# تحديد مستويات معيارية للياقة البدنية لناشئي كرة القدم تحت ١٤ سنة بدولة الكويت

أ.على كرم غلوش دشتى
موجه فنى أول تربية رياضية منطقة حولى التعليمية بدولة الكويت

أ.م.د. احمد عبد المولى السيد
استاذ مساعد بقسم التدريب الرياضى كلية التربية الرياضية جامعة المنصوره

أ.د.أمرالله احمد البساطى
استاذ التدريب الرياضى كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة

**ملخص البحث**:

يهدف البحث تحديد مكونات الياقة البدنية الوظيفية والاختبارات الخاصة بها ومستوياتها المعيارية لناشئى كرة القدم (تحت ١٤ سنة) بدولة الكويت،ولتحقيق ذلك استخدم الباحثون المنهج المسحى لحصر اراء الخبراء من خلال المراجع العلمية والبحوث المتخصصة، وعلى ضوء ذلك تم ترشيح المكونات البدنية الوظيفية التى حصلت على نسبة تكرار أعلى من ٥٠% وهى ستة مكونات ،وكذا الإختبارات الخاصة بها ،وبعد التأكد من صدقها وثباتها تم تطبيقها على عينة قوامها ١٩١ ناشيئ من ناشئى كرة القدم المسجلين بأندية الاتحاد الكويتى ومنتخبات المدارس ، تراوحت أعمارهم بين (157.84 ± 3.163) ، ومعالجة النتائج إحصائيا والتوصل الى مستويات معيارية لكل مكون من هذه المكونات.

**مقدمة البحث وأهميته** :

تشير طبيعة الاداء فى كرة القدم الى ديناميكية إنجاز مواقف اللعب خلال المباراة ، والتى تتطلب من اللاعب التحرك المستمر خلال (٩٠ دقيقة) زمن المبارة سواء كان هذا التحرك بالكرة أو بدونها و بدرجات مختلفة من الشدة - نوبات شدة - تطلب طفرات من إنتاج الطاقة اللاهوائية، وتتمثل هذه النشاطات فى سرعة وتكرار العدو وتغير الاتجاهات والوثبات وضربات الكرة ومنع الخصم من التصويب والصراع على الكره .... الخ ، وطبقا لنتائج دراسات الرصد والتحليل توضح الأهمية القصوى لمستوى كل من التحمل الهوائى ($VO^2$ MX) و اللاهوائى و السرعة والقوة وخاصةً القدرة العضلية،حيث تتوقف قدرات اللاعب المهارية وتنفيذ الواجبات الخططية طوال زمن المباراة على مستوى اللياقة العضلية وكفاءة اجهزته الوظيفية ونظم انتاج الطاقة (٧: ٣٧-٦٤، ٢٧١)

ويستخدم مصطلح اللياقة البدنية على نطاق واسع و يعبر عن مستوى الحالة البدنية والصحية بشكل عام ،حيث يتضمن مجموعة من العناصر المرتبطة بالصحة وأخرى مرتبطة بالمهارة ، وفيما يتعلق بكرة القدم يشير مفهوم اللياقة البدنية لمجموعة من المكونات الضرورية لتحمل عبئ المباريات.

ويشير محمد صبحى حسنين (٢٠٠٠م) أن كل نشاط يتطلب نوعاً معيناً من اللياقة البدنية ولها مكوناتها الخاصة، ويعرفها بـ "كفاءة البدن فى مواجهة متطلبات نشاط معين"، وفى ضوء إجتهاد العلماء يوضح مكونات اللياقة البدنية للاعب الكرة والنسب المئوية لكل مكون وهى:-التحمل (٣٠%)، القوة العضلية (١٥%)،السرعة (٢٠%)،التوافق (٢٠%) المرونة(١٥%).(٢١: ١٩٧-١٩٨)

ويؤكد امرالله احمد البساطى (٢٠١٧م) على أهمية الحالة البدنية والوظيفية للاعب كرة القدم والتى تشير لمستوى القدرات البدنية الوظيفية وتعد أحد مكونات الحالة الرياضية التى يتوقف عليها مستوى الحالة المهارية والخططية، فهى حجر الزاوية والأساس لبناء لاعب كرة القدم قديماً وحديثاً. (٧ :٣٠٣)

كما يؤكد أبو العلا أحمد عبد الفتاح(٢٠١٠م) على أهمية القدرات البدنية فى عمليات الانتقاء خاصة في المراحل الأولى، حيث يراعى التركيز علي الصفات البدنية الأساسية التي تتطلبها طبيعة النشاط ، ويعتبر نمو الصفات البدنية من المؤشرات العامة في عملية الانتقاء خاصة في المراحل الأولى ، وتهدف الاختبارات في هذه المرحلة إلي تحديد الناشئين الذين يتميزون بمستوى عال في نمو صفاتهم البدنية بالنسبة لأقرانهم . على أساس أنهم سيكونون أكثر تفوقا في المستقبل.(٣ :٢٨)

كما يؤكد وليامور (Wilmore J-٢٠٠٠ ) الى اهمية تحديد مستوى كفائة الحالة البدنية – الوظيفية وضرورة التركيز عليهما عند اجراء عملية الانتقاء.(٨٨ :٩٥)

ويتفق كلا من كليمنتي واخرون Clemente et al.٢٠١٣))، سارمينتو واخرون ( Sarmento et al.٢٠١٤)، بوتيك واخرون (Botek et al.٢٠١٤)، كليمنتي واخرون(Clemente et al.٢٠١٧) ) ، دراجيجسكي واخرون (Dragijsky et al.٢٠١٧)، دراجولا واخرون (Dragula et al.٢٠١٧)، مالى واخرون (Maly et al. ٢٠١٨)، باريت واخرون (Barrett et al. ٢٠١٨) على أهمية اللياقة بمفهومها الحديث والمتضمن للياقة العضلية واللياقة

الوظيفية (لياقة الطاقة) حيث يعتمد تفوق لاعب كرة القدم فى العديد من الجوانب المهارية والتكتيكية والنفسية بشكل كبير على مكونات كلاً من اللياقة العضلية واللياقة الوظيفية.(٤٣: ٦٨٩-٦٧٨)(٨٠: ١٨٤٣-١٨٣١) (٤٢ :١٥٥-١٦٣)(٤٧: ٥٠- ٥٧) ( ٤٨: ١٢)(٦٩: ٨٣-٩٠) (٣٦: ٢٩٧-٣٠٣)٣٠٣)

وفى هذا الصدد يتفق كل من أبو العلا عبد الفتاح (٢٠٠٣م)، (امرالله البساطى:٢٠٠١) ، صالح عبد العزيز الربع (٢٠٢٠م) على تطور مفهوم اللياقة البدنية كثيرا في السنوات الاخيرة وظهر الاهتمام بمصطلحى اللياقة العضلية ولياقة الطاقة والمتضمن للياقة الهوائية واللياقة اللاهوائية كمفهوم جديد ، حيث يحتويا فى مضمونهما على القدرات البدنية على إعتبار تدريب كل واحدة منها يرتبط فى الأصل بمحددات خاصة لميكانيزم نظم إنتاج الطاقة الهوائية واللاهوائية وكفاءة العضلات العاملة وتداخلهما معاً لإنجاز مختلف الاداءات الحركية.(٤ :٢٠٦-٣١٠) (٦ :٣٧-٤٢)(١١ :٢٢٢)

ويشير كل من هارش واخرون (Harsh et al-٢٠١٧)،فايتكيفيسى واخرون ( Vaitkevicius et al-١٩٩٣)، توماس رايليThomas Reilly ( -٢٠٠٧) مفهوم اللياقة الهوائية (Aerobic Fitness) بقدرة الجسم على نقل واستخدام الأكسجين، أى قدرة اجهزة الجسم الوظيفية على تلبية متطلبات الاداءات الحركية (المجهود) التى تستمر لفترات طويلة (زمن المبارة) على التمثيل الغذائي الهوائي لاستخراج الطاقة، وتعرف "بقدرة الجهاز الدورى التنفسي والقلب على إمداد واستخلاص واستخدام العضلات للأكسجين"،ولذا يعد الحد الاقصى لاستهلاك الاكسجين ($VO^2MX$) أثناء اداء النشاط معيار للحكم على مستوى اللياقة الهوائية والتى يمكن التعبير عنها بمستوى التحمل الهوائى.(٥٥ :١٣٥)(٨٦ :١٤٥٧-١٤٦٠)(٨٣: ١١)

ويعرفه الاتحاد الدولى لكرة القدم (FIFA-٢٠١٥) بـ" قدرة نظام الطاقة الهوائى للاعب على الاستمرار فى توفير الطاقة اللازمة أثناء الاداء طوال زمن المباراة" ووبشيرلأهمية التحمل الهوائى فى تميكن لاعبي كرة القدم من الحفاظ على إنجاز عوامل الأداء (البدنى والمهارى والخططى) بوتيرة عالية أطول فترة ممكنة خلال زمن المباراة.(٨٨ : ٢٢-٣٧)

ويعرف فيل ديفيز ( Phil Davies-٢٠٠٥) "القدرة على الاستمرار فى تنفيذ الاداءات الحركية المختلفة بمعدل عالى خلال اللعب لفترات طويلة". و يؤكد على أهمية التحمل الاهوائي فى سرعة تحقيق التعافي وتعزيز الثقة بالنفس والشعور بالانتعاش عند اداء المهارات ، حيث يزيد من من قدرة اللاعب على تحمل اللاكتيك مع تنفيذ الاداءات لفترات طويلة وفق طبيعة المبارة التى تتطلب استمرار قيام اللاعب بالجرى المتنوع الشدة صعودا وهبوطا على طول الملعب دون راحة.(٧٥ :٢٠)

ويشير مفهوم اللياقة اللاهوائية ( Anaerobic Fitness) لقدرة الاجهزوالوظيفية والعضلات فى العمل لفترت تتروح مدتها من ٥ ثواني إلى أقل من دقيقتين فى إطار إنتاج الطاقة اللاهوائية (ATB-BC). أى القدرة على اداء حركات متغيرة الشدة وغالباً تكون الشدة عالية (إنفجارية قصيرة) لايستطيع القلب أن يجهز أوكسجين كاف فى الحين الذى ينتج فية ويزيد تراكم حامض اللاكتيك. (٨ : ٦٣)(١٤ : ٩١)

ويعتمد إنجاز الاداءات الحركية فى كرة القدم والتى تتسم بالسرعة (بالشدة) كما فى العدو للاستحواز على الكرة والوثبات وتكرار الجرى السريع مع تغيير الاتجاهات والتى تتميز بها طبيعة النشاط فى كرة القدم على مستوى اللياقة اللاهوائية. (٥٥ :١٣٦)(٧٦ :٨)

وتتطلب نشاطات اللعب فى كرة القدم من اللاعبين نوبات شدة تطلب طفرات من إنتاج الطاقة اللاهوائية، وتتمثل هذه النشاطات فى سرعة وتكرار العدو وتغير الاتجاهات والوثبات وضربات الكرة ومنع الخصم من التصويب والصراع على الكره .... الخ، ويتطلب هذا من اللاعب قدرة لاهوائية تمكنه من أداء تلك النشاطات فى الوقت والمكان المحدد طبقاً لمقتضيات اللعب، ولذا تعد السرعة من أهم العناصر البدنية المهمة التى ترتبط بإنجاز الاداءات البدنية والمهارية والخططية خلال المباريات فى كرة القدم.(٧ :٢٧، ١٩٣) (٦٥ :٣٠، ٥٢، ٦٢)(١٨ :١١٩-١٢٠)

ويتفق كل من كارلين وأخرون ( Carling et al-٢٠١٢)، والاس و نورتون (Wallace& Norton-٢٠١٤) على أن المبارة فى كرة القدم تتميز بطابع أداء سريع وأصبحت في السنوات الأخيرة وعلى مدار العقدين الماضيين من الأنشطة عالية الكثافة-الشدة (٣٩ :٣٢٥-٣٣٦) (٨٩ :٢٢٣-٢٢٨)، والتى تتطلب التركيز أكثر على تنوع نوبات الاداء العنيفة والعالية كما فى العدو السريع (السرعة) مع تغيير الاتجاهات (الرشاقة) و تكرارذلك (تحمل السرعات).(٥٤ : ٩٠١-٩١٢)

ويشير امرالله البساطى (٢٠١٧م)، جواو ريبيرو واخرون (Joao Ribeiro et al-٢٠١٩) على زهير النعمان (٢٠٠٩م) لوبيز سيغوفيا واخرون (Lopez-Segovia et al- ٢٠١١) ومانويل سيغوفيا واخرون ص٢٠١-٢١٠ (Manuel Segovia et al-٢٠١٤) مانويل سيغوفيا واخرون ( Manuel Segovia et al-٢٠١٤) للياقة العضلية (Muscular fitness) بالقدرة على أداء العضلات للمهام الحركية بكفاءة وفعالية والتى يتتطلب إنجازها القوى القصوى أو القوة المميزة بالسرعة أو تحمل القوى مع وجود قدر من المرونة العضلية الذى يسمح بتحقيق مستوى عالى من الانجاز(الاطالة العضلية)، وتعد القوة المميزة بالسرعة (القدرة) أكثر أنواع القوة إستخداماً فى كرة القدم (٧: ١٠٧، ١٠٨) (٥٨: ١-٢٧) (١٤ :٣) (٦٧ :١٣٥-١٤٤)( ٧٠: ٢٠١-٢١٠) ، وتعد القدرة أو القوة المميزة بالسرعة ( Power or Explosive Strength) أحد مكونات القوة العضلية والتى تشير إلى عملية التسارع أو معدل إنجاز القوة وتعرف بـ "قدرة الجهاز العضلي العصبي على إخراج القوة بأقصى بسرعة". (٨٣: ٤-١٣)

ويعتبر ستولن وآخرون ( Stolen et al-2005)، ايمانويل واريك ( Emmanuel& Eric ٢٠٠٢) القوة المميزة بالسرعة والممثلة فى الوثب العمودي أحد مؤشراتالأداء فيما يتعلق بتحديد المواهب وتقييم الأداء البدني.(٨٢ : ٥٠١-٥٣٦) (٤٩ :٧٠٢)وفى كرة القدم يشير على زهير النعمان (٢٠٠٩م) و ضياء الدين جواد (٢٠١٨م) الى أن القوة المميزة بالسرعة تعد أحد أنواع القوة الأكثر إستخداما خلال المبارة نظراً لما يتطلبه الاداء المهارى والخططى بسرعة عالية وقوة فى نفس الوقت. (١٤ :٣)(١٣ ٢٧:-٢٨)

ويؤكد كلا من جواو ريبيرو واخرون ( Joao Ribeiro et al-٢٠١٩)،لوبيز سيغوفيا واخرون (Lopez-Segovia et al- ٢٠١١)، مانويل سيغوفيا واخرون(Manuel Segovia et al-٢٠١٤)

على أن القوة المميزة بالسرعة فى كرة القدم تلعب دورا بالغ الأهمية فى إنجاز أداء اللاعب خلال المباراة بصفة عامة نظراً لطبيعة آداء النشاط خلالها بشكل متقطع والذي يزداد فيه الطلب على الاداءات الانفجارية، حيث ترتبط القوة العضلية بالسرعة فى أداء الجرى السريع والوثب لضرب الكرة بالرأس والتصويب أو أداء الحركات متعددة الاتجاهات ، ومن ثم

إحتياج اللاعب لها فى كثير من مواقف اللعب أثناء المباريات (٥٨: ١٠٧- ١٠٨)(٦٧: ١-٢٧)(٧٠: ١٣٥-١٤٤)

وتعد المرونة العضلية (Flexibility) واحدة من المكونات الرئيسية للياقة العضلية ، وأحد المكونات الأساسية للأداء في معظم الألعاب الرياضية ، وهى تعبر عن قدرة العضلة على الامتطاط إلى أقصى مدى لها.(٦٤ :٣-١٧)

ويعرف امرالله البساطى (٢٠١٧م) المرونة " بكفاءة وقدر المفاصل فى تحقيق أقصى مدى حركي" أو "الحرية فى حركة المفاصل". وفى حال عدم توافرها يصبح من الصعب تحقيق القوة العضلية اللازمة لإنجاز أى أداء حركى .(٧ : ١٤٢)

ويتفق كلا من جارسيا واخرون ( Garcia et al-٢٠١٥)، نينومى ( Nunome et al-٢٠٠٦) على أن المرونة أحد العوامل المحددة لمستوى إنجاز المهارات المختلفة خلال المباراة فى كرة القدم، و تظهر جالية فى أداء جميع مهارات اللاعب ، وقد يؤدي ضعف نطاقات الحركة (المرونة) إلى تقييد الاداء الفنى المحددة وتقليل أداء اللاعبين . (٥٢ :١٢٩٣-١٢٩٧ ) (٧٥ :٥٢٩-٥٤١ ) (٧ :١٤٣)

ومن خلال المسح المرجعى يتفق كل من إبراهيم شعلان (٢: ٢١-٢٢)، محمد رضا الوقاد (٢٠٠٣: ١١٨-١٢٤)، امرالله البساطى (٧ : ١٦،٩٣- ٢٢٧ ) (٦ : ٣٩-٤٤)، حسن السيد ابو عبده (١٠ :٣٧)، محمود احمد ابو العينين (٢٥ :٧٣)،محسن بسيونى النحريرى (١٨ :٧٨)، ديباركريم نجم (١١ :٧١ )، ياسر طه صلاح (٣١ :١٣)، (١٦: ٧-١٠)،مفتى ابراهيم حماد(٢٨ :١٨)،ابراهيم مجدى صالح (١ :٣)، بومبا ومشيل-Bompa& Michael (٨٥ : ٦٧-١٩٥) ،جورج جاتز - Greg Gatz (٥٣ :١-٨) ، الين وود – allen wood (٣٣ :١٢٦)،بل واتسون- bill Watson (٣٧ :٦)، كارل هانز هيدرجوت- karl Heinz (٥٩ :١١-١٣)،جرج بم – garg beim(٥٢ :١٩٤-٢٢٠)، نوفيش وتيلر- Novich & Taylor (٣٧ :٩٦)،كين جونز-kin Janes (٦٣: ٨)، ديتليف بروجمان- Detlev Brueggemann (٤٥ :١٥٧-١٥٨)، كريس ساوارد واخرون - Chris Saward et al (؟؟؟: ١-٧)، أنتوني تيرنر واخرون- Anthony Turner et al ( ؟؟:٢٩-٣٩)، كريستوفر فيليب واخرون – Christopher Philip (٤١ :٢٥-١٥٩)، ريكلوفيل وآخرون - RicLovell et al (٧٧: ١-١٢ )، أنتوني تيرنر و سكوت وكر - Scott Walker & Anthony Turner (٣٤ :٢٩-٣٠)، ميركوف واخرون - Mirkov (٧٢ :١٠٤٦-١٠٥٠)، دي ماسيو - Di Mascio (٤٦ :٣٥٣٨-٣٥٤٥)، توماس رايلي ومارك ويليامز - Thomas Reilly& Mark Williams (٨٤ :٤) ، ديتليف بروجمان - Detlev Brueggemann (٤٥ :١٥٧-١٥٨) ،مالكولم كوك- Malcolm Cook (٦٨ :٩١-٩٢)، دارين بيتفيلد - Darren Bitfield (٤٤ :٦)، مارك بريجز -Marc Briggs (٧١ :٧)، أييل واخرون– Ayele et al (٣٥ :٢-٣)، كين شيري و أنتوني جون Anthony John & Ken Sherry & - (٦١ :٩)، ريان الكسندر - Ryan Alexander (٧٩ :٧-٤٠)، فيل دافيدز - Phil Davieds(٧٥ :٥-١١٨). جايسون واخرون - Jason ET al (٥٧ :٣٧٩)، ألبيرتو ومارتن - AlbertoL Villanueva & Martin Buchheit (٣٢: ١٥٠٣-١٥٠٨)، كيفن ماكشين- Kevin McShane (٦٢ :٩٢)

على أن الاداء فى كرة القدم له طبيعته الخاصة من حيث زمن المباراة ومايتخللها من أداءات حركية

متنوعة فى شكل ومستوى الانجاز، وتعتمد بشكل اساسى على إمتلاك اللاعب لمجموعة من المكونات أو القدرات البدنية والوظيفية والتى تتمثل فى كلا من : التحمل الهوائى. تزايد السرعة.السرعة.تحمل السرعة. الرشاقة.القدرة العضلية (القوة المميزة بالسرعة).المرونة.

ويطلق مصطلح الناشئ فى المجال الرياضى بصفة عامة على الصغار من الرياضيين ( Young Athletes - Junior Athletes) ،وترتبط تلك المصطلحات بالمراحل العمرية للرياضيين، حيث يهدف تدريب الناشئين إلى إعداد وتهيئة الناشئ للمستويات الرياضية العالية وفق خصائص مرحلته السنية التى ينتمون اليها وقدراتهم التى تميزهم عن غيرهم. (٣٠ :١٣٥-١٣٦)

ويوضح تيودور بومبا ومايكل كاريرا ( Tudor Bompa& Michael Carrera-٢٠١٥) أن الدراسات تشير لأهمية المرحلة العمرية من ١٠: ١٣ سنة كبداية للمشاركة فى الالعاب الجماعية بصفة عامة، وفى سن ١٤ سنة تبدأ الخصوصية، حيث تبدأ القدرات البدنية والوظيفية أكثر وضوحاً فى الفترة من ٦: ١٠ سنوات (سن بدايات البلوغ) وتعزز وتتطور خلال الفترة العمرية من ١١: ١٤ سنة (سن البلوغ) والتى تعرف بمرحلة التكوين أو التشكيل ، .(٨٥ : ٧، ١٠، ٢٢-٢٣،٢٦- ٢٩)

ويؤكد كيلفن جيلز واخرون ( Kelvin Giles et al- ٢٠٠٥) على أهمية الفترة من ١٠: ١٤ سنة،حيث تتحقق خلالها أعلى معدلات للنمو وتكون اكثرها زيادة عند البنين فى عمر ١٤ سنة.(٦٠: ٢١-٢٣)

ويشير فرانك بايك (Frank Pyke-٢٠١٢) الى أن الفترة من ١٣: ١٤ سنة فترة مناسبة لأداء الإختبارات وتقييم الرياضيين بدنياً ،حيث يكون التركيز في هذه المرحلة على التعليم وتوفير أساس المعرفة والخبرة لمزيد من الاختبارات المتقدمة التي يتم إجراؤها في السنوات اللاحقة.(٥٠: ١٥،٧٠-٩٤) ص١٥٠ ٧٠- ٩٤

ويشير تيودور بومبا وميشيل( Tudor Bompa& Michael-٢٠١٥)لأهمية إستخدام الإختبارات كالأداة لمراقبة تطور القدرات البدنية والحكم على المستوى خلال العملية التدريبية. (٨٥ :٥٥-٥٦)

كما يشير جورج جاتز (Greg Gatz-٢٠٠٩) للاختبار فى كرة القدم بـ"الوسيلة التى تعطى المدرب المعلومات الاساسية لتقدير مستوى اداء اللاعب بدنيا ومهاريا فى نفس الوقت".(٥٣: ٩)

ويشير محمد صبحى حسانين (٢٠٠١) وليونا تايلرLeona Tyler) -١٩٧٩) لإستخدام الاختبارات كوسيلة من وسائل القياس لتحديد الفروق الفردية والفروق بين بين الافراد والجماعات (Inter-Individual & Group) من خلال مقارنة الفرد بغيره فى نفس الفئة العمرية والمجال بهدف تحديد مركزه النسبى فى المجموعة(٢٢: ٣٧-٣٩) (٦٦ :٢٠-٢٥)

وتكمن أهمية وضع مستويات معيارية لمكونات اللياقة البدنية للناشئين لناشئى كرة القدم (تحت ١٤ سنة) بدولة الكويت فى تزويد القائمين على عمليات التدريب والاعداد بالمعلومات عن الوضع البدني الوظيفى للناشئين الذى يساعد فى انتقاء اللاعبين وتقدير مستويات الإنجاز وتقويم وتصميم البرامج التدريبية.

وتتطلب أعداد المعايير والمستويات تحديد الاختبارات المطلوبة وشروط تطبيقها وتعليماتها واختيار العينة التى تمثل المجتمع تمثيل دقيق (عينة التقنين)، حيث تعد النتائج التي نحصل عليها من تطبيق

الاختبارات والقياسات ماهي إلا أرقام لامعنى (الدرجة الخام ) أو مايعرف بالنتيجة الأصلية المشتقة من تطبيق الاختبارات قبل أن تعالج إحصائيا ، ولذا يجب التعامل إحصائيا لتحويل الدرجة الخام إلى درجة معيارية لتصبح وسيلة من وسائل المقارنة والتقويم تعكس المستوى الراهن للفرد وتأخذ الصيغة الكمية ، لتمثل أساس للحكم على الظاهرة من الداخل وهى بذلك تشير لمركز اللاعب بالنسبة للمجموعة التى ينتمى اليها ( ما مدى بعد الفرد عن متوسط المجموعة التي ينتمي أليها .

