

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

تأثير تنمية التوقع وبعض الإدراكات الحس حركية على مستوى الأداءات المهارية المركبة لناشئ كرة القدم

* أ.م.د / عادل إبراهيم عمر

* د / أحمد فاروق عبد العزيز

إن التغيرات الحادثة فى أجسام اللاعبين من جراء تنفيذ وحدة تدريبية ضئيلة جداً ويصعب ملاحظتها بالحواس العادية ، ولكن تراكم هذا التغير يمكن لمسه بعد مرور فترة مناسبة من الاستمرار فى التدريب والإسراع بدرجات كبيرة فى التدريب يؤدي إلى الإصابة أو عدم التحسن فى مستوى الأداء ، لذلك يجب مراعاة التقنين فى حمل التدريب بما يتناسب مع أجسام اللاعبين .

ويؤكد مفتى إبراهيم (٢٠٠٣م) ، ورفاعى مصطفى (٢٠٠٥م) أن الارتقاء بمستوى اللاعبين يحتاج إلى التخطيط لجوانب كثيرة منها البدنية والمهارية والخطئية والنفسية والذهنية وتحقيق كل ذلك صعب لأن قدرات وأجسام اللاعبين محدودة ، لذلك وجب عليهم ألا يحققوا كل شيء فى وقت واحد وإلا ستكون المشكلات فى انتظارهم . (٣٥ : ٤٥) (١٥ : ٨٠)

وتشير كلاً من إلين وديع (١٩٩١م) . وأمر الله الساطى (١٩٩٤م) وزهير الخشاب (١٩٩٨م) إلى أن استخدام لاعب المستويات العالية لتكتيك أو تكتيك معين فى الهجوم أو الدفاع يتم عن طريق التحضير لاختيار المكان والزمن المناسب الذى يتوقعه اللاعب لمسار الأداء الحركى ومسار حركة المنافس وهذا المكان يمكن تحديده واختياره بشكل محسوب بدقة عالية مستنداً على دراسة الاحتمالات ومعرفة تامة بخصائص المجموعات العضلية المشتركة فى

* أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية جامعة قناة السويس .

* مدرس بقسم علم النفس الرياضى بكلية التربية الرياضية جامعة قناة السويس .

الحركة ، وعلى ذلك فإن تحقيق الدقة الحركية المتعلقة بالظروف الخارجية المحيطة باللاعب سواء
حصوص - زملاء وحركة الأداة واللاعب نفسه .

(٥ : ٢٤٨) (٦ : ١٢) (١٦ : ١٦٢)

ويذكر جمال علاء الدين (١٩٩٠م) ، أمر الله البساطي (١٩٩٤م) ، أسامة كامل
(١٩٩٤م) يعتبر التوقع الحركي أحد الخصائص المشاركة في البناء الحركي ، والتوقع يعبر عنه
من الناحية الشكلية بأن يكون الفرد مستعداً للحركة التالية قبل أن تبدأ الحركة الأولى . (٨ :
٨٤) (٦ : ١٠٥) (٢ : ١١١)

ويشير ممدوح سعد (١٩٩٥م) إن الإحساس والإدراك والتوقع يقوموا بقيادة
عمليات دمج الحركات المتتالية خلال الأداءات المركبة للحركات .
(٣٦ : ٨٨)

ويشير كلاً من جمال علاء الدين (١٩٩٠م) ، حنفي مختار (١٩٩٠م) ، أمر الله
البساطي (١٩٩٤م) أن الأنشطة الرياضية المختلفة تتميز بكثير من الأداءات الحركية المنفردة
والمركبة ، وهذا الأداء يتطلب رد فعل سريع سواء كانت الحركات متماثلة أو متباينة من حيث
تكوينها ، ويتم ربطها أو دمجها ببعضها وأدائها داخل إطار متواصل وعلى درجة عالية من
التوافق . (٨ : ٢٣ ، ٢٤) (١١ : ٣٥) (٦ : ٦١)

ويتفق كلاً من أنسدرود **Underwood** (١٩٩٦م) ، وفينك **Vinack**
(١٩٩٦م) ، روي **Roy** (١٩٩٧م) ، أن أداء الرياضي يتم بهارموني بين العقل والبدن هذا
الهارموني يحدث سريعاً نتيجة استيعاب العمل بين العقل والبدن فإن اللاعب على دراية كاملة
بما يحدث حوله ودراية كاملة بحركاته وحركات المنافسين والإحساس العالي بقوة وسرعة التوقع
وإدراك سلوكه الحركي . (٤٨ : ١١٨) (٤٧ : ٥٤) (٥٠ : ٦٩)

ويعتبر براين **Brian** (٢٠٠٠م) وبراجي **Babragy** (٢٠٠٠م) أن القدرات
الحس - حركية من القدرات التي تلعب دوراً هاماً في جميع الأنشطة الرياضية فسرعة تعلم أو

أداء الحركات بأنواعها وإيقاع الحركة ووضع وثبات الجسم تتوقف على قدرة المخ على تحديد العضلات المستهدفة للأداء المهارى من خلال عدة أجهزة حسية كحاسة اللمس وحاسة الاتزان والأداء الحركى . (٤٠ : ١٠٠) (٣٩ : ١١٧)

ونظراً لطبيعة الأداء البدنى والمهارى المتغير فى كرة القدم حيث تشمل كرة القدم مهارات عديدة ذات مواقف مختلفة ومن تعامل مع أداة متحركة وحركات للاعبين المتنافسين وكذلك اللعب بأجزاء مختلفة من الجسم وخطط تكتيكية متنوعة فى حدود مساحات متباعدة وأخرى محدودة فقد كان من الضروري الاهتمام بصفة خاصة بدراسة النواحي الحس حركية المؤثرة فى أداء المهارات بشكل عام والمركبة بصفة خاصة .

ويتفق كلاً من بيتر وكارى **Peter & care** (١٩٩٥م) ، وأبو العلا عبد الفتاح ومحمد صحى حساين (١٩٩٧م) ومحمد حسن علاوى (٢٠٠٢م) إن معظم الأبطال على المستوى الدولى يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدنى والمهارى والخططى ، وأن هناك عاملاً هاماً يحدد نتيجة كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية فى سبيل الفوز وتسجيل الأرقام وهو العامل النفسى الذى يلعب دوراً هاماً ويتأسس عليه تحقيق التفوق . (٤٢ : ٢٢٣) (١) : (١٧٥) (٢٧ : ١٦)

وكرة القدم تشتمل على مهارات أساسية تعتبر جوهر الأداء فى هذه اللعبة والتي من خلال إتقانها يتمكن اللاعب من أداء الدور المطلوب منه خططياً خلال المباريات وقد يظهر اللاعب بمستوى ضعيف عند أدائه لكثير من المهارات المركبة ، وهذا يرجع إلى عدم إدراكه للمتغيرات التى تحيط بالمهارة من زمن ومسافة واتجاه وتوقع وغيرها من متغيرات الإدراك الحس حركى المرتبطة بكل مهارة .

ويؤكد ممدوح سعد (١٩٩٥م) اتفاق معظم خبراء كرة القدم أن الإدراك الحس حركى يتطلب تعاوناً كاملاً بين الجهازين العصبى والعضلى لإمكان أداء المهارات فى أفضل صورة خاصة المركب منها . (٣٦ : ٣١)

لذا رأى الباحثان من خلال الخبرة العلمية والميدانية فى مجال تدريب كرة القدم وعلم النفس الرياضى الدور الفعال لتأثير الإدراك الحس حركى والتوقع الحركى للاعبى كرة القدم وخاصة الناشئين ، إلى أن معظم المدربين لا يستخدمون أى تدريبات لتنمية الإدراك الحس حركى والتوقع الحركى ، الأمر الذى قد يترتب عليه انخفاض فى مستوى أدائهم للمهارات المركبة خاصة فى المنافسات الرياضية ، ويرجع ذلك إلى عدم استخدام برامج تدريبية مقننة لتنمية الإدراك الحس حركى والتوقع الحركى .

وهذه البرامج التدريبية لها أهمية فى التفرقة بين اللاعبين فى أداء كثير من المهارات المركبة لتحديد أنسب زمان ومكان ومسافة وقوة للأداة أولاً ، ثم وضع جسمه للأداء ثانياً ، وبذلك ترتقى بالمستوى التكتيكي الذى يعكس على القدرة الخططية للاعبى كرة القدم ، وخاصة الناشئين لأنهم دعائم المستقبل للفرق المحلية ونواة المنتجات القومية مما يعكس الأثر الإيجابى على الأداءات المهارية المركبة فى كرة القدم التى تنسم مع طبيعة الأداء الخالى السريع والدقيق.

- أهداف البحث

- ١- وضع تدريبات لتنمية بعض الإدراكات الحس حركية والتوقع لناشئى كرة القدم .
- ٢- التعرف على تأثير تدريبات الإدراك الحس حركى والتوقع على مستوى أداء المهارات المركبة لناشئى كرة القدم .

- فروض البحث

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى المتغيرات قيد الدراسة ولصالح القياس البعدى .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى المتغيرات قيد الدراسة ولصالح المجموعة التجريبية .

