



مجلة سوهاج لعلوم وفنون
التربية البدنية والرياضة



جامعة سوهاج
كلية التربية الرياضية

" القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج "

د / محمد محمود السيد قاسم

مجلة سوهاج لعلوم وفنون التربية البدنية والرياضة - العدد الثالث عشر - يوليو ٢٠٢٤ م
الترقيم الدولي: (print ISSN 2682-3748) online (ISSN 2682-3837)

"القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سواهج"

مقدمه ومشكلة البحث:

التدريب الرياضي عملية تهدف للوصول للاعب لأعلى مستوى ممكن، لذا يجب ان يتميز المدرب بالتأهيل التخصصي العالي وكلما زاد اتقانه للمعارف النظرية وطرق تطبيقها كلما كان اقدر على تخطيط عملية التدريب بصورة علمية تسهم الى درجة كبيرة في تطوير وتنمية المستوى الرياضي للاعبين الى اقصى درجة وتتطلب عملية التخطيط الامام التام بالأسس النظرية بالإضافة الى العلوم المرتبطة بعملية التدريب نفسها. (١٣ : ٢٧٥)

ويؤكد مفتى ابراهيم حماد (٢٠١٠م) ، ان علم التدريب الرياضي يهدف الى تطوير الاساليب الحديثة في جوانب التدريب وتقنيها من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن. (١٨ : ١٠) وتأكيدا على أهمية القدرات التوافقية تشير فاتن جرجس (١٩٩٨م)، إلى ان القدرات التوافقية تعد من الأسس الهامة التي لها دور أساسي في تحقيق أعلى مستوي ممكن من الأداء والانجاز وفقاً للنشاط الرياضي التخصصي المرتبط بها حيث يتميز كل نشاط رياضي بمجموعة من القدرات التوافقية تميزه عن غيره من الأنشطة الرياضية الأخرى، ويعتبر الكشف عن تلك القدرات بكل نشاط من تلك الأنشطة الرياضية المختلفة سواء من حيث نوعية النشاط نفسه أو من حيث الشرائح العمرية لممارسي النشاط من أهم الواجبات العلمية والمشكلات البحثية التي تواجه المتخصصين في الانتقاء خاصة لما في ذلك من أهمية كبيرة في تطوير البرامج. (١٠ : ٢٣)

ويشير عبدالفتاح عبدالله (٢٠٠٤م)، إلى أن القدرات التوافقية تساعد الناشئين علي إدراك العلاقة بين قدراتهم وطبيعة الأشياء التي يتعاملون معها مثل الملعب وأدراك العلاقة بين المسافات والأبعاد والخطوط وكيفية التعامل معها والتي تتطلب بالضرورة دقة تقدير العلاقات المكانية والزمانية والحركية، فتعد القدرات التوافقية هامة جدا للوصول إلى الفورمة الرياضية حيث تعد العمود الفقري لتنمية المهارات الفنية الخاصة بكل رياضة وخاصة كرة القدم. (٧ : ١٠٦)

كما يشير أسامة راتب وأمين الخولى (١٩٩٤م)، إلى أهمية القدرات التوافقية في انها تعمل على الربط بين أجزاء الجسم المختلفة حيث ينقسم الأداء الحركي إلى عدة أجزاء يهدف كل جزء منها إلى تحقيق جانب معين من الأداء ولا يكون لأى منها معنى الا في اطار تتابع مركب لحركات متوافقة يؤديها الفرد، الامر الذي يتطلب حدوث سلسلة من العمليات الحسية والعقلية والحركية والتي لا يمكن ملاحظة الا جزء بسيط منها في الشكل الخارجي للحركة، وبدون العلاق بينهم لا يمكن تحقيق المستوى المطلوب. (٢ : ٧٨) ويؤكد عمرو محمد (١٩٩٨م)، على ذلك مشيرا إلى أن ارتفاع مستوي القدرات التوافقية يعتبر مؤشراً لارتفاع المستوي الفني للاعب، حيث أن القدرات التوافقية ترتبط مباشرة بالأداء المهارى للاعب وتؤثر فيه وتتأثر به وبالتالي يتوقف مستوي الانجاز في الأداء علي ما لدي الفرد الرياضي من مستوي تلك القدرات التوافقية. (٩ : ٢٥)

ويعتبر الإعداد المهارى جانب من الجوانب الهامة في لعبة كرة القدم ويهدف أساساً إلى إتقان المهارات الأساسية للعبة، حيث أنه بدون إتقان الفرد للمهارات الأساسية بصورة جيدة، يكون من الصعب عليه تنفيذ الخطط بصورة فعالة، مما لا يمكن الفرد من الأداء الجيد. (١٢ : ٤٩)

ولكي يمكن الوصول في تدريب كرة القدم إلى المستويات العالية فإن ذلك يتم خلال وقت طويل ولا بد من التحكم في هذا الوقت ولذا فإن من الأهمية وضع خطط فيها تحديد الأهداف والواجبات وتدرجها من أهداف وواجبات فرعية إلى أهداف أكبر منها. (١٩ : ٢٥٤)

والأداءات الحديثة في لعبة كرة القدم الحديثة تتطلب أن يكون لاعبو الفريق لديهم القدرات التوافقية والقدرة الخططية والمهارات العالية ليلعبوا كمهاجمين ومدافعين رغم اختلاف مراكزهم في الفريق وعند عملية الدفاع يجب تنظيم لاعبي الدفاع وتحديد واجبات كل لاعب وتكون واضحة ويستطيع أن يقوم بأدائها (٤ : ٦)

مشكلة البحث:

