

تأثير برنامج تدريبي باستخدام القدرات التوافقية على مستوى أداء التمرير

المتنوع لناشئي كرة القدم بدولة الكويت

* صالح نعمة سمير الشمري

المقدمة ومشكلة البحث :

تعتبر القدرات التوافقية من الأسس الهامة للاعب كرة القدم والتي تلعب دوراً فعالاً في اداء خاصة بعد التطور المذهل الذي حدث في اللعبة على المستوى العالمي حيث الحاجة إلى زيادة رفع المتطلبات الخاصة باللعبة وذلك لمواكبة اتجاهات كرة القدم الحديثة، كما تعمل هذه القدرات على اتساع قاعدة المهارات الحركية وتنوع الأداء التكنيكي في المواقف المتغيرة. (٧ : ٣)

ويتفق كل من "شراينر Schreiner" (٢٠٠٠) و "نويماير Neumaier" (٢٠٠٣) على أن القدرات التوافقية هي المفتاح لنجاح عمليات تعليم وتحسين مستوى الأداء المهارى، فتوافر القدرات التوافقية على نحو صحيح ودقيق يساعد على حسن التفكير وسهولة تعلم المهارات الحركية وتطويرها وأن تطوير مستوى القدرات التوافقية يلعب دوراً مهماً عند اكتساب المهارات الحركية، كما أن درجة إتقان المهارات الحركية تعبر عن الأساس المركب للمستوى وتعمل على تطوير القدرات التوافقية (٧٨: ١٠) (٦٨: ٢٠).

وفى هذا الصدد يؤكد "عصام عبد الخالق" (٢٠٠٣) على أن القدرات التوافقية تسهم في تركيب الحركة الكلية من الحركات الجزئية بصورة متناسقة، فإذا ما تم تنسيق عمل هذه القدرات أمكن تحقيق أعلى مستوى للتوافق الحركي العام المطلوب للأداء الحركي لإنجاز المهارات الحركية، فتطور مستوى الأداء لحركات النشاط الممارس ليس واجباً للمبتدئين بل هو أيضاً واجباً للاعبين المتقدمين (٢٩: ١٨٩).

ويذكر كل من "محمود حسين Mahmoud Houssain" (٢٠٠٦)، إلى أن قدرات الأداء الحركي الرياضي تنقسم إلى قدرات بدنية، وقدرات توافقية، وقدرات مختلطة وتعتبر هذه القدرات هي القاعدة العريضة للوصول إلى الأداء المهارى الجيد (٥٨: ٢٩)

ومن خلال إطلاع الباحث على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة في هذا المجال مثل دراسة "ابراهيم عيسى" (١٩٩٤م) (١) "احمد ممدوح" (٢٠٠١م) (٥) "اسلام مسعد" (٢٠٠٧م) (٧) "امر اللة" (١٩٩٦م) (٨) "جمال اسماعيل ومنير عابدين" (٢٠٠٤م) (١٣) "حنفي مختار" (١٩٩٠م) (٢٣) "رابحة

*معلم تربية بدنية بدولة الكويت.

محمد " (١٩٩٦م) (٢٥) "سامى محمد" (٢٠٠٧م) (٢٨) "عبد الباسط محمد" (٢٠٠٤م) (٤٢) "تهاد ابراهيم" (١٩٨٦م) (٨١) فقد بدا واضحا افتقار المجال العلمي والتطبيقي لمشكلات تتعلق بكيفية إتاحة الفرصة لعلاج هذه المشكلة - على حد علم الباحث- مما استرعى اهتمام الباحث إلى إجراء هذا البحث كمحاولة للتعرف على تأثير تطوير بعض القدرات التوافقية على مستوى أداء التمرير المتنوع لدى ناشئى كرة القدم بدولة الكويت ، وهذا ما يهدف إليه الباحث من خلال هذا البحث للاستفادة به تطبيقيا في ضوء ما يمكن أن تسفر عنه نتائج هذا البحث.

اهداف البحث: يهدف هذا البحث إلى التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام القدرات التوافقية على مستوى أداء التمرير المتنوع لناشئى كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت وذلك من خلال.

١- تأثير البرنامج التدريبي المقترح على بعض القدرات التوافقية لناشئىين لدى ناشئى كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت (العينة قيد البحث).

٢- تأثير البرنامج التدريبي المقترح على مستوى أداء التمرير المتنوع لناشئى كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت (العينة قيد البحث).

فروض البحث:

١- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات القياسات القبلية والبيئية والبعيدة في بعض القدرات التوافقية لدى ناشئى كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت(العينة قيد البحث).ولصالح القياسات البعيدة.

٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات القياسات القبلية والبيئية والبعيدة في مستوى أداء التمرير المتنوع لناشئى كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت (العينة قيد البحث) ولصالح القياسات البعيدة.

