

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم-
معهد التربية البدنية و الرياضية
قسم: التدريب الرياضي

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات لنيل شهادة ليسانس
تحت عنوان:

برنامج تدريبي مقترح باستخدام الألعاب شبه
الرياضية لتعليم بعض المهارات الأساسية
لكرة اليد فئة أقل من 13 سنة
دراسة ميدانية أجريت للاعبين لكرة اليد أقل من 13 سنة
بولاية سعيدة

تحت إشراف الدكتور:

د. بن خالد الحاج

من إعداد الطالب:

فيزازي عبد الاله

خثير بدرالدين

بوزيدي محمد الحبيب

السنة الجامعية: 2015_2016

اهداء

إلى من قال فيها المولى عز وجل:

"وقل ربي ارحمهما كما ربياني صغيرا"

إلى من قال فيها المصطفى صلى الله عليه وسلم:

"الجنة تحت أقدام الأمهات"

إلى نسمة الحياة التي أعيش بها أمي الغالية "حفظها الله"

إلى من علمني الجد والإجتهاد والصبر .. وان مسافة الألف ميل تبدأ بخطوة

.....أبي العزيز حفظه الله عزوجل

إلى جميع إخوتي وأخواتي رعاهم الله و وفقهم لكل خير

إلى جميع الأهل والأقارب.....

إلى جميع الأصدقاء وزملاء الدراسة.....

.....إلى كل من حملهم قلبي ونسيهم قلبي

خَيْرُ بَدْرِ الدِّينِ

فِي زَاوِي عِبْدِ الْإِلَهِ

بُو زَيْدِي مُحَمَّدُ الْحَبِيبِ

نشكر ونفديس

الحمد لله الذي علمنا ما لم نكن نعلم ، و نشكرك اللهم ما أعطيتنا من النعم ، بسم الله الذي جعل نور العقول و علمها.

قال الله تعالى " :و إذ تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدنكم* " صدق الله العظيم الآية (07) من سورة

إبراهيم

قال رسول صلى الله عليه و سلم :{من لم يشكر الناس لم يشكر الله.}

فالحمد نبدأ الكلام ، و بالشكر نتوسط المقام ، و بالعمل و الإخلاص نحقق الأحلام.
فالحمد لله الذي أذهب الليل مظلاما بقدرته ، و جاء بالنهار مبصرا برحمته ، و كساني ضياءه و أنا في نعمته.

اللهم إجعل أول عملنا هذا صلاحا ، و أوسطه فلاحا ، و آخره نجاحا.

أولا و قبل كل شيء نشكر الله عزوجل الذي وفقنا في إنهاء هذا العمل المتواضع ، كما أتقدم بخالص عبارات الشكر و العرفان التقدير إلى كل من ساعدونا في إنجاز هذا البحث العلمي و

نخص بالذكر الأستاذ المشرف: **بن خالد الحاج** حفظه الله الذي لم يبخل علينا

بعلمه و نصائحه و توجيهاته القيمة التي مهدت لنا الطريق للإتمام هذا العمل و الذي كان لنا في العلم مرشدا و في المعاملة أخا مع تمنياتنا له بالمزيد من النجاح و التوفيق في حياته العملية و العلمية و هنا لا يكفينا الكلمات لوحدها للإيفاء حقه فأترك جزاءه لله سبحانه و تعالى.

كما لانسى أن نتقدم بالشكر الجزيل لكافة أساتذة قسم التربية البدنية والرياضية و طلبته

الكرام و نتمنى لهم التوفيق و السداد.

و الله في عون العبد ما دام العبد في عون أخيه

محتوى البحث

الصفحة	العنوان
أ	شكر
ب	إهداء
ج	محتوى البحث
ر	قائمة الجداول
ز	قائمة الأشكال
س	ملخص البحث
مدخل عام: التعريف بالبحث	
2	1 - المقدمة
4	2 - الإشكالية
5	3 - الفرضيات
6	4 - أهداف البحث
6	5 - تحديد المصطلحات والمفاهيم
9	6 - الدراسات المشابهة
الجانب النظري	
الفصل الأول: الألعاب الشبه رياضية	
17	تمهيد
18	1.التدريب
18	1-1. مفهوم التدريب
18	2. مفهوم البرنامج
18	3. أنواع طرق التدريب
19	4. اللعب

19	4-1. تعريف اللعب
20	4-2. قيمة اللعب
20	4-3. أنواع اللعب
20	1-3-1. اللعب العفوي
20	1-3-2. اللعب التربوي
20	1-3-3. اللعب العلاجي
20	1-4. مميزات اللعب الطفولي
21	1-5. دور اللعب في تكوين الطفل
21	1-5-1. الجانب الاجتماعي
21	1-5-2. الجانب النفسي
21	1-5-3. الجانب البدني
22	1-5-4. الجانب العقلي
22	1-6. الألعاب الشبه رياضية
23	1-7. خصائص الألعاب الشبه رياضية
24	1-8. تصنيف الألعاب الشبه رياضية
24	1-8-1. ألعاب جد نشيطة
24	1-8-2. ألعاب نشيطة
24	1-8-3. ألعاب ذات شدة ضعيفة
24	1-8-4. ألعاب ترويحية تثقيفية
24	1-9. أهمية الألعاب الشبه رياضية
24	1-10. أهداف الألعاب الشبه رياضية
25	1-11. ملاحظات خاصة بالألعاب الشبه رياضية
26	الخلاصة
الفصل الثاني: كرة اليد ناشئين	
المحور الأول: كرة اليد	

28	1.تعريف كرة اليد
28	1-1.متطلبات الأداء في كرة اليد
28	1-1-1.المتطلبات البدنية
29	1-1-2.المتطلبات المهارية
29	أ.المتطلبات المهارية الهجومية لاعبي الميدان
30	ب.المتطلبات المهارية الدفاعية للاعبين الميدان
30	1-1-3.المتطلبات التنافسية
المحور الثاني: المهارات الأساسية في كرة اليد	
31	2.المهارات الأساسية في كرة اليد
31	1-2. المهارات الهجومية بدون كرة
31	1-1-2. وضع الاستعداد الهجومي
31	2-1-2. البدء
31	2-1-3. العدو
31	2-1-4. الجري مع تغيير سرعة الجسم
31	2-1-5. التوقف
31	2-1-6. الخداع بالجسم
32	2-1-7. الحجز
32	2-2. المهارات الهجومية بالكرة
32	2-2-1. مسك الكرة
33	2-2-2. استقبال الكرة
33	2-2-3. تمرير الكرة
33	2-2-4. التمرير القصير
34	2-2-5. التمرير الطويل
34	2-3. التصويب

35	2-3-1. التصويب البعيد
35	2-3-2. التصويب القريب
35	2-3-3. رمية الجزاء
35	2-3-4. الرمية الحرة
35	2-4. تنطيط الكرة
35	2-5. الخداع بالكرة
المحور الثالث: الفئة العمرية (9-12 سنة)	
36	3. مفهوم مرحلة الناشئين (9-12) سنة - الطفولة المتأخرة -
36	3-1. مميزات الطفولة المتأخرة (9-12) سنة
37	3-2. العوامل المؤثرة في النمو الحركي
37	3-3. الطفولة المتأخرة (9-12) سنة و الممارسة الرياضية
38	3-4. حاجات الناشئين الأساسية
39	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
43	تمهيد
44	1. الدراسة الأساسية
44	1-1. منهج البحث
44	1-2. مجتمع و عينة البحث
46	1-3. متغيرات البحث
47	1-4. مجالات البحث
48	1-5. أدوات البحث
50	1-6. الوسائل الإحصائية
51	1-7. الوسائل البيداغوجية

52	1-8. الدراسة الإستطلاعية
52	1-9. الأسس العلمية لإجراء الإختبار
54	1-10. التجربة الرئيسية
63	1-11. الدراسة الإحصائية
66	1-12. صعوبات البحث
67	خلاصة
	الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج
69	- عرض و تحليل النتائج
84	- الاستنتاجات
85	- مناقشة النتائج بالفرضيات
86	- الاقتراحات
88	- خاتمة عامة
88	- التوصيات

قائمة الجداول

الصفحة	عناوين الجداول	الرقم
44	يبين نسبة عينة البحث من مجتمع البحث.	01
45	يبين مدى التجانس بين العينتين عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 20	02
54	يوضح قيمة معامل الثبات و الصدق للاختبارات المستخدمة في الدراسة.	03
58	يوضح أهداف البرنامج التدريبي.	04
69	يوضح النتائج الإحصائية في الإختبارين القبلي و البعدي لإختبار التصويب من الثبات.	05
71	يوضح النتائج الإحصائية في الإختبارين القبلي و البعدي لإختبار التمرير و الإستقبال.	06
73	يوضح النتائج الإحصائية في الإختبارين القبلي و البعدي لإختبارالتتطيط.	07
76	يوضح النتائج الإحصائية في الإختبار البعدي لإختبار التصويب من الثبات.	08
78	يوضح النتائج الإحصائية في الإختبار البعدي لإختبار التمرير و الإستقبال.	09
80	يوضح النتائج الإحصائية في الإختبار البعدي لإختبارالتتطيط.	10
82	يوضح نسبة تطور الإختبارات على مستوى البرنامجين التدريبيين المقترح (الألعاب الشبه الرياضية) و العادي.	11

قائمة الأشكال

الصفحة	عناوين الأشكال	الرقم
70	يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين الإختبارين القبلي و البعدي (في التصويب من الثبات) في المجموعتين التجريبية و الضابطة.	01
72	يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين الإختبارين القبلي و البعدي (في التمرير و الإستقبال) في المجموعتين التجريبية و الضابطة.	02
74	يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين الإختبارين القبلي و البعدي (في التنطيط) في المجموعتين التجريبية و الضابطة.	03
77	يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الإختبار البعدي (في التصويب).	04
79	يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الإختبار البعدي (في التمرير و الإستقبال).	05
81	يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الإختبار البعدي (في التنطيط).	06
83	يوضح نسبة تطور الإختبارات في البرنامجين التدريبيين المقترح و العادي.	07
83	يوضح نسبة التطور العام بين البرنامجين التدريبيين المقترح و العادي.	08

ملخص البحث

يتمثل هذا البحث في: اقتراح برنامج تدريبي باستخدام الألعاب الشبه رياضية لتعلم بعض المهارات الأساسية لدى ناشئ كرة اليد (9-12) سنة. تكمن اهداف الدراسة في الهدف الرئيسي والذي يتمثل في إعداد وحدات تدريبية باستخدام الألعاب الشبه رياضية لتعليم مهارة التنطيط و التمير و الاستقبال و التصويب من الثبات، والأهداف الجزئية التالية:

- تطبيق الوحدات التدريبية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية.
- التعرف على النتائج التي قدمتها الوحدات التدريبية المقترحة باستخدام الألعاب الشبه رياضية فيما يخص تعليم مهارة التنطيط و التمير و الاستقبال و التصويب من الثبات.

- إعداد برنامج تدريبي يعود بالفائدة على المدربين.
- حيث كان التساؤل العام: هل للبرنامج التدريبي باستخدام الألعاب الشبه الرياضية أثر في تعلم مهارة التنطيط و التمير و الاستقبال و التصويب من الثبات لكرة اليد (09_12) سنة؟

وافترض الطلبة الباحثين عدة فرضيات ومن بين هذه الفرضيات

الفرضية العامة:

- للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الشبه رياضية أثر ايجابي في تعلم المهارات الاساسية المدروسة لدى فئة أقل من 13 سنة .

الفرضيات الجزئية:

- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه رياضيه يؤثر ايجابيا في تعلم مهارة التنطيط في كرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة .

- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه رياضيه يؤثر ايجابيا في تعلم مهارة التميرير و الاستلام لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة.

- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه رياضيه يؤثر ايجابيا في تعلم مهارة التصويب من الثبات لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة.

- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه رياضيه يؤثر أفضل.

- تمثل مجتمع البحث في ناشئ مولودية سعيدة لكرة اليد ما بين 9-12 سنة.

للموسم الرياضي 2015/2016 والذين بلغ عددهم 84 لاعبا، وقد شملت عينة

البحث 22 لاعبا من فئة ناشئين من 9-12 سنة مقسمين على الشكل.

وقد اختار الطالب الباحث المنهج التجريبي، وذلك لطبيعة المشكلة المطروحة

الرامية إلى قياس تأثير الألعاب الشبه الرياضية على تحسين بعض المهارات

الأساسية في كرة اليد ، بتطبيقه على عينة تجريبية.

واخيرا توصلنا الى النتائج الآتية:

-الالعاب الشبه رياضيه تلعب دور هام في الحصة التدريبية.

-بامكان لناشئ تعلم المهارات الأساسية بدون وسائل و إمكانات معقدة.

-للألعاب الشبه رياضيه تأثير فعال في تعلم المهارات الأساسية اذا ما أحسن

تطبيقها .

Résumé de la recherche :

Cette recherche est en: Pour proposer un programme de formation en utilisant des jeux pré sportifs ressemblent à apprendre certaines des compétences de base de handball (9-12) ans émergents.

Les objectifs de l'objectif principal de l'étude, qui consiste à préparer des modules de formation en utilisant des jeux pré sportifs suivantes pour enseigner les compétences de dessouchage et le défilement, la réception et Jetant du stand.

des objectifs partiels:

- L'application des modules de formation proposés à des jeux pré sportifs.
- Identifier les résultats fournis par les modules de formation proposés à des jeux pré sportifs en termes d'éducation et de compétence clapotement défilement, réception et support de serrage.
- Préparer un programme de formation au profit des formateurs

_ Lorsque la question de l'année: Est-ce que le programme de formation utilisant l'effet des jeux pré sportifs dans l'apprentissage du clapotement des compétences et le défilement, la réception et de serrage support handball (09_12) ans?

Les chercheurs ont supposé étudiants sont plusieurs hypothèses Parmi ces hypothèses

Hypothèse générale:

– programme de formation a proposé d'utiliser des jeux pré sportifs impact positif sur l'apprentissage des compétences de base étudiés avec moins de 13 ans catégorie.

hypothèses partielles:

- ✓ Le programme de formation proposé d'utiliser des jeux pré sportifs un impact positif sur l'apprentissage d'une compétence dessouchage de handball a moins de 13 ans catégorie.
- ✓ Le programme de formation proposé d'utiliser des jeux pré sportifs un impact positif sur l'apprentissage et la compétence de défilement réception de handball a moins de 13 ans catégorie.
- ✓ Le programme de formation proposé d'utiliser des jeux pré sportifs un impact positif sur l'apprentissage de la compétence de la correction de la stabilité de handball a moins de 13 ans catégorie.
- ✓ Le programme de formation proposé d'utiliser des jeux pré sportifs affectent le meilleur

– représenter la communauté de recherche dans les pays émergents handball MC Saida entre 9–12 ans. Pour la saison sportive 2015/2016 et qui numéroté 84 joueurs, et l'échantillon de recherche comprenait 22 joueurs de la catégorie junior de 9–12 ans, divisée en forme.

Chercheur de méthode expérimentale l'étudiant a choisi, pour la nature du problème à portée de main pour mesurer l'impact des jeux pré sportifs ressemblance pour améliorer certaines compétences de base en handball, appliqués à un échantillon expérimental.

Enfin nous sommes arrivés aux résultats suivants:

- jeux pré sportifs un rôle important dans la formation de l'enjeu.
- Capable de nouvelles apprendre les compétences de base sans les moyens et le potentiel complexe.
- jeux pré sportifs efficaces dans l'apprentissage des compétences de base si elles sont correctement appliquées.

Summary Results:

This research is: To propose a training program using pre sporting games like handball learn some basic skills (9-12) emerging years.

The objectives of the primary objective of the study, which is to prepare training modules using the following pre-sports games to teach the skills of stumping and scrolling, reception and Throwing the stand.

Partial objectives:

- ✓ The implementation of training modules to pre sports games.
- ✓ Identify results from the training modules to pre sports games in terms of education and scroll splash competence, receiving and clamping bracket.
- ✓ Prepare a training program for trainers

_ When the question of the year: Does the training program using the effect of pre sports games in learning the skills splashing and running, receiving and handball bracket clamp (09_12) years?

The researchers assumed students are several assumptions These assumptions

General Hypothesis:

– Training program proposed using sports games pre positive impact on learning basic skills studied with under 13 category.

Partial assumptions:

- ✓ The training program proposed to use pre sport games a positive impact on learning a handball stumping jurisdiction under 13 years category.
- ✓ The training program proposed to use pre sport games a positive impact on learning and handball reception scroll has jurisdiction under 13 category.
- ✓ The training program proposed to use pre sport games a positive impact on learning the skill of correcting the handball stability under 13 category.
- ✓ The training program proposed to use sports sunning affect the best

– To represent the research community in developing countries handball MC Saida between 9–12 years. For sport 2015/2016 season and that number is 84 players, and the research

sample included 22 players from the junior category of 9–12 years divided into shape.

experimental method of the student researcher has chosen, for the nature of the problem at hand to measure the impact of pre resemblance sports games for handball improve some basic skills, applied to an experimental sample.

Finally we got the following results:

- Pre Sport plays an important role in the formation of the stake.
- Able to learn new basic skills without the means and the complex potential.
- Effective pre sports games in learning the basic skills if properly applied.

التعريف بالبحث

- 1- مقدمة البحث
- 2- مشكلة البحث
- 3- أهداف البحث
- 4- فرضيات البحث
- 5- التعريف بمصطلحات البحث
- 6- الدراسات السابقة و المشابهة

1- مقدمة:

إن الوصول إلى المستويات العليا في المجال الرياضي والحصول على أفضل النتائج ومن ثم تحقيق الفوز في المحافل الدولية أصبح اليوم من الأهداف التي تسعى إليها الدول، وهي مسألة غاية في التعقيد وتحتاج إلى دراسة وتخطيط منظم منذ الوهلة الأولى التي يضع فيها الفرد أقدامه في مسيرة الحياة الأمر الذي يحتم على الجميع في هذا المجال الاهتمام بالنواحي التي تعد من مسببات التقدم والتطور في المجال الرياضي وهذه الجوانب متعددة وكثيرة وأهمها الجانب البدني والمهاري والتي يمكن تتميتها من خلال الممارسة المبكرة للأنشطة الرياضية.

وإن لعبة كرة اليد من الألعاب التي تتميز بتنوع مهاراتها الرياضية، فضلاً عن الترابط الوثيق بينها مما يجعل فرصة تحقيق التقدم بالأداء المهاري مرتبطة بما تقدمه المهارة السابقة كما إن بعض المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد مثل المناولة والتصويب هي من المهارات الحاسمة في هذه اللعبة إذ عن طريقها يمكن الحصول على هدف مباشر يعطي الأسبقية للفريق بالتقدم وهذا يأتي من خلال أداء التكرارات والتصحيح والاعتماد على التغذية الراجعة لضمان إدراك الحركة وتطبيقها.

كما إن للألعاب الشبه رياضية الدور الكبير في تعلم المهارات الأساسية إذ يمكن أن تسهم إلى حد كبير وبشكل ايجابي في تحقيق التنوع في التمرينات المستعملة وأساليب تنفيذها ، فضلاً عن تسهيل عملية التعلم والاحتفاظ بالمهارة مع مراعاة صعوبة المهارة المطلوب تعلمها أو سهولتها من خلال التدرج وإتباع التنظيم عند أدائها وهذا يتحقق من خلال الألعاب القريبة من اللعب التي تسهم بقدر كبير في الأداء الحركي الصحيح الخالي من الأخطاء ، في هذه المرحلة المتمثلة بانسيابية حركة البدء والانطلاق السريع والزاوية المثالية للنهوض و الزوايا الصحيحة لمفاصل الجسم مع التوافق في أداء أقسام الحركة .

ولقد تناولنا في دراسة هذا الموضوع من خلال خطة البحث التي شملت على مقدمة كانت عبارة عن تقديم وإثارة للموضوع وشملت على خطة سير البحث.

ثم الإطار العام للدراسة والذي تمثل في عرض إشكالية البحث ، الفرضيات ، أهمية الدراسة والهدف منها ومصطلحات البحث والدراسات السابقة .

على جانبين: الجانب النظري وشمل على فصلين :

الفصل الأول:وتناولنا فيه الى كرة اليد ناشئين و الألعاب الشبه رياضية و المهارات الاساسية في كرة اليد .

الفصل الثاني: تطرقنا فيه إلى الدراسات المرتبطة بالبحث والمتمثلة في الدراسات السابقة و التعليق عليها .

أما الجانب التطبيقي فقد احتوى على فصلين :

الفصل الأول : شمل الاجراءات الميدانية للبحث من خلال منهج

الفصل الثاني : فقد تطرقنا من خلاله الى عرض النتائج المتوصل إليها وتحليلها ومناقشتها بالعودة إلى الإطار النظري للبحث .

وفي خاتمة البحث طرحنا رؤيتنا في نتائج البحث من خلال دراسة فرضيات البحث ومناقشتها بموضوعية وأمانة علمية، مستخلصين في الأخير اقتراحات وتوصيات مناسبة .

2- مشكلة البحث:

تعتبر كرة اليد واحدة من الألعاب الغنية بالمهارات المتنوعة و يتطلب النجاح في كرة اليد الاعتماد و الاهتمام بالمهارات الأساسية للعبة بنوعيتها الهجومية و الدفاعية و ان معرفة المهارات الأساسية و إتقانها هي التي تساعد المدرب في تحقيق الهدف و الاحاطة بكل جوانب اللعبة من النواحي العلمية و العملية و ذلك لارتفاع المستوى الفني الذي يهدف الى خدمة الفريق و الوصول الى الهدف المنشود. فتعتبر المهارات الاساسية هي كل الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي لغرض معين في اطار قانون اللعبة لذلكلا يمكن للاعب ان يلعب كرة اليد ما لم يتعلم المهارات الأساسية التي تعد اهم مراحل تعلم اللعبة وإتقانها لرف مستوى الفريق والوصول به الى الاجادة و الامتياز اذ يشتمل اداء كرة اليد على المبادئ الأساسية الآتية تنطبق الكرة، تمرير واستلام الكرة و التصويب. وعليه فان هذه المبادئ بصورة عامة تحتاج أثناء فترة تعلمها الى الدقة في أدائها. حيث عزي الباحث ذلك الى الجانب التدريبي الذي لم يأخذ بنظر الاعتبار دور المناهج التدريبية العلمية الصحيحة وخاصة فيما يتعلق بمهارة التنطيط و التمرير و الاستقبال و التصويب من الثبات.

وعلى ضوء ما سبق رغب الطلبة الباحثين في بناء برنامج تدريبي باستخدام الالعاب الشبه الرياضية لتطوير بعض المهارات الأساسي لكرة اليد لدى الفئة العمرية أقل من 13 سنة، وبالتالي يمكن حصر مشكلة البحث في السؤال العام التالي:

- هل للألعاب الشبه رياضية تساهم في تعلم المهارات الأساسية لكرة اليد لفئة أقل من 13 سنة؟

وحتى نتمكن من الإجابة على هذا السؤال العام لابد من الإجابة على الأسئلة الفرعية التالية:

- هل للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه رياضيه أثر في تعلم مهارة التنطيط لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة ؟
- هل للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه رياضيه أثر في تعلم مهارة التمير و الاستلام لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة ؟
- هل للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه الرياضيه أثر في تعلم مهارة التصويب من الثبات لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة ؟

3- فروض البحث :

الفرضية العامة:

- للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الشبه رياضيه أثر ايجابي في تعلم المهارات الأساسية المدروسة لدى فئة أقل من 13 سنة .

الفرضيات الجزئية:

- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه رياضيه يؤثر ايجابيا في تعلم مهارة التنطيط في كرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة .
- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الشبه رياضيه يؤثر ايجابيا في تعلم مهارة التمير و الاستلام لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة.
- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الشبه رياضيه يؤثر ايجابيا في تعلم مهارة التصويب من الثبات لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة.

4-أهداف البحث:

الأهداف الفرعية:

-التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعب الشبه رياضيه في تعلم مهارة التتطيط لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة.

- التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعب الشبه رياضيه في تعلم مهارة التمرير و الاستلام لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة.

- التعرف على أثر البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعب الشبه رياضيه في تعلم مهارة التصويب من الثبات لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة.

الهدف العام:

الكشف عن أثر أفضلية البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعب الشبه رياضيه في تعلم المهارات الاساسية المدروسة لكر اليد أقل من 13 سنة.

5- مصطلحات البحث:

5 - 1 - اللعب :

➤ نظريا:

➤ حسب عطية محمود اللعب يعد الوسيلة الطبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تحيط بالطفل والتي تفرض نفسها عليه في كل لحظة وأونة ،فمن طريق اللعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها ويوسع من مهاراته ويعبر عن أفكاره و وجدانه ويوضح العالم جوتسموتس أن اللعب وسيلة لاستعادة نشاط الجسم وحيويته بعد ساعات العمل المجهدة (محمود، 1949)

➤ التعريف الإجرائي للعب :

اللعب هو نشاط يقوم به اللاعب في فئة أقل من 13 سنة ويكون موجه لغرض تعلم المهارات الاساسية المدروسة .

5 - 2 - الألعاب الشبه رياضية:

➤ نظريا :

حسب «Dobler» هي مجموعة من النشاطات التي تكتسي طابع اللهو والمرح والترفيه بطريقة نشطة ومريحة ويرى Boch 1978 أن الألعاب الشبه الرياضية هي تمثل نشاط خاص بالأطفال وبأخذ عدة أشكال حسب الأعمار وتحظى بطابع المنافسة في إطار اللهو ومرح.

➤ التعريف الإجرائي للألعاب الشبه رياضية:

الألعاب الشبه الرياضية هي ألعاب جماعية وفردية لا تتطلب وسائل كثيرة لتجسيدها تكون محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم تعمل على تحفيز الطفل وبناء فكره وتطوير قدراته البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة .

5 - 3 - البرنامج التدريبي:

➤ نظريا:

هو برنامج يتطلب من جهة تخطيط صارم لتدريبات الفرد و من جهة أخرى المراقبة و التحليل لانجازه، كما يجب ان يحترم مراحل الجهد و الاسترجاع للجسم عبر تحديد جرعات مدققة للتمارين اليومية والاسبوعية و الشهرية و الفصلية وحتى السنوية و هذا حسب الاهداف المسطرة (أ.د.البساطي، 1998)

➤ التعريف الاجرائي للبرنامج التدريبي:

هي مجموعة من الحصص التدريبية المنظمة المرتبة لكل وحدة منها غرض تعليمي تخدم الهدف المرجو وهي ذات محتوى تقني وفني، وهي مجموعة من التمارين و تتميز بالدقة و تركز على مجموعة من الخطط الموضوعية من طرف المدرب، وتمكن نجاعة الوحدة التدريبية في كيفية تلقينها و مدى فهم و استيعاب اللاعبين له.

5 - 4- تعريف كرة اليد:

تعد من الألعاب الرياضية القديمة، تجرى ما بين فريقين يتألف كل فريق منها من سبعة لاعبين (وخمسة احتياطيين)، تتضمن بسرعة الأداء و التنفيذ ويشارك فيها عدد كبير من الرياضيين بها قواعد وقوانين ثابتة.(الزيدي، 2008 ص 200)

5 - 5 – مفهوم مرحلة الناشئين (9-12) سنة:

هي مرحلة إتقان الخبرات و المهارات اللغوية و الحركية و العقلية السابق اكتسابها حيث ينتقل الطفل تدريجيا من مرحلة الكسب الى مرحلة الإتقان و الطفل في حد ذاته ثابت وقليل المشاركة الانفعالية ويميل الطفل ميلا شديدا إلى الملكية التي يبدأ في النمو قبل ذلك، كما يتجه الى الانتماء إلى الجماعات المنتظمة بعد أن كان يميل قبل ذلك لمجرد الاجتماع لمن في سنه.(العيساوي، 1992)

5 - 6 – مفهوم المهارات الأساسية:

إن كل فعالية أو نشاط من الأنشطة الرياضية تعتمد على عدد من المهارات الأساسية التي التي تعد القاعدة الهامة التي تبنى عليها اللعبة. وللمهارات الأساسية في كرة اليد أهمية كبيرة تجعل الأشخاص القائمون على العملية التعليمية يقضون معظم الوقت بالتدريب على أداء هذه المهارات وتعليمها بالشكل الصحيح وإعطاء حصة أكبر لها في البرامج التعليمية.

ويرى الباحث انه من المستحسن أن يتم تعليم المهارات الأساسية للمبتدئين من خلال إدخالها ضمن ألعاب الشبه الرياضية إعدادية وكذلك إدخال عنصر الإثارة والتشويق إذ إن هذه الألعاب سوف تساهم بصورة كبيرة في ضبط وإتقان المهارات الأساسية وإبعاد الملل عن اللاعبين وتبعث في نفوسهم التشويق وروح المنافسة والرغبة في التعليم. إن

لعبة كرة اليد تمتاز بتعدد المهارات الأساسية فيها وهذا ما دفع المختصين والمهتمين بهذه اللعبة وعبر فترات زمنية متعاقبة ألي تصنيفها إلى العديد من التصنيفات ويتفق الباحث مع تصنيف جيرد لا نهوف وبيترندرات الي:(وتيوندرات، 1978)

- 1- التمير 2- الإستلام 3- التنطيط 4- التصويب 5- الحركات الخداعية
- 6 - الدراسات المشابهة:

6- 1 - دراسة خالي يوسف (2015) جامعة البويرة.

عنوان البحث: انعكاس الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الحركية لدى ناشئي كرة اليد (9-12 سنة)

مشكلة البحث: ما مدى انعكاس الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الحركية لدى ناشئي كرة اليد "9-12" سنة ؟

الفرضية العامة:

- للألعاب الشبه الرياضية انعكاس فعال في تعلم المهارات الحركية لدى ناشئي كرة اليد (9-12 سنة)

الهدف العام: ابراز اهمية الالعاب الشبه رياضية كوسيلة بيداغوجية وانعكاساتها عند الناشئ لتعلم مختلف المهارات الحركية لتخطي الصعوبات التي يصادفها أثناء أدائه لمهامه.

عينة ومنهج البحث:

منهج البحث: اتبع الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي.

مجتمع البحث وعينته:مجتمع البحث يتكون من 10 مدرين 05 رئيسيين إضافة إلى 05 مساعدين لفرق كرة اليد بولاية البويرة فئة الناشئين موزعين على 05 نوادي.

الاستنتاجات:

- إن الحصة التدريبية و التي تخلو من عنصر اللعب تفقد فعاليتها في جلب اهتمام اللاعبين للوصول إلى هدفها.
 - أن الألعاب شبه الرياضية لها مكانة رئيسية في الحصة.
 - أن الألعاب الشبه رياضية لا تتطلب وسائل وإمكانيات معقدة تساعد اللاعب في تعلم مهاراته الحركية.
 - وفي الأخير يمكن القول أن للألعاب الشبه رياضية دور فعال في تعلم مهارات اللاعب الحركية إن أحسنا وعرفنا كيفية استعمالها بوجه صحيح خلال الحصة التدريبية.
- التوصيات:

- استغلال هذه الألعاب بشكل واسع أثناء تلقينهم للبرامج داخل الحصة لأنها تمثل قاعدة صلبة لهم .
- معرفة استعمال الألعاب شبه الرياضية .
- الاهتمام أكثر بالألعاب الشبه رياضية و إعطائها الأهمية التي تستحقها و كذلك معالجتها من كل الجوانب و هذا لما يمكن أن تقدمه من سهولة لهم في الحصص التدريبية.

6-2 – دراسة بن نعيمة كمال و بالحبيب عبد النور (2012) جامعة ورقلة .

عنوان البحث: دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي الرياضة المدرسية (6-10 سنة)

مشكلة البحث: هل للألعاب الشبه رياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي الرياضة المدرسية (6-10 سنة).

الفرضية العامة:

- للألعاب الشبه رياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي الرياضة المدرسية (6-10 سنة)

هدف البحث: إبراز الوظيفة الفعالة التي تلعبها الألعاب الشبه رياضية في حياة الطفل ، ودورها في تنمية مختلف جوانب نموه خاصة الجانب العقلي والحركي النفسي. عينة ومنهج البحث:

منهج البحث: اتبع المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي وذلك لملائمته طبيعة الدراسة.

مجتمع البحث وعينته: تم اختيار عينة بحثنا بشكل عشوائي والتي شملت 30 مرييا في الرياضة المدرسية في منطقة بلدية بلدة عمر ولاية ورقلة.

أداة البحث: الاستمارة الاستبائية
الاستنتاجات:

- ❖ استعمال الألعاب الشبه رياضية يساعد الطفل في تعلم وإتقان بعض المهارات الحركية وتنمية الصفات البدنية لأن الطفل بطبعه يحب اللعب
- ❖ استعمال الألعاب الشبه رياضية يساعد على الوصول إلى الهدف المسطر من خلال إضفاء صبغة النشاط والحيوية في الحصة التدريبية فينتج عنها إقبال كلي للتلاميذ أثناء الحصة.

التوصيات:

- الاهتمام أكثر بالألعاب الشبه رياضية لما لها دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي الرياضة المدرسية (6-10 سنة)

عنوان البحث: دور الألعاب الشبه رياضية فالتفاعل الاجتماعي داخل الحصة تربية البدنية الرياضية.

المشكلة: هل الألعاب شبه رياضية دور في التفاعل الاجتماعي داخل حصة التدريب الرياضي ؟

هدف البحث: يهدف البحث الى معرفة الأهمية الاجتماعية للألعاب شبه رياضية خلال حصص التدريب الرياضي.

-الفرضية العامة :للألعاب الشبه رياضية دور في التفاعل الاجتماعي داخل حصة التدريب الرياضي.

المنهج:وصفي

العينة:25أستاذ اختيروا بالطريقة العشوائية.

أدوات البحث:الاستبيان.

أهم النتائج المتوصل اليها :الألعاب الشبه رياضية لها دور و أهمية كبيرة في تهذيب نفسية التلاميذ و تعليمه السلوك الحسن الذي يساعده على تنمية مهاراته الحركية كما تعمل على ادماج التلاميذ اجتماعيا.

أهم الاقتراحات: إعطاء أهمية كبيرة للألعاب شبه رياضية كونها تساعد في عملية التعلم و تنمية المهارات العقلية و الحركية للتلاميذ.

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد القيام الطالب بقراءات و استطلاعات لنتائج وتقارير الأبحاث و المرتبطة بموضوع الدراسة تمكنا من استخلاص أهم دراسات و الاستعانة بها وقد راعى الطالب الباحث اختيار ما هو متاح من إصدار دراسات سابقة التي استعان بها الباحثون ، وبالنظر

إلى هذه الأبحاث نلاحظ ان لها اتصال مباشر مع موضوعنا، لذا استعملنا معظمها كمصادر و مراجع لإثراء البحث بشكل عميق للوصول إلى النتائج المدققة حيث كانت معظمها ترتبط بأحسن الطرق التدريبية .

كما استفاد الباحث من الدراسات المشابهة في عدة أوجه من أهمها المنهج و المنهجية المتبعة في اخراج البحث حيث تطرق الباحثون في دراستهم الى المنهج الوصفي. اما اختيار العينة فاختلفت الدراسات فيما بينها في عدد افراد العينة المستخدمة و المرحلة العمرية للاعبين، زيادة على معرفة الوسائل و الأدوات التي استعملت خلال البحث، واهم الصعوبات التي واجهتها وانحصرت الدراسات السابقة على مصادر باللغة العربية و الأجنبية في جمع المعلومات بالإضافة إلى الاختبارات البدنية و المهارية و المقابلات الشخصية و المعالجة الإحصائية حتى إخراج البحث في شكل نهائي.

نقد الدراسات السابقة:

من خلال تحليلنا لنتائج هذه الدراسات المشابهة لبحثنا يمكن الملاحظة أن معظم طرق التدريب لها فاعلية تطوير مهارة او صفة من الصفات البدنية وخاصة في تخصص رياضة كرة اليد التي شملتها هذه الدراسات وأن البرامج التدريبية اذا كانت مبنية على أسس علمية صحيحة و استعمال الوسائل التدريب الحديثة فإنها ستؤدي حتما إلى تحقيق تطور في الجانب البدني وتحسن في الجانب المهاري وهذا ما يظهر من خلال الفروق الظاهرية بين العينات المستخدمة. و هذا ما أدى بنا إلى اختيار موضوعنا الذي يعتمد على اقتراح برنامج تدريبي باستخدام الألعاب الشبه رياضية وفق برنامج علمي هادف ومسطر بتخطيط يستند إلى مراجع وطرق تدريب علمية لها الأثر الناجح في تعلم المهارات الأساسية لدي فئة أقل من 13 سنة ولعل الجديد الذي جاءت بها دراساتنا الحالية مقارنة بدراسات سابقة تقديم طريقة تدريبية جديدة لتعلم المهارات

الأساسية. وهذا ما أظهرته نتائج العينة التجريبية التي تدرت وفق برنامج تدريبي باستخدام الألعاب الشبه رياضية معدلات تفوق معدلات التحسين لدى العينة الظابطة بنسب تفوق النسب المتحصل عليها في الدراسات السابقة.

الباب النظري

لقد تطرق الطلبة الباحثين في هذا الباب إلى فصلان

1- الألعاب الشبه رياضية

2- المهارات الأساسية في كرة اليد و الفئة العمرية (09-12) سنة

الفصل الأول:

- تمهيد

1-التدريب

2-البرمجة

3-أنواع طرق التدريب

4-الألعاب الشبه رياضية

5-الألعاب الشبه رياضية

- تعريف

- الخصائص

- أهمية

- أهداف

- خلاصة

تمهيد:

يعتبر علم التدريب الرياضي من العلوم التطبيقية التي تعتمد على العلم ومستحدثاته ، والذي يهدف إلى إمداد المدرب بالعلوم والمعارف والتطبيقات التي تساعد على تحقيق أفضل النتائج مع لاعبين من خلال استخدام أفضل الطرق والأساليب والوسائل المتاحة بشكل علمي ، ويشير مفهوم التدريب إلى عملية التكميل الرياضي المدارة وفق المبادئ العلمية والتربوية المستهدفة إلي مستويات مثلى في إحدى الألعاب والمسابقات عن طريق التأثير المبرمج والمنظم على كل من قدرة اللاعب وجاهزيته للأداء الرياضي.

اللعبة بلا شك هو الوسيلة التي يكشف بها الإنسان الخبرات المتنوعة في مختلف الأوضاع لمختلف الأغراض ، فبواسطته يتعامل الطفل مع الأشياء كأنها كائنات تمتلك معاني محددة ، ولهذا فإن الطفل من خلال اللعب يكتشف اتجاهاته ويختبرها كما يساعده في الاقتراب من الراشد و يزيد من جرأته الحسية و الحركية و اللغوية ويمتص طاقته الزائدة ويعده للنشاط الجديد ويخفف من حدته الانفعالية.

ولقد أولى علماء التربية والنفس أهمية لدراسة كيفية تعامل المدرب مع اللاعبين والسبل الكفيلة لإنجاح الحصة التدريبية وذلك بإدخال اللعب كعنصر حيوي حيث يعتبره علماء النفس وسيلة من وسائل التعبير عن الذات والطريقة لتفريغ الشحنات والطاقات الزائدة ، لذا وجد المدربين في الألعاب الشبه رياضية خير و سيلة لبلوغ هدف الحصة والدور الذي تلعبه في تنشيط وتحفيز اللاعبين.

1- التدريب:

1-1 مفهوم التدريب :

يرى محمد حسن علاوي أن التدريب الرياضي هو عملية تربوية تخضع لأسس ومبادئ علمية تهدف أساسا لإعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية. (علاوي، 2002)

"التدريب الرياضي الحديث هو عبارة عن جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية وتعلم التكنيك (المهارات الأساسية) والتكتيك (المهارات الخطئية) وتطوير الإمكانية العقلية ضمن عمل مبرمج وهادف ، خاضع لأسس تربوية قصد الوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية ممكنة " . (قاسم حسن، 1998)

ويعرف Weinck " التدريب الرياضي على أنه ذلك التحضير البدني المهاري الخطئي الفكري والنفسي للرياضي للمساعدة قصد الوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة (weineck، 1986)

2- بناء البرامج التدريبية ومكانتها في التخطيط الرياضي:

1-2 مفهوم البرامج : يعد بناء البرنامج من أهم الأعمال التي يهتم بها العامل و نفي مجال التدريب الرياضي لأن البرامج العلمية المقننة هي الضمان الوحيد لإحداث النمو المطلوب. (الحلمي، 2002)

3- طرق وأساليب التدريب الرياضي لتنمية الصفات البدنية لناشئي كرة اليد :

3-1 مفهوم طرق التدريب الرياضي :

ذكر حسن علاوي (عام 1992) أن المقصود بطرق التدريب هو مختلف الوسائل التي يمكن بواسطتها تنمية وتطوير الحالة التدريبية (الفورمة الرياضية) للفرد الرياضي إلى أقصى درجة ممكنة عن طريق عمليات التدريب المنظمة وقد قسمت طرق التدريب الرياضي إلى : (مفتي إبراهيم حماد ، 2001)

1- طرق تدريب الصفات البدنية .

