**أثر برنامج تعليمي مقترح على بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى طلاب المرحلة الأساسية العليا في مدارس محافظة القدس**

**مقدمة الدراسة**

تعتبر المهارات الأساسية في لعبه كرة القدم من الأعمدة الرئيسية في هذه اللعبة والتي تعمل على رفع مستوى الأداء، ويؤكد الوحش ومحمد (1994) على أن المهارات الأساسية تعتبر حجر الزاوية في الأداء خلال مباريات كرة القدم وكفاءتها وتعتمد إلى حد كبير على الإعداد البدني للاعب كما يبني عليها الإعداد الخططي فالتدريب على المهارات الأساسية يبدأ في مرحلة مبكرة ويستمر حتى اعتزال اللاعب للعب، ويذكر مختار (1997) أن المهارات الأساسية تبقى دائما هي العامل المهم في اللعبة فبدون إجادة للمهارات الأساسية لا يستطيع أن ينفذ الخطط أو يقوم بواجبات مركزه على الوجه الأكمل وإجادة اللاعب للمهارات الأساسية تتطلب منه تدريبا لمدة طويلة بل أن هذا التدريب يستمر لسنوات عديدة وفي الحقيقة إن العمود الفقري لوحدة التدريب اليومي هو التدريب على المهارات الأساسية، وان اختلفت طرق التدريب وفقاً لاختلاف الهدف الذي يضعه المدرب.

وتعد السيطرة على الكرة من المهارات الهامة والضرورية للاعب كرة القدم، فلا يمكن لفريق انجاز النصر أو فرض السيطرة على مجريات اللعب أو تسجيل الأهداف ما لم يجد لاعبوه أداء هذه المهارة بأقسامها المختلفة، فالسيطرة على الكرة تمثل امتلاكها للتصرف فيها بالطريقة المناسبة حسبما يقضي الموقف إذا أن أداء كافة المهارات يتوقف على مدى اتقان اللاعب استقبال الكرة والسيطرة عليها من خلال التمرير والتصويب والمراوغة بطريقة صحيحة. (شرعب، 2011)

ويعد الأسلوب العلمي والمعتمد على الدراسات والبحوث من الأسس الهامة لتحقيق الإنجاز ولكون الاختبارات والمقاييس إحدى الوسائل العلمية الضرورية لاستمرار التقدم العلمي كان لا بد من الاستفادة منها للنهوض بلعبة كرة القدم حيث أشار إسماعيل وآخرون( 1991) على أن الاختبار الناجح يمكن المدرب من تحديد مستويات اللاعبين من خلال تثبيت نقاط القوة والضعف عند اللاعبين وتقويم العملية التدريبية ووضع منهاج تدريبي معتمد على الأسس العلمية وتبديل الطرق التي لم تثمر في تقدم وتطور اللاعبين، وكما يؤكد مختار)1997) على أن الاختبارات هي المقياس الدقيق الذي يستطيع المدرب بواسطتها أن يحكم على حالة التدريب للاعب والذي يستطيع اللاعب أن يقتنع تماما بحالته ويبتعد عن أي إدعاء بتحيز للمدرب.

ويرى الباحثون أن السيطرة على الكرة من أهم المهارات التي يجب التركيز عليها وتعليمها للناشئين وتدريب اللاعبين عليها من خلال اقتراح برنامج تعليمي للسيطرة على الكرة في كرة القدم لدى طلاب المرحلة الأساسية العليا في مدارس محافظة القدس.

### **مشكلة الدراسة**

إن التخطيط العلمي للبرامج التعليمية الرياضية من الوسائل الفعالة التي تؤدي إلى التقدم بمستوى الناشئين والطلاب والفرق في جميع الألعاب الرياضية وخاصة كرة القدم التي ما تزال في فلسطين ولكافة الأعمار تواجه كثيرا من المعوقات التي تعرقل مسيرة اللعبة وذلك يرجع لعدة أسباب منها عدم استعمال البرامج التدريبية المقننة والمبنية على أسس علمية، وإتقان المهارات الأساسية للعبة يعتبر من أهم العوامل التي تحقق للفريق الفوز والانتصار، وأن نجاح أي فريق يتوقف على مدى استطاعة لاعبيه جميعا أداء المهارات الأساسية بأنواعها المختلفة بتفوق وبأقل قدر من الخطأ.

ومن خلال اطلاع الباحثون على العديد من التدريبات والمباريات لهذه المرحلة لاحظ ان هناك ضعف في مهارات الاساسية بكرة القدم وبخاصة مهارة السيطره والاحساس بالكرة، ومعظم لاعبي كرة القدم لا يسيطرون بشكل كامل على الكرة ولا يتقنون مهارة السيطرة على الكرة بمحتوياتها وأقسامها المختلفة .

### **أهمية الدراسة**

**تكمن أهمية الدراسة في النقاط الآتية:**

1. أن البرامج التعليمية لها دوراً هاماً في مجالات تأسس لاعبي كرة القدم، إذ تهدف هده البرامج الى ارتفاع مستوى كفاءة الطالب بدنياً ومهارياً وخططياً ونفسياً لانجاز متطلبات اللعبة تحت كافة ظروف الأداء المختلفة والمتعددة.
2. يمكن الاستفادة من هذه الدراسة من قبل المعلمين في الحصول على تغذية راجعة حول أعداد برامجهم التعلمية بعمل أختبارات وقياسات تتبعه في كل مرحلة، للتأكد من أن هذه البرامج قد حققت ما هو متوقع اتجاه هؤلاء الطلاب وللوقوف على مدى تقدم الطلاب وذلك لمحاولة معالجة ما يمكن معالجته قبل الدخول في مرحلة المنافسات.

