

تأثير الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة علي بعض القدرات المهارية

لبراعم كرة القدم

الدكتور/ أحمد شوقي محمد

الدكتور/ محمود نبيل جمال الدين

الدكتور/ كريم عزت محمود

الباحث / حسام حسن عبدالقادر علي

ملخص البحث باللغة العربية:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة علي بعض القدرات المهارية لبراعم كرة القدم , وإستخدام الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة باتباع القياسات القبلة والبعدي لكل من المجموعتين , كما قد تم اختيار العينة بالطريقة (العمدية)، والبالغ عددهم (٤٢) رعم بالطريقة العشوائية ، وتم سحب عدد (١٢) برعم للتجربة الاستطلاعية ، وعدد (١٥) برعم للمجموعة التجريبية وعدد (١٥) برعم للمجموعة الضابطة لتصبح العينة الاساسية (٤٢) برعم ، وقد تم تقسيمهم بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين وذلك بواقع (١٥) برعم لكل مجموعة بالإضافة عدد (١٢) برعم لإجراء الدراسات الإستطلاعية، وأشارت أهم النتائج إلى:

- البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة كان له تاثير ايجابيا بين متوسطى القياسين القبلى والبعدي للمجموعة التجريبية فى مستوى القدرات المهارية قيدالبحث وذلك لصالح القياس البعدي.
- أهمية توجيه اهتمام مدربين البراعم إلى مدى أهمية البرامج التدريبية باستخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة فى تطوير القدرات المهارية فى رياضة كرة القدم .
- الإستعانة بالبرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة فى البرامج التعليمية للبراعم والناشئين فى كرة القدم .

Abstract of the research in English:

The research aims to identify the effect of small games and mini-divisions on some of the skill abilities of football buds. The researcher used the experimental method using the experimental design for two groups, one experimental and the other control, following the pre- and post-measurements for each of the two groups. The sample was also



chosen in the (intentional) way, and the number of (42) buds was randomly selected. (12) buds were drawn for the exploratory experiment, and (15) buds for the experimental group and (15) buds for the control group, so that the basic sample became (42) buds. They were divided randomly into two groups, with (15) buds for each group, in addition to (12) buds to conduct exploratory studies. The most important results indicated:

- The proposed program using small games and mini-divisions had a positive effect between the averages of the pre- and post-measurements of the experimental group in the level of skill abilities under study, in favor of the post-measurement. - The importance of directing the attention of junior coaches to the importance of training programs using small games and mini-divisions in developing skill capabilities in football.

- Using the proposed program using small games and mini-divisions in educational programs for juniors and youth in football.

- مقدمة ومشكلة البحث :-

تحتل الرياضة مكانة متقدمة في حياة الشعوب المتحضرة ، وقد ازداد الإهتمام بها في العصر الحديث إدراكاً بقيمتها في حياة المجتمعات ولضرورتها في حياة الأفراد ذلك بعد أن أصبح النشاط البدني المنظم من الأمور المسلم بها للإرتقاء بالصحة والمحافظة عليها واتسعت وامتدت خدماتها على جميع المستويات وأصبح الوصول إلى العالمية وتحقيق الأرقام القياسية هو الهدف الأساسي لها ، وحظت كرة القدم باهتمام كبير على المستويين المحلي والدولي، وشهدت انتشاراً مذهلاً خلال سنوات معدودة، وتطورت وتقدمت بسرعة متزايدة في جميع نواحيها البدنية والخطية والمهارية والتي تتداخل ببعضها البعض للوصول باللاعبين إلى أعلى المستويات الرياضية من خلال التدريب المبني على الأسس والمبادئ العلمية .

تعتبر لعبة كرة القدم أكثر الألعاب الجماعية إنتشاراً في معظم دول العالم وازدادت أهميتها بعد تأثير استضافة أحداثها الدولية الكبيرة (كأس العالم - البطولات القارية) على اقتصاد هذه الدول، وأصبح إعداد أجيال جديدة من لاعبي كرة القدم بمثابة مشروعات قومية لهذه البلدان.

ويؤكد إبراهيم شعلان ٢٠١٠م أن التأسيس القاعدي للاعب كرة القدم يعتبر محورا جوهريا للوصول بمستوى أداء اللاعب إلى أعلى المستويات الرياضية، والتي تمكنهم من تحقيق الانجازات ، ليست فقط على الصعيد المحلي ، ولكن على الصعيد العربي والدولي والعالمي ، الأمر الذي دفع بعلماء التدريب الرياضي الى دراسة خصائص النمو لدى المراحل العمرية للبراعم والأشبال والناشئين ، سعياً منهم للوقوف على العلاقة بينها وبين عملية التدريب لعناصر

الإعداد البدني والمهاري والخططي والنفسي والذهني ، وأيضا للوصول الى الأسس والمبادئ العملية لتنظيم تلك العلاقة ، وبما يرتقى ويطور من أداء اللاعبين الصغار. (١ : ١٥)

وإن رياضة كرة القدم من الرياضات التي تحتوى على العديد من المهارات الأساسية المختلفة سواء كانت بكرة أو بدون كرة والتي يتم تأديتها تحت ضغوط وظروف متغيرة بصورة منفردة أو مركبة مما يستلزم توافق وتناسق في العمل بين الجهازين العصبى والعضلى أثناء الأداء المهاري لاتخاذ القرار المناسب فى التوقيت والمكان والاتجاه المناسب. (٨ : ١٣٦)

ويرى **حسن أبو عبده ٢٠٠٨م** أن المهارات الأساسية تعتبر أحد الجوانب الفنية الهامة فى نشاط كرة القدم وبدون أدائها وإتقانها بصورة جيدة لا يتمكن البرعم من تنفيذ تعليمات المدرب الخاصة بالجانب الخططي أثناء المباراة ، وتتميز كرة القدم بتعدد مهاراتها الأساسية وتنوعها ، ولقد إرتفع مستوى الأداء فى كرة القدم بصورة تتماشى مع تطور طرق اللعب المختلفة وتنوع الخطط الدفاعية والهجومية الأمر الذى يتطلب تميز لاعب كرة القدم بالقدرة الفائقة على الأداء الأمثل للمهارات الأساسية لكرة القدم. (٧ : ٤٢)

ويشير **إبراهيم شعلان وعمرو أبو المجد ١٩٩٦م** أن التدريب الحديث يعمل على إعداد اللاعب أو الناشئ لمتطلبات اللعب خلال المباراة مع الحرص على عدم تقييد اللاعب وتحريره فى إتخاذ القرارات البناءة وإعطائه فرص التفكير لإتخاذ السلوك المناسب مهاريًا وحركيًا ، والمبنى على فهم المشكلة ومحاولة حلها ، وذلك تحت ضغط التمرين والموقف الذى يشكله وبأسلوب منظم يخضع لأسس ومبادئ علم التدريب الرياضى الحديث. (٢ : ١٨)

أن تدريب البراعم فى كرة القدم يعتمد على الأسس والنظريات العلمية للوصول لنتائج جيدة ، من خلال الإعتماد على نظريات علم التدريب والتخطيط لبرامج تدريب البراعم بشكل سليم ، وذلك لإعدادهم للفرق الرياضية حيث يقع على كاهل المدرب مسئولية التخطيط السليم للعملية التدريبية للوصول بالبراعم لأفضل مستوى ممكن. (٢٣ : ١٧)

ويوضح **كوين Queen ٢٠٠٥م** أن البرامج التدريبية للبراعم يجب أن تراعى خصائص المرحلة السنية وذلك من خلال التركيز على النواحي البدنية والمهارية والتوافقية والنفسية للمرحلة العمرية والعمل على تطويرها لتحقيق التنمية الشاملة والمتزنة للبراعم ، وبذلك يمكن وصولهم لمستويات أعلى ، بشرط قيام كلاً من المدرب واللاعب بدوره فى العملية التدريبية. (١٩ : ٢٧)

ويؤكد **وين Wien ٢٠٠٥م** أن التخطيط لتدريب البراعم فى كرة القدم يهدف إلى إكسابهم المهارات الحركية الأساسية ، وكذلك تنمية وتطوير الصفات البدنية والنواحي الخططية والنفسية

والعقلية الخاصة بهم من أجل الوصول إلى أعلى المستويات ، وكذلك حتى يستطيع كل برعم أداء الواجبات المطلوبة منه بكفاءة خلال المباراة. (٢١ : ٤)

ولوصول الى المستويات الرياضية العليا ، يتطلب أن يتمتع اللاعب بالعديد من القدرات والمهارات وأن يكون على درجة عالية لاتقانه لهذه القدرات اي ان مستوى الاداء المهارى بصفة عامة يتوقف على ما يتمتع به اللاعب من تلك القدرات المختلفة ومدى ارتباطها بالمهارة (٢٠ : ١١٣)

وتعد الألعاب الصغيرة من الأساليب التي يمكن استخدامها في تعليم الأنشطة الحركية وهي من الأساليب المسلية والمفيدة بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا ويمكن للأب أو الأم أو المعلمة أن تجمع شمل أسرتها حول لعبة مسلية نافعة وتلقى قبولا من الكبار والصغار في وقت واحد وتستخدم الألعاب الصغيرة لتعليم الأنشطة الحركية من سنه فما فوق (٩ : ١٤٧)

وتعتبر الألعاب الصغيرة والتمهيدية أحد طرق تعلم الألعاب الرياضية الكبيرة فمن خلالها يكتسب اللاعب المهارات بطريقة أسرع وأقصر تشويقاً واستمتاعاً وفهماً ، كما تعتبر عنصراً أساسياً في مجال التدريب الحديث حيث أنها تعمل على تنمية عناصر اللياقة البدنية مع تطبيق المهارات الأساسية أثناء ممارسة تلك الألعاب حيث تتفق وطبيعة المرحلة من حيث السهولة أو التعقيد ، وتحقيق الغرض المطلوب . (٩ : ١٤٠)

و تعد التقسيمات المصغر هي مباريات تستخدم عدد قليل من الناشئين في مساحات محددة ونسطيع من خلالها تطوير مستوى المبادئ الخططية للناشئين ، وبالتالي رفع مستوى الاداء المهاري لهم حيث توضع شروط للأداء تجعل المباراة أكثر دقة وتشويق وكذلك أشتراك كل في الأداء ، وكل لاعب داخل الفريق بنفسه فهي منظومة لاعب تعمل في إطار منظومة أكبر وهي الفريق مع أشتراك كل اللاعبين في الهجوم والدفاع . (١١ : ١٤٤)

ويشير إبراهيم شعلان وعمرو أبو المجد ١٩٩٦م أن نماذج العاب التقسيمات المصغر في ضوء أهدافها وأستراتيجيات أدائها أشكال من الحركة الخاصة الهادفة بالكرة وبدونها تعكس الى حد كبير اللعب الجماعي والتعاوني. (2:22)

يعتبر الاهتمام بالبراعم من الأمور الأساسية لاي لعبة فهم أبطال المستقبل ، لذا يجب أن تبنى برامج التدريب الخاصة بهم على أسس علمية مدروسة ومقننة مع مراعاة عوامل النمو المختلفة ومتطلبات كل مرحلة للتوصل إلى حقائق علمية يعتمد عليها في بناء البرامج التدريبية ، ويعتبر البراعم في رياضة كرة القدم الدعامة الأساسية للعبة والقاعدة العريضة التي يتأسس عليها شكل هذه الرياضة .



وقد لاحظ الباحث من خلال عمله كمدرّب لبراعم كرة القدم إنخفاض مستوى القدرات المهارية لديهم والذي ينعكس بالسلب على تطور الجوانب المهارية والبدنية والخطّية لبراعم كرة القدم، عدم الاهتمام بنوعيه هذه التدريبات في كل الأندية والتي يوجد بها قطاعات للبراعم والناشئين مع عدم مراعاة الوقت المناسب لتدريب هذه القدرات ، وندرة الاختبارات المناسبة لتلك المرحلة وتطبيقها مما أّستدعى الباحث محاولة إلقاء الضوء للتعرف على أّستخدام بالألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة ، ومعرفة تأثيرها على القدرات المهارية في كرة القدم ، وتصميم برنامج تدريبي لتنمية تلك القدرات ، مما يسهم في أّستقاده المدربين والعاملين في مجال تدريب براعم كرة القدم من نتائج هذا البحث ، من خلال تصميم وبناء البرامج التدريبية والتخطيط لها بأسلوب علمي .

وقد تبلورت مشكلة البحث في التساؤل الرئيسي التالي:

ما هو " تأثير الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة علي بعض القدرات المهارية لبراعم كرة القدم .

- أهمية البحث :

الأهمية العلمية

- يعتبر هذا البحث إضافة في مجال تدريب براعم كرة القدم لتطوير القدرات المهارية في رياضة كرة القدم .

- قد يساهم هذا البحث في توجيه الباحثين إلى إجراء دراسات أخرى لم تتناول الجوانب التي لم تتعرض لها الدراسة الحالية .

- الأهمية التطبيقية

- يساهم هذا البحث في رفع مستوى المهارات الأساسية في رياضة كرة القدم في منطقة الاسماعيلية .

- يساهم هذا البحث في وضع أحد برامج إعداد المدربين في المجال الرياضي .

- هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة علي بعض القدرات المهارية لبراعم كرة القدم .



- فروض البحث :-

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى مستوى القدرات المهارية قيد البحث وذلك لصالح القياس البعدى .
- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى مستوى القدرات المهارية قيد البحث وذلك لصالح القياس البعدى .
- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى القياسين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة فى مستوى القدرات المهارية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

- مصطلحات البحث :-

- الألعاب الصغيرة

بأنها "العاب بسيطة التنظيم تتميز بالسهولة فى أدائها يصاحبها البهجة والسرور وتحمل بين طياتها تنافس شريف فى نفس الوقت لاتحتوي على مهارات حركية مركبة والقوانين التي تحكمها تتميز بالمرنة والبساطة. (٩ : ١٤٧)

- التقسيمات المصغره :-

هى أسلوب لتدريب البراعم والناشئين على المهارات الاساسية لكرة القدم فى ظروف مشابهه لظروف المنافسه فى اجزاء محدد من الملعب . **تعريف إجرائى** .

- البراعم :

هي المرحلة السنوية للعبى كرة القدم من ٨ إلى ١٢ سنة قبل اشتراكهم فى مسابقات الناشئين بداية من ١٣ سنة. (٦ : ٧)

- إجراءات البحث :-

- منهج البحث :-

فى ضوء متطلبات الدراسة الحالية أستخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة هذا البحث، وذلك بإتباع التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبية وضابطة باستخدام القياسات القبلىة والبعدية .

- مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث من براعم أكاديميات كرة القدم بمحافظة الإسماعيلية للموسم الرياضي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ م ، المرحلة السنية (٩-١٢) سنة والبالغ عددهم (١٢٠) برعم فى رياضة كرة القدم .

- عينة البحث:

تمثلت عينة البحث من براعم كرة القدم بنادي منشية الشهداء محافظة الإسماعيلية ، والبالغ عددهم (٤٢) برعم للموسم الرياضى ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ م وقد تم اختيار العينة بالطريقة (العمدية) ، والبالغ عددهم (٤٢) برعم بالطريقة العشوائية ، وتم سحب عدد (١٢) برعم للتجربة الاستطلاعية ، وعدد (١٥) برعم للمجموعة التجريبية وعدد (١٥) برعم للمجموعة الضابطة لتصبح العينة الاساسية (٤٢) برعم ويتضح من جدول (١) توصيف عينة البحث .

جدول (١)

توصيف عينة البحث الكلية

عينة البحث	العدد	الأساسية		العينة	الإستطلاعية	المجموع
		التجريبية	الضابطة			
٤٢	٤٢	١٥	١٥	٤٢	١٢	٤٢
برعم	النسبة المئوية	%٣٥.٧١	%٣٥.٧١	النسبة المئوية	%٢٨.٥٨	% ١٠٠

يتضح من الجدول رقم (١) أن عينة البحث الكلية تتكون من (٤٢) برعم بنسبة ١٠٠ %، وتتكون عينة البحث الاستطلاعية عدد (١٢) برعم بنسبة (٢٨.٥٨%) واصبحت العينة (التجريبية) عدد (١٥) برعم بنسبة (٣٥.٧١%) ، واصبحت العينة (الضابطة) عدد (١٥) برعم بنسبة (٣٥.٧١%)

- أسباب اختيار عينة البحث:

-يقوم الباحث بالتدريب لتلك العينة.

- العنية من براعم كرة القدم بنادي منشية الشهداء محافظة الإسماعيلية .

- توافر المساعدات والأدوات و الأجهزة التى يمكن استخدامها فى إجراءات البحث .

