

**تأثير برنامج تدريبي مقترح على بعض
المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي
للناشئين في كرة القدم**

إعداد

د/ يحيى أحمد كامل قطب
مدرس بقسم التدريب الرياضي
كلية التربية الرياضية-جامعة المنيا

د/ عمر أحمد على محمد
مدرس بقسم التدريب الرياضي
كلية التربية الرياضية-جامعة المنيا



المقدمة ومشكلة البحث :

التدريب الرياضى يهدف أساساً إلى محاولة الوصول بالفرد الرياضى إلى أعلى مستوى ممكن فى نوع النشاط الممارس ، كما أن ضمان وصول الفرد إلى هذا المستوى يلقى بدوره على عملية التدريب تحقيق واجبات معينة منها ما هو تعليمى وآخر تربوى ، ومن أهم تلك الواجبات تنمية الجوانب البدنية والمهارية والخططية والمعرفية وكذلك التربوية بصورة متكافئة لدى لاعبي المستويات الرياضية العالية .

وكرة القدم تتميز بأنها تمارس بين فريقين يتنافسان فى مساحة كبيرة نسبياً وعدد كبير من اللاعبين إذا ما قورنت بغيرها من الألعاب الأخرى ، الأمر الذى يستلزم تضافر وتكامل جميع عناصر إعداد الفريق بحيث تعمل كلها فى خط واحد لتحقيق الهدف الأساسى وهو الفوز بالمباراة .

وفى هذا الصدد يذكر " طه إسماعيل وآخرون " (١٩٨٩) أن كرة القدم تستدعى أن يقوم اللاعب بالتحرك طوال وقت المباراة ، واللاعب الذى تستنفذ قواه خلال المباراة يصبح عاله على فريقه ، حيث أنه يجب على اللاعب أن يكون قادراً على اللعب فى كل المناطق بساحة الملعب مشاركاً فى أعمال الدفاع و الهجوم إضافة إلى سرعة التحركات بشكل ملحوظ ، الأمر الذى يشترط وجود مستوى عال من اللياقة البدنية لدى جميع لاعبي الفريق (١١ : ٧) .

فاللياقة البدنية هى القاعدة الأساسية التى تبنى عليها إمكانية ممارسة الأنشطة الرياضية (١٩ : ٢٢) ، ومن أهم العوامل التى يجب أن تراعى فى برامج التخطيط الرياضى هى رفع مستوى اللياقة البدنية بالإضافة إلى التدريب على المهارات الأساسية وإتقانها لما لهما من تأثير كبير على حسن تنفيذ خطط اللعب (١٧٧ : ٥ - ١٧٩) (٢٧ : ٣٠) .

* مدرس بقسم التدريب الرياضى - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا

** مدرس بقسم التدريب الرياضى - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا

ويتفق كل من " حنفي مختار " (١٩٨٠) ، " محمود أبو العينين ، مفتى إبراهيم " (١٩٨٥) أن كرة القدم من الأنشطة التي تتطلب درجة عالية من اللياقة البدنية في جميع المراحل السنوية التي يمر بها اللاعبون إذ ظهر من خبرات المدربين ونتائج الدراسات أن اللياقة البدنية تؤثر إيجابياً على مستوى الأداء المهاري والخططي (٦ : ١٣٨ ، ١٣٩) (٢٣ : ١٩) .

فمما لا يدع مجالاً للشك يصعب على اللاعب أن يقوم بتنفيذ خطط اللعب المطلوبة وبطريقة ملائمة إذا كان هناك قصور في اللياقة البدنية حيث أن اللاعب السريع ذا قوة التحمل العالية يصبح خلاقاً ذا مبادأة أكثر من اللاعب البطيء ذي قوة التحمل المحدودة (٥ : ١٧٩) .

هذا من ناحية ومن ناحية أخرى تعد المهارات الأساسية العمود الفقري لأي نشاط رياضي وحجر الزاوية في الأداء خلال مباريات كرة القدم ، كما أنها وسيلة هامة لتنفيذ خطط اللعب فكل خطة تتطلب مهارة أو أكثر لتنفيذها لذلك فإن إتقان المهارات عملية ضرورية لنجاح خطط اللعب (٢٠ : ٢٧) .

ومن هنا نرى مدى الارتباط الوثيق بين الجانب البدني والمهاري حيث تقوم بين كليهما علاقة متبادلة ، كما توجد علاقة بينهما وبين التنفيذ الخططي .

ويتفق " حنفي مختار " (١٩٩٨) مع كل من " جيرو بيزانتس ، جونارجرش " Gero Bisanz & Gunnar Gerisch (١٩٩٨) أن من أهم متطلبات الأداء الخططي في كره القدم هو إتقان المهارات الأساسية التي هي من أهم وسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومية سواء الفردية كالمراوغة والخداع والتصويب أو الجماعية كالتمرير والاستقبال والجري الحر وتبادل المراكز ، فكل خطة تعتمد على مهارة أو أكثر لتنفيذها لذا فإن إتقان المهارات والتدريب عليها في ظروف تشبه ما يحدث في المباريات أمر هام لنجاح خطط اللعب .

(٩ : ٢٠١) ، (٣٢ : ٢٠٤ ، ٢٠٥)

فالمبادئ الخططية عبارة عن تحركات يشارك فيها مجموعة من اللاعبين في مساحات واسعة من الملعب والتي تشكل الأساس لبناء خطط الهجوم المتعددة والمتباينة ، وهي بذلك تصبح الفكر الموحد لأفراد الفريق وتؤدي إلى تماسكه في أداء جماعي متناسق وهادف (١٢ : ١٧٣) .

ويؤكد كل من " طه إسماعيل وآخرون " (١٩٩٣) ، " حنفي مختار " (١٩٩٧) على أن القواعد أو المبادئ الخططية الأساسية ، والمتمثلة في تنمية القدرة على الملاحظة أثناء

المباراة ، السعى أو التحرك الدائم لمقابلة الكرة وعدم انتظارها ، التمريرات المضبوطة للزميل ، التحرك بعد التمرير مباشرة ، الجري الحر وتغيير اللاعب لمكانه بسرعة قبل مهاجمة المنافس له ، السيطرة على الكرة فى نفس اتجاه حركة الجرى ، هو الضمان الوحيد لتنفيذ الخطط بنجاح مع مقدرة الفريق على الانتشار والاختراق (١٢ : ٢١) (٨ : ١٤٣) .

وفى هذا الصدد يشير مفتى إبراهيم (١٩٩٠) إلى أن المبادئ أو القواعد الخططية الأساسية وغيرها من الخطط العامة يجب أن تتدرج ضمن برامج تدريب الناشئين بدءاً من سن مبكرة أو طبقاً لتخطيط علمى متدرج وسليم يتناسب مع المرحلة السنوية حتى يشب الناشئون فيما بعد مستوعبين لتلك الخطط أو المبادئ (٢٦ : ٣٣) .

ويؤكد " حنفى مختار " (د . ت) أنه أصبح من واجب المدرب الآن أن يعلم لاعبيه جيداً وخاصة ناشئى كرة القدم تحت ١٥ ، ١٧ ، ١٩ سنة المبادئ الخططية التى يبنى عليها اللعب الحديث ، حتى يؤديها بطريقة آلية وبوعى وإدراك ، فمثلاً لابد أن يدرك اللاعبون قيمة الجرى الحر لأخذ الأماكن ، تبادل المراكز مع الزميل باستمرار ، التحرك إلى الكرة ، التحرك بعد لعب الكرة ، الأمر الذى يستدعى قيام المدرب بالشرح النظرى ثم التطبيق العملى لتلك المبادئ حتى تصبح عادة عند اللاعبين (٥ : ١٣ - ١٦) .

ويرى الباحثان أن الفريق الذى لا يمتلك أفراده القدرة على تطبيق المبادئ الخططية الأساسية داخل الملعب بصورة سليمة يظهر كأنه فريق غير متكامل الأداء ، ويقوم أفراده بعملية الهجوم دون أساس ، ويكون كل فرد فى الفريق بعيد الفكر عن الآخر ، فى حين إنقارن اللاعب للمبادئ الخططية الأساسية تجعل للفريق نسيج فكري موحد بعيداً عن العشوائية فى الأداء وبالتالي تمكن الفريق من تنفيذ مراحل الهجوم بداية من بناء الهجوم ومروراً بتطويره ثم إنجائه بفاعلية أكبر خلال المباريات .

ومن خلال خبرة الباحثان كمدرسين بقسم التدريب الرياضى وقائمين على تدريس مادة كرة القدم بكلية التربية الرياضية ، وممارستهما للعبة كرة القدم كلاعبين سابقين ، إضافة إلى عملهما فى حقل التدريب كمدرسين فى قطاع الناشئين والدرجة الأولى .

وفى إطار ما أتيج لهما من الإطلاع عليه من الدراسات السابقة فى الألعاب الجماعية بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة ، وجد أن الدراسات التى تناولت الجانب الخططى عدد قليل جداً إذا ما قورن بجوانب الإعدادات الأخرى مما دعا الباحثان إلى ضرورة القيام بمحاولة

لوضع برنامج تدريبي مقترح باستخدام المبادئ الخططية الأساسية لتطوير الأداء الخططي الهجومي وخاصة للناشئين في كرة القدم ، ثم معرفة تأثير هذا البرنامج على بعض المتغيرات البدنية والمهارية ، كذلك بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي والمتمثلة في فرص التهديد ، زمن الامتلاك ، التغلب على مصيدة التسلل ، التصويب السلبي ، التصويب الإيجابي ، الركلات الركنية ، الأهداف المسجلة .

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى :

- ١- تصميم برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء الخططي الهجومي للناشئين في كرة القدم تحت ١٧ سنة .
- ٢- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث .
- ٣- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي (فرص التهديد - زمن الامتلاك " الاستحواذ " - التصويب السلبي - التصويب الإيجابي - التغلب على مصيدة التسلل - الضربات الركنية - الأهداف المسجلة) .

فروض البحث :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين كل من القياسين القبلي والبعدي في بعض المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث وفي اتجاه القياس البعدي .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين كل من القياسين القبلي والبعدي في بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي (فرص التهديد - زمن الإمتلاك " الاستحواذ " - التصويب السلبي - التصويب الإيجابي - التغلب على مصيدة التسلل - الضربات الركنية - الأهداف المسجلة) وفي اتجاه القياس البعدي .

مصطلحات البحث :

المبادئ الخططية الأساسية :

هي الضمان لتنفيذ خطط اللعب بنجاح مع مقدرة الفريق على الانتشار والاختراق ، مع الوضع في الاعتبار عند التدريب على المهارات الأساسية أو خطط اللعب أن يطبق اللاعبون تلك المبادئ حتى تؤدي بصورة آلية في الملعب (٨ : ١٤٣) .

هى جميع مواقف اللعب الهجومية المناسبة لأداء التصويب فى المنطقة المؤثرة
{ بصرف النظر عن أداء التصويب فعلاً من عدمه } (١٠ : ٩) .

الامتلاك (الاستحواذ) على الكرة :

هو امتلاك اللاعب وبالتالي الفريق للكرة وتحول الفريق إلى الوضع الهجومى بدلاً من
الوضع الدفاعى .
(تعريف إجرائى)

التصويب السلبي :

هو قيام اللاعب بأداء التسديد تجاه المرمى من المنطقة المؤثرة للتصويب مع ابتعاد
الكرة كلياً عن المرمى سواء أعلى العارضة أو بجانب القائمين بمسافات يلاحظ من خلالها
إهمال حارس المرمى للتصدى لها .
(تعريف إجرائى)

التصويب الإيجابي :

هو قيام اللاعب بأداء التسديد تجاه المرمى من المنطقة المؤثرة للتصويب بين القائمين
وأسفل العارضة أو فى حدوده المكونه له ، بشرط أن يكون هذا التسديد مؤثر على مرمى
الفريق المنافس .
(تعريف إجرائى)

الدراسات السابقة :

(١) دراسة قام بها " جمال إسماعيل محمد " (١٩٩٥) (٣) بعنوان " تطوير الأداء
الخططي الهجومي بالزيادة العددية وأثره على نتائج المباريات فى كرة القدم " استهدفت الدراسة
تصميم برنامج تدريبي لتطوير الأداء الخططي الهجومي بالزيادة العددية فى فترة الإعداد لعينة
البحث ، ثم التعرف على العلاقة بين الأداء الخططي الهجومي والمشاركين فى الهجوم ، وقد
استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام نموذج من التصميمات التجريبية وهو القياس القبلي
والبعدي لمجموعة تجريبية واحدة ، وأختار الباحث عينة عمدية قوامها (١٥) خمسة عشر
لاعباً من لاعبي الفريق الأول لنادى ناصر الفكرية ، استعان الباحث فى جمع البيانات
الاختبارات البدنية والمهارية واستمارات التحليل الخططي ، ومن أهم النتائج التى توصل إليها
الباحث أن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي على الأداء الهجومي سواء كان الهجوم
منظماً أو مرتدأ ، كذلك وجود علاقة إيجابية بين البرنامج التدريبي وعدد مرات الهجوم وكذلك
نتائج المباريات .

(٢) دراسة قام بها " ينز جاتس ماجا " Jens Gatz maga (١٩٩٥) (٣٥) بعنوان " دراسة تحليلية لنتائج الهجوم للفرق القومية المشاركة فى كأس العالم المقامة فى الولايات المتحدة الأمريكية ١٩٩٤ " حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين مرحلة بناء الهجوم ومرحلة الإنهاء ، وكذلك التعرف على التحركات الهجومية السائدة فى المباريات ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفى ، وشملت عينة البحث الفرق المشاركة فى تصفيات كأس العالم بأمريكا ١٩٩٤ ، وقد استخدم الباحث فى جمع البيانات استمارات التحليل الخططى ، شرائط الفيديو المسجل عليها مباريات البطولة ، ومن أهم النتائج التى توصل إليها الباحث أن الإعداد الجيد فى مرحلة بناء الهجوم يساهم وبشكل مؤثر فى تطوير الهجوم وبالتالي إنهاء الهجمة بنجاح ، كذلك موقف (١ ضد ١) من المواقف الهجومية المتكررة والسائدة فى المباريات والتى كان لها دور حاسم فى تحديد نتيجة المباراة .

(٣) دراسة قام بها " ممدوح محمود محمدى " (١٩٩٦) (٢٨) بعنوان " تطوير التوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية للاعبى كرة القدم وعلاقته بفعالية الأداء " استهدفت الدراسة وضع برنامج تدريبي مقترح لتطوير التوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية ، ثم معرفة تأثير البرنامج التدريبي على فعالية الأداء ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي ، وشملت عينة البحث على عينة عمدية قوامها (٢٥) خمسة وعشرون لاعباً من لاعبي كرة القدم بنادى الزمالك تحت ١٩ سنة ، وأستخدم الباحث فى جمع البيانات التصوير المرئى ، استمارات تحليل المهارات الحركية ، استمارات تحليل التحركات الدفاعية والهجومية ، ومن أهم النتائج التى توصل إليها الباحث وجود تقدم إيجابى فى نسبة التحسن الكلية للتوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية فى حالتى الدفاع والهجوم ، كذلك وجود ارتباط إيجابى بين التوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية وفعالية مهارات الاستقبال والتصويب والجرى بالكرة .

(٤) دراسة قام بها " سافن أيزمان " Saven Eisemann (١٩٩٦) (٣٤) بعنوان " وسائل تحسين اللعب الهجومى باستخدام بعض صيغ التدريب المهارى والخططى للاعبى كرة القدم " ، واستهدفت الدراسة وضع برنامج من خلال استخدام بعض صيغ التدريب المهارى والخططى فى فترة الإعداد للاعبى كرة القدم بمدينة لوشا الألمانية ، كذلك التعرف على علاقة البرنامج التدريبي المقترح بالأداء الخططى الهجومى فى كرة القدم ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي ، وشملت عينة البحث على عينة عمدية تتمثل فى فريق كرة القدم بمدينة لوشا الألمانية ، واستخدم الباحث فى جمع البيانات الاختبارات البدنية والمهارية وكذلك البرنامج

التدريبى المقترح ، ومن أهم النتائج التى توصل إليها الباحث أن صيغ التدريب المهارى والخططى المستخدمة أدت إلى تطوير الأداء الخططى الهجومى متمثلة فى زيادة فعالية الهجوم كما أن صيغ التدريب المهارى والخططى المستخدمة أدت إلى تطوير الأداء الفردى وخاصة فى المراحل النهائية للهجوم .

(٥) دراسة قام بها " ميشيل تومفارت " Michael Thumfart (١٩٩٦) (٣٧) بعنوان " التدريب وكفاءة الأداء الخططى فى كرة القدم " حيث استهدفت الدراسة التعرف على العوامل التى تؤثر على كفاءة الأداء الخططى فى كرة القدم ، كذلك الوقوف على أسباب تواضع مستوى الفريق الألماني فى بطولة كأس العالم التى أقيمت بأمرىكا ١٩٩٤ م ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفى ، واشتملت عينة الدراسة الفريق الألماني لكرة القدم والمشارك فى بطولة كأس العالم بأمرىكا ١٩٩٤ م ، استخدم الباحث فى جمع البيانات المقابلات الشخصية ، استمارات التحليل الخططى ، ومن أهم النتائج التى توصل إليها الباحث أن العوامل الدافعية ، والكفاءة أو المهارة الفنية ، واللياقة البدنية ، والقدرة الحسية ، واللياقة أو القدرة التمييزية من أهم العوامل التى أثرت على كفاءة الأداء الخططى الهجومى للفريق الألماني ، كذلك افتقار اللاعبين إلى التصرف الخطط الفردى وخاصة فى منطقة التطوير والإنهاء " الثلث الهجومى للفريق " .

(٦) دراسة قام بها " عمر أحمد على " (٢٠٠١) (١٤) بعنوان " الأداء الخططى الهجومى باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردى وعلاقته بفرص التهديد فى كرة القدم " حيث استهدفت الدراسة تصميم برنامج تدريبى لتطوير الأداء الخططى الهجومى فى كرة القدم ، ثم معرفة تأثير هذا البرنامج على بعض المتغيرات الخططية كفرص التهديد - موجات الهجوم - عدد الأهداف ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبى باستخدام القياس القبلى والبعدى لمجموعة تجريبية واحدة ، واختار الباحث عينة عمدية متمثلة فى ناشئى كرة القدم تحت ١٦ سنة بمركز الكشف المبكر عن الموهوبين بالمنيا ، واستخدم الباحث فى جمع البيانات التصوير المرئى ، استمارات التحليل الخططى ، وكان من أهم النتائج التى توصل إليها الباحث أن البرنامج التدريبى المقترح يؤثر إيجابياً على زيادة عدد فرص التهديد ، وكذلك زيادة عدد موجات الهجوم ، ونتائج المباريات فى كرة القدم .

(٧) دراسة قام بها " يحيى أحمد كامل " (٢٠٠١) (٣٠) بعنوان " تأثير برنامج تدريبى مقترح باستخدام المواقف الخططية على مستوى الأداء الهجومى للاعبى كرة القدم " -٩-

حيث استهدفت الدراسة تصميم برنامج تدريبي باستخدام المواقف الخطئية لتطوير مستوى الأداء الهجومى للاعبين عينة البحث ، ثم معرفة تأثير هذا البرنامج على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى اللاعبين عينة البحث ، وقد اشتملت عينة البحث الناشئين تحت ١٤ سنة وقد أخذت بطريقة عمدية من المدرسة العسكرية الرياضية بالمنيا ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التجربة القبلية البعدية لمجموعة واحدة ، وقد استخدم الباحث فى جمع البيانات التصوير المرئى ، الاختبارات البدنية والمهارية ، واستمارة التحليل الاحصائى . ومن أهم النتائج أن البرنامج التدريبى باستخدام المواقف الخطئية يؤثر تأثير إيجابى على كل من المتغيرات البدنية والمهارية ويسهم فى تطوير الأداء الخططى الهجومى للاعبى كرة القدم .

إجراءات البحث :

تحقيقاً لأهداف البحث اتبع الباحثان الخطوات التالية :

منهج البحث :

لتحقيق أهداف البحث والتحقق من فروضه استخدم الباحثان المنهج التجريبي ، وقد تم استخدام نموذج من التصميمات التجريبية وهو القياس القبلى والبعدى لمجموعة تجريبية واحدة .

مجتمع وعينة البحث :

يشمل مجتمع البحث لاعبي كرة القدم من الناشئين تحت ١٧ سنة بمحافظة المنيا ، وقد قام الباحثان باختيار عينة البحث بطريقة عمدية من ناشئى كرة القدم تحت ١٧ سنة بنادى المنيا الرياضى ، وقوامها ٢٥ لاعب فى الموسم الرياضى ٢٠٠٣م / ٢٠٠٤م ، وهم من اللاعبين المسجلين فى منطقة المنيا لكرة القدم وقد وقع اختيار الباحثان على هذه العينة للأسباب التالية :

- عمل الباحثان بقطاع الناشئين بنادى المنيا الرياضى مما جعل العمل مع هذه العينة أكثر سهولة من غيرها .
- توافر الأجهزة والأدوات المساعدة والملعب القانونى وأماكن تصوير مرتفعة بنادى المنيا الرياضى أفضل من غيره من أندية المحافظة .
- إمكانية الانتظام فى التدريب خلال الموسم التدريبى لجميع اللاعبين .

تجانس العينة :

قام الباحثان بإجراء عملية التجانس بين أفراد العينة فى متغيرات الوزن والطول والسن والعمر التدريبى للتأكد من تجانس أفراد العينة قيد البحث والجدول (١) يوضح ذلك :

جدول (١)

المتوسط الحسابى والوسيط والانحراف المعيارى ومعامل الالتواء لعينة البحث

فى متغيرات الوزن - الطول - السن - العمر التدريبيى ن = ٢٥

معامل الالتواء	عينة البحث			وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعيارى	الوسيط	المتوسط الحسابى		
٠,٩١	٤,٢٤	٦٦	٦٧,٢٨	الكيلو جرام	الوزن
٠,١٨	٤,٢١	١٧١	١٧١,٢٥	السنتمتر	الطول
٠,٧٩	٣,٨١	١٩٦	١٩٧	الشهر	السن
٠,٣٦ -	٠,٩٩	-٤	٣,٨٨	السنة	العمر التدريبيى

يتضح من جدول (١) أن جميع قيم معاملات الإلتواء للعينة تراوحت بين (٠,٣٦- ، ٠,٩١) وهذه القيم انحصرت فيما بين (٣ + ، ٣ -) لمتغيرات الوزن والطول والسن والعمر التدريبيى للعينة ، وهذا يؤكد تجانس العينة قيد البحث .

وقد قام الباحثان بإجراء عملية التجانس بين أفراد العينة فى المتغيرات البدنية

والمهارية والجدول (٢) التالى يوضح ذلك :

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

لعينة البحث في المتغيرات البدنية والمهارية ن = ٢٥

معامل الالتواء	عينة البحث			وسيلة وأدوات القياس	وحدة القياس	الاختبارات البدنية والمهارية	المتغيرات
	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي				
١,٤٥ -	١,٦٥	٢٤	٢٣,٢	ساعة إيقاف	عدد/ث	الجلوس من الرقود لمدة ٣٠ ث	البدنية
٠,٣٣	٧,٢٨	٩٤	٩٤,٨٢	ديناموميتر	كجم	قوة عضلات الظهر	
٠,٥٢	٦,٥٥	١٠٧	١٠٨,١٣	ديناموميتر	كجم	قوة عضلات الرجلين	
٠,٣٤	٣,٠٥	١٧	١٧,٣٥	ساعة إيقاف	عدد/ث	قوة عضلات الذراعين في ٣٠ ث	
٠,٨١	١,١٩	٢٨,٧١	٢٩,٠٣	ساعة إيقاف	ث	عدو ٣٠ م × ٥ مرات	
١,٩٢	٠,٨٩	٣,٥٨	٤,١٥	ساعة إيقاف	قي	الجرى والمشى ٨٠٠ م	
٠,٢٠	٦,٦٧	٢٩	٢٩,٤٥	صندوق المرونة	سم	ثنى الجذع أماماً من وضع الجلوس الطويل	
٠,٣٩	١,١٣	١١,٩٣	١٢,٠٨	ساعة إيقاف	ث	الجرى الارتدادي ٤٠ متر (٤ × ١٠ متر) -	
١,٤٤	٠,٢٧	٦,٩٢	٧,١١	ساعة إيقاف	ث	عدو ٥٠ م من بداية ثابتة	
٠,٧٢	١٤,٤٦	٢٠٦	٢٠٩,٥	شريط قياس	سم	الثوب الطويل من الثياب	
٠,٥٥	٠,٦٥	١١,٩٨	١٢,٠١	ساعة إيقاف	ث	الجرى الزجاجة بالكرة ٢٥ م بين شواخص	المهارية
٠,٨٤ -	٧,١٢	٢٤	٢٢	كرة قدم ، دوائل	درجة	السيطرة على الكرة داخل دائرة	
٠,٦٢	٢,٩٦	١٤	١٤,٦٢	شريط قياس	متر	رمية التماس لأبعد مسافة	
٠,٣٤ -	٤,٤٥	٣٢	٣١,٥٠	شريط قياس	متر	ركل الكرة لأبعد مسافة	
٠,٣٢	٢,١٨	١٠	١٠,٢٣	شريط قياس	متر	ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة	
٠,٤١ -	٠,٣٧	٨,٩٨	٩,٠٣	ساعة إيقاف	ث	الجرى بالكرة لمسافة ٥٠ م	

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء للعينة تراوحت بين (- ١,٤٥ ، + ١,٩٢) وهذه القيم انحصرت فيما بين (+ ٣ ، - ٣) للمتغيرات البدنية والمهارية ، وهذا يؤكد تجانس العينة قيد البحث .

وسائل جمع البيانات:

— استمارة جمع بيانات اللاعبين العامة :

والتي تضم الاسم — تاريخ الميلاد — الطول — الوزن — النادي السابق — العمر

(ملحق ١)

التدريبى — محل الميلاد .

— الاختبارات :

استند الباحثان في اختيارهم لمجموعة الاختبارات البدنية والمهارية في كرة القدم إلى الأبحاث العلمية التي أجريت في هذا المجال والتي استخدمت نفس الاختبارات تقريبا وتم تداولها في عدد من البحوث العلمية التطبيقية على اللاعبين المصريين ، علاوة على الكثير من الأبحاث التي استهدفت بناء بطاريات للاختبارات البدنية و المهارية ، ومن هذه الدراسات دراسة "محمود أبو العينين" (١٩٨٠) (٢٢) ، ودراسة "مصطفى الجيلاني" (١٩٨٥) (٢٤) ، ودراسة "أشرف محمد جابر" (١٩٨٢) (٢) ، ودراسة "عمرو أبو المجد" (١٩٩٠) (١٥) ، ودراسة "محمد على محمود" (١٩٩١) (٢١) ، ودراسة "عمر أحمد على" (١٩٩٤) (١٣) ، ودراسة "يحيى أحمد كامل" (٢٠٠١) (٣٠) ، وقد سبق التحقق من صدق وثبات هذه الاختبارات ، وقد تكونت مجموعة الاختبارات التي عمد الباحثان لاستخدامها كمدلول للمستوى البدني والأداء المهاري من الاختبارات التالية :

(ملحق ٢)

— اختبارات المستوى البدني :

- الجلوس من الرقود لمدة ٣٠ ث .
- قوة عضلات الظهر .
- قوة عضلات الرجلين .
- ثنى ومد الذراعين من الانبطاح في ٣٠ ث .
- عدو ٣٠ متر × ٥ مرات .
- الجرى والمشى ٨٠٠ متر .
- ثنى الجذع أماما من وضع الجلوس الطويل .
- الجرى الارتدادي ٤٠ متر (٤ × ١٠ متر) .
- عدو ٥٠ متر من بداية ثابتة .
- الوثب الطويل من الثبات .

(ملحق ٣)

— اختبارات المستوى المهاري :

- الجرى الزجراجي بالكرة ٢٥ متر بين شواخص .
- السيطرة على الكرة داخل دائرة .
- رمية التماس لأبعد مسافة .
- ركل الكرة لأبعد مسافة .
- ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة .
- الجرى بالكرة لمسافة ٥٠ متر .

(ملحق ٤)

— استمارة تحليل الأداء الخططي الهجومي

قام الباحثان باستخدام استمارة التحليل الخططي الهجومي حيث سبق عرض تلك الاستمارة على الخبراء وتقنينها علميا بعد إجراء تعديلات غير جوهرية على تلك الاستمارة كدراسة جمال إسماعيل (١٩٩٥) (٣) ، دراسة عمر أحمد (٢٠٠١) (١٤) ، دراسة يحيى أحمد (٢٠٠١) (٣٠) ، وتهدف إلى الحصول على بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي والمتمثلة في (فرص التهديد — زمن الامتلاك — التغلب على مصيدة التسلل — التصويب السلبي — التصويب الإيجابي — الركلات الركنية — عدد الأهداف المسجلة) .

— الأجهزة والأدوات :

- عدد ثلاث ساعات إيقاف .
- عدد اثنان جهاز ديناموميتر Denamometer (الرجلين والظهر) .
- عدد اثنان شريط قياس بالمتري والسنتيمترات .
- ثلاثون كرة قدم .
- عدد عشرون علم .
- ملعب كرة قدم قانوني .
- عدد واحد جهاز الرستاميتير Restameter لقياس الطول والوزن .
- كاميرا فيديو حديثة للتصوير المرئي .
- جهاز فيديو لعرض المباريات ثم تحليلها .

الدراسات الاستطلاعية :

الدراسة الاستطلاعية الأولى :

قام الباحثان بإجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى يومي ١٢ ، ١٣ / ٦ / ٢٠٠٣م على عينة من ناشئي كرة القدم تحت ١٧ سنة بمركز شباب إطسا ومن خارج العينة الأصلية ، وقد بلغ عددهم (١٢) لاعبا وذلك بهدف :

- معرفة مدى وصلاحيّة وكفاءة الأجهزة المستخدمة في القياس .
- تدريب الأيدي المساعدة على إجراء قياسات البحث .
- التعرف على أسلوب تطبيق الاختبارات .
- التعرف على الزمن الذي يستغرقه كل اختبار .
- تخطيط مكان الاختبار والتعرف على صلاحية المكان وتوزيع الاختبارات في الملعب .
- تحديد عدد المساعدين ومدى كفاءتهم في أداء مهامهم أثناء القياسات .
- اكتشاف الصعوبات المحتمل حدوثها أثناء التطبيق للعمل على تذليلها .

ومن خلال تطبيق الدراسة الاستطلاعية الأولى وجمع البيانات أسفرت عن النتائج

التالية :

- كفاءة الأيدي المساعدة في إجراء القياسات وتطبيق اختبارات البحث .
- تأكيد سلامة وصحة الأدوات والأجهزة وملاتمة المكان لإجراء الاختبارات .
- التوصل إلى الأسلوب الأمثل في تنظيم الاختبارات وتوزيعها داخل الملعب .

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحثان بإجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية يوم ١٦ / ٦ / ٢٠٠٣م وذلك بتصوير مباراة ودية بين فريقي مركز شباب المدينة (أ) تحت ١٧ سنة ، ومنتخب المنيا تحت ١٧ سنة على ملعب نادي المنيا الرياضي ، حيث هدفت تلك الدراسة إلى التأكد من سلامة الأجهزة المستخدمة في التصوير ، كذلك تحديد أماكن التصوير المناسبة ، تجريب استمارة التحليل ثم التعرف على الصعوبات حتى يمكن التغلب عليها ، وقد أسفرت تلك الدراسة عن النتائج التالية :

- سلامة الأجهزة المستخدمة في التصوير .
- نجاح مصورو كاميرا الفيديو في تحديد المكان المناسب للتصوير .
- سلامة استمارة التحليل المستخدمة لقياس بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي .

وبعد أن قام الباحثان بدراسة ما أسفرت عنه التجارب الاستطلاعية واستكمال أوجه القصور واطمأننا إلى صلاحية الأدوات والأجهزة والكشوف ، عمد الباحثان إلى البدء في متطلبات البحث العلمي بالحصول على المعاملات العامة للاختبارات .

المعاملات العلمية للاختبارات :

أولاً : الصدق :

لحساب صدق الاختبارات قام الباحثان بتطبيق الاختبارات البدنية والمهارية يومي ١٩ ، ٢٠ / ٦ / ٢٠٠٣م مستخدمين في ذلك صدق التمييز والذي يعتمد على مقارنة متوسطات درجات عينة غير مميزة من مركز شباب المدينة (أ) تحت ١٧ سنة قوامها (٢٠) ناشئا ، وعينة مميزة من منتخب المنيا تحت ١٧ سنة قوامها (٢٠) والجدول (٣) يوضح ذلك :

جدول (٣)

دلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين المميّزة والعيّنة غير المميّزة

في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث ن = ٤٠

قيمت	الفرق بين المتوسطين	العيّنة المميّزة		العيّنة غير المميّزة		الاختبارات البدنية والمهارية
		ع	م	ع	م	
٧٤	٧,١٥	١,٨٧	١٩,١٥	٢,٦٠	٢٦,٢٠	الجلوس من الرقود لمدة ٣٠ ث
٨٥	٢٦,٩٠	٦,٢٧	٨٢,٠٠	٨,٧٢	١٠٨,٩٠	قوة عضلات الظهر
٩٣	٣٦,٧٠	٤,٨٣	٩٠,٩٠	٤,٢٢	١٢٧,٦٠	قوة عضلات الرجلين
٥٢	١١,٢٠	٢,٤٧	١٤,٢٥	٣,٠٢	٢٥,٤٥	قوة عضلات الذراعين
٧٤	٢,٨٨	٠,٤٥	٢٩,٤٥	٠,٤٩	٢٦,٥٧	عدو ٣٠ م × ٥ مرات
١٣	٠,٦٤	٠,٤٥	٤,٣٥	٠,٣١	٣,٧١	الجرى والمشي ٨٠٠ م
٩٨	٩,٢٥	٢,٩١	٢٦,٥٥	٢,٢٤	٣٥,٨٠	ثني الجذع أماماً من وضع الجلوس الطويل
٨٩	٢,٠٥	٠,٩٢	١٢,٦٨	٠,٤٢	١٠,٦٣	الجرى الارتدادي ٤٠ متر (٤ × ١٠ متر)
٩٨	١,٠٢	٠,٣٦	٧,٦٥	٠,٣٤	٦,٦٢	عدو ٥٠ م من بداية ثابتة
٣٩	٢٩,٢٥	١٨,٢١	١٩٥,٠٠	١٥,٠٧	٢٢٤,٢٥	الوثب الطويل من الثبات
٥٤	١,٧٧	٠,٨٨	١٣,٢٤	٠,٧٩	١١,٤٧	الجرى الزجائجي بالكرة ٢٥ م بين شواخص
٩٠	١٦,٢٥	٦,٣٨	١٧,٢٥	٦,٣٠	٢٣,٥٠	السيطرة على الكرة داخل دائرة
٧٤	٥,٥١	١,٧٣	١٣,٤٠	٢,٥٨	١٨,٩١	رمية التماس لأبعد مسافة
٢٣	٩,٢٥	٣,٢٨	٢٨,١٣	٢,٨٢	٢٧,٣٨	ركل الكرة لأبعد مسافة
٥٧	٤,٥٠	١,٣٢	٩,٥٤	١,٥٧	١٤,٠٤	ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة
٩٦	١,٤٠	٠,٥٥	٨,٩٩	٠,٥٤	٧,٥٩	الجرى بالكرة لمسافة ٥٠ م

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٠٢٥

يتضح من جدول (٣) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة المميّزة والمجموعة غير المميّزة في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث ولصالح المجموعة المميّزة حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ مما يشير إلى صدق الاختبارات في التمييز بين المجموعات المختلفة .

ثانياً : الثبات :

لحساب ثبات الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث استخدم الباحثان طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test - Re - Test . على عينة قوامها (٢٠) عشرون لاعباً من مركز شباب المدينة (أ) ، حيث أعيد تطبيق الاختبارات يومي ٢٤ ، ٢٥ ، ٢٦ / ٦ / ٢٠٠٣ م ، ويفاصل زمني ثلاثة أيام وينفس مكان تطبيق الاختبار الأول ونفس الشروط والمساعدين . ومن ثم إيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني والجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في

الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث

ن = ٢٠

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الاختبارات البدنية والمهارية
	ع	م	ع	م	
٠,٨٢	١,٨٥	١٨,٤٠	١,٨٧	١٩,١٥	الجلوس من الرقود لمدة ٣٠ ث
٠,٧٨	٥,٨٢	٨١,٢٥	٦,٣٧	٨٢,٠٠	قوة عضلات الظهر
٠,٧٦	٤,٧٦	٨٩,٠٠	٤,٨٣	٩٠,٩٠	قوة عضلات الرجلين
٠,٩٢	٢,٠٩	١٥,٠٥	٢,٤٧	١٤,٢٥	قوة عضلات الذراعين
٠,٩١	٠,٤٧	٢٩,٤٤	٠,٤٥	٢٩,٤٥	عدو ٣٠ م × ٥ مرات
٠,٨٦	٠,٤٠	٤,٣٩	٠,٤٥	٤,٣٥	الجري والمشي ٨٠٠ م
٠,٨٣	٢,٩٣	٢٥,٩٥	٢,٩١	٢٦,٥٥	ثنى الجذع أماماً من وضع الجلوس الطويل
٠,٨١	٠,٨٤	١٢,٦٢	٠,٩٢	١٢,٦٨	الجري الارتدادي ٤٠ متر (٤ × ١٠ متر)
٠,٨٩	٠,٣٤	٧,٦٠	٠,٣٦	٧,٦٥	عدو ٥٠ م من بداية ثابتة
٠,٨٨	١٧,١٧	١٩٤,٣٠	١٨,٢١	١٩٥,٠٠	الوثب الطويل من الثبات
٠,٨٩	٠,٩٤	١٣,٢٦	٠,٨٨	١٣,٢٤	الجري الزجزجى بالكرة ٢٥ م بين شواخص
٠,٧٨	٧,١٦	١٧,٧٥	٦,٣٨	١٧,٢٥	السيطرة على الكرة داخل دائرة
٠,٩٢	١,٦٧	١٣,٣٨	١,٧٣	١٣,٤٠	رمية التماس لأبعد مسافة
٠,٨٩	٣,٢٤	٢٨,٠٧	٣,٢٨	٢٨,١٣	ركل الكرة لأبعد مسافة
٠,٧٩	١,٢٩	٩,٥٥	١,٣٢	٩,٥٤	ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة
٠,٨٦	٠,٤٧	٨,٧٦	٠,٥٥	٨,٩٩	الجري بالكرة لمسافة ٥٠ م

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٣٧٨

يتضح من جدول (٤) أن معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني في الاختبارات البدنية و المهارية قيد البحث قد تراوح بين (٠,٧٦ ، ٠,٩٢) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات .

البرنامج التدريبي المقترح :

وضع الباحثان البرنامج التدريبي المقترح وفقاً للأسس التالية :

(١) مراعاة البرنامج التدريبي لخصائص المرحلة السنوية :

- تتميز هذه المرحلة باكتمال النمو العام تقريباً مع اكتمال نمو القلب وازدياد نمو الجذع

والصدر وزيادة في قوة العضلات واكمال عملية البلوغ الجنسي .

- بالنسبة للنمو الحركي تعتبر تلك المرحلة ذروة جديدة للنمو الحركي عامة مع وجود تحسن في التوقيت والدقة وكذلك ارتفاع السرعة والقوة .

- بالنسبة للنمو العقلي فبالرغم من قلة نمو الذكاء إلا أنه يوجد تحسن في عملية حسن الاختيار والانتباه والتركيز (١٨ : ٣٣) .

(٢) مراعاة البرنامج التدريبي للمبادئ العامة للحمل :

- الزيادة المستمرة المتدرجة للحمل .

- الفروق الفردية .

- ضرورة التدريب طوال العام .

- الإعداد الشامل للاعب .

- الوصول إلى الحد الخارجي لقدرة اللاعب .

- التوازن الإيقاعي بين الحمل والاستشفاء .

(٣) مرونة البرنامج .

(٤) ارتباط البرنامج بعملية التقويم .

بناء البرنامج :

تحديد أهداف البرنامج :

وضع الباحثان الأهداف الآتية التي يعمل البرنامج على تحقيقها :

* تطوير الأداء الخططي الهجومي للناشئين في كرة القدم عينة البحث وذلك عن طريق إكسابهم

القواعد والمبادئ الخططية الأساسية التالية :

- التحرك الدائم لمقابلة الكرة .

- التحرك مباشرة بعد أداء التمرير .

- اللعب المباشر والسريع .

- التمريرات المضبوطة .

- تنمية القدرة على الملاحظة أثناء الأداء .

- السيطرة على الكرة في نفس اتجاه الحركة القادمة .

- الجري الحر لأخذ الأماكن .

- المساعدة في الهجوم وخاصة من لاعبي الظهيرين .

- المساعدة في الدفاع وخاصة من لاعبي الجناحين .

- الاحتفاظ بالكرة لفترة مناسبة .

- ٣٣٣ -

- تغيير أنواع التمريرات (قصيرة - طويلة) .
- تغيير اللعب من جانب لآخر .
- الجري المفاجئ للهروب من المدافع .
- تغيير سرعة اللعب .
- الهجوم المضاد من الدفاع .
- اتخاذ الأماكن المناسبة لتغطية الزميل .
- الكفاح على الكرة بمجرد فقدها .
- استخدام الجذع استخداماً صحيحاً .

* تعلیم وتدريب الناشئين عينة البحث بعض من المفاهيم والحقائق والمعلومات المرتبطة بالقواعد الأساسية في الأداء الخططي الهجومي في كرة القدم .

* معالجة وصياغة أهداف اللعبة إلى أجل مستقر يمكن قريراً من الكفاءة العالية للتمرير الجيدة في غضون زمن وظروف البرنامج التدريبي المقترح .

واجبات البرنامج :

لتحقيق أهداف البرنامج حدد الباحثان الواجبات التالية :

- الإعداد البدني .
- الإعداد المهارى .
- الإعداد الخططي .
- الإعداد الذهني .
- الإعداد النفسي .

تحديد المحتوى :

حدد الباحثان التمرينات بمختلف أنواعها مثل :

التمرينات البنائية العامة :

وقد قام الباحثان بتنفيذها في أول فترة الإعداد ، حيث تهدف إلى تقوية العضلات غير العاملة في كرة القدم ، كما أنها تعمل على تطوير ورفع مستوى كفاءة القلب والرئتين وباقي الأجهزة الحيوية بالجسم .

التمرينات البنائية الخاصة :

تلك التمرينات تعمل على تنمية الصفات البدنية الخاصة بالنشاط الرياضي الممارس بالإضافة إلى تطوير المهارات الأساسية والوصول بها إلى الدقة والتكامل ، كما أنها تلعب دوراً هاماً في الأداء الخططي .

فالتدريب الخططي يحقق ثلاثة أهداف في لعبة كرة القدم ، ففي الوقت الذي يتدرب اللاعب على خطة معينة فهو ينمي ويطور مهاراته الأساسية وصفاته البدنية الخاصة ، ومن هنا فالتدريبات البنائية الخاصة تشمل الإعداد البدني ، التمرينات للتدريب على المهارات ، وكذلك التمرينات الخططية .

تمرينات المنافسة :

وهي أهم أنواع التمرينات التي ترفع من مستوى كفاءة الأداء المتكامل للاعب وتصل به إلى الحالة التدريبية الممتازة ، وتعد في آخر فترة الإعداد للاشتراك القوي في المنافسات ، حيث يتوقف حالة استعداد اللاعب أو الفريق للاشتراك في المباريات والمنافسات بشكل قوي على مقدرة المدرب في اختيار هذه التمرينات .

تمرينات الراحة الإيجابية :

وهي تمرينات تعطى بين مختلف التمرينات السابقة بغرض الهبوط التدريجي بعدد ضربات القلب إلى عدد معين (١٢ : ١٣ ، ١٤) . ويرى الباحثان أن تلك التمرينات تلعب دوراً حيوياً لتحقيق أحد أهم مبادئ الحمل وهو مبدأ التوازن الإيقاعي بين الحمل والاستشفاء إذ يجب أن يعقب كل تمرين فترة راحة إيجابية حتى تعود أجهزة الجسم إلى ما يقرب من حالتها الطبيعية .

تقديم وسائل تنفيذ المحتوى :

ولتنفيذ هذا البرنامج قام الباحثان بتحديد ما يلي :

- تحديد أماكن التدريب ، حيث تم اختيار ملعب نادي المنيا الرياضي لذلك .
- تحديد عدد اللاعبين الذين سيتم تدريبهم وعددهم (٢٥) خمسة وعشرون لاعباً .
- تحديد عدد مرات التدريب الأسبوعي وبما لا يقل عن خمسة وحدات تدريبية .
- تحديد المساعدات التدريبية التي سيتم استخدامها خلال تطبيق البرنامج .
- وضع وتوزيع محتويات البرنامج التدريبي المقترح على الأسابيع وفي تنظيم معين يخدم اتجاه البحث نحو تطوير الأداء الخططي الهجومي لدى عينة البحث والجدول (٥)

يوضح ذلك :

جدول (٥)

توزيع محتوى البرنامج لتطوير الأداء الخططي الهجومي

لدى الناشئين عينة البحث

م	الأسابيع	المحتوى
١	الأسبوع الأول من ١٧ : ٢٣ / ٧ / ٢٠٠٣ م	--- التحرك الدائم لمقابلة الكرة . --- الكفاح على الكرة بمجرد فقدها . --- المساعدة في الهجوم وخاصة من لاعبي الظهيرين . --- التحرك مباشرة بعد أداء التميرير . --- اتخاذ الأماكن المناسبة لتغطية الزميل --- اللعب المباشر والسريع . --- التميريرات المضبوطة . --- تنمية القدرة على الملاحظة أثناء الأداء .
٢	الأسبوع الثاني من ٢٤ : ٣٠ / ٧ / ٢٠٠٣ م	--- السيطرة على الكرة في نفس اتجاه الحركة القادمة . --- الجري الحر لأخذ الأماكن . --- المساعدة في الدفاع وخاصة من لاعبي الجناحين . --- الاحتفاظ بالكرة لفترة مناسبة . --- تغيير اللعب من جانب لآخر . --- الجري المفاجئ للهروب من المدافع . --- تغيير سرعة اللعب .
٣	الأسبوع الثالث من ٧ / ٣١ : ٦ / ٨ / ٢٠٠٣ م	--- الهجوم المضاد من الدفاع . --- اتخاذ الأماكن المناسبة لتغطية الزميل . --- الكفاح على الكرة بمجرد فقدها . --- استخدام الجذع استخداماً صحيحاً . --- التحرك مباشرة بعد أداء التميرير . --- تغيير أنواع التميريرات (قصيرة - طويلة) . --- المساعدة في الهجوم وخاصة من لاعبي الظهيرين .
٤	الأسبوع الرابع من ٧ : ١٣ / ٨ / ٢٠٠٣ م	--- التحرك الدائم لمقابلة الكرة . --- المساعدة في الدفاع وخاصة من لاعبي الجناحين . --- اللعب المباشر والسريع . --- تغيير سرعة اللعب . --- الهجوم المضاد من الدفاع . --- تنمية القدرة على الملاحظة أثناء الأداء . --- الجري الحر لأخذ الأماكن .
٥	الأسبوع الخامس من ١٤ : ٢٠ / ٨ / ٢٠٠٣ م	--- تغيير أنواع التميريرات (قصيرة - طويلة) . --- تغيير اللعب من جانب لآخر . --- المساعدة في الهجوم وخاصة من لاعبي الظهيرين . --- الاحتفاظ بالكرة لفترة مناسبة . --- الجري المفاجئ للهروب من المدافع . --- السيطرة على الكرة في نفس اتجاه الحركة القادمة . --- استخدام الجذع استخداماً صحيحاً .

كما قام الباحثان بعمل الإجراءات الإدارية التالية :

- إخطار مصورو كاميرا الفيديو بمواعيد إقامة المباريات القبلية والبعدي .
- توجيه خطاب إلى رئيس لجنة الحكام بمنطقة المنيا لكرة القدم وذلك لتعين طاقم تحكيم لكل مباراة .

الجدول الزمني لتطبيق البحث :

القياس القبلي :

قام الباحثان بإجراء القياس القبلي للاختبارات البدنية والمهارية أيام ٣ ، ٤ ، ٧ / ٢٠٠٣ م أما مباريات القياس القبلي فكانت أيام ٦ ، ٩ ، ١١ ، ١٣ ، ١٦ / ٧ / ٢٠٠٣ م وذلك بواقع (٥) خمسة مباريات مع فرق مركز شباب سمالوط ، مطاى ، بني مزار ، مغاغة ، العدوة بملعب نادى المنيا الرياضى بمدينة المنيا .

تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح (التجربة الأساسية) :

قام الباحثان بتنفيذ البرنامج الخطى المقترح باستخدام المبادئ أو القواعد الخطية الأساسية لتطوير الأداء الخطى الهجومي فى الفترة من ١٧ / ٧ حتى ٢٠ / ٨ / ٢٠٠٣ م وبواقع خمسة اسابيع قبل إجراء القياس البعدي .

القياس البعدي :

بعد الانتهاء من المدة المحددة للبرنامج الخطى قام الباحثان بإجراء القياس البعدي للاختبارات البدنية والمهارية أيام ٢٣ ، ٢٤ / ٨ / ٢٠٠٣ م أما مباريات القياس البعدي فكانت أيام ٢٨ / ٨ ، ٣١ / ٨ ، ٣ / ٩ ، ٥ / ٩ ، ٧ / ٩ / ٢٠٠٣ م وذلك بواقع ٥ خمسة مباريات مع نفس الفرق وبنفس الشروط التي أتبعته في القياس القبلي .

المعالجة الإحصائية :

تحقيقاً لأهداف البحث واختباراً لفروضه تم استخدام الحاسب الآلي عن طريق الحزم

الجاهزة برنامج PRO — STAT

عرض النتائج ومناقشتها
أولاً عرض النتائج :

سوف يستعرض الباحثان نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي :

- ١- الفروق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث.
- ٢- معدل التغير بين القياسين القبلي والبعدي في بعض المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث.
- ٣- الفروق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي في بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي قيد البحث .
- ٤- معدل التغير بين القياسين القبلي والبعدي في بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي قيد البحث .

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالاتها بين القياسين القبلي

والبعدي في بعض المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث ن = ٢٥

المتغيرات	الاختبارات البدنية والمهارية	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت
المتغيرات البدنية	الجلوس من الرقود لمدة ٣٠ ث	٢٣,٧٦	٢٨,٦٨	٤,٩٢	٧,٧٢	٩,٠٣
	قوة عضلات الظهر	٩٥,٧٦	١١٦,٨٨	٢١,١٢	٨,٨٤	١١,٩٤
	قوة عضلات الرجلين	١٠٩,٢٨	١٣٢,٢٨	٢٣	٨,٢٢	١٣,٩٨
	قوة عضلات الزراعين	١٨,٢٤	٢٨,٦٤	١٠,٤٠	٣,٥٣	١٤,٧٠
	عدو ٣٠ × ٥ مرات	٢٨,٢٤	٠٢٦,٢٧	١,٩٧	١,٠٨	٩,١٢
	الجرى والمشي ٨٠٠ م	٣,٨٨	٣,٣٥	٠,٥٣	٠,٣٨	٧,٤٧
	ثني الجذع أماماً من وضع الجلوس الطويل	٣٠,٢٤	٤٠,٨٠	١٠,٥٦	٣,٣٨	١٣,٨٦
	الجرى الارتدادي ٤٠ متر (٤ × ١٠ متر)	١١,٥٣	١٠,٣٩	١,١٣	١,١٠	٥,١٤
	عدو ٥٠ م من بداية ثابتة	٦,٩٦	٦,٤٣	٠,٥٣	٠,٢٨	٩,١٨
	لوثب الطويل من الثبات	٢١٠,٦٤	٢٣٤,٩٦	٢٤,٣٢	١٧,٧٩	٦,٨٣
المتغيرات المهارية	الجرى الزحزاجي بالكرة ٢٥ م بين شواخص	١١,٩٠	١١,٣٨	٠,٥١	٠,٣١	٨,١٩
	السيطرة على الكرة داخل دائرة	٢٣	٣٠,٨٠	٧,٨٠	٤,٨٠	٨,١١
	رمية التماس لأبعد مسافة	١٥,٨٥	١٩,٠٤	٣,١٩	٢,٣٨	٦,٦٩
	ركل الكرة لأبعد مسافة	٣٢,٢٥	٣٨,٤٤	٦,١٩	٤,١٣	٧,٤٩
	ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة	١١,٣٦	١٤,٨٣	٣,٤٦	١,٧٠	١٠,١٥
	الجرى بالكرة لمسافة ٥٠ م	٨,٢٣	٧,٥٦	٠,٦٧	٠,٤٣	٧,٧٠

قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٧١١

يتضح من جدول (٦) ما يلي :
 أن قيمة (ت) دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين كل من القياسين القبلي والبعدي في بعض المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث وفي اتجاه القياس البعدي ومعنى ذلك أن هذه الفروق حقيقية .

جدول (٧)

معدل التغير بين القياسين القبلي والبعدي في بعض المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث

معدل التغير %	متوسط القياس البعدي	متوسط القياس القبلي	الإختبارات البدنية والمهارية	المتغيرات
٢٠,٧٠	٢٨,٦٨	٢٣,٧٦	الجلوس من الرقود لمدة ٣٠ ث	م. ١
٢٢٠,٥	١١٦,٨٨	٩٥,٧٦	قوة عضلات الظهر	
٢١,٠٤	١٣٢,٢٨	١٠٩,٢٨	قوة عضلات الرجلين	
٥٧,٠١	٢٨,٦٤	١٨,٢٤	قوة عضلات الذراعين	
٦,٩٧ -	٢٦,٢٧	٢٨,٢٤	عدو ٣٠ م × ٥ مرات	
١٣,٦٥ -	٣,٣٥	٣,٨٨	الجرى والمشي ٨٠٠ م	
٣٤,٩٢	٤٠,٨٠	٣٠,٢٤	ثني الجذع أماماً من وضع الجلوس الطويل	
٩,٨٨ -	١٠,٣٩	١١,٥٣	الجرى الارتدادي ٤٠ متر (٤ × ١٠ متر)	
٧,٦١ -	٦,٤٣	٦,٩٦	عدو ٥٠ م من بداية ثابتة	
١١,٨٤	٢٣٤,٩٦	٢١٠,٦٤	الوثب الطويل من الثبات	
٤,٣٦ -	١١,٣٨	١١,٩٠	الجرى الزجاجي بالكرة ٢٥ م بين شواخص	م. ٢
٣٣,٩١	٣٠,٨٠	٢٣	السيطرة على الكرة داخل دائرة	
٢٠,١٢	١٩,٠٤	١٥,٨٥	رمية التماس لأبعد مسافة	
١٩,١٩	٣٨,٤٤	٣٢,٢٥	ركل الكرة لأبعد مسافة	
٣٠,٥٤	١٤,٨٣	١١,٣٦	ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة	
٨,١٤ -	٧,٥٦	٨,٢٣	الجرى بالكرة لمسافة ٥٠ م	م. ٣

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

وجود فروق في معدل التغير بين القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث وفي اتجاه القياس البعدي .

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي في بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي قيد البحث بطريقة ويلكسون اللابارومتري (ن = ٥)

احتمالية الخطأ	قيمة Z	اتجاه الإشارة	متوسط الرتب	القياس البعدي		القياس القبلي		المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي
				ع	م	ع	م	
٠,٠٤	٢,٠٣	+ صفر ٥,٠٠٠- صفر =	صفر ٣,٠٠٠	٢,٧٧	٢٨,٢٠	٢,٤١	١٩,٤٠	فرص التهديد
٠,٠٤	٢,٠٢	+ صفر ٥,٠٠٠- صفر =	صفر ٣,٠٠٠	٠,٩٤	٢٩,١٥	٢,٢٢	٢٤,٩١	زمن الامتلاك
٠,٠٣	٢,٠٦	٥,٠٠٠+ صفر - صفر =	صفر ٣,٠٠٠	٠,٨٤	٣,٨٠	١,٣٠	٨,٢٠	الوقوع في مصيدة التسلل
٠,٠٤	٢,٠٦	٥,٠٠٠+ صفر - صفر =	صفر ٣,٠٠٠	١,٣٠	٧,٨٠	١,٣٠	١٢,٢٠	التصويب السلبي
٠,٠٣	٢,٠٣	+ صفر ٥,٠٠٠- صفر =	صفر ٣,٠٠٠	٢,٢٤	١٢,٠٠	١,٥٢	٦,٦٠	التصويب الإيجابي
٠,٠٣	٢,٠٧	+ صفر ٥,٠٠٠- صفر =	صفر ٣,٠٠٠	١,٥٢	١٢,٦٠	١,٣٠	٩,٢٠	الركلات الركنية
٠,٠٣	٢,٠٦	+ صفر ٥,٠٠٠- صفر =	صفر ٣,٠٠٠	١,١٤	٣,٤٠	٠,٨٤	١,٢٠	الأهداف المسجلة

قيمة (Z) عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٦٥

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي عند مستوى ٠,٠٥ للمدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي وفي اتجاه القياس البعدي .

جدول (٩)

معدل التغير بين القياسين القبلي والبعدي في بعض المدلولات المميزة

للأداء الخططي الهجومي قيد البحث

م	المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	معدل التغير %
١	فرص التهديد	١٩,٤٠	٢٨,٢٠	٤٥,٣٦
٢	زمن الامتلاك	٢٤,٩١	٢٩,١٥	١٧,٠٢
٣	الوقوع في مصيدة التسلل	٨,٢٠	٣,٨٠	٥٣,٦٥ -
٤	التصويب السلبي	١٢,٢٠	٧,٨٠	٣٦,٠٧ -
٥	التصويب الإيجابي	٦,٦٠	١٢	٨١,٨
٦	الركلات الركنية	٩,٢٠	١٢,٦٠	٣٦,٩٥
٧	الأهداف المسجلة	١,٢	٣,٤	١٨٣,٣

يتضح من جدول (٩) ما يلي :

وجود فروق في معدل التغير بين القياسين القبلي والبعدي في بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي قيد البحث وفي اتجاه القياس البعدي .

ثانياً مناقشة النتائج :

أشارت نتائج جدول (٦) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للأفراد عينة البحث في الاختبارات البدنية والمهارية وفي اتجاه القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية .

كما أوضحت نتائج جدول (٧) إلى وجود تقدم إيجابي بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث وفي اتجاه القياس البعدي ، ويرجع الباحثان الفروق في متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث إلى تطبيق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام المبادئ الخططية المشار إليها من خلال تمرينات مقننة قد ساهمت وبصورة إيجابية في الارتقاء بالمستوى البدني والمهاري للاعبين .

ويتفق هذا مع ما أشار إليه " حنفي مختار " (د . ت) من أن التمرينات الخططية الأساسية غالباً ما يصاحبها التدريب على المهارات الأساسية ، أي أن التمرين الخططي الواحد يكون له هدف مزدوج هو تنمية القدرة الخططية وتحسين المهارة الحركية ، وكذلك يعمل التمرين الخططي في نفس الوقت على إكساب الكثير من القدرات البدنية ، فالتمرين الخططي يحسن من سرعة اللاعب ويطور تحمله وينمي قوته ورشاقته (٥ : ٢٠٥) ، وهو ما أشار إليه " سافن أيزمان " Saven Eisemann (١٩٩٦) (٣٤) إلى أن التدريب على الكثير من الصيغ الهامة لمبادئ الخطط في صورة منافسة بين اللاعبين ووجود دفاع إيجابي يؤدي إلى رفع القدرات البدنية والمهارية للاعبين بالإضافة إلى زيادة الخبرات الخططية لديهم .

وكما أظهرته نتائج دراسة " فولفجانج هيلر " Wolfgang Heller (١٩٩٦) (٣٦) إلى أن الإصلاح المستمر للكثير من الأخطاء الخططية للاعبين مثل الجري لملاقاة الكرة القادمة ، والتمرير المنقن للزميل المناسب ، والتحرك إلى المكان المناسب بعد أداء التمرير ، وتبادل المراكز بين اللاعبين ، كل هذه المبادئ ومع تكرارها المستمر قد ساهمت بفاعلية كبيرة في تطوير الجوانب البدنية والمهارية للاعبين .

كما أشارت دراسة " يحيي كامل " (٢٠٠١) (٣٠) أن التدريب المستمر على خطط اللعب بما فيها من أداء مهاري متنوع وكذلك أداء بدني متعدد قد ساهم بشكل كبير في الارتقاء بالجانب المهاري والبدني للاعبين بجانب إتقان اللاعبين التام للجانب الخططي .

كما يؤكد " حسن أبو عبدة " (٢٠٠١) أن الإعداد الخططي حلقة من سلسلة إعداد فريق كرة القدم كما أنه جزء من البناء المتكامل لمراحل الحالة التدريبية ، حيث يرفع من مستوى أداء اللاعبين للمهارات الأساسية ويزيد من لياقتهم البدنية بالإضافة للأثر التربوي والنفسى على الفريق (٤ : ١٧٣) .

ويرى الباحثان أن التركيز على المبادئ الخططية الأساسية فى محتوى البرنامج التدريبى والسترج فى تعليم تلك المبادئ قد أمد اللاعبين عينة البحث بالكثير من الحقائق والمعارف الخططية ، كما أن تنظيم محتوى البرنامج التدريبي وتوزيعه على الأسابيع مع ضرورة أن يكون فى كل وحدة تدريب يومية مبدأين على الأقل يتم التدريب عليهما والاقتراب بهما إلى ما يشبه ما يحدث فى المباريات جعلت التدريب على تلك المبادئ أكثر فاعلية ومناسبة ، بل وقد ساهمت فى الكشف على الكثير من القدرات البدنية والمهارية للاعبين .

ومن خلال تفسير ومناقشة نتائج جدولي (٦) ، (٧) يتضح أن هناك تقدماً إيجابياً فى بعض المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث وفى اتجاه القياس البعدي مما يؤكد صحة الفرض الأول للبحث .

كما أشارت نتائج جدول (٨) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ ، بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للأفراد عينة البحث فى المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي وفى اتجاه القياس البعدي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية فى جميع المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي .

وأكدت نتائج جدول (٩) إلى وجود تقدم إيجابي بين متوسطات القياس القبلي والبعدي فى بعض المدلولات المميزة للأداء الخططي الهجومي وفى اتجاه القياس البعدي .ويمكن تفسيرها على النحو الآتى :

بالنسبة لفرص التهديد أشارت نتائج جدول (٨) عن وجود فروق بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي وفى اتجاه القياس البعدي ، حيث بلغ متوسط فرص التهديد فى القياس القبلي ١٩,٤٠ فرصة تهديد مقابل ٢٨,٢٠ فرصة تهديد للقياس البعدي ، وكما أوضحته نتائج جدول (٩) عن وجود معدل تغير بين القياسين القبلي والبعدي قدره ٤٥,٣٦ ولصالح القياس البعدي ، ويرى الباحثان أن ازدياد فرص التهديد يعنى زيادة القدرة الهجومية للفريق والتي تعود إلى تنفيذ المبادئ الخططية الأساسية الهجومية ، فمبدأ التحرك الدائم لملاقاة الكرة القادمة من الزميل ومبدأ التحرك بعد أداء التمريض يسمحان للاعب بالمساحة والزمن الكافيان لأن يقوم

بالسيطرة عليها قبل تدخل المدافع وأن يقوم بالتمرير أو الجرى بالكرة أو التصويب. بالإضافة إلى تخلص اللاعب من رقابة المدافعين ، وهذا ما أظهرته نتائج دراسة " سافن أيزمان " Saven Eiseman (١٩٩٦) (٣٤) أن صيغ التدريب المهاري والخططي المستخدمة في البرنامج التدريبي المقترح أدت إلى تطوير الأداء الخططي الهجومي متمثلة في زيادة فرص التهديد في كرة القدم ، وهذا يتفق مع ما أشار إليه كل من " طه إسماعيل وآخرون " (١٩٩٣) إلى أن الاهتمام بتنمية وتطوير خطط الهجوم الفردية والجماعية يساعدان اللاعب على خلق المزيد من فرص التهديد (١٢ : ١٢٣) .

وكما أشارت إليه دراسة " عمرو أبو المجد " (٢٠٠١) (١٦) أن استعراض اللاعب للكرة الممررة إليه بعدم التمرير السريع والمباشر أو عدم تحركه بعدم التمرير مباشرة أمر يترتب عليه تغطية لاعبو الفريق المنافس لمنطقة مرماهم وبالتالي زيادة الكثافة العددية للمدافعين من أهم الأسباب التي تؤدي إلى ضياع فرص التهديد أمام المرمى .

بالنسبة لزمن الامتلاك كما تشير نتائج جدول (٨) عن وجود فروق بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي وفي اتجاه القياس البعدي ، حيث بلغ متوسط زمن الامتلاك في القياس القبلي ٢٤,٩١ دقيقة مقابل ٢٩,١٥ دقيقة للقياس البعدي ، وكما أوضحته نتائج جدول (٩) عن وجود معدل تغير بين القياسيين القبلي والبعدي قدره ١٧,٠٢ ولصالح القياس البعدي ، ويعزى الباحثان هذا التغير في زمن الامتلاك إلى أن جميع التحركات الخططية الهادفة والتي اشتمل عليها البرنامج التدريبي والتي تستند على المبادئ الخططية الأساسية في الهجوم قد أدت إلى زيادة مهارات اللاعبين الفنية مما أدى إلى زيادة مقدرتهم على الحفاظ على الكرة ، فاللاعب الذي لا يستطيع التمرير للزميل في المكان المناسب يمكنه أن يقوم بحركات المراوغة أو الجرى بالكرة حتى تتاح له فرص أكثر للتمرير من قبل زملاؤه ، وهذا يتفق مع ما أشار إليه ممدوح محمدي ، محمد علي محمود (١٩٩٨) من أنه كلما زادت مهارات اللاعبين زادت بالتالي مدة دوام اللعب الحقيقي (٢٩ : ٢٠٥) ، كما يتفق مع ما أشارت إليه دراسة كل من " سافن أيزمان " Saven Eisemann (١٩٩٦) (٣٤) " فولفجانج هيلر " Wolfgang Heller (١٩٩٦) (٣٦) أن التحسن الواضح في المبادئ الخططية الأساسية لدى ناشئ كرة القدم زاد من زمن امتلاكهم للكرة مع زيادة أيضا في فاعلية الهجوم.

بالنسبة للتغلب على مصيدة التسلل كما تشير نتائج جدول (٨) عن وجود فروق بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي وفي اتجاه القياس البعدي ، حيث بلغ متوسط عدد مرات الوقوع في مصيدة التسلل في القياس القبلي ٨,٢٠ مرة مقابل ٣,٨٠ مرة للقياس البعدي ، وكما

أوضحته نتائج جدول (٩) عن وجود معدل تغير بين القياسيين القبلي والبعدي قدره -٥٣,٦٥ لصالح القياس البعدي ، ويرى الباحثان أن لاعبي الفريق قد زادت لديهم القدرة على التغلب على مصيدة التسلل وهو مؤشر دال على زيادة فاعلية الأداء الهجومي للاعبين ، فمبدأ القدرة على الملاحظة أثناء الأداء أدى إلى زيادة وعى اللاعب بمكانه فى الملعب وكذلك مكان زملاؤه وموقفهم جميعاً بالنسبة للمنافسين ، وكذلك مبدأ التمريرات المضبوطة من حيث اختيار نوع التمرير وتوقيته قد ساهم فى قدرة اللاعبين فى التغلب على مصيدة التسلل التي يقوم بها المنافسون ، كما يرى الباحثان أن مبدأ تحرك اللاعب بدون كرة ومشاركة عدد كبير من اللاعبين فى الهجوم يؤدي إلى تشتيت رقابة المدافعين واختراق خط الدفاع والتغلب على مصيدة التسلل ، وهذا يتفق مع ما أشار إليه كل من " مفتى إبراهيم " (١٩٩٠) ، " طه إسماعيل وآخرون " (١٩٩٣) أن التوقيت السليم لتنفيذ التمرير للاعب القادم من الخلف والتحرك بدون كرة لفتح ثغرة فى الدفاع هما من النقاط الفنية الهامة للتغلب على مصيدة التسلل (٢٦ : ٦٣) (١٢ : ٢٦٩) .

بالنسبة للتصويب السلبي كما تشير نتائج جدول (٨) عن وجود فروق بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي وفى اتجاه القياس البعدي ، حيث بلغ متوسط عدد مرات التصويب السلبي فى القياس القبلي ١٢,٢٠ مرة مقابل ٧,٨٠ مرة للقياس البعدي ، وكما أوضحته نتائج جدول (٩) عن وجود معدل تغير بين القياسيين القبلي والبعدي قدره -٣٦,٠٧ لصالح القياس البعدي ، بالنسبة للتصويب الإيجابي كما تشير نتائج جدول (٨) عن وجود فروق بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي وفى اتجاه القياس البعدي ، حيث بلغ متوسط عدد مرات التصويب الإيجابي فى القياس القبلي ٦,٦٠ مرة مقابل ١٢ مرة للقياس البعدي ، وكما أوضحته نتائج جدول (٩) عن وجود معدل تغير بين القياسيين القبلي والبعدي قدره ٨١,٨ لصالح القياس البعدي ، وفى هذا الصدد يذكر " أحمد خاطر " (١٩٧٩) إلى أن لاعبي كرة القدم لا زالوا يصوبون على المرمى عدد قليل من المرات ، حيث لوحظ أن من بين كل ثلاثة تصويبات على المرمى تكون هناك تصويبتان سلبيتان وتصويبه واحدة إيجابية وهذا مردوده إلى عدم اهتمام المدرب بالتنوع فى أشكال التصويب ومسافته وزواياه أو عدم اهتمامه بالتمرينات المركبة للتصويب (٤٣ : ١) .

ويؤكد كل من " مفتى إبراهيم " (١٩٨٩) ، " جيرهارد باور " Gerhard Bauer (١٩٩٧) أن التصويب هو المهارة الخطئية الحاسمة ، ولذا يجب على المدربين أن يراعوا فى برامج التدريب على التصويب التغيير الدائم لإرتفاعات الكرة وأوضاع اللاعبين وأيضا الظروف المحيطة والتي تكون غالباً شبيهة بما يحدث فى المباريات (٢٥ : ١٤٥) (٣١ : ١١٠) .

كما يشير كل من " طه إسماعيل وآخرون " (١٩٩٣) "ديتلف بروجمان ، ديرك البرشت " Detlev Bruggmann & Dirk Albrecht (١٩٩٨) أن التصويب يمثل الحد الفاصل والعامل الأساسي في تحديد نتيجة المباراة وذلك لأن جميع مكونات اللعب الهجومية تصبح عديمة الفائدة إذا لم تنتهي بالتصويب وخاصة التصويب الناجح داخل المرمى وليس خارج حدوده (١٢ : ١١٥) (٣٣ : ٥٩) .

ويرى الباحثان أن جميع التحركات الخطئية يجب أن تخطط جيداً بحيث تنتهي جميعها بتصويب قوى ومؤثر تجاه مرمى المنافسين ، فمن خلال البرنامج التدريبي والمبادئ الخطئية التي احتواها والتي غالباً ما تنتهي بالتصويب ومن أوضاع متغيرة وليست مواقف ثابتة زادت مقدرة اللاعبين على التصويب بزيادة الثقة وزيادة القدرة على التركيز أثناء التصويب .

بالنسبة للركلات الركنية كما توضح نتائج جدول (٨) إلى وجود فروق بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي وفي اتجاه القياس البعدي حيث بلغ متوسط القياس القبلي ٩,٢٠ ركلة ركنية مقابل ١٢,٦٠ ركلة ركنية للقياس البعدي ، وما أوضحت أيضاً نتائج جدول (٩) عن وجود معدل تغير بين القياسيين القبلي والبعدي قدرة ٣٦,٩٥ وفي اتجاه القياس البعدي ، ويعزي الباحثان التقدم الإيجابي في عدد الضربات الركنية في القياس البعدي عن القبلي إلى تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام المبادئ الخطئية الأساسية وخاصة مساعدة الظهيرين في عملية الهجوم ، واللعب المباشر السريع وخاصة في الثلث الهجومي للفريق ، إضافة إلى الهجوم المضاد من الدفاع قبل تداركه وتنظيمه لعملية الدفاع ، وتغيير اللعب من جانب لآخر بجانب تغيير نوعية التمريرات كل ذلك كان له أثر إيجابي في التقدم الحادث للركلات الركنية .

بالنسبة لعدد الأهداف كما تشير نتائج جدول (٨) عن وجود فروق بين متوسطات القياسيين القبلي والبعدي وفي اتجاه القياس البعدي ، حيث بلغ متوسط الأهداف المسجلة في القياس القبلي ١,٢ هدف مقابل ٣,٤ هدف للقياس البعدي ، وكما أوضحت نتائج جدول (٩) عن وجود معدل تغير بين القياسيين القبلي والبعدي قدره ١٨٣,٣ ولصالح القياس البعدي ويرجع الباحثان التقدم الحادث في الأهداف المسجلة للقياس البعدي إلى البرنامج التدريبي المقترح من خلال المبادئ الخطئية وخاصة المساعدة في الهجوم من لاعبي الدفاع مما أسد عنه زيادة عددية في الهجوم ، كذلك تغيير سرعة اللعب مع التمريرات المضبوطة ، إضافة إلى اللعب المباشر والسريع مع تنمية القدرة على الملاحظة كان له دور فعال في إحراز الأهداف وهذا يتفق وما أشارت إليه دراسة " فرج بيومي " (١٩٧٩) (١٧) والتي أكدت نتائجها إلى يفوز بالمباراة الفريق الذي يرتفع معدل إنتاجيته عن معدل إنتاجية الفريق المنافس في أعا

فترات المباراة ، وما أشار إليه " حنفي مختار " (١٩٩٨) على أن كثرة عدد مرات الهجوم على الفريق المنافس لها نتائج إيجابية على إحراز الأهداف إضافة إلى إضعاف معنويات الفريق المنافس (٩ : ١٨٩) .

ومن خلال تفسير ومناقشة جدولي (٨) ، (٩) يتضح أن هناك تقدماً إيجابياً في المدلولات أو المؤشرات المميزة للأداء الخططي الهجومي في كرة القدم مما يؤكد صحة الفرض الثاني للبحث .

الإستخلاصات :

في ضوء نتائج البحث توصل الباحثان إلى الإستخلاصات التالية :

- ١- البرنامج التدريبي المقترح كان له أثر إيجابي في التقدم بالمستوى البدني للناشئين في كرة القدم تحت ١٧ سنة عينة البحث .
- ٢- البرنامج التدريبي المقترح أحرز تقدماً إيجابياً في الإرتقاء بالمستوى المهاري للناشئين عينة البحث .
- ٣- البرنامج التدريبي المقترح أمد الناشئين عينة البحث بالكثير من الحقائق والمعارف الخططية والتي كان لها دور إيجابي في إيجاد بدائل لحل الموقف الخططي .
- ٤- ساهمت المبادئ الخططية الأساسية وبصورة إيجابية في تطوير الأداء الخططي الهجومي للناشئين عينة البحث عن طريق المدلولات المميزة له والمتمثلة في :
أ - وجود تقدم إيجابي في عدد فرص التهديف ، عدد الضربات الركنية ، عدد الأهداف المسجلة ، عدد التصويبات الإيجابية داخل حدود المرمى ، زيادة في زمن الامتلاك .
ب - وجود تقدم إيجابي في الحد من عدد مرات الوقوع في مصيدة التسلل ، كذلك الحد من عدد التصويبات السلبية خارج حدود المرمى .

التوصيات :

- ١- أن يتم تخطيط برامج التدريب الرياضي وخاصة بالنسبة للناشئين في كرة القدم وفي مراحل سنية مبكرة .
- ٢- ضرورة الاهتمام بالإعداد البدني للناشئين حيث يمثل القاعدة الأساسية التي يرتكز عليها باقي الإعدادات الأخرى .
- ٣- ضرورة إتقان المهارات الأساسية والتدريب عليها في ظروف تشبه ما يحدث في المباريات من الأمور الهامة لحسن تنفيذ المبادئ وبالتالي خطط اللعب .

- ٤- ضرورة تعليم الناشئ هذه القواعد أو المبادئ الخططية الأساسية في مرحلة سنية مبكرة حتى يشب الناشئ بعد ذلك متقناً لها ثم يعمل على تطويرها في المرحلة التالية .
- ٥- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث على المبادئ أو القواعد الخططية الأساسية للناشئين نظراً لأنها الضمان الوحيد لتنفيذ خطط اللعب بنجاح وعلى مراحل سنية مختلفة .
- ٦- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث على الجانب الخططي الدفاعي .
- ٧- ضرورة الإهتمام بالجانب الهجومي للمدافعين في برامج التدريب فهم أقدر اللاعبين على رؤية الملعب وكذلك المشاركة الفعالة في الهجوم .

المراجع :

- ١- أحمد محمد خاطر : المباراة والتدريب في كرة القدم ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٧٩ م .
- ٢- أشرف محمد جابر : "وضع بطارية إختبار لقياس الإستعداد البدني - مهاري لناشئ كرة القدم من سن ١١ - ١٣ سنة " ، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٢ م .
- ٣- جمال إسماعيل مطاوع : " تطوير الأداء الخططي الهجومي بالزيادة العنودية وأثره علي نتائج المباريات في كرة القدم " ، رسالة دكتوراه غير منشوره ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٥ م .
- ٤- حسن السيد أبو عبده : الإتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ، مطبعة الإشعاع الفنية ، الاسكندرية ، ٢٠٠١ م .
- ٥- حنفي محمود مختار : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٧٦ م .
- ٦- _____ : مدرب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٠ م
- ٧- _____ : أسس تخطيط برامج التدريب الرياضي ، دار زهران للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ١٩٨٨ م .
- ٨- _____ : كرة القدم للناشئين ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧ م
- ٩- _____ : المدير الفني لكرة القدم ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .

- ١٠- طه محمود إسماعيل : " برنامج تدريبي مقترح للجوانب الفنية والخططية للتصويب من خلال تحليل بعض المباريات والدولية في كرة القدم " رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٠ م .
- ١١- طه محمود إسماعيل وآخرون : كرة القدم بين النظرية والتطبيق — الإعداد البدني ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٩ م .
- ١٢- طه محمود إسماعيل وآخرون : جماعية اللعب في كرة القدم ، مطابع الأهرام التجارية ، قلوب ، ١٩٩٣ م .
- ١٣- عمر أحمد علي : " بناء معايير لبعض مكونات اللياقة البدنية والمهارات الأساسية لناشئين في كرة القدم تحت ١٤ سنة بمحافظة المنيا " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٤ م .
- ١٤- _____ : " الأداء الخططي الهجومي باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردي وعلاقته بفرص التهديد في كرة القدم " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠١ م .
- ١٥- عمرو على أبو المجد : " تأثير برنامج تدريبي مقترح لفترة المنافسات على التقدم بالمستوى البدني والأداء المهاري في كرة القدم " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٠ م .
- ١٦- _____ : أسباب إهدار اللاعب المهاجم لفرص التهديد في مباريات كرة القدم للفرق المصرية " مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، المجلد ٢٤ ، العدد ٥٨ ، ديسمبر ، ٢٠٠١ م .
- ١٧- فرج حسين بيومي : " دراسة تحليلية لتحركات الدفاعية والهجومية الأساسية للاعبين الفرق الممتازة في كرة القدم بجمهورية مصر العربية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٧٩ م .
- ١٨- محسن النحريري وآخرون : الجديد في تدريب الناشئين في كرة القدم ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٥ م .
- ١٩- محمد صبحي حسنين : طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية الرياضية ، مطابع دار الشعب ، القاهرة ، ١٩٨٢ م .

- ٢٠- محمد عبده صالح ، مفتي إبراهيم : أساسيات كرة القدم ، دار عالم المعرفة ، القاهرة ، ١٩٩٤م .
- ٢١- محمد علي محمود موسى : " تأثير برنامج تدريبي مقترح لفترة الإعداد علي بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية والمهارة للاعبين كرة القدم رسالة دكتورا غير منشوره ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩١م .
- ٢٢- محمود أحمد أبو العينين : " وضع مجموعة اختبارات بدنية ومهارة للاعبين الدرجة الأولى الممتازة لكرة القدم في جمهورية مصر العربية " ، " رسالة دكتورا غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان ، ١٩٨٠م .
- ٢٣- محمود أحمد أبو العينين ، مفتي إبراهيم : تخطيط برامج إعداد لاعبي كرة القدم دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٥م .
- ٢٤- مصطفى عبد القادر الجيلاني : " تحديد مستويات معيارية لبعض مكونات اللياقة البدنية للناشئين في كرة القدم تحت ١٦ سنة بمحافظة المنيا " ، رساله ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٨٥م .
- ٢٥- مفتي إبراهيم حماد : " دراسة تحليلية للتهديف من الجانب الهجومي في كرة القدم " ، المجلة العلمية للتربية الرياضية ، العدد الأول ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٩م .
- ٢٦- _____ : الهجوم في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ١٩٩٠م .
- ٢٧- _____ : الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعبين كرة القدم دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤م .
- ٢٨- ممدوح محمود محمدي : " تطوير السوازن الإيقاعي للتحركات الدفاعية الهجومية للاعبين كرة القدم وعلاقته بفعاليتها الأداء " ، رسالة دكتوراه غير منشوره كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ١٩٩٦م .
- ٢٩- ممدوح محمدي ، محمد علي محمود : الإعداد الذهني وتطوير التفكير الخططي للاعبين كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٨م .
- ٣٠- يحيى أحمد كامل : " تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام المواقف الخططية على مستوى الأداء الهجومي للاعبين كرة القدم " رسالة دكتوراه غير منشورا كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠١م .

- 31- Bauer , Gerhard: Lehrbuch Fußball Erfolgreiche
Technik, Taktik , und Konditionstraining
Verlagsgesellschaft , München , 1997
- 32- Bisanz , Gero & Gerisch , Gunnar : Fußballtraining
Rowohlt Taschenbuch Verlag , Hamburg
- 33- Brüggemann, Detlef & Albrecht, Dirk : Moderne
Systematische Lehrbuch für Trainer
, Sportstudenten, Und Spiele , 4. Auflage
Düsseldorf , 1989.
- 34- Eisemann, S. : " Möglichkeiten zur Verbesserung
durch Die gezielte Anwendung von
Technisch Taktischen Training ",
Sportwissenschaftliche Fakultät, Universität
Leipzig
- 35- Gatzmaga,, Jens : Analysen zu Ausgewählten
Behandlung Weltbesten Mannschaften
Fußballweltmeisterschaft 1994 in
Magisterarbeit , Sportwissenschaftliche
Universität Leipzig , 1995 .
- 36- Heller, Wolfgang : " Fußballtaktiktraining in
Magisterarbeit, Institut für Sport und
Universität Heidelberg , 1996 .
- 37- Thumfart , Michael : " Das Training der Taktischen
" Doktorarbeit , Institut für Sport und
Universität Heidelberg , 1996 .

