

الفصل الأول

مقدمة البحث

مشكلة البحث وأهميته

أهداف البحث

فروض البحث

التعريف بالمصطلحات الأساسية بالبحث

مقدمة البحث

يشهد مجتمعنا اليوم نهضة واسعة النطاق في مختلف الميادين وتقوم هذه النهضة علي أساس من البحث العلمي والدراسة الموضوعية الهادفة . (١٢ : ٧)

والبحث العلمي سمة من سمات العصر الحديث والتي استفادت به الدول المتقدمة في حل المشاكل المرتبطة بكافة المجالات التطبيقية كما تعتبر المشكلات الخاصة بالحركة الرياضية من الموضوعات شديدة الارتباط بعمل المدربين ولاسيما عند تدريب المستويات الرياضية العالمية . (٣٠ : ١)

ويتفق كل من مفتي إبراهيم (١٩٩٧) ، محمد صبحي حساتين وأحمد كسري (١٩٩٨) أن التخطيط للتدريب يعتبر الوسيلة الرئيسية لتطوير أداء اللاعبين والفريق ولما كان التدريب هو الوسيلة الرئيسية للوصول إلي هذا التطور في الأداء كان أمرا ضروريا تخطيط التدريب ضمانا لإحداث أفضل درجة ممكنة في المستوى وتقدمه .

(٢٨ : ٢٥٧) (٥٥ : ٧)

ويري إبراهيم شعلان ومحمد عفيفي (٢٠٠١) إلي أن الوصول بمستوي اللاعبين إلي الدرجة التي تمكنهم من تحقيق متطلبات اللعب الحديثة بعناصره المختلفة يستلزم تأسيس اللاعب منذ الصغر وفق برامج مقننة تحتوي تدريبات تتلائم مع قدرات وإمكانات الناشئين . (٣ : ١٦)

ويري حنفي مختار (١٩٩٤) أن أداء اللاعب في الكرة الحديثة يتطلب أن يكون سريعا ودقيقا مع قدرته علي تغير اتجاهاته وسرعته وقد أصبح لزاما عليه أن يقرن حركته بقدرته الفائقة علي النمير والتوجيه والسيطرة علي الكرة والتحكم فيها . (٢٤ : ٥٥)

ويضيف أوليغ كولودي وآخرون Oligh Kolody (١٩٨٦) أن طبيعة المباراة في كرة القدم تمر بتغيرات كثيرة من آن لآخر ، ويستوجب ذلك إعداد وتهيئة اللاعبين لمواجهة تلك المتغيرات من خلال الارتقاء بمستوي الاداءات المهارية طبقا لشروط المباراة وظروف الموقف . (١٥ ، ١٤ : ١٥)

ومن هنا أصبحت البرامج التدريبية الوسيلة الفاعلية في تأسيس وإعداد النشئ ورفع مستواهم مهاريا وفنيا لإنجاز متطلبات اللعبة تحت كافة ظروف الأداء المختلفة . (٣ : ٢٦٠)

ويشير ممدوح محمدي ومحمد علي (١٩٩٨) أن إتقان المهارات في كرة القدم هو الجزء الهام والرئيسي لتنفيذ وظائف اللعب بشكل سليم وفعال ، كما يقلل من حالات فقد الكرة وهي أكبر مشكلة في كرة القدم . وكما كانت المهارة هي وسيلة لتنفيذ الخطط لذلك فإن إتقان المهارات ضروري لنجاح الخطط . (٢٥٩ : ٦٩)

ومع تنوع مراكز اللاعبين في كرة القدم واختلاف الواجبات الهجومية والدفاعية لكل لاعب وفق مركزه ولذلك يتطلب من اللاعب إجادة جميع المهارات الفنية لكرة القدم بكفاءة عالية حيث أن كثيرا من مهارات كرة القدم تتطلب من اللاعب استخدام القدم اليمنى والقدم اليسرى بكفاءة وتوافق عال في المهارات المختلفة للعبة ليكون لاعبا متكاملا .

فمهارة الاستقبال والتمرير أحد أهم الوسائل الخططية الهجومية الجماعية لذا فقدرة اللاعب علي دقة التمرير بمختلفة أشكاله ومدي تنفيذه لهما يتوقف علي مدي قدرة اللاعب علي إتقانها كذلك قدرة اللاعب الزميل علي استقبال الأنواع المختلفة من التمرير تؤثر بشكل مباشر علي قرار الزميل المستحوز علي الكرة في تحديد نوع التمريرة وشكلها تبعاً لمقدرة اللاعب المستقبل في مهارة الاستقبال . (٢٤٢ : ٦٩)

ومهارة الجري بالكرة من المهارات الأساسية التي يجب أن يتقنها جميع اللاعبين بلا استثناء سواء المدافعين أو المهاجمين وهي مهارة تتم بعدة طرق مختلفة يختار فيها اللاعب الطريقة المناسبة له والتي تتناسب أيضا مع طبيعة الموقف المهاري والخططي أثناء تأديته للمهارة . (٤٣ : ٢٠)

ويشير طه إسماعيل وآخرون (١٩٩٣) أن التصويب هو الهدف النهائي لأي هجوم ناجح وتعرف اللاعب علي المواقف المناسبة للتصويب واتخاذ قرار التصويب يعتبران من الأمور الهامة التي يجب الاهتمام بها في التدريب من قبل المدربين ثم تنفيذ الأداء المناسب بدقة وقوة مناسبة . (١٢٢ : ٣٥)

ومهارات الاستقبال والتمرير والجري بالكرة والتصويب من المهارات الأساسية في كرة القدم التي تتطلب من اللاعب إجادة استعمال القدمين اليمنى واليسرى فيهم علي حسب ظروف اللعبة أثناء المباريات .

مشكلة البحث وأهميته :

لاشك أن الدولة توفر جميع الاعتمادات اللازمة لدعم المنشآت الخاصة بالرياضة بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة وهذه الخصوصية الزائدة لكرة القدم تأتي بلا شك من الحب والعشق الجارف من الجماهير لهذه اللعبة الممتعة وكرة القدم منظومة متكاملة تتكون من عدة عناصر تؤثر وتتأثر كل منها بالآخر والتي تؤدي بدورها إلى نجاح أو فشل الفريق ومن هذه العناصر الجانب الفني وهو من أهم الجوانب علي الإطلاق . (٢٩ : ٢٥٩)

ولكي يحقق اللاعب أعلي مستوي من الأداء في اللعب خلال المباريات يجب أن يعد إعدادا فنيا متكاملًا في ضوء متطلبات ممارسة كرة القدم الحديثة والتي تتطلب مستوي عال من الكفاءة البدنية والمهارية حتى يتمكن اللاعب من أداء الواجبات الخططية الموكلة إليه بكفاءة طوال زمن المباراة . (٢٠ : ١)

ويعتبر التمرير من أهم فنون رياضة كرة القدم لأنه الأكثر استخدامًا طوال زمن اللعب والتمرير هو الوسيلة الأساسية في بدء الهجوم وبناءه وتطويره وإنهائه ولعله لاشئ يهدم هجوم الفريق أكثر من التمريرات الرديئة . (٦٦ : ١٠٦)

ومهارة الجري بالكرة هي أكثر أنواع الأداء البدني حدوثًا في المباراة حيث تتطلب من اللاعب مهارة فائقة للتحكم في الكرة والسيطرة عليها أثناء الجري مع إحساسه بالمسافة والزمن والمكان الذي يؤدي فيه المهارة ويجب أن يهتم المدربين بتعليم اللاعبين ضرورة استخدام القدمين في أداء المهارة وكيفية استخدام جسم اللاعب كحاجز بين اللاعب والمنافس للاحتفاظ بالكرة بعيدًا عن متناول الخصم . (٢٠ : ٤٣)

ويعتبر التصويب الوسيلة الأساسية لإحراز الأهداف وبواسطته يمكن إنهاء الجهد المبذول في بدء الهجوم وبناءه وتطويره . (٦٦ : ٩٤)

وتتوزع مراكز اللاعبين واختلاف واجباتهم الهجومية والدفاعية يتطلب إتقان اللاعبين لمختلف المهارات الأساسية في كرة القدم بكفاءة عالية وخاصة مهارات التمرير والجري بالكرة والتصويب باستخدام القدمين اليمنى واليسرى فعندما تتطلب ظروف اللعبة التمرير بأي من القدمين يجب أن يتم التمرير بدقة وكذلك فإن مهارة الجري بالكرة تتطلب احتفاظ اللاعب بالكرة بعيدًا عن متناول الخصم أما التصويب فإن ظروف اللعبة تتطلب أحيانًا كثيرة من اللاعب استخدام القدمين في التصويب لإنهاء الهجوم بنجاح .

ويشير الباحث إلي أن برامج تدريب الناشئين خاصة السن المبكرة ١٤ سنة فأصغر أصبحت من أهم البرامج التي لابد الاهتمام بها وبخطيطها وتنفيذها لأن الناشئ في مثل هذه المرحلة يكتسب المهارات الأساسية الضرورية والتي يستطيع أن يتعلمها وينفذها . وتعتبر هذه المرحلة هامة جداً لأنها تعتبر القاعدة الأساسية التي يمكن من خلالها تفريخ لاعبين ممتازين معدين طبقاً لبرامج تدريبية حديثة وإذا تم الاهتمام بهم في المراحل السنية التالية الناشئين ثم الشباب فالفرق الأول ، فإن ذلك يؤدي إلي توافر لاعبين ذو مستوى مرتفع وعال .

وانطلاقاً من أن ناشئ كرة القدم هو مستقبل اللعبة وعماد الفرق القومية مستقبلاً وعلي ذلك فالعناية بتنشئتهم نشأة سليمة يعني الاطمئنان علي مستقبل الكرة في مصر .

هذا وقد استرعي انتباه الباحث كلاعب كرة قدم واحتكاكه بالمجال التعليمي والتدريبي أن معظم لاعبي كرة القدم يستخدمون قدم واحدة وهي القدم المميزة لديهم في التمرير والجري بالكرة والتصويب ولا يجيدون استخدام القدم الأخرى فاللاعبون أثناء المنافسات يؤدون تلك المهارات باستخدام القدم المميزة في المواقف التي تتطلب منهم استخدام القدم الأخرى .

وهذا يرجع إلي تعلم اللاعب في بدء الأمر المهارات الأساسية بالقدم المميزة فينجح في أداء المهارة فتزداد الثقة بالنفس والدافعية في الأداء لذلك يستمر في الأداء دون استخدام القدم الأخرى لأنه عند استخدام القدم الأخرى يفشل أحياناً في تحقيق الهدف فيحجم عن استخدامها .

فتعلم المهارات الحركية يحل أهمية خاصة في عملية التدريب الرياضي ، إذ يهدف إلي إكساب الفرد المهارات الحركية وإتقانها بحيث يمكن استخدامها بدرجة كبيرة من الفاعلية أثناء المنافسات الرياضية .

(٤٩ : ٩٩)

لذا فإن الاهتمام في الوقت الحاضر ينصب في المقام الأول علي الطرق والوسائل المستخدمة في التدريب والتي من شأنها تحقيق أسرع تقدم ممكن في المستوى الرياضي للاعبين .

(٤٩ : ٣٨)

فالتعلم يؤدي إلي تعديل في السلوك والأداء الحركي ويحدث هذا التغير كنتيجة للممارسة . والتعلم لا يمكن ملاحظته بشكل مباشر وهنا يقع الفرق الحاسم بين التعلم والأداء والعنصر الفارق هو أننا نستطيع أن نري الأداء ولكن لكي نري التعلم فإنه يتعين علينا عمل اختبارات للمهارة ومدي إتقان اللاعب لهذه المهارة في المكان المناسب والوقت المناسب

وبالطريقة المناسبة فنستطيع أن نحكم علي التعلم . فالتعلم واحد من متغيرات عدة تؤثر في الأداء .
(٢٨ : ٣٥ - ٣٦)

ففي بداية التعلم يمر الطفل بمرحلة التوافق الأولي سواء تعلم المهارة بالقدم المميزة أو بالقدم غير المميزة . فالتعلم يسفر عن تغير في السلوك والأداء الحركي .

كما أن اكتساب الفرد لنواحي السلوك المختلفة يتأسس في بعض الأحيان علي ما سبق أن تعلمه واكتسبه في الماضي ففي مجال النشاط الرياضي يمر الفرد بكثير من الخبرات الحركية التي تؤثر بصورة معينة في الخبرات التي يسعى لتعلمها واكتسابها حيث ينتقل أثر التدريب بصورة إيجابية في حالة تشابه مكونات المادة المستخدمة مع مكونات المادة السابق تعلمها .
(٢٨٩ : ٢٨٧ : ٢٩)

كما أنه يمكن ملاحظة انتقال أثر التدريب في كثير من مظاهر حياتنا اليومية فتعلم أمر معين يفيد في تعلم أمر آخر ، فحينما يؤثر تدريب شخص معين في عمل معين أو في أسلوب ما من أساليب النشاط علي نشاط آخر في موقف جديد أو في عمل مختلف فإن هذا يسمى انتقال أثر التدريب ويعني ذلك أن تدريب الفرد في الموقف الأول أثر في طريقة مجابهته وتعلمه في المواقف الأخرى .
(٥١١ : ٩)

وهو ما دعا الباحث إلي تخطيط برنامج تدريبي موجه لتحسين مستوى أداء القدم غير المميزة لناشئ كرة القدم من سن ١٢ : ١٤ سنة لرفع مستوى الناشئ وزيادة قدرته للأداء بالقدم غير المميزة للمهارات الأساسية في كرة القدم موضع الدراسة (التمرير - الجري بالكرة - التصويب) خلال تلك المرحلة السنية وزيادة مقدرته علي تنفيذ خطط اللعب مستقبلا بالشكل الذي تتطلبه مواقف اللعب التنافسية وكذلك معرفة تأثير تدريب القدم غير المميزة علي مستوى أداء القدم المميزة في أداء نفس المهارات السابقة .

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

- ١- تصميم برنامج تدريبي مهاري القدم غير المميزة لتحسين مستوى أداء بعض المهارات الأساسية (التمرير - الجري بالكرة - التصويب) لنادي كرة القدم من ١٢ : ١٤ سنة .
- ٢- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي في تحسين مستوى أداء القدم غير المميزة لمهارات (التمرير - الجري بالكرة - التصويب) لنادي كرة القدم من ١٢ : ١٤ سنة .
- ٣- التعرف على تأثير تدريب القدم غير المميزة على مستوى أداء القدم المميزة في بعض المهارات الأساسية (التمرير - الجري بالكرة - التصويب) لنادي كرة القدم .

فروض البحث :

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في المتغيرات المهارية قيد البحث باستخدام القدم غير المميزة لصالح القياس البعدي .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في المتغيرات المهارية قيد البحث باستخدام القدم المميزة لصالح القياس البعدي .
- ٣- تدريب القدم غير المميزة يحسن مستوى أداء القدم المميزة في أداء مهارات التمرير والجري بالكرة والتصويب في كرة القدم .

مصطلحات البحث :

١- البرامـج :

هي الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط وما يتطلبه التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وإمكانات لتحقيق الهدف .
(٣٨ : ١٧)

٢- المهارات الأساسية في كرة القدم :

تعني كل التحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون كرة القدم سواء كانت هذه الحركات بالكرة أو بدونها .
(٢٤ : ٧١)

٣- انتقال أثر التدريب :

مدي الاستفادة مما سبق ممارسته واكتسابه من مهارات حركية علي تعلم مهارة حركية جديدة وقد يكون هذا الأثر إيجابيا أو سلبيا
(٨٥ : ٣٧٦)

٤- انتقال الأثر الإيجابي :

عبارة عن الاستفادة من ما سبق تعلمه بشكل إيجابي علي سرعة تعلم مهارة حركية جديدة .
(٣٢ : ٢٦)

٥- انتقال الأثر السلبي :

تعارض مهارة معينة سبق تعلمها مع مهارات أخرى مما يؤدي إلي بقاء وصعوبة تعلم المهارات الجديدة .
(٢٩ : ٢٨٨)

٦- انتقال الأثر الثنائي (الجانبي) :

انتقال أثر تعلم مهارة حركية بأحد أطراف الجسم إلي طرف مقابل أو مشابه .
(٣٢ : ٢٦)

٧- الممارسة :

التكرار الموجه لغرض معين بغرض تحسين الأداء .
(٨ : ٢٢٣)

٨- القدم المميزة :

هي القدم التي يفضل الفرد العمل بها عندما يتطلب العمل استخدام إحدى القدمين .
(تعريف إجرائي)

٩- القدم غير المميزة :

هي القدم التي لا يفضل الفرد العمل بها عندما يتطلب العمل استخدام إحدى القدمين .
(تعريف إجرائي)