**الدراسات المرتبطة والمشابهة**:-

- دراسة روش وآخرون (٢٠٠م)(٧٨) :تقييم وتقويم الأداء فى كرة القدم. الهدف من هذه الدراسة تطوير بطارية اختبار معيارية لتقييم الأداء البدني للاعبي كرة القدم. وقد تم تصميم بطارية الاختبار بحيث ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالنشاط الطبيعي للاعب كرة القدم، وقد توصلت نتائج الدراسة الى أن بطارية الاختبار أداة مجدية لتقييم كل من الأداء البدني ومهارات كرة القدم، ويوصى بضرورة وجود ملف شخصى للمدرب لكل لاعب وتحليل مايتعلق بالقيم المتوسطة للفئات العمرية المماثلة للتقييم الموضوعي.
- دراسة إنجن فجورتوفت وآخرون (٢٠١١م)(٥٦): بطارية اختبار وظيفية لقياس اللياقة البدنية للأطفال بين ٥ إلى ١٢ عامًا.الهدف من هذه الدراسة هو تقدير الاتساق الداخلي وصلاحية البناء وموثوقية الاختبارات المكونة لبطارية اختبار لقياس اللياقة البدنية للصغار. استخدم الباحثون المنهج المسحى الوصفي بتطبيق اختبارات اللياقة البدنية على الفئات العمرية من ٥ إلى ١٢ عامًا. وتضمنت البطارية تسعة إختبارات لقيس اللياقة البدنية وهى : الوثب العريض ، والوثب لمسافة ٧ أمتار في بالقدمين ، الوثب لمسافة ٧ أمتار على قدم واحدة ، ورمي كرة تنس بيد واحدة ، ودفع كرة طبية بيدين ، وتسلق قضبان الحائط ، الجرى المكوكي ١٠ × ٥ أمتار ، والعدو لمسافة ٢٠ مترًا ، و اختبار كوبر مخفض (٦ دقائق) وبلغت عينة البحث ١٩٥ طفلاً ممن تتراوح أعمارهم بين ٥-١٢ عامًا، من ٤ مدارس في النرويج. واوصت الدراسة بضرورية تحديد معايير خاصة بالعمر والجنس و مزيدًا من التطوير لبطارية الاختبار.
- دراسة معروف قادر كوران (٢٠٠٧م)(٢٧): تصميم و بناء بطاريتي اختبار لبعض عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية كمؤشر لاختيار ناشئي كرة القدم لفرق المدارس المتوسطة لمدينة أربيل. الهدف من هذه الدراسة تصميم بطاريتي اختبار ومستوياتها المعيارية لبعض عناصر اللياقة البدنية و المهارات الأساسية لناشئي فرق المدارس المتوسطة لكرة القدم لفرق المدارس المتوسطة بمدينة أربيل ،وكانت اهم النتائج هو استخلاص بطارية اللياقة البدنية والمتضمنة للاختبارات التالية ( ثني الجذع أمام أسفل من الوقوف لقياس المرونة،الجري ٥٠ متر لقياس السرعة، وثنى الجذع من الرقود البطن لمدة٣٠ ثانية التحمل العضلى، الركض ١٠٠٠ متر لقياس التحمل الدوري التنفسي)،أما المهارات الأساسية هى (التمريرعلى المربعات ، التصويب لى الدائرة من مسافة ،السيطرة على الكرة داخل دائرة قطرها ٢م ،الجرى بالكرة بين الشواخص ).
- دراسة ميركوف دراغان وآخرون (٢٠٠٨م)(٧٢):تقييم موثوقية الاختبارات الميدانية الخاصة بكرة القدم.

- هدفت هذه الدراسة فحص صلاحية الاختبارات الميدانية الخاصة بكرة القدم قيد الدراسة. وقد أجريت الدراسه على عشرون من لاعبي كرة القدم المحترفين ،وتم اداء كل اختبار ثلاث تجارب متتالية لاختبار( اختبار أداء رمي الكرة لابعد مسافة،ركل الكرة بالقدم لابعد مسافة ،العدو السريع ١٠ أمتار ، و ٢٠ مترًا من الوضع المتحرك- الطائر، والجري ٥ × ١٠ متر لتحمل اللاهوئى، والجري المتعرج بالكرة وبدونها ، ومؤشر المهارة (أي نسبة الجري المتعرج بدون الكرة ومعها). واوصى الباحثون باستخدام الاختبارات وتوسيع نطاقها لجميع الاعمارلتقيم مستوى اللاعبين بصفة عامة والاختيار المبكر للرياضيين الشباب.

- دراسة سكوت وأنتوني (٢٠٠٩م)(٨١): بطارية اختبار ميداني ليوم واحد لتقييم السعة الهوائية اللاهوائية والسرعة والرشاقة للاعبي كرة القدم.

- هدفت هذه الدراسة تحديد مكونات بطارية لاختبارات ميدانية صالحة للتنفيذ خلال يوم واحد خاصة بكرة القدم ، لقياس السعة الهوائية واللاهوائية والسرعة والرشاقة. وقد استخلص الباحثان من دراستهما الى تحديد الاختبارات التالية: العدو لمسافة ١٠م (تزايد السرعة)، العدو من ١٠: ٣٠م (السرعة الانتقالية)، ٥× ١٠م (تحمل السرعات) ، الجرى الزجزاجى بدون كرة(الرشاقة) وبالكرة ،مؤشر المهارة. يويوالمتقطع (٢٠م) (الحد الاقصى لاستهلاك الاكسجين)، وأوصت الدراسة بمزيد من بطاريات الاختبار الميدانية مع مرعاة أماكن تنفيذها.

- دراسة أنتوني تيرنر وآخرون (٢٠١١م)(٣٤):

- بطارية اختبار لتقييم اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم.

- هدفت هذه الدراسة وضع بطارية اختبار لتقييم مستوى اللياقة البدنية لاعبي كرة القدم. من خلال تحليل الدراسات والمعلومات المتعلقة بالمتطلبات البدنية والاختبارات الميدانية والمعملية الخاصة باللياقة البدنية للاعب كرة القدم وقد توصل الباحثون الى تحديد بعض العوامل لتقييم اللياقة البدنية وهى: القياسات الأنثروبومترية – الوثب العمودى (القوة المميزة بالسرعة) - مؤشر القوة - 1RM (القوة القصوى)- قفزة القرفصاء (القدرة على تحمل الوثب)–

YYIR Yo-Yo المتقطع-٢٠م (الحد الاقصى لاستهلاك الاكسجين).

- دراسة مزيان بوحاج (٢٠١٢م)(٢٦) : بطارية اختبارات لتقويم بعض القدرات البدنية والمهارية أثناء انتقاء لاعبي كرة القدم من ١٧: ١٩ سنة. الهدف من هذه الدراسة هو التقويم البدني والمهاري من خلال بطارية اختبارات لانتقاء لاعبي كرة لبيان دور الجانب العلمي في عملية الانتقاء، وتضمن البطارية الاختبارات التالية (١٥٠٠م ، اختبار الوثب العريض ، اختبار رمي الكرة الطبية باليدين ، اختبار ٥٠م عدو لقياس السرعة ، اختبار الوثب العمودى ، اختبار القفز المتكرر للأعلى، اختبارالجلوس من الرقود ، اختبار٢٠٠م لتحمل السرعة ، اختبار الجري الزجزاجى ، اختبار ثني الجذع من الوقوف ، الاختبارات المهارية واشتملت على عشرة اختبارات هي )الجري بالكرة ، إخماد الكرة ، رمية التماس ، التصويب على المرمى ، ضرب الكرة بالقدم لأطول مسافة ، ضرب الكرة وهي في لهواء بالقدم لأطول مسافة ، الاستحواذ على الكرة في منطقة ٦ أمتار، قطع الكرة من الخصم ، الضربة الركنية، ركل الكرة نحو هدف مرسوم على الحائط. ومن أهم النتائج التى تم

التوصل إليها هي صلاحية استخدام بطارية الاختبارات لتقويم قدرات اللاعبين .

- دراسة ببوشة وهيب، ميم مختار، بن قوة علي (٢٠١٨م)(٨) : تحديد مستويات معيارية على ضوء بطارية اختبار مقترحة لانتقاء وتوجيه المواهب الناشئة في كرة القدم. تهدف هذه الدراسة تحديد مستويات معيارية على ضوء بطارية اختبار ومؤشرات لإنتقاء وتوجيه المواهوب الشابة كوسيلة علمية لتسهيل إنتقاء ممن تتوفر فيهم مقومات اللاعب الموهوب من الناحية الفيزولوجية والبدنية وبعض القياسات الجسمية في كرة القدم، حيث أنجز هذا البحث على عينة قوامها ٢٩٠ لاعب من ناشئي تحت ١٣ سنة ضمت ١٤ فريق لأندية الغرب الجزائري، وذلك بإستخدام المنهج المسحى وتوصل الباحثون للمستويات المعيارية المحددة للإختبارات المقترحة ووجود تباين في مستويات الناشئين ، وعليه تم التأكيد على ضرورة العمل بالمعايير المقترحة والتي تعد دعما علميا للملاحظة الميدانية لتسهيل هذه العملية خدمة لكرة القدم الجزائرية.

وتلقي الدراسات السابقة الضوء على كثير من الجوانب التي ترتبط بالدراسة الحالية ومن خلال العرض السابق للدراسات العربية والأجنبية وبنأ على ما تناولته تلك الدراسات بصفة عامة من إتفاق واختلاف وتنوع نتائجها، فقد تم صياغة أهداف الدراسة وهى تحديد أهم المكونات البدنية الوظيفية الخاصة بلاعبى كرة القدم ومستوياتها المعيارية لناشئى كرة القدم تحت ١٤ سنة بدولة الكويت.

**أهداف البحث** :**يهدف البحث الى**:-

- تحديد مكونات الياقة البدنية للناشئين الخاصة بناشئى كرة القدم (تحت ١٤ سنة) بدولة الكويت.
- تحديد الاختبارات الخاصة بمكونات اللياقة البدنية لناشئى كرة القدم (تحت ١٤ سنة).
- وضع مستويات معيارية لمكونات اللياقة البدنية لناشئى كرة القدم (تحت ١٤ سنة) بدولة الكويت.

**تساؤلات البحث**:

- هل توجد مكونات خاصة للياقة البدنية لناشئى كرة القدم (تحت ١٤ سنة) .
- ماهى الاختبارات الأكثر مناسبة لقياس مكونات اللياقة البدنية لناشئى كرة القدم (تحت ١٤ سنة).
- ماهى المستويات المعيارية لنتائج إختبارات مكونات اللياقة البدنية لناشئى كرة القدم (تحت ١٤ سنة) بدولة الكويت.

**إجراءات البحث** :

- استخدم الباحث المنهج المسحى الوصفى لتناسبه مع طبيعة الدراسة.

**مجتمع البحث**:

يمثل مجتمع البحث لاعبي كرة القدم تحت (١٤) سنة بأندية الكويت لموسم ٢٠٢٠م/٢٠٢١م والمسجلة بالاتحاد الكويتى لكرة القدم وهم خمسة عشر نادى (التضامن، الجهراء،كاظمة ،الساحل،السالمية،الشباب ،الصليبخات، القادسية،ا لفحيحل،العربى،الكويت،اليرموك،النصر،برقان، خيطان)، والبالغ عددهم (٢٤٣) لاعباً من واقع السجلات مرفق (؟؟)، وعدد (٣٦) لاعباً لمنتخبات المناطق التعليمية الستة للمرحلة المتوسطة (الغير مسجلين بالاندية)، وهى منتخبات منطقة (منطقة الاحمدى، منطقة الجهراء، منطقة الفروانية، منطقة مبارك الكبير، منطقة حولى، منطقة العاصمة).

**عينة البحث**:

تم اختيارعينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبى الاندية ، ومنتخبات المناطق التعليمية المختارة (ستة مناطق تعليمية) ، وبلغ عدد لاعبى الاندية (١٦١) لاعباً ،وعدد (٣٠) لاعبا من منتخبات المناطق التعليمية الغير مسجلين بالاندية لعدم حدوث إذدواجية فى القياس ، حيث بلغ إجمالى عدد العينة الاساسية (١٩١)لاعباً بنسبة (٦٨.٥%) من مجتمع البحث تقريباً ، و(٣١) لاعباً عينة إستطلاعية من مجتمع الدراسة وغير عينة البحث الأساسية للتحقق من المعاملات العلمية للإختتبارات المرشحة والمبينة .

**موصفات عينة البحث**:

يبين الجدول (١) متغيرات مواصفات عينة البحث من حيث الطول والوزن والعمر

**جدول (١)**

**متغيرات مواصفات عينة البحث**

(ن = ١٩١)

| البيان المتغيرات | م±ع |
|---|---|
| الطول (سم) | 157.84 ± 3.165 |
| الوزن (كجم) | 49.82 ± 4.572 |
| العمر (شهور) | 157.84 ± 3.163 |

- المجال الزمني:

تم إجراء الدراسات في الفترة من السبت الموافق ١٠ /١٠ / ٢٠٢٠م إلى الخميس الموافق ٢٢ / ١٠/٢٠٢٠م.

الاختبارات:

بعد إجراء عملية المسح المرجعى ورأى الخبراء بالبحوث والمراجع العلمية المتخصصة والمرتبطة بكرة القدم (٤٢ مرجع وبحث) Chris Saward et al (2020)، Ryan ،Di Mascio, et al (2020) ،David Bu et al (2019)،Alexander (2020) ، أمرالله احمد البساطى (٢٠١٧) ، محمد زروال (٢٠١٧)،أمرالله البساطي ، aljinder&Dalwinder (2016)،Christopher &Towlson (2016)، Malcolm ،Ayele W, & Biruk A (2015) Marc ، RicLovell et al (2015)،Cook(2015) Anthony Turner et al ،Briggs (2013) (2011)، Darren ،Tonnessen, et al ( 2011) Greg Gatz (2009) ، Bitfield(2010) Anthony A & ،L am Wong et al (2009) ، Detlev ،Scott W (2009) Mirkov et al ، Brueggemann(2008) (2008)، Phil ، Donald T. Kirkendall(2007)، Jason S et al (2003) ،Davieds (2005) Ken ،Thomas R &Mark W (2003) ، Anthony JS(2002) & ،أمرالله احمد البساطى (٢٠٠١)، & Mick C Roger W(2000) ، Raymond Verheijen (١٩٩٨) ، ،محمد عبده صالح الوحش & مفتى ابراهيم حماد (١٩٨٥)، Karl Heinz heddergoot (١٩٨٧) ،نادر شلبى (١٩٨٤م)،Novich & Taylor (١٩٨١) ،محسن النحريرى (١٩٧٩م)، تم تحديد أهم المكونات البدنية الوظيفية جدول () والتى حصلت على عدد تكرارات فوق ٥٠% ، والاختبار المناسب وفق أعلى تكرار لكل مكون من المكونات جدول (٤) وهى على النحو التالى:-

- إختبار الوثب العمودى من الثبات (verticaljump test) لقياس القوة المميزة السرعة للرجلين.
- إختبار العدو ٣٠ متر ((Sprint 30 meters
- ٢٠م سرعة من الاقتراب ١٠م لقياس تزايد السرعة والسرعة.
- إختبار ثنى الجذع أماً اسفل ( Stand and reach test) لقياس المرونة.
- إختبار ٥× ٣٠ متر مع ٣٠ ث راحة ( Sprint 5 x 30 m rest 30s)
- لقياس تحمل توالى السرعات (تحمل السرعة).
- إختبار بارو(Barrow) المعدل لقياس الرشاقة.
- إختبار يويو للتحمل ( Yo-Yo Endurance Test) لقياس الحد الاقصى لإستهلاك الاكسجين (VO²Max).

المعاملات العلمية للاختبارات:

أولاً: الصدق: لاستخراج (صدق الاختبارات) قام الباحثون بعرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء وبذلك حصل الباحث على صدق المحتوى أو المضمون، وبخصوص إختبار بارو المعدل (Barrow) تم التحقق من صدقه بعد التعديل من خلال معامل إرتباط بيرسون بين نتائج تطبيقه على العينة الاستطلاعية ونتائج إختبار الينوس على نفس العينة ،وقد بلغ معامل الارتبط (٩.٢٣) وهو معامل إرتباط عالى، وهذا يعنى صلاحية الاختبار لنفس القياس (الرشاقة)، حيث يتم قياس الزمن من خط البداية عند ركن المربع وحتى خط النهاية عند الركن المقابل وليس عند نقطة البداية ليتناسب مع المرحلة العمرية.

وللتأكد من صدق الاختبارات المرشحة جميعها للتطبيق قام الباحث بحساب معامل الصدق عن طريق تطبيق الاختبارات على عينة استطلاعية و استخدم الباحثون (طريقة المقارنة الطرفية) بين الارباع الاعلى لمجموعة المستوى المرتفع والارباع الادنى لمجموعة المستوى المنخفض والتي احتسبت باستخدام قانون (ت) للعينات المتساوية والغير مرتبطة، كما تم استخدام الصدق الذاتي عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات، كما موضح بجدول (٢).

**جدول (٢)**

**دلالة الفروق بين الإرباعين الأعلى والأدنى والصدق الذاتي في اختبارات المتغيرات البدنية قيد البحث**

**(ن=١٦)**

| م | المتغيرات البدنية | الإرباع الأعلى (ن=٤) | | الإرباع الأدنى (ن=٤) | | قيمة (ت) | مستوى الدلالة | الصدق الذاتي |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | | | |
| 1 | الحد الاقصى لاستهلاك الأوكسجين | 54.68 | 2.55 | 46.09 | 0.66 | *6.51 | 0.001 | **0.99 |
| 2 | تزايد السرعة ١٠م | 3.91 | 0.28 | 2.79 | 0.20 | *6.52 | 0.001 | **0.97 |
| 3 | السرعة ٢٠م | 2.43 | 0.46 | 1.68 | 0.28 | *2.78 | 0.032 | **0.89 |
| 4 | تحمل السرعة | 5.89 | 0.28 | 4.98 | 0.13 | *5.87 | 0.001 | **0.99 |
| 5 | الرشاقة | 9.97 | 0.23 | 8.64 | 0.39 | *5.81 | 0.001 | **0.99 |
| 6 | الوثب العمودي | 46.50 | 1.73 | 29.00 | 3.83 | *8.33 | 0.000 | **0.99 |
| 7 | المرونة | 11.75 | 0.50 | 3.00 | 4.54 | *3.83 | 0.009 | **0.99 |

* قيمة (ت) الجدولية دالة عند مستوى معنوية (٠.٠٥)　　** قيم مرتفعة

يتضح من الجدول رقم (٢)،وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة الإرباع الأعلى ومجموعة الإرباع الأدنى، حيث أن قيمة(ت)المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥)،وتتراوحت قيم الصدق الذاتي ما بين (٠.٨٩، ٠.٩٩)،مما يدل على صدق الاختبارات قيد البحث.

ثانياً: الثبات: للتحقق من الثبات استخدم الباحثون معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، ثم إستخراج معامل الثبات، كما موضح بجدول (٣).

**جدول (٣)**

**دلالة معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني وقيم الثبات في المتغيرات البدنية قيد البحث**

**(ن=١٦)**

| م | المتغيرات البدنية | التطبيق الأول | | التطبيق الثاني | | معامل الارتباط | معامل الثبات | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | | | |
| 1 | الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين | 49.36 | 3.56 | 49.19 | 3.58 | *0.97 | **0.98 | 0.000 |
| 2 | تزايد السرعة١٠م | 3.27 | 0.45 | 3.25 | 0.25 | *0.95 | **0.97 | 0.000 |
| 3 | السرعة٢٠م | 2.02 | 0.37 | 1.92 | 0.46 | *0.66 | **0.80 | 0.005 |
| 4 | تحمل السرعة | 5.42 | 0.37 | 5.39 | 0.38 | *0.99 | **0.99 | 0.000 |
| 5 | الرشاقة | 9.26 | 0.55 | 9.21 | 0.56 | *0.99 | **0.99 | 0.000 |
| 6 | الوثب العمودي | 37.19 | 7.22 | 37.94 | 7.13 | *0.99 | **0.99 | 0.000 |
| 7 | المرونة | 7.94 | 3.96 | 8.87 | 3.91 | *0.97 | **0.98 | 0.000 |

* قيمة (ت) الجدولية دالة عند مستوى معنوية (٠.٠٥)

** قيم مرتفعة

يتضح من الجدول رقم (٣)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة الإرباع الأعلى ومجموعة الإرباع الأدنى، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وتتراوحت قيم معامل الثبات بين (٠.٨٠ ، ٠.٩٩)، مما يدل على ثبات الاختبارات قيد البحث.

## الخطوات التنفيذية للبحث:

لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث بالخطوات والاجراءات التالية:-

- الاطلاع على البحوث والدراسات والمراجع العلمية المرتبطة بالدراسة لحصر وتحديد المكونات البدنية الوظيفية للاعبى كرة القدم.
- حصر وتحديد الاختبارات المناسبة لكل مكون من المكونات البدنية.
- التحقق من توافر المعاملات العلمية للإختبارت المختارة للعينة قيد الدرسة والمرشحة من رأى الخبراء بالمراجع والبحوث المتخصصة للمرحلة العمرية الأقل من ١٤ سنة من خلال تطبيقها على عينة أستطلاعية غبر عينة البحث.
- تطبيق الاختبارات وعددهم ستة إختبارات على يومين على العينة الاساسية.
- معاجة النتائج إحصائياً لتحديد المستويات المعيارية.

المعالجة الإحصائية المستخدمة:

تم إعداد البيانات وتحليل النتائج من خلال التكرار،المتوسط الحسابي، الأنحراف المعياري، معامل الارتباط لبيرسون، الربيع الأعلى و الربيع الأدنى، إختبار "ت"، التحليل العاملى باستخدام برنامج spss.

## عرض ومناقشة النتائج:

## جدول (٤)

## المكونات البدنية للاعبى كرة القدم ونسب تكرارها بالمراجع والبحوث العلمية

| إسم المؤلف (المرجع / البحث) | المكونات (القدرات) البدنية | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | القدرة الهوائية (التحمل) | السرعة وتزايد السرعة | الرشاقة | القوة المميزة بالسرعة | تحمل السرعة | الاطالة (المرونة) | تحمل القوة | التوافق |
| - Chris Saward et al (2020) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | | |
| - Di Mascio, et al (2020) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | |
| - Ryan Alexander (2020) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | ✔ | |
| - David Bu et al (2019) | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | | | |
| - امرالله احمد البساطى (٢٠١٧) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| - محمد زروال (٢٠١٧) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | | |
| - Baljinder & Dalwinder (2016) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | ✔ | |
| - Christopher &Towlson (2016) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | | |
| - Ayele W, & Biruk A (2015) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | |
| - (2015)þMalcolm Cook | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| - (2015)þMalcolm Cook | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | | |
| - RicLovell et al (2015) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | | |
| - Marc Briggs (2013) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | | |
| - Anthony Turner et al (2011) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | |
| - Tonnessen, et al ( 2011) | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | | | |
| - (2010)þDarren Bitfield | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ |
| - Greg Gatz (2009) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| - L am Wong et al (2009) | ✔ | ✔ | | ✔ | | | | |
| - Scott W& Anthony A (2009) | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | | | |
| - (2008)þDetlev Brueggemann | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| - Mirkov, Dr et al (2008) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | | |
| - (2007)þDonald T. Kirkendall | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | |
| - Phil Davieds (2005) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| - Jason S et al (2003) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | | |
| - Thomas R &Mark W (2003) | ✔ | ✔ | | ✔ | | ✔ | | |
| - (2002)þ& Anthony JþKen S | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | |
| - امرالله احمد البساطى (٢٠٠١) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| - & Mick C (2000)þRoger W | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | | | |
| - Raymond Verheijen (1998) | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| - محمد عبده صالح الوحش & مفتى ابراهيم حماد (١٩٩٤) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | |
| - Karl Heinz heddergoot (1987) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | | |
| - محمد عبده صالح و مفتى ابراهيم حماد (١٩٨٥م) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | |
| - امرالله احمد البساطى (١٩٨٧) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| - نادر شلبى (١٩٨٤م) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | |
| - Novich & Taylor (1981) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | |
| - محسن النحريرى (١٩٧٩م) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | |
| - Shephar & Lavallee (1978) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | |
| - Bill Watson (1978) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | | |
| - عمرو ابو المجد (١٩٧٣م) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| - Allen Wade (1967) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | | |
| - Arpad Csandi (1965) | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ | |
| - https://www.topendsports.com/sport/soccer/testing.htm | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | ✔ | | |
| التكرارات(٤١ مرجع وبحث) | 42 | 42 | 39 | 39 | 22 | 24 | 11 | 1 |
| النسبة | 100% | 100% | 93% | 93% | 52% | 57% | 26% | 0.02% |

يبين الجدول رقم (٤) المكونات البدنية الوظيفية للاعبى كرة القدم ونسب تكرارها وفق أراء واحد وأربعون خبيراً من خلال المراجع والبحوث العلمية ،وهى ثمانية عناصر تباينت نسب تكرارها مابين ١٠٠% : ٠,٠٢% وحصل كل من القدرة الهوائية (التحمل) و السرعة على أعلى نسبة (١٠٠%) وجاء التوافق بأقل نسبة (٠,٠٢%) حيث تعتبره غالبية المراجع والبحوث مرتبط بالجانب، وقد تم ترشيح المكونات التى حصلت على نسبة أكثر من ٥٠% لتمثل عناصر المكونات البدنية الأساسية، وهى القدرة الهوائية (التحمل) و السرعة والرشاقة والقوة المميزة بالسرعة للرجلين وتحمل السرعة والمرونة (الاطالة)، وبذلك تتم الإجابة على الفرض الاول ويتحقق الهدف الاول.

يبين جدول (٥) أهم الاختبارات الخاصة بالمكونات البدنية الوظيفية فى كرة القدم من وجهة نظر المتخصصين بالمراجع والبحوث (الخبراء) ذات الصلة (٢٩مرجع وبحث) ،ويتضح من الجدول أن أعلى نسبة إتفاق لإختبارات فى كل مكون من مكونات اللياقة البدنية للناشئين هى: إختبار يويو متعدد المراحل (YO-YO) لقياس التحمل الهوائى ($Vo^2Mx$) وإختبار ٥×٣٠ وراحة ٣٠ث بين التكرارت لقياس التحمل اللاهوائى (تحمل السرعة) وإختبار بارو المعدل لقياس الرشاقة وإختبار الوثب العمودى لقياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين وإختبار ثنى الجذع من الجلوس الطويل لقياس المرونة (الاطالة للعضلات الخلفية)، وهى الاختبارات التى تم ترشيحه للتحليل العاملى،وبذلك تتم الإجابة على الفرض الثانى ويتحقق الهدف الثانى.

وبخصوص الاجابة على الفرض الثالث ماهى المستويات المعيارية لنتائج إختبارات مكونات اللياقة البدنية للناشئين لناشئى كرة القدم (تحت ١٤ سنة) بدولة الكويت؟

بعد تطبيق الاختبارات تم الحصول نتائج الأولية (الدرجات الخام) والتي تعبر عن النتيجة الاصلية المشتقة من تطبيق الاختبارات تم تحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية بطريقة التتابع كما هو مبين بالجداول (٦)(٧)(٨)(٩)(١٠)(١١)(١٢).

**جدول (٦)**

**الدرجات الخام والمعيارية بطريقة التتابع في قياس الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين قيد البحث**

(ن=١٩١)

| المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 41.26 | 21 | 44.86 | 41 | 48.46 | 61 | 52.06 | 81 | 55.66 |
| 2 | 41.44 | 22 | 45.04 | 42 | 48.64 | 62 | 52.24 | 82 | 55.84 |
| 3 | 41.62 | 23 | 45.22 | 43 | 48.82 | 63 | 52.42 | 83 | 56.02 |
| 4 | 41.80 | 24 | 45.40 | 44 | 49.00 | 64 | 52.60 | 84 | 56.20 |
| 5 | 41.98 | 25 | 45.58 | 45 | 49.18 | 65 | 52.78 | 85 | 56.38 |
| 6 | 42.16 | 26 | 45.76 | 46 | 49.36 | 66 | 52.96 | 86 | 56.56 |
| 7 | 42.34 | 27 | 45.94 | 47 | 49.54 | 67 | 53.14 | 87 | 56.74 |
| 8 | 42.52 | 28 | 46.12 | 48 | 49.72 | 68 | 53.32 | 88 | 56.92 |
| 9 | 42.70 | 29 | 46.30 | 49 | 49.90 | 69 | 53.50 | 89 | 57.10 |
| 10 | 42.88 | 30 | 46.48 | 50 | 50.08 | 70 | 53.68 | 90 | 57.28 |
| 11 | 43.06 | 31 | 46.66 | 51 | 50.26 | 71 | 53.86 | 91 | 57.46 |
| 12 | 43.24 | 32 | 46.84 | 52 | 50.44 | 72 | 54.04 | 92 | 57.64 |
| 13 | 43.42 | 33 | 47.02 | 53 | 50.62 | 73 | 54.22 | 93 | 57.82 |
| 14 | 43.60 | 34 | 47.20 | 54 | 50.80 | 74 | 54.40 | 94 | 58.00 |
| 15 | 43.78 | 35 | 47.38 | 55 | 50.98 | 75 | 54.58 | 95 | 58.18 |
| 16 | 43.96 | 36 | 47.56 | 56 | 51.16 | 76 | 54.76 | 96 | 58.36 |
| 17 | 44.14 | 37 | 47.74 | 57 | 51.34 | 77 | 54.94 | 97 | 58.54 |
| 18 | 44.32 | 38 | 47.92 | 58 | 51.52 | 78 | 55.12 | 98 | 58.72 |
| 19 | 44.50 | 39 | 48.10 | 59 | 51.70 | 79 | 55.30 | 99 | 58.90 |
| 20 | 44.68 | 40 | 48.28 | 60 | 51.88 | 80 | 55.48 | 100 | 59.08 |

يتضح من الجدول رقم (٦)، أن المتوسط الحسابي في قياس الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين قيد البحث لدى عينة البحث الأساسية بلغ (٥٠.٠٨)، وأن أفضل قيمة في المسطرة المعيارية (٥٩.٠٨) بينما أقل قيمة (٤١.٢٦).

**جدول (٧)**

**الدرجات الخام والمعيارية بطريقة التتابع في اختبار تزايد السرعة (١٠م) قيد البحث**

(ن=١٩١)

| المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 3.70 | 21 | 3.50 | 41 | 3.30 | 61 | 3.10 | 81 | 2.90 |
| 2 | 3.69 | 22 | 3.49 | 42 | 3.29 | 62 | 3.09 | 82 | 2.89 |
| 3 | 3.68 | 23 | 3.48 | 43 | 3.28 | 63 | 3.08 | 83 | 2.88 |
| 4 | 3.67 | 24 | 3.47 | 44 | 3.27 | 64 | 3.07 | 84 | 2.87 |
| 5 | 3.66 | 25 | 3.46 | 45 | 3.26 | 65 | 3.06 | 85 | 2.86 |
| 6 | 3.65 | 26 | 3.45 | 46 | 3.25 | 66 | 3.05 | 86 | 2.85 |
| 7 | 3.64 | 27 | 3.44 | 47 | 3.24 | 67 | 3.04 | 87 | 2.84 |
| 8 | 3.63 | 28 | 3.43 | 48 | 3.23 | 68 | 3.03 | 88 | 2.83 |
| 9 | 3.62 | 29 | 3.42 | 49 | 3.22 | 69 | 3.02 | 89 | 2.82 |
| 10 | 3.61 | 30 | 3.41 | 50 | 3.21 | 70 | 3.01 | 90 | 2.81 |
| 11 | 3.60 | 31 | 3.40 | 51 | 3.20 | 71 | 3.00 | 91 | 2.80 |
| 12 | 3.59 | 32 | 3.39 | 52 | 3.19 | 72 | 2.99 | 92 | 2.79 |
| 13 | 3.58 | 33 | 3.38 | 53 | 3.18 | 73 | 2.98 | 93 | 2.78 |
| 14 | 3.57 | 34 | 3.37 | 54 | 3.17 | 74 | 2.97 | 94 | 2.77 |
| 15 | 3.56 | 35 | 3.36 | 55 | 3.16 | 75 | 2.96 | 95 | 2.76 |
| 16 | 3.55 | 36 | 3.35 | 56 | 3.15 | 76 | 2.95 | 96 | 2.75 |
| 17 | 3.54 | 37 | 3.34 | 57 | 3.14 | 77 | 2.94 | 97 | 2.74 |
| 18 | 3.53 | 38 | 3.33 | 58 | 3.13 | 78 | 2.93 | 98 | 2.73 |
| 19 | 3.52 | 39 | 3.32 | 59 | 3.12 | 79 | 2.92 | 99 | 2.72 |
| 20 | 3.51 | 40 | 3.31 | 60 | 3.11 | 80 | 2.91 | 100 | 2.71 |

يتضح من الجدول رقم (٧)، أن المتوسط الحسابي في اختبار تزايد السرعة (١٠م) قيد البحث لدى عينة البحث الأساسية بلغ (٣.٢١)، وأن أفضل قيمة في المسطرة المعيارية (٢.٧١) بينما أقل قيمة (٣.٧٠).

**جدول (٨)**

**الدرجات الخام والمعيارية بطريقة التتابع في اختبار السرعة (٢٠م) قيد البحث**

**(ن=١٩١)**

| الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 0.98 | 81 | 1.58 | 61 | 2.18 | 41 | 2.78 | 21 | 3.38 | 1 |
| 0.95 | 82 | 1.55 | 62 | 2.15 | 42 | 2.75 | 22 | 3.35 | 2 |
| 0.92 | 83 | 1.52 | 63 | 2.12 | 43 | 2.72 | 23 | 3.32 | 3 |
| 0.89 | 84 | 1.49 | 64 | 2.09 | 44 | 2.69 | 24 | 3.29 | 4 |
| 0.86 | 85 | 1.46 | 65 | 2.06 | 45 | 2.66 | 25 | 3.26 | 5 |
| 0.83 | 86 | 1.43 | 66 | 2.03 | 46 | 2.63 | 26 | 3.23 | 6 |
| 0.80 | 87 | 1.40 | 67 | 2.00 | 47 | 2.60 | 27 | 3.20 | 7 |
| 0.77 | 88 | 1.37 | 68 | 1.97 | 48 | 2.57 | 28 | 3.17 | 8 |
| 0.74 | 89 | 1.34 | 69 | 1.94 | 49 | 2.54 | 29 | 3.14 | 9 |
| 0.71 | 90 | 1.31 | 70 | 1.91 | 50 | 2.51 | 30 | 3.11 | 10 |
| 0.68 | 91 | 1.28 | 71 | 1.88 | 51 | 2.48 | 31 | 3.08 | 11 |
| 0.65 | 92 | 1.25 | 72 | 1.85 | 52 | 2.45 | 32 | 3.05 | 12 |
| 0.62 | 93 | 1.22 | 73 | 1.82 | 53 | 2.42 | 33 | 3.02 | 13 |
| 0.59 | 94 | 1.19 | 74 | 1.79 | 54 | 2.39 | 34 | 2.99 | 14 |
| 0.56 | 95 | 1.16 | 75 | 1.76 | 55 | 2.36 | 35 | 2.96 | 15 |
| 0.53 | 96 | 1.13 | 76 | 1.73 | 56 | 2.33 | 36 | 2.93 | 16 |
| 0.50 | 97 | 1.10 | 77 | 1.70 | 57 | 2.30 | 37 | 2.90 | 17 |
| 0.47 | 98 | 1.07 | 78 | 1.67 | 58 | 2.27 | 38 | 2.87 | 18 |
| 0.44 | 99 | 1.04 | 79 | 1.64 | 59 | 2.24 | 39 | 2.84 | 19 |
| 0.41 | 100 | 1.01 | 80 | 1.61 | 60 | 2.21 | 40 | 2.81 | 20 |

يتضح من الجدول رقم (٨)، أن المتوسط الحسابي في اختبار السرعة (٢٠م) قيد البحث لدى عينة البحث الأساسية بلغ (١.٩١)، وأن أفضل قيمة في المسطرة المعيارية (٠.٤١) بينما أقل قيمة (٣.٣٨).

