

جامعة قاصدي مرياح ورقلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: نشاطات التربية البدنية والرياضية



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي تخصص النشاط البدني الرياضي

دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعاب

-دراسة ميدانية لنادي الجيل الصاعد بلدية بلدة عمر-

إعداد الطالب:

➤ فطيمي محمد الطاهر

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: 14 جوان 2023

أمام اللجنة المكونة من السادة:

رئيسا جامعة ورقلة

مشرفا جامعة ورقلة

ممتحنا جامعة ورقلة

الأستاذ (ة): د/فضل قيس

الأستاذ (ة): د/زروال محمد

الأستاذ (ة): البروفيسور برفوق عبد القادر

جامعة قاصدي مرياح ورقلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: نشاطات التربية البدنية والرياضية



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي تخصص النشاط البدني الرياضي

دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعاب

-دراسة ميدانية لنادي الجيل الصاعد بلدية بلدة عمر-

إعداد الطالب:

➤ فطيمي محمد الطاهر

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: 14 جوان 2023

أمام اللجنة المكونة من السادة:

رئيسا جامعة ورقلة

مشرفا جامعة ورقلة

ممتحنا جامعة ورقلة

الأستاذ (ة): د/فضل قيس

الأستاذ (ة): د/زروال محمد

الأستاذ (ة): البروفيسور برفوق عبد القادر

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

((رَبَّنَا آتِنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا

رَشْدًا))

صدق الله العظيم



شكر وتقدير

كما قيل:

علامة شكر المرء إعلان حمده فمن كتم المعروف منهم فما شكر
فالشكر أوله عز وجل على أن هدونا لسلك طريق البحث والتشبهه بأهل العلم وإن كان بيني وبينهم مفاوز.
كما نخص بالشكر استاذي الكريم ومعلمي الفاضل المشرف على هذا البحث الدكتور

فقد كان حريصا على قراءة كل ما تكتب ثم يوجهنا الى ما يرى بأرق عبارة وأطفئ إشارة، فله منا وافر الشناء
وخالص الدعاء.

كما نشكر السادة الاساتذة وكل الزملاء وكل من قدم لنا فائدة أو إلهامنا بمرجع، نسأل الله أن يجزيهم عني خيرا وإن
يجعل عملهم في ميزان حسناتهم.



الابداء

والدي ...

لو أستطيع ان اتقول لك شكرا فخي لو تقال الله في نهاية الاحاديث وانا اري نفسي وانما في البداية، انهد من خميرك
وعطائك الذي لو ينضب واطل في كل لحظة افضيها معك انهد وان تعلم الكثير، لي سندي في الدنيا وسر نجاحي ونور وبني
وصاحب السيرة العطرة والفكر المستنير ابي الغالي

والتي ...

ربما لو نلح الفرصة وانما لا اتقول لك شكرا، وربما لو بسلك جراحة التعبير عن الامتنان والعرفان لكن يكفيني ان تعرفي يا نور العين ومحنة
الفوز، ان كل ولو الذي اننا ينظر فرصة واحدة ليقدم لكما الروح والقلب والعين هدية رخيصة لكل ما قدمتماه، حماك الله، وادامك
عصفورا مغرورا يملأ حمايتنا باعذب اللحان.

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتويات
	شكر وتقدير
	اهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الاشكال
	مقدمة
	الجانب النظري
	الفصل الأول: مدخل الدراسة
6	1-الاشكالية
7-6	2-الأهداف
7	3- الفروض
7	4-أهمية البحث
8	5-مصطلحات ومفاهيم الدراسة
8	6-النظريات المفسرة كمتغيرات الدراسة
8	1-اللياقة البدنية
9	2-عناصر اللياقة البدنية
9	2-1-القوة العضلية
10	2-2- مفهوم السرعة
11	2-2- كرة القدم
11	1- مفهوم كرة القدم
12	2-المبادئ الأساسية لكرة القدم
13	3-خطوط اللعب في كرة القدم
	الفصل الثاني : الدراسات المرتبطة
16	تمهيد
17	1-مدخل للدراسات السابقة
20	2-التعليق على الدراسات السابقة والمشاهدة

الجانب التطبيقي	
الفصل الثالث : طرق ومنهجية الدراسة	
23	تمهيد
24	1-المنهجية
24	2-الدراسة الاستطلاعية
24	3-مجتمع الدراسة وعينة الدراسة
25	3-1-عينة البحث وكيفية اختيارها
25	4-أدوات الدراسة
25	4-1-الاختبارات
	5-مجالات الدراسة
27	5-1-المجال البشري
27	5-2-المجال الزمني
27	5-3-المجال المكاني
الفصل الرابع : عرض ومناقشة وتحليل النتائج	
29	1-عرض وتحليل نتائج الدراسة
30	2-عرض نتائج الفروق في متغيرات الطول لدى لاعبي كرة القدم
31	3-عرض نتائج الفروق في متغير الكتلة الجسمية
32	4-عرض نتائج الفروق في صفة الانفجارية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم
33	5-عرض نتائج الفروق في صفة الرشاقة لدى لاعبي كرة القدم
35	2-مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات
35	مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى
35	مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية
36	الاستنتاج
37	الاقتراحات والتوصيات
	خاتمة
	قائمة المصادر والمراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	الجدول
29	جدول 01 نتائج الفروق في متغير الوزن لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب
30	جدول 02 نتائج الفروق في متغير الطول لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب
31	جدول 03 نتائج الفروق في متغير الكتلة الجسمية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب
32	جدول 04 نتائج الفروق في صفة القوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب
33	جدول 05 نتائج الفروق في صفة السرعة الحركية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب

قائمة الأشكال

الصفحة	الاشكال
29	شكل رقم 01 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للوزن لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب
30	شكل رقم 02 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطول لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب
31	شكل رقم 03 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للكتلة الجسمية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب
32	شكل رقم 04 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب
33	شكل رقم 05 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للسرعة الحركية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب

مقدمة

مقدمة

يتميز العصر الحديث بالسعي للوصول إلى المستويات الرياضية العالية لمختلف الأنشطة والفعاليات الرياضية، ونتيجة لهذا السعي فقد اكتشفت العديد من النظريات الحديثة في المجال الرياضي والتي أدت إلى تفسير الكثير من الظواهر وساعدت في إيجاد أفضل الحلول لكثير من المشاكل والمواضيع التي تهدف إلى الارتقاء بمستوى الأداء، وتعد كرة القدم إحدى الفعاليات التي نالت الاهتمام والسعي من قبل العاملين فيها، فقد شهدت السنوات الأخيرة اهتماماً متزايداً بالبحث عن طرائق وأساليب جديدة في تدريب اللاعبين والاعتماد على الأسس العلمية في وضع البرامج التدريبية للوصول إلى الأعداد المتكامل للاعبين باختلاف مراكزهم لجميع النواحي البدنية والمهارية والخطوية والنفسية،¹ وتعد اللياقة البدنية العامة والخاصة في كرة القدم القاعدة الأساسية التي تبنى عليها بقية المتطلبات المهارية والخطوية والنفسية والذهنية، حيث يشهد عالم كرة القدم اليوم سرعة كبيرة ودقة متناهية في تطبيق المهارات المختلفة والمتنوعة وحسب المركز الذي يتخصص فيه اللاعب والتي تحتاج إلى علاقة وثيقة بين اللياقة البدنية والمهارات الأساسية بوصف أن التكتيك العالي والتكتيك الناجح يتربعان على قمتين شاهقتين وأن عناصر اللياقة البدنية تعد الجسر الصلب الذي يربط بينهما،² وأن الاختلاف في الواجبات الملقاة على عاتق اللاعبين يرجع لاختلاف مراكزهم، وعلى ما يتمتع به كل لاعب من عناصر لياقة بدنية تؤهله للعب في مركز دون الآخر، وكلما امتلك اللاعب لعناصر اللياقة البدنية المتعددة فضلاً عن النواحي المهارية والخطوية والنفسية كلما أمكنه ذلك من التحكم في سير المباراة، وعلى ذلك فإن اختلاف خطوط اللعب خط الدفاع، وخط الوسط، وخط الهجوم) في الواجبات البدنية والمهارية والخطوية أدى إلى وجود التخصص والأفضلية في بعض عناصر اللياقة البدنية وحسب خصوصية كل خط من هذه الخطوط، وتكمن أهمية البحث في معرفة عناصر اللياقة البدنية العامة والخاصة التي يمتلكها كل من خط الدفاع، وخط الوسط، وخط الهجوم) من لاعبي كرة القدم ومن هو الأفضل من خلال المقارنة بين الخطوط الثلاثة وهي محاولة علمية قد تفيد مدربي الأندية والمؤسسات في وضع المناهج التدريبية.²

ومن هنا قسمنا مذكرتنا إلى:

✓ الجانب النظري:

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة.

¹ أبو العلا عبد الفتاح، التدريب الرياضي، مصر، مركز الكتاب للنشر، 2018، ص 66
² فاضل حين عزيز، اللياقة البدنية، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع، 2015، ص 38

الفصل الثاني: الدراسات السابقة

✓ أما الجانب التطبيقي فقد احتوى على فصلين هما:

الفصل الثالث: ويشمل طرق ومنهجية الدراسة.

الفصل الرابع: ويضم عرض ومناقشة النتائج.

الجانب النظري

الفصل الأول

مدخل للدراسة

الفصل الأول مدخل الدراسة

1- الإشكالية:

يعتبر الأعداد البدني اللبنة الأساسية في أعداد أي فريق أو أي لاعب في أي لعبة رياضية، فبدون الأعداد البدني المبني على أسس علمية لا يمكن الوصول برياضي الى المستوى العالي، الذي يجعله ينافس في المستقبل على البطولات. ويؤكد محمد مفيد أن ارتفاع مستوى لعب كرة القدم يتطلب إعداد خاصا من الناحية البدنية والتي لها صلة وثيقة بإتقان المهارات الفنية ولما كانت واجبات اللاعبين تختلف حسب خطوط اللعب المختلفة والمرتبطة بالنواحي الخططية، فإنه لا بد من توافر عناصر اللياقة البدنية بمستوياتها المختلفة حتى تتفق مع طبيعة الأداء.¹

فالهدف من تطوير الصفات البدنية هو تطوير الكفاية لدى اللاعب للوصول إلى أفضل أداء، وذلك لان القدرات البدنية الملائمة لكرة القدم لها تأثير في إتقان المهارات الأساسية لذا تتطلب كرة القدم امتلاك القدرات البدنية التي تساعد اللاعب على استمراره في أداء المهارات بدون تعب، وبما أن رياضة كرة القدم رياضة جماعية تعتمد على خطوط اللعب المختلفة، فان تميز اللاعب في مركز من خطوط اللعب يرجع إلى ما يتميز به اللاعب من خصائص بدنية ومهارية تتناسب مع وواجبات ذلك الخط، لذلك وجب على المدربين معرفة الخصائص البدنية التي يتميز بها كل منصب عن اخر وذلك في كل خط من خطوط اللعب (دفاع، وسط، هجوم)، إذ أن لكل خط من خطوط اللعب متطلبات حركية ومهارية وبدنية.²

وهذا ما سعى الباحث الى دراسته نظرا لأنه مدرب في بعض النوادي الرياضية، مما جعله يطرح التساؤل التالي:

➤ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لبعض الصفات البدنية "القوة العضلية والسرعة الحركية" لدى لاعبي

كرة القدم حسب خطوط اللعب؟

التساؤلات الجزئية:

➤ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصفة القوة العضلية للأطراف السفلية لدى لاعبي كرة القدم حسب

خطوط اللعب؟

➤ هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصفة السرعة الحركية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب؟

2- الأهداف:

➤ التعرف على الفروق ذات دلالة إحصائية لبعض الصفات البدنية "القوة العضلية والسرعة الحركية" لدى

لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب.

¹ ريسان خريبط، الأعداد البدني وتقنين الأحمال التدريبية، مركز الكتاب للنشر، 2022، ص 12
² مؤيد عبد علي الطائي، اللياقة البدنية فسيولوجيا وتدريب، الدار المنهجية للنشر والتوزيع، 2023، ص 85

الفصل الأول مدخل الدراسة

➤ إبراز الفروق ذات دلالة إحصائية لصفة القوة العضلية للأطراف السفلية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب.

➤ إبراز الفروق ذات دلالة إحصائية لصفة السرعة الحركية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب.

3-الفروض:

3-1-الفرضية العامة:

➤ هناك فروق ذات دلالة إحصائية لبعض الصفات البدنية "القوة العضلية والسرعة الحركية" لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب.

3-2-الفرضيات الجزئية:

➤ هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصفة القوة العضلية للأطراف السفلية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب.

➤ هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصفة السرعة الحركية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب.

4-أهمية البحث:

4-1-الجانب الايدي:

➤ اثراء البحث العلمي.

➤ ملء الفراغ الملموس في المكتبة وخاصة الدراسات المتعلقة بهذا الموضوع.

➤ إضافة بعض المفاهيم النظرية في هذا الموضوع.

➤ تدعيم المعهد بمذكرة في هذا الموضوع الذي يصبح في المستقبل كمرجع يستفاد منه.

4-2-الجانب العلمي:

➤ يتوقع من خلال الدراسة التعرف إلى دور الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم حسب الخطوط.

➤ التوصل إلى تسليط الضوء على أهمية الصفات البدنية في تنمية الجانب البدني للاعبي كرة القدم.

➤ افادة القارئ بالنتائج العلمية لهذا البحث.

➤ اثراء مجال البحث العلمي.

الفصل الأول مدخل الدراسة

5-مصطلحات ومفاهيم الدراسة:

5-1-الصفات البدنية:

التعريف الاصطلاحي: قدرة الرياضي على أداء التدريب بكفاءة عالية دون شعوره بالتعب مع بقاء بعض الطاقة التي تلزمه للتدريب.¹

التعريف الاجرائي: قدرة الفرد على إدماج أنواع من الحركات المختلفة تتسم بانسيابية.

5-2-كرة القدم:

التعريف الاصطلاحي: هي رياضة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من أحد عشر لاعبًا تلعب بكرة مكورة.²

التعريف الاجرائي: رياضة يتبارى فيها فريقان في ملعب ذو أرضية مزروعة على جانبيه مرميان، والفكرة في كرة القدم هي محاولة إيداع الكرة في مرمى الخصم.

6-النظريات المفسرة لمتغيرات الدراسة:

1-اللياقة البدنية:

1-مفهوم اللياقة البدنية:

اللياقة البدنية من المصطلحات القليلة في التربية الرياضية والبدنية التي لاقت الذيوع والانتشار بين الناس، وهنا لابد من تعريف هذا المصطلح:

➤ "اللياقة البدنية وتعني سلامة البدن وكفاءته في مواجهة التحديات التي تواجه الانسان خلال تعامله في الحياة"

➤ مصطلح اللياقة البدنية يعني ان الاجهزة العضوية للجسم تتمتع بالصحة الوظيفية والكفاية في الاداء بما يمكنها من جعل الشخص قادرا على القيام بالأعمال اليومية القوية والمشاركة في أنشطة وقت الفراغ.

¹ منصور أحمد موسى، اللياقة البدنية لدى الرياضيين، دار البداية 2022، ص 90
² أسماء الجزار، كرة القدم، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع، 2016، ص 17

الفصل الأول مدخل الدراسة

- اللياقة البدنية مصطلح يشير الى الكفاءة الوظيفية (الفسولوجية) التي تسمح للفرد بتطوير وتحسين حياته.
- اللياقة البدنية هي القدرة على اداء الواجبات البدنية بحوية ويقظة دون تعب لا مبرر له مع توفر جهد كاف للتمتع بموايات وقت الفراغ ومقابلة الطوارئ غير المتوقعة.¹

2- عناصر اللياقة البدنية:

2-1- القوة العضلية:

- أهمية القوة العضلية للأطفال في مرحلة ما قبل البلوغ:
- تعتبر جزء لياقي هام مرتبط بصحة الأطفال والمراهقين كما تعتبر مؤشراً هاماً لتقدير مدى كفاءة أجسامهم في القيام بمهامها الوظيفية.
- تعتبر واحدة من أهم العناصر المؤثرة في الأداء البدني خلال الحياة اليومية وهي تعتبر من أهم المؤثرات في اكتساب القدرات الحركية وتعضيد أداء هذه القدرات وتطويرها.
- اكتساب القوة العضلية يقلل من احتمالات الإصابة في نشاط من أنشطة الحياة اليومية (الدراسة ممارسة الرياضة ... الخ).
- تطوير القوة العضلية للأطفال والمراهقين يقلل بدرجات كبيرة وقيهم من أمراض الجزء السفلى من العمود القري عند وصولهم للرشد.
- تطوير القوة العضلية يحسن من قوة العظام ويقلل من أمراض هشاشة العظام.
- الأطفال والمراهقين الذين يتميزون بارتفاع مستويات القوة العضلية تتاح لهم فرص الحياة بصورة أفضل من خلال تزايد فرصهم في التكيف مع ظروف الحياة المختلفة كما أنهم عادة ما يكونون أقل عرضة للإصابة بالأمراض.²

2-1-1- أنواع القوة العضلية:

- القوة القصوى: وهي أقصى قوة يمكن للعضلة أن تتحملها، أو أعظم قوة يمكن توليدها.
- القوة السريعة: هي أقصى قوة يمكن توليدها في وقت محدد.

¹ عبد المنعم عبد الفتاح، اللياقة البدنية، مكتبة معروف، 200، ص 93
² ريسان خريبط مجيد، التدريب الرياضي الدوري للقوة العضلية " Periodization Of Strength " الجزء الثالث، مركز الكتاب للنشر، 2022، ص 54

الفصل الأول مدخل الدراسة

➤ تحمل القوة: هي القدرة على تحمل الجهد لفترات محددة.¹

2-2- مفهوم السرعة :

تعد السرعة واحدة من أهم الصفات البدنية ولذا فإنها تنال قدراً عظيماً من اهتمام المدربين واللاعبين حتى يمكن تحسين سرعة اللعب بكل أشكالها ومظاهرها مثل سرعة البدء والتوقف وتغيير الاتجاهات والعدو، بل واتخاذ القرار في جزء من الثانية خلال المباراة أو المنافسة .

ولكي تتحسن السرعة يجب العمل في اتجاهين رئيسين، أولهما هو الإعداد البدني ويشمل على تدريب القوة والقدرة وتمارين القدرة إلى جانب باقي الصفات البدنية، وثانيهما هو تحسين شكل وطريقة الأداء الفني الصحيح ليس فقط العدو والجري ولكن أيضاً لكافة المهارات المختلفة.²

وقد شهدت السنوات الأخيرة تطوراً كبيراً في مجال تنمية السرعة بعد أن كان يعتقد لسنوات طويلة سابقة أن السرعة صفة وراثية يولد بها الإنسان ولا يمكن تنميتها بالتدريب وأنها هبة من الرب لبعض الأشخاص ، وهذا حقيقي إلى حد ما ولكن السرعة شأنها شأن كافة الصفات البدنية يمكن تحسينها بالتدريب إلى حدود تختلف باختلاف العمر والاستعداد ونوع برامج التدريب المستخدمة بالإضافة إلى العديد من الأسباب الأخرى فالإنسان قد لا يمتلك الصفات الوراثية التي تمكنه من مجاراة العدائين المتميزين ، ولكنه يستطيع بالتدريب المخطط له جيداً والمنفذ بعناية أن يحقق تطوراً ملحوظاً في السرعة بعد التدريب لفترة زمنية ملائمة.

يذكر مفتي لإبراهيم حماد 1996 أن السرعة تعني " مقدرة الفرد على تحريك طرف أو جزء من جسمه أو جسمه كله في أقل زمن ممكن " .

وقد قسم السرعة إلى ثلاثة أقسام رئيسية وهي سرعة الانتقال (العدو) وتعني:

" التحرك من مكان لآخر في أقل زمن ممكن مثل العدو أو السباحة أو الدراجات " وسرعة الأداء (الحركة) وتعني: " أداء حركة أو عدة حركات مركبة في أقل زمن ممكن " وسرعة الاستجابة (سرعة رد الفعل) وتعني: " المقدرة على الاستجابة الحركية لمثير في أقل زمن ممكن " .

¹ أمين خزعل عبد، فسيولوجيا القوة العضلية وميكانيكية الأداء الحركي، مكتبة دار دجلة للنشر والتوزيع، 2019، ص 63
² جمال صبري فرج، السرعة والإنجاز الرياضي (التخطيط - التدريب - الفسيولوجيا - الإصابات - التأهيل)، دار الكتب العلمية، 2017، ص 60

الفصل الأول مدخل الدراسة

يؤكد عويس الجبالي 2000 أن السرعة تعني: " قدرة الفرد على أداء عمل حركي في أقل زمن ممكن"، وأضاف أن هناك آراء متعددة لتقسيم السرعة ويمكن أن يندرج تحت هذه التقسيمات اعتماد السرعة على الأشكال التالية:

- زمن الرجوع وعلاقته بالمشيريات الخارجية
- سرعة تكرار الحركة الوحيدة (المتكررة).
- سرعة أداء الحركة الواحدة.¹

2-كرة القدم:

1- مفهوم كرة القدم:

كرة القدم: **FOOT BALL** هي كلمة لاتينية، وتعني ركل الكرة بالقدم فالأمريكيون يعتبرون "الفوتبول" ما يسمى عندهم بالركبي أو كرة القدم الأمريكية.

التعريف الاصطلاحي: كرة القدم قبل كل شيء هي لعبة جماعية، تلعب بفريقيين يتكون كل واحد من 10 لاعبين وحارس المرمى ويشرف على تحكيم المباراة أربع حكام موزعين أحدهم في وسط الميدان وحكمين مساعدين على الخطوط الجانبية وحكم احتياط رابع.