إجراءات البحث

* **منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائته لطبيعة هذا البحث باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بطريقة القياس (القبلي - البيئي - البعدي)

* **مجتمع وعينة البحث:** يمثل مجتمع البحث ناشئى كرة القدم تحت ١٦ سنة بالأندية والمسجلين بالاتحاد الكويتى لكرة القدم للموسم الرياضي ٢٠١٦م/٢٠١٧م ، وقد اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث من ناشئى كرة القدم تحت (١٦ سنة) ممثلة في نادي الساحل الرياضي، وبلغ حجم العينة الكلى قبل إجراء التجربة الأساسية (٢٨) ناشئا ، وقد تم استبعاد بعض الناشئىين من عينة البحث الأساسية وعددهم (٨) ناشئىين منهم (٣) حراس مرمى و (٢) للإصابة و(٣) لعدم انتظامهم في القياسات القبلية، بالإضافة (١٠) ناشئىين من (نادي الجهراء الرياضي) من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، وكذلك (١٠) ناشئا من(نادي الاحمدى الرياضي) تحت ١٩ سنة لإجراء الدراسات الاستطلاعية

أدوات جمع البيانات :

- أ- الأجهزة المستخدمة في البحث. - جهاز الرستاميتير لقياس ارتفاع القامة.
- ميزان طبي معاير لقياس الوزن. - ساعة إيقاف. - ملعب كرة قدم. - شريط قياس.
- ب- الأدوات المستخدمة في البحث.
- كرات كرة قدم قانونية. - صولجان خشبي. - عدد (٢) مرمى صغير.
- أقماع تدريب بارتفاع ٥٠ سم. - مقاعد سويدية وعارضات التوازن.
- **ثانيا: المسح المرجعي:** قام الباحث بإجراء المسح المرجعي- في حدود ما توفر لديه - من المراجع العلمية والدراسات المرجعية المتخصصة في هذا المجال وذلك بهدف تحديد القدرات التوافقية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) ومرفق (٣) يوضح ما توصل إليه الباحث.
- كما قام الباحث بتحليل محتوى بعض الدراسات السابقة والدوريات العلمية المتخصصة في هذا المجال التي تناولت قياس القدرات التوافقية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) و التي تم التوصل إليها سابقا لتحديد الاختبارات التي تقيس تلك القدرات التوافقية وعرضها على الخبراء مرفق (١) ومرفق (٤) يوضح ما توصل إليه الباحث
- **ثالثا: استمارات الاستبيان:** استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد مدي مناسبة الاختبارات البدنية والمهارية التي تقيس القدرات التوافقية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) و متغيرات البرنامج التدريبي المقترح مرفق (١) و يوضح مرفق (٤) ما توصل إليه الباحث.
- استمارة تسجيل البيانات الشخصية للناشئ. مرفق (٧).
- استمارات تسجيل نتائج اللاعبين في الاختبارات البدنية والمهارية (قيد البحث) مرفق (٧).
- الدراسات الاستطلاعية :**

- **الدراسة الاستطلاعية الأولى :** أجرى الباحث الدراسة الاستطلاعية الأولى على مرحلتين كما

يلي:

- ١- **المرحلة الأولى من الدراسة الاستطلاعية:** أجريت في الفترة من ٢٠١٦/٥/١٩ م إلى ٢٠١٦/٥/٢١ م على عينة من ناشئي كرة القدم تحت (١٦ سنة) وقد بلغت (١٠ ناشئين) من نادي الجهراء الرياضي وهي من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن :
- التأكد من صلاحية الأدوات والاجهزة المستخدمة في الاختبارات واستمارات تسجيل البيانات ومقدار الوقت الذي تستغرقه الاختبارات ومراعاة فترات الراحة بينهم.
- التأكد من استيعاب المساعدين لكيفية إجراء الاختبارات و ترتيب أداءها

٢- المرحلة الثانية من الدراسة الاستطلاعية : أجريت في الفترة من ٢٣/٥/٢٠١٦م إلى ٣٠/٥/٢٠١٦م واستهدف الباحث من هذه المرحلة إجراء المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث للتأكد من صدق و ثبات تلك الاختبارات.

صدق الاختبارات : لإيجاد صدق الاختبارات فقد استخدم الباحث صدق التمايز من خلال تطبيق الاختبارات (قيد البحث) على مجموعة مميزة من اللاعبين بنادي الجهراء تحت ١٩ سنة ، وبلغ عددهم (١٠) لاعبين ومجموعة غير مميزة من اللاعبين تحت ١٦ سنة وممثلين لنفس عينة البحث من نادي حولي الرياضي وبلغ عددهم (١٠) لاعبين ، ثم قام الباحث بحساب دلالة الفروق بين المجموعتين للتأكد من صدق الاختبارات في التمييز بين اللاعبين كما هو موضح بجدول (١)

