



تأثير الألعاب الترويحية خلال فترة الإعداد على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية لناشئي كرة القدم

محمد عبد المهدي البكري عبد المهدي

مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الألعاب الرياضية
والعاب المضرب (كرة قدم) – بكلية التربية الرياضية
للبنين والبنات بالعريش – جامعة العريش

المخلص



يهدف البحث الحالي إلى التعرف على تأثير الألعاب الترويحية خلال فترة الإعداد على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث) لناشئي كرة القدم (عينة البحث). استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبتة لطبيعة البحث وذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، إختار الباحث عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من ناشئي كرة القدم بنادي نجمة سيناء الرياضي بالعريش بمحافظة شمال سيناء مواليد 2003م (المرحلة السنوية تحت 16 سنة) للموسم الرياضي 2018/2019م، المقيدين بمنطقة شمال سيناء لكرة القدم والمشاركين في دوري منطقة شمال سيناء لكرة القدم للناشئين في نفس المرحلة السنوية، وبلغ عددهم (24) لاعب، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية قوام كل منهما (12) لاعب. ومن أهم نتائج البحث أن مستوى تقدم أفراد المجموعة التجريبية أفضل من مستوى تقدم أفراد المجموعة الضابطة في مستوى المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث)، ويعزى الباحث هذا التقدم إلى استخدام البرنامج التدريبي المتبع الذي يتضمن الألعاب الترويحية خلال فترة الإعداد. ويوصي الباحث بضرورة إستعانة المدربين عند التخطيط للناشئين في نفس المرحلة السنوية بالبرنامج التدريبي المتبع الذي يتضمن الألعاب الترويحية خلال فترة الإعداد لما لها من تأثير إيجابي في زيادة مستوى الأداء البدني والمهاري والخطئي.

وتعد الرياضة أحد مجالات النشاط الإنساني الذي يستهدف التنمية البشرية، كما تعد مؤشراً هاماً للدلالة على تقدم الدول والمجتمعات وبخاصة في العصر الحديث. ورياضة كرة القدم في مصر تحظى دائماً وبصفة خاصة بإهتمام كبير لما لها من شعبية جارفة على الصعيدين المحلي والدولي وهي في الحقيقة تمثل ظاهرة إجتماعية تستلزم البحث والدراسة، مما

مقدمة البحث

يعد الأسلوب العلمي أحد أهم وسائل تطوير المجتمعات البشرية، فعن طريق البحث العلمي يتم التعرف على المشكلات القائمة وتحديدها تحديداً دقيقاً، مما يمكن المسؤولين من التوصل إلى نتائج قد تساعد في حل هذه المشكلات، الأمر الذي يترتب عليه إحداث التقدم والتطور المنشود للمجتمع.

- إبعاد البراعم عن الملل مع تغيير نمط التدريب وإكتساب فترة إستشفاء إيجابية لتحمل حمل التدريب داخل الوحدة.

ثانياً: أهمية الألعاب الترويحية:

- تنمية الجوانب البدنية.
- تنمية الجوانب المهارية.
- تنمية الجوانب الخططية.
- تنمية الجوانب النفسية.
- تنمية الجوانب العقلية.

ثالثاً: مميزات الألعاب الترويحية:

- تتيح للناشئ فرصاً متعددة مثل سرعة التفكير، التصرف، الإدراك، التصور، التركيز.
- تشكيل وتقويم جسم الناشئ وتنمية جميع وظائفه الحيوية.
- إكتساب البرعم أو الناشئ مزيد من القدرات البدنية والمهارية والخططية والنفسية والعقلية.
- إرتباطها بعنصر المرح والسرور والمنافسة والكفاح.
- إمكانية ممارسة عدد كبير منها تحت ظروف مبسطة دون الحاجة إلى الكثير من المتطلبات المادية للأدوات والأجهزة.
- سهولة تعلم وإتقان عدد كبير منها في وقت قصير نسبياً مما يمنح الناشئ خبرات النجاح السارة التي
- تؤثر بصورة إيجابية على ثقة البرعم بنفسه وبقدراته وعلى تكوين شخصيته.

دفع الكثير من المتخصصين والمهتمين بالبحث العلمي إلى القيام بإجراء العديد من الدراسات والبحوث العلمية في هذه الرياضة وبخاصة في مصر.

ومدرب كرة القدم خلال قيادته للفريق أثناء الموسم الرياضي يقوم بتنفيذ برنامج تدريبي مبني على أسس علمية، ويتكون هذا البرنامج التدريبي غالباً من ثلاث فترات وهي (فترة الإعداد وفترة المنافسات والفترة الإنتقالية)، ولكل من هذه الفترات هدف رئيسي تسعى لتحقيقه، وتعد فترة الإعداد من الفترات الهامة حيث يتم فيها بناء الحالة التدريبية للاعب، ومن المفترض أن يصل فيها جميع اللاعبين إلى الفورمة الرياضية (أى يكون اللاعبون على قدر كبير من الإعداد البدني والإعداد المهاري والإعداد الخططي والإعداد النفسي والإعداد العقلي الذي يؤهلهم لإستقبال هذه الفترة ويحقق النتائج المرجوة بصورة جيدة)، ويصبح الهدف الرئيسي للتدريب في هذه الفترة هو وصول اللاعب إلى الفورمة الرياضية خلال المدة التي تستغرقها هذه الفترة.

ويؤكد كلاً من عمرو محمد وجمال إسماعيل (2001م) على أن الألعاب الترويحية هي ألعاب تخضع لقوانين تتغير وفق المساحة والإمكانات وتتنوع من مجتمع إلى مجتمع ومن سن إلى سن وتتوقف على العديد من المتغيرات الأخرى وهي مرتبطة دائماً بعامل اللذة والسرور.

أولاً: أهداف الألعاب الترويحية:

- تعليم وتدريب الناشئين على القدرات البدنية والمهارية والخططية والنفسية والعقلية في جو مبدع.

على ناشئي كرة القدم (عينة البحث) مما يتيح المجال لتحقيق أفضل النتائج في المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث).

أهمية البحث:

تبرز أهمية البحث في أنها محاولة جادة من الباحث لإمداد العاملين في مجال تدريب كرة القدم بصفة عامة ومدربي الناشئين لتلك المرحلة السنوية (عينة البحث) بصفة خاصة ببرنامج تدريبي للألعاب الترويحية (قيد البحث) خلال فترة الإعداد ومعرفة تأثيره على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث)، مما قد يؤثر في تحسن مستوى المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث).

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

التعرف على تأثير الألعاب الترويحية (قيد البحث) خلال فترة الإعداد على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث) لناشئي كرة القدم (عينة البحث)، وذلك من خلال:

1- تصميم برنامج تدريبي للألعاب الترويحية (قيد البحث) خلال فترة الإعداد.

2- التعرف على تأثير برنامج تدريبي للألعاب الترويحية (قيد البحث) خلال فترة الإعداد على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث) لناشئي كرة القدم (عينة البحث).

- ممكن ممارستها في أي وقت أثناء وحدة التدريب اليومية أو المعسكرات أو أوقات الراحة.

- لا يشترط ممارستها طبقاً لقوانين أو قواعد ثابتة وهناك سهولة في تغيير قوانين اللعبة بما يناسب ويتلائم مع الفوارق الموجودة (5)

مشكلة البحث:

قد إتضح للباحث من خلال الدلائل الموجودة في الألعاب الفردية والجماعية التي إستخدمت الألعاب الترويحية أنه عن طريق إستخدام تلك الألعاب في الوحدة التدريبية سوف يظهر نتائج إيجابية في مستوى الأداء البدني والمهاري والخططي والنفسي والذهني للاعبين، ومع أن الألعاب الترويحية قد أستخدمت بصورة كبيرة في مختلف الرياضات الفردية والجماعية إلا أنه على حد علم الباحث فإن هذه الدراسة تعتبر هي الأولى في مجال الرياضات الجماعية عامة ورياضة كرة القدم خاصة للتعرف على تأثير الألعاب الترويحية (قيد البحث) خلال فترة الإعداد على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث) لناشئي كرة القدم (عينة البحث)، ومن خلال خبرة الباحث كلاعب ومدرب ومدرس لمادة كرة القدم بكلية التربية الرياضية للبنين والبنات بالعريش - جامعة العريش، بالإضافة إلى الدراسات السابقة والمراجع العلمية المتخصصة (عربية وأجنبية) وكذلك شبكة المعلومات الدولية التي أمكن للباحث الحصول عليها، فيرى الباحث أن الألعاب الترويحية (قيد البحث) خلال فترة الإعداد يعد محاولة جادة من قبل الباحث لتجريبها

فروض البحث:

1- توجد فروق دالة إحصائياً بين كلاً من القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في مستوى

المتغيرات البدنية والمهارية والخططية (قيد البحث) لصالح القياس البعدي.

2- توجد فروق دالة إحصائياً بين كلاً من القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في مستوى

المتغيرات البدنية والمهارية والخططية (قيد البحث) لصالح القياس البعدي.

3- توجد فروق دالة إحصائياً بين كلاً من القياسيين البعديين للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في مستوى المتغيرات البدنية والمهارية والخططية (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:**1- الألعاب الترويحية (Recreational Games):**

الألعاب الترويحية هي ألعاب تخضع لقوانين تتغير وفق المساحة والإمكانات وتتنوع من مجتمع إلى مجتمع ومن سن إلى سن وتتوقف على العديد من المتغيرات الأخرى وهي مرتبطة دائماً بعاملي اللذة والسرور. (5)

4- فترة الإعداد (The Preparation Period):

هي فترة تسبق فترة خوض المباريات، ومن المفترض في هذه الفترة أن يكون اللاعبين على قدر كبير من الإعداد البدني والإعداد المهاري والإعداد الخططي

والإعداد النفسي والإعداد العقلي أي يصل اللاعبون فيها إلى الفورمة الرياضية، ويكون هدف التدريب في هذه الفترة هو الوصول إلى الفورمة الرياضية للاعبين.

5- الإعداد البدني (Physical Preparation):

هو كل الإجراءات التي يقوم بها المدرب بهدف تنمية عناصر اللياقة البدنية العامة والخاصة للاعبين، ويعتبر الإعداد البدني هو الأساس لباقي الإعدادات (الإعداد المهاري والإعداد الخططي والإعداد النفسي والإعداد العقلي).

6- الإعداد المهاري (Skillfull Preparation):

هو كل الإجراءات التي يقوم بها المدرب بهدف تعليم وتنمية المهارات الأساسية للاعبين والوصول بها إلى الآلية في الأداء.

7- الإعداد الخططي (Tactical Preparation):

هو كل الإجراءات التي يقوم بها المدرب بهدف إكساب اللاعبين المعلومات والمعارف والقواعد الخططية وإتقانها بالقدر الكافي الذي يمكنهم من حسن التصرف في مواقف اللعب المتغيرة أثناء المباراة.

8- ناشئي كرة القدم (Soccer Juniors):

هم المشتركين في مسابقات رسمية ينظمها الإتحاد المصري لكرة القدم في

* تعريف إجرائي

على بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة الطائرة، وتم إختيار عينة البحث من ناشئي المركز التخصصي لمحافظة الديوانية تحت (15) سنة مواليد 1996م للموسم الرياضي 2010/2011م، المقيدون بمنطقة بغداد لكرة الطائرة والمشاركين في دوري منطقة بغداد لكرة الطائرة للناشئين في نفس المرحلة السنية وبلغ حجم عينة البحث (30) ناشئاً وتم تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين تجريبيتين متكافئتين وعدد كل منهما (15) ناشئاً، وقد أظهرت النتائج أنه وبعد المعالجات الإحصائية إتضح مدى التقدم الحادث في القياس البعدي على بعض المهارات الأساسية (قيد البحث) ويعزي ذلك لفاعلية البرنامج التدريبي المتبع الذي يتضمن الألعاب الصغيرة. (8)

3- رابحة محمد (2009م):

أجرت دراسة بعنوان "تأثير الألعاب الصغيرة على السلوك العدواني لناشئات كرة القدم"، وتهدف تلك الدراسة إلى التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة على السلوك العدواني لناشئات كرة القدم، وتم إختيار عينة البحث من لاعبات نادي البيضاء بدولة الإمارات العربية في المرحلة السنية تحت (16) سنة مواليد 1993م وكان حجم العينة (20) لاعبة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية وعدد كل منهما (10) لاعبات، وقد أظهرت النتائج أنه وبعد المعالجات الإحصائية إتضح مدى التقدم الحادث في القياس البعدي على السلوك العدواني والتي إنعكست بدورها على مستوى الأداء ويعزي ذلك لفاعلية البرنامج التدريبي المتبع الذي يتضمن الألعاب الصغيرة. (4)

مراحل سنوية تبدأ من 14 سنة حتى 20 سنة. (7: 9)

الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات العربية السابقة:

1- قحطان خليل (2015م):

أجرى دراسة بعنوان " أثر استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لناشئي كرة

اليد"، وتهدف تلك الدراسة إلى التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لناشئي كرة اليد، وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من أشبال المركز التدريبي، مواليد 2002م (المرحلة السنية تحت 14 سنة) للموسم الرياضي 2015 / 2016م، المقيدون بمنطقة بغداد لكرة القدم والمشاركين في دوري منطقة بغداد لكرة اليد للناشئين في نفس المرحلة السنية، وبلغ عددهم (20) لاعب، تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية قوام كل منهما (10) لاعبين، ومن أهم نتائج البحث أن مستوى تقدم أفراد المجموعة التجريبية أفضل من مستوى تقدم أفراد المجموعة الضابطة في مستوى المتغيرات البدنية (قيد البحث)، ويعزي هذا التقدم إلى استخدام البرنامج التدريبي المتبع الذي يتضمن الألعاب الصغيرة. (6)

2- مشرق عزيز (2010م):

أجرى دراسة بعنوان "تأثير الألعاب الصغيرة على بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة الطائرة"، وتهدف تلك الدراسة إلى التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة

ثانياً: الدراسات الأجنبية السابقة:

1- سكوت Scott وآخرون (2004م):

أجرى دراسة بعنوان "تأثير وضع القدم على محصلة برنامج التدريب الترويحي المتوازن"، وتهدف تلك الدراسة إلى التعرف على تأثير وضع القدم علي محصلة برنامج التدريب الترويحي المتوازن، وتم إختيار عينة البحث من كبار السن بإحدى المؤسسات لرعاية كبار السن بالولايات المتحدة الأمريكية، وإستخدم الباحثون المنهج التجريبي، وكان حجم العينة (45) مسن كمجموعة تجريبية، ولمدة (7) أسابيع، وقد أظهرت النتائج أنه وبعد المعالجات الإحصائية إتضح مدى التقدم الحادث في القياس البعدي على تأثير وضع القدم علي محصلة برنامج التدريب الترويحي المتوازن، ويعزي ذلك لفاعلية البرنامج التدريبي المتبع الذي يتضمن التدريب الترويحي. (10)

2- بلانك Blank (2001م):

أجرى دراسة بعنوان " تأثير برامج للأنشطة الترويحية على الصحة النفسية لدى كبار السن"، وتهدف تلك الدراسة إلى التعرف على تأثير برامج للأنشطة الترويحية على الصحة النفسية لدى كبار السن، وتم إختيار عينة البحث من كبار السن بإحدى المؤسسات لرعاية كبار السن بولاية كاليفورنيا بسان فرانسيسكو بالولايات المتحدة الأمريكية، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي، وكان حجم العينة (20) مسن كمجموعة تجريبية، ولمدة (6) أسابيع، وقد أظهرت النتائج أنه وبعد المعالجات الإحصائية إتضح مدى التقدم الحادث في القياس البعدي على تأثير برامج للأنشطة الترويحية على الصحة النفسية لدى كبار السن، ويعزي

ذلك لفاعلية البرنامج التدريبي المتبع الذي يتضمن الأنشطة الترويحية. (9)

إجراءات البحث:

1- منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية.

2- عينة البحث الأساسية:

إختار الباحث عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من ناشئي كرة القدم بنادي نجمة سيناء الرياضي بالعريش بمحافظة شمال سيناء، مواليد 2003م (المرحلة السنوية تحت 16 سنة) للموسم الرياضي 2018 / 2019م، المقيدين بمنطقة شمال سيناء لكرة القدم والمشاركين في دوري منطقة شمال سيناء لكرة القدم للناشئين في نفس المرحلة السنوية، وبلغ عددهم (24) لاعب، تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية قوام كل منهما (12) لاعب.

3- تجانس وتكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية:

قام الباحث بإجراء عملية التجانس والتكافؤ بين أفراد عينة البحث في المتغيرات الأساسية، المتغيرات البدنية، المتغيرات المهارية، المتغيرات الخططية (قيد البحث) قبل تطبيق إجراءات البحث.

أ- تجانس أفراد عينة البحث الأساسية:

إستخدم الباحث معامل الإلتواء لإجراء عملية التجانس بين أفراد عينة البحث الأساسية، والجداول أرقام (1)، (2)، (3)، (4) الآتية توضح ذلك:

جدول رقم (1)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات الأساسية

(قيد البحث) لناشئي كرة القدم (عينة البحث) ن = 24

المعامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات الأساسية	المسلسل
0.37-	8.26	171.50	170.21	سنتيمتر	الطول	1
0.17-	9.21	58.00	56.50	كيلوجرام	الوزن	2
0.30	0.30	15.35	15.39	سنة	السن	3
1.30-	0.72	3.00	2.54	سنة	العمر التريبي	4

جدول رقم (2)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات البدنية

(قيد البحث) لناشئي كرة القدم (عينة البحث) ن = 24

المعامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات البدنية	المسلسل
0.56	97.22	2800.00	2802.08	متر	إختبار كوبر	1
0.47	0.06	2.44	2.44	دقيقة	إختبار 800 متر	2
0.15	4.67	36.50	36.75	مرة	إختبار تمرين البطن	3
0.04-	0.05	1.93	1.93	متر	إختبار الوثب الطويل من الثبات	4

جدول رقم (3)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات المهارية

(قيد البحث) لناشئي كرة القدم (عينة البحث) ن = 24

المعامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات المهارية	المسلسل
0.39-	0.08	2.45	2.43	دقيقة	إختبار الجري بالكرة حول دائرة	1
0.75-	0.10	5.44	5.42	ثانية	إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة	2
1.18	0.77	3.00	3.20	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى	3
0.71	0.68	3.50	3.60	درجة	إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر	4

جدول رقم (4)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات الخطئية

(قيد البحث) لناشئي كرة القدم (عينة البحث) ن = 24

المعامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	المتغيرات الخطئية	المسلسل
0.16-	0.83	1.00	1.08	درجة	إتخاذ المدافع للمكان الدفاعي الصحيح (قاعدة دفاعية)	1
0.36	0.50	0.00	0.42	درجة	التحفز في محيط الكرة (قاعدة دفاعية)	2
0.16-	0.83	4.00	4.08	درجة	التحرك إلى الكرة الآتية وليس إنتظارها (قاعدة هجومية)	3
0.42	1.10	5.00	5.54	درجة	التمويه والخداع قبل وخلال وبعد التصرف في الكرة (قاعدة هجومية)	4

(ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات الأساسية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (6) أن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث) هي فروق غير دالة إحصائياً حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات البدنية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (7) أن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث) هي فروق غير دالة إحصائياً حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات المهارية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (8) أن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات الخططية (قيد البحث) هي فروق غير دالة إحصائياً حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات الخططية (قيد البحث).

4- أدوات جمع البيانات:

من خلال إطلاع الباحث على المراجع والأبحاث العلمية في مجال تدريب الناشئين في كرة القدم وبعض الألعاب الأخرى، فقد قام الباحث بجمع البيانات عن طريق الإختبارات والمقاييس التالية:

يوضح الجدول رقم (1) أن جميع قيم معامل الإلتواء للمتغيرات الأساسية (قيد البحث) إنحصرت ما بين (-1.30: 0.37) أي إنحصرت ما بين (± 3) ، مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات الأساسية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (2) أن جميع قيم معامل الإلتواء للمتغيرات البدنية (قيد البحث) إنحصرت ما بين (-0.04: 0.56) أي إنحصرت ما بين (± 3) ، مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات البدنية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (3) أن جميع قيم معامل الإلتواء للمتغيرات المهارية (قيد البحث) إنحصرت ما بين (-0.39: 0.71) أي إنحصرت ما بين (± 3) ، مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات المهارية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (4) أن جميع قيم معامل الإلتواء للمتغيرات الخططية (قيد البحث) إنحصرت ما بين (-0.16: 0.42) أي إنحصرت ما بين (± 3) ، مما يدل على تجانس أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات الخططية (قيد البحث).

ب- تكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية:

وقد استخدم الباحث إختبار (ت) الفروق لإجراء عملية التكافؤ بين أفراد عينة البحث الأساسية والجدول أرقام (5)، (6)، (7)، (8) الآتية توضح ذلك:

يوضح الجدول رقم (5) أن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات الأساسية (قيد البحث) هي فروق غير دالة إحصائياً حيث أن قيمة

جدول رقم (5)

تكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات الأساسية

(قيد البحث) $12 = 2ن = 1ن$

قيمة (ت)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات الأساسية	المسلسل
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
0.511	8.381	169.333	8.404	171.083	سنتيمتر	الطول	1
0.524	9.100	55.500	9.606	57.500	كيلوجرام	الوزن	2
0.509-	0.286	15.425	0.314	15.363	سنة	السن	3
0.277-	0.669	2.583	0.798	2.500	سنة	العمر التدريبي	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.074

جدول رقم (6)

تكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات البدنية (قيد البحث) $12 = 2ن = 1ن$

قيمة (ت)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات البدنية	المسلسل
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
0.103	95.346	2800.00 0	103.261	2804.167	متر	إختبار كوبر	1
- 0.070	0.057	2.437	0.059	2.435	دقيقة	إختبار 800 متر	2
0.085	4.638	36.667	4.914	36.833	مرة	إختبار تمرين البطن	3
0.041	0.049	1.928	0.050	1.928	متر	إختبار الوثب الطويل من الثبات	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.074

جدول رقم (7)

تكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات المهارية (قيد البحث) $12 = 2 = 1$

قيمة (ت)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات المهارية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
0.087-	2.275	76.417	2.425	76.333	دقيقة	إختبار الجري بالكرة حول دائرة	1
0.390-	2.038	102.833	2.153	102.500	ثانية	إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة	2
0.277-	1.382	63.500	1.557	63.333	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى	3
1.173	0.853	4.000	0.492	4.333	درجة	إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.074

جدول رقم (8)

تكافؤ أفراد عينة البحث الأساسية في المتغيرات الخطئية (قيد البحث) $12 = 2 = 1$

قيمة (ت)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات الخطئية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
0.484-	0.835	1.167	0.853	1.000	درجة	إتخاذ المدافع للمكان الدفاعي الصحيح (قاعدة دفاعية)	1
0.804-	0.522	0.500	0.492	0.333	درجة	التحفز في محيط الكرة (قاعدة دفاعية)	2
0.222-	0.900	0.917	0.937	0.833	درجة	التحول السريع من الهجوم الى الدفاع (قاعدة دفاعية)	3
0.484-	0.835	4.167	0.853	4.000	درجة	التحرك إلى الكرة الآتية وليس إنتظارها (قاعدة هجومية)	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.074

أ- المتغيرات الأساسية والإختبارات المناسبة لقياسها (قيد البحث):

حدد الباحث من خلال المسح المرجعي (1)، (2)، (3)، (7) المتغيرات الأساسية والإختبارات المناسبة لقياسها (قيد البحث) الآتية:

1- إختبار قياس الطول الكلي لجسم اللاعب:

إستخدم الباحث جهاز الرستامتر بدقة 0.5 سنتيمتر لقياس الطول الكلي لجسم اللاعب.

2- إختبار قياس وزن الجسم للاعب:

إستخدم الباحث الميزان الطبي لقياس وزن الجسم للاعب.

ب- إختبارات المتغيرات البدنية والإختبارات المناسبة لقياسها (قيد البحث):

حدد الباحث من خلال المسح المرجعي (3) المتغيرات البدنية والإختبارات المناسبة لقياسها (قيد البحث) الآتية:

1- إختبار قياس التحمل العام (التحمل الدوري التنفسي) للاعب:

إستخدم الباحث إختبار كوبر لقياس التحمل العام (التحمل الدوري التنفسي) للاعب.

2- إختبار قياس تحمل السرعة للاعب:

إستخدم الباحث إختبار 800 متر لقياس تحمل السرعة للاعب.

3- إختبار قياس تحمل القوة للاعب:

إستخدم الباحث إختبار تمرين البطن لقياس تحمل القوة لعضلات البطن للاعب.

4- إختبار قياس القوة المميزة بالسرعة للاعب:

إستخدم الباحث إختبار الوثب الطويل من الثبات لقياس القوة المميزة بالسرعة للعضلات المادة للفخذين والساقين والقدمين والإليتين للاعب.

ج- إختبارات المهارات الأساسية (قيد البحث):

حدد الباحث من خلال المسح المرجعي (3) المتغيرات المهارية والإختبارات المناسبة لقياسها (قيد البحث) الآتية:

1- إختبار الجري بالكرة حول دائرة.

2- إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة.

3- إختبار دقة الركل على المرمى.

4- إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر.

د- الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- كاميرا تصوير - كاميرا تصوير - صفارة. فيديو. فوتوغرافيا.

- ساعة إيقاف - كرات قدم - جبر للتخطيط. لقياس الزمن. مقاس (5).

- مقاعد - كرات طبية. - أقمـاع سويدية. بلاستيكية.

- أرمـاح. - شواخص - مرمى صغير. بلاستيكية.

- خراطيم - قمصان تدريب - بلاستيكية. لونها أصفر.

هـ- إستمارة جمع البيانات:

- إستمارة تسجيل متغيرات الطول والوزن والسن والعمر التدريبي.

2017/2018م) والأخرى يفترض أنها غير مميزة وهي ناشئي مركز شباب مدينة العريش الرياضي بالعريش بمحافظة شمال سيناء (آخر ترتيب فرق مسابقة المنطقة العام الماضي للموسم الرياضي 2017/2018م)، بلغ إجمالي المجموعتين (24) لاعباً بواقع (12) لاعب لكل مجموعة، وذلك في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق 2018/6/5م إلى يوم الجمعة الموافق 2018/6/8م، ولقد أشارت النتائج عن توافر الصدق للإختبارات المستخدمة (قيد البحث)، والجداول أرقام (10)، (11)، (12) الآتية توضح ذلك:

يوضح الجدول رقم (10) وجود فروق دالة احصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في المتغيرات البدنية (قيد البحث) لصالح المجموعة المميزة حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يؤكد صدق الإختبارات البدنية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (11) وجود فروق دالة احصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في المتغيرات المهارية (قيد البحث) لصالح المجموعة المميزة حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يؤكد صدق الإختبارات المهارية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (12) وجود فروق دالة احصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في المتغيرات الخطئية (قيد البحث) لصالح المجموعة المميزة حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يؤكد صدق الإختبارات الخطئية (قيد البحث).

- إستمارة تسجيل إختبارات المتغيرات البدنية (قيد البحث).

- إستمارة تسجيل إختبارات المتغيرات المهارية (قيد البحث).

- إستمارة تسجيل إختبارات المتغيرات الخطئية (قيد البحث).

5- التجربة الإستطلاعية:

قام الباحث بإجراء التجربة الإستطلاعية حيث تم حساب الصدق على عينة (12) من لاعبي نادي العريش الرياضي وعينة (12) لاعب من نادي سيناء الرياضي، وتم حساب الثبات على عينة (12) لاعب من مركز شباب مدينة العريش الرياضي، وكلهم مواليد 2003م (المرحلة السنوية تحت 16 سنة)، وممن تتوافر فيهم خصائص عينة البحث الأساسية، وذلك في الفترة من يوم السبت الموافق 2018/6/2م إلى يوم الجمعة الموافق 2018/6/8م، وكان حساب المعاملات العلمية (الصدق-ثبات) للإختبارات المستخدمة في البحث كالتالي:

قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات المستخدمة (قيد البحث) للتأكد من مدى صلاحيتها من خلال إيجاد معامل الصدق والثبات لهذه الإختبارات.

أصدق الإختبارات المستخدمة في البحث:

تم حساب الصدق للإختبارات المستخدمة (قيد البحث) بإستخدام الصدق التلازمي عن طريق التمييز بين مجموعتين من غير العينة الأساسية والتي تتوافر فيهما خصائص عينة البحث الأساسية مواليد 2003م (المرحلة السنوية تحت 16 سنة)، ويفترض في أحدهما أنها مميزة وهي ناشئي نادي النصر الرياضي بالعريش بمحافظة شمال سيناء (الفائز بمسابقة المنطقة العام الماضي للموسم الرياضي

جدول رقم (10)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي المجموعة المميّزة والمجموعة غير

التمييزة لصدق الإختبارات البدنية (قيد البحث) $n_1 = n_2 = 24$

قيمة (ت)	المجموعة غير المميّزة		المجموعة المميّزة		وحدة القياس	المتغيرات البدنية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
2.37	103.26	2704.17	103.26	2804.17	متر	إختبار كوبر	1
4.69-	0.06	2.52	0.05	2.42	دقيقة	إختبار 800 متر	2
2.49	4.91	31.83	4.91	36.83	مرة	إختبار تمرين البطن	3
2.46	0.05	1.88	0.05	1.93	متر	إختبار الوثب الطويل من الثبات	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة $(0.05) = 2.074$

جدول رقم (11)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي المجموعة المميّزة والمجموعة غير

التمييزة لصدق الإختبارات المهارية (قيد البحث) $n_1 = n_2 = 24$

قيمة (ت)	المجموعة غير المميّزة		المجموعة المميّزة		وحدة القياس	المتغيرات المهارية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
-3.522	151.500	58.5	15.15	5.85	دقيقة	إختبار الجري بالكرة حول دائرة	1
-3.631	153.000	57	15.3	5.7	ثانية	إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة	2
-3.880	56.000	154	5.6	15.4	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى	3
-3.758	57.000	153	5.7	15.3	درجة	إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة $(0.05) = 2.074$

جدول رقم (12)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي المجموعة المميزة والمجموعة غير

المميزة لصدق الإختبارات الخطئية (قيد البحث) $24 = 2n = 1n$

قيمة (ت)	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	المتغيرات الخطئية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
0.484-	0.835	1.167	0.853	1.000	درجة	إتخاذ المدافع للمكان الدفاعي الصحيح (قاعدة دفاعية)	1
0.804-	0.522	0.500	0.492	0.333	درجة	التحفز في محيط الكرة (قاعدة دفاعية)	2
0.484-	0.835	4.167	0.853	4.000	درجة	التحرك إلى الكرة الآتية وليس إنتظارها (قاعدة هجومية)	3
0.181-	1.084	5.583	1.168	5.500	درجة	التمويه والخداع قبل وخلال وبعد التصرف في الكرة (قاعدة هجومية)	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة $(0.05) = 2.074$

السنية تحت 16 سنة)، في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق 2018/1/5م إلى يوم الجمعة الموافق 2018/6/8م، ولقد أشارت النتائج عن توافر الثبات للإختبارات المستخدمة (قيد البحث) والجدول أرقام (13)، (14)، (15) الآتية توضح ذلك:

يوضح جدول رقم (13) وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في المتغيرات البدنية (قيد البحث) حيث كانت قيم (ر) المحسوبة أعلى من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) ، مما يؤكد ثبات الإختبارات البدنية (قيد البحث).

ب- ثبات الإختبارات المستخدمة في البحث:

تم حساب الثبات للإختبارات المستخدمة (قيد البحث) بإستخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيق الإختبار وإيجاد معامل الارتباط بين التطبيقين، ولقد روعي وجود فاصل زمني قدره ثلاثة أيام بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وذلك على العينة التي قوامها (12) لاعب من غير العينة الأساسية والتي تتوافر فيها خصائص عينة البحث الأساسية من ناشئي نادي سيناء الرياضي بالعريش بمحافظة شمال سيناء مواليد 2003م (المرحلة

جدول رقم (13)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط المحسوبة (ر)

كدالة إحصائية لثبات الإختبارات البدنية (قيد البحث) ن = 12

قيمة (ر)	إعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	المتغيرات البدنية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
**0.966	111.04	2812.50	103.26	2804.17	متر	إختبار كوبر	1
**0.710	0.05	2.41	0.05	2.42	دقيقة	إختبار 800 متر	2
**0.929	5.45	37.42	4.91	36.83	مرة	إختبار تمرين البطن	3
**0.766	0.05	1.94	0.05	1.93	متر	إختبار الوثب الطويل من الثبات	4

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 0.576

جدول رقم (14)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط المحسوبة (ر)

كدالة إحصائية لثبات الإختبارات المهارية (قيد البحث) ن = 12

قيمة (ر)	إعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	المتغيرات المهارية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
*0.610	2.11	76.92	2.42	76.33	دقيقة	إختبار الجري بالكرة حول دائرة	1
**0.771	2.11	102.92	2.15	102.50	ثانية	إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة	2
**0.819	0.90	64.58	1.00	64.42	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى	3
**0.766	0.83	4.17	0.85	4.00	درجة	إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر	4

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 0.576

- 8- الإطمئنان على دقة القياس لكل إختبار.
 9- تدريب المساعدين على تنفيذ الإختبارات وذلك للتعرف على الأخطاء التي يمكن الوقوع فيها أثناء التنفيذ وتجنبها، ولضمان صحة تسجيل البيانات.
 10- التعرف على مدى صلاحية الكشوف المعدة لتسجيل البيانات.

وقد أسفرت التجربة الإستطلاعية عن الآتي:

- 1- صلاحية المكان (قيد البحث) الذي سيتم فيه تطبيق البرنامج.
- 2- صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة (قيد البحث) في تنفيذ الإختبارات وتطبيق البرنامج.
- 3- تم التعرف على المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات (قيد البحث).
- 4- صلاحية الإختبارات المستخدمة (قيد البحث) للمرحلة السنوية (عينة البحث).
- 5- صلاحية تسلسل أداء الإختبارات المستخدمة (قيد البحث).
- 6- تم تطبيق الإختبارات وفق الشروط الموضوعه من أجلها.
- 7- تم تحديد الزمن الذي يستغرقه كل إختبار وكذلك تم تحديد الزمن الكلي للإختبارات.
- 8- تم الإطمئنان على دقة القياس لكل إختبار.
- 9- تفهم المساعدين لتنفيذ الإختبارات بدقة دون أخطاء، وكذلك قدرتهم على صحة تسجيل البيانات.
- 10- صلاحية الكشوف المعدة لتسجيل البيانات.

يوضح جدول رقم (14) وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق على المتغيرات المهارية (قيد البحث) حيث كانت قيم (ر) المحسوبة أعلى من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يؤكد ثبات الإختبارات المهارية (قيد البحث).

يوضح جدول رقم (15) وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في المتغيرات الخطية (قيد البحث) حيث كانت قيم (ر) المحسوبة أعلى من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يؤكد ثبات الإختبارات الخطية (قيد البحث).

وكان الهدف من إجراء هذه الدراسة ما يلي:

- 1- التأكد من المكان الذي سيتم فيه تطبيق البرنامج.
- 2- لتأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة (قيد البحث) في تنفيذ الإختبارات وتطبيق البرنامج.
- 3- لتعرف على المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للإختبارات (قيد البحث).
- 4- التأكد من صلاحية الإختبارات المستخدمة (قيد البحث) للمرحلة السنوية (عينة البحث).
- 5- التأكد من صلاحية تسلسل أداء الإختبارات المستخدمة (قيد البحث).
- 6- التأكد من تطبيق الإختبارات وفق الشروط الموضوعه من أجلها.
- 7- تحديد الزمن الذي يستغرقه كل إختبار وكذلك تحديد الزمن الكلي للإختبارات.

جدول رقم (15)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط المحسوبة (ر)

كدالة إحصائية لثبات الإختبارات الخططية (قيد البحث) ن = 12

قيمة (ر)	إعادة التطبيق		التطبيق		وحدة القياس	المتغيرات الخططية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
0.484-	0.835	1.167	0.853	1.000	درجة	إتخاذ المدافع للمكان الدفاعي الصحيح (قاعدة دفاعية)	1
0.804-	0.522	0.500	0.492	0.333	درجة	التحفز في محيط الكرة (قاعدة دفاعية)	2
0.484-	0.835	4.167	0.853	4.000	درجة	التحرك إلى الكرة الآتية وليس إنتظارها (قاعدة هجومية)	3
0.181-	1.084	5.583	1.168	5.500	درجة	التمويه والخداع قبل وخلال وبعد التصرف في الكرة (قاعدة هجومية)	4

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 0.576

6- تجربة البحث:

أ- القياس القبلي:

وإنقسمت فترة الإعداد إلى مرحلة الإعداد العام وإستغرقت (3) أسابيع ومرحلة الإعداد الخاص وإستغرقت (5) أسابيع ومرحلة الإعداد للمباريات وإستغرقت (4) أسابيع وكان القياس القبلي في مرحلة الإعداد للمباريات (4) مرات حيث كان القياس في اليوم الذي يسبق يوم المباراة، وكان القياس على (4) مباريات ودية مع الأندية المشتركة في نفس بطولة المنطقة للناشئين مواليد 2003م (المرحلة السنوية تحت 16 سنة) للموسم الرياضي 2018 / 2019م، حيث كانت المباراة الودية الأولى مع نادي إتحاد سيناء الرياضي، والمباراة الودية الثانية مع نادي سيناء الرياضي،

قام الباحث بإجراء القياسات القبلية للمتغيرات (قيد البحث) على العينة الأساسية (عينة البحث) وذلك في فترة الإعداد في البرنامج التدريبي المتبع، حيث بدأت فترة الإعداد يوم السبت الموافق 9 / 6 / 2018م إلى يوم الأربعاء الموافق 29 / 8 / 2018م ولمدة (12) أسبوع بواقع (4) وحدات تدريبية أسبوعياً وذلك أيام (السبت والأثنين والثلاثاء والأربعاء) بإجمالي (48) وحدة تدريبية وزمن الوحدة الواحدة يتراوح ما بين (80 - 120) دقيقة،

* يؤدي جميع اللاعبين الجزء الختامي (الإعداد الإداري - الإعداد النظري - التهئية).

* يؤدي لاعبي المجموعة الضابطة (عينة البحث) الوحدة التدريبية باستخدام التمرينات التقليدية.

* يؤدي لاعبي المجموعة التجريبية (عينة البحث) الوحدة التدريبية باستخدام الألعاب الترويحية.

ج- القياس البعدي:

قام الباحث بإجراء القياسات البعدية للمتغيرات (قيد البحث) على العينة الأساسية (عينة البحث) وذلك في فترة المنافسات في البرنامج التدريبي المتبع، حيث بدأت فترة المنافسات يوم السبت الموافق 2018/9/1م إلى يوم الجمعة الموافق 2018/9/28م ولمدة (4) أسابيع بواقع (4) وحدات تدريبية أسبوعياً وذلك أيام (السبت والأثنين والثلاثاء والأربعاء) بإجمالي (16) وحدة تدريبية وزمن الوحدة الواحدة يتراوح ما بين (80 - 120) دقيقة، وكان القياس البعدي (4) مرات حيث كان القياس في اليوم الذي يسبق يوم المباراة، وكان القياس على (4) مباريات رسمية مع الأندية المشتركة في نفس بطولة المنطقة للناشئين مواليد 2003م (المرحلة السنوية تحت 16 سنة) للموسم الرياضي 2018 / 2019، حيث كانت المباراة الودية الأولى مع نادي إتحاد سيناء الرياضي، والمباراة الودية الثانية مع نادي سيناء الرياضي، والمباراة الودية الثالثة مع نادي النصر الرياضي، والمباراة الودية الرابعة مع مركز شباب مدينة العريش الرياضي، وذلك يوم الخميس الموافق 2018 / 9 / 6

والمباراة الودية الثالثة مع نادي النصر الرياضي، والمباراة الودية الرابعة مع مركز شباب مدينة العريش الرياضي، وذلك يوم الخميس الموافق 2018/8/9م للمباراة الودية الأولى، ويوم الخميس الموافق 2018/8/16م للمباراة الودية الثانية، ويوم الخميس الموافق 2018 / 8 / 23 للمباراة الودية الثالثة، ويوم الخميس الموافق 2018 / 8 / 30 للمباراة الودية الرابعة، وذلك بملعب نادي النصر الرياضي بالعريش بمحافظة شمال سيناء (الملعب الذي أقيمت عليه جميع مباريات دوري الناشئين مواليد 2003م (المرحلة السنوية تحت 16 سنة) للموسم الرياضي 2018 / 2019).

ب- تطبيق البحث:

قام الباحث بتطبيق التجربة الأساسية في فترة المنافسات في البرنامج التدريبي المتبع، حيث بدأت فترة المنافسات يوم السبت الموافق 2018 / 9 / 1م إلى يوم الجمعة الموافق 2018 / 9 / 28م ولمدة (4) أسابيع بواقع (4) وحدات تدريبية أسبوعياً وذلك أيام (السبت والأثنين والثلاثاء والأربعاء) بإجمالي (16) وحدة تدريبية وزمن الوحدة الواحدة يتراوح ما بين (80 - 120) دقيقة، وعند تطبيق البحث قام الباحث بما يلي:

* يؤدي جميع اللاعبين الجزء الإعدادي (الإعداد الإداري - الإعداد النظري - الإحماء).

* يؤدي جميع اللاعبين الجزء الرئيسي (الجزء البدني - الجزء المهاري - الجزء الخططي).

يوضح الجدول رقم (17) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

يوضح الجدول رقم (18) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (19) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات الفسيولوجية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

يوضح الجدول رقم (20) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات الخططية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة الضابطة في المتغيرات الخططية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (21) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات الخططية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

2018م للمباراة الودية الأولى، ويوم الخميس الموافق 2018/9/13م للمباراة الودية الثانية، ويوم الخميس الموافق 2018/9/20م للمباراة الودية الثالثة، ويوم الخميس الموافق 2018/9/27م للمباراة الودية الرابعة، وذلك بملعب نادي النصر الرياضي بالعريش بمحافظة شمال سيناء (الملعب الذي أقيمت عليه جميع مباريات دوري الناشئين مواليد 2003م) (المرحلة السنوية تحت 16 سنة) للموسم الرياضي (2018 / 2019م).

7- المعالجات الإحصائية:

قام الباحث بإستخدام حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS) وذلك بإستخدام الحاسب الآلي للمعالجات الإحصائية، وقد إستخدم فيها:

المتوسط الحسابي- الوسيط -
الإنحراف المعياري - معامل الإلتواء -
قيمة (ي) المحسوبة لمان ويتني - قيمة
(ي) المحسوبة لسبيرمان - قيمة (ك)
المحسوبة لويلكوكسن - نسبة التحسن
المئوية.

8- عرض ومناقشة النتائج:

1- عرض النتائج:

أ- التحقق من صحة الفرض الأول:

يوضح الجدول رقم (16) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية (قيد البحث).

جدول رقم (16)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية (قيد البحث) ن = 12

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات البدنية	المسلسل
	المتوسط الحسابي	الإنتراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنتراف المعياري			
5.58	87.22	2874.25	103.26	2804.17	متر	التحمل العام (التحمل الدوري التنفسي)	1
16.25	0.06	2.42	0.06	2.44	دقيقة	تحمل السرعة	2
4.00	4.42	39.50	4.91	36.83	مرة	تحمل القوة	3
3.08	0.04	1.97	0.05	1.93	متر	القوة المميزة بالسرعة	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (17)

إختبار الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات البدنية (قيد البحث) للمجموعة الضابطة ومعدل التغير ن = 12

معدل التغير	قيمة (ت)	قيمة الفرق		الإنتراف المعياري	متوسط الفروق	وحدة القياس	المتغيرات البدنية	المسلسل
		أقل قيمة	أعلى قيمة					
%2.50	5.58	150.00	5.00	43.49	70.08	متر	التحمل العام (التحمل الدوري التنفسي)	1
%0.82	16.25	0.01	0.03	0.00	0.02-	دقيقة	تحمل السرعة	2
%7.24	4.00	10.00	2.00	2.31	2.67	مرة	تحمل القوة	3
%1.94	3.08	0.15	0.02	0.04	0.04	متر	القوة المميزة بالسرعة	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (18)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية (قيد البحث) ن = 12

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات المهارية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
33.87	1.75	67.17	2.42	76.33	دقيقة	إختبار الجري بالكرة حول دائرة	1
13.00	2.11	107.92	2.15	102.50	ثانية	إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة	2
29.85	1.75	67.83	1.56	63.33	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى	3
7.00	0.58	3.17	0.49	4.33	درجة	إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (19)

إختبار الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات المهارية (قيد البحث) للمجموعة الضابطة ومعدل التغير ن = 12

معدل التغير	قيمة (ت)	قيمة الفرق		الانحراف المعياري	متوسط الفروق	وحدة القياس	المتغيرات المهارية	المسلسل
		أعلى قيمة	أقل قيمة					
%12.01	33.87	7.00	10.00	0.94	9.17-	دقيقة	إختبار الجري بالكرة حول دائرة	1
%5.28	13.00	10.00	5.00	1.44	5.42	ثانية	إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة	2
%7.11	29.85	5.00	4.00	0.52	4.50	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى	3
%26.92	7.00	1.00	3.00	0.58	1.17-	درجة	إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (20)
دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات
الخطئية (قيد البحث) ن = 12

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات الخطئية	المسلسل
	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإحراف المعياري			
11.00	0.83	2.83	0.85	1.00	درجة	إختبار إتخاذ المدافع للمكان الدفاعي الصحيح (قاعدة دفاعية)	1
25.00	0.51	2.42	0.49	0.33	درجة	إختبار التحفز في محيط الكرة (قاعدة دفاعية)	2
11.00	0.83	5.83	0.85	4.00	درجة	إختبار التحرك إلى الكرة الآتية وليس إنتظارها (قاعدة هجومية)	3
11.00	1.07	7.33	1.17	5.50	درجة	إختبار التمويه والخداع قبل وخلال وبعد التصرف في الكرة (قاعدة هجومية)	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (21)
إختبار الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي في
المتغيرات الخطئية (قيد البحث) للمجموعة الضابطة ومعدل التغير
ن = 12

معدل التغير	قيمة (ت)	قيمة الفرق		الإحراف المعياري	متوسط الفروق	وحدة القياس	المتغيرات الخطئية	المسلسل
		أقل قيمة	أعلى قيمة					
%183.33	11.00	2.00	0.00	0.58	1.83	درجة	إختبار إتخاذ المدافع للمكان الدفاعي الصحيح (قاعدة دفاعية)	1
%625.00	25.00	3.00	2.00	0.29	2.08	درجة	إختبار التحفز في محيط الكرة (قاعدة دفاعية)	2
%45.83	11.00	2.00	0.00	0.58	1.83	درجة	إختبار التحرك إلى الكرة الآتية وليس إنتظارها (قاعدة هجومية)	3
%33.33	11.00	2.00	0.00	0.58	1.83	درجة	إختبار التمويه والخداع قبل وخلال وبعد التصرف في الكرة (قاعدة هجومية)	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

ب- التحقق من صحة الفرض الثاني:

يوضح الجدول رقم (22) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (23) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

يوضح الجدول رقم (24) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (25) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

يوضح الجدول رقم (26) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات

الخططية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية في المتغيرات الخططية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (27) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات الخططية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

ج- التحقق من صحة الفرض الثالث:

يوضح الجدول رقم (28) أن الفروق بين القياسيين البعدين لكلاً من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية بدرجة أعلى من المجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية (قيد البحث).

يوضح الجدول رقم (29) أن الفروق بين القياسيين البعدين لكلاً من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية بدرجة أعلى من المجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية (قيد البحث).

جدول رقم (22)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث) $n = 12$

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات البدنية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
6.29	25.45	2986.25	95.35	2800.00	متر	التحمل العام (التحمل الدوري التنفسي)	1
61.00	0.06	2.34	0.06	2.44	دقيقة	تحمل السرعة	2
61.00	4.91	46.83	4.64	36.67	مرة	تحمل القوة	3
121.00	0.05	2.03	0.05	1.93	متر	القوة المميزة بالسرعة	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (23)

إختبار الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات البدنية (قيد البحث) للمجموعة التجريبية ومعدل التغير $n = 12$

معدل التغير	قيمة (ت)	قيمة الفرق		الانحراف المعياري	متوسط الفروق	وحدة القياس	المتغيرات البدنية	المسلسل
		أعلى قيمة	أقل قيمة					
%6.65	6.29	302.00	25.00	102.53	186.25	متر	التحمل العام (التحمل الدوري التنفسي)	1
%4.17	61.00	0.10	0.12	0.01	0.10-	دقيقة	تحمل السرعة	2
%27.73	61.00	12.00	10.00	0.58	10.17	مرة	تحمل القوة	3
%5.23	121.00	0.11	0.10	0.00	0.10	متر	القوة المميزة بالسرعة	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (24)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث) $n = 12$

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات المهارية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
88.02	2.06	63.33	2.27	76.42	دقيقة	إختبار الجري بالكرة حول دائرة	1
24.89	2.72	115.83	2.04	102.83	ثانية	إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة	2
31.34	2.49	76.00	1.38	63.50	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى	3
10.46	0.39	1.83	0.85	4.00	درجة	إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (25)

إختبار الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات المهارية (قيد البحث) للمجموعة التجريبية ومعدل التغير $n = 12$

معدل التغير	قيمة (ت)	قيمة الفرق		الانحراف المعياري	متوسط الفروق	وحدة القياس	المتغيرات المهارية	المسلسل
		أعلى قيمة	أقل قيمة					
%17.12	88.02	12.00	14.00	0.51	13.08-	دقيقة	إختبار الجري بالكرة حول دائرة	1
%12.64	24.89	15.00	8.00	1.81	13.00	ثانية	إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة	2
%19.69	31.34	15.00	10.00	1.38	12.50	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى	3
%54.17	10.46	1.00	3.00	0.72	2.17-	درجة	إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (26)
دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات الخطئية (قيد البحث) ن = 12

قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات الخطئية	المسلسل
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
17.00	0.85	4.00	0.83	1.17	درجة	إختبار إتخاذ المدافع للمكان الدفاعي الصحيح (قاعدة دفاعية)	1
25.22	0.49	3.33	0.52	0.50	درجة	إختبار التحفز في محيط الكرة (قاعدة دفاعية)	2
17.00	0.85	7.00	0.83	4.17	درجة	إختبار التحرك إلى الكرة الآتية وليس إنتظارها (قاعدة هجومية)	3
35.00	1.17	8.50	1.08	5.58	درجة	إختبار التمويه والخداع قبل وخلال وبعد التصرف في الكرة (قاعدة هجومية)	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (27)
إختبار الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي في المتغيرات الخطئية (قيد البحث) للمجموعة التجريبية ومعدل التغير ن = 12

معدل التغير	قيمة (ت)	قيمة الفرق		الانحراف المعياري	متوسط الفروق	وحدة القياس	المتغيرات الخطئية	المسلسل
		أعلى قيمة	أقل قيمة					
%242.86	17.00	3.00	1.00	0.58	2.83	درجة	إختبار إتخاذ المدافع للمكان الدفاعي الصحيح (قاعدة دفاعية)	1
%566.67	25.22	3.00	2.00	0.39	2.83	درجة	إختبار التحفز في محيط الكرة (قاعدة دفاعية)	2
%68.00	17.00	3.00	1.00	0.58	2.83	درجة	إختبار التحرك إلى الكرة الآتية وليس إنتظارها (قاعدة هجومية)	3
%52.24	35.00	3.00	2.00	0.29	2.92	درجة	إختبار التمويه والخداع قبل وخلال وبعد التصرف في الكرة (قاعدة هجومية)	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.201

جدول رقم (28)

دلالة الفروق بين القياسيين البعديين لكلاً من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية

في المتغيرات البدنية (قيد البحث) $n_1 = n_2 = 24$

قيمة (ت)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات البدنية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
4.27	87.22	2874.25	25.45	2986.25	متر	التحمل العام (التحمل الدوري التنفسي)	1
3.25	0.06	2.42	0.06	2.34	دقيقة	تحمل السرعة	2
3.84	4.42	39.50	4.91	46.83	مرة	تحمل القوة	3
3.23	0.04	1.97	0.05	2.03	متر	القوة المميزة بالسرعة	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.074

جدول رقم (29)

دلالة الفروق بين القياسيين البعديين لكلاً من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية

في المتغيرات المهارية (قيد البحث) $n_1 = n_2$

قيمة (ت)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات المهارية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
4.91	1.75	67.17	2.06	63.33	دقيقة	إختبار الجري بالكرة حول دائرة	1
7.96	2.11	107.92	2.72	115.83	ثانية	إختبار الجري المتعرج بين الموانع بالكرة	2
9.31	1.75	67.83	2.49	76.00	درجة	إختبار دقة التصويب على المرمى	3
6.63	0.58	3.17	0.39	1.83	درجة	إختبار ضرب الكرة بالرأس على دوائر	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.074

2- المتغيرات المهارية (قيد البحث):

يوضح الجدول رقم (18) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية (قيد البحث).

كما يوضح الجدول رقم (19) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

3- المتغيرات الخطئية (قيد البحث):

يوضح الجدول رقم (20) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات الخطئية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة الضابطة في المتغيرات الخطئية (قيد البحث).

كما يوضح الجدول رقم (21) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات الخطئية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

يوضح الجدول رقم (30) أن الفروق بين القياسيين البعدين لكلاً من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات الخطئية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية بدرجة أعلى من المجموعة الضابطة في المتغيرات الخطئية (قيد البحث).

ب- مناقشة النتائج:

ينص الفرض الأول على توجود فروق دالة إحصائياً بين كلاً من القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في مستوى المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث) لصالح القياس البعدي.

1- المتغيرات البدنية (قيد البحث):

يوضح الجدول رقم (16) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية (قيد البحث).

كما يوضح الجدول رقم (17) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

جدول رقم (30)

دلالة الفروق بين القياسيين البعديين لكلاً من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات الخططية (قيد البحث)

$$12 = 2ن = 1ن$$

قيمة (ت)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المتغيرات الخططية	المسلسل
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
3.39	0.83	2.83	0.85	4.00	درجة	إتخاذ المدافع للمكان الدفاعي الصحيح (قاعدة دفاعية)	1
4.46	0.51	2.42	0.49	3.33	درجة	التحفز في محيط الكرة (قاعدة دفاعية)	2
3.39	0.83	5.83	0.85	7.00	درجة	التحرك إلى الكرة الآتية وليس إنتظارها (قاعدة هجومية)	3
2.55	1.07	7.33	1.17	8.50	درجة	التمويه والخداع قبل وخلال وبعد التصرف في الكرة (قاعدة هجومية)	4

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) = 2.074

ب- مناقشة نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على:

توجد فروق دالة إحصائياً بين كلاً من القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في مستوى المتغيرات البدنية والمهارية والخططية (قيد البحث) لصالح القياس البعدي.

1- المتغيرات البدنية (قيد البحث):

يوضح الجدول رقم (22) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث).

ومن خلال ذلك يتضح مدى التقدم الحادث في القياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية والمهارية والخططية (قيد البحث)، حيث يعزي الباحث ذلك التقدم إلى فاعلية البرنامج التدريبي المتبع من قبل الباحث قد أثر تأثيراً إيجابياً على المتغيرات البدنية والمهارية والخططية (قيد البحث)، وهذا ما تؤكد كل الدراسات السابقة العربية والأجنبية المذكورة.

ومما تقدم يتضح أن الفرض الأول قد تحقق كلياً والذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائياً بين كلاً من القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة في مستوى المتغيرات البدنية والمهارية والخططية (قيد البحث) لصالح القياس البعدي.

كما يوضح الجدول رقم (27) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات الخطئية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

ومن خلال ذلك يتضح مدى التقدم الحادث في القياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث)، حيث يعزي الباحث ذلك التقدم إلى فاعلية البرنامج التدريبي المتبع من قبل الباحث والذي يتضمن الألعاب الترويحية، وهذا ما تؤكدته كل الدراسات السابقة العربية والأجنبية المذكورة.

ومما تقدم يتضح أن الفرض الثاني قد تحقق كلياً والذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائياً بين كلاً من القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في مستوى المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث) لصالح القياس البعدي.

جـ مناقشة نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على:

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسيين البعديين لكلاً من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في مستوى المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية.

1- المتغيرات البدنية (قيد البحث):

يوضح الجدول رقم (28) أن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة

كما يوضح الجدول رقم (23) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

2- المتغيرات المهارية (قيد البحث):

يوضح الجدول رقم (24) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث).

كما يوضح الجدول رقم (25) وجود فروق دالة إحصائياً بين الفرق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث)، كما يوضح الجدول معدلات التغير في تلك المتغيرات.

3- المتغيرات الخطئية (قيد البحث):

يوضح الجدول رقم (26) أن الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات الخطئية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية في المتغيرات الخطئية (قيد البحث).

حيث يعزي الباحث ذلك التقدم إلى فاعلية البرنامج التدريبي المتبع من قبل الباحث والذي يتضمن الألعاب الترويحية قد أثر تأثيراً إيجابياً على المتغيرات البدنية والفسولوجية والخططية (قيد البحث)، وهذا ما تؤكد كل الدراسات السابقة العربية والأجنبية المذكورة.

ومما تقدم يتضح أن الفرض الثالث قد تحقق كلياً والذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسيين البعدين لكلاً من المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في مستوى المتغيرات البدنية والمهارية والخططية (قيد البحث) لصالح المجموعة التجريبية.

9- الإستنتاجات والتوصيات:

أ- الإستنتاجات:

أن البرنامج التدريبي المقترح الذي يتضمن الألعاب الترويحية أفضل من الطريقة التقليدية، حيث كان له أثر واضح على تحسن المتغيرات البدنية والمهارية والخططية (قيد البحث) قبل المباراة خلال فترة المنافسات.

ب- التوصيات:

ضرورة إهتمام المدربين بتصميم برامج التدريب للاعبين التي تتضمن الألعاب الترويحية قبل المباراة خلال فترة المنافسات.

المراجع :

أولاً: المراجع العربية:

1 . أحمد بيومي الشافعي (2010م)، " تأثير خفض الحمل التدريبي قبل السباق

التجريبية في المتغيرات البدنية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية بدرجة أعلى من المجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية (قيد البحث).

2- المتغيرات المهارية (قيد البحث):

يوضح الجدول رقم (29) أن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية بدرجة أعلى من المجموعة الضابطة في المتغيرات المهارية (قيد البحث).

3- المتغيرات الخططية (قيد البحث):

يوضح الجدول رقم (30) أن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في المتغيرات الخططية (قيد البحث) هي فروق دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أعلى من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يدل على تحسن المجموعة التجريبية بدرجة أعلى من المجموعة الضابطة في المتغيرات الخططية (قيد البحث).

ومن خلال ذلك يتضح مدى التقدم الحاد في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية والفسولوجية والخططية (قيد البحث)،

بحث منشور، مجلة علوم الرياضة، العدد الأول، جامعة ديالي.

7. محمد عبدالمهدي البكري (2011م)، " تأثير تنمية الإدراكات الحس - حركية على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم "، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين والبنات ببورسعيد، جامعة بورسعيد.

تأثير تنمية الإدراكات الحس - حركية على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة القدم "، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين والبنات ببورسعيد، جامعة ديالي

8. مشرق عزيز الغزاوي (2010م)،

تأثير الألعاب الصغيرة على بعض المهارات الأساسية لناشئي كرة الطائرة، بحث منشور، مجلة علوم الرياضة، العدد الأول، جامعة ديالي

ثانياً: المراجع الأجنبية:

9. Jpatrick Neary,. Donald C, Mckenzie, and, Yagesh N, Bhambhani 2005, Muscle Oxygenation Trends after Tapering in Trained Cyclists,Dynamic Medecine, Volume 4.

11. Scott,A Rothermel, Sheri, A, Hale, Jay Hertel, and Graig R.Denegar 2004, Effect of active foot positioning on the out come of are creational balance training pogram, pennsylvania state, uni, USA.

على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمستوى الرقمي لمتسابقى 1500 متر جرى "، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين والبنات ببورسعيد، جامعة بورسعيد.

2. تامر محمود صلاح(2002م)، " تأثير تنمية التحمل الدوري التنفسي على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمستوى الرقمي لناشئي 1500م جري "، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين والبنات ببورسعيد، جامعة بورسعيد

تأثير تنمية التحمل الدوري التنفسي على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمستوى الرقمي لناشئي 1500م جري "، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية التربية الرياضية للبنين والبنات ببورسعيد، جامعة بورسعيد

3. حنفي محمود مختار (1993م)،

الإختبارات والقياسات للاعبى كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة.

4. رابحة محمد لطفي (2001م)، تأثير برنامج الألعاب الصغيرة على السلوك العدواني لدى تلميذات المرحلة الإعدادية بدولة الإمارات العربية المتحدة، 1993م، ريسان خريبط مجيد، موسوعة بحوث التربية الرياضية بالوطن العربي، عمان، دار المناهج.

تأثير برنامج الألعاب الصغيرة على السلوك العدواني لدى تلميذات المرحلة الإعدادية بدولة الإمارات العربية المتحدة، 1993م، ريسان خريبط مجيد، موسوعة بحوث التربية الرياضية بالوطن العربي، عمان، دار المناهج.

5. عمرو أبوالمجد محمد، جمال إسماعيل النمكي (2001م)، الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة لتطوير برامج الناشئين للكبار والناشئين في كرة القدم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة

الألعاب التكتيكية والترويحية الحديثة لتطوير برامج الناشئين للكبار والناشئين في كرة القدم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة

6. قحطان جليل خليل (2009م)، أثر استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لناشئي كرة اليد،

استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لناشئي كرة اليد،

