



جامعة زيان عاشور الجلفة



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص : تدريب وتحضير بدني

# تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم (أقل من 13 سنة)

- دراسة ميدانية لنادي الشرطة بالجلفة -

إشراف:

د. إسماعيل بكاي

إعداد الطلبة :

- صهيب زيغم

- عبد الرحمان جرعوب

- محمد حمام

السنة الجامعية : 2017/2016.

## إهداء

إلى نبع الحنان وكل الحنان ... إلى من تفرح لفرحي وتحزن لحزني إلى  
بر الأمان ... أمي العزيزة

إلى الذي يحترق من أجل أن ينير لي درب الحياة إلى الذي كان يزيد في عزيمتي وقوتي ... أبي العزيز.

إلى إخوتي الذين أقاسمهم الماء والهواء

إلى أعمامي وأبنائهم، إلى أخوالي وأبنائهم

إلى كل الأصدقاء والأحباب

إلى من شاركوني العمل

إلى كل من أدركه القلب ولم يدركه القلم

إلى كل الأصدقاء الذين جمعني بهم أيام الدراسة بجامعة الجلفة دون استثناء

إلى الدكتور "بن عبد الله يزيد" رحمه الله وأسكنه فسيح جناته

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي



# شكر

نتقدم بالشكر إلى المولى عز وجل

الذي أنار لنا دربنا ومكننا بفضلته

من إنجاز هذا العمل .

ونقدم بجزيل الشكر إلى الأستاذ المشرف

د. بكاي اسماعيل

الذي مهد لنا طريق العمل والبحث و أفادنا بمعلوماته القيمة .

كما نتقدم بالشكر للجنة التي وافقت على مناقشة هذا العمل.

ونتقدم كذلك بالشكر إلى كل أساتذتنا الذين كانوا السبيل

في نجاحنا ، وإلى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية .

كما نتقدم بجزيل الشكر لكل من أمدنا بيد المساعدة من بعيد

وقريب في إنجاز هذا العمل .



## تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم

(أقل من 13 سنة) - دراسة ميدانية لنادي الشرطة بالجللفة-

إعداد: صهيب زيغم / عبد الرحمان جرعوب / محمد حمام

إشراف: د. بكاي اسماعيل

### ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة للتعرف على تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التسديد لدى لاعبي كرة القدم أصغر ( أقل من 13 سنة)، ولتحقيق ذلك استخدم الطالب خلال الدراسة المنهج التجريبي، حيث اشتملت عينة الدراسة على 10 مهاجمين من أصل 30 لاعب من الفئة الأقل من 13 سنة لنادي الشرطة بالجللفة، حيث تم اختيارهم بطريقة قصدية وقد تم تطبيق البرنامج عليها والذي اشتمل على 10 وحدات تدريبية. قبل تطبيق البرنامج المقترح قام الطالب بقياسات قبلية للعينة وبعد تطبيق البرنامج تم إجراء قياسات بعدية بواسطة اختبارات مهارة التسديد نحو المرمى .

وبعد إجراء المعالجات الإحصائية اللازمة بواسطة برنامج SPSS 22 تم جمع نتائج الاختبارات وعرضها ومناقشتها وتحليلها بواسطة أسلوب علمي موضوعي، حيث توصلت الدراسة في الأخير إلى أن البرنامج التدريبي المقترح للألعاب الصغيرة أثر إيجابيا على مهارة التسديد نحو المرمى بدلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

ومنه فإن برنامج الألعاب الصغيرة المقترح يحسن من مهارة التسديد نحو المرمى لدى أصغر نادي الشرطة بالجللفة الفئة الأقل من 13 سنة.

**الكلمات المفتاحية:** الألعاب الصغيرة، مهارة التسديد، كرة القدم.

# **The effect of mini-games on shooting skill among soccer player (under 13 years old)**

## **- A field study on police club in Djelfa city-**

Presented by: Sohaib Zighem / Abdelrrahman Djaroub / Mohamed Hamam

Supervised by: Dr.Ismail Bekai

### **Abstract:**

This study aims to reveal the effect of mini-games on shooting skill among soccer player (under 13 years old). The researchers used an experimental method (one sample design). The participants were 10 strikers selected by intentional sampling method from a population of 30 player of police club in Djelfa city to apply the program on it in 10 training segments.

The researchers have done the pre-test and post-test and measured the differences in shooting skill.

After collecting data the statistical analysis was done by spss22 and the results show that the suggested mini-games program had a significant positive effect on shooting skill.

We conclude that the mini-games program increase shooting skill among under13 young players of police club in Djelfa city.

**Keywords:** Mini-games, Shooting skill, Soccer.

## فهرس المحتويات:

I.....	إهداء.....	
II.....	شكر.....	
III.....	ملخص الدراسة:	
IV.....	Abstract:	
V.....	فهرس المحتويات:	
VIII.....	فهرس الجداول:	
VIII.....	فهرس الملاحق:	
أ.....	مقدمة:	
1.....	الإطار العام للدراسة:	
2.....	الإشكالية:	1.
4.....	الفرضيات:	2.
4.....	الأهداف:	3.
5.....	الأهمية:	4.
5.....	تحديد المفاهيم و المصطلحات:	5.
8.....	الدراسات السابقة و المشاهدة:	6.
12.....	التعليق على الدراسات السابقة و المشاهدة:	7.
15.....	الخلفية المعرفية النظرية:	
16.....	الألعاب الصغيرة:	1.
16.....	1.1 تعريف الألعاب الصغيرة:	
16.....	2.1 أهداف الألعاب الصغيرة:	
17.....	3.1 خصائص الألعاب الصغيرة:	
17.....	4.1 تصنيفات الألعاب الصغيرة:	
18.....	5.1 مبادئ اختيار الألعاب الصغيرة:	
18.....	6.1 تنظيم تعليم الألعاب الصغيرة:	
19.....	7.1 كيفية اختيار الألعاب الصغيرة:	
19.....	الأداء المهاري:	2.
19.....	1.2 مفهوم المهارة:	
20.....	2.2 أنواع المهارات:	

20	3.2. العوامل المحددة لطبيعة المهارة: .....
21	4.2. علاقة مفهوم المهارة بالقدرة: .....
21	5.2. الحركة: .....
22	1.5.2. مفهوم المهارة الحركية: .....
22	2.5.2. أنواع المهارة الحركية: .....
22	3.5.2. خصائص المهارة الحركية: .....
23	4.5.2. المهارات الحركية في المجال الرياضي: .....
23	6.2. مفهوم المهارة في كرة القدم: .....
24	1.6.2. أهمية المهارة في كرة القدم: .....
24	2.6.2. العوامل المؤثرة على الأداء المهاري في كرة القدم: .....
26	3.6.2. مهارة ضرب كرة القدم: .....
27	3. مهارة التسديد نحو المرمى: .....
28	1.3. دقة وقوة التسديد: .....
28	4. التعريف بالمرحلة العمرية (أقل من 13 سنة): .....
29	4.1. مفهوم النمو: .....
29	1.1.4. النمو التكويني: .....
29	2.1.4. النمو الوظيفي: .....
29	2.4. مفهوم الطفولة المتأخرة (أقل من 13 سنة): .....
30	2.4. مميزات المرحلة العمرية (أقل من 13 سنة): .....
31	الخلفية المعرفية التطبيقية: .....
32	<b>الفصل الأول: الإجراءات الميدانية للدراسة</b> .....
33	1. الدراسة الاستطلاعية: .....
33	1.1. تعريف الدراسة الاستطلاعية: .....
33	2. المجتمع: .....
33	1.2. تعريف المجتمع: .....
34	2.2. مجتمع الدراسة: .....
34	3. العينة: .....
34	1.3. تعريف العينة: .....
34	2.3. عينة البحث: .....
34	4. المنهج المتبع: .....

34	1.4. تعريف المنهج:
35	5. المجالات:
35	1.5. المجال الزمني:
35	2.5. المجال المكاني:
35	6. أداة جمع البيانات:
35	1.6. اختبار قياس دقة التسديد:
36	6.2. اختبار قياس قوة التسديد:
37	3.6. اختبار قياس قوة التسديد بالراس:
37	7. البرنامج المطبق:
37	8. الأساليب الإحصائية المستعملة:
37	1.8. الإحصاء الوصفي:
38	2.8. الإحصاء الاستدلالي:
39	<b>الفصل الثاني: عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشته</b>
40	1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:
42	2. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:
46	حاشية:
47	قائمة المراجع:
50	الملاحق:

## فهرس الجداول:

- جدول 1 يمثل الفروق الاحصائية بين القياس القبلي والبعدى لدقة التسديد لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (اقل من 13 سنة). ..... 40
- جدول 2 يمثل الفروق الإحصائية بين القياس القبلي والبعدى لقوة التسديد لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (اقل من 13 سنة). ..... 42
- جدول 3 يمثل الفروق الإحصائية بين القياس القبلي والبعدى للتسديد بالرأس لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (اقل من 13 سنة). ..... 44
- جدول 4. يمثل القياس القبلي لدقة التسديد نحو المرمى. .... 51
- جدول 5. القياس البعدى لدقة التسديد نحو المرمى. .... 51
- جدول 6. يمثل القياس القبلي لقوة التسديد نحو المرمى. .... 52
- جدول 7. يمثل القياس البعدى لقوة التسديد نحو المرمى. .... 52
- جدول 8. يمثل القياس القبلي لتسديد الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة. .... 53
- جدول 9. يمثل القياس البعدى لتسديد الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة. .... 53

## فهرس الملاحق:

- ملحق 1. نتائج القياس القبلي و البعدى لدقة التسديد: ..... 51
- ملحق 2. نتائج القياس القبلي و البعدى لقوة التسديد: ..... 52
- ملحق 3. نتائج القياس القبلي و البعدى للتسديد بالراس: ..... 53
- ملحق 4. الوحدات التدريبية المطبقة: ..... 54
- ملحق 5. استمارة التحكيم: ..... 68

## مقدمة:

أصبح الوصول إلى المستويات الرياضية العالمية أحد مظاهر الرقي الاجتماعي والحضاري، ويعتبر المجال الرياضي من المجالات العلمية التي تمتاز بتعدد أنشطتها مما يجذب الكثير من الباحثين للخوض في دراستها ومحاولة التوصل إلى أفضل الحلول، وسيلهم في ذلك إتباع الأساليب العلمية في مختلف أنواع النشاط البدني.

وتعتبر الألعاب الصغيرة أحد الوسائل للوصول للمستويات العالية، فهي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يتنافس فيها أفراد وفق قوانين محددة، فهي تحتوي على ألعاب الجري وألعاب الكرات، وهي أيضا عبارة عن ألعاب غير محددة القوانين والشروط، فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء كان طفلا صغيرا أو راشدا على التعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته ووفقا لميوله ورغباته الذاتية من أجل الاكتساب والترويح والمتعة والسرور، وهذه الألعاب دائما ما يكون فيها طابع الترويح والترفيه هو أساس النشاط.

وعلى قدر ما نجد احتياج النشاط الرياضي إلى مهارات مكتملة، فالمهارة هي وهي الأداء المتقن والتميز في انجاز أي عمل لضمان النجاح والتفوق، وهي استجابات حركية لتوجيهات تصدر من المخ، وتشتمل المهارة كافة الأداءات الناجحة للوصول إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والثقة.

وتعتبر مهارة التسديد نحو المرمى في كرة القدم من أهم الوسائل للفوز في كرة القدم، فهي إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التسديد من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التسديد دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين، ويجب قبل التسديد أن يقرر اللاعب كيف يسدد، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس.

بالرغم من تعدد أنواع التسديد نحو المرمى، إلا أن دقة التسديد و قوة التسديد بالإضافة إلى التسديد بالرأس يعتبرون من أهم وسائل تحقيق التفوق، فعند تسديد الكرة يجب أن توجه حيث يكون من الصعب على الحارس المنافس أن يصدها، ومن هذا المنطلق نجد أن دقة وقوة التسديد لهما دورا أساسيا في نجاحه، وكلما زادت خبرة اللاعب وتدريبه زادت مقدرته على إرسال تسديدات قوية و دقيقة في مكان محدد من طرفه، أما اللاعبين قليلي الخبرة والتدريب فإنهم غالبا ما يهدرون فرصا ذهبية لتسجيل الأهداف إما بسبب تركيزهم على القوة وحدها أو الدقة وحدها، فهناك من يركز على القوة أثناء التسديد وهو قريب جدا من المرمى فيخطئ المرمى، كما أن هناك من اللاعبين من يسددون الكرة بدقة على حساب القوة وبذلك يعطي الوقت الكافي للحارس للتحرك وصد

الكرة، بالإضافة إلى التسديد بالرأس والذي يتطلب أيضا الدقة في توجيه الكرة وقوة كبيرة لرفع نسبة تسجيل الهدف.

وبما أن الفئة العمرية (الأقل من 13 سنة) من أهم المراحل العمرية وذلك لأنه تكون لدى الطفل القابلية لتعلم المهارات الرياضية، وهي أيضا المرحلة التي فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي، فهذه المرحلة تتطلب تطوير التوافق وتعلم الحركات السهلة والصعبة من خلال التمرينات المطبقة، فإن هذا السن هو أفضل سن يجب استثماره لتطوير القابلية الحركية متنوعة الوجود.

وعلى هذا جاءت دراستنا لتبين لنا أهمية البحث والحاجة إلى دراسته، وهكذا تبلورت دراستنا حول الألعاب الصغيرة ومدى تأثيرها على مهارة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم (أقل من 13 سنة).

ولقد قسم هذا البحث إلى جانبين، الجانب الأول والذي كان بعنوان الخلفية المعرفية والنظرية، والجانب الثاني والذي كان بعنوان الخلفية المعرفية التطبيقية، ويحتوي الجانب الأول على فصل واحد، أما الجانب الثاني فيحتوي على فصلين، وقبل كل ذلك قمنا بالتعريف بالبحث عن طريق ذكر إشكالية البحث وفرضياته والأهمية من هذه الدراسة والأهداف التي ترمي إلى تحقيقها، كما قمنا بتحديد المفاهيم والمصطلحات للكلمات الدالة، وكما قمنا أيضا بتقديم ملخص للدراسات السابقة والمشاهدة المتوفرة لدينا، أما بالنسبة للجانب الأول فقد قمنا فيه بتقديم الألعاب الصغيرة و الأداء المهاري و المهارة في كرة القدم، ثم التسديد نحو المرمى و الفئة العمرية الأقل من 13 سنة، أما الجانب الثاني وفي الفصل الأول له والذي كان بعنوان الإجراءات الميدانية للدراسة والذي تكون من الدراسة الاستطلاعية وفيها قمنا بالتأكد من صلاحية الأداة المستخدمة والصعوبات التي قد تعترض في التجربة الميدانية، وقمنا بتوضيح المنهج المتبع والذي كان المنهج التجريبي، كما قمنا بتحديد المجال الزمني والمكاني، وقمنا بتحديد مجتمع الدراسة والذي تمثل في نادي الشرطة بالجلفة وكان عدد مجتمع الدراسة 60 لاعب مكونون من فئتين هما أقل من 13 سنة وعدد لاعبيه 30 لاعب و أقل من 10 سنوات وعدددهم 30 لاعب، وعينة الدراسة والتي تمثلت في 10 مهاجمين من أصل 30 لاعب من الفئة الأقل من 13 سنة، وتم اختيارهم بطريقة قصدية، كما قمنا بتحديد أدوات جمع البيانات في الدراسة والتي تمثلت في بعض الاختبارات مهارية والتي تم تحكيمها من طرف بعض الأساتذة المختصين، وأيضا قمنا بتحديد الأساليب الإحصائية المناسبة ومن أهمها اختبار الفروق بين المتوسطات حالة عينتين مترابطتين T-test ، و تمت المعالجة الإحصائية عن طريق برنامج SPSS 22 للقيام بحساب النتائج، وفي الفصل الثاني من الجانب الثاني قمنا بعرض النتائج بعد حسابها في جداول وقمنا بتفسيرها وقراءتها، ثم قمنا بمناقشة النتائج المتوصل إليها في ظل فرضيات

الدراسة والخلفية النظرية والدراسات السابقة والمشاهدة، وصولاً إلى الاستنتاج العام والذي يبرهن أن هناك أثر للألعاب الصغيرة على مهارة التسديد نحو المرمى.

