

## تأثير إستخدام تدريبات المنافسة على فاعلية اداء بعض المهارات الهجومية الفردية لناشئي كرة القدم

أ.د/أيمن مسلم سليمان عبدالسلام  
... أم د/ طارق عبدالمنعم محمد  
... د/أحمد محمد طاهر  
.. "الباحث / محمد كمال رمضان

### المقدمة ومشكلة البحث:

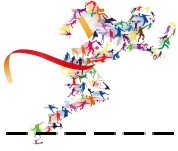
التدريب الرياضي بصفة مستمرة نتيجة عمليات البحث عن كل ما يحيط بالعملية التدريبية سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ، وكذلك محاولة السعي للتعرف على كل ما يؤثر على البيئة الداخلية والخارجية للاعب ، وأصبح هذا التقدم لا يعتمد على علم التدريب بمفرده بل أصبح يعتمد على شتي المجالات والعلوم المرتبطة بالتدريب الرياضي ، ودراسة هذه المجالات والعلوم المرتبطة ساعدت في تحديد المشكلات المتعلقة بالتدريب ومن ثم محاولة إيجاد الحلول العلمية المناسبة لها ، الأمر الذي ينعكس على تقدم التدريب الرياضي بطريقة تطبيقية تحقق لنا الاستغلال الأمثل لإمكانات وطاقت اللاعبين وتطويرها .

كرة القدم أصبحت تحظى بشعبية هائلة على المستوى المحلي والعالمي، لذا فقد تعانقت كل الجهود العلمية والخبرات العملية نحو تطوير المستوى الفني والبدني لهذه اللعبة، ونحن نرى ارتفاع مستوى الفرق يوماً بعد يوم، حيث أصبح أداء المهارات يتميز بالقوة والسرعة معاً ويتم إنجازها في شكل عمل جماعي على درجة من الإتقان، وهذا يتطلب من اللاعبين مقدرة بدنية عالية حتي يتمكنوا من تغيير الأماكن دفاعاً وهجوماً ومسايرة طابع اللعب الحديث ، وكذلك مواجهة التعب والاستمرار في بذل الجهد طوال زمن المباراة. (8 : 11)

تدريب كرة القدم لكي يحقق لاعب كرة القدم أعلى مستوى من الأداء في اللعب خلال المباريات يجب أن يعد إعداداً فنياً متكاملأ في ضوء متطلبات ممارسة كرة القدم الحديثة والتي تتطلب مستوى عالي من الكفاءة البدنية والمهارية والوظيفية حتى يتمكن اللاعب من أداء الواجبات الخطئية الموكلة إليه بكفاءة طول زمن المباراة. (9 : 7)

ويشير " مفتى ابراهيم حماد (2007) أن امتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من التدريبات التنافسية بما يشابه متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها في معظم مواقف اللعب الفردية وتزويد من قدراته على المناورة وتنفيذ الخطط في أماكن واتجاهات مختلفة ولا يفاجأ بموقف ما لم يتم التدريب عليه ، ومن ثم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق في تنفيذ الواجب الخطئي ويذكر رفاعى مصطفى حسين (2005) أن أسلوب المنافسة يسمح بتدريب وزيادة خبرة اللاعبين والسرعة لاتخاذ القرار والحلول المناسبة ( حسن التصرف ) للمواقف المختلفة طبقاً لمواقف الزملاء والمنافس ، ويساهم في ربط الأداء والمهارات بالتحركات الذكية والارتقاء بمستوي التفكير الخطئي في خلال توجيهات المدرب خلال المواقف المشابهة لما يحدث في المباراة ، كما يساهم في تحسين كافة المهارات من خلال اللعب وتحقيق الثبات والاستقرار لمراحل الأداء الفني للمهارات الخاصة في المواقف المتغيرة داخل المباراة. (13 : 156 ، 157)

\* أستاذ التدريب الرياضي ووكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة كلية التربية الرياضية، جامعة الوادي،،،  
\* أستاذ مساعد تدريب كرة القدم بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة، كلية التربية الرياضية ، جامعة الوادي،،،  
\* مدرس تدريب كرة السلة ، قسم التدريب الرياي وعلوم الحركة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الوادي،،،  
\* باحث بقسم التدريب الرياضي وعلوم الحركة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الوادي ،،،



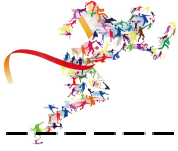
أن تدريبات المنافسة من أهم أنواع التمرينات التي ترفع من مستوى كفاءة الأداء المتكامل للاعب وتصل به إلي الحالة التدريبية الممتازة وتعطي في آخر فترة الإعداد للاشتراك القوي في المنافسة . ( 10 : 14 )

ويشير بسطويسى احمد بسطويسى (2000) أن تدريبات المنافسة تعتبر كمحتوي تدريبي هام في كل الأنشطة الرياضية، فهي تضع اللاعب أمام متطلبات المنافسة بطريقة مباشرة ، حيث تتطلب منه سلوكاً نفسياً وفسولوجياً وفتياً وخطياً كما لو كان في منافسة حقيقية ( 7 : 51 )

حيث أن من أهم متطلبات الأداء الخططي في كرة القدم هو إتقان المهارات الأساسية التي هي من أهم وسائل تنفيذ خطط اللعب سواء الهجومية أو الدفاعية فكل خطة تعتمد على مهارة أو أكثر لتنفيذها ومن هنا فإن إتقان المهارات والتدريب عليها في ظروف تشبه ما يحدث في المباراة أمر هام لنجاح خطط اللعب . ( 7 : 201 )

ويشير أحمد غيطان محمد (2012) تعتبر كرة القدم بشعبيتها الكبيرة في جميع انحاء العالم من الالعاب التي تحتاج الي برامج قياس وتقويم مستمر من خلال فاعلية أداء اللاعب خلال المباراة حتي يتم وضع برامج تدريبية مخططة ومبنية علي اسس علمية سليمة ويكون التدريب موجه نحو ايجابيات وسلبيات الفريق واللاعب او العكس , وذلك لما تحويه تلك اللعبة من :