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

- التعريف بمصطلحات الدراسة

- الإدراك الحس حركى Kinesthesia Percentile :

" هى الحاسة التى تمكننا من تحديد وضع الجسم وحالته وامتداده واتجاهه فى الحركة وكذلك الوضع الكلى للجسم ومواصفات حركة الجسم ككل " . (١٩ : ٣٢٥)

- التوقع

- هو رد فعل لم يبدأ (٨ : ١١١)

- تحليل ملاحظة خصائص البناء الفكرى لدى المنافس للتنبؤ بمحاولاته فى الموقف

الخاصة كذلك معرفة مستواه المهارى الذى يقوده إلى تأدية نوع معين من الحركات . (١٨ :

١٦)

- الدراسات المرتبطة

١- دراسة وليامز وديفيد **Willams & Daveds** (١٩٩٤م) (٤٦) إستراتيجية

المعلومات والمعارف النظرية لدى لاعب كرة القدم ذو الخبرة وعدم الخبرة ، وهدفت الدراسة إلى معرفة اختلاف أسس المهارة فى التوقع الحركى وإستراتيجية المعلومات والمعارف النظرية خلال اللعب المفتوح (المواقف) فى كرة القدم ، واشتملت عينة البحث على ٣٠ لاعب تم تقسيمهم إلى مجموعتين (١٥) لاعب ذو خبرة ، (١٥) لاعب من غير ذوى الخبرة ، وذلك لاختبار توقع واتجاه وغرض التمرير من خلال مباريات فعلية : وكانت أهم النتائج أن اللاعبين ذو الخبرة أظهروا أداءً توقعياً أفضل من غيرهم ، ووجود اختلاف بين المجموعتين فى دقة الاستجابة ، بينما لم يظهر اختلاف فى سرعة التوقع وكان اللاعبين ذو الخبرة أكثر ثباتاً فى معدل البحث .

٢- قام ممدوح سعد (١٩٩٥م) (٣٦) بدراسة تطوير بعض متغيرات الإدراك الحس

حركى لنادى كرة القدم ، واستهدفت الدراسة وضع برنامج تدريبي لتطوير بعض

مكونات الإدراك الحس حركى لدى ناشئ كرة القدم تحت ١٤ سنة وعلى عينة قوامها ٤٠ ناشئ من نادى الشرقية الرياضى ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسيته لعينة البحث وكانت أهم النتائج أن البرنامج المقترح أثر إيجابياً على تنمية مكونات الإدراك الحس حركى والمستوى المهارى للمجموعة التجريبية ، أن تدريبات الإدراك الحس حركى تكون فى بدايتها صعبة بالنسبة للناشئين وسرعان ما تزول هذه الصعوبة .

٣- دراسة ميللر إل ميللر Miller.L.Miller (١٩٩٦م) (٤٥) بدراسة التوقع الحركى لدى حراس مرمى كرة القدم عند التصدى لركلة الجزاء فى مواجهة قدم التسديد اليسرى واليمنى ، واشتملت عينة البحث على مشاهدات الفيديو لعدد عشرة تسديدات بالقدم اليمنى وعشرة تسديدات بالقدم اليسرى ، واستخدم الباحث المنهج الوصفى ، وكانت أهم النتائج أن التوقع للقدم اليمنى كان أكثر دلالة من القدم اليسرى ، وأوضحت المقابلات التى تمت مع حراس المرمى أن قرار الوثب لاستخدام زاوية معينة إنما يقفز فى الذهن لحظة ملامسة اللاعب الضارب للكرة من خلال وضع القدم أثناء الركل ، وأن وضع الفخذ أثناء لمس الكرة يعتبر سبب رئيسى لنجاح التوقع .

٤- دراسة سليمان فاروق (٢٠٠١م) (١٨) بعنوان تأثير تنمية التوقع الحركسى على مواقف متغيرة لمهارات مفتوحة ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة واحدة تجريبية واشتملت عينة البحث على ٢٠ لاعب من نادى سبورتنج ونادى سموحة بالإسكندرية وكانت أهم النتائج بالنسبة لاختبارات التوقع الحركى زيادة فى معدل أداء مستوى التفكير لدى أفراد عينة البحث مما أثر إيجابياً على اختيارهم للمواقف التوقعية ، واتجاه إيجابي فى تناقص زمن الاختبار لمواقف التوقع الحركى قيد البحث ، وزيادة واضحة فى معدل التحسن فى جميع اختبارات الدراسة مما يشير إلى تأثير البرنامج التدريبى فى إحداث هذه الزيادة .

٥- دراسة هشام مهيب (٢٠٠١م) (٣٧) بعنوان تأثير اتجاه حمل التدريب على مستوى بعض القدرات الحس حركية خلال مرحلة التكيف المباشر ، وكان الهدف التعرف على تأثير الأحمال البدنية المختلفة الاتجاهات على مستوى بعض القدرات الحس حركية المصاحبة للتكيف المباشر ، والتعرف على الفروق في استجابة القدرات الحس حركية المركبة للحمل البدني ، وأجريت الدراسة على عينة قوامها ١٦ لاعب من ممارسي النشاط الرياضي لفرق منتخب جامعة السلطان قابوس في (كرة القدم - السلة - الطائرة) ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وكانت أهم النتائج انخفاض مستوى التوازن تحت تأثير الحمل البدني الهوائي واللاهوائي ، وانخفاض مستوى التوافق بعد الحمل البدني اللاهوائي لا تؤثر الأحمال البدنية على الإدراك الحس حركي البعدي .

٦- دراسة هشام فتح الله (٢٠٠١م) (٣٨) بناء بطارية اختبار لقياس الإدراك الحس حركي لناشي كرة القدم ، واستهدفت الدراسة إلى بناء بطارية اختبار لقياس الإدراك الحس حركي لناشي كرة القدم ، واستخدمت مجموعة من الاختبارات المنظمة والمرتبطة على التوالي لقياس القدرات الخاصة باللاعبين ، وكانت أهم النتائج الوصول إلى مجموعة المتغيرات والاختبارات الخاصة بها الأكثر تشعباً ، إدراك الإحساس بالاتجاه والمسافة والقوة والتوازن الثابت والزمن .

- إجراءات البحث

أولاً : منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج التجريبي ، باستخدام التصميم التجريبي عن طريق القياس القبلي والبعدي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية .

ثانياً : عينة البحث

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من ناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة بنادي بورفؤاد الرياضي والمسجلين بالإتحاد المصري لكرة القدم لموسم (٢٠٠٦م - ٢٠٠٧م) ، واشتملت

العينة على عدد (٣٢) لاعب ، منهم (٢٢) لاعب للتجربة الأساسية مسجلين بالنادى ، تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية ، و(١٠) لاعبين إجراء الدراسات الاستطلاعية والمعاملات العلمية المستخدمة ، غير مسجلين مع باقى اللاعبين .

- أسباب اختيار عينة البحث

- أحد الباحثين مدرب الفريق .
- وجود إمكانات والتسهيلات الخاصة بإجراء البحث .
- انتظام اللاعبين فى التدريب .
- تقارب المستوى التعليمى لعينة البحث .

- تجانس عينة البحث

جدول (١)

تجانس مجموعتى الدراسة الضابطة والتجريبية فى متغيرات معدلات النمو ، والمتغيرات البدنية ،
المهارية ، سرعة التوقع ، الإدراك الحس حركى

ن = ٢٢

معامل الإلتواء	الإختلاف المعيارى	الوسط	المتوسط الخصائى	وحدة القياس	بيانات إحصائية	
					المتغيرات	
١,٦٤	١,١٣	١٧٥	١٧٥,٦٢	سم	الطول	معدلات النمو
٠,٤٥	٢,٦١	٧٢,١	٧٢,٥	كجم	الوزن	
٠,٣٨	٠,٧٧	٦,٢	١٦,٣	سنة	السن	
صفر	٣,٦٠	٢,٧١	٢,٧١	سم	القدرة العضلية	المتغيرات البدنية
٠,١١-	٢,٥٥	١١,٩٠	١١,٨٠	ثانية	الرشاقة	
٠,٢٨	٣,١١	٣	٣,٣	عدد	المدقة	
٠,١٢	٠,٧٠	٧,٢٣	٧,٢٦	ثانية	السرعة الانتقالية	
٠,٦	٢,٥٠	٥	٥,٥	عدد	التوافق	
٠,٣٦-	٠,٩٠	٣٢,٤١	٣٢,٣٠	ثانية	تحمل السرعة	
٠,٣٣	٤,٤٧	٥٠	٥٠,٥	عدد	سرعة الأداء	

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

سرعة الاستجابة	سم	١٤,٦	١٤	٣,٦٠	٠,٥
المغيرات	ثانية	٢٠,١٦	٢٠,٥٠	٢,٣٠	٠,١٤
المهارية	ثانية	٧,٨١	٧,٧٠	٣,١٢	٠,١٠
	عدد	٦,٥	٦	٢,٢٢	٠,٦٧
سرعة التوقع الحركي	أقرب ٠,١ ثانية	٠,٢٢١٥	٠,٢٢٠٠	٠,٢٢٣١	٠,٠٣٦
الإدراك الحس حركي (بالتوازن)	ثانية	٢,٩٩	٣,٠٠	٠,١١	٠,٢٧
الإدراك الحس حركي (بالزمن)	ثانية	١٧,٣	١٧	٢,٣٠	٠,٣٩
الإدراك الحس حركي (بالاتجاه)	عدد	٥,٥	٥	٣,٦٠	٠,٤١
الإدراك الحس حركي (بالمسافة)	سم	٦,٧	٦,٣	٢,١٠	٠,٥٧
الإدراك الحس حركي (بمساحة الوتس)	سم	٦٥	٦٥,٥	٣,٥٠	١,٤٢

يتضح من جدول (١) أن قيم معامل الانتواء لهذه المتغيرات قد انحصرت ما بين (٣٠)

كما يدل على تجانس أفراد عينة البحث .

- تكافؤ عينة البحث

تم إجراء التكافؤ على المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث

والموضحة بالجدولين (١) ، (٢) .

جدول (٢)

تكافؤ مجموعتي الدراسة الضابطة والتجريبية في متغيرات معدلات النمو ، والمتغيرات البدنية ،

المهارية ، سرعة التوقع ، الإدراك الحس حركي

$$١١ = ٢٠ = ١٠$$

مستوى الدلالة	قيمتها (ت)	قيم الرتب		مجموع الرتب		بيانات احصائية	المتغيرات
		التجريبية	الضابطة	التجريبية	الضابطة		
غير دالة	٣٩	٣٩	٨٢	١٤٨	١٠٥	الطول	معدلات النمو
غير دالة	٤٥	٤٥	٧٦	١٤٢	١١١	الوزن	
غير دالة	٥٥	٦٦	٥٥	١٢١	١٣٢	السن	
غير دالة	٤٢	٤٢	٧٩	١٤٥	١٠٨	القدرة العضلية	المتغيرات البدنية
غير دالة	٣٩,٥	٣٩,٥	٨١,٥	١٤٧,٥	١٠٥,٥	الرشاقة	
غير دالة	٤٤	٧٧	٤٤	١١٠	١٤٣	التدفق	
غير دالة	٤٦,٥	٧٤,٥	٤٦,٥	١١٢,٥	١٤٠,٥	السرعة الانتقالية	
غير دالة	٥٧	٥٧	٦٤	١٣٠	١٢٣	التوافق	
غير دالة	٤٠	٤٠	٨١	١٤٧	١٠٦	تحمل السرعة	

جامعة فناء السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

غير دالة	٣٨	٨٣	٣٨	١٠٤	١٤٩	سرعة الأداء
غير دالة	٤٩	٤٩	٧٢	١٣٨	١١٥	سرعة الاستجابة
غير دالة	٤١	٤١	٨٠	١٤٦	١٠٧	المراوغة
غير دالة	٤٣,٥	٤٣,٥	٧٧,٥	١٤٣,٥	١٠٩,٥	الحرى بالكرة
غير دالة	٤٧	٧٤	٤٧	١١٣	١٤٠	التصويب على المرمى
غير دالة	٤٨	٤٨	٧٣	١٣٩	١١٤	سرعة التوقيع
غير دالة	٥٠	٧١	٥٠	١١٦	١٣٧	الإدراك الحس حركى (بالتوازن)
غير دالة	٣٧	٣٧	٨٤	١٥٠	١٠٣	الإدراك الحس حركى (بالزمن)
غير دالة	٤٦,٥	٤٦,٥	٧٤,٥	١٤٠,٥	١١٢,٥	الإدراك الحس حركى (بالاتجاه)
غير دالة	٤٩	٤٩	٧٢	١٣٨	١١٥	الإدراك الحس حركى (بالمسافة)
غير دالة	٥٤	٥٤	٦٧	١٣٣	١٢٠	الإدراك الحس حركى (بمسافة التوب)

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية حيث أن قيم (ى) المحسوبة أكبر من قيمة (ى) الجدولية مما يدل على تكافؤ المجموعتين .

- أدوات جمع البيانات

من خلال الإطلاع على المراجع والأبحاث العلمية في مجال تدريب الناشئين في كرة القدم وعلم النفس الرياضى والأنشطة الأخرى التى استخدمت تدريبات الإدراك الحس حركى والتوقع ، قام الباحثان بجمع البيانات عن طريق الاختبارات والمقاييس التالية .

- الاختبارات المهارية المركبة

بناء على المسح المرجعى التى تم للمراجع والأبحاث العلمية المتخصصة (٦) (٢٠) (٢١) (٢٢) (٢٤) (٢٨) (٢٩) (٣٢) (٤٠) (٤٤) (٤٦) (٤٨) (٣١) تم التوصل على الاختبارات المهارية المركبة ، والمرفق رقم (٣) يوضح الاختبارات المهارية المركبة .

- الاختبارات البدنية

تم التوصل على الاختبارات البدنية من خلال المسح المرجعى (١١) (١٢) (١٣) (٢٠) (٢١) (٢٤) (٣٣) لإجراء التجانس والتكافؤ للمجموعتين الضابطة والتجريبية بالرغم من أنهما خارج متطلبات البحث .

- اختبارات الإدراك الحس حركى والتوقع

استند الباحثان فى اختيار اختبارات الإدراك الحس حركى والتوقع على مستغيرات الإدراك الحس حركى من نتائج الأبحاث والمراجع العلمية التى استخدمت تلك المستغيرات فى مجال كرة القدم والأنشطة الأخرى الجماعية والفردية (١٢) (١٦) (١٨) (٢٣) (٢٤) (٣٤)

وتم الاستعانة (٣٦) (٣٧) (٣٤) (٣٣) (٢٥) (٢٣) (٢٢) (١٧) (٤) (٣) (٣٨) لخصر مجموعة التدريبات التى تنمى الإدراك الحس حركى بالكرة وبدون الكرة ، والمرفق رقم (٣) بوضع اختبارات الإدراك الحس حركى والاستعانة بـ (٣٢) لاختبار سرعة التوقع مرفق رقم (٣) .

- استمارة جمع البيانات

- استمارة جمع البيانات الخاصة بالاختبارات المستخدمة فى البحث لتقنين حمل التدريب خلال البرنامج .
- استمارة تسجيل الاختبارات البدنية ومتغيرات السن ، الطول ، الوزن ، العمر التدريبى
- استمارة تسجيل الاختبارات المهنية المركبة .
- استمارة تسجيل الاختبارات الخاصة بالإدراك الحس حركى خلال كل مرحلة من مراحل البرنامج للتعرف على نسب التحسن فى تلك المتغيرات .

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

- الدراسة الاستطلاعية

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ١٥ / ١ / ٢٠٠٧م إلى ٢٢ / ١ / ٢٠٠٧م على عينة قوامها (١٠) لاعبين من خارج عينة البحث الأساسية ، غير مسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم ، ومن تتوفر فيهم خصائص العينة الأساسية ، وذلك للتأكد من تطبيق الاختبارات وفق الشروط الموضوعية ومدى تسلسل أداء الاختبارات ومن صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة .

- إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة

تم إيجاد معامل الثبات عن طريق عينة من نفس مجتمع البحث الأساسية عن طريق تطبيق الاختبار وإعادةه بحيث تم تطبيق الاختبار بعد ثلاثة أيام من التطبيق الأول للاختبارات البدنية والإدراك الحس حركي وسرعة التوقع والمهارات المركبة

جدول (٣)

معاملات ثبات الاختبارات المستخدمة قيد الدراسة

ن = ١٠

مستوى الدلالة	قيمة (r) انضوبية لسيرومان	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	بيانات إحصائية	الاختبارات
		٢ع +	٢-س	١ع +	١-س			
دالة	٠,٩٦	٠,٩١	٣,٠٠	٠,١١	٢,٩٩	ثانية	الإدراك الحس حركي (بالتوازن)	اختبارات
دالة	٠,٩٤	٢,٥٠	١٧,٠٠	٢,٦٠	١٧,٥	ثانية	الإدراك الحس حركي (بالوزن)	الإدراك
دالة	٠,٩٢	٤,٢٠	٥,٧	٣,٥٠	٥,٠٠	عدد	الإدراك الحس حركي (بالاتحاد)	الحس
دالة	٠,٩١	٢,٩٠	٦,٧	٢,١٥	٦,٣	سم	الإدراك الحس حركي وبالمسافة)	حركي
دالة	٠,٩٠	٢,٧٠	٦٦,٠٠	٣,٥٠	٦٥,٠٠	سم	الإدراك الحس حركي (بمسافة الوب)	
دالة	٠,٩٥	٠,٥٠	٤,٤٥	٠,٤٥	٤,٤٠	ثانية	الإسلام تم التصويب	اختبارات
دالة	٠,٩١	٠,٩٥	١,٣	١,١	١,٢	درجة	الإسلام تم التصويب	الأدوات
دالة	٠,٩٠	٠,٨٧	٤,٥٥	٠,٤١	٤,٥٨	ثانية	الإسلام تم الجوى تم التصويب	المهارية
دالة	٠,٩٥	١,٣٣	١,٧	٠,٦٠	١,٥	درجة	الإسلام تم الجوى تم التصويب	المركبة
دالة	٠,٩٧	٠,٨٦	٤,٨٧	٠,١٤	٤,٨٣	ثانية	الإسلام تم المراوغة تم التصويب	
دالة	٠,٩٦	٠,٧٤	١,٤	١,٢	١,٥	درجة	الإسلام تم المراوغة تم التصويب	

جامعة قباة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

دالة	٠,٩٢	٠,٩٤	٤,٨٥	٠,٩٥	٤,٨٨	ثابتة	الإسلام ثم المزاغة ثم التصويب
دالة	٠,٩٩	١,١٨	٢,٢	٠,٧٩	٢,٥	درجة	الإسلام ثم المزاغة ثم التصويب
دالة	١,٠٠	٠,١٥١٠	٠,١٧٤٠	٠,٣٣٢١	٠,٣٣٥١	أقرب ٠,٠٠١ ثابتة	سرعة التوقيع الحركي

* قيمة (ر) الجدولية لسبيرمان عند مستوى (٠,٠٥) تساوي ٠,٦٤٨

يتضح من جدول (٣) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التطبيق الأول والثاني في الاختبارات المستخدمة قيد الدراسة ، حيث أن قيم (ر) المحسوبة لاختبار سبيرمان أكبر من قيمة (ر) الجدولية مما يدل على أن هذه الاختبارات تتميز بدرجات عالية من الثبات .

- معامل صدق التمايز

تم إيجاد معامل صدق التمايز عن طريق عينة مميزة في الأداء المهاري وأخرى أقل تميزاً من نادي بورفؤاد الرياضي من نفس المرحلة السنوية وغير مسجلة ، ومقارنتها لإيجاد صدق الاختبارات المستخدمة قيد الدراسة .

جدول (٤)

معاملات صدق التمايز للاختبارات المستخدمة قيد الدراسة

$$١٠ = ٢٥ = ١٥$$

مستوى الدلالة	قياس (ر) الشسو بدلان ونجني	قيم الرتب		مجموع الرتب		وحدة القياس	ملاحظات إحصائية الاختبارات
		أقل تميزة	تميزة	أقل تميزة	تميزة		
دالة	٥	٥	٩٥	١٥٠	٦٠	ثابتة	الإدراك الحس حركي (باللون)
دالة	٩	٩	٩١	١٤٦	٦٤	ثابتة	الإدراك الحس حركي (بالون)
دالة	٥,٥	٩٤,٥	٥,٥	٦٠,٥	١٤٩,٥	عدد	الإدراك الحس حركي (بالاتجاه)
دالة	٢٠	٨٠	٢٠	٧٥	١٣٥	سم	الإدراك الحس حركي (بالمسافة)
دالة	٤,٥	٩٥,٥	٤,٥	٥٩,٥	١٥٠,٥	سم	الإدراك الحس حركي (بمسافة اللون)

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

دالة	١,٥	١,٥	٩٨,٥	١٥٣,٥	٥٦,٥	ثانية	الاستلام ثم التصويب	اختبارات الأداءات المهارية المركبة
دالة	١٣	٨٧	١٣	٦٨	١٤٢	درجة	الاستلام ثم التصويب	
دالة	٩	٩	٩١	١٤٦	٦٤	ثانية	الاستلام ثم الجرى ثم التصويب	
دالة	٤,٥	٩٥,٥	٤,٥	٥٩,٥	١٥٠,٥	درجة	الاستلام ثم الجرى ثم التصويب	
دالة	٣	٣	٩٧	١٥٢	٥٨	ثالثة	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	١	٩٩	١	٥٩	١٥٤	درجة	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٩,٥	٩,٥	٩٠,٥	١٤٥,٥	٦٤,٥	ثانية	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٣	٩٧	٣	٥٨	١٥٢	درجة	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٨	٨	٩٢	١٤٧	٦٣	الفرق ٠,٠١ ثالثة	سرعة الوثوق الحركى	

* قيمة (ى) الجدولية لان ويتنى عند مستوى (٠,٠٥) تساوى ٢٣

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المميزة والأقل تميزاً لصالح المجموعة المميزة في الاختبارات المستخدمة قيد الدراسة ، حيث أن قيمة (ى) المحسوبة أقل من قيمة (ى) الجدولية مما يدل على صدق هذه الاختبارات .

- أسس وضع البرنامج التدريبي

١- تحديد محتوى البرنامج التدريبي

قام الباحثان بتحديد النسب المثوية لكل من الإعداد البدني الخاص والإعداد المهارى والإعداد الخططى على مدار البرنامج التدريبي ، وكذلك تحديد المتغيرات الخاصة بالبرنامج وتدريب الإدراك الحس - حركى والتوقع الحركى ، وتحديد موقع تدريبات الإدراك الحس حركى من وحدة التدريب وكيفية إدخالها في وحدة التدريب فكانت كالآتي :-

- توقيت إدخال تدريبات التوقع والإدراك الحس حركى في البرنامج التدريبي فترة الإعداد العام والخاص في منتصف الوحدة التدريبية والجزء الرئيسى للإعداد المهارى والإعداد الخططى .

- زمن التدريبات الخاص بالإدراك الحس حركي من وحدة التدريب (٥٠%) من زمن الإعداد المهاري والخططي .
- عدد وحدات تدريبات الإدراك الحس حركي والتوقع (وحدتين أسبوعياً)
- مدة البرنامج التدريبي (٣) شهور .
- عدد الأسابيع (١٢) أسبوع .
- عدد الوحدات التدريبية اليومية في الأسبوع (٤) وحدات تدريبية .
- عدد الوحدات اليومية في البرنامج التدريبي (٤٨) وحدة تدريبية .
- زمن الوحدة التدريبية يتراوح ما بين (٩٠ : ١٢٠) دقيقة .
- عدد الوحدات التدريبية التي تحتوى على تدريبات الإدراك الحس حركي والتوقع الحركي (٢٤) وحدة تدريبية .
- عدد مرات تكرار تدريبات الإدراك الحس حركي وسرعة التوقع الحركي، جدول رقم (١٠)
- دورة حمل التدريب الأسبوعية (٣ : ١) .
- دورة حمل التدريب اليومية (١ : ١) ، (٢ : ٢) .
- تم تقسيم الفترة الزمنية للبرنامج التدريبي إلى ثلاث مراحل رئيسية هي :-
 - ١- المرحلة الأولى : فترة الإعداد العام - مدتها (٣) أسابيع .
 - ٢- المرحلة الثانية : فترة الإعداد الخاص - مدتها (٥) أسابيع .
 - ٣- المرحلة الثالثة : فترة الإعداد للمباريات - مدتها (٤) أسابيع .
- وذلك من خلال المسح المرجعي للمراجع العلمية والأبحاث لأنها تمثل الخبراء التي كان سيتم الاستعانة بهم في استمارة الاستطلاع وهم (١١) (١٢) (١٣) (١٤) (٨) (٩) (١٠) (٢٣) (٢٤) (٢٨) (٣٠) (٣٢) (٣١) (٣٤) (٣٥) (١٥) (٢٠) (٤٠) .
- محتوى البرنامج التدريبي

يشتمل البرنامج التدريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة على مجموعة من تمارين الإعداد البدني العام والخاص ، وتمارين الإعداد المهاري والخططي مع مراعاة استخدام

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

تدريبات الإدراك الحس حركى والتوقع الحركى والتدريبات المهارية المركبة للسجموعه التجريبية فقط وبما يتناسب مع المرحلة السنية الخاصة بالبحث ، وتم تقنين حمل التدريب مستعينا بالعديد من المراجع العلمية المتخصصة .

- الدراسة الأساسية

- تطبيق البرنامج التدريبى

تم تطبيق البرنامج التدريبى المقترح على المجموعة التجريبية من يوم الأربعاء ٣١ / ١ / ٢٠٠٧م وحتى يوم الاثنين ٢٣ / ٤ / ٢٠٠٧م ، بواقع (٤) وحدات يومية تدريبية فى الأسبوع وضم البرنامج التدريبى عدد وحدتين تدريبيتين لتدريبات الإدراك الحس حركى والتوقع الحركى الخاصة بجميع المهارات المركبة قيد البحث والتي تناسب المرحلة السنية لعينة البحث .

وتدرجت الجرعة التدريبية للبرنامج التدريبى المقترح طبقاً لزمان الوحدة التدريبية والزمن المخصص للتدريبات والإعداد المهارى للمجموعة التجريبية بنادى هيئة قناة السويس ببورفؤاد على عينة البحث والمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة كما هو موضح بنموذج رقم (١) .

جامعة فناء السويس - كلية التربية الرياضية بيورسعيد

جدول (٦)
الموزع الزمني للإعداد البدني العام وأخص وأعداد المباريات والإعداد الخططي وتدريبات الإزدراك الحس حركي
على مدار أسابيع التوافق التدريبي

	إعداد مباريات						إعداد خاص						إعداد عام			المراحل والأبواب	
	١٢	١١	١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٢	٣	٤	٥	٦
	61	66	66	63	84	105	126	147	189	210	249	287	مجموع الإعداد البدني				
1653	0	0	0	7	16	32	50	73	113	147	199	258	إعداد بدني عام				
895	60	66	66	56	67	73	76	73	76	63	50	28	إعداد بدني خاص				
754	102	132	132	147	147	147	168	168	126	147	124	84	الإعداد الهيكلي				
1624	51	66	66	73	74	74	84	84	63	63	62	42	تدريبات التوافق				
٨٠٢	246	242	242	210	189	168	126	105	84	63	42	40	الإعداد الخططي				
1757	٤٠٩	٤٤٠	٤٤٠	٤٢٠	٤٢٠	٤٢٠	٤٢٠	٤٢٠	٣٩٩	٤٢٠	٤١٥	٤١١	إجمالي رسم التدريب				

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

جدول (٧)

التوزيع النسبي لعناصر البرنامج التدريبي

المرحلة الأسابيع	إعداد عام			إعداد خاص					إعداد مباريات			
	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢
الإعداد البدني	٧٠%	٦٠%	٥٠%	٤٥%	٣٥%	٣٠%	٢٥%	٢٠%	١٥%	١٥%	١٥%	١٥%
الإعداد المهاري	٢٠%	٣٠%	٣٥%	٤٠%	٤٠%	٤٠%	٣٥%	٣٥%	٣٥%	٣٠%	٣٠%	٢٥%
الإعداد الخططي	١٠%	١٠%	١٥%	٢٠%	٢٥%	٣٠%	٤٠%	٤٥%	٥٠%	٥٥%	٥٥%	٦٠%

جدول (٨)

التوزيع النسبي للإعداد البدني العام والإعداد البدني الخاص

المرحلة الأسابيع	إعداد عام			إعداد خاص					إعداد مباريات			
	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢
إعداد بدني عام	٩٠%	٨٠%	٧٠%	٦٠%	٥٠%	٤٠%	٣٠%	٢٠%	١٠%	-	-	-
إعداد بدني خاص	١٠%	٢٠%	٣٠%	٤٠%	٥٠%	٦٠%	٧٠%	٨٠%	٩٠%	١٠٠%	١٠٠%	١٠٠%

جدول (٩)

النواحي العملية للبرنامج التدريبي

عدد الأسابيع	زمن التدريبات في الأسبوع بالدقائق	زمن الوحدة التدريبية بالدقائق يتراوح بين	عدد الوحدات التدريبية في الأسبوع	المرحلة
٣	٤٢٠ - ٤٠٠	١١٠ - ٩٠	٤	المرحلة الأولى
٥	٤٢٠ - ٤٢٠	١٢٠ - ٩٠	٤	المرحلة الثانية
٤	٤٤٠ - ٤٢٠	١٢٠ - ٩٠	٤	المرحلة الثالثة

جامعة فناء السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

سابعاً : المعالجات الإحصائية

استخدم الباحثان الحزمة الإحصائية (spss) للعلوم الاجتماعية باستخدام المعادلات

الآتية :-

- المتوسط الحسابي ، الوسيط ، الانحراف المعياري ، معامل الالتواء .
- معامل الارتباط لسيرمان .
- اختبار مان ويتني المجموع الكلي للرتب .
- اختبار ولكسون لرتب الاشارة .
- معادلة نسبة التحسن المنوية
- عرض ومناقشة النتائج

أولاً : عرض النتائج

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

في المتغيرات قيد الدراسة

$n = 11$

مستوى الدلالة	قيمة (ك) الحسوية لوكسون	مجموع الرتب		عدد الرتب		وحدة القياس	بيانات إحصائية	الاختبارات
		السالبة	الموجبة	السالبة	الموجبة			
غير دالة	١٦	٥٠	١٦	٦	٥	ثانية	الإدراك الحس حركي (بالتوازن)	اختبارات الإدراك
غير دالة	١٥	٥١	١٥	٧	٤	ثانية	الإدراك الحس حركي (بالرهن)	
غير دالة	١٨	١٨	٤٨	٤	٧	عدد	الإدراك الحس حركي (بالانجاد)	الحس حركي
غير دالة	١٦	١٦	٥٠	٣	٨	سم	الإدراك الحس حركي (بالمسافة)	
غير دالة	١٧	٤٩	١٧	٨	٣	سم	الإدراك الحس حركي (بمسافة الرتب)	

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

دالة	٦	٦٠	٦	٨	٣	ثانية	الاستلام ثم التصويب	اختبارات الأداءات المهارية المركبة
دالة	٣	٣	٦٣	٢	٩	درجة	الاستلام ثم التصويب	
دالة	٩	٥٧	٩	١٠	٦	ثانية	الاستلام ثم الجرى ثم التصويب	
دالة	٧	٧	٥٩	٢	٩	درجة	الاستلام ثم الجرى ثم التصويب	
دالة	٨	٥٨	٨	٩	٢	ثانية	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٤	٤	٦٢	١	١٠	درجة	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٧	٥٩	٧	٩	٢	ثانية	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٦	٦	٦٠	٣	٨	درجة	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
غير دالة	١٤	١٤	٥٢	٤	٧	أقرب ٠,٠١ ثانية	سرعة التوقع الحركي	

* قيمة (ك) الجدولية لولكسون عند مستوى (٠,٠٥) تساوى ١٠

يتضح من جدول (١٢) أن قيم (ك) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة للمتغيرات الإدراك الحس حركي وسرعة التوقع أكبر من قيمة (ك) الجدولية ، مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة للمتغيرات في حين أن قيم (ك) المحسوبة بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة للمتغيرات المهارية أقل من قيمة (ك) الجدولية مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي في المتغيرات المهارية قيد الدراسة .

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

في المتغيرات قيد الدراسة

$$n = 11$$

مستوى الدلالة	قيمة (ك) المحسوبة لولكسون	مجموع الرب		عدد الرب		وحدة القياس	بيانات إحصائية	الاختبارات
		الموجبة	السالبة	الموجبة	السالبة			
دالة	٤	٦٢	٤	١٠	١	ثانية	الإدراك الحس حركي (بالتوازن)	اختبارات
دالة	صفر	٦٦	صفر	١١	صفر	ثانية	الإدراك الحس حركي (بالومن)	الإدراك
دالة	٣	٣	٦٣	١	١٠	عدد	الإدراك الحس حركي (بالانجاء)	الحس

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

حركى	الإدراك الحس حركى (بالساعة)	سم	١٠	١	٦٥	١	دالة
	الإدراك الحس حركى (بمسافة) <td>سم <td>٩ <td>٢ <td>٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td></td></td></td></td>	سم <td>٩ <td>٢ <td>٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td></td></td></td>	٩ <td>٢ <td>٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td></td></td>	٢ <td>٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td></td>	٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td>	٧ <td>دالة</td>	دالة
	الوقت <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>						
اختبارات الإدراك المهارة المركبة	الاستلام ثم التصويب <td>تامة <td>٢ <td>٩ <td>٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td></td></td></td></td>	تامة <td>٢ <td>٩ <td>٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td></td></td></td>	٢ <td>٩ <td>٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td></td></td>	٩ <td>٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td></td>	٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td>	٦٣ <td>٣ </td>	٣
	الاستلام ثم التصويب <td>درجة <td>١٠ <td>١ <td>٦١ <td>٥ <td>دالة</td> </td></td></td></td></td>	درجة <td>١٠ <td>١ <td>٦١ <td>٥ <td>دالة</td> </td></td></td></td>	١٠ <td>١ <td>٦١ <td>٥ <td>دالة</td> </td></td></td>	١ <td>٦١ <td>٥ <td>دالة</td> </td></td>	٦١ <td>٥ <td>دالة</td> </td>	٥ <td>دالة</td>	دالة
	الاستلام ثم الحرى ثم التصويب <td>تامة <td>١ <td>١٠ <td>٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td></td></td></td></td>	تامة <td>١ <td>١٠ <td>٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td></td></td></td>	١ <td>١٠ <td>٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td></td></td>	١٠ <td>٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td></td>	٣ <td>٦٣ <td>٣ </td></td>	٦٣ <td>٣ </td>	٣
	الاستلام ثم الجوى ثم التصويب <td>درجة <td>١٠ <td>١ <td>٦٢ <td>٤ <td>دالة</td> </td></td></td></td></td>	درجة <td>١٠ <td>١ <td>٦٢ <td>٤ <td>دالة</td> </td></td></td></td>	١٠ <td>١ <td>٦٢ <td>٤ <td>دالة</td> </td></td></td>	١ <td>٦٢ <td>٤ <td>دالة</td> </td></td>	٦٢ <td>٤ <td>دالة</td> </td>	٤ <td>دالة</td>	دالة
	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب <td>تامة <td>١ <td>١٠ <td>٤ <td>٦٢ <td>٤ </td></td></td></td></td></td>	تامة <td>١ <td>١٠ <td>٤ <td>٦٢ <td>٤ </td></td></td></td></td>	١ <td>١٠ <td>٤ <td>٦٢ <td>٤ </td></td></td></td>	١٠ <td>٤ <td>٦٢ <td>٤ </td></td></td>	٤ <td>٦٢ <td>٤ </td></td>	٦٢ <td>٤ </td>	٤
المركبة	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب <td>درجة <td>٩ <td>٢ <td>٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td></td></td></td></td>	درجة <td>٩ <td>٢ <td>٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td></td></td></td>	٩ <td>٢ <td>٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td></td></td>	٢ <td>٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td></td>	٥٩ <td>٧ <td>دالة</td> </td>	٧ <td>دالة</td>	دالة
	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب <td>تامة <td>٣ <td>٨ <td>٩ <td>٥٧ <td>٩ </td></td></td></td></td></td>	تامة <td>٣ <td>٨ <td>٩ <td>٥٧ <td>٩ </td></td></td></td></td>	٣ <td>٨ <td>٩ <td>٥٧ <td>٩ </td></td></td></td>	٨ <td>٩ <td>٥٧ <td>٩ </td></td></td>	٩ <td>٥٧ <td>٩ </td></td>	٥٧ <td>٩ </td>	٩
	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب <td>درجة <td>١٠ <td>١ <td>٦٣ <td>٣ <td>دالة</td> </td></td></td></td></td>	درجة <td>١٠ <td>١ <td>٦٣ <td>٣ <td>دالة</td> </td></td></td></td>	١٠ <td>١ <td>٦٣ <td>٣ <td>دالة</td> </td></td></td>	١ <td>٦٣ <td>٣ <td>دالة</td> </td></td>	٦٣ <td>٣ <td>دالة</td> </td>	٣ <td>دالة</td>	دالة
سرعة التوقع الحركى	أقرب ٠,٠١ ثانية	صفر	١١	صفر	٦٦	صفر	دالة

