

تأثير برنامج تدريبي باستخدام الملاعب المصغرة على مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم

خالد علي أحمد البرعي، علي أحمد حسين، عادل أحمد قاسم سعيد المنصوب
جامعة الحديدة

DOI: <https://doi.org/10.56807/buj.v5i4.445>

المخلص

اهتمت دول العالم المتقدمة اهتمامًا كبيرًا وشاملاً بتدريب الناشئين من خلال التدريب المبني على الأسس والمبادئ العلمية، والذي ينصب الاهتمام الكبير فيها على المهارات الأساسية والتي تعتبر مؤشراً ذا قيمة لقدرات اللاعبين في تنفيذ المهام الرئيسية في اللعبة، من خلال التخطيط السليم للتدريب الرياضي وتحسين مستوى الأداء المهاري والبدني والخططي، وإن الإعداد المهاري يعد من الأعمدة الأساسية للاعب كرة القدم، وأن التكامل في الأداء المهاري والبدني والخططي يصل باللاعب إلى الأداء بصورة آلية ومتقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة، وإن تخطيط برامج التدريب في كرة القدم يجب أن يعتمد على الأسلوب العلمي في تحليل طبيعة الأداء المهاري ويؤكد كثير من الخبراء على أن اللعب على الملاعب المصغرة أساس لاكتساب اللاعب العديد من التراكيبات المختلفة.

تكمُن أهمية البحث في التعرف على مدى تأثير برنامج تدريبي على أسس علمية على ملاعب مصغرة على الأداء المهاري للناشئين، حيث تعد فئة الناشئين بكرة القدم هي الفئة الأهم في عالم كرة القدم لما لها من أهمية في تكوين قاعدة أساسية صلبة وسليمة للأندية والمنتخبات الوطنية، والتي تمدهم باللاعبين ولجميع الفئات العمرية لتطوير لعبة كرة القدم.

وقد هدف هذا البحث إلى تصميم برنامج تدريبي مقترح باستخدام الملاعب المصغرة على مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم لدى أفراد المجموعة التجريبية، وأستخدم الباحثين المنهج التجريبي بطريقة المجموعات المتكافئة بخطواته وإجراءاته وبالتصميم القياسي القبلي والبعدي لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة، وذلك لملاءمته لطبيعة البحث، اختيرت عينة البحث لعدد (30) ناشئاً، وذلك بالطريقة العمدية والذين تتراوح أعمارهم 14-16 سنة، فريقان من محافظة إب لكرة القدم ناشئين بالجمهورية اليمنية. وأهم النتائج التي توصل إليها الباحثين ما يلي:
- أظهر نتائج البحث أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الملاعب المصغرة أدى إلى تحسين بعض المتغيرات المهارية للاعبين الناشئين بكرة القدم، (تنظيم الكرة - الجري بالكرة بخط متعرج - السيطرة على الكرة من الجري - التصويب على المرمى - ركل الكرة لمسافة).
الكلمات المفتاحية: البرنامج التدريبي باستخدام الملاعب المصغرة - الأداء المهاري - كرة القدم.

The effect of a training program using mini-fields on the level of skill performance of junior football players

Abstract

The developed countries of the world have paid great and comprehensive attention to training young people through training based on scientific foundations and principles, in which great attention is focused on basic skills, which are considered a valuable indicator of the players' abilities to carry out the main tasks in the game, through proper planning for sports training and improving the level of skill performance. And the physical and tactical, and that the skill preparation is one of the basic pillars of the football player, and that the integration in the skill, physical and tactical performance brings the player to perform automatically and perfectly under any circumstances of the match, and the planning of training programs in football must depend on the scientific method of analyzing The nature of skill performance. Many experts emphasize that playing on mini-courts is the basis for the player to acquire many different combinations.

The importance of the research lies in identifying the extent of the impact of a training program based on scientific foundations on mini-playing fields on the skill performance of young people, as the junior football category is the most important category in the world of football because of its importance in forming a solid and sound basic base for clubs and national teams, which provides them with With players and all age groups to develop the game of football.

This research aimed to design a proposed training program using mini-playing fields at the level of skill performance of junior football players among members of the experimental group. The researchers used the experimental method in the manner of equal groups, with its steps and procedures, and with a pre- and post-measurement design for both the experimental and control groups, due to its suitability to the nature of the research. It was chosen. The research sample numbered (30) young people, using a deliberate method, and their ages ranged (14-16) years old, two youth football teams from Ibb Governorate in the Republic of Yemen.

The results of the research showed that the proposed training program using mini-fields led to improving some of the skill variables of junior football players, (dribbling the ball - running with the ball in a zigzag line - controlling the ball from running - shooting at the goal - kicking the ball a distance).

Keywords: training program using mini-fields - skill performance - football

1- المقدمة أهمية البحث :

اهتمت دول العالم المتقدمة اهتمامًا كبيرًا وشاملاً بتدريب الناشئين من خلال التدريب المبني على الأسس والمبادئ العلمية، والذي ينصب الاهتمام الكبير فيها على المهارات الأساسية والتي تعتبر مؤشرًا ذا قيمة لقدرات اللاعبين في تنفيذ المهام الرئيسية في اللعبة، من خلال التخطيط السليم للتدريب الرياضي وتحسين مستوى الأداء المهاري والبدني والخططي، وأن الإعداد المهاري يعد من الأعمدة الأساسية للاعب كرة القدم، وأن التكامل في الأداء المهاري والبدني والخططي يصل باللاعب إلى الأداء بصورة آلية ومتقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة، وأن تخطيط برامج التدريب في كرة القدم يجب أن يعتمد على الأسلوب العلمي في تحليل طبيعة الأداء المهاري ويؤكد كثير من الخبراء على أن اللعب على الملاعب المصغرة أساس لاكتساب اللاعب العديد من التراكيب المختلفة، كسرعة إحساس اللاعب على الانتقال لأخذ الأماكن المناسبة، وإتقان التمير السريع المناسب، وكذا كيفية المحافظة على الكرة وتغيير الأماكن وحجز الخصوم واليقظة لكل خصم أو زميل قريب، ودائمًا ما تتم على مساحات صغيرة حيث يرتقي مستوى الأداء البدني والتكتيكي، وأن التدريب على الملاعب المصغرة يساعد على تثبيت خطط اللعب الهجومية والدفاعية، كما يساعد في إتقان الجانب المهاري نظرًا لظروف التحول السريع والمستمر من خلال الأداء الجماعي، هذا بالإضافة إلى تنمية الرشاقة وسرعة رد الفعل ودقة الأداء المهاري، ذلك لأنه يعتمد على ديناميكية اللعب الجماعي المتشابهة للأداء خلال المباريات، حيث يؤدي ذلك إلى ترقية وتحسين كفاءة المهارات وتحقيق الثبات والاستقرار لمراحل الأداء الفني للمهارة الخاصة في المواقف المتغيرة داخل المباراة.

تكمُن أهمية البحث في التعرف على مدى تأثير برنامج تدريبي على أسس علمية على ملاعب مصغرة على الأداء المهاري للناشئين، حيث تعد فئة الناشئين بكرة القدم هي الفئة الأهم في عالم كرة القدم لما لها من أهمية في تكوين قاعدة أساسية صلبة وسليمة للأندية والمنتخبات الوطنية، والتي تدمهم باللاعبين ولجميع الفئات العمرية لتطوير لعبة كرة القدم تظهر أهمية البحث فيما يلي:

- مساعدة الأندية والمنتخبات والمدرّبين على عمل برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء المهاري بكرة القدم
- تحديد الاختبارات المهارية المقننة للمدرّبين والتي تساعدهم على معرفة مستوى لاعبيهم وعلى ضوء ذلك العمل على كيفية تطوير الأداء المهاري للناشئين.
- معرفة أهمية تأثير استخدام الملاعب المصغرة في تحسين الأداء المهاري لناشئي كرة القدم.
- أجراء دراسات مشابهة تبحث في الجانب الخططي على

الملاعب الصغرى.

2- مشكلة البحث:

ومن خلال خبرة الباحثين كمدرّبين ومتابعيهم لتدريب الناشئين في بعض الأندية لاحظ أن هناك كثيرًا من المدرّبين لا يلتزمون بإعداد برامج تدريبية مخططة على أسس علمية في التدريب، الأمر الذي يؤدي لإغفال العديد من المبادئ والأسس العلمية الخاصة بالتدريب للجانب البدني والمهاري، وخاصة للناشئين الأمر الذي يؤدي إلى عدم تحسن مستوى أداء الناشئين، وكذلك في عدم اعتماد المنهج العلمي الدقيق في تطبيقات نظريات التربية البدنية والرياضية من قبل المدرّبين المعتمدين بكرة القدم وخاصة فئة الناشئين وإعدادهم إعدادًا بدنيًا ومهاريًا وخططيًا ونظريًا ونفسيًا، ويرى الباحثين أن للبرامج التدريبية دورٌ تقوم به وتساعد على استثمار طاقات الناشئين، وتنميتها من جميع النواحي التدريبية، الأمر الذي دفع الباحثين إلى محاولته التعرف على فاعلية الدور الذي يمكن أن تؤديه البرامج التدريبية وباستخدام الملاعب المصغرة وتأثيرها على تحسين الجانب المهاري للناشئين من خلال برنامج تدريبي يتضمن أنواعًا مختلفة من التدريبات، فاللاعب يجب أن يمتلك الأشكال المتنوعة من الأداء الحركي بما يتشابه مع متطلبات المباراة، ويتيح له اختيار أفضلها وفق مواقف اللعب الحقيقية وتزويد من قدرته على المناورات وتنفيذها في أماكن واتجاهات مختلفة ولا يفاجئ بمواقف لم يتم التدريب عليها، ومن ثم تحقيق سرعة الأداء المتميز بالدقة والتوافق، في تنفيذ الواجب المهاري، ومن خلال خبرة الباحثين كمدرّب لأحظ التركيز في التدريب على تنمية الصفات البدنية وإعطائها الحيز الكبير من زمن الوحدة التدريبية وإهمال التركيز على تحسين مستوى الأداء المهاري، وخاصة المهارات المركبة، كالجري بالكرة وكيفية السيطرة على الكرة.

وهذا ما دعا الباحثين للتفكير جديًا في التعرف على أي مدى يكون تأثير برنامج تدريبي باستخدام الملاعب المصغرة يتم من خلاله تحسين الأداء والمستوى المهاري لدى الناشئين، وهو ما دفع بالباحثين إلى وضع برنامج تدريبي باستخدام الملاعب المصغرة على مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم.

3- أهداف البحث: يهدف البحث إلى التعرف على :

- 1- تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الملاعب المصغرة على مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم لدى أفراد المجموعة التجريبية.
- 2- تأثير التدريب التقليدي على مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم لدى أفراد المجموعة الضابطة.
- 3- الفرق في القياس البعدي للأداء المهاري لدى ناشئي كرة القدم في محافظة إب بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة.

4- فروض البحث:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$) لفاعلية استخدام برنامج تدريبي مقترح باستخدام اللاعبين المصغرة على مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم بين القياسين القبلي والبعدى لدى أفراد المجموعة التجريبية .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$) لفاعلية استخدام التدريب التقليدي للاعبين الناشئين بكرة القدم بين القياسين القبلي والبعدى لدى أفراد المجموعة الضابطة.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$) في مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم في القياس البعدى بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة.

5- مجالات البحث:

- المجال البشري: تم تطبيق هذا البحث على ناشئي نادي إتحاد إب كمجموعة تجريبية وناشئي نادي شعب إب كمجموعة ضابطة، (14-16) سنة.

- المجال المكاني: تم تطبيق البرنامج التدريبي على (ملعب المحافظة) (ملعب الكبسي)

- المجال الزمني: تم إجراء البرنامج في العام (2019 - 2018) في الفترة ما بين (2018/9/23 م - 2018/12/20 م) .

6- المصطلحات المستخدمة في البحث:

البرنامج التدريبي :

عرفه " موفق المولى" (2010) بأنه الاستخدام الأمثل لمجموعة من الطرائق التدريبية علميًا في السابق لأجل تطوير وتحسين الصفات البدنية والفنية والخططية والنفسية، والإرتفاع بمستوى الأداء الرياضي للاعبين لتحقيق هدف رياضي محدد. (11:60)

عبارة عن العمليات المطلوب تنفيذها بحيث تراعي ميعاد البدء والانتهاء لهذه العمليات وفق زمن محدد وهدف واضح . (62:13)

الملاعب المصغرة :

أسلوب اللعب بالمساحات هو أسلوب أو نظام يستخدم لأداء الحركات المختلفة في آن واحد لحل الواجب الحركي والفني ونظام من الحركات الموجه لتنظيم عقلائي للعلاقة المتبادلة بين القوى الداخلية والقوى الخارجية، لغرض استغلالها بشكل أمثل لتحقيق نتائج (27:59) رياضية عالية.

مستوى الأداء المهارى :

هو الدرجة أو الرتبة التي يصل إليها اللاعب من السلوك الحركي الناتج عن عملية التعلم لإكتساب وإتقان حركات النشاط الممارس ، على أن تؤدي بشكل يتسم

بالإنسيابية والدقة وبدرجة عالية من الدافعية عند اللاعب لتحقيق أعلى النتائج ، مع الاقتصاد بالجهد. (249:35)

7- الدراسات المشابهة:

• الدراسات العربية:

قام الباحثين بالاطلاع على بعض البحوث المرتبطة بموضوع البحث بهدف الاسترشاد بها ، والتعرف على المناهج المستخدمة والهدف من البحث ووصف مختصر للعينة والأدوات المستخدمة لجمع البيانات ، وأهم النتائج التي تم التوصل إليها.

و يعرض الباحثين ما تم التوصل إليه من البحوث وتقديمها مرتبة من الأحدث إلى الأقدم:

1- دراسة "خالد رويش سويدان" (2015م) (21) بعنوان "فاعلية استخدام برنامج تدريبي مقترح على اللياقة البدنية لدى ناشئي كرة القدم تحت سن (14) سنة في الضفة الغربية ، فلسطين" ، وهدف البحث إلى: التعرف إلى فاعلية برنامج تدريبي مقترح على اللياقة البدنية لدى ناشئي -كرة القدم تحت سن 14 سنة، واستخدم الباحث في هذا البحث المنهج: التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، وبلغت عينة البحث على: مجموعة تجريبية (15) ناشئي من أكاديمية الواعدين لكرة القدم لمدينة نابلس ومجموعة ضابطة (15) ناشئي من نادي الاتحاد النابلسي بالطريقة القصصية، وأهم النتائج المتحصل عليها: أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدى في جميع المتغيرات قيد البحث بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية.

2- دراسة "شرجي محمد" (2013م) (25) بعنوان "أثر استخدام برنامج تدريبي مقترح تبعاً لشكل اللعب على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والفسيوولوجية لدى ناشئي كرة القدم" ، وهدف البحث إلى: التعرف إلى أثر استخدام برنامج تدريبي مقترح تبعاً لشكل اللعب على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والفسيوولوجية لدى ناشئي كرة القدم ناشئي" ، وأستخدم الباحث في هذا البحث المنهج: التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، وبلغت عينة البحث على (30) ناشئي تم اختيارهم بالطريقة العشوائية تتراوح أعمارهم بين (14-16) سنة مجموعة تجريبية (15) ناشئي ومجموعة ضابطة (15) ناشئي ، وأهم النتائج المتحصل عليها: أظهرت النتائج أن البرنامج التدريبي تبعاً لشكل اللعب أثر على جميع المتغيرات قيد البحث وبدلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى، أهم النتائج المتحصل عليها نتائج : أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدى للمتغيرات البدنية في التحمل العام وتحمل السرعة.

3- دراسة "قصير عبد الرزاق" (2013م) (39) بعنوان "تأثير تدريبات بمساحات مختلفة في تطوير بعض القدرات البدنية والأداء المهاري في كرة القدم" ، وهدف البحث إلى: تصميم

التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، واشتملت عينة البحث: على (40) لاعباً ناشئاً تحت سن (12) سنة، وتم تصميم مجموعة تدريبية ومجموعة ضابطة، وكانت أهم النتائج المتحصل عليها: تفوق أفراد المجموعة التدريبية على أفراد المجموعة الضابطة في كل المتغيرات البدنية والمهارية.

7- دراسة "محمد حجار خرفان (2011م) (45) بعنوان "أثر برنامج تدريبي مقترح في ملاعب مصغرة على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئ كرة القدم"، وهدف البحث إلى: تحديد أثر البرنامج المقترح في تطوير وتنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئ كرة القدم نتيجة تطبيق البرنامج، واستخدم المنهج: التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، وبلغت عينة البحث: على (50) ناشئاً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (تدريبية- ضابطة)، وكانت أهم النتائج المتحصل عليها: أن للبرنامج التدريبي المقترح في ملاعب مصغرة له أثر إيجابي على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئ كرة القدم نتيجة تطبيق البرنامج التدريبي ومع استخدام التدريبات التي تتماشى مع طبيعة اتجاه الأداء كما يحدث بالمباريات.

8- دراسة "الدواد ، راتب" (2011م) (8) بعنوان "أثر برنامج تدريبي لتطوير عناصر اللياقة البدنية والمهارية لدى ناشئ لاعبي نادي الحسين الرياضي"، وهدف البحث إلى: التعرف على أثر برنامج تدريبي لتطوير عناصر اللياقة البدنية والمهارية لدى ناشئ لاعبي نادي الحسين الرياضي، وأستخدم الباحث المنهج: التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من (32) لاعباً من نادي الحسين الرياضي للناشئين في العام (2010) م وتراوحت فئتهم العمرية من (14-16) سنة تم اختيارهم بالطريقة العمدية وتم تطبيق البرنامج التدريبي لمدة (5) أسابيع وبواقع (6) وحدات تدريبية بالأسبوع، وبعد إيجاد التكافؤ بين المجموعتين طبقاً للمتغيرات قيد البحث، وكانت أهم النتائج المتحصل عليها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأثر البرنامج التدريبي في تطوير عناصر اللياقة البدنية والمهارية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التدريبية ولصالح القياس البعدي كما دلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الاختبارات لعناصر اللياقة البدنية والمهارية في القياسات البعيدة للمجموعتين التدريبية والضابطة ولصالح المجموعة التدريبية.

9- دراسة "عبدالستار" (2005م) (32) بعنوان "تصميم برنامج تدريبي لتنمية الأداءات الحركية المركبة للناشئين في كرة القدم"، وهدف البحث إلى: تصميم برنامج تدريبي لتنمية الأداءات الحركية المركبة للناشئين في كرة القدم وكذلك التعرف على تأثير البرنامج التدريبي على تنمية وتحسين بعض مكونات اللياقة البدنية الخاصة لدى الناشئين في كرة

برنامج تدريبي وفق اللعب بمساحات مختلفة والمشاركة للأداء التنافسي ومعرفة مدى تأثيرها على القدرات البدنية والمهارية"، وأستخدم الباحث المنهج: التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، وبلغت عينة البحث على: (14) ناشئاً عينة واحدة قبل وبعد تطبيق المتغير، وأهم النتائج المتحصل عليها: أن للبرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي في تطوير بعض القدرات البدنية والمهارية في كرة القدم وأن استخدام الأدوات والوسائل الحديثة له أثر كبير في تطوير هذه القدرات.

4- دراسة "عادل عطية" (2012م) (30) بعنوان "أثر برنامج تدريبي مقترح على الأداء المهارى للقدم غير المميزة لدى ناشئ كرة القدم في الضفة الغربية"، وهدف البحث إلى: تحديد أثر البرنامج المقترح في تطوير الأداء المهارى لناشئ كرة القدم للاعبين كرة القدم، وأستخدم المنهج: التجريبي باستخدام مجموعتين تدريبية وضابطة مع اختبار قبلي واختبار بعدي وملاءمته لطبيعة البحث، واشتملت عينة البحث على ناشئين كرة قدم وعددهم (30) لاعباً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (تدريبية — ضابطة) وكانت أهم النتائج المتحصل عليها أن للبرنامج التدريبي المقترح له فعالية في تنمية وتطوير المتغيرات المهارية لناشئ كرة القدم وأثر إيجابي على التقدم بالجانب المهارى (الجري بالكرة في خط متعرج، ركل الكرة لأبعد مسافة، تنطيط الكرة، دقة التصويب، دقة التمرير).

