق الأهداف: يساعد التقويم في تقدير فعالية الأساليب والطرق المستخدمة في التعليم ومدى تحقيقها للأهداف المحددة، مما يمكن من تحسينها وتطويرها.
- ❖ تحليل الصعوبات والعوائق: يمكن للتقويم أن يكشف عن الصعوبات والتحديات التي تواجه تنفيذ المنهج التعليمي، ويساعد في تحديد الظروف التي تعيق العملية التعليمية وتحول دون تحقيق الأهداف.
- ❖ دور المنهج في حل المشاكل وتلبية الاحتياجات: يمكن للتقويم تقدير ما إذا كان المنهج التعليمي يساهم في حل المشاكل وتلبية الاحتياجات التعليمية للطلاب أوالمتعلمين بشكل فعال.
- ❖ مراعات احتياجات واستعدادات الفرد: يساعد التقويم في التحقق من أن عناصر المنهج، بما في ذلك الأهداف والمحتوى والطريقة، تأخذ في الاعتبار مستوى الفرد واحتياجاته واستعداده الخاص.

- ❖ تقدير مستوى النموالتقدم: يمكن للتقويم تقدير مدى تقدم الفرد أوالمتعلم وما إذا كان قد تحققت لديه المستويات المعينة من النموالتطور.
- ❖ تعزيز فعالية التعلم والتوجيه: يمكن أن يكون التقويم وسيلة لتعزيز فعالية عملية التعلم ويمكن استخدامه كأداة لتوجيه الطلاب أوالمتعلمين نحوتحقيق أهدافهم التعليمية والمساهمة في استشارة دوافعهم واهتماماتهم نحوعملية التعلم.

3.1. انواع التقويم:

عموما يخضع التقويم الى عدة تقسيمات من بينها:

أ- التقويم الموضوعي:

هذا النوع من عمليات التقويم يشمل على إصدار أحكام تتعلق بقيمة العناصر، سواء كانت تلك العناصر تمثل أشياء مادية أوأفراد أوموضوعات. لتحقيق تقدير موضوعي لهذه القيمة، يتعين الاعتماد على معايير محددة أومستويات قياسية أومقارنة بين العناصر المختلفة. يمكن لهذا النهج أن يوفر معلومات دقيقة وشاملة حول إمكانيات العناصر أوالأفراد، وذلك دون الاعتماد الكامل على المقاييس كمصدر وحيد لاتخاذ القرارات. بالتالي، يسهم هذا النهج في تحقيق التقديرات الأكثر موضوعية وتوجيه القرارات بناءً على معايير موضوعية وبراهين قائمة. (حسنين و عبدالحميد، 2001)

ب- التقويم الذاتي:

الإنسان لا يتوقف أبدًا عن عمليات التقويم وإعطاء قيمة لما يدركه من محيطه، وغالبًا ما يستخدم نمطًا من التقويم يمكن تسميته بـ "التقويم المتمثل حول الذات". في هذا النوع من التقويم، يعتمد الفرد في إصدار القيم والأحكام على معايير شخصية. تكون أحكام الفرد عادةً في صورة قرارات سريعة، حيث لا يسبقها فحص دقيق أوتدقيق شامل لمختلف جوانب الموضوع المطروح. يمكن وصف هذه الأحكام أحيانًا بأنها آراء أواتجاهات، وتميل إلى أن تكون شعورية بشكل عام.

ج- التقويم التكويني:

التقويم التكويني هوتلك العملية التي يتبعها المدرب أوالمعلم خلال عملية التدريس، حيث يقوم المعلم بتنظيم المنهج بشكل منهجي وتقديمه على شكل مراحل متناغمة وفقًا لأهداف محددة، يهدف هذا النوع من التقويم في جوهره إلى تقديم معلومات مفيدة بشكل سريع حول تقدم التعلم أونقاط الضعف فيه، وهووسيلة لمعالجة هذه الضعف.

يشير "هاملن" إلى أن هذا النوع من التقويم يهدف أساسًا إلى تقديم المعلومات بسرعة حول تقدم التعلم أونقاط الضعف، ويعتبر وسيلة لمعالجة هذه النقاط الضعيفة، يتميز التقويم التكويني بقوته في توفير معلومات راجعة (تغذية راجعة) للمعنيين به، ويعمل دائمًا وفقًا لمبدأ مهم وهوتواءم النظم والبرامج مع احتياجات الأفراد، والجدير بالذكر أنه يولي اهتمامًا كبيرًا بتحسين العمليات وتوفير الوسائل والطرق اللازمة لزيادة كفاءة هذه العمليات.

يمكن استخدام التقويم التكويني لتحديد مدى مواكبة الطلاب للمنهاج وتحديد الصعوبات التي قد تواجههم. إجراء تعديلات على المنهاج والبرامج الجديدة يتم بناءً على البيانات الملائمة التي تم جمعها خلال هذه العملية. بشكل عام، يُمكن تلخيص أن التقويم التكويني هوإجراء عملي يمارس خلال الفعل التعليمي، ويشمل جمع جميع البيانات اللازمة خلال إعداد المنهج والبرامج الجديدة، وتعديلها وفقًا لتلك البيانات، بالإضافة إلى تحديد مدى توافقها مع احتياجات الفرد.

د- التقويم التحصيلي:

يُشار إلى مفهوم التقويم النهائي، أوالتقويم التجمعي، أوالتقويم التحصيلي، وعلى الرغم من اختلاف التسميات، فإن هذه الممارسة التربوية تقوم بها المعلم أوجهاز خاص مكلف بمتابعة التلاميذ في نهاية فترة تعليمية معينة بهدف القيام بتقييم نتائجهم أوإصدار أحكام نهائية بشأن فعالية العملية التعليمية. يتم ذلك من خلال تحقيقها لأهداف محددة لمقرر دراسي أوتدريبية أوجزء منه خلال فترة دراسية محددة، يأتي هذا النوع من التقويم بعد انتهاء فترة التعليم والتدريب لتقدير المستوى العام الذي وصل إليه التلميذ اوالرياضي خلال تلك الفترة، ويستند على نتائجه لاتخاذ قرارات بشأن التقييم ومنح الشهادات والدرجات النهائية.

ومن السمات المميزة للتقويم النهائي هوأن الأحكام التقويمية فيه تتعلق بالتلميذ، والمعلم أوالمدرب، والمنهج، والبرنامج، بهدف تحديد فعالية العملية التعليمية اوالتدريبية بعد انتهائها بالفعل، ويجدر بنا الإشارة هنا انه من الصعب استخدام التقويم النهائي مباشرة كمصدر للتغذية الراجعة في مجال التعليم والتعلم.

4.1. أسس التقويم:

لضمان نجاح عملية التقويم وتحقيق الأغراض المرجوة منها، هناك أسس أساسية يجب توفيرها، ويمكن تلخيصها على النحوالتالي:

- ✓ **ارتباط التقويم بالأهداف** :يجب أن يكون التقويم مرتبطًا بأهداف العملية التعليمية ومتناسقًا معها، وينبغي أن يركز على الجوانب التي تؤكدها. إذا ابتعدنا عن الهدف المنشود، فإن المعلومات التي نحصل عليها قد تصبح غير دقيقة.
- ✓ **التقويم الشامل** :يجب أن يكون التقويم شاملاً، حيث لا يقتصر على تقييم المعرفة النظرية فقط، بل يجب أيضًا تضمين تقويم المهارات والميول والاتجاهات وأساليب التفكير. جميع هذه العناصر تؤثر في شخصية الفرد وسلوكه.
- ✓ **الاستمرارية** :يجب أن يكون التقويم عمليًا مستمرًا يتماشى مع عملية التعلم ويتم تنفيذه بشكل منتظم ومنهجي من بداية المنهج وحتى نهايته، دون أن يقتصر على نهاية العام الدراسي.
- ✓ **الأسس العلمية** :يجب أن يقوم التقويم على أسس علمية، مما يشمل استخدام أدوات تقويم تتمتع بصفات الصدق والثبات والموضوعية.
- ✓ **تنوع الأدوات** :ينبغي استخدام مجموعة متنوعة من أدوات التقويم، وعدم الاعتماد فقط على الاختبارات التحصيلية. يجب استخدام وسائل أخرى مثل الملاحظات، وذلك لزيادة فهمنا للنتائج وتنويع التقييم.
- ✓ **المشاركة والتعاون** :ينبغي أن تكون عملية التقويم مشتركة بين التلاميذ والمعلمين، حيث يجب على التلاميذ أن يكونوا على دراية بأهداف التقويم وأن يتعلموا كيفية تطبيق الاختبارات.
- ✓ **مراعاة الفروق الفردية** :يجب مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ في عملية التقويم.
- ✓ **الاقتصادية** :يجب أن يكون التقويم اقتصاديًا من حيث الجهد والوقت المستهلكين.

باستيعاب هذه الأسس، يمكن تحقيق التقويم الناجح والمفيد للتعليم والتعلم.

5.1 ادوات التقويم:

يتضمن التقويم مجموعة من الأدوات المتنوعة، بما في ذلك الاختبارات، والمقاييس، والاستفتاءات، والمقابلات الشخصية، والملاحظات الشخصية، والتقارير، والامتحانات الشفهية، وتحليل الوثائق، وغيرها. يتميز استخدام هذه الأدوات بمزيتين رئيسيين:

1. **اختيار الوسيلة المناسبة** :يتيح التقويم اختيار الأداة الملائمة لكل سياق تعلم معين. فمثلاً، يمكن استخدام الاختبارات لتقييم المعرفة النظرية، بينما يمكن استخدام المقابلات الشخصية لفحص التفاعلات الاجتماعية والمهارات الشخصية. هذا التنوع في الأدوات يسمح بتلبية احتياجات التقويم في مختلف السياقات التعليمية.
2. **زيادة معدلات الصدق والثبات والموضوعية** :يتيح استخدام معظم أدوات التقويم زيادة معدلات الصدق والثبات والموضوعية. وهذا يعني أنها قادرة على توفير تقييم دقيق وموضوعي للأداء أوالمعرفة أوالمهارات. وبالتالي، يمكن لهذه الأدوات أن تكون أكثر قدرة على توجيه القرارات والتنبؤ بالنتائج في مجال التقويم.

باستخدام هذه الأدوات بشكل مناسب وملائم، يمكن تعزيز جودة عمليات التقويم وتحسين فعاليتها في تقديم معلومات دقيقة وموضوعية حول أداء الفرد أوالتعلم.

أ- الإختبار:

تم استخدام مصطلح "الاختبار" على نطاق واسع في مجموعة متنوعة من المجالات بما في ذلك المدرسة، والتربية الرياضية، وعلم النفس، والعلوم الطبيعية. يُستخدم هذا المصطلح في سياقات متعددة، على سبيل المثال، يستخدمه الأطباء لاختيار المرضى المناسبين لتحديد التشخيص، بينما يستخدمه علماء الكيمياء لاختيار المواد المناسبة للتفاعلات الكيميائية في تركيبات مختلفة. إن "الاختبارات" تُعتبر أداة وصفية تُستخدم لفهم ظاهرة معينة، سواء كانت هذه الظاهرة تتعلق بقدرات الفرد،

ويقال عن الاختبار ملاحظة استجابة الفرد في موقف يتضمن منبهات منظمة تنظيما مقصودا ذات صفات محدودة ومقدمة للفرد بطريقة خاصة تمكن الباحث من تسجيل وقياس هذه الاستجابات تسجيلا دقيقا. (عبد الجواد، 1988)

ب- القياس:

تناول محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان، القياس على أنه عملية تقدير الظواهر بشكل كمي، يشير القياس إلى الإجراءات المقننة والموضوعية التي تُحصل نتائج يمكن معالجتها إحصائيًا، ويُعتبر القياس مصطلحًا يُشير إلى الإجراءات التي تستخدم لتحديد قيم رقمية لشيء ما، وفقًا لمجموعة من القواعد المحددة بدقة، تتضمن هذه القواعد فروقًا وشروطًا لاستخدام أدوات القياس المستخدمة.

يُعرَّف القياس كتحديد أرقام وفقًا لقواعد معينة، حيث يتم تحديد درجة أوكمية أوتنوع لبعض الخصائص المتعلقة بالشيء المقاس، في عملية القياس، يتم مقارنة المقياس بغيره، ويتم تسجيل هذه المقارنة في شكل أرقام، مثل قياس الأطوال بالمترات والأوزان بالكيلوجرامات، وهذه المحاولة تتحول في النهاية إلى إنتاج مجموعة من الدرجات.

"ويعتبر القياس لازما وضروريا للتقويم، وإحدى الوسائل المهمة التي تؤثر بشكل كبير في تحديد دقة التقويم، فهويعرف إحصائيا هوتقدير الاشياء والمستويات تقديرا كميا وفق إطار معين من القياس المدرج". (علاوي و رضوان، إختبارات الاداء الحركي، 1990)

ج- القياس والإختبار في المجال الرياضي:

يُشير القياس إلى دور أساسي وحيوي في المجال الرياضي، حيث يعتمد على أسس ونظريات علمية مُنظمة. يُلاحَظ أن البحوث العلمية والنظرية تُبنى على عمليات القياس لتقييم مختلف الجوانب والمستويات في مجال الرياضة، هذا يُمكِّن من وضع تخطيط مناسب لتحقيق الأهداف المرجوة من العمليات التعليمية.

يتطلب دور المدربين الرياضيين الطموحين السعي نحوتحقيق الأهداف الرياضية من خلال استخدام الوسائل العلمية المُنظَّمة، والتي تتضمن المقاييس والاختبارات كأدوات أساسية للقياس الموضوعي، وبالنظر إلى هذا السياق، يمكن ملاحظة الارتباط الوثيق بين المقاييس والاختبارات، حيث يكون من الضروري ضمان صحة عملية التقويم من خلال توظيفها بشكل دقيق ومنهجي.

د- الإختبارات والمقاييس في كرة القدم:

اتجه المهتمون بمجال التربية الرياضية نحوالحاجة الملحة لاستخدام المقاييس والاختبارات كأدوات أساسية لقياس أداء الأفراد والجماعات في مختلف الأنشطة الرياضية. هذا الاستخدام يهدف إلى فهم احتياجات المجتمع ووضع البرامج التعليمية الملائمة التي تساعد على تحقيق أهداف التربية الرياضية. يُعتبر التركيز على تنمية المواطن الصحي والقوي جسدياً واجتماعياً جزءًا أساسيًا من هذا الهدف، مما يسهم في تقدم وتطور المجتمع بشكل عام.

تُظهر التطورات الحديثة في مجال التربية الرياضية استخدام الأساليب العلمية في حل المشكلات التي تعترضها. على سبيل المثال، العلوم مثل الفسيولوجيا والكيمياء

والميكانيكا الحيوية والطبيعة وعلم النفس وعلم الاجتماع وعلم الاختبارات والمقاييس قد أسهمت في تطورها. بالإضافة إلى ذلك، لعبت التكنولوجيا دورًا كبيرًا في تقدم هذا المجال.

على سبيل المثال، في مجال كرة القدم، تم استخدام الاختبارات والمقاييس بشكل شامل لقياس الحالة البدنية والمهارات والخططية والحالة النفسية والفسيولوجية للاعبين. يمكن استخدام هذه الأدوات لعدة أغراض، مثل قياس الأداء البدني والمهارات الرياضية والخطط التكتيكية والجوانب النفسية. تساهم هذه الأدوات في تقدير مستوى اللاعبين، ومساعدة في اكتشاف المواهب الرياضية، وقياس تأثير البرامج التدريبية على تحسين الصفات البدنية والمهارات.

2. الإنتقاء:

1.2. تعريف الإنتقاء:

يشير "ريسان خريبيط مجيد" إلى أن عملية الاختيار تلعب دورًا مهمًا في استثمار الجهود البشرية في مجاله، إذ تساعد في اختيار أفضل الأفراد من النواحي البدنية والنفسية والفيزيولوجية والاجتماعية، هذا التحديد المدروس يتيح إشراك هؤلاء الأفراد في تدريب مكثف ومحترف، مما يسهم في تحقيق أفضل النتائج. (مجيد و محمد، 1990)

عند النظر في التعريفات المختلفة لعملية الانتقاء، نجد أنها تهدف في الأساس إلى اختيار العناصر ذات المقومات المحددة التي يمكن أن تكون موروثة (مثل الخصائص والمقومات المورفولوجية) أويمكن تطويرها من خلال التدريب (مثل الجوانب المهارية)، حيث تُعتبر هذه المقومات عوامل مفترضة لتحقيق النجاح في رياضة معينة، وتتحقق هذه العملية وفق مراحل متتالية.

فتوجيه العملية بأسلوب علمي يهدف إلى تحقيق الاقتصاد في استخدام الوقت والجهد، وهذا من أجل اختيار الخامات الأفضل التي تظهر مؤشرات على النجاح في المستقبل، وبذلك يمكن التعرف المبكر على الأفراد ذوي الاستعدادات والقدرات الرياضية العالية.

2.2. أهمية الإنتقاء:

عملية الإنتقاء والاختيار في المجال الرياضي تمثل وسيلة بارزة لاكتشاف واستقطاب الأفراد الموهوبين والاندماج بهم في بيئة رياضية منظمة ومنتظمة، إن هذه العملية تعتمد على مجموعة من العوامل التي تسهم في اكتشاف الرياضيين الذين يظهرون إمكانات واعدة خلال ممارسة الرياضة المناسبة لهم.

وفي سياق مشابه، عملية الإنتقاء تلعب دورًا حيويًا في استثمار الجهد البشري في مجال الرياضة. فهي تساهم في اكتشاف الأفراد الذين يتمتعون بصفات بدنية ونفسية وفسيولوجية واجتماعية مميزة، وتمكنهم من الانضمام إلى برامج تدريب مكثفة ومحترفة، هذا التحديد المستمر يساعد في تحقيق أقصى إمكانات الرياضيين وتحقيق أفضل النتائج.

ويرى فيصل عياش ان الانتقاء لا يقتصر على اعداد الابطال، وانما يعني أيضا اختيار نوع النشاط الرياضي الذي يلائم الفرد بغرض إشباع ميوله ورغباته عند ممارسته (الديلمي، مستغانم)

3.2. الإنتقاء وظاهرة الفروق الفردية:

تسعى دراسات الفروق الفردية في علم النفس إلى فهم الاختلافات بين الأفراد في مختلف السلوكيات والظواهر النفسية، حيث يعتبر هذا المجال جزءًا أساسيًا من البحث الكمي في علم النفس، ويسعى إلى تحليل هذه الفروق وتفسيرها بشكل علمي.

كما تتمحور الاهتمامات الرئيسية لهذا الفرع حول العوامل التي تسهم في تشكل هذه الفروق الفردية وكيفية تأثيرها على السلوك والسمات النفسية للأفراد، يتمحور البحث أيضًا حول كيفية تأثير عوامل مثل النموالتدريب على هذه الفروق، وكيف يمكن تنظيمها وفهمها بشكل أكبر.

هذا المجال يهدف إلى تقديم تفسيرات علمية لهذه الفروق الفردية وكيفية تأثير العوامل المختلفة عليها، يسعى إلى فهم أفضل للتنظيم القدراتي أوالسمات التي يمكن أن تكون وراء هذه الفروق بطريقة تتيح للباحثين إجراء تحليلات دقيقة واستنتاجات علمية.

ترتبط عملية انتقاء الناشئين ارتباطا وثيقا بظاهرة الفروق الفردية بين الناشئين في الاستعدادات والقدرات المختلفة الخاصة بالناشئ كفرد. (احمد، 2000)

أ- الفروق داخل الفرد:

في الواقع، يمتلك كل فرد مجموعة فريدة من الصفات والقدرات، ولا يمكن أن تكون جميع هذه الصفات والقدرات متساوية في الدرجة أوالمستوى، بالإضافة إلى ذلك، يتعرض الفرد لتغيرات طبيعية تحدث على مر الزمن في صفاته وقدراته. يعني ذلك أنه يمكن للفرد أن يختلف في صفاته وقدراته من مرحلة إلى أخرى في حياته بناءً على عوامل متعددة.

ب- الفروق بين الأفراد:

تعتبر الفروق الفردية تلك الاختلافات التي نجدها بين الأفراد في مجموعة متنوعة من الصفات البدنية، والعقلية، والعاطفية، والاجتماعية. إن هذه الفروق تظهر بدرجات متفاوتة وتكون فريدة لكل فرد، وهي تختلف في النوع والشدة، والجدير بالذكر أن تنظيم هذه الفروق الفردية في الشخصية يمكن أن يتبع نمط التنظيم الهرمي، حيث تتواجد الصفات الأكثر أهمية وعمومية في قمة الهرم، تليها الصفات الأقل أهمية تدريجياً، وفي الجزء السفلي من الهرم تكون الصفات الخاصة التي تنطبق على مواقف محددة. (طلعت منصور وآخرون، 1989)

4.2. أهداف الإنتقاء:

تتبع عملية الانتقاء أهدافاً رئيسية وعامة تشمل ما يلي:

1. توجيه الأفراد نحوممارسة أنواع معينة من الرياضة التي تتوافق مع قدراتهم واهتماماتهم وميلهم، بهدف توجيه طاقاتهم بشكل فعّال.
2. اكتشاف المواهب الرياضية في مراحل مبكرة من التطوير الرياضي. (حماد ، 1993)
3. تطوير ورعاية المواهب الرياضية وضمان تطورها لتحقيق أقصى إمكاناتها حتى تصل إلى مستوى البطولة.
4. توجيه عملية التدريب الرياضي نحوتحقيق أقصى إمكانات الفرد الرياضي واستفادته الكاملة من المفردات الرياضية المتاحة. (مصطفى طه، 1999)

5.2. انواع الإنتقاء:

يمكن تصنيف أنواع عمليات الانتقاء كما يلي:

أ- الإنتقاء الطبيعي (الميداني):

يتطلب هذا النوع من الانتقاء وقتاً طويلاً من المراقبة والمتابعة أثناء التدريب والمشاركة في المنافسات. يعتبر هذا النوع من الانتقاء دقيقاً وفعّالاً لتحديد قدرات الرياضي وقدرته على الأداء المستمر. يمكن اكتشاف العيوب والقضايا المؤقتة ومعالجتها من خلال المشاركة في المباريات الأولى.

ب- الإنتقاء المقارن (التجريبي):

يعتمد هذا النوع من الانتقاء بشكل كبير على خبرة المدرب واستناده إلى نموذج مثالي للأداء. يتم تحديد اللاعب المثالي ومن ثم يتم اختيار الأفراد الآخرين بناءً على مدى تشابههم بالأداء بالنظر إلى هذا النموذج. يتطلب هذا النوع من الانتقاء معرفة عميقة ومعرفة نظرية قوية من قبل المدرب بالإضافة إلى القدرة على تقييم الأداء بشكل موضوعي.

ج- الإنتقاء المركب:

يتميز هذا النوع من الانتقاء بأنه يستند إلى تصنيف الفعاليات الجماعية والمهارات المطلوبة للأداء فيها. يسمح للرياضيين بتطوير مهاراتهم وتعويض أوتحسين النواقص المؤقتة التي تظهر خلال الاختبارات الرياضية.

6.2. دلائل خاصة بالإنتقاء:

هناك طريقتان لاكتشاف المواهب الرياضية:

1. **الطريقة الطبيعية** :تعتمد هذه الطريقة على المراقبة والملاحظة المباشرة. يتم اكتشاف المواهب الرياضية عن طريق مشاهدة الأداء الرياضي وتحليله، وهي طريقة تعتمد على الخبرة الشخصية والاستدراك البصري.
2. **الطريقة العلمية** :تعتمد هذه الطريقة على الأسس العلمية والمعايير المحددة. تشمل هذه الطريقة استخدام أساليب وأدوات علمية مثل اختبارات القدرات والقياسات الفيزيولوجية والاختبارات النفسية لتحديد المواهب الرياضية. يمكن أن تساعد هذه الطريقة في تحقيق نتائج دقيقة وموضوعية.

هذا النهج العلمي يستند إلى أسس علمية ومنهجية تمكن من اكتشاف المواهب الرياضية بشكل أكثر دقة وفعالية . (حلمي و بيرقع، 1997)

7.2. مراحل الإنتقاء:

يمكن تقسيم مراحل عملية الإنتقاء إلى ثلاث مراحل:

أ- المرحلة الأولى: (الإنتقاء المبدئي):

يتم التعرف المبدئي على المواهب المحتملة في هذه المرحلة، وتشمل هذه المرحلة تقدير الحالة الصحية العامة والتقدير الأولي لمستوى القدرات البدنية والخصائص المورفولوجية والوظيفية وسمات الشخصية والقدرات العقلية، ويتم ذلك عبر تحليل مدى اقتراب هذه العوامل عن المستويات المطلوبة للمشاركة في المنافسات الرياضية المتوقعة.

كما تتيح هذه المرحلة الأولية فرصة للتعرف على المواهب المحتملة والتحقق من مدى توافقهم مع متطلبات الرياضة المعنية.

اختيارات هذه المرحلة تشمل:

أ- تجميع الناشئين المتقدمين في مكان إجراء القياسات

ب- إجراء مقابلة بين الناشئين وهيئة الإشراف والتدريب للتعرف عليهم

ج- إجراء فحص طبي على الناشئين للتحقق من سلامتهم الصحية وقدرتهم على ممارسة اللعبة وأداء الاختبارات

د- إجراء مباريات بين الناشئين بهدف:

- بناء الثقة والطمأنينة.
- تعزيز التآلف بين الناشئين، خاصة إذا كانوا قادمين من خلفيات مختلفة.
- تعزيز التعارف بين الناشئين.
- تقليل الرهبة والقلق من عمليات الاختيار والانتقاء.

ب- المرحلة الثانية (الإنتقاء الخاص):

يتم تصفية الناشئين الذين تم اختيارهم في مرحلة الانتقاء الأولى، ويُوجَه الأفراد المميزين نحونوع النشاط الرياضي الذي يتلاءم مع استعداداتهم وقدراتهم باستخدام اختبارات ومقاييس أكثر تقدمًا، كما تتحقق هذه المرحلة بعد فترة تدريبية نسبيًا طويلة قد تمتد من عام إلى أربع سنوات اعتمادًا على نوع النشاط الرياضي، حيث يُستخدم في هذه المرحلة التلاحظ المنهجي أوالاختبارات الموضوعية لقياس معدلات نموالخصائص المورفولوجية والوظيفية، وسرعة تطور القدرات والصفات البدنية، هذه الأبعاد تُسهم في تحديد موهبة الناشئ وإمكانيته للوصول إلى المستويات الرياضية العالية.

إختيارات هذه المرحلة تتمحور حول:

اتخاذ قرارات الاختيار استنادًا إلى الملاحظات المباشرة والتقييم الفعلي لمهارات الناشئين. يتضمن ذلك مراقبة ممارسة الناشئين للمهارات الفردية مثل التنطيط والتصويب والتمرير، ومن ثم إجراء مباريات لتقييم قدرتهم على دمج هذه المهارات في سياق المباراة. (عبد الحميد و حسانين، 1980)

ج- المرحلة الثالثة: (الإنتقاء التأهيلي):

تهدف هذه المرحلة إلى تحديد خصائص الناشئ بدقة أكبر وتقدير قدراته بشكل أكثر فعالية لتحقيق المستويات الرياضية العالية. بحيث يتم التركيز في هذه المرحلة على قياس مستويات نموالخصائص المورفولوجية الضرورية لتحقيق التفوق في النشاط الرياضي المحدد، بالإضافة إلى مراقبة نمواستعدادات الناشئ المختلفة التي تناسب نوع النشاط الرياضي المستهدف، كما تُقيَّم أيضًا سرعة وجودة عمليات الاستشفاء بعد الجهد البدني، ويُجرى تقييم للسمات الاجتماعية والنفسية مثل الثقة بالنفس والشجاعة في اتخاذ القرارات، التي تعتبر أساسية لتحقيق النجاح في النشاط التخصصي.

مرحلة الاختيار الثالثة تتضمن:

إجراء قياسات دقيقة للناشئين في مجموعة متنوعة من الجوانب البدنية والعقلية والسلوكية والمهارات الحركية الرياضية المتعلقة بكرة القدم. يتم في هذه المرحلة قياس مختلف البيانات الجسمية مثل الطول والوزن وأطوال أجزاء الجسم والمحيطات والسعة الحيوية وسمك الدهن في مناطق محددة. تُحسب أيضًا بعض العلاقات النسبية بين هذه القياسات، مثل نسبة الطول إلى العرض ونسبة الأطراف العلوية والسفلية إلى الطول الكلي للجسم.

يتم أيضًا تقدير مكونات اللياقة البدنية العامة مثل القوة العضلية والجلد العضلي والجلد الدوري التنفسي والرشاقة والسرعة والتوافق والتوازن والدقة والمرونة وزمن رد الفعل.

بعد ذلك، يجري اختبار القدرات العقلية والسلوكية، وبعد هذه الاختبارات يأتي دور اختبارات المهارات الحركية الرياضية المتعلقة بكرة القدم. تُخصص درجات محددة لكل مجال من المجالات المُقاسة، ومجموع هذه الدرجات يمثل التقدير الكلي للناشئ. يُفضل ترتيب الناشئين وفقًا للدرجة الكلية، ثم يتم اختيار العدد المطلوب من الناشئين الذين حققوا أعلى الدرجات حسب هذا الترتيب.

8.2. المحددات الأساسية في الإنتقاء الرياضي:

أ- المحددات البدنية:

ان تحديد الخصائص البدنية الاساسية ، لها اهمية لتمكين الفرد من القدرة على اداء مختلف المهارات الحركية لنوع النشاط الممارس والتميز في كل نوع من الالعاب والرياضات ، وفي ضوء تلك الخصائص يتم انتقاء الافراد وفقا لنوع اللعبات اوالرياضات، ويجب ان يتم تحديد الاستعدادات البدنية للناشئين من خلال تقويم نموهذه الخصائص البدنية وكذلك مستواها وذلك للتنبؤ بإمكاناتهم المستقبلية(الحماحمي،2000، ص1)

كما تعتبر الأساس لتحقيق أعلى المستويات الرياضية، حيث تمثل الصفات البدنية الأساسية للفرد الرياضي القدرة على أداء مهارات متنوعة في الأنشطة الرياضية المختلفة، اذ يمكن القول إن لكل لعبة رياضية متطلبات بدنية خاصة تميزها عن الألعاب الأخرى.

وأيضا هي تلك المتطلبات التي تمكن الفرد الرياضي من أداء مجموعة متنوعة من المهارات الحركية المختلفة في الأنشطة الرياضية المتنوعة، هذه الصفات ضرورية لجميع أنواع الأنشطة الرياضية بغض النظر عن نوع الرياضة الممارسة، يتم تحديد السيطرة على صفة واحدة أوأكثر من الصفات البدنية الأخرى وفقًا لطبيعة النشاط الرياضي الذي يُمارَس.

ب- المحددات البيولوجية:

تتمحور المحددات البيولوجية في ممارسة الرياضي لاي فعالية اونشاط يختاره وذلك يؤدي الى تأثيرات فسيولوجية مختلفة على وظائف وبناء اجهزة الجسم، وهنا يظهر تباين لهذه التأثيرات اذ انها تختلف عند لاعبي الانشطة الرياضية التي تتميز بالسرعة عن مثيلاتها في الالعاب التي تتميز بالتحمل، اذ ان التدريب الرياضي اوالمنافسة الرياضية يؤدي الى تغيرات فسيولوجية وموروفولوجية ينتج عنها زيادة كفاءة الجسم في التعود على مواجهة تلك المتطلبات لممارسة النشاط الرياضي. (الكرافي ، 2004 ،ص 43)

لذا، يجب على القائمين على عملية انتقاء الناشئين أن يأخذوا في اعتبارهم جانبين هامين عند بدء هذه العملية؛ وهما الجانب الفسيولوجي والجانب المورفولوجي، بالنسبة للجانب الفسيولوجي، هناك عوامل ذات أهمية كبيرة يجب مراعاتها كمؤشرات وظيفية أثناء إجراء اختبارات الانتقاء الفسيولوجي للناشئين، تشمل هذه العوامل:

- ✓ الحالة الصحية العامة.

- ✓ التغيرات المورفو–وظيفية.
- ✓ القدرات الوظيفية للجهاز الهضمي والتنفسي.
- ✓ خصائص استعادة الشفاء.
- ✓ الكفاءة البدنية العامة والخاصة.
- ✓ الاقتصاد الوظيفي.

يتمثل الهدف الرئيسي للقياسات الفسيولوجية في تقديم معلومات تساعد المدرب على تقييم الحالة الفسيولوجية للاعب، هذه القياسات ليست هدفًا في حد ذاتها، بل تستخدم كأداة لتقويم الأداء البدني للاعب وتحسين البرامج التدريبية التي يُخضع لها، وتساعد هذه القياسات في تحديد نقاط القوة والضعف، سواء بالنسبة للفرد نفسه أوبالنسبة للبرنامج التدريبي الذي يتبعه الفرد.

ج- المحددات النفسية:

لتحقيق أداء رياضي متميز للناشئين، يجب أن نأخذ في الاعتبار العوامل النفسية المؤثرة على ممارسة النشاط الرياضي، هذه العوامل تتضمن السمات العقلية والقدرات الإدراكية والسمات الانفعالية.

بالنسبة للسمات العقلية، فإنها تشمل مجموعة متنوعة من القدرات العقلية مثل الذكاء، حيث تشمل سرعة التعلم والقدرة على استفادة من الخبرات السابقة والفهم السريع والقدرة على اكتشاف العلاقات بين الوضعيات والقدرة على التفكير الواعي وحل المشكلات والإبداع والتكيف مع التحديات الحياتية والقدرة على التنبؤ بسلوك المنافس وتنفيذ استراتيجيات اللعب بفعالية، حيث أظهرت الأبحاث العلمية وجود ارتباط إيجابي بين مستوى القدرة العقلية والتفوق الرياضي، وبين الذكاء وبعض جوانب اللياقة البدنية.

أما بالنسبة للقدرات الإدراكية، فإنها تعبر عن العملية التي يمكن من خلالها تحليل وفهم المحفزات الحسية المستقبلة من البيئة المحيطة، تشمل هذه القدرات الانتباه، الذي يؤثر على دقة وأداء المهارات الحركية، والاستجابة السريعة للمواقف المشابهة والمختلفة، واتخاذ القرارات في الوقت المناسب، والوعي بالجسم وأجزائه والقدرة على أداء الحركات المطلوبة بدون الاعتماد الكامل على الحواس الأساسية.

بالإضافة إلى ذلك، تتضمن العوامل النفسية أيضًا السمات الانفعالية مثل الحالة المزاجية والسمات الشخصية والإرادية والميول والاتجاهات، لذا يجب اختيار الناشئين

الذين يتميزون بسمات مزاجية إيجابية، ويجب توجيههم نفسيًا وتربويًا، كما يجب كشف الميول والاتجاهات لتحديد مدى إيجابيتها في تحقيق التفوق الرياضي وكيفية الاستفادة منها.

كما ينظر الى الاتجاه النفسي كحالة عقلية نفسية لها خصائص ومقومات تميزها عن الحالات العقلية والنفسية الاخرى التي يتناولها الفرد في حياته ، وتفاعله مع الافراد الاخرين ، وان هذه الحالة العقلية النفسية اوالاتجاه النفسي يصبح الاطار المسبق الذي يستخدمه الفرد في اصدار احكامه وتقييمه بالنسبة لما يتعامل معه من مواقف. (كامل، 2000، صفحة 172)

د- المحددات الجسمية:

في وقتنا الحالي، تتطلب ممارسة أي نشاط رياضي توافر متطلبات جسمية محددة. بالتالي، يعتمد الوصول إلى مستويات رياضية متقدمة في نشاط رياضي معين بشكل كبير على وجود هذه الخصائص الجسمية التي تسهم في تحقيق التقدم في هذا النوع من الأنشطة البدنية.

تُعتبر دراسة الجسم البشري، بما في ذلك شكله وحجمه، من بين المؤشرات التي يمكن الاستناد إليها للتنبؤ بالحالة البدنية والصحية والنفسية للفرد، كما يُشجع عادةً من قبل العلماء على مراعاة القياسات الجسمية عند اختيار الرياضيين المبتدئين، وتُعرف هذه القياسات بأنها "علم يعتمد على دراسة قياسات الجسم البشري وأجزائه المختلفة وكشف الاختلافات التشكيلية فيه." حيث تعتمد هذه القياسات الجسمية بشكل رئيسي على حساب مقادير هياكل الجسم الخارجية، مثل أطوال الأعضاء والمحيطات وغيرها.

وتستخدم المقاييس الجسمية (الانثروبومترية) في مجال الانتقاء، نظرا لاختلاف المقاييس الجسمية، ونسب اجزاء الجسم التي تتطلبها ممارسة نشاط رياضي معين عن نشاط رياضي اخر، وعلى سبيل المثال تحتاج لعبة كرة السلة الافراد طوال الاجسام، بينما لا يكون للطول اهمية ملموسة في بعض سباقات العاب القوى كالمارثون. (احمد، 2000)

9.2. مبادئ ارشادية لانتقاء الناشئين الموهوبين:

أ- المبدأ الأول:

عملية انتقاء الناشئين الموهوبين تعتمد أساسًا على القدرة على التنبؤ بإمكانياتهم الطويلة المدى.

ب- المبدأ الثاني:

يجب فهم أن عملية انتقاء الناشئين الموهوبين ليست هدفًا ذاتيًا بل وسيلة لتحقيق هدف يتعلق بتنمية وتطوير أدائهم وتحسينهم للوصول إلى أعلى مستوياتهم، بإعتبارها جزء من سلسلة عمليات متكاملة.

ج- المبدأ الثالث:

يجب وضع قواعد ومعايير لعملية انتقاء الموهوبين تعتمد وتركز على العوامل الوراثية.

د- المبدأ الرابع:

يجب تحديد المتطلبات الخاصة للرياضة المستهدفة لعملية الانتقاء

هـ- المبدأ الخامس:

يجب أن تكون عملية انتقاء الناشئين الموهوبين متعددة الجوانب نظرًا لأن الأداء الرياضي متأثر بعوامل متعددة.

و- المبدأ السادس:

يجب مراعاة العوامل الديناميكية للأداء أثناء عملية انتقاء الناشئين الموهوبين.

10.2. الصعوبات التي تواجه عملية انتقاء وتشجيع المواهب الرياضية:

تواجه عملية انتقاء الرياضيين الموهوبين عدة تحديات، من بينها:

- ✓ تغير العوامل: تعتمد العملية التقييمية في العديد من الأحيان على الخصائص الجسمية الثابتة لتحديد والتنبؤ بمن يمكن اعتباره رياضيًا موهوبًا. ومع ذلك، هناك عوامل أخرى ذات طبيعة نفسية واجتماعية وأخرى تتغير بشكل مستمر وتؤثر على تقدير قدرات الرياضي الموهوب.
- ✓ قياسات غير ثابتة: عادة ما تفتقر عمليات الانتقاء إلى قياسات ومعايير ثابتة يمكن من خلالها تحديد قدرات الرياضي الموهوب بدقة. وبالتالي، تعكس الاختبارات التي تُجرى أثناء عمليات الانتقاء نسبة قليلة من القدرات الحقيقية للرياضي الموهوب.

- ✓ صعوبة التحكيم: يصعب تقدير ما إذا كان الرياضي فعلاً موهوبًا نظرًا لندرة وجود الموهبة وتعقيد العملية نفسها.
- ✓ عدم وجود سن ثابت: ليس هناك سن ثابت يمكن تحديده لظهور الموهبة، إذ تعتمد عملية الاكتشاف والانتقاء على تطور قدرات الرياضي المختلفة والمتواصلة، سواء كان ذلك في الجانب الجسدي أوالنفسي أوالحركي، مما يزيد من تعقيد مهمة اكتشافها وتوجيهها نحوالتخصص الرياضي المناسب.

11.2. مزايا انتقاء الناشئين الموهوبين بالأسلوب العلمي:

ان المزايا المترتبة على اعتماد الأسلوب العلمي في انتقاء الناشئين الموهوبين عن عدة جوانب هامة على النحوالتالي:

- ✓ اختصار الزمن: اعتماد الأسلوب العلمي في عمليات الانتقاء وسيلة فعالة للتقليل من الوقت اللازم للناشئ لتحقيق أعلى مستويات الأداء.
- ✓ تحسين الخامات: يعمل الاختيار العلمي على توفير الفرصة للمدربين للعمل مع الناشئين الأفضل من حيث المواهب والإمكانيات.
- ✓ فرصة التعلم: يمكن للانتقاء العلمي أن يوفر للناشئين الموهوبين فرصًا للتعلم والتطور تحت إشراف مدربين متخصصين.
- ✓ تحفيز الأداء: يتيح الانتقاء العلمي للناشئين الموهوبين الوصول إلى مستويات أعلى من الأداء ويشجع على تحسين أدائهم.
- ✓ تجانس الأداء: يمكن أن يكون لدى الناشئين الموهوبين درجة تجانس أعلى تقريبًا مما يشجع على تطويرهم بشكل مستمر مع تقدمهم في مستويات الأداء.
- ✓ ان انتقاء الناشئين من خلال الاساليب العلمية يعطيهم ثقة اكبر حيث يؤثر ذلك ايجابيا في التدريب والاداء. (حماد، 1993)

خلاصة الفصل

عملية انتقاء الناشئين تُعتبر من أهم الجوانب التي يجب على المدرب أن يتعامل معها بعناية، كما يتعين عليه فهم الأهمية الكبيرة لهذه العملية واكتساب المعرفة بالطرق والمراحل المختلفة المتعلقة بانتقاء الناشئين في مجموعة متنوعة من المهارات البدنية والنفسية والتكتيكية، ويُلاحظ أن هذه المهارات تتطور بشكل تدريجي عبر الزمن.

تجدر الإشارة هنا إلى أن عملية الانتقاء تمثل الأساس في تطور لعبة كرة القدم، وذلك على ضوء التطورات العلمية والتكنولوجيا التي يشهدها مجال الرياضة توازيا مع الاهتمام المتزايد بها، حيث يعتبر الانتقاء عملية أساسية وحيوية جدًا تشترك فيها جهود عدة أطياف مختلفة، بما في ذلك المدربين والأطباء وعلماء النفس الذين يشكلون دورًا رئيسيًا في هذه العملية، بحيث انه يكون في اتصال دائم مع الناشئين، ويعمل على اكتشاف المواهب المحتملة بينهم وتوجيههم نحوتطويرها، دون الانتظار حتى تظهر تلك المواهب تلقائيًا أوتنموبشكل ذاتي.

الفصل الثالث:

الخصائص العمرية لفئة الأواسط

تمهيد:

تُعتبر فئة الأواسط في كرة القدم مرحلة حاسمة تمتد من سن 17 إلى 19 عامًا، وتشكل مرحلة مهمة في حياة الفرد من النواحي النفسية، والاجتماعية، والفسيولوجية، بالإضافة إلى النواحي الرياضية. تتزامن هذه المرحلة مع مرحلة المراهقة، والتي تعتبر مرحلة انتقالية بين مرحلة الطفولة والنضوج، وتتميز بتغيرات كبيرة في الجوانب الفسيولوجية، والنفسية، والعاطفية، والتي تؤثر بشكل كبير على حياة الفرد خلال مراحل نموه المتعاقبة.

تبدأ مرحلة المراهقة عادةً ببلوغ الفرد من الناحية الجنسية، حيث تظهر تغيرات فسيولوجية وسلوكية متتالية ومتسارعة، وتنتهي هذه المرحلة عندما يصل الفرد إلى مراحل النضوج اللاحقة في تطوره، كما يجب ملاحظة أن مدى امتداد مرحلة المراهقة يتفاوت من فرد لآخر ويعتمد على عوامل متعددة مثل البيئة الأسرية والنظام التعليمي والسياق الاجتماعي.

في هذا السياق سنتطرق الى مفهوم فئة الأواسط واستعراض مميزاتها، بالإضافة إلى تناول بعض المشكلات والتحديات التي تواجهها هذه الفئة في مجال كرة القدم.

1. تعريف فئة الأواسط وتحديدها:

تصدر الاتحادية الجزائرية لكرة القدم إشعارات تتعلق بجداول المنافسات وتقسيم اللاعبين حسب الفئات العمرية المناسبة لكل تصنيف، قبل بدء كل موسم رياضي هذه الفئات العمرية تتغير من عام إلى آخر، مما يسمح للاعبين بالانتقال من فئة إلى أخرى وفقًا لعمرهم الزمني.

تعتمد هذه التقسيمات العمرية على تصنيف الاتحاد الدولي لكرة القدم(FIFA) ، حيث يتم تصنيف اللاعبين حسب أعمارهم من 17 يناير إلى 17 ديسمبر من كل عام. يُشير الرمز "U" في هذه الفئات إلى كلمة "under" بالإنجليزية، والتي تعني "أقل من". أمثلة على بعض الفئات المعتمدة تشملU13 ، U14، U15، U16، U17، U18، U19، U20، و.U21

فئة الأواسط تمثل مرحلة تتراوح أعمارها بين 17 و19 سنة، وتأتي وسط فئات الأصاغر والشباب من جهة، وفئات الأمال والكبار من جهة أخرى، وتعتبر هذه المرحلة حاسمة وهامة في حياة اللاعبين، حيث يتم تطوير التوازن المكتسب من مراحل سابقة وتعزيزه، ويتعين على الفرد في هذه المرحلة تكييف نفسه مع المجتمع والتفاعل مع الجماعة، بالإضافة إلى تطوير مهاراته في كرة القدم وتحضير نفسه للانتقال من فئات الشباب إلى فئة الكبار وتحقيق أفضل النتائج. يمكن أيضًا في هذه المرحلة تقييم الأداء والبرامج التدريبية التي تم تنفيذها خلال الفئات السنية السابقة.

2. مفهوم المراهقة:

تُعَدُّ المراهقة مرحلة انتقالية حيوية تجمع بين مرحلة الطفولة ومرحلة الرشد، وتتميز بأهمية خاصة في مسار حياة الإنسان نظرًا للتغيرات والأحداث البارزة التي تحدث في هذه المرحلة، تترك تأثيراتها العميقة على الفرد ليس فقط خلال فترة المراهقة نفسها، بل تمتد لتؤثر على مستقبله بشكل إيجابي أوسلبي، المراهقة تُعَدُّ فترة بداية البلوغ وتستمر حتى توقف النموالعام للجسم. تبدأ من مرحلة الطفولة وتستمر حتى الوصول إلى مرحلة الرشد، وتستغرق عادة حوالي سبع إلى ثماني سنوات، بدءًا من سن الثانية عشرة وصولًا إلى سن العشرين في الحالة العامة. ومع ذلك، تظل هذه المدة متغيرة بشكل كبير بناءً على الفرد وظروفه الخاصة، من الجدير بالذكر أنه يمكن وصف المراهقة على أنها فترة

نموجسدي وظاهرة اجتماعية، ويمكن أن تتفاوت في بدايتها ونهايتها بناءً على اختلافات الثقافات والمجتمعات والعوامل الاجتماعية.

إن المراهقة مصطلح وصفي لفترة أومرحلة من العمر، والتي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبرته في الحياة محدودة، ويكون قد اقترب من النضج العقلي، والجسدي، والبدني وهي الفترة التي تقع بين مرحلة الطفولة وبداية مرحلة الرشد. وبذالك يقع في تداخل بين هاتين المرحلتين، وهي المجال الذي يجدر بالباحثين أن ينشدوا فيه ما يصبون إليه من وسائل وغايات. (الجسماني، 1994، صفحة 195)

3. تقسيمات المراهقة:

أ- المراهقة حسب العمر:

تصنف المراهقة عادة إلى ثلاث مستويات مختلفة بناءً على المرحلة العمرية التي تمر بها. المستوى الأول يُعرَف بالمراهقة المبكرة ويمتد من سن 12 إلى 14 سنة تقريبًا، ويتزامن مع المرحلة الدراسية في التعليم المتوسط. تتسم هذه المرحلة بتغيرات بيولوجية سريعة في الجسم.

المستوى الثاني هوالمراهقة المتوسطة ويمتد من سن 15 إلى 18 سنة، ويشمل المرحلة الثانوية من التعليم. يتميز هذا المستوى بتكامل التغيرات البيولوجية في الجسم.

المستوى الثالث يعرف بالمراهقة المتأخرة ويمتد من سن 18 إلى 21 سنة تقريبًا، ويتزامن مع المرحلة الجامعية. يتميز هذا المستوى ببروز مظاهر الرشد.

ب- المراهقة حسب الظروف الاجتماعية والثقافية:

- **المراهقة المتكيفة:**

تظهر هذه المرحلة بوجه عام بأجواء هادئة واستقرار عاطفي، حيث يكون التوتر العاطفي الحاد نادرًا ما يحدث. غالبًا ما تكون العلاقات الشخصية للفرد في هذه المرحلة جيدة، ويتمتع بعلاقات إيجابية مع من حوله. وبشكل عام، يمكن وصف حالة الفرد في هذه المرحلة بأنها متوازنة وهادئة.

- **المراهقة الانسحابية المنطوية:**

في هذه المرحلة، يلاحظ انزواء المراهق واكتئابه بشكل متزايد، حيث يصبح أكثر انعزالًا وسلبية. يمكن أن تتجلى هذه السلوكيات في التردد في التواصل الاجتماعي، والشعور بالخجل والنقص، مما يؤثر على قدرته على التوافق الاجتماعي.

➢ **المراهقة العدوانية المتمردة:**

في هذه المرحلة، يظهر المراهق سلوكًا متمردًا ويعبر عن ثورته ضد السلطات المختلفة مثل العائلة، المدرسة، أوالمجتمع.

➢ **المراهقة المنحرفة:**

تمثل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني تشير إلى حدوث انحدار نفسي وتدهور في السلوك الاجتماعي.

4. مراحل المراهقة:

تعد التقسيمات المختلفة لمرحلة المراهقة من الجوانب المهمة التي أثبتتها العديد من الدراسات. فالبعض يفضل تقسيم المراهقة إلى مراحل متفرقة، في حين يظل هذا التقسيم في الواقع محض إطار نظري. ومن بين هذه التقسيمات المقترحة، يمكن الإشارة إلى تقسيم أكرم رضا الذي يقسم المراهقة إلى ثلاث مراحل، ولكن هناك اختلافات في تفسير هذه المراحل بين الباحثين.

➢ المراهقة المبكرة:

خلال الفترة التي تمتد من سن 12 إلى 15 عامًا، يُلاحظ تغيرات كبيرة على الصعيدين الجسمي والفسيولوجي، بالإضافة إلى الجوانب العقلية، والعاطفية، والاجتماعية للفرد. يظهر المراهق في هذه المرحلة رغبة قوية في التحرر من سلطة الوالدين ويبدأ في محاولة تحكم ذاتي في قراراته وأموره الشخصية. كما يسعى أيضًا للتخلص من التحكم الذي يمارسه البالغين في المدرسة، بما في ذلك المعلمين والمدربين وأعضاء الإدارة. هذه المرحلة تشهد تطورًا في إدراك الفرد لذاته وتعزيز إحساسه بالهوية الشخصية.

➢ المراهقة الوسطى:

المرحلة الوسطى من مرحلة المراهقة تُعد واحدة من أهم هذه المراحل، حيث يحدث فيها انتقال المراهق من المرحلة الأساسية إلى المرحلة الثانوية. يكتسب المراهق في هذه المرحلة شعورًا بالنضج والاستقلالية، ويتجه نحوتكوين العلاقات الاجتماعية. يتضح في هذه المرحلة التطور في النموالجنسي، العقلي، الاجتماعي، العاطفي، والفسيولوجي، بما في ذلك النموالنفسي. لهذا السبب، فإن هذه المرحلة تُشبه قلب المراهقة وتُظهر جوانبها المميزة بوضوح.

في هذه المرحلة، يُعطي المراهقون والمراهقات أهمية كبيرة للنموالجنسي ويولون اهتمامًا كبيرًا للمظهر الخارجي. يركزون أيضًا على الصحة الجسدية. تُلاحظ هذه السمات بوضوح بين تلاميذ المرحلة الثانوية بغض النظر عن أعمارهم. تتميز هذه المرحلة بسرعة نموالذكاء، مما يجعل حركات المراهق أكثر توافقًا وانسجامًا وملائمة.

- المراهقة المتأخرة:

في هذه المرحلة، يصل المراهق إلى النضج الجنسي في نهايتها، وتحدث زيادة طفيفة في الطول لدى الذكور والإناث على حد سواء. يسعى المراهق في هذه المرحلة إلى تكييف نفسه مع المجتمع والقيم التي يعيش في إطارها، وذلك لضمان توازنه بين المشاعر الجديدة التي اكتسبها وظروف البيئة الاجتماعية والأهداف الشخصية التي يسعى لتحقيقها.

يكتسب المراهق في هذه المرحلة مهارات عقلية جديدة ومفاهيم تتعلق بالمواظبة والالتزام. يزيد إدراكه للمفاهيم والقيم الأخلاقية والمثل العليا، مما يعزز قدرته على التحصيل العلمي ويزيد من سرعة فهمه واستيعابه لجميع المعلومات. يتجه المراهق نحوالاستقرار في اختيار مهنة مناسبة له ويعمل جاهدًا نحوتحقيق هذا الهدف.

5. خصائص النموعند فئة الأواسط:

نموالفئة الوسطى من اللاعبين المراهقين يتميز بخصائص متعددة، تشمل الخصائص الجسمية، والعواطفية، والنفسية، والاجتماعية، والأخلاقية، والتي تلعب دورًا كبيرًا في تشكيل شخصية اللاعب المراهق وتأثيره على قدرته على التكيف في البيئة التي يعيش فيها. ويتمثل نموالفئة الوسطى للاعبين في نفس الخصائص التي تلاحظ أيضًا في مرحلة المراهقة.

1.5. مفهوم النمو:

النمويشير إلى العملية التكوينية والوظيفية التي تحدث في الكائنات الحية منذ تكوين الخلية الملقحة وتستمر على مدار حياتها. تتم هذه العملية خلال مراحل متتالية وتدريجية. يمكن تقسيم النموإلى عدة جوانب منها النموالجسمي الذي يتضمن تغيرات في الحجم والشكل والوزن، والنموالفسيولوجي الذي يتعلق بوظائف الأعضاء والأنظمة في الجسم.

بالإضافة إلى ذلك، يتضمن النموالحركي التغيرات في القدرات الحركية واللياقة البدنية، والنموالعقلي الذي يتعلق بتطور القدرات العقلية والذهنية، والنمواللغوي الذي يشمل

تطور مهارات اللغة والاتصال، والنموالاجتماعي الذي يشمل التفاعل مع البيئة الاجتماعية وتكوين العلاقات الاجتماعية، وأخيرًا النموالجنسي الذي يرتبط بتطور الخصائص الجنسية والوظيفة الجنسية.

تتفاعل هذه الجوانب المختلفة للنمومع بعضها البعض وتتأثر ببيئة الفرد وتجاربه الشخصية، وهذه العوامل المتعددة تشكل سلوك الفرد وتؤثر على تطوره الشامل.

يعرفه مصطفى زيدان بأنه سلسلة متتابعة من التغيرات التقدمية، متجهة نحوتحقيق غرض ضمني وهوالنضج. (زيدان، 1990، صفحة 13)

ويعرفه محمد حسن علاوي (بأنه يشير إلى تلك العمليات المتتابعة، مع التغيرات التكوينية والوظيفية). (علاوي، 1994، صفحة 91)

2.5. أنواع النمو

أ- النموالجسمي المورفوفيسيولوجي:

في هذه المرحلة، نلاحظ اكتمال النضج الجسمي للفرد مقارنة بالمرحلة السابقة. تشمل هذه المرحلة اثنين من جوانب النموالأساسية: النموالفسيولوجي والنموالعضوي. النموالفسيولوجي يشير إلى التغيرات التي تحدث في الأجهزة الداخلية للمراهق أثناء مرحلة البلوغ. يشمل هذا النموالتطور في الخصائص الجنسية الأولية، مثل اكتمال تطوير الجهاز التناسلي، وظهور الخصائص الجنسية الثانوية، والتي تشمل الصفات التي تميز الشكل الخارجي للرجل والمرأة. يُلاحظ أيضًا توسع الرئتين والصدر، مما يسهم في عملية التنفس بشكل أكثر راحة، بالإضافة إلى زيادة القدرة الرئوية والاستقرار الأكبر للقفص الصدري.

أيضًا يمكن ملاحظة أن عملية التنفس تتم بشكل أكثر راحة عندما يبلغ الفرد سن 18 سنة، وتصل القدرة الرئوية في هذه المرحلة إلى أقصى مستوى. يرتبط هذا التحسن بتطور العضلة القلبية. يمكن أن يكون معدل نبضات القلب في وضع الراحة للأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين 16 19 سنة حوالي 70–80 نبضة في الدقيقة، وهومعدل طبيعي. كما يزيد معدل استهلاك الأكسجين أيضًا بسبب هذا التحسن في النضج الجسمي والفسيولوجي.

كما تحدث تغيرات الغدد التي تؤدي بالهرمونات إلى تفعيل النموبشكل عام وتنظيم الشكل الخارجي للإنسان، وأهم هذه الغدد تأثيرا هي الغدد النخامية، ويسمى الفص الامامي منها الكظر. (زهران، 1972، صفحة 402)

كما تنموتطور عضلة القلب، مع حدوث بطؤ وتوازن في النبضات التي تصل إلى معدل حوالي 11 نبضة في الدقيقة. (زهران، 1972، صفحة 48)

ب- النموالحركي:

وفقًا لعماد الدين إسماعيل، يُلاحظ وجود تغيرات سريعة في الطول والوزن لدى المراهقين، وهذه التغيرات تحدث بنسب متفاوتة في مختلف أجزاء الجسم. يمكن أن تتسبب هذه التغيرات في بعض الاضطرابات في الحركة والتوازن للمراهق، حيث يصبح ما اكتسبه في طفولته السابقة غير فعال بنفس القدر، ويحتاج إلى تغيير وتكييف حركاته وفقًا للتغيرات الجسمية الحاصلة.

بالإضافة إلى ذلك، تشهد مهارات الحركة المختلفة تحسينًا ورقيًا خلال هذه المرحلة. يُلاحظ أيضًا تحسينًا كبيرًا في مستوى التوافق العضلي العصبي، وزيادة في سرعة اكتساب المهارات الحركية وتعلمها. يُمكن أن يتميز المراهق في هذه المرحلة بزيادة ملحوظة في القوة العضلية وزيادة مرونة المفاصل، مما يمكنه من ممارسة أنواع متعددة من الأنشطة الرياضية التي تتطلب القوة العضلية أوالمرونة.

النموالحركي عبارة عن التغيرات في السلوك الحركي خلال حياة الإنسان، والعمليات المسؤولة عن هذه التغيرات. (زهران، 1972، صفحة 339)

ج- النموالعقلي والنفسي:

في هذه المرحلة، يتميز المراهق بوصول درجة الذكاء إلى مستوى عالي، وتطور العمليات العصبية لديه يجعله يميل إلى البحث المستمر ومحاولة ربط العناصر واستنتاج النتائج وتحليل الظواهر. يزداد إدراكه للظواهر والأحداث المحيطة به، وقد يظهر اهتمامًا بالقضايا المجردة والمثالية وعشقًا للمجردات.

هذه المرحلة تعتبر من أصعب المراحل من الناحية النفسية، حيث يرغب المراهق في التقرب من الجنس الآخر دون تفكير ملائم، مما يتسبب في ضغوط نفسية واضطرابات داخلية. يُلاحظ أن الفروق الفردية بين المراهقين واضحة في هذه المرحلة.

تزيد قدرة المراهق على الانتباه في مدة ومدى الانتباه، ويستطيع تفسير مشاكل طويلة ومعقدة بسهولة. يتضح أن تطور قدرته على التفكير يساهم في تطور قدرته على التعلم والتذكر، حيث يستنتج العلاقات بين المواضيع بشكل أفضل.

تتجه قدرة المراهق على التخيل نحوالخيال المجرد والصور اللفظية. هذا يعود جزئيًا إلى اكتمال عملية اكتسابه للغة وتقدمها في هذه المرحلة.

من الجدير بالذكر أن قدرة المراهق على التفكير وحل المشكلات تعتمد على التفكير الصحيح والعلمي، مما يمكنه من التعامل مع مشاكله بفعالية.

د- النموالاجتماعي والأخلاقي:

إحدى المظاهر الأساسية للنموالاجتماعي في هذه المرحلة هي التحرر من سلطة الأسرة. يعبر المراهق عن رغبته في تأكيد هويته والتأكيد على وجوده الاجتماعي. يُلاحظ زيادة في التفاعلات الاجتماعية وتكوين الصداقات، ويزيد شعور المراهق بالمسؤولية نحومجتمعه ويبدي اهتمامًا بمشاركته في الأحداث الاجتماعية والمساهمة فيها.

يتعلق المراهق بمجموعة صغيرة من الأصدقاء، حيث يتبادل النصائح والمعرفة معهم ويتعاون معهم في تقديم الخدمات والمساهمة في تحقيق الأهداف الاجتماعية. يسعى المراهق في هذه المرحلة إلى تعزيز مكانته الاجتماعية ويميل إلى التفاعل الاجتماعي.

تُعرف المراهقة عادةً بأنها مرحلة انتقالية حيث يعبر المراهق عن نفسه بوصفه بطلاً ويكيف سلوكه بما ينسجم مع تصوُّره للبطل الذي يعتبره نموذجًا يحتذي به. مما يساعد على التكيف بصفة سويةّ . (مختار ، 1982، صفحة 162)

هـ- النموالانفعالي:

النموالانفعالي هوجزء أساسي من التطور الاجتماعي في هذه المرحلة، حيث يسعى المراهق نحوتحقيق التحرر من سيطرة الأسرة. يُلاحظ تزايدًا في التفاعلات الاجتماعية وتكوين الصداقات، مما يعزز من شعور المراهق بالمسؤولية نحومجتمعه ويدفعه للمشاركة في الأحداث الاجتماعية والمساهمة فيها.

في هذه المرحلة، يكوِّن المراهق علاقات وثيقة مع مجموعة صغيرة من الأصدقاء، حيث يتبادلون النصائح والمعرفة ويتعاونون في تقديم الخدمات ودعم بعضهم البعض في تحقيق أهدافهم الاجتماعية. تشهد هذه المرحلة أيضًا تطورًا في التفاعل الاجتماعي والاهتمام بالعلاقات الاجتماعية.

تُعتبر المراهقة في الغالب مرحلة انتقالية، حيث يرى المراهق نفسه بصفة متزايدة على أنه بطل ويحاول تشكيل سلوكه وتصرفاته وفقًا لتصوُّره للبطولة التي يتعلق بها.

ويظهر في مرحلة المراهقة أعراضا عصبية مثل القلق العصبي، توهم المرض، الافكار والافعال القهرية أوالمخاوف المرضية التي تكون بدون سبب. (مخول، صفحة 277)

6. أهمية المراهقة في التطور الحركي للرياضيين:

تتميز المراهقة في فئة الأواسط بمظاهر متعددة تشمل مجالات متنوعة من الحياة، بدءًا من الدراسة في الجامعة وصولًا إلى المشاركة في النوادي الرياضية والفرق الوطنية. يكتسي هذا الفترة أهمية بالغة نظرًا لعدة عوامل:

- ✓ تُظهر المراهقة تنوعًا كبيرًا في المستوى الفردي، وهذا التنوع لا يقتصر على الاختلافات بين الجنسين فقط بل يشمل أيضًا التفاوتات داخل الجنس نفسه.
- ✓ تعتبر المراهقة مرحلة انتقالية هامة نحوالتميز والبطولة في الرياضة، وتشهد تطورات سريعة تؤهل الفرد للمشاركة في المستويات الرياضية العالية.
- ✓ يتميز الأداء الرياضي في هذه المرحلة بالدقة والإيقاع الجيد، ويكون خاليًا من الحركات الشاذة.
- ✓ على الرغم من التطور الرياضي الذي يشهده المراهق في هذه المرحلة، إلا أنها ليست فقط مرحلة تعلم بل هي أيضًا مرحلة تطوير وتحسين للقدرات والمهارات الحركية.
- ✓ تُمثل المراهقة فترة مهمة لإثبات الذات من خلال إبراز القدرات الفنية والمهارات الحركية المميزة لدى المراهق.
- ✓ مرحلة تعتمد تمرينات المنافسة كصفة مميزة لها، والتي تساعد على إظهار مواهب وقدرات المراهقين بالاضافة إلى انتقاء الموهوبين. (أحمد، 1999، صفحة 19)

7. أزمات فئة الأواسط:

تعتبر فئة الأواسط، ولاسيما في مرحلة المراهقة، معرضة لمجموعة من الأزمات التي تؤثر على نموها النفسي والاجتماعي، وحتى الأخلاقي. يعزى هذا الواقع إلى البيئة الاجتماعية التي تحدها، من أسرتها إلى مدرستها ونواديها، حيث تلعب كل هذه المؤسسات دورًا حيويًا في تشكيل تجربة الفرد في هذه المرحلة الحرجة من العمر. لذلك سنبحث فيما يلي مجموعة من الأزمات التي تواجه الأفراد في فئة الأواسط، وبصورة عامة الرياضيين والرياضيات المراهقين، والتي تؤثر على تطورهم ونموهم.

1.7. الأزمات النفسية:

يواجه الرياضيون المراهقون في مسار تطورهم، تحديات نفسية تعوق تحقيق طموحاتهم وأهدافهم، كما يتسم الفتيان والفتيات في هذه المرحلة بالطموح والرغبة في الاستقلال، مما يجعلهم غالباً يصارعون مع متطلبات وقيم المجتمع والمحيط الاجتماعي والأخلاقية، فعندما يشعر الشاب بأنه لا يتم التقدير لموقفه وآرائه، يميل إلى التمرد والثورة على القيم السائدة بمظهر عنيد دون أن يكون لديه نية مباشرة في القيام بذلك. ، وعند شعوره أن البيئة تتصارع معه ولا تقدر موقفه، يسعى دون قصد لتأكيد نفسه بثورته وتمرده وعناده. (عوض ، 1971، صفحة 73)

يمكن تصنيف الأزمات النفسية التي يواجهونها إلى ثلاث فئات رئيسية كما يلي:

- الأزمات الانفعالية:

تتميز انفعالات المراهقين بالتقلب وعدم الاستقرار، حيث يمكن أن ينتقلوا بسرعة من مشاعر الفرح إلى الحزن واليأس. تظهر أيضًا انفعالات عنيفة في بعض الأحيان، وذلك نتيجة للتغيرات الجسدية التي يمرون بها والتي قد تثير مشاعر الخوف وعدم الاستقرار فيهم. يسعى المراهقون غالبًا إلى إظهار أنفسهم كبالغين في سلوكهم وتصرفاتهم، وذلك نتيجة للقلق من هذه المرحلة الانتقالية وضغوط النضج التي تنطوي عليها.

كما تتميز هذه المرحلة في الوقت نفسه بتكوين العواطف الشخصية، عواطف نحوالذات تأخذ المظاهر، التالية:

الاعتناء بالنفس، العناية بالهندام وبطريقة الجلوس والكالم ويحس المراهق أنه لم يعد طفلا صغيرا ال يؤخذ له برأي. (غالب، 1979، صفحة 33)

- الرغبات الجنسية:

يشعر المراهق بأنه بلغ نضجه الجنسي ويرغب في التحلي بالاستقلالية والتعبير عن دوافعه الجنسية من خلال الزواج. ومع ذلك، يعترضه واقع القيود المادية، حيث يفصل بينه وبين تحقيق تلك الرغبات الطبيعية. هذا الصراع يؤدي إلى زيادة التوترات العاطفية، ورغم أن هذه العملية طبيعية، إلا أنها تشكل تحديًا حقيقيًا بالنسبة للعديد من المراهقين.

➢ النزعة العدوانية:

النزعة العدوانية تعتبر واحدة من الأزمات النفسية الشائعة بين المراهقين، حيث يظهرون تصرفات عدوانية تجاه أقرانهم. يجب ملاحظة أن أعراض هذه النزعة تتفاوت من مراهق لآخر، وتشمل مثلًا الاعتداء بالضرب والشتم على الأقران، وارتكاب أعمال سرقة، وإلقاء الاتهامات على زملائهم.

2.7. الأزمات الاجتماعية:

➢ علاقة اللاعب المراهق بالأسرة والمجتمع:

مع مرور الزمن، يدرك المراهق أنه يتطلب منه التكيف مع المتغيرات الاجتماعية والنفسية التي يواجهها. ينموالاحتياج لديه للحصول على مركز اجتماعي ومكانة في المجتمع. يسعى المراهق أيضًا للتخلص من السيطرة التي تفرضها الأسرة والمدرسة والمجتمع عليه. يواجه المراهق تحديات ومشكلات تعيق تقدمه وتسبب له توترات نفسية.

تفسر المراهق كل تدخل من والديه كتدخل سلبي يقلل من قيمته ويعتبره إساءة معاملة. يعبر عن اعتراضه بأشكال متنوعة مثل العناد والسلبية، وقد يبحث عن بيئات أخرى تتيح له التعبير عن ذاته بحرية. يتجه المراهق نحوالتفكير النقدي ومناقشة الآراء والأفكار، وهويسعى للحرية والاستقلالية والتحرر من دوره السابق كطفل.

شخصية المراهق تتأثر بالصراعات والنزاعات مع أسرته، ويمكن أن يتجلى هذا الصراع بأشكال سلبية مثل الغرور أوالاستهانة بالدراسة. بالإضافة إلى ذلك، يعاني المراهق من التوترات النفسية نتيجة الصراع بين رغباته في الحرية والتفرد وبين القيم والقوانين التي يفرضها المجتمع والمؤسسات الاجتماعية مثل المدرسة، وقد تصل أحيانا لدرجة التمرد والعدوان في الخروج عن السلطة التربوية. (عوض ، 1971، صفحة 73)

➢ الاختلاف في المستوى:

أحد العوامل التي تسهم في اضطراب المراهق وعدم استقراره النفسي هوالاختلاف في المستوى خاصة الوضع المالي الذي يعيشه، حيث يعيق هذا الوضع قدرته على تحقيق رغباته ويجعله يظل مرتبطًا بالعائلة بشكل دائم. يمكن أيضًا أن يجد المراهق نفسه وسط مجموعة من الأصدقاء الذين لا يشابهونه من ناحية القدرات والمستوى الاجتماعي أوالمادي، ويجد نفسه عاجز عن محاورتهم أوالاشتراك معهم وكل ذلك يسبب له الضيق والشعور بعدم الطمأنينة (غالب، 1979، صفحة 33)

3.7. الأزمات البدنية:

يمكن تصنيف هاته الأزمات حركيا وصحيا كما يلي:

أ- الأزمات الحركية:

في مرحلة المراهقة، يشهد الجسم زيادة في الوزن والطول نتيجة نموالعضلات والعظام. وتقتصر القدرة على القيام بالأنشطة الحركية بشكل مناسب، ويظهر ذلك من خلال فقدان الرشاقة وصعوبة ضبط المتغيرات، يتجلى تعب المراهق بسرعة، وتعتبر مرحلة المراهقة فترة تشهد اضطرابات في النواحي الحركية، وفيما يلي أهم هذه الاضطرابات الحركية:

- الافتقار إلى الرشاقة:

حركات المراهقين تظهر نقصًا في صفات الرشاقة، ويمكن مشاهدة هذا النقص بوضوح فيما يتعلق بالحركات التي تتطلب تنسيقًا جيدًا بين مختلف أجزاء الجسم.

- الزيادة المفرطة في التحركات:

غالبًا ما نجد أن الحركات اليومية للمراهقين تتضمن بشكل كبير بعض الحركات الجانبية الزائدة. تلك الزيادة الواضحة في حركتهم تعكس صعوبتهم في التحكم الحركي الدقيق ونقصًا في كفاءة تلك الحركات.

- نقص القدرة على التحكم:

المراهقون يجدون صعوبة في اكتساب المهارات الحركية الجديدة، ونادرًا ما يتقنون تلك المهارات من البداية. يظهر أيضًا وجود الخوف الذي يسهم في تعقيد عملية اكتساب واستيعاب تلك الحركات الجديدة.

- التعارض في السلوك الحركي العام:

سلوك المراهق يتميز بعدم الاستقرار الحركي، ويُلاحظ ذلك من خلال قيامه بحركات كسولة غير مقصودة، يكون المراهق غالبًا دائم الحركة، وفي بعض الأحيان يُلاحظ أن حركاته تتسم بالفتور والتثاقل. والتي نصادفها خاصة في الأنشطة الرياضية خاصة بالنسبة لأنواع الأنشطة التي تتطلب زيادة الفعالية وبذل الجهد. (جلال و عالوي، 1975، صفحة 160)

ب- أزمات صحية:

يمكن أن يتعرض الرياضي لإصابات خلال مسيرته الرياضية، وبعد الإصابة يجب توجيه العناية والاهتمام اللازمين، يجب أن يتوقف الرياضي عن ممارسة النشاط الرياضي لفترة معينة، ويحتاج إلى الراحة والعلاج وإعادة التأهيل الوظيفي، في بعض الحالات، قد تكون الجراحة ضرورية.

من ناحية أخرى، يمكن أن يعاني المراهق من اضطرابات هضمية تصل إلى مستوى المرض، لذا يجب تنظيم نظامه الغذائي بعناية ومتابعته بعناية خاصة، في حالات الاضطرابات الهضمية الشديدة، يجب استشارة الطبيب أوحتى اختصاصي نفساني إذا اقتضت الحاجة.

ومن بين المشاكل الصحية التي يمكن أن يواجهها الشبان في مرحلة المراهقة هي مشكلة البدانة، يمكن أن يعاني المراهق من زيادة في الوزن، وفي حالة البدانة الشديدة، يجب تنظيم نظام الأكل والتشاور مع أخصائيين، حيث يمكن أن تكون وراء هذه المشكلة اضطرابات في الغدد الصماء، كما يجب عرض المراهقين على انفراد على الطبيب لمعرفة متاعبهم. (عوض م.، 1971، صفحة 76)

8. المراهقة واللياقة البدنية:

في فترة المراهقة، تزداد قابلية الفرد لاكتساب القوة البدنية، ولا سيما فيما يتعلق بزيادة القوة القصوى وسرعة الأداء، ومع ذلك، يمكن أن يكون تطوير القوة البدنية المستدامة أقل بعض الشيء، مما يؤدي إلى استقرار نسبي في تطور باقي الصفات البدنية الأخرى.

أ- السرعة الانتقالية:

الانطلاق بسرعة نحوالكرة القادمة للوصول إليها قبل المنافس أوالقدرة على الجري بسرعة للوصول إلى المنافس عند الدفاع عن المرمى.

ب- سرعة الحركة:

السرعة الانتقالية في الرياضة تشمل سرعة أداء اللاعب للمهارات بسرعة ودقة وتكامل عندما يتعامل مع الكرة تحت ضغط المنافس، وهي خاصة مهمة عند التصويب بدقة.

ج- سرعة الاستجابة:

القدرة على الاستجابة للمواقف والتحركات الخطيرة وتغيير موقع اللاعب بسرعة تعبر عن مهارة تكتيكية واستراتيجية في الرياضة، حيث يمكن للرياضي التفاعل بفعالية مع موقف معين والتحرك بسرعة لضمان استجابته للموقف بشكل مناسب وتحقيق المطلوب.

د- القوة:

القدرة العضلية على التغلب على المقاومات ومواجهتها بالتوتر العضلي تعكس مدى قوة العضلات وقدرتها على القيام بأعمال مثل رفع الأوزان والتحمل البدني. يتأثر أداء الرياضي بشكل كبير بقوته العضلية، وتلعب هذه الصفة دورًا حاسمًا في تطوير الصفات البدنية الأخرى مثل السرعة والتحمل والرشاقة. تظهر أهميتها بوضوح خلال المنافسات الرياضية حيث يتعين على الرياضي استخدام قوته العضلية للتغلب على المنافسين والاستحواذ على الكرة أوتحقيق الأهداف.

هـ- القوة المميزة بالسرعة:

الظهور الواضح لقوة العضلات يكون واضحًا خلال الوثب لضرب الكرة بالرأس وأيضًا عند القيام بعمليات التصويب أوإبعاد الكرة.

و- الرشاقة:

التدريب اليومي على هذه القوة ضروري، وهي تتمثل في القدرة على تفادي الفريق المنافس أواللاعبين بسرعة وسلاسة، مع التركيز على تنفيذ الحركات ببراعة سواء كانت مراوغات على الأرض أوفي الهواء.

ز- المرونة:

لضمان تنفيذ المهارة بشكل صحيح، يجب أن تكون المفاصل في الجسم في وضعية صحيحة ويجب أن تكون مرنة. بالتالي، فإن مرونة العمود الفقري تلعب دورًا هامًا في تمكين الحركات من تحقيق الانسيابية.

ح- التحمل:

يستند التحمل في اللياقة البدنية إلى قدرة الجسم على استخدام مجموعة واسعة من العضلات لفترة طويلة بإعتباره عنصر أساسي، كما يلعب التحمل دورًا مهمًا في تحسين

اللياقة البدنية بشكل عام، ويعنى بالقدرة على الاستمرار في أداء متطلبات المباراة دون تراجع في الأداء، وهذا ما يُشار إليه بتحمل الأداء، ويكون التحمل خاصة مهمًا في الدقائق الأخيرة من المباراة، حيث يؤثر على صفات مثل العزيمة والإصرار والرغبة في تحقيق الفوز والثقة بالنفس للتنافس والتنافس بشكل جيد من أجل الفوز والتفوق.

ط- التوافق:

التوافق بين أجزاء جسم اللاعب خلال أداء المهارات يعتبر أمرًا بالغ الأهمية لضمان دقة أدائه مع الكرة ويمثل العامل الحاسم في تحقيق إتقان المهارات، فإذا لم يكن هناك توافق بين نظر اللاعب والكرة وأجزاء جسمه، ستنخفض قدرته على التحكم في الكرة بشكل كبير. لهذا السبب، يُولى اهتمام كبير للتمرينات التي تعمل على تحقيق التوافق بين نظر اللاعب وجسمه والكرة، من هنا كانت أهمية اختبارات التوافق لتحدد مدى قدرة اللاعب على اكتساب هذه الصفة. (مختار ، 1978، صفحة 144)

9. تطور الصفات البدنية عند فئة الأواسط:

أ- تطور القوة:

تزداد القوة المطلقة بصورة أسرع لدى الذكور مقارنة بالإناث، وعند بلوغ سن 19 سنة، يمكن أن يكون الفرق في مستوى القوة بين الذكور والإناث حوالي 40٪. بالإضافة إلى ذلك، يتم تطوير القوة الانفجارية وقدرة المراهقين على التغلب على المقاومة بسرعة كبيرة.

ب- تطور السرعة:

تطور السرعة يرتبط بمتغيرات متعددة في عمليات النظام العصبي، حيث يعبّر عنه في اكتمال سير عمليات الإثارة في أجزاء مختلفة من الجهاز العصبي، ويشمل هذا التطور مستوى التنسيق العصبي العضلي، ومرونة والتواء الألياف العضلية، وفعالية التنسيق في العضلات، وذلك مع تغير مستوى القوة والمرونة وكفاءة التنسيق في الصفات الإرادية.

ج- تطور المرونة:

مؤشرات المرونة الكاملة أعلى من مؤشرات المرونة النشطة دائمًا، حيث يقاس مستوى المرونة عادةً من خلال قدرة المفاصل على التحرك بسهولة، وتقوية صفات مرونة

العضلات والأربطة، ويمكن أيضًا تحديد مستوى المرونة باستخدام مقياس لحجم العضلات وتأثير الجهاز العصبي المركزي.

د- تطور التحمل:

يصل المراهق إلى مستوى عالي في التحمل بعد أن يصل إلى الحد الأقصى للسرعة والرشاقة والمرونة. في التحول العام، يكتسب المراهق كفاءة أعلى في القيام بأعمال طويلة بشكل فعال ومستمر، في هذه الأنشطة، يشترك الجزء الأكبر من الجهاز العضلي نتيجة للتفاعلات الكيميائية التي تعتمد على استخدام ثلاثة أنواع مختلفة من مصادر الطاقة.

10. التغذية الصحية المتوازنة ودورها في النموالبدني عند فئة الأواسط:

في فترة المراهقة، نلاحظ زيادة في الشهية للطعام نتيجة زيادة معدل النموزيادة استهلاك الطاقة اليومي، هذا النموالسريع يتضمن زيادة سريعة في نموالعظام والعضلات، وهذه الزيادة تكون أكبر لدى الذكور بالمقارنة مع الإناث. لذلك، من المهم تقديم أطعمة غنية بالكالسيوم والبروتين مثل اللبن والجبن، أما بالنسبة للفتيات في فترة البلوغ، فيجب أن يتم تقديم أطعمة تحتوي على كميات كافية من الحديد، حيث أن النساء يمكن أن يفقدن كميات كبيرة من الحديد خلال دورتهم الشهرية، ومن الأطعمة الغنية بالحديد نجد الكبد، اللحم، الخضر، البيض، ويجب تقديما بصورة منتظمة. (سلامة، 2000، صفحة 37)

11. الخصائص التشريحية والفسيولوجية بالنسبة للاعب كرة القدم المراهق:

تلعب الخصائص الفسيولوجية للجسم دورًا حاسمًا في تطوير القدرات العضوية للأفراد، وهذا التطور يعود إلى التأثيرات الكبيرة للجهاز العصبي المركزي. تعتبر التدريب متعدد الاختصاصات أمرًا أساسيًا لتطوير قدرات اللاعبين بمختلف الرياضات، ويجب أن يكون هناك اهتمام كبير من قبل المدربين بتحفيز وتنشيط القدرات البدنية للرياضيين.

لضمان تحقيق أقصى استفادة من التدريب، يجب أن يتم التدريب بطريقة ديناميكية وتحفيزية، وينبغي أن يستند إلى الخبرات الناجحة والبحوث العلمية. ينبغي أن يتضمن التدريب تعليم الحركات التنسيقية المعقدة بشكل منهجي ومنظم لدى الرياضيين المراهقين.

- **المداومة القلبية التنفسية:**

القدرة الهوائية القصوى تزيد مع التقدم في العمر نتيجة زيادة الأبعاد الجسمية للأفراد وزيادة نسبة استهلاك الأكسجين أثناء ممارسة النشاط الرياضي، وتختلف هذه النسبة من شخص لآخر. يتميز الرياضيون الشبان النخبة بقدرتهم على زيادة نسبة استهلاك

الأكسجين أكثر من غيرهم، ويمكن تعزيز هذه القدرة من خلال تطبيق برامج تدريبية متواصلة ومنهجية.

بالإضافة إلى ذلك، تزيد قدرة الاستهلاك الأقصى للأكسجين لدى المراهقين عند وصولهم إلى مرحلة ذروتهم في النمو، ويمكن تعزيز هذه القدرة عبر برامج تدريبية تهدف إلى زيادة الطول والنموالمستدام.

12. متطلبات واحتياجات لاعب فئة الأواسط:

تصاحب مرحلة البلوغ عدة تغيرات يمر بها في احتياجاته ورغباته. على الرغم من أن بعض هذه الاحتياجات تشبه تلك للبالغين، إلا أن هناك فروقًا واضحة تنشأ خصيصًا في مرحلة المراهقة، يمكن تلخيص حاجات المراهقين الأساسية كما يلي:

أ- الحاجة إلى الأمن:

وتشمل هذه الاحتياجات:

- **الحاجة إلى الأمان الجسدي والصحة التامة** :المراهق يحتاج إلى الشعور بأن جسده في أمان وصحته جيدة، وهذا يتضمن الرعاية الطبية الأساسية والوقاية من المخاطر الصحية.
- **الحاجة إلى الأمان النفسي** :المراهق يبحث عن الاستقرار النفسي والشعور بالأمان الداخلي. يحتاج إلى التفاهم والدعم العاطفي من الأهل والمجتمع لمواجهة التحديات النفسية التي قد تنشأ خلال هذه المرحلة.
- **الحاجة إلى البقاء على قيد الحياة** :الحفاظ على الحياة وتجنب المخاطر والألم هي حاجات أساسية للمراهق.
- **الحاجة إلى الراحة والشفاء عند المرض** :في حالة المرض أوالإصابة، يحتاج المراهق إلى الرعاية الصحية والفرصة للشفاء والعودة إلى نشاطه الطبيعي.
- **الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة والمستقرة** :المراهق يحتاج إلى بيئة عائلية توفر له الدعم والاستقرار والتوجيه.
- **الحاجة إلى حل المشكلات الشخصية** :المراهق قد يواجه تحديات ومشكلات شخصية، ويحتاج إلى أدوات ومهارات لحل هذه المشكلات بفعالية.

تلك هي بعض الحاجات الأساسية للمراهقين التي يجب تلبيتها من أجل تطورهم ونموهم الصحي.

ب- الحاجة إلى فرض الذات:

بالفعل، الحاجة إلى فرض الذات والاندماج في المجتمع والمجموعة الاجتماعية هي جوانب أساسية في حياة المراهقين، توضيحات إضافية لهذه الحاجات:

- **الحاجة إلى جماعة الرفاق** :المراهق يبحث عن الانتماء إلى مجموعة من الأصدقاء والرفاق الذين يشاركونه أهداف واهتمامات مشتركة، هذا يمكن أن يقدم له الدعم الاجتماعي والشعور بالانتماء وفرض الذات.
- **الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية** :المراهق يتوق إلى الشعور بأن لديه مكانة مهمة وقيمة في المجتمع والمجموعة. هذا يعزز انطباعه عن الذات بإيجابية.
- **الحاجة إلى القيادة وتقليد الآخرين** :المراهق يمكن أن يكون لديه رغبة في تولي المسؤولية والقيادة في بعض الحالات، بينما في حالات أخرى يمكن أن يقلد الآخرين ويبحث عن نماذج إيجابية.
- **الحاجة إلى معرفة الذات وتوجيهها** :المراهق يبحث عن فهم أفضل لهويته الشخصية والتوجيه نحوأهدافه ومستقبله.

تلك الحاجات تسهم في تشكيل الهويات والقيم للمراهقين وتلعب دورًا مهمًا في نموهم وتطورهم الشخصي.

ج- الحاجة إلى الحب والقبول:

حاجة المراهقين إلى الحب والقبول تمثل جانبًا أساسيًا من حياتهم النفسية والاجتماعية. هذه الحاجة تشمل الرغبة في التفاعل الاجتماعي بشكل إيجابي وبناء العلاقات مع الآخرين. تمثل الحاجة إلى المحبة والقبول الاجتماعي رغبة المراهقين في تجربة العواطف الإيجابية والشعور بالتقدير والقبول من قبل أسرتهم وأصدقائهم والمجتمع بشكل عام.

هذه الحاجة تشمل أيضًا رغبتهم في بناء علاقات صحية مع الأصدقاء والزملاء والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية. إن تلبية هذه الحاجة يمكن أن يسهم في تعزيز تقدير المراهق لنفسه وصحته النفسية ويسهم في تنمية هويتهم الاجتماعية والشخصية.

تحقيق القبول والمحبة يعزز من الشعور بالانتماء للمجتمع ويعزز التفاعل الاجتماعي الإيجابي، وهوجانب مهم من تجربة المراهقين أثناء مرحلة نموهم وتطورهم.

د- الحاجة إلى الإشباع الجنسي:

حاجة المراهقين إلى التفهم والتوجيه الجنسي تعكس حاجتهم إلى فهم وتعلم مفاهيم وجوانب الجنس والعلاقات الجنسية بشكل صحيح وسليم. يشمل ذلك الحاجة إلى التربية الجنسية والتثقيف الجنسي الذي يمكنهم من فهم التغيرات الجسدية والعاطفية التي يمرون بها خلال فترة المراهقة.

إلى جانب ذلك، تشمل حاجتهم أيضًا الحاجة إلى بناء علاقات صحية مع الجنس الآخر وتعزيز الاحترام المتبادل وفهم مفهوم الموافقة في العلاقات الجنسية، يمكن أن يلبي التوعية بمفاهيم الجنس والعلاقات الجنسية هذه الحاجة ويساعد في تقديم الدعم والمعرفة للمراهقين في هذا الجانب الهام من حياتهم.

بالإضافة إلى ذلك، الحاجة إلى التخفيف من التوتر والقلق المتعلق بالجنس تعتبر أيضًا مكملًا لهذه الحاجة، إدراك المراهقين لأهمية التفهم الجنسي الصحيح .

هـ- الحاجة إلى النموالعقلي والاكتشاف:

احتياج المراهقين إلى النموالعقلي واكتشاف الذات يتعلق برغبتهم في تطوير مهاراتهم العقلية وتوسيع معرفتهم، يشمل هذا الحاجة إلى التفكير النقدي واستكشاف مختلف جوانب الحياة والعالم من حولهم، يسعى المراهقون أيضًا إلى تحقيق النجاح الدراسي واكتساب المعرفة والمهارات التي تمكنهم من التفوق في مجالات مختلفة.

بالإضافة إلى ذلك، يحتاجون إلى الفرص للعمل واكتساب الخبرات العملية التي تساعدهم على تطوير أنفسهم وإشباع حاجاتهم الشخصية والمهنية، يمكن أن يكون الإرشاد التربوي والمهني مفيدًا جدًا للمراهقين في هذه المرحلة من حياتهم لمساعدتهم في اتخاذ قرارات مستنيرة حول مساراتهم التعليمية والمهنية المستقبلية.

و- حاجات أخرى:

مثل الترفيه والتسلية، والحاجة إلى المال يمكن أن يسهم في تلبية حاجات المراهق، وبالأخص فيما يتعلق بتحقيق الأمن النفسي، كما يتعامل المدرب مع اللاعب المراهق بحرص لضمان الأمن النفسي للاعبيه. ويُعرَّف الأمن النفسي كالاطمئنان النفسي والاستقرار العاطفي، ويشير إلى حالة النفس التي تتسم بالتوازن والاستقرار.

13. علاقة اللاعب المراهق بالرياضة:

تعتبر فكرة فرويد حول اللعب والنشاط الرياضي وسيلة لتخفيف التوتر والإحباط الذي يمكن أن يعوق الطاقة الغريزية، من خلال اللعب، يمكن للشخص تحرير طاقته الغريزية بشكل اجتماعي قبول، مما يتيح للمراهق التحكم في الصراعات النفسية المرتبطة بمرحلة الطفولة والسيطرة على ذاته وواقعه.

بفضل اللعب والنشاط الرياضي، يمكن للمراهق تقييم وتعزيز إمكانياته الفكرية والعاطفية والبدنية باستمرار، كما يُمكنه أيضًا الفصل المؤقت عن الواقع لاستكشاف عالم جديد والعثور على صدى واقعي في علاقاته وتفاعلاته، بالإضافة إلى ذلك، يمكن للرياضة مساعدة المراهق في التعامل مع التوترات الجنسية والعدوانية وتوجيهها بطريقة اجتماعية مقبولة، حيث تعد الرياضة وسيلة للتعبير عن المشاعر والتحكم في النواحي العاطفية والجسدية لدى اللاعبين المراهقين.

14. أهمية ممارسة كرة القدم لدى للمراهق:

لرياضة كرة القدم أهمية كبيرة عند المراهقين نظرًا لشهرتها العالمية والاهتمام الواسع بها من قبل مختلف فئات المجتمع، كما تلبي كرة القدم بشكل واضح حاجيات المراهق وتساعده على تحقيق نموصحي ومتوازن، اذ تعتبر وسيلة مهمة لبناء روح الجماعة والتعاون واحترام الآخرين، حيث يتعاون الأعضاء في الفريق ويتفاعلون مع بعضهم البعض خلال الممارسة.

علاوة على ذلك، تساهم كرة القدم بشكل فعال في توسيع العلاقات بين أعضاء الفريق من خلال التفاعل المستمر، يمكن للمراهق أن يتعلم كيفية التعبير عن نفسه ومشاعره أثناء التدريب والمباريات، يساعده ذلك على التعامل مع التوترات النفسية والعدوانية والتوجيه السليم لها.

من الجانب النفسي، تساعد كرة القدم المراهق على تطوير الانضباط والنظام في حياته. تعزز من النشاط والحيوية وتسهم في تجنب الكسل والخمول، وتعمل أيضًا على توجيه الطاقة الزائدة لديهم بشكل إيجابي، مما يساعد على تقليل العدوانية والاضطرابات النفسية.

علاوة على ذلك، تشجع كرة القدم على تنمية الذكاء والتفكير، حيث يتعين على اللاعبين استخدام ذكائهم للتفوق على الخصم والبحث عن الحلول المناسبة للوضعيات

المختلفة خلال المباريات، ويجدر بنا الاشارة هنا الى ان كرة القدم تعمل أيضًا كوسيلة للترويج للصحة النفسية بشكل عام وتقليل العزلة والاكتئاب، كما تعمل على تلبية حاجات المراهقين وتعزز من نموهم الصحي والاجتماعي، وذلك بمنحهم الفرصة لتطوير مهاراتهم وخبراتهم بشكل إيجابي وتوجيه طاقتهم بطريقة مفيدة وبناءة.

15. مشاكل المرحلة العمرية لفئة الأواسط:

تتميز مرحلة المراهقة بالتوتر والقلق الشديدين، حيث يمكن أن يسيطران على تفكير المراهق. هذه الفترة وقد وُصفت أحيانًا بأن المراهق يعيش في عالم مختلف تمامًا عن عالم البالغين. هذا الخوف والقلق يمكن أن يؤديان إلى مشاكل عديدة بالنسبة للمراهق.

يعود سبب هذه المشاكل إلى التفاعل بين هياكل الجسم والعوامل المحيطية التي تؤثر على المراهقين، اذا ان فترة المراهقة ليست موحدة ولا يمكن تصويرها بشكل ثابت، بل تعتمد على الظروف الاجتماعية والجسمانية والنفسية والمادية لكل فرد، بالإضافة إلى استعداداته الطبيعية.

في هذا السياق، يظهر أن هناك تفاوتًا كبيرًا بين المراهقين في كيفية تجربتهم لفترة المراهقة وكيفية التعامل مع التوترات والقلق الذي يمكن أن ينشأ في هذه المرحلة. هذا التفاوت يمكن أن يتأثر بعوامل متعددة تشمل الظروف الشخصية والاجتماعية والنفسية.

فالمراهقة إن كانت تختلف من فرد إلى آخر، فانها تختلف ايضا باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق. (عيسوي، 1984، صفحة 166)

16. حاجة الفئة العمرية لصنف الأواسط للممارسة الرياضية:

لا شك أن العمل الجسدي والحركة البدنية لهما دور هام في تطوير شخصية المراهق وتلبية حاجاته النمائية والنفسية، كما ان فهم الحركة ودورها في حياة المراهق يعتبر أمرًا أساسيًا، خاصة في هذا العصر الذي تقل فيه الحركة والنشاط البدني لدى المراهقين بسبب الأساليب الحديثة للترفيه ووسائل النقل السريعة.

يشير الأطباء وخبراء علم الحركة إلى أهمية النشاط البدني والتمارين الرياضية في فترة المراهقة، يعتبر هذا النشاط وسيلة لزيادة حركة المراهق وتعزيز صحته ونشاطه البدني، وهوأيضًا وسيلة تربوية تعمل على تطوير شخصيته وبناء قوته العقلية والجسدية.

الحركة التي يمارسها المراهق يمكن أن تكون نشاطًا رياضيًا، وهي بالتأكيد وسيلة مهمة لتعزيز اللياقة البدنية وتطوير المهارات الجسدية. بالإضافة إلى ذلك، تلعب الحركة

دورًا في تشجيع المراهق على التفكير الإيجابي وتطوير مهارات التعاون والتحفيز الذاتي، اذ تعتبر التمارين الرياضية أيضًا وسيلة للمراهق للتعبير عن مشاعره وتحقيق التوازن النفسي.

كما يُشدد على أهمية تعزيز النشاط البدني والحركة بين المراهقين لمساعدتهم على التغلب على التوترات والقلق التي تميز هذه الفترة، مع فهم هذا الجانب النفسي والاجتماعي للحركة البدنية يساهم في تحقيق التوازن والصحة النفسية للمراهقين ومساعدتهم على تطوير شخصيتهم بشكل إيجابي، فالضغط الذي تولده النزوات الجنسية والعدوانية يمكن التحكم فيها وتوجيهها بفضل ممارسة الرياضة باعتبارها الوسيلة المقبولة اجتماعيا والطريقة الوحيدة التي تمكن المراهق من إثبات ذاته وتكوين هويته والتحكم في انفعالاته، وبالتالي الاندماج قصد التكيف الاجتماعي. (الأفندي، 1995، صفحة 465)

خلاصة:

من خلال هذا الفصل، تم التطرق إلى مميزات فئة الأواسط، وهي فئة تعتبر واحدة من أصعب الفئات التي يتعامل معها المدربون. يعتبر هذا العمر مرحلة انتقالية في حياة الفرد بين مرحلة الطفولة ومرحلة الرشد، وتتميز بوجود أطوار متعددة، حيث يختلف كل طور عن الآخر من حيث الخصائص والمميزات في عملية النمو. يتأثر اللاعب في هذه المرحلة بصورة كبيرة وبالغة الأهمية، حيث تلعب دورًا مؤثرًا في تطويره وتشكيل شخصيته.

كما يُشدد على أهمية أن يكون المدربون على دراية بتلك التغيرات التطورية لعملية النموالنفسية التي يمر بها الأواسط، كما يجب عليهم مساعدة اللاعبين في فهم أنفسهم بشكل أفضل وتوجيههم للتعامل السليم مع هذه المرحلة الحساسة، وتلعب جميع الجوانب المذكورة دورًا مهمًا في تأثير مستوى الأداء البدني للاعبي كرة القدم، وهذا يكون خاصة بالنسبة لفئة الأواسط من اللاعبين.

الفصل الرابع:

طرق ومنهجية الدراسة

تمهيد

بعد الاطلاع على الخلفية النظرية وتجميع الرصيد المعرفي في موضوع هذه الدراسة المكونة من خمسة فصول، يأتي هذا الفصل لشرح الإجراءات الميدانية التي تم اتباعها خلال البحث، هدف هذه الإجراءات هوالحصول على نتائج قائمة على أسس دقيقة وعلمية يمكن الاعتماد عليها واعتبارها نتائج موضوعية، وهذا لا يمكن تحقيقها إلا من خلال اتباع منهج علمي صحيح ومناسب وفقًا لطبيعة مشكلة البحث المطروحة.

كما يتعين علينا في هذا الفصل تحديد نوع المنهج العلمي الذي يجب اتباعه وفقًا لطبيعة موضوع البحث، والذي يتطلب الدقة والوضوح والواقعية والبحث الميداني أولًا وقبل كل شيء، أي انه يجب علينا اتباع سلسلة من الخطوات المتتابعة والهامة في البحث، سواء من الناحية النظرية أوالتطبيقية، وذلك لتجنب الأخطاء والتضييع الوقت والجهد وللاستفادة القصوى من الوسائل والأجهزة المتاحة، بالإضافة إلى ضمان المشاركة في الاختبارات الميدانية.

وبالتالي سيتم في هذا الفصل مناقشة منهجية البحث والدراسة الميدانية، بما في ذلك اختيار المنهج المناسب للدراسة وشرح الأدوات والوسائل المستخدمة في جمع البيانات والمعلومات، بالإضافة إلى توضيح الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل وتفسير البيانات واتخاذ القرارات، وسيتم أيضًا تسليط الضوء على العلاقة بين هذه الجوانب والفرضيات التي تم التطرق لها في الجزء التمهيدي ومحتوى الجزء النظري.

1. الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية دراسة فرعية تستخدم إما لاكتشاف حقائق علمية معينة أولاختبار الأدوات وتحقق صدقها وثباتها. يمكن أيضًا استخدامها للكشف عن العوائق والسلبيات التي يمكن أن تواجه تنفيذ الدراسة الأساسية. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تكون مفيدة أيضًا لتدريب بعض الموظفين المساعدين للعمل في هذا السياق (العبادي، 2015، صفحة 128).

تعتبر مرحلة الاستطلاع أوالتجربة الأولية لمكونات الأدوات بعد إعدادها وصياغتها خطوة أساسية في عملية البحث. يهدف هذا الإجراء إلى التحقق من صلاحية وملائمة الأدوات المصممة لجمع المعلومات المطلوبة، وكذلك لتحديد مدى صدقها. يسمح للباحث بفحص واختبار الأدوات للتأكد من قدرتها على قياس ما تم تصميمها لقياسه بدقة وموضوعية.

تتطلب الدراسة الاستطلاعية أيضًا تحقيق مستوى معين من الثبات للأداة المستخدمة في الدراسة الرئيسية. يجب على الباحث أن يتحقق من مدى دقة الأداة وموثوقيتها لضمان أن النتائج التي ستتم الحصول عليها في الدراسة الرئيسية ستكون دقيقة وقابلة للمقارنة.

قبل البدء في الدراسة الرئيسية، قمنا بإجراء دراسة استطلاعية على مرحلتين:

أ. المرحلة الأولى للدراسة لاستطلاعية:

تمثلت الخطوة الأولى للدراسة الاستطلاعية في النزول إلى المعاينة الميدانية لمقابلة المدربين ومعاينة عينة البحث وملاحظة التدريبات اليومية. في سياق تقصي واقع اختيار وانتقاء أواسط كرة القدم في البطولة الجهوية المحلية، تم مقابلة مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال التدريب وإدارة فرق كرة القدم. تشمل مدربين في مجال سلك التدريب ومدربين سابقين ومديرين فنيين على المستوى الجهوي.

من خلال هذه المقابلات هوالحصول على البيانات التي تساعد في تثمين مشكلة البحث. بعد المقابلات الشخصية تم بناء استبيان من خلال الملاحظات والمعاينة الميدانية السابقة، بقصد تحديد جوانب اشكالية البحث بدقة، بعدها تم تقسيم هذه الاستمارات الخاصة على مجموعة من المدربين للفئات الشبانية مدربين حالين وسابقين على المستوي الجهوي المحلي للتأكد من وجود دافع للقيام ببناء مستويات معيارية غير موجودة ومتداولة في الكرة المحلية، أشار خلال المعاينة الميدانية معظم مدربي النوادي إلى أنهم يعتمدون

في عملية اختيار وانتقاء لاعبي كرة القدم على المراقبة المباشرة أثناء المباريات والتدريبات، وعلى الجوانب المهارية والبنية البدنية. هذا يعني أن الدراسة قدمت مساهمة إيجابية في تطوير معرفة مدربي كرة القدم والقائمين على هذا القطاع.

ب. المرحلة الثانية للدارسة الاستطلاعية:

خلال هذه المرحلة من الدراسة الاستطلاعية وبعد التأكد من نقص هذا النوع من الدراسات في القسم الجهوي وخاصة في الفئات الشبانية، قمنا بانتقاء مجموعة من الاختبارات التي تمس الصفات البدنية والمهارية الأساسية للاعبي كرة القدم، ووضعهما في استمارة استبيان وتمريرها على مجموعة من الاساتذة المحكمين ذوي الخبرة في مجال التدريب لمعاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالجزائر، حيث تم الاتفاق على مجموعة من الاختبارات التي تقيس الصفات البدنية والمهارية الضرورية للاعبي كرة القدم. بعد ذلك، تم تطبيق الاختبارات المحكمة على عينة استطلاعية من مجتمع البحث تمثلت في 10 لاعبين من اواسط كرة القدم الفئة العمرية أقل من 19 سنة، تم تطبيق الاختبارات على العينة الاستطلاعية على مرتين بفترة زمنية تقدر بأسبوع كفاصل بينهما، بهدف تجربة وتقييم الاختبارت التي تم تصميمها لجمع المعلومات، للتأكد من صدقها وقابليتها للاستخدام في الدراسة الرئيسية.

تحليل ومناقشة نتائج الاستمارة الاستطلاعية:

المحور الأول المعلومات الشخصية:

السؤال الأول: ما هوالمؤهل العلمي الخاصة بك؟

جدول 1: يبين توزع عينة الدراسة على متغير المؤهل العملي

المستوى	التكرار	النسبة المئوية
ثانوي	11	61.1
جامعي	07	38.9
المجموع	18	%100

من خلال الجدول (01): نلاحظ ان معظم المدربين لديهم مستوى **ثانوي** بعدد **(11)** بنسبة مئوية تقدر ب **(61.1)**، وعدد المدربين الذين لديهم مستوى **جامعي** هو**(07)** بنسبة مئوية **(38.9)**.

نستنتج مما سبق أن معظم المدربين الذين يعملون في ميدان التدريب هم من ذوي مستوى تعليمي منخفض، فمعظمهم من حملة الشهادة الثانوية، وهذا مايؤثر سلبا على العملية التدريبية، فالتفوق فيها يتطلب مستويات تعليمية جيدة. يؤكد ذلك (محمد صبحي حسنين، 1990) "إن نجاح المدرب يرتبط بشكل كبير بمستوى تأهيله ومعرفته، حيث زيادة معرفة المدرب في مجال التأهيل المتخصص واستيعاب المعارف النظرية تزيد من قدرته على تطوير وتعزيز الأداء الرياضي للأفراد إلى أقصى حد" (حسنين، 1990، صفحة 47). وهذه النتائج توافقت مع دراسة (بن عودة، 2018، صفحة 117)ودراسة (بن قوة، 2005، صفحة 121).

السؤال الثاني: ما هوالمؤهل التدريبي الذي تمتلكه؟

جدول 2: يبين توزع عينة الدراسة على متغير المؤهل التدريبي

المؤهل	التكرار	النسبة المئوية
فاف 1	11	61.1
فاف 2	06	33.3
فاف 3	01	5.6
المجموع	18	%100

من خلال الجدول (02): نلاحظ ان معظم المدربين كان لديهم مستوى **فاف1** بعدد **(11)** بنسبة مئوية تقدر ب **(61.1)**، يليه المستوى **فاف** بعدد **(06)**مدرب بنسبة مئوية **(33.3)**، بينما لم يكن سوى **(01)** مدرب لديهم مستوى **فاف3** ، وبنسبة مئوية **(5.6)**.

مما سبق نلاحظ ان جميع المدربين لديهم شهادة تدريبية حاصلين عليها من طرف الاتحادية الجزائرية، هاته الشهادات تسمح لهم بتدريب الفئات العمرية الشبانية وتتناسب مع المتسوى الجهوي الثاني المقرر من الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، ولكنها لا تعكس مستوياتهم التدريبية كون الشهادة يتم الحصول عليها بتكوين لا يتجاوز اسبوع وهي لا تمكن المدربين غير المكونين في معاهد خاصة من الإلمام بكل المعارف التدريبية.

السؤال الثالث: ما هي الفئة التي تشرفون عليها؟

جدول 3: يبين توزع عينة الدراسة على متغير الفئة التدريبية

الفئة (سنة)	**التكرار**	**النسبة المئوية**
أقل من 19	10	55.6
أقل من 17	05	27.8
أقل من 15	03	16.7
المجموع	18	%100

من خلال الجدول (03): نلاحظ ان معظم المدربين يشرفون على تدريب فئة **أقل من 19 سنة** بعدد **(19)** بنسبة مئوية تقدر ب **(55.6)**، يليه الفئة **أقل من 17** بعدد **(05)** مدرب بنسبة مئوية **(27.8)**، بينما لم يكن سوى **(03)** مدرب يدربون فئة **أقل من 15 سنة** ، وبنسبة مئوية **(16.7)**.

مما سبق نجد أن أغلبية المدربين يدربون الفئة العمرية أقل من 19 سنة والتي تمثل العينة قصد البحث، وهوهدف هذا الاستبيان للوقوف على الإشكالية ميدانيا، بالتالي المدربين لديهم الخبرة الكافية للتعامل مع هذه الفئات الشبانية، وهم يعكسون واقع الانتقاء والتقويم لهاته الفئة من هذه المستوى الكروي.

السؤال الرابع: كم عدد سنوات التدريب لديكم؟

جدول 4: يبين توزع عينة الدراسة على متغير سنوات التدريب

الخبرة (سنة)	**التكرار**	**النسبة المئوية**
أقل من 5	09	50.0
5-10 سنوات	06	33.3
أكثر من 10	03	16.7
المجموع	18	%100

من خلال الجدول (04): نلاحظ ان عدد المدربين الذين لديهم خبرة تدريبية **أقل من 5 سنوات** هو**(09)** بنسبة مئوية تقدر ب **(50.0)**، وعدد المدربين بخبرة **5-10 سنوات** هو**(06)** مدرب بنسبة مئوية **(33.3)**، بينما كان **(03)** مدرب لديهم **أكثر من 10 سنة** خبرة تدريبية، وبنسبة مئوية **(16.7)**.

مما سبق نلاحظ أن معظم المدربين لديهم خبرة تدريبية أقل من 5 سنوات، وهذا ما يشير إلى تدني ونقص الخبرة التدريبية لدى المدربين، فكلما زادت ممارسة التدريب زادت معها الخبرة والتجربة.، على غرار تراجع الخبرة العلمية كونهم لم يتلقوا تكوين تدريبي وتعليمي مطول فهم أيضا لديهم مستوى خبرة لا يعكس تمكنهم من جل عمليات التقييم والانتقاء.

المحور الثاني: واقع عملية تقويم وانتقاء اواسط كرة القدم

جدول 5: يبين توزع عينة الدراسة على أسئلة محور واقع عملية التقويم والانتقاء

الاجابة	التكرار	النسبة المئوية	كاف تربيع	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة المعنوية
السؤال الأول: هل تقومون بعمليات تقويم منتظمة لأداء اللاعبين خلال التدريبات والمباريات؟						
لا	10	55.6	7.00	02	0.05	0.03
نوعا ما	07	38.9				
نعم	01	01				
السؤال الثاني: هل يوجد فريق مساعد لك أثناء عملية تقويم الاداء وانتقاء اللاعبين؟						
لا	14	77.8	5.55	0.1	0.05	0.018
نوعا ما	04	22.2				
السؤال الثالث: هل تراعي مختلف نواحي الأداء البدنية والمهارية والتقنية والنفسية أثناء عملية انتقاء اللاعبين؟						
لا	12	66.7	9.33	02	0.05	0.009
نوعا ما	04	22.2				
نعم	02	11.1				
السؤال الرابع: هل تعتمد على الملاحظة أثناء عملية انتقاء اللاعبين؟						
لا	02	11.1	7.00	02	0.05	0.03
نوعا ما	05	27.8				
نعم	11	61.1				
السؤال الخامس: هل تستخدم الاختبارات والقياسات أثناء عملية انتقاء اللاعبين؟						
لا	12	66.7	9.33	02	0.05	0.009
نوع ما	04	22.2				
نعم	02	11.1				
السؤال السادس: هل تستفيد من تربصات وتدريبات إضافية تساعد في تقويم أداء اللاعبين بشكل						

أفضل؟						
لا	**14**	**77.8**	**5.55**	**01**	**0.05**	**0.018**
نوع ما	**04**	**22.2**				
السؤال السابع: هل تتعامل الأندية والرابطات الرياضية بشكل عام مع تقويم الأداء كجزء مهم في انتقاء واختيار الفرق؟						
لا	**14**	**77.8**	**5.55**	**01**	**0.05**	**0.018**
نوعا ما	**04**	**22.2**				
السؤال الثامن: هل تستندون إلى معايير ومستويات واضحة وموضوعية محددة سابقا لاختيار اللاعبين؟						
لا	**14**	**77.8**	**5.55**	**01**	**0.05**	**0.018**
نوعا ما	**04**	**22.22**				
السؤال التاسع: هل يتدخل المدراء والمسؤولين في عملية انتقاء اللاعبين؟						
لا	**01**	**5.6**	**7.00**	**02**	**0.05**	**0.03**
نوعا ما	**07**	**38.9**				
نعم	**10**	**55.6**				
السؤال العاشر: هل هناك توجيهات محددة لاستخدام النتائج المستخرجة من الاختبارات التشخيصية في اتخاذ قرارات الانتقاء؟						
لا	**12**	**66.7**	**9.33**	**02**	**0.05**	**0.009**
نوعا ما	**04**	**22.2**				
نعم	**01**	**11.1**				
السؤال الحادي عشر: هل تعتقد أن هناك حاجة إلى تحسين عمليات الانتقاء باستخدام القياس والاختبار في فرق الناشئين في منطقتك؟						
نوعا ما	**04**	**22.2**	**5.55**	**01**	**0.05**	**0.018**
نعم	**14**	**77.8**				
المجموع	**18**	**%100**				

من الجدول (05): نلاحظ ان جميع الاسئلة المتعلقة بالاستبيان الموجه للمدريب، نتائجها تشير إلى وجود دلالة إحصائية لإختبار كاف تربيع لكل الاسئلة، أي أن هناك فروق بين اجابات المدربين لكل الاسئلة، ولمعرفة اتفاق المدربين حول اجابة معينة نرجع للحكم على الاسئلة من خلال التكرارات والنسب المئوية لاجاباتهم.

نلاحظ من خلال الجدول بالنسبة **للسؤال الأول**، أن أغلب المدربين لا يقومون بعمليات تقويم منتظمة لأداء اللاعبين خلال التدريبات والمباريات، وهذا راجع إلى إهمال هذه الفئات العمرية في الناحية الجهوية الثانية، وعدم المراقبة المستمرة للاعبين يقلل من فرص تطوير البرامج التدريبية والاختيار الانسب للاعبين ذوالمستويات العالية.

بالنسبة **للسؤال الثاني** نلاحظ أن معظم المدربين أجابوا ب **(لا)** بعدد **(14)** مدرب وبنسبة مئوية **(77.8)**، فمعظم المدربين لا يوجد فريق مساعد لهم أثناء عملية تقويم الاداء وانتقاء اللاعبين. هناك بعض المشاركين الذين يعتقدون أن عملية تقييم الأداء واختيار اللاعبين يجب أن تتم بشكل مستقل .قد يكون هذا بسبب أنهم يعتقدون أن وجود فريق مساعد قد يؤدي إلى اتخاذ قرارات غير موضوعية. بالإضافة إلى ذلك، قد يشعر بعض المشاركين أنهم لا يحصلون على ما يكفي من الاستقلالية في عملية اتخاذ القرار. وهذا لا يواكب عمليات التدريب الحديث الذي يرى بأن عمليات التقويم الحديثة تحتاج إلى اشراك عدد كبير من الأخصائيين مع عدم التفرد باتخاذ القرارات والأحكام (مروان، 1999، صفحة 43). هذه النتائج توافقت مع دراسة (بن عودة، 2018، صفحة 122) ودراسة (بسلطان، 2018، صفحة 122) ودراسة (بوقشيش، 2023، صفحة 92).

نلاحظ من الجدول فيما بخص **السؤال الثالث** أن معظم المدربين أجابوا ب **(لا)** بعدد **(14)** مدرب وبنسبة مئوية **(77.8)** حول مراعاتهم مختلف نواحي الأداء البدنية والمهارية والتقنية والنفسية أثناء عملية انتقاء اللاعبين، بينما أجاب المدربين المتبقيين على الخيار **نوعا ما**، بعدد **(04)** ونسبة مئوية **(22.4)**، كما لم يوافق اي مدرب على مراعات مختلف الجوانب اثناء عملية الانتقاء للاعبين. مما سبق نلاحظ أن المدربين يهملون مراعات جوانب الأداء المختلفة اثناء انتقاء واختيار اللاعبين، معتمدين في الملاحظة العادية للاعبين اثناء المبارايات والدورات التدريبية للجانب المهاري والبنية المورفولجية للاعب. هذا يتنافى مع طبيعة الأداء في كرة القدم الذي يتطلب تداخل الكثير من العوامل البدنية والمهارية والخططية والنفسية على اعلى مستوى وارتفاع مستوى أحد هذه العوامل لا يكفي للحكم على مستوى أداء اللاعب.

نلاحظ من الجدول فيما بخص **السؤال الرابع** أن معظم المدربين أجابوا ب **(نعم)** بعدد **(11)** مدرب وبنسبة مئوية **(61.1)** حول اعتمادهم على الملاحظة أثناء انتقاء اللاعبين، بينما أجاب المدربين المتبقيين على الخيار **نوعا ما**، بعدد **(05)** وبنسبة مئوية **(27.8)**

ولم يوافق **(02)** مدرب فقط وبنسبة مئوية **(11.1)** على استخدام الملاحظة. من الجدول أيضا، وفيما بخص **السؤال الخامس** نلاحظ أن معظم المدربين أجابوا ب **(لا)** بعدد **(12)** مدرب وبنسبة مئوية **(66.7)** حول استخدامهم للاختبارات والقياسات أثناء عملية انتقاء اللاعبين، بينما أجاب المدربين المتبقيين على الخيار **نوعا ما** بعدد **(04)** وبنسبة مئوية **(22.2)** ووافق **(02)** مدرب فقط وبنسبة مئوية **(11.1)** على استخدام الاختبارات والقياسات. مما سبق نستنتج ان المدربين لا بعتمدون على الاختبارات والقياسات أثناء انتقائهم للاعبين ويلجأون إلى استخدامهم للطرق التقليدية للملاحظة أثناء التدريبات والمباريات. هذه النتائج توافق مع دراسات بوقشيش مولود وبسلطان الحاج، الذين توصلوا إلى أن المدربين يرون بأن الملاحظة وحدها كافية أثناء عملية تقويم وانتقاء اللاعبين. (بوقشيش، 2023، صفحة 94) (بسلطان، 2018، صفحة 125) كما تعارضت مع دراسة بنعمة ين عودة الذي يرى أن، غالبية المدربين غير مقتنعين بكون الملاحظة وحدها كمؤشر غير كافية في عملية الاختيار (بن عودة، 2018، صفحة 133).

فيما بخص **السؤال السادس** نلاحظ أن معظم المدربين أجابوا ب **(لا)** بعدد **(14)** مدرب وبنسبة مئوية **(77.8)** حول استفادتهم من تربصات وتدريبات إضافية تساعد في تقويم أداء اللاعبين، بينما أجاب المدربين المتبقيين على الخيار **نوعا ما** بعدد **(04)** وبنسبة مئوية **(22.2)**. نستنتج مما سبق أن مع محدودية المستوى التعليمي والتكويني لمعظم المدربين، فهم أيضا لا يتلقون تربصات تساعد على الرفع من مستواهم التدريبي، وهذا ما يؤكد تدني مستوياتهم في عمليات التقويم والانتقاء والمتابعة المستمرة للأداء لدى اللاعبين. هذه النتائج توافقت مع دراسات بوقشيش مولود وبنعمة بن عودة، الذين توصلوا إلى أن: المدربين لا يتلقون أي تكوينات وتربصات خاصة في مجال التقويم والانتقاء. (بن عودة، 2018، صفحة 123) (بوقشيش، 2023، صفحة 96). وأكد ذلك غالي بن هديه الذي توصل إلى أن المدربين يرون أن عملية التقويم تحتاج إلى تكوين خاص ومعمق (بن هدية، 2023، صفحة 110).

فيما بخص **السؤال السابع** نلاحظ أن معظم المدربين أجابوا ب **(لا)** بعدد **(14)** مدرب وبنسبة مئوية **(77.8)** حول تعامل الأندية والرابطات الرياضية بشكل عام مع تقويم الأداء كجزء مهم في انتقاء واختيار الفرق، بينما أجاب المدربين المتبقيين على الخيار **نوعا ما** بعدد **(04)** وبنسبة مئوية **(22.2)**. ولم يوافق أحد على هذا السؤال. وهذا ما

يتركنا نستنتج بأن الأندية والرابطات لا تعيير جانب كبير في انتقاء اللاعبين الناشئين، كون منافسات هذه الفئة غير مهمة في القسم الجهوي الثاني، وأن انتقاء واختيار اللاعبين لا يتم بطريقة علمية وانما بالطرق التقليدية قيترك للمدربين والفنيين الحرية الكاملة في اختيار من يشاؤون من اللاعبين.

فيما بخص **السؤال الثامن** نلاحظ أن معظم المدربين أجابوا ب **(لا)** بعدد **(14)** مدرب وبنسبة مئوية **(77.8)** حول الاستناد إلى معايير ومستويات واضحة وموضوعية محددة سابقا لاختيار اللاعبين، بينما أجاب المدربين المتبقيين على الخيار **نوعا ما** بعدد **(04)** وبنسبة مئوية **(22.2)**. ولم يوافق أحد على هذا وجود معليير ومستويات محددة مسبقا. هذا يشير إلى أن المدربين كونهم لا يتعتمدون على الاختبارات والقياسات أثناء عملية الانتقاء، فهم غير مهتمين ومطلعين بالأبحاث العلمية التي توفر معايير ومستويات يمكن اعتمادها في بيئات مشابهة لاختيار اللاعبين الأنجع.

السؤال التاسع، نلاحظ أن معظم المدربين أجابوا ب **(نعم)** بعدد **(10)** مدرب وبنسبة مئوية **(55.6)** حول تدخل المدراء والمسؤولين في عملية انتقاء اللاعبين، بينما أجاب المدربين المتبقيين على الخيار **نوعا ما** بعدد **(07)** وبنسبة مئوية **(38.9)**. ولم يوافق **(01)** مدرب فقط وبنسبة مئوية **(5.6)** على تدخل المدراء والمسؤولين في شؤن إنتقاء اللاعبين. هذا يشير إلى أن عملية الانتقاء لا تخضع إلى الموضوعية من قبل المدربين والفنيين، حتى في كونها تقليدية تعتمد على الملاحظة خلال الدورات التدريبية والمبارايات إلا انها تتدخل فيها المصالح الشخصية والانحياز. هذا ما فنده غالي بن هدية في دراسته، الذي توصل إلى أن مدربي الجهة الغربية للقسم المحترف الأول والمحترف الثاني، يرون بأن المسؤولين لا يتدخلون في عمليات التقيم والتقويم لناشئي كرة القدم (بن هدية، 2023، صفحة 127).

بالنسبة **للسؤال العاشر** نلاحظ من خلال الجدول ان معظم المدربين أجابوا ب **(لا)** بعدد **(12)** مدرب وبنسبة مئوية **(66.7)** حول وجود توجيهات محددة لاستخدام النتائج المستخرجة من الاختبارات التشخيصية في اتخاذ قرارات الانتقاء، بينما أجاب المدربين المتبقيين على الخيار **نوعا ما** بعدد **(04)** وبنسبة مئوية **(22.2)**. وأجاب **(02)** مدرب فقط ب **(نعم)** وبنسبة مئوية **(5.6)**. مما سبق نستنتج بأن ليست هناك معايير ولوائح وقوانين تفرض على المدربين انتقاء واختيار اللاعبين وفق لتلك التوجيهات، فالمدربين

لديهم الحرية الكاملة في انتقاء واختيار اللاعبين ويمكنهم باتخاذ القرارات والاحكام وفق لارائهم الشخصية وبالتشاور مع الجهاز الفني للنادي. وفي صدد ذلك يشير محمد صبحي حسنين نقلا عن بسلطان الحاج بأن: التقويم الذي لا يعتمد على معايير ومستويات ومحكات بالمعنى الإحصائي ويكون في ضوء خبرات وأراء واتجاهات القائمين على عملية الاختيار، هونوع أقرب إلى التقويم الذاتي عنه إلى التقويم الموضوعي" (بسلطان، 2018، صفحة 141).

بالنسبة **للسؤال الحادي عشر** نلاحظ من خلال الجدول ان معظم المدربين أجابوا ب **(نعم)** بعدد **(14)** مدرب وبنسبة مئوية **(77.8)** حول ضرورة تحسين عمليات الانتقاء باستخدام القياسوالاختبار في فرق الناشئين، بينما أجاب المدربين المتبقيين على الخيار **نوعا ما** بعدد **(04)** وبنسبة مئوية **(22.2)**. ولم يعارض أي أحد بالاجابة **(لا)**. تشير هاته النتائج إلى افتقار هذا المستوى الكروي بالقسم الجهوي الثاني إلى الاهتمام بالتكنولوجيا وبالطرق الحديثة للقياس والاختبار، وقلة الدراسات للفئات الناشئة وتهميشها، مع رؤية المدربين بصعوبة القياس والاختبار كمراقبة مستمترة لتطور أداء اللاعبين مع تغطية كامل جوانب الأداء البدنية والمهارية الفنية والجسميةوالفيزيولوجية، مع نقص الوسائل والامكانيات.