جدول (١)
معامل صدق الاختبارات قيد البحث

قيمة " ت "	الفرق بين المتوسطين	العينة المميزة ١٠=ن		العينة الغير مميزة ١٠=ن		وحدة القياس	الاختبارات البدنية والمهارية
		ع	س	ع	س		
* ٧,٧٨	٢,٧٠	0.7٢79	١٠.١	0.٦325	١٢.٨	ث	١- الدوائر المرقمة
* ٦,٤٨	٢,٨	0.7٢88	١٢.٣	0.5٧76	١٥.١	ث	٢- الأداء المركب
* ٣,٥٢	٩,٩	0.8٥33	٣٨,٢	0.9٧87	٢٨.٣	سم	٣- الوثب العمودي
* ٣,٤٣	٧,٢	0.8٢33	٥٢,٥	0.6٨49	٤٥.٣	درجة	٤- الانتقال فوق العلامات
* ٣,٤٨	٠,٢٩	0.4١16	٢,٠١	0.٣83	٢.٣	ث	٥- اختبار نيلسون للاستجابة الحركية
* ١١,٩٠	٧,٩٤	٢٣١٣٥.	٤٧,٥٦	١٢,٧٩٩	٤٠,٨٨	متر	تمرير كرة ثابتة لابعـد مسافة
* ٨,٩٧	٥,٠٩	٢٨٦٥٢.	٧,٤٥	١٠٦٠١.	٢,٤٤	عدد	دقة التمرير الطويل المرتفع
* ١٠,٦١	٤,٦٦	٣٦٧٧٥.	٢٢,٨٨	١١٦٢٩.	١٧,٢٢	عدد	التمرير الحائضية
* ٦,٩٩	٥,٥٦	٤٥٠٤٠.	٧,٤٤	١١٦٢٩.	٢,٨٨	عدد	دقة التمرير القصير الارضى
* ٦,٣٢	١٧,٧٧	٢,٢٣	٤٠,٨٥	٢,٧٧	٢١,٠٨	عدد	دقة التمرير بالراس

قيمة " ت " الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٤٥ * دال

يتضح من جدول (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة عند مستوى ٠,٠٥ لصالح المجموعة المميزة مما يدل على صدق الاختبارات قيد البحث .
معامل الثبات : لإيجاد معامل الثبات للاختبارات (قيد البحث) استخدم الباحث طريقة التطبيق وإعادة التطبيق Test Retest لحساب الثبات، حيث تم تطبيق الاختبارات على مجموعة من اللاعبين بنادي الاحمدى الرياضي عينة الدراسة لأستطلاعية تحت ١٦ سنة وبلغ عددهم (١٠) لاعبين، وقد اعتبر الباحث نتائج الاختبارات الخاصة بالصدق للمجموعة غير المميزة بمثابة التطبيق الأول ، وتم إعادة التطبيق بعد مرور أسبوع من التطبيق الأول على نفس المجموعة وفى نفس ظروف التطبيق الأول تقريبا ، ثم تم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين كما هو موضح بجدول (٢).

جدول (٢)
معامل ثبات الاختبارات قيد البحث

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الاختبارات البدنية المهارية (قيد البحث)
	ع	س	ع	س		
* ٠,٨١٥	0.948	14.7	0.632	١٣.٨	ث	١- الدوائر المرقمة
* ٠,٦٩٥	0.788	17.2	0.567	١٦.١	ث	٢- الأداء المركب
* ٠,٧٨٥	1.059	30.3	0.948	٢٩.٣	سم	٣- الوثب العمودي
* ٠,٧٧١	0.527	48.5	0.674	٤٧.٣	درجة	٤- الانتقال فوق العلامات
* ٠,٨٤٢	0.483	2.7	0.483	٢.٦	ث	٥- اختبار نيلسون للاستجابة الحركية
** ٠,٨٣٠	١٣٧٩٩.	٤١,٦٢	١٢٧٩٩.	٤٠,٨٨	متر	تمرير كرة ثابتة لا بعد مسافة
** ٠,٦٩١	١١٦٠١.	٢,٣٠	١٠٦٠١.	٢,٤٤	عدد	دقة التمرير الطويل المرتفع
** ٠,٨٣١	١٣٦٢٩.	١٧,٥٥	١١٦٢٩.	١٧,٢٢	عدد	التمريرة الحائطية
** ٠,٦٥٦	١٤٦٢٩.	٢,٧٠	١١٦٢٩.	٢,٨٨	عدد	دقة التمرير القصير الارضي
** ٠,٩٩٥	٢,٨٥	٢١,٣٣	٢,٧٧	٢١,٠٨	عدد	دقة التمرير بالراس

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢

ينضح من جدول (٢) وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني عند مستوى (٠,٠٥) مما يدل على ثبات الاختبارات قيد البحث.

