

أثر استخدام الألعاب الجانبية المصغرة في تحسين الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لدى ناشئي كرة القدم في فلسطين

حسن أبو عبده¹، عادل الفاضي¹، و مصطفى كنعان^{2*}

¹ قسم الألعاب الرياضية، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الإسكندرية، مصر.

² قسم التربية الرياضية، جامعة فلسطين التقنية- خضوري، فلسطين.

Hassan Aboabda¹, Adel Alfady¹, Mustafa F. Kanan^{2*}

¹ Faculty of Physical Education for Men, Alexandria University, Egypt

² Faculty of Physical Education, Palestine Technical University –
Kadoorie, Palestine

الباحث المراسل*: mfkanan82@gmail.com

ملخص

هدفت الدراسة التعرف على تأثير الألعاب الجانبية المصغرة على تحسين الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي باتباع التصميم التجريبي ذي المجموعتين الأولى التجريبية والأخرى ضابطة بواسطة القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعتي الدراسة، وطبقت الدراسة على عينة عمدية قوامها (48) لاعبا ناشئا من الفئة العمرية تحت 17 سنة للموسم الرياضي 2018/2017، وقسمت العينة إلى مجموعتين، تجريبية (24) لاعبا من ناشئي مركز طولكرم تدرت باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة، وضابطة (24) لاعبا من ناشئي ثقافي طولكرم تدرت باستخدام التدريبات التقليدية ولمدة (12) أسبوعا بواقع ثلاث وحدات تدريبية أسبوعياً زمن كل وحدة تدريبية (90-120) دقيقة، وأظهر البرنامج التدريبي باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة فروقاً في مستوى الأداء المهاري المنتهي بالتمرير بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، وأوصى الباحث بالاعتماد على الألعاب الجانبية المصغرة في برامج إعداد الناشئين خلال فترات الموسم التدريبي، إجراء المزيد من الأبحاث التي تهتم بالبحث عن الأساليب التدريبية الحديثة في كرة القدم والتي تستهدف تطوير مستوى الحالة التدريبية للناشئين.

الكلمات المفتاحية: الألعاب الجانبية المصغرة، كرة القدم، الإعداد المهاري، الأداء المهاري.

The Effect of Using Small-Sided Training Games on Improving Passing Skill Performance of Juniors Football Players in Palestine

Abstract

This study aimed to identify the effect of small-sided training games on improving skills variables for juniors' football players under 17 years old. The study used the experimental scientific design on 48 junior players under-17 age group playing in the 2017/2018 sports season. The sample was divided into two groups: the experimental group 24 junior players from Tulkarem Youth Center Club trained using small-sided training games for 12 weeks, and the control group 24 players from Thaqafi Tulkarem Club trained using traditional training exercises for the same period. For any given training week, both groups received three training sessions each is (90-120) minutes. The small-sided training games program showed differences in the level of passing skills performance between the experimental and the control groups and in favor of the experimental group. The researchers recommend to rely on small-sided training games techniques in juniors' players preparation programs during the training season and conduct more researches on football modern training techniques, which aim to improve junior players the level of training status for young people.

Keywords: *Small-Sided Training Games, Soccer, Skills Preparation Skill Performance.*

مقدمة

تحظى كرة القدم بشعبية هائلة على المستوى المحلي والعالمي، ولذا فقد تعانقت كل الجهود العلمية والخبرات العملية نحو تطور المستوى الفني لهذه اللعبة، ونحن نرى ارتفاع مستوى الفرق يوماً بعد يوم وأصبح أداء المهارات يتميز بالقوة والسرعة معا ويتم إنجازها في شكل عمل جماعي على درجة عالية من التفاهم والإتقان.

وقد انعكس هذا التطور على كرة القدم الحديثة والذي بدوره يعكس تقدم الدول وحجم رقيها نظراً للتطور الهائل الذي طرأ على مختلف جوانب رياضة كرة القدم، سواء المهارية منها أو البدنية أو الخططية فأصبحت كرة القدم أكثر إثارة ومتعة لكل من اللاعبين والمشاهدين على حد سواء، فاللقاءات العالمية والقارية والمحلية أصبحت بمثابة ملتقى يتضح فيه روعة الأداء البدني والمهاري والخططي للحركات الرياضية وتقديمها بأفضل صورة ممكنة.

إن طبيعة الأداء في كرة القدم خلال زمن المباراة يتميز بعدم ثبات طرق الأداء من حيث تكرار التحركات وتنوعها، وهي دائماً يؤديها اللاعب مرتبطة بما يقابله من مواقف أثناء المنافسة وتتطلب تنفيذ الواجبات الخططية بتحركات متنوعة ومزيج من السرعة والجري بحسب ما تتطلبه ظروف اللعب والمواقف المتغيرة التي تتطلب الأداء المهاري المركب السريع ويجب الاهتمام بكل ما سبق لكي تصبح كرة القدم أسرع وأكثر تشويقاً وجاذبية (Aranson, et al., 2004).

إن الإعداد المهاري يهدف إلى تعليم وصقل وإتقان المهارات الحركية التي يمكن استخدامها في المنافسة الرياضية لتحقيق أعلى الإنجازات الرياضية (عبد البصير، 2003).

دور الألعاب الجانبية المصغرة في تطوير مستوى الأداءات المهارية لدى اللاعبين من خلال التغيير في تقنين تلك الألعاب سواء كانت في مساحة الملعب أو عدد اللاعبين أو قواعد وشروط اللعب، كل هذه العوامل تحقق للمدرب الأهداف التي يسعى من أجلها (Clementa, et al., 2012; et al., 2012 Ngo; 2011, et al. Hass; Dellal, et al., 2011; Jones & Drust, 2007).