5- دراسة "الباد معمر" (2012م) (41) بعنوان "تأثير برنامج تدريبي في تطوير المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم دون 12 سنة"، وهدف البحث إلى: إعداد برنامج تدريبي لتطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم دون سن (12) سنة، وأستخدم المنهج التجريبي: ذو القياس القبلي والبعدي للمجموعتين وإجراء التكافؤ بين المجموعتين في بعض المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، واشتملت عينة البحث: على (30) وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (تدريبية — ضابطة)، وكانت أهم النتائج المتحصل عليها: ضرورة الاهتمام بإجراء أبحاث علمية يتم من خلالها عمل برامج تدريبية لتطوير وتحسين مختلف المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم والوصول بها للمستوى العالي وعمل اختبارات للمهارات الأساسية للاعبين تتوافق مع البيئة التي يعيش فيها اللاعب.

6- دراسة "راند فائق ، قاسم حسين" (2011م) (22) بعنوان "أثر برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى ناشئ كرة القدم"، وهدف البحث إلى: التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح لفترة ثمانية أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تدريبية على تنمية بعض العناصر البدنية (السرعة القوة، الرشاقة، التحمل العام) وعلى العناصر المهارية (السيطرة على الكرة ، التصويب، التمرير الجري بالكرة، رمية التماس)، وأستخدم الباحث المنهج

عليها: أن للبرنامج التدريبي أثر إيجابي ووجود فروق بين المجموعتين في القياسات قيد البحث، ولصالح المجموعة التجريبية.

3-دراسة " كاليب وكليس " A.katis - E.kellis " (2009م) (62) بعنوان "أثر ألعاب الملاعب الصغيرة على الأداء البدني والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم للشباب"، وهدف البحث إلى: فحص حركة تنفيذ الإجراءات خلال المباريات الصغيرة من جانب، وأثر ألعاب الملاعب الصغيرة على قدرة تنفيذ التحمل البدني، والمهارات الأساسية، واستخدم الباحثان المنهج: التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، وشملت عينة البحث على: (34) لاعب كرة قدم شباب تحت سن (13) سنة، حيث قام الباحثان بتطبيق برنامج تدريبي باستخدام الأسلوب التنافسي واللعب على ملاعب صغيرة، والتحكم بمساحتها وفقاً لعدد اللاعبين المشاركين في الأداء، وكانت أهم النتائج المتحصل عليها: أن الألعاب في الملاعب الصغيرة تطور اللياقة البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم في حالة وجود أعداد صغيرة وقليلة من اللاعبين.

8- منهجية وإجراءات البحث:

منهج البحث: أستخدم الباحثين المنهج التجريبي بطريقة المجموعات المتكافئة بخطواته وإجراءاته وبالتصميم القياس القبلي والبعدي لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة، وذلك لملاءمته وطبيعة البحث.

مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث من جميع لاعبي الناشئين بمحافظة أب لكرة القدم (14-16) سنة والممارسين للعبة في الأندية اليمنية والمنتسبة للاتحاد اليمن، والبالغ عددهم (240) ناشئ، والمسجلين بكشوف فرع الاتحاد اليمني لكرة القدم، فرع إب والمسجلين بالبطولة الرياضية التي أقامها الاتحاد فرع إب عام، (2018 - 2019 م).

عينة البحث: تم اختيار عينة البحث لعدد (30) ناشئ. وذلك بالطريقة العمدية والذين تتراوح أعمارهم (14 - 16) سنة، من أندية محافظة إب لكرة القدم، ناشئين بالجمهورية اليمنية موزعين كما يلي:

- مجموعة تجريبية: تتكون العينة من (15) ناشئاً والتي تم تطبيق عليها البرنامج التدريبي المقترح ناشئاً نادي (اتحاد إب) مع مدربهم، أشرفي عليهم.

- مجموعة ضابطة: وتتكون العينة من (15) ناشئاً، تم تطبيق التدريب التقليدي ناشئاً نادي (شعب إب). التي تم عملها مع المدرب الخاص بها .

• تجانس عينة البحث:

- من حيث الاختبارات المهارية: تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لاختبار التجانس لأفراد العينة (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) في

القدم، واستخدم الباحث المنهج: التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من (24) ناشئاً تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وكانت أهم النتائج المتحصل عليها: أهمية تدريب الأداء المهاري من خلال تدريبات للأداءات الحركية المركبة يؤدي إلى الارتقاء بكل من المستوى المهاري والبدني للناشئين.

10- دراسة " البياتي " (2004م) (7) بعنوان " تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض القدرات البدنية وبعض المهارات الأساسية لأعمار تحت (17) سنة بكرة القدم البدنية وبعض المهارات الأساسية لأعمار تحت (17) سنة بكرة القدم"، وهدف البحث إلى: معرفة تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض القدرات، واستخدم الباحث المنهج: التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، واشتملت عينة البحث: تكونت عينة البحث من (40) لاعباً تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وعددها (18) لاعباً، وضابطة وعددها (18) لاعباً، وكانت أهم النتائج المتحصل عليها: أظهرت نتائج البحث تطور أداء اللاعبين في جميع المهارات الأساسية والقدرات البدنية لدى المجموعتين التجريبية والضابطة بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي وكانت نسبة التطور لدى المجموعة الضابطة أقل مقارنة بنتائج المجموعة التجريبية .

• الدراسات الأجنبية:

1- دراسة " هدياب عصام " (Hadjab Issam) " (2019م) (63) بعنوان " أثر تمرينات الألعاب المصغرة خلال برنامج تدريبي في تطوير مهارة التمرير والاستقبال والتحكم بالكرة لدى لاعبي كرة القدم أقل من (17) "، وهدف البحث إلى: التعرف على مدى مساهمة البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تمرينات الألعاب المصغرة في تطوير مهارتي التمرير والاستقبال والتحكم بالكرة للاعبين كرة القدم أقل من (17) سنة، واستخدم الباحث المنهج: التجريبي، وشملت عينة البحث على عدد (20) لاعباً، قسمت إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وكانت أهم النتائج المتحصل عليها: من خلال تحليل النتائج تبين أن تمرينات الألعاب المصغرة المقترحة خلال البرنامج ساهمت وبشكل إيجابي في تطوير المهارات المدروسة .

2- دراسة " جوفانوفك وآخرون " (jovanovic, et al) (2011م) (64) بعنوان " تحديد أثر برنامج تدريبي للسرعة والرشاقة والتسارع على قدرة الأداء لدى لاعبي كرة القدم"، وهدف البحث إلى: تصميم برنامج تدريبي يبين أثر برنامج تدريبي للسرعة والرشاقة والتسارع على قدرة الأداء لدى لاعبي كرة القدم واستخدم الباحث المنهج: التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث، وشملت عينة البحث على: (100) لاعب قسمت بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وقام الباحثان بتطبيق البرنامج لمدة (8) أسابيع، وكانت أهم النتائج المتحصل

الاختبارات المهارية للاختبار القبلي. والجدول رقم (1) يوضح ذلك

جدول رقم (1) الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) في الاختبارات المهارية للاختبار القبلي. (ن = 30)

م	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية اختبار قبلي (ن=15)			المجموعة الضابطة اختبار قبلي (ن=15)			الالتواء
			المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	
1	عدد مرات تنطيط الكرة	عدد	43.2	41	17.3	26.5	22	15.9	0.4
2	الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	زمن	17.6	18.34	1.9	22.6	23.02	2.8	0.3
3	قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري	زمن	21.5	21.61	1.1	21.9	21.95	1.1	1
4	مهارة التصويب على المرمى	عدد	3.3	3	1.1	3.1	3	1.1	1
5	ركل الكرة لمسافة	مسافة	28.2	16.14	4.8	29.5	28.13	7.1	0.2

وتوضح نتائج الجدول رقم (1) بأن جميع قيم معامل الالتواء كانت أصغر من (+3 ، -3) مما يشير إلى إعتدالية توزيع العينة في هذه المتغيرات كذلك صغر الانحراف المعياري لأفراد العينة وهذا يؤكد تجانس أفراد العينة.

- من حيث متغيرات (العمر والطول والوزن)

تم استخراج المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لاختبار التجانس لأفراد العينة في المتغيرات (العمر الزمني - الطول - الوزن). والجدول رقم (2) يوضح ذلك

جدول رقم (2) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري وقيمة معامل الالتواء لعينة البحث (ن = 30)

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
العمر	14.47	14	0.681	1.179
الطول	148.07	148	7.4	0.110
الوزن	40.47	40	5.029	0.397

تعزي الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لهذه المتغيرات.

- من حيث الاختبارات المهارية

تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق في الاختبار القبلي لمتغيرات الدراسة (الاختبارات المهارية) بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة (ن=30) والجدول رقم (3) يوضح ذلك

جدول رقم (3) المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق في الاختبار القبلي لمتغيرات الدراسة بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة (ن=30)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية الاختبار القبلي ن=15		المجموعة الضابطة الاختبار القبلي ن=15		الدرجة	مستوى الدلالة الإحصائية (0.05)
			المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
1	عدد مرات تنطيط الكرة	عدد	43.2	17.3	26.5	15.9	2.68	0.300
2	الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	زمن	17.6	1.9	22.6	2.8	-5.59	0.306
3	قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري (زمن)	زمن	21.5	1.1	21.9	1.1	-0.33	0.302
4	مهارة التصويب على المرمى	عدد	3.3	1.1	3.1	1.1	0.167	0.303
5	ركل الكرة لمسافة	مسافة	28.2	4.8	29.5	7.1	0.57	0.305

يوضح الجدول رقم (2): إعتدالية عينة البحث في المتغيرات الأساسية حيث تراوحت معاملات الالتواء ما بين (+3 -3) وهذا مما يشير إلى تجانس داخل عينة البحث وأن درجات التوزيع توزيعاً اعتدالياً في جميع المتغيرات.