ومن خلال العرض السابق وفي حدود ما أطلع عليه الباحث من أبحاث ودراسات سابقة مثل دراسة "جمال أبو بشارة" (٢٠١٩م) (٣)، عبد الرحمن محمد زين (٢٠١٤م) (٦)، محمد عبدالستار محمود (٢٠١٢م) (١٥)، "طارق الجمال" (٢٠٠٨م) (٥)، chow, et al., (٢٠٠٧م) (٢٠)، ديودا وذاك Duda & Zak., (٢٠٠٣م) (٢٢)، وكذلك من خلال عمله حكماً بالاتحاد المصري لكرة القدم، ولاعب ومدرب سابق لاحظ وجود ضعف في مستوى أداء ناشئي كرة القدم بنادي سواهج، وذلك نتيجة ضعف التدريب على القدرات التوافقية وقد يرتبط ذلك بضعف معرفة المدربين بهذه القدرات التوافقية أو ربما التركيز على نوع أو نوعين من هذه القدرات، كما أنه لا بد أن يمتلك الرياضي والناشئ قدرة معينة من التوافق، حيث يوجد ارتباط وثيق بين القدرات التوافقية والمهارات الحركية التي تستند إلى جوانب تقنية لتنمية وصقل المهارات الرياضية، ومن ناحية أخرى ومن وجهة نظر تتعلق بتدريب الرياضي على مهارات تقنية عديدة وبتوظيف وسائل تدريبية متنوعة فإن هناك إمكانية فعلية لتحسين مستوى القدرات التوافقية.

وقد تختلف أهمية القدرات التوافقية جمعاء من فعالية رياضة إلى أخرى، حيث أن لها أهمية كبيرة في أنواع الرياضة الفنية وألعاب الكرة والمنازلات الفردية، كما تختلف أهمية كل قدرة من القدرات التوافقية من مسابقة أو رياضة لأخرى.

هذا ما دعي الباحث الى القيام بتلك الدراسة للتعرف على القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سواهج، في محاولة منه للتغلب على القصور في مستوى ناشئي كرة القدم وهو ما يخدم ويحقق الأهداف التي يسعى إليها الباحث بهدف تحسين مستوى أفراد الدراسة.

ثانياً : أهمية البحث: تكمن أهمية البحث في الآتي:

أ- يعد احد البحوث العلمية التي تهدف الى التعرف على القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سواهج.

ب- الاستفادة من القدرات التوافقية بتطبيقها على مراحل سنوية مماثلة بأحمال تتناسب مع تلك المرحلة.

ج- زيادة معرفة العاملين في مجال تدريب كرة القدم بالقدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم واستخداماته بشكل علمي مقتن.

ثالثا : أهداف البحث:

يهدف البحث الى تحديد أهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم

بنادي سوهاج.

رابعا : تساؤلات البحث:

أ- ما أهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج؟.

ب- ما نسب مساهمة القدرات التوافقية في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج؟.

خامسا : التعريف بعض المصطلحات الواردة بالبحث :

١- القدرات التوافقية :

هي شروط الأداء التي يكون لها تأثير فعال في فترات مختلفة أثناء الأداء، والتي تكون خبراته الحركية وتضمن له القدرة على الأداء بشكل آمن وفعال في المواقف التي شاهدها أو لم يشاهدها من قبل. (١٧ : ٣٩)

هو أسس الانجاز التي ترتبط بعمليات التنظيم والتحكم الحركي حيث تمكن الرياضي من إثراء خبراته الحركية من خلال زيادة مقدرته علي الاستخدام الأمثل للحواس في استقبال ومعالجة وحفظ المعلومات المرتبطة بالأداءات الحركية للنشاط الرياضي التخصصي، كذلك الاستفادة من الأداءات الحركية المتعلمة مسبقا والمخزونة بالذاكرة الحركية في سرعة تعلم واتقان الأداءات الحركية الجديدة.

(١٥ : ٩)

سادسا : الدراسات السابقة :

أ-الدراسات باللغة العربية :

١- دراسة "جمال أبو بشارة"(٢٠١٩م)(٣)، بعنوان "أثر برنامج تدريبي مقترح علي تطوير مستوي القدرات التوافقية لدي ناشئي كرة القدم"، وهدفت الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي مقترح علي تطوير مستوي القدرات التوافقية لدي ناشئي كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتمثلت عينة البحث (٤٠) لاعبا مبتدئا في مؤسسة خطوات محافظة طوباس لعام ٢٠٠٩م، وكانت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح ذي فعالية في تحسين مستوي مكونات القدرات التوافقية المختلفة.

٢- دراسة عبد الرحمن محمد زين،(٢٠١٤م)(٦)، بعنوان "فاعلية برنامج تدريبي لتطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة وعلاقته بمستوى الانجاز لناشئي السباحة"، بهدف تصميم برنامج لتطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة بالسباحة ومعرفة تأثيره على المستوى الرقمي، مستخدما المنهج

التجريبي بأسلوب القياس (القبلي- البعدي) لمجموعتين تجريبية تستخدم البرنامج المقترح وضابطة تستخدم البرنامج التقليدي، على عينة عمدية بلغت (٤٤) سباحا تم تقسيمهم بالتساوي بين المجموعتين، معتمدا على بعض الاختبارات البدنية وقياس المستوى الرقمي واستمارة كأدوات لجمع البيانات، وكانت أهم النتائج البرنامج المقترح له تأثير إيجابي في تنمية القدرات التوافقية قيد البحث والمستوى الرقمي بصورة افضل من البرنامج التقليدي.

٣- دراسة "طارق الجمال" (٢٠٠٨م) (٥)، بعنوان "تأثير القدرات التوافقية الخاصة علي مستوى الأداء المهارى لناشئ هوكي الميدان"، وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير القدرات التوافقية الخاصة علي مستوى الأداء المهارى لناشئ هوكي الميدان، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتمثلت عينة البحث المرحلة السنية من ٩-١٢ سنة، وكانت أهم النتائج أن هناك تأثير إيجابي للقدرات التوافقية الخاصة علي بعض المهارات الأساسية وتوصل أيضا إلي مستويات معيارية للتنبؤ بمستوي الأداء الحالي والمستقبلي للمرحلة السنية ٩-١٢ سنة.