2- طرق تدريب المهارات الحركية .

3- طرق تدريب الإعداد الخططي .

4- طرق تدريب الإعداد النفسي .

هذه الطرق المختلفة هي مكونات لعملية واحدة وهي عملية التدريب الرياضي مع ضرورة الاهتمام بها جميعاً للوصول بالفرد لأعلى المستويات الرياضية .

وذكر "بسطويسي أحمد (1999) " أن طرق التدريب الأساسية الخاصة بتنمية وتطوير كل من القوة العضلية والسرعة تتمثل في :

1-التدريب بالحمل المستمر .

2 - التدريب الفتري .

3 - التدريب التكراري .

وبالإضافة إلى تلك الطرق الرئيسية توجد وسائل ونظم تدريب خاصة ومتعلقة بها حيث

تسمى في بعض المراجع (طرق تدريب أيضاً) كالتدريب الدائري بنظمه المختلفة

والتدريب البليومتري و الهرميو المتقطع وغيرها من الطرق التي تتمثل في الوسائل

والنظم الخاصة والمعينة لطرق التدريب الأساسية . (احمد، 1999ص173)

4-طريقة اللعب:

4-1-تعريف اللعب:

إن موضوع اللعب لقي اهتماماً ومتابعة من قبل المفكرين والعلماء ، والذين أرادوا أن

يعطوا تعريفاً دقيقاً له ومن بينهم " عطية محمود " الذي يرى أن اللعب يعد الوسيلة

الطبيعية في تفهم مشاكل الحياة التي تحيط بالطفل والتي تفرض نفسها عليه ، في كل

لحظة وأونة فعن طريق اللعب يكتشف البيئة التي يعيش فيها و يوسع من معلوماته

ويزيد من مهاراته ويعبر عن أفكاره ووجدانه (محمود، 1949)

وحسب «S.Miller»:اللعب ذلك النشاط الوحيد الذي يهدف الإنسان حين ممارسته إلى

المتعة الناتجة عن اللعب ذاته.(S.MILLER, 1987 P3)

4-2- قيمة اللعب:

يعتبر اللعب من أهم الوسائل التربوية التي تدخل في تشكيل جوانب شخصية الفرد لأنه يساعد الطفل على اكتشاف المحيط واكتساب الخبرة ، حيث نجد اللعب له قيمة كبيرة تتلخص فيمايلي:

- تدريس الحواس وتنمية الملاحظة واكتساب الخبرة.
- تمكين الطفل من اكتشاف المحيط وتنظيم الفضاء.
- تلبية حاجات الطفل وميوله إلى اللعب والحركة.
- مساعدته على التكيف الاجتماعي.
- تسهي ل اكتساب المعارف عن طريق الممارسة.
- استغلال الألعاب في تنظيم الحوار قصد تصحيح المكتسبات اللغوية و إثرائها.

4-3- أنواع اللعب:

يوجد اللعب في المجتمع على عدة أوجه منها هدفها ودورها محددة بدقة.

4-3-1- اللعب العفوي

4-3-2- اللعب التربوي

4-3-3- اللعب العلاجي

4-1- مميزات اللعب الطفولي:

يتميز اللعب الطفولي بعدة صفات ذكرها العالم " أوليس كايا " في كتابه (علم النفس الطفل) يمكن أن نلخصها فيم يلي:

-اللعب كمال أي نشاط إنساني آخر طبعاً اجتماعياً وهذا ما يجع له يتغير مع الظروف التاريخية لحياة الإنسان وبما أن الألعاب تعكس الحياة فإنها تتغير تبعاً لتغيرها.

- يعتبر اللعب شكلاً من أشكال الانعكاس الناتج لواقع الطفل حيث أن الأطفال حين يلعبون فإنهم لا يحاولون نسخ الواقع نسخاً ميكانيكياً بل يتخيلونه.

- نشأ اللعب على أساس التقليد والأفعال التلميسية للأشياء ، وتمثل الألعاب لدى الأطفال مجموعة من الأفعال يسترجعون فيها ما شاهدوه من مشاهد في حياة الراشدين

فالطفلة تتصرف كأماها، ونجد كذلك أنهم يستعيدون كلامهم ومواقفهم بمعنى أن الطفل في لعبه يعكس حياة الراشدين.

4-5- دور اللعب في تكوين الطفل:

يقول "لي- LEE" (اللعب يكون الطفل) عبر اللعب الطفل يعبر عن أفكاره ويرضي احتياجاته الداخلية ، ويعتبر اللعب وسيلة محددة للتطوير الشامل للطفل عبر التنوع في اللعب المعطى للطفل قصد تحسين وتسهيل المهارة والتوافق.

4-5-1- الجانب الاجتماعي:

إن اللعب ساهم في تنشئة الطفل اجتماعيا واثزانه عاطفيا وانفعاليا ، فالطفل يتعلم من خلال اللعب مع الآخرين الإثارة والأخذ والعطاء واحترام حقوق الآخرين، ويؤدي اللعب دورا في تكوين النظام الأخلاقي.

والجانب الاجتماعي للألعاب هو الجانب الذي يبحث عنه بكثرة في النشاط الرياضي بحيث أنه لا يمكن اللعب مفردا ، لهذا الغرض الطفل مدعوا للاندماج في مجموعة الأطفال لكي يستطيع التعبير مع مختلف الزملاء ، ولكي يفضل لديه روح الجماعة ولكي يوضع منذ حداثة عهده (سنة) في مواجهة أهم الحقائق التي يتطلبها اللعب التعاوني. (الشيواني، 1981 ص 274)

4-5-2- الجانب النفسي:

الطفل كأى كائن حي في علاقة تبادل مع محيطه، إن اللعب يسمح للطفل بالتعلم التدريجي والسيطرة على محيطه وكذا التحكم في وجوده.

إن المحللون النفسيون ينظرون إلي اللعب على أنه الطريق الأسمى لفهم المحاولات التي يقوم بها ذات الطفل بالتوفيق بين الخبرات المتعارضة التي يمر بها إذ يكتشف الطفل الذي يعاني من مشكلة خاصة عن نفسه وعن مشكلته عن طريق اللعب بشكل لا تعادله طريقة أخرى (علاوة، 1986 ص 120)

4-5-3- الجانب البدني:

توجد فوائد عديدة تعود على البدن بالإيجاب، حيث يساعد على زيادة الوزن ونمو القدرات العضلية للطفل لهذا يعتبر اللعب ضروريا في هذه

المرحلة لتهيئة الطفل لاستقبال الأعمال ، والمهارات التي تتطلبها المرحلة المقبلة إلى جانب هذا فاللعب ينمي العضلات الكبيرة والصغرى التي تمكن الطفل من القيام ببعض الأعمال التي تتطلب مهارة يدوية معينة وتتضح أهمية اللعب في النمو الجسمي. (سعد مرسي أحمد، 1983 ص 47)

4-5-4- الجانب العقلي: إن اللعب ينمي القدرة العقلية على الإبداع التي تنشأ أساسا من التقييد والتي تعتبر انعكاس الواقع الطفل ، فالأطفال حينما يلعبون فإنهم يحاولون نسخ الواقع نسخا ميكانيكيا وإنما يدخلون فيها لإدراك والذاكرة والتصورات والإرادة لذلك فإن الطفل يستطيع الوصول إلى كل شيء من خلال اللعب وبهذا يتحقق لدينا بأن اللعب عبارة عن استخدام للمعارف ووسيلة لتحقيقها وطريق لنمو قدرات الطفل وقواه المعرفية ،فلكي يلعب الطفل.

4-6- الألعاب الشبه رياضية:

4-6-1- تعريف:

الألعاب الشبه رياضية هي مجموعة من الحركات أو الفعاليات المريحة والترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية والعقلية بطريقة نشيطة ومريحة ،فالألعاب الشبه رياضية هي نشاط خاص بالطفل ويأخذ عدة أشكال حسب العمر وهو مركز على الميول المأخوذة من النشاط كليا بحيث يعتبر المحرك الرئيسي لتطوير شخصية الطفل وغالبا ما تسير الألعاب الشبه رياضية بطابع تنافسي دون الحاجة أو اللجوء إلى قواعد تنافسية رسمية من بينها مدة اللعب وعدد اللاعبين والملعب وطبيعة الوسائل المستعملة في الرياضات الجماعية بصفة عامة.(سوزانا ميلر ، 1987 ص 192)

حسب «Dobler» الألعاب الشبه رياضية هي مجموعة من النشاطات التي تكتسي بطابع اللهو والمرح والترفيه بطريقة نشطة ومريحة .

(Ameziane M. , 2001,2002)

ويرى « Boch » 1988 أن الألعاب الشبه رياضية تمثل نشاط خاص بالأطفال وبأخذ عدة أشكال حسب الأعمار وتحظى بطابع المنافسة في إطار اللهو والمرح (Medjaouri, 1991 p 5,6).

لإشارة أن مصطلح أو كلمة الألعاب الشبه رياضية غير مستعملة في التعاريف العالمية بل تستعمل في الألعاب الصغيرة أو الألعاب الحركية كمفردات لكونها مستمدة من خيال الأطفال ومستوحاة من تقاليد وعادات الشعوب وتستعمل الألعاب الشبه رياضية من أجل:

التحفيز: بحيث أنه ليس هناك سلوك دون التحفز لذلك يجب إدخال مثير لإثارة الفكر لكي يدخل في الحركة . فالتحفيز يمثل العامل الرئيسي الذي به ينمي الفكر ، و التركيز و الانتباه والترفيه والراحة في المنافسة كي يستطيع الطفل إعطاء أفضل ما لديه من روح الإبداع في كل الأوضاع البيداغوجية.

يجب التأثير على التحفيز لدى الطفل وذلك من خلال عدة عوامل:

- عوامل مرتبطة باللعب منها حب التنفيذ و كذلك استعمال متطلبات الحركة
- عوامل مرتبطة بالنشاط في حد ذاته كتتنوع الوضعيات المتتابعة والإحساس بالاستقلالية

- عوامل مرتبطة بشخصية المدرب ومنها :

-احترام شخصية الطفل.

-إيجاد وسط آمن ومثير في نفس الوقت.

4-7- خصائص الألعاب الشبه رياضية:

تتميز الألعاب الشبه رياضية بعدة خصائص منها:

- الألعاب الشبه رياضية لا تتطلب وسائل وإمكانيات متعددة ومعقدة.
- تكون الألعاب الشبه رياضية محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم.
- يجب أن تحتوي الألعاب الشبه رياضية على مجهود بدني وعقلي يحتفظ بأكبر عدد من الأطفال أثناء الأداء.
- الألعاب الشبه رياضية ذات طابع تنافسي لا تهتم كثيرا بالنتائج.
- يجب أن تعمل على تحفيز اللاعب وبناء فكره.
- يجب أن تسمح بمجهود بدني متنوع لكامل الجسم، وكذلك توزيع متوازن للجهد البدني وكذا وقت للراحة، وأيضاً المتطلبات التنسيقية والمعرفية.

4-8- تصنيف الألعاب الشبه رياضية:

إن تصنيف الألعاب الشبه رياضية يعود إلى "اندرديميابر " حيث صنفها إلى أربعة مجموعات:

4-8-1- ألعاب جد نشيطة : وهي التي تتطلب جهد بدني مركب ومتوافق بين كل اللاعبين وهذا الجهد يدوم بدوام اللعب في حد ذاته.

4-8-2- ألعاب نشيطة: يكون الجهد في هذه الألعاب عالي ، يقتصر على فريق واحد في الوقت الذي يكون فيه الفريق الثاني في راحة نسبية ، مع أخذ قسط حقيقي وفعال من اللعب.

4-8-3- ألعاب ذات شدة ضعيفة: وتتصف هنا كل الألعاب أين يكون فيها الجهد البدني بشكل عام فردي ولا يمثل في الوقت إلا جزء ضئيل من المدة الإجمالية للحصة ويحمل إلى ملاحظة أنه في حالة ما إذا استعملت ألعاب هذه المجموعة تكون بعدد قليل من اللاعبين.

4-8-4- ألعاب ترويحية تثقيفية : تتميز هذه الألعاب بالجهد الضعيف وإثارة الجهد الذهني والعقلي مما ينتج عنها لترويح و التثقيف.

4-9- أهمية الألعاب الشبه رياضية:

تكتسي الألعاب الشبه رياضية أهمية كبيرة وتتجلى فيما يلي:

-تعتبر وسيلة أساسية في تطوير الجانب البدني للطفل.

-تتمي روح التعاون والتفاعل الاجتماعي.

-هي بمثابة تمهيد لألعاب الفرق من خلال تعلم المهارات الحركية الأساسية المختلفة.

(سوزانا ميلر، 1987 ص 192)

-تضفي على الحصة التدريبية جوا من المرح و التسلية.

4-10- أهداف الألعاب الشبه رياضية:

إن لاستعمال الألعاب الشبه رياضية في الحصة التدريبية دور في عملية التعلم الحركي وكذلك إضفاء طابع الحيوية والمتعة على الحصة التدريبية ، وتستعمل بتحفيز الجسم على تقبل الجهد خلال الحصة وكذا تنشيطها قصد تحفيز اللاعبين على القيام بمجهود بدني وعقلي دائما في سياق الترفيه ، كما أن من أهداف الألعاب الشبه رياضية تدعيم عملية التدريب وكذلك باقتراح ألعاب تخدم هدف الحصة،حيث تسمح باكتساب المهارات الحركية في وسط تنافسي، بحيث تنمي فيه جميع الصفات البدنية والعقلية.

4-11- ملاحظات خاصة بالألعاب الشبه رياضية:

تساعد هذه الألعاب التعلم ضمن مختلف الأنشطة وخاصة الرياضات الجماعية ومن جهة أخرى تسمح:

- باشتراك عدد من اللاعبين في حالة نقص الوسائل.
- باستغلال الوسائل البسيطة مثل:كرات ذات أشكال و أوزان مختلفة . نقدم بعض الألعاب الشبه رياضية كمثال :على المدرب أن يبحث وينوع في اختيار الألعاب باحترام المبادئ التالية:
 - القيام باختيار دقيقي ناسب تحقيقا لأهداف المسطرة.
 - تجنب تكرار الذي يعرض إهمال التدريب والميل إلى التنشيط.(منهاج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي ، جوان، 1996).

الخلاصة :

وتعد طرق التدريب الرياضي في كرة اليد الوسائل المختلفة التي من خلالها يمكن تنمية الحالة التدريبية للفرد الرياضي وتطويرها إلى أفضل درجة ممكنة ، ويقصد بالحالة التدريبية "الحالة البدنية ، والحالة المهارية ، والحالة الخطئية ، والحالة النفسية التي يتميز بها الفرد الرياضي ، والتي يكتسبها عن طريق عمليات التدريب الرياضي المنتظمة .

إنما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه حول فعالية الألعاب الشبه رياضية ضمن حصص التدريب. فالألعاب الشبه رياضية ذات أهمية كبيرة عند ناشئي كرة اليد بالنظر إلى اهتمامهما لكبير وإقبالهما لمتزايد عليها ، كما أنها تساهم في التطوير الإيجابي للعديد من الجوانب عند الفرد سواء أن كانت مهارة ، حركية ، وكما تخلق جوا من التبادل بين اللاعبين وتسمح لهم بالتعبير بكل حرية عن آرائهم حول مختلف المواضيع. بالإضافة الى هذه الأهمية التي تحظى بها الألعاب الشبه الرياضية عند المدربين وإدراجها ضمن الحصص التدريبية وذلك قصد سد بعض الثغرات في الحصة ، وتملأ الجسم صحة وانتعاشا ، فهي تمثل جزءا كبيرا من النشاط الرياضي ووسيلة تدريبية حقيقية وتعلم مختلف القدرات و المهارات.

الفصل الثاني:

1- كرة اليد

2- متطلبات كرة اليد

3- متطلبات المهارة لكرة اليد

3-1- التنطيط

3-2- التمير و الاستقبال

3-3- التصويب من الثبات

4- خصائص المرحلة العمرية لفئة أقل من 13 سنة

خلاصة

1 - تعريف كرة اليد:

تعد من الألعاب الرياضية القديمة ، تجرى ما بين فريقين يتألف كل فريق منها من سبعة لاعبين (وخمسة احتياطيين) ، تتضمن بسرعة الأداء و التنفيذ ويشارك فيها عدد كبير من الرياضيين بها قواعد وقوانين ثابتة . (الزبيدي، 2008 ص 200)

إن طبيعة الأداء في كرة اليد تعتمد على درجة كفاءة اللاعب لأداء المهارات الأساسية سواء الدفاعية أو الهجومية بالكرة أو بدونها ، وتوظيف تلك المهارات أثناء القيام بالعمل الخططي ، وتختلف طبيعة الأداء في كرة اليد وتتنوع ما بين العدو السريع بالكرة أو بدونها إلى الجري والتوافق ، وترجع عمليات التغير في الأداء إلى طبيعة سير المباراة ، حيث تخضع لعبة كرة اليد للمواقف الحركية المختلفة والمتغيرة بحيث لا يوجد ظروف ثابتة. للأداء والمواقف لارتباطها بحركات المنافس و مواقفه.

(درويش، 1998 ص 18)

تتخلل لعبة كرة اليد بعض القوانين منها:

- عدم المشي بالكرة أكثر من ثلاث خطوات.
- عدم إبقاء الكرة في اليد أكثر من ثلاث ثواني.
- عدم التكرار في التطيط الكرة بعد مسكها.
- عدم مسك الكرة مرتين متتاليتين دون سقوطها على الأرض.
- عدم دخول المنطقة المحرمة.....الخ.

1 - 1-1متطلبات الأداء في كرة اليد:

1 - 1 - 1-المتطلبات البدنية:

كما كانت كرة اليد الحديثة تتطلب أن يكون اللاعب متمتعاً بلياقة بدنية عالية ، فقد أصبحت الصفات البدنية ضرورية للاعب كرة اليد ، أحد الجوانب الهامة في خطة التدريب اليومية ، والأسبوعية و الفترية ،والسنوية وتتضمن المتطلبات البدنية لأداء اللعب في كرة اليد صفات بدنية للأعداد البدني العام، و صفات بدنية للإعداد ، حيث يهدف الإعداد البدني العام إلى تنمية الصفات البدنية العامة التي يمكن على أساسها بناء وتطوير الصفات البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد ، بينما يهدف الإعداد البدني

الخاص إلى تنمية الصفات البدنية الخاصة الضرورية للأداء في لعبة كرة اليد، وتزويد اللاعب بالقدرات المهارية والخططية على أن يكون مرتبط بالأعداد البدني العام ارتباطا وثيقا في جميع فترات التدريب. (علاوى، 2003 ص 6-7)

1 - 1 - 2 - المتطلبات المهارية:

المتطلبات المهارية في كرة اليد تتضمن جميع المهارات الأساسية للعبة سواء كانت بالكرة، أو بدونها، وتعني كل التحركات الضرورية والهادفة التي يقوم بها اللاعب وتؤدي في إطار قانون لعبة كرة اليد بهدف الوصول إلى أفضل النتائج أثناء التدريب أو المباراة، ويمكن تنمية وتطوير هذه المتطلبات المهارية من خلال التخطيط الجيد لبرامج الإعداد المهاري، الذي يهدف إلى الوصول باللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة اليد بحيث أي ظرف من ظروف المباراة، ويمكن حصر المتطلبات المهارية للاعب كرة اليد فيما يلي:

أ. المتطلبات المهارية الهجومية لاعبي الميدان:

• المتطلبات المهارية الهجومية بدون كرة :

– وضع الاستعداد الهجومي.

– البدء والعدو.

– التوقف.

– الجري بالظهر والجري الجانبي.

– الجري مع تغيير سرعة واتجاه الجسم.

– التحرك الترددي.

– (الخداع - الحجز - المتابعة). (علاوى، 2003 ص 6-7)

• المتطلبات المهارية الهجومية بالكرة :

– مسك الكرة باليد.

– تمرير الكرة.

– استقبال الكرة.

– التصويب على المرمى.

- تنطيط الكرة.

ب. المتطلبات المهارية الدفاعية للاعبين الميدان:

• المهارات الدفاعية الأساسية للدفاع ضد مهاجم غير مستحوذ على الكرة :

- التحركات الدفاعية.

- التوقف.

- حجز المهاجم.

- تفادي الحجز.

• المهارات الدفاعية الأساسية من مهاجم مستحوذ على الكرة :

- إعاقة التمريرات

- إعاقة التصويبات.

- التصدي للمراوغة(الخداع).

- الدفاع ضد تنطيط الكرة.

- الدفاع ضد حركة المتابعة بعد الحجز.

1 - 1 - 3 المتطلبات التنافسية:

إن الوصول باللاعبين للمستويات الرياضية العالية يعتبر أحد أهم أهداف التدريب الرياضي المخطط طبقاً للأسس والمبادئ العالية، حيث يتوقف مستوى الأداء في كرة اليد بجوانبها لمختلفة على التخطيط الدقيق لعملية التدريب الرياضي ، وذلك بهدف التطوير والارتقاء بالأداء والوصول لأعلى المستويات الرياضية.

فنظر الأداء الحديث في كرة اليد ، فقد ظهر واضحاً خلال مباريات البطولات الدولية الإقليمية والاولمبية والعالمية تأثير الجانب النفسي على أداء اللاعبين والفرق بالتالي على الجانب الفني سواء المهاري أو الخططي ، فقد لعبت العديد من السمات النفسية كضبط النفس والثقة ، والتوتر ، والخوف ، وغيرها من السمات النفسية الأخرى دوراً هاماً ورئيسياً فيحسم نتائج بعض المباريات.(علاوى، 2003 ص 6-7)

2 - المهارات الأساسية في كرة اليد :

2-1 المهارات الهجومية بدون كرة:

2 - 1-1 وضع الاستعداد الهجومي: هو الوضع الذي يكون عليه اللاعب دائما في استعداد للهجوم من خلال الانطلاق في توقيتات مختلفة لتعامل مع الكرة وكما يتطلب على المهاجم توزيع نظره لكشف أماكن تواجد زملائه والمدافعين بالإضافة إلى تشكيلاتهم .

2 - 1-2 البدء: ويقصد بالبدء انطلاق اللاعب المهاجم انطلاقا سريعة مفاجئة بغرض اكتساب فرصة الهروب من الرقابة الدفاعية للاعب الفريق المنافس عند أداء أي مهارة هجومية مع الحفاظ على وضع الاستعداد لاستقبال الكرة والتصرف معها .

2 - 1-3 العدو: هو محاولة وصول اللاعب للسرعة القصوى والمحافظة عليها بغرض اكتساب ميزة على اللاعب المنافس وعدو اللاعب في كرة اليد مماثل للعدو في ألعاب القوى وتوضح أهمية العدو بصورة كبيرة أثناء الهجوم الخاص بأنواعه .

2 - 1-4 الجري مع تغيير سرعة الجسم: وهي مهارة يقوم المهاجم للهروب من الملائمة الدفاعية فعندما يفشل المهاجم في إكساب أو الحفاظ على ميزة العمل فيكون هنا من الضروري أن يحاول المهاجم من الإفلات من الرقابة عن طريق تغييره لاتجاه الجري أو تغيير السرعة.

2 - 1-5 التوقف : تعتبر مهارة لتوفق عكس مهارة البدء وهي مضادة لها من حيث الأداء ولكن لكل منهما نفس الهدف ومهارة التوقف لا يمكن أن تؤدي مستقلة بذاتها إذ يجب أن يكون الجسم مكتسبا لسرعة وفيها يرتكز اللاعب على أحد القدمين في اتجاهها الجري لتعمل قدم الارتكاز من خلال اتصالها المستمر بالأرض وانشاء مفصل الركبة عند فرملة الجسم ومقاومة اندفاع الحركة, كما يتبع التوقف بدوران الجسم وأحيانا أخرى بلف الجذع .

2 - 1-6 الخداع بالجسم: وفيه يستخدم المهاجم جسمه برشاقة كبيرة للهروب أو المرور من المدافع للوصول إلى ثغرة يسهل استلام الكرة أو احتلال مكان مؤثر يستطيع من خلاله اللاعب المهاجم اكتساب ميزة أفضل عند التصويب على المرمى

2 - 1 - 7- الحجز :وهي مهارة هجومية يقوم فيها اللاعب المهاجم بعمل إعاقة قانونية مؤقتة لوقف أو تغيير حركة المدافع وهو مهارة فردية تكسب زميل المهاجم ميزة سواء كان التصويب وهو أنواع:(الشافعي، 2008 ص 29 و30)

✓ الحجز الأمامي: ويكون استخدامه جهة المهاجم بصورة للمدافع كما يحدث غالبا في تحرك المهاجمين في اتجاه حائط للمدافعين خلال الرمية الحرة.

✓ الحجز الجانبي: ويكون باعتراض المنافس بالجذع من أحد جانبيه كما يحدث عند منطقة المرمى بواسطة مهاجم الدائرة.

✓ الحجز الخلفي: وهو أنسب طرق الأداء من الناحية القانونية، أو من ناحية متبعة الكرة وغالبا ما يؤدي بواسطة المهاجم الطائرة حيث يتحرك للأمام كي يحجز مدافع قرب خط الرمية الحرة وكما يجب أن يكون توافق في الأداء بين المهاجم

2- 2 - المهارات الهجومية بالكرة : وهي المهارات التي يؤديها اللاعب عندما يكون

مستحوذا على الكرة في لحظة استلامها فالمهارة الهجومية بالكرة تعتبر الأساس والقاعدة الرئيسية للعبة ،فإنّان اللاعب لتلك المهارات تعطى له الفرصة للوصول إلى أفضل مستويات الرياضة العالية بالإضافة إلى تمييز في تنفيذ والتصوير الخططي لفرقه بإنّان أثناء المباراة وحيث أنها تأخذ وقت وجهد وفكرا للمدرب بكثير بغرض تعلمها أو تدريبها وتطوير مستوى إتقانها.

2 - 2 - 1- مسك الكرة: مسك المهاجم للكرة محدد بفترة قصيرة طبقا للقانون يجب ألا

يتعدى ثلاث ثوان , يقوم خلالها اللاعب المهاجم بأداء الخطط المطلوبة والذي من خلالها يستطيع التحكم في الكرة وتلعب مساحة كف يد اللاعب وطول أصابعه دورا هاما في قدرة اللاعب في مسك الكرة والتحكم فيها سواء كان تمرير أو تصويب أو خداع .

– مسك الكرة باليدين

– مسك الكرة بيد واحدة

2 - 2 - 2 - استقبال الكرة: وهو قدرة اللاعب على استلام الكرة في جميع الحالات سواء سهلة منها أو صعبة ومن الثبات والحركة وكما أنها عامل هام في الحفاظ على عامل السرعة سواء أثناء تحرك اللاعبين أو دون ارتباك كما يجب على اللاعب الذي يقوم باستلام الكرة أن يتخذ وضعية ومكانه بصورة تسمح بسرعة تأمين الكرة وتمنع اللاعب المنافس من قطعها وتنقسم مهارة الاستقبال إلى:

- **لقف الكرة:** وهو استلام الكرة في الهواء مباشرة باليدين أو بيد واحدة لسد قوتها
- **إيقاف الكرة:** يكون بإيقافها أولاً ثم الاستحواذ عليها أثناء ارتدادها من الأرض.
- **التقاط الكرة:** قد يجد اللاعب الكرة ملامسة للأرض سواء ساكنة أو متحركة نتيجة ارتدادها من 1 المرمى أو الحارس أو المدافعين, عندما يقوم اللاعب بعملية التقاط الكرة لمواصلة نشاطه الهجومي.(الشافعي، 2008 ص 29 و30)

2 - 2 - 3 - تمرير الكرة: يعتبر التمرير الصحيح من حيث القوة والسرعة والدقة المطلوبة احد أهم أسباب تفوق الفرق في كرة اليد فنجاح الهجوم في كرة اليد الحديثة يتطلب ضرورة قيام اللاعبين بالتمرير بالدقة والقوة والسرعة المطلوبة للتأمين وصول الكرة إلى المكان بنجاح قبل أن تكون عرضة للقطع من قبل المنافس والمريرات السريعة والدقيقة مؤشرا لمستوى الإعداد المهاري للفريق من خلال إتقان أنواع التمريرات وسرعة استخدامها وينقسم إلى:

2 - 2 - 4 - التمرير القصير: وهي التمريرات التي يستخدمها الفريق المهاجم لبناء الهجوم من المراكز لزيادة تنقل الكرة بين لاعبي الهجوم في خط مستقيم ولمسافات قصيرة بالسرعة و الدقة والقوة المناسبة حتى يستطيع اللاعب المستلم الاستحواذ عليها .

- **التمرير الصدري بالدفع:** ويكون دفع الكرة بسرعة لمسافات قصيرة وبطريقة مباشرة دون القيام بأية حركية تمهيدية ويتم ذلك باليدين أو بيد واحدة ويكون دوما على مستوى الصدر
- **التمرير الرسغية:** وهي أكثر استعمالا وتؤدي هذه التمريرة بيد واحدة وتستمد قوتها من ثني الساعد في اتجاه العضد ومع حركة الرسغ

■ **التمريرة بالأرجحة:** وهنا تكتسب التمريرة قوتها من أرجحة الذراع بدون ثني مفصل المرفق وتتم بيد واحدة ومن مستوى الحوض أو اليدين معا.

2 - 2 - 5- التمرير الطويل: ويستخدم هذا النوع من التمرير لنقل الكرة لمسافات طويلة وخاصة أثناء القيام بالهجوم الخاطف أو عند التصويب على المرمى ويعتبر هذا النوع من التمرير أحد المتطلبات الأساسية التي يجب أن تستخدم في المباريات لتحقيق الفوز خاصة بعد تطور كرة اليد واتسامها بالسرعة خاصة عند القيام بعمليات الهجوم.

■ **التمرير من الجري:** يستخدم هذا النوع من التمرير في مواقف اللاعبين المختلفة ومن أكثر أنواع التمرير شيوعا وخاصة خلال الهجوم الخاطف لما يتميز به من نوعه الأداء وانتقال الكرة واللاعب إلى أماكن هجومية أفضل ويتميز هذا النوع بالتمرير بالسرعة وتكمن أهمية في قدرة اللاعب على الاحتفاظ بالكرة وتسريع الجري أثناء وبعد التمرير وهناك بعض التمريرات. (الشافعي، 2008 ص 29 و30)

■ **التمرير من الوثب:** وهو أن يقوم اللاعب المهاجم بالتمرير فوق المدافع الذي يحاول منع الهجوم .

■ **التمريرة المرتدة:** ويمكن أداء التمريرة المرتدة عن طريق اللاعب إلى زميله من خلال مدافع يقي بينهما ولكن يجب أن يراعي اللاعب نقطة سقوط الكرة وقوة التمرير بالإضافة إلى مسافة التمرير ومكان وقوف الزميل .

2 - 3 - التصويب: إن الهدف من أداء اللاعبين للمهارات و الجوانب الهجومية والخطية هو تسجيل الأهداف لذا تعتبر مهارة التصويب الحد الفاصل بين الفوز والهزيمة وتلعب السرعة والقوة و الدقة دورا أساسيا في نجاح التصويبات للاعبين على المرمى وكما أن المسافة لها علاقة بالتصويب فكلما كانت المسافة قصيرة كلما كانت التصويبة دقيقة والعكس بالنسبة للمسافة الطويلة وتلعب هنا السرعة من حيث الأداء في التصويب المناسب حتى يمكن استغلال ثغرات بين الفريق المنافس في التوقيت المناسب وينقسم التصويب بدوره إلى مايلي:

2 - 3 - 1- التصويب البعيد: ويقصد به جميع أنواع التصويب التي يقوم بها اللاعب المهاجم أمام المدافع في حدود خط 9 أمتار أو خارجه في حالة وجود ثغرة بين المدافعين ولنجاح هذا التصويب يجب أن يتميز بالقوة والسرعة والدقة المطلوبة.

2 - 3 - 2- التصويب القريب: وهو الذي يؤديه المهاجم بالقرب من منطقة المرمى سواء منطقة الوسط أو من الجناحين ويتم بالوثب أو بالسقوط أو الطيران وفي هذا النوع من التصويب اهتمام اللاعب بحسن التوجيه "الدقة".

2 - 3 - 3- رمية الجزاء: وهي عبارة عن مباراة أخرى بين اللاعب المصوب وحارس المرمى وتلعب فيها الخبرة والقدرة على التركيز دورا هاما في نجاح اللاعب المهاجم في إحراز الأهداف حيث يقوم اللاعب باختيار زاوية التصويب وارتفاعها وقوة وسرعة التصويبة طبقا لتحركات وسلوكات حارس المرمى خلال قيامه بعملية الصد .

2 - 3 - 4- الرمية الحرة: وتؤدي هذا النوع من أماكن مختلفة القريبة من 9 أمتار , ولرمية الحرة أهمية خاصة بعد تطورا لجوانب الهجومية وارتفاع مستوى أدائها وتتم بعمل إعاقة اللاعب المصوب بواسطة المدافعين .

2 - 4- تنطيط الكرة: تستخدم مهارة تنطيط الكرة في بعض مواقف اللعب أثناء الهجوم حيث يضطر لاعبي الهجوم لاستخدام هذه المهارة عند الأفراد بحارس المرمى للفريق المنافس وكما يستخدم أيضا عند فشل القيام بالهجوم الخاطف والبدء في تهدئة اللعب للقيام بهجوم منظم إضافة إلى ذلك يستخدم في استهلاك الوقت بطريقة قانونية. (الشافعي، 2008 ص 29 و30).

2 - 5 - الخداع بالكرة: يستخدم لاعبي الهجوم الخداع باعتباره وسيلة هامة وضرورية للتخلص من إعاقة لاعبي الفريق المنافس ويعتبر أهم المهارات الحركية الهامة , والتي يعتمد نجاحها على مدى إتقان اللاعب لأداء المهارات الهجومية السابقة ويؤدي في مساحة صغيرة نسبيا وخاصة عند مواجهة الدافع.

3 - مفهوم مرحلة الناشئين (9-12) سنة - الطفولة المتأخرة - :

هي مرحلة إتقان الخبرات والمهارات اللغوية والحركية والعقلية السابق اكتسابها حيث ينتقل الطفل تدريجيا من مرحلة الكسب إلى مرحلة الإتقان ، والطفل في حد ذاته ثابت وقليل المشاركة الانفعالية ويميل الطفل ميلا شديدا إلى الملكية التي يبدأ في النمو قبل ذلك ، كما يتجه إلى الانتماء إلى الجماعات المنتظمة بعد أن كان يميل قبل ذلك لمجرد الاجتماع لمن في سنه. (العيساوي، معالم علم النفس، 1992 ص 15)

إن طفل هذه المرحلة يأخذ الأمور بجدية تامة ويتوقع الجدية من الكبار ، إذ نجد هناك صعوبات يجدها الكبار في معاملتهم له و خاصة أننا نتذبذب في هذه المعاملة ، فتارة نطلبه أن يكون كبير او تارة أخرى نذكره أنه مازال طفلا صغيرا فإذا بكى عاتبناه لأنه ليس بطفل صغير ، وإذا بعد عن المنزل عاتبناه لأنه مازال طفل صغير .

ولما كانت معايير الأطفال في هذا السن تختلف عن معايير الكبار بعكس المراهق أو طفل الرابعة أو الخامسة ، الذي يسعى في إرضاء من حوله وتقديرهم ولما كانت هذه المرحلة من السن يبدأ انطلاقه خارج المنزل فيصبح إرضاء أصدقائه أهم من إرضاء والديه.

ونظرا لطفلة النشاط التي تميز أطفال هذه المرحلة، نجد أن الطفل يصرف جل وقته خارج المنزل في اللعب، ويصعب على الأسرة وعلى الكبار انتزاعه من بين أصدقائه في اللعب.

3 - 1 - مميزات الطفولة المتأخرة (9-12) سنة :

من أهم مميزات الطفولة المتأخرة هي:

- اكتساب المهارات اللازمة للألعاب العادية.

- إدراك دوره مذكر أو مؤنث.

- تنمية المهارات الأساسية للقراءة والكتابة والحساب.

- تنمية المفاهيم اللازمة للحياة اليومية.

- سرعة الاستجابة للمهارات التعليمية.

اقتراب في مستوى درجة القوة بين الذكور والإناث، كما أن الاختلاف بين الجنسين غير واضح. (جلال، 1991 ص 198)

ويعتبر العلماء أن في هذه المرحلة يتحسن التوافق العضلي والعصبي لدى الطفل وكذلك الإحساس بالاتزان ويمكن القول أن النمو الحركي يصل إلى ذروته كما يعتبر انها المرحلة المثلى للتعلم الحركي واكتساب المهارات الحركية مثل:

رمي الكرات والتقاطها والقفز والوثب والجري والتسلق. (جلال، 1991 ص 198)

3 - 2 - العوامل المؤثرة في النمو الحركي:

تؤثر البيئة الثقافية والجغرافية التي يعيش فيها الطفل في نشاطها لحركي ، فرغم أن النشاط الحركي للطفل في جميع أنحاء العالم متشابه بالمعنى العام فهم جميعا يجرون ويقفزون ويتسلقون ويلعبون، إلا أن الاختلافات الثقافية والجغرافية تبرز بعض الاختلافات في هذا النشاط من ثقافة إلى أخرى ويظهر هذا بصفة خاصة في أنواع الألعاب والمباريات.

ويؤثر المستوى الاجتماعي والاقتصادي ونوع المهنة في الأسرة في نوع النشاط الحركي للأطفال، فاللعب التي يهتم بها طفل الأسرة الفقيرة تختلف كما و كيفا عن اللعبة التي تيسر لطفل الأسرة الغنية وطفل الأسرة التي لها اهتمامات موسيقية يختلف نشاطه الحركي عن نشاط طفل الأسرة ذات الاهتمامات الميكانيكية. (زهران، 2001 ص 269)

3 - 3 - الطفولة المتأخرة (9-12) سنة و الممارسة الرياضية:

إن الناشئ ابتداء من سن التاسعة تصبح حركاته أكثر اقتصادية حيث أن الجهاز المركزي العصبي يمتلك مستوى عالي للتحليل إذ أن الناشئ في هذه المرحلة الحركية يظهر قدرة ممتازة للتعلم والإتقان كما يمتاز بسرعة وقوة ورشاقة واستجابة عالية والتوقيت والتعلم في الظروف المختلفة. (المندلأوي، ص 20)

ويمكن أن ندرب الناشئ على تعلم المهارات الرياضية يقول بريكسي و عبدالرحمان :
"إن القدرات البدنية والنفسية لناشئ هذه المرحلة تساعد على تعلم المهارات الحركية ولا بد من توجيههم للتدريب المتعدد الجوانب و الاختصاص. (P31، Brikci)"

وهناك من يعتبر أن هذه المرحلة من أهم المراحل وأنسبها، لكي تعطي للناشئ في الألعاب وهذا ما توجه به **Acramov** حيث يقول " أن همن الضروري اعتبار هذه المرحلة خاصة من (10-12) سنة تخصص ضروري للناشئ.

عند بداية السن المتأخرة يستطيع الناشئ تعلم الحركات التي تكون في بعض الأحيان ذات مستوى عالي من الصعوبة. (R.A.Acramov، p64)

3 - 4 - حاجات الناشئين الأساسية:

الحاجة افتقار إلى شيء ما، إذا وجد حققا لإشباع والرضا والارتياح للكائن الحي، والحاجة شيء ضروري أما استقرار الحياة نفسها (حاجة فسيولوجية) أو للحياة بأسلوب أفضل (حاجة نفسية) ، فالحاجة إلى الأكسجين ضرورية للحياة نفسها وبدون الأكسجين يموت الفرد في الحال ، أما الحاجة إلى الحب و المحبة فهي ضرورية للحياة بأسلوب أفضل وبدون إشباعها يصبح الفرد شيء التوافق والحاجات توجه سلوك الكائن سعيا لإشباعها.

وتتوقف كثير من الخصائص الشخصية وتتبع حاجات الفرد ومدى إشباع هذه الحاجات ، ولاشك أن فهم حاجات الطفل وإشباعها يضيف إلى قدراتنا على مساعدته للوصول إلى أفضل مستوى للنمو النفسي، والتوافق النفسي والصحة النفسية.

وأهم الحاجات الفيزيولوجية للطفل الحاجة إلى الهواء ، الغذاء ، الماء ، درجة الحرارة المناسبة ، الوقاية من الجروح والأمراض والسموم والتوازن بين الراحة و النشاط.

ومع نمو الفرق تتدرج الحاجات النفسية صعودا فالحاج الفسيولوجية هامة في مرحلة الحضانة والحاجة إلى الأمن تعتبر حاجة أساسية في الطفولة المبكرة والحاجة إلى الحب تعتبر حاجة جوهرية في الطفولة المتأخرة ويستمر التدرج حتى يصل إلى الحاجة إلى تحقيق الذات وهي حاجات الرشد.(زهران، علم النفس النمو الطفولة و المراهقة، 2001 ص 294).

خلاصة:

إنما يمكن استخلاصه من خلال ما أشرنا إليه حول فعالية الألعاب الشبه رياضية ضمن حصص التدريب.

فالألعاب الشبه رياضية ذات أهمية كبيرة عند ناشئي كرة اليد بالنظر إلى اهتمامهم الكبير وإقبالهم المتزايد عليها، كما أنها تساهم في التطوير الإيجابي للعديد من الجوانب عند الفرد كتعلم المهارات الأساسية وكما تخلق جوا من التبادل بين اللاعبين وتسمح لهم بالتعبير بكل حرية عن آرائهم حول مختلف المواضيع.

بالإضافة إلى هذه الأهمية التي تحظى بها الألعاب الشبه الرياضية عند المدربين وإدراجها ضمن الحصص التدريبية وذلك قصد سد بعض الثغرات في الحصة، وتملأ الجسم صحة وانتعاشا، فهي تمثل جزءا كبيرا من النشاط الرياضي و وسيلة تدريبية حقيقية فيتعلم مختلف القدرات والمهارات الأساسية في كرة اليد وخاصة التنظيط والتمرير و الاستقبال و التصويب.

الباب الميداني

لقد تطرق الطلبة الباحثين في هذا الباب إلى فصلين:

– مدخل الباب

– الفصل الأول: منهجية البحث و إجراءاتها الميدانية.

– الفصل الثاني: عرض و تحليل ومناقشة النتائج, الإستنتاجات

التوصيات

مدخل الباب:

تم تقسيم هذا الباب إلى فصلين ، حيث سيتضمن الفصل الأول منهجية البحث وإجراءاته الميدانية من حيث المنهج المتبع و مجتمع وعينة البحث ، مع التطرق إلى الدراسة الإستطلاعية و الأسس العلمية للاختبارات و أدوات البحث ، زيادة على التجربة الرئيسية و كل ما يتعلق بها ، أما الفصل الثاني فسيخصص لمناقشة نتائج الاختبارات وتحليلها ، ثم مقارنتها بالفرضيات ، والخروج بأهم الاستنتاجات وفي الأخير تقديم بعض الإقتراحات التوصيات.

الفصل الأول: منهجية

البحث و إجراءاتها الميدانية

تمهيد:

إن البحوث العلمية مهما كانت اتجاهاتها وأنواعها تحتاج إلى منهجية علمية للوصول إلى أهم نتائج البحث قصد الدراسة وبالتالي تقديم وتزويد المعرفة العلمية بأشياء جديدة وهامة ، إن طبيعية مشكلة البحث هي التي تحدد لنا المنهجية العلمية التي تساعدنا في معالجتها وموضوع البحث الذي نحن بصدد معالجته يحتاج إلى كثير من الدقة والوضوح في عملية تنظيم وإعداد خطوات إجراءاته الميدانية للخوض في تجربة البحث الرئيسية وبالتالي الوقوف على أهم الخطوات التي من مفادها التقليل من الأخطاء واستغلال أكثر للوقت والجهد انطلاقاً من اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث وطرق اختيار عينة البحث إلى انتقاء الوسائل والأدوات المتصلة بطبيعة تجربة البحث.

1- الدراسة الأساسية:

1-1- منهج البحث:

- منهج البحث يختلف باختلاف المواضيع والمشكلات المطروحة، وقد اختار الطلبة الباحثين المنهج التجريبي، وذلك لملائمة طبيعة المشكلة المطروحة الرامية إلى قياس تأثير الألعاب الشبه الرياضية على تعلم بعض المهارات الأساسية في كرة اليد، بتطبيقه على عينة تجريبية.

1-2- مجتمع وعينة البحث:

- تمثل مجتمع البحث في ناشئ مولودية سعيدة لكرة اليد ما بين 9-12 سنة للموسم الرياضي 2015/2016 والذين بلغ عددهم 84 لاعبا، وقد شملت عينة البحث 22 لاعبا من فئة ناشئين من 9-12 سنة مقسمين على الشكل التالي:

- العينة التجريبية: والتي تضم 11 لاعبا ينتمون إلى مولودية سعيدة.

- العينة الضابطة: والتي تضم 11 لاعبا ينتمون إلى نفس الفريق.

- الجدول رقم (1) يبين نسبة عينة البحث من مجتمع البحث

النسبة المئوية (%)	العدد	النسبة مجتمع البحث
100 %	84	المجتمع الأصلي
26.19 %	22	عينة البحث

وتم اختيار المجموعتين بالطريقة العمدية، حيث طبق مجموعة من الوحدات التدريبية على العينة التجريبية بعد عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال التدريب الرياضي كما قام الطلبة الباحثين بتحقيق التكافؤ بين العينتين التجريبية والضابطة، وذلك بدراسة بعض المتغيرات التي تمكن أن تؤثر على المتغيرات

التابعة لبحثنا و المتمثلة في المهارات الأساسية المدروسة حيث
راعى الطلبة الباحثين مدى التجانس بين العينتين في متغيرات الوزن
والطول و المتغيرات المدروسة كما هو موضح في الجدول الموالي:

الجدول (2) بين مدى التجانس بين العينتين عند مستوى الدلالة 0.05
ودرجة الحرية 20

المتغيرات	وحدة القياس	العيينة التجريبية		العيينة الضابطة		ت المحسوبة	ت الجدولية	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س			
الطول	السنتمتر	0.02	1.52	0.02	1.52	0.09	1.72	غير دال إحصائيا
الوزن	الكيلوغرام	5.89	36.55	5.28	37.36	0.35		غير دال إحصائيا
إختبار التهديف من الثبات	الدرجة	1.97	4.09	1.43	3.36	0.99		غير دال إحصائيا
إختبار التميرير و الإستقبال	الدرجة	5.41	14.36	5.38	14.18	0.07		غير دال إحصائيا
إختبار التنطيط	الوقت (ثا)	3.62	27.18	1.15	28.55	1.19		غير دال إحصائيا

من خلال ملاحظة قيم (ت) المحسوبة لمتغيرات البحث نجد أنها أقل من قيمة (ت) الجدولية البالغة (1.72) وهذا يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية بين العينة التجريبية و الضابطة للاختبارات القبلية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة حرية 20 وهذا يعني أن المجموعتين متكافئتين.

1-3-3 متغيرات البحث:

إن أي موضوع من المواضيع الخاضعة للدراسة يتوفر على متغيرين أولهما مستقل و الآخر تابع ومتغيرات مشوشة يجب ضبطها .

1-3-1 المتغير المستقل:

البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الشبه رياضية

1-3-2 المتغير التابع:

تعلم بعض المهارات الاساسية في كرة اليد لدفعة أقل من 13 سنة و المتمثلة فيمايلي :

- التنطيط

- التمير و الاستلام

- التصويب من الثبات

1-3-3 المتغيرات المشوشة:

- متغيرات مرتبطة بالبحث

- متغيرات مرتبطة بالتجربة

- متغيرات خارجية

1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال الزمني:

- تمت التجربة الإستطلاعية بحيث قمنا بقياس المتغيرات يوم 2016/02/09 على الساعة الرابعة مساء بعد سبعة أيام و في يوم 2016/02/16 في نفس التوقيت أعيد قياس نفس المتغيرات.

- الإختبارات القبليّة أجريت يوم 2016/03/01 على العينة التجريبية ويوم 2016/03/03 على العينة الضابطة. ثم طبق الوحدات التدريبية المقترحة ابتداء من 2016/03/05 إلى غاية 2016/04/05 ودامت كل حصة ما بين 60 إلى 70 دقيقة . أما العينة الضابطة فتركت تمارس تدريباتها تحت إشراف مدربها ، وكانت فترات تدريبها في نفس فترات تدريب العينة التجريبية.

- الإختبار البعدي يومي 08 إلى 09 أبريل 2016 حيث أجريّة نفس الإختبارات التي قمنا بها في القبلي .

1-4-2 المجال المكاني:

القاعة المتعددة الرياضات: أحمد حماد بلدية بسعيدة .

1-4-3 المجال البشري :

شملت عينة البحث 22 لاعبا مقسمين كما يلي:

11 لاعبا تمثل العينة التجريبية التي طبق عليها الوحدات التدريبية المقترحة

11 لاعبا تمثل العينة الضابطة التي تركت تتدرب تحت إشراف مدربها.

1-5 أدوات البحث:

"تعتبر الأدوات التي يستخدمها الباحث في جمع البيانات المرتبطة بموضوع البحث من أهم الخطوات وتعتبر المحور الأساسي و الضروري في الدراسة(الله، 2006)

1-5-1 المصادر و المراجع:

قصد الإحاطة الكلية و الإلمام النظري بموضوع البحث قام الطالب بالإعتماد على كل ما من مصادر ومراجع باللغتين العربية و الأجنبية زيادة على المجلات و الملتقيات العلمية، وشبكة الإنترنت، كما تم الإستعانة و الإعتماد على الدراسات السابقة و المرتبطة بالتدريب الرياضي ، حيث قام الطالب باستخدام القاموس لترجمة بعض المصطلحات من اللغة الأجنبية إلى العربية.

1-5-2 الإختبارات المهارية:

1-5-2-1 الإختبار التمريرو الاستلام على الحائط(حسين، 2002 ص 187)

- هدف الإختبار : قياس دقة و سرعة التميرير

- الأدوات المستعملة :

حائط أملس مرسوم عليه مستطيل (120سم /60سم) إرتفاع حافته السفلى عن الأرض 90 سم ويرسم خط على الأرض يبعد 3 م عن الحائط ، ميفاتي ، كرة اليد

- إجراءات تنفيذه : يقف المختبر خلف الخط المرسوم على الأرض باستخدام كرة اليد يقوم بالتميرير على المستطيل المرسوم على الحائط لأكبر عدد ممكن من التميريرات المتتالية خلال 30 ث على ألا تلمس الكرة الأرض خلال الأداء.

- التسجيل : يسجل عدد مرات ملامسة اللاعب للكرة (تمرير) بعد إرتدادها من على الحائط في 30 ث المقرة للإختبار مع ملاحظة ضرورة ان توجه الكرة نحو المستطيل في كل مرة.

1-2-5-2 إختبار مهارة التصويب من الثبات من مسافة 7 متر : (حسنين،
2002 ص 187)

- هدف الإختبار : قياس دقة التصويب

- الأدوات المستعملة :

شواخص ، 10 كراتيد ، مربعان مقاس ضلعهما 60 سم بعلق أحدهما في الزاوية العلوية لليمين و الاخرى في الزاوية اليسرى
- إجراءات تنفيذه :يقوم اللاعب باستخدام التصويبة الكراباجية على بعد 7 متر على مربع طول ضلعه 60 سم ، تكون زاوية التصويب على المرمى 90 درجة بالنسبة لخط المرمى, يؤدي اللاعب 05 تصويبات من الاعلى و 05 من الاسفل.

- الشروط :

لايسمح للاعب زيادة تسديدة إضافية .

- التسجيل :

تحتسب عدد التصويبات التي تمر فيها الكرات من المربعات .

1-2-5-3 إختبار سرعة التنطيط : (حسنين، 2002 ص 187)

- هدف الإختبار: قياس سرعة الأداء الجيد للتنطيط

- الأدوات المستعملة:

ميقاتي ، 02 شواخص ، كرة اليد

- إجراءات تنفيذه: يقف اللاعب عند البداية ويقوم بالاستحواذ على الكرة مع ملاحظة أن يكون ارتفاع الكرة في مستوى الحوض و بجوار الجسم، عند سماع الاشارة يبدأ بالتنطيط من خط البداية على طول 30 متر.

_ الشروط:

يجب مراعات أداء التنطيط بالطريقة القانونية.

- التسجيل :

يقاس الزمن الذي يسجله اللاعب من خط البداية حتى خط النهاية.

1-6 الوسائل الإحصائية:

من أهم الوسائل الإحصائية المستعملة في هذا البحث هي:

- المتوسط الحسابي: (الله س.، علاقة التفكير و الإبتكار بالتحصيل الدراسي، 1999 ص 148).

$$\bar{X} = \frac{\sum X_i}{n}$$

- الإنحراف المعياري: (الحفيظ، 1993 ص 69)

$$\sqrt{\frac{\sum (X_i - \bar{X})^2}{n - 1}}$$

- معامل الارتباط البسيط برسون : (يوسف، 1989 ص 62)

$$r = \frac{\text{مج}(\text{س} - \text{س}')(\text{ص} - \text{ص}')}{\sqrt{\text{مج}(\text{س} - \text{س}')^2 + \text{مج}(\text{ص} - \text{ص}')^2}}$$

- الصدق الذاتي: (محمد، 1989 ص 350)

الصدق الذاتي = معامل اليات $\sqrt{\quad}$

- إختبار T ستيودنت لعينتين مرتبطتين: (الحفيظ، الإحصاء و القياس التربوي و النفسي، 1993).

$$t = \frac{\bar{م} - \bar{م}'}{\sqrt{\frac{\text{مج}(\text{ف})}{\text{ن} - 1}}}$$

- إختبار T ستيودنت لعينتين غير مرتبطتين: (القصاص، 2007).

$$t = \frac{\frac{\frac{\text{م}_1^2 - \text{م}_2^2}{2} + \frac{\text{ع}_1 + \text{ع}_2}{2}}{\text{ن} - 1}}$$

- معادلة نسبة التطور: (العالى، 2002 ص 39)

$$100 \times \frac{\text{إ.البعدي} - \text{إ.القبلي}}{\text{إ.البعدي}}$$

1-7 الوسائل البيداغوجية:

- 10 شواخص

- 06 كرات سلة

- ميزان طبي

- سبورة و طباشير.

- صافرة.

- ميقاتية

1-8 الدراسة الإستطلاعية:

إتباعا للمنهجية العلمية في إجراء البحوث وقصد الوصول إلى نتائج دقيقة ومضبوطة للإختبارات و إعطاء المصدقية و الموضوعية للبحث وقف الطلبة الباحثين على التجربة الإستطلاعية والتي تمت على (07) لاعبين من ناشئين مولودية سعيدة من فئة أقل من 13 سنة تم إختيارهم عشوائيا من مجتمع البحث ، وكانت التجربة الإستطلاعية بالقاعة المتعددة الرياضات "حماد حمدي" بسعيدة وكان الهدف الرئيسي هو الاسس العلمية للاختبارات ، وكذا تأهيل السواعد العلمية التي اختارها الباحث للإستعانة بها في التطبيق الميداني للإختبارات.

وتم القيام بالتجربة الإستطلاعية يوم 2016/02/09 على الساعة الثالثة منتصف النهار بعد سبعة أيام و في يوم 2016/02/16 في نفس التوقيت، للتأكد من صدق وثبات الإختبار و كان الغرض من التجربة الإستطلاعية ما يلي:

- معرفة مدى كفاءة الإختبارات البدنية المستخدمة بتحديد الأسس العلمية لها.

- تحديد الزمن المستغرق للقيام بهذه الإختبارات.

- التوصل إلى أفضل طريقة لإجراء الإختبارات في ظروف حسنة

- تحديد الصعوبات التي يتلقاها الباحث أثناء تطبيق الإختبارات الرئيسية.

1-9 الأسس العلمية لإجراء الإختبار:

1-9-1 ثبات الإختبار:

يقول مقدم عبد الحفيظ " إن ثبات الإختبار هو مدى الدقة أو الإتساق و استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين "

أي يعني إذا ما أعيد نفس الإختبار على نفس الأفراد وفي نفس الظروف يعطي نفس النتائج (بن قوة، 1997)

توجد عدة طرق لحساب الثبات ، ولقد اعتمدنا في التحقق من ثبات الاختبارات على طريقة الختبار و اعادة الاختبار (test- retest)

- قمنا بتطبيق الإختبارات المهارية على عينة من (07) لاعبين من ناشئيمولودية سعيدة لكرة اليد لدائرة سعيدة مابين أقل من 13 سنة وبعد أسبوع وتحت نفس الظروف أعيد الإختبار على نفس العينة ، بعد الحصول على النتائج استخدم الطلبة الباحثين معامل الإرتباط بيرسون وبعد الكشف في جدول الدلالات لمعامل الإرتباط عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 6 وجد أن القيمة المحسوبة لكل اختبار هي أكبر من 0.63 التي تعتبر القيمة المناسبة لثبات الإختبارات.

الجدول (3) يوضح قيمة معامل الثبات و الصدقل لاختبارات المستخدمة في الدراسة

درجة الارتباط	الصدق	الثبات	معامل الارتباط	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		د, الإحصائية الاختبارات
				التطبيق الثاني		التطبيق الأول		
				ع	س ⁻	ع	س ⁻	
ارتباط قوي	0.88	0.79	0.70	1.11	5.28	2.11	4.85	التصويب
ارتباط قوي	0.85	0.73		1.39	16.57	1.63	15.00	التمرير و الإستقبال
ارتباط قوي	0.9	0.82		1.81	25.57	2.36	27.71	التخطيط

1-9-3 موضوعية الإختبار:

موضوعية الإختبار تدل على عدم تأثره بتغير المحكم ، أي أن الإختبار يعطي نفس النتائج اذا تغير القائم بالتحكيم، ويشير إن لإطلاع الخبراء و المختصين بالإجماع على الإختبارات ومفرداتها تبعد عنها الشك و التأويل ، كما أن الإختبارات المستخدمة في هذا البحث سهلة وواضحة الاستخدام وبالتالي الإختبارات موضوعية.

1-10 التجربة الرئيسية:

تحقيقاً لأهداف البحث وحلاً لمشكلته قام الطلبة باختيار عينتين الأولى تجريبية و الثانية ضابطة أقيمت عليهما مجموعة من الإختبارات المهارية القبلية و البعدية.

وقمنا بتطبيق برنامج تدريبي تم اقتراحه باستخدام الألعاب الشبه رياضية على العينة التجريبية خاصة بلعبة كرة اليد و قد إحتوت هذه الحصص مجموعة من التمارين و الألعاب الشبه الرياضية التي من شأنها تطوير مهارة التصويب و التمرير و الإستقبال و التنظيط .

وكان العدد الإجمالي للحصص المقترحة (12) بمعدل (3) حصة في الأسبوع خلال شهر تمثلة في وحدات تدريبية .

ويمكن تلخيص الوحدات التدريبية في مايلي :

1-10-1 الوحدات التدريبية باستخدام الالعاب الشبه الرياضية:

إن الوحدات التدريبية الحديثة تتميز عن غيرها من الوحدات التقليدية في كونها مبنية على أسس علمية مضبوطة مراعية جميع الجوانب المتعلقة بالرياضي خاصة في ما يتعلق بخصائص المرحلة العمرية المستهدفة من خلال الوحدة التي تبدو جليا من خلال تتبع مدى تطور مستوى اللاعب من الناحية المهارية ، حيث أن النشاط الحركي للاعب كرة اليد أثناء التدريب و المباريات ليس مجموعة من المهارات بقدر ماهو أداء حركي متعدد و متصل ، و مترابط وعلى علاقة عضوية منظمة تتم في ظل نظام ديناميكي يخضع لنظام التغذية الراجعة ، ويمكن أن نضمن الإحتفاظ بالأداء الوظيفي للاعبين بدرجة من الإستقرار و الثبات و الدقة في الإتجاه الصحيح للأداء ، وخاصة في المواقف المتغيرة و المفاجئة.

1-10-2 خطوات بناء البرنامج التدريبي:

من خلال التدرج في هذا الإختصاص من لاعب في مختلف الأصناف العمرية ومن خلال مايلي:

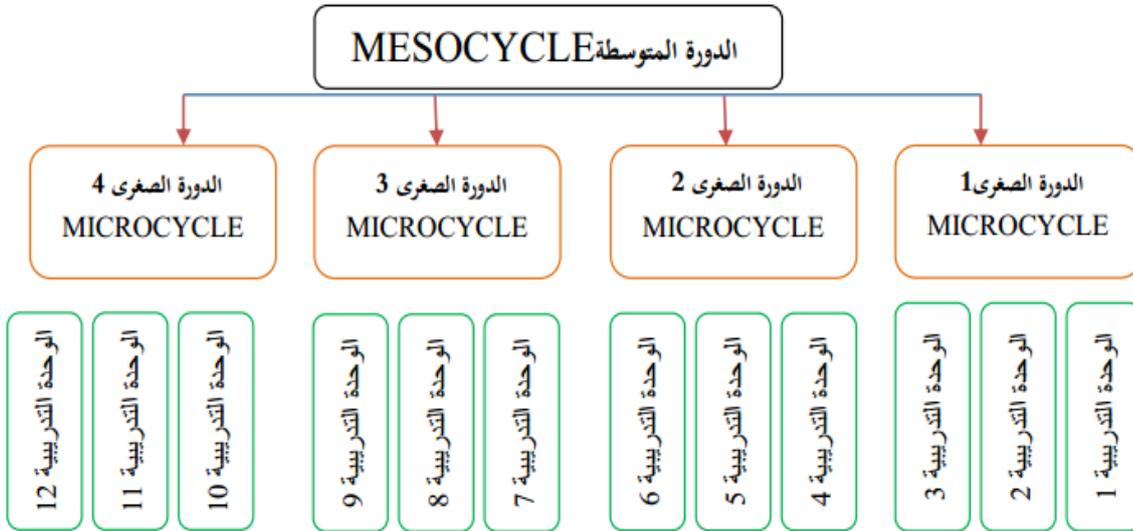
- المصادر و المراجع العلمية ، وشبكة الإنترنت
- الإحتكاك بالمدرين من مختلف المستويات و الدرجات
- اللقاءات و التوجيهات من المشرف.
- اقتباس المعلومات من السادة الأساتذة و الدكاترة ، ومن المحاضرات الخاصة بالتدريب الرياضي

1-10-3 تنفيذ البرنامج التدريبي

بعد تحديد العنيتين التجريبية الضابطة و التجريبية ، و إجراء الإختبارات القبلية ومن خلال ماتم ذكره من خطوات بناء البرنامج لخص الطالب إلى ضرورة بناء البرنامج على شكل دور تدريبية متوسطة.

(MESOCYCLE) على أن تضم كل منها أربع دورات تدريبية صغيرة (MICROCYCLE) .

الشكل (14) مكونات البرنامج التدريبي



وقد تضمنت كل دورة تدريبية صغيرة مجموعة من الوحدات التدريبية ، حيث كانت تستغرق كل واحدة من 60 إلى 75 دقيقة مقسمة إلى ثلاثة أقسام هي:

- المرحلة التحضيرية:

يحتوي على التحضير النفسي و البدني للاعبين لتقبل عبئ التدريب في القسم الرئيسي وذلك بتمارين وحركات الإحماء ويدوم (10) دقائق - المرحلة الرئيسية:

يحتوي هذا القسم على تمارين الألعاب الصغيرة المقترحة في البرنامج و الذي يهدف إلى تطوير بعض الصفات المهارية الخاصة بلاعب كرة السلة باستخدام مجموعة من التمارين المهارية و الخططية ويدوم (60) دقيقة. - المرحلة الختامية:

آخر قسم في الحصة التدريبية ويحتوي على تمرينات الإسترخاء قصد العودة باللاعب للحالة الطبيعية وتدوم من (5 إلى 10) دقائق وفيما يخص العينة الضابطة فقد تركزت تمارس تدريباتها تحت إشراف مدربها بتطبيق حصص تدريبية معتمدة في أساسها على الطريقة التقليدية وهي تمرينات تعتمد على إجراء مقابلات و منافسة في قسمها الرئيسي بعد إجراء الإحماء في القسم التحضيري وتمارين الإسترخاء في القسم الختامي وكانت تدوم مثل حصص العينة التجريبية.

الجدول (04) يوضح أهداف البرنامج التدريبي

الأهداف	الهدف	الدورة	الهدف	
تعلم مهارة التصويب بأنواعه . - تحسين الإرتكازات وتناسق بين الجزء العلوي و السفلي. - الإعداد التكتيكي، والهجوم الخاطف	تعليم مهارة التصويب	الدورة صغرى MICROCYCLE (1)	تعليم مهارات التصويب، التمرير، الإستقبال و التنطيط	MESOCYCLE الدورة المتوسطة
- تعلم مهارة التمرير بأنواعه مما يزيد من فعالية اللاعب - تحسين الإستقبال الجيد مما يجنب اللاعب إصابة أصابعه. - تحسين إختيار الوقت المناسب للتمرير	تعليم مهارة التمرير والإستقبال	الدورة صغرى MICROCYCLE (2)		
- تعلم مهارة التحكم في الكرة أثناء التنطيط. - تحسين مهارة المحاورة و التوغل وتجنب المشي بالكرة - الخداع بالرأس و الأرجل أثناء التنطيط لتسهيل المحاورة وفتح الثغرات للمرور أو التمرير أو التصويب.	تعليم مهارة التنطيط	الدورة صغرى MICROCYCLE (3)		
- تطبيق المهارات التي تدربوا عليها بمباراة تطبيقية - تطوير الهجمة المنضمة و الخاطفة ضد دفاع المنطقة - ملاحظة النتائج المحصل عليها و العمل على تحسينها للوصول إلى الأداء السليم ثم إلى النتائج .	استرجاع	الدورة صغرى MICROCYCLE (4)		

نموذج للحمل التدريبي للدورة التدريبية الصغرى (MICROCYCLE1) من
الدورة التدريبية المتوسطة:

المدة د	د75	د75	د75
90			
70			
50			
30			
10			
الأيام	الثلاثاء	الخميس	السبت

تحليل الحمل الأسبوعي:

عدد الحصص خلال الأسبوع: 03

مدة الحمل الأسبوعي الفعلي 225 د أي 42.85%

مدة الحمل الأسبوعي الكلي 525 د خلال 07 أيام

الشدة المتوسطة للحمل الأسبوعي = 3/9

وبالتالي فإن شدة الحمل = 65% وحجم الحمل 42.85%

نموذج للحمل التدريبي للدورة التدريبية الصغرى (MICROCYCLE2) من

الدورة التدريبية المتوسطة:

المدة د	75 د				75 د				75 د				
90													05
70													04
50													03
30													02
10													01
الأيام	الثلاثاء				الخميس				السبت				

تحليل الحمل الأسبوعي:

عدد الحصص خلال الأسبوع: 03

مدة الحمل الأسبوعي الفعلي 225 د أي 42.85%

مدة الحمل الأسبوعي الكلي 525 د خلال 07 أيام

الشدة المتوسطة للحمل الأسبوعي $3=3/9$

وبالتالي فإن شدة الحمل = 60% وحجم الحمل 42.85%

نموذج للحمل التدريبي للدورة التدريبية الصغرى (MICROCYCLE3) من
الدورة التدريبية المتوسطة:

المدة د	75 د				75 د				75 د				
90													05
70													04
50													03
30													02
10													01
الأيام	الثلاثاء				الخميس				السبت				

تحليل الحمل الأسبوعي:

عدد الحصص خلال الأسبوع: 03

مدة الحمل الأسبوعي الفعلي 225 د أي 42.85%

مدة الحمل الأسبوعي الكلي 525 د خلال 07 أيام

الشدة المتوسطة للحمل الأسبوعي $3.5 = 3/10.5$

وبالتالي فإن شدة الحمل = 70% وحجم الحمل 42.85%

نموذج للحمل التدريبي للدورة التدريبية الصغرى (MICROCYCLE4) من

الدورة التدريبية المتوسطة:

المدة د	75 د				75 د				75 د				
90													05
70													04
50													03
30													02
10													01
الأيام	الثلاثاء				الخميس				السبت				

تحليل الحمل الأسبوعي:

عدد الحصص خلال الأسبوع: 03

مدة الحمل الأسبوعي الفعلي 225 د أي 42.85%

مدة الحمل الأسبوعي الكلي 525 د خلال 07 أيام

الشدة المتوسطة للحمل الأسبوعي $2.5 = 3/7.5$

وبالتالي فإن شدة الحمل = 60% وحجم الحمل 42.85%

11-1 الدراسة الإحصائية:

وهو من أهم الطرق المؤدية إلى فهم العوامل الأساسية التي تؤثر على الظاهرة المدروسة من خلال الوصول إلى النتائج التي يتم تحليلها ومناقشتها ، علما أن لكل بحث وسائله الخاصة والتي تتناسب مع نوع الفرضيات وخصائصها وهدف البحث وقد اعتمدنا في هذه الدراسة على المعدلات الإحصائية التالية:

✓ المتوسط الحسابي:

وهو أحد مقاييس الدراسة المركزية و الذي يحسب بجميع قيم عناصر المجموعة ثم قسمة النتيجة على عدد العناصر وذلك من خلال المعادلة التالية (الله س.،، علاقة التفكير و الإبتكار بالتحصيل الدراسي، 1999 ص 148)

$$\frac{\text{مجم ن س}}{\text{ن}} = \text{س}$$

بحيث س هي:

س= المتوسط الحسابي.

ن= حجم العينة

مجم = مجموع القيم

✓ الإنحراف المعياري:

وهو من أهم المقاييس التشتت و أدقها ويستعمل لمعرفة مدى تشتت القيم عن المتوسط الحسابي حسب المعادلة الإحصائية التالية(الحفيظ، الإحصاء و القياس النفسي و التربوي، 1993 ص 69)

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مج}(س-س)}{1-ن}}$$

بحيث أن :

ع = الإنحراف المعياري

س - = القيم التي تحصلت عليها العينة .

س = المتوسط الحسابي .

ن = عدد العينة .

✓ معامل الثبات لبيرسون:

وهو يسمى بمقياس العلاقة بين درجات المتغيرات المختلفة ويرمز له ب(ر) ويعني مقدار العلاقة الموجودة بين متغيرين والتي تنحصر في مجال [1.-1] ، فإذا كان الارتباط سالبا هذا يعني أن العلاقة بين المتغيرين علاقة عكسية بينما يدل معامل الارتباط موجب على وجود علاقة طردية بين المتغيرين ، وبحسب بالمعادلة الآتية(يوسف م.، 1989 ص 62)

$$ر = \frac{\text{مج}(س-س')(ص-ص')}{\sqrt{\text{مج}(س-س')^2 \text{مج}(ص-ص')^2}}$$

حيث:ر = قيمة معامل لبيرسون

س' = المتوسط الحسابي للمتغير س .

$\Sigma (س-س')(ص-ص') =$ مجموع حاصل ضرب الإنحرافات .

$\Sigma (س-س')^2 =$ مجموع مربعات انحرافات قيم س عن المتوسط

الحسابي .

$$\Sigma(\text{ص}-\text{ص}')^2 = \text{مجموع مربعات انحرافات قيم ص عن المتوسط}$$

الحسابي.

✓ **الصدق الذاتي:**

ويطلق عليه أيضا مؤشر الثبات وهو صدق الدرجات التجريبية للإختبار بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس، وبذلك تصبح

الدرجات الحقيقية للإختبار هي المحك الذي ينسب عليه صدق

الإختبار. (السمرائي، 1981 ص 76)

ويقاس الصدق الذاتي بحساب الجذع التربيعي لمعامل ثبات الإختبار كما

هو موضح في المعادلة الإحصائية الموالية.

$$\text{الصدق الذاتي} = \text{معامل الثبات}$$

✓ **إختبار الدلالة "ت"**

يستعمل إختبار الدلالة "ت" لقياس دلالة فروق المتوسطات المرتبطة و

الغير مرتبطة وللعينات المتساوية و الغير متساوية، وفي هذا الصدد

إستخدم الباحث المعادلتين التاليتين:

دلالة الفروق بين متوسطين مستقلين حيث $(n=1=2)$:

قانون الإحصاء: تستعمل لمعرفة الفروق بين الإختبار القبلي و البعدي لنفس

العينة. (الحفيظ، الإحصاء و القياس التربوي و النفسي، 1993)

إختبار (T)

حيث: ت: إختبار ستيودنت

م ف: متوسط الفروق

ح ف = ف - م ف

ف: الفرق بين الدرجات بين الإختبار القبلي و البعدي.

ن: عدد أفراد العينة.

$$t = \frac{م ف}{\sqrt{\frac{2(م ف)}{(1-د)د}}}$$

قانون: معادلة نسبة التطور(العالي، 2002 ص 39)

$$100 \times \frac{إ.البعدي - إ.القبلي}{إ.البعدي}$$

1-12 صعوبات البحث:

- نقص في المصادر و المراجع والبحوث المشابهة
- غياب اللاعبين في بعض الوحدات التدريبية
- نقص في العتاد الرياضي.
- إصابات بعض اللاعبين.

الخلاصة:

تعد الدراسة الميدانية من أهم المراحل العلمية التي ينبغي على الطالب الباحث الإلتزام بها رغبة في جمع أكبر قدر من المعلومات أو الحقائق التي تخدم موضوع البحث وكذلك إلى تحقيق بعض الأغراض العلمية هذا بناء على الوسائل المستخدمة في ظل المنهج المتبع، تبعا لأهداف البحث المنشودة ومنه تم إستخلاص أنها تتميز بحسن الإعداد والبناء، ويتوفر فيها إختبارات ذات تعليمات محددة لتطبيقها وتصحيحها وتفسير نتائجها، كما يتوافر لها مقومات العلمية من الصدق والثبات و الموضوعية.

الفصل الثاني: عرض و تحليل و النتائج مناقشة

— عرض و تحليل النتائج

— الاستنتاجات

— مناقشة النتائج بالفرضيات

— الاقتراحات

— خاتمة عامة

— التوصيات

2- عرض و مناقشة وتحليل نتائج الإختبارات القبليّة و البعديّة لعينتي البحث :

1-2 عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

افترض الطلبة الباحثين الفرضية: للبرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعب الشبه رياضية أثر ايجابي في تعلم المهارات الاساسية المدروسة لدى فئة أقل من 13 سنة
1-1-2 إختبار التصويب من الثبات:

الجدول رقم(5) يوضح النتائج الإحصائية في الإختبارين القبلي و البعدي لإختبار التصويب من

الثبات

الدالة الإحصائية	"ت" الجدولية	"ت" المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		حجم العينة	التصويب من الثبات	العينة التجريبية
			ع	س	ع	س			
دال	1.81	2.66	1.42	5.27	1.97	4.09	11	التصويب من الثبات	العينة التجريبية
غير دال		1.04	1.10	4.00	1.42	3.36	11		

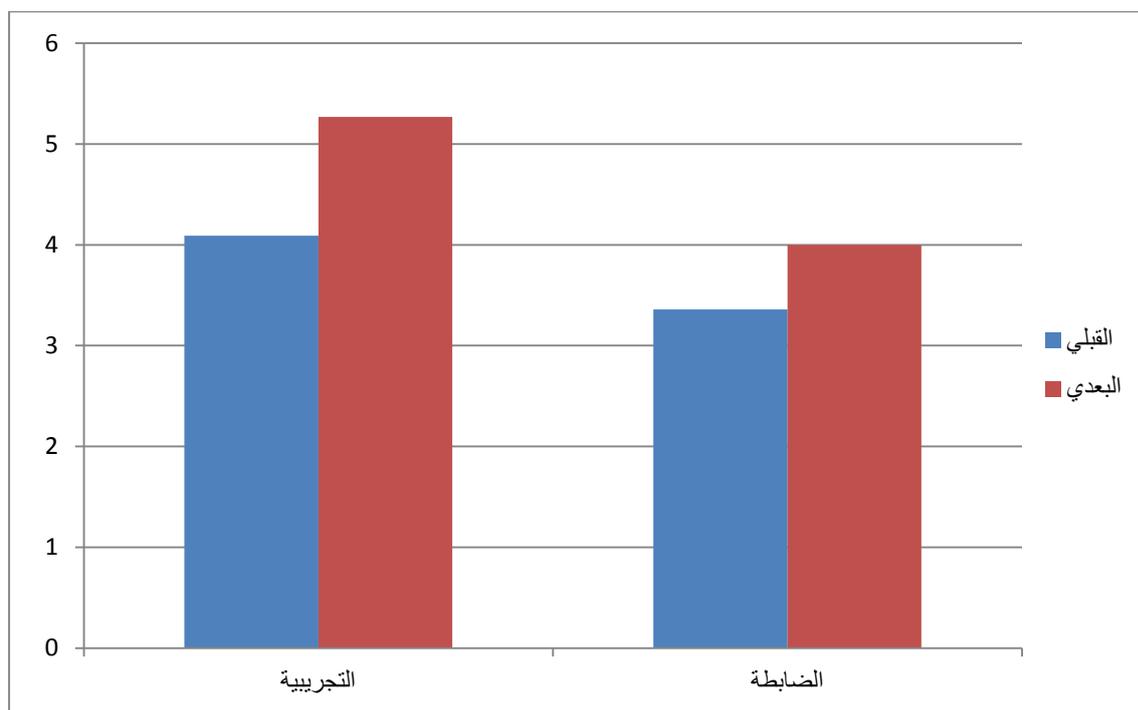
من خلال ملاحظة نتائج الجدول رقم (5)

- في الإختبار القبلي تحصلت العينة التجريبية في (إختبار التصويب) على متوسط حسابي قدره 04.09 و إنحراف معياري قدره 1.97 أما في الإختبار البعدي تحصلت العينة التجريبية على متوسط حسابي قدره 5.27 و إنحراف معياري قدره 1.42 وبلغت

(T) المحسوبة 2.66 هي أكبر من (T) الجدولية التي تقدر ب1.81 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 10 ويعني هذا أن الفرق بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي وهو فرق معنوي دال إحصائياً لصالح الإختبار البعدي.

- في الإختبار القبلي تحصلت العينة الضابطة (إختبار التصويب) على متوسط حسابي قدره 3.36 و إنحراف معياري قدره 1.43 أما في الإختبار البعدي تحصلت العينة الضابطة على متوسط حسابي قدره 4.00 وإنحراف معياري قدره 1.10 وبلغت قيمة (T) المحسوبة 1.04 وهي أصغر من (T) الجدولية التي تقدر ب1.81 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 10 ويعني هذا أن الفرق بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي هو فرق معنوي غير دال إحصائياً.

شكل بياني رقم (15) يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين الإختبارين القبلي و البعدي (في التصويب من الثبات) في المجموعتين التجريبية و الضابطة.



من خلال نتائج البيان نلاحظ تطور كبير بين الإختبارين القبلي و البعدي وهذا لصالح الإختبار البعدي عند العينة التجريبية أما عند العيادة الضابطة فنلاحظ تطور قليل بين الإختبارين القبلي و البعدي وهذا لصالح الإختبار البعدي.

ومن هذا فالباحث يرجع هذا التطور الكبير إلى المنهج التدريبي المقترح وأفضليته على المنهج التدريبي العادي.

2-1-2 إختبار التمرير و الإستقبال:

عرض نتائج الفرضية الثالثة: البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه رياضية يؤثر ايجابيا في تعلم مهارة التمرير و الاستلام لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة.

