

## دراسة مقارنة بين المستوى البدني لمباريات القسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث في كرة القدم أكبر

د. منصورى عبد الله- جامعة أم البواقي - الجزائر - mansouri.abdallah@univ-oeb.dz

### ملخص:

### Abstract:

The study aims to identify the difference in the physical level between each of the competitions of the second national division and the third national division of the Algerian Football Championship Caper. For this purpose, we used the comparative descriptive approach, on a sample of 20 players, divided into two samples, 10 players of each level. She was intentionally selected from HBCL Club and CBM Club for the 2019/2020 sports season. To collect the data we used a GPS and a Polar device. After collecting the results and treating them statistically, it was concluded that the physical level of the second-degree players is higher than the physical level of the third-degree players.

**Key words:** Physical level, second national division, third national division. football

تهدف الدراسة إلى التعرف على الفرق في المستوى البدني بين كل من منافستي القسم الزطني الثاني والقسم الوطني الثالث للبطولة الجزائرية لكرة القدم كابر.ولهذا الغرض استخدمنا المنهج الوصفي المقارن، على عينة متكونة من 20 لاعبا، مقسمة إلى عينتين 10 لاعبين من كل مستوى. وقد تم اختيارها بشكل قصدي من نادي هلال شلغوم العبد ونادي شباب ميله للموسم الرياضي 2020/2019. لجمع البيانات استخدمنا جهاز GPS و جهاز Polar. بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائيا تم التوصل إلى أن المستوى البدني لمباريات الدرجة الثانية أعلى من المستوى البدني لمباريات الدرجة الثالثة. الكلمات المفتاحية: المستوى البدني، القسم الوطني الثاني، القسم الوطني الثالث. كرة القدم

## مقدمة:

يمثل الجانب البدني حسب الكثير من المختصين الخط الأحمر للأداء في كرة القدم إذ نجد أن جواهر كرة القدم عبر التاريخ أمثال Pelé، Maradona، Zidane، و Messi و Ronaldo كلهم استطاعوا التعبير عن امكانياتهم التقنو تكتيكية بشكل يتماشى مع واقع الممارسة الكروية في ملاعبهم انطلاقاً من قواعد بدنية صلبة تحاكي منطق النشاط البدني للمنافسات التي نشطوها. (Bangsbo, 1994) وأمام التقدم الكبير للوسائل التكنولوجية الحديثة التي استثمرت في تحليل المجهود البدني الذي يعرض خلال كل مباراة، بات من السهل أمام المهتمين بالمجال الحصول على أرقام متناهية الدقة عن كل ما يصدر من اللاعب من مجهود خلال أي منافسة. (Billat, 2001) وقد أصبحت هذه الإحصائيات الميدانية المرجع الأول لخبراء التدريب في توجيه وتعديل المضامين، الطرق والأساليب التدريبية بشكل ذكي يراعي الحصول على منتج بدني يغطي الجانب الكمي طيلة فترات ومراحل كل لقاء تنافسي مع احترام الطابع النوعي للنشاط التخصصي، فتمخض عن ذلك بروز إشكالات عديدة تعلق بنوع و نسبة الشعبة الطاقوية المتدخلة لتغطية متطلبات الأداء مع ضرورة تحديد دقيق لنوع الجهد المبذول في منافسات كرة القدم. فكانت دراسة كل من (Winterbottom 1952, Gamblin, ) من بين أول الدراسات التي حاولت الاجابة عن هذه الأسئلة بتسليطها الضوء على المسافة المقطوعة خلال مباريات الدوري الإنجليزي للاعبين محترفين، لتليها فيما بعد أكثر من 30 دراسة في نفس زاوية الاهتمام فسمي هذا النوع من البحوث بالتحليل الكمي. (Dellal,2008,10) وقد أسفر هذا الأخير عن مجموعة من المعطيات نوجزها كما يلي:

أن نشاط اللاعب الحديث في مباريات كرة القدم اليوم، يسجل زيادة معتبرة في المسافة المقطوعة حيث تطور الأداء من قطع مسافة 04 كلم في الخمسينيات، ليبليغ مسافة (10-14). كما أهتمت دراسات الكثير من الباحثين وعلى رأسهم (Bangsbo,1994) ، بالشدة المتوسطة المسجلة خلال هذه المسافة وبينت، أن متوسط النبض القلبي خلال مباراة كرة القدم يتراوح بين (150-190) ن/د ، وهو ما أكدته (Stolen,2005) ، و سجل ما نسبته (80-90) % من أقصى نبض كشدة متوسطة لجهد اللاعب خلال المنافسة، أي بنسبة 70 % من حجم الأكسجين

الأقصى، لهذا يتفق عدد معتبر من الخبراء (Bangsbo, 1998 ; Cazorla, 1998 ; Stolen et al, 2005) (1994) أن الجهد البدني الغالب للاعب كرة القدم يعتمد عموما على كفاءة الشعبة الهوائية لتلبية المتطلبات الطاقوية طيلة أطوار المنافسة. بينما لا تسجل البطولة الوطنية الجزائرية بنوعها المحترف أو الهاوي نفس هذه النسب.

أما التحليل النوعي فهو يركز على الطبيعة الحركية والفيسيولوجية لهذه المسافة المقطوعة فيقوم بتفصيل دقيق لكل تحركات اللاعب خلال المنافسة من خلال التطرق لهذه النسب : إذ تؤكد جل البحوث الحديثة في مجال التدريب الرياضي والتحضير البدني أن اللاعب خلال المباراة يكرر ما لا يقل عن (250-150) حركة سريعة وعالية الشدة أي ما يعادل مسافة : (1015-2500) متر حسب دراسات كل من (Winterbottom, 1954) و (Turpin, 1989) منها ما يقارب 600 م مجهودات تفوق شدتها (19.8 كم/سا) (Grégory, 2011, 19). حيث تتنوع هذه الحركات بين التنشيط الهجومي وكذا التنشيط الدفاعي تحت شروط يفرضها منطق اللعبة : من مساحة الملعب، وزن الكرة، ...

وبما أن الجانب البدني يعتبر أحد أهم المشاكل التي تصادف اللاعب الجزائري المحلي في جل أقسام البطولة الوطنية وخاصة في القسم الهاوي و أمام غياب محضر بدني في أغلب طواقم فرق الأندية الهاوية أين تسند مهمة التحضير البدني الى المدرب الرئيسي أو المدرب المساعد بات من الواجب معرفة المستوى البدني الحقيقي للمنافسات الرسمية لتحديث مضامين التدريب و إعادة توجيهها مع ما هو موجود خلال المباريات الرسمية . هذه المعطيات حركت اهتمام الباحث ودفعته طرح التسائل الآتي :

ما مدى الفرق الموجود بين المستوى البدني لمباريات القسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث في كرة القدم أكبر ؟

- التساؤلات الجزئية:

- ماهو الفرق بين المسافة المقطوعة خلال المنافسة الرسمية للاعبي القسم الوطني الثاني  
والقسم الوطني الثالث ؟

- ما هو الفرق بين السرعة القصوى خلال المنافسة الرسمية للاعبي القسم الوطني الثاني  
والقسم الوطني الثالث ؟

- ماهو الفرق بين متوسط النبض القلبي خلال المنافسة الرسمية للاعبي القسم الوطني الثاني  
والقسم الوطني الثالث ؟

2-فرضيات البحث:

1-2-الفرضية العامة:

-هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المستوى البدني لمباريات القسم الوطني الثاني والقسم  
الوطني الثالث في كرة القدم أكبر.

2-2-الفرضيات الجزئية:

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين كل من المسافة المقطوعة خلال المنافسة الرسمية  
للاعبي القسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث .

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط السرعة القصوى المسجلة خلال المنافسة  
الرسمية للاعبي القسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث .

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط النبض القلبي خلال المنافسة الرسمية للاعبي  
القسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث .

3-2-أهداف الالدراسةبحث :

-التعرف على مدى الفرق الموجود بين المستوى البدني لمباريات القسم الوطني الثاني والقسم  
الوطني الثالث في كرة القدم أكبر.

- التعرف على مدى الفرق الموجود بين كل من المسافة المقطوعة خلال المنافسة الرسمية للاعبى القسم الوطنى الثانى والقسم الوطنى الثالث .

- التعرف على مدى الفرق الموجود بين متوسط السرعة القصوى المسجلة خلال المنافسة الرسمية للاعبى القسم الوطنى الثانى والقسم الوطنى الثالث .

- التعرف على مدى الفرق الموجود بين متوسط النبض القلبي المسجل خلال المنافسة الرسمية للاعبى القسم الوطنى الثانى والقسم الوطنى الثالث .

