

"تأثير تدريبات كورفر على بعض الأداءات المهارية المركبة لدى ناشئي كرة القدم"

**“Effect of Coerver training on some complex skills performances for young soccer players”**

أ.م.د. / محمد رزق علي قميحة

أستاذ مساعد دكتور بقسم نظريات وتطبيقات الألعاب الرياضية وألعاب المضرب كلية التربية الرياضية جامعة

بورسعيد

مصطفى رفاعي مصطفى مصطفى

باحث ماجستير بقسم نظريات وتطبيقات الألعاب الرياضية وألعاب المضرب كلية التربية الرياضية جامعة

بورسعيد

**Ass. Prof / Mohamed Rezk Ali Qomiha**

**Assistant Professor, Department of theories and applications of sports and games Tennis Faculty of Physical Education University of Port Said Professor**

**Mostafa Refaei Mostafa Mostafa**

**Master degree Researcher, Department of theories and applications of sports and games Tennis Faculty of Physical Education University of Port Said**

**Professor**

كرة القدم أصبحت متطورة ومعقدة بشكل كبير وانتشرت في الآونة الأخيرة العديد من الأساليب التدريبية سواء البدنية أو المهارية أو الخطئية، ولذلك يسعى الباحثون إلى محاولة الوصول إلى أفضل هذه الأساليب وأنسبها للاعبين كرة القدم من خلال اتباع المنهج العلمي ودراسة تأثير هذه الأساليب في إطار سعيهم نحو تحقيق أعلى مستوى ممكن فنياً وتكتيكياً وذهنياً ووظيفياً.

ويعد تطوير ناشئي كرة القدم من الأمور الحيوية من أجل الارتقاء بمستوى اللعبة، فينبغي أن يكون الهدف من التدريب في مراحل الناشئين هو البحث عن أفضل الوسائل والأساليب والاستفادة منها بأكثر قدر ممكن من أجل زيادة فعالية عملية التدريب الرياضي ومن ثم الوصول بهم لأعلى مستوى ممكن.

ويشير شعلان وعفيفي (٢٠٠١) إلى أن التخطيط السليم لتدريب كرة القدم يتطلب تطبيق قواعد دقيقة ومعلومات حديثة عن نظريات وأساليب التدريب، وأيضاً تحديد كيفية التدريب وتقنين الأحمال التدريبية للوصول للاعبين إلى مستوى عالٍ، وتطوير اللاعبين في سن مبكرة واتباع برامج تدريبية موضوعة على أسس علمية بهدف تطويرهم من جميع الجوانب مما يضع الأساس لبناء قاعدة من المواهب وبالتالي رفع مستوى اللعبة (ص. ٣٦).

ويرى أبو عبده (٢٠١٦) أن دول العالم المتقدمة تهتم بشكل خاص بتدريب الشباب بكافة جوانبه حيث يشكل القاعدة العريضة التي من خلالها ينمو أبطال كرة القدم في المستقبل، ولذلك يتم فتح مدارس خاصة لهم يتلقون فيها الدروس النظرية والعملية الخاصة بكرة القدم، بالإضافة إلى الفحوصات والعناية المركزة بصحتهم، والاهتمام بكافة الجوانب مما أدى إلى ارتفاع المستوى الرياضي للمنافسات (ص. ١٢٣).

ويتفق كلا من كشك والبساطي (٢٠٠٠) وكاستاجنا Castagna (٢٠٠٣) أن التوجه الحديث في تدريب مهارات كرة القدم يهدف إلى ضرورة دمج هذه المهارات وتكوين مهارات مركبة مشابهة لما يحدث بالمباريات، وأن يتم التدريب عليها مبكراً، حتى يتثنى تنميتها من خلال تكرارها بأشكال ومواقف متنوعة يتعرض فيها اللاعب لضغط مشابه لما يحدث في المباريات ومساعدته على اتخاذ القرارات المناسبة. (ص. ٧٠)، (ص. ٧٥)

ويشير كلاً من غالوستيان وكوك Galustian & Cooke (٢٠١٠) أن طريقة كورفر من الأساليب الحديثة المستخدمة لتحسين أداء مهارات كرة القدم وسميت بهذا الاسم نسبة إلى المدرب الهولندي ويل كورفر وتشبه هذه التدريبات ما يحدث أثناء المباراة، وأصبحت منتشرة ويتم التدريب بها في معظم الأكاديميات بأوروبا ودول شرق آسيا وأمريكا الشمالية والعديد من دول العالم، وهي مناسبة للاعبين الناشئين الذين تتراوح أعمارهم بين (٥) إلى (١٦) سنة، وتعتمد هذه التدريبات في الأساس على أهم المهارات التي يقوم بها أفضل لاعبين العالم والتي يتم استخدامها وتحليلها من خلال مشاهدة المباريات المسجلة ومن ثم يتم إعطاء هذه المهارات للشباب وتعليمهم وتدريبهم عليها وذلك لتحسين مهاراتهم والوصول للأداء الماهر مما ينتج عنه أفضل لاعبين. (ص. ٦٦)

ويوضح ستونباك وآخرون (٢٠١١) أن أهم جانب من جوانب تدريب كرة القدم للناشئين هو الاستمتاع باللعبة فإذا استمتع اللاعبون بما يفعلونه فسيبدلون قسارى جهدهم، وأن الهدف الأول من تدريب كورفر هو تعريف اللاعبين بالمهارات التي يحتاجونها للعب كرة القدم ويتم ذلك من خلال سلسلة من التحديات والألعاب المتكررة اللازمة لاكتساب المهارات، ويتم تنظيم هذه التدريبات لتطوير المهارات المطلوبة للمنافسة (الجري بالكرة والتمرير والاستلام) في شكل منافسات تبدأ هذه المنافسات بحيث تكون سهلة وتصبح أكثر صعوبة وشبيهة للمباراة، والهدف النهائي هو أن يصبح الناشئين مبدعين وواثقين من أنفسهم قادرين على التعامل مع لعبة كرة القدم ويستطيعون الهجوم والتمرير بدقة والسيطرة على الكرة وبمجرد الوصول إلى مستوى معين من الكفاءة الفنية يتم إضافة تدريبات على البعد التكتيكي. (ص. ٨٠)