* قيمة (ك) الجدولية لولككسون عند مستوى (٠,٠٥) تساوى ١٠

يتضح من جدول (١٣) أن قيم (ك) المحسوبة بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية للمتغيرات قيد الدراسة أقل من قيمة (ك) الجدولية ، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية في هذه المتغيرات .

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدى

للمتغيرات قيد الدراسة

$$١١ = ٢٠ = ١٠$$

بيانات إحصائية الاختبارات	وحدة القياس	عدد الرتب		مجموع الرتب		قيمة (ت) المحسوبة مان ويتنى	مستوى الدلالة
		الموجبة	السالبة	الموجبة	السالبة		
اختبارات الإدراك الحس حركى (بالتوازن)	تامة	٨٣	١٧٠	١٠٤	١٧	١٧	دالة
الحس حركى (بالزمن)	تامة	٨٨,٥	١٦٤,٥	٩٨,٥	٢٢,٥	٢٢,٥	دالة
الإدراك الحس حركى (بالاتجاه)	عدد	١٦٩	٨٤	١٨	١٠٣	١٨	دالة
الإدراك الحس حركى	سم	١٦٠	٩٣	٢٧	٩٤	٢٧	دالة

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

		وبالمضافة						
دالة	١٩	١٠٢	١٩	٨٥	١٦٨	سم	الإدراك الحسى حركى (بالمضافة الوقت)	
دالة	١٠	١٠	١١١	١٧٧	٧٦	ثانية	الاستلام ثم التصويب	
دالة	٢٠	١٠١	٢٠	٨٦	١٦٧	درجة	الاستلام ثم التصويب	
دالة	١٨,٥	١٨,٥	١٠٢,٥	١٦٨,٥	٨٤,٥	ثانية	الاستلام ثم الحرى ثم التصويب	
دالة	٢١,٥	٩٩,٥	٢١,٥	٨٧,٥	١٦٥,٥	درجة	الاستلام ثم الحرى ثم التصويب	
دالة	٢٦,٥	٢٦,٥	٩٤,٥	١٦٠,٥	٩٢,٥	ثانية	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٢١	١٠٠	٢١	٨٧	١٦٦	درجة	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٢٧	٢٧	٩٤	١٦٠	٩٢	ثانية	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٢٥	٩٦	٢٥	٩١	١٦٢	درجة	الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب	
دالة	٢٤,٥	٢٤,٥	٩٦,٥	١٦٢,٥	٩٠,٥	الحرب ٠,٠١ ثانية	سرعة التوقيع الحركى	

* قيمة (ى) الجدولية لما ن ويتى عند مستوى (٠,٠٥) تساوى ٢٥

يتضح من جدول (١٤) أن قيم (ى) الخسوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى للمتغيرات قيد الدراسة أقل من قيمة (ى) الجدولية ، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى هذه المتغيرات .

جدول (١٥)

نسبة تحسن متغيرات الدراسة للمجموعتين التجريبية والضابطة

$$١١ = ٢٥ = ١٥$$

المتغيرات	المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية				التحسين نسبة النسبة %
	القياس القبلى	القياس البعدى	التحسين نسبة %	التحسين نسبة %	القياس القبلى	القياس البعدى	التحسين نسبة %	التحسين نسبة %	
الإدراك الحسى حركى (بالوزن)	٢,٠٠	١,٤٠	٣,١٩	٠,٤١	٠,١٢	٤,٦٥	٣,٣٩	٢,١٩	٨٢,٣٠
الإدراك الحسى حركى (بالرض)	١٧,٠٠	٠,٢٣	١٦,٥٥	١,٢٥	١٧,٥٥	٠,٨٥	١٠,٥٥	١,٨٥	٤٠,٠٠

جامعة فهاه السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

التجريبية	73.20	4.10	0.75	9.70	0.90	5.60	16.00	0.90	3.30	5.90	1.22	١٠٠	الإدراك الحس حركسى (بالتزامن)
التجريبية	77.20	5.10	0.45	1.50	1.57	6.60	12.60	0.80	1.50	5.50	2.90	١٠٠	الإدراك الحس حركسى (بالتساقط)
التجريبية	15.60	11.60	0.60	59.50	2.30	70.50	1.10	0.80	0.37	59.70	1.10	١٠٠	الإدراك الحس حركسى (تساقط الوقت)
التجريبية	41.50	1.99	1.90	2.60	2.15	4.79	23.20	1.13	1.28	3.72	1.20	١٠٠	الاستلام تم التمرير
التجريبية	66.60	1.00	0.95	2.50	0.35	1.50	26.60	0.40	0.10	1.90	0.50	١٠٠	الاستلام تم التمرير
التجريبية	38.50	1.85	0.33	2.95	0.45	4.80	26.00	1.20	0.83	3.60	0.61	١٠٠	الاستلام تم الحسرى تم التمرير
التجريبية	73.30	1.10	0.15	2.60	1.10	1.50	12.50	0.30	0.87	1.70	0.35	١٠٠	الاستلام تم الحسرى تم التمرير
التجريبية	40.20	1.95	0.29	2.90	2.30	4.85	18.40	0.85	0.92	3.75	1.40	١٠٠	الاستلام تم المراوغه تم التمرير
التجريبية	79.50	1.10	0.60	2.50	3.10	1.40	23.50	0.40	2.20	2.10	2.21	١٠٠	الاستلام تم المراوغه تم التمرير
التجريبية	38.80	1.89	2.21	2.97	0.85	4.86	23.10	1.11	1.50	3.75	2.30	١٠٠	الاستلام تم المراوغه تم التصويب
التجريبية	59.00	1.30	3.33	3.50	0.50	2.20	20.00	0.30	2.11	2.90	0.80	١٠٠	الاستلام تم المراوغه تم التصويب
التجريبية	55.30	0.3801	0.1242	0.1150	0.1651	0.3251	7.50	0.0244	0.1240	0.1007	0.1201	١٠٠	سرعة التوقع الحركى

يتضح من جدول (١٥) نسبة التحسن لمتغيرات الدراسة بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعتين الضابطة والتجريبية ، حيث بلغت أكبر قيمة (٨٢,٣%) لمتغير إدراك الإحساس الحركى بالتوازن للمجموعة التجريبية ، وأقل قيمة (١,١%) لمتغير إدراك الإحساس الحركى بالوثب للمجموعة الضابطة .

ثانياً : مناقشة النتائج

يتضح من جدول (١٢) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة في متغيرات الإدراك الحس حركى وسرعة التوقع ، لأن البرنامج التدريبي الذى نفذ على المجموعة الضابطة كان يخلو من تدريبات الإدراك الحس حركى والتوقع الحركى الذى يقوم بدوره برفع وتطوير كفاءة الجهاز العضلى العصبى ، حيث يؤكد هشام مهيب (٢٠٠١) وهيثم فتح الله (٢٠٠١) أن تمارين الإدراك الحس تنمى السرعة والدقة وزمن الأداء المهارى. (٣٨ : ١١٢) (٣٧ : ٦٤)

وأيضاً يشير جدول (١٢) إلى وجود فروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى متغيرات المهارات المركبة ، يتفق هذا مع كل من أمر الله البساطى (١٩٩٤) زهير الخشاب (١٩٩٨) على اليك (١٩٩٢) على أن الانتظام فى التدريب يعطى نتائج إيجابية وتحسين فى مستوى الأداء المهارى بشكل عام ، وأيضاً إحداث تغيرات كثيرة منها المستوى المهارى سواء كان مركب أو منفرد .

