

الملحقات

- * ملحق (أ) اختبار السرعة الانتقاليه .
- * ملحق (ب) استمارة تسجيل فرص التمهيد يف .

ملحق (أ)

" بسم الله الرحمن الرحيم "

جامعة حلوان
كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة
قسم الألعاب

السيد الفاضل /

تحية طيبة . . وبعد

يقوم الباحث/ نهاد ابراهيم السعيد العجمى بدراسه تتعلق بقياس
(السرعه وعلاقتها بخلق فرص التهديف فى كرة القدم للناشئين تحت ١٩ سنه)
وبعد اطلاع الباحث على المراجع والبحوث العلميه توصل الى مجموعه اختبارات
تقيس السرعه الانتقاليه ، ولما كنتم من أهل الخبره العلميه والكفاءه المدروسه فسئ
هذا المجال رجاء التفضل بابداء رأيكم فى ترتيب تلك الاختبارات بما يتناسب مع
طبيعة هذه الدراسه .

ولسيادتكم جزيل الشكر،

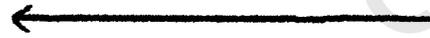
الباحث

اختبارات السرعة الانتقاليه :

- ١- اختبار العدو و ٣٠ مترا من بدايه متحركه .
- ٢- اختبار العدو و ٣٠ متر .
- ٣- اختبار العدو و ٥٠ متر .
- ٤- اختبار العدو ولعشرة ثوانى (قياس المسافه) .

رجاء التفضل بكتابة رقم أفضل اختبار فى المربع الأول من اليمين الى اليسار وهكذا باقى الاختبارات .

الأول	الثانى	الثالث	الرابع



الباحث

جدول حساب ثبات الاختبار المستخدم

س	ص	ترتيب س	ترتيب ص	ف	ف
٣٢٢٠	٣٢٢١	١	١	٠	٠
٣٢٥٤	٣٢٥٤	٨ ¼	١٢ ¼	٤ -	١٦
٣٢٤٣	٣٢٤٣	٣	٥	٢ -	٤
٣٢٨٤	٣٢٥٧	٢٠	١٧	٣	٩
٣٢٤٥	٣٢٥٢	٤ ¼	٩ ¼	٥ -	٢٥
٣٢٥٦	٣٢٥٦	١١ ¼	١٥ ¼	٤ -	١٦
٣٢٥٦	٣٢٤٠	١١ ¼	٤	٧ ¼	٥٦٢٥
٣٢٤٦	٣٢٤٧	٦	٦	٠	٠
٣٢٥٧	٣٢٧٠	١٣	١٩ ¼	٦ ¼ -	٤٢٢٥
٣٢٥٤	٣٢٥٤	٨ ¼	١٢ ¼	٤ -	١٦
٤٢٠٦	٣٢٩٤	٢١	٢١	٠	٠
٣٢٤٨	٣٢٥٦	٧	١٥ ¼	٨ ¼ -	٧٢٢٥
٣٢٣٨	٣٢٣١	٢	٣	١ -	١
٣٢٥٥	٣٢٥٣	١٠	١١	١ -	١
٣٢٧٤	٣٢٥٢	١٨	٩ ¼	٨ ¼	٧٢٢٥
٣٢٤٥	٣٢٢٥	٤ ¼	٢	٢ ¼	٦٢٢٥
٣٢٦٦	٣٢٤٩	١٤ ¼	٧	٧ ¼	٥٦٢٥
٣٢٧١	٣٢٥٥	١٧	١٤	٣	٩
٣٢٦٦	٣٢٦٦	١٤ ¼	١٨	٣ ¼ -	١٢٢٥
٣٢٨٠	٣٢٥٠	١٩	٨	١١	١٢١
٣٢٧٠	٣٢٧٠	١٦	١٩ ¼	٣ ¼ -	١٢٢٥

مرفأ = ٥٤٨

اسم الاختبار المختار:

العدو ثلاثين مترا من بدايه متحركه .

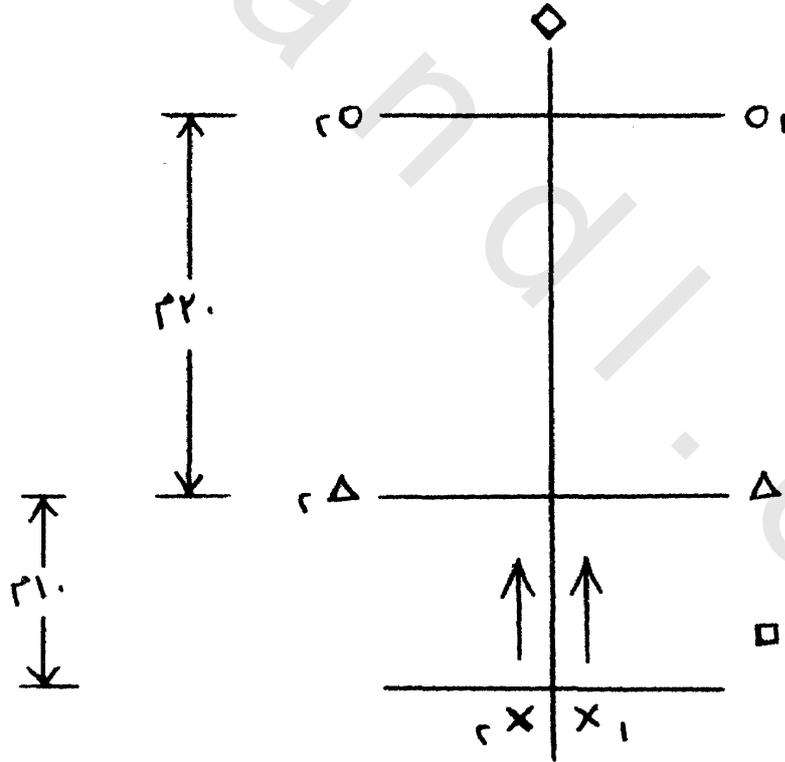
الغرض من الاختبار:

قياس السرعة الانتقاليه .

الأدوات :

٢ ساعه ايقاف تقيس (بج ٣ ث) ماركة سيتزن (Citizen) ، ٢ علم

ثلاثة خطوط متوازيه على أرض ملعب كرة القدم ، بين الخط الأول والثاني عشرة أمتار ، وبين الخط الثاني والثالث ثلاثون مترا ، وهذه لخطوط الثلاث مقسمه طوليا الى حارتين كما بالشكل التالي :-



○ ميقاتى

◇ مسجل

× لاعب

□ آذن بدء للاعبين

△ آذن بدء للميقاتى

مواصفات الأداء :

يرتدى جميع المختبرين ملابس كرة القدم ، تسجل الأسماء قبل بدء الاختبار .
يقف المختبران خلف الخط الأول بعد أداء الاحماء المناسب، عند سماع إشارة
البدء يقوم المختبران بالعد و بأقصى سرعه الى أن يتخطيا الخط الثالث .

طريقة التسجيل :

يقف عند الخط الثانى آذن بدء لميقاتى كل لاعب فى يده المرفوعه علم وعند
لمس أول قدم المختبر للأرض ينزل الآذن يده بالعلم بأسرع مايمكن فى نفس اللحظة
يدبر الميقاتى الساعه ثم توقف مع لمس أول قدم للأرض بعد الخط الثالث، ثم
يسجل لكل مختبر الزمن الذى استغرقه فى قطع مسافة الثلاثين مترا (من الخط
الثانى الى الخط الثالث) .

ملحق (ب)

" بسم الله الرحمن الرحيم "

جامعة حلوان

كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة

قسم الألعاب

السيد الفاضل /

تحية طيبة . . . وبعد

يقوم الباحث/ نهاد ابراهيم السعيد العجمي بدراسة تتعلق بقياس:
(السرعة وعلاقتها بخلق فرص التهديف في كرة القدم للناشئين تحت ١٩ سنه)
- ويود الباحث أن يوضح مفهوم السرعة الانتقاليه وفرص التهديف المرتبطه بالدراسه :
أولا : السرعة الانتقاليه :-

" القدره على الانتقال أو التحرك من مكان لآخر في أقل زمن ممكن "

- وقد توصل الباحث من خلال الاطلاع على المراجع العلميه الى مجموعه من
الاختبارات التي تقيس السرعة الانتقاليه ، وتم عرضها على الخبراء لترتيبها حسب
أفضليتها بالنسبه لطبيعة الدراسه ، ومن ذلك توصل الباحث الى اختبار
العدو ثلاثين مترا من بداية متحركه " ثم قام باجراء المعاملات العلميه لتقنين
الاختبار وتوصل الى أن الاختبار ذو دلالة علميه عاليه حيث وصل الثبات الى
٦٥ والصدق الى ٨٠ .

ثانيا : فرص التهديف :-

" تواجد اللاعب المهاجم بالكره في موقف تصويب مؤثر "

- يتأثر أداء اللاعب تحت ضغط المنافس (وخاصة في ثلث الملعب الهجومي حيث
تكون الرقابه لصيقه للمهاجمين) ، ويرى الباحث أن التفوق في السرعة الانتقاليه

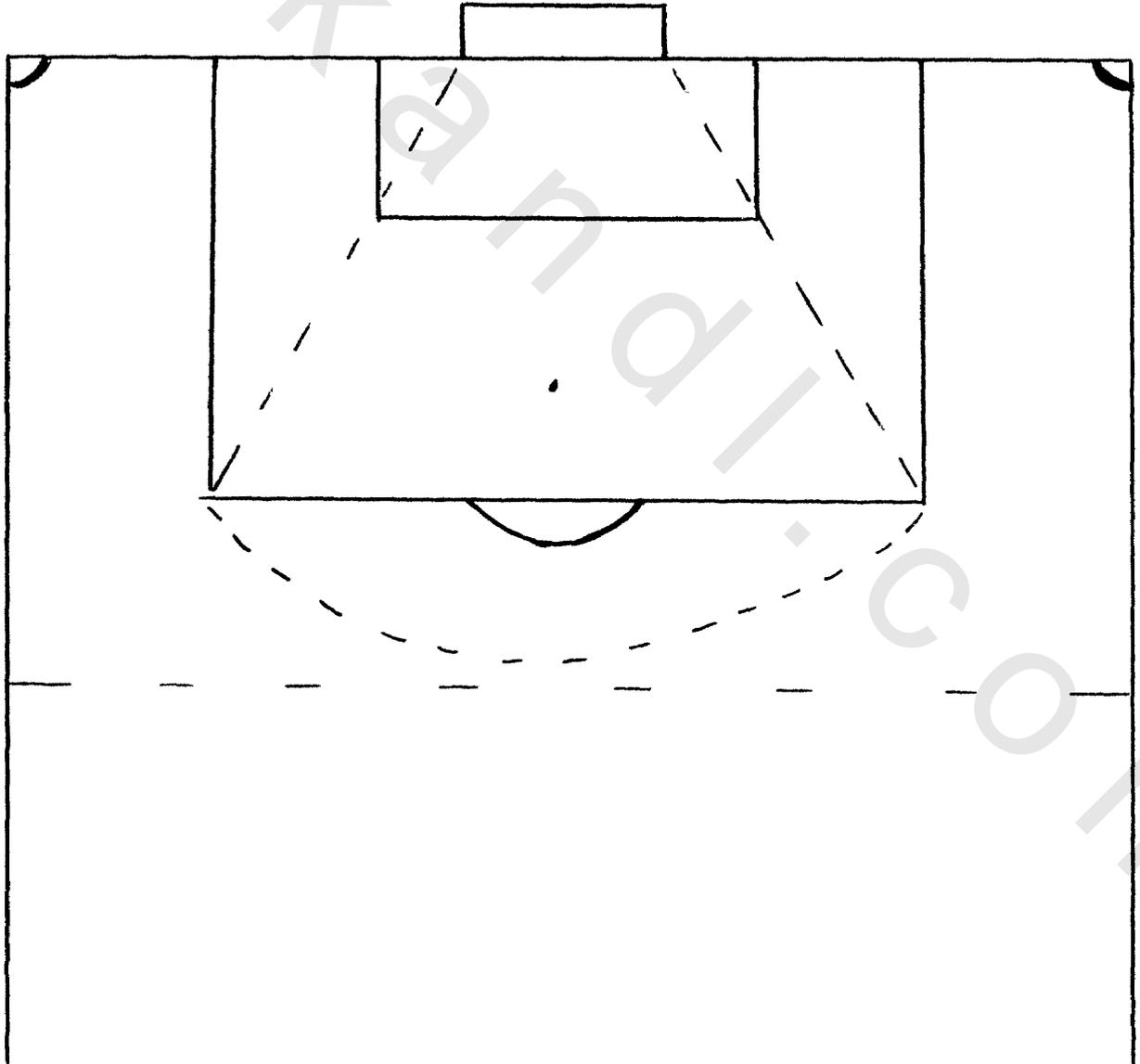
للمهاجم تتيح له الفرصه للوصول الى الكره بعيدا عن ضغط المنافس وبالتالي يكون التصويب من موقف بسيط يسهل التهديف منه أو التميرير لزميل آخر فى موقف تصويب .

