

## مستوى القدرات التوافقية لدى لاعبي كرة القدم في المرحلة الأساسية الدنيا (9-12) سنة

علي أبو داري، أسامة عبد الفتاح، عابد زريقات \*

### ملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى مدى توافر القدرات التوافقية لدى لاعبي فريق كرة القدم الذين مثلوا فريق مديرية التربية والتعليم في وادي السير (2016/2015م)، ومستواها تبعاً لتقديرات المحكمين. ولتحقيق ذلك استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي على عينة (ن = 25) ممن مثلوا فريق مديرية تربية وادي السير في كرة القدم، وتم اختيارهم بطريقة عمدية. حيث تم تطبيق الاختبارات المستخدمة في الدراسة على ملعب كرة قدم خماسي تابع لمديرية تربية وادي السير بتاريخ 2016/4/10م، واستخدم الباحثون صدق المحتوى (المحكمين) لتحديد أفضل الاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية، وكذلك لإعطاء هذه القدرات أهمية نسبية. ولمعالجة البيانات إحصائياً استخدم الباحثون الإحصاء الوصفي، الذي تضمن: المتوسطات الحسابية والنسب المئوية. أظهرت نتائج الدراسة إن مستوى القدرات التوافقية لدى عينة الدراسة منخفض نسبياً في المجمل، وأن هناك لاعباً واحداً يتوقع له تحقيق الإنجازات الرياضية في المستقبل في ضوء القيم الرقمية للقدرات التوافقية. ويوصي الباحثون بضرورة تفعيل الرقابة والإشراف على معلمي التربية الرياضية وحثهم على ضرورة الاهتمام بالقدرات التوافقية خلال دروس التربية الرياضية.

الكلمات الدالة: القدرات التوافقية، المرحلة الأساسية الدنيا، كرة القدم.

### المقدمة

تعتبر لعبة كرة القدم من الألعاب الشعبية الأولى في العالم وتحظى باهتمام كبير على المستويين المحلي والعالمي، حيث يبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في العالم 220 مليون لاعباً ولاعبة وفق تقديرات الاتحاد الدولي لكرة القدم ( Marques, Pereira, Reis, and Tillaar, 2013)، والمتتبع لهذه اللعبة يرى أنها تقدمت بسرعة كبيرة في مختلف جوانبها وأصبحنا نشاهد مستويات فنية وخططيه عالية، ولياقة بدنية مذهلة من خلال الإحصائيات التي توضح المسافة التي يقطعها اللاعبون في المباراة الواحدة، مع عدم إغفال الأرقام الفلكية لأسعار اللاعبين والعوائد المادية التي تعود على الشركات والفضائيات الرعاية والناقلة لمباريات كرة القدم، فهذه الأمور وغيرها تتطلب الاهتمام بأدق التفاصيل التي من شأنها الارتقاء بهذه اللعبة والمنافسة على كافة المستويات. إن المستوى المتطور الذي وصلت إليه الدول المتقدمة في مختلف الألعاب الرياضية لم يكن وليد الصدفة وإنما جاء عن طريق الدراسات والبحوث العلمية المبرمجة التي أسهمت نتائجها في هذا التطور، لذلك فإن الاهتمام بإعداد اللاعبين إعداداً متكاملًا من جميع الجوانب مع التركيز على التوافق العصبي العضلي سوف يجعل اللاعب يتمتع بقدرة عالية على أداء المهارات الأساسية، وتظهر أهمية التوافق العصبي العضلي من خلال قدرة اللاعب على التوازن والارتكاز وتنظيم الأفعال الحركية في أثناء اللعب (ياسين، 2011). حيث يتفق الكثير من الخبراء على أن القدرات التوافقية تعتبر قاعدة أساسية ترتكز عليها العديد من المهارات الحركية وخصوصاً تلك الحركات الأكثر تعقيداً (محمد، 2011).

إن الاهتمام بالقدرات التوافقية في هذه المرحلة يعتبر مفتاح التفوق في ممارسة الأنشطة الرياضية، وذلك من منطلق أن المرحلة من (12-15) سنة تشهد نمواً كبيراً في حجم العضلات، ويعزى ذلك إلى إفراز هرمونات النمو، والهرمونات الجنسية حيث تبلغ الزيادة السنوية في الطول (10) سم، وفي الكتلة (9.5) كغم؛ مما يؤدي ذلك إلى عدم تناسق القوة والمقاومة بالنسبة إلى ذراعها في الجهاز الحركي، كذلك يؤدي إلى تراجع في القدرات التوافقية كالدقة الحركية، الإيقاع والنقل الحركي (Meinel and Schnabel, 2007). ويرى (Koch, 1997) أن القدرات الحركية (القدرات البدنية، المرونة، القدرات التوافقية) تعتبر القاعدة العريضة

\* كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية. تاريخ استلام البحث 2016/8/17، وتاريخ قبوله 2016/9/19.