وبوضح جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية فى متغيرات إدراك الإحساس بالتوازن وإدراك الإحساس بالاتجاه وإدراك الإحساس بمسافة الوثب وإدراك الإحساس بالمسافة ، وتتفق نتائج الدراسة مع كلاً من جمال علاء الدين (١٩٩٠) وأمر الله البساطى (١٩٩٤) ممدوح سعد (١٩٩٥) على السعيد ربحان (١٩٩٣) أن تدريبات الإدراك الحس حركى والأداءات الحركية تتطلب كثير من ردود الفعل سواء كانت الحركات متماثلة أو متباينة من حيث تكوينها ومسارها الحركى ودورها وربطها ببعض مما يحدث تطوير ورفع كفاءة الجهاز العصبى الأمر الذى ينعكس على مستوى الأداء المهارى المركب .

يظهر جدول (١٣) إلى وجود فروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى فى متغيرات المهارات المركبة الاستلام ثم التمير بالزمن والاستلام ثم التمير (دقة) الاستلام ثم الجرى ثم التمير(زمن) والاستلام ثم الجرى ثم التمير (دقة) والاستلام ثم المراوغة ثم التمير (زمن) الاستلام ثم المراوغة ثم التمير(دقة) الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب (زمن) الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب (دقة) ، وهذا يتفق مع كل من عبد الباسط عبد الحليم (١٩٩٨) ، محمد كشك (٢٠٠٠) ، محمد عبد الستار (٢٠٠٥) محمد عبده صالح (١٩٩٨) طاهر الحلو (٢٠٠٦) إلى مدى فاعلية استخدام التدريبات المهارية المركبة المناسبة لأفراد عينة البحث من خلال مواقف اللعب المتعددة بما يتناسب مع سرعة ودقة الأداء أثناء المباراة مع التركيز على الأداء تحت ضغط المنافس والانتظام فى التدريب والتنوع فى تدريبات الوحدة اليومية الأمر الذى انعكس على الارتقاء بكفاءة الأداء المهارى لأفراد عينة البحث .

ويشير جدول (١٤) ، جدول (١٥) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدى للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى متغيرات الإدراك الحس حركى وإدراك الإحساس بالتوازن وإدراك الإحساس بالزمن وإدراك الإحساس بالاتجاه وإدراك الإحساس بالمسافة وإدراك الإحساس بمسافة الوثب ، وهذه النتائج تتفق مع كلا من على ريجان (١٩٩٣) السيد درباله (١٩٩٩) سليمان فاروق (٢٠٠٥) محمود بسيوى وباسم فضل (١٩٩٤) ممدوح سعد (١٩٩٥) محمد السيد (١٩٩٧) هشام مهيب (٢٠٠١) هشام فتح الله (٢٠٠١) أشرف مصطفى (١٩٩٩) مصطفى حجازى (١٩٩٦) ، **Risk.B** (١٩٩٩) ، براين **Brian** (١٩٩٩) ، براين **Brian** (٢٠٠٠) ، براجى **Babray** (٢٠٠٠) ، واندروود **Wunder wood** (١٩٩٦) أن الوحدات التدريبية التى تحتوى على تدريبات إدراك حس حركى تنمى التفكير فى سرعة وكيفية الأداء بالأسلوب الصحيح ، وتحرك اللاعبين بالجرى لمدة ما بين ٢ و ٨ دقائق فى كافة الاتجاهات مع تغير الإيقاع والتوقيت والتغلب على مواقع مختلفة والتوقف المفاجئ وتغير الاتجاهات الحاد أن الواجبات التى تتطلبها التدريبات تخضع لمبدأ التدرج وتحقيق الهدف المهارى ، والتخلص من الأداءات غير الملائمة واستدعاء الأفكار والتصورات الصحيحة والتخلص من عشوائية الأداء وزيادة قدرة الجهاز العصبى المركزى على تحديد عدد وتوقيت عمل الوحدات العضلية يرفع من مستوى الاستجابة الحسية فى العضلات مما يؤدي إلى الانقباضات العضلية المطلوبة للحفاظ على مستوى الاتزان أو تقدير المسافة بين الأداة والرمى والحصم ، والقدرة على اختزال أجزاء تحضيرية كثيرة ، وتحديد دقيق لنقطة الالتقاء بالكرة أثناء عملية الوثب سواء عمودى أو أفقى — واتجاه الكرة والخصم والرمى — والقوة المناسبة للتمريرات بأنواعها ، وأيضاً الركلات الثابتة بالقوة والمكان والاتجاه والمسافة المناسبة مما يوضح أهمية هذه التدريبات فى الوحدة التدريبية لما تحويه أيضا من عنصر إثارة وتشويق وتحدى قدرات اللاعبين التى تبدهم عن عنصر الملل فى البرنامج التدريبي وبالتالي يتحقق الارتقاء بكفاءة اللاعبين البدنية الأمر الذى ينعكس على مستوى الأداء المهارى المنفرد والمركب والجماعى . (٣ : ٦٠) (١٦ : ٥١) (٣٣ : ٢٥٠ ، ٢٤١) (٣٦ : ١٨) (٢٥ : ٣١) (٣٧ : ٢٠٠) (٣٨ : ٩٠) (٤ : ٥١) (٣١ : ٣٠) (٤٥ : ٢١٠) (٤٠ : ١١١) (٤١ : ٧١) (٤٨ : ٨١)

ويظهر جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية في متغيرات الأداء المهاري المركب الاستلام ثم التمرير (زمن ، دقة) الاستلام ثم الجرى ثم التمرير (زمن ، دقة) الاستلام ثم المراوغة ثم التمرير (زمن ، دقة) الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب (زمن ، دقة) ، وهذا يرجع إلى استخدام الأدوات والأجهزة المساعدة حيث تناقص الزمن الكلي للأداء وتزايد الدقة حيث الأداء بالأسلوب البسيط والتمدد للأداءات المهارية من خلال مواقف لعب متعددة في مساحات متباينة من الملعب وبما يتشابه مع سرعة الأداء في المباريات حيث تتفق هذه النتائج من كلا من حسن أبو عبده (٢٠٠٨) ، حنفي مختار (١٩٩٣) حنفي مختار (١٩٩٤) شريف عبده (١٩٩٧) ظاهر الحلو (٢٠٠٦) رفاعي حسين (٢٠٠٥) على اليك (١٩٩٢) عمرو أبو المجد وجمال النمكي (١٩٩٧) محمد كشك ، أمر الله البساطي (٢٠٠٠) محمد صالح ، مفتي إبراهيم (١٩٩٨) مفتي إبراهيم (١٩٩٤) سليمان فاروق (١٩٩٣) ، أشرف مصطفى (١٩٩٩م) ، مارس **Maher et (٢٠٠١) March** (١٩٩٣) ، ميلر **Miller** (١٩٩٦) ، ولیم **Willims** (١٩٩٥) ، فينك **Vlnak.w.** (١٩٩٦) ، تيونر **Turnar** (١٩٩٧) ، روى **Roy** (١٩٩٧) .

إن استخدام التدريبات المهارية المركبة يثبت دقة أداء اللاعب للمهارات الأساسية والتطورات التي طرأت على كرة القدم تتطلب من اللاعب أن يتقن الأداء المهاري المركب بأسرع وقت وفي أضيق مساحة وتحت ضغط الخصم للتغلب على الخطط الدفاعية وتنفيذ الواجب الهجومي على مستوى وبشكل مؤثر ، لذلك ادماج مجموعة عناصر في البرنامج التدريبي من تدريبات الإدراك حس حركي ومهارات بسيطة ومركبة وأجهزة أدوات وقياس المساحات والأزمنة في التدريب مؤثر بالإيجاب في مستوى وفاعلية اللاعب البدنية العقلية والمهارية وهذا ما اتبعه الباحثان بالاستعانة بالمراجع العلمية في هذا الشأن .

– الاستنتاجات:

في حدود عينة البحث وفي ضوء الأهداف الموضوعية واعتمادا على النتائج أمكن

الوصول إلى :

- ١- البرنامج المقترح أثر إيجابياً فى تنمية قدرات الإدراك الحس حركى بالتوازن ، وإدراك الإحساس بالاتجاه وإدراك الإحساس بالمسافة وإدراك الإحساس بمسافة الوثب للمجموعة التجريبية .
- ٢- البرنامج المقترح أثر إيجابياً فى تنمية أداء المهارات المركبة من استلام ثم تمرير (زمن ، دقة) والاستلام ثم الجرى ثم التميرير (زمن ، دقة) والاستلام ثم المراوغة ثم التميرير (زمن ، دقة) والاستلام ثم المراوغة ثم التصويب (زمن ، دقة) للمجموعة التدريبية .
- ٣- البرنامج المقترح أظهر تحسن فى سرعة التوقع الحركى للمجموعة التجريبية دون الضابطة .
- ٤- يؤدى تحديد العناصر الإدراكية الخاصة بالمهارات المركبة إلى تنميتها والارتفاع بمستواها

التوصيات :

- ١- بناء على النتائج يتقدم الباحث بالتوصيات الآتية :
 - ١- استخدام تدريبات الإدراك الحس حركى والتوقع الحركى لجميع مراحل الناشئين لما لها من فاعلية فى تعلم الأداءات المهارات المهارية المركبة .
 - ٢- استخدام الاختبارات المقننة فى تتبع مستوى الإدراك الحركى والمستوى المهارى للتأكد من الصلاحية العلمية لتقنين حمل التدريب خلال فترات البرنامج .
 - ٣- إدخال التدريبات المهارية المركبة فى سن مبكرة للناشى لأنها تعتبر فعالة فى تنمية قدرات الناشى المنفردة والمركبة .
 - ٤- الاستعانة بنتائج البرنامج خلال تدريب الناشئين تحت ١٦ سنة .

- المراجع

أولاً : المراجع العربية

- ١- أبو العلا عبد الفتاح : (١٩٩٧) فسيولوجيا ومورفولوجيا وطرفى القياس والتقويم ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
محمد صحى حسنين
- ٢- أنامة كامل راتب : (١٩٩٤) التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربى ، القاهرة
- ٣- اشرف مصطفى أحمد : (١٩٩٩) برنامج مقترح لتنمية الإدراك الحس حركى وأثره على مستوى الأداء المهارى فى رياضة الملاكمة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بأسبوط ، جامعة أسبوط .
- ٤- السيد عبد العظيم دريالة : (١٩٩٩) فعالية استخدام تمرينات التوافق العضلى العصى والتوازن فى الكفاءة الوظيفية للجهاز العصى المركزى لطلبة كلية التربية الرياضية بطنطا ، المجلة العلمية للتربية الرياضية للبنين : جامعة حلوان .
- ٥- ابن وديع فرج : (١٩٩١) الكرة الطائرة ، دليل المعلم والمدرّب وللاعب ، دار المعارف ، القاهرة .
- ٦- أمر الله الساطى : (١٩٩٤) دراسة تحليلية لأنواع الأداءات الحركية المركبة (المتدمجة) فى بعض الألعاب الجماعية خلال المباراة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية .
- ٧- بهاء الدين سلامة : (١٩٩٤) فسيولوجيا الرياضة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٨- جمال محمد علاء الدين : (١٩٩٠) منظومة الحركات ونظم توجيهها والتحكم فيها ، نظريات وتطبيقات : كلية التربية الرياضية للبنين ، العدد السادس ، جامعة الإسكندرية .
- ٩- حسن السيد أبو عبده : (٢٠٠٥) الإعداد المهارى فى كرة القدم ، مكتبة الإشعاع الفنى الطبعة الثانية ، الإسكندرية .
- ١٠- حسن السيد أبو عبده : (٢٠٠٣) الاتجاهات الحديثة فى تدريب وتخطيط كرة القدم مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنى ، الطبعة الثانية ، الإسكندرية .
- ١١- حنفى محمود مختار : (١٩٩٠) مدرب كرة القدم ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ١٢- حنفى محمود مختار : (١٩٩٣) الاختبارات والقياسات للاعبى كرة القدم ، دار الفكر العربى ، القاهرة .

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

- ١٣- حنفى محمود مختار : (١٩٩٤) الأسس العلمية في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٤- حنفى محمود مختار : (١٩٩٥) التطبيق العملي في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ١٥- رفاغنى مصطفى حسين : (٢٠٠٥م) أصول تدريب كرة القدم . عامر للطباعة والنشر ، المنصورة .
- ١٦- زهير الحنات : (١٩٩٨) كرة القدم . جامعة الموصل ، العراق .
- ١٧- سليمان فاروق سليمان : (١٩٩٣) تأثير أسلوب مفتوح لاكتساب بعض المهارات المتقدمة على مستوى الأداء النفسى لنادى، كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالاسكندرية ، جامعة الإسكندرية .
- ١٨- سليمان فاروق سليمان : (٢٠٠١) تأثير تنمية التوقع الحركي على مواقف متعبة لمهارات مفتوحة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالاسكندرية ، جامعة الإسكندرية .
- ١٩- شريف إبراهيم عبده : (١٩٩٧) دراسة تحليلية لبعض الأداءات المهارية المركبة والمفردة وعلاقتها بنتائج المباريات في بطولة كأس العالم ١٩٩٢ للناشئين تحت ١٧ سنة في كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة قناة السويس
- ٢٠- عاشر كمال الخلو : (٢٠٠٦م) تأثير التدريبات المهارية المركبة على بعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الاداء المهارى لنادى كرة القدم رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة قناة السويس .
- ٢١- عبد الباسط محمد عبد الحليم : (١٩٩٨م) تأثير برنامج تدريبي لبعض الأداءات المهارية المركبة لنادى كرة القدم رسالة دكتوراه غير مسورة كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية .
- ٢٢- على السعيد رمضان : (١٩٩٣) تأثير برنامج تدريبي لتنمية الإدراك الحس حركي على فعالية الاداء المهارى للمبتدئين من ١٠ - ١٢ سنة في رياضة المصارعة بمحافظة الدقهلية ، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- ٢٣- على فيهيى البيك : (١٩٩٢) أسس إعداد لاعبي كرة القدم والألعاب الجماعية ، مطبعة التونى ، الإسكندرية .
- ٢٤- عمرو على أبو الجند جمال إسماعيل الشمكى : (١٩٩٧) تخطيط برامج وترتبة البرامج والناشئين في كرة القدم ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٢٥- محمد أحمد السيد : (١٩٩٧) تطوير مستوى بعض القدرات الحس حركية لدى ناشئ كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق .

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

- ٢٦- محمد حسن علاوى : (١٩٩٧م) علم النفس المدرب والتدريب الرياضى دار الفكر العربى القاهرة .
- ٢٧- محمد حسن علاوى : (٢٠٠٢م) علم النفس التدريب والمفاضة الرياضية . دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٢٨- محمد شوقي كوكك : (٢٠٠٠) أسس الإعداد المهارى واخططى فى كرة القدم مطبوعه سامى ، الإسكندرية .
أمر الله الساطى
- ٢٩- محمد عبد الستار محمود : (٢٠٠٥م) تأثير تنمذ الأداءات الحركية المركبة على بعض مكونات اللياقة البدنية الخاصة للناشئين فى كرة القدم رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة
- ٣٠- محمد عبده صالح : (١٩٩٨) الإعداد المكامل للاعبي كرة القدم ، دار المعارف القاهرة .
مفتى إبراهيم حماد
- ٣١- محمود بسبوى : (١٩٩٤) الإعداد النفسى للاعبين فى كرة القدم ، دار المعرفة القاهرة .
باسم فاضل
- ٣٢- محمود عبد الفتاح عنان : (١٩٩٥) سيكولوجية التربية البدنية والرياضة النظرية والتطبيق والتجريب ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٣٣- مصطفى محمد حجازى : (١٩٩٦) الإدراك الحس حركى ومستوى الانجاز فى بعض مسابقات الوثب ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الرقائىق .
- ٣٤- مفتى إبراهيم حماد : (١٩٩٤) الجديد فى الإعداد المهارى واخططى للاعبى كرة القدم . دار الفكر العربى : القاهرة .
- ٣٥- مفتى إبراهيم حماد : (٢٠٠٣) التدريب الرياضى الحديث ، تخطيط وتطبيق وقيادة ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة .
- ٣٦- م.روح سعد : (١٩٩٥م) دراسة تطوير بعض متغيرات الإدراك الحس حركى لناشئ كرة القدم ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالرقائىق ، جامعة الرقائىق .
- ٣٧- هشام أحمد مهيوب : (٢٠٠١) تأثير حمل التدريب على مستوى بعض القدرات الحس حركية خلال مرحلة التكيف المباشر ، المجلة العلمية نظريات وتطبيقات ، العدد الثالث والأربعون ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة الإسكندرية .
- ٣٨- هيثم فتح الله دسوفى : (٢٠٠١) بناء بطارية اختبار لقياس الإدراك الحس حركى لناشئ كرة القدم ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة الإسكندرية .

ثانياً : المراجع الأجنبية

- ١ Babraj.z : (2001) the effect of training
http:\\sportslife.com\\effects htm
- ٢ Brian,A : (2000) an expert guide to
importing performance by training
the fyd rt:// www.pponline.
eg.uk1/5
- ٣ Brian.A : (1999) visual search strategies in
experienced and in experienced .
soccer players research quarterly
for exercise
- ٤ Risk,B : (1999) visual skill and
polevoulting ptt://www.chi
mearmorth polevolt.ndex.u.k.
- ٥ Maher Ralan,E : (2001) , finishing up your practice
coach and athletic director
v.11.no.4. Rutgen.s.
- ٦ Marchal Charls : (1993) the effect of training
program an sk.ll full. Performance
soccer rut yens.
- ٧ Miller.E : (1996) anticipation of professional
. goalkeeper when motor skill :
missoulamant . U.S.A
- ٨ Willims.
M.Davicls : (1995) declarative knowledge in
sport as characteristic . of sport and
exercise . psychology university of
luerpal. .U.S.A
- ٩ Vinak,W.E : (1996) the psychology of thinking
.n y mucrow , hill . U.S.A.
- ١٠ Wnder Wood : (1996) experimental psychology

.n.y appleton century carpels
U.S.A

- ١١ Turner Ed. : (1997) Skill Drill Strategies .
Woody Clanse : London.
- ١٢ Roy.W.E : (1997) Pupil Discovery. Select
Instruction J.E.X.P Psychol .
London .