## جدول (٩)

## الدرجات الخام والمعيارية بطريقة التتابع في اختبار تحمل السرعة قيد البحث

(ن=١٩١)

| المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 6.37 | 21 | 5.97 | 41 | 5.57 | 61 | 4.84 | 81 | 3.84 |
| 2 | 6.35 | 22 | 5.95 | 42 | 5.55 | 62 | 4.79 | 82 | 3.79 |
| 3 | 6.33 | 23 | 5.93 | 43 | 5.53 | 63 | 4.74 | 83 | 3.74 |
| 4 | 6.31 | 24 | 5.91 | 44 | 5.51 | 64 | 4.69 | 84 | 3.69 |
| 5 | 6.29 | 25 | 5.89 | 45 | 5.49 | 65 | 4.64 | 85 | 3.64 |
| 6 | 6.27 | 26 | 5.87 | 46 | 5.47 | 66 | 4.59 | 86 | 3.59 |
| 7 | 6.25 | 27 | 5.85 | 47 | 5.45 | 67 | 4.54 | 87 | 3.54 |
| 8 | 6.23 | 28 | 5.83 | 48 | 5.43 | 68 | 4.49 | 88 | 3.49 |
| 9 | 6.21 | 29 | 5.81 | 49 | 5.41 | 69 | 4.44 | 89 | 3.44 |
| 10 | 6.19 | 30 | 5.79 | 50 | 5.39 | 70 | 4.39 | 90 | 3.39 |
| 11 | 6.17 | 31 | 5.77 | 51 | 5.34 | 71 | 4.34 | 91 | 3.34 |
| 12 | 6.15 | 32 | 5.75 | 52 | 5.29 | 72 | 4.29 | 92 | 3.29 |
| 13 | 6.13 | 33 | 5.73 | 53 | 5.24 | 73 | 4.24 | 93 | 3.24 |
| 14 | 6.11 | 34 | 5.71 | 54 | 5.19 | 74 | 4.19 | 94 | 3.19 |
| 15 | 6.09 | 35 | 5.69 | 55 | 5.14 | 75 | 4.14 | 95 | 3.14 |
| 16 | 6.07 | 36 | 5.67 | 56 | 5.09 | 76 | 4.09 | 96 | 3.09 |
| 17 | 6.05 | 37 | 5.65 | 57 | 5.04 | 77 | 4.04 | 97 | 3.04 |
| 18 | 6.03 | 38 | 5.63 | 58 | 4.99 | 78 | 3.99 | 98 | 2.99 |
| 19 | 6.01 | 39 | 5.61 | 59 | 4.94 | 79 | 3.94 | 99 | 2.94 |
| 20 | 5.99 | 40 | 5.59 | 60 | 4.89 | 80 | 3.89 | 100 | 2.89 |

يتضح من الجدول رقم (٩)، أن المتوسط الحسابي في تحمل السرعة قيد البحث لدى عينة البحث الأساسية بلغ (٥.٣٩)، وأن أفضل قيمة في المسطرة المعيارية (٢.٨٩) بينما أقل قيمة (٦.٣٧).

**جدول (١٠)**

**الدرجات الخام والمعيارية بطريقة التتابع في اختبار الرشاقة قيد البحث**

**(ن=١٩١)**

| المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 10.61 | 21 | 10.01 | 41 | 9.41 | 61 | 8.81 | 81 | 8.21 |
| 2 | 10.58 | 22 | 9.98 | 42 | 9.38 | 62 | 8.78 | 82 | 8.18 |
| 3 | 10.55 | 23 | 9.95 | 43 | 9.35 | 63 | 8.75 | 83 | 8.15 |
| 4 | 10.52 | 24 | 9.92 | 44 | 9.32 | 64 | 8.72 | 84 | 8.12 |
| 5 | 10.49 | 25 | 9.89 | 45 | 9.29 | 65 | 8.69 | 85 | 8.09 |
| 6 | 10.46 | 26 | 9.86 | 46 | 9.26 | 66 | 8.66 | 86 | 8.06 |
| 7 | 10.43 | 27 | 9.83 | 47 | 9.23 | 67 | 8.63 | 87 | 8.03 |
| 8 | 10.40 | 28 | 9.80 | 48 | 9.20 | 68 | 8.60 | 88 | 8.00 |
| 9 | 10.37 | 29 | 9.77 | 49 | 9.17 | 69 | 8.57 | 89 | 7.97 |
| 10 | 10.34 | 30 | 9.74 | 50 | 9.14 | 70 | 8.54 | 90 | 7.94 |
| 11 | 10.31 | 31 | 9.71 | 51 | 9.11 | 71 | 8.51 | 91 | 7.91 |
| 12 | 10.28 | 32 | 9.68 | 52 | 9.08 | 72 | 8.48 | 92 | 7.88 |
| 13 | 10.25 | 33 | 9.65 | 53 | 9.05 | 73 | 8.45 | 93 | 7.85 |
| 14 | 10.22 | 34 | 9.62 | 54 | 9.02 | 74 | 8.42 | 94 | 7.82 |
| 15 | 10.19 | 35 | 9.59 | 55 | 8.99 | 75 | 8.39 | 95 | 7.79 |
| 16 | 10.16 | 36 | 9.56 | 56 | 8.96 | 76 | 8.36 | 96 | 7.76 |
| 17 | 10.13 | 37 | 9.53 | 57 | 8.93 | 77 | 8.33 | 97 | 7.73 |
| 18 | 10.10 | 38 | 9.50 | 58 | 8.90 | 78 | 8.30 | 98 | 7.70 |
| 19 | 10.07 | 39 | 9.47 | 59 | 8.87 | 79 | 8.27 | 99 | 7.67 |
| 20 | 10.04 | 40 | 9.44 | 60 | 8.84 | 80 | 8.24 | 100 | 7.64 |

يتضح من الجدول رقم (١٠)، أن المتوسط الحسابي في اختبار الرشاقة قيد البحث لدى عينة البحث الأساسية بلغ (٩.١٤)، وأن أفضل قيمة في المسطرة المعيارية (٧.٦٤) بينما أقل قيمة (١٠.٦١).

## جدول (١١)

## الدرجات الخام والمعيارية بطريقة التتابع في اختبار الوثب العمودي قيد البحث

(ن=١٩١)

| المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 16.36 | 21 | 24.76 | 41 | 33.16 | 61 | 41.56 | 81 | 49.96 |
| 2 | 16.78 | 22 | 25.18 | 42 | 33.58 | 62 | 41.98 | 82 | 50.38 |
| 3 | 17.20 | 23 | 25.60 | 43 | 34.00 | 63 | 42.40 | 83 | 50.80 |
| 4 | 17.62 | 24 | 26.02 | 44 | 34.42 | 64 | 42.82 | 84 | 51.22 |
| 5 | 18.04 | 25 | 26.44 | 45 | 34.84 | 65 | 43.24 | 85 | 51.64 |
| 6 | 18.46 | 26 | 26.86 | 46 | 35.26 | 66 | 43.66 | 86 | 52.06 |
| 7 | 18.88 | 27 | 27.28 | 47 | 35.68 | 67 | 44.08 | 87 | 52.48 |
| 8 | 19.30 | 28 | 27.70 | 48 | 36.10 | 68 | 44.50 | 88 | 52.90 |
| 9 | 19.72 | 29 | 28.12 | 49 | 36.52 | 69 | 44.92 | 89 | 53.32 |
| 10 | 20.14 | 30 | 28.54 | 50 | 36.94 | 70 | 45.34 | 90 | 53.74 |
| 11 | 20.56 | 31 | 28.96 | 51 | 37.36 | 71 | 45.76 | 91 | 54.16 |
| 12 | 20.98 | 32 | 29.38 | 52 | 37.78 | 72 | 46.18 | 92 | 54.58 |
| 13 | 21.40 | 33 | 29.80 | 53 | 38.20 | 73 | 46.60 | 93 | 55.00 |
| 14 | 21.82 | 34 | 30.22 | 54 | 38.62 | 74 | 47.02 | 94 | 55.42 |
| 15 | 22.24 | 35 | 30.64 | 55 | 39.04 | 75 | 47.44 | 95 | 55.84 |
| 16 | 22.66 | 36 | 31.06 | 56 | 39.46 | 76 | 47.86 | 96 | 56.26 |
| 17 | 23.08 | 37 | 31.48 | 57 | 39.88 | 77 | 48.28 | 97 | 56.68 |
| 18 | 23.50 | 38 | 31.90 | 58 | 40.30 | 78 | 48.70 | 98 | 57.10 |
| 19 | 23.92 | 39 | 32.32 | 59 | 40.72 | 79 | 49.12 | 99 | 57.52 |
| 20 | 24.34 | 40 | 32.74 | 60 | 41.14 | 80 | 49.54 | 100 | 57.94 |

يتضح من الجدول رقم (١١)، أن المتوسط الحسابي في اختبار الوثب العمودي قيد البحث لدى عينة البحث الأساسية بلغ (٣٦.٩٤)، وأن أفضل قيمة في المسطرة المعيارية (٥٧.٥٢) بينما أقل قيمة (١٦.٣٦).

**جدول (١٢)**

**الدرجات الخام والمعيارية بطريقة التتابع في اختبار المرونة قيد البحث**

**(ن=١٩١)**

| المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام | المعدلة | الخام |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | -0.30 | 21 | 3.90 | 41 | 8.10 | 61 | 12.30 | 81 | 16.50 |
| 2 | -0.09 | 22 | 4.11 | 42 | 8.31 | 62 | 12.51 | 82 | 16.71 |
| 3 | 0.12 | 23 | 4.32 | 43 | 8.52 | 63 | 12.72 | 83 | 16.92 |
| 4 | 0.33 | 24 | 4.53 | 44 | 8.73 | 64 | 12.93 | 84 | 17.13 |
| 5 | 0.54 | 25 | 4.74 | 45 | 8.94 | 65 | 13.14 | 85 | 17.34 |
| 6 | 0.75 | 26 | 4.95 | 46 | 9.15 | 66 | 13.35 | 86 | 17.55 |
| 7 | 0.96 | 27 | 5.16 | 47 | 9.36 | 67 | 13.56 | 87 | 17.76 |
| 8 | 1.17 | 28 | 5.37 | 48 | 9.57 | 68 | 13.77 | 88 | 17.97 |
| 9 | 1.38 | 29 | 5.58 | 49 | 9.78 | 69 | 13.98 | 89 | 18.18 |
| 10 | 1.59 | 30 | 5.79 | 50 | 9.99 | 70 | 14.19 | 90 | 18.39 |
| 11 | 1.80 | 31 | 6.00 | 51 | 10.20 | 71 | 14.40 | 91 | 18.60 |
| 12 | 2.01 | 32 | 6.21 | 52 | 10.41 | 72 | 14.61 | 92 | 18.81 |
| 13 | 2.22 | 33 | 6.42 | 53 | 10.62 | 73 | 14.82 | 93 | 19.02 |
| 14 | 2.43 | 34 | 6.63 | 54 | 10.83 | 74 | 15.03 | 94 | 19.23 |
| 15 | 2.64 | 35 | 6.84 | 55 | 11.04 | 75 | 15.24 | 95 | 19.44 |
| 16 | 2.85 | 36 | 7.05 | 56 | 11.25 | 76 | 15.45 | 96 | 19.65 |
| 17 | 3.06 | 37 | 7.26 | 57 | 11.46 | 77 | 15.66 | 97 | 19.86 |
| 18 | 3.27 | 38 | 7.47 | 58 | 11.67 | 78 | 15.87 | 98 | 20.07 |
| 19 | 3.48 | 39 | 7.68 | 59 | 11.88 | 79 | 16.08 | 99 | 20.28 |
| 20 | 3.69 | 40 | 7.89 | 60 | 12.09 | 80 | 16.29 | 100 | 20.49 |

يتضح من الجدول رقم (١٢)، أن المتوسط الحسابي في اختبار المرونة قيد البحث لدى عينة البحث الأساسية بلغ (٩.٩٩)، وأن أفضل قيمة في المسطرة المعيارية (٢٠.٤٩) بينما أقل قيمة (-٠.٣٠).

**جدول (١٣)**

**المستويات المعيارية والدرجات الخام والدرجات المعيارية بطريقة التتابع في قياس الحد الأقصى لاستهلاك الأوكسجين قيد البحث**

| م | الدرجات الخام | الدرجة المعيارية المعدلة | المستويات المعيارية |
|---|---|---|---|
| 1 | 41.26: 44.68 | 1.00%: 20.00% | منخفض جداً |
| 2 | 44.86: 48.28 | 21.00%: 40.00% | منخفض |
| 3 | 48.46: 51.88 | 41.00%: 60.00% | متوسط |
| 4 | 52.06: 55.48 | 61.00%: 80.00% | مرتفع جداً |
| 5 | 55.66: 59.08 | 81.00%: 100.00% | مرتفع جداً |

**جدول (١٤)**

**المستويات المعيارية والدرجات الخام والدرجات المعيارية بطريقة التتابع في اختبار تزايد السرعة (١٠م) قيد البحث**

| م | الدرجات الخام | الدرجة المعيارية المعدلة | المستويات المعيارية |
|---|---|---|---|
| 1 | 3.70: 3.51 | 1.00%: 20.00% | منخفض جداً |
| 2 | 3.50: 3.31 | 21.00%: 40.00% | منخفض |
| 3 | 3.30: 3.11 | 41.00%: 60.00% | متوسط |
| 4 | 3.10: 2.91 | 61.00%: 80.00% | مرتفع جداً |
| 5 | 2.90: 2.71 | 81.00%: 100.00% | مرتفع جداً |

**جدول (١٥)**

**المستويات المعيارية والدرجات الخام والدرجات المعيارية بطريقة التتابع في اختبار السرعة (٢٠م) قيد البحث**

| م | الدرجات الخام | الدرجة المعيارية المعدلة | المستويات المعيارية |
|---|---|---|---|
| 1 | 3.38: 2.81 | 1.00%: 20.00% | منخفض جداً |
| 2 | 2.78: 2.21 | 21.00%: 40.00% | منخفض |
| 3 | 2.18: 1.61 | 41.00%: 60.00% | متوسط |
| 4 | 1.58: 1.01 | 61.00%: 80.00% | مرتفع جداً |
| 5 | 0.98: 0.41 | 81.00%: 100.00% | مرتفع جداً |

**جدول (١٦)**

**المستويات المعيارية والدرجات الخام والدرجات المعيارية بطريقة التتابع في اختبار تحمل السرعة قيد البحث**

| م | الدرجات الخام | الدرجة المعيارية المعدلة | المستويات المعيارية |
|---|---|---|---|
| 1 | 6.37: 5.99 | 1.00%: 20.00% | منخفض جداً |
| 2 | 5.97: 5.59 | 21.00%: 40.00% | منخفض |
| 3 | 5.57: 4.89 | 41.00%: 60.00% | متوسط |
| 4 | 4.84: 3.89 | 61.00%: 80.00% | مرتفع جداً |
| 5 | 3.84: 2.89 | 81.00%: 100.00% | مرتفع جداً |

**جدول (١٧)**

**المستويات المعيارية والدرجات الخام والدرجات المعيارية بطريقة التتابع في اختبار الرشاقة قيد البحث**

| م | الدرجات الخام | الدرجة المعيارية المعدلة | المستويات المعيارية |
|---|---|---|---|
| 1 | 10.61: 10.04 | 1.00%: 20.00% | منخفض جداً |
| 2 | 10.01: 9.44 | 21.00%: 40.00% | منخفض |
| 3 | 9.41: 8.84 | 41.00%: 60.00% | متوسط |
| 4 | 8.81: 8.24 | 61.00%: 80.00% | مرتفع جداً |
| 5 | 8.21: 7.64 | 81.00%: 100.00% | مرتفع جداً |

**جدول (١٨)**

**المستويات المعيارية والدرجات الخام والدرجات المعيارية بطريقة التتابع في اختبار الوثب العمودي قيد البحث**

| م | الدرجات الخام | الدرجة المعيارية المعدلة | المستويات المعيارية |
|---|---|---|---|
| 1 | 16.36: 24.34 | 1.00%: 20.00% | منخفض جداً |
| 2 | 24.76: 32.74 | 21.00%: 40.00% | منخفض |
| 3 | 33.16: 41.14 | 41.00%: 60.00% | متوسط |
| 4 | 41.56: 49.54 | 61.00%: 80.00% | مرتفع جداً |
| 5 | 49.96: 57.94 | 81.00%: 100.00% | مرتفع جداً |

**جدول(١٩)**

**المستويات المعيارية والدرجات الخام والمعيارية بطريقة التتابع فى اختبار المرونة قيد البحث**

| م | الدرجات الخام | الدرجة المعيارية المعدلة | المستويات المعيارية |
|---|---|---|---|
| 1 | -0.30: 3.69 | 1.00%: 20.00% | منخفض جداً |
| 2 | 3.90: 7.89 | 21.00%: 40.00% | منخفض |
| 3 | 8.10: 12.09 | 41.00%: 60.00% | متوسط |
| 4 | 12.30: 16.29 | 61.00%: 80.00% | مرتفع جداً |
| 5 | 16.50: 20.49 | 81.00%: 100.00% | مرتفع جداً |

تعرض الجداول (١٣)(١٤)(١٥)(١٦)(١٧)(١٨)(١٩) المستويات المعيارية للإختبارات البدنية الوظيفية قيد البحث، ويتضح منها المستويات المعيارية لنتائج العينة الأساسية ،حيث تم إيجاد الدرجات المعيارية وتحديدها وفقاً لخمسة مستويات متدرجة،وبذلك يتحقق الهدف الثالث .

**النتائج**:

فى ماتم من إجراءات تم التوصل الى:

- تتمثل مكونات اللياقة البدنية لناشئى كرة القدم تحت ١٤ سنة فى اللياقة الهوائية والمتمثلة فى (VO²MX)، واللياقة اللاهوائية والمتمثلة فى (تزايد السرعة والسرعة والرشاقة وتحمل السرعة)،واللياقة العضلية والمتمثلة فى (القوة المميزة بالسرعة للرجلين والمرونة).
- تتمثل الاختبارات الميدانية لقياس مكونات اللياقة البدنية لناشئى كرة القدم تحت ١٤ سنة فى:
- إختبار الوثب العمودى من الثبات ( vertical jump test) لقياس القوة المميزة السرعة للرجلين.
- إختبار العدو ٣٠ متر (Sprint 30 meters)

- ٢٠م سرعة من الاقتراب ١٠م لقياس تزايد السرعة.
- إختبار ثنى الجذع أماً اسفل ( Stand and reach test) لقياس المرونة.
- إختبار ٥× ٣٠ متر مع ٣٠ ث راحة ( Sprint (5 x 30 m rest 30s
- لقياس تحمل توالى السرعات (تحمل السرعة).
- إختبار بارو(Barrow) المعدل لقياس الرشاقة.
- إختبار يويو للتحمل ( Yo-Yo Endurance Test) لقياس الحد الاقصى لإستهلاك الاكسجين VO²Max).)
- اتم وضع خمسة مستويات معيارية للإختبارات قيد البحث لناشئى كرة القدم تحت ١٤ سنة بدولة الكويت.

**التوصيات**:

- يوصى الباحثين باستخدام البطارية فى تحديد مستويات الناشئين للياقة البدنية وتصنيفهم وتوجية وتقييم البرامج التدريبية وإنتقاء الناشئين خلال تلك المرحلة
- مزيد من البحوث لوضع مستويات معيارية للجانب المهارى والمعرفى لجميع الاعمال السنية.

## المراجع


١. إبراهيم مجدى صالح (١٩٨٥م): دراسة العلاقة بين مستوى الاداء المهارى وبعض الصفات البدنية للاعب كرة القدم تحت ٢٠ سنة بمحافظة الشرقية، ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق.

٢. ابراهيم محمد شعلان (٢٠٠٩م): كرة القدم للبراعم والاشبال (٩:١٢سنة)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٣. أبو العلا أحمد عبد الفتاح (٢٠١٠م):انتقاء الموهوبين في المجال الريا ضى. السلسلة الثقافية للاتحاد السعودي للتربية البدنية والرياضة،العدد (٢٥).

٤. أبو العلا أحمد عبد الفتاح وأحمد نصر الدين (٢٠٠٣م): فسيولوجيا اللياقة البدنية.دار الفكر العربى، القاهرة.

٥. أمرالله احمد البساطى (١٩٩٩م): دراسة تحليلية لتحديد مكونات المقدرة على الاداء المهارى فى كرة القدم. مجلة نظريات وتطبيقات – العدد (٣١). كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية.

٦. أمرالله احمد البساطى (٢٠٠١م): الاعداد البدنى الوظيفى فى كرة القدم، تخطيط تدريب قياس،دار الجامعة الحديثة،الاسكندرية.

٧. أمرالله احمد البساطى (٢٠١٧م): الاعداد البدنى الوظيفى فى كرة القدم ، سلسلة التدريب (١) ، منشأة المعارف ،الاسكندرية.

٨. ببوشة وهيب، ميم مختار، بن قوة علي، جامعة مستغانم (٢٠١٨م):تحديد مستويات معيارية على ضوء بطارية اختبار مقترحة لانتقاء وتوجيه المواهب الناشئة في كرة القدم .

٩. جمال صبرى فرج (٢٠١٧م): السرعة والانجاز الرياضى.التخطيط-التدريب-الفسيولوجيا الاصابات والتأهيل . دار الكتب العلمية، بيروت.

١٠. حسن السيد ابو عبده (٢٠٠٨م): الاعداد البدنى للاعبى كرة القدم ، دار الفتح للطباعة والنشر، الاسكندرية.

١١. ديار كريم نجم (٢٠١٧م): بناء بطارية اختبار (بدنية مهارية) لناشئى كرة القدم، ماجستير، غير منشور، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية.

١٢. صالح عبد العزيز الربع (٢٠٢٠م):تطوير الفئات السنية في كرة القدم بين التعلم الضمني والتعقيد.المؤلف.

١٣. ضياء الدين جواد (٢٠١٨م):القدرات البدنية والمؤشرات الفسيولوجية وعلاقتها بفاعلية الاداء فى كرة القدم.مركز الكتاب الاكاديمى.

١٤. على زهير النعمان (٢٠٠٩م): أثر إختلاف نسبة العمل إلى الراحة فى التدريب الفترى اللاهوائى البدنى فى عدد من المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية للاعبى كرة القدم للشباب.رسالة دكتوراة،جامعة الموصل، بغداد.

١٥. على محمد عليش أبو صالح ، غازي قاسم حمادة (٢٠٠٩م):الصحة واللياقة البدنية.العبيكان، المملكة العربية السعودية.

١٦. عمر ابو المجد (١٩٧٣م): اثر برنامج مقترح على التقدم بالمستوى البدنى والمهارى فى كرة القدم للناشئين، ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان.

١٧. ليونا إليزابيث تايلر (١٩٩٨م): الاختبارات والمقاييس، ترجمة سعد عبد الرحمن ومحمد عثمان، دار الشروق، القاهرة.

١٨. محسن بسيونى النحريرى (١٩٧٩م):وضع مستويات معيارية للصفات البدنية للاعبى الفريق القومى المصرى لكرة القدم، ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية جامعة الاسكندرية.

١٩. محمد رضا الوقاد (٢٠٠٣م): التخطيط الحديث فى كرة القدم، دار السعادة، الطبعة الاولى، القاهرة.

٢٠. محمد زروال (٢٠١٧م): بناء بطارية اختبارات بدنية بغرض الانتقاء الفرق المدرسية لكرة القدم في المرحلة الثانوية.دكتوراة،معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ،جامعة جامعة محمد خيضر، سكرة ،الجزائر.

٢١. محمد صبحى حسانين (٢٠٠٠م) : القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة. الجزء الثانى، الطبعة (٤)، دار الفكر العربى، القاهرة.

٢٢. محمد صبحى حسانين (٢٠٠١م) : القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة، الجزء الاول، الطبعة (٤)، دار الفكر العربى، القاهرة.

٢٣. محمد عبده صالح الوحش ، مفتى ابراهيم حماد (١٩٨٥م): الاعداد المتكامل للاعبى كرة القدم . دار الفكر العربى،القاهرة.

٢٤. محمد نصر الدين رضوان (٢٠١١م) : المدخل الى القياس فى التربية البدنية والرياضة ، الطابعة الثانية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة. ص ٢٠صـ ٢٣- ٢٤

٢٥. محمود احمد ابو العينين (١٩٧٤م): تحديد مستويات معيارية للياقة البدنية فى كرة القدم تحت ١٤ سنة، ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان.

٢٦. مزيان بوحاج (٢٠١٢م)( : بطارية اختبارات لتقويم بعض القدرات البدنية والمهارية أثناء

انتقاء لاعبي كرة القدم من ١٧: ١٩ سنة. دكتوراه ، جامعة الجزائر، الجزائر.