**أهداف الدراسة**

**سعت الدراسة الحالية التعرف إلى الأهداف الآتية:**

1. الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة من ناحية بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.
2. تأثير البرنامج التعليمي المقترح في تنمية بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى المجموعة التجريبية.
3. تاثير البرنامج التعليمي التقليدي في تنمية بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى المجموعة الضابطة.

**فرضيات الدراسة**

سعت الدراسة الحالية إلى اختبار الفرضيات الآتية:

1. توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) في القياس البعدي لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم تعزى لمتغير المجموعة .
2. توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القياسين لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى أفراد المجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.
3. توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) بين القياسين القبلي والبعدي لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى أفراد المجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي .

**حدود الدراسة**

**التزم الباحثون في هذه الدراسة بالحدود الآتية:**

**الحدود البشرية: تقتصر عينة قصدية من طلاب المرحلة الأساسية العليا لتطبيق البرنامج التعليمي المقترح لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم .**

**الحدود المكانية:** تم اجراء هذه الدراسة في ملعب بيت حنينا .

**الحدود الزمنية:تم إجراء الدراسة وتطبيق البرنامج التعليمي في الموسم الأكاديمي (2016/2017) في الفترة الزمنية ما بين (20/3/2016-20/5/2016).**

**مصطلحات الدراسة:**

**السيطرة على الكرة: تشمل مهارات أمتصاص الكرة وأستقبال الكرة وكتم الكرة (الأطرش، 2009).**

**ضرب الكرة بالرأس : تعتبر من المهارات من المهرات الاساسية والمهمة في لعبة كرة القدم ،وايضا تشكل القدم الثالثة للاعب كرة القدم وتستخدم بهدف التصويب على المرمى او تشتيت الكرات العالية امام المرمى . ( الاطرش و ابو شهاب 2017)**

**التمرير بباطن القدم الداخلي : يعد هذا النوع من التمرير ذا اهمية كبيرة نتيجة لسهولة التحكم في توجية الكرة وتستخدم بكثرة في المناولات القصيره والمتوسطة بشكل خاص. (الاطرش و ابو شهاب، 2017 )**

