

## المساهمة النسبية لبعض القدرات البدنية في بعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم

• م.د. علي عبد الحسين علي الفرجاوي

مديرية تربية واسط

• م. م. وسام محمد طعمه العميري

جامعة واسط /كلية الاداب

## ملخص البحث

يهدف البحث إلى التعرف على أهم القدرات البدنية المساهمة في المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم بمحافظة واسط بالعراق، استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، اشتملت عينة البحث على (52) ناشئ من ناشئي كرة القدم يمثلون أندية (واسط، النهرين، الكوت)، بمحافظة (واسط) بجمهورية العراق، تم اختيارهم بالطريقة العمدية، استخدم الباحثان مجموعة من الاختبارات البدنية الخاصة لقدرات (القدرة العضلية، السرعة، القوة المميزة بالسرعة، تحمل السرعة، الرشاقة، المرونة، التوافق، التوازن)، كما استخدم الباحثان مجموعة من الاختبارات المهارية الدفاعية (القطع ثم التمرير، القطع ثم الاستلام ثم التمرير، الاستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير، القطع ثم التشتيت للزميل، الاستخلاص ثم التمرير، المهاجمة من الخلف، قطع الكرة من المنافس داخل المثلث خلال دقيقة، سرعة الزحقة من الجانب) وتوصل الباحثان إلى أن القدرة العضلية والقوة المميزة بالسرعة أكثر القدرات المؤثرة في القطع والتمرير، والرشاقة والسرعة أكثر القدرات المساهمة في القطع والاستخلاص والتشتيت، والقوة المميزة بالسرعة والتوافق والرشاقة أكثر القدرات البدنية المساهمة في قطع الكرة داخل مساحة ضيقة و سرعة الزحقة، ويوصي الباحثان بضرورة قيام المدربين بوضع البرامج التدريبية للمهارات الدفاعية استناداً إلى القدرات البدنية الأكثر اسهاماً في المهارات الدفاعية، والتأكيد على أهمية توظيف المعادلات التنبؤية بمستوى المهارات الدفاعية بمعلومية القدرات البدنية الأكثر مساهمته، وإجراء دراسات مشابهة للبحث الحالي على عينات رياضية أخرى في الأنشطة الرياضية المختلفة.

**The relative contribution of some physical abilities to some defensive skills  
among junior football players**

### Abstract

The research aims to identify the most important physical abilities that contribute to the defensive skills of football youth in Wasit Governorate, Iraq. The researchers used the descriptive approach using the survey method. The research sample included (52) junior football players representing the clubs (Wasit, Al-Nahrain, Al-Kut), they were chosen by the intentional method. The researchers concluded that the muscular ability and strength characterized by speed are the most influential abilities in cutting and passing, agility and speed are the most contributing capabilities in cutting, extraction and dispersal, and strength distinguished by speed, compatibility and agility are the most physical abilities contributing to cutting the ball within a narrow space and slither speed. The researchers recommend that trainers develop training programs for defensive skills based on the physical abilities that contribute the most to defensive skills, emphasizing the importance of employing predictive equations for the level of defensive skills with the knowledge of the most contributing physical abilities, and conducting studies similar to the current research on other sports samples in various sports activities.

### المقدمة ومشكلة البحث :

تعتبر لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تحتاج مجهوداً بدنياً من اللاعبين الذين يمارسون هذه اللعبة الجميلة، لكي يتمكن هذا اللاعب من الوصول وتحقيق أعلى المستويات والانجازات الرياضية وذلك يأتي من خلال التدريب العلمي الجيد والمستحدثات في كرة القدم.

ويرى حسن السيد ابو عبده (2001) أن الألعاب الجماعية وخاصة كرة القدم تتطلب إلى حد كبير لكل من القوة الانفجارية والقوة المميزة بالسرعة إلا أن الأشكال المختلفة من القوة ضرورية، ويجب تطويرها من خلال عملية الإعداد إذ أن تطوير القوة الانفجارية يتطلب أساس من القوة المميزة بالسرعة، والتي بدورها تحتاج أساس من تحمل القوة والتي تتطلب أساس من القوة القصوى أو العظمى. (ابو عبده:2001)

ويرى الباحثان أن الإنجازات الرياضية التي حققها الرياضيون في نهاية القرن العشرين في لعبة كرة القدم توضح الجهد المبذول في الرفع والارتقاء بالصفات البدنية مثل القوة وأشكالها والسرعة والتوافق العضلي والمرونة لدفع عملية التقدم في هذا المجال الحيوي وتكشف من ناحية أخرى عن مدى النهاية بالناشئين والتركيز على أعدادهم واعتبارهم الركيزة الأساسية التي يعتمد عليها لتحقيق المستويات الرياضية العالية مع ضمان الاقتصاد في الوقت والجهد إلى جانب بعض العوامل الأخرى للارتقاء بمستوى لاعبي كرة القدم.

ويشير مفتي إبراهيم حمادة (1998) بأن الأعداد البدني الخاص في هذه المرحلة يقصد به اكساب الناشئ الصفات البدنية الأساسية والضرورية لنشاط كرة القدم، والتي أجمع الخبراء على أنها خمس وهي : القوة العضلية، التحمل، السرعة، المرونة، الرشاقة. ( حمادة : 1998 )

ويؤكد الباحثان أن القدرات البدنية المرتبطة بمهارات كرة القدم الدفاعية من القدرات الضرورية، التي لا بد من تدريب اللاعبين عليها بشكل مكثف وتتمثل في القوة العضلية، والسرعة، والرشاقة، والتحمل، والمرونة، حيث أن تلك القدرات البدنية تعتبر من المؤشرات الهامة التي لا بد من متابعتها واختبارها بصفة مستمرة، وتعتبر صفة القوة العضلية من الصفات البدنية الهامة جداً والأكثر ارتباطاً بمهارات كرة القدم على اختلاف أنواعها وأشكالها .

ويتفق كل من جلين ولكس glean walks (1994) وجورج رافي لينج Georgeravelin (1996) و رأي براون Ran Brown (1996)، أن كفاءة المدافعين هي الركيزة الأساسية للنجاح للفريق طوال المباراة، فاللاعب الذي يمتلك قدرًا وفيرًا من المهارات الدفاعية المختلفة التي من شأنها أن تساعد على اللعب واجاده الدفاع. (walks : 1994)، (Georgeravelin : 1996)، (Brown : 1996)

ويتفق كلاً من بوجدانيس Bogdanis (2006)، كرسطين Crist in (2006)، هيونان وبان Hunan& Pan (2003)، على أن الدفاع هو كل المحاولات التي يقوم بها لاعبو الفريق منذ لحظة فقدانهم الكرة لمنع لاعبي الفريق المهاجم بالطرق القانونية المسموح بها من تسجيل هدف والعمل على إعادة السيطرة الكاملة على الكرة، وهو إنتقال الفريق من الهجوم إلى الدفاع لحظة فقدانهم الكرة، وتتم العملية الدفاعية برجوع اللاعبين بشكل سريع من المناطق الهجومية إلى المناطق الدفاعية ومحاولتهم إعاقة هجوم المنافس، فهو المحاولات الفردية والجماعية التي يقوم بها لاعب كرة القدم أو الفريق عندما تكون الكرة مع الفريق المنافس.