٢٧. معروف قادر كوران(٢٠٠٧م): تصميم و بناء بطاريتي اختبار لبعض عناصر اللياقة البدنية والمهارات الأساسية كمؤشر لاختيار ناشئي كرة القدم لفرق المدارس المتوسطة لمدينة أربيل. دكتوراة،جامعة اربيل، العراق.

٢٨. مفتى ابراهيم حماد (١٩٧٧م): وضع مستويات معيارية للياقة البدنية للناشئين فى كرة القدم تحت ١٦ سنة، ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان.

٢٩. نادر محمد شلبى (١٩٨٤م): العلاقة بين بعض الخصائص المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية للاعبى الدرجة الاولى لكرة القدم. ماجستير،كلية التربية الرياضية بالاسكندرية.

٣٠. وجدى مصطفى الفاتح (٢٠١٤م):الموسوعة العلمية لتدريب الناشئين فى المجال الرياضى.المؤسسة العربية للعلوم والثقافة،مصر.

٣١. ياسر طه صلاح (٢٠١٩):أسس التدريب الرياضى الحديث.ماستر للنشر والتوزيع.

32. .AlbertoL Villanueva & Martin Buchheit (2013): Football-specific fitness testing: adding value or confirming the evidence?. Journal of Sports Sciences, Vol(31), No(13) .

33. Allen Wood (1982): Coach Yourself Soccer.8ed, Joseph Bup, West York's, Great Britain.

34. Anthony Turner, Scott Walker, Michael Stembridge, Paul Coneyworth, Glen Reed, Laurence Birdseye, Phil Barter, and Jeremy Moody (2011): A Testing Battery for the Assessment of Fitness in Soccer Players. Strength and conditioning journal Vol (33) No (5).

35. Ayele W, Babul A& Biruk A (2015): Survey Study on Some Selected Physical Fitness Components of Kaffa Zone Male Youth Soccer Trainees. Journal of Tourism, Hospitality and Sports, Vol (12).

36. Barrett, S, McLaren S, Spears I, Ward P, Weston, M (2018): The influence of playing position and contextual factors on soccer players' match differential ratings of perceived exertion: A preliminary investigation. Sports, Vol (6).

37. Bill Watson (1987): Football Fitness. Stanly Paul, London.

38. Botek M, Krejci J, Weisser R (2014): Autonomic cardiac regulation and morpho-physiological responses to eight-week training preparation in junior

soccer players. Acta Gymnica, Vol (44).

39. Carling, C., Franck L.G., Gregory, D. (2012): Analysis of repeated high-intensity running performance in professional soccer." Journal of Sports Sciences,Vol (30).

40. Chris Saward, Mark Hulse, John Morris (2020): Longitudinal Physical Development of Future Professional Male Soccer Players: Implications for Talent Identification and Development. https://www.frontiersin.org /journals/ sports-and-active-living.

41. Christopher Philip, McLaren,Towlson (2016): The Maturity related Physical Phenotypes of English, Elite Youth Soccer Players: Exploring the Elite Player Performance Plan. being a Thesis submitted for the Degree of Doctor, Health and Exercise Science at the University of Hull.

42. Clemente F.M, Nikolaidis P.T, Van Der L, Silva, B (2017): Effects of small-sided soccer games on internal and external load and lower limb power: A pilot study in collegiate players. Hum. Mov, Vol (18).

43. Clemente M.F, Couceiro S.M, Martins F.M, Mendes Rm, Figueredo A.J(2013): Measuring Collective Behavior in Football Teams: Inspecting the impact of each half of the match on ball possession. Int. J. Perform. Anal. J Sport, Vol (13).

44. Darren Bitfieldþ (2010): Soccer Fitness and Skill Training. Epsa. LLC, Uk.

45. Detlev Brueggemannþ (2008): Soccer Alive: The Game Is the Best Teacher. Meyer sports, USK.

46. Di Mascio M, Ade JD, Musham C, Girard O and Bradley PS (2020): Soccer-Specific Reactive Repeated-Sprint Ability in Elite Youth Soccer Players. Journal of Strength and Conditioning Research, Dec, Vol (34), Is (12).

47. Dragijsky M, Maly T, Zahalka F, Kunzmann E, Hank, M (2017): Seasonal variation of agility, speed and endurance performance in young elite soccer players. J Sports, Vol (5) Nu (12).

48. Dragula L, Lehnert M, Psotta R, Gonosova Z, Valenta S, Stastny P (2017): The relative force in squat jump is the best laboratory predictor of sprint performance in adolescent soccer players. Hum. Mov.

49. Emmanuel Van Praagh & Eric Dore (2002): Short-Term Muscle Power During Growth and Maturation. Journal Sports Med, Vol (32), Nu (11).

50. Frank Pyke (2012): Coaching Excellence. Human Kinetics, Usa.

51. Garcia P, Ruiz A, Moreno R, Latorre A (2015): Impact of limited hamstring flexibility on vertical jump, kicking speed, sprint, and agility in young football players. Journal of Sports Sciences, Vol (33), (12).

52. Garg Beim (1977): Principles of Modern Soccer. Houghton Mifflin Company Boston London.

53. Greg, Gatz (2009): Complete Conditioning for Soccer. Human Kinetics, USK.

54. Hammami, M., Negra, Y., Shephard, R.J., Chelly, M.S. (2017): The Effect of Standard Strength vs. Contrast Strength Training on the Delopment of Sprint, Agility, Repeated Change of Direction, and Jump in Junior Male Soccer Players. The Journal of Strength & Conditioning Research, Vol (31).

55. Harsh P, Hassan A, Raef M, Niel S, Constantine E, Timothy J (2017): Aerobic vs anaerobic exercise training effects on the cardiovascular system. J World Cardiol, Feb, VO (9), Is (2).

56. Ingunn Fjortoft, ArveVorland P, Hermundur S, Beatrix V (2011): Measuring Physical Fitness in Children Who Are 5 to 12 Years Old With a Test Battery That Is Functional and Easy to Administer.Journal in Physical Therapy, May, Vol (91),(7)·

57. Jason S, Steven G, AND Brent R (2003): Changes Evaluated in Soccer-Specific Power Endurance Either with or Without a 10-Week, In-Season, Intermittent, High-Intensity Training Protocol. Journal of Strength and Conditioning Research, Vol (17), Nu (2).

58. Joao Ribeiro, Luis Teixeira, Rui Lemos, Anderson Santiago (2019): Effects of Plyometric vs Optimum Power Training on Components of Physical Fitness in Young Male Soccer Players.International Journal of Sports Physiology and Performance , May Vol (15) Nu (2).

59. Karl Heinz Hedder Goot (1987): New Football Manual Limp art, Bonn.

60. Kelvin Giles, Lachlan P, and Anthony Giorgi (2005): A Guide to Developing Physical Qualities in Young Athletes. Print in Australia, Movement Dynamics Pty, Ltd.

61. Ken Sherryþ, Anthony John Harrisþ (2002): Fitness Training for Soccer. Reedswain, Michigan.

62. Kevin McShaneþ (2010): Coaching Youth Soccer: The European Model McFarland.

63. Kin Janes (1997): How to Play Soccer. The Hamlin Bup, New York

64. Kraemer J& Gomez L (2001): Establishing a solid fitness base. High-performance sports conditioning. Human Kinetics, Champaign.

65. Lee Powellþ G (2010): Speed for Soccer. Lulu.com, USA. p30,52,62,78

66. Leona E. Tyler (1979): Tests and Measurements, Prentice-Hall; 3rd edition.

67. Lopez-Segovia M, Marques MC, Van den Tillaar R, Gonzalez-Badillo JJ (2011). Relationships between sprint times and power output in vertical jump and full squat movements over U21 soccer players. J Hum Kinetic, Vol (30).

68. Malcolm Cookþ (2015): Soccer Training: Games, Drills and Fitness Practices.8Ed, A&Cblack, London.

69. Maly T, Izovska D, Zahalka J, Mala, L (2018): Effect of muscular strength, asymmetries and fatigue on kicking performance in soccer players. Int. J. Sports Med, Vol (39).

70. Manuel Segovia, Alexandre Dellal, Karim Chamari, Juan Badillo (2014): Importance of Muscle Power Variables in Repeated and Single Sprint Performance in Soccer Players. Journal of Human Kinetics, Vol (40).

71. Marc Briggs (2013): Training for Soccer Player, First Published, the growood, British Library.

72. Mirkov Dragan, Nedeljkovic Al, Kukolj Mi, Ugarkovic Du and Jaric Sl (2008): Evaluation of the Reliability of Soccer-Specific Field Tests. Journal of Strength and Conditioning Research, July, Vol (22), Is (4).

73. Novich M & Taylor B (1981): Training And Condditioning Of Athletes. Second Ed, Philadelphia, USA.

74. Nunome H, Ikegami Y, Kozakai R, Apriantono T, Sano S (2006): Segmental dynamics of soccer instep kicking with the preferred and non-preferred leg. Journal of Sports Science, Vol (24).

75. Phil Davies (2005): Total Soccer Fitness. publisher, RIO Network LLC.

76. Ramesh A (2017): Isolated and Combined Training for Soccer Players. Laxmi Book Publication, US.

77. RicLovell, ChrisTowlson, GuyParkin, MattPortas, RoelVaeyens, Stephen Cobley (2015): Soccer Player Characteristics in English Lower-League Development Programmes: The Relationships between Relative Age, Maturation, Anthropometry and Physical Fitness, Plos one journal, Sept, Vol (2).

78. Rosch D, Hodgson R, Peterson TL (2000): Assessment and evaluation of football performance. The American Journal of Sports Medicine, Vol (28), Su (5).

79. Ryan Alexander (2020): Complete Conditioning for Soccer. Human Kinetics, USA.

80. Sarmento H, Marcelino R, Anguera M, Campanico J, Matos, N, Leitao, J.C (2014): Match analysis in football: A systematic review. J. Sports Sci Vol (32).

81. Scott Walker & Anthony Turner (2009): A One-Day Field Test Battery for the Assessment of Aerobic Capacity, Anaerobic Capacity, speed, and Agility of Soccer Players. National Strength and Conditioning Association, journal, DEC, Vol (31), Nu (6).

82. Stolen T, Chamari K, Castagna C, Wisloff U (2005): Physiology of

soccer. Journal Sports Medicine, Vol (35).

83. Stone, M.H (1993): Explosive Exercises and Training. NSCA Journal, Vol (15), Nu (3)..

84. Thomas Reilly (2007): The Science of Training – Soccer: A Scientific Approach to Developing Strength, Speed and Endurance. Routledge þ, First Published, London.

85. Tudor Bompa& Michael Carrera (2015): Conditioning Young Athletes. Human Kinetics, USA.

86. Vaitkevicius PV, Fleg JL, Engel JH, O'Connor FC, Wright JG, Lakatta LE, Yin FC, Lakatta EG (1993): Effects of age and aerobic capacity on arterial stiffness in healthy adults. Journal Circulation, Oct VO (88).

87. Wallace, J.L., Norton, K.I. (2014): Evolution of World Cup soccer final games 1966-2010: Game structure, speed and play patterns. Journal of and Medicine Sport, Vol (17)..

88. Wilmore J hand (2000): Physiology of Sport and Exercise.4 ed, Human Kinetics, USA.

89. Zakaria Labsy, Claire Tourny, Jean Gallice, Said Ahmaidi, Jean-Michel Benezet (2015): Small-sided games and integrating physical preparation. FIFA, Education & Technical Development Department. RVA Druck and Medien, Altstatten, Switzerland.

90. https://www.topendsports.com/sport/soccer/testing.htm

## *ABSTRACT*

# Determining standard levels of physical fitness for football juniors under 14 years in the State of Kuwait

**Mrs. Ali Karam Ghulom Dashti**
first expertise supervisor of physical education in Kuwait

**A.M.D. Ahmed Abdel Mawla El Sayed**
Faculty of Physical Education, Mansoura University

**Prof. Amrallah Ahmed Al- Bosaty**
Faculty of Physical Education, Mansoura University

The research aims to determine the components of functional fitness, their tests, and their standard levels for soccer juniors (under 14 years old) in the State of Kuwait. To achieve this, the researchers used the survey method to limit the opinions of experts through scientific references and specialized research. A repetition rate higher than 50%, which is six components, as well as their own tests, and after verifying their scientific parameters (honesty and stability) were applied to a sample of 191 junior soccer players registered with the Kuwait Federation clubs and school teams, and their ages ranged from (157.84 ± 3.163) , and the results were treated statistically. And reaching standard levels for each of these components.