

تأثير تمارينات العاب التحدي في تطوير فاعلية الأداء للاعبين  
كرة القدم الناشئين (14 - 16) سنة

م. م حسن جاسم حسين أ. د ذو الفقار صالح عبد الحسين  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة  
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

تعد لعبة كرة القدم واحدة من الالعاب الاكثر صعوبة في اتقان متطلبات الاداء او اللعب ( البدني ، المهاري ، الخططي ..... الخ ) ولعل السبب في ذلك يكمن في استخدام اجزاء الجسم للسيطرة ونقل الكرة وغيرها من مهارات اللعب المندمجة تحت ضغط المنافس المنظم وغير المنظم وفي اماكن ومواقع مختلفة مؤثرة وغير مؤثرة في ساحة اللعب ، ولقد تطورت كرة القدم في عصرنا الحديث وبات واضحا تأخذ شكلاً جديداً في جميع الجوانب التي تتطلب الاداء التنافسي ، وتكمن أهمية البحث في استخدام استراتيجية جديدة ومنطورة لاستخدام تمارين العاب التحدي تعزز الاستثارة التنافسية وتثبت معرفة اللاعب بشكل متميز لوضعة في حالات جيدة باستمرار لتحسين وتحقيق اهداف اللعب التنافسية في دور تمارين التحدي لخطط اللعب الدفاعية والهجومية الفردية منها والجماعية برفع مستوى فاعلية الاداء من خلال المنافسات ومدى نجاح تطبيق هذه التمارين في المنافسات والذي بدورها ينعكس على تطوير الاداء البدني والمهاري والخططي للاعبين أثناء المنافسة ، وتكمن مشكلة البحث ان تمارينات العاب التحدي كانت تستخدم في السابق لكن ليس في مسارها الصحيح ، حيث كانت في السابق تستخدم لأغراض الاحماء او كتمارين ترويحوية وهذا هو قمة المشكلة المندمجة ما بين الاداء الفني والخططي المدعم بالنشاط البدني التي تقع بها اغلب فرق العالم، وعليه فلا بد من تدريب لاعبي كرة القدم تدريباً مشابهاً لظروف المباراة وخصوصاً أن فترات الأعداد بكرة القدم الحديثة أصبحت ذات طابع تخصصي للواجبات الدفاعية والهجومية لكثرة المنافسات، اما اهداف التعرف على تأثير تمارينات العاب التحدي في تطوير فاعلية الاداء للاعبين كرة القدم، اما فروض البحث توجد فروق معنوية بين الاختبارات والقياسات البعدية لفاعلية الاداء ولصالح المجموعة التجريبية ، اما مجتمع عينة البحث تم تحديد مجتمع البحث وهم من لاعبي ناشئي كرة القدم في محافظة ميسان ، وقد تم اختيار عينة البحث الرئيسة من المجتمع وتتألف العينة الخاص بهذا البحث من لاعبي كرة القدم في محافظة ميسان والمتمثلة بنادي (العمارة ، الرسالة ، الامير ، الميمونة ، المجر الكبير) ، والبالغ عددهم (111) لاعباً وبأعمار (14-16) سنة ، وقد راعى الباحث عينة لتطبيق التجربة الاستطلاعية وعينة التطبيق الرئيسة (التجريبية والضابطة) ، وكانت اهم استنتاجاته ظهور نتائج فاعلية الاداء الدفاعية والهجومية للمحاولات الناجحة والفاشلة للمباريات البعدية دال ، اما التوصيات إجراء دراسة لتقييم فاعلية الاداء الدفاعية والهجومية للاعبين كرة القدم الناشئين من خلال تقييم استمارة فاعلية الاداء والاستفادة من استمارة تحليل المباريات المعدة من قبل الباحث.

The impact of the Challenge Games in developing the performance efficiency of  
young footballers (14-16) years

M. M Hassan Jassim Hussein  
A. D Zulfikar Saleh Abdul Hussein

Abstract of the research in English

The game of football is one of the most difficult games in mastering the requirements of performance or play (physical, skill, schematic, etc.). The reason for this is the use of body parts to control and transfer the ball and other skills of play combined under pressure competitor Organized and unorganized and in various places and locations influential and ineffective in the playing field. Football has evolved in our modern era and has become clear and takes a new form in all aspects that require competitive performance, The importance of research in the use of a new and sophisticated strategy for the use of challenging games exercises enhance the competitive arousal and prove the player's knowledge of a position in good cases constantly to improve and achieve the objectives of competitive play in the role of challenge exercises for individual and collective defensive and offensive plans to raise the level of effectiveness of performance through competitions and the extent of success The application of these exercises in competitions, which in turn reflects on the development of physical performance, skill and plan for the players during the competition, The problem of the research is that the exercises of the challenge games were used in the past but not in the right track, as it was previously used for warm-up or recreational exercises and this is the top of the problem integrated between the performance of the technical and plan supported by physical activity, which is located in most of the world teams, From the training of football players training similar to the conditions of the game especially as the periods of numbers of modern football has become a specialized nature of defensive duties and offensive to the multitude of competitions, The objectives of the identification of the impact of exercise games challenge in the development of the effectiveness of the performance of football players, the research hypotheses there are significant differences between the tests and measurements of the dimension of the effectiveness of performance and for the benefit of the experimental group, the community of the research sample was identified as a research community are players of football players in the province of Maysan, The main research sample was chosen from the society. The sample of this research is composed of football players in Maysan Governorate (Al-Amara, Al-Risala, Al-Amir, Al-Maimouna, Hungary), with 111 players and 14-16 year olds, The researcher took a sample of the application of the pilot experiment and the main application sample (experimental and control). The most important conclusions were the results of the effectiveness of the defensive and offensive performance of the successful and unsuccessful attempts of the remote games D. The recommendations are to conduct a study to evaluate the effectiveness of the defensive and offensive performance of the emerging football players, And benefit from the match analysis form prepared by the researcher.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

تعد لعبة كرة القدم واحدة من الألعاب الأكثر صعوبة في إتقان متطلبات الأداء أو اللعب ( البدني ، المهاري ، الخططي ..... الخ ) ولعل السبب في ذلك يكمن في استخدام اجزاء الجسم للسيطرة ونقل الكرة وغيرها من مهارات اللعب المندمجة تحت ضغط المنافس المنظم وغير المنظم وفي اماكن ومواقع مختلفة مؤثرة وغير مؤثرة في ساحة اللعب ، ولقد تطورت كرة القدم في عصرنا الحديث ويات واضحاً تأخذ شكلاً جديداً في جميع الجوانب التي تتطلب الأداء التنافسي ، وان عملية التدريب هي "عملية تربية مبنية مخططة على الأسس العلمية هدفها تطوير أداء اللاعب من جميع النواحي والوصول به الى التكامل في الاداء المطلوب ". ( 4 : 20 ) ، ومن خلال ذلك نجد ان كرة القدم لها متطلبات تدريبية خاصة تفرضها طبيعة اللعبة بسبب خططها الدفاعية والهجومية الفردية والجماعية التي تكون معقدة ومميزة من خلال السرعة والدقة في التنفيذ لتحقيق المستوى المثالي لأداء الفريق، وان إعداد اللاعبين إعداداً متكاملاً من جميع النواحي فضلاً عن المتابعة المستمرة لتقويم فاعلية الأداء لهم خلال المنافسات وتلافي الأخطاء وتعزيز الخطط للاعبين وتقييمها لمعرفة مدى نجاح العملية التدريبية ، ( ان الذاكرة طويلة المدى تتميز بسعة غير محدودة ونستطيع الاحتفاظ بعدد لا نهائي من المعلومات والخبرات السابقة والاستفادة منها مستقبلاً في ادراك فاعلية الأداء). ( 8 : 162 ) ومن هنا تكمن أهمية البحث في استخدام استراتيجية جديدة ومتطورة لاستخدام تمارين العاب التحدي تعزز الاستثارة التنافسية وتثبت معرفة اللاعب بشكل متميز لوضعة في حالات جيدة باستمرار لتحسين وتحقيق اهداف اللعب التنافسية في دور تمارين التحدي لخطط اللعب الدفاعية والهجومية الفردية منها والجماعية برفع مستوى فاعلية الأداء من خلال المنافسات ومدى نجاح تطبيق هذه التمارين في المنافسات والذي بدورها ينعكس على تطوير الأداء البدني والمهاري والخططي للاعبين أثناء المنافسة.

## 1-2 مشكلة البحث

ان تمارينات العاب التحدي كانت تستخدم في السابق لكن ليس في مسارها الصحيح ، حيث كانت في السابق تستخدم لأغراض الاحماء او كتمارين ترويحية وهذا هو قمة المشكلة المندمجة ما بين الاداء الفني والخططي المدعم بالنشاط البدني التي تقع بها اغلب فرق العالم، وعليه فلا بد من تدريب لاعبي كرة القدم تدريباً مشابهاً لظروف المباراة وخصوصاً أن فترات الأعداد بكرة القدم الحديثة أصبحت ذات طابع تخصصي للواجبات الدفاعية والهجومية لكثرة المنافسات، ومن هنا بات واضحاً تدريب اللاعبين على تمارينات العاب التحدي للتغلب على صعوبة المنافس وإتقانها بشكل دقيق جداً من قبل لاعبي الفريق له مردوداته الإيجابية يعني اتجاه التدريب نحو مواقف اللعب المختلفة والمتنوعة داخل ميدان الملعب وعن طريقها يتم رفع مستوى القدرات البدنية والمهارية وفاعلية الأداء ، وقد مارس الباحثان لعبة كرة القدم لاعبا ومدرباً حيث ارتأى التعرف على تأثير تمارينات العاب التحدي وما هو دورها في تطوير لفاعلية الأداء التي تواجه اللاعبين للوصول الى الأداء المثالي في المباراة واختيارها كمشكلة من الممكن اثبات فرضياتها واهدافها بشكل دقيق من اجل توجيه عملية التدريب والمدربين.

### 3-1 اهداف البحث

- 1- اعداد تمارينات العاب التحدي للاعبي كرة القدم.
- 2- تصميم استمارة فاعلية الأداء للاعبي كرة القدم الناشئين
- 3- التعرف على تأثير تمارينات العاب التحدي في تطوير فاعلية الاداء للاعبي كرة القدم.

### 4-1 فروض البحث

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير البحث للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لفاعلية الأداء وللمجموعتين التجريبية والضابطة.
- 3- توجد فروق معنوية بين الاختبارات والقياسات البعدية لفاعلية الأداء ولصالح المجموعة التجريبية.

### 5-1 مجالات البحث

- 1- 5 - 1 المجال البشري: لاعبو اندية كرة القدم للناشئين في محافظة ميسان للموسم الرياضي 2017-2018.

1- 5 - 2 المجال الزمني: الفترة من 20 / 1 / 2018 ولغاية 30 / 10 / 2018.

1- 5 - 3 المجال المكاني: ملعب نادي الميمونة الرياضي الدولي وملعب نادي المجر الكبير.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

3-1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته مع طبيعة المشكلة وتحقيق أهداف البحث وفرضه

### 3-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث وهم من لاعبي ناشئي كرة القدم في محافظة ميسان ، وقد تم اختيار عينة

البحث الرئيسية من المجتمع لأن العينة هي ، "ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختياره على وفق

قواعد واصول علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا". ( 7 : 64 )، وتتألف العينة الخاص بهذا

البحث من لاعبي كرة القدم في محافظة ميسان والمتمثلة بنادي (العمارة ، الرسالة ، الامير ،

الميمونة ، المجر الكبير) ، والبالغ عددهم (111) لاعبا وبأعمار ( 14-16) سنة ، وقد راعى الباحث

عينة لتطبيق التجربة الاستطلاعية وعينة التطبيق الرئيسية (التجريبية والضابطة)، والجدول ( 1) يبين

ذلك

جدول (1) يبين توزيع العينة والنسبة المئوية

ت	الاندية	عدد اللاعبين	عينة التجريبية	العينة الضابطة	التجربة الاستطلاعية	اللاعبون المستبعدون
1	العمارة	24		14	-	10
2	الرسالة	21	-	-	-	-
3	الامير	22	-	-	-	2
4	الميمونة	24	14	-	-	10
5	المجر الكبير	20	-	-	14	6
	المجموع	111	14	14	14	28
	النسبة المئوية	%100	%12.613	%12.613	%12.613	%25.225

### 3-3 وسائل جمع المعلومات والأدوات المستخدمة في البحث

\*المصادر العربية والأجنبية

\*استمارة استطلاع رأي الخبراء لتقويم استمارة فاعلية الأداء ملحق (3)

\* فريق الكادر المساعد ملحق

\* شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)

### 3-4 اجراءات البحث الميدانية:

### 3-5 تحديد فقرات فاعلية الأداء

قام الباحثان بصياغة فقرات فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية في لعبة كرة قدم ومن اجل حصر أهم هذه الفقرات قام الباحث باستطلاع آراء الخبراء والمختصين في مجال كرة القدم ملحق ( 1 ) إذ احتوت استمارة الاستبيان على (10) حالات هجومية و (10) حالات دفاعية وبعد تفرغ البيانات حيث تمت الموافقة على جميع فقرات فاعلية الأداء الهجومية والدفاعية وذلك اعتمادا على نسبة اتفاق ( 75%) وأكثر والجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2) يبين صلاحية فقرات فاعلية الأداء بحسب رأي (12) خبير

رقم الفقرة	الفقرات	عدد الموافقين	عدد الغير موافقين	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup> المحسوبة	Sig	نوع الفرق
فقرات الاداء الهجومية							
1	الحيازة على الكرة بتنظيم الهجوم والتهديف	11	1	%91.67	8.34	0.00	معنوي
2	الاستغلال الامثل لأوضاع اللعب من الثبات	10	2	%83.33	5.34	0.00	معنوي

معنوي	0.00	12	%100	صفر	12	القيام بالهجوم من (جانبي - وسط) الملعب	3
معنوي	0.00	12	%100	صفر	12	التمريرات الحاسمة والتهديف	4
معنوي	0.00	8.34	%91.67	1	11	وضعية اللاعب والتمركز لحظات الهجوم (المكاتفة)	5
معنوي	0.00	5.34	%83.33	2	10	التحدي والتوازن المثالي عند الانفراد بحارس المرمى والتهديف	6
معنوي	0.00	8.34	%91.67	1	11	الزيادة العددية في تنفيذ الهجوم	7
معنوي	0.00	8.34	%91.67	1	11	الاسناد الجيد	8
معنوي	0.00	12	%100	صفر	12	فتح مساحات اللعب عند الهجوم المرند السريع	9
معنوي	0.00	8.34	%91.67	1	11	حياسة الكرة او عدد مرات تكرارها	10
فقرات الاداءات الدفاعية							
معنوي	0.00	5.34	%83.33	2	10	الاستحواذ على الكرة في مناطق اللعب	1
معنوي	0.00	12	%100	صفر	12	تمركز اللاعبين لمواجهة المهاجمين أثناء اللعب من الضربات الثابتة	2
معنوي	0.00	8.34	%91.67	1	11	الضغط على اللاعب المتحكم بالكرة	3
معنوي	0.00	5.34	%83.33	2	10	وصول اللاعب المدافع للكرة قبل اللاعب المهاجم	4
معنوي	0.00	8.34	%91.67	1	11	وضعية اللاعب والتمركز لحظات الدفاع	5
معنوي	0.00	8.34	%91.67	1	11	التحدي والتوازن المثالي لقطع الكرة من المنافس وأبعاده عن التهديف	6
معنوي	0.00	8.34	%91.67	1	11	التأخير وعدم مهاجمة المنافس الا في الوقت المناسب لقطع الكرة	7
معنوي	0.00	5.34	%83.33	2	10	التغطية الجيدة	8
معنوي	0.00	5.34	%83.33	2	10	تضييق المساحات الفارغة	9
معنوي	0.00	12	%100	صفر	12	عدد مرات بين التنظيم الدفاعي او حياسة الكرة	10

\* قيمة (كا<sup>2</sup>) الجدولية (3.84) بنسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية (1)

### 3- 1-5 استمارة تحليل فاعلية الأداء

بعد اطلاع الباحثان على مجموعة من المصادر والبحوث تم إعداد وتصميم استمارة فاعلية الأداء بكرة

القدم والخاصة بالمواقف الدفاعية والهجومية ومن خلال المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء الذين أبدوا

آراءهم حول فقرات الاستمارة واحتساب النقاط التي تحسب لكل فقرة وكما مبين في ملحق (3) حيث يتم

احتساب الدرجة لكل فقرة للمواقف الهجومية والدفاعية (ناجحة، فاشلة) وبعد تفريغ البيانات في الاستمارة من قبل الخبراء المحللين اثناء مشاهدة التصوير الفديوي لكل مباراة يتم معالجة البيانات باستخدام المعادلة الاتية:

× 100	مجموع الأداء الدفاعي الفاشل للاعب في المباريات+(2×مجموع الأداء الدفاعي الناجح للاعب في المباريات)	نسبة نجاح الأداء الدفاعي للاعب في المباريات= =
	مجموع الأداء الدفاعي الفاشل للفريق ككل في المباريات+(2×مجموع الأداء الدفاعي الناجح للفريق ككل في المباريات)	

× 100	مجموع الأداء الدفاعي الناجح للاعب في المباريات+(2×مجموع الأداء الدفاعي الفاشل للاعب في المباريات)	نسبة فشل الأداء الدفاعي للاعب في لمباريات= =
	مجموع الأداء الدفاعي الناجح للفريق ككل في المباريات+(2×مجموع الأداء الدفاعي الفاشل للفريق ككل في المباريات)	

المعادلة نفسها تستخدم أيضا للتعرف على نسبة نجاح الأداء الهجومي للاعب في المباريات ، ولكن يستبدل الأداء الهجومي للاعب بدلاً من الأداء الدفاعي. ( 5 : 57 )

### 3-6 التجارب الاستطلاعية

#### 3-6-1 التجربة الاستطلاعية الأولى

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية الاولى بتاريخ 7 - 10 / 7 / 2018 على عينه من لاعبي نادي المجر الكبير وعددهم (14) لاعب وعلى ملعب (نادي المجر الكبير) وذلك للتعرف على:

- 1-مدى سهولة وصعوبة وملاءمة التمرينات الخاصة وتطبيقها على العينة.
- 2-تحديد الوقت لكل تمرين من التمارين المعدة.
- 3-معرفة وتحديد مستوى الراحة لكل تمرين بين المجموعات والتكرارات.
- 4-معرفة استخدام التمارين المعدة وكيفية استيعابها واستقبالها وفهمها للاعبين ذهنيا.

#### 3-6-2 التجربة الاستطلاعية الثانية

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية لغرض قياس استمارة فاعلية الأداء المعدة من قبله ، وكان ذلك من خلال تصوير مباراة بين نادي المجر الكبير ونادي القلعة وذلك يوم الأربعاء بتاريخ 2018/7/24 وعلى ملعب الميمونة الرياضي إذ تم وضع الكاميرا بأعلى المدرجات وبمواجهة خط المنتصف للملعب وعلى جوانب الملعب لكي يتم إخراج جميع حدود الملعب وكان الهدف منها ما يلي:

- 1-معرفة كيفية التسجيل بالاستمارة من الخبراء المقومين.
- 2-المعوقات التي يتلقاها الباحث عند التصوير.
- 3-التأكد من وضع الكاميرات لمسافة التصوير والسيطرة على جميع مواقف اللعب ومجرياته.

4-التأكد على صلاحية أستمارة الملاحظة.

### 3-7 الأسس العلمية لمتغيرات البحث قيد الدراسة:

قام الباحثان باعتماد الاسس العلمية في عملية تطبيق الاختبارات المستخدمة في البحث، وقد تم ايجاد هذه الاسس العلمية وكالاتي:

#### 3-7-1 الصدق

يقصد بصدق الاختبار هو "القدرة على قياس ما وضع من اجله او السمة المراد قياسها". (3 : 20). وللتأكد من صدق الاختبارات تم أتباع طريقة صدق المحكمين وذلك بعرض الاستمارة على الخبراء والمختصين الذين اتفقوا على صدق قياس فاعلية الأداء مما حصل على الصدق الظاهري.

#### 3-7-2 الثبات

سعى الباحثان لايجاد معامل الثبات لفاعلية الأداء، اذ عمد الباحث بأيجاد معامل الثبات لفاعلية الأداء من خلال تصوير مباراة نادي المجر الكبير ونادي قلعة صالح بتاريخ (2018/7/24) وتم إعادة المباراة بعد (7) أيام بتاريخ (2018/7/31) حيث قام الباحثان باستخراج معامل الثبات عن طريقة إقامة مباراة واعداء المباراة وفي ظروف متشابهة. وبعدها تم استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج الاختبارين ، لايجاد معامل ثبات الاختبار.

#### جدول (3)

يبين معاملات الصدق والثبات والموضوعية للاختبارات البدنية والمعرفة الخطئية واستمارة فاعلية الأداء.

ت	الاستمارة	معامل الثبات	الصدق الذاتي	معامل الموضوعية
6	فاعلية الأداء	0,827	0.909	0.945

#### 3-7-3 الموضوعية

تم استخدام طريقة معامل الارتباط بين درجات المحكمين وتسجيلاتهم وبعد ذلك تم إجراء العمليات الإحصائية باستخدام قانون بيرسون بين التقويمين. وقد دلت النتائج على ان هذه المعاملات ولجميع الاختبارات كانت عالية ، وكما مبين في الجدول (14).

#### 3-8 الاختبارات القبليّة:

تم اختبار فاعلية الأداء بتصوير مباريات بطولة (السلام) بتاريخ 10-17 / 2018/8 التي أقيمت على ملعب الميمونة الدولي وبواقع (3مباريات) لكل نادي وكما مبين في الجدول (4):

جدول رقم (4) يبين دوري البطولة للمباريات القبليّة

ت	اسم النادي / تاريخ المباريات
1	الميمونة vs الرسالة 2018/8/10
2	العمارة vs الأمير 2018/8/11
3	الميمونة vs العمارة 2018/8/13
4	الرسالة vs الأمير 2018/8/14
5	الامير vs الميمونة 2018/8/16
6	الرسالة vs العمارة 2018/8/17

### 3-9 المنهج التدريبي (تطبيق التمارين)

قام الباحثان بإعداد مجموعة من تمارين العاب التحدي وعددها (24) تمرينا بعد الاطلاع على أدبيات ومراجع التدريب الرياضي لكرة القدم فضلا عن المقابلات الشخصية ملحق ( 4 ) اذ تم تطبيق هذه التمرينات بتاريخ 2018/8/20 ولغاية 2018 / 10 / 19 أي بواقع ( 8 ) أسابيع وبواقع ( 3 ) وحدات تدريبية بالأسبوع (الأحد ، الثلاثاء ، الخميس) وقد قام الباحث بمراعاة ما يلي :

1-تم التدرج بالشدة بدءا من(75- 100%)

2-التنوع بتمرينات العاب التحدي لتشمل جميع أنواع خطط اللعب الدفاعية والهجومية الفردية والجماعية.

3-تم تطبيق التمرينات بالقسم الرئيس للوحدة التدريبية وبطريقتي التدريب الفترتي والتكراري.

4-استخدم الباحث التموج بين الوحدات التدريبية حيث التشكيل ( 2:1 ) بين الوحدات التدريبية للمساحات المناسبة والتشكيل (1:1) بين الدورات التدريبية.

5-تم تحديد زمن الراحة بين التكرارات والمجموعات استناداً على معدل الشدة.

6-بلغ مجموع زمن تمرينات التحدي المستخدمة هو(2,835) دقيقة وبواقع (من285-390/د) لكل أسبوع.

### 3-10 الاختبارات البعدية

تم اختبار فاعلية الأداء بتصوير مباريات بطولة (السلام) بتاريخ 2018/10 /30-23 التي أقيمت على ملعب الميمونة الدولي وبواقع ( 3 مباريات) لكل نادي وكما مبين في الجدول (5) :

جدول رقم (5) يبين دوري البطولة للمباريات البعدية

ت	اسم النادي / تاريخ المباريات		
1	الميمونة	vs	الرسالة
2	العمارة	vs	الأمير
3	الميمونة	vs	العمارة
4	الرسالة	vs	الأمير
5	الامير	vs	الميمونة
6	الرسالة	vs	العمارة

3-11 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية spss إصدار (24) في معالجة النتائج.

4- عرض نتائج الاختبارات (القبلية) في فاعلية الأداء للمجموعة التجريبية والضابطة وتحليلها

الجدول (6) يبين نتائج تحليل التباين وقيمة ( F ) المحتسبة وقيمة ( Sig ) ومستوى الدلالة للفروق في فاعلية الأداء الدفاعي والهجومى للمحاولات الناجحة والفاشلة للمجموعة التجريبية ولثلاث مباريات وللاختبار القبلي

الدلالة	Sig	قيمة ف المحتسبة	متوسط مربع الانحرافات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	فاعلية الاداء
غير دال	0.379	0.995	10.381	2	20.762	بين المجموع	الدفاع الناجح
			10.432	39	406.857	داخل المجموع	
				41	427.619	المجموع العام	
غير دال	0.951	0.050	0.643	2	1.286	بين المجموع	الدفاع الفاشل
			12.873	39	502.051	داخل المجموع	
				41	503.337	المجموع العام	
غير دال	0.884	0.016	0.249	2	0.499	بين المجموع	الهجوم الناجح
			15.550	39	606.450	داخل المجموع	
				41	606.949	المجموع العام	
غير دال	0.949	0.052	0.812	2	1.625	بين المجموع	الهجوم الفاشل
			15.636	39	609.785	داخل المجموع	
				41	611.410	المجموع العام	

\* دال عندما تكون مستوى دلالة  $\geq (0.05)$

4-2-5 عرض نتائج الاختبارات (القبلية) في فاعلية الأداء للمجموعة الضابطة وتحليلها

الجدول (7) يبين نتائج تحليل التباين وقيمة ( F ) المحتسبة وقيمة ( Sig ) ومستوى الدلالة للفروق في فاعلية الأداء الدفاعي والهجومى للمحاولات الناجحة والفاشلة للمجموعة الضابطة ولثلاث مباريات وللاختبار القبلي

الدالة	Sig	قيمة ف المحتسبة	متوسط مربع الانحرافات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	فاعلية الاداء
غير دال	0.576	0.559	6.619	2	13.238	بين المجاميع	الدفاع الناجح
			11.844	39	461.910	داخل المجاميع	
				41	475.147	المجموع العام	
غير دال	0.990	0.011	0.151	2	0.303	بين المجاميع	الدفاع الفاشل
			14.951	39	583.089	داخل المجاميع	
				41	583.392	المجموع العام	
غير دال	0.369	1.022	18.255	2	36.509	بين المجاميع	الهجوم الناجح
			17.862	39	696.621	داخل المجاميع	
				41	733.130	المجموع العام	
غير دال	0.989	0.011	0.188	2	0.376	بين المجاميع	الهجوم الفاشل
			17.180	39	670.029	داخل المجاميع	
				41	670.405	المجموع العام	

\* دال عندما تكون مستوى دلالة  $\geq (0.05)$

4-2-6 عرض تحليل نتائج الاختبارات (البعدي) في فاعلية الأداء للمجموعة التجريبية

الجدول (8) يبين نتائج تحليل التباين وقيمة ( F ) المحتسبة وقيمة ( Sig ) ومستوى الدلالة للفروق في فاعلية الأداء الدفاعي والهجومى للمحاولات الناجحة والفاشلة للمجموعة التجريبية ولثلاث مباريات وللاختبار البعدي

الدلالة	Sig	قيمة ف المحتسبة	متوسط مربع الانحرافات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	فاعلية الاداء
دال	0.006	5.583	53.429	2	106.858	بين المجموع	الدفاع الناجح
			9.571	39	373.256	داخل المجموع	
				41	480.114	المجموع العام	
دال	0.002	7.452	50.941	2	101.881	بين المجموع	الدفاع الفاشل
			6.835	39	266.581	داخل المجموع	
				41	368.463	المجموع العام	
دال	0.000	22.173	156.214	2	312.428	بين المجموع	الهجوم الناجح
			7.045	39	274.764	داخل المجموع	
				41	587.193	المجموع العام	
دال	0.000	12.061	99.897	2	199.794	بين المجموع	الهجوم الفاشل
			8.283	39	323.022	داخل المجموع	
				41	522.816	المجموع العام	

\* دال عندما تكون مستوى دلالة  $\geq (0.05)$

الجدول (9) يبين معنوية الفروق بين الأوساط الحسابية لاستمارة فعالية الأداء الدفاعي والهجومى بقيمة اقل فرق معنوي (L.S. D) للمباراة البعدية وللمجموعة التجريبية وبمستوى دلالة (0.005)

الدالة	Sig	الخطأ المعياري في الأوساط الحسابية	فرق الأوساط الحسابية	المباريات	فاعلية الأداء
دال	0.020	0.169	*2.833	ميمونة × الرسالة	الدفاع الناجح
دال	0.003	1.029	*3.746	ميمونة × عمارة	
غير دال	0.440	1.929	0.912	ميمونة × الأمير	
دال	0.005	0.988	*-2.932	ميمونة × الرسالة	الدفاع الفاشل
دال	0.001	0.871	*-3.579	ميمونة × عمارة	
غير دال	0.516	1.178	-0.647	ميمونة × الأمير	
دال	0.000	1.002	*6.666	ميمونة × الرسالة	الهجوم الناجح
دال	0.001	1.003	*3.717	ميمونة × عمارة	
دال	0.006	0.023	*-2.948	ميمونة × الأمير	
دال	0.007	1.087	*-3.069	ميمونة × الرسالة	الهجوم الفاشل
دال	0.000	1.778	*-5.321	ميمونة × عمارة	
دال	0.005	1.006	*-2.252	ميمونة × الأمير	

\* دال عندما تكون مستوى دلالة  $\geq (0.05)$

7-2-4 عرض نتائج الاختبارات (البعدي) في فاعلية الأداء للمجموعة الضابطة وتحليلها

الجدول (10) يبين نتائج تحليل التباين وقيمة ( F ) المحتسبة وقيمة ( Sig ) ومستوى الدلالة للفروق في فاعلية الأداء الدفاعي والهجوم للمحاولات الناجحة والفاشلة للمجموعة الضابطة ولثلاث مباريات وللاختبار البعدي

الدالة	Sig	قيمة ف المحتسبة	متوسط مربع الانحرافات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	فاعلية الاداء
غير دال	0.525	0.654	5.861	2	11.721	بين المجاميع	الدفاع الناجح
			8.957	39	349.308	داخل المجاميع	
				41	361.029	المجموع العام	
غير دال	0.858	0.153	1.651	2	3.303	بين المجاميع	الدفاع الفاشل
			10.777	39	420.313	داخل المجاميع	
				41	423.616	المجموع العام	
غير دال	0.402	0.933	13.251	2	26.502	بين المجاميع	الهجوم الناجح
			14.207	39	554.054	داخل المجاميع	
				41	580.557	المجموع العام	
غير دال	0.971	0.030	0.368	2	0.735	بين المجاميع	الهجوم الفاشل
			12.432	39	484.848	داخل المجاميع	
				41	485.584	المجموع العام	

\* دال عندما تكون مستوى دلالة  $\geq (0.05)$

#### 4-2-8 عرض نتائج الاختبارات (القبلية والبعديّة) في فاعلية الاداء وتحليلها ومناقشتها

الجدول (11) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعنوية الفروق بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة لاختبار فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية للمحاولات الناجحة والفاشلة وللمجموعة التجريبية

الدالة	Sig	متوسط مربع الانحرافات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	فاعلية الاداء
--------	-----	-----------------------	--------------	----------------	--------------	---------------

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدفاع الناجح	5.723	2.427	8.632	3.374	الدفاع الناجح	2.909	0.687	4.231	0.00
الدفاع الفاشل	7.045	3.366	5.482	2.648	الدفاع الفاشل	1.563	0.566	2.275	0.09
الهجوم الناجح	5.714	3.037	7.982	4.025	الهجوم الناجح	2.268	0.793	2.857	0.07
الهجوم الفاشل	6.875	4.046	4.015	2.542	الهجوم الفاشل	2.86	0.755	3.787	0.00

\* دال عندما تكون مستوى دلالة  $\geq (0.05)$  ودرجة حرية (13)

#### 4-2-9 عرض نتائج الاختبارات (القبلية والبعديّة) في فاعلية الأداء للمجموعة الضابطة وتحليلها

الجدول (12) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعنوية الفروق بين نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لاختبار فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية للمحاولات الناجحة والفاشلة وللمجموعة الضابطة

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبارات القبليّة		الاختبارات البعديّة		متوسط الفروق	الخطأ المعياري	المحسوبة (t) قيمة	Sig	الدلالة
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
الدفاع الناجح	درجة	6.480	3.096	5.808	2.307	0.672	0.537	1.249	0.219	غير دال
الدفاع الفاشل	درجة	7.751	3.537	7.416	3.214	0.335	0.569	0.587	0.560	غير دال
الهجوم الناجح	درجة	3.835	4.228	4.260	2.561	2.975	0.760	2.712	0.003	دال
الهجوم الفاشل	درجة	7.095	3.967	6.907	3.441	0.188	0.465	0.403	0.689	غير دال

\* دال عندما تكون مستوى دلالة  $\geq (0.05)$  ودرجة حرية (13)

#### 4-2-10 عرض نتائج الاختبارات (البعديّة) لاختبار فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية للمجموعتين

التجريبية والضابطة وتحليلها

الجدول (13) يبين الجدول الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعنوية الفروق بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لاختبار فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية للمحاولات الناجحة والفاشلة

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		متوسط الفروق	الخطأ المعياري	المحصوية (t) قيمة	Sig	الدلالة
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
الدفاع الناجح	درجة	8.632	3.374	5.808	2.307	2.824	0.578	4.880	0.000	دال
الدفاع الفاشل	درجة	5.842	2.648	7.416	3.214	1.574	0.510	3.789	0.000	دال
الهجوم الناجح	درجة	7.982	4.025	4.860	2.561	3.122	0.738	4.230	0.000	دال
الهجوم الفاشل	درجة	4.015	2.542	6.907	3.441	2.892	0.664	4.349	0.000	دال

\* دال عندما تكون مستوى دلالة  $\geq (0.05)$  ودرجة حرية (26)

ويرى الباحثان ان هذه التمارين التي تم استخدامها في المنهج التدريبي من حيث الشدة والحجم والكثافة أدت الى رفع مستوى الأداء للاعبين ومواقف اللعب الصحيحة مما حسن فاعلية الاداء الدفاعي والهجومى الناجحة والفاشلة للاعبين، اذ إن "فاعلية الأداء المهاري لأية لعبة رياضية يعتمد أساساً على الأعداد البدني" ( 9 : 176) . كما استعمل التمرينات المتنوعة التي تساعد في تطوير القدرات البدنية والمهارية لفاعلية الاداء، وهذا ما اكده (محمد جمال ونادية حسن) بان "الإعداد البدني يعمل على تنمية العضلات بصورة متناسقة وفي الوقت نفسه يمهد الطريق لاكتساب المهارات والحركات والقدرة على الاقتصاد في الجهد البدني ولا يمكن الوصول إلى التخصص اللازم إلا عن هذا الطريق وينطبق ذلك إلى حد كبير على رياضة الناشئين والشباب". ( 6 : 75-76)

ويرى الباحثان خلال تنوع التمرينات التي تحتوي على مواقف اللعب الدفاعية والهجومية في عملية التدريب، وهذا ما اكده (انيتا بين) "اذ انّ تنوع التمرينات واستخدام اجهزة وادوات مختلفة في المنهاج التدريبي تعطي رغبة وتشويقاً في أدائها بعكس تلك التي تكون رتيبة وعلى نمط واحد وتؤدي إلى الملل". ( 1 : 32 ) ، وهذا ما ساعد في تطوير فاعلية الاداء الدفاعية والهجومية ، وكما يرى الباحث إن المنهج التدريبي المعد الذي أستخدم في فترة الإعداد الخاص كان يهدف إلى تطوير قابليات اللاعبين المهارية والخطئية والوصول الى رفع مستوى

فاعلية أداء لكل لاعب والاداءات للفريق ككل، وهذا ما حصل عليه اللاعبين في رفع مستوى فاعلية الأداء لديهم أثناء استخدام التمرينات وتطبيقها بصورة أداء فعلية وكما يحصل في المباريات، وهذا ما اشارة إليه حنفي محمود "يجب أن يدرك المدرب جيدا القاعدة التي تقول (ما لا يؤدي في التمرين لا يؤدي في المباريات) ومعنى ذلك إذا لم يتدرب اللاعبون على خطط التمريرة الحائطية جيدا فأنهم لم ينفذوها في المباريات". (2 : 15) كما يرى الباحثان إن لهذه الفترة من الإعداد لها أهمية واضحة وكبيرة في تنوع التمرينات الخاصة باللعبة والتي تهدف الى تطوير المستوى الفني للاعبين عن طريق اشتراكهم في تمرينات متنوعة ومختلفة الأهداف الدفاعية والهجومية الناجحة والفاشلة الأمر الذي يساعد على تطوير قابليات اللاعبين ومتطلباتهم في فاعلية الأداء سواء كانت الدفاعية أو الهجومية وهذا ما يؤكد هارة "إن المشاركة المتنوعة والكثيرة في التدريبات تؤدي إلى تطوير القابلية على الانسجام السريع كمتطلبات المنافسة". (10 : 311) .

### 1- الاستنتاجات

- 1- تصميم استمارة فقرات فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية الناجحة والفاشلة لدى لاعبي كرة القدم الناشئين.
- 2- اعداد منهج تدريبي للمجموعة التجريبية وفق التدريب الفكري والتكراري.
- 3- ظهور نتائج تحليل التباين في فاعلية الأداء الدفاعي والهجومى للمجموعتين التجريبية والضابطة غير دال احصائياً في البطولة ( الدور الأولى ).
- 4- ظهور نتائج تحليل التباين في فاعلية الأداء الدفاعي والهجومى في الاختبارات البعدية دال احصائياً ولصالح المجموعة التجريبية في البطولة ( الدور الثاني ).
- 5- ظهور نتائج تحليل التباين في فاعلية الأداء الدفاعي والهجومى في الاختبارات البعدية غير دال احصائياً في المجموعة الضابطة في البطولة ( الدور الثاني ).
- 6- ظهور نتائج فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية للمحاولات الناجحة والفاشلة للمباريات البعدية دال.

### 2- التوصيات

- 1- إجراء دراسة لتقييم فاعلية الأداء الدفاعية والهجومية للاعبى كرة القدم الناشئين من خلال تقييم استمارة فاعلية الأداء والاستفادة من استمارة تحليل المباريات المعدة من قبل الباحث.
- 2- اعتماد المنهج المستخدم لتطوير فاعلية الأداء لدى لاعبي كرة القدم الناشئين.
- 3- ضرورة إجراء دراسات مشابهة على فئات عمرية مختلفة وتطويرها لدى لاعبي كرة قدم الناشئين.

### المصادر

- 1- انيتا بين: تدريبات بناء العضلات و زيادة القوة، القاهرة ، دار الفاروق ، 2004.
- 2- حنفي محمود مختار: منهج التدريب السنوي في كرة القدم ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997.
- 3- رمزية الغريب : التقييم والقياس النفسي والتربوي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، 1989 .

4-عبدالله حسين اللامي: التدريب الرياضي لطلبة كليات التربية الرياضية ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف الأشرف ،2010.

5-علي فهمي ألبيك وعماد الدين عباس أبو زيد :المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية تخطيط وتصميم البرامج والأحمال التدريبية نظريات - تطبيقات ، ط1، منشأة المعارف جلال حزبوشركاد 2003.

6-محمد جمال الدين حماده وناديه حسن هاشم: تأثير التدريب الهوائي واللاهوائي على السرعة الحركية لناشئ كرة اليد، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد السابع والثامن، 1990.

7-محمد زاهر السماك (واخرون): اصول البحث العلمي، ط 1: جامعة الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 1986.

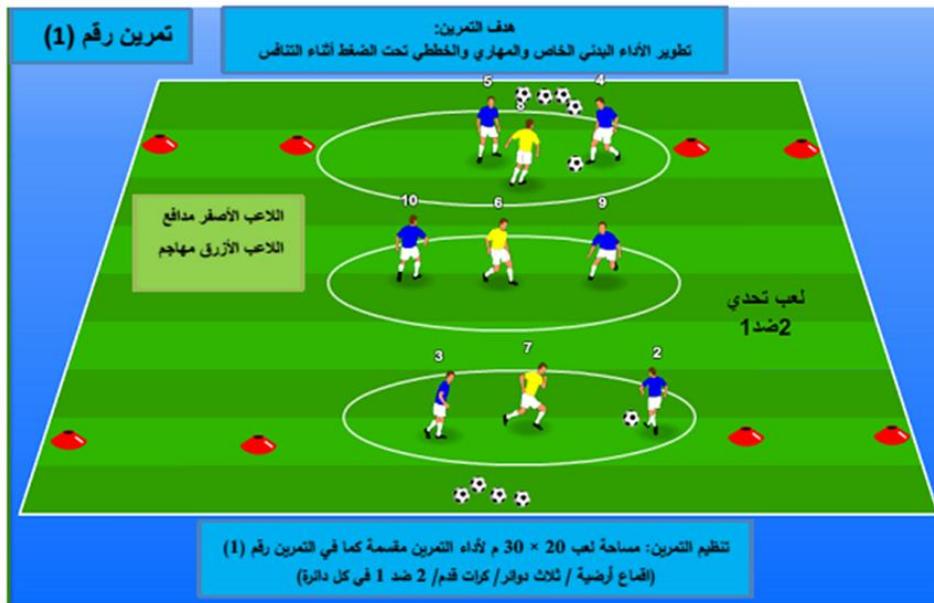
8-محمد ماجد محمد صالح: تصميم مقياس لمهارات التفكير المنظومي لمادة الاختبارات والقياس لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان ، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية ، مجلد 48 ، 2016.

9-مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الترويي. ط1، القاهرة، مؤسسة المختار للنشر والتوزيع، 2002.

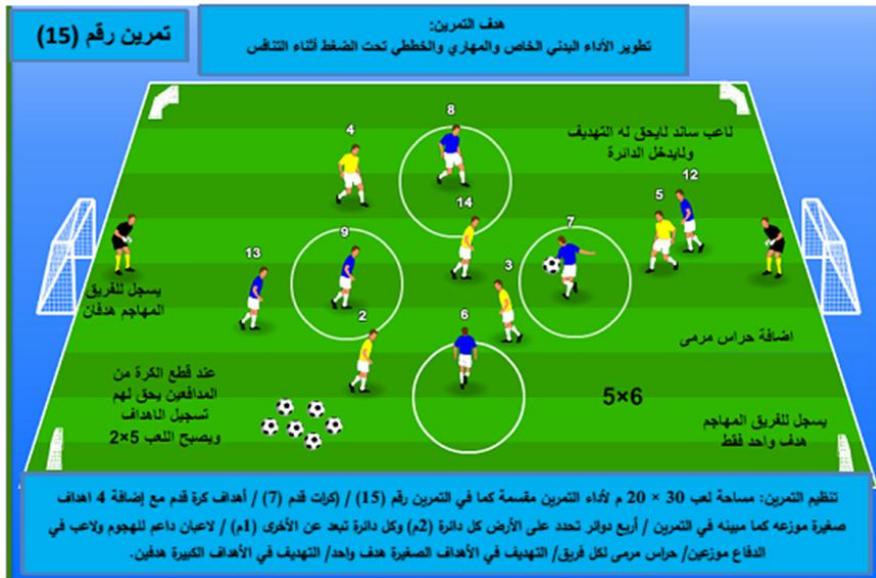
10-هارة: أصول التدريب، ترجمة عبد علي نصيف ، الموصل، مطبعة الجامعة،1990.

ملاحظة: نفس استمارة تقييم الاداء الدفاعي تستخدم للأداء الهجومي ولكن تبديل فقرات الدفاع بالهجوم

### ملحق نموذج من التمارين



طريقة الأداء: لعب مستمر حيازة الكرة من قبل اللاعبين المهاجمين ويحاول اللاعب المدافع قطع الكرة، من الممكن تطوير اللعب بشروط وتطوير التمرين.



طريقة الأداء: أربع مهاجمين موزعين على الدوائر الأربعة وأربع مدافعين وسط المساحة خارج الدوائر ولاعبان داعمان في الهجوم ولاعب داعم في الدفاع يقوم المهاجمين بنقل وحيازة الكرة بينهم والتهديف بمساعدة اللاعبين الداعمين للهجوم ولا يحق لهم التهديف بينما يقوم المدافعين بمنعهم من الاستحواذ على الكرة والتهديف وعند قطع الكرة والاستحواذ عليها من قبل المدافعين يحق لهم الانتقال السريع من الدفاع الى الهجوم ويصبح اللعب 5 ضد 2 بينما لا يحق للاعبين الأربعة داخل الدوائر الخروج للدفاع.

#### ملحق نموذج من الوحدات التدريبية

رقم التمرين	زمن أداء التمرين الواحد	عدد تكرار التمرين	الراحة بين التكرارات	عدد المجاميع	الراحة بين المجاميع	الزمن الكلي	الملاحظات
(1)	53 ثا	4	10 ثا	4	60 ثا	19 د	
(4)	120 ثا	4	20 ثا	2	60 ثا	19 د	
(6)	160 ثا	3	20 ثا	2	60 ثا	18,33 د	
(10)	120 ثا	4	20 ثا	2	60 ثا	19 د	
(14)	120 ثا	4	20 ثا	2	60 ثا	19 د	
(17)	120 ثا	4	20 ثا	2	60 ثا	19 د	
(19)	240 ثا	2	20 ثا	2	60 ثا	17,67 د	

ملاحظة: تعطى راحة (3د) بعد الانتهاء من التمرين والبدء بالتمرين الآخر