وقد رأى ممارسو هذه اللعبة أن تحول كرة القدم إلى رياضة اتخذوها حجة لبعث المسابقات واللقاءات المنظمة². وتلعب بكرة مستديرة مصنوعة من الجلد منفوخة، فوق أرضية ملعب مستطيلة الشكل، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى يحاول كل من الفريقين تسجيل أكبر عدد ممكن من الأهداف في مرمى خصمه ليكون هو الفائز، ويتم تحريك الكرة بالأقدام، ولا يسمح إلا لحارس المرمى بإمسك الكرة بيده داخل منطقة الجزاء، وتدوم المباراة 01دقيقة، مقسمة على شوطين كل شوط 54دقيقة، يتخللها وقت الاستراحة قدره 04دقيقة، وأي خرق لقوانين اللعبة، فإنها تعرض لاعبي الفريق المخاطئ لعقوبة³.

¹ خليل مهاوش، السرعة وتمارينها للسياحين، دار أمجد للنشر والتوزيع، 2019- ص 55

² مختار سالم، كرة القدم، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، 2015، ص 23

³ صلاح أحمد، كرة القدم، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، 2015، ص 45

الفصل الأول مدخل الدراسة

2-المبادئ الأساسية لكرة القدم:

كرة القدم كأى لعبة من الألعاب لها مبادئها الأساسية المتعددة والتي تعتمد في إتقانها على إتباع الأسلوب السليم في طريق التدريب.

ويتوقف نجاح أي فريق وتقدمه الى حد كبير على مدى إتقان أفراده للمبادئ الأساسية للعبة، وان فريق كرة القدم الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفراده أن يؤدي ضربات الكرة على اختلاف نوعها بخفة ورشاقة، ويقوم بالتمرير بدقة وبالتوقيت سليم وبمختلف الطرق، ويحسن ضرب الكرة بالرأس في المكان والظرف المناسبين، كما يتعاون تعاوننا تاما مع بقية أعضاء الفريق في عمل جماعي منسق فلاعب كرة القدم يختلف عن لاعب كرة السلة والطائرة من حيث تخصصه في القيام بدور معين والملعب سواء في الدفاع أو الهجوم، إلا أن هذا لا يمنع مطلقا أن يكون لاعب كرة القدم متقنا لجميع المبادئ الأساسية اتقاننا تاما¹.

وهذه المبادئ الأساسية لكرة القدم متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعليمها في مدة قصيرة كما يجب الاهتمام بها دائما عن طريق تدريب اللاعبين على الناحيتين أو أكثر قبل البدء باللعب وتقسم المبادئ الأساسية لكرة القدم الى ما يلي:

- استقبال الكرة.
- المحاورة بالكرة.
- المهاجمة.
- رمي التماس.
- ضرب الكرة.
- لعب الكرة بالرأس.
- حراسة المرمى.²

¹ إسماعيل عبد الفتاح، كرة القدم، دار الكتاب اللبناني للطباعة والنشر والتوزيع، 2010، ص 87

² حسن جابر، كرة القدم، دار اليوسف للطباعة والنشر والتوزيع، 2005، ص 69

الفصل الأول مدخل الدراسة

3- خطوط اللعب في كرة القدم:

أولاً: خط الدفاع: ينقسم خط الدفاع إلى قسمين رئيسيين، مدافعي العمق (Centrals) ومدافعي الأظهرة.... (Laterals) نقصد بالعمق متوسطي خط الدفاع على اختلاف مسمياتهم، ونقصد بالأظهرة الظهير الأيمن والظهير الأيسر..

➤ الأظهرة:(Laterals)

المهام الدفاعية: يجب القيام بالمهام الدفاعية الموكلة لهم، وتغطية أماكنهم حسب الخطة الموضوعة.

المهام الهجومية: يسمح للأظهرة بالتقدم في حالة الهجمة ومساندة الهجوم والدخول في الثلث الهجومي للملعب.

➤ مدافعي العمق:(Centrals)

المهام الدفاعية: تختلف باختلاف طريقة الدفاع التي يضعها المدرب، حيث تنقسم لقسمين رئيسيين:

1 - نظام الدفاع على خط واحد: حيث يقف المدافعان على خط واحد ويكونان قريبان من بعضهما البعض.

2 - نظام المساك/الليبرو (Sweeper System) حيث يتقدم أحد المدافعان ليصبح بمركز مساك، يحاول إيقاف

المهاجم من المرور، ويتراجع الآخر ليصبح ليبرو مهمته تغطية المدافعين.

المهام الهجومية: متوسطي الدفاع هم النواة الأساسية لتكوين الهجمة.

سابقاً، كان خط الوسط هو المسؤول عن إنشاء وصنع الهجمات، أما الآن مع وجود مسؤوليات أكبر لخط

الوسط، أصبح من الضروري مشاركة خط الدفاع في صنع الهجمة¹.

يعتبر عمق الدفاع له الدور الأكبر في إنشاء الهجمة مما يعطيه مسؤوليات أكبر، بعكس الأظهرة الذين يعتبرون

مشاركين في الهجمة وليسوا صانعين لها.

ثانياً: خط الوسط: ينقسم خط الوسط كذلك إلى قسمين رئيسيين، لاعبي عمق الوسط، ولاعبي الأطراف....

نقصد بعمق الوسط اللاعبين المتواجدين حول دائرة المنتصف مثل صانع اللعب والمحور، ونقصد بالأطراف لاعب

الوسط الأيسر والأيمن..

➤ أطراف الوسط:

¹ محمد محي الدين أمين، التدريب الرياضي في كرة القدم، البديل للنشر والتوزيع، 2022، ص 40

الفصل الأول مدخل الدراسة

المهام الدفاعية: أهم الواجبات الدفاعية المنوطة بكلٍ من لاعبي الوسط الأيمن والأيسر، هي سد الثغرة بين الظهر وقلب الدفاع، منعاً للهجمات المضادة عبر الأطراف، إلى جانب تغطية لاعبي عمق الوسط.

المهام الهجومية: يقوم لاعبي الأطراف بالدخول في العمق تاركين الفرصة لأظهرة الدفاع بالتقدم من الجانبين. أيضاً يقومون بمساندة لاعبي عمق الوسط، أو شق طريقهما إلى منطقة دفاع الخصم، وبذلك يكونان مهاجمين إضافيين.

تجنح بعض الفرق إلى تفعيل دور لاعبي الوسط الأيمن والأيسر في الأطراف حيث يقومون برفع الكرات العرضية للمهاجمين المتأهبين داخل الصندوق، وأحياناً يقومون بالدخول لمنطقة الثماني عشرة إذا كان أحد المهاجمين الأساسيين متواجداً بأحد طرفي الملعب.

المهام الدفاعية: يقوم أحد اللاعبين بتعطيل تحركات حامل الكرة، وذلك من أجل منح الوقت الكافي لمدافعي فريقه كي يعودوا إلى مراكزهم. بينما ينبغي على اللاعب الآخر (محور الارتكاز) أن يقوم بتغطية المساحة الحرجة بين متوسطي عمق الدفاع¹.

المهام الهجومية: عادةً، فإن أحد لاعبي عمق الوسط يعد صانعاً للعب، بينما يقوم الآخر بدعمه ومساندته، وفي الوقت ذاته يجب أن يقوم هذين اللاعبين بمتابعة وتدعيم تحركات بعضهما.

ومن ناحية إيصال الكرة للمهاجمين، يقوم لاعب الوسط المتأخر بقذف الكرات الطويلة إلى الأجنحة (بمحدود 40-50 متر)، أما لاعب الوسط المتقدم فيقوم بتمرير الكرة بين مدافعي الخصم (بمحدود 20-30 متر) مستغلاً الثغرات لإيصال الكرات نحو المهاجمين.

ثالثاً: خط الهجوم: في خطة 4-4-2 يتكون خط الهجوم عادة من قلبي هجوم، ولا وجود لأجنحة نظرياً.. لكنها تشكل لاحقاً بفضل تدخل لاعبي الوسط والأظهرة أو انعطاف أحد المهاجمين للطرف.. وعادة ما يتواجد رأس حربة مع مهاجم مساند متأخر قليلاً.

المهام الدفاعية: كما أن المدافعين يعتبرون الركيزة الأولى لانطلاقة الهجمة، فإن المهاجمين يعتبرون أول خط دفاع في حالة فقدان الكرة. يتوجب على المهاجمين تعطيل لاعبي الخصم كي يعطوا الفرصة للاعبي فريقهم بالتموضع الصحيح في مراكزهم.

¹ محمد محي الدين أمين، مرجع سابق الذكر، ص 41-42

الفصل الأول مدخل الدراسة

المهام الهجومية: تختلف الطرق الهجومية من مدرب لآخر، لكن عادةً ما يحاول المهاجم استغلال الثغرات للتصويب نحو المرمى، سواء داخل أو بمحاذاة الصندوق. وفي بعض الفرق ينطلق المهاجم نحو الأطراف قبل أن يقوم برفع الكرة عرضياً، وهنا ينبغي تواجد لاعبي الوسط الأيمن والأيسر إلى جانب المهاجم الآخر في منطقة الثماني عشرة، كما أشرنا قبل قليل في شرحنا لاستراتيجية لاعبي أطراف الوسط.¹

¹ محمد محي الدين أمين، مرجع سابق الذكر، ص 42

الفصل الثاني

الدراسات المرتبطة

الفصل الثاني الدراسات المرتبطة

تمهيد

تعتبر الخلفية النظرية هي جزء وعنصر محوري وركيزة مهمة من محتوى الإطار النظري وكذا محتوى البحث، وتحتل الدراسات السابقة أهمية كبيرة بالنسبة لكل بحث جديد، وما تلعبه من أدوار أساسية في توجيه البحث، ورسم خطواته ومنهجه، وهناك العديد من الدراسات التي عالجت موضوع العلاقة بين الصفات البدنية وخطوط اللعب لدى لاعبي كرة القدم، وطرحتها من زوايا مختلفة، وسنحاول ذكر أهمها وما يخدم بحثنا من قريب أو من بعيد.

الفصل الثاني الدراسات المرتبطة

1-مدخل للدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة والمشاهدة محاور ضرورية للباحث حيث يجب تناولها وتحليلها بدقة لإثراء بحثه والتعمق فيه قدر المستطاع، والغرض منها الإثبات أو النفي وأيضاً الحاجة الماسة للدلالة العلمية التي على الباحث الانطلاق منها، ونذكر من بينها:

➤ الدراسة الأولى:

العنوان: دراسة مقارنة بين بعض معايير التوجيه البدنية والمهارية على حسب خطوط اللعب (دفاع، وسط، هجوم) دراسة وصفية بالأسلوب المسحي (مقارنة) أجريت على بعض لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة ولاية تيارت.
الطالب: بومدين قادة.

السنة: 2018.

الجامعة: عبد الحميد بن باديس -مستغانم-.

الشهادة: بحث علمي.