ويشير أبو عبده (٢٠١٦) ان كرة القدم متعددة المهارات فمنها ما هو بالكرة أو بدونها وهي الأساس للعبة وبدون إتقانها لا يتمكن اللاعب من تنفيذ الخطط المطلوبة منه، حيث يؤديها تحت ضغط وظروف متنوعة وبصورة منفردة او مركبة، وتتطلب توافق وتناسق عصبي وعضلي اثناء الأداء المهاري واتخاذ القرار المناسب في التوقيت والمكان والاتجاه المناسب. (ص. ١)

ويذكر علاء الدين والصبغ (١٩٩٥) أن المهارات المركبة هي عبارة عن مجموعة من الأداءات المستقلة المختلفة في تكوينها وغرضها والتي ترتبط أو تتحد في إطار هذا الأداء بحيث يكون أداؤها متصلاً اقتصادياً ومتوافقاً إلى حد كبير. (ص. ١٠٦)

ويشير كشك والبساطي (٢٠٠٠) إلى أن مباراة كرة القدم تكون معقدة وتتطلب من اللاعبين استخدام العديد من المهارات المختلفة (المهارات المركبة) بسبب تغير المواقف وتنوعها. ولذلك، يجب على المدربين إعداد وتجهيز لاعبيهم للتعامل مع هذه المواقف من خلال رفع مستوى المهارة حتى يتناسب مع المباراة وسياقها. ولهذا يجب أن يتقن اللاعبون المهارات الفردية (كالتمرير والاستلام والمراوغة) مع القدرة على أدائها بطريقة صحيحة مناسبة لمواقف المباراة وبصورة مركبة مثل (استلام ثم تمرير - استلام ثم جرى ثم مراوغة ثم تمرير - استلام ثم مراوغة ثم تصويب). (ص. ٧٧)

ويذكر إبراهيم (٢٠١٠) أن الأداء المهاري المركب هو أداء مهارات فردية بالكرة تندمج مع بعضها البعض لتكون المهارات المركبة المناسبة لموقف اللعب وذلك لتحقيق أهداف مختلفة كالتغلب على خطة دفاع الخصم أو تسجيل هدف في مرمى الفريق المنافس، ويخلق أداء مهاري مركب يتناسب مع مواقف المباريات المختلفة، ولذلك يجب أن يستمر التدريب عليها للوصول إلى أعلى درجة من الإتقان والآلية أثناء المباراة. (ص. ٢٣٩)

### ثانياً: مشكلة البحث:

من خلال خبرة الباحثان في مجال تدريب كرة القدم ومحاولتهم التعرف على كل ما هو جديد في كرة القدم وجدوا أن العديد من الأكاديميات الأوروبية تستخدم أسلوب كورفر لتدريب وتطوير الناشئين في كرة القدم، ولذلك قام الباحثان بإجراء بعض المقابلات مع العديد من مدربي الناشئين للتعرف على مدى معرفتهم بهذا الأسلوب، واتضح منها عدم درايتهم بأسلوب كورفر وتدريباته وأهميته وكيفية استخدامه في التدريب، ومن خلال المسح المرجعي للمراجع والدراسات السابقة لاحظ الباحث أن الأبحاث العلمية التي تناولت هذا الأسلوب بالدراسة قليلة، ويعد أسلوب كورفر من الأساليب الحديثة التي تهدف إلى تعليم وتدريب واتقان المهارات للناشئين، ولذلك تساءل الباحثان هل إذا تم استخدام تدريبات كورفر سيكون لها تأثير إيجابي على بعض الأداءات المهارية المركبة للناشئين؟ ولذلك أثر الباحثان إجراء هذه الدراسة من أجل التعرف على تأثير تدريبات كورفر على بعض الأداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة.

### ثالثاً: أهمية البحث:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في إعداد واستخدام تدريبات كورفر لناشئي كرة القدم وتزويد مدربي كرة القدم بصفة عامة ومدربي الناشئين بصفة خاصة بتمارين مختلفة ومقتنة علمياً مما قد يساعدهم في وضعها ضمن برامجهم التدريبية وتدريب لاعبيهم عليها مما قد يساهم في تطوير قدرات اللاعبين المهارية وبخاصة المهارات المركبة.

### رابعاً: هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام تدريبات كورفر على بعض الأداءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة.

### خامساً: فروض البحث:

١- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الأداءات المهارية المركبة ولصالح القياس البعدي.

٢- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض الأداءات المهارية المركبة ولصالح القياس البعدي.

٣- توجد فروق دالة إحصائية في القياسين البعديين بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض الأداءات المهارية المركبة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

#### سادساً: مصطلحات البحث:

أسلوب كورفر:

"هو أسلوب حديث لتدريب الناشئ على مهارات كرة القدم يعتمد على استنباط أهم المهارات من اللاعبين المتميزين واستخراجها عن طريق مشاهدة المباريات المسجلة لهم ثم تعليم هذه المهارات للناشئ لتطوير الأداء المهاري لهم، ويعتمد هذه الأسلوب على استراتيجيه محدده للتعليم وتطوير الناشئين" (ص. ٦٦).

الأداءات المهارية المركبة:

"هي مجموعة من المهارات الفردية تندمج مع بعضها بصورة تجعل أداؤها يشبه الجملة الحركية المركبة وتكون المرحلة النهائية لمهارة هي بمثابة بداية للمهارة التي تليها ويجب أن تتميز بالسرعة والتناسق والدقة في الأداء وتتناسب مع طبيعة الموقف التي تؤدي فيه المهارات" (ص. ٩).

#### سابعاً: الدراسات السابقة:

١- دراسة عبد العزيز (٢٠٢٠) هدفت هذه الدراسة إلى تصميم برنامج تدريبي باستخدام تمارينات في مساحات محددة لناشئ كرة القدم تحت ١٨ سنة للتعرف على تأثير البرنامج التدريبي المقترح على مستوى بعض الأداءات المهارية المركبة (استلام ثم تمرير - استلام ثم جرى ثم تمرير - استلام ثم مراوغة ثم تمرير - استلام ثم مراوغة ثم تصويب) لناشئ كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو مجموعة واحدة وكانت عينة البحث (٣٠) لاعبا ومن أهم النتائج إيجابية البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التمارينات في المساحات المحددة على الأداءات المهارية المركبة لناشئ كرة القدم.

