

أثر تمارينات خاصة بملعب مصغر في تطوير مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد لطلاب الاول متوسط

اعداد

أم.د. ماجدة حميد كمبش

محمد أحمد خليل

كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى

استلام البحث / ٢٠١٤/٣/١٢

قبول النشر / ٢٠١٤/٣/٢٦

الملخص

عمد الباحث الى دراسة اثر التمارينات الخاصة بملعب مصغر في تطوير مهارتي المناولة والتصويب على عينه من طلاب الصف الاول المتوسط ، استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين ذات الاختبار القبلي والبعدى مستخدماً الوسائل الاحصائية المناسبة ومن اهم استنتاجاته تفوق المجموعة التجريبية مجموعة الملعب المصغر على المجموعة الضابطة مجموعة الملعب الكبير في مهارتين قيد البحث، ان التمارينات الخاصة المستخدمة في البحث قد زادت دافعية الطلاب نحو تطوير الاداء لأنها مثلت عنصراً للمنافسة والتشويق والمتعة والتسلية. ومن أهم توصيات الباحث تطبيق متغيرات البحث على عينات اخرى ولفئات مختلفة (بنين، بنات).

الكلمات المفتاحية/ المناولة والتصويب

The Effect of Special Exercises in Mini-court on the
Development of Passing and Targeting Skills in Handball for
First Class Intermediate Students

Abstract

The researcher intends to study the impact of special exercises in mini-court on developing of passing and targeting skills. The sample of the study is first class intermediate students. The researcher has used the experimental curriculum of two groups design and the appropriate statistical means. The most important conclusions which the researcher has reached to are the superiority of the first experimental group, which used mini-court on the second one of the large court in passing and targeting skills. Also the special exercises, used in the research, have increased the students' motivation towards performance since they represent a reinforcing factor. Moreover, these exercises have helped in increasing the competition, excitement

and amusement towards developing the performance. The researcher has recommended to apply the research variables on other samples and classes (girls and boys).

الباب الاول

١ - التعريف بالبحث :

١-١ - المقدمة و أهمية البحث :

ان التعلم والتدريب الرياضي يستندان على أسس علمية تخضع في جوهرها لمبادئ وقوانين العلوم الطبيعية و الإنسانية ، وإن هدف المختصون في مجال التعلم والتدريب هو تطوير الأساليب والطرق المستخدمة لتحسين وتطوير الاداء و الارتقاء به نحو الأفضل عن طريق توضيب جميع الامكانيات لاستثارة مكونات الإنسان الرياضي واستغلال إمكانياته بأقتصادية بالطاقة من اجل تحقيق الأداء الأفضل بأقل جهد و أفضل زمن من خلال ابتكار اساليب تتناسب مع جميع الاعمار خصوصا الاعمار الصغيرة .وكذلك قام الباحثين والمختصين في العملية التربوية والتعليمية بالبحث والتقصي عن أفضل الوسائل لتطوير تعلم الاداء في الألعاب الرياضية من خلال إيجاد المناخات التي تتلاءم مع مراحل نمو الطلاب وقياساتهم الجسمية وبالتوافق مع نوع الفعاليات الرياضية ، وان "الهدف العام هو تعزيز تطوير شبكة رياضة الشباب المستدامة وتبادل أفضل الممارسات" (IVSL) اذ استخدموا ملاعب وكرات وأدوات مختلفة الاحجام في كرة القدم والسلة للمرحلة الابتدائية تختلف عن المرحلة المتوسطة والاعدادية ، وقد اثبتت هذه العملية نجاحا من خلال ظهور لاعبين ومواهب في جميع الفعاليات رفقوا المنتخبات الوطنية باللاعبين.وبما اندرس التربية الرياضية هو اللبنة الأولى لتطوير تعلم مهارات الفعاليات المختلفة للطلاب،لذا ينبغي على مدرس التربية الرياضية كونه المخطط والمنفذ لعملية تطوير التعلم وصقل المهارات،ان يستخدم الوسائل والاساليب المناسبة لتحقيق اهداف الدرس، وبما ان منهج وزارة التربية قد حدد المهارات التي يجب على مدرس التربية الرياضية تطويرها في مرحلة الأول متوسط ومنها المناولة والتصويب بكرة اليد، والتي تعتبر حجر الزاوية لهذه الفعالية،اذ تبرز أهمية البحث من خلال استخدام تمرينات خاصة في ملعب مصغر في تطوير تعلم مهارتي المناولة والتصويب لهذه الفئة العمرية وتوفير بيئة تدريبية تتناسب مع قدراتهم البدنية خصوصا انهم في اول مرحلة بعد الابتدائية.

٢-١ مشكلة البحث

لنتويع أساليب التعلم والتدريب أهمية كبيرة لإيجاد بيئة مشوقة وكسر حالة الروتين والنمطية بالدرس لذلك تتزايد أهمية اختيار التمارين الخاصة لتحقيق مناخ جديد ممايزيد من تطوير تعلم الاداء والتوفير بالجهد والوقت والابتعاد عن حالت الملل والتعب والارهاق البدني والنفسي للطالب والتي قد تسبب نفور من الفعالية وعدم الرغبة بممارستها، ومن خلال ملاحظة الباحث الميدانية كونه مدرس وحكم لمعظم البطولات المدرسية وممارسة عمله في المدارس المتوسطة وجد ان الطلاب في هذه

الفئة لا يميلون ولا يتفاعلون بشكل جيد مع فعالية كرة اليد لانهم يجدونها لا تتناسب مع قدراتهم الجسمية والأداء في الملعب الاعتيادي مما ولد ضعفا في أدائهم المهاري ، لذا ارتئى الباحث استخدام تمارين خاصة بالملعب المصغر لجعل هذه اللعبة مشوقة ومثيرة لهم كمحاولة علمية لتطوير تعلم اللعبة في مدارس المحافظة.

