

تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات مواقف اللعب التنافسية على مستوى الأداء المهاري المركب لناشئي كرة القدم *د/ طارق عبد المنعم على

المقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر كرة القدم من الأنشطة التي تتطلب قدرات خاصة في الأداء وكذلك التطوير المستمر فيها يحتاج إلى التلقائية الدائمة في تشكيل عملية التدريب لإمكان الوصول للمستويات العالية.

وتدريب الناشئين له أهمية متميزة حيث أنه يشكل مطلباً لا غنى عنه لتحقيق الإنجازات المستقبلية، ولذلك يجب الكشف عن جميع المخزونات الممكنة عند إعداد هذه المرحلة العمرية بالذات، والإستفادة منها بأقصى فاعلية ممكنة في عملية التدريب الرياضى بهدف رفع مستوى الإنجاز الرياضى. (١٧):

(١١)

وتبذل كثير من الدول المتقدمة في كرة القدم جهوداً مستمرة لإعداد ناشئي كرة القدم على أسس علمية واضحة بإعتبارها القاعدة العريضة التي تعتمد عليها لنمو إزدهار اللعبة. (١٤: ٢)

ويعتبر بناء البرامج من أهم الأعمال التي يهتم بها المدربون وخاصة تلك البرامج المقننة والمنظمة والتي تتبع الأصول العلمية وتؤدي إلى تطوير حالة الفرد وتجعله لائقاً من الناحية البدنية وقادر على القيام بمهام وواجبات النشاط البدنى الذى يمارسه. (١٣: ١٣)

ويشير "كوين Queen" (٢٠٠٥م) أن البرامج التدريبية للناشئي يجب أن تراعى خصائص المرحلة السنية وذلك من خلال التركيز على النواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية للمرحلة العمرية والعمل على تطويرها لتحقيق التنمية الشاملة والمتزنة للناشئي وبذلك يمكن وصولهم لمستويات أعلى بشرط قيام كل من المدرب واللاعب بدوره في العملية التدريبية. (٢٤: ٢٢)

* مدرس بقسم التدريب الرياضى وعلوم الحركة، كلية التربية الرياضية، جامعة الوادى الجديد.

ويؤكد "حسن أبو عبده" (٢٠٠٨م) أن التخطيط الجيد للتدريب فى كرة القدم يتطلب تطبيق القواعد الصحيحة والمعلومات الحديثة فى نظريات وطرق التدريب وتحديد كم وحجم ووسائل وطرق التدريب وكيفية تشكيل وتقنين الأحمال التدريبية وذلك للوصول بالناشئ للمستويات الرياضية العالية. (٤: ٣٥)

وتعتبر التدريبات التنافسية نشاط يكون أداء اللاعب فيه مشابه لما يحدث أثناء المباراة حيث يعمل على تحقيق الثبات والإستقرار لمراحل الأداء المختلفة وتطوير مكونات الحالة التدريبية. (١٦: ١٨٥)

كما أن تمرينات المنافسة كشكل تدريبى تهدف إلى الإرتقاء بمستوى أداء المباراة فهى تتشابه مع المباراة إلا أنها تختلف عنها فى بعض خصائص الأداء، إذ أن الهدف الرئيسى من أدائها هو التدريب على أسلوب أداء المباراة والتدريب على مواجهة كافة المتطلبات الخطئية التى يواجهها أثناء المباراة. (١٣: ١٤)

وفى خلال العشرين سنة الأخيرة إهتتم معظم مؤسسات كرة القدم بفكرة اللعب فى مجموعات صغيرة من (٦- ١٠) لاعبين وخصوصاً مع الناشئين، لأنه يسمح للناشئين بلمس الكرة عدد أكثر من المرات وتجعل نسبة إشتراك فى اللعب أكبر وتتيح للناشئين فرصة التعلم من المباراة والتى تزيد من متعهم بالتدريب وتزيد من فرصة إحرارهم للأهداف. (٢٣: ٢١٦)

ويرى "حسن أبو عبده" (٢٠١٢م) أن الأداءات الحركية المركبة من التدريبات الأساسية فى بناء الجزء الرئيسى للوحدة التدريبية اليومية، ويستخدم هذا الأسلوب لتثبيت دقة الأداء للاعب، وتؤدى هذه التدريبات مع وجود مدافع سلبي أو إيجابى ويمكن تحديد مساحة وزمن أداء هذه التدريبات ومن ثم يمكن الحكم على قدرة اللاعب ومهاراته. (٥: ١٥٢)

ويشير كل من "محمد كشك"، "أمر الله البساطي" (٢٠٠٠م) أن طبيعة اللعب خلال مباريات كرة القدم بمواقفها المتغيرة تفرض على اللاعبين إستخدام

أشكال مركبة للمهارات (المهارات المركبة أو المندمجة) وهي تمثل شكل من البناء يتكون من عدة مهارات مترابطة (مندمجة) تؤدي بالتوالى ويؤثر كل منهما فى الآخر، ويعد إمتلاك اللاعب للمهارات المنفردة وإتقانه لها (تمرير - إستلام - مراوغة) ليست بأهمية توافر القدرة لديه على أدائها بصورة مركبة (إستلام ثم جرى ثم مراوغة ثم تمرير - إستلام ثم تصويب) وبصورة بسيطة تتناسب مع طبيعة المواقف خلال المباريات. (١٦ : ٧٧)

ويؤكد "حنفى مختار" (٢٠٠٨م) أن مواقف اللعب المتنوعة فى كرة القدم تفرض على اللاعبين إستخدام أشكال كثيرة من المهارات الأساسية المركبة بالكرة، لذا فمن الأمور الهامة إستخدام الأشكال التدريبية التى تكون قريبة من شكل المنافسة على أن يكون إكتسابها مبكراً قدر الإمكان حتى يمكن إستثمار الوقت الكافى فى التدريب على هذه المهارات الأساسية. (٧ : ٩٤)

كما أن النشاط الحركى للاعب كرة القدم أثناء المباريات أو التدريب ليس مجموعة من المهارات المجردة التى تؤدي بصورة ثابتة أو لمرة واحدة فقط ولكن أداء مهارى متعدد ومتصل ومتربط فيما بينه حيث يتجه اللاعبون المتميزون لعملية دمج وإنصهار الأداءات المهارية داخل إطار جملة مركبة مثل السيطرة على الكرة والجرى بها ثم التمرير حيث يتضمن ذلك أداءات مهارية مندمجة أو مختصرة من حيث زمنها الإجمالى والمساحة الكلية لتأديتها، هذه الأداءات تقوم بوظيفة مرحلة تمهيدية مرتبة لنوع الأداء وبذلك يصبح أدائها أكثر تواسلاً وتوافقاً وإقتصادياً. (١٤ : ٣)

وقد لاحظ الباحث من خلال عمله كمدير فنى لقطاع الناشئين بنادى ديروط الرياضى ومشاهدته لتدريبات بعض فرق الناشئين فى الأندية الأخرى لاحظ أن الكثير من مدربي الناشئين يركزون فى وحداتهم التدريبية على تدريب اللاعبين على المهارات الأساسية كل مهارة بصورة منفصلة أو منفردة كالتمرير أو التصويب وكذلك عدم الإهتمام بتدريبات مواقف اللعب التنافسية وعدم ربطها

بالمهارات الأساسية والمركبة مما أدى إلى وجود بعض القصور فى مستوى أداء الناشئين وخاصة أثناء التحرك والجرى بالكرة، ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه نتائج دراسة كل من "طارق جابر" (٩) (٢٠٠٢م)، محمد إبراهيم (١٢) (٢٠٠٤م)، محمد عبد الستار (١٨) (٢٠٠٥م)، محمد سيد (١٤) (٢٠٠٩م)، أحمد محمد (٢) (٢٠١٧م)، أحمد رجب" (١) (٢٠١٨م) إلى أن تنمية المهارات المركبة تعتبر من المتطلبات الهامة للناشئين فى هذه المرحلة، وعدم إستخدام المدربين لتدريبات مواقف اللعب التنافسية فى البرامج التدريبية، وعدم ربطها بالمهارات المركبة قد يؤدي إلى فشل فى الأداء المهاري للناشئ، والعكس ففى حالة إهتمام المدرب بتدريبات مواقف اللعب التنافسية وربطها بالمهارات المركبة قد يؤدي إلى نجاح الأداء المهاري للناشئين فى المباريات.

مما دفع الباحث لإجراء دراسة علمية من خلال إقتراح بعض تدريبات مواقف اللعب التنافسية التى تعتمد على الإهتمام بتنفيذ الأداء المهاري المركب وتطبيق تلك التمرينات على مجموعة من ناشئى كرة القدم للتعرف على تأثير مواقف اللعب التنافسية على مستوى الأداء المهاري المركب وهذا يما يحاول الباحث علاجه وتحسينه لرفع مستوى الأداء المهاري المركب لناشئى كرة القدم.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تدريبي مقترح بإستخدام تدريبات مواقف اللعب التنافسية ومعرفة تأثيره على مستوى الأداء المهاري المركب لناشئى كرة القدم.

فرض البحث:

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية فى مستوى الأداء المهاري المركب لصالح القياس البعدي.

مصطلحات البحث:

- تدريبات المواقف التنافسية: **Competitive attitude Training**

عبارة عن مجموعة من الأشكال التدريبية التي تؤدي أثناء المنافسة سواء في وجود أو عدم وجود مدافع ويمكن أدائها على صورة تدريبات هجومية أو دفاعية حيث تكون قريبة الشبة بالجمل أو الأداءات الهجومية أو الدفاعية التي تحدث في المنافسة. (١٦: ٢٧٥)

- الأداء المهارى المركب: **The combined Skilful Performance**

هو مجموعة من الأداءات المهارية المنفردة والتي تم دمجها بكيفية تجعل أدائها داخل إطار جملة مهارية مركبة تتسم بالسرعة والدقة فى الأداء بحيث تكون إحدى أو بعض من هذه الأداءات مرحلة تمهيدية للجزء الرئيسى من الحركة. (١٤: ٥)

الدراسات السابقة:

١- دراسة "محمد سيد عبد الرحيم" (٢٠٠٩م) (١٤) بعنوان "برنامج تدريبي لتنمية بعض القدرات التوافقية وأثره على الأداء المهارى المركب لناشئ كرة القدم"، وهدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تدريبي لتنمية بعض القدرات التوافقية ومعرفة أثره على الأداء المهارى المركب لناشئ كرة القدم تحت (١٤) سنة، وقد تم استخدام المنهج التجريبي وبلغ حجم العينة (٢٢) ناشئ من ناشئ كرة القدم بنادى شركة تكرير بترول أسيوط وكان من أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي على متغيرات القدرات التوافقية وكذلك الأداء المهارى المركب لدى ناشئ المجموعة التجريبية.

٢- دراسة "خالد عبد النور" (٢٠١٠م) (٨) بعنوان "تأثير استخدام تدريبات المواقف التنافسية بالإتجاه المفرد والمركب على بعض القدرات البدنية والوظيفية لناشئ كرة القدم"، وهدفت الدراسة التعرف على تأثير تدريبات المواقف التنافسية بالإتجاه المفرد والمركب على تنمية القدرات البدنية

والوظيفية لناشئ كرة القدم، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي وبلغ حجم العينة (٢٤) من ناشئ نادى نبروه تحت (١٦) سنة وكان من أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح بإستخدام التدريبات التنافسية ذات الإتجاه المركب كان له أثر فعال فى الإرتقاء بالمستوى البدنى والوظيفى لناشئ كرة القدم عينة البحث.

٣- دراسة "محمد سيد عبد الرحيم" (٢٠١٥م) (١٥) بعنوان "برنامج تدريبي بإستخدام تدريبات المواقف التنافسية وتأثيره على مستوى الأداء الخطى الدفاعى والهجومى فى التنظيم ٤ - ٤ - ٢ لناشئ كرة القدم"، وهدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تدريبي مقترح بإستخدام تدريبات المواقف التنافسية ومعرفة تأثيره على مستوى أداء بعض الخطط الدفاعية والهجومية فى تنظيم اللعب ٤ - ٤ - ٢، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي وتم إختيار العينة بالطريقة العمدية من ناشئ نادى أسيوط الرياضى وعددهم (٢٢) ناشئ وكانت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابى على الأداءات الخططية الدفاعية قيد البحث (دفاع المنطقة/ التغطية/ الضغط/ التنظيم الدفاعي) وكذلك على الأداءات الخططية الهجومية قيد البحث (المراوغة/ التميرير/ التصويب/ المساندة).

٤- دراسة "محمد سيد أحمد" (٢٠١٦م) (١٣) بعنوان "برنامج تدريبي بإستخدام مواقف اللعب التنافسية وتأثيره على بعض القواعد والمبادئ الخططية والقدرات العقلية لناشئ كرة القدم"، وهدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تدريبي بإستخدام مواقف اللعب التنافسية ودراسة تأثيرها على بعض القواعد والمبادئ الخططية والقدرات العقلية لناشئ كرة القدم وتم إختيار العينة بالطريقة العمدية من ناشئ نادى سوهاج الرياضى وبلغ عددهم (٢٢) ناشئ، وكان من أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح يساعد على تنمية الصفات البدنية والأداءات المهارية وكذلك له تأثير إيجابى على المبادئ الخططية الهجومية والدفاعية والقدرات العقلية قيد البحث.

٥- دراسة "أحمد محمد حسين" (٢٠١٧م) (٢) بعنوان "خطة تدريب سنوية وتأثيرها على بعض القدرات البدنية وفاعلية بعض الأداءات المهارية

المركبة والتحركات الخطئية الهجومية للاعبى كرة القدم"، وهدفت الدراسة إلى تصميم خطة تدريب سنوية ومعرفة تأثيرها على بعض القدرات البدنية وفاعلية الأداءات المهارية المركبة والتحركات الخطئية الهجومية للاعبى كرة القدم وإستخدم الباحث المنهج التجريبي وبلغ حجم العينة (٢٢) لاعب من لاعبي نادى شبان مسلمين أسويط، وكانت من أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي على تحسن المتغيرات البدنية (السرعة/ الرشاقة/ المرونة/ التحمل/ القوة) وكذلك على فاعلية الأداء المهارى المركب والتحركات الخطئية الهجومية.

٦- دراسة "إسلام سعيد" (٢٠١٧م) (٣) بعنوان "تأثير إستخدام التدريب المتباين على بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئ كرة القدم"، وهدفت الدراسة إلى تصميم برنامج تدريبي بإستخدام التدريب المتباين ومن خلاله يمكن التعرف على الفروق بين القياسين القبلى والبعدى فى المتغيرات البدنية والمهارية للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي وبلغ حجم العينة (٢٩) من ناشئ نادى الشرقية الرياضى تحت (١٧) سنة، وكان من أهم النتائج وجود فروق فى نسب التحسن فى القدرات البدنية والمهارية قيد البحث لصالح القياس البعدى وأن البرنامج التدريبي المصمم أثر إيجابياً على تنمية المتغيرات البدنية والمهارية قيد البحث.

٧- دراسة "أحمد رجب أمين" (٢٠١٨م) (١) بعنوان "تأثير إستخدام تدريبات متنوعة على تطوير بعض الأداءات المهارية والخطئية لناشئ كرة القدم"، وهدفت الدراسة إلى تطوير بعض الأداءات المهارية والأداءات الخطئية بإستخدام التدريبات المتنوعة لناشئ كرة القدم، وتم إستخدام المنهج الوصفى والمنهج التجريبي وبلغ حجم العينة (٣٠) من ناشئ كرة القدم تحت (١٥) سنة يمثلون نادى (أبو قير للأسمدة ونادى سبورتنج) وكان من أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى لصالح القياس البعدى فى الأداءات المهارية والأداءات الخطئية (الهجومية- الدفاعية) لدى ناشئ كرة القدم تحت (١٥) سنة.

٨- دراسة "لوس LawLees, Susanjane" (١٩٩٨م) (٢٢) بعنوان "تأثير استخدام أسلوب التدريب بالطريقة التنافسية فى تعلم المهارات الأساسية للمبتدئين فى الكرة الطائرة"، وهدفت الدراسة التعرف على أثر استخدام أسلوب التدريب التنافسي فى تعلم مهارات الكرة الطائرة، وإستخدام الباحث المنهج التجريبي، وتم إختيار عينة البحث من الأطفال المبتدئين، وأظهرت النتائج أهمية أسلوب التدريب التنافسى فى تعلم مهارات الكرة الطائرة.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام مجموعة تجريبية واحدة بأسلوب القياس القبلى والبعدى وذلك لمناسبته لطبيعة وهدف البحث.

مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث ناشئى كرة القدم تحت (١٦) سنة مواليد (٢٠٠٣م) والمسجلين بالإتحاد المصرى لكرة القدم فرع أسيوط للموسم الرياضى ٢٠١٩/٢٠٢٠م وعددهم (١٧٥) لاعب متمثلين فى (نادى أسمنت أسيوط- نادى ديروط الرياضى- نادى القوصية الرياضى- مركز شباب ناصر بالوليدية- نادى الشبان المسلمين بأسيوط- مركز شباب القوصية- نادى منفلوط الرياضى).

عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية قوامها (٢٢) ناشئى كرة قدم بنادى ديروط الرياضى من مواليد (٢٠٠٣م).

أسباب إختيار عينة البحث:

- عينة البحث من الأندية المتميزة الحاصلة على المركز الأول (بطولة المنطقة) للموسم الرياضى السابق ٢٠١٨/٢٠١٩م.
- تعاون المسئولين بالنادي.
- توافر الإمكانيات المادية والبشرية والأدوات المتاحة لتنفيذ البرنامج.

- عمل الباحث كمدبر فنى بقطاع الناشئين بالنادى.
قام الباحث بعمل تجانس لعينة البحث للتأكد من أن عينة البحث تتوزع إعتدالياً فى جميع المتغيرات قيد البحث كما هو موضح بجدول (١).

جدول (١)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ومعامل الإلتواء لمتغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبى لأفراد عينة البحث (ن = ٢٢)

المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	الوسيط	معامل الإلتواء
السن	شهر	١٩٠.٧٣	١.٧٢	١٩٠	٠.٤٧
الوزن	كجم	٦٤.٨٢	٧.٥٤	٦٥	٠.٣٥
الطول	سم	١٦٩.٢٧	٦.٦٨	١٧١	٠.٢٠ -
العمر التدريبى	عدد	٢.٧٧	٠.٦١	٣	٢.٦٠ -

يتضح من جدول (١) أن قيم معامل الإلتواء لمتغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبى قد تراوحت ما بين (- ٢.٦٠ : ٠.٤٧) أى أنها قد إنحصرت ما بين (± 3) مما يشير إلى إعتدالية القيم وتجانس أفراد العينة فى تلك المتغيرات.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

تحليل المراجع والدراسات السابقة:

قام الباحث بتحليل المراجع والأبحاث العلمية المرتبطة بموضوع البحث مثل (٢)، (٩)، (١٠)، (١٤)، (١٨) والتى أهتمت بالناشئين والأداءات المهارية المركبة والبرامج الموضوعية للإستعانة بها فى البحث.
المقابلة الشخصية:

قام الباحث بتصميم إستمارة إستبيان تحتوى على الأداءات المهارية المركبة المستخرجة من تحليل المراجع وعرضها على السادة الخبراء مرفق (١) لإختيار أهم الأداءات المهارية المركبة التى تتناسب مع المرحلة السنوية مرفق (٢) وكذلك البرنامج التدريبى ومحتوياته للناشئين تحت (١٦) سنة.

إستمارات الإستبيان:

- إستمارة إستبيان لتحديد أهم إختبارات الأداء المهارى المركب. مرفق (٣).
- إستمارة تفريغ بيانات اللاعبين (الاسم- السن- الوزن- الطول- العمر التدريبي). مرفق (٤)
- إستمارة تفريغ نتائج إختبارات قياس الأداء المهاري المركب. مرفق (٥)
- إستمارة أبعاد ومحتوى البرنامج التدريبي. مرفق (٦)
- التخطيط الزمنى للبرنامج التدريبي. مرفق (٧)
- التدريبات التنافسية التى إستخدمت فى البرنامج. مرفق (٨)
- نماذج من الوحدات التدريبية. مرفق (٩)

الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث:

- (جهاز ريستاميتير لقياس الطول والوزن- كرات قدم مقاس (٥)- أقماع كبيرة وأطباق صغيرة- حواجز كبيرة وصغيرة- قمصان تدريب - (٤) مرمي صغير- شريط قياس بالسنتيمتر - ساعات إيقاف لقياس الزمن بالثانية).

إختبارات الأداء المهاري المركب:

- قام الباحث بتحليل محتوى المراجع والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة للتعرف على الإختبارات المهارية المركبة المرتبطة بالبحث.
- تم عرض الإختبارات على السادة الخبراء فى تدريب كرة القدم مرفق (١) من خلال إستمارات إستبيان لتحديد مدى مناسبتها بموضوع البحث وقد تم إختيار الإختبارات التى حصلت على أعلى نسبة مئوية من الخبراء. كما فى جدول (٢)

جدول (٢)

النسبة المئوية لآراء الخبراء حول أهم إختبارات الأداءات المهارية المركبة (ن = ٨)

م	الإختبارات المهارية المركبة	رقم المرجع	وحدة القياس	مجموع الآراء للخبراء	نسبة الموافقة
١	الإستلام ثم التميرير .	(٢)، (٩)	دقة وزمن	٨	١٠٠%
٢	الإستلام ثم الجرى ثم التميرير .	(١٠)، (١٤)	دقة وزمن	٨	١٠٠%

٣	الإستلام ثم المراوغة ثم التصويب.	(٢)،(٩)	دقة وزمن	٦	%٧٥
٤	الإستلام ثم المراوغة ثم الجرى ثم التمرير.	(١٠)	دقة وزمن	٣	%٣٧.٥
٥	الإستلام ثم التصويب.	(٢)،(٩)	دقة وزمن	٣	%٣٧.٥
٦	الإستلام ثم المراوغة ثم التمرير.	(٩)،(١٠)	دقة وزمن	٧	%٨٧.٥
٧	الإستلام ثم الجرى ثم التصويب.	(١٠)،(١٤)	دقة وزمن	٢	%٢٥
٨	الإستلام ثم الجرى ثم المراوغة ثم التمرير.	(٢)،(١٤)	دقة وزمن	٥	%٦٢.٥
٩	الإستلام مع المراوغة ثم الجرى ثم التمرير.	(٢)،(١٠)	دقة وزمن	٤	%٥٠
١٠	الإستلام ثم المراوغة ثم التمرير.	(٢)،(١٠)	دقة وزمن	٢	%٢٥
١١	الإستلام ثم المراوغة ثم الجرى ثم التصويب.	(٢)،(١٤)	دقة وزمن	٣	%٣٧.٥
١٢	الإستلام مع المراوغة ثم التصويب.	(١٠)،(١٤)	دقة وزمن	٢	%٢٥
١٣	الإستلام ثم الجرى ثم المراوغة ثم التصويب.	(١٠)،(١٤)	دقة وزمن	٤	%٥٠
١٤	الإستلام مع المراوغة ثم الجرى ثم التصويب.	(٢)،(١٠)	دقة وزمن	٢	%٢٥

وقد إرتضى الباحث بنسبة (٧٥%) فأكثر من إختبارات الأداءات
المهارية المركبة وفقاً لآراء السادة الخبراء.
المعاملات العلمية لإختبارات الأداء المهارى المركب:
الصدق:

قام الباحث بحساب صدق التمايز لمتغيرات الأداء المهارى المركب
على مجموعتين إحداهما مميزة قوامها (١٠) ناشئين من ناشئى نادى أسمنت
أسيوط تحت (١٦) سنة وعينة غير مميزة قوامها (١٠) ناشئين من ناشئى
مركز شباب القوصية تحت (١٦) سنة لحساب الفروق بينهما وجدول (٣)
يوضح ذلك.

جدول (٣)

المتوسط الحسابى والإنحراف المعيارى وقيمة (ت) لإختبارات الأداء المهارى
المركب (ن = ١ = ن = ٢ = ١٠)

المتغيرات	المجموعة	المجموعة الغير	قيمة	الدلالة
مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية				

ت	المتميّزة (ن = ١٠)		المميّزة (ن = ١٠)		زمن	إستلام ثم تمرير .	الأداء المهاري المركب	
	ع	س	ع	س				
دال	٧.٦٥	٠.٤٣-	٥.٦٢	٠.٧٢	٤.١٢	زمن		إستلام ثم تمرير .
دال	٢.٧٩	٠.٥١	١.٤٠	٠.٩٤	٣.٣٠	دقة		إستلام ثم تمرير .
دال	٦.٦٥	٠.٥٥-	٥.٩٥	٠.٢٨٩-	٤.٣٨	زمن		إستلام ثم تمرير .
دال	٩.٢٥	٠.٤٨٩	١.٣٠	٠.٦٩٩	٣.٦٠	دقة		إستلام ثم مراوغة ثم تمرير .
دال	٥.٤٩	١.٥٩-	٦	١.٤١-	٤.٥٥	زمن		إستلام ثم مراوغة ثم تمرير .
دال	٢.٦٣	٠.٤٢	١.٢٠	٠.٦٣	٣.٨٠	دقة		إستلام ثم مراوغة ثم تصويب .
دال	٣.٧٨	١.١١-	٦.٨٥	٠.٣٧-	٥.٢١	زمن		إستلام ثم تصويب .
دال	٤.٨٣	٠.٦٩	١.٤٠	٠.٩٦	٣.٤٠	دقة		

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $٠.٠٥ = ١.٨٣٣$

يتضح من جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المتميزة والغير متميزة ولصالح المجموعة المتميزة مما يدل على قدرة الإختبارات على التمييز بين المجموعتين وبالتالي تصبح هذه الإختبارات صادقة.

النتائج:

قام الباحث بحساب ثبات إختبارات الأداء المهاري المركب على عينة قوامها (١٠) ناشئين من ناشئى مركز شباب القوصية تحت (١٦) سنة وإستخدم الباحث طريقة تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه بعد مرور (٧) أيام فى الفترة من الثلاثاء ٢٠١٩/٧/١٦م حتى الأثنين ٢٠١٩/٧/٢٢م.

جدول (٤)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ومعامل الإرتباط لإختبارات الأداء المهاري المركب (ن = ١٠)

معامل الإرتباط	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		زمن	إستلام ثم تمرير .	الأداء المهاري المركب
	ع	س	ع	س			
٠.٨٤٤	٠.٣٥	٥.٥٢	٠.٣٨	٥.٦٢	زمن	إستلام ثم تمرير .	
٠.٨٠٢	٠.٤٨	١.٣٤	٠.٥٢	١.٤٠	دقة	إستلام ثم تمرير .	
٠.٩٣٨	٠.٥٤	٤.٧٤	٠.٥٥	٤.٥٨	زمن	إستلام ثم تمرير .	
٠.٧٥٨	٠.٧٩	١.٨٥	٠.٤٨	١.٣٠	دقة	إستلام ثم تمرير .	

٠.٧٩٥	٠.٥١	٦.٤٢	٠.٣٨	٦	زمن	إستلام ثم مراوغة ثم تمرير .
٠.٧٨٥	٠.٧٤	١.٩١	٠.٤٢	١.٢٠	دقة	
٠.٧٥٩	٠.٢٨	٦.٦٤	٠.١٨	٦.٨٥	زمن	إستلام ثم مراوغة ثم تصويب .
٠.٧٨٥	٠.٧٣	١.٩٠	٠.٤٣	١.٢٠	دقة	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.632$

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى للإختبارات قد تراوحت ما بين (٠.٧٥ إلى ٠.٩٣) مما يدل على أن الإختبارات ذات ثبات عالية.

تصميم التدريبات التنافسية:

قام الباحث بعد الإطلاع على البحوث والدراسات السابقة التى تناولت التدريبات التنافسية (٨)، (١٣)، (١٥)، (٢٢) بتصميم مجموعة من التدريبات التنافسية للعينه قيد البحث مرفق (٨) والذى بلغ عددهم (٣٦) تدريب.

أسس تصميم التدريبات التنافسية:

إعتمد الباحث عند تصميم التدريبات التنافسية على الأسس التالية:

- مراعاة الهدف من التدريب التنافسى.
- توفير الإمكانيات الفنية وتصميم الأدوات المستخدمة للتدريبات التنافسية.
- مرونة التنفيذ والتطبيق بما يتناسب مع عينه البحث.
- توافر عنصر التشويق والجديه للتدريبات المقترحة.
- التدرج من السهل إلى الصعب أثناء تطبيق التدريبات التطبيقية.

الدراسات الإستطلاعية:

١- الدراسة الإستطلاعية الأولى:

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية الأولى يوم السبت الموافق ٢٧/٧/٢٠١٩م على عينه ممثلة لمجتمع البحث قوامها (٢٢) من ناشئى نادى القوسية الرياضى تحت (١٧) سنة والمسجلين بالإتحاد المصرى لكرة القدم فرع أسيوط من خارج عينه البحث الأساسية.

أهداف الدراسة الإستطلاعية الأولى:

- التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تحدث أثناء تنفيذ البحث والعمل على حلها وتلافي حدوثها.
- إعداد الملعب (مكان التدريب) والتأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة.
- إجراء تطبيق الإختبارات للأداءات المهارية المركبة.
- تصميم إستمارة لتسجيل البيانات بشكل يسمح بسهولة جمع البيانات بصورة سهلة.
- تدريب المساعدين على تنفيذ الإختبارات العلمية المقننة.

نتائج الدراسة الإستطلاعية الأولى:

- التأكد من مدى مناسبة مكان التدريب للغرض المستخدم لتنفيذ البرنامج.
- صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة فى البحث.

٢- الدراسة الإستطلاعية الثانية:

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية الثانية على نفس عينة الدراسة الإستطلاعية الأولى من مجتمع البحث وذلك يوم الخميس الموافق ٢٠١٩/٨/١م على ناشئى نادى القوصية الرياضى تحت (١٧) سنة.

أهداف الدراسة الإستطلاعية:

- تدريب المساعدين على تطبيق الإختبارات وتسجيل النتائج.
- تجربة وحدة تدريبية من البرنامج.
- حساب وتقدير زمن تنفيذ إختبارات الأداء المهارى المركب لكل ناشئ لمعرفة الزمن الكلى للاعبين وكذلك الوحدة التدريبية خلال التطبيق الفعلى على عينة البحث.

نتائج الدراسة الإستطلاعية الثانية:

- إستيعاب المساعدين لكيفية تطبيق الإختبارات وتسجيل النتائج.
- إستيعاب مكونات الوحدة التدريبية.

البرنامج التدريبى المقترح:

يهدف البرنامج التدريبى المقترح إلى تحسين مستوى الأداء المهارى المركب من خلال برنامج التدريبات التنافسية.

أسس وضع البرنامج:

قام الباحث بتطبيق الأسس العامة للتدريب الرياضى كما أشار إليها "عصام الدين عبدالخالق (٢٠٠٣م) (١١)، مفتى إبراهيم (٢٠٠١م) (٢٠)، حنفى مختار" (٢٠٠٠م) (٦) وقد إشتمل البرنامج على كل الإجراءات الإدارية والإمكانات البشرية والأجهزة والأدوات المطلوبة ولضمان نجاح البرنامج المقترح راعى الباحث الأسس التالية:

- أن يحقق البرنامج الأهداف التى وضع من أجلها.
- مراعاة الفروق الفردية وخصائص المرحلة السنوية بين أفراد العينة.
- إختيار التمرينات المناسبة للمرحلة السنوية.
- وضع البرنامج التدريبى مستخدماً الأسس العلمية المتعلقة بحمل التدريب من حيث (شدة الحمل- زمن الأداء- فترة الراحة البينية- المجموعات- التكرارات) لكل وحدة تدريبية يومية.

- مراعاة الإستمرارية فى التدريب.
- إستخدم الباحث تشكيل الحمل (١ : ٣) فى الأسابيع، (١ : ٣) فى الوحدات.
- فترات الراحة تتراوح بين (٣٠ث: ٥ق).
- إستخدم الباحث طريقة التدريب المستمر بشدة تتراوح من (٢٥% : ٧٥%) والفترى منخفض الشدة بشدة تتراوح بين (٦٠% : ٨٠%) والفترى مرتفع الشدة بشدة تتراوح بين (٨٠% : ٩٠%).
- مرونة البرنامج بالقدر المناسب خلال فترة تطبيقه.
- الإستعانة ببعض البرامج التى وضعت فى هذا المجال.
- من خلال تحليل المراجع العلمية المتخصصة تم تقسيم فترة الإعداد من الأسبوع الأول حتى الثالث (إعداد عام) ومن الأسبوع الرابع حتى الثامن (إعداد خاص) ومن الأسبوع التاسع حتى الثانى عشر (إعداد للمنافسات).
- قام الباحث بإعداد مجموعات من التدريبات التنافسية المرتبطة بالأداء المهارى المركب وأدائها فى الوحدات التدريبية فى ملاعب مصغرة أو منتصف الملعب أو الملعب كاملاً. مرفق (٨)
- تم الإستعانة بالعديد من المراجع المتخصصة فى كرة القدم والتدريب والإختبارات والمقاييس لتحديد عناصر البرنامج التدريبى مرفق (٦) من حيث (مدة البرنامج- عدد وحدات التدريبية الأسبوعية- زمن الوحدة التدريبية- دورة الحمل- الأحمال المناسبة للبرنامج- طريقة التدريب المناسبة للبرنامج) ثم تم عرضها على السادة الخبراء. مرفق (١) لإختيار عناصر البرنامج التى تتناسب مع المرحلة السنية قيد البحث تحت ١٦ سنة.

جدول (٥)
إستطلاع رأى الخبراء فى عناصر البرنامج التدريبي المقترح للمرحلة السنوية
تحت ١٦ سنة (ن = ٨)

م	المتغيرات	المحتوي	عدد التكرارات	النسبة المئوية
١	مدة فترة الإعداد	١٢ أسبوع	٨	١٠٠%
٢	عدد الوحدات التدريبية	٤ وحدات أسبوعية	٧	٨٧.٥%
٣	زمن وحدة التدريب	٩٠ دقيقة	٧	٨٧.٥%
٤	العناصر الأساسية للبرنامج	إعداد عام - إعداد خاص - إعداد للمنافسات	٨	١٠٠%
٥	دوره الحمل الأسبوعية	(١ : ٣)	٨	١٠٠%
٦	الأحمال المناسبة	متوسط - عالية	٧	٨٧.٥%
٧	طريقة التدريب المناسبة	الفتري (منخفض - مرتفع) الشدة - المستمر	٧	٨٧.٥%
٨	نسبة الإعداد البدنى	٣٠%	٨	١٠٠%
٩	نسبة الإعداد المهارى	٣٠%	٧	٨٧.٥%
١٠	نسبة الإعداد الخططى	٤٠%	٨	١٠٠%

يتضح من جدول (٥) إتفاق معظم الخبراء أن فترة الإعداد (١٢) أسبوع ويحتوى البرنامج على (٤) وحدات تدريبية أسبوعية وزمن الوحدة التدريبية (٩٠) دقيقة ودورة الحمل الأسبوعية (١ : ٣) فى الوحدات والأحمال التدريبية (متوسط - عالية) وطرق التدريب المستخدمة (الفتري منخفض ومرتفع الشدة - التدريب المستمر) ونسبة الإعداد البدنى والمهارى (٣٠%) والإعداد الخططى (٤٠%).

دورة الحمل الأسبوعية فى فترة الإعداد هى (١ : ٣) أى أسبوع متوسط يتبعه ثلاثة أسابيع حمل على وقد حصل الحمل المتوسط على (٣) أسبوع والحمل العالى على (٩) أسبوع.

جدول (٦)
توزيع أزمنا الوحدات التدريبية في فترة الإعداد

اليوم الأسبوع	السبت	الأحد	الثلاثاء	الإربعاء	الإجمالي
الأول	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
الثاني	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
الثالث	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
الرابع	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
الخامس	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
السادس	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
السابع	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
الثامن	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
التاسع	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
العاشر	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
الحادي عشر	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
الثاني عشر	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٩٠ق	٣٦٠ق
الإجمالي	١٠٨٠ق	١٠٨٠ق	١٠٨٠ق	١٠٨٠ق	٤٣٢٠ق

يتضح من جدول (٦) أن عدد أسابيع فترة الإعداد (١٢ أسبوع)، وعدد الوحدات التدريبية (٤ وحدات تدريبية أسبوعياً) بإجمالي (٤٨ وحدة)، وزمن الوحدة التدريبية (٩٠ دقيقة) بإجمالي زمن (٣٦٠ دقيقة أسبوعياً)، وإجمالي زمن وحدات فترة الإعداد بالكامل (٤٣٢٠ دقيقة).

جدول (٧)

التوزيع الزمني للإعدادات المختلفة داخل فترات الإعداد بالبرنامج التدريبي المقترح

نوع الإعداد	فترة الإعداد		
	إعداد عام	إعداد خاص	إعداد للمنافسات
الإعداد البدني العام	٣٧٤.٤ق	٢٠٠ق	٣٠ق
الإعداد البدني الخاص	٢٥٥.٦ق	٤٠٠ق	١٧٠ق
إجمالي زمن الإعداد البدني	٣٦٠ق	٦٠٠ق	٤٣٠ق
الإعداد المهاري	٤٠٠ق	٤٠٠ق	٣٥٠ق
الإعداد الخططي	٣٥٠ق	٤٠٠ق	٨٠٠ق
الإعداد النفسي	٦٠ق	٤٠٠ق	٩٠ق
المجموع	١٤٤٠ق	١٤٤٠ق	٤٤٠ق

يتضح من جدول (٧) أن إجمالي زمن الإعداد البدني العام خلال فترة الإعداد (٦٠٤.٤ق) وإجمالي زمن الإعداد البدني الخاص (٨٢٥.٦ق)، إجمالي زمن الإعداد المهارى (١٥٠ق) وإجمالي زمن الإعداد الخططى (٥٥٠ق) وإجمالي زمن الإعداد النفسى (١٩٠ق)، وإجمالي زمن البرنامج التدريبي المقترح فى فترة الإعداد (٤٣٢٠ق).

خطوات تنفيذ البحث:

أ- القياس القبلى للبرنامج التدريبي:

قام الباحث بإجراء القياس القبلى على عينة الدراسة الأساسية (التجريبية) يوم الإربعاء ٢٠١٩/٨/٧م ولمدة يومين، وتم قياس مستوى الأداء المهارى المركب عن طريق إختبارات الأداءات المهارية المركبة وذلك بملاعب نادى ديروط الرياضى.

ب- تطبيق البرنامج المقترح:

تم تطبيق البرنامج المقترح على المجموعة التجريبية وتنفيذ الوحدات التدريبية لمدة (١٢) أسبوع بواقع (٤) وحدات أسبوعياً ابتداءً من يوم السبت الموافق ٢٠١٩/٨/١٠م حتى يوم الإربعاء الموافق ٢٠١٩/١٠/٣٠م وذلك على ملاعب نادى ديروط الرياضى.

ج- القياس البعدي للبرنامج التدريبي:

تم إجراء القياسات البعدية يوم السبت ٢٠١٩/١١/٢م ولمدة يومين وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجراؤه فى القياسات القبلىة، ثم قام الباحث بتجميع البيانات وجدولتها تمهيداً لمعالجتها إحصائياً وعرضها ومناقشتها وإستخلاص النتائج منها.

المعالجات الإحصائية:

- المتوسط الحسابى.
- الانحراف المعيارى.
- الوسيط.
- معامل الإلتواء.

- معامل الارتباط.

- النسبة المئوية.

- إختبار (ت) T. Test.

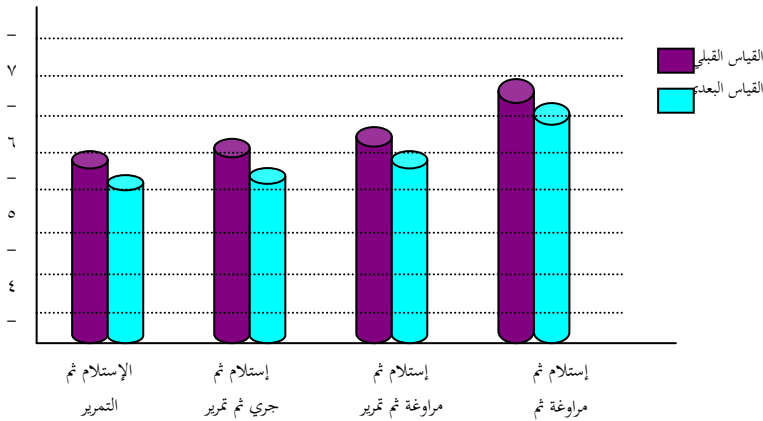
عرض وتفسير النتائج:

جدول (٨)

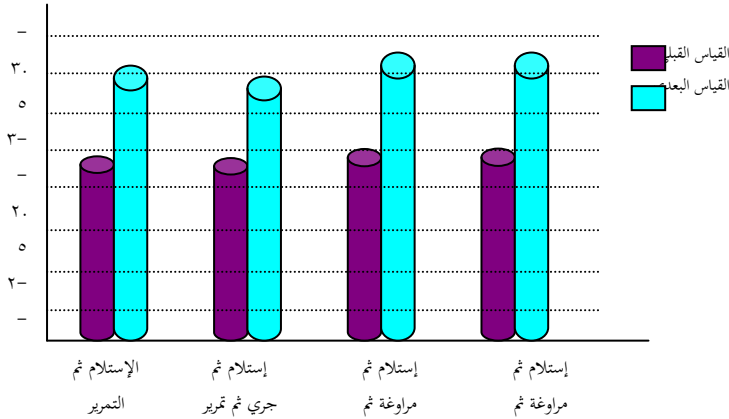
دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة لعينة البحث في الأداء المهاري المركب (ن=٢٢)

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		نسبة التحسن	قيمة ت المحسوبة	الدلالة
	س	ع	س	ع			
إستلام ثم تمرير .	٤.٤١	٠.٣٣	٣.٦٦	٠.٢٢	١٧-%	٣.٧٦	دال
إستلام ثم جرى	٤.٤٣	٠.٢٦	٣.٦٩	٠.٣١	١٦-%	٧.٩٤	دال
إستلام ثم مراوغة	٤.٧٩	٠.٢٧	٤.٢١	٠.٢٢	١١.٢٥-%	٨.٨١	دال
تمرير .	١.٨٦	٠.٢٦	٣	٠.٣٦	٦٠.٩٦-%	٦.٧٧	دال
إستلام ثم مراوغة	٦.٠٩	٠.١٤	٥.٣٥	٠.٢٩	١٢.٨٢-%	٤.٣٢	دال
تمرير .	٢	٠.٢٧	٣.٢٧	٠.٢٢	٦٣.٦٣-%	٦.٨٩	دال
إستلام ثم مراوغة	٢.٠٤	٠.١٤	٣.٢٧	٠.٢٩	٦٠-%	٤.٢٤	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0.05 = 1.721$



شكل (١) المتوسط الحسابي للقياس القبلي والبعدي لزمن الأداء المهاري المركب لعينة البحث



شكل (٢) المتوسط الحسابي للقياس القبلي والبعدي لدقة الأداء المهاري المركب لعينة البحث

يتضح من جدول (٨) وشكل (١، ٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات القبليّة والقياسات البعديّة في مستوى الأداء المهاري المركب للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعديّة، كما يتضح أن نسبة التحسن في مستوى الزمن قد تراوح ما بين (-١١.٢٥% : ١٧%) لكل من إستلام ثم مراوغة ثم تمرير، إستلام ثم تمرير، وفي الدقة ما بين (٦٠% : ٧١.٦%) لكل من إستلام ثم مراوغة ثم تصويب، إستلام ثم تمرير.

(الإستلام ثم التمرير) قد حقق أعلى نسبة تحسن في الزمن وقد يرجع الباحث ذلك إلى أن اللعب الحديث يتميز بالسهولة واليسر في عمليات التمرير والإستلام كنتيجة طبيعية لكثرة تحركات اللاعبين وقدرتهم على إدراك المجال الزماني والمكاني للاعب المستحوذ على الكرة في أجزاء الملعب الثلاثة وقد يظهر ذلك في عمليات البناء والتطوير والإنهاء وكنتيجة طبيعة للتدريبات التي أحتوت على ربط التدريبات التنافسية بالأداء المهاري وكذلك قدرة اللاعبين المدافعين على تضيق مساحات اللعب في أجزاء الملعب المختلفة، وفي بعض الأحيان كنتيجة طبيعية لبعض التحركات العشوائية التي قد تؤثر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة على عدم وجود مساحات للعب المؤثر قد يساعد اللاعب

المستحوذ على الكرة للتمرير المباشر لعدم فقد الكرة كنتيجة لهذه التحركات الغير مدروسة من المدافعين.

وهذا ما يؤكد "مفتى إبراهيم" (٢٠١٠م) على أن تمرير الكرة من لمسة واحدة أو لمسة ولعبة أحد الطرق التي يستطيع بها الفريق التغلب على فريق آخر يجيد لاعبه الضغط على المنافس. (٥٧ : ٢١)

(الإستلام ثم المراوغة ثم التمرير) قد حقق أقل نسبة تحسن فى الزمن وقد يرجع الباحث ذلك إلى أن الناشئ ليس لديه القدرة على الإحتفاظ بالكرة فترة زمنية يمكن من خلالها أن يؤدي الأداء المهاري المركب للإستلام ثم المراوغة ثم التمرير لأن اللاعب إذا حاول إستخدام هذا الأداء المركب قد يفقده الدقة فى عملية التمرير كنتيجة طبيعية ومتوقعة لضغط المنافس فلاعب الناشئ من الممكن أن يفقد (٥٠%) من قدراته إذا ما وقع تحت ضغط الخصم.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة "محمد سيد عبد الرحيم" (٢٠٠٩م) (١٤) حيث أشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن الإستلام ثم المراوغة ثم التمرير قد حقق أقل نسبة تحسن فى الزمن خلال إختبارات الأداء المهاري المركب للناشئين.

وهذا ما يؤكد "مفتى إبراهيم" (١٩٩٠م) بأن اللاعب يقوم ببناء الخطة الأساسية (إستلام ثم تمرير) بسهولة ويسر وإذا قام أحد اللاعبين بإظهار إمكانياته أو تباطأ فإننا نجد الهجمة قد قطعت). (١٩ : ١٨٥)

(الإستلام ثم المراوغة ثم التصويب) قد حقق أقل نسبة تحسن فى الدقة ويرجع الباحث ذلك إلى أن هذا الأداء المركب دائماً لا يتحقق إلا فى ثلث الملعب الهجومي وفى المنطقة القريبة من مرمى المنافس والناشئ حتى يتمكن من الوصول إلى هذه المنطقة المؤثرة يكون قد فقد جزء كبير من قدراته البدنية كنتيجة طبيعية من ضغط ورقابة من المدافع فتصبح قدرته على تنفيذ التصويب غير دقيقة وغير مؤثرة.

وهذا يتفق مع "محمد كشك، أمر الله البساطي" (٢٠٠٠م) بأن الجمل المهارية التي تنتهي بالتصويب هى أقل نسبة فى الأداء المهاري المركب

والأكثر استخداماً هو التصويب المباشر من الجرى أو الإستلام والتصويب المباشر. (١٦ : ٧٨)

بينما يرجع الباحث التحسن فى باقى متغيرات البحث إلى ما أحتوى عليه البرنامج التدريبى من تدريبات تنافسية متنوعة والتي أثرت بالإيجاب على المهارات الحركية كذلك طرق التدريب والخطوات المتدرجة والأدوات المساعدة مع الإنتظام فى التدريب بصورة مستمرة.

وتتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه "عبد الباسط عبد الحليم (١٩٩٨م) (١٠)، محمد عبد الستار محمود" (٢٠٠٥م) (١٨) حيث كانت نتائجهم أن البرنامج التدريبى قد أثر تأثيراً إيجابياً فى تنمية الأداءات المهارية المركبة من خلال تناقص الزمن الكلى للأداء وتحسن كل من سرعة ودقة الأداءات المهارية المركبة من خلال إتباع أسلوب تدريبى يعتمد على تنمية الأداء الحركى فى ظروف تماثل ظروف تأديتها فى المباراة.

كما إن نسبة التحسن الحادثة فى متغيرات مستوى الأداء المهارى المركب قيد البحث يرجع إلى التأثير الإيجابى للبرنامج المقترح وما إشتمله على وحدات تدريبية متعددة ومتنوعة مما ساعد على تثبيت المسار الحركى للمهارات المركبة قيد البحث داخل الممرات العصبية للناشئ وأنعكس ذلك على وضوح التصور الحركى للمهارات المركبة بشكل أفضل.

وبذلك يتحقق فرض البحث "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية فى مستوى الأداء المهارى المركب لصالح القياس البعدى".

الإستخلاصات:

- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياسات القبلية والبعديّة فى مستوى الأداء المهارى المركب للمجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية.

- نسبة التحسن فى مستوى الزمن قد تراوح ما بين (- ١١.١٣% : - ١٧.٠٥%) لكل من إستلام ثم مراوغة ثم تمرير ، إستلام ثم تمرير ،

وفى الدقة ما بين (٦٠% : ٦٤.٢٨%) لكل من إستلام ثم مراوغة ثم تصويب، إستلام ثم تمرير.

- البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي على مستوى الأداء المهارى المركب (الإستلام ثم تمرير - الإستلام ثم جرى ثم تمرير - الإستلام ثم مراوغة ثم تمرير - الإستلام ثم مراوغة ثم تصويب).

التوصيات:

- تطبيق البرنامج التدريبي المقترح بإستخدام تدريبات المواقف التنافسية على مستوى قطاع الناشئين فى كرة القدم.
- إجراء المزيد من الدراسات التى تشمل على برامج بإستخدام تدريبات المواقف التنافسية ومعرفة أثرها على مراكز اللاعبين فى خطوط الملعب الثلاثة (الدفاعى - الوسط - الهجومى) وكذلك على الجانب الخططى.
- إجراء المزيد من الدراسات المشابهة لطبيعة البحث الحالى على أنشطة رياضية أخرى.

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد رجب أمين راشد: تأثير إستخدام تدريبات متنوعة على تطوير بعض الأداءات المهارية والخططية لناشئي كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٨م.
- ٢- أحمد محمد حسين أحمد: خطة تدريب سنوية وتأثيرها على بعض القدرات البدنية وفاعلية بعض الأداءات المهارية المركبة والتحركات الخططية الهجومية للاعبى كرة القدم، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة أسيوط، ٢٠١٧م.

- ٣- إسلام سعيد عبد السميع: تأثير إستخدام التدريب المتباين على بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها، ٢٠١٧م.
- ٤- حسن السيد أبو عبده: الإعداد المهارى فى كرة القدم، الطبعة الثامنة، دار الفتح للطباعة، الإسكندرية، ٢٠٠٨م.
- ٥- حسن السيد ابو عبده: الإعداد المهارى للاعبى كرة القدم النظرية والتطبيق، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠١٢م.
- ٦- حنفى محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربى، القاهرة، ٢٠٠٠م.
- ٧- حنفى محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربى، القاهرة، ٢٠٠٨م.
- ٨- خالد عبدالنور الخضرى: تأثير إستخدام تدريبات المواقف التنافسية بالإتجاه المفرد والمركب على بعض القدرات البدنية والوظيفية لناشئي كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٠م.
- ٩- طارق محمد جابر: تأثير برنامج تدريبي للأداء المهارى المركب على فاعلية بعض المبادئ الخططية الهجومية لناشئي كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠٢م.
- ١٠- عبد الباسط محمد عبد الحليم: تأثير برنامج تدريبي لبعض الأداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بأبوقير، جامعة الإسكندرية، ١٩٩٨م.

- ١١- **عصام الدين عبد الخالق**: التدريب الرياضى، نظريات وتطبيقات، دار المعارف، القاهرة، ٢٠٠٣م.
- ١٢- **محمد إبراهيم محمود سلطان**: نسبة مساهمة المهارات الأساسية المركبة المندمجة على أداء بعض المبادئ الخططية لناشئي كرة القدم، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد ٥٣، كلية التربية الرياضية للبنين بأبوقير، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٤م.
- ١٣- **محمد سيد أحمد أحمد**: برنامج تدريبي بإستخدام مواقف اللعب التنافسية وتأثيره على بعض القواعد والمبادئ الخططية والقدرات العقلية لناشئي كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة أسيوط، ٢٠١٦م.
- ١٤- **محمد سيد عبد الرحيم خليل**: برنامج تدريبي لتنمية بعض القدرات التوافقية وأثره على الأداء المهارى المركب لناشئي كرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة أسيوط، ٢٠٠٩م.
- ١٥- **محمد سيد عبد الرحيم خليل**: برنامج تدريبي بإستخدام تدريبات المواقف التنافسية وتأثيره على مستوى الأداء الخططى الدفاعى والهجومى فى التنظيم ٤- ٤- ٢ لناشئي كرة القدم، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة أسيوط، ٢٠١٥م.
- ١٦- **محمد شوقى كشك**، **آمر الله البساطي**: أسس الإعداد المهارى والخططى فى كرة القدم، منشأة المعارف، الإسكندرية، ٢٠٠٠م.
- ١٧- **محمد صبحى حساين**: أنماط أجسام أبطال الرياضة من الجنسين، دار الفكر العربى، القاهرة، ١٩٩٥م.

- ١٨- محمد عبد الستار محمود: تأثير تنمية الأداءات الحركية المركبة على بعض مكونات اللياقة البدنية الخاصة للناشئين فى كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٥م.
- ١٩- مفتى إبراهيم حماد: الهجوم فى كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٠م.
- ٢٠- مفتى إبراهيم حماد: التدريب الرياضى الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠١م.
- ٢١- مفتى إبراهيم حماد: التدريب الرياضى للناشئين والمدرّب الناجح، دار الكتاب الحديث، القاهرة، ٢٠١٠م.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 22- LawLess, susanjane: The Effects Volleyball Game modification children's opportunity to Respond and Academic, 1998.
- 23- Morris, charles: Comparative effect of Scribed training and soccer program on skill test scores, Boom., 1994.
- 24- Queen, R.: How to make aprogram for soccer players V 15, Matrix Soccer Academy Ltd, Bolton, UK, 2005.