٢- دراسة عباس (٢٠١٩) هدفت هذه الدراسة إلى تحسين وتطوير بعض المهارات المركبة الهجومية لدي ناشئ البيشمركة الرياضي بكرة القدم بأعمار (١٢ - ١٤) سنوات والتعرف على مدي تأثير المنهج التدريبي من خلال استخدام التمارين الخاصة والمشابهة للأداءات المهارية المركبة ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة واشتملت عينة البحث (٢٧) لاعبا تم اختيارهم بالطريقة العمدية ومن أهم نتائجها أن المنهج التدريبي المقترح أثر تأثيرا إيجابيا لتطوير المهارات المركبة الهجومية.

٣- دراسة زويطة Zwita (٢٠١٦) هدفت هذه الدراسة التعرف على أثر برنامج تدريبي مقترح بأسلوب كورفر في تطوير بعض المهارات الأساسية لكرة القدم (دقة التمرير - تسديد دقيق - مراوغة)، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعتين واشتملت عينة البحث على (١٦) لاعبا من فريق BSB ومن أهم نتائجها أن البرنامج التدريبي المقترح بأسلوب كورفر له تأثيرا إيجابي في تطوير بعض أساسيات كرة القدم (دقة التمرير - تسديد دقيق - مراوغة).

٤- دراسة فالح (٢٠١٤) بعنوان هدفت إلى التعرف على تأثير التدريب الدائري بالأساليب (المركب - كورفر - اللعب) في تطوير القدرات البدنية والمهارات الأساسية وبعض المتغيرات البيوكيميائية واستخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت عينة البحث (١٦) لاعبا لكل من اندية الشباب (الجنوب - البحري - الميناء) وتم إختيارهم بالطريقة العمدية ومن أهم نتائجها تفوق أسلوب كورفر (اللعب) في تطوير الأداء المهاري لكل من (المناولة - السيطرة على الكرة - التهديف).

#### ثامناً: إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي نظراً لملائمته مع طبيعة البحث وذلك باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين (الأولى تجريبية والثانية ضابطة).

### مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من ناشئين كرة القدم بمرحلة تحت ١٦ سنة والمقيدين بسجلات الاتحاد المصري لكرة القدم موسم (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤).

### عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وبلغ عددها ٢٠ ناشئ كرة قدم تحت ١٦ سنة بالنادي النوبي الرياضي بالإسماعيلية والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم موسم (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤)، كما تم الاستعانة بعدد (١٠) لاعبين بنادي سكة حديد الإسماعيلية لإجراء الدراسة الاستطلاعية والجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث.

### جدول (١)

#### توصيف عينة البحث

العينة	عدد اللاعبين	النوع	النادي
المجموعة الضابطة	(١٠)	أساسية	النوبي الرياضي بالإسماعيلية
المجموعة التجريبية	(١٠)	أساسية	النوبي الرياضي بالإسماعيلية
العينة الاستطلاعية	(١٠)	غير اساسية	سكة حديد الإسماعيلية
الإجمالي	(٣٠)	٣	٢

### تكافؤ وتجانس عينة البحث:

تم إجراء التجانس والتكافؤ على عينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة والبالغ عددهم (٢٠) ناشئ كرة قدم بالنادي النوبي الرياضي تحت ١٦ سنة وذلك فيما يلي:

- المتغيرات الأساسية: بحساب متغيرات (الطول - الوزن - السن - العمر التدريبي).  
- الاختبارات البدنية: اختبار الرشاقة لبارو، اختبار السرعة العدو ٣٠ متر، اختبار القوة المميزة بالسرعة الوثب العريض من الثبات.

- اختبارات الأداءات المهارية المركبة: الاستلام ثم التمرير، الاستلام مع الدوران ثم الجري الزجراجي ثم التمرير، استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير.

وتوضح جداول أرقام (٢)، (٣)، (٤) التجانس للعينة وجداول (٥)، (٦)، (٧) تكافؤ عينة البحث.

أ- تجانس عينة البحث:

## جدول رقم (٢)

تجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية قيد البحث

ن = ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
السن	(سنة)	١٥,٥٣	١٥,٥٠	٠,٢٢	٠,٤٥٩
الطول	(سم)	١٧٤,٤٥	١٧٤,٠٠	٣,٠٥	٠,٦١٠
الوزن	(كجم)	٦٥,٣٥	٦٤,٠٠	٢,٠١	٠,٤٦١
العمر التدريبي	(سنة)	٥,٣٥	٥,٠٠	٠,٤٩	٠,٦٨١

يتضح من جدول (٢) أن قيم معامل الالتواء لعينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبي تراوحت من (٠,٤٥٩) الى (٠,٦٨١) وتلك القيم محصورة بين (٣±)، مما يدل على تجانس العينة.

## جدول رقم (٣)

تجانس عينة البحث في الاختبارات البدنية قيد البحث

ن = ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
اختبار بارو (رشاقة)	ث	٨,٤٤	٨,٤٤	٠,١٧	١,٨٢٩
اختبار العدو ٣٠ متر (سرعة)	ث	٣,٢٤	٣,٢٢	٠,٢٢	٠,٣٣٣
الوثب العريض من الثبات (قوة مميز بسرعة)	سم	٢٠٥,٢٥	٢٠٥,٠٠	٨,٦٦	٠,١١٨

يتضح من جدول (٣) أن قيم معامل الالتواء لعينة البحث في الاختبارات البدنية تراوحت من (٠,١١٨) الى (١,٨٢٩) وتلك القيم محصورة بين (٣±)، مما يدل على تجانس العينة.

## جدول رقم (٤)

تجانس العينة في اختبارات الأداءات المهارية المركبة قيد البحث

ن = ٢٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
الاستلام ثم التمرير	ث	٠,٣٥	٠,٣٦	٠,٠٢	٠,٠٣١-
الاستلام مع الدوران ثم الجري الزججائي ثم التمرير	ث	٠,٤٣	٠,٤٤	٠,٠٣	٠,٠٢١-
استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير	ث	٠,٥٣	٠,٥٤	٠,٠٢	٠,٠١٣-

يتضح من جدول (٣) أن قيم معامل الالتواء لعينة البحث في الاختبارات البدنية تراوحت من (٠,٠٣١-) الى (٠,٠١٣-) وتلك القيم محصورة بين (٣±)، مما يدل على تجانس العينة.