١-٣ أهداف البحث

١- اعداد تمارين خاصة لتطوير تعلم مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد لطلاب الاول المتوسط.

١- التعرف على اثر التمارين الخاصة بملعب مصغرو بملعب اعتيادي في تطوير تعلم مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد لطلاب الاول المتوسط.

١ - ٤ فرض البحث :-

١. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبالية والبعديية للمجموعتين التجريبيية والضابطة ولصالح الاختبارات البعديية في تطوير مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد.

٢. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات البعديية للمجموعتين ولصالح المجموعة التجريبيية في تطوير تعلم مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد.

١ - ٥ مجالات البحث :-

١ - ٥ - ١ المجال البشري :- طلاب الصف الاول متوسط (ث/الحسن ابن علي للبنين).

١ - ٥ - ٢ المجال الزماني :- للمدة من ٢٢ / ١٠ / ٢٠١٣ ولغاية (٣٠ / ١٢ / ٢٠١٣) .

١ - ٥ - ٣ المجال المكاني :- ساحة ثانوية الحسن ابن علي للبنين.

الفصل الثاني

٢- الدراسات النظرية والمشابهة

٢-١ الدراسات النظرية

٢-١-١ التمرينات الخاصة :-

تعمل التمرينات الخاصة بكرة اليد على البناء المباشر للمستوى الرياضي والتي تؤثر على الاداء العقلي والمهاري.

يقصد بالتمرينات الخاصة "هي مجموعة من الأوضاع والحركات البدنية المختارة طبقا للمبادئ والأساس لتربوية والعلمية لغرض تشكيل وبناء الجسم وتنمية القدرات الحركية لتحقيق أفضل المستوى ممكن في الأداء الرياضي والمهني وفي مجالات الحياة المختلفة كافة (نبيلة خليفة وآخرون ، ١٩٩٠ : ٣٤٢) . "وتعمل هذه التمرينات على الاحساس بحمل المنافسات وكذلك التغلب على عامل الخوف والاحساس بالثقة والقضاء على التشكك والتردد الذي يحدث في المنافسات " (اللامي ، ٢٠٠٤ : ٧٢٦) .

والتمرينات الخاصة عرفها (بسطويسي وعباس ، ١٩٨٤ : ٦٢) بأنها " تمرينات بدنية الغرض منها تنمية المهارات الرياضية كذلك فهي تأخذ جزء من شكل الحركة " ، وتعرفها (ليلي زهران ، ١٩٩٧ : ٤٠) بأنها " التمرينات البدنية ذوات الهدف

الخاص وهي عبارة عن تمارين تهدف لإعداد وتنمية المهارات الحركية الخاصة لمختلف أنواع الأنشطة الرياضية و هي عامل مساعد يهدف لأعداد اللاعب وتنمية مستواه في نوع النشاط الرياضي الذي تخصص فيه".

٢-١-٢ هدف التمرينات: تتمركز الاهداف بالاتي(ناهد عبد زيد، ٢٠٠٨: ١١٧)

١. ثبات شكل الحركة، وذلك من خلال مسارها وزمنها ولا يوجد ثبات مطلق للحركة .

٢. توسيع عناصر الادراك الحسي للاعب او المتعلم .

٣. ربط اجزاء المهارة للتوصل الى الاداء الكلي لها .

٤. ربط المهارات فيما بينها .

٥. وسيله للراحة .

٦. الوصول الى الالية (الاتوماتيكية).

٧. وسيله من الوسائل التي يتعلم المتعلم من خلالها الاداء .

٢-١-٣ الملعب المصغر بكرة اليد(محمد عبد العاطي، ١٩٩٦: ٢٤٥-٢٤٧)

استحدثت كرة اليد المصغرة حتى يستطيع الاطفال ان يبدؤوا ممارسة لعبة مماثلة لكرة اليد ولكن على قدر قدرتهم ، وبالتالي لابد من تصغير كل شيء من الملعب ، لعدد اللاعبين ، علامات الملعب ، حجم الاهداف وكذلك حجم ووزن الكرات حتى تتناسب مع بعضها .

اذ يصبح قياس المرمى ٢,٤٠ عرض \times ١,٦٠ ارتفاع ، وكذلك يكون ملعب كرة اليد المصغرة كالتالي الطول ٢٠ متر والعرض ١٣ متر ، خط الرمية الحرة على بعد ٦ متر من خط المرمى خط الرمية الجزائية على بعد ٥ متر من خط المرمى ، خط الدائرة على بعد ٤,٥ متر من خط المرمى. اما عدد اللاعبين فيكون ٤ لاعبين + حارس مرمى مع ثلاثة بدلاء وبالتالي يكون عدد الفريق ثمانية لاعبين ، ويمكن تقسيم الملعب الرسمي لكرة اليد والذي قياسه ٤٠ متر طول ٢٠ متر عرض الى ثلاثة ملاعب لكرة اليد المصغرة . لذي "أن اللعب بشكلها المصغر هو بالحقيقة محيط تعليمي - تطويري صحي يجب الاهتمام به من قبل كافة من يتعلق بهم الأمر لبناء مستقبل في الاندية والمدارس لذي يعد قرار اللعب بطريقة الكرة المصغرة يرتكز على (المراحل العمرية) وأن مستوى اللعب ليس الحقيقة الأهم ولكن المهم هو لاعبي الفئة العمرية المعينة" (المولى، ٢٠٠٩: ٧).

