

تأثير تمارينات المواقف التنافسية بمناطق اللعب المختلفة على مستوى التصرف الخططي الهجومي لدي لاعبي كرة القدم

*د/ أحمد مصطفى كمال مراد

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام تمارينات المواقف التنافسية بمناطق اللعب الثلاثة لتطوير مستوى التصرف الخططي (قيد البحث) للاعبي كرة القدم، مما دفع الباحث لافتراض أن هناك فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة في تطوير مستوى التصرف الخططي (قيد البحث) للاعبي كرة القدم ولصالح القياسات البعديّة، وكذلك توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم وفقاً لمناطق اللعب الثلاثة (الدفاع - الوسط- الهجوم) في تطوير مستوى التصرف الخططي (قيد البحث) للاعبي كرة القدم، وللكشف عن ذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس القبلي البعدي لمجموعة واحدة وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة، وقد تم تطبيق البرنامج على عينة البحث الأساسية من لاعبي كرة القدم الفريق الأول بنادي بني سويف الرياضي وقوامها ٢٠ لاعباً المسجلين بقوائم الاتحاد الرياضي المصري لكرة القدم دوري القسم الثالث، وقد أظهرت النتائج حدوث تحسن في متغيرات مستوى التصرف الخططي الهجومي قيد البحث لدي لاعبي كرة القدم عينة البحث، حيث بلغت معدلات نسب التحسن المئوية للقياسات البعديّة عن القبليّة لعينة البحث الى (٣٥,٠٨%)، ووجود فروق بين مراكز اللعب في مستوى التصرف الخططي لصالح مركز اللعب "خط الهجوم" مقارنة بخط الوسط وخط الدفاع، كما توجد دلالة فروق إحصائية بين خط الوسط وخط الدفاع حيث حقق خط الدفاع أقل مستوى للتصرف الخططي، وقد أوصى الباحث بضرورة توجيه هذا البحث والبرنامج التدريبي بما يحتويه من مجموعة التدريبات إلى العاملين في مجال تدريب كرة القدم، وكذلك ضرورة استخدام مقياس تقييم مستوى التصرف الخططي لتحليل الأداء الخططي الهجومي للاعبين خلال المباريات باعتباره عامل حاسم في الفوز بالمباريات، وأيضاً الاهتمام بتدريب جميع لاعبي الفريق واشراكهم في تنفيذ الهجوم وفقاً لمراحله المختلفة في جميع مناطق اللعب الثلاثة.

* مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية والعب المضرب كلية علوم الرياضة جامعة بني سويف

Research Summary

The research aims to design a proposed training program using competitive situation exercises in the three playing areas to develop the tactical behavior (under study) of football players, which prompted the researcher to assume that there are statistically significant differences between the averages of the pre- and post-measurements in developing the tactical behavior (under study) of football players in favor of the post-measurements, as well as statistically significant differences between football players according to the three playing areas (defense - midfield - attack) in developing the tactical behavior (under study) of football players, and to reveal this, the researcher used the experimental method using the experimental design with a pre-post measurement for one group in order to suit the nature of the study, and the program was applied to the basic research sample of football players of the first team of Beni Suf Sports Club, consisting of 20 players registered in the lists of the Egyptian Sports Federation for Football, Third Division League, and the results showed an improvement in the variables of the level of offensive tactical behavior under study among football players in the research sample, as the percentage improvement rates for the post-measurements from the pre-measurements of the research sample reached (35.08%), and the presence of Differences between playing positions in tactical behavior in favor of the playing position “attack line” compared to the midfield and defense lines. There is also statistically significant difference between the midfield and defense lines, as the defense line achieved the lowest level of tactical behavior. The researcher recommended the necessity of directing this research and the training program, including the set of exercises it contains, to those working in the field of football training, as well as the necessity of using a tactical behavior evaluation scale to analyze the offensive tactical performance of players during matches, as it is a decisive factor in winning matches, and also paying attention to training all team players and involving them in implementing the attack according to its different stages in all three playing areas.

مقدمة ومشكلة البحث:

تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تأثرت إيجابياً بشكل واضح بالتطور العلمي المرتبط بطرق وأساليب التدريب لإعداد اللاعبين، حيث شهد مجال تدريب كرة القدم في الآونة الأخيرة على المستوى العالم تطوراً ملحوظاً في ارتفاع الأداء المهاري والبدني والخططي للاعبين في المنافسات المحلية والدولية، وعلى أساس ذلك يعمل المدربون على إعداد برامج تدريبية بدنية ومهارية وخططية على مدار فترات الإعداد بما يتناسب مع طبيعة المنافسة.

وفي كرة القدم الحديثة يلعب الإعداد الخططي الهجومي دوراً كبيراً في تحقيق نتائج إيجابية، حيث يذكر **موفق الولي (٢٠٠٨)** أن كرة القدم لعبة قرارات ويجب على اللاعب أن يكون سريع التفكير مثلما هو سريع الحركة، وتتطلب سرعة التصرف مقدرة على هضم المعلومات التي تصل إليه عن طريق ملاحظة المواقف المختلفة أثناء المباراة وكلما كان اللاعب قادراً على التفكير السريع وملاحظة المعلومات التي تصل إليه كلما كان قادراً على سرعة التصرف واستنتاج ما يجب عمله في الوقت المناسب، مما يؤثر بشكل إيجابي في أدائه السليم أثناء المباراة. (٧١ : ٥٠)

ويذكر **حسن أبو عبده (١٩٩٨)** أنه لكي يحقق لاعب كرة القدم أعلى مستوى من الأداء في اللعب خلال المباريات يجب أن يعد إعداداً فنياً متكاملًا في ضوء متطلبات ممارسة كرة القدم الحديثة والتي تتطلب مستوى عالي من الكفاءة البدنية والمهارية والخططية والوظيفية حتى يتمكن اللاعب من أداء الواجبات الهجومية والدفاعية الموكلة إليه بكفاءة طول زمن المباراة. (١١ : ٧)

ويري **مفتي إبراهيم ومحمد عبده (١٩٩٤)** أنه من الواجب على القائمين بتدريب كرة القدم الاهتمام بالإعداد الخططي فهو ركن أساسي في كرة القدم الذي يعني " اكتساب اللاعب المعلومات والمعارف والقدرات الخططية واتقانها عملياً بالقدر الكافي الذي يمكنه من حسن التصرف في مختلف المواقف المتعددة والمتغيرة خلال المباراة ". (٤٢ : ١٠١)

ويشير **كلا من حسن أبو عبده (٢٠٠٦)**، **رفاعي مصطفى (٢٠٠٥)** الي أن أداء اللاعبين في المباراة هو عبارة عن ترجمة حقيقية للمستوي الذي وصل اليه اللاعب من تطوير واتقان لقدراتهم البدنية واستيعاب ما تم التدريب عليه من الناحية البدنية المهارية والخططية للاعبين كأفراد وكجماعة وكفريق. (٣٥ : ١٠) (٢٢ : ١٨)

ويذكر **كلا من مسعد على وعمرو بدران (٢٠٠٢)** أن عملية التدريب الرياضي تشير الى الاستعداد للمباريات والمنافسات المقبلة والتعود عليها من خلال اداء بعض التمرينات والمهارات التطبيقية أو الاحمال التدريبية في اتجاه التخصص الرياضي المطلوب مما يؤدي الى

أحداث تكيفات وظيفية لأجهزة الجسم وتحسين عناصر اللياقة البدنية وتحسين المهارات الحركية. (٤١ : ١٥)

ويرى الباحث أن المنافسة (المباراة) هي المحك الحقيقي لاختبار قدرات اللاعبين كنتاج طبيعي لجميع مراحل الأعداد المختلفة، وهذا يتفق مع ما توصل إليه خالد سيد (٢٠٠١) أنه كلما استطاع اللاعب خلال المنافسة اختيار المهارة المناسبة للمواقف المتعددة بصورة منتظمة دل ذلك على حسن استعداده واعداده، حيث يعتبر الاشتراك في البطولات الرسمية أو التجريبية هو المحك الحقيقي لنتائج عملية التدريب. (١٦)

ويذكر إيهاب صلاح (٢٠٠١) أنه يجب أن نفرق بين المنافسة الفعلية وبين التمرينات التنافسية كشكل تدريبي يهدف للارتقاء بمستوى أداء المنافسة؛ فالمنافسة تؤدي تحت الظروف الواقعية وبما يتمشى مع قواعد ومواصفات النشاط التخصصي بالكامل، أما التمرينات التنافسية فهي تتشابه مع المنافسة في بناء التعاملات وفي الأسس التكوينية وفي الشكل العام إلا أنها تختلف عنها في بعض خصائص الأداء إذ أن الهدف الرئيسي من أدائها هو التدريب. (٨)

ويعرفها محمد شوقي وأمر الله البساطي (٢٠٠٠) بأنها محتوى تدريبي يكون أداء اللاعب فيه مشابها لما يحدث في المباراة، فهي عبارة عن مجموعة من الأشكال التدريبية التي تؤدي سواء في وجود أو عدم وجود مدافع، ويمكن أدائها على صورة تدريبات هجومية أو دفاعية حيث تكون قريبة الشبه بالجمال أو الأداءات الهجومية أو الدفاعية التي تحدث في المنافسة ويطلق عليها (التدريبات التنافسية). (٣٨ : ١٧٥ - ١٨٥)

ويذكر السيد عبد المقصود (١٩٩٤)، أن التمرينات التنافسية كمحتوى تدريبي تهدف إلى الارتقاء بمستوى أداء المباراة فهي تتشابه مع المباراة إلا أنها تختلف عنها في بعض خصائص الأداء إذ أن الهدف الرئيسي من أدائها هو التدريب على أسلوب أداء المباراة، كما تضع اللاعب أمام متطلبات المنافسة بطريقة مباشرة، والتدريب على مواجهة كافة المتطلبات الفسيولوجية والنفسية والخطئية التي يواجهها اللاعب أثناء المباراة كما لو كان في منافسة حقيقية. (٢١ : ١٥٩)

ويرى كلا من مفتي إبراهيم (١٩٩٠)، حنفي مختار (١٩٩٤) أن امتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من التمرينات التنافسية بما يشابه متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها في معظم مواقف اللعب الفردية وتزيد 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. (٤٥ : ١٣١) (١٤ : ١٣٨)

ويشير زكي محمد (١٩٩٨) الى أن التمرينات التنافسية هي تلك التمرينات التي تحتوي على عدة مبادئ اساسية والتي اثناء تطبيقها يجب مراعاة تطبيق قانون اللعبة بها، كما أنها تؤدي الى ظهور التكيفات الحركية، والجدير بالذكر أن هذا النوع من التمرينات يسهم في ارتفاع درجة هذه التكيفات الحركية بصورة كبيرة أثناء تأدية الواجبات الخطئية الهجومية والدفاعية. (١٩ : ٧٤) ويقسم السيد عبد المقصود (١٩٩٤) تمرينات التنافسية لثلاث اشكال رئيسية هي :

- تمرينات مواقف تنافسية في ظروف مخففة عن المنافسة :

وهي تستخدم لتحسين الاسس البدنية وعند بداية عملية التعلم الحركي، فالتبسيط يوجه أساساً الى سرعة الحركة، حيث يمكن أداء مسار حركي أسرع تحت مقاومة خارجية بسيطة، مما يؤدي الى حدوث تكيفات تدريبية خاصة، وعادة يهدف هذا الشكل التدريبي الى تحسين النواحي الفنية للأداء الحركي والوصول الى أداء حركي أسرع.

- تمرينات مواقف تنافسية في ظروف مماثلة للمنافسة :

وفيها تتساوى شدة الحمل أثناء التدريب مع شدته اثناء المنافسة، كما يتم أداء إعدادات كثيرة للحركات بهدف تحسين الاداء من ناحية ولرفع القدرة على اداء الحمل من ناحية اخرى، ويهدف هذا النوع الى التركيز على تطوير مستوى عناصر فنية وخطئية وفسيوولوجية معينة من عناصر الحالة التدريبية المثلى.

- تمرينات مواقف تنافسية في ظروف اصعب من المنافسة :

وتعتبر المباريات التدريبية إحدى صور تمرينات التنافسية، وفيها يمكن التحكم في المتطلبات كما هي في حالة المنافسة الرسمية، ويتم ذلك لتحقيق أغراض معينة كاللعب على ملعب اقل مساحة لتحسين وتطوير الدقة الحركية، أو إطالة زمن اللعب لتنمية التحمل أو تحمل القوة مع مراعاة عدم اختلاف سير الحركة أو زيادة المقاومة لتطوير القوة العضلية. (٢١ : ١٥٩، ١٦٠)

ويري أبو العلا عبد الفتاح (١٩٩٧) أن اشكال التمرينات التنافسية تؤدي في شكل المنافسة الرياضية غير انها تختلف عنها من حيث الظروف التدريبية كما تتبع القواعد القانونية للمنافسة بدرجة كبيرة، ووضع الرياضي في ظروف المنافسة قدر الامكان وتختلف طبيعة هذه التمرينات وانواعها تبعاً لاختلاف انواع النشاط الممارس. (١ : ١٦)

ويضيف كلا من محمد شوقي وأمر الله البساطي (٢٠٠٠) أن أسلوب المنافسة يسمح بتدريب وزيادة خبرة اللاعبين والسرعة لاتخاذ القرار والحلول المناسبة (حسن التصرف) في المواقف المختلفة طبقاً لموقع الزملاء والمنافس، ويساهم في ربط الأداء والمهارات بالتحركات

الذكية في الملعب والارتقاء بمستوي التفكير الخططي عن طريق تصميم تمارين لمواقف تنافسية تشبه ما يحدث في المواقف المتغيرة داخل المباراة. (٣٨ : ١٥٦، ١٥٧)

ويري الباحث ان اتخاذ القرار الخططي الدقيق والسريع (التصرف الخططي) أحد أهم قدرات لاعبي كرة القدم المميزين في المستويات الرياضي العالية، ويعتمد نجاح اللاعبين في اتخاذ القرار المناسب (التصرف الخططي) أثناء اللعب على التحليل الفوري والذكي لمواقف اللعب المختلفة والمتغيرة أثناء المباراة، ومن الأهمية بمكان أن يمتلك اللاعبون طرق التنافس الأكثر هادفية والكافية للوصول للمرمى في اقصر وقت ممكن من اجل الفوز في المباريات.

وهذا يتفق مع ما أشار اليه **عصام عبد الخالق** (٢٠٠٥) بأنه كلما كانت تلك التدريبات الخاصة مشابهه في بنائها للحركة المراد تعلمها وتكوين مستوى عالي من القدرة البدنية والحركية والذي يتلائم مع صفات الحركة الديناميكية كلما زاد تعلم وتحسن الأداء المهاري. (٢٥ : ١٠٧)

والتصرف الخططي المثالي يتوقف علي سرعة إدراك اللاعب للمتغيرات الخططية السريعة ليقوم باختيار واحد من الحلول المتعددة للموقف في سرعة فائقة.

وهذا يتفق مع ما اشار اليه **حسن أبو عبده** (٢٠٠٦) أن اللاعب المعد ذكاهه الخططي بصورة جيدة تكون سرعة تلبيته أسرع من غيره مع توقع احتمالات تعديل هذا الحل في ضوء تغير خطط المنافسين، وسرعة التلبية تلعب دوراً هاماً في أداء لاعب كرة القدم الحديث بلا شك. (١٠ : ٢٨٠)

ويشير كلا من **ممدوح المحمدي، محمد علي** (١٩٩٨) ان اللاعب الذكي يتميز بسرعة وحسن التصرف في مواقف اللعب المتغيرة، وأقدر على سرعة الإدراك وقراءة الموقف لتوقع سلوك المنافس أثناء اللعب ويستطيع أن يتخذ القرار المناسب في الوقت المناسب وبالسرعة المناسبة، كما أنه أقدر علي التعلم الحركي والتعلم الخططي للوصول إلي أعلى المستويات الرياضية. (٤٨ : ٤٥)

ويعضد ذلك **حنفي مختار** (١٩٩٤) إن اللاعب الذي تكون لديه المقدره علي الملاحظة ثم التفكير السليم لابد أن تعقبها مقدرته علي الاستنتاج السليم لما لاحظته حتى يتخذ القرار الصحيح فيما يجب عمله، ولأهمية هذه العملية في المباراة يجب أن يعطي المدرب اللاعبين تمارين متنوعة حتى تنمي هذه المقدره. (١٤ : ٢٧٨)

ويرى **مفتي ابراهيم** (١٩٩٨) أن التصرف الخططي هو الحصيلة العلمية والنهائية والتطبيقية للتفكير الخططي والذي يظهر في صورة أداء خططي في المواقف التنافسية ويعتمد على جانبين أساسيين هما الجانب الذهني والجانب البدني، ويبدأ الجانب العقلي في إدراك

الموقف إدراكاً تاماً وسريعاً ثم يعقب ذلك التصرف الحركي السليم، وإذا فقد اللاعب القدرة على التفكير السليم فإن تصرفه في الموقف الخططي يكون غير سليم. (٤٤ : ٢٢١)

ويذكر **على سلامة** (١٩٩١) ضرورة الحكم على الذكاء عن طريق الأداء وملاحظة مظاهر السلوك "التصرف" وهذا يعني أن الذكاء مفهوم يصف السلوك "التصرف"، وبالتالي يمكن قياس تصرف اللاعب بواسطة اختبارات المواقف (نظرية - عملية) وهي الاختبارات التي تعمل على خلق مواقف وظروف تشبه ما يحدث في المباريات ثم ملاحظة تصرف اللاعب في هذه المواقف وتحديد صحتها من عدمه. (٢٧ : ٥٩)

ويشير **محمد علاوي واخرون** (١٩٩٣) أن التفكير الميداني للاعبين داخل الملعب يعتبر مؤشراً موضوعياً لمستوى الإعداد التكتيكي للفريق أو اللاعبين ويمكن أن نحصر مكونات التفكير الميداني الخلاق في كرة القدم بما يلي:

١- القدرة على التركيب : يقصد بها قدرة اللاعب على احتواء كل العناصر الداخلية في مواقف اللعب.

٢- آلية التنبؤ : هي قدرة اللاعب على التنبؤ بالمواقف قبل حدوثها، واتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب.

٣- سرعة اتخاذ القرار التكتيكي: تعني قدرة اللاعب على استيعاب المواقف واتخاذ القرار التكتيكي بأسرع وقت ممكن. (٣٤ : ٧١)

ويذكر **كلا من ممدوح المحمدي، محمد علي** (١٩٩٨) انه أثناء التدريب يستطيع المدرب أن يضع اللاعب في مركز معين لمحاولة توظيفه لهذا المركز تبعاً لإمكاناته، ويقوم بتدريبه علي واجبات هذا المركز ولمدة معينة مع إعطائه بعض المشكلات الخطئية وحلولها والتي تحدث في المباريات، وذلك لمدة معينة، ثم بعد ذلك يقرر عما إذا كان اللاعب يصلح لهذا المركز أم لا وذلك علي ضوء استجاباته. (٤٨ : ٣١)

ويذكر **امر الله البساطي، محمد كشك** (٢٠٠٢) أنه في ضوء تعدد أساليب إعداد لاعبي كرة القدم ذوي المستوى العالي، والاتجاه إلى التخصصية في اختيار التدريبات المشابهة لمواقف اللعب وزيادة حجم أدائها بشكل كبير وبمستويات متباينة من الجهد المبذول منها، شاع استخدام تمرينات المواقف التنافسية كمحتوى باعتبارها أكثر أشكال التدريب فاعلية في ترقية وتحسين الأداء البدني والمهاري والخططي لما تتميز به من تشابه التركيب لمضمون الأداء بها مع مواقف اللعب خلال المباراة مما يؤدي لرفع مستوى كفاءة اللاعبين وزيادة قدراتهم" (٦ : ٤٠).

ويشير **كلا من ممدوح محمدي، محمد علي** (١٩٩٨)، **بهاء الدين سلامة** (٢٠٠٠) الي أن طبيعة الأداء في كرة القدم متغيرة الشده في سرعة اللعب حيث تتنوع تحركات اللاعب

خلال المباراة، فيكون الأداء أحياناً دفاعاً محكماً وينقلب إلى هجوم سريع ومن هجوم ضاغط إلى عمل تركيز في الدفاع وأحياناً تحضير في وسط الملعب لإيجاد ثغره يمكن استغلالها حسب ظروف اللعب المتغيرة. (٤٨ : ١٧) (٩ : ٢٧٠)

وفي هذا الصدد يذكر محمد الوقاد (٢٠٠٣) أن كرة القدم عبارة عن تحولات متكررة ومتعددة يشترك فيها فريقان يتبادلان أوضاع الدفاع والهجوم، فأحد الفريقين يستولي تارة على الكرة فيتحول لاعبوه إلى وضع الهجوم محاولين اختراق دفاع الفريق المنافس لإصابة مرماه، وتارة يفقد الفريق الكرة فيتحول أفرادها إلى وضع الدفاع ويحاول كل لاعب قريب من الكرة الاستحواذ عليها، ويحقق الفوز في المباراة الفريق الذي ينجح في استخدام الخطط المناسبة (دفاعية- هجومية) والذي يوفق في تنفيذها بدقة وإحكام (٣٥ : ١٩٩).

ويوضح مفتي إبراهيم (١٩٩٠) أنه يمكن التمييز بين أنواع الخطط الهجومية، فهناك خطط اللعب الأساسية الهجومية والتي يشترك في تنفيذها عدد كبير نسبياً من اللاعبين، وخطط لعب عامة ينفذها عدد قليل من اللاعبين، ومن خلال التمييز بين النوعين فإن خطط خلق المساحات الخالية واستغلالها والتحركات السائدة في خطط الهجوم والجمل الخططية وخطط المواقف الثابتة تعتبر من الخطط العامة في كرة القدم (٤٥ : ٦٧).

ويري كلا من احمد يقضان، احمد سالم (٢٠٢١) (٤) ان التصرف الخططي الهجومي وحسن اتخاذ القرار بين خطوط ومراكز اللعب من العوامل المهمة في نجاح الفريق والترابط بين الدفاع والوسط والهجوم، حيث أن كرة قدم العالمية الآن تبدأ معظم خططها عن طريق التحول من الدفاع الى الهجوم ومعرفة امكانيات كل مركز من مراكز اللعب من حيث التفكير وحسن التصرف بالكرة على الصعيد الدفاعي أو الهجومي يهدف البحث عن التصرف الخططي المناسب للاعبى الخطوط الثلاثة (دفاعي- وسط- هجومي).

ومن اهم وظائف التمرينات التنافسية احتوائها على العديد من المهارات الخططية الهجومية التي تهدف إلى تحقيق التقدم السريع والربط المباشر بين خطوط اللعب وتحاكي مجريات المباريات الحقيقية، ولهذا يتم تصميم واعداد هذه التمارين لكي تكون مشابهة لحالة اللعب مع تكرار هذه التمارين في الوحدات التدريبية حتي يستطيع اللاعبون تنفيذها في أقل زمن ممكن أثناء اللعب من اجل تحقيق الهدف الخططي الهجومي المطلوب.

وهذا يتفق مع ما أشار اليه كلا من مفتي ابراهيم (١٩٩٤)، عبد الستار ضمد (٢٠٠٠) أن تكرار تمرينات اللعب الخططية التي تشابه ما يحدث في اللعب على وجه الخصوص يمكن تقصير زمن ادراك اللاعب لهذه المواقف وزيادة قدرته على التصرف الخططي السريع. (٤٤ : ٢٥) (٢٤ : ١٨٧)

كما يذكر طه إسماعيل وآخرون (١٩٩٣) أن مرونة وتنظيم التصرف الخططي تلعب دوراً بارزاً في وصول الفريق إلى منطقة جزاء الفريق المنافس أكبر عدد من المرات، فالهجوم والدفاع يجريان بانسياب وبتداخل، واللاعبون يتحركون بحرية والهدف الرئيسي لكل فريق هو إحراز الأهداف لكسب المباراة، وهذا يتطلب توافقاً في جهود الأحد عشر لاعبا يتمثل في التحركات الهجومية المركبة والمتشابكة لهؤلاء اللاعبين، ولن يحدث هذا إلا من خلال تخطيط هذه التحركات والتصرفات الخططية وصبغها بدرجة من الإلزام. (٢٣: ٢٠).

لذا يري الباحث ان تقارب مناطق اللعب الثلاثة في الهيكل التنظيمي للفريق وفقاً لطريقة اللعب يتيح للاعبين خيارات اكثر لاختيار التصرف الخططي الهجومي الأمثل للموقف الهجومي تحت ضغط المنافس وبالسرية المطلوبة مما يساعدهم على تطبيق الواجب الخططي وتحقيق نتائج افضل.

وهذا يتفق مع ما أشار اليه محمد الوقاد (٢٠٠٣) ان خطط هجوم الفريق ككل هي الخطط التي يشارك في تنفيذها الفريق بأكمله، وتؤثر طرق اللعب وتشكيل اللاعبين وواجباتهم ومراكزهم على سرعة تنفيذ الواجب الخططي وفقاً لمجريات المباراة. (٣٥ : ٢١٧)

ومن خلال خبرة الباحث كمدرس بقسم الرياضات الجماعية والعب المضرب وقائم على تدريس مادة كرة القدم بكليات التربية الرياضية، وممارسته للعبة كرة القدم كلاعب سابق، إضافة إلى عمله في حقل التدريب، وفي إطار ما أتيج له من الاطلاع عليه من الدراسات السابقة في الألعاب الجماعية بصفة عامة وكرة القدم على وجه الخصوص، وجد أن الدراسات التي تناولت التصرف الخططي الهجومي أشارت إلى صعوبة قياس هذا الجانب مما جعل الباحثين والمدرسين عازفون عن خوض غمار تلك التجربة، ويرجع الباحث ذلك الى أن الأداء في كرة القدم الحديثة يتميز بالسرعة في أداء الواجبات الخططية الهجومية الفردية والجماعية مع وضع في الاعتبار ردود الأفعال والتغيرات المفاجئة لأداء المنافسين، لذا يري الباحث إن الاتجاه نحو التفوق الخططي والتحكم في سرعة اللعب ومباغته الفريق المنافس يعتمد على تدريب اللاعبين على أسلوب المباراة او محاكاتها عن طريق تصميم تمارينات المواقف التنافسية مما يجعل اللاعبين يشعرون وكأنهم في مباراة او موقف لعب أكثر واقعية تكسبهم المقدرة على اختيار التصرف الخططي الأمثل والمناسب لحل الموقف الهجومي وحسم نتيجة المباراة مبكراً.

ومن هنا جاءت أهمية تلك الدراسة كمحاولة جادة من الباحث في وضع برنامج تدريبي قائم على أساس علمي وعملي باستخدام تمارينات المواقف التنافسية بمناطق اللعب الثلاثة ؛ وهو ما يفرض على اللاعبين متطلبات تشابه تلك المتطلبات التي يحتاجها اللاعب في المباريات

الرسمية مثل سرعة اتخاذ القرار والتصرف الصحيح والتغلب علي ضغط المنافس وغيرها من الأمور المهمة الأخرى، ومن ثم معرفة تأثيره علي تطوير مستوى التصرف الخططي الهجومي في مناطق اللعب الثلاثة (الدفاعي - الأوسط - الهجومي) ورفع كفاءة اللاعبين في سرعة نقل الكرة والانتقال الي الثلث الهجومي وخلق فرص تهديفيه ذات إيجابية أكثر علي المرمى وترجمتها إلى أكبر عدد ممكن من الأهداف.

وهذا يتفق مع ما اشار إليه كل من أمر الله البساطي (١٩٩٤)، عماد عباس (٢٠٠٥) إنه من الأمور الهامة استخدام الإشكال التدريبية التي تكون قريبة من شكل المنافسة خلال العمل الهجومي على أن يكون اكتساب هذه الإشكال مبكرا بقدر الإمكان حتى يمكن استغلال الوقت كاملا في التدريب على هذه الأداءات للوصول الي جماعية الأداء والتناسق والترابط بين خطوط الفريق وحسن التصرف الخططي لتطوير وإنهاء الهجوم. (٧ : ٣٤)، (٢٨ : ١٤)

هدف البحث:

يهدف البحث الي تصميم برنامج تدريبي باستخدام تمارينات المواقف التنافسية ومعرفة تأثيره على :

- أ- مستوى التصرف الخططي الهجومي لدي لاعبي كرة القدم عينة البحث.
- ب- مستوى التصرف الخططي الهجومي بمناطق اللعب الثلاثة (خط الدفاع- خط الوسط- خط الهجوم) لدي لاعبي كرة القدم عينة البحث.

فروض البحث:

- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات القبلية والبعدي في مستوى التصرف الخططي الهجومي لدي لاعبي كرة القدم في اتجاه القياس البعدي للعينة قيد البحث.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائياً بين مناطق اللعب الثلاثة (خط الدفاع- خط الوسط- خط الهجوم) في مستوى التصرف الخططي الهجومي لدي لاعبي كرة القدم عينة البحث.

بعض المصطلحات الواردة في البحث

- تمارينات المواقف التنافسية:

عبارة عن مجموعة من الإشكال التدريبية التي تؤدي أثناء المنافسات سواء في وجود أو عدم وجود مدافع، ويمكن أدائها على صورة تدريبات هجومية أو دفاعية حيث تكون قريبة الشبة بالجمال أو الاداءات الهجومية أو الدفاعية التي تحدث في المنافسة. (٣٨ : ٢٧٥)

- التصرف الخططي في كرة القدم:

هو أحسن استجابة وأداء لحل واجب حركي من خلال استفادة اللاعب من معلوماته وخبراته. (٣٧ : ٩٨)

إجراءات البحث :**منهج البحث :**

تحقيقاً لهدف البحث إستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي لمجموعة واحدة وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة.

مجتمع البحث :

اشتمل مجتمع البحث لاعبي كرة القدم بالدوري المصري القسم الثالث (المجموعة الرابعة) والتي تضم (12) فريق تابع لفرعي منطقتي بني سويف والفيوم لكرة القدم (نادي بني سويف- نادي أبوكساء- نادي مطر طارس- نادي سيلا- نادي جولدن- نادي عاملين غارب- نادي اهلي الغرق- مركز شباب سنورس- مركز شباب سمسطا- مركز شباب الفيوم- مركز شباب الواسطى- مركز شباب ابشواي).

عينة البحث :

اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث ممثلة في لاعبي الفريق الأول لكرة القدم بنادي بني سويف الرياضي، وقد بلغ حجم العينة (٢٠) لاعباً مسجلين بقوائم الاتحاد المصري لكرة القدم في الموسم الرياضي ٢٠٢٤ / ٢٠٢٥، وقد وقع اختيار الباحث على هذه العينة للأسباب التالية :

- ١- جميع أفراد العينة مسجلين بسجلات الاتحاد الرياضي المصري لرياضة كرة القدم للموسم التدريبي ٢٠٢٤/٢٠٢٥
- ٢- توافر الأدوات والأجهزة بالنادي وتوافر المساعدين وعمل الباحث ضمن اعضاء الجهاز الفني للفريق.
- ٣- موافقة الجهاز الفني للفريق واللاعبين ورغبتهم في المشاركة فى اجراء البحث.
- ٤- توفر عينة استطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وبلغ عددهم (٢٠) لاعباً من مركز شباب سمسطا الرياضي.

اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث :

قام الباحث بإيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للعينة قيد البحث للتأكد من اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى ضوء متغيرات السن والطول والوزن ومؤشر كتلة الجسم والعمر التدريبي، كما موضح فى الجدول التالي (١) :

جدول (١)
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث فى السن والطول
والعمر التدريبي (ن = ٢٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	٢٥,٧٠	٢٥,٥٠	٣,٤٨	٠,٤٥
الطول	سم	١٧٦,٥٠	١٧٧	٤,٥٣	-٠,٢٥
الوزن	كجم	٧٣,٨٥	٧٤	٢,٣٧	-٠,٠٧
مؤشر كتلة الجسم	كجم/سم ^٢	٢٣,٧١	٢٣,٦٢	٠,٤٩	٠,٤٢
العمر التدريبي	سنة	٨,٧٥	٨,٥٠	٣,٥٤	٠,٤٤

يتضح من جدول (١) ما يلي: تراوحت معاملات الالتواء لعينة قيد البحث في متغيرات السن والطول والوزن ومؤشر كتلة الجسم والعمر التدريبي ما بين (-٠,٢٥، ٠,٤٥) أي أنها انحصرت ما بين (٣-، ٣+) مما يشير إلى أنها تقع داخل المنحنى الاعتدالي وبذلك تكون العينة موزعة توزيعاً اعتدالياً، مما يدل على اعتدالية توزيع افراد العينة قيد البحث.
أدوات ووسائل جمع البيانات :

أولاً : المسح المرجعي :

قام الباحث بإجراء المسح المرجعي للدراسات والبحوث العلمية المتخصصة فى مجال تدريب كرة القدم بصفة عامة والتي تناولت تمارينات المواقف التنافسية والتصرف الخططي في كرة القدم بصفة خاصة، وذلك بهدف مساعدة الباحث فى تحديد الإطار العام والنظري للبحث، وتحديد متغيرات البرنامج التدريبي المقترح والمناسبة لطبيعة واهداف البحث، وتحديد الاختبارات الخاصة بالتصرف الخططي الهجومي (مقياس التصرف الخططي الهجومي)، وجدول رقم (٢) يوضح ما توصل إليه الباحث في ضوء المسح المرجعي :

جدول رقم (٢)

نتائج المسح المرجعي لتحديد محاور ومحتوي البرنامج التدريبي المقترح

٥	اسم المؤلف	رقم المرجع	سنة النشر	عنوان المرجع أو الدراسة	محاور ومحتوي البرنامج		
					نمريانات المواقف التنافسية	التصرف الخططي الهجومي	مقياس التصرف الخططي
١	إيهاب صلاح مصطفى	٨	٢٠٠١	تأثير تمارينات المنافسة على بعض الجوانب الخططية للناشئين في كرة القدم	*	-	-
٢	خالد عبد النور الخضري	١٧	٢٠١٠	تأثير استخدام تدريبات المواقف التنافسية بالاتجاه المفر والمركب على بعض القدرات البدنية والوظيفية لناشئي كرة القدم	*	-	-

تابع جدول رقم (٢)

نتائج المسح المرجعي لتحديد محاور ومحتوي البرنامج التدريبي المقترح

٥	اسم المؤلف	رقم المرجع	سنة النشر	عنوان المرجع أو الدراسة	محاور ومحتوي البرنامج		
					تمارينات المواقف التنافسية	التصرف الخططي الهجومي	مقياس التصرف الخططي
٣	طارق عبد المنعم على	٢٢	٢٠١٩	تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات مواقف اللعب التنافسية على مستوى الأداء المهارى المركب الناشئ كرة القدم	*	-	-
٤	محمد سيد أحمد	٣٦	٢٠١٦	برنامج تدريبي باستخدام مواقف اللعب التنافسية وتأثيره على بعض القواعد والمبادئ الخططية والقدرات العقلية الناشئ كرة القدم	*	-	-
٥	عمر احمد على يحي احمد كامل	٣١	٢٠٠٣	تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام المبادئ الخططية الأساسية علي المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي للناشئين في كرة القدم	*	*	-
٦	مخلوفي بومدين، حمزاوي حكيم، بارودي محمد	٤٠	٢٠٢٣	دراسة تحليلية لبعض الدراسات السابقة لتحديد أهم اختبارات قياس التصرف الخططي الهجومي في كرة القدم	-	*	*
٧	على حسين محمد	٢٦	٢٠٠٥	بناء اختبار التفكير الخططي في الثلث الهجومي وعلاقته بالذكاء للاعبين الدرجة الممتاز بكرة القدم	-	*	*
٨	مكي محمود، علي حسين، فراس محمود	٤٦	٢٠٠٧	دراسة مقارنة للتفكير الخططي في الثلث الهجومي بين لاعبي المراكز المختلفة بكرة القدم	-	*	*
٩	احمد يقضان، احمد سالم	٤	٢٠٢١	التصرف الخططي للاعبين (الدفاع والوسط والهجوم) لدى لاعبي كرة القدم محافظة نينوي	-	*	*
١٠	أشرف موسى	٥	١٩٩٩	دراسة العلاقة بين التصرف الخططي والقدرة على التفكير الخططي الابتكاري لدى ناشئ كرة القدم	-	*	*
المجموع					٥	٦	٥
النسبة					%٥٠	%٦٠	%٥٠

ثانياً: الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث :

(١) القياسات الانثروبومترية :

- ملحق (١-٣) قياس الطول لأقرب سنتيمتر (سم) (٢).
- ملحق (٢-٣) قياس الوزن لأقرب كيلوجرام (كجم) (٢).
- ملحق (٣-٣) حساب مؤشر كتلة الجسم (كجم/سم^٢) (٢).

(٢) الاختبارات الخاصة بالتصرف الخططي الهجومي (مقياس التصرف الخططي الهجومي) :

وقد استند الباحث في اختيار مقياس التصرف الخططي الهجومي في كرة القدم إلى الأبحاث العلمية التي أجريت في هذا المجال والتي استخدمت نفس المقياس تقريباً وتم تداولها في عدد من البحوث العلمية التطبيقية على اللاعبين المصريين، علاوة على الكثير من الأبحاث التي استهدفت بناء مقياس لقياس التصرف الخططي الهجومي في كرة القدم، ومن هذه الدراسات دراسة احمد يقضان، احمد سالم (٢٠٢٠) (٣)، ودراسة أشرف موسي (١٩٩٩) (٥)، ودراسة منصور بن لكل (٢٠٠٧) (٤٩)، ودراسة علي حسين (٢٠٢٢) (٢٦)، ودراسة خالد عبد النور (٢٠١٠) (١٧)، ودراسة حسن كاظم (٢٠١٩) (١٢)، وقد سبق التحقق من صدق وثبات هذه المقاييس.

قام الباحث باستعمال (مقياس التصرف الخططي الهجومي) المعد من قبل علي حسين (٢٠٠٥) (٢٦)، ويتألف (مقياس التصرف الخططي الهجومي) من (٤٧) موقفاً، منها (٣٣) موقفاً خططياً هجوماً و(١٤) موقفاً خططياً للحالات الثابتة الهجومية، وفكرة الاختبار تقوم على أساس تفكير اللاعب المستحوذ على الكرة وقدرة على الاختيار بين البدائل المتعددة واتخاذ القرار الانسب للموقف الخططي من خلال قيامه بملاحظة الملعب وإدراك موقع زملائه والمنافسين، ويفكر في كيفية التصرف بالكرة، أما أن يجري بها باتجاه مرمى الفريق المنافس، أو يصوب على المرمى، أو يمرر الكرة لزميل يكون موجود في موقع مناسب وفي مكان أنسب من جميع زملائه، وتتم الإجابة على مواقف الاختبار من خلال أربعة بدائل تحمل أوزان بين (٤-١) درجة بوضع علامة (√) داخل مربع الاختيار (□)، ويتم تصحيح الاختبار بواسطة مفتاح تصحيح، وتكون الدرجة الكلية العليا للاختبار هي (١٨٨) درجة أما الدرجة الكلية الدنيا للاختبار فهي (٤٧) درجة، انظر ملحق (٣، ٤)

من أجل التأكد من مدى صلاحية المقياس يجب أن يؤخذ بنظر الاعتبار الأسس العلمية له (الثبات - الصدق)، وعلى الرغم من أن المقياس (التصرف الخططي الهجومي) يتمتع بمعاملات الثبات والصدق وتم تطبيقه في العدد من البحوث إلا أنه يجب التأكد من مدى ملائمة

هذا المقياس لعينة البحث وقد أشار إلى هذا محمد علاوي، نصر الدين رضوان (٢٠٠٢) (٣٣) إلى أنه يجب حث الباحثين وتشجيعهم على بذل الجهد لإيجاد الأسس العلمية للاختبارات التي يرغبون في استخدامها على العينات التي يتم تطبيق الاختبارات عليه وعدم الاعتماد على نتائج المعاملات العلمية السابقة للاختبارات لضمان التحديث المستمر للاختبارات.

(٣) محتوى البرنامج المقترح :

- ملحق (٥) تمرينات المواقف التنافسية المقترحة.
- ملحق (٦) الجدول الزمني للبرنامج التدريبي المقترح.
- ملحق (٧) تخطيط الجرعات التدريبية الاسبوعية.

ثالثاً : استمارات جمع البيانات :

جدول (٣)

الاستمارات الخاصة بجمع البيانات

م	وسائل جمع البيانات	هدف الاستخدام	ملاحق
١	استمارة نتائج الاختبارات الانثروبومترية	تسجيل نتائج قياس الطول والوزن ومؤشر كتلة الجسم	(١)
٣	مفتاح تصحيح مقياس التصرف الخططي	تحويل البيانات الخام الى درجات معيارية	(٢)

رابعاً : الادوات والاجهزة المستخدمة في تطبيق البرنامج وإجراء الاختبارات والمقاييس كما موضح بالجدول (٤) :

جدول (٤)

الأجهزة والأدوات المستخدمة

الأجهزة والأدوات		
الرساميتير	ميزان طبي	ملعب كرة قدم قانوني / صالة للتدريب
كرات قدم	كرات طبية	حائط صد / تدريب
حواجز / اقماع	شواخص خشبي/ بالون	مقاعد سويدية

الخطوات التنفيذية للبحث :

- الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على مجموعة من اللاعبين قوامها (٢٠) لاعباً من مركز شباب سمسطا الرياضي من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، وامتدت هذه الدراسة في الفترة من يوم السبت الموافق ١٣/٧/٢٠٢٤م وحتى يوم السبت الموافق ٢٧/٧/٢٠٢٤م، واستهدفت هذه الدراسة ما يلي :

١. التأكد من مدى ملائمة وصلاحية (ملعب التدريب) الذي سيتم فيه تطبيق البرنامج.
٢. التأكد من مدى ملائمة وصلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في كلا من الاختبارات والتجربة الأساسية.

٣. استخراج المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للمتغيرات قيد البحث.
٤. الاطمئنان على دقة القياس لكل اختبار، تحديد الزمن المناسب لتطبيق الاختبارات والتجربة الأساسية.
٥. التعرف على مدى صلاحية الكشوف المعدة للتسجيل، وتدريب المساعدين.
- المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث :
- صدق الاختبار:

قام الباحث بتطبيق أحد أساليب صدق التكوين الفرضي وهو ما يعرف بصدق المقارنة الطرفية بين الربيعين (الربيع الأعلى، الربيع الأدنى) بعد تطبيق اختبار (مقياس) التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم على العينة الاستطلاعية (٢٠) لاعب والتي هي من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث وذلك للتأكد من المعاملات العلمية للمقياس قيد البحث، كما يتضح من الجدول التالي.

جدول (٥)

دلالة الفروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في مقياس التصرف الخططي الهجومي (ن = ٢٠)

الدلالة	P value	قيمة (T)	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		وحدة القياس	اختبار (مقياس)
			ع	س	ع	س		
دال	٠,٠٠١	*١٥,٣	٣,٩٦	٨٧,٢	١,٧٢	١٢٠,٢	درجة	التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم

قيمة (T) لدلالة الطرفين عند مستوي (٠,٠٥) ودرجة حرية (٨) = ١,٨٦

يتضح من جدول (٥) وبتطبيق اختبار "T" لحساب دلالة الفروق بين (الربيع الأعلى والربيع الأدنى) أن قيمة (T) المحسوبة أكبر من قيمة (T) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، كما أن قيمة (P Value) أقل من (0.05) مما يعطى دلالة إحصائية على وجود فروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى ولصالح الربيع الأعلى، وبذلك يؤكد على صدق اختبار التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم قيد البحث وصلاحيته للتطبيق على العينة الأساسية قيد البحث.

ثبات الاختبار:

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات لاختبار (مقياس) التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم قيد البحث عن طريق تطبيقه على العينة الاستطلاعية (٢٠) لاعباً ثم إعادة تطبيقه مرة أخرى بعد أسبوع كفاصل زمني بين التطبيقين، حيث تم تطبيق المقياس يوم ١٣/٧/٢٠٢٤ م ثم

أعيد تطبيق المقياس يوم ٢٧/٧/٢٠٢٤م، ومن ثم حساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين التطبيقين (الأول والثاني)، والجدول (٦) التالي يوضح ذلك.

جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبار مقياس التصرف الخططي الهجومي (ن=٢٠)

الدالة	P value	قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	اختبار (مقياس)
			ع	س	ع	س		
دال	٠,٠٣	*٠,٥١٩	١٣,٠١	١١٢,١	١٢,٦٧	١٠٥,١	درجة	التصرف الخططي الهجومي للاعبى كرة القدم

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية (١٨) = ٠,٤٤٤

يتضح من جدول (٦) انه يوجد ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني في نتائج اختبار (مقياس) التصرف الخططي الهجومي للاعبى كرة القدم قيد البحث، حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوي معنوية (٠,٠٥)، مما يعطي دلالة ويؤكد على ثبات نتائج الاختبارات قيد البحث.

- الدراسة الأساسية :

البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تمارينات المواقف التنافسية :

يشير " عمرو أبو المجد، جمال إسماعيل " (١٩٩٧) الى أن خطوات تصميم البرنامج التدريبي في كرة القدم هي إجراء الاختبارات والمقاييس لتحديد مستوي اللاعبين، تكليف المساعدين والمعاونين بمهامهم، تحضير الأدوات المساعدة، تحديد دورات الحمل والساعات التدريبية وفقاً لدرجة الحمل، تحديد الزمن الكلي للتدريب داخل البرنامج. (٣٢ : ١٨٣)

الهدف من البرنامج :

تحقيقاً لأهداف البحث الحالي قام الباحث بإعداد برنامج تدريبي مقترح باستخدام تمارينات المواقف التنافسية خلال فترة الإعداد للتعرف على تأثيرها على مستوى التصرف الخططي الهجومي للاعبى لكرة القدم، ولذا قام الباحث بعمل مسح مرجعي والاطلاع على المؤلفات العلمية والدراسات والبحوث المتخصصة فى تدريب كرة القدم لتحديد محتوى البرنامج التدريبي المقترح، وقام الباحث بأعداد البرنامج التدريبي المقترح وفقاً لأسس علم التدريب الرياضي والمبادئ التي اتفقت عليها الدراسات والمراجع العلمية والمرتبطة بمجال هذا البحث حتى يمكن تحديد مكونات البرنامج بما يتناسب مع مستوى العينة وفي ضوء قدراتهم واحتياجاتهم.

الأسس العلمية لبناء البرنامج التدريبي المقترح :

- أن يسعى البرنامج المقترح إلى تحقيق الأهداف التي وضع من أجلها.
- مراعاة ان يتم تصميم البرنامج المقترح فى ضوء القدرات والاستعدادات الراهنة للاعبين قيد البحث.
- أن يتصف البرنامج بالمرونة أثناء التطبيق بحيث يجرى استجابات اللاعبين وتطور الأداء.
- مراعاة البرنامج المقترح للمبادئ العامة لتشكيل حمل للتدريب.
- أن يكون البرنامج متكاملًا يهدف إلى تنمية الجوانب البدنية والخطية والفنية والنفسية والذهنية للاعبين.
- أن يتضمن البرنامج أنواع متعددة من تمارين المواقف التنافسية فى ضوء القدرات والاستعدادات الراهنة للاعبين.

الأسس العلمية لإعداد وتصميم تمارين المواقف التنافسية المقترحة :

- أن يتضمن البرنامج أنواع متعددة من تمارين المواقف التنافسية فى ضوء القدرات والاستعدادات الراهنة للاعبين.
- يجب ان تشتق تمارين المواقف التنافسية المختارة من متطلبات الأداء الفعلي خلال المباريات.
- التدرج فى وضع تمارين المواقف التنافسية من السهل للصعب ومن البسيط للمركب لتشبه ما يحدث فى المباراة.
- مراعاة التسلسل والربط بين تمارين المواقف التنافسية وباقي التمارين البنائية الخاصة لتحقيق أقصى استفادة.
- التدرج فى درجة صعوبة تمارين المواقف التنافسية عن طريق التحكم فى عدد اللاعبين المشتركين فى الأداء.
- اشترك كل مجموعات وخطوط اللعب الأساسية والمساعدة والعكسية وتبادل الادوار لتحقيق أقصى استفادة.
- يجب ان يتم اداء تمارين المواقف التنافسية بموجب قانون اللعبة.

المجال الزمني للبرنامج المقترح :

لما كان الهدف من هذا البحث هو اعداد برنامج تدريبي مقترح لفترة الإعداد باستخدام تمارين المواقف التنافسية ومعرفة أثرها على مستوى التصرف الخطي الهجومي للاعبى كرة القدم، قام الباحث بناءً على نتائج المسح المرجعي بتحديد الفترة الزمنية للبرنامج التدريبي المقترح

ككل وبلغت ثلاث شهور بواقع "١٢ أسابيع"، وبلغ عدد الوحدات في الاسبوع "٤" وحدات تدريبية ليكون إجمالي عددها "٤٨" وحدة تدريبية، وكان زمن الوحدة التدريبية ما بين (٨٠: ١٢٠) دقيقة، ثم تم تقسيم فترة الإعداد الى ثلاث مراحل كما يلي :

١. المرحلة الاولى وهدفها الإعداد العام ومدتها ٣ أسابيع.
٢. المرحلة الثانية وهدفها الإعداد الخاص ومدتها ٥ أسابيع.
٣. المرحلة الثالثة وهدفها الإعداد للمباريات ومدتها ٤ أسابيع.

جدول (٧)

تحديد الزمن الكلي للبرنامج المقترح هو (٤٨٠٠ دقيقة) عن طريق تحديد زمن حمل التدريب الأسبوعي

الاجمالي	زمن الأسبوع وفق للحمل			عدد الاسبوع	ايام التدريب	الاهداف	المراحل	الفترة
	اقصى ٤٤٠	عالي ٤٠٠	متوسط ٣٦٠					
١٢٠٠ ق	١	١	١	٣	٤	التكوين والتأسيس التخصصي	العام	فترة الإعداد (١٢) أسبوع
٢٠٠٠ ق	٢	١	٢	٥	٤	تطوير الاداء الفني والخططي	الخاص	
١٦٠٠ ق	١	٢	١	٤	٤	الاعداد للمباريات	مباريات	
اجمالي زمن البرنامج التدريبي خلال فترة الإعداد ٤٨٠٠ دقيقة = ٨٠ ساعة تدريبية								

- توزيع الزمن الكلي للبرنامج على واجباته :

قام الباحث بتوزيع زمن البرنامج الكلي (٤٨٠٠ ق) على واجباته الأساسية (الإعداد البدني والإعداد المهاري والإعداد الخططي) أما الإعداد الذهني فغالباً ما يتم خارج الملعب في محاضرات نظرية، أما الإعداد النفسي فيكون أثناء التطبيق العملي، وبناءً عليه قام الباحث بتحديد نسب مساهمة الواجبات الأساسية في البرنامج المقترح في ضوء القدرات والاستعدادات الراهنة للاعبين ثم تقسيم الزمن الكلي للبرنامج على الواجبات الأساسية الآتية :

- زمن الإعداد البدني يمثل ٣٠ % من الزمن الكلي للبرنامج التدريبي = ١٤٤٠ ق.
- زمن الإعداد المهاري يمثل ٣٠ % من الزمن الكلي للبرنامج التدريبي = ١٤٤٠ ق.
- زمن الإعداد الخططي يمثل ٤٠ % من الزمن الكلي للبرنامج التدريبي = ١٩٢٠ ق.

والجدول التالي (٨) يوضح الإطار العام للبرنامج بعد تحديد النسبة المئوية لكل من الإعداد البدني والمهاري والخططي والزمن الخاص لكل منهم في ضوء دورة الحمل المستخدمة (٢:١) وفق الاستعدادات الراهنة لعينة البحث :

جدول (٨)

الإطار العام للبرنامج المقترح والزمن والنسب المخصصة لكل أسبوع

فترة الأعداد العام												الفترة
مرحلة الإعداد للمباريات				مرحلة الإعداد الخاص				مرحلة الإعداد العام				المرحلة
١٢	١١	١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	الأسابيع
												أقصى
												عالي
												متوسط
												زمن الأسبوع
٤٠٠	٤٤٠	٣٦٠	٤٠٠	٤٤٠	٣٦٠	٤٠٠	٤٤٠	٣٦٠	٤٤٠	٤٠٠	٣٦٠	
												نسبة
%١٢	%١٠	%١٥	%٢٠	%٢٥	%٣٠	%٣٠	%٣٥	%٤٠	%٤٥	%٥٠	%٥٠	
												زمن/ق
٤٨	٤٤	٥٤	٨٠	١١٠	١٠٨	١٢٠	١٥٤	١٤٤	١٩٨	٢٠٠	١٨٠	
												نسبة
%٣١	%٣٠	%٣٠	%٣٠	%٢٥	%٣٠	%٣٠	%٣٠	%٣٥	%٣٠	%٣٠	%٣٠	
												زمن/ق
١٢٤	١٣٢	١٠٨	١٢٠	١١٠	١٠٨	١٢٠	١٣٢	١٢٦	١٣٢	١٢٠	١٠٨	
												نسبة
%٥٧	%٦٠	%٥٥	%٥٠	%٥٠	%٤٠	%٤٠	%٣٥	%٢٥	%٢٥	%٢٠	%٢٠	
												زمن/ق
٢٢٨	٢٦٤	١٩٨	٢٠٠	٢٢٠	١٤٤	١٦٠	١٥٤	٩٠	١١٠	٨٠	٧٢	
١٦٠٠ ق				٢٠٠٠ ق				١٢٠٠ ق				زمن المرحلة
												زمن الفترة
												٤٨٠٠ ق

- القياس القبلي :

قام الباحث بإجراء القياس القبلي للمجموعة التجريبية قيد البحث في المتغيرات وذلك بعد الانتهاء من التجربة الاستطلاعية وذلك علي يومين الخميس والجمعة الموافقين ١، ٢ / ٨/ ٢٠٢٤م، واشتملت هذه القياسات على تطبيق مقياس التصرف الخططي الهجومي على لاعبي كرة القدم قيد البحث.

- تنفيذ البرنامج المقترح :

قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح على المجموعة التجريبية قيد البحث وذلك باستخدام تمارين المواقف التنافسية حيث استغرق تنفيذ البرنامج (١٢ أسبوع) في الفترة من ٣/ ٨/ ٢٠٢٤م الى ٢٣/ ١٠/ ٢٠٢٤م، وقد قام الباحث بتدريب أفراد المجموعة التجريبية قيد البحث.

- القياس البعدي :

قام الباحث بإجراء القياس البعدي للمجموعة التجريبية قيد البحث وذلك بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج على يومين الخميس والجمعة الموافقين ٢٤، ٢٥ / ١٠/ ٢٠٢٤م، واشتملت هذه القياسات على تطبيق مقياس التصرف الخططي الهجومي على لاعبي كرة القدم قيد البحث، وقد راعى الباحث أن يتم ذلك في نفس الظروف الذي تم فيها القياس القبلي.

المعالجات الإحصائية المستخدمة :

بعد جمع البيانات وتسجيل القياسات المختلفة للمتغيرات قيد البحث تم إجراء المعالجات الإحصائية للتأكد من صحة الفروض باستخدام القوانين الإحصائية وكذلك باستخدام البرنامج الإحصائي " Excel " التابع للحزمة البرمجية Microsoft Office والبرنامج الإحصائي للحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الذي يرمز له بالرمز "Spss" وتم حساب :

- المتوسط الحسابي.
 - الانحراف المعياري.
 - معامل الارتباط.
 - اختبار مربع ايتا²
 - معامل الانحدار.
 - اختبار شيفية لتحديد اتجاه الفروق).
 - الوسط.
 - معامل الالتواء.
 - اختبار (ت) لدلالة الفروق.
 - نسبة التحسن المئوية.
 - تحليل التباين أحادي الاتجاه.
- وقد ارتضى الباحث مستوي دلالة (٠,٠٥ - ٠,٠١).

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً : عرض النتائج

لتحقيق أهداف البحث واختباراً لفروضه يعرض الباحث النتائج كما يلي :

- التحقق من صحة الفرض الأول والذي ينص على :

- ١- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات القبليّة والبعديّة في مستوى التصرف الخططي الهجومي لدي لاعبي كرة القدم في اتجاه القياس البعدي للعينة قيد البحث.
- حيث تمت حساب دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي باستخدام اختبار (T) لحساب دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي نظراً لطبيعة عينة البحث كما هو موضح بالجدول التالي.

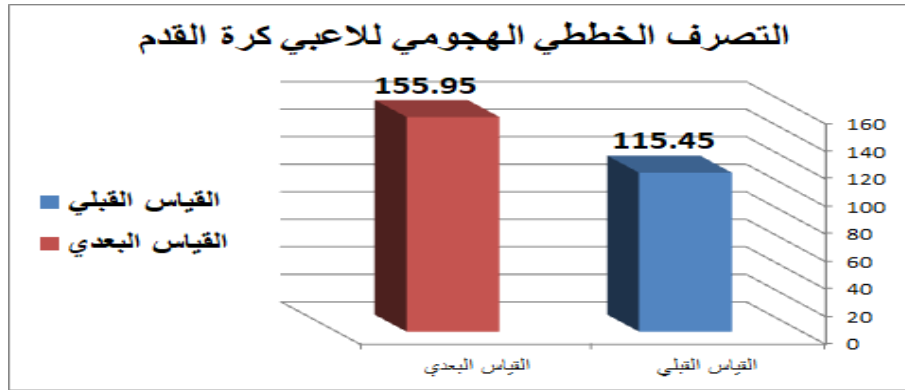
جدول (٩)

دلالة الفروق الإحصائية ونسبة التحسن المئوية بين القياسين القبلي والبعدي في اختبار التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم (ن = ٢٠)

نسبة التحسن %	فروق المتوسطين	قيمة (T) المحسوبة	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	اختبار (مقياس)
			الانحراف الحسابي المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط		
٣٥,٠٨%	٤٠,٥	*٩,٠٥	١٦,٠٧	١٥٥,٩٥	١١,٠٧	١١٥,٤٥	الدرجة	التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم

قيمة (T) لدلالة الطرفين عند مستوي (٠,٠٥) ودرجة حرية (٨) = ١,٨٦

يتضح من جدول (٩) ما يلي: أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث قيد البحث في إختبار (مقياس) التصرف الخططي الهجومي للاعبى كرة القدم ولصالح القياس البعدي، كما بلغت نسبة التحسن المئوية في إختبار التصرف الخططي الهجومي للاعبى كرة القدم لدى عينة البحث (٣٥,٠٨%)، مما يدل على ايجابية البرنامج المقترح في تحسين مستوى التصرف الخططي الهجومي للاعبى كرة القدم للعينة قيد البحث ويتضح ذلك في الشكل البياني التالي.



شكل (١)

رسم بياني يوضح الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة قيد البحث في مستوى التصرف الخططي الهجومي

- التحقق من صحة الفرض الثاني والذي ينص على :

- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائياً بين مناطق اللعب الثلاثة (خط الدفاع - خط الوسط - خط الهجوم) في مستوى التصرف الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة القدم عينة البحث. حيث تمت حساب دلالة الفروق بين مناطق اللعب الثلاثة باستخدام اختبار تحليل التباين (ANOVA) لحساب دلالة الفروق نظراً لطبيعة عينة البحث كما هو موضح بالجدول التالي.

جدول (١٠)

دلالة الفروق الإحصائية بين مناطق اللعب الثلاثة (خط الدفاع- خط الوسط- خط الهجوم) في إختبار التصرف الخططي الهجومي للاعبى كرة القدم (ن = ٢٠)

إختبار	مصدر التباين S.V	مجموع المربعات S.S	درجة الحرية D.F	متوسط المربعات M.S	قيمة (F)
التصرف الخططي الهجومي لمناطق اللعب المختلفة	بين القياسات B	٤٤٥١,٢٣	٢	٢٢٢٥,٦١	٥٢,٨٦ *
	داخل القياسات W	٧١٥,٧١	١٧	٤٢,١٠	
	المجموع T	٧١٥,٧١	١٩		

*قيمة (F) الجدولية (F) عند مستوى معنوية ٠,٠٥ ودرجة حرية (٢ أفقي، ١٧ رأسي) = ٣,٥

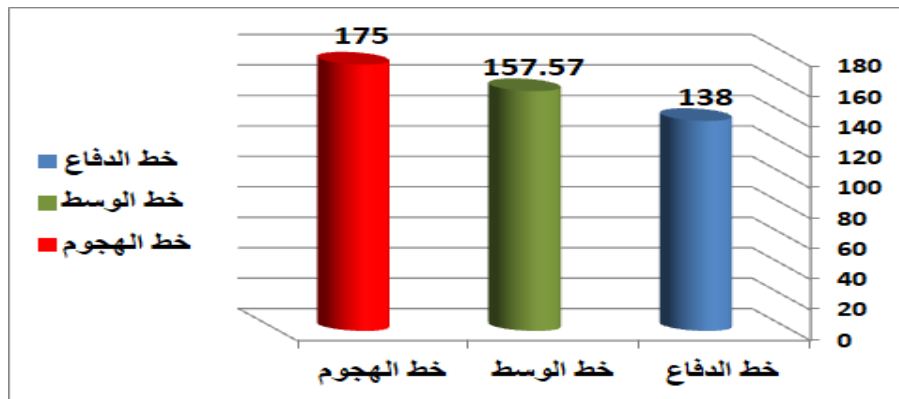
يتضح من جدول (١٠) أنه توجد فروق ذو دلالة إحصائية في إختبار (مقياس) "التصرف الخططي" بين مناطق اللعب المختلفة (الدفاع ، الوسط، الهجوم) عند مستوى معنوية ٠,٠٥، حيث أن قيمة (F) المحسوبة أكبر من قيمة (F) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، مما دفع الباحث الى تطبيق اختبار (L.S.D) لبيان اقل دلالة فروق معنوية بين مراكز المختلفة قيد البحث.

جدول (١١)

اقل دلالة فروق معنوية بين مراكز اللعب المختلفة (خط الدفاع- خط الوسط- خط الهجوم) في إختبار التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم قيد البحث (ن=٢٠)

L.S.D	فروق المتوسطات بين مراكز اللعب المختلفة			المتوسط	مركز اللعب	المتغيرات
	خط الهجوم	خط الوسط	خط الدفاع			
*٦,٠٢	↑*٩,٢٦	↑*٤,٩٨		١٣٨	خط الدفاع	إختبار "التصرف الخططي"
	↑*٣,٨٤			١٥٧,٥٧	خط الوسط	
				١٧٥	خط الهجوم	

يتضح من جدول (١١) اقل دلالة فروق معنوية بين مراكز اللعب (خط الدفاع- خط الوسط- خط الهجوم) في إختبار "التصرف الخططي للاعبين كرة القدم" قيد البحث، ويتضح وجود فروق بين مراكز اللعب في التصرف الخططي لصالح مركز اللعب "خط الهجوم" مقارنة بخط الوسط وخط الدفاع، كما توجد دلالة فروق إحصائية بين خط الوسط وخط الدفاع حيث حقق خط الدفاع أقل مستوى للتصرف الخططي، ويتضح ذلك في الأشكال البيانية التالية :



شكل (٢)

الفروق بين متوسط مراكز اللعب المختلفة (خط الدفاع- خط الوسط- خط الهجوم) في إختبار التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم قيد البحث

ثانياً: مناقشة النتائج :

من خلال فروض البحث وتحقيقاً لأهدافه ووفق البيانات التي تم التوصل إليها والتي تمت معالجتها إحصائياً، سوف يقوم الباحث بمناقشة النتائج وتفسيرها مع الاستشهاد بالمراجع العلمية والدراسات السابقة وفقاً لترتيب عرض النتائج وفروض البحث:

مناقشة الفرض الأول :

"توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة في مستوى التصرف الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة القدم في اتجاه القياس البعدي للعينة قيد البحث " أظهرت نتائج الدراسة في الجدول (٩) أنه توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى عينة البحث قيد البحث في مستوى التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم ولصالح القياس البعدي، كما بلغت نسبة التحسن المئوية في مستوى التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم لدى عينة البحث (٣٥,٠٨%)، مما يدل على إيجابية البرنامج المقترح في تحسين مستوى التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم للعينة قيد البحث، مما يدل على إيجابية البرنامج التدريبي المقترح في تحسين مستوى التصرف الخططي الهجومي للعينة قيد البحث.

ويرجع الباحث ظهور هذه الفروق الإحصائية لصالح القياس البعدي نتيجة إلى زيادة سرعة اتخاذ القرار في أداء اللاعبين أثناء تنفيذ الواجبات الخططية في جميع أجزاء الملعب (خط الدفاع - خط الوسط - خط الهجوم) كنتيجة للتدريب عليها، إذ إن المنهج الحديث لكرة القدم قائم على الاهتمام بالتخصصات الفردية للاعبين، واتساع مجال الترابط في العمل، ومع وجود كل هذه الاختلافات في الواجبات إلا أن الفريق يجب أن يعمل دائماً كوحدة واحدة متماسكة في الدفاع وفي الهجوم.

ويفسر الباحث هذا التفوق للاعبين في القياس البعدي عن القياس القبلي في تحسين مستوى التصرف الخططي الهجومي في ثلث الملعب الدفاعي والأوسط والهجومي وإتقان اللاعبين للأداءات الخططية الهجومية الفردية والجماعية، نظراً للتدريب عليها بشكل مكثف مسبقاً في التدريبات اليومية وتعرض اللاعبين لمواقف مشابهة لها في التدريب.

ويعزى الباحث هذا التقدم الحادث إلى تطبيق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تمارين المواقف التنافسية والتي كان لها الأثر الإيجابي في تحسين مستوى التصرف الخططي الهجومي، حيث تضمن البرنامج المقترح على تمارين تشبه ما يحدث في المباراة والتي كان لها الأثر الإيجابي في ارتفاع الحالة البدنية والمهارية والخططية، الأمر الذي أدى إلى تحسين قدرة

اللاعبين على تنفيذ الواجبات المكلفين بها سواء كانت واجبات فردية او جماعية في مختلف أجزاء الملعب.

وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره **محمد علاوى (٢٠٠٢)** من أن التدريب التنافسي هو سر التقدم بالنسبة للاعب ويجب أن يصمم بعناية ويجب أن يحتوى على تمارين لتأدية الهجوم والدفاع ويجب الاهتمام بالتمارين الأساسية الحركية التي تشبه ظروف المباراة كلما أمكن ويجب أن تشمل التمارين على عنصر المنافسة. (٩٧ : ٣٤)

وأيضاً مع ما أشار إليه **حنفي مختار (١٩٩٠)** من أن التدريب خلال تمارين تشبه ما يحدث في المباراة يهدف إلى استيعاب تنفيذ التحرك الخططي السليم تحت ظروف متغيرات المباراة. (٩٧ : ١٣)

ويذكر **السيد عبد المقصود (١٩٩٤)** أن التدريب الجيد يجب مزاولته تحت ظروف تماثل ظروف المباراة ولا يمكن الاستعاضة عن أداء تمارين المنافسة بأية وسيلة من وسائل التدريب الأخرى وذلك لأنها توضح كل الجوانب التدريبية للاعب وحالته (٢١ : ٣٤٣)

ويرى **عصام عبد الخالق (٢٠٠٥)** أنه بواسطة تمارين ذات متطلبات مشابهة للمباراة تساعد على الرقى بالنواحي البدنية والمهارية والخططية بصورة سليمة وفعالة تحت ظروف المنافسة مع زيادة شدة المجهود المبذول. (٢٥ : ١٨٨)

ويرى الباحث أن استخدام التدريبات التنافسية في اتجاه الاداءات الخططية الدفاعية الفردية كمحتوى للبرنامج التدريبي المقترح بطريقة مقننة ومناسبة للمرحلة السنوية (عينة البحث) داخل وحدات البرنامج التدريبي المقترح، وما تتطلبه هذه التدريبات التنافسية من تغيير في المراكز بين اللاعبين تبعاً لمواقف اللعب المختلفة وكذلك من زيادة الحماسة والتنافس بين اللاعبين حيث أن الأداء فيها يشابه ما يحدث في المباراة مما يزيد دافعية اللاعبين وبالتالي كان لها تأثيراً ايجابياً على نسب التحسن ورفع مستوى اللاعبين مما يساعد على رفع مستوى اللاعبين خططياً مما يعود على الفريق ككل وتحقيق الفوز في المباراة.

وهذا يتفق مع كلا من "ظه إسماعيل، إبراهيم شعلان، عمرو أبو المجد (١٩٩٣) (٢٣)، مفتى إبراهيم (١٩٩٤) (٤٤)، حنفي مختار (١٩٩٨) (١٥)، سراج عبد المنعم (٢٠٠٠) (٢٠)، حسن أبو عبده" (٢٠٠٦) (١٠).

كما تتفق هذه النتائج مع ما ذكره كلا من "روى ريز وكور فان، Roy R, Cor V

(١٩٩٧) (٥٤)، جوزيف ماركس وجونثير واجنر Josef Marx&Gunter Wagner (٢٠٠٤) (٥٥) من أن التدريب التنافسي في شكل مجموعات للاعبين يتفق مع طبيعة المنافسة

حيث أن التدريب في هذه الحالة يكون مميز بالتحدي ومنجز وممتع وبطريقة مكثفة كما يعطى أيضا وسائل لقياس النتائج. (٥٤ : ٥٨) (٥٥ : ٨٨)

ويرى الباحث في ضوء ما توصل اليه من نتائج أن تحسين مستوى التصرف الخططي الهجومي للعبة قيد البحث كان نتيجة لتعرض اللاعبين للبرنامج المقترح باستخدام تمارين المواقف التنافسية التي تشبهه ما يحدث في المباراة الذي تميز بالتنوع في الواجبات التي يتعرض لها اللاعبين خلال التدريب حيث تتطلب منهم اللعب بكل مناطق الملعب والمشاركة في اعمال الدفاع والهجوم والتنافس على بذل المزيد من الجهد في سبيل تنفيذ واجباتهم وتحقيق اهداف التدريب.