الجدول رقم(6) يوضح النتائج الإحصائية في الإختبارين القبلي و البعدي لإختبار التمرير و الإستقبال

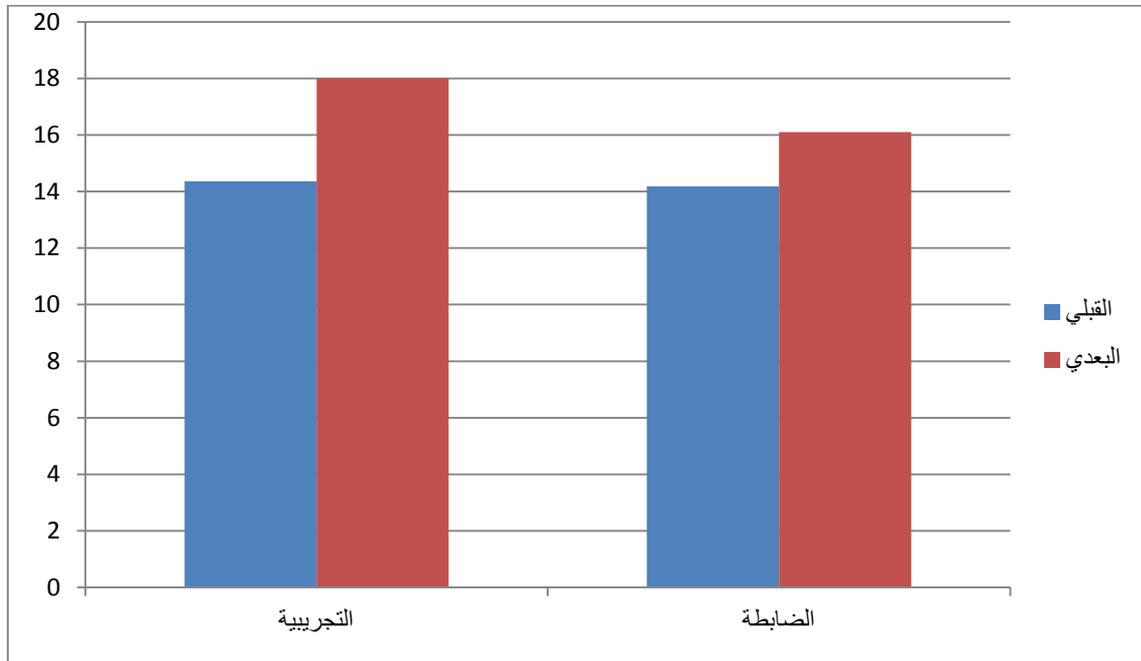
الدلالة الإحصائية	"ت" الجدولية	"ت" المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		حجم العينة	التمرير و الإستقبال	العينة التجريبية
			ع	س	ع	س			
دال	1.81	2.93	6.43	18.00	5.41	14.36	11	التمرير و الإستقبال	العينة التجريبية
غير دال		1.39	4.63	16.10	5.38	14.18	11		

- المجموعة التجريبية حققت خلال الإختبار القبلي متوسط حسابي قدره 14.36 و إنحراف معياري قدره 5.41 وبلغ الإختبار البعدي متوسط حسابي 18.00 و إنحراف

معياري قدره 6.43 وبلغت قيمة (T) المحسوبة 2.93 وهي أكبر من (T) الجدولية التي تقدر بـ 1.81 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 10 ويعني هذا أن الفرق بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي هو فرق معنوي دال إحصائيا لصالح الإختبار البعدي.

- المجموعة الضابطة حققت خلال الإختبار القبلي متوسط حسابي قدره 14.18 و إنحراف معياري قدره 5.38 وبلغ الإختبار البعدي متوسط حسابي 16.10 و إنحراف معياري قدره 4.63 وبلغت قيمة (T) المحسوبة 1.39 وهي أكبر من (T) الجدولية التي تقدر بـ 1.81 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 10 ويعني هذا أن الفرق بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي هو فرق معنوي غير دال إحصائيا.

شكل بياني رقم (16) يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين الإختبارين القبلي و البعدي (في التمرير و الإستقبال) في المجموعتين التجريبية و الضابطة.



من خلال الشكل البياني رقم (16) نلاحظ أن :

- العينة التجريبية حصلت في الإختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 14.36 أما في الإختبار البعدي فحصلت على متوسط حسابي قدره 18.00 أما العينة الضابطة فحصلت في الإختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 14.18 أما في الإختبار البعدي فحصلت على متوسط حسابي قدره 16.10 ومن خلال هذه النتائج نلاحظ وجود تطور بين الإختبارين القبلي و البعدي وهذا لصالح الإختبار البعدي عند العينة التجريبية أما عند العينة الضابطة فنلاحظ وجود تطور ضئيل بين الإختبارين القبلي و البعدي

وعليه فالباحث يرجع هذا التطور إلى المنهج التدريبي المقترح وأفضليته على المنهج التدريبي العادي.

2-1-3 إختبار التنطيط

عرض نتائج الفرضية الثانية: البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعب الشبه رياضية يؤثر ايجابيا في تعلم مهارة التنطيط في كرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة .

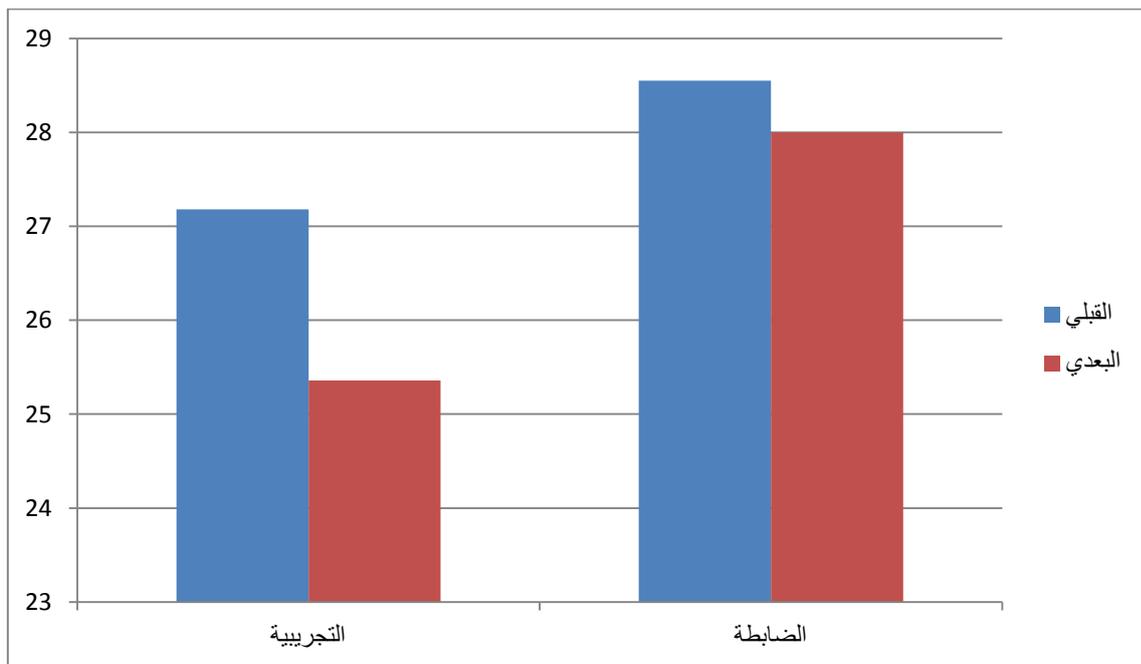
الجدول رقم(7) يوضح النتائج الإحصائية في الإختبارين القبلي و البعدي لإختبار التنطيط

الدالة الإحصائية	"ت" الجدولية	"ت" المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		حجم العينة		
			ع	س	ع	س			
دال	1.81	2.51	2.62	25.36	3.62	27.18	11	التنطيط	العينة التجريبية
غير دال		0.91	2.57	28.00	1.15	28.55	11		العينة الضابطة

- المجموعة التجريبية حققت خلال الإختبار القبلي متوسط حسابي قدره 27.18 و إنحراف معياري قدره 3.62 وبلغ الإختبار البعدي متوسط حسابي 25.36 و إنحراف معياري قدره 2.62 وبلغت قيمة (T) المحسوبة 2.51 وهي أكبر من (T) الجدولية التي تقدر ب1.81 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 10 ويعني هذا أن الفرق بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي هو فرق معنوي دال إحصائيا لصالح الإختبار البعدي.

- في الإختبار القبلي تحصلت العينة الضابطة (إختبار التنطيط) على متوسط حسابي قدره 28.55 و إنحراف معياري قدره 1.15 أما في الإختبار البعدي تحصلت العينة الضابطة على متوسط حسابي قدره 28.00 و إنحراف معياري قدره 2.57 وبلغت قيمة (T) المحسوبة 0.91 وهي أصغر من (T) الجدولية التي تقدر ب1.81 وهذا عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 10 ويعني هذا أن الفرق بين الإختبار القبلي و الإختبار البعدي هو فرق معنوي غير دال إحصائيا.

شكل بياني رقم (17) يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين الإختبارين القبلي و البعدي (في التنطيط) في المجموعتين التجريبية و الضابطة.



من خلال الشكل البياني رقم (17) نلاحظ أن :

- العينة التجريبية حصلت في الإختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 27.18 أما في الإختبار البعدي فحصلت على متوسط حسابي قدره 25.36 أما العينة الضابطة فحصلت في الإختبار القبلي على متوسط حسابي قدره 28.55 أما في الإختبار البعدي فحصلت على متوسط حسابي قدره 28.00 ومن خلال هذه النتائج نلاحظ وجود تطور بين الإختبارين القبلي و البعدي وهذا لصالح الإختبار البعدي عند العينة التجريبية أما عند العينة الضابطة فنلاحظ وجود تطور ضئيل بين الإختبارين القبلي و البعدي.

وعليه فالباحث يرجع هذا التطور إلى المنهج التدريبي المقترح وأفضليته على المنهج التدريبي العادي.

2-2 عرض ومناقشة الفرضية الثانية:

افترض الباحث الفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبارات البعدية بين عينتي البحث.

2-2-1 إختبار التصويب من الثبات:

عرض نتائج الفرضية الرابع البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الالعاب الشبه رياضية يؤثر ايجابيا في تعلم مهارة التصويب من الثبات لكرة اليد لدى فئة أقل من 13 سنة.

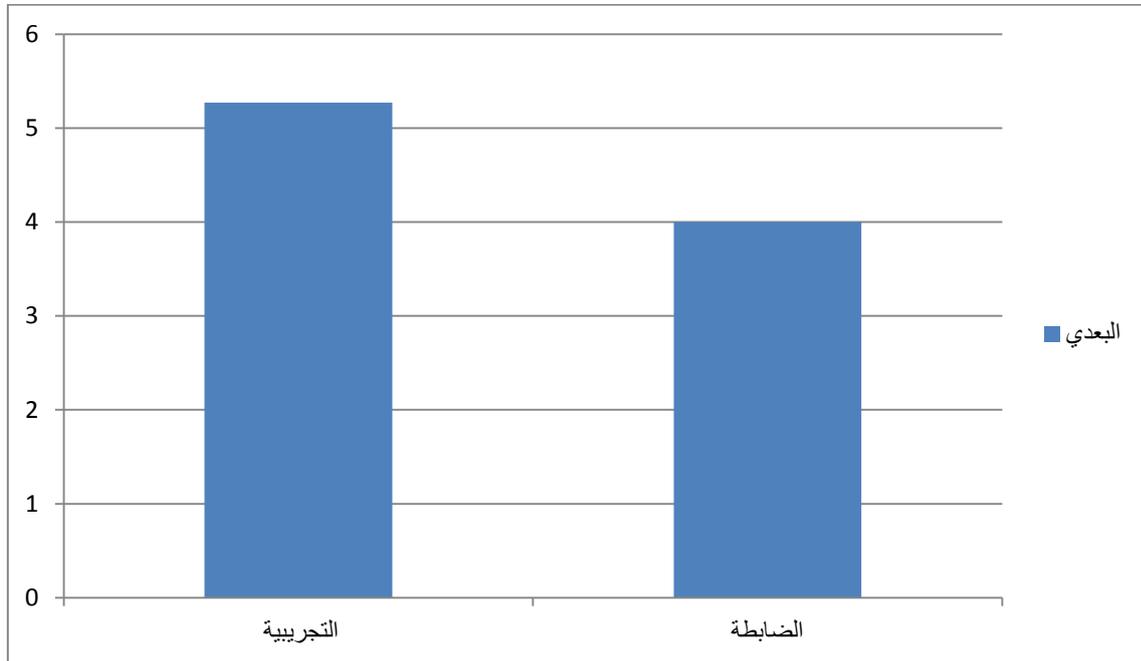
الجدول رقم(8) يوضح النتائج الإحصائية في الإختبار البعدي لإختبار التصويب من الثبات

الدلالة الإحصائية	"ت" الجدولية	"ت" المحسوبة	الإختبار البعدي		حجم العينة	إختبار التصويب	العينة التجريبية
			ع	س			
دال	1.72	2.34	1.42	5.27	11		
			1.10	4.00			العينة الضابطة

من خلال نتائج الجدول رقم (8)

- العينة التجريبية (في إختبار التصويب) تحصلت على متوسط حسابي قدره 5.27 وإنحراف معياري قدره 1.42 أما العينة الضابطة تحصلت على متوسط حسابي قدره 4.00 و إنحراف معياري قدره 1.10 ، وبلغت قيمة (T) المحسوبة 2.34 وهي أصغر من (T) الجدولية التي تقدر ب1.72 و عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 20 ويعني هذا أن الفرق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة فرق معنوي غير دال إحصائيا.

شكل بياني رقم (18) يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الإختبار البعدي (في التصويب).



من خلال هذه النتائج نلاحظ أفضلية العينة التجريبية على العينة الضابطة في الإختبار البعدي ، وعليه فالباحث يرجع هذه الأفضلية إلى المنهج التدريبي المقترح و المطبق على العينة التجريبية وأفضليته على المنهج التدريبي العادي و المطبق على العينة الضابطة.

2-2-2 إختبار التمرير و الإستقبال:

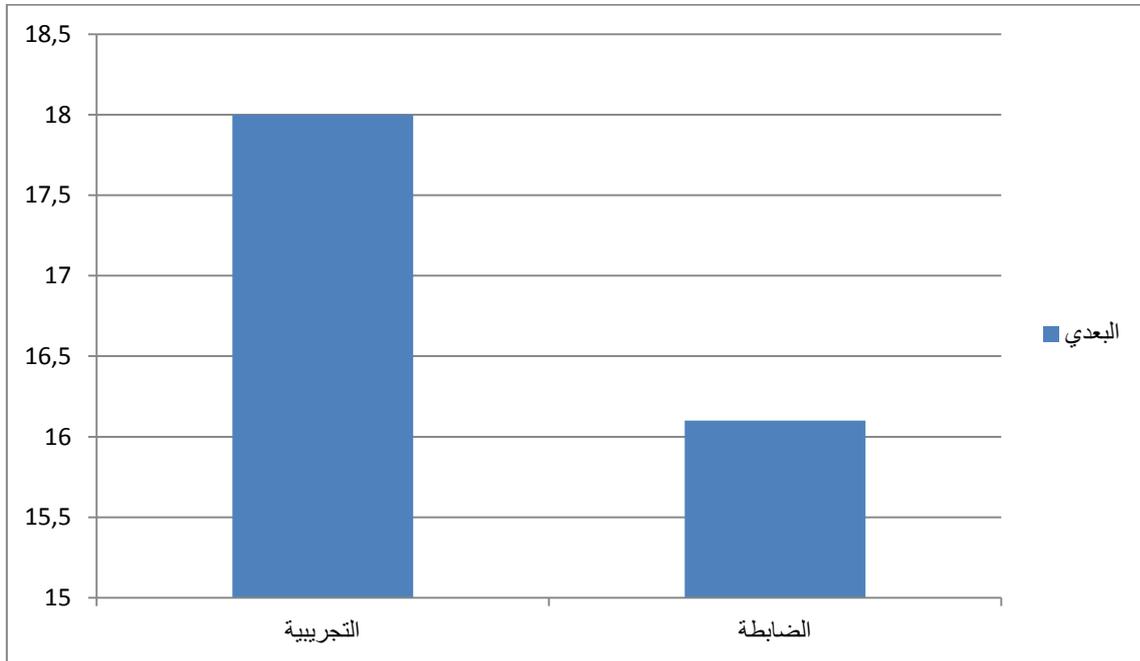
الجدول رقم(9) يوضح النتائج الإحصائية في الإختبار البعدي لإختبار التمرير و الإستقبال

الدلالة الإحصائية	"ت" الجدولية	"ت" المحسوبة	الإختبار البعدي		حجم العينة	إختبار التمرير و الإستقبال
			ع	س		
غير دال	1.72	0.80	6.43	18.00	11	العينة التجريبية
			4.63	16.10		العينة الضابطة

من خلال نتائج الجدول رقم (8)

- العينة التجريبية (في إختبار التمرير و الإستقبال) تحصلت على متوسط حسابي قدره 18.00 وإنحراف معياري قدره 6.43 أما العينة الضابطة تحصلت على متوسط حسابي قدره 16.10 و إنحراف معياري قدره 4.63 ، وبلغت قيمة (T) المحسوبة 0.80 وهي أصغر من (T) الجدولية التي تقدر ب1.72 و عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 20 ويعني هذا أن الفرق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة فرق معنوي غير دال إحصائيا.

شكل بياني رقم (19) يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الإختبار البعدي (في التمرير و الإستقبال).



من خلال هذه النتائج نلاحظ أفضلية العينة التجريبية على العينة الضابطة في الإختبار البعدي ، وعليه فالباحث يرجع هذه الأفضلية إلى المنهج التدريبي المقترح و المطبق على العينة التجريبية وأفضليته على المنهج التدريبي العادي و المطبق على العينة الضابطة.

3-2-2 إختبار التنطيط:

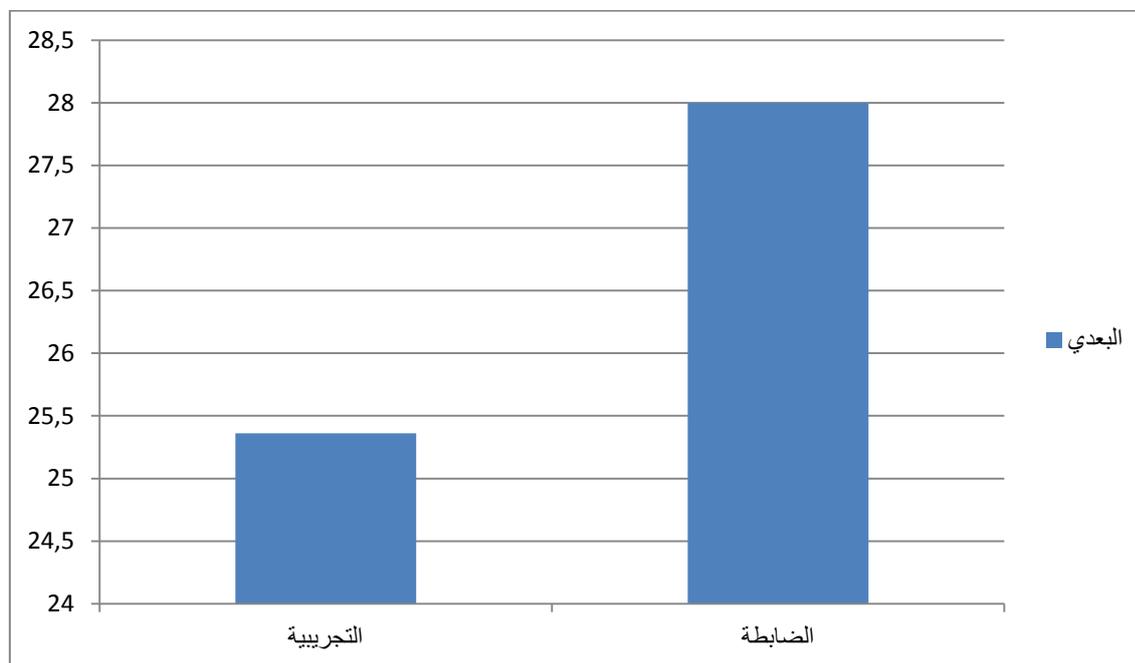
الجدول رقم (10) يوضح النتائج الإحصائية في الإختبار البعدي لإختبار التنطيط

الدلالة الإحصائية	"ت" الجدولية	"ت" المحسوبة	الإختبار البعدي		حجم العينة	إختبار التنطيط
			ع	س		
دال	1.72	2.38	2.62	25.36	11	العينة التجريبية
			2.57	28.00		العينة الضابطة

من خلال نتائج الجدول رقم (8)

- العينة التجريبية (في إختبار التنطيط) تحصلت على متوسط حسابي قدره 25.36 وإنحراف معياري قدره 2.62 أما العينة الضابطة فتحصلت على متوسط حسابي قدره 28.00 و إنحراف معياري قدره 2.57 ، وبلغت قيمة (T) المحسوبة 2.38 وهي أكبر من (T) الجدولية التي تقدر ب1.72 و عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 20 ويعني هذا أن الفرق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة فرق معنوي دال إحصائيا.

شكل بياني رقم (20) يوضح الفرق بين المتوسطات الحسابية بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الإختبار البعدي (في التنطيط).



من خلال هذه النتائج نلاحظ أفضلية العينة التجريبية على العينة الضابطة في الإختبار البعدي ، وعليه فالباحث يرجع هذه الأفضلية إلى المنهج التدريبي المقترح و المطبق على العينة التجريبية وأفضليته على المنهج التدريبي العادي و المطبق على العينة الضابطة.

2-3 عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

- وجود أفضلية للبرنامج المتضمن الألعاب الشبه الرياضية على البرامج التدريبية الأخرى .

الجدول رقم(11) يوضح نسبة تطور الإختبارات على مستوى البرنامجين التدريبيين المقترح (الألعاب الشبه الرياضية) و العادي.

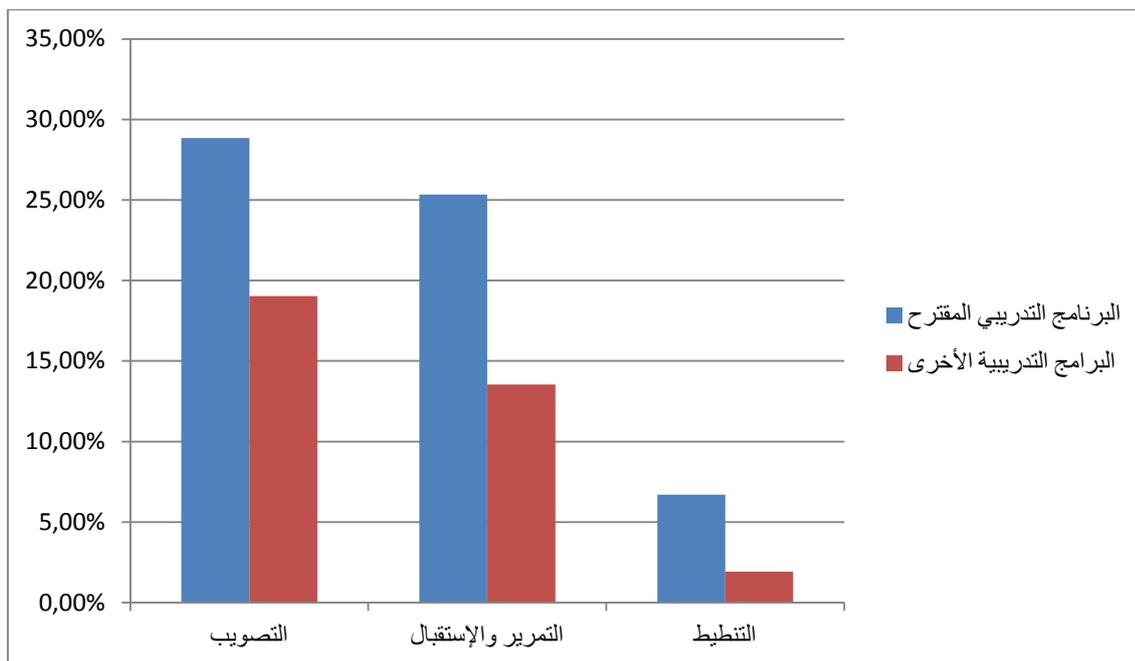
الإختبارات	البرنامج التدريبي المقترح	البرامج التدريبية الأخرى
إختبار التصويب من الثبات	%28.85	%19.04
إختبار التمرير و الإستقبال	%25.34	%13.54
إختبار التنطيط	%6.69	%1.92
نسبة التطور العام	%20.29	%11.05

- حصل إختبار التصويب من الثبات في البرنامج التدريبي المقترح المتضمن الألعاب الصغيرة على نسبة تطور قدرها %28.85 أما في طرق التدريب الأخرى فحصل نسبة تطور قدرها %19.04.

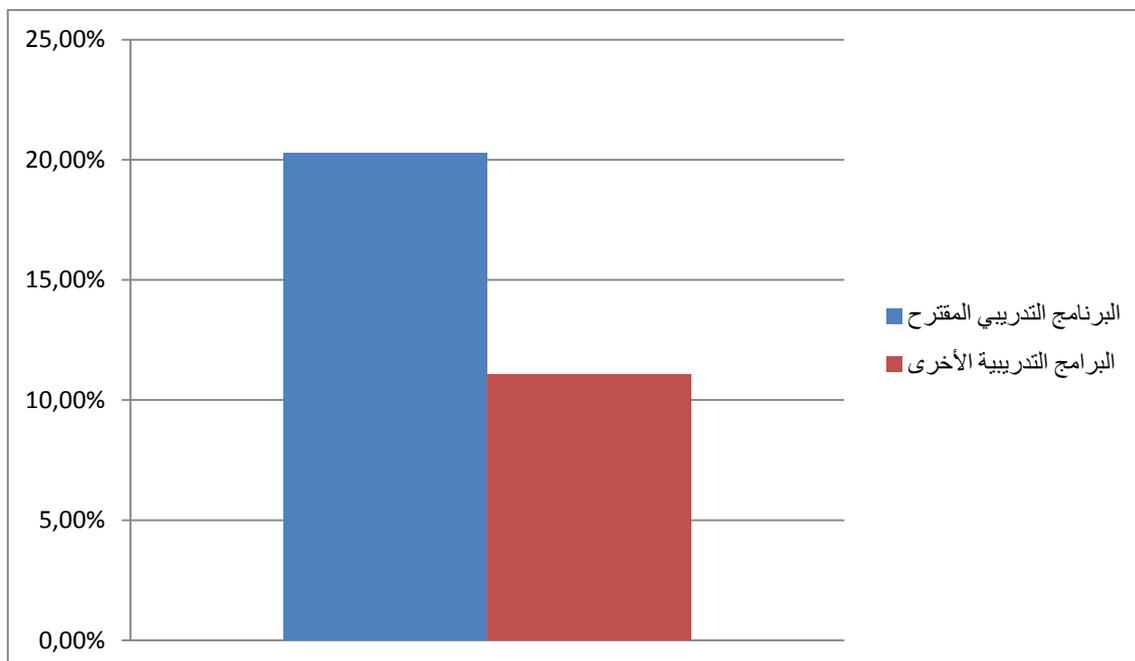
- إختبار التمرير و الإستقبال في البرنامج التدريبي المقترح المتضمن الألعاب الصغيرة حصل على نسبة تطور %25.34 أما في الطرق التدريبية الأخرى فحصل على نسبة تطور قدرها %13.54.

- إختبار التنطيط في البرنامج التدريبي المقترح المتضمن الألعاب الصغيرة حصل على نسبة تطور %6.69 أما في الطرق التدريبية الأخرى فحصل على نسبة تطور قدرها %1.92.

شكل بياني رقم (21) يوضح نسبة تطور الإختبارات في البرنامجين التدريبيين المقترح و العادي



شكل بياني رقم (22) يوضح نسبة التطور العام بين البرنامجين التدريبيين المقترح و العادي



الإستنتاجات العامة:

- 1- وجود فروق معنوية لصالح الإختبار البعدي في عينتي البحث لإختبار التصويب من الثبات وهذا يعني وجود تطور في مستوى مهارة التصويب عند العينة التجريبية فقط .
- 2- وجود فروق معنوية لصالح الإختبار البعدي في عينتي البحث لإختبار التمرير و الإستقبال على حائط مستوي وهذا يعني وجود تطور في مستوى مهارة التمرير و الإستقبال عند العينة التجريبية فقط
- 3- وجود فروق معنوية لصالح الإختبار البعدي في عينتي البحث لإختبار التنطيط وهذا يعني وجود تطور في مستوى مهارة التنطيط عند العينة التجريبية فقط
- 4- وجود فروق معنوية لصالح العينة التجريبية في الإختبار البعدي لإختبار التصويب وهذا يعني وجود تطور في مستوى مهارة التصويب عند العينة التجريبية فقط.
- 5- وجود فروق معنوية لصالح العينة التجريبية في الإختبار البعدي لإختبار التمرير و الاستقبال وهذا يعني وجود تطور في مستوى مهارة التمرير و الإستقبال عند العينة التجريبية فقط.
- 6- وجود فروق معنوية لصالح العينة التجريبية في الإختبار البعدي لإختبار التنطيط وهذا يعني وجود تطور في مستوى مهارة التنطيط بالنسبة للعينة التجريبية.

3- مناقشة الفرضيات في ضل الدراسات السابقة:

3-1 مناقشة الفرضية الأولى:

يمكن القول من خلال النتائج المحصل عليها بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الإختبارين القبلي و البعدي للإختبارات التصويب و التمير و الإستقبال و التنطيط أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإختبارات القبلية و البعدية لعينتي البحث لصالح الإختبار البعدي وبالتالي الفرضية الأولى تحققت.

3-2 مناقشة الفرضية الثانية:

يمكن القول من خلال النتائج المتحصل عليها بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الإختبار البعدي للإختبارات التصويب من الثبات و التمير و الإستقبال و التنطيط أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإختبارات البعدية بين عينتي البحث و بالتالي الفرضية الثانية تحققت.

3-3 مناقشة الفرضية الثالثة:

يمكن القول من خلال النتائج المتحصل عليها و المتمثلة في معرفة أن للألعاب الشبه الرياضية دور فعال في تدريب و تعليم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد مقارنة بين البرامج التدريبية الأخرى أن البرنامج التدريبي المهاري المقترح(الألعاب الشبه الرياضية) حقق نسبة أفضل في تطوير مهارات التصويب و التمير و الإستقبال و التنطيط مقارنة بالبرامج التدريبية الأخرى وبالتالي الفرضية الثالثة تحققت.

3-4 مناقشة الفرضية العامة:

لقد تأكد الباحثون من أن الفرضيات الأولى و الثانية و الثالثة تحققت وهذا يعني أن البرنامج التدريبي المهاري قد أدى إلى تطوير مهارات التصويب من الثبات و التمير

و الإستقبال و التنطيط عند ناشئي 09-12 سنة وعليه يرى الطلاب أن الفرضية العامة للبحث والتي مفادها أن :

- للألعاب الشبه الرياضية انعكاسات فعالة على تعليم و تحسين بعض المهارات الأساسية في كرة اليد. قد تحققت ، وهذا يتوافق في تأكيد دور الألعاب الصغيرة في دراسة "دراسة خالي يوسف (2015)" بعنوان انعكاس الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الحركية لدى ناشئي كرة اليد (9-12 سنة) و التي توصل الباحث من خلالها إلى أن:

الحصة التدريبية والتي تخلو من عنصر اللعب تفقد فعاليتها فيجلب اهتمام اللاعبين للوصول إلى هدفها ، فاللاعبين دفع بميوله وراء مطالب اللعبة بحماس ، مما يؤدي إلى احتكاكه في نطاق التعاون والتماسك و إدماجه ضمن روح الجماعة. حيث تفرض عليه قوانين كعبة شبه رياضية احترام زملائه وحسن التعامل معهم في إطار السلوك المهذب مما يؤدي إلى تربية اللاعب حتى خارج الحصة.

وعند تحليل نتائج هذه الدراسة التي كانت عن طريق عرض وتحليل الاستبيان الخاص بمدربي النوادي الرياضية ، تم التوصل لبعض الحقائق التي سطرت في الفرضيات والمتمثلة في أن الألعاب شبه الرياضية لها مكانة رئيسية في الحصة ، لكون معظم المدربين يدرجونها ضمن حصصهم إذ يرونها وسيلة ترفيهية تساعدهم في تحقيق أهدافهم البيداغوجية ولها مكانة كبيرة في نفسية اللاعبين وذلك للتعبير عن حاجاتهم ورغباتهم المختلفة في جو من المتعة والترفيه ، وهذا ماحقق صحة الفرضية الأولى التي تقول " للألعاب شبه الرياضية دور فعال في الحصة التدريبية".

وتم إثبات أن الألعاب الشبه رياضية تساعد في التقليل من مشاكل نقص العتاد الرياضي لأنها لا تتطلب وسائل وإمكانيات معقدة ، وتسهل في عملية تعلم المهارات الحركية .وهذا ما حقق صحة الفرضية الثانية " في الألعاب الشبه رياضية عدم توفر الوسائل والإمكانيات الكبيرة لا ينعكس سلبا على تجسيدها أثناء الحصة التدريبية".

وفي الأخير يمكن القول أن للألعاب الشبه رياضية دور فعال في تعلم مهارات اللاعب الحركية إن أحسنا وعرفنا كيفية استعمالها بوجه صحيح خلال الحصة التدريبية.

وتلها دراسة " بن نعيمة كمال و بالحبيب عبد النور(2012)" تحت عنوان " دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي الرياضة المدرسية (6-10 سنة". وقد توصل الباحث إلى:

❖ نتيجة مفادها أن الهدف في استعمال الألعاب الشبه رياضية هو مساعدة الطفل في تعلم وإتقان بعض المهارات الحركية وتنمية الصفات البدنية لأن الطفل بطبعه يحب اللعب

❖ كما أن استعمال الألعاب الشبه رياضية يكون كذلك قصد الوصول إلى الهدف المسطر من خلال إضفاء صبغة النشاط والحيوية في الحصة التدريبية فينتج عنها إقبال كلي للتلاميذ أثناء الحصة.

وتلها دراسة "دراسة عبد الكريم قدوم (2000)" تحت عنوان "دور الألعاب الشبه رياضية بالتفاعل الاجتماعي داخل الحصة تربية البدنية الرياضية." وقد توصل الباحث إلى: أهم النتائج المتوصل إليها: الألعاب الشبه رياضية لها دور و أهمية كبيرة في تهذيب نفسية التلاميذ و تعليمها السلوك الحسن الذي يساعده على تنمية مهاراته الحركية كما تعمل على ادماج التلاميذ اجتماعيا.

خلاصة عامة:

إن بناء المناهج التدريبية الحديثة أصبح يعتمد على أسس علمية دقيقة في إختيار التمارين المناسبة و الوسائل الملائمة ويجب أن تتوافق هذه التمارين مع الفئات العمرية للاعبين .

ويتدرج بحثي هذا في نفس السياق ، إذ أهدف من خلاله إلى تطوير بعض مهارات (التصويب من الثبات و التمير و الإستقبال و التنطيط) عند لاعبي ناشئي ما بين (09-12) سنة في كرة اليد بغرض دراسة كيفية تأثير الألعاب الشبه الرياضية في التدريب المهاري في تنمية مهارات التصويب و التمير و الإستقبال و التنطيط وذلك تناسباً مع الفئة العمرية وعلى ضوء النتائج و التحاليل الإحصائية توصل الباحثون إلى وجود فروق معنوية لصالح الإختبار البعدي في عينتي البحث لإختبار التصويب من الثبات وهذا يعني وجود تطور في مستوى مهارة التصويب عند العينة التجريبية ، كما توصل الباحث إلى وجود فروق معنوية لصالح الإختبار البعدي في عينتي البحث لإختبار التمير و الإستقبال وهذا يعني وجود تطور في مهارة التمير و الإستقبال عند العينة التجريبية .

وأيضاً توصل الباحثون إلى وجود فروق معنوية لصالح الإختبار البعدي في عينتي البحث لإختبار التنطيط وهذا يعني وجود تطور في التنطيط عند العينة التجريبية .

التوصيات:

- ضرورة إستخدام الألعاب الشبه الرياضية في التدريب المهاري في سن متقدمة في تدريب الناشئين في كرة اليد في تنمية المهارات التصويب من الثبات و التمير و الإستقبال و التنطيط لما له من تأثير إيجابي من الناحية المهارية.

- الإهتمام الجدي من قبل مدربي كرة اليد ووضع المناهج الخاصة التي تعمل على تطوير و زيادة مستويات اللاعبين حتى عند بداياتهم في كرة اليد وعند إعداد فرقهم.
- التأكيد على مرحلة الإعداد المهاري عند تنفيذ البرامج التدريبية و لجميع المهارات و خاصة الأساسية منها.
- التأكيد على استخدام الألعاب الشبه الرياضية و التمارين النوعية و التكرارات و فترات الراحة المناسبة مع إستخدام الوسائل و الأدوات المساعدة ، انسجاما مع فترة التدريب لتحسين و تطوير مستوى اللاعبين.

الفصل في الصلاة والعبادة

المصادر و المراجع

1. محمد صبحي حسنين و كمال عبد الحميد اسماعيل (2002) رباعية كرة اليد الحديثة . مصر مركز الكتاب للنشر
2. أ.د.البساطي .(1998). اسس و قواعد التدريب الرياضي و تطبيقاته . الاسكندرية،مصر : منشأة المعارف.
3. الحفيظ، م. ع.(1993). الإحصاء و القياس النفسي و التربوي .ديوان المطبوعات الجامعية.
4. الزبيدي، خ. م.(2008). موسوعة الألعاب الرياضية .عمان :دار دجلة.
5. السمراي، د. ن.(1981.) مبادئ الإحصاء و الاختيارات البدنية و الرياضية .، جامعة الموصل بغداد :دار الكتاب للطباعة و النشر.
6. الشافعي، ع. ا.(2008). و تطبيقات الهجوم في كرة اليد .مصر :ط.1
7. الشيباني، ع. م.(1981). تطوير النظريات و الأفكار التربوية .
8. العالي، ع. أ.(2002) تأثير المنحدرات صعودا في تطوير بعض انواع السرعة للاعبين كرة القدم .العراق ، رسالة ماجستير.
9. العيساوي، ع. ا. (1992). معالم علم النفس .الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
10. القصاص .(2007). مبادئ الإحصاء و القياس الإجتماعي .جامعة المنصورة كلية الأدب.
11. الله، س.(1999). علاقة التفكير و الابتكار بالتحصيل الدراسي .الجزائر :ديوان المطبوعات الجامعية.
12. المندلوي، ق. دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية .
13. جلال، س.(1991). الطفولة و المراهقة .القاهرة :دار الفكر العربي ط.2
14. حماد، م. ا.(2000). طرق تدريس العاب الكرات .دار الفكر العربية ط.1
15. درويش، ك. (1998). الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد .القاهرة.
16. زهران، ح. ع.(2001). علم النفس النمو الطفولة و المراهقة .عالم الكتاب ط.5
17. سعد الله. (1999) علاقة التفكير و الابتكار بالتحصيل الدراسي .الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

18. سعد مرسي أحمد, ك. ك. (1983) *تربية الطفل قبل المدرسة*. القاهرة: عالم الكتاب.
19. سوزانا ميلر, ت. ح. (1987). *بيكولوجية اللعب*. الكويت: عالم المعارف.
20. عطا الله. (2006). *الأساليب و طرائق التدريب في التربية البدنية و الرياضية*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
21. علاوة, م. ح. (1986). *علم النفس الرياضي*. القاهرة: دار المعارف ط 6.
22. علاوى, أ. ك. (2003) *البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي*. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي للطبع و النشر.
23. محمد, أ. ي. (1989) *الإحصاء في البحوث العلمية*. جامعة القاهرة.
24. محمود, ع. (1949). *مجلة علم النفس*.
25. مقدم عبد الحفيظ. (1993). *الإحصاء و القياس التربوي و النفسي*. ديوان المطبوعات الجامعية.
26. منهاج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي. (جون، 1996). ديوان الوطني للمطبوعات المدرسية.
27. وتيوندرات, ج. ل. (1978). *كرة اليد للناشئين وتلاميذ المدرسة*. القاهرة: دار الفكر العربي ط (2ترجمة (كمال عبد الحميد.
28. يوسف, م. أ. (1989). *الإحصاء في البحوث العلمية*. جامعة القاهرة.

المصادر باللغة الأجنبية:

29. Ameziane, D. C. (2000-2001). *Influence des jeux tradition au milieu*. Thèse magistère.
30. Ameziane, M. (2001,2002).
31. Brikci.. *Croissance physique de l'enfant pratique sportive*.
32. Medjaouri, B. c. (1991). *Amélioration des queslites physique à travers les jeux*.

33. R.A.Acramov.. *Sélection préparation des jeunes footballeurs.*
(tradouit par R.A.TADJ).

34. S.MILLER. (1987). *Psychologie de jeu ..*

المذكرات:

35. بن قوة , علي . (1997). تحديد مستويات معيارية لإختيار الموهوبين لممارسة
كرة القدم 11-12 سنة .مستغانم :رسالة ماجيستر.