أهمية الدراسة

وضع أسس علمية في البرامج ذات الصلة على الألعاب الجانبية المصغرة ومحاولة استخدامها في تحسين مستوى الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لدى ناشئي كرة القدم ومحاولة إظهار أهميتها في تطوير مستويات الناشئين في متغيرات الأداء المهاري للوصول إلى الفعورة الرياضية، والعمل على إعداد خطة لإعداد الناشئ للموسم الرياضي.

العمل على إعداد برنامج تدريبي خلال فترة الإعداد للموسم الرياضي باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة في تطوير الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لكي يتم تطوير الناشئين والارتقاء بهم إلى مستوى عال من الناحية الفنية، حيث أوضحت نتائج هذه الدراسات أهمية الألعاب الجانبية المصغرة في تطوير مستوى الفورمة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم (Clementa, et al., 2012; et al., 2012 Ngo,; 2011, et al. Hass,; Dellal, et al., 2011; (Jones & Drust, 2007

مشكلة الدراسة

ويرى الباحث من وجهة نظره أن خطة تدريب اللاعبين الناشئين تحت 17 سنة خلال فترة الإعداد للموسم الرياضي نستطيع أن نضع فكرا جديدا من خلال استخدام الأسلوب الحديث في كرة القدم الألعاب الجانبية المصغرة، لأنه يوجد قصور واضحة في خطة التدريب السنوية وإغفال هذه المرحلة من ناحية المدربين والأندية بشكل عام في فلسطين، ومن خلال خبرة الباحث في مجال تدريب الناشئين يوجد قصور في تنفيذ العمل الخططي بسبب ضعف الأداءات المهارية وقلة فترة التدريب والإعداد للاعبين لتنفيذ المهام المطلوبة منهم من خلال العمل الخططي داخل الملعب ، وهذا يستلزم تأسيس اللاعب منذ الصغر وفق برامج مقننة تحتوي على تدريبات تتلاءم مع قدرات وإمكانات الناشئين.

ومن خلال خبرة الباحث كلاعب ومدرب ومشاهدته لتدريبات بعض فرق الناشئين في الأندية الفلسطينية لاحظ أن معظم الأندية والمدربين يعتمدون في تحضير وإعداد هذه الفئات العمرية للموسم الرياضي من خلال تجميعهم قبل البطولة بقليل وتدريبهم في حصص تدريبية تقليدية دونما أساس علمي، من هنا جاءت فكرة للباحث إجراء هذه الدراسة للمساهمة في تحسين الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لدى ناشئي كرة القدم في الأندية الفلسطينية على أسس علمية من خلال برنامج تدريبي باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة، وهذا النوع من التدريبات الحديثة سوف يعزز لدى ناشئي كرة القدم في فلسطين عنصر التشويق والرغبة لتطوير قدراتهم المهارية من خلال استخدام هذا النوع من التدريبات.

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة التعرف إلى:

- أثر استخدام الألعاب الجانبية المصغرة على تحسين الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لدى ناشئي كرة القدم في فلسطين.
- الفروق بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على بعض الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لدى ناشئي كرة القدم تحت 17 سنة بفلسطين خلال فترة الإعداد.

فرضية الدراسة

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لأثر استخدام الألعاب الجانبية المصغرة على مستوى بعض الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لدى ناشئي كرة القدم في فلسطين خلال فترة الإعداد الخاص بين المجموعتين التجريبية (ألعاب جانبية مصغرة) والضابطة (تدريب اعتيادي) على القياس البعدي.

مصطلحات الدراسة

الألعاب الجانبية المصغرة: مفهوم الألعاب الجانبية المصغرة هو تنفيذ متطلبات التدريب البدني المرتبطة بالأداء المهاري تحت ضغط ضيق المساحات وضغط المنافس، حيث أنها أسلوب جيد لتطوير مستوى تنفيذ الأداءات مهارية والخطية وخاصة الفردية للاعبين (Koklu, et al., 2013) **الإعداد المهاري:** يعرف بأنه كل الإجراءات الضرورية والهادفة للوصول للاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة بحيث يستطيع تأديتها بصورة آلية متقنة تحت ظروف المباراة. (أبو عبده، 2017)

كرة القدم (تعريف إجرائي): هي رياضة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من أحد عشر لاعباً تلعب بكرة مكوّرة على ملعب مستطيل الشكل مع مرميين في جانبيه، الهدف من اللعبة هو إحراز الأهداف بركل الكرة داخل المرمى وهي لعبة شعبية والأكثر انتشاراً في العالم.

الدراسات السابقة

دراسة (Alejandro, et al., 2017) وهدفت الدراسة تحديد التغيرات في الأداء البدني بعد خمسة أسابيع من التدريب قبل الموسم باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة لدى لاعبي كرة القدم الهواة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من (24) لاعب كرة قدم، وأظهرت أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى السرعة والمرونة. ولم تظهر فروقا معنوية بين كلا المجموعتين في مستوى القدرة العضلية بدلالة اختبار الوثب العمودي، تحسن مستوى السرعة الانتقالية للمجموعة التجريبية بصورة كبيرة عن المجموعة الضابطة والتي ظهرت في تأثير الألعاب الجانبية المصغرة في التحرك السريع بدون كرة خلال أداء التدريب.

دراسة (عبد المنعم، 2016) يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام أسلوبي المباريات المصغرة والألعاب التمهيدية على بعض الأداءات مهارية والخطية تحت 13 سنة للناشئين في كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج التجريبي وطبقت التجربة على عينة قوامها 30 لاعبا من ناشئين في نادي ألعاب دمنهور في كرة قدم من الفئة العمرية تحت 13 سنة، وأظهرت النتائج أن استخدام كلا الأسلوبي المباريات المصغرة والألعاب التمهيدية إلى تنمية الأداءات مهارية والخطية، وكما أظهر تفوق أسلوب المباريات المصغرة على أسلوب الألعاب التمهيدية في تنمية

الأداءات المهارية والمواقف الخطئية، ومن هنا يتبين تفوق أسلوب المباريات المصغرة على أسلوب الألعاب التمهيدية في تحسين جميع الأداءات المهارية والخطئية قيد الدراسة.