٢-١-٤ المهارات الاساسية قيد الدراسة

ذكر(الوليلي، ١٩٨٩: ٢٨) انالمهارات الأساسية في أية لعبة من الألعاب هي حجر الأساس الذي تبنى عليه اللعبة ويتوقف على درجة إتقانها نجاح اللاعب أو الفريق لتحقيق النجاح ، وكرة اليد كأية لعبة من الالعاب لها مهاراتها الأساسية التي تعد بمثابة السلسلة المترابطة والمكملة الواحدة للأخرى ،لذلك فإن القدرة على الإتقان الصحيح للمهارات الأساسية ستصل باللاعب الى ما هو مطلوب أي الوصول باللاعب والفريق الى الدقة والإتقان والتكامل في أداء المهارات الأساسية جميعها للعبة كرة اليد بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة الية متقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة المختلفة . واضاف(الوليلي، ١٩٨٩: ٢٨) أن هانز جيرد شتاين

وأدجار فيدرهوف ، عرفاها بأنها " كل الحركات الهادفة والاقتصادية للمجهود مع أتباع القواعد القانونية للعبة " .

٢-١-٤-١ المناولة

المناولة هي احد المهارات وأكثرها استخداماً بلعبة كرة اليد فبواسطتها يتم تمرير الكرة من لاعب إلى آخر " وبواسطة المناولة يمكن الوصول إلى هدف الخصم مرات عديدة وتسجيل الأهداف عكس الفريق الذي لايجيد أفراده المناولة فان فرص وصولهم إلى هدف الفريق المنافس تكون قليلة وهذا بالتأكيد له تأثير غير ايجابي على عدد الأهداف المسجلة من خلال حسن المناولة بين اللاعبين إذ يمكن إحداث الكثير من الثغيرات بين صفوف المدافعين والتي من خلالها تسجيل الكثير من الاهداف(عوده ، ١٩٩٨ : ٣٧) .

٢-١-٤-٢ التصويب

" وهذه المهارة تتطلب درجة عالية من الدقة ويتم تعلمها من خلال مهارتي المناولة والاستقبال ويعد التدريب الجيد على مهارة المناولة تمهيداً للتصويب الناجح على الهدف ، وتتأثر هذه الفعالية بالسرعة والمسافة والاتجاه فكلما اكتسب الكرة قوة أكبر زادت سرعتها فضلاً على أن حركة رسغ اليد وقصر المسافة تساعد على زيادة توجيه التصويب ودقته" (الين وديع ، ٢٠٠٢ : ٢٤٧) .

والتصويب على المرمى هو " التتويج النهائي لجميع تكوينات اللعب ويشكل الحد الفاصل بين الفوز والهزيمة" (شتاين وفيدر هوف، ١٩٩٧ : ٣٦) .

٢-٢ الدراسات السابقة

٢-٢-١ دراسة لمياءحسن محمد(وأخرون، ٢٠١١)

(بحث منشور)

(تأثيرات استخدام ملعب صغير في تطوير بعض المهارات الأساسية)

هدفنا لدراسة إلى :

١- التعرف على تأثير البرنامج التدريبي المعد على تطوير مهارات لاعبي منتخب البصرة / للشباب بكرة القدم .

٢- التعرف على تأثير الملعب الصغير في تطوير مهارات كرة القدم .

عينة البحث: استخدم الباحثون المنهج (التجريبي) بأسلوب المجموعتين المتكافئتين وكانت عينة البحث لاعبو منتخب البصرة للشباب بكرة القدم وعددهم (٢٢) لاعب.(١١) لمجموعة التدريب للملعب الصغير و(١١) لاعب لمجموعة التدريب للملعب الكبير.

استنتج الباحثون مايلي :

١- تطورت مهارة (الدقة والمناولة والاحماد ودرجة الكرة) عند التدريب في الملعب الصغير .

٢- لمنتطو مهارة الدرجة لمجموعة الملعب الصغير .

٣- تفوقت مجموعة الملعب الصغير على مجموعة الملعب الكبير في جميع المهارات قيد الدراسة

٤- البرنامج التدريبي المعد ساهم في تطوير المهارات قي الدراسة .

٣-٢ التعليق على الدراسة السابقة:

- أ- اوجه التشابه بين الدراستين
- تشابهه البحثان في استخدام الملعب المصغر
 - تشابهه البحثان في استخدام المنهج التجريبي
- ب- اوجه الاختلاف بين الدراستين
- اختلف البحثان في نوع الفعالية اذ كانت فعالية البحث كرة اليد بينما الدراسة السابقة كانت فعالية كرة القدم.
 - اختلف البحثان في العينة المستخدمة إذ كانت عينة البحث من طلاب الصف الاول متوسط بينما عينة الدراسة السابقة منتخب شباب البصرة لكرة القدم وكذلك في عدد العينة كانت عينة البحث لكل مجموعة (١٥) طالب بينما الدراسة السابقة لكل مجموعة (١١) لاعب.

الفصل الثالث**٣ - منهج البحث واجراءاته الميدانية****٣ - ١ منهج البحث :**

ان طبيعة المشكلة وأهداف البحث هما اللذان يحددان منهج البحث الملائم ، لذا استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لملائمته طبيعة مشكلة البحث.