ويجب ان يقتنع كلا من المدرب واللاعب في ان القدرات العقلية تحتاج الى تدريب مستمر حتى يمكن استخدامها الاستخدام المتقن اثناء المباراة، ومما لاشك فيه ان اللاعب الذي يستخدم قدراته العقلية في الاداء اثناء المباراة يتميز بشكل واضح عن اللاعب الذي لا يستخدم عقله في الاداء، ويظهر ذلك بوضوح في اختلاف القدرة على التصرف الخططي السليم بين كل اللاعبين.

ومما تقدم نجد أن الفرض الأول للبحث والذي ينص على " توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات القياسات القبلية والبعدي في مستوى التصرف الخططي الهجومي لدي لاعبي كرة القدم في اتجاه القياس البعدي للعبة قيد البحث " قد تحقق.

مناقشة الفرض الثاني :

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مناطق اللعب الثلاثة (خط الدفاع - خط الوسط - خط الهجوم) في مستوى التصرف الخططي الهجومي لدي لاعبي كرة القدم عينة البحث".

أظهرت نتائج الدراسة في الجدولين (١٠)، (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين اللاعبين وفقاً لخطوط اللعب (خط الدفاع، خط الوسط، خط الهجوم) في مستوى التصرف الخططي الهجومي للعبة قيد البحث، وحتى يتسنى معرفة الفروق لصالح أي من الخطوط يستلزم إجراء أحد اختبارات المقارنة لتحديد اتجاه هذه الفروق ولذا سوف يستخدم الباحث اختبار أقل فرق معنوي (شيفية) (L.S.D) وقد توصل الباحث الى الاتي :

وجود فروق بين مراكز اللعب في مستوى التصرف الخططي لصالح مركز اللعب "خط الهجوم" مقارنة بخط الوسط وخط الدفاع ، كما توجد دلالة فروق إحصائية بين خط الوسط وخط الدفاع حيث حقق خط الدفاع أقل مستوى للتصرف الخططي.

ويرى الباحث أن وجود هذه الفروق يعود الى الاختلاف في مراكز اللعب التي يشغلونها، واختلاف الواجبات الخططية والمهارية، وسائل تنفيذ خطط اللعب التي يحتاجها اللاعب في تلك

المراكز المختلفة، فنلاحظ ان واجبات اللاعبين المدافعين في منطقة الثلث الدفاعي تختلف عن واجبات لاعبي الوسط في الثلث الأوسط من الملعب، وكذلك الحال بالنسبة للاعبي الهجوم في منطقة الثلث الهجومي من الملعب، فلكل لاعب في مركزه واجب خططي معين يترتب عليه اداءه، له الأثر الفعال في ظهور هذه الفروق بين مناطق اللعب في مستوى التصرف الخططي للاعبين قيد البحث.

ويعزو الباحث هذه الفروق بين خطوط اللعب الثلاثة في مستوى التصرف الخططي الهجومي الى التأثير الإيجابي للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام تمارينات المواقف التنافسية التي تشبه ما يحدث في المباراة وتعرض اللاعبين لواجبات خططية وبدنية وفقاً لمراكزهم في الملعب، ومما لاشك فيه ان قدرات اللاعبين مختلفة، وما يستطيع ان يؤديه لاعب بنجاح في موقف قد لا يستطيع لاعب اخر تاديته في نفس الموقف.

وقد لاحظ الباحث تفوق لاعبي خط الوسط عن لاعبي خط الدفاع في مستوى التصرف الخططي الهجومي نظراً لاشتراكهم المتكرر في الربط بين مراحل الهجوم وانتقال الكرة من خط الدفاع الى خط الهجوم.

ويرى الباحث أن الفرق يعود الى التخصص في مركز الدفاع، وان واجبات لاعبي مراكز الدفاع الخططية هو ابعاد الخطر عن المرمى بأسرع ما يمكن، ولا يعني هذا ان يقوم الدفاع بتشتيت الكرة باي اسلوب، ولكن لا بد وان يعمل اللاعب المدافع على الاستحواذ على الكرة من المنافس بقوة او قطعها امامه وتميرها بسرعة، ولكن بدقة ولمسافة معقولة للزميل الموجود في منتصف، وهنا يبدأ الدور الإيجابي للاعب وسط الملعب للإسناد والمشاركة في عملية هجوم والتقدم بالكرة للأمام لمساندة اللاعبين المهاجمين.

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار اليه كلا من أبو العلا عبد الفتاح (١٩٩٧) أن لاعبي خط الوسط يتحركون أكثر من لاعبي خط الدفاع حيث يقوموا بالجري الطولي والعرضي لفتح ثغرات في الدفاع والاستحواذ على الكرة وهذا يظهر مدي تفردهم في بذل الشغل أثناء المباراة وهذا يؤكد ويوضح مدي الاختلاف في متطلبات كل مركز من مراكز اللاعبين المختلفة. (١ : ٥٨)

ويرجع الباحث تلك الفروق إلى الأثر الايجابي للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام تدريبات المواقف التنافسية الذي ساعد في قدرة اللاعبين على التفاهم والترابط بين أفراد الدفاع والوسط، وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره كلا من طه إسماعيل، وآخرون (١٩٩٣) من إن اللاعب يستطيع من الموقع الدفاعي المناسب أن يشارك في الدفاع عن المرمى بطريقة فعالة من خلال تطبيق مجال التحرك للمنافس في اقل زمن ممكن وبصورة مباشرة. (٢٣ : ٤١)

كما ان لاعبي مركز الوسط لهم الدور المهم والفعال في نجاح خطط اللعب الهجومية نتيجة لواجباتهم الخططية الهجومية في اغلب الاحيان، بالإضافة الى الواجبات الدفاعية، اذ ان من الواجبات الخططية للاعبي مركز الوسط المشاركة في الهجوم، ففي حالة حصول الفريق على الكرة فالعديد من لاعبي الوسط سيكونون في مراكز هجومية ويساندون الهجوم.

وهذا يتفق نتائج دراسات كل من، سراج عبد المنعم (٢٠٠٠) (٢٠)، محمد كشك (٢٠١٧) (٣٧)، مع نتائج الدراسة الحالية في الاهتمام بتدريب جميع لاعبي الفريق على اختلاف مراكزهم على الاداءات الخططية الهجومية الفردية والجماعية في جميع مناطق اللعب.

كما لاحظ الباحث تفوق لاعبي خط الهجوم عن لاعبي خط الوسط ولاعبي خط الدفاع في مستوى التصرف الخططي الهجومي نظراً لقيامهم بتنفيذ الخطط الهجومية في الثلث الهجومي والمشاركة في مراحل تطوير وانهاء الهجمات بشكل متكرر طوال زمن المباراة.

ويفسر الباحث هذا التفوق لاعبي خط الهجوم عن باقي اللاعبين بانه يعود الى تميز لاعبو الهجوم بمستوى تفكير وتصرف خططي جيد نتيجة لتخصصهم للعب بمنطقة الثلث الهجومي من الملعب، واعدادهم وتدريبهم على مختلف النواحي البدنية والمهارية والخططية وال نفسية التي يتطلبها هذا المركز المهم من الملعب، فضلا عن قدرتهم الكبيرة على تبادل المراكز في ثلث الملعب الهجومي والتوغل في منطقة الدفاع باتجاه مرمى المنافس، وان من اهم اهداف لاعبي مركز الهجوم الوصول الى مرمى المنافس وتسجيل اكبر عدد من الاهداف، وهذا ما يعمل عليه لاعبو الفريق بصورة عامة، ولاعبو الهجوم بصورة خاصة معتمدين على الامكانيات والقدرات والمهارات الفردية والجماعية للاعبين مع سلامة التفكير الخططي وثبات الصفات الارادية.

وهذا يتفق مع ما ذكره مفتي إبراهيم (١٩٩٤) أن أهم ما يصبو اليه لاعبو الهجوم بصورة خاصة، والفريق بوجه عام هو تسجيل هدف في مرمى المنافس، والاسلوب الذي يستطيع الفريق عن طريقة تحقيق ذلك هو اللعب الهجومي الناجح معتمدا على الامكانيات الفردية للاعبين، الامر الذي يدفعنا نحو الاهتمام بتمرينات المنافسة وتدريب اللاعبين علي تنفيذ الخطط سواء كانت هجومية أو دفاعية في ثلث الملعب الهجومي.(٤٤: ١٣)

ويري الباحث في ضوء ما توصل اليه من نتائج أن هذا الارتباط الطردي بين متغيرات البحث ما هو الا دليل على أن المحتوى التدريبي للبرنامج المقترح باستخدام تمرينات المواقف التنافسية الذي تميز بالتنوع في استخدام تمرينات المواقف التنافسية الهجومية والدفاعية وضع في اطار تنافسي لتشبه ما يحدث في المباريات بما يحقق التحدي واثارة حماس اللاعبين نحو بذل الجهد بطريقة ممتعة، بالإضافة الى الربط بين تمرينات المواقف التنافسية ومراكز اللاعبين في ضوء واجباتهم الهجومية والدفاعية، بالإضافة الى الفهم الصحيح والتأكيد على خصوصية التدريب

على واجبات الهجومية بما يتناسب مع طبيعة المتطلبات الملقاة على عاتق اللاعبين وفقاً لمراكزهم، بما يحقق وبلا شك الى تحسين في مستوى التصرف الخططي الهجومي للعينة قيد البحث مما يدل على فاعلية البرنامج التدريبي المقترح.

ومما تقدم نجد أن الفرض الثاني للبحث والذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مناطق اللعب الثلاثة (خط الدفاع - خط الوسط - خط الهجوم) فى مستوى التصرف الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة القدم عينة البحث " قد تحقق.

استنتاجات :

في ضوء الأهداف والفروض التي وضعت وفي حدود عينة البحث والمنهج المستخدم والاختبارات والقياسات المطبقة ومن خلال المعالجات الإحصائية التي استخدمت في عرض النتائج ومناقشتها توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية :

- حدوث تحسن في متغيرات مستوى التصرف الخططي الهجومي قيد البحث لدى لاعبي كرة القدم عينة البحث، حيث بلغت معدلات نسب التحسن المئوية للقياسات البعدية عن القبلية لعينة البحث الى (٣٥,٠٨ %).
- وجود فروق بين مراكز اللعب في مستوى التصرف الخططي لصالح مركز اللعب "خط الهجوم" مقارنة بخط الوسط وخط الدفاع ، كما توجد دلالة فروق إحصائية بين خط الوسط وخط الدفاع حيث حقق خط الدفاع أقل مستوى للتصرف الخططي.

التوصيات :

في ضوء الاستنتاجات التي اعتمدت على طبيعة الدراسة والعينة والمنهج المستخدم والإجراءات التي تم إتباعها ونتائج التحليل الإحصائي تمكن الباحث من تحديد التوصيات التي يمكن الاستفادة منها فى مجال تدريب كرة القدم كالتالي:

- الاسترشاد بالبرنامج التدريبي المقترح باستخدام تمرينات المواقف التنافسية لما له من تأثير إيجابي في تحسين مستوى التصرف الخططي الهجومي للاعبين كرة القدم قيد البحث.
- الاسترشاد بمقياس تقييم التصرف الخططي الهجومي خلال المباريات باعتباره عامل حاسم في الفوز بالمباريات.
- تنفيذ دورات تدريبية لمدربي كرة القدم على كيفية الاستفادة من مقياس التصرف الخططي الهجومي لتقييم لاعبي كرة القدم.
- إن يكون التدريب على النواحي الهجومية والدفاعية باستخدام تمرينات المواقف التنافسية وفقاً لمناطق اللعب المختلفة ويتبادل فيها جميع اللاعبين الأدوار والواجبات الهجومية والدفاعية.

