تقنين بطارية اختبارات اللياقة الحركية لناشئي كرة القدم بجمهورية مصر العربية

أ.د/ محمد نصر الدين رضوان

أ.د/ احمد نبيه ابراهيم محمد

أ.م.د/ صبري احمد على العدوي

الباحث/ رامي محمد السعيد محمد سويدان

المقدمه ومشكلة البحث:

يعد الأسلوب العلمي أحد أهم وسائل تطوير المجتمعات البشرية ، فعن طريق البحث العلمي يتم التعرف على المشكلات القائمه وتحديدها تحديداً دقيقاً ، مما يمكن المسئولين من التوصل إلى نتائج قد تساعد في حل هذه المشكلات الأمر الذى يترتب عليه إحداث التقدم والتطور المنشود للمجتمع.

وتعد الرياضة Sports أحد مجالات النشاط الإنساني الذى يستهدف التنمية البشرية ، كما أصبح التفوق الرياضي في المحافل الدولية والأولمبية مؤشراً مهماً لدلاله على تقدم الدول والمجتمعات وخاصة في العصر الحديث.

وسوف يلاحظ المتتبع لإنجازات مصر الرياضية في المحافل الرياضية الأولمبية أن كرة القدم كانت تحظى دائماً وبصفه خاصه بإهتمام كبير لما لها من شعبية جارفه على الصعيدين المحلي والدولي وحتى أنها أصبحت تمثل ظاهرة إجتماعية تستلزم البحث والدراسه مما دفع الكثير من المتخصصين والمهتمين بالبحث العلمي إلى القيام بإجراء العديد من الدراسات والبحوث العلمية فى هذه الرياضه (١٧ : ١).

تعد كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في معظم دول العالم وتحظى بالكثير من الإهتمام والرعاية من رؤساء الدول والحكومات والهيئات ووسائل الإعلام المختلفة ومع إنتشار لعبة كرة القدم إزداد عدد الممارسين لها وتسابق الباحثون إلى نشر المؤلفات وإجراء الأبحاث العلمية التى تتناول اللعبة بالدراسه والتحليل (١٨ : ٩) .

فقد حظيت مرحلة الناشئين خلال الفترة الأخيرة باهتمام جميع القائمين على الرياضة في جمهورية مصر العربية وذلك بعد إدراكهم أن الناشئ هو كنز كبير للعبة وأكبر نموذج نعيشه الآن حصد منتخب الشباب المصري لكرة اليد على بطولة العالم أول مره في تاريخ اللعبة واختير أفضل لاعب في العالم اللاعب / أحمد هشام السيد واختير اللاعب / حسن وليد بهداف البطولة و اختير اللاعب / عبد الرحمن حميد أفضل حارس مرمى أي تملك مصر الآن أحسن ثلاث لاعبين على مستوى العالم مواليد ٢٠٠٠ وحصد منتخب الناشئين على ثالث بطولة العالم مواليد ١٩٩٨و تم حصد هؤلاء الإنجازين في شهرين

متتاليين فالجميع عليه أن يدرك أن تربية النشئ ومساعدته لإخراج كافة طاقاته في صالح بلده وبذل الكثير من الجهد هو أفضل وأسمى هدف تعرفه الأمم.

ويرى بعض المتخصصين أن التقويم كان أحد أهم الأسباب التى ساعدت على تطور التربية البدنية ، كما أن هناك آخرون يرون أن التقويم أحد المداخل المهمة للنهوض بالرياضة في مصر إن لم يكن المدخل الوحيد ، فهو أعم وأشمل من القياس Measurement ، حيث يجب النظر إلى عمليات القياس في المجال الرياضي على أنها مدخلات Inputs بالنسبة لنظم التقويم وليست هدفاً في ذاتها (١٤ : ١٥).

الوصول الى المستويات الرياضية العليا وتحقيق الميداليات الأولمبية أصبح لا يعتمد على الموهبة الرياضية فقط بل يتم بإتباع الاسلوب العلمي بداية بعملية إنتقاء الناشئين ثم التخطيط لأداء عملية التدريب ثم المتابعه والتقويم المستمر لمعرفة إلى أى مدى تم تحقيق أهداف العملية التدريبية وذلك عن طريق تطبيق أنسب الإختبارات والمقاييس ، بغرض الوصول باللاعب إلى تحقيق أفضل مستوى من الإنجاز الرياضي ، وبهذا فإتباع الأسلوب العلمي هو حجر الزاوية لتحقيق المستويات الرياضية العليا (٦ : ١).

ويذكر محمد عبد القادر (١٩٩٧) أنه يمكن الإستفاده من التقويم على أنه حافز للعمل ، وأنه يساعد في وضع الأهداف ، ويعمل على تطوير البرامج ، ويساعد في تطوير الإدارة الفنية ، ويستخدم كوسيلة للتشخيص والعلاج (١٢ : ٢٢).

كما يشير محمد نصر الدين رضوان وكمال عبد الحميد (١٩٩٤) إلى أنه يمكن الاستفاده من التقويم في التأكد من أن الخطط تنفذ في حينها وبالطريقة المرسومة والمحدده لها، والتأكد من تحقيق الأهداف المرجوه، والكشف عن الانحرافات والمشكلات التى تظهر أثناء التنفيذ للقيام بإجراءات التصحيح للمسار وتحسين وتطوير العملية التدريبية (١٢ : ٢٥).

حيث يتم التقويم على أساس نتائج الاختبارات والمقاييس، لذا تتوقف دقة وسلامة عملية التقويم على دقة الاختبارات والمقاييس المستخدمة، فإذا كانت الاختبارات والمقاييس المستخدمه غير دقيقة أو غير ثابته أو غير صادقه فإن عملية التقويم سوف تكون بالتالي عملية مضلله (١٠: ٢٣).

إن عملية التقويم أعم و أشمل، لأنه عملية تهدف الى التحقق من مستوى أى ظاهرة ، و علاقة ذلك المستوى بالنسبة لبعض المستويات الأخرى (معايير التقويم) و ذلك من أجل إصدار حكم أو قرار على الظاهرة أو تقدير الشئ موضوع التقويم كما إن التقويم يضع معايير محددة يمكن استخدامها على درجات الجوانب المقاسة ، فإذا اقتربت الدرجة من المستوى المحدد أمكن التنبؤ بالنجاح من عدمه (١٢ : ٢٨).

