

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة تخرج مقدمة ضمن من متطلبات نيل شهادة ليسانس

الشعبة: علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

التخصص: تدريب رياضي تنافسي

دور الألعاب الشبه رياضية في رفع المستوى المهاري الحركي في كرة اليد

من وجهة نظر المدربين

تحت إشراف:

مسالتي لخضر

مقدمة من طرف الطالبان:

بعلي عبد العالي

عماري خالد

السنة الجامعية: 2021-2022

شكر وتقدير

في البداية، الشكر والحمد لله، جل في علاه فأليه ينسب الفضل كله في إكمال
– و الكمال يبقى للكمال وحده- هذا العمل.

فإننا نتوجه إلى أستاذنا الدكتور مساليتي لخضر

بالشكر والتقدير الذي لن تفيه أي كلمات حقه، على قبوله هذا العمل وعلى
نصائحه وتوجيهاته السديدة وعلى تشجيعه لنا على إكمال هذا العمل



إهداء

الحمد لله رب العالمين و الصلاة و السلام على خاتم الأنبياء و المرسلين

أهدي هذا العمل الى:

من ربتي و أنارت دربي، الى أغلى انسان أمني حفضها الله و أطال في عمرها...

الى من عمل بكده في سبيلي و علمني معنى الكفاح و أوصلني الى ما أنا عليه أبي

الكريم أدامه الله لي.....

الى أخواتي.....

إلى كل عائلة بعلي.....

الى جميع الأصدقاء و نعمة الأصدقاء.....

.... الى كل الأساتذة

إهداء

اهدي هذا العمل المتواضع الى امي التي احيا لها و اعيش من اجلها.....

.....الى ابي الذي ضحى من اجلي

..... الى اخوتي اعز الناس الي

..... و الى كل من عائلتي عائلة عماري خالد

..... الى كل من اصدقائي الاحياء و الاعزاء

..... الى كل من امدني بالروح المعنوية و ساعدني في هذا المشوار

من قريب و من بعيد..... و الى كل من هم قريون الى قلبي

..... و الى كل اساتذتي الكرام

عماري خالد

الملخص:

تناولت هذه الدراسة موضوع دور الألعاب الشبه رياضية في رفع المستوى المهاري الحركي للاعبي كرة اليد وخصت في هذا البحث لبعض مدربي كرة اليد في ولاية (مستغانم غليزان تنس بشار.معسكر) ودرست العلاقة بين الألعاب الشبه رياضية والكفاءات المهارية للاعبي كرة اليد واستعملنا المنهج الوصفي في هذه الدراسة وهو المنهج المناسب لمثل هذه الدراسة لهذا قمنا بتوزيع الاستبيان على سبعة عشر مدرب لكرة اليد من أجل اثبات أو نفي الفرضية العامة وهي لالاعاب الشبه رياضية دور في رفع المستوى المهاري الحركي للاعبي كرة اليد .

والفرضيات الجزئية هي :

_تساهم الألعاب الشبه رياضية في رفع المستوى المهاري الحركي للاعبي كرة اليد

_ لالاعاب الشبه رياضية دور في رفع القدرات الحسية والإدارية الحركية لدى لاعبي كرة اليد .

وبعد تحليل ومناقشة النتائج تم تأكيد صحة هذه الفرضيات وهي ان لالاعاب الشبه رياضية دور في رفع المستوى المهاري الحركي للاعبي كرة اليد

الكلمات المفتاحية:

الألعاب الشبه رياضية . المهارات الحركية . لاعبي كرة اليد . المدرب الرياضي .

فهرس المحتويات

2.....	شكر وتقدير.....
3.....	إهداء.....
4.....	إهداء.....
5.....	المخلص:.....
6.....	فهرس المحتويات.....
10.....	قائمة الجداول.....
11.....	قائمة الاشكال.....
أ.....	مقدمة:.....

الإطار المنهجي

4.....	مقدمة:.....
5.....	1. الإشكالية:.....
6.....	. الفرضيات:.....
7.....	3. أهمية البحث:.....
7.....	4. أهداف البحث:.....
7.....	6. تحديد المصطلحات:.....
8.....	7. الدراسات السابقة:.....
12.....	الجانب النظري.....

الفصل الأول: الألعاب الشبه رياضية

14	تمهيد
14	1. تعريف اللعب
15	2. وظائف اللعب
17	3. أنواع اللعب:
19	4. أهداف اللعب:
20	5. نظريات اللعب:
22	6. تعريف الألعاب الشبه الرياضية:
22	7. أهمية الألعاب الشبه رياضية:
23	8. أقسام الألعاب الشبه الرياضية:
23	9. تصنيفات الألعاب الشبه رياضية:
26	خلاصة

الفصل الثاني: الأداء المهاري الحركي

28	تمهيد:
28	1. الأداء الحركي:
30	2. الأداء المهاري
31	3. المهارة الحركية.
32	4. العلاقة بين المهارة والقدرة التوافقية:
33	5. مفهوم المهارة الحركية:

33 6. أنواع المهارات الحركية:

34 7. تعلم المهارات الحركية:

35 خلاصة:

الفصل الثالث: كرة اليد

37 تمهيد:

37 1. مفهوم كرة اليد:

37 2. المبادئ الأساسية لكرة اليد:

38 3. متطلبات الأداء في كرة اليد:

44 خلاصة:

الجانب التطبيقي

الفصل الأول: الإجراءات الميدانية للدراسة

47 تمهيد:

47 1. الدراسة الاستطلاعية:

47 2. منهج البحث:

48 3. عينة البحث:

48 4. متغيرات الدراسة:

48 5. مجالات الدراسة:

49 6. أدوات الدراسة:

49 7- الآداة الإحصائية:

51 خلاصة:

الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

53 1. عرض و تحليل نتائج البيانات الشخصية.

54 2. عرض و تحليل نتائج المحور الأول.

63 3. عرض و تحليل نتائج المحور الثاني:

70 4. مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات.

71 5. الاستنتاجات:

74 خاتمة:

76 ملاحق.

قائمة الجداول

الجدول رقم: (1) : جنس العينة	53
الجدول رقم: (2) : المستوى التعليمي	53
الجدول رقم: (3) : يوضح إن كان اللاعبين يكتسبون صفات حركية جديدة في كرة اليد عند ممارسة الألعاب الشبه رياضية	54
الجدول رقم: (4) : يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تساهم في الأداء الجيد للحركة.	55
الجدول رقم: (5) : معرفة إن كانت الألعاب الشبه رياضية ضرورية في اكمال عملية تعلم كرة اليد ...	56
الجدول رقم: (6) : الطريقة التي يستوعب بها اللاعبين أكثر للمهارات	57
الجدول رقم: (7) : يوضح وجهة نظر المدربين الحصة التدريبية دون الألعاب الشبه رياضية	59
الجدول رقم: (8) : الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه رياضية في الحصة التدريبية	60
الجدول رقم: (9) : وجهة النظر إن كانت الألعاب الشبه رياضية تحفز اللاعبين الإقبال على الحصة التدريبية	61
الجدول رقم: (10) : توضح إن كان المدربين أثناء التخطيط لمهارة يجدون صعوبة في إيجاد الألعاب الشبه رياضية التي تخدم تلك المهارة.	62
الجدول رقم: (11) : يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تتماشى مع القدرات الحسية للعب كرة اليد	63
الجدول رقم: (12) : الجانب التي تؤثر فيه الألعاب الشبه رياضية بشكل أكبر	64
الجدول رقم: (13) : يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تخدم الجانب الحسي، الحركي، اجتماعي	65
الجدول رقم: (14) : يوضح إن كان للألعاب الشبه رياضية أهمية في تنمية الجانب الحسي الحكي لدى ناشئي كرة اليد سن من (11-13)	66
الجدول رقم: (15) : يوضح مدى فعالية الألعاب شبه رياضية في رفع مستوى القدرات الإدراكية الحركية لدى لاعبي كرة اليد	67
الجدول رقم: (16) : كيفية اختيار الألعاب الشبه رياضية	68
الجدول رقم: (17) : معرفة إن كانت الألعاب الشبه رياضية ترفع سرعة الاستجابة لدى اللاعبين	69

قائمة الأشكال

53	الشكل رقم (1): جنس العينة
54	الشكل رقم (2): المستوى التعليمي
55	الشكل رقم (3): يوضح إن كان اللاعبين يكتسبون صفات حركية جديدة في كرة اليد عند ممارسة الألعاب الشبه رياضية
56	الشكل رقم (4): يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تساهم في الأداء الجيد للحركة.
57	الشكل رقم (5): معرفة إن كانت الألعاب الشبه رياضية ضرورية في اكمال عملية تعلم كرة اليد
58	الشكل رقم (6): الطريقة التي يستوعب بها اللاعبين أكثر للمهارات
59	الشكل رقم (7): يوضح وجهة نظر المدربين الحصة التدريبية دون الألعاب الشبه رياضية
60	الشكل رقم (8): الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه رياضية في الحصة التدريبية
61	الشكل رقم (9): وجهة النظر إن كانت الألعاب الشبه رياضية تحفز اللاعبين الإقبال على الحصة التدريبية
62	الشكل رقم (10): توضح إن كان المدربين أثناء التخطيط لمهارة يجدون صعوبة في إيجاد الألعاب الشبه رياضية التي تخدم تلك المهارة.
63	الشكل رقم (11): يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تتماشى مع القدرات الحسية للعب كرة اليد ..
64	الشكل رقم (12): الجانب التي تؤثر فيه الألعاب الشبه رياضية بشكل أكبر
65	الشكل رقم (13): يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تخدم الجانب الحسي، الحركي، اجتماعي.
66	الشكل رقم (14): يوضح إن كان للألعاب الشبه رياضية أهمية في تنمية الجانب الحسي الحكي لدى ناشئي كرة اليد سن من (11-13)
68	الشكل رقم (15): يوضح مدى فعالية الألعاب شبه رياضية في رفع مستوى القدرات الإدراكية الحركية لدى لاعبي كرة اليد
69	الشكل رقم (16): كيفية اختيار الألعاب الشبه رياضية
70	الشكل رقم (17): معرفة إن كانت الألعاب الشبه رياضية ترفع سرعة الاستجابة لدى اللاعبين

مقدمة

مقدمة:

إن مفهوم التربية البدنية والرياضية المعاصرة وتداولها العصري يتخطى مجرد كونها بعض الألعاب و التمرينات و الحركات التي كان البعض يعتمد عليها على أنها واجب حتمي على اللاعب أن يؤديه مرة في الأسبوع، لقد تغير هذا المفهوم تغيرا جذريا حيث أصبحت التربية البدنية أنها كيفية العلوم الحيوية الأخرى هدفها الرتقاء بالفرد و المجتمع. (محمد الصغير سنة 2006. 2007)

أصبحت لعبة كرة اليد تثير اهتمام الملايين من شعوب العالم و قد احتلت جزءا كبيرا في مجال تطور الإنجازات الرياضية و هذا لكونها من الألعاب الرياضية المشهورة و الشعبية، حيث الوصول إلى مستوى العالمي في هذه اللعبة يتطلب وقتا طويلا من التدريب المنظم و المستمر و هذا حسب المميزات و المراحل العمرية المختلفة.

و هذه اللعبة تتطلب من اللاعبين مهارات الحركية للتحكم في مسك الكرة و القيام بحركات مفاجئة حركية من المهارات أساسية و فريضة، و لتقليل هذه المهارات خاصة للناشئين يعتمد المدربون على عدة طرق و مناهج منها استخدام اللعب، إن مفهوم اللعب يتخطى كونه مجرد الألعاب و تمرينات و حركات لترفيه التسلية كونه يعد نشاطا مهما يمارسه الأفراد، إذ يسهم بدور حيوي في تكوين شخصية الطفل بأبعادها و سماتها كافة، و هو يعتبر وسيطا تربويا مهما يعمل على تعليمه و نموه، و يشبع احتياجاته، كما يكشف أمامه أبعاد العلاقات الاجتماعية و التفاعلية القائمة بين الناس. (ادريسي إسماعيل سنة 2010 2011).

وبما أن الألعاب الشبة رياضية تتميز بتعدد المهارات المستعملة فيها، و التي من خلال الأداء الصحي و الكامل لها يصل الفرد إلى الأداء الحركي المتميز، و هناك عدة طرق لتطوير هذه المهارات الحركية في كرة اليد نخص بالذكر الألعاب الشبة رياضية التي تعتبر إحدى الطرق التي يستعملها المربين في حصة التربية البدنية و الرياضية لما تشكله من إمكانية تحسين المهارات الحرة لدى أطفال النادي.

حيث قسمنا الدراسة الى البابين الباب الأول الدراسة النظرية التي تحتوي على فصول حيث تمثل الفصل الأول في الألعاب الشبه رياضية. اما الفصل الثاني تمثل في الكفاءة المهارية. وكرة اليد. واما الباب الثاني الدراسة التطبيقية و قسمنها الى فصلين تمثل الفصل الأول في الإجراءات الميدانية للدراسة اما الفصل الثاني تمثل في عرض وتحليل النتائج و في الاخير تطرقنا الى التوصيات و الخاتمة العامة.

الإطار المنهجي

مقدمة:

إن مفهوم التربية البدنية و الرياضية المعاصرة و تداولها العصري يتخطى مجرد كونها بعض الألعاب و التمرينات و الحركات التي كان البعض يعتمدها على أنها واجب حتمي على اللاعب أن يؤديه مرة في الأسبوع، لقد تغير هذا المفهوم تغيرا جذريا حيث أصبحت التربية البدنية أنها كيفية العلوم الحيوية الأخرى هدفها الرتقاء بالفرد و المجتمع.

أصبحت لعبة كرة اليد تثير اهتمام الملايين من شعوب العالم و قد احتلت جزءا كبيرا في مجال تطور الإنجازات الرياضية و هذا لكونها من الألعاب الرياضية المشهورة و الشعبية، حيث الوصول إلى مستوى العالمي في هذه اللعبة يتطلب وقتا طويلا من التدريب المنظم و المستمر و هذا حسب المميزات و المراحل العمرية المختلفة.

و هذه اللعبة تتطلب من اللاعبين مهارات الحركية للتحكم في مسك الكرة و القيام بحركات مفاجئة حركية من المهارات أساسية و فريضة، و لتقليل هذه المهارات خاصة للناشئين يعتمد المدربون على عدة طرق و مناهج منها استخدام اللعب، إن مفهوم اللعب يتخطى كونه مجرد الألعاب و تمرينات و حركات لترفيهه التسلية كونه يعد نشاطا مهما يمارسه الأفراد، إذ يسهم بدور حيوي في تكوين شخصية الطفل بأبعادها و سماتها كافة، و هو يعتبر وسيطا تربويا مهما يعمل على تعليمه و نموه، و يشبع احتياجاته، كما يكشف أمامه أبعاد العلاقات الاجتماعية و التفاعلية القائمة بين الناس.

و بما أن الألعاب الشبة رياضية تتميز بتعدد المهارات المستعملة فيها، و التي من خلال الأداء الصحي و الكامل لها يصل الفرد إلى الأداء الحركي المتميز، و هناك عدة طرق لتطوير هذه المهارات الحركية في كرة اليد نخص بالذكر الألعاب الشبة رياضية التي تعتبر إحدى الطرق التي يستعملها المربين في حصة التربية البدنية و الرياضية لما تشكله من إمكانية تحسين المهارات الحرة لدى أطفال النادي.

1. الإشكالية:

نظرا للتطور السريع الذي شهدته العديد من مجالات الحياة، سواء كانت العلمية منها أو المعرفية خاصة لتلك المتعلقة بالمجال التربوي و ذلك لما له من أهمية بالغة في تكوين أفراد المجتمع تكوينا متكاملًا يساعده على التكيف و مسايرة العصر في تطوره الفكري و العلمي.

و بما أن التربية العامة هي إعداد الفرد للحياة في جميع المجالات، و ذلك من خلال الأنشطة البدنية و المعرفية و الحركية و الثقافية و التربوية ليتحملوا مسؤولياتهم نحو انفسهم و أجسامهم و حياتهم الشخصية و الاجتماعية لينشؤوا مواطنين صالحين ينفعون أنسفسهم و يخدمون أوطانهم.

فالتربية البدنية و الرياضية عبارة عن مجموعة من الأنشطة الأساسية التي لها علاقة بالمستوى الاجتماعي و السياسي و الاقتصادي حيث أصبحت جزءا هاما في حياة الفرد كما تعمل على إعطاء ركائز متينة في أركان المجتمع السوي و ذلك لكونها البنية إلى العناية بالكفاءة البدنية أي صحة الجسم و نشاطه و رشاقته كما تهتم بنمو الجسم و قيام أجهزته بوظائفها. (محمد السوري 2005)

أصبحت لعبة كرة اليد تثير اهتمام الملايين من شعوب العالم و قد احتلت جزءا كبيرا في مجال تطور الإنجازات الرياضية و هذا لكونها من الألعاب الرياضية المشهورة و الشعبية، حيث الوصول إلى المستوى العالمي في هذه اللعبة يتطلب وقتا طويلا من التدريب المنظم و المستمر و هذا سحب المميزات و المراحل العمرية المختلفة.

و هذه اللعبة تتطلب من اللاعبين مهارات الحركية للتحكم في مسك الكرة و القيام بحركات مفاجئة من المهارات أساسية و فرعية، و لتلقين هذه المهارات خاصة ، أي أنه يعتمد المدربون على عدة طرق و مناهج منها استخدام العب، إن مفهوم اللعب يتخطى كونه مجرد الألعاب و تمرينات و حركات لترفيهه التسلية كونه يعد نشاطا مهما يمارسه

الأفراد، إذ يسهم بدور حيوي في تكوين شخصية الطفل بأبعادها و سماتها كافة. (الشامل في كرة اليد 2004)

فالألعاب الشبة رياضية تساعد في الألعاب الجماعية مثل لعبة كرة اليد كونها تحتاج كامل تعداد الفريق أثناء التدريب عليها و كل فرد من التلاميذ مهم كونها لا تقوم بإظهار الفروق الفردية و كل واحد ضروري مهما كانت قوته و المكانة التي يحتلها داخل الجماعة فمثلا عند تنمية مهارة التحكم بالكرة أو سرعة رد الفعل في كرة اليد فهي مهارات تمارس على شكل ألعاب شبه رياضية كونها تسهل من مهمة اللاعبين في استيعاب التمرين و انتشار المرح و السرور و يختلف جو من المرح و هذا ما يساعد اللاعبين على إتقان تلك المهارة و يصبح قادرا على التحكم في الكرة و ينمي قدرات حركية أخرى كالسرعة، الرشاقة، المرونة.