استنتاجات استمارة الدراسة الاستطلاعية:

من خلال التحليل والمناقشة السابقة لاستمارة الاستبيان الموجهة للمدربين كخطوة لتثمين مشكلة البحث توصلنا إلى استنتاجات مفادها أن:

- معظم المدربين يمتلكون تجربة قيمة في مجال التدريب الرياضي، ولكن يُلاحظ أن بعضهم يحمل مستوى علمي محدود، مما يؤثر سلباً على مستوى ثقافتهم التدريبية وعلى سير العمليات التدريبية.
- يُجري معظم المدربين عمليات تقييم الأداء للاعبين بشكل فردي دون الاستفادة من خبرة الاختصاصيين الرياضيين ودون وجود الفريق المساعد، مما يمكن أن يكون له تأثير سلبي على جودة العملية التدريبية.
- غالبية المدربين يعتمدون على مهارات الملاحظة العابرة وخبرتهم الشخصية والحنكة الفنية في عمليات تقييم أداء اللاعبين. يتميز هذا النهج بالاعتماد على المقابلات التطبيقية والتنافسية في تقييم المهارات الرياضية للاعبين بدلاً من الاعتماد على

الاختبارات والقياسات. هذا النهج لا يساهم في فهم وتقييم مستوى أداء اللاعبين بشكل فعال.

- هناك بعض الصعوبات والعراقيل تواجه استعمال الاختبارات والقياسات في عملية التقويم والانتقاء.
- نقص الأيام المخصصة للتكوين والتدريب وقلة الفرص للمشاركة في التربصات والملتقيات قد أثرا سلبًا على خبرة المدربين، مع تدخل المسؤولين في عمليات اتخاذ القرار وفرض اللاعبين دون اللجوء إلى طرق موضوعية للاختيار.
- إهمال فيما يتعلق بالفئات الناشئة والتركيز الكبير على النتائج، وعدم توفير التكوين الأساسي لها.
- معظم المدربين يُنفذون عمليات التقييم الذاتي ويعتمدون على الجهد الشخصي بدلاً من الاعتماد على المعايير والأسس العلمية. مع غياب توجيهات وعدم وجود مستويات ومعايير يلجأ المدربون إلى استخدامها.

نتائج استمارة تحكيم الاختبارات:

جدول 6: يوضح النسب المئوية للاختبارات البدنية والمهارية في كرة القدم حسب أراء الخبراء والمتخصصين:

القدرات	الصفة	الاختبار	النسب المئوية
البدنية	القوة	القفز العمودي سرجنت	%60.0
		القفز العريض	%30.0
		رمي الكرة الطبية 2كغ	%10.0
	السرعة	جري 60 متر	%10.0
		جري 20 متر	%40.0
		جري 30 متر	%50.0
	التحمل	اختبار كوبر	%40.0
		اختبار 1000 متر	%10.0
		اختبار بريكسي 5 دقائق	%50.0
	المرونة	ثني الجذع للأمام من الجلوس	%20.0
		ثني الجذع إلى الأمام من الوقوف	%60.0
		ثني الجذع خلفا من الوقوف	%20.0
	الرشاقة	الجري المكوكي 4*10	%60.0
		اختبار بارو3 x 4.5م	%40.0
		اختبار الجري المكوكي المختلف الأبعاد	%10.0

المهارية	السيطرة على الكرة	تنطيط الكرة لأطول زمن	%60.0
		تنطيط الكرة لمسافة 30 متر	%30.0
		السيطرة على الكرة داخل ساحة معينة	%10.0
	المراوغة	الجري المتعرج بالكرة ذهاب إياب	%50.0
		الجري بالكرة مسافة 25 متر بين الحواجز	%30.0
		اختبار الجري بالكرة مسافة 20م	%20.0
	التمرير	تمرير الكرة على هدف مرسوم على الأرض	%10.0
		اختبار دقة التمرير الأرضي	%50.0
		دقة التمرير الطويل المرتفع	%40.0
	التصويب	دقة التصويب على المرمى مقسم لست مناطق	%50.0
		دقة التهديف على دوائر متداخلة مرسومة على الحائط	%30.0
		اختبار تهديف الكرات	%20.0

2.منهج الدراسة:

تتوقف طبيعة المنهج البحثي المعتمد في دراسة الظاهرة التي يتعامل معها الباحث على تحديد خصائص هذه الظاهرة. يعتبر المنهج البحثي الأسلوب أوالإجراءات التي يستخدمها الباحث للوصول إلى الحقيقة أوفهم الظاهرة المدروسة، ويمكن تصوير المنهج كمجموعة من القواعد التي يتم وضعها بغرض الوصول إلى الحقيقة في مجال العلم، فهوالأسلوب الذي يتبعه الباحث لدراسة مشكلة معينة بهدف اكتشاف الحقيقة.

يتطلب اختيار المنهج العلمي تحليل دقيق للمشكلة واحتياجات البحث وموارد البحث المتاحة. توجيه الباحث لاختيار المنهج المناسب يلعب دورًا حاسمًا في نجاح الدراسة وصحة النتائج التي تتوصل إليها.

لعل اختيار منهج معين دون الأخر يعود لعدة عوامل وأسباب من بينها موضوع الدراسة، وكذلك خصائص المشكلة المطروحة التي يريد الباحث دراستها ، وقد استخدمنا في دراستنا هذه **المنهج الوصفي التحليلي** على اعتباره أنه المنهج الملائم للدراسة الحالية نظرا لطبيعة الدراسة التي تفرض على الباحث دراسة المستوى البدني للاعبي كرة القدم كما هوعليه في نواديهم المختلفة التي ينشطون بها وتقديم أوصاف ونتائج دقيقة تسمح ببناء درجات ومستويات معيارية يمكن الاعتماد عليها مستقبلا في تقويم مستوى اللاعبين وانتقائهم بطريقة موضوعية، ويعرف "**عمار بوحوش ومحمد محمود الذنيبات** " المنهج الوصفي على أنه: "طريقة من طرق التحليل

والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية أومشكلة اجتماعية معينة". (بوحوش و الذنيبات، 1995، صفحة 136)

لا يقتصر البحث الوصفي على جمع البيانات والحقائق وتصنيفها وتبويبها بالإضافة إلى تحليلها الدقيق المعمق بل يتضمن أيضا قدرا من تفسير، لذلك كثير ما يقترن الوصف بالمقارنة. (عوض و ميرقت، 2002، صفحة 86)

3. مجتمع الدراسة:

يعرف مجتمع الدراسة في لغة العلوم الإنسانية هو(مجموعة منتهية أوغير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي ترتكز عليها الملاحظات) أوهي مجموعة عناصر لها خاصية أوعدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي يجري عليها البحث أوالتقصي. (أنجرس، 2004، صفحة 298)

تمثل مجتمع البحث في لاعبي كرة القدم للفئة العمرية 17-19سنة والتي تعتبر فئة الأواسط لأندية ولاية الجلفة التي تنشط في القسم الجهوي الثاني برابطة البليدة لكرة القدم، والتي هي مقسمة على فرعين للقسم الجهوي رابطة أ ورابطة ب، وتتمثل في (07) أندية وهي (إتحاد الشارف، أشبال الجلفة، أمل مسعد، اتحاد اولاد نايل، مولودية حاسي بحبح، ترجي الإدريسية، جيل البيرين).

4. عينة الدراسة:

العينة هي عبارة عن ذلك الجزء من المجتمع(مجموعة جزئية) للدراسة يتم اختيارها وفق طريقة وقواعد معينة وإجراء الدراسة عليها للحصول على معلومات ثم استخدام النتائج وتعميمها على كل مجتمع الدراسة. (أنجرس، 2004، صفحة 301)

يعتبر الهدف الرئيسي من اختيار العينة هوالحصول على معلومات تمثل المجتمع الأصلي الذي يتم دراسته. يكون من الصعب على الباحث تغطية كافة عناصر المجتمع الأصلي، ولذلك يعتمد على عينة تمثلهم بشكل صحيح.

تمثلت عينة البحث في 120 لاعب تم اختيارهم بطريقة عشوائية من كل فرق التي تندرج ضمن مجتمع البحث. مع إستبعاد حراس المرمى و10 لاعبين الذين أجريت عليهم الدراسة الاستطلاعية من نادي أشبال الجلفة. والجدول التالي يوضح توزيع عينة الدراسة.

جدول 7: يبين توزيع عينة الدراسة على النوادي التي ينشطون بها

النادي	عدد اللاعبين	النسبة المئوية
أشبال الجلفة	11	%9.16
اتحاد أولاد نايل	20	%16.66
إتحاد الشارف	18	%15
أمل مسعد	19	%15.83
مولودية حاسي بحبح	18	%15
جيل البيرين	17	%14.16
ترجي الادريسية	17	%14.16
المجموع	120	%100

5. المجال الزماني والمكاني للدراسة:

أ- **المجال المكاني:** لقد تم انجاز هذا البحث في ملاعب الأندية قصد الدراسة. فكل القياسات والاختبارات أجريب في الملعب المخصص لكل نادي، لسهولة تجمع ووصول عينة البحث إلى مكان الدراسة.

ب- المجال الزماني: أجريت هذه الدراسة في الفترة الممتدة من شهر جانفي إلى شهر أفريل 2023. أين تم جمع كل المعلومات النظرية من مصادر ودراسات سابقة إلى جمع المعلومات الخاصة بالقياسات والاختبارات من عينة البحث ميدانيا.

6. أدوات الدراسة:

تمثلت أدوات جمع البيانات في الاستبيان الذي استخدم في الدراسة الاستطلاعية تحت عنوان واقع عملية التقويم والانتقاء، بالإضافة إلى مجموعة من الإختبارات البدنية والمهارية الأساسية للاعبي كرة القدم، تهدف الاختبارات البدنية إلى قياس القدرات البدنية الأساسية محور الدراسة: القوة، السرعة، المرونة، التوافق، التحمل، والتي تمثلت في خمسة اختبارات رئيسية: اختبار التحمل جري 5 دقائق لبريكسي، اختبار القفز العمودي من الثبات لسرجنت، اختبار جري 20 متر ، اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف،

اختبار الجري المكوكي 4 * 10 متر. أما اختبارات القدرات المهارية فتمثلت في أربعة اختبارات رئيسية تقيس المهارات الأساسية التسديد والتمرير والسيطرة على الكرة والمرواغة. تمثلت هذه الاختبارت في: اختبار الجري المتعرج بالكرة ذهاب إياب، اختبار تنطيط الكرة في الهواء، اختبار دقة التصويب على المرمى، اختبار دقة التمير الأرضي.

✓ **الاختبارات:**

1. الاختبارات البدنية:

1.1. اختبار بريكسي 5 دقائق:

الغرض من الاختبار: قياس كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي والاستهلاك الأقصى للأكسجين.

وصف الاختبار: يعلم المختبرين بضرورة قطع أكبر مسافة ممكنة خلال مدة الاختبار. جري المدة بدون توقف، الجري والمشي غير مسموح استخدام السرعة القصوى لمدة خمس دقائق، و يمكن أن يتخذ المختبر وضع الاستعداد من البدء العالي، وفي حالة توقف أحد المختبرين يقصى مباشرة وتعطى له راحة كافية لإعادة الاختبار.

التسجيل: تحتسب المسافة التي يقطعها المختبر خلال الخمس دقائق من الجري. (Brikci A, 1990, p. 86)

2.1. اختبار جري 20 متر:

الغرض من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية.

أدوات الاختبار: ساعة ايقاف، خطين متوازيين مرسومين على الارض المسافة بينهما 20م.

مواصفات الأداء: يقف المختبر خلف الخط الأول مووضع البدء العالي، عند سماع اشارة البدء يقوم بالعدوالى أن يتخطى الخط الثاني.

المختبر يتموقع خلف الخط الأول من وضعية البدء العالي، وعند سماع إشارة البدء، يقوم بالجري حتى يتخطى الخط الثاني. يُعطى المختبر محاولتين، ويُحتسب أفضل النتيجتين.

التسجيل: يتم تسجيل الزمن الذي استغرقه المختبر خلال قطعة لمسافة الاختبار 20 متر. (حسنين، 2004، صفحة 167)

3.1. اختبار القفز العمودي من الثبات سرجنت:

الغرض من الاختبار: قياس القوة الانفجارية للأطراف السفلى (الرجلين).

الأدوات: شريط متري، جدار أوحائط (جير، طباشير، قلم).

الإجراءات:

- اللاعب يقف جنب الجدار على بعد 15 سم وينظر إلى الأمام. ثم يمسك بالقليل من الجير أويستخدم طباشير قلم حسب الوسيلة المتاحة ويضعه في أصابعه. يقوم برفع يده التي بجانب الحائط إلى أقصى ارتفاع ممكن مع الحفاظ على قدميه على الأرض. ثم يقوم بوضع علامة تقديرية أولية.
- يقوم اللاعب برمجحة الذراعين مع ثني الركبتين ثم يقفز إلى أعلى لمحاولة تسجيل أعلى نقطة كتقدير ثاني.
- اللاعب يبدأ برمجحة الذراعين مع ثني الركبتين، ثم يقفز إلى أعلى لمحاولة تسجيل أعلى نقطة كتقدير نهائي.
- تتم قياس المسافة عن طريق حساب الفرق بين التقدير الأول والتقدير الثاني لكل لاعب.
- يسمح لكل لاعب بثلاث محاولات، ويتم احتساب أفضل محاولة منها.

طريقة التسجيل: قياس الفرق بين التقدير الأول والتقدير الثاني بالسنتمتر. (Christopher Carrip,2008, p303) (درويش و سيد، 2002، صفحة 172)

4.1. اختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف:

الهدف من الاختبار: قياس مرونة العضلات الواقعة في منطقة الظهر السفلية والفخذين الخلفية، بالإضافة إلى تقييم مفاصل الجسم المشاركة في الحركة .

الأدوات: مقعد - مسطرة غير مرنة مقسمة (من صفر إلى 100) سم

- مؤشر خشبي يتحرك على سطح المسطرة .

وصف الاختبار:

– يقف المختبر ويثبت أصابع قدميه على حافة الصندوق (المقعدة)، وتكون، مع ضم القدمين لبعضهما، والحفاظ على تمديد الركبتين.

– المختبر ينحني جذعه للأمام وللأسفل، ويسعى للوصول بأقصى ما يمكن إلى حافة الصندوق (المقعدة)، ويجب الإبقاء على هذا الوضع لمدة ثانيتين.

– اعطاء المختبر محاولتين على الأقل للتأكد من المدى الحقيقي الذي يصل إليه.

التسجيل: يُقوم المختبر بتسجيل المسافة التي وصل إليها في المحاولتين ويتم حساب المسافة الأكبر بالسنتيمتر.

توجيهات وقواعد عامة:

– يتم تثبيت المسطرة عمودياً بالنسبة لقاعدة المقعدة بحيث تكون علامة الخمسين (50) سم متزامنة مع أعلى سطح المقعدة.

– يمكن استخدام مؤشر يتحرك أسفل المسطرة بملامسة أطراف أصابع المختبر.

– يُعتبر الاختبار غير صحيح في حالة قام المختبر بثني ركبتيه أوفي حالة قام بعمل حركات نطر للجذع إلى الأسفل. (حسنين و عبد الحميد، 1997، الصفحات 292–293)

5.1. اختبار الجري المكوكي ذهاب إياب 4*10متر:) (حسنين، 1995، الصفحات 369–370)

(szczesny.s .1984.p140)

الغرض من الاختبار: قياس السرعة والتوافق.

الأدوات المستعملة: – كرونومتر – أقماع – طباشير – ديكامتر – مساحة أرضية مناسبة للركض غير زلجة.

التعليمات والاجراءات:

– المختبر يتخذ وضع الانطلاق خلف خط البداية الوضع أ، من وضعية البداية العالي.

– عندما تتم إعطاء إشارة الانطلاق، يقوم المختبر بالجري بأقصى سرعة ممكنة نحوالخط الثاني ثم يعود مباشرة باتجاه الخط الأول. يتم تكرار هذا الجري والعودة 4 مرات كاملة.

– كل مختبر يقوم بالجري بمفرده وبعد كل دورة يعلن له عدد الدورات المتبقية لديه.

– يتم أيضًا إعلان الوقت الذي استغرقه المختبر على الشخص الذي يليه لتحفيزه وضمان المنافسة.

– يعطى لكل مختبر محاولة واحدة فقط.

كيفية التسجيل: يُسجل الزمن الذي استغرقه المختبر في قطع المسافة بين الخطين ذهاباً وإياباً 4 مرات، ويُحرص على أن يتم ذلك في أقرب وقت ممكن لكل مرة وبحيث يكون الزمن لا يتجاوز 1/10 ثانية.

2. الاختبارات المهارية:

1.2. اختبار تنطيط الكرة لأطول زمن ممكن:

الهدف من الاختبار: قياس قدرة اللاعب على السيطرة والتحكم في الكرة.

الأدوات المستعملة: كرونومتر (ميقاتي)، كرات.

طريقة الأداء:

– يبدأ اللاعب برفع الكرة بإحدى قدميه عن الأرض ويقوم بتنطيطها في الهواء باستخدام القدمين أوالفخذين أوالرأس، محاولًا الاحتفاظ بها في الهواء لأطول فترة ممكنة دون أن تلامس الأرض.

– يُعطى لكل لاعب ثلاث محاولات متتالية لتنفيذ هذا التمرين.

التسجيل: الزمن الكلي الذي يستغرقه اللاعب في المحاولات الثلاثة يُقاس بالثواني ويعتبر مجموع الأوقات التي قضاها في كل محاولة. (حنفي، 1997، صفحة 29)

2.2. اختبار دقة التصويب على المرمى:

الهدف من الاختبار: قياس دقة التصويب.

الأدوات المستعملة: مجموعة من كرات، مرمى يتم تقسيمه إلى ستة مناطق، نقطة تتبعد 12 متر عن منتصف المرمى.

وصف الأداء:

– توضع الكرة فوق نقطة تحديدية تبعد 12 مترًا، ثم يقوم المدرب بتحديد إحدى المناطق الست. يقوم اللاعب بالتقدم ويصوب الكرة نحوالمنطقة التي حددها المدرب.

– اللاعب يقوم بتسديد 10 كرات نحومناطق مختلفة باستخدام أي جزء من قدمه.

التسجيل:

– اللاعب يحصل على نقطة واحدة لكل كرة تصل إلى المنطقة المطلوبة.

– تمنح محاولة واحدة فقط لتوجيه الكرات نحوالمناطق المختلفة.

3.2. اختبار الجري المتعرج بالكرة ذهاب إياب:

الهدف من الاختبار: تقدير مهارة اللاعب في التحكم بالكرة أثناء حركته أوجريه.

الأدوات المستخدمة: كرة، كرونومتر (ساعة إيقاف)، 10 قوائم.

وصف الاختبار:

– 10 قوائم تُوزع في خط مستقيم، ويكون التباعد بين كل قائم آخر يبلغ 2 متر، وتكون المسافة 2 متر أيضًا بين أول قائم وخط البداية.

– اللاعب يبدأ بوضع الكرة على خط البداية، وعند إعطاء إشارة البدء، يقوم اللاعب بالجري مع الكرة بين القوائم بشكل متعرج حتى يصل إلى آخر قائم، ثم يدور حولها ويعود إلى خط البداية بنفس الطريقة.

التسجيل:

– يتم حساب الزمن الذي استغرقه اللاعب من لحظة إعطاء إشارة البدء حتى يعود إلى خط البداية مرة أخرى بدقة لا تتجاوز الثانية واحدة.

– اللاعب يُمنح محاولتين ويُسجل أفضل نتيجة من بينهما.

4.2. اختبار دقة التمرير القصير الأرضي:

الهدف من الاختبار: قياس دقة التمرير القصير الأرضي.

الأداوت المستخدمة: صافرة، كرات، مربع طول اضلاعه 6 متر، في مركز المربع يوضع علم، يتم وضع كرة على بعد 1.5 متر من أحد أركان المربع من كلا جانبيه، ويتم نصب مرمى بعرض 1 متر على بعد 15 مترًا من وسط كل ضلع من أضلاع المربع.

وصف الاختبار:

– يقف اللاعب في مركز المربع الذي يتم وضع الكرات على أضلاعه، ويبدأ الاختبار عندما يتلقى إشارة البدء. الهدف هوتمرير الكرتين إلى المرمى المحدد بواسطة العلمين. يجب على اللاعب تمرير الكرة الواحدة بواسطة القدم اليسرى والكرة الأخرى بواسطة القدم اليمنى حتى ينتهي من تمرير الثماني كرات.

التسجيل: يتم حساب عدد المحاولات الصحيحة التي تمرر بنجاح بواسطة اللاعب، سواء كانت باستخدام القدم اليمنى أواليسرى. ويُمنح اللاعب محاولة واحدة فقط لتنفيذ هذا الاختبار.

جدول 8: يبين معامل الصدق والثبات للاختبارات البدنية والمهارية.

القدرات	الاختبارات	العينة	الصدق	الثبات
البدنية	ركض 5د بريكسي	10	0.917	0.841
	القفز العمودي سرجنت		0.871	0.759
	جري 20م		0.910	0.829
	الجري المكوكي		0.948	0.900
	ثني الجذع من الوقوف		0.971	0.943
المهارية	الجري المتعرج بالكرة		0.965	0.932
	تنطيط الكرة		0.951	0.906
	التصويب على المرمى		0.814	0.664
	التمرير الأرضي		0.892	0.797

جدول 9: صدق المقارنة الطرفية لجميع اختبارات الدراسة.

الاختبار	عينة	المتوسط الحسابي $\overline{X}$	الإنحراف المعياري S	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية Df	الدلالة المعنوية Sig	الدلالة الإحصائية
بريكسي	الدنيا	1160.33	13.01	7.16	04	0.02	دال
	العليا	1242.67	15.04				
سرجنت	الدنيا	33.16	1.56	5.23	04	0.006	دال
	العليا	37.39	0.20				
20متر	الدنيا	3.59	0.07	8.18		0.001	دال
	العليا	4.34	0.13				
الجري المكوكي	الدنيا	8.70	0.135	3.96		0.017	دال
	العليا	9.23	0.187				
ثني الجذع من الوقوف	الدنيا	3.0	1.0	17.38		0.00	دال
	العليا	18.33	1.15				
الجري المتعرج بالكرة	الدنيا	9.67	0.140	6.33		0.003	دال
	العليا	10.40	0.143				
تنطيط الكرة في الهواء	الدنيا	81.33	1.52	6.69		0.003	دال
	العليا	130.33	12.58				
دقة التصويب على المرمى	الدنيا	3.33	0.577	4.24		0.013	دال
	العليا	5.33	0.577				
دقة التمرير الأرضي	الدنيا	2.66	0.57	3.53		0.024	دال
	العليا	4.33	0.57				

من الجدول رقم (09): نلاحظ أن اختبار Ttest محصورة بين **(3.96)** كأقل درجة و**(17.38)** كأعلى درجة، عند رجة حرية**(04)** ومستوى دلالة (0.05). وكانت قيمة الدلالة المعنوية sig محصورة بين**(0.00)** كأقل درجة و**(0.024)** كأعلى درجة، وبمقارنة الدلالة المعنوية مع مستوى الدلالة نجد أن جميع قيم sig دالة احصائيا؛ فالاختبارات دال إحصائيا.

وعليه يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا في درجة جميع الاختبارات البدنية والمهارية، ويمكننا القول أن جميع

الاختبارات صادقة كون الاختبارات لديه القدرة على التفريق بين المجموعة الأقل درجات والمجموعة الأكثر درجات.

7. الاساليب الاحصائية:

قمنا بإستخدام مجموعة من الوسائل الاحصائية التي نحتاجها في دراستنا معتمدين في ذلك على برنامج SPSS22 للقيام بالعمليات الحسابية، وتمثلت الأساليب الإحصائية في:

- النسب المئوية.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- الدرجة المعيارية الزائية والتائية.
- معامل الارتباط بيرسون.
- اختبار Ttest.
- اختبار حسن المطابقة كاي تربيع.

8. صعوبات الدراسة:

- فيروس كورونا كوفيد-19 أثر سلبًا على سير الدراسة وأدى إلى توقف البطولات الرياضية، بالإضافة، صعوبة الاتصال والتواصل مع الخبراء وأصحاب الاختصاص والزيارة الميدانية لعينة الدراسة.
- تواجه صعوبة في تنفيذ اختبارات الميدان بسبب نقص الملاعب المتاحة للفرق الرياضية التي تتدرب في نفس المكان، وبالتالي، كان تنظيم وتحديد الوقت واليوم لإجراء هذه الاختبارات من مسؤولية الإدارة والمدربين.
- توقفت البطولة للفئات الشبانية لمدة موسمين بسبب جائحة فيروس كورونا كوفيد-19.
- نقص في المراجع والمصادر والبحوث المرتبطة بموضوع البحث في مجال تقويم وانتقاء ناشئي كرة القدم.

- بعض اللاعبين كانوا لا يزاولون التدريبات بصفة مستمرة خلال الموسم 2022-2023، وهذا لا يعكس المستوى البدني والمهاري بصفة جيدة مع تخلف العديد من اللاعبين عن وقت إجراء الاختبارات.

خلاصة

يُعَدُّ هذا الفصل بمثابة الفصل التمهيدي للمرحلة التطبيقية للبحث، حيث يُعَدُّ هذا الفصل كأساس يُسهم في تمهيد الطريق للتحليل والمناقشة واستخلاص الاستنتاجات ويتيح لنا ايضا هذا الفصل الاستعانة بالبيانات المقدمة في بدايته للشروع في المرحلة التطبيقية للبحث. تم تناول المنهج المتبع في البحث ووضع الأسس للمعلومات المسبقة للمرحلة القادمة، مع توضيح أدوات البحث وتقنياته وعملية اختيار العينة ومجالات البحث واستخدام الأساليب الإحصائية.

شمل محتوى هذا الفصل أيضًا الإجراءات الميدانية، حيث تم استعراض الاستطلاع التمهيدي كجزء من العمل الميداني، بالإضافة إلى مكونات أخرى تتعلق بالاختبارات البدنية وعينات البحث ومجالات الدراسة والتحليل الإحصائي. تُعَدُّ هذه الإجراءات جزءًا أساسيًا من منهج البحث العلمي، حيث تُسهم في تحليل النتائج وتوفير الأسس للبحث العلمي وتكوينه.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

إن العمليات المنهجية التي تتبعها الأبحاث العلمية تستوجب بالضرورة تحليل النتائج التي تم الوصول إليها خلال الدراسة. يهدف هذا التحليل إلى توضيح الاختلافات والتشابهات التي يمكن أن تظهر في أي بحث، وذلك بهدف إزالة الغموض المحيط بالنتائج المسجلة خلال الدراسة وتحويلها من مجرد أرقام إلى معلومات مفهومة.

يحتوي هذا الفصل على تقديم النتائج المدونة في جداول خاصة، مع توجيه عمليات التحليل والمناقشة اللازمة لتفسير تلك النتائج.

عرض وتحليل النتائج ومناقشتها والتعليق عليها:

1. عرض وتحليل النتائج:

1.1. عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

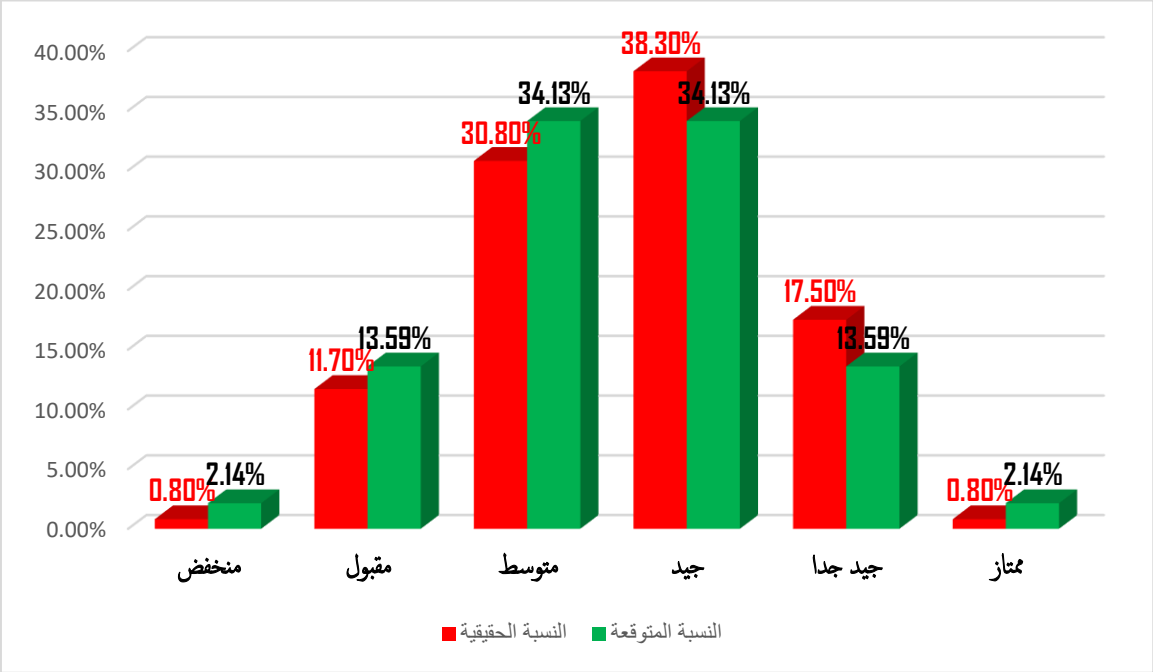
نص الفرضية: المستوى المعياري للقدرات البدنية يقع ضمن المستوى الجيد لدى أواسط كرة القدم.

جدول 10: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار التحمل لبريكسي.

المستوى	الدرجات المعيارية	الدرجات الخام	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي
ضعيف	أقل من 30	أقل من 1140.58	01	0.8	2.14
مقبول	30-40	1193.7-1140.58	14	11.7	13.59
متوسط	40-50	1246.83-1193.7	37	30.8	34.13
جيد	50-60	1299.95-1246.83	46	38.3	34.13
جيد جدا	60-70	1353.07-1299.95	21	17.5	13.59
ممتاز	أكبر من 70	أكبر من 1353.07	01	0.8	2.14
المجموع			120	100	99.73

يظهر الجدول رقم (10): أن عدد اللاعبين في المستوى "الضعيف" لعينة البحث في اختبار التحمل بريكسي بلغ (01) لاعب، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (0.8%) هذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (2.14%)، أما المستوى "المقبول"، فيمكن ملاحظة أن عدد اللاعبين في هذا المستوى بلغ (14) لاعبًا، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (11.7%)، وهذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (13.59%). وكان عدد من اللاعبين في المستوى "المتوسط" (37) بنسبة مئوية تقدر ب (30.8%)، وهذه النسبة والتي هي أقل من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي قدرت ب (34.13). وكان هناك تمركز كبير للاعبين في المستوى "الجيد" بعدد بلغ (46) لاعب وبنسبة تقدر ب (38.3%)، هذه النسبة التي هي أكبر من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (34.13%). أما المستوى "جيد جدا" فقد بلغ عدد اللاعبين في هذا المستوى (21) لاعب وبنسبة تقدر ب (17.5%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (13.59%). وفي

المستوى الأخير "ممتاز" لم يكن هناك سوى (01) لاعب واحد بنسبة تقدر ب (0.8%)، هاته النسبة التي تعتبر أقل من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (2.14%).



