

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص التحضير البدني الرياضي

بعنوان:

## دور الألعاب الشبه رياضية لدى المدربين في تحسين بعض المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد " أقل من 13 سنة".

دراسة ميدانية أجريت على فرق البطولة الولائية ولاية عين تموشنت

الأستاذ المشرف:

– أ.د. رمعون محمد

إعداد الطالبين:

- منقوري أيمن.

- سيدي يخلف محمد الأمين.

السنة الجامعية: 2021/2020

# إهداء

نهدي هذا العمل المتواضع

إلى من علمتنا أن الحياة: عمل.....وحب.....ووفاء.

إلى التي إن أهديناها كنوز الدنيا ما وفينا حقها إلى أمهاتنا العزيزات.

وإلى من علمنا العزة والإعتماد على النفس إلى أبائنا الأعزاء.

إلى كل إخواننا وأخواتنا الذين قامسونا الفرحة في كل لحظة من حياتنا.

إلى كل عائلة منقوري وسيدي يخلف والكتكوت الصغير محمد

وإلى جميع الأصدقاء

وإلى جميع طلبة وأساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية مستغانم

وإلى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد ولو بكلمة طيبة، وإلى كل من أحبونا وأحبناهم  
في الله.

# شكر وتقدير

قال الله تعالى: بسم الله الرحمن الرحيم أعوذ بالله من الشيطان الرجيم:

(رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين). "سورة النمل آية 19"

الحمد لله حمدا طيبا مباركا فهو الأحق بالحق، والشكر على جزيل نعمه.

ووقوفا عند قوله عليه الصلاة والسلام: "من لم يشكر الناس لم يشكر الله".

أتقدم بالشكر الخالص للأستاذ المشرف على هذه المذكرة: "أ.الدكتور رمعون محمد"

الذي لم يبخل علينا بنصائحه وتوجيهاته القيمة في البحث.

كما أشكره على جديته ودقته في العمل، وأتمنى له التوفيق.

كما أتقدم إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا العمل من قريب أو من بعيد ولو بكلمة أو دعاء

وفي الأخير أتمنى من الله عز وجل أن يرشدنا إلى سواء السبيل ويحقق هدفنا النبيل.

فإن أصبت فمن الله وحده وإن أخطأت فمن نفسي و الشيطان.

تناولت هذه الدراسة موضوع دور الألعاب الشبه الرياضية في تحسين بعض المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد وخصت في هذا البحث مدربي كرة اليد لمدينة عين تموشنت ودراسة العلاقة بين الألعاب الشبه الرياضية والمهارات الهجومية للاعبين كرة اليد وإستعملنا المنهج الوصفي في هذه الدراسة وهو المنهج المناسب لمثل هذه الدراسات لهذا قمنا بتوزيع الإستبيان على 10 مدربين لكرة اليد من أجل إثبات أو نفي الفرضية العامة وهي:تؤثر الألعاب الشبه الرياضية على المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد أقل من 13 سنة.

والفرضيات الجزئية هي:

\_يساعد تحديد الأهداف للمدرب على تحسين المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة.

\_توجد علاقة إرتباطية طردية ايجابية بين الألعاب الشبه الرياضية والمهارات الهجومية للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة.

\_للألعاب الشبه الرياضية المنتهجة من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة اليد.

وبعد تحليل ومناقشة النتائج تم تأكيد هذه الفرضيات عن وجود هذه العلاقة الإيجابية بين الألعاب الشبه الرياضية والمهارات الهجومية.

**الكلمات المفتاحية:** الألعاب الشبه الرياضية، المدرب الرياضي، المهارات الهجومية، لاعبي كرة اليد.

قائمة الأشكال:

الصفحة	العنوان	الرقم
58	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(1)	01
59	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(2)	02
60	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(3)	03
61	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(4)	04
62	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(5)	05
63	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(6)	06
64	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(7)	07
65	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(8)	08
66	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(9)	09
67	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(10)	10
68	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(11)	11
69	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(12)	12
69	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(13)	13
70	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(14)	14
71	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(15)	15
72	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(16)	16
73	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(17)	17
74	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم(18)	18

قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	الرقم
37	يمثل مستويات ودرجات إختبار السرعة 30م	الأول

37	يمثل مستويات ودرجات اختبار رمي الكرة الطبية 4كغ	الثاني
39	يمثل مستويات ودرجات إختبار التوافق	الثالث
40	يمثل مستويات ودرجات اختبار التنطيط مسافة 30م في خط متعرج	الرابع
42	يمثل مستويات و درجات اختبار التصويب	الخامس
43	يبين مستويات ودرجات اختبار الجري المتعرج والتصويب	السادس
45	يوضح نتائج معاملات الصدق و الثبات للاختبارات	السابع
46	يبين تحكيم الاختبارات من حيث الموضوعية	الثامن
47	يبين نتائج اختبار القبلي والبعدي دفع الكرة الطبية (4كغ)	التاسع
49	نتائج إختبار القبلي والبعدي اللجنة الدولية للياقة البدنية 30 متر	العاشر
50	يبين نتائج اختبار القبلي والبعدي التوافق	الحادي عشر
54	نتائج اختبار القبلي والبعدي للتصويب	الثاني عشر
54	نتائج الإختبار القبلي والبعدي للتنطيط 30متر في خط متعرج.	الثالث عشر
56	نتائج اختبار القبلي والبعدي للجري المتعرج والتصويب	الرابع عشر

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين النسب المئوية للعبارة(1)	58
02	يبين النسب المئوية للعبارة(2)	59
03	يبين النسب المئوية للعبارة(3)	60
04	يبين النسب المئوية للعبارة(4)	61
05	يبين النسب المئوية للعبارة(5)	62
06	يبين النسب المئوية للعبارة(6)	63
07	يبين النسب المئوية للعبارة(7)	64
08	يبين النسب المئوية للعبارة(8)	65

66	يبين النسب المئوية للعبارة(9)	09
67	يبين النسب المئوية للعبارة(10)	10
68	يبين النسب المئوية للعبارة(11)	11
69	يبين النسب المئوية للعبارة(12)	12
69	يبين النسب المئوية للعبارة(13)	13
70	يبين النسب المئوية للعبارة(14)	14
71	يبين النسب المئوية للعبارة(15)	15
72	يبين النسب المئوية للعبارة(16)	16
73	يبين النسب المئوية للعبارة(17)	17
74	يبين النسب المئوية للعبارة(18)	18

## قائمة المحتويات:

.....	الإهداء
.....	شكر وتقدير
.....	ملخص البحث
.....	قائمة الأشكال البيانية
.....	قائمة الجداول
.....	التعريف بالبحث
01.....	المقدمة
02.....	الإشكالية
04.....	فرضيات الدراسة
05.....	أهداف الدراسة
05.....	أهمية الدراسة
06.....	تعريف المصطلحات
08.....	الدراسات السابقة و المشابهة
10.....	تحليل ومناقشة الدراسات السابقة و المشابهة
.....	الجانب النظري
.....	الفصل الأول: الألعاب الشبه الرياضية
12.....	تمهيد
13.....	ماهيه الألعاب الشبه الرياضية
13.....	تعريف الألعاب الشبه الرياضية
14.....	أهمية الألعاب الشبه الرياضية
14.....	تقسيم الألعاب الشبه الرياضية
15.....	تصنيفات الألعاب الشبه الرياضية
15.....	أنواع الألعاب الشبه الرياضية
16.....	خصائص الألعاب الشبه الرياضية
17.....	مميزات الألعاب الشبه الرياضية
18.....	أهداف الألعاب الشبه الرياضية
19.....	صفات البرنامج المثالي للألعاب الشبه الرياضية
20.....	أسس إختيار الألعاب الشبه الرياضية
20.....	مبادئ إختيار الألعاب الشبه الرياضية
21.....	تنظيم تعليم الألعاب الشبه الرياضية
23.....	دور الألعاب الشبه الرياضية في نمو اللاعب
25.....	دور وأهمية الألعاب الشبه الرياضية في كرة اليد
26.....	خاتمة
.....	الفصل الثاني: المهارات الهجومية في كرة اليد
28.....	- المهارات الهجومية دون كرة
29.....	المهارات الهجومية بالكرة



30	التصنيف الأول والثاني للتصويب
32	مبادئ التصويب بالإرتقاء
33	كيفية إعداد التصويب من الإرتقاء

## الجانب التطبيقي

### الفصل الأول

35	تمهيد
36	المنهج المستخدم
36	الدراسة الاستطلاعية
38	العينة ومجتمع البحث
38	تحديد متغيرات البحث
39	حدود الدراسة
39	أدوات جمع البيانات
47	الخصائص السيكومترية
49	مجالات الدراسة
50	أساليب التحليل الإحصائي
51	الخلاصة

### الفصل الثاني

53	تمهيد
59	عرض وتحليل ومناقشة النتائج
86	أهم الإستخلاصات
87	مناقشة وتحليل نتائج الدراسة
88	التوصيات والإقتراحات
90	الخاتمة
	قائمة المصادر والمراجع
91	قائمة المراجع باللغة العربية واللاتينية
	الملاحق
93	الاستبيان الموجه للمدرسين

## مقدمة:

تحتل الرياضة مكانة عالية في المجتمع المعاصر، و ذلك بنوعيتها الترفيهي والتنافسي و قد اهتم الإنسان بهذه الظاهرة منذ أن كانت مجرد حركات إما معبرة عن المشاعر أو دفاعية ضد العوائق الطبيعية (العيداني محمد الصغير سنة 2006/2007).

لذلك من الخطأ أن ننظر إلى الرياضة، على أنها تنمية للقدرات الجسمية للفرد فحسب، وإنما تتعدى ذلك المجال، فهي تلعب دورا كبيرا في تحسين القدرات النفسية و الحركية للفرد، خاصة في مرحلة الطفولة، إذ أن الطفل بأمس الحاجة إليها فهذه المرحلة تعتبر الفترة التي يتم فيها وضع البذور الأولى للشخصية التي تتبلور وتظهر ملامحها في مستقبل حياة الطفل، و فيها أيضا يكون فيها الطفل فكرة واضحة وسليمة عن نفسه، و مفهوما محددًا لذاته الجسمية والنفسية ، ويمكنه التكيف السليم مع ذاته. (إدريسي إسماعيل سنة 2010/2011).

لذلك تدرس الرياضة في مختلف المستويات وأطوار التعليم المختلفة، و كذا في النوادي ودور الشباب، وذلك لما لها من فضل كبير في إعداد الفرد بدنيا، حركيا، نفسيا، عقليا واجتماعيا.

تعتبر الألعاب الشبه الرياضية أحد العناصر التي تتحكم في الممارسة الرياضية ، إذ أصبح في الآونة الأخيرة محل إهتمام المختصين في التدريب والتسيير الرياضيين ، وهو الأداء الفعلي أثناء المنافسات والمؤشر الحقيقي الذي يمكن من خلاله التعرف على المستويات المختلفة سواء كانت مرتفعة أو منخفضة كما يعني به التنبؤ بما سيكون في المستقبل لتحقيق هدف مطلوب تحقيقه في المجال الرياضي والإستعداد بعناصر العمل ومواجهة معوقات التنفيذ والعمل على تذليلها في إطار زمني محدد والقيام بمتابعة كافة الجوانب في التوقيت المناسب.

ومن هنا كانت الإنطلاقة لدراسة هذا الموضوع والتعرف على الألعاب الشبه الرياضية في مجال التدريب في كرة اليد، وتأثيره على الرفع من مستوى أداء المهارات وتحسين المهارات الهجومية.

## المشكلة:

إن الرياضة شهدت تطوراً ملحوظاً عبر العصور وعرفت العديد من الأنواع حسب التخصص، أو عدد الأفراد المشاركين أو الجنس، فمن بين هذه الرياضات نجد رياضة كرة اليد. تُعد رياضة كرة اليد واحدة من الأنشطة الرياضية التي لاقت استحساناً وإقبالاً شديدين من الأطفال والشباب من كلا الجنسين، فرغم عمرها القصير نسبياً إذا ما قورنت بعمر بعض الألعاب الأخرى فقد استطاعت هذه الرياضة أن تقفز إلى مكان الصدارة في عدد ليس بقليل من الدول في بضع سنين، بالإضافة إلى انتشارها كنشاط رياضي وترويجي في معظم دول العالم .

حيث تحظى رياضة كرة اليد في المنافسات المحلية أو العالمية مكانة مهمة، فهي تخضع لعمليات التدريب الرياضي بأنواعه، إذ يعد عملية تربوية مخطط لها ومبنية على أسس علمية تهدف للوصول باللاعبين إلى التكامل في الأداء الرياضي والارتقاء بقدراتهم الفنية، واكتسابهم مهارات وخبرات متعددة، وبالتالي أصبح لزاماً على المدربين الإلمام بطرق تدريب حديثة أثناء تدريب فرقهم واختيار البرامج والوسائل التدريبية المناسبة وعمليات الإعداد والتخطيط المسبق والفعال لتحقيق أهدافهم المرسومة وتطوير الأداء الرياضي فيها.

و تعتبر الألعاب الشبه رياضية وسيلة فعالة في إثارة دوافع اللاعبين نحو تحقيق أهداف التعلم وما يحققه من غرض بدني وتكتيكي وتقني معين بالإضافة إلى التنافسي و التشويق الذي يجب أن تتميز به اللعبة لما لها من أهمية كبيرة في التدريب والتسلية . فإذا ما كان اللعب ضرورة للاعبين لأنه مطلب من مطالب طبيعتهم و وسيلة لتجديد النشاط والترفيه فيجب البحث عن الطرق والوسائل لإشباع رغباتهم وحاجاتهم بطريقة منظمة.

تعد المهارات الهجومية واحدة من جانبي الإعداد المهاري في لعبة كرة اليد التي تشتمل على الدفاع والهجوم. وكما هو معروف أن الهدف من الهجوم هو التصويب على المرمى وبالتالي تسجيل هدف ضد الفريق المنافس، ويبدأ هجوم الفريق لحظة انتهاء هجوم الفريق المنافس وفقدانهم الكرة، (فالهجوم هو الوسيلة التي يستطيع الفريق عن طريقها من تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الفريق المنافس).

ويتم ذلك عن طريق فتح ثغرات أو خلخلة دفاع الفريق الخصم. وينتهي الهجوم لحظة فقدان الكرة من الفريق ويكون ذلك أما عن طريق التصويب على المرمى وإحراز هدف أو حصول مخالفة قانونية أو قطع الكرة من قبل الفريق المنافس.

ولهذا لجأ المدرب إلى استعمال ألعاب جماعية وفردية تكون محببة إلى نفوسهم وذلك عن طريق ممارسة ألعاب شبه رياضية تتميز بالسعادة في الحركة والنشاط والترفيه عن النفس بالإضافة إلى تنمية الرغبة لديه في التدريب لتحسين مهارته الفنية وقدراته البدنية.

وأثار فضولنا في دراستنا هذه التساؤلات التالية :

## التساؤل العام:

هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تحسين المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد أقل من 13 سنة ؟

**التساؤلات الجزئية :** ما هي الاستراتيجيات التي تسمح بتحسين المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة؟

ما هو أثر الألعاب الشبه رياضية على الأداء المهاري للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة؟

هل الألعاب الشبه الرياضية المنتهجة تتماشى مع لاعبين فئة أقل من 13 سنة؟

**فرضيات الدراسة :**

**الفرضية العامة :**

نعم للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة.

**الفرضيات الجزئية :**

الإستراتيجية التي تسمح بتحسين المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة هي تطبيق الألعاب الشبه رياضية في الحصص التدريبية.

أثر الألعاب الشبه رياضية هو الرفع من مستوى الأداء المهاري للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة .

نعم تتماشى الألعاب الشبه رياضية المنتهجة مع لاعبين فئة أقل من 13 سنة.

**أهداف الدراسة :**

إبراز أهمية دور الألعاب الشبه الرياضية في تحسين المهارات الهجومية في كرة اليد.

معرفة الوسائل والطرق التي ترفع من مستوى المهارات الهجومية في كرة اليد.

توضيح العلاقة بين الألعاب الشبه الرياضية والمهارات الهجومية في كرة اليد.

**أهمية الدراسة :**

إن موضوع البحث يحمل في أعماقه الكثير من الدلائل والمؤشرات التي تبرز أهميته، ولنجاح أي عمل يلزمه مجموعة من عناصر الانجاز، أي تجمع بشكل معين يؤدي لتحقيق النتائج، ومنه تبرز دور الألعاب الشبه الرياضية كأحدى الوسائل للوصول إلى تحقيق الأهداف المرجوة من المشروع القائم أو المراد القيام به.

وتبرز دوره في موضوع دراستنا في معرفة قيمة وأهمية الألعاب الشبه الرياضية ودورها كطريقة تدريبية للوصول إلى الأداء الجيد لدى ممارسي كرة اليد للاعبين فئة أقل من 13 سنة. التعرف على أنجع الطرق والأساليب الهجومية الحديثة التي تساعد على تحقيق نتائج إيجابية في كرة اليد.

**أسباب اختيار الموضوع :**

إن اختيارنا لهذا الموضوع راجع للأسباب التالية :

\_\_ محاولة التعرف على دور الألعاب الشبه الرياضية كطريقة لتحسين المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد أقل من 13 سنة.

\_\_ إبراز إيجابيات الألعاب الشبه الرياضية وفوائدها.

\_\_ إستيعاب المهارات في كرة اليد.

**تحديد المفاهيم والمصطلحات:**

\_\_ **الألعاب الشبه الرياضية:**

**لغة:** معرفة اللقطات أو الحركات المسلية أو المروحة.

**اصطلاحا:** الألعاب الشبه الرياضية هي ألعاب منظمة تنظيما بسيطا, وسهلة في أدائها, ولا تحتاج إلى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها, ولا توجد لها قوانين ثابتة أو تنظيمات محددة, ولكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي تتناسب مع سن اللاعبين واستعداداتهم و الهدف المراد تحقيقه, و يمكن ممارستها في أي مكان, كما يمكن أدائها بإستخدام أدوات بسيطة أو بدون أدوات, وهي لا تحتاج إلى تنظيم معقد ودقيق.

\_\_ **المهارات الهجومية:**

تعد المهارات الهجومية واحدة من جانبي الإعداد المهاري في لعبة كرة اليد التي تشتمل على الدفاع و الهجوم . و كما هو معروف إن الهدف من الهجوم هو التصويب على المرمى و بالتالي تسجيل هدف ضد الفريق المنافس, ويبدأ هجوم الفريق لحظة انتهاء هجوم الفريق المنافس وفقدانهم الكرة.

ويتم ذلك عن طريق فتح ثغرات أو خلخلة دفاع فريق الخصم و ينتهي الهجوم لحظة فقدان الكرة من الفريق و يكون ذلك إما عن طريق التصويب على المرمى وإحراز هدف أو حصول مخلفة قانونية أو قطع الكرة من قبل الفريق المنافس.

\_\_ **المدرّب الرياضي:**

**لغة:**درب أي لقفن و علم، فنقول تدرب بشيء وفيه و عليه: تعود و تفنن و تكون.(يوسف بكوش، قاموس الكافي ط5، الجزائر: سنة 2012-2013، ص26).

**إصطلاحا:**المدرّب الرياضي شخصية تربوية، يتولى قيادة عملية التربية و التعليم للاعبين، و يؤثر تأثيرا مباشرا في التطوير الشامل المتزن في شخصية اللاعب الرياضي.