- كثرة المهارات الاساسية في كرة القدم وتنوعها أكثر مما هو معتاد في الألعاب الاخرى فكرة القدم تلعب بمعظم اجزاء الجسم وبطرق مختلفة فهي تلعب بالقدم والفخذ والصدر والرأس .
  - اختلاف اسلوب التدريب علي المهارات في كرة القدم عنه في الالعاب الاخرى فلعبة كرة القدم نظرا لتنوع المهارات الاساسية البدنية مثل الجري والوثب والخذاع يحث الي أن ينوع اللاعب في ادائه للمهارات وفقا" لاختلاف اللعب المستمر من حيث مكان اللاعب من الملعب وارتباط تحركه وأدائه بالمنافس والزميل .
  - تتطلب كرة القدم أن يكون أداء اللاعب للمهارات سريعا" دقيقا" مع القدرة علي تغيير سرعته أو تغيير اتجاه جريه وفي نفس الوقت استمرار سيطرته علي الكرة .
  - يستخدم اللاعب في كرة القدم كل أجزاء الجسم ماعدا اليدين مما يطلب منه بالاضافة الي دقة وكمال الأداء المهاري ورشاقة ومرونة واضحتين خاصة وان الكرة اداة غير ثابتة وغير مستقرة فهي تارة متدحرجة علي الارض وتارة في الهواء .
  - كرة القدم دائما تكون بين لاعبين متنافسين ومحاولة كل منهما الاستحواز عليها فإن الكفاح بينهما يتطلب أن يجيد أداء المهارات الأساسية زاد كفاح اللاعب مما يزيد من جمال اللعبه .
  - كرة القدم تمتاز بأن المشاهد لايتوقع تماما المهارة التي سيقوم بها اللاعب دائما .
  - كلما زاد عدد اللاعبين زادت خطط اللعب ومن هنا كانت خطط اللعب في كرة القدم كثيرة ومتنوعة نظرا لكثرة عدد لاعبي الفريقين .
  - اتساع ملعب كرة القدم مقارنة بملاعب الالعاب الاخرى يفرض علي الاعبين أداء كثير من التحركات والمنافرات وأكثر مايفرضه دقة أداء المهارات دفاعا وهجوم . ( 2 : 3 ، 4 )
- من خلال ملاحظة الباحث من خلال خبرته كلاعب سابق ومدرب بقطاع الناشئين بنادي الوادي الجديد لكرة القدم انخفاض مستوى المهارات الهجومية الفردية لدي معظم لاعبي فرق الناشئين و معظم اللاعبين لا يستطيعون انجاز واجباتهم الحركية و المهارية وعدم مقدرتهم علي



مجاراة المنافس أو التغلب عليه وخلق فرص تهديف خلال المباراة بنفس الكفاءة التي يظهروها أثناء التدريب في ظل غياب المدافعين وأرجع الباحث هذا القصور الى عدم تعرض اللاعبين لمواقف تدريبية تنافسية مشابهة لما يحدث في المباراة حيث ان معظم المدربين لا يخصصون الوقت الكافي لتدريب اللاعبين عليها .

أن المهارات الأساسية تعتبر أحد الجوانب الفنية الهامة في نشاط كرة القدم وبدون أدائها وإتقانها بصورة جيدة لا يتمكن البرعم من تنفيذ تعليمات المدرب الخاصة بالجانب الخططي أثناء المباراة ، وتتميز كرة القدم بتعدد مهاراتها الأساسية وتنوعها، ولقد ارتفع مستوى الأداء في كرة القدم بصورة تتماشى مع تطور طرق اللعب المختلفة وتنوع الخطط الدفاعية والهجومية الأمر الذي يتطلب تميز لاعب كرة القدم بالقدرة الفائقة على الأداء الأمثل للمهارات الأساسية لكرة القدم.

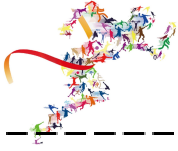
ثم مشكلة البحث من خلال الدراسات السابقة وباطلاع الباحثون على المراجع العلمية والابحاث السابقة في مجال كرة القدم وجد أن بعض الابحاث أشارت الى الاهتمام بتدريبات المنافسة وتأثيرها على النواحي البدنية مثل : دراسة احمد شعراوى وحازم رضا 2011 (1) ، دراسة احمد منصور 2003 (4) ، دراسة بدير السيد 2006 (6) ، دراسة خالد عبد النور 2010 (15) .

كما أن بعض الابحاث التي اهتمت بتدريبات المنافسة وتأثيرها على الجوانب الخططية مثل :دراسة احمد ممدوح وممدوح إبراهيم 2002 (3) ، دراسة إيهاب صلاح 2001 (5) ، ودراسة طارق عبد المنعم على (2019) و أن المتطلبات المهارية تعتبر عنصرا أساسيا وهاما في شتى أوقات المباراة فلا يمكن للاعبين الأداء الجيد لخطط اللعب إذا لم يكونوا على مستوى عالى من الكفاءة المهارية الفردية (17: 26).

على أن الاداء المهارى فى رياضة كرة القدم دورا هاما فى تحقيق إيجابيات كرة القدم بصورة كبيرة لصالح الفريق الذى يؤدى هذا الأداء المهارى بصورة جيدة ومتقنه إذا ما قورن هذا الفريق بفريق اخر لا يؤدى بنفس الكفاءة . (15 : 1) المهارات الاساسية الهجومية هى السبيل الوحيد لتحقيق الفوز على الفريق المنافس وأداءها بصورة متقنة يسهم في إسعاد المشاهدين وتنفيذ هجوم فعال يثمر عن تحقيق هدفا وكلما ارتفع مستوى إجادة اللاعبين للمهارات الأساسية الهجومية الفردية كلما انعكس ايجابيا على أداء الفريق ككل . (16: 2)

ويشير الباحثون إلى أن الأداء المهارى الهجومى المنفرد مثل ( التمرير والتصويب وضرب الكرة بالرأس ورمية التماس) ذو أهمية وفعالية فى تنفيذ متطلبات الأداء وحسم نتائج المباريات إذا ما أديت بالسرعة والدقة والقوة المناسبة ، وكلما تميز لاعبي الفريق بامتلاكة المقدرة على القيام بالاداء المهارى الهجومى المنفرد بسرعة ودقة وقوة مع امتلاكهم لقدرة عضلية عالية كلما أسهم ذلك فى الارتقاء بمستوى الأداء الأمر الذى يتطلب ضرورة الأهتمام بالقدرة العضلية للرجلين والذراعين لناشئ كرة القدم .

ومن خلال ملاحظة الباحثون من خلال خبرتهم بقطاع الناشئين بنادي الوادي الجديد لكرة القدم انخفاض مستوى المهارات الهجومية الفردية لدي معظم لاعبي فرق الناشئين و معظم اللاعبين لا يستطيعون انجاز واجباتهم الحركية و المهارية وعدم مقدرتهم علي مجاراة المنافس أو التغلب عليه وخلق فرص تهديف خلال المباراة بنفس الكفاءة التي يظهروها أثناء التدريب في ظل



غياب المدافعين وأرجع الباحث هذا القصور الى عدم تعرض اللاعبين لمواقف تدريبية تنافسية مشابهة لما يحدث في المباراة حيث ان معظم المدربين لا يخصصون الوقت الكافي لتدريب اللاعبين عليها

الأمر الذي دعا الباحثون من خلال هذا البحث الى استخدام تدريبات المنافسة وتناول تأثيرها على فاعلية أداء بعض المهارات الهجومية الفردية لناشئي كرة القدم في محاولة جادة تهدف الى خلق فرص تهديف أكثر وفقاً لمواقف المنافسة الفعلية " المباراة " .

### أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي الى التعرف على تأثير استخدام تدريبات المنافسة على فاعلية أداء بعض المهارات الهجومية الفردية لناشئي كرة القدم .

### فروض البحث :

في ضوء أهداف البحث صاغ الباحث الفروض كما يلي :

1. توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات درجات القياس القبلي ومتوسطات درجات القياس البعدي في مستوى أداء المهارات الهجومية الفردية في اتجاه ولصالح القياس البعدي لناشئي كرة القدم .

2. توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات درجات القياس القبلي ومتوسطات درجات القياس البعدي في فاعلية أداء بعض المهارات الهجومية الفردية في اتجاه ولصالح القياس البعدي لناشئي كرة القدم.

### مصطلحات البحث :

#### تدريبات المنافسة :

يقصد بها " نوع النشاط الممارس نفسه " ، وتعبير أدق هي " النشاط الحركي الكلي الذي يؤديه اللاعب أثناء المسابقة أو النشاط التخصصي ، والتي تتم طبقاً لقواعد هذا النشاط " .

(157 :21 )

#### المهارات الهجومية الفردية :

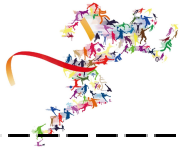
يقصد بها " جملة الأعمال والتحركات التي ينفذها اللاعب بالكرة وبدون الكرة في ضوء قدرته على التحليل الصحيح للموقف واختيار وتنفيذ المهارة المناسبة التي تهدف الى استغلال فرص متاحة أو خلق فرص جديدة " . (10 :231)

#### فاعلية الأداء المهارى الهجومي :

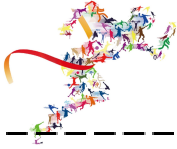
هي قدرة اللاعب على استخدام المهارات الهجومية المناسبة سواء بالكرة أو بدونها لاستغلال أو إتاحة فرصة لزميل بحيث يؤدي إلي الإخلال بالواجبات الدفاعية للفريق المنافس . (9 :2)

### الدراسات السابقة:

1- دراسة " طارق عبد المنعم على" (2019م) (21)، بعنوان " تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات مواقف اللعب التنافسية على مستوى الاداء المهارى المركب لناشئي كرة القدم ، وهدفت الدراسة إلى تصميم برنامج مقترح باستخدام تدريبات مواقف اللعب التنافسية ومعرفة تأثيره على مستوى الاداء المهارى المركب لناشئي كرة القدم ، وقد تم استخدام المنهج التجريبي تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من ناشئي كرة القدم بنادى ديروط الرياضي وبلغ عددهم (22) ناشئي تحت (16) سنه مواليد



- (2003م) والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم فرع اسبوت للموسم الرياضى (2019/2020م) وكان من أهم النتائج اسفرت نتائج الدراسة الي البرنامج التدريبي المقترح لة تأثير ايجابي على مستوى الاداء المهارى المركب ( الاستلام ثم التمرير، الاستلام ثم جرى ثم تمرير ، الاستلام ثم مراوغة ثم تمرير، الاستلام ثم مراوغة ثم تصويب ) و وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات القياس القبلية والبعدية فى مستوى الاداء المهارى المركب للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية .
- 2- **أحمد شعراوي محمد ، حازم رضا عبدة(2011م) (1) بعنوان " تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات المنافسة على بعض المتغيرات البدنية والبيوكيميائية والأداء المهارى لناشئى كرة القدم ويهدف البحث الى التعرف على تأثير استخدام تدريبات المنافسة المجهد على بعض المتغيرات البدنية وبعض المتغيرات البيوكيميائية لدى لاعبي كرة القدم استخدم المنهج التجريبي وتم اختيار عينة على22 لاعبا نادى رأس البر لكرة القدم مجموعتين كعينة للبحث و أسفرت النتائج الى أن استخدام البرنامج التدريبي المقترح تأثير ايجابي على مستوى بعض المتغيرات البدنية والفسولوجية ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبي كرة القدم مجموعة البحث التجريبية .**
- 3- **خالد عبد النور (2010م) (11) بعنوان تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات التنافسية بالاتجاه المفرد والمركب على بعض القدرات البدنية والوظيفية لناشئى كرة القدم ويهدف البحث الى التعرف على تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات التنافسية بالاتجاه المفرد والمركب على بعض القدرات البدنية والوظيفية لناشئى كرة القدم استخدم المنهج التجريبي وتم اختيار عينة على 24 لاعبا تحت 16 سنة نادى نبروة 2009/2010 كعينة للبحث وأسفرت النتائج الى أن قد حققت المجموعة التجريبية التي تستخدم التدريبات التنافسية بالاتجاه المركب معاملات تغيير أعلى من التي حققتها المجموعة التجريبية التي كانت تستخدم التدريبات التنافسية بالاتجاه المفرد .**
- 4- **بدير السيد بدير(2006م) (6) بعنوان تأثير التدريب بأسلوب المنافسة على مستوى الأداء البدنى و الفنى لناشئى كرة القدم ويهدف البحث الى التعرف على الفروق بين تأثير التدريب بأسلوب المنافسة والأسلوب التقليدي على مستوى الأداء البدنى والفنى لناشئى كرة القدم استخدم المنهج التجريبي وتم اختيار عينة على 30 لاعبا من نادى نبروة مجموعتين كعينة للبحث و أسفرت النتائج الى أن توجد فروق داله إحصائيا فى جميع المتغيرات البدنية والمهارية لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية0**
- 5- **أحمد منصور إبراهيم (2003م) ( 4 ) بعنوان تأثير تدريبات المنافسة على تطوير القدرات البدنية ودقة التمرير لدى ناشئى كرة القدم ويهدف البحث الى التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على مستوى القدرات البدنية ودقة التمرير لدى المجموعتين التجريبية والضابطة واستخدم المنهج التجريبي واستخدم ناشئى كرة القدم بمحافظة الشرقية 25 لاعبا تحت 16 سنة عينة للبحث و أسفرت النتائج الي حدوث تحسن بين نتائج قياسات البحث لدى المجموعتين التجريبية والضابطة فى المتغيرات البدنية ودقة التمرير0**
- 6- **لولس ، (28) (lowlees 1998) بعنوان أثر استخدام أسلوب التعليم التنافسى فى تعلم مهارات الكرة الطائرة ويهدف إلى التعرف على أثر استخدام أسلوب التعليم التنافسى فى تعلم مهارات كرة الطائرة واستخدم المنهج التجريبي وتم اختيار العينة على مجموعة**



من الأطفال المبتدئين كعينة للبحث 14 لاعب وأسفرت النتائج إلى أهمية أسلوب التدريب التنافسي في تعلم مهارات الكرة الطائرة0  
**أوجه الاستفادة من الأبحاث السابقة :**

مما سبق استطاع الباحثون أن يثرى فكره ويستفيد من تلك الدراسات لاستخلاص أهم الأسس العلمية التي تساعده في إجراء الدراسة الحالية وهي كالتالي :

1. تحديد وتفهيم مشكلة الدراسة .
  2. دقة صياغة الأهداف والفروض قيد الدراسة .
  3. تحديد متغيرات الدراسة .
  4. تحديد الخطوات المتبعة في إجراء هذه الدراسة (فنياً / إدارياً) .
  5. اختيار المنهج الذي يناسب طبيعة الدراسة الحالية .
  6. كيفية تقنية اختبارات الأداء المهاري قيد الدراسة .
  7. كيفية تقنية اختبارات الأداء البدني قيد الدراسة .
  8. صياغة البرنامج التدريبي .
  9. تحديد العينة من ناشئ كرة القدم تحت 14 سنة مما يساعد في تحقيق هدف الدراسة
  10. اختيار الأداءات المناسبة في تنفيذ محتوى البرنامج .
  11. تصميم الاستثمارات المناسبة لجمع البيانات وتفرغ النتائج .
- وقد تمكن الباحثون من استيعاب تلك الأبحاث والاستفادة منها واجتهد ساعياً وراء الاستفادة من هذه الدراسات وتحليلها من حيث (عرض عنوان الدراسة - هدف الدراسة - العينة - منهج الدراسة - وأخيراً أهم النتائج التي توصلت إليها كل دراسة منها) فضلاً عن تعرف الباحث على المعالجات الإحصائية التي استخدمتها هذه الدراسات مما يساعد الباحث في إثراء فكره في وضع الإجراءات العملية لدراسته الحالية وأيضاً الاستفادة في تفسير أهم النتائج لمقارنتها بنتائج الدراسة الحالية كي تساعد على توضيحها وتفسيرها .