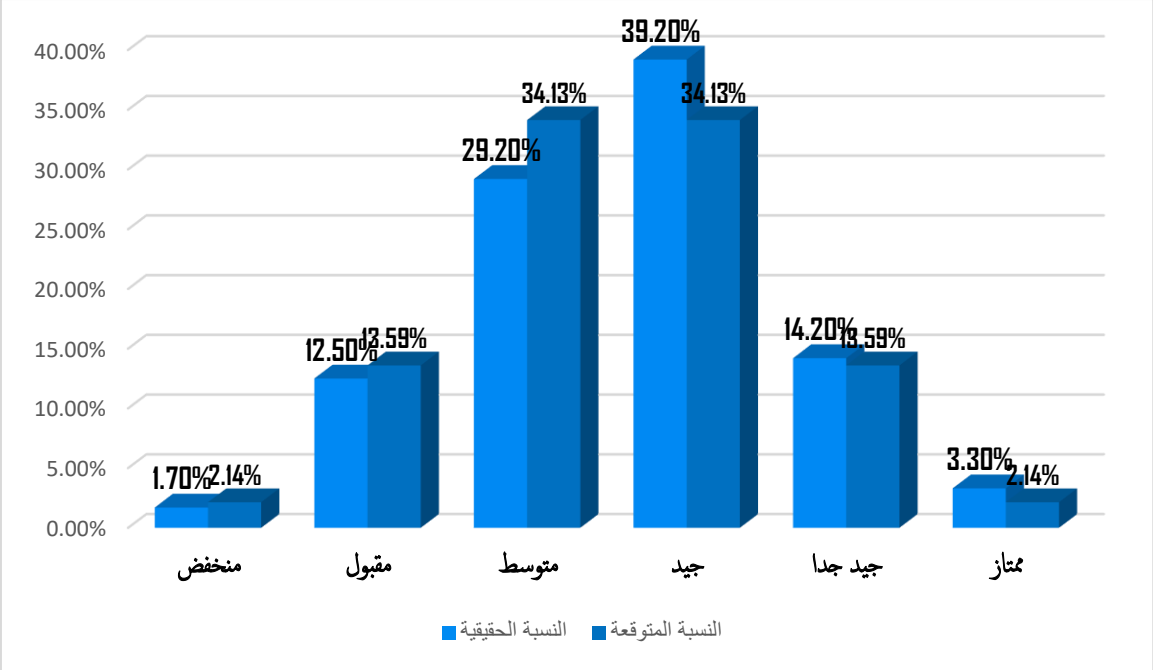
شكل 1: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار بريكسي.

جدول 11: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار القفز العمودي سرجنت.

المستوى	الدرجات المعيارية	الدرجات الخام	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي
ضعيف	أقل من 30	أقل من 31.99	02	1.7	2.14
مقبول	40-30	34.47-31.99	15	12.5	13.59
متوسط	50-40	36.95-34.47	35	29.2	34.13
جيد	60-50	39.43-36.95	47	39.2	34.13
جيد جدا	70-60	41.90-39.43	17	14.2	13.59
ممتاز	أكبر من 70	أكبر من 41.90	04	3.3	2.14
المجموع			120	100	99.73

يظهر الجدول رقم (11): أن عدد اللاعبين في المستوى "ضعيف" لعينة البحث في اختبار القفز العمودي سرجنت بلغ (02) لاعب، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (1.7%)

هذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (2.14%)، أما المستوى "مقبول"، فيمكن ملاحظة أن عدد اللاعبين في هذا المستوى بلغ (15) لاعبًا، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (12.5%)، وهذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (13.59%). وكان عدد من اللاعبين في المستوى "متوسط" (35) بنسبة مئوية تقدر ب (29.8%)، وهذه النسبة والتي هي أقل النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي قدرت ب (34.13). وكان هناك تمركز كبير للاعبين في المستوى "جيد" بعدد بلغ (47) لاعب وبنسبة تقدر ب (39.20%)، هذه النسبة التي هي أكبر من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (34.13%). أما المستوى "جيد جدا" فقد بلغ عدد اللاعبين في هذا المستوى (17) لاعب وبنسبة تقدر ب (14.2%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (13.59%). وفي المستوى الأخير "ممتاز" لم يكن هناك سوى (04) لاعب بنسبة تقدر ب (3.3%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (2.14%).

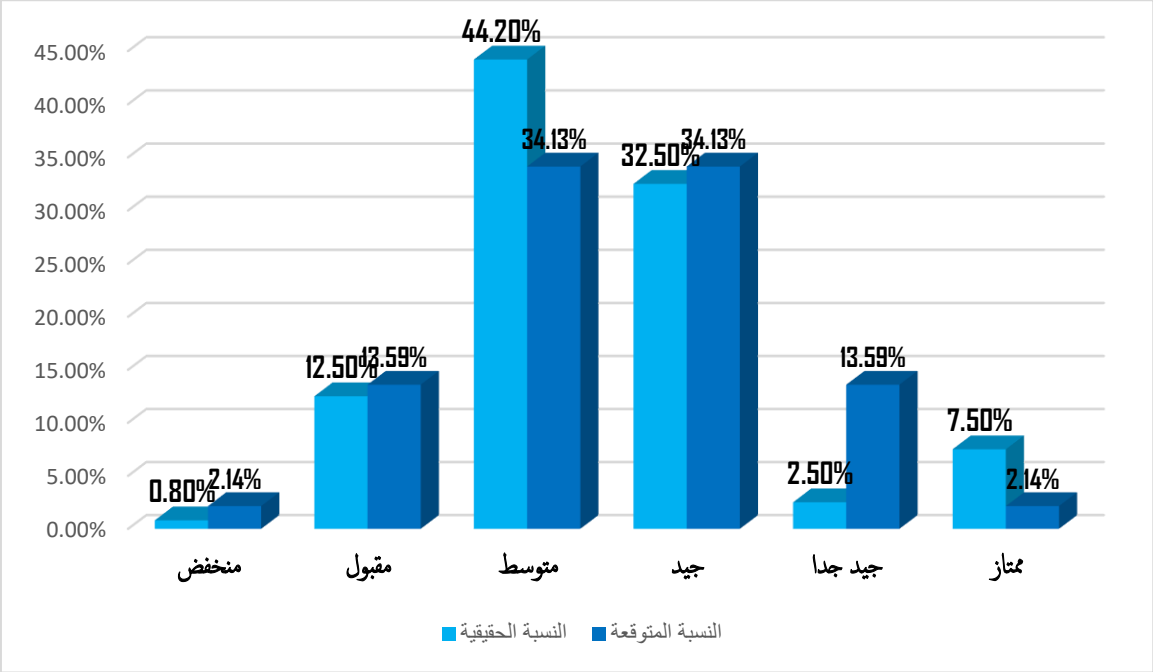


شكل 2: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار القفز العمودي سرجنت.

جدول 12: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار السرعة جري 20 متر.

المستوى	الدرجات المعيارية	الدرجات الخام	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي
ممتاز	أقل من 30	أقل من 3.15	01	0.8	2.14
جيد جدا	40-30	3.38-3.16	15	12.5	13.59
جيد	50-40	3.61-3.39	53	44.2	34.13
متوسط	60-50	3.83-3.62	39	32.5	34.13
مقبول	70-60	4.06-3.84	03	2.5	13.59
ضعيف	أكبر من 70	أكبر من 4.07	09	7.5	2.14
المجموع			120	100	99.73

يظهر الجدول رقم (12): أن عدد اللاعبين في المستوى "ممتاز" لعينة البحث في اختبار جري 20 متر للسرعة بلغ (01) لاعب فقط، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (0.8%) هذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (2.14%)،. أما المستوى "جيد جدا"، فيمكن ملاحظة أن عدد اللاعبين في هذا المستوى بلغ (15) لاعبًا، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (12.5%)، وهذه النسبة اقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (13.59%). وكان أكبر عدد من اللاعبين في المستوى "جيد" بعدد (53) بنسبة مئوية تقدر ب (44.2%)، وهذه النسبة والتي هي أكبر النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي قدرت ب (34.13). وكان هناك تمركز جيد للاعبين في المستوى "متوسط" بعدد بلغ (39) لاعب وبنسبة تقدر ب (32.5%)، هذه النسبة التي هي أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (34.13%). أما المستوى " مقبول" فقد بلغ عدد اللاعبين في هذا المستوى (03) لاعب فقط وبنسبة تقدر ب (2.5%)، هاته النسبة التي تعتبر أقل من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (13.59%). وفي المستوى الأخير "ضعيف" كان هناك سوى (09) لاعب بنسبة تقدر ب (7.5%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (2.14%).



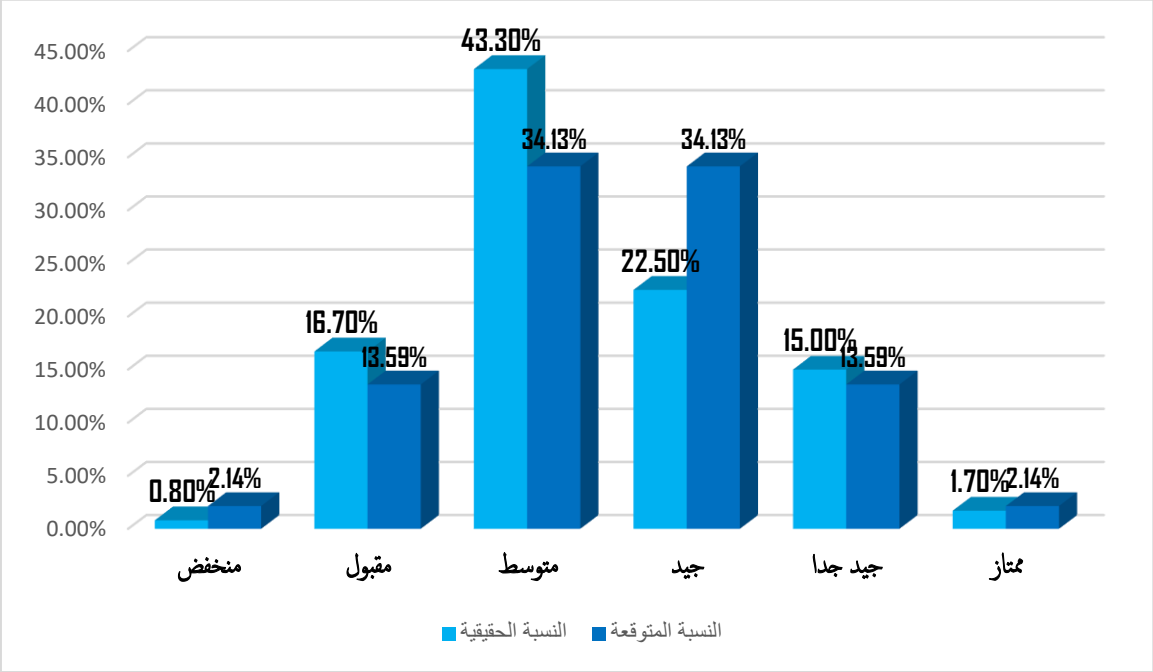
شكل 3: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار السرعة.

جدول 13: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار الجري المكوكي 4*10امتار.

المستوى	الدرجات المعيارية	الدرجات الخام	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي
ممتاز	أقل من 30	أقل من 8.21	01	0.8	2.14
جيد جدا	40-30	8.52-8.22	20	16.7	13.59
جيد	50-40	8.83-8.53	52	43.3	34.13
متوسط	60-50	9.14-8.84	27	22.5	34.13
مقبول	70-60	9.45-9.15	18	15.0	13.59
ضعيف	أكبر من 70	أكبر من 9.46	02	1.7	2.14
المجموع			120	100	99.73

يظهر الجدول رقم (13): أن عدد اللاعبين في المستوى "ممتاز" لعينة البحث في اختبار جري 4*10متر بلغ (01) لاعب فقط، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (0.8%) هذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (2.14%)، أما المستوى "جيد جدا"، فيمكن ملاحظة أن عدد اللاعبين في هذا المستوى بلغ (20) لاعبًا، مما يمثل

نسبة مئوية تبلغ (16.7%)، وهذه النسبة أكبر من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (13.59%). وكان أكبر عدد من اللاعبين في المستوى "جيد" بعدد (52) بنسبة مئوية تقدر ب (43.3%)، وهذه النسبة والتي هي أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي قدرت ب (34.13%). وكان تمركز اللاعبين في المستوى "متوسط" قد بلغ (27) لاعب وبنسبة تقدر ب (22.5%)، هذه النسبة التي هي أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (34.13%). أما المستوى "مقبول" فقد بلغ عدد اللاعبين في هذا المستوى (18) لاعب وبنسبة تقدر ب (15.0%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (13.59%). وفي المستوى الأخير "ممتاز" لم يكن هناك سوى (02) لاعب بنسبة تقدر ب (1.7%)، هاته النسبة التي تعتبر أقل من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (2.14%).

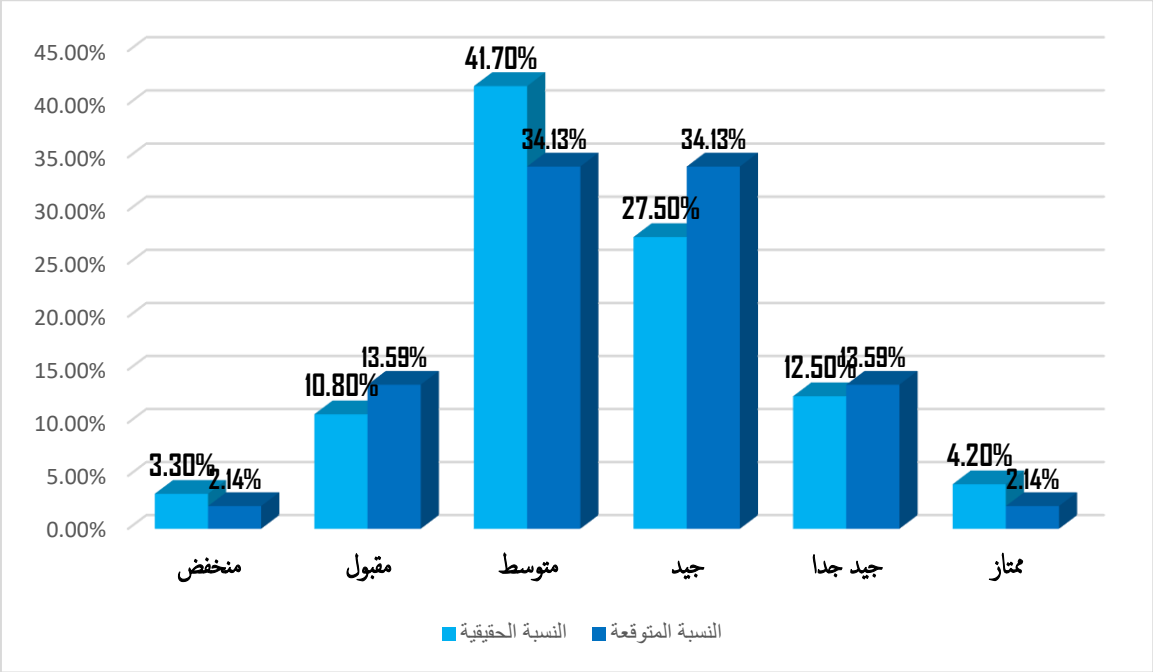


شكل 4: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار الجري المكوكي.

جدول 14: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار المرونة ثني الجذع من الوقوف.

المستوى	الدرجات المعيارية	الدرجات الخام	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي
ضعيف	أقل من 30	أقل من 1.93-	04	3.3	2.14
مقبول	30-40	1.93-2.98	13	10.8	13.59
متوسط	40-50	2.98-7.90	50	41.7	34.13
جيد	50-60	7.90-12.82	33	27.5	34.13
جيد جدا	60-70	12.82-17.75	15	12.5	13.59
ممتاز	أكبر من 70	أكبر من 17.75	05	4.2	2.14
المجموع			120	100	99.73

يظهر الجدول رقم (14): أن عدد اللاعبين في المستوى "ضعيف" لعينة البحث في اختبار ثني الجذع من الوقوف بلغ (04) لاعب، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (3.30%) هذه النسبة أكبر من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (2.14%)، أما المستوى "مقبول"، فيمكن ملاحظة أن عدد اللاعبين في هذا المستوى بلغ (13) لاعبًا، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (10.8%)، وهذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (13.59%). وكان عدد اللاعبين في المستوى "متوسط" بعدد (50) بنسبة مئوية تقدر ب (41.7%)، وهذه النسبة والتي هي أكبر النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي قدرت ب (34.13). وكان هناك تمركز جيد للاعبين في المستوى "جيد" بعدد بلغ (33) لاعب وبنسبة تقدر ب (27.5%)، هذه النسبة التي هي أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (34.13%). أما المستوى "جيد جدا" فقد بلغ عدد اللاعبين في هذا المستوى (15) لاعب وبنسبة تقدر ب (12.5%)، هاته النسبة التي تعتبر أقل من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (13.59%). وفي المستوى الأخير "ممتاز" بلغ عدد اللاعبين (05) لاعب بنسبة تقدر ب (4.2%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (2.14%).



شكل 5: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار المرونة.

2.1. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

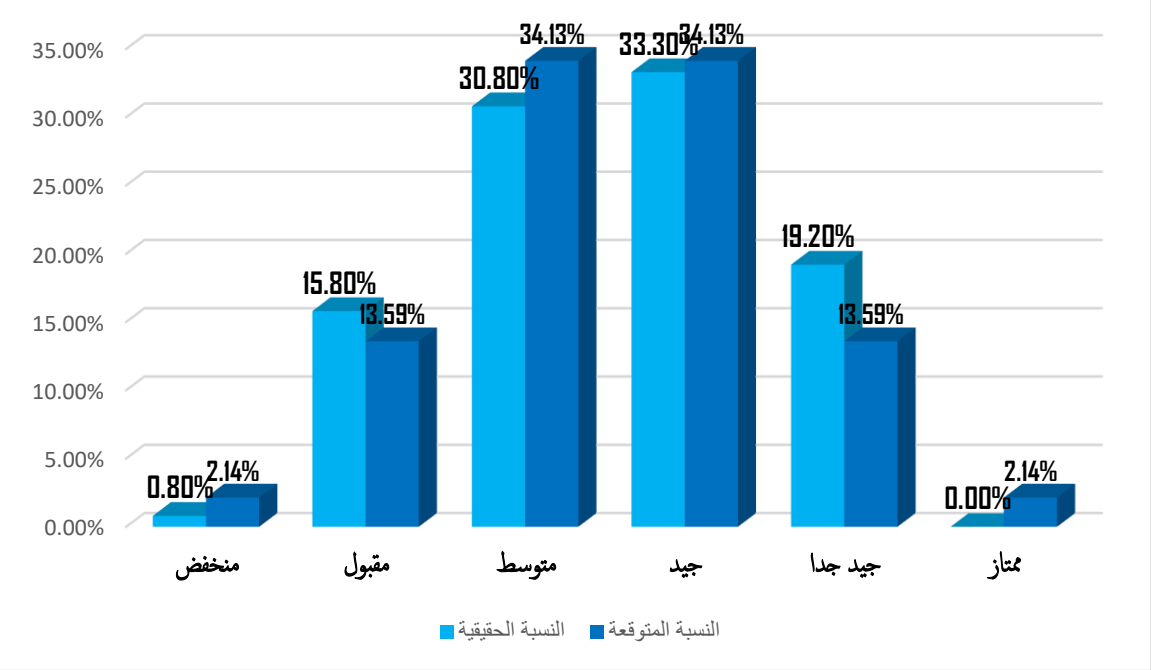
نص الفرضية: المستوى المعياري للقدرات المهارية يقع ضمن المستوى الجيد لدى أواسط كرة القدم.

جدول 15: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار الجري المتعرج بالكرة.

المستوى	الدرجات المعيارية	الدرجات الخام	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي
ممتاز	أقل من 30	أقل من 9.37	00	00	2.14
جيد جدا	40-30	9.70-9.38	23	19.2	13.59
جيد	50-40	10.03-9.71	40	33.3	34.13
متوسط	60-50	10.37-10.04	37	30.8	34.13
مقبول	70-60	10.70-10.38	19	15.8	13.59
ضعيف	أكبر من 70	أكبر من 10.70	01	0.8	2.14
المجموع			120	100	

يظهر الجدول رقم (15): أن لم يكن هناك أي لاعب في المستوى "ممتاز" في اختبار الجري المتعرج بالكرة، أما المستوى "جيد جدا"، فيمكن ملاحظة أن عدد اللاعبين

في هذا المستوى بلغ (23) لاعبًا، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (19.2%)، وهذه النسبة أكبر من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (13.59%). وكان أكبر عدد من اللاعبين في المستوى "جيد" بعدد (40) بنسبة مئوية تقدر ب (33.3%)، وهذه النسبة والتي هي أقل من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي قدرت ب (34.13%). وكان هناك تمركز جيد للاعبين في المستوى "متوسط" بعدد بلغ (37) لاعب وبنسبة تقدر ب (30.8%)، هذه النسبة التي هي أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (34.13%). أما المستوى "مقبول " فقد بلغ عدد اللاعبين في هذا المستوى (19) لاعب وبنسبة تقدر ب (15.8%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (13.59%). وفي المستوى الأخير "ضعيف" لم يكن هناك سوى (01) لاعب بنسبة تقدر ب (0.8%)، هاته النسبة التي تعتبر أقل من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (2.14%).

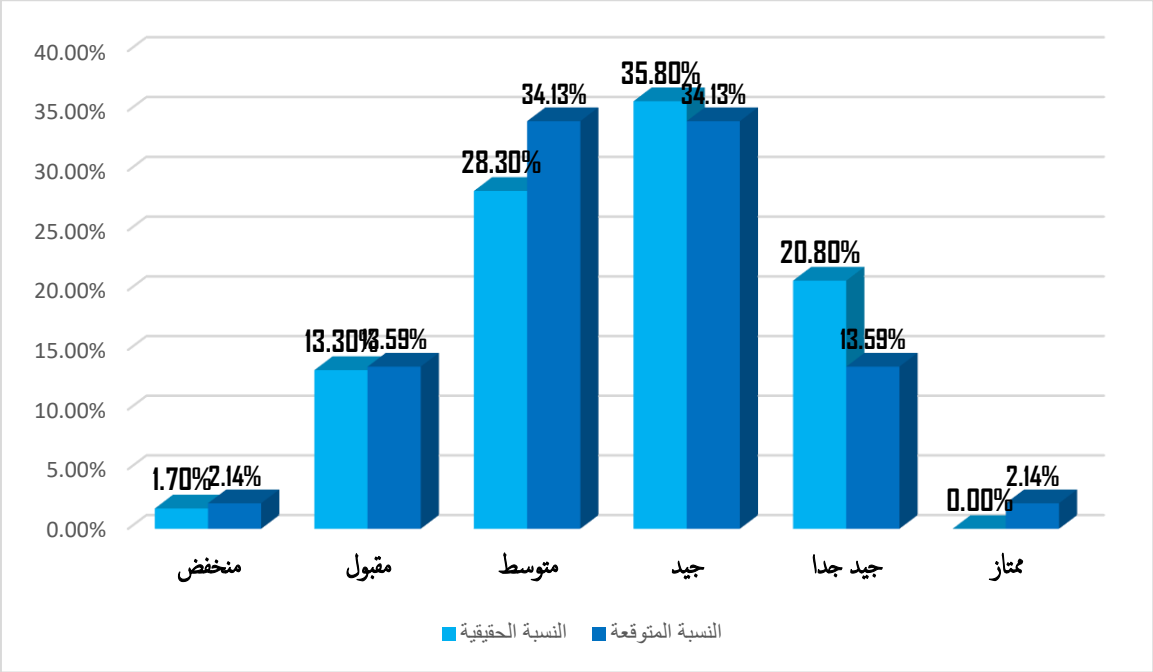


شكل 6: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار الجري المتعرج بالكرة.

جدول 16: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار تنطيط الكرة لاطول زمن.

المستوى	الدرجات المعيارية	الدرجات الخام	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي
ضعيف	أقل من 30	أقل من 77.55	02	1.7	2.14
مقبول	40-30	99.15-77.56	16	13.3	13.59
متوسط	50-40	120.76-99.16	34	28.3	34.13
جيد	60-50	142.37-120.77	43	35.8	34.13
جيد جدا	70-60	163.98-142.38	25	20.8	13.59
ممتاز	أكبر من 70	أكبر من 163.98	00	00	2.14
المجموع			120	100	99.73

يظهر الجدول رقم (16): أن عدد اللاعبين في المستوى "ضعيف" لعينة البحث في اختبار تنطيط الكرة لأطول زمن بلغ (02) لاعب، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (1.7%) هذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (2.14%). أما المستوى "مقبول"، فيمكن ملاحظة أن عدد اللاعبين في هذا المستوى بلغ (16) لاعبًا، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (13.3%)، وهذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (13.59%). وكان عدد اللاعبين في المستوى "متوسط" هو(34) بنسبة مئوية تقدر ب (28.3%)، وهذه النسبة والتي هي أقل النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي قدرت ب (34.13). وكان هناك تمركز جيد للاعبين في المستوى "جيد" بعدد بلغ (43) لاعب وبنسبة تقدر ب (35.8%)، هذه النسبة التي هي أكبر من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (34.13%). أما المستوى "جيد جدا" فقد بلغ عدد اللاعبين في هذا المستوى (25) لاعب وبنسبة تقدر ب (20.8%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (13.59%). وفي المستوى الأخير "ممتاز" لم يكن هناك أي لاعب.



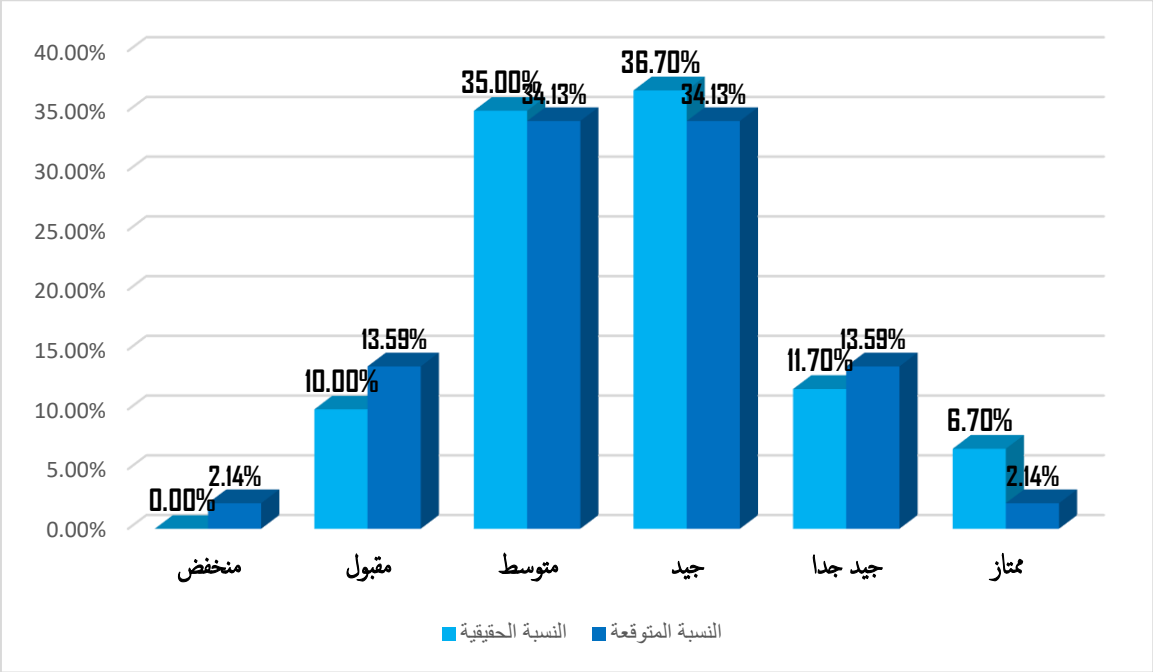
شكل 7: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار تنطيط الكرة.

جدول 17: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار دقة التصويب على المرمى.

المستوى	الدرجات المعيارية	الدرجات الخام	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي
ضعيف	أقل من 30	أقل من 2.41	00	00	2.14
مقبول	40-30	3.90-2.42	12	10.0	13.59
متوسط	50-40	5.40-3.91	42	35.0	34.13
جيد	60-50	6.89-5.41	44	36.7	34.13
جيد جدا	70-60	8.38-6.90	14	11.7	13.59
ممتاز	أكبر من 70	أكبر من 8.39	08	6.7	2.14
المجموع			120	100	99.73

يظهر الجدول رقم (17): لم يكن هناك تواجد للاعبين في المستوى "ضعيف" لعينة البحث في اختبار دقة التصويب . أما المستوى "مقبول"، فيمكن ملاحظة أن عدد اللاعبين في هذا المستوى بلغ (12) لاعبًا، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (10.0%)، وهذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (13.59%). وكان أكبر عدد اللاعبين في المستوى "متوسط" بعدد (42) بنسبة مئوية تقدر ب (35.0%)، وهذه

النسبة والتي هي أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي قدرت ب (34.13). وكان عدد اللاعبين في المستوى "جيد" بعدد بلغ (44) لاعب وبنسبة تقدر ب (36.7%)، هذه النسبة التي هي أكبر من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (34.13%). أما المستوى "جيد جدا" فقد بلغ عدد اللاعبين في هذا المستوى (14) لاعب وبنسبة تقدر ب (11.7%)، هاته النسبة التي تعتبر أقل من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (13.59%). وفي المستوى الأخير "ممتاز" كان هناك (8) لاعب بنسبة مئيوتقدر ب (6.7%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (2.14%).

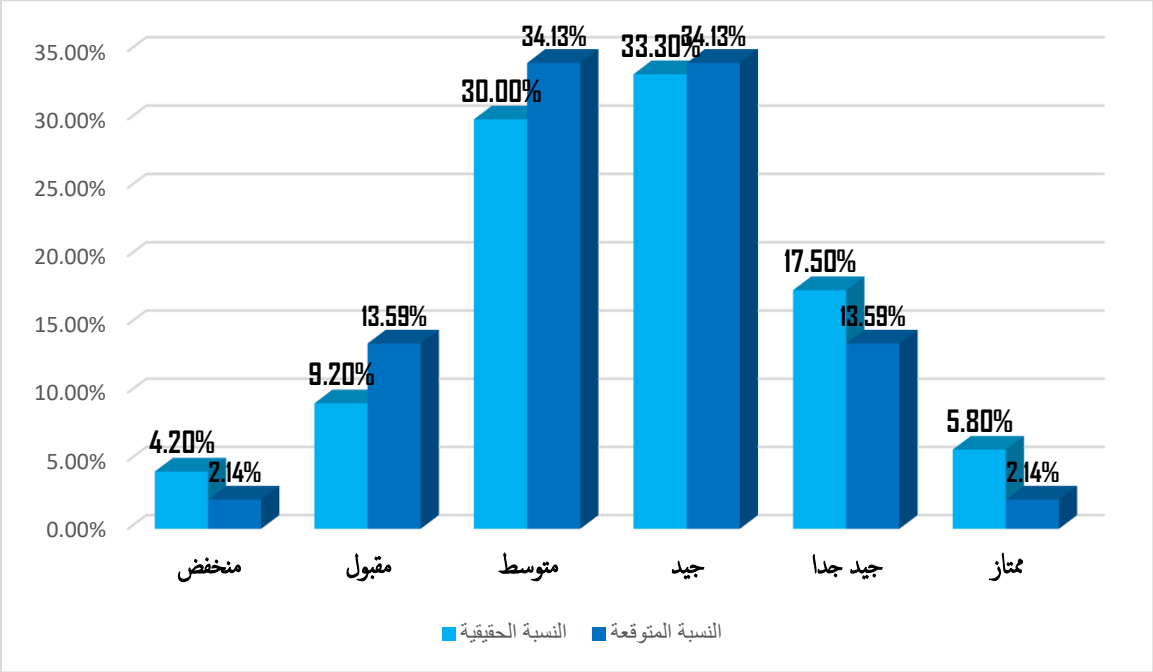


شكل 8: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار التصويب.