ب- الدراسات باللغة الأجنبية :

٤- وأجرى chow, et al., (٢٠٠٧م) (٢٠) دراسة بعنوان "تأثير الاختلاف في القدرات التوافقية اللازمة للأداء علي مقدار تحسن مستوى الأداء"، وهدف الدراسة التعرف علي تأثير الاختلاف في القدرات التوافقية اللازمة للأداء علي مقدار تحسن مستوى الأداء، وبلغ قوام العينة (١٥) لاعبا تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وكان من أهم النتائج وجود فروق واضحة ذات دلالة إحصائية بين المجموعة المتقدمة والمتوسطة مع المجموعة المبتدئة لصالح المجموعة المتقدمة والمتوسطة.

٥- وأجرى ديودا وذاك Duda & Zak., (٢٠٠٣م) (٢٢) دراسة بعنوان "مستوي القدرات التوافقية وكفاءة اللعب لناشئ كرة القدم"، وهدفت الدراسة التعرف علي مستوى القدرات التوافقية وكفاءة اللعب لناشئ كرة القدم، وبلغ قوام العينة (٢٠) ناشئ في سن ١٧ سنة، وكان من أهم النتائج التي تم التوصل إليها أن مستوى أداء لاعبي كرة القدم (من الناحية المهارية والخطية) يعتمد علي مستوى تطوير المهارات التوافقية.

سابعا : خطة وإجراءات البحث :

- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالدراسة المسحية وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

- مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج بمحافظة سوهاج والمقيدين بسجلات الاتحاد المصري لكرة القدم للموسم الرياضي ٢٠٢٣م / ٢٠٢٤م وعددهم (٣٠) ناشئي.
- عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث من ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج بمحافظة سوهاج والمقيدين بسجلات الاتحاد المصري لكرة القدم للموسم الرياضي ٢٠٢٣م / ٢٠٢٤م وعددهم (٣٠) ناشئي، تم تطبيق الدراسة الأساسية علي عدد (٢٠) ناشئي، والاستطلاعية على عينه قوامها (١٠) ناشئي خارج عينة البحث الأساسية ومن نفس مجتمع البحث :

جدول (١)

التوصيف العددي لمجتمع وعينة البحث الاستطلاعية والأساسية

الوصف	العدد الكلي	العينة الاستطلاعية	العينة الأساسية
حكام	٣٠	١٠	٢٠

يتضح من جدول (١) ان عدد ناشئي كرة القدم العينة الأساسية قد بلغ (٢٠) ناشئي من المجتمع الأصلي.

- التوصيف الإحصائي :

التوصيف الإحصائي لعينة البحث الأساسية (العمر التدريبي _ العمر الزمني _ الطول _ الوزن) :

جدول (٢)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث واعتدالية العينة في المتغيرات الأساسية (ن=٣٠)

م	المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أقل قيمة	أكبر قيمة	المدى	الالتواء	التفطح
١	العمر الزمني	عام	١٤.٠٤	١٤.٠٢	٠.٨٠	١٣.٠٢	١٥.٠٢	٢.٠٢	٠.١٤ - ١.٣٦
٢	العمر التدريبي	عام	٦.٣٥	٦.٠٢	٢.٢٣	٢.٠٢	١١.٠٢	٩.٠٢	٠.٤٧ - ٠.٦٠
٣	الطول	سم	١٦٤.٠	١٦٥.٠	٨.٢٧	١٣٥.٠	١٨٠.٠	٤٥.٠٢	٠.٣٧ - ٢.٧٠
٤	الوزن	ثقل كجم	٥١.١٨	٥٠.٠٢	٦.٣٨	٣٨.٠٢	٧٠.٠٢	٣٢.٠٢	٠.٥٧ - ٠.١٣

ويتضح من الجدول أن معامل الالتواء لجميع المتغيرات الأساسية قد تراوح بين (٠.١٤ : ٠.٥٧) ومعامل التفطح بين (٠.١٣ : ٢.٧٠) ويقع الالتواء والتفطح بين (٣ ±) مما يشير إلى اعتدالية العينة في المتغيرات الأساسية.

• التوصيف الإحصائي لعينة البحث واعتدالية العينة في القدرات التوافقية:

جدول (٣)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث

واعتمادية العينة في القدرات التوافقية الخاصة للمستوى الرقمي (ن=٣٠)

م	المتغير	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف الوسيط	الانحراف المعياري	أقل قيمة	أكبر قيمة	المدى	الالتواء	التفطح
١	القدرة على الربط الحركي	--	٠.٧٦	٠.٧٤	٠.١٦	٠.٥٥	١.٢٢	٠.٦٩	٠.٤٥	٠.٥٢
٢	القدرة على السرعة الانتقالية	ث	١٦.٨٤	١٧.٠٢	٢.٩٨	١١.٠٢	٢٣.٠٢	١٢.٠٢	٠.٢٠	٠.٧٠
٣	القدرة على الإحساس بالأففاع الحركي	ش/ث	٠.٧٠	٠.٧٠	٠.١٩	٠.٤٢	١.٠٢	٠.٦٢	٠.٢٠	٠.٣٢
٤	القدرة على بذل الجهد	ث	١٧.١٠	١٦.٧٧	٢.٩٥	١٢.٠٢	٢٤.٠٢	١٢.٠٢	٠.٣٦	٠.٠٤
٥	توافق العينين والرجلين	ث	٧.٦٧	٨.٠٢	١.٥٧	٣.٠٢	١١.٠٢	٨.٠٢	٠.٧٠	٠.٦٨
٦	توافق العينين والذراعين	درجة	٩.٠٧	٩.٥٢	١.٣١	٥.٠٢	١٠.٠٢	٥.٠٢	١.٦٢	٢.١٩

ويتضح من الجدول ان معامل الالتواء لجميع القدرات التوافقية الخاصة قد تراوح بين (٠.٢٠ : ١.٦٢) ومعامل التفطح (٠.٠٤ ، ٢.١٩) ويقع الالتواء والتفطح بين (٣ ±) مما يشير الى اعتمادية العينة في القدرات التوافقية الخاصة.