ب- تكافؤ عينة البحث:

## جدول رقم (٥)

دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية في المتغيرات الأساسية قيد البحث

ن = ٢ = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
السن	سنة	١٥,٥٢	٠,٢٤	١٥,٥٣	٠,٢٢	٠,٠١-	٠,٠٩٧
الطول	سم	١٧٤,١٠	٣,٠٣	١٧٤,٨٠	٣,١٩	٠,٧٠-	٠,٥٠٣
الوزن	كجم	٦٥,١٠	٢,١٣	٦٥,٦٠	١,٩٦	٠,٥٠-	٠,٥٤٧
العمر التدريبي	سنة	٥,٤٠	٠,٥٢	٥,٣٠	٠,٤٨	٠,١٠	٠,٤٤٧

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

جدول رقم (٦)

ن = ٢ = ١٠

دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبارات البدنية قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
اختبار بارو (رشاقة)	ث	٨,٤٤	٠,٢٣	٨,٤٥	٠,١١	٠,٠١-	٠,٠٧٥
اختبار العدو ٣٠ متر (سرعة)	ث	٣,٢٨	٠,٢٣	٣,٢٠	٠,٢١	٠,٠٨	٠,٨٣١
الوثب العريض من الثبات (قوة مميز بسرعة)	سم	٢٠٤,٥٠	٩,٢٦	٢٠٦,٠٠	٨,٤٣	١,٥٠-	٠,٣٧٩

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

جدول رقم (٧)

ن = ٢ = ١٠

دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية في اختبارات الأداءات المهارية المركبة قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
الاستلام ثم التمرير	ث	٨,٨٦	٠,٦٤	٩,٠٨	٠,٢٣	٠,٢٢-	١,٠٣٨
الاستلام مع الدوران ثم الجري الزجراجي ثم التمرير	ث	٦,٨٢	٠,٣٤	٦,٦٦	٠,٥٨	٠,١٦	٠,٧٤٣
استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير	ث	٩,٠٢	٠,٥٣	٩,٠٦	٠,٤٧	٠,٠٤-	٠,١٥٩

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يتضح من جداول أرقام (٥)، (٦)، (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة عند مستوى

(٠,٠٥) في المتغيرات الأساسية والاختبارات البدنية والأداءات المهارية المركبة قيد البحث حيث ان جميع قيم (ت) المحسوبة أقل من قيمة

(ت) مما يدل على تكافؤ المجموعتين.

## أدوات ووسائل جمع البيانات:

أ- الأجهزة والأدوات:

- جهاز قياس الطول (رستاميتر).
- ميزان طبي لقياس الوزن.
- ملعب كرة قدم
- أطباق بلاستيك.
- شريط قياس.
- ساعة إيقاف (١/١٠٠٠ ثانية).
- شواخص لاعبين كرة قدم

ب- ثانياً: المسح المرجعي:

أجرى الباحثان مسح للمراجع والدراسات العلمية في كرة القدم وذلك لتحديد الأدعاءات المهارية المركبة واختباراتها وكذلك تحديد تدريبات كورفر.

ثم تم عرض ما تم التوصل إليه على السادة الخبراء وذلك لتحديد محتوى البرنامج ومدى مناسبة التدريبات والاختبارات مرفق (١) وجدول (٨) يوضح نسب اتفاق السادة الخبراء حول اختبارات الأدعاءات المهارية المركبة، وبلغ عددهم (٧) خبراء اشترط فيهم ألا تقل درجته العلمية عن أستاذ دكتور أو أستاذ مساعد دكتور في مجال تدريب الكرة القدم وألا تقل مدة عمله في مجال تدريب كرة القدم عن ١٠ سنوات.

جدول (٨)

النسب المئوية لاتفاق السادة الخبراء حول اختبارات الأدعاءات المهارية المركبة

النسبة المئوية	رأي الخبراء		عدد الخبراء	اختبارات المهارات المركبة
	غير موافق	موافق		
١٠٠%	-	٧	٧	الاستلام ثم التمرير
١٠٠%	-	٧	٧	الاستلام مع الدوران ثم الجري الزججائي ثم التمرير
٤٠%	٤	٣	٧	السيطرة على الكرة ثم التمرير الطولي
١٠٠%	-	٧	٧	استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير

يتضح من جدول (٨) نسب اتفاق السادة الخبراء حول اختبارات الأدعاءات المهارية المركبة، وقد ارتضى الباحثان نسبة ٧٠%

فأكثر لقبول المتغيرات.

الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة مكونة من (١٠) لاعبين من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية بنادي سكة حديد الإسماعيلية، وذلك خلال الفترة من الخميس ٢٠٢٣/١١/٢ وحتى الخميس ٢٠٢٣/١١/٩ وذلك بهدف ما يلي:

- التأكد من جاهزية الأدوات والأجهزة والأماكن الخاصة بتطبيق البحث.
- التعرف على الأخطاء التي قد تحدث أثناء الاختبارات لضمان صحة تسجيل البيانات والنتائج.

المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة قيد البحث:

من خلال المسح المرجعي للعديد من الدراسات العلمية في كرة القدم تم التوصل إلى أن اختبارات الأدعاءات المهارية المركبة استخدمت في ثلاث دراسات هي دراسة عبد الستار (٢٠٠٥) ودراسة حلمي (٢٠١٦) ودراسة فاروق (٢٠١٧) وحققت الاختبارات معاملات علمية عالية ومن ثم تم حساب معامل الصدق والثبات لها والجدول (٩)، (١٠) توضح ذلك.



أ- صدق اختبارات الأدعاءات المهارية المركبة:

جدول (٩)

صدق اختبارات الأدعاءات المهارية المركبة بدلالة قيمة (ت)

م	عدد المجموعة المميزة	عدد المجموعة الغير مميزة	الاستلام مع الدوران ثم الجري		الاستلام ثم التمرير		استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير	
			قيمة ت	قيمة الصدق	قيمة ت	قيمة الصدق	قيمة ت	قيمة الصدق
البحث الأول	١١	١١	١٠,٤٧	٩٦,	١٤,٧٤	٩٨	١٠,٨٤	٩٦
البحث الثاني	١١	١١	٤,٣٩	٨٤,	١١,٨٠	٩٧	١٩,٠٩	٩٩
البحث الثالث	١٢	١٢	٣,٠٥	٧٤,	٣,١٩	٧٥	٢,٩٤	٧٣

يتضح من جدول (٩) أن قيم صدق اختبارات الأدعاءات المهارية المركبة قيد البحث بدلالة قيمة (ت) بالثلاث أبحاث كانت عالية حيث تراوحت للاختبار الأول بين (٠,٧٥ - ٠,٩٨)، وللاختبار الثاني تراوحت ما بين (٠,٧٤ - ٠,٩٦)، وللاختبار الثالث تراوحت ما بين (٠,٧٣ - ٠,٩٦) مما يدل على صدق الاختبارات.