• تكافؤ مجموعتي البحث :

قام الباحثين بإيجاد التكافؤ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض المتغيرات التي قد تؤثر في المتغير التجريبي والتي أسفرت عليها نتائج البحوث/ والدراسات السابقة، وقام الباحثين بتحديد المتغيرات التي قد تؤثر على المتغير التجريبي وهي المتغيرات الأساسية، حتى لا

لمتغيرات الدراسة الأساسية (العمر الزمني - الطول - الوزن) بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ($n=30$) والجدول رقم (4) يوضح ذلك

جدول رقم (4) المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق في الاختبار القبلي لمتغيرات الدراسة بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ($n=30$)

يتبين من الجدول رقم (3) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع متغيرات الدراسة بين المجموعتين التجريبية والضابطة مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات قبل تطبيق البرنامج التدريبي المقترح.

- من حيث متغيرات (العمر والطول والوزن)

تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالة الفروق في الاختبار القبلي

المتغيرات	المجموعة التجريبية $n=15$		المجموعة الضابطة $n=15$		قيمة t	مستوى الدلالة الإحصائية
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
العمر	14.47	0.64	14.46	0.74	0.000	1.000
الطول	147.73	7.8	148.4	7.3	-0.246	.809
الوزن	39.47	4.9	41.5	5.1	-1.105	.288

المراحل الإجرائية الأولى وقد تم فيها:

- 1- الاطلاع على المراجع والدراسات التي تبحث في نفس أهداف البحث.
- 2- اختيار العينة.
- 3- اختيار القدرات المهارية الخاصة في لعبة كرة القدم.
- 4- اختيار الاختبارات الملائمة.
- 6- اختيار الأدوات الرياضية المناسبة لإجراء الاختبارات.
- 7 - إجراء التجربة الاستطلاعية.

3 - 5 التجربة الاستطلاعية:

- التجربة الاستطلاعية الأولى (2-8-2018 م):

- الهدف منها :

- تحديد المدة الزمنية المناسبة لكل اختبار.
- تسلسل الاختبارات التدريبية.
- مدى كفاءة أدوات الاختبارات.

- التجربة الاستطلاعية الثانية (11-8-2018 م):

- الهدف منها :

- إعادة الاختبارات على المجموعة الاستطلاعية بعد عشرة أيام من التجربة الاستطلاعية الأولى.
- تطبيق نموذج للوحدة التدريبية على عينة خارج العينة الأساسية.

3-5-1 نتائج التجربة الاستطلاعية :

- الثبات والصدق الذاتي والموضوعية للاختبارات المهارية التي تم تطبيقها.
- تعريف فريق العمل المساعد على ماهية الاختبارات وطرق القياس.
- التعرف على ملائمة الأدوات والأجهزة المستخدمة في الاختبار والتدريب.
- التعرف على التسلسل المنطقي لأجراء الاختبارات وتسلسل التدريبات.

يتبين من الجدول (4) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المتغيرات السابقة وهذا يدل على أن المجموعتين متكافئتان في هذه المتغيرات للعينتين (التجريبية والضابطة) وكذا تطبيق مفردات البرنامج التدريبي المقترح للعينتين التجريبية.

أدوات جمع البيانات:

- المقابلة الشخصية:

يهدف تقنين البرنامج التدريبي والمهارات الأساسية والاختبارات المهارية الذي تم تطبيقها بهذا البحث

- تحليل المحتوى للدراسات المشابهة والمراجع المتخصصة .

- استطلاع آراء الخبراء والمختصين:

استمارات استطلاع رأي السادة الخبراء (الأولى) ، في اختيار المهارات الأساسية المناسبة للمرحلة العمرية لفئة الناشئين.

استمارات استطلاع رأي السادة الخبراء (الثانية) في تحديد الاختبارات المناسبة لقياس المهارات الأساسية المختارة وتحديد محددات البرنامج التدريبي المقترح.

تم عرض استمارة اختيار أهم المهارات الأساسية وأهم الاختبارات المهارية وكذا محددات البرنامج المقترح والذي أعده الباحثين بهدف تطبيقه على المجموعة التجريبية على ملاعب مصغرة ومعرفة تأثيره على تحسين الأداء المهارى للاعبين الناشئين (14 - 16) سنة بكرة القدم .

وعلى ضوء آراء الأساتذة المحكمين وبإشراف المشرفين على البحث مرفق (3) تم تعديل واختيار أهم المهارات الأساسية وأهم الاختبارات المهارية والبرنامج التدريبي المقترح .

وتم استخدام الوسائل التالية لجمع البيانات والمعلومات:

- المصادر والمراجع الرياضية العربية والأجنبية والبحوث المشابهة.
- الاختبارات المهارية المقننة علميًا.

4-4-3 المراحل الإجرائية للبحث:

3-6-1 الثبات:

إن ثبات الاختبارات يعني أن تعطي الاختبارات نفس النتائج إذا ما أعيد الاختبار على نفس الأفراد وفي نفس الظروف، وعلى هذا الأساس أستخدم الباحثين أسلوب تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه لإيجاد معامل ثبات الاختبارات، وكان تطبيق الاختبارات على عينة من مجتمع البحث والبالغ عددهم (10) ناشئ، وكان الفاصل الزمني بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني عشرة أيام مع تشابه الظروف المكانية والزمنية. وقام الباحثين باستخدام معامل ارتباط بيرسون لبيان نتائج الاختبارات.

جدول رقم (5) معامل بيرسون لتحديد درجة الثبات والصدق الذاتي لاختبارات المهارات الأساسية

م	المتغيرات المهارية	الوحدة	الاختبار الأول ن= (10)		الاختبار الثاني ن= (10)		اختبار الثبات (معامل ارتباط بيرسون)	الصدق الذاتي
			المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
1	مرات تنطيط الكرة	عدد	17.20	1.751	17.70	2.541	0.79	0.89
2	الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	زمن	24.9	3.3	24.7	2.9	0.91	0.95
3	قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري	زمن	23.1	2.6	22.6	3.3	0.87	0.93
4	مهارة التصويب على المرمى	عدد	3.6	.84	3.9	1.1	0.79	0.89
5	ركل الكرة لمسافة	مسافة	27.7	4.5	28.7	4.1	0.97	0.98

- التعرف على الزمن المستغرق لتنفيذ الاختبارات وعلى كفاءة فريق العمل المساعد.

- التأكد من توفر جميع المتطلبات لتنفيذ البرنامج التدريبي.

- التعرف إلى مدى ملائمة الاختبارات والبرنامج لقدرات العينة وأعمارهم.

وقد تبين من أهداف ونتائج التجربة الاستطلاعية ضرورة توزيع الاختبارات إلى عدة أيام على أن يراعى أثناء عمل الاختبارات التسلسل العلمي، وإعطاء فترة راحة كافية لاستعادة الشفاء في حالة التعب بعد أداء كل اختبار.

3-6 المعاملات العلمية للاختبارات المهارية:

مراعياً الاقتراحات، والملاحظات المشار إليها من قبل هيئة المحكمين، طلب تحكيم الاختبارات (5).

- إيجاد معامل الثبات من خلال طريقة أداء الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) وإيجاد معامل ارتباط بيرسون.

- إيجاد صدق الاختبارات من خلال الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عدد (10) لاعبين من الناشئين من خارج عينة الدارسة من لاعبي نادي شعيب إب، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية، حيث تم إجراء الاختبارات الاستطلاعية القبلية للعينة يوم الخميس 2018/8/2 م وبعد أيام تم إعادة الاختبار السبت 2018/8/11 م، بهدف التحقق من صدق وثبات وموضوعية الاختبارات وطبقت عليهم الاختبارات المهارية موضوع البحث للتأكد من مدى ملائمة الاختبارات المستخدمة لمستوى الناشئين، وللتأكد من سهولة تنفيذها ومدى تطبيقها والتعرف على الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه الباحثين أثناء تنفيذ الاختبارات بهدف تلافيها عند التطبيق الفعلي وتحديد الفترة الزمنية التي يستغرقها كل اختبار وكافة الأدوات المستخدمة في الاختبارات.

اختبارات الأداء المهاري (تنطيط الكرة، الجري المتعرج بالكرة قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة، التصويب على المرمى، ركل الكرة لمسافة).

3-7 تطبيق البحث:

- الاختبارات القبلية: الفترة من الاثنين 2018/8/13 م والثلاثاء

وأظهرت النتائج الإحصائية أن هناك علاقة ارتباطية عالية في الاختبارات المستخدمة قيد البحث، مما يؤكد ثبات الاختبارات.

- اختبارات الأداء المهاري: (التصويب على المرمى - الجري المتعرج بالكرة - تنطيط الكرة - ركل الكرة لمسافة - قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة).

يوضح جدول رقم (5) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون تراوح بين (0.79 - 0.97) في اختبارات البرنامج التدريبي حيث أن أعلى معامل ارتباط هو اختبار ركل الكرة لمسافة والذي بلغ 0.97 يليه اختبار الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم والذي بلغ (0.91) فيما كان أقل معامل ثبات هو اختبار عدد مرات تنطيط الكرة واختبار مهارة التصويب على المرمى والذي بلغ (0.79).

3-6-2 الصدق: بغرض إيجاد صدق المحتوى للاختبارات

المهارية ومدى مناسبتها للناشئين أفراد العينة أستخدم الباحثين في دراسته أسلوبين لصدق المحتوى الأول من خلال استعراض المراجع والكتب الرياضية المتعلقة في هذا المجال، وقد وجد الباحثين اتفاقاً حول صدق هذه الاختبارات، والثاني عن طريق الصدق الظاهري إذ قام الباحثين باستشارة المحكمين من الأساتذة والخبراء في الجامعات اليمنية والجزائرية والمتخصصين في مجال التربية الرياضية والتدريب الرياضي، حيث تم توزيع الاختبارات على المحكمين لإبداء آرائهم حول الاختبارات، وبعد استرجاع استمارات المحكمين توصل الباحثين إلى الشكل النهائي لتلك الاختبارات

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث مرتبة حسب أهداف وفرضيات البحث، وعلى ضوء هذه الأهداف والفرضيات قام الباحثين بإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لنتائج الاختبارات المهارية التي تم الحصول عليها من القياسات (القبلية – البعدية) للمجموعتين التجريبية والضابطة.