جدول 18: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار دقة التمرير الأرضي.

المستوى	الدرجات المعيارية	الدرجات الخام	التكرار	النسبة المئوية	النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي
ضعيف	أقل من 30	أقل من 2.04	05	4.2	2.14
مقبول	40-30	3.51-2.05	11	9.2	13.59
متوسط	50-40	4.97-3.52	36	30.0	34.13
جيد	60-50	6.43-4.98	40	33.3	34.13
جيد جدا	70-60	7.90-6.43	21	17.5	13.59
ممتاز	أكبر من 70	أكبر من 7.91	07	5.8	2.14
المجموع			120	100	99.73

يظهر الجدول رقم (18): أن عدد اللاعبين في المستوى "ضعيف" لعينة البحث في اختبار دقة التمرير الأرضي بلغ (05) لاعب، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (4.2%) هذه النسبة أكبر من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (2.14%). أما المستوى "مقبول"، فيمكن ملاحظة أن عدد اللاعبين في هذا المستوى بلغ (11) لاعبًا، مما يمثل نسبة مئوية تبلغ (9.2%)، وهذه النسبة أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي والتي تبلغ (13.59%). وكان عدد اللاعبين في المستوى "متوسط" هو(36) بنسبة مئوية تقدر ب (30.0%)، وهذه النسبة والتي هي أقل النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي قدرت ب (34.13). وكان هناك تمركز جيد للاعبين في المستوى "جيد" بعدد بلغ (40) لاعب وبنسبة تقدر ب (33.3%)، هذه النسبة التي هي أقل من النسبة المتوقعة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (34.13%). أما المستوى "جيد جدا" فقد بلغ عدد اللاعبين في هذا المستوى (21) لاعب وبنسبة تقدر ب (17.5%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (13.59%). وفي المستوى الأخير كان هناك (07) لاعب بنسبة مئوية تقدر ب (5.8%)، هاته النسبة التي تعتبر أكبر من النسبة المقررة في التوزيع الطبيعي التي تقدر ب (2.14%).



شكل 9: توزيع عينة الدراسة على المستويات المعيارية لاختبار القفز العمودي سرجنت.

3.1. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القدرات البدنية والقدرات المهارية لدى لاعبي كرة القدم.

جدول 19: يبين الاحصاء الوصفي لنتائج عينة الدراسة في اختبارات الدراسة.

الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
التحمل بريكسي	1246.84	53.10	0.068
القفز العمودي سرجنت	37.22	2.63	0.186
جري 20متر	3.66	0.258	0.842
الجري المكوكي	8.87	3.18	0.296
ثني الجذع	9.28	5.68	0.091
الجري المتعرج بالكرة	10.03	0.33	0.031
تنطيط الكرة	121.55	20.99	−0.158
دقة التصويب	5.27	1.35	0.160
دقة التمرير الأرضي	4.60	1.18	0.031

جدول 20: يبين العلاقة بين اختبار الجري المتعرج بالكرة مع اختبارات القدرات البدنية.

الاختبار	قيمة الارتباط	القيمة المعنوية	نوع الارتباط
التحمل بريكسي	−0.21	0.02	عكسي
القفز العمودي سرجنت	−0.16	0.07	عكسي
جري 20متر	0.18	0.03	طردي
الجري المكوكي	0.04	0.61	لا يوجد
ثني الجذع للأمام من الوقوف	−0.21	0.02	عكسي

من الجدول رقم (20): نلاحظ أن معامل الارتباط للاختبارت البدنية مع اختبار الجري المتعرج بالكرة كانت محصورة بين (0.21−) كأقل قيمة و(0.18) كأعلى قيمة، وكانت معظم الاختبارت دالة إحصائيا، كون القيمة المعنوية للاختبارت أقل من مستوى الدلالة 0.05، ما عدا اختبار الجري المكوكي الذي لم يظهر ارتباط باختبار الجري المتعرج بالكرة حيث كانت القيمة المعنوية له اكبر من 5%.

جدول 21: يبين العلاقة بين اختبار تنطيط الكرة في الهواء مع اختبارات القدرات البدنية.

الاختبار	قيمة الارتباط	القيمة المعنوية	نوع الارتباط
التحمل بريكسي	0.215	0.018	طردي
القفز العمودي سرجنت	0.054	0.559	لا يوجد
جري 20متر	−0.262	0.004	عكسي
الجري المكوكي	−0.149	0.105	لا يوجد
ثني الجذع للأمام من الوقوف	0.159	0.082	لا يوجد

من الجدول رقم (21): نلاحظ أن معامل الارتباط للاختبارت البدنية مع اختبار تنطيط الكرة في الهواء كانت محصورة بين (0.262−) كأقل قيمة و(0.215) كأعلى قيمة، وكانت معظم الاختبارت غير دالة إحصائيا كون القيمة المعنوية للاختبارت أكبر من مستوى الدلالة 0.05، باستثناء اختبار التحمل بريكسي واختبار جري 20متر اللذان أظهرا ارتباط باختبار تنطيط الكرة في الهواء حيث كانت القيمة المعنوية أقل من 5%.

جدول 22: يبين العلاقة بين اختبار التصويب على المرمى مع اختبارات القدرات البدنية.

الاختبار	قيمة الارتباط	القيمة المعنوية	نوع الارتباط
التحمل بريكسي	0.264	0.004	طردي
القفز العمودي سرجنت	0.187	0.041	طردي
جري 20متر	−0.407	0.00	عكسي
الجري المكوكي	−0.087	0.346	لا يوجد
ثني الجذع للأمام من الوقوف	0.161	0.078	لا يوجد

من الجدول رقم (22): نلاحظ أن معاملات الارتباط للاختبارت البدنية مع اختبار التصويب على المرمي كانت محصورة بين (0.407−) كأقل قيمة و(0.264) كأعلى قيمة، وكانت معظم الاختبارت دالة إحصائيا كون القيمة المعنوية للاختبارت أقل من مستوى الدلالة 0.05، ما عدا اختباري الجري المكوكي وثني الجذع للأمام من الوقوف اللذين لم يظهرا ارتباط باختبار التصويب على المرمى حيث كانت القيمة المعنوية لهما اكبر من 5%.

جدول 23: يبين العلاقة بين اختبار دقة التمرير الأرضي مع اختبارات القدرات البدنية.

الاختبار	قيمة الارتباط	القيمة المعنوية	نوع الارتباط
التحمل بريكسي	0.225	0.014	طردي
القفز العمودي سرجنت	0.099	0.282	لا يوجد
جري 20متر	−0.293	0.001	عكسي
الجري المكوكي	−0.136	0.138	لا يوجد
ثني الجذع للأمام من الوقوف	0.136	0.140	لا يوجد

من الجدول رقم (23): نلاحظ أن معاملات الارتباط للاختبارت البدنية مع اختبار دقة التمرير الأرضي تتراوح بين المدى (0.293−) كأقل قيمة و(0.225) كأعلى قيمة، ونلاحظ أن ثلاث اختبارات التي تتمثل في اختبار سرجنت والجري المكوكي واختبار ثني الجذع غير دالة إحصائيا، كون القيمة المعنوية للاختبارت أكبر من مستوى الدلالة 0.05، فيما كان هناك علاقة احصائية لاختباري بريكسي وجري 20 متر مع اختبار دقة التمرير الأرضي، حيث كانت القيمة المعنوية للاختبارين أقل من 5% معنوية.

2. مناقشة نتائج الدراسة:

1.2. مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى على أن : " المستوى المعياري للقدرات البدنية يقع ضمن المستوى الجيد لدى أواسط كرة القدم".

من خلال نتائج الجدول رقم (10) نتستنتج أن مستوى التحمل **لاختبار بريكسي** 5 دقائق لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى جيد يميل إلى المتوسط.

وقد جاءت نتائج الدراسة الحالية مطابقة للعديد من الدراسات السابقة حيث تطابقت مع دراسة بن نعمة بن عودة (2018) الذي بدوره توصل إلى أن مستوى التحمل يقع في المستوى المعياري الجيد لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة، وهذا أيضا ما توافق مع دراسة بلعمري ياسين (2022) الذي توصل إلى أن مستوى التحمل يقع في المستوى المتوسط لدى لاعبي كرة اليد 17-19 سنة.

إن تقدير مستوى الأداء في هذه الصفة مهم للغاية ويأتي بأولوية كبيرة نظرًا لأن إكمال مدة 90 دقيقة أو120 دقيقة في ظل المنافسة الشديدة ليس أمرًا سهلاً ويتطلب مجهودًا كبيرًا وقدرة على التحمل. فكثير من المباريات تُحسم في اللحظات الأخيرة أوحتى في وقت بدل الضائع (علي فهمي البيك، 1992).

يُعتبر التحمل أحد الجوانب الأساسية في مجال كرة القدم، حيث يُعَدُّ عنصراً أساسياً لممارسة معظم الأنشطة الحركية، ولا سيما تلك التي تتطلب استمرارية العمل لفترات طويلة مثل رياضة كرة القدم. كما يُعَدُّ التحمل العامل الرئيسي في تعزيز اللياقة البدنية بشكل عام. يُشير الباحث إلى أن النتائج التي تم التوصل إليها ترتبط بقدرة الرياضيين على تحسين الجهاز الدوري التنفسي ، وهذا يعزى جزئياً إلى الوحدات التدريبية المخصصة التي يقدمها المدربون، ويُعزى هذا الأمر أيضًا إلى القدرة الكبيرة للجهاز التنفسي على التطور والنمو.

من خلال نتائج الجدول رقم (11) نتستنتج أن مستوى القوة الانفجارية **لاختبار القفز العمودي لسرجنت** لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى جيد يميل إلى المتوسط.

توافقت نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة حيث تطابقت مع دراسة بن نعمة بن عودة (2018) الذي بدوره توصل إلى أن مستوى القوة الانفجارية للرجلين يقع في المستوى المعياري الجيد للاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة. كما توصل سعداوي فيصل (2020) إلى أن مستوى القوة الانفجارية مستوى مقبول حيث جاءت نتائج لاعبي فريقي وفاق سطيف ونجم مقرة 14-15سنة ضمن المستوى المعياري الجيد. أما بلعمري ياسين (2022) توصل إلى أن لاعبي كرة اليد 17-19 سنة لرابطة ولاية سطيف يتميزون بتنوع مستوياتهم في مستوى القدرة الانفجارية للاطراف السفلية مع تمركز عدد كبير من اللاعبين في المستوى المعياري الجيد. وفي دراسة اخرى توصل بسلطان حاج (2022) إلى أن حراس المرمى كرة القدم لأندية الجهة الغربية بالوطن أقل من 17 سنة تتنوع مستوياتهم في مستوى القدرة الانفجارية للاطراف السفلية مع تمركز عدد كبير من اللاعبين في المستوى المعياري المقبول والجيد. حيث تعتبر صفة القوة الانفجارية للاطراف السفلية عنصر مهم جدا لحارس المرمى حيث يستخدمها للارتماء والقفز في وجه الكرات المسددة من الخصم، وهي صفة فعالة وحاسمة في المباريات. أيضا توصل روام موسى (2017) إلى أن مستوى القوة الانفجارية لفرق النخبة الجزائرية الناشئين يقع ضمن المستوى المعياري الجيد.

من خلال نتائج الاختبار السابقة والخاصة بصفة القوة الانفجارية يمكن اعتبار هذه النتائج جيدة ومن الامكانية التنبؤ بمستويات عالية لعينة البحث إذا ما تم الاهتمام بهذه الصفة وتطويرها وتقنينها ضمن الوحدات التدريبية باعتبارها صفة مهمة عموما وفي كرة القدم خاصة حيث تساعد على الارتقاء وضرب الكرة بالرأس والتفوق في الكرات الهوائية دفاعيا وهجوميا، والتسديد، والتمرير الطويل، وتظهر أهمية القوة الانفجارية في كثير من نواحي النشاط الرياضي ذوالطبيعة المتغيرة من حيث الأداء الحركي. (حمد حازم أبويوسف ،2005، ص 37)

يرجع مستوى القوة الجيد لدى عينة البحث كون عينة البحث تلتزم بالتدريبات اليومية المبرمجة قصد تطوير مختلف الصفات البدنية ومن أهمها صفة القوة، فالقوة العضلية

عنصر فعال في تحقيق المستويات الجيدة للاعبي كرة القدم. حيث يؤكد (كمال عبد الحميد وحسنين، 1997) أن "القوة العضلية أحد مكونات اللياقة البدنية، حيث يتوقف عليها أداء معظم الأنشطة الرياضية، وتوافرها يضمن وصول الفرد إلى أعلى مراتب البطولة". (كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين، 1997، صفحة66)

يحتاج لاعب كرة القدم مستوى جيد من القوة خاصة في الأطراف السفلى التي تعتبر المحور الأساسي للنجاح في اللعبة. كما يرى(كازورلا، 2006) أن "القوة العضلية للأطراف السفلى تعتبر من العوامل الفارقة لتحقيق المستوى العالي في كرة القدم." (Cazorla. G,2006)

ويرى الباحث أن هذه الخاصية مهمة للاعب كرة القدم لذا يجب على المدرب الاهتمام بها والعمل على تطويرها ومن الأسباب الرئيسية لضعف القوة العضلية عدم إستخدام التدريب بالأثقال أوالكرات الطبية أومقاومة الزميل والركض على الرمال وصعود التلال. ولقد اثبت ماتفيف(1996Matveev.) أن تنمية القوة العضلية والقدرة على الوصول للمستوى العالي يكون عن طريق التدريب السنوي المنتظم، أما عدم الانتظام والزيادة في التدريب ينتج عنه نقص كبير في مستوى نموالحالة التدريبية.

من خلال نتائج الجدول رقم (12) نتستنتج أن مستوى السرعة **لاختبار جري 20 متر** لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى جيد حيث تركز معظم اللاعبين في المستوى المعياري الجيد.

وقد جاءت نتائج الدراسة الحالية مطابقة للعديد من الدراسات السابقة حيث تطابقت مع دراسة بن نعمة بن عودة (2018) الذي بدوره توصل إلى أن مستوى السرعة يقع في المستوى المعياري الجيد لدى لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة، وهذا أيضا ما توافق مع دراسة سعداوي فيصل (2020) إلى أن مستوى السرعة مستوى مقبول حيث جاءت نتائج لاعبي فريقي وفاق سطيف ونجم مقرة 14-15سنة ضمن المستوى المعياري الجيد وهذا يشير إلى وجود العديد من المواهب الشابة التي يمتلك الاستعداد للنجاح في اللعبة. بخلاف ذلك توصل بلعمري ياسين (2022) إلى أن لاعبي كرة اليد 17-19 سنة لرابطة ولاية سطيف تتنوع مستوياتهم في مستوى السرعة لاختبار 30 متر حيث تمركز عدد كبير من اللاعبين في المستوى المعياري المتوسط. أيضا توصل روام موسى

(2017) إلى أن مستوى السرعة لفرق النخبة الجزائرية الناشئين يقع ضمن المستوى المعياري المتوسط.

مما سبق نتستنتج أن مستوى السرعة لاختبار جري 20 متر من الانطلاق العالي لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى جيد.

هذه النتائج تشير إلى وجود مواهب شابة في الكرة الجهوية تحتاج العناية والتدريب اللازم، حيث أن هذه الصفة غالبًا ما تكون وراثية بشكل بارز، ونسبة تطويرها تكون ضئيلة . (Costill & Wilmore, 2011) واختلاف نتائج الدراسات يمكن تفسيره في المقام الأول بالفروق الفردية من الناحية الفسيولوجية (نايف مفضي الجبور، 2012)

فالسرعة من الصفات الهامة للأداء المهاري والنجاح في لعبة كرة القدم. يرى صالح أبوخيط أن السرعة "تعتبر محددا هاما لنتائج كرة القدم، إذ أصبح الأداء البدني والمهاري والخططي يعتمد في أغلب أجزائه على السرعة." (صالح بشير أبوخيط، 2007، صفحة 263). فصفة السرعة من أهم متطلبات كرة القدم الحديثة. (Bernard Turpin,2002, p. 2002)

ويجب ملاحظة أن هذه الصفة حاسمة في المباريات، حيث تغير نتيجة العديد من المباريات بفعل هجمات سريعة (عامر فاخر شغاتي، 2014). وبناءً على ذلك، يجب اختيار أفضل العناصر الرياضية الشابة الذين يتمتعون بهذه الصفة بكامل قدراتها .

من خلال نتائج الجدول رقم (13) نتستنتج أن مستوى التوافق **لاختبار الجري المكوكي** لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى جيد نظرا لتركز جل عينة البحث في هذا المستوى.

توافقت نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة حيث تطابقت مع دراسة بن نعمة بن عودة (2018) الذي بدوره توصل إلى أن مستوى الرشاقة والتوافق يقع في المستوى المعياري الجيد عند لاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة. كما توصل سعداوي فيصل (2020) إلى أن لاعبي فريقي وفاق سطيف ونجم مقرة 14-15سنة يتميزون بمستوى مقبول في الرشاقة والتوافق حيث جاءت جل النتائج ضمن المستوى المعياري الجيد. أما بلعمري ياسين (2022) توصل إلى أن لاعبي كرة اليد 17-19 سنة لرابطة ولاية سطيف يتميزون بتنوع مستوياتهم في مستوى الرشاقة مع تمركز عدد كبير من اللاعبين في المستوى المعياري المتوسط القريب من الجيد. وفي دراسة اخرى توصل

بسلطان حاج (2022) إلى أن حراس المرمى كرة القدم لأندية الجهة الغربية بالوطن أقل من 17 سنة تتنوع مستوياتهم في مستوى التوافق مع تمركز عدد كبير من اللاعبين في المستوى المعياري المقبول والجيد. حيث تعتبر صفة التوافق عنصر مهم جدا لحارس المرمى حيث يستخدمها في تحركاته في اتجاهات مختلفة لصد الكرات المسددة من الخصم أولقطع الكرات الموزعة والممرة للمهاجمين، وهي صفة فعالة وحاسمة في المباريات.

يعتبر التوافق عنصر مهم يجب على المدربين الاهتمام بتطويره منذ الصغر، حيث يساهم التوافق في تعزيز الأداء المهاري وتحسين التوقيت الحركي. هذا يساعد في تطوير الصفات البدنية الأخرى وتحقيق النجاح الرياضي البارز.

صفة التوافق هي واحدة من أكثر الصفات البدنية استخدامًا في كرة القدم، حيث تظهر في جميع حركات الخداع سواء بالكرة أوبدونها، وتتعلق بالتوافق العصبي العضلي والدقة في أداء المهارات. ما يميز فريق ما عن غيره بفعل امتلاك لاعبيه لمستوى عالي من التوافق، ويعد التوافق جزءاً لا يتجزأ من صفاتهم البدنية، حيث تشمل قدرتهم على تغيير اتجاهات أجسادهم أووضعياتهم بسرعة خلال اللعب، سواء في الهواء أوعلى الأرض، بالإضافة إلى القدرة على الانطلاق السريع، والتوقف، والمراوغة، أودمج عدة مهارات في إطار واحد.

ما يفسر وجود عدد معتبر من اللاعبين في المستويات الأدنى. عن عدم قدرة بعض المدربين على تطوير التوافق لدى اللاعبين يعود إلى ضعف قدراتهم ومستواهم العلمي، ونقص خبرتهم التدريبية في استخدام التمارين المناسبة للتوافق خلال الحصص التدريبية.

من خلال نتائج الجدول رقم (14) نتستنتج أن مستوى المرونة **لاختبار ثني الجذع من الوقوف** لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى يميل إلى المتوسط.

توافقت نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة حيث تطابقت مع دراسة بن نعمة بن عودة (2018) الذي بدوره توصل إلى أن مستوى المرونة يقع في المستوى المعياري المتوسط للاعبي كرة القدم أقل من 20 سنة، وأرجع ذلك إلى تغييب ذوي الهادات والكفاءات في العملية التدريبية والاعتماد على لاعبين سابقين دون التأكيد على المستوى العلمي. بينما توصل سعداوي فيصل (2020) إلى أن مستوى المرونة

مستوى مقبول حيث جاءت نتائج لاعبي فريقي وفاق سطيف ونجم مقرة 14-15سنة ضمن المستوى المعياري المتوسط. وفي دراسة اخرى توصل بسلطان حاج (2022) إلى أن حراس المرمى كرة القدم لأندية الجهة الغربية بالوطن أقل من 17 سنة تتنوع مستوياتهم في مستوى المرونة مع تمركز عدد كبير من اللاعبين في المستوى المعياري المقبول والجيد، فالافتقار لصفة المرونة وتدني مستواها للاعبين تعد سبب رئيسي في نقص الأداء المهاري وحدوث التعب السريع (حسين علي حسن، 2015، 288). أيضا توصل إلى روام موسى (2017) إلى أن مستوى المرونة لفرق النخبة الجزائرية الناشئين يقع ضمن المستوى المعياري الجيد.

من خلال النتائج السابقة نلاحظ تراجع في مستوى المرونة لدى اللاعبين، فتدني مستوى المرونة للاعب كرة القدم يحد من استخدام الخصائص البدنية الأخرى بشكل إيجابي، وزيادة المرونة يحسن أداء مهارة ضرب الكرة بالرأس في الهواء بفعالية، وتعمل مرونة الرجلين على تعزيز القدرة على المراوغة، وتساعد في الأداء الصحيح لمهارة التمرير والتسديد وبدقة عالية، كما أن الافتقار الى صفة المرونة يعرض اللاعب لخطورة التعرض للإصابات في المفاصل والعضلات.

وتوصل (كازرولا، 2006): أن المرونة تعمل على التحسين من فعالية المهارات الحركية والأداء المهاري للاعبين، والوقاية من الاصابات الخطيرة للعضلات والمفاصل وعلى مستوى الأربطة. ويؤكد ذلك (بطرس رزق الله، 1994) حيث أكد أنه لا يمكن للاعب أداء المهارة الحركية بطريقة فنية صحيحة واحترافية في غياب تطوير صفة المرونة.

يشير محمد حازم أبويوسف إلى أهمية المرونة كقدرة حركية أساسية، حيث تكمل باقي القدرات الحركية مثل التحمل والسرعة والقوة والرشاقة، والتي تشكل الأساس في تعلم وتطوير الأداء في كرة القدم. كما يؤكد على دورها البارز في تحسين أداء لاعبي كرة القدم، حيث أن معظم المهارات تعتمد على مرونة المفاصل ومرونة العضلات عند تنفيذها، مثل التصويب على المرمى ورمية التماس. (أبو حازم، 2005، صفحة 39)

ومن خلال تحليل نتائج الجداول السابقة نستنتج أن المستوى المعياري للقدرات البدنية يقع ضمن المستوى الجيد، وحسب الفرضية الأولى التي تنص على : " المستوى المعياري للقدرات البدنية يقع ضمن المستوى الجيد لدى أواسط كرة القدم".

إذن وبعد دراسة متغيرات الفرضية الأولى **(التحمل بريكسي، القفز العمودي لسرجنت، جري 20 متر، الجري المكوكي، ثني الجذع من الوقوف)** يمكن أن نقول أن **الفرضية الأولى تحققت في كامل متغيرتها أوأجزائها** وأكدتها الدرسات السابقة والنظرية.

2.2. مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية على أن: "المستوى المعياري للقدرات المهارية يقع ضمن المستوى الجيد لدى أواسط كرة القدم".

من خلال نتائج الجدول رقم (15) نتستنتج أن مستوى السيطرة على الكرة **لاختبار الجري المتعرج بالكرة** لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى جيد يميل إلى المتوسط.

توافقت نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة حيث تطابقت مع دراسة بن نعمة بن عودة(2017) الذي بدوره توصل إلى أن مستوى لاعبي اواسط كرة القدم لأندية الضفة الغربية من الوطن الجزائري لديهم مستوى جيد في مهارة السيطرة على الكرة لاختبار الجري المتعرج بالكرة. وتعتبر هاته المهارة مهمة جدا خاصة لدى المهاجمين فهي تصنع الفارق في المباريات، حيت تساعد على اختراق دفاعات المنافسين، فكلما زادت تطور هاته المهارة زادت فرصة مراوغة المنافسين بسلاسة وانسيابية، كما يحتاجها أيضا لاعبي الدفاع فهي تساعدهم من اخراج الكرة من منطقتهم وايصالها الى المهاجمين خاصة الاجنحة فهي تساعد على الخروج بالكرة مع وجود مساحات كافية للعب.

أيضا توصل روام موسى (2017) إلى أن مستوى الجري المتعرج بالكرة لفرق النخبة الجزائرية الناشئين يقع ضمن المستوى المعياري الجيد.

على الرغم من توجه كرة القدم الحديثة نحوالتركيز على السرعة وتبادل التمريرات السريعة بدلاً من الاعتماد على الجري بالكرة لمسافات طويلة، إلا أن استخدام الجري بالكرة لا يزال ضروريًا في العديد من الحالات خلال المباريات، فيحتاجها لاعبوا الدفاع للخروج بالكرة كما يحتاجها لاعبوا الوسط والهجوم في الهروب بالكرة أثناء الهجمات العادية والهجمات المرتدة بصفة خاصة فهي تخلق الفارق والمسافات التي تسمح للاعبين بتجاوز الدفاعات وتسجيل الأهداف، فهذه المهارة مطلوبة كثيرا للاعبين المهاجمين خاصة لاحراز الاهداف والنتائج وتحقيق الألقاب. كما يرى الحاوي أن هذه المهارة جد حاسمة

وتصنع الفارق خاصة عند الهاجمين. (الحاوي، 2002) كما تعبر مهمة أيضا عند المدافعين في المواقف الدفاعية والمواقف التي تتطلب الخروج بالكرة وبناء الهجمة المرتدة. (أبو عبده، 2008)

من خلال نتائج الجدول رقم (16) نتستنتج أن مستوى السيطرة على الكرة **لاختبار تنطيط الكرة لأطول زمن** لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى جيد.

توافقت نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة حيث تطابقت مع دراسة بن نعمة بن عودة(2017) الذي بدوره توصل إلى أن مستوى لاعبي اواسط كرة القدم لأندية الضفة الغربية من الوطن الجزائري لديهم مستوى جيد في مهارة السيطرة على الكرة. أيضا توصل روام موسى (2017) إلى أن مستوى السيطرة على الكرة لفرق النخبة الجزائرية الناشئين يقع ضمن المستوى المعياري الجيد.

تعتبر مهارة السيطرة على الكرة من بين المهارات الأساسية الصعبة في كرة القدم، حيث يتطلب من اللاعب حساسية عالية تجاه حركة الكرة ليتمكن من السيطرة عليها. إذ يمكن أن يؤدي الفشل في ذلك إلى فقدان الكرة، مما يجعل اللاعب غير قادر على تسجيل الأهداف أوتنفيذ الحركات الفنية بشكل صحيح، وخسارة الكرة للخصم كثيرا يؤدي إلى عدم الانضباط التكتيكي وخسارة الهجمات واتاحة الفرصة للمنافس للاستحواذ المطول على الكرة وايجاد الثغرات، وخسارتها في مناطق الهجوم يعطي إمكانية للمنافس في تنفيذ الهجمات المرتدة الحاسمة، وخسارتها في المناطق الدفاعية يعطي الفرصة للمنافس على التسجيل.

من خلال نتائج الجدول رقم (17) نتستنتج أن مستوى مهارة التصويب **لاختبار دقة التصويب على المرمى** لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى جيد يميل إلى المتوسط.

توافقت نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة حيث تطابقت مع دراسة بن نعمة بن عودة(2017) الذي بدوره توصل إلى أن مستوى لاعبي اواسط كرة القدم لأندية الضفة الغربية من الوطن الجزائري لديهم مستوى جيد في مهارة دقة التصويب. أيضا توصل روام موسى (2017) إلى أن مستوى دقة التصويب لفرق النخبة الجزائرية الناشئين يقع ضمن المستوى المعياري الجيد.

وهذا ما يتوافق مع مفتي حماد إذ يعتبر التصويب في كرة القدم عملية حاسمة لتحقيق الأهداف، وعلى الرغم من وجود أساليب متعددة للتصويب، إلا أن أنسب الأساليب لتنفيذه هومن خلال الضربة العادية بالقدم بواسطة المشط. يتطلب تنفيذ هذه الضربة بشكل صحيح تحقيق عنصري الدقة والقوة.

إن التصويب يحتاج إلى الربط بين التوقيت الصحيح والأداء الفني السليم، فضلا عن الإختيار الصحيح للمكان الذي ستتوجه إليه الكرة، واستغلال جميع الظروف المهارية والبدنية والنفسية والخارجية، وعموما فإنه كلما إزدادت خبرة اللاعب كلما إستطاع أن يصوب إلى المرمى بدقة في المكان المناسب وبالقوة المناسبة . (حماد م.، 1993، صفحة 64)

من خلال نتائج الجدول رقم (18) نتستنتج أن مستوى مهارة التمرير **لاختبار دقة التمرير الأرضي** لدى أواسط كرة القدم في ضوء المستويات المعيارية مستوى جيد.

توافقت نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة حيث تطابقت مع دراسة بن نعمة بن عودة(2017) الذي بدوره توصل إلى أن مستوى لاعبي اواسط كرة القدم لأندية الضفة الغربية من الوطن الجزائري لديهم مستوى جيد في مهارة دقة التمرير. أيضا توصل روام موسى (2017) إلى أن مستوى دقة التمرير لفرق النخبة الجزائرية الناشئين يقع ضمن المستوى المعياري الجيد.

وهذا ما يتوافق مع عبد الجواد أنه يستخدم التمرير في كرة القدم في أوسع مدى نظرا لكبر مساحة الملعب ولصعوبة تقدم اللاعب بالكرة بمفرده دون مقاومة، والتمرير بالإضافة إلى جميع المزايا التي يتمتع بها، يوفر الوقت والجهد ويجعل الإستفادة من الفرص الكثيرة ممكنة إلى حد اقصى، خاصة إذا أحسن إتخاذ المراكز الصحيحة لإستقبال التمرير (عبد الجواد، 1988، صفحة 52)

ومن خلال تحليل نتائج الجداول السابقة نستنتج أن المستوى المعياري للقدرات المهارية يقع ضمن المستوى الجيد، وحسب الفرضية الثانية التي تنص على : " المستوى المعياري للقدرات المهارية يقع ضمن المستوى الجيد لدى أواسط كرة القدم".

إذن وبعد دراسة متغيرات الفرضية الثانية **(الجري المتعرج بالكرة، تنطيط الكرة لأطول زمن، دقة التصويب على المرمى، دقة التمرير الأرضي)** يمكن أن نقول أن **الفرضية الثانية تحققت في كامل متغيرتها أوأجزائها** وأكدتها الدرسات السابقة والنظرية.

3.2. مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

نصت الفرضية الثالثة على أن : " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القدرات البدنية والقدرات المهارية لدى لاعبي كرة القدم ".