**الدراسات السابقة**

* **هدفت دراسة غنام** ( 2016 ) التعرف إلى أثر برنامج تدريبي مقترح لبعض القدرات الحركية الخاصة على مستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم الخماسي في أكاديمية بلاتر في رام الله، وتكونت 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، وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج التدريبي المقترح له أثر إيجابي ذات دلاله إحصائية على تنمية وتطوير المتغيرات المهارية، هذا التحسن كان عند كلاً من أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بين القياسين القبلي والبعدي وكانت النسبة المئوية للتغير عند أفراد المجموعة التجريبية 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 كان هذا التحسن عند أفراد المجموعة الضابطة بين القياسين القبلي والبعدي وكانت النسبة المئوية للتغير عند أفراد المجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري في مهارة الإحساس بالكرة (5.88% )، وفي دقة التمرير من حيث الأهداف (23.89 % )، وفي الجري بالكرة في خط متعرج (1.62% )، وفي التصويب على المرمى ( 29.20% ).
* **دراسة خلف وآخرون (2016)** والتي هدفت الى معرفة تأثير تمرينات اللعب بالمساحات المصغرة في تحسين بعض القدرات البدنية والحركية مثل (الجري 30م، والجري المتعرج بين الحواجز) وأداء بعض المهارات الأساسية مثل (تمرير الكرة، التصويب) بكرة القدم، واستخدم الباحثين المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من (30) لاعباً، مقسممين الى مجموعتين (15) لاعباً يمثلون المجموعة التجريبية و(15) لاعباً يمثلون المجموعة الضابطة، أستخدم الباحثين بأن تمرينات اللعب بالمساحات المصغرة تملك تاثيراً ايجابياً في تحسين بعض القدرات البدنية والحركية وأداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي منتخب جامعة ديالي بكرة القدم للصالات .
* قام ابراهيم (2015) بدراسة هدفت التعرف الى اثر استخدام القدرات التوافقية على بعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى ناشئي كرة القدم في فلسطين،ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (24) لاعب كرة قدم من ناشئي مؤسسة خطوات في محافظة طولكرم، وقبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي تم أجراء أختبارات المتغيرات المهارية وتشمل (التمرير والاحساس بالكرة والجري بالكرة والتصويب وضرب الكرة بالراس لأبعد مسافة) وبعد اجراء المعالجات الاحصائية اللازمة توصلت الدراسة الى أن البرنامج التدريبي المقترح أثر على جميع المتغيرات قيد الدراسة وبدلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وكانت النسب المئوية للتغير على النحو الآتي (التمرير 12578%، الاحساس بالكرة 36.82%، الجري بالكرة 6.5%، التصويب 95.4%، ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة 37.17%) .
* هدفت دراسة شربجي (2013) للتعرف الى أثر برنامج تدريبي مقترح تبعاً لشكل اللعب على بعض المتغيرات البدنية والمهارية والفسيولوجية لدى ناشئي كرة القدم، ولتحقيق ذلك أجريت على عينة قوامها (30) ناشئاً ممن تتراوح أعمارهم بين (14-16) سنة، وقبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي تم إجراء أختبارات المتغيرات المهارية وتشمل(السيطرة على الكرة والتمرير والتصويب والمرواغة ورمية التماس وضرب الكرة بالرأس)، وبعد إجراء المعالجات الإحصائية اللازمة توصلت الدراسة الى أن البرنامج التدريبي تبعاً لشكل اللعب أثر على جميع المتغيرات قيد الدراسة وبدلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي، تنطيط الكرة(20.62%) والتمرير الأرضي القصير (48.45%) والجري بالكرة (11.94%) والتصويب (52.95%) ورمية التماس (11.90%) وضرب الكرة بالرأس 122.22%) .
* **دراسة أنطونيو وآخرون (Antonio، et al، 2012)** والتي هدفت الى تحديد الأداء البدني والمهاري خلال مباريات كرة القدم لدى الشباب في البرتغال**،** واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (39) لاعباً متوسط العمر لديهم (15-16) سنة، وتوصلت الدراسة أن متوسط الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين، إضافة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية تبعاً لمركز اللعب ولصالح لاعبي خط الوسط، يليهم لاعبو الهجوم وأخيراً لاعبو الدفاع .
* **دراسة ميخيل وآخرون (Meckel، et al، 2012)** والتي هدفت إلى تحديد أثر العدو لمسافات قصيرة مقابل تحسين المهارات الأساسية بكرة القدم وتحسين بعض الخصائص البدنية والمهارية لدى ناشئي كرة القدم ممن تتراوح اعمارهم بين (14-12) سنة، وتم إجراء القياسات القبلية والبعدية لمدة ثمانية أسابيع من التدريب، حيث كان البرنامج الأول عبارة عن العدو (6-4) مجموعات وكل مجموعة عبارة عن عدو 5)) م أربع مرات، أما المجموعة الثانية كانت (6-4) مجموعات العدو (200) م بشدة (85%( من أقصى سرعة. وأظهرت نتائج الدراسة أن كل من البرنامجين عمل على تحسين القدرة الأوكسجينية ممثلة في عدو (30) م، والحد الأقصى لإستهلاك الأوكسجين، وزمن عدو (250) م، والرشاقة، في تحسين المهارات الأساسية بكرة القدم ولم تكن الفروق دالة إحصائياً في القياس البعدي بين البرنامجين.
* **دراسة جوفانوفك وآخرون (Jovanovic، et al،2011)** والتيهدفت إلى تحديد أثر برنامج تدريبي للسرعة والرشاقة والتسارع على قدرة الأداء المهاري لدى لاعبي النخبة لكرة القدم، وقد إستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (100) لاعب قسمت بالتساوي إلى مجموعتين التجريبية والضابطة، وتم قياس قدرة الاداء القبلي والبعدي للبرنامج التدريبي من خلال: قياس السرعة من خلال العدو (5) أمتار، والتسارع من خلال (10) عدو. وأقصى سرعة من خلال عدو (30) متر، والقدرة للرجلين من خلال إختبار بوسكو للوثب العامودي، وبعد تطبيق البرنامج التدريبي لمدة (8) أسابيع أظهرت نتائج الدراسة أن البرنامج التدريبي أثر ايجابياً على السرعة والتسارع وأقصى سرعة، والقدرة على الوثب العامودي لتحسين مستوى الأداء المهاري لدى الناشئين، ووجود فروق بين المجموعتين في القياسات قيد الدراسة ولصالح المجموعة التجريبية.

**الطريقة والإجراءات**

**منهج الدراسة**

تم استخدم المنهج التجريبي لملائمته لفرضيات الدراسة.

**مجتمع الدراسة**

مجتمع الدراسة من طلاب المرحلة الأساسية العليا في مدارس محافظة القدس والبالغ عددهم( 350) للعام الدراسي 2016\2017 .

**عينة الدراسة**

تم أختيار العينة بالطريقة العمدية من طلاب المرحلة الأساسية في مدارس محافظة القدس والبالغ عددهم (40)، حيث سيتم تقسيم العينة الى مجموعتين بالتساوي مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة.

**أداة الدراسة**

تم تصميم برنامج تعليمي مقترح وقياس مدى تأثيره على تنمية بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طلاب المرحلة الأساسية في مدارس محافظة القدس.

ولتوزيع عينة الدراسة على مجموعتين متكافئتين قبل البدء في تطبيق البرنامج، قام الباحث باستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس القبلي لمهارات السيطرة على الكرة كما هو مبين في الجدول رقم (1).

**الجدول رقم (1): التكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس القبلي**

**لمهارات السيطرة على الكرة (ن= 32).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **مستوى**  **الدلالة\*** | **(ت)**  **المحسوبة** | **المجموعة الضابطة**  **( ن=16 )** | | **المجموعة التجريبية**  **( ن= 16 )** | | **وحدة القياس** | **مهارت السيطرة على الكرة** |
| **الإنحراف** | **المتوسط** | **الإنحراف** | **المتوسط** |
| 0.929 | - 0.090 | 6.30 | 12.43 | 9.18 | 12.18 | مرة | التنطيط بالكرة |
| 0.839 | 0.206 | 3.10 | 8.75 | 3.74 | 9 | محاولة ناجحة | التصويب على المرمى |
| 0.330 | 0.991 | 0.87 | 1.68 | 1.23 | 2.06 | محاولة ناجحة | التمرير بباطن القدم الداخلي |
| 0.282 | 1.095 | 1.34 | 23.58 | 1.23 | 24.08 | ثانية | المراوغة |
| 0.748 | - 0.324 | 0.77 | 8.28 | 0.75 | 8.20 | متر | رمية التماس |
| 0.983 | - 0.021 | 0.86 | 4.88 | 0.81 | 4.88 | متر | ضرب الكرة بالرأس |

\* مستوى الدلالة ( 0.05 ≥α)، درجات الحرية (30)، (ت) المجدولة (2.042).

