

تأثير استخدام العاب المباريات المصغرة علي سرعة ودقة الضغط الفردي لاعبي كرة القدم الناشئين "

أ.د/ احمد عبد المولي السيد

استاذ مساعد قسم التدريب الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

الباحث/ احمد صلاح توفيق

باحث ماجستير قسم التدريب الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

أ.د/ عبد الباسط محمد عبد الحليم

استاذ ورئيس قسم التدريب الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

ملخص البحث :

تهدف الدراسة الي التعرف علي " " تأثير استخدام العاب المباريات المصغرة علي دقة وسرعة الضغط الفردي للاعبي كرة القدم الناشئين "

وقد تم استخدام المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة البحث ، وذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة ، وبلغ قوام المجموعة التجريبية ٢٠ لاعبا من ناشئى نادي دكرنس الرياضي ، وقام الباحثون بتصميم اختبارين لقياس مستوي اداء الضغط الفردي وقد تم اجراء المعاملات العلمية لها من صدق وثبات وقد تم الاستناد الي الادوات والوسائل العلمية التي تعمل علي تحقيق هدف البحث ومنها المسح المرجعي والملاحظة والاختبارات ، وتم تطبيق البرنامج المقترح باستخدام الالعاب المباريات المصغرة علي المجموعة التجريبية ولمدة ٨ اسبوع بواقع ٣ وحدات تدريبية اسبوعيا ، وكانت اهم النتائج ان برنامج العاب المباريات المصغرة المقترح في هذه الدراسة ادي الي تفوق المجموعة التجريبية علي المجموعة الضابطة في دقة وسرعة اداء الضغط الفردي ، كما ادي البرنامج الي ارتفاع نسبة التحسن في مستوي اداء الضغط الفردي لدي المجموعة التجريبية اكبر من المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج المتبع (التقليدي) ويوصي الباحث بضرورة استخدام العاب المباريات المصغرة قيد البحث في البرامج التدريبية للناشئين في كرة القدم للتطوير بعض الاداءات الخطئية للناشئين .

المقدمة ومشكلة البحث:

شهد المجال الرياضي في الآونة الأخيرة تقدماً كبيراً في جميع علوم التربية الرياضية وما يرتبط بها من علوم طبيعية واجتماعية ونفسية وتحتل كرة القدم مكانة مميزة ، لما تتمتع به من شعبية كبيرة عن غيرها من الأنشطة الرياضية ، مما اتاح لها أن تكون ميداناً بحثياً يستعين بالعلوم الأخرى، والوسائل المختلفة لتطورها، والذي يبدأ بقاعدة تدريب الناشئين، وصولاً إلى المستويات العليا، وبالتالي يجب أن تتم عملية الإعداد منذ الصغر، كما وكيفاً، بما يؤهلهم لأن يكونوا لاعبين ذو كفاءة مهارية، وخطية، تمكنهم من إنجاز الواجبات الفردية والجماعية، وحسن التصرف، واتخاذ القرار السليم في مواقف اللعب المختلفة.

ويشير حسن ابو عبده (٢٠٠٧) ان الدفاع الجيد المنظم يعطي الثقة لأفراد الفريق ويمنع الفريق المنافس من أحرار الهجوم المضاد بطريقة منظمة وناجحة ولا يقتصر مطلب اجادة الخطط الدفاعية علي لاعبي خط الدفاع والوسط فقط وانما ايضا علي اللاعبين المهاجمين عندما يفقدون الكرة ويتطلب الموقف مواجهة المدافعين والضغط عليهم ومهاجمتهم بغرض استعادة الكرة . (٦ : ٢٠٦)

ويتفق كلا من طة اسماعيل (١٩٩٣)، حسن ابو عبده (٢٠٠٧) علي أن الخطط الدفاعية في كرة القدم يقصد بها مجموعة من الأعمال والإجراءات التي ينفذها الفريق في أي مكان من أماكن الملعب في حالة إمتلاك الفريق المنافس للكرة بهدف منعه من تسجيل الأهداف (٨ : ٢٠٦) (٦ : ٣٦)

ويضيف ابراهيم شعلان وعمر ابو المجد (١٩٩٦) و حسن ابو عبده (٢٠٠٧) علي أن خطط

الدفاع الفردي هي التي يتمكن فيها اللاعب من اختيار الموقع والمكان المناسب في التوقيت المناسب للدفاع واستخلاص الكرة من المنافسين ، وكذلك القيام بالرقابة والضغط والتغطية في اماكن الملعب المختلفة أثناء الدفاع ويتوقف نجاح الفريق في تنفيذ الدفاع الفردي علي قدرة كل لاعب في تفهم دوره وواجبات مركزه وادائها باتقان داخل اطار الخطط الدفاعية الجماعية. ٢ : (٢٠٦) (٦ : ١٤)

ويضيف محمد جادو (٢٠٠٥م) ان تقنين وتشكيل حمل التدريب لألعاب المباريات المصغرة يعد من الامور الصعبة ، نظرا لان تلك الالعاب يتم تنفيذها باشكال متعدده ومختلفة ، فمنها ما يتم تصميمها بدون وجود مدافعين ومنها ما يتم في وجود مدافع سلبي ، و اخر ايجابي ، كما يتم تنفيذ الالعاب بشكل زوجي او فرق ومنها البسيط والمركب ، ولذا يجب الاهتمام بضبط متغيرات حمل التدريب لتلك الالعاب في اطار برامج تدريبية مقتننه حتي تحقق الهدف من استخدامها بفاعلية. (١٢ : ٣٦)

ويشير روى ريث Roy Ress (1997) ان العاب المباريات المصغرة Small sided games المشروطة افضل وسائل التدريب حيث تتيح للمدرب تحديد عدد اللاعبين اعتمادا علي اي مكون يريد تنميته وهذا الاسلوب مرتبط بالمنافسة حيث يسمح للاعبين ممارسة النواحي المهارية والخطية تحت ضغط المنافس لذا فلا بد ان تتضمن العاب المباريات المصغرة Small sided games وجود مقابلة من اللاعبين وهجوم معاكس ووجود مرمي وهنا نشير الي ان الالعاب التي تحتوي علي اكثر من ٥ لاعبين ضده

لاعبين تفقد قيمة التنظيم الذي يقدمه هذا الاسلوب .
(١٦ : ١٧)

ويري الباحثون أن استخدام الألعاب المصغرة لتدريب لاعبي كرة القدم وخصوصا الناشئين يتيح مشاركة أكبر في اللعبة ويزيد من الاتصال بالكرة ويوفر فرصاً أكبر لحل المشكلات اثناء اللعب ويوفر للاعب المزيد من المتعة ، كما تعمل تلك الالعاب علي تطوير اللاعبين والمهام بأساسيات اللعبة ومنها الجوانب المهارية والخطوية ، بواسطة انشاء بيئة تعزز التنمية خلال هذه الفترة العمرية للاعبين .

كما يري الباحثون ايضا انه يمكن التدريب علي اساسيات التكنيك لبعض مهارات الدفاع الفردي من خلال تلك الالعاب مثال مواقف ١ ضد ١ او ٢ ضد ١ او ٢ ضد ٢ .

ومن خلال عمل الباحثين كمدرسين ومتابعيهم لمباريات الناشئين تحت ١٧ سنة لاحظوا ان هناك قصور واضح في الاداء الخططي للناشئين وعدم قدرتهم علي اداء بعض خطط الدفاع الفردي مما ينعكس سلبا علي تنفيذهم الجمل الخطوية الدفاعية ، وقد يعزي الباحثين ان من اسباب تلك المشكلة عدم احتواء برامج التدريب المنفذه لتلك المراحل السنية علي مواقف تتشابه مع مواقف المنافسة او قلة الزمن المخصص لها داخل الوحدة التدريبية اليومية خلال مراحل الإعداد والتجهيز لهؤلاء الناشئين في كرة القدم وكذلك عدم استخدامهم اساليب تدريبية لتطوير أداء الناشئين في المواقف التنافسية مما ينتج عنه عدم كفاءة الناشئين في المباريات بشكل كبير كما انه لم تتعرض اي من الدراسات السابقة التي اجريت في مجال رياضية كرة القدم في حدود علمنا لمشكلة تطوير خطط الدفاع الفردي باستخدام تدريبات العاب المباريات المصغرة

كمحتوي لبرنامج تدريبي . مما دفع الباحثون لإجراء الدراسة الحالية وعنوانها " تأثير استخدام العاب المباريات المصغرة علي سرعة و دقة الضغط الفردي للناشئين كرة القدم "

- الأهمية العلمية للبحث :-

• يعد خطوه علي الطريق العلمي نحو تحديد اهم العاب المباريات المصغرة التي تتناسب مع المرحلة العمرية تحت سن ١٧ سنة في كرة القدم ، وكيفية تقنيها وتطبيقها .

• يعد احدي المجالات العلمية لربط العاب المباريات المصغرة بالجانب الخططي لناشئ كرة القدم ، والتأكد من تأثيرها الايجابي علي تدريب الجانب الخططي لناشئين كرة القدم .

• تزويد الميدان العملي بنموذج تطبيقي لبرنامج مقنن بشكل علمي يوضح كيفية توظيف العاب المباريات المصغرة في تنمية الجانب الخططي والمهاري للناشئين (تحت ١٧ سنة) .

- هدف البحث :

• تصميم برنامج تدريبي لتطوير سرعة ودقة الضغط الفردي باستخدام العاب المباريات المصغرة للاعبين كرة القدم الناشئين .

• التعرف علي تأثير البرنامج المقترح باستخدام العاب المباريات المصغرة علي سرعة ودقة الضغط الفردي للاعبين كرة القدم الناشئين .

- فرض البحث:

• توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (ناشئ كرة

مركزه وأدائها بإتقان داخل إطار الخطط الدفاعية الجماعية . (٦ : ٢٠٦)

• الضغط الفردي (*)

"هو الاجراء الذي يتم تنفيذه عند فقد الكرة ، ويتم علي فرد أو مجموعة او الفريق ككل ، بهدف عدم ترك حرية التحرك بالكرة للفريق المنافس .

- الدراسات السابقة :-

١- أجري مستور علي ابراهيم (٢٠١٨) (١٤) دراسة تهدف الي التعرف علي تأثير استخدام العاب المباريات المصغرة علي تنمية بعض القدرات الحركية والمهارات الاساسية لبراعم كرة القدم (٨-١٠ سنوات) ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وشملت عينة البحث علي ٢٥ لاعبا) من براعم كرة القدم ٨-١٠ سنوات) ، وكانت اهم النتائج ان برنامج العاب المباريات المصغرة ادي الي تحسين في القدرات الحركية والمهارات الاساسية لدي المجموعة التجريبية.

٢- أجري ياسر محمد نعمة الله فضالي (٢٠١٥) (١٥) دراسة تهدف إلي التعرف تأثير تدريبات العاب المباريات المصغرة لتطوير بعض طرق خلق المساحات الفردية لناشئ كرة القدم تحت ١٧ سنة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وشملت عينة البحث علي ١٦ لاعبا من لاعبي نادي سماد طلخا، وظهرت تلك الدراسة بان البرنامج التدريبي المقترح باستخدام العاب المباريات المصغرة له تأثيرا ايجابيا علي تطوير خلق المساحة بالتحرك في اتجاه الزميل ثم الاستدارة سريعا والعودة لاستغلالها ، كما

القدم تحت ١٧ سنة) في سرعة ودقة الضغط الفردي لصالح القياس البعدي .

- مصطلحات البحث:

• ألعاب المباريات المصغرة :

يعرفها محمد كشك و امرالله البساطي (٢٠٠٢م) بانها أشكال من الحركة الخاصة الهادفة بالكرة وبدونها، يتم تنظيمها في نسخة معدلة من لعبة ١١ x ١١ في شكل مجموعات صغيرة تنافسية، ويتم تقنينها طبقا لأهداف التدريب المراد تحقيقها، حيث يتم وضع شروط وقواعد مصغرة تتعلق بالزمن والمساحة وعدد اللاعبين وطبيعة المرمى وطريقة تسجيل النقاط، مع وضع اشتراطات تتعلق بالأداء وتحركات اللاعبين بالكرة أو بدونها في مساحات اللعب، وهي تهدف إلى تنمية مختلف القدرات البدنية والتوافقية والخصائص المهارية (دفاعية ، وهجومية) والسمات النفسية والعقلية والتصرفات الخطئية للاعبين . (٥ : ٢٣)

(*) يري الباحثون أن العاب المباريات المصغرة

عبارة عن نموذج مصغر من مباراة كرة القدم يتم تقنينها وفقا للاهداف الموضوعه مسبقا (بدنية مهارية خطئية ترفييهة).

• خطط الدفاع الفردي :

ويشير حسن السيد أبو عبده (٢٠٠٧) إلى أن خطط الدفاع الفردي هي التي يتمكن فيها اللاعب من اختيار الموقع والمكان المناسب في التوقيت المناسب للدفاع واستخلاص الكرة من المنافسين وكذلك القيام بالرقابة والضغط والتغطية في أماكن الملعب المختلفة أثناء الدفاع ويتوقف نجاح الفريق في تنفيذ الدفاع الفردي على قدرة كل لاعب على فهم دوره وواجبات

* تعريف اجرائي

اظهر تأثيرا ايجابيا في طريقة خلق المساحة بالمراوغة.

٣- أجري محمد عبد العزيز جادو (٢٠٠٥) (١٢) دراسة تهدف إلي تقنين وتشكيل حمل التدريب للنماذج التدريبية للألعاب المصغرة لتنمية القدرة اللاهوائية وتأثير ذلك علي بعض القدرات البدنية والوظيفية ومستوي الأداء المهاري لدي ناشئ كرة القدم تحت ١٦ سنة ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وشملت عينة البحث من ناشئ كرة القدم تحت (١٦) سنة بنادي المنصورة الرياضي والبالغ عددهم (٣٠) ناشئ تم اختيارهم بالطريقة العمدية ، وظهرت تلك الدراسة ان البرنامج التدريبي المقترح باستخدام ألعاب المصغرة له تأثير إيجابي علي بعض القدرات البدنية الخاصة (السرعة الانتقالية - سرعة رد الفعل - سرعة الأداء - القوة المميزة بالسرعة - الرشاقة) ، كما اظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثيرا ايجابي علي مستوي الأداء المهاري.

٤- أجري أمر الله ألبساطي و محمد كشك (٢٠٠٢) (٥) دراسة تهدف إلي تقنين وتشكيل حمل التدريب للنماذج التدريبية للألعاب المصغرة ، واستخدم الباحثين المنهج التجريبي، واشتملت العينة علي ٢٤ طالبا من طلاب الفرقة الرابعة كلية التربية الرياضية تخصص كرة قدم، وكان من اهم النتائج اثر التدريب باستخدام ألعاب المصغرة علي مستوي الأداء البدني والمستوي الأداء المهاري .

٥- أجري *Silva Impellizzeri* - (٢٠١١م) (٢٠) دراسة تهدف الي التعرف على تأثير اختلاف عدد اللاعبين بألعاب المصغرة على تحسين

شدة التمرين ومستوي الأداء الفني لناشئ كرة القدم، تم استخدام المنهج التجريبي ، واشتملت عينة البحث علي ١٩ من ناشئ كرة القدم ، وكانت أهم النتائج تشير إلى أن استخدام ألعاب المباريات المصغرة تأثيرا ايجابيا علي الجانب المهاري ويمكن أن توفر حافز تدريبي علي الجوانب البدنية والفنية للناشئين الشباب بكرة القدم، وهي يمكن أن تناسب مجموعات ذات مستويات نضج متباينة.

٦- أجري *Koklu Yusuf* (٢٠١١م) (١٩) دراسة هدفت إلي مقارنة تأثير استخدام أشكال مختلفة من أشكال ألعاب المصغرة على تحسين بعض المتغيرات الوظيفية لناشئ كرة القدم، تم استخدام برنامج ألعاب مباريات مصغرة يتضمن الشكل (١) ضد (١) والشكل (٢) ضد (٢) والشكل (٣) ضد (٣) والشكل (٤) ضد (٤) وذلك بدون وجود حارس مرمي ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، واشتملت عينة البحث علي بعض من ناشئ كرة القدم ، وكانت أهم النتائج تشير إلى أن استخدام ألعاب المباريات المصغرة لها تأثير ايجابي علي الجوانب البدنية الوظيفية لناشئ كرة القدم، ولكن يختلف تأثير كل شكل من الأشكال عن الأخر في التأثير البدني الحادث، فالاستجابات الوظيفية البدنية الناتجة عن استخدام الشكل (١) ضد (١) والشكل (٢) ضد (٢) تختلف عن التأثيرات الناتجة عن الشكل (٣) ضد (٣) وتوصي الدراسة الي استخدام ألعاب المباريات المصغرة في تنمية الجانب البدني مع مراعاة اختيار الشكل المناسب للإحداث التكيفات البدنية المطلوبة.

- طرق إجراءات البحث

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

يمثل مجتمع البحث ناشئى كرة القدم ممن يتراوح اعمارهم من سنة ١٥ حتى ١٧ سنة طبقا لتصنيف الفرق الذي يعمل به الاتحاد المصري لكرة القدم ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي نادي دكرنس الرياضي التابع لمنطقة الدقهلية لكرة القدم واللاعبين مسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم في الموسم الرياضي ٢٠١٩/٢٠٢٠م

جدول (١) توصيف عينة البحث.

البرنامج	العينة		م
	العدد	نوع العينة	
-	١٠	عينة الدراسة الاستطلاعية	١
البرنامج المقترح	٢٠	عينة الدراسة الأساسية (المجموعة التجريبية) (المجموعة الضابطة)	٢
-	٣٠	العينة الكلية للبحث	٤

- أسباب اختيار مجتمع وعينة البحث:

• جميع أفراد العينة من ناشئى كرة القدم المسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم لموسم ٢٠١٩/٢٠٢٠م.

- توافر الناشئين المميزين. - النظام والالتزام. - توافر الأدوات اللازمة لاتمام البحث.

• تعد مرحلة الناشئين من المراحل الأساسية التي يجب أن يوجه لها الاهتمام فيما يتعلق بمستوى الأداء المهاري ومستوى اللياقة البدنية ومحاول الارتقاء بهذا المستوى.

- تجانس عينة البحث :

التحقق من اعتدالية توزيع العينة الكلية للبحث:

• للتأكد من تجانس العينة الكلية للبحث (٣٠) لاعب (المجموعة التجريبية والمجموعة الاستطلاعية) قام الباحثون بعمل بعض القياسات، للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات بين أفراد العينة في المتغيرات قيد البحث، كما هو موضح في جدول (٢) لمتغيرات النمو (الأنثروبومترية)، والمتغيرات البدنية، ومتغيرات الاداءات الحركية المهارية، والمتغيرات الخطئية.

جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للعينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث. (ن=٣٠)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
			Mean	Median	Std. Dev	Skewness
الانثروبومترية	السن	سنة	١٦.٤٥	١٦.٥٢	٠.٣٠	٠.٧٠-
	الطول	سم	١٧٥.٦٣	١٧٥.٥٠	٤.٥٨	٠.٠٩
	الوزن	كجم	٧١.٩٣	٧١.٥٠	٢.٦٣	٠.٤٩
	العمر التدريبي	سنة	٣.٢٧	٣.٠٠	٠.٩١	٠.٨٩
البدنية	السرعة الانتقالية	الجري لمسافة (٣٠م) من بداية متحركة	٦.٩٢	٦.٨٩	٠.٤٤	٠.٢٠
	القوة المميزة بالسرعة	الوثب العمودي	٤٧.٩٧	٤٧.٥٠	٥.٢٩	٠.٢٧
	الرشاقة	للنويس (Illinois) للرشاقة	٢٤.٦٧	٢٤.٤٧	١.٣٩	٠.٤٣
المهارية	الجري بالكرة	الجري المتعرج بالكرة	١١.٥٠	١٠.٠٠	١.٦٢	٢.٧٨
	التمرير	التمريرة الحائطية	٢٢.٨٠	٢٢.٠٠	٤.٢١	٠.٥٧
	التصويب	التصويب على المرمى المقسم	٤.٢٧	٤.٠٠	١.٣١	٠.٦٢
		درجة	٢.٨٠	٣.٠٠	٠.٩٢	٠.٦٥-
الخطئية	دقة وسرعة الضغط الفردي	١ ضد ١ في وجود مرمي واحد	٧.٣٩	٧.١٠	١.٣٥	٠.٦٤
		درجة	١.١٥	١.٠٠	٠.٣٠	١.٥٠
		١ ضد ١ في وجود مرميين	٦.٦٠	٦.٤٤	١.٥٠	٠.٣٢
		درجة	١.١١	١.٠٠	٠.١٧	١.٩٤

للاختبارات المختارة للتحقق من ثباتها وصدقها، وذلك على النحو التالي:

حساب معامل صدق الاختبارات البدنية والمهارية:

قام الباحثون بحساب صدق الاختبارات باستخدام طريقة صدق التمييز (*Discriminat Validation*) بين مجموعتين إحداهما مميزة (فريق ٢٠٠٤) بنادي دكرنس الرياضي للموسم ٢٠١٩/٢٠٢٠م والمجموعة الأخرى غير المميزة وهي عينة البحث الاستطلاعية،

يتضح من جدول (٢) ، أن قيم معاملات الالتواء انحصرت ما بين (-٣) و(+٣) مما يدل على أن قياسات العينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث الكلية في هذه المتغيرات.

- تكافؤ عينة البحث :

التحقق من الخصائص الأنثروبومترية للاختبارات البدنية والمهارية والخطئية: بعد التوصل إلى الاختبارات قام الباحثون بإيجاد المعاملات العلمية

ويوضح جدول (٣) دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في الاختبارات قيد البحث.

جدول (٣)

دلالة الفروق بين المجموعة الاستطلاعية (غير المميزة) والمجموعة المميزة في

(ن=١٠=٢=١٠)

الاختبارات قيد البحث

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة الاستطلاعية		المجموعة المميزة		قيمة (ت)
			المتوسط (س)	الانحراف (ع±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع±)	
البدنية	السرعة الانتقالية	ثانية	٧.٠١	٠.٥٠	٦.١٢	٠.٩٢	٢.٥٥
	القوة المميزة بالسرعة	سم	٤٨.٠٢	٥.٣٤	٥٩.٠٠	٦.٤٥	٣.٩٣
	الرشاقة	ثانية	٢٤.٩٠	١.٤٤	٢٢.٥٦	١.١٢	٣.٨٥
المهارية	الجري بالكرة	ثانية	١٢.٠٣	١.٦٥	٨.٠٠	٢.١٤	٤.٤٧
	التمرير	ثانية	٢٣.١١	٤.١٨	١٥.٠٠	٣.٥٦	٤.٤٣
	التصويب	درجة	٤.٢٠	١.٢٥	٧.٠٠	١.٠٢	٥.٢١
	التصويب	درجة	٢.٧٣	٠.٨٨	٤.٠٠	٠.٩٠	٣.٠٣
الخطئية	دقة وسرعة الضغط الفردي	اضد١ في وجود مرمي واحد	٧.٥٠	١.٤٠	٦.٠١	١.٢٠	٢.٤٢
		اضد١ في وجود مرميين	١.١٦	٠.٣٥	٢.٥٠	١.٢٠	٣.٢٢
		اضد١ في وجود مرميين	٦.٨٠	١.٥٥	٥.١١	٠.٨٨	٢.٨٥
			١.١٣	٠.٢٠	٢.٦٣	١.٤٠	٣.١٨

على التمييز بين المستويات، أي أنها تعد اختبارات صادقة.

تج (١٨، ٠.٠٥) = ٢.١٠

-حساب معامل ثبات الاختبارات البدنية والمهارية:

لحساب معامل الثبات قام الباحثون باستخدام طريقة إعادة الاختبار (Test-Retest Method)، بفارق زمني قدره (٧) أيام بين التطبيقين الأول والثاني بنفس ظروف التطبيق الأول؛ ويوضح جدول (٣) معامل الثبات الاختبارات قيد البحث.

يتضح من جدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات قيد البحث للمجموعة الاستطلاعية (المميزة) والمجموعة غير المميزة حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة بين (٢.٤٢) و(٥.٢١) وكانت قيمتها المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسات في جميع الاختبارات قيد البحث، مما يعني قدرة هذه الاختبارات

جدول (٤)

معامل الثبات بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للعينة
الاستطلاعية في الاختبارات قيد البحث
(ن=١٠)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
			المتوسط (س)	الانحراف (ع±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع±)
البدنية	السرعة الانتقالية	ثانية	٧.٠١	٠.٥٠	٦.٩٥	٠.٤٧
	القوة المميزة بالسرعة	سم	٤٨.٠٢	٥.٣٤	٤٨.٠٥	٥.٣٠
	الرشاقة	ثانية	٢٤.٩٠	١.٤٤	٢٤.٨١	١.٤١
المهارية	الجري بالكرة	ثانية	١٢.٠٣	١.٦٥	١١.٦٥	١.٦٣
	التمرير	ثانية	٢٣.١١	٤.١٨	٢٢.٩٠	٤.٢٣
	التصويب	درجة	٤.٢٠	١.٢٥	٤.٣٠	١.٢٧
	اختبار التمريرة الحائطية	درجة	٢.٧٣	٠.٩٠	٢.٧٥	٠.٩٥
الخطئية	دقة وسرعة الضغط الفردي	ثانية	٧.٥٠	١.٤٠	٧.٤٥	١.٤٢
	اختبار الجري المتعرج بالكرة	درجة	١.١٦	٠.٣٥	١.١٩	٠.٣٨
	اختبار التصويب على المرمى المقسم	ثانية	٦.٨٠	١.٥٥	٦.٧١	١.٥٣
	اختبار الوثب العمودي	درجة	١.١٣	٠.٢٠	١.١٢	٠.١٨

رج (٨، ٠.٠٥) = ٠.٦٣٢

البيانات الشخصية للاعبين ونتائج الاختبارات الخاصه بمتغيرات خطط الدفاع الفردي، السن، والطول، والوزن. العمر التدريبي.

- استمارة لتسجيل الاختبارات البدنية والمهارية التي تتناسب مع طبيعة وعينة البحث:

بعد اطلاع الباحثون علي العديد من الدراسات السابقة في مجال كرة القدم لمعرفة اهم الاختبارات البدنية والمهارية المناسبة للمرحلة تحت ١٧ سنه والتي تتناسب مع عينة ومجتمع البحث، وقد ارتضى الباحثون بعض الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث . مرفق (١)

يتضح من جدول (٤) وجود ارتباط دال إحصائياً بين كل من درجات عينة الدراسة الاستطلاعية في التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات قيد البحث، حيث إن قيم (ر) المحسوبة قد كانت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) وهذا يدل علي ثبات درجات الاختبارات عند إعادة تطبيقها تحت نفس الظروف.

- استمارات جمع البيانات:

قام الباحثون بتصميم استمارات لتسجيل البيانات الخاصة بعينة البحث واشتملت علي:

- استمارة استطلاع رأي الخبراء حول الاختبارات الخطئية التي تتناسب مع طبيعية وعينة البحث بعد اطلاع الباحثون علي المراجع العلمية والدراسات السابقة قاموا بتصميم بعض الاختبارات الخطئية للمتغير الضغط الفردي ، وقاموا باعداد تلك الاختبارات للاستطلاع رأي الخبراء في المجال الاكاديمي ومجال تدريب كرة القدم . مرفق(٢)
- الاختبارات المستخدمة:
توصل الباحثون الي الاختبارات التي يمكن الاستفادة منها والتي تقيس متسوي التطور في متغير الضغط الفردي لكرة القدم للناشئين تحت ١٧ سنة ، والجدول(٥) يوضح اسم الاختبار والغرض منه ووحدة القياس ومستوي الاداء.

جدول (٥) اختبارات متغير الضغط الفردي

الاختبارات	الغرض من الاختبار	وحدة القياس	مستوي الاداء من حيث درجة صعوبة الاداء علي المدافع
١ ضد ١ في وجود مرمي واحد	قياس دقة وزمن الضغط الفردي علي المهاجم .	زمن / درجة	الاول
١ ضد ١ في وجود مرميين	قياس دقة وزمن الضغط الفردي علي المهاجم.	زمن / درجة	الثاني

- التأكيد من مدي مناسبة الاختبارات التي قام الباحثين بتصميمها لقياس ما وضعت لأجلة وكذلك مدي مناسبتها للمرحلة السنوية وذلك قبل اجراء المعاملات العلمية لهذه الاختبارات.

- نتائج الدراسة:

- تم تحديد مسافة اللاعب الحر واللاعب المهاجم ٥ متر قبل بداية الاختبار .
- تم تحديد المسافة المناسبة للاعب المدافع قبل بداية الضغط ١ متر .
- تم تحديد مكان المرمي في الاختبارين .
- تم تحديد المسافات المناسبة لأداء الضغط الفردي.
- استطلاع رأي الخبراء .

تم عرض الاختبارات الخاصة لقياس دقة وسرعة متغير الضغط الفردي لكرة القدم للناشئين تحت ١٧ سنة بعد التصميم الاول لها علي السادة الخبراء للتأكد من مناسبتها لقياس ما وضعت من اجلة ، وقد تم

- الدراسات الاستطلاعية :-

- قبل البدء في تطبيق البرنامج التدريبي قام الباحثون اجراء عدد (٢) دراسة استطلاعية وذلك عدد (١٠) لاعبين من نفس مجتمع البحث و خارج عينة البحث الاساسية كالاتي :-

- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

- قام الباحثون باجراء الدراسة الاستطلاعية الاولى خلال الفترة من يوم الجمعة الموافق ١ / ١١ / ٢٠١٩ الي يوم الاحد الموافق ٣ / ١١ / ٢٠١٩ م ، وذلك علي عينة من نفس مجتمع البحث وخارج عينة البحث الاساسية وقوامها (١٠) لاعبين من نادي دكرنس الرياضي تحت ١٧ سنة وهم من داخل مجتمع وخارج العينة الاساسية .

- التعرف علي المسافات المناسبة لاداء الضغط الفردي .

- التعرف علي المساحة المناسبة للاداء الاختبار ككل.

بالمستوي سواء البدني او المهاري او الخططي للاعبين ولذلك فيجب ان يبني البرنامج التدريبي تبعاً لاستجابة اللاعب ، وبذلك يجب الاخذ في الاعتبار قدرات اللاعبين المختلفة وكذلك استجاباتهم البدنية والوظيفية حتى يتمكن من وضع وتقنين البرنامج وفقاً لقدرات اللاعبين.

الدراسة الأساسية :

قام الباحثون باجراء الدراسة الاساسية علي افراد المجموعة التجريبية وذلك باستخدام تدريبات العاب المباريات المصغرة كجزء ثابت من فترة الاعداد المهاري والخططي من الوحدة التدريبية اليومية خلال فترة المنافسات لمحاولة التعرف علي مدي تأثيرها علي تطوير اداء متغير الضغط الفردي ، وقد تولي الباحثون تدريبهم ، وتم التنسيق مع المدرب المسنول عن تدريب المرحلة السنوية عينة الدراسة والذي تولي تدريب افراد المجموعة الضابطة واستخدم البرنامج التقليدي المتبع .. مرفق (٤)

ومن خلال المسح المرجعي للمراجع والدراسات والبحوث السابقة مثل دراسة جادو ٢٠٠٥م (١٢) واسلام مسعد ٢٠٠٧م (٤)، ودراسة احمد عبد المولي ٢٠٠٨م (٣) ، ودراسة - *Silva Impellizzeri* - ٢٠١١ (٢٠) ودراسة محمد فاروق يوسف ٢٠١٤ (١٣) ودراسة ياسر فضالي ٢٠١٥م (١٥)، ودراسة مستور علي ابراهيم ٢٠١٨م (١٤)، توصل الباحثون الي بعض النقاط التي يمكن من خلالها وضع اسس البرنامج التدريبي المطبق علي عينة البحث من ناشئ كرة القدم تحت ١٧ سنة:

- تحديد فترة البرنامج المقترح بمدة (٨) اسابيع
- تحديد عدد الوحدات التدريبية الاسبوعيا بواقع (٣) وحدات اسبوعيا بحيث تكون ايام الثلاثاء والخميس والجمعة الساعة ٧ مساءً.

الاستفادة من ارائهم في الوقوف علي الشكل النهائي للاختبارات ووضع الاختبارات في صورتها النهائية ، وتم اختيار اختبارين مختلفين في درجة الصعوبة . مرفق (٣)

- شروط اختيار الخبير.
- الحصول علي درجة الدكتوراة في التربية الرياضية تخصص كرة القدم

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحثون باجراء الدراسة الاستطلاعية الثانية في الفترة من يوم الجمعة الموافق ١١/١٥ / ٢٠١٩ الي يوم الاحد الموافق ١٧ / ١١ / ٢٠١٩ م .

أهداف الدراسة :

- تطبيق بعض الوحدات التدريبية اليومية من البرنامج وذلك لتحديد وتقنين شدة الاحمال التدريبية.
- اكتشاف الصعوبات والمعوقات التي قد تظهر خلال تطبيق البحث .

نتائج الدراسة :

- احتواء ألعاب المباريات المصغرة على العناصر الحركية اللازمة للسيطرة على الكرة وتميرها مما يزيد من أهمية التدريب عليها.
- تتناسب ألعاب المباريات المصغرة المختارة مع إمكانات وقدرات الناشئين في هذه المرحلة السنوية وأنها تشكل في تكوينها صور موقفية لما يحدث في المباراة وذلك لاحتوائها على مهارات مختلفة مثل الاستلام والتمرير والجري بالكرة وبدونها والخداع.
- يعتبر البرنامج التدريبي من اهم المتطلبات التي يقوم بها المدربين اذ بدونه لا يتم الارتقاء

تم ذلك في الفترة من ٢٠٢٠/٢/١ وحتى ٢٠٢٠/٢/٣ م وذلك بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي .

- المعالجات الإحصائية

• استخدم الباحثون في المعالجات الإحصائية للبيانات داخل هذه الدراسة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) *Statistical Package For Social Science* الإصدار (٢٢) مستعيناً بالمعاملات التالية:

٥- المتوسط الحسابي (*Mean*)، الوسيط (*Median*)، الانحراف المعياري (*Standard Deviation*)، الالتواء (*Kurtosis*)

٦- معامل ارتباط بيرسون (*Pearson Correlation Coefficient*)

٧- اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (*Paired Sample t-Test*).

٨- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين من البيانات (*Independent Samples t-Test*).

٩- حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت)؛ بالإضافة إلى حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام (*ES*) في حالة اختبار (ت).

١٠- نسبة التغيير (التحسن) *Change Ratio*

• تحديد عدد الوحدات التدريبية داخل البرنامج التدريبي وبلغت (٢٤) وحدة تدريبية .

• تحديد مكان التطبيق البرنامج (ملعب نادي دكرنس الرياضي)

• تحديد زمن وحدة التدريب اليومية (اقصي =١٢٠ق ، عالي=١٠٥ق متوسط=٩٠ق)

• تحديد زمن التدريب الاسبوعي الواحد (اقصي =٤٥٠ق ، عالي =٢٠٠ق ، متوسط =٣٩٠ق)

• تحديد زمن البرنامج ككل = ٥٠٤٠ق

• الاحمال المستخدمة تدريبات البرنامج (اقصي - عالي - متوسط)

• اجزاء الوحدة التدريبية الثلاثة (الاحماء -الجزء رئيسي - ختام). مرفق (٥)

تطبيق الدراسة الاساسية :

- القياس القبلي :

وذلك تم في الفترة من ٢٠١٩/١١/٢٨ م حتى ٢٠١٩/١١/٣٠ م لافراد عينة البحث.

- تنفيذ التجربة الاساسية :

تم تطبيق التجربة الاساسية في (الفترة من ٢٠١٩/١٢/١ الى ٢٠٢٠/١/٢٨ م) وذلك لمدة (٨) اسابيع بواقع (٣) وحدات اسبوعيا .

- القياسات البعدية :

القياس البعدى - القياس القبلى

١٠٠ ×

= نسبة التحسن

القياس القبلى

١. نسبة الكسب لماك جوجيان (McGuigan's Gain Ratio).

٢. نسبة الكسب المعدل لـ "بلاك" (Black's Modified Gain Ratio).

- عرض نتائج البحث ومناقشتها:

ينص فرض البحث على أنه: "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة (التجريبية) في المتغيرات (الخطئية) قيد البحث لصالح القياس البعدي"؛ وللتحقق من صحة الفرض الأول استخدم الباحث اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (Paired Sample t Test)، دالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة (التجريبية)، في المتغيرات قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير (Effect Size) باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (ES) وفسر طبقاً لمحكات كوهين، وللتحقق من فاعلية البرنامج استخدم الباحث نسبة الكسب لـ "ماك جوجيان" وتكون مقبولة إذا لم تقل قيمة هذه النسبة عن (٠.٦) بالإضافة إلى نسبة الكسب المعدل لـ "بلاك" ويكون الحد الفاصل لهذه النسبة هي (١.٢)، بالإضافة إلى نسبة التغيير/ التحسن (Change Ratio)، كما في جدول (٦) و(٧)

جدول (٦)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة (التجريبية)

في المتغير الخطئي (الضغط الفردي) قيد البحث (ن=٢٠)

حجم التأثير	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	الاختبارات	المتغيرات
		الانحراف (ع±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع±)	المتوسط (س)			
(ES) ١.١	٠.٤٩٨	٤.٣٤	٠.٩٩	٦.٠٢	١.٣٨	٧.٤٠	ثانية	١ ضد ١ في وجود
٣.٨	٠.٩١٢	١٤.٠١	٠.٣٩	٢.٥٣	٠.٣٣	١.١٧	درجة	مرمي واحد
١.٠	٠.٥٦٤	٤.٩٥	٠.٧٩	٥.٤٤	١.٥٢	٦.٧٦	ثانية	١ ضد ١ في وجود
٣.٨	٠.٩٣٣	١٦.٢٦	٠.٤١	٢.٤٤	٠.١٦	١.١٠	درجة	مرميين

$$تج(١٩, ٠.٠٥) = ٢.٠٩$$

المتغير التابع، وتراوحت قيم (η^2) بين (٠.٤٩٨) و(٠.٩٣٣) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم Huge).

وتراوحت قيم (ES) بين (١.٠) و(٥.٤) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير Large) إلى (ضخم Huge).

يتضح من جدول (٦) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٤.٣٤) و(١٦.٢٦).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل علي المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في

جدول (٧)

نسب التحسن ونسبة فاعلية البرنامج لـ "ماك جوجيان" وقيمة (MG)، ونسبة الكسب المعدل لـ "بلاك" وقيمة (MG_{Blak}) في نتائج الاختبارات (الخطية) قيد البحث

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	الدرجة العظمى	القياس القبلي	القياس البعدي	الفرق بين القياسين	نسبة التحسن (Gain Ratio Change) (Ratio)	Gain Ratio (MG _{Blak})	Gain Ratio (MG)
مستوي الضغط الفردي	اضد ١ في وجود مرمي واحد	ثانية	-	٧.٤٠	٦.٠٢	١.٣٨-	%١٨.٦٥	-	-
	اضد ١ في وجود مرميين	درجة	٣	١.١٧	٢.٥٣	١.٣٧	%١١٦.٩٧	١.٢	٠.٧
	اضد ١ في وجود مرمي واحد	ثانية	-	٦.٧٦	٥.٤٤	١.٣٢-	%١٩.٤٨	-	-
	اضد ١ في وجود مرميين	درجة	٣	١.١٠	٢.٤٤	١.٣٤	%١٢٢.١٦	١.٢	٠.٧

اضد ١ في وجود مرمي يتضح ان قيمة ت المحسوبة بلغت ٤.٣٤ عند وحدة القياس ثانية كما بلغت قيمتها ١٤.٠١ وحدة القياس الدرجة، وفي اختبار ا ضد في وجود مرميين يتضح ان قيمة ت المحسوبة بلغت ٤.٩٥ عند وحدة القياس الثانية، كما بلغت قيمته ١٦.٢٦ وحدة القياس الدرجة.

ويعزي الباحثون هذه النتائج الي ان فاعلية برنامج تدريبات الالعاب المباريات المصغرة المطبق علي المجموعه التجريبية وما يتضمنه من وحدات تدريبية للالعاب المباريات المصغرة قد ساهمت علي تطوير مستوي الضغط الفردي قيد البحث . حيث يدكر محمد شوقي كشك ، امر الله البساطي (٢٠٠٢م) (٥) ان اسلوب العاب المباريات المصغرة يعد من افضل الاساليب لاستثارة نشاط اللاعبين وزيادة حماسهم نحو الاداء ، نظرا لما تمتع به من ديناميكية اللعب الجماعي المشابهة للاداء خلال المباريات ، وزيادة التعاون المثمر بين الاعبين .

وتتفق تلك النتائج مع ما اشار اليه روي ريث (١٩٩٧م) (١٦) ان العاب المباريات المصغرة *Small sided games* المشروطة افضل وسائل التدريب حيث تتيح للمدرب تحديد عدد اللاعبين اعتمادا علي مكون

يتضح من جدول (٧) أن قيم (نسبة التحسن) تراوحت بين (%١٨.٦٥) و(%١٢٢.١٦).

- مناقشة نتائج البحث:

يتضح من جدول (٦) وجود فروق داله إحصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات قيد البحث (الضغط الفردي) وذلك لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية . حيث أن قيم "ت" المحسوبة تراوحت بين (٤.٣٤) و(١٦.٢٦).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل علي المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع، وتراوحت قيم (η^2) بين (٠.٤٩٨) و(٠.٩٣٣) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم *Huge*). وتراوحت قيم (*ES*) بين (١.٠) و(٥.٤) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير *Large*) إلى (ضخم *Huge*).

كما يتضح من جدول (٦) وجود فروق داله إحصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في مستوي الضغط الفردي) وذلك لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية، حيث ان في اختبار

٢٠١١م) (١٩) و مستور علي ابراهيم (٢٠١٩م) (١٤) و ياسر محمد فضالي (٢٠١٥م) (١٥) والتي اظهر ان استخدام برنامج العاب المباريات المصغرة يؤثر ايجابيا علي تحسين مستوي الاداء الحركي والبدني و المهاري الخططي .

أيضا تتفق النتائج مع (٢٠١١ . Koklu Yusuf (١٩) والتي أظهرت أن أشكال العاب المباريات المصغرة يختلف تأثير كل شكل منها عن الأخرى في الجوانب البدنية والحركية، فالاستجابات البدنية الناتجة عن الشكل ١ ضد ١ والشكل ٢ ضد ٢ تختلف عن التأثيرات الناتجة عن الشكل ٣ ضد ٣ و ٤ ضد ٤)

ومما تقدم نجد أن فرض البحث والذي ينص على انه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة الضابطة في المتغيرات الدفاع الفردي والرقابة والتغطية لصالح القياس البعدى " قد تحقق.

المراجع :-

١. إبراهيم حنفي شعلان ، عمرو أبو المجد : أسس بناء كرة القدم الشاملة ، ط١ ، المكتبة الأكاديمية ، القاهرة ١٩٩٦ .
٢. إبراهيم حنفي شعلان ، عمرو ابو المجد: إستراتيجية الدفاع في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، القاهرة، ١٩٩٦ .
٣. أحمد عبد المولي السيد: تأثير برنامج تدريبي للياقة البدنية علي بعض الاستجابات الوظيفية وفاعلية الاداء المهاري المركب لناشئ كرة القدم ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٨ م
٤. إسلام مسعد علي : تأثير برنامج تدريبات نوعية لمكونات التوافق العضلي العصبي علي فاعلية

يريد تنمية وهذا الاسلوب مرتبط بالمنافسة حيث يسمح للاعبين ممارسة النواحي المهارية والخططية تحت ضغط المنافس .

وتتفق تلك النتائج ايضا مع ما اشار اليه محمد جادو (٢٠٠٥م) (١٢) ان التركيز علي اداء تدريبات المباريات المصغرة اعطي تاثير ايجابيا علي المستوي البدني والمهاري .

ومما تقدم نجد ان فرض البحث والذي ينص علي انه : توجد فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعه التجريبية في تطوير مستوي اداء الضغط الفردي لناشئ كرة القدم قد تحقق

واظهرت النتائج الدراسة في جدول (٧) إلى حدوث تحسن معنوي بين القياسين القبلي والبعدى لصالح القياس البعدى في المتغير قيد البحث (الضغط الفردي بنسبة تحسن تراوحت بين (١٦.٨٣) و (١٢٩.٤٠)، للمجموعة الضابطة.

يتضح من جدول (٧) ان اعلي نسبة تحسن نسبة التحسن هي (١٢٢.١٦) ونسبة (٢٠.٧٦) درجة) لاختبار ١ ضد ١ في وجود مرمين للمتغير الضغط الفردي ، تاليها نسبة التحسن (١١٦.٩٧) ونسبة (١٩.٤٨) درجة) لاختبار ١ ضد ١ في وجود مرمي واحد .

ويعزو الباحثون ارتفاع نسبة التحسن لدي المجموعة التجريبية الموضحة بجدول جدول (٧) الي فاعلية برنامج العاب المباريات المصغرة المبتق علي المجموعة التجريبية وما يتضمنه من وحداته من العاب المباريات المصغرة ساهمت في ارتفاع نسبة التحسن في متغير الضغط الفردي قد البحث لدي لاعبي المجموعة التجريبية قيد البحث .

وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسات كلا من روى ريث Roy Ress (١٩٩٧م) (١٦) و محمد جادو (٢٠٠٥) (١٢) و Koklu Yusuf

ومستوى الأداء المهاري لناشئ كرة القدم تحت
١٦سنة، ٢٠٠٥م.

١٣. محمد فاروق يوسف صالح: تأثير التدريبات
البليومترية على قدرة الاستجابة السريعة وبعض
المهارة الدفاعية الفردية لناشئ كرة القدم ، مجلة
كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة
٢٠١٤.

١٤. مستور علي ابراهيم: تأثير استخدام ألعاب
المباريات المصغرة على تنمية بعض القدرات
الحركية والمهارات الاساسية لبراعم كرة القدم
٨-١٠ سنوات، ٢٠١٨م.

١٥. ياسر محمد نعمة الله فضالي : تأثير تدريبات
العاب المباريات المصغرة لتطوير بعض طرق
خلق المساحات الفردية لناشئ كرة القدم تحت
١٧سنة، ٢٠١٥.

16- Roy Ress&: corvan dermeer:
coaching soccer successfully, human
kinetics.U.S.A.1997

17- Peter, Suzan 2000: Small-sided
games developmentally application
kineticsdermeer1997 U.S.A

18- Arntt.G.lutz: Measurement of
moderation to vigorous physical
activity of middle school girls using
tritraa activity .Measuemement in
physical education and exercise.2003
in tradional activities , the annual
meeting of American alliance for
health , physical education ,
reaction, and dance , Orlando.

بعض الاداءات المهارية المركبة لناشئ كرة القدم
رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية المنصورة
٢٠٠٧م.

٥. أمرالله البساطي، محمد شوقي كشك" أثر توجيه
حمل المباريات المصغرة لتحسين القدرة الهوائية
على مستوى الاداء البدني-المهاري في كرة القدم
مجلة بحوث التربية الرياضية، المجلد ٢٥، العدد
٦٠، الجزء الثاني، كلية التربية الرياضية للبنين
جامعة الزقازيق، ٢٠٠٢م.

٦. حسن السيد أبو عبده: الاتجاهات الحديثة في
تخطيط وتدريب كرة القدم، مكتبة الإشعاع الفنية،
ط٧، الإسكندرية، ٢٠٠٧.

٧. حسن منير عبد الشكور : تأثير برنامج تدريبي
لتنمية قدرة الاستجابة السريعة على فعالية اداء
بعض المهارات الهجومية الفردية لناشئ كرة
القدم ، ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة
المنصورة، ٢٠١٠.

٨. طه اسماعيل ، عمرو علي ابو المجد ، و ابراهيم
شعلان :جماعية اللعب في كرة القدم ، مطابع
الاهرام التجارية ، القاهرة ١٩٩٣.

٩. محمد رضا الوقاد: التخطيط الحديث في كرة القدم "
ط١، دار السعادة، القاهرة، ٢٠٠٣م.

١٠. محمد شوقي كشك: مبادئ تدريب الناشئين مطبوعة
٦ اكتوبر ، المنصورة ، ٢٠٠٨م.

١١. محمد شوقي كشك ، امر الله البساطي " أسس
الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم " ناشئين
- كبار ، ط١، منشأة دار المعارف، ٢٠٠٧م.

١٢. محمد عبد العزيز جادو صبري : تأثير استخدام
ألعاب المباريات المصغرة لتنمية القدرة اللاهوائية
على بعض المتغيرات البدنية - الوظيفية

20- Silva Impellizzeri Natali Lima Bara-Filho Silami Garcia and Marins(2011).Exercise intensity and technical demands of small-sided games in young Brazilian soccer players :effect number of players maturation and reliability.J Strength Cond Res 25 (10):2746-2751

19- Koklu Yusuf Asci Alper Koch Fatma Unver Alemdaroglu Utku Dundar Ugur(2011)Comparison of physiological Responses to Different Small Sided Games in Elite Young Soccer Players J. Strength COND. Res .25(6):1522-1528

Abstract

The study aims to identify 'the effect of using small-sided games on the accuracy and speed of the individual pressure emerging football juniors player's

Ahmed Salah Tawfeek

*Master Researcher, Department of Sports Training -
College of Physical Education - Mansoura
University.*

Ahmed Abdel Mawly Elsayed

*Assistant Professor, Department of Sports Training -
College of Physical Education - Mansoura
University.*

Abdul Basit Mohammed Abdel Halim

*Professor and Head of Sports Training Department
College of Physical Education - Mansoura University.*

The experimental method has been used to fit for the purpose and research, using the experimental design of two groups, one experimental and the other controlled, and the strength of the experimental group reached 20 players, and the researchers designed two tests to measure the level of performance of individual pressure. Weekly training The most important results were that the program of mini-games proposed in this study led to the superiority of the experimental group on the control group in the level of performance of individual pressure, as the program led to a high rate of improvement in the level of performance of individual pressure in the experimental group greater than the control group that used the program followed (traditional) and recommends the researcher the need to use mini-games in research in the training programs for young people in football to develop after performance plans for young people.