#### 4-2-الكلمات الدالة فى الدراسة:

-كرة القدم:

-التعريف الاصطلاحى:

-هى لعبة شعبية وجماعية ذات انتشار واسع تلعب بفريقين يتكون كل فريق من 11 لاعب و 07 لاعبين احتياط يحاول كل فريق تسجيل أكبر عدد من الاهداف ليفوز تلعب المباريات فى ارضية مستوية على شكل مستطيل يحمها حكم رئيسى وحكما خط التماس و محافظ لقاء.(كامل،محمود،1999،05)

-التعريف الاجرائى:

- هى ممارسة نشاط رياضى جماعى تنافسى بين فريقين مدة 90 دقيقة مقسمة لشوطين 45 دقيقة فى كل شوط مع استراحة بينهما لمدة 15دقيقة ، باستخدام كرة على ملعب مستطيل الشكل و يكون الهدف من اللعبة دخول الكرة الى مرمى الخصم.

- المستوى البدنى :

- التعريف الاصطلاحى:

- يمثل المستوى البدني الشكل النهائي للياقة البدنية والتي بدورها تقسم إلى صفات شرطية متمثلة في التحمل ،القوة والسرعة والصفات التنسيقية وتشمل المرونة ،الخفة والتنسيق.(Weineck,1992).

- التعريف الاجرائي :

- يمثل المستوى الطاقوي والعصلي للرياضي ويعتبر أساس كل حركة رياضية.

### 3-إجراءات الدراسة:

#### 3-1- المنهج:

يعرف المنهج على أنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة لاكتشاف الحقيقة ، فتختلف بذلك المناهج المتبعة تبعاً لاختلاف الهدف الذي يود الباحث بلوغه، ويعتمد اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس على طبيعة مشكلة الدراسة و فرضياتها (دويدري،2000،57) . في هذا البحث اقتنع الباحث بضرورة إتباع الوصفي المقارن كطريقة علمية مناسبة لطبيعة المشكلة البحثية.

#### 3-2 – عينة البحث ومجمعه:

يتكون المجتمع من جميع عناصر، ومفردات المشكلة أو الظاهرة قيد الدراسة. وفي هذا البحث تكون المجتمع من 960 لاعب لفئة الأكاير ينشطون ضمن نوادي 32 نادي للبطولة الوطنية للدرجة الثانية والدرجة الثالثة شرق للموسم الرياضي 2019-2020.

#### -عينة البحث:

تعرف العينة على أنها جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءاً من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على إن تكون ممثلة لمجتمع البحث (رشيد الزرواتي،2007، ص334). تم اختيار العينة بطريقة عمدية من نادي هلال شباب ميله الناشط في القسم الوطني الثالث و نادي هلال شلغوم العيد الناشط في القسم الوطني الثاني وشملت عينة ب 10 لاعبين من كل فريق.

#### 3-3- تحديد المتغيرات:

ان الدراسة الميدانية تتطلب من الباحث ضبط المتغيرات قصد التحكم فيها من جهة، ومن جهة اخرى عزل بقية المتغيرات الاخرى الدخيلة، وبدون هذا الضبط تصبح النتائج التي يتوصل اليها الباحث مستعصية عن التحليل والتصنيف ومضلة للنتائج ويقصد بالضبط الاجرائي للمتغيرات، مختلف المحاولات المبدولة لإزالة تأثير اي متغير من شأنه ان يؤثر في نتائج البحث. ومتمثلت متغيرات دراستنا في :

- المستوى البدني.

- القسم الوطني الثاني هواة .

- القسم الوطني الثالث هواة.

4-3- أدوات البحث:

-المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

-المقابلات الشخصية.

-رابطة الوطنية لفرق الهواة.

-نظام GPS من نوع Fiedlwiz V2 .

- نظام polar Team

5-3-مجالات البحث:

-المجال البشري : لاعبي كرة القدم للبطولة الثانية والثالثة هواة في فئة الأكبر.

-المجال المكاني : ملعب المظاهرات و ملعب بلدية ميله.

-المجال الزمني :15 ديسمبر 2019 – 15 جانفي 2020 .

6-3-الأدوات الإحصائية:

اعتمد الباحث على الوسائل الإحصائية التالية مستعينا ببرنامج الحزمة الاحصائية SPSS :

المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط لكارل بيرسون، الصدق الذاتي، معامل دلالة الفروق "ت" ستيودنت.

#### 4- المناقشة:

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: هناك فروق ذات دلالة احصائية بين كل من المسافة المقطوعة خلال المنافسة الرسمية للاعبين القسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث.