- تجانس عينة البحث : وقد قام الباحث بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث في بعض المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير التجريبي مثل متغيرات النمو (السن-الطول-الوزن-العمر التدريبي-الذكاء) و القدرات التوافقية (قيد البحث) والمتغيرات المهارية (التمرير المتنوع) (قيد البحث) كما هو موضح بمرفق (١)(٢)

- الدراسة الاستطلاعية الثانية : أجريت في الفترة من ٢٠١٦/٦/١٧ إلى ٢٠١٦/٦/١٩ م وأستهدف الباحث من هذه الدراسة الوقوف على جوانب تنفيذ وتطبيق البرنامج التدريبي المقترح من حيث أزمنا التدريب وعدد التكرار المناسبة لكل تدريب وكذلك الزمن المناسب للوحدات اليومية ، حيث تمت تجربة الأسبوع الأول من البرنامج المقترح ، وأشارت نتائج الدراسة إلى:

١ - تثبيت زمن التطبيق اليومي لتجربة البحث ب(٢٨ق) من إجمالي زمن الجزء الرئيسي لوحدة التدريب اليومية .

أن عدد مرات التكرار لكل تدريب بمناسبتها لظروف العينة طبقا للزمن الكلي للتدريب البرنامج التدريبي المقترح: قبل وضع البرنامج التدريبي كان من الضروري تحديد هدف البرنامج والأسس إلى يجب إتباعها عند وضع البرنامج التدريبي المقترح

أولاً : هدف البرنامج : يهدف البرنامج التدريبي إلى تنمية وتطوير بعض القدرات التوافقية والتعرف على تأثيرها على مستوى أداء التمرير المتنوع للناشئين تحت ١٦ سنة .

ثانياً: معايير وضع البرنامج : من خلال تحليل الإطار المرجعي والدراسات السابقة في هذا المجال فقد راعى الباحث عند وضع البرنامج الأسس الآتية :

- ١- اختيار التدريبات التي تشبه ما يحدث في مواقف اللعب المختلفة أثناء المباريات .
- ٢- اختيار التدريبات التي ترتبط بالقدرات التوافقية والتي تعتمد على المشاركة في نجاح أداء مهارة التمرير المتنوع .
- ٣- تنفيذ التدريبات المختارة تحت ضغوط مختلفة.
- ٤- تنوع وتحديد أساليب استقبال المعلومات بالتدريبات المختارة.
- ٥- تكون التدريبات المختارة قصيرة الزمن وتكون متنوعة ومختلفة.
- ٦- مراعاة فترات الراحة البينية بين التمرينات لأنه لا بد أن تكون حالة اللاعب هادئة عند تنفيذ التمرينات التوافقية، لأنه بحاجة لأن تكون لديه قدرة جيدة من التركيز لتكون التدريبات ذات تأثير جيد على الأداء.

ثالثاً : محتوى البرنامج : من خلال إطلاع الباحث على العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة المتخصصة في هذا المجال تمكن الباحث من حصر عدد من التدريبات الخاصة بالقدرات التوافقية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) كمحتوى للبرنامج التدريبي المقترح طبقاً لمتغيرات البحث، ثم تم توزيع تدريبات القدرات التوافقية المرتبطة بالمهارة (قيد البحث) بترقيم تسلسل يبدأ من الرقم.

- **رابعاً: خصائص محتويات البرنامج.** اشتملت فترة تطبيق البرنامج على (٨) أسابيع متصلة خلال فترتي الأعداد الخاص والأعداد للمباريات من فترة الأعداد للموسم الرياضي ٢٠١٦م / ٢٠١٧م بواقع (٤) وحدات تدريبية في الأسبوع.

- تم تحديد زمن تطبيق محتويات تجربة البحث طبقاً لأراء الخبراء ب (٢٨ق) يوماً من الزمن الإجمالي للوحدة التدريبية اليومية وتم توزيعها على النحو التالي:

خطوات إجراء تجربة البحث:

القياسات القبليّة. قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة في الفترة من ٢٢/٦/٢٠١٦م وحتى ٢٣/٦/٢٠١٦م. -**التجربة الأساسية.** قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي في صورته النهائية خلال فترة الأعداد الخاص والإعداد للمباريات وذلك في الفترة من ٢٦/٦/٢٠١٦م إلى ١٢/٨/٢٠١٦م.

-**القياسات البينيّة.** تم إجراء القياسات البينيّة بعد الأسبوع الخامس في الفترة من ٢١/٧/٢٠١٦م إلى ٢٣/٧/٢٠١٦م وذلك بنفس شروط القياسات القبليّة.

- **القياسات البعديّة.** قام الباحث بإجراء القياسات البعديّة بعد الانتهاء من البرنامج التدريبي على عينة البحث خلال الفترة من ١٥/٨/٢٠٠٧م إلى ١٧/٨/٢٠١٦م.

