

التطور البدني والحركي وأثره علي المستوى المهاري لمبتدئي كرة القدم تحت ١٣ سنة

د/أحمد محمد إبراهيم الهندي^(*)

ملخص البحث: يهدف البحث إلى التعرف على مستوى التطور البدني "الجسمي" والحركي والمستوي المهاري من سن الحادية عشرة حتي الثالثة عشرة لمبتدئي مدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي ونسب الفروق بين الفئات العمرية المتتالية في جميع متغيرات التطور البدني والحركي والمستوي المهاري لمبتدئي مدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي، وعلاقة متغيرات التطور البدني والحركي بمستوي تطور المهارات الأساسية فيما بينها وعلي عينة الدراسة الكلية، وإستخدام الباحث المنهج الوصفي باستخدام أسلوب الدراسات المسحية، وأختيرت عينة البحث بالطريقة الطبقية العشوائية من مجتمع البحث من مبتدئي وبرايم مدرسة الكرة والمقيدين بنادي طنطا الرياضي للموسم ٢٠١٥/٢٠١٦م، وبلغ حجم العينة (٩٠) مبتدئاً في المراحل السنوية من (١١ - ١٣ سنة) بالإضافة الي عينة الدراسات الاستطلاعية والبالغ عددها (٣٠) مبتدئاً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الاساسية بواقع (١٠) مبتدئين من كل مرحلة سنويه، وأشارت النتائج الي أقل نسبة فروق في "معدلات النمو" المختارة كانت (١٣.٣٣٪) في العمر الزمني بين (١٢ - ١٣ سنة)، وكانت أعلى نسبة فروق (٥٩.١٠٪) في الطول الكلي للجسم أيضاً بين (١٢ - ١٣ سنة)، وأقل نسبة فروق في "المتغيرات البدنية" كانت (٢٠.٦٦٪) في القدرة العضلية" الوثب العريض من الثبات" بين (١١ - ١٢ سنة)، وأعلى نسبة (٥٦.٢٨٪) في المرونة " ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف" بين (١٢ - ١٣ سنة)، وأقل نسبة فروق في "القدرات الحركية" كانت (١٢.٦٧٪) في التوازن " الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب ١٠×١٠سم" بين (١١ - ١٢ سنة)، وكانت أعلى نسبة (٥٦.٥٩٪) في التوازن أيضاً بين (١٢ - ١٣ سنة)، وأقل نسبة فروق في "المستويات المهارية" كانت (١٠.٦٦٪) في مهارة ضرب الكرة بالرأس بين (١٢ - ١٣ سنة)، وكانت أعلى نسبة (٤٦.١٣٪) في مهارة ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيره بين (١١ - ١٢ سنة)، أظهرت مصفوفة معاملات الارتباطات لتطور معدلات النمو والقدرات البدنية والحركية والمستوي المهاري لدي عينة البحث أن هناك علاقات إرتباطية موجبة وسالبة دالة إحصائياً عند مستوي المعنوية ٠.٠٥ في جميع متغيرات الدراسة.

الكلمات الدالة: التطور البدني-التطور الحركي - كرة القدم.
المقدمة ومشكلة البحث:

أصبحت عملية إنتقاء ناشئي كرة القدم في غاية الأهمية نظراً لأن التفوق الرياضي يعتمد علي ثلاثة عناصر رئيسية هي الإنتقاء والتدريب والمنافسات، ولايمكن بدون إنتقاء جيد للناشئين بصفة عامة وناشئي كرة القدم علي وجه الخصوص تحقيق نتائج رياضية عالية، ولكن إذا ما أعطيت عملية الإنتقاء القدر الكافي من العناية وأجريت في إطار تنظيمي دقيق مبني علي أسس علمية فإن ذلك ينعكس علي عمليات التدريب والمنافسات وتزداد فاعليتها، وبالتالي تحقيق أفضل النتائج الرياضية في أسرع وقت وبأقل جهد ممكن (Wilson. 1995.p37).

ومن المسلم به أن توجيه الناشئ إلى نوع النشاط الرياضي الذي يتناسب مع استعداداته وإمكاناته يعتبر أساس وصوله الي المستويات الرياضية العالية، وكذلك يساهم في نفس الاتجاه مقدار المعرفة الدقيقة لمدي فاعلية تأثير عمليات التدريب علي نمو هذه الاستعدادات علي أساس

^(*)مدرس بقسم الألعاب ورياضيات المضرب بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا.

أن أبرز واجبات الإنتقاء هي تحديد إمكانات الناشئ التي تمكنا من التنبؤ بالمستوي الذي يمكن أن يحققه في ممارسة كرة القدم بمستوي عالي من الكفاءة (البناي، ٢٠٠٨، ص ٤).

ويؤكد **شعلان (٢٠١٠، ص ١٥)** أن التأسيس القاعدي للاعبين في كرة القدم يعتبر محورا جوهريا للوصول بمستوي أداء اللاعبين إلى اعلي المستويات الرياضية والتي تمكنهم من تحقيق الانجازات، ليست فقط علي المستوي المحلي ولكن علي المستوي العربي والدولي، الأمر الذي دفع بالعلماء إلى دراسة خصائص النمو لدي المراحل العمرية للبراعم والأشبال والناشئين، سعيا منهم للوقوف علي العلاقة بينها وبين عملية التدريب لعناصر الإعداد البدني والمهاريوالخططي، وأيضا الوصول إلى الأسس والمبادئ العملية لتنظيم تلك العلاقة وبما يرتقي ويطور من أداء اللاعبين الصغار.

ويضيف **(Wien 2005. p4)** أن التخطيط لتدريب البراعم في كرة القدم يهدف إلى إكسابهم المهارات الحركية الأساسية، وكذلك تنمية وتطوير الصفات البدنية والنواحي الخططية والنفسية والعقلية الخاصة بهم من أجل الوصول إلى أعلي المستويات، وكذلك حتي يستطيع كل برعم أداء الواجبات المطلوبة منه بكفاءة خلال المباراة.

ومن خلال خبرة الباحث وعمله مع ذات المراحل السنية ومشرفاً في قطاع الناشئين ومدارس كرة القدم بنادي طنطا الرياضي فقد حدد الباحث مشكلة هذه الدراسة في وجود ضعفاً وفوقاً واضحةً في مستوي أداء المهارات الاساسية في كرة القدم للبراعم والناشئين من (١١-١٣ سنة)، الأمر الذي قد يرجع الي سوء إختيار وإنتقاء المتقدمين لمدارس كرة القدم وفقاً للمتطلبات الجسمية والحركية.

حيث توصل العلماء والباحثون في المجال الرياضي من إجراء العديد من الدراسات والبحوث في عمليتي التعلم والتدريب علي البراعم والأشبال، إلى نتائج حددت الأسس والمبادئ التي يمكن بموجبها التعامل مع تلك الفئات العمرية عند التخطيط والبرمجة لعمليتي التعلم والتدريب، وكذا نوعية التدريبات الملائمة لهم علي أساس خصائص النمو، وما تحتويه من قدرات واستعدادات جسمية وبدنية ومهارية وحركية وعقلية لتطوير الأداء بما يضمن معه التطوير المستقبلي لمستوي اللاعبين فنياً وبدنياً ووجدانياً وذهنياً أمثال دراسة **عيسي (٢٠٠٢)** التي أجريت علي عينة السباحين الناشئين في المراحل السنية (١٧، ١٥، ١٣، ١١ سنة) للتعرف على ديناميكية تطور القدرات البدنية والقدرات الحركية لنفس المتغيرات قيد البحث، ودراسة **خليل (٢٠٠٥)** للتعرف على شكل التغيرات التي تطرأ على تطور كل من القدرات البدنية، والحركية، والعقلية للأطفال من ٦-١٢ سنة، ودراسة **البناي (٢٠١٣)** للتعرف على فاعلية استخدام التدريب الباليستي على تطوير أداء بعض القدرات الحركية والمهارية لناشئي حراس مرمي كرة القدم تحت ١٦ سنة بدولة الكويت، ودراسة **حمادة**

(٢٠١٥) للتعرف علي تأثير برنامج تدريبي على مستوى بعض المتغيرات البدنية والمهارية والسيولوجية لناشئي كرة القدم تحت ١٧ سنة، ودراسة عبد المقصود (٢٠١٥م) للتعرف علي تأثير التدريب التفاعلي علي بعض القدرات البدنية والمهارية لبراعم كرة القدم.