- العمل على إجراء دراسات مشابهة باستخدام تدريبات المواقف التنافسية على بعض المتغيرات (البدنية-النفسية-الفسولوجية) للاعبين كرة القدم.
- إجراء دراسات مشابهة للأداءات الخطئية الدفاعية الفردية والجماعية، وكذلك تطبيق البحث على مراحل سنوية أخرى.

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية :

- ١- أبو العلا احمد عبد الفتاح: التدريب الرياضى والأسس الفسيولوجية، دار الفكر العربى، القاهرة، (١٩٩٧).
- ٢- احمد مصطفى كمال مراد: تأثير تمرينات المنافسة على معدل تعبئة واستهلاك الطاقة وتحمل الاداء للاعبين كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، (٢٠١٧).
- ٣- احمد يقضان صالح، احمد سالم احمد: تقييم مستوى التصرف الخططي لدى لاعبي بعض أندية الدرجة الثانية بكرة القدم في محافظة نينوى، مجلة علوم الرياضة، مجلد ١٤، ع ٥٢، (٢٠٢٠).
- ٤- احمد يقضان صالح، احمد سالم احمد: التصرف الخططي للاعبين المراكز الثلاثة (الدفاع، والوسط، الهجوم لدى لاعبي كرة القدم اندية محافظة نينوى، المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد ٢٤ سبتمبر، العراق، (٢٠٢١).
- ٥- أشرف محمد موسى: دراسة العلاقة بين التصرف الخططي والقدرة على التفكير الخططي الابتكارى لدى ناشئى كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، (١٩٩٩).
- ٦- أمر الله احمد البساطي، محمد كشك: اثر توجيه حمل المباريات المصغرة لتحسين القدرة الهوائية على مستوى الأداء البدني المهاري في كرة القدم، مجلة بحوث التربية الرياضية المجلد ٤٥، العدد ١٠، الجزء الثاني، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، (٢٠٠٢).
- ٧- أمر الله احمد البساطي: دراسة تحليلية لأنواع الاداءات الحركية المركبة(المندمجة) في بعض الألعاب الجماعية خلال المباراة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين أبو قير، جامعة الإسكندرية، (١٩٩٤)

- ٨- **إيهاب صلاح مصطفى**: تأثير تمارين المنافسة على بعض الجوانب الخطئية للناشئين في كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس، (٢٠٠١).
- ٩- **بهاء الدين سلامة**: فسيولوجيا الرياضه والأداء البدنى (لاكتات الدم)، دار الفكر العربى، القاهرة، (٢٠٠٠).
- ١٠- **حسن السيد ابو عبدة**: الاتجاهات الحديثة فى تخطيط وتدريب كرة القدم، ط٦، مطبعة الاشعاع الفنية، الاسكندرية، (٢٠٠٦).
- ١١- **حسن السيد أبو عبده**: الإعداد المهاري لكرة القدم النظرية والتطبيق، ط٨، مكتبة الاشعاع الفنية، الإسكندرية، (١٩٩٨).
- ١٢- **حسن كاظم عماش**: نموذج تنبؤي للتصرف الخطي بدلالة التفكير المزدوج للاعبين كرة القدم الشباب. مجلة القادسية لعلوم التربية، مجلد ١٩، (٢٠١٩).
- ١٣- **حنفي محمود مختار**: أسس تخطيط برامج التدريب الرياضي، دار زهران للنشر والتوزيع، القاهرة، (١٩٩٠).
- ١٤- **حنفي محمود مختار**: الاسس العلمية فى تدريب كرة القدم، ط٢، دار الفكر العربى، القاهرة، (١٩٩٤).
- ١٥- **حنفي محمود مختار**: المدير الفني لكرة القدم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، (١٩٩٨).
- ١٦- **خالد سيد صالح الدين كامل**: تأثير فترة المنافسات علي دينامية بعض القدرات البدنية والمهارية لناشئ كرة السلة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بين، جامعة حلون، (٢٠٠١).
- ١٧- **خالد عبد النور الخضرى**: تأثير استخدام تدريبات المواقف التنافسية بالإتجاه المفر والمركب على بعض القدرات البدنية والوظيفية لناشئ كرة القدم، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، (٢٠١٠).
- ١٨- **رفاعي مصطفى حسين**: أصول تدريب كرة القدم، عامر للطباعة والنشر، المنصورة، (٢٠٠٥).
- ١٩- **زكي محمد حسن**: الكرة الطائرة استراتيجية تدريبات الدفاع والهجوم، منشآت المعارف، الإسكندرية، (١٩٩٨).
- ٢٠- **سراج الدين محمد عبد المنعم**: تقييم الأداء الخطي الهجومي والدفاعي وعلاقته بنتائج المباريات في كأس العالم ١٩٩٨، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، (٢٠٠٠).

- ٢١- السيد عبد المقصود: نظريات التدريب الرياضى، الجوانب الأساسية للعملية التدريبية، مكتبة الحساء، القاهرة، (١٩٩٤).
- ٢٢- طارق عبد المنعم على: تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات مواقف اللعب التنافسية على مستوى الأداء المهارى المركب الناشئ كرة القدم، بحث منشور مجلة أسيوط لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، (٢٠١٩).
- ٢٣- طه محمود إسماعيل، إبراهيم حنفى شعلان، عمرو أبو المجد: جماعية اللعب فى كرة القدم، مطابع الأهرام التجارية، قلوب، (١٩٩٣)
- ٢٤- عبد الستار ضمد: فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، (٢٠٠٠).
- ٢٥- عصام الدين عبد الخالق: التدريب الرياضى نظرياته وتطبيقاته، ط١٢، دار المعارف، الإسكندرية، (٢٠٠٥).
- ٢٦- على حسين محمد: بناء اختبار التفكير الخططي في الثلث الهجومي وعلاقته بالذكاء للاعبى الدرجة الممتاز بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، (٢٠٠٥).
- ٢٧- على سلامة على : علاقة السلوك الخططي ببعض المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية للاعبى الهوكي رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للنين بالقاهرة، جامعة حلوان، (١٩٩١).
- ٢٨- عماد الدين عباس: التخطيط والأسس العلمية لبناء وإعداد الفريق في الألعاب الجماعية، نظريات- تطبيقات، منشأة دار المعارف، الإسكندرية، (٢٠٠٥).
- ٢٩- عماد عودة جودة: تأثير تمارين crossofit لتطوير التصرف الخططي والاستحواد للاعبى كرة القدم الشباب، مجلة واسط لعلوم الرياضة، جامعة القادسية، (٢٠٢٠)
- ٣٠- عماد عودة جودة، رياض مزهر خربيط: أثر تمرينات اللعب الطولي ومنطقة زوم (١٤) لتطوير التصرف الخططي للاعبى كرة القدم الشباب، مجلة المستنصرية لعلوم الرياضة، المؤتمر العلمي الرابع (٢٠٢٣)
- ٣١- عمر احمد على، يحي احمد كامل: تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام المبادئ الخططية الأساسية على بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي

- للناشئين في كرة القدم، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية، مجلد ٣ ع ٣،
جامعة طنطا (٢٠٠٣).
- ٣٢- عمرو أبو المجد، جمال إسماعيل النمكي: تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين
في كرة القدم، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، (١٩٩٧)
- ٣٣- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية،
دار الفكر العربي، القاهرة، (٢٠٠٢).
- ٣٤- محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب والمنافسات، ط٤، دار المعارف للطباعة
والنشر، القاهرة، (١٩٩٣).
- ٣٥- محمد رضا الوقاد: التخطيط الحديث في كرة القدم، الدار العالمية للنشر والتوزيع، القاهرة،
(٢٠٠٣).
- ٣٦- محمد سيد أحمد: برنامج تدريبي باستخدام مواقف اللعب التنافسية وتأثيره على بعض
القواعد والمبادئ الخطئية والقدرات العقلية الناشئ كرة القدم، رسالة ماجستير
كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة أسيوط، (٢٠١٦).
- ٣٧- محمد شوقي كشك: تقييم مستوى التفكير الخطئي الهجومي لدى لاعبين كرة القدم
الشباب بأندية محافظة السلبيانية، مجلة الفتح، المجلد ١٣ (٧٢)،
السلبيانية، (٢٠١٧).
- ٣٨- محمد شوقي كشك، أمر الله البساطي: أسس الإعداد المهارى والخطئي فى كرة القدم،
منشأة المعارف، الإسكندرية، (٢٠٠٠).
- ٣٩- محمد صبحي حسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج٢، ط٥، دار الفكر
العربي، القاهرة، (٢٠٠٣).
- ٤٠- مخلوفي بومدين، حمزاوي حكيم، بارودي محمد امين: دراسة تحليلية لبعض الدراسات
السابقة لتحديد أهم اختبارات قياس التصرف الخطئي الهجومي في كرة
القدم، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية، مجلد ٨، ع ٢،
(٢٠٢٣).
- ٤١- مسعد على محمود، عمرو حسن بدران: مدخل التربية البدنية والرياضة. ط٢، دار
الإسلام للطباعة والنشر، المنصورة، (٢٠٠٢).

- ٤٢ - مفتي إبراهيم، محمد عبده صالح: أساسيات كرة القدم، دار عالم المعرفة، القاهرة، (١٩٩٤).
- ٤٣ - مفتي إبراهيم حماد: التدريب الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، دار الفكر العربي القاهرة، (١٩٩٨).
- ٤٤ - مفتي إبراهيم حماد: الجديد في الإعداد المهاري والخططي، دار الفكر العربي، القاهرة، (١٩٩٤).
- ٤٥ - مفتي إبراهيم حماد: الهجوم في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، (١٩٩٠).
- ٤٦ - مكي محمود حسين، علي حسين طبيل، فراس محمود علي: دراسة مقارنة للتفكير الخططي في الثلث الهجومي بين لاعبي المراكز المختلفة بكرة القدم، مجلة أبحاث، كلية التربية الأساسية، مج ٦ ع ٤، دار المنظومة، جامعة الموصل، العراق، (٢٠٠٧).
- ٤٧ - مكي محمود حسين الراوي، علي حسين طبيل: بناء مقياس التفكير الخططي في الثلث الهجومي للاعبين أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، مجلد ١٢، ع ٤٢، جامعة الموصل (٢٠٠٦).
- ٤٨ - ممدوح محمود المحمدي، محمد علي محمود: الإعداد الذهني وتطور التفكير الخططي للاعبين كرة القدم الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة، (١٩٩٨).
- ٤٩ - منصور بن لكحل: دراسة تحليلية للتصرف الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة القدم من ١٦-١٨ سنة في دولة الجزائر"، المجلة العلمية للتربية، جامعة حلوان، مصر، (٢٠٠٧).
- ٥٠ - موفق مجيد الولي: المدرب والعمل التكتيكي بكرة القدم، دار الينابيع، دمشق، (٢٠٠٨).
- ٥١ - ناظم جبار جلال، راستي لطيف نوري: دراسة مقارنة لمستوى التفكير الخططي في الثلث الهجومي للاعبين جامعات اقليم كردستان العراق بكرة القدم، مجلة الثقافة الرياضية، مجلد ٦ ع ١، تكريت، (٢٠١٥).
- ٥٢ - يحي احمد كامل: تأثير برنامج تدريبي باستخدام بعض المواقف الخططية على مستوى الأداء الهجومي لاعبي كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا، (٢٠٠١).

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 53- Weineck, J., :** Optimales Training. 15.Auflage,Spitta Verlag,) (2007)
- 54- Roy Rees & Cor Van Der Meer.:** coaching Soccer successfully, Human Kinetics (1997)
- 55- Josef Marx, Gunter Wagner :** Field Hockey Training For Young Players Human Kinetics (2004)
- 56- Alan Gibbon ,Johan Cartwrit :** Teaching soccer to Boys , G Bell & sons, London (2005)