دراسة (Travassos, et al 2014)، وهدف البحث إلى التعرف على تأثير الألعاب المتساوية (حارس مرمى + 4 ضد 4 حارس مرمى) وغير المتساوية (حارس مرمى + 4 ضد 3 حارس مرمى)، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من ثلاثين تسلسلا من اللعب بدون تحولات أثناء الاستحواذ على الكرة من ست ألعاب وكانت كل لعبة مدتها خمسة دقائق مع تحليل كل حالة من اللعبة، وأظهرت أهم النتائج أن الميزة العددية للفريق المهاجم غيرت من الأداء التكتيكي للاعبين المدافعين والمهاجمين والفريق ككل، والهدف من هذه الدراسة توفير المساعدة للمدربين بالتلاعب بأعداد اللاعبين المدافعين والمهاجمين في الألعاب الجانبية المصغرة في كرة القدم لأغراض التدريب.

دراسة (بصل، 2013) وهدف البحث التعرف على تأثير بعض التدريبات التنافسية على تحسين بعض الأداءات المهارية المركبة للاعبين كرة القدم بالأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها 15 لاعبا، وأظهرت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي حسن الأداءات المهارية المركبة للاعبين كرة القدم في الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا، وأظهرت أن هناك تأثيرات ايجابية على القدرات البدنية والأداءات المهارية المركبة للاعبين كرة القدم في الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا.

الاستفادة من الدراسات السابقة

من خلال العرض السابق للدراسات المشابهة والبحوث التي أجريت في مجال تدريب كرة القدم تمكن الباحث من الاستفادة من هذه الدراسات في تحديد الآتي:

- تحديد المنهج العلمي المناسب لطبيعة الدراسة حيث سوف يستخدم الباحث المنهج التجريبي بالتصميم التجريبي لمجموعة تجريبية وأخرى ضابطة لتطبيق البرنامج التدريبي باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة.
- تحديد صياغة الأهداف وفروض الدراسة الحالية.
- التعرف على حجم العينات المستخدمة في الدراسات السابقة والتأكد من مناسبة هدف الدراسة مع طبيعة سن المرحلة السنية.
- تحديد أدوات جمع البيانات والقياسات والاختبارات المناسبة لهدف الدراسة الحالية.
- طريقة إجراء التدريبات والقياسات والاختبارات قيد البحث.
- التعرف على الأساليب الإحصائية الملائمة واستخدامها.
- الاستفادة من نتائج الدراسات العربية والأجنبية في توجيه الدراسة الحالية ومقارنة ما سوف يتوصل إليه من نتائج مع ما توصلت إليها نتائج الدراسات المرجعية.

مجالات الدراسة

المجال البشري: تكون مجتمع الدراسة من لاعبي محافظة طولكرم والمسجلين في الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم والبالغ عددهم (72) لاعبا ناشئا.

المجال المكاني: تم تطبيق الاختبارات القبلية والبعديّة والتجربة الأساسية للدراسة بملعب جامعة فلسطين التقنية خضوري.

المجال الزمني: قام الباحث بتنفيذ الدراسة في الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق 2017/12/2م إلى يوم الاثنين الموافق 2018/4/30م.

منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج التجريبي باتباع التصميم التجريبي ذي المجموعتين الأولى التجريبية والأخرى ضابطة بواسطة القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة من مجموعتي الدراسة وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة وإجراءاته.

عينة الدراسة

اختيرت عينة الدراسة بالطريقة العمدية من ناشئي كرة القدم من نادي مركز الشباب وثقافي طولكرم، حيث اشتملت على (48) ناشئا من الفئة العمرية تحت 17 سنة للموسم الرياضي 2017/2018، قسمت إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين إحداهما ضابطة بواقع (24) ناشئا، والأخرى تجريبية بواقع (24) ناشئا، وقد اشترط الباحث بعضا من المواصفات لاختيار أفراد عينة الدراسة:

- أن يكون عمر اللاعب تحت 17 سنة وقت إجراء القياسات البعدية للتجربة الأساسية.
- أن يكون مسجلا بالاتحاد الفلسطيني لكرة القدم وأن لا يقل عمره التدريبي عن أربع سنوات.
- أن يكون اللاعب من غير المنتظمين في تدريبات خارج التجربة.
- أن يخضع للكشف الطبي للتأكد من خلوه من الأمراض التي قد تؤثر على نتائج قياس متغيرات الدراسة.
- إضافة إلى (24) ناشئا مميزا وأقل تميز كمجموعة استطلاعية من أجل إيجاد صدق وثبات الاختبارات المهارية التي هي قيد الدراسة، والجدول (1) يوضح تكافؤ مجموعتي الدراسة الضابطة والتجريبية قيد الدراسة.