ثامنا: أدوات جمع البيانات : اشتملت ادوات جمع البيانات علي الاتي :
- تحليل المحتوي :

قام الباحث بالاطلاع علي أهم المراجع العلمية والدراسات السابقة، وذلك بهدف تحديد أهم القدرات التوافقية لناشئي كرة القدم مثل محمد صبحي حسانين(٢٠٠٤م)(١٤)، محمد بريقع، ايهاب البديوي(٢٠٠٤م)(١١)، أبو العلا عبد الفتاح(٢٠١٢م)(١)، محمد لطفى السيد(٢٠٠٦م)(١٦)، عصام الدين عبد الخالق(٢٠٠٥م)(٨)، فاتن جرجس ميخائيل(١٩٩٨م)(١٠)، عبد الفتاح عبد الله(٢٠٠٤م)(٧)، اسامة كامل راتب، امين انور الخولى(١٩٩٤م)(٢)، عمرو محمد مصطفى(١٩٩٨م)(٩)، محمود حسن وآخرون(١٩٩٦م)(١٧)، طارق الجمال(٢٠٠٨م)(٥)، جمال أبو بشارة(٢٠١٠م)(٣)، عبد الرحمن محمد زين(٢٠١٤م)(٦)، محمد عبد الستار محمود(٢٠١٢م)(١٥)، (achow, et al., (2007)، (٢٠)، ديودا وذلك (Duda & Zak, (2003)م)(٢٢)، وقد توصل الباحث إلى مجموعة من القدرات التوافقية لتحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج مرفق(٢).

- استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء لتحديد أهم القدرات التوافقية لناشئي كرة القدم:

وقد تم عرض استمارة استطلاع رأي الخبراء علي عدد (١٠) خبير مرفق (٢) لتحديد اهم القدرات التوافقية لناشئي كرة القدم، وقد تم التوصل إلي ما يوضحه جدول رقم (٤):

جدول (٤)

رأي السادة الخبراء في القدرات التوافقية الخاصة قيد البحث(ن=١٠)

م	الصفة البدنية	مناسب		غير مناسب	
		العدد	النسبة	العدد	النسبة
١	القدرة على الربط الحركي	١٠	%١٠٠	٠	%٠
٢	القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي	٩	%٩٠	١	%١٠
٣	القدرة على السرعة الانتقالية	٨	%٨٠	٢	%٢٠
٤	القدرة على بذل الجهد المناسب	٨	%٨٠	٢	%٢٠
٥	القدرة على التوازن	٦	%٦٠	٥	%٥٠
٦	توافق الذراعين والعينين	٨	%٨٠	٢	%٢٠
٧	توافق الرجلين والعين	٩	%٩٠	١	%١٠
٨	القدرة على التوقيت الحركي	٧	%٧٠	٣	%٣٠
٩	قدرة الرشاقة	٥	%٥٠	٦	%٦٠

يتضح من جدول (٤) رأي السادة الخبراء في القدرات التوافقية لتحسين مستوي ناشئي كرة القدم والتي يجب أن يشملها البحث، ويتضح من الجدول أن نسبة موافقة السادة الخبراء على كل من القدرة على التوازن، والقدرة على التوقيت الحركي، وقدرة الرشاقة تراوحت بين (٥٠% : ٧٠%) وهي اصغر من نسبة (٨٠%) وعليه فقد تم استبعادها حيث ارتضى الباحث نسبة (٨٠%) فأكثر.

وبعد العرض على الخبراء أصبحت متغيرات الدراسة كما يوضحها الجدول التالي :

- القدرة على الربط الحركي.
- القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي.
- القدرة على السرعة الانتقالية.
- القدرة على بذل الجهد المناسب.
- توافق الذراعين والعينين.
- توافق الرجلين والعين.
- استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء لتحديد أهم الاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية لناشئي كرة القدم:

قام الباحث بالاطلاع علي أهم المراجع العلمية والدراسات السابقة، وذلك بهدف تحديد أهم الاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية لناشئي كرة القدم مثل محمد صبحي حسانين (٢٠٠٤م) (١٤)، محمد بريقع، ايهاب البديوي (٢٠٠٤م) (١١)، أبو العلا عبد الفتاح (٢٠١٢م) (١)، محمد لطفى السيد (٢٠٠٦م) (١٦)، عصام الدين عبد الخالق (٢٠٠٥م) (٨)، فاتن جرجس ميخائيل (١٩٩٨م) (١٠)، عبد الفتاح عبد الله (٢٠٠٤م) (٧)، اسامة كامل راتب، امين انور الخولى (١٩٩٤م) (٢)، عمرو محمد مصطفى (١٩٩٨م) (٩)، محمود حسن وآخرون (١٩٩٦م) (١٧)، طارق الجمال (٢٠٠٨م) (٥)، جمال أبو بشارة (٢٠١٠م) (٣)، عبد الرحمن محمد زين (٢٠١٤م) (٦)، محمد عبد الستار محمود (٢٠١٢م) (١٥)، (2007) (chow, et al., (٢٠)، ديودا وذاك (2003) (Duda & Zak., (٢٢)، وقد توصل الباحث إلى مجموعة من الاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية لتحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج مرفق (٣) التي تقيس القدرات التوافقية لناشئي كرة القدم، وقد تم التوصل إلي ما يوضحه جدول رقم (٥):

جدول (٥)

اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث

القدرات التوافقية		م
الاختبار	القدرة	
الاستلام مع الدوران ثم الجري ثم التصويب	القدرة على الربط الحركي	١
اختبار قياس طول ومعدل الشدات	القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي	٢
اختبار جري ٥٠م	القدرة على السرعة الانتقالية	٣
اختبار خطأ الإحساس بزمن (٧٥%) من الأداء	القدرة على بذل الجهد المناسب	٤
اختبار رمي واستقبال الكرات	توافق الذراعين والعينين	٥
اختبار الدوائر المرقمة	توافق الرجلين والعين	٦

الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث :

- جهاز الريستاميتير لقياس الطول .
- ميزان طبي لقياس الوزن .
- ملعب كرة قدم قانوني .
- ساعة إيقاف .
- شريط قياس لقياس المسافة .
- سلاالم للرشاقة .
- اقماع مختلفة الارتفاع .
- حواجز مختلفة الارتفاع .
- استمارات لتسجيل بيانات الناشئين ونتائج الاختبارات والقدرات التوافقية .