جدول رقم (01): يبين نتائج مستوى مستوى المسافة المقطوعة لعينتي البحث

المتغيرات	مجموعة (01) ق و 02		مجموعة (02) ق و 03		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولية	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
السرعة الهوائية القصوى	10.55	3.5	08.36	6.2	2.38	2.10	دال

من خلال الجدول رقم (01): الذي يوضح مقارنة مستوى المسافة المقطوعة لعينتي البحث يتبين لنا: أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ 2.38 والتي هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية المقدره بـ 2.10 عند مستوى الدلالة 0,05 و درجة الحرية 18 مما يؤكد وجود فروق معنوية بين هذين المتوسطين، أي الفروق الحاصلة بين المتوسطين لها دلالة إحصائية. ويفسر الباحث ذلك بكون اللاعب المحلي الذي ينشط في القسم الوطني الثاني يبذل مجهود أكبر منه لدى اللاعب الذي ينشط في القسم الوطني الثالث.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: هناك فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط السرعة القصوى المسجلة خلال المنافسة الرسمية للاعبين القسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث.

جدول رقم (02): يبين نتائج مستوى متوسط السرعة القصوى لعينتي البحث

المتغيرات	مجموعة (01) ق و 02		مجموعة (02) ق و 03		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولية	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
قدرة الاسترجاع	31	4.20	29.5	6.32	1.95	2.10	غير دال

الثالث في كرة القدم أكبر

من خلال الجدول رقم (02): الذي يوضح مقارنة مستوى السرعة القصوى لعينتي البحث يتبين لنا: أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ 1.95 والتي هي أقل من قيمة "ت" الجدولية المقدر بـ 2.10. عند مستوى الدلالة 0,05 و درجة الحرية 18 مما يؤكد عدم وجود فروق معنوية بين هذين المتوسطين، أي الفروق الحاصلة بين المتوسطين لها ليست لها دلالة إحصائية. ويفسر الباحث ذلك بأن سفة السرعة هي صفة وراثية وبالتالي فإن اللاعب لا يمكن أن تؤثر فيه كثيرا مضامين التدريب أو مستوى المنافسة.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة: هناك فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط النبض القلبي خلال المنافسة الرسمية للاعبين القسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث.

جدول رقم (03) : يبين نتائج مستوى النبض القلبي لعينتي البحث

المتغيرات	مجموعة (01) ق و 02		مجموعة (02) ق و 03		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولية	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
القدرة اللاهوائية اللبينية	160	1.25	178	2.35	8.23	2.10	دال

من خلال الجدول رقم (03): الذي يوضح مقارنة مستوى متوسط النبض القلبي لعينتي البحث يتبين لنا: أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ 8.23 والتي هي أكبر من قيمة "ت" الجدولية المقدر بـ 2.10. عند مستوى الدلالة 0,05 و درجة الحرية 18 مما يؤكد وجود فروق معنوية بين هذين المتوسطين، أي الفروق الحاصلة بين المتوسطين لها دلالة إحصائية. ويفسر الباحث ذلك بتفوق لاعب الدرجة الثانية على لاعب الدرجة الثالثة من حيث سرعة الاسترجاع وقدرته وهذا يرجع بنسبة كبيرة لمضامين التدريب و نوعيتها وكذا مستوى المنافسة بين القسمين الثاني والثالث.

- الاستنتاجات:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المستوى البدني بين اللاعب الهاوي للقسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث.
- يقطع لاعب الدرجة الثانية مسافة أكبر منها من التي يقطعها لاعب الدرجة الثالثة.

- لا توجد فوارق بين لاعبي القسم الوطني الثاني والقسم الوطني الثالث من حيث مستوى السرعة القصوى.

- يمتلك لاعبو الدرجة الثانية قدرات استرجاع أحسن من اللاعبين الذين ينشطون في القسم الوطني الثالث.

- المراجع:

- باللغة العربية:

1- دويدري، ر: البحث العلمي، أساسياته النظرية وممارسته العلمية. دمشق: دار الفكر، 2000.

2- رشيد زرواتي: مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية دار الهدى للنشر والطبع والتوزيع، 2007.

3- كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسنين: "اللياقة البدنية ومكوناتها الأسس النظرية للإعداد البدني و طرق القياس " ط3، دار الفكر العربي القاهرة، 1997.

- باللغة الأجنبية:

04- Alexandre Dellal, de l'entraînement a la performance en football, de boeck, 2008.

05- Billat, L.V. Interval Training for Performance: A Scientific and Empirical Practice. 2001.

06- B.TURPIN : PREPARATION ET ENTRAINEMENT DU FOOTBALLEUR, Tom 2, Ed Amphora, 2002.

07- J Bangsbo, L Michalsik Assessment of the physiological capacity of elite soccer players Science and Football IV, 2002. 12

08- Singer, R.N: Motor learning and human performance -An .Application to -Physical education Skills-, 3rd Ed, Collier Macmillan, New York, 1980

09- Weineck (j), Manuel d'entraînement, 4e édition, vigot, paris, année 1997.