(Bogdanis : 2006) (Crist in : 2006) (Hunan& Pan : 2003)

ويشير يانج، كوفي (Young & Cofy) (1998) أن الدفاع الجيد هو نوع من أنواع الهجوم الجيد، فالدفاع يجعل للفريق تواجداً في المباراة وليس الهجوم فقط. (Young & Cofy: 1998)

### مشكلة البحث :

يعد الجانب الدفاعي هو الأكثر أهمية في مباريات كرة القدم من خلال قطع الكرة من المنافس والاستحواذ عليها أو تشتيت الكرة أو الضغط على المنافس، لإرغامه التصرف بالكرة بعيداً عن المرمى والمهاجمة من الخلف، وتجنب تسجيل الأهداف من المهاجمين وبناء الهجوم المضاد من قبل المدافعين.

ومن خلال ملاحظة الباحثان لأداء معظم فرق الناشئين للأندية الممتازة يرى أن هناك قصور في النواحي الدفاعية في المواقف المختلفة في أماكن الملعب المختلفة، بحيث أن معظم الفرق يفتقدون إلى التنظيم الدفاعي السليم لأن معظم المدربين يعتمدون على خبراتهم الشخصية التي اكتسبوها من خلال المباريات، وعدم الاعتماد على برامج علمية مقننة التي يعتمد عليها المدرب في تدريب الناشئين، والاعتماد بشكل أكبر على جانب الهجوم على حساب الجانب الدفاعي، وقد أرجع الباحثان هذا القصور إلى افتقار هؤلاء اللاعبين إلى القدرات البدنية الخاصة بكرة القدم والذي يؤثر في مستوى أداء المهارات الدفاعية، ومن هنا رأى الباحثان أهمية القيام بهذا البحث بهدف التعرف على الاسهام النسبي للقدرات البدنية الخاصة في بعض المهارات الدفاعية للاعبي كرة القدم.

### أهداف البحث:

- التعرف على العلاقة بين بعض القدرات البدنية وبعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم.
- تحديد المساهمة النسبية لبعض القدرات البدنية في بعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم.
- التنبؤ بمستوى بعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم بمعلومية بعض القدرات البدنية تبعاً لنسبة مساهمتها.

### فروض البحث :

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القدرات البدنية وبعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم.
- تساهم بعض القدرات البدنية بنسب مختلفة في بعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم .

- يمكن التنبؤ بمستوى بعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم بمعلومية بعض القدرات البدنية تبعا لنسبة مساهمتها.

### المجال المكاني والزمني : جدول (1) يبين التوزيع الزمني والمكاني لإجراءات البحث

| النادي  | الدراسة الاستطلاعية |                                    | الدراسة الأساسية |                                    |
|---------|---------------------|------------------------------------|------------------|------------------------------------|
|         | عدد اللاعبين        | فترة التطبيق                       | عدد اللاعبين     | فترة التطبيق                       |
| الكويت  | 5                   | من 2019 / 1 / 10 الى 2019 / 1 / 15 | 15               | من 2019 / 2 / 5 الى 2019 / 2 / 15  |
| واسط    | 4                   | من 2019 / 1 / 16 الى 2019 / 1 / 20 | 13               | من 2019 / 2 / 16 الى 2019 / 2 / 26 |
| النهرين | 3                   | من 2019 / 1 / 21 الى 2019 / 1 / 25 | 12               | من 2019 / 2 / 27 الى 2019 / 3 / 7  |
| المجموع | 12                  |                                    | 40               |                                    |

أجريت جميع إجراءات البحث على ملاعب (واسط، النهرين، الكويت)، بمحافظة (واسط) بجمهورية العراق في الفترة من 2019/2/5 وحتى 2019/3/7، وكما الجدول الآتي:

#### منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لمناسبته لطبيعة الدراسة قيد البحث .

#### عينة البحث :

اشتملت عينة البحث على (52) ناشئ من ناشئي كرة القدم يمثلون أندية (واسط، النهرين، الكويت) بمحافظة واسط في جمهورية العراق، تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وقد أجريت الدراسة الاستطلاعية على (12) ناشئ، في حين أجريت الدراسة الأساسية على (40) ناشئ، وقد تم التأكد من تجانس عينة البحث الكلية في المتغيرات الأولية (السن والطول والوزن وعدد سنوات الممارسة) قبل التجربة، وأيضاً في الاختبارات البدنية واختبارات المهارات الدفاعية قيد البحث، وهو ما يتضح من الجداول الخاصة بالتوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث.

جدول (2) يبين التوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث الكلية في المتغيرات الأولية الأساسية  $n = 52$

| الدلالات الإحصائية للتوصيف |        |                   |               |                | المتغيرات                |
|----------------------------|--------|-------------------|---------------|----------------|--------------------------|
| المتوسط الحسابي            | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل التقلطح | معامل الالتواء |                          |
| 15.35                      | 15     | 0.44              | 1.41-         | 0.57           | السن (سنة)               |
| 165.56                     | 168    | 4.26              | 1.05-         | 0.51-          | الطول (سم)               |
| 62.02                      | 61.5   | 3.33              | 0.55-         | 0.29           | الوزن (كجم)              |
| 4.21                       | 4      | 0.80              | 1.32-         | 0.41-          | عدد سنوات الممارسة (سنة) |

يتضح من الجدول السابق والخاص بتجانس بيانات عينة البحث الكلية في (المتغيرات الأولية)، أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-0.51 إلى 0.57)، مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الإعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الإعتدالية تتراوح ما بين  $\pm 3$ . وتقترب جدا من الصفر، كما بلغ معامل التقلطح ما بين (-1.41 الى -0.55)؛ وهذا يعنى ان تذبذب المنحنى الاعتدالى يعتبر مقبولا وفى المتوسط وليس متذبذبا لاعلى ولا لإسفل مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث الكلية فى (المتغيرات الأولية) .

#### رابعا: شروط اختيار عينة البحث:

- أن يكون مسجل في الاتحاد العراقي لكرة القدم .
- الا يقل عمره التدريبي عن ستة سنوات سنوات .
- أن يكون منتظم في التدريب .
- أن يكون ضمن تشكيلة الفريق موسم (2018/2019).

## وسائل وأدوات جمع البيانات:

استخدم الباحثان مجموعة من الاختبارات البدنية الخاصة والاختبارات المهارية الدفاعية لفاشي كرة القدم ومجموعة من الادوات اللازمة لإجراء البحث.

## • القدرات والاختبارات البدنية:

لتحديد القدرات والاختبارات البدنية الخاصة بالبحث قام الباحثان بالإطلاع على الدراسات والمراجع العلمية مثل دراسة خالد سعيد عبد النبي (عبد النبي: 1997)، أمرا لله البساطي (البساطي: 1998)، هشام محمد حمدون (حمدون: 2001)، هيثم فتح الله (عبد الحفيظ: 2011)، حسن السيد أبو عبده (أبو عبده: 2016)، وتوصل الباحثان إلى مجموعة من القدرات والاختبارات البدنية الخاصة التالية :

## جدول (3) يبين القدرات والاختبارات البدنية

|                             |                                           |
|-----------------------------|-------------------------------------------|
| 1. القدرة العضلية للرجلين : | مسافة الوثب الطويل من الثبات (سم)         |
| 2. القوة المميزة بالسرعة :  | الجلوس من الرقود (عدد/15ث)                |
| 3. السرعة الانتقالية :      | زمن العدو 50م (ثانية)                     |
| 4. السرعة الحركية :         | التمريرة الحائطية على حائط تدريب (ثانية)  |
| 5. الرشاقة :                | الجري الزجراجي بالكرة (ثانية)             |
| 6. التوافق :                | ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة (عدد)  |
| 7. المرونة :                | فتح الرجل للأمام (سم)                     |
| 8. التوازن :                | الوقوف على عارضة توازن بمشط القدم (ثانية) |
| 9. سرعة رد الفعل للرجلين :  | اختبار المسطرة (سم)                       |

