

فعالية ترمينات اللعب بطريقة الروندو خلال برنامج تدريبي على تطوير الأداء المهاري المركب لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 19 سنة

The effectiveness of rondo-style playing exercises during a training program on the Development of Complex Skill performance among football players under 19 years.

شبيحة فؤاد

جامعة عبد الحميد مهري - قسنطينة 2 - (الجزائر)

fouad.chiha@univ-constantine2.dz

موني عبد السلام¹

جامعة عبد الحميد مهري - قسنطينة 2 - (الجزائر)

mouni.abdesslem@univ-constantine2.dz

تاريخ القبول: 2024/11/06

تاريخ الارسال: 2024/08/31

ملخص: تهدف هذه الدراسة إلى التعرف والتوصل إلى مدى فعالية ترمينات اللعب بطريقة الروندو rondo خلال برنامج تدريبي في تطوير الأداء المهاري المركب لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 19 سنة، قام الباحث باستخدام المنهج التجريبي، وتمثلت عينة البحث الأساسية في 36 لاعب من نادي أمل مروانة كمجموعة تجريبية ومولودية باتنة كمجموعة ضابطة بـ 18 لاعب لكل فريق صنف أقل من 19 سنة الناشطين بالرابطة الجهوية لولاية باتنة، وكأداة لجمع البيانات تم إجراء القياسات القبليّة والبعديّة لاختبار الأداء المهاري المركب وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية، يُعزى هذا إلى فعالية ترمينات اللعب بطريقة الروندو المتبعة خلال البرنامج التدريبي.

الكلمات المفتاحية: ترمينات الروندو، الأداء المهاري المركب، كرة القدم، صنف أقل من 19 سنة.

Received: 31/08/2024

Accepted: 06/11/2024

Abstract :

This study aims to identify and determine the effectiveness of rondo-style playing exercises during a training program in developing the complex skill performance of football players under 19 years old, The researcher used the experimental method, and the main research sample consisted of 36 players from the clubs of ABMarouana as an experimental group and MSPBatna as a control group with 18 players for each team from the regional league of the state of Batna, and as a tool for data collecting, pre- and post-measurements were conducted for the complex skill test, the results showed that there were statistically significant differences between the two post-measurements of the control and experimental groups and in favor of the post-measurement of the experimental group, This is due to the effectiveness of the rondo-style playing exercises used during the training program.

Keywords: Rondo exercises, complex skill performance, football, under 19 years old.

معلومات المقال

Article info

المؤلف المرسل

1- مقدمة:

لقد شهد المحتوى التدريبي لكرة القدم مؤخرا تطورات رهيبية ومتسارعة ، بالتزامن مع التطور العلمي والتقني الكبير الذي أضاف الكثير من الأساليب الجديدة والحديثة ، بالإضافة إلى البحث المتواصل في نط المنهجيات التدريبية المتبعة وسعي المدربين إلى اختيار أفضلها وأنجعها بما يتلاءم وطبيعة اللاعبين ونوعية النشاط التخصصي، والتي أخذت شكلا وهيكلًا وتنظيمًا مرتبطًا ومتوافقًا مع حالة التغير والتقدم التي طرأت على كرة القدم وصولًا لمختلف طرق إعداد وتصميم البرامج التدريبية للاعبين الشباب بهدف تغطية مختلف الجوانب و المتطلبات البدنية، المهارية، الخططية و الذهنية لديهم وتحقيق النتائج المرجوة والوصول للأهداف الرياضية المسطرة ، حيث يشير أبو العلا بأن "العمل على إيجاد أفضل الأساليب والطرق التدريبية التي تعمل على تطوير اللعبة في جميع مكوناتها وجوانبها يسمح بتحقيق أفضل أداء رياضي ممكن" (أبو العلا، 2012، ص57).

إن تصميم البرامج التدريبية يجب أن يشتمل على مجموعة من العناصر المهمة إنطلاقًا من المبادئ العلمية التي يقوم عليها البرنامج وكذا تحديد الهدف العام والأهداف الفرعية ومختلف الأنشطة الخاصة به وتنظيمها وفقًا للخطوات التنفيذية وصولًا إلى تقييمه والعمل على تطويره، فالتمارين التدريبية المخطط لها بطريقة علمية من حيث الحجم والشدة والراحة هي من أفضل الوسائل للوصول للاعب أو الفريق إلى الإعداد الشامل والمتكامل لكل ما يحتاجه في المنافسات، ولتحقيق المستوى الجيد في تنفيذ الواجبات على المدرب أن يقوم بتخطيط وتنظيم برامجه التدريبية وتنظيمها على وفق قدرات لاعبيه البدنية والمهارية وصفاتهم الخلقية في إطار موحد للوصول بهم إلى أعلى مستوى من الأداء الرياضي لاسيما أثناء المباريات.

يعتبر الأداء المهاري المركب من أهم هذه القدرات التي أصبحت تشكل فارقًا كبيرًا في المباراة، باعتباره أحد الأركان الرئيسية في وحدة التدريب اليومية و قاعدة أساسية للعبة وبدون إتقانه لن يستطيع اللاعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة (حسن السيد أبو عبده، 2002، ص127)، وهذا من خلال مجموعة الحركات المدججة والمرتبطة بالكرة أو بدونها والتي يتطلب تنفيذها قدرات بدنية ومعرفية نفسية تتكامل مع إخراج هذا الأداء بالصورة والشكل المناسب لمواقف اللعب إذ تعطيه القابلية على اكتشاف أفضل الحركات المناسبة وقابلية التوافق الحركي (joseph mercier, 2006,p61) إضافة إلى فهم الترابط والتأثير المتبادل لهذه المهارات مع بعضها والتي تشكل أكثر من 70% من الأداء المهاري للاعب خلال المباريات .

أصبح مستوى الأداء المهاري للاعب كرة القدم الحديثة يعتمد على استخدام طرق وأساليب ووسائل تدريبية متنوعة تركز على أسس علمية وطرق منهجية، وصولًا إلى ابتكار تمارين ذات خصوصيات وأهداف معينة منها "تمارين اللعب" ذات المساحات المحددة و الشروط والقواعد المختلفة ودورها الكبير في تطوير الصفات البدنية وإتقان المهارات الأساسية والنواحي المعرفية و الخططية لدى اللاعبين، كونها تمارين تؤدي في ظروف قريبة أو مشابهة لظروف اللعب التنافسي في المباريات أي تحت ضغط اللاعب المدافع ومراقبة ومتابعة تحركات اللاعب المهاجم أو تحت محددات يضعها المدرب من حيث مساحات الأداء أو زمن الأداء أو قانون اللعبة، فالتمارين المشابهة للأداء أو اللعب في المباريات وسيلة أساسية ومهمة وذات فعالية أكثر في تحقيق الأداء الجيد والوصول إلى تثبيت وإتقان المهارات في ظل الظروف المشابهة أو القريبة من أجواء المباراة (موفق أسعد محمود، 2013) ، كما يرى turpin بأن " المدربين عليهم بإيجاد طرق تدريب ووضعيات تتوفر على مواصفات المنافسة لا من حيث النوعية ولا من حيث الكمية و يبحثون على المجهودات التي يتطلبها لاعب كرة القدم من سرعة تتناسب مع تنفيذ لقطات اللعب ومن مهارات تقنية يمكن أن يقدمها اللاعب أثناء المنافسة ضد الخصم وبمشاركة الزملاء" (Turpin 1999, p65).

أحد أفضل تمارين اللعب التي يُعتمد عليها اليوم في عالم التدريب هو تمرين "الروندو" التي وضع حجر أساسه مدرب ناشئي برشلونة "لوريانو رويز" سنة 1972، وقد أخذ عدة تسميات منها "les toros" في فرنسا أو "Bobinho" في أمريكا الجنوبية و "Piggy in the middle" في

الولايات المتحدة الأمريكية، وهو نوع من اللعب يقوم على الحفاظ على الاستحواذ من قبل فريق متفوق عددياً واسترجاع الكرة من قبل فريق ناقص عددياً في مساحة مصغرة. فيظهر على أنه تمرين بفكرة بسيطة لكن بتأثير كبير على اللاعبين، حيث تدفعهم إلى اتخاذ القرار بسرعة كبيرة لأن الكرة تتحرك بأقصى سرعة فيجب أن تكون متقدم بخطوة في التفكير على حركة الكرة لكي تصل الكرة إلى الزميل دون قطعها وبالتالي حيازة الكرة لأطول فترة ممكنة خلال ديناميكية اللعب ومقاومة ضغط الخصم الذي سيحاول استغلال لحظة خطأ أو فقدان الإيقاع، أما على مستوى عدد اللمسات فإن عدد اللمسات التي يحصل عليها اللاعب في الرondo مرتفعة، ففي المباراة النموذجية يلعب اللاعبون الكرة بين 20 و 40 مرة، بينما في الرondo يمكنهم الحصول على نفس عدد اللمسات في 5 (Dibernardo,2014,p2).

يختلف الرondo عن تدريبات الاستحواذ الأخرى لأن اللاعبين يشغلون مساحة محددة مسبقاً بدلاً من الركض في كل مكان، العديد من التدريبات على الاستحواذ ستجعل اللاعبين ينتقلون إلى المساحات التي تتعلق أكثر بحركات المباراة الطبيعية أي يتحركون بشكل أوسع في الملعب، ويمكن أن يتم التمرين بتشكيلات عديدة كل وهدفه أو الأساس التقني أو الخططي الذي يريد المدرب أن يوظفه كـ "3 ضد 1، 5 ضد 2، 6 ضد 3، 4 ضد 2، 8 ضد 2، في أشكال هندسية مختلفة (مربعات، مثلثات، دوائر، سداسيات وغيرها) (Kieran Smith ,2016,p13).

يمكن إظهار العمل الذهني والخططي والتحسينات الفنية التي يمكن للاعب الشاب تحقيقها من خلال الرondo "كالتمرير بلمسة واحدة أو اثنتين، فمن السهل كمدرّب تحديد عدد اللمسات التي يمكن للاعبين القيام بها فكلما زادت اللمسات ذات المغزى، كلما تحسن اللاعب، لكن الرondo تساعد في خلق بيئة أن كل ما يمكنك الحصول عليه لمسة واحدة أو اثنتين كافية، بالإضافة إلى التحكم في إيقاع اللعب فيفهم اللاعبون متى يلعبون بسرعة أو متى يضعون قدمهم على الكرة ويبتعدوا اللعب اعتماداً على مدى قرب لاعب الخصم، وصولاً إلى التحكم والتوجيه الأمثل للكرة، فاللعب في مثل هذه المساحات الضيقة يجبر لاعبيك على الحصول على لمسة أولى جيدة، سرعة إدراك موقف اللعب واتخاذ القرار السليم إذا كانوا بحاجة إلى أخذ اللمة الأولى بعيداً عن اللاعب الخصم والحركة السريعة والمستمرة، فهم خطوط التمرير وكيفية التحرك لفتح خيار التمرير المثالي وفي أي وضعية للزميل (Davies. J,2016,p68).

تمارين الرondo هي إحدى أكثر أدوات التدريب فاعلية والتي يستعملها المدربون، وذلك ببساطة لأنهم يعملون على العديد من المهارات المختلفة في وقت واحد مثل (الاستحواذ الفردي)، سرعة وحسن اتخاذ القرار، الضغط على المنافس، الإسناد، غلق زوايا التمرير، استلام الكرة، المناولة، اللعب بلمسة واحدة أو مستتين، تغيير المراكز والتحرك في المساحة لاستلام الكرة) ولذلك فإن كل ما يحدث في المباراة بالإمكان محاكاته من خلال تمارين الرondo (إبراهيم عودة، 2022، ص 97)، وقد نسب الموقع الرسمي للويفا -الاتحاد الأوروبي لكرة القدم- عام 2008 لهذه الأخيرة الفضل في تحسين أسلوب التمرير السريع مع الركض لمسافات قصيرة، وتحسن التحمل والذكاء الحركي وسرعة التفكير واتخاذ القرار بالإضافة إلى فوائد تقنية وخططية وذهنية كثيرة يستخلصها المدرب واللاعب من خلال تطبيق أسس هذه اللعبة، التقنية أو الأسلوب (UEFA,2008).

هناك العديد من جوانب كرة القدم التي تم ابتكارها، حيث تم دمج أنظمة لعب جديدة تتطلب لاعبين بصفات محددة، وبالتالي أصبح من الضروري تقديم استراتيجيات مبتكرة تواكب متطلبات اللعبة، فعند "التجهيز للجلسات التدريبية، يجب خلق صورة لما يريد أن يراه المدرب في المباريات بحيث يمكن للاعبين التفاعل والرد على الأمور التي تحصل فيها بكل سهولة، تم تأطير الرondo في هذا النوع من المتطلبات نظراً لأنها فلسفة تمارين ذات أهمية كبيرة تسمح بتقييم الجوانب الخططية والبدنية بشكل عام والمهارية المعرفية للعبة بشكل خاص (Miguel Ángel Portugal,2006,p34). من هذا الباب يرى الباحث من خلال خبرته المتواضعة لاعبا ومدربا ومتابعته للفرق الشبانية في البطولة الوطنية، أن أغلب المدربين يركزون ويعتمدون في مفردات مناهجهم التدريبية على أساليب وطرق تقليدية في عملية التكوين واختيارهم مجموعة تمارين منفصلة غير مشوقة تربطها علاقة بسيطة

بواقع اللعب، فأصبح من المستحيل مواكبة التطورات الحاصلة في مكونات العملية التدريبية الخاصة بفرق وأكاديميات النخبة العالمية، فالوصول لمستوى هذه الأخيرة يستوجب منا الاهتمام أكثر بالفئات الشبانية فهم يعتبرون الركيزة والقاعدة الأساسية لمستقبل كرة القدم الجزائرية، نظرا لمعاناتهم الكبيرة وافتقارهم لأغلب الأسس البدنية والخططية وخاصة التقنية والمهارية اللازمة، والتي أضحت لا تتطور بالشكل الذي يتناسب مع التطور السريع الحاصل باللعب وقد يكون السبب في ذلك أيضا تغييب التكوين القاعدي المرتكز على أساس علمي ومنهجي صحيح في تقديم المحتوى التدريبي أو تخطيط برامج خاصة بتطوير الجانب التقني و استعمال أساليب وفلسفات تدريبية عصرية تتناسب ومتطلبات كرة القدم الحديثة والتي من شأنها الرفع من مستوى الأداء المهاري للاعبين كرة القدم الشباب ما ينعكس إيجابا على مردودهم في باقي الجوانب خاصة الخططية منها، الأمر الذي دفعنا إلى طرح هذه الدراسة التي من شأنها إيجاد حلول عملية للمشاكل التي تم ذكرها من خلال اقتراح "برنامج تدريبي لتمرينات اللعب بطريقة الروندو ومحاولة معرفة أثر وفعالية هذا الأخير في تطوير الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 19 سنة" من خلال طرح هذا التساؤل العام:

- هل تؤثر تمرينات اللعب بطريقة الروندو خلال برنامج تدريبي على تطوير الأداء المهاري المركب لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 19 سنة ؟
التساؤلات الجزئية :

1- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تطوير الأداء المهاري المركب ؟

2- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تطوير الأداء المهاري المركب ؟

3- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير الأداء المهاري المركب؟

2- الفرضية العامة:

- تؤثر تمرينات اللعب بطريقة الروندو خلال برنامج تدريبي على تطوير الأداء المهاري المركب لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 19 سنة.

2-1- الفرضيات الجزئية:

1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في تطوير الأداء المهاري المركب ولصالح القياس البعدي.

2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في تطوير الأداء المهاري المركب ولصالح القياس البعدي.

3- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في تطوير الأداء المهاري المركب ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

3- أهداف وأهمية البحث: تكمن أهمية هذا البحث في محاولة الكشف عن فوائد أسلوب الروندو ومدى مساهمته في الرفع من مستوى الأداء في مختلف الجوانب خاصة المهاري منه للاعب كرة القدم الشباب، كما تبرز أهمية هذه الدراسة في أصالتها من حيث أنها من الدراسات القليلة في الجزائر- في حدود علم الباحث- التي تبحث في دراسة مدى فعالية تمرينات اللعب بطريقة الروندو التدريبية خلال برنامج تدريبي على تطوير مختلف الجوانب والنواحي التي يحتاجها اللاعب والمدرب على حد سواء، مع تقديم إضافة نوعية ، واضحة وجلية للباحثين من أجل الاطلاع على كل ما هو جديد في مجال التدريب الرياضي نظرا لحداثة هكذا نوع من التدريبات، كما تتجلى أهداف هذه الدراسة في:

أ- التعرف على فلسفة الروندو كأسلوب تدريبي خاص بتمارين اللعب و تسليط الضوء على أهميته وإبراز فعاليته الكبيرة في تطوير وتحسين الأداء المهاري المركب لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 19 سنة.

ب- تقديم مقترحات جديدة في سياق طرق وبرامج التدريب الحديثة للنهوض بالعملية التدريبية التكوينية في رياضة كرة القدم في مختلف الأندية الجزائرية و المساهمة ولو بجزء ضئيل في إثراء وتدعيم البحث العلمي في الجزائر في ميدان علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية بإضافات علمية جديدة في ميدان التدريب الرياضي.

4- الدراسات السابقة:

- دراسة (marcus R.T.P et al,2018):

هدف الدراسة: تهدف هذه الدراسة إلى معرفة أثر القيود والشروط الزمانية والمكانية وأعمار اللاعبين على تفاعلاتهم وردود أفعالهم عند التنافس للإستحواذ على الكرة من خلال تمارين الرondo .

الإجراءات المنهجية: قام خمسة مشاركين من فئات عمرية مختلفة U13 و U15 و U17 و U20 بأداء مهام رondo في أربعة ظروف تجريبية، في إجمالي 134 تجربة. حيث كانت المتغيرات التابعة التي تم النظر فيها هي أداء التمرير والمتغيرات الدناميكية والتنسيقية بين اللاعبين (ممر، مراقب، زميل)، كما تم التلاعب بكثافة التحديد من خلال تغيير مساحة التمرين ووقت حيازة الكرة قبل وأثناء التمرين.

النتائج : أظهرت النتائج إرتباط القيود الزمكانية والقدرة على التنسيق والحركة والتفاعل داخل التمرين بعمر اللاعب والظرف التجريبي المحيط به، مع تسجيل علامة اقتران وتكيف وإنسجام أكبر مع القيود التي تتضمنها قواعد الرondo للفئة العمرية الأكبر مع ذاتية تنظيمية مثالية في الأداء الجماعي.

- دراسة (م.أحمد رمضان سبع، 2023):

هدف الدراسة: يهدف البحث إلى الكشف عن تأثير تدريبات الرondo على الاداء المهاري (المفرد- والمركب) والتصرف الخططي للاعبي كرة القدم الشباب.

الإجراءات المنهجية: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث مع اختيار 20 لاعبا من عينة بحث رئيسية قوامها 30 لاعب بالطريقة القصدية، تمثلت في لاعبي شباب نادي الموصل الرياضي بكرة القدم للموسم الرياضي (2021-2022) وتم تقسيم العينة المختارة الى مجموعتين (تجريبية وضابطة).

النتائج: استنتج الباحث ان المنهج التدريبي الخاص بتدريبات الرondo اظهر تطوراً معنوياً في متغيرات الاداء المهاري (المفرد- والمركب) والتصرف الخططي، حيث تفوقت المجموعة التجريبية التي استخدمت تدريبات الرondo في الاختبار البعدي على المجموعة الضابطة التي اعتمدت تدريبات المدرب في جميع متغيرات البحث ما عدا (التهديف القريب والدرجة).

- دراسة (عبد السلام إبراهيم عودة ، 2022):

هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى إعداد تمارين الرondo بأشكال ومساحات مختلفة ,و التعرف على تأثير تمارين الرondo على مستوى الأداء المهاري للاعبي كرة القدم .

الإجراءات المنهجية: استخدم الباحثان المنهج التجريبي ,وعلى عينة من 24 لاعب من لاعبي نادي الحباينة الرياضي ونادي الرائد الرياضي تم اختيارهم بالطريقة العمدية وتم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة وتجريبية بالطريقة العشوائية بواقع 12 لاعب لكل مجموعة، وبعد تحديد كافة الظروف من حيث المكان والزمان وفريق العمل المساعد قام الباحثان بإجراء الاختبار القبلي وبعد تطبيق التمارين المقترحة لمدة 8 اسابيع بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع ، قام الباحثان بإجراء الاختبار البعدي للمجموعتين وبعد جمع النتائج توصل الباحثان الى أهم الاستنتاجات وهي: أن بناء

البرنامج التدريبي الخاص بتمرينات الروندو وفق الأسس العلمية من حيث الشدة والحجم وفترات الراحة ساهم بشكل فاعل في تطوير المجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري لعينة البحث وأوصى الباحثان : بضرورة تعميم هذه النوعية من التمارين واستخدامها من قبل المدربين.

5- منهجية وإجراءات البحث:

4-1 الدراسة الاستطلاعية: أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة مكونة من 10 لاعبين خارج العينة الأساسية ومن نفس المجتمع الأصلي تمثلت في أواسط مولودية بركة وذلك لغرض تحديد واستخراج الخصائص السيكمومترية (صدق وثبات) للأداة ومعرفة مدى ملائمة وموضوعية الاختبارات المقترحة وتقنينها بما يناسب عينة الدراسة الرئيسة.

4-2 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث وذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين (ضابطة وتجريبية) بالقياس القبلي والبعدي.

4-2-1 مجتمع وعينة البحث:

لاعب مولودية باتنة وأمل مروانة لفئة أقل من 19 سنة وعددهم 36 لاعب ضمن مجتمع بحث تمثل في لاعبي الفرق الممثلة للرابطة الجهوي لولاية باتنة صنف أقل من 19 سنة لكرة القدم، تم اختيارهم بالطريقة العمدية وقسموا إلى مجموعتين:

- 18 لاعب من نادي أمل مروانة كمجموعة تجريبية.

- 18 لاعب من نادي مولودية باتنة كمجموعة ضابطة.

4-2-2 تجانس عينة البحث:

تم إجراء التجانس لأفراد عينة البحث بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات (الوزن، الطول، مؤشر الكتلة الجسمية والعمر التدريبي) والجدول رقم(1) يوضح اختبار التجانس ليفين لخصائص العينة.

جدول (1) يوضح تجانس مجموعتي البحث في المتغيرات والخصائص المرفولوجية المعتمدة

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة f المحسوبة	قيمة sig	مستوى الدلالة
الوزن	التجريبية	62,22	5,94	0,230	0,635	0,05
	الضابطة	65,67	7,10			0,05
الطول	التجريبية	174,22	4,55	2,897	0,098	0,05
	الضابطة	174,61	5,87			0,05
الكتلة الجسمية	التجريبية	20,52	1,91	1,461	0,235	0,05
	الضابطة	21,46	1,49			0,05
العمر التدريبي	التجريبية	6,61	0,50	1,816	0,187	0,05
	الضابطة	6,72	0,46			0,05

المصدر: من إعداد الباحثين .

من الجدول رقم (1) نلاحظ أن قيم f المحسوبة لمتغيرات (الوزن، الطول، الكتلة الجسمية، العمر التدريبي) تساوي 0,230، 2,897، 1,461، 1,816 تواليها، كما كانت قيم sig لمتغيرات (الوزن، الطول، الكتلة الجسمية، العمر التدريبي) تساوي على التوالي 0,098، 0,635، 0,187، 0,235 وكلها أكبر من مستوى الدلالة 0,05، ومنه يمكننا القول إن المجموعتين متجانستان في التباين.

4-2-3 تكافؤ مجموعتي البحث: لضمان الانطلاقة المنهجية الصحيحة والضبط الجيد للأدوات البحثية للدراسة قام الباحث بإجراء التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي والجدول رقم (2) يوضح ذلك:

جدول (2) يوضح تكافؤ مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في القياس القبلي للاختبارات المهارية قيد الدراسة

المتغيرات الاختبارات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	قيمة sig	مستوى الدلالة
الأداء المهاري المركب	ضابطة	117,61	6,91	34	0,122	0,903	0,05
	تجريبية	117,33	6,70				

المصدر: من إعداد الباحثين .

من خلال الجدول رقم (2) نلاحظ أن القيمة الاحتمالية البالغة 0,903 أكبر من مستوى الدلالة 0,05 عند درجة حرية 34، ومنه يمكننا القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية وأن المجموعتان متكافئتان في الاختبار القبلي.

4-3 وسائل وأدوات جمع البيانات :

-المسح المرجعي (المصادر والمراجع العربية والأجنبية، الدراسات السابقة والمشاهدة، الشبكة العنكبوتية...).

- استمارات تسجيل بيانات اللاعبين وقياسات الاختبار المهاري القبلي والبعدي + وسائل ميدانية خاصة.

4-3-1 اختبار الأداء المهاري المركب:

هدف الاختبار: قياس مسار مكون من مهارات فنية متسلسلة خاصة بكرة القدم ويتم تنفيذها في أفضل وقت ممكن ويجعل من الممكن مراعاة التنسيق المحدد الذي تتطلبه القدرة على إتقان المهارات الأكثر شيوعًا بسرعة عالية: قيادة الكرة، التمرير، الاستلام والتسديد.

الأدوات والأفراد: يمكن إجراء هذا الاختبار في صالة رياضية أو في ملعب كرة قدم من خلال مساحة مستطيلة الشكل 18م×15/لوح مقاس 1م×3م أو ممر/10 كرات /10 أقماع/ميقائية/ديكامتر مزدوج/مرمى كرة اليد/فردين مختبرين/3 مساعدين/بطاقة لجمع النتائج.

الإجراءات: اتبع التعليمات الواردة في الرسم التخطيطي (شكل 2)، ولتجنب إضاعة الوقت، يمكن إجراء هذا الاختبار مع فريقين من 3 مقيمين يعملون بالتناوب.

التسجيل: احتساب أحسن توقيت لـ 6مرات على اليمين أو 6 مرات على اليسار، وينتج التقييم من معيارين:

- المدة الإجمالية للمرار الست المرتبطة ببعضها البعض، من الممكن زيادتها بالعقوبات التالية: +2 ثانية لكل تسديدة ضائعة، +1 ثانية لكل تسديدة على العارضة وإجمالي المدة السابقة معززة أو مجزية حسب مستوى القدرة الفنية كما يلي:

ممتاز = -2 ثانية/ جيد (خطأ صغير) = -1 ثانية/ خسارة الكرة = +1 ثانية / ضعيف جدًا = +2 ثانية.

لذلك، يمكن زيادة إجمالي وقت التقييم بمقدار 12 ثانية كحد أقصى (6 مرات × 2)، ومعاقبته بـ 24 ثانية (ضعيف جدا + 6 تسديدات ضائعة) و في نهاية المسار السادس يتوقف المؤقت عند لحظة عبور خط البداية والذي يعتبر أيضًا بمثابة خط النهاية.

شكل 1 يمثل مسار اختبار الأداء المهاري المركب



المصدر: الفيديوية الجزائرية لكرة القدم (بطارية اختبارات تقنية موجهة للفئات الشبانية للمنتخب الوطني)

<http://www.faf.dz/category/equipes-nationales-jeunes>

4-4 الأسس العلمية للأداة:

4-4-1 ثبات الاختبار: قام الباحث بالتأكد من ثبات الأداة المستخدمة المتمثلة في اختبار الأداء المهاري المركب عن طريق حساب الثبات بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من 10 لاعبين خارج العينة الأساسية ومن نفس المجتمع الأصلي يوم 2023/02/27 وتم إعادة الاختبار بفواصل زمني يقدر بحوالي أسبوع يوم 2023/03/05 في نفس الظروف والشروط الخاصة بالتنفيذ ، ومن خلال قيمة معامل الثبات المحسوبة (بيرسون) المتحصل عليها، وبمقارنة قيمة بيرسون المحسوبة مع قيمته الجدولية البالغة 0.60 وعند مستوى الدلالة (0,05) ودرجة حرية (ن-1=9) اتضح لنا أنها دالة إحصائيا و ذات درجة ثبات عالية كما هو موضح في الجدول رقم 3 .

4-4-2 صدق الاختبار: من أجل قياس درجة صدق الاختبار المهاري المطبق قام الباحث بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات ليتضح لنا أنه ذو قيمة عالية تشير إلى استقرار جيد في النتائج و يتمتع بصدق ذاتي عالى ودال عند 0.05 كما هو موضح في الجدول رقم 3.

جدول (3) يمثل معاملات الصدق والثبات للاختبارات المهارية المطبقة

الاختبارات	معامل الثبات	معامل الصدق	مستوى الدلالة	الارتباط
اختبار الأداء المهاري المركب	0,94	0,97	0,05	إرتباط قوي

المصدر: من إعداد الباحثين .

قيمة معامل الثبات والصدق تقترب أو تساوي (1) ما يعني استقرار جيد في النتائج و تأكيد للثبات وللصدق الذاتي العالي .

5-4 الدراسة الأساسية:

4-5-1 القياس القبلي : تم إجراء الاختبار المهاري القبلي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة بعد تحديد الظروف كافة من حيث المكان والزمان والأدوات المستعملة وفريق العمل المساعد إذ قمنا بإجراء الاختبارات المهارية على عينة البحث التجريبية يوم 2023/03/06 في تمام الساعة 17:00 مساءً على ملعب النادي، فيما تم إجراء الاختبار ذاته على عينة البحث الضابطة في نفس اليوم وعلى ملعب هذه الأخيرة.

4-5-2 البرنامج التدريبي: من خلال الإطار النظري و الدراسات السابقة والمشاهدة وبلاستعانة بآراء المختصين في مجال التدريب الرياضي وبالاعتماد على المصادر العلمية المختصة بتحضير البرامج التدريبية ومجموعة من الدراسات والبحوث المختلفة التي لها علاقة بموضوع البحث وكذا التطبيقات الميدانية والعملية لتمرين الرondo في كبرى المدارس الأوروبية (الإسبانية والبرتغالية بشكل خاص) ، تم إعداد برنامج ومنهج تدريبي خاص لتمرينات اللعب بأسلوب الرondo مع مراعاة مرحلية استخدامه خلال الموسم الرياضي من خلال ما يلي:

- خصائص الفئة العمرية قيد الدراسة.

- احترام عامل التدرج في تنفيذ تمرينات الرondo والمرونة في التعديل أو الحذف أو الزيادة بما يتلائم وظروف التطبيق.

- احترام أسس ومبادئ حمل التدريب أثناء تقديم الجرعات الخاصة بتدريبات الرondo من خلال مراعاة حجم وشدة العمل من مدة، مساحة، عدد اللاعبين ، تشكيل التمرينات و التكرارات والمجموعات الخاصة به وكذا نوع وطبيعة الراحة بينها أو داخلها.

- يمكن استخدام طريقة أو ألعاب الرondo خلال المرحلتين التحضيرية (العامة/الخاصة و ما قبل المنافسة) أو المنافسة مع اختلاف الهدف أو الجانب المراد العمل عليه (خططي، تقني ، بدني، تقنوقططي...) حسب كل مرحلة، بحيث يتمشى محتوى تدريبات الرondo مع هذه الأخيرة من عدد لاعبين (مسترجعين أو مستحوذين)، المساحة ، الشكل، تعديل الشروط والقواعد واختيار فترات العمل والراحة ، مراعاة التباين في الاستجابات الفردية لمختلف هياكل الحصص التدريبية وبين الحصص التدريبية الخاصة بالطريقة لتحقيق كثافة التمرين المثلى المرغوبة خلال أي مرحلة من الموسم.

بشكل أدق ؛ إذا أخذنا الفئة العمرية التي تناولتها دراستنا فقد أظهرت الدراسات الحديثة التي أجريت مؤخرًا حول هذا الأسلوب أو ما يشابهه أن هناك تباين واختلاف بين الفئات العمرية في التعامل مع مختلف متطلبات اللعبة، حيث يتم تكييف الرondo ليدعم جميع الجوانب خلال مختلف مراحل التدريب السنوية، كما يمكن لهذه الاختلافات المرتبطة بالعمر أن تدعم الاهتمام بفحص تأثير أنماط عديدة لتنسيقات الرondo ما يوفر معلومات مفيدة للمدربين ، فمثلا على الجانب البدني استخدام النمط الذي يحفز الحمل ذو الشدة العالية أو المتوسطة والضعيفة يكون مرتبطا بالفترة ، المرحلة أو نوع الصفات البدنية التي يتم العمل على تطويرها ، وصولا للجانب التقني والذهني والذي يمكن أن يأخذ النصيب الأكبر من الفائدة التي يمكن أن يتلقاها اللاعب من خلال تدريبات الرondo مقارنة بباقي الجوانب فيمكن للمدرب استخدامها لتغطية النسبة المئوية المبرمجة لها خلال المرحلة الإعدادية في الجانب التقني والذهني سواء كتمرين رئيسية ، تمهيدية أو للإحماء ، أو الاعتماد عليها خلال المرحلة التنافسية بناء على منهجية التدريب المتبعة ككل لتطوير ومعالجة مشاكل مهارية مختلفة مركبة أو منفردة أو تحسين استجابات إدراكية و تصحيح وتلقين سلوكيات تكتيكية هجومية أو دفاعية سواء فردية (التمركز، الفحص، الإسناد، ..) أو جماعية هي جوهر هذه الطريقة (الإستحواذ ، التفوق العددي ، التموضع ، التنظيم والتنشيط الهجومي...) كلها تخضع للأسس الدورية والمرحلية خلال الموسم الرياضي.

ملاحظة: لا يمكن عزل الجوانب البدنية ، التقني خططية والذهنية عن بعضها البعض في تدريبات الرondo بل يجب أن تتناسب كل واحدة مع الأخرى حسب الهدف العام والاهداف الثانوية للمرحلة، الدورة، الحصص ثم التمرين في حد ذاته مع إمكانية تطبيق منهجية تتماشى مع هذه الأخيرة

مثل **la périodisation tactique** .

- تحديد مدة تطبيق البرنامج التدريبي المقترح، عدد الوحدات في الأسبوع وزمن كل منها بالإضافة إلى تقسيم تدريبات الرondo داخل البرنامج حسب درجة أهميتها ووفق الأهداف المراد تطويرها ومدى علاقتها بمتغيرات الدراسة، حيث تم تنفيذ البرنامج لمدة 8 أسابيع متواصلة ضمن مرحلة المنافسات، بداية من يوم 2023/03/07 إلى غاية يوم 2023/04/26 بمعدل دورتين متوسطتين، وتكونت كل دورة متوسطة من 4 دوائر صغرى بواقع 3 إلى 4 حصص تدريبية في الأسبوع بزمن 90د للوحدة مع مراعاة التموج والتدرج في تشكيل الأحمال مع شدة ماثلة ومثالية للأداء الخاصة بالمباراة، حيث أجريت تمارين الرondo في الجزء الرئيسي من الوحدة التدريبية بزمن تراوح ما بين 30د_45د .

4-5-3 القياس البعدي: تم إجراء الاختبار المهاري البعدي على مجموعتي البحث بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج التدريبي كاملا يوم 2023/4/27 في نفس ظروف ومعطيات ومكان الإجراء القبلي.

4-6 المعالجات الإحصائية: تم الاعتماد على برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.29 لإجراء المعالجات التالية:

- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، معامل الارتباط بيرسون واختبار ليفين للتباين في التجانس.

- اختبار شايبرو ويلك للتوزيع الطبيعي للبيانات واختبار ستودنت لحساب دلالة الفروق.

5- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

5-1 الاعتدالية والتوزيع الطبيعي للبيانات: قام الباحث بحساب الاعتدالية والتوزيع الطبيعي لقيم القياس القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لضمان معرفة الاختبار الإحصائي المناسب (معلمي أو لا معلمي) والجدول رقم (5) يوضح ذلك:

جدول (4) يمثل التوزيع الطبيعي لنتائج الاختبارات المهارية

الاختبار	المجموعة	القياس	الإحصائية stat	شايبرو ويلك sig
اختبار الأداء المهارى المركب	ضابطة	قبلي	0,977	0,912
		بعدي	0,958	0,569
	تجريبية	قبلي	0,962	0,633
		بعدي	0,934	0,229

المصدر: من إعداد الباحثين

من خلال نتائج الجدول (4) نلاحظ أن جميع قيم sig لاختبار "شايبرو ويلك" لكل المتغيرات هي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 ، وبالتالي نقول أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي في كل القياسات القبلي والبعدي، ومنه سنعمد على اختبار ستودنت المعلمي في حساب دلالة الفروق.

5-2 عرض وتحليل نتائج القياس القبلي والبعدي لاختبار الأداء المهارى المركب للمجموعة التجريبية:

جدول (5) يبين نتائج اختبار ستودنت لدلالة الفروق في اختبار الأداء المهارى المركب للمجموعة التجريبية

الاختبار	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة sig	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الأداء المهارى المركب	ثانية	117,33	6,70	107,78	6,29	11,42	<0,001	0,05

المصدر: من إعداد الباحثين .

من خلال نتائج الجدول رقم (5) الخاص بالمجموعة التجريبية يتضح لنا جليا أن المتوسط الحسابي لاختبار الأداء المهارى المركب في القياس القبلي قدر ب 117,33 وانحراف معياري قدره 6,70 ، أما فيما يخص القياس البعدي فقط بلغ المتوسط الحسابي 107,78 وانحراف معياري قدر ب 6,29 ، ولمعرفة دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي بالنسبة للمجموعة التجريبية ، قمنا باستخدام اختبار "ت" للعينات المرتبطة واتضح لنا أن القيمة الناتجة المحسوبة بلغت 11,42 عند درجة حرية (17)، وبما أن معدل القيمة الاحتمالية sig البالغ <0,001 أصغر من مستوى الدلالة (0.05) فيمكننا القول أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.

3-5 عرض وتحليل نتائج القياس القبلي والبعدي لاختبار الأداء المهاري المركب للمجموعة الضابطة:

جدول (6) يبين نتائج اختبار ت ستودنت لدلالة الفروق في اختبار الأداء المهاري المركب للمجموعة الضابطة

الاختبار	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة sig	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الأداء المهاري المركب	ثانية	117,61	6,91	114,67	6,06	7,86	<0,001	0,05

المصدر: من إعداد الباحثين .

من خلال نتائج الجدول رقم (6) الخاص بالمجموعة الضابطة يتضح لنا جليا أن المتوسط الحسابي لاختبار الأداء المهاري المركب في القياس القبلي قدر ب 117,61 وانحراف معياري قدره 6,91 ، أما فيما يخص القياس البعدي فقط بلغ المتوسط الحسابي 114,67 وانحراف معياري قدر ب 6,06 ، ولمعرفة دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي بالنسبة للمجموعة الضابطة ، قمنا باستخدام اختبار "ت" للعينات المرتبطة واتضح لنا أن القيمة الناتجة المحسوبة بلغت 7,86 عند درجة حرية (17)، وبما أن معدل القيمة الاحتمالية البالغ <0,001 أصغر من مستوى الدلالة (0.05) فيمكننا القول أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي.

4-5 عرض وتحليل نتائج القياس البعدي لاختبار الأداء المهاري المركب بين المجموعتين الضابطة والتجريبية:

جدول (7) يبين نتائج اختبار ت ستودنت لدلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة

الاختبار	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة sig	مستوى الدلالة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الأداء المهاري المركب	ثانية	107,78	6,29	114,67	6,06	3,346	0,001	0,05

المصدر: من إعداد الباحثين .

يتبين من خلال الجدول رقم (7) مقارنة لنتائج الاختبار البعدي للعينتين الضابطة والتجريبية باستخدام اختبار ت ستودنت للعينات المستقلة، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية 107,78 وانحراف معياري قدره 6,29، في حين كانت قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة 114,67 وانحراف معياري قدره 6,06، كما بلغت قيمة (ت) المحسوبة 3,346 عند درجة حرية 34 مع معدل قيمة احتمالية sig قدر ب 0,001 وهو أصغر من مستوى الدلالة 0,05، ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

5-5 مناقشة النتائج على ضوء فرضيات الدراسة:

أ- مناقشة الفرضية الأولى: من خلال الجدول رقم 5 أظهرت نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعدل القيمة الاحتمالية المتحصل عليه وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار الأداء المهاري المركب ولصالح القياس البعدي، ويعزى هذا الفرق في التطور إلى فعالية البرنامج التدريبي الخاص بتمارين الرondo المختلفة والمقننة التي اعتمد عليها الباحث في تحسين مستوى الأداء المهاري المركب للاعبين ، وذلك باستخدام أساليب وطرق مختلفة أثناء تقديم محتوى تمارينه داخل الوحدة التدريبية والتركيز على التدرج المثالي والمنهجي لهذه

الأخيرة حسب مستوى وقدرات اللاعبين لمساعدتهم على تطوير إمكانياتهم المهارية المختلفة وخاصة المركبة، ويعزو أيضا الباحث هذا التحسن الكبير لمجموعة المواقف والوضعية المتغيرة المشابهة لما يحدث في المباراة التي توفرها تدريبات الرondo والتي تضمن منافسة حقيقية بين اللاعبين و تفرض على حامل الكرة اختيار أفضلها وإجباره على استخدام تقنيات واستراتيجيات مختلفة للتكيف مع ضغط مختلف السيناريوهات، من خلال التصرف الصحيح واتخاذ القرار السليم لحل المشكلة التي تصادفه بالكرة أو بدونها وبكل دقة، ما ينتج تكرارات كبيرة لأشكال متعددة من الأداءات المهارية في زمن محدد و ظروف معينة ما يؤدي لإتقانها وتثبيتها، كما يعزو الباحث هذا التطور إلى ما تتميز به تمارين الرondo وما تتضمنه من شروط وقواعد ومساحات لعب محددة حيث وصفها العديد من المدربين والمختصين بأنها مجموعة من التمارين الجماعية المصممة للحفاظ على حيافة الكرة لأطول فترة ممكنة بين المهاجمين، مع إبعادها عن المدافعين مع وجود مجموعة من الشروط والقواعد كالمساحة و عدد اللاعبين، عدد اللمسات وزمن الأداء (Di bernardo, 2014, Kieran Smith ,2016,Davies.j,2016 et al) ، حيث تستلزم استخدام أكثر من مهارة واحدة في وضعية معينة مع حركة مستمرة للاعب أثناء أدائها ما يساعده على الربط بين مختلف المهارات وتثبيتها وزيادة التنسيق الحركي ، ما يشكل محاكاة وتصورات حقيقية لما يحدث في المباراة، فامتلاك اللاعب لخزان كبير من المهارات الحركية المختلفة يوفر له مرونة أكبر وسلاسة في التعامل مع مواقف اللعب المتعددة والمتغيرة وبشكل يتناسب معها، وهذا ما اتفقت معه دراسة البياتي (البياتي، 2020، ص 57)، حيث يشير جنيدي إلى أن " اللاعب إذا ما امتلك أشكال وأنماط متنوعة من الأداء بما يشبه ويحاكي متطلبات المباراة يسمح له بتحديد أنجع وأحسن موقف من مواقف اللعب الفعلية ، وتغيير الوضعيات التي يصادفها في الأداء أو طريقة اللعب تساعده على حل المشكلات التي تواجهه بغية تحقيق آليات تصورية معينة تساعده في تطوير أدائه وتحسين قدراته " (جنيدي، 2011، ص 81) ، فهكذا نوع من التمارين التي تؤدي في مساحة محددة وعدد لاعبين وطريقة أداء معينة ، تجعل اللاعب يستقبل، يوجه، ينتقل بالكرة ويمر بدقة وسرعة للزميل، كما يعتبر هذا النوع من الأداء من العناصر المهمة التي يجب أن يمتلكها لاعب كرة القدم ليكون مؤهلا لتنفيذ مختلف الواجبات أثناء المباراة و انتقاء أفضل الحلول المناسبة لشتى المواقف الدفاعية او الهجومية التي تصادفه، كما يؤكد إبراهيم عودة أن الرondo هو تمرين تكتيكي اغلب حركاته بالكرة والذي يعتمد على المناولات القصيرة والسريعة ويساعد في تسريع الوتيرة الذهنية الخاصة باتخاذ القرار، وكذلك زيادة السرعة الحركية أثناء اللعب بلمسة واحدة او مستتين، كما كان له الأثر الواضح في تطوير الجانب المهاري للاعبين من خلال التركيز على المهارات المركبة في إعداد الوحدات التدريبية الخاصة به (إبراهيم عودة، 2022، ص 104)، وهذا ما أشار إليه الدسوقي أن تمرينات الرondo عادة ما يتم إعدادها في مساحات وأشكال مختلفة للوصول الى الأهداف المراد تحقيقها فهي تمرينات تعمل على صقل المهارة وصولا الى اكتساب مهارات مركبة عالية المستوى من خلال التخطيط الجيد والذي يعد من الركائز الأساسية والمهمة لتطوير مستوى أداء المهارات (الدسوقي، 2020، ص 69) .

ب- مناقشة الفرضية الثانية: من خلال الجدول رقم 6 أظهرت نتائج المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري ومعدل القيمة الاحتمالية المتحصل عليه وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في اختبار الأداء المهاري المركب ولصالح القياس البعدى، ويمكن أن يعزى هذا التحسن الطفيف إلى طريقة عمل المدرب المنهجية وبرنامج التدريب الخاص بالمجموعة الضابطة وعمله على جعل الدراسة أكثر مصداقية وموضوعية وفهمه لمحتواها بعد الإطلاع عليها، وحثه للاعبين على تحقيق أكبر قدر ممكن من الأداء والجدية في التدريب طيلة البرنامج التدريبي بالتزامن مع برنامج المجموعة التجريبية الخاص بتمارين الرondo، حيث خلصت النتائج في القياسات البعدية إلى وجود تحسن مقبول في اختبار

الأداء المهاري المركب وهذا راجع إلى ما تم ذكره سالفًا ما يعني فعالية طريقته التدريبية من منظوره الخاص والتي حققت نسبة تطور معينة لدى مجموعته.

ج- مناقشة الفرضية الثالثة: من خلال الجدول رقم 7 أظهرت المقارنة بين المجموعتين في نتائج المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية ومعدل القيمة الاحتمالية المتحصل عليها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في درجة التطور والتحسين في اختبار الأداء المهاري المركب، حيث كانت أفضل النتائج لصالح المجموعة التجريبية وهذا راجع إلى تفوق تدريبات الرondo وأفضليتها ومواكبتها لمختلف المتطلبات المهارية الحديثة مقارنة بأساليب وطرق تدريبية أخرى، إضافة إلى القدرة الكبيرة على الرفع من مستوى الأداء في جميع الجوانب الذهنية، البدنية والخطية وبشكل خاص تطوير الأداء المهاري وبشكل ارتباطي ومحاسني لما يجري في المنافسة وبدرجات عالية تتجاوز غالباً أغلبية الطرق التدريبية التي تعتمد على المساحات الصغيرة أو التمرينات المدججة، كما يعزو الباحث أيضاً سبب التفوق إلى إنتظام المجموعة التجريبية في تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح بشكل علمي، منهجي، متسلسل ومتدرج إضافة إلى نوعية التمارين ومحتواها المتعدد والمتفرد في طريقة الأداء وشكل الوسائل التدريبية الحديثة الغير تقليدية والمستخدمه في تطبيق البرنامج بغية تطوير الأداء المهاري المركب للاعبين والذي يعتبر عنصر مهم وحاسم في تدريبات الرondo التي تعطي حسب جون هارفز اللاعبين كفاءة وقدرة على التمرير بلمسة واحدة أو مستتين بشكل سريع ضمن حدود ضيقة، مع إيجاد اللاعب المتموقع في المكان المناسب و مناولته الكرة بطريقة تسمح له بتوفير الوقت والمساحة اللازمة لتطبيق نفس الشيء للاعب التالي ، وهذا يتطلب منه رؤية جيدة وفحص مستمر والتقاط سريع للمعلومة وترجمتها لقرارات لحظية تُتخذ انطلاقاً من توقع مناسب لما سيفعله المدافعون بالإضافة إلى معرفة التوقيت المناسب لدعم الزميل الحامل للكرة من أجل تخليصه من الضغط (1, 2020, John, Harves) ، كما يرى الباحث أن تمارين الرondo التي تؤدي في مساحات صغيرة تعمل على إجبار اللاعبين على تقليل حيازتهم للكرة وتشجيعهم على تبادل التمريرات وزيادة إيقاع اللعب وهذه المتغيرات الأخيرة تدفعهم ألياً لأداء سلوكيات وظيفية تكتيكية مختلفة، مثل المراوغة والتمرير والاستقبال الموجه للمساحة الخالية لحامل الكرة أو بدونها من خلال التحرك الصحيح والتبادل المستمر للمراكز ، لإنشاء حلول لعب محتملة ، إضافة إلى عمل تمارين الرondo المعدة من طرف الباحث والمكررة عدت مرات إلى توفير مجموعة من المواقف المصادفة أثناء أدائها مع زيادة صعوبتها في كل مرة ، كموقف "حامل الكرة-المدافع" ، "حامل الكرة-الزميل" ، "المدافع-الزميل" والعلاقة بينهم في متغيري المسافة والزوايا وتأثيرهما على طريقة توجيه الجسم ووضعيته وكذا طبيعة، مستوى ونوع المهارة المركبة او المنفردة الواجب أدائها وقبلها سرعة اتخاذ القرار الحركي أمام مجموعة من الخيارات المتاحة وفي مواجهة ظروف معينة (ضغط المدافع، غلق مسارات التمرير، المساحة الضيقة... إلخ)، كلها أمور انعكست إيجابيا على مستوى إدراك وتفكير اللاعب في حل عديد المواقف وبكل سرعة ودقة، ترجمت لتطور كبير في مجموع المهارات المركبة من خلال ما تم التوصل إليه من نتائج في دراستنا والتي تتفق مع دراسة ماركوس وآخرون، التي بينت نتائجها دور تمارين الرondo في تحليل التفاعلات والديناميكيات الزمانية (سرعة الأداء) والمكانية (المسافة، الكرة والزوايا) بين اللاعبين من خلال أدوارهم داخل التمرين (ممر، مراقب أو خصم، زميل) و تطوير قابليتهم للتكيف والإنسجام مع القيود التي تتضمنها قواعد الرondo، باحتلال مساحة اللعب بكفاءة وتمرير الكرة بنجاح للزميل و في الوقت نفسه القدرة على إعادة تكوين تمرکز جديد استجابةً للموقف الناتج عن الخصم (المراقب)، وهذا لخلق مساحات وخيارات (خطوط) التمرير بالنسبة للاعب المستحوذ على الكرة (marcos R.T.P et al,2018,p389)، كما يعزو الباحث درجة التطور الكبيرة للمجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة إلى حداثة تدريبات الرondo فهي أسلوب جديد ومبتكر يحمل في محتواه الكثير و يغلب عليها طابع الإثارة والتشويق وملاحظة استمتاع جميع اللاعبين وإبداعهم فيها من خلال محاولة تحقيق الاستحواذ لأطول مدة ممكنة وتغطيتها لأغلب الجوانب المهارية، الخطية والبدنية في بيئة تدريبية تنافسية تحاكي إلى حد كبير ما يحدث أثناء

المباراة، كما يعتمد عليها كبار المدربين لما لها من فوائد هائلة للمدرب واللاعب على حد سواء ، ويتفق هذا الطرح لما أشار إليه حذيفة خزعل في دراسته نقلا عن (الدسوقي، 2020، ص68) بأن "تدريبات الرondo أصبحت تدريبات عصرية أشار إليها العديد من المدربين بأنها تدريبات جماعية تهدف الى الاحتفاظ بالكرة وعدم فقدانها واستلامها وتسليمها بشكل سريع وسليم والتحرك للمساحات الخالية، وعادة ما يتم اعدادها في مساحات محدده ومتنوعة يغلبها عنصر التشويق والإثارة (حذيفة نجم خزعل، 2023، ص1)، بالإضافة إلى عمل الباحث على تأكيد مرور اللاعبين بجميع المكونات والمراحل الخاصة بالبرنامج التدريبي واستيعابهم لأهم نقاطه وضمان تفاعلهم معه و اختيار تمارين متنوعة تتوافق وميولات اللاعبين ودوافعهم وتثير لديهم الرغبة في الأداء ، إضافة لتشجيعهم وتحفيزهم المستمر على التركيز و التنفيذ الدقيق والحركة الدائمة والسريعة واستغلال الفراغات أثناء التمرين، هذا ما ينتج عنه شحذ واستدعاء أكبر قدر من العمليات العقلية- الحركية التوافقية واستمرار اليقظة والانتباه والاستجابة لأي مثير أو موقف يواجههم، وترجمتها على شكل آداءات مهارية مركبة وبمستوى إنجاز مثالي وعالي الدقة، وهذا ما يؤكد رمضان سبع بأن تدريبات الرondo كان لها أثر إيجابي وفعال في تطوير المستوى المهاري والخططي إذ يؤدي اللعب المشروط فيها في بث روح التعاون والعمل المستمر بين أعضاء المجموعة الواحدة ويرفع من قابليتهم المهارية لضرورة استخدام أشكال كثيرة من المهارات حسب الظروف التي تكون قريبة من شكل المنافسة، فيملك اللاعبون الرغبة والخبرة في أداء التمارين والتنافس مع الآخرين ما يعطي مجال كبير للتطبيق الفعلي وكذا استغلال اللاعب لقدراته وامكاناته كلها بهدف تحقيق أفضل أداء من خلال ما اكتسبه من مهارات (أحمد رمضان سبع، 2023، ص351) ، كما كان التخطيط والبرمجة الصحيحة للمحتاج التدريبي الخاص ببرنامج الرondo من طرف الباحث و عدم إغفاله للتقنين المثالي للحمل التدريبي ومكوناته من خلال مراعاة الأسس المنهجية والعلمية في تقديم محتوى التمرين في مرات تكراره وفترات الراحة البينية ونوعيتها والتدرج والديناميكية في تشكيل الأحمال في العملية التدريبية وأثناء الانتقال بين الدورات الصغيرة والمتوسطة، مع احترامه لشروط وقواعد نوع الطريقة التدريبية المتبعة (الفترتي المرتفع الشدة أو التكراري) واستخدام شدة الأداء المثالي المشابه لمواقف الأداء الفعلي للمنافسة حسب قدرات اللاعبين وقابليتهم الذهنية، البدنية والفنية ما أدى للوصول إلى أحسن تطور في الأداء المهاري لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة، فالخطور البدني الممتاز للاعب هو ما يحدد إلى حد كبير مستوى وكفاءة الأداء المهاري، وهذا ما أكده السامرائي أن "استخدام تمارين الرondo التي تتميز بكثرة الحركة والتكرارات المستمرة أدى إلى الارتقاء بالجانب البدني المتمثل في القدرة اللاهوائية والذي كان سببا في أداء المهارات بشكل جيد" (السامرائي، 2021، ص21) ، ويتفق معه ديار كريم الذي يؤكد أيضا من خلال دراسته نقلا عن (low et al, 2020) على أن "الهدف من تمارين الرondo هو تحسين النواحي المهارية المركبة والخططية والوعي والإدراك وكذا وصول اللاعب لحالة بدنية ممتازة والتي بدونها لا وجود لأداء في ومهاري عالي المستوى"(ديار كريم نجم، 2023، ص119).

هذه العوامل السابق ذكرها ساعدت على تحقيق الأهداف المهارية المراد تطويرها وصلها لدى اللاعبين، من خلال البرنامج التدريبي الخاص بتمرينات الرondo وما سبق التوصل إليه من نتائج وفروقات متحصل عليها في نسبة وحجم التطور في المتغيرات التقنية لدى المجموعتين التي آلت لصالح المجموعة التجريبية وبدرجة متقدمة مقارنة بباقي الأساليب والأنواع التدريبية التي تركز على تمارين اللعب في مساحات مختلفة ومحددة، وبالتالي تحقق نص الفرضية الثالثة .

6- خاتمة:

تدريبات الرondo من بين أفضل الأساليب والأدوات التدريبية الحديثة والجديدة في عالم التدريب نظرا لفوائدها المعتمدة في تطوير وتحسين مختلف جوانب كرة القدم خاصة الجانب المهاري للاعبين الشباب وتأثيرها الكبير في مستوى إنجاز وآداء مختلف المهارات المنفردة والمركبة والرفع من قدرتهم على التعامل مع مختلف المواقف والوضيعات المصادفة خلال المباراة نظرا لمحتوى تمارين الرondo المحاكي والمشابه لأغلب متغيرات المنافسة مع مجموعة من

القواعد والشروط كالزيادة العددية ومساحة التمرين وضغط اللاعب المنافس وعدد اللمسات وغيرها من القيود، التي تعمل على صقل الأداء المهاري للاعبين وزيادة دقتهم وسرعتهم في تنفيذ مختلف المهام ، كلها فوائد تم استخلاصها والوصول إليها من خلال ما أظهرته نتائج دراستنا التي بينت دور وفعالية تمارين اللعب بطريقة الرondo في تطوير الأداء المهاري المركب لدى لاعبي كرة القدم صنف أقل من 19 سنة حيث توصلنا إلى:

- تفوق المجموعة التجريبية التي طبقت برنامج الرondo على المجموعة الضابطة رغم نسبة التطور والفروق الحاصلة لديها في القياس البعدي في الاختبار المهاري، مع أفضلية واضحة في درجة التطور والتحسين في مستوى الأداء المهاري المركب وهذا راجع للدور الكبير للبرنامج التدريبي الخاص بتمارين الرondo والمبني وفق أسس علمية صحيحة من حيث الشدة والحجم وفترات الراحة إضافة إلى حداته ومراعاة الباحث في إعداداته لعنصر التشويق والإثارة في تقديم محتواه ما ساهم بشكل فعال في تسريع وزيادة وتيرة تطور قدرات ومهارات المجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة.

7- الإقتراحات والتوصيات:

- ضرورة إدخال تمارين الرondo في العملية التدريبية ضمن الجزء الرئيسي والاهتمام بتطبيقها في مختلف البرامج التدريبية التي تهدف إلى تحقيق أفضل أداء في مختلف الجوانب خاصة الجانب المهاري.

- عدم إغفال عنصر المرح، التشويق، الإثارة والمنافسة أثناء تقديم محتوى تمارين الرondo للحصول على أفضل النتائج الممكنة.
- دراسة الزملاء المدربين والأكاديميين الجزائريين لتأثير الرondo كموضوع جديد في تطوير جوانب أخرى لم يتم التطرق إليها في دراستنا.
- إجراء بحوث ودراسات مماثلة بنفس الأسلوب وبطرق مغايرة وتطبيقها على فئات سنية أخرى وفي بيئات وأماكن مختلفة.

8- قائمة المراجع:

المراجع العربية:

- نجم، ديار كريم، وناجي محمود، احمد. (2023). تأثير أسلوب الرondo في تطوير تحمل السرعة والرشاقة والرؤية البصرية للاعبين كرة القدم في أعمار 18-20 سنة. مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، 33(2)، 106-121.
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i2.429>
- عودة، عبد السلام إبراهيم، وعمر، عدنان فدعوس. (2022). تأثير تمارين الرondo بأشكال ومساحات مختلفة لتطوير مستوى أداء بعض مهارات لاعبي كرة القدم. مجلة جامعة الانبار للعلوم البدنية والرياضية، 13(25)، 95-106.
https://uaspej.uoanbar.edu.iq/article_179499.html
- الدسوقي، محمد محمود مصلحي. (2020). تأثير الرondo في مساحات مصغرة على تعلم مهاراتي التمرير والإستلام بالقدم لحراس المرمى بأكاديميات كرة القدم. مجلة بحوث التربية الشاملة، 7(15)، 67-83.
https://jsei.journals.ekb.eg/article_161801.html
- م، أحمد رمضان سبع. (2023). تأثير تدريبات الرondo على الاداء المهاري (المفرد- والمركب) والتصرف الخططي للاعبين كرة القدم الشباب. مجلة كربلاء لعلوم التربية الرياضية، 8(2)، 347-372.
<https://www.iasj.net/iasj/article/267354>
- جنيدي، مصطفى محمد. (2011). تأثير برنامج تدريبي باستخدام التدريبات المهارية في الملاعب المصغرة على بعض المبادئ الخططية الهجومية لناشئي كرة القدم، (رسالة ماجستير)، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، مصر.
- البياتي ، حسيب أحمد حمزة. (2020). تأثير تمارين الاستحواذ على الكرة في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية والتفكير الخططي للاعبين نادي المستقبل المشرق بكرة القدم، (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، العراق.
- أبو عبده ، حسن سيد. (2002). الإعداد المهاري للاعبين كرة القدم. ط 1، الإسكندرية: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.

● موفق أسعد، محمود. (2013). إستراتيجيات خطط وطرق اللعب الحديثة في كرة القدم. ط1، دمشق: دار العراب ودار نور للدراسات والنشر والترجمة.

● أبو العلا، أحمد عبد الفتاح. (2012). التدريب الرياضي المعاصر. ط1، القاهرة: دار الفكر العربي.

المراجع الأجنبية:

- Marcos R.T.P. Menuchi, Antônio R.P. Moro, Paulo E. Ambrósio, César A.B. Pariente, Duarte Araújo. (2018) Effects of Spatiotemporal Constraints and Age on the Interactions of Soccer Players when Competing for Ball Possession. *Journal of Sports Science and Medicine* (17), 379 – 391. <https://www.jssm.org/jssm-17-379.xml%3Eabst#>
 - Low, B. , C. D. , Gonçalves, B. , R. R., Memmert, D. , & Sampaio, J. (2020). A Systematic Review of Collective Tactical Behaviours in Football Using Positional Data. In Sports Medicine . *Springer International Publishing* , 50(2).
<https://doi.org/10.1007/s40279-019-01194-7>.
 - Di Bernardo, M. (2014). *The science of rondo (Progressions, Variations & Transitions), methods of coaching series*, Create Space Independent Publishing Platform.
 - Turpin, B. (1999). *préparation et entraînement du footballeur*, amphora.
 - Davies, J. (2006). Coaching the tiki taka style of play , soccertutor.com Ltd.
 - Portugal, M. Á. (2006). el entrenamiento en fútbol, rondos y mantenimientos. Lisma.
 - Kieran, S., & Jed, C. D. (2016). *Rondos: How to use Spain's secret weapon*. Kindle.
 - Mercier, J. (2006). football comprendre et pratique faire savoir pour savoir faire, amphora.
 - Harves, J. (2020). "Soccer Rondo Drills " Coaching American Soccer.com. All Rights Reserved. <https://coachingamericansoccer.com/soccer-drills/soccer-rondo-drills/>
- مواقع الإنترنت:
- - <http://www.faf.dz/category/equipes-nationales-jeunes>
 - <https://www.uefa.com/uefaeuro/history>