ب- ثبات اختبارات الأدعاءات المهارية المركبة:

جدول (١٠)

ثبات اختبارات الأدعاءات المهارية المركبة (معامل الارتباط)

م	عدد العينة	الاستلام ثم التمرير	الاستلام مع الدوران ثم الجري	استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير
البحث الأول	١١	٩٧,	٩٩,	٩٩
البحث الثاني	١١	٩٦,	٩٥,	٨٣
البحث الثالث	١٢	٩٢,	٨٩,	٨١

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة (ر) تراوحت في الأبحاث الثلاثة للاختبار الأول من (٩٢ : ٩٧)، وللاختبار الثاني من (٨٩ : ٩٩)، وللاختبار الثالث من (٨١ : ٩٩). ويتناسب ذلك مع جميع الاختبارات قيد البحث فقد تميزت بمعاملات ثبات ذات دلالة معنوية عند مستوي (٠,٠٥) مما يؤكد على ملاءمتها لعينة البحث.

### البرنامج التدريبي قيد البحث:

من خلال المسح المرجعي واستطلاع رأي الخبراء تم التوصل إلى العناصر الرئيسية للبرنامج التدريبي المقترح من حيث (مدة البرنامج - عدد وحدات التدريب الأسبوعية - زمن وحدة التدريب اليومية - زمن تدريبات كورفر في وحدة التدريب اليومية وعدد مرات تكرارها - زمن الراحة والتكرار).

أهداف البرنامج:

يهدف البرنامج التدريبي إلى استخدام تدريبات كورفر لتنمية بعض الأدعاءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم، والتعرف على تأثيره على بعض الأدعاءات المهارية المركبة لناشئي كرة القدم تحت ١٦ سنة.

أسس وضع البرنامج:

- مناسبته مع المرحلة السنوية تحت ١٦ سنة.

- مراعاة الأحمال البدنية المناسبة لناشئين تحت ١٦ سنة ومبادئ التدرج والتكيف.

- اختيار أنسب تدريبات لكورفر تهدف إلى تحسين الأداءات المهارية المركبة.
- ان تتميز التدريبات بالتنوع.
- مراعاة الفروق الفردية للناشئين في كرة القدم وخصائص المرحلة السنية.
- مراعاة عوامل الامن والسلامة بين اللاعبين.
- توافر الاجهزة والادوات اللازمة لتطبيق التدريبات.
- محتويات البرنامج:

تم تحديدها وفقاً لرأي السادة الخبراء والجدول (١١) يوضح محتوى البرنامج.

جدول (١١)

محتوى البرنامج التدريبي المقترح قيد البحث

م	المتغيرات	المحتوي
١	مدة البرنامج	شهرين
٢	عدد الأسابيع	٨ اسابيع
٣	عدد الوحدات التدريبية خلال الأسبوع	٤ وحدات تدريبية
٤	عدد الوحدات البرنامج خلال البرنامج	٣٢ وحدة
٥	ايام التدريب خلال الأسبوع	(الاحد - الثلاثاء - الخميس - جمعة)
٦	زمن الوحدة التدريبية	٩٠ ق
٧	زمن الاحماء والختام (خارج الوحدة التدريبية)	(٥ ق الاحماء) (٥ ق التهدئة)
٨	الزمن الكلي للبرنامج	٢٨٨٠ ق
٩	زمن تدريبات كورفر بالوحدة التدريبية	٢٠ ق
١٠	زمن تدريبات كورفر بالبرنامج ككل	٦٤٠ ق
١١	تشكيل دورة الحمل الأسبوعية	(٢-١)

## الدراسة الأساسية:

### القياس القبلي:

تم إجراء القياس القبلي على عينة البحث الأساسية يوم السبت الموافق ٢٠٢٣/١١/١١.

### تطبيق التجربة الأساسية:

تم تطبيق تدريبات كورفر المقترحة على المجموعة التجريبية خلال الفترة من ٢٠٢٤/١/٧ حتى ٢٠٢٤/٣/٧.

وتم تطبيق برنامج التدريب باستخدام الأسلوب التقليدي على المجموعة الضابطة في نفس التوقيت حيث تبدأ وحدة التدريب اليومية بالإحماء لكلا المجموعتين مع بعضهما ثم يتم الفصل فيما بينهما لتقوم المجموعة التجريبية بتطبيق تدريبات كورفر وبنفس الوقت تقوم المجموعة الضابطة بأداء تمرينات بدنية ومهارية ثم يتم الجمع بين المجموعتين مرة أخرى لاستكمال باقي مكونات الوحدة التدريبية من التمرينات المهارية والتنافسية وصولاً إلى الجزء الختامي لوحدة التدريب.

### - القياس البعدي:

بعد الانتهاء من التجربة الأساسية، تم إجراء القياس البعدي بنفس طريقة وأسلوب القياس القبلي على اختبارات الأداءات المهارية المركبة قيد البحث في يوم الأربعاء ٢٠٢٢/٤/١٣.

### المعالجات الإحصائية:

تم استخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لإجراء المعالجات الإحصائية الآتية:

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - متوسط الرتب
- معامل الالتواء - اختبار ت.

### عرض ومناقشة النتائج:

### عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

- عرض نتائج الفرض الأول والذي ينص علي

" توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الأداءات المهارية المركبة ولصالح القياس البعدي".

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في اختبارات الأداءات المهارية المركبة قيد البحث للمجموعة الضابطة

ن = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
الاستلام ثم التمرير	ث	٨,٨٦	٠,٦٤	٨,١٦	٠,٦٤	٠,٧٠	٢,٤٤١
الاستلام مع الدوران ثم الجري الزجاجي ثم التمرير	ث	٦,٨٢	٠,٣٤	٦,٤٧	٠,٣٤	٠,٣٥	٢,٢٨٣
استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير	ث	٩,٠٢	٠,٥٣	٨,٤٨	٠,٥١	٠,٥٤	٢,٣٠٩

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٢٦٢

يوضح جدول (١٢) أن قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات الأداءات المهارية المركبة (الاستلام ثم التمرير - الاستلام مع الدوران ثم الجري الزجاجي ثم التمرير - استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير) قد تراوحت من (٢,٢٨٣) إلى (٢,٤٤١)، وتلك القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ والبالغة (٢,٢٦٢)، ويدل ذلك على أنه توجد فروق بين القياسين ولصالح القياس البعدي.

### مناقشة نتائج الفرض الأول:

أظهر جدول (١٢) الخاص بمقارنة القياس البعدي بالقياس القبلي للمجموعة الضابطة عن وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين ولصالح القياس البعدي في جميع اختبارات الأداءات المهارية المركبة قيد البحث.

ويتضح من ذلك تقدم مستوى لاعبي المجموعة الضابطة ويرجع الباحث هذا التقدم للانتظام في التدريبات.

ويعود تقدم مستوى المجموعة الضابطة في القياس البعدي عن القياس القبلي في جميع اختبارات الأداءات المهارية المركبة (قيد البحث) إلى البرنامج التدريبي المتبع (بالأسلوب التقليدي) حيث يستخدم به طرق وخطوات التدريب على المهارات الأساسية ومما لا شك فيه أن الانتظام في أي برنامج تدريبي تؤدي إلى تحسن مستوى الأداء، إلا أن مقدار التحسن هو الفيصل بين تقدم البرنامجين.

ويؤكد ذلك كلاً من علاوي (١٩٩٤)، عبد البصير (١٩٩٩)، عبد الخالق (٢٠٠٣) أن التدريب بانتظام والاستمرار عليه يؤدي إلى رفع مستوى أداء اللاعب البدني والمهاري.

وبهذا يتحقق صحة الفرض الأول توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الأداءات المهارية المركبة ولصالح القياس البعدي.

## عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

- عرض نتائج الفرض الثاني والذي ينص علي:

"توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض الأداءات المهارية المركبة ولصالح القياس البعدي".

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي في اختباراتالأداءات المهارية المركبة قيد البحث للمجموعة التجريبية

ن = ٢ = ١٠

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		س	ع	س	ع		
الاستلام ثم التمرير	ث	٩,٠٨	٠,٢٣	٧,٥٠	٠,٢٣	١,٥٨	٥,١٠٩
الاستلام مع الدوران ثم الجري الزجراجي ثم التمرير	ث	٦,٦٦	٠,٥٨	٥,٦٢	٠,٥٨	١,٠٤	٤,٠٢٣
استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير	ث	٩,٠٦	٠,٤٧	٧,٨١	٠,٤٧	١,٢٥	٥,٩٠٤

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٢٦٢

يوضح جدول (١٣) أن قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في الاختبارات الأداءات المهارية المركبة (الاستلام ثم التمرير - الاستلام مع الدوران ثم الجري الزجراجي ثم التمرير - استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير) قد تراوحت من (٤,٠٢٣) إلى (٥,٩٠٤)، وتلك القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ وبالباغة (٢,٢٦٢)، وبذلك على أنه توجد فروق بين القياسين ولصالح القياس البعدي.

- مناقشة نتائج الفرض الثاني:

أظهر جدول (١٣) الخاص بمقارنة القياس البعدي بالقياس القبلي للمجموعة التجريبية عن وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين ولصالح القياس البعدي في جميع اختبارات الأداءات المهارية المركبة قيد البحث.

ويعزي الباحث ذلك إلى استخدام تدريبات كورفر حيث ساهمت بشكل إيجابي على مستوى الأداءات المهارية المركبة، حيث أن تدريبات كورفر تعتمد على الربط بين المهارات وأدائها تحت ظروف تشبه ما يحدث في المباريات مما أثر بشكل كبير على الأداءات المهارية المركبة

ويشير كلاً من غالوستيان وكوك Galustian & Cooke (٢٠١٠) أن طريقة كورفر تناسب اللاعبين الناشئين تحت (١٦) سنة، وتهدف هذه التدريبات لتنمية وتطوير المهارات المناسبة المطلوبة للمباريات وتوظيفها فيها، ويتم فيها التدرج من السهل ثم الأكثر صعوبة وتشابه المباراة من أجل جعلهم لاعبين مبدعين وواثقين من أنفسهم والوصول بمهاراتهم للأداء الماهر مما ينتج عنه أفضل لاعبين (ص. ٦٦).

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كلاً من فالج (٢٠١٤)، زويطة Zwita (٢٠١٦) حيث أشارت إلى أن استخدام تدريبات كورفر أثرت إيجابياً على الأداء المهاري بصفة عامة والأداءات المهارية المركبة بصفة خاصة.

وبذلك يتحقق ما ينص عليه الفرض الثاني علي "توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بعض الأداءات المهارية المركبة ولصالح القياس البعدي".

## عرض ومناقشة الفرض الثالث:

- عرض نتائج الفرض الثالث والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائية في القياسين البعديين بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض الأدعاءات المهارية المركبة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية".

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين القياسين البعديين في اختبارات

الأداءات المهارية المركبة قيد البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية

ن = ١٠ = ٢ ن

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"
		ع	س	ع	س		
الاستلام ثم التمرير	ث	٨,١٦	٠,٦٤	٧,٥٠	٠,٢٣	٠,٦٦	٣,٠٣٩
الاستلام مع الدوران ثم الجري الزجراجي ثم التمرير	ث	٦,٤٧	٠,٣٤	٥,٦٢	٠,٥٨	٠,٨٥	٣,٩٩٠
استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير	ث	٨,٤٨	٠,٥١	٧,٨١	٠,٤٧	٠,٦٧	٣,٠٦٠

\* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

يوضح جدول (١٤) أن قيمة (ت) المحسوبة لدلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات الأداءات المهارية المركبة (الاستلام ثم التمرير - الاستلام مع الدوران ثم الجري الزجراجي ثم التمرير - استلام بالمواجهة ثم الخداع ثم التمرير) قد تراوحت من (٣,٠٣٩) إلى (٣,٩٩٠)، وتلك القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥، وبالتالي (٢,١٠١)، ويدل ذلك على أنه توجد فروق بين القياسين ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

## - مناقشة نتائج الفرض الثالث:

أظهر جدول (١٤) الخاص بمقارنة القياسين البعديين للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية عن وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في جميع اختبارات الأداءات المهارية المركبة قيد البحث.

ويعزي الباحث ذلك التقدم لاستخدام تدريبات كورفر والتي كان لها أثر إيجابي على المجموعة التجريبية أكثر من استخدام الأسلوب التقليدي الذي تم تطبيقه على المجموعة الضابطة، وذلك لأن تدريبات كورفر تعمل على دمج المهارات ببعض وتطبيقها في مواقف تشبه ما يحدث في المباريات وأداء هذه المهارات تحت ضغط مما يجبر اللاعب على الأداء بأقصى جهد وتعطي إيجابية في التدريبات عليها وسرعة تنفيذها مما أدى إلى تطورها، بينما التدريب التقليدي يكون فيه التدريب بشكل سلبي ولا يتعرض فيه اللاعب لضغوط كبيرة ويكون لدى اللاعب الأريحية عند الأداء.

ويوضح ديك Dick (٢٠١٤) أن التدريب المشابه للمباريات والتنافس فيه يؤثر بشكل إيجابي على المستوى البدني والمهاري للناشئين حيث تتحكم بطريقة الأداء بها وتجبر الناشئ على تكرار الأداء بشكل أكبر ويكون الأداء تحت ضغط مما يؤثر بشكل كبير في تطوير قدرة الناشئ على أداء المهارات بشكل متقن وأسرع. (ص. ٥٠)

ويشير ليو (٢٠١٩) أن تدريبات كورفر تقوم على فرضية أن كرة القدم تتكون من تسلسلات اللعب بين ٢ و ٣ وأحياناً ٤ لاعبين، ويتم العمل فيها على شكل مجموعات وتركز على تحسين الفرد وتحويل اللعب بين المجموعات الصغيرة ذات الأهداف المحددة إلى الأكثر تعقيداً وصولاً للهجوم الجماعي للفريق. (ص. ٢٩)

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كلاً من فالح (٢٠١٤)، زويطة Zwiata (٢٠١٦)، عبد العزيز (٢٠٢٠) حيث أشارت إلى أن استخدام تدريبات كورفر أثرت إيجابياً على الأداء المهاري بصفة عامة والأداءات المهاريّة المركبة بصفة خاصة ويشكل أكبر من الأسلوب التقليدي.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث الذي ينص على "توجد فروق دالة إحصائية في القياسين البعديين بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض الأداءات المهاريّة المركبة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية".

#### الاستنتاجات:

في ضوء الدراسة وأهدافها والمنهج المستخدم وفي إطار المعالجات الإحصائية المستخدمة للبيانات والنتائج وفي حدود عينة البحث تم التوصل إلى أنه:

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الأداءات المهاريّة المركبة ولصالح القياس البعدي
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض الأداءات المهاريّة المركبة ولصالح القياس البعدي
- ٣- توجد فروق دالة إحصائية في القياسين البعديين بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في بعض الأداءات المهاريّة المركبة ولصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية

#### التوصيات:

- في ضوء ما أظهرته نتائج البحث التي تم التوصل إليها يوصي الباحثان بالآتي:
١. استخدام تدريبات كورفر وتطبيقها لما لها من دور كبير في تحسن مستوى لاعبي كرة القدم وبخاصة المستوى المهاري.
  ٢. مدربي ناشئين كرة القدم بصفة عامة ومدربي كرة القدم تحت ١٦ سنة بصفة خاصة بضرورة استخدام تدريبات كورفر في برامجهم لما لها من تأثير إيجابي على تطوير الأداء المهاري عامة والأداءات المهاريّة المركبة خاصة.
  ٣. العاملين بمجال تدريب كرة القدم بصفة عامة وتدريب الناشئين بصفة خاصة على إجراء المزيد من الدراسات العلمية عن تأثير تدريبات كورفر على المستوى البدني.

## قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

البساطي، أمر الله. كشك، محمد. (٢٠٠٠): *أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم*، مذكرات منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

Bassati, God's command. Kiosk, Muhammad. (2000): *Foundations of Skill and Tactical Preparation in Football*, Published Memoirs, Faculty of Physical Education, Mansoura University.

رمضان، راند، مصطفى، محمد. أبو النصر، محمد. (٢٠٢٣). *تأثير استخدام برنامج للتدريب المتقاطع على مستوى بعض المهارات المركبة للناشئين في كرة القدم*. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية doi: 10.21608/jsps.2023.328117, 046(046), 293-312.

Ramadan, Raed, Mustafa, Mohamed. Abu Al-Nasr, Mohamed. (2023). *The effect of using a cross-training program on the level of some complex skills for juniors in football*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 046(046), 293-312. doi: 10.21608/jsps.2023.328117

رمضان، راند. مصطفى، محمد. أبو النصر، محمد. (٢٠٢٣). *تأثير استخدام التدريب المتقاطع على مستوى الأداء المهاري الهجومي للناشئين في كرة القدم*. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية doi: 10.21608/jsps.2023.328122, 046(046), 360-373.

Ramadan, Raed. Mustafa, Mohamed. Abu Al-Nasr, Mohamed. (2023). *The effect of using cross-training on the level of offensive skill performance of juniors in football*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 046(046), 360-373. doi: 10.21608/jsps.2023.328122

رمضان، راند. مصطفى، محمد. فاروق، محمد. (٢٠٢٣). *تأثير تدريبات اللعب الموجه التنافسي على بعض المهارات المركبة لناشئ كرة القدم*. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية doi: 10.21608/jsps.2023.328115, 046(046), 264-292.

Ramadan, Raed. Mustafa, Mohamed. Farouk, Mohamed. (2023). *The effect of competitive play-oriented training on some complex skills of young football players*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 046(046), 264-292. doi: 10.21608/jsps.2023.328115

رمضان، راند. مصطفى، محمد. الجوادي، طاهر. (٢٠٢٢). *تأثير برنامج تدريبي باستخدام تدريبات الساكيو على بعض المهارات المركبة على ناشئين كرة القدم*. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية doi: 10.21608/jsps.2022.271888, 044(044), 336-360.

Ramadan, Raed. Mustafa, Mohammed. Al-Jawady, Taher. (2022). *The effect of a training program using Sakio training on some complex skills of young football players*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 044(044), 336-360. doi: 10.21608/jsps.2022.271888

رمضان، راند. مصطفى، محمد. الجوادي، طاهر. (٢٠٢٢). *تأثير تدريبات الساكيو على بعض القدرات البدنية على ناشئين كرة القدم*. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية doi: 10.21608/jsps.2022.271887, 044(044), 312-335.