جدول (4) التوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث الأساسية في (اختبارات القدرات البدنية الخاصة)  $n = 40$

| الدلالات الإحصائية للتوصيف |        |                   |               |                | الاختبارات                                |                       |
|----------------------------|--------|-------------------|---------------|----------------|-------------------------------------------|-----------------------|
| المتوسط الحسابي            | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل التفلطح | معامل الالتواء |                                           |                       |
| 165.15                     | 166.5  | 11.27             | 1.00-         | 0.23-          | مسافة الوثب الطويل من الثبات (سم)         | القدرة العضلية        |
| 10.33                      | 11     | 1.91              | 1.24-         | 0.08-          | الجلوس من الرقود (عدد/15ث)                | القوة المميزة بالسرعة |
| 7.54                       | 7.51   | 1.15              | 1.38-         | 0.24           | زمن العدو 50م (ثانية)                     | السرعة الانتقالية     |
| 11.30                      | 11.79  | 1.64              | 1.53-         | 0.12           | التمريرة الحائطية على حائط تدريب (ثانية)  | السرعة الحركية        |
| 12.15                      | 11.86  | 1.97              | 1.36-         | 0.23           | الجري الزجاجي بالكرة (ثانية)              | الرشاقة               |
| 30.58                      | 31     | 5.21              | 1.37-         | 0.09-          | ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة (عدد)  | التوافق               |
| 15.90                      | 15     | 4.45              | 1.05-         | 0.41           | فتح الرجل (سم)                            | المرونة               |
| 8.19                       | 8.24   | 2.04              | 0.02          | 0.34           | الوقوف على عارضة توازن بمشط القدم (ثانية) | التوازن               |
| 14.03                      | 13.3   | 3.79              | 0.53-         | 0.40           | اختبار المسطرة (سم)                       | سرعة رد الفعل للرجلين |

يتضح من الجدول السابق والخاص بتجانس بيانات عينة البحث الأساسية في (اختبارات القدرات البدنية الخاصة) قبل التجربة أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-0.23 إلى 0.41) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الاعتدالية حيث أن قيم معامل الاعتدالية تتراوح ما بين  $\pm 0.3$  وتقترب جدا من الصفر . كما بلغ معامل التفلطح ما بين (-1.53 الى 0.02)، وهذا يعنى ان تذبذب المنحنى الاعتدالي



يعتبر مقبولا وفي المتوسط وليس متذبذبا للأعلى ولا للأسفل مما يؤكد تجانس أفراد مجموعة البحث الأساسية في (اختبارات القدرات البدنية الخاصة) قبل التجربة.

#### • الاختبارات المهارية:

ولتحديد الاختبارات المهارية الدفاعية الخاصة بالبحث قام الباحثان بالأطلاع على الدراسات والمراجع العلمية مثل دراسة عادل عبد الحميد (الفاضي: 1996)، محمد شوقي، أمر الله (كشك، البساطي: 2000)، أحمد أمين (الشافعي: 2004)، هشام محمد (حمدون: 2008)، عمر، أبو العلا عبد (أبو المجد، الفتاح: 2011)، جمعة يوسف (الواعر: 2012)، مفتي إبراهيم (حماد: 2012)، حسن السيد (أبو عبده: 2016)، الشريف عبد الجليل الشريف (الغزالي: 2014)، وتوصل الباحثان إلى الاختبارات المهارية الدفاعية التالية:

#### جدول (5) يبين الاختبارات المهارية الدفاعية

| الاختبار                                      | القياس      |
|-----------------------------------------------|-------------|
| 1. القطع ثم التمرير                           | زمن (ثانية) |
| 2. الاستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير       | زمن (ثانية) |
| 3. القطع ثم التشتيت للزميل                    | زمن (ثانية) |
| 4. الاستخلاص ثم التمرير                       | زمن (ثانية) |
| 5. المهاجمة من الخلف                          | زمن (ثانية) |
| 6. سرعة الزحقة من الجانب                      | زمن (ثانية) |
| 7. قطع الكرة من المنافس داخل دائرة خلال دقيقة | (عدد)       |

#### الدراسة الاستطلاعية:

وتهدف الدراسة إلى: حساب المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والمهارية (قيد البحث) وإجريت هذه الدراسة في الفترة المحصورة من 2019/1/10 وحتى 2019/1/25؛ وذلك لمدة (15) يوماً على عينة البحث الاستطلاعية وعددها (12) ناشئ.

## نتائج الدراسة الاستطلاعية:

لحساب صدق الاختبارات قام الباحث باستخدام صدق التمايز وذلك عن طريق تطبيق الاختبارات على عينة الدراسة الاستطلاعية والمتمثلة بمجموعتين مجموعة مميزة وقوامها (6) ناشئين ومجموعة غير مميزة وقوامها (6) ناشئين، وذلك لحساب صدق التمايز كما توضحه الجداول التالية .

جدول (6) يبين الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لإيجاد صدق (اختبارات القدرات البدنية الخاصة)

| المتغيرات                | الدلالات الإحصائية                             | المجموعة المميزة<br>ن = 6 |      | المجموعة غير المميزة<br>ن = 6 |      | الفرق بين<br>المتوسطين | قيمة ت | معامل<br>الصدق |
|--------------------------|------------------------------------------------|---------------------------|------|-------------------------------|------|------------------------|--------|----------------|
|                          |                                                | س                         | ع±   | س                             | ع±   |                        |        |                |
| القدرة العضلية           | مسافة الوثب<br>الطويل من الثبات<br>(سم)        | 175.67                    | 3.98 | 158.33                        | 3.72 | 17.33                  | *7.79  | 0.927          |
| القوة المميزة<br>بالسرعة | الجلوس من الرقود<br>(عدد/15ث)                  | 11.00                     | 0.89 | 7.33                          | 0.52 | 3.67                   | *8.70  | 0.940          |
| السرعة<br>الانتقالية     | زمن العدو 50م<br>(ثانية)                       | 6.74                      | 0.44 | 9.78                          | 1.15 | 3.04                   | *6.06  | 0.887          |
| السرعة<br>الحركية        | التمريرة الحائطية<br>على حائط تدريب<br>(ثانية) | 10.42                     | 0.75 | 13.59                         | 0.83 | 3.17                   | *6.90  | 0.909          |
| الرشاقة                  | الجري الزجراجي<br>بالكرة (ثانية)               | 10.25                     | 0.59 | 13.80                         | 0.44 | 3.55                   | *11.85 | 0.966          |
| التوافق                  | ضرب الكرة بالرأس<br>والقدم لمدة دقيقة<br>(عدد) | 34.50                     | 1.52 | 26.67                         | 1.21 | 7.83                   | *9.89  | 0.952          |

|       |       |      |      |       |      |       |                                                     |                          |
|-------|-------|------|------|-------|------|-------|-----------------------------------------------------|--------------------------|
| 0.840 | *4.89 | 5.67 | 2.59 | 17.50 | 1.17 | 11.83 | فتح البرجل (سم)                                     | المرونة                  |
| 0.792 | *4.11 | 3.50 | 1.09 | 6.79  | 1.78 | 10.29 | الوقوف على<br>عارضضة توازن<br>بمشط القدم<br>(ثانية) | التوازن                  |
| 0.825 | *4.62 | 6.61 | 2.57 | 16.57 | 2.11 | 9.96  | اختبار المسطرة<br>(سم)                              | سرعة رد<br>الفعل للرجلين |