هدفت الدراسة إلى التعرف على المستوى البدني و المهاري لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة و دراسة الفروق بين مختلف خطوط اللعب الذي تمثلت في مقارنة بعض معايير البدنية و المهارية بين مناصب الدفاع و وسط الميدان بمنصب الهجوم وذلك من أجل معرفة المحددات الخاصة التي يتميز بها هذا المنصب الذي يعتبر الخط الفعّال من أجل وضع معايير مناسبة لتوجيه اللاعبين اللذين تتوفر فيهم خصائص المهاجم ، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة مكونة من 36 لاعب يمثلون بعض فرق الناشئين لولاية تيارت المسجلين في الرابطة الجهوية لكرة القدم _سعيدة_ للموسم الرياضي 2016/2017 وهم يمثلون أربعة أندية تم اختيارهم بالطريقة العمدية من ضمن 16 فريق ، حيث تم اختيار 3 لاعبي دفاع ، 3 لاعبي وسط ميدان ، 3 لاعبي هجوم من كل فريق ، واستخدم الباحثان الاختبارات البدنية (القوة العضلية للأطراف السفلية ، السرعة) و الاختبارات المهارية (دقة التمرير ، دقة التصويب، ضرب الكرة لأبعد مسافة ، ضرب الكرة بالرأس) ، وبعد تحصيل النتائج والبيانات تم تحليلها بواسطة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss حيث تم تحديد بعض معايير البدنية و المهارية ودراسة الفروق بينها والحصول على مجموعة من النتائج التي تخص المؤشرات البدنية والقدرات المهارية خاصة بخطوط اللعب ، وتمثلت النتائج المتحصل عليها على أنّ المهاجمين يتميزون بمحددات بدنية و مهارية خاصّة مقارنة بباقي مناصب اللّعب ذلك ما

الفصل الثاني الدراسات المرتبطة

يوضح أن متطلبات المناصب تختلف على حسب الخطوط ولذلك فمعرفة متطلبات كل منصب تساهم بشكل كبير في توجيه اللاعب على حسب المنصب الذي يناسبه على حسب قدراته التي تشمل جميع المؤشرات البدنية-الفسولوجية-المورفولوجية والمهارية الذهنية-النفسية التي تعتبر من متطلبات كرة القدم الحديثة للوصول إلى أعلى مستويات الإنجاز الرياضي على اختلاف النشاط الممارس.

➤ الدراسة الثانية:

العنوان: دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية (السرعة - القوة - الرشاقة) والمهارية حسب خطوط اللعب -u15. الطالبة: لمتيوي فاطمة الزهرة إيمان.

السنة: 2021.

الجامعة: زيان عاشور -الجلفة-.

الشهادة: بحث علمي.

تهدف الدراسة إلى الكشف عن الفروق ومقارنة بين عناصر اللياقة البدنية (سرعة قوة رشاقة) والمهارية حسب خطوط اللعب (دفاع، وسط، هجوم) لدى فريق في كرة القدم صنف U15، فشملت عينة البحث 18 لاعب، وقد تم اختيار العينة بطريقة مقصودة، واعتمدنا في بحثنا على المنهج الوصفي، وتم الاستعانة بمجموعة من الاختبارات، ومن اهم نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لبعض الصفات البدنية والمهارية لدى أواسط كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (دفاع-وسط-هجوم).

➤ الدراسة الثالثة:

العنوان: علاقة بعض الصفات البدنية بأنماط الجسم حسب خطوط اللعب لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة " .

الطالبة: بلغريسي عبد الحميد.

السنة: 2021.

الجامعة: عبد الحميد بن باديس -مستغانم-.

الشهادة: دكتوراه.

الفصل الثاني الدراسات المرتبطة

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الأنماط الجسمية وبعض الصفات البدنية حسب خطوط اللعب في كرة القدم تحت 17 سنة، وذلك من خلال تقييم الخصائص الجسمية و المورفولوجية والاستعدادات البدنية التي يتمتع بها كل لاعب، ولإنجاز بحثنا هذا أجرينا بعض القياسات الجسمية لتحديد الأنماط الجسمية وبعض الاختبارات البدنية على عينة تتكون من (75) لاعب ، 25 لاعب من خط الدفاع و 25 لاعب من خط الوسط و 25 لاعب من خط الهجوم ، تم اختيارهم بطريقة مقصودة ، و قد استخدم الباحث مجموعة من القياسات الجسمية ، و مجموعة من الاختبارات البدنية ، وفيما يخص المعالجة الإحصائية للبيانات اعتمدنا على مجموعة من الوسائل تمثلت في المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري ومعامل الارتباط بيرسون ،تحليل التباين و spss، وعلى أثر هذه الاختبارات البدنية والقياسات الجسمية ومن خلال مناقشتنا لنتائج البحث الإحصائي، والتي أظهرت لنا وجود علاقة طردية إيجابية وعلاقة عكسية سلبية بين الأنماط الجسمية وبعض الصفات البدنية.

* توصل الباحث إلى:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين خطوط اللعب في بعض الصفات البدنية ماعدا صفتي المرونة والرشاقة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين خطوط اللعب في مكونات النمط الجسمي لدى لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة.
- مكون العضلية والنحافة هما أقوى ارتباط بالصفات البدنية من مكون السمنة.
- توجد علاقة ارتباطية قوية ذات دلالة إحصائية بين كل من مكون العضلية والنحافة وبعض الصفات البدنية ما عدا (القوة القصوى).

➤ الدراسة الرابعة:

العنوان: دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية والمهارية حسب مراكز اللعب لدى لاعبي كرة السلة -دراسة ميدانية لفريق أم البواقي لكرة السلة U15-.

الطالبة: مناصرية مني.

السنة: 2022.

الجامعة: محمد بوضياف -المسيلة-.

الشهادة: بحث علمي.

الفصل الثاني الدراسات المرتبطة

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين الصفات البدنية والمهارية في كرة السلة حسب مناصب اللعب، وتكونت عينة الدراسة من لاعبي كرة السلة U15 لفريق ASSOB أم البواقي، وتم اختيار هذه الأخيرة بصفة عمدية، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي لملائمته طبيعة بحثه. استخدم الباحث الاختبارات البدنية (اختبار سارجنت واختبار السرعة الانتقالية) والمهارية (اختبار مهارة التصويب) المتعلقة بالدراسة، وتوصل الباحث إلى ما يلي: وجود فروق دالة إحصائية في بعض الصفات البدنية والمهارية حسب مناصب اللعب في كرة السلة.

2-التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

يتضح من خلال عرض هذه الدراسات التي اهتمت بالصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم، ويمكن إبراز أهم ما تم استخلاصه من هذه الدراسات في النقاط التالية:

- تحديد موضوع الدراسة الحالية والهدف منها.
- تحديد المنهج المناسب لموضوع الدراسة الحالية.
- تحديد العينة وطريقة اختيارها وحجمها.
- تحديد محتوى الأدوات المناسبة والمطبقة لهذه الفئة.
- تحديد الأدوات المناسبة لجمع البيانات.
- تحديد أنسب المعالجات الإحصائية بما يتناسب مع طبيعة فروض وأهداف الدراسة الحالية.

الجانب التطبيقی

الفصل الثالث

طرق و منهجية الدراسة

الفصل الثالث طرق ومنهجية الدراسة

تمهيد

تعتبر منهجية الدراسة والاجراءات الميدانية الخاصة بها اهم خطوة في البحث العلمي، التي يجب على الباحث ان يدركها ويتقن خطواتها، حيث لا بد له ان يتمكن من الانتقال بين مختلف الخطوات بطريقة منطقية ومنسقة تجعل من بحثه دراسة منظمة، وعليه ان يدرك طريقة استعمال مختلف الادوات الخاصة بهذه العملية.

وكذا كيفية صياغتها واستغلالها في خدمة هدف الدراسة، والباحث في هذا الفصل يبني مختلف هذه الاجراءات التي يجب الاعتماد عليها من اجل الوصول الى حل لمشكلة الدراسة، ويوضح المجالات التي سيتم اجراء الدراسة فيها: من تحديد مجتمع الدراسة والعينة المختارة والمنهج المتبع لإنجاز هذا الموضوع الا وهو المنهج الوصفي لملائمته هذه الدراسة من اجل تحقيق الهدف المرجو منها، ويحتوي الفصل على عرض مفصل لأدوات الدراسة المستعملة وكيفية معالجتها احصائيا وتسجيل نتائجها.

كما سيساعد الباحث هذا الفصل في ضبط مختلف الطرق والوسائل المستعملة معالجة هذه النتائج معالجة علمية وتحويلها الى معطيات تعمل على تفسير وتبرير مختلف آراء وافتراضات الدراسة التي تسعى الى تحقيق الهدف الخاص منها.

الفصل الثالث طرق ومنهجية الدراسة

1- المنهجية:

ان البحث في الحقائق ومحاولة التوصل إلى قوانين عامة لا يكون أبدا بدون منهج واضح يلزم الباحث نفسه بتتبع خطواته ومراحله بكل دقة وصرامة ولقد استخدمنا في بحثنا المنهج الوصفي الذي يهدف إلى "وصف الظواهر أو إحداث أو أشياء معينة وجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها وتقرير حالتها كما توجد عليه في الواقع وهذه البحوث تسمى بالبحوث المعيارية أو التقييمية:

والمنهج الوصفي من ناحية أخرى هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من اجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما يعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة.¹

2- الدراسة الاستطلاعية:

لعله قبل البدء في الدراسة الميدانية لا بد من التطلع على الظروف والإجراءات التي ستتم فيها إجراء هذا البحث الميداني، لهذا جاءت الدراسة الاستكشافية التي مهدت له والتي اعتبرت مرتكز للبحث الميداني وذلك نظرا لأهميتها في مساعدة الباحث على تطبيق أدوات البحث.

فمن عنوان البحث ألا وهو: "دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب" قمنا باختيار بعض من لاعبي النادي الرياضي لكرة القدم، والذين سنقوم بتطبيق الاختبارات عليهم بطريقة قصدية، ثم إعادة تطبيقه مرة أخرى بعد عشرة ايام على نفس العينة لنستطيع الحصول على نتائج مقبولة ولمعرفة مدى ثبات او عدم ثبات الاختبارات.

3- مجتمع الدراسة وعينة الدراسة:

من الناحية الاصطلاحية: " هو تلك المجموعة الأصلية التي تؤخذ من العينة، وقد تكون هذه المجموعة مدارس، فرق، تلاميذ، سكان أو أي وحدات أخرى".²

لذا فقد ارتأينا في بحثنا هذا أن يكون مجتمع البحث خاص بلاعبي كرة القدم.

¹ يعنى طريف الخولي، مفهوم المنهج العلمي، الأردن، مؤسسة هنداوي، 2021، ص 88
² نبيهة صالح السامرائي، محاضرات في مناهج البحث العلمي للدراسات الإنسانية، العراق، 2014، ص 105

الفصل الثالث طرق ومنهجية الدراسة

3-1- عينة البحث وكيفية اختيارها: تعتبر العينة في البحوث المسحية أساس عمل البحث ويعرفها أحمد مكي على أنها: " مجموعة من الأفراد يبني عليها الباحث عمله وهي مأخوذة من المجتمع الأصلي وتكون ممثلة له تمثيلا صادقا".¹

وبحكم الموضوع الذي نحن بصدد دراسته حاولنا أن نأخذ عينة ممثلة للمجتمع الأصلي علميا ومنطقيا يخضع لمقاييس دقيقة وموضوعية يمكن ضبطها، وذلك بهدف التوصل للتمثيل الصحيح والجيد للنتائج المتحصل عليها، ثم إسقاطها نسبيا على الظاهرة الاجتماعية والخروج باقتراحات وتوصيات.

