



ملخص البحث

اسم البحث: تطوير الآلية الخطئية لبعض الآداءات الدفاعية الجماعية للاعبى كرة اليد

اسم الباحث : أمير محمد سمير محمد عبد الحميد أ.د./ محمد السيد القط أ.م.د/ محمد عبد المرضى

التخصص الدقيق : نظريات و تطبيقات الرياضات الجماعية

اسم الكلية : التربية الرياضية

اسم الجامعة : بنها

اسم الدولة : مصر

البريد الإلكتروني : amir.samir2010@gmail.com

هدف البحث: تطوير الآلية الخطئية لبعض الآداءات الدفاعية الجماعية للاعبى كرة اليد

المنهج المستخدم : التجريبي

عينة البحث و خصائصها : وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كرة اليد بالفريق الأول لنادى الصفوة، حيث بلغ قوام العينة الأساسية (١٩) لاعب من المنتظمين فى تطبيق البرنامج التدريبى ، حيث قام الباحث بإجراء القياسات القبلية ونهاية فترة الإعداد البدنى و نهاية فترة الإعداد المهارى و نهاية فترة الإعداد الخططى عليهم ، بالإضافة إلى عينة الدراسات الاستطلاعية وعددهم (١٦) لاعب من نفس مجتمع البحث (نادى الرواد) ومن خارج عينة البحث الأساسية ، ليصبح إجمالى العينة الكلية (٣٥) لاعب (العينة الأساسية ، العينة الإستطلاعية).

أهم الاستنتاجات:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس (القبلى -البعد بدنى -البعد مهارى- البعد خططى) لعينة البحث و لصالح القياس البعد خططى و ذلك فى زمن أداء الإختبار الأول للاعبى الجناح والظهيرو قلب الدفاع الخلفى. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس (القبلى -البعد بدنى -البعد مهارى- البعد خططى) لعينة البحث و لصالح القياس البعد خططى و ذلك فى زمن أداء الإختبار الثانى للاعبى الظهيرو قلبى الدفاع الخلفى و المتقدم.

## Search summary

**Search Name : Develop the Tactical mechanism Of Some Collective defensive Performances For Handball Players.**

**Researcher Name : Amir Mohammed Samir Mohammed Abd Elhameed**

**P.D/ Mohamed Elsaid Elkot D/Mohamed Abd Elmordy**

**Specialization : Department of theories and applications of team sports**

**faculty Name : Faculty OF Physical Education**

**University Name : Benha**

**Name Of Country : Egypt**

**E-Mail : [amir.samir2010@gmail.com](mailto:amir.samir2010@gmail.com)**

**Search aim : Develop the Tactical mechanism Of Some Collective defensive Performances For Handball Players.**

**Curriculum used : Experimental**

**Researcher Sample and characteristics:**

The research sample was chosen intentionally by handball players from Al Safwa Clup .The core sample population was reached 19 players in implementing the training program .Where the researcher performed the tribal measurement , at the end of the period of physical ,at the end of the skill preparation period and at the end of the tactical period .In addition to a sample of exploratory studies ,they are 16 players from the same research community (Al Rowwad clup) and out of the basic research sample . To become the total of the total sample 35 players.

**Conclusions:**

There are statistically significant difference between the pre measurement and the pre ( physical – skill– tactical ) measurement for research sample and in favor of telemetry tactic for the time of performing the first test for the wing ,back(R,L) and Back defender.

There are statistically significant difference between the pre measurement and the pre (physical – skill– tactical) measurement for research sample and in favor of telemetry tactic for the time of performing the scecond test for the wing, back(R,L) and advanced defender.

## تطوير الآلية الخطئية لبعض الآداءات الدفاعية الجماعية للاعبى كرة اليد

أ.د/ محمد السيد القط

أ.م.د/ محمد عبد المرضى

أمير محمد سمير محمد عبد الحميد

٠/ مقدمة البحث:-

١/١ تقديم :-

خطط الدفاع الجماعى تعتمد على مقدرة كل لاعب على أداء واجباته الدفاعية ، ومع أن الواجب الأساسى لكل لاعب مدافع هو مراقبة لاعب معين وفقاً لطريقة اللعب ، فقد أصبح من واجبات المدافع أيضاً مساعدة زميله المدافع و تغطيته باستمرار ، فخطط الدفاع الجماعى عبارة عن تعاون مجموعة من اللاعبين و غالباً ما يكونوا فى مراكز متجاوزة أو حسب طريقة الدفاع للدفاع ضد عدد من لاعبي الفريق المهاجم يزيد أو ينقص أو يتساوى عددهم مع عدد لاعبي الدفاع فى منطقة دفاعية معينة ، وذلك بغرض إفساد التصور الخططى الهجومى لهؤلاء اللاعبين ، و يجب على اللاعبين إتقان بعض خطط الدفاع الجماعى و التى تتناسب مع مهاراتهم و قدراتهم حتى يستطيعوا التصدى لمواقف الهجوم الكنكر لللاعبى الفريق المنافس ، ولكن يجب مراعاة عدم المغالاة فى زيادة هذه الخطط حتى لا تؤثر بصورة سلبية على سلوك اللاعبين المدافعين الأمر الذى يؤدى إلى إرباكهم و عدم قدرتهم على التصرف و الإبتكار و المبادأة ، و إفساد تصورهم الخططى الهجومى ( ٦ : ٤٣،٤٤ )

و يرى الباحث أن هناك تطوراً ملحوظاً للخطط الهجومية الأمر الذى يستدعى بضرورة تطوير العمل الدفاعى و خاصة الخططى لإحداث التوازن ، وكذلك التفكير فى كيفية تطوير اللآداءات الخططية الدفاعية وفقاً لمواقف اللعب اللحظية من خلال تنظيم آلى للدفاع فالفريق المتميز خططياً هو الذى يقوم بالآداءات الخططية الدفاعية المطلوبة بالقوة و السرعة و الدقة المطلوبة و فى التوقيت المناسب و بدرجة عالية من التفاهم و الإتقان .

٢/١ مشكلة البحث و أهميته:-

١/٢/١ مشكلة البحث :-

طبيعة الأداء في كرة اليد و نوعيته تختلف طبقاً لخطوط و مراكز اللعب ، كذلك الواجبات المصاحبة لخطط و طرق اللعب سواء كانت فردية أو جماعية أو في إطار لاعبي الفريق ككل ، لذا فإن اختلاف القدرات بين لاعبي الفريق له أهمية في عمليات الإعداد و التخطيط للموسم التدريبي و الفترات و الوحدات المكونه له ، فاكتشاف القدرات الحركية التي يتميز بها كل لاعب تعد عاملاً هاماً و ضرورياً في توجيهه نحو ما يناسبه من أداء وواجبات عند وضع خطط اللعب سواء الدفاعية أو الهجومية ، الأمر الذي يلزم المدرب بضرورة إعداد وحدات التدريب بما يتناسب مع إمكانات اللاعبين ٠ ( ٥ : ١٨ )

ويضيف درويش و آخرون (١٩٩٨) أن كرة اليد تخضع للمواقف الحركية المختلفة و المتغيرة ، بحيث لا توجد ظروف ثابتة للأداء و المواقف لارتباطها بحركة المنافس و مواقفه ، لذا فإن أنشطة اللاعب الحركية خلال المباراة ليست دائماً مكررة ، فقد يوضع اللاعب أحياناً في ظروف يكون فيها مسئولاً بمفرده أو مع زملاؤه من اللاعبين عن إنقاذ مرماه و منع هجوم أو تسجيل هدف مضاد ، لذلك فإن اللاعب يحتاج للقيام بحركات دقيقة و هادئة في مثل هذه المواقف السريعة و المتغيرة و المفاجئة التي تتطلب درجة معينة من القيام بالأداءات الخطئية بكفاءة للإستجابة لمواقف اللعب بنجاح ٠ ( ٥ : ٢٠ )

و يشير السيد سامى السيد (٢٠١٣) بأن الإعداد الخطي أحد الجوانب الهامة لإعداد اللاعبين في رياضة كرة اليد ، حيث تتطلب ضرورة إتقان اللاعب لأداء المهارات الحركية في المواقف و الظروف المتغيرة أثناء المباراه ففي حالة تساوى الفريقين في جميع جوانب الإعداد فإن الذى يسهم في فوز فريق على الآخر هو التفوق في الجانب الخطي ومن حيث التصرف في المواقف التي يتعرض لها اللاعبين أثناء المباريات ، و رياضة كرة اليد من الرياضات التي تتميز بالعديد من خطط اللعب سواء كانت فردية أو جماعية مما يتطلب دراسة مواقف اللعب المختلفة دراسة وافية لفهم خطط اللعب الهجومية والدفاعية و التدريب على الاحتمالات المختلفة حتى لا يستطيع اللاعبون التصرف في المواقف المختلفة التي تواجههم أثناء المباراة ٠ ( ١ : ٥ )

كما يذكر مروان رجب أن الدفاع في كرة اليد هو الجناح الثانى المكمل لنجاح الفريق ،ولا يقل أهمية عن الهجوم ، والدفاع الحديث يعتمد على استخدام المهارات الخطئية الدفاعية المختلفة في المحاولات كتغطية مساحة خالية أو متابعة مهاجم غير مراقب أو التقدم لإعاقة التصويب أو التميرير و محاولة إيقاف سير الهجمة ،و يجب أن يتم ذلك بأقصى سرعة حتى لا يتمكن الفريق المهاجم من استغلال الثغرات الدفاعية الموجودة ( ٩ : ٢ ) .

و قد لاحظ الباحث من خلال خبرته و دراسته و متابعته لفريق نادى الصفوة أحد ممثلى منطقة الشرقية فى الدورى الممتاز لكرة اليد أن الأداءات الخططية الدفاعية الجماعية للفريق تواجه قصوراً فى السرعة وآلية الأداء حيث أنها لا تتناسب فى التطور مع الأداءات الهجومية و من هذا المنطلق و استكمالاً لما بدأ به الباحث من تطوير الأداءات الدفاعية الخططية الفردية للفريق لذا تيقن الباحث من ضرورة وضع البرامج التى تشمل تدريبات تنمية للخطط الدفاعية الجماعية (الثلاثية) التى تمكن المدافعين الخاضعين لهذه البرامج من منع و إرباك لاعبي الهجوم من تنفيذ تصوراتهم الهجومية .

و اقراراً بذلك قام الباحث بإقتراح برنامج لتطوير بعض الأداءات الدفاعية الخططية الجماعية (الثلاثية) فى التشكيلات الدفاعية المغلقة التى مداها خطى م٦ ، م٩ وفق أهداف و خصائص و مكونات تحقق فرض البحث.

### ٣/١ هدف البحث:

يهدف هذا البحث إلي تطوير بعض الأداءات الخططية الدفاعية الجماعية الثلاثية داخل التشكيلات الدفاعية المغلقة التى مداها خطى م٦ ، م٩ للاعبى كرة اليد و ذلك من خلال البرنامج

### ٤/١ فرض البحث:

تأثير البرنامج التدريبى المقترح لتطوير بعض الأداءات الخططية الدفاعية الجماعية الثلاثية للاعبى كرة اليد

١/٤/١ وجود فروق دالة احصائياً بين القياس القياس البعدخطى وكل من القياسات (القبلى- البعد بدنى-البعد مهارى) فى جميع اختبارات الأداءات الخططية الدفاعية الجماعية ( الثلاثية ) قيد البحث .

### ٥/١ المصطلحات المستخدمة:

#### ١/٥/١ الدفاع :

الحالة التى يكون عليها لاعبو الفريق حينما يفقدون الكرة سواء كان ذلك بعد إنهاء الهجوم الذى كانوا ينفذونه على مرمى الفريق المنافسة و حينما يتمكن لاعبي الفريق المنافس من الإستحواذعلى الكرة أو بفقدها من أحد لاعبي الفريق أو خروجها خارج الملعب . (٥ : ٢٨)

#### ٢/٥/١ الدفاع المغلق:

هو الدفاع التى تتقارب خطوط تشكيلاته ( خط - خطين - ثلاث خطوط ) بحيث لا تتعدى أبعداها خط ال ٩ م ٠ ( إجرائى)

#### ٣/٥/١ الأداء الخططى:



هو كل ما يقوم به الفريق أو أحد أفراده بصورة فردية أو جماعية أو فريقية بتكتيك هجومي أو دفاعي اثناء المباراة. (٩ : ١٤)

٤/٥/١ الأداء الناجح :

هو كل ما يقوم به اللاعب من أداء لإحدى المهارات الهجومية أو الدفاعية أو النواحي الخططية و تحقق الهدف منها . (٩ : ١٤)

٥/٥/١ الأداءات الخططية الدفاعية :

هي الواجبات الحركية للاعبى المراكز الدفاعية بصورة فردية أو جماعية لمواجهة التحرك اللحظى المحتمل للاعبى الهجوم خلال الدفاع المنظم . (١ : ٩)

٦/٥/١ خطط الدفاع الجماعى :

هي الواجبات الحركية للاعبى المراكز الدفاعية و التى تؤدى بصورة جماعية ( ثنائية أو ثلاثية ) لمواجهة التحرك اللحظى المحتمل للاعبى الهجوم خلال الدفاع المنظم . (١ : ٩)

- الدراسات السابقة

تتضمن الدراسات و البحوث السابقة حقائق و معلومات و نتائج علمية هي بمثابة الأساس التى يستخدمه الباحثون و يتبعون من خلاله، الخطوات الموضوعية لإجراء بحوثهم ، و إيجاد الحلول المناسبة للصعوبات التى تعترض طريقهم ، فهى ترتب الأفكار البحثية لدى الباحث بالإضافة إلى الإسترشاد بالطرق المختلفة للمعالجات الإحصائية التