

تأثير برنامج تدريبي مبني بطريقة الكويفر كوتشينغ في تعليم بعض المهارات الأساسية
للاعبي كرة القدم دون 15 سنة.

Impact of Coever Coaching Program on Learning Basic Skills of Football players under
15 years.

شريط عادل¹ ، بن سالم سالم²

CHERIET Adel¹, BENSALAM Salem²

¹ جامعة أم البواقي / cheriet12000@gmail.com

² جامعة المسيلة / salem.bensalem@univ-msila.dz

تاريخ النشر: 2020/06/09

تاريخ القبول: 2020/04/24

تاريخ الاستلام: 2020/01/12

الملخص: هدف البحث إلى إعداد برنامج تدريبي وتعليمي مبني بطريقة الكويفر كوتشينغ في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم دون 15 سنة، وكذلك التعرف على مدى تأثيره في تطوير بعض المهارات الأساسية في كرة القدم (التمرير والإستقبال، الجري بالكرة، دقة التصويب). ولتحقيق ذلك أجري البحث على عينة قوامها 20 لاعبا، قسّمت إلى مجموعتين (ظابطة وتجريبية). واستخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي. ثم قام الباحثان باستخدام اختبارات مقننة، مناسبة لموضوع البحث ولل فئة العمرية تحت سن 15 سنة، وذلك قبل وبعد تطبيق البرنامج المقترح. وأوصى الباحثان على ضوء ما تم استخلاصه من نتائج، بضرورة الإعتتماد على برنامج الكويفر كوتشينغ لتطوير المهارات الأساسية في كرة القدم وخصوصا لدى الفئات الشبانية للوصول بها إلى المستوى العالي.
الكلمات المفتاحية: برنامج الكويفر كوتشينغ، المهارات، كرة القدم، فئة أقل من 15 سنة.

Abstract: The study aimed to reveal the impact of use of Coever Coaching Program to develop some basic skills of football (Passing and Receiving, running of the ball, shooting) among players under 15 years old.

To achieve this research was conducted on a sample core of 20 players, were divided into two groups (experimental group and control group). The researchers used the experimental method. They used pre and post test for two sets. They used tests standardized measure basic skills of football players under 15 years.

The researchers recommended in the light of what has been deduced from the results, attention should be paid to conduct scientific research through which the work of training programs related to improving and developing various basic skills of football players and link them to a high level, specially using the Coever Coaching Program on basic skills of football players under 15 years.

Key words: Coever Coaching Program, Skills, Football, U15.

الجانب النظري:

1- مقدمة:

تُعد كرة القدم من الألعاب الأكثر شعبية في العالم، وذلك نظراً لنجاحاتها الكبيرة، حيث صاحب انتشارها تطوراً شمل كل جوانبها بما فيها الجانب المهاري. "ولا يتأتى ذلك إلا من خلال خطة رشيدة لها أهداف مُحددة، لأنَّ إتقان وتحسين الأداء المهاري يُعد أمراً جوهرياً للوصول باللّعب إلى الأداء بصورة آليّة ومُتقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة، فهي رياضة تنافسية ذات مواقف مُتغيّرة، والتي تتطلب قُدُرات توافقية حتّى يستطيع ممارسها من أداء مهاراتها المختلفة" (دريال والشيخ، 2019، ص 432)، وباعتبار المهارات وسيلة تنفيذ الخطط لذا إتقانها بالشكل الأمثل ضروري لنجاح هذه الخطة.

إنَّ المقصود بالإعداد المهاري والفني هو اكتساب اللاعبين للمهارات الأساسية من خلال إتقانها واستخدامها بتحكم ودقة خلال مواقف اللّعب المختلفة. ويرى حسن وصاحب (2009) بأنّ: "المهارة تعني القُدرة على أداء الحركة في وضعيات مختلفة كما تعني الثبات والآلية، أي القُدرة على حل الواجب الحركي. وهذا يعني أنّ الحركة تُؤدى بانسيابية وسهولة واقتصادية في العمل كونها استجابات حركية متناغمة تتم بإيعازات عصبية إلى المجمع العضلية الخاصة بالحركة" (ص 12). وتُعتبر إجادة لاعبي الفريق لكافة أشكال المهارات الأساسية هي بمثابة الأساس الذي يُبنى عليه نجاح وتفوق الفريق، وبدون إتقانها لن يستطيع اللّعب تنفيذ الخطط الملقاة على عاتقه من خلال واجبات المركز الذي يشغله في خطوط اللّعب المختلفة أثناء المباراة.

إنَّ الوصول إلى مصاف العالمية يمر حتما عبر التكوين الجيّد للفئات الشبانية، لذا أصبحت هناك ضرورة حتمية لإجراء البحوث العلمية التطبيقية في مجال كرة القدم، حيث تُعد الفئات العمرية الصغيرة الركيزة القوية التي يُعتمد عليها في بناء مستقبل كرة القدم، حيث يُمثلون القاعدة الأساسية والعريضة فيما لو تم وضع الإطارات المتخصصة على رأس هذه الفئات، مروراً بالانتقاء والتوجيه الجيّد لهم، وباستعمال أفضل طرق التدريب والتعليم الناجعة والمبنية على اختيار التمارين المناسبة لكل فئة.

"ولمّا كان تعليم وتعلم المهارات الأساسية في كرة القدم لا يتم بين يوم وليلة، وإنّما تستمر عملية التدريب على المهارات زمناً طويلاً قد يصل إلى سنين حتّى يصل اللّعب إلى الإتقان الكامل المطلوب، لذلك يجب على مدرس التربية الرياضية والمدرّب أن يعلموا بأنّ تعلم

المهارات الحركية يمر بثلاث مراحل متداخلة قبل أن تصل مهارة اللاعب إلى الدقة والكمال في الأداء؛ وهي مرحلة التوافق الأولي، ثم مرحلة التوافق الجيد وصولاً إلى مرحلة تثبيت وإتقان المهارات" (مختار، دت، ص 98). كما كان لزاماً عليه أن يُدقق في اختيار التمارين التي توصله لتحقيق أهدافه من التدريب، مُتبعاً خطوات التدريب على المهارات تحت ظروف بسيطة وثابتة. ومن هنا وجب أن يأخذ التدريب في مرحلة الناشئين طرق أكثر تطوراً لأداء مهارات اللعب. نذكر منها الطريقة المباشرة، والطريقة الموجهة، والطريقة الجماعية وصولاً لطريقة بناء مواقف اللعب. وكذلك كان لزاماً على المدرب أن يُحدد الطريقة التي سيتبعها في تدريب وتعليم الجانب المهاري.

في السنوات الأخيرة شهدت كرة القدم تطوراً كبيراً خصوصاً في الجانب المهاري، حيث غزت مناطق لم تكن كرة القدم معروفة أو غير ذات شعبية فيها كقارة أمريكا الشمالية أو في القارة الآسيوية... وفي مدة زمنية قصيرة، وحسب خبراء اللعبة فإنّ الأثر الكبير في ذلك يعود بنسبة كبيرة لطريقة الكويفر كوتشينغ. حيث وصفها كلينسمان كمايلي: "إنّه لمن دواعي الفخر أنني تعاملت مع برنامج الكويفر كوتشينغ في أكاديمية اليابان، ومنذ ذلك الحين اقتنعت بأنّه مفتاح نجاح كل من اللاعب والمدرب على حد سواء. خاصة وأنا من مُحبي طريقة التدريب التي تعتمد على مواجهات 1 ضد 1. فأني لاعب لديه مهارة جيّدة في الصراعات الثنائية يستطيع أن يصنع الفرق في اللعبة، وأنّ فرص صناعة الهدف تكون كبيرة سواء له أو لفرقه، فتمنيت لو أنّ برنامج الكويفر كوتشينغ كان معمولاً به عندما كنت أَلعب صغيراً" (Stoneback, Galustian, & Cooke, 2011, p 1).

إنّ الدوافع التي أدت بنا إلى القيام بهذا البحث هو قلة الدراسات العلمية الميدانية التي تناولت طرق وأساليب تطوير الجانب المهاري، التي تهتم بالفئات الصغرى في الجزائر، وكذلك في محاولة لمجاراة الدول المتطورة والانفتاح على كل ما هو جديد في عالم كرة القدم للوصول بكرة القدم الجزائرية إلى مصاف الدول المتطورة في اللعبة. وإيماناً منا بأنّ الفئات الصغرى هي القاعدة الأساسية التي تمد الفرق الأعلى سنّاً باللاعبين المُعدّين إعداداً تربوياً وفنياً جيداً وأنّ الاستثمار الحقيقي يكون في الفئات الشبانية التي تُعدّ خزاناً لفريق المتقدمين، وعليه جاءت فكرة القيام بهذا البحث لإبراز أهمية برنامج تدريبي وتعليمي مبني بطريقة الكويفر كوتشينغ ومدى تأثيره في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم دون 15 سنة.

❖ مشكلة البحث:

" إنَّ معظم الباحثين أثبتوا أنَّه لا يُمكن أن يُرفع مستوى الأداء الرياضي ما لم يكن هناك عمل مُخطط هادف على المدى القصير والمتوسط والطويل، مبني على أسس علمية في مجال التدريب الرياضي الحديث، تحت إشراف إدارات كُفئة ومؤهلة علميا وعمليا في إعداد اللاعبين إعدادا كاملا ومُتزنًا يشمل جميع الجوانب" (بن سعادة وسعداوي، 2012، ص 181). حيث إنَّ التخطيط العلمي لبرامج التدريب الرياضي يُعتبر من الوسائل الفعّالة التي تُؤدي إلى التقدم بمستوى اللّعب، والمتتبع لواقع كرة القدم في الجزائر يرى بأنّها تُواجه الكثير من المعوقات التي تُعرق مسيرة اللّعبة، وذلك راجع لعدة أسباب منها عدم استعمال البرامج التدريبية المُقننة والمبنية على أسس علمية وعدم الاهتمام بالمدارس الرياضية، حيث يُعتبران من متطلبات الاحتراف الرياضي. وعلى هذا الأساس جاءت هذه الدراسة والتي تجلت أهميتها في اقتراح برنامج تدريبي وتعليمي مبني على طريقة جديدة وهي طريقة الكويفر كوتشينغ، ممّا يدفعنا ل طرح التساؤلات التالية.

❖ تساؤلات الدراسة:

✓ التساؤل العام:

هل للبرنامج التدريبي والتعليمي المقترح والمبني على طريقة الكويفر كوتشينغ تأثير في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم لأقل من 15 سنة؟

✓ التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق دالة إحصائية لاستخدام طريقة التدريب الاعتيادية على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى لاعبي المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية لاستخدام طريقة الكويفر كوتشينغ على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى لاعبي المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم في الاختبار البعدي تُعزى لاستخدام طريقة الكويفر كوتشينغ؟

❖ فرضيات البحث:

✓ الفرضية العامة: للبرنامج التدريبي المقترح والمبني على طريقة الكويفر كوتشينغ تأثير في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم دون 15 سنة.

✓ الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق دالة إحصائية لاستخدام طريقة التدريب الاعتيادية على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى لاعبي المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاستخدام طريقة الكويفر كوتشينغ على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم لدى لاعبي المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي.
- توجد فروق دالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة الضابطة في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم في الاختبار البعدي تُعزى لاستخدام طريقة الكويفر كوتشينغ.

❖ أهداف البحث:

- ✓ تصميم برنامج تدريبي مبني بطريقة الكويفر كوتشينغ لتطوير بعض المهارات الأساسية.
- ✓ معرفة أثر البرنامج المقترح في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم (التمرير والاستقبال، الجري بالكرة، دقة التصويب) لصف أقل من 15 سنة.

❖ أهمية الدراسة:

- ✓ تكمن أهمية الدراسة في إضافة مرجع علمي للمدربين وإثراء البحث العلمي، لأنها تُعتبر من أولى الدراسات التي تناولت دراسة طريقة الكويفر كوتشينغ في الجزائر - في حدود علم الباحثان- وهي طريقة جديدة وأثبتت جدواها من خلال المختصين في المجال، وبالنظر إلى النتائج المحققة فهذا يجعلها تحظى بقدر من الأهمية.
- ✓ تساهم في زيادة كفاءة لاعبي كرة القدم وتحسين للمعلومات المتصلة بالتدريب الرياضي.

❖ مجالات البحث:

- ✓ المجال البشري: لاعبو كرة القدم لفئة أقل من 15 سنة.
- ✓ المجال الزمني: المدة من 2018/12/10 لغاية 2019/05/20.
- ✓ المجال المكاني: الملعب البلدي بسطانجي مختار - تبسة- الجزائر.

2- الكلمات الدالة:

- ❖ البرنامج: يُعرف البرنامج بصورة عامة بأنه: "عبارة عن العمليات المطلوب تنفيذها بحيث يُراعى ميعاد البدء وانتهاء هذه العمليات وفق زمن محدد وهدف واضح، وإنه أحد عناصر عملية التخطيط لتحقيق هدف الخطة الموضوعة". (الحاوي، 2002، ص 57). ونعني بالبرنامج إجرائياً بأنه عبارة عن عدة وحدات تدريبية مُنظمة ومُقننة ومُخطط لها وفق منهجية التدريب الرياضي ويُراعى فيها هدف واضح وزمن مُحدد.

❖ طريقة الكويفر كوتشينغ: هي "طريقة تعتمد على اللعب المتحرك الذي يقوم على الهجوم، فهي طريقة إقتصادية، طبيعية، جذابة وخلاقة. فهي طريقة تتمحور حول ما يُسمى بهرم تطوير اللاعب" (Laspin, 2014, pp 18-23). ويُقصد بها إجرائيا هي تلك الطريقة المبنية على الجانب المهاري، أين يكون التركيز على التنمية الفردية للمهارات الأساسية للاعب كرة القدم، وعلى اللعب في مجموعات صغيرة.

❖ المهارات الأساسية: "هي مركب من عدة عوامل يستخدمها اللاعب في المباراة كالمهارة الفردية واللعب الجماعي ومعرفة قوانين اللعبة. فكرة القدم تتطلب أن يؤدي اللاعب المهارات الأساسية بمنتهى السرعة والدقة مع امكانية وقدرة عالية في تغيير اتجاهه مع الكرة" (كماش، 2015، ص 15). ويُقصد بها إجرائيا هي عبارة عن مختلف المهارات الحركية التي يقوم بها اللاعب بالكرة أو بدونها وتتمثل في تمرير الكرة، استقبال الكرة، مراقبة الكرة، قذف الكرة، اللعب بالرأس...

❖ فئة الأصاغر: "هي المرحلة التي يأخذ فيها الفرد طابع آخر، يُوجه فيه نفسه مع المجتمع الذي يعيش فيه، ويلاءم بين تلك المشاعر الجديدة والظروف البيئية، ليحدد موقعه بين هؤلاء الناضجين، محاولا التعود على ضبط النفس والابتعاد عن العزلة والانطواء تحت لواء الجماعة" (حافظ، 1990، ص 84). أما إجرائيا فهي أولى مراحل المراهقة، تظهر فيها تغيرات مرفولوجية، فزيولوجية، نفسية ووجدانية لدى الطفل.

3- الدراسات السابقة:

❖ دراسة بلعروسي سليمان (2008) بعنوان: "توظيف الألعاب التمهيدية ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم".

- الهدف: تصميم برنامج تدريبي باستخدام الألعاب التمهيدية لتنمية بعض الصفات البدنية والمهارات لناشئي كرة القدم.

- عينة الدراسة: تمثلت في 30 لاعبا لأصاغر الوفاق الرياضي لبلدية جديوية ولاية غليزان.

- المنهج المستخدم: وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي.

- أدوات جمع المعلومات: المصادر العربية والأجنبية، المقابلات الشخصية، الاستبيان.

- نتائج الدراسة: توظيف الألعاب التمهيدية يؤثر إيجابيا في تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم. وبرمجة تدريب بمحتوى تقليدي لا يكفي للوصول باللاعب إلى أعلى المستويات.

❖ دراسة مقاق كمال (2013) بعنوان: " أثر تمارين بدنيّة بطريقة التدريب التكراري على الأداء المهاري لدى لاعبي كرة القدم – صنف الأصاغر-".

- الهدف من الدراسة: تصميم برنامج تدريبي باستخدام طريقة التدريب التكراري لتطوير الصفات البدنيّة والمهارية عند فئة أصاغر كرة القدم- عيّنة الدراسة: تمثلت في 30 لاعبا لأصاغر الوفاق الرياضي لبلدية المسيلة.

- المنهج المستخدم: وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج التجريبي.

- نتائج الدراسة: إدماج تمارين وبرامج تطويرية قصد تحسين الأداء المهاري والبدني للاعبين. وتخصيص حصص نظرية لتوضيح مراحل التعلم المهاري. كذلك ضرورة إطلاع المدربين على كل ما هو جديد في مجال كرة القدم والعلوم المرتبطة. كما يجب الاعتماد على سياسة التكوين القاعدي لتكوين جيل صاعد، وفق أسس وبرامج علمية.

❖ دراسة راتب محمد علي الداود (2014): "تأثير استخدام أسلوب حل المشكلات في تعلم بعض المهارات بكرة القدم لطلبة كلية التربية الرياضية -جامعة اليرموك".

- الهدف من الدراسة: التعرف على تأثير استخدام أسلوب حل المشكلات في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم (التمرير، الجري بالكرة، ضرب الكرة بالرأس، التصويب بالقدم) لدى طلبة كلية التربية الرياضية لجامعة اليرموك.

- عيّنة البحث: تمثلت في 40 طالبا مسجلين لمساق تعليم كرة القدم لجامعة اليرموك.

- المنهج المستخدم: وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي (القبلي والبعدي).

- أدوات جمع البيانات: المصادر، المقابلات، برنامج تعليمي مبني بأسلوب حل المشكلات.

- نتائج الدراسة: أظهرت النتائج فعالية استخدام أسلوب حل المشكلات على تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.

الجانب التطبيقي:

1- الطرق المنهجية المتبعة:

❖ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته لمشكلة البحث.

❖ عيّنة البحث: تمّ اختيار عيّنة البحث بالطريقة العمدية على مستوى فريق أكاديمية

المستقبل لتكوين النشء بتبسة، اذ اشتملت العيّنة الأساسية على 20 لاعبا.

❖ تجانس وتكافؤ عيّنة البحث:

✓ تجانس مجموعتي البحث: لقد قام الباحثان بدراسة التجانس لعينة البحث من حيث المواصفات (الطول، الوزن، السن)، والجدول التالي يُوضح ذلك:

الجدول (1) نتائج معامل ليفين لتجانس عينة البحث حسب (الطول-الوزن-العمر)

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل ليفين	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية		
الطول	التجريبية	10	161,7	2,28	0,789	19	غير دال		
	الضابطة	10	162,00	2,80					
الوزن	التجريبية	10	61,45	2,65	0,394		19	غير دال	
	الضابطة	10	61,40	2,50					
العمر	التجريبية	10	14,00	0,32	0,358			19	غير دال
	الضابطة	10	14,46	0,24					

عند درجة الحرية تساوي (19) وعند مستوى الدلالة الإحصائية ($0,05 \geq \alpha$)، يتبين من الجدول (1) أنّ قيمة معامل ليفين للتجانس لمتغير الطول والوزن والعمر للعينة تساوي (0,789) و(0,394) و(0,358) على التوالي، وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0,05 \geq \alpha$)، وهذا يدل إحصائياً على تجانس عينة البحث في هذه المتغيرات.

✓ تكافؤ مجموعتي البحث: من أجل إرجاع الفوارق إلى العامل التجريبي، تمّ التحقق من تكافؤ عينة البحث في اختبارات البحث باستخدام قانون (ت)، والجدول يُوضح ذلك:

الجدول (2) يبين نتائج اختبار(ت) للعينة الدراسة تبعاً لبعض المتغيرات المهارة.

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية		
التمرير والاستقبال	التجريبية	10	1,10	0,73	-0,226	18	غير دال		
	الضابطة	10	1,00	0,66					
الجري بالكرة (ثا)	التجريبية	10	23,34	1,59	0,151		18	غير دال	
	الضابطة	10	22,75	1,51					
دقة التصويب (الدرجة)	التجريبية	10	5,30	0,67	-0,501			18	غير دال
	الضابطة	10	4,80	0,78					

عند درجة الحرية تساوي (18) وعند مستوى الدلالة الإحصائية ($0,05 \geq \alpha$)، يتبين من الجدول (2) أنّ قيمة معامل (ت) لمتغير التمرير والاستقبال وملتغير الجري المتعرج بالكرة وملتغير دقة التصويب للمجموعة الضابطة والتجريبية تساوي (0,226) و(0,151) و(0,501)

على التوالي، وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$)، وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد العينة في الاختبارات المهارية (التمرير والاستقبال، قيادة الكرة، دقة التصويب) مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

❖ أدوات البحث والأجهزة المستخدمة:

- ✓ أدوات البحث: المراجع، الاختبارات المهارية، البرنامج التدريبي والتعليقي المقترح.
- ✓ الأجهزة المستخدمة: كرات قدم، شريط قياس، استمارات تسجيل، ميزان طي.
- ❖ الدراسة الاستطلاعية: لضمان سير البحث، قام الباحثان بالإجراءات التالية:
 - ✓ دراسة مسحية لأهم المهارات في كرة القدم، في شكل استمارة موجهة للخبراء.
 - ✓ دراسة مسحية لأهم الاختبارات المهارية لكرة القدم، في شكل استمارة موجهة للخبراء.
- ✓ تجربة بعض وحدات البرنامج المقترح وذلك للتحقق من ملاءمة محتوى الحصة التدريبية من حيث التوزيع الزمني لها والأحمال التدريبية مع قدرات اللاعبين.
- ✓ قام الباحثان بتصميم محتوى البرنامج المقترح وعرضه على بعض الخبراء.

❖ الشروط العلمية للاختبارات:

- ✓ ثبات الاختبارات: أُعتمد لتقديره طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه، تم تطبيقه على عينة من 5 لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج العينة الرئيسية ثم أُعيد تطبيقها بعد 5 أيام، ثم حُسب معامل الارتباط، كما هو مُبين في (الجدول 3):

الجدول (3) يبين معامل ثبات الاختبارات قيد البحث

اسم الاختبار	حجم العينة	قيمة معامل الثبات
1 اختبار التمرير والاستقبال	5	0.81
2 اختبار الجري المتعرج بالكرة		0.90
3 اختبار دقة تصويب الكرة		0.85

من الجدول رقم (3) معاملات الثبات هي قيم عالية ومقبولة لغرض إجراء البحث.

- ✓ صدق الاختبارات: من أجل التأكد تم استخدام معامل الصدق الذاتي، كما يلي: الجدول

(4) يبين معامل الصدق الذاتي للاختبارات الدراسية

اسم الاختبار	حجم العينة	قيمة معامل الصدق
1 اختبار التمرير والاستقبال	5	0.90
2 اختبار الجري المتعرج بالكرة		0.94
3 اختبار دقة تصويب الكرة		0.92

يُبيّن الجدول أنّ المعاملات (0,90 و 0,94) هي قيم عالية ومقبولة لغرض إجراء البحث.

❖ الدراسة الرئيسية:

✓ الاختبارات القبليّة: تم إجراؤها من 08 إلى 2019/02/09 على عيّنة البحث.

✓ البرنامج التدريبي المقترح:

يحتوي البرنامج المقترح على 16 حصة (حصتين في الأسبوع)، بمعدل ساعة ونصف

لكل حصة. وقد تمّ بناء البرنامج كالتالي:

- تحديد أهداف البرنامج: هدف البرنامج إلى تعليم وتحسين المهارات الأساسية للاعب كرة

القدم تحت 15 سنة (تمرير واستقبال الكرة، الجري بالكرة، دقة التصويب).

- تحديد محتوى البرنامج: انعكس من خلال الحصص التدريبية المبرمجة والتي تخدم

أهداف البرنامج المسطر وفق خصائص الفئة العمرية ومتطلباتها.

- وسائل تنفيذ البرنامج: وتمثلت في تحديد العيّنة المستهدفة بالدراسة، تحديد الاختبارات

الخاصة بالبرنامج التدريبي، تحديد الطريقة المتبعة في انجاز الحصص التدريبية، توفير

العتاد الخاص بالتدريب وتهيئة مكان التدريب.

- الأسس العلميّة في وضع البرنامج التدريبي المقترح:

لقد اعتمد الباحثان في اعداد البرنامج على بعض المراجع العلمية والتقنية وخصوصا

الدليل الخاص بطريقة الكويفر كوتشينغ؛ والذي يشرح فلسفة الطريقة (للتدرب في كرة

القدم يجب لعب كرة القدم)، ويشرح خطوات الطريقة واجراءات التنفيذ على مستوى

أكاديميات طريقة الكويفر كوتشينغ في كل من الولايات المتحدة الأمريكية واليابان، والتي

تعتمد على الحضور الدائم للعب كشرط أساسي للتعلم .

تمّ بناء البرنامج وفق فلسفة طريقة الكويفر كوتشينغ، وذلك على شكل هرم،

محترمين فيه المراحل الموصي بها، يُراعي التسلسل المنطقي للتعليم والتدريب وفق طريقة

الكويفر كوتشينغ، حيث أنّ هذا الهرم يتكون من 6 مستويات؛ المستوى الأول مُوجه

لتحسين وتطوير التحكم الجيد في الكرة، أمّا الثاني مُوجه لتطوير مهارتي التمرير وانتراع

الكرة، والثالث للمواجهات الثنائية (1 ضد 1)، أمّا المستوى الرابع فهو مُوجه لتطوير

السرعة بالكرة وبدونها، أمّا الخامس فهو مُوجه لإنهاء الهجمة، أمّا الأخير فهو مُخصص

للألعاب المُصغرة.

حيث كل مستوى يرتبط بتقنيات خاصة، أين هناك بطارية من التمارين، تستجيب للهدف المرجو، حيث أنّ الفكرة الرئيسية هي الانطلاق من هذه التقنية الأساسية والمضي بها شيئاً فشيئاً للوصول لوضعيات اللعب الرئيسية.

✓ الاختبارات البعدية: تم إجراؤها من 12 إلى 2019/04/13.

❖ الأساليب الإحصائية: استعملنا المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل ليفين للتجانس، اختبار (ت) للعينات المتصلة، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، معامل إيتا مربع لتحديد درجة التأثير للمجموعات المنفصلة، ومعامل كوهين (Cohen's d) لتحديد درجة التأثير للمجموعات المتصلة.

2- عرض النتائج ومناقشتها:

1-1- الفرضية الأولى: توجد فروق دالة إحصائية لاستخدام طريقة التدريب الاعتيادية على تعلم بعض المهارات في كرة القدم للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.

الجدول (5) يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لبعض المهارات الأساسية في كرة القدم لفئة أقل من 15 سنة للمجموعة الضابطة

المتغيرات	القبلي		البعدي		قيمة المعنوية	الدلالة الإحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
اختبار التمرير والاستقبال	1,00	0,66	1,10	0,56	0,67	غير دال
اختبار الجري المتعرج بالكرة	22,75	1,51	22,31	1,31	0,09	غير دال
اختبار دقة التصويب	4,80	0,78	4,90	1,19	0,75	غير دال

عند درجة الحرية (9) ومستوى الدلالة (0,05)، يتبين من نتائج الجدول (5) أنّ المجموعة الضابطة كان متوسطها الحسابي في اختبار مهارة التمرير والاستقبال يساوي (1,00) وبانحراف معياري يُقدر بـ (0,66) في الاختبار القبلي، بينما كان متوسطها الحسابي يساوي (1,10) وبانحراف معياري يُقدر بـ (1,56) في الاختبار البعدي. ممّا يُظهر عدم وجود فروق دالة إحصائية لأنّ قيمة المعنوية (0,67) أكبر من قيمة الدلالة المعنوية (0,05).
أمّا في اختبار الجري المتعرج بالكرة، يُظهر أنّ المجموعة الضابطة كان متوسطها (22,75) وبانحراف (0,51) في الاختبار القبلي، بينما كان متوسطها (22,31) وبانحراف (1,31) في الاختبار البعدي. ممّا يُظهر عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، وذلك لأنّ قيمة الدلالة المعنوية كانت (0,09) وهي أكبر من قيمة الدلالة المعنوية (0,05).

أما في اختبار دقة التصويب، يُظهر أنّ المجموعة الضابطة كان متوسطها (4,80) وبانحراف يُقدر بـ (0,78) في الاختبار القبلي، بينما كان متوسطها (4,90) وبانحراف معياري يُقدر بـ (1,19) في الاختبار البعدي. ممّا يُظهر أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، وذلك لأنّ قيمة الدلالة المعنوية كانت (0,75) وهي أكبر من قيمة الدلالة المعنوية (0,05).

ويُرجع الباحثان نتائج المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية إلى أنّها نتائج عشوائية غير مُنظمة، لا تتركز على أسس علمية، وذلك مردّه إلى أنّ المجموعة الضابطة تتدرب وفق برنامج تقليدي عشوائي حيث يُشير حمّاد (2001) إلى أنّ: "الفارق بين التدريب الرياضي العلمي والأنشطة الأخرى المشابهة أنّ هناك العديد من الأنشطة التي تُمارس تحت مسمى الممارسة الرياضية والتي لا تستخدم الأسس العلمية للتدريب الرياضي حيث تعتمد تلك الأنشطة على تنفيذ وحدات تدريبية مرتجلة عفوية غير نابعة من مخطط تدريبي علمي". وتتفق دراستنا مع ما توصلت إليه دراسة بلعروسي (2008) في أنّ: "برمجة التدريب وفق الأسس والمبادئ العلميّة بمحتوى التدريبات التقليدية لا يكفي للوصول بالأعب إلى أعلى المستويات".

2-2- الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاستخدام طريقة الكويفر كوتشينغ على تعلم بعض المهارات لدى لاعبي المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي. الجدول (6) يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة لبعض المهارات الأساسية في كرة القدم

لفئة أقل من 15 سنة للمجموعة التجريبية

المتغيرات	القبلي		البعدي		معامل كوهين (Cohen's d)	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
اختبار التمرير والاستقبال	1,10	0,73	1,80	0,42	1,037	دال
اختبار الجري المتعرج بالكرة	23,34	1,59	20,36	1,38	1,245	دال
اختبار دقة التصويب	5,30	0,67	7,00	1,15	0,220	دال

عند درجة الحرية (9) ومستوى الدلالة (0,05):

يتبين من نتائج الجدول (6) أنّ المجموعة التجريبية كان المتوسط الحسابي لها في اختبار مهارة التمرير والاستقبال يساوي (1,10) وبانحراف معياري يُقدر بـ (0,73) في الاختبار القبلي، بينما كان متوسطها الحسابي يساوي (1,80) وبانحراف معياري يُقدر بـ (0,42) في الاختبار البعدي. ممّا يُظهر فروق دالة إحصائية، وذلك لأنّ قيمة الدلالة المعنوية تساوي (0,01) وهي أقل من قيمة الدلالة المعنوية (0,05). وهذا يعني وجود فروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي، وهو لصالح الاختبار البعدي.

ولتحديد درجة تأثير البرنامج التدريبي المقترح وبالرجوع إلى الجدول، نجد أنّ معامل (Cohen's d) لتحديد درجة التأثير يساوي (1,037) وبالرجوع إلى قائمة معايير معامل (Cohen's d) نجده أكبر بكثير من (0,8) ممّا يدل على أنّ البرنامج أثار بدرجة كبيرة (Large) على تنمية وتحسين مهارة التمرير والاستقبال.

أمّا في اختبار الجري المتعرج بالكرة، يُظهر أنّ المجموعة التجريبية كان المتوسط الحسابي لها (23,34) وبانحراف معياري يُقدر بـ (1,59) في الاختبار القبلي، بينما كان المتوسط الحسابي يساوي (20,36) وبانحراف معياري يُقدر بـ (1,38) في الاختبار البعدي. ممّا يُظهر أنّ الفروق كانت دالة إحصائية، وذلك لأنّ قيمة الدلالة المعنوية كانت تساوي (0,03) وهي أقل من قيمة الدلالة المعنوية (0,05). وهذا يعني أنّ هناك فروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي، وهذا الفرق معنوي دال إحصائياً، وهو لصالح الاختبار البعدي.

ولتحديد درجة تأثير البرنامج التدريبي المقترح وبالرجوع إلى الجدول، نجد أنّ معامل (Cohen's d) لتحديد درجة التأثير يساوي (1,245) وبالرجوع إلى قائمة معايير معامل (Cohen's d) نجده أكبر بكثير من (0,8) ممّا يدل على أنّ البرنامج أثار بدرجة كبيرة (Large) على تنمية وتحسين مهارة الجري المتعرج بالكرة.

أمّا في اختبار دقة التصويب، يُظهر أنّ المجموعة التجريبية كان المتوسط الحسابي لها (5,30) وبانحراف معياري يُقدر بـ (0,67) في الاختبار القبلي، بينما كان متوسطها الحسابي يساوي (7,00) وبانحراف معياري يُقدر بـ (1,15) في الاختبار البعدي. ممّا يُظهر أنّ الفروق كانت ذات دلالة إحصائية، وذلك لأنّ قيمة الدلالة المعنوية كانت تساوي (0,01) وهي أقل من قيمة الدلالة المعنوية (0,05). وهذا يعني أنّ هناك فروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي، وهذا الفرق معنوي دال إحصائياً، وهو لصالح الاختبار البعدي.

ولتحديد درجة تأثير البرنامج التدريبي المقترح وبالرجوع إلى الجدول، نجد أنّ معامل (Cohen's d) لتحديد درجة التأثير يساوي (0,200) وبالرجوع إلى قائمة معايير معامل (Cohen's d) نجده أقل من (0,5) ممّا يدل على أنّ البرنامج له تأثير إيجابي على تنمية وتحسين مهارة دقة التصويب ولكن بدرجة صغيرة (Small).

ويُرجع الباحثان النتائج المُحققة إلى استخدام البرنامج التدريبي المقترح وما اشتمل عليه من تمارين هادفة ومُركزة، تُراعي تحديد الهدف من كل حصة، ومدى مناسبة الحصص لهذه الفئة. كما يُرجعان هذا التطور الإيجابي إلى أنّ البرنامج التدريبي المقترح ساهم بصورة كيفية وكمية في تحسين مستوى أداء المهارات قيد الدراسة، وذلك بإعطائه الوقت الكافي لتعلمها وكذلك احترامه للتسلسل المنطقي لتعليم وتعلم المهارات، حيث يرى شعلان وأبو المجد (1996) إلى أنّ: "التقدم في مستوى أداء المهارات التي تتطلب السرعة والدقة وتغيير الاتجاه، تحتاج لفترة زمنية أطول من المهارات التي تتطلب القدرة لتحقيق المسافة، والتوافق والتوازن والإحساس والتحكم".

ويُرجع الباحثان كذلك هذه النتيجة إلى فاعلية طريقة الكويفر كوتشينغ للتدريب في كرة القدم في تعليم وتعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم بشكل أكثر نجاعة من الطريقة التقليدية الاعتيادية، وذلك باعتبارها من الأساليب الناجحة والمُستخدمة في تعليم وتعلم الكثير من المهارات والألعاب، وذلك مردّه إلى اعتمادها على أسلوب المواجهات بين المجموعات الصغيرة من أجل الوصول إلى أداء أحسن، وذلك لاعتماد اللاعب على نفسه في ابتكار العديد من الحلول والحركات التي توصله إلى أداء المهارة الأساسية بأفضل وجه، وهذا ما تُؤكده دراسة بلعروسي (2008) والمتمثلة في أنّ: "توظيف الألعاب التمهيدية في البرامج التدريبية تُؤثر إيجابياً في تنمية بعض الصفات البدنية وبعض المهارات الأساسية في كرة القدم".

كما يرى الباحثان أنّ التطور الإيجابي في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم يرجع إلى أنّ طريقة الكويفر كوتشينغ سمحت للاعب بإيجاد حلول مناسبة للموقف الذي يتعرضون له من خلال استيعاب اللاعب في مرحلة أولى للموقف أو الحركة وفي مرحلة ثانية إلى تثبيت الخيارات التي تمّ اكتسابها سابقاً، ممّا يجعل اللاعب قادر على اختيار الحل المناسب بكفاءة واقتدار وهذا ما يتوافق مع أدلى به اللاعب العالمي يورغن كلينسمان في

شهادته على مدى فعالية ونجاعة طريقة الكويفر كوتشينغ في تطوير المستوى المهاري للاعبين في مجتمعات لم تكن لكرة القدم أي تقاليد فيها.

ويُرجع الباحثان نسبة التأثير الصغيرة للبرنامج المقترح على تحسين وتطوير مهارة دقة

التصويب إلى صغر الوقت المخصص لتطويرها.

3-2- الفرضية الثالثة: توجد فروق دالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم في الاختبار البعدي تُعزى لاستخدام طريقة الكويفر كوتشينغ.

الجدول (7) يبين نتائج الاختبارات البعدية لبعض المهارات الأساسية في كرة القدم لفئة

أقل من 15 سنة للمجموعي البحث (التجريبية والضابطة):

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة المعنوية	معامل إيتا مربع	الدلالة الإحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
إختبار التمرير والاستقبال	1,10	0,56	1,80	0,42	0,006	0,35	دال
إختبار الجري المتعرج بالكرة	22,31	1,31	20,36	1,38	0,005	0,03	دال
إختبار دقة التصويب	4,90	1,19	7,00	1,15	0,001	0,04	دال

يتبين من الجدول أنّ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في اختبار مهارة التمرير والاستقبال يساوي (1,10) وانحراف قدره (0,56) في الاختبار البعدي، بينما متوسط المجموعة التجريبية في اختبار مهارة التمرير والاستقبال كان يساوي (1,80) وانحراف معياري قدره (0,42) في الاختبار البعدي. ممّا يُظهر أنّ الفروق كانت ذات دلالة إحصائية، وذلك لأنّ قيمة الدلالة المعنوية كانت تساوي (0,006) وهي أقل من قيمة الدلالة المعنوية (0,05)، وهذا يعني أنّ هناك فرق في الاختبار البعدي بين مجموعتي الدراسة في مهارة التمرير والاستقبال، وهذا الفرق معنوي دال إحصائياً، وهو لصالح المجموعة التجريبية.

ولتحديد درجة تأثير البرنامج وبالرجوع إلى الجدول، نجد أنّ معامل إيتا مربع لتحديد درجة التأثير يساوي (0,35) وبالرجوع إلى قائمة المعايير نجده أكبر بكثير من (0,14) ممّا يدل على أنّ البرنامج أثر بدرجة كبيرة على تنمية وتحسين مهارة التمرير والاستقبال.

كما يتبين أنّ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في اختبار الجري المتعرج بالكرة كان يساوي (22,31) وبانحراف معياري قدره (1,31) في الاختبار البعدي، بينما المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في اختبار الجري المتعرج بالكرة كان يساوي (20,36) وبانحراف معياري قدره (1,38) في الاختبار البعدي. ممّا يُظهر أنّ الفروق كانت ذات دلالة إحصائية، وذلك لأنّ قيمة الدلالة المعنوية كانت تساوي (0,005) وهي أقل من قيمة الدلالة المعنوية (0,05)، وهذا يعني أنّ هناك فرق في الاختبار البعدي بين مجموعتي الدراسة (الضابطة والتجريبية) في مهارة الجري المتعرج بالكرة، وهذا الفرق معنوي دال إحصائياً، وهو لصالح المجموعة التجريبية.