Ramadan, Raed. Mustafa, Mohammed. Al-Jawady, Taher. (2022). *The effect of Sakio training on some physical abilities of young football players*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 044(044), 312-335. doi: 10.21608/jsps.2022.271887

رمضان، راند. قميحة، محمد. حرات، أحمد. العدوي، محمد. (٢٠٢١). *تأثير استخدام المباريات المصغرة على مستوى أداء بعض خطط الهجوم الفردي لناشئ كرة القدم*. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية doi: 10.21608/jsps.2021.173916, 041(041), 449-473.

Ramadan, Raed. Qamiha, Mohammed. Harat, Ahmed. Al-Adwi, Mohammed. (2021). *The effect of using mini-matches on the performance level of some individual attack plans for young football players*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 041(041), 449-473. doi: 10.21608/jsps.2021.173916

رمضان، راند. إبراهيم، محمد. (٢٠١٧). *نسب مساهمة بعض الأداءات المهارية المركبة في نتائج مباريات بطولة كأس العالم ٢٠١٤م لكرة القدم*. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية doi: 10.21608/jsps.2017.48389, 033(033), 550-573.

10.21608/jsps.2017.48389



- Ramadan, Raed. Ibrahim, Mohammed. (2017). *Contribution ratios of some complex skill performances to the results of the 2014 FIFA World Cup matches*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 033(033), 550-573. doi: 10.21608/jsps.2017.48389
- رمضان، رائد. ابو النصر، سعد. (٢٠١٦). تأثير برنامج تدريبي لتنمية السرعة على أداء بعض المهارات المركبة للناشئين في كرة القدم. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية ٠٣٢(٠٣٢)، ١٧٣-١٩٣. doi: 10.21608/jsps.2016.48653
- Ramadan, Raed Helmy. Abu Al-Nasr, Saad. (2016). *The effect of a training program to develop speed on the performance of some complex skills for juniors in football*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 032(032), 173-193. doi: 10.21608/jsps.2016.48653
- رمضان، رائد. (٢٠١٦). تأثير برنامج تدريبي لتنمية السرعة على أداء بعض المهارات المركبة للناشئين في كرة القدم، بحث منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة بورسعيد.
- Ramadan, Helmy. (2016), *The Effect of a Training Program for Speed Development on the Performance of Some Complex Skills for Juniors in Football*, Published Research, Faculty of Physical Education, Port Said University.
- رمضان، رائد. (٢٠٠١). دراسة تحليلية للأداءات المهارية المركبة وطرق اللعب واثرها على نتائج المباريات في كأس الأمم الأفريقية لكرة القدم ٢٠٠٠م. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية ٠٠٢(٠٠٢)، ١٨٣-٢١٠. doi: 10.21608/jsps.2001.57458
- Ramadan, Raed. (2001). *An analytical study of the complex skill performances and playing methods and their impact on the results of matches in the 2000 African Cup of Nations*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 002(002), 183-210. doi: 10.21608/jsps.2001.57458
- عبد البصير، عادل. (١٩٩٩)، التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- Abdul Basir, Adel. (1999), *Mathematical Training and Integration between Theory and Practice*, Book Center for Publishing, Cairo.
- عبد الخالق، عصام الدين. (٢٠٠٣)، التدريب الرياضي نظريات وتطبيقات، الطبعة الحادية عشر، منشأة المعارف، الإسكندرية.
- Abdul Khaleq, Essam al-Din. (2003), *Sports Training: Theories and Applications*, Eleventh Edition, Knowledge Foundation, Alexandria.
- عبد الستار، محمد (٢٠٠٥)، تأثير تنمية الأداءات الحركية المركبة على بعض مكونات اللياقة البدنية الخاصة للناشئين في كرة القدم، ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- Abdul Sattar, Mohammed (2005), *The Effect of Developing Composite Motor Performances on Some Components of Special Physical Fitness for Juniors in Football*, MA, Faculty of Physical Education, Mansoura University.
- علاء الدين، جمال. والصباغ، ناهد. (١٩٩٥)، علم الحركة، مذكرات غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية.
- Aladdin, Jamal. and pigment, Nahid. (1995), *Kinesiology, unpublished memoirs*, Faculty of Physical Education, Alexandria University.
- علاوي، محمد. (١٩٩٤)، علم التدريب الرياضي، ط١٣، دار المعارف، القاهرة.
- Allawi, Muhammad. (1994), *The Science of Sports Training*, 13th Edition, Dar Al-Maaref, Cairo.
- فاروق، محمد. (٢٠١٧)، تأثير تدريبات الساكوي S.A.Q على التوافق الحركي وسرعة إنجاز الأداء الحركي المركب لناشئي كرة القدم، بحث منشور، مجلة علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
- Farouk, Muhammad. (2017), *The Effect of S.A.Q Training on Motor Coordination and Speed of Achievement of Complex Motor Performance for Junior Football*, Published Research, Journal of Sports Sciences, Faculty of Physical Education, Minia University.
- مصطفى، محمد. محمد. مصطفى. (٢٠٢٢). تأثير تدريبات اللقدرات التوافقية باستخدام مقاومات مختلفة على بعض المهارات الهجومية لبراعم حراس المرمى في كرة القدم. المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية ٠٤٣(٠٤٣)، ٤٢٦-٤٤٨. doi: 10.21608/jsps.2022.240278
- Mustafa, Muhammad. Muhammad, Mustafa. (2022). *The effect of coordination ability training using different resistances on some offensive skills of goalkeeper buds in football*. Scientific Journal of Research and Studies in Physical Education, 043(043), 426-448. doi: 10.21608/jsps.2022.240278

- Castagna, Carlos (2003). *Activity Profile of Young Soccer Players During Actual Match Play*, journal of strength and conditioning research, vol.17, no.4, pp.775-780.
- Dick, Frank. (2014). *Sports Training Principals*, sixth Ed, A & C Black Publishers, LTD, London, UK
- Galustian, Alfred & Cooke, Charlie. (2010). *Coach Great Soccer*, The Coerver Coaching Session Planner.
- Lio, Cusano (2019). *Analysis and feedback of new format of an integrated training in youth soccer*, Journal of Physical Education and Sport, (JPES), Vol.19 (Supplement issue 5), Art 269.
- Stoneback, TR. Galustian, Alfred. & Cooke, Charlie. (2011). *STAFF WORKBOOK*, The Coerver Coaching Session Planner.
- Zwita, Riad. (2016). *The Effect aTraning Program Using The Coerver Coaching Method on The Development of Some Basic Skills For Footballers Under 14 Years Old*.