\* معنوي عند مستوى  $0.05 = 2.22$

يتضح من الجدول السابق والخاص بدلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة لإيجاد صدق (اختبارات القدرات البدنية الخاصة) ، وجود فروق معنوية بين المجموعتين لصالح المجموعة المميزة حيث بلغت قيمة ت المحسوبة ما بين (4.11 الى 11.85) وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.01 . كما بلغ معامل الصدق ما بين (0.792 الى 0.966) مما يؤكد ان اختبارات القدرات البدنية الخاصة تتسم بالصدق التمييزي ، وانها تقيس ما وضعت من اجله، حيث توصلت نتائج الدراسة الإستطلاعية إلى تمتع هذه الاختبارات بمعاملات صدق وثبات عالية، حيث تم ايجاد معامل الصدق عن طريق :

#### أولاً : معامل الصدق : تم إيجاد الصدق عن طريق صدق التمييز .

• **صدق التمييز للقدرات البدنية الخاصة:** أسفرت النتائج عن وجود فروق معنوية بين المجموعتين لصالح المجموعة المميزة حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (4.11 الى 11.85)؛ وهذه القيم معنوية عند مستوى (0.01)، كما بلغ معامل الصدق ما بين (0.792 الى 0.966)، مما يؤكد ان اختبارات القدرات البدنية الخاصة تتسم بالصدق التمييزي ، وانها تقيس ما وضعت من اجله.

• **صدق التمييز للأختبارات المهارية الدفاعية:** أسفرت النتائج عن وجود فروق معنوية بين المجموعتين لصالح المجموعة المميزة، حيث بلغت قيمة ت المحسوبة ما بين (4.34 الى 15.29)؛ وهذه القيم معنوية عند مستوى (0.01)، كما بلغ معامل الصدق ما بين (0.808 الى 0.979)؛ مما يؤكد ان الاختبارات المهارية الدفاعية تتسم بالصدق التمييزي، وانها تقيس ما وضعت من اجله.

#### ثانياً : معامل الثبات : تم ايجاد الثبات عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق .

• **معامل الثبات للقدرات البدنية الخاصة:** أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق معنوية بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (0.02 الى 0.43)؛ وهذه القيم غير معنوية عند مستوى (0.05)، كما بلغ معامل الثبات ما بين (0.851 إلى 0.922)؛ مما يؤكد ان اختبارات القدرات البدنية الخاصة تتسم بالثبات وأنها تعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

• **معامل الثبات للاختبارات المهارية الدفاعية:** أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق معنوية بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (0.03 إلى 0.85)؛ وهذه القيم غير معنوية عند مستوى (0.05)، كما بلغ معامل الثبات ما بين (0.862 إلى 0.934) مما يؤكد ان اختبارات الأداءات المهارية الدفاعية تتسم بالثبات وأنها تعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

#### الدراسة الأساسية:

أجريت الدراسة الأساسية على (40) ناشئ، للفترة من 2019/2/1 وحتى 2019/2/28؛ وذلك لمدة (أربعة اسابيع) على عينة البحث الأساسية وعددها (40) ناشئ وقد تم التأكد من تجانس عينة البحث الكلية في المتغيرات الأولية، وأيضاً في الاختبارات البدنية واختبارات المهارات الدفاعية قيد البحث، وهو ما يتضح من الجداول الخاصة بالتوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث.

#### المعالجات الإحصائية

- مقاييس النزعة المركزية (متوسط حسابي، الوسيط، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، معامل التفلطح).
- اختبار T test للمجموعة الواحدة.
- اختبار T test للمجموعتين المختلفتين.
- معامل ارتباط بيرسون.
- معامل الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise).
- معامل التحديد ( $R^2$ ) نسبة المساهمة.
- معادلة التنبؤ.

# النتائج:

جدول (7) معاملات الارتباط بين بعض القدرات البدنية وبين بعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم

ن = 40

| المهارات الدفاعية        |                                              |                                 |                              |                           |                                                   |                                | المهارات الدفاعية     | القدرات البدنية الخاصة                   |
|--------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------|------------------------------------------|
| القطع ثم التمرير (ثانية) | الاستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير (ثانية) | القطع ثم التشتيت للزميل (ثانية) | الاستخلاص ثم التمرير (ثانية) | المهاجمة من الخلف (ثانية) | قطع الكرة من المنافس داخل المثلث خلال دقيقة (عدد) | سرعة الزحلفة من الجانب (ثانية) |                       |                                          |
| -                        | *0.340                                       | -                               | *0.670                       | -                         | *0.384                                            | *0.795                         | القوة العضلية         | مسافة الوثب الطويل من الثبات (سم)        |
| -                        | *0.372                                       | -                               | *0.661                       | -                         | 0.243                                             | *0.395                         | القوة المميزة بالسرعة | الجلوس من الرقود (عدد/15 ث)              |
| *0.570                   | *0.566                                       | *0.612                          | *0.737                       | 0.284                     | *0.473                                            | *0.339                         | السرعة الانتقالية     | زمن العدو 50م (ثانية)                    |
| *0.514                   | 0.214                                        | *0.712                          | *0.628                       | *0.719                    | *0.614                                            | *0.744                         | السرعة الحركية        | التمريرة الحائطية على حائط تدريب (ثانية) |
| *0.340                   | *0.305                                       | *0.513                          | *0.599                       | *0.525                    | 0.265-                                            | *0.538                         | الرشاقة               | الجري الزججى بالكرة (ثانية)              |
| *0.426                   | *0.539                                       | *0.382                          | *0.577                       | -                         | *0.365                                            | -                              | التوافق               | ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة (عدد) |

يتضح من جدول (1) والخاص بمعاملات الارتباط بين بعض القدرات البدنية وبين بعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم، أن هناك معاملات ارتباط مرتفعة بين بعض القدرات البدنية وبين المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم، وهذه القيم معنوية عند مستوى (0.5 ، 0.01 )، في حين لم تظهر معاملات ارتباط في بعض متغيرات التمرير مع بعض القدرات البدنية، وللتعرف على أهم القدرات البدنية مساهمة وتأثيراً في المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم قام الباحثان بأجراء الانحدار المتعدد كما يتضح من الجداول من (2) إلى (8).

جدول (8) دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) لبعض القدرات البدنية في (زمن القطع ثم التمرير)  $n = 40$

| الخطأ المعياري | قيمة F | قيمة t للإضافة | معامل الانحدار الجزئي | النسبة المئوية للمساهمة | المساهمة الكلية للمتغيرات R2 | معامل الارتباط المتعدد R | دلالات التنبؤ<br>القدرات البدنية |
|----------------|--------|----------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------|--------------------------|----------------------------------|
| 0.058          | 18.290 | 2.486          | 0.144                 | 32.493                  | 0.325                        | 0.570                    | زمن العدو 50م (ثانية)            |
| 0.013          | 13.178 | 2.830-         | 0.037-                | 14.427                  | 0.469                        | 0.685                    | فتح الرجل (سم)                   |

|       |        |       |       |       |       |       |                                             |
|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------------------------------------|
| 0.040 | 12.637 | 2.677 | 0.106 | 8.762 | 0.557 | 0.746 | التمريرة الحائطية على حائط<br>تدريب (ثانية) |
| 1.395 |        |       |       |       |       |       | قيمة القطع                                  |

\* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بزمن (القطع ثم التمرير (ثانية)) بمعلومية بعض القدرات البدنية

زمن القطع ثم التمرير = 1.395 + (زمن العدو 50م  $\times$  0.144) + (فتح الرجل  $\times$  -0.037) + (التمريرة الحائطية على حائط تدريب  $\times$  0.106)

يتضح من جدول (2) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض القدرات البدنية في (زمن القطع ثم التمرير) أن:

يسهم زمن العدو 50م بنسبة 32.493%، ويسهم فتح الرجل بنسبة 14.427%، ويسهم التمريرة الحائطية على حائط تدريب بنسبة 8.762%، والأختبارات البدنية (الثلاثة) تسهم في (زمن القطع ثم التمرير)، بنسبة (55.7%)، كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن القطع ثم التمرير)؛ تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (9) دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) لبعض القدرات البدنية في

(زمن الاستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير) ن = 40

| الخطأ المعياري | قيمة F | قيمة t للإضافة | معامل الانحدار الجزئي | النسبة المئوية للمساهمة | المساهمة الكلية للمتغيرات R2 | معامل الارتباط المتعدد R | دلالات التنبؤ القدرات البدنية |
|----------------|--------|----------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------|--------------------------|-------------------------------|
| 0.031          | 29.469 | 4.096-         | 0.126-                | 43.678                  | 0.437                        | 0.661                    | الجلوس من الرقود (عدد/15ث)    |
| 0.049          | 26.153 | 3.566          | 0.173                 | 17.993                  | 0.617                        | 0.785                    | زمن العدو 50م (ثانية)         |

|       |        |        |        |       |       |       |                 |
|-------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|-----------------|
| 0.013 | 21.256 | 2.310- | 0.030- | 7.132 | 0.688 | 0.829 | فتح البرجل (سم) |
| 6.259 |        |        |        |       |       |       | قيمة القطع      |

\* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بزمن (الإستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير)؛ بمعلومية بعض القدرات البدنية

$$\text{زمن الأستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير} = 6.259 + (\text{الجلوس من الرقود} \times 0.126) + (\text{فتح البرجل} \times 0.030) + (\text{العدو 50} \times 0.173)$$

يتضح من جدول (3) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض القدرات البدنية في (زمن الإستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير) أن:

يسهم الجلوس من الرقود بنسبة 43.678%؛ ويسهم زمن العدو 50 بنسبة 17.993%، ويسهم فتح البرجل بنسبة 7.132%، والأختبارات البدنية (الثلاثة)، تسهم في (زمن الإستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير)، بنسبة 68.8%، كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن الإستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير)، تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (4) دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) لبعض القدرات البدنية في

(زمن القطع ثم التشتيت للزميل) ن = 40

| الخطأ المعياري | قيمة F | قيمة t للإضافة | معامل الانحدار الجزئي | النسبة المئوية للمساهمة | المساهمة الكلية للمتغيرات R <sup>2</sup> | معامل الارتباط المتعدد R | دلالات التنبؤ القدرات البدنية            |
|----------------|--------|----------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|
| 0.045          | 38.988 | 4.772          | 0.080                 | 50.642                  | 0.506                                    | 0.712                    | التمريرة الحائطية على حائط تدريب (ثانية) |
| 0.046          | 28.734 | 3.494          | 0.160                 | 13.351                  | 0.640                                    | 0.800                    | زمن العدو 50م (ثانية)                    |
| 0.006          | 23.946 | 2.498-         | 0.015-                | 7.611                   | 0.716                                    | 0.846                    | مسافة الوثب الطويل من                    |



|  |  |  |  |  |  |       |             |
|--|--|--|--|--|--|-------|-------------|
|  |  |  |  |  |  |       | الثبات (سم) |
|  |  |  |  |  |  | 4.187 | قيمة القطع  |

\* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بزمن ( القطع ثم التشتيت للزميل) بمعلومية بعض القدرات البدنية

زمن القطع ثم التشتيت للزميل =  $4.187 + (0.080 \times \text{زمن العدو } 50 \times 0.160) + (\text{مسارة الوثب الطويل من الثبات } \times 0.015)$

يتضح من جدول (4) والخاص بدلالات الإنحدار المتعدد لبعض القدرات البدنية في (زمن القطع ثم التشتيت للزميل) أن :

يسهم التمريرة الحائطية على حائط تدريب بنسبة 50.642%، يسهم زمن العدو 50 بنسبة 13.351%، يسهم مسافة الوثب الطويل من الثبات بنسبة 7.611%، والأختبارات البدنية (الثلاثة)؛ تسهم في (زمن القطع ثم التشتيت للزميل)؛ بنسبة ( 71.6 % )، كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن القطع ثم التشتيت للزميل)، تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (10) دلالات معادلة الإنحدار المتعدد بطريقة (stepwise) لبعض القدرات البدنية في

(زمن الإستخلاص ثم التمرير) ن = 40

| الخطأ المعياري | قيمة F | قيمة t للإضافة | معامل الانحدار الجزئي | النسبة المئوية للمساهمة | المساهمة الكلية للمتغيرات R2 | معامل الارتباط المتعدد R | دلالات التنبؤ القدرات البدنية            |
|----------------|--------|----------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|
| 0.080          | 45.295 | 5.173          | 0.414                 | 54.379                  | 0.544                        | 0.737                    | زمن العدو 50م (ثانية)                    |
| 0.056          | 34.124 | 3.319          | 0.186                 | 13.727                  | 0.681                        | 0.825                    | التمريرة الحائطية على حائط تدريب (ثانية) |

## \* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بزمن (الإستخلاص ثم التمرير)؛ بمعلومية بعض القدرات البدنية

$$\text{زمن الاستخلاص ثم التمرير} = 0.810 - (\text{زمن العدو } 50 \times 0.414) + (\text{التمريرة الحائطية على حائط تدريب } 0.186 \times)$$

يتضح من جدول (5) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض القدرات البدنية في (زمن الإستخلاص ثم التمرير) أن:

يسهم زمن العدو 50م بنسبة 54.379%، يسهم التمريرة الحائطية على حائط تدريب بنسبة 13.727%، والاختبارات البدنية (الاثنين)؛ تسهم في (زمن الإستخلاص ثم التمرير) بنسبة 68.1%، كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن الإستخلاص ثم التمرير) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ .

جدول (11) دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) لبعض القدرات البدنية في

(زمن المهاجمة من الخلف) ن = 40

| الخطأ المعياري | قيمة F | قيمة t للإضافة | معامل الانحدار الجزئي | النسبة المئوية للمساهمة | المساهمة الكلية للمتغيرات R2 | معامل الارتباط المتعدد R | دلالات التنبؤ القدرات البدنية            |
|----------------|--------|----------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|
| 0.101          | 83.472 | 5.076          | 0.511                 | 51.694                  | 0.517                        | 0.719                    | التمريرة الحائطية على حائط تدريب (ثانية) |
| 0.037          | 66.048 | 5.657          | 0.210                 | 11.480                  | 0.632                        | 0.795                    | اختبار المسطرة (سم)                      |
| 0.095          | 51.419 | 4.051          | 0.384                 | 10.527                  | 0.737                        | 0.858                    | الجلوس من الرقود (عدد/15ث)               |

|       |        |        |        |       |       |       |                                                |
|-------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|------------------------------------------------|
| 0.035 | 43.332 | 2.639- | 0.094- | 6.482 | 0.802 | 0.895 | ضرب الكرة بالرأس<br>والقدم لمدة دقيقة<br>(عدد) |
| 4.073 |        |        |        |       |       |       | قيمة القطع                                     |

\* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بزمن (المهاجمة من الخلف)، بمعلومية بعض القدرات البدنية (زمن المهاجمة من الخلف =  $4.073 + (التمريرة الحائطية على حائط تدريب \times 0.511) + (اختبار المسطرة \times 0.210) + (الجلوس من الرقود \times 0.384) + (ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة \times 0.094)$

يتضح من جدول (11) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض القدرات البدنية في (زمن المهاجمة من الخلف) أن :

يسهم التمريرة الحائطية على حائط تدريب بنسبة 51.694%، يسهم اختبار المسطرة بنسبة 11.480%، يسهم الجلوس من الرقود بنسبة 10.527%، يسهم ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة بنسبة 6.482%، والاختبارات البدنية (الأربعة)، تسهم في (زمن المهاجمة من الخلف) بنسبة 80.2%، كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بزمن المهاجمة من الخلف) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ .

جدول (12) دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) لبعض القدرات البدنية في

(عدد مرات قطع الكرة من المنافس داخل المثلث خلال دقيقة) ن = 40

| الخطأ المعياري | قيمة F | قيمة t للإضافة | معامل الانحدار الجزئي | النسبة المئوية للمساهمة | المساهمة الكلية للمتغيرات R2 | معامل الارتباط المتعدد R | دلالات التنبؤ القدرات البدنية            |
|----------------|--------|----------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|
| 0.117          | 47.272 | 6.634-         | 0.775-                | 37.736                  | 0.377                        | 0.614                    | التمريرة الحائطية على حائط تدريب (ثانية) |

|       |        |        |        |        |       |       |                                              |
|-------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|----------------------------------------------|
| 0.111 | 45.450 | 5.123  | 0.397  | 16.404 | 0.541 | 0.736 | الوقوف على عارضة توازن<br>بمشط القدم (ثانية) |
| 0.101 | 35.433 | 4.487  | 0.176  | 13.694 | 0.678 | 0.824 | ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة<br>دقيقة (عدد)  |
| 0.098 | 36.956 | 4.149  | 0.444  | 6.903  | 0.747 | 0.865 | الجري الزجراجي بالكرة (ثانية)                |
| 0.088 | 34.046 | 2.868- | 0.314- | 5.342  | 0.801 | 0.895 | الجلوس من الرقود<br>(عدد/15ث)                |
| 0.019 | 30.949 | 2.320- | 0.380- | 4.054  | 0.841 | 0.917 | زمن العدو 50م (ثانية)                        |
| 9.282 |        |        |        |        |       |       | قيمة القطع                                   |

\* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بعدد مرات (قطع الكرة من المنافس داخل المثلث خلال دقيقة) بمعلومية بعض القدرات البدنية (عدد مرات قطع الكرة من المنافس داخل المثلث خلال دقيقة = 9.282 + (التمريرة الحائطية على حائط تدريب  $\times 0.775$ ) + (الوقوف على عارضة توازن بمشط القدم  $\times 0.397$ ) + (ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة  $\times 0.176$ ) + (الجري الزجراجي بالكرة  $\times 0.444$ ) + (الجلوس من الرقود  $\times 0.314$ ) + (زمن العدو 50م  $\times 0.38$ ) يتضح من جدول (7) والخاص بدلالات الانحدار المتعدد لبعض القدرات البدنية في (عدد مرات قطع الكرة من المنافس داخل المثلث خلال دقيقة)؛ أن:

يسهم التمريرة الحائطية على حائط تدريب بنسبة 37.736%، ويسهم الوقوف على عارضة توازن بمشط القدم بنسبة 16.404%، ويسهم ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة بنسبة 13.694%، ويسهم الجري الزجراجي بالكرة بنسبة 6.903%، ويسهم الجلوس من الرقود بنسبة 5.342%، يسهم زمن العدو 50م بنسبة 4.054%، والأختبارات البدنية (السته) تسهم في (عدد مرات قطع الكرة من المنافس داخل المثلث خلال دقيقة)؛ بنسبة 84.1%، كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بعدد مرات قطع الكرة من المنافس داخل المثلث خلال دقيقة)، تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

جدول (13) دلالات معادلة الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) لبعض القدرات البدنية في

(سرعة الزحلقة من الجانب)  $N = 40$

| الخطأ المعياري | قيمة F  | قيمة t للإضافة | معامل الانحدار الجزئي | النسبة المئوية للمساهمة | المساهمة الكلية للمتغيرات R2 | معامل الارتباط المتعدد R | دلالات التنبؤ<br>القدرات البدنية          |
|----------------|---------|----------------|-----------------------|-------------------------|------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------|
| 0.013          | 313.315 | 7.973-         | 0.106-                | 63.171                  | 0.632                        | 0.795                    | مسافة الوثب الطويل من الثبات (سم)         |
| 0.025          | 172.680 | 4.005-         | 0.100-                | 20.416                  | 0.836                        | 0.914                    | ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة (عدد)  |
| 0.087          | 122.133 | 3.276          | 0.285                 | 6.674                   | 0.903                        | 0.950                    | الجلوس من الرقود (عدد/15ث)                |
| 0.078          | 99.264  | 2.360          | 0.183                 | 3.272                   | 0.935                        | 0.967                    | التمريرة الحائطية على حائط تدريب (ثانية)  |
| 0.051          | 83.929  | 2.105-         | 0.107-                | 2.312                   | 0.958                        | 0.979                    | الوقوف على عارضة توازن بمشط القدم (ثانية) |
| 30.071         |         |                |                       |                         |                              |                          | قيمة القطع                                |

\* القيمة معنوية

معادلة التنبؤ بزمن (سرعة الزحقة من الجانب) بمعلومية بعض القدرات البدنية

سرعة الزحقة من الجانب =  $30.071 + (مسافة الوثب الطويل من الثبات \times 0.106) + (ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة \times 0.100) + (الجلوس من الرقود \times 0.285) + (التمريرة الحائطية على حائط تدريب \times 0.183) + (الوقوف على عارضة توازن بمشط القدم \times 0.107)$

يتضح من جدول (8) والخاص بدلالات الإنحدار المتعدد لبعض القدرات البدنية في (سرعة الزحقة من الجانب) أن:

يسهم مسافة الوثب الطويل من الثبات بنسبة 63.171%، ويسهم ضرب الكرة بالرأس والقدم لمدة دقيقة بنسبة 20.416%، ويسهم الجلوس من الرقود بنسبة 6.674%، ويسهم التمريرة الحائطية على حائط

تدريب بنسبة 3.272%، يسهم الوقوف على عارضة توازن بمشط القدم بنسبة 2.312%، والاختبارات البدنية (الخمس) تسهم في (سرعة الزحقة من الجانب)؛ بنسبة 95.8%، كما يتضح أن جميع المتغيرات الإحصائية المؤهلة لمعادلة التنبؤ (بسرعة الزحقة من الجانب) تؤكد فعالية المعادلة في التنبؤ.