ولتحديد درجة تأثير البرنامج التدريبي المقترح وبالرجوع إلى الجدول، نجد أنّ معامل إيتا مربع لتحديد درجة التأثير يساوي (0,03) وبالرجوع إلى قائمة معايير معامل إيتا مربع نجد أنه أقل من (0,06) ممّا يدل على أنّ البرنامج أثر إيجابياً ولكن بدرجة صغيرة على تنمية وتحسين مهارة الجري المتعرج بالكرة.

كما يتبين أنّ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في اختبار دقة التصويب كان يساوي (4,90) وبانحراف معياري قدره (1,19) في الاختبار البعدي، بينما المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية في اختبار دقة التصويب كان يساوي (7,00) وبانحراف معياري قدره (1,15) في الاختبار البعدي. ممّا يُظهر فروق ذات دلالة إحصائية، وذلك لأنّ قيمة الدلالة المعنوية تساوي (0,001) وهي أقل من قيمة الدلالة المعنوية (0,05)، وهذا يعني أنّ هناك فرق في الاختبار البعدي بين مجموعتي الدراسة (الضابطة والتجريبية) في مهارة دقة التصويب، وهذا الفرق معنوي دال إحصائياً، وهو لصالح المجموعة التجريبية.

ولتحديد درجة تأثير البرنامج التدريبي المقترح وبالرجوع إلى الجدول، نجد أنّ معامل إيتا مربع لتحديد درجة التأثير يساوي (0,04) وبالرجوع إلى قائمة معايير معامل إيتا مربع نجد أنه أقل من (0,06) ممّا يدل على أنّ البرنامج أثر إيجابياً ولكن بدرجة صغيرة على تنمية وتحسين مهارة دقة التصويب.

ويُرجع الباحثان ذلك إلى أنّ المجموعة الضابطة تتدرب وفق برنامج تقليدي عشوائي حيث يشير حمّاد (2001) إلى أنّ: "الفارق بين التدريب الرياضي العلمي والأنشطة الأخرى المشابهة أن هناك العديد من الأنشطة التي تمارس تحت مسمى الممارسة الرياضية والتي لا تستخدم

الأسس العلمية للتدريب الرياضي حيث تعتمد تلك الأنشطة على تنفيذ وحدات تدريبية مرتجلة عفوية غير نابعة من مخطط تدريبي علمي".

ويُرجع الباحثان التطور الإيجابي لدى المجموعة التجريبية إلى استخدام البرنامج التدريبي المُقترح وما اشتمل عليه من تمارينات هادفة ومُركزة، تُراعي تحديد الهدف من كل حصة، ومدى مُناسبة الحِصص لهذه الفئة، ووزن الحِصص، وعدد مرات الممارسة أسبوعياً، وتسلسل وترتيب التمارين، حيث يشير مختار (د ت) إلى أن: " تنمية مهارة أساسية، أو التدريب على خطة معينة أو صفة بدنية لا يأتي دفعة واحدة بل يتحتم على المدرب تكرار التدريب، وتنظيم وحداته بشكل يسمح للاعبين التعلم الصحيح، وتطوير مستواهم، وأن يربط هدف وحدة التدريب السابقة بهدف وحدة التدريب اللاحقة".

كما يُرجع الباحثان النتائج الإيجابية للمجموعة التجريبية إلى أن البرنامج المقترح والمبني على طريقة الكويفر كوتشينغ يُساهم بصفة كبيرة في تحسين أداء المهارات كميًا ونوعياً، لآته يُعطي الوقت الكافي لتعلم المهارات ويحترم التسلسل المنطقي لتعلمها، حيث يرى شعلان وأبوالمجد (1996) إلى أن: "التقدم في مستوى أداء المهارات التي تتطلب السرعة والدقة وتغيير الاتجاه، تحتاج لفترة زمنية أطول من المهارات التي تتطلب القدرة لتحقيق المسافة، والتوافق والتوازن والإحساس والتحكم".

ويرجع الباحثان ذلك إلى الأثر الإيجابي للبرنامج المقترح في تعليم وتحسين المهارات الأساسية في كرة القدم، وهي مكونات الحِصص التدريبية للبرنامج التدريبي المقترح قيد الدراسة. ويبرهن هذا على مدى فاعلية البرنامج المُطبق على العينة التجريبية. ويرجع الباحثان هذه النتائج التي تم التوصل إليها إلى تعرض المجموعة التجريبية إلى تدريبات مقننة ومخطط لها في البرنامج التدريبي المقترح، والتي هدفت إلى تعليم بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم وفق البرنامج التدريبي المقترح، ولقد أخذوا بعين الاعتبار فيها فلسفة وأسس ومبادئ طريقة الكويفر كوتشينغ، والتي صُممت على شكل هرمي متسلسل، حيث كل عنصر يخدم العنصر الذي بعده، وبأسلوب برنامج مخطط له، وتتفق هذه الدراسة مع ما أشارت إليه دراسة بن قوة (1997) والتي تنص كلاًها على أن البرامج التدريبية المقننة تؤثر على المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم للناشئين.

أما نسبة التأثير الصغيرة على تحسين مهارتي الجري بالكرة ودقة التصويب فذلك راجع لقلّة الوقت المخصص لتطويرهما.

الخلاصة:

إن التقدم الذي عرفته كرة القدم الحديثة راجع بالأساس إلى توفير وبناء برامج تدريبية بأسس علمية. و من هنا تُطرح فكرة وأهمية إعداد البرامج التدريبية حتى نستطيع الوقوف على نقاط القوة والضعف فيها، وبالتالي نضمن الاستمرارية في العمل أو تعديل، ومن هذا المنطلق جاء موضوع بحثنا الذي يهدف إلى تأثير برنامج تدريبي مبني بطريقة الكويفر كوتشينغ ومقترح على تعليم بعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم تحت 15 سنة، يسمح بتعليم وتحسين الفعالية التقنية للمهارات الأساسية للاعب كرة القدم في مختلف مدارس التكوين لكرة القدم الجزائرية.

لقد حاولنا في دراستنا الحالية الوقوف على طبيعة طريقة الكويفر كوتشينغ ومقارنتها في تعليم وتدريب المهارات في كرة القدم، حيث تتعدى من كونها طريقة تعليم وتدريب إلى فلسفة، أين تركز على تطوير وتنمية مهارات اللاعب، مُعتمدة على التعزيز والتحفيز المستمر لدافعيته للتعليم والتدريب، وكذلك على مدى إبداعه في خلق وإيجاد حلول لمواقف جديدة. في هذه الطريقة يكون إدراك اللّعب و التدريب الذي إتفق عليه الكثير من نجوم اللّعبة، حيث أجمعوا كلهم على نجاعة وفعالية طريقة الكويفر كوتشينغ، فليس غريبا على أنّ الكثير من الفرق العالمية والكبيرة أن تستدعي من حين لآخر مكونين في طريقة الكويفر كوتشينغ كما يفعل مركز تكوين فريق ريال مدريد.