ومن هنا يتبادر إلى أذهاننا في طرح إشكالية بحثنا هذا:

هل للألعاب الشبة رياضية دور في تحسين المهارات الحركية في كرة اليد من وجهة نظر المدربين؟

التساؤلات الجزئية.

-هل تساهم الألعاب شبه رياضية في رفع الأداء المهاري الحركي للاعبين كرة اليد من وجهة نظر المدربين؟

-هل للألعاب الشبه رياضية دور في رفع القدرات الحسية الإدراكية الحركية للاعبين

كرة اليد من وجهة نظر المدربين؟

. الفرضيات:

1.2 الفرضية العامة:

للألعاب الشبه رياضية دور في تحسين الجانب المهاري الحركي للاعبين كرة اليد من وجهة نظر المدربين

4. الفرضيات الجزئية

تساهم الألعاب الشبه رياضية في رفع الأداء المهاري الحركي للاعبين كرة اليد - للألعاب الشبه رياضية دور في رفع الأداء القدرات الحسية الإدراكية للاعبين كرة اليد من وجهة نظر المدربين

3. أهمية البحث:

- لفت انتباه المربين في المجال الرياضي إلى أهمية استخدام الألعاب الشبه رياضية في حصص التربية البدنية و الرياضية
- إبراز أهمية الألعاب الشبه رياضية في تنمية المهارات الحركية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية

4. أهداف البحث:

نسى من خلال بحثنا هذا على إبراز الأهداف التالية:

- إبراز دور الألعاب الشبه رياضية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية في تنمية بعض المهارات الحركية بصفة عامة.
- الكف على أهمية الألعاب الشبه رياضية في تنمية المهارات الحركية أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.
- التعرف على مدى مساهمة الألعاب الشبه رياضية و تحسين المهارة الحركية.
- التعرف على مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية و تحسين المهارة الحركية في كرة اليد.

6. تحديد المصطلحات:

اللعبة: هو الوسيلة التي تسمح باكتشاف الأشياء و العلاقات الموجودة بينها و يسمح بالتدريب على الأدوار الاجتماعية كما أنه يخلص الطفل انفعالاته السلبية و مراعاته توتره على إعادة التكيف. (1 عبد العالي الدرعي، 1989، ص 36)

الألعاب الشبه رياضية:

الألعاب الشبه رياضية هي مجموعة من النشاطات التي تكسو بطابع اللهو و المرح و الترفيه بطريقة نشطة و مرحة.

و يرى boch 1978 أن الألعاب الشبه رياضية تمثل نشاط خاص بالأطفال و يأخذ عدة أشكال حسب الأعمار و تحظى بطابع المنافسة في إطار اللهو و المرح.(إلين وديع فرج، ، 2002، ص 26).

المهارات الحركية في كرة اليد:

لمهارات الأساسية لأي لعبة من الألعاب هي الركيزة القوية التي تبني عليها اللعبة، و يعتمد نجاح اللاعب أو الفريق و تقدمه إلى حد كبير على إتقان هذه المهارات و لديه القدرة الكافية على تنفيذها تحت مختلف الظروف التي يمكن مواجهتها أثناء المنافسات دون تعب أو ضغوط نفسية، فالإتقان الصحيح لهذه المهارات سوف تعمل على الارتقاء بالمستوى المطلوب و كرة اليد من الألعاب التي لها مبادئها و مهاراتها الأساسية و التي تعد الركن الأساس و الفعال في تحقيق الفوز للفريق، و لهذا فان عامل المهارات الحركية الأساسية للعبة . يعد من أهم تلك العوامل و أكثرها حساسية لان الإعداد البدني و الخططي و النفسي لا قيمة له دون مهارات حركية. (زراوي عزيز، 2019، ص 05).

7. الدراسات السابقة:

الدراسة الأولى:

دراسة كل من جنطي طيبحت عنوان " تأثير الألعاب الشبه رياضية في تعلم بعض المهارات الأساسية في رياضة كرة اليد عند الناشئين ذكور "

استخدم المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين و تجريبية و ضابطة، تكون مجتمع الأصل من لاعبي كرة اليد المسجلين في الرابطة الولائية لكرة اليد لولاية معسكر من المرحلة العمرية (09-12) جنس ذكور بتعداد (342) لاعب. كان الهدف من الدراسة معرفة تأثير الألعاب الشبه رياضية في تعلم المهارات الأساسية (التمرير، التنطيط، الاستقبال، التصويب) في رياضة كرة اليد عند الناشئين. توصلت هذه الدراسة إلى:

- حقق البرنامج التدريبي باستخدام الألعاب الشبه رياضية تطورا إيجابيا بين الاختبارات القلي و البعدي و لصالح المجموعة التجريبية في الاختبارات الثلاث.
- حقق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الشبه الرياضية تطورا إيجابيا في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة و التجريبية و لصالح المجموعة التجريبية و هذا يدل على تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام الألعاب الشبه الرياضية في تطور مستوى بعض المهارات الأساسية (التمرير و الاستقبال، التنطيط، التصويب) لدى عينة البحث.

الدراسة الثانية:

دراسة كل من حساني حميد - بشيري محمد و بلحامدي سليم بعنوان " دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية القدرات العقلية و الحركية لأطفال الروضة". و قد اعتمدوا على المنهج الوصفي التحليلي كان الهدف من هذه الدراسة هو إبراز الوظيفة الفعالة التي لبعها الروضة في حياة الطفل ما قبل المدرسة، و تأثيرها على مختلف جوانب نموه خاصة الجانب العقلي و الحركي. و قد توصلت هذه الدراسة إلى نتيجة مفادها، أن للألعاب الشبه رياضية أهمية بالغة في حياة الطفل لفاليتها في تحقيق الأهداف البدنية و العقلية التي يكسبها الطفل، بحيث تسمح هذه الأنشطة المقترحة في الروضة في تحقيق قدرات عقلية حركية تسهل صقلها في المرحلة الابتدائية و الأساسية مستقبلا.

الدراسة الثالثة:

دراسة كل من زراوي عزيز، تحت عنوان " دور الألعاب الشبة رياضية في تحسين

المهارات الحركية في كرة اليد لدى تلاميذ طور المتوسط"

اعتمد على المنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جميع البيانات الميدانية ،

كان الهدف من الدراسة هو التعرف على مدى مساهمة الألعاب الشبة رياضية و تحسين

المهارة الحركية في لدة تلاميذ الطور المتوسط.

توصلت هذه الدراسة إلى النتائج لتالية:

• أن للألعاب الشبة رياضية أهمية في تطوير المهارات الحركية لدى تلاميذ الطور

المتوسط.

• كما أنها تساعد الأساتذة على تحقيق أهدافهم البيداغوجية من خلال تقليلها من

مشكل العتاد و كثرة عدد التلاميذ الممارسين.

• الألعاب الشبة رياضية تسهل على التلاميذ تعلم مختلف التقنيات و المهارات

الحركية في كرة اليد.

تعليق على الدراسات السابقة :

استخدمت الدراسات السابقة التي اشرنا اليها مزيجا بين المنهج الوصفي والمنهج التجريبي

وهما المنهجان المناسبان لمثل هذا النوع من الدراسات والتي تعتمد على تقييم الأداء وكشف

القدرات وكذلك كما استخدمت الدراسات السابقة أيضا أدوات البحث لجمع المعلومات

كالاستبيان وهذا ما افادنا في

. تجنب بعض المشاكل المعيقة في البحث وتشكيل برنامج للقيام بالعمل على احسن وجه

. اختيار المنهج والعينة وأدوات جمع البيانات المناسبة

. كيفية اختيار القوانين والمعادلات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث

. كيفية عرض وتحليل النتائج

هذا وكانت أوجه التشابه بين الدراسات السابقة والدراسات الحالية تتمثل في المنهج المتبع وهو المنهج الوصفي وكذلك مجتمع البحث والعينة وهما مدربين كرة اليد وكذلك الأدوات المستعملة (الاستبيان)

وأما بالنسبة لأوجه الاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسات الحالية تمثلت في حجم العينة وطريقة اختيارها وكذلك أساليب الإحصاء ز.

وكما حرصنا على ان تكون دراستنا مكملة من جهة أخرى وهو اننا قمنا بدراسة دور الألعاب الشبه رياضية في الرفع المستوى المهاري الحركي في كرة اليد من وجهة نظر المدربين أي انا دراستنا جاءت بأسلوب جديد وهو دراسة رفع المستوى المهاري الحركي للاعبين كرة اليد

الجانب النظري

الفصل الأول: الألعاب الشبه رياضية

تمهيد

اللعب بلا شك هو الوسيلة التي يكتشف بها الإنسان الخبرات المتنوعة في مختلف الأوضاع لمختلف الأعراض، فبواسطته يتعامل الطفل مع الأشياء كأنها كائنات تمتلك معاني محددة، و لهذا فإن الطفل من خلال اللعب يكتشف اتجاهاته و يختبرها كما يساعده في الاقتراب من الراشد و يزيد من جرأته الحسية و الحركية و اللغوية و يمتص طاقته الزائدة و يعد للنشاط الجديد و يخفف من حدته الانفعالية.

1. تعريف اللعب

هناك تعريفا مختلفة للعب وأخرى معقدة يمكن إيجاز بعضها فيما يلي:

حسب عماد الدين إسماعيل " هو الوسيلة التي تسمح باكتشاف الأشياء و العلاقات الموجودة بينها (عماد إسماعيل، الأطفال ميراث المجتمع، 1986، ص 09).

أما حسن علاوة فيعرفه بأنه النشاط السائد في حياة الطفل مقابل المدرسة كما يساهم بقدر كبير في المساعدة على النمو العقلي و الخلفي و البدني و الجمالي و الاجتماعيين و المتتبع لنمو الأطفال يلاحظ تطور اللعب عندهم و اختلاف باختلاف مراحل النمو" (محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط05، 1983، ص 09).

أما التعريفات اللذان يدلان على مدى تعقيد مفهوم اللعب يتمثلان في " ريدر" حيث نستطيع أن نرى أحد الأطفال يقول لنا أنه يلعب لأن هذا يسره و يفرحه، لكن لا نستطيع الادعاء أن هذا يشرح ظاهرة اللعب.

أما " أوليفر كاميل" يقول مما لا شك فيه أنه لا أحد يستطيع أن ينكر دور اللعب بالنسبة للطفل، فهو يحتاج غليه مثل حاجته إلى الهواء الذي ينفسه كما أنه يساعده على اكتشاف المحيط الذي يعيش فيه و بالتالي يؤهله إلى الاندماج التكيف، أما رغبة الطفل في اللعب فغذا لم يتم تحقيقها في الطفولة بصورة كاملة فإنها تؤثر في شخصيته مستقبلا كمراهق و راشد.

و يعرفه شاطو: " اللعب هو النشوة و حرية التعبير عن الذات "

فاللعب إذن عبارة عن نشاط يسلي يتم بالحركية حيث تكون الألعاب ثابتة أما المضمون فيكون معقول محدودية في الأدوار كما يعرفه العلماء بأنه كل عمل نجد فيه للغرائز الأولية مجالا للظهور و يصبح ضربا من ضروب اللعب و الطفل إذا لم يرضى ميوله و اعترضت رغباته حواجز اعتراه القلق. (زواوي عزيز، دور الألعاب الشبه الرياضية في تحسين المهارات الحركية في كرة اليد لدى تلاميذ طور المتوسط، ، 2018-2019، ص 11).

اللعب هو الوسيلة التي تسمح باكتشاف الأشياء و العلاقات الموجودة بينها و يسمح بالتدريب على الأدوار الاجتماعية كما أنه يلخص انفعالاته السلبية و مراعاته و توتره على إعادة التكيف. (عبد العالي درعين كلنا نلعب، ط01، دار الكتاب، 1989، ص 36).
و يعرفه حامد زهران بأنه سلوك يقوم به الفرد بدون غاية عملية مسبقة و يعد أحد الأساليب التي يعبر الطفل عن نفسه.

فالعب هو رحلة استكشافية تدريجية لهذا العالم المحيط، يعيشه بواقعه بخياله، يتوحد مع عناصره و أدواته و يستجيب لرموزه و معانيه، فإدراك العالم المحيط و التمكن منه التحكم فيه كفيل بان يجعل اللعب نشاطا يشبع حاجات طبيعية فيه حتى تتحقق كل أهمياته و وظائفه، فاللعب يتشابه في كل المجتمعات و يتوقف تنوعه و ثراه على طبيعة المصادر المتاحة له. (خالد عبد الرزاق السيد، سيكولوجية ذوي احتياجات الخاصة، ط01 للكتاب، 2000، ص 17).

2. وظائف اللعب

من الوظائف المعروفة عن اللعب هي أن اللعب يستطيع التعرف على وجوده، بالإضافة على استيعاب القواعد الاجتماعية و الخلقية بجعل الأفراد يحتكون ببعضهم البعض، و ذلك لأنهم يسرقون اكتشاف العلاقات الإنسانية و يوافقون على الخضوع لقواعد المجموعة و من بين هذه الألعاب توجد الألعاب الرياضية التي لها أهمية كبيرة في تطوير القدرات النفسية و الاجتماعية للفرد و من بين اكبر الوظائف نجد:

- يتعلم السلامة والأمن و مبادئ السلوك الاجتماعي.
- إشباع ميول و رغبات التلاميذ نحو الأداء الحركي.
- اكتساب التلاميذ الإحساس بالذوق و الجمال و التعبير الحركي.
- تدريب الحواس مع تنمية القدرة على استخدام الحواس. (سليمان بلال، خديجة ياسين، دور الألعاب الشبه رياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى تلاميذ في الطور الثانوي، 2018-2019، ص 18.)

- تنمية و تطوير الحركات الطبيعية الأساسية.
- اكتساب المهارات الحركية.
- تنمية القيم الخلقية و الاجتماعية
- تنمية عنصر الاتصال الاجتماعي (سليمان بلال، خديجة ياسين، مرجع سابق، ص 19.)

و كذلك للعب وظائف عديدة منها:

أ. الوظيفة الاجتماعية:

يرى **makrenko**: أن جماعات اللعب هي الرابط الأول الذي يربط الطفل بالعلاقة الاجتماعية مع الآخرين التي يخضع فيها الأطفال لقواعد الجماعات، باللعب يمكن للطفل تعلم بعض القواعد الاجتماعية كالاحترام و مساعدة الغير و التعاون و الأخلاق، و هنا تظهر الأهمية في إعطاء الثقة في النفس التي يتولد عنها التأقلم و الاندماج مع أفراد المجتمع بعاداته و قوانينه و أحكامه، فعن طريق اللعب يتمكن الفرد من التموضع داخل البيئة التي يعيش فيها".

ب. الوظيفة الإنسانية:

اللعب ما هو إلا تعبير من الفرد عن حالته النفسية و مشاكله الداخلية و بالتالي يعد اللعب الطريقة المثلى لفهم المحاولات التي يقوم بها المراهق لتوفيق بين الخبرات المتعرضة التي يمر بها.

ج. الوظيفة الفسيولوجية:

في نظر الفيسيولوجيين لا يمكن إنكار المساهمة الإيجابية للعب لإتقان الحركية و تطوير جسم الإنسان مثل القيام بالحركات و تحديد الوضيعات و التمرينات البدنية الطبيعية كالقفز و الرمي و إلى آخره من النشاطات، و التي تعمل على استخدام عضلات الجسم إضافة إلى التوازن في عمل الأجهزة العضوية الأساسية كالجهاز العضلي و التنفسي و الدوراني ما يدل على أن كل جسم معرض للاختبارات هذا ما يؤدي إلى حالة وصفية سليمة.

د. الوظيفة العقلية:

يقول chateau: غن اللعب يدرّب الفرد على التفكير و يتيح الفرص للتخيل و البناء و استثارة نشاطه و بالتالي توجيهه نحو الابتكار و الإبداع، فبفضل اللعب يمكن للطفل أن ينمي قدره العقلية و إعطاه الوسائل اللازمة للتفكير الصحيح و تحسين قبله في التنسيق و الربط و التحليل و التركيز و الخفه في فهم الأشياء .

(بشوش عيماد، دور الألعاب الشبه الرياضية في نجاح حصة التربية البدنية و الرياضية للطور المتوسط، 2016-2017، ص 19 .)

3. أنواع اللعب:

يمكن تقسيم اللعب لعدة أنواع و ذلك من حيث:

1.3 من حيث كيفية الممارسة إلى:

1.1.3 اللعب العفوي: هي تلك المرحلة النفسية التي تنبعث من الطفل كي تظهر على شكل حركات، و تعتبر هذه المرحلة الوسيلة الأولى لدى الطفل التي يعر عن طريقها برغبته و مولاته الداخلية و التي يصل إليها باستعمال إشارات و حركات عفوية أو لا إرادية أو ما تسمى بالمجانية، و يعتبر هو أساس النشاط النفسي و الحركي لدى الطفل.

2.1.3 اللعب التربوي: أن اللعب التربوية ذو قيمة فعالة في تنمية شخصية و قدرات الطفل و يتحقق ذلك عن طريق التوعية بالقيمة التربوية للعب لذى فهم المربون و المعتمين بالتعليم بالفعالة النشيطة للعب و دوره التربوي خاصة أثناء مراحل النمو، بحيث يثير الانتباه و ينمي روح الملاحظة و التعاون و بعدها يمكن من تهيئة النزعة للحياة الاجتماعية.

3.1.3 اللعب العلاجي: لقد وجد أن اللعب العلاجي يعد من الطرق الفعالة في العلاج النفسي لدى الأطفال الذين هم تحت التشخيص، الطفل لا يستطيع التعبير عن كل مشاكله و لا يستطيع البوح عن كل ما في جعبته عن طريق الكلام، لذى نجد أن اللعب يتيح الفرصة له التعبير عن مشاعره و تفرغ انفعالاته الناتجة عن الصراع و الإحباط.

2.3 من حيث تنظيم اللعب:

1.2.3 الألعاب المنظمة: التي بدورها تنقسم على ألعاب تمثيلية، ألعاب مجردة، ألعاب هادفة.

2.2.3 ألعاب غير منظمة: و التي تشمل مجموعة من الألعاب الأخرى هي الألعاب الحسية الحركية، الألعاب الوظيفية الحقيقية، الألعاب الاستكشافية، الألعاب العنيفة.

3.3 من حيث المشاركين في اللعب

- اللعب الانفرادي

- اللعب الجماعي

4.3 من حيث نوعية اللعب و طبيعته:

- اللعب النشط

- اللعب الهادئ و اللعب الذي يساعد في تنسيق الحركات و العضلات

- اللعب الذي تغلب عليه الصفة العقلية. (¹ عالم سيد علي، مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في إنجاح حصة التربية البدنية و الرياضية، البويرة، 2014-2015، ص 15).