4-1-1: النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية لفاعلية برنامج تدريبي مقترح باستخدام الملاعب المصغرة في مستوى تحسين الأداء المهاري بين القياسات القبلية والبعدية لكل من أفراد المجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية. ولفحص الفرضية قام الباحثين بالمعالجات الإحصائية اللازمة (حساب قيم المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية) ، اختبار (Wilcoxon Signed Ranks Test) (ويلكوكسون – ساين) للعينات المترابطة التي تتبع أسلوب الاختبارات القبلية والبعدية لأفراد العينة وكذلك اختبار (t). ومستوى الدلالة الإحصائية $\alpha = 0.05$ لاختبارات البرنامج التدريبي المقترح للتأكد من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى وللتأكد من تأثير البرنامج التدريبي باستخدام الملاعب المصغرة على مستوى الأداء المهارى للمجموعة التجريبية والجدول رقم (6) يوضح ذلك:

جدول رقم (6): المتوسطات الحسابية، والانحراف المعياري واختبار ويلكوكسون – ساين للقياس القبلي والبعدى في الاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية ومستوى الدلالة Sign (0.05) ن = (15)

م	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي ن=15		القياس البعدى ن=15		مستوى الدلالة لاختبار Wilcoxon	مستوى الدلالة لاختبار sign
			المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
1	عدد مرات تنطيط الكرة	عدد	43.2	17.3	74.1	23.1	.001	.000
2	الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	زمن	17.6	1.9	15.9	1.9	.009	.007
3	قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري	زمن	21.5	1.1	20.1	.886	.001	.001
4	مهارة التصويب على المرمى	عدد	3.3	1.1	3.9	.798	.026	.045
5	ركل الكرة لمسافة	مسافة	28.2	4.8	33.3	6.3	.001	.001

(17.3) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدى للمجموعة التجريبية (74.1) وبانحراف معياري (23.1) وأن مستوى الدلالة الإحصائية لاختبار ويلكوكسون يساوي (0.001) ولاختبار الإشارة sign يساوي (0.000) وهي أقل من (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدى ولصالح القياس البعدى أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهارى للمجموعة التجريبية. والشكل رقم (1) يوضح ذلك

14/8/2018 م للمجموعة الضابطة نادي (شعب إب) والأربعاء 15/8/2018 م والخميس 16/8/2018 م للمجموعة التجريبية نادي (إتحاد إب) .

- تطبيق البرنامج التدريبي المقترح بعد الانتهاء من التطبيق للبرنامج المقترح ، والذي نفذ لمدة (12) أسبوعاً.

- الاختبارات البعدية: أجرى الباحثين الاختبارات البعدية على المجموعتين (التجريبية – الضابطة) في الفترة بين: (السبت 22-23/12/2018م –الأحد 24-25/12/2018م).

3-9 المعالجات الإحصائية: من أجل معالجة البيانات استخدم الباحثين برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وذلك من خلال استخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

- اختبار معامل بيرسون (معامل الارتباط).
- اختبار معامل الصدق الذاتي.
- (معامل الالتواء).
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار (ت) للعينات المترابطة.

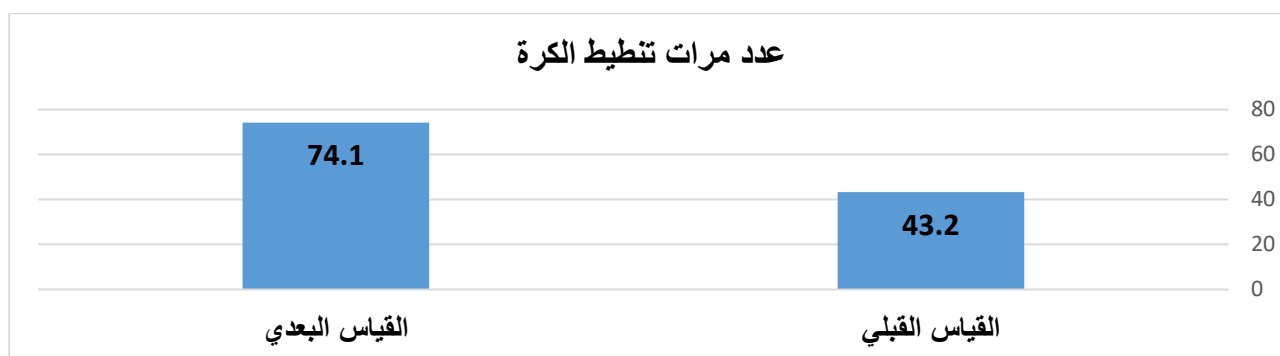
عرض النتائج ومناقشتها

4-1 عرض النتائج:

يتضح من الجدول رقم (6) أن البرنامج التدريبي المقترح أثر على جميع المتغيرات قيد البحث وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم بين القياسين القبلي والبعدى عند أفراد المجموعة التجريبية حيث أن جميع القيم هي أقل من قيمة $\alpha = 0.05$ وبالتالي فإن الاختبار دال إحصائياً.

ومن خلال استعراض جدول: رقم (6) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (تنطيط الكرة) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية (43.2) وبانحراف معياري

شكل رقم(1) يوضح عدد مرات تنطيط الكرة



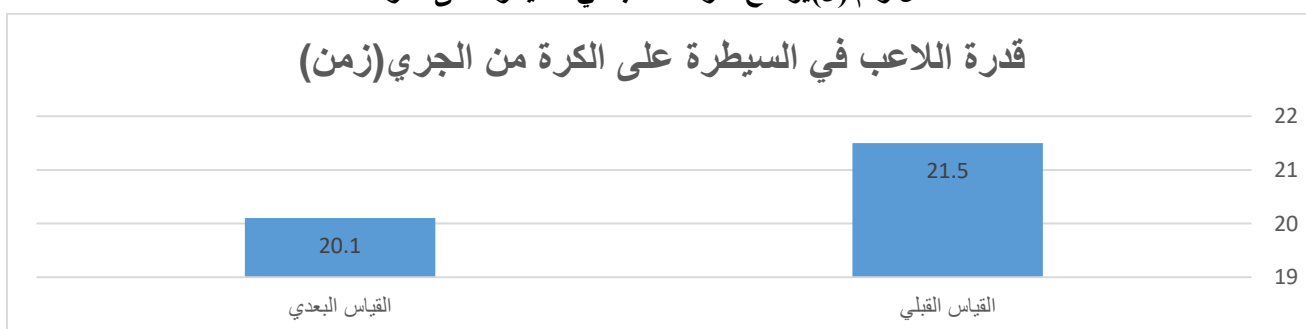
لاختبار (الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للاختبار (الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية (17.6) وبانحراف معياري (1.9) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (15.9) وبانحراف معياري (1.9) وأن مستوى الدلالة الإحصائية للاختبار ويلكسون يساوي (0.009) ولاختبار الإشارة sign يساوي (0.007) وهي أقل من (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهارى للمجموعة التجريبية. والشكل رقم (2) يوضح ذلك

شكل رقم (2) يوضح الجري بالكرة في خط متعرج



لاختبار (زمن قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للاختبار (زمن قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية (21.5) وبانحراف معياري (1.1) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (20.1) وبانحراف معياري (0.886) وأن مستوى الدلالة الإحصائية للاختبار ويلكسون يساوي (0.001) ولاختبار الإشارة sign يساوي (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهارى للمجموعة التجريبية. والشكل رقم (3) يوضح ذلك

شكل رقم (3) يوضح قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة



لاختبار (مهارة التصويب على المرمى) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للاختبار (مهارة التصويب) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية (3.3) وبانحراف معياري (1.1) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (3.9) وبانحراف معياري (0.798) وأن مستوى الدلالة الإحصائية للاختبار ويلكسون يساوي (0.026) ولاختبار الإشارة sign يساوي (0.045) وهي أقل من (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهارى للمجموعة التجريبية. والشكل رقم (4) يوضح ذلك

شكل رقم (4) يوضح مهارة التصويب على المرمى

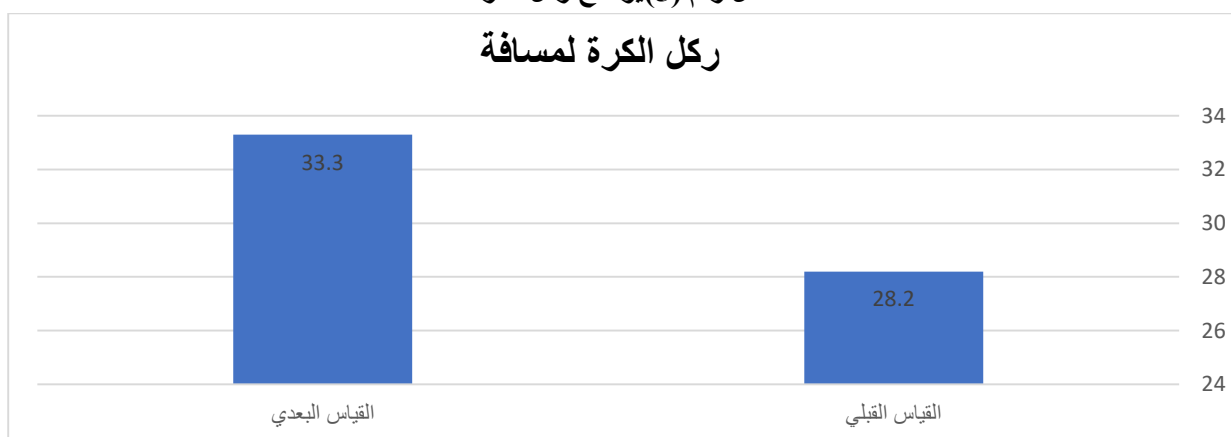
مهارة التصويب على المرمى



لاختبار (ركل الكرة لمسافة) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (ركل الكرة لمسافة) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية (28.2) وبانحراف معياري (4.8) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (33.3) وبانحراف معياري (6.3) وأن مستوى الدلالة الإحصائية لاختبار ويلكوكسون يساوي (0.001) ولاختبار الإشارة sign يساوي (0.001) وهي أقل من (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي ولصالح القياس البعدي أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهارى للمجموعة التجريبية. نستنتج من نتائج الجدول رقم (4) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلي والقياسات البعدي في مستوى الأداء المهارى للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي مما يؤكد أن البرنامج التدريبي باستخدام الملاعب المصغرة له تأثير إيجابي على مستوى الأداء المهارى للمجموعة التجريبية. وشكل رقم (5) يوضح ذلك

شكل رقم (5) يوضح ركل الكرة لمسافة

ركل الكرة لمسافة



4-1-2: النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية لفاعلية التدريب التقليدي للاعبين الناشئين بكرة القدم بين القياسات القبلي والبعدي بين أفراد المجموعة الضابطة.