### مناقشة النتائج :

يتضح من الجدول الخاص بمعاملات الارتباط بين بعض القدرات البدنية وبين بعض المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم، أن هناك معاملات ارتباط مرتفعة بين بعض القدرات البدنية وبين المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم، وهذه القيم معنوية عند مستوى (0.5 ، 0.01)، في حين لم تظهر معاملات ارتباط في بعض متغيرات التمرير مع بعض القدرات البدنية لناشئي كرة القدم، ويرجع الباحثان هذه النتائج إلى أن إجادة أداء المهارات الدفاعية في الملعب بفاعلية تتطلب من اللاعب أن يمتلك للقدرات البدنية الخاصة بمستوى عالي، حتى يمكنه تغيير مجريات اللعب من الخسارة إلى الفوز ومن الدفاع إلى الهجوم، فالفريق الذي يمتلك دفاع متماسك يتحكم بشكل كبير في أغلب مجريات المباريات، ويعتبر الدفاع هو العنصر القوي والثابت في الفريق وهو الركن الأساسي الذي يحدد كفاءة الفريق في حالة التساوي بين الفريقين في النواحي الهجومية، كما أن الأداء الدفاعي السليم للفريق يجب أن يكون الخطوة الأولى لبدء هجوم منظم وفعال.

ويضيف الباحثان أن اللاعب الذي لا يجيد واجبات الشق الدفاعي لفريقه يصبح نقطة الضعف في الخطوط الدفاعية للفريق، ويصبح من السهل أن يستغلها لاعبو الفريق الآخر (المنافس) باختراقه خطوط الدفاع وفتح الثغرات بها، وفي هذا الصدد نجد أنه من الأهمية في كرة القدم المزج بين مهارات كرة القدم ومكونات اللياقة البدنية فكلاهما يجب ان يتم تدميتها معا، وبمرور الوقت سوف نلاحظ ان أثناء تطبيق البرنامج التدريبي مساهمة اللياقة البدنية في زيادة فاعلية أداء لاعبي كرة القدم وخاصة الجانب الدفاعي.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة هشام (حمدون:2001)، والتي أكدت نتائجها على فاعلية الارتقاء ببعض النواحي البدنية على فاعلية الدفاع المرتد السريع للاعبين كرة القدم.

وتتفق هذه النتائج ونتائج دراسة كلاً من نادر (شليبي:1995)، أمر الله (البساطي:1998)، ويسلوف، كاستاخا، هيوج يرد، جونس، هوف (Castagno et al v. Wisloff:2004)؛ حيث أكدت نتائج هذه الدراسات على فاعلية القدرات البدنية في تحسين مستوى أداء المهارات الهجومية والدفاعية، كما

أكدت على أهمية تحديد مكونات المقدرة على الأداء المهاري للاعب كرة القدم، وأيضاً أكدت على أنه الارتباط القوي للقوة العضلية مع مستوى الأداء للاعب كرة القدم.

ويذكر مارتن بيدزنسكي Martin Bidzniski (1996)؛ أنه من الأهمية في كرة القدم المزج بين مهارات كرة القدم ومكونات اللياقة البدنية، فكلاهما يجب ان يتم تنميتها معا بمرور الوقت سوف نلاحظ ان اثناء تطبيق البرنامج التدريبي مساهمة اللياقة البدنية في زيادة فاعلية إداء لاعبي كره القدم. (Bidzniski :1996)

ويوضح شاركي براين Sherkey Bria (1990) أن القوة المميزة بالسرعة تعد من القدرات الحركية الأساسية لكثير من الأنشطة الرياضية وكذلك القوة الانفجارية، كما يؤكد جين هوكس Gene Hooks (1996)، فوران Foran (2001)، على أن القوة المميزة بالسرعة ضرورية إذا ما أردنا الوصول إلى اعلي درجات التفوق والنجاح الرياضي، حيث يتطلب هذا النوع من القوة إنتاج القوة وكذلك السرعة في حركات الوثب والقفز والإرتداد وغير ذلك يتطلب النشاط الرياضي التخصصي. (Bria: 1990) Hooks : (1996) (Foran: 2001)

ويتفق كل من محمد عبده صالح الوحش، مفتى إبراهيم (1994) وشاليباك Chalupka (2013)، لكن لاعب كرة القدم يحتاج لهذا النوع من القوة (القوة القصوى) كي ينمي من خلاله النوعين الآخرين من القوة العضلية وهما القوة المميزة بالسرعة، وتحمل القوة. (الوحش، إبراهيم: 1994)، (Chalupka : 2013)

ويشير آدم بريور Adam Brewer (2004)؛ أن كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تتأسس على السرعة، والتي تمثل في البدايات والتوقيفات السريعة والمفاجئة، التسارع والأنقاص المفاجئ للسرعة التغير الحاد والمفاجئ في الاتجاهات كل هذا يتم بسرعه عالية جدا بالرغم من أملاك اللاعب للمهارة بكفاءة يأتي في المرتبة الاولى الا انه ان لم يستطع الاستحواذ على الكرة قبل ان يظفر بها المدافع أهمية للمهارة وربما يرى البعض ان المتحكم الرئيسي في السرعة هي العوامل الوراثية الا انه يمكن تعليم وتطوير السرعة. (Brewer: 2004)

ويشير حسن السيد ابو عبده (1995)؛ أن الرشاقة هي القدرة على البدء والتوقف وتغيير الاتجاه بسرعة وفعالية أثناء التحرك وهي مركب من التسارع المنفجر Explosive Quickness والسرعة speed والتوازن Balance مما يجعلها في منتهى الأهمية لألعاب كثيرة مثل كرة القدم. (ابو عبده :1995)

ويرى الباحثان أن صفة الرشاقة تعتبر من الأساليب والعناصر البدنية التي يعتمد اللاعبون عليها عند تنفيذ المهارات الحركية بإجادة تامة، مع قدرتهم على تغيير أوضاع جسمهم طبقاً لنوع المهارات برشاقة وإنسيابية.

ويذكر محمد علاوي ومحمد نصر الدين (2011)؛ أن الرشاقة تعبر عن قدره الفرد على الأداء الحركي الذي تتميز بالتوافق والقدرة على سرعه تعديل الاداء الحركي، بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة. (علاوي، رضوان: 20011)

من جانب آخر يذكر أبو العلا احمد عبد الفتاح، أحمد نصر الدين سيد (1993)، أن المرونة تعتبر من مكونات اللياقة الأساسية وهي تعني المدى الحركي لمفصل أو مجموعة من المفاصل، وتختلف المرونة عن مكونات اللياقة البدنية الأخرى لأرتباطها بخصائص الجهاز الحركي البنائية والوظيفية، من حيث حالة المفصل التشريحية والأربطة والأوتار العاملة على المفصل، فضلاً عن إرتباطها بالمكونات البدنية الأخرى كالسرعة والقوة وكذلك أهميتها في الأداء الحركي بصفة عامة. (عبد الفتاح، سيد: 1993)

ويرى الباحثان أن صفة المرونة تتميز بأنها الصفة التي تميز بعض لاعبي كرة القدم عن بعضهم البعض، ومقدار ما يتمتع به اللاعب من مرونة يكون بقدر ما يستطيع إجادة المهارات الدفاعية المطلوب تحقيقها بقدر كبير.

#### الاستنتاجات :

- وجود معاملات إرتباط مرتفعة بين بعض القدرات البدنية وبين المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم.
- عدم وجود معاملات إرتباط في بعض متغيرات التمرير مع بعض القدرات البدنية في كرة القدم.
- تم التوصل إلى معادلات للتنبؤ بـ (بزمن القطع ثم التمرير (ثانية)، بزمن (الإستخلاص ثم الجري بالكرة ثم التمرير)، بزمن (القطع ثم التشتيت للزميل)، بزمن (الإستخلاص ثم التمرير)، بزمن (المهاجمة من الخلف)، وبعدد مرات (قطع الكرة من المنافس داخل المثلث خلال دقيقة)، بزمن (سرعة الزحلقه من الجانب)، بمعلومية بعض القدرات البدنية في كرة القدم.