جدول 1: تكافؤ مجموعتي الدراسة الضابطة والتجريبية في الأداء المهاري المنتهي بالتمرير قيد الدراسة

مستوى الدلالة	ت المحسوبة	المجموعة الضابطة ن = 24		المجموعة التجريبية ن = 24		الدلالات الإحصائية المتغيرات	
		ع±	س	ع±	س		
0.122	-1.604	0.19	5.44	0.17	5.37	زمن (ثانية)	الاستلام ثم التمرير
0.627	0.492	0.51	1.46	0.51	1.54	درجة /3	
0.754	0.317	0.61	4.91	0.40	4.96	زمن (ثانية)	الاستلام ثم الجري ثم التمرير
0.575	569.0-	0.48	1.67	0.50	1.58	درجة /3	
0.666	0.437	0.51	6.08	0.53	6.15	زمن (ثانية)	الاستلام ثم المراوغة ثم التمرير
0.491	0.700	0.44	1.75	0.38	1.83	درجة /3	
0.743	0.332	0.28	6.56	0.52	6.60	زمن (ثانية)	الاستلام ثم المراوغة ثم الجري ثم التمرير
0.539	624.0-	0.49	1.63	0.51	1.54	درجة /3	
0.680	418.0-	0.44	6.20	0.52	6.15	زمن (ثانية)	الاستلام ثم الجري ثم المراوغة ثم التمرير
7470.	3270.-	0.64	1.67	0.49	1.63	درجة /3	

* معنوي عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول (1) أن جميع قيم اختبارات «ت» المحسوبة على متغيرات القدرات البدنية لأفراد عينة المجموعتين الضابطة والتجريبية كانت أقل من قيمة «ت» الجدولية (2.069)، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \leq 0.05)$ بين القدرات البدنية لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية وهذه النتيجة تشير إلى تكافؤ أفراد المجموعتين.

أدوات الدراسة

اشتملت أدوات الدراسة على الآتي:

1. الأدوات المستخدمة في القياس:

(1) جهاز الرستاميتير لقياس الطول (سم). (2) ميزان طبي لقياس الوزن (كغم). (3) شريط قياس « مازورة لأقرب (سم). (4) ساعة إيقاف Stop watch (ث). (5) الصندوق المتدرج لقياس المرونة. (6) وقد تم معايرة هذه الأجهزة بأجهزة أخرى مماثلة للتأكد من صلاحيتها قبل الاستخدام.

2. الأدوات المستخدمة بالبرنامج التدريبي:

أدوات تدريبية « كرات قدم » - صافرة - شواخص - أقماع - صناديق - قمصان مختلفة الألوان - مرمى كرة قدم - مرمى كرة يد - مرمى مصغر حائط تدريب - أشرطة لاصقة - أعلام - حواجز - وأدوات خاصة بالمدرّب « البرنامج التدريبي، خرائط مرسومة للتدريب، ساعة توقيت، استمارات متابعة، سيورة.

3. الاختبارات المهنية المنتهية بالتمرير:

التمرير المباشر. (2) استلام ثم تمرير. (3) استلام ثم الجري ثم التمرير. (4) استلام ثم المراوغة ثم التمرير. (5) استلام ثم الجري ثم المراوغة ثم التمرير.

صدق الاختبارات

للتأكد من صدق الاختبارات قيد الدراسة استخدم الباحث نوعين من الصدق:

صدق المحتوى

حيث تم عرض الاختبارات على سبعة محكمين من حملة شهادة الدكتوراه ومدربي كرة القدم المعتمدين لإبداء آرائهم وملاحظاتهم العلمية حول هذه الاختبارات ومدى ملائمتها، وقد تم اعتماد الاختبارات التي أجمع وافق عليها خمسة محكمين فأكثر بأنها صادقة وتقيس ما وضعت لقياسه.

صدق التمايز

تم إيجاد صدق المجموعات المتضادة على الاختبارات قيد الدراسة، حيث قام الباحث باختيار مجموعة مميزة ومجموعة أقل تميز من ناشئي كرة القدم ومن خارج عينة الدراسة الأساسية على اعتبار أن الاختبار الذي يميز بين المجموعة المميزة والمجموعة الأقل تميزاً يعد اختباراً صادقاً، وقام الباحث بإيجاد صدق المقارنة الطرفية على العينة التي بلغت (24) ناشئاً وحساباً معنوياً (ت) ومعامل الصدق. والجدول (2) يوضح ذلك:

جدول 2: معامل صدق المقارنة الطرفية في اختبارات الأداءات المهارية المنتهية بالتمرير لناشئ كرة القدم تحت 17 سنة

معامل الصدق	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	المستوى الأقل تميزا ن = 12		المستوى المميز ن = 12		الدلالات الإحصائية الاختبارات	
			س	ع ±	س	ع ±		
0.893	*6.28	1.31	0.51	5.99	0.51	4.68	الاستلام	زمن (ثانية)
0.761	*3.71	0.50	0.45	1.25	0.45	1.75	ثم التمرير	درجة /3
0.932	*8.15	1.41	0.55	5.76	0.23	4.35	الاستلام	زمن (ثانية)
0.786	*4.02	0.75	0.51	1.42	0.39	2.17	ثم التمرير	درجة /3
0.945	*9.10	1.60	0.56	7.04	0.23	5.45	الاستلام	زمن (ثانية)
0.746	*3.54	0.58	0.49	1.33	0.29	1.92	ثم التمرير	درجة /3
0.874	*5.70	1.34	0.64	7.08	0.51	5.73	الاستلام	زمن (ثانية)
0.756	*3.65	0.75	0.51	1.42	0.83	2.17	ثم التمرير	درجة /3
0.963	*11.37	1.13	0.26	6.56	0.23	5.43	الاستلام	زمن (ثانية)
0.765	*3.76	0.75	0.52	1.50	0.45	2.25	ثم التمرير	درجة /3

* معنوي عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (2) الخاص بدلالة الفروق بين مجموعة المستوى المميز ومجموعة المستوى الأقل تميزا لإيجاد صدق اختبارات (الأداءات المهارية المركبة المنتهية بالتمرير)، وجود فروق معنوية بين المجموعتين في جميع اختبارات (الأداءات المهارية المركبة المنتهية بالتمرير) لصالح مجموعة المستوى المميز حيث بلغت قيمة ت المحسوبة ما بين (3.54 إلى 11.37) وهذه القيم معنوية عند مستوى (0.05)، كما بلغ معامل الصدق ما بين (0.746 إلى 0.963) مما يؤكد أن اختبارات (الأداءات المهارية المركبة المنتهية بالتمرير) تتسم بالصدق التمييزي . وأنها تقيس ما وضعت من أجله.