تشير نتائج الجدول (1) إلى أن قيمة (ت) المجدولة أكبر من قيم (ت) المحسوبة عند درجات حرية (30)، ومما يدل ذلك على عدم وجود فروق دالة إحصائيا عن مستوى الدلالة ( 0.05 ≥α) في القياس القبلي لمهارات السيطرة على الكرة بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، وبالتالي تحقيق التكافؤ بين أفراد المجموعتين قبل الشروع في تطبيق البرنامج.

**الثبات لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم**

قام الباحث باجراء الاختبارات المهارية مرتين على عينة إستطلاعية مكونه من (8) لاعبين في كرة القدم والذين تم إستباعدهم من عينة الدراسة، وكانت الفترة الزمنية التي تفصل ما بين التطبيقين أسبوعا، وللتأكد من ثبات الإختبارات المهارية تم استخدام معامل الإرتباط بيرسون للعلاقة بين التطبيقين الأول والثاني كما هو مبين في الجدول رقم (2).

**الجدول رقم (2): معاملات الثبات لمهارات السيطرة على الكرة.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **الدلالة\*** | **قيمة**  **( ر )** | **التطبيق الثاني** | | **التطبيق الأول** | | **وحدة القياس** | **مهارت السيطرة على الكرة** |
| **الإنحراف** | **المتوسط** | **الإنحراف** | **المتوسط** |
| 0.001\* | 0.92 | 9.36 | 17 | 10.82 | 13.87 | مرة | التنطيط بالكرة |
| 0.006\* | 0.86 | 2.50 | 9.37 | 2.61 | 7.50 | محاولة ناجحة | التصويب على المرمى |
| 0.020\* | 0.79 | 0.74 | 2.62 | 0.51 | 1.37 | محاولة ناجحة | التمرير بباطن القدم الداخلي |
| 0.001\* | 0.92 | 1.08 | 23.08 | 0.91 | 23.57 | ثانية | المراوغة |
| 0.018\* | 0.80 | 1.31 | 9.21 | 0.69 | 8.70 | متر | رمية التماس |
| 0.023\* | 0.78 | 1.01 | 6.14 | 0.41 | 5.45 | متر | ضرب الكرة بالرأس |

\* مستوى الدلالة (≥α0.05).

تشير نتائج الجدول (2) أن قيم معامل الارتباط بيرسون لمهارات السيطرة على الكرة كانت ( التنطيط بالكرة (0.92)، التصويب على المرمى (0.86)، التمرير بباطن القدم (0.79)، المراوغة (0.92)، رمية التماس (0.80)، ضرب الكرة بالرأس (0.78)) وجميعها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة(α≤ 0.05)، وتدل هذه القيم على الثبات لمهارات السيطرة على الكرة وأنها تفي لأهداف الدراسة.

**متغيرات الدراسة**

**المتغيرات المستقلة**:

البرنامج التعليمي المقترح الخاص في تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طلاب المرحلة الأساسية في مدارس محافظة القدس.

**المتغيرات التابعة**

المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طلاب المرحلة الاساسية العليا في مدارس محافظة القدس.

**المعالجات الإحصائية:**

* (المتوسطات الحسابية - الانحرافات المعيارية - النسب المئوية- المدى (Range) معامل ارتباط بيرسون - التحليل العاملي من الدرجة الأولى المائل -الدرجات المئينية

**عرض النتائج**

**أولاً: النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى والذي نصها**

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 ≥α) بين القياسين القبلي والبعدي للمهارات الأساسية بكرة القدم لدى أفراد المجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.

ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للعينات التابعة المترابطة كما هو مبين في الجدول رقم (3).

**الجدول رقم (3): نتائج اختبار (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمهارات الأساسية**

**بكرة القدم لدى أفراد المجموعة التجريبية (ن= 16).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النسبة المئوية للتغير%** | **مستوى**  **الدلالة\*** | **( ت)**  **المحسوبة** | **القياس البعدي** | | **القياس القبلي** | | **وحدة**  **القياس** | **مهارات السيطرة على الكرة** |
| **الانحراف** | **المتوسط** | **الانحراف** | **المتوسط** |
| 109.3 | 0.000\* | 10.242 | 8.89 | 25.50 | 9.18 | 12.18 | مرة | التنطيط بالكرة |
| 37.44 | 0.003\* | 3.543 | 2.65 | 12.37 | 3.74 | 9 | محاولة ناجحة | التصويب على المرمى |
| 118.4 | 0.000\* | 10.929 | 0.73 | 4.50 | 1.23 | 2.06 | محاولة ناجحة | التمرير بباطن القدم |
| - 11.66 | 0.000\* | 7.312 | 2.09 | 21.27 | 1.23 | 24.08 | ثانية | المراوغة |
| 29.14 | 0.000\* | 6.632 | 1.88 | 10.59 | 0.75 | 8.20 | متر | رمية التماس |
| 56.35 | 0.000\* | 14.912 | 1.16 | 7.63 | 0.81 | 4.88 | متر | ضرب الكرة بالرأس |

\* مستوى الدلالة ( 0.05 ≥α)، درجات الحرية (15)، (ت) الجدولية (2.131 ).

