**" أثر برنامج تدريبي مقترح لبعض القدرات الحركية الخاصة على مستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم الخماسي في أكاديمية بلاتر في رام الله"**

 **اعداد**

**الاستاذ عبد الله محمود غنام**

**اشراف**

**الأستاذ الدكتور عماد صالح عبد الحق**

**الدكتور محمود حسني الأطرش**

 **الملخص**

هدفت الدراسة التعرف إلى أثر البرنامج التدريبي المقترح لبعض القدرات الحركية الخاصة على مستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم الخماسي في أكاديمية بلاتر في رام الله، تكونت عينة الدراسة من (30) ناشئاً لفئة تحت سن (12) سنة، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين مجموعة تجريبية وعددهم (15) ناشئ، واخرى ضابطة وعددهم (15) ناشئ، وخضعت المجموعة التجريبية للبرنامج التدريبي المقترح الذي وضعه الباحث، بينما خضعت المجموعة الضابطة للبرنامج التقليدي، وبعد جمع البيانات تم أستخدم برنامج الرزم الإحصائية (spss) لتحليل النتائج.

 وأظهرت نتائج الدراسة الى أن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي ذات دلاله إحصائية على تنمية وتطوير المتغيرات المهارية, حيث تفوق أفراد المجموعة التجريبية على أفراد المجموعة الضابطة في كافة متغيرات الدراسة المهارية (الإحساس بالكرة, دقة التمرير, الجري بالكرة, التصويب على المرمى), حيث وصلت نسبة التحسن في مستوى الأداء المهاري في مهارة الإحساس بالكرة ( 63.60% ) وفي دقة التمرير من حيث الأهداف (110.8 % ) وفي الجري بالكرة في خط متعرج ( 14.62% ) وفي التصويب على المرمى ( 171.6% ), كما أظهرت نتائج الدراسة انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 ≥ α) لدى أفراد المجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم الخماسي في أكاديمية بلاتر في رام الله, بينما أظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 ≥ α) في متوسط القياس البعدي لمستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم الخماسي في أكاديمية بلاتر بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح أفراد المجموعة التجريبية على جميع المتغيرات.

 وأوصى الباحث بضرورة إستخدام البرنامج التدريبي لتحسين مستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم الخماسي، في المراحل العمرية المبكرة، وضرورة إهتمام المدربين في التدريب للمهارات الأساسية في كرة القدم الخماسي وعدم إهمالها وخاصة عند تدريب الناشئين.