

أثر استخدام القدرات التوافقية على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في رياضة كرة القدم لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

** / محمد احمد عبد الرازق

مقدمة ومشكلة البحث:

كثير من العاملين في ميدان التعليم يضعون أما لا واسعة على الدور الذي يمكن لتكنولوجيا التعليم أن تلعبه في العملية التعليمية، وأن تكنولوجيا التعليم بمفهومها الحديث من أجهزة وأدوات، وموقف تعليمية، واستراتيجيات تدريسية، وتقييم مستمر، وتغذية راجعة، ومشاركة فعالة للمتعلمين، ساهمت في تطوير الجوانب التربوية وزيادة فعاليتها، وأن نجاح التقنيات التعليمية مرهون بمدى قناعة مستخدميها ومدى تقبلهم لاستخدامها في المجال التطبيقي (٨:٥٧).

ويؤكد "جوليوس كاسا" Julius kasa (٢٠٠٥م) على أن امتلاك اللاعبين للقدرات التوافقية في مختلف الأنشطة الرياضية يساعد على اختزال زمن اكتساب المهارات الحركية وإتقانها وأن تطور مستوى الأداء الفني للاعبين يتوقف على مدى الارتقاء بتطور مستوى القدرات التوافقية لديهم، كما أن القدرات التوافقية تشكل الأسس التوافقية لتطوير مستوى الأداء الفني للاعبين الأنشطة الرياضية المختلفة (١٩:١٣١).

ويشير ياسر محفوظ الجوهري (٢٠٠٨م) أن القدرات التوافقية تمثل عاملاً هاماً للمبتدئ تعلم وتطوير المهارات الأساسية، فتوفر هذه القدرات لدى المبتدئ يساعد على حسن التفكير وسهولة تعلم المهارات الحركية وتطويرها بصورة مثلى (١٦:١).

ويشير محمد صبحي حسنين (١٩٨٧م) أن المبتدئين والناشئين الذين يفقدون قدراً معيناً من القدرات التوافقية يتسبب عنه صعوبة بالغة في الوصول إلى آلية الأداء فضلاً عن عدم الموازنة بين الحركات ونواتجها من مهارات ذات مستوى من الصعوبة للأداء (١٢:١١٤).

وتوضح نيفين حسين محمود (٢٠٠٤م) أن مكونات القدرات التوافقية تختلف في جميع الأنشطة الرياضية عن بعضها بل وتختلف متطلبات كل مهارة عن الأخرى في احتياجها للقدرات التوافقية في النشاط الواحد وأن تنمية هذه القدرات ترتبط دائماً بمستوى الأداء المهاري والمستوى البدني لاعبين (١٤:١٢، ١٥).

كما يشير حنفى مختار (١٩٩٤م) بأن المهارات الأساسية هي القاعدة للعبة كرة القدم بجانب الخطط واللياقة البدنية، وتبقى هي العامل المهم في اللعبة، فبدون إجابة

** وظيفة الباحث/ مدرس تربية رياضية بإدارة السبلاوين الأزهرية

اللاعب للمهارات الأساسية لا يستطيع أن ينفذ الخطط أو يقوم بواجبات مركزه على الوجه الأكمل (٤: ٦٥-٦٧).

ويتفق هاجي دورن وآخرون **hage dorn etal** (١٩٩٦م) على أنه عند تصميم برامج تدريبية للناشئين يجب التركيز فيها على الأعداد المهاري والقدرات التوافقية الخاصة باللعبة بحيث لا تقل نسبتها عن ٧٠% من نسبة المحتوى التدريبي لهذه المرحلة، حيث أنه في نفس الوقت الذي يتم فيه الإعداد المهاري يتم إعطاء التدريبات التوافقية ليتم تطوير الأداء المهاري والبدني والخططي فيكون أداء الناشئ جيداً وقوياً، ويتسم بسمة الاقتصاد في الجهد المبذول أثناء الأداء (21: ٩٧ - ١٠٧).

ويشير كوين **queen.r** (٢٠٠٥م) أن البرامج التدريبية للناشئ يجب أن تراعي خصائص المرحلة السنية وذلك من خلال التركيز على النواحي البدنية والمهارية والتوافقية والنفسية للمرحلة العمرية والعمل على تطويرها لتحقيق التنمية الشاملة والمتزنة للناشئ (22:20).

وقد لاحظ الباحث من خلال كونه يعمل مدرس تربية رياضية وكذلك من خلال إطلاعهم وقرآته على المراجع العلمية والدراسات المرتبطة أن أساليب التدريس المستخدمة تعتمد على الشرح اللفظي؛ وأداء النموذج من قبل المعلم دون وجود روابط بينهما وبين المستحدثات التكنولوجية والتدريبات المتنوعة في العملية التعليمية؛ فيجب عليه تطوير محتوى المقررات التعليمية؛ وطرق أساليب التدريس الحديثة التي تجعل المتعلم محور العملية التعليمية؛ وأن تكون مشوقة للمتعلم؛ ولانجاز ذلك كان لابد من استخدام وسائل تدريبية متنوعة وفعالة لتحسين مستوى القدرات التوافقية.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على أثر استخدام القدرات التوافقية على بعض المتغيرات والمهارية في رياضة كرة القدم لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي.

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء المهاري قيد البحث في بعض مهارات كرة القدم قيد البحث ولصالح القياس البعدي.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء المهاري قيد البحث في بعض مهارات كرة القدم قيد البحث ولصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى القدرات المهارية قيد البحث في بعض مهارات كرة القدم قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية.

مصطلحات البحث:

القدرات التوافقية: **The Coord Ination Abilities**

عبارة عن شروط حركية ونفسية عامة للإنجاز الرياضي يستطيع الفرد عن طريقهما التحكم في الأداء الحركي في جميع الأنشطة الرياضية؛ وتتنبثق القدرات التوافقية من متطلبات الأداء الرياضي وتحدد من مقدار ذخيرة الفرد من دقة وإتقان المهارات الحركية (٧: ١٧١).

الدراسات المرجعية العربية والأجنبية:

- دراسة **جمال أبو بشارة (٢٠١٠م) (٣)** بهدف التعرف إلى أثر برنامج تدريبي مقترح قائم على القدرات التوافقية لتحسين مستوى المهارات الأساسية لدى ناشئ كرة القدم. بالمنهج التجريبي والعينة ٤٠ لاعباً مبتدئاً في مؤسسة خطوات محافظة طوباس وهم النتائج - القدرة على الربط الحركي والتكيف مع الأوضاع المتغيرة وتقدير الوضع وأن البرنامج التدريبي المقترح ذو فعالية في تحسين مستوى مكونات القدرات التوافقية المختلفة والمهارات الأساسية.
- دراسة **إسلام مسعد (٢٠٠٧م) (١)** بهدف تصميم برنامج تدريبات نوعية لمكونات التوافق العصبي العضلي للناشئين في كرة القدم للتعرف على تأثير برنامج التدريب على فاعلية الأداءات المهارية المركبة لدى الناشئين في كرة القدم. بالمنهج التجريبي والعينة ٢٤ ناشئ تحت (١٧) عام منطقة الدقهلية لكرة القدم.
- وهم النتائج أن البرنامج التدريبي أثر تأثيراً إيجابياً على مكونات العصبي العضلي قيد البحث (الرشاقة - الدقة - سرعة الأداء - الإحساس بالمسافة - الإحساس بالزمن).

- دراسة زاك وديودا ((zak and (duda) (٢٠٠٣م) (١٨) بهدف تحديد تأثير المهارات التوافقية على السلوك الحركي للاعبين أثناء الأنشطة المهارية (التكنيكية) والخططية بالمنهج التجريبي والعينه ٢٠ ناشئ في سن (١٧) سنة واهم النتائج مستوى أداء لاعبي كرة القدم المهاري والخططي يعتمد على مستوى تطوير المهارات التوافقية.
- دراسة وتكوزكى witkow iski (٢٠٠١م) (١٧) بهدف تقييم القيمة التنبؤية لـ (٢٣) مؤشراً يرتبطون بسبع قدرات توافقية لدى الناشئين ولاعبي المستويات العليا بالمنهج الوصفي والعينه ٢٤ لاعباً من (١٦ - ١٩) سنة المسجلين بمدرسة البطولات الرياضية بمدينة (زابرز) ببولندا واهم النتائج أعلى قيمة تنبؤية قد ظهرت بوضوح في القدرة على التكيف الحركي، والقدرة الإيقاعية، والاتزان الثابت والديناميكي بينما ظهر انخفاض في القيمة التنبؤية في سرعة رد الفعل. إما أقل قيمة كانت في القدرة على التوجيه المكاني.

الإجراءات :

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث من التلاميذ ما بين (٦ - ٩) سنوات والمشاركين في صفوف معهد التمد الحجر الابتدائي للعام الدراسي والبالغ عددهم (٥٠) تلميذ.

عينة البحث: واشتملت عينة البحث الأساسية على (٢٤) تلميذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين قوام كل مجموعة (١٢) تلميذ واشتملت العينة الاستطلاعية على (١٠) تلاميذ من إجمالي عينة البحث والجدول (١) يوضح ذلك

جدول رقم (١)

تصنيف عينة البحث

توصيف العينة	مجتمع البحث	العينة الاستطلاعية	العينة الأساسية	إجمالي عينة البحث
تلميذ المرحلة الابتدائية	٥٠	١٠	٢٤	٣٤

يوضح جدول (١) أن إجمالي مجتمع البحث (٥٠) تلميذ تم سحب عدد (٢٤) تلميذ للدراسة الأساسية وعدد (١٠) تلميذ للدراسة الاستطلاعية وأن إجمالي عينة الدراسة الأساسية (٣٤) تلميذ بنسبة ٦٨% .



إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث: تم حساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في معدل النمو (الطول - الوزن - السن)، والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول رقم (٢)

اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في معدلات النمو (الطول - الوزن - السن)

$$n = 50$$

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
السن	سنة	٧,٥٧	٠,٢٠	٧,٥٦	٠,٠٨
الطول	سم	١١٧,٦٥	١,٤٨	١٧٧,٠٠	١,٣٠
الوزن	كجم	٢٤,٠٨	١,٠٦	٢٤,٠٠	٠,٢٣

يتضح من الجدول رقم (٢) توجد فروق غير دالة إحصائياً بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث حيث أن جميع قيم احتمالية الخطأ أكبر من مستوى الدلالة ٠,٠٥ مما يشير إلي تكافئهما في تلك المتغيرات .

جدول رقم (٣)

دلالة الفروق بين متوسطات مجموعتين البحث التجريبية والضابطة

في المتغيرات المهارية ن_١ = ٢ = ١٢

قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط		
٠,٩٩	٢,٧٤	٥٨,٥٨	٣,٠١	٥٩,٧٥	عدد	الإحساس بالكرة
١,٤٣	١,٠٨	٢,٠٨	٢,١٥	٣,٠٨	عدد	التمرير بباطن القدم
١,٦٣	٠,٦٦	١,٤١	٠,٥٧	١,٨٣	عدد	دقة التصويب
١,٨٢	٣,٣٩	٣٤,٨٩	٣,٣١	٣٢,٤٠	ثانية	الجري بالكرة
١,٥١	٠,٢٧	٣,٣٢	٠,٣٧	٣,٣٥	سم	ضرب الكرة بالرأس

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة $٠,٠٥ = ٢,٤٧$

يتضح من الجدول (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($٠,٠٥ = a$) بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في المتغيرات المهارية مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين (التجريبية والضابطة) في هذه المتغيرات.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

ساعات (Casio). متر بطول (٥٠) متر . أقماع تدريب ملونة. كرات قدم- كاميرا من نوع (5MEGA Pixels).

الاختبارات المهارية قيد البحث: الإحساس بالكرة- دقة التمرير القصير الأرضي- دقة التصويب على المرمي- الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم-ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة.

المعاملات العلمية (الصدق والثبات) للاختبارات البدنية والمهارية:

باستخراج معامل صدق وثبات الاختبارات تم تطبيق الاختبارات على عينة قوامها (١٠) تلاميذ من غير أفراد عينة البحث، وتم استخراج تطبيق الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث ومن ثم استخدم معامل الصدق الذاتي من خلال حساب الجذر التربيعي للثبات ونتائج الجدول رقم (٤) يبين ذلك.

الجدول (٤)

الثبات و الصدق الذاتي للاختبارات المستخدمة

(ن=١٠)

٠,٩	٠,٩	٣,٤	٣٤,٥	٣,٧	٣٤,١	الجري بالكرة
٠,٨	٠,٦	٠,٧	٢,٧٥	٠,٨	٢,١٢	دقة التصويب
٠,٧	٠,٥	٠,١	٣,٦٦	٠,٣	٣,٦٠	ضرب الكرة بالرأس

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الثبات للاختبارات قيد البحث تراوحت

(٠,٥٧ - ٠,٩٩) وجميعها دالة إحصائية

محتوى التعلم باستخدام القدرات التوافقية:

مقدمة القدرات التوافقية: تقديم إطار فكري عن القدرات التوافقية وتمهيد المحتوى وتوضيح أهمية دراسة القدرات التوافقية.

الهدف من القدرات التوافقية: هو الهدف الذي صممه القدرات التوافقية لتحقيقه.

محتوى القدرات التوافقية: يضم هذا المكون وصفاً لما تحتويه القدرات التوافقية من التهيئة البدنية والإعداد البدني الخاص، وخطوات تعلم المهارة، والختام.

الاختبار القبلي للقدرات التوافقية: ويهدف إلى قياس مستوى التلميذ قبل التعلم.

أنشطة التعلم: النشاط التعليمي وهو عبارة عن خطوات تعلم يقوم بها التلميذ لتعلم المحتوى المهاري، ويتطلب ذلك توافر عدة بدائل تعليمية.

الاختبار البعدي: ويهدف قياس مدى تحقق الأهداف التعليمية للقدرات التوافقية.

الوسائل التكنولوجية المستخدمة:

مجموعة من الصور الثابتة لمراحل أداء مهارة كرة القدم (قيد البحث) وقد روعي

فيها وضوح الألوان وحجم الصور؛ كما اشتملت على لقطات الفيديو التعليمية من مواقع تعليمية ومباريات دولية ومجموعة من التدريبات المهارية المتدرجة يشاهدها التلميذ بواسطة الحاسب الآلي؛ قبل كل وحدة تدريبية للقدرات التوافقية.

الدراسة الاستطلاعية :

تم إجراء دراسة استطلاعية ثانية في الفترة من ١/١٠/٢٠١٨م وحتى ٣/١٠/٢٠١٨م، واستهدفت التجربة الأولى لعملية التدريس بواسطة استخدام القدرات التوافقية وأيضاً التأكد من:

ملائمة القدرات التوافقية لأفراد المجموعة التجريبية ومدى مناسبة التدريبات المحددة والمقترحة.

الدراسة الأساسية:

القياس القبلي: قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات قيد البحث في الفترة من ١٠/١٠/٢٠١٨م وحتى ١٢/١٠/٢٠١٨م وذلك في المتغيرات البدنية والمتغيرات المهارية.

تطبيق التجربة الأساسية: تم تطبيق التجربة الأساسية باستخدام القدرات التوافقية حيث تم مراعاة بعض الجوانب المهارية والخطوات التعليمية والفنية لمهارات كرة القدم (قيد البحث) وتم شرح المهارة والتدريبات الخاصة بالقدرات التوافقية والخاصة بمهارات كرة القدم لمدة (٧) دقائق؛ ثم النزول للملعب للتهيئة البدنية (٥) دقائق، ثم الإعداد البدني الخاص (١٠) دقائق، وتنفيذ الجزء التعليمي والتطبيقي لمدة (٢٠) دقيقة والختام (٣) دقائق؛ وتم تطبيق محتوى التعلم، باستخدام القدرات التوافقية على أفراد المجموعة التجريبية، وذلك في الفترة من ٢٠/١٠/٢٠١٨م وحتى ٢٠/١٢/٢٠١٨م، وذلك لمدة (٨) أسابيع متصلة، بواقع حصة في الأسبوع.

قام الباحث باستخدام أسلوب التعلم بالأمر فقط مع أفراد المجموعة الضابطة حيث تم شرح نفس الجوانب التي مراعاتها مع المجموعة التجريبية بدون تعرضهم للقدرات التوافقية وذلك بطريقة التعلم التقليدي.

القياسات البعدية: بعد الانتهاء من تطبيق وحدات التعلم باستخدام القدرات التوافقية تم إجراء القياسات البعدية في الفترة من ٢٣/١٢/٢٠١٨م وحتى ٢٥/١٢/٢٠١٨م للمجموعتين التجريبية والضابطة في القدرات البدنية ومهارات كرة القدم (قيد البحث).

المعالجة الإحصائية:

- المتوسط الحسابي - معامل ارتباط بيرسون - اختبارات (ت). - معامل الفالكر ونباخ.
عرض ومناقشة نتائج البحث:

جدول (٥)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات المهارية

ن = ١٢

قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط		
التمرير بباطن القدم	عدد	٣.٠٨	٢.١٥	٦.٩١	٠.٩٠	٣.٨٣-	٧.٥٩٠
الإحساس بالكرة	عدد	٥٩.٥٧	٣.٠١	٨١.٧٥	٦.٨١	٢.٠٠-	١١.٤٦
الجري بالكرة	ثانية	٣٢.٤٠	٣.٣١	٣٠.٢٨	٣.٢٢	٢.١١٥	١٧.٥١
دقة التصويب	عدد	١.٨٣	٠.٥٧	٣.٥٨	٠.٥١	١.٧٥-	٩.٧٥
ضرب الكرة بالرأس	سم	٣.٥٣	٠.٣٧	٤.٨٤	٠.٥٣	١.٣١-	١٣.٨٨

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة ٠,٠٥ = ٢,٢٠

يتضح من الجدول رقم (٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي للمجموعة التدريبية في مستوى أداء المهارات الأساسية قيد البحث حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ التوافقية للمهارات الأساسية قيد البحث.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه دراسة كلاً من إسلام مسعد (٢٠٠٧م) (١) ودراسة جمال أبو بشارة (٢٠١٠م) (٣) ودراسة هبة أحمد بليغ (١٩٩٩م) (١٥) ودراسة بسامات محمد علي (٢٠٠٩م) (٢) ودراسة زاك وديودا (٢٠٠٣م) (١٨) ودراسة رابحة محمد لطفي (١٩٩٦م) (٥) ودراسة محمد سعيد أبو النور (٢٠١١م) (١١) ودراسة ناصر عمر السيد (٢٠٠٧م) (١٣) أن البرنامج التدريبي أثر تأثيراً إيجابياً في القدرات التوافقية وتحسين المستوى المهاري.

جدول (٦)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

في المتغيرات المهارية قيد البحث

(ن = ١٢)

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
التمرير بباطن القدم	عدد	٢٠٠٨	١,٠٨	٣,٣٣	٠,٧٧	١,٢٥-	٥,٧٤
الإحساس بالكرة	عدد	٥٨,٥٨	٢,٧٤	٦١,٥٠	٢,٦٤	٢,٩١-	١١,٢٢
الجري بالكرة	ثانية	٣٤,٨٩	٣,٣٩	٣٤,٧٧	٣,٣٩	٠,١٢	١٢,٦٢
دقة التصويب	عدد	١,٤١	٠,٦٦	١,٩١	٠,٦٦	٠,٥٠-	٣,٣١٧
ضرب الكرة بالرأس	سم	٣,٣٢	٠,٢٧	٣,٦٢	٠,٢٢	٠,٢٩-	٩,٦٩

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة $٠,٠٥ = ٢,٢٠$

يتضح من الجدول رقم (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة في مستوى أداء المهارات الأساسية قيد البحث حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة $٠,٠٥$

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه علي حسنين حسب الله (١٩٨٢م)؛ على أن عملية تعلم المهارات وزيادة مستوى الأداء تتم من خلال التعرف على المهارات أولاً ثم الممارسة والتدريب عليها (٩: ٤٥، ٤٦).

ويرى الباحث تقدم تلاميذ المجموعة التجريبية على تلاميذ المجموعة الضابطة في القياسات البعدية لمتغيرات البحث البدنية نتيجة تنفيذ المجموعة التجريبية إلى البرنامج التدريبي المقترح المخطط والقائم على أسس علمية متبعاً مبادئ التدريب الرياضي العلمية الحديثة في تنمية القدرات البدنية.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه دراسة كلاً من إسلام مسعد (٢٠٠٧م) (١) ودراسة عمرو محمد محمود (١٩٩٨م) (١٠) ودراسة هبة أحمد بليغ (١٩٩٩م) (١٥) ودراسة بسمات محمد علي (٢٠٠٩م) (٢) ودراسة نيفين حسين محمود (٢٠٠٤م) (١٤) ودراسة هبة عبد العظيم حسن (٢٠٠٥م) (١٥) ودراسة جمال أبو بشارة (٢٠١٠م) (٣) أن البرنامج التدريبي أثر تأثيراً إيجابياً على القدرة على الربط الحركي والتكيف مع الأوضاع المتغيرة وتقدير الوضع، أن البرنامج المقترح ذو فاعلية في تحسين مستوى مكونات القدرات التوافقية المختلفة.

جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطات الفروق للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية

$$ن = ٢ = ٢٤$$

قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفرق بين المتوسطين (ت)	قيمة
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
التمرير بباطن القدم	عدد	٦,٩١	٠,٩٠	٣,٣٣	٠,٧٧	٣,٥٨	١٠,٤٢
الإحساس بالكرة	عدد	٨١,٧٥	٦,٨١	٦١,٥٠	٢,٦٤	٢٠,٢٥	٩,٦٠
الجري بالكرة	ثانية	٣٠,٢٨	٣,٢٢	٣٤,٧٧	٣,٣٩	٤,٤٨-	٣,٣١
دقة التصويب	عدد	٣,٥٨	٠,٥١	١,٩١	٠,٦٦	١,٦٦	٦,٨٤
ضرب الكرة بالرأس	سم	٤,٨٤	٠,٥٣	٣,٦٢	٠,٢٢	١,٢١	٣,٣٠

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى الدلالة $٠,٠٥ = ٢,٠٧$

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات الفروق للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الأداء المهاري لبعض المهارات الأساسية قيد البحث في كرة القدم وذلك لصالح المجموعة التجريبية حيث أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

يرى الباحث تقدم تلاميذ المجموعة التجريبية على تلاميذ المجموعة الضابطة في القياسات البعدية لمتغيرات البحث المهارية نتيجة تنفيذ المجموعة التجريبية للبرنامج التدريبي المقترح المخطط والقائم على أسس علمية متبعاً مبادئ التدريب الرياضي العلمية الحديثة في تنمية القدرات التوافقية للمهارات الأساسية قيد البحث.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسات التي قام بها كل من: دراسة جمال أبو بشارة (٢٠١٠م) (٣) ويتفق مع دراسة زاك وديودا. (zak and duda 2003) (١٨) ويتفق ذلك مع ما أشار إليه دراسة كلاً من إسلام مسعد (٢٠٠٧م) (١) ودراسة بسمات محمد علي (٢٠٠٩م) (٢) ودراسة نيفين حسين محمود (٢٠٠٤م) (١٤) ويتفق مع دراسة رابحة محمد لطفي (١٩٩٦م) (٥) ودراسة شيرين أحمد يوسف (٢٠٠١م) (٦) ودراسة ناصر عمر السيد (٢٠٠٧م) (١٣) ودراسة محمد سعيد أبو النور (٢٠١١م) (١١) أن البرنامج التدريبي أثر تأثيراً إيجابياً في القدرات التوافقية وتحسين مستوى القدرات المهارية.

الاستنتاجات:

- ١- ساهم استخدام القدرات التوافقية للأداء المهاري لمهارات كرة القدم (قيد البحث) لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
- ٢- تفوقت المجموعة التجريبية التي تم التدريس لها باستخدام القدرات التوافقية على المجموعة الضابطة التي تم التدريس لها لاستخدام الطريقة التقليدية (الشرح والنموذج) في مستوى الأداء المهاري في كرة القدم.

التوصيات:

- ١- ضرورة استخدام معلمي المرحلة الابتدائية نظام القدرات التوافقية في تعليم وتحسين مهارات الأنشطة الرياضية بصفة عامة ومهارات كرة القدم بصفة خاصة.
- ٢- إجراء دراسات مماثلة على أنشطة رياضية مختلفة وعلى مراحل سنوية مختلفة بمراحل التعليم الأساسي لتطوير ورفع كفاءة العملية التعليمية.



المراجع العربية والأجنبية :

- ١- إسلام مسعد : [تأثير برنامج تدريبات نوعية لمكونات التوافق العضلي العصبي على فاعلية الأداءات المهارية المركبة لناشئ كرة القدم] رسالة ماجستير، جامعة المنصورة. (٢٠٠٧م)
- ٢- بسمات محمد علي: [تأثير برنامج تدريبي لتطوير بعض القدرات التوافقية الخاصة على مستوى أداء لاعبي الكاتا في رياضة الكارتية] المؤتمر الدولي لتطوير البحث العلمي، أفق جديدة، جامعة طنطا. (٢٠٠٩م)
- ٣- جمال أبو بشارة: أثر برنامج مقترح تدريبي قائم على القدرات التوافقية في تحسين أداء المهارات الأساسية لناشئ كرة القدم] رسالة غير منشورة، مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الأساسية، كلية التربية والتكنولوجيا، جامعة فلسطين. (٢٠١٠م)
- ٤- حنفي محمود مختار: الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة. (١٩٩٤م)
- ٥- رابحة محمد لطفى: بعض القدرات التوافقية وعلاقتها بمستوى أداء التصويبة السلمية للمبتدئات في كرة السلة]، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، (٢٧)، جامعة حلوان. (١٩٩٦م)
- ٦- شيرين أحمد يوسف: تنمية بعض القدرات التوافقية وعلاقتها بمستوى الأداء الهجومي المركب لرياضة المبارزة] رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق. (٢٠٠١م)
- ٧- عصام الدين عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات التطبيقات، ط٩، منشأة المعارف، الإسكندرية. (٢٠٠٣م)
- ٨- علي أحمد مدكور: مناهج التربية أساسها وتطبيقاتها، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة. (٢٠٠٥م)
- ٩- علي حسنين حسب الله: أثر التعلم الذاتي في تعليم مهارات برامج الألعاب في المرحلة الإعدادية]، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان. (١٩٨٢م)
- ١٠- عمرو محمد مصطفى: دراسة عملية للقدرات التوافقية لاعبي المصارعة في جمهورية مصر العربية] رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان. (١٩٩٨م)



- ١١- محمد سعيد أبو النور: تأثير تطوير بعض القدرات التوافقية على فاعلية الأداءات الهجومية المركبة لناشئ الكوميتة في رياضة الكارتية] المجلد الأربعون مجلة علوم وفنون الرياضة، أكتوبر ٢٠١١م. (٢٠٠١م)
- ١٢- محمد صبحي حسنين: التقويم والقياس في التربية البدنية، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة. (١٩٨٧م)
- ١٣- ناصر عمر السيد: تأثير تنمية بعض القدرات التوافقية الخاصة بالرياضة الجمباز على مستوى الأداء المهاري] المؤتمر العلمي الدولي الثاني، كلية التربية الرياضية للبنين، ٢٩ مارس (٢٠٠٧م)، المجلد الثاني. (٢٠٠٧)
- ١٤- نفين حسين محمود: تأثير برنامج تدريبي لتنمية القدرات التوافقية على بعض المهارات الحركية لدى لاعبات رياضة الجودو] رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق. (٢٠٠٤م)
- ١٥- هبه أحمد بليغ: عاملية للقدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية الرياضية بمحافظة الشرقية] رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق. (١٩٩٩م)
- ١٦- ياسر محفوظ الجوهري: تنمية القدرات التوافقية لتطوير مستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى براعم كرة القدم] بحث منشور، مجلة كلية التربية الرياضية للبنين ببها، العدد الأول، جامعة بنها. (٢٠٠٨م)

- 17- Vladimir Liakh,
Wladyslaw Zmuda,
Zbigniew Witkowski
(2001)
The prognostic value of coordination motor ability (CMA) indices in the evaluation of development of soccer players aged 16-19. A 2 year observation ,
<http://www.awf.wroc.pl/hunmov/english/03sup2>. (2001)/ pa Xls/art10.htm
- 18- Zak and Henryk Duda
(2003)
Level of coordinating ability büt Efficiency of game of young football players
www.awf.krakow.pl/jedn/gryzes ps.pdf
- 19- julis. (2005)
releation shipof motor apilizies and motor skills in sport games the factors detemining effectiveness in team games faculty of physical education and sport comenius university brat. Slava. Slovakia.
- 20-Queen R. (2005m) :
104- how tomakea program fors soccer players U 15 matrix soccer academy ltd Bolton UK.
- 21- hagedom niedlich & schmidr (hg) (1996m)
des basketball handbuch rowohlt reintek



مستخلص البحث باللغة العربية

هدف البحث يهدف البحث إلى التعرف على أثر استخدام القدرات التوافقية على بعض المتغيرات والمهارية في رياضة كرة القدم لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي واستخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبتة طبيعة البحث واشتملت عينة البحث على (٢٤) تلميذ تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين قوام كل مجموعة (١٢) والعينة الاستطلاعية (١٠) تلاميذ من إجمالي عينة البحث واستخدم الباحث وسائل وأدوات جمع البيانات: ساعات (Casio). متر بطول (٥٠) متر . أقماع تدريب ملونة. كرات قدم- كاميرا من نوع (5MEGA Pixels). الاختبارات المهارية الإحساس بالكرة- دقة التمرير القصير الأرضي- دقة التصويب على المرمي- الجري بالكرة في خط متعرج بين القوائم-ضرب الكرة بالرأس لأبعد مسافة. والاسلوب الاحصائي المستخدم :- المتوسط الحسابي- معامل ارتباط بيرسون- اختبارات (ت). - معامل الفالكرونباخ. وكانت اهم التوصيات:ضرورة استخدام معلمي المرحلة الابتدائية نظام القدرات التوافقية في تعليم وتحسين مهارات الأنشطة الرياضية بصفة عامة ومهارات كرة القدم بصفة خاصة.

Summary of the research

The aim of this research is to identify the effect of the use of harmonic abilities on some variables and skills in the sport of football for students of the first cycle of basic education. The researcher used the experimental method for the nature of the research. The sample included 24 students.

They were divided into two equal groups (12) and exploratory samples (10) students from the total sample. The researcher used data collection tools and tools: Casio. Meters (50 meters) long. Colored training cones. 5MEGA Pixels.

Skill tests - the accuracy of the short ground - the accuracy of the correction on the goal - running the ball in a winding line between the lists - hit the ball head to the farthest distance. The statistical method used: - Arithmetic mean - Pearson correlation coefficient - tests (v). - Valkronbach Laboratories.

The main recommendations were: Primary teachers should use the system of compatibility abilities in teaching and improving the skills of sports activities in general and football skills in particular.