ونستعمل هذا المصطلح في هذه الدراسة ألن المدرّب هو القائد، يقوم بأداء مهامه التدريبية، وفق أسس وخطط فهو محور العملية التدريبية. (علي فهمي البيك و أبو زيد، 2008، ص05)

\_\_ **كرة اليد:**

كرة اليد هي تلك اللعبة التي يحبها الأطفال والتي تجري في مساحات محدودة وبعدهد معين من اللاعبين.

**إجرائياً:** هي لعبة جماعية تلعب وفق قوانين وتحتاج إلى ملعب خاص هبا وكرة بالإضافة الى عدد معني من اللاعبين في وقت معين. (ياسر محمد حسن دبور ،1996. ،ص22)

### الدراسات السابقة والمشابهة:

#### الدراسة الأولى:

دراسة الطالب خالي يوسف بعنوان انعكاس الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الحركية لدى ناشئ كرة اليد (9\_12 سنة) والتي أشرف عليها الدكتور رامي عز الدين دفعة 2014\_2015 , حيث كانت طبيعة الدراسة دراسة ميدانية لبعض نوادي ولاية البويرة , وتمثلت اشكالية الدراسة :

ما مدى انعكاس الألعاب الشبه رياضية على تعلم المهارات الحركية لدى ناشئ كرة اليد (9\_12 سنة) ?

**الفرضية العامة:** للألعاب الشبه رياضية انعكاس فعال في تعلم المهارات الحركية لدى ناشئ كرة اليد (9\_12 سنة).

#### الفرضيات الجزئية:

\_ الألعاب الشبه رياضية لها دور فعال في الحصة التدريبية.

\_ في الألعاب الشبه رياضية عدم توفر الوسائل و الإمكانيات الكبيرة ينعكس سلبا على تجسيدها أثناء الحصة التدريبية , وبالتالي إمكانية تعلم الناشئ للمهارات الحركية بدون أي تعقيد.

\_ للألعاب الشبه رياضية دور كبير في تعلم المهارات الحركية لناشئ كرة اليد (9\_12 سنة).

و قد اعتمد المنهج الوصفي المسحي , و كانت أداة البحث الاستبيان بثنا أنواعه الاستبيان المغلق والاستبيان المفتوح والاستبيان المفتوح المغلق و تمثلت عينة البحث من 10مدرسين من 5 فرق لولاية البويرة.

وقد توصل الباحث إلى نتيجة مفادها:

\_ أن للألعاب الشبه رياضية تأثير فعال على الأنشطة المبرمجة خلال الحصة التدريبية.

\_ أن الألعاب الشبه رياضية لا تتطلب وسائل كثيرة لتعلم المهارات.

\_ أن للألعاب الشبه رياضية دور كبير في تعلم المهارات الحركية لناشئ كرة اليد من 9\_12 سنة , وذلك إذا ما أحسنت تطبيقها.

#### الدراسة الثانية:

دراسة قمر عبد القادر و ذلك بعنوان: دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد (9\_12 سنة) و التي أشرف عليها الأستاذ حوادي خالد دفعة 2006\_2010 , حيث كانت طبيعة الدراسة دراسة ميدانية لثلاثة فرق وطنية و هم كالأتي: المسيلة \_ برج بوعريريج \_ سطيف و تمثلت إشكالية البحث في

هل للألعاب الشبه رياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد 9\_12 سنة ?  
و كانت الفروض على الشكل التالي:

**الفرضية العامة:** للألعاب الشبه رياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد 9\_12 سنة .

### **الفرضيات الجزئية:**

\_ الألعاب الشبه رياضية لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسن للطفل.

\_ تساهم الألعاب الشبه رياضية في الوصول بالطفل إلى الأداء الجيد للحركة , و قد اعتمدوا على المهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية هذا و كانت أداة البحث تقنية الاستبيان و تمثله عينة البحث و شملت 20 مدرب لكرة اليد على مستوى ثلاثة ولايات من القطر الوطني. تم توزيع الاستمارات عليهم وذلك بغية تزويد بحثهم و كان من أهداف الدراسة :

إبراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات الحسية الحركية و كذلك معرفة أهمية الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض الجوانب الحسية الحركية للطفل. معرفة فائدة الألعاب الشبه الرياضية بالنسبة لمرحلة الطفولة من جميع النواحي , و قد توصل هذا البحث إلى نتيجة مفادها أن : الألعاب شبه رياضية لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسي للطفل بحيث تساهم في الوصول بالطفل إلى الأداء الجيد للحركة.

### **الدراسة الثالثة:**

علاق مناد : الألعاب الشبه رياضية وأهميتها في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثالث من التعليم الثانوي , رسالة ماجستير أجريت في جامعة مستغانم سنة 2008\_2009.

حيث هدف البحث إلى : \_ إبراز مدى أهمية الألعاب الشبه رياضية لتنمية المهارات الحركية. محاولة القضاء على مشاكل نقص العناية الرياضي في المؤسسات الرياضية.

\_ تحسين مستوى التلاميذ باستعمال الألعاب الشبه رياضية.حيث اتبع الباحث في دراسته المنهج الوصفي و الذي يتلاءم مع طبيعة الموضوع , و قد تم اختيار 30 أستاذ من ثانويات عدة بالجزائر العاصمة و اللذين يمثلون عينة البحث والتي تم اختيارها بطريقة عشوائية . كما استخدم الباحث الاستبيان لجمع البيانات , وقد توصل إلى أهم النتائج و هي الألعاب الشبه الرياضية أهمية كبيرة في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور الثانوي فهي تساعد الأساتذة في تحقيق الأهداف البيداغوجية كونها لا تتطلب وسائل امكانات كبيرة كما أنها تساعد نسبة كبيرة في كلية التعلم. بالإضافة إلى الاقتراحات و التي نصت على : العمل على إدراج الألعاب شبه رياضية في عملية التعلم الحركية بصفة رسمية.

### **\_ تحليل الدراسات السابقة:**

تلقى الدراسات السابقة والمرتبطة الضوء على الكثير من المعالم التي تفيد هذه الدراسة , كما أنارت لي الطريق بتحديد أسلوب و خطة الدراسة وقد استخلصت من العرض السابق للدراسات و البحوث مايلي:

\_ استخدمت الدراسات السابقة التي أشرنا إليها مزيج بين المنهج الوصفي و المنهج التجريبي و هما المنهجان المناسبان لطبيعة هذا النوع من الدراسات, و التي تعتمد على تقييم الوضع الراهن و كشف نواحي القوة و الضعف , كما استخدمت الدراسات السابقة أيضا أدوات البحث لجمع المعلومات كالاستبيان و الاختبارات و الملاحظة و المقابلة الشخصية أفادتني في:

\_ تجنب بعض المشكلات المعيقة في البحث, و تشكيل برنامج للقيام بالعمل خلال فترة التحضير للمذكرة , و تحديد المراجع الخاصة في مجال الدراسة الحالية.

\_ اختيار المنهج و العينة و أدوات جمع البيانات المناسبة, و كيفية بناء الاستبيانات.

\_ كيفية اختيار القوانين و المعادلات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث و كيفية عرض البيانات و تحليلها. هذا و كانت أوجه التشابه بين الدراسات السابقة و الدراسة الحالية تتمثل في : المنهج المتبع و هو المنهج الوصفي وكذلك مجتمع البحث و العينة(مدربين و لاعبي كرة اليد) وكذلك في الأدوات المستعملة(الإستبيان،إختبار المهارات الهجومية).

أما بالنسبة لأوجه الإختلاف بين الدراسات السابقة ودراستنا فتمثلت في:حجم العينة وطريق إختيار هته الأخيرة وكذا أساليب التحليل الإحصائي و عنوان الدراسة.

كما حرصنا على أن تكون دراستنا تكملة من زاوية أخرى وهو أننا قمنا بدراسة دور الألعاب الشبه الرياضية لدى المدربين في تحسين المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد أي أن دراستنا جاءت بالجديد ألا وهو دراسة المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد وهذا على عكس ماجاءت به الدراسات الأخرى محاولين في ذلك إعطاء صبغة جديدة لهذه الدراسة.



# الجانب النظري

# الفصل الأول

## الألعاب الشبه الرياضية

**تمهيد:** تعتبر الألعاب الشبه الرياضية قاعدة الألعاب فهي تعد من أبرز مظاهر التدريب الرياضي التي تجعل تحقيق أهدافها سهلا و ميسورا، فهي تساعد أجهزة الجسم الحيوية على العمل بكفاءة و انتظام و تعود الفرد على الطاعة و الشعور بالمسؤولية و التعاون و فضلا عن فائدتها الترويحية للجسم و العقل، فللألعاب الشبه رياضية دور في تطوير القدرات البدنية و العقلية بطريقة نشيطة و مريحة، فالألعاب الشبه رياضية تأخذ عدة أشكال حسب العمر و هو مركز على الميول المأخوذة من النشاط كليا، و غالبا ما تشير الألعاب الشبه رياضية بطابع تنافس ي دون الحاجة إلى اللجوء إلى قواعد تنافسية رسمية من بينها مدة اللعب و عدد اللاعبين و الملعب و طبيعة الوسائل المستعملة في الرياضات الجماعية بصفة عامة.

### **ماهية الألعاب الشبه الرياضية:**

هي مجموعة من الألعاب المتعددة الجوانب التي يؤديها لاعب أو أكثر، وتقسم إلى مجموعات متجانسة تختلف كل مجموعة عن غيرها بالنسبة إلى تأثيرها التربوي والتعليمي وبالنسبة إلى طبيعة نشاطها وسميت كذلك لأنها بسيطة من حين القواعد والقوانين والشروط الموضوعية لها ومن جانب الأدوات المستخدمة وكذلك اعتمادها على ساحات صغيرة وملاعب محدودة، ويقبل عليها الأفراد من كلا الجنسين وفي مختلف المراحل من جانب السن والدراسة بكل رغبة وحماسة وشوق، إذ أنها تتميز بطابع المرح و السرور والتسلية والتنافس الموجه الشريف.

و تعتمد الألعاب الصغيرة بتطوير الفرد خلال مراحل نموه، وتمهد له جميع الفرص المناسبة لتنمية استعداداته وإمكانياته وقدراته، وكذلك إشباع حاجاته الأساسية بدنية و عقلية ونفسية . وديع ياسين التكريتي، المرشد في الألعاب الصغيرة لكافة المراحل الدراسية، الطبعة الأولى، (دار الوفاء لدينا للطباعة والنشر، الإسكندرية، 2012، ص19).

### تعريف الألعاب الشبه الرياضية:

هي مجموعة من الحركات أو الفعاليات المريحة و الترفيهية مهمتها تطوير القدرات البدنية و العقلية بطريقة نشيطة و مريحة ، فالألعاب الشبه الرياضية عدة أشكال حسب العمر و هو مركز على الميول المأخوذة من النشاط كليا بحيث يعتبر المحرك الرئيسي لتطوير شخصية الطفل و غالبا ما تسير الألعاب بطابع تنافس ي دون الحاجة أو اللجوء إلى قواعد تنافسية رسمية من بينها مدة اللعب و عدد اللاعبين و الملعب و طبيعة الوسائل المستعملة في الرياضات الجماعية بصفة عامة.

يعرفه " عطيات محمد الخطاب : "مجموعة متعددة من ألعاب الجري و ألعاب الكرات التي تمارس باستخدام الأدوات الصغيرة و ألعاب الرشاقة و ما إلى ذلك من مختلف الألعاب التي تتميز بطبع المرح و السرور و التنافس مع مرونة قواعدها و قلة أدواتها و سهولة ممارستها و تكرارها عقب بعض الاحتياجات البسيطة. (وديع فرج إين ،خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط 2 ، مطبعة المعارف، الاسكندرية، 2002 ، ص293-294).

للإشارة إلى أن مصطلح أو كلمة الألعاب الشبه الرياضية غير مستعملة في التعاريف العالمية بل تستعمل في الألعاب الصغيرة أو الألعاب الحركية كمفردات لكونها مستمدة من خيال الأطفال و مستوحاة من تقاليد و عادات الشعوب و تستعمل الألعاب الشبه الرياضية من أجل:

**التحفيز:** بحيث أنه ليس هناك سلوك دون التحفيز، لذلك يجب إدخال مثير لإثارة الفكر لكي يدخل في الحركة ،فالتحفيز يمثل العامل الرئيس ي الذي ينمي الفكر، والتركيز والانتباه والترفيه والراحة في المنافسة لكي لا يستطيع الطفل إعطاء أفضل ما لديه من روح الإبداع في كل الأوضاع البيداغوجية.

**التحضير:** يكون اللعب على أشكال مختلفة حسب العمر ويكون مركز على الميول المكتسبة عن طريق الممارسة حيث يعتبر اللعب المحرك الأساس ي لتطوير القدرات البدنية و العقلية و النفسية والاجتماعية في الرياضات و الممارسة الكلية و المتداومة تكون مقيدة، لكن هذه الإجراءات تتخذ قصد تمييز الألعاب الخاصة بالطفل التي لها دلالة ومعاني مختلفة. (سوزانا ميلر:ترجمة حسن عيسى ،سيكولوجية اللعب،عالم المعرفة للتوزيع والنشر، الكويت، 1987 ، ص192)

## أهمية الألعاب الشبه الرياضية:

تكتسي الألعاب الشبه الرياضية أهمية كبيرة وتتجلى فيما يلي:

تعتبر وسيلة أساسية في تطوير الجانب البدني.

تنمي روح التعاون والتفاعل الاجتماعي.

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

تضفي على درس التربية البدنية والرياضية جوا من المرح والتسلية.

## تقسيم الألعاب الشبه الرياضية:

حسب "إلين ودبع" في كتابه خبرات في الألعاب للصغار والكبار أن الألعاب الشبه رياضية تنقسم وفقا للخصائص المميزة لمجموعات اللعب إلى مايلي:

\*ألعاب المسافة

\*ألعاب الكرة

\*ألعاب الفصل

\*ألعاب التتابع

\*ألعاب اختبار الذات

\*ألعاب مائية (إلين ودبع فرح، خبرات في الألعاب للصغار والكبار، الطبعة الثانية، الإسكندرية ، 2002 ، ص 26).

## تصنيفات الألعاب الشبه رياضية:

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

أ- ألعاب جد نشيطة: و هي التي تتطلب جهد بدني مركب و متوافق بين كل اللاعبين و هذا الجهد يدوم بدوام اللعب بحد ذاته.

ب- ألعاب نشيطة: يكون الجهد في هذه الألعاب عالي و يقتصر على فريق واحد في الوقت الذي يكون فيه الفريق الثاني في حالة راحة نسبية، مع أخذ قسط فعال و حقيق من اللعب.

ت- ألعاب ذات شدة ضعيفة: و تصنف هنا كل الألعاب أين يكون الجهد البدني فيها بشكل عام فردي و لا يمثل في الوقت إلا جزء ضئيل من المدة الإجمالية للحصة و يحمل إلى ملاحظة أنه في حالة ما إذا استعملت ألعاب هذه المجموعة تكون بعدد قليل من اللاعبين

ث- ألعاب ترويحية تثقيفية: تتميز هذه الألعاب بالجهد الخفيف و إثارة الجهد الذهني و العقلي مما ينتج عنه الترويح و التثقيف. (زكية ابراهيم كامل و د.مصطفى سايح محمد: الوسيط في الألعاب الصغيرة، ط 1، دار الوفاء لعنبا الطباعة و النشر، الإسكندرية، 2007، ص 45).

### أنواع الألعاب الشبه رياضية:

يحضّر درس الألعاب الشبه رياضية كباقي المواد الدراسية من حيث اختيار الألعاب بطريقة اللعب و الأدوات المستخدمة مع مراعاة مستوى اللاعبين و فهمهم و خبرتهم السابقة و طبيعة الجو و مدة الدرس، و يشمل الدرس عادة ألعاب قديمة و أخرى حديثة مع التغيير في مدى المجهود و يشمل درس الألعاب الشبه رياضية على الأنواع المختلفة الآتية:

أ- ألعاب هادئة: يقوم بها اللاعب وحده أو مع أقرانه في جو ساكن قليل الحركة و مكان محدد داخل الفصل و خارجه و أغلب ما تكون أغراضها للتفكير و التخمين أولاً، و راحة الفرد بعد الإجهاد البدني أو التعب مع التنويع في الطريقة و الموضوع.

ب- ألعاب بسيطة: ترجع سهولتها إلى خل وها من التفاصيل و كثرة القواعد فيها، تعدّ اللاعب فيها إلى ألعاب معقدة إعدادا يشمل النظام و سرعة تلبية و احترام قانون اللعبة و عمل التكوينات. (حسن السيد أبو عبده: أساسيات التدريس التربوية الحركية ابدنية، ط 1، مكتبة و مطبعة الإشعاع، 2001، ص 156)

ت- ألعاب تنافسية فردية: و فيها تزداد قوة اللاعب العصبية و ما يتبعه من توافق في الحركات فيستطيع وقف الكرة أو قذفها نحو الهدف و إظهار مجهوده الفردي لغرض ما و لصالح الجماعة التي ينتمي إليها.

ث- ألعاب تنافسية جماعية: و فيها اللاعب يتولى قيادة الجماعة أو يكون واحدا من بين الجماعة يأتمر بأمر قائدها كما يقدر المهارة الفردية و مهارة الأفراد في الجماعة و يضع خطط مختلفة، و تمتاز هذه الألعاب بكثرة قوانينها و تباين أنواعها، فيها ما يستخدم فيه اليدين و فيها ما يستخدم فيه القدمان أو كلاهما معا، كذلك فيها البسيط و التمهيدي للألعاب الجماعية حتى تتماشى مع قدرات اللاعب و ميوله و تنوعها وفقا لذلك و تبدأ تنمو عنده تدريجيا روح الجماعة و في الوقت نفسه يكتسب المهارة و الانتقال في الملعب و التحكم في الكرة و وضع الخطط لإصابة الهدف .

**ج-ألعاب التتابع:** و هي من المنافسات القديمة الطبيعية للأداء الحركي في الأنشطة الرياضية، و يكون التتابع بين اللاعبين في الذهاب و العودة بالأدوات ، الكرات أ و بدونها و تكون المنافسة بين اللاعبين من مجموعات يتسابقون في التسليم و التسلم مع زملائهم ليكون هناك فائز و هذا يؤدي إلى زيادة الحماس المرافق و تعاونهم و انتمائهم للجماعة. (حسن السيد أبو عبده: أساسيات التدريس التربوية الحركية ابدنية، ط1، مكتبة و مطبعة الإشعاع، 2001، ص157)

### **خصائص الألعاب الشبه الرياضية:**

تتميز الألعاب الشبه الرياضية بعدة خصائص منها:

الألعاب الشبه رياضية لا تتطلب وسائل وإمكانات متعددة ومعقدة.

تكون الألعاب الشبه رياضية محددة بقواعد صحيحة وسهلة الفهم.

نتيجة التنافس لا تعتمد على الصدق.

يجب أن تكون محفزة خاصة متعلقة بفكر الطفل.

يجب أن تسمح بمجهود بدني متنوع لكامل الجسم، وكذلك توزيع متوازن للجهد البدني وكذا وقت للراحة، وأيضا المتطلبات التنسيقية والمعرفية.

تظهر الفائز والمهزوم بصورة قاطعة حيث أنها تتصف بالمنافسة العادلة لتحديد المستوى. Rachid Aoudia ‘ les jeux prés sportifs dans la formation en hand-ball sous la direction de p.konstany.I.E.P. S juni ‘1986’p5

تتطلب جهودا بدنية ونفسية وعقلية ومهارية وتحتاج إلى تدريب وتركيز كبيرين.

تعتبر أنشطة رياضية اختيارية محببة يمارسها الأفراد دون ضغط أو إجبار.

### **مميزات الألعاب الشبه الرياضية:**

تعتبر الألعاب الشبه الرياضية في تشكيل وتكوين وبناء جسم الفرد وتقوية مختلف أعضائه وأجهزته الداخلية وإكسابه القدرات والمهارات الحركية المتعددة ومختلف الصفات البدنية.

و مميزات الألعاب الشبه الرياضية كثيرة ومتنوعة وسوف نلخصها في النقاط التالية:

ارتباطها بعناصر المرح والسرور والإثارة المحببة إلى النفس.

تحمل في طياتها الطابع التنافسي الذي يتمثل في الكفاح الدائم والمباشر وجها لوجه مع المنافس و لا تتحدد نتيجة هذا الكفاح إلا في نهاية المنافسة.

سهولة وتعلم وإتقان عدد كبير من الألعاب الصغيرة في وقت قصير نسبيا مما يمنح الفرد خبرات النجاح التي تؤثر بصورة إيجابية على ثقته بنفسه و بقدراته.

تساهم الألعاب الصغيرة بقدر كبير في استثمار وقت الفراغ لجميع الأفراد حيث أنها لا تتطلب قدرا كبيرا من القدرات الحركية والمواهب الخاصة.

يمكن لجميع المراحل النسبية المختلفة ممارسة الألعاب الصغيرة بدءا من سن الطفولة وحتى سن الكهولة نظرا لإمكانية تحديد الجرعات المناسبة التي تتفق مع خصائص كل مرحلة.

يمكن أن تمارس بجهد متوسط أو عالي تبعا لدرجة الحمل و السن والقدرات البدنية والحركية لكل فرد أو فئة.

تعد الألعاب الصغيرة من أمتع ما يؤديه كلا من الجنسين في شتى الأعمار وأثناء كل المواسم والمناسبات.

لا تتطلب تكاليف مادية كبيرة من حيث الأدوات والملابس و الملاعب.

تعد طريقا لتجديد النشاط و الشعور بالسعادة.

تشتمل على مجموعات من الألعاب التي تتدرج صعوبتها من السهل إلى الصعب ، هذا التدرج يناسب مراحل النمو. (زكية ابراهيم و كامل مصطفى السايح، المرجع سابق، ص 29\_30)

### أهداف الألعاب الشبه الرياضية:

إن لاستعمال الألعاب الشبه الرياضية في درس التربية البدنية دور في عملية التعلم الحركي وكذلك إضفاء طابع الحيوية والمتعة على درس التربية البدنية والرياضية ، ولكن استعمال الألعاب الشبه الرياضية في كل جزء من أجزاء الحصة لديه أهداف ثانوية أخرى نوردتها في مايلي: (بوغدة نواري عمارة نور الدين وآخرون، أهمية الألعاب الرياضية الجماعية، تحت إشراف الأستاذ عمارنة مسعود، دورة جوان، ص 22)

أ- المرحلة التحضيرية: تستعمل الألعاب في هذه المرحلة لخدمة غرضين أساسيين هما:

القيام بعمليات الإحماء لتحضير الجسم لتقبل الجهد خلال طول الحصة.



تنشيط الحصة قصد تحفيز الطلبة على القيام بمجهود بدني وعقلي دائما في ضياع عملية الترقية.

**ب- المرحلة الرئيسية:** وتستعمل الألعاب في هذه المرحلة لتعزيز و تدعيم التعلم و ذلك باقتراح ألعاب تخدم هدف الحصة بحيث تسمح باكتساب المهارات الحركية والتقنية في وسط تنافس ي تنمي فيه جميع الصفات البدنية والعقلية.

**ت- المرحلة النهائية:** وتستعمل الألعاب الشبه الرياضية في المرحلة النهائية لخدمة هدفين أساسيين ويتمثل الأول في عملية الاسترخاء البدني بعد أداء جهد بدني مرتفع أما الهدف الثاني فيتمثل في ترك التلاميذ في نشاط دائم في حالة عدم احتواء المرحلة الرئيسية على حما كبير (جهد بدني كبير) أو إذا كان البرنامج المدرسي يسمح بذلك أي عدم وجود حصة دراسية بعد حصة التربية البدنية والرياضية. Chachoua  
Brahim'Meseausi'Braham'Benthala Sid –Ahmed' Mèmoire Etude comparative de deux mètodes d'entrainements sous la direction deMr-laloui .juin.1991-1992.p38

### صفات البرنامج المثالي للألعاب الشبه رياضية:

#### أن يفسح مكانا للجميع:

فهو يوفر متنوعات من الرياضات والألعاب بحيث توجد أنشطة تتناسب مع مختلف أنشطة الميول ومستويات القوة البدنية ومراحل النمو والخبرات والمهارات.

يوفر إمكانيات وأدوات للجميع.

يوفر قيادة كافية وغيورة على جميع أجزاء البرنامج وليس على الجماعة الممتازة من اللاعبين المهارة فقط.

لا يشغل بالجماعة الممتازة من اللاعبين بصورة تحجب الميل نحو اللاعب العادي.

يساوي بين المنافسة لصيانة ميول اللاعبين من مختلف درجات الكفاءة.

**يرقى بالرفاهية البدنية:** إذ يمارس كل إجراءات الاحتياط والوقاية لمنع الإصابات البدنية ولا يسمح للمنافس بالتضحية بسلامته البدنية سواء في المنافسة أو التدريب ويعلم فضلا عن الأنشطة قواعد المعيشة الصحية.

**يقود الروح التنافسية نحو غايات تربوية:** لا يثير أهمية زائدة للفوز أو يضع الفرد تحت مسؤوليات كبيرة لكي يفوز، لكي يفوز و يغرس وينفي فكرة أن المحاولة المنصفة والرغبة الجادة في الفوز النظيف أكثر أهمية من الفوز نفسه، ولا يضحى

بالقيم الترويحية ويغرس في نفوس الطلاب الاحترام للميول العملية وغيرها من الميول الفنية الأخرى.

**يؤكد التدريب الاجتماعي:** يساعد الفرد ليجد الرضا والارتياح في السلوك الاجتماعي المقبول ويرفض الروح الرياضية غير السوية.

ولا يتسامح مع أية معالجة خبيثة أو ظاهرية سواء في تقدم أو إدارة أو تعليم أو قيادة الأنشطة الرياضية، كما أنه يغرس الاحترام و الصداقة من قبل المنافس.

كما يحمي الجماعة من ضرورة المنافسة مع منافسين لا يتصفون بالروح الرياضية الحقة، ويساعد المنافس حتى يدرك مواطن التشابه بين مواقف الحياة والمواقف في ساحة اللعب. (وديع ياسين التكريتي، المرجع السابق، ص42-44)

### **أسس اختيار الألعاب:**

على المدرب الرياضي أن يستوعب الخصائص التربوية استيعابا تاما لكي يضفي حسن اختياره لتلك الألعاب وتخطيط برامجها باعتبارها الوسائل المحققة للأهداف التربوية والتعليمية.

بعض النقاط التي يجب مراعاتها عند اختيار المعلم للألعاب:

**أ الهدف التربوي ( التعليمي):** يرتبط الاختيار بنوع الهدف، فهناك ألعاب تهدف إلى تنمية الجانب المعرفي وبعضها يهدف إلى تنمية الجانب المهاري والبعض الآخر يهدف إلى تنمية الجانب الوجداني، ولبعض الألعاب أهداف مركبة تجمع بين جانبيين أو أكثر .

**ب- مرحلة النمو:** لكل مرحلة نسبة ألعابها الخاصة التي تتوقف على النمو العقلي والانفعالي والاجتماعي والحركي.

**ت- الفروق الجنسية:** قد يشترك الذكور و الإناث في لعبة واحدة، إذ يميل الذكور إلى الألعاب التي تهدف إلى القوة والشجاعة والمبادأة والألعاب التي تتطلب زيادة بذل الجهد، أما الفتيات فيملن إلى الألعاب التي تهدف إلى الرشاقة والمرونة والألعاب الإيقاعية ولعب الغناء وما إلى ذلك.

**ث- مكان اللعب:** هناك بعض الاختلافات الواضحة بالنسبة للألعاب التي تمارس في الصالات، كما أن هناك ألعاب تتطلب ممارستها مساحة كبيرة من الأرض وهناك ألعاب لا تتطلب إلا رقعة صغيرة من الأرض.

## مبادئ اختيار الألعاب الشبه رياضية

- فهم الغرض من اللعبة و مراعاة السن،الجنس، النمو...
- أن يكون هناك توافق بين غرض المدرب من اللعبة و رغبة التلاميذ فيها و تهيئ الغرض لاكتشاف قابليتهم البدنية و الحركية.
- مراعاة قانون التدرج التعليمي للواجبات الحركية المتعلقة حيث ينتقل باللاعب تدريجيا من السهل إلى الصعب و من البسيط إلى المعقد، و بصفة عامة نبدأ بالألعاب البسيطة لنصل إلى الألعاب المعقدة.
- مراعاة أن تكون الألعاب متنوعة و مشوقة و اقتصادية و بما يتفق مع احتياجات الموقف التعليمي.
- عدم الانتقال من لعبة إلى أخرى إلا بعد تأكد المدرب من أن جلّ التلاميذ قد أنجزوها و استوعبوا قوانينها بشكل جيد.
- إعادة عرض اللعبة إذا كان الموقف التعليمي يتطلب ذلك مع مراعاة ألا تكون الإعادة لمجرد التكرار فقط.
- العمل على تحقيق الراحة النفسية للاعبين و ذلك بشرح اللعبة بالتفصيل قبل بدايتها.

### تنظيم تعليم الألعاب الشبه رياضية:

إن أهمية التطور في تعليم المهارات يكون مبني على العلاقة بالأنشطة الحركية الأخرى و تحمل هنا معنى التكرار و تعتبر بناء الأساس المبين ضرورة النجاح في ألعاب الفرق و لتأكيد التقدم المهاري في ألعاب الفرق فأن التعليم في الفصل عادة ينظم عند استخدام طريقة تدريب مباشرة بهذا التوالي:

- تعليم ممارسة المهارات الأقل صعوبة أولا
  - أداء الألعاب الصغيرة التي تعمل على ممارسة المهارات في مواقف اللعب
  - إعادة ممارسة النشاطات و المهارات
  - أداء اللعبة الأساسية في الفريق
  - تمرينات على المهارات أو الصفات البدنية
- دور الألعاب الشبه رياضية في نمو اللاعب:**

تعتبر الألعاب أحد الأنشطة الرياضية الهامة في مجال التدريب الرياضي المناسبة لجميع الأعمار و كلا الجنسين على السواء. و هي أحد المقومات الرئيسية لأي برنامج للتدريب الرياضي، يفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد و ميوله بالإضافة إلى دورها الهام في النمو البدني و الحركي من ممارسته لها و هي جديرة باهتمام كل طالب لمهنة التربية البدنية. و نوضحها في النقاط التالية:

### **دورها في النمو البدني:**

تساعد الألعاب اللاعبين على النمو البدني فهي تنمي قدرة الجسم على التكيف للمجهود و قدرته على مقاومة التعب و العودة إلى حالته الطبيعية (سرعة الاستشفاء) و تتضمن الألعاب العديد من الحركات مثل الجري و الرمي و القفز و الرفع و الشد و الوثب، و كلها حركات تساعد على تحسين الأجهزة العضوية المختلفة بالجسم (هضمي، دوري، تنفسي)...

### **دورها في النمو الحركي:**

تعمل الألعاب على جعل الجسم قادرا على الحركة مع بذل أقل قدر ممكن من الطاقة كما تجعل حركة الطفل رشيقة و جميلة، و تعتمد الحركة الفعالة على العمل المنسق بين الجهاز العضلي و الجهاز العصبي و ينتج عن هذه الحركة الصحيحة المنسجمة أن تبعد المسافة بين التعب و قمة الأداء و تنمو هذه الحركات في الألعاب التي تتضمن مهارات مثل الجري بالوثب و المحاورة و الانحناء و لف الجسم و كل الحركات التي تتطلب المهارات التوافقية مثل القدرة على التحكم في رمي الكرة إلى مكان بعيد و إيجاد ضرب الكرة بالمضرب و مهارة لقف الكرة من أي مكان في الملعب و دقة ضرب الكرة بالقدم و توجيهها إلى مكان محدد، و أهم فترة لاكتساب هذه التوافقات المهارية و تنميتها هي مرحلة الطفولة إلا أنها تحتاج إلى سنوات عديدة من التدريب و المران حتى يمكن للطفل من اكتسابها.

### **دورها في النمو العقلي:**

تساعد الألعاب على النمو العقلي فالفرد يحتاج إلى التفكير و تفسير المعارف التي يكتسبها مثل القوانين وميكانيكية الأداء الحركي و الخطط المتضمنة في الألعاب المختلفة و تساعد الألعاب الفرد على تحليل المواقف المفاجئة و المشحونة بالانفعال و القدرة على اتخاذ القرار بسرعة تحت ضغط هذه الظروف و شعور الفرد بالانتماء إلى جماعة اللعب و توجيه أعماله بحيث تتماشى مع مصلحتها بالإضافة إلى المشاركة الوجدانية والصدق و العدل و الأمانة و احترام السلطة و ملاحظة القوانين و تطبيقها كلها تساعد كثيرا في تنمية الكفاية الاجتماعية. د. عصام الدين متولي عبد

الله:مدخل في أسس و برامج التربية الرياضية،(دار الوفاء لدنيا الطباعة للنشر و التوزيع، الإسكندرية، 2011، ص156-158).

### دور و أهمية الألعاب الشبه الرياضية في كرة اليد:

تعتبر رياضة كرة اليد التي تتسم بالتغير المستمر والتركيز والاستعداد الدائم للتصرف في كل موقف والتي تمتلئ بالتغير المستمر للأحداث الفردية والجماعية واللاعب الحر والمقيد بالإضافة إلى الاشتراك في المواقف المتغيرة دائما والطموح من أجل تحقيق الفوز والعمل على رفع مستوى الأداء بمثابة أو باعتباره مجال حيوي للغاية، يتم من خلاله تكوين اللاعبين بطريقة اجتماعية تجعلهم يكتسبون الخصائص الطيبة وشخصية متكاملة، والسعادة هي الدافع الحقيقي للاعبين للمشاركة في الألعاب الشبه الرياضية.

ونحن نكتسب العديد من عناصر رياضة كرة اليد أثناء هذه الألعاب ،فالألعاب الشبه الرياضية تنمي لدينا الرغبة في التدريب لتحسين مهارتنا الفنية وقدراتنا الخطئية وكذا قدراتنا البدنية والتي من خلالها يمكننا الوصول إلى تحسين مهارتنا وقدراتنا ولذا فإن من الضروري استخدام أسس الألعاب الشبه الرياضية بشكل يتناسب مع كل المراحل السنوية ومستوى أداء قدرات اللاعبين. (كمال عبد الحميد وزينب فهمي،كرة اليد للناشئين وتلامذة المدارس،دار الفكر العربي،القاهرة ، 1978 ،ص36-37).

**خاتمة:** بعد ما تطرقنا إلى أهم الجوانب الخاصة بالألعاب الشبه رياضية يمكننا أن نقول أن الألعاب الشبه رياضية تعد أحد الأنشطة الهامة في مجال التدريب الرياضي

المناسبة لجميع الأعمار و لكلا الجنسين على السواء، وهي أحد المقومات الرئيسية لأي برنامج تدريبي و يفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد و ميوله بالإضافة إلى دورها الهام في النمو الحركي و العقلي و الانفعالي و الاجتماعي، و هذه الألعاب إما أن تكون جماعية أو فردية.

# الفصل الثاني

## المهارات الهجومية في كرة اليد

المهارات الهجومية بدون كرة: حدد عماد الدين المهارات الهجومية في المهارات التالية:

**1- وضع الإستعداد الهجومي:** هو الوضع الذي يكون عليه اللاعب دائما في استعداد للهجوم من خلال الإنطلاق في توقيتات مختلفة للتعامل مع الكرة وكما يتطلب من المهاجم توزيع نظرة لكشف أماكن تواجد زملائه و المدافعين بالإضافة إلى تشكيلاتهم.

**2-البدء:**ويقصد بالبدء إنطلاق اللاعب المهاجم إنطلاقة سريعة مفاجئة بغرض اكتساب فرصة الهروب من الرقابة الدفاعية للاعب المنافسين عند أداء أي مهارة هجومية مع الحفاظ على وضع الإستعداد لإستقبال الكرة والتصرف معها.

**3-العدو:** وهو محاولة وصول اللاعب للسرعة القصوى والمحافظة عليها بغرض إكتساب ميزة على اللاعب المنافس و العدو اللاعب في كرة اليد مماثل للعدو في ألعاب القوى وتتضح المهمة العدو بصورة كبيرة أثناء الهجوم المضاد.

**4-الجري مع تغيير السرعة والإتجاه:** وهي مهارة يقوم بها المهاجم للهروب من الملازمة الدفاعية فعندما يفشل المهاجم في إكتساب أو الحفاظ على ميزة العمل فيكون هنا من الضروري أن يحاول المهاجم الإفلات من الرقابة عن طريق تغيير إتجاه الجري أو تغيير السرعة.

**5-التوقف:** تعتبر مهارة التوقف عكس مهارة البدء وهي مضادة لها من حيث الأداء و لكن لكل منهما نفس الهدف ومهارة التوقف لا يمكن أن تؤدي مستقلة بذاتها أن يجب أن يكون الجسم مكتسبا لسرعة وفيها يرتكز اللاعب على أحد القدمين في إتجاه الجري لتعمل قدم الارتكاز من خلال إتصالها المستمر بالأرض وأثناء مفصل الركبة عند فرملة الجسم ومقاومة اندفاع الحركة، كما يتبع التوقف بدوران الجسم و أحيانا أخرى بلف الجذع.

**6-الخداع بالجسم:** و فيه 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.

**7-الحجز:** و هي مهارة هجومية يقوم فيها اللاعب المهاجم بعمل إعاقة قانونية مؤقتة لوقت أو تغيير حركة المدافع وهو مهارة فردية تكسب زميل مهاجم ميزة سواء كان التصويب وهو أنواع (عبد العزيز فهمي، 1994).



**المهارات الهجومية بالكرة:** حدد عماد الدين المهارات الهجومية في المهارات التالية:

**1-الإستقبال والتمرير:** مهارتان متلازمتان ولا يمكن الفصل بينهما إلا لتوضيح الناحية التعليمية لكل منهما فكلتاها تؤثر في الأخرى وتتأثر بها وتعتبر هاتان المهارتان القاعدة الأساسية التي تبني عليها باقي المهارات الأخرى، فليس هناك تنطيط للكرة أو خداع أو التصويب إلا إذا سبقه تمرير وإستقبال، كما أن الخطأ خلال أدائها معناه) فقد حيازة الكرة وانتقال الفريق من مهاجم إلى مدافع.

**2-إستقبال الكرة:** وهو قدرة اللاعب على إستلام الكرة في جميع الحالات سواء سهلة أو صعبة من الثبات والحركة كما أنها عامل هام في الحفاظ على عامل السرعة سواء أثناء تحرك اللاعبين ودون إرتباك كما يجب على اللاعب الذي يقوم باستلام الكرة أن يتخذ وضعية ومكانة بصورة تسمح بسرعة تأمين الكرة و تمنع اللاعب المنافس من قطعها وتنقسم مهارة الإستقبال إلى:

**أ-لقف الكرة:** وهو استلام الكرة في الهواء مباشرة باليدين أو بيد واحدة لسد قوتها.

**ب-إيقاف الكرة:** يكون بإيقافها أولاً ثم الإستحواذ عليها أثناء ارتدادها من الأرض.

**ج-تمرير الكرة:** هو نقل الكرة من حيازة اللاعب المستحوذ عليها إلى حيازة لاعب آخر طبقاً لطبيعة اللاعب و الظروف التي يفرضها الموقف المتشكل مستخدماً في ذلك أي من أنواع التمريرات التي تحقق الهدف من استخدام التمرير خلال إستمرار سير اللعب دون مخالفة لقواعد اللعبة دائماً.

ويختلف تمرير الكرة من ناحية القوة، المسافة، الإتجاه، الإرتفاع وكذلك التوقيف، وهناك عدة أنواع من التمريرات منها: التمريرة من فوق الرأس، التمريرة المرتدة، التمريرة من الوثب.

**3-تنطيط الكرة:** التنطيط هو نقل الكرة من اللاعب إلى الأرض و ارتدادها إليه سواء كان اللاعب على الأرض أو في الهواء مع سيطرته على الكرة خلال مرحلة ارتدادها

لمرة واحدة أو أكثر وتستخدم مهارة تنطيط الكرة لكسب مسافة في حالة إنفراد المهاجم بحارس المرمى حيث يراعي السرعة القصوى في تنطيط الكرة في حالة عدم القدرة على التمرير لزميل مراقب وذلك لتجديد فترة ثالث ثوان والثالث خطوات، ويفضل عدم استخدام هذه المهارة في غير ما ذكر حيث أن تنطيط الكرة يسهم في إبطاء عملية الهجوم و يعطي الفرصة للفريق المنافس لأخذ المكان الصحيح للدفاع.

**4-الخداع بالكرة:** يستخدم المهاجم الخداع كوسيلة للتخلص من إعاقة منافسيه، ويعتبر من المهارات الحركية الهامة، والتي يعتمد فيها على مدى إتقان اللاعب للمهارات السابقة و يتكون الخداع من مرحلتين:

المرحلة الأولى:تشمل على حركة خداع واضحة تؤدي بواسطة المهاجم ببطء نسبيا لجذب إنتباه المدافع وإرغامه على مسايرة الحركة.

المرحلة الثانية:تتم بعد الأولى مباشرة حيث يقوم المهاجم بأداء الحركة الحقيقية في الإتجاه المرغوب فيه ويراعي أن يكون الأداء سريعا وتعتبر الحركات الخداعية وسيلة ناجحة أثبتت فعاليتها في مجال توجيه حركات اللاعب المنافسين إلى الإتجاه الخاطئ إعاقته على التعرف على ما يريد اللاعب أداءه أصالا (عبد العزيز فهمي،1994).

### **التصنيف الأول للتصويب:**

**-التصويب:** هو توجيه الكرة نحو المرمى طبقا لطبيعة اللاعب والظروف التي يفرضاها الموقف المتشكل مستخدما في ذلك أيا من أنواع التصويبات التي تحقق إحراز هدف كأفضل الاحتمالات المتوقعة، وذلك خلال إستمرار سير اللعب دون مخالفة لقواعد اللعب ذاتها وينقسم التصويب بدوره إلى مايلي:

**التصويب البعيد:**ويقصد به التصويب أمام مدافع أو في حدود خط ال 1 أمتار أو خارجه في حالة وجود ثغرة في دفاع المنافس ويجب أن يتميز هذا النوع بالقوة مع دقة التوجيه لأماكن التغلب على المدافع وحارس المرمى، كما يجب مراعاة عامل التغيير بالنسبة لإختيار مكان توجيه التصويبة مما يساهم في مفاجأة حارس المرمى، وتعتبر التصويبات العالية وخاصة في الزوايا العليا للمرمى من أفضل أماكن التوجيه بالنسبة لهذا النوع من التصويب.

### **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 يجب اهتمام اللاعب بحسن توجيهه "الدقة".

## التصنيف الثاني للتصويب:

### 1-التصويب بالإرتماء إلى الجهة المعاكسة:

بعد الإرتكاز الجيد مع الرجل الهجومية مثله مثل التصويب الرمحي على إرتفاع الرأس ثم يبدأ الإرتماء الجانبي ويكون الجسم الممدد وفي وقت معين بدأ الجزء العلوي للجسم في وضعية موازية للأرض تقريبا وفي هذه الحالة تقابل الأرض بالصدر ويكون الظهر في الناحية المعاكسة لكي نضمن استقبال جيد على الأرض وذلك للحصول على زاوية مناسبة للتصويب الجيد.

2-التصويب بالجري: يستعمل هذا النوع من التصويب بكثرة أثناء الهجوم المضاد لمفاجأة حارس المرمى مستعملا سرعة التنفيذ وقوة التصويب وفعالية هذا النوع من التصويب يتوقف إذا اللاعب صوب الكرة وترك الجسم يتبع حركة الكرة أي اتجاه الكرة. إنجاز هذا النوع من التصويب سريع يخلق مشاكل لحارس المرمى بفضل التصويب بالإرتقاء أحيانا خلال هجوم مضاد. أثناء القيام بهذه التصويبة الذراع يوضع وراء الكتف واليد تطلق بطريقة قصيرة وسريعة والذي يدفع الكرة بسرعة لمفاجأة الحارس.

3-التصويب بالإرتكاز: وهو التصويب الأكثر قوة من حيث ترابط كل القوى الحركية ويسمى أيضا التصويب باليد المسلحة بحيث أيضا إلى المرمى الكرة يعتبر هذا النوع من التصويب كقاعة للتدريب الخاصة للتصويب لفعاليتها وقيمتها بالإرتكاز، تتعلق بسرعة تحقيقها وزمن ترك اليد للكرة والقفزة الأولى بوزن ثلاثة أوقات ووزن الجسم ملقى كله على الرجل اليمنى، الكتف الأيمن مائل قليلا نحو الخلف بينما اليد أبعد مكان ممكن المصوبة مقوسة في تواصل دائم مع الكتف أعلى الكتف يتقوس الظهر ويتبين لنا أنه جاهز للتصويب، القفزة الثانية على وزن ثلاثة أوقات. الرمية ذاتها تبدأ الإلتصاب، واستواء الرجل اليمنى الورك الأيمن يقدم إلى الأمام بمساعدة الرجل اليسار الرامي موجود في وضعية ضغط قوية ومحكمة (وضعية الثبوت القفزة الثالثة على وزن ثلاث أوقات) من خلال هذه الوضعية المقوسة للجسم يكون التقدم السريع النشاط الديناميكي للكرة بمقربة من الرأس مع حركة قوية لليد وأصابع اندفاع الجسم يستدرك بالرجل اليمنى ويجب مراعاة مايلي:

-الجري الركض المتوازن ومتابعة على وزن ثلاث أوقات.

- إلقاء وزن الجسم إلى ما خلف الكرة حركة ليس بها رمية قوية.
- القفزة الثالثة يجب أن تكون قفزة الثبوت إذا أردنا الحصول على حركة مثلي لكل جسم.
- وزن الجسم يجب أن يوجه ناحية الرمية قدر الإمكان فوق الرجل الضاغطة.
- لا نستطيع الحصول على رمية جيدة إلا إذا كانت اليد موضوعة وراء الكرة.
- يجب أن تكون الكرة موضوعة كلياً داخل اليد حيث حين ترمى تكون اليد بوضعية كأس.

وللإشارة فإن هذا النوع من التصويب بدون ارتكاز يؤدي على المستويات التالية:

-على مستوى الحوض والرمية.

-مع ثني الجذع جانبا منحني.

#### 4-التصويب بالارتقاء:

يتم هذا النوع من التصويب بعد جري سليم وارتقاء جيد على الرجل الهجومية، وقذف الكرة أثناء المرحلة للارتقاء، ويجب التركيز الجيد للارتقاء الجيد للجري والذي يتم على ثلاث أوقات والذي يكون فردي العدد يعني يسار يمين يسار بالنسبة للقاذف باليد اليمنى، والعكس بالنسبة للقاذف باليد اليسرى. يكون مركز ثقل الجسم كله على الرجل الهجومية رجل الارتكاز أثناء الإيقاع الجري ذو ثلاث أوقات، تبدأ في تحريك ذراع القذف نحو الخلف وأثناء مرحلة الارتقاء الديناميكي يبدأ الذراع في الحركة النهائية قبل القذف ولا يتم ذلك إلا في قمة الارتقاء مع التركيز على شيء خفيف للرجل الثانية.

#### مبادئ التصويب بالارتقاء:

-يجب أن يكون الارتكاز قوي وجيد لكي يكون الارتقاء عالي.

-السرعة عند القيام بالقذف.

-يجب أن تكون اليد القاذفة وراء الكرة.

-يجب مرافقة الكرة إلى أبعد مكان تستطيع اليد القاذفة مرافقتها.

-يجب إن يكون القذف قوي ومدقق.

-القذف بالإرتقاء موجود في كل تحضيرات العبي كرة اليد مهما يكن صنفه.

### **كيفية إعداد التصويب من الإرتقاء:**

-إرخاء مميز للرجل الحرة أثناء الإرتكاز ما قبل الأخير تخفيض مستوى الحوض.

-تثبيت رجل التأهب وتصعد الرجل الجرة منحنية ومسترخية.

-إستعداد للتسديد من الجانب الأعلى تحكم مطول لليد على الكرة.

أثناء هذه المرحلة وعند التصويب يكون الكتف والجذع المعاكس لجهة اليد الممددة وكذا الرجل الحرة وهذا بواسطة عملها السبب في الحفاظ على توازن جسم اللاعب ذلك لتوازن الذي تعوقه إستدارة الجذع أثناء الإستعداد للتسديد و التصويب(وديع التكويني1986).

**5-رمية الجزاء:** وهي عبارة مباراة أخرى بين اللاعب المصوب وحارس وتلعب فيها الخبرة و القدرة على التركيز دورا هاما في نجاح اللاعب المهاجم في إحراز الهدف حيث يقوم اللاعب بإخبار زاوية التصويب وارتفاعها وقوة وسرعة التصويب طبقا لتحركات و سلوكيات حارس المرمى خلال قيامه بعملية الصد(وديع التكويني1986).

# الجانب التطبيقي

## الفصل الأول

### منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد:

تعتبر منهجية البحث والإجراءات الميدانية الخاصة به أهم خطوة في البحث العلمي، التي يجب على الباحث إن يدركها ويتقن خطواتها، حيث لا بد لو أن يتمكن من الانتقال بين مختلف الخطوات بطريقة منطقية ومنسقة تجعل من بحثه دراسة منظمة، وعليه أن يدرك طريقة استعمال مختلف الأدوات الخاصة بهذه العملية وكذا كيفية صياغتها واستغلالها في خدمة هدف البحث.

حيث سنبين في هذا الفصل مختلف هذه الإجراءات التي يجب علينا الاعتماد عليها من أجل الوصول إلى حل مشكلة البحث وسنوضح المجال المكاني والزمني الذي تم فيه إجراء هذا البحث، ونحدد كل من مجتمع الدراسة والعينة المختارة ونوع المنهج المتبع، بالإضافة إلى الوسائل الإحصائية المعتمدة في تفرغ وتنظيم النتائج.

### 1- المنهج المستخدم :

المنهج العلمي المستخدم في إنجاز هذه المذكرة هو المنهج الوصفي ويستعمل الاستبيان والاختبارات كأداة بحث (كونه مناسب)، يعتبر تقنية فعالة ووسيلة علمية لجمع المعلومات والبيانات التي اعتمدنا عليها في بحثنا.

### 2- الدراسة الاستطلاعية :

- قمنا بزيارة إلى الرابطة الولائية لكرة اليد بعين تموشنت في تاريخ 03-01-2021، وذلك للتعرف على مجتمع البحث أي فرق كرة اليد للولاية بهدف تحديد الفئة العمرية وعينة البحث.

- قمنا بزيارة ميدانية إلى قاعات التدريب لبعض فرق الولاية لكرة اليد.
- تحديد الفرق التي تحتوي على الوسائل البيداغوجية والتي تساعدنا في تطبيق الاختبارات .

- قمنا بمقابلة شخصية مع بعض المدربين واللاعبين وطرح مجموعة من الأسئلة عليهم، للتعرف هل يستعملون الألعاب الشبه رياضية في تحسين المهارات الهجومية.
- معرفة هل يمكننا تطبيق الاختبارات على اللاعبين.
- إعداد الوثائق الإدارية من أجل السماح لنا بإجراء الاختبارات لدى الفرق التي اخترناها قصد الدراسة.

- أخذ الموافقة من الفرق التي ستجرى عليها الدراسة.
- تحديد بطارية الاختبارات البدنية والمهارية المناسبة التي اعتمدنا عليها في تحديد المستوى البدني والمهاري للاعبين، وذلك بعد تحكيمها، من طرف أساتذة ودكاترة معهد **staps** بجامعة مستغانم، وبعض مدربي كرة اليد لفرق ولاية عين تموشنت.
- اختيار فريق عمل وتدريبهم وكذا إجراء الأسس العلمية للاختبارات ، وعليه استعان الباحث بعدد من الزملاء خريجي المعهد وذلك للمساعدة في إجراء الاختبارات.

\* عقد الباحث عدة لقاءات مع المساعدين بهدف:

- شرح الهدف من البحث وتحديد القياسات المطلوبة.
- شرح الاختبارات للزملاء قصد فهمها جيدا.
- تحديد وترتيب الاختبارات المراد قياسها.

- التعرف على الأجهزة والأدوات التي تتطلبها الاختبارات وطريقة استخدامها.
- تحديد المكان والزمان لإجراء الاختبارات.

\* أما فيما يخص إجراء الاختبارات والتي كان الهدف منها التعرف على:

- صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة واعداد بطاقات التسجيل.
- دقة وكفاية المساعدين وتفهمهم لمواصفات قياسات الاختبارات قيد البحث.
- تنظيم سير العمل وتنسيقه.
- ترتيب تطبيق الاختبارات.
- الاستعانة بنتائج التجربة الاستطلاعية في تحديد وتقسيم مستويات اللاعبين.
- الوقوف على أهم الصعوبات التي قد تواجه الباحث أثناء إجراء الاختبارات ومعرفة مدى تقييم العينة للاختبارات والتوصل إلى أفضل طريقة إجرائيا.

\* تحديد الأسس العلمية للاختبارات:

- \* قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على عينة قوامها 06 لاعبين من الفريق الذي احتل المركز الأول في الموسم الماضي وهو فريق الاتحاد الرياضي "فئة أقل من 13 سنة"، وهذا للوقوف على أهم النقاط السالفة الذكر وعليه أسفرت هذه التجربة الاستطلاعية على ما يلي:
- \* اللقاءات التي جمعت الباحث مع المساعدين كانت لها صدى وتأثير في نجاح التجربة الاستطلاعية وهذا من خلال سير العمل والتنظيم.
- الأجهزة والوسائل التي تستلزمها الاختبارات متوفرة، وفي متناول الجميع.
- حددت أهم الصعوبات التي واجهها فريق البحث.
- الاختبارات المعتمدة في البحث تتمتع بثبات وصدق كما هو مبين في الجدولين التاليين:



## نتائج الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على فرق ولاية عين تموشنت لكرة اليد فئة أقل من 13 سنة، وأماكن وتوقيت التدريب.
- بناء على ما أدلى به المدربين تأكدنا أنه يتم استعمال الألعاب الشبه رياضية في تحسين المهارات الهجومية في بعض الأندية و ليس كلها.
- الحصول على موافقة بعض الفرق فيما يخص تطبيق الاختبارات على لاعبيهم.
- حددت أهم الصعوبات التي واجهها فريق البحث في التجربة الاستطلاعية. تحديد المعاملات العلمية للاختبارات "الصدق، الثبات، الموضوعية".

### 3- العينة ومجتمع الدراسة :

- يشمل مجتمع البحث فرق ولاية عين تموشنت لكرة اليد فئة أقل من 13 سنة وعددهم 136 لاعب. و لهدف الوصول إلى نتائج دقيقة وموضوعية ومطابقة للواقع تمثلت عينة البحث في مجموعة من مدربي كرة اليد المتمثلة في 10 مدربين من خمسة أندية على مستوى ولاية عين تموشنت(نادي شباب ساحل بني صاف،نادي اتحاد عين الأربعاء،نادي أولمبيك سيد الصافي،نادي الوفاق ولهاصة،نادي ترجي المالح). و 41 لاعبا فئة أقل من 13 سنة. وكان اختيار عينة البحث بطريقة قصدية . واخترنا هذه العينة من مدينة عين تموشنت من أجل كسب الوقت ولأسباب مادية.
- أما فيما يخص الإلمام بصفات اللاعبين فإنه تم الأخذ بعين الاعتبار أن اللاعبين من صف فئة أقل من 13 سنة، أي أن لهم الخصائص متقاربة في هذه المرحلة العمرية وكذلك نفس الإمكانيات فيما يخص التدريب والمنشات وأيضاً الأخذ بعين الاعتبار المناخ السائد كون أن هذه الفرق على مستوى ولاية عين تموشنت.

### 4-تحديد متغيرات الدراسة :

#### أ\_ المتغير المستقل:

المتغير المستقل في بحثنا هو: الألعاب الشبه الرياضية لدى المدربين .

#### ب\_ المتغير التابع:

المتغير التابع في بحثنا هو: المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة اليد.

### 5-حدود الدراسة:

إقتصرت حدود دراستنا على الأندية المذكورة سابقا وذلك لقربها لنا من أجل ربح الوقت وتفادي الأعباء المادية التي تتطلبها الدراسة.

## 6\_ أدوات جمع البيانات:

### 6\_1\_ الاستبيان:

لقد استعملنا من أجل الوصول إلى النتائج المرجوة ،استبيان موجه إلى المدربين وهو استبيان محكم أستعمل في دراسة سابقة مشابهة ، هذا كي نحصل على المعلومات الكافية ،وللتأكد من صحة الفرضيات وتحليل النتائج وإعطاء اقتراحات وتوضيحات لفتح المجال أمام دراسات أخرى أكثر تعمقا في هذا الموضوع.

### 6\_1\_1 الأسئلة المغلقة:

وهي أسئلة بسيطة في غالب الأحيان تطرح على شكل استفهامي , تكمن خاصيتها في تحديد مسبق للأجوبة من نوع موافقة و عدم الموافقة أو الاجابة بنعم أو لا .

### 6\_1\_2 الأسئلة نصف مفتوحة:

تحتوي هذه الأسئلة على فرعين أو أكثر فرعها الأول يكون مغلقا و فرعها الأخير يتميز بالحرية الكاملة للمجيب.

## 7\_ كيفية تفرغ الاستبيان:

قمنا بجمع كل الاجابات على الأسئلة التي وجهت للمدربين عن طريق الاستبيان و وضعناها في

جداول مع عدد التكرارات لكل الاجابات ثم قمنا باستخراج النسب المئوية لكل وحدة.

## 8\_ الاختبار: عملية تقيس جانبا واحدا من جوانب الفرد أي تقيس مدى كفاية الفرد في إحدى النواحي.

إشتمل بحثنا على 02 اختبارات بدنية، وأربعة 04 اختبارات مهارية:

### 1-الاختبارات البدنية:

#### 1-1-إختبار اللجنة الدولية للياقة البدنية 30 متر:

- الغرض من الاختبار: قياس السرعة القصوى.
- وصف الاختبار: يقوم اللاعب بالجري بأقصى سرعة لو ويتم حساب الزمن من البداية (صبحي أحمد قبالن،2012.ص50).
- الجدول الأول:يمثل مستويات اختبار السرعة 30 متر:

التقدير	النتيجة
---------	---------

ممتاز	3 ثواني و77 جزء بالمائة فأقل
متوسط	3 ثا و78 جزء - 4 ثا و21 جزء
ضعيف	4 ثواني و22 جزء بالمائة فأكثر

## 1-2- إختبار رمي الكرة الطبية:

- الغرض من الاختبار: قياس القدرة العضلية للذراعين أي القدرة على إخراج أقصى قوة من طرف المختبر.
- مواصفات الاختبار: يتم تثبيت شريط القياس على الخط الجانبي للملعب لكي يسهل على المحكم احتساب المسافة.

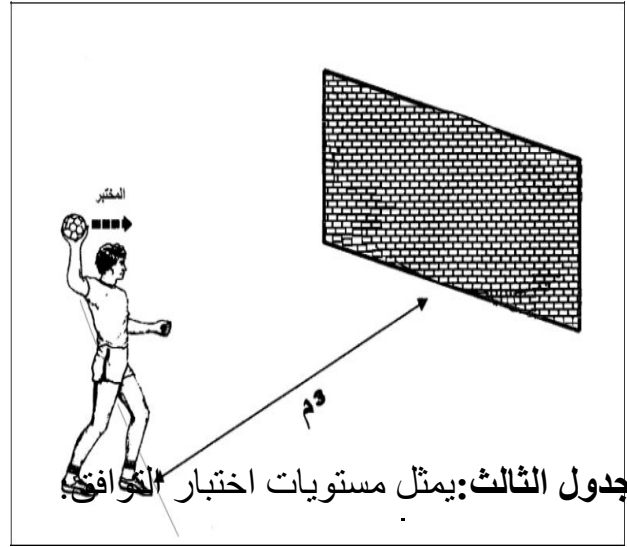
- يأخذ المختبر الوضع الابتدائي للاختبار خلف خط البداية وهو يمسك الكرة باليدين، يقوم المختبر بدفع الكرة الطبية بيد واحدة لأبعد مسافة.
- الجدول الثاني: يمثل مستويات اختبار رمي الكرة الطبية (4 كغ)

التقدير	النتيجة
ممتاز	13 متر فأكثر
متوسط	11 متر
ضعيف	09 متر فأقل

## 2- الإختبارات المهارية:

### 1-2- إختبار التوافق: قياس دقة التوافق التميرير والاستقبال (فيرنوفيك وآخرون، 1982، ص62).

- الأدوات: حائط أملس، كرة اليد، ساعة إيقاف، صافرة.
- الإجراءات: يقف المختبر مواجه الحائط على بعد 3 أمتار وهو حامل الكرة كما في الشكل البياني ويقوم برمي الكرة واستقبالها (التميرير والاستلام) لمدة 30 ثانية بعد سماع إشارة البدء من طرف المحكم تعطى محاولتين لكل مختبر.
- حساب الدرجات: تحسب عدد مرات الاستلام الصحيحة خارج منطقة 3 أمتار خلال المدة المحددة 30 ثانية.



التقدير	النتيجة
ممتاز	23 تكرار فأكثر
متوسط	19 تكرار
ضعيف	15 تكرار فأقل

- درجات اختبار التوافق:

الدرجات	التقدير
من 8 إلى أقل 10	ممتاز
من 5 إلى أقل من 8	متوسط
من 1 إلى أقل من 5	ضعيف

2-2- اختبار التنطيط لمسافة 30 متر في خط متعرج:

- الغرض من الاختبار: قياس سرعة التنطيط- رشاقة- بمصاحبة الكرة.

- أدوات الاختبار: 6 أعلام- كرة يد- ساعة إيقاف

- وصف الاختبار: يقف اللاعب ممسكا بالكرة عند خط البدء وعند إعطاء إشارة الانطلاق يقوم اللاعب بالتنطيط الزجاجي حول الأعلام لمسافة 30 متر، 15 متر ذهابا، 15 متر إيابا.

- شروط الاختبار:

\* لكل لاعب محاولة واحدة، عند حدوث أي خطأ قانوني يعاد الاختبار.

\* يراعى تبديل اليد التي تقوم بتنطيط الكرة عند الوصول إلى 15 متر الأولى والعكس.

- تسجيل نتائج الاختبار: يحتسب الزمن الاقرب 0.1 ثانية (صبحي أحمد قبالن،

2012، ص52، 53).

- الجدول الرابع: يمثل مستويات اختبار التنطيط 30 متر في خط متعرج:

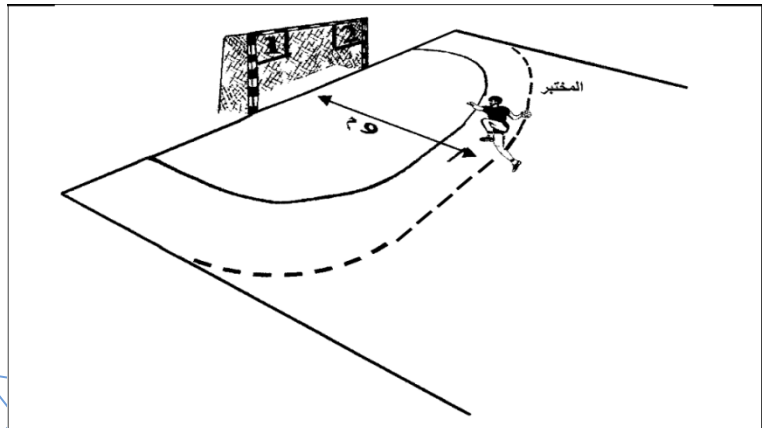
التقدير	النتيجة
ممتاز	11 ثانية و55 جزء بالمائة فأقل
متوسط	11 ثانية و56 ج - 13 ثانية و99 ج
ضعيف	14 ثانية فأكثر

درجات اختبار التنطيط لمسافة 30 متر في خط متعرج:

التقدير	الدرجات
ممتاز	من 8 إلى أقل 10
متوسط	من 5 إلى أقل من 8
ضعيف	من 1 إلى أقل من 5

### 2-3- اختبار التصويب:

- الغرض: قياس دقة التصويب على الأهداف المرسومة.
  - الأدوات: 5 كرات، مرمى كرة اليد، صافرة.
  - الإجراءات: يقف المختبر على بعد 9 أمتار من مرمى كرة اليد، ويقوم بالتصويب على المربعات المرسومة في الزاوية العلوية للمرمى التي يبلغ طول ضلعها 60 سم. كما في الشكل البياني.
- يسمح لمختبر عشر تصويبات بـ 10 درجات وتسجل مجموع درجات خلال العشر تصويبات (أحمد محمد خاطر، عمي فيمي البيك، 1996، ص506)

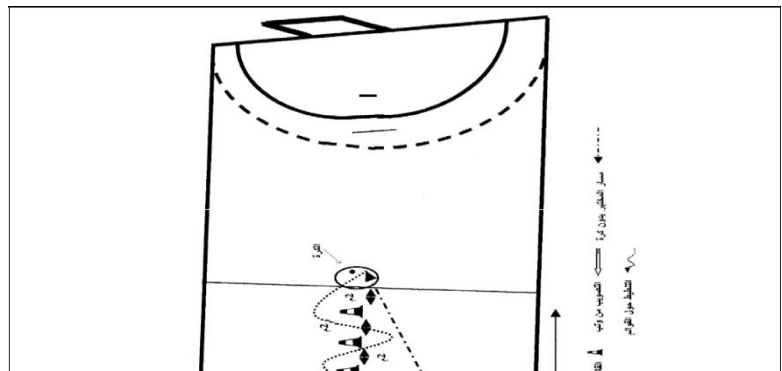


## -الجدول الخامس:يمثل درجات اختبار التصويب:

التقدير	الدرجات
ممتاز	من 8 إلى أقل 10
متوسط	من 5 إلى أقل من 8
ضعيف	من 1 إلى أقل من 5

### 2-4- اختبار الجري المتعرج والتصويب:

- **غرضه:** قياس الدقة والرشاقة في التصويب والتنطيط.
- **الأدوات:** كرة يد قانونية، ملعب كرة اليد، صافرة، ساعة إيقاف، أربع حواجز.
- **الإجراءات:** يخطط الملعب كما في الشكل البياني.
- يقف المختبر في إحدى زوايا النصف الأول للملعب. ثم ينطلق في اتجاه منتصف الملعب في الوسط أين توجد الكرة بعد سماع صوت الصافرة. ثم يأخذ الكرة بالجري المتعرج بين الحواجز التي تبعد عن بعضها بمسافة 2 متر مع تنطيط الكرة بإحدى اليدين اليمنى يسرى. إلى أن يصل إلى خط التصويب الواقع بعد آخر حاجز ليصوب من الوثب باتجاه إحدى المربعات المرسومة على زاوية المرمى العلوية التي تبلغ طول ضلعها 60 سم. تعطى محاولتين.
- **التسجيل:** يحتسب الزمن ابتداء من لحظة البداية حتى ملامسة الكرة للمربع. لا يحتسب الزمن في حالة انعدام دقة التصويب أو صحة الجري. يسجل أحسن وقت من بين المحاولتين (أحمد محمد خاطر، عمي فيمي البيك 1996 ص 507)



**الجدول السادس: يبين مستويات اختبار الجري المتعرج والتصويب:**

التقدير	النتيجة
ممتاز	9 ثوان و55 جزء بالمائة فأقل
متوسط	9 ثوان و56 ج - 11 ثانية و79 ج
ضعيف	11 ثانية و80 جزء بالمائة فأكثر

**- درجات اختبار الجري المتعرج والتصويب:**

الدرجات	التقدير
من 8 إلى أقل 10	ممتاز
من 5 إلى أقل من 8	متوسط
من 1 إلى أقل من 5	ضعيف



## 9\_ الخصائص السيكومترية:

### 9\_1\_ الثبات:

يعتبر الثبات بمثابة العمل الثاني بعد الصدق في عملية تقنين الاختبارات، وهو يعني أن يكون الاختبار على درجة عالية من الدقة والإتقان فيما وضع لقياسه، ويمثل معامل الثبات أهمية في عملية بناء وتقنين الاختبارات.

(محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان 1995 ص353)

ومن أجل التأكد من ثبات المقياس وهو استبيان "دور الألعاب الشبه الرياضية لدى المدربين في تحسين بعض المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد" الموجه لمدربي كرة اليد بمدينة عين تموشنت تم توزيع الاستبيان ثم إعادة توزيعه بعد خمسة عشر يوماً على خمسة مدربين من نفس عينة الدراسة، اثنان منهم مستشارين في الرياضة اثنان لاعبين سابقين ومربي رياضي وتم استخراج قيمة معامل كرونباخ ألفا حيث تم وجود معامل ارتباط موجب متوسط قيمته (0.5).

كما تم استخدام طريقة إعادة الاختبار لتقرير ما إذا كانت نتائج مقياس استبيان لموضوع الدراسة ثابتة بمرور الزمن حيث أشارت نتائج قيمة معامل الارتباط بيرسون للمقياس (0.5) بدلالة (0.01) وهي قيمة تدل على وجود ارتباط متوسط و منه فإن الأداة أي الاستبيان صالح لقياس أبعاد الدراسة.

### 9\_2\_ الصدق:

يعتبر الصدق أهم شروط الاختبار الذي يدل على مدى تحقيق الاختبار الذي وضع من أجله، يعني المدى الذي يؤدي فيه الاختبار للغرض الذي وضع من أجله، حيث يختلف الصدق وفقاً للأغراض التي يود قياسها، والاختبار الذي يجري لاثباتها.

ولغرض التأكد من صدق اختبار مقياس "دور الألعاب الشبه الرياضية لدى المدربين في تحسين بعض المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد" استخدمنا معامل الصدق الذاتي باعتباره صدق الدرجات

التجريبية للدرجات الحقيقية والتي خلصت من شوائبها (أخطاء القياس) والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات وتبين أن المقياس يمتاز بصدق عالي قدره (0.7).

**الجدول السابع:** يوضح نتائج معاملات الصدق و الثبات للاختبارات.

وحدات	حجم	معامل	معامل	مستوى	قيمة الثبات "ر"
-------	-----	-------	-------	-------	-----------------

الجدولية		الدالة		الصدق	الثبات "ر"	العينة	الختبار
0.874	0.745	0.01	0.05	0.99	0.99	06	01
				0.99	0.99		02
				0.98	0.99		03
				0.99	0.99		04
				0.98	0.99		05
				0.99	0.99		06

من خلال الجدول السابق يتضح أن الاختبارات تتمتع بمعاملات صدق وثبات عالية مما يجعلها مناسبة أكثر كأداة للدراسة.

### الموضوعية:

تعني موضوعية الاختبار عدم تأثيره أي أن الاختبار يعطي نفس النتائج مهما كان القائم بالتحكيم، يعتبر الاختبار موضوعيا إذا كان يعطي نفس الدرجة بغض النظر عن من يصححه (موقف اسعد محمود، 2011، ص21، 22).

**موضوعية الاختبارات:** تم عرض الاختبارات على مجموعة من الأساتذة والدكاترة والمدربين، مشهود لهم بمستواهم العلمي، وتجربتهم الميدانية في ميدان التدريس والتدريب الرياضي، بغرض تحكيمها من الناحية الموضوعية وذلك لمراعاة إمكانية توافق هذه الاختبارات وخصائص فئة اقل من 13 سنة في كرة اليد، وكذلك حذف أو إضافة أي اختبار مناسب لهذه الفئة، والجدول التالي يوضح آراء السادة المحكمين.

- الجدول الثامن: يبين تحكيم الاختبارات من حيث الموضوعية.

المصححين	الرتبة العلمية	الجامعة	الرد (الرأي)
1	أستاذ مساعد "أ"	جامعة مستغانم	موافق
2	أستاذ محاضر "ب"	جامعة مستغانم	موافق
3	أستاذ محاضر "أ"	جامعة مستغانم	موافق
4	أستاذ محاضر "أ"	جامعة مستغانم	موافق
5	مستشار في الرياضة	-جامعة مستغانم	موافق

## 9-مجالات البحث:

### 1-المجال البشري:

شملت عينة البحث لاعبي كرة اليد أقل من 13 سنة لبطولة الرابطة الولائية لكرة اليد و قد بلغ عددهم 41 لاعبا وهذا بنسبة 30% من مجموع مجتمع البحث 136 لاعبا.

### 2-المجال المكاني:

أجريت الاختبارات البدنية والمهارية الخاصة بكرة اليد في: القاعات المتعددة الرياضات الخاصة بكل فريق.

### 3-المجال الزمني:

وهو الآخر ينقسم إلى جانبين:

- الجانب النظري: أمتد من الفترة الممتدة ما بين بداية شهر نوفمبر حتى نهاية شهر ديسمبر 2021.

- الجانب التطبيقي: أمتد من الفترة الممتدة ما بين بداية شهر جانفي حتى نهاية شهر ماي 2021.

### 10\_ إجراءات التطبيق الميداني:

في دراستنا حول موضوع: دور الألعاب الشبه الرياضية لدى المدربين في تحسين بعض المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد "فئة أقل من 13 سنة" حيث توجهنا إلى الأندية التي تنشط في مدينة عين تموشنت من أجل جمع المعلومات، والتحقق من صحة الفرضيات.

## الخلاصة:

تماشياً مع طبيعة بحثنا وجب علينا ذكر المنهج المتبع و علاقته بموضوع بحثنا في هذا الفصل , فاعتمدنا على المعاينة الميدانية لطرح مشكلتنا و ذلك بتثمينه بدراسة استطلاعية لتأكيد وجود المشكلة . فقد كان هذا الفصل بمثابة الدليل الذي اعتمدنا عليه لتخطي كل العراقيل و مساعدتنا للوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة , كما تناولنا العناصر الأساسية في البحث منها : المنهج المتبع , متغيرات البحث , الدراسة الاستطلاعية , مجتمع البحث , أدوات البحث و العمليات الإحصائية.

# الفصل الثاني

## عرض ومناقشة وتحليل النتائج

### تمهيد:

بعد دراستنا للجانب النظري الذي تناولنا فيه رصيد معرفي ينتمي إلى موضوع بحثنا و الذي ضم فصلين، سنحاول الانتقال إلى الجانب التطبيقي (الميادين) لدراسة الموضوع دراسة ميدانية حيث نعطي منهجيته العلمية، و كذلك التحقق من المعلومات النظرية التي تناولناها في الفصول السابقة.

يعتبر هذا الفصل العمود الفقري لتصميم وبناء بحث علمي، سنقوم في هذا الجانب بالقيام بدراسة ميدانية وذلك عن طريق القيام باختبارات و توزيع استمارات الاستبيان

على أفراد العينة المختارة والتي تقوم أساسا حول الفرضيات التي قمنا بوضعها ثم تقديم مناقشة وتحليل الأسئلة التي طرحناها في هذه الاستمارة وبعد ذلك نقوم بعملية تفريغ الإجابات، بحيث نقوم بوضع جدول لكل سؤال والتي تتضمن عدد الإجابات بالنسب المئوية الموافقة لها، وفي الأخير نقوم بعرض الاستنتاج، والذي نوضح فيه مدى صدق الفرضيات التي يتضمنها بحثنا.

الوحدة الثانية: اختبار دفع الكرة الطبية 4 كغ.

غرضه: قياس قوة الذراعين.

الجدول التاسع: يبين نتائج اختبار القبلي دفع الكرة الطبية 4 كغ.

النسبة%	العدد	المستوى
4.87%	02	ممتاز
53.65%	22	متوسط
41.46%	16	ضعيف
100%	41	المجموع

\*نتائج اختبار البعدي دفع الكرة الطبية 4 كغ.

النسبة%	العدد	المستوى
7.31%	03	ممتاز
70.73%	29	متوسط
21.95%	09	ضعيف
100%	41	المجموع

### التحليل والمناقشة:

نظير أهمية القوة العضلية (الأطراف العليا) في مواقف كثيرة في كرة اليد، عند مواجهة المنافس ومقاومته ومحاولة إيقافه حيث أن كرة اليد تدخل ضمن ألعاب الاحتكاك الجسماني بين المنافسين، وكذلك يحتاج لاعب كرة اليد لقوة الذراعين كي يستطيع أداء الحركات والتصويب بالقوة المطلوبة.

إن قوة عضلات الذراعين صفة بدنية يجب توفرها لدى لاعب كرة اليد، ولقياس هذه الصفة استعملنا اختبار دفع الكرة الطبية 4 كغ لمعرفة مستوى قوة عضلة الذراعين للاعبين.

فبعد إجراء أفراد العينة للاختبار وملاحظة النتائج الموضحة في الجدولين المبينين أعلاه نلاحظ أن اللاعبين الذين يتميزون بمستوى ضعيف تقدر نسبتهم ب **41.46%**، بينما اللاعبين ذو المستوى المتوسط فقدرت نسبتهم ب **53.65%** وهي أكبر نسبة مسجلة بين باقي المستويات، في حين اللاعبين ذو المستوى الممتاز قدرت نسبتهم **4.87%**. بينما في الجدول الثاني و الذي يوضح نتائج الاختبار بعد تطبيق الألعاب الشبه رياضية أثناء التدريب فنلاحظ أن اللاعبين الذين يتميزون بمستوى ضعيف تقدر نسبتهم ب **21.95%**، بينما اللاعبين ذو المستوى المتوسط فقدرت نسبتهم ب **70.73%** وهي أكبر نسبة مسجلة بين باقي المستويات، في حين اللاعبين ذو المستوى الممتاز قدرت نسبتهم **7.31%**.

#### الاستنتاج:

أدى تطبيق الألعاب الشبه رياضية دوره في الرفع من مستوى القوة العضلية للاعبين كرة اليد، فهذه الأخيرة تلعب دور مهم في تحسين مهارة التصويب للاعبين كرة اليد. فلهذا ننصح مدربي كرة اليد لهذه الفئة بصفة خاصة بتطبيق الألعاب الشبه رياضية في حصصهم.

**الوحدة الرابعة:** اختبار اللجنة الدولية للياقة البدنية الجري لمسافة 30 متر.  
**الغرض منه:** قياس السرعة القصوى.

**الجدول العاشر:** نتائج اختبار القبلي اللجنة الدولية للياقة البدنية 30 متر.

النسبة%	العدد	المستوى
48.78%	20	ممتاز
36.58%	15	متوسط
14.63%	06	ضعيف
100%	41	المجموع

\*نتائج اختبار البعدي اللجنة الدولية للياقة البدنية 30متر.

النسبة%	العدد	المستوى



ممتاز	21	51.21%
متوسط	18	43.90%
ضعيف	02	4.87%
المجموع	41	100%

### التحليل والمناقشة:

إن السرعة في المجال الرياضي تعتبر من القدرات البدنية الهامة والأساسية في تحسين وتقدم مستوى كثير الفعاليات والألعاب المختلفة، حيث يتفق العلماء في أن السرعة من المكونات الأساسية للأداء الحركي في لعبة كرة اليد. وتعد السرعة من العوامل الحاسمة التي تؤثر بشكل مباشر على نتيجة المباراة، بل إن أي تطور نسمع عنه في اللعب غالباً ما يكون عامل السرعة وراءه، كما أن الكثير من المواقف الدفاعية والهجومية طوال المباراة كرة اليد يكون لعامل السرعة الحد الفاصل في ترجيح أحد اللاعبين على غيره، ويقول مفتي إبراهيم حماد في كتابه التدريب الرياضي الحديث السرعة مكون هام للعديد من جوانب الأداء البدني في الرياضات المختلفة كما تعتبر أحد عوامل نجاح المهارات الحركية.

بالإضافة إلى أن توافر عنصر السرعة في لعبة كرة اليد يمكن اللاعب من أداء المهارات الأساسية بسرعة مناسبة، كما يمكن من التحرك والانتقال السريع داخل حدود الملعب سواء أثناء العمليات الهجومية أو الدفاعية. ولقد تبين لنا من الجدول أعلاه أن اللاعبين ذو المستوى الضعيف قدرت نسبتهم ب 14.63% واللاعبين ذو المستوى المتوسط بنسبة 36.58% في حين قدرت نسبة اللاعبين ذو المستوى الممتاز ب 48.78%

أما في الجدول الثاني و الذي يوضح نتائج الاختبار بعد تطبيق الألعاب الشبه رياضية في الحصص التدريبية. فنلاحظ أن اللاعبين ذو المستوى الضعيف انخفضت نسبتهم الى 4.87%، بينما اللاعبين ذو المستوى المتوسط ارتفعت نسبتهم الى 43.90% وكذلك اللاعبين ذو المستوى الممتاز ارتفعت نسبتهم الى 51.21%.

### الاستنتاج:

في رياضة كرة اليد السرعة لها أهمية بالغة لهذا وجب على المدربين تطوير هذه الصفة فكما لاحظنا في التحليل السابق فان للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين وتنمية هذه الصفة وعليه فمن بين الحلول والأساليب التي تساهم في تطوير صفة السرعة و التي لها دور كبير في بعض المهارات الهجومية هي تطبيق الألعاب الشبه رياضية في الحصص التدريبية.

- ثانيا/ تحليل ومناقشة نتائج الاختبارات المهارية:

الوحدة الأولى: اختبار التوافق.

الغرض من الاختبار: قياس دقة التوافق التمير والاستقبال

الجدول الحادي عشر: يبين نتائج اختبار القبلي التوافق

المستوى	العدد	النسبة
ممتاز	09	%21.9
متوسط	19	%46.3
ضعيف	13	%31.7
المجموع	41	%100

\*نتائج اختبار البعدي للتوافق.

المستوى	العدد	النسبة
ممتاز	17	%41.46
متوسط	21	%51.21
ضعيف	03	%7.31
المجموع	41	%100

التحليل والمناقشة:

التمير والاستلام مهارتان متلازمتان لا يمكن الفصل بينهما إلى لتوضيح الناحية التعليمية لكل منهما فكلتاها تؤثر في الأخرى وتتأثر بها، وتعتبر هاتان المهارتان القاعدة الأساسية التي تبنى عليها باقي المهارات الأساسية الهجومية، فليس هناك تنطيط للكرة أو خداع أو تصويب إلا إذا سبقه تمرير واستلام الكرة، والهدف من التمير هو نقل الكرة إلى المكان المناسب بدقة وسرعة وبالتالي استغلالها كأقصر طريق للوصول إل هدف المنافس هذا يتحقق إذا كان استلام الكرة جيدا ولا تضيع بين يديه، إن الفريق الجيد هو الذي ينقل الكرة بسرعة بين لاعبيه ولا يضيعها.

كانت نتائج تطبيقنا هذا الاختبار المهاري كالتالي، من خلال الجدول المبين أعلاه قدرت نسبة اللاعبين ذو المستوى الضعيف ب **31.70%** وسجلت نسبة اللاعبين ذو المستوى المتوسط ب **46.34%** وهي أكبر نسبة مسجلة، وقدرت نسبة اللاعبين ذو المستوى الممتاز ب **21.95%**.

بينما في الجدول الثاني والذي يوضح نتائج اختبار التوافق بعد تطبيق الألعاب الشبه رياضية فنلاحظ أن نسبة اللاعبين ذو المستوى الضعيف قدرت ب **7.31%** ، و نسبة اللاعبين ذو المستوى المتوسط ارتفعت إلى **51.21%** وكذلك اللاعبين ذو المستوى الممتاز ارتفعت نسبتهم إلى **41.46%**

### الاستنتاج:

أدى تطبيق الألعاب الشبه رياضية إلى الرفع مستوى التوافق لدى اللاعبين بصفة خاصة و من المستوى المهاري بصفة عامة أي تحسين و تطوير دقة التمرير و الاستقبال التي هي من أهم المهارات الهجومية , فلهذا ننصح المدربين بتطبيق الألعاب الشبه رياضية للرفع من المستوى المهاري للاعبين.

الوحدة الثانية: اختبار التصويب.

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التصويب.

- الجدول الثاني عشر: نتائج اختبار القبلي التصويب.

النسبة %	العدد	المستوى
31.70%	13	ممتاز
48.78%	20	متوسط
19.51%	08	ضعيف
100%	41	المجموع

### \*نتائج الاختبار البعدي للتصويب

النسبة %	العدد	المستوى
36.58%	15	ممتاز
56.09%	23	متوسط
7.31%	03	ضعيف
100%	41	المجموع

### التحليل والمناقشة:

إن غرض مباراة كرة اليد هو إصابة الهدف، ويعتبر التصويب الحركة النهائية لكافة الجهود المهارية والخطئية التي استخدمت لوصول اللاعب إلى وضع التصويب الناجح على المرمى، والحد الفاصل بين الفوز والهزيمة، حيث تعتبر مهارة التصويب من المهارات الأساسية التي يعطي معظم المدربين وقتاً أكثر من غيرها في الوحدات التدريبية، ومن خلال تطبيقنا لاختبار التصويب على عينة البحث كانت النتائج كالتالي.

ولعنصر الدقة دور مهم في مهارة التصويب، فعندما يكون اللاعب في مواجهة الدفاع والمرمى تكون زاوية التصويب ضيقة فإنه يعتمد على عنصر الدقة لتوجيه الكرة إلى الزاوية الحرجة بالنسبة لحارس المرمى مما يزيد من صعوبة صدها وبالتالي يساعد في نجاح عملية التصويب.

من خلال نتائج الجدول أعلاه كانت نتائج اختبار التصويب على اللاعبين كالتالي، المستوى

الضعيف قدرت نسبته بـ **19.51%** في حين نسبة اللاعبين ذو المستوى المتوسط قدرت بـ **48.78%**، وسجلت نسبة اللاعبين ذو المستوى الممتاز بـ **31.70%**.

أما في الجدول الثاني لنتائج الاختبار بعد تطبيق الألعاب الشبه رياضية في الحصص التدريبية فكانت نسبة المستوى الضعيف %7.31 ونسبة المستوى المتوسط %56.09 و نسبة المستوى الممتاز %36.58

### الاستنتاج:

من تحليل و مناقشة اختبار التصويب نستنتج أن تطبيق الألعاب الشبه رياضية في الحصص التدريبية له دور فعال في تحسين مهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد وبالتالي فان للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين المهارات الهجومية .

الوحدة الثالثة: اختبار التنطيط لمسافة 30 متر في خط متعرج.

- غرضه: قياس سرعة التنطيط- رشاقة- بمصاحبة الكرة.

- الجدول الثالث عشر: نتائج اختبار القبلي التنطيط 30 متر في خط متعرج.

النسبة %	العدد	المستوى
24.39%	10	ممتاز
41.46%	17	متوسط
34.14%	14	ضعيف
100%	41	المجموع

\*نتائج اختبار البعدي التنطيط 30 متر في خط متعرج

النسبة %	العدد	المستوى
31.70%	13	ممتاز
53.65%	22	متوسط
14.63%	06	ضعيف
100%	41	المجموع

### التحليل والمناقشة:

تنطيط الكرة من المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد حيث تستخدم هذه المهارة لكسب مسافة حالة انفراد المهاجم بحارس المرمى، حيث يراعى السرعة القصوى في تنطيط الكرة للوصول لدائرة الهدف للتصويب، أو تستخدم لكسب مسافة في حالة عدم القدرة على التمرير لتفادي فترة الثلاث ثواني، أو الثلاث خطوات أو لتهدئة اللعب، لذا يستوجب على المدربين الاهتمام بتعليم هذه المهارة للاعبين جيدا ومتابعتهم دوريا بتطبيق اختبارات التنطيط للتعرف على مستواهم ودرجات تعليمهم هذه المهارة، ويقول كمال عارف وسعد محسن عن هاتك يخطئ من يظن أن لعب كرة اليد سهل جدا لأن اللاعب ينقل الكرة بيده فالأمر على العكس من ذلك لأن ممارسة كرة اليد فن حقيقي يتطلب اللعب السريع ولفترات طويلة.

من خلال الجدول أعلاه كانت نتائج الاختبار على عينة البحث كالتالي قدرت نسبة اللاعبين ذو المستوى الضعيف ب **34.14%** ، ونسبة اللاعبين ذو المستوى المتوسط ب **41.46%** ، في حين نسبة اللاعبين ذو المستوى الممتاز كانت **24.39%** . بينما في الجدول الثاني و الذي يوضح نتائج هذا الاختبار بعد تطبيق الألعاب الشبه رياضية في التدريبات ، فكانت النتائج كالاتي حيث كانت نسبة اللاعبين ذو المستوى الضعيف **14.63%** بينما اللاعبين ذو المستوى المتوسط ارتفعت نسبتهم الى **53.65%** ، و اللاعبين ذو المستوى الممتاز فكانت نسبتهم **31.70%** .

**الاستنتاج:** من كل ما سبق يمكن القول أن أهمية الألعاب الشبه رياضية تكمن في أهمية مهارة التنطيط والانتقال بالكرة ، بحيث أن مهارة التنطيط باكرة تعتبر من أهم المهارات الهجومية

وبالتالي يجب على المدربين الاهتمام بتطوير هذه المهارة ،ومن بين الطرق و الأساليب لتطوير مهارة التنطيط هو تطبيق الألعاب الشبه رياضية في التدريبات.

**الوحدة الرابعة:** اختبار الجري المتعرج والتصويب.

- **الغرض:** قياس الدقة والرشاقة في التصويب والتنطيط.

- **جدول الرابع عشر:** نتائج اختبار القبلي الجري المتعرج والتصويب.

النسبة %	العدد	المستوى
9.75%	04	ممتاز
53.66%	22	متوسط
36.58%	15	ضعيف

المجموع .	41	%100
-----------	----	------

\*نتائج الاختبار البعدي الجري المتعرج والتصويب.

النسبة %	العدد	المستوى
%19.51	08	ممتاز
%58.53	24	متوسط
%21.95	09	ضعيف
%100	41	المجموع

#### التحليل والمناقشة:

الجري المتعرج والتصويب مهارة مركبة، حيث مهارة التنطيط تساعد اللاعب على كسب مسافة وفتح ثغرة للتصويب الجيد، تعد هذه المهارة من المهارات الأساسية في كرة اليد، فمن خلال الجدول أعلاه تبين لنا نتائج الاختبار المطبق على اللاعبين، نلاحظ أن نسبة **36.58%** يتمتعون بمستوى ضعيف، ونسبة **53.66%** يتمتعون بمستوى متوسط وهي أكبر نسبة مسجلة، وقدرت نسبة اللاعبين ذو المستوى الممتاز ب **9.75%** بينما في الجدول الثاني فقدرت نسبة اللاعبين ذو المستوى الضعيف ب **21.95%** و اللاعبين ذو المستوى المتوسط ب **58.53%** و اللاعبين ذو المستوى الممتاز ب **19.51%**

#### الاستنتاج:

من خلال ما تم التوصل إليه يمكن التأكيد على نجاعة الألعاب الشبه رياضية في تحسين مستوى اللاعبين من ناحية الجري المتعرج والتصويب، و بالتالي يمكن القول ان للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين الأداء المهاري الهجومي.



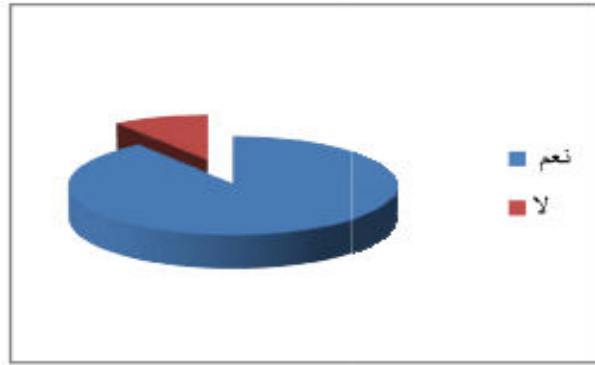


**السؤال الأول:** هل يتم تطبيق الألعاب الشبه رياضية في حصصكم التدريبية؟

الجدول رقم (01): النسب المئوية للعبارة رقم 01

**الغرض من السؤال:** معرفة إذا كانت الألعاب الشبه الرياضية تطبق أثناء الحصة التدريبية.

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	8	2	10
النسبة المئوية	80	20	100



**شكل رقم 01:** التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 01

**تحليل ومناقشة النتائج:**

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد المدربين الذين أجابو "بنعم" أي الذين يستعملون الألعاب الشبه الرياضية عددهم 08 وبنسبة مئوية 80% بالمقابل كان عدد المدربين الذين أجابو "بلا" عددهم 02 أي بنسبة مئوية 20%.

**الإستنتاج:**

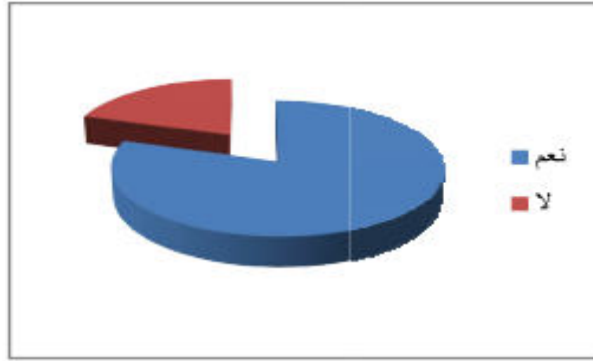
وهذا يدل أن أغلب المدربين يطبقون الألعاب الشبه الرياضية في الحصة التدريبية وكذلك مدى وعي وإهتمام المدربين بأهمية الألعاب الشبه الرياضية.

**السؤال رقم 02:** هل الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء حصة التدريب تتماشى مع قدرات الاعبين؟

**الغرض من السؤال:** معرفة إذا كانت الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء حصة التدريب تتماشى مع قدرات اللاعبين.

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	8	2	10
النسبة المئوية	80	20	100

**الجدول رقم 02:** النسب المئوية للعبارة رقم 02



**شكل رقم 02:** التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 02

**تحليل ومناقشة النتائج:**

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد المدربين الذين أجابو "بنعم" أي الذين يؤكدون أن الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء حصة التدريب تتماشى مع قدرات اللاعبين عددهم 08 وبنسبة مئوية 80% بالمقابل كان عدد المدربين الذين اجابو بلا 02 مدربين بنسبة مئوية 20%.

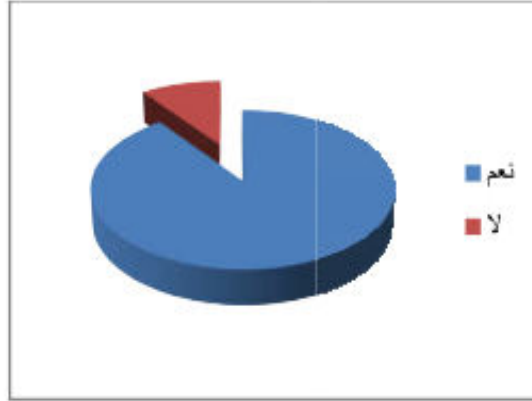
**الإستنتاج:** إن أغلب المدربين يوظفون الألعاب الشبه الرياضية التي تتماشى مع قدرات الرياضيين.

**السؤال رقم 03:** هل تعتبر الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء الحصة التدريبية هامة للاعبين؟

**الغرض من السؤال:** معرفة أهمية الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء الحصة التدريبية للاعبين.

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	9	1	10
النسبة المئوية	90	10	100

**الجدول رقم 03: النسب المئوية للعبارة رقم 03**



**الشكل رقم 03: التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 03**

### **تحليل ومناقشة النتائج:**

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد المدربين الذين أجابو "بنعم" أي الذين يؤكدون أن الألعاب الشبه الرياضية هامة للاعبين عددهم 09 وبنسبة مئوية 90% بالمقابل كان عدد المدربين الذين أجابو ب"لا" 01 مدربين بنسبة مئوية 10%.

### **الإستنتاج:**

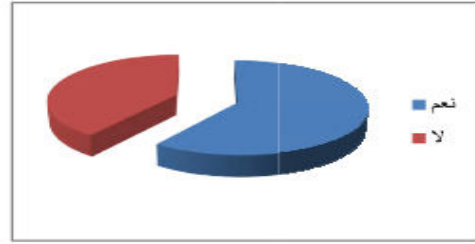
نستنتج مما سبق أن الألعاب الشبه الرياضية هامة بالنسبة للمدربين الذين يعتمدونها كطريقة فعالة عند تدريب اللاعبين.

**السؤال رقم 04:** هل تنتقون نوعية الألعاب الشبه الرياضية التي تخدم أهداف الحصة؟

**الغرض من السؤال رقم 04:** معرفة أهمية إنتقاء الألعاب الشبه الرياضية التي تخدم أهداف الحصة.

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	6	4	10
النسبة المئوية	60	40	100

**الجدول رقم 04: النسب المئوية للعبارة رقم 04**



**الشكل رقم 04: التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 04**

**تحليل ومناقشة النتائج:**

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد المدربين الذين أجابو "بنعم" أي الذين يؤكدون أنهم ينتقون نوع الألعاب الشبه الرياضية حسب هدف الحصه عددهم 06 وبنسبة مئوية 60% بالمقابل كان عدد المدربين الذين اجابو بلا 04 مدربين بنسبة مئوية 40%.

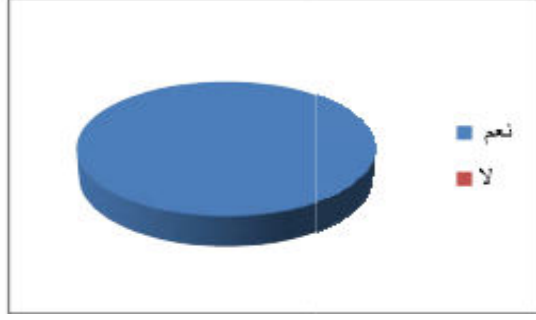
**الإستنتاج:** نستنتج مما سبق أن أغلب المدربين ينتقون نوعية الألعاب الشبه الرياضية التي تخدم هدف الحصه.

**السؤال رقم 05:** هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية المقترحة في رفع مستوى بعض المهارات الهجومية للاعبين أثناء ممارستهم لها؟

**الغرض من السؤال:** معرفة أهمية الألعاب الشبه الرياضية المقترحة في رفع مستوى بعض المهارات الهجومية للاعبين أثناء ممارستهم لها.

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	10	0	10
النسبة المئوية	100%	0%	100%

**الجدول رقم 05: النسب المئوية للعبارة رقم 05**



شكل رقم 05: التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 05

### تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد المدربين الذين أجابو "بنعم" أي الذين يؤكدون أنهم ينتقون نوع الألعاب الشبه الرياضية حسب هدف الحصة عددهم 06 وبنسبة مئوية 60% بالمقابل كان عدد المدربين الذين اجابو بلا 04 مدربين بنسبة مئوية 40%.

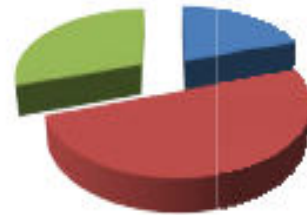
**الإستنتاج:** نستنتج مما سبق أن أغلب المدربين ينتقون نوعية الألعاب الشبه الرياضية التي تخدم هدف الحصة.

**السؤال رقم 06:** ماهو الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه الرياضية في الحصة التدريبية الرياضية؟

**الغرض من السؤال:** معرفة الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه الرياضية في حصة التدريبية الرياضية.

الإجابة	تحسين المهارات الهجومية	التسخين والزيادة في الحماس	الترويح	المجموع
العدد	05	03	02	10
النسبة المئوية	50%	30%	20%	100%

الجدول رقم 06: يبين النسب المئوية للعبارة رقم 06



قف تحسين المهارات الهجومية

ثبق التسخين والزيادة في الحماس

لترويح

شكل رقم 06: التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 06

**تحليل ومناقشة النتائج:** من خلال الجدول نلاحظ أن عدد المدربين الذين أجابو بأن الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه الرياضية هو التسخين والزيادة في الحماس عددهم 03 وبنسبة مئوية 30% بالمقابل كان عدد المدربين الذين أجابو بتحسين بعض المهارات الهجومية 05 أساتذة أي بنسبة مئوية 50% وعدد الأساتذة الذين أجابو ب تعمل على الترويح 02 أساتذة بنسبة مئوية 20%.

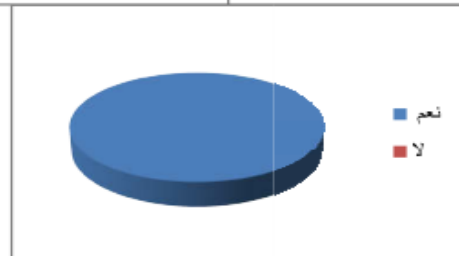
**الإستنتاج:** نستنتج مما سبق أن الألعاب الشبه الرياضية تستعمل لعدة أغراض كلها تخدم هدف الحصة.

**السؤال رقم 07:** في رأيك هل للألعاب الشبه الرياضية أثر على اللياقة البدنية للاعبين؟

**الهدف من السؤال:** معرفة أثر الألعاب الشبه الرياضية على اللياقة البدنية للاعبين.

**الجدول رقم 07:** يبين النسب المئوية للعبارة رقم 07

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	10	0	10
النسبة المئوية	100%	0%	100%



شكل رقم 07: يمثل التمثيل البياني للعبارة رقم 07

**تحليل ومناقشة النتائج:** من خلال الجدول رقم نلاحظ أن عدد المدربين الذين أجابو ب "نعم" أي يرون أن للألعاب الشبه الرياضية أثر على اللياقة البدنية للتلاميذ

عددهم 10 وبنسبة مئوية 100% بالمقابل عدد المدربين الذين أجابوا ب"لا" 0 أي بنسبة مئوية 00%.

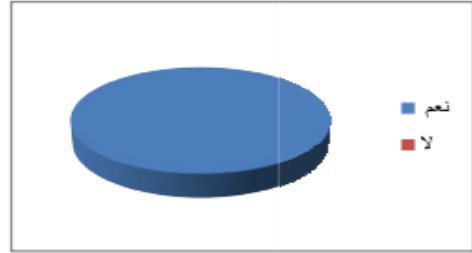
**الإستنتاج:** نستنتج مما سبق أن للألعاب الشبه الرياضية أثر على اللياقة البدنية للاعبين.

**السؤال رقم 08:** هل يشعر اللاعبون بالإرتياح والمتعة عندما تحتوي الحصة التدريبية على مجموعة كبيرة من الألعاب الشبه الرياضية؟

**الغرض من السؤال:** معرفة مدى إقبال وتجاوب اللاعبون مع الحصة التدريبية الرياضية.

**الجدول رقم 08:** يبين النسب المئوية للعبارة رقم 08

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	10	0	10
النسبة المئوية	100%	00%	100%



**شكل رقم 08:** التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 08

**تحليل ومناقشة النتائج:** من خلال الجدول رقم نلاحظ أن عدد المدربين الذين أجابوا ب "نعم" أي يرون أن اللاعبون يشعرون بالمتعة والإرتياح لوجود مجموعة كبيرة من الألعاب الشبه الرياضية عددهم 10 وبنسبة مئوية 100% بالمقابل كان عدد المدربين الذين أجابوا ب "لا" 0 وبنسبة مئوية 00%.

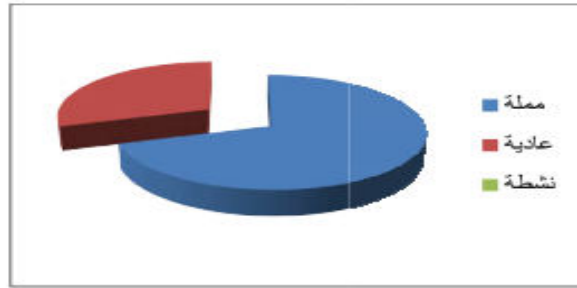
**الإستنتاج:** نستنتج مما سبق أن للألعاب الشبه الرياضية تلقى إقبالا وتجاوب من طرف اللاعبون ويحبذون كثرة الألعاب.

**السؤال رقم 09:** كيف ترى الحصة التدريبية بدون الألعاب الشبه الرياضية ؟

الغرض من السؤال: معرفة مكانة وأهمية الألعاب الشبه الرياضية أثناء الحصة التدريبية.

الإجابة	مملة	عادية	نشطة	المجموع
العدد	7	3	0	10
النسبة المئوية	% 70	% 30	% 00	% 100

الجدول رقم 09: يبين النسب المئوية للعبارة رقم 09



شكل رقم 09: التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 09

تحليل ومناقشة النتائج: من خلال الجدول رقم نلاحظ أن عدد المدربين الذين أجابوا بـ "مملة" عددهم 7 بنسبة مئوية 70% بالمقابل كان عدد المدربين الذين أجابوا بـ "عادية" 3 بنسبة مئوية 30% وعدد المدربين الذين أجابوا بـ "نشطة" 0 بنسبة مئوية 00%.

الإستنتاج: نستنتج مما سبق أن للألعاب الشبه الرياضية مكانة متميزة في الحصة التدريبية وبفضلها يخلق الحماس والتنافس والفرح.

السؤال رقم 10: كيف ترى الألعاب الشبه الرياضية أثناء الحصة التدريبية الرياضية ؟

الهدف من السؤال: هو معرفة الألعاب الشبه الرياضية من وجهة نظر المدربين.



الإجابة	تربوية	تعليمية	ترفيهية	المجموع
العدد	3	1	6	10
النسبة المئوية	% 30	% 10	%60	%100

**الجدول رقم 10:** يبين النسب المئوية للعبارة رقم 10



**شكل رقم 10:** التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 10

**تحليل ومناقشة النتائج:** من خلال الجدول رقم نلاحظ أن عدد المدربين الذين أجابوا بـ "تربوية" عددهم 3 وبنسبة مئوية 30% بالمقابل كان عدد المدربين الذين أجابوا بـ "تعليمية" 1 بنسبة مئوية 10% وعدد المدربين الذين أجابوا بـ "ترفيهية" 6 بنسبة مئوية 60%.

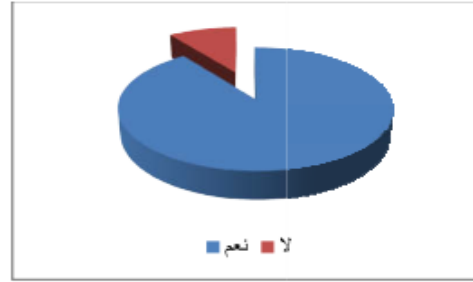
**الإستنتاج:** أن معظم المدربين يرون بأن الألعاب الشبه الرياضية ترفيهية أكثر من تعليمية أو تربوية ويوظفونها لإطفاء المرح على الحصة التدريبية وإسعاد اللاعبين.

**السؤال رقم 11:** هل ترى أن الألعاب الشبه الرياضية تحفز اللاعبين على الإقبال على الحصة التدريبية؟

**الهدف من السؤال:** معرفة إذا ماكانت الألعاب الشبه الرياضية تحفز اللاعبين على الإقبال على الحصة التدريبية.

**الجدول رقم 11:** يبين النسب المئوية للعبارة رقم 11

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	9	1	10
النسبة المئوية	%90	%10	%100



### شكل رقم 11: التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 11

**تحليل ومناقشة النتائج:** من خلال الجدول رقم نلاحظ أن عدد المدربين الذين أجابوا بـ "نعم" 09 مدربين وبنسبة مئوية 90% بالمقابل كان عدد المدربين الذين أجابوا بـ "لا" 1 بنسبة مئوية 10%.

**الإستنتاج:** نستنتج مما سبق أن الألعاب الشبه الرياضية تحفز الاعبين على الإقبال على الحصة التدريبية.

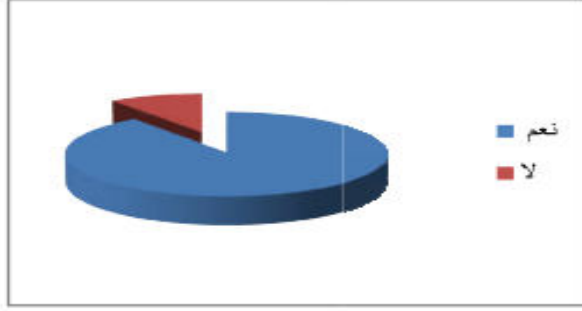
**السؤال رقم 12:** هل يمكن من خلال الألعاب الشبه الرياضية تعليم وتطوير مهارة التنطيط في كرة اليد؟

**هدفه:** هو معرفة إذا من خلال ممارسة الألعاب الشبه الرياضية يمكن تعليم و تطوير مهارة التنطيط في كرة اليد.

### الجدول رقم 12: يبين النسب المئوية للعبارة رقم 12

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	08	80%
لا	02	20
المجموع	10	100%

### شكل رقم 12: التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 12



### تحليل ومناقشة النتائج:

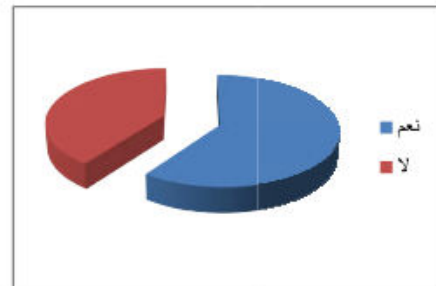
نلاحظ من الجدول أن نسبة كبيرة من العينة أجابو بنعم وتبين لنا أن من خلال الألعاب الشبه الرياضية يمكن تعليم و تطوير مهارة التنطيط في كرة اليدفي أداة فعالة وطريقة جيدة لإكتساب المهارة وتطويرها.

**السؤال رقم 13:** هل عند التخطيط لمهارة معينة تجدون صعوبة في إيجاد الألعاب الشبه الرياضية التي تخدم تلك المهارة؟

**هدفه:** معرفة إذا كان المدربين يجدون صعوبة في إيجاد الألعاب الشبه الرياضية عند التخطيط لمهارة معينة.

**الجدول رقم 13:** يبين النسب المئوية للعبارة رقم 13

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	04	40%
لا	06	60%
المجموع	10	100%



**شكل رقم 13:** التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 13

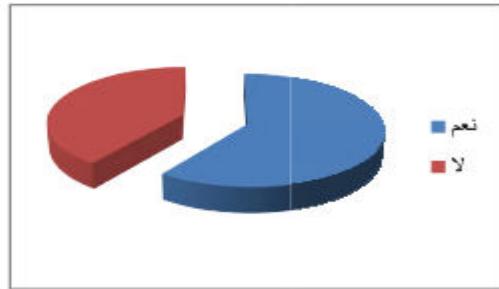
**تحليل ومناقشة النتائج:** من خلال الإجابات التي تحصلنا عليها نجد أن أغلبية المدربين لا يجدون صعوبة في إيجاد الألعاب الشبه الرياضية عند التخطيط لمهارة معينة والمتمثلون بـ 60% عكس البقية المتمثلون بـ 40% الذين أجابو بنعم أي يجدون صعوبة في إيجاد الألعاب الشبه الرياضية وذلك بإيجاد صعوبات في كيفية تحضير تلك الألعاب وكيف تتماشى مع هدف الحصة.

**السؤال رقم 14:** هل يلزمننا وسائل كثيرة لتعلم المهارات الهجومية في كرة اليد في الألعاب الشبه الرياضية؟

**هدفه:** معرفة الوسائل التي تلزمننا لتعلم المهارات الحركية في كرة اليد في الألعاب الشبه رياضية و هل هي كثيرة أم لا.

**الجدول رقم 14:** يبين النسب المئوية للعبارة رقم 14

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	04	40%
لا	06	60%
المجموع	10	100%



**شكل رقم 14:** التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 14

**تحليل ومناقشة النتائج:**

نستنتج من خلال النتائج أن لممارسة الألعاب الشبه الرياضية لانتاج للإمكانيات والوسائل الكثيرة حيث كانت نسبة الإجابات بلا 60% أما الآخرون أجابو بنعم أي أنه نحتاج لوسائل كثيرة لممارسة الألعاب الشبه الرياضية.

فنستنتج في الأخير أن عدد الوسائل المستخدمة يكون حسب طبيعة اللعبة الشبه رياضية , أي أن هناك ألعاب شبه رياضية تحتاج إلى وسائل كثيرة لممارستها لكن أغلبية الألعاب لا تحتاج إلى وسائل كثيرة.

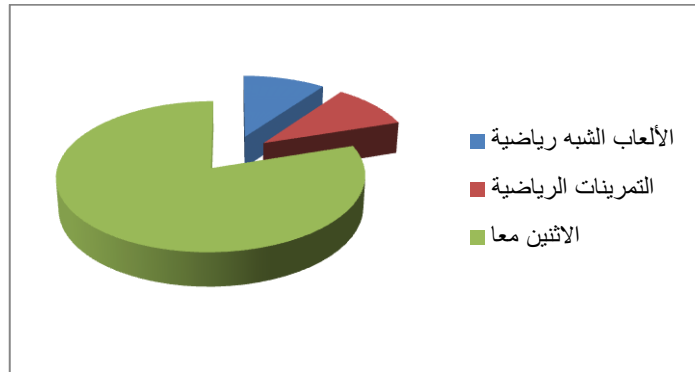
**السؤال رقم 15:** حسب رأيك ما هي أفضل طريقة التي يستوعب بها اللاعبين أكثر للمهارات؟

**هدفه :** معرفة الطريقة أو الوسيلة الأفضل للوصول إلى تنمية المهارات الحركية بين كل من الألعاب الشبه رياضية أو التمرينات الرياضية أو الاثنين معا.

**الجدول رقم 15:** يبين النسب المئوية للعبارة رقم 15

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
10%	01	الألعاب الشبه الرياضية
10%	01	التمرينات الرياضية
80%	08	الأثنين معا
%100	10	المجموع

**شكل رقم 15:** التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 15



**تحليل ومناقشة النتائج:** تبين لنا من خلال نتائج الجدول أن أغلبية المدربين والتي تمثل نسبتهم 80% يؤكدون أن أفضل وسيلة لتنمية المهارات الهجومية لدى اللاعب هي الألعاب الشبه الرياضية والتمرينات الرياضية معا في حين كانت الإجابة على المعطيات الأخرى بنسبة ضئيلة.

نستنتج أن الألعاب الشبه رياضية و التمرينات الرياضية معا هي الوسيلة الأنجع لتنمية المهارات الحركية فكلاهما يلعب دورا هاما و فعالا في هذه العملية التنموية.

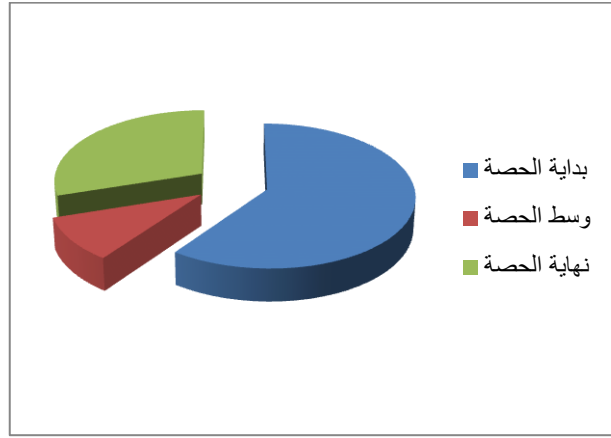
**السؤال رقم 16:** ماهي الفترة التي تستخدم فيها الألعاب الشبه الرياضية؟

**هدفه:** معرفة الفترة الأنسب لاستعمال الألعاب الشبه رياضية.

**الجدول رقم 16:** يبين النسب المئوية للعبارة رقم 16

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
60	06	بداية الحصة
10	01	وسط الحصة
30	03	نهاية الحصة
100	10	المجموع

**شكل رقم 16:** التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 16



**تحليل ومناقشة النتائج:** من خلال الجدول يتضح أن نسبة 60% من المدربين يؤكدون أن الوقت الأنسب لإستعمال الألعاب الشبه الرياضية هي في بداية الحصة.

أما النسبة الثانية والتي تمثل 30% يرون أن أفضل فترة لإستعمال الألعاب الشبه الرياضية هي نهاية الحصة أما النسبة الثالثة والتي تقدر بـ 10% يرون أن أفضل فترة لإستعمال الألعاب الشبه الرياضية هي وسط الحصة.

و منه نستنتج أن أغلبية الأساتذة يرون أن أفضل فترة و أنسبها لاستعمال الألعاب الشبه رياضية هي بداية الحصة.

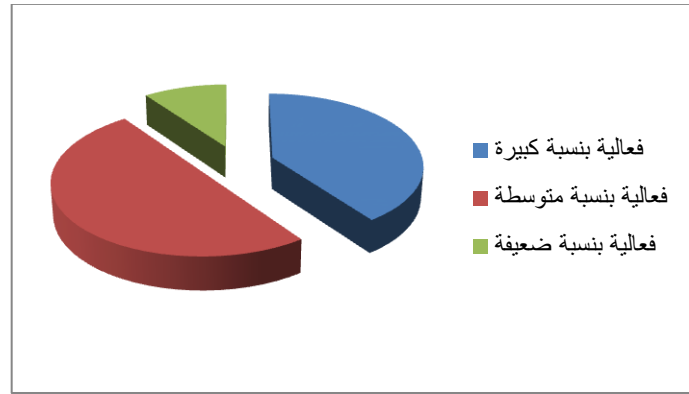
**السؤال رقم 17:** ما مدى فعالية الألعاب الشبه الرياضية لإكتساب الرياضي المهارة الهجومية؟

**هدفه:** معرفة إلى أي مدى تساهم الألعاب الشبه الرياضية لإكتساب المهارة الهجومية.

**الجدول رقم 17:** يبين النسب المئوية للعبارة رقم 17

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
40%	04	فعالية بنسبة كبيرة
50%	05	فعالية بنسبة متوسطة
10%	01	فعالية بنسبة ضعيفة
100%	10	المجموع

**شكل رقم 17:** التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 17



**تحليل ومناقشة النتائج:** من خلال الجدول تبين لنا أن نسبة 50% من الأساتذة أكدوا أن الألعاب الشبه الرياضية فعالة بنسبة متوسطة في تنمية المهارة الهجومية أما النسبة الثانية والتي مثلت 40% أحو على أن الألعاب الشبه الرياضية فعالية بنسبة كبيرة في تنمية المهارة الهجومية لدى اللاعبين فيما تبقى النسبة الأخيرة والتي قدرت ب10% تقول أن الألعاب الشبه الرياضية فعالة بنسبة ضعيفة في تنمية المهارة الهجومية لدى اللاعبين.

و منه نستنتج أن الألعاب الشبه الرياضية فعالة بنسبة متوسطة إلى كبيرة في تنمية المهارات الحركية لدى اللاعب.

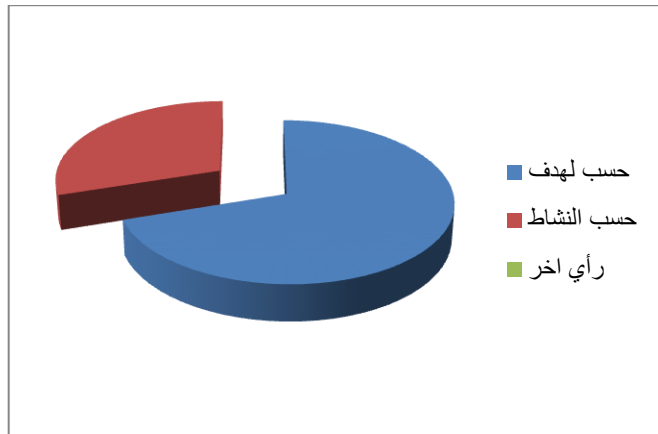
السؤال رقم 18: كيف نختار الألعاب الشبه الرياضية؟

هدفه: معرفة الطريقة التي تتم من خلالها اختيار الألعاب الشبه الرياضية.

الجدول رقم 18: لعبارة رقم يبين النسب المئوية ل 18

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
70%	07	حسب الهدف
30%	03	حسب النشاط
00%	00	رأي اخر
100%	10	المجموع

شكل رقم 18: التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم 18



تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول تبين لنا أن نسبة 70% أجابو ب"هدف الحصه" أما النسبة الثانية والمقدرة ب30% أكدو أن إختيار الألعاب الشبه الرياضية يكون على حسب النشاط الممارس بحيث لم يكن رأي اخر للمدربين.

إستنتاجات:



إن الهدف المراد الوصول إليه هو معرفة ماذا كانت الألعاب الشبه الرياضية تلعب دورا إيجابيا في تحسين بعض المهارات الهجومية من أجل الوصول إلى الأداء الجيد وما يمكن إستنتاجه من تصفح نتائج هذا الإستبيان أن المدربين يدرجون فعلا وبشكل جدي الألعاب الشبه الرياضية ضمن حصص التدريب وذلك لوعيهم وإدراكهم لأهمية مثل هته الألعاب في التأثير على المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد.

كذلك إستنتجنا من خلال نتائج البحث إلى أن الألعاب الشبه الرياضية تكتسي أهمية تكتسي أهمية كبيرة حيث أصبحت من أهم الطرق التي تساعد المدربين على تحقيق جملة من الأهداف التي تسعى إليها الحصص التدريبية وذلك إنطلاقا من التأثير على اللاعب من جميع الجوانب.

بعد تفريغ محتوى الاستبيان وعرضه, نأتي بعدها إلى مناقشة النتائج المتحصل عليها على ضوء الفرضيات التي وضعناها, ولكي تكون العملية أكثر دقة وموضوعية سنحاول تلخيص ما كان من إجابات من طرف المدربين في الاستبيان الذي وضعناه بين أيديهم, فكانت جملة النتائج كالآتي:

- يرى معظم المدربين أن للألعاب الشبه الرياضية تأثير على المهارات الهجومية للاعبين.

- إعطاء الوقت المناسب و الكافي للتدريبات يساعد على تحسين مهارات الهجومية في كرة اليد و الرفع بأداء الممارسين.

- تحديد وتقسيم التوقيت الزمني للألعاب الشبه الرياضية وتسطير برامج التدريب تأثير على المهارات الهجومية في كرة اليد.

- جل المدربين يثقون في الألعاب الشبه الرياضية في التدريب وتسطير الأهداف.

- إن الأسلوب المنتهج من طرف المدرب يؤثر بشكل كبير على عملية الرفع من مستوى الأداء الرياضي للممارسين وتحسين المهارات الهجومية.

- ومنه نقول أن للألعاب الشبه الرياضية أهمية بالغة في الرفع من المهارات الهجومية في كرة اليد.

\_ للألعاب الشبه الرياضية المنتهجة من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة اليد.

\_ الألعاب الشبه رياضية المنتهجة تتماشى مع الفئة العمرية المدروسة.

\_ للألعاب الشبه رياضية دور فعال في الرفع من مستوى الأداء المهاري للاعبين كرة اليد أقل من 13 سنة.

وعليه أجمع معظم المستجوبين من المدربين بأن تحديد أهداف التدريب في الألعاب الشبه الرياضية وانتهاجها على أنها الأسلوب الأنجع والسليم.

وهنا يجمع معظم المدربين بأن تحديد التوقيت الزمني للألعاب الشبه الرياضية أمر هام وضروري للنهوض بالمهارات الهجومية في كرة اليد للممارسين.

### مناقشة نتائج الدراسة:

بعد تفريغ محتوى الإستبيان وعرضه، نلجأ بعدها إلى مناقشة النتائج المتحصل عليها على ضوء الفرضيات التي وضعناها، ولكي تكون العملية أكثر دقة وموضوعية سنحاول تلخيص ما كان من إجابات من طرف المدربين في الإستبيان الذي وضعناه بين أيديهم، فكانت جملة النتائج كالآتي :

\_ للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة.

\_ تحديد وتقسيم التوقيت الزمني للألعاب الشبه الرياضية وتسطير برامج التدريب تأثير على المهارات الهجومية.

\_ للألعاب الشبه الرياضية المنتهجة من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة اليد.

\_ الألعاب الشبه رياضية المنتهجة تتماشى مع الفئة العمرية المدروسة.

\_ للألعاب الشبه رياضية دور فعال في الرفع من مستوى الأداء المهاري للاعبين كرة اليد أقل من 13 سنة.

ومنه نقول أن للألعاب الشبه الرياضية في كرة اليد أهمية بالغة في الرفع من المهارات الهجومية، وعليه أجمع معظم المستجوبين من المدربين بأن تحديد الأهداف للمدرب أثر كبير الرفع من مستوى المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة.

و كذلك أجمع معظم المستجوبين أنه توجد بين الألعاب الشبه الرياضية والمهارات الهجومية للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة علاقة طردية إيجابية.

وهنا يجمع معظم المدربين أن لطريقة الألعاب الشبه الرياضية المنتهجة من طرف المدرب أثر على نتائج لاعبي كرة اليد.

ونقول في النهاية أن الفرضيات المقترحة جاءت في سياق النتائج المتحصل عليها، وقد أكدنا ذلك في ما جاء من خلال أجوبة المدربين.

### التوصيات والاقتراحات:

-الإلمام بأكثر من لعبة والتنويع في إستخدامها خلال الحصة التدريبية.

-ضرورة إستعمال الألعاب الشبه الرياضية في الحصة التدريبية خاصة لكون اللاعب في هذه المرحلة العمرية بحاجة غلى اللعب للنمو السليم لشخصيته في جميع جوانبها.

-توعية اللاعبين بأهمية الحصة التدريبية بشكل عام والألعاب الشبه الرياضية بشكل خاص.

-أخذ البرنامج المقترح للألعاب الشبه الرياضية كأداة ضرورية داخل الحصة التدريبية.

-الإهتمام بالألعاب الشبه الرياضية من طرف الوزارة الوصية من خلال إدماجها في الوحدات التدريبية.

-قيام مفتش المادة بزيارات للمدربين والحث على استعمال الألعاب الشبه الرياضية المقترحة كوسيلة لتنمية مختلف القدرات للاعبين وجلبهم للحصة التدريبية.

-ضرورة إستعمال الألعاب الشبه الرياضية في كل من الرياضات الفردية والجماعية.

-ضرورة تحسيس المدربين بأهمية الألعاب الشبه الرياضية في تحسين علاقة اللاعبين فيما بينهم أثناء الحصة التدريبية.

-كما نوصي المسؤولين عن التدريب بالإهتمام بتزويد المؤسسات التدريبية بالأدوات الرياضية التي تتيح للاعبين مزاوله الأنشطة الرياضية بكل حرية.

\_ يجب تحديد أهداف التدريب والتي هي من عناصر الألعاب الشبه الرياضية لما لها من تأثير على تطوير المهارات الهجومية للاعبين في كرة اليد.

\_ تحديد وتقسيم التوقيت الزمني للألعاب الشبه الرياضية وتسطير برامج التدريب.

-أكد معظم المدربين أن الألعاب الشبه الرياضية هي الأسلوب الأنجع للوصول إلى الأداء المهاري الجيد بما فيها المهارات الهجومية.

-إن الأسلوب المنتهج من طرف المدرب يؤثر بشكل كبير على عملية الرفع من مستوى المهارات الهجومية للممارسين.

\_ المرحلة العمرية لفئة أقل من 13 سنة تناسب تطوير المهارات الهجومية والرفع من مستواه, وهذا الأخير مرتبط بتطبيق الألعاب الشبه الرياضية.

ونقول في النهاية أن الفرضيات المقترحة جاءت في سياق النتائج المحصل عليها وقد أكده ما جاء من خلال أجوبة المدربين.

### الخاتمة:

يمكن استخلاص مما سبق أن الألعاب الشبه الرياضية في التدريب الرياضي لما توليه من أهمية كبيرة في الوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات وكذا الرفع من مستوى المهارات الهجومية للاعبين كرة اليد فئة أقل من 13 سنة كما يعتبر منهج تدريبي حديث، حيث أخذ في الآونة الأخيرة اهتماما بالغا من طرف المدربين في هذا المجال الرياضي إذ أنه يساعد على الرفع من الأداء الرياضي للاعب والوصول بالفريق إلى تحقيق النتائج وحصد الألقاب.

وهذا الاهتمام المتزايد بالألعاب الشبه الرياضية في التدريب جعل منه جزء أساسي من أي نشاط رياضي، وهو بمثابة الهيكل الرئيسي الذي يحدد مسار الفريق، كونه عبارة عن نظرة مستقبلية مسبقة مبنية على أساس معطيات موجودة وأهداف موضوعية لمواجهة التغيرات المستقبلية.

ونستطيع القول أن ما توصلنا إليه في هذه الدراسة يمكن أن يكون دعما للمختصين في رياضة كرة اليد خاصة وكذا مجال التدريب الرياضي عامة، ويعمل على تشجيع ممارسة هذه الرياضة بالطريقة المنهجية والهادفة من طرف الرياضيين ويأخذ بيدهم إلى النجاح.

## قائمة المصادر والمراجع:

- 01-العيداني محمد الصغير سنة 2007/2006
- 02-يوسف بكوش، قاموس الكافي ط5، الجزائر: سنة 2012-2013، ص26
- 03-علي فهمي البيك و أبو زيد، 2008، ص05
- 04-ياسر محمد حسن دبور، 1996.، ص22
- 05-وديع ياسين التكريتي، المرشد في الألعاب الصغيرة لكافة المراحل الدراسية، الطبعة الأولى، دار الوفاء لدنيا للطباعة والنشر الإسكندرية 2012 ص44، 42، 19،
- 06-ألين وديع فرح، خبرات في الألعاب للصغار والكبار، ط2 مطبعة المعارف الإسكندرية، 2002، ص 26، 293، 294
- 07-سوزانا ميلر:ترجمة حسن عيسى، سيكولوجية اللعب، عالم المعرفة للتوزيع والنشر الكويت، 1987، ص192
- 08-زكية إبراهيم و كامل مصطفى سايح:الوسيط في الألعاب الصغيرة، ط1 دار الوفاء لدنيا للطباعة والنشر الإسكندرية، 2007، ص29، 30، 45
- 09-حسن السيد أبو عبده، أساسيات التدريس التربوية الحركية البدنية، ط1 مكتبة ومطبعة الإشعاع، 2001، ص156، 157
- Rachid AOUDia les jeux prés sportifs dans la formation en hand\_ball-10 sous la direction de p.konstany I.E.P.S juin 1986 p5
- 11-بوغدة نواري و عمارة نور الدين واخرون، أهمية الألعاب الرياضية الجماعية تحت إشراف الأستاذ عمارة مسعود، دورة جوان، ص22
- Chachoua Brahim\_Meseausi Braham\_Benthala sid Ahmed  
Mémoire-12 Etude comparative de deux méthodes  
d'entrainements sous la direction de Mr\_laloui kuine 1991\_1992  
p38

- 13- عصام الدين متولي عبد الله، مدخل في أسس وبرامج التربية الرياضية، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر والتوزيع الإسكندرية، 2011، ص151، 156، 158
- 14- مصطفى السايح محمد، إتجاهات حديثة في تدريب التربية البدنية والرياضية، الطبعة الأولى مكتبة الإشعاع الإسكندرية، 2001، ص120
- 15- كمال عبد الحميد وزينب فهمي، كرة اليد للناشئين وتلامذة المدارس، دار الفكر العربي القاهرة، 1978، ص36، 37
- 16- عبد العزيز فهمي، (1994) ، مبادئ الإحصاء الجامعة الجزائرية ديوان المطبوعات.
- 17- وديع التكويني ، (1986) ، الأعداد التدني للنساء دار الكتاب للطباعة والنشر جامعة الموصل بغداد.
- 18- صبحي أحمد قبالن، 2012. ص50
- 19- قيرنوفيك وآخرون، سنة1982 ص62
- 20- صبحي أحمد قبالن سنة2012 ص53، 52
- 21- أحمد محمد خاطر، عمي فيمي البيك، سنة1996، ص507، 506
- 22- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، ص353، سنة1995
- 23- موقف اسعد محمود، سنة 2011 ، ص22، 21.

جامعة عبد الحميد ابن باديس " مستغانم"  
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
قسم التدريب الرياضي



## رِسْتِمَارَةٌ إِسْتِبْيَانٌ مَوْجَهَةٌ لِّلْمُدْرِبِينَ

فِي إِطَارِ إِجْرَازِ بَحْثٍ لِنَيْلِ شَهَادَةِ الْمَاسْتَرِ فِي عِلْمِ وَتَقْنِيَّاتِ النِّشَاطَاتِ الْبَدْنِيَّةِ  
وَالرِّيَاضِيَّةِ فَرَعِ تَحْضِيرِ بَدْنِي رِيَّاضِي تَحْتِ عِنْوَانِ "دَوْرِ الْأَلْعَابِ الشَّبَهِ الرِّيَاضِيَّةِ  
لِدَى الْمُدْرِبِينَ فِي تَحْسِينِ الْمَهَارَاتِ الْهَجُومِيَّةِ لِّلْعَاجِبِ كُرَةِ الْيَدِ" نَرْجُو مِنْ سَيَادَتِكُمْ  
مَلْءَ هَذِهِ الْإِسْتِمَارَةَ بِصَدَقٍ وَمَوْضُوعِيَّةٍ وَنَتَعَهَّدُ أَنْ كَامَلَ الْبَيَّانَاتِ الْمَجْمُوعَةَ بِوِاسِطَةِ  
هَذِهِ الْإِسْتِمَارَةِ سَتَكُونُ سَرِيَّةً وَلَا تَسْتُخْدَمُ إِلَّا لِأَغْرَاضِ عِلْمِيَّةٍ بَحْثِيَّةٍ، وَشَكَرًا عَلَيَّ  
تَعَاوَنِكُمْ.

الرجاء وضع علامة (+) أمام الإجابة الصحيحة.

1- هل تطبق الألعاب الشبه الرياضية في الحصة التدريبية الرياضية؟

نعم  لا

2- هل الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء حصة التدريب تتماشى مع قدرات اللاعبين؟

نعم  لا

3- هل تعتبر الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء الحصة التدريبية هامة للاعبين؟

نعم  لا

4- هل تنتقون نوعية الألعاب الشبه الرياضية التي تخدم أهداف الحصة؟

نعم  لا

5- هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية المقترحة في رفع مستوى بعض المهارات الهجومية للاعبين أثناء ممارستهم لها؟

نعم  لا

6- ما هو الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه الرياضية في الحصة التدريبية الرياضية؟

التسخين والزيادة في الحماس  تحسين المهارات الهجومية   
الترويح

7- في رأيك هل للألعاب الشبه الرياضية أثر على اللياقة البدنية للاعبين؟

نعم  لا

8- هل يشعر اللاعبون بالارتياح والمتعة عندما تحتوي الحصة التدريبية على مجموعة كبيرة من الألعاب الشبه الرياضية؟

نعم  لا

9- كيف ترى الحصة التدريبية بدون الألعاب الشبه الرياضية؟



عادية

مملة

نشطة

10- كيف ترى الالعب الشبه الرياضيه أثناء الحصة التدريبيه الرياضيه؟

تعليميه

تربويه

ترفيهيه

11- هل ترى أن الالعب الشبه الرياضيه تحفز الاعميين على الإقبال على الحصة التدريبيه؟

لا

نعم

12- هل يمكن من خلال الالعب الشبه الرياضيه تعليم وتطوير مهارة التنطيط في كرة اليد؟

لا

نعم

13- هل عند التخطيط لمهارة معينه تجدون صعوبه في إيجاد الالعب الشبه الرياضيه التي تخدم تلك المهارة؟

لا

نعم

14- هل يلزمنا وسائل كثيره لتعلم المهارات الهجوميه في كرة اليد في الالعب الشبه الرياضيه؟

لا

نعم

15- حسب رأيك ما هي أفضل طريقه التي يستوعب بها الاعميين أكثر للمهارات؟

التمرينات الرياضيه

الالعب الشبه الرياضيه

الإثنين معاً

16- ماهي الفتره التي تستخدم فيها الالعب الشبه الرياضيه؟

وسط الحصة

بدايه الحصة

نهايه الحصة

17- مامدى فعاليه الالعب الشبه الرياضيه لإكتساب الرياضي المهارة الهجوميه؟

فعالية

فعالية بنسبة متوسطة

فعالية بنسبة كبيرة

بنسبة ضعيفة

18- كيف نختار الألعاب الشبه الرياضية؟

حسب النشاط

حسب الهدف

رأي اخر