4. أهداف اللعب:

تعد طريقة اللعب من الطرق الشائعة الاستعمال في مجالا التدريب الرياضي لمختلف أطوار نمو الفرد و ذلك لما تحققه هذه الطريقة من نجاح كبير للوصول إلى الأهداف المسطرة من قبل المعلم في الجوانب الحركية، و المعرفية، و الانفعالية (العاطفية)، و من بين هذه الأهداف نجد:

1.4 الأهداف النفسية الحركية:

لكي تكون طريقة اللعب فعالة تجب أن تهدف إلى تنمية و تحسين الحركات البنائية الأساسية مثل الحركات الانتقالية و المتمثلة في القدرة على التحرك من وضع الثبات إلى مكان آخر كالثوب و الجري بالإضافة الحركات انتقالية كتحريك الراس و الجذع و كذلك الحركات اليدوية كالضرب باليد أو القدم، و تنمية القدرات الإدراكية التي تساعد المتعلم على تفسير المثير حتى تمكن من التكيف مع البيئة و تتضمن أساسا التمييز الحركي و البصري و السمعي، كما تساهم هذه الطريقة في تنمية القدرات البدنية حيث تعمل على تحسين أداء المهارات المتعددة و البسيطة منها و العقدة بالإضافة إلى تنمية المهارات الحركية. (ألين وديع فرح، خبرات في الألعاب للصغار و الكبار، الإسكندرية، 1996، ص 34-37.)

2.4 الأهداف المعرفية:

ينبغي أن الهدف برامج اللعب إلى إعداد الفرد في المال المعرفي بأقسامه المتعددة و التي المعرفة مثل: القدرة على تذكر المهارات السابق تعلمها بالإضافة غلى الفهم بحيث يكون المتعلم قادرا على الفهم الحركين أو المهارات التي يتعلمها، و كذا تطابقها و تحليل

الحركات و تركيبها، ثم الوصول إلى تقييمها أو معرفة مدى تحقيق الهدف الذي وضع له، و مثال الأهداف المعرفية نذكر ما يلي: أن يعرف المصطلحات الخاصة باللعب و يتعرف على أنواع المهارات الخاصة به، و يختار طرق اللعب المناسبة للفريق و يحلل أنماط المهارات تحليلاً دقيقاً و يقارن بين مستويات الأداء الأولى و النهائي و يقوم أخطاء الأداء.

3.4 الأهداف العاطفية:

لا شك أن لكل هدف معرفي جانب عاكفي، و تلازمها امر طبيعي، و على المعلم أن يجذب اهتمامات المتعلمين للتعلم بالألعاب حتى يتولد لديهم الرغبة في تعلمها، كما يتضمن المال العاطفي عملية التطبيع الاجتماعي الذي له الأثر في نمو السلوك و التحكم فيه و يدخل في نطاق الأهداف العاطفية للألعاب، غرس قيم مرغوب فيها كالروح الرياضية العالية مثل: التفاهم و الإحساسات بمشاعر الآخرين و احترام حقوق الآخرين نتيجة احترام قواعد اللعب و احترام الحكام و الإداريين، و تقبل المسؤولية عن السلوك الشخصي و إدراك الفرد لذاته و الشجاعة، و المثابرة و بذل الجهد، كما يكتسب اللاعب قيمة ثقافية بحيث تساعد على فهم ثقافة التمتع، و كذا اكتسبها قيم جمالية فنية من خلال التربية الحركية التي تعمل على تحقيق الرضا الجمالي و الفني. (¹ ألين وديع فرح، خبرات في الألعاب للصغار و الكبار، ص 41-43).

5. نظريات اللعب:

لقد بحث العديد من العلماء و الفلاسفة عن السبب في الميل للعب و دوافعه و معرفة منشأة و أنواعه و تشابه بعض الألعاب في البلاد المختلفة و ما غلى ذلك، و وضعوا عدة نظريات تحاول أن تفسر اللعب بأشكال متعددة و من ابرز تلك النظريات ما يلي:

1.5 نظرية الطاقة الزائدة:

لدق عبر الفيلسوف الألماني "فريدريك شيلد" عن فكرته عن اللعب بأنها (البذل غير الهادف للطاقة الزائدة) و هذه النظرية تشير إلى أن الكائنات البشرية قد توصلت

إلى قدرات عديدة، و لكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد، و كنتيجة لذلك يوجد لدى الإنسان قوة كاملة لفترات طويلة، أثناء فترات الكمون هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشطة و يزداد تراكمها حت تصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ، و اللعب وسيلة مناسبة و ممتازة لاستفاد هذه الطاقة الزائدة المراكمة. (ألين فرج، خبرات في ألعاب الصغار و الكبار، ط02، الإسكندرية، 2004، ص 34-37.)

2.5 نظرية الترويح:

يوضح " جوتس موتس " القيمة الترويحية للعب، حيث تفترض نظريته أن الفرد يحتاج للعب كوسيلة لاستعادة نشاط الجسم و حيويته بعد ساعات العمل المجهدة و يعمل على إزالة التوتر العصبي، و الإجهاد العقلي القلق النفسي.

3.5 نظرية الميراث:

يؤكد "ستانلي هول" إن اللعب و الألعاب جزء لا يتجزأ من ميراث كل فرد فالألعاب تنتقل من جيل إلى جيل، و الألعاب الحديثة ما هي إلا صورة متطورة لتلك الألعاب القديمة.

4.5 نظرية الغزيرة:

يفيد جروس أن لدي الفرد اتجاها غريزيا نحو النشاط في فترات عديدة من مراحل حياته و اللعب ظاهرة طبيعية للنمو و التطور بلا تخطيط و لا هدف معين، و يعتبر جزءا من التكوين العام للإنسان.

5.5 نظرية التواصل الاجتماعي:

تشير هذه النظرية على أن الكائن البشري يلتقط أنماط التي يجدها سائدة في مجتمعه و بيئته و لذلك نرى أن لكل دولة لعبتها بها، ففي مصر نجد أن كرة القدم هي اللعبة السائدة، و في الهند الهوكي، و في الولايات المتحدة البيسبول، و في إنجلترا الكريك، الكريكت و في إسبانيا مصارعة الثيران.

6.5 نظرية التعبير الذاتي:

يؤكد "ماسون" أن الإنسان مخلوق نشاط إلى تكوينه الفيزيولوجي التشريحي يقيد من نشاطه كما أن لياقته البدنية تؤثر في أنواع الأنشطة التي تستطيع ممارستها و تدفعه ميوله النفسية التي هي نتيجة حاجاته الفيسيولوجية اتجاهاته و عاداته إلى ممارسة أنماط معينة من اللعب (ألين وديع فرج، ، مرجع سابق، ص 22-32).

6. 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 رياضية 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 تنافسي دون الحاجة إو اللجوء إلى وقائع 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 مخالف 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، خبرات في الألعاب للصغار و الكبار، ط02، 2002، ص 293-294).

7. أهمية الألعاب الشبه رياضية:

تكتسي الألعاب الشبه رياضية أهمية كبيرة و تتجلى فيما يلي:

- تعتبر وسيلة أساسية في تطوير الجانب البدني.
- تنمي روح التعاون و التفاعل الاجتماعي.
- هي بمثابة تمهيد لألعاب الفرق من خلال تنمية المهارات الحركية الأساسية المختلفة.
- تضي على درس التربية البدنية و الرياضة جوا من المرح و التسلية.

8. أقسام الألعاب الشبه الرياضية:

حسب إلين وديع في كتابه خبرات في الألعاب للصغار و الكبار أن الألعاب الشبه رياضية تنقسم وفقا للخصائص المميزة لمجموعات اللعب على ما يلي:

- ألعاب المسافة
- ألعاب الكرة
- ألعاب الفصل
- ألعاب التتابع
- ألعاب اختبار الذات

ألعاب مائة . (إلين وديع فرج، خبرات في الألعاب للصغار و الكبار، الطبعة الثانية، الإسكندرية، 2002، ص 26.)

9. تصنيفات الألعاب الشبه رياضية:

إن تصنيف الالعاب الشبه رياضية يعود إلى اندري ديمبار 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 اللعب بحد ذاته.

ب. ألعاب نشيطة: يكون الجهد في 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 إلى ملاحظة أنه في حالة ما إذا استعملت ألعاب هذه المجموعة تكون بعدد قليل من اللاعبين.

ألعاب ترويجية تنقيية: تتميز هذه الألعاب بالجهد الخفيف و إثارة الجهد الذهني و العقلي مما ينتج عنه الترويج و التنقيف. (زكية ابراهيم كامل ، ط01، دار النشر، الإسكندرية، 2007، ص 45).

10. أنواع الألعاب شبه رياضية:

للألعاب الشبه الرياضية أشكال متعددة ومختلفة تتمثل في:

1.10 ألعاب حركية:

مثل ألعاب الجري و المطاردة و التي يقبل عليها التلاميذ بكل شوق لأنها تشبع رغباتهم في الركض و الوثب و القفز و تشكل ألعاب الجري الجزء الأكبر من الألعاب، المعقدة إعداد جيدا يشمل تعلم النظام و احترام قانون اللعبة و عمل التشكيلات. (أكرم خطايبية، التربية الرياضية ، عمان، 2001، ص 58).

2.10. ألعاب الكرات:

و تحتل ألعاب الكرات مكانة هامة بين مجموعات الألعاب الشبه الرياضية و ذلك يعود لمميزاتها و أهميتها المتنوعة ، إذ يكسب الطفل من خلال ممارستها للكثير من المهارات و الخبرات الحركية التي تساهم في إتقان اللعبة.

3.10 الألعاب الجماعية:

يتميز هذا النوع من الألعاب بكثرة قوانينها و تباين أنواعا و هي تمهيد الألعاب الجماعية، و تساعد التلميذ تدريجيا على أن يتولى قيادة الجماعة و أن يكون عضوا فيها، فيأمر القائد، فتتمو عنده روح الجماعة و روح العمل لمصلحتها و الانتصار لها. (أكرم خطايبية، التربية الرياضية للأطفال ، ص 59).

4.10 ألعاب التتابعات:

يعتبر هذا النوع من أنسب النشاطات لهؤلاء التلاميذ لان التتابع نشاط الجماعات و هذا التلميذ يميل إلى التنافس و إظهار قدراته و مهارته و ولاءه للجماعة، و هناك أنواع أخرى من الألعاب الشبه الرياضية هي:

- ألعاب اللياقة البدنية و تشمل الدفع، التوازن، الرشاقة، القوة، السرعة.
- ألعاب الخاء مثل اللعب المطاردة.
- الألعاب المائية مثل اللعب المطاردة في المياه و التتابع.
- ألعاب الحواس و تحتوي على الحركات لتدريب الحواس المختلفة.

خلاصة

بعد تطرقنا لأهم الجوانب الخاصة بالألعاب الشبه رياضية من تعريف و تبيان دورها و أهميتها يمكننا أن نقول بأن الألعاب رياضية تعد أحد الأنشطة الهامة في مجال التربية و الرياضية المناسبة لجميع الأعمال و لكلا الجنسين على السواء، و هي احد المقومات الرئيسية لأي برنامج تدريبي و بفضلها الكثيرون لأنها قريبة من طبيعة الفرد و ميوله بالإضافة على دورها الهام في النمو الحركي و العقلي و الانفعالي و الاجتماعي، و هذه الألعاب إما أن تكون جماعية تربي لديهم روح المعاونة و الانضباط و فردية تبرز قدرات الطفل، الشخصية و إمكانية الاعتماد على النفس و الشجاعة و حب المنافسة.

الفصل الثاني: الأداء المهاري الحركي

تمهيد:

إن الفائدة المرجوة من أي عملية تعليمية أو تدريبية هي التعلم الحركي، و ضرورة اكتساب المتعلم بالمعرفة النظرية و التطبيقية ليس مجرد إضافة خبرات جديدة فقط، بل هو إعادة بناء خبرات حيث أن المتعلم لا يستطيع تسطير مهاراته المختلفة بدون نمو قدراته البدنية الخاصة و تصحيحها و ربطها بعناصر الإدراك الحركي و مراعاة كل ما يتعلق و يحيط بالعملية التعليمية و قد تطرقنا في هذا الفصل إلى الكفاءة المهارية

1.الأداء الحركي:**1.1 مفهوم الأداء الحركي:**

" عبارة عن قابلية الفرد على أداء حركة أو مجموعة حركات لغرض انجاز واجب حركي معين وتشارك فيه مجموعة عضلية كاملة، ويجب أن يمتاز الأداء الحركي بتوافق عصبي عضلي عال وهذا يحصل عن طريق التدريب والتعلم عن أي حركة كانت بصورة كاملة من خلال تكرارها لعدة مرات، وهنا تشير إلى أن الأداء الصحيح للحركة يجعل تنفيذها أسرع ودقتها عالية بالإضافة إلى قلة الجهد المستخدم. (كاتب نجيب، فارس سيف الدين، علاقة طرق التعلم الحركي بتطوير الكفاءة المهارية لدى تلاميذ الطور المتوسط ، ، 2016-2017، ص49)

2.1 أنواع الأداء الرياضي:

كثيرا ما يستعمل مصطلح أداء للدلالة على مقدار الإنتاج وتتمثل أنواع الأداء في المجال الرياضي فيما يلي: (مخازي سيد علي، علاقة دافعية الإنجاز الرياضي ببحسين الأداء في بعض المهارات الأساسية لكرة الطائرة ، ، 2014-2501، ص29)

- الأداء المواجه أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين لنوع الأداء نفسه في وقت واحد، ويستطيع المدرب أن يوجه جميع إجراءاته للصف كوحدة مناسبة.

- الأداء الدائري، طريقة هادفة من طرق الأداء في التدريب تؤدي إلى تنمية الصفات البدنية، وفي هذا النوع يقسم اللاعبين إلى مجموعات يؤدون اللعب عدة مرات بصورة متوالية.

- الأداء في محطات، أسلوب مناسب لأداء جميع اللاعبين مع تغير في المحطات أو أداء الصف كله في محطات مختلفة وأداء مختلف.

3.1. أنواع الأداء الحركي:

يعرف الأداء الحركي على أنه سلسلة من العمليات الحركية والعقلية والحسية وهناك نوعان من الأداء الحركي:

- الأداء الحركي العام، ويمكن ملاحظة عند أداء بعض الحركات الأساسية مثل المشي والجري والوثب والتسلق.

- الأداء الحركي الخاص، ويمكن ملاحظته من خلال نوع وطبيعة الفعالية أو النشاط الحركي مثل كرة القدم، كرة السلة، كرة الطائرة. (كاتب نجيب، فارس سيف الدين، علاقة طرق التعلم الحركي بتطوير الكفاءة المهارية لدى تلاميذ الطور المتوسط ، ص49)

4.1. تحمل الأداء الحركي:

يعرف على أنه (قابلية الرياضي على أداء حركة أو مجموعة من الحركات الهادفة لغرض إنجاز واجب حركي معين وبدون انخفاض في المستوى البدني وتشارك فيها مجموعة من العضلات). بينما يعرفه المؤلف على أنه (إمكانية اللاعب البدنية على أداء واجب حركي معين لأطول فترة زمنية بدون انخفاض في مستوى النشاط). ويجب أن يمتاز تحمل الأداء الحركي بتوافق عصبي عضلي عال لفترة طويلة تتناسب مع الواجب المطلوب تنفيذه، وهذا ما يحصل عن طريق تكرار عال للحركات. (هاشم ياسر حسن، تحمل الأداء للاعب كرة القدم، ط2011، 1، ص25).

5.1 العلاقة بين الأداء الحركي والمهاري:

إن العلاقة بين الأداء الحركي والمهاري مبنية على أساس قدرة اللاعبين على اكتساب المهارات الحركية بحيث ينعكس تأثيرها على القدرات الأخرى وهذا يعني أن اللاعب الذي يمتلك قدرات حركية بمستوى عال يكون لديه إمكانية جديّة على اكتساب المهارات خصوصاً تلك التي ترتبط بفاعليته، وإن إتقان اللاعبين للمهارات الحركية والوصول بها إلى درجة آلية الأداء يوفر تركيز التفكير في الاختيار بين البدائل المختلفة للاستجابات الحركية. (كاتب نجيب، فارس سيف الدين، علاقة طرق التعلم الحركي بتطوير الكفاءة المهارية لدى تلاميذ الطور المتوسط، المرجع السابق، ص50)

2. الأداء المهاري

1.2 مفهوم الأداء المهاري :

يعرفه وجيه محجوب بأنه الوصف الكامل للحركة مع معرفة تبادل المجاميع العضلية والقوى المؤثرة فيها وتعرف عن طريق التحليل الحركي لتكنيك معناه الأداء الصحيح والدقيق للمهارة.

أما سامي الصفار فقد عرف الأداء المهاري على أنه تكنيك اللعبة وهي تلك الفعاليات التي يقوم بها اللاعب مع الكرة مباشرة أو في المنطقة القريبة منها، إذ بدون إمكانيات فنية لا يستطيع الفريق كأفراد أو جماعة تأدية واجبته الخطئية (صباح محمد مصطفى، غالب رنكة فرمان، تحليل الأداء الفني لكرة القدم، ط 1، 2010، ص30).

2.2 أنواع الأداء المهاري:

يعد الأداء المهاري إحدى الصفات الهامة للاعب ولكي يستطيع اللاعب أداء التمرينات التي تشابه ما يحدث في المباريات تماماً وينقسم الأداء المهاري إلى :

- أداء مهاري بالكرة ويتكون من (الجري بالكرة والمراوغة، ركل الكرة بأنواعها، السيطرة على الكرة ضرب الكرة بالرأس)

- أداء مهاري دون كرة يتكون من (الجري بدون كرة، القطع ، الوثب، التمويه، والخداع). (كاتب نجيب، فارس سيف الدين، علاقة طرق التعلم الحركي بتطوير الكفاءة المهارية لدى تلاميذ الطور المتوسط ، المرجع السابق، ص51).

مراحل الأداء المهاري:

الأداء المهاري للحركات الرياضية يمر بمراحل تعلم أساسية ثلاثة لا يمكن الفصل بينها تؤثر كل منها في الأخرى وتتأثر بها، ويتوقف تقسيم مراحل المهارة الحركية على طبيعة العمليات العصبية حيث يؤثر الجهاز العصبي على عملية التعلم طبقاً للمراحل التالية:

- مرحلة انتشار (إشعاع) العمليات العصبية (التوافق الأولى)

- مرحلة تركيز العمليات العصبية (الأداء الحركي الجيد)

- مرحلة الثبات والآلية (الإتقان الحركي).

أهمية الأداء المهاري:

الإتقان التام للمهارات الحركية من حيث أنه الهدف النهائي لعملية الأداء المهاري يتأسس عليه الوصول لأفضل المستويات الرياضية، فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي ومهما اتصف به من سمات خلقية إرادية فإنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يتربط ذلك بإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه، فالمهارات الأساسية هي وسائل تنفيذ الخطط وبدون مهارات أساسية لدى لاعبي المنافسات الرياضية لا تنفذ الخط . (كاتب نجيب، فارس سيف الدين، علاقة طرق التعلم الحركي بتطوير الكفاءة المهارية لدى تلاميذ الطور المتوسط ، المرجع السابق، ص52).

3. المهارة الحركية

مفهوم المهارة:

هي كل الحركات التي تؤدي بهدف ومحددة بقانون اللعبة، وهي جوهر الإنجاز خلال المباريات".

تعرف المهارة بأنها: ترتيب وتنظيم المجاميع العضلية بما ينسجم وهدف الحركة والاقتصاد بالجهد والسهولة وفق القانون.

وهي أيضا مدى كفاء الأفراد في أداء واجب حركي معين

والمهارة أيضا توضيح نوعي أو مؤشر نوعي للأداء.

كما تعرف المهارة بأنها إحدى صفات الجهاز العصبي والتي بواسطتها يستطيع الفرد أن يتقن الحركات الجديدة بسهولة وبسرعة.

الفرق بين القدرة والمهارة:

هناك اختلاف علمي وعملي في مفهوم كل من المهارات ومفهوم القدرة حيث أن المهارة هي عبارة عن مستوى أداء الفرد في مجال واحد ومحدد، في حين القدرة يأخذا نصيبا وافرا من الشمولية والعمومية في مجال أداء اللاعب أو الفرد فيكون مفهوم القدرة هي وجود سمة عامة في الفرد غير ظاهرة ولكنها تؤثر في أداء عدد من المهارات الخاصة. (غازي صالح محمود، هاشم ياسر حسن، كرة القدم التدريب المهاري، ط01، 2012، ص14).

4. العلاقة بين المهارة والقدرة التوافقية:

إن العلاقة بين المهارة والقدرة التوافقية علاقة وثيقة، وهي ذات أهمية كبرى في عملية التدريب الرياضي إذ أن اللاعب يجب أن يمتلك أساسا معيناً من القدرات التوافقية حتى يستطيع أن ينمي ويطور مهاراته الرياضية، كذلك فإن التدريب على المهارات الحركية المختلفة باستخدام الطرق التدريبية المتنوعة يعمل على رفع مستوى القدرات التوافقية لدى اللاعب. (كاتب نجيب، فارس سيف الدين، علاقة طرق التعلم الحركي بتطوير الكفاءة مهارية لدى تلاميذ الطور المتوسط، المرجع السابق، ص55).

مفهوم المهارات الرياضية:

المهارة الرياضية تعني ذلك الأداء الحركي الضروري الذي يهدف إلى تحقيق غرض معين في الرياضة التخصصية وفق لقواعد التنافس.

- المهارة الرياضية هي عصب الأداء وجوهره في أي رياضة وانجازها يعتمد على الإعداد البدني ويبنى عليها الإعداد الخططي والنفسي والذهني.

- المهارة الحركية الرياضية: هي ثبات الحركة وآليتها واستعمالها في وضعيات مختلفة وبشكل ناجح.

5. مفهوم المهارة الحركية:

يعرفها (مطواع): بأنها الأداء الذي يتميز بإنجاز مقدار كبير من العمل، والمهارة مكتسبة من خلال تحسين وتهذيب المجموعات العضلية المختلفة.

ويعرفها (علاوي ورضوان) بأنها القدرة على استخدام الفرد لمعلوماته بكفاية واستعداد للإنجاز ويعرفها (وجيه) بأنها الأداء الدقيق للحركات الرياضية التي لا تشمل الجسم كله، فمثلا التوافق الحركي والتوافق يحسن وينظم ويرتب المجموعات العضلية.

هي عبارة عن حركات أولية ممددة للرياضات في المراحل اللاحقة، وقد وضعت بطريقة تلاءم خصائص النمو.

6. أنواع المهارات الحركية:

تعرف المهارة الحركية على أنها العمل الذي يربط بين مجموعة من الحركات التي تتضمن في جوهرها هدف أو مجموعة من الأهداف الخاصة، حيث هناك نوعان من المهارات الحركية هما.

- المهارات الحركية الكبيرة: هي المهارات التي تتطلب استخدام العضلات الكبيرة الأساسية في الجسم وخاصة عضلات الجذع والعضلات التي تربط الأهداف بالجذع وتعتمد على عضلات الجذع بشكل رئيسي كمصدر لإنتاج وتوزيع القوة.

- المهارات الحركية الصغيرة: يعد هذا النوع من المهارات بأنه أكثر دقة معالجة الأشياء باستخدام اليدين ببراعة ولذلك فهو يتطلب بذل مجهود بدني أقل بالنسبة للمهارات الكبيرة كما يتطلب مستوى عال من الدقة"

7. تعلم المهارات الحركية:

يحتل تعلم المهارات الحركية أهمية خاصة في عملية التدريب الرياضي، فيهدف إلى اكتساب الفرد المهارات الحركية وإتقانها بحيث يمكنه استخدامها بدرجة كبيرة من الفاعلية أثناء المنافسات الرياضية.

- وإتقان التام للمهارات الحركية يتأسس عليه الوصول لأعلى المستويات الرياضية ، فمهما بلغ مستوى الصفات البدنية للفرد الرياضي، ومهما اتصف به من سمات فلن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه، هذا بالإضافة إلى أن فتقان المهارات الحركية من العوامل الهامة لإتقان خطط اللعب.

خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى الكفاءة الأداء الحركي و الأداء المهاري، يمكننا القول أن الأداء الحركي هو الشكل الظاهري للتعلم الحركي، أما الأداء المهاري فلا غنا عنه في أي رياضة و يعتبر معيارا للفوز في المهارات.

الفصل الثالث: كرة اليد

تمهيد:

كرة اليد هي احدث الألعاب الجماعية، التي يمارسه العالم و هي لبعة السرعة و الإثارة معا في وقت واحد تجمع بين الجري و القفز و استلام الكرة، و تمريرها في أقل وقت ممكن، و هي واحدة من الأنشطة الرياضية التي لاقت إقبالا كبيرا من الأطفال و الشباب من نفس الجنسين .

مما لا بد منه لممارسي كرة اليد التحلي ببعض المهارات و المتطلبات حتى يتمكن من اللعب في مختلف المستويات و تحتاج ممارستها إلى لياقة بدنية عالية و قدو جسمانية.

1. مفهوم كرة اليد:

(كاتب نجيب، فارس سيف الدين، علاقة طرق التعلم الحركي بتطوير الكفاءة المهارية، مرجع السابق، ص56).

كرة اليد هي رياضة سريعة ومثيرة يلعبها الرجال والنساء، يقوم فيها اللاعبون بتسجيل الأهداف عن طريق قذف الكرة في مرمى الخصم، ويمكن أن ترحي فعاليات كرة اليد الجماعية على ملاعب داخلي، أي في الصالات المغلقة أو على ملاعب خارجية، أي مكشوفة في الهواء الطلق معرضه ويبلغ طول ساحة ملعب كرة اليد م، ويمتد خط المرمى بعرض الملعب عند كلا طرفيه و تمتد الخطوط الجانبية على جانبي طول الملعب، ويوضع مرمى على منتصف كل من خطي المرمى

كرة اليد هي رياضة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل منهما من سبعة لاعبين، يلعب ستة منهم في الساحة وواحد لحراسة المرمى، وغرض كل فريق من هذان الفريقان إحراز هدف في مرمى الفريق الآخر ومنعه من إحراز الهدف، وتلعب هذه الرياضة باليدين ويجب إحراز الهدف باليدين وضمن قواعد وقوانين اللعبة . (صبحي أحمد قبلان ونضال أحمد الغفري، التربية الرياضية للجميع، ط1، 2009، ص176)

2. المبادئ الأساسية لكرة اليد:

ككل نوع من أنواع الرياضات تتميز لعبة كرة اليد عن باقي الألعاب من عدة جوانب فبالإضافة إلى متطلبات لاعب كرة اليد من القدرات الحركية العامة والخاصة وخاصة التوافق العضلي والعصبي والرشاقة والقوة المميزة بالسرعة والإمكانات والقدرات العقلية والنفسية وفنون اللعب الجماعي والفردي، يجب على الفريق الناجح في كرة اليد التمكن الجيد من المهارات المختلفة لكرة اليد وهي:

- مهارات الاستلام.
- مهارات التمرير
- مهارات الدريل (تنطيط الكرة)
- مهارات التصويب.
- مهارات التصويب.
- مهارات الخداع الحركي (بالكرة وبدون الكرة)
- مهارات حارس المرمى (عبد الكريم معروف، التغطية الإعلامية لمشاركة المنتخب الجزائري في كأس إفريقيا لكرة اليد 2014، مذكرة 2015-2016، ص19).

3. متطلبات الأداء في كرة اليد:

قد يتراءى للبعض أن الجانب النفسي منفصل عن باقي الأخرى الضرورية لأداء اللاعب و الفريق خلال التدريب أو المباراة، وهذه وجهة نظر خاطئة توضح مدى القصور المعرفي لمتطلبات الأداء في كرة اليد، فوجود مستوى عال من اللياقة البدنية يساعد على ثبات الأداء المهاري، وكلاهما يستخدم في تنفيذ الخطط الموضوعية ولكن في نفس الوقت لكل جانب من هذه الجوانب عوامل نفسية تدخل كلها في إطار التكوين النفسي للاعب، لذلك فقد كان ضروريا أو نلقي الضوء على هذه المتطلبات كل على حدة حتى يمكن وضع تصور دقيق للمستوى الذي يجب أن يصل إليه اللاعب.

1.3- المتطلبات البدنية:

تتضمن المتطلبات البدنية لأداء اللاعب في كرة اليد صفات بدنية للإعداد البدني العام، وصفات بدنية للإعداد البدني الخاص حيث يهدف الإعداد البدني العام إلى تنمية الصفات البدنية العامة التي يمكن على أساسها بناء وتطوير الصفات البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد، بينما يهدف الإعداد البدني الخاص إلى تنمية الصفات البدنية الخاصة الضرورية للأداء في لعبة كرة اليد، وتزويد اللاعب بالقدرات المهارية والخطية، على أن يكون مرتبطاً بالإعداد البدني العام ارتباطاً وثيقاً في جميع فترات التدريب وتشمل الصفات البدنية للاعب كرة اليد على التحمل، القوة، القدرة، السرعة، الرشاقة، تحمل السرعة، تحمل القوة.

2.3 - المتطلبات المهارية:

المتطلبات المهارية في كرة اليد تتضمن جميع المهارات الأساسية للعبة سواء كانت بالكرة، أو بدونها، وتتضمن كل التحركات الضرورية والهادفة التي يقوم بها اللاعب وتؤدي في إطار قانون لعبة كرة اليد بهدف الوصول إلى أفضل النتائج أثناء التدريب أو المباراة، ويمكن تنمية وتطوير هذا المتطلبات المهارية من خلال التخطيط الجيد لبرامج الإعداد المهاري، الذي يهدف إلى وصول اللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية للعبة كرة اليد بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة، ولقد أظهرت العديد من الدراسات أنه كلما كنت قدرة اللاعب كبيرة في امتلاكه للأساليب المهارية، كانت قدرته على تنفيذ الواجبات الخطية كبيرة أيضاً بما يسمح له بمردود كبير في الحركة و اقتصاد في الجهد، ويأخذ فرصته كاملة لعمل تحليل لمواقف اللعب داخل الملعب أثناء المباراة. (محمد حسن علاوي وكمال الدين عبد الرحمن درويش، الإعداد النفسي في كرة اليد، مركز الكتاب، 2007، ص 29، 33).

أ- المتطلبات المهارية الدفاعية:

تتطلب إجادة ممارسة رياضة كرة اليد مهارات فنية أساسية، فالمدافع الجيد هو الذي يمكنه أن يتصدى للمهاجم بما في ذلك الاستعداد البدني للتصادم معه لإيقافه ثم يبدأ بسرعة في تكوين هجمة جديدة، ويمتاز المدافع بالحركة الدائمة للأمام والخلف والحركة بالميل وفي

دفاع رجل لرجل عند العودة من الهجوم وفي الحركة الجانبية وغير ذلك من الحركات التي يلزم أن يتقنها المدافع ويشمل ذلك أيضا أن يجيد التصادم البدني وعادة ما يكون التصادم مع المهاجم بالجسم واليدين. (بزار علي جوكل، فلسجة التدريب في كرة اليد، دار دجلة للنشر، ط1، الأردن، عمان، 2007، ص35).

ويمكن ان يقوم به اللاعب على الأرض أو وهو قافز في الهواء أو بالتصادم مع لاعب الدائرة (الارتكاز) إذ يجري ا المدافع باستمرار مع لاعب الدائرة (الارتكاز) ويدفعه بصدرة مع الجري معه للجانب بحيث تكون جهة المدافع مائلة قليلا لجهة الكرة، وتكزن يد المدافع للجانب بحيث يكون مقدوره قطع الكرة، وإذا كان لاعب الدائرة ممسكا بالكرة فعلى المدافع أن يدفعه بصورة ضد الجهة التي يريد لاعب الدائرة المرور فيها، كما يقوم المدافع بتشتيت الكرة من المنافس سواء تم ذلك بقطع الكرة بالحركة السريعة أو بضرب الكرة باليد مما يحتاج إلى قوة عضلية وسرعة فضلا عن التوافق العضلي العصبي.

كما أن واجبات المدفع إقامة حائط للصد لتوقيف الكرة، لذا هناك الصد الفردي من فوق الرأس ومن جانبي الجسم والصد ضد التصويب الأرضي (تحت مستوى الحوض) ويتم بيد واحدة فقط باليد المقابلة لليد المصوية للكرة كما أن هناك طريقة الصد مع الميل للجانب العكسي والصد من القفز والصد الجماعي.

ب- المتطلبات المهارية الهجومية:

تعتمد مهارات المهاجم على الركض وتغيير الاتجاه والتوقف والخداع لتحريك الخصم في المكان الخاطئ سواء كان خداع من دون كرة أو بالكرة وسواء خداعا بسيطا أو مركبا، كما شمل المهارات الأساسية للمهجم الاستحواذ على الكرة وحملها من الوضع السفلي أو العلوي، وطبقة الكرة عاليا أو منخفضا وأداء التمريرات الصحيحة سواء كانت بجانب الجسم أو ضد الدفاع عند 6 أمتار أو من دون مستوى الرأس أو بالرسغ للأسفل أو بالقفز فضلا عن بعض أنواع التمريرات الثانوية، مثل التمرير باليدين من الصدر أو التمرير من أعلى اليدين أو التمرير بين الرجلين أو قطع الكرة بضربها للخصم.

كما تتضمن المهارات الأساسية للمهاجم في كرة اليد إجابة استقبال الكرة من الأسفل ومن الأعلى و التصويب على المرمى من الزوايا جميعها بما في ذلك طرائق الدخول العالية، مع التدريب على التصويب مع الخداع وتشكل المهارات اللازمة للمهاجم تدريب على طريقة لف الذراع للخلف ومن ثم التصويب وإجراء الحجز القانوني للخصم بطريقة الحجز الأمامي أو الأمامي المتحرك وتسقيط الكرة للعب الحاجز وما إلى ذلك من المهارات الأخرى. (بزار علي جوكل، مرجع سابق، ص38).

3.3- المتطلبات الخطئية:

عندنا نتكلم عن خطط اللعب في كرة اليد فغننا نعني التحركات والمناورات الهادفة والاقتصادية التي يقوم بها لاعبي الفريق أثناء الدفاع أو الهجوم بغرض تحقيق التفوق والفوز على الفريق المنافس، ويمكن حصر المتطلبات الخطئية فيما يلي:

- المتطلبات الخطئية الهجومية وتتضمن: خطط هجومية فردية، خطط هجومية جماعية، خطط الدفاع للفريق، خطط هجومية للحالات الخاصة.

- المتطلبات الخطئية الدفاعية وتتضمن: خطط دفاعية فردية، خطط دفاعية جماعية، خطط الدفاع للفريق، خطط دفاعية للحالات الخاصة.

- المتطلبات الخطئية الهجومية لحارس المرمى وتتضمن: تمرير الكرة من داخل منطقة المرمى الاشتراك في الهجوم .

- المتطلبات الخطئية الدفاعية لحارس المرمى وتتضمن: اللعب الدفاعي لحارس المرمى، التعاون مع المدافعين، الدفاع في حالة الهجوم الخاطف فالمباراة في كرة اليد تجري في مواقف معقدة متتالية ولتنفيذ الجمل أو النشاطات الخطئية واتخاذ القرارات الصحيحة المتعلقة بها، فإن ذلك يستدعي سرعة الاستئارة لتحليل المواقف وتفسيرها. (محمد حسن علاوي وكمال الدين عبد الرحمن درويش، الإعداد النفسى في كرة اليد، 2007، ص30)

والاختيار الصحيح لطريقة وأسلوب تنفيذ الواجبات والمهام التي تظهر أمام اللاعبين لتحقيق الفرص المناسبة في اللحظة المناسبة فحجة تقدير المواقف لتحقيق الغرض المناسب تتحدد في سرعة الإدراك عند اللاعب والتي تعتبر جوهر العمل الخططي، وعلى الرغم من أن بعض اللاعبين ذوي المستوى المتميز لديهم خاصية الاستدلال لمواقف اللعب فإن سرعة الإدراك لديهم لا تكون نامية بالدرجة الكافية وهذا يمكن أن يفسر بأن إعداد اللاعبين خططيا غير كاف، وأن المدرب كقاعدة لا يعرف طرق ووسائل هذه الصفة الضرورية والهامة.

فإعداد طرق ناجحة لتربية وتنمية وتطوير هذه القدرة تكون ممكنة فقط عند التفهم الدقيق للأساس النفسي لآلية الموقف الخططي أثناء المباراة في كرة اليد، التي تعتمد في محتواها على نقطتين أساسيتين وهما إمكانية استخدام كمية أكبر وأدق من المعلومات وإعادة تجهيز هذه المعلومات على أساس تحليلها بطريقة تؤدي إلى وضوح أكثر لتقييم الموقف.

ولقد تطورت وزادت المتطلبات الخططية لكرة اليد بدرجة كبيرة، وأصبحت المرنة في التطبيق من أهم مميزاتها وأصبح لزاما على معظم الفرق ولاعبها أن تمتلك ذخيرة من الفرق والجمال الخططية لمواجهة المنافس بالطريقة والخطة اللتين تتاسبان مواقف وطرق وأساليب اللعب للفرق المنافس.

4.3- المتطلبات النفسية:

إن الوصول لاعبين للمستويات الرياضية العالية يعتبر أحد أهم أهداف التدريب الرياضي المخطط طبقا للأسس والمبادئ العالية، حيث يتوقف مستوى الأداء في كرة اليد بجوانبه المختلفة على التخطيط الدقيق لعملية التدريب الرياضي، وذلك بهدف التطور والارتقاء بالأداء والوصول به إلى أعلى المستويات، إن مهمة مدرب كرة اليد ليست سهلة في تعليم مهارة الاستقبال والتمرير والتصويب والتنظيط وإن المدرب ليس موجود في الملعب للتحكيم بين فريقين يقومان بلعب مباراة ولكنها أعمق من ذلك فالمدرب الحق إن لم تربطه بأفواج الفريق رابطة روحية تربوية، واحترام متبادل عن ثقة وعن اقتناع فلا داعي لأن يحمل نفسه عبئ التدريب وأن يفهم اللاعب أنه يعلب لمصلحة فريق كامل وأنه عضو في جسم

كبير ومتكامل وأن هذا الجسم لا يعمل إلا بتعاون جميع الأعضاء، ولا تكون هناك نتيجة إلا إذا كان هذا الجسم سليماً تماماً، لذا يجب على المدرب أن يغرس في نفوس اللاعبين البعد عن الأنانية، الانطواء حب الظهور، ومن جهة أخرى عفة النفس، المثابرة على التدريب، الطاقة العمياء، المحدودة العناية بالصحة والبدن الانفعالات النفسية و علاجها على طريقة المدرب بالتعاون مع الأخصائيين في علم النفس الرياضي كل هذه العناصر هي التي تجعل من اللاعب لاعبا ساطعا ونجما مرموقا بالإضافة إلى غرس بداخله حب الكفاح في حدود رياضية سليمة وروح المصارعة، حب الفوز وعدم تقبل الهزيمة. (محمد أحمد موسى، فن كرة اليد، دار الكتب الجامعة، ألمانيا الغربية، كولونيا، 1970، ص86).

خلاصة:

و في الأخير نستطيع القول أن كرد اليد من أحسن الرياضات الجماعية و هذا راجع إلى أساس عديدة حيث تمارس من قبل جميع الأصناف و الأجناس (ذكور و إناث)، و كذلك ما يميزها من الرياضات الأخرى تقنياتها و فنياتها كالتقاطع و التصويب و الخداع بالجسم أيضا و لكونها تمارس داخل و خارج القاعات الرياضية، و في اعتقادي أن هذه الأسباب أو الامتيازات التي تميز به كرة اليد هي التي أعطتها اهتماما و شعبية كبيرة في الأوساط الرياضية لذلك إن التدريب لتنمية و تطوير الصفات البدنية للاعبي كرة اليد بالأداء المهاري و الخططي للعبة.

الجانب التطبيقي

الفصل الأول: الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد:

تهدف البحوث العلمية عموماً إلى الكشف عن الحقائق، و تكمن قيمة هذه البحوث و أهميتها في التحكم في المنهجية المتبعة فيها، و بالتالي فإن وظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها ترتيبها و قياسها و تحليلها من أجل استخلاص نتائجها و الوقوف على ثوابتها الظاهرة المراد دراستها.

بعد دراستنا للجانب النظري سنحاول في هذا البحث الإلمام بالموضوع و الدراسة الميدانية حتى نعطيه المنهجية العلمية، و ذلك بتحليل نتائج الأسئلة التي طرحناها على المدربين و تمحورت أساساً على الفرضيات التي قمنا بتحديدنا كما انتهجنا طريقة التحليل و مناقشة النتائج حتى نهرف مدى مصداقية الفرضيات المطروحة حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على المدربين.

1. الدراسة الاستطلاعية

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية بحثه.

قمنا بدراسة استطلاعية لبعض نوادي ولاية مستغانم و غيلزان و شلف قصد الاطلاع عن قرب عن خفايا الموضوع إثرائه مع بعض المدربين، و ذلك للتأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث و ضبط العينة التي ستجري عليها الدراسة، و التحقق من مدى صلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات، و أيضاً معرفة الزمن المناسب و المتطلب لإجرائها، و قد خلصنا لمجموعة من الاستنتاجات كانت بمثابة الموجة لعملية تحضير فرضياتنا و كذلك الاستبيان.

2. منهج البحث:

موضوع بحثنا يتمثل في " دور الألعاب الشبة رياضية في رفع المستوى المهاري الحركي في كرة اليد من وجهة نظر المدربين" يملئ على اختيار المنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جميع البيانات الميدانية و من أحسن طرق البحث.

3. عينة البحث:

أجريت دراستنا على بعض المدربين في نادي السريع الرياضي مستغانم و سريع غليزان والترجي الرياضي وفريق واد سي و فريق تنس و الترجي الرياضي بشار، و تتم اختيار العينة بطريقة عشوائية و ذلك لتعميم النتائج، و كان عدد العينة البحث مدرب 17.

4. متغيرات الدراسة:

بناء على الفرضيات السابقة الذكر يمكن ضبط المتغيرات التالية من أجل الوصول إلى نتائج أكثر علمية و موضوعية.

1.4 المتغير المستقل (السبب):

هو المرغوب دراسة تأثير على المتغير التابع، (لا يتأثر و لكن يؤثر في المتغير

التابع)

و المتغير المستقل في بحثنا هذا هو " الألعاب الشبه رياضية"

2.4 المتغير التابع:

سمي تابع لأنه يتأثر و يتغير لوجود المتغير المستقل

و المتغير التابع هذا هو: " المستوى المهاري الحركي في كرة اليد"

5. مجالات الدراسة:

من أجل التحقق من صحة أو خطأ الفرضيات و التي تم تسطيرها للوصول إلى

الأهداف التي نريد تحقيقها فمنا بتحديد مجالا كالاتي:

1.5 المجال المكاني:

لقد قمنا في بحثنا هذا على إجراء الدراسة الميدانية على مستوى نادي السريع الرياضي بولاية مستغانم و سريع غليزان والترجي الرياضي وفريق واد سي و فريق تنس و الترجي الرياضي بشار وتم توزيع الاستمارة على المدربين

2.5 المجال الزمني:

بدأ إجراء البحث خلال الفترة الممتدة ما بين جانفي 2022 إلى جوان 2022 خلال هذه الفترة تم جمع كل ما له علاقة بالبحث و ترتيبه ثم قمنا بتوزيع الاستمارات على المدربين، بعدها تتم تسجيل الإجابات على مختلف الأسئلة ثم انتقلنا إلى عملية تحليل النتائج لينتهي بنا الأمر إلى وضع الخلاصة العامة و أهم الاستنتاجات.

3.5 المجال البشري:

يتمثل في مدربين النوادي ، نادي السريع الرياضي بولاية مستغانم و سريع غليزان والترجي الرياضي وفريق واد سي و فريق تنس و الترجي الرياضي بشار.

6. أدوات الدراسة:**الاستبيان:**

لقد استعملنا من أجل الوصول إلى النتائج المرجوة، استبيان موجه إلى المدربين و هو استبيان محكم أستعمل في دراسة سابقة مشابهة، هذا كي نحصل على المعلومات الكافية، و للتأكد من صحة الفرضيات و تحليل النتائج و إعطاء اقتراحات و توضيحات لفتح المجال أمام دراسات أخرى أكثر تعمقا في هذا الموضوع.

و تضمن الاستبيان قائمة تضم 15 سؤالاً يجاب عليها بعلامة (+) داخل الخانة و هو موجه إلى أفراج العينة من أجل الحصول على معلومات حول الموضوع أو المشكلة المراد دراستها.

7- الأداة الإحصائية:

7.1 التوزيع التكراري:

تعتمد اغلب العمليات الإحصائية على هذا التوزيع اعتمادا كبيرا لأنه نقطة البداية في أغلب العمليات ويهدف التوزيع التكراري إلى تبسيط العمليات الإحصائية وذلك بتبويبها وصياغتها في إحدى الصور المناسبة التي تكون سهلة في إجرائها. كذلك يهدف إلى صياغة البيانات العديدة صياغة علمية يسهل التعامل معها.

2.7 النسب المئوية:

وذلك لوصف خصائص أفراد العينة، ووصف البيانات.

$$\text{النسبة المئوية (\%)} = \frac{\text{عدد الإجابات } 100X}{\text{المجموع الكلي}}$$

خلاصة:

إن هذا الفصل يعتبر بمثابة الدليل أو المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات، و بالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة.

كما تناولنا أهم العناصر التي تهتم الدراسة بشكل كبير، منها متغيرات البحث، المنهج المتبع، أدوات جمع البيانات... الخ، من العناصر التي يعتمد عليها أي باحث في الجانب التطبيقي لدراسته، و بهذا نكون قد أزلت الغطاء عن بعض العناصر الغامضة التي وردت في هذا الفصل.

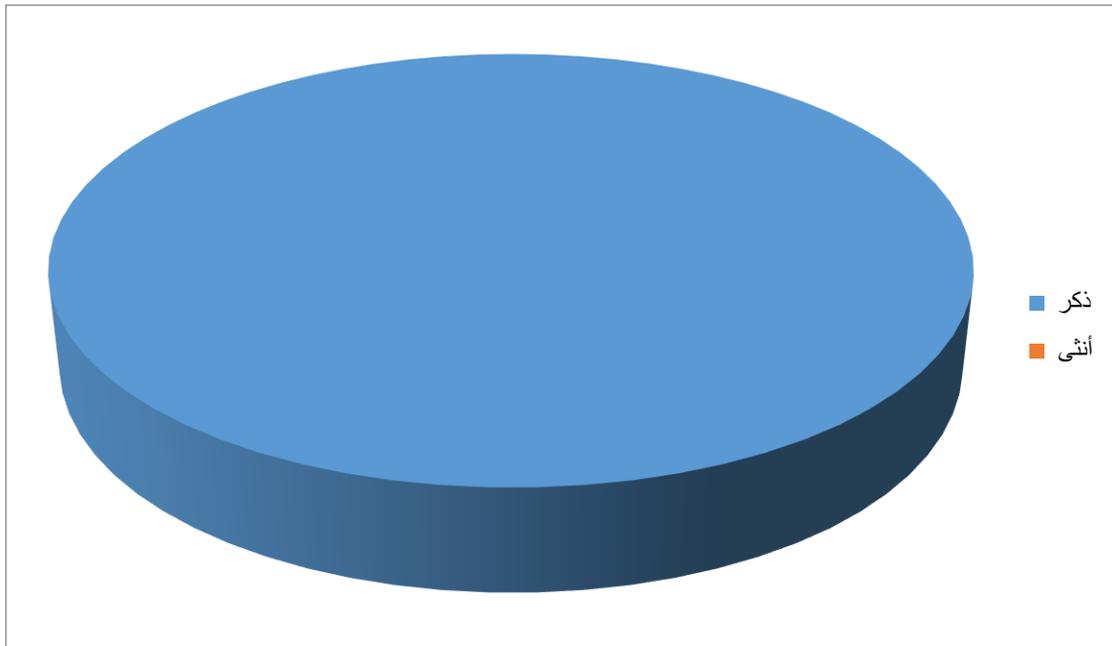
الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج

1. عرض و تحليل نتائج البيانات الشخصية

الجدول رقم: (1) : جنس العينة

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	17	%100
أنثى	0	%00
المجموع	17	%100

الشكل رقم (1) : جنس العينة



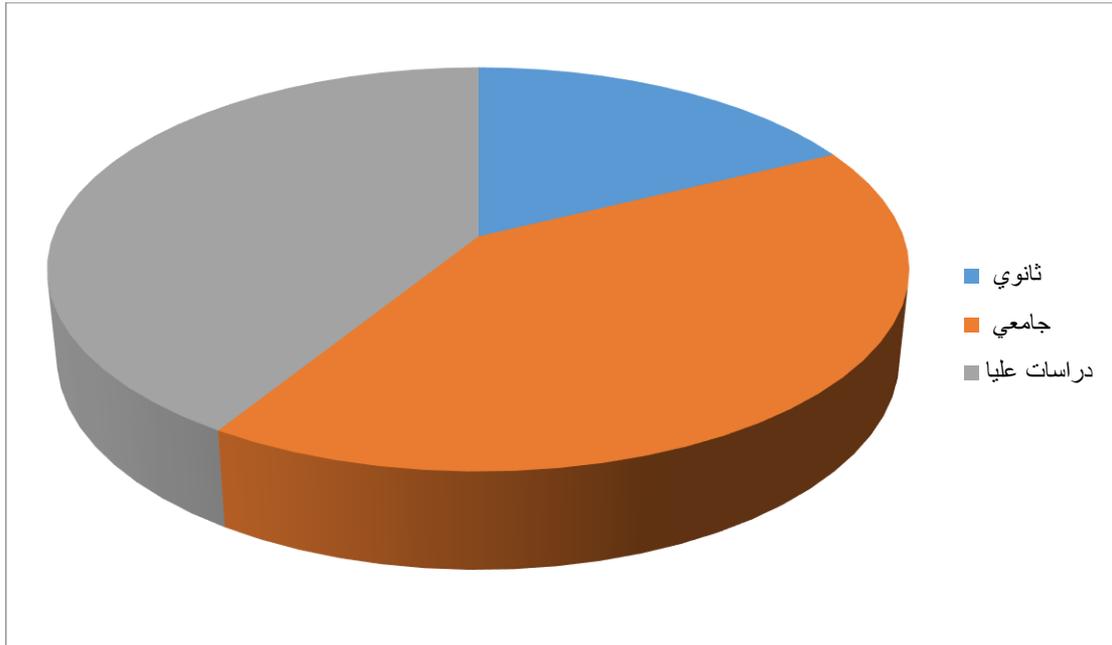
نلاحظ من خلال الجدول والشكل أدناه أنه لدينا 17 عينة من جنس ذكر وهذا يدل على أن عدد المدرسين جنس (أنثى) قليل أو نادر مقارنة بعدد المدرسين (ذكور).

الجدول رقم: (2) : المستوى التعليمي

المستوى التعليمي	التكرار	النسبة المئوية
ثانوي	03	%17.64

جامعي	07	%41.17
دراسات عليا	07	%41.17
المجموع	17	%100

الشكل رقم (2): المستوى التعليمي



نلاحظ من الجدول و الشكل البياني أن عدد المدربين الذين ينشطون في الطور الثانوي عددهم 3 بنسبة 17.64 %

وأما المدربين الذين ينشطون في الجامعة عددهم 7 بنسبة 41.17% بينما المدربين الذين لديهم دراسات عليا عددهم 7 بنسبة 41.17%

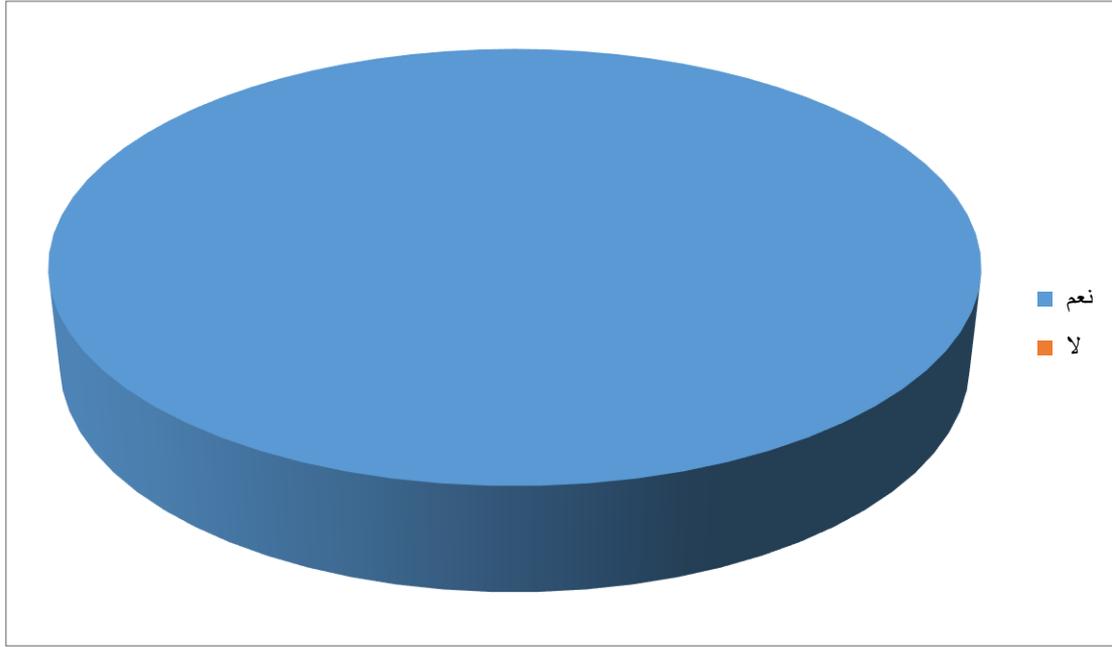
2. عرض و تحليل نتائج المحور الأول

الجدول رقم: (3): يوضح إن كان اللاعبين يكتسبون صفات حركية جديدة في كرة اليد عند ممارسة الألعاب الشبه رياضية

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	17	%100

لا	0	%00
المجموع	17	%100

الشكل رقم (3): يوضح إن كان اللاعبين يكتسبون صفات حركية جديدة في كرة اليد عند ممارسة الألعاب الشبه رياضية



نلاحظ من خلال الجدول أن عدد المدربين الذين أجابوا بنعم عددهم 17 من أصل 17 إجابة أي بنسبة 100% وهو العدد الكلي وهذا يعني أن لاعبي كرة اليد يكتسبون مهارات حركية جديدة عند ممارسة الألعاب الشبه رياضية.