المعالجة الإحصائية:- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري- الوسيط- معامل الالتواء - معامل التفلطح - المدى- الخطأ المعياري - معامل الارتباط
- اختبار "ت" - تحليل التباين - حساب اقل فرق معنوي LSD.
عرض ومناقشة النتائج:
أولاً: عرض النتائج :

جدول (٦)

تحليل التباين بين نتائج قياسات البحث في اختبارات القدرات التوافقية

المتغيرات	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموعة المربعات	متوسط المربعات	قيمة (ف)
الدوائر المرقمة	بين القياسات	37.633	2	18.817	* 35.108
	داخل القياسات	30.550	57	0.536	
الأداء المركب	بين القياسات	26.433	2	13.217	* 19.542
	داخل القياسات	38.550	57	0.676	
الوثب العمودي	بين القياسات	78.903	2	39.451	* 48.153
	داخل القياسات	46.700	57	0.819	
الانتقال فوق العلامات	بين القياسات	556.133	2	27.806	* 33.830
	داخل القياسات	46.850	57	0.822	
اختبار نيلسون للاستجابة الحركية	بين القياسات	4.081	2	2.041	* 7.930
	داخل القياسات	14.668	57	0.257	

اختبارات القدرات التوافقية

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بدرجة حرية ٢ ، ٥٧ هي ٣,١٧
يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات المتكررة في اختبارات القدرات التوافقية لدى الناشئين عينة البحث ، وحتى ينتهي معرفة الفروق لصالح أي من القياسات - تم حساب اقل فرق معنوي بين القياسات (قبلي - بيني - بعدى) باستخدام اختبار اقل فرق معنوي (L.S.D)

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطات قياسات القدرات التوافقية لدى الناشئين عينة البحث

دلالة الفروق بين المتوسطات			المتوسط الحسابي	القياسات	المتغيرات	اختبارات القدرات التوافقية
أبعدي	البيئي	القبلي				
* ١,٧٥٠	* ١,٦٠٠		14.400	القبلي	الدوائر المرقمة	
٠,١٥٠			12.800	البيئي		
			12.650	أبعدي		
* ١,٥٥٠	* ١,٢٠٠		17.100	القبلي	الأداء المركب	
٠,٣٥٠			15.900	البيئي		
			15.550	أبعدي		
* -٨,٧٥٠	* -٥,٧٠٠		30.450	القبلي	الوثب العمودي	
* -٣,٠٥٥			36.150	البيئي		
			39.200	أبعدي		
* -٧,٤٠٠	* -٤,٥٠٠		49.050	القبلي	الانتقال فوق العلامات	
* -٢,٩٠٠			53.550	البيئي		
			56.450	أبعدي		
* ٠,٤٩٠٠	٠,١١٠٠		2.440	القبلي	اختبار نيلسون للاستجابة الحركية	
* ٠,٦٠٠٠			2.550	البيئي		
			1.95	أبعدي		

(*) دالة عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من جدول (٧) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين القياسات المتكررة لاختبارات القدرات التوافقية في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج بين القياسات القبلي والبيئي والقياسات البيئي و لصالح القياسات البيئي ، فيما عدا اختبار نيلسون للاستجابة الحركية ، وكذلك بين القياسات البيئي والقياسات البعدي و لصالح القياسات أبعدي في كل اختبار على حدة ، فيما عدا اختبار الدوائر المرقمة واختبار الأداء المركب.

جدول (٨)

معدل التحسن الحادث لنتائج قياسات القدرات التوافقية لدى الناشئين عينة البحث

معدلات التحسن			وحدة القياس	اختبارات القدرات التوافقية
البعدي عن البيئي	البعدي عن القبلي	البيئي عن القبلي		
1.171	12.152	11.111	ث	الدوائر المرقمة
2.201	9.064	7.017	ث	الأداء المركب
8.437	28.735	18.719	سم	الوثب العمودي
5.415	15.086	9.174	درجة	الانتقال فوق العلامات
23.529	20.082	4.508	ث	اختبار نيلسون للاستجابة الحركية

يتضح من جدول (٨) أن مقدار النسبة المئوية لمعدلات التحسن الحادث بين القياسات القبلي والبعدي في اختبارات القدرات التوافقية لكل اختبار على حدة وقد تراوحت تلك النسب ما بين (٤,٥٠٨ - ١٨,٧١٩) بالنسبة للقياس البيئي عن القبلي ولصالح القياس البيئي، وتراوحت ما بين (٩,٠٦٤ -

(٢٨,٧٣٥) بالنسبة للقياس ألبعدي عن القياس القبلي ولصالح القياس ألبعدي، وتراوح ما بين (٥,٤١٥) - (٢٣,٥٢٩) بالنسبة للقياس ألبعدي عن القياس ألبعدي و لصالح القياس ألبعدي.