ولفحص الفرضية قام الباحثين بالمعالجات الإحصائية اللازمة (حساب قيم المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، اختبار Wilcoxon Signed Ranks Test) (ويلكوكسون - ساين) للعينات المترابطة التي تتبع أسلوب الاختبارات القبلي والبعدي لأفراد العينة وكذلك اختبار (t). ومستوى الدلالة الإحصائية (a = 0.05) لاختبارات التدريب التقليدي للتأكد من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي وللتأكد من تأثير التدريب التقليدي على مستوى الأداء المهارى للمجموعة الضابطة، والجدول رقم (7) يوضح ذلك:

جدول رقم (7): المتوسطات الحسابية، والانحراف المعياري واختبار ويلكوكسون - ساين للقياس القبلي والبعدي في الاختبارات المهارية للمجموعة الضابطة ومستوى الدلالة Sign (0.05) ن=15

م	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي ن=15		القياس البعدي ن=15		مستوى الدلالة لاختبار sign
			المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
1	عدد مرات تنطيط الكرة	عدد	26.5	15.9	26.3	11.9	0.798
2	الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	زمن	22.6	2.8	22.4	3.3	0.532
							0.302

م	الاختبارات	وحدة القياس	القياس القبلي ن=15		القياس البعدي ن=15		مستوى الدلالة لاختبار Wilcoxon	مستوى الدلالة لاختبار sign
			المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
3	قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري	زمن	21.9	1.1	21.5	1.5	0.053	0.302
4	مهارة التصويب على المرمى	عدد	3.1	1.1	3.1	1.1	0.963	1.00
5	ركل الكرة لمسافة	مسافة	29.5	7.1	30.1	6.8	0.069	0.302

(0.053) واختبار الإشارة sign يساوي (0.302) وهي أكبر من (0.05) مما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي أي أن الاختبار ليس له تأثير على الأداء المهاري للمجموعة الضابطة.

اختبار (مهارة التصويب على المرمى) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (مهارة التصويب) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة (3.1) وبانحراف معياري (1.1) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (3.1) وبانحراف معياري (1.1) وأن مستوى الدلالة الإحصائية لاختبار ويلكوسون يساوي (0.963) واختبار الإشارة sign يساوي (1.00) وهي أكبر من (0.05) مما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي أي أن الاختبار ليس له تأثير على الأداء المهاري للمجموعة الضابطة.

اختبار (ركل الكرة لمسافة) كذلك نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (ركل الكرة لمسافة) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة (29.5) وبانحراف معياري (7.1) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (30.1) وبانحراف معياري (6.8) وأن مستوى الدلالة الإحصائية لاختبار ويلكوسون يساوي (0.069) واختبار الإشارة sign يساوي (0.302) وهي أكبر من (0.05) مما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي أي أن الاختبار ليس له تأثير على الأداء المهاري للمجموعة الضابطة.

نستنتج من نتائج الجدول رقم (7) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلي والقياسات البعدي في مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين للمجموعة الضابطة وهذا يؤكد أن البرنامج التقليدي ليس له تأثير على مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين للمجموعة الضابطة.

4-3: النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم بين أفراد العينة (التجريبية - الضابطة)، ولفحص الفرضية قام الباحثين بالمعالجات الإحصائية اللازمة (حساب قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، اختبار t Test مستقلتين - (t)

يلاحظ الباحثين من الجدول (7) أنه لا توجد وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين بكرة القدم " بين القياسين القبلي والبعدي عند أفراد المجموعة الضابطة حيث أن جميع القيم هي أكبر من قيمة (a = 0.05) وبالتالي فإن الاختبار غير دال إحصائياً. وهذا يؤكد أن التدريب التقليدي ليس له تأثير على مستوى الأداء المهاري للمجموعة الضابطة.

ومن خلال استعراض جدول: رقم (7) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (عدد مرات تنطيط الكرة) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة (26.5) وبانحراف معياري (15.9) فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة للاختبار البعدي (26.3) وبانحراف معياري (11.9) وأن مستوى الدلالة الإحصائية لاختبار ويلكوسون يساوي (0.798) واختبار الإشارة sign يساوي (0.302) وهي أكبر من (0.05) مما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي أي أن الاختبار ليس له تأثير على الأداء المهاري للمجموعة الضابطة.

اختبار (الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة (22.6) وبانحراف معياري (2.8) فيما بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة للاختبار البعدي (22.4) وبانحراف معياري (3.3) وأن مستوى الدلالة الإحصائية لاختبار ويلكوسون يساوي (0.532) واختبار الإشارة sign يساوي (0.607) وهي أكبر من (0.05) مما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي أي أن الاختبار ليس له تأثير على الأداء المهاري للمجموعة الضابطة.

اختبار (زمن قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (زمن قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري) بلغ في الاختبار القبلي للمجموعة الضابطة (21.9) وبانحراف معياري (1.1) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (21.5) وبانحراف معياري (1.5) وأن مستوى الدلالة الإحصائية لاختبار ويلكوسون يساوي

(Independent test) ومستوى الدلالة الإحصائية $\alpha = 0.05$

والجدول رقم (8) يوضح ذلك:

جدول رقم (8) : المتوسطات الحسابية، والانحراف المعياري واختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent test - t) للقياس البعدي في الاختبارات المهارية للمجموعتين التجريبية والضابطة ومستوى الدلالة Sign (0.05) $N=15$

م	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية $N=15$		المجموعة الضابطة $N=15$		قيمة t	مستوى الدلالة
			المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
1	عدد مرات تنطيط الكرة	عدد	74.1	23.1	26.3	11.9	5.4	0.003
2	الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم	زمن	15.9	1.9	22.4	3.3	- 7.065	0.001
3	قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري	زمن	20.1	.886	21.04	1.5	- 2.034	0.010
4	مهارة التصويب على المرمى	عدد	3.9	.798	3.1	1.1	2.228	0.016
5	ركل الكرة لمسافة	مسافة	33.3	6.3	30.5	6.8	0.427	0.035

المعنوية (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات للمجموعتين ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهارى للمجموعة التجريبية.

لاختبار (قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري) نلاحظ انخفاض زمن الأداء حيث يشير المتوسط الحسابي لاختبار (قدرة اللاعب في السيطرة على الكرة من الجري) بلغ في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (20.1) وبانحراف معياري (.886) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (21.04) وبانحراف معياري (1.5) ، فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (-2.034) ومستوى المعنوية (0.010) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات للمجموعتين ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهارى للمجموعة التجريبية.

لاختبار (مهارة التصويب على المرمى) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (مهارة التصويب على المرمى) بلغ في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (3.9) وبانحراف معياري (.798) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (3.1) وبانحراف معياري (1.1) ، فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (2.228) مستوى المعنوية (0.016) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات للمجموعتين ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهارى للمجموعة التجريبية.

لاختبار (ركل الكرة لمسافة) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (ركل الكرة لمسافة) بلغ في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (33.3) وبانحراف معياري (6.3) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (30.5) وبانحراف معياري (6.8) ، فيما بلغت قيمة (ت)

من خلال الجدول رقم (8) يلاحظ الباحثين أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية للمتوسطات بين الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة عند مستوى دلالة (0.05) وهذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية، والجدول رقم (8) يوضح تفوق المجموعة التجريبية في القياس البعدي من خلال المتوسطات لدى المجموعة التجريبية في جميع الاختبارات المهارية ونلاحظ أنها هي أعلى منها للقياس البعدي للمجموعة الضابطة، وهذا يؤكد فعالية البرنامج التدريبي المقترح الذي تم إجراؤه على أفراد المجموعة التجريبية، حيث نلاحظ أن القيم السالبة في العمود الخاص بقيمة (ت) المحسوبة تعزى إلى أن هذه الاختبارات تعتمد على الزمن وبالتالي فإن الإشارة السالبة تعزى للتحسن في الزمن.

ويرى الباحثين أن هذا تأكيد جوهري، ولموس على فعالية البرنامج الذي طبق على أفراد العينة التجريبية .

ومن خلال استعراض جدول: رقم (8) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاختبار (عدد مرات تنطيط الكرة) بلغ في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (74.1) وبانحراف معياري (23.1) فيما بلغ المتوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (26.3) وبانحراف معياري (11.9) ، فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (5.4) ومستوى المعنوية (0.003) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات للمجموعتين ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهارى للمجموعة التجريبية.

لاختبار (الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم) نلاحظ انخفاض زمن الأداء حيث يشير المتوسط الحسابي لاختبار (الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم) (بلغ في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (15.9) وبانحراف معياري (1.9) فيما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة (22.4) وبانحراف معياري (3.3) ، فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (- 7.065) ومستوى

لبرنامج تدريبي مقتن يمكن أن يؤدي إلى تقدم وتحسن إيجابي في المتغيرات التي يتضمنها البرنامج التدريبي، وكما يشير لازم (2005م) إلى أن البرامج التدريبية المقننة تساعد اللاعب على تحسين قدراته في أداء المهارات الحركية من خلال الربط والتفاعل بين القدرات البدنية والمهارات الحركية، التي يكتسبها اللاعب، إذ إنها تعد الأساس لتعليم المهارات بالشكل الصحيح الذي يؤدي إلى التكيف والارتقاء بمستوى المهارات الحركية للاعب. (92:40) وهذا يؤكد فعالية البرنامج التدريبي المقترح الذي تم إجراؤه على أفراد المجموعة التجريبية.

4-2-2: مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية لفاعلية التدريب التقليدي للاعبين الناشئين بكرة القدم بين القياسات القبلية والبعدية بين أفراد المجموعة الضابطة والجدول رقم (7) يوضح ذلك.