### **طرق وإجراءات البحث :** **منهج البحث :**

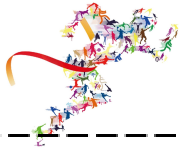
استخدم الباحثون المنهج التجريبي والوصفي نظراً لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة، وقد استعان الباحث بالتصميم التجريبي الذي يعتمد على القياس القبلي والبعدي للمجموعة الواحدة (عينة البحث الأساسية) وسوف يستخدم المنهج الوصفي لتحليل المباريات لتحقيق الفاعلية في الاداء الهجومي الفردي .

### **مجتمع البحث:**

وكانت ناشئ كرة القدم مواليد 2003 تحت (16) سنة والمشاركين في بطولة فرع الوادي الجديد لكرة القدم للموسم الرياضي 2018 / 2019 ، وعددهم (180 ناشئ) يمثلون فرق ( نادي الوادي الجديد ، مركز شباب الخارجة ، مركز شباب باريس ، مركز شباب المنيرة ، مركز شباب بلاط ، نادي الداخلة ) .

### **عينة البحث :**

ثم تم اختيار عينة قوامها (28) ناشئ بالطريقة العمدية من ناشئ كرة القدم تحت (16) سنه بنادي الوادي الجديد للموسم (2018 / 2019) ، ثم تم استبعاد بعض الناشئين وعددهم (2) وذلك لعدم انتظامهم واصابة (1) وبذلك يبلغ إجمالي عينة البحث (25) ناشئ على أن يكونوا مسجلين بالإتحاد المصرية لكرة القدم .



### جدول (1)

#### توصيف لمجتمع وعينة البحث

م	المجتمع الكلي	العينة الاساسية	العينة الاستطلاعية	النسبة المئوية
1	180	25	10	20%

#### تجانس عينه البحث Identity of sample of research :

لقد قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد عينه البحث قبل تطبيق البرنامج في المتغيرات ( الطول - الوزن - السن - العمر التدريبي ) التي قد تؤثر على نتائج البحث كما هو موضح في جدول (2) التالي

### جدول (2)

#### المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري و معامل التفلطح ومعامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث ن = 25

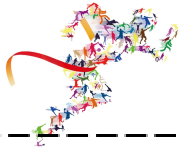
م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل التفلطح	معامل الالتواء
1	الطول	سنه	167.56	166	5.888	0.27	0727
2	الوزن	كجم	60.84	60.0	4.981	1.410	0500
3	السن	سنه	15.96	16.0	200	25.00	0.902
4	العمر التدريبي	سنه	3.44	4.00	712	0373.-	1.067

يتضح من نتائج الجدول (2) ان قيم معاملات الالتواء في متغيرات البحث ( الطول- الوزن- السن- العمر التدريبي ) تراوحت ما بين (0.500- 1.067) ؛ وهذا يدل علي ان هناك تحانساً بين افراد عينة البحث حيث ان جميع قيم معاملات الالتواء تقع تحت المنحني الاعتدالي والذي يتراوح قيمته ما بين (+\_3) وسائل وأدوات جمع البيانات: المقابلة الشخصية

قام الباحثون بتصميم إستمارة إستبيان تحتوى على الأداءات المهارية الهجومية الفردية المستخرجة من تحليل المراجع وعرضها على السادة الخبراء لإختيار أهم الأداءات المهارية الهجومية الفردية التي تتناسب مع المرحلة السنوية وكذلك التمرينات التدريبية ومحتوياته للناشئين تحت (16) سنة.

#### إستمارات الإستبيان

- إستمارة تفريغ بيانات اللاعبين (الاسم- السن- الوزن- الطول- العمر التدريبي) مرفق (7)
- إستمارة إستطلاع رأى الخبراء لتحديد انساب الاختبارات البدنية الخاصة بالاداءات الخطئية الهجومية الفردية للاعبى كرة القدم مرفق (3).
- إستمارة استبيان إستطلاع رأى الخبراء لتحديد انساب الاختبارات المهارية الخاصة بالاداءات الخطئية الهجومية الفردية للاعبى كرة القدم مرفق (4)
- إستمارة استبيان إستطلاع رأى الخبراء فى استمارة متغيرات الاداءات الخطئية الهجومية الفردية مرفق (5)
- استمارة التدرجات التنافسية فاعلية الاداء المهاري الفردي للاعبين خلال مواقف اللعب التنافسية مرفق (6)



## أدوات وقياس وأجهزة التدريب

الأدوات والأجهزة المناسبة لطبيعة البحث (ملعب كرة قدم - كرات-أقماع- ساعة إيقاف الكترونية لأقرب (1/100ث) - صافرة- مقعد سويدي- حواجز- شريط عريض- كاميرا تصوير فيديو- تليفزيون أو شاشة عرض ) .

### تحديد الاداءات الهجومية الفردية

لتحديد المهارات الهجومية الفردية الاكثر أهمية والتي تتناسب مع طبيعة البحث تم إتباع الخطوات التالية :

قام الباحثون بعمل مسح مرجعي لبعض الدراسات والمراجع التي تناولت الاداءات المهارية الهجومية الفردية فى كرة القدم وقت توصل الباحث للمهارات التالية ( التمرير / المراوغة / التصويب ) مرفق (6)

### نماذج لبعض الاختبارات المستخدمة في جمع البيانات

- اختبار التمرير لقياس مهارة التمرير .
- اختبار المراوغة بالكرة لقياس مهارة المراوغة . ( زمن )
- اختبار التصويب علي المرمي المقسم من مسافة 20 م لقياس مهارة التصويب (مسافة)
- المعاملات العلمية لإختبارات الأداء المهارى الهجومية الفردية :
- صدق المحكمين:

استخدم الباحثون صدق المحكمين، حيث تم عرض الاستمارة استطلاع الرأى على مجموعة من الخبراء قوامها (10) من الاساتذة كليات التربية الرياضية والخبراء من المدربين فى مجال كرة القدم ولا تقل مدة خبراتهم فى المجال الرياضي عن عشرة سنوات . تم حساب النسبة المئوية لأراء الخبراء حول المتغيرات المهارية الاستمارة وذلك كما هو موضح بالجدول (3)

### جدول (3)

#### النسبة المئوية لأراء الخبراء حول المتغيرات المهارية لاستمارة ( ن =10)

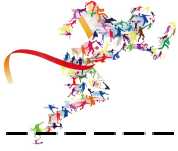
م	المهارات	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية%
1	مهارة التمرير	التكرارات	9	90%
2	مهارة المراوغة	الزمن/ الثانية	10	100%
3	مهارة التصويب	الدرجة	10	100%
4	ضرب الكرة بالرأس	التكرار	6	60%
5	الجرى بالكرة	الزمن/الزمن	6	60%
6	رمية التماس	التكرار	5	50%

ينتضح من نتائج جدول (3) ان النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء حول المتغيرات لدي المهارات الهجومية الفردية لناشئ كرة القدم تراوحت ما بين ( 50 % - 100 % ) لقد ارتضى الباحث نسبة 70% من نسبه موافق السادة الخبراء وبالتالي تم استبعاد المهارات التي حصلت على النسبه المئوية التي اقل من ( 70%) وهي (مهارة ضرب الكرة بالراس والجرى بالكرة ورمية التماس) . مما يشير اى ان الاستمارة علي درجة كبيرة من الصدق فى مهارات ( التمرير و المراوغة و التصويب)

### - صدق التمايز

استعان الباحثون بصدق التمايز باستخدام طريقة المقارنة الطرفية وذلك بحساب قيمة متوسطات الفروق بين الربيعي الأعلى الربيعي الأدنى لدرجات عدد(10) ناشئ من ناشئ كرة القدم من مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية وجدول (4) يوضح ذلك





**جدول (4)**  
**متوسطات الفروق بين الربيعي الأعلى والأدنى للدرجات عدد (10) ناشئين من**  
**داخل مجتمع البحث ن = 10**

م	اختبارات المهارات الهجومية	وحدة القياس	الربيعي الأعلى		الربيعي الأدنى		قيمة "ت"
			ع	م	ع	م	
1	اختبارمهارة التمرير	التكرارات	1.817	27.40	1.140	16.60	11.260
2	اختبارمهارة المراوغة	الزمن/ الثانية	2.236	25.00	9.788	12.60	2.762
3	اختبارمهارة التصويب	الدرجة	1.304	6.20	548.	1.60	7.27

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (0.500.) = 2.14

تتضح من نتائج جدول (4) وجود فروق دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0500.) بين متوسطات درجات الربيع الأعلى والربيع الأدنى في المهارات الهجومية لدي ناشئ كرة القدم حيث تراوحت قيمة "ت" المحسوبة ما بين (2.762- 11.272) وهي اكبر من قيمتها الجدولية عند نفس المستوي مما يشير الي ان المهارات الهجومية تميز بين الناشئين في نفس المهارات مما يؤكد صدقها 0

النتائج

**حساب الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق**

الإيجاد معامل الثبات استخدم الباحث طريقة التطبيق الاختبارات وإعادة التطبيق علي نفس العينة المستخدمه Test – Rests علي عينة بلغ قوامها (10) ناشئ كرة القدم من مجتمع البحث ومن خارج العينة الاساسية وبفارق زمني اسبوع (7) ايام للمهارات الهجومية وجدول (5) يوضح معاملات الارتباط بين التطبيقين والنتائج التي تم التوصل اليها 0

**تدريبات المنافسة Competition drills**

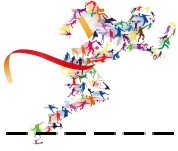
**الهدف من برنامج تدريبات المنافسة**

تحسين خطط اللعب الهجومي الفردي لناشئ كرة القدم تحت 16 سنه من خلال تدريبات المواقف الخططية الفردية في كرة القدم .

**أسس وضع التدريبات المنافسة**

تحديد الهدف العام من التدريب ( تحسين فاعلية الاداءات الخططية الهجومية الفردية )

- 1) مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين خلال تطبيق التدريبات
- 2) استخدام الخرائط التكتيكية خلال تنفيذ التدريبات لتسهيل فهم واستيعاب اللاعبين للتدريبات
- 3) تم تحديد مدة التدريبات خلال 10 اسابيع
- 4) تحديد الجرعات التدريبية خلال الاسبوع وحدات تدريبية اسبوعيا
- 5) تحديد زمن الوحدة التدريبية
- 6) التدرج في التدريبات من البسيط الي المركب في التوزيع داخل التدريبات خلال مراحل التدريب ، كما تم مراعاة أن يكون مستوى الحمل متوسط خلال التدريبات الصعبة والتي تحتاج إلى مستوى عالي من التركيز .
- 7) تم مراعاة توزيع التدريبات الخططية الهجومية الفردية ( التمرير - المراوغة - التصويب) بحيث أن تكون هناك عدد مناسب لكل أداء خططي بما يضمن حدوث عمليات التطوير والتحسين في الاداء لعينة البحث.



- (8) تم التدريب على الأداءات الخطئية الهجومية الفردية بشكل منفرد ومندمج لتحقيق متطلبات المباراة ، وتم وضع التدريبات فى مةاقف مشابهة لظروف المباريات.
- (9) تم حساب فترات الراحة البينية عن طريق معدلات النبض بعودة النبض إلى 120ن/ق خلال التدريبات التى تستهدف حمل متوسط و 160ن/ق فى الوحدات التى تستهدف حمل على (22 : 32,33)

الاعتبارات التى يجب مراعتها عند تنفيذ البرنامج :

قام الباحث بتطبيق الأسس العامة للتدريب الرياضى كما أشار إليها "بدير السيد" (2006م) (6)، "مفتى إبراهيم" (2009م) (20)، "حنفى مختار" (2000م) (7) وقد إشتمل البرنامج على كل الإجراءات الإدارية والإمكانات البشرية والأجهزة والأدوات المطلوبة ولضمان بنجاح البرنامج المقترح راعى الباحث الأسس التالية:

- 1) ضرورة شرح الهدف من كل تمرين قبل بداية كل وحدة
- 2) يجب البدء بالتدريبات البسيطة السهلة حتى يشعر اللاعبون بالثقة
- 3) شرح التدريبات المستخدمة وقواعدها بأسلوب قصير ومبسط قبل بداية الوحدة التدريبية
- 4) يجب أن يراعى عوامل الامن والسلامة أثناء تطبيق البرنامج
- 5) مراعاة اختيار التدريبات المشابهة بحيث تكسب اللاعب الشكل الاحسن للداء .
- 6) تم الإستعانة بالعديد من المراجع المتخصصة فى كرة القدم والتدريب والإختبارات والمقاييس لتحديد عناصر تدريبات المنافسة مرفق (6) التى تتناسب مع المرحلة السنوية قيد البحث تحت 16 سنة.

الدراسة الاستطلاعية **Exploratory Basic** :

التجربة الاستطلاعية هى دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينه صغيرة قبل قيامه بدراسة بهدف اختيار اساليب البحث وادواته ونظرا لاهمية ضبط جميع متغيرات البحث قبل البدء فى التجربة الاساسية من اجل الوصول الى اسلوب اكثر تنظيما لتطبيق البرنامج التدريبي للبحث واجراء الاختبارات والقياسات وذلك للحصول على نتائج دقيقة.

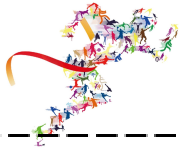
**هدف الدراسة :**

حصر الاداءات الخطئية الهجومية الفردية التى تؤدى فى المباريات خلال الفترة يوم السبت 15/9/2018م الى يوم جمعة 5/10/2018م.

**نتائج الدراسة :**

توصل الباحث الى ان المتغيرات الخطئية الهجومية الفردية المتعارف عليها من نتائج التحليل وكانت كما يلى :

- 1- الاستلام مع التمرير المباشر بالقدم
- 2- التمرير بالراس
- 3- الاستلام ثم التمرير
- 4- السيطرة بالامتصاص والتمرير
- 5- السيطرة ثم المراوغة والتمرير
- 6- التصويب بالراس
- 7- استلام ثم مراوغة ثم تصويب
- 8- الهروب من الرقابة
- 9- التموية والخداع



### الدراسة الاساسية Basic experiment :

بناء علي نتائج استطلاع رأى السادة الخبراء والمسح المرجعي إتضح إمكانية تطبيق اختبارات قياس المهارات الهجومية فى كرة القدم فى صورته النهائية من خلال الخطوات التالية قيمة(ت) الجدولية عند مستوى دلالة(0.500) = 2.14  
يتضح من نتائج الجدول (7) ان قيم معامل الارتباط بين التطبيق الاول والثاني دال احصائيا فى المهارات الهجومية قيد البحث ، حيث تراوح معامل الارتباط ما بين(087.-088) وهى اكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على ثبات تلك الاختبارات

#### 1- القياس القبلي:

تم إجراء القياس القبلي لجمع أفراد عينة البحث وعددهم 25 ناشئ فى الفترة من ( خميس 2018 /8/10م إلى الجمعة 2018 /9/10م )

1- اختبارات الاداء المهارية

2- اختبارات للتغيرات الاساسية

تدريبات المنافسة على فاعلية اداء بعض تطبيق المهارات الهجومية الفردية لناشئ كرة القدم " تم تنفيذ التدريبات على أفراد المجموعة التجريبية وذلك باستخدام تدريبات المنافسة حيث استغرقت 10 اسابيع فى الفترة يوم الجمعة الموافق 2018 /11/2م إلى يوم الخميس الموافق 2019 /17/1م

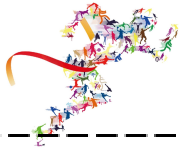
#### 3- القياس البعدي

تم إجراء القياسات البعدي فى نهاية فترة تنفيذ التدريبات وذلك الفترة من يوم السبت الموافق 2019 /1/19م إلى يوم الاحد الموافق 2019 /20/1م

#### المعالجات الاحصائية Statistical treatments

قام الباحثون باستخدام بعض الاساليب الاحصائية التالية لاستخراج النتائج

- المتوسط الحسابي.
  - الوسيط..
  - الانحراف المعياري.
  - معامل الالتواء.
  - معامل التقلطح.
  - معامل الارتباط.
  - اختبار لدلالة الفروق بين المتوسطات.
- ولقد ارتضى الباحثون مستوى دلالة عند مستوى ( 0.05 )، كما استخدم الباحث برنامج SPSS لحساب بعض المعاملات الاحصائية.



## عرض وتفسير النتائج :

### عرض النتائج:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها الباحثون وفي حدود عينة البحث وإجراءاته وأهدافه وفروضة سوف يقوم الباحث بمناقشة النتائج طبقاً لتسلسل فروض البحث علي النحو التالي

### مناقشة نتائج الفرض الاول:

توجد فروق داله إحصائيا بين متوسطين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي في مستوى اداء المهارات الهجومية الفردية قيد البحث .

### جدول (8)

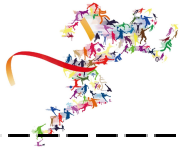
م	المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت
			ع	م	ع	م	
	مهارة التمرير	درجة	17.96	2.263	35.64	38.011	2.32
	مهارة المراوغة	درجة	16.16	1.993	24.72	1.400	17.57
	مهارة التصويب	درجة	9.12	10.256	14.00	2.582	2.30

يتضح في جدول رقمة (8)، (9)، (10) وجود فروق دالة معنوية في قيمة (ت) المحسوبة بين القياس القبلي والبعدي حيث تراوحت (2.32) في مستوى الأداء مهارية بالتمرير لعينة البحث وتراوحت نسبة التحسن ما بين (35.64: 38.011) لصالح القياس البعدي ، كما تختلف مهارة المراوغة في جدول (9) وجود فروق ذات دلالة معنوية في قيمة ت المحسوبة بين القياس القبلي والبعدي (17.57) في مستوى الاداءات الخطئية الهجومية الفردية الخاصة بالمراوغة لصالح القياس البعدي خلال عينة البحث ، كما يوجد في جدول (10) فروق ذات دلالة معنوية في قيمة ت المحسوبة بين القياس القبلي والبعدي حيث تراوحت (2.32) لصالح القياس البعدي (2.582) في مستوى الاداءات مهارية في التصويب لعينة البحث .

ويرجع الباحثون السبب في تحسن مستوى الأداء مهارية الهجومية الخاصة بالتمرير والمراوغة لإحتواء التدريبات المنافسة المطبقة على الدراسة على تدريبات متنوعة للتمرير في صورة متعددة تحاكي مواقف المباراة من خلال التنوع في تطبيق على مساحات الملعب المختلفة حيث تضمن التدريبات تدريبات التمرير والمراوغة تحت ظروف مختلفة ومتدرجة الصعوبة مما يساعد عينة البحث على ظهور تحسن واضح في مستوى الاداءات مهارية الخاصة بالتمرير والمراوغة وذلك في سرعة ودقة الأداء المهارى للتمرير والمراوغة .

ويرجع الباحثون في مستوى الاداءات الخطئية الهجومية الفردية المرتبطة بالتصويب إلى تدريب عينه البحث على اشكال ومواقف التصويب وعلاج اخطاء المباريات التي سيق تحليلها قبل تطبيق التدريبات لعينة البحث مما يساعد اللاعبين على تفهم الاخطاء والاهتمام بتطوير النواقص في مستوى القدرات البدنية اللازمة للتصويب والعمل على تشجيع اللاعبين على التصويب خلال المباريات واستخدام اشكال متنوعة حديثة تعمل على جنب اهتمام اللاعبين خلال اداء التدريبات.