جدول (٩)

تحليل التباين بين نتائج قياسات البحث في اختبارات التمرير المتنوع

الاختبارات المهارية	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموعة المربعات	متوسط المربعات	قيمة (ف)
تمرير كرة ثابتة لابعد مسافة	بين القياسات	2	46.226	23.113	* 40.724
	داخل القياسات	57	32.350	0.568	
دقة التمرير الطويل المرتفع	بين القياسات	2	52.256	26.128	* 50.742
	داخل القياسات	57	29.350	0.515	
التمريرة الحائطية	بين القياسات	2	46.564	23.282	* 29.360
	داخل القياسات	57	45.200	0.793	
دقة التمرير القصير الارضى	بين القياسات	2	45.516	22.758	* 54.504
	داخل القياسات	57	23.800	0.418	
دقة التمرير بالراس	بين القياسات	2	34.490	17.245	* 25.107
	داخل القياسات	57	39.150	0.687	
	داخل القياسات	57	16.092	0.282	

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بدرجة حرية ٢ ، ٥٧ هي ٣,١٧

يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات المتكررة التمرير المتنوع لدى الناشئين عينة البحث ، وحتى ينتهي معرفة الفروق لصالح أي من القياسات - تم حساب اقل فرق معنوي بين القياسات (قبلي - بيني - بعدي) باستخدام اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D)

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطات قياسات التمرير المتنوع لدى الناشئين عينة البحث

المتغيرات	القياسات	المتوسط الحسابي	دلالة الفروق بين المتوسطات	
			القبلي	البيني
تمرير كرة ثابتة لابعد مسافة	القبلي	40.100		*-٢١,٥٠
	البيني	50.750		*-١٠,٨٥
	ألبعدي	61.600		
دقة التمرير الطويل المرتفع	القبلي	٤٢.750		*-٢٢,٨٥
	البيني	٥٦.600		*-٢٢,٠٠
	ألبعدي	٦٠.600		
التمريرة الحائطية	القبلي	٣٩.300		*-٢٢,٤٠
	البيني	٥٢.400		*-٨,٣٠٠
	ألبعدي	٦٠.700		
دقة التمرير القصير الارضى	القبلي	٤٢.100		*-٢١,٣٠
	البيني	٥٣.800		*-٩,٦٠
	ألبعدي	٦٥.400		

الاختبارات المهارية

دقة التمرير بالراس	القبلي	١٦.100		٨,٥٠*	١٨,٥٥*
	البيني	24.600			١٠,٥٠*
	البعدي	34.650			

(*) دالة عند مستوى معنوية ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٠) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات المتكررة لاختبارات التمرير المتنوع بين القياسات البيئية عن القياسات القبليّة في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج ولصالح القياسات البيئية ، وكذلك بين القياسات البيئية والقياسات أبعديه في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج و لصالح القياسات أبعديه.

جدول (١١)

معدل التحسن الحادث لنتائج قياسات التمرير المتنوع لدى الناشئين عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	معدلات التحسن		
		البيئي عن القبلي	البعدي عن القبلي	البعدي عن البيئي
تمرير كرة ثابتة لابعد مسافة	متر	٢٦.٥٥	53.61	21.37
دقة التمرير الطويل المرتفع	عدد	32.39	41.754	07.06
التمريرة الحائطية	عدد	33.33	54.45	15.83
دقة التمرير القصير الارضى	عدد	27.79	55.34	٢١.٥٦
دقة التمرير بالراس	عدد	52.79	75.40	40.854

يتضح من جدول (١٤) أن مقدار النسبة المئوية لمعدلات التحسن الحادث بين القياسات القبليّة والبعديه في التمرير المتنوع في كل اختبار على حدة

ثانيا: مناقشة النتائج.

أظهرت البيانات التي تضمنتها الجدول أرقام (7)(8) والخاصة بتحليل التباين بين نتائج القياسات المتكررة أثناء البرنامج التدريبي في اختبارات القدرات التوافقية لدى الناشئين عينة البحث أن هناك فروقا دالة إحصائيا بين نتائج جميع القياسات المتكررة أثناء البرنامج ،حيث أظهرت دلالة الفروق بين المتوسطات عن وجود فروق دالة إحصائيا لصالح القياس أبعدي عند مقارنته بالقياس القبلي أو القياس البيئي في ارتفاع مستوى اللاعبين في القدرات التوافقية ، ويعزى الباحث هذه الفروق إلى البرنامج التدريبي المقترح والذي احتوى على مجموعة من التدريبات المقننة الموجهة لتنمية القدرة على تقدير الوضع والقدرة على الربط الحركي والقدرة على حفظ التوازن والقدرة على بذل الجهد والقدرة على سرعة الاستجابة الحركية والتي ساعدت بدورها على رفع كفاءة الجهاز العصبي وزيادة الترابط بين الأعصاب الحسية والتي تأثرت بالمثيرات الموجودة داخل البرنامج مما يعمل على التحسن المستمر في الأداء المهاري والتي أثرت بدورها على مستوى ادعاء المهارة (قيد البحث). وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كل من " فالديمير لياخ Valdimir Liakh ، ولأديسلاو زمودا Wladyslaw Zmuda ، زيجينيو ويتكوسنكي Zbigniew

Witkowski (٢٠٠١) (١١٥)، "ذاك ، Zak هنريك ديودا Henryk Duda (٢٠٠٣) (١١٩) وبتكوويسكى Witkowski (٢٠٠٥) (١١٧)، "كريستين ، أندرسون وسوزنسن Kristensen Andersen , Sorensen (٢٠٠٤) (١٠٠) في أن البرامج التدريبية المستخدمة في تنمية القدرات التوافقية قد أثرت بالإيجاب على مستوى أداء لاعبي كرة القدم من الناحية المهارية لما لها من تأثير على زيادة الترابط بين الأعضاء الحسية التي تؤثر عليها التدريبات المختارة والتي احتوى عليها البرنامج التدريبي المقترح وكذلك البرامج التدريبية التي استخدمها الباحثين في دراستهم السابقة.