واخفاق المهاجم فى التصويب أو التميرير لاي معنى أن تفوقه فى لاسرعه الانتقاليه لم يتيح له الفرصه فى التصويب أو التميرير من موقف بسيط (بعيدا عن ضغط المنافس) ولكن يرجع ذلك الى خطأ فى الأداء الفنى المهارى - وهذا هو محور هذه لدراسه .

وسوف يقوم الباحث بتصميم استماره لملاحظه اللاعبين ملاحظه موضوعيه خلال المباريات فى ثلث الملعب الهجومى لتحديد المواقف التى يستخدم فيها اللاعبين السرعه الانتقاليه للوصول للكرة وخلق فرص للتصويب من تلك المواقف .

- ثلث الملعب الهجومي :

هو المنطقة المحصورة بين خط مرمى الفريق المنافس والخط الوهمي والموازي لخط المرمى ويبعد عنه حوالي ٢٥ ياردة داخل الملعب، وقد قسم الباحث تلك المنطقة الى ثلاثة أجزاء - الجزء المواجه للمرمى والمظلل بالرسم (جزء تهديف مباشر) والجزئين الآخرين على جانبي الجزء المظلل (جزئي تهديف غير مباشر)، بمعنى اذا اتاحت للاعب فرصة بعد موقف سرعه في الجزء المظلل يمكن التصويب مباشرة على المرمى ، أما اذا اتاحت للاعب فرصة بعد موقف سرعه انتقاله في الجزئين الآخرين غالبا يقوم بالتمرير لزميل آخر في مكان أفضل للتصويب على المرمى .



ولما كنتم من ذوى الكفاءة العلميه والخبره المدروسه فى مجال كرة القدم
 يأمل الباحث معاونتكم بابداء الرأى فى تصميم الاستماره التاليه المقترحه
 لتسجيل فرص التهديف ، وتسجيل مقترحاتكم للاسهام فى اخراج تلك
 الاستماره بالاسلوب العلمى المقنن .

اسم اللاعب:	الفريق المنافس:
اسم فريقه:	عدد مرات التهديف:
مركزه فى اللعب:	نتيجة المباراة:
عدد المواقف التى يمكن للمهاجم بسرعه خلق فرص للتهديف فى ثلث الملعب الهجومى	خلق الفرصه
	لم يستغل الموقف لخلق فرصه
المجموع	٢
	١
	٣

الباحث

(الاستمارة المستخدمة في البحث)

جامعة حلوان

كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة

قسم الألعاب

استمارة جمعيات

فريق /

التاريخ :

/ المباراة :

/ النتيجة :

م الاسم	المركز	المدى التي لعبها	مواقف السرعة الانتقاليه التي يمكن بها خلق فرص التهديد	وصوله للكره تعنى خلق فرصه	عدم وصوله للكره تعنى عدم خلق فرصه	عدد مرات التهيف	نوع التهديد	
							مباشر	غير مباشر
١	ظ أيمن							
٢	ظ ثالث							
٣	ظ رابع							
٤	ظ أيسر							
٥	وسط أيمن							
٦	وسط							
٧	وسط أيسر							
٨	جناح أيمن							
٩	رأس حربه							
١٠	جناح أيسر							
	البلاء							
١١								
١٢								

توقيع الملاحظ

اسم الملاحظ :

(ملخص البحث باللغة العربية)

اشتمل البحث على خمسة فصول ، وجاءت كالتالى :

الفصل الاول :

اشتمل على مشكلة البحث ، أهداف البحث ، فروض البحث ، المصطلحات المستخدمة .

مشكلة البحث :

يعتبر التصويب على المرمى من المهارات الهجومية الهامة فى كرة القدم ، واللاعب الجيد يستطيع خلق فرص التهديد مستخدما فى ذلك السرعة الانتقالية وذلك داخل منطقة جزاء الفريق المنافس او بالقرب منها وقد لوحظ خلال مباريات كرة القدم على مستوى الناشئين بصفة خاصة ومباريات الدرجات المختلفة بصفة عامة بان معظمها ينتهى بمحاولات قليلة بالتصويب على المرمى مما يؤثر على نسبة التهديد وبالتالي على نتائج المباريات .

وقد استرعى انتباه الباحث ايضا من خلال خبرته كلاعب ومدرب ان للسرعة الانتقالية اهمية فى اتاحة فرصا اكثر للتصويب على المرمى .

ما سبق وجد الباحث ان دراسة " السرعة وهلاقتها بفرص التهديد فى كرة القدم للناشئين تحت ١٩ سنة بمنطقة القاهرة " للوصول الى نتائج قد تساهم فى اعداد اللاعبين الناشئين لاستغلال سرعتهم فى خلق فرص للتهديد .

اهداف البحث :

- ١ - دراسة العلاقة بين السرعة الانتقالية وخلق فرص التهديد لدى ناشئى كرة القدم .
- ٢ - التعرف على السرعة الانتقالية لدى لاعبي الخطوط المختلفة .

فروض البحث :

- ١ - هناك ارتباط عكسى بين زمن السرعة الانتقالية وخلق فرص التهديد لى ناشئى كرة القدم .
- ٢ - هناك فروق ذات دلالة احصائية فى زمن السرعة الانتقالية بين لاعبى الخطوط المختلفة .

الفصل الثانى :

اشتمل على : الاطار النظرى واحتوى على ما يلى :

- ماهية السرعة وتعريفها .
- العوامل المؤثرة على السرعة .
- المتطلبات البيولوجية لمكون السرعة .
- الالياف العضلية السريعة والبطيئة .
- اهمية السرعة للاعب كرة القدم .
- السرعة الانتقالية فى كرة القدم .
- تحسين السرعة الانتقالية للاعب كرة القدم .
- التصويب على المرمى .
- اهمية التصويب فى المباريات .
- ضرب الكره بالراس .
- مناطق التصويب المؤثرة فى الملعب .
- الدقة والقوة فى التصويب .
- السرعة الانتقالية والتصويب .

الفصل الثالث :

تناول اجراءات البحث التى تضمنت الاتى :

- منهج البحث ، عينة البحث ، وسائل جمع البيانات ، المعالجات الاحصائية .

- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي (دراسة الحالة) .

- عينة البحث :

عينة من ناشئي كرة القدم تحت ١٩ سنة بمنطقة القاهرة للموسم الرياضسى ١٩٨٤/٨٣ وقد اختيرت بالطريقة العمدية حيث بلغ حجمها ٤٩ لاعبا .

- وسائل جمع البيانات :

وتشتمل على الاتى :-

(١) اختبار السرعة الانتقالية (العدو و ٣٠ مترا من بداية متحركة)

(٢) استمارة تسجيل فرص التهديف (من تصميم الباحث) .

- المعالجات الاحصائية :

استخدم الباحث تحليل التباين بطريقة " شيف " لمعالجة البيانات .

الفصل الرابع :

اشتمل على فرض النتائج وتحليلها وتفسيرها ، وشملت خمسة عشر جد ولا .

الفصل الخامس :

تناول استنتاجات البحث والتوصيات :

اولا - الاستنتاجات :

جاءت الاستنتاجات فى النقاط التالية :

- وجود علاقة ارتباطية عكسية بين زمن السرعة الانتقالية وكل من عدد

مواقف السرعة الانتقالية أثناء اللعب وكذا عدد مرات خلق فرص التهديف .

- وجود علاقة ارتباطية طردية بين عدد مواقف السرعة المتاحة وعدد مرات

خلق فرص التهديف .

- لاعبي خط الهجوم أسرع من لاعبي خطى الوسط والدفاع .

(٤)

- تفوق لاعبي خط الهجوم في عدد مواقف السرعة على كل من خطى الوسط والدفاع فيما يتاح لهم من مواقف السرعة خلال اللعب في المباريات .
- تفوق لاعبي الوسط في خلق فرص التهديد مما يتاح اليهم من مواقف السرعة من لاعبي خط الدفاع والهجوم .

انيا - التوصيات :

- تعتبر السرعة الانتقالية أساس لاختبار الناشئين في كرة القدم .
- الاهتمام بالتدريب على التمرينات التي تشبه مواقف المباريات (وخاصة مند التدريب على التصويب) وعدم المغالاة في التدريب على المواقف السهلة والبسيطة .
- اعطاء الثقة للاعبين وحثهم على التصويب كلما سنحت الفرصة بذلك .
- الاهتمام بالتمرينات المركبة (البدنية - المهارية) والتي تستخدم فيها السرعة مع ربطها بالمهارات الاساسية المختلفة وخاصة التصويب على المرمى .

HELWAN UNIVERSITY
PHYSICAL EDUCATION COLLEGE FOR BOYS IN CAIRO
SPORTS DEPARTMENT

Speed and its relation to scoring chances for
Young players under 19 in Cairo Governorate

RESEARCH PRESENTED BY

Nehad Ebraheem Elsaied Elagamy

Adminstrater Sports department in physical Education
College for boys in Cairo to get the Master Degree in
Physical Education

Supervised by

Prof. Mohammed Abdoh Saleh
in the sports Department in
Physical Education College in
Cairo-Helwan University

Prof. Dr. Mohammed Mahmoud
Abdeldayem
Professor and head of sports
department Physical Education
college for Boys in Cairo
Helwan University

(1985)

SUMMARY

This research contains 5 Chapters.

The first Chapter:

This chapter included the problem, the aims, the suggestions and the idioms that the student discourses his research.

The Problem:

Shooting to score goals is considered one of the important attack skills in football, so we are in had need to the good player who create chances to score goals and who can us his speed in every place specially in the penalty area or near it . We notice that in the football matches especially for the beginners or in the matches of various levels in general, we find that it ends with few or little tryings to shoot which effects into the rate of scoring, consequently on the results of the matches.

So the student noticed throughout his experiences player and a trainer that speed or the transitional speed has great importance in giving chances for shooting so he put title for his reasearch:

"Speed and its relation with scoring goals in football matches for the beginners under 19 Years old in Cairo Zone."

(2)

The aims:

- 1- Studying of the relation between the transitional speed and creating chances for scoring goals for the beginners.
- 2- Noticing the transitional speed at the player of different lines.

The research Suppositions:

- 1- There is a reverberatory relation between the timing of the transitional speed and giving chances for shooting for goals at the beginners.
- 2- There are differences which have statistical sign in the timing of the transitional speed among the players of various lines.

The second Chapter:

This chapter includes the theoretical frame which has there following points:

- The speed and its definition.
- The effective elements on speed.
- The biology requires for speed forming.
- The slow and quick muscles fibres.
- The importance of the speed for the football player.
- The transitional speed in football.
- Transitional speed improving for the football player.
- Shooting into goals.

(3)

- The importance of shooting in the matches.
- Kicking the ball by the head.
- The suitable zones and effective in shooting.
- The accuracy and strength in shooting.
- The transitional speed and shooting.

The third Chapter:

It handles the proceedings of the research which contains: The research method, the research Sample, the ways of collecting the information, the ideas by using statistical science.

The research method:

The research owner has used the descriptive method (way)

The research Sample:

It was group of the beginners under (19) Years old. in Cairo zone. It was taken in the season of 83/1984. It consists of 94 players chosen puposely.

The ways of collecting information:

It was confined in:

A. Transitional speed test.

(Running 30 meters from movable start.

B. A Note for recording the score changes.

(4)

The statistical method:

The student used the analysis of distinction The method of "Sheief" for arranging the information.

The fourth Chapter:

Contains the results obtained, its analysis, and its explanation and this included 15 schedule.

The fifth Chapter:

This chapter included the research contrivances and in addition to the recommendations.

Just Contrivances:

- * There is reverse connected relation between the period of the transitional speed and some of its situations during the match and the number of chanas given for scoring goals.
- * There connected relation between speed situations given to the player and the number of chanas for scoring goals.
- * Players of the forward line are more quick than thase of center and defence line.
- * Forward line players succeeded in speed situations numbers better than center and defence line.

(5)

* Centre line players succeeded in creating chances for scoring goals better than defence and forward line, due to having many of speed situations.

Second: Recommendations:

- The research owner considers the transitional speed is something essential in the choice of football beginners.
- We should pay more care to the training on the exercises that have the similarity of what happen during matches, especially on training how to shoot.
- We should not exaggerate in the easy and simple situations during the training.
- We should put our interest in the compound exercises for (body and skills) which speed interfere in and connect between them and other essential skills such as shooting.