من خلال النتائج المبينة في الجداول رقم (20 ، 21 ، 22 ، 23) يبين العلاقة الإحصائية بين القدرات البدنية والقدرات المهارية لدى لاعبي كرة القدم، فعند مناقشة العلاقة بين إختبار **الجري المتعرج بالكرة مع إختبارات القدرات البدنية** في الجدول رقم (20) يتضح أن كانت معظم الإختبارات دالة إحصائيا كإختبار التحمل بريكسي **(علاقة عكسية)**، وإختبار القفز العمودي سرجنت **(علاقة عكسية)**، وإختبار جري 20 متر **(علاقة طردية)**، وإختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف **(علاقة عكسية)**، الذي أظهرا إرتباط بإختبار **الجري المتعرج بالكرة** حيث كانت القيمة المعنوية له أقل من 5%، كون القيمة المعنوية للإختبارات أقل من مستوى الدلالة 0.05، ما عدا إختبار الجري المكوكي الذي لم يظهر إرتباط بإختبار **الجري المتعرج بالكرة** حيث كانت القيمة المعنوية له أكبر من 5%، أما بخصوص العلاقة بين إختبار **تنطيط الكرة في الهواء مع إختبارات القدرات البدنية** في الجدول رقم (21) يتضح أنه كانت معظم الإختبارات غير دالة إحصائيا كإختبار القفز العمودي لسرجنت والجري المكوكي وثني الجذع للأمام من الوقوف أظهرا لا وجود لإرتباط بإختبار **تنطيط الكرة في الهواء** حيث كانت القيمة المعنوية له أكبر من 5%، كون القيمة المعنوية أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بإستثناء إختبار التحمل بريكسي **(علاقة طردية)**، وإختبار جري 20 متر **(علاقة عكسية)**، اللذان أظهرا إرتباط بإختبار **تنطيط الكرة في الهواء** حيث كانت القيمة المعنوية له أقل من 5%، وبخصوص العلاقة بين إختبار **التصويب على المرمى مع إختبارات القدرات البدنية** في الجدول رقم (22) يتضح أنه كانت معظم الإختبارات دالة إحصائيا كإختبار التحمل بريكسي **(علاقة طردية)**، وإختبار القفز العمودي لسرجنت **(علاقة طردية)**، وإختبار جري 20 متر **(علاقة عكسية)**، الذي أظهرا إرتباط بإختبار **التصويب على المرمى** حيث كانت القيمة المعنوية له أقل من 5%، كون القيمة المعنوية للإختبارات أقل من مستوى الدلالة 0.05، ما عدا إختبار الجري المكوكي وإختبار ثني الجذع للأمام من الوقوف أظهرا لا وجود لإرتباط بإختبار **التصويب على المرمى** حيث كانت القيمة المعنوية له أكبر من 5%، كون القيمة المعنوية أكبر من مستوى الدلالة 0.05، أما بخصوص العلاقة بين إختبار **دقة التمرير**

الأرضي مع إختبارات القدرات البدنية في الجدول رقم (23) يتضح أنه كانت معظم الإختبارات غير دالة إحصائيا كإختبار القفز العمودي لسرجنت والجري المكوكي وثني الجذع للأمام من الوقوف أظهرا لا وجود لإرتباط بإختبار **دقة التمرير الأرضي** حيث كانت القيمة المعنوية له أكبر من 5%، كون القيمة المعنوية أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بإستثناء إختبار التحمل بريكسي **(علاقة طردية)**، وإختبار جري 20 متر **(علاقة عكسية)**، اللذان أظهرا إرتباط بإختبار **دقة التمرير الأرضي** حيث كانت القيمة المعنوية له أقل من 5%، حيث تظهر الأبحاث أن القوة العضلية لها تأثير كبير على تطوير وتحسين صفات بدنية أخرى مثل السرعة، والتحمل، والرشاقة، حيث تعد القوة العضلية من الصفات البدنية المهمة التي من الضروري ان يتمتع بها كل شخص رياضي أوغير رياضي إذ ترتبط مع الصفات البدنية الأخرى . (روام، 2017، صفحة 13)، وأيضا تعد المرونة عنصرًا أساسيًا ضمن مكونات اللياقة البدنية أثناء الأداء الحركي في المجال الرياضي. وتشكل مع الصفات البدنية الأخرى جزءًا لا يتجزأ من الأساس الذي يقوم عليه اكتساب وتطوير الأداء الحركي بشكل فعال.(علاوي، 1992، صفحة 318)

حيث يعتبر جري اللاعب في كرة القدم بالقدرة على تغيير سرعته واتجاهه بسرعة ودقة أثناء الجري، مما يجعله يتفوق في التحكم بموقفه والتعامل مع الكرة بشكل أكثر فعالية، الجري يتطلب مرونة وقوة في الكتفين والاستجابة السريعة.(محسن و ناجي، 1976، صفحة 38)

كما يُعبّر علماء التربية البدنية والرياضة في ميدان التربية البدنية والرياضة مصطلح "الخصائص البدنية" أو"الحركية" للإشارة إلى القدرات الحركية والبدنية للإنسان. وتتضمن هذه القدرات العديد من العناصر المهمة مثل القوة، والسرعة، والتحمل، والرشاقة، والمرونة. ويقومون بربط هذه الصفات بما يعرف بـ "الفورمة الرياضية"، والتي تتشكل من خلال تكامل العناصر البدنية، والعناصر الفنية والخططية، والعناصر النفسية.(البسيوني و الشاطئ، 1992)

ومن خلال تحليل نتائج الجداول السابقة نستنتج أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القدرات البدنية والمهارية، وحسب الفرضية الثالثة التي تنص على : " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القدرات البدنية والقدرات المهارية لدى لاعبي كرة القدم ".

إذن وبعد دراسة متغيرات الفرضية الثالثة يمكن أن نقول أن **الفرضية الثالثة تحققت في كامل متغيراتها أوأجزائها** وأكدتها الدراسات السابقة والنظرية.

خاتمة

الخاتمة:

أخيرًا، ما يمكن أن نصل إليه في الخاتمة، وبالنظر إلى النتائج التي توصل إليها الباحث، يمكن استنتاج أن فرق الناشئين في كرة القدم بالجزائر تحتاج إلى اهتمام خاص من خلال تطبيق اختبارات بدنية ومهارية في بداية موسم التحضير، تلك الاختبارات ستكون أداة تقويم فعالة لقياس القدرات البدنية والمهارية للاعبين، وبالتالي ستساهم في تحسين عملية اختيار الأفضل وضبط تدريبهم بشكل أفضل، وهذا يعتبر أمرًا حيويًا لرفع مستوى كرة القدم في هذه المرحلة العمرية والاستفادة القصوى من مواهب اللاعبين الناشئين.

أن تقدم البحث العلمي في مجال التحضير البدني الرياضي جوانب مهمة لرفع مستوى الأداء الرياضي، ويعكس التفوق الذي يشهده العديد من اللاعبين في مختلف أنحاء العالم نتائج الأبحاث والمعرفة التي تم التوصل إليها. يعود هذا التطور إلى الخبرات المكتسبة في التطبيق العلمي والتدريب والبحث والتجارب العلمية، التي تؤثر بشكل كبير على مستوى الأداء الرياضي والنتائج التي يحققونها في المنافسات الرياضية.

على الرغم من شهرة وانتشار المنافسات والبطولات الرياضية في جميع أنحاء العالم، فإن الرياضة بشكل عام وكرة القدم بشكل خاص تحظى بشغف كبير. وقد وصلت البطولات والمنافسات الرياضية إلى ذروتها في السنوات الأخيرة، مما يعكس التقدم الكبير الذي شهدته كرة اليد الحديثة. ويرجع هذا التقدم في الغالب إلى إعداد وتطوير اللاعبين والمدربين والبرامج التدريبية بناءً على أسس علمية في مجال التدريب الرياضي الحديث.

تعتبر البرامج التدريبية المنظمة على أسس علمية الطريق الوحيد للوصول إلى مستويات رياضية متقدمة، فقد زال الزمن الذي كان فيه بعض المدربين يعتمدون على تجاربهم الشخصية ومهاراتهم الفردية في تطوير مستوى اللاعبين. وبالتالي، فإن الوصول إلى أعلى مستويات الأداء الرياضي في كرة اليد يتطلب التخطيط الرياضي الجيد، بناءً على أسس علمية قوية في مجال التدريب الرياضي الحديث.

من الأسس العلمية لإعداد البرامج التدريبية هوالاعتماد على تقنيات ووسائل التقييم، بما في ذلك الاختبارات والقياسات. تلعب هذه الأدوات دورًا هامًا في تحديد مستوى قدرات اللاعبين وتقدمهم خلال فترة التدريب، وتساعد على تحديد الأخطاء والنواقص في البرامج التدريبية لسرعة التعديل والتحسين.

وبالإستناد إلى جميع المعطيات النظرية والتطبيقية التي سبق ذكرها، ومن خلال مواجهة مشكلة ميدانية مطروحة تتمثل في تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية كمحددات لإنتقاء لاعبي كرة القدم أواسط، قام الباحث بصياغة فرضية عامة لتساؤلات البحث، وانبثقت عنها ثلاث فرضيات جزئية. ومن أجل تأكيد صحتها أونفيها، قام الباحث بتحديد مجموعة من الاختبارات البدنية والمهارات الأساسية وبعض القياسات الجسمية، وقدمها لمجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال كرة القدم لتقييمها وتحكيمها، وذلك لجعلها مناسبة لموضوع الدراسة ولإضفاء مصداقية وموضوعية عليها.

وبعد تطبيق الاختبارات، تم الحصول على مجموعة من النتائج في مختلف جوانب الدراسة. وبعد عرض النتائج وتحليلها فيما يتعلق بموضوع الدراسة، تبين أنها منطقية إلى حد ما، خاصة بالنظر إلى ما وصلت إليه مستويات كرة القدم الجزائرية من تدني وتدهور على مستوى الفرق المحلية والمنتخب الوطني مقارنة بالمستوى العالمي. وتوصل الباحث أيضًا إلى أن المستويات المعيارية تختلف من منطقة إلى أخرى، وينبغي مراعاة البيئة في عمليات اختيار اللاعبين المبتدئين في كرة القدم، وذلك لأن كل بيئة لها خصائصها التي تميزها.

ومن بين أهداف القياس أيضًا تحديد الإنجازات التي تم التوصل إليها ومراقبة التقدم الذي يحققه اللاعبون نتيجة المشاركة في البرامج التدريبية. وبالاستناد إلى هذه القياسات، يمكننا تقدير مدى تحقيق الأهداف الموضوعة ومقارنتها بالأهداف الواقعية، مما يسهل على المدربين اتخاذ القرارات اللازمة لتحسين الأداء وتحقيق النجاحات.

وعلى الرغم من تحقيق عدة أهداف في هذه الدراسة، فإن الطرق والاختبارات المستخدمة يمكن أن تكون محورًا للتطوير المستقبلي، سواء من خلال استخدامها في عمليات التدريب أوفي دراسات أخرى.

الإقتراحات

الاقتراحات:

بناءً على النتائج التي تم الوصول إليها في هذا البحث، تم اقتراح مجموعة من الإجراءات والتوصيات التي يمكن تلخيصها كما يلي:

- يجب على المدربين اعتماد اختبارات بدنية ومهارية محددة لاختيار اللاعبين في كرة القدم، سواء لتمثيل المنتخبات الوطنية أوالانضمام للأندية، وعدم الاكتفاء بإجراء المباريات والمراقبة.
- ينبغي على الرابطات الجهوية لكرة القدم اعتماد معايير الاختبارات التي تم تطويرها في هذه الدراسة لاختيار اللاعبين في أنديتها وتعميمها على المجتمع الرياضي.
- يجب على المدربين الاستفادة من الاختبارات المقياسة والمعايير البدنية والمهارية التي تم تطويرها في هذا البحث لتقييم قدرات اللاعبين وتحسين تدريبهم.
- ينبغي تطوير مهارات المدربين القدامى الذين يشرفون على تدريب اللاعبين الناشئين وتأهيلهم من خلال دورات تدريبية تقوم بها خبراء في مجال التدريب الرياضي. إدخال المدربين والباحثين في تربصات وطنية ودولية للاستفادة من التقنيات الحديثة في التقييم والاختبارات في مجال التدريب الرياضي.
- توفير معدات وأدوات حديثة لإجراء الاختبارات والقياسات للاعبين في مختلف مراحل التدريب الرياضي.
- إجراء دراسات لإعداد بطارية اختبارات ومستويات معيارية على عينات متنوعة من الفئات الممارسة لكرة القدم، لتوجيه عمليات الانتقاء والتخطيط للبرامج التدريبية ومتابعة مستوى أداء اللعب.

المصادر والمراجع

المصادر:

1. القرآن الكريم

المراجع العربية:

2. احمد حسن علاوي .(2000) *بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي* .القاهرة: دار الفكر العربي.
3. البيك علي فهمي. (1992). *أسس إعداد العب كرة القدم واألللعاب الجماعية*. الإسكندرية: مطبعة التوني.
4. الحاج بسلطان. (2018). *تحديد مستويات معيارية لبعض القياسات والاختبارات الأنثروبومترية والبدنية لاختيار حراس المرمى بكرة القدم للفئة العمرية تحت 17 سنة*. مستغانم: جامعة عبد الحميد ابن باديس.
5. الديلمي فيصل عياش .مستغانم .(مطبعة التربية البدنية .*المجلة العلمية للثقافة البدنية والرياضية*.
6. السلمان مالك مخول .(1998) .*كرة القدم بين المصالح والمفاسد الشرعية* .بيروت: دار ابن حزم.
7. أمر الله البساطي. (1997). *التدريب والاعداد البدني في كرة القدم*. الاسكندرية: منشأة المعارف.
8. بسطويسي أحمد. (1999). *أسس ونظريات التدريب الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
9. بنعمة بن عودة. (2018). *تحديد مستويات معيارية لبعض المحددات البدنية والمهارية لاختيار لاعبي كرة القدم تحت 20 سنة*. مستغانم: جامعة مستغانم.
10. تامر محسن، وواثق ناجي. (1976). *كرة القدم وعناصرها الاساسية* . المطبعة الجامعية بغداد.
11. تشارلز يوتشر. (1964). *ترجمة حسن معوض ، كمال صالح : أسس التربية البدنية*. القاهرة: المكتبة الانجلومصرية.
12. حامد عبد السلام زهران. (1972). *علم نفس النمومن الطفولة إلى المراهقة*. القاهرة: عالم الكتاب.
13. حسن السيد أبوعبده. (2008). *الاعداد المهاري للاعبي كرة القدم (النظرية والتطبيق)* (المجلد 8). الاسكندرية: مكتبة الإشعاع الفنية.
14. حنفي محمود مختار. (1978). *الاسس العلمية في تدريب كرة القدم*. مصر: دار الفكر العربي.
15. حنفي محمود مختار. (1997). *مدرب كرة القدم*. القاهرة: دار الفكر العربي.
16. حيدر عبد الرزاق العبادي. (2015). *أساسيات البحث العلمي في التربية البدنية وعلوم الرياضة*. البصرة: شركة الغدير للطباعة والنشر.
17. روام موسى .(2017) .*بناء معايير بدنية ومهارية النتقاء العبي فرق النخبة الجزائرية في كرة القدم* . شلف: جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف.

18. ريسان خريط مجيد، وابراهيم رحمة محمد. (1990). *طرق اختيار الرياضيين*. مديرية دار الكتب للطباعة والنشر.

19. زيدان محمد مصطفى .(1990) .*النموالنفسي للطفل والمراهق* .جدة: دار الشروق.

20. سامي الصفار. (1984). *الاعداد الفني بكرة القدم*. العراق: مطبعة جامعة بغداد.

21. سعيد جلال، ومحمد حسن عالوي. (1975). *علم النفس التربوي الرياضي*. القاهرة: دار المعارف.

22. سلامة بهاء الدين .(2000) .*فيسيولوجية التدريب* .القاهرة: دار الفكر العربي.

23. صالح السيد قدوس. (1977). *الاسس العلمية الحديثة في رياضة المالكمة*. دار الفكر العربي.

24. طلعت منصور وآخرون .(1989) .*اسس علم النفس العام* .القاهرة: مكتبة الانجلوالمصرية.

25. عبد الجواد حسن .(1988) .*كرة القدم للملايين* .بيروت: دار العلم.

26. عبد الرحمن عيسوي. (1984). *سيكولوجية الجنوح*. الاسكندرية: منشأة المعارف.

27. عبد المجيد مروان. (1999). *الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية*. الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر.

28. عصام حلمي، ومحمد جابر بيرقع. (1997). *التدريب الرياضي، أسس، مفاهيم، اتجاهات*. القاهرة: دار المعارف.

29. عصام مصطفى عبد الخالق. (1994). *التدريب الرياضي: نظريات تطبيقات*. القاهرة، مصر: مؤسسة المعارف للطباعة والنشر.

30. علاوي محمد حسن .(1992) .*علم التدريب الرياضي* .القاهرة: دار المعارف.

31. علاوي محمد حسن ، ورضوان محمد نص الدين .(1990) .*إختبارات الاداء الحركي* .دار الصفاء: مطبعة دار الصفاء.

32. علي بن قوة. (2005). *تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم الناشئين (14-16) سنة للقسم الوطني الأول*. مستغانم: جامعة عبد الحميد ابن باديس.

33. علي مصطفى طه. (1999). *الكرة الطائرة تاريخ – تعليم- تدريب- تحليل- قانون*. دار الفكر العربي.

34. عمار بوحوش، ومحمد محمود الذنيبات. (1995). *مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

35. غالي بن هدية. (2023). *تصميم إختبار لألداء المهاري كمؤشر لتحديد مستويات معيارية للاعبي كرة القدم*. مستغانم: جامعة عيد الحميد إبن باديس.

36. فاطمة صابر عوض، وعلي ميرقت. (2002). *أسس ومبادئ البحث العلمي* (الإصدار 1). الاسكندرية: جامعة الاسكندرية.

37. كامل راتب اسامة .(2000) .*علم نفس الرياضة المفاهيم-- التطبيقات* .القاهرة: دار الفكر العربي.

38. كمال الدين عبد الرحمن درويش، ومرسي قدري سيد. (2002). *القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد (نظريات-تطبيقات)* (الإصدار 2). مركز الكتاب للنشر القاهرة.

39. كمال عبد الحميد، ومحمد صبحي حسانين. (1980). *كرة اليد تدريب،مهارات،قياسات*. دار الفكر العربي.

40. لؤي غانم الصميدعي. (2010). *لاحصاء والاختبار في المجال الرياضي*. العراق: ب . ت ، أربيل.

41. محمد حسن علاوي، ومحمد نصر الدين رضوان. (1993). *اختبارات الأداء الحركي*. مصر: مطبعة دار الصفاء.

42. محمد حسن علاوي. (1994). *علم النفس الرياضي*. القاهرة: دار المعارف.

43. محمد صبحي حسنين. (1990). *علم التدريب الرياضي* (المجلد 11). مصر: دار المعارف.

44. محمد صبحي حسنين. (1995). *القياس والتقويم في التربية الرياضية* (المجلد 2). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

45. محمد صبحي حسنين. (2004). *القياس والتقويم في التربية الرياضية* (الإصدار 6). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

46. محمد صبحي حسنين، وكمال عبد الحميد. (1997). *اللياقة البدنية ومكوناتها (الأسس النظرية - الاعداد البدني - طرق القياس)* (الإصدار 1، المجلد 1). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

47. محمد صبحي حسنين، وكمال عبدالحميد. (2001). *اللياقة البدنية ومكوناتها الاسس النظرية الاعداد البدني وطرق القياس*. القاهرة.

48. محمد محمد الأفندي. (1995). *علم النفس الرياضي واألسس النفسية للتربية البدنية*. القاهرة: عالم الكتاب.

49. محمود عوض البسيوني، وفيصل ياسين الشاطئ. (1992). *نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية*. ديوان المطبوعات الجامعية.

50. محي الدين مختار. (1982). محاضرات علم النفس االجتماعي. *ديوان المطبوعات الجامعية*. الجزائر.

51. مختار محمود حنفي. (1997). *كرة القدم للناشئين*. القاهرة: دار الفكر العربي.

52. مخول مالك سليمان .(n.d.) .*علم النفس المراهقة والطفولة* .دمشق: مطابع مؤسسة الوحدة.

53. مصطفى غالب. (1979). *سيكولوجية الطفولة والمراهقة*. بيروت: مكتبة الهالل.

54. مفتي إبراهيم حماد. (1993). *بناء فريق كرة القدم*. دار الفكر العربي.

55. مفتي ابراهيم حماد. (1996). *التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة*. دار الفكر.

56. موريس أنجرس. (2004). *منهجية البحث العلمي في العلوم الانسانية*. (بوزيد سحراوي وآخرون، المترجمون) الجزائر: دار القصبة للنشر.

57. مولود بوقشيش. (2023). *بناء اختبار لألداء المهاري كمؤشر لتحديد مستويات معيارية لناشئي كرة القدم تحت 17 سنة*. مستغانم: جامعة عبد الحميد ابن باديس.

58. ميخائيل خليل عوض. (1971). *مشكالت المراهقين في المدن والريف*. القاهرة: دار المعارف.

59. هارة .(1976) .*ترجمة عبد العلي نصيف:أصول التدريب* .بغداد: مطبعة التحرير.

60. يحي السيد اسماعيل الحاوي. (2002). *المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب الرياضي* (المجلد 1). جامعة الزقازيق: المركز العربي للنشر.

61. يوسف محمد أبوحازم. (2005). *أسس اختيار الناشئين في كرة القدم*. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.

المراجع الأجنبية:

62. Al Ardha, M., Nurhasan, N., Rizky Muhammad, S., O'Donnell, D., Hunter, M., Sujarwanto, S., . . . Putra, K. (2023). Research Trends in Football Training for Young Players in the Last 15 Years: Bibliographic Analysis. *Physical Education Theory and Methodology*, 963-974. Retrieved from https://api.semanticscholar.org/CorpusID:266689004

63. Abd Al Zahra, A., ., Ali Kadhim, H., ., Ahmed Khattar, S., & . (2022). Predictive value of skill performance in terms of physical indicators in 14-year-old football players. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 1-6. Retrieved from https://api.semanticscholar.org/CorpusID:258627864

64. Batty, v. e. (1981). *FBentrainement a l eu ropeenne.* paris.

65. Brikci A, D. N. (1990). *Techniques d'evaluation physiologique des athlétes.* L'Algérie: ed COA.

66. Haraszti, P., Lajos , L., József Márton, P., & Lenténé Puskás, A. (2024). THE EXAMINATION OF BALL SKILL DEVELOPMENT IN YOUTH FOOTBALL PLAYERS. *Stadium - Hungarian Journal of Sport Sciences, 6*(2). doi:https://doi.org/10.36439/shjs/2023/2/13696

67. Martin JC, M. R. (1998). *Development variations in anaerobic performance associated with age and sex. In: VanPraagh E, ed.* Champaign: Human Kinetics.

68. Weineck. (1992). *Biologie du sport.* paris: édition vigot.

الملاحق

الملحق الأول:

استمارة تحكيم الاختبارات

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة ترشيح الاختبارات البدنية والمهارية

نحن نتطلع إلى مشاركتكم في هذا الاستبيان الهام الذي يستهدف استشارتكم كأساتذة محكمين ودكاترة خبراء في مجال الاختصاص. يهدف هذا الاستبيان إلى تحديد الاختبارات البدنية والمهارية الأكثر تميزًا وملائمة لاطروحة دكتوراه تحمل عنوان "**تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية كمحددات لانتقاء لاعبي كرة القدم أواسط** ."دراسة ميدانية على أندية ولاية الجلفة التي تلعب بالقسم الجهوي الثاني برابطة البليدة. تجمع هذه الأبحاث على أهمية بناء معايير موضوعية لقياس القدرات البدنية والمهارية للاعبي كرة القدم في فئة الأواسط. نحتاج إلى الخبرة والرأي القيم منك كمحكمين وخبراء في هذا المجال لاختيار الاختبارات الأنسب والتي تساهم بشكل كبير في قياس الصفات المقصودة بما يتناسب مع خصائص عينة البحث .

نرجومنكم أن تساهموا بوقتكم وخبراتكم في الإجابة على الأسئلة المتعلقة بالاختبارات البدنية والمهارية المقترحة والتي تعتقدون أنها تناسب أهداف هذا البحث. تكون الاجابة بوضع عالمة (×) في الخانة المخصصة لها والتي تتفق ورأيكم لكل اختبار من الاختبارات المناسبة لقياس الصفة البدنية أوالمهارة لأواسط كرة القدم وبإبداء رأيكم في ما ترونه مناسبا أوباقتراح اختبارات أخرى مناسبة. ستكون مساهمتكم ذات أهمية كبيرة في تحقيق أهداف هذا البحث وتطوير مجال الاختصاص. سيتم تقدير وقتكم وجهدكم في هذا الاستبيان، ونعدكم بالسرية التامة لمعلوماتكم واستخدامها فقط لأغراض هذا البحث.

نشكركم مقدمًا على مساهمتكم القيمة في هذا العمل البحثي ونأمل في تحقيق نتائج ملموسة ومفيدة لمجتمع كرة القدم والأواسط.

الطالب الباحث: المشرف:
حسين صدام بورقدة جمال باغقول

القدرات	الصفة	الاختبار	اوافق	لا أوافق
البدنية	القوة	القفز العمودي سرجنت		
		القفز العريض		
		رمي الكرة الطبية 2كغ		
	السرعة	جري 60 متر		
		جري 20 متر		
		جري 30 متر		
	التحمل	اختبار كوبر		
		اختبار 1000 متر		
		اختبار بريكسي 5 دقائق		
	المرونة	ثني الجذع للأمام من الجلوس		
		ثني الجذع إلى الأمام من الوقوف		
		ثني الجذع خلفا من الوقوف		
	الرشاقة	الجري المكوكي 4*10		
		اختبار بارو3 x 4.5م		
		اختبار الجري المكوكي المختلف الأبعاد		
المهارية	السيطرة على الكرة	تنطيط الكرة لأطول زمن		
		تنطيط الكرة لمسافة 30 متر		
		السيطرة على الكرة داخل ساحة معينة		
	المراوغة	الجري المتعرج بالكرة ذهاب إياب		
		الجري بالكرة مسافة 25 متر بين الحواجز		
		اختبار الجري بالكرة مسافة 20م		
	التمرير	تمرير الكرة على هدف مرسوم على الأرض		
		اختبار دقة التمرير الأرضي		
		دقة التمرير الطويل المرتفع		
	التصويب	دقة التصويب على المرمى مقسم لست مناطق		
		دقة التهديف على دوائر متداخلة مرسومة على الحائط		
		اختبار تهديف الكرات		

الملحق الثاني:

قائمة بأسماء المحكمين

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

استمارة أسماء الخبراء المحكمين لأهم اختبارات القدرات البدنية و المهارية

عنوان الأطروحة: "تحديد مستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية كمحددات لانتقاء لاعبي كرة القدم أواسط ."دراسة ميدانية على أندية ولاية الجلفة التي تلعب بالقسم الجهوي الثاني برابطة البليدة.

التخصص: التحضير البدني الرياضي.

إعداد الطالب: حسين صدام بورقدة

إشراف: د.جمال باغقول

الرقم	الاسم و اللقب	الدرجة العلمية	مكان الوظيفة	الإمضاء
01	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
02	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
03	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
04	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
05	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
06	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
07	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
08	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
09	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
10	[illegible]	[illegible]	STAPS Djelfa	[illegible]

الملحق الثالث:

استمارة تثمين مشكلة البحث

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة تثمين المشكلة

في إطار القيام بدراسة تحت عنوان " تحديد مستويان معيارية للقدرات البدنية والمهارية كمحددات لانتقاء لاعبي كرة القدم "أواسط". وذلك ضمن متطلبات الحصول على شهادة الدكتوراه ل. م. د في التحضير البدني الرياضي.

نرجوا مساعدتكم اخواني المدربين في مساعداتنا في اجراء دراستنا بملأ هذه الاستمارة التي تهدف هذه إلى التعرف على وجهة نظر المدربين والقائمين والمشرفين على عملية الاختيار والانتقاء في النوادي الجزائرية ميدانيا للاعبي كرة القدم. وبصفتكم الأشخاص المؤهلين لتزويدنا بالمعلومات المناسبة في هذا الموضوع لما تتمتعون به من خبرة علمية وعملية، نضع بين أيديكم مجموعة من الأسئلة نرجوالإجابة عليها بعناية ومصداقية. ونتعهد بحفظ سرية اجابتكم التي تستخدم في أغراض علمية: إنني أشكركم كثيرا على وقتكم وتعاونكم، وأقدر بعمق المساعدة التي تقدمونها أنتم والنادي الذي تشغلون به.

ملاحظة: الرجاء قراءة كل عبارة في الصفحة الموالية ثم الإجابة عليها بوضع عالمة (×) في الخانة التي تناسبها، مع العلم أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ، وإنما إجاباتكم تبين وجهة نظركم.

من إعداد الطالب الباحث: الدكتور المشرف:

حسين صدام بورقدة جمال باغقول

المحور الأول: البيانات الشخصية الخاصة بالمدربين:

ما هوالمؤهل العلمي الخاصة بك؟ ثانوي ☐ جامعي ☐

ما هوالمؤهل التدريبي الذي تمتلكه؟ فاف1 ☐ فاف2 ☐ فاف3 ☐ كاف أ ☐

كاف ب ☐ كاف ج ☐

ما هي الفئة التي تشرفون عليها؟

تحت 13 سنة ☐ تحت 15 سنة ☐ تحت 17 سنة ☐ تحت 19 سنة ☐

كم عدد سنوات التدريب لديكم ؟

أقل من 5 سنة ☐ 05-10 سنة ☐ أكثر من 10 سنة ☐

الرقم	الأسئلة	لا	نعم	نوعا ما
	واقع عملية تقويم وانتقاء اللاعبين			
01	هل تقومون بعمليات تقويم منتظمة لأداء اللاعبين خلال التدريبات والمباريات؟			
02	هل يوجد فريق مساعد لك أثناء عملية تقويم الاداء وانتقاء اللاعبين؟			
03	هل تراعي مختلف نواحي الأداء البدنية والمهارية والتقنية والنفسية أثناء عملية انتقاء اللاعبين؟			
04	هل تعتمد على الملاحظة أثناء عملية انتقاء اللاعبين؟			
05	هل تستخدم الاختبارات والقياسات أثناء عملية انتقاء اللاعبين؟			
06	هل تستفيد من تربصات وتدريبات إضافية تساعد في تقويم أداء اللاعبين بشكل أفضل؟			
07	هل تتعامل الأندية والرابطات الرياضية بشكل عام مع تقويم الأداء كجزء مهم في انتقاء واختيار الفرق؟			
08	هل تستندون إلى معايير ومستويات واضحة وموضوعية محددة سابقا لاختيار اللاعبين؟			
09	هل يتدخل المدراء والمسؤولين في عملية انتقاء اللاعبين؟			
10	هل هناك توجيهات محددة لاستخدام النتائج المستخرجة من الاختبارات التشخيصية في اتخاذ قرارات الانتقاء؟			
11	هل تعتقد أن هناك حاجة إلى تحسين عمليات الانتقاء باستخدام القياس والاختبار في فرق الناشئين في منطقتك؟			