كما يرى الباحث أن تلك التدريبات المختارة التي تضمنها البرنامج كان لها تأثيرا ايجابيا على نسب التحسن الموضحة بالجدول (8) ويرى الباحث أن ذلك يرجع إلى ما احتوى عليه البرنامج التدريبي المقترح من تدريبات توافقية خاصة شبيهة بالأداء المهارى وكذلك الاستخدام المقنن للتدريبات التوافقية المتنوعة والموجهة بصورة مباشرة للهدف من البرنامج

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات القياسات القبليّة والبينيّة والبعديّة في بعض القدرات التوافقية لدى ناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت(العينة قيد البحث).ولصالح القياسات البعديّة.

كما أظهرت البيانات التي تضمنتها الجدول أرقام(9)(10) والخاصة بتحليل التباين بين نتائج القياسات المتكررة أثناء البرنامج في اختبارات التمرير المتنوع لدى الناشئين (عينة البحث) أن هناك فروقا دالة إحصائية بين نتائج جميع القياسات المتكررة أثناء البرنامج ،حيث أظهرت وجود فروق دالة إحصائية لصالح القياس ألبعدي عند مقارنته بالقياس القبلي أو القياس البيني في جميع اختبارات التمرير المتنوع ،ويعزى الباحث هذه الفروق إلى فاعلية البرنامج التدريبي المقترح وما أشتمل عليه من مساحة زمنية لتدريبات القدرات التوافقية في الاتجاه المهارى وهو التمرير المتنوع بأساليب مختلفة ومن مسافات مختلفة ومن أوضاع مشابهة لما يحدث في المباراة مما ساهم كثيرا في تحسن مستوى أداء التمرير المتنوع وإكسابه صفة الدقة والإتقان، وتتفق هذه النتائج مع ما يشير إليه "عصام عبد الخالق" (١٩٨٢) بان التدريب يهدف إلى تكوين روابط في الجهاز العصبي بين الأعصاب الحسية التي تنشأ بالمشيرات وبين الأعصاب الحركية التي تحرك العضلات وتؤدي إلى الاستجابة مما يؤدي إلى التغيير والتحسين في الأداء. (٣٤: ٢٦٤)

كما تتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه كل من "بيم Biem (١٩٧٧) (٨٨) ديفز بردلى Davis, W Bradley (١٩٧٩) (٩٢) "جمال علاء الدين" (١٩٨١) (١٥) "ودورث W iddours. (١٩٨٤) (١١٧) من أن التصويب يعد مطلبا هاما في كرة القدم وخاصة مع تطور الأساليب الدفاعية وفعاليتها لذلك أصبحت الحاجة ملحة لزيادة فاعلية مهارة التمرير المتنوع وبدقة احد الوسائل الهجومية المناسبة للتغلب على الأساليب الدفاعية المتطورة . كما تعد الاختبارات التي استخدمها الباحث لقياس التمرير المتنوع في ظروف مشابهة لما يحدث في المباراة وسيلة صادقة وفعالة ومقياسا موضوعيا لدى الناشئين عينة البحث. و يرى

الباحث أن تلك التدريبات التي تضمنها البرنامج كان لها تأثيرا ايجابيا على نسب التحسن الموضحة بالجدول (٩) وهذا ما يؤكد ذلك "أمر الله البساطي" (١٩٩٦م) أن تحقيق النجاح والانتجاز في تدريب كرة القدم خاصة في مجال الناشئين يرتبط ارتباطا كبيرا بتقوية وتثبيت المهارات الخاصة ووضعها في شكل نماذج حركية فعلية كالتالي تحدث في المباراة، لان هذه المرحلة السنوية تتوازن فيها جميع الوظائف السيكوحركية والعقلية. (٨: ٢١١) كما تتفق هذه النتائج مع ما ذكره كل من "طه إسماعيل وآخرون" (١٩٨٩)، "مفتي إبراهيم" (٢٠٠٢) "عمرو أبو المجد وجمال إسماعيل" (١٩٩٧) "عبد الباسط محمد" (١٩٩٨) من أن أي برنامج تدريبي مبنى على أسس علمية يؤدي إلى تطوير حالة اللاعب التدريبية وارتفاع مستوى الأداء ، إلا إن مقدار التحسن هو الفيصل بين برنامج وآخر (٣٣: ١٨٣)(٧٨: ٢٦٠)(٣٩: ٥٩)(٤١: ١٣٢).

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني والذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات القياسات القبلية والبيئية والبعيدة في مستوى أداء التمرير المتنوع لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت (العينة قيد البحث) ولصالح القياسات البعيدة.

