

ملاحظات النظرية والدراسات السابقة

- القراءات النظرية

١ البرامج التعليمية

- مكونات البرنامج التعليمي
- أسس بناء البرنامج التعليمي
- أهداف برامج التربية الرياضية
- أهمية البرامج التعليمية
- التقسيم التربوي الحديث للبرامج التعليمية

٢ الوحدة التعليمية

- التدريس الفعال للتربية البدنية للمدارس الثانوية
- خطوات في تطوير الوحدة
- وحدة كرة القدم الخماسية
- التدريسية
- وحدة التربية البدنية
- مخطط الدروس اليومية

٣ فاعلية الأداء المهاري

٤ التصويب في كرة القدم

- شروط التصويب
- أسباب عدم استغلال فرص التصويب
- العوامل الرئيسية المؤثرة في نجاح التصويب

٥ الأهداف التعليمية

- أهداف تعليمية
- تاريخ نشأة كرة القدم الخماسية
- أساسيات خماسي كرة القدم
- ما الذي تطوره كرة القدم الخماسية المغلقة
- مقارنة بعض الفروق بين كرة القدم الخماسية المغلقة وكرة القدم للملاعب الخارجية

٦ ملاحظة السنية من () - ()

- الأهداف التعليمية

٧ الدراسات العربية.

٨ ثانياً: الأهداف الأجنبية.

- التعليق على الدراسات السابقة.

- القراءات النظرية:

- البرامج التعليمية:-

يعرفه عبد الحميد شرف (٢٠٠٠) انه عبارة عن الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطه صممت سلفاً وما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وإمكانات تحقيق لهذه الخطة. (١١: ١١)

ليلى زهران (١١١١) هو مجموعة خبرات نابعة من المنهاج ومعدة وفق تنظيم يزيد من إمكانية تنفيذها ويتطلب ذلك أن يضم البرنامج بالإضافة إلى مجموعة الخبرات التعليمية المتوقعة والمختارة من المنهاج وكل ما يتعلق بتنفيذها من وقت ومكان وأدوات وطرق تدريس ودور كل من المدرس والتلميذ في تنفيذها. (١١: ١١)

وتشير هرجة (١٩٩٠) إلى مفهوم البرنامج التعليمي أنه الوسيلة التعليمية الذي يساعد القائمين بالتعليم والتدريب في مجال كرة القدم في تنفيذ الوحدات الدراسية بأسلوب علمي سليم حيث في نهاية الأمر يمكنهم من تحقيق الأهداف (١١: ١١)

ويرى محمد صبحي (١٩٩٠) على أن تلك الخبرات التعليمية المتوقعة التي تتبع من المنهج وكل ما يتعلق بتنفيذه ويشمل الزمن والمدرس والتلميذ والطريقة والإمكانات والمحتوى والتنظيم وطرق التقويم. (١١: ١١)

ويذكر هرجة (١٩٩٠) وأمين الخولي (١٩٩٠) أن برامج التربية الرياضية تسعى لتواكب التقدم العلمي الذي يتميز به العصر الحديث ولذا تعتمد في بنائها على أسس العلمية والتربوية والنفسية والاجتماعية الحديثة حتى تسهم في تحقيق احتياجات المجتمع والأفراد مساهمة في ذلك الفلسفة التربوية للمجتمع. (١١: ١١)

مكونات البرنامج التعليمي:

يذكر هرجة (١٩٩٠) أن البرنامج التعليمي المتكامل يشمل على أربعة مكونات أساسية وهي:

الأهداف:

وتشمل على الأهداف العامة والأهداف الخاصة أو النتائج العلمية.

البيانات:

ويتضمن المعلومات والبيانات والوسائل المراد تعليمها أو توصيلها للمتعلمين.

إجراءات التدريس:

وتحتوي على استراتيجيات التدريس وأساليب التعلم والتدريبات أو أساليب العملية التدريسية.

التقويم:

ويتضمن وضع الاختبارات وتقويم المتعلمين ومعرفة مدى تقدمهم ومدى تحقيقهم للأهداف المحددة. (١١: ١١)

- مميزات البرامج التعليمية:-

هناك مميزات علمية تساهم في بناء البرنامج التعليمي يمكن الإشارة إليها في:

- ملائمة البرنامج للعينة المستهدفة .
 - مراعاة خصائص العينة و عددها .
 - أن تخدم الخبرات المطلوبة وتتميتها .
 - أن تتماشى مع الإمكانيات المادية والبشرية والوقت المتاح.
- (١١: ١١)

بينما يرى أبو النجا عز الدين (٢٠٠٠) أن بناء البرنامج التعليمية من الأعمال التي يهتم بها التربويون في مجال الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية حيث أن البرامج التعليمية القائمة على التقنين هي الضمان لإحداث التقدم في التعليم. (١١: ١١)

أهداف برامج التربية الرياضية:

يشير إلى أهداف البرامج التربوية الرياضية وهي بمثابة التغيرات التي تتوقع أن يحدثها البرنامج في شخصية المتعلم وتعد الأهداف أول خطوة لأي برنامج تعليمي وعندما تتسم الأهداف بصفات الواقعية فإنه يسهل اختبار الأنشطة التي تؤثر في التعليم وتحقق الأهداف ويجب أن تصاغ الأهداف في صورة أغراض تربوية سلوكية يمكن قياسها لأن هذه الأهداف تعبر بصورة عامة في التعليم الذي يتوقع أن يحققه المتعلم.

(١: ١)

في حين ترى جيهان الجزار (١٩٩٩) أن أهداف برامج التربية الرياضية تتمثل في:

- تنمية اللياقة البدنية للطفل وصيانتها.
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.
- تنمية الكفاءة العقلية والنفسية.
- تنمية المهارات الاجتماعية.
- التمتع بالنشاط البدني والترويح واستثمار أوقات الفراغ.
- ممارسة الحياة الصحية السليمة.
- تنمية صفات القيادة الصالحة والتبعية.

(٢: ١)

أهمية البرامج التعليمية:-

يشير عبد الحميد شرف (١٩٩٩) إلى أن البرامج التعليمية المبنية على أسس علمية بفرض إكساب المتعلمين أو الناشئين مهارات حركية في نشاط رياضي ما تكمن في الآتي:-

- مساعدة القائمين بالتعليم في التدريب على تحقيق الأهداف.
- إكساب العملية الإدارية بأكملها النجاح.
- الاقتصاد في الوقت والجهد المبذول.
- تساهم في نجاح الخطط التعليمية والتدريبية.

(٣: ١)

التقسيم التربوي الحديث للبرامج التعليمية:-

تشير نوري (١٩٩٩) إلى أن البرامج التعليمية قسمت إلى قسمين أساسيين هما:

١- البرامج التعليمية "التدريبية" :-

لا شك أن الهدف الأساسي من بناء هذا النوع من البرامج ليس فقط إيصال معلومة تطبيقية إلى المتعلم، وتنتهي كامل العملية التعليمية بإيصال هذه المعلومة إلى المتعلم بل أن تلك البرامج تبني بطريقة يمتد تأثيرها إلى المستقبل به إلى مستوى معرفي ومهاري متقدم لذا يعني أن هذا النوع من البرامج بمراحل التفكير والأداء ومستويات التعليم التي يمر بها المتعلم خلال المرور بمراحل البرامج التعليمية.

٢- البرامج التعليمية "التدريبية" :-

تقوم هذه البرامج بتدريب المتعلم على استخدام محدد يتقن المتعلم فيه خطوات تدريبية قد لا تستدعي شيئا من التحليل أو التمثيل أو التقويم أو غيرها من تلك المستويات المعرفية المتقدمة لذا يسعى القائمون ببناء تلك البرامج بطريقة مرنة تسمح للمدرب أو المؤسسة التعليمية بالتعديل أو الإضافة وإدراج ما يستند في المحتوى يقوم البرنامج بالتدريب عليه.

(٤: ١)

الوحدة التعليمية:-

التدريس الفعال للتربية البدنية للمدارس الثانوية:-

□ □ □ يتم تدريسه في التربية البدنية؟

- الفلسفة التدريسية.
- احتياجات الأفراد أو المجموعات.
- الاحتياجات الفسيولوجية.
- الاحتياجات النفسية.
- الاحتياجات الاجتماعية.
- الاعتبارات في عملية اختيار الخبرات التعليمية.
- الوى الأولى لمهارات الأداء للطلاب.
- الحالة الجسمية للمشاركةين.
- حجم ومرحلة بلوغ الأفراد الذين يتعامل معهم البرنامج.
- الاهتمامات العامة لكل طالب فيما يتعلق بالتربية البدنية.
- يجب أن تكون الأهداف قابلة للقياس.

يجب التركيز نسبيا على، □ □ □ □ □ الأهداف العامة في كل مرحلة تعليمية:-

- **المساحات التدريسية.**
- **الظروف الجغرافية والمناخية.**
- **المساحات التدريسية.**
- **الظروف الجغرافية والمناخية.**
- **المساحات التدريسية.**
- **الظروف الجغرافية والمناخية.**

- [] الترتيب والتنظيم.
- [] التقويم.
- [] العامة لتطوير الوحدة.

هناك عدد من العناصر الأساسية المشتركة لكل الوحدات الناجحة وهذا يعطى إمكانية لإقرار الخطوط الرئيسية
 يمكن للمدرّس مساعد المدرس في تطوير الوحدة لعدد من الأهداف الواضحة وهناك بعض النقاط المهمة التي يجب أخذها
 في الاعتبار في تخطيط الوحدة هي:

- ١- احتياجات الطلاب يجب أن تكون دائما نقطة الاعتبار الأساسية ويجب أن يتم تشجيعهم على المشاركة في تطوير
٢- المحصلة النهائية المرغوبة -الأهداف يجب أن يتم إنشائها ويجب أن تتشارك كل الأنشطة والإمكانيات لتحقيق
هذه الأهداف.
٣- المحتوى يجب أن يكون معاصرا وواقعا ومناسبا.
٤- المحتوى يجب أن يشمل مجالا واسعا من الإمكانيات والأنشطة والموارد التي تلبي الاحتياجات الشخصية
والاهتمام
٥- يجب أن يسمح بسهولة استخدام الوحدة.
٦- المحتوى يجب أن يحفز الطلاب لاستمرار رغبتهم ومجهودهم في الموضوع بعد فترة الفصل
التقييم يجب أن يشمل تنوعا في التقنيات ويشمل الطلاب والمدرس وأولياء الأمور والتركيز يجب أن يكون على
نمو الطالب في ظل معرفة صحية وعادات صحية .