للوصول إلى الأداء المهاري الجيد؛ حيث يتوقف مستوى المهارات الرياضية بصفة عامة على ما يتمتع به اللاعب من تلك الخصائص ذات العلاقة بالمهارة. وفي الآونة الأخيرة زاد الاهتمام بالقدرات التوافقية كأحد المتطلبات الرئيسية للإنجاز؛ ويشير (Hirtz, 2011) أن هذه القدرات تعتبر الركيزة الأساسية التي يجب الاهتمام بها، وتنميتها في المراحل العمرية المبكرة؛ فهي تعمل على تقليل زمن تعلم المهارات المختلفة، وزيادة في جودة الأداء، إضافة إلى الاقتصاد في الجهد المبذول لأداء تلك المهارات. ويعتبر وصول الطفل إلى مرحلة جيدة من النمو والنضج هو الأساس للبدء بتدريب القدرات التوافقية من خلال التمارين المتنوعة، التي تهدف إلى رسم مسارات حركية متعددة في الدماغ، مما تساعد الفرد على سرعة استرجاعها وقت الحاجة إليها في أثناء اللعب، والظروف المتغيرة التي تواجهه.

### مشكلة الدراسة

من خلال خبرة وعمل الباحثين في مجال التعليم والتدريب في المدارس، وجدوا أن هناك انخفاضاً في حركة الطلاب في جميع المراحل العمرية، مع التركيز على الأنشطة العقلية كاستخدام الوسائل البصرية المتمثلة في ألعاب الكمبيوتر، ومشاهدة التلفاز، الأمر الذي نتج عنه ضعفاً حركياً. كذلك وجدوا أن هناك ضعفاً لدى اللاعبين في عمليات التركيز والسيطرة على الجسم في أثناء أداء المهارات الرياضية، وبطناً في تعلمها حيث يحتاجون لفترات زمنية طويلة لإتقانها مما دفعهم إلى إجراء هذه الدراسة العلمية التي قد تسهم في زيادة المعرفة وتطورها ضمن هذا الخط البحثي من خلال توفير معلومات علمية دقيقة وحقائق عن مستوى القدرات التوافقية لهؤلاء اللاعبين، على اعتبار أن الرياضة المدرسية تشكل الأساس في رفد الرياضة الجامعية، والأندية الرياضية، وكذلك المنتخبات الرياضية الوطنية، بالإضافة إلى ذلك فإن اختيار اللاعبين غالباً ما يتم من خلال الملاحظة أو من خلال القدرات البدنية أو المهارية مع إغفال للقدرات التوافقية التي تحتاجها اللعبة مما يؤدي الهدر في الجهد والوقت والمال، حيث تشير الدراسات العلمية إلى أن هذه القدرات تعتبر الركيزة الأساسية التي يجب الاهتمام بها، وتنميتها في المراحل العمرية المبكرة؛ فهي تعمل على تقليل زمن تعلم المهارات المختلفة (Hirtz, 2011)، حيث تعتبر هذه القدرات أساساً ومتطلباً سابقاً للحصول على مهارات حركية ذات مستوى عالٍ، فمن خلال هذه الدراسة قد يتم لفت عناية القائمين على الرياضة المدرسية بمستوى القدرات التوافقية لهؤلاء اللاعبين، وبالتالي اتخاذ الإجراءات اللازمة للاهتمام بهذه القدرات وجعلها ضمن مناهج التربية الرياضية مع التركيز والمتابعة على تطبيق كافة التمرينات التي من شأنها رفع مستوى هذه القدرات.

### أهمية الدراسة

- 1- إن الاهتمام بالقدرات التوافقية في هذه المرحلة يعتبر مفتاح التفوق في ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، فهي تساعد في زيادة جودة الأداء، إضافة إلى الاقتصاد في الجهد المبذول لأداء تلك المهارات، لذلك تظهر أهمية هذه الدراسة من خلال:
- 1- الموضوع والعينة المختارة، حيث تُعد الفئة العمرية من (9-12) عام من أفضل المراحل العمرية لاكتساب مكونات القدرات التوافقية، فهي تعتبر من الفئات العمرية المناسبة للتخصص الرياضي المبكر في معظم الأنشطة الرياضية، كونها تتميز بأن النمو فيها لا يكون سريعاً مما يساعد على التوافق العصبي العضلي. حيث تُعد القدرات التوافقية التي تشكل مجموع التوافق الحركي المنشود بالإضافة إلى التكنيك الرياضي شرطاً أساسياً لضمان التفوق والإنجاز في المجال الرياضي (أبو بشارة، 2010)
- 2- تناولها لمكونات القدرات التوافقية التي تعتبر أحد الأعمدة الرئيسة في بناء الأداء الحركي الصحيح، ولا يمكن أن نتجاهلها (الكيلاني، 2011)
- 3- قلة الدراسات العلمية في الأردن التي تطرقت إلى مكونات القدرات التوافقية وربطها بإمكانية أن تكون مؤشراً إيجابياً لتحديد إنجازات الرياضيين التي يمكن أن تتحقق في المستقبل
- 4- يأمل الباحثون أن تسهم نتائج هذه الدراسة في مساعدة المتخصصين بالنهوض بمستوى هذه القدرات

### أهداف الدراسة

هدفت الدراسة التعرف إلى:

مدى توافر القدرات التوافقية لدى لاعبي فريق كرة القدم الذين مثلوا فريق مديرية التربية والتعليم في وادي السير، ومستواها تبعاً لتقديرات المحكمين

### تساؤلات الدراسة

هدفت الدراسة إلى الإجابة عن الآتي:

ما مدى توافر القدرات التوافقية لدى لاعبي فريق كرة القدم الذين مثلوا فريق مديرية التربية والتعليم في وادي السير، ومستواها تبعاً لتقديرات المحكمين

### مصطلحات الدراسة

\* القدرات التوافقية : مجموعة من القدرات الحركية التي تؤثر بعمليات تنظيم وتنسيق الحركة وتعطي أداء عام وبشكل ثابت، وتعتبر احد شروط الاداء الجيد، ومن العلامات البارزة للقدرات التوافقية القدرة على استقبال المعلومة وإدراكها ومعالجتها ومن ثم حسن تنفيذها، (Hirtz, 2011).

\* المرحلة الأساسية الدنيا: هي المرحلة الدراسية التي تشمل الصف الخامس ولغاية الصف السابع، (إجرائي).

### محددات الدراسة

1- المحدد الزمني : تم إجراء الدراسة في الفترة الواقعة ما بين 3/25- 2016/4/10م

2- المحدد المكاني : تم إجراء الدراسة في المملكة الأردنية الهاشمية - عمان

3- المحدد البشري: تم إجراء الدراسة على فريق كرة القدم الذي مثل مديرية التربية والتعليم في وادي السير

### الإطار النظري والدراسات المشابهة والمرتبطة

لقد تعددت التقسيمات الخاصة بالقدرات التوافقية وتتنوع , ولهذا قام الباحثون بالاطلاع على العديد من المراجع العلمية والأبحاث التي تناولت القدرات التوافقية ووجد الباحثون أن الكثير من الدراسات والأبحاث تناولت هذه القدرات، ولقد صنف (أبو بشارة، 2010) سبع قدرات توافقية تتلخص في الآتي :

- 1- تقدير الوضع: قدرة الرياضي على تقدير الوضع المتغير لكل من جسمه وأشياء أخرى كالكرة، والزملاء، والمنافس.
- 2- الاتزان: قدرة الرياضي الحفاظ على الجسم في وضع معين واستعادة هذا الوضع في حالة الانحراف عنه.
- 3- التكيف مع الأوضاع المتغيرة: قدرة الرياضي على تغيير البرنامج الحركي المراد تنفيذه بما يتناسب وتغير الحالة.
- 4- القدرة الإيقاعية: قدرة الرياضي على إيجاد الإيقاع المناسب بنفسه لحركة معينة.
- 5- القدرة على التنظيم الحركي: قدرة الرياضي على إيجاد واستيعاب وتخزين مراحل أداء المجرى الحركي في الوقت المناسب والحركة المناسبة وقدرته على استدعاء هذه المراحل المختزنة والتنوع في أدائها.
- 6- القدرة على الربط الحركي: قدرة الرياضي على تركيب الحركات الكلية من الحركات الجزئية والتحركات المركبة في المنازلات الفردية وألعاب الكرة من المهارات الفردية التكنيكية المنفردة وذلك بما يناسب مجرى المنافسة وتحركات المنافس وخصائص الجهاز المستخدم.
- 7- القدرة على الاستجابة السريعة: قدرة الرياضي على تنفيذ الحركات المترتبة على إشارة معينة بسرعة وبشكل صحيح.

### الدراسات المشابهة والمرتبطة

أجرى ( بطاينة وعماري، 2016) دراسة هدفت للتعرف إلى مستوى الفروق في بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الأساسية العليا (12-15). ولتحقيق ذلك استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي على عينة مكونة من (150) من مدرسة الشويفات الدولية في عمان. وتم استخدام الاختبارات الحركية الخاصة بالقدرات التوافقية بالاعتماد على بعض مفردات كل من بطارية اختبار ميونخ للياقة البدنية ودردل- كوخ للقدرات الحركية. وتم استخدام برنامج (SPSS) الحزم الإحصائية وذلك لحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام تطبيق تحليل التباين الاحادي (ANOVA) و(Scheffe) للتعرف على الفروق واختبار للمقارنات البعدية. وأظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لجميع الاختبارات باستثناء اختبار الاتزان الحركي الخلفي لصالح الفئة العمرية ( 13- 13.9) سنة، كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية لفئة الاناث لجميع الاختبارات باستثناء اختبار الاتزان الحركي الخلفي، ولصالح الفئة العمرية ( 14- 14.9) سنة.

قام (بطاينة ومستريحي، 2015) بدراسة هدفت للتعرف إلى مستوى الفروق في القدرات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الأساسية الدنيا في مدرسة بيت إيدس الأساسية المختلطة. وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من مدرسة بيت إيدس الأساسية المختلطة ضمن مديرية تربية لواء الكورة، وتم إختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقة لفئة العمرية (6-9) وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين. واستخدم الباحثان المنهج الوصفي من خلال بطارية اختبار درودل - كوخ لقياس القدرات الحركية. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية لفئة الذكور لجميع الاختبارات الحركية ولصالح (9) سنوات، وكذلك وجود فروق ذات دلالة احصائية لفئة الإناث عند جميع الاختبارات الحركية باستثناء اختبار الوقوف على قدم واحدة لصالح المرحلة العمرية (9) سنوات.

وأجرى (باكير، وعبد الفتاح، وزريقات، 2013) دراسة هدفت للتعرف إلى مدى توافر القدرات التوافقية لدى طلاب فريق كرة القدم الذين مثلوا مديرية التربية والتعليم في محافظة الزرقاء للعام الدراسي 2013/2012م، وكذلك التعرف على مستوى هذه القدرات التوافقية المتوافرة لديهم تبعاً لتقديرات المحكمين، بغية الاستدلال على الإنجازات الرياضية التي يمكن أن تتحقق مستقبلاً تبعاً لمستوى هذه القدرات التوافقية. ولتحقيق ذلك استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي على عينة مكونة من (15) لاعباً تم إختيارهم بطريقة عمدية. واستخدم الباحثون صدق المحتوى (المحكمين) لتحديد أفضل الاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية، وكذلك لإعطاء هذه القدرات أهمية نسبية. ولمعالجة البيانات المتحصلة إحصائياً استخدم الباحثون الإحصاء الوصفي الذي تضمن المتوسطات الحسابية والنسب المئوية. وظهرت نتائج الدراسة أن مستوى القدرات التوافقية لدى عينة الدراسة منخفضاً بالمجمل، وأن هناك ثلاثة لاعبين يتوقع لهم تحقيق الإنجازات الرياضية في المستقبل. ويوصي الباحثون بضرورة الاهتمام بالقدرات التوافقية للتنبؤ بالإنجاز الرياضي، وضرورة إجراء الاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية في فئات عمرية مبكرة (6-7) سنوات.

وأجرى (أبو بشارة، 2010) دراسة هدفت للتعرف إلى أثر برنامج تدريبي مقترح على تطوير مستوى القدرات التوافقية لدى ناشئ كرة القدم. ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة من (40) لاعبا مبتدئاً في مؤسسة خطوات في فلسطين وللغة العمرية (9-12) سنة وتم إختيارهم بطريقة عمدية. وأظهرت نتائج الدراسة أن البرنامج التدريبي المقترح ذي فعالية في تحسين مكونات القدرات التوافقية المختلفة ( القدرة على تقدير الوضع، القدرة على الربط الحركي، القدرة على الاستجابة السريعة، القدرة على التكيف مع الأوضاع المتغيرة، القدرة على بذل الجهد المناسب، القدرة على الحفاظ على التوازن، القدرة الإيقاعية)، وتروحت نسبة التحسن بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية ما بين (14.16-104.84).

وفي دراسة (علي، 2007) التي هدفت إلى تصميم برنامج تدريبات نوعية لمكونات التوافق العصبي العضلي للناشئين في كرة القدم، كذلك التعرف إلى تأثير البرنامج التدريبي على فاعلية الأداء المهاري المركب لدى الناشئين في كرة القدم. واستخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة من (24) ناشئ تحت (17) سنة، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وقوام كل منهما (12) ناشئ، وأظهرت نتائج الدراسة أن البرنامج التدريبي المقترح له تأثير إيجابي على مكونات التوافق العصبي العضلي قيد البحث ( الرشاقة، سرعة الأداء، الإحساس بالمسافة، الإحساس بالزمن، الدقة)، وتم التوصل إلى مجموعة من الاختبارات التي تقيس مكونات التوافق العصبي العضلي، والاختبارات التي تقيس الأداء المهاري المركب.

وقام (witkowski, 2005) بإجراء دراسة هدفت للتعرف إلى خصائص التوافق لاستخدامه كميّار للنتبؤ بإنجاز لاعبي كرة القدم، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي. وقد استمرت الدراسة لمدة ثلاث سنوات وذلك بهدف التوصل إلى مجموعه من الاختبارات الحركية لمجموعة الخصائص التوافقية المحددة التي يمكن استخدامها في عمليات انتقاء الناشئين أو اللاعبين ذوي المستويات العليا، وكذلك تحديد مدى قدرة الاختبارات على التنبؤ بمستوى خصائص التوافق السبعة لدى الناشئين من سن (12-14) سنة، و(16-19) سنة، وأظهرت النتائج التي تم التوصل إليها أن بطارية الاختبارات يمكن استخدامها في عمليات الانتقاء للناشئين أو اللاعبين ذوي المستويات العليا.

#### ما تميزت به هذه الدراسة

- 1- ارتباط هذه الدراسة بعملية التدريب الرياضي من خلال ما ستقدمه من بيانات رقمية دقيقة يستطيع المدرب من خلالها الوقوف على مستوى هذه القدرات التوافقية.
- 2- قدمت هذه الدراسة قيم رقمية للأهمية النسبية لهذه القدرات تبعاً لتقديرات المحكمين.

## إجراءات الدراسة

### منهج الدراسة

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملاءمته وطبيعة الدراسة الحالية.

### ثانياً - مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من (30) طالباً مثلوا فريق كرة القدم لمديرية التربية والتعليم في وادي السير للعام الدراسي 2015/2016.

### ثالثاً - عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (25) طالباً من فريق كرة القدم لمديرية التربية والتعليم في وادي السير، وتم اختيارهم بطريقة عمدية لتحقيق أهداف الدراسة، حيث تم استبعاد (5) لاعبين من مجتمع الدراسة، ويوضح الجدول (1) عينة الدراسة من حيث متوسط الطول والعمر والكتلة.

جدول 1. توصيف متغيرات النمو لدى عينة الدراسة

عدد العينة (25)	العمر/سنة	الكتلة /كغم	الطول /سم
المتوسط	10.6	42.5	150
معامل الالتواء	1.67	1.84	1.32

### أدوات ووسائل جمع البيانات

لجمع البيانات قام الباحثون بالاتي :

1- الاطلاع على المصادر والمراجع العلمية كدراسة (بطاينة وعماوي، 2016؛ بطاينة ومستريحي، 2015؛ باكير وآخرون، 2013؛ أبو بشارة، 2010).

2- استطلاع رأي الخبراء والبالغ عددهم (6) وذلك لتحديد أهم القدرات التوافقية للاعبين كرة القدم للفئة العمرية (9-12) سنة، وتحديد أفضل الاختبارات التي تقيس هذه القدرات، ومن ثم إعطاء هذه القدرات أهمية نسبية، ويوضح الجدول (2) هذه القدرات والاختبارات التي تقيسها والأهمية النسبية لهذه القدرات والملحق (1) يوضح الأسماء والمؤهلات العلمية للخبراء والمحكمين، والملحق (2) يوضح الاختبارات المستخدمة في الدراسة.

جدول 2. توصيف لرأي وتقديرات الخبراء والمحكمين

القدرة التوافقية	تقدير الوضع	القدرة الإيقاعية	التكيف مع الأوضاع المتغيرة	القدرة على الربط الحركي	القدرة على الاتزان
الاختبار الذي يقيس القدرة التوافقية	المربعات المرقمة	السلم	الصناديق	الدرجة واللقف والرمي	السكة الحديدية
الأهمية النسبية للقدرة التوافقية	%23	%18	%21	%17	%21

3- في ضوء الأهمية النسبية للقدرات التوافقية التي قدرها الخبراء والمحكمين قام الباحثون بإعطاء نسبة مئوية لأفراد العينة وفق الترتيب المتحصل في نتائج الاختبارات المستخدمة والجدول (3) يوضح ذلك.

## جدول 3. يوضح النسبة المئوية وفق المركز المتحصل في الاختبارات المستخدمة وفق تقديرات المحكمين

القدرة التوافقية الاختبارات المستخدمة	المركز	الأهمية النسبية	تقدير الوضع المربعات المرقمة	القدرة الإيقاعية السلم	التكيف مع الأوضاع المتغيرة الصناديق	القدرة على الربط الحركي الدرجة واللقف والرمي	القدرة على الاتزان السكة الحديدية
1			26	20	17	17	20
2			24.96	19.2	16.32	16.32	19.2
3			23.92	18.4	15.64	15.64	18.4
4			22.88	17.6	14.96	14.96	17.6
5			21.84	16.8	14.28	14.28	16.8
6			20.8	16	13.6	13.6	16
7			19.76	15.2	12.92	12.92	15.2
8			18.72	14.4	12.24	12.24	14.4
9			17.68	13.6	11.56	11.56	13.6
10			16.64	12.8	10.88	10.88	12.8
11			15.6	12	10.2	10.2	12
12			14.56	11.2	9.52	9.52	11.2
13			13.52	10.4	8.84	8.84	10.4
14			12.48	9.6	8.16	8.16	9.6
15			11.44	8.8	7.48	7.48	8.8
16			10.4	8	6.8	6.8	8
17			9.36	7.2	6.12	6.12	7.2
18			8.32	6.4	5.44	5.44	6.4
19			7.28	5.6	4.76	4.76	5.6
20			6.24	4.8	4.08	4.08	4.8
21			5.2	4	3.4	3.4	4
22			4.16	3.2	2.72	2.72	3.2
23			3.12	2.4	2.04	2.04	2.4
24			2.08	1.6	1.36	1.36	1.6
25			1.04	0.8	0.68	0.68	0.8

4- تم تصميم سلم تقدير لتفسير القيم الرقمية للقدرات التوافقية، والجدول (4) يوضح ذلك

## الجدول 4. ميزان تصنيفي وفقاً للنسب المئوية للقدرات التوافقية

الرقم	النسب المئوية	التقدير
1	20- أقل من 36%	منخفض جداً
2	36- أقل من 53%	منخفض
3	53- أقل من 69%	متوسط
4	69- أقل من 85%	مرتفع
5	85 فأكثر	مرتفع جداً

- 5- تحديد الأدوات اللازمة لتنفيذ الاختبارات التي تضمنت:  
ملعب كرة قدم خماسي، كرات قدم قانونية عدد(5)، ساعة توقيت نوع كاسيو عدد(3)، صافرة، ميزان طبي، أقماع بلاستيكية، لوحات إرشادية توضح مواصفات الاختبارات وطريقة الأداء
- 6- تم تطبيق الاختبارات المستخدمة في الدراسة على ملعب كرة قدم خماسي تابع لتربية وادي السير بتاريخ 2016/4/10 م
- 7- المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة
- \*الصدق: الاختبارات المستخدمة ثبت صدقها في المراجع والدراسات العلمية.
- \*الثبات: تم التحقق من ثبات الاختبار باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة عددها (5) وبفاصل زمني بلغ يومين، حيث بلغ متوسط معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات المستخدمة 88 % والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول 5. يوضح معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للاختبارات المستخدمة في الدراسة

الرقم	الاختبار المستخدم	معامل الارتباط /%
1	المربعات المرقمة	0.92
2	السلم	0.90
3	الصناديق	0.86
4	الدرجة واللقف والرمي	0.88
5	السكة الحديدية	0.86
	المتوسط	0.88

#### المعالجة الإحصائية

تم استخدام الإحصاء الوصفي الذي تضمن المتوسط الحسابي، والنسب المئوية

#### عرض ومناقشة النتائج

للإجابة عن تساؤل الدراسة الذي ينص على: ما مدى توافر القدرات التوافقية لدى طلاب فريق كرة القدم الذين مثلوا فريق مديرية التربية والتعليم في وادي السير، ومستواها تبعاً لتقديرات المحكمين؟ تم تطبيق الاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية، والجدولان (6, 7) يوضح نتائج عينة الدراسة في هذه الاختبارات.

جدول 6. يوضح نتائج عينة الدراسة ن=25

مكونات القدرات التوافقية	تقدير الوضع	القدرة الإيقاعية	التكيف مع الأوضاع المتغيرة	القدرة على التنظيم الحركي	اللاتزان
أسم الاختبار	المربعات المرقمة	السلم	الصناديق	الدرجة واللقف والرمي	السكة الحديدية
وحدة القياس	ثانية	عدد	ثانية	ثانية	ثانية
رقم اللاعب					
1	13	72	10.3	22.2	11.2
2	10.22	52	11.3	23.1	7.32
3	10.42	120	12.41	21.2	8.5
4	9.42	55	10.24	20.1	10
5	9.28	32	11.35	24	8.2
6	8.45	42	10.4	32	6.5
7	8.24	35	12.8	22.2	5.32

مكونات القدرات التوافقية	تقدير الوضع	القدرة الإيقاعية	التكيف مع الأوضاع المتغيرة	القدرة على التنظيم الحركي	اللاتزان
8	9.10	62	11.2	23.25	4.35
9	8.20	89	10.45	20.45	21.3
10	7.45	123	11.2	21	5.32
11	7.20	44	9.25	18.2	8.23
12	8.12	62	9.12	20.21	17
13	9.10	30	10.54	24.2	9.21
14	10.20	24	10	20	50
15	7.52	60	10.24	20	11.2
16	8.36	45	9.28	18.25	10.25
17	10.25	47	12.35	20.21	8.25
18	11.25	65	10.24	24.2	11
19	10.23	43	11.23	23	10.28
20	13.25	70	9.14	24	10.47
21	10.23	82	7.14	22.2	11.3
22	8.52	32	8.25	20	12.35
23	9.12	24	9.24	19	11.25
24	8.14	52	10.24	18.2	10.24
25	7.21	32	11.2	19	10.4
المتوسط	8.88	56	10.36	21.60	11.57

يشير الجدول (6) أن متوسط نتائج عينة الدراسة في اختبار الدوائر المرقمة الذي يقيس القدرة على تقدير الوضع بلغ (8.88) ث وهو مرتفع، ويعزو الباحثون ذلك إلى أن معظم معلمي التربية الرياضية يركزون على الجانب المهاري والخططي في تدريباتهم، ولا يظهرون اهتماماً لهذه القدرة التوافقية في وحداتهم التدريبية حيث. في حين بلغ متوسط نتائج عينة الدراسة في اختبار تنطيط الكرة، الذي يقيس القدرة الإيقاعية للاعبين (56) مرة وهو منخفض، ويعزو الباحثون ذلك إلى انخفاض قدرة هؤلاء اللاعبين على تنظيم أفعالهم الحركية، وبالتالي حدوث حركات زائدة لا علاقة لها بالأداء الحركي، بالإضافة إلى انخفاض في قدراتهم على التوازن وهذا ما أشارت إليه نتائج عينة الدراسة في اختبار الوقوف على عارضة التوازن الذي يقيس القدرة على التوازن. أما نتائج عينة الدراسة في اختبار الجري المكوكي الذي يقيس القدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة فقد بلغت (10.36) ث وهو مرتفع ويعزو الباحثون ذلك إلى أن معظم معلمي التربية الرياضية ليس لديهم الخبرة الكافية في مجال التدريب، وغالباً ما يتم تجميع الطلاب قبل البطولات بوقت قصير جداً، وانحصار التدريب على تقسيم اللاعبين إلى فريقين وإجراء مباراة بينهما مما ينعكس سلباً على تطوير هذه القدرة التوافقية. في حين بلغ متوسط نتائج عينة الدراسة في اختبار الجري الزجراجي بالكرة الذي يقيس القدرة على التنظيم الحركي (21.60) ث وهو مرتفع، ويعزو الباحثون ذلك إلى انخفاض في اهتمام معلمي التربية الرياضية في تعليم ناشئي كرة القدم مهارات الجري والتمرير والتصويب وهي مهارات يستخدمها اللاعب في حالة الدفاع والهجوم. أما متوسط نتائج عينة الدراسة في اختبار الوقوف على عارضة التوازن الذي يقيس القدرة على التوازن بلغ (11.57) ث، وهو منخفض، ويعزو الباحثون ذلك إلى ما أشار إليه (محجوب، 1989) بأن هناك اعتقاداً خاطئاً بأن التوازن موروث، حيث دلت العديد من الدراسات على خطأ هذا الاعتقاد، ويمكن تنمية التوازن وتطويره بصورة ملموسة من خلال التدريب. والجدول (7) يوضح النسب المئوية المتحصلة لعينة الدراسة.

جدول 7. يوضح النسب المئوية المتحصلة لعينة الدراسة في الاختبارات المستخدمة

العينة	الاختبار المستخدم	المرجات المرقمة %	السلم %	الصناديق %	الدرجة واللقف والرمي %	السكة الحديدية %	المجموع %	الرتبة	التقدير
1		2.08	16.8	8.84	7.48	15.2	50.4	14	منخفض
2		19.76	5.6	12.92	13.6	0.8	52.68	12	منخفض
3		20.80	4.8	13.60	13.6	2.4	55.2	9	متوسط
4		17.68	7.2	12.24	11.56	2.4	51.08	15	منخفض
5		21.84	4.8	14.28	14.96	3.2	59.08	8	متوسط
6		26	1.6	17	17	4	65.6	4	متوسط
7		22.88	4.8	14.96	14.96	4.8	62.4	7	متوسط
8		16.64	8	11.56	10.88	5.6	52.68	12	منخفض
9		10.40	12.8	6.12	7.48	6.4	43.2	21	منخفض
10		24.96	1.6	16.32	17	7.2	67.08	2	متوسط
11		14.56	9.6	11.56	9.52	8	53.24	11	متوسط
12		23.92	2.4	15.64	15.64	8.8	66.4	3	متوسط
13		3.12	19.20	1.36	2.04	9.6	35.32	24	منخفض جداً
14		11.44	12	6.8	7.48	10.4	48.12	17	منخفض
15		8.32	14.4	6.12	4.67	11.2	44.71	20	منخفض
16		1.04	20	0.68	0.68	12	34.4	25	منخفض جداً
17		7.28	15.20	4.08	4.08	12.8	43.44	22	منخفض
18		9.36	14.4	6.12	5.44	13.6	48.92	16	منخفض
19		12.48	11.2	8.16	8.16	15.2	55.2	9	متوسط
20		4.16	18.4	2.04	2.04	16	42.64	23	منخفض
21		7.28	16	3.4	3.4	16.8	46.88	18	منخفض
22		5.2	17.6	2.72	3.4	17.6	46.52	19	منخفض
23		15.6	8.8	11.56	10.88	18.4	65.24	5	متوسط
24		18.72	6.4	12.24	13.60	19.2	70.16	1	مرتفع
25		14.56	11.20	8.16	8.84	20	62.76	6	متوسط
	المتوسط الحسابي						52.93		منخفض

ويشير الجدول (7) إلى أن المتوسط الحسابي لعينة الدراسة تبعاً لتقديرات المحكمين تراوح ما بين (34.4 - 70.16)، حيث بلغ أعلى قيمة للمتوسط الحسابي (70.16)، وهي أقل من القيمة المتحققة في دراسة (باكير وآخرون، 2013) التي بلغت (84.35) بالرغم أن هذه المرحلة تتميز بالنمو غير السريع مما يساعد على التوافق العصبي العضلي، ويعزو الباحثون ذلك إلى قلة الاهتمام بتتمية هذه القدرات، وضعف الإشراف من قبل الإدارة المدرسية، ومشرفي التربية الرياضية في متابعة معلمي التربية الرياضية. حيث حصل لاعبان على تقدير منخفض جداً، حيث تراوح المتوسط الحسابي لهما ما بين (34.4 - 35.32)، كذلك حصل (12)

لاعب على تقدير منخفض، في حين حصل (10) لاعبين على تقدير متوسط، وحصل لاعب واحد على تقدير مرتفع. ويعزو الباحثون هذا الانخفاض في مستوى القدرات التوافقية إلى عدة أسباب منها: عدم إجراء اختبارات لقياس مدى توافر هذه القدرات التوافقية في مراحل عمرية مبكرة، وكذلك عدم تركيز معظم معلمي التربية الرياضية على تدريبات الرشاقة والتوازن، بالإضافة إلى ذلك هناك ندرة في استخدام التدريبات التي يتم فيها استخدام الأدوات المساعدة كالشواخص، والاحبال، والمقاعد السويدية وغيرها، مع عدم إغفال أن هناك قصوراً في إعداد هؤلاء اللاعبين حيث ينحصر الاهتمام بهم من خلال تجهيزهم للمشاركة في المناسبات الرياضية على مستوى المحافظة مع إغفال التخطيط طويل المدى، وربما يكون هناك قصوراً في تنفيذ هذه التدريبات من قبل معلمي التربية الرياضية، وربما يعود السبب إلى أن الفئة العمرية (6-9) سنوات تعتبر مهمة في مجال تنمية مختلف المهارات والقدرات الرياضية، وتوجيه الطلاب إلى مختلف الألعاب الرياضية وغالباً ما يكون القائم على تنفيذ حصة التربية والتعليم غير متخصص في التربية الرياضية ويكون تخصصه معلم صف، وبالتالي ينحصر دوره في تنظيم الطلاب وإعطاء الكرة بعد تقسيم الطلاب إلى فرق. بالرغم من اشارت العديد من الباحثين إلى أهمية القدرات التوافقية ودورها في سرعة الأداء المهاري في كرة القدم الحديثة، حيث يؤدي توافر هذه القدرات التوافقية إلى الانسيابية والتوقيت السليم في الأداء المهاري وهي عناصر مهمة للوصول إلى الإنجاز الرياضي العالمي (ياسين، 2011)، حيث يتفق كثيراً من الخبراء على أن القدرات التوافقية تعتبر قاعدة أساسية تركز عليها العديد من المهارات الحركية، وهي عامل أساسي في الأداء الرياضي وخاصة تلك الحركات الأكثر تعقيداً، وافتقار اللاعب لها يؤدي إلى خلل في أدائه الحركي كما يزيد من فرصة حدوث الإصابات، حيث تربط الكفاءة الأدائية للرياضي على ما يمتلكه من قدرات توافقية (محجوب، 1989 ; محمد، 2011)، كما أن هناك ارتباطاً وثيقاً وعلاقة طردية بين القدرات التوافقية والمهارات الحركية حيث تعتبر هذه القدرات أساساً جوهرياً للحصول على مهارات حركية ذات مستوى عالٍ، لذلك يجب التدريب عليها منذ الصغر.

### الاستنتاجات

- من خلال عرض النتائج ومناقشتها توصل الباحثون إلى الاستنتاجات التالية:
- 1- إن مستوى القدرات التوافقية لدى عينة الدراسة منخفض نسبياً في المجمل
  - 2- هناك لاعب واحد يتوقع له تحقيق الإنجازات الرياضية في المستقبل إذا ما وجد العناية والاهتمام

### التوصيات

- 1- يوصي الباحثون بضرورة تفعيل الرقابة والإشراف على معلمي التربية الرياضية وحثهم على ضرورة الاهتمام بالقدرات التوافقية خلال دروس التربية الرياضية
- 2- ضرورة إجراء الاختبارات التي تقيس القدرات التوافقية في فئات عمرية مبكرة (6-7) سنوات

### المراجع

- أبو بشارة، جمال. (2010). "أثر برنامج تدريبي قائم على القدرات التوافقية في تحسين أداء المهارات الأساسية لناشئ كرة القدم". رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية. الجامعة الأردنية.
- باكير، محمد وعبد الفتاح، أسامة وزريقات، عايد (2013). القدرات التوافقية كمؤشر للإنجاز الرياضي عند لاعبي كرة القدم، المؤتمر العلمي الخامس - الجامعة الأردنية.
- بطاينة، احمد وعماري، آدم (2016)، مستوى الفروق في بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ المرحلة الأساسية العليا (12-15) سنة. مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الإنسانية (8) 30، 1648-1682.
- بطاينة، احمد ومستريحي، نوال (2015)، القدرات الحركية لدى تلاميذ المرحلة الأساسية الدنيا باستخدام اختبار درودل- كوخ. مقبول للنشر في مجلة دراسات العلوم التربوية- الجامعة الأردنية.
- الكيلاني، نصر (2011). "تأثير التمارين التوافقية في تحسين مستوى التوافق الحركي في بعض المهارات الأساسية في كرة اليد". رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الانبار. كلية التربية الرياضية.

- علي، إسلام مسعد (2007). "تأثير برنامج تدريبات نوعية لمكونات التوافق العصبي العضلي على فاعلية الأداء المهاري الحركي لناشئي كرة القدم". رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة المنصورة.
- محجوب، وجيه (1989). علم الحركة والتعلم الحركي. دار الطباعة والنشر: الموصل، العراق.
- محمد، هدى (2011). تصميم اختبار لقياس توافق الأطراف العليا والسفلى. الدراسات التربوية. بغداد (14)
- ياسين، علي (2011) "التوافق العصبي العضلي وعلاقته بدقة أداء مهارتي المناولة الطويلة والتهدف السلمي بكرة السلة". كلية التربية الرياضية. جامعة ميسان .
- Hirtz, P. (2011) Koordinative Fähigkeiten. In S. Günter, H. -D. Harre & J. Krug., Trainingslehre –Training swissenschaft. LeistungTraining-Wettkampf. (S. 136). Aachen: Meyer & Meyer Verlag
- Koch . P . (1997) Sport artuberg reife Ausbildung Spezifischer Koordinativer Fhigkeiten in den Individual rucks chlagspielen ,Hamburg
- Marques, M. Pereira, A. Reis, I. and Tillaar, R. ( 2013 ) , Does an in-Season 6-Week Combined Sprint and Jump Training Program Improve Strength-Speed Abilities and Kicking Performance in Young Soccer Players?, Journal of human kinetic , Dec;18,(39): 157-166.
- Meinel, K. & Schnabel, G. (2007). Bewegungslehre Sport Motorik. Abriss Einer Theorie sportlichen Motorik under Peadagogischem Aspekt. Stark uberarbeitete Auflage. Meyer & Meyer Verlag
- Witkowski, Z. (2005).Coordination properties as criterion of forecasting of soccer players sport Achievement .  
Www.awf.krakow.pl/jedn /gryzesps.

## **The Level of Interoperability Capabilities of the Football Players in the Basic School (9-12years)**

*Ali Abu-Dari, Osama Abdelfattah, Ayed Zuraiqat \**

### **ABSTRACT**

The study aimed to identify the level of interoperability capabilities of the football players at the lower basic school (9-12 years), and who represented the Directorate of Education team in Wadi Sir, for the academic year 2015/2016. As well as to identify the level of this interoperability capabilities according to estimates by the arbitrators. To achieve this, the researchers used the descriptive style survey sample (n = 25) which represented the Education and Wadi Seer in football Directorate team, they were selected intentionally. Where the application of the tests used in the study on football stadium continued to the Directorate of Education and Wadi Seer on 04/10/2016. The sincerity content (the arbitrators) was used to determine the best tests that measure interoperability capabilities, as well as to provide these capabilities relative importance. Descriptive statistics were also applied to analyze the data which included averages and percentages. The results of the study showed that the interoperability capabilities level of the sample is relatively low in the total, and that there is one player is expected to achieve sporting achievements in the future in light of the numerical values of the interoperability capabilities. The researchers recommend the need to activate the control and supervision of physical education teachers and urged them to need focus on interoperability capabilities during physical education classes.

**Keywords:** interoperability capabilities, Basic School, football.

\* Faculty of Physical Education, The University of Jordan. Received on 17/8/2016 and Accepted for Publication on 19/9/2016.