ترجع أهمية الاختبارات والمقاييس للمربي الرياضي في التعرف على الحالة التدريبية العامه والحالة التدريبية الخاصه بالرياضيين والتعرف على مدى التقدم في النتائج الرياضية ومتابعتها للوصول للمستويات العالية ووضع مستويات لمتابعة مراحل التدريب المختلفة ووضع مستويات خاصه لكل لعبة سواء للناشئين أو للاعبي المستويات العالية من الجنسين وإنتقاء الناشئين من خلال الإختبارات البدينة والمهارية والخططية والنفسية (٩ : ٤١ – ٤٢).

ويستهدف قياس اللياقة البدنية للرياضيين هو تحفيز اللاعبين لكى يؤدوا أفضل في المستويات العليا وتشخيص جوانب القوة وجوانب الضعف وتحديد الوسائل المناسبه للارتقاء بمستوى اللاعبين وتصنيف اللاعبين ووضعهم في فئات متجانسه وتقدير مستويات اللاعبين وتقع مسئولية قياس وتقويم اللياقة البدنية للرياضيين على المدرب المؤهل أو الخبير المتخصص في القياس والتقويم (١٥ : ٢٠١).

وكما ذكر Miller,D,K أنه يوجد أنماط للياقة البدنية Types of physical fitness ، وتم وصفهم الى نمطين رئيسين وهم :-

أولاً : اللياقة البدنية المرتبطه بالصحه Physical fitness – related health ويتضمن مكونات رئيسية (اللياقة الدورية التنفسية (السعه الهوائية) Cardiorespiratory fitness (aerobic capacity) القوة العضلية Muscular strength ، التحمل العضلي Muscular endurance ، المرونه Flexibility تركيب الجسم (النحافه / السمنه)Body composition (٢٤: ٢٢٥).

ثانياً : اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء الرياضي Physical fitness– related athletic Performance or sport performance (motor fitness)

واللياقة البدنية المرتبطه بالأداء الرياضي لها جميع ظواهر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحه ولكنها تزيد عليها كونها تمتد لتشمل المهارات الحركية motor fitness التى تتطلبها الألعاب الرياضية وبعض أنماط الوظائف والأعمال الخاصه وبناء على ذلك فإن الأداء الرياضي المرتبط بهذا النمط من أنماط اللياقة يمكن أن يشير في بعض الأحيان الى المهاره المرتبطه باللياقة البدنية (skill – related physical fitness) وهو ما أصبح يعرف الآن (اللياقة الحركية Motor Fitness).

ويتضمن اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء الرياضي ستة مكونات آخرى بالاضافه للمكونات الرئيسية وهم: الرشاقة Agility - التوازن Balance–التوافقCoordination–القدرة العضلية (Power (explosive strength زمن الرجع Reaction time ، السرعه (الحركية – الانتقالية) Speed – Sprint (٢٤ : ٢٥٨).

من خلال عمل الباحث كمدير فني لإحدى فرق الناشئين واحتكاكه المباشر بالعمل الفنى والمهارى فى ميدان تدريب قطاع ناشئين كرة القدم، وإطلاع الباحث على الدراسات السابقة والقراءات النظرية المرتبطة بالمتغيرات البدنية والمهارية والجسمانية، التى تمكن اللاعب من الوصول الى الاداء الامثل لاحظ الباحث انه يوجد قصور كبير في مراحل الناشئين في لعبة كرة القدم وذلك طبقا لمستوى اللاعبين والأعداد التي يتم تصعيدها لفرق الدرجة الأولى ونتائج جميع منتخبات الناشئين الوطنية المصرية وذلك لقلة الاهتمام بالإعداد للجانب البدني والجسماني مما يساهم بشكل مباشر في مستوى الأداء لناشئين كرة القدم، فالوصول الى المستويات الرياضية العليا وتحقيق الميداليات الأولمبية أصبح لا يعتمد على الموهبة الرياضية فقط بل يتم بإتباع الاسلوب العلمي بداية بعملية إنتقاء الناشئين ثم التخطيط لأداء عملية التدريب ثم المتابعه والتقويم المستمر لمعرفة إلى أى مدى تم تحقيق أهداف العملية التدريبية وذلك عن طريق تطبيق أنسب الإختبارات والمقاييس ، بغرض الوصول باللاعب إلى تحقيق أفضل مستوى من الإنجاز الرياضي ، وبهذا فإتباع الأسلوب العلمي هو حجر الزاوية لتحقيق المستويات الرياضية العليا ومن هنا تبلورت مشكلة البحث فى **"تقنين بطارية اختبارات اللياقة الحركية لناشئي كرة القدم بجمهورية مصر العربية"**

اهمية البحث والحاجه اليه :

تتمثل اهمية البحث فى الاتى:

١- التعرف على اللياقة الحركية المناسبه لناشئي كرة القدم.

أهداف البحث:

١- التحقق من صدق وثبات بطارية اختبار اللياقة الحركية لناشئي كرة القدم.

٢-إعداد جداول المعايير المئينية الخاصه ببطارية اللياقة الحركية لناشئي كرة القدم.

التعريف بالمصطلحات:

التقويم : Evaluation

يشير بومجارتنر إلى أن التقويم هو العملية التى تستخدم المقاييس، وغرض المقاييس جمع البيانات، وفي عملية التقويم تفسر هذه البيانات لتحديد مستويات حتى يمكن إتخاذ قرار (١٤ : ٢٢).

اللياقة الحركية : Motor Fitness

هو أحد أنواع اللياقة البدنية المرتبطة بالأداء الحركي وتشتمل على ستة مكونات وهي الرشاقة – التوازن –التوافق –القدرة العضلية – زمن الرجع – السرعة (تعريف إجرائي).

ناشئي كرة القدم: -Junior Football Player

هو ناشئ كرة القدم من سن ١٥ – ١٧ سنة والمقيد في الاتحاد المصري لكرة القدم ويشارك في البطولات التي يشرف عليها الاتحاد والفروع التابعة له (تعريف إجرائي).

الدراسات المرتبطة:

أولا الدراسات العربية

١- **قام الباحث أسامه محمد إمام عمرو (٢٠١٢)** دراسه بعنوان وضع معدلات تنبؤية بإستخدام القياسات الانثربومترية وبعض مكونات اللياقة البدنية لإنتقاء ناشئ كرة الماء وهدفت الدراسه إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين القياسات الانثروبومترية والأداء المهاري لدى ناشئ كرة الماء وإستخدم الباحث المنهج الوصفي وتناولت الدراسه (١٥٦) لاعباً تم إختيارهم بالطريقة العمدية من ناشئ رياضة كرة الماء وإستخدم الباحث القياسات الانثربومترية في جمع البيانات وإستنتج الباحث من الدراسه أنه توجد علاقة دالة إحصائياً بين القياسات الجسمية وجميع المتغيرات والتوصل إلى معدلات تنبؤية بإستخدام القياسات الجسمية (٤).

٢- **قام الباحث محمد عبد السلام عبد الباقي علام (٢٠١٠)** دراسه بعنوان علاقة بعض المتغيرات الأنثربومترية والبدنية بفاعلية الأداء المهاري للاعبي التنس وهدفت الدراسه إلى التعرف على علاقة بعض المتغيرات الأنثربومترية والبدنية بفاعلية الأداء المهاري للاعبي التنس وإستخدم الباحث المنهج الوصفي وتناولت الدراسه (٣٠) لاعباً تم إختيارهم بالطريقة العمدية من سجلات الاتحاد المصري للتنس وإستخدم الباحث القياسات الانثربومترية في جمع البيانات وإستنتج الباحث من الدراسه التوصل

الى معرفة أهم القياسات الأنثربومترية والبدنية المميزه للاعبي التنس الأرضي عينة البحث و التوصل إلى مؤشرات للتنبؤ بالأداء المهاري للتنس الأرضي (١١).

٣- **قام الباحث تامر طه أحمد بيومي (٢٠٠٩)** دراسه بعنوان العلاقة بين بعض القياسات الانثروبومترية والبدنية ومستوى الإنجاز لسباحي ١٠٠ متر فراشه وهدفت الدراسه إلى التعرف على العلاقة بين بعض القياسات الانثروبومترية والبدنية ومستوى الإنجاز لسباحي ١٠٠ متر فراشه وإستخدم الباحث المنهج الوصفي وتناولت الدراسه (٣٤) لاعباً تم إختيارهم بالطريقة العمدية في بطولة كأس مصر وإستخدم الباحث القياسات الانثربومترية في جمع البيانات وإستنتج الباحث من الدراسه إلى وجود معاملات إرتباط بين القياسات الانثربومترية ومستوى الإنجاز ووجود معاملات إرتباط طردية لسباحي (١٠٠م) فراشه (٥).

٤- **قام الباحث أحمد عادل أحمد أبو الفتح (٢٠٠٨)** دراسه بعنوان القدرات البدنية وبعض المؤشرات الانثروبومترية المساهمة في مستوى الأداء في رياضة الكاراتية وهدفت الدراسه إلى التعرف على البناء العاملي للقدرات البدنية والقياسات الانثروبومترية المساهمة في مستوى الأداء للاعبي الكاراتية وإستخدم الباحث المنهج الوصفي وتناولت الدراسه (٣٥) لاعب من لاعبي منتخب مصر للكاراتية من الناشئين والشباب وإستخدم الباحث القياسات الانثروبومترية وبعض القياسات البدنية وإستنتج الباحث من الدراسه إلى أن هناك علاقة بين القدرات الدنية والمؤشرات الانثروبومترية والتى تسهم في الارتقاء بمستوى لاعب الكاراتية (٣).

٥- **قام الباحث عبد الفتاح نعيم عبد الفتاح (٢٠٠٨)** دراسه بعنوان القياسات المورفولوجية والتركيب الجسمي وعلاقته بالمستوى الرقمي لسباحي المسافات القصيرة (ناشئين) وهدفت الدراسه إلى التعرف على القياسات المورفولوجية والتركيب الجسمي بالمستوى الرقمي لسباحي المسافات القصيرة وإستخدم الباحث المنهج الوصفي و تم إختيار العينة بالطريقة العشوائية من سباحي المسافات القصيرة (١١ – ١٧) سنة وإستخدم الباحث طريقة هيث كارتر الانثروبومترية لتحديد نمط الجسم وإستنتج الباحث من الدراسه إلى أن هناك علاقة إرتباط داله إحصائياً بين القياسات المورفولوجية والمستوى الرقمي للسباحين ويمكن بدلالة القياسات المورفولوجية التنبؤ بالمتسوى الرقمي للسباح(٨).

٦- **قام كلاً من أحمد الحسيني شعبان ، أحمد محمد سيد ، خالد عبد الرؤوف عباده (٢٠٠٦)** دراسه بعنوان الأنماط الجسمية والقدرات البدنية كدالة إنتقاء في صناعة البطل الأولمبي (ضمن المشروع القومي المصري) وهدفت الدراسه إلى معرفة نسبة مساهمة الأنماط الجسمية ومكونات الجسم والقدرات البدنية كدالة انتقاء تنبؤية للألعاب الأولمبية وإستخدم الباحث المنهج الوصفي وتناولت الدراسه (٢٣٦٠) من مدارس ومركز الشباب وإستخدم الباحث طريقة هيث كارتر الانثروبومترية لتحديد نمط الجسم واختبارات وقياسات بدنية آخرى وإستنتج الباحث من الدراسه إلى تناسب الأنماط الجسمية (نحيف – عضلي – سمين) تناسب طردياً مع الأنماط الجسمية للألعاب الفردية الاولمبية (٢).

٧- **قام كلاً من محمد على محمود ، بدر محمود شحاته ، ياسر محروس مصطفى (٢٠٠٤)** دراسه بعنوان تقويم بعض القياسات الجسمية والفسيولوجية والقوامية ونمط الجسم للاعبي المنتخب القومي المصري لكرة القدم وهدفت الدراسه إلى الى التعرف على الأنماط الجسمية للاعبي المنتخب القومي للناشئين وإستخدم الباحث المنهج الوصفي وتناولت الدراسه (٣٧) لاعب وإستخدم الباحث طريقة كيورتن لتحديد نمط الجسم عن طريق تقسيم الجسم الى ٥ مناطق وإستنتج الباحث من الدراسه إلى نمط الجسم كان متوسط العينة الكلية هو (٤,٢٣ - ٥,٢٧ - ٢,١٥) أي النمط العضلي النحيف (١٦).

ثانيا الدراسات الاجنبية: -

١-**قام كلاً من** OLGA IVASHCHENKO, OLEG KHUDOLII, SERGII IERMAKOV,MARC. R LOCHBAUM, MIROSLAWA CIESLICKA, WALERY ZUKOW, MYKOLA NOSKO, TETIANAYERMAKOVA(٢٠١٦) دراسه بعنوان نموذج عاملي كأساس التحكم التربوي في ديناميكية اللياقة البدنية والحركية للفتيات في عمر ١٤-١٦ عامًا وهدفت الرساله الى تحديد الأساليب المنهجية للتحكم التربوي في اللياقة الحركية والبدنية والوظيفية للفتيات في سن ١٤-١٦ سنة وعينة البحث شملت (٨٥) طالبه (عدد ٣١ مرحلة ١٤ سنه - عدد ٢٦ مرحلة ١٥ سنة - عدد ٢٨ مرحلة ١٦ سنة) تتضمن البرنامج عدد (٩) اختبارات وبعد المعالجات الاحصائية أظهر النموذج داخل المجموعة الذي يتسم بالديناميكية الحركية واللياقة البدنية للفتيات في سن ١٤ و ١٥ و ١٦ سنة الأساس لتحسين التحكم التربوي في دروس الثقافة البدنية المدرسية، في نموذج عاملي لحركة الفتيات في سن ١٤ عامًا واللياقة البدنية الوظيفية ، يحظى مكان الأولوية بالنظم التنفسية والقلبية الوعائية والتنسيق واللياقة البدنية. بالنسبة للفتيات في سن ١٥ عامًا - يتم احتلال مكان الأولوية من خلال التنسيق واللياقة البدنية ؛ عن طريق اللياقة البدنية من الجهاز التنفسي والقلب والأوعية الدموية. عن طريق التفريق بين خصائص المسافه الحركية، في حالة الفتيات بعمر ١٦ سنة يتم اتخاذ المكان الأكثر أهمية عن طريق اللياقة الوظيفية للأنظمة التنفسية والقلبية الوعائية ، بواسطة قوة اللياقة والتحمل (٢٥).

٢- **قام كلاً من** KHUDOLII O.M – IERMAKOV S.S – PRUSIKK (٢٠١٥) دراسة بعنوان تصنيف اللياقة الحركية للأولاد بعمر ٧-٩ سنوات هدفت الدراسة تحديد النموذج التصنيفي للياقة الحركية للأولاد من سن ٧ - ٩ سنوات وعينة البحث شملت (٧٨) عدد (٢٢) ٧ سنوات - عدد (٢٧) ٨ سنوات - عدد (٢٩) ٩ سنوات ويعتبر تصنيف اللياقة الحركية أمرًا مهمًا من الناحية العملية لاتخاذ القرارات في مجال التربية البدنية وكذلك من أجل وضع برامج تدريب بدني فعالة للأطفال والمراهقين وأحد شروط زيادة اللياقة الحركية لأطفال المدارس هو تنظيم التحكم التربوي على حد سواء في دروس الثقافة البدنية وفي ظروف التدريبات الرياضية تتضمن الرقابة التربوية تصنيف الحالة الراهنة للحركية واللياقة البدنية ، والتي تؤثر على اتخاذ القرارات في إدارة التربية البدنية للأطفال والمراهقين واستخدم الباحث عدد (٢١) اختبار وأظهرت خلال التجربة عدم صلاحية عدد (٧) اختبارات وأصبح عدد (١٤) اختبار يمثلوا النموذج التصنيفي للياقة الحركية للأولاد من ٧ - ٩ سنوات وأظهرت النتائج التحكم التربوي في اللياقة البدنية الحركية للأولاد لمدة ٧ سنوات ، يمكن استخدام أول وظيفة تمييزية (مجموعه من المتغيرات تستخدم عناصر لتصنيف الى مجموعه واحده أو أكثر) ، إذا تم تصنيف نتائج ٧ سنوات للأولاد على

أنها نتائج مشابهة للأولاد بعمر ٨ سنوات ، فيمكننا القول إن التربية البدنية فعالة لوضع اللمسات الأخيرة على التحكم التربوي للأولاد بعمر ٨ سنوات ، يمكن للأولاد بعمر ٩ سنوات أن يكونوا بمثابة علامات مقاعد ، بشرط أن يكونوا معلمين على معظم المتغيرات المفيدة للوظيفة التمييزية (٢٢).

٣- **قام كلاً من** IVASHCHENKO O.V., KHUDOLII O.M., YERMAKOVA T.S.,PILEWSKA WIESŁAWA , MUSZKIETA RADOSŁAW, STANKIEWICZ BŁAŚEJ (٢٠١٥) دراسة بعنوان المحاكاة كطريقة لتصنيف اللياقة الحركية للطلبة من الصف السابع إلى التاسع وهدفت الدراسة الى تحديد نموذج تصنيف اللياقة البدنية للتلاميذ في الصف السابع إلى التاسع من ٧ – ٩ سنوات وعينة البحث شملت (٩٣) عدد (٢٤) ٧ سنوات – عدد (٣٤) ٨ سنوات – عدد (٣٥) ٩ سنوات وتوصلوا الباحثين الى تصنيف الخصائص العمرية الحركية واللياقة البدنية و الوظيفية من سن ٧ إلى ٩ سنوات يمكن تطبيقها ،ومعادلات دالة التمييز تسمح بتصنيف ٩٥,٨ ٪ من البيانات المجمعة بشكل صحيح في تصنيف اللياقة الوظيفية والحركية للفتيان من الفئة السابعة (٢١).

٤- **قام كلاً من** Platanou&Varamenti (٢٠١١) دراسة بعنوان العلاقة بين الخصائص الأنثربومترية والفسيولوجية وسرعة الرمي والقفز في الماء لدى لاعبات كرة الماء وهدفت الدراسة إلى دراسة العلاقة بين الخصائص الانثربومترية والفسيولوجية وخصائص الأداء المهارى (سرعة الرمي ، القفز في الماء) لدى لاعبات كرة الماء واستخدم الباحث المنهج الوصفي وتناولت الدراسة أعضاء الأربع فرق الأولى في الدوري اليوناني لكرة الماء سيدات واستخدم الباحث القياسات الانثربومترية واختبارات وقياسات فسيولوجية آخري واستنتج الباحث وجود علاقة ارتباطية بين عزم دوران عضلات الجذع وطول الجسم وسرعة السباحة ووجود علاقة ارتباطية بين عزم دوران عضلات الكتف وسرعة رمي الكرة ، كما توجد علاقة ارتباطية بين كتلة الجسم وسرعة السباحة وسرعة رمي الكرة (٢٦).

٥- **قام كلاً من** Glen – Paul Coneyworth–Michael Stembridge –Scott Walker – Anthony Turner Jeremy Moody – Phil Barter – Laurence Birdsey – Reed(٢٠١١) دراسة بعنوان بناء بطارية اختبار لتقييم اللياقة البدنية للاعبي كرة القدم وهدفت الدراسة تنفيذ بطارية مناسبة لاختبار اختبارات اللياقة الخاصة بكرة القدم ، وستكون موجهة بشكل خاص إلى الاختبارات غير المختبرية من خلال إعداد الاختبارات الميدانية المختلفة ، التي تقيّم المكونات المختلفة للياقة البدنية الخاصة بكرة القدم وتضمنت البطارية اختبارات القدرات الهوائية واللاهوائية ، السرعة ، القوة المميزة بالسرعة وهذه المتغيرات التي تؤثر بشكل كبير على نجاح لاعبي كرة القدم وتم تنفيذ هذه الاختبارات في ملعب كرة القدم وذلك لأغراض عديدة علمية حددت هذه المقالة سلسلة من الاختبارات التي يمكن إدارتها في ملعب كرة القدم فقط وصالة للألعاب الرياضية مع افتراض توافر اللاعبين طوال اليوم ، يمكن إجراء جميع هذه الاختبارات في غضون يوم واحد ، وبالتالي يمكن إدارتها كما هو مطلوب طوال الموسم وفقًا للخطة الدورية ودون أي تعطيل كبير للجدول الزمني للتدريب اليومي يمكن أن تؤدي البيانات الناتجة إلى توجيه المدربين التقنيين في تصميم البرنامج ، مما يؤدي إلى تحقيق هدف أكثر فعالية وكفاءة (١٩).

٦- **قام كلاً من** GiuseppeVerlato – MatteoBertucco –OscarBortolami – ChiaraMilanese – CarloZancanaro (٢٠١٠) دراسة بعنوان المقاييس الانثروبومترية واللياقة الحركية لأطفال من ٦ – ١٢ سنه وهدفت الدراسة الى تقييم العلاقة الممكنة بين المقاييس الانثروبومترية المختارة و القدرات الحركية للأولاد بعمر ٦-١٢ ســـنة وتناولت الدراســـة عينه مكونه ١٥٢ (١٠٣ طالب – ٤٩ طالبه) وأجريت القياسات الجسمية وقياس سمك ثناية الجلد فقط ، و قياس اللياقة الحركية وتم استخدام اختبار قفزة الوقوف الطويل للقوة المتفجرة ، واختبار سرعة ٣٠ متراً حيث تشير اللياقة الحركية والتي تُعرف أيضًا باسم القدرة الحركية ، إلى قدرات أداء الشخص التي تتأثر بعوامل السرعة ، والرشاقة ، والتوازن ، والتوافق ، والقدرة (Gallahue، 2006). تمثل القدرات الحركية نتيجة متكاملة لمعظم الوظائف الجسمية المشاركة في النشاط البدني ويمكن استخدامها لتقييم فعالية التربية البدنية وكذلك قياس اللياقة البدنية المتعلقة بأطفال المدارس ، واستخدموا الباحثين اختبار EUROFIT بطارية الاتحاد الأوروبي (آدم وآخرون ، ١٩٨٨) ، و بطارية اختبار FITNESSGRAM كما بالإضافة الى القياسات الانثربومترية من حيث الأبعاد الجسمية وتكوين الجســم وتغير الشــكل الجســمي (.Kautiainen,et.al، 2002؛ Argyle، 2003؛ Wells، 2007؛ .Krebs et al، 2008)، وأظهرت نتائج البحث الى أن محيط الخصـــر وكمية الدهون تحت الجلد ترتبط إيجابيا مع مؤشر كتلة الجسم ، ولكن نسبة الطول الى الوزن لا تظهر هذه الايجابية بإستخدام معادلة BMI وترتبط اختبارات اللياقة الحركية بشـــكل كبير مع تقدم العمر، والأداء أعلى عند الذكور و مؤشر كتلة الجسم لا يرتبط باختبارات اللياقة الحركية وترتبط اختبارات اللياقة الحركية بشكل إيجابي مع بعضها البعض ، وخاصة عند الإناث (٢٠).

٧- **قام كلاً من Y Koutedak, C Bouziotas**(٢٠٠٢) دراســـه بعنوان المناهج الوطنية للتربية البدنية: اللياقة الحركية المتعلقة بالصـــحة والقلب والأوعية الدموية لدى المراهقين اليونانيين وهدفت الدراســه تقييم المناهج التعليمية الوطنية الحالية فيما يتعلق بمعامل التغيرللياقة الحركية المرتبطة بصـــحة القلب والأوعية الدموية المحدده وشـــملت عينة البحث عدد (٨٤) طالباً يونانياً منهم عدد (٤٣) إشـــتركوا في اللياقة الحركية المدرسية واللعب الحر المعتاد (مجموعة PE) ،و شارك عدد (٤١) طالب المتبقون في أنشطة بدنية منظمة خارج المنهج بالإضـــافة إلى مدرســـة PE واللعب الحر المعتاد (مجموعة PE +) ، خضع الأشخاص للقياسات الأنثروبومترية ، وتقييمات اللياقة البدنية (المرونة ، والتوازن ، والقفز العريض ، وقبضـــة اليد ، والجلوس المنفرد ، والتنصـــت على الألواح) ، وتقييمات اللياقة البدنية المتعلقة بصـــحة القلب والأوعية الدموية (نسبة الدهون في الجسم ، واللياقة البدنية ، والنشاط البدني) وأظهرت النتائج كان لدى الأطفال في مجموعة الـــــ PE ملفات تعريف اللياقة البدنية ذات الصـلة بالصـحة الحركية والقلبية الوعائية مقارنة بتلك الموجودة في مجموعة PE + الدهون في الجسم ، والوقت الذي يقضـيه في النشـاط البدني المكثف أظهرت أكبر الاختلافات بين المجموعتين في التلاميذ في مجموعة PE ، كانت هذه أقل من المسـتويات المقترحة لتكون ضـرورية لمكافحة المخاطر الصـحية في المسـتقبل ، أظهرت التعديلات المتعلقة بالمتغيرات المؤيدة انخفاضًـا في أهمية اللياقة الحركية ، ولكن ليس في المعلمات المتعلقة بصـحة القلب والأوعية الدموية واســـتنتج الباحثين أنه لا يحقق المنهاج الوطني PE للمدارس الثانوية اليونانية

المســـتويات المطلوبة من اللياقة الصـــحية المرتبطة بصـــحة القلب والأوعية الدموية ويجب إعادة النظر فيه (٢٨).

إجراءات البحث:

١- منهج البحث:

إستخدم الباحثون المنهج الوصفي للدراسات المسحية.

٢- مجتمع وعينة البحث:

- يتمثل مجتمع البحث الحالى من ناشئين كرة القدم فى سن (١٥ – ١٧) سنة للموسم الرياضى الحالى ٢٠٢١/ ٢٠٢٢، باجمالى (٥٠٠٠) ناشئ تقديري (قابل للزيادة والنقصان)، و يبلغ حجم العينة (٢٠٠) ناشئ لكرة القدم مقسمه (٥٠) لاعب عينة استطلاعية و (١٥٠) لاعب عينة أساسية، من عدد (١٤) من الاندية الرياضية هم كالتالى: الأهلي، مصر المقاصة، الجونة، الصيد، هليوبوليس، المقاولون العرب، الزمالك، طلائع الجيش، الشمس، انبى، سموحه ، مستقبل وطن، أسوان، المنصورة وسوف يتم اختيار العينة وفقا للشروط التالية:
- ان يكون اللاعبين مسجلين في الاتحاد المصري لكرة القدم.
- ان يكون لديهم الرغبة الشخصية في اجراء القياسات والاختبارات قيد البحث.

٣-ادوات جمع البيانات:

أ- قياسات اختبارات اللياقة الحركية. (مرفق ٢)

خطوات تطبيق البحث:

أ- تقنين بطارية اختبارات للياقة الحركية لناشئي كرة القدم.

ب-إجراء قياسات اللياقة الحركية لناشئي كرة القدم .

ت- إعداد جداول المعايير والمستويات للياقة الحركية لناشئي كرة القدم.

اجراءات تقنين اللياقة الحركية :

قام الباحثون بالتحقق من جودة بطارية اختبار اللياقة الحركية من خلال:

أ- الصدق

حيث قام الباحثون بالتحقق من صدق البطارية بإستخدام صدق المضمون من خلال إستطلاع رأي الخبراء وفيما يلي عرض لرأي الخبراء وعددهم (٩) حيث تم الموافقة على مكونات البطارية بنسبة ١٠٠% (مرفق ١).

ب- الثبات

قام الباحثون بالتحقق من ثبات بطارية الاختبار بإستخدام اسلوب تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة مكونه من (٥٠) لاعب والجدول التالي رقم (١) يوضح ذلك

جدول (١)

معامل الارتباط بين التطبيق (الاول – الثانى) الدال على ثبات بطارية اختبارات للياقة الحركية (ن=٥٠)

الاختبارات	التطبيق الاول		التطبيق الثانى		الفرق بين المتوسطات	ر
	م	ع	م	ع		
الرشاقة	١٤,٠٤	١,٠٢	١٥,٣٦	١,١	١,٣٢	*٠,٨٠٩
التوازن	٢٩,٤٤	٩,٣٦	٣٠,٦٩	١٠,١١	١,٢٥	*٠,٨١٢
التوافق	٥,٠١	٠,٩٨٨	٥,٣٢	١,٤٢	٠,٣١	*٠,٨٣٦
زمن الرجع	١,٨٧	٠,٢٢٠	١,٩٩	٠,٢٢٥	٠,١٢	*٠,٨٠١
السرعه الانتقالية	٣,٦٥	٠,٦٥٤	٤,٠٥	٠,٧٠١	٠,٤	*٠,٨١١
القدرة العضلية	٣٥,٤٧	٥,٣٦	٣٦,١١	٦,١٤	٠,٦٤	*٠,٨٢٤

***قيمه "ر" الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = (٠,٢٨٨)**

يتضح من جدول (١) انه يوجد ارتباط ذات دلالة احصائية بين التطبيقين فى جميع الاختبارات قيد البحث مما يدل على ان ثبات الاختبارات قيد البحث قد تروحت بين (٠,٨٠١ : ٠,٨٣٦) وانها صالحه للتطبيق

عرض النتائج :

بناءاً على هدف البحث والتحليل الإحصائي المستخدم سوف يتم عرض النتائج بالترتيب الآتي:-

أ- عرض النتائج الخاصة بإستجابات اللاعبين على بطارية الاختبارات للياقة الحركية لناشئي كرة القدم

جدول (٢)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ومعامل الالتواء لبطارية اللياقة الحركية (ن=١٥٠)

الاختبارات	أقل قيمه	أعلى قيمة	م	ع	الالتواء
الرشاقة	14.34	19.65	16.34	1.16	.720
التوازن	١٥,٨٦	84.21	31.84	11.39	1.19
التوافق	4.05	9.27	6.40	1.22	.191
زمن الرجع	1.25	2.59	1.83	.227	.919
السرعه الانتقالية	3.36	6.30	4.57	.743	.549
القدرة العضلية	٢٥,٠٠	50.00	36.18	6.94	-.790

يتضح من جدول (٢) انه تفاوتت قيم المتوسطات الحسابية للاستجابات العينة على الاختبارات قيد البحث ، كما انحصر معامل الالتواء مابين (+٣ ، -٣) مما يدل على اعتدالية البيانات وقيمة الانحراف المعياري (ع) أقل من قيمة االمتوسط الحسابي.

ب- عرض النتائج الخاصة بالمعايير المئينية لقياسات اللياقة الحركية :-

جدول (٣)

المعايير المئينية لاختبارات اللياقة الحركية قيد الدراسة (ن=١٥٠)

%	الرشاقة	التوازن	التوافق	زمن الرجع	السرعه الانتقالية	القدرة العضلية
5	فاقل١٤,٣٠	فاقل١٥,٨٧	فاقل٤,٣٥	فاقل١,٥٥	فاقل٣,٥٦	فاقل25.00
10	15.00	20.71	4.83	1.58	3.68	29.00
15	15.09	22.23	5.06	1.64	3.83	30.00
20	15.21	23.20	5.20	1.67	3.89	31.00
25	15.37	24.00	5.45	1.70	3.98	32.00
30	15.58	25.00	5.65	1.74	4.00	33.00
35	15.72	26.00	6.09	1.76	4.10	٣٤,٣٠
40	16.00	26.43	6.21	1.79	4.22	٣٥,٧٠
45	16.12	27.63	6.30	1.80	4.37	٣٥,٩٠
50	16.25	29.15	6.37	1.81	4.40	36.00
55	16.33	32.00	6.45	1.83	4.50	37.00
60	16.47	34.24	6.79	1.85	4.72	39.00
65	16.62	35.21	6.91	1.88	4.91	40.00
70	16.87	38.29	7.10	1.89	4.98	٤٠,٥٠
75	17.00	40.50	7.20	1.92	5.00	42.00
80	17.31	41.90	7.35	1.95	5.22	٤٢,٥٠
85	17.46	42.91	7.60	2.02	5.50	43.00
90	17.85	45.19	8.00	2.18	5.65	44.00
95	18.91	47.55	8.84	2.32	6.09	46.00
100	فاكثر١٩,٦٥	فاكثر٨٤,٢١	فاكثر٩,٢٧	فاكثر٢,٥٩	فاكثر٦,٣٠	فاكثر50.00

الاستنتاجات:

من خلال الاجراءات التى قام بها الباحثين لتقنين بطارية اختبارات اللياقة الحركية تم إستخلاص ما يلي:

١- تم التحقق من الصدق بإستخدام اسلوب صدق المحتوى (المضمون) من خلال استطلاع رأي الخبراء.

٢- تم التحقق من الثبات بإستخدام اسلوب تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه حيث يتراوح معامل ثبات بطارية الاختبارات قد تراوحت بين (٠,٨٠١ - ٠,٨٣٦)

٣- تم إعداد جداول المعايير المئينية الخاصه ببطارية اختبارات اللياقة الحركية لناشئي كرة القدم.

٤- بطارية اللياقة الحركية المستخدمه بالبحث هي بطارية صالحة للتطبيق حيث تمت الموافقة بنسبة ١٠٠% .

التوصيات:

١-تقويم اللياقة الحركية لناشئي كرة القدم وفقاً للمراحل السنية.

٢-وضع نموذج مقترح لمستوى اللياقة الحركية لانتقاء ناشئي كرة القدم للمراحل السنية.

المراجع: -

أولاً المراجع العربية:-

١- **أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، أحمد سليمان إبراهيم (١٩٨٤م):** العلاقة المتبادله بين بعض القياسات الانثروبومترية والقوة العضلية ومكونات الدم لدى لاعبي المنتخب المصري للمصارعه ، المجلد الثاني ، مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية بنين بالقاهرة ، جامعة حلوان.

٢- **أحمد الحسيني شعبان ، أحمد محمد سيد ، خالد عبد الرؤوف عباده (٢٠٠٦م):** الأنماط الجسمية والقدرات البدنية كدالة إنتقاء في صناعة البطل الأولمبي (ضمن المشروع القومي المصري) ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد ٦٠ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الأسكندرية ، الأسكندرية.

٣- **أحمد عادل أحمد أبو الفتح (٢٠٠٨م):** القدرات البدنية وبعض المؤشرات الانثروبومترية المساهمة في مستوى الأداء في رياضة الكاراتيه ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية تربية رياضية للبنين ، جامعة حلوان.

٤- **أســـامه محمد إمام عمرو (٢٠١٢م):** وضـــع معدلات تنبؤية بإســـتخدام القياســـات الانثربومترية وبعض مكونات اللياقة البدنية لإنتقاء ناشـئ كرة الماء ، رسـالة ماجسـتير غير منشـورة ، كلية تربية رياضية للبنين ، جامعة حلوان.

٥- **تامر طه أحمد بيومي (٢٠٠٩م):** العلاقة بين بعض القياســـات الانثروبومترية والبدنية ومســـتوى الإنجاز لسباحي ١٠٠ متر فراشه ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية تربية رياضية ، المنصوره ، جامعة المنصوره.

٦- **حـازم أحمـد إبراهيم محمـد الروبي (٢٠١٢م):** القيـاســـات الجســـميـة كـدلالات تنبؤيـة للاعبي بعض الألعاب الرقمية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية تربية رياضية للبنين ، جامعة حلوان.

٧- **شـريف طه وفتحي منصـور (٢٠٠٦م):** ديناميكية تطور القدرات البدنية الخاصـه وبعض المتغيرات الجسمية لدى المشروع القومي للعمالقة في كرة اليد ، مجلة علوم وفنون التربية الرياضية ، العدد ٢٢ ، الجزء الثاني ، القاهرة.

٨- **عبد الفتاح نعيم عبد الفتاح (٢٠٠٨م):** دراســه بعنوان القياســات المورفولوجية والتركيب الجســمي وعلاقته بالمسـتوى الرقمي لسـباحي المسـافات القصـيرة (ناشـئين) ، رسـالة ماجسـتير غير منشـورة ، كلية تربية رياضية للبنين ، بنها ، جامعة بنها.

٩- **ليلى الســـيد فرحات (٢٠٠٥م):** القياس والاختبار في التربية الرياضـــية ، مركز الكتاب للنشـــر ، ط ٣ ، القاهرة.

١٠- **محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان (٢٠٠٨م):** كتاب القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، ط ١ ، القاهرة.