خطوات في تطوير الوحدة:-

على الرغم من كون العناصر المشروحة عاليه تعطي رؤية عامة لما يجب أن تحتويه الوحدة فانه تبقى الحاجة
إلى عدة خطوات اللازمة لتصميم الوحدة يمكن اقتراح الخطوات التالية:

- تحديد الاحتياجات.
- تكوين أهداف الوحدة.
- اختيار المكونات.
- المواضيع.
- الرئيسية.
- التقييم.
- ترتيب المحتوى.
- اختيار وترتيب التجارب التعليمية.
- الافتتاحية تطوير المعرفة.
- التحليل تطبيق الدراسة.
- إيقاع التعليم.
- التقييم.
- التأكد من التوازن والترتيب.

كرة القدم الخماسية:-

الأهداف:

- تعليم العمل الجماعي.
- تطوير المهارات الأساسية للكرة القدم الخماسية.
- تدريس نوع مكثف من اللعبة.
- تطوير الرغبة في المواصله.
- تعليم القيم الفسيولوجية للكرة القدم الخماسية.
- تعليم قواعد الكرة القدم الخماسية.
- تعليم تاريخ الكرة القدم الخماسية.

المهارات الأساسية:-

- التمرير.
- التصويب.
- الدفاع.
- الهجوم.
- السيطرة.
- التسديد.

المعدات والمواد:

- ملعب خماسي ذا مواصفات قانونية.
- كرة خماسي ذات مواصفات قانونية.
- ملابس رياضية.
- حذاء رياضي.
- طباشير.
- راحة.
- ماء.

القيم:-

- توفير فرصة للتخلص من الضغط العصبي.
- توفير لعبة ترفيهية ممتازة للتواصل المباشر
- تطوير العضلات الموضعية.
- تطوير المهارة.
- تطوير السرعة.
- تطوير المقدرة على التحمل.
- تطوير العمل الجماعي.

الاجراءات التدريسية:-

التوجيه:

- إعلام الفصل بتاريخ وأهمية اللعبة.
- تفسير لماذا يجب تعلم المهارات قبل ممارسة اللعبة.
- إلقاء المحاضرة مع الأسئلة والقرآن الكريم.
- السماح للطلاب بالمشاركة باللعبة لفترة قصيرة لإظهار الحاجة للمهارات.
- تحفيز النقاشات بين الطلبة والمدرس.

• □ □ □ □

- يجب تمثيل المهارات بحرص وطريقة صحيحة بواسطة المدرس والطلاب.
- المهارات يجب أن تحلل وتناقش.
- يقرر المدرس ما ☐ كان سيتم استخدام الطريقة بشكل كلى ☐ ☐.

ترتيبات التدريب:-

يوجد عدة تشكيلات يمكن استخدامها لتنظيم التدريب:-

قائمة المهام:-

- يجب أن يسمح لكل طالب بتجريب المهارات.
- يجب أن يجرب الطلبة المهارات في مجموعات لتجنب إهدار الوقت في التقييم.
- يجب على المدرس التحول بين المجموعات وتقييمها.

- : □ □ □ □ □ □ □ □ □ □

- ١- يجب تجميع الطلاب في عدة مجموعات اعتمادا على القدرات طبقا لما تسمح به المساحة والتجهيزات والسلامة.
- ٢- يمارس الطلاب المهارة ويتقدمون من المستوى الأول إلى الأكثر احترافية [من إحدى مكونات النشاط إلى مكون المستوى الثاني].
- ٣- الطلاب الذين يتمكنون من المستوى الثاني المهارات بشكل جيد يمكنهم أن يساعدوا الآخرين في يقوموا بدور تفتيشي على اللاعبين مثل الحركات البهلوانية .

مختبر المهارات:-

- المهارات التي تم تعلمها في المرحلة التقنية يجب أن تكون ذات صلة بالمرحلة التالية.
- يتصل النشاط الذي ندرسه في هذه المرحلة.
- السباقات التنافسية والمشاركة الجماعية يجب أن تتشكل في هذه المرحلة.

التقييم:-

- اختبارات معرفة لكل المهارات.
- اختبارات موضوعية لكل المهارات.
- تقييم السلوك □ □ □ □.

ويذكر صفي الدين محمود (١١١١)، عن سيد الهواري أن الفاعلية هي تحقيق أفضل النتائج بأكثر النتائج (١١: ١١).

التصويب فى كرة القدم:-

14

- . . . عند التصويب :

نظراً لاحتواء اللعبة على المواقف اللانهائية التي تحدث أثناء المباراة فإن تحديد مركز التصويب على المرمى يصبح أمراً من الصعب تحديده لكن الأمر يتوقف على المسافة المناسبة التي يكون التصويب من خلالها مؤثر على حارس المرمى وكذلك الزاوية المناسبة التي يصعب فيها على الحارس الدفاع على المرمى كله وأيضاً قلة ضغط الدفاعي والوقوف الخاطئ لحارس المرمى.

□- توقیت التصویب :

يتم اختيار اللحظة المناسبة للتصويب وفق معايير يمكن إيجازها فيما يلي:

- عدم وجود مانع بين اللاعب والمرمى.
- عندما يكون هناك مدافع يحجب الرؤية على حارس المرمى أو عندما لا يتوقع حارس المرمى التصويب.
- لحظة تحرك حارس المرمى أماما أو خافا حيث لا يحافظ على توازن جسمه بشكل جيد.
- إذا تسرع حارس المرمى في تأدية حركة دفاعية ردا على حركة تصويب خادعة.
- إذا تمكن اللاعب من الوصول للكرة وتصويبها بالقدم القريبة دون أن يتمكن الخصم من المضايقة.

ويجب التأكد على أن توقيت التصويب إنما يتحدد وفق وعي اللاعب وذكائه الخططي من خلال إعداداته الذهني والنظري من خلال إخضاع اللاعب لتدريبات مشابهة لما يحدث في المباراة مما يزيد من قدرة اللاعب على تحليل      تصادفه.

- التقييم والتصويب :

بالرغم من انه لا يمكن تحديد أماكن معينة يتعين على اللاعب التصويب منها إلا انه يمكن تحديد المنطقة المحصورة بين الخططين الوهيمين الممتدين من القائمين وحتى خارج منطقة الجزاء بقليل. (٠٠: ٠٠٠-٠٠٠)

أسباب عدم استغلال فرص التصويب:

يذكر **آتي إبراهيم (١٩٠٠)** انه اشترك في إجراء أحد البحوث في إنجلترا يتضمن إحصاء عدد المرات التي يكون فيها اللاعبون في وضع يسمح لهم بالتصويب على المرمى خلال المباراة ولكنهم لا يهتمون الفرصة لتنفيذ ذلك . وكان من النتائج أن نسبة عدم استغلال الفرص المتاحة للتصويب كانت كبيرة عندما قورنت بنسبة فرص التصويب **١٠٠ ٪ ١٠ ٪ ١٠ ٪ ١٠ ٪** . وقد أمكن إرجاع هذه النتيجة إلى سببين رئيسيين هما:

□- تشجيع التمرير على حساب التصويب:

فكثير من المدربين يشجعون اللاعب على التمرير الكرة إلى زميل في حين يكون هذا اللاعب في موقف يسمح له بالتصويب على المرمى. ويقرر هؤلاء المدربون ذلك بتعليم اللاعبين الابتعاد عن الأنتانية، ولكن هؤلاء المدربين لا يعلمون أنهم يدفعون اللاعبين إلى عدم تحمل مسئولية التصويب وهم بذلك يهدرون فرصاً يمكن أن يحققوا منها أهدافاً عديدة.

❖- التغاضي عن توجيه اللاعب الذي يحجم عن التصويب وهو في موقف يمكن أن يصوب منه:

يتغاضى بعض المدربين عن توجيه اللاعبين الذين لا يصوبون إلى المرمى وهم في أوضاع تسمح لهم بذلك يفقدون فرصة توجيه اللاعبين ضرورة التصويب إلى المرمى وتذكيرهم بأنه كلما زادت نسبة التصويب على المرمى زادت احتمالات تسجيل الأهداف □□□□□□□□□□ فيه في المواقف المناسبة من شأنه غرس هذا الاتجاه لديهم.

كما يؤكد مفتي إبراهيم (١٩٩٤) أن هناك نقاط واجب مراعاتها عند توجيه اللاعبين أثناء التدريب على التصويب:

- ١٠- تعويد اللاعبين على انتهاز الفرص التي تسنح لهم للتصويب على المرمى في المنطقة الخطرة إذ لا يمكن للمهاجم أن يلعب للأمان داخل منطقة الجزاء أو على حدودها لا يكون فعالاً بقدر كافٍ.

- يجب أن يكون التصويب على المرمى هو الاختيار الأول داخل منطقة التصويب المؤثر (الهدف) ويكون التمرير أو أي مهارة أخرى هو الاختيار الثاني.
- تشجيع اللاعبين على التصويب على المرمى بأسلوب غير مألوف داخل منطقة التصويب المؤثر إذا ما تطلب الأمر ذلك.
- أن الفشل في إصابة الهدف عند التصويب يجب ألا يقلل من أهمية التصويب على المرمى، فلكي تحرز الأهداف يجب توقع ضياع عدة فرص.
- توجه اللاعب إلى النصيحة القائلة بأن الفشل في إصابة المرمى بعد محاولته جيدة أفضل من فقد فرصة التصويب.
- توجيه اللاعب لكي يتوقع الاحتكاك البدني مع المنافسين أثناء التصويب إلى المرمى وألا يخاف ذلك ويجب على المدرب أن يشجع اللاعبين عند اللزوم وأن ينظم بعض التمرينات التي تشبه مواقف المباريات حتى يعتادوا عليها فكرياً ما شاهدنا لاعبين يصوبون أثناء التدريب بشكل نموذجي وهم أحرار دون ما ضغط من المدافعين في حين نجد أنهم لا يجرون حتى على التصويب في المباريات.

العوامل الرئيسية المؤثرة في نجاح التصويب:

يرى مفتي إبراهيم (١٩٩٤) أن إخفاق اللاعب في أداء الطريقة الصحيحة للتصويب ليس هو السبب الوحيد دائماً في عدم تحقيق التصويب لهدفه لكن هناك عدة عناصر أخرى تحدد مدى نجاح التصويب أو فشله ومن هذه:

- دقة وقوة التصويب.
- ارتفاع مسار الكرة وهي مصوبة إلى المرمى.
- الزاوية التي تصوب إليها الكرة.
- توقيت التصويب

بينما يرى الباحثون عبيد (٢٠٠٦) أن هناك عدة اعتبارات يجب على المهاجم أن يراعيها عندما يشرع في التصويب على مرمى الخصم:-

- عندما يكون المرمى مفتوحاً أو خالياً من حارس المرمى.
- يتوقع فيها حارس المرمى أن يقوم المهاجم بالتصويب.
- قبل أن يشتت المدافع الكرة من أمام المهاجم أو الضغط عليه.
- يحجب زاوية الرؤية عن حارس المرمى.
- أن يكون التصويب في الزاوية البعيدة المفتوحة وليس في الزاوية الضيقة.
- أن يكون التصويب من مسافة معقولة وليس من مسافة بعيدة.
- أن يتم التصويب في زوايا المرمى الأرضية وإذا كان حارس المرمى قصيراً فيفضل أن يتم التصويب في الزوايا العليا للمرمى.
- يتم التصويب في اتجاه عكس الجهة التي يتحرك إليها حارس المرمى.
- اختيار التكتيك المناسب للتصويب سواء من الثبات أو من الحركة.
- اختيار القوة والسرعة المناسبة للتصويب.
- اختيار المكان المناسب للكرة إما اليميني أو اليسرى حسب مكان الكرة وزاوية الاقتراب.
- أن يقوم اللاعب المهاجم بعملية خداع حارس المرمى ومباغتته عند التصويب.
- عدم المبالغة بتوسيع مجال الحركة عند التصويب.
- عند اختيار سرعة وقوة التصويب ودقتها.

كرة القدم الخماسية :-

خماسي كرة القدم أصلاً وغاية:

يذكر الباحثون (الهدف) أن الخماسي هو الرياضة التي نشأت في بلدان القارة الأوروبية عند تعرضها لأجواء مناخية يتعذر بسبب الثلوج من ممارسة لعب كرة القدم الاعتيادية. لغرض تفعيل وأدامة الأداء الحركي واللياقة البدنية والذهنية لدى لاعبي تلك البلدان وتواصل الجماهير مع فنون الكرة تقام مباريات بكرة القدم بديلة وفي القاعات المغلقة أو الصالات الداخلية إلا أن أصلها يرجع إلى مفردة من مفردات

تاريخ نشوء لعبة خماسى كرة القدم:-

الذين سيرغبون مستقبلًا إلى كرة القدم الاحترافية. ويحاول الاتحاد الدولي لكرة القدم (FIFA) بنشر اللعبة بين أوساط الشباب والنساء إذ يخطط الاتحاد الدولي لإقامة بطولات عالمية رسمية لهذه الفئات مستقبلاً. (00: - 00:)

● □□□□ □□□ □ □ □□ □ □ □

- يجب أن لا يبقى اللاعب واقفاً ابداً، وإن يكون في حالة حركة مستمرة على طول الساحة الملعب وزمن المباراة .

٢- من المهم معرفة كيفية اللعب عندما لا تكون الكرة بحيازة اللاعب، وبصورة خاصة إذا كانت لدى زميل في نفس الفريق () () () () () () () () ومحاصرة اللاعبين الآخرين () () () () () () () () .

- يجب على اللاعب () يسعى جاهداً لعدم خسارة الكرة ابداً.

- يجب على اللاعبين الدفاع من وراء خطوط أفقية وهمية تحدد الكرة عندما يهاجم الفريق المنافس.

- يجب () لا يتوقف اللاعب للنظر على الكرة.

- () لاعب أن يكون كريماً مع زملائه، من المفضل إعطاء الكرة للاعب زميل عن التهديف الكرة بصورة () () .

جدول (١)
مقارنة بعض الفروق بين كرة القدم الخماسية المغلقة وكرة القدم للملاعب الخارجية

م	كرة القدم الخماسية	م	كرة القدم للملاعب الخارجية
١	حجم الكرة (٤) ذات مواصفات خاصة	١	الكرة بحجم (٥) بمواصفات خاصة
٢	عدد اللاعبين (٥) داخل ميدان اللعب	٢	عدد اللاعبين (١١)
٣	تغييرات اللاعبين مفتوحة وغير محددة	٣	تغييرات اللاعبين (٣) فقط
٤	تستأنف بركلة إلى الداخل من الخط الجانبي	٤	تستأنف الكرة من جانبي الملعب برمية تماس
٥	حكم أولي وحكم ثاني ومسجل ومؤقت	٥	حكم وسط ومساعدين
٦	ساعة توقيت تتوقف عندما تكون الكرة خارج اللعب	٦	ساعة مستمرة يشغلها الحكم ويحتسب وقت بدل ضائع
٧	كل شوط (٢٠) دقيقة	٧	كل شوط (٤٥) دقيقة
٨	يستأنف لعب الكرة من خط الهدف برمية مرمى	٨	يستأنف لعب الكرة من خط الهدف بركلة مرمى
٩	لا يوجد تسلل في اللعبة	٩	قاعدة التسلل
١٠	قاعدة الـ (٤) ثواني عند تأخر اللعب	١٠	حارس المرمى لا يحق له أكثر من (٦) ثواني
١١	الأخطاء محدده ب (٥) أخطاء وبعده يتم احتساب ركلة جزاء من (١٠) متر	١١	الأخطاء غير محدده
١٢	يمكن تبديل اللاعب المطرود بعد مرور (٢) دقيقة أو بعد إن يسجل الفريق المنافس ويكمل الفريق العدد	١٢	لا يتم تبديل اللاعب المطرود (لا يكمل الفريق العدد)
١٣	موادها (١٨) مادة	١٣	موادها (١٧) مادة
١٤	طول الملعب (٤٠) متر وعرضه (٢٠) متر والهدف (٣×٢) متر	١٤	طول الملعب (١٢٠) متر وعرضه (٦٠) متر والهدف (٧.٣٢) متر × (٢.٤٤) متر
١٥	ركلة الجزاء من (٦) متر ويجد نوعين	١٥	ركلة الجزاء من (١١) متر
١٦	الأشواط الإضافية (٥) د	١٦	الأشواط الإضافية (١٥) د
١٧	إنشاء تنفيذ ركلات الجزاء يقوم كل اللاعبين المسجلين بالتنفيذ	١٧	اللاعبون الأساسيين فقط

يتضح من الجدول رقم (١) أهم الفروق بين كرة القدم الخماسية المغلقة وكرة القدم للملاعب الخارجية.

خصائص المرحلة السنوية من (١٢ - ١٥) سنة:

تشير **عنايات محمد فرج (١٩٩٨)** إلى أن هذه المراحل تتميز بالعديد من التغيرات الجسمية والفسولوجيا والنفسية التي تؤثر بصورة بالغة على حياة الفرد في المراحل التالية من عمره، حيث أنها تعد فترة من فترات مرحلة المراهقة فهذه المرحلة تبدأ بظهور تغيرات جسمية معينة ويبدأ النضج الفسيولوجي والنمو العقلي والانفعالي والاجتماعي والمهاري.

النمو الجسمي:

وفيما يتعلق بخصائص النمو الجسمي تذكر **كاثرين توماس وآخرون D. Katherine T. Thames (٢٠٠٣)** أن هذه الخصائص تتلخص في الآتي:-

- يزيد نمو الجسم بسرعة في بداية البلوغ.

- $$(\square\square : \square\square)$$

$$(\square \square : \square)$$
$$(\square \square : \square \square)$$
$$(\begin{smallmatrix} \square & \square & \square \\ \square & \square & \square \end{smallmatrix} : \begin{smallmatrix} \square & \square \\ \square & \square \end{smallmatrix})$$
$$(\begin{smallmatrix} \square & \square \\ \vdots & \vdots \end{smallmatrix})$$
$$(\square \square : \square \square)$$
$$(\square\square\square:\square\square)$$
$$(\begin{smallmatrix} \square & \square \\ \square & \square \end{smallmatrix} : \begin{smallmatrix} \square & \square \\ \square & \square \end{smallmatrix})$$

ويشير إلى أنه يمكن تلخيص أهم مواطن الحركي فيما يلي:-

- $$(\square\square\square - \square\square\square : \square\square)$$

وترى ناهد سعد ، نللي فهم (١٩٩٨) أن عملية تنظيم وتخطيط التربية الجسمانية الأساسية التي بدأت في المرحلة الابتدائية يجب أن تكتمل في فترة المراهقة فهي ليس فترة ركود، والتنمية الجسمانية الأساسية يجب أن تركز أثناء فترة المراهقة على استمرار نمو الصفات البدنية وتثبيت المهارات التي اكتسبت كذلك تحصيل معارف جديدة كما يجب أن تضمن ارتفاع الكفاءة البدنية بشكل عام.

عنايات فرج (١٩٩٨) أنه يجب أن تشمل البرنامج على تمارينات بنائية للمجموعات العضلية المختلفة وتمارين وحركات الارتداد والتموج وعلى تمارينات بأدوات صغيرة (١١ : ١١).

ويشير أسامه راتب (١٩٩٧) إلى أنه تعتبر الفترة العمرية الخاصة بالبلوغ وبداية المراهقة موازنة لمرحلة الرياضية وفقاً لتطور النمو الحركي، كما أن هذه الفترة العمرية تشهد تغيرات هامة في نمو المهارة الحركية النوعية أي بداية تفضيل التلميذ لممارسة نوع معين من النشاط الرياضي ويعزف عن ممارسة نشاط رياضي آخر ويتوقف ذلك على كل من الاستعداد البدني والنفسي للتلميذ. ومن الأهمية أن تشهد هذه المرحلة المزيد من الاهتمام والتركيز على الأداء من حيث الشكل المهاري والدقة إضافة إلى صقل المهارات المركبة واستخدامها بالتمهيدية لنشاط رياضي معين أو بعض الألعاب والأنشطة الرياضية قبل أنشطة أخرى لارتباطها بالعمر السنوي للتلميذ.

ويذكر (١١ : ١١) أن من أهم خصائص هذه المرحلة السنية هي:-

- الخصائص النفس حركية:

- النمو الجسمي السريع.
- نمو الصفات البدنية.

- الخصائص الوجدانية:

- زيادة القدرة على تبرير التصرفات.
- الاهتمام بالمظهر العام.
- الرغبة في تقليد الآخرين.
- الاهتمام بالعادات والتقاليد.
- زيادة حب الفرد للمغامرة.
- زيادة حب الفرد بالجماعة والولاء لها.
- الخوف من الفشل والقدرة على تحمل المسؤولية.

- الخصائص المعرفية:

- استخدام القدرة الذهنية.
- نمو المهارات العقلية.
- نمو المهارات الحركية.

(١١ : ١١ , ١١)

- منهج الدراسة:-

استخدام الباحث المنهج التجريبي نظراً لطبيعة وأهداف البحث .

- عينة الدراسة:-

اشتملت عينة البحث على (١١) لاعبا من منتخب جامعة طنطا ، وتم اختيارها بالطريقة العمدية.

- أهداف الدراسة:-

١- التعرف على سرعة الأداء الهجومي وأثره على نسبة التصويب لبعض اللاعبين في بطولة كأس الأمم الإفريقية لكرة القدم بالقاءة (١٩٩٩) .
٢- التعرف على سرعة الأداء الهجومي وأثره على نسبة التصويب لبعض اللاعبين في بطولة كأس الأمم الإفريقية لكرة القدم بالقاءة (٢٠٠٠) .

(١) دراسة محمود سليم عبد النبي سليم (١٩٩٩) (١٩٩٩)

- أهداف الدراسة:-

١- التعرف على سرعة الأداء الهجومي وأثره على نسبة التصويب لبعض اللاعبين في بطولة كأس الأمم الإفريقية لكرة القدم بالقاءة (١٩٩٩) .
٢- التعرف على سرعة الأداء الهجومي وأثره على نسبة التصويب لبعض اللاعبين في بطولة كأس الأمم الإفريقية لكرة القدم بالقاءة (٢٠٠٠) .

هدف الدراسة:-

التعرف على سرعة الأداء الهجومي وأثره على نسبة التصويب لبعض اللاعبين في بطولة كأس الأمم الإفريقية لكرة القدم بالقاءة (١٩٩٩) .

منهج الدراسة:-

١- منهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

عينة الدراسة:-

١- اللاعبين الإفريقيين الذين شاركوا في بطولة كأس الأمم الإفريقية (١٩٩٩) ، بالطريقة العمدية.

أهم النتائج:-

- هناك فروق نسبية بين تكرارات وسائل تنفيذ سرعة الأداء الهجومي المستخدمة لدى بعض اللاعبين الإفريقيين في بطولة كأس الأمم الإفريقية (١٩٩٩) بالقاءة .
- هناك علاقة ارتباط دالة بين وسائل تنفيذ سرعة الأداء الهجومي ونسبة التصويب للاعبين في بطولة كأس الأمم الإفريقية (١٩٩٩) بالقاءة .

(١) دراسة عبد المنعم يوسف زربية (١٩٩٩) . (١٩٩٩)

١- أهداف الدراسة:-

المعالجة البيوميكانيكية لطريقة أداء مهارة التصويب بالركلة الحرة المباشرة من خارج منطقة الجزاء وعلاقتها بفاعلية أداء لاعبي كرة القدم.

هدف الدراسة:-

يهدف هذا البحث إلى تصميم برنامج تدريبي مقترح ومعرفة تأثيره على:-

- ١- مستوى الأداء الخططي الهجومي باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردي والجماعي في أجزاء الملعب .

-: □□ □□□□ □□ □□

هدف الدراسة:-

منهج الدراسة:-

عينة الدراسة:-

$$- \begin{array}{|c|c|} \hline \bullet \\ \hline \bullet \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|} \hline \\ \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|} \hline \\ \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \\ \hline \\ \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \\ \hline \\ \hline \\ \hline \end{array}$$
$$-:\square\square\square\square\square\square\square\square$$

هدف الدراسة:-

منهج الدراسة:-

عينة الدراسة:-

- $\frac{1}{2}$ $\frac{1}{3}$ $\frac{1}{4}$ $\frac{1}{5}$ $\frac{1}{6}$

٢٥

$$-:\square\square\square\square\square\square\square\square$$

هدف الدراسة:-

منهج البحث:-

عينة البحث:-

أهم :-

- ☐ وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لكرة القدم.
- ☐ وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة حدة الانتباه ودقة التصويب بكرة القدم.
- ☐ عدم وجود علاقة ارتباط بين درجة توزيع الانتباه ودقة التصويب بكرة القدم.
- ☐ لا توجد علاقة ارتباط بين درجة تحويل الانتباه ودقة التصويب بكرة القدم.

- . □□ □□□□ □□ □□

هدف الدراسة:-

منهج الدراسة:-

عينة الدراسة:-

۲۶

$$- \begin{array}{|c|c|} \hline \cdot & \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|} \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|} \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \\ \hline \end{array}$$

- التركيز على الدقة فقط أثناء تنمية التصويب على المرمى يرفع مستوى دقة التصويب فقط في حين لا يرفع مستوى سرعته.
- التركيز على السرعة فقط أثناء تنمية التصويب على المرمى يرفع مستوى سرعة التصويب فقط في حين لا يرفع مستوى دقته.
- أن التركيز على الدقة والسرعة معا خلال تنمية التصويب على المرمى لدى عينة البحث قد حقق أفضل النتائج، حيث لم تكن بين المجموعة التي ركزت عليهما معا وبين المجموعة التي ركزت على السرعة فروق دالة إحصائية في سرعة التصويب، كذلك لم تكن بين المجموعة التي ركزت على كل من السرعة والدقة والمجموعة التي ركزت على الدقة فقط فروق دالة إحصائية في دقة التصويب.
- أهمية استخدام الاختبارات المهارية لمعرفة أفضل النتائج في تنمية المهارة المتعلمة.
- أهمية تعلم السرعة والدقة معا لمهارة التصويب في كرة القدم.

[illegible]

- : □ □ □ □ □ □ □ □

أثر استخدام تمرينات المنافسة لتنمية بعض الصفات البدنية الخاصة على دقة التصويب لنادي كرة القدم.

هدف الدراسة:-

معرفة تأثير استخدام تمرينات ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ لتنمية بعض الصفات البدنية الخاصة على الدقة التصويب لنشائي كرة

منهج البحث:-

استخدام الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

عينة البحث:-

تكونت عينة الدراسة من عينة عمدية قوامه ١٠ لاعبين مقسمين إلى مجموعتين إحداهما تجريبية (٥) والأخرى

$$- \frac{1}{2} \left(\frac{1}{\sqrt{2}} + \frac{1}{\sqrt{2}} \right)$$

وجود تحسن واضح في كلا المجموعتين التجريبية والضابطة

() دراسة جمال إسماعيل محمد مطاوع () ()

$$- \begin{array}{|c|} \hline \bullet \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array}$$

تأثير برنامج تدريبي لتنمية القوة العضلية على مهارة التصويب في

هدف الدراسة:-

معرفة أثر تنمية القدرة العضلية على قوة ودقة التصويب في كرة القدم.

منهج البحث:-

استخدام الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين إحداهما تجريبية □ □ □ □ ضابطه.

عينة البحث:-

المجموعة العينة () ناشئ كرة القدم بنادي المنصورة الرياضي ق مجموعتين متكافئتين كل مجموعة () ناشئ إحداهما تجريبية استخدمت برنامج لتنمية القدرة العضلية والأخرى ضابطه.

$$- \begin{array}{|c|c|} \hline \bullet \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|} \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \\ \hline \end{array}$$

وجود فروق داله إحصائيا عند مستوى $\alpha = 0.05$ في اختيار قوة التصوير لصالح المجموعة التجريبية.

[illegible]

(〇〇) (〇〇〇〇) (Ozaki & et al) 〇〇〇〇〇 〇 〇〇〇〇〇〇〇 〇〇 (〇〇

— 

التحليل الكينماتيكي للطرف في تصويب كرة القدم الصالات (ذات عدد اللاعبين الأقل)

هدف الدراسة:-

التعرف على الفروق الكينماتيكية ما بين تصويب الكرة الصغيرة (قطرها ١١١١) ، وتصويب الكرة العادية (قطرها ١١١١).

منهج الدراسة:-

استخدم الباحث المنهج المقارن.

عينة الدراسة:-

(لاعبين) □□□□ □□ (محترفين) صالات، تم اختيارها بالطريقة العمدية.

[illegible]

أظهرت النتائج أن متوسط سرعة الكرة ومتوسط نسبة سرعة الكرة إلى سرعة القدم عند التصويب بالكرة العادية كان أكبر وبصورة دالة إحصائياً مقارنة بالتصويب بالكرة الصغيرة. بينما لم يكن هناك فرق دال إحصائياً في سرعة القدم ما بين التصويب بالكرة العادية والتصويب بالكرة الصغيرة، ولم تظهر فروق دالة إحصائياً في زاوية الحوض وزاوية الفخذ الساق ما بين التصويب بالكرة العادية والكرة الصغيرة.

عينة الدراسة:-

(١) كرة القدم، أعمارهم (٨-١٢)، تم تقسيم أفراد العينة بناءً على العمر الزمني إلى أربع فئات عمرية: (٥-٧)، (٨-٩)، (١٠-١١)، و(١٢-١٣). (٢) لاعب المرحلة الابتدائية، (١٤-١٦) (١٧-١٩) (٢٠-٢٢) (٢٣-٢٥) (٢٦-٢٨) (٢٩-٣١) (٣٢-٣٤) (٣٥-٣٧) (٣٨-٤٠) (٤١-٤٣) (٤٤-٤٦) (٤٧-٤٩) (٥٠-٥٢) (٥٣-٥٥) (٥٦-٥٨) (٥٩-٦١) (٦٢-٦٤) (٦٥-٦٧) (٦٨-٧٠) (٧١-٧٣) (٧٤-٧٦) (٧٧-٧٩) (٨٠-٨٢) (٨٣-٨٥) (٨٦-٨٨) (٨٩-٩١) (٩٢-٩٤) (٩٥-٩٧) (٩٨-١٠٠).

لاعب المرحلة الجامعية. وتم قياس الوزن والأجزاء الغير شحميه والطول لكل اللاعبين، أيضاً تم أداء التصويب الكرة لأقصى مسافة وأعطى مسافة وأعطي كل لاعب ثلاث محاولات باستخدام جهاز رادار لقياس سرعة الكرة، بالإضافة لقياس سرعة المرجحة للطرف السفلي عند التصويب باستخدام جهاز تقليدي لسرعة الحركة مرتبط بجهاز قياس سرعة

[illegible]

أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية في متغيرات القياسات الانثروبومترية ما بين المجموعات باستثناء الطول (ANOVA)، حيث لم يكن هناك فرق ما بين مجموعة المرحلة الجامعية والمرحلة الثانوية، وظهرت فروق دالة إحصائية في أداء مهارة التصويب لصالح مجموعة المرحلة الجامعية كذلك فروق دالة إحصائية بين المجموعات في مسافة وسرعة الكرة، ولم تظهر فروق دالة إحصائية ما بين المرحلة الثانوية والجامعية في سرعة الكرة. وبينت

[illegible]

من حيث الهدف:-

من حيث المنهج المستخدم:-

من حيث العينة:-

من حيث أهم □ □ □ □ □ □ □ □ :-

3.