تشير نتائج الجدول (3) إلى أن قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجات حرية (15)، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 ≥α) بين متوسط القياسين القبلي والبعدي للمهارات الأساسية بكرة القدم لدى أفراد المجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي والذي يدل على قبول الفرضية، وكانت النسبة المئوية للتغير للمهارات الأساسية بكرة القدم كالآتي: ( التنطيط بالكرة (109.3%)، التصويب على المرمى (37.44%)، التمرير بباطن القدم (118.4%)، المراوغة (11.66%)، رمية التماس (29.14%)، ضرب الكرة بالرأس (56.35%)).

ويعزو الباحثون التحسن في جميع المهارات الأساسية بكرة القدم وخصوصاً مهارة التمرير، باعتبارها أسهل المهارات والتي يسهل على الطلاب في هذه المرحلة اتقانها، وكذلك لتوفر الأمكانات التي يستطيع ان يوفرها المعلم أثناء الوحدة التعليمية واتاحة الفرصة للطالب من تكرار المهارة والإعادة للمهارة، بالأضافة الى أعتماد المعلم على الأسلوب العلمي في تعليم المهارة من خلال استخدام مبدأ التدريج في تعليم المهارة من السهل الى الصعب من أجل تثبيت المهارة لدي الطلاب، وكذلك أختيار المعلم التمارين التي يكون محتواها يتناسب مع سرعة المهارة.

كما وتعتبر مهارة التمرير من الوسائل الأساسية التي يتم من خلالها بدء الهجوم وإنهائه من خلال الوصول إلى مرمى الفريق المنافس واحراز الفوز، لذلك عدم القدرة على أداء مهارة التمرير يضعف الفريق ويؤثر على نتيجة المباراة وقد يكون أحد الأسباب الرئيسة لخسارة المباراة.

حيث يشير هيوز (1990) إلى أنه ليس هناك من شئ يحطم الفريق أكثر نت التمرير غير الدقيقة.

ويرى الباحثون بأن التمرير أول مستلزمات الاتصال الوثيق بين الىعبين والأكثر استخداماً طوال فترة المنافسة لذلك يجب الاهتمام بهذه المهارة والتنويع في التمارين حتى يتم تطبيقها بشكل صحيح .

وكذلك يعزو الباحثون في شأن مهارة المراوغة من اقل المهارات تحسن، الى صعوبة المهارة وشعور اللاعب بالخوف أثناء أداء المهارة، بالأضافة الى عدم أهتمام معلمي التربية الرياضية بتوضيح الخطوات الفنية والتعليمية للأداء الصحيح للمهارة، وعدم قيام المعلم في تصحيح الآخطاء وتقويمها أثناء أداء المهارة بالأضافة الى عدم قيام المعلم في تنويع التمرينات التي تعمل على الارتقاء بهذه المهارة في المستوى المطلوب، وقد يصل الأمر في كثير من المعلمين الى إهمال المهارة بشكل كلي خلال الوحدات التعليمية .

**ثانياً: النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية**

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 ≥α) بين القياسين القبلي والبعدي للمهارات الأساسية بكرة القدم لدى أفراد المجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي.

ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للعينات التابعة المترابطة كما هو مبين في الجدول رقم (4).

**الجدول رقم (4): نتائج اختبار (ت) للفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمهارات الأساسية**

**بكرة القدم لدى أفراد المجموعة الضابطة (ن= 16).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **النسبة المئوية للتغير %** | **مستوى**  **الدلالة\*** | **( ت)**  **المحسوبة** | **القياس البعدي** | | **القياس القبلي** | | **وحدة**  **القياس** | **مهارات السيطرة على الكرة** |
| **الانحراف** | **المتوسط** | **الانحراف** | **المتوسط** |
| 3.05 | 0.478 | 0.728 | 6.14 | 12.81 | 6.30 | 12.43 | مرة | التنطيط بالكرة |
| 2.05 | 0.744 | 0.332 | 2.37 | 8.93 | 3.10 | 8.75 | محاولة ناجحة | التصويب على المرمى |
| 11.30 | 0.270 | 1.145 | 0.61 | 1.87 | 0.87 | 1.68 | محاولة ناجحة | التمرير بباطن القدم |
| - 0.12 | 0.805 | 0.251 | 1.21 | 23.55 | 1.34 | 23.58 | ثانية | المراوغة |
| 0.36 | 0.624 | 0.501 | 0.74 | 8.31 | 0.77 | 8.28 | متر | رمية التماس |
| 1.02 | 0.576 | 0.571 | 0.72 | 4.93 | 0.86 | 4.88 | متر | ضرب الكرة بالرأس |

\* مستوى الدلالة ( 0.05 ≥α)، درجات الحرية (15)، (ت) الجدولية (2.131).

تشير نتائج الجدول (4) إلى أن قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند درجات حرية (15)، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 ≥α) بين متوسط القياسين القبلي والبعدي لمهارات السيطرة على الكرة لدى أفراد المجموعة الضابطة، ومما يدل ذلك على رفض الفرضية.

ويعزو الباحثون عدم وجود تحسن في المجموعة الضابطة بين القياسين القبلي والبعدي، الى ضعف البرنامج التقليدي المستخدم لدى المجموعة الضابطة، وكذلك الى عدم وجود الببرامج التعليمي المقنن، والاعتماد على الاساليب التدريبية العشوائية غير المقننة علمياً، وكذلك عدم التركيز على مهارة واحدة خلال الوحدة التعليمية، بل أكثر من مهارة وبالتالي يؤدي الى العشوائية في تعليم المهارة، وعدم استخدام النواحي الفنية والتعليمية الخاصة في تعليم كل مهارة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت الية دراسات كل من (ابراهيم، 2015)، (الأطرش، 2009)، (بطارسه، 1992)، (الموسي، 1994) بأن سبب عدم تطور مستوى الااء المهاري عند اللاعبين يعود الى الأسلوب التدريبي التقليدي المتبع من قبل المدربين الذي يعتمد نمط واحد في تنمية واكساب العناصر المهارية أثناء الوحدات التدريبية ويعتمد على الدوافع الشخصية للتغير دون اي تقنين منظم .

**ثالثاً: النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة**

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 ≥α) في القياس القبلي للمهارات الأساسية بكرة القدم بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية.

ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة كما هو مبين في الجدول رقم(5).

**الجدول رقم (5): نتائج اختبار (ت) للفروق في القياس البعدي للمهارات الأساسية بكرة القدم بين أفراد المجموعة التجريبية وأفرد المجموعة الضابطة (ن= 32).**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **مستوى**  **الدلالة\*** | **(ت)**  **المحسوبة** | **المجموعة الضابطة**  **( ن=16 )** | | **المجموعة التجريبية**  **( ن= 16 )** | | **وحدة القياس** | **مهارت السيطرة على الكرة** |
| **الإنحراف** | **المتوسط** | **الإنحراف** | **المتوسط** |
| 0.000\* | 4.695 | 6.14 | 12.81 | 8.89 | 25.50 | مرة | التنطيط بالكرة |
| 0.001\* | 3.856 | 2.37 | 8.93 | 2.65 | 12.37 | محاولة ناجحة | التصويب على المرمى |
| 0.000\* | 10.967 | 0.61 | 1.87 | 0.73 | 4.50 | محاولة ناجحة | التمرير بباطن القدم الداخلي |
| 0.001\* | - 3.77 | 1.21 | 23.55 | 2.09 | 21.27 | ثانية | المراوغة |
| 0.000\* | 4.50 | 0.74 | 8.31 | 1.88 | 10.59 | متر | رمية التماس |
| 0.000\* | 7.869 | 0.72 | 4.93 | 1.16 | 7.63 | متر | ضرب الكرة بالرأس |

\* مستوى الدلالة ( 0.05 ≥α)، درجات الحرية (30)، (ت) المجدولة (2.042).

تشير نتائج الجدول (5) إلى أن قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجات حرية (30)، وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 ≥α) في متوسط القياس البعدي في جميع المهارات الأساسية بكرة القدم بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية والذي يدل على قبول الفرضية.

ويعزو الباحثون هذا التحسن الحاصل في الاختبارات المهارية للمجموعة التجريبية الى تأثير البرنامج التعليمي المطبق من قبل المجموعة التجريبية باستخدام الادوات المساعدة كالاقماع والاعلام والمارين التنافسية التي تتناسب مع كل مهارة، مثل تطوير مهارة التصويب من الحركة والمراوغة بين الشواخص واستخدام الأهداف الصغيرة، وهذا ما أشار اليه أبو طامع (2007) ان التنويع وحسن استخدام الادوات المساعدة يساهم الى حد كبير في قدرة المتعلمين على سرعة التعلم واتقان المهارات .

بالأضافة الى توفير عامل التشويق والحماس وعدم الملل أثناء اداء التمرينات الخاصة في تعليم كل مهارة، وبالتالي يؤدي الى الدافعية والانجاز .

وبالتالي فإن محتوى البرنامج التعليمي المقترح أدى الى تحسن مستمر في أدا المهارا ت الأساسية قيد الدراسة بالاضافة الى اشتمل البرنامج التعليمي الى تمرينات نوعية تساعد على تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم .

وكذلك يعزو الباحثون التحسن أيضاً الى الانتظام في التدريب لمدة (8 أسابيع) بواقع (3) وحدات تدريبية اسبوعياً، وجاءت النتائج متفقة مع نتائج دراسة كل من (عمر،2015 )، (الأطرش، 2009)،(ابو بشارة، 2010)، (الخضور، 2011)، (مسعد، 2007)، (زاك وديوداً، 2003) .

أضافة الى زيادة دافعية الناشئ حيث لا توجد خبرة سابقة لديهم في مثل هذا البرنامج التعليمي الخاصة في تعليم المهارات الأساسية بكرة القدم، أضافة الى المستوى الذي بدأ منه أفراد المجموعة حيث أشار ميكارول (1986) إلى إمكانية التحسن الذي يبدأ منه الشخص وتكون هذه الزيادة عند المبدئين وغير الممارسين أعلى منها عند لاعبي المستويات العليا ومراعاة الباحث لقدرات الطلبة.

**الأستنتاجات**

**من خلال عرض النتائج ومناقشتها، توصل الباحثون الى الأستنتاجات الآتية:**

* البرنامج التعليمي المقترح لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم، له تأثير ايجابي ذو دلالة احصائية على تطوير المتغيرات المهارية (التنطيط بالكرة، التصويب على المرمى ، التمرير بباطن القدم الداخلي، المراوغة ، رمية التماس).
* اظهرت الدراسة ان نتائج الاختبارات المهارية على المجموعة التجريبية كانت ذات فعالية في القياس البعدي، وهذا يدل على ان البرنامج التعليمي المقترح كان ذات فاعلية في تنمية وتطوير المتغيرات المهارية لطلاب المرحلة الأساسية العليا في محافظة القدس .
* أظهرت الدراسة ان المجموعة التجريبية قد تفوقت على المجموعة الضابطة في كافة المتغيرات المهارية (التنطيط بالكرة، التصويب على المرمى، التمرير بباطن القدم الداخلي، المراوغة، رمية التماس).
* أظهرت الدراسة ان المجموعة الضابطة بين القياسين لا توجد فروق على كافة المتغيرات المهارية (التنطيط بالكرة، التصويب على المرمى، التمرير بباطن القدم الداخلي، المراوغة، رمية التماس).
* صلاحية البرنامج التعليمي المقترح في تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم لدى طلاب المرحلة الأساسية العليا .
* مهارة التمرير أكثر المهارات الأساسية تحسناً للمجموعة التجريبية على باقي المهارات الأخرى.

**التوصيات**

في حدود نتائج البحث وانطلاقاً من الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصى الباحث بما يلي:

1. استخدام البرنامج التعليمي للمهارات الاساسية بكرة القدم في المدارس .

2. ضرورة اعتماد المدربين للأختبارات المهارية لناشئ كرة القدم عند التقويم والتشخيص والانتقاء واستخدامها .

3. وضع البرامج العليمية المقننة لما لها من فائدة في رفع المستوى المهاري لدى الطلاب .

4. ضرورة الاهتمام بالاختبارات المهارية قبل واثناء وبعد تنفيذ اي برنامج تعليمي .

5. استفادة المدربين من الاختبارات المقننة والمستويات المعيارية التي توصل اليها الباحث لأهميتها في تقويم مستوى الخصائص المهارية .

6. تعميم نتائج الدراسة الحالية على مدربي كرة القدم للناشئين في فلسطين في الأندية والمدارس الكروية للأستفادة منها في اعداد البرامج التدريبية والتعليمية .

**قائمة المصادر والمراجع**

**المراجع العربية:**

* حماد، مفتى إبراهيم، (1998). **تمرينات الإحماء والمهارات في برامج تدريب كرة القدم**، مركز الكتاب لنشر، القاهرة.
* مختار، محمود حنفي، (1995). **الأسس العلمية في تدريب كرة القدم**، دار الفكر العري، القاهرة.
* الاطرش، محمود، ابوشهاب، عصام. (2017). **تعلم المهارات الاساسية بكرة القدم**، كلية التربية الرياضية، جامعة مؤته.
* شرعب، عمر. (2011). **بناء مستويات معيارية لبعض المتغيرات البدنية والمهارية لدى ناشئي اندية المحترفين لكرة القدم في الضفة الغربية في فلسطين**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
* مختار، حنفي. (2008). **الاسس العلمية في تدريب كرة القدم**، القاهرة: دار الفكر العربي، مصر.
* الوحش، محمد، وابراهيم مفتي. (1994). **اساسيات كرة القدم**،ط1، القاهرة: دار عالم المعرفة، القاهرة، مصر.
* الأطرش، محمود.(2009). ***تأثير برنامج تدريبي مقترح للمهارات النفسية على تطوير مستوى الأداء المهاري والخططي لدى لاعبي كرة القدم***، **مجلة جامعة النجاح الأبحاث (العلوم الإنسانية)**. مجلد 22(5)2009، كلية التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس .
* الأطرش، محمود، إبراهيم، هاشم. ( 2008) .**أثر برنامج تدريبي مقترح على تنمية النواحي النفسية والخططية لدى لاعبي كرة القدم في الضفة الغربية**. رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
* غنام، عبدالله، (2016). **أثر برنامج تدريبي مقترح لبعض القدرات الحركية الخاصة على مستوى الأداء المهاري لناشئي كرة القدم الخماسي في أكاديمية بلاتر في رام الله**، رسالة ماجستر، كلية التربية الرياضية، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
* ابراهيم، مفتي. (1994). **الجديد في الاعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم**، القاهرة: دار الفكر العربي، مصر.
* شعلان، ابراهيم، والعفيفي، محمد. (2001). **كرة القدم للناشئين،** القاهرة: مركز الكتاب للنشر، مصر.
* أبو عبدة، حسن، السيد. (2002). **الاعداد المهاري للاعبي كرة القدم**، ط1، الاسكندرية: مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية، مصر.
* كماش، يوسف لازم. (1999). **المهارات الاساسية في كرة القدم (تعليم-تدريب)،** عمان: دار الخليج، المملكة الهاشمية الاردنية.
* .
* الأطرش، محمود (2008)، ***تأثير برنامج مقترح للمهارات النفسية على تطوير مستوى الأداء المهاري والخططي لدى لاعبي كرة القدم***، **مجلة جامعة النجاح للأبحاث**، مجلد 22، ع 5، فلسطين.
* الفران، عادل عطية محمد (2012)، **أثر برنامج تدريبي مقترح على الأداء المهاري للقدم غير المميزة لدى ناشئي كرة القدم في الضفة الغربية**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
* إبراهيم ، مروان عبد المجيد، (2001)، تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العاملي، ط 1، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان .
* أبو المجد، عمرو والنمكي، اسماعيل، ( 1997)، **تخطيط برامج تربية وتدريب البراعم والناشئين في كرة القدم**،مركز الكتاب للنشر، القاهرة .
* رزق الله، بطرس، (1994) ، **متطلبات لاعب كرة القدم البدنية والمهارية**، دار المعارف، الإسكندرية.
* المولى، موفق عبد المجيد، (2000)، **الأساليب الحديثة في تدريب كرة القدم**، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان.

**المراجع الأجنبية:**

* Palani,B.(2014).**Football Shooting Performance charge during yoga proctions and aerobic dance among college men players** . Departmentof sport science , Hawassa Unversity . Ethiopia .
* Torrey,l.Shvlik,J.Walker,T.Maclin,R.( ) **skill acguisition via transfer learning and advice talking** .University of Wisconsinn and Minnesota . USA.
* Maleki,K.Valipour,M.Ashrafi,R. (2008).***A Simple Method For decision making in Robo Cup soccor simulation 3D environment*** . **Journal of social scinces** . University of Tahran . Tahran . Iran .
* Romlance ,M. Adzhar,A.(2015). ***Performance of soccor skills and effects of the motivational self-talk***. **Journal ump social scienes and technology managementvo**l.3 (1). Serdang Selangor .Malaysia .
* Sofania , A. Alizadeh, R.Nourshahi,M. (2011). ***A Comparsion of small-side Games and Interval Training on same selected physical fitness Factors in Amateur soccor players***. **Journal of social sciences** 7(3). Tahran . Iran
* Harra ,D ,G, Warr, C.R. (2000),***Tallnt Identification And Womens Soccer*, Jornal Of Sports Scienes** (jss) .
* Barrow, H.M. and Mc Gee .R.(1979) ,**Appractical Appnaoachto Measurement in physical education**,(3 rded) ption ,(3 rded) pea and febiger.
* Cratty ,B **. psychology In Contenporarary Sport Guiddiness For Coaches and Athlaetes**, New Jersey ,1973 ,p.13.
* Safrit ,M.J. **Evaluation In Physical Education,prentice –Hall in Engle wood Cliffs**,NJ.1981.
* Anderson, A.T. (1993). The Effect of an Instructional Self–talk Program on Learning. **Dissertation Abstract International**.(54), (1) , 82.
* Anshel, M.H.; Freedson, P.; Hamill, J.; Haywood, K.; Harvat, M.; & Plowman, S. A. (1991). **Dictionary of the Sport and Exercise Science**. Champaign, IL: Human Kinetics. 9.
* Barghi,T,Kordi,R,Memari,A,H,Manssourina,M.A,&Ghmi,M.J.(2012**).*TheEfeect of an Ecological Imager Program on Soccer Performance of ElitePlayere*,Asian Journal of Sport Medicine**, Vol,(2),81,89.
* Cattle, R.(1967). **The Meaning and Measurement of Nevroticisma**. Press; New York. 352.
* Cox , K . A (1996). **Effect of Psychological Skills Training Program Competition Anxiety**. Human Performance University of Organ.
* Dewey, D.; Brawaly, I.; & Allard, F . (1989). ***Do the TAIS Attentional –Style Scales Predict How Visual Information is Processed***?: **Journal of Sport and Exercise Psychology** ,11,171-186**.**
* Eric, C.; Straub .(1996). **Effect of Mental Imagery Program on Psychological Skill and Perceived Flow States of Collegiate Wresters**. Miami University,190.
* Fischer, C:A.(1986). ***The effects of tow – hour mental practice performance equestrian jumpers*** ". **Journal of California of Professional Psychology**.1(1) article.2.
* Garaza, D. (1997). **Effects of Selected Mental Practice Techniques on Performance Rating, Self – Efficacy and State Anxiety of Competitive Figure Skaters**. Michigan State University.
* Gould, D.; Krane, v. (1992). **The Arousal Athletic Performance Relationship. Current Status and Future Direction** In T.S. Horn (Ed) Advances in Sport Psychology. Champaign IL: Human Kinetics. 119-142.
* Hardy, Lew;Jones Graham; & Gould, Daniel. (1996). **Under Standing Psychological for Sport** .Theory and Practice of Elite Performance. John Wiley & Sons..11-41-.
* Harra ,D ,G, Warr, C.R. (2000),***Tallnt Identification And Womens .Soccer*,Jornal Of Sports Scienes** (jss) .
* Johnes, G.; Swain, A. (1992). **Intensity and Direction as Dimensions of Competitive State Anxiety and Relationship with Competitiveness**, Perceptual and Motor Skills (Missoulo, Mont). 74(2).
* Roure , R .Collet ; G. Deschaumes – Molinar, O; C. Delhomne; Dittmer; and Vernet – Maury, E (2000) **Imagery Quality Estimated by Autonomic Response is Correlated to Sporting Performance Enhancement**. Retrieved November, from the world wide. web: <http://www.nbci.nlm.nih>.

.