فمن خلال شهادات المختصين في اللّعبة يُمكن إعتبار برنامج الكويفر كوتشينغ من البرامج التدريبية المبنية بطريقة صحيحة، من حيث مراعاتها للأسس والمبادئ العلمية مثل تحديد هدف الحصّة، مدى مناسبة الحصص لهذه الفئة، وعدد الممارسات أسبوعياً، زمن الحصّة، تكرار التمرين إلى غير ذلك، والتي يُمكن تقويمها علمياً موضوعياً.

ويبقى أن نشير إلى بعض الملاحظات الهامة والتي نتجت عن دراستنا مثل التأكيد على أهمية العمل وفق برامج تدريبية مُصمّمة ومبنية وفق أسس ومبادئ علمية مُراعية ومُحترمة لخصائص ومتطلبات الفئات العمرية المستهدفة خصوصا في المراحل الشبانية.

كما تجدر الإشارة إلى ضرورة انفتاح القائمين على الرياضة على كل ما هو جديد في التدريب الرياضي دون مركب نقص، في سبيل تأسيس وإعداد النشء ورفع مستواهم مهارياً وفنياً. لأنّ الاستثمار الحقيقي في الرياضة ينطلق من خلال الفئات الشبانية التي تعتبر خزناً لفرق الأكاير، وبالتالي وجب العناية بها قصد الاستفادة منها مستقبلا.

الاستنتاجات:

- ✓ تم تصميم برنامج تعليمي وتدريبى مقترح للتدريب المهاري للاعب كرة القدم تحت 15 سنة مبني بطريقة الكويفر كوتشينغ.
- ✓ عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارة، والتي اعتمدت في تدريباتها على برنامج مبني بالطريقة التقليدية.
- ✓ وجود فروق دالة إحصائية للمجموعة التجريبية في الاختبارات المهارة ولصالح القياس البعدي لاعتمدها على برنامج مبني بطريقة الكويفر كوتشينغ.
- ✓ وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة في تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة القدم في الاختبار البعدي نتيجة استخدام طريقة الكويفر كوتشينغ.
- ✓ التعرف على مدى تأثير البرنامج التدريبي والتعليمي المبني على طريقة الكويفر كوتشينغ في تطوير بعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم دون 15 سنة.

التوصيات:

- ✓ ضرورة إجراء أبحاث علمية نظرية وتطبيقية، يتم من خلالها عمل برامج تدريبية لتطوير مختلف المهارات الأساسية للاعب كرة القدم والوصول بهم إلى المستوى العالي.
- ✓ ضرورة تعيين معارف المدربين تحت إشراف الجهات الوصية والإطارات المتخصصة.
- ✓ ضرورة الانفتاح على كل ما هو حديث في التدريب الرياضي وفي كرة القدم بالأخص.
- ✓ التطبيق الفعلي لمنظومة الاحتراف الرياضي على أرض الواقع وليس على الورق.
- ✓ ضرورة إنشاء مراكز تكوين على مستوى الفرق.
- ✓ فتح مجال الاستثمار في مجال التكوين وخلق شراكات بين الفرق المحلية والأجنبية.
- ✓ ابتعاث منظومة قوانين مراعية لإبراز الكفاءات الوطنية (إداريين، مدربين أو لاعبين...).
- ✓ إعادة النظر في برمجة منافسات الفئات الشبانية، بما يُسائر تطور كرة القدم.
- ✓ العمل على تطبيق البرنامج التدريبي المقترح والمبني على طريقة الكويفر كوتشينغ على مستوى أصاغر كرة القدم، لما أثبتته من نتائج إيجابية على تعليم وتحسين مختلف المهارات الأساسية للاعب كرة القدم قيد الدراسة.
- ✓ الاعتماد على منظومات تقييمية (اختبارات وقياسات) وطنية للوقوف على المستوى الفعلي للاعبين.
- ✓ تخصيص الوقت الكافي لتحسين كل مهارة بالقدر الذي يسمح من تطويرها.

قائمة المراجع العربية:

1. حافظ، نور (1990). *المراهق*. بيروت: دار الفارس للنشر.
2. الحاوي، يحي السيد (2002). *المدرّب الرياضي بين الأسلوبين التقليدي والتقنيّة الحديثة في مجال التدريب الرياضي*. القاهرة: المركز العربي للنشر.
3. حسن، عادل تركي؛ وصاحب، سلام جبار (2009). *كرة القدم*. البصرة: مطبعة النيل.
4. شعلان، إبراهيم حنفي؛ وأبو المجد، عمرو (1996). *استراتيجية الدفاع في كرة القدم*. القاهرة: دار الكتاب.
5. حمّاد، مفتي ابراهيم (2001). *التدريب الرياضي الحديث*. القاهرة: دار الفكر العربي.
6. كماش، يوسف لازم (2015). *المهارات الأساسية في كرة القدم: تعليم- تدريب*. عمان: دار الخليج للصحافة والنشر.
7. مختار، حنفي محمود (د. ت). *كرة القدم*. تمّ الاسترجاع من موقع <http://www.hollanduniversity.org>
8. دربال، فتحي؛ الشيخ، يعقوب (2019). دراسة عاملية للمتطلبات المرفولوجية والوظيفية للاعبين كرة القدم حسب مراكز اللّعب، *مجلة الإبداع الرياضي*، 10 (3)، 443-431.
9. بن سعادة، بدرالدين؛ سعداوي، محمد (2012). مؤشرات القدرة الهوائية لدى لاعبي كرة القدم، *مجلة الإبداع الرياضي*، 3 (3)، 176-181.
10. بلعروسي، سليمان. (2008). *توظيف الألعاب التمهيدية ضمن برنامج تدريبي لتنمية بعض الصفات البدنية والمهارات الأساسية لناشئي كرة القدم*، (ماجستير)، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر .
11. بن قوة، علي. (1997). *تحديد مستويات معيارية لاختيار الموهوبين من ناشئي كرة القدم- (12/11) سنة*، (ماجستير)، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر.
12. Stoneback, T. R., Galustian, A., &Cooke, C. (2011). *Coever Coaching: The N°1 Soccer Skills Teaching Method*. Retrieved from <http://www.coevercoachingnw.com>
13. Laspina, P. (2014). Plus qu'une méthode, Coever est une philosophie. *Vestiaires*, 56, 18-23. Retrieved from <http://www.vestiaires-magazine.com>