# الإطار العام للدراسة

---

الإطار العام للدراسة:

1. الإشكالية
2. الفرضيات
3. الأهداف
4. الأهمية
5. تحديد المفاهيم و المصطلحات
6. الدراسات السابقة و المشاهدة
7. التعليق على الدراسات السابقة و المشاهدة

## 1. الإشكالية:

تمثل الألعاب الصغيرة في الرياضة أهمية استثنائية ومدخلا جديدا لارتباطها بالناشئ الجديد وتكوين قاعدة متينة راسخة البنیان، وتوفير كافة المستلزمات التي تأخذ بهم نحو الأحسن لتطوير مستواهم، وكذلك تتيح لهم الفرص المناسبة للتعبير عن رغباتهم و ميولهم و حاجاتهم الطبيعية، فضلا عن المتعة التي يكتسبونها من خلال مزاولتهم لها سواء كانت هذه المتعة معرفية (فكرية) أو بدنية أو مهارية أو نفسية، على أن يكون بشكل مخطط له يضمن استمراريته خلال الوحدات التدريبية ونجاحها المؤثر بالتقدم بشكل إيجابي بمسئوى نتائج الأداء.

إن الألعاب الصغيرة تشكل جزء هام من النشاط التدريبي، حيث تمثل مكانة مرموقة بين مختلف الألعاب و الأنشطة المتعددة و تشكل حيزاً مهماً في التدريب على المهارات الحركية و البدنية و الوظيفية و غيرها، و أصبحت من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج تدريبي للفئات العمرية المختلفة، حيث يمكن وضع مناهج تدريبية مناسبة مستندة على الألعاب الصغيرة و بشكل مبرمج للوصول إلى أفضل النتائج في التطور و تحقيق مستوى أداء متقدم، والألعاب الصغيرة هي عبارة عن ألعاب بسيطة ذات قوانين غير معقدة، و يمكن التعديل فيها وفقاً لمستوى قدرات المشتركين في كرة القدم، فكرة القدم هي رياضة جماعية تلعب بين فريقين، يتكون كل منهما من أحد عشر لاعبا بكرة مكورة، ويلعب كرة القدم أكثر من 250 مليون لاعب في أكثر من مئتي دولة حول العالم، فلذلك تكون الرياضة الأكثر شعبية و انتشارا في العالم، فهي تمثل مكانة متقدمة في حياة الشعوب و الأمم وتلعب دوراً هاماً و أساسيا في الحياة اليومية للإنسان، وهذا ما جعل معظم شعوب العالم في سباق محموم حول تطوير المفاهيم الأساسية الحديثة في التدريب الرياضي، وابتكار أساليب و طرق التدريب الحديثة للمساعدة على التطور السريع في هذا المجال، ومن أهم أبرز هذه الأساسيات هي الألعاب الصغيرة التي تتميز بطابع تنافسي، وأيضاً تنمي و تطور المهارات الحركية و البدنية و الوظيفية لدى لاعب كرة القدم، فهي تدخل في البرامج التدريبية لكرة القدم في الوحدات التدريبية، و ذلك من أجل تنمية المهارات الحركية و البدنية و الوظيفية، و من المهارات الحركية هي مهارة التسديد، فمهارة التسديد نحو المرمى في المباريات تعتبر عملية اتخاذ قرار، فدواعي الفشل في التسديد أو فقد الفريق الكرة إذا سد اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين، وهنا تدخل الألعاب الصغيرة في التحضير الجيد لهذه اللحظات في المباراة، فإن تنمية مهارة التسديد لدى الناشئين ( أقل من 13 سنة ) يسمح له باكتساب تقنية التسديد بجميع أبعاده (الدقة - القوة - التسديد بالرأس )، مما يسهل عليه اتخاذ القرار السريع و الأمثل أثناء المباراة، و فئة

الناشئين (أقل من 13 سنة) تعتبر أهم الفئات و ذلك لأنها تعتبر الفاصل الفعلي ما بين البراعم و الفئات السنية، حيث تم احتسابها من الفئات السنية.

ومما سبق تبادر إلينا التساؤل التالي:

- هل هناك تأثير للألعاب الصغيرة على مهارة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم (أقل من 13 سنة)؟.

التساؤلات الجزئية:

- هل هناك تأثير للألعاب الصغيرة على دقة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم (أقل من 13 سنة)؟
- هل هناك تأثير للألعاب الصغيرة على قوة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم (أقل من 13 سنة)؟
- هل هناك تأثير للألعاب الصغيرة على التسديد بالرأس نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم (أقل من 13 سنة)؟

## 2. الفرضيات:

### الفرضية العامة:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لمهارة التسديد نحو المرمى لدى الناشئين تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.

### الفرضيات الجزئية:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدقة التسديد لدى الناشئين تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لقوة التسديد لدي الناشئين في كرة القدم تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي للتسديد بالرأس نحو المرمى لدى الناشئين في كرة القدم تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.

## 3. الأهداف:

- تحسين مهارة التسديد نحو المرمى من الناحية التقنية.
- باكتساب اللاعب المعلومات والمعارف الخاصة بمهارة التسديد نحو المرمى.
- تنمية القدرات الحركية للناشئ في التسديد نحو المرمى و زيادة إمكانية النجاح فيها.
- مساعدة الناشئ في رفع نسبة تسجيل الأهداف.
- تدريب الناشئ على التسديد نحو المرمى من أي وضعية.
- تثقيف الناشئ كروياً بحيث يتعرف على كل خصائص مهارة التسديد نحو المرمى.

#### 4. الأهمية:

نظرا لمواجهة المدربين الرياضيين لكرة القدم الناشئين صعوبة في تحسين مهارة التسديد قمنا بهذا البحث و المتمثل في تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم لإيجاد حلول أو تعقيبات لمهارة التسديد وذلك من خلال اقتراح برنامج للألعاب الصغيرة و دورها في تنمية مهارة التسديد لدى الناشئين و هل تؤثر إيجابيا أو سلبيا.

فالألعاب الصغيرة لها دور هام عند الناشئ و تتمثل هذه الأهمية فيها يلي:

- إدخال عامل السرور عند اللاعبين.
- تحسين و تنمية مهارة التسديد نحو المرمى.
- تحسين دقة التصويب نحو المرمى في وضعيات مختلفة.

#### 5. تحديد المفاهيم و المصطلحات:

##### \* كرة القدم:

لغة: - الكرة: كل جسم مستدير، أداة مستديرة من الجلد يلعب بها منها كرة القدم.

اصطلاحا: هي لعبة جماعية يلعبها فريقان يتنافسان لتسجيل الأهداف و يضم كل فريق أحد عشر لاعبا بالإضافة إلى سبعة لاعبين احتياط و يمكن تبديل ثلاث لاعبين كأقصى حد أثناء المباراة و تعتبر كرة القدم الرياضة الأكثر شعبية في العالم و تلعب على مستطيل عشبي أخضر مع وجود مرمين في مركزي أطراف الملعب، يلعب اللاعبون عادة بالكرة باستخدام أرجلهم ورؤوسهم و الصدر أحيانا و من غير المسموح استخدام الأيدي باستثناء حارس المرمى الفريق الذي يحرز أكثر عدد من الأهداف هو الفريق الفائز و إذا تعادل الفريقان في النتيجة يلجأ إلى الوقت الإضافي أو ضربات الجزاء وأهم مسابقة في كرة القدم هي كأس العالم التي تقام كل أربع سنوات سجلت اللعبة باسم إنجلترا بعد إنشاء اتحاد كرة القدم.

- المفهوم الإجرائي: هي لعبة جماعية يمارسها نادي الشرطة بالجلفة (أقل من 13 سنة) يشارك الفريق في الدورات المصغرة المنظمة من طرف مديرية الشباب و الرياضة يضم الفريق 30 لاعبا حيث تم اختيار 10 مهاجمين من أصل 30 لاعب و ذلك لغرض معرفة مدى تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التسديد

#### \* الألعاب الصغيرة:

لغة: - الألعاب: جمع لعبة وتعني هو وتسلية.

- الصغيرة: بمعنى قليلة.

اصطلاحا: هي عبارة عن ألعاب غير محددة القوانين والشروط فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء طفل صغير أو غيره على التعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته ووفقا لميوله الذاتي من أجل الإكتساب و المتعة و الترويح و هي ألعاب تجرى في مساحات مصغرة و أبعاد معينة و عدد أقل من اللاعبين.

- المفهوم الإجرائي: هي مجموعة من الألعاب المصغرة يمارسها مهاجمي نادي الشرطة بالجلفة (أقل من 13 سنة) مدتها 10 وحدات تعليمية تدريبية و تدريبية و تحتوي كل وحدة على 3 ألعاب صغيرة تحتوي على منافسة بين المهاجمين و المدافعين في مساحات مصغرة

#### \* المهارة:

- لغة: من الفعل مهر أي حذق و أتقن و الماهر هو الحاذق.

اصطلاحا: هي قدرة الفرد على إنجاز و أداء واجب حركي بإتقان و باقتصاد في الجهد و هي كافة الاداءات الناجحة للوصول إلى أهداف سبق تحديدها.

المفهوم الإجرائي: هي قدرة لاعبي نادي الشرطة بالجلفة (أقل من 13 سنة) على أداء واجبات حركية.

#### \* التسديد:

لغة: بمعنى سدّد أي صوب ووجه.

اصطلاحاً: هي مهارة يقوم بها اللاعب في حالة الهجوم أي هي الوسيلة الأخيرة لتسجيل الأهداف حيث كلما كانت دقة التسديد كبيرة كلما كانت نسبة تسجيل الأهداف كبيرة فهي من أهم مهارة كرة القدم حيث أن هذه الأخيرة تحدد الفائز في المباراة.

- المفهوم الإجرائي: هي مهارة يقوم بها لاعبي نادي الشرطة بالجلفة (أقل من 13 سنة) في حالة الهجوم

وذلك لتسجيل الأهداف

\* الفئة الأقل من 13 سنة (المراهقة):

لغة: إن كلمة المراهقة مشتقة من كلمة راهق أو دنى فهي تفيد الاقتراب أو الدنو من الحلم فالمرهق بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج.

كما جاء في المعجم الوسيط ما يلي: "الغلام الذي قارب الحلم والمراهقة هي الفترة الممتدة من بلوغ

الحلم إلى سن الرشد."

اصطلاحاً: هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعالياً وجسيمياً وعقلياً من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة.

أو هي المرحلة التي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي.

- المفهوم الإجرائي: هي مجموعة من لاعبي نادي الشرطة بالجلفة (أقل من 13 سنة) مكونة من 30

لاعباً.

6. الدراسات السابقة و المشاهدة :

\* الدراسة الأولى:

- عنوان الدراسة:

" أثر استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لدى حراس المرمى بكرة القدم."

- صاحب الدراسة:

م-د قحطان جليل خليل العزاوي - جامعة دبالى.

- الفرضيات:

للمنهج التدريبي المقترح تأثير إيجابي في تطوير مستوى بعض القدرات البدنية لدى حراس المرمى الأشبال بعمر (14 سنة) بكرة القدم ولصالح المجموعة التجريبية.

- منهج البحث:

وهو الأسلوب لحل مشكلة البحث وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي هو محاولة للتحكم في جميع المتغيرات و العوامل الأساسية باستثناء متغير واحد حيث يقوم الباحث بتطويعه أو تغييره بهدف تحديد قياس تأثيره في العملية وتحقيق أهدافه.

- عينة البحث:

شملت عينة البحث 20 لاعبا من حراس المرمى الأشبال في المركز التدريبي التطويري في بغداد بعمر (14 سنة) بكرة القدم حيث تم تقسيم العينة إلى مجموعتين وبشكل عشوائي وعن طريق القرعة تم تسمية المجموعتين وهي الطريقة التي تعطى لكل شخص من المجتمع نفس الفرصة التي تعطى لغيره وبذلك فقد تكونت كل مجموعة من 10 لاعبين إذن المجموعة الأولى تمثل العينة التجريبية و الثانية تمثل العينة الضابطة.

- الأداة:

تم إجراء الاختبار (التائي) للعينات المستقلة لمعرفة مدى تجانس المجموعتين.

- النتائج المتوصل إليها:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة و التجريبية لصالح العينة التجريبية

\* الدراسة الثانية:

- عنوان الدراسة:

" تأثير مجموعة الألعاب الصغيرة في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر (7-8 سنوات). "

- صاحبة الدراسة:

أ-د ناهده عبد زيد الدليمي.

- الفرضيات:

لمجموعة الألعاب الصغيرة تأثيراً معنوياً في تطوير قدرات حركية محددة وبعض الحركات الأساسية للتلميذات بعمر 7-8 سنوات.

- منهج البحث:

استعملت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة الدراسة الحالية كونه أحد المناهج الأساسية في البحوث التجريبية.

- عينة البحث:

تكونت عينة البحث من تلميذات الصف الثاني الابتدائي في مدرسة بنت الهدى للبنات وبلغ عددها 36 من أصل 78 تلميذة وهو مجتمع البحث بعد الحصول على الموافقات الرسمية بذلك وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين أحدها تجريبية وبعدها 18 تلميذة والأخرى ضابطة وبعدها 18 تلميذة أيضاً وبهذا تبلغ النسبة المئوية لعينة البحث 46.15%.

- الأداة:

استعملت الباحثة الوسائل البحثية والأجهزة والأدوات التالية:

المصادر و المراجع الأجنبية و العربية - الاختبارات و القياسات - المقابلات الشخصية - استمارة تفرغ البيانات - شريط القياس - كرات ملونة مختلفة الأحجام - أشرطة لاصقة - طباشير ملون - أحبال متعددة - ساعة توقيت - صفارة.

- النتائج المتوصل إليها:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية و البعدية لصالح الاختبارات البعدية.

\* الدراسة الثالثة:

- عنوان الدراسة:

" دور التدريب المستمر في تعليم مهارة التسديد نحو المرمى عند أصغر كرة القدم (12-15) سنة.

"

- صاحب الدراسة:

بن حريرة معتز بالله تحت إشراف براهيم عيسى.

- الفرضيات:

طريقة التدريب المستمر تساهم في تعلم تقنية التسديد نحو المرمى.

- منهج البحث:

المنهج التجريبي يعتبر هذا المنهج من أكثر المناهج العلمية التي تتمثل فيها معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة فهو يبدأ بملاحظة الواقع وفرض الفروض وإجراء التجارب للتحقق من صحة الفروض ثم الوصول إلى القوانين التي تكشف عن العلاقات القائمة بين الظواهر.

- عينة البحث:

تكونت عينة البحث في هذه الدراسة من فريقين لكرة القدم بدائرة برج الغدير وهي مجموعتين تتألف من 20 لاعب لكل فريق وتم تعيين الفريق الأول ( آمال سريع برج الغدير ) كمجموعة تجريبية والفريق الثاني (ترجي غيلاسة ) كمجموعة ضابطة.

- الأداة:

اختبار الدقة - اختبار القوة - اختبار التقنيات الأساسية للتسديد.

- النتائج المتوصل إليها:

تم استنتاج صحة الفرضيات الجزئية الثلاث بدلالة إحصائية و نستطيع القول ان الفرضية العامة قد تحققت.

7. التعليق على الدراسات السابقة و المشاهدة:

- المقارنة بين الدراسة الحالية و الدراسة الأولى:

العنوان:

يشتركان في المتغير المستقل (السبب) الألعاب الصغيرة ويختلفان في المتغير التابع حيث في الدراسة الحالية هو مهارة التسديد و في هذه الدراسة هو القدرات البدنية.

المنهج:

كلا الدراستين أستخدم فيهما المنهج التجريبي.

العينة :

تتمثل العينة في الدراسة الحالية من 10 مهاجمين من نادي الشرطة بالجللفة (أقل من 13 سنة) حيث أستخدم القياس القبلي و البعدي.

بينما في الدراسة الأولى شملت عينة البحث 20 لاعبا من حراس المرمى الأشبال في المركز التدريبي التطويري في بغداد بعمر (14 سنة) بكرة القدم حيث تم تقسيم العينة إلى مجموعتين فقد تكونت كل مجموعة من 10 لاعبين المجموعة الأولى تمثل العينة التجريبية و الثانية تمثل العينة الضابطة.

الأداة:

الدراسة الأولى تم قياس تجانس العينتين عن طريق الاختبار التائي.

أما في الدراسة الحالية فقد تم قياس دقة التسديد - قوة التسديد - قوة التسديد بالرأس.

### - المقارنة بين الدراسة الحالية و الدراسة الثانية:

#### العنوان:

يشتركان في المتغير المستقل (السبب) الألعاب الصغيرة ويختلفان في المتغير التابع حيث في الدراسة الحالية هو مهارة التسديد وفي الدراسة الثانية هو القدرات الحركية والحركات الأساسية يوجد متغيرين تابعين إثنين في الدراسة الثانية.

#### المنهج:

في كلا الدراستين أستخدم المنهج التجريبي.

#### العينة :

تتمثل العينة في الدراسة الحالية من 10 مهاجمين من نادي الشرطة بالجلفة (أقل من 13 سنة) حيث استخدم القياس القبلي و البعدي.

بينما في الدراسة الثانية تكونت من تلميذات الصف الثاني الابتدائي في مدرسة بنت الهدى للبنات وبلغ عددها 36 تلميذة وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين أحدها التجريبية 18 و الأخرى ضابطة 18.

#### الأداة:

أما في الدراسة الحالية فقد تم قياس دقة التسديد - قوة التسديد - قوة التسديد بالرأس

أما في الدراسة الثانية استخدمت الباحثة :

الاختبارات والقياسات - و المقابلات الشخصية - استمارة تفرغ البيانات.

## – المقارنة بين الدراسة الحالية و الدراسة الثالثة:

### العنوان:

تشابه الدراستان في المتغير التابع (النتيجة) مهارة التسديد و يختلفان في المتغير المستقل (السبب) في الدراسة الحالية الألعاب الصغيرة أما في الدراسة الثالثة هو طريقة التدريب المستمر.

### المنهج:

في كلا الدراستين استخدم المنهج التجريبي.

### العينة:

تمثل العينة في الدراسة الحالية من 10 مهاجمين من نادي الشرطة بالجلفة (أقل من 13 سنة) حيث استخدم القياس القبلي و البعدي.

أما في الدراسة الثالثة تكونت عينة البحث في هذه الدراسة من فريقين لكرة القدم بدائرة برج الغدير وهي مجموعتين تتألف من 20 لاعب لكل فريق وتم تعيين الفريق الأول (آمال سريع برج الغدير) كمجموعة تجريبية والفريق الثاني (ترجي غيلاسة) كمجموعة ضابطة.

### الأداة:

استخدم في كلا الدراستين اختبار دقة التسديد و اختبار قوة التسديد و اختلفا في اختبار قوة التسديد بالرأس في الدراسة الحالية و اختبار التقنيات الأساسية للتسديد في الدراسة الثالثة.

# الخلفية المعرفية النظرية

---

الخلفية المعرفية النظرية:

1. الألعاب الصغيرة

2. الأداء المهاري

3. مهارة التسديد نحو المرمى

4. التعريف بالمرحلة العمرية (أقل من 13 سنة)

## 1. الألعاب الصغيرة:

### 1.1. تعريف الألعاب الصغيرة:

هناك عدة تعريفات للألعاب الصغيرة من أهمها:

- "هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم بأدوات أو بأجهزة أو بدونها." (أمين أنور الخولي، 1994، ص171).

- "مجموعة متعددة من ألعاب الجري و ألعاب الكرات أو التي تستخدم بالأدوات الصغيرة وألعاب الرشاقة وما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطابع المرح والسرور والتنافس مع مرونة قواعدها وقلة أدائها وسهولة ممارستها، وتكرارها عقب بعض الإيضاحات البسيطة." (عطيات محمد خطاب، 1990، ص63).

- "وسيلة تربوية فعالة في إثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق الهدف كما أنها تشبع حاجات الفرد إلى الشعور بالاعتبار والتقدير من الآخرين." (وديع فرج الين، ص295، 294).

- "هي تلك التمارين المحببة إلى نفوس اللاعبين والتي تجري على مساحات ضيقة وبعد معين من اللاعبين قد يكون هذا المعدل متساويا أو متفاوتا حسب الأهداف التي يسطرها المربي." (حنفي محمود مختار، ص135).

- "من خلال هذه التعريفات الموجزة المدرجة يمكننا القول بأن الألعاب الصغيرة عبارة عن ألعاب غير محددة القوانين والشروط، فهي مجالات مختلفة تساعد كل فرد سواء كان طفلا صغيرا أو راشدا على التعلم حسب قدراته الخاصة وإمكانياته ووفقا لميوله ورغباته الذاتية من أجل الاكتساب والترويح والمتعة والسرور." (نفس المرجع السابق، ص136).

### 2.1. أهداف الألعاب الصغيرة:

لطريقة الألعاب الصغيرة أهمية كبيرة في بلوغ أهداف مجتمعة لتطوير الصفات البدنية وفي نفس الوقت لتطوير المهارات الفنية للطفل من أجل تكوين ذاكرة حركية للطفل في المستقبل ومن بين تلك الأهداف:

- تطوير وتحسين الصفات البدنية.
- تحسين الأداء المهاري للأطفال.
- تطوير الصفات الإرادية لدى الأطفال مثل العزيمة، المثابرة، الثقة في النفس...إلخ.
- إدخال عامل المرح والسرور إلى نفوس الأطفال.
- اكتساب الأطفال الصفات الخلقية الحميدة مثل: الإحساس بقيمة العمل الجماعي،

التعاون، الطاعة وتحمل المسؤولية...إلخ.

وتعتبر الألعاب الصغيرة من بين الطرق التدريبية الحديثة والأكثر فعالية، فالوضعيات والتركيبات الحالية موجودة بصفة جلية في مختلف أشكالها وذلك حسب خصائص الأهداف المسطرة لذا فالأغلبية من المربين يحضرون لاعبيهم في مربعات صغيرة ومساحات صغيرة. (ايريك بوتيم، 1981، ص28).

### 3.1. خصائص الألعاب الصغيرة:

- لا يشترط ممارستها طبقا لقواعد وقوانين دولية معترف بها إذ لا يرتبط فيها زمن اللعب وعدد اللاعبين أو مساحة وحجم ومكان اللعب أو مواصفات الأدوات المستخدمة بأية اشتراطات أو قواعد دولية.
- سهولة تغيير قواعد وقوانين اللعبة بما يتناسب مع الظروف والمناسبات أو بما يتلاءم ومحاولة تحقيق بعض الأهداف الترويجية المعينة، وفي الكثير من الأحيان يمكن قيام اللاعبين بتحديد أو اختيار القوانين التي يرغبون في تطبيقها أثناء اللعب.
- عدم وجود مهارات حركية أو خطط ثابتة لكل لعبة. ( نفس المرجع السابق، ص28).

### 4.1. تصنيفات الألعاب الصغيرة:

- تصنف الألعاب الصغيرة في مجموعات بحسب الصفات الغالبة على كل منها، وقد تكون هذه الصفات واردة في اسم اللعبة فيدل اسم المجموع عليها، ومنها:
- ألعاب الركض الصغيرة: وتشمل السباقات والتتابعات وألعاب البحث عن أداة أو مكان وألعاب المطاردة واللمس أو المسك.
  - ألعاب صغيرة بالكرات: وتهدف إلى تطوير الحركات الأساسية كلها في ألعاب الكرات واللعب الجماعي ضمن الفرق مثل تمرير الكرة واستقبالها والتصويب والمراوغة وما يشبه ذلك.
  - ألعاب صغيرة لتنمية القوة والتحمل: وتشمل المنافسات الفردية أو الزوجية أو الجماعية في الدفع أو السحب أو الشد أو التوازن وبأنماط مختلفة مثل شد الحبل، أو تتابع المجموعات.
  - ألعاب صغيرة لتنمية الحواس: وتشمل ألعابا تحتاج إلى مراقبة جيدة وتصرف سريع وانتباه شديد عن طريق البصر أو السمع أو اللمس، وما يشبه ذلك، مثل التوجه بالصوت للوصول إلى الهدف أو لعبة التصنيف.
  - ألعاب صغيرة تحت الماء: وتنفذ في الماء غير العميق كألعاب الركض، أو تنفذ في المياه العميقة كالغوص والغطس وسباقات السباحة بأنواعها وسباقات القوارب وغيرها.
  - ألعاب صغيرة على الثلج: وتؤدي بأدوات تزلج أو بدونها ومنها ألعاب الجري على الثلج والتزحلق على الجليد.

- ألعاب صغيرة في المناطق السكنية: وتشمل ألعاب التخفي والتستر واقتفاء الأثر والبحث، وألعاب الهجوم والدفاع.
- ألعاب صغيرة منزلية: وتؤدي في المنازل والسهرات العائلية، وتشمل ألعاب التسلية أو المراقبة أو القوة أو التوازن وغيرها.(بطرس رزق الله، 1970، ص89).

### 5.1. مبادئ اختيار الألعاب الصغيرة:

- يمكن حصر هذه المبادئ في النقاط التالية:
- فهم الغرض من اللعبة ومراعاة الظروف التالية: السن، الجنس، النمو.
- أن يكون هناك توافق بين غرض المعلم من اللعبة ورغبة التلاميذ فيها وتهيئ الغرض لاكتشاف قابليتهم البدنية والحركية.
- مراعاة قانون التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلمة حيث تنتقل بالمتعلم تدريجياً من السهل إلى الصعب ومن البسيط إلى المعقد، وبصفة عامة نبدأ بالألعاب البسيطة لنصل إلى الألعاب المعقدة.
- أن تكون الألعاب متنوعة ومشوقة واقتصادية وبما يتفق مع احتياجات الموقف التعليمي.
- عدم الانتقال من لعبة إلى أخرى إلا بعد تأكد المعلم من أن جل التلاميذ قد أجزوها واستوعبوا قوانينها بشكل جيد.
- إعادة عرض اللعبة إذا كان الموقف التعليمي يتطلب ذلك مع مراعاة ألا تكون الإعادة مجرد التكرار فقط.
- العمل على تحقيق الراحة النفسية للتلاميذ وذلك بشرح اللعبة بالتفصيل قبل بدايتها.
- مراعاة المشاركة لجميع التلاميذ.(قاسم المنديلاوي، 1990، ص173، 172).

### 6.1. تنظيم تعليم الألعاب الصغيرة:

- إن أهمية التطور في تعليم المهارات يكون مبني على علاقة بالأنشطة الحركية الأخرى وتحمل هنا معنى التكرار، ويعتبر بناء الأساس المتين ضرورة في النجاح في ألعاب الفرق ولتأكيد التقدم المهاري في ألعاب الفرق فإن التعليم في الفصل عادة ينظم عند استخدام طريقة التدريس المباشرة بهذا التالي:
- تعليم ممارسة المهارات الأقل صعوبة أولاً.
- أداء الألعاب الصغيرة التي تعمل على ممارسة المهارات في مواقف اللعب.
- إعادة ممارسة النشاط والمهارات.
- أداء اللعبة الأساسية في الفريق.
- تمارين على المهارات والصفات البدنية.

يبدأ تقديم مهارات الألعاب الجماعية غالباً من الصف الرابع أي السن التاسع، ولكن لا يمكن أداء اللعبة عادة قبل الصف الخامس أي السن العاشر ولو أن ميول و حاجات واستعدادات أطفال مجموعة معينة سوف تحدد متى تدرس لها، ويكون تقدم المجموعة في أداء المهارات محددًا بنمطية الوقت المخصص للتدريس لهذه المراحل المتتالية السابقة، وتبعاً لذلك فإن مستوى الصف الدراسي الذي يمكن تعليم هذه المراحل مختلف من مدرسة لأخرى. (نفس المرجع السابق، ص180).

### 7.1. كيفية اختيار الألعاب الصغيرة:

إن اختيار مهارات معينة أو ألعاب تمهيدية أو ألعاب الفرق يتوقف أولاً على تطور المهارات لدى التلاميذ ويجب على المعلم أو المربي أن يضع في الاعتبار الخبرات الرياضية المكتسبة خارج المدرسة وداخلها.

## 2. الأداء المهاري:

### 1.2. مفهوم المهارة:

أخذت هذه الكلمة من الفعل مَهَرَ أي حذق وأتقن، والماهر هو الحاذق والسابح المجيد. (المنجد في اللغة العربية والأعلام، 1987، ص777).

وهي الأداء المتقن والتميز في انجاز أي عمل لضمان النجاح والتفوق، وتشمل جميع مجالات الحياة فالرسام البارِع هو الذي يجيد مهارات الفنون التشكيلية، والعامل المتميز هو الذي يتقن مهارات عمله، والموسيقيار الماهر هو الذي يجيد العزف على الآلات الموسيقية، والكاتب المتفوق هو الذي يتحكم في مهارات الكتابة.

والمهارة مصطلح يصعب تحديد أو إيجاد تعريف مطلق له، ويرجع ذلك (محمد حسني علاوي ومحمد نصر الدين رضوان) إلى كونها تشير إلى مستويات نسبية من الأداء أي على درجة من الجودة منسوبة إلى مستويات الفرد ومستويات الجماعة، ويستدلان على ذلك برأي "سنجر Singer" الذي يرى أنه يمكن التعبير عن مصطلح المهارة وفقاً لنوعين من المستويات هما:

المستوى النسبي والمستوى المطلق، فالنسبي حسب هذا العالم هو مدى تحصيل الفرد في نشاط ما بالمقارنة مع مستوى زملائه في نفس النشاط، أما المطلق فهو مقارنة المستوى المهاري للفرد بمحكات تقويم توضع في شكل هرمي تصنف فيه المستويات المطلقة للمهارة في الأنشطة الخاصة بها، وتحدد هذه المستويات مسبقاً كمتطلبات رئيسية للأعمال المختلفة حيث يطلق عليها اسم مستويات المهارة القياسية وتستخدم كمحكات لتحديد المستوى المهاري المطلق للفرد مثل محكات القبول في الكليات والمعاهد ونظام التنقيط في الجمناز والغطس وغيرها. (محمد حسن علاوي: محمد نصر الدين رضوان ، 1987 ، ص20).

وحسب قاموس قاموس "ويستر Webster Dictionary": المهارة هي القدرة على استخدام الفرد لمعلوماته بكفاية واستعداده لإنجاز. ( نفس المرجع السابق، ص20).

والمهارة هي نتيجة لعملية التعلم حيث يقول جيثري أن المهارة هي قدرة تكتسب بالتعلم حيث يفترض مسبقا الحصول على نتائج محددة لها. (نفس المرجع السابق، ص20).

ويري "دوايتنج" أنها تعني الكفاية في إنجاز واجبات وأعمال خاصة ومحددة.

أما "سنجر Singer" فيقول أنها ترتبط بالإنجاز في عمل أو نشاط معين، وهي تشير إلى مجموعة من الاستجابات الخاصة التي تؤدي في موقف محدد، هذا الموقف يشتمل أساسا في مضمونه معايير الكم على مستوى الأداء في المهارة.

كما يرى "كناپ Knapp" أن المهارة هي استجابات حركية لتوجيهات تصدر من المخ. ( نفس المرجع السابق، ص20).

وتشتمل المهارة كافة الأداءات الناجحة للوصول إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان والثقة. (مفتي إبراهيم حماد، 2002، ص13).

وتدل المهارة على مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل أقل قدرة من الطاقة وفي أقل وقت ممكن. (مفتي إبراهيم حماد، 2002، ص02).

والمهارة هي سلوك معين لفرد يحددها عامل السرعة والدقة والأداء ويحكمها عامل النجاح والغرض الموجود وهي تعتمد على نوع من الرقابة الذاتية التي تفسر مميزات الاقتصاد الثابت. ( Thomas hil, 1987, p30).

وهي أيضا حل لمشكل حركي معين بطريقة عقلانية واقتصادية. (J.weineck, 1990, p223).

وكخلاصة يمكن القول أن المهارة هي قدرة الفرد على أداء أو إنجاز بإتقان وبالاقتصاد في الجهد و الوقت.

## 2.2. أنواع المهارات:

هناك ثلاث أنواع من المهارات:

- مهارات معرفية: مثل مهارات الحساب والجبر والهندسة... إلخ.
- مهارات إدراكية: هي قدرة الفرد على إدراك الأشياء مثل مهارات إدراك الأشياء المختلفة.
- مهارات حركية: مثل المهارات الرياضية.

## 3.2. العوامل المحددة لطبيعة المهارة:

تتمحور العوامل المحددة لطبيعة المهارة حسب "كير Kerr" حول ثلاث عوامل أساسية هي:

- شكل وطبيعة العمل: إما أن يكون بسيطاً يتطلب التكرار في شكله البسيط فتكون المهارة بسيطة أو يتطلب تكراراً مستمراً ومعقداً فتكون المهارة مركبة أو معقدة.
- نمطية العمل: تتحدد نمطية العمل بعنصرين رئيسيين هما:
  - \* توقيت الأداء Timing أو معدلات الأداء بالنسبة للزمن.
  - \* التسلسل أو التعاقب Sequencing .
- النتائج المفترضة مسبقاً: يعبر عنها بالسرعة والدقة والكفاية التي يتم بها إنجاز المهارة، وكيفية الأداء أو درجة صعوبته. (محمد حسن علاوي: محمد نضر الدين رضوان ، 1987، ص25).

## 4.2. علاقة مفهوم المهارة بالقدرة:

هل المهارة هي القدرة؟

للإجابة على هذا السؤال يجب تحديد أولاً مفهوم القدرة، فهي مجموعة أو جملة من الأداءات المرتبطة أو المتشابهة ويمكن تحديد معنى إجرائي للقدرة بالأداء الذي يسفر عنها ويدل عليها فكل ما قام به الفرد من أعمال بدنية أو عقلية يدل على قدرته على الأداء في كل مجال من هذه المجالات، ويعتمد قياس هذه القدرة على رصد مظاهر الأداء الذي يدل عليها ويرتبط بها. (نفس المرجع السابق، ص25).

ويعتبر "سميل بيرت C.Burt" أن القدرة هي وسائل علمية لتصنيف الأداء، ويعرفها "فرنون Vernon" بأنها نفي وجود طائفة من الأداءات التي ترتبط مع بعضها البعض ارتباطاً عالياً وتتمايز إلى حد ما، كطائفة غيرها من التجمعات الأخرى للأداءات. (نفس المرجع السابق، ص28).

وعليه يمكن اعتبار القدرة بأنها تصنيف للنشاطات التي يؤديها الفرد في مجموعات بحيث تتشابه وترابط فيما بينها.

ومن هنا يتبين لنا بأن القدرة والمهارة شيان مختلفان، ويرجع ذلك إلى كون المهارة تشير إلى مستوى من الأداء في مجال واحد ومحدد، تكتسب بالممارسة والتعلم، ويمكن ملاحظتها وممارستها بينما القدرة فهي صفة نوعية تتميز بالعمومية والشمولية غير ظاهرة، تتحدد بالعوامل الوراثية لكنها تتأثر بالممارسة والتعلم وتحسن وفقاً لمستويات النضج، وتؤثر في أداء العديد من المهارات، وبهذا يكون عدد المهارات أكبر من عدد القدرات التي يمتلكها الفرد.

## 5.2. الحركة:

هي عبارة عن تغيير التسلسل لأوضاع الجسم أو أجزاء منه في الزمان والمكان كنتيجة لعملية التكامل والتوافق بين العوامل العقلية، البنائية والوظيفية لجسم الإنسان، حيث تعتبر العوامل البنائية من أهم المحددات.

وهي أيضا انتقال أو دوران في زمن معين سواء كان له معنى أو لم يكن له غرض. (محمد يوسف الشيخ، 1975، ص198).

### 1.5.2. مفهوم المهارة الحركية:

هي القدرة على إتخاذ سلسلة من الأوضاع التشريحية لأجزاء الجسم مفردة أو جماعية، بدقة وكفاءة عاليتين وبالاختصار في الوقت والجهد.

### 2.5.2. أنواع المهارة الحركية:

\* المهارة الحركية الكبيرة: هي التي تتطلب استخدام العضلات الكبيرة الأساسية في الجسم، خاصة عضلات الجذع والعضلات التي تربط الأطراف بالجذع، ويظهر هذا النوع في الأعمال اليومية والأنشطة الرياضية.

\* المهارة الحركية الدقيقة: تشمل حركات متخصصة، تتميز بأكثر دقة وتفرد، لها حجم ومدى صغيرين محدودين تمثل المهارات الحركية التي تنجز عن طريق الأطراف والمجموعات العضلية الصغيرة لأنها لا تتطلب بذل مجهود بدني كبير بل تعتمد على قدرات الإحساس، وتظهر غالبا في أعمال الرسم والفنون التشكيلية، العزف على الآلات الموسيقية، والكثير من الأعمال التي تتطلب استخدام الآلات والأجهزة والماكينات.

بالرغم من تباين النوعين في جوانب عديدة إلا أنه يجب الفصل بينهما لأن الأداء المهاري عند الإنسان يمتد كشكل متسلسل ومتصل بين المهارات الكبيرة والدقيقة، إذ تتجه حركة الإنسان في شكل متدرج، تبدأ من النمط المهاري العام الذي يتضمن استخدام الحركة الكلية للجسم لإنجاز العديد من الأعمال التي تتطلبها الحياة اليومية

إلى أنماط حركية متخصصة جدا تتطلبها بعض المهن والأعمال والأنشطة الخاصة. (محمد حسن علاوي: محمد نضر الدين رضوان، 1987، ص15).

### 3.5.2. خصائص المهارة الحركية:

هل الأداء المهاري صفة مكتسبة أو موروثه؟

لقد أعطت الدراسات في المجال الحركي الإجابة على هذا التساؤل حيث أكدت أن الأداء المهاري الحركي يرتبط بكل من العوامل الوراثية التي تتميز بالعمومية والشمولية بالإضافة إلى العوامل البيئية التي تمثل التعلم والممارسة والخبرات الخاصة والتي تتميز بصفة الخصوصية والنوعية.

فقد أظهرت دراسة "جودناف وسمارت Goodnovghand smart " أن العوامل العامة في القدرات تظهر في الأداء الحركي للأطفال الصغار مما يدل على أنها فطرية وموروثة، وتوصل "جيزال" إلى الأنشطة الحركية الأساسية عند الأطفال هي نتيجة عوامل عامة تدل على قدرات فطرية وموروثة. أما دراسة "ماكجرو Mcgrau " سنة 1939 على التوافق البدني عند للتوائم فأظهرت أن الأنماط الحركية في السلوك الأولي مثل الزحف، الحبو، الجلوس والوصول إلى الأشياء والقبض عليها هي مهارات وراثية وعامة عند الأطفال تنمو بالتدريب وبدونه في حين أن المهارات النوعية مثل الترحلق، واللعب على الصناديق، الغطس والسباحة وغيرها فهي مهارات خاصة بكل طفل على حدا لا تنمو إلا بالتعليم والتدريب والممارسة. (نفس المرجع السابق، ص17).

#### 4.5.2. المهارات الحركية في المجال الرياضي:

يقتضي هذا النوع استخدام العضلات لتحريك الجسم أو بعض أجزائه من أجل تحقيق إنجاز أو أداء بدني خاص. (نفس المرجع السابق، ص29). وهي مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة من خلال القيام بواجب حركي بأقصى درجة من الاتقان مع بذل أقل قدر من الطاقة في أقل زمن ممكن. (مفتي إبراهيم حماد، 2002، ص13). وتعتبر المهارة الرياضية نتيجة للتفاعل بين المهارات المعرفية والإدراكية والوجدانية كما أنها عبارة عن إتحاد مجموعة من الوحدات الحركية في شكل نمط حركي خاص، وفقا للأساليب الفنية والقواعد المنظمة لكل لعبة، بغرض تحقيق نتائج معينة، حيث تضم هذه الوحدات الحركية جملة من الحركات الأساسية. ويرى "كير Keer" أن المهارة الرياضية تعتمد على نظرية الضبط والتحكم الذاتي Cybernétique. بمعنى استخدام معلومات التغذية الرجعية Feedback من ثلاث مصادر رئيسية هي:

\* معلومات عما يجب الوصول إليه أو تحقيقه.

\* معلومات من العمل أو الأداء نفسه.

\* معلومات من النتائج التي يحققها الفرد.

#### 6.2. مفهوم المهارة في كرة القدم:

المهارة في كرة القدم هي كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها. (حنفي محمود مختار، 1994، ص71). وهي قدرة على التعامل مع الكرة وحل المشكلات في إطار قانون اللعبة من أجل المشاركة في بناء الخطط الدفاعية والهجومية، ويرى "محمد حازم ومحمد أبو يوسف" بأنها القدرة على انتقاء أنسب الحركات التي تتماشى مع طبيعة الموقف المتغير بما يتبع الهدف الأساسي في لعبة كرة القدم وهو إصابة

مرمى الفريق الخصم بأكبر عدد من الأهداف ومنعه من إصابة مرماه. (محمد حازم، محمد أبو يوسف، 2005، ص49).

### 1.6.2. أهمية المهارة في كرة القدم:

تكمن أهمية المهارة في كرة القدم في كونها الأداة أو الوسيلة التي تمكن اللاعب من بناء وتنفيذ الخطط الهجومية والدفاعية من أجل الفوز بالمباراة. وتتوقف نتائج أي فريق على مدى إتقان لاعبيه للمهارات المختلفة لهذه اللعبة ولما كانت كرة القدم عبارة عن تبادل الفريقين لمواقف الهجوم والدفاع ظهرت أهمية استخدام المهارات الهجومية والدفاعية وانتقاء الأنسب منها بغرض التكيف مع الظروف المتغيرة المحيطة بأدائها، وتعد المهارة حجرا أساسيا إلى جانب العوامل البدنية والنفسية في بناء اللاعب المتكامل، ويشير "محمد حسن علاوي" إلى أنه مهما اُتصف اللاعب بصفات خلقية ووراثية وبلغ من الإعداد البدني فإنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك بالإتقان التام للمهارات الحركية تبعا للنشاط الذي يتخصص فيه. (محمد حسن علاوي، 1972، ص275).

وليس بالضرورة أن يجسد اللاعب كل أنواع المهارات في كرة القدم باعتبار هذه الأخيرة رياضة جماعية تتطلب أن يكمل أداء كل لاعب فيها أداء باقي زملائه في الفريق.

### 2.6.2. العوامل المؤثرة على الأداء المهاري في كرة القدم:

يخضع اللاعب خلال أدائه للمهارة في كرة القدم إلى عدة عوامل حددها "إبراهيم شعلان ومحمد عفيفي" في النقاط التالية:

#### - المساحة:

تؤثر مساحة اللعب على الأداء المهاري بطريقتين ففي حالة الاتساع يكون المجال كبير للحركة والسيطرة على الكرة والإتقان، وهذا من خلال الرؤية والمتابعة الجيدة للكرة وموقع زملاء، أما إذا صغرت المساحة فيضيق المجال الحركي ويصعب التحكم في الكرة حيث يتطلب هذا الوضع درجة عالية من التركيز وسرعة كبيرة لرد الفعل.

#### - المكان أو المنطقة من الملعب:

كل منطقة من الملعب تتطلب تعاملًا خاصًا بالكرة وبالتالي تستدعي مهارة معينة من غيرها، تتناسب مع متطلبات حطط اللعب للفريق ومراحله، كالتمهيد للهجوم في الثلث الأول عقب الاستحواذ

على الكرة ثم بناؤه في الثلث الأوسط فتطويره في الثلث الهجومي، كما أن جانبي الملعب يحتمان الكرات العكسي، بينما منطقة الجزاء يفضل فيها الأداء المباشر كالتصويب والتهئية.

### - موقع الزميل وتحركاته:

يؤثر موقع الزميل وأعضاء الفريق وتحركاتهم في أداء المهارة من حيث إطاء عدد من الحلول عن طريق فتح الثغرات وزوايا التمرير السليمة، وإعطاء الفرصة لاتخاذ القرار السليم في التوقيت المناسب والمكان الملائم.

### - الضغط من جانب المنافس:

يمكن تأثير هذا العامل على طريقة أداء المهارات، حيث يفرض الخصم على اللاعب الدمج بين أكثر من مهارة في آن واحد كما يتطلب إخفاء النية عن كيفية الأداء.

### - اتجاه ومسار سرعة وقوة ومستوى الكرة:

أما اتجاه الكرة سواء كان أمامي أو جانبي، يفرض على اللاعب إتخاذ أوضاع معينة لجسمه، حيث يحتم هذا الوضع أسلوبا معيناً في الأداء، بينما المسار فله حساسيته الخاصة حسب نوعه سواء كان مستقيماً أو ملتوياً أو لولبياً، فحين تتطلب سرعة وقوة الكرة استخدام الجزء المناسب من الجسم الذي يتلاءم معهما في الكرات القوية، فحالة الارتداد القوي تتطلب أسطح أكبر عند الاستلام كباطن القدم أو الصدر مثلاً، عكس الكرات الضعيفة التي تتطلب أسطحاً صغيرة كالوجه الأمامي للقدم، أما مستوى الكرة أرضي كان أو عالٍ أو نصف عالٍ فيؤثر على الأداء ليحمله من الثبات أو من الحركة أو من الوثب لأعلى في الهواء. (إبراهيم شعلان، محمد عفيفي، 2001، ص 22، 16).

### 3.6.2. مهارة ضرب كرة القدم:

تستخدم هذه المهارة للتمرير والمناولة بين أعضاء الفريق، إما أن تكون صغيرة، متوسطة أو طويلة، كما تستعمل في التسديد باتجاه الهدف بغرض التسجيل أو لإبعاد الكرة من أمام المرمى من طرف المدافع. تشارك في ضرب الكرة جميع أعضاء الجسم، حيث تنتقل القوة الكامنة في عضلاته إلى القدم عن طريق الساق الضاربة. (أمر الله البساطي، 1980، ص 65-67).

ويجر أداء مهارة ضرب الكرة بأربع مراحل هي:

\* الاقتراب.

\* أخذ وضع التسديد: وضع القدم الثابتة ثم المرجحة أي الرجل الضاربة.

\* الضرب مع المتابعة.

وتنفذ هذه المهارة بجميع أنحاء القدم فنجد:

### - الطرق الشائعة:

\* بباطن القدم.

\* بوجه القدم الخارجي.

\* بوجه القدم الداخلي.

\* كعب القدم.

- الطرق غير الشائعة:

\* أسفل القدم.

\* بالركبة.

\* رأس القدم.

### 3. مهارة التسديد نحو المرمى:

هي إحدى وسائل الهجوم الفردي، ويتطلب التسديد من اللاعب مقدرة على التركيز ومهارة فنية عالية في الأداء لمختلف أنواع ضرب الكرة بالقدم وتأتي فرصة التسديد دائما بعد المحاورة أو بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين، ويجب قبل التسديد أن يقرر اللاعب كيف يسدد، ويجب أن يدرك اللاعب نواحي الضعف في حارس مرمى الفريق المنافس. (حنفي محمود مختار، ص 106).

إن التسديد في المباريات يعتبر عملية اتخاذ قرارات، فدواعي الفشل أو فقدان الفريق للكرة إذا سدد اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين، وعلى هذا فالتسديد لا بد أن يكون له صفات نفسية خاصة يتطلب غرسها في اللاعب منذ بداية عهده في التدريب، كالثقة بالنفس مثلا، ولكي تكون عند اللاعب الثقة في النفس ليسدد لا بد وأن يكون وصل إلى مرحلة الإتقان في تكنيك التسديد تحت كل الظروف مثل:

- التدريب على التسديد في ظروف سهلة وبسيطة.

- الارتفاع التدريجي في سرعة الأداء.

- استخدام الوسائل المساعدة (الحوائط المقسمة، الأقماع والشواخص، الحواجز، المقاعد، المرمى

متعدد المساحات).

- أن تؤدي تمارين التسديد من اتجاهات متغيرة لمسار الكرة.

- تثبيت مهارة التسديد عن طريق تغيير الظروف الخارجية مثل استخدام مدافع سلمي ولكن

بفاعلية.

- التدريب على المهارة نحو ظروف أكثر صعوبة مثل وضع مدافع إيجابي.

- الاهتمام والتركيز على دقة التسديد لتثبيت التكنيك الصحيح.

- الاهتمام والتركيز على قوة التسديد لتثبيت التكنيك الصحيح.

- الاهتمام بتنمية خطط الهجوم الفردية والجماعية لإيجاد المواقف المناسبة للتسديد.
- يجب على مدرب الناشئين إعطاء الحرية لإظهار قدراتهم على التسديد مع استخدام الأسلوب الأمثل للتوجيه. (إبراهيم شعلان ومحمد عفيفي، ص158).

### 1.3. دقة وقوة التسديد:

عند تسديد الكرة يجب أن توجه حيث يكون من الصعب على الحارس المنافس أن يصدها، ومن هذا المنطلق نجد أن دقة وقوة التسديد لهما دورا أساسيا في نجاحه، وكلما زادت خبرة اللاعب وتدريبه زادت مقدرته على إرسال تسديدات قوية و دقيقة في مكان محدد من طرفه، أما اللاعبين قليلي الخبرة والتدريب فإنهم غالبا ما يهدرون فرصا ذهبية لتسجيل الأهداف إما بسبب تركيزهم على القوة وحدها أو الدقة وحدها، فهناك من يركز على القوة أثناء التسديد وهو قريب جدا من المرمى فيخطئ المرمى، كما أن هناك من اللاعبين من يسددون الكرة بدقة على حساب القوة وبذلك يعطي الوقت الكافي للحارس للتحرك وصد الكرة.

إذن فالقوة والدقة مطلوبتان عند تسديد الكرة نحو المرمى، ويجب على اللاعب دائما أن يوازن بينهما أثناء التصويب حسب الموقف الذي يواجهه.

تزداد نسبة القوة على الدقة أثناء التسديد في الحالتين التاليتين:

أ- في معظم حالات التسديد لمسافة بعيدة.

ب- في حالة التسديد القريب من زوايا يصدها حارس المرمى.

تزداد نسبة الدقة على القوة أثناء التسديد في حالو ما إذا كانت الكرة قريبة من المرمى وخاصة إذا ما كان الحارس غير متمكن من الزاوية التي يسدد إليها اللاعب. (مفتي إبراهيم، 1991، ص138-139).

### 4. التعريف بالمرحلة العمرية (أقل من 13 سنة):

ويطلق على هذه المرحلة بما يعرف بالمراهقة والتي يحدث فيها والتي يحدث فيها الانتقال التدريجي نحو النضج البدني والجنسي والعقلي والنفسي. (عبد الرحمان العيساوي، 1999، ص100).

أو هي لفظة وصفية تطلق على الفرد غير الناضج انفعاليا وجسميا وعقليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد فالرجولة. (تركي رابح، 1989، ص241).

أما معنى هذه المرحلة العمرية عند اللاتينيين فتعني التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي والعاطفي والوجداني أو الانفعالي ويشير ذلك إلى حقيقة مهمة وهي أن النمو ينتقل من مرحلة إلى مرحلة فجأة، ولكنه تدريجي ومستمر ومتصل، فالمرهق لا يترك عالم الطفولة ويصبح مرهقا بين عشية

وضحاها ولكنه ينتقل انتقالا تدريجيا ويتخذ هذا الانتقال شكل ونمو وتغير في جسمه وعقله ووجدانه فالمرحلة تعد امتدادا لمرحلة الطفولة وإن كان هذا لا يمنع من امتيازها بخصائص معينة تميزها عن مرحلة الطفولة ولهذا فهي مرحلة حساسة ومهمة جدا مما يستوجب معرفة خصائصها وحاجاتها كي تجنب انحرافها.(http://www.ISPam web.net).

- يقول "الدي سلاف La dislave " أن هذه المرحلة تتطلب تطوير التوافق وتعلم الحركات السهلة والصعبة من خلال التمرينات المطبقة.(La dislave, 1984, p16).

- ويقول أيضا "كورت Korte " انطلاقا من وجهة نظر التطور الحركي فإن هذا العمر هو أفضل عمر زمني يجب استثماره لتطوير القابلية الحركية متنوعة الوجود.(Korte, 1997, p65).

#### 4.1. مفهوم النمو:

##### 1.1.4 النمو التكويني:

ونعني به نمو الفرد في الهيئة والشكل والوزن والتكوين نتيجة لطوله وعرضه وارتفاعه، فالفرد ينمو ككل في مظهره الخارجي العام وينمو داخليا تبعا لنمو أعضائه المختلفة.

##### 2.1.4. النمو الوظيفي:

ونعني به نمو الفرد في الهيئة والشكل والوزن والتكوين نتيجة لطوله وبذلك يشتمل النمو بمظهره الرئيسيين كيميائية وفسولوجية وطبيعية ونفسية واجتماعية.(محمد الحمحامي ووليد الخولي، 1998، ص52-53).

#### 2.4. مفهوم الطفولة المتأخرة (أقل من 13 سنة):

هي مرحلة إتقان الخبرات والمهارات اللغوية والحركية، والعقلية السابق اكتسابها، حيث ينقل الطفل تدريجيا من مرحلة الكسب إلى مرحلة الإتقان، والطفل في حد ذاته ثابت وقليل المشاكل الانفعالية، ويميل الطفل ميلا شديدا إلى الملكية التي بدأ في النمو قبل ذلك، كما يتجه للانتماء إلى الجماعات المنتظمة بعد أن كان يميل قبل ذلك لجرد الاجتماع لمن في سنه.(عبد الرحمان عساوي، 1992، ص15).

إن طفل في هذه المرحلة يأخذ الأمور بجدية تامة، ويتوقع الجديد من الكبار، إذ نجد هناك صعوبات يجدها الكبار في معاملتهم له، وخاصة أننا نتذبذب في هذه المعاملة، فتارة نطلبه أن يكون كبيرا، وتارة أخرى نذكره أنه مازال طفلا صغيرا، فإذا بكى مثلا، عاتبناه لأنه ليس بطفل صغير، وإذغ ابتعد عن المنزل عاتبناه لأنه طفل صغير.

ولما كانت معايير الأطفال في هذا السن تختلف عن معايير الكبار، يعكس المراهق أو طفل الرابعة أو الخامسة، الذي يسعى لإرضاء من حوله وتقديرهم، ولما كانت هذه المرحلة من السن تتميز ببدأ انطلاقه خارج المنزل فيصبح إرضاء أصدقائه أهم من إرضاء والديه. ونظرا لطاقة النشاط التي تتميز أطفال هذه المرحلة، نجد أن الطفل يصرف جل وقته خارج المنزل في اللعب، ويصعب على الأسرة وعلى الكبار انتزاعه من بين أصدقائه في اللعب. (سعد جلال، 1991، ص198-200).

#### 2.4. مميزات المرحلة العمرية (أقل من 13 سنة):

- من أهم مميزات هذه المرحلة نجد:
- اكتساب المهارات اللازمة للمهارات العادية.
- تنمية المهارات الأساسية للقراءة والكتابة والحساب.
- تنمية المفاهيم اللازمة للحياة اليومية.
- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.
- اقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث، كما أن الاختلاف غير واضح. (سيد خيرى، 1976، ص20-21).

ويعتبر العلماء أن في هذه المرحلة يتحسن التوافق العصبي العضلي لدى الطفل وكذلك الإحساس بالاتزان، ويمكن القول أن النمو الحركي يصل إلى ذروته، كما يعتبرها المرحلة المثلى للتعلم الحركي واكتساب المهارات الحركية. (محمد مصطفى زيدان، 2001، ص39).

# الخلفية المعرفية التطبيقية

---

الخلفية المعرفية التطبيقية:

1. الفصل الأول: الإجراءات الميدانية للدراسة

2. الفصل الثاني: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

# الفصل الأول: الإجراءات الميدانية للدراسة

---

## الفصل الأول: الإجراءات الميدانية للدراسة

1. الدراسة الاستطلاعية

2. المجتمع

3. العينة

4. المنهج المتبع

5. مجالات الدراسة

6. أداة جمع البيانات

7. البرنامج المطبق

8. الأساليب الإحصائية المستعملة

9. الإحصاء الوصفي

10. الإحصاء الاستدلالي

## 1. الدراسة الاستطلاعية:

### 1.1. تعريف الدراسة الإستطلاعية:

البحث الاستطلاعي أو الدراسة العلمية الكشفية الصياغية الاستطلاعية، هو البحث الذي يستهدف التعرف على المشكلة فقط وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث عندما تكون المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق إليها، أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة. إن أي دراسة ميدانية تعتمد في خطواتها الأولى على الدراسة الاستطلاعية وحتى نعطي لموضوع دراستنا الصيغة العلمية، وبعد التشاور مع الأستاذ المشرف ودرب فريق نادي الشرطة بالجلفة التمسنا ضعف في قوة التسديد، قوة التسديد بالرجل وقوة التسديد بالرأس حيث قمنا بإجراء دراسة استطلاعية لكي نعالج كل ما يخدم موضوع بحثنا.

وقمنا بدراسة ميدانية بالإمكانات المتوفرة لدى النادي مع مراعاة أوقات التدريب، كما قابلنا الطاقم المسؤول للنادي بالمساعدة التامة وتوفير الظروف الملائمة من أجل السير الحسن للبرنامج المقترح. استغرق هذا البرنامج المقترح 8 أسابيع احتوى على 10 وحدات تعليمية تدريبية وتدريسية.

## 2. المجتمع:

### 1.2. تعريف المجتمع:

هو مجموعة من الخصائص التي يحددها الباحث تكون مضبوطة عند كافة أعضاء العينة، ويعتبر من النقاط الأساسية التي ينبغي أن يراعيها الباحث ويوليها اهتماما كبيرا، فبدون تحديد المجتمع وتحديد العناصر الداخلة فيه لا يستطيع الباحث التحكم في كافة المتغيرات المرتبطة بالبحث. (عبد اليمين بوداود، 2009، ص 69).

## 2.2. مجتمع الدراسة:

تمثل مجتمع الدراسة في لاعبي نادي الشرطة بالجلفة حيث تكون من فئتين هما أقل من 13 سنة وعدد لاعبيه 30 لاعب و أقل من 10 سنوات وعددهم 30 لاعب حيث اخترنا 10 مهاجمين من أصل 30 لاعب من الفئة الأقل من 13 سنة، حيث قدمت لنا كامل الإمكانيات والوسائل اللازمة التي ساعدت على تطبيق البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة.

## 3. العينة:

### 1.3. تعريف العينة:

هي جزء من الكل نقوم باختيارها بطريقة معينة لدراستها من أجل التحقق من الظاهرة في هذا الكل كما تعرف بأنها مجموعة من الافراد تختار بطرق مختلفة من مجتمع كبير لدراسة ظاهرة فيه وبشكل عام فإن العينة نعرفها بأنها مجموعة من الافراد تؤخذ من المجتمع الأصل بحيث تكون ممثلة له تمثيلاً صادقاً، وتم اختيار عينة الدراسة بطريقة مقصودة ولا يتم تعميم نتائجها إلا بعد المقارنة وإجراء دراسة أخرى ويمكن أن تستعمل العينة المقصودة عندما يكون المجتمع الأصلي قليل العدد وخاصة في الرياضات الفردية مثل رياضة الجمباز أو رياضة ألعاب القوى و يمكن كذلك استخدامها عندما تريد قصد دراسة بعينها كأن تقصد دراسة الحالة البدنية لرياضي معين لا غير إلى غير ذلك من المواقف التي تدفعنا إلى القصد في الدراسة و البحث. (نفس المرجع السابق، ص 67 و 72).

### 2.3. عينة البحث:

عينة البحث الحالي متكونة من 10 مهاجمين من أصل 30 لاعب في نادي الشرطة بالجلفة (أقل من 13 سنة).

## 4. المنهج المتبع:

### 1.4. تعريف المنهج:

هو الطريقة التي يتعين على الباحث أن يلتزمها في بحثه حيث يتقيد باتباع مجموعة من القواعد العامة التي تهيمن على سير البحث ويسترشد بها الباحث في سبيل الوصول إلى الحلول الملائمة لمشكلة البحث.

ولقد تعددت أنواع المناهج وصنفت عدة تصنيفات فمنها المنهج الوصفي ومنها الاستطلاعي و التحليلي و المقارن و التاريخي و التجريبي ....الخ. كما صنفت إلى أنواع رئيسية وأخرى فرعية ولكل نوع طريقته و قواعده التي يجب على الباحث أن يتقيد بها، وقد تم اختيار المنهج التجريبي والذي يعتبر من أكثر المناهج العلمية التي تتمثل فيه معالم الطريقة العلمية بصورة واضحة وذلك لأنها لا تفقد عند مجرد وصف موقف أو تحديد حالة أو التاريخ للحوادث الماضية بل يقوم الباحث بدراسة المتغيرات المتعلقة بظاهرة معينة ويحدث في بعضها تغييرا مقصودا ويتحكم في متغيرات أخرى حتى يتوصل إلى العلاقات السببية بين كل هذه المتغيرات وأثناء ذلك يراعي تحقيق أقصى درجات الضبط العلمي، وأستخدم في هذه الدراسة المنهج التجريبي بتصميم العينة الواحدة. (نفس المرجع السابق، ص 111 و 136).

## 5. المجالات:

### 1.5. المجال الزمني :

كانت بداية الجانب التمهيدي في شهر ديسمبر اما الجانب النظري فكانت في شهر جانفي أما بالنسبة لبرنامج الالعاب الصغيرة المقترح فكانت انطلاقته في 03 جانفي اما الجانب التطبيقي فكانت بدايته في شهر فيفري.

### 2.5. المجال المكاني:

نادي الشرطة بالجلفة فئة اقل من 13 سنة وتم تطبيق البرنامج المقترح للالعاب الصغيرة في مركب البلدية اول نوفمبر 1954

## 6. أداة جمع البيانات:

تم جمع البيانات عن طريق اختبارات مهارية:

### 1.6. اختبار قياس دقة التسديد:

التصويب داخل مرمى كرة قدم وداخله مرمى كرة يد.

- الغرض:

دقة التصويب في جزء محدد من المرمى مع وجود الحارس.

- الأدوات المستخدمة:

كرة قدم - مرمى كرة قدم - مرمى كرة يد.

- وصف الأداء:

توضع الكرة عند نقطة التصويب و عند إعطاء الإشارة يتقدم اللاعب نحو المرمى في جزء محدد و

تعطى تسعة محاولات والترتيب كالتالي:

الجزء الأيمن من المرمى - الجزء الأيسر من المرمى - وسط المرمى، وإذا اصطدمت الكرة بأحد القوائم

تعاد المحاولة.

- التسجيل:

الجهة اليمنى 40 درجة - الجهة اليسرى 20 درجة - الوسط 10 درجات.

## 6.2. اختبار قياس قوة التسديد:

المرمى المقسم.

- الغرض:

قياس قوة التسديد.

- الأدوات المستخدمة:

3 كرات قدم وشريط.

- وصف الأداء:

يقف اللاعب خلف خط الأداء بمسافة (18م) وأمامه 3 كرات، يتحرك اللاعب ويقوم بركل الكرة

نحو المرمى حيث تعطى لكل لاعب 3 محاولات.

- التسجيل:

- 20 درجة على التسديد في الزوايا العليا.

- 115 درجة على التسديد في الزوايا السفلى.

- 5 درجات على التسديد في المنتصف.

### 3.6. اختبار قياس قوة التسديد بالراس:

ضرب الكرة بالرأس إلى أبعد مسافة.

- الغرض:

قياس قوة ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة.

- الأدوات المستعملة:

كرة قدم وشريط قياس.

- وصف الأداء:

يقف اللاعب خلف خط البدء ماسكا الكرة وعند الإشارة يرمي الكرة عاليا ثم يقوم بضربها بالجهة

لأبعد مسافة ممكنة إلى الأمام وتعطى لكل لاعب 3 محاولات.

- التسجيل:

تحتسب أفضل محاولة يسجلها اللاعب.

### 7. البرنامج المطبق:

تشكل برنامج الألعاب الصغيرة المقترح من 10 وحدات تدريبية حيث تنوعت من وحدات تعليمية تدريبية و وحدات تدريبية حيث تشكلت الوحدة التدريبية من مرحلة تمهيدية ومدتها 15 دقيقة تم فيها خلق الاستعداد النفسي و البدني و الوظيفي للأداء و التهيئة الجيدة للمرحلة الرئيسية وبدورها تمثلت في 03 ألعاب صغيرة مدة كل لعبة صغيرة 10 دقائق اي في المجموع 30 دقيقة وفي الاخير من المرحلة الختامية حيث تم فيها الرجوع الى الحالة الوظيفية الاولى.

تم تحكيم البرنامج المقترح المطبق من طرف أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالحلقة.

### 8. الأساليب الإحصائية المستعملة:

#### 1.8. الإحصاء الوصفي:

- المتوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري S

## 2.8. الإحصاء الاستدلالي:

- اختبار الفروق بين المتوسطات حالة عينتين مترابطتين T-test .
- درجة الحرية Df.
- مستوى الدلالة  $\alpha$
- الدلالة المعنوية sig

ملاحظة: تمت المعالجة الاحصائية عن طريق برنامج SPSS 22.

## الفصل الثاني: عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها

---

الفصل الثاني: عرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشته

1. عرض و تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الأولى

2. عرض و تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الثانية

3. عرض و تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

4. الاستخلاص

## 1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

- الفرضية: هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدقة التسديد لدى الناشئين تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.

- الغرض: معرفة أثر برنامج الألعاب الصغيرة على دقة التسديد لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (أقل من 13 سنة).

جدول 1 يمثل الفروق الاحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدقة التسديد لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (أقل من 13 سنة).

الدالة	sig	$\alpha$	Df	Ttest المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	دقة التسديد
دال	0,001	0,05	9	4,93	41,04	102	قبلي
					18,52	151	بعدي

### - تحليل النتائج:

نلاحظ من الجدول أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي لدقة التسديد يساوي 102 بانحراف معياري يساوي 41,04 ، أما القياس البعدي لدقة التسديد فمتوسطه الحسابي يساوي 151 بانحراف معياري يساوي 18,52 ، أما قيمة T-test كان مقداره 4,93 بدرجة حرية تساوي 9 عند مستوى دلالة يساوي 0,05 ، أما قيمة sig كانت 0,001 وهي أقل من  $\alpha$ .

إذن فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدقة التسديد لصالح القياس البعدي.

### - مناقشة النتائج:

من المعالجة الإحصائية تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي لدقة التسديد تعزى للبرنامج المقترح المطبق، أي أن برنامج الألعاب الصغيرة أثر إيجابيا على دقة التسديد لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (اقل من 13 سنة)، ما توافق مع دراستين قحطان خليل خليل العزاوي و ناهده عبد زيد الدليمي.

وهذا راجع لتركيز الباحث على ألعاب صغيرة تنافسية والتي تنمي و تطور المهارات الحركية و البدنية و الوظيفية بالإضافة إلى الأداء الحركي هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم بأدوات أو بأجهزة أو بدونها من أجل تنمية المهارات الحركية و من المهارات الحركية هي مهارة التسديد فمهارة التسديد نحو المرمى في المباريات تعتبر عملية اتخاذ قرار فدواعي الفشل في التسديد أو فقد الفريق الكرة اذا سدد اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين و هنا تدخل الألعاب الصغيرة في التحضير الجيد لهذه اللحظات في المباراة فإن تنمية مهارة التسديد لدى الناشئين مما ادى الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي لصالح القياس البعدي.

## 2. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

- الفرضية: هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لقوة التسديد لدى الناشئين تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.

- الغرض: معرفة أثر برنامج الألعاب الصغيرة على قوة التسديد لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (أقل من 13 سنة).

جدول 2 يمثل الفروق الإحصائية بين القياس القبلي والبعدي لقوة التسديد لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (أقل من 13 سنة).

الدالة	sig	$\alpha$	Df	Ttest المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	دقة التسديد
دال	0,000	0,05	9	7,42	70,5	241	قبلي
					42,37	378	بعدي

### - تحليل النتائج:

نلاحظ من الجدول أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي لقوة التسديد يساوي 241 بانحراف معياري يساوي 70,5 ، أما القياس البعدي لقوة التسديد فمتوسطه الحسابي يساوي 378 بانحراف معياري يساوي 42,37 ، أما قيمة T-test كان مقداره 7,42 بدرجة حرية تساوي 9 عند مستوى دلالة يساوي 0,05 ، أما قيمة sig كانت 0,000 وهي أقل من  $\alpha$ .

إذن فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لقوة التسديد لصالح القياس البعدي.

### - مناقشة النتائج:

من المعالجة الإحصائية تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي لقوة التسديد تعزى للبرنامج المقترح المطبق، أي أن برنامج الألعاب الصغيرة أثر إيجابيا على لقوة التسديد لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (اقل من 13 سنة)، ما توافق مع الدراستين قحطان جليل خليل العزاوي و ناهده عبد زيد الدليمي.

وهذا راجع لتركيز الباحث على ألعاب صغيرة تنافسية والتي تنمي و تطور المهارات الحركية و البدنية و الوظيفية بالإضافة إلى الأداء الحركي هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم بأدوات أو بأجهزة أو بدونها من أجل تنمية المهارات الحركية و من المهارات الحركية هي مهارة التسديد فمهارة التسديد نحو المرمى في المباريات تعتبر عملية اتخاذ قرار فدواعي الفشل في التسديد أو فقد الفريق الكرة اذا سدد اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين و هنا تدخل الألعاب الصغيرة في التحضير الجيد لهذه اللحظات في المباراة فإن تنمية مهارة التسديد لدى الناشئين مما ادى الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي لصالح القياس البعدي.

### 3. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

- الفرضية: هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للتسديد بالرأس لدى الناشئين تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.

- الغرض: معرفة أثر برنامج الألعاب الصغيرة على قوة التسديد لدى نادي الشرطة لكرة القدم (اقل من 13 سنة).

جدول 3 يمثل الفروق الإحصائية بين القياس القبلي والبعدي للتسديد بالرأس لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (اقل من 13 سنة).

الدلالة	sig	$\alpha$	Df	Ttest المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	دقة التسديد
دال	0,000	0,05	9	7,67	0,64	5,93	قبلي
					0,56	6,39	بعدي

#### - تحليل النتائج:

نلاحظ من الجدول أن المتوسط الحسابي للقياس القبلي للتسديد بالرأس يساوي 5,93 بانحراف معياري يساوي 0,64، أما القياس البعدي للتسديد بالرأس فمتوسطه الحسابي يساوي 6,39 بانحراف معياري يساوي 0,56، أما قيمة Ttest كان مقداره 7,67 بدرجة حرية تساوي 9 عند مستوى دلالة يساوي 0,05، أما قيمة sig كانت 0,000 وهي أقل من  $\alpha$ .

إذن فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي للتسديد بالرأس لصالح القياس البعدي.

### - مناقشة النتائج:

من المعالجة الإحصائية تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي للتسديد بالرأس تعزى للبرنامج المقترح المطبق، أي أن برنامج الألعاب الصغيرة أثر إيجابيا على التسديد بالرأس لدى لاعبي نادي الشرطة لكرة القدم (اقل من 13 سنة)، ما توافق مع الدراستين **قحطان جليل خليل العزاوي و ناهده عبد زيد الدليمي**.

وهذا راجع لتركيز الباحث على ألعاب صغيرة تنافسية والتي تنمي و تطور المهارات الحركية و البدنية و الوظيفية بالإضافة إلى الأداء الحركي هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم يشترك فيها أكثر من فرد ليتنافس وفق قواعد مسيرة لا تقتصر على سن أو جنس أو مستوى بدني معين ويغلب عليها طابع الترويح والتسلية وقد تستخدم بأدوات أو بأجهزة أو بدونها من أجل تنمية المهارات الحركية و من المهارات الحركية هي مهارة التسديد فمهارة التسديد نحو المرمى في المباريات تعتبر عملية اتخاذ قرار فدواعي الفشل في التسديد أو فقد الفريق الكرة اذا سدد اللاعب قد تكون حاجزا نفسيا أمام الكثير من اللاعبين و هنا تدخل الألعاب الصغيرة في التحضير الجيد لهذه اللحظات في المباراة فإن تنمية مهارة التسديد لدى الناشئين مما ادى الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي لصالح القياس البعدي.

### خاتمة:

إن الألعاب الصغيرة كطريقة لتعلم مهارات التسديد نحو المرمى هي من أهم الطرق الحديثة المنتهجة نظرا للدور الكبير الذي تلعبه في بلوغ أهداف مجتمع لتطوير وتنمية قدرات ومهارات اللاعب الناشئ، وهذه الطريقة تتلاءم مع الفئة العمرية الأقل من 13 سنة، والتي تعتبر خصبة وملائمة لصقل المهارات، لأن الطفل في هذه المرحلة يمتاز بالنشاط والحيوية والميول إلى اللعب، لذلك فإنها تستهوي الأطفال وتتيح لهم الفرصة لتطوير وتنمية قدراتهم المهارية، هذا ما جعلنا نؤكد على استعمال هذه الطريقة الحديثة خاصة مع المبتدئين الذين يعتبرون لاعبو الدرجة الممتازة وعماد الفريق مستقبلا، لذلك فإن العناية بتنشئتهم تنشئة سليمة يعني الاطمئنان على مستقبل كرة القدم.

وعلى ضوء النتائج المحصل عليها توصلنا إلى ضرورة إعطاء هذه الطريقة المكانة والأهمية التي تستحقها أثناء عملية تدريب وتكوين الناشئين، وضرورة اتباع برامج ومناهج علمية حديثة تتماشى مع متطلبات وأساليب التدريب الرياضي الحديث.

وفي الأخير نستطيع القول بأن هذه النتائج لا بد أن تكون مرجعا ومنطلقا لدراسات أخرى في هذا المجال، ومنارا للمختصين في مجال التدريب الرياضي للسير على الطريق الصحيح بداية من إيجاد البرامج الناجعة وتوفير الظروف لنجاح هذا الفرد وتوجيهه نحو التأهيل الصحيح.

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

- أمر الله البساطي: التدريب و الإعداد البدني في كرة القدم، مطبعة الاسكندرية، مصر، 1980.

- أسامة كامل راتب: النمو الحركي، دار الفكر العربي، مصر، 1994.

- إبراهيم شعلان، محمد عفيفي: كرة قدم الناشئين، مركز الكتاب للنشر، طبعة 1، القاهرة، مصر، 2001.

- إبراهيم أسيس وآخرون: المعجم الوسيط.

- بطرس رزق الله: المسابقات والألعاب الصغيرة، القاهرة، دار المعارف، 1970.

- تركي رابح: أصول التربية والتعليم، ديوان المطبوعات الجامعية، طبعة 1، الجزائر، 1989.

- ثامر محسن، واثق ناجي: كرة القدم وعناصرها الأساسية، مطبعة بغداد، العراق، 1989، ص 41.

- حنفي محمود مختار: كرة القدم للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1997.

- محمد حسن علاوي: موسوعة الألعاب الرياضية، القاهرة، 1976.

- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، مصر، 1987.

## قائمة المراجع

- محمد الحمحامي وأمين الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، طبعة 2، القاهرة، مصر، 1998.
- محمد مصطفى زيدان، علم النفس الاجتماعي، طبعة 1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2001.
- محمد عرض بسيوني، فيصل ياسين الشطاطي: نظريات وطرق التربية البدنية، طبعة 2، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992.
- مفتي إبراهيم حماد: المهارات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، طبعة 1، جامعة حلوان، مصر، 2002.
- محمد حازم، محمد أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، مصر، 2005.
- عبد الرحمان عساوي، سيكولوجية النمو - دراسة النمو النفسي الاجتماعي نحو الطفل المراهق، بدون طبعة، دار النهضة العربية، بيروت، 1992.
- عبد الرحمان العيساوي: دراسات في تفسير السلوك الإنساني، دار الراتب الجامعية، بيروت، لبنان، 1999.
- عبد اليمين بوداود - عطاء الله أحمد: المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2009.
- فؤاد يحي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- سعد جلال: الطفولة والمراهقة، طبعة 2، دار الفكر العربي، القاهرة، 1991.
- سيد خيرى: النمو الجسمي في مرحلة الطفولة، المجلد السابع، مطبعة حكومة

الكويت، 1976.

- المراجع الأجنبية:

- La dislave.H : *Entrainement de foot balle*, édition groupe ESC ,  
Lyon, France, 1984.

- Korte : *Sport de compétition*, édition Vigot, Paris, France,  
1997.

-<http://www.ISPamweb.net/Familly./adulance/adupance/adupance2..le>

05/05/2007.

## قائمة الملاحق

---

الملاحق:

1. نتائج القياس القبلي و البعدي لدقة التسديد
2. نتائج القياس القبلي و البعدي لقوة التسديد
3. نتائج القياس القبلي و البعدي للتسديد بالراس
4. الوحدات التدريبية المطبقة
5. استمارة التحكيم

ملحق 1. نتائج القياس القبلي و البعدي لدقة التسديد:

جدول 4. يمثل القياس القبلي لدقة التسديد نحو المرمى.

النتائج الأولية للقياس القبلي لدقة التسديد نحو المرمى.									العينة
10	/	20	/	/	40	10	/	/	1
/	10	/	20	/	40	/	/	/	2
10	/	10	20	40	/	40	20	40	3
10	10	40	/	20	/	20	20	10	4
10	/	10	40	40	/	/	/	/	5
40	10	10	/	/	10	10	20	/	6
10	10	10	/	/	/	/	/	/	7
10	10	/	/	/	20	/	40	40	8
10	10	40	/	/	/	/	20	/	9
40	/	10	/	/	/	40	/	40	10

جدول 5. القياس البعدي لدقة التسديد نحو المرمى.

النتائج الأولية للقياس البعدي لدقة التسديد نحو المرمى.									العينة
/	10	40	10	/	40	10	10	20	1
10	40	10	10	40	10	20	/	10	2
10	20	/	20	20	10	40	40	20	3
/	40	20	10	40	/	40	10	/	4
/	/	40	/	10	40	20	/	20	5
40	/	10	/	/	40	10	10	20	6
20	10	40	10	40	/	/	/	20	7
40	40	10	10	/	/	20	20	40	8
/	20	20	10	10	/	40	40	/	9
10	/	40	/	20	/	10	40	40	10

ملحق 2. نتائج القياس القبلي و البعدي لقوة التسديد:

جدول 6. يمثل القياس القبلي لقوة التسديد نحو المرمى.

النتائج الأولية للقياس القبلي لقوة التسديد نحو المرمى.									العينة
5	/	/	115	/	20	/	5	/	1
115	5	02	/	115	/	/	/	20	2
/	/	/	/	20	5	5	115	5	3
115	/	/	/	5	/	115	/	115	4
20	/	/	5	115	5	/	/	/	5
115	5	/	20	/	115	5	/	/	6
20	20	115	/	115	/	/	5	/	7
/	20	/	5	/	115	5	/	115	8
/	/	20	115	20	5	115	02	/	9
/	115	/	/	115	/	20	5	/	10

جدول 7. يمثل القياس البعدي لقوة التسديد نحو المرمى.

النتائج الأولية للقياس البعدي لقوة التسديد نحو المرمى.									العينة
20	115	20	115	/	115	/	20	5	1
115	/	/	/	115	5	20	5	115	2
/	20	5	115	20	5	115	/	20	3
115	5	20	20	/	115	/	115	/	4
20	5	20	5	115	/	5	20	115	5
5	115	/	20	/	115	115	5	/	6
5	20	115	5	115	20	20	115	/	7
115	20	20	/	115	/	20	5	115	8
/	/	115	115	/	5	115	20	20	9
20	115	20	/	115	115	5	/	20	10

ملحق 3. نتائج القياس القبلي و البعدي للتسديد بالرأس:

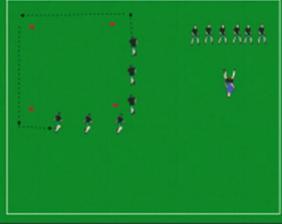
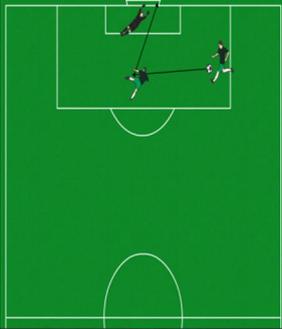
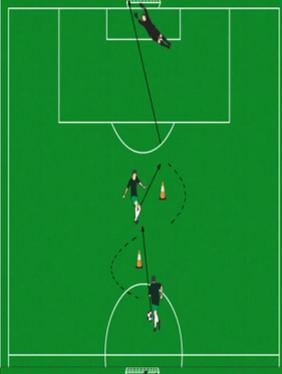
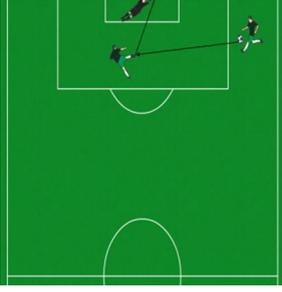
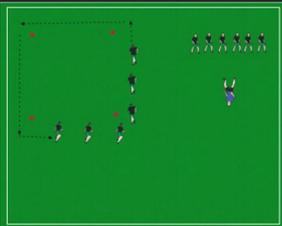
جدول 8. يمثل القياس القبلي لتسديد الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة.

العينة	النتائج الأولية للقياس القبلي لضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة.		
1	5.65	5.77م	5.72م
2	5.01م	5.13م	5.11م
3	6.03م	5.98م	6.07م
4	5م	5.14م	5.19م
5	4.98م	5.16م	5.13م
6	6.32م	5.97م	6.22م
7	5.54م	5.46م	5.79م
8	6.72م	6.47م	6.52م
9	6.24	6.18م	6.27م
10	6.84م	6.82م	6.91م

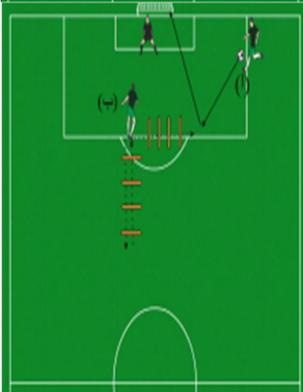
جدول 9. يمثل القياس البعدي لتسديد الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة.

العينة	النتائج الأولية للقياس البعدي لضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة ممكنة.		
1	5.88م	6.01	6.11م
2	5.66م	5.78	5.81م
3	6.31م	6.38م	6.44م
4	5.55م	5.51م	5.74م
5	5.52م	5.84م	5.76م
6	6.73م	6.81م	6.88م
7	6م	5.96م	6.03م
8	7.05م	6.98	7.02م
9	6.89م	6.83م	7م
10	7.07م	6.99م	7.11م

المؤسسة: نادي كرة قدم  
الوحدة التدريبية رقم: 01  
النادي: نادي الشرطة/الخلفة  
الهدف العام: مهارة التسديد  
المدة: 55د  
عدد اللاعبين: 10

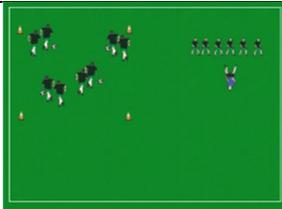
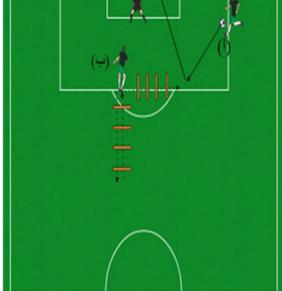
الملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهندام - التحية - التعريف بهدف الحصة الاحماء (العام+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-تحسين مهارة التسديد بدون استقبال الكرة مع مراوغة المدافع		5*2د	تمرين 01: اللاعب (ا) يمرر الكرة للاعب (ب) يقوم اللاعب (ب) بمراوغة المدافع والتسديد نحو المرمى مع التركيز على تسديد الكرة في الاطار مع مراعاة التسديد بالرجل اليمنى و اليسرى مع وجود مدافعين	المرحلة الرئيسية
+	تحسين مهارة التسديد مع المشي بالكرة		5*2د	تمرين 02: اللاعب (ا) يقابل اللاعب (ب) يتقدم اللاعب (ا) بالكرة نحو اللاعب (ب) ثم يمرر له الكرة ثم يقوم اللاعب (ب) بالدوران وتسديد الكرة (التسديد بالرجل اليمنى و اليسرى) مع وجود مدافعين	
+	-تحسين مهارة التسديد مع استقبال التمريرة الطويلة		5*2د	تمرين 03: يقوم اللاعب (ا) بالتمريرة الطويلة نحو اللاعب (ب) يقوم اللاعب (ب) يقوم اللاعب (ب) بالاستقبال ثم التسديد مع مراعاة التسديد بكلتي الرجليين مع وجود مدافعين	
+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		10د	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة أثناء الحصة	المرحلة الختامية

المؤسسة: نادي كرة قدم  
الوحدة التدريبية رقم: 02  
الهدف العام: مهارة التسديد  
النادي: نادي الشرطة/الجلفة  
المدة: 55د  
عدد اللاعبين: 10

الملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهندام - التحية - التعريف بهدف الحصاة الاحماء (العام+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-التنسيق بين الاطراف العليا و السفلى للجسم		5*2د	<b>تمرين 01:</b> يقوم اللاعب بالقفز اماميا ثم خلفيا ثم بالرجل اليمنى ثم الرجل اليسرى ثم يقوم بالقفز جانبيا	
+	-الربط ما بين خاصية التنسيق بين الاطراف العليا و السفلى مع مهارة التسديد		5*2د	<b>تمرين 02:</b> يقوم اللاعب (ب) بالقفز فوق الحواجز ثم استقبال الكرة من اللاعب (ا) ثم يقوم بالتسديد على المرمى مع التركيز على وضع الكرة داخل الاطار مع مراعاة التسديد بالرجلين (اليسرى و اليمنى) مع وجود مدافعين	
+	-زيادة مدى التنسيق بين خاصية التنسيق ومهارة التسديد		5*2د	<b>تمرين 03:</b> يقوم اللاعب (ب) بالقفز اماميا ثم جانبيا بكلتي الرجلين ثم يستقل الكرة من اللاعب (ب) ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى مراعاة التسديد بكلتي الرجلين مع وجود مدافعين	المرحلة الرئيسية

+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		10د	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة أثناء الحصة	الم حالة المنا مهمة
---	--	---	-----	---	------------------------------

المؤسسة: نادي كرة قدم الوحدة التدريبية رقم: 03 المدة: 55د  
 النادي: نادي الشرطة/الجلفة الهدف العام: مهارة التسديد عدد اللاعبين: 10

الملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهدام - التحية - التعريف بهدف الحصة الاحماء (العام+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-محاولة تنمية مهارة التسديد بعد مرحلة التشويش الحركي		5*2د	<b>تمرين 01:</b> يقوم اللاعب (ب) باداء دحرجة امامية ثم يقوم باستقبال الكرة ثم التسديد التسديد يكون مركز نحو المرمى مع وجود مدافعين	المرحلة الرئيسية
+	-تنمية مهارة التسديد مع زيادة في درجة التشويش الحركي		5*2د	<b>تمرين 02:</b> يقوم اللاعب (ب) باداء دحرجة امامية ثم القفز بكلتي الرجلين ثم يقوم باستقبال الكرة من اللاعب (ا) ثم التسديد التسديد يكون بتنوع الرجلين مع وجود مدافعين	
+	-تنمية مهارة التسديد مع زيادة في درجة التشويش الحركي		5*2د	<b>تمرين 03:</b> يقوم اللاعب (ب) باداء دحرجة امامية ثم القفز جانبيا بكلتي الرجلين ثم استقبال الكرة من اللاعب (ا) ثم التسديد مع وجود مدافعين	
+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		10د	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة اثناء الحصة	المرحلة الختامية

المؤسسة: نادي كرة قدم الوحدة التدريبية رقم: 04 المدة: 55د

عدد اللاعبين: 10 الهدف العام: مهارة التسديد النادي: نادي الشرطة/الجلقة

الملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهدام - التحية - التعريف بهدف الحصة الاحماء (العام+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-مداعبة الكرة بالرأس لتسهيل تقبل التسديد بالرأس		5*2د	<b>تمرين 01:</b> يقوم اللاعبون بالاصطفاف على مستوى خطين متقابلين يتم رمي الكرة للاعب المقابل بالرأس ثم إعادة تمريرها للاعب المقابل	المرحلة الرئيسية
+	-التركيز على التسديد بالرأس ناحية المرمى		5*2د	<b>تمرين 02:</b> يقوم اللاعب (أ) برمي الكرة بالرأس للاعب (ب) ثم يقوم اللاعب (ب) بالتسديد بالرأس نحو المرمى مع وجود مدافعين	
+	-تمرير وتسديد الكرة نحو المرمى بالرأس		5*2د	<b>تمرين 03:</b> يقوم اللاعب (ب) برمي الكرة للزميل (أ) بالرأس ثم يقوم اللاعب (أ) بالتمرير للاعب (ب) الكرة بالرأس ثم يقوم اللاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين	
+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		10د	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة اثناء الحصة	المرحلة الختامية

المدة: 55د

الوحدة التدريبية رقم: 05

المؤسسة: نادي كرة قدم

عدد اللاعبين: 10

الهدف العام: مهارة التسديد

النادي: نادي الشرطة/الجلقة

الملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهدام - التحية - التعريف بهدف الحصة الاحماء (العالم+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-تنمية مهارة التسديد بالراس بعد فاصل حركي مشوش		5*2د	<b>تمرين 01:</b> يقوم اللاعب (ب) بالقفز فوق الحواجز بكلتي الرجلين ثم يرمي اللاعب (ا) الكرة بالراس للاعب (ب) حيث يقوم بدوره بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين	المرحلة الرئيسية
+	-تنمية مهارة التسديد بالراس بعد فاصل حركي مشوش		5*2د	<b>تمرين 02:</b> يقوم اللاعب (ب) بدرجعة امامية حيث يرمي له اللاعب (ا) الكرة بالراس وبدوره يقوم اللاعب (ب) بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين	
+	-زيادة درجة التشويش وذلك لتنمية مهارة التسديد في الظروف العادية		5*2د	<b>تمرين 03:</b> يقوم اللاعب (ب) بالقفز من فوق الحواجز وقبلها يقوم باداء درجعة امامية ثم يرمي اللاعب (ا) الكرة بالراس ويقوم اللاعب (ب) بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين	
+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		10د	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة اثناء الحصة	المرحلة الختامية