٣ - ٢ عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب ثانوية الحسن ابن علي (الصف الاول) اذ بلغ عدد افراد العينة (٣٠) طالب، مقسمين (١٥) طالب من شعبة أ و ١٥ طالب من شعبة ب) وعن طريق القرعة كانت شعبة أ هي المجموعة الضابطة والتي طبقت التمارين الخاصة بملعب اعتيادي ، وشعبة ب هي المجموعة التجريبية التي طبقت التمارين الخاصة بملعب مصغر .

٣ - ٣ وسائل جمع المعلومات والادوات المستخدمة في البحث :-**٣ - ٣ - ١ وسائل جمع المعلومات :**

١. المصادر والمراجع العربية والاجنبية .
٢. الاختبار والقياس .
٣. استمارة تفريغ البيانات

٣ - ٣ - ٢ الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث :

(ساحة كرة يد مصغرة، ملعب اعتيادي، كرات يد (حجم رقم ١)، أشرطة ملونة لتقسيم المرمى ، طباشير ، صافرة نوع (FOX صيني الصنع) ، أقلام ، شواخص تدريب عدد(١٢)،مصاطب .

٣ - ٣ - ٤ الاختبارات المستخدمة بالبحث :**٣-٤-١ المناولة والأستلام (الصميدعي وآخرون، ٢٠١٠: ٤١٨).**

اسم الاختيار :- اختبار التوافق وسرعة التمرير.

الغرض من الاختبار :- قياس التوافق وسرعة التمرير على الجدار

الأدوات :- (كرة يد ، جدار ، ساعة إيقاف)
وصف الأداء :- يقف المختبر على بعد (٣) متر من الجدار ويقوم اللاعب بتمرير الكرة الى الجدار واستمرار التمرير لأكثر عدد ممكن في الزمن المحدد البالغ (٣٠) ثانية .

طريقة التسجيل :- تحتسب عدد التمريرات في الزمن المحدد (يحتسب عدد مرات استلام الكرة)

٣ - ٤ - التصويب (الصميدعي واخرون، ٢٠١٠: ٤٢٥-٤٣٦)

اسم الاختبار : دقة التصويب بكرة اليد .

الهدف من الاختبار: قياس دقة التصويب بكرة اليد.

الادوات المستخدمة: (هدف كرة يد مرسوم على حائط بابعاد (٢ x ٣) م بحيث يكون الشكل للقائمين ملامس لخط تلاقي الجدار بالارض ويقسم الى (٩) مستطيلات ويرسم خط بطول (٩) متر عن الهدف المرسوم كما في الشكل رقم (٣).

طريقة الأداء :- يقوم الطالب بالتصويب من خلف الخط بخطوة الارتكاز مع مراعاة ما يأتي :-

-إصابة المستطيلات (٩،٧،٣،١) والتي تمثل زوايا المرمى والتي تبلغ أبعادها (٦٠× ١٠٠) سم ينال أربع درجات

-إصابة المستطيلين (٨،٢) والتي تمثل المنطقة فوق رأس حارس المرمى وبين قدميه والتي تبلغ أبعادها (٦٠×١٠٠) سم ينال ثلاث درجات .

-إصابة المستطيلين (٦،٤) والتي تمثل منطقة مدى ذراعي حارس المرمى والتي تبلغ أبعادها (٨٠ × ١٠٠) سم ينال درجتين .

-إصابة المستطيل (٥) يمثل منطقة صدر وجذع حارس المرمى والتي تبلغ أبعادها (٨٠×١٠٠) سم ينال درجة واحدة .

-إذا جاءت الكرة خارج ذلك ينال صفراً .

-يؤدي كل طالب عشرة رميات ولكل طالب محاولة واحدة فقط.

٣ - ٥ التجربة الاستطلاعية: -

قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية يوم الثلاثاء الموافق (٢٢/١٠/٢٠١٣) في تمام الساعة التاسعة صباحاً على عينة مكونة من (٥) طلاب من عينة البحث الرئيسية وهدفت التجربة لتعرف على سلامة الاختبارات وتطبيق التمرينات على الملعب المصغر والاعتيادي، والتجربة الاستطلاعية هي " دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه ، بهدف اختيار أساليب البحث وادواته " (الشوك والكبيسي، ٢٠٠٤: ٨٩).

٣ - ٦ الاختبار القبلي :-

تم اجراء الاختبارات القبلي لعينة البحث في يوم الثلاثاء الموافق (٢٩/١٠/٢٠١٣) وعلى ساحة المدرسة ، وقد قام الباحث بتثبيت الظروف وطريقة اجراء الاختبارات من اجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند اجراء الاختبارات البعيدة .

٣-٧ تكافؤ العينه :-

تم اجراء التكافؤ للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في اختبارات المهارات الاساسية بكرة اليد في ضوء الاختبار القبلي كما مبين بالجدول رقم (1).

جدول (1)

يبين تكافؤ المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للمهارات الاساسية بكرة اليد (قياد البحث).

المهارات	المجموعات	س	ع	T المحسوبة	نسبة الخطا	مستوى الدلالة
مناولة	التجريبية	12.2000	1.69874	.533	.598	غير معنوي
	الضابطة	11.8667	1.72654			
التصويب	التجريبية	18.9333	3.63449	.476	.638	غير معنوي
	الضابطة	18.3333	3.26599			

٣- ٨- تطبيق التجربة الرئيسية :-

تم العمل بالتجربة الرئيسية لعينة البحث في يوم الاثنين الموافق (٢٠١٣/١١/٤) ولغاية (٢٠١٣/١٢/٢٥) على افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بواقع (وحدتين) تدريبيتين بالاسبوع الواحد وبلغ عدد الوحدات (١٦) وحدة واستغرق زمن كل وحدة تدريبية (٤٠) دقيقة قسمت الى ثلاث أقسام وكما مبين في الجدول (2).