تاسعا: الدراسات الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة مكونة من (٢٠) ناشئ من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، في الفترة الزمنية ٢٠٢٣/١٠/١ إلى ٢٠٢٣/١٠/٤م، وذلك بغرض:

- حساب المعاملات العلمية.

- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات.

- التعرف على مدى ملائمة مكان القياس.

- التعرف على الوقت المطلوب للقياس.

- التعرف على أفضل أسلوب لإجراء القياسات .

- تصميم استمارة جمع البيانات.

واسفرت الدراسة عن :

- التأكد من صدق وثبات الاختبارات.

- ضرورة شرح القياسات والهدف منها.

- التعرف على الوقت اللازم للقياس وابعاد عملية القياس.

- تدريب عدد من المساعدين على كيفية إجراء القياسات.

- ملائمة الأجهزة والأدوات المستخدمة.

عاشرا: المعاملات العلمية للاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية قيد البحث :

على الرغم من ان الاختبارات التي استخدمها الباحث لقياس متغيرات البحث هي اختبارات مقننة مسبقا على بيئة مشابهة لبيئة العينة الا ان الباحث ولتأكيد تلك المعاملات قامت بحسابها وأسفر هذا الاجراء عن النتائج التالية:

- الصدق:

قام الباحث بحساب صدق التمييز عن طريق التعرف على دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى للعينة الاستطلاعية بغرض التأكد من قدرة الاختبارات المختلفة على التمييز بين الربيع الأعلى والادنى للعينة وحيث أن أجمالي عدد الربيعين معا (١٠) ناشئ فقد استخدم الباحث الإحصاء اللابارمترى في حساب تلك الفروق، وجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦)

دلالة الفروق بين الربيعين (الادنى - الاعلى)

في اختبارات القدرات التوافقية قيد البحث (ن للربيع الادنى = ن للربيع الاعلى = ١٠)

م	المتغير	وحدة القياس	الربيع	متوسط الرتب	مجموع الرتب	u	Z	(Sig)																																																									
١	القدرة على الربط الحركي	ث	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢	٠.٠٢	٣.٣٩-	٠.٠٢																																																									
			الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢				٢	القدرة على السرعة الانتقالية	ث	الادنى	٤.٥٨	٣٦.٥٢	٠.٥٢	٣.٣٥-	٠.٠٢	الاعلى	١٢.٤٦	٩٩.٥٢	٣	القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي	ش/ث	الادنى	١٢.٢٧	٩٨.٠٢	٢.٠٢	٣.٢٣-	٠.٠٢	الاعلى	٤.٧٧	٣٨.٠٢	٤	القدرة على بذل الجهد	ث	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢	٠.٠٢	٣.٤٣-	٠.٠٢	الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢	٥	توافق العينين والرجلين	ث	الادنى	٥.٩٠	٤٧.٠٢	١١.٠٢	٢.٣٤-	٠.٠٤	الاعلى	١١.١٥	٨٩.٠٢	الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢	٦	توافق العينين والذراعين	درجة	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢
٢	القدرة على السرعة الانتقالية	ث	الادنى	٤.٥٨	٣٦.٥٢	٠.٥٢	٣.٣٥-	٠.٠٢																																																									
			الاعلى	١٢.٤٦	٩٩.٥٢				٣	القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي	ش/ث	الادنى	١٢.٢٧	٩٨.٠٢	٢.٠٢	٣.٢٣-	٠.٠٢	الاعلى	٤.٧٧	٣٨.٠٢	٤	القدرة على بذل الجهد	ث	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢	٠.٠٢	٣.٤٣-	٠.٠٢	الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢	٥	توافق العينين والرجلين	ث	الادنى	٥.٩٠	٤٧.٠٢	١١.٠٢	٢.٣٤-	٠.٠٤	الاعلى	١١.١٥	٨٩.٠٢				الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢				٦	توافق العينين والذراعين	درجة	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢	٠.٠٢	٣.٦٨-	٠.٠٢	الاعلى	٤.٥٢	٣٦.٠٢
٣	القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي	ش/ث	الادنى	١٢.٢٧	٩٨.٠٢	٢.٠٢	٣.٢٣-	٠.٠٢																																																									
			الاعلى	٤.٧٧	٣٨.٠٢				٤	القدرة على بذل الجهد	ث	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢	٠.٠٢	٣.٤٣-	٠.٠٢	الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢	٥	توافق العينين والرجلين	ث	الادنى	٥.٩٠	٤٧.٠٢	١١.٠٢	٢.٣٤-	٠.٠٤	الاعلى	١١.١٥	٨٩.٠٢				الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢				٦	توافق العينين والذراعين	درجة	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢	٠.٠٢	٣.٦٨-	٠.٠٢	الاعلى	٤.٥٢	٣٦.٠٢												
٤	القدرة على بذل الجهد	ث	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢	٠.٠٢	٣.٤٣-	٠.٠٢																																																									
			الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢				٥	توافق العينين والرجلين	ث	الادنى	٥.٩٠	٤٧.٠٢	١١.٠٢	٢.٣٤-	٠.٠٤	الاعلى	١١.١٥	٨٩.٠٢				الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢				٦	توافق العينين والذراعين	درجة	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢	٠.٠٢	٣.٦٨-	٠.٠٢	الاعلى	٤.٥٢	٣٦.٠٢																								
٥	توافق العينين والرجلين	ث	الادنى	٥.٩٠	٤٧.٠٢	١١.٠٢	٢.٣٤-	٠.٠٤																																																									
			الاعلى	١١.١٥	٨٩.٠٢																																																												
			الاعلى	١٢.٥٢	١٠٠.٠٢																																																												
٦	توافق العينين والذراعين	درجة	الادنى	٤.٥٢	٣٦.٠٢	٠.٠٢	٣.٦٨-	٠.٠٢																																																									
			الاعلى	٤.٥٢	٣٦.٠٢																																																												

دال عند (Sig) ≥ ٠.٠٥

يوضح جدول (٦) نتائج اختبار مان ويتني لدلالة الفروق ومستوى دلالاته (Sig) لاختبارات القدرات التوافقية ويتضح من الجدول أن قيمة (Z) لجميع الاختبارات قد تراوحت بين (٢.٣٤، ٣.٦٨) بمستوى دلالة (Sig) تراوح بين (٠.٠٢، ٠.٠٤) وهي أقل من (٠.٠٥) مما يشير الى وجود فروق دالة احصائيا بين الربيعين الأدنى والأعلى في جميع الاختبارات مما يؤكد قدرة الاختبارات على التمييز بينهما وبالتالي صدق تلك الاختبارات.

- الثبات:

قام الباحث بحساب الثبات عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق حيث قام الباحث بتطبيق الاختبارات على العينة الاستطلاعية وبعدها بأسبوع قام بإعادة التطبيق على نفس العينة وقام بحساب معامل الارتباط بين التطبيقين بغرض حساب معامل الثبات وأسفر هذا الاجراء عن النتائج التالية:

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

ومعامل الارتباط بين (التطبيق - إعادة التطبيق) لاختبارات القدرات التوافقية قيد البحث (ن = ١٠)

م	المتغير	وحدة القياس	التطبيق		إعادة التطبيق		ر	sig
			ع	م	ع	م		
١	القدرة على الربط الحركي	ث	٠.١٨	٠.٧٧	٠.١٦	٠.٧٠	٠.٨٤	٠.٠٢
٢	القدرة على السرعة الانتقالية	ث	٣.٧٤	١٧.٠٢	٣.٨٠	١٥.٥٩	٠.٨٤	٠.٠٢
٣	القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي	ش/ث	٠.٢٠	٠.٦٩	٠.١٩	٠.٧٤	٠.٧٨	٠.٠٢
٤	القدرة على بذل الجهد	ث	٣.٦٧	١٧.٤٢	٣.٥٠	١٥.١٠٠	٠.٩٢	٠.٠٢
٥	توافق العينين والرجلين	ث	١.٦٥	٧.٤٥	١.٥٧	٦.٢٥	٠.٩١	٠.٠٢
٦	توافق العينين والذراعين	درجة	٠.٧٠	٩.٥٢	٠.٩٥	١١.٣٩	٠.٨٦	٠.٠٢

يوضح جدول (٧) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين كل من تطبيق اختبارات القدرات التوافقية وإعادة تطبيقها على العينة الاستطلاعية، ويتضح من الجدول أن معامل الارتباط (ر) لجميع الاختبارات قد تراوح بين (٠.٧٨، ٠.٩٢) بمستوى دلالة (Sig) يؤول إلى (٠.٠٢) وهي اقل من (٠.٠٥) مما يشير الى وجود معامل ارتباط طردي قوى دال احصائيا بين تطبيق تلك الاختبارات وإعادة تطبيقها الامر الذي يؤكد ثباتها.

الحادي عشر : الدراسة الأساسية :

اجريت الدراسة الاساسية في الفترة من ٥ / ١٠ / ٢٠٢٣ الي ٢٠ / ١٠ / ٢٠٢٣م وذلك بمقر نادي سوهاج التي يتدرب فيها الناشئين عينة البحث في غير أوقات التدريب والمنافسة.

الثاني عشر : المعالجات الاحصائية:

- قيمة "ف".
- قيمة "ت".
- معامل التفلطح.
- النسبة المئوية.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- المدي.

الثالث عشر: عرض وتفسير ومناقشة نتائج البحث:

استهدف هذا البحث تحديد أهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج، وطبقا لتساؤلات البحث والاجراءات المستخدمة في البحث لتحقيق الهدف منه تم وضع البيانات ومعالجتها احصائيا، وسوف يقوم الباحث بعرض نتائج تساؤلات البحث وتفسيرها ومناقشتها، والتي تنص علي :

١- عرض نتائج التساؤل الأول الذي ينص علي : ما أهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج؟.

يوضح جدول رقم (٨) عرض نتائج التساؤل الأول الخاصة بأهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج كآلاتي :

جدول (٨)

القدرات التوافقية المساهمة

في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج (ن=٢٠)

النموذج	المتغيرات المساهمة	قيمة ت		قيمة ف	
		القيمة	Sig	القيمة	sig
١	القدرة على الربط الحركي	٣.٨٠	٠.٠٢	٣٨.١٧	٠.٠٢
٢	القدرة على السرعة الانتقالية	٢.٥٧	٠.٠٣		
٣	القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي	٢.١٧-	٠.٠٤		
٤	القدرة على بذل الجهد	٣.٩٧	٠.٠٢		
٥	توافق العينين والرجلين	١.٨١	٠.١٠		
٦	توافق العينين والذراعين	١.٣٨	٠.٢٠		

يتضح من جدول (٨) ان تحليل الانحدار المتعدد المعياري قد انتج نموذجا بلغت قيمة (ف) له (٣٨.١٧) بمستوى دلالة يؤول الي (٠.٠٢) وهو أقل من (٠.٠٥) مما يشير الى دلالة نتيجة تحليل التباين وبالتالي صلاحية النموذج.

كما يتضح من الجدول ان قيمة (ت) لكل من توافق العينين والرجلين، وتوافق العينين والذراعين تراوحت بين (١.٨١ : ١.٣٨) بمستوى دلالة تراوح بين (٠.١٠ : ٠.٢٠) وهم اكبر من (٠.٠٥) مما يشير الى عدم دلالاته الإحصائية ويؤكد على عدم اسهام تلك القدرات التوافقية في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج.

بينما يتضح من الجدول أن قيمة (ت) لباقي المتغيرات التوافقية قد تراوحت بين (٢.١٧ : ٣.٩٧) بمستوى دلالة تراوح بين (٠.٠٢ : ٠.٠٤) وهم اقل من (٠.٠٥) مما يشير الى دلالاته الإحصائية ويؤكد اسهام تلك القدرات التوافقية في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج.

وعليه فان اهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج

هي:

- القدرة على الربط الحركي.
- القدرة على السرعة الانتقالية.
- القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي.
- القدرة على بذل الجهد.