المدة: 55د

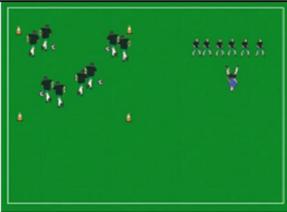
الوحدة التدريبية رقم: 06

المؤسسة: نادي كرة قدم

عدد اللاعبين: 10

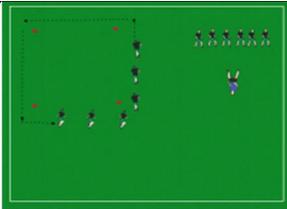
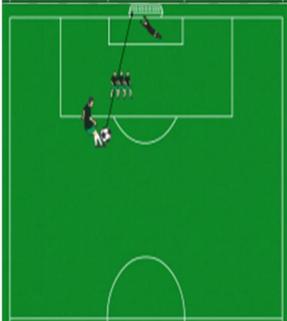
الهدف العام: مهارة التسديد

النادي: نادي الشرطة/الجلقة

الملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهدام - التحية - التعريف بهدف الحصة الاحماء (العالم+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-تنمية مهارة التسديد مع الجري بالكرة حول المنعرجات		5*2د	<b>تمرين 01:</b> يقوم اللاعبون الاول من القاطرة (ا) والاول من القاطرة (ب) بالجري حول الاقمام بالكرة ثم يقومون بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين	المرحلة الرئيسية
+	-تنمية مهارة التسديد مع الجري بالكرة حول المنعرجات		5*2د	<b>تمرين 2:</b> يقوم اللاعبون الاول من القاطرة (ا) والاول من القاطرة (ب) بالجري حول الاقمام بالكرة ثم يقومون بالتسديد ناحية المرمى مع وجود مدافعين	
+	-تنمية مهارة التسديد مع الجري بالكرة حول المنعرجات		5*2د	<b>تمرين 03:</b> يقوم اللاعب بالجري بالكرة حول الاقمام ثم تحضير الكرة لنفسه ثم القيام بقفزات جانبية ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين	
+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		10د	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة أثناء الحصة	المرحلة الختامية



المؤسسة: نادي كرة قدم الوحدة التدريبية رقم: 07 المدة: 55د  
 النادي: نادي الشرطة/الخلقة الهدف العام: مهارة التسديد عدد اللاعبين: 10

الملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهدام - التحية - التعريف بهدف الحصة الاحماء (العام+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-تنمية مهارة التسديد من ثبات		5*2د	<b>تمرين 01:</b> يقوم اللاعب بتسديد الكرة من ثبات ناحية المرمى مع التركيز على وضع الكرة في المرمى	المرحلة الرئيسية
+	-تنمية مهارة التسديد من ثبات وذلك في الزيادة في دقة التسديد		5*2د	<b>تمرين 02:</b> يقوم اللاعب بتسديد الكرة من ثبات ناحية المرمى مع التركيز على مسار الكرة يجب ان يكون بين الاقماع حيث تكون المسافة بين الاقماع 1 متر	
+	-تنمية مهارة التسديد مع وجود جدار الصد		5*2د	<b>تمرين 03:</b> يقوم اللاعب بالتسديد نحو المرمى مع وجود جدار صد	
+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		10د	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة اثناء الحصة	المرحلة الختامية

المؤسسة: نادي كرة قدم الوحدة التدريبية رقم: 08 المدة: 55د

عدد اللاعبين: 10      الهدف العام: مهارة التسديد      النادي: نادي الشرطة/الجلفة

الملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهندام - التحية - التعريف بهدف الحصة الاحماء (العام+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-التسديد مع وجود معيقات وبذل مجهود اضافي		5*2د	<b>تمرين 01:</b> يقوم اللاعب حو الاقمام بدون كرة ثم يقوم بالقفز على الحواجز ثم يقوم بعملية التسديد مع وجود مدافعين	المرحلة الرئيسية
+	-التسديد مع وجود مشوشات وبذل مجهود اضافي		5*2د	<b>تمرين 02:</b> يقوم اللاعب بالجري حول الاقمام ثم يقوم بالقفز فوق الحواجز ثم يقوم بدرجة امامية ثم يقوم بالتسديد مع وجود مدافعين	
+	-التسديد مع وجود مشوشات وبذل مجهود اضافي		5*2د	<b>تمرين 03:</b> يقوم اللاعب بالجري حول الاقمام ثم يقوم بالقفز الامامي فوق الحواجز ثم القفز الجاني حول الحواجز ثم يقوم بدرجة امامية ثم التسديد مع وجود مدافعين	
+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		10د	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة اثناء الحصة	المرحلة الختامية

المدة: 55د

الوحدة التدريبية رقم: 09

المؤسسة: نادي كرة قدم

عدد اللاعبين: 10

الهدف العام: مهارة التسديد

النادي: نادي الشرطة/الجلفة

الملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهندام - التحية - التعريف بهدف الحصة الاحماء (العالم+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-التسديد بالرأس نحو المرمى		5*2د	<b>تمرين 01:</b> يقوم اللاعب (ا) بتمرير الكرة للاعب (ب) بالرأس وبدوره يقوم اللاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى وذلك مع التركيز على ان يضع الكرة داخل المرمى مع وجود مدافعين	المرحلة الرئيسية
+	-التسديد بالرأس نحو المرمى وذلك مع وجود عوامل مشوشة		5*2د	<b>تمرين 02:</b> يقوم اللاعب (ب) بالقفز حول الحواجز ثم يقوم اللاعب (ا) بالتمرير للاعب (ب) بالرأس والذي يقوم بدوره بالتسديد مع وجود مدافعين	
+	-زيادة في درجة التشويش في التسديد نحو المرمى		5*2د	<b>تمرين 03:</b> يقوم اللاعب (ب) بالجري حول الاقماع ثم القفز فوق الحواجز ثم القيام بدحرجة امامية ثم يقوم بالتسديد وذلك بعد ان يمرر له اللاعب (ا) الكرة بالرأس مع وجود مدافعين	
+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		10د	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة اثناء الحصة	المرحلة الختامية



المدة: 55د

الوحدة التدريبية رقم: 10

المؤسسة: نادي كرة قدم

عدد اللاعبين: 10

الهدف العام: مهارة التسديد

النادي: نادي الشرطة/الجلفة

ملاحظة	الهدف	التشكيلات	المدة	التمارين	
+	-تحسين القابليات الحركية والوظيفية -خلق الاستعداد النفسي و البدني		15د	مراقبة الهندام - التحية - التعريف بهدف الحصة الاحماء (العام+الخاص)	المرحلة التحضيرية
+	-دمج مهارة التسديد بالرأس مع مهارة التسديد بالرجل		5*2د	<b>تمرين 01:</b> يقوم اللاعب (ب) برمي الكرة للاعب (ا) بالرأس ثم يقوم اللاعب (ب) بالقفز فوق الحواجز ثم يقوم اللاعب (ا) برمي الكرة للاعب (ب) وبدوره يقوم بالتسديد بالرجل مع التركيز على التسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين	
+	-تذكير بالمكتسبات القبلية		5*2د	<b>تمرين 02:</b> يقوم اللاعب (ب) بالقفز الجانبي فوق الحواجز ثم بالقفز الامامي فوق الحواجز ثم الدوران الجانبي حول الاقمام ثم القيام بدرجة امامية ثم استقبال الكرة من اللاعب (ا) ثم القيام بالتسديد نحو المرمى مع وجود مدافعين	
+	-تذكير بالمكتسبات القبلية		5*2د	<b>تمرين 03:</b> يقوم اللاعب بالتسديد نحو المرمى من ثبات	المرحلة الرئيسية

+	-التخلص من حامض اللاكتيك المتراكم داخل العضلات		د10	-جري خفيف لازالة التعب الواقع على كاهل اللاعبين -شرح المهارة المطبقة مع شرح كافة الأخطاء الحاصلة اثناء الحصة	المرحلة المتقدمة:
---	---	---	-----	---	-------------------

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة زيان عاشور الجلفة  
معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم التدريب الرياضي النخبوي طور ليسانس  
استمارة رأي المختصين حول بعض الألعاب المهارية

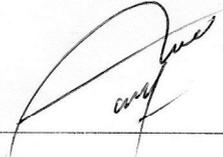
في اطار انجاز مذكرة التخرج و التي تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس تخصص تدريب رياضي نخبوي والمتمثل عنواها في :

تأثير الألعاب الصغيرة على مهارة التسديد نحو المرمى لدى لاعبي كرة القدم(اقل من 13 سنة) في اطار بحثنا نتقدم باستمارتنا هذه طالبين منكم ملئها بعناية و الالتزام بالموضوعية من خلال التي ستعطي مصداقية اكبر على بحثنا الذي هو خطوة نحو الامام وفتح المجال امام دراسات اخرى اكثر تعمقا في الموضوع الفرضيات:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لدقة التسديد لدى الناشئين تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي لقوة التسديد لدي الناشئين في كرة القدم تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدي للتسديد بالرأس نحو المرمى لدى الناشئين في كرة القدم تعزى لبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح

الملاحظة	التعديل	الهدف	التمارين
<p>تدريب التمرارين في حصص مع اخصائهم + الكرة اي + الوسائل واعداد الاعبي + تدريب اليوم</p>		-تحسين مهارة التسديد مع المشي بالكرة	1-اللاعب (ا) يقابل اللاعب (ب) يتقدم اللاعب (ا) بالكرة نحو اللاعب(ب) ثم يمررله الكرة ثم يقوم اللاعب (ب) بالدوران وتسديد الكرة (التسديد بالرجل اليمنى و اليسرى) -يقوم اللاعب (ا) بالتمريرة الطويلة نحو اللاعب (ب) يقوم اللاعب(ب) بالاستقبال ثم التسديد مع مراعاة التسديد بكلتي الرجلين -يقوم اللاعب (ب) برمي الكرة بالراس للاعب (ا) ثم يقوم اللاعب (ا) بالتسديد بالراس نحو المرمى
		-تحسين مهارة التسديد مع استقبال التمريرة الطويلة	-يقوم اللاعب (ب) بالتمرير نحو اللاعب (ا) ثم يقوم اللاعب (ا) بالتسديد بالراس نحو المرمى
		-التركيز على التسديد بالراس ناحية المرمى	-يقوم اللاعب (ب) برمي الكرة بالراس للاعب (ا) ثم يقوم اللاعب (ا) بالتسديد بالراس نحو المرمى
		- تمرير و تسديد الكرة نحو المرمى بالراس	-يقوم اللاعب (ب) برمي الكرة للزميل (ا) بالراس ثم يقوم اللاعب (ا) بالتمرير للاعب(ب) الكرة بالراس ثم يقوم اللاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى بالراس
		-تنمية مهارة التسديد من الثبات	-يقوم اللاعب بتسديد الكرة من ثبات ناحية المرمي مع التركيز على وضع الكرة في المرمي
		-تنمية مهارة التسديد مع وجود جدار الصد	-يقوم اللاعب بالتسديد نحو المرمى مع وجود جدار الصد
		-تنمية مهارة التسديد بعد مرحلة التشويش الحركي	-يقوم اللاعب (ا) باداء دحرجة امامية ثم يقوم باستقبال الكرة ثم التسديد نحو المرمى

		<p>-تنمية مهارة التسديد مع زيادة في درجة التشويش الحركي</p> <p>- تنمية مهارة التسديد مع الجري بالكرة حول المنعرجات</p> <p>-تنمية مهارة التسديد مع الجري بالكرة حول المنعرجات</p>	<p>-يقوم اللاعب (ب) بإداء درجة امامية ثم القفز اماميا بكلتي الرجلين ثم القفز جانبيا بكلتي الرجلين ثم استقبال الكرة من اللاعب (ا) ثم التسديد</p> <p>-يقوم اللاعبان الاول من القاطرة (ب) والاول من القاطرة (ا) بالجري حول الاقماع بالكرة ثم يقومان بالتسديد ناحية المرمى</p> <p>-يقوم اللاعب بالجري حول الاقماع ثم تحضير الكرة لنفسه ثم يقوم بقفزها جانبية ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى</p>
--	--	--	--

الإمضاء	الدرجة العلمية	اسم الأستاذ
	<p>مختصر في كرة القدم (مستشار رياضية) (CAF)</p>	<p>قد، اوكي راسم</p>

الملاحظة	التعديل	الهدف	النمازين
	بالسنة لقد الكارتيات مجي مناسبة جدا كثمة اصناف المعرفة الا وهي السند بالحسب بأراضي - بعد المرحلة ، من التيات . <u>لأن</u> الألعاب الصغيرة لا تظهر في الرياض المعترحة . وعليه لا بد من إعادة راء قال بعض الألعاب الصغيرة في الجزء الرئيسي لكل صفة . لأن الموضوع كله مبني على أكثر الألعاب الصغيرة .	-تحسين مهارة التسديد مع المشي بالكرة  -تحسين مهارة التسديد مع استقبال التمريرة الطويلة  -التركيز على التسديد بالراس ناحية المرمى  - تنمية مهارة التسديد من الثبات  -تنمية مهارة التسديد مع وجود جدار الصد  -تنمية مهارة التسديد بعد مرحلة التشويش الحركي	-اللاعب (ا) يقابل اللاعب (ب) يتقدم اللاعب (ا) بالكرة نحو اللاعب(ب) ثم يمررله الكرة ثم يقوم اللاعب (ب) بالدوران وتسديد الكرة (التسديد بالرجل اليمنى و اليسرى) -يقوم اللاعب (ا) بالتمريرة الطويلة نحو اللاعب (ب) يقوم اللاعب(ب) بالاستقبال ثم التسديد مع مراعاة التسديد بكنتي الرجلين -يقوم اللاعب (ب) برمي الكرة بالراس للاعب (ا) ثم يقوم اللاعب (ا) بالتسديد بالراس نحو المرمى -يقوم اللاعب (ب) برمي الكرة للزميل (ا) بالراس ثم يقوم اللاعب (ا) بالتمرير للاعب(ب) الكرة بالراس ثم يقوم اللاعب (ب) بالتسديد نحو المرمى بالراس -يقوم اللاعب بتسديد الكرة من ثبات ناحية المرمي مع التركيز على وضع الكرة في المرمي -يقوم اللاعب بالتسديد نحو المرمى مع وجود جدار الصد -يقوم اللاعب (ا) بإداء درجة امامية ثم يقوم باستقبال الكرة ثم التسديد نحو المرمي

		<p>-تنمية مهارة التسديد مع زيادة في درجة التشويش الحركي</p> <p>-تنمية مهارة التسديد مع الجري بالكرة حول المنعرجات</p> <p>-تنمية مهارة التسديد مع الجري بالكرة حول المنعرجات</p>	<p>-يقوم اللاعب (ب) باداء دحرجة امامية ثم القفز اماميا بكلتي الرجلين ثم القفز جانبيا بكلتي الرجلين ثم استقبال الكرة من اللاعب (ا) ثم التسديد</p> <p>-يقوم اللاعبان الاول من القاطرة (ب) والاول من القاطرة (ا) بالجري حول الاقماع بالكرة ثم يقومان بالتسديد ناحية المرمى</p> <p>-يقوم اللاعب بالجري حول الاقماع ثم تحضير الكرة لنفسه ثم يقوم بقفزها جانبية ثم يقوم بالتسديد نحو المرمى</p>
--	--	---	---

الإمضاء	الدرجة العلمية	اسم الأستاذ
	أستاذ محاضر (٢)	قاسم حنّار