جدول (2)

يوضح أقسام الوحدة التدريبية الواحدة وأوقاتها والنسب المئوية خلال المنهج التدريبي

ت	أقسام الوحدة التدريبية	الوقت خلال التدريبية/د	الوقت خلال المنهج التدريبية/ د	النسبة المئوية %
١	القسم التحضيري	٥ د	٨٠ د	١٢,٥%
	المقدمة الاحماء	٥ د	٨٠ د	١٢,٥%
٢	القسم الرئيسي	١٠ د	١٦٠ د	٢٥%
	الجانب التطبيقي	١٥ د	٢٤٠ د	٣٧,٥%
٣	القسم الختامي	٤ د	٦٤ د	١٠%
	الانصراف	١ د	١٦ د	٢,٥%
المجموع		٤٠ د	٦٤٠ د	١٠٠%

٣- ٩- الاختبار البعدي: عمد الباحث بإجراء الاختبارات البعدية في يوم الاحد الموافق (٢٠١٣ / ١٢ / ٣٠) مراعيًا في ذلك جميع الظروف والشروط واجراءات الاختبارات القبلية من مكان وادوات وطريقة تنفيذ ونفس فريق العمل المساعد وذلك لغرض الحصول على نتائج دقيقة .

٣- ٩- الوسائل الاحصائية :-

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات الناتجة من خلال الاختبارات القبلية والبعدي عن طريق نظام (spss) .

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار (T) للعينات المستقلة (الغير مرتبطة) متساوية العدد.
- اختبار (T) للعينات (المرتبطة).

الفصل الرابع

٤ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :-

٤ - ١ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (T.Test) للعينات غير المرتبطة ولكل مجموعة في أداء مهارات (المناولة- والتصويب) في الإختبارين القبلي والبعدي وتحليلها . كما موضح بالجدول (3)

جدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط الحسابية وانحراف الفروق عن وسطها الحسابي واختبار (T.test) ولكل مجموعة في أداء مهارات (المناولة- والتصويب) في الإختبارين القبلي والبعدي .

المجموعة	المهارات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		س- ف	ع ف	(T) محتسبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س					
التجريبية	المناولة	١٢,٢٠	١,٦٩	١٤,٢٦	١,٧٩	٢,٠٦٦	١,٠٣	٧,٧٥	.٠٠٠	معنوي
	التصويب	١٨,٩٣	٣,٦٣	٢٤,٧٣	٢,٣٧	٥,٨٠٠	٢,٧٠	٨,٣٠٦	.٠٠٠	معنوي
الضابطة	المناولة	١١,٨٦	١,٧٢	١٢,٤٦	١,٨٠	.٦٠٠٠	.٥٠٧٠٩	٤,٥٨٣	.٠٠٠	معنوي
	التصويب	١٨,٣٣	٣,٢٦	١٩,٦٠	٢,٩٢	١,٢٦٦٧	.٧٠٣٧٣	٦,٩٧١	.٠٠٠	معنوي

يتضح لنا من الجدول (3) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وفرق الأوساط وانحراف الفروق عن وسطها الحسابي وقيمة (T) المحسوبة ونسبة الخطأ ودلالة الفروق في الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الأساسية بكرة اليد (المناولة-التصويب) وعلى النحو الآتي

١ - المجموعة التجريبية :-

أ- المناولة :- اذ تبين ان قيم الأوساط الحسابية للمناولة بلغت في الإختبار القبلي (١٢,٢٠) وبانحراف معياري قدره (١,٦٩) في حين بلغت في الإختبار البعدي (١٤,٢٦) وبانحراف معياري قدره (١,٧٩) . أما فرق الأوساط فبلغ (٢,٠٦٦) في حين بلغ انحراف الفروق عن وسطها الحسابي (١,٠٣) وقيمة (T) المحتسبة (٧,٧٥) وقد بلغت نسبة الخطأ (٠,٠٠) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الإختبارين القبلي والبعدي ولصالح الإختبار البعدي.

ب- التصويب :- اذ تبين ان قيم الاوساط الحسابية للتصويب بلغت في الاختبار القبلي (١٨,٩٣) وبانحراف معياري قدره (٣,٦٣) في حين بلغت في الاختبار البعدي (٢٤,٧٣) وبانحراف معياري قدره (٢,٣٧) . أما فرق الاوساط فبلغ (٥,٨٠٠) في حين بلغ انحراف الفروق عن وسطها الحسابي (٢,٧٠) وقيمة (T) المحتسبة (٨,٣٠٦) ، وقد بلغت نسبة الخطأ (٠,٠٠٠) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) ، وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

٢- المجموعة الضابطة :-

أ- المناولة:- اذ تبين ان قيم الاوساط الحسابية للمناولة بلغت في الاختبار القبلي (١١,٨٦) وبانحراف معياري قدره (١,٧٢) في حين بلغت في الاختبار البعدي (١٢,٤٦) وبانحراف معياري قدره (١,٨٠) . أما فرق الاوساط فبلغ (٠,٦٠٠) في حين بلغ انحراف الفروق عن وسطها الحسابي (٠,٥٠) وقيمة (T) المحتسبة (٤,٥٨٣) ، وقد بلغت نسبة الخطأ (٠,٠٠٠) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) ، وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