#### التوصيات :

- قيام المدربين بوضع البرامج التدريبية للمهارات الدفاعية والقدرات البدنية الخاصة الأكثر إسهاماً في المهارات الدفاعية لناشئي كرة القدم.



- التأكيد على أهمية توظيف المعادلات التنبؤية بمستوى المهارات الدفاعية بمعلومية القدرات البدنية الأكثر مساهمة في إنتقاء الناشئين في كرة القدم.
- إجراء دراسات مشابهة للبحث الحالي على عينات رياضية أخرى في الأنشطة الرياضية المختلف

المراجع :

أولاً : المراجع العربية :

1. ابو العلا عبد الفتاح ، أحمد نصر الدين سيد (1993) : فسيولوجيا اللياقة البدنية دار الفكر العربي، القاهرة ، جمهورية مصر العربية.
2. احمد أمين الشافعي(2004) : تنمية سرعة ودقة أداء بعض المهارات المندمجة وتأثيرها على فاعلية المباريات لناشئ كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ،كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية، جمهورية مصر العربية.
3. الشريف عبد الجليل الغزالي( 2014 ) :تأثير تحسين بعض الاداءات المهارية المركبة على فاعليه اداء الهجوم الخاطف للاعبين كره القدم تحت 17 سنة، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية ، جمهورية مصر العربية.
4. حسن السيد ابو عبده ( 1998): أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته، منشأه المعارف، الاسكندرية، جمهورية مصر العربية.
5. -----(1998) : دراسة تحليلية لتحديد مكونات المقدرة على الاداء المهاري في كرة القدم، مجلة نظريات وتطبيقات، كليه التربية الرياضية للبنين، جامعہ الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.
6. ----- (2001): الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.

7. -----(1995): البناء العاملي للقدرات البدنية لناشئ كرة القدم تحت 16 سنة بأندية جمهورية مصر العربية، المؤتمر العلمي الاول للياقة البدنية والرياضية للمجتمع، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، جمهورية مصر العربية.
8. -----(2010): الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ،مكتبة الاشعاع ، ط 10، الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.
9. **جمعه يوسف الواعر(2012):** تأثير تدريبات السرعة الخاصة على بعض الإداءات المهارية المركبة لناشئ كرة القدم بالجمهورية الليبية، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.
10. **حنفي محمود مختار(2008):** كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
11. **خالد سعيد عبد النبي(1997) :** تنمية سرعة ودقة الاداء الحركي لدى ناشئ كرة القدم، رساله دكتوراه غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، جمهورية مصر العربية.
12. **طارق محمد جابر(2002) :** تأثير برنامج تدريبي للأداء المهارى المركب على فاعلية بعض المبادئ الخططية الهجومية لناشئ كرة القدم، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، جمهورية مصر العربية.
13. **عادل عبد الحميد الفاضي(1996) :** دراسة تحليليه لبعض الخطط الهجومية لفرق المستويات العالية في كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعه الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.
14. **عبد الباسط محمد عبد الحليم (1998):** تأثير برنامج تدريبي لبعض الاداءات المهارية المركبة لناشئ كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة . كليه التربية الرياضية للبنين ، جامعه الاسكندرية ، جمهورية مصر العربية.
15. **عمر علي أبو المجد ، أبو العلا عبد الفتاح(2011):** الطريق نحو العالمية في كره القدم ، الطبعة الاولى ، دار الفكر العربي، القاهرة ، جمهورية مصر العربية.

16. محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (2011) : اختبارات الاداء الحركي ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية.
- 17 . محمد شوقي كشك ، أمر الله البساطي (2000): أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم ناشئين- كبار ، منشأ المعارف، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
18. محمد عبد الستار محمود (2005): تأثير تنمية الاداءات الحركية المركبة علي مكونات اللياقة البدنية الخاصة لناشئي كرة القدم ، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
19. محمد عبده صالح الوحش، مفتي إبراهيم (1994) : أساسيات كرة القدم ، ط 2 ، دار عالم المعرفة ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية.
20. محي الدين عبد العال (2009) : تأثير بعض وسائل التدريب المختلفة لتحسين القدرات البدنية الخاصة و الاداءات المهارية المركبة للاعبين كرة القدم تحت 17 سنة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، جمهورية مصر العربية.
21. مفتي إبراهيم حماد (1998) : التدريب الرياضي الحديث التخطيط والتطبيق والقيادة، دار الفكر العربي، القاهرة ، جمهورية مصر العربية.
22. ----- (2012): جمل المهارات الفردية في كرة القدم ، دار الفكر العربي، القاهرة ، جمهورية مصر العربية.
23. هشام محمد حمدون (2001): تأثير الارتقاء لبعض النواحي البدنية على فاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع لدى لاعبي كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.
24. ----- (2008): تأثير التدريبات باستخدام أكثر من كره على بعض الاداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم، نظريات وتطبيقات، مجلة علوم التربية البدنية والرياضية ، العدد 66 ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية ، جمهورية مصر العربية.

25. هيثم فتح الله عبد الحفيظ(2011): تطوير سرعة ودقة الإداء الهجومي لناشئ كرة القدم، نظريات وتطبيقات، مجلة علمية متخصصة لبحوث التربية البدنية والرياضية، العدد 51، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعه الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.

ثانياً : المراجع الاجنبية :

26. Adam Brewer(2004) :The need for soccer speed Age – week program that will Abb skip to your sports and spring to your jumps, MA, CSCS, mscas performance training journal a free publication of the NSCA.
27. Bogdanis GC (2006).: Effects of two different short-term training programs on the physical and technical abilities of adolescent football players, Department of Sports Medicine and Biology of Physical Activity, Faculty of Physical Education and Sports Science, 41 Ethnikis Antistasis Street, Dafni, Athens, Greece.
28. Cristin( 2006) : Effects of an Entire Season on Physical Fitness Changes in Elite Male football Players, Medicine & Science in Sports & Exercise, The American College of Sports Medicin,.
29. Foran (2001) : B. ,High performance ,Sports conditioning , Human Kinetics ,USA 121.
30. Gene Hooks(1996): The Essential Guide to starching ,Grown paper flacks Co , New , York.
31. Gheorghe Iliescu (2013): Reprezinta Tesarea , Momentul Adevaului , in selectia finala atinerilor fatalist , C.N.E.F.S .Rev oriertari is tendinre in football vol .Nr (VI) Bucuresti Romania.

32. Glenn Wilkes (1994): Basketball 6th ed, Wnc Brown communication Inc., USA.
33. Gorge Rave ling(1996) : Rebounding manual ,champion ship USA.
34. Hunan& Pan (2003) : the effect of the competition training on the level of the skill performance of the soccer players . Journal of xion institute of physical education Xi, on P.R China Vol 21.3 NoAA1212.
35. Martin Bidzniski (1996): The soccer coaching hand book, the crowood press, w Arrow smithLtd Bristol.
36. Ran Brown : Basketball 2000:championship Book USA.1996
37. Sharkey, B (1990): Eager Dewey and Norris east man beta – endorphin and mood states during resistance exercise, perceptual and motor skills.
38. Wisloff v. Castagno. C, Helgerud. J Jones R,. Hoff J. (2004): Strong correlations of maximal equate strength with sprint performance and vertical jump height in elite soccer players "department of circulation and medicine I margin Norwegian University of sciences and Technology Faculty of medicine Trondheim. Norway Br sports – related Articles, Links.
39. Young f.t. (1998): Winning Basketball for girls, library of congress, cataloging in Publish data, USA.