ويتفق ذلك مع ما ذكره كورت وماينل Kurt, Meinel & unter schnabel (٢٠٠٦م)، في أن القدرات التوافقية هي فئة من القدرات الحركية وتعد في المقام الأول شرطا أساسيا لعملية تنظيم النشاط الحركي، فهي تشكل إلي حد كبير تدعيم المسار الجيد لهذه العملية، وهي شروط الانجاز لمواجهة المتطلبات التوافقية. (٢١ : ٢٠٦)

- وبذلك يكون الباحث قد اجاب على التساؤل الأول والذي ينص على : "ما أهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج؟"

٢- عرض نتائج التساؤل الأول الذي ينص علي : ما نسب مساهمة القدرات التوافقية في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج؟.

يوضح جدول رقم (٩) عرض نتائج التساؤل الأول الخاصة بنسب مساهمة القدرات التوافقية في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج كالاتي :

جدول (٩)

نسب مساهمة القدرات التوافقية في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج(ن=٢٠)

النموذج	المتغيرات المساهمة	المقدار الثابت	المعامل	قيمة ت		قيمة ف		نسبة المساهمة
				القيمة	Sig	القيمة	sig	
١	القدرة على السرعة الانتقالية	١٤.١٧	١.٤٠	١٠.٩١	٠.٠٢	١١٨.٥٩	٠.٠٢	%٦٦.٦٠
٢	القدرة على السرعة الانتقالية	٨.٨٨	١.٠٧	٨.٤٠	٠.٠٢	٩٦.٨٨	٠.٠٢	%٧٦.٤٨
	القدرة على بذل الجهد			٥.٠٦	٠.٦٦			
٣	القدرة على السرعة الانتقالية	٧.٨٧	٠.٨٣	٥.٩٢	٠.٠٢	٧٩.٢٩	٠.٠٢	%٧٩.٩٢
	القدرة على بذل الجهد			٤.٣٦	٠.٥٥			

			٠.٠٢	٣.٣١	٩.٣٥		القدرة على الربط الحركي
٨١.٠٠٨%	٠.٠٢	٦٤.١٥	٠.٠٢	٤.٧٦	٠.٧١	١٣.٦٢	القدرة على السرعة الانتقالية
			٠.٠٢	٣.٩٩	٠.٥٠		القدرة على بذل الجهد
			٠.٠٢	٣.٤٢	٩.٤٠		القدرة على الربط الحركي
			٠.٠٤	٢.١١-	٤.٣٢-		القدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي

يوضح جدول (٩) نسبة مساهمة القدرات التوافقية في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج حيث بلغت قيمة نسبة مساهمة متغيرات البحث (٨١.٠٠٨%) وهي نسبة عالية تؤكد أهمية تدريب وتطوير تلك القدرات المهمة لتأثيرها الإيجابي في مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج.

يتضح من جدول (٩) انتاج برنامج التحليل الإحصائي لأربعة نماذج للانحدار المتعدد ويتضح أن قيمة (ف) للنماذج الأربعة تراوحت بين (٦٤.١٥ : ١١٨.٥٩) بمستوى دلالة يؤول الى (٠.٠٢) وهو أقل من (٠.٠٥) مما يشير إلى دلالة نتيجة تحليل التباين وبالتالي صلاحية النماذج الأربعة لتفسير مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج في ضوء القدرات التوافقية المدرجة في تلك النماذج الأربعة.

وبفحص القدرة التفسيرية للنماذج الأربعة (نسبة مساهمة النماذج) نجد أن القدرة التفسيرية للنماذج الأربعة تراوحت بين (٦٦.٦٠%، ٨١.٠٠٨%) وان النموذج رقم (٤) والذي اشتمل على الأربعة قدرات توافقية مجتمعة له القدرة التفسيرية الأكبر بين النماذج الأربعة حيث يستطيع تفسير (٨١.٠٠٨%) من تباين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج وعليه فهو أفضل النماذج وأنسبها للتنبؤ ب أو تفسير مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج.

ويتضح من الجدول أن قيمة اختبار (ت) للمتغيرات المستقلة (القدرات التوافقية) للنموذج المختار (النموذج الرابع) تراوحت بين (٢.١١ : ٤.٧٦) بمستوى دلالة تراوح بين (٠.٠٢ : ٠.٠٤) وهي أقل من أو تساوى (٠.٠٥) مما يشير دلالاته الإحصائية مما يؤكد إسهام كل من القدرة على السرعة الانتقالية، والقدرة على بذل الجهد، والقدرة على الربط الحركي، والقدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي في التنبؤ ب وتفسير مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج.

وينفق ذلك مع ما ذكره كلا من ماينل وشنابل Minel & Schnabel (٢٠٠٦م) (٢١)، أنه توجد علاقة وطيدة بين كل من القدرة على الربط الحركي والقدرة على السرعة الانتقالية والقدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي والقدرة على بذل الجهد.

- وبذلك يكون الباحث قد اجاب على التساؤل الثاني والذي ينص على : " ما نسب مساهمة القدرات التوافقية في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج؟"

الرابع عشر : الاستنتاجات :

في حدود طبيعة مجال البحث والهدف منه، وفي ضوء تساؤلات البحث والمنهج المستخدم والدراسات السابقة وطبيعة العينة تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

١- أهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج هي القدرة على السرعة الانتقالية، والقدرة على بذل الجهد، القدرة على الربط الحركي والقدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي.

٢- تختلف نسبة مساهمة القدرات التوافقية في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج.

الخامس عشر : التوصيات :

من خلال ما توصل إليه الباحث من استنتاجات يوصى الباحث بما يلي :

١- الاهتمام بالقدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج قيد البحث عند التخطيط وتنفيذ البرامج التدريبية لناشئي كرة القدم.

٢- زيادة وعى المدربين بالقدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوي ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج من خلال الندوات والنشرات ودورات الصقل.