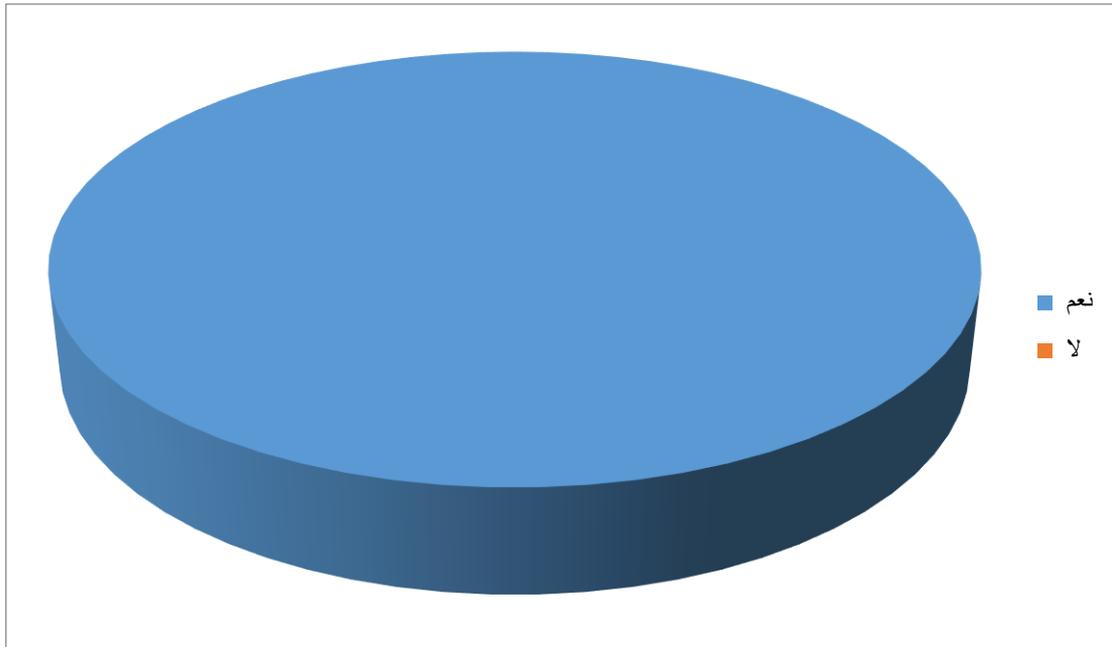
نستنتج من خلال البيانات السابقة أن عند ممارسة الألعاب الشبه رياضية يكتسب لاعبي كرة اليد مهارات حركية جديدة.

الجدول رقم: (4): يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تساهم في الأداء الجيد للحركة.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
----------	---------	----------------

نعم	17	%100
لا	0	%00
المجموع	17	%100

الشكل رقم (4): يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تساهم في الأداء الجيد للحركة.



نلاحظ من خلال الجدول أن عدد المدربين الذين يستعملون الألعاب الشبه رياضية أجابوا بنعم عددهم 17 من أصل 17 إجابة وبنسبة مئوية 100% وهذا يثبت أن الألعاب شبه رياضية تساهم وبشكل كبير في الأداء الجيد للحركة.

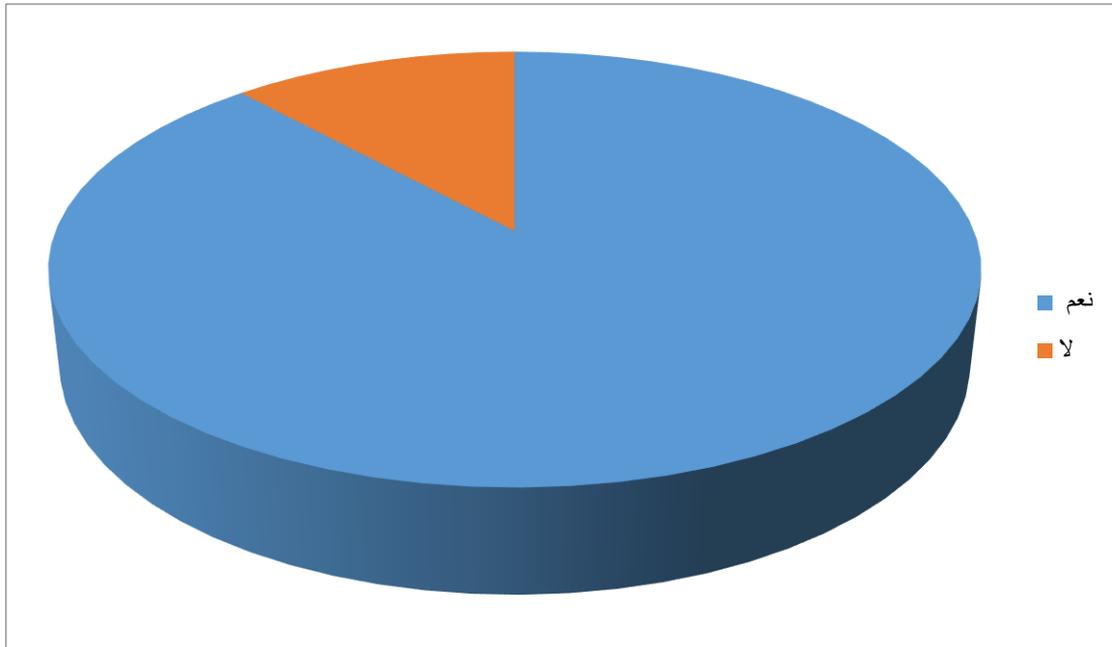
نستنتج من خلا البيانات السابقة ان كل المدربين أجاب بنعم أي أن الألعاب الشبه ضرورية لها دور في لأداء الجيد للحركة.

الجدول رقم: (5): معرفة إن كانت الألعاب الشبه رياضية ضرورية في اكمال عملية تعلم كرة اليد

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
----------	---------	----------------

نعم	15	%88.23
لا	02	%11.76
المجموع	17	%100

الشكل رقم (5): معرفة إن كانت الألعاب الشبه رياضية ضرورية في اكمال عملية تعلم كرة اليد



نلاحظ من خلال الجدول أن عدد المدربين الذين أجابوا بنعم 15 وبنسبة مئوية 88.23% و المدربين الذين أجابوا ب لا و عددهم 2 وبنسبة مئوية 11.76%

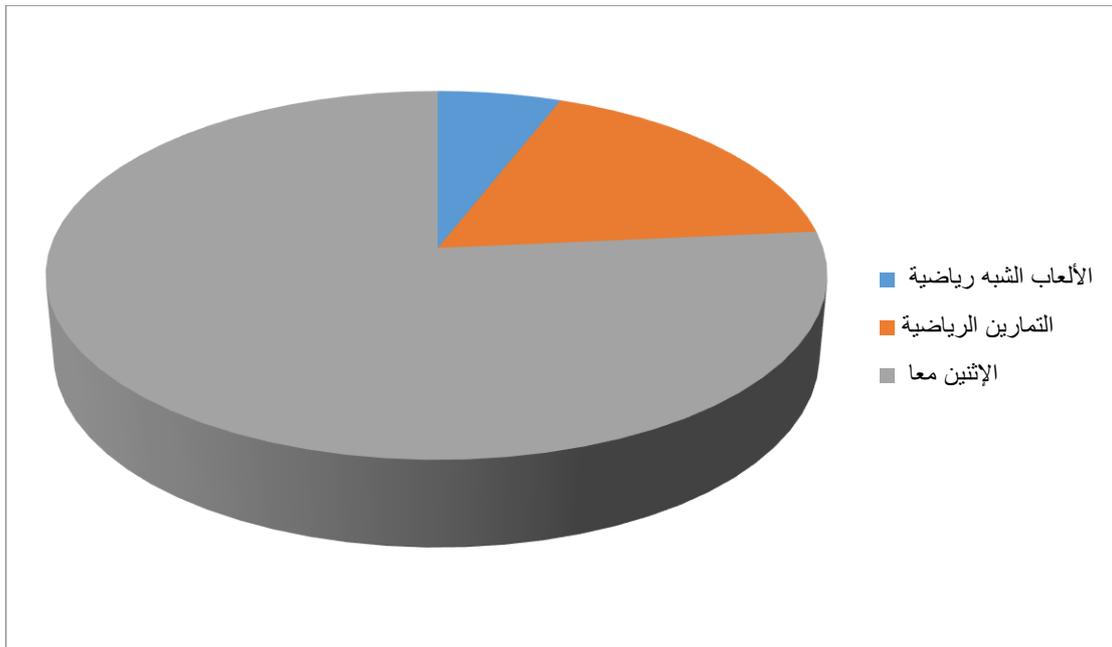
تدل المعطيات أن الألعاب شبه رياضية ضرورية في اكمال الحصة التدريبية ويؤكدون عليها و هذا راجع لأهميتها ومردودها الإيجابي في تعلم المهارات الحركية الخاصة بالكرة اليد.

الجدول رقم: (6): الطريقة التي يستوعب بها اللاعبين أكثر للمهارات

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
----------	---------	----------------

الألعاب الشبه رياضية	01	% 5.88
التمارين الرياضية	03	%17.64
الاثنين معا	13	%76.47
المجموع	17	%100

الشكل رقم (6): الطريقة التي يستوعب بها اللاعبين أكثر للمهارات



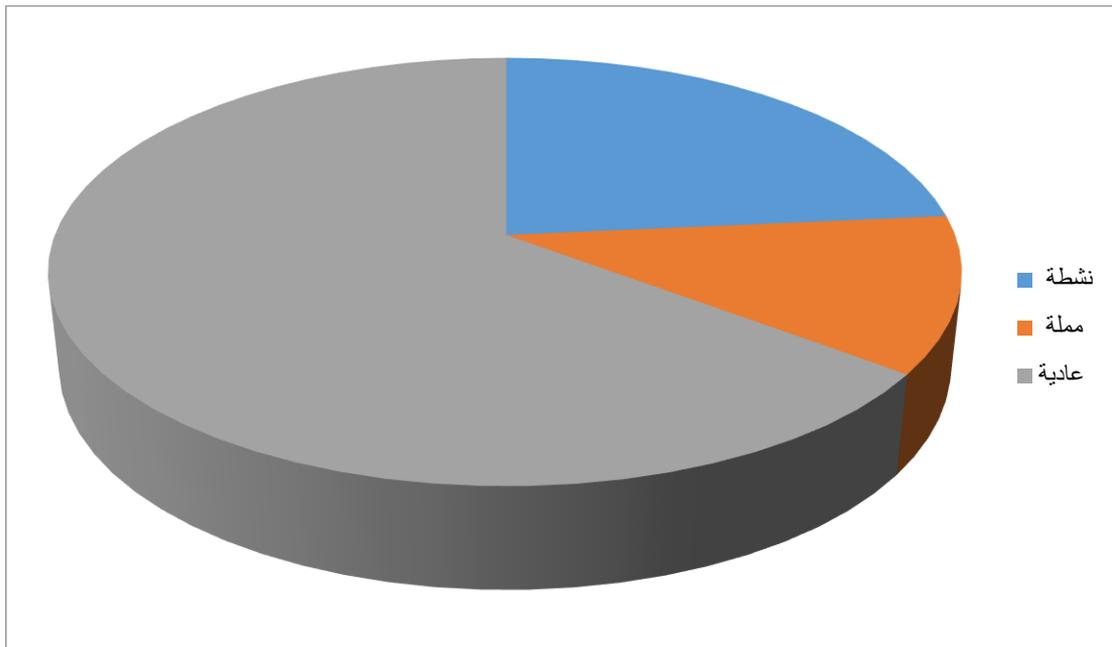
من خلال بيانات المجموعة نلاحظ أن عدد المدربين الذين أجابوا بأن الطريقة التي يستوعب بها اللاعبين أكثر للمهارات هي الألعاب شبه رياضية 1 ونسبة 5.83% بالمقابل كان عدد المدربين الذين أجابوا بأن الطريقة التي يستوعب بها اللاعبين هي التمارين الرياضية 3 ونسبة 17.64% . وعدد المدربين الذين أجابوا بأن الطريقة التي يستوعب بها اللاعبين هي الإثنين معا 13 ونسبة 76.47%.

نستنتج مما سبق أن الطريقة التي يستوعب بها اللاعبين أكثر للمهارات هي التمارين الرياضية بالإضافة إلى الألعاب الشبه رياضية لتكون الحصة متكاملة .

الجدول رقم: (7): يوضح وجهة نظر المدربين الحصة التدريبية دون الألعاب الشبة رياضية

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
نشطة	04	%23.52
مملة	02	%11.76
عادية	11	%64.70
المجموع	17	%100

الشكل رقم (7): يوضح وجهة نظر المدربين الحصة التدريبية دون الألعاب الشبة رياضية



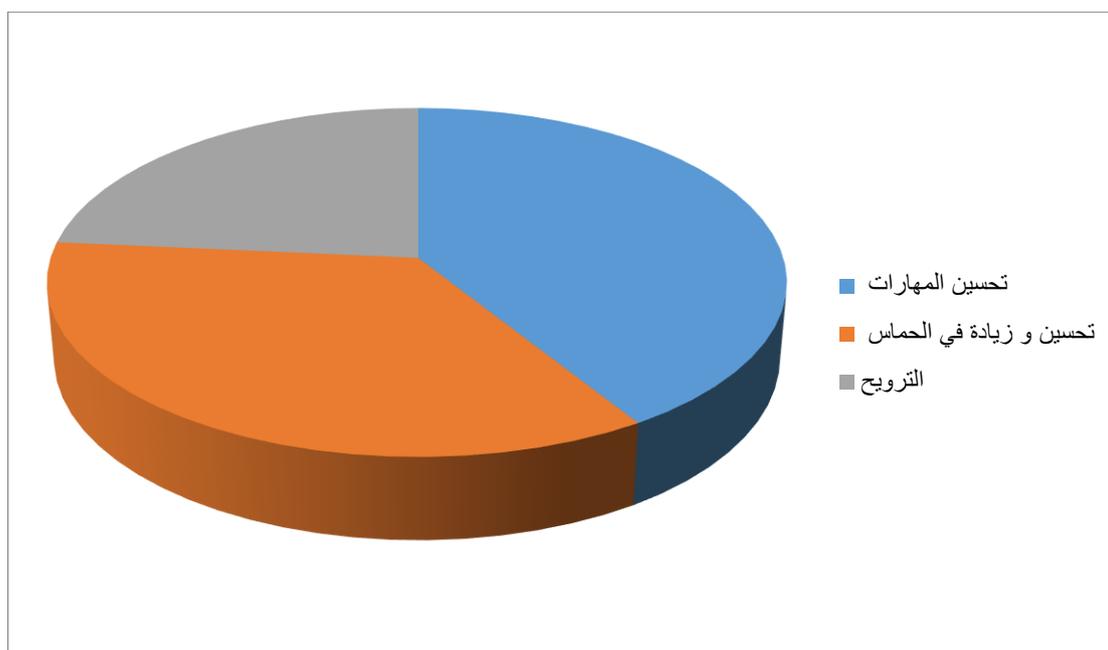
من خلال الجدول و الشكل رقم 7 نلاحظ بأن عدد المدربين الذين أجابوا بنشطة 4 بنسبة %23.52 و كان عدد المدربين الذين أجابوا بمملة 2 بنسبة % 11.76 . وعدد المدربين الذين أجابوا بعادية 11 بنسبة %64.70.

نستنتج مما سبق أن الحصة التدريبية بدون الألعاب الشبه رياضية تكون عادية على حسب أغلبية المدربين .

الجدول رقم: (8): الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبة رياضية في الحصة التدريبية

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
تحسين المهارات	07	41.17%
تحسين و زيادة في الحماس	06	35.29%
الترويج	04	23.52%
المجموع	17	100%

الشكل رقم (8): الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبة رياضية في الحصة التدريبية



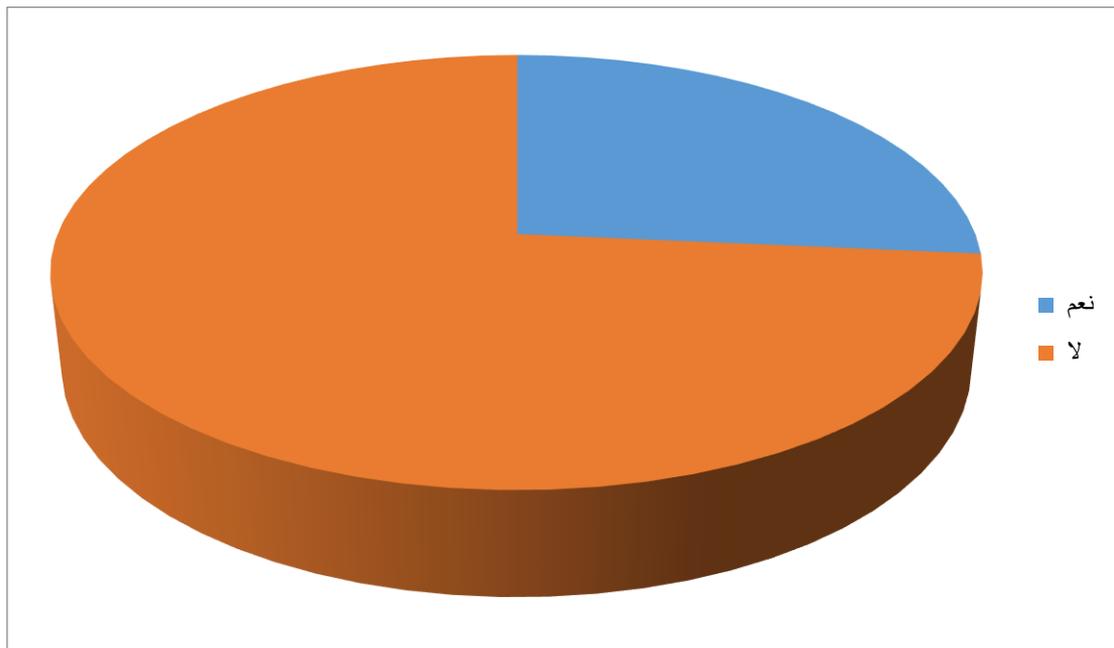
تبين المعطيات أن عدد المدربين الذين أجابوا بأن الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه رياضية هو تحسين المهارات 7 بنسبة 41.17% وأما عدد المدربين الذين أجابوا بتحسين وزيادة في الحماس 6 و بنسبة 35.29% و عدد المدربين الذين أجابوا أنها تعمل على الترويج 4 و بنسبة 23.52%

نستنتج من البيانات السابقة أن الألعاب شبه رياضية لها عدة أغراض من أهمها تحسين المهارات في كرة اليد

الجدول رقم: (9): وجهة النظر إن كانت الألعاب الشبة رياضية تحفز اللاعبين الإقبال على الحصة التدريبية

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	12	%10.58
لا	05	% 29.41
المجموع	17	%100

الشكل رقم (9): وجهة النظر إن كانت الألعاب الشبة رياضية تحفز اللاعبين الإقبال على الحصة التدريبية



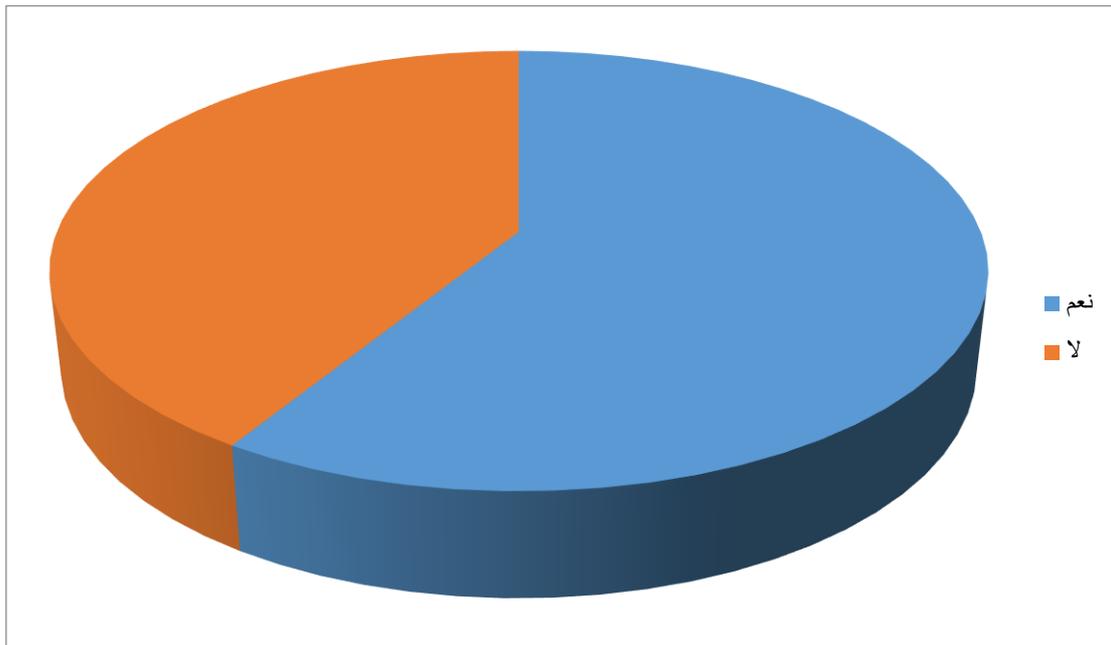
نلاحظ من خلال الجدول والشكل رقم 9 أن عدد المدربين الذين يرون الألعاب شبة رياضية تحفز اللاعبين للإقبال على الحصة تدريبية 12 وبنسبة مئوية 10.58 %
وأما بنسبة لعدد المدربين الذين يرون أن الألعاب شبة رياضية لا تحفز اللاعبين للإقبال على الحصة التدريبية 5 وبنسبة مئوية 29.41%.

نستنتج من المعطيات السابقة أن الألعاب شبه رياضية تحفز اللاعبين على الإقبال للحصة التدريبية

الجدول رقم: (10): توضح إن كان المدربين أثناء التخطيط لمهارة يجدون صعوبة في إيجاد الألعاب الشبه رياضية التي تخدم تلك المهارة.

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	10	% 58.82
لا	07	%41.17
المجموع	17	%100

الشكل رقم (10): توضح إن كان المدربين أثناء التخطيط لمهارة يجدون صعوبة في إيجاد الألعاب الشبه رياضية التي تخدم تلك المهارة.



يبين الجدول والشكل البياني أن عدد المدربين الذين يجدون صعوبة أثناء التخطيط في اختيار الألعاب شبه رياضية التي تخدم مهارة ما هو 10 بنسبة 58.82%. و عدد

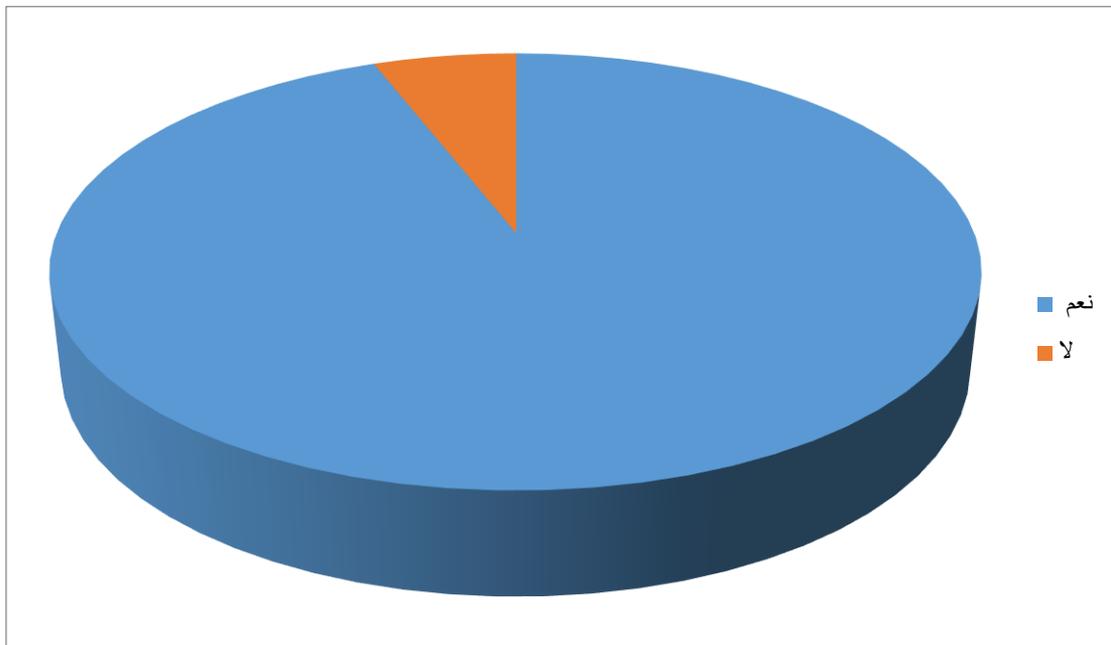
المدرين الذين لا يجدون صعوبة في إجاد الألعاب الشبه رياضية أثناء التخطيط 7 بنسبة 41.17%.

3. عرض و تحليل نتائج المحور الثاني:

الجدول رقم: (11): يوضع إن كانت الألعاب الشبه رياضية تتماشى مع القدرات الحسية للعبى كرة اليد

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	16	94.11 %
لا	01	5.88 %
المجموع	17	100 %

الشكل رقم (11): يوضع إن كانت الألعاب الشبه رياضية تتماشى مع القدرات الحسية للعبى كرة اليد



من خلال الجدول وشكل 11 نلاحظ أن عدد المدربين الذين قالوا بأن الألعاب الشبه رياضية تتماشى مع القدرات الحسية للاعبين كرة اليد 16 و بنسبة 94.11 % بالمقابل عدد المدربين الذين رأوا العكس 1 بنسبة 5.88%.

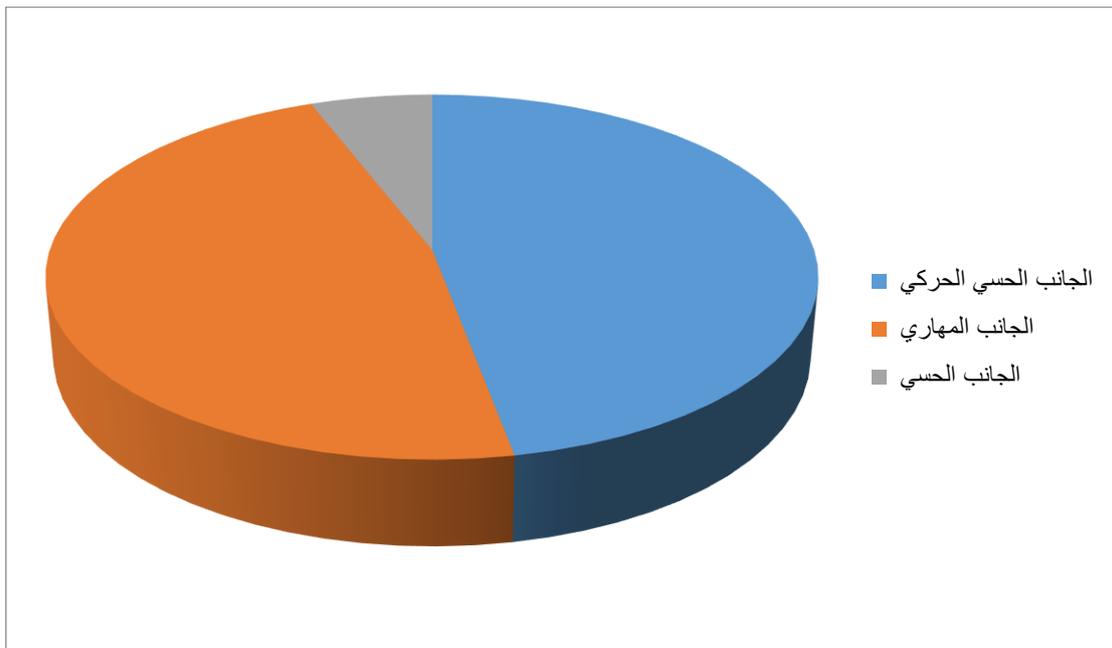
نستنتج مما سبق أن الألعاب الشبه رياضية تتماشى مع القدرات الحسية للاعبين كرة

اليد ،

الجدول رقم: (12): الجانب التي تؤثر فيه الألعاب الشبه رياضية بشكل أكبر

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
الجانب الحسي الحركي	08	%47.05
الجانب المهاري	08	%47.05
الجانب الحسي	01	%5.88
المجموع	17	%100

الشكل رقم (12): الجانب التي تؤثر فيه الألعاب الشبه رياضية بشكل أكبر

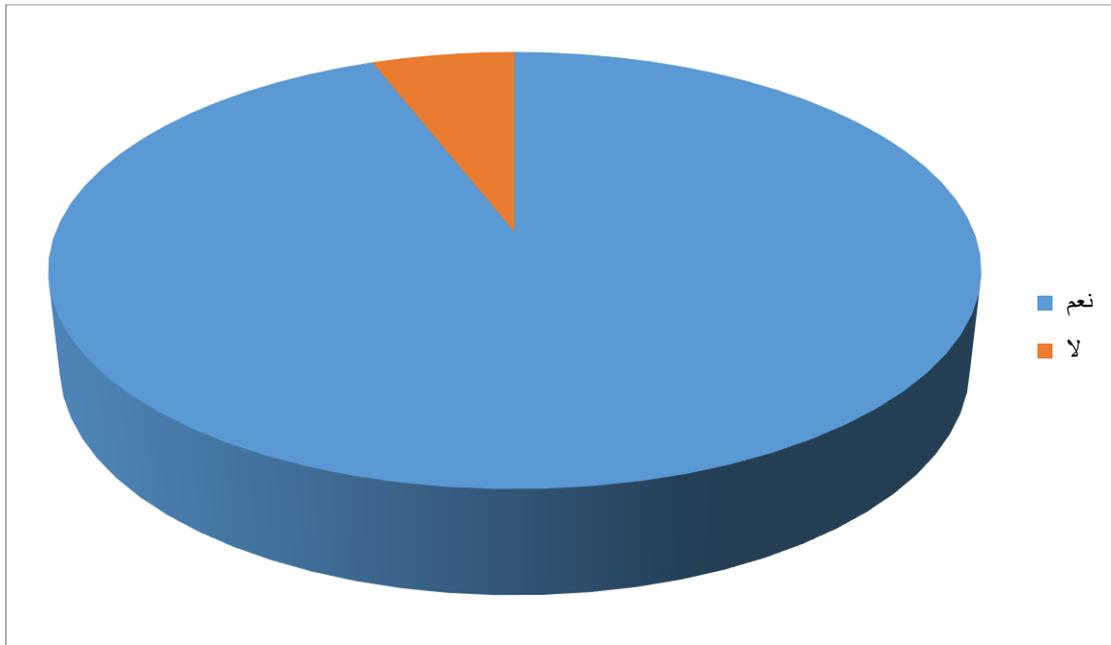


نلاحظ من البيانات ان عدد المدربين الذين يرون الألعاب شبه رياضية تؤثر على الجانب الحسي الحركي 8 وبنسبة 47.05% و المدربين الذين اختاروا الجانب المهاري 8 و بنسبة 47.05% وأما عدد المدربين الذين اختاروا الجانب الحسي 1 و بنسبة 5.88%. نستنتج من تحليل المعطيات أن الألعاب الشبه رياضية تؤثر على جانبيين الجانب الحسي الحركي و الجانب المهاري معا .

الجدول رقم: (13): يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تخدم الجانب الحسي، الحركي، اجتماعي

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	16	94.11 %
لا	01	5.88 %
المجموع	17	100 %

الشكل رقم (13): يوضح إن كانت الألعاب الشبه رياضية تخدم الجانب الحسي، الحركي، اجتماعي



من خلال البيانات نلاحظ أن أغلبية المدربين يرون بأن الألعاب الشبه رياضية تخدم الجوانب الثلاث بنسبة 94.11%

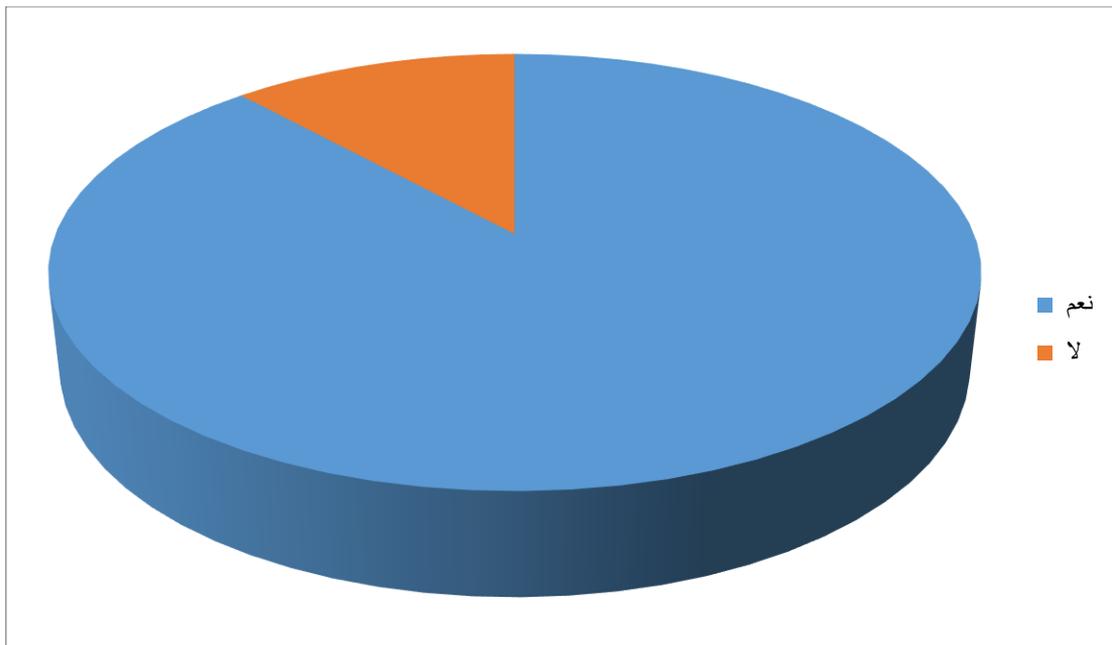
و الذين يرون ان الألعاب شبه رياضية لا تخدم الجوانب الثلاث الحسي الحركي اجتماعي بنسبة 5.89%.

نستنتج أن الألعاب الشبه الرياضية تخدم ثلاث عناصر أساسية في الجانب الحسي الحركي وهي الجانب الحسي الجانب الحركي الجانب الاجتماعي النفسي .

الجدول رقم: (14): يوضح إن كان للألعاب الشبه رياضية أهمية في تنمية الجانب الحسي الحكي لدى ناشئي كرة اليد سن من (11-13)

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	15	% 88.23
لا	02	%11.76
المجموع	17	%100

الشكل رقم (14): يوضح إن كان للألعاب الشبه رياضية أهمية في تنمية الجانب الحسي الحكي لدى ناشئي كرة اليد سن من (11-13)



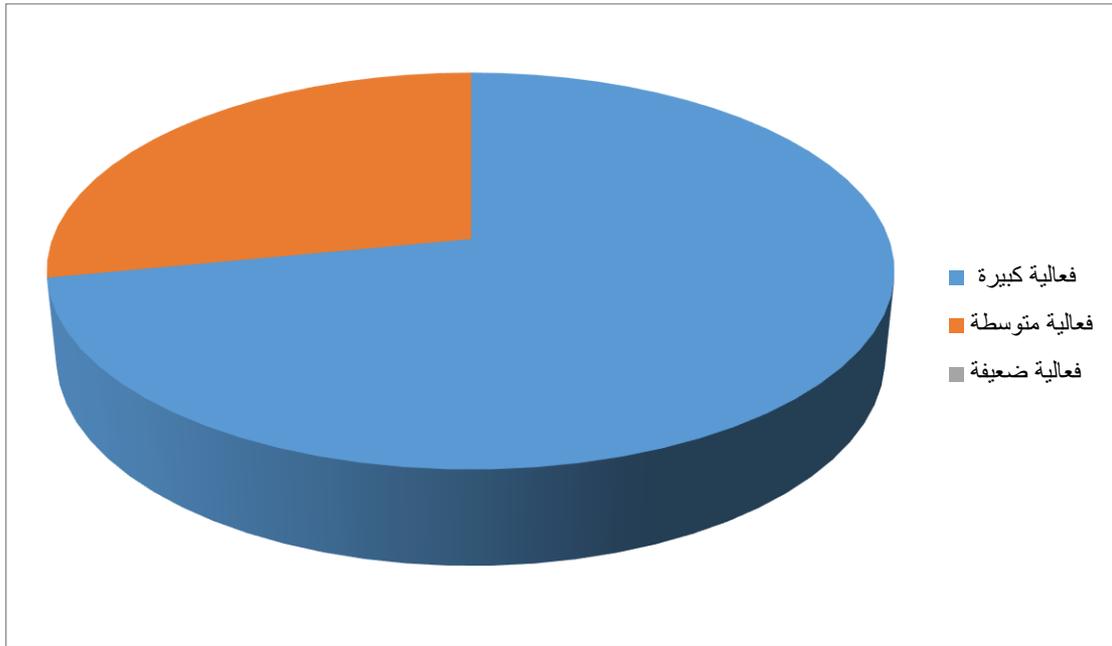
نلاحظ أن المدربين الدين يرون بأن للألعاب الشبه رياضية أهمية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ناشئي كرة اليد (13_11) عددهم 15 بنسبة 88.23% و الدين يرون عكس ذلك عددهم 2 بنسبة 11.76%.

نستنتج مما سبق تحليله أن للألعاب الشبه رياضية أهمية بالغة في تنمية الجانب الحسي الحركي لدا نشئي كرة اليد (13_11) .

الجدول رقم: (15): يوضح مدى فعالية الألعاب شبه رياضية في رفع مستوى القدرات الإدراكية الحركية لدى لاعبي كرة اليد .

النسبة المئوية	التكرار	الإجابات
64.70 %	11	فعالية كبيرة
35.29 %	06	فعالية متوسطة
00%	0	فعالية ضعيفة
100%	17	المجموع

الشكل رقم (15): يوضح مدى فعالية الألعاب شبه رياضية في رفع مستوى القدرات الإدراكية الحركية لدى لاعبي كرة اليد .



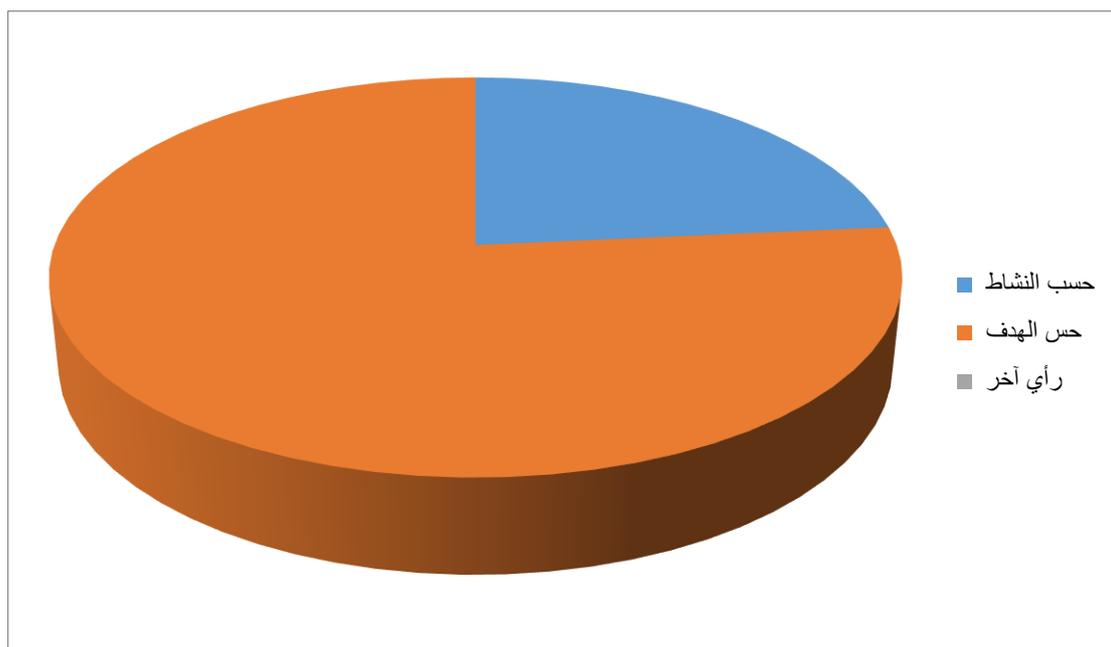
يتبين لنا من خلال الجدول مدى فعالية الألعاب شبه رياضية في رفع القدرات الإدراكية الحركية لدى لاعبي كرة اليد و بنسبة كبيرة وصلت الى 64.70 % مقارنة مع الاجابت الاخرة حيث أن المدربين الذين إختاروا فعالية متوسطة للألعاب الشبه رياضية عددهم 6 بنسبة 35.29%

نستنتج من المناقشة أن للألعاب شبه رياضية فعالية كبيرة في رفع القدرات الحركية لدى لاعبي كرة اليد .

الجدول رقم: (16): كيفية اختيار الألعاب الشبه رياضية

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
حسب النشاط	04	23.52 %
حسب الهدف	13	76.47 %
رأي آخر	0	00 %
المجموع	17	100 %

الشكل رقم (16): كيفية اختيار الألعاب الشبه رياضية



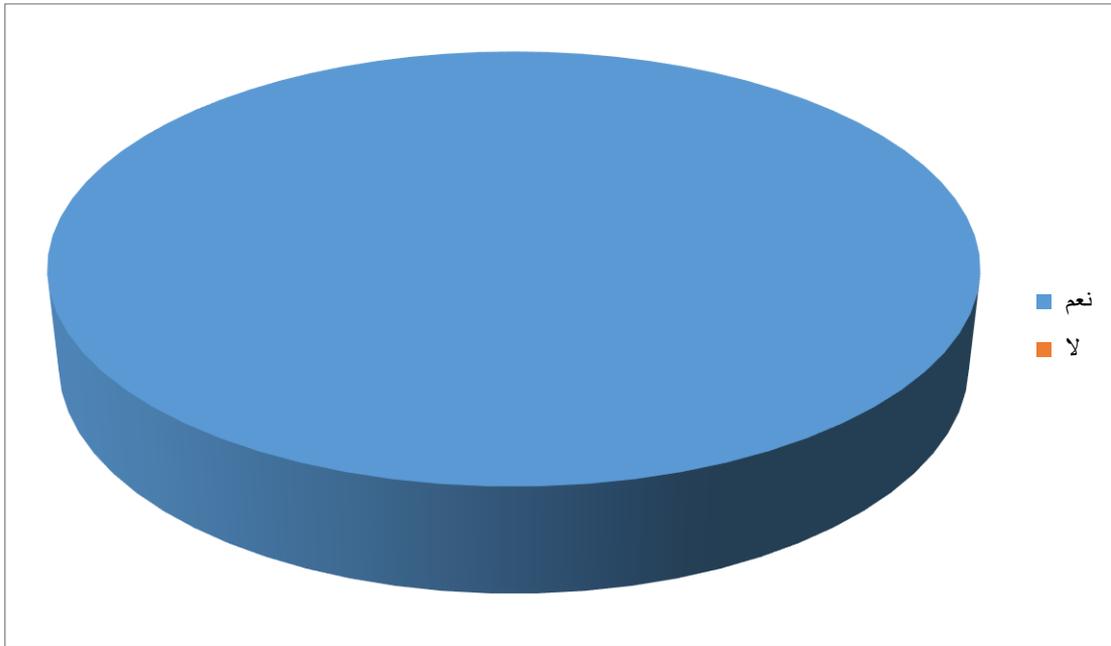
من خلال البيانات نرى أن عدد المدربين الذين يختارون الألعاب الشبه رياضية حسب الهدف عددهم 13 وبنسبة 76.47% و الذين يختارون الألعاب الشبه رياضية حسب النشاط عددهم 4 بنسبة 23.52%.

نستنتج مما سبق أن أغلبية المدربين يختارون الألعاب الشبه رياضية حسب الهدف.

الجدول رقم: (17): معرفة إن كانت الألعاب الشبه رياضية ترفع سرعة الاستجابة لدى اللاعبين

الإجابات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	17	100%
لا	00	00%
المجموع	17	100%

الشكل رقم (17): معرفة إن كانت الألعاب الشبه رياضية ترفع سرعة الاستجابة لدى اللاعبين



نلاحظ من خلال النتائج أن الألعاب الشبه رياضية ترفع سرعة الاستجابة لدى اللاعبين لأن كل الإجابات كانت بنعم لرفع سرعة الاستجابة بنسبة 100%.

4. مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات.

1.1.4 مناقشة الفرضية الأولى: والتي يفترض فيها الباحث ان "الألعاب الشبه رياضية تساهم في رفع الأداء المهاري للاعبين كرة اليد " ومن خلال المعالجة الإحصائية لنتائج الاستبيان المتحصل عليها يتضح لنا ان الألعاب الشبه رياضية تساهم بشكل كبير في رفع الأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد ونلاحظ ذلك من خلال الجداول (01,02,03,04,05,06,07,08) التي توضح صحة الفرضية ويتفق الباحث ان هذه النتائج الإحصائية تتطابق مع بعض الأبحاث السابقة في تأكيد دور الألعاب الشبه رياضية كدراسة "بوغدة نواري" والتي خلصت الى ان استعمال الألعاب الشبه رياضية في الحصة التدريبية لها دور فعال في اكتساب وتنمية بعض المهارات وهذا ما يؤكد أيضا "كمال عبد الحميد" ان الألعاب الشبه رياضية تنمي لدى الاصاغر الرغبة في التدريب لتحسين المهارات

الفنية والخططية، وهذا ما أكدته دراسة كل من جنطي طيب وعلى هذا الأساس يستخلص الطالب الباحث ان هذه الفرضية تحققت .

2.1.4 مناقشة الفرضية الثانية : والتي يفترض فيها الباحثة ان للألعاب الشبه رياضية دور في رفع مستوى القدرات الادراكية الحسية ، ومن خلال المعالجة الإحصائية لنتائج الفرضية المتحصل عليها يتضح لنا ان للألعاب الشبه رياضية دور كبير في رفع مستوى القدرات الادراكية الحسية وكذلك من خلال الجداول (01,02,03,04,05,06,07) ويتفق الباحث ان النتائج الإحصائية تتطابق مع الأبحاث السابقة في تأكيد دور الألعاب الشبه رياضية في رفع المستوى المهاري الحركي، كدراسة "زينب فهمي" التي تؤكد ان ممارسة الألعاب الشبه رياضية في كرة اليد تنمي بعض القدرات الحسية الادراكية . وهذا ما أكدته دراسة كل من حساني حميد وبشير محمد وبلحامدي سليم و دراسة كل من زراوي عزيز تحت عنوان دور الألعاب الشبه رياضية وكذلك دراسة "عصام الدين متولي" الذي يرى ان الألعاب الشبه رياضية تساعد على النمو الحركي والعقلي . وعلى هذا الأساس يستخلص الطالب الباحث ان الفرضية تحققت .

5. الاستنتاجات:

- جل المدربين يرون أن للألعاب شبه رياضية دور في رفع المستوى المهاري الحركي.
- للألعاب الشبه رياضية مردود إيجابي على لعبي كرة اليد.
- -الألعاب الشبه رياضية المقترحة أثناء الحصة تتماشى مع قدرات اللاعبين كرة اليد.
- الألعاب الشبه رياضية تكسي طابع الحماس على الحصة التدريبية.
- الألعاب الشبه رياضية تحفز لعبي النادي الرياضي على اكتساب مهارات حركية.
- الألعاب الشبه رياضة تحفز أطفال النادي على الإقبال على الحصة التدريبية بطريقة تلقائية لما فيها من جو نشط ومسلّي.
- الألعاب الشبه الرياضية تكسب اللاعبين صفات حركية جديدة.

- مساهمة الألعاب الشبه رياضية في الأداء الجيد للحركة.
- الألعاب الشبه رياضية ضرورية في اكتمال الحصة التدريبية كونها تنمي الصفات البدنية.
- للألعاب الشبه رياضية دور هام في رفع المستوى المهاري الحركي.
- الألعاب الشبه رياضية تنمي القدرات الإدراكية الحركية.
- يعتبر الجانب الحسي الحركي من أكثر الجوانب الذي تؤثر فيه الألعاب الشبه رياضية.
- للألعاب الشبه رياضية فعالية بالغة عند جل المدربين في تتميم الصفات البدنية و الحركية بصفة عامة.

6. الاقتراحات والتوصيات

- وضع برنامج تدريبي تعليمي للألعاب الشبه رياضية كأدات ضرورية أثناء الحصة.
- تطوير الألعاب الشبه رياضية في جميع التخصصات الرياضية
- تطبيق الألعاب الشبه رياضية في مراحل مبكرة (11-13) تواكب نموه الفيزيولوجي مما يسهل عملية التعلم واكتساب المهارة.
- - الاهتمام بالجانب الترفيهي التعليمي لنشئي كرة اليد
- إجراء دراسات مشابهة تشمل الجانب الحركي وتأثير الألعاب الشبه رياضية عليه
- تكيف وتعديل الألعاب الشبه رياضية لتتماشى مع قدرات اللاعب أو الرياضي بصفة عامة.
- إدخال الأساليب العلمية والتمارين الرياضية في الألعاب الشبه رياضية لزيادة إمكانية تعلم مختلف المهارات.

خاتمة

خاتمة:

يمكن استخلاص مما سبق أن الألعاب الشبه رياضية في التدريب الرياضي لما توليه من أهمية كبيرة في الوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات و كذا الرفع من مستوى المهارات الحركية الهجومية للاعبين كرة اليد فئة (11-13) سنة كما تعتبر 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 و الوصول بالفريق إلى تحقيق النتائج و حصد الألقاب.

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

تعد طريقة اللعب إحدى الطرق التي أصبح يعول عليها كثيرا في مجال التربية البدنية و الرياضية و شملت مختلف الأعمار و كلا الجنسين، و ذلك لكونها طريقة نشطة على سرعة التعلم في مختلف الرياضات خاصة الجماعية منها، حيث تستدعي وضع اللاعب في ظروف حقيقة مشابهة لما يراه في المنافسات الرياضية الرسمية و هذا ما يتطلب من الأساتذة أن يعملوا على تكييف مكيف مجموعة من الألعاب شبه الرياضية و توجيهها لخدمة أهداف الحصة.

و من خلال دراستنا حاولنا إبراز أهمية الألعاب شبه الرياضية خلال حصة التربية البدنية و الرياضية و التوصل إلى معرفة الدو الذي تلعبه هذه الوسيلة، من ناحية مساعدتها لتعليم التقنيات المهارات الحركية في كرة اليد لدى أطفال بصفة خاصة و من جهة أخرى نجدها تساعد الأستاذ أثناء أداءه لمهامه، فبطابعها التحفيزي يستطيع التلميذ تعلم تحسين مهارته الحركية في كرة اليد.

و أمام هذه توصلنا إلى النتيجة التي تؤكد مدى أهمية الألعاب شبه الرياضية في تطوير المهارات الحركية في كرة اليد للأطفال، و ها الدور الذي تلعبه في القضاء على مشكل نقص العتاد و الوسائل و تأثيرها على نفسية الأطفال بتحفيزهم و ترفيههم فالألعاب شبه الرياضية قد تحقق ما لم تستطع كطرق أخرى تحقيقه لأنها تساعد على تعلم المهارات الحركية و تنمية الصفات البدنية بصفة مريحة و في إطار ترفيهي، و قد تساعد المدربين في تخطي الصعوبات التي تصادفهم خلال تنشيطهم للحصة، و بالتالي يستطيع من خلالها تحقيق الأهداف البيداغوجية لحصة.

و في الأخير يمكن القول إن هذا الموضوع بدق ما كان واسعاً، و أن كل ما بذلناه من جهد كان قليلاً مع أهميته و دوره في الوسط التربوي، غلا أننا نترك المجال مفتوحاً أمام بحوث أخرى و اهتمامات آنية لدراسة هذا الموضوع من جانب زوايا أخرى.

و نستطيع القول أن ما توصلنا إليه في هذه الدراسة يمكن أن يكون دعماً للمختصين في رياضة كرة اليد خاصة و كذا مجال التدريب الرياضي عامة، و يعمل على تشجيع ممارسة هذه الرياضة بالطريقة المنهجية و الهادفة من طرف الرياضيين و يأخذ بيدهم إلى النجاح.

ملاحق



جامعة عبد الحميد بن باديس _ مستغانم
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي

استمارة استبيان موجهة للمدربين

في إطار انجاز بحث لنيل شهادة ليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية فرع تدريب رياضي تحت عنوان " دور الألعاب الشبه رياضية في رفع المستوى المهاري الحركي لدى لاعبي كرة اليد) من وجهة نظر المدربين"

نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستمارة وتعهد ان نستخدم البيانات المجمعة من هذه الاستمارة لأغراض علمية بحثية

وشكرا

الاستاد المشرف: مسالتي لخضر

إعداد الطالبان: عماري خالد
بعلي عبد العالی

الرجاء وضع علامة (+) أمام الخيار الصحيح

معلومات شخصية

السن سنة

الجنس. ذكر انثى

مدة ممارستك لتدريب سنة

المستوى التعليمي

ثانوي جامعي دراسات عليا

الدرجة المحصل عليها في التدريب

المحور الأول: تساهم الألعاب الشبه رياضية في رفع الأداء المهاري للاعبين كرة

1- هل يكتسب اللاعبون صفات حركية جديدة في كرة اليد عند ممارسة الألعاب شبه رياضية؟

نعم لا

2- هل تساهم الألعاب الشبه رياضية في الأداء الجيد للحركة؟

نعم لا

3- هل تعتبر ان الألعاب الشبه رياضية ضرورية في اكمال عملية تعلم كرة اليد؟

نعم لا

4- ما هي الطريقة التي يستوعب بها اللاعبون أكثر للمهارات؟

- الألعاب شبه رياضية
- التمارين الرياضية
- الاثنين معا

5- كيف ترى الحصة التدريبية دون الألعاب الشبه رياضية؟

نشطة مملة عادية

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

تحسين المهارات الأساسية تحسين وزيادة في الحماس
الترويح

7- هل ترى ان الألعاب الشبه رياضية تحفز اللاعبين للإقبال على الحصة التدريبية؟

نعم لا

8- هل عند التخطيط لمهارة معينة تجدون صعوبة في إجاد الألعاب شبه رياضية التي تخدم تلك المهارة؟

نعم لا

المحور الثاني دور الألعاب الشبه رياضية في رفع مستوى القدرات الادراكية الحسية الحركية لدى لاعبي كرة اليد

1_ هل الألعاب الشبه رياضية المقترحة اثناء الحصة التدريبية تتماشى مع قدرات الحسية للعبى كرة اليد؟

نعم لا

2_ ما هو الجانب الذي تؤثر فيه الألعاب الشبه رياضية بشكل أكبر؟

الجانب الحسي الحركي الجانب المهارى الجانب الحسي

3_ كون الحصة التدريبية تهدف الى تنمية ثلاث جوانب اساسية الحسي-الحركي-اجتماعي نفسي. هل الالعب شبه رياضية تخدم ذلك؟

نعم

4_ هل للألعاب شبه رياضية اهمية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ناشئي كرة اليد؟

 نعم

5_ ما مدى فعالية الالعاب شبه رياضية في رفع مستوى القدرات الادراكية الحركية لدى لاعبي كرة اليد؟

 فعالية ضعيفة فعالية متوسطة فعالية كبيرة

6_ كيف تختار الألعاب الشبه رياضية؟

 حسب النشاط حسب الهدف رأي اخر

7_ كون الجانب الحسي الحركي يعتمد على الاستجابة البدنية. هل الالعاب شبه رياضية ترفع سرعة الاستجابة لدى اللاعبين

 لا نعم



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جدول تحكيم الاستمارة

التوقيع	الدرجة العلمية	اسم ولقب الأستاذ
	دكتوراه	محمد اديا حكيم
	أستاذ التعليم العالي (دكتوراه)	محمد عامر
	أستاذ تعليم عال	كشوك يم الليم

السنة الجامعية : 2021/2022