حساب معامل ثبات الاختبارات

من أجل حساب ثبات الاختبار، قام الباحث باحتساب معامل الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار Test-Retest على (24) ناشئاً من نادي طولكرم تحت 17 سنة في كرة القدم، وذلك بعد مرور أسبوع مع الأخذ بعين الاعتبار ضبط جميع المتغيرات وظروف التطبيق الأول، وكما موضح بالجدول (3).

جدول 3: دلالة الفروق بين القياسين الأول والثاني في الاختبارات المهارية المنتهية بالتمرير لناشئي كرة القدم تحت 17 سنة

معامل الثبات	قيمة ت	الفرق بين المتوسطين		التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الدلالات الإحصائية	
		ع ±	س	ع ±	س	ع ±	س	المتغيرات	
0.887	0.33	1.07	0.07	0.80	5.26	0.84	5.33	زمن (ثانية)	الاستلام ثم التمرير
0.896	1.00	0.61	0.12	0.49	1.38	0.51	1.50	درجة /3	
0.923	0.55	1.13	0.13	0.87	4.92	0.83	5.05	زمن (ثانية)	الاستلام ثم الجري ثم التمرير
0.879	0.77	0.80	0.13	0.65	1.92	0.59	1.79	درجة /3	
0.888	0.34	1.05	0.07	0.84	6.17	0.92	6.25	زمن (ثانية)	الاستلام ثم المراوغة ثم التمرير
0.946	0.30	0.69	0.04	0.50	1.58	0.49	1.63	درجة /3	
0.900	1.20	0.89	0.22	0.55	6.19	0.89	6.41	زمن (ثانية)	الاستلام ثم المراوغة ثم الجري ثم التمرير
0.909	0.32	1.28	0.08	0.81	1.71	0.78	1.79	درجة /3	
0.925	0.25	0.56	0.03	0.50	5.97	0.62	6.00	زمن (ثانية)	الاستلام ثم الجري ثم المراوغة ثم التمرير
0.908	0.89	0.92	0.17	0.62	1.71	0.61	1.88	درجة /3	

* معنوي عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (3) الخاص بدلالة الفروق بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني ومعامل الارتباط بين التطبيقين لإيجاد ثبات (الأداءات المهارية المركبة المنتهية بالتمرير)، عدم وجود فروق معنوية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في جميع الأداءات المهارية المركبة المنتهية بالتمرير، حيث بلغت قيمة ت المحسوبة ما بين (0.25 إلى 1.20) وهذه القيم غير معنوية عند مستوى 0.05. كما بلغ معامل الثبات ما بين (0.879 إلى 0.946) وهذه القيم تؤكد أن الأداءات المهارية المركبة المنتهية بالتمرير تتسم بالثبات وأنها تعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة وفي نفس الظروف.

البرنامج التدريبي

قام الباحث بوضع مفردات وحدات البرنامج التدريبي بالاعتماد على المراجع العلمية المتخصصة مثل (أبو عبده، 2017؛ حماد، 2012)، وإلى ما توصلت إليه نتائج الأبحاث والدراسات السابقة باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة كدراسة Jones & Drust, (2007); 2009 Katis & Sampaio, et al.,; 2014 Travassos, et al.,; 2014 et al.,; Hissey, 2014; Kellis, 2014; Luis, et al., 2014; Halouani, et al., 2007; 2017, Alejandro, et al إضافة إلى ذلك تم الاستعانة بأراء عدد من المتخصصين في مجال التدريب، وخبرة الباحث الميدانية والتدريبية. وبناء على ذلك تم التعديل في محتوى الوحدات التدريبية حتى أصبحت في صورتها النهائية (36) وحدة تدريبية، وقد أحتوى البرنامج التدريبي على مجموعة من التدريبات لتحسين بعض المتغيرات المهارية المنتهية بالتمرير، وذلك باستخدام الأسلوب الحديث للألعاب الجانبية المصغرة بهدف الارتقاء بمستوى اللاعبين قيد الدراسة وذلك من خلال:

- اختيار وتحديد أهم المتغيرات المهارية المنتهية بالتمرير الخاصة في كرة القدم.
- تحديد الألعاب الجانبية المصغرة التي تعمل على تحسين بعض المتغيرات المهارية المنتهية بالتمرير.
- تحديد القياسات القبلية والبعدية لتحسين بعض المتغيرات المهارية المنتهية بالتمرير.
- تحديد الفترة الزمنية الكلية اللازمة لتنفيذ البرنامج التدريبي.
- تحديد عدد وأيام الوحدات التدريبية والزمن الكلي للوحدة التدريبية.
- تحديد الزمن اللازم لتنفيذ الألعاب الجانبية المصغرة داخل كل وحدة تدريبية.
- الزمن الكلي للبرنامج التدريبي = 2490 دقيقة ويتراوح زمن الوحدة التدريبية لكلا المجموعتين ما بين 90 دقيقة إلى 120 دقيقة.

التوزيع الزمني للوحدات التدريبية

المدة الزمنية للوحدات التدريبية (12) اثنا عشر أسبوعاً بمعدل ثلاث وحدات أسبوعياً، زمن الوحدة (120/90) دقيقة موزعة كالاتي:

1. الجزء التمهيدي ويتضمن

- الإحماء (10-15) دقائق
- مراجعة للتدريبات السابقة (15-20) دقائق.

2. الجزء الرئيسي ويتضمن

- النشاط التطبيقي: أداء تمارين لتطوير مستوى الأداء المهاري (25-30) دقيقة.
- عمل منافسة للوقوف على مستوى التقدم (30-45) دقيقة.

3. الجزء الختامي ويتضمن

- نشاط حر (5) دقائق
- تمارين تهادئة (5) دقائق.

تطبيق البرنامج التدريبي

تم تطبيق البرنامج التدريبي وكل من القياسات القبليّة والبعدية على أرضية ملعب جامعة فلسطين التقنية خضوري خلال الفترة من يوم الخميس الموافق 2018/2/1م إلى يوم الثلاثاء الموافق 2018/4/24م، وذلك أيام «الأحد - الثلاثاء - الخميس» من كل أسبوع وخلال (12) أسبوعاً بعدد (36) وحده تدريبية على أن يكون زمن الوحدة التدريبية ما بين (90-120) دقيقة.

القياسات القبليّة

تم تطبيق القياسات الأساسية (الطول والوزن) والاختبارات المهاريّة المنتهية بالتمرير على عينة الدراسة يوم الثلاثاء الموافق 2018/1/30م، حيث تم إعطاء اللاعبين يوم راحة قبل البدء في البرنامج التدريبي.

القياسات البعدية

بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التدريبي قام الباحث بتطبيق الاختبارات المهاريّة المنتهية بالتمرير بعد إعطاء اللاعبين يوم راحة وتم تطبيق الاختبارات بنفس الأسلوب الذي تم استخدامه في القياسات القبليّة يوم الخميس الموافق 2018/4/26م.

وبعد الانتهاء من القياسات والاختبارات قام الباحث بالمعالجات الإحصائية بين القياسات القبليّة والبعدية للتعرف على تأثير البرنامج التدريبي على تحسين مستوى الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لعينة الدراسة.

إضافة متغيرات الدراسة

تصميم الدراسة

تعد هذه الدراسة من الدراسات التجريبية باستخدام المجموعات المتكافئة واشتملت على المتغيرات الآتية:

1. المتغير المستقل: Independent Variable

* البرنامج التدريبي باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة لناشئي كرة القدم.

2. المتغير التابع: Dependent Variable

* مستوى الأداء على اختبارات الأداء المهاري المنتهي بالتمرير قيد الدراسة.

عرض النتائج ومناقشتها:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لتأثير استخدام الألعاب الجانبية المصغرة على مستوى بعض الأداء المهاري المنتهي بالتمرير لدى ناشئ كرة القدم في فلسطين خلال فترة الإعداد بين المجموعتين التجريبية (ألعاب جانبية مصغرة) والضابطة (تدريب اعتيادي) على القياس البعدي.

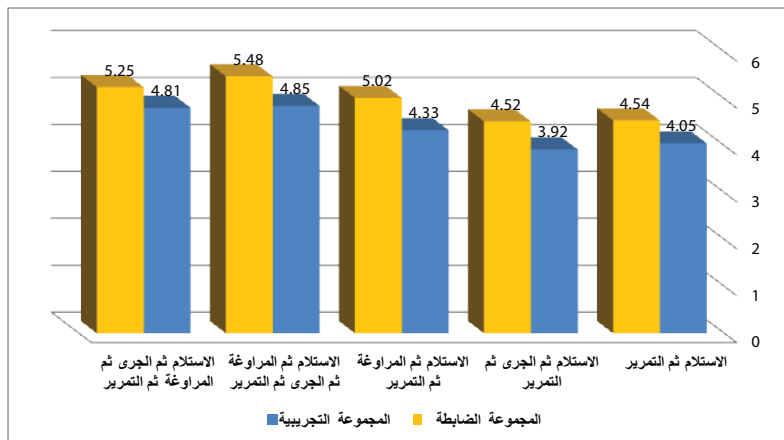
ولفحص صحة فرضية الدراسة تم استخدام اختبار «ت» للمجموعات المستقلة (Independent T-test) لدلالة الفروق بين المجموعتين في القياس البعدي على الاختبارات الأداء المهاري المنتهي بالتمرير قيد الدراسة والجدول (4) يبين ذلك:

جدول 4: نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية على القياس البعدي.

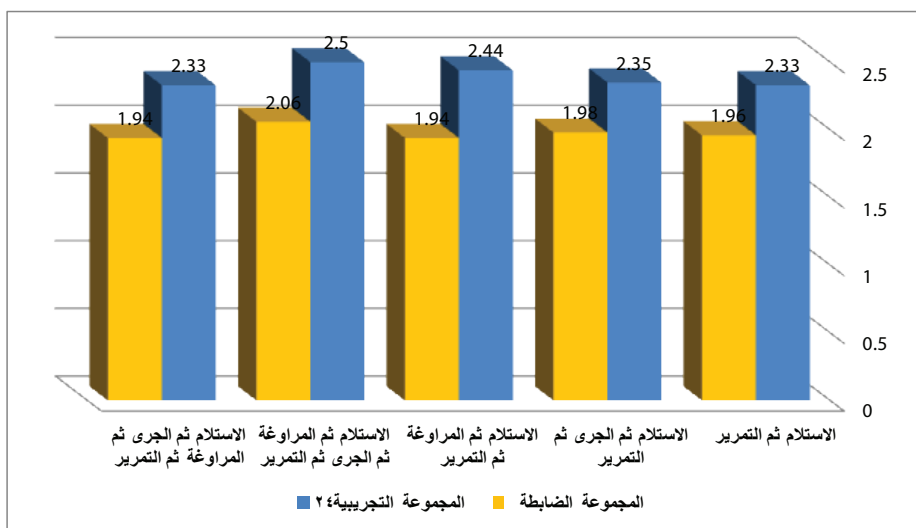
قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الضابطة ن = 24		المجموعة التجريبية ن = 24		الدلالات الإحصائية	
		±ع	س	±ع	س	المتغيرات	
*4.41	0.49	0.46	4.54	0.29	4.05	زمن (ثانية)	الاستلام ثم التمرير
*2.62	0.38	0.46	1.96	0.52	2.33	درجة /3	
*4.27	0.61	0.52	4.52	0.46	3.92	زمن (ثانية)	الاستلام ثم الجري ثم التمرير
*2.24	0.38	0.60	1.98	0.56	2.35	درجة /3	
*7.51	0.69	0.38	5.02	0.25	4.33	زمن (ثانية)	الاستلام ثم المراوغة ثم التمرير
*3.66	0.50	0.52	1.94	0.43	2.44	درجة /3	
*5.01	0.63	0.60	5.48	0.12	4.85	زمن (ثانية)	الاستلام ثم المراوغة ثم الجري ثم التمرير
*2.89	0.44	0.60	2.06	0.44	2.50	درجة /3	
*5.32	0.45	0.39	5.25	0.14	4.81	زمن (ثانية)	الاستلام ثم الجري ثم المراوغة ثم التمرير
*3.80	0.40	0.27	1.94	0.43	2.33	درجة /3	