٣- الاعتماد على الاختبارات المستخدمة في البحث عند قياس القدرات التوافقية لناشئين كرة القدم بنادي سوهاج.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أبو العلا عبد الفتاح : التدريب الرياضي المعاصر، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠١٢م.
- ٢- اسامة كامل راتب، امين انور الخولى : التربية الحركية للطفل، القاهرة ، دار الفكر العربي، ١٩٩٤م.
- ٣- جمال أبو بشارة : أثر برنامج تدريبي مقترح علي تطوير مستوي القدرات التوافقية لدي ناشئي كرة القدم، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، مجلد ٢٤، فلسطين، ٢٠١٠م.
- ٤- حنفي محمود مختار: التطبيق العملي في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٥م.
- ٥- طارق الجمال : "تأثير القدرات التوافقية الخاصة علي مستوي الأداء المهارى لناشئي هوكي الميدان، المؤتمر الدولي الأول للتربية البدنية والرياضة والصحة، الكويت، ٢٠٠٨م.
- ٦- عبد الرحمن محمد زين : فاعلية برنامج تدريبي لتطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة وعلاقتها بمستوى الانجاز لناشئي السباحة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ٢٠١٤م.
- ٧- عبد الفتاح عبد الله : التنشئة الرياضية للأطفال من ٤ إلى ٩ سنوات. الإسكندرية : المكتبة المصرية، ٢٠٠٤م.
- ٨- عصام الدين عبد الخالق مصطفى : التدريب الرياضي، نظريات وتطبيقات، الطبعة ١٢، الاسكندرية، منشأة المعارف، ٢٠٠٥م.
- ٩- عمرو محمد مصطفى : دراسة عاملية القدرات التوافقية للاعبى المصارعة في ج.م.ع، رسالة دكتوراه : كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ١٩٩٨م.
- ١٠- فاتن جرجس ميخائيل : تحليل حركي لتطوير مهارة الرمي لدي أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير : كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الإسكندرية، ١٩٩٨م.
- ١١- محمد بريقع، ايهاب البديوي : التدريب العرضي (اسس - مفاهيم - تطبيقات)، الاسكندرية ، منشأة المعارف، ٢٠٠٤م.
- ١٢- محمد حازم محمد ابو يوسف: أسس اختيار الناشئين فى كرة القدم، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ٢٠٠٥م.
- ١٣- محمد حامد شداد : تأثير استخدام تدريبات تنافسية مقترحة على تحسين مستوى الاداء المهارى الناشئين في رياضة الجودو ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية ، العدد(٤٩) يناير ، ٢٠٠٧م .

- ١٤- محمد صبحى حسانين: القياس و التقويم في التربية البدنية والرياضة، ج١، ط٦، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٤م.
- ١٥- محمد عبد الستار محمود : تحديد مستويات معيارية لبعض القدرات التوافقية الخاصة لناشئ كرة القدم، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٢م.
- ١٦- محمد لطفى السيد : الانجاز الرياضي وقواعد العمل التدريبي، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٦م.
- ١٧- محمود حسن، علي البيك، مصطفى كاظم: المنهاج الكامل لإعداد معلمي ومدربي السباحة، الاسكندرية، منشأة المعارف، ١٩٩٦م.
- ١٨- مفتى ابراهيم حماد : المرجع الشامل في التدريب الرياضي (التطبيقات العملية) ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، ٢٠١٠م .
- ١٩- مفتي إبراهيم محمد: البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ثانياً: المراجع الاجنبية:

- 20- Chow, J (2007): Variation in coordination of a discrete multicular action as afunction of skill level.
- 21- Kurt, Meinel & unter Schnabel(2006) : Bewegungslehr sportmotorik, 10 durchgesehene verlag, sudwest verlag, munchen.
- 22- Zak, Henryk. Duda (2003): Level of coordinating ability but efficiencybof game of yong football players.

المستخلص

"القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج"

يهدف البحث الى تحديد أهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالدراسة المسحية وذلك لمناسبته لطبيعة البحث، تم اختيار عينة البحث من ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج بمحافظة سوهاج والمقيدين بسجلات الاتحاد المصري لكرة القدم للموسم الرياضي ٢٠٢٣م / ٢٠٢٤م وعددهم (٣٠) ناشئ، تم تطبيق الدراسة الأساسية علي عدد (٢٠) ناشئ، والاستطلاعية على عينه قوامها (١٠) ناشئ خارج عينة البحث الأساسية ومن نفس مجتمع البحث، وقد استخدم الباحث الاختبارات البدنية قيد البحث كأدوات لجمع البيانات، وفي ضوء الاهداف والتساؤلات توصل الباحث إلي:

أهم القدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج هي القدرة على السرعة الانتقالية، والقدرة على بذل الجهد، القدرة على الربط الحركي والقدرة على الإحساس بالإيقاع الحركي.

ويوصي الباحث: الاهتمام بالقدرات التوافقية المساهمة في تحسين مستوى ناشئي كرة القدم بنادي سوهاج قيد البحث عند التخطيط وتنفيذ البرامج التدريبية لناشئي كرة القدم.
الكلمات المفتاحية: القدرات التوافقية.

Abstract

"The harmonious capabilities that contribute to improving the level of junior football players at Sohag Club"

The research aims to identify the most important compatibility capabilities that contribute to improving the level of junior football players in Sohag Club. The researcher used the descriptive approach in the survey study in order to suit the nature of the research. The research sample was chosen from junior football players in Sohag Club, Sohag Governorate, who are registered in the records of the Egyptian Football Association for the 2023/2024 sports season, and their number is (30) juniors. The study was applied as the basis There are (20) emerging individuals, and the sample survey consists of (10) emerging individuals outside the primary research sample and from the same research community. The researcher used the physical tests under research as tools for collecting data, and in light of the objectives and questions, the researcher arrived at:

The most important harmonic abilities that contribute to improving the level of football players in Souha Club are the ability to transition speed, the ability to exert effort, the ability to connect movement, and the ability to sense movement rhythm

. The researcher recommends: Paying attention to the combinatorial capabilities that contribute to improving the level of junior football players in Sohag Club, which is under investigation when planning and implementing training programs for junior football players.

Keywords: combinatorial capabilities.