ب- التصويب :- اذ تبين ان قيم الاوساط الحسابية للتصويب بلغت في الاختبار القبلي (١٨,٣٣) وبانحراف معياري قدره (٣,٢٦) في حين بلغت في الاختبار البعدي (١٩,٦٠) وبانحراف معياري قدره (٢,٩٢) . أما فرق الاوساط فبلغ (١,٢٦٦) في حين بلغ انحراف الفروق عن وسطها الحسابي (٠,٧٠٣) وقيمة (T) المحتسبة (٦,٩٧١) ، وقد بلغت نسبة الخطأ (٠,٠٠٠) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) ، وهذا يعني وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

٤- ١- مناقشة نتائج الدلالة المعنوية بين الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية بكرة اليد (المناولة والاستلام ، التصويب):

تشير النتائج في الجدول (٣) الى وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، ويعزو الباحث الفروق المعنوية التي ظهرت الى:-

١- حرص الباحث على الانتقال من السهل الى الصعب في التمرينات ، واداء كل فرد من افراد العينتين لأكبر عدد من التكرارات وادخال عنصر المنافسة مما ادى الى زيادة التشويق والاثارة في الوحدة التدريبية " أن تطوير المهارات الحركية يتأثر بعوامل عديدة منها التكرار والادراك والمقارنة والقدرات العقلية والتجارب الحركية السابقة فضلاً عن عامل التشويق والاثارة والممارسة والتدرج بالمهارات من السهل الى الصعب " (محجوب و البديري، ٢٠٠٢ : ١٣) ، ويتفق أيضاً مع ما أشار إليه (أمين أنور وأسامة كامل ١٩٨٣ : ١٥١) على " إن التكرار يعد أساساً للتعلم وتحديد عدد مرات تكرار الأداء للحركة يعد أمراً مهماً ، فهو يعتمد على فطنة المدرس وخبرته إلى حد بعيد في تحديد عدد التكرارات المثلى للملائمة لكل مرحلة سنوية ."

٢- استخدم الباحث جميع الادوات والوسائل التدريبية المساعدة (شواخص، اطواق، صناديق، مصاطب، كرات طبية صغيرة) اذ يذكر (ضياء الخياط ، ونوفل الحيايلى ٢٠٠١ : ١٣) " ان المبادئ الاساسية المهمة والواجب مراعاتها خلال العملية التدريبية والتعليمية هي توافر الادوات والاجهزة المساعدة التي تعمل على سرعة التعلم من خلال الشعور بالقدرة والثقة بالنفس وفي تنمية وتطوير الاداء من الناحية الحركية والمهارية فضلا عن التشويق المصاحب للاعب من خلال الاداء مع وجود اداة مساعدة لها تأثيرها الايجابي والفعال لتطوير هذه المهارات الاساسية".

٣- ان للتغذية الراجعة وتصحيح الاخطاء الاثر البالغ في العملية التدريبية ولجميع مراحلها لذلك حرص الباحث على استخدام التغذية الراجعة اثناء الوحدات التدريبية وهذا ما اكده (يعرب ، ٢٠٠٢ : ٨٥) (قد اتضح انه لا يكون هنالك تحسن في الاداء بدون تغذية راجعة).

٤-٢ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وأختبار (T. Test) للمجموعتين في أداء مهارات (المناوله والتصويب) في الإختبار البعدي وكما موضح في جدول (4).

الجدول (4)

المهارات	المجموعات	س	ع	T	نسبة الخطأ	مستوى الدلالة
مناوله	التجريبية	14.2667	1.79151	2.739	.011	معنوي
	الضابطة	12.4667	1.80739			
التصويب	التجريبية	24.7333	2.37447	5.279	.000	معنوي
	الضابطة	19.6000	2.92282			

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحتسبة ونسبة الخطأ ودلالتهما الإحصائية للاختبارات البعدية للمجموعتين قيد البحث المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.

٤-٢-١ تحليل نتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة:
من خلال النتائج المعروضة في الجدول (4) للاختبار البعدي للمجموعتين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لمهارة المناولة ، تظهر ان قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة التجريبية (١٤,٢٦) ، (١,٧٩) ، اما قيمة (T) المحتسبة فكانت (٢,٧٣) ، وقد بلغت نسبة الخطأ (٠,١١) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) في حين كانت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة الضابطة (١٢,٤٦) ، (١,٨٠) . اما قيمة (T) المحتسبة فكانت (٢,٧٣) ، وقد بلغت نسبة الخطأ (٠,١١) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) ، وهذا يدل على وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت الملعب المصغر .

من خلال النتائج المعروضة في الجدول (4) للاختبار البعدي للمجموعتين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لمهارة التصويب، تظهر ان قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة التجريبية (٢٤,٧٣) ، (٢,٣٧) ، اما قيمة (T)

المحتسبة فكانت (٥,٢٧) ، وقد بلغت نسبة الخطأ (٠,٠٠) . وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) في حين كانت قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة الضابطة (١٩,٦٠) ، (٢,٩٢) . اما قيمة (T) المحتسبة فكانت (٥,٢٧) ، وقد بلغت نسبة الخطأ (٠,٠٠) . وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) ، وهذا يدل على وجود فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت الملعب المصغر وهذا يحقق الفرض الثاني.