* معنوي عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (4) والشكل البياني (1)،(2) والخاص بالفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي في (الأداءات المهارة المركبة المنتهية بالتمرير) وجود فروق بين المجموعتين عند مستوى 0.05 في جميع (الأداءات المهارة المركبة المنتهية بالتمرير) لصالح المجموعة التجريبية. حيث بلغت قيمة ت ما بين (2.24 إلى 7.51) وهذه القيم أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05.



شكل 1: المتوسط الحسابي للقياس البعدي للمجموعتين التجريبية - الضابطة في مستوى سرعة الأداءات المهارة المنتهية بالتمرير



شكل 2: المتوسط الحسابي للقياس البعدي للمجموعتين التجريبية - الضابطة في مستوى دقة الأداءات المهارة المنتهية بالتمرير

ويرجع الباحث السبب في تحسن مستوى الأداء المهاري الهجومي الخاص بالتمرير؛ لاحتواء البرنامج التدريبي المطبق في الدراسة على تدريبات متنوعة للتمرير في صور متعددة تحاكي مواقف المباراة من خلال التنوع في التطبيق على مساحات الملعب المختلفة، حيث تضمن البرنامج تدريبات التمرير تحت ظروف مختلفة ومرتجة الصعوبة مما ساعد عينة الدراسة على ظهور تحسن واضح في مستوى الأداء المهاري المنتهي بالتمرير وذلك في سرعة ودقة الأداء المهاري المنتهي بالتمرير.

ويفسر الباحث التحسن في مستوى الأداءات المهارية المركبة المنتهية بالتمرير إلى احتواء البرنامج التدريبي على التدريبات المهارية من خلال مواقف اللعب المتعددة وفي مساحات متباينة، وما يشابهه مع سرعة ودقة الأداء أثناء المباراة مع التركيز على الأداء تحت ضغط المنافس، وهذا يتفق مع ما توصل إليه (كشك ، البساطي، 2000؛ سليمان، 1993)، حيث أثبتت نتائجهم أن البرنامج التدريبي أثر تأثيراً إيجابياً في تنمية الأداءات المهارية المركبة.

وتتفق نتائج الدراسة مع ما أشار إليه (Mcavoy, ١٩٩٨) بأن الناشئ الذي لا يجيد التمرير لا يكون قادراً أن يكون لاعب كرة قدم، لذا يجب الاهتمام بتنمية مهارات التمرير في بداية مراحل التدريب، وذلك باستخدام العديد من الطرق والوسائل التدريبية المتنوعة، حيث أن التمرير السليم يساعد في بناء الهجوم والوصول نحو مرمى الخصم بأسهل طريق. ويشير (Luxbacher 2011) إلى أن التمرير هو أساس نجاح أي فريق في الوصول لمرمى المنافس ويعد الحد الفاصل بين تحديد الفريق الذي باستطاعته الاستحواذ والسيطرة على مجريات المباريات.

كما تتفق نتائج الدراسة مع نتائج دراسة (عبد المنعم، 2016) والتي توصلت نتائجها إلى أن أسلوب المباريات المصغرة لها تأثير إيجابي على تحسين مستوى الأداءات المهارية وهو ما يتفق مع نتائج الدراسة الحالية.

كذلك تتفق نتائج الدراسة مع نتائج دراسة (بصل، 2013) والتي توصلت إلى أن التدريبات التنافسية لها تأثير إيجابي على تحسين الأداءات المهارية المركبة المنتهية بالتمرير وهو ما يتفق مع نتائج الدراسة الحالية.

الاستنتاجات

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها أستنتج الباحث ما يلي:

- البرنامج التدريبي باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة كان له الأثر الكبير والفعالية في تحسين مهارات اللاعبين المنتهية بالتمرير.
- تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في نسب التحسن الخاصة بمستوى الأداءات المهارية المنتهية بالتمرير.
- البرنامج التدريبي باستخدام الألعاب الجانبية المصغرة كان له الأثر الكبير والفعالية في تحسين مهارات اللاعبين المنتهية بالتصويب.
- تفوقت المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في نسب التحسن الخاصة بمستوى الأداءات المهارية المنتهية بالتصويب.

التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحث بما يلي:

- الاعتماد على الألعاب الجانبية المصغرة في برامج إعداد الناشئين خلال فترات الموسم التدريبي.
- استخدام الألعاب الجانبية المصغرة في الإحماء خاصة في الوحدات التدريبية التي تستهدف التدريب الخططي.
- إجراء المزيد من الأبحاث التي تهتم بالبحث عن الأساليب التدريبية الحديثة في كرة القدم والتي تستهدف تطوير مستوى الحالة التدريبية للناشئين.
- تطبيق البرنامج التدريبي المستخدم في البحث من قبل مدربي كرة القدم بفلسطين على اللاعبين المحترفين.
- تطبيق البرنامج التدريبي على العاب جماعية أخرى.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية

- بصل، مصطفى، (2013). تأثير بعض التدريبات التنافسية على تحسين بعض الاداءات المهارية المركبة للاعبى كرة القدم بالأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الإسكندرية، مصر.
- حماد، مفتي، (2012). الإعداد المهاري والخططي للاعبى كرة القدم، القاهرة: دار الفكر العربي.
- سليمان، سليمان، (1993). تأثير أسلوب مقترح لاكتساب بعض المهارات المندمجة على مستوى الأداء الفني لناشئ كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الاسكندرية، مصر.
- عبد البصير، عادل، (2003). التدريب الرياضي والمتكامل بين النظرية والتطبيق، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- عبد المنعم، محمد، (2016). دراسة مقارنة لتأثير المباريات المصغرة والألعاب التمهيدية على بعض الأداءات المهارية والخططية لناشئ كرة القدم، رسالة ماجستير، جامعة الإسكندرية، مصر.
- أبو عبده، حسن، (2017). الإعداد المهاري للاعبى كرة القدم (النظرية والتطبيق)، الإسكندرية- القاهرة: مكتبة النور للنشر والتوزيع، الفتح للطباعة والنشر.
- كشك، محمد، والبساطي، أمر الله، (2000). دراسة مقارنة لتأثير المباريات المصغرة والألعاب التمهيدية على بعض الأداءات المهارية والخططية لناشئ كرة القدم، رسالة ماجستير، جامعة الإسكندرية.

ثانياً: المراجع العربية المترجمة

- Abdel Baseer, A. (2003). Mathematical and integrated training between theory and practice, Cairo: Al-Kitab Center for Publishing.
- Abdel Moneim, M. (2016). A comparative study of the effect of mini-games and preliminary games on some skill and tactical performances of junior footballers, Master's thesis, Alexandria University, Egypt.
- Abu Abdo, H. (2017). Skilled preparation for football players (theory and application), Alexandria- Cairo, Al-Nour Library for Publishing and Distribution, Al-Fath for Printing and Publishing.
- Basal, M. (2013). The effect of some competitive exercises on improving some complex skill performances of football players at the Arab Academy for Science and Technology, an unpublished master's thesis, Alexandria University, Egypt.
- Hammad, M. (2012). Skillful and tactical preparation for football players, Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Kishk, M., Al-Basati, A. (2000). A comparative study of the effect of mini-games and preliminary games on some skill and tactical performances of junior footballers, Master's thesis, Alexandria University, Egypt.
- Suleiman, S. (1993). The effect of a proposed method for acquiring some integrated skills on the level of technical performance for junior footballers, unpublished MA thesis, Alexandria University, Egypt.

ثالثا : المراجع الأجنبية

- Alejandro, F., Javier, S., Jose, A., M., & David, C. (2017). Effects of 5-week pre-season small-sided-game- based training on repeat sprint ability, *Journal of Sport medicine and physical fitness*, 57 (5): 529-536
- Clementa, F., Couceiro, M., & Martins, F. (2012). The usefulness of small sided games on soccer training, *Journal of Physical Education and Sport*, 12 (1): 93-102.
- Dellal, A., Lago, C., Wong, D., & Chamari, K. (2011). Effect of the number of ball contacts within bouts of 4 vs. 4 small-sided soccer games, *International journal of sports physiology and performance*, 6: 322-333.
- Halouani , J ., Chtourou, H., Dellal, A., Chaouachi, A., & Chamari, k. (2017). The effects of game types on intensity of small-sided games among pre-adolescent youth football players 2017, *US National Library of Medicine National Institutes of Health*, Retrieved on 2022, from www.ncbi.nlm.nih.gov
- Hass, H., Dawson, B., Impelizzeri, F., & Coutts, A.J. (2011). Physiology of Small-Sided Games Training in Football: A Systematic Review. *Sports Med.* 41 (3): 199-220.
- Hissey, S. (2014). Comparison of the Physical, Physiological and Perceptual Demands of Small-Sided Games and Match Play in Professional Football Players, Retrieved on 2022, from <http://ro.ecu.edu.au/theses/1423>.
- Jones, S., & Drust, B. (2007). Physiological and technical demands of 4v4 and 8v8 games in elite youth soccer players, *Kinesiology*, 39 (2): 150-156.
- Katis, A., & Kellis, E. (2009) Effects Of Small-Sided Games On Physical Conditioning And Performance In Young Soccer Players, *Journal Of Sports Science And Medicine*, 8: 374-380.
- Koklu, Y., Albayrak, M., Keysan, H., Alemdaroglu, U., & Dellal, A. (2013). Improvement of The Physical Conditioning of Young Soccer Players By Playing Small-Sided Games on Different Pitch Size – Special Reference to Physiological Responses, *Kinesiology*. 45 (1): 41-47.
- Luis, V., Pedro, P., Bruno, T., & Esteves, P. (2014). Varying numbers of players in small-sided soccer games modifies action opportunities during training, *International Journal of Sports Science and Coaching*, 9 (5): 1007-1018.
- Luxbacher, J. (2011). *Attacking Soccer*, google Book Search in Proceedings of University of Pittsburgh.

- McAvoy, N. (1998). *Teaching Soccer Fundamentals*, human Kinetic, USA.
- Ngo, J., Tsui, M., Smith, A., Carling, C., & Chan, G. (2012). The effects of marking on work intensity in small-sided soccer games, *Journal of Sports Science and Medicine*, 11: 109-114.
- Sampaio, J., Lago, C., Gonçalves, B., Maçãs, V., & Leite, N. (2014). Effects of pacing, status and unbalance in time motion variables, heart rate and tactical behavior when playing 5-a-side football small-sided games, *J Sci Med Sport*.
- Travassos, B., Vilar, L., Araújo, D., & McGarry, T. (2014). Tactical performance changes with equal vs unequal numbers of players in small-Sided football games Article.