

- تأثير المباريات المصغرة على مستوى بعض القدرات التوافقية

لدى براعم كرة القدم

أ.د. ياسر محفوظ الجوهري *

د. محمد محمود مصلحي الدسوقي **

ملخص الدراسة

أن استخدام أسلوب المباريات المصغرة يعتبر أحد أهم الأساليب والوسائل المساعدة في تطوير القدرات التوافقية للبراعم مثل قدرة البرعم على تمرير الكرة للزميل في المكان المناسب (تحديد وضع) ، قدرة البرعم على التمرير ثم استلام الكرة والتصويب (التنظيم الحركة) ، قدرة الحارس على منع هدف من تصويب مفاجئ (رد فعل) ، قدرة البرعم على أداء أكثر من مهارة بشكل متسلسل وسريع (الربط الحركي) ، قدرة البرعم على الإشتراك في كرة عالية ثم النزول وتمرير الكرة أو تصويبها (الإتزان الحركي) ، قدرة البرعم على التحرك في المساحة المناسبة للزميل (إحساس بالمكان) ، وقدرة البرعم على التحرك في الزمن المناسب للزميل (إحساس بالزمن) ، كل هذه القدرات التوافقية السابقة وغيرها من القدرات تظهر خلال المباراة الواحدة وبالتالي فإن تكرار المباريات المصغرة يركز على هذه القدرات وينميها وتكون هي النواة والأساس لكي يتحسن مستواه البدني والفني وهو الهدف الأكبر من هذه المباريات ، **وإستخدام الباحثان المنهج التجريبي** لمناسبته لطبيعة البحث بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبية وضابطة وإستخدام القياس (القبلي - البعدي). **على عينة** من ناشئي كرة القدم بنادي بطا تحت (١٢ سنه) ، والبالغ عددهم (٤٠) برعم (٢٠ تجريبية - ٢٠ ضابطة) ، وكانت أهم **النتائج** أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام المباريات المصغرة أثر إيجابياً على تنمية القدرات التوافقية للمجموعة التجريبية. وجود فروق داله إحصائياً بين متوسطات القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى القدرات التوافقية ولصالح المجموعة التجريبية.

مجلة بحوث التربية البدنية والرياضة -- كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة بنها - المجلد الأول - النصف الأول

٢٠١٢م

* أستاذ بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها
** مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها