

تأثير التدريب الرياضي (العمر التدريبي وعدد التدريبات الأسبوعية) على مستوى بعض المهارات الحركية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة

The effect of sports training (training age and number of weekly exercises) on the level of some motor skills for football players under 19 years old

بوطبة نوري¹، بحري عبد الله²

¹ محبر الخبرة وتحليل التفوق الرياضي جامعة قسنطينة 2 (الجزائر)، nouari.boutobza@univ-constantine2.dz

² محبر الخبرة وتحليل التفوق الرياضي جامعة قسنطينة 2 (الجزائر)، abdellah.bahri@univ-constantine2.dz

تاريخ النشر: 2024/08/05

تاريخ القبول: 2024/06/10

تاريخ الاستلام: 2024/02/15

ملخص البحث:

هدف بحثنا إلى لمعرفة مدى تأثير التدريب الرياضي من خلال العمر التدريبي وعدد التدريبات الأسبوعية على مستوى بعض المهارات الحركية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة كمهارة المحاورة، الجري بالكرة، ركلها والتحكم فيها و لتحقيق أهدافنا قمنا بإستخدام المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة بالإستعانة بإختبارات مهارية. وقد شملت عينة البحث على 106 لاعب تم إختيارهم بطريقة مساحية من أربعة فرق بولاية سكيكدة ثم توزيعهم حسب متغيرات الدراسة، وقد توصلنا إلى بعض النتائج من أهمها أن العمر التدريبي يساهم في الرفع من مستوى بعض المهارات الحركية المدروسة وخاصة تلك التي تعتمد على التوافق الحركي بصفة أساسية بينما لم يحدث ذلك التأثير مع بعض المهارات التي تتطلب قدرات بدنية كما توصلنا إلى أن كثافة التدريبات الأسبوعية تساهم بشكل كبير في تنمية هذه المهارات المدروسة.

الكلمات الدالة: التدريب الرياضي، المهارة الحركية، فئة أقل من 19 سنة

Abstract:

The aim of our research was to determine the extent of the impact of sports training through training age and the number of weekly training sessions on the level of some motor skills for football players under 19 years of age, such as the skill of dribbling, running with the ball, kicking it, and controlling it. To achieve our goals, we used the descriptive approach in a comparative manner using skill tests. The research sample included 106 players who were selected by a survey method from four teams in the state of Skikda and then distributed according to the variables of the study. We have reached some results, the most important of which is that training age contributes to raising the level of some of the motor skills studied, especially those that depend primarily on motor coordination, while this effect did not occur with some skills that require physical abilities. We also concluded that the intensity of weekly training contributes significantly Great for developing these thoughtful skills

Keywords: Sports training, motor skills, category under 19 years

مقدمة ومشكلة البحث: تعد لعبة كرة القدم من أكثر الألعاب رواجاً وانتشاراً في العالم وأصبحت هناك جهود كبيرة لإعداد الفرق الرياضية المختلفة وخاصة الناشئين وفق أسس وقواعد علمية دقيقة من أجل الوصول بالفريق إلى أعلى المستويات، وقد ظهر جلياً أن الفرق التي تحقق الفوز و اللعب الجيد يتطلب من لاعبيها كفاءة بدنية وحركية عالية ومهارات خاصة تتماشى مع متطلبات التدريب الحديثة ومجريات المنافسات المختلفة .

ويؤكد هاشم ياسر حسن على أن العمل مع الناشئين يتطلب من المدرب معرفة تامة بخصائص و سمات هذه المرحلة العمرية التي تستوجب أهداف منتظمة وبرمجة دقيقة من جميع الجوانب الإعدادية تسمح في النهاية ببلوغ اللاعب أعلى المستويات (هاشم ياسر حسن، 2008، ص09)

كما أشار كل من قاسم لزام و يوسف لازم كماش بالإضافة إلى صالح بشير أبو خيط إلى أن التعلم الحركي والمهاري شرط أساسي و ضروري في إعداد الرياضيين، ولولاه لا يمكن للاعب أداء المهارات بالشكل المناسب حسب المنافسات و متغيراتها ، فالطبيعة المتكاملة للتعلم الحركي تستدعي توافق جميع الأجهزة لخدمة المهارة، وهذه الخاصية المتكاملة للتعلم الحركي لا يتعلمها اللاعب بنوع واحد من المهارة، وإنما بالإلمام بكل المهارات، كما أن تنفيذ الواجبات المهارية و التكتيكية يتطلب قدراً كبيراً من عناصر اللياقة البدنية و الحركية حيث أن تنفيذ كل هذه الواجبات أثناء المنافسة يحتاج إلى أعلى درجات الجهد البدني من قبل اللاعبين، فكرة القدم الحديثة تتطلب من اللاعبين التمتع بمجموعة من الصفات البدنية و الحركية ، و هي عناصر مساعدة و فاعلة لتنفيذ جميع المهارات الفنية المختلفة و في أوضاع سريعة و مفاجئة أو حتى في ظروف صعبة قد تتعلق بالنتيجة أو الجمهور و أحيانا الإجهاد .

هذه المهارات هي على درجة بالغة من الأهمية خاصة في كرة القدم الحديثة و التي تهدف للإحتفاظ الجماعي بالكرة لأطول وقت ممكن إلى جانب اللعب السريع من خلال سرعة و دقة التمرير بأنواعه و الاستقبال الجيد للكرة، حيث يمكن أن ترتبط نتيجة مقابلة بتمريرة أو استقبال متقن، و قد يتحدد مصير بطولة كاملة على مهارة حركية صحيحة أو خاطئة.

و الملاحظ لمعطيات كرة القدم الحديثة يكتشف مدى التطور الواضح في المجهودات المبذولة من اللاعبين طوال فترة التدريب و المنافسة الذي أصبحت تتميز بقدر عال من القدرات البدنية و المهارية وتكرارها في مختلف الواجبات الدفاعية والهجومية، سواء في الصراعات الهوائية أو الأرضية على الكرة أو الإندفاع البدني والضغط على المنافس في مناطق محددة من الملعب أو على طوله وكذا التحولات السريعة من الدفاع إلى الهجوم أو الإرتداد السريع من أجل الدفاع .

لقد أصبحت فترات الراحة قليلة جداً بين مختلف الواجبات الخططية المسطرة من المدربين فيجد اللاعبون أنفسهم باختلاف مناصبهم مجبرون على تفادي الإجهاد والإستعانة بالأداء المهاري المناسب في الوقت المناسب، وبالتالي فإن نجاح أي فريق يرتبط إلى حد كبير بمدى إتقان أفراداه للمهارات الأساسية للعبة، كأداء ضربات الكرة على اختلاف أنواعها بفعالية ودقة أو يقوم بالتمرير في المكان و الزمان المناسبين، وبمختلف الطرق ويستلم الكرة بطريقة سليمة، ويستخدم ضرب الكرة بالرأس حسب الموقف المناسب ، ويحاور عند اللزوم مدركاً الأماكن التي يمكنه فيها المخاطرة ويتعاون تعاوناً تاماً مع بقية أعضاء الفريق لأن كرة القدم تلعب ككتلة واحدة (ممدوح محمد 1989 ص: 13).

و لاعب كرة القدم يختلف عن لاعبي الرياضات الجماعية الأخرى من حيث تخصصه في القيام بدور معين في الملعب سواء في الدفاع والهجوم إلا أن هذا لا يمنع مطلقاً أن يكون لاعب كرة القدم متقن لجميع المهارات الأساسية إتقاناً لكي يقوم بواجبه في المركز الذي أسند إليه وفي المراكز التي تضطره الظروف للعب فيها، فكل لاعب سواء كان في الدفاع أو الهجوم يساهم ويعمل مع بقية أفراد الفريق في الهجوم، كما يساهم ويعمل مع بقية أفراد الفريق في الدفاع، وصحيح أن نسبة اشتراكه تتوفر على المركز الذي يشغله إلا أن هذا لا يعني مطلقاً أن اللاعب الذي يشغل مركزاً هجومياً يساهم

ويساعد في الهجوم فقط دون أن يساهم ويساعد في الدفاع، كذلك بالنسبة للاعب الدفاع وهذا ما يسمى بتعددية المناصب و الواجبات الخطئية (Frédéric Lambertin 2000 p47)

وبالتالي فمن الحكمة أن يدرب لاعب كرة القدم لكي يلعب في أي مركز في الفريق، قد يبدو هذا في أول وهلة مستغربا بعض الشيء إلا أن التطورات الحديثة للعبة تتطلب ذلك بل تفرضه، ومع هذا تجدر الإشارة إلى أن لكل لاعب دوره الخاص، فلاعب الدفاع في جميع تحركاته وحتى أثناء قيام فريقه بالهجوم يعمل على أن يكون في مركز يسمح له سرعة التغطية في حال استحوذ الفريق المنافس على الكرة، ولاعب الهجوم أثناء قيام فريقه بالدفاع يعمل على أن يكون في مركز يتيح له سرعة الانطلاق والتقدم نحو المرمى، لهذا فمن الضروري جدا أن يجيد كل لاعب جميع المهارات الأساسية للعبة لكي يتيسر له فرصة القيام بواجبه عندما تقتضي ظروف اللعبة. (Bernard Turpin 2002 p:38)

كما لاحظنا أن هناك الكثير من الشوائب التقنية لدى اللاعب الجزائري، فالمشاهد لمقابلات الدوري الجزائري لكرة القدم يلاحظ الكثير من التمريرات الخاطئة التي تفتقد إلى الدقة، وكذلك الكثير من محاولات الاستقبال السيئ، وهذا ما يؤثر على نتائج المقابلات و على المستوى العام للبطولة الوطنية..

هذه النقائص و الشوائب المهارية تتعلق بشكل كبير بطبيعة التدريبات التي يتلقاها اللاعب الجزائري في ظل متغيرات ومعوقات عديدة خاصة عند الناشئين فاللاعب المتمدرس لا يجد أوقات فراغ واسعة للتدريبات الرياضية في ظل نقص المنشآت الرياضية وهذا ما يجعل النوادي الرياضية تخفض معدل الوحدات التدريبية اليومية في الأسبوع وبالتالي تقلص الحملات التدريبية بالإضافة إلى المواظبة و الاستمرارية في الممارسة و هذا ما دفعنا لطرح التساؤل التالي: هل تؤثر بعض متغيرات التدريب الرياضي على مستوى الصفات المهارية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة؟

التساؤلات الفرعية:

هل يؤثر العمر التدريبي على مستوى الصفات المهارية القاعدية للاعبين كرة القدم أقل من 19 سنة؟

هل تتأثر المهارات الحركية للاعبين أقل من 19 سنة حسب العمر التدريبي في تخصص كرة القدم وفي تخصصات رياضية مختلفة؟

هل يؤثر عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية على مستوى الصفات المهارية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة؟

أهداف البحث:

معرفة مدى تأثير التدريب الرياضي المنتظم من خلال العمر التدريبي للاعبين أقل من 19 سنة على مستوى المهارية الأساسية في كرة القدم.

التعرف على دور نظام الوحدات التدريبية المبرمجة في الأسبوع في تحسين مستوى الصفات المهارية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة.

التعرف على مستويات الصفات البدنية عند لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة.

التعرف على مدى تطور الصفات المهارية بفعل العمر التدريبي بالنظر إلى التخصص التدريبي عند اللاعبين في كرة القدم والممارسين لنشاطات أخرى سابقا.

فرضيات البحث:

الفرضية العامة: تؤثر بعض متغيرات التدريب الرياضي على مستوى الصفات المهارية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة.

الفرضيات الجزئية:

الفرضية الجزئية الأولى: يختلف مستوى المهارات الحركية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة باختلاف عدد الوحدات التدريبية اليومية المبرجة أسبوعيا.

الفرضية الجزئية الثانية: يؤثر العمر التدريبي إيجابيا على مستوى المهارات الحركية الأساسية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة.

الفرضية الجزئية الثالثة: يختلف مستوى المهارات الحركية المدروسة لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة بفعل العمر التدريبي في إختصاص كرة القدم ورياضات أخرى

1- المفاهيم الإجرائية لمصطلحات البحث:

1-1- التدريب الرياضي:

إجرائيا: هو عملية تربوية تعليمية على شكل مجموعة تمرينات وحركات بدنية، مهارية، خططية ونفسية على أساس علمي ووفقا لقابليات الفرد المدرب من اجل الوصول إلى الإنجاز المناسب حسب نوع الرياضة المطلوبة.

2-2- كرة القدم:

إجرائيا: كرة القدم هي لعبة جماعية تعتمد على التكامل في الجوانب الإعدادية من أجل ضمان جودة ودقة في مختلف المخرجات الحركية و المهارية والبدنية توظيفها حسب ظروف المواجهة و العوامل المحيطة بذلك .

3-3- المهارة:

إصطلاحا: مصطلح المهارة يعبر على الأداء الرفيع في كافة مجالات الحياة و هو بذلك يشمل كافة الإنجازات الناجحة التي تؤدي إلى أهداف سبق تحديدها شريطة أن يتميز هذا الأداء بالإتقان و الدقة. (محمود وهاشم ياسر 2013).

وتعد المهارة الرياضية هي أساس الأداء و جوهره في أي نشاط رياضي و إنجازها يعتمد على الإستعدادات البدنية، الخططية، النفسية و الحركية. (حماد م ، 2001 ، صفحة 104)

المهارة الرياضية هي أداء للحركات الأساسية بشكل متقن في وجود الدقة و التحكم في الأداء. (طلحة م ، و محمد س، 2006 ، صفحة 36)

فالمهارة تعتمد على التوافق الحركي و التوافق يحسن و ينظم و يرتب المجموعات العضلية بما ينسجم و الاقتصاد بالجهد و سهولة الأداء دون بدل مجهود، والمهارة هي جوهر الأداء. (قاسم لزام وآخرون ، 2005 ، صفحة 76)

جميع الألعاب الجماعية تتطلب مستوى عال من المهارات وهذا ينطبق على كل لاعبي الفريق وتفاعل كل لاعب مع أعضاء فريقه بصورة جيدة كذلك مع لاعبي الفريق المنافس (براح حمزة، غنام نور الدين، 2017، ص98)

اجرائيا :: المهارة هي إنجاز الحركي يرتكز على التوافق الحسي الحركي، و يعبر عن مدى كفاءة الأداء من ناحية الدقة، الإتقان، و التحكم.

4-1- المرحلة العمرية أقل من 19 سنة:

إصطلاحاً: تعتبر هذه المرحلة مرحلة الثبات الحركي، كما يتحسن لدى الرياضي الشعور بتقدير الوضعية بشكل موضوعي، والتصرف طبقاً لذلك مع التقيد بمتطلبات المستوى، ويظهر هذا التطور بالاستعداد للتعليم والتفاني بالحصول على المستوى العالي؛ كما أنها مرحلة جيدة لقابلية التعلم الحركي عند الجنسين تتميز هذه المرحلة بالبطء في معدل النمو الجسدي ويلاحظ استعادة الرياضي شكل الجسم ويزداد القامة والوزن، مما يوضح زيادة نمو الجهاز العظمي والقوة العضلية بشكل كبير لدى الذكور. (فؤاد الباهي السيد، 1998، ص 70)

إجرائياً: تعد هذه المرحلة جد حساسة في حياة الرياضي لأنها بوابة للوصول لأعلى المستويات وتحديد المستقبل الرياضي من حيث التفكير في الإختصاص و التخصص و بالتالي محاولة تكثيف المجهودات والعمل بأقصى القدرات البدنية، المهارة، النفسية و الخططية من أجل ضمان مكانة أساسية في الفرق الرياضية ومحاولة الانتقال إلى مستويات أعلى وضمان مكانة مستقبلية في نوادي كبيرة.

2- الدراسات السابقة والمساهمة:

2-1- دراسة أحمد فرج إسماعيل (2003):

عنوان الدراسة: تأثير تدريبات الملاعب المصغرة على بعض الجوانب البدنية و المهارة لدى لاعبي كرة القدم تحت 18 سنة، دراسة ماجستير غير منشورة، كلية التربية البدنية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان 2003.

-الهدف من الدراسة:هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر التدريب على الملاعب المصغرة في تنمية بعض الجوانب البدنية و المهارة الخاصة بلاعبي كرة القدم تحت 18 سنة

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام المجموعتين على عينة قوامها 30 لاعبا مقسمة إلى مجموعتين احدهما تجريبية و الأخرى ضابطة.

الاختبارات المستخدمة: تمثلت في الاختبارات البدنية التالية:

الركض من الوقوف لمسافة 30 م متر، ثني الجذع أماما للأسفل من الوقوف، اختبار الوثب العريض من الثبات و اختبار بارو.

أما الاختبارات المهارة فتمثلت في:الجري المنعرج بالكرة بين الشواخص، تمرير الكرة على حائط الصدد 30 متر، إيقاف الكرة المتحركة، تنطيط الكرة بالقدمين، التصويب على المرمى المقسم.

نتائج الدراسة:

- تدريبات الملاعب المصغرة تؤثر إيجابا في تطوير الجوانب البدنية للاعبي كرة القدم.
- تدريبات الملاعب المصغرة تؤثر إيجابا في تطوير الجوانب المهارة للاعبي كرة القدم.

2-2- دراسة حجار خرفان محمد (2012):

عنوان الدراسة: فاعلية التدريب باستخدام أسلوب المنافسة على ملاعب مصغرة في تطوير بعض المتطلبات البدنية و المهارة لناشئ كرة القدم، أطروحة دكتوراه غير منشورة، معهد التربية البدنية و الرياضية، سيدي عبد الله، الجزائر 2012.

الهدف من الدراسة: معرفة أثر التدريب على ملاعب مصغرة باستخدام أسلوب المنافسة في تطوير بعض الصفات البدنية والمهارية لناشئي كرة القدم.

المنهج المستخدم: استخدم الباحث المنهج التجريبي، حيث قام باختيار عينة مكونة من 30 لاعبا قسمت إلى مجموعتين ضابطة و تجريبية، فتمثلت الأولى في أصاغر ترجي مستغانم بعدد 15 لاعب و الثانية في أصاغر وداد مستغانم بنفس عدد اللاعبين و هي تابعة للبطولة الجهوية لرابطة وهران لكرة القدم – المستوى الأول-

الاختبارات المستخدمة: تمثلت في الاختبارات البدنية التالية:

اختبار الجري 30 متر من الوقوف، اختبار القفز العمودي لأعلى، اختبار الجري المتعرج بين الحواجز.

أما الاختبارات المهارية فتمثلت في: السيطرة على الكرة في مساحة محددة، الجري بالكرة بين القوائم، التمرير و الاستلام و التحكم.

نتائج الدراسة:

وجود فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي في جميع الاختبارات البدنية قيد البحث.

وجود فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي في الاختبار القبلي و البعدي لدى العينة التجريبية لصالح الاختبار البعدي في كل الاختبارات المهارية قيد البحث.

توجد فروق دالة إحصائية بين العينتين التجريبية و الضابطة في القياس البعدي في جميع الاختبارات البدنية قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية، ماعدا اختبار السرعة 30 متر.

توجد فروق دالة إحصائية بين العينتين التجريبية و الضابطة في القياس البعدي في جميع الاختبارات في القياس البعدي في جميع الاختبارات المهارية قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

توظيف التدريبات باستخدام أسلوب المنافسة على ملاعب مصغرة أثر إيجابا في تطوير الصفات البدنية و المهارات الأساسية قيد البحث.

2-3-دراسة قراشة طيب و بن هيبه تاج الدين (2022): تحت عنوان " مقارنة في أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب"، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، الجزائر-

الهدف من الدراسة: التعرف على مستوى أداء اللاعبين في بعض المهارات الأساسية الخاصة لكرة القدم وكذلك إجراء مقارنة بين لاعبي الدفاع (الوسط، الدفاع، الهجوم) في أدائهم لهذه المهارات

المنهج المستخدم: المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة.

عينة البحث: 36 لاعب كرة القدم فئة أقل من 19 سنة.

نتائج الدراسة: توصل الباحثون إلى النتائج التالية:

- مستوى اللاعبين في أدائهم الاختبارات المهارية قيد الدراسة يقع عند تقدير متوسط.
- وجود فروق دالة إحصائية في ثلاثة اختبارات مهارية بين لاعبي خط الدفاع، الوسط، الهجوم والمتمثلة في – اختبار الجري 30 متر بالكرة، اختبار اكراموف بالكرة، اختبار ركل الكرة إلى ابعد مسافة ممكنة-
- عدم وجود فروق دالة إحصائية في اختبار مهارة السيطرة على الكرة

4-2- التعليق على الدراسات السابقة:

اعتمد الباحث على مجموعة من الدراسات العربية بلغ عددها 03 دراسات، أما عن تاريخ اجراء هذه الدراسات فكانت ما بين (2003-2022) وهو ما يثبت حداثة تلك الدراسات.

وضع الأهداف: هدفت بعض الدراسات السابقة إلى التعرف على تأثير استخدام تدريبات معينة في تطوير الصفات البدنية و المهارية للاعبي كرة القدم

المنهج المستخدم: اتضح من خلال تحليل الدراسات السابقة أنه تم استخدام المنهج التجريبي و المنهج الوصفي حسب طبيعة البحث

اختيار العينة: من خلال تحليلنا للدراسات المذكورة أعلاه نجد أن أعمار العينات توافق بحثنا الأدوات المستخدمة:

كانت الاختبارات البدنية والمهارية هي الوسائل التي استخدمت في جميع الدراسات التي تناوها الباحث النتائج:

اتسمت جميع الدراسات السابقة بالإيجابية في المتغيرات قيد الدراسة لدى لاعبي كرة القدم، سواء تعلق الأمر بالجوانب البدنية أو المهارية، وهذا ما يعزز أصالة البحوث المتناولة في هذه الدراسة.

و خلاصة القول فإنه من خلال الدراسات السابقة تمكن الباحث من الاستفادة منها في:

- اختيار موضوع البحث.
- تحديد فروض البحث و أهداف الدراسة.
- طريقة اختيار العينة.
- تحديد المنهج المستخدم و الملائم لطبيعة الدراسة.
- اختيار متغيرات البحث و كيفية قياسها.
- تحديد الخطوات المتبعة في اجراءات البحث.
- الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في تدعيم نتائج الدراسة الحالية.
- إختيار أنسب الوسائل الاحصائية التي تخدم البحث.

3- الإجراءات المنهجية للبحث:

3-1- المنهج: استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة وذلك لملائمته لطبيعة ومشكلة الدراسة.

3-2- العينة: تم إختيار العينة تبعا لمعطيات العينة المساحية وشملت العينة 106 لاعبا ينشطون بأربعة فرق تنشط في مستويات مختلفة بشرق، وسط، غرب وجنوب ولاية سكيكدة، ويمارسون نشاط كرة القدم في صنف أقل من 19 سنة ثم تم تصنيف هذه العينة حسب متطلبات البحث إلى عينات تمكنا من التحقق من الفرضيات ومناقشتها والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم(01) يوضح توزيع العينات حسب متغيرات البحث

متغيرات البحث	مميزات المتغيرات	حجم العينة	المجموع
النظام التدريبي (عدد الوحدات في الأسبوع)	التدريب 03 مرات في الأسبوع	52	106
	التدريب 05 مرات في الأسبوع	54	
العمر التدريبي	عمر تدريبي أقل من 3 سنوات	43	106
	عمر تدريبي أكثر من 3 سنوات	63	
العمر التخصصي	عمر تدريبي أكثر من سنتين في الإختصاص	74	92
	عمر تدريبي أكثر من سنتين خارج الإختصاص	18	

أما خصائص العينة المدروسة فيمكن تلخيصها في الجدول التالي:

جدول رقم(02) يوضح خصوصيات عينة البحث

المتغير	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
السن	سنة	17,6	0,51
العمر التدريبي	سنة	2,24	1,009
الطول	السنتيمتر	175,8	5,63
الوزن	الكيلوغرام	61,57	4,75

3-3-أدوات جمع البيانات:

3-3-1-اختبار ضرب الكرة:

- هدف الاختبار:الهدف من الاختبار قياس قوة الأطراف السفلية
- الأدوات المستعملة: مساحة الملعب مقسمة الى مناطق بـ 10 أمتار ، بالإضافة الديكامتر وكرات اللعب.
- طريقة التنفيذ: يقوم اللاعب الذي يقف على خط البدء بالتقدم جريا لضرب الكرة القدم لأبعد مسافة ممكنة يؤدي اللاعب محاولتين .

3-3-2-اختبار المشي بالكرة 25م ما بين الشواخص (قياس الرشاقة الخاصة):

- هدف الاختبار:التحكم في الجسم بوجود الكرة.
- الأدوات المستعملة: ملعب مسطح ، الشواخص ، ميقاتي، ديكامتر.
- طريقة التنفيذ:نقوم بوضع الشواخص على استقامة واحدة على طول الملعب المسافة بين كل شاخصين 2م ، والمسافة بين الشاخص الأول وخط البداية 4.5م ، يقوم اللاعب سماع إشارة البداية ، الجري بالكرة بين الشاخصين ، ويعود بنفس الطريقة حتى خط البداية
- التسجيل: يحاول اللاعب تسجيل أقل وقت ممكن

3-3-3- اختبار الجري بالكرة 30م: هدف الاختبار: قياس السرعة بالكرة

- الأدوات المستعملة: ملعب مسطح ، الشواخص ، ميقاتي.
- طريقة التنفيذ: تكون البداية من وضع الوقوف بحيث ينطلق اللاعب بالكرة بأقصى سرعة حتى يعبر اللاعب خط النهاية ، تعطي للاعب محاولتان
- التسجيل: يحتسب الزمن المحقق في أفضل محاولة بالثانية .

3-3-4- اختبار التحكم في الكرة

- هدف الاختبار: الكشف عن مهارة التحكم في الكرة.
- الأدوات المستعملة: ملعب مسطح، الكرات، الميقاتي
- طريقة التنفيذ: يقوم اللاعب برفع الكرة بإحدى القدمين عن الأرض وتنطيطها في الهواء مستعملا القدمين أو الفخذين أو الرأس و الاحتفاظ بها لأطول فترة ممكنة دون إن تلامس الأرض، تعطي ثلاث محاولات لكل لاعب متتالية
- التسجيل: هو الزمن الكلي الذي يستغرقه في المحاولات الثلاثة بالثانية.

3-4-4- صدق وثبات وموضوعية الإختبارات المقترحة: قمنا بتسخير عينة عرضية شملت 10 لاعبين يوفون الشروط البحثية و تم إستبعادهم من عينة البحث الأساسية.

جدول رقم(03) يمثل المعاملات الإحصائية لصدق ثبات و موضوعية الإختبارات المهارية قيد الدراسة

المعاملات الإختبارات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة ر الجدولية	معامل الثبات	معامل الصدق	معامل الموضوعية
المشي بالكرة ما بين الشواخص 25 متر	9	0.05	0.602	0.72	0.84	0.82
الجري بالكرة 30م	9	0.05	0.602	0.89	0.94	0.86
ضرب الكرة لأبعد مسافة	9	0.05	0.602	0.87	0.93	1
التحكم في الكرة	9	0.05	0.602	0.69	0.83	1

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم(03) والذي يمثل المعاملات الإحصائية لصدق ثبات و موضوعية الإختبارات المهارية قيد الدراسة سجلنا ما يلي:

ثبات الإختبارات: ويعني الإتساق و التجانس بين النتائج تحت ظروف متشابهة عند نفس الأفراد(مرسي النيهان، 2004، ص229)

سجلت الإختبارات المطبقة في البحث نتائج فاقت نتائج معامل الارتباط الجدولي(0,602) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية (09) وهذا يعني أن جميع الإختبارات تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

صدق الاختبارات: ويعني قياس الاختبار للغرض الحقيقي منه (محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين 2011، ص 229)

وقد قمنا بإختيار الصدق الذاتي و الذي يمثل الجدر التربيعي للثبات

(رضوان نصر الدين، 2011، ص 216)

والنتائج المدونة في الجدول رقم (03) تظهر أن قيم معامل الارتباط المحسوبة كلها كانت أكبر من قيم (ر) الجدولية (0,602) عند مستوى الدلالة 0,05 و درجة الحرية (ن - 1) وهذا يعني أن جميع الاختبارات تتمتع بصدق عال.

موضوعية الاختبارات: وتعني عدم إصدار أو تدخل عوامل ذاتية (عبد الرحمان محمد عيسوي، 2003، ص 332).

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه كانت جميع نتائج الإخبارات المهارية قيد الدراسة ذات قيم إرتباطية فاقت القيم المجدولة عند درجة الحرية 09 و مستوى الدلالة 0,05 و بالتالي فإنها تتمتع بموضوعية عالية جدا.

3-5- الوسائل الإحصائية:

تم استخدام المعاملات الإحصائية التالية:

المتوسط الحسابي

الانحراف المعياري

إختبار T ستودنت

معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

تم تحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (Spss V. 14)

4- عرض وتحليل النتائج:

4-1- التحقق من الفرضية الأولى: يختلف مستوى المهارات الحركية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة باختلاف عدد الوحدات التدريبية اليومية المبرجة أسبوعيا.

جدول رقم (04) يمثل المعاملات الإحصائية للفروق في مستوى المهارات المدروسة حسب متغير عدد الوحدات التدريبية في أسبوع

المعامل الإحصائي	نظام الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ت الجولية	ت المحسبة	الدلالة
المشي بالكرة بين الشواخص 25 متر	3 من 7	12,13	0,65	52	104	0,05	1,984	3,35	دال معنويا
	5 من 7	9,40	0,54	54					
الجري بالكرة 30 م	3 من 7	6,21	0,32	52	104	0,05	1,984	2,76	دال معنويا
	5 من 7	5,48	0,22	54					
ضرب الكرة لأبعد مسافة	3 من 7	36,02	3,23	52	104	0,05	1,984	2,64	دال معنويا
	5 من 7	39,89	2,56	54					
التحكم في الكرة	3 من 7	65,79	18,14	52	104	0,05	1,984	4,78	دال معنويا
	5 من 7	84,5	17,23	54					

من خلال الجدول رقم (04) والذي يمثل مقارنة للفروق في مستوى المهارات المدروسة حسب متغير عدد الوحدات التدريبية المبرمجة أسبوعيا سجلنا مايلي:

بالنسبة لمهارة المشي بالكرة 25 م بين الشواخص: سجلنا متوسط حسابي بلغ (12,13) عند لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة الذين يمارسون وحدات تدريبية بمعدل 3 حصص في الأسبوع بإنحراف معياري قدره (0,65)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عند اللاعبين الذين يمارسون هذه الوحدات بمعدل 5 وحدات أسبوعيا (9,40) وهي أحسن من سابقتها، وبلغ الانحراف المعياري عند نفس العينة (0,54) دليل على تقارب مستويات نوعا ما مقارنة بالعينة السابقة.

وبحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وجدناها بقيمة (3,35) وهي أكبر من ت الجدولية (1,984) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 104 (ن - 2) دليل على وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين و لصالح المجموعة الثانية.

وهذا يعني أن مستوى مهارة المناورة أحسن عند اللاعبين الذين يمارسون عددا أكبر من الوحدات التدريبية في الأسبوع الواحد.

أي أن مستوى هذه المهارة يتأثر بعدد الوحدات التدريبية، فكلما زاد عدد الوحدات تصبح هذه المهارة أفضل.

بالنسبة لمهارة الجري بالكرة لمسافة 30 م: سجلنا متوسط حسابي بلغ (6,21) عند اللاعبين الذين يمارسون وحدات تدريبية بمعدل 3 حصص في الأسبوع بإنحراف معياري قدره (0,32)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عند اللاعبين الذين

يمارسون هذه الوحدات بمعدل 5 وحدات أسبوعيا (5,48) وهي أفضل من سابقتها، وبلغ الإنحراف المعياري عند نفس العينة (0,22) دليل على تقارب مستويات عناصرها مقارنة مع العينة السابقة.

وبحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وجدناها بقيمة (2,76) وهي أكبر من (ت) الجدولية (1,984) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 104 (ن - 2) دليل على وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين و لصالح المجموعة الثانية.

وهذا يعني أن مستوى مهارة الجري بالكرة أحسن عند اللاعبين الذين يمارسون عددا أكبر من الوحدات التدريبية في الأسبوع الواحد.

بالنسبة لإختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة: سجلنا متوسطا حسابيا قدره (36,02) بالنسبة للاعبين الممارسين 3 مرات أسبوعيا بإنحراف معياري قدره (3,23)، فيما بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة عند الممارسين 5 مرات أسبوعيا (39,89) بإنحراف معياري (2,56).

وبحساب دلالة الفروق وجدنا أن (ت) تساوي (2,64) وهي أكبر من (ت) الجدولية وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة الثانية، أي أن مستوى مهارة ركل الكرة أفضل عن اللاعبين الذين يمارسون عدد أكبر من الوحدات التدريبية الأسبوعية.

بالنسبة لمهارة التحكم في الكرة: بلغ المتوسط الحسابي للعينة الأولى (65,79) بإنحراف معياري قدره (18,14)، فيما بلغ المتوسط الحسابي عند العين الثانية (84,5) بإنحراف قدر ب (17,23).

وبحساب دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وجدنا (ت) تساوي (4,78) وهي أكبر من (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة (0,05) ودرجة الحرية 104 المقدرة ب (1,984)، وهذا يعني تأثر مهارة التحكم في الكرة إيجابيا بزيادة عدد الوحدات التدريبية.

وفي الأخير يمكننا القول أن هذه النتائج تتوافق ومضمون الفرضية الأولى

2-4- التحقق من الفرضية الثانية: يؤثر العمر التدريبي إيجابيا على مستوى المهارات الحركية الأساسية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة.

جدول رقم (05) يمثل المعاملات الإحصائية للفروق في مستوى المهارات المدروسة حسب متغير العمر التدريبي

المعامل	الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ت الجولية	ت المحتسبة	الدالة
المشي بالكرة مابين الشواخص 25 متر	أقل من 3 سنوات	11,46	0,56	43	104	0,05	1,984	3,17	دال معنويا
	أكثر من 3 سنوات	9,44	0,44	63					
الجري بالكرة 30 م	أقل من 3 سنوات	5,76	0,41	43	104	0,05	1,984	0,12	غير دال معنويا
	أكثر من 3 سنوات	5,64	0,33	63					
ضرب الكرة لأبعد مسافة	أقل من 3 سنوات	36,98	3,55	43	104	0,05	1,984	0,98	غير دال معنويا
	أكثر من 3 سنوات	37,85	3,34	63					
التحكم في الكرة	أقل من 3 سنوات	63,73	19,26	43	104	0,05	1,984	2,67	دال معنويا
	أكثر من 3 سنوات	71,54	15,45	63					

من خلال الجدول رقم (05) والذي يمثل دلالة الفروق في مستوى المهارات المدروسة حسب متغير العمر التدريبي سجلنا مايلي:

بالنسبة لمهارة المشي بالكرة 25 م بين الشواخص: سجلنا متوسط حسابي بلغ (11,46) عند لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة الذين لديهم عمر تدريبي أقل من 3 سنوات بإنحراف معياري قدره (0,56)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عند اللاعبين الذين يملكون عمر تدريبي أكثر من 3 سنوات (9,44) وهي أحسن من سابقتها، وبلغ الانحراف المعياري عند نفس العينة (0,44) دليل على تقارب مستويات نوعا ما مقارنة بالعينة السابقة.

وبحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وجدناها بقيمة (3,17) وهي أكبر من ت الجدولية (1,984) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 104 (ن - 2) دليل على وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين ولصالح المجموعة الثانية.

وهذا يعني أن مستوى مهارة المناورة بالكرة أحسن عند اللاعبين الذين لديهم عمر تدريبي أكبر.

بالنسبة لمهارة الجري بالكرة لمسافة 30 م: سجلنا متوسط حسابي بلغ (5,76) عند لاعبي كرة القدم الذين لديهم عمر تدريبي أقل من 3 سنوات بإنحراف معياري قدره (0,41)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عند اللاعبين الذين يملكون عمر تدريبي أكثر من 3 سنوات (5,64) وهي أحسن من سابقتها، وبلغ الإنحراف المعياري عند نفس العينة (0,33).

وبحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وجدناها بقيمة (0,12) وهي أقل من ت الجدولية (1,984) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 104 (ن - 2) دليل على عدم وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين.

وهذا يعني أن مستوى مهارة الجري بالكرة متقارب نوعا ما بين اللاعبين في المجموعتين

بالنسبة لمهارة ضرب الكرة لأبعد مسافة: سجلنا متوسطا حسابيا قدره (36,98) بالنسبة للاعبين الممارسين 3 مرات أسبوعيا بإنحراف معياري قدره (355)، فيما بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة عند الممارسين 5 مرات أسبوعيا (37,85) بإنحراف معياري (3,34).

وبحساب دلالة الفروق وجدنا أن (ت) تساوي (0,98) وهي أقل من (ت) الجدولة وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، وبالتالي فإن العمر التدريبي لم يؤثر على مستوى مهارة الجري بالكرة.

بالنسبة لمهارة التحكم في الكرة: سجلنا متوسط حسابي بلغ (63,73) عند لاعبي كرة القدم الذين لديهم عمر تدريبي أقل من 3 سنوات بإنحراف معياري قدره (19,26)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عند اللاعبين الذين يملكون عمر تدريبي أكثر من 3 سنوات (71,54) وهي أحسن من سابقتها، وبلغ الإنحراف المعياري عند نفس العينة (15,45).

وبحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وجدناها بقيمة (2,67) وهي أقل من ت الجدولية (1,984) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 104 (ن - 2) دليل على وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية.

وهذا يعني أن مستوى مهارة التحكم في الكرة يتأثر بالعمر التدريبي للاعبين.

وفي الأخير فإن العمر التدريبي يؤثر على بعض المهارات المدروسة دون غيرها وهذا يتوافق نسبيا و مضمون الفرضية الثانية

3-4- التحقق من الفرضية الثالثة: يختلف مستوى المهارات الحركية المدروسة لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة بفعل العمر التدريبي في إختصاص كرة القدم و في رياضات أخرى

جدول رقم (06) يمثل المعاملات الإحصائية للفروق في مستوى المهارات المدروسة حسب متغير العمر التدريبي حسب النشاط الرياضي الممارس

المعامل	الإختبار	العمر التدريبي	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	حجم العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	ت الجولية	ت المحتسبة	الدلالة
المشي بالكرة مابين الشواخص 25 متر	تخصص كرة قدم	9,74	0,42	74	90	0,05	1,987	4,55	دال معنويا	
	رياضات أخرى	9,61	0,63	18						
الجرى بالكرة 30 م	تخصص كرة قدم	6,11	0,34	74	90	0,05	1,987	2,34	دال معنويا	
	رياضات أخرى	5,81	0,41	18						
ضرب الكرة لأبعد مسافة	تخصص كرة قدم	36,19	2,67	74	90	0,05	1,987	1,66	غير دال	
	رياضات أخرى	35,98	2,87	18						
التحكم في الكرة	تخصص كرة قدم	64,43	15,34	74	90	0,05	1,987	3,84	دال معنويا	
	رياضات أخرى	55,94	18,73	18						

من خلال الجدول رقم (06) والذي يمثل مقارنة للفروق في مستوى المهارات المدروسة حسب متغير عدد العمر التدريبي حسب النشاط الممارس سجلنا مايلي:

بالنسبة لمهارة المشي بالكرة 25 م بين الشواخص: سجلنا متوسط حسابي بلغ (9,74) عند لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة الذين يفوق عمرهم التدريبي سنتين في كرة القدم بإنحراف معياري قدره (0,42)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عند اللاعبين الذين يفوق عمرهم التدريبي سنتين في نشاطات أخرى (9,61)، وبلغ الإنحراف المعياري عند نفس العينة (0,63).

وبحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وجدناها بقيمة (4,55) وهي أكبر من ت الجدولية (1,987) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 90 (ن - 2) دليل على وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين و لصالح المجموعة الأولى.

وهذا يعني أن مستوى مهارة المناورة أحسن عند اللاعبين الذين لديهم عمر تدريبي في نشاط كرة القدم.

أي أن مستوى هذه المهارة يتأثر بالعمر التدريبي التخصصي .

بالنسبة لمهارة الجري بالكرة لمسافة 30 م : بلغ المتوسط الحسابي (6,11) عند لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة الذين يفوق عمرهم التدريبي سنتين في كرة القدم بإنحراف معياري قدره (0,34)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عند اللاعبين الذين يفوق عمرهم التدريبي سنتين في نشاطات أخرى (5,81)، وبلغ الإنحراف المعياري عند نفس العينة (0,41)، وبحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وجدناها بقيمة (2,34) وهي أكبر من ت الجدولية (1,987) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 90 (ن - 2) دليل على وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين و لصالح المجموعة الأولى، وهذا يعني أن مستوى مهارة الجري بالكرة أحسن عند اللاعبين الذين لديهم عمر تدريبي في نشاط كرة القدم.

بالنسبة لإختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة: سجلنا متوسطا حسابيا قدره (36,19) بالنسبة للاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة الذين يفوق عمرهم التدريبي سنتين في كرة القدم بإنحراف معياري قدره (2,67)، فيما بلغ المتوسط الحسابي لنفس المهارة اللاعبين الذين يفوق عمرهم التدريبي سنتين في نشاطات أخرى (35,98) بإنحراف معياري (2,87).

وبحساب دلالة الفروق وجدنا أن (ت) تساوي (1,66) وهي أقل من (ت) الجدولة وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، أي أن مستوى مهارة ركل الكرة متقارب عند المجموعتين.

بالنسبة لمهارة التحكم في الكرة: بلغ المتوسط الحسابي (64,43) عند لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة الذين يفوق عمرهم التدريبي سنتين في كرة القدم بإنحراف معياري قدره (15,34)، بينما بلغ المتوسط الحسابي عند اللاعبين الذين يفوق عمرهم التدريبي سنتين في نشاطات أخرى (55,94)، وبلغ الإنحراف المعياري عند نفس العينة (18,73).

وبحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية وجدناها بقيمة (3,84) وهي أكبر من ت الجدولية (1,987) عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 90 (ن - 2) دليل على وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين و لصالح المجموعة الأولى، وهذا يعني أن مستوى مهارة التحكم في الكرة أحسن عند اللاعبين الذين لديهم عمر تدريبي في نشاط كرة القدم. وفي الأخير يمكننا القول أن هذه النتائج تتوافق بشكل كبير ومضمون الفرضية الثالثة

5-مناقشة وتفسير نتائج البحث:

1-5-الفرضية الأولى: (يختلف مستوى المهارات الحركية لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة باختلاف عدد الوحدات التدريبية اليومية المبرجة أسبوعيا)

من خلال الجدول رقم (04) والذي يمثل مقارنة للفروق في مستوى المهارات المدروسة حسب متغير عدد الوحدات التدريبية المبرجة أسبوعيا سجلنا مايلي:

فروق دالة في إختبار المشي بالكرة 25 م بين الشواخص وهذا يعني أن مستوى مهارة المناورة أحسن عند اللاعبين الذين يمارسون عددا أكبر من الوحدات التدريبية في الأسبوع الواحد. أي أن مستوى هذه المهارة يتأثر بعدد الوحدات التدريبية، فكلما زاد عدد الوحدات تصبح هذه المهارة أفضل.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إختبار الجري بالكرة لمسافة 30 م وهذا يعني أن مستوى مهارة الجري بالكرة أحسن عند اللاعبين الذين يمارسون عددا أكبر من الوحدات التدريبية في الأسبوع الواحد.

- وجود فروق دالة إحصائية في اختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة أي أن مستوى مهارة ركل الكرة أفضل عن اللاعبين الذين يمارسون عدد أكبر من الوحدات التدريبية الأسبوعية.
- كما سجلنا فروق واضحة في اختبار التحكم في الكرة وهذا يعني تآثر مهارة التحكم في الكرة إيجابيا بزيادة عدد الوحدات التدريبية.

مما سبق يتضح جليا أن ممارسة التدريبات بوتيرة مستمرة و بحمولات مناسبة يساهم بشكل كبي في الرفع من المستوى المهاري للاعب و بالتالي فإن ممارسة التدريبات بمعدل خمس مرات أسبوعيا يحقق مستويات تطور عالية للمهارات الحركية ويبنى قاعدة بدنية يتركز عليها الجانب المهاري وهذا ما ذهبت إليه معظم الدراسات والبحوث العلمية كدراسة أحمد فرج إسماعيل.

2-5-الفرضية الثانية: يؤثر العمر التدريبي إيجابيا على مستوى المهارات الحركية الأساسية لدى لاعبي كرة القدم

من خلال الجدول رقم(06) والذي يمثل مقارنة للفروق في مستوى المهارات المدروسة حسب متغير عدد العمر التدريبي حسب النشاط الممارس سجلنا مايلي:

- بالنسبة لإختبار المشي بالكرة 25 م بين الشواخص سجلنا وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين و لصالح المجموعة الثانية، وهذا يعني أن مستوى مهارة المناورة بالكرة أحسن عند اللاعبين الذين لديهم عمر تدريبي أكبر.
- بالنسبة لإختبار الجري بالكرة لمسافة 30 م سجلنا عدم وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين. وهذا يعني أن مستوى مهارة الجري بالكرة متقارب نوعا ما بين اللاعبين في المجموعتين
- بالنسبة لإختبار ضرب الكرة لأبعد مسافة سجلنا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، و بالتالي فإن العمر التدريبي لم يآثر على مستوى مهارة الجري بالكرة.
- بالنسبة لإخبار التحكم في الكرة سجلنا وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة الثانية. وهذا يعني أن مستوى مهارة التحكم في الكرة يتأثر بالعمر التدريبي للاعبين.

كتفسير لهذه النتائج فإن المهارات التي تتركز على التوافق الحركي أكثر من الجانب البدني (المناورة، التحكم) تأثر مستواها إيجابيا بفعل العمر التدريبي بينما المهارات التي تعتمد على قاعدة بدنية (ركل الكرة والجري بالكرة بسرعة) لم يكن مستوى تأثرها بالعمر التدريبي واضحا، وهذا راجع إلى أن المكتسبات البدنية تفقد جزءا مهما منها في الفترات الإنتقالية خاصة الطويلة منها و بالتالي فإن العمر التدريبي يجب أن نراعي فيه العمل على التدريب المستمر في هذه الفترات.

3-5-الفرضية الثالثة: يختلف مستوى المهارات الحركية المدروسة لدى لاعبي كرة القدم أقل من 19 سنة بفعل العمر التدريبي في إختصاص كرة القدم و في رياضات أخرى

من خلال الجدول رقم(06) والذي يمثل مقارنة للفروق في مستوى المهارات المدروسة حسب متغير عدد العمر التدريبي حسب النشاط الممارس سجلنا مايلي:

- وجود فروق معنوية دالة إحصائية في مستوى المناورة بالكرة بين المجموعتين و لصالح المجموعة الأولى، وهذا يعني أن مستوى مهارة المناورة أحسن عند اللاعبين الذين لديهم عمر تدريبي في نشاط كرة القدم، أي أن مستوى هذه المهارة يتأثر بالعمر التدريبي التخصصي .
 - وجود فروق معنوية دالة إحصائية بين المجموعتين و لصالح المجموعة الأولى، وهذا يعني أن مستوى مهارة الجري بالكرة أحسن عند اللاعبين الذين لديهم عمر تدريبي في نشاط كرة القدم
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، أي أن مستوى مهارة ركل الكرة متقارب عند المجموعتين أي أن العمر التدريبي التخصصي لم يؤثر على مستوى هذه المهارة.
 - وجود فروق معنوية دالة إحصائية في مهارة التحكم في الكرة بين المجموعتين و لصالح المجموعة الأولى، وهذا يعني أن مستوى هذه المهارة أحسن عند اللاعبين الذين لديهم عمر تدريبي في نشاط كرة القدم.
- ومن خلال هذه النتائج يتضح لنا أن العمر التدريبي عندما يكون في نفس الاختصاص الممارس يؤثر على مستوى أغلب المهارات الحركية وهذا ما جاءت به الدراسة النظرية و الدراسات التي تم عرضها ماعدا مهارة ركل الكرة لأنها ربما تعتمد على قوة الأطراف السفلية أكثر وهذا ما يدفعنا للتفكير أكثر في اختبارات مكملة تقيس هذا الجانب بعيدا عن الجانب البدني المتدخل بصفة كبيرة في هذا الاختبار.

6- إستنتاجات البحث: من خلال هذا البحث توصلنا إلى أهم الإستنتاجات التالية:

- يتأثر مستوى المهارات الحركية المدروسة (المناورة، الجري بالكرة، ركل الكرة و التحكم في الكرة) بشكل كبير بعدد الوحدات التدريبية في الأسبوع حيث أظهرت النتائج أن الفرق واضح بين من يتدربون ثلاث مرات في الأسبوع و خمس مرات أسبوعيا في فئة أقل من 19 سنة.
- العمر التدريبي للاعب كرة القدم أقل من 19 سنة يؤثر بشكل واضح على المهارات الحركية التي تعتمد على التوافق الحركي بينما لم يكن التأثير بالشكل الكبير في المهارات الحركية التي تكون لديها قاعدة بدنية.
- مستوى المهارات الحركية يتأثر بشكل أكبر بالعمر التدريبي خاصة إذا كان في الاختصاص الممارس.

7-توصيات :

- العمل على التخصص التدريبي المبكر من أجل زيادة العمر التدريبي المتخصص.
- محاولة برمجة أكبر عدد من الوحدات التدريبية في الأسبوع و التفكير في إستغلال و تعميم مشروع المؤسسات التعليمية الرياضية لإعطاء مجال أكبر للتدريب.
- إستغلال نتائج بحثنا والعمل على إستخدام إختبارات أخرى تفتح المجال لمناقشة و إثراء هذه النتائج .
- إستغلال الفترات الإنتقالية و توظيف أنشطة بدنية من أجل الحفاظ على مكتسبات العمر التدريبي.

8. قائمة المراجع والمصادر:

1. حجار خ. (2012). *فاعلية التدريب باستخدام أسلوب المنافسة على ملاعب مصغرة في تطوير بعض المتطلبات البدنية و المهارة لنشئ كرة القدم* (أطروحة دكتوراة). معهد التربية البدنية و الرياضية، سيدي عبد الله، . الجزائر.

2. براح ح. (2017). تأثير بعض التمرينات البليومترية في تطوير القوة الانفجارية و القوة المميزة بالسرعة للرجلين وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم دراسة ميدانية على فريقي (اتحاد الشاوية/ اتحاد عين البيضاء) اقل من 19 سنة. *التحدي*، 9(2)، 94-120. استرجع في من <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/41985>
3. رضوان م. ن. ا. (2011). *المدخل إلى القياس في التربية البدنية و الرياضية*. مصر: مركز الكتاب للنشر.
4. محمد حسن ع.، & محمد نصر الدين ر. (2008). *القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي*. مصر: دار الفكر العربي.
5. BENHIBA, T. E. (2022 & Gueracha, T. دراسة مقارنة في أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكز اللعب. *التحدي*، 14(2)، 178-189. استرجع في من <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/198600>
6. طلحة حسين ح. ا.، محمد فوزي ع. ا.، & محمد السيد ح. (2006). *التعلم و التحكم الحركي*. القاهرة مصر: مركز الكتاب للنشر.
7. حسن هاشم ي. (2008). *التدريبات الحديثة للاعبين المبتدئين بعمر 7-10 سنوات*. القاهرة مصر: مركز الكتاب.
8. ممدوح م. (1989). *الإعداد الذهني وتطوير التفكير الخططي للاعب كرة القدم*. مصر: دار الفكر العربي القاهرة.
9. أحمد فرج إ. (2003). *تأثير تدريبات الملاعب المصغرة على بعض الجوانب البدنية و المهارية لدى لاعبي كرة القدم تحت 18 سنة* (أطروحة ماجستير). كلية التربية البدنية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان ، مصر.
10. Frédéric, L. (2000). *Football, Préparation physique intégrée*. Paris: Amphora.
11. Bernard, T. (2002). *Préparation Entraînement du footballeur*. Paris: Amphora.