ومن هنا جاءت أهمية هذه الدراسة للتعرف علي الخصائص العامة لنمو وتطور ناشئي كرة القدم من سن ١١ - ١٣ سنة والمساهمة في معرفة مدي نمو وتطور هذه الخصائص من سنة لآخري ومدي مطابقتها لتعلم المهارات الأساسية لمبتدئي مدارس كرة القدم حيث تكتسب هذه الدراسة أهميتها في الاستفادة من نتائجها التي تعد مؤشرا علي حالة التطور البدني والحركي لناشئي كدليل يسترشد به المدربون عند اختيار المتقدمين لمدارس الكرة أو قطاع الناشئين. أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى:

- ١- التعرف علي مستوي التطور البدني "الجسمي" والحركي والمستوي المهاري من سن الحادية عشرة حتي الثالثة عشرة لمبتدئي مدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي
 - ٢- التعرف علي نسب الفروق بين الفئات العمرية المتتالية في جميع متغيرات التطور البدني والحركي والمستوي المهاريلمبتدئي مدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي
 - ٣- التعرف علي علاقة متغيرات التطور البدني والحركي بمستوي تطور المهارات الأساسية فيما بينها وعلي عينة الدراسة الكلية.
- تساؤلات البحث:

في ضوء أهداف البحث يتساءل الباحث عما يلي:

- ١- ماهي مستويات التطور البدني "الجسمي" والحركي والمستوي المهاري من سن الحادية عشرة حتي الثالثة عشرة لمبتدئي مدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي؟
 - ٢- هل تتفاوت نسب الفروق بين الفئات العمرية المتتالية في جميع متغيرات التطور البدني والحركي والمستوي المهاريلمبتدئي مدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي؟
 - ٣- هل هناك علاقة بين متغيرات التطور البدني والحركي ومستوي تطور المهارات الأساسية فيما بينها وعلي عينة الدراسة الكلية؟
- الدراسات السابقة:

- أجري عيسي (٢٠٠٢) دراسة على عدد (٦٠) سباحاً، تم التوصل من خلالها إلى التعرف على ديناميكية تطور القدرات البدنية والقدرات الحركية للمتغيرات قيد البحث لدى المراحل السنية (١١، ١٣، ١٥، ١٧ سنة).

- قام Alve (2003) بدراسة هدفت الي التعرف علي تأثير برنامج بدني بالكرة علي القدرات البدنية والفنية للاعبين كرة القدم وكانت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي قد أثر ايجابيا علي

- (الرشاقة - السرعة - الجري بالكرة - سرعة الأداء - التمرير - التصويب - المراوغة) وكان هناك فرق بين القياسين البعديين بين التجريبية والضابطة ولصالح التجريبية.
- أجري خليل (٢٠٠٥) دراسة توصل خلالها إلى تزايد الفروق في الطول والوزن مع تزايد العمر الزمني، وتتصاعد الفروق الفردية خلال المرحلة من ٦-١٢ سنة لكل من القدرة البدنية مع تصاعد العمر الزمني، تزداد سرعة نمو تحمل القوة والمرونة من عام لآخر خلال المرحلة من ٦-٩ سنوات، وجميع مكونات القدرة الحركية تنمو في منحنى خطى صاعد.
- أجري (Morries & Ghonsson 2006) دراسة تأثير برنامج بالألعاب الصغيرة والترويحية علي مستوي اللياقة البدنية وبعض المهارات الأساسية لبراعم كرة القدم تحت ٩ سنوات، وكانت أهم النتائج حدوث تحسن في مستوي القدرات البدنية والمهارية.
- قام (Lescott 2012) بدراسة تطوير الجانب البدني والمهاري للاعبين ١٣ سنة في كرة القدم، وتوصل إلى أن البرنامج المقترح أثر ايجابيا علي الجانب البدني والمهاري.
- أجري حمادة (٢٠١٥) دراسة توصل خلالها إلى التأثير الإيجابي لتدريبات القدرات التوافقية علي مستوي اداء بعض المهارات الاساسية ومستوي بعض المتغيرات البدنية والفسولوجية لدي الناشئين تحت ١٧ سنة عينة البحث.
- أجري عبد المقصود (٢٠١٥) دراسة توصل خلالها إلى التأثير الإيجابي لبرنامج التدريب علي مستوي القدرات البدنية والقدرات المهارية.
- إجراءات البحث:
منهج البحث:
- إستخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام أسلوب الدراسات المسحية.

مجتمع البحث:

تم اختيار أفراد مجتمع البحث من المبتدئين والبراعم المقبولين بمدرسة الكرة بنادي طنطا الرياضي للموسم ٢٠١٥/٢٠١٦م والبالغ عددهم (٤٦٨) مبتدئاً في المراحل السنية من (١١ - ١٣ سنة) وموزعين علي النحو المبين في الجدول رقم (١).
عينة البحث:

أختيرت عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية من مجتمع البحث من مبتدئي وبراعم مدرسة الكرة والمقيدين بنادي طنطا الرياضي للموسم ٢٠١٥/٢٠١٦م، وبلغ حجم العينة (٩٠) مبتدئاً في المراحل السنية من (١١ - ١٣ سنة) بالإضافة الي عينة الدراسات الاستطلاعية والبالغ عددها (٣٠) مبتدئاً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية بواقع (١٠) مبتدئين من كل مرحلة سنّيه، والجدول رقم (١) يوضح تصنيف مجتمع وعينة البحث (الأساسية والإستطلاعية) علي الفئات العمرية قيد البحث.

جدول (١)

تصنيف أفراد مجتمع وعينة البحث

العينة الأستطلاعية		العينة الأساسية			مجتمع البحث		الفئة العمرية
النسبه من المجتمع	عدد الافراد	النسبه من المجتمع	النسبه من العينة	عدد الافراد	النسبه من المجتمع	عدد الافراد	
%٢.١٣	١٠	%٦.٤١	%٣٣.٣	٣٠	%٣٢.٩١	١٥٤	(١١) سنة
%٢.١٣	١٠	%٦.٤١	%٣٣.٣	٣٠	%٣٥.٨٩	١٦٨	(١٢) سنة
%٢.١٣	١٠	%٦.٤١	%٣٣.٣	٣٠	%٣١.١٩	١٤٦	(١٣) سنة
٣٠		٩٠			٤٦٨		الإجمالي

وللتأكد من إعتدالية توزيع العينة وأنها تقع تحت المنحني الإعتدالي قام الباحث بإجراء

التجانس لعينة البحث في بعض متغيرات النمو المختاره، كما يوضحه جدول رقم (٢)

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث في بعض متغيرات النمو المختارة

ن = ٣٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المرحلة السنوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	العمر الزمني	سنة	١١ سنة	١٠.٢١٥	٠.٧٦٢	١٠.٢٠٠	٠.٨٣٦
			١٢ سنة	١١.٦٣٣	٠.٧٤٩	١١.٥٠٠	٠.٥٦٣
			١٣ سنة	١٢.٠٧٥	٠.٠٢١	١٢.٠٧٠	٠.٧١٤
٢	الوزن	كجم	١١ سنة	٣٧.٨٢٠	١.٠٥٦	٣٨.٠٠٠	٠.٤٣٧
			١٢ سنة	٤٠.٠٩٥	٢.٠٠٤	٤٠.٠٠٠	٠.٨١٢
			١٣ سنة	٤٢.٤٧١	٣.٧٨٢	٤٢.٠٠٠	٠.٣٧٣
٣	الطول الكلي للجسم	سم	١١ سنة	١٤٢.٠٥	٤.٠٨٢	١٤٢.٠٠٠	٠.٢١٣
			١٢ سنة	١٤٣.٧٦	٤.٨٦٤	١٤٣.٧٠٠	٠.٤٢٧
			١٣ سنة	١٥٠.١٩	٥.٠١٥	١٥٠.٠٠٠	٠.٩١٤
٤	السعة الحيوية	درجة	١١ سنة	٣١.٧٥٢	٣.٩١٣	٣٢.٠٠٠	٠.٣٢١-
			١٢ سنة	٣٥.٦٥٣	٥.١٩٠	٣٥.٦٠٠	٠.٧١١
			١٣ سنة	٣٨.٤٧	٤.٧٩١	٤٠.٠٠٠	٠.٠١٩-

يوضح الجدول رقم (٢) أن قيم معاملات الالتواء في بعض معدلات النمو المختارة لكل فئة عمرية لعينة البحث (من ١١ - ١٣ سنة) قد تراوحت ما بين (٠.٣٢١- الي ٠.٩١٤) أي أنها إنحصرت ما بين (± 1) الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع العينة وتجانسها في هذه المتغيرات.

ب - قياس المتغيرات البدنية:

تم تحديد المتغيرات البدنية لمبتدئي مدارس كرة القدم عينة البحث والتي اشتملت على (التحمل - القوة المميزة بالسرعة - السرعة - القوة العضلية - المرونة)، ووضعت مجموعة من الاختبارات التي تقيس تلك المتغيرات وتم عرضها على الخبراء مرفق (١) في إستمارة استطلاع رأي مرفق (٢) وأسفرت على التوصل الي الاختبارات التالية والموضحة بالجدول رقم (٣)

- الجري في المكان اق لقياس التحمل بالعدد.
- الوثب العريض من الثبات لقياس القدرة العضلية بالسنتيمتر.
- اختبار ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف لقياس المرونة بالدرجة.
- العدو ٣٠م من البدء العالي لقياس السرعة بالثانية.
- الحجل على قدم واحدة لمسافة ١٠م ذهاب وعودة لقياس القوة العضلية بالثانية. مرفق (٤)

جدول (٣)

التكرارات والنسب المئوية لإستطلاع رأى الخبراء حول تحديد الاختبارات البدنية المرشحة

الاختبارات المستخلصة	الترتيب	%	التكرار	الاختبارات المرشحة	المتغيرات	
الجري في المكان اق	٣	١٠	١	- الصعود والنزول من على مقعد ٣٠ث	التحمل	البدنية
	٢	٢٠	٢	- الجري المكوكي ٥٥×٥م		
	١	٧٠	٧	- الجري في المكان اق		
الوثب العريض من الثبات	٢	٣٠	٣	- الوثب العمودي لسارجنت	القوة	
	٣	١٠	١	- رمي كرة بالذراع لأقصى مسافة	المميزة	
	١	٦٠	٦	- الوثب العريض من الثبات	بالسرعة	
ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف	٢	٢٠	٢	- اختبار المرونة الديناميكية.	المرونة	
	١	٨٠	٨	- اختبار ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف		
	٣	١٠	١	- رفع الكتفين من الانبطاح.		
العدو ٣٠م بدء عالي	٢	١٠	١	- العدو ١٠ث	السرعة	
	١	٨٠	٨	- العدو ٣٠م بدء عالي		
	٣	١٠	١	- العدو في المكان ١٥ث		
الحجل علي قدم واحدة	١	٨٠	٨	- الحجل على قدم واحدة	القوة العضلية	
	٢	١٠	١	- ثني الركبتين نصفاً من الوقوف		
	٣	١٠	١	- التعلق مع ثني الذراعين		

يوضح جدول (٣) الإختبارات التي حصلت عليها نسبة من آراء الخبراء والتي أسفرتها نتيجة الاستطلاع، وللتأكد من إعتدالية توزيع العينة تم إجراء التجانس لعينة البحث في المتغيرات البدنية المختارة قيد البحث، كما هو موضح في جدول (٤)

جدول (٤)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات البدنية المختارة

ن = ٣٠

الاختبار - القياس	هدف القياس	وحدة القياس	المرحلة السنوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الجرى في المكان اق	التحمل	عدد	١١ سنة	٣٨.٨١	٣.٨٥٦	٣٨.٨٠	٠.٩٨٥
			١٢ سنة	٤٣.٢٥	٢.٦٣٩	٤٣.٠٠	٠.٧٤١
			١٣ سنة	٤٦.٣١	٣.٢٤٥	٤٦.٠٠	٠.٢٨٧
الوثب العريض من الثبات	القدرة	سم	١١ سنة	٩٩.١٧	٣.٥٧٩	٩٩.٠٠	٠.٦٤٢
			١٢ سنة	١٠٤.٨٢	٢.١٩٨	١٠٤.٨٠	٠.٢٣١-
			١٣ سنة	١١١.٩٢	٢.٦٠٩	١١٢.٠٠	٠.٠٩٢-
ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف	المرونة	درجه	١١ سنة	٧.١٨	٢.٠٩	٧.٠٠	٠.٨٧٢-
			١٢ سنة	٦.٧٢	٢.١٠	٦.٥٠	٠.٣٦٧
			١٣ سنة	٥.٥١	٠.٧٨	٥.٣٠	٠.٨١٠
العدو ٣٠م من البدء العالي	السرعة	ثانية	١١ سنة	٧.٨٥	١.٢١٣	٧.٥٠	٠.٠٩٤
			١٢ سنة	٧.١٤	١.١٨٧	٧.٠٠	٠.٠٩٩-
			١٣ سنة	٦.٢٢	٠.٩٠٥	٦.٠٠	٠.٧٢٩
الحجل علي قدم واحدة ١٠م ذهاب وعودة	القوة	ثانية	١١ سنة	١٣.٣٥	٠.١٦٩	١٣.٠٠	٠.٢٨٧
			١٢ سنة	١٢.٥٤	٠.٩٢٣	١٢.٤٠	٠.٧٩١
			١٣ سنة	١١.٤٢	٠.٧١٦	١١.٢٠	٠.٩٢٢

يوضح جدول (٤) أن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (-٠.٨٧٢ الي ٠.٩٨٥) أي أنها إنحصرت ما بين (±١) الأمر الذي يشير إلي إعتدالية توزيع العينة وتجانسها في المتغيرات البدنية.

٢- متغيرات القدرات الحركية:

- إختبارات القدرات الحركية. مرفق (٥)

تم تحديد القدرات الحركية المرتبطة بالتطور الحركي لعينة البحث والتي اشتملت علي (الدقة- التوازن- الرشاقة- التوافق)، حيث وضعت مجموعة من الاختبارات تقيس تلك القدرات وتم عرضها علي الخبراء مرفق (٣) وأسفرت نتيجة العرض علي الاختبارات الموضحة بالجدول رقم (٥).

جدول (٥)

أراء الخبراء حول تحديد إختبارات القدرات الحركية المرشحة

القدرات	الاختبارات المرشحة	التكرار	%	الترتيب	الاختبارات المستخلصة
الدقة	التصويب بالطوق علي الصولجانات.	١	١٠	٣	التصويب بالقدم
	التصويب باليد علي المرمي المقسم.	٢	٢٠	٢	علي الدوائر
	اختبار التصويب بالقدم علي الدوائر المتداخلة	٧	٧٠	١	المتداخلة
التوازن	الانبطاح المائل والثبات علي يد ورجل واحدة.	٢	٢٠	٢	الوقوف بالقدم
	الوقوف علي اليدين.	١	١٠	٣	الطولية علي مكعب
	الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب ١٠×١٠سم	٧	٧٠	١	"١٠×١٠سم".
الرشاقة	اختبار بارو للرشاقة	١	١٠	٢	المراوغة بالكرة بين
	اختبار المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م	٨	٨٠	١	القوائم لمسافة ٢٥م
	الجري المكوكي ١٠×٤م	١	١٠	٣	
التوافق	اختبار القدرة علي الربط الحركي (الاداء المركب)	٨	٨٠	١	القدرة علي الربط
	القدرة الإيقاعية	١	١٠	٢	الحركي (الاداء
	التوازن الحركي	١	١٠	٣	المركب)

يوضح جدول (٥) قبول الإختبارات التي حصلت علي أعلى نسبة من أراء الخبراء بين الإختبارات المرشحة وقد أسفرت نتيجة الاستطلاع عن الإختبارات التالية:

- التصويب بالقدم علي الدوائر المتداخلة.
- الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب "١٠×١٠سم".
- المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م.
- القدرة علي الربط الحركي (الاداء المركب).

وللتأكد من إعتدالية توزيع العينة تم إجراء التجانس لعينة البحث في القدرات الحركية المختارة (الدقة- التوازن- الرشاقة- التوافق) كما يوضحه جدول (٦).

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء

لعينة البحث في القدرات الحركية المختارة

ن = ٣٠

الإختبارات	هدف القياس	وحدة القياس	المرحلة السنوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
التصويب بالقدم علي الدوائر المتداخلة	الدقة	درجة	١١ سنة	٣.٢٨	٠.٧٥٢	٣.٠٠	٠.٤٩١-
			١٢ سنة	٤.١٠	٠.٨٢٢	٤.٠٠	٠.١١٩
			١٣ سنة	٤.٧٣	٠.٥٨١	٤.٦٠	٠.٦٥١
الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب "١٠×١٠سم".	التوازن	ثانية	١١ سنة	١٨.٩٣	٠.٦٢٨	١٨.٧٥	٠.٧٨٢
			١٢ سنة	٢٠.١٧	٠.٨٢٥	٢٠.١٠	٠.٤٢٢-
			١٣ سنة	٢٥.٧١	٠.٦٥٨	٢٥.٥٠	٠.٨٧٠
المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥ م	الرشاقة	ثانية	١١ سنة	٤٢.٠٤	٠.٥٤١	٤٢.٠٠	٠.٥٣٤
			١٢ سنة	٣٩.٥١	٠.٦٧٤	٣٩.٤٠	٠.٢١٨-
			١٣ سنة	٣٦.١٧	٠.٤٤٣	٣٦.٠٠	٠.٢٨٦
القدرة علي الربط الحركي (الاداء المركب)	التوافق	ثانية	١١ سنة	٢٧.١١	٠.٤٥٦	٢٧.٢٠	٠.٦٧٣
			١٢ سنة	٢٥.٧٠	٠.٧٠١	٢٥.٦٠	٠.٧٥٢
			١٣ سنة	٢٢.٢٣	٠.٢٩٨	٢٢.٢٠	٠.٢٦٤

يوضح جدول (٦) أن قيم معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (-٠.٤٩١ إلى ٠.٨٧٠) أي أنها إنحصرت ما بين (±١) الأمر الذي يشير إلي إعتدالية توزيع العينة وتجانسها في المتغيرات البدنية.

٢-المهارات الأساسية قيد البحث: مرفق ٦

إستخدم الباحث بطارية الاختبارات المهارية للبراعم والمبتدئين (بطارية فاندرهوف Vanderhoof Test) وهي معايرة وتصلح للتطبيق علي المراحل السنوية من ٨ وحتى ١٥ سنة، ويرى الباحث أنها مناسبة للتطبيق علي مبتدئي مدارس كرة القدم والتي اشتملت علي الاختبارات التالية:

- ١- اختبار ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيرة.
- ٢- اختبار الجري بالكرة بين القوائم ثم العودة.
- ٣- اختبار إيقاف الكرة بباطن القدم في مساحة محددة.

- ٤- اختبار ضرب الكرة بالرأس من الثبات نحو الدوائر المرسومة علي الأرض.
٥- اختبار المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م.
٦- اختبار دقة التصويب من الثبات.

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث في الاختبارات المهارية قيد البحث

ن = ٣٠

م	الإختبارات	وحدة القياس	المرحلة السنوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيرة	ثانية	١١ سنة	١٠.٦١	٠.٧٠٢	١٠.٥٠	٠.٨٩
			١٢ سنة	٩.٠٦	٠.٧٩٠	٩.٠٠	٠.٧٥
			١٣ سنة	٨.٥٣	٠.٥٥٤	٨.٤٠	٠.٨٧٠
٢	الجري بالكرة بين القوائم ثم العودة	ثانية	١١ سنة	١٩.٢٥	٠.٧٦١	١٩.٣٠	٠.٤٣٨
			١٢ سنة	١٧.٥٨	٠.٦٦٥	١٧.٥٠	٠.٧٨٨
			١٣ سنة	١٧.٠٢	٠.٨١٢	١٧.٠٠	٠.٣٥٧
٣	إيقاف الكرة بباطن القدم في مساحة محددة	درجة	١١ سنة	٥.٨٩	١.٠١١	٥.٧٥	٠.٢٤٣
			١٢ سنة	٧.٦٣	٠.٩٨٠	٧.٥٠	٠.٥٤٣
			١٣ سنة	١٠.٧٣	٠.٧٩٤	١٠.٦٠	٠.٦٩٢
٤	ضرب الكرة بالرأس من الثبات نحو الدوائر المرسومة علي الارض	درجة	١١ سنة	٤.١١	٠.٧٨٦	٤.٠٠	٠.٥٦٠
			١٢ سنة	٥.٦٧	٠.٧٤٢	٥.٥٠	٠.٥٢٧
			١٣ سنة	٦.٢٢	٠.٦٧٩	٦.٠٠	٠.١٩٩
٥	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م	ثانية	١١ سنة	٤٢.١٥	٠.٩٩٢	٤٢.١٠	٠.٨١١
			١٢ سنة	٣٩.٩٨	٠.٨٤٩	٤٠.٠٠	٠.٢٩٣
			١٣ سنة	٣٧.٧٦	٠.٥٠٥	٣٧.٥٠	٠.٧٦٠
٦	دقة التصويب من الثبات	درجة	١١ سنة	٢.٩٩	٠.٤٣٢	٣.٠٠	٠.٦٦١
			١٢ سنة	٤.٠٤	٠.٨٢٢	٤.٠٠	٠.٧٤٢
			١٣ سنة	٤.٧٢	٠.٠٩٩	٤.٦٠	٠.٩٠٠

يوضح الجدول رقم (٧) أن قيم معاملات الالتواء لعينة البحث في الاختبارات المهارية قيد البحث قد تراوحت ما بين (-٠.٥٧٠ إلى ٠.٩٥٠) أي أنها إنحصرت ما بين (١±) الأمر الذي يشير إلي إعتدالية توزيع العينة وتجانسها في المتغيرات البدنية.

المعاملات العلمية للاختبارات:

١ - معامل الصدق:

إستخدم الباحث أسلوب التمايز بين مجموعتين من أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية إحداهما من فئة (١١ سنة) وعددهم (١٠) مبتدئين، والأخرى من فئة (١٣ سنة) وعددهم (١٠) مبتدئين أيضاً، وتمت المقارنة بين نتائج المجموعتين باستخدام معامل ارتباط البسيط لبيرسون لحساب معامل الصدق للاختبارات المستخدمة في قياس القدرات البدنية والحركية والمهارات الأساسية في كرة القدم، والجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

معامل الصدق لإختبارات القدرات البدنية والحركية والمهارية قيد البحث

$$10 = 2n = 10$$

معامل الارتباط	سنة ١٣		سنة ١١		وحدة القياس	الاختبارات
	انحراف معياري	متوسط حسابي	انحراف معياري	متوسط حسابي		
٠.٩٦٧	٣.٢٤٥	٤٦.٣١	٣.٨٥٦	٣٨.٨١	عدد	الجرى في المكان اق
٠.٧٦٢	٢.٦٠٩	١١١.٩٢	٣.٥٧٩	٩٩.١٧	سم	الوثب العريض من الثبات
٠.٨٣٠	٠.٧٨	٥.٥١	٢.٠٩	٧.١٨	درجة	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف
٠.٨٠١	٠.٩٠٥	٦.٢٢	١.٢١٣	٧.٨٥	ثانية	العدو ٣٠ من البدء العالي
٠.٧٢٦	٠.٧١٦	١١.٤٢	٠.١٦٩	١٣.٣٥	ثانية	الحجل علي قدم واحدة ١٠ ذهاب وعودة
٠.٨١٨	٠.٥٨١	٤.٧٣	٠.٧٥٢	٣.٢٨	درجة	التصويب بالقدم علي الدوائر المتداخلة
٠.٦٦٠	٠.٦٥٨	٢٥.٧١	٠.٦٢٨	١٨.٩٣	ثانية	الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب "١٠×١٠سم".
٠.٨٢٤	٠.٤٤٣	٣٦.١٧	٠.٥٤١	٤٢.٠٤	ثانية	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م
٠.٨٨١	٠.٢٩٨	٢٢.٢٣	٠.٤٥٦	٢٧.١١	ثانية	القدرة علي الربط الحركي (الاداء المركب)
٠.٧٦١	٠.٥٥٤	٨.٥٣	٠.٧٠٢	١٠.٦١	ثانية	ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيرة
٠.٧٩٢	٠.٨١٢	١٧.٠٢	٠.٧٦١	١٩.٢٥	ثانية	الجرى بالكرة بين القوائم ثم العودة
٠.٧٠٨	٠.٧٩٤	١٠.٧٣	١.٠١١	٥.٨٩	درجة	إيقاف الكرة بباطن القدم في مساحة محددة
٠.٧٦٣	٠.٦٧٩	٦.٢٢	٠.٧٨٦	٤.١١	درجة	ضرب الكرة بالرأس من الثبات نحو الدوائر المرسومة علي الارض
٠.٦٥٢	٠.٥٠٥	٣٧.٧٦	٠.٩٩٢	٤٢.١٥	ثانية	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م
٠.٦٢٥	٠.٠٩٩	٤.٧٢	٠.٤٣٢	٢.٩٩	درجة	دقة التصويب من الثبات

يوضح جدول (٨) وجود علاقات ارتباطيه دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة

الإستطلاعية "١١ سنة" و"١٣ سنة" في جميع الإختبارات البدنية والحركية والمهارية قيد البحث عند مستوي معنوية ٠.٠٥، مما يؤكد أن الاختبارات صادقة في قياس ما وضعت من آجلة.

٢ - معامل الثبات:

لحساب معامل الثبات إستخدم الباحث أسلوب التطبيق - إعادة التطبيق علي عدد (٣٠) برعم هم قوام العينة الاستطلاعية بفارق زمني يومان بين التطبيقين، حيث أجري التطبيق الأول يوم ٢٠١٥/١٢/١م، والتطبيق الثاني يوم ٢٠١٥/١٢/٨م، وتم حساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون، والجدول رقم (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

معامل الثبات لإختبارات القدرات البدنية والحركية والمهارية قيد البحث

ن = ٣٠

الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني	
		متوسط حسابي	انحراف معياري	متوسط حسابي	انحراف معياري
القدرات البدنية	الجرى في المكان اق	عدد	٤٣.٢٥	٢.٦٣٩	٤٦.٣١
	الوثب العريض من الثبات	سم	١٠٤.٨٢	٢.١٩٨	١١١.٩٢
	ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف	درجة	٦.٧٢	٢.١٠	٥.٥١
	العدو ٣٠ م من البدء العالي	ثانية	٧.١٤	١.١٨٧	٦.٢٢
	الحجل علي قدم واحدة ١٠ م ذهاب وعودة	ثانية	١٢.٥٤	٠.٩٢٣	١١.٤٢
القدرات الحركية	التصويب بالقدم علي الدوائر المتداخلة	درجة	٤.١٠	٠.٨٢٢	٤.٧٣
	الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب ١٠×١٠سم	ثانية	٢٠.١٧	٠.٨٢٥	٢٥.٧١
	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥ م	ثانية	٣٩.٥١	٠.٦٧٤	٣٦.١٧
	القدرة علي الربط الحركي (الاداء المركب)	ثانية	٢٥.٧٠	٠.٧٠١	٢٢.٢٣
المهارات الأساسية	ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيرة	ثانية	٩.٠٦	٠.٧٩٠	٨.٥٣
	الجرى بالكرة بين القوائم ثم العودة	ثانية	١٧.٥٨	٠.٦٦٥	١٧.٠٢
	إيقاف الكرة بباطن القدم في مساحة محددة	درجة	٧.٦٣	٠.٩٨٠	١٠.٧٣
	ضرب الكرة بالرأس من الثبات نحو الدوائر المرسومة علي الارض	درجة	٥.٦٧	٠.٧٤٢	٦.٢٢
	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥ م	ثانية	٣٩.٩٨	٠.٨٤٩	٣٧.٧٦
	دقة التصويب من الثبات	درجة	٤.٠٤	٠.٨٢٢	٤.٧٢

يتضح من الجدول رقم (٩) وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني عند مستوي معنوية ٠.٠٥ ولصالح الفئة العمرية ١٣ سنة، مما يدل علي ثبات تلك الاختبارات عند إعادة تطبيقها تحت نفس الظروف.
- قياسات البحث:

تم إجراء قياسات البحث خلال الفترة من ٢٠١٥/١٢/١٥م وحتى ٢٠١٦/١/١٥م علي عينة البحث الأساسية في المتغيرات المختارة بملاعب نادي طنطا الرياضي.
المعاملات الإحصائية:

إستخدم الباحث برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) والذي اشتمل علي المعالجات التالية: (المتوسطات الحسابية - الانحرافات المعيارية- معاملات الارتباط- معامل الالتواء- إختبار "ت"- النسب المئوية).

عرض ومناقشة النتائج:
أولاً: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول

جدول (١٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في معدلات النمو والقدرات البدنية والحركية لدي الافراد عينة البحث

ن = ٩٠

الاختبار - القياس	وحدة القياس	سنة ١١		سنة ١٢		سنة ١٣	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
معدلات النمو	العمر الزمني	١٠.٢١٥	٠.٧٦٢	١١.٦٣٣	٠.٧٤٩	١٢.٠٧٥	٠.٠٢١
	الوزن	٣٧.٨٢٠	١.٠٥٦	٤٠.٠٩٥	٢.٠٠٤	٤٢.٤٧١	٣.٧٨٢
	الطول الكلي للجسم	١٤٢.٠٥	٤.٠٨٢	١٤٣.٧٦	٤.٨٦٤	١٥٠.١٩	٥.٠١٥
القدرات البدنية	الجرى في المكان اق	٣٨.٨١	٣.٨٥٦	٤٣.٢٥	٢.٦٣٩	٤٦.٣١	٣.٢٤٥
	الوثب العريض من الثبات	٩٩.١٧	٣.٥٧٩	١٠٤.٨٢	٢.١٩٨	١١١.٩٢	٢.٦٠٩
	ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف	٧.١٨	٢.٠٩	٦.٧٢	٢.١٠	٥.٥١	٠.٧٨
	العدو ٣٠ م من البدء العالي	٧.٨٥	١.٢١٣	٧.١٤	١.١٨٧	٦.٢٢	٠.٩٠٥
القدرات الحركية	الحجل علي قدم واحدة ١٠ م	١٣.٣٥	٠.١٦٩	١٢.٥٤	٠.٩٢٣	١١.٤٢	٠.٧١٦
	التصويب بالقدم علي الدوائر المتداخلة	٣.٢٨	٠.٧٥٢	٤.١٠	٠.٨٢٢	٤.٧٣	٠.٥٨١
	الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب.	١٨.٩٣	٠.٦٢٨	٢٠.١٧	٠.٨٢٥	٢٥.٧١	٠.٦٥٨
	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥ م	٤٢.٠٤	٠.٥٤١	٣٩.٥١	٠.٦٧٤	٣٦.١٧	٠.٤٤٣
	القدرة علي الربط الحركي (الاداء المركب)	٢٧.١١	٠.٤٥٦	٢٥.٧٠	٠.٧٠١	٢٢.٢٣	٠.٢٩٨

جدول (١١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في المستوي المهاري لدي الافراد عينة البحث

ن = ٩٠

م	الاختبار - القياس	وحدة القياس	سنة ١١		سنة ١٢		سنة ١٣	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيرة	ثانية	١٠.٦١	٠.٧٠٢	٩.٠٦	٠.٧٩٠	٨.٥٣	٠.٥٥٤
٢	الجرى بالكرة بين القوائم ثم العودة	ثانية	١٩.٢٥	٠.٧٦١	١٧.٥٨	٠.٦٦٥	١٧.٠٢	٠.٨١٢
٣	إيقاف الكرة بباطن القدم في مساحة	درجة	٥.٨٩	١.٠١١	٧.٦٣	٠.٩٨٠	١٠.٧٣	٠.٧٩٤

							محددة
٠.٦٧٩	٦.٢٢	٠.٧٤٢	٥.٦٧	٠.٧٨٦	٤.١١	درجة	ضرب الكرة بالرأس نحو الدوائر المرسومة علي الارض
٠.٥٠٥	٣٧.٧٦	٠.٨٤٩	٣٩.٩٨	٠.٩٩٢	٤٢.١٥	ثانية	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥ م
٠.٠٩٩	٤.٧٢	٠.٨٢٢	٤.٠٤	٠.٤٣٢	٢.٩٩	درجة	دقة التصويب من الثبات

توضح الجداول أرقام (١٠، ١١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فئة عمرية لعينة البحث (من ١١ - ١٣ سنة) للتعرف علي مستوي التطور في متغيرات "معدلات النمو" المختارة، والمتغيرات البدنية، والقدرات الحركية، والمستويات المهارية قيد البحث لمبتدئي مدرسة كرة القدم، وذلك علي النحو التالي:

أ- تطور معدلات النمو:

إتضح أن الناشئ ينمو باستمرار في كل من الطول والوزن منذ سن (١١ سنة) وحتى (١٣ سنة)، إلا أن نمو الطول الكلي للجسم لم يحافظ علي معدلات النمو العالية في سن ١٢ سنة كما كان عليه في المرحله السنية الأعلى وهذا ما أكدته متوسطات قياسات الطول في الجدول (١٠) حيث كانت علي التوالي (٤٢.٠٥ سم، ٤٣.٧٦ سم، ٥٠.١٩ سم)، كذلك الحال بالنسبة لوزن الجسم فقد لوحظ ان التطور في سن ١٣ سنة عن سن ١٢ سنة لم يكن بالشكل الكبير عما كان عليه الوضع في سن ١١ سنة وهذا ما أكدته متوسطات قياسات الوزن في الجدول (١١) حيث كانت علي التوالي للمراحل السنية ١١ - ١٢ - ١٣ سنة (٣٧.٨٢٠، ٤٠.٠٩٥، ٤٢.٤٧١).

ويري الباحث أن هذه النتائج تمثل المظهر التكويني في نمو الفرد في بعض الخصائص الجسمية كالطول والوزن، وهذا ما تؤكد مظاهر النمو بأن هناك تغيرات جسمية وبدنية فهي جوانب تمثل المظهر التكويني في نمو الفرد في طولة ووزنه وأن هناك مظهرا للنمو أطلق عليه النمو الجسمي. (زهرا، ١٩٨٢، ص ٦٤ - ٦٥)

وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت اليه نتائج دراسة كل من خليل (٢٠٠٥) والتي أجريت علي المرحلة من ٦-١٢ سنة إلى تزايد الفروق في الطول والوزن مع تزايد العمر الزمني، كل من طول الجسم ووزنه للأعمار السنية قيد هذا البحث ينمو بشكل طبيعي نظرا لمساهمة كل منهما بنسبة أعلى ٨٩٪ في المنحنى الخطي.

وتتفق هذه النتائج أيضاً مع ما ذكره Wien (2005. p217) إن دراسة مقاييس الجسم الإنساني تعد نوعاً من علم وصف الإنسان الذي يهتم بالقياسات الجسمية، وتمدنا هذه القياسات بمعلومات مفيدة عن النمو والتطور.

حيث **Morehouse&Miller (2001. p278)** أن خصائص النمو هي خصائص مورفولوجية، وأكد علي أهميتها في الأداء الرياضي حيث أنه في حالة تساوي جميع العوامل الأخرى فإن اللاعب اللائق من الناحية المورفولوجية يتفوق علي اللاعب الذي يفتقر للناحية المورفولوجية، كما أن الإستمرار في التدريب والمسابقات لتلك الأنشطة يحدث تغييراً مورفولوجياً لدي اللاعبين بنسب تختلف حسب نوع وطبيعة هذا النشاط.

ب- تطور معدلات القدرات البدنية:

إتضح أن تطور متوسطات قياسات المستوي البدني كانت صاعدة حيث أن الزمن وحدة القياس المستخدمة وتتوالي من سنة لآخري، وفي عناصر (السرعة، والقوة العضلية) كانت متوسطات القياسات هابطة وتتوالي من سنة لآخري باستثناء عنصر السرعة في سن ١٢ سنة، وهذا ما أكدتة متوسطات قياسات القدرات البدنية في جدول (١٢) حيث كانت علي التوالي للمراحل السنية ١١-١٢ سنة (٣٨.٨١، ٤٣.٢٥، ٤٦.٣١) لإختبار الجري في المكان اق، (٩٩.١٧، ١٠٤.٨٢، ١١١.٩٢) لإختبار الوثب العريض من الثبات، (٧.١٨، ٦.٧٢، ٥.٥١) لإختبار ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف، (٧.٨٥، ٧.١٤، ٦.٢٢) لإختبار العدو ٣٠م من البدء العالي، (١٣.٣٥، ١٢.٥٤، ١١.٤٢) لإختبار الحجل علي قدم واحدة ١٠م ذهاب وعودة.

ويري الباحث أن هذه النتائج تتفق مع ما أكده زهران (١٩٨٢، ص ٤٦) من انها تتفق مع أحد مبادئ وقوانين النمو المتضمن نواحي التغيير العضوي الوظيفي، فتنحس المرونة نتاج لوظيفة الجهاز المفصلي علي سبيل المثال، ومن جانب آخر فإن عدم استمرار المنحنيات في صعودها أو هبوطها بدء من سن ١١-١٣ سنة، فهذا ما اكدتة ايضا مبادئ النمو وهو الفروق الفردية واضحة في النمو وكل فرد ينمو بطريقة وسلوك خاص به. (زهران، ١٩٨٢، ص ٥٣، ٥٢؛ منصور وعبد السلام، ١٩٨٠، ص ٩٠) حيث ان الانحراف يظهر واضحا في نتائج الافراد عينة الدراسة، وهذا ما يبدو واضحا في نتائج الدراسة من خلال الجدول رقم (١٥).

وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت اليه نتائج دراسة كل من خليل (٢٠٠٥) من تزايد سرعة نمو تحمل القوة والمرونة من عام لآخر خلال المرحلة من ٦-٩ سنوات، بينما تزداد سرعة القوة العضلية، وبنسبة عالية في التحمل الدوري التنفسي في المرحلة من ٩-١٢ سنة، كما توصلت دراسة عيسى (٢٠٠٢) إلى التعرف على ديناميكية تطور القدرات البدنية للمتغيرات قيد البحث لدى المراحل السنية (١١، ١٣، ١٥، ١٧ سنة)، وديناميكية تطور القدرات الحركية لنفس المتغيرات.

ج- تطور القدرات الحركية:

متوسطات قياسات المستوي الحركي كانت صاعدة وهابطة، ففي عناصر (الدقة والتوازن) كانت متوسطات القياسات صاعدة وتتوالي من سنة لآخري فيما عدا عنصر التوازن علي الرغم من أن الزمن وحدة القياس المستخدمة الا انه كلما زاد الزمن زاد تطور التوازن، وفي عناصر (الرشاقة والتوافق الحركي) كانت متوسطات القياسات هابطة وتتوالي من سنة لآخري، وهذا ما أكدتة متوسطات قياسات القدرات الحركية في جدول (١٢) حيث كانت علي التوالي للمراحل (١١-١٢-١٣) سنة (٣.٢٨، ٤.١٠، ٤.٧٣) لإختبار التصويب بالقدم علي الدوائر، (١٨.٩٣، ٢٠.١٧، ٢٥.٧١) لإختبار الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب، (٤٢.٠٤، ٣٩.٥١، ٣٦.١٧) للمرأوغة بالكرة بين القوائم، (٢٥.٧٠، ٢٧.١١، ٢٢.٢٣) لإختبار القدرة علي الربط الحركي.

ويؤكد جبر (٢٠٠٥، ص ٩٠) أن البعض يشير إلى أن هناك تمييز ما بين القدرات البدنية والقدرات الحركية من حيث مكوناتها وطبيعتها فيستخدم مصطلح القدرات البدنية للدلالة على الحالة الصحية والسعة الوظيفية في أداء نشاط بدني معين، بينما يستخدم مصطلح القدرات الحركية للدلالة على مدى كفاءة الأداء للمهارات الحركية الأساسية والمهارات المرتبطة بالقدرات العقلية. ويؤكد الباحث أن مفهوم الرشاقة من المفاهيم التي يكثر حولها الجدل والاختلاف بين الباحثين في مجال التربية، وقد يعزى ذلك إلى الطبيعة الحركية لهذه الصفة وارتباطها ببعض الصفات البدنية والقدرات المهارية الأخرى، وتؤكد كل من العبيدي وعبد المالكى (٢٠٠٨، ص ١٠٤) أن كل نوع من أنواع الرياضة له شكل خاص من الرشاقة، ويحدد مستوى الرشاقة بقدرة اللاعب على تقبله للحركة وتطبيقها، ويؤكد حمادة (٢٠١٥) أن تدريبات القدرات التوافقية لها تأثيرا ايجابيا علي مستوي اداء بعض المهارات الاساسية.

ويرتبط التوافق بكثير من الصفات والقدرات البدنية والحركية الاخرى مثل السرعة والرشاقة والتوازن والدقة، وتشير الدراسات الى وجود ارتباط معنوي بين التوافق الحركي وكل من التوازن والسرعة والرشاقة، بينما يوجد ارتباط منخفض مع كل من القوة العضلية والتحمل. (جبر، ٢٠٠٥، ص ٩٠)

د- تطور معدلات المستوي المهاري:

متوسطات قياسات المستويات المهارية كانت صاعدة وهابطة، ففي مهارات (السيطرة علي الكرة وضرب الكرة بالرأس والتصويب) كانت متوسطات قياسات المستوي صاعدة وتتوالي من سنة لآخري، وفي مهارات (الركل والجري بالكرة والمرأوغة) كانت متوسطات قياسات المستوي هابطة وتتوالي من سنة لآخري، وهذا ما أكدتة قياسات المستوي المهارية في جدول (١١) حيث كانت علي التوالي للمراحل السنية ١١-١٢-١٣ سنة (١٠.٦١، ٩.٠٦، ٨.٥٣) لإختبار ركل الكرة بباطن القدم، (١٩.٢٥، ١٧.٥٨، ١٧.٠٢) لإختبار الجري بالكرة بين القوائم، (٥.٨٩، ٧.٦٣، ١٠.٧٣) لإختبار إيقاف الكرة بباطن القدم في مساحة محددة، (٤.١١، ٥.٦٧، ٦.٢٢) لإختبار ضرب الكرة

بالرأس نحو الدوائر المرسومة علي الارض، (٤٢.١٥، ٣٩.٩٨، ٣٧.٧٦) لإختبارالمراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م، (٢.٩٩، ٤.٠٤، ٤.٧٢) لإختباردقة التصويب من الثبات.

وتتفق نتائج معظم الدراسات السابقة كدراسة كل من Alves (2003) ؛ موسى (٢٠٠٨) ؛ Lescott (2006) ؛ Morries&Ghonnson (2009) ؛ Kattes&Kellas (2009) ؛ (2012)؛البناي (٢٠١٣) ؛ عبد المقصود (٢٠١٥)علي أن تدريب الصفات البدنية والقدرات الحركية تؤثر تأثيرا ايجابياً علي تطور أداء المهارات الاساسية في كرة القدم في جميع المراحل السنوية لعينات الدراسات.

وبذلك تتحقق الإجابة علي التساؤل الأول من تساؤلات البحث والذي ينص على "ماهي مستويات التطور البدني "الجسمي" والحركي والمستوي المهاري من سن الحادية عشرة حتي الثالثة عشرة لبراعم مدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي.؟".
ثانياً: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني

جدول (١٢)

النسب المئوية للفروق بين الفئات العمرية المتتالية في معدلات النمو والقدرات البدنية والحركية لدي عينة البحث

١٢ - ١٣ سنة		١١ - ١٢ سنة		المتغيرات	
%	الفروق	%	الفروق		
١٣.٣٣	٠.٤٤٢	٤٢.٧٨	١.٤١٨	العمر الزمني	معدلات النمو
٢٥.١١	٢.٣٧٦	٢٤.٠٥	٢.٢٧٥	الوزن	
٥٩.١٠	٦.٤٣	١٥.٧٢	١.٧١	الطول الكلي للجسم	
٢٢.١٣	٣.٠٦	٣١.٣٠	٤.٤٤	الجرى في المكان اق	القدرات البدنية
٢٥.٨٣	٧.١	٢٠.٦٦	٥.٦٨	الوثب العريض من الثبات	
٥٦.٢٨	١.٢١-	٢١.٣٩	٠.٤٦-	ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف	
٣٦.٨	٠.٩٢-	٢٨.٤	٠.٧١-	العدو ٣٠م من البدء العالي	
٤٣.٢٤	١.١٢-	٣١.٢٨	٠.٨١-	الحجل علي قدم واحدة ١٠م ذهاب وعودة	القدرات الحركية
٢٦.٢٥	٠.٦٣	٣٤.١٧	٠.٨٢	التصويب بالقدم علي الدوائر المتداخلة	
٥٦.٥٩	٥.٥٤	١٢.٦٧	١.٢٤	الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب "١٠×١٠سم".	
٢٧.٩٠	٣.٣٤-	٢١.١٤	٢.٥٣-	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م	
٤٠.١٦	٣.٤٧-	١٦.٣٢	١.٤١-	القدرة علي الربط الحركي (الاداء المركب)	

جدول (١٣)

النسب المئوية للفروق بين الفئات العمرية المتتالية في المستوى المهاري
لدى الافراد عينة البحث

١٢ - ١٣ سنة		١١ - ١٢ سنة		الاختبارات
%	الفروق	%	الفروق	
١٥.٧٧	٠.٥٣-	٤٦.١٣	١.٥٥-	ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيرة
١٣.٦٣	٠.٥٦-	٤٠.٦٣	١.٦٧-	الجري بالكرة بين القوائم ثم العودة
٣٢.٧٣	٣.١٠	١٨.٣٧	١.٧٤	إيقاف الكرة بباطن القدم في مساحة محددة
١٠.٦٦	٠.٥٥	٣٠.٢٣	١.٥٦	ضرب الكرة بالرأس نحو الدوائر المرسومة علي الارض
١٨.٣٨	٢.٢٢-	١٧.٩٦	٢.١٧-	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م
٢٩.١٨	٠.٦٨	٤٥.٠٧	١.٠٥	دقة التصويب من الثبات

توضح الجداول أرقام (١٢، ١٣) النسب المئوية للفروق بين الفئات العمرية المتتالية في

معدلات النمو والقدرات البدنية والحركية المستوى المهاري والتي أشارت الي:

- أقل نسبة فروق في "معدلات النمو" المختارة كانت (١٣.٣٣٪) في العمر الزمني بين المرحلتين العمريتين (١٢ - ١٣ سنة)، في حين كانت أعلى نسبة فروق (٥٩.١٠٪) في الطول الكلي للجسم أيضاً بين المرحلتين العمريتين (١٢ - ١٣ سنة).
- أقل نسبة فروق في المتغيرات البدنية كانت (٢٠.٦٦٪) في القدرة العضلية" الوثب العريض من الثبات" بين المرحلتين العمريتين (١١ - ١٢ سنة)، في حين كانت أعلى نسبة فروق (٥٦.٢٨٪) في المرونة "ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف" بين المرحلتين العمريتين (١٢ - ١٣ سنة).
- أقل نسبة فروق في القدرات الحركية كانت (١٢.٦٧٪) في التوازن "الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب ١٠×١٠سم بين المرحلتين العمريتين (١١ - ١٢ سنة)، في حين كانت أعلى نسبة فروق (٥٦.٥٩٪) في التوازن أيضاً بين المرحلتين العمريتين (١٢ - ١٣ سنة).
- أقل نسبة فروق في المستويات المهارية قيد البحث كانت (١٠.٦٦٪) في مهارة ضرب الكرة بالرأس بين المرحلتين العمريتين (١٢ - ١٣ سنة)، في حين كانت أعلى نسبة فروق (٤٦.١٣٪) في مهارة ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيرة (١١ - ١٢ سنة).

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة خليل (٢٠٠٥) من تزايد الفروق في الطول والوزن مع تزايد العمر الزمني، وتتصاعد الفروق الفردية للقدرات البدنية في المرحلة من ٦-١٢ سنة مع تصاعد العمر الزمني، وتزداد سرعة نمو تحمل القوة والمرونة من عام لآخر في المرحلة من ٦-٩ سنوات، بينما تزداد سرعة القوة العضلية بنسب عالية في التحمل الدوري التنفسي في المرحلة من ٩-١٢ سنة، وتتصاعد الفروق الفردية لمكونات القدرة الحركية في المرحلة من ٦-١٢ سنة مع تصاعد العمر الزمني فيما عدا التوازن حيث لم تنتظم قيمه.

وهذه النتائج تتفق مع أحد مبادئ النمو والذي يشير الي إختلاف سرعة النمو في مراحل النمو ليست مطرده وأنها لا تسير علي وتيره واحده. (Morehouse & Miller. 2001.p50) وبذلك تتحقق الإجابة علي التساؤل الثاني من تساؤلات البحث والذي ينص على "هل تتفاوت نسب الفروق بين الفئات العمرية المتتالية في جميع متغيرات التطور البدني والحركي والمستوي المهاري لبراعم مدرسة كرة القدم بنادي.....؟".

- عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثالث:

جدول (١٤)

مصفوفة معاملات الارتباط للتطور معدلات النمو والقدرات البدنية والحركية
لدى الافراد عينة البحث

ن = ٩٠

المتغيرات	الرقم	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢
معدلات النمو	العمر الزمني		٠.٨٥١	٠.٦٩٩	٠.٧٨١	٠.٧٧١	-٠.٤٩٧	٠.٥١٩	٠.٥٠٥	٠.٤٤٩	٠.٧٠١	٠.٩٠٣	٠.٥٢٨
	الوزن			٠.٧٨٣	-٠.٧٧٥	-٠.٥٨٢	-٠.٨٠٤	-٠.٤٩٥	-٠.٨٢٢	٠.٥٢٠	-٠.٥٧٦	٠.٤٨٣	٠.٤٩٩
	الطول الكلي للجسم				٠.٦٦١	٠.٦٦٨	٠.٦١٦	٠.٥١٨	٠.٤٤٣	٠.٥٤٨	٠.٦٥٠	٠.٥٦٤	٠.٤٢٣
القدرات البدنية	الجرى في المكان اق					٠.٥٤٥	٠.٤٣٥	٠.٤٠٩	٠.٥٦٢	٠.٤٣٩	٠.٤٨٧	٠.٦٢١	٠.٦١١
	الوثب العريض من الثبات						٠.٤٩٠	٠.٦١٠	٠.٤٢١	٠.٥٣٨	٠.٦٦١	٠.٧١٢	٠.٣٢٨
	ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف							٠.٨١٣	٠.٥٠٧	٠.٦٢٠	٠.٤١١	٠.٥٠٧	٠.٦١٤
	العدو ٣٠م من البدء العالي								٠.٨٨٢	٠.٤٤٨	٠.٦١٩	٠.٥٨٢	٠.٨٠١
	الحجل علي قدم واحدة ١٠م ذهاب وعودة									٠.٥٥٢	٠.٤٣٩	٠.٤١٠	٠.٧٢٩
	التصويب بالقدم علي الدوائر المتداخلة										٠.٥٦٥	٠.٤٠٩	٠.٥١٨
	الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب "١٠×١٠سم".											٠.٧٧٠	٠.٤٧٢
	المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م												٠.٧٠٠
القدرة علي الربط الحركي (الاداء المركب)													

معامل الارتباط $r = 0.228$ توي معنوي $p < 0.05$

جدول (١٥)

مصفوفة معاملات الارتباط لتطور المستوي المهاري لفراد عينة البحث

ن = ٩٠

الإختبارات	الرقم	١	٢	٣	٤	٥	٦
ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيرة	١	٠.٧٣١	٠.٧٠٣	٠.٨٧١	٠.٩٠٦	٠.٥٤٤	
الجري بالكرة بين القوائم ثم العودة	٢		٠.٤٥٣	٠.٤٦٧	٠.٥٩٠	٠.٧٢١	
إيقاف الكرة بباطن القدم في مساحة محددة	٣			٠.٥٢١	٠.٥٦٤	٠.٧٠٣	
ضرب الكرة بالرأس نحو الدوائر المرسومة علي الارض	٤				٠.٦٢٤	٠.٤٥٧	
المراوغة بالكرة بين القوائم لمسافة ٢٥م	٥					٠.٥٦٣	
دقة التصويب من الثبات	٦						

معامل الارتباط عند مستوي معنوية ٠.٠٥ = ٠.٢٢٨

توضح الجداول أرقام (١٤، ١٥) مصفوفة معاملات الارتباط لتطور معدلات النمو والقدرات البدنية والحركية والمستوي المهاري لدي عينة البحث والتي أشارت أن هناك علاقات إرتباطية موجبة وسالبة دالة إحصائياً عند مستوي معنوية ٠.٠٥ في جميع متغيرات الدراسة.

وكانت العلاقات الإرتباطية السالبة الدالة إحصائياً بين معامل الوزن وكل من إختبارات "الجري في المكان اق، الوثب العريض من الثبات، ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف، العدو ٣٠م من البدء العالي، الحجل علي قدم واحدة ١٠م ذهاب وعودة، والوقوف بالقدم الطولية علي مكعب ١٠×١٠سم"، وكذلك معامل ارتباط العمر الزمني مع كل من إختبار "ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف" فكانت دالة إحصائياً عند مستوي المعنوية ٠.٠٥.

ويتفق هذا مع نتائج دراسة خليل (٢٠٠٥) التي توصلت إلبالعلاقة بين القدرات البدنية والقدرات الحركية خلال المرحلة من ٦-١٢ سنة، وأن جميع مكونات القدرة الحركية تنمو في منحنى خطى صاعد غير أن نسبة مساهمة كل من القدرة العضلية والسرعة والتوافق أعلى من نسب الرشاقة والتوازن، وهذه النتائج تنفق مع أحد قوانين النمو وهو النمو عملية مستمرة متدرجة تتضمن نواحي التقدير الكمي والكيفي والعضوي والوظيفي.

وبذلك تتحقق الإجابة علي التساؤل الثالث من تساؤلات البحث والذي ينص علي "هل هناك علاقة بين متغيرات التطور البدني والحركي ومستوي تطور المهارات الأساسية فيما بينها وعلي عينة الدراسة الكلية؟"

في حدود أهداف البحث وتساؤلاته وفي ضوء النتائج المستخرجة إستخلص ما يلي:

١- بالنسبة لمستويات التطور البدني "الجسمي" والحركي والمستوي المهاري من سن الحادية عشرة حتى الثالثة عشرة لمبتدئي مدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي حيث:

- أظهرت نتائج تطور معدلات النمو: أن معدلات التطور تصاعديه، أي أن الناشئ ينمو باستمرار في كل من الطول والوزن منذ سن الحادية عشر وحتى سن الثالثة عشر، إلا أن نمو الطول الكلي للجسم لم يحافظ علي معدلات النمو العالية في سن ١٢ سنة كما كان عليها في المراحل السنية الأعلى وهذا ما أكدتة متوسطات قياسات الطول حيث كانت علي التوالي (٤٢.٠٥سم، ٤٣.٧٦سم، ١٥٠.١٩سم)، كذلك الحال بالنسبة لوزن الجسم فقد لوحظ ان التطور في سن ١٣ سنة عن سن ١٢ سنة لم يكن بالشكل الكبير عما كان عليه الوضع في سن ١١ سنة وهذا ما أكدتة متوسطات قياسات الوزن حيث كانت علي التوالي للمراحل السنية ١١-١٢-١٣ سنة (٣٧.٨٢٠، ٤٠.٠٩٥، ٤٢.٤٧١).

- أظهرت نتائج تطور القدرات البدنية: أن معدلاتها صاعدة وهابطة وكلاهما مؤشرات للتطور البدني، ففي عناصر (التحمل والقدرة والمرونة) كانت المعدلات صاعدة وتتوالي من سنة لآخري، وفي عناصر (السرعة، والقوة العضلية) كانت المعدلات هابطة وتتوالي من سنة لآخري باستثناء عنصر السرعة في سن ١٢ سنة، وهذا ما أكدتة متوسطات القدرات البدنية.

- أظهرت معدلات تطور القدرات الحركية: أن معدلاتها صاعدة وهابطة وكلاهما مؤشرات لتطور القدرات الحركية، ففي عناصر (الدقة والتوازن) كانت المعدلات صاعدة وتتوالي من سنة لآخري فيما عدا عنصر التوازن علي الرغم من أن وحدة قياسه الزمن إلا انه كلما زاد الزمن زاد تطور التوازن، وفي عناصر (الرشاقة والتوافق الحركي) كانت المعدلات هابطة وتتوالي من سنة لآخري.

- أظهرت معدلات تطور المستوي المهاري: أنها صاعدة وهابطة وكلاهما مؤشرات للتطور المهاري حيث أن الزمن وحدة القياس المستخدمة في تطور بعض المهارات لذلك أشارت المعدلات أنها هابطة في بعضها، وأن الدرجة وحدة القياس المستخدمة في تطور بعض المهارات لذلك أشارت المعدلات أيضاً أنها صاعده في بعضها.

٢- أظهرت نتائج مقارنة النسب المئوية للفروق بين الفئات العمرية المتتالية في متغيرات

الدراسة الي وجود تباين في بين الفئة العمرية والتي تليها، حيث أشارت النتائج الي أن:

- أقل نسبة فروق في "معدلات النمو" المختارة كانت (١٣.٣٣٪) في العمر الزمني بين (١٢-١٣ سنة)، وكانت أعلى نسبة فروق (٥٩.١٠٪) في الطول الكلي للجسم أيضاً بين (١٢-١٣ سنة)، وأقل نسبة فروق في "المتغيرات البدنية" كانت (٢٠.٦٦٪) في القدرة العضلية" الوثب العريض من الثبات" بين (١١-١٢ سنة)، وأعلى نسبة (٥٦.٢٨٪) في المرونة " ثني الجذع أماما أسفل من الوقوف" بين (١٢-١٣ سنة).

- أقل نسبة فروق في "القدرات الحركية" كانت (١٢.٦٧٪) في التوازن " الوقوف بالقدم الطولية علي مكعب "١٠×١٠سم" بين (١١- ١٢ سنة)، وكانت أعلى نسبة (٥٦.٥٩٪) في التوازن أيضاً بين (١٢- ١٣ سنة)، وأقل نسبة فروق في "المستويات المهارية" كانت (١٠.٦٦٪) في مهارة ضرب الكرة بالرأس بين (١٢- ١٣ سنة)، وكانت أعلى نسبة (٤٦.١٣٪) في مهارة ركل الكرة بباطن القدم علي مرامي صغيره بين (١١- ١٢ سنة).

٣- أظهرت مصفوفة معاملات الارتباطات لتطور معدلات النمو والقدرات البدنية والحركية والمستوي المهاري لدي عينة البحث أن هناك علاقات إرتباطية موجبة وسالبة دالة إحصائياً عند مستوي المعنوية ٠.٠٥ في جميع متغيرات الدراسة.
ثانياً: التوصيات

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث يوصي الباحث بما يلي:

١- ضرورة مراعاة الفروق الفردية في التطور البدني والحركي لمبتدئين من سن ١١- ١٣ سنة عند تعليم المهارات الأساسية بمدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي.

٢- ضرورة مراعاة بعض خصائص النمو كالطول والوزن وعلاقتها بتطور المتغيرات البدنية والحركية والمستوي المهاري.

٣- ضرورة الاهتمام بمتطلبات النمو البدني والحركي لكل فئة عمرية ما أمكن من خلال التغذية وبرامج التدريب البدني والحركي علي المبتدئين من سن ١١- ١٣ سنة بمدرسة كرة القدم بنادي طنطا الرياضي

٤- إجراء مزيداً من البحوث المماثلة للكشف عن تطور الجوانب المختلفة التي لم تشملها متغيرات الدراسة الحالية، وعلي عينات من مراحل سنوية مشابهة لتلك المرحلة السنوية قيد البحث أو مراحل أخرى.

٥- مراعاة نتائج هذه الدراسة الحالية وما أشارت اليه معدلات التطور عند وضع برامج لتطوير القدرات البدنية والحركية.

٦- ضرورة تدريب القائمين علي تدريب المبتدئين في مدارس كرة القدم بالأندية علي مراعاة عوامل التطور البدني والحركي عند تطوير أداء المستوي المهاريللمبتدئين والناشئين في كرة القدم.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية

١- البناي، طارق أحمد علي. (٢٠٠٨). وضع مستويات معيارية للقدرات البدنية والمهارية والمعرفية لانتقاء حراس مرمي كرة القدم بدولة الكويت. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.

- ٢- البناي، طارق أحمد علي. (٢٠١٣).فاعلية التدريب الباليستي علي تطوير أداء بعض القدرات الحركية والمهارية لناشئي حراس مرمي كرة القدم بدولة الكويت. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٣- العبيدي، نوال مهدي وعبد المالكي، فاطمة.(٢٠٠٨). علم التدريب الرياضي. بغداد: دار الأمم للطباعة والاستنساخ.
- ٤- جبر، قاسم لزام.(٢٠٠٥). موضوعات في التعلم الحركي. بغداد: ب.م.
- ٥- حماده، رامز عبد الستار. (٢٠١٥). تأثير مستوي بعض القدرات التوافقية علي بعض المتغيرات البدنية والمهارية والفسولوجية لناشئي كرة القدم. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ٦- خليل، إياد محمد السيد. (٢٠٠٥). بروفييل تطور القدرات البدنية والحركية وعلاقته بالعمر العقلي للتلاميذ من ٦ إلى ١٢ سنة. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة حلوان.
- ٧- زهران، حامد عبد السلام. (١٩٨٢). علم نفس النمو "الطفولة والمراهقة" (ط٤). القاهرة: عالم الكتب.
- ٨- شعلان، إبراهيم. (٢٠١٠). كرة القدم للبراعم والأشبال (٩-١٢ سنة). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- ٩- عبد المقصود، مصطفى عبد الله (٢٠١٥). تأثير التدريب التفاعلي علي تنمية بعض القدرات البدنية والمهارية لبراعم كرة القدم. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة بنها.
- ١٠- عيسي، وائل محمود. (٢٠٠٢). ديناميكية تطور القدرات البدنية والحركية و الجوانب الحس حركية الخاصة وعلاقتها بإنجاز الرقمي لدى السباحين الناشئين. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين بآبي قير. جامعة الإسكندرية.
- ١١- منصور، محمد جميل وعبد السلام، فاروق السيد. (١٩٨٠). النمو من الطفولة إلى المراهقة (ط٤). عمان: تهامة.
- ١٢- موسى، حيدر جابر. (٢٠٠٨). الواجبات الإضافية وأثرها في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية وتعلم بعض المهارات الأساسية لكرة القدم للطلاب. المؤتمر العلمي السنوي السادس لكلية التربية الأساسية في جامعة الموصل، العراق.

- 13- **Alves. L. (2003).**The Effect of Physical Program With Ball on the Physical and Technical Abilities for Football Players.Journal of Sports Science and Medicine. 3.
- 14- **Kattes. A.&Kellas. E. (2009).** Effect of Small- Sided Games On Physical and Performance in Young soccer Players. Journal of Sports Science and Medicine. 1
- 15- **Lescott. L. (2012).** The Effect of a Proposed Training Program to Develop the Physical and Skillful Side for Football Juniors. The Australian of Journal of Science and Medicine. 24.
- 16- **Morehouse.L.w.& Miller. A.T. (2001).** Physiology of exercise.saiet Louis 6th .Maosby Company.
- 17- **Morries. K.&Ghonsson. N. (2006).** The Impact of Small and Recreational Games Program On The Physical Fitness And Some Basic Skill for Football Juniors U 9 Years. of Sports Journal. 2.
- 18- **Wien. H. (2005).** Develop Game Intelligence in soccer. human kinetics. USA.
- 19- **Wilson Rolayn .(1995).**Haw to play soccer .leisure press champaionillinois. New York.