٤ - ٢ - ١ مناقشة نتائج الدلالة المعنوية بين الاختبارات البعدية لمجوعتي البحث المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبارات المهارية بكرة اليد (المناولة والاستلام ، التصويب):

من نتائج الاختبارات البعدية يتضح ان المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة قد تطورتا بالاداء المهاري ولكن ليس بالمستوى نفسه ، اذ كانت المجموعة التجريبية هي الافضل بنتائج الاختبارات وكما معروض اعلاه ، ويعزو الباحث ذلك الى:

١- ان تصغير حجم الملعب له اثرا ملحوظا في تطور تعلم الاداء للعينة التجريبية (اللعبة في حيز صغير يجمع للاعبين تقنات اللعب) وهذه المسافة الصغيرة تجبر اللاعب على الدقة في الأداء (وديع ياسين ، الحسن محمد، ١٩٩٩ : ١٦٨) وهذا ما أكدته (قاسم لزام صبر ، ٢٠٠٩ : ١٣٨) " ان التدريب باستخدام تمرينات المناطق المحددة يعد اسلوباً فعالاً لتطوير القدرة والقابلية على الاداء الصحيح بعد التدريب على اداء تلك المهارات في مناطق محددة تعمل على زيادة دقة اداء المهارات وسرعتها من قبل الناشئين لما لها من تأثير فعال في تطوير اللاعب بدنياً ومهارياً ونفسياً " .

وأيضاً هذا يتفق مع ما توصل إليه كل من (جمال الدين عبدالعزيز مراد ، ١٩٨٧) (عمر شكر يعمر، سناء عباس إبراهيم، ١٩٩٩) حيث توصلوا إلى مقاييس خاصة بملعب كرة اليد المصغرة وملعب كرة اليد للصغار (الميني باسكت) وأن تلك المقاييس المقترحة تتناسب مع اللاعب الصغير والتي تساعد على الممارسة في مساحة ملعب تتناسب وحجم وإمكانيات الجسم وفي نفس الوقت تشبه إلى حد كبير الملعب الكبير بكل أبعاده ومقاييسه مما يتيح الفرصة في التكيف مع تلك الأدوات التي يستخدمها بسهولة ويسر.

١- ان الملعب الصغير وبسبب المسافات الصغيرة بين اللاعب وزميله ساعد اللاعبين في سرعة الاداء اتخاذ القرار المناسب اثناء الاداء، هذا فضلاً عن انها تعتبر وحدة تدريبية ذات طراز خاص توفر الأثر المناسبة وتساعد على تنمية القدرات العامة التي تعمل على تطوير وتثبيت المهارات الفنية للاداء (يوسف كماش، ١٩٩٩ : ١٧٤)

الفصل الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

٥ - ١ الاستنتاجات :-

١- ان التمرينات الخاصة المستخدمة في البحث قد زادت المنافسة والتشويق والمتعة والتسلية مما شجع الطلاب نحو تطور الاداء.

- ٢- تطورت المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في اداء مهارتي(المناولة والتصويب).
- ٣-تفوقت المجموعة التجريبية (مجموعة الملعب المصغر)على المجموعة الضابطة (مجموعة الملعب الكبير) في المهارتين قيد البحث.

٢-٥ التوصيات

يوصي الباحث:-

- ١- استخدام التمارين الخاصة بملعب مصغر في تطوير اداء مهارات لعبة كرة اليد لما لها من دور في سرعة الاداء بكرة وبالاخص المدارس التخصصيه لكرة اليد لهذه الفئة العمرية.
- ٢- تطبيق متغيرات البحث على عينات اخرى ولفئات مختلفة (بنات ،بنين).

المصادر العربية والاجنبية

- احمد عريبي عودة ؛ كرة اليد وعناصرها الساسية : (مالطا،شركة الجا ،١٩٩٨).
- الين وديع فرج ؛ خبرا في الالعب للصغاروالكبار ، ط٢،مصر منشأة المصارف ،٢٠٠٢.
- أمين أنور ، أسامة كامل ؛ التربية الحركية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٣)
- بسطويسي احمد وعباس احمد ؛ طرق التدريب في المجال الرياضي، (الموصل مطبعة جامعة الموصل ،١٩٨٨).
- جمال الدين عبد العزيز مراد ؛ تعديل قانون كرة اليد تبعا لمتطلبات ممارسة اللعبة للصغار من (٨) إلى (١٢) سنة، مجلة دراسات وبحوث، المجلد العاشر، العدد الأول، جامعة حلوان ، ١٩٨٧.
- عمر شكري عمر، سناء عباس إبراهيم؛ تعديل مقاسات كرة السلة للصغار والمردود الفسيولوجي لبعض أجهزة الجسم، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد ٣٢ ، كلية التربية الرياضية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٩ .
- ضياء الخياط ونوفل محمد، كرة اليد . الموصل : دار الكتب للطباعة والنشر ، ٢٠٠١. عبد الله اللامي؛ الاسس العلمية في التريب الرياضي : الطيف للطباعة ، ٢٠٠٤.
- قاسم لازام، اثر بعض طرائق التعلم في اكتساب وتطور مستوى الاداء في المهارات الغلقة والمفتوحة ، (أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٧) ص ٣٤.
- لؤي غانم الصميدعي (واخرون)؛الاحصاء والاختبارات في المجال الرياضي ط١) اربيل،(٢٠١٠).
- لمياء حسن محمد(واخرون)؛ تأثيرات استخدام ملعب صغير في تطوير بعض المهارات الأساسية، بحث منشور ،٢٠١١.
- إيلي زهران ؛ الأسس العلمية والعملية للتمرينات الفنية ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١ ،