وأظهرت النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية من خلال جدول رقم (7) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الاختبارات المهارية ما بين القياسين القبلي والبعدي عند أفراد المجموعة الضابطة، حيث أن جميع قيم (ت) في جميع الاختبارات هي أقل من قيمة (ت) الجدولية، كما أن جميع قيم مستوى المعنوية لجميع قيم الاختبارات هي أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، وبالتالي فإن الاختبار غير دال إحصائياً.

ونلاحظ فيما يتضح من دلالات جدول رقم (7) أنه لا يوجد تقدماً واضحاً وملموساً قد حصل على أفراد المجموعة الضابطة الخاضعة للبرنامج التدريبي التقليدي، ويعزو الباحثين ذلك إلى الاعتماد على التدريبات التقليدية، وعدم الاهتمام بتوزيع الحمل، وعدم مراعاة الفروق الفردية، وعدم التخطيط المناسب للبرامج التدريبية والإشراف عليه بعناية ودقة، كما أن التمرينات المتشابهة والخالية من التجديد والآثار تؤثر في نفوس اللاعبين مما يبعث الملل وعدم الإقدام لدى اللاعبين مما ينعكس ذلك على مستواهم، ويعزو الباحثين على أن عدم التحسن عند أفراد المجموعة الضابطة أن التدريب التقليدي يهتم ويركز على الجانب التنافسي وعدم التركيز بشكل خاص على المتغيرات المهارية، وإنما تركز البرامج التدريبية على التدريبات بشكل عام.

4-2-3: مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم بين أفراد العينة (التجريبية - الضابطة) والجدول رقم (8) يوضح ذلك.

وأظهرت النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة من خلال جدول رقم (8) أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الاختبارات المهارية للمجموعتين التجريبية والضابطة ما بين القياس البعدي للمجموعتين التجريبية

المحسوبة (0.427) ومستوى المعنوية (0.035) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) مما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات للمجموعتين ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية أي أن الاختبار له تأثير على الأداء المهاري للمجموعة التجريبية.

نستنتج من نتائج الجدول رقم (8) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية مما يؤكد أن البرنامج التدريبي باستخدام اللاعب المصغرة له تأثير إيجابي على مستوى الأداء المهاري للمجموعة التجريبية.

4-2-4: مناقشة النتائج:

يتضمن هذا الفصل مناقشة نتائج البحث وتفسيرها في ضوء الفرضيات والنتائج التي توصلت إليها البحث.

4-2-1: مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية لفاعلية برنامج تدريبي مقترح باستخدام اللاعب المصغرة في مستوى تحسين الأداء المهاري بين القياسات القبلية والبعدية لكل من أفراد المجموعة التجريبية لصالح القياسات البعدية. والجدول رقم (6) يوضح ذلك.

وأظهرت النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى من خلال جدول رقم (6) أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الاختبارات المهارية ما بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي في الاختبارات المهارية موضع البحث.

ويلاحظ الباحثين ويتضح من دلالات جدول رقم (6) أن تقدماً واضحاً وملموساً قد حصل على أفراد المجموعة التجريبية الخاضعة للبرنامج التدريبي المقترح بمعنى أن البرنامج التدريبي المقترح قد حقق تطوراً لدى أفراد المجموعة التجريبية في جميع المتغيرات المهارية قيد البحث، وهذا ما يتفق به نتائج البحث الحالي مع كل من دراسة جوفانوفك وآخرون (Jovanovich, teal, 2011m) ودراسة خالد رويحي وآخرون (2015م) ودراسة شرجي (2013م)، ودراسة رائد (2011م)، والتي أجمعت على أن البرامج التدريبية المنظمة وفق أسس عملية تعمل على تطوير المستوى لدى أفراد المجموعة التجريبية، ويعزو الباحثين إلى أن هذا التغير نتيجة لاختلاف في محتوى البرنامج التدريبي المقترح الذي ركز على تطوير المتغيرات المهارية من خلال التدريبات المقننة.

كما أن نتائج البحث تتفق مع دراسة كل من الدواد، راتب (2011م)، وعبد الستار (2005م)، والبياتي (2004م)، ودراسة "كاليبس وكاتيس - A.Katis (2009m) (E.Kellis) حيث تشير جميعها إلى أن الخضوع

والضابطة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية قيد البحث.

أما بالنسبة لدلالة الفروق في الاختبار البعدي لمتغيرات البحث بين المجموعتين التدريبية والضابطة فيشير الجدول رقم (8) إلى أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية في جميع متغيرات البحث ولصالح المجموعة التجريبية، وبما أن التكافؤ قد حصل قبل البدء في تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح بين مجموعتي البحث ، فإن أي تغير سواء كان إيجابياً أو سلباً على كلا المجموعتين هو نتيجة حتمية للتدريب الذي خضعت له كل مجموعة على حدة مع ملاحظة اختلاف البرنامج بين المجموعتين،

وبشكل عام جاءت نتائج هذا البحث متفقة مع نتائج دراسة كل من جوفانوفك (Jovanovich) teal ، (2011m) ، ودراسة خالد روجي (2015م) ودراسة شرجي (2013م)، دراسة كل من راتب (2011م)، وعبد الستار (2005م)، والبياتي (2004)، ودراسة عبدالرزاق (2013م) ودراسة عادل عطية (2012م) ودراسة لباد معمر، (2012م) ودراسة رائد (2011م)، ودراسة محمد (2011م) ودراسة عبدالحليم (1998م)، ودراسة أشرف (1990م) ، ودراسة كاليب وكتيس ، (A.Katis-E.Kellis 2009m) " ، ودراسة " ليتمان (Litman 2006m) " التي تشير إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع المتغيرات كافة أو تحسن المتغيرات للمجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة، ويشير أبو عبده (2008م) إلى أن البرنامج التدريبي المخطط والهادف لمحتوى التدريبات المقننة بأسلوب علمي يؤدي إلى الحصول على أفضل النتائج. (93:3).

ويرجع الباحثين ذلك على أن البرامج التدريبية المقترحة والمقننة تعطي أفضل وأسرع لأنها تكون مبنية على أسس علمية من حيث توزيع الحمل وطرق التدريب المناسبة ومراعاة الفروق الفردية وتوفير كل ما يلزم من أجل تطبيق وتنفيذ البرنامج بالشكل المطلوب عكس تلك البرامج التقليدية التي تكون مبنية على الارتجال وعدم التخطيط السليم العلمي والعمل.

ويعزو الباحثين تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القياس البعدي لما يلي:

- 1- المنهجية العلمية السليمة التي صيغت بها مفردات الوحدات التدريبية ضمن البرنامج التدريب المقترح.
- 2- استخدام عنصر التشويق والتحدى أثناء تنفيذ التمرينات ضمن البرنامج التدريبي المقترح .
- 3- اعتماد الأسلوب العلمي الصحيح في التدرج بالحمل التدريبي من حيث الشدة، والحجم، والكثافة.
- 4- توفير كافة المستلزمات والأدوات والمرافق الرياضية

المهمة وتطبيق البرنامج وتنفيذه بدقه.

5- كما أظهرت النتائج الجدولية لبيانات البحث التقدم الملحوظ لدى أفراد المجموعة التجريبية، وتميزهم عن المجموعة الضابطة في كافة متغيرات البحث، وهذا مؤشر حقيقي على فاعلية البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الملاعب المصغرة على مستوى الأداء المهاري للاعبين الناشئين على المجموعة التجريبية .

وبعد هذا العرض للنتائج وتحليلها ومناقشتها يتبين لنا أن الهدف الرئيسي من البحث قد تحقق، وتم التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح أنه قد أحدث تقدماً شاملاً لدى فئة ناشئي كرة القدم في المتغيرات المهارية، مما أدى إلى تحقيق كافة فروض البحث.

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات: من خلال كل ما تقدم من نتائج حصل عليها الباحثين تم التوصل للاستنتاجات الآتية :

1. أظهر نتائج البحث أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الملاعب المصغرة أدى إلى تحسين بعض المتغيرات المهارية للاعبين الناشئين بكرة القدم، (تنظيم الكرة- الجري بالكرة بخط متعرج - السيطرة على الكرة من الجري -التصويب على المرمى -ركل الكرة لمسافة) .

2. ضعف التدريب التقليدي في تحسين المتغيرات المهارية للاعبين الناشئين بكرة القدم قيد الدراسة.

3. تفوق البرنامج التدريبي باستخدام الملاعب المصغرة على التدريب التقليدي في تحسين بعض المتغيرات المهارية للاعبين الناشئين بكرة القدم.

التوصيات : من خلال ما تقدم يوصي الباحثين بالآتي :

1- تعميم نتائج البحث الحالية على مدربي الناشئين لكرة القدم للاستفادة منها في إعداد البرامج التدريبية، وتوفير قيم مرجعية لقياسات لتقويم البرامج التدريبية والحالة التدريبية ، والتطور لدى الناشئين .

2- تعميم البرنامج التدريبي المقترح على مدربي الأندية ومنتخبات اليمنية لقطاع الناشئين لكرة القدم للاستفادة منه لتحسين الأداء المهاري وخصوصاً في مرحلة الإعداد العام والخاص والذي يعمل بدوره على رفع المستوى المهاري والخططي .

3- إجراء دراسات مشابهة للبحث الحالي وعلى نفس الفئة التي تعتبر من أهم الفئات التي تستطيع فيها تطوير مستوى الناشئين بشكل كبير على مختلف الألعاب الجماعية الأخرى لدراسة فاعلية البرنامج التدريبي المقترح في تنمية المتغيرات المهارية.

4- ضرورة بناء معايير يمنية للمتغيرات المهارية لناشئي كرة القدم ، للاستناد عليها في الانتقاء الرياضي للموهوبين وبناء وتقويم البرامج التدريبية .

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- إبراهيم شعلان و عمرة أبو المجد. 1996م. أسس بناء كرة القدم الشاملة، المكتبة الشاملة، القاهرة، مصر.
- إبراهيم شعلان العفيفي. 1994 م. كرة القدم للناشئين . مركز الكتاب للنشر. مصر الجديدة ، القاهرة .
- أبو عبده، حسن السيد . 2008 . الإعداد البدني للاعبين كرة القدم. ط1، الفتح للطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر.
- أحمد أمين فوزي، محمد عبد العزيز سلامة: انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي، عالم الكتب، القاهرة، مصر، 1986م.
- أحمد محمد جاسر: دراسة تحليلية للياقة البدنية والمهارات الأساسية للاعبين كرة القدم لأندية الدرجة الممتازة في اليمن : رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة حلوان، مصر، كلية التربية الرياضية للبنين، 2002م.
- أشرف محمد علي جابر: برنامج تدريبي مقترح لتطوير الجانب البدني المهارى لناشئين كرة القدم، رسالة ماجستير منشورة، جامعة حلوان، مصر ، 1990 م.
- البياتي، ماهر، يوسف، فارس: تأثير برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض القدرات البدنية وبعض المهارات الأساسية تحت (17) سنة بكرة القدم ، مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2004م.
- الداود، راتب : أثر برنامج تدريبي لتطوير عناصر اللياقة البدنية والمهارية لدى ناشئى لاعبي نادي الحسين الرياضي ، مجلة جامعة النجاح الوطنية للأبحاث ، (العلوم الإنسانية) ، مجلد (25) ، نابلس ، فلسطين ، 2010 م.
- الوحش، محمد، وإبراهيم مفتي : أساسيات كرة القدم، ط1، دار عالم المعرفة ، القاهرة ، مصر، 1994م.
- بطارسة، صالح : أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المتغيرات البدنية والوظيفية لدى ناشئى كرة اليد في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، عمان ' الأردن ، 1992 م.
- بطرس رزق الله : دراسة أثر برنامج تعليمي لتطوير الأداء المهارى في كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، الإسكندرية، مصر، 1981م.
- جميل لطيف : موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة ، ط 1، بيروت، دار الكتب العلمية، 1993م.
- حسام عز الرجال ، إبراهيم الحلمي : برنامج مقترح للتدريب العقلي والبدني لتطوير مستوى أداء مهارة استقبال الإرسال للاعبين كرة الطائرة، رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق، مصر، 2002 م.
- حسن سيد أبو عبده : الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم، مكتب ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية، مصر، 2002م.
- حسن عبد الجواد : كرة القدم المبادئ الأساسية للألعاب الإعدادية لكرة القدم : دار العلم للملايين، ط 4، بيروت، لبنان، 1997م.
- حنفي محمود مختار: التدريب الحديث في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1971 م.
- حنفي محمود مختار: أسس تخطيط برنامج التدريب الرياضي، دار الزهران، القاهرة، مصر، 1988م.
- حنفي محمود مختار: التدريب السنوي في كرة القدم، دار الفكر العربي، (د. ط)، القاهرة، مصر، 1992م.
- حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، القاهرة، مصر، دار الفكر العربي، 1994م.
- حنفي محمود مختار: التطبيق العملي في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي مدينة نصر، القاهرة ، مصر، 1995م.
- خالد روجي درويش سويدان: فاعلية استخدام برنامج تدريبي مقترح على اللياقة البدنية لدى ناشئى كرة القدم تحت سن (14) سنة في الضفة الغربية ، فلسطين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية ، كلية الدراسات العليا، الضفة، فلسطين ، 2015 م.
- رائد فائق قاسم حسين : أثر برنامج تدريبي مقترح على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى ناشئى كرة القدم ، رسالة ماجستير منشورة ،كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين، 2011 م.
- رشيد فرحات وآخرون: موسوعة كنوز المعرفة الرياضية، دار النضير ، عيور، ط2 ، الكويت ، 1999م.
- زهير قاسم الخشاب وآخرون: كرة القدم، ط2، جامعة الموصول، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999 م.
- شريجي محمد: أثر برنامج تدريبي مقترح تبعا لشكل اللعب على المتغيرات البدنية والمهارية والفسولوجية لدى ناشئى كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة النجاح الوطنية ، فلسطين 2013م.
- شعبان إبراهيم محمد: بناء مجموعه اختبارات لقياس بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين ، الإسكندرية، جامعة حلوان، مصر، 1984م.
- صالح إبراهيم ، طارق جمعة : الإعداد المتكامل للاعبين كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر، 1985م.
- طلحة حسام الدين: الميكانيكية الحيوية ،دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1993 م.

التربية الرياضية، العدد الرابع، المجلد الخامس، الجزائر، 2008م.

- ماهر يوسف فارس ألياتي : أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض القدرات البدنية وبعض المهارات الأساسية لكرة القدم ، مجلة التربية الرياضية ، 13 ، ط1 ، 2004م.

- محمد الحماحي وأمين الخولي: أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1990م.

- محمد حازم أبو يوسف: أسس اختيار الناشئين في كرة القدم ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، ط1 ، الإسكندرية، مصر، 2005م.

- محمد حجار صالح: أثر برنامج تدريبي مقترح في ملاعب مصغرة على تنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئ كرة القدم، رسالة ماجستير منشورة، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية، مستغانم، الجزائر، 2011م.

- محمد حسن علاوي، أبو العلاء أحمد عبد الفتاح : فسيولوجيا التدريب الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1984م.

- محمد عبده صالح ، مفتي إبراهيم حماد: الإعداد المتكامل للاعب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر ، 1985م.

- محمد عبده صالح الوحش، مفتي إبراهيم حماد: أساسيات كرة القدم، دار علم المعرفة، القاهرة، مصر، 1994م.

- محمد كشك ، أمر الله البساطي: أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم، الإسكندرية، دار الكتاب والنشر، مصر، 2000م.

- محمود الأطرش: أثر برنامج تدريبي مقترح للمهارات النفسية على تطوير مستوى الأداء المهاري والخططي لدى لاعبي كرة القدم ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) ، ط 5 ، 2008م.

- محمود الحوفي: تأثير تنمية تحمل الأداء على معدل إنتاجية بعض المهارات المندمجة الهجومية لناشئ كرة القدم ، مجلة نظريات وتطبيقات ، 2005م.

- مفتي إبراهيم حماد: البرامج التدريبية المخططة في كرة القدم ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، مصر، 1987م.

- مفتي إبراهيم حماد: الجديد في الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994م.

- مفتي إبراهيم حماد: البرامج التدريبية المخططة لفرق كرة القدم، مركز الكتاب للنشر، الجزء الأول، القاهرة، مصر، 1997م.

- مفتي إبراهيم حماد: بناء فريق كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1999م.

- عادل عبد البصير علي: تدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، ب ط ، القاهرة، مصر، 1999م.

- عادل عطية: تدريبي مقترح على الأداء المهاري للقدم غير المميزة لدى ناشئ كرة القدم في الضفة الغربية تأثير، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين، 2012م.

- عبد الحليم عبد الباسط: تأثير برنامج تدريبي لبعض الأداء مهارية المركبة لناشئ كرة القدم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، مصر، 1998م.

- عبد الستار محمد: تأثير تنمية الأداءات الحركية المركبة على بعض مكونات اللياقة البدنية الخاصة للناشئين ، في كرة القدم ، وهدف البحث إلى: تصميم برنامج تدريبي لتنمية الأداءات الحركية المركبة للناشئين في كرة القدم، (رسالة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، 2005م.

- عدنان مقل أحمد عون: تأثير تدريب بعض المهارات النفسية على الأداء المهاري للاعب كرة القدم اليمنية، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2008م.

- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي، نظريات . تطبيقات، ط 3، دار الكتب الجامعية، الإسكندرية، مصر، 1978 م.

- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات ، ط4، دار المعارف ، القاهرة ، مصر، 1981 م.

- علي فهمي البيك وآخرون : أسس إعداد لاعبي كرة القدم والألعاب الجماعية ، مطبعة التوني ، الإسكندرية ، مصر، 1992م.

- عمرو أبو الجود، وجمال النمكي: تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين في كرة القدم، مركز الكتاب والنشر، القاهرة، مصر، 1997م.

- فؤاد طارش علي حسن: تحديد الوجهة المورفولوجية وعلاقتها بمستوى الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم اليمنية ، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الجزائر (3)، معهد التربية البدنية والرياضية، 2010م.

- قصير عبد الرزاق: تأثير تدريبات بمساحات مختلفة في تطوير بعض القدرات البدنية و الأداء المهاري في كرة القدم، رسالة ماجستير منشورة، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات النشاط البدني والرياضي، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 2013 م.

- كماش، يوسف لازم: اللياقة البدنية للاعبين في كرة القدم . القاهرة ، دار الفكر العربي، مصر، 2005 م .

- لباد معمر: برنامج تدريبي في تطوير المهارات الأساسية للاعب كرة القدم دون 12 سنة، رسالة ماجستير ،معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة باتنة، مجلة علوم

- مفتي إبراهيم حماد: المهارات الرياضية : مركز الكتاب للنشر، ط1، حلوان، مصر، 2002م.
- موفق أسعد محمود : التعلم والمهارات الأساسية في كرة القدم ، ط1، دار دجلة ، عمان ، الأردن . 2008 م.
- موفق المولى: الإعداد الوصفي لكرة القدم ، دار الفكر العربي، ب ط، لبنان، 1999م.
- موفق المولى: الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، عمان ، الأردن ، 2000م.
- موفق المولى: مناهج التدريب البدني لكرة القدم ، دار الكتاب الجامعي ، العين ، الإمارات العربية ، 2010 م.
- وهيبه قرنيش: تأثير استراتيجيات الإدارة الرياضية على الأداء الرياضي دراسة ميدانية على أندية القسم الأول لكرة القدم في البطولة الجزائرية لكرة القدم : جامعة الجزائر (3)، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، 2009م.

ثانيا: المراجع الإنجليزية:

- 62 - A.Katis - E.Kellis: The effect of small stadiums on physical performance and basic skills of young football players ,Master's Posted ,University of Mostaganem,Algeria , 2009 m .
- 63- Had jab issam: The impact of the mini-games exercises during training program in developing the skills of passing, receiving and controlling the ball for football players under 17 years‘ 2019 m.‘
- 64- Jovanovich, M, Sporis, G, Omrcen, D, and Fiorentini : F Effect of speed, agility, quickness training method on power performance in elite soccer players. Journal of Strength &Conditioning Research, 2011 m.

ثالثاً: شبكة المعلومات (الإنترنت):

- 65- Htt " www. Yemen fa.org / mdex-php / action= pages&i