وقد تم اختيار 19 لاعب، من النادي الرياضي المتواجدة بولاية تقرت، بحيث كان هذا النادي الذي اخترناه لدراستنا هو:

➤ الجبل الصاعد بلدية بلدة عمر.

4- أدوات الدراسة:

يعتمد المنهج الوصفي في البحث على البيانات الخاصة بالظواهر والموضوعات التي يدرسها وعلى وسائل وأدوات القياس التي تساعد على جمع البيانات وتصنيفها تمهيدا لتحليلها واستخلاص النتائج منها.

4-1 الاختبارات:

1- اختبار الوثب العمودي من الثبات:

➤ غرض الاختبار: قياس القدرة الانفجارية للرجلين.

➤ الأدوات: حائط بارتفاع مناسب، مانيزيا (قطع طباشير)، شريط قياس، قطعة قماش لمسح العلامات بعد قراءة كل محاولة يقوم بها المخبر.

➤ طريقة الأداء: يمسك المخبر قطعة الطباشير ويقف بحيث تكون الذراع المميزة مواجهة للحائط و يقوم برفع

الذراعين عاليا لأقصى ما يمكن وتحدد علامة بالطباشير مع ملاحظة ملاصقة العقبين للأرض، ويتم تسجيل

الارتفاع الذي وضعت العلامة أمامه، من وضع الوقوف يمرجح المخبر الذراعين أماما عاليا ثم أمامك

أسفل خلفا مع ثني الركبتين نصفًا، ثم مرجحتها عاليا مع فرد الركبتين للوثب العمودي لأقصى مسافة

¹ احمد الخطيب، منهج البحث العلمي، القاهرة مصر، مكتبة الانجلو المصرية، 2009، ص 165

الفصل الثالث طرق ومنهجية الدراسة

يستطيع تحقيقها لوضع علامة بالطباشير باليد المميّزة وهي على كامل امتدادها ويتم تسجيل الارتفاع الذي وضعت العلامة الثانية أمامه.

➤ تعليمات الاختبار:

- ✓ يجب أن يكون الدفع بالقدمين معا من الثبات.
- ✓ يجب عدم رفع كتف الذراع المميّزة عن مستوى الكتف الأخرى أثناء وضع العلامة، فيجب أن يكون الكتفان على استقامة واحدة.
- ✓ يعطى للمختبر ثلاث محاولات تحتسب أفضل محاولة، وفترة الراحة بين المحاولات لمدو 30 ثانية.
- ✓ تؤخذ القياسات لأقرب 1 سم.
- ✓ يفضل وقوف المحكم على منضدة أو سلم بالقرب من الحائط حتى يستطيع قراءة نتائج المحاولات بوضوح.

➤ التسجيل: درجة المختبر هي المسافة المقاسة بالسنتيمتر بين العلامة الأولى والعلامة الثانية.

2- اختبار الجري على شكل (8): (انظر الى الملاحق):

➤ هدف الاختبار: قياس قدرة اللاعب على السيطرة على الكرة مع تغير وضع جسمه، وهو هنا مقياس الرشاقة.

➤ الملعب والأدوات: ملعب الكرة، قائمتان بينهما مسافة 3,5 سم توضع عليهما عارضة على ارتفاع صدر اللاعب، كرة قدم، ساعة إيقاف، صفارة.

➤ طريقة أداء التمرين: يقف اللاعب بجانب القائم (أ) واضعا قدمه على الكرة، عند سماع صفارة البدء يجرى اللاعب ليمر بالكرة من تحت العارضة للجهة الأخرى ويجري بالكرة ليلف حول القائم ب ثم يمر تحت العارضة للجهة الأخرى ليصل بالكرة إلى القائم (أ) ويكرر الأداء خمس مرات تنتهي بلمس القائم (8) باليد يعلى اللاعب ثلاث محاولات بينها فترة راحة كافية لعودة اللاعب لحالته الطبيعية قبل بدء كل محاولة، يلاحظ رفع الجذع بعد المرور من تحت العارضة.

➤ التسجيل: يحسب للاعب الزمن الذي قطعه في كل محاولة ويسجل له أحسن زمن¹.

1- حنفي محمود مختار، الاختبارات والقياسات للاعبين كرة القدم، دار الفكر العربي، ص 60

الفصل الثالث طرق ومنهجية الدراسة

5-مجالات الدراسة:

5-1-المجال البشري: اخترنا لاعبي النادي الرياضي المتواجد في ولاية تقرت، وقد كان العدد الإجمالي 19 لاعب.

5-2-المجال الزمني: بعد اختيار موضوع دراستنا، انطلقنا في الدراسة النظرية للموضوع من بداية شهر ديسمبر إلى غاية نهاية شهر فيفري سنة 2022 أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد دام من شهر جانفي إلى غاية شهر افريل سنة 2023.

5-3-المجال المكاني: قمنا بإنجاز البحث الميداني على مستوى النادي الرياضي المتواجد بولاية تقرت.

6-أساليب التحليل الإحصائي:

لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستمارة بصورة واضحة وسهلة قمنا بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي، وهذا عن طريق تحويل النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام وتمثلت الوسائل الإحصائية المستخدمة في:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار انوفا.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة وتحليل النتائج

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

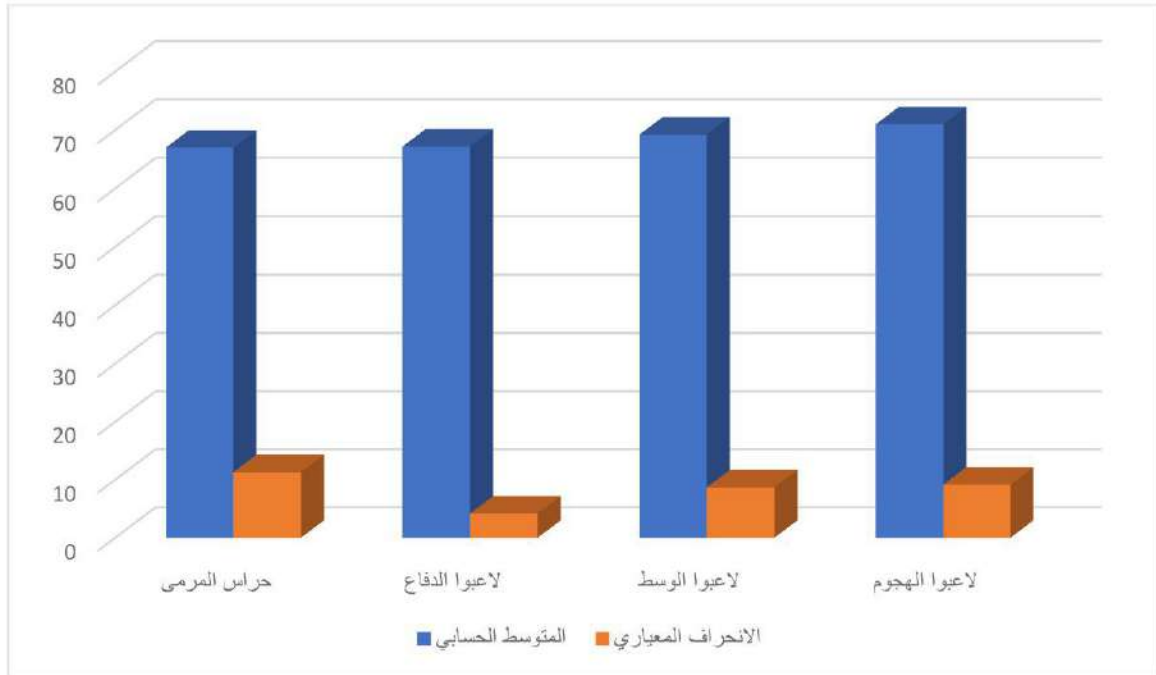
1- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1- عرض نتائج الفروق في متغير الوزن لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب:

جدول 01 نتائج الفروق في متغير الوزن لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب

خطوط اللعب	الإحصاء الوصفي	احتمالية اختبار أنوفا
حراس المرمى	المتوسط الحسابي	67
	الانحراف المعياري	11.31
لاعبوا الدفاع	المتوسط الحسابي	67.17
	الانحراف المعياري	4.17
لاعبوا الوسط	المتوسط الحسابي	69.20
	الانحراف المعياري	8.70
لاعبوا الهجوم	المتوسط الحسابي	71
	الانحراف المعياري	9.17

* دال عند نسبة خطأ 0.05



شكل رقم 01 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للوزن لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب من خلال الجدول رقم 01 نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي لحراس المرمى في الوزن بلغت 67 وانحراف معياري 11.31، فيما بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الدفاع 67.17 وانحراف معياري 4.17، أما فيما يخص متوسطي الميدان فقدر المتوسط الحسابي لهم بـ 69.20 وانحراف معياري 8.70، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهجوم 71 وانحراف معياري 9.17.

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

كما نلاحظ أن احتمالية اختبار أنوفا والبالغة 0.84 أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم

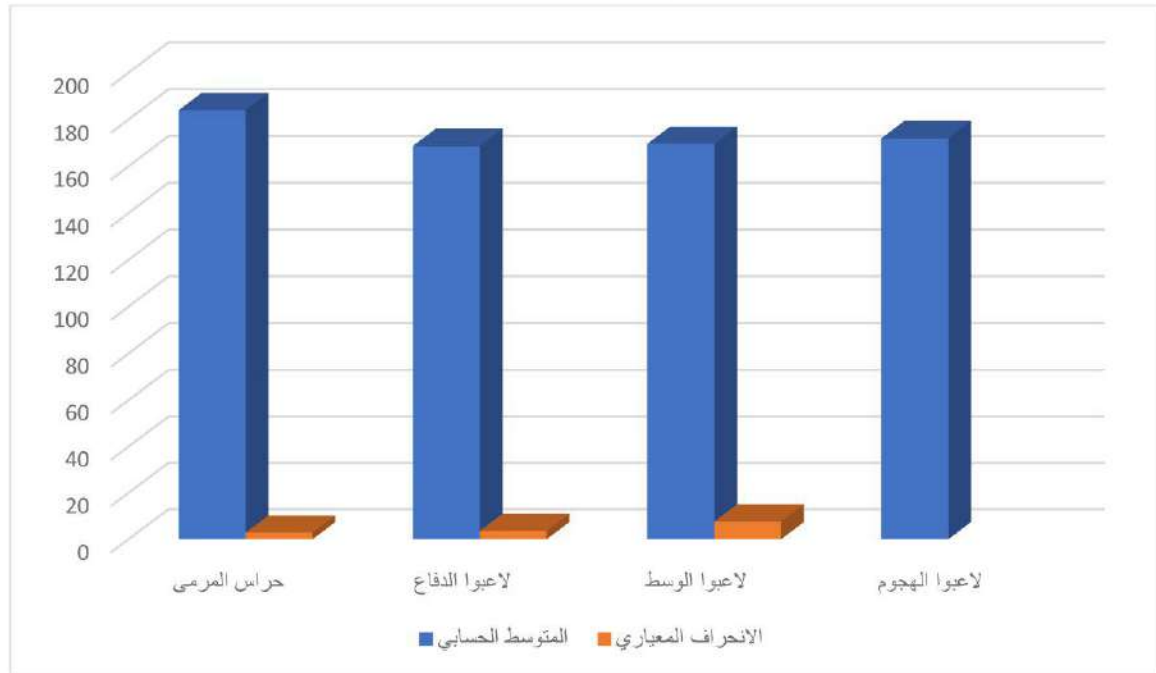
وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير الوزن لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.

2- عرض نتائج الفروق في متغير الطول لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب:

جدول 02 نتائج الفروق في متغير الطول لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب

خطوط اللعب	الإحصاء الوصفي		احتمالية اختبار أنوفا
حراس المرمى	المتوسط الحسابي	184	0.068
	الانحراف المعياري	2.83	
لاعبوا الدفاع	المتوسط الحسابي	168.67	
	الانحراف المعياري	3.61	
لاعبوا الوسط	المتوسط الحسابي	169.60	
	الانحراف المعياري	7.60	
لاعبوا الهجوم	المتوسط الحسابي	172	
	الانحراف المعياري	8.29	

* دال عند نسبة خطأ 0.05



شكل رقم 02 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للطول لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب من خلال الجدول رقم 02 نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي لحراس المرمى في الطول بلغت 184 وانحراف معياري 2.83، فيما بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الدفاع 168.67 وانحراف معياري 3.61، أما فيما يخص

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

متوسطي الميدان فقدر المتوسط الحسابي لهم بـ 169.60 وبانحراف معياري 7.60، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعب الهجوم 172 وبانحراف معياري 8.29.

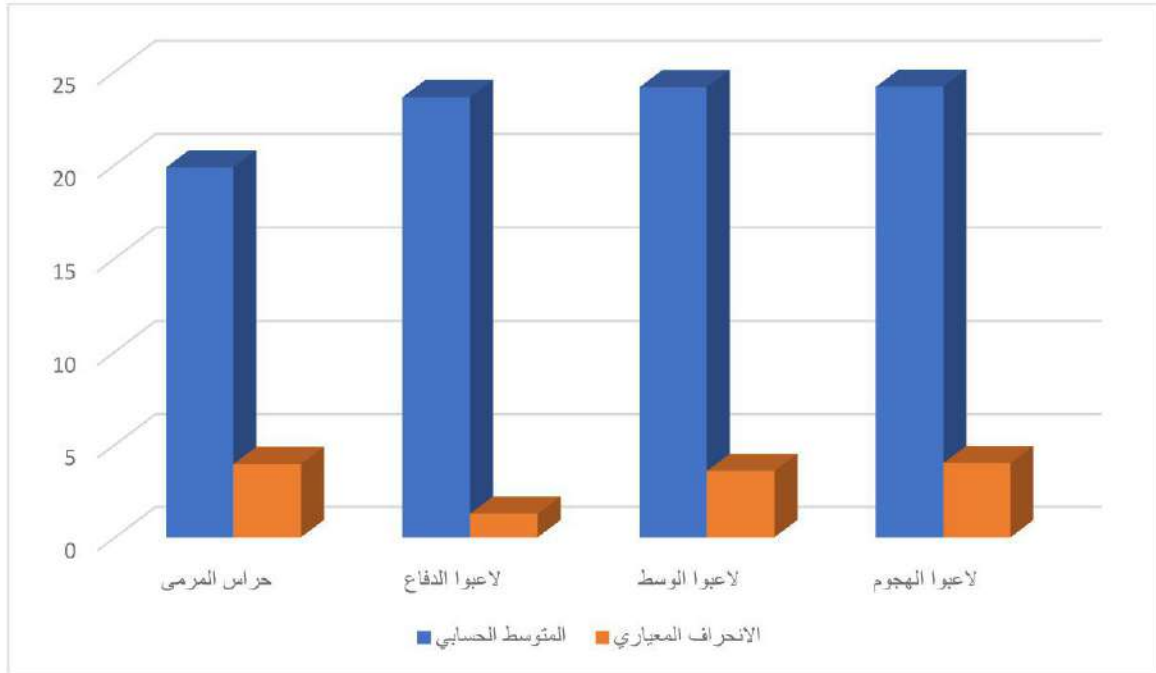
كما نلاحظ أن احتمالية اختبار أنوفا والبالغة 0.068 أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير الطول لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.

3- عرض نتائج الفروق في متغير الكتلة الجسمية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب:

جدول 03 نتائج الفروق في متغير الكتلة الجسمية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب

خطوط اللعب	الإحصاء الوصفي	احتمالية اختبار أنوفا
حراس المرمى	المتوسط الحسابي	19.85
	الانحراف المعياري	3.95
لاعبو الدفاع	المتوسط الحسابي	23.61
	الانحراف المعياري	1.27
لاعبو الوسط	المتوسط الحسابي	24.14
	الانحراف المعياري	3.57
لاعبو الهجوم	المتوسط الحسابي	24.17
	الانحراف المعياري	04

* دال عند نسبة خطأ 0.05



شكل رقم 03 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للكتلة الجسمية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

من خلال الجدول رقم 03 نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي لحراس المرمى في الكتلة الجسمية بلغت 19.85 وبانحراف معياري 3.95، فيما بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الدفاع 23.61 وبانحراف معياري 1.27، أما فيما يخص متوسطي الميدان فقدر المتوسط الحسابي لهم بـ 24.14 وبانحراف معياري 3.57، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهجوم 24.17 وبانحراف معياري 0.4.

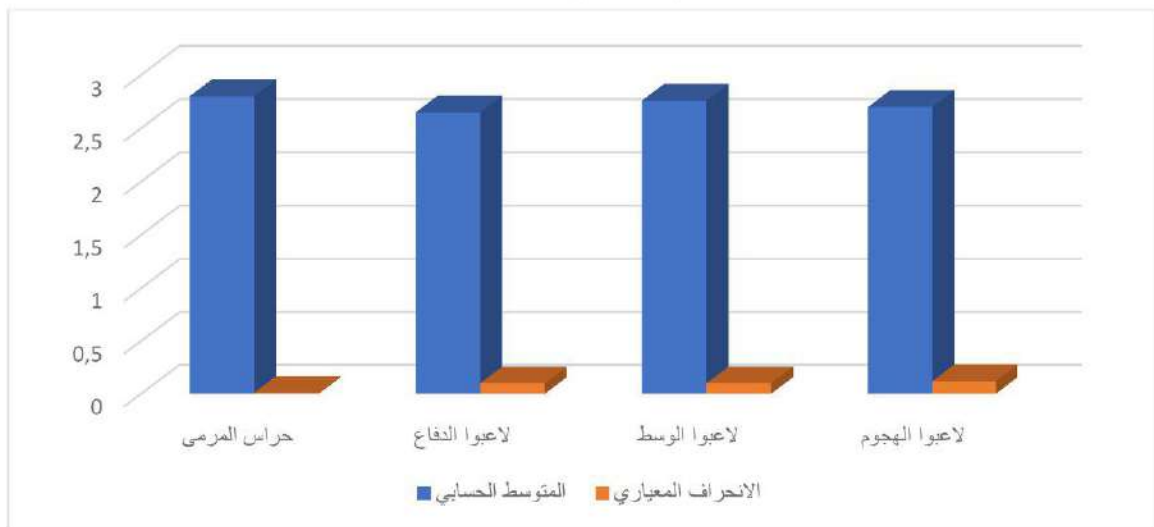
كما نلاحظ أن احتمالية اختبار أنوفا والبالغة 0.41 أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير الكتلة الجسمية لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.

4- عرض نتائج الفروق في صفة القوة الانفجارية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب:

جدول 04 نتائج الفروق في صفة القوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب

خطوط اللعب	الإحصاء الوصفي	احتمالية اختبار أنوفا
حراس المرمى	المتوسط الحسابي	2.80
	الانحراف المعياري	0.01
لاعبوا الدفاع	المتوسط الحسابي	2.65
	الانحراف المعياري	0.10
لاعبوا الوسط	المتوسط الحسابي	2.76
	الانحراف المعياري	0.10
لاعبوا الهجوم	المتوسط الحسابي	2.70
	الانحراف المعياري	0.12

* دال عند نسبة خطأ 0.05



شكل رقم 04 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

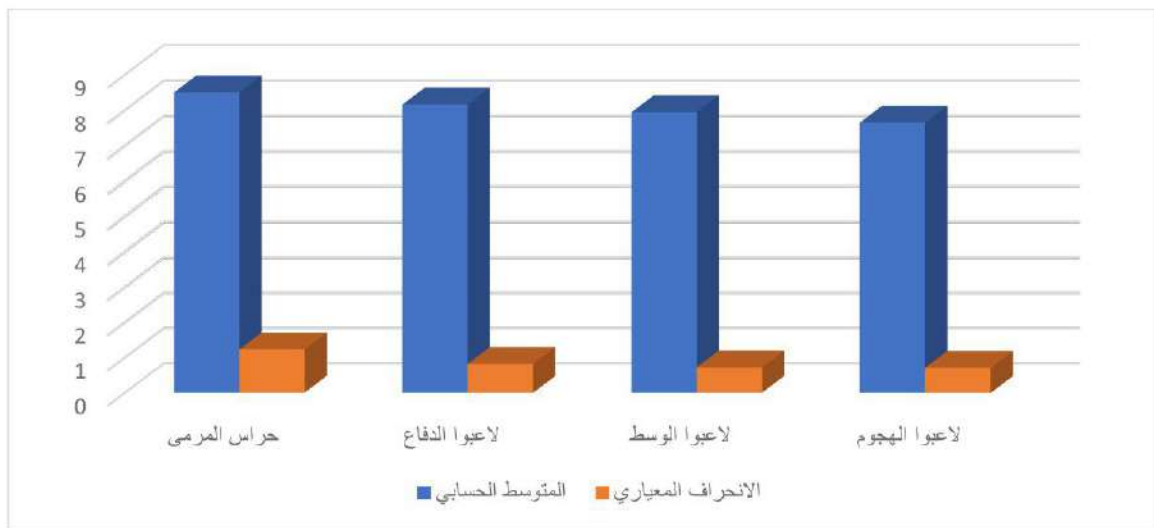
من خلال الجدول رقم 04 نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي لحراس المرمى في صفة القوة العضلية للأطراف السفلى بلغت 2.80 وبانحراف معياري 0.01، فيما بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الدفاع 2.65 وبانحراف معياري 0.10، أما فيما يخص متوسطي الميدان فقدر المتوسط الحسابي لهم بـ 2.76 وبانحراف معياري 0.10، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهجوم 2.70 وبانحراف معياري 0.12.

كما نلاحظ أن احتمالية اختبار أنوفا والبالغة 0.27 أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في صفة القوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.

5- عرض نتائج الفروق في صفة الرشاقة لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب:

خطوط اللعب	الإحصاء الوصفي	احتمالية اختبار أنوفا
حراس المرمى	المتوسط الحسابي	8.50
	الانحراف المعياري	1.23
لاعبوا الدفاع	المتوسط الحسابي	8.16
	الانحراف المعياري	0.82
لاعبوا الوسط	المتوسط الحسابي	7.94
	الانحراف المعياري	0.72
لاعبوا الهجوم	المتوسط الحسابي	7.65
	الانحراف المعياري	0.71

* دال عند نسبة خطأ 0.05



شكل رقم 05 يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري السرعة الحركية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط

اللعب

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

من خلال الجدول رقم 05 نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي لحراس المرمى في صفة السرعة الحركية بلغت 8.50 وبانحراف معياري 1.23، فيما بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الدفاع 8.16 وبانحراف معياري 0.82، أما فيما يخص متوسطي الميدان فقدّر المتوسط الحسابي لهم بـ 7.94 وبانحراف معياري 0.72، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبين الهجوم 7.65 وبانحراف معياري 0.71.

من خلال الجدول رقم 05 أن احتمالية اختبار أنوفا والبالغة 0.55 أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في صفة السرعة لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

2- مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات:

1-1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال الفرضية الأولى المدرجة تحت عنوان: "هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصفة القوة العضلية للأطراف السفلية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب"، ومن خلال الجدول رقم 04 نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي لحراس المرمى في صفة القوة العضلية للأطراف السفلى بلغت 2.80 وبانحراف معياري 0.01، فيما بلغ المتوسط الحسابي للاعبي الدفاع 2.65 وبانحراف معياري 0.10، أما فيما يخص متوسطي الميدان فقدّر المتوسط الحسابي لهم بـ 2.76 وبانحراف معياري 0.10، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبي الهجوم 2.70 وبانحراف معياري 0.12.

كما نلاحظ أن احتمالية اختبار أنوفا وبالغثة 0.27 أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في صفة القوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب، ومن أهم الدراسات التي ناقشت نفس الموضوع هي دراسة بومدين قاده¹، والتي كانت من أهم نتائجها ان المهاجمين يتميزون بمحددات بدنية ومهارية خاصة مقارنة بباقي مناصب اللّعب ذلك ما يوضح أن متطلبات المناصب تختلف على حسب الخطوط.

ومن هنا نستنتج ان الفرضية الأولى غير محققة وهذا راجع الى قلة التدريبات وعدم الاهتمام بفئة الهواة على عس فئة المحترفين الذين ينالون اهتماما أكبر من جميع النواحي البدنية.

1-2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال الفرضية الثانية المدرجة تحت عنوان: "هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصفة السرعة الحركية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب"، ومن خلال الجدول رقم 05 نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي لحراس المرمى في صفة السرعة الحركية بلغت 8.50 وبانحراف معياري 1.23، فيما بلغ المتوسط الحسابي للاعبي الدفاع 8.16 وبانحراف معياري 0.82، أما فيما يخص متوسطي الميدان فقدّر المتوسط الحسابي لهم بـ 7.94 وبانحراف معياري 0.72، في حين بلغ المتوسط الحسابي للاعبي الهجوم 7.65 وبانحراف معياري 0.71، ومن خلال الجدول رقم 05 أن احتمالية اختبار أنوفا وبالغثة 0.55 أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق

¹ بومدين قاده، دراسة مقارنة بين بعض معايير التوجيه البدنية والمهارية على حسب خطوط اللعب (دفاع، وسط، هجوم) دراسة وصفية بالأسلوب المسحي (مقارنة) أجريت على بعض لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة ولاية تيارت، بحث علمي، جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم، 2018، ص 40

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

ذات دلالة معنوية في صفة السرعة لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب، ومن اهم الدراسات التي ناقشت نفس الموضوع هي دراسة لمتيوي فاطمة الزهرة ايمان¹، ومن اهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لبعض الصفات البدنية والمهارية لدى أواسط كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (دفاع-وسط-هجوم). ومن هنا نستنتج ان الفرضية الثانية غير محققة، وذلك راجع لنقص حجج التدريب والحجج الساعي وكذلك عدم الاهتمام بالبرامج التدريبية والغذائية الخاصة بهذا النادي الرياضي باعتبارهم هواة.

¹ لمتيوي فاطمة الزهرة ايمان، دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية (السرعة – القوة – الرشاقة) والمهارية حسب خطوط اللعب -U15، بحث علمي، جامعة زيان عاشور –الجلفة، 2021، ص 87

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

الاستنتاج العام:

من خلال تطبيق الاختبارات وجمع نتائجها وتحليل النتائج توصلنا الى ما يلي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير الوزن لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.
- عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير الطول لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.
- عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في متغير الكتلة الجسمية لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.
- عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في صفة القوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.
- عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في صفة السرعة لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب.

الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

الاقتراحات والتوصيات:

على ضوء هذه الدراسة والتي نعتبرها ما هي إلا دراسة بسيطة ومحصورة في ظل الإمكانيات المتوفرة، ورغم ذلك فإننا أردنا أن نعطي بداية لانطلاق بحوث ودراسات أخرى في هذا المجال بتوسع وفهم أكثر، وعلى هذا الأساس نتقدم ببعض الاقتراحات التي نتمنى من خلالها أن تكون عاملا مساعدا ومسهلا لكل المشاكل التي يجدها المربون في هذا المجال:

- ضرورة الاهتمام بجوانب الدراسة أثناء عملية التخطيط في كرة القدم،
- اعطاء أهمية بالغة للصفات البدنية والمهارية للعبة،
- الاهتمام البالغ بالصفات المهارية عامة عند الفئات الصغرى،
- المحاولة الدائمة لتطوير الصفات البدنية،
- مواكبة التكنولوجيا في استعمال الوسائل الحديثة التي تخدم الموضوع،
- اجراء دراسات مستقبلية حديثة حول الموضوع،
- التوجيه الدقيق للاعبين كرة القدم إلى مناصبهم من خلال مطابقة المنصب مع الصفات التي يتطلبها،
- الانتقاء المقتن للاعبين له دور كبير في تحقيق النجاح،
- التأكيد على ادراج اللاعب المناسب في المنصب المناسب.

خاتمة

خاتمة

يعتبر كل نشاط بدني فردي كان أو جماعي في مفهومه العام إعداد الفرد من النواحي البدنية والمهارية والمقلية والاجتماعية والنفسية، وتعتبر كرة القدم ضمن هذا المفهوم، فهي الأخرى عبارة عن نشاط رياضي جماعي متكامل خططها من الدفاع إلى الوسط ثم الهجوم وتترابط فيم بينها وتنجح من خلال مصطلح اسمه التدريب وهو عبارة عن عملية تربوية خطوية منظمة مبنية على أسس علمية، تهدف إلى النهوض بالرياضي من الجانب البدني والمهاري بصفة كبيرة، من أجل تحقيق الأهداف الفردية والجماعية المشتركة بين اللاعب والمدرّب والفريق

ان تقدم كرة القدم وارتفاع مستوى الاداء البدني والمهاري فيها يفرض على المدرّب العمل المستمر من أجل تطوير اللاعبين من جميع النواحي البدنية والمهارية والخطوية، معتمدا في ذلك على الأسس المنهجية والعلمية الصحيحة للوصول إلى أعلى المستويات، مراعيًا في ذلك ميناً مهم ألا وهو الخصوصية الفردية بين اللاعبين، فقد أشارت مختلف الدراسات إلى أن الصفات البدنية والمهارية لكل لاعب ترتبط ارتباطاً وثيقاً فيم بينها من جهة وبمنصب اللعب من جهة أخرى، حيث أنه لكل رياضي ما ينفرد به عن زميله من أجل تنفيذ متطلبات الخطة وما تقتضيه خصوصية المنصب.

ومن منطلق أن هذه الصفات مرتبطة فيم بينها ارتباطاً وثيقاً إلا أنه لا يمكن للاعب أن يتقن المهارة في حالة عدم كفاءته بدنياً، وكذلك لا يمكن للاعب أن يؤدي واجبه في مركزه دون أن يدمج بين قوته البدنية وادائه المهاري، فقد تطرقنا في دراستنا إلى موضوع بالغ الأهمية، لا غنى عنه في ميدان التدريب ألا وهو "دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب" من خلال جانبين نظري وتطبيقي.

وقد اختتمنا هذه المذكرة بالتطرق إلى إيضاح الغموض الحائم حول الدراسة وتمكنا من خلال الاختبارات البدنية والدراسة الاستطلاعية وتحليل الدراسات السابقة والمشاهدة إلى الوصول إلى عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في صفة القوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب، وعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في صفة السرعة لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب، وقد قدمنا في الأخير بعض الاقتراحات المتواضعة من أجل مواكبة التطور البدني في هذه الرياضية.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

الكتب:

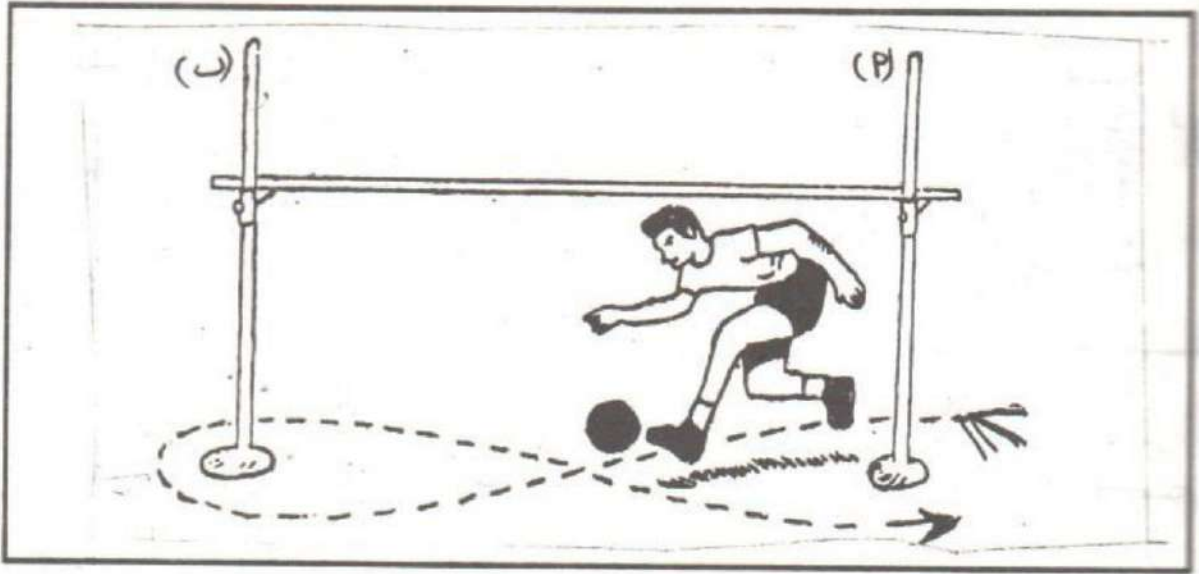
1. احمد الخطيب، منهج البحث العلمي، القاهرة مصر، مكتبة الانجلو المصرية، 2009
2. أبو العلا عبد الفتاح، التدريب الرياضي، مصر، مركز الكتاب للنشر، 2018
3. أسماء الجزار، كرة القدم، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع، 2016
4. إسماعيل عبد الفتاح، كرة القدم، دار الكتاب اللبناني للطباعة والنشر والتوزيع، 2010
5. أمين خزعل عبد، فسيولوجيا القوة العضلية وميكانيكية الأداء الحركي، مكتبة دار دجلة للنشر والتوزيع، 2019
6. جمال صبري فرج، السرعة والإنجاز الرياضي (التخطيط - التدريب - الفسيولوجيا - الإصابات - التأهيل)، دار الكتب العلمية، 2017
7. حسن جابر، كرة القدم، دار اليوسف للطباعة والنشر والتوزيع، 2005
8. حنفي محمود مختار، الاختبارات والقياسات للاعبين كرة القدم، دار الفكر العربي
9. خليل مهاوش، السرعة وتمريناتها للسباحين، دار أمجد للنشر والتوزيع، 2019
10. ريسان خريط مجيد، التدريب الرياضي الدوري للقوة العضلية " **Periodization Of Strength** " الجزء الثالث، مركز الكتاب للنشر، 2022
11. ريسان خريط، الإعداد البدني وتقنين الأحمال التدريبية، مركز الكتاب للنشر، 2022،
12. صلاح أحمد، كرة القدم، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، 2015
13. عبد المنعم عبد الفتاح، اللياقة البدنية، مكتبة معروف، 200
14. فاضل حين عزيز، اللياقة البدنية، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع، 2015
15. محمد محي الدين أمين، التدريب الرياضي في كرة القدم، البديل للنشر والتوزيع، 2022
16. مختار سالم، كرة القدم، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، 2015
17. منصور أحمد موسى، اللياقة البدنية لدى الرياضيين، دار البداية، 2022
18. مؤيد عبد علي الطائي، اللياقة البدنية فسيولوجيا وتدريب، الدار المنهجية للنشر والتوزيع، 2023
19. نبيهة صالح السامرائي، محاضرات في مناهج البحث العلمي للدراسات الإنسانية، العراق، 2014
20. ميني طريف الخولي، مفهوم المنهج العلمي، الأردن، مؤسسة هندواوي، 2021

الدراسات السابقة والمشابهة:

1. بومدين قادة، دراسة مقارنة بين بعض معايير التوجيه البدنية والمهارية على حسب خطوط اللعب (دفاع، وسط، هجوم) دراسة وصفية بالأسلوب المسحي (مقارنة) أجريت على بعض لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة ولاية تيارت، بحث علمي، جامعة عبد الحميد بن باديس -مستغانم-، 2018، ص 40
2. لمتيوي فاطمة الزهرة إيمان، دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية (السرعة - القوة - الرشاقة) والمهارية حسب خطوط اللعب -u15، بحث علمي، جامعة زيان عاشور -الجلفة-، 2021، ص 87

الملاحق

اختبار الجري على شكل (8)



نتائج اختبار الوثب العمودي من الثبات:

الرقم	اللقب والاسم	منصب اللعب	الطول	الوزن	مؤشر الكتلة الجسمية IMC	النتيجة	ملاحظات
01	غطاس ع الواحد	حارس	186	59 kg	17,05	2.80/ 2.78	
02	بوهريرة ضياء الدين	حارس	182	75 kg	22,64	2.81/ 2.80	
03	قاضي صلاح الدين	مدافع	173	71 kg	23,72	2.75/ 2.72	
04	بعضي م العيد	مدافع	168	70 kg	24,80	2.62/ 2.65	
05	بن نعمية ع الحق	مدافع	165	65 kg	23,88	2.61/ 2.60	
06	موتة ايمن	مدافع	165	67 kg	24,61	2.80/ 2.78	
07	خالي الياس	مدافع	168	60 kg	21,26	2.55/ 2.59	
08	قاشي يوسف	مدافع	173	70 kg	23,39	2.50/ 2.52	
09	غطاس ع المنعم	وسط ميدان	179	73 kg	22,78	2.85/ 2.82	
10	مرابط م الطاهر	وسط ميدان	175	63 kg	20,57	2.80/ 2.79	
11	غطاس وائل	وسط ميدان	169	68 kg	23,81	2.80/ 2.70	
12	قانة الصابر	وسط ميدان	160	60 kg	23,44	2.58/ 2.58	
13	بلحبيب م نجيب	وسط ميدان	165	82 kg	30,12	2.68/ 2.76	
14	باحو ابراهيم	مهاجم	170	71 kg	24,57	2.70/ 2.70	
15	بن نعمية ع الرؤوف	مهاجم	164	60 kg	22,31	2.60/ 2.60	
16	قانة وليد	مهاجم	185	60 kg	17,53	2.83/ 2.82	
17	بعضي فارس	مهاجم	165	80 kg	29,38	2.50/ 2.52	
18	قانة مبارك	مهاجم	179	80 kg	24,97	2.78/ 2.82	
19	قيسي ع الرحمان	مهاجم	169	75 kg	26,26	2.72/ 2.72	

نتائج اختبار الجري على شكل (8):

الرقم	اللقب والاسم	منصب اللعب	الطول	الوزن	مؤشر الكتلة الجسمية IMC	النتيجة	ملاحظات
01	غطاس ع الواحد	حارس	186	59 kg	17,05	9.37 S	
02	بوهريرة ضياء الدين	حارس	182	75 kg	22,64	7.63 S	
03	قاضي صلاح الدين	مدافع	173	71 kg	23,72	6.75 S	
04	بعضي م العيد	مدافع	168	70 kg	24,80	8.60 S	
05	بن نعيمية ع الحق	مدافع	165	65 kg	23,88	8.56 S	
06	موتة ايمن	مدافع	165	67 kg	24,61	9.00 S	
07	خالي النياس	مدافع	168	60 kg	21,26	8.40 S	
08	قاشي يوسف	مدافع	173	70 kg	23,39	7.63 S	
09	غطاس ع المنعم	وسط ميدان	179	73 kg	22,78	8.66 S	
10	مرايط م الطاهر	وسط ميدان	175	63 kg	20,57	8.53 S	
11	غطاس وائل	وسط ميدان	169	68 kg	23,81	7.18 S	
12	قانة الصابر	وسط ميدان	160	60 kg	23,44	7.18 S	
13	بلحبيب م نجيب	وسط ميدان	165	82 kg	30,12	8.15 S	
14	باحو ابراهيم	مهاجم	170	71 kg	24,57	8.29 S	
15	بن نعيمية ع الرؤوف	مهاجم	164	60 kg	22,31	6.66 S	
16	قانة وليد	مهاجم	185	60 kg	17,53	7.04 S	
17	بعضي فارس	مهاجم	165	80 kg	29,38	7.41 S	
18	قانة مبارك	مهاجم	179	80 kg	24,97	8.29 S	
19	قيسي ع الرحمان	مهاجم	169	75 kg	26,26	8.21 S	

Descriptives

	N	Moyenne	Ecart type	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
				Borne inférieure	Borne supérieure		
حارس مرمى	2	184,0000	2,82843	158,5876	209,4124	182,00	186,00
مدافع	6	168,6667	3,61478	164,8732	172,4602	165,00	173,00
وسط ميدان	5	169,6000	7,60263	160,1601	179,0399	160,00	179,00
مهاجم	6	172,0000	8,29458	163,2954	180,7046	164,00	185,00
Total	19	171,5789	7,55951	167,9354	175,2225	160,00	186,00
حارس مرمى	2	67,0000	11,31371	-34,6496	168,6496	59,00	75,00
مدافع	6	67,1667	4,16733	62,7933	71,5400	60,00	71,00
وسط ميدان	5	69,2000	8,70057	58,3968	80,0032	60,00	82,00
مهاجم	6	71,0000	9,16515	61,3818	80,6182	60,00	80,00
Total	19	68,8947	7,41541	65,3206	72,4689	59,00	82,00
الكتلة ا							
حارس مرمى	2	19,8450	3,95273	-15,6688	55,3588	17,05	22,64
مدافع	6	23,6100	1,27059	22,2766	24,9434	21,26	24,80
وسط ميدان	5	24,1440	3,56909	19,7124	28,5756	20,57	30,12
مهاجم	6	24,1700	3,99653	19,9759	28,3641	17,53	29,38
Total	19	23,5311	3,21499	21,9815	25,0806	17,05	30,12
حارس مرمى	2	2,8050	,00707	2,7415	2,8685	2,80	2,81
مدافع	6	2,6533	,10443	2,5437	2,7629	2,52	2,80
وسط ميدان	5	2,7580	,10450	2,6282	2,8878	2,58	2,85
مهاجم	6	2,6983	,12172	2,5706	2,8261	2,52	2,83
Total	19	2,7111	,11105	2,6575	2,7646	2,52	2,85
حارس مرمى	2	8,5000	1,23037	-2,5544	19,5544	7,63	9,37
مدافع	6	8,1567	,82289	7,2931	9,0202	6,75	9,00
وسط ميدان	5	7,9400	,71864	7,0477	8,8323	7,18	8,66
مهاجم	6	7,6500	,71311	6,9016	8,3984	6,66	8,29
Total	19	7,9758	,77807	7,6008	8,3508	6,66	9,37

ANOVA

		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
الطول	Intergruppes	380,098	3	126,699	2,930	,068
	Intragruppes	648,533	15	43,236		
	Total	1028,632	18			
الوزن	Intergruppes	52,156	3	17,385	,278	,840
	Intragruppes	937,633	15	62,509		
	Total	989,789	18			
الكتلة_الجسمية	Intergruppes	31,539	3	10,513	1,021	,411
	Intragruppes	154,511	15	10,301		
	Total	186,051	18			
قوة	Intergruppes	,050	3	,017	1,440	,271
	Intragruppes	,172	15	,011		
	Total	,222	18			
رشاقة	Intergruppes	1,389	3	,463	,731	,550
	Intragruppes	9,508	15	,634		
	Total	10,897	18			

الملخص باللغة العربية

دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب

وتهدف الدراسة التي بين أيدينا إلى محاولة دراسة مقارنة لبعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم حسب خطوط اللعب، ولأجل ذلك اتبعنا المنهج الوصفي، حيث تكونت عينة الدراسة من 19 لاعب، واستعملنا لجمع البيانات اختبارات قبلية، واستخدمنا لتحويل البيانات الى نتائج إحصائية برنامج spss، وجاءت أهم نتائج الدراسة انه عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في صفة القوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب، وعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في صفة السرعة لدى لاعبي كرة القدم وفق خطوط اللعب، اما اهم الاقتراحات والتوصيات فتمثلت بداية بضرورة الاهتمام بجوانب الدراسة أثناء عملية التخطيط في كرة القدم، واعطاء أهمية بالغة للصفات البدنية والمهارية للعبة.

الكلمات الدالة: الصفات البدنية، كرة القدم، خطوط اللعب.

الملخص باللغة الأجنبية:

A comparative study of some physical characteristics of soccer players according to the lines of play

The study in our hands aims to attempt a comparative study of some of the physical attributes of soccer players according to the lines of play, and for that we followed the descriptive approach, where the study sample consisted of 19 players, and we used to collect data pretests, and we used to convert the data into statistical results spss program, and the most important came The results of the study are that there are no significant differences in the characteristic of the muscular strength of the lower extremities of football players according to the playing lines, and the absence of significant differences in the characteristic of speed among soccer players according to the playing lines. During the planning process in football, giving great importance to the physical and skillful attributes of the game.

Keywords: physical attributes, football, lines of play.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