- محمد توفيق الوائلي ؛ كرة اليد تعلم تدريب تكنيك ، ط ١ : (الكويت مطبعة السلام ، ١٩٨٩) .
- محمد عبد العاطي ؛ كرة اليد للناشئين ، (عجمان ، مطابع العامري ، ١٩٩٦) .
- موفق مجيد المولى ؛ اساليب العاب كرة القدم المصغرة ، ط ١ ، دمشق ، دار الينايب ، (٢٠٠٩ ، .
- ناهد عبد زيد ؛ اساسيات في التعلم الحركي : ط ١ ، النجف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، ٢٠٠٨ .
- نبيلة خليفة (واخرون)؛ الأسس العلمية والفنية للجمباز والتمرينات: القاهرة، دار الفكر العربي ، ١٩٩٠ .
- نوري الشوك ورافع الكبيسي ؛ دليل البحوث في كتابة الابحاث في التربية الرياضية ، بغداد ، جامعة بغداد ، ٢٠٠١ .
- هانز جيرت شتاين وارجار فيدرهف ؛ كرة اليد ، ترجمة كمال عبد الحميد عارف ، القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٧ .
- وجية محجوب واحمد البدري؛ اصول التعلم الحركي:الموصل ، دار الجامعة للطباعة والنشر ، ٢٠٠٢ .
- وديع ياسين ، الحسن محمد ، التطبيقات الأحصائية في بحوث التربية الرياضية دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، ١٩٩٩ .
- يعرب خيون ، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، العراق : مكتب الصخرة للطباعة والنشر ، ٢٠٠٢ .
- يوسف لازم كماش؛ المهارات الأساسية لكرة القدم ، دار الخليج ، عمان ، ١٩٩٩ .

vsL. [Healthy Development of Children and Young People through Sport](#)

Year: 2013 Provider: cites

الملاحق

التمرينات الخاصة تمارين المناولة والاستلام

رقم التمرين	توضيح التمرين
١	تبادل الكرات : يقف اللاعبون في مجاميع متساوية على ابعاد متساوية في الملعب ، تبدأ مع اعلان البدايه فيقوم اللاعبون الذين تعلن اسم مجموعتهم يتبادل المناولة مع اللاعب الاخر من المجموعه الاخرى المقابله لهم .
٢	يعتمد هذا التمرين على مجاميع ، كل مجموعه متكونه من ثلاثه لاعبين ، يرمي اللاعب (أ) الكرة الى الاعلى ثم يلتقط الكرة ويقوم بالمناولة الى اللاعب (ج) وهكذا يتم التمرينم ببقية اللاعبين.
٣	التمريره الثلاثيه : اللاعب (أ) يمرر الكرة تمريره مزدوجه مع اللاعب (ب) بعد ذلك يستدير اللاعب (ب) ويمرر تمريره مزدوجه مع اللاعب (ج) وهكذا.
٤	التمرير على شكل دائره : يقف قائد المجموعه في الوسط ويمرر الكرة الى كل لاعب خارج الدائرة ويمكن لكل لاعب ان يمرر الكره على زملائه في الدائره الخارجيه .
	الموازنه والتمرير :اساس التمرين ثنائي ، يقف كل لاعب على مصطبة ويمرر الكرة الى

٥	زميله ما بين التمريرات كل لاعب يجب ان يحاول بسرعة ان يلمس المصطبة بسرعة بيده .
٦	يقوم فريقان بنقل الكرات الخاصة بهم من (أ) الى (ب) عن طريق تمرير الكرة من لاعب الى اخر باسرع ما يمكن فمن الفريق الاسرع .
٧	يقف فريقان في حلقه { شكل دائره } { (أ، ب ، أ ، ب ، أ الخ) يجب على الفريق ان يمرر الكرة حول الحلقه باسرع ما يمكن ، بينما يحاول فريق (ب) ان يمرر الكرة ايضاً بالاتجاه المعاكس وان يكون فريق (ب) اسرع من (أ) .
٨	يقوم لاعبين برمي كرة الى الاخر بعضهم البعض في نفس الوقت او الدور .

تمارين التصويب

رقم التمرين	توضيح التمرين
١	يقف لاعبان متقابلان بينهما حلقه مع محاولة رمي الكرة مع بعضهم البعض شرط ان تلامس الارض مرة واحدة داخل الحلقه .
٢	الرمي خلال حلقات : يجب على كل لاعب ان يحاول رمي الكرة خلال حلقات معلقه في الملعب ويمكن تغير الارتفاع ومسافة الحلقات في كل مرة .
٣	يحاول اللاعبون ان يوقعوا اجسام على المصطبه مثل (قناني ، صناديق ، شواخص، الرمي على الهدف) .
٤	يتم ترتيب المصاطب في وسط الملعب ، وتوضع عليها كرات ثقيله ويتم تحديد خط اساس يقف عليه الفريقين من اللاعبين مع عدد متساوي من الكرات محاولين ايقاع الكرات الثقيله فمن يستطيع ايقاع كرات اكثر .
٥	تحريك الكرة : توضع كرة خفيفه الوزن في وسط الملعب يحاول الفريقين ان يدفعوا الكرة الى خط الخصم عن طريق التصويب بدقه على الكرة من الخطوط الخارجيه .
٦	يجب على المهاجمين ان يلعبوا بالكرة لاطول مده ممكنه حتى تصبح هناك فتحة في السلسله وتمكنو من ضرب الكرة الثقيله الموجوده في الوسط .
٧	يتم ربح نقطه في كل مرة تمرر فيها الكرة الى لاعب واقف على لوح (مصطبه) في منطقة الهدف .
٨	يتم تسجيل هدف في كل مرة يتم فيها ضرب صندوق الخصم مباشرة .