

تأثير استخدام تمارين متنوعة تبعا لشكل اللعب لتطوير بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين نادي الجزيرة الرياضي لكرة القدم للشباب

هدف البحث الى اعداد تمارين مختلفة تبعا لشكل اللعب لتطوير بعض المتغيرات البدنية و المهارية للاعبين كرة القدم الشباب، والتعرف على تأثير تلك التمارين المختلفة في تطوير بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم الشباب، و استخدم الباحث المنهج التجريبي الملائمة وطبيعة مشكلة البحث ، اما عينة البحث فقد فتمثلت بالعبين نادي الجزيرة الرياضي البالغ عددهم (٣٠) (العبا ، قسموا الى مجموعتين ضابطة وتجريبية وواقع (٥١) العبين لكل مجموعة وقد أظهرت نتائج البحث وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية ، واستنتج الباحث بأن مستوى الاختبارات البدنية والمهارية كان جيدا وضمن المعايير المقبولة لشباب نادي الجزيرة ، والمنهاج التدريبي المعد اثر ايجابا في تطوير متغيرات البحث ، والمجموعة التجريبية الخاضعة للمنهاج التجريبية كانت اكثر فاعلية من التي اتبعت المتغير التابع ، وأوصى الاستفادة من المنهاج المعد من الباحث من قبل المدربين لخضوعه لائسس العلمية المقننة والتي من شأنها ان تعمل على تطوير مستويات اللاعبين ، واستخدام المنهاج التدريبي في مرحلة المنافسات وذلك انه يحافظ على الجانب البدني والمهاري بالظافة الى ادخاله الفرح والمتعة والسرور اثناء التدريبات