

نسبة مساهمة بعض متغيرات الرشاقة الخاصة في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لناشئي كرة القدم

د/ ايمن عبد اللطيف صالح عبده
وزارة التربية والتعليم – محافظة أسوان

مقدمة ومشكلة البحث وأهميته:

أصبح التدريب في كرة القدم عملية تربوية مبنية على أسس علمية تعمل على تنمية وتطوير الصفات البدنية للاعب كرة القدم والارتفاع بقدراته المهارية والخططية بهدف الوصول بجميع لاعبي الفريق إلى أعلى مستوى من الأداء , وكرة القدم الحديثة تتطلب تطوير الصفات البدنية للاعب كرة القدم ولما كانت هذه الصفات مرتبطة ببعضها البعض كان التدريب لتطويرها معاً أسرع واقوي من محاولة تنمية كل صفة بمفردها , وتعتبر الحالة البدنية للاعب كرة القدم من أهم الأسس التي تحدد كفاءة الأداء المهاري والخططي للاعب كرة القدم حيث لا يمكن للاعب كرة القدم إن يقوم بتنفيذ خطط اللعب بطريقة سليمة إذا كانت قدراته البدنية غير مكتملة , وكذلك لا يمكن تنفيذ الأداء المهاري بطريقة آلية بدون امتلاك اللاعب للقدرات البدنية التي تخدم الأداء المهاري .

وتحتل الرشاقة في كرة القدم مكاناً حيوياً بين القدرات البدنية الخاصة التي يحتاج إليها لاعبي كرة القدم كالتحمل والقوة والسرعة والقدرة والمرونة، فالرشاقة من أهم الصفات البدنية التي تعمل على سرعة تعلم المهارات الحركية وإتقانها كما ان لاعب كرة القدم يستخدم صفة الرشاقة في إدماج المهارات الحركية في إطار واحد وهي تلعب دوراً هاماً عند الأداء المهاري المركب , وتعتبر من أكثرها استخداماً أثناء المباريات والتدريب في مواقف تغيير الاتجاه والسرعة في الجري سواء بالكرة أو بدونها وفي المراوغة والخداع والمهاجمة وضرب الكرة بالرأس والسيطرة على الكرة والتصويب على المرمى مع الاقتصاد في الجهد المبذول أثناء تأدية هذه المهارات. (201 :46) (8 :124) (22 :111) (16 :107)

وأشار السيد عبد المقصود (1991م) الى أن للرشاقة متغيرات يتمتع بها اللاعبون يوصف بالرشاقة وهي القدرة على التوجيه والقدرة على التكيف والتغير والقدرة على سرعة التعلم وتعتمد هذه المتغيرات على المرونة والسرعة الحركية وسرعة الانتقال ويعد اللاعب الذي يتمكن من أداء المهارات الحركية في سرعة وإتقان على الرغم من صعوبة أداء تلك المهارة رشيقاً (11 :265) وهذا يتفق مع تعريف " حسن علاوي " (1992م) للرشاقة نقلاً عن هيرتز أن الرشاقة تعني المقدرة على إتقان التوافق الحركية المعقدة , والقدرة على سرعة تعلم وإتقان المهارات

الحركية الرياضية , والقدرة على سرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب مع متطلبات المواقف المتغيرة. (46 : 201)

واستنادا الي نتائج العديد من الدراسات التي تناولت أهمية متغيرات الرشاقة الخاصة في تنمية وتطوير المستوى المهاري والخططي للاعبين كرة القدم , ومن هذه الدراسات دراسة " سالم أبو حلو " (2012م) (28) والتي تناولت تصميم برنامج تدريبي لبعض متغيرات الرشاقة لناشئي كرة القدم (عينة البحث) للتعرف على مدى التقدم في مستوى متغيرات الرشاقة (القدرة على التوجيه , القدرة على التكيف والتغير , القدرة على التعلم) لدى عينة البحث وأهم النتائج التي توصل إليها : إن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير ايجابي على تحسين مستوى الرشاقة لدى ناشئي كرة القدم , البرنامج التدريبي المقترح له تأثير ايجابي على تحسين مستوى المهارات الأساسية لدى ناشئي كرة القدم .

ودراسة " محمد شوقي " (2012م) (48) والتي تناولت تصميم برنامج تدريبي لمتغيرات الرشاقة للاعبين كرة القدم تحت 18 سنة (قيد البحث) وذلك للتعرف على تقنين فترات الراحة المناسبة من خلال تأثير ازمة مختلفة للراحة على تنمية متغيرات عنصر واهم النتائج التي توصل اليها الباحث أن فترات الراحة المضاعفة بين أداء التمرينات في البرنامج التدريبي أدت الي تحسن مستوى متغيرات الرشاقة قيد البحث , وتقنين فترات الراحة تؤدي الي وجود نسبة تحسن في مستوى متغيرات الرشاقة لدى لاعبي كرة القدم تحت 18 سنة .

ودراسة " أشرف موسى " (2014م) (10) والتي تناولت تأثير استخدام تدريبات الرشاقة والتوازن على مستوى الأداء المهاري المركب لناشئي كرة القدم وكانت أهم نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبارات الرشاقة والتوازن والأداء المهاري المركب (قيد البحث) ولصالح المجموعة التجريبية , وجود معاملات ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين متغيرات الرشاقة والتوازن (الثابت الحركي) والأداء المهاري المركب (قيد البحث) ودراسة " احمد اشرف " (2018م) (4) والتي تناولت التعرف علي أهم وسائل تنفيذ خطط اللعب (الأداء المهاري الهجومي والدفاعي) لدى ناشئي المستويات العالية تحت 17 سنة وايجاد العلاقة بين متغيرات البحث مهارية والقدرات العقلية ومستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي واهم نتائج الدراسة انه عند انتقاء الاندية لناشئها (ذوي لمستويات العالية) يجب ان ترتكز مهاريا على مهارات الجري بالكرة والخداع والمراوغة , وضرب الكرة بالراس وهي مهارات مرتبطة بصفة مباشرة بعنصر الرشاقة .

ودراسة " ايمن عبد اللطيف " (2019م) (15) والتي تناولت التعرف علي تاثير تنمية مكونات الرشاقة الخاصة في تنمية وتطوير بعض وسائل تنفيذ خطط اللعب لدى ناشئي كرة القدم

وكانت اهم نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين مكونات الرشاقة الخاصة وبين مستوى بعض وسائل تنفيذ خطط اللعب (الجري بالكرة , المراوغة، التمرير) لدى ناشئي كرة القدم تحت 16 سنة وان مكونات الرشاقة الخاصة مساهمة في مستوى بعض وسائل تنفيذ خطط اللعب (الجري بالكرة , المراوغة , التمرير) بنسب مساهمة تراوحت ما بين (17% الي 49 %) .
 وشار " حنفي مختار " (1994م) أن اللاعب يصعب عليه أن يقوم بتنفيذ خطط اللعب المطلوب بطريقة ملائمة إذا كانت لياقته البدنية ناقصة , وأن القوة والرشاقة والمرونة تلعب دورا هاما في المقدرة على تنفيذ خطط اللعب وأن التفوق البدني يؤثر نفسيا على الخصم مما يجعله يخطئ كثيرا في لعب الكرة المشتركة ويحد من مقدرة الخصم على لعب الكرة المشتركة والفريق ذو اللياقة البدنية العالية لا تكون عنده ثقة بالنفس فقط ولكنه يستطيع أن يضعف من إرادة ومعنويات الفريق المضاد (20 : 164)

وشار " محمد علاوى " (1992م) أن الإعداد الخططي يتأسس علي الإعداد المهاري إذ أن خطط اللعب ما هي إلا عملية اختيار لمهارة حركية معينة في موقف معين ، وعلى ذلك نجد أنه كلما زادت درجة إتقان المهارات الحركية التي يمكن إستخدامها في خطط اللعب المختلفة – أي كلما تميز أداء المهارات الحركية بالآلية – كلما إستطاع الفرد تركيز الجزء الأكبر من عملياته التفكيرية في خطط اللعب المختلفة . (46 : 272 ، 273)

كما اكد " حسن أبو عبده " (2005م) أن الإعداد الخططي هو محصلة لإستغلال كافة أنواع الإعداد للاعب خلال الموسم التدريبي بهدف إكساب اللاعبين المعلومات والمعارف والقدرات الخططية وإتقانها بالقدر الكافي الذي يمكنهم من حسن التصرف في مختلف المواقف المتغيرة أثناء المباراة 0 وهناك علاقة إيجابية بين الإعداد الخططي والإعداد البدني والمهاري حيث يعتمد الإعداد الخططي علي الإعداد البدني إعتقادا كبيرا لأنه لا يستطيع اللاعب تنفيذ المهام الخططية الملائقة على عاتقه بدون تمتعه بإمكانات بدنية عالية من التحمل والسرعة والقوة والرشاقة والمرونة ، وكذلك يعتمد الإعداد الخططي على الإعداد المهاري بدرجة كبيرة لأنه كلما زادت درجة إتقان اللاعب للمهارات الأساسية المستخدمة في تنفيذ خطط اللعب كلما استطاع اللاعب تركيز الجزء الأكبر من عملياته التفكيرية في خطط اللعب وإتقان أدائها . (16 : 173)
 واستنادا الي ما اشار اليه " أشرف جابر " (1991م) " أن الرشاقة ترتبط بالذكاء , وهو نمط من الرشاقة يكتسب بالتدريب على مواقف اللعب المختلفة , ويتجلى ذلك عندما يؤدي اللاعب المهارة وهو واقع تحت ضغط المنافس " (8 : 124)

واكد " حنفي مختار " (1994م) ان التفكير يلعب دورا هاما في أداء اللاعب اثناء المباراة , فعن طريقه يستطيع ان يدرك اللاعب المواقف المتعددة اثناء المباراة ثم يقوم بتحليلها , ويعقب

ذلك الاستجابة الخطئية لهذه المواقف , وتستدعي المواقف المتغيرة في مباراة كرة القدم سرعة تفكير اللاعب لاتخاذ القرارات الواجبة 0 وتتوقف صحة هذه القرارات على خبرات اللاعب السابقة وشدة تركيز انتباهه لما يحدث في الملعب 0 واكد كذلك ان عملية التدريب المخططة المنظمة تعمل على تنمية وتطوير مقدرة اللاعب على التفكير . (20 : 278)

واشار " مفتي ابراهيم " (1998م) ان التفكير الخططي من اعقد انواع التفكير التي يمكن ان يتعرض لها اللاعب في المجال التطبيقي حيث يعرفه بانه إحدى العمليات العقلية التي يقوم بها الفرد الرياضي خلال ادراكه للعلاقات بين كافة العناصر المؤثرة في الموقف الموجود فيه , ولخبرات اللاعب وسعة خزن المعلومات في الذاكرة طويلة المدى ومدى دقة ادراك المواقف التنافسية وسرعة تقديرها تقديرا صحيحا دور رئيسي في تحديد نتائجه . (61 : 222)

وأضاف " اشرف جابر " (2012م) ان التفكير الرياضي الاستراتيجي يكمن في طبيعة وقوة اداء الفريق وقدرته على تحقيق الهدف , فكلما كان التفكير يميل الي النواحي الهجومية كلما انعكس ذلك على زيادة الطابع الهجومي للاعبي الفريق وطريقة تنفيذهم للمهام المكلفين بها مع عدم إغفال او إهمال الجانب الدفاعي المحكم ،أما في إطار التنافس بين الفرق المختلفة التي تسعى الي تحقيق البطولات فان تحركاتهم الهادفة لتحقيق طموحات كل منهم إما ان تتبني خطأ هجوميا أو تميل للناحية الدفاعية , والفريق صاحب العقيدة التنافسية ذات مستوى الطموح الايجابي فهو يميل إلي أن تكون عقيدته الإستراتيجية متكاملة هجوما ودفاعا . (9 : 3)

ومن أهم الدراسات التي تناولت التفكير الخططي الهجومي والدفاعي وعلاقتها بالمتغيرات الخطئية والمهارية وأهميتها في تنمية وتطوير المستوى المهاري والخططي للاعبي كرة القدم . دراسة " مجدي يوسف " (1997م) (45) والتي استهدفت التعرف على مفهوم ومحاور ومحددات وأسلوب قياس قدرة التفكير الخططي الهجومي لدى لاعبي كرة القدم مختلفي المستوى الفني وخطوط اللعب وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اللاعبين في محاور القياس حسب خطوط اللعب كما ظهر تأثير معنوي في مستوى اللاعبين في التفكير الخططي الهجومي .

ودراسة " محمود سعد " (2003 م) (54) والتي استهدفت التعرف على العلاقة بين التفكير الخططي وسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومية وكذلك التعرف على الفروق بين اللاعبين الدوليين وغير الدوليين في التفكير الخططي واهم النتائج وجود علاقة إحصائية بين درجات اللاعبين في وسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومية والتفكير الخططي بنوعيه ووجود فروق دالة إحصائية بين درجات اللاعبين الدوليين وغير الدوليين في مواقف التفكير الخططي لصالح اللاعبين الدوليين .

ودراسة " طارق عبد المنعم " (2004م) (32) والتي تناولت التوصل إلى العلاقة بين التفكير الخططي وأداء بعض المبادئ الخططية الهجومية والدفاعية للاعبين كرة القدم وأشارت أهم نتائج الدراسة إلى أن هناك ارتباط طردي بين التفكير الخططي وأداء بعض المبادئ الخططية الهجومية والدفاعية ، كما توجد فروق دالة إحصائية بين خطوط اللعب الثلاثة (دفاع - وسط - هجوم) بالنسبة لأداء بعض المبادئ الخططية الهجومية والدفاعية .

ودراسة " محمد حميدو " (2005م) (47) والتي استهدفت التعرف على مستوى تأثير البرنامج التدريبي لتنمية القدرة على التفكير الخططي لفاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع عن طريق التعرف على أهم الأداء والمواقف الخططية لفاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع لفرق مدارس كرة القدم العالمية خلال زمن المباراة وبناء مقياس لقياس القدرة على التفكير الخططي لفاعلية الهجوم السريع لدى لاعبي كرة القدم وكذلك تخطيط برنامج تدريبي لأبرز الأدوار ومكونات العمل الخططية لفاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع للاعبين كرة القدم تحت 16 سنة وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قدرة التفكير الخططي لصالح القياس البعدي وكذلك في فاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع لصالح القياس البعدي .

ودراسة " عمرو لبيب " (2006م) (43) والتي تناولت التعرف على العلاقة بين التفكير الخططي ووسائل تنفيذ خطط اللعب الدفاعية للاعبين كرة القدم للمستويات العالية واستخدم الباحث المنهج الوصفي وأهم نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التفكير الخططي ووسائل تنفيذ خطط اللعب الدفاعية لدى لاعبي كرة القدم للمستويات العالية .

ودراسة " سلمان أحمد " (2016م) (31) والتي استهدفت تحسين التفكير الخططي الابتكاري في مواقف اللعب الهجومية والدفاعية كمؤشر للتدريب في كرة القدم وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها وجود فروق دالة إحصائية بين عينة البحث لكرة القدم تحت 18 عاما في مواقف اللعب الهجومية ولصالح نادي الزوراء والجوية .

ودراسة " أيمن صديق " (2017م) (14) والتي استهدفت وضع أساس علمي للارتقاء بالسلوك الخططي لناشئ كرة القدم ويتحقق ذلك من خلال بناء مقياس للسلوك الخططي لدي ناشئ كرة القدم بمحافظة سوهاج ، وضع برنامج تدريبي لتطوير السلوك الخططي لناشئ كرة القدم ، التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على تطوير السلوك الخططي للاعبين الناشئين في كرة القدم بمحافظة سوهاج وقد أظهرت نتائج الدراسة ان البرنامج التدريبي المقترح ادي الي تطوير السلوك الخططي للاعبين الناشئين في كرة القدم .

ويرى الباحث ان الرشاقة من أهم الصفات البدنية المساهمة في تنفيذ خطط اللعب في كرة القدم وذلك لدورها الكبير في سرعة تعلم وإتقان المهارات الأساسية والوصول بلاعب كرة القدم إلي الآلية في أداء المهارات والمساهمة في إدماجها لتظهر في إطار واحد مما يساهم بدرجة كبيرة في ادخار اللاعب للجزء الأكبر من عملياته العقلية في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي .

من خلال ما تقدم يتضح للباحث استنادا على المراجع العلمية والدراسات البحثية ومن خلال عمل الباحث في مجال الإشراف علي تدريبي فرق الناشئين أهمية متغيرات الرشاقة الخاصة للاعب كرة القدم نظرا لأهميتها في إدماج المهارات الأساسية لتظهر في إطار واحد ولارتباطها بسرعة تعلم وإتقان المهارات الحركية , وأن هناك علاقة إيجابية بين الإعداد الخططي وكلا من الإعداد البدني والإعداد المهاري حيث يتأسس فاعلية خطط اللعب على الإعداد البدني والإعداد المهاري للاعب كرة القدم بدرجة كبيرة وارتباط الرشاقة بالذكاء , ولما للجانب العقلي من أهمية كبيرة في وصول الناشئ للمستويات العالية وخاصة العمليات العقلية العليا ويندرج تحتها عملية التفكير والذي ينتج عنها الاستجابات الصحيحة للاعب في حل المواقف الخططية الهجومية والدفاعية خلال المباريات , وبإطلاع الباحث علي الدراسات المرجعية في مجال تدريب كرة القدم والتي تناولت تأثير متغيرات الرشاقة على المستوى المهاري والخططي للاعب كرة القدم وجد الباحث أنها لم تتناول العلاقة بين متغيرات الرشاقة الخاصة والتفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئ كرة القدم مما استرعى انتباه الباحث لمحاولة التعرف على مدى مساهمة بعض متغيرات الرشاقة الخاصة في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لناشئ كرة القدم كمحاولة من الباحث لإضافة دراسة قد تسهم في الاستفادة منها تطبيقيا في ضوء ما تسفر عنه من نتائج .

هدف البحث :

- يهدف البحث إلي التعرف على مدى العلاقة بين بعض متغيرات الرشاقة الخاصة لناشئ كرة القدم وتفكيرهم الخططي الهجومي والدفاعي وذلك من خلال :
1. تصميم برنامج تدريبي لبعض متغيرات الرشاقة الخاصة والمكون الخططي الهجومي والدفاعي لناشئ كرة القدم تحت 17 سنة .
 2. تأثير البرنامج التدريبي المقترح في تنمية وتطوير بعض متغيرات الرشاقة الخاصة لدى ناشئ كرة القدم تحت 17 سنة .
 3. تأثير البرنامج التدريبي المقترح في تنمية وتطوير التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئ كرة القدم تحت 17 سنة .

4. العلاقة بين بعض متغيرات الرشاقة الخاصة وبين التفكير الخططي الهجومي والدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة .

5. نسبة مساهمة بعض متغيرات الرشاقة الخاصة في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة .

فروض البحث :

1. توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في بعض متغيرات الرشاقة الخاصة لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة .

2. توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة 0

3. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين بعض متغيرات الرشاقة الخاصة وبين التفكير الخططي الهجومي والدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة .

4. توجد نسبة مساهمة لبعض متغيرات الرشاقة الخاصة في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة .

مصطلحات البحث :

الرشاقة الخاصة : " قدرة اللاعب على تغيير أوضاع اتجاهات جسمه بأكمله أو جزء منه على الأرض أو في الهواء بسرعة وتوقيت ودقة وتنسيق وتوافق واقتصاد في الجهد الحركي واتجاه صحيح وربط وتركيب وتتطابق الأداء المهاري بما يتناسب مع ظروف المنافسة وإعادة اتزانه فور ذلك مباشرة " (33: 158)

متغيرات الرشاقة الخاصة :

القدرة على التوجيه : " هي الحركات الصعبة في الأداء والتي تحتوى على أكثر من هدف حيث تؤدي بمستوى عالي من الرشاقة كاستقبال الكرة بأوضاع وارتفاعات مختلفة وتسديدها على المرمى أو تمريرها في نفس اللحظة " . (28 : 11)

القدرة علي التكيف والتغيير : " هي السرعة في أداء الحركات ورد الفعل الحركي كسرعة التنقل بين الهجوم والدفاع كما يتطلبه الموقف " (28 : 11)

القدرة على سرعة التعلم : " هي زيادة في عدد تكرارات التمرين حتى يصل اللاعب إلي أداء التمرين في اقل وقت ممكن " . (28 : 11)

التفكير الخططي : " هو نوع من التفكير يقوم به الفرد الرياضي خلال مرحلة التعلم الخططي وفي أثناء المنافسات الرياضية والذي يتأسس في ضوءه الاستجابات المتعددة للرياضي (13 : 98)

خطط اللعب : " هي التحركات أو المناورات المدروسة التي يستخدمها الفريق بوسائل تنفيذية فردية وجماعية في عمليات الهجوم والدفاع فيحرز الفريق الأهداف عن طريق التحركات الخططية الهجومية وعن طريق التحركات الخططية الدفاعية يتم الاستحواذ علي الكرة أو تشتيتها (9 : 5)

خطط اللعب الهجومية : " هي خطط يشارك فيها أعضاء الفريق سواء كأفراد أو جماعات أو كفريق جماعي ومن خلالها يتحرك الفريق بوعي وفهم وإدراك حسب ظروف ومقتضيات المباراة ودور كل لاعب في الفريق أثناء الهجوم بهدف تحقيق الفوز وإحراز أكبر عدد من الأهداف" (16 : 179)

خطط اللعب الدفاعية : " هي خطط يشارك فيها أعضاء الفريق سواء كأفراد أو جماعات أو كفريق جماعي عن طريق تنفيذ مجموعة من الإجراءات والواجبات المختلفة في أماكن الملعب المختلفة عندما يمتلك الفريق المنافس الكرة بهدف إفشال هجمات المنافس ومنعه من إحراز وتسجيل هدف " . (16 : 206)

الذكاء : " هي مجموعة أساليب الأداء التي تشترك في كل الاختبارات التي تقيس اي مظهر من مظاهر النشاط العقلي والتي تتميز عن غيرها من أساليب الأداء الأخرى وترتبط بها ارتباطا ضعيفا " (6 : 286)

إجراءات البحث :

منهج البحث :

المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة عن طريق القياس القبلي والقياس البعدي .

مجتمع البحث :

يتمثل مجتمع البحث في ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة من أندية محافظة أسوان والمسجلين بالإتحاد المصري لكرة القدم موسم 2018/2019 .

عينة البحث :

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئي نادي أسوان الرياضي تحت 17 سنة والبالغ عددهم (30) ناشئ تم استبعاد (4) ناشئين لعدم انتظامهم في التدريب وبذلك بلغ حجم العينة الأساسية (26) ناشئ وتم اختيار هذه العينة للأسباب التالية :

1. توافر الإمكانيات وأدوات وملاعب التدريب .
2. وجود جهاز تدريبي معاون مؤهل علميا لتنفيذ البرنامج التدريبي المقترح .
3. انتظام مواعيد التدريب والمباريات .

أدوات جمع البيانات :

أولاً : القياسات المستخدمة بالبحث : استخدم الباحث القياسات التالية :

1. لتحديد عمر اللاعب بالسن (من خلال الاطلاع علي شهادة الميلاد)
 2. لتحديد طول الناشئ بالسنتيمتر (بواسطة جهاز الريستاميتير) (مرفق 4)
 3. لتحديد وزن الناشئ بالكيلوجرام (بواسطة الميزان الطبي) (مرفق 4)
 4. لتحديد العمر التدريبي للناشئ بالسنة (من خلال الاطلاع علي استمارة قيد الناشئ بالنادي)
- ثانياً : الاختبارات المستخدمة بالبحث : قام الباحث بإجراء مسح مرجعي للعديد من المؤلفات العلمية والدراسات والبحوث المرتبطة وذلك لتحديد الاختبارات المناسبة لقياس بعض متغيرات الرشاقة الخاصة والتي اتفق عليها أكبر عدد من العلماء والخبراء وتم تناولها في العديد من الأبحاث العلمية علي اللاعبين من نفس المرحلة السنية وهي كما يلي :-

أ - اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة: (مرفق 5)

1. اختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه). (49: 282)
2. اختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير). (49: 286)

ب- اختبار قياس التفكير الخططي الهجومي . (9 : 76 , 85) (مرفق 6)

ج- اختبار قياس التفكير الخططي الدفاعي . (9 : 133 , 142) (مرفق 7)

د - اختبار الذكاء المصور للدكتور احمد زكي صالح لقياس نسبة الذكاء العام . (5) (مرفق 8)
المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة بالبحث :

أ - صدق الاختبارات :

تم حساب صدق اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي المستخدمة بالبحث عن طريق المقارنة بين الربيع الاعلي والربيع الأدنى وذلك على عينة قوامها (19) لاعب من ناشئي نادي الحسايا تحت 17 سنة وهم من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية , وتم ترتيب درجات اللاعبين تصاعدياً لتحديد الربيع الأعلى لتمثل مجموعة اللاعبين ذوى المستوى المرتفع في تلك الاختبارات وعددهم (5) لاعبين وبنسبة مئوية (25%) من العينة التي قوامها (19) لاعب , والربيع الأدنى لتمثل مجموعة اللاعبين ذوى المستوى المنخفض في تلك الاختبارات وعددهم (5) لاعبين وبنسبة مئوية (25%) من العينة التي قوامها (19) لاعب , وتم حساب دلالة الفروق بين المجموعتين في اختبارات بعض متغيرات الرشاقة واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) .

جدول (1)

دلالة الفروق بين متوسطي الربيع الأعلى والربيع الأدنى في اختبارات بعض متغيرات الرشاقة واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) (ن = 10)

الاختبارات	وحدة القياس	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		قيمة ت المحسوبة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
اختبار بارو للرشاقة	الثانية	20.66	0.50299	23.26	0.3649	8.369-	دال
الجري الارتدادي	الثانية	18.6	0.5244	22.36	0.2408	12.719-	دال
اختبار التفطير الخططي الهجومي	الدرجة	6.60	0.5477	2.80	0.8366	6.517-	دال
اختبار التفطير الخططي الدفاعي	الدرجة	6.40	0.5477	2.20	0.8366	7.203-	دال

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (8) ودلالة إحصائية (0.05) = 2.101

يوضح الجدول (1) ان جميع قيم "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (0.05) مما يشير إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة ذات الربيع الأعلى والتي تمثل اللاعبين ذوى المستوى المرتفع في اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) ، وبين المجموعة ذات الربيع الأدنى والتي تمثل اللاعبين ذوى المستوى المنخفض فى الاختبارات قيد البحث ولصالح المجموعة ذات الربيع الأعلى مما يشير إلي صدق تلك الاختبارات وقدرتها على التمييز بين المجموعات .

ب - ثبات الاختبارات :

تم حساب ثبات اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي المستخدمة بالبحث عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق لاختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي المستخدمة بالبحث لعينة قوامها (19) ناشئ من ناشئي نادي الحسايا تحت 17 سنة وهم من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وبفارق زمني 6 أيام بين التطبيقين بنفس الاختبارات وباستخدام نفس الأدوات , وتم إيجاد معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين نتائج التطبيقين الأول والثاني .

جدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط كدالة إحصائية لثبات اختبارات متغيرات الرشاقة (قيد البحث)

البيان المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		قيمة معامل الارتباط الإحصائية	الدلالة الإحصائية
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
اختبارات الرشاقة	الثانية	22.505	1.4230	22.494	1.4164	0.996	دال

الخاصة	الجري الارتدادي	الثانية	20.553	1.4927	20.537	1.4953	0.998	دال
اختبارات التفكير الخطي	اختبار التفكير الخطي الهجومي	الدرجة	4.684	1.565	4.579	1.387	0.959	دال
اختبار التفكير الخطي	اختبار التفكير الخطي	الدرجة	4.947	1.682	5.053	1.580	0.962	دال

قيمة "ر" الجدولية عند درجة حرية (18) ودلالة إحصائية (0.05)=0.444

يوضح الجدول (2) أن جميع قيم "ر" المحسوبة اكبر من قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (0.05) مما يشير الي وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين نتائج التطبيق الأول والتطبيق الثاني لاختبارات بعض متغيرات الرشاقة واختبارات التفكير الخطي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) , مما يشير الي ثبات جميع اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة واختبارات التفكير الخطي الهجومي والدفاعي المستخدمة بالبحث .
تقنين الاختبارات المستخدمة :-

تم إيجاد التجانس بين أفراد عينة البحث في المتغيرات التالية (السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي - اختبارات الرشاقة الخاصة - اختبار الذكاء المصور - اختبار قياس التفكير الخطي الهجومي - اختبار قياس التفكير الخطي الدفاعي)

جدول (3)

قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وأقل قيمة واكبر قيمة ومعامل الالتواء والتفطح لبيان تجانس عينة البحث في المتغيرات قيد البحث (ن = 26)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أقل قيمة	أكبر قيمة	معامل الالتواء	التفطح
اختبارات معدلات النمو	الطول	168.65	6.474	153	180	0.279	0.073
	الوزن	52.15	6.169	43	67	0.950	0.356
	السن	15.304	0.518	14.33	16.67	0.082	0.992
	العمر التدريبي	3.42	0.758	3	5	1.478	0.570
اختبارات الرشاقة الخاصة	اختبار بارو للرشاقة	17.923	1.003	16.4	19.8	0.281	0.999-
	الجري الارتدادي	16.492	0.851	15.1	18.3	0.419	0.371-
اختبار الذكاء المصور	الدرجة	40.50	3.932	33	47	0.227	0.758-
اختبار التفكير الخطي الهجومي	الدرجة	4.65	1.231	3	7	0.312	0.828-
اختبار التفكير الخطي الدفاعي	الدرجة	5.42	1.206	3	7	0.472	0.570-

يوضح الجدول رقم (3) أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي حيث ان قيم معاملات الإلتواء لعينة البحث في المتغيرات اختبارات معدلات النمو واختبارات الرشاقة الخاصة واختبار الذكاء المصور واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي تراوحت ما بين (0.082 الي 1.478) أي أنها انحصرت ما بين (-3 , +3) مما يشير الي تجانس عينة البحث في هذه المتغيرات .
ثالثاً : الاستثمارات : قام الباحث باستخدام الاستثمارات التالية :

1. استمارة لتسجيل البيانات الشخصية لعينة البحث 0 (مرفق 9)
2. استمارة لتسجيل نتائج القياسات الجسمانية لعينة البحث 0 (مرفق 10)
3. استمارة لتسجيل نتائج اختبارات بعض متغيرات الرشاقة المستخدمة بالبحث 0 (مرفق 11)
4. استمارة تسجيل نتائج اختبار التفكير الخططي الهجومي لعينة البحث (مرفق 12)
5. استمارة تسجيل نتائج اختبار التفكير الخططي الدفاعي لعينة البحث (مرفق 13)
6. استمارة تسجيل نتائج اختبار الذكاء المصور (مرفق14)

رابعاً: الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث : استخدم الباحث الأدوات التالية :

ميزان طبي لقياس الوزن - جهاز الريستاميتير لقياس الطول - شريط قياس - صافرة - طباشير - جير مطفاً - أقماع بلاستيك - أطباق بلاستيك - أعلام - حواجز - مقاعد سويدية - قمصان تدريب - كاميرات فيديو - كرة قدم قانونية - قوائم معدنية .

خامساً : البرنامج التدريبي المقترح :

تحديد الهدف من البرنامج التدريبي المقترح :

البرنامج التدريبي المقترح يهدف الي التعرف على مدى العلاقة بين بعض متغيرات الرشاقة الخاصة ومستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي وذلك من خلال تصميم برنامج تدريبي لبعض متغيرات الرشاقة الخاصة لناشئي كرة القدم تحت 17 سنة
أسس إعداد البرنامج التدريبي المقترح :

1. مراعاة الهدف العام من البرنامج التدريبي .
2. مراعاة التشكيل المناسب لحمل التدريب من حيث (الشدة - الحجم - الكثافة) .
3. مرونة البرنامج التدريبي وصلاحيته للتطبيق العملي .
4. وضع تدريبات الرشاقة الخاصة خلال فترتي الإعداد الخاص والإعداد للمباريات .
5. توفير الإمكانيات والأدوات المستخدمة .
6. تحديد المستوى لعينة البحث قبل تطبيق البرنامج
7. تحديد شدة وحجم التمرينات وفترات الراحة البينية وفقاً لمحتوى وهدف كل مرحلة من
8. مراحل الإعداد في البرنامج التدريبي وفقاً لمبادئ وطرق تنمية عناصر اللياقة البدنية .

محددات البرنامج التدريبي

تحديد الفترة الزمنية المناسبة لتطبيق البرنامج التدريبي : قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي خلال فترة الإعداد للموسم الرياضي 2019/2018 ولمدة تسع (9) أسابيع خلال فترتي الإعداد الخاص والإعداد للمباريات .

تحديد دورة الحمل خلال البرنامج التدريبي : حدد الباحث دورة الحمل الأسبوعية بنسبة (2 : 1) بمعنى أن يكون يومان حمل التدريب مرتفع الشدة ويوم حمل التدريب متوسط الشدة كما حدد الباحث دورة الحمل الفترية بنسبة (2 : 1) بمعنى أن يكون هناك أسبوعين حمل التدريب مرتفع الشدة وأسبوع حمل التدريب متوسط الشدة كما حدد الباحث دورة الحمل السنوية بنسبة (2 : 1) بمعنى أن يكون شهران حمل التدريب مرتفع الشدة وشهر حمل التدريب متوسط الشدة .

تحديد عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية : قام الباحث بعد الاطلاع علي المراجع العلمية والدراسات والبحوث المتخصصة في مجال تدريب كرة القدم ولتحقيق الهدف العام من البرنامج التدريبي بتحديد (6) وحدات تدريبية خلال الأسبوع على أن يتم تطبيق تدريبات الرشاقة خلال (4) وحدات تدريبية خلال الأسبوع وذلك أيام (السبت , الأحد , الثلاثاء , الأربعاء) خلال فترتي الإعداد الخاص والإعداد للمباريات .

تحديد زمن الوحدة التدريبية : قام الباحث بتحديد زمن الوحدة التدريبية ما بين (90 - 120 دقيقة)

تحديد زمن تدريبات الرشاقة : قام الباحث بعد الإطلاع على الدراسات السابقة ولتحقيق الهدف العام من البرنامج التدريبي بتحديد زمن تدريبات الرشاقة خلال وحدة التدريب بثمانية وعشرون دقيقة (28دقيقة) على أن يتم تطبيق تدريبات الرشاقة خلال (4) وحدات تدريبية أسبوعياً وذلك خلال فترتي الإعداد الخاص والإعداد للمباريات على أن تعطى هذه التدريبات في أول الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية وذلك لان تدريبات الرشاقة عالية الشدة وتحتاج إلي جهد عصبي كبير أثناء أدائها .

زمن التدريب الأسبوعي لتدريبات الرشاقة الخاصة = 4×28 دقيقة = 112 دقيقة أسبوعياً .
إجمالي زمن تدريبات الرشاقة الخاصة خلال البرنامج التدريبي = 112×9 أسابيع = 1008 دقيقة .

خطوات تنفيذ البحث :**أولاً : المسح المرجعي :**

قام الباحث بعمل دراسة مسحية للمراجع العلمية المتخصصة في مجال تدريب كرة القدم والدراسات والبحوث المرجعية بموضوع البحث كدراسة " سالم أبو حلو " (2012م) (28) , ودراسة " محمد شوقي " (2012م) (48) , ودراسة " أشرف موسى " (2014م) (10) , ودراسة " احمد اشرف " (2018م) (4) , ودراسة " ايمن عبد اللطيف " (2019م) (15) وذلك للاستعانة بها لتحقيق الهدف من البحث وتحديد ما يلي :

1. العينة التي ستطبق عليها الدراسة من حيث العدد والمرحلة العمرية .
2. القياسات الجسمانية الخاصة بمعدلات النمو لأفراد العينة .
3. اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة .
4. اختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لعينة البحث .

ثانياً : المساعدين : قام الباحث باختيار عدد 2 مساعدين من خريجي كلية التربية الرياضية جامعة جنوب الوادي مارسوا كرة القدم ويعملوا ضمن الجهاز التدريبي المعاون للباحث ولديهم الرغبة في مساعدة الباحث في تنفيذ اجراءات البحث .

ثالثاً : الدراسات الاستطلاعية :**الدراسة الاستطلاعية الأولى :**

أجريت تلك الدراسة خلال الفترة من يوم السبت الموافق 16 / 6 / 2018 إلى يوم الخميس الموافق 21 / 6 / 2018 علي ناشئي نادي كيما الرياضي تحت 17 سنة وعددهم (17) ناشئ من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية وتضمنت تلك الدراسة تطبيق اختبارات الرشاقة الخاصة وكذلك اختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) واستهدفت ما يلي :

1. معرفة مدى صلاحية الملاعب لإجراء اختبارات الرشاقة الخاصة قيد البحث .
2. التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في القياس .
3. التأكد من سهولة ودقة التدوين في استمارات تسجيل النتائج ومدى استيعاب المساعدين لطريقة التسجيل .
4. تحديد زمن كل اختبار والزمن الكلي للاختبارات .

نتائج الدراسة الاستطلاعية الأولى :

1. التأكد من صلاحية الملاعب لتنفيذ وإجراء الاختبارات .

2. التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في القياس وكذلك التأكد من سهولة ودقة التدوين في استمارات تسجيل نتائج الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة واستيعاب المساعدين لطريقة التسجيل .

3. تحديد الزمن المناسب لكل اختبار وكذلك الزمن الكلي للاختبارات .

الدراسة الاستطلاعية الثانية :

أجريت تلك الدراسة خلال الفترة من يوم الأربعاء الموافق 6/27 / 2018م إلي يوم الأربعاء الموافق 2018/7/4م علي ناشئي نادي الحسايا تحت 17 سنة وعددهم (19) ناشئ من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية وتضمنت تلك الدراسة اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة المستخدمة بالبحث واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) واستهدفت تلك الدراسة :

إيجاد المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لاختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة المستخدمة بالبحث واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) .

نتائج الدراسة الثانية :

تم إيجاد معاملي الصدق والثبات لإختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة المستخدمة بالبحث واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) وتبين أنه تتوافر فيها درجة صدق وثبات عالية وتم حساب الصدق لإختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة المستخدمة بالبحث واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) عن طريق المقارنة بين الربيع الاعلي والربيع الادني حيث تم ترتيب درجات اللاعبين تصاعديا لتحديد الربيع الأعلى لتمثل مجموعة اللاعبين ذوى المستوى المرتفع في تلك الاختبارات وعددهم (5) لاعبين وبنسبة مئوية (25%) من العينة التي قوامها (19) لاعب , والربيع الأدنى لتمثل مجموعة اللاعبين ذوى المستوى المنخفض في تلك الاختبارات وعددهم (5) لاعبين وبنسبة مئوية (25%) من العينة التي قوامها (19) لاعب , وتم حساب دلالة الفروق بين المجموعتين في اختبارات بعض متغيرات الرشاقة واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) .

وتم إيجاد ثبات إختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة المستخدمة بالبحث واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) بطريقة تطبيق الاختبارات يوم الاربعاء الموافق 6/27 / 2018م والخميس الموافق 2018/6/28 واعادة تطبيقها يومي الثلاثاء الموافق 2018/7/3 والأربعاء الموافق 2018/7/4م علي العينة الاستطلاعية الثانية وبفاصل زمني 6 أيام بين التطبيقين وبنفس الاختبارات وتحت نفس الظروف وباستخدام نفس الأدوات .

رابعاً : القياسات الجسمانية لأفراد العينة الأساسية :

قام الباحث بإجراء القياسات الجسمانية والقياسات الخاصة بمعدلات النمو على أفراد العينة الأساسية وذلك قبل البدء في البرنامج التدريبي يوم الخميس الموافق 2018/7/5م واشتملت تلك القياسات (الطول - الوزن - العمر في 2018/10/1 - العمر التدريبي) .

خامساً : تطبيق البرنامج التدريبي المقترح :

قام الباحث بتطبيق البرنامج التدريبي المقترح على عينة البحث خلال الفترة من يوم السبت الموافق 2018 / 7 / 7 الي يوم الخميس الموافق 2018 / 9 / 27 على ملاعب نادي اسوان الرياضي .

المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث :

قام الباحث بإعداد البيانات وجدولتها وتحليلها إحصائياً مع استخراج النتائج وتفسيرها عن طريق الأساليب الإحصائية التالية :

1. المتوسط الحسابي .
2. الانحراف المعياري .
3. معامل الالتواء .
4. اختبار الفروق بين المتوسطات " ت " .
5. التلطح .
6. مصفوفة معامل الارتباط .

عرض النتائج :

جدول (4)

دلالة الفروق بين متوسطات القياس القبلي والقياس البعدي لاختبارات بغض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) ، (القدرة على التكيف والتغير) لعينة البحث (ن = 26)

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		متوسط الفروق	الانحراف المعياري للفروق	قيمة "ت" المحسوبة	نسبة التحسن
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
اختبار بارو للرشاقة	ث	24.354	1.256	17.923	1.003	6.431	0.477	68.700	26.4%
الجري الارتدادي	ث	21.138	1.007	16.492	0.801	4.646	0.625	37.907	21.98%

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (25) ودلالة إحصائية $(0.05) = 2.060$

يوضح الجدول رقم (4) أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (0.05) مما يشير الي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي في جميع اختبارات بغض متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث) لعينة البحث ولصالح القياس البعدي .

جدول (5)

دلالة الفروق بين متوسطات القياس القبلي والقياس البعدي في اختبارات التفكير الخططي

الهجومي والدفاعي (قيد البحث) لعينة البحث 0 (ن = 26)

الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		متوسط الفروق	الانحراف المعياري للفروق	قيمة "ت" المحسوبة	نسبة التطور
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
التفكير الخططي الهجومي	الدرجة	3.923	1.055	5.115	1.336	1.192	0.634	9.594	23.3%
التفكير الخططي الدفاعي	الدرجة	4.308	0.970	5.423	1.206	1.115	0.653	8.712	20.56%

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (25) ودلالة إحصائية $(0.05) = 2.060$

يوضح الجدول رقم (5) أن جميع قيم "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (0.05) مما يشير الي وجود فروق (ذات دلالة إحصائية) بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي في اختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لعينة البحث ولصالح القياس البعدي .

جدول (6)

مصفوفة معامل الارتباط لمتغيرات البحث

المتغيرات	بارو للرشاقة	الجري الارتدادي للرشاقة	التفكير الخططي الهجومي	التفكير الخططي الدفاعي	الذكاء العام
بارو للرشاقة معامل الارتباط معامل الاحتمال	1	0.731 0.000	0.822- 0.000	0.878- 0.000	0.622 0.001
الجري الارتدادي للرشاقة معامل الارتباط معامل الاحتمال	0.731 0.000	1	0.830- 0.000	0.819- 0.000	0.731- 0.000
التفكير الخططي الهجومي معامل الارتباط معامل الاحتمال	0.822- 0.000	0.830- 0.000	1	0.837 0.000	0.822 0.000
التفكير الخططي الدفاعي معامل الارتباط معامل الاحتمال	0.878- 0.000	0.819- 0.000	0.837 0.000	1	0.878 0.000
الذكاء العام معامل الارتباط معامل الاحتمال	0.622- 0.001	0.731- 0.000	0.822 0.000	0.878 0.000	1

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (25) ودلالة إحصائية $(0.05) = 0.381$ يوضح الجدول (6) ان قيم معامل الارتباط المحسوبة اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى (0.05) مما يشير الى أن اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة لها ارتباط (دال احصائياً) مع اختبار الذكاء المصور واختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي (قيد البحث) .

أولاً : تقدير معادلة الانحدار الخطي المتعدد لاختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخططي الهجومي على اختبارات قياس متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث)

و = اختبار التفكير الخططي الهجومي (المتغير التابع)

ر = اختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) (المتغير المستقل الأول)

د = اختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) (المتغير المستقل الثاني)

إذاً معادلة الانحدار الخطي المتعدد المراد تقديرها تكون:

$$و = أ + ت + ر + ح + د + ع$$

حيث أن:

أ: الحد الثابت (الحد المطلق)

ت: معامل الانحدار للمتغير المستقل الاول

ح : معامل الانحدار للمتغير المستقل الثاني

ع: الخطأ العشوائي

وتحت الشروط الإحصائية المتعلقة بنموذج الانحدار، وباستخدام طريقة المربعات الصغرى

العادية (OLS) لتقدير معادلة الانحدار السابق ذكرها، نحصل علي النتائج التالية:

جدول رقم (7)

معامل خط الانحدار المقدر لمعادلة الانحدار الخطي المتعدد لاختبار التفكير الخططي الهجومي

على اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث)

البيان المتغيرات	قيمة المعاملات B	الخطأ المعياري Std Error	قيمة ت المحسوبة t	معامل الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R ²	معامل التحديد المعدل R ² -	قيمة F	معامل الاحتمال (P-value) لقيمة F	معامل الاحتمال (P-value) للمتغيرات	الدلالة الاحصائية
الحد الثابت	22.665	2.287	9.911	0.861	0.741	0.718	32.980	0.000	0.000	دال
اختبار بارو	-0.418	0.194	-2.156	0.861	0.741	0.718	32.980	0.000	0.042	دال

اختبار الارتدادي	0.621-	0.178	3.498-					0.002	دال
------------------	--------	-------	--------	--	--	--	--	-------	-----

يوضح الجدول (7) أن اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة بمتغيرات مستقلة لها تأثير (دال إحصائياً) على اختبار التفكير الخططي الهجومي كمتغير تابع وذلك لأن قيمة معامل الاحتمال المقابلة لقيمة F في نموذج الانحدار الخطي المتعدد أقل من ($P < 0.0001$) مما يؤكد القوة التفسيرية العالية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد من الناحية الإحصائية وأن معادلة الانحدار الخطي المتعدد المقدره يمكن كتابتها على النحو التالي :

$$\hat{w} = 22.665 + 0.418r - 0.621d$$

حيث أن \hat{w} : تمثل القيمة المقدره لاختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخططي الهجومي

وقد بلغ معامل التحديد (R^2) 0.741 وبلغ معامل التحديد المعدل (R^2) 0.718 وهذا يعني أن اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة تفسر نسبة 72% تقريبا من التغيرات التي تحدث لاختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخططي الهجومي بالنسبة لعينة البحث , وان باقي النسبة (28%) راجعة الي عوامل أخرى بخلاف اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث)

ثانيا : تقدير معادلة الانحدار الخطي المتعدد لاختبار التفكير الخططي الدفاعي لقياس مستوى التفكير الخططي الهجومي على اختبارات قياس متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث)

ف = اختبار التفكير الخططي الدفاعي (المتغير التابع)

ر = اختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) (المتغير المستقل الأول)

د = اختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) (المتغير المستقل الثاني)

إذا معادلة الانحدار الخطي المتعدد المراد تقديرها تكون :

$$f = a + b r + c d + e$$

جدول رقم (8)

معامل خط الانحدار المقدر لمعادلة الانحدار الخطي المتعدد لاختبار التفكير الخطي الدفاعي
على اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث)

البيان المتغيرات	قيمة المعاملات B	الخطأ المعياري Std Error	قيمة ت المحسوبة t	معامل الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R ²	معامل التحديد المعدل R ²	قيمة F	معامل الاحتمال (P-value) لقيمة F	معامل الاحتمال P- (value) للمتغيرات	الدالة الإحصائية
الحد الثابت	18.817	2.325	8.092						0.000	دال
اختبار بارو	-0.033	0.197	-0.168	0.819	0.671	0.642	23.442	0.000	0.868	غير دال
اختبار الارتدادي	-0.787	0.181	-4.361						0.000	دال

يوضح الجدول (8) أن اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة كمتغيرات مستقلة لها تأثير (دال إحصائياً) على اختبار التفكير الخطي الدفاعي كمتغير تابع وذلك لأن قيمة معامل الاحتمال المقابلة لقيمة F في نموذج الانحدار الخطي المتعدد أقل من ($P < 0.0001$) مما يؤكد القوة التفسيرية العالية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد من الناحية الإحصائية وأن معادلة الانحدار الخطي المتعدد المقدر يمكن كتابتها على النحو التالي :

$$\hat{F} = 18.817 - 0.033r + 0.787d$$

حيث أن \hat{F} : تمثل القيمة المقدر لاختبار التفكير الخطي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخطي الدفاعي

وقد بلغ معامل التحديد (R^2) 0.671 وبلغ معامل التحديد المعدل (R^2) 0.642 وهذا يعني أن اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة تفسر نسبة 64% تقريبا من التغيرات التي تحدث لاختبار التفكير الخطي الدفاعي لقياس مستوى التفكير الخطي الدفاعي بالنسبة لعينة البحث ، وان باقي النسبة (36%) راجعة الي عوامل أخرى بخلاف اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث)

ثالثا : تقدير معادلة الانحدار الخطي المتعدد لاختبار الذكاء المصور لقياس مستوى الذكاء العام على إختبارات قياس متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث)

ك = اختبار الذكاء المصور لقياس مستوى الذكاء العام (المتغير التابع)

ر = إختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) (المتغير المستقل الاول)

د = اختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) (المتغير المستقل الثاني)

إذا معادلة الانحدار الخطي المتعدد المراد تقديرها تكون:

$$ك = أ + ب ر + ج د + ء$$

جدول رقم (9)

معامل خط الانحدار المقدر لمعادلة الانحدار الخطي المتعدد لإختبار الذكاء المصور على إختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث)

البيان المتغيرات	قيمة المعاملات B	الخطأ المعياري Std Error	قيمة ت المحسوبة t	معامل الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R ²	معامل التحديد المعدل R ²⁻	قيمة F	معامل الاحتمال P-) (value F لقيمة F	معامل الاحتمال P-) (value للمغيرات	الدلالة الاحصائية
الحد الثابت	195.22	15.713	12.424						0.000	دال
اختبار بارو	1.015-	1.333	0.761-	0.739	0.546	0.507	13.839	0.000	0.454	غير دال
اختبار الارتدادي	3.462-	1.220	2.838-						0.009	دال

يوضح الجدول (9) أن اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة كمتغيرات مستقلة لها تأثير (دال إحصائياً) على اختبار الذكاء المصور كمتغير تابع وذلك لان قيمة معامل الاحتمال المقابلة لقيمة F لنموذج الانحدار الخطي المتعدد أقل من (P < 0.0001) مما يؤكد القوة التفسيرية العالية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد من الناحية الإحصائية وأن معادلة الانحدار الخطي المتعدد المقدر يمكن كتابتها على النحو التالي :

$$ك = 195.220 + 1.015 ر - 3.462 د$$

حيث أن ك : تمثل القيمة المقدر لاختبار الذكاء المصور لقياس مستوى الذكاء العام وقد بلغ معامل التحديد (R²) 0.546 وبلغ معامل التحديد المعدل (R²⁻) 0.507 وهذا يعني أن اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة تفسر نسبة 51% تقريبا من التغيرات التي تحدث لاختبار الذكاء المصور لقياس مستوى الذكاء العام بالنسبة لعينة البحث , وان باقى النسبة (49%) راجعة الي عوامل أخرى بخلاف اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث)

ثانيا : مناقشة النتائج :

مناقشة الفرض الأول :

ينص الفرض الأول أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في

بعض متغيرات الرشاقة الخاصة لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة .

يوضح الجدول رقم (4) والخاص بدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث في مستوى اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة قيد البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياس القبلي والقياس البعدي لجميع اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي حيث أن قيم "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية لجميع اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث) حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة لاختبار بارو للرشاقة لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة علي التوجيه) "68.700" , وقيمة "ت" المحسوبة لاختبار الجري الارتدادي لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) "37.907" , علما بأن قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (0.05) هو (2.060) مما يشير إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياس القبلي والقياس البعدي لاختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (قيد البحث) ولصالح القياس البعدي

وقد تراوحت نسب التحسن ما بين (21.98% إلى 26.4%) فقد أظهرت النتائج أن نسبة التحسن لاختبار بارو لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة علي التوجيه) بلغت 26.4% , ونسبة التحسن لاختبار الجري الارتدادي لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) بلغت 21.98% .

وقد أرجع الباحث ذلك التغير الإيجابي بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة إلي انتظام عينة البحث في تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح وذلك بما حواه البرنامج التدريبي من تخصيص الباحث 28 دقيقة من زمن (4) وحدات تدريبية أسبوعية خلال مرحلتي الإعداد الخاص والإعداد للمباريات لتدريبات الرشاقة مع تنوع وتعدد الوسائل التدريبية لتنمية الرشاقة لناشئي كرة القدم ومراعاة التدرج للتدريبات من البسيط الي المركب ومراعاة الأسس العلمية في تدريب الناشئين .

وتتفق تلك النتائج مع ما أشار إليه " حسن علاوي " (1992م) " أنه لتطوير صفة الرشاقة ينبغي العمل على اكتساب اللاعب لعدد كبير من المهارات الحركية المختلفة " (46 : 202) .
وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه أمر الله البساطي (1997م) أن الأداء العكسي للتمرينات مع تغيير سرعة وتوقيت الجري والإكثار من التدريبات المهارية المركبة والتدرج بهذه التدريبات مع تغيير الحدود المكانية يؤدي إلي تطوير وتنمية الرشاقة للاعبين كرة القدم (12 : 107)

وتتفق كذلك مع تأكيد " حسن أبو عبده " (2005م) انه " يجب مراعاة التدرج من البسيط إلي المركب في التدريب على تنمية الرشاقة مع مراعاة تشكيل التدريبات والأداء المشابه لمواقف اللعب " . (16 : 108)

وهذه النتائج تتفق مع دراسة كلا من " سالم ابو حلو " (2011م) (28) , ودراسة محمد شوقي (2012م) (48) , ودراسة " أشرف موسى " (2014م) (10) , ودراسة " ايمن عبد اللطيف " (2019م) (15) والتي توصلت إلي أن "البرامج التدريبية باستخدام تدريبات متغيرات الرشاقة مع تقنين فترات الراحة تؤدي إلي تنمية الرشاقة الخاصة لناشئي كرة القدم " . وعلى ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث وفقا للمراجع العلمية والدراسات المرتبطة نرى أن البرنامج التدريبي المقترح قد أدى إلى تنمية وتطوير بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) (القدرة على التكيف والتغير) لعينة البحث أي أن الفرض الاول قد تحقق إجرائيا والذي ينص علي " توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في بعض متغيرات الرشاقة الخاصة لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة " .

مناقشة الفرض الثاني :

والذي ينص على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في

التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة "

يوضح الجدول رقم (5) والخاص بدلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لعينة البحث في مستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات القياس القبلي والقياس البعدي لاختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي ولصالح القياس البعدي , حيث أن جميع قيم "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (0.05) حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة لاختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخططي الهجومي (9.594) , وبلغت قيمة "ت" المحسوبة لاختبار التفكير الخططي الدفاعي لقياس مستوى التفكير الخططي الدفاعي (8.712) , بينما قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (0.05) تعادل (2.060) مما يشير الي وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لاختبارات التفكير الخططي الهجومي والدفاعي ولصالح القياس البعدي . ويوضح الجدول رقم (5) ان نسب التطور بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي قد تراوحت ما بين (20.56% إلى 23.30%) فقد أظهرت النتائج أن نسبة التطور في اختبار التفكير الخططي الهجوم والدفاعي لقياس مستوى التفكير الخططي الهجومي قد بلغت (23.3%) , وان نسبة التطور في اختبار التفكير الخططي الدفاعي لقياس مستوى التفكير الخططي الدفاعي قد بلغت (20.56%) .

وقد أرجع الباحث ذلك التطور بين القياس القبلي والقياس البعدي في مستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لعينة البحث إلي انتظام عينة البحث في تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح وما احتواه البرنامج من تعدد وتنوع الوسائل التدريبية لتنمية متغيرات الرشاقة الخاصة

لناشئي كرة القدم مع التركيز على التمرينات المركبة وتمرينات تنمية المهارات مع ربطها بالقدرات البدنية وخصص لهما الباحث (50%) من زمن الإعداد المهاري وكذلك التركيز علي تمرينات مجموعة ضد مجموعة في مساحة محددة وخصص له الباحث (30%) من زمن الإعداد الخططي .

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه " حسن علاوى " (1992م) " أن عملية تنمية الصفات البدنية الضرورية ترتبط ارتباطا وثيقا بعملية تنمية المهارات الحركية وان القدرات البدنية الخاصة في كرة القدم تشكل عاملا أساسيا وهاما لرفع مستوى الأداء المهاري " (49 : 81)

وتتفق كذلك مع تأكيد " حنفي مختار " (1998م) " إن إجادة تنفيذ خطط اللعب تتوقف على مستوى إجادة اللاعبين للمهارات الأساسية الهجومية والدفاعية والقدرة على تنفيذ المهارات تحت ضغط المنافس وتحت إي ظرف خلال المباراة " . (22 : 186)

وتتفق تلك النتائج مع ما توصل إليه " اشرف جابر " (1991م) (8) من " ان لاعب كرة القدم يحتاج إلي صفة الرشاقة لمحاولة النجاح في إدماج عدة مهارات لتظهر في إطار واحد اي ان الرشاقة هي حصيلة الخبرات الحركية للاعب وهو ما يسمى " بالثراء الحركي " . (8 : 124)

وتتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة كلا من " سالم أبو حلو " (2012م) (28) , ودراسة " محمد شوقي " (2012م) (48) , ودراسة " اشرف موسى " (2014 م) (10) , ودراسة " احمد اشرف " (2018م) (4) , ودراسة " ايمن عبد اللطيف " (2019م) (15) والتي توصلت إلي أن " البرامج التدريبية باستخدام تدريبات متغيرات الرشاقة تؤدي إلي تطوير الأداء المهاري المركب ووسائل تنفيذ خطط اللعب لناشئي كرة القدم " .

وتتفق نتائج تلك النتائج مع نتائج دراسة " مجدي يوسف " (1997م) (45) , ودراسة " محمود سعد " (2003 م) (54) , ودراسة " طارق عبد المنعم " (2004م) (32) , ودراسة " محمد حميدو " (2005م) (51) ودراسة " عمرو لبيب " (2006م) (43) , ودراسة " سلمان أحمد " (2016م) (30) , ودراسة " أيمن صديق (2017م) (14) والتي توصلت الى " وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين التفكير الخططي الهجومي والدفاعي وبين المستوى البدني المهاري والخططي ووسائل تنفيذ خطط اللعب لدى لاعبي كرة القدم "

وعلى ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث ووفقا للمراجع العلمية والدراسات المرتبطة ومن خلال عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني يتضح أن البرنامج التدريبي المقترح قد أدى إلي تطوير في مستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لعينة البحث وأن الفرض الثاني قد تحقق إجرائيا والذي نص على " توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة " .

مناقشة الفرض الثالث :

والذي ينص " توجد علاقة دالة إحصائية بين بعض متغيرات الرشاقة الخاصة والتفكير

الخططي الهجومي والدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة "

يوضح الجدول رقم (6) والخاص بمصفوفة معامل الارتباط بين اختبار الذكاء المصور لقياس (الذكاء العام) واختبار التفكير الخططي الهجومي واختبار التفكير الخططي الدفاعي وبين اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة ان قيم معامل الارتباط المحسوبة بين اختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس (التفكير الخططي الهجومي) وبين اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (اختبار بارو للرشاقة , اختبار الجري الارتدادي) اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى (0.05) مما يشير الي وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين هذه الاختبارات وبين اختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس (التفكير الخططي الهجومي) حيث بلغ معامل الارتباط بين اختبار بارو للرشاقة لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة علي التوجيه) وبين اختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس (التفكير الخططي الهجومي) (-0.822) , بينما بلغ معامل الارتباط بين اختبار الجري الارتدادي لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) وبين اختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس (التفكير الخططي الهجومي) (-0.830) بينما قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى (0.05) = (0.381) مما يشير الي وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (اختبار بارو للرشاقة , اختبار الجري الارتدادي) وبين اختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس (التفكير الخططي الهجومي) .

يوضح الجدول رقم (6) والخاص بمصفوفة معامل الارتباط بين اختبار الذكاء المصور لقياس (الذكاء العام) واختبار التفكير الخططي الهجومي واختبار التفكير الخططي الدفاعي وبين اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة ان قيم معامل الارتباط المحسوبة بين اختبار التفكير الخططي الدفاعي لقياس (التفكير الخططي الدفاعي) وبين اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (اختبار بارو للرشاقة , اختبار الجري الارتدادي) اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى (0.05) مما يشير الي وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين هذه الاختبارات وبين اختبار التفكير الخططي الدفاعي لقياس (التفكير الخططي الدفاعي) حيث بلغ معامل الارتباط بين اختبار بارو للرشاقة لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة علي التوجيه) وبين اختبار التفكير الخططي الدفاعي لقياس (التفكير الخططي الدفاعي) (-0.878) , بينما بلغ معامل الارتباط بين اختبار الجري الارتدادي لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) وبين اختبار التفكير الخططي الدفاعي لقياس (التفكير الخططي الدفاعي) (-0.819) بينما

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى $(0.05) = (0.381)$ مما يشير الي وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (اختبار بارو للرشاقة , اختبار الجري الارتدادي) وبين اختبار التفكير الخططي الدفاعي لقياس (التفكير الخططي الدفاعي) .

يوضح الجدول رقم (6) والخاص بمصفوفة معامل الارتباط بين اختبار الذكاء المصور لقياس (الذكاء العام) واختبار التفكير الخططي الهجومي واختبار التفكير الخططي الدفاعي وبين اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة ان قيم معامل الارتباط المحسوبة بين اختبار الذكاء المصور لقياس (الذكاء العام) وبين اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (اختبار بارو للرشاقة , اختبار الجري الارتدادي) اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى (0.05) مما يشير الي وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين هذه الاختبارات وبين اختبار الذكاء المصور لقياس (الذكاء العام) حيث بلغ معامل الارتباط بين اختبار بارو للرشاقة لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة علي التوجيه) وبين اختبار الذكاء المصور لقياس (الذكاء العام) (-0.622) , بينما بلغ معامل الارتباط بين اختبار الجري الارتدادي لقياس الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) وبين اختبار الذكاء المصور لقياس (الذكاء العام) (-0.731) بينما قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى $(0.05) = (0.381)$ مما يشير الي وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة (اختبار بارو للرشاقة , اختبار الجري الارتدادي) وبين اختبار الذكاء المصور لقياس (الذكاء العام) .

وتتفق تلك النتائج مع ما توصل إليه دراسة " اشرف جابر " (1991م) " أن الرشاقة ترتبط بالذكاء , وهو نمط من الرشاقة يكتسب بالتدريب على مواقف اللعب المختلفة , ويتجلى ذلك عندما يؤدي اللاعب المهارة وهو واقع تحت ضغط المنافس " (8 : 124)

وتتفق تلك النتائج مع ما أشار إليه " حسن أبو عبده " (2005) " انه هناك علاقة ايجابية بين الإعداد الخططي والإعداد البدني والمهاري حيث يعتمد الإعداد الخططي على الإعداد البدني اعتمادا كبيرا لأنه لا يستطيع اللاعب تنفيذ المهام الخططية الملقاة على عاتقه دون تمتعه بإمكانات بدنية عالية من التحمل والسرعة والقوة والرشاقة والمرونة " (16 : 173)

وتتفق تلك النتائج مع ما أشار اليه " أبو العلا أحمد " (2012م) " أن الانتباه يلعب دوراً هاماً في التأثير على كفاءة الأداء من ناحية الرشاقة وعلى سبيل المثال يحتاج اللاعب في ألعاب الكرة إلى زيادة القدرة على أن يحتوى مجال الرؤية كثيرا من المثيرات التي تحدد حجم الانتباه الذي يعني في هذه الحالة التركيز في كثير من المثيرات في وقت واحد " (2 : 224)

كما تتفق تلك النتائج مع ما أشار إليه " اشرف موسى " (2014م) " من ان طبيعة الأداء في كرة القدم والتي تتباين فيه أداء اللاعبين بين الهجوم والدفاع هذا بالإضافة إلي محاولات تسجيل الأهداف في مرمى المنافس واستخلاص الكرة والاستحواذ عليها مما يتطلب مستوى عالي من اللياقة البدنية وخاصة عنصر الرشاقة ولذا يوجد علاقة ارتباطيه بين الرشاقة والمهارات الأساسية في كرة القدم " (10 : 75)

وتتفق نتائج تلك النتائج مع نتائج دراسة كلا من " سالم أبو حلو " (2012م) (28) ودراسة " محمد شوقي " (2012م) (48) , ودراسة " اشرف موسى " (2014م) (10) ودراسة " احمد اشرف " (2018م) (4) ودراسة " أيمن عبد اللطيف " (2019م) (15) والتي توصلت الي " وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين متغيرات الرشاقة وبعض المهارات الأساسية والأداء المهاري المركب لناشئي كرة القدم ووسائل تنفيذ خطط اللعب " .

وتتفق نتائج تلك النتائج مع نتائج دراسة " مجدي يوسف " (1997م) (45) ودراسة " محمود سعد " (2003 م) (54) ودراسة " طارق عبد المنعم " (2004م) (32) ودراسة " محمد حميدو " (2005م) (51) ودراسة " عمرو لبيب " (2006م) (43) ودراسة " سلمان أحمد " (2016م) (30) ودراسة " أيمن صديق " (2017م) (14) والتي توصلت إلى " وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين التفكير الخططي الهجومي والدفاعي وبين المستوى المهاري والخططي ووسائل تنفيذ خطط اللعب لدى لاعبي كرة القدم " وعلى ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث ووفقا للمراجع العلمية والدراسات المرتبطة ومن خلال عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث يتضح وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين بعض متغيرات الرشاقة الخاصة والتفكير الخططي الهجومي والدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة .

الفرض الرابع :

والذي ينص " توجد نسبة مساهمة لبعض متغيرات الرشاقة الخاصة في التفكير الخططي

الهجومي و الدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة"

يوضح الجدول رقم (7) والخاص بقيم معامل خط الانحدار المقدره لمعادلة الانحدار الخطي المتعدد لاختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخططي الهجومي (المتغير التابع) على اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة اختبار بارو للرشاقة (القدرة على التوجيه) واختبار الجري الارتدادي (القدرة على التكيف والتغير) أن اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة كمتغيرات مستقلة لها تأثير (دال إحصائيا) علي لاختبار التفكير الخططي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخططي الهجومي كمتغير تابع وذلك لان قيمة معامل الاحتمال المقابلة

لقيمة F لنموذج الانحدار الخطي المتعدد أقل من ($P < 0.0001$) مما يؤكد القوة التفسيرية العالية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد من الناحية الإحصائية , وان معادلة الانحدار الخطي المتعدد المقدره هي :

$$\hat{W} = 22.665 + 0.418R - 0.621D$$

حيث أن \hat{W} : تمثل القيمة المقدره لاختبار التفكير الخطي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخطي الهجومي

R = قيمة اختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) (المتغير المستقل الأول)

D = قيمة اختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) (المتغير المستقل الثاني)

حيث يمكننا بتطبيق هذه المعادلة التنبؤ بالقيمة المستقبلية لاختبار التفكير الخطي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخطي الهجومي (المتغير التابع) بمعلومية قيم اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة اختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) واختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) وقد بلغت نسبة مساهمة اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) في اختبار التفكير الخطي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخطي الهجومي (72%) .

يوضح الجدول رقم (8) والخاص بقيم معامل خط الانحدار المقدره لمعادلة الانحدار الخطي المتعدد لاختبار التفكير الخطي الدفاعي لقياس مستوى التفكير الخطي الدفاعي (المتغير التابع) على اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة اختبار بارو للرشاقة (القدرة على التوجيه) واختبار الجري الارتدادي (القدرة على التكيف والتغير) أن اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة كمتغيرات مستقلة لها تأثير (دال إحصائيا) علي اختبار التفكير الخطي الدفاعي لقياس مستوى التفكير الخطي الدفاعي كمتغير تابع) وذلك لان قيمة معامل الاحتمال المقابلة لقيمة F لنموذج الانحدار الخطي المتعدد أقل من ($P < 0.0001$) مما يؤكد القوة التفسيرية العالية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد من الناحية الإحصائية, وان معادلة الانحدار الخطي المتعدد المقدره هي :

$$\hat{F} = 18.817 + 0.033R - 0.787D$$

حيث أن \hat{F} : تمثل القيمة المقدره لاختبار التفكير الخطي الهجومي لقياس مستوى التفكير الخطي الدفاعي

ر = قيمة اختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) (المتغير المستقل الأول)
 د = قيمة اختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) (المتغير المستقل الثاني)
 حيث يمكننا بتطبيق هذه المعادلة التنبؤ بالقيمة المستقبلية لاختبار التفكير الخطي الدفاعي لقياس مستوى التفكير الخطي الدفاعي (المتغير التابع) بمعلومية قيم اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة اختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , واختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) وقد بلغت نسبة مساهمة اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) في اختبار التفكير الخطي الدفاعي لقياس مستوى التفكير الخطي الدفاعي (64%) .

يوضح الجدول رقم (9) والخاص بقيم معامل خط الانحدار المقدر لمعادلة الانحدار الخطي المتعدد لاختبار الذكاء المصور لقياس مستوى الذكاء العام (المتغير التابع) على اختبارات متغير الرشاقة الخاصة اختبار بارو للرشاقة (القدرة على التوجيه) واختبار الجري الارتدادي (القدرة على التكيف والتغير) أن اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة كمتغيرات مستقلة لها تأثير (دال إحصائياً) علي اختبار الذكاء المصور لقياس مستوى الذكاء العام كمتغير تابع وذلك لان قيمة معامل الاحتمال المقابلة لقيمة F لنموذج الانحدار الخطي المتعدد أقل من ($P < 0.0001$) مما يؤكد القوة التفسيرية العالية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد من الناحية الإحصائية , وان معادلة الانحدار الخطي المتعدد المقدر هي :

$$\hat{K} = 195.220 + 1.015 R - 3.462 D$$

حيث أن \hat{K} : تمثل القيمة المقدر لاختبار الذكاء المصور لقياس مستوى الذكاء العام

ر = قيمة اختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) (المتغير المستقل الأول)
 د = قيمة اختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير) (المتغير المستقل الثاني)
 حيث يمكننا بتطبيق هذه المعادلة التنبؤ بالقيمة المستقبلية لاختبار الذكاء المصور لقياس مستوى الذكاء العام (المتغير التابع) بمعلومية قيم اختبارات متغيرات الرشاقة الخاصة اختبار بارو للرشاقة لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , واختبار الجري الارتدادي لقياس متغير الرشاقة الخاصة (القدرة على التكيف والتغير)

وقد بلغت نسبة مساهمة اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) ، (القدرة على التكيف والتغير) في اختبار الذكاء المصور لقياس مستوى الذكاء العام (51%) . وتتفق هذه النتائج مع ما أشارا إليه " صبحي حسانين ، احمد كسرى " (1998م) " ان الرشاقة تتطلب سلامة الجهاز العصبي للاعب وسرعة الاتصالات والاستجابات التي تجري بين الجهاز العصبي والجهاز العضلي ، فكلما تحسن عمل الأعصاب كلما زاد التحكم في أداء المهارات الرياضية ، وكلما سهل على اللاعب اكتساب مهارات جديدة وبالتالي يتحسن الرشاقة لديه " (50 : 130)

وتتفق مع ما أكده " حسن أبو عبده " (2005م) "أن الحالة البدنية للاعب كرة القدم أحد الأسس الهامة التي تحدد كفاءة الأداء المهاري والخططي ، وأن الرشاقة تحتل مكانا حيويا بين القدرات البدنية الخاصة التي يحتاج إليها لاعب كرة القدم وتعتبر أكثرها استخداما أثناء المباراة والتدريب في مواقف تغيير الاتجاه والسرعة في الجري بالكرة وبدونها وفي المحاورة " (16: 107) وتتفق تلك النتائج مع ما أكده " أبو العلا احمد " (2012م) " إن الانتباه يلعب دورا رئيسيا في التأثير على كفاءة الأداء من ناحية الرشاقة ، فقد يحتاج لاعب كرة القدم إلي زيادة المقدرة على ان يحتوى مجال الرؤية كثيرا من المثيرات التي تحدد حجم الانتباه الذي يعني التركيز على كثير من المثيرات في وقت واحد وعليه الاستجابة لمثير معين تبعا لاختلاف مواقف المنافسة " (2 : 223)

وتتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة ودراسة " احمد اشرف " (2018م) (4)، ودراسة " ايمن عبد اللطيف " (2019م) (15) والتي توصلت نتائجها إلي أن " الرشاقة هي أهم عناصر اللياقة البدنية المساهمة في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي للاعب كرة القدم " .

وعلى ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث ووفقا للمراجع العلمية والدراسات المرتبطة ومن خلال عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني يتضح ان الفرض الرابع قد تحقق اجرائيا والذي ينص على " توجد نسبة مساهمة لبعض متغيرات الرشاقة الخاصة في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة " .

الاستنتاجات :

من خلال ما توصل إليه الباحث من نتائج استخلص الاستنتاجات التالية :

1. البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي في تحسين وتطوير بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) ، (القدرة على التكيف والتغير) لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة وقد تراوحت نسب التحسن بين القياس القبلي والقياس البعدي ما بين (21.9 % الي 26.4%)

2. البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي في تحسين وتطوير التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة وقد تراوحت نسب التحسن والتطوير بين القياس القبلي والقياس البعدي ما بين (20.56% : 23.30%) .
3. وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) وبين التفكير الخططي الهجومي والدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة.
4. متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) مساهمة في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي والذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة بنسب مساهمة تراوحت ما بين (51% الي 72%).
5. التنبؤ بمستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي ومستوى الذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة بمعلومية .بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) .

ثانيا : التوصيات :

- استنادا على ما توصل إليه الباحث , وفي ضوء نتائج وأهداف الدراسة يوصي الباحث بما يلي
1. مراعاة التدريب على الرشاقة في مراحل عمرية مبكرة من عمر الناشئ لاثـر ذلك علي سرعة تعلم المهارات ومستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئي كرة القدم .
 2. إمكانية استخدام معادلات الانحدار الخطي المتعدد للتنبؤ بمستوى الناشئين في مستوى الذكاء والتفكير الخططي الدفاعي والهجومي بمعلومية مستوى متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) .
 3. مراعاة إجراء اختبارات لقياس مستوى متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) عند انتقاء الناشئين وذلك لارتباط مستوى متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) بمستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي ومستوى الذكاء العام لدي ناشئي كرة القدم .

قائمة المراجع

أولا : المراجع باللغة العربية :

1. أبو العلا أحمد عبد الفتاح (1997م) : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية , دار الفكر العربي , القاهرة
2. ——— (2012م) : التدريب الرياضي المعاصر, ط1 , دار الفكر العربي, القاهرة

3. أبو العلا عبد الفتاح ، ابراهيم شعلان (1995م) : فسيولوجيا التدريب في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة
4. أحمد أشرف محمد علي جابر (2018م) : الأداء المهاري للمستويات العالية كمحدد لإنتقاء ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية
5. أحمد زكي صالح (1978م) : اختبار الذكاء المصور ، دار النهضة العربية ، القاهرة
6. — (1980م) : علم النفس التربوي، ط14 ، دار النهضة المصرية، القاهرة
7. أسامة كامل راتب (1999م) : النمو الحركي (مدخل النمو المتكامل للطفل والمراهق) ، دار الفكر العربي ، القاهرة
8. أشرف محمد علي جابر (1991م) : أثر استخدام بعض وسائل التعليمية (مختلفة الاحجام) على تطوير بعض المهارات الاساسية المرتبطة بالرشاقة الخاصة للاعبين كرة القدم، بحث منشور ، مجلة علوم وفنون ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان
9. — (2011) : طرق اللعب في كرة القدم الحديثة بين الدفاع والهجوم ، الجزء الأول ، مكتب النجاح ، القاهرة
10. أشرف محمد موسى حسن (2014م) : تأثير استخدام تدريبات الرشاقة والتوازن على مستوى الاداء المهاري المركب لناشئي كرة القدم ، بحث منشور ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، العدد48 ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية
11. السيد عبد المقصود (1991م) : نظريات التدريب الرياضي وتدريب وفسولوجيا التحمل و مطبعة الشباب الحر ، الإسكندرية
12. أمر الله أحمد البساطي (1995م) : التدريب والإعداد البدني في كرة القدم ، منشأة المعارف ، الإسكندرية
13. امين انور الخولي ، محمود عبد الفتاح عنان (1999) : المعرفة الرياضية ، الاطار المفاهيمي - اختبارات المعرفة الرياضية اسس بنائها ونماذج كاملة منها ، دار الفكر العربي ، القاهرة
14. ايمن صديق محمود (2017م) : تأثير برنامج تدريبي لتطوير التفكير والتصرف الخططي وفقا لخطوط اللعب لناشئي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة جنوب الوادي

15. أيمن عبد اللطيف صالح عبده (2019م) : تأثير برنامج تدريبي لمكونات الرشاقة على تطوير بعض وسائل تنفيذ خطط اللعب لناشئي كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية
16. حسن السيد أبو عبده (2005م) : الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم
17. ط5 ، مطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية
18. — (2010م) : الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم ، ط10 ، مطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية
19. حنفي محمود مختار (1989م) : كرة القدم للناشئين ، دار الفكر العربي ، القاهرة
20. — (1989م) : مدرب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة
21. — (1994م) : الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة
22. — (1995م) : التطبيق العملي في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة
23. — (1998) : المدير الفني لكرة القدم ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة
24. حنفي محمود مختار ، مفتي إبراهيم حماد (1989م) : الإعداد البدني في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة
25. خالد عبد النور الخضري (2010م) : تأثير إستخدام تدريبات المواقف التنافسية بالإتجاه المنفرد والمركب على بعض القدرات البدنية والوظيفية لناشئي كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة
26. خيرية ابراهيم السكري ، محمد جابر بريقع (م2001) : سلسلة التدريب المتكامل لصناعة البطل من 6-18 سنة ، الجزء الأول ، منشأة المعارف ، الاسكندرية
27. — (2001) : سلسلة التدريب المتكامل لصناعة البطل من 6-18 سنة ، الجزء الثاني ، منشأة المعارف ، الاسكندرية
28. داني جورج جتو (2015م) : تأثير برنامج تدريبي لتطوير التوقع الحركي لأداء مهارة الإستقبال في كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية
29. سالم علي سالم ابو حلو (2012) : برنامج تدريبي لبعض متغيرات الرشاقة وتأثيرها على بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة حلوان

30. سالم محمد علي موسي (2012 م) : تأثير برنامج تدريبي لبعض القدرات البدنية الخاصة والأداءات المهارية المركبة علي تحسين مستوي الأداء الفني لدي ناشئي كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية
31. سلمان احمد ناصر (2016) : التفكير الخططي الابتكاري في مواقف اللعب الهجومية والدفاعية باستخدام الحاسب الالي كمؤشر للتدريب في كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية
32. سيد الحداد محمد حسن (2006) : تأثير برنامج تدريبي للقوة المميزة بالسرعة على التقدم بالمستوى المهاري المرتبط بالرشاقة الخاصة للاعبين كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة حلوان
33. طارق عبد المنعم علي (2004) : التفكير الخططي وعلاقته ببعض المبادئ الخططية الهجومية والدفاعية لدى لاعبي كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اسيوط
34. طه إسماعيل ، عمرو ابو المجد ، إبراهيم شعلان (1989م) : كرة القدم بين النظرية والتطبيق (الإعداد البدني في كرة القدم) ، دار الفكر العربي ، القاهرة
35. عبد الله إبراهيم أحمد سالم (2008) : تأثير برنامج تدريبي لتحسين بعض القدرات البدنية الخاصة علي مستوي أداء بعض المهارات المندمجة الهجومية لدى ناشئي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا
36. عبد الهادي إبراهيم يونس (2002م): مستوى أداء لاعبي كرة القدم بدلالة بعض المتغيرات البدنية والمهارية ، رسالة ماجستير، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
37. عز الدين عبد الله عبد الرزاق (2015م) : تأثير تطوير الرشاقة في بعض الأداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية
38. عصام الدين محمد محمود السيد (2011) : تأثير تدريبات القدرة العضلية باستخدام مقاومات مختلفة علي مستوى الرشاقة وبعض المهارات الخاصة لناشئي كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة
39. عصام حنفي مصطفى درويش (2008) : المتطلبات البدنية المساهمة في أداء بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم " دراسة تحليلية " ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان

40. عصام طلعت عبد الحميد الجياص (2011م): تأثير برنامج تدريبي لفترة الإعداد باستخدام التمرينات المركبة على بعض المتغيرات الخطئية الهجومية لناشئي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا
41. عصام عبد الخالق (1981م): التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، دار المعارف ، ط4 ، الإسكندرية
42. — (2003م): التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، دار المعارف ، ط9 ، الإسكندرية
43. — (2010م): التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، دار المعارف ، ط14 ، الإسكندرية
44. عمرو محمد عبد المجيد لبيب (2006م): التفكير الخطئي وعلاقته بوسائل تنفيذ خطط اللعب الدفاعية للاعبين كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
45. ماجد مصطفى احمد اسماعيل (1993م): دراسة عاملية لقدرات الإدراك الحس حركي للاعبين كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
46. مجدي حسن يوسف (1997): تقويم القدرة على التفكير الخطئي الهجومي لدى لاعبي كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية 00
47. محمد حسن علاوى (1992): علم التدريب الرياضي ، ط12، دار المعارف ، القاهرة
48. محمد حميدو محمود (2005): برنامج تدريبي لتنمية القدرة علي التفكير الخطئي لفاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع لذى لاعبي كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية
49. محمد شوقي عبد الرحمن هلال (2012م): تأثير تقنين فترات الراحة على متغير الرشاقة للاعبين كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
50. محمد صبحي حسانين (2004م): القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية ، الجزء الأول ، ط6 ، دار الفكر العربي ، القاهرة
51. محمد صبحي حسانين ، أحمد كسرى (1998م): موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة

52. محمد صلاح احمد عوض الله (2016م) : تطوير الرشاقة وتأثيرها على فعالية الحلول الفردية الهجومية في كرة القدم , رسالة ماجستير , غير منشورة , كلية التربية الرياضية للبنين , جامعة حلوان
53. محمد عبده صالح الوحش , مفتي إبراهيم حماد (1994م) : أساسيات كرة القدم , دار عالم المعرفة , ط1, القاهرة
54. محمد محسن زمزم (2000م) : تأثير إستخدام بعض الوسائل التدريبية على تطوير بعض المهارات الأساسية المرتبطة بالرشاقة للاعبين كرة القدم , رسالة ماجستير , غير منشورة , كلية التربية الرياضية للبنين , جامعة حلوان
55. محمود سعد الدين احمد عبد القادر (1992م) : التفكير الخططي وعلاقته بوسائل تنفيذ خطط اللعب الهجومية للاعبين كرة القدم , رسالة ماجستير , غير منشورة , كلية التربية الرياضية للبنين , جامعة حلوان
56. محي الدين عبد العال غريب الشراوي (2009) : تأثير استخدام بعض وسائل التدريب المختلفة لتحسين القدرات البدنية الخاصة والأداءات المهارية المركبة للاعبين كرة القدم تحت 17 سنة , رسالة دكتوراه , غير منشورة , كلية التربية الرياضية للبنين , جامعة الاسكندرية
57. مفتي ابراهيم حماد (1994) : الجديد في الإعداد المهاري والخططي , دار الفكر العربي , القاهرة
58. — (1998 م) التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة, دار الفكر العربي , القاهرة
59. — (2001 م) التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة, ط2 , دار الفكر العربي , القاهرة
60. — (2009) : المرجع الشامل في التدريب الرياضي التطبيقات العملية , ط1 , دار الكتاب الحديث , القاهرة
61. — (2009) : التدريب الرياضي للناشئين والمدرب الناجح , دار الكتاب الحديث , القاهرة
62. — (2011 م) : المرجع الشامل في كرة القدم , ط1 , دار الكتاب الحديث , القاهرة
63. نبيل سيلم حمدان الاغا (2011م) : تأثير إستخدام تدريبات الرشاقة الخاصة على أداء المحاور للاعبين كرة القدم الناشئين بدولة فلسطين , رسالة ماجستير , غير منشورة , كلية التربية الرياضية للبنين , جامعة الإسكندرية

64. هشام محمد أحمد عبد الله (2001م) : تأثير الإرتقاء ببعض النواحي البدنية على فاعلية الهجوم الخاطف والدفاع المرتد السريع لدى لاعبي كرة القدم ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية
65. ياسر حسين منصور (2001) : الأهمية النسبية للعناصر البدنية المساهمة في أداء بعض مهارات كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
66. ياسر عثمان محمد عثمان (2009م) : تأثير استخدام أسلوب التدريب المتقاطع على متغيرات بدنية ومهارية لناشئي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
- ثانيا : المراجع الأجنبية :

- 67- Asai & Carre & Akatsaka & Haak (2003):The preparation stage planning on the level of the skilful soccer young players, sports engineering Oxfod , England , 5(4) – 2003,193-192, totalNo. Of pages :10.
- 68- Andersen;Kristensen , Sorensen , H , (2004) : Optimizing segment movement in the jumping header in soccer , sports biomechanics , Edinburg .
- 69- Bompa Q & Carrera,C (2005) : Periodization training for sports ,2nd ed, human Kanetics : U.S.A
- 70 – Burke & Btyand 7 Potiron & Josse (2002) : The effect of using the precision exercises on the levelof performing the passing and shooting skills in soccer game , science and sports , paris, 17(3)
- 71-Harra , D , G , & Warr , D . R . (2000) : Talent Identification and women's soccer , journal of sports sciences (JSS) .
- 72- Harra Potter (2000) : introduction into general they and methodology of sports training and competition.
- 73 – Hans (2007) :The effect of the skills on the plans of 520 . eteam world , R . Q . no . 4 Hamyle , London.
- 74 – Humphrey . G (1993): sports for children , spring fild , . Illinois , USA
- 75– Jovanovic , M . , Sporis , G . , Omrcen ,D . & Fiorentini , F . (2011) :Effects of speed , agility , quick ness training method on power performance in elite soccer players . journal of strength conditioning Research 25 (5) ; 1285 – 1292 .
- 76–Kannekens , R., Elferink- Gemser , M . & Visscher , c . (2009) : Tactical skills of world – class youth soccer teams . journal of sports sciences , 27 (8) ; 807 – 812

- 77- Lui (2002) : " The effect of developing the mai skills on the performance level for some attacking individual playing principles for the soccer young players , jornal of wuhan institute of physical education , wuhan, P R. china, 36 .
- 78 –Rully & Rahnama (2003) : Developing the movement performance speed for the soccer players, British journal of sports medicine, London,
- 79-Walker .strhick,B,Jacobson j.t(2003) : Effecting of vestibular rehabilitation, otolaynogl head neck surg jan,pmid,pubMed-indexed fox medline.
- 80 - Witkowsaki , Vlodimir & Wlady slaw Zmuda (2001) : The prognostic value of coordination motor ability (CMA) indices in the evaluation of development of soccer players aged 16 – 19 . A 2 – year observation .
- 81 – Zak & Henryk Duda (2003) : level of coordination ability but Efficiency of game of young football players .
- 82 – Zbigniew Witkowski (2005) : coordination porperties as criterion of forcasting of soccer players sport Achievement .

ملخص البحث

نسبة مساهمة بعض متغيرات الرشاقة الخاصة في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لناشئي كرة القدم

د/ ايمن عبد اللطيف صالح عبده

وزارة التربية والتعليم – محافظة أسوان

يهدف البحث الي التعرف على مدى مساهمة بعض متغيرات الرشاقة الخاصة في مستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة وذلك من خلال وضع برنامج تدريبي لبعض متغيرات الرشاقة الخاصة لناشئي كرة القدم تحت 17 سنة وذلك للتعرف من خلاله على تأثير البرنامج التدريبي المقترح في تنمية وتطوير بعض متغيرات الرشاقة الخاصة والتعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح في تنمية وتطوير مستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة وكذلك التعرف على العلاقة بين بعض متغيرات الرشاقة الخاصة ومستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي ومستوى الذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة والتعرف على نسبة مساهمة بعض متغيرات الرشاقة الخاصة في التفكير الخططي الهجومي والدفاعي ومستوى الذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة عن طريق القياس القبلي والقياس البعدي وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئي نادي أسوان الرياضي تحت 17 سنة وبلغ حجم العينة (26) وتمثلت أدوات جمع البيانات في اختبارات بعض متغيرات الرشاقة الخاصة واختبار قياس التفكير الخططي الهجومي واختبار قياس التفكير الخططي الدفاعي واختبار الذكاء المصور للدكتور احمد زكي صالح لقياس نسبة الذكاء العام ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي في تحسين وتطوير مستوى بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) ومستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة وكذلك وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين بعض متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) وبين مستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي ومستوى الذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة وان متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) مساهمة في مستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي ومستوى الذكاء العام لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة بنسب مساهمة تراوحت ما بين (51% إلي 72%) استنادا على ما توصل إليه الباحث يوصي الباحث بمراعاة التدريب على الرشاقة في مراحل عمرية مبكرة من عمر الناشئ لأثر ذلك علي سرعة تعلم المهارات ومستوى

التفكير الخططي الهجومي والدفاعي لدى ناشئي كرة القدم وإمكانية استخدام معادلات الانحدار الخطي المتعدد للتنبؤ بمستوى الناشئين في التفكير الخططي الدفاعي والهجومي ومستوى الذكاء العام بمعلومية مستوى متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) ومراعاة إجراء اختبارات لقياس مستوى متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) لدى ناشئي كرة القدم لارتباط مستوى متغيرات الرشاقة الخاصة (القدرة على التوجيه) , (القدرة على التكيف والتغير) بمستوى التفكير الخططي الهجومي والدفاعي ومستوى الذكاء العام .

Abstract**The percentage of the contribution of some of the variables of agility in the offensive and defensive planning thinking of footballers****dr / ayman eabd allatif salih eabdah**

The research aims to establish a training program for some of the variables of agility for football under 17 years of age in order to get acquainted with it the effect of the proposed training program in the development and development of some variables of agility for soccer youth under 17 years of age and to identify the impact of the proposed training program in developing and developing the level of thinking Offensive and defensive plans for under-17 footballers As well as identifying the relationship between some variables of special agility and the level of general intelligence and offensive and defensive tactical thinking among soccer under-17 footballers and identifying the contribution rate of some of the variables of special agility in the level of general intelligence and offensive and defensive tactical thinking among soccer under-17 footballers To achieve this, the researcher used the experimental approach using the experimental design of one group by means of pre-measurement and post-measurement. The research sample was chosen intentionally from Aswan Sports Club beginners under 17 years and the sample size reached (26) through what the researcher reached from the results It was concluded that the proposed training program has a positive effect in improving and developing the level of some special fitness variables (the ability to guide), (the ability to adapt and change) among soccer under-17 footballers, and the improvement rates between pre and post measurement ranged between (21.9% to 26.4%) The proposed training program has a positive impact in improving and developing the level of offensive and defensive tactical thinking among soccer under-17 footballers. The rates of improvement and development ranged between pre-measurement and post-measurement between (20.56%: 23.30%) There is a correlation relationship with a statistical function between some of the variables of special agility (the ability to guide), (the ability to adapt and change) and the level of general intelligence and the level of offensive and defensive tactical thinking among football under-17s and that the variables of special agility (the ability to guide), (ability On adaptation and change (a contribution to the level of general intelligence and the level of offensive and defensive tactical thinking among soccer under-17 footballers with contribution rates ranging from (51% to 72%) Based on the findings of the researcher, and in light of the results and objectives of the study, the researcher recommends taking into account the training in agility in the early age stages of the young age, due to the effect of this on the speed of learning

skills and the level of offensive and defensive thinking in soccer footballers and the possibility of using multiple linear regression equations to predict the level of young people in The level of intelligence and defensive and offensive tactical thinking with the knowledge of the level of special agility variables (the ability to direct), (the ability to adapt and change) And taking into account taking tests to measure the level of general intelligence and the level of offensive and defensive tactical thinking among soccer beginners because the level of general intelligence and the level of offensive and defensive thinking thinking is related to the level of special fitness variables (ability to guide), (ability to adapt and change) .