- أعتداليه عينة البحث

- تجانس أفراد عينة البحث الكلية فى متغيرات النمو :

قام الباحث بإيجاد التجانس بين أفراد مجتمع البحث فى متغيرات النمو(السن -الطول-الوزن) التي تم إختيارها وتحديدها وذلك للتأكد من إعتدالية المجتمع ويوضح ذلك جدول (٢).

جدول (٢)

تجانس عينة البحث (الكلية) (الطول، الوزن، العمر الزمني) .

ن=٤٢

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر الزمني	حساب السن	سنة	12.36	12.00	1.49	0.72
الطول	الريستاميتير	سم	152.12	152.00	6.42	0.05
الوزن	الميزان الطبي	كجم	40.55	40.00	4.36	0.37

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لعينة البحث الكلية في بعض المتغيرات الجسمية (الطول، الوزن، والعمر الزمني) قيد البحث وتراوحت بين (0.05:0.72) وأن هذه القيم إنحصرت ما بين (٣±)، مما يعني وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الإعتدالي، ويؤكد على تجانس عينة البحث ككل في بعض المتغيرات قيد البحث.

جدول (٣)

تجانس عينة البحث (الكلية) بعض القدرات البدنية قيد البحث

(ن=٤٢)

المتغيرات	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
القدرات البدنية	قدرة رجلين	الوثب العريض من الثبات	162.80	163.00	2.85	٠
	قوة عضلية	الجلوس من الرقود	41.26	40.00	7.48	٠.١٨
	تحمل دوري تنفسي	جري ٨٠٠ م	5.29	5.36	0.78	٠.٢٦
	تحمل سرعه	جري ٣٠ م x ٥ مرات	38.20	37.74	2.87	٠.٤٨
	سرعه قصوى	عدو ٣٠ م من الوقوف	7.09	7.16	0.19	١.١٠
	رشاقة	الجري الزجزاجي	18.66	18.34	0.89	١.٠٧
	مرونه	بي الجذع أماماً أسفل من الوقوف	2.76	3.00	0.67	١.٠٧

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لعينة البحث الكلية في بعض القدرات البدنية قيد البحث تراوحت بين (-١.١٠ : ١.٠٧) وأن هذه القيم إنحصرت ما بين (٣±)، مما يعني وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الإعتدالي، ويؤكد على تجانس عينة البحث ككل في بعض المتغيرات البدنية قيد البحث.

جدول (٤)

تجانس عينة البحث (الكلية) في مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث

(ن=٢٤)

المتغيرات	الإختبارات	حدة القياس	المتوسط	الوسيط	راف المعيار امل الالتواء
الاختبارات المهارية	دقة التمرير القصير	درجة	5.20	5.00	0.75 - 0.80
	دقة التصويب علي المرمى	درجة	5.16	5.00	0.69 - 0.69
	الجري بالكرة خط مستقيم	ثانية	4.95	5.00	٠.٢١ - 0.70
	الجري بالكرة في خط بين اقماع	ثانية	16.88	16.73	٠.٣٨ - 1.17
	تنظيف الكرة باجزاء الجسم	عدد	38.10	40.00	٠.٥٨ - 9.78

يتضح من جدول (٤) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لعينة البحث الكلية في مستوى الوثب الطويل قيد البحث تراوحت بين (-٠.٥٨ : ٠.٧٥) وأن هذه القيم إنحصرت ما بين (٣±)، مما يعنى وقوع جميع البيانات تحت المنحنى الإعتدالي، ويؤكد على تجانس عينة البحث ككل في مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث.

- تكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة في متغيرات النمو قيد البحث

قام الباحث باجراء التكافؤ بين أفراد مجتمع البحث في المتغيرات البدنية قيد البحث (التي تم إختيارها وتحديدها وذلك للتأكد من إعتدالية المجتمع ويوضح ذلك جدول (٥)).

جدول (٥)

التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات الجسمية

(الطول، الوزن، العمر الزمني) قيد البحث

ن = ١٥ = ٢ ن = ١٥

قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي		
0.56	0.50	12.40	0.48	12.33	بالسنة	العمر الزمني
0.48	8.79	152.53	2.74	151.46	الرستمتر	الطول
0.32	5.75	40.76	2.50	40.34	كجم	الوزن

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٢.١٤٥

يتضح من جدول (٥) أن جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات الجسمية (الطول، الوزن، العمر الزمني) قيد البحث، ومما يشير إلى تكافؤ المجموعتين.

جدول (٦)

التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات البدنية قيد البحث

$$١٥ = ٢ن = ١ن$$

قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي		
0.66	2.85	163.20	2.89	162.40	السنتيمتر	الوثب العريض من الثبات
0.16	8.50	41.46	6.61	41.06	عدد	الجلوس من الرقود
0.53	0.87	5.21	0.70	5.37	دقيقة	جري ٨٠٠ م
0.33	2.45	38.18	3.33	38.21	ثانية	جري ٣٠ م × ٥ مرات
0.45	0.15	7.08	0.22	7.10	ثانية	عدو ٣٠ م من الوقوف
1.13	1.05	18.52	0.70	18.80	ثانية	الجري الزجراجي
0.22	0.79	2.73	0.56	2.80	السنتيمتر	ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٢.١٤٥

يتضح من جدول (٦) أن جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات البدنية قيد البحث، ومما يشير إلى تكافؤ المجموعتين.

جدول (٧)

التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى القدرات المهارية قيد البحث

$$١٥ = ٢ن = ١ن$$

قيمة (ت)	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي		
0.27	0.63	5.13	0.59	5.06	درجة	دقة التمرير القصير
0.25	0.67	5.20	0.74	5.14	درجة	دقة التصويب علي المرمى
0.15	0.71	4.96	0.70	4.92	ثانية	الجري بالكرة خط مستقيم
0.40	1.52	16.78	1.71	16.99	ثانية	الجري بالكرة في خط بين اقماع
0.16	8.98	38.06	8.81	38.13	عدد	تنطيط الكرة باجزاء الجسم



قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 2.145

يتضح من جدول (٧) أن جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث ، ومما يشير إلي تكافؤ المجموعتين .

- أدوات ووسائل جمع البيانات:

- الأجهزة والأدوات:

- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلوجرام.

- جهاز الريستاميتير لقياس الطول بالسنتيمتر.

- استمارة الغياب.

- استمارة القياسات الأنثروبومترية.

- استمارة تسجيل البيانات للاختبارات البدنية والمهارية.

- ملعب كرة قدم (للبراعم) .

- ادوات كرة القدم للبراعم (مرمى - كرة - اطباق - اقماع)

- الاختبارات المستخدمة في البحث:-

- الإختبارات البدنية :

قام الباحث بتحديد أهم الصفات البدنية المرتبطة بالمهارات قيد البحث من خلال المراجع والدراسات المرجعية مثل كلا من " السيد عبد المقصود (١٩٩٤ م) (٨) ، إبراهيم شعلان ، عمرو أبو المجد (١٩٩٦ م) (٢) ، جمال اسماعيل النمكي (٢٠٠٢ م) (٥) ، حسن أبو عبده (٢٠٠٨ م) (٧) ، إبراهيم شعلان (٢٠١٠ م) (١) ، وليد شمس (٢٠٢١) (١٦) مصطفى عبد الله (٢٠١٧) (١٤) ، " محمد سعد اسماعيل ، وأخروون (٢٠٢٢) (١١) ، محمد صابر (٢٠٢٣) (١٣) ثم قام الباحث بوضعهم في إستمارة إستطلاع رأي الخبراء ، وتم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء المتخصصين في مجال كرة القدم لتحديد أهم القدرات البدنية المناسبة لهذا البحث وكذلك الإختبارات البدنية التي تقيسها، وقد إرتضى الباحث نسبة مئوية قدرها ٧٥٪ فأكثر للقبول ، وقد توصل الباحث على إستخدام الإختبارات الآتية .

الوثب العريض من الثبات

الجلوس من الرقود

جري ٨٠٠م

جري ٣٠م×٥ مرات

✓ قدرة رجلين

✓ قوة عضلية

✓ تحمل دوري تنفسى

✓ تحمل سرعه



- ✓ سرعه قصوى
 - ✓ رشاقة
 - ✓ مرونة
- عدو ٣٠ من الوقوف
الجري الزجراجي
ثني الجذع أماماً أسفل من الوقوف

- اختبارات القدرات المهارية.

قام الباحث بتحديد أهم القدرات المهارية قيد البحث من خلال المراجع والدراسات المرجعية مثل كلا من " حسن أبو عبده (٢٠٠٨م) (٧) ، إبراهيم شعلان(٢٠١٠م) (١) ، وليد شمس (٢٠٢١) (١٦) مصطفى عبد الله (٢٠١٧) (١٤) ، " محمد سعد اسماعيل ، وأخروون (٢٠٢٢) (١١) ، محمد صابر (٢٠٢٣) (١٣) ثم قام الباحث بوضعهم في إستمارة إستطلاع رأي الخبراء ، وتم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء المتخصصين في مجال كرة القدم لتحديد أهم القدرات المهارية المناسبة لهذا البحث وكذلك الإختبارات المهارية التي تقيسها، وقد إرتضى الباحث نسبة مئوية قدرها ٧٥٪ فأكثر للقبول ، وقد توصل الباحث على إستخدام الإختبارات الآتية .

- ✓ دقة التمرير القصير.
 - ✓ دقة التصويب علي المرمى .
 - ✓ الجري بالكرة خط مستقيم.
 - ✓ الجري بالكرة في خط بين اقماع .
 - ✓ تنطيط الكرة باجزاء الجسم.
- المعاملات العلمية للاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث :

- صدق الاختبارات البدنية :

أستخدم الباحث طريقة صدق التمايز للتحقق من صدق الاختبارات البدنية قيد البحث ، وذلك بإيجاد دلالة الفروق بين أفراد المجموعه المميزه من خارج عينة البحث من براعم كرة القدم بمحافظة الاسماعيلية وعددهم (١٢) برعم و مجموعه غير مميزة وعددها (١٢) برعم من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية ، من براعم كرة القدم بمحافظة الاسماعيلية قيد البحث خلال الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق ٨ / ٦ / ٢٠٢٤م الى يوم السبت الموافق ٢٢ / ٦ / ٢٠٢٤م ، وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين المجموعة المميّزة وغير مميّزة في نتائج الإختبارات البدنية قيد البحث

ن = ١٢

قيمة (ت)	المجموعة المميّزة		المجموعة غير مميّزة		وحدة القياس	المتغيرات
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±		
4.86*	1.04	171.50	3.34	165.01	سنتمتر	رثب العريض من الثبات
*4.42	7.73	47.16	8.01	39.17	عدد	الجلوس من الرقود
*4.79	0.21	4.43	0.60	5.65	دقيقة	جري ٨٠٠م
*3.21	2.55	36.18	2.29	39.95	ثانية	جري ٣٠م × ٥ مرات
*7.98	0.22	5.39	0.06	7.21	ثانية	عدو ٣٠م من الوقوف
*3.97	0.09	16.29	1.27	18.39	ثانية	الجري الزجزاجي
*6.44	0.49	4.57	0.91	2.58	الوقف سنتمتر	لجذع أماماً أسفل من الوقوف

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٢٠١

يتضح من جدول (٨) أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية في نتائج إختبارات بعض القدرات البدنية قيد البحث، مما يشير إلى وجود فروق إحصائية دالة معنوية بين المجموعة المميّزة والمجموعة غير مميّزة ، ومما يدل على صدق الإختبارات البدنية المستخدمة .

- ثبات الإختبارات البدنية:

قام الباحث بأستخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه لحساب معامل الثبات، وذلك عن طريق تطبيق الإختبارات البدنية قيد البحث على أفراد العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق مرة أخرى على نفس العينة بفواصل زمنية قدره ثلاث أيام من التطبيق الأول، وتم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، خلال الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق ٨ / ٦ / ٢٠٢٤م الى يوم السبت الموافق ٢٢ / ٦ / ٢٠٢٤م وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاختبارات البدنية

ن = ١٢

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي		
0.979	3.34	165.01	3.31	164.89	السنتمتر	لوثب العريض من الثبات
0.951	8.01	39.17	7.84	38.50	عدد	الجلوس من الرقود
0.982	0.60	5.65	0.41	5.57	دقيقة	جري ٨٠٠ م
0.968	2.29	39.95	2.08	39.73	ثانية	جري ٣٠ م × ٥ مرات
0.925	0.06	7.21	0.04	7.13	ثانية	عدو ٣٠ م من الوقوف
0.941	1.27	18.39	1.48	17.74	ثانية	الجري الزجزاجي
0.959	0.91	2.58	0.94	2.43	السنتمتر	الجدع أماماً أسفل من الوقو

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٢٠١

يتضح من جدول رقم (٩) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لإختبارات القدرات البدنية، حيث كانت قيمة "ر" المحسوبة أعلى من قيمة ر الجدولية

- صدق قياس الاختبارات المهارية قيد البحث :

أستخدم الباحث طريقة صدق التمايز للتحقق من صدق الأختبارات المهارية قيد البحث، وذلك بإيجاد دلالة الفروق بين أفراد المجموعه المميزه من خارج عينة البحث من براعم كرة القدم بمحافظة الاسماعيلية وعددهم (١٢) برعم و مجموعه غير مميزة وعددها (١٢) برعم من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، من براعم كرة القدم بمحافظة الاسماعيلية قيد البحث، خلال الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق ٨ / ٦ / ٢٠٢٤ م الى يوم السبت الموافق ٢٢ / ٦ / ٢٠٢٤ م , وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين المجموعة المميّزة وغير مميّزة في نتائج
مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث

ن = ١٢

قيمة (ت)	المجموعة التمييزة		المجموعة غير ممييزة		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي		
*3.58	0.51	6.85	0.28	5.26	درجة	دقة التمرير القصير
*3.40	0.63	6.70	0.74	5.29	درجة	قوة التصويب علي المرمى
*5.30	0.60	6.36	0.47	4.39	ثانية	الجري بالكرة خط مستقيم
*4.15	0.11	15.17	0.12	17.03	ثانية	ري بالكرة في خط بين اقما
*8.40	2.82	54.02	4.92	39.33	عدد	تنطيط الكرة باجزاء الجسم

يتضح من جدول (١١) أن جميع قيم (ت) المحسوبة أكبر من (ت) الجدولية في نتائج مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث، مما يشير إلى وجود فروق إحصائية دالة معنويًا بين المجموعة المميّزة والمجموعة غير مميّزة ، ومما يدل على صدق الإختبارات المهارية المستخدمة قيد البحث

- ثبات قياس مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث :

قام الباحث بأستخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه لحساب معامل الثبات، وذلك عن طريق تطبيق لقياسات مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث على أفراد العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق مرة أخرى على نفس العينة بفاصل زمني قدره ثلاث أيام من التطبيق الأول، وتم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج التطبيقين الأول والثاني، خلال الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق ٨ / ٦ / ٢٠٢٤م الى يوم السبت الموافق ٢٢ / ٦ / ٢٠٢٤م و جدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للمستوى الاختبارات المهارية

ن = ١٢

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الاول		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي		
0.959	0.28	5.26	0.08	5.21	درجة	دقة التمرير القصير
0.937	0.74	5.29	0.66	5.18	درجة	دقة التصويب علي المرمى
0.985	0.47	4.39	0.34	4.31	ثانية	الجري بالكرة خط مستقيم
0.995	0.12	17.03	0.19	16.96	ثانية	الجري بالكرة في خط بين اقماع
0.921	4.92	39.33	4.07	38.12	عدد	تنطيط الكرة باجزاء الجسم

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.201$

يتضح من جدول رقم (١١) وجود ارتباط دال إحصائيا عند مستوى معنوية 0.05 بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لإختبارات المهارية ، حيث كانت قيمة "ر" المحسوبة أعلى من قيمة ر الجدولية .

٨- البرنامج التدريبي المقترح: مرفق (٨)

يعتبر البرنامج هو أحد عناصر التخطيط المهمة والتي بدونها تكون عملية التخطيط غير قابلة للتنفيذ وفي هذه الحالة تصبح عاجزة عن تحقيق أهدافها المرجوة ، فهو عنصر أساسي لتحديد مسار العمل ويعتبر حجر الزاوية الذي يوضح خطوات سير العمل لتحقيق هدف محدد وبذلك نضمن نجاح سير العملية التعليمية

٨- معايير وضع البرنامج التدريبي:

- ✓ مناسبة محتويات البرنامج المقترح للمرحلة السنوية والمستوى البدني والمهاري والخططي للعيه البراعم قيد البحث
- ✓ إتباع مبدأ الفروق الفردية في تشكيل تحديد لمحتويات البرنامج المقترح لكل برعم من أفراد العينة، فيما يتعلق بعدد مرات تكرار.
- ✓ أتباع مبدأ التدرج في الأداء الحركي من السهل إلى الصعب والبسيط إلى المركب.
- ✓ الاسترشاد بنتائج الدراسات الاستطلاعية والقياس القبلي قيد البحث، وذلك فيما يتعلق بتحديد الوحدة.



- ✓ تضمن البرنامج قيد البحث مجموعة من التدريبات متنوعة ذات الطابع المميز بإستخدام الالعاب الصغيرة و التقسيمات المصغرة قيد البحث .
- ✓ مراعاة عوامل الأمن والسلامة على مدار فترة تنفيذ البرنامج المقترح قيد البحث .
- ✓ الاسترشاد بالخبرات العلمية والميدانية في مجال التخصص للبحث.
- **أهداف البرنامج :**
- ✓ لكل برنامج أهداف يسعى إلى تحقيقها ويحاول بلوغها وذلك من خلال تنفيذه وإدارته حتى تتحقق الفائدة المرجوة منه ، ولذا يهدف البرنامج المقترح إلى تحسين مستوى الأداء المهاري والبدني لبرعم كرة القدم وذلك من خلال الأهداف الفرعية التالية :
- **الأهداف المهارية :**
- ✓ تنمية وتطوير عناصر اللياقة البدنية .
- ✓ تطوير القدرات المهارية للوصول الى الأداء الأمثل فى كرة القدم .
- ✓ تنفيذ الألعاب الصغيرة والتقسيمات الصغيرة بدقة في جو من المنافسة.
- **الأهداف الوجدانية:**
- ✓ تنمية وتطوير السمات الخلقية والنفسية للبراعم.
- ✓ اكتساب القدرة على المشاركة الايجابية فى عمل الجماعة والجهد التعاونى
- ✓ ادراك العلاقة بين العطاء والمسئولية.
- ✓ الرغبة والإصرار في تحقيق الذات وتحمل المسئولية والولاء للفريق.
- ✓ تقبل تعليمات المدرب بإيجابية .
- **وقد تم مراعاة الأسس التالية عند وضع البرنامج المقترح :**
- ✓ أن تتناسب أوجه النشاط مع طبيعة البراعم من حيث استعداداتهم وقدراتهم ومهاراتهم الحركية .
- ✓ أن تتناسب أوجه النشاط مع الإمكانيات المتاحة من ميزانية مخصصة وأدوات وملاعب.
- ✓ تحقيق مبدأ الأمن والسلامة ومراعاة التدرج أثناء ممارسة الأنشطة من السهل إلى الصعب ومن البطئ إلى السريع ومن البسيط إلى المركب .
- ✓ مراعاة وجود عنصر الإثارة والتشويق في محتوى البرنامج .
- **تخطيط برنامج المقترح قيد البحث :**
- من خلال الاطلاع على الدراسات والبحوث العلمية لرياضة كرة القدم للبراعم , تمكن الباحث من التوصل إلي :
- ✓ محتوى البرنامج المقترح قيد البحث من تمارين بدنية ومهارية وخطوية . مرفق (٨)
- ✓ محتوى البرنامج قيد البحث من ألعاب صغيرة وتقسيمات مصغرة تناسب المرحلة السنوية

- ✓ التوزيع الزمني لمكونات الوحدة بالتدريبات المقترحة. (احماء - بدنى - مهارى - خطى - تهيئة)
- ✓ استخدام البرنامج المقترح قيد البحث على المجموعة التجريبية فقط .
- ✓ من خلال عرض استماره رأى الخبراء تمكن الباحث من تحديد وحدات وزمن البرنامج والبرمجية التعليمية .

جدول (١٢)

وحدات وزمن البرنامج المقترح قيد البحث

الوحدات	وحدة القياس	العدد
زمن الوحدة	دقيقة	٩٠ ق
عدد أيام الأسبوعية	اليوم	٤ ايام
عدد أسابيع البرنامج	اسبوع	٨ اسابيع
مدة البرنامج ككل	وحدة	٣٢ وحدة
زمن البرنامج ككل	دقيقة	٢٨٨٠ ق

- الدراسات الاستطلاعية:

- الدراسة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية خلال الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق ٨ / ٦ / ٢٠٢٤م الى يوم السبت الموافق ٢٢ / ٦ / ٢٠٢٤م على العينة الاستطلاعية المسحوبة من مجتمع البحث عينة قوامها (١٢) براعم كرة القدم بمحافظة الاسماعيلية من خارج العينة الأساسية لإجراء المعاملات العلمية للإختبارات البدنية والمهارية المستخدمة قيد البحث .

- الدراسة الاستطلاعية الثانية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية خلال الفترة الزمنية على العينة الاستطلاعية المسحوبة من مجتمع البحث وعددها (١٢) برعم ومن خارج العينة الأساسية وذلك بهدف تحديد مدى وضوح ومناسبة البرنامج التعليمى عن طريق إستخدام الالعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة المصمم لقدرات البراعم ومدى إستيعابهم لة و التأكد من سلامة الأجهزة والإدوات المستخدمة وذلك يوم الاثنين الموافق ٢٤ / ٦ / ٢٠٢٤م.



- القياسات القبليّة:

قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة لمجموعه البحث في جميع المتغيرات المحددة قيد البحث وعددهم (١٥) برعم كمجموعه تجريبية ، و (١٥) برعم كمجموعه ضابطة خلال الفترة الزمنية من يوم الاربعاء الموافق ٢٦ / ٦ / ٢٠٢٤م الى يوم الخميس الموافق ٢٧ / ٦ / ٢٠٢٤م.

- تطبيق البرنامج:

تم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح على المجموعة التجريبية والضابطة خلال الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق ٢٩ / ٦ / ٢٠٢٤م الى يوم السبت الموافق ١٧ / ٨ / ٢٠٢٤م لمدة (٨) أسابيع بواقع (٤) وحدات أسبوعية، ويكون إجمالي الوحدات التدريبية (٣٢) وحدة وذلك باستخدام الالعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة للمجموعه التجريبية من خلال البرنامج قيد البحث بينما المجموعة الضابطة من خلال الاسلوب التقليدي في الاكاديميات كرة القدم للبراعم.

- القياسات البعديّة:

قام الباحث بإجراء القياسات البعديّة لمجموعه البحث في جميع المتغيرات المحددة قيد البحث خلال الفترة الزمنية من يوم الاثنين الموافق ١٩ / ٨ / ٢٠٢٤م الى يوم الثلاثاء الموافق ٢٠ / ٦ / ٢٠٢٤م على عينة البحث مع مراعاة نفس الظروف والشروط التي تم اتباعها في القياسات القبليّة.

- المعالجات الإحصائية:

أستخدم الباحث البرنامج الإحصائي (SPSS) حيث تضمنت خطة المعالجة الإحصائية للبيانات الأولية الأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي: **Mean**.

- الوسيط : **Median**

- الانحراف المعياري: **Standard Deviation**.

- معامل الالتواء : **Skewness**.

- معامل الارتباط: **correlation coefficients**

- اختبار "ت": **T.test**.

- عرض ومناقشة النتائج:
- عرض نتائج الفرض الاول :

جدول (١٣)

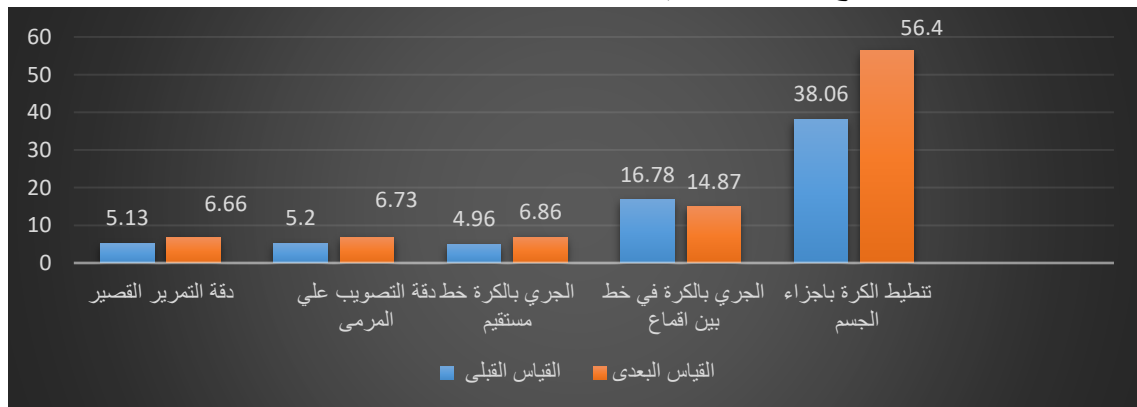
دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة
في مستوى الاختبارات المهارية

ن = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±		
دقة التمرير القصير	درجة	5.13	0.63	6.66	0.48	1.53	6.48*
دقة التصويب علي المرمى	درجة	5.20	0.67	6.73	0.45	1.53	*7.12
الجري بالكرة خط مستقيم	ثانية	4.96	0.71	6.86	0.51	1.90	*6.63
الجري بالكرة في خط بين اقماع	ثانية	16.78	1.52	14.87	0.62	1.91	*6.06
تنطيط الكرة باجزاء الجسم	عدد	38.06	8.98	56.40	7.22	18.34	*9.04

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ٢.١٤٥

يتضح من الجدول رقم (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الاختبارات المهارية حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية ، لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة.



شكل (١)

متوسط القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الاختبارات المهارية
يتضح من نتائج الجدول (١٥) وشكل (١) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث حيث

جاءت قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية ، لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة .

حيث أنحصرت المحسوبة لهذه المتغيرات في مستوى الاختبارات المهارية لكل من دقة التمرير القصير (*٦.٤٨) ، دقة التصويب علي المرمى (*٧.١٢) ، الجري بالكرة خط مستقيم (*٦.٦٣) ، الجري بالكرة في خط بين اقماع (*٦.٠٦) ، تنطيط الكرة باجزاء الجسم (*٩.٠٤) ، مما يدل على وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولصالح القياس البعدي في هذه المتغيرات قيد البحث .

ويري الباحث أن حدوث هذه النتيجة إلى أن الطريقة التقليدية والتي تعتمد على أسلوب التلقين كان لها تأثير إيجابي في مستوى الأداء المهاري ، ويغزو الباحث ذلك إلى أن الطريقة التقليدية لا يمكن إغفالها حيث تقدم هذه الطريقة المزيد من المعلومات الجديدة والمتنوعة حول المهارات "قيد البحث" وتوضح للبراعم مراحل الأداء والنواحي الفنية للمهارات التي يجب مراعاتها أثناء الأداء وبالتالي فإن أي معلومات تقدم للبراعم سوف تزيد من تحصيلهم المهاري .

ويشير إبراهيم شعلان ٢٠١٠م أن التأسيس القاعدي للاعب كرة القدم يعتبر محورياً جوهرياً للوصول بمستوى أداء اللاعبين إلى أعلى المستويات الرياضية ، والتي تمكنهم من تحقيق الانجازات ، ليست فقط على الصعيد المحلي ، ولكن على الصعيد العربي والدولي والعالمي ، الأمر الذي دفع بعلماء التدريب الرياضي الى دراسة خصائص النمو لدى المراحل العمرية للبراعم والأشبال والناشئين ، سعياً منهم للوقوف على العلاقة بينها وبين عملية التدريب لعناصر الإعداد البدني والمهاري والخططي والنفسي والذهني ، وأيضا للوصول الى الأسس والمبادئ العملية لتنظيم تلك العلاقة ، وبما يرتقى ويطور من أداء اللاعبين الصغار. (١ : ١٥)

ويرى حسن أبو عبده ٢٠٠٨م أن المهارات الأساسية تعتبر أحد الجوانب الفنية الهامة في نشاط كرة القدم وبدون أدائها وإتقانها بصورة جيدة لا يتمكن البرعم من تنفيذ تعليمات المدرب الخاصة بالجانب الخططي أثناء المباراة ، وتتميز كرة القدم بتعدد مهاراتها الأساسية وتنوعها ، ولقد إرتفع مستوى الأداء في كرة القدم بصورة تتماشى مع تطور طرق اللعب المختلفة وتنوع الخطط الدفاعية والهجومية الأمر الذي يتطلب تميز لاعب كرة القدم بالقدرة الفائقة على الأداء الأمثل للمهارات الأساسية لكرة القدم.(٧: ٤٢)

ويشير برايد Pride ٢٠٠٤م أن تدريب البراعم في كرة القدم يعتمد على الأسس والنظريات العلمية للوصول لنتائج جيدة ، من خلال الإعتماد على نظريات علم التدريب والتخطيط لبرامج تدريب البراعم بشكل سليم ، وذلك لإعدادهم للفرق الرياضية حيث يقع على

كاهل المدرب مسئولية التخطيط السليم للعملية التدريبية للوصول بالبراعم لأفضل مستوى ممكن. (١٩: 27)

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من " محمد سعد اسماعيل ، محمد محمود مصيلحي ، سارة محمد احمد حسنين (٢٠٢٢) (١١) والتي كانت من نتائجه وجود فروق دلة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات البدنية والوظيفة قيد البحث ، ودراسة وليد شمس (٢٠٢١) (١٦) والتي جاءت نتائجه وجود فروق دلة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة مستوى القدرات المهارية قيد البحث ، وداسة احمد الداوي (٢٠١٧) (٤) والتي كانت من نتائجه وجود فروق دلة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة القدرات

المهارية ، ودراسة مصطفى عبد الله (٢٠١٧) (١٤) والتي كانت من نتائجه وجود فروق دلة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة لمستوى القدرات التوافقية والمهارية .

وبذلك يتحقق الفرض الأول الذي ينص علي " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى القدرات المهارية قيدالبحث وذلك لصالح القياس البعدي. "

- عرض نتج الفرض الثانى :

جدول (١٤)

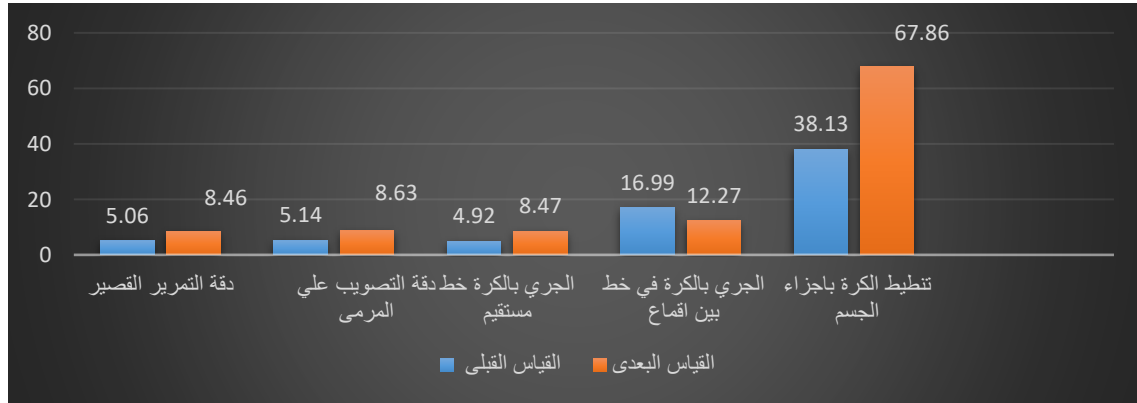
دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية
في مستوى الاختبارات المهارية

ن = ١٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±		
دقة التمرير القصير	درجة	5.06	0.59	8.46	0.50	3.40	*14.46
دقة التصويب علي المرمى	درجة	5.14	0.74	8.63	0.56	3.49	*13.22
الجري بالكرة خط مستقيم	ثانية	4.92	0.70	8.47	0.52	3.55	*13.81
الجري بالكرة في خط بين اقماع	ثانية	16.99	1.71	12.27	0.10	4.72	*26.07
تنطيط الكرة باجزاء الجسم	عدد	38.13	8.81	67.86	3.86	29.73	*18.82

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ٢.١٤٥

يتضح من الجدول رقم (١٤) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطي القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة في مستوى الاختبارات المهارية حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية ، لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية .



شكل (٢)

متوسط القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية في مستوى الاختبارات المهارية

مناقشة نتائج الفرض الثاني.

يتضح من نتائج الجدول (١٤) وشكل (٢) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية ، لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية .

حيث انحصرت المحسوبة لهذه المتغيرات في مستوى الاختبارات المهارية لكل من دقة التمرير القصير (*١٤.٤٦) ، دقة التصويب علي المرمى (*١٣.٢٢) ، الجري بالكرة خط مستقيم (*١٣.٨١) ، الجري بالكرة في خط بين اقماع (*٢٦.٠٧) ، تنطيط الكرة باجزاء الجسم (*١٨.٨٢) ، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي في هذه المتغيرات قيد البحث .

ويرجع الباحث ذلك إلى أن البرنامج المقترح له تأثير ايجابي في تحسين وتطوير مستوى الأداء المهارى حيث أن الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة اختيرت بعناية لتناسب البراعم من (٩-١٢) سنة من حيث استعداداتهم وقدراتهم ومهاراتهم الحركية ، فضلا عن أنها أنشطة ترويحية تنافسية يؤديها الناشئين بجدية كاملة دون التقيد بقوانين اللعبة، بالإضافة الى تنوعها وتعددتها وتغيرها باستمرار مما يسمح بإشباع ميولهم وحاجاتهم، ويساعد على بذل جهد أكبر في جو مليء بالمتعة والإثارة. وفي هذا الصدد يشير عبد الحميد شرف (٢٠٠٩م) أن التدريب على المهارات من خلال الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة المتسمه بالتحدي يضيف إلى مستوى عال من الرضا والاهتمام. (٩ : ١٤١) .

ويؤكد حسن أبو عبده (٢٠٠٧م) أيضا أنه لضمان إتقان المهارات الأساسية والعمل على تتميتها أثناء المنافسة أن يقوم اللاعب من وقت لآخر بأداء المهارات تحت ظروف مختلفة تتميز بعامل الصعوبة عما يقابله اللاعب أثناء مواقف المباراة المختلفة. (٧ : ٣٩)

ويشير " مفتى إبراهيم حماد" ١٩٩٦م أنه من أسباب تسرب الناشئين من الرياضة هو عدم مواكبة قواعد اللعب والقوانين المختلفة للرياضات لقدرات الناشئين في المراحل السنوية المختلفة، مما يقلل من دوافع الأداء لديهم وبالتالي تسربهم من مزاوله الأنواع المختلفة للرياضة.

(١٥ : ٢٩)

ويشير عبد الحميد شرف(٢٠٠٥م) أن الألعاب الصغيرة من الأساليب التي يمكن استخدامها في تعليم الأنشطة الحركية وهي من الأساليب المسلية والمفيدة بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا ويمكن للأب أو الأم أو المعلمة أن تجمع شمل أسرته حول لعبة مسلية نافعة وتلقى

قبولا من الكبار والصغار في وقت واحد وتستخدم الألعاب الصغيرة لتعليم الأنشطة الحركية من سنه فما فوق (: ١٤٧)

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كلا من " محمد سعد اسماعيل ، محمد محمود مصيلحي ، سارة محمد احمد حسنين (٢٠٢٢) (١١) والتي كانت من نتائجه وجود فروق دلة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية والوظيفة قيد البحث ، ودراسة وليد شمس (٢٠٢١) (١٦) والتي جاءت نتائجه وجود فروق دلة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية مستوى القدرات التوافقية والمهارية قيد البحث ، وداسة احمد الداوي (٢٠١٧) (٤) والتي كانت من نتائجه وجود فروق دلة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية القدرات التوافقية والاداءات الاداءات المهارية المركبة ، ودراسة مصطفى عبد الله (٢٠١٧) (١٤) والتي كانت من نتائجه وجود فروق دلة احصائية بين القياس القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية لمستوى القدرات التوافقية والمهارية .

وبذلك يتحقق الفرض الثاني الذي ينص علي " توجد فروق دالة احصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى القدرات المهارية قيد البحث وذلك لصالح القياس البعدي ."

- عرض نتائج الفرض الثالث :

جدول (١٥)

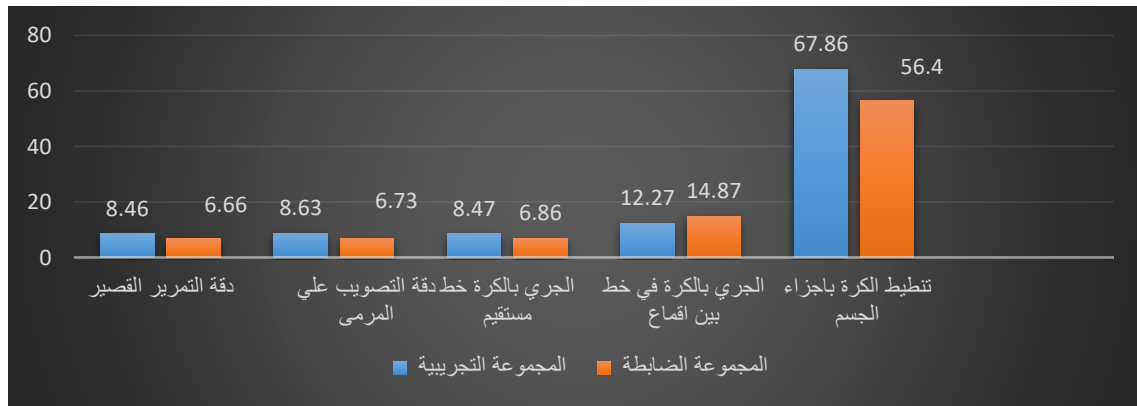
دلالة الفروق بين القياسيين البعدين للمجموعتين التجريبية و الضابطة
في مستوى الاختبارات المهارية

$$ن = ٢ = ١٥$$

المتغيرات	نوع القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		بين المتوسطات قيمة (ت)
		توسط الحسابي	توسط الحسابي	توسط الحسابي	توسط الحسابي	
دقة التمرير القصير	درجة	8.46	0.50	6.66	0.48	10.31*
دقة التصويب علي المرمى	درجة	8.63	0.56	6.73	0.45	9.53*
الجري بالكرة خط مستقيم	ثانية	8.47	0.52	6.86	0.51	7.48*
الجري بالكرة في خط بين اقماع	ثانية	12.27	0.10	14.87	0.62	15.53*
تنطيط الكرة باجزاء الجسم	عدد	67.86	3.86	56.40	7.22	12.69*

*قيمة "ت" الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ٢.١٤٥

يتضح من الجدول رقم (١٥) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطي القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الاختبارات المهارية حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية ، لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.



شكل (٣)

متوسط القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الاختبارات المهارية

يتضح من نتائج الجدول (١٥) وشكل (٣) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسيين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في مستوى الاختبارات المهارية قيد البحث حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية ، لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية .



حيث انحصرت المحسوبة لهذه المتغيرات في مستوى الاختبارات المهارية لكل من دقة التمرير القصير (*10.31)، دقة التصويب علي المرمى (*9.53)، الجري بالكرة خط مستقيم (*7.48)، الجري بالكرة في خط بين اقماع (*15.53)، تنظيط الكرة باجزاء الجسم (*12.69)، مما يدل على وجود فروق دالة احصائياً بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة، ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية في هذه المتغيرات قيد البحث .

ويرجع الباحث الى حدوث تلك التغيرات الى استخدام البرنامج المقترح قيد البحث باستخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة كان له تاثير في حدوث فروق بين متوسط درجات القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة، ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية حيث تروحت الفروق بين متوسط دقة التمرير القصير (1.80)، دقة التصويب علي المرمى (1.90)، الجري بالكرة خط مستقيم (1.61)، الجري بالكرة في خط بين اقماع (2.60)، تنظيط الكرة باجزاء الجسم (11.46)، كما استخدام البرنامج المقترح قيد البحث باستخدام الألعاب صغيرة وتقسيمات مصغره الى فروق بين متوسط درجات القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة، ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية حيث تروحت الفروق بين متوسط اختبار استلام الكرة ثم التمرير (1.06)، اختبار استلام الكرة ثم التصويب (1.02)، اختبار استلام الكرة ثم الجرى بالكرة ثم التصويب (1.17)، اختبار استلام الكرة ثم المراوغة ثم تمرير (1.17)، اختبار استلام الكرة ثم المراوغة ثم تصويب (1.09)، اختبار استلام الكرة ثم المراوغة ثم الجرى بالكرة ثم التمرير (1.36)، اختبار استلام الكرة ثم المراوغة ثم الجرى بالكرة ثم تصويب (1.16)، قيد البحث .

ويشير كلاً من كمال درويش وآخرون 1998م، أمر الله البساطى 1996م مفتى إبراهيم 1998م، إبراهيم شعلان وعمرو أبو المجد 1996م أبو العلا عبد الفتاح وإبراهيم شعلان 1999م أن التخطيط لتدريب المبتدئين فى الأنشطة الرياضية المختلفة يهدف الى إكسابهم المهارات الحركية الأساسية بصفة عامة وكذلك تنمية وتطوير الصفات البدنية للوصول بهم إلى تحقيق أعلى المستويات في الرياضة الممارسة والحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة حتى يستطيع كل لاعب تنفيذ الخطط الملقاة علي عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللعب المختلفة أثناء المباراة على أكمل وجه. (10: 95)

أن الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة يتم فيها تطبيق المهارات الحركية المكتسبة من الألعاب الصغيرة بصورتها البسيطة الى مهارات حركية مركبة تعد اللاعب للاعب الفرق

، بحيث تعمل على تنمية وتطوير أداء الفرد للمهارات الحركية لمختلف الأنشطة الرياضية مما يزيد درجة ميل الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي. (٦: ١٤٥)

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة **وليد شمس** (٢٠٢١م) (١٦) وجاءت اهم النتائج وجود فروق دالة احصائية بين متوسط القياس القبلي والبعدي في مستوى القدرات التوافقية والمهارية لصالح القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ووجود فروق في نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي ، ودراسة **احمد الداوي** (٢٠١٧م) (٤) وجاءت اهم النتائج ان تدريبات القدرات التوافقية ساهمت بطريقة ايجابية في تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في القدرات التوافقية والاداءات المهارية.

ودراسة **مصطفى عبد الله** (٢٠١٧) (١٤) جاءت أهم النتائج أن البرنامج التدريبي المقترح اثر ايجابيا على كلا المجموعتين التجريبية والضابطة ، وانه توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات القياسات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة لمستوى القدرات التوافقية والمهارية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية ، ودراسة **حازم محمد أبو الخير** (٢٠١٣م) (٦) ان البرنامج التدريبي المصمم أثر ايجابيا على تنمية القدرات التوافقية قيد البحث (تحديد الوضع - الاتزان الحركي - سرعه رد الفعل - قدره على بذل الجهد - الربط الحركي) ، البرنامج التدريبي المصمم أثر ايجابيا على تنمية الاداءات المهارية المركبة قيد البحث (الاستلام ثم التمرير - الاستلام ثم التصويب - الاستلام ثم المراوغة ثم التمرير - الاستلام ثم الجري بالكرة ثم التصويب - الاستلام ثم المراوغة ثم التمرير - الاستلام ثم المراوغة ثم التصويب).

وبذلك يتحقق الفرض الثالث الذي ينص علي " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي القياسين البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى القدرات المهارية قيد البحث ولصالح المجموعة التجريبية."

- الاستخلاصات والتوصيات

- الاستخلاصات والاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود المنهج المستخدم وعينه البحث والأجهزة والأدوات والاختبارات المستخدمة ومن خلال المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث توصل الباحث إلى الاستخلاصات: التالية:

- البرنامج التقليدي بدون استخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة كان له تأثير ايجابيا بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى القدرات المهارية قيدالبحث وذلك لصالح القياس البعدي.

- البرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة كان له تأثير ايجابيا بين متوسطى القياسين القبلى والبعدي للمجموعة التجريبية فى مستوى القدرات المهارية قيدالبحث وذلك لصالح القياس البعدي.
- تفوق عينة البحث التجريبية التى أستخدمت الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة أفضل من نتائج العينة الضابطة .
- **التوصيات :**
- إنطلاقاً مما أسفرت عنه الدراسة من إستخلاصات يوصي الباحث بما يلي:
- الإستعانة بالبرنامج المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة فى البرامج التعليمية للبراعم والناشئين فى كرة القدم .
- أهمية توجيه أهتمام مدربين البراعم والناشئين إلى مدى أهمية البرامج التدريبية باستخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة فى تطوير القدرات المهارية فى رياضة كرة القدم .
- إجراء دراسات لمعرفة مشابهة فى تأثير المقترح باستخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة على المتغيرات الوظيفية والنفسية للبراعم والناشئين .
- تطبيق البرنامج باستخدام الألعاب الصغيرة والتقسيمات المصغرة المتسخدمه قيد البحث فى المراحل الناشئين المختلفة .
- تدريب مدربين البراعم والناشئين على كيفية تصميم برامج تعليمية وكيفية تطبيقها .



- المراجع العربية والاجنبية :

- المراجع العربية :

١. إبراهيم شعلان (٢٠١٠م): كرة القدم للبراعم والأشبال (٩-١٢ سنة) ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، م.
٢. إبراهيم شعلان ، عمرو أبو المجد : أسس بناء كرة القدم الشاملة، المكتبة الأكاديمية ، القاهرة ، ١٩٩٦ م.
٣. أبو العلا عبد الفتاح، إبراهيم شعلان: فسيولوجيا التدريب في كرة القدم، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٩ م
٤. احمد الداوي (٢٠١٧) : " تأثير تدريبات القدرات التوافقية على مستوى بعض الاداءات المهارية المركبة لدى ناشئ كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بقنا
٥. جمال اسماعيل النمكى (٢٠٠٢م) : الاعداد البدني، الجزء الثاني ،مكتبة شجرة الدر ، المنصورة
٦. حازم محمد أبو الخير (٢٠١٣) : تأثير تنمية القدرات التوافقية على بعض الأداءات المهارية لبراعم كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعه الزقازيق .
٧. حسن أبو عبده (٢٠٠٨م) : الإعداد البدني للاعبى كرة القدم ، دار الفتح للطباعة والنشر ، الإسكندرية .
٨. السيد عبد المقصود (١٩٩٤ م) : نظريات التدريب الرياضى، الجوانب الاساسية للعملية التدريبية، مكتب الحساء، القاهرة،.
٩. عبد الحميد شرف (٢٠٠٥ م) : التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومتحدي الإعاقة بين النظرية والتطبيق. ط٢، القاهرة، مركز الكتاب للنشر .
١٠. كمال درويش، عماد عباس، سامي محمد على ١٩٩٨م : الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد " نظريات وتطبيقات " ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة،.
١١. محمد سعد اسماعيل ، محمد محمود مصيلحي ، سارة محمد احمد حسنين (٢٠٢٢) : " تأثير التقسيمات المصغرة على بعض المتغيرات البدنية والوظيفية لناشئات كرة القدم ، جامعة بنها - كلية التربية الرياضية - مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة
١٢. محمد سعيد (٢٠١٨) : " تأثير التدريب بأسلوب المباريات المصغرة على بعض القدرات التوافقية والبدنية براعم كرة القدم "، كلية التربية الرياضية ، جامعه بنها .
١٣. محمد صابر سليمان علي (٢٠٢٣) : تأثير إستخدام تدريبات القدرات التوافقية التفاعلية على بعض القدرات البدنية والوظيفية لناشئ كرة القدم ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعه بنها



١٤. مصطفى عبد الله (٢٠١٧) : " تأثير برنامج تدريبي بإستخدام المباريات المصغرة على مستوى بعض المهارات المفردة والمركبة لبراعم كرة القدم ، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية ، جامعه بنها ،

١٥. مفتى إبراهيم حماد: التدريب الرياضى للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، ط١، دار الفكر العربى، ١٩٩٦م.

١٦. وليد شمس (٢٠٢١) : " تأثير التدريب بإسلوب المباريات المصغرة بالكرة الاصغر حجما على بعض الاداءات الهجومية المركبة لناشئى كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية رياضية بنين ، جامعه حلوان
- المراجع الاجنبية :

17- **Pride, A. (2004)** : Training Cycle Football Condition: Development of Theory & Translation to Football Practice. Work paper , Ottawa, Canada .

18- **Pride, A. (2004)** : Training Cycle Football Condition: Development of Theory & Translation to Football Practice. Work paper , Ottawa, Canada

19- **Queen , R. (20١١)** : How to Make A program for Soccer Players U 15 , Matrix Soccer Academy Ltd, Bolton, UK .

20- **Steinhöfer, D. (2003)**: Grundlagen des Athletiktrainings. Theorie und Praxis zu Kondition, Koordination und Trainingssteuerung im Sportspiel. Philippika Sportverlag, Münster

21- **Wien, H. (2005)** : Developing Game Intelligence in Soccer , human kinetics , USA .

22- **Yusuf Köklü , Hamit Cihan , Utku Alemdaroğlu , Alexandre Dellal , Del P Wong (2020)**. Acute effects of small-sided games combined with running drills on internal and external loads in young soccer players, *Biol Sport*, Dec;37(4):375-381