١١- **محمد عبد السلام عبد الباقي علام (٢٠١٠م):** علاقة بعض المتغيرات الأنثربومترية والبدنية بفاعلية الأداء المهاري للاعبي التنس ، رسـالة ماجسـتير غير منشـورة ، كلية تربية رياضـية للبنين ، بنها ، جامعة بنها.

١٢- **محمـد نصـــر الـدين رضـــوان ، كمـال عبـد الحميـد (١٩٩٤م):** مقـدمـة التقويم في التربيـة الرياضية ، دار الفكر العربي ، ط١ ، القاهرة.

١٣- **محمد نصـر الدين رضـوان (١٩٩٧م):** المرجع في القياسـات الجسـمية ، دار الفكر العربي ، ط١ ، القاهرة.

١٤- **محمد نصـــر الدين رضـــوان ، محمد حســـن علاوي (٢٠٠٠م):** القياس في التربية الرياضـــية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

١٥- **محمد نصـــر الدين رضـــوان (٢٠١٧م):** محددات انتقاء الموهوبين في الالعاب الرياضـــية ، مركز الكتاب للنشر ، ط ١ ، القاهرة.

١٦- **محمد على محمود ، بدر محمود شـــحاته ، ياســـر محروس مصـــطفى (٢٠٠٤م):** تقويم بعض القياسات الجسمية والفسيولوجية والقوامية ونمط الجسم للاعبي المنتخب القومي المصري لكرة القدم ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد ٥٢ ، كلية التربية الرياضـــية للبنين ، جامعة الأســـكندرية ، الأسكندرية.

١٧- **محمود سعد الدين محمود عبد القادر (٢٠٠٧م):** تقويم منظومة كرة القدم المصرية لبناء إستراتيجية للنهوض بها نحو العالمية ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية تربية رياضية بنين ، جامعة حلوان.

١٨- **ياســـر طه صـــلاح محمد (٢٠١٩م):** المهارات الحركية الأســـاســـية والمبادئ الخططية الدفاعية لبراعم كرة القدم ، ط ١ ، مؤسسة عالم الرياضة للنشر ، الإسكندرية.

ثانياً المراجع الأجنبية:-

19- **Anthony Turner - Glen Reed – Paul Coneyworth – Micheal Stembridge – Scott Walker – Jeremy Moody – Phil Barter – Laurence Birdsey (2011):** A Testing Battery for the Assessment of Fitness in Soccer Players.

20- **Chiara Milanese - Oscar Bortolami -Matteo Bertucco - Giuseppe Verlato Zancanaro Carlo, (2010):** ANTHROPOMETRY AND MOTOR FITNESS IN CHILDREN AGED 6-12 YEARS.

21- **Ivashchenko O. V. - Khudolii O. M. – Yermakova T.S. – Pilewska Wieslawa – Muszkieta Radoslaw – Stankiewicz Blasej (2015):** Stimulation as method of classification of 7-9th from boy pupil's motor fitness.

22- **Khudolii O.M – Iermakov S.S – Prusikk (2015):** Classification of motor fitness of 7-9 years old boys.

23- **Miller - David K. (1994):** Measurement By The Physical educator: Why and How, 2nd ed., WCB Brown and Benchmark, Inc., USA.

24- **Morrow - James R. et al. (2005):** Measurement and evaluation in human Performance, 3rd ed., Human kinetics, USA.

25- **Olga Ivashchenko - Oleg Khudolii – Sergii Iermakov - Marc R. Lochbaum – Miroslawa Cieslicka – Walery Zukow - Mykola Nosko – Tetiana Yermakova (2016):** Factorial model as the basis of pedagogical control and functional fitness dynamic of 14-16 years old girls.

26- **Platanou T. – Varamenti E. (2011):** relationships between anthropometric and physiological characteristics with throwing velocity and on water jump of female water polo players, Sports Med Phys Fitness Journal,51(2):185-93,.

27- **Sady - S.P. - Fredson - P.S. (1984):** Body Composition and Structural Comparison of Female and Male Athletes. Clinics in Sports Medicine, 3,755-777.

28- **Y. Koutedak - C. Bouziotas (2002):** National physical education curriculum: motor and cardiovascular health realted fitness in Greek adolescents.

ملخص البحث:

هدفت الدراسة الى التحقق من صحة بطارية اللياقة الحركية لناشئي كرة القدم بجمهورية مصر العربية إستخدم الباحثون المنهج الوصفى تتضمنت البطارية (٦) عناصر اللياقة الحركية الرشاقة ، التوازن، التوافق، زمن الرجع، السرعة الانتقالية، القدرة العضلية وهذه المتغيرات التى تؤثر بشكل كبير على نجاح لاعبي كرة القدم وتتضمنت البطارية اختبار واحد لكل عنصر من عناصر اللياقة الحركية وتم تنفيذ هذه الاختبارات في ملعب كرة القدم حيث قام الباحثون بالتحقق من صدق البطارية بإستخدام صدق المضمون من خلال إستطلاع رأي الخبراء والتحقق من ثبات بطارية الاختبار بإستخدام اسلوب تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه و بلغ حجم العينة (٢٠٠) ناشئ لكرة القدم مقسمه (٥٠) لاعب عينة استطلاعية و (١٥٠) لاعب عينة أساسية من عدد (١٤) من الاندية الرياضية بجمهورية مصر العربية وكانت من أهم نتائج الدراسة أن بطارية اللياقة الحركية المستخدمه بالبحث هي بطارية صالحة للتطبيق.

Abstract:

The study aimed to verify the validity of the kinetic fitness battery for football juniors in the Arab Republic of Egypt. The researchers used the descriptive approach. The battery (6) included elements of kinetic fitness agility, balance, compatibility, reaction time, transitional speed, muscular ability, and these variables that significantly affect the improvement of performance Football players, the battery included one test for each component of kinetic fitness. These tests were carried out on the football field, where the researchers verified the validity of the battery using the validity of the content through an expert opinion poll and verifying the stability of the test battery using the method of applying and re-applying the test. The sample (200) junior soccer players, divided into (50) players, an exploratory sample, and (150) players, a basic sample from (14) sports clubs in the Arab Republic of Egypt. One of the most important results of the study was that the kinetic fitness battery used in the research is a valid battery for application.