- الاستخلاصات : أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين القياسات المتكررة لاختبارات القدرات التوافقية في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج بين القياسات القبلية والقياسات البيئية و لصالح القياسات البيئية فيما عدا اختبار نيلسون للاستجابة الحركية ، وكذلك بين القياسات البيئية والقياسات البعديه ولصالح القياسات البعديه في كل اختبار على حدة فيما عدا اختبار الدوائر المرقمة واختبار الأداء المركب.

- أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسات المتكررة لاختبارات التمرير المتنوع بين القياسات البيئية عن القياسات القبلية في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج لصالح القياسات البيئية ، وكذلك بين القياسات البيئية والقياسات البعديه في كل اختبار على حدة أثناء البرنامج لصالح القياسات البعديه.

- التوصيات :

- ضرورة استخدام طرق وأساليب التدريب المناسبة للارتقاء بالقدرات التوافقية الخاصة بالناشئين في كرة القدم وان تستخدم لتميتها تمارين مشابهة للأداء.
- تطبيق التدريبات مهاريه المستخدمة في البحث في مجال التدريب التطبيقي مع الناشئين.
- إجراء دراسات مماثلة على باقي المهارات الأساسية في كرة القدم على مراحل سنوية مختلفة.
- توفير معدل زمني كافي ضمن البرامج التدريبية طوال الموسم الرياضي للتدريب على مهارات التمرير المتنوع بأساليب مختلفة ومواقف مشابهة لما يحدث أثناء المباراة.

المراجع

أولاً: المراجع العربية :

- ١- السيد عبد المقصود (١٩٩٤م): نظريات التدريب الرياضى ، تدريب فسيولوجيا التحمل ، مطبعة شباب الحر ، الإسكندرية .
- ٩- أمر الله احمد ألبساطي (١٩٩٨م) : أسس وقواعد التدريب الرياضى وتطبيقاته " ، الإسكندرية.
- ١٨- حسن السيد ابو عبده (١٩٩٨م): الإعداد المهاري لكرة القدم، ط ١، الإسكندرية.
- ٢٣- حنفي محمود مختار (١٩٩٠م) : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٣٣- طه إسماعيل ، عمرو أبو المجد، إبراهيم شعلان (١٩٨٩م) : كرة القدم بين النظرية والتطبيق ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٣٥- عصام عبد الخالق (٢٠٠٣م) : التدريب الرياضى نظرياته وتطبيقاته ، ط٩، دار المعارف ، القاهرة.
- ٣٩- عمرو أبو المجد ، جمال إسماعيل (١٩٩٧م) : تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين في كرة القدم ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٤٢- عبد الباسط محمد الحليم (٢٠٠٤م) : تأثير برنامج للتصور العقل على تنمية دقة أداء التمرير والتصويب لناشئي كرة القدم، مجلة علوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، المجلد الواحد والعشرون، العدد الأول، يوليو.
- ٥٢- محمد حسن علاوى (١٩٩٤م): علم التدريب الرياضى، ط١٢، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٥٤- محمد رضا الوقاد (٢٠٠٣م): التخطيط الحديث في كرة القدم، دار السعادة للطباعة، القاهرة.
- ٥٥- محمد سالم فلاح (١٩٨٧م) : بناء بطارية اختبار لقياس المهارات الأساسية لكرة القدم للطلاب المتقدمين لدائرة التربية الرياضية بجامعة اليرموك ،رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق.
- ٥٧- محمد شوقي كشك، أمر الله أحمد البساطي (٢٠٠٠م): أسس الإعداد المهاري و الخططي في كرة القدم.
- ٧٤- مفتي إبراهيم حماد (١٩٩٤م): الجديد في الإعداد المهاري والخططي، دار الفكر العربي، القاهرة .
- ٧٨- مفتي إبراهيم حماد (٢٠٠٢م) : البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم ،الجزء الأول، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٨٢- نيفين حسين محمود (٢٠٠٤م) : " تأثير برنامج تدريبي لتنمية القدرات التوافقية على بعض المهارات الحركية لدى لاعبات رياضة الجودو " ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
- ٨٤- يوهانس رية ، انجيورج زيتر (١٩٨٨م): مدخل إلى نظريات وطرق التدريب العامة " ، ترجمة يورغن شلايف ، الدراسة الخارجية ، المعهد العالى الالمانى للتربية الرياضية ، جامعة لايبزخ.

ثانيا : المراجع الأجنبية :

- ٨٥- **Agnieszka Gadach (2005)** : Connection Between Particular coordination Motor Abilities and Game Efficiency of young Female handball players . www. Awf. Krakow . pl /g edn/gryzesps pdf
- ٨٦- **ALLEN Wade**: Coach Yourself .A.F.Great BY Dixon ,stell Ltd Yorkshire 1972.
- 93- **Hoeger, k. W. Hoeger, A.S(1997)**: Principles and labs for physical fitness, Morten Publishing Company, Colorado,