وتتفق نتائج البحث مع ما أشار إليه نيلسون (1998) Nelson بأن الناشئ الذي لا يجيد التمرير لا يكون قادر أن يكون لاعب كرة قدم لذا يجب الأهتمام بتنمية مهارات التمرير في بداية مراحل التدريب وذلك باستخدام العديد من الطرق والوسائل التدريبية المتنوعة حيث أن التمرير السليم يساعد في بناء الهجوم والوصول نحو مرمى الخصم بأسهل طريق (23: 27)



ويشير لوكسباشر (1999) luxbacher إلى أن التمرير هو أساس نجاح أى فريق فى الوصول لمرمى المنافس ويعد الحد الفاصل بين تحديد الفريق الذى باستطاعته الاستحواز والسيطرة على مجريات المباريات كما يوضح حسن أبوعدة (2015) أن خطط الهجوم الفردى هى فن استخدام اللاعب لحركاته ومهاراته الأساسية سواء المرتبطة بالتمرير أو التصويب بمفرده للاشتراك فى تنفيذ خطط اللعب الهجومية الجماعية للفريق وكلما نجح اللاعب فى تادية الخطط الفردية الهجومية كلما زادت كفاءة وقوة الخطط الجماعية للفريق (12 : 180) كما يضيف محمد كشك وامر الله البساطى (2000) أن التصويب يمثل الحد الفاصل والعامل الاساسى فى تحديد نتيجة المباراة وذلك لان جميع مكونات اللعب الخططية تصبح عديمة الفائدة إذا لم تتنبت بالتصويب (18 : 1) وتتفق نتائج البحث مع ما اشار اليه (1999) luxbacher أن التصويب هو الذى يحدد نجاح الفريق فى الفوز بالمباراة هو نهاية الهجوم وامتلاك الفريق للاعبين يجيدون التصويب بأشكال متنوعة يساعد الفريق على استغلال الفرص فمهما كانت خطط اللعب المنفذة من قبل أى فريق بدون نهاية جيدة للهجوم لم يتمكن من الفوز ولذلك يجب الاهتمام بتطوير الاداءات الخططية الهجومية الفردية للاعبين فى السيطرة والاستحواذ والانطلاق بالكرة والتصويب بأشكال متنوعة (22 : 13) ومما نجد أن الفرض الاول للبحث والذى ينص على وجود فروق داله إحصائيا بين متوسطين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي فى مستوى اداء المهارات الهجومية الفردية فى كرة القدم قيد البحث قد تحقق.

#### مناقشة نتائج الفرض الثانى :

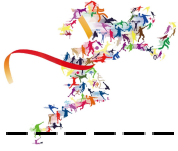
توجد فروق داله إحصائيا بين متوسطين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي فى مستوى فاعلية اداء بعض المهارات الهجومية الفردية قيد البحث

جدول (10)

المتغير	المهارات	مركز اللعب	عدد المباريات	المحاولات الصحيحة	المحاولات الخاطئة	النسبة المئوية
فاعلية الاداء المهارى	التمرير	هجوم	6	22	8	73.33%
		وسط		18	6	75%
		دفاع		8	2	80%
	المراوغة	هجوم	6	12	7	63.15%
		وسط		9	4	69.23%
		دفاع		7	3	70%
التصويب	هجوم	6	25	10	71.42%	
	وسط		15	8	65.21%	
	دفاع		6	4	60%	

أظهرت نتيجة الدراسة فى جدول (10) ، الخاصة بمقارنة القياسين القبلي والبعدي للمجموعة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (2.30) فى فاعلية الاداءات الهجومية الفردية ( التمرير / المراوغة / التصويب ) سواء كان مركز اللعب ( هجوم / وسط / دفاع ) وتفاوتت نسبة التحسن بينهما كما هو موضح بالجدول (10) فى عدد المحاولات الخاطئة وعدد المحاولات الصحيحة ..

ويعزى الباحثون هذا التقييم إلى تأثير التدريبات الذى قام الباحث بتصميمه وتنفيذه والذى اشتمل محتوياته على تدريبات مقننة لتنمية بعض الاداءات الهجومية الفردية وتطويرها فى كرة القدم وقد ساعد على رفع كفاءة الجهاز العضلى العصبي مما اثر بالايجاب على تحسن القدرات



التوافقية للاعبين وبالاخص القدرة المستهدفة من التدريبات مما أثر بشكل كبير على مستوى الاداء المهارى وخاصة الهجوم الفردى والمناسبة للمرحلة السنية ( عينة البحث) .  
كما تتفق النتائج مع ما أشارت اليه بحث شارما (25) (1992) sharma من اهم التدريب على التمرينات النوعية قد أدى تحسن الاداء المهارى الخططية الفردية للبالغين فى نفس المرحلة السنية والتي تتزامن مع مرحلة المراهقة المتأخرة من (15-19) سنة.  
كما اشار sharkey (1986) أن التدريب فى هذه المرحلة السنية يتسم باداء تمرينات خاصة بنوع النشاط الممارس كما تزداد كمية التدريب لتنمية مكونات اللياقة البدنية الخاصة . (24 : 26)

ويتفق هذا مع ما اشار اليه كلا من شاركى (1986) sharkey و ويستكوت (1995) Westcott أن التركيز على اداء التدريبات الخاصة يصل بالفرد الى قمة المستوى peak performance فى أقل وقت ممكن . (24 : 10-11) (26 : 26)  
كما تتفق النتائج مع بحث سامى محمود طة (2007) (14) حيث كشفت تحليل نتائج البحث أن اداء لاعب كرة القدم للمهارات (التمرير - التصويب - المراوغة ) يعتمد على تنمية مستوى القدرات التوافقية التي من اهم نتائجها ان التدريبات لها تاثير فى تحسين وتطوير فاعلية الاداءات المهارية المركبة فى كرة القدم.  
كما اشارت نتائج بحث زاك (2003) zak على اهمية اداء تمرينات التوافق وعلاقتها بمستوى اداء لاعبي كرة القدم .

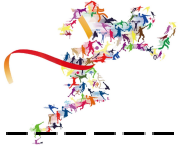
حيث يوضح مفتى ابراهيم (2009) ان الاداءات الخططية الهجومية الفردية الخاصة بالتجرك بالكرة تعطى اللاعب ايجابيات فى تنفيذ خطط اللعب الهجومي الفردى وقد ترمى هذه التحركات الى الاسهام بفاعلية بناء الهجوم وتطويره أو انهائة فى حالة تغير الموقف الخططى او قد ترمى هذه التحركات الى الاسهام بدور خططى اخر فى حالة الانتهاء من نوعية خططية معينة وهكذا نجد ان لتحركات اللاعب الفعالة دورا كبيرا فى جعل اللاعب ايجابيا فى حالة كون الفريق مهاجما (20 : 172)

ومما نجد أن الفرض الثانى للبحث والذى ينص على وجود فروق داله إحصائيا بين متوسطين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدى فى مستوى فاعلية اداء بعض المهارات الهجومية الفردية فى كرة القدم قيد البحث قد تحقق.

ويرى البحث من نتائج تحليل البحث أن تاثير تدريبات المنافسة على أداء لاعب كرة القدم للمهارات الهجومية الفردية تاثير ايجابى وتطوير بعض المهارات الهجومية الفردية .

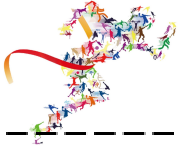
#### الاستنتاجات :

- فى حدود ومجال البحث والهدف منه وفى حدود الفروض والمنهج المستخدم والتمارين المستخدمه للناشئين المطبق فى البحث والاطار المرجعى من الدراسات النظرية والعلمية وطبيعة العينة ومن خلال التحليل الاحصائى للبيانات أمكن توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:
- (1) أظهر تأثير إيجابيا استخدام تدريبات المنافسة على فاعلية أداء بعض المهارات الهجومية الفردية لناشئ كرة القدم.
  - (2) أظهر تدريبات المنافسة تأثير إيجابيا على تحسين الاداءات المهارية الهجومية الفردية قيد البحث (التمرير و المراوغة و التصويب ) لدى ناشئ كرة القدم .
  - (3) تمكن الباحث من تصميم الاختبارات لقياس فاعلية بعض المهارات الهجومية الفردية للاعبى كرة القدم وإيجاد المعاملات العلمية لهم .



- 4) تفوق القياسات البعدى التى تطبق تدريبات المنافسة المقترح فى التحسن الاستجابة السريع مما كان له عظيم الاثر على تحسن الأداءات الهجومية الفردية لناشئء كرة القدم .
  - 5) تباينت نسب التحسن فى اداء بعض المهارات الهجومية الفردية لناشئء كرة القدم تحت 16 سنه التى ظهرت فى نتائج التحليل الاحصائى للبحث .
  - 6) توجد فروق داله إحصائيا بين نتائج القياس القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى فى مستوى الاداءات المهارية المرتبطة بالاداء الخططى الفردية فى المهارات التى تنتهى (بالتمرير والتصويب والمراوغة) ولصالح القياس البعدى.
  - 7) توجد فروق داله إحصائيا بين نتائج القياس القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى فى مستوى فاعلية اداء بعض المهارات الهجومية الفردية.
- التوصيات :**

- فى ضوء منهج البحث وفروضه والأدوات المستخدمة وبعد عرض النتائج وتفسيرها والاستنتاجات يوصى الباحث بما يلى :
- 1- ضرورة تطبيق تدريبات المنافسة المقترح لتنمية قدرة الاستجابة السريعة بهدف تحسين الاداء المهارية الهجومية الفردية .
  - 2- ضرورة استخدام الاختبارات التى قام بها الباحث بتصميمها وتقنياتها لقياس الاستجابة السريعة فى اغراض التقويم والتدريب وانتقاء الناشئين فى كرة القدم.
  - 3- ضرورة اهتمام المدربين بتنمية القدرات التوافقية ووضعها فى شكل تدريبات تنافسية متدرجة الصعوبة من حيث تركيب تحقيقا لمبدأ الخصوصية والتنوع والاختلاف.
  - 4- ضرورة الاهتمام بتطوير مستوى الاداءات الخططية الهجومية الفردية لدى الناشئين بكرة القدم.
  - 5- ضرورة مراجعة وتعديل البرامج التدريبية الموضوعة للناشئين بالاندية فى ضوء التطورات ونتائج الابحاث العلمية الحديثة.
  - 6- ضرورة مراعاة خصائص النمو عند العمل مع الناشئين وذلك حتى يمكن التخطيط للارتقاء بمستوياتهم بما يتناسب مع إمكانياتهم البدنية ، الجسمة ، الحركية ، العقلية ، الاجتماعية.
  - 7- ضرورة إجراء دراسات مماثلة مع إضافة المتغيرات التالية :
    - 1- إختيار بعض المهارات الفنية الأخرى
    - 2- إختيار قدرات توافقية أخرى خاصة للاعبى كرة القدم
    - 3- تطبيق البحث على مراحل سنوية أخرى .

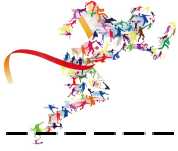


## المراجع

أولا : المراجع العربية :

1. أحمد شعراوي محمد : تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات المنافسة على بعض المتغيرات البدنية والبيوكيميائية والأداء المهاري لدى ناشئي كرة القدم ، مجلة علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، الزكي ، حازم رضا عبده ، 2011م.
2. أحمد غيطان : نموذج محددات فاعلية أداء لاعبي كرة القدم خلال المباراة كمؤشر لتوجيه التدريب ، 2012 م . عبد اللطيف محمد
3. أحمد ممدوح محمد : تأثير استخدام التدريبات التنافسية الهجومية على فاعلية التصرف بالكرة في ثلث الملعب الهجومي وبعض مظاهر الانتباه لدى ناشئي كرة القدم ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، المجلد 25 ، العدد 61 ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الزقازيق ، 2002م . ممدوح إبراهيم علي
4. أحمد منصور : تأثير تدريبات المنافسة على تطوير القدرات البدنية ودقة التمرير لدى ناشئي كرة القدم بمحافظة الشرقية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 2003م . إبراهيم
5. إيهاب صلاح : تأثير تمارين المنافسة علي بعض الجوانب الخطئية للناشئين في كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة قناة السويس ، 2001 م . مصطفى
6. بدير السيد بدير : تأثير التدريب بأسلوب المنافسة علي مستوي الأداء البدني والفني لناشئي كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة ، 2006م . السيد
7. بسطويسي أحمد : أسس ونظريات التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000م . بسطويسي
8. حسن السيد أبو : الاعداد المهاري في كرة القدم بيم النظرية والتطبيق ، ماهي للنشر والتوزيع ، الاسكندرية (2015م) عبده
9. حسن السيد أبو : الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ، ط6 ، مطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية ، 2006م . عبده
10. حنفي محمود : التطبيق العلمي في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 م . مختار
11. خالد عبد النور : تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات التنافسية بالاتجاه المفرد والمركب على بعض القدرات البدنية والوظيفية لناشئي الخصري





- كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، 2010م.
- 12 حسن السيد أبو عبده ،  
الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ، ط 9 ، مطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية (2015م).
- 13 رفاعي حسين : أصول تدريب كرة القدم ، ط 1 ، عامر للطباعة والنشر ، المنصورة ، 2005م.
- 14 سامى محمود طة  
تأثير برنامج تدريبي لبعض القدرات التوافقية على فاعلية اداء ضرب الكرة بالراس لناشئ كرة القدم رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بالمنصورة (2007م)
- 15 عادل عبدالحميد الفاضى  
المكون المهاري وعلاقتة بالمكون الخططي فى كرة القدم ، مقال علمى مقدم إلى المجلس الأعلى للجامعات للترقية إلى وظيفة استاذ مساعد اللجنه العلمية (2004م)
- 16 محمد إبراهيم محمود سلطان وعادل ابراهيم احمد على و عبدالحكيم رزق عبدالحكيم  
السلوك التكيفى وعلاقتة بأداء بعض المهارات الاساسية الهجومية الفردية لناشئ كرة القدم واليد (دراسة مقارنة ) مجلة بحوث التربية والرياضة ، الزقازيق بنات ، العدد (58) المجلد (24) (2006م)
- 17 محمد توفيق الوليلي  
تدريب المنافسات دار GMS ، القاهرة ( 2000م)
- 18 محمد شوقي كشك ، امر الله البساطى  
أسس الاعداد المهارى والخططى فى كرة القدم ، مذكرات غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة 2000م،
- 19 مفتى إبراهيم حماد  
الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2007م
- 20 مفتى ابراهيم محمد  
الاعداد المهارى والخططى للاعبى كرة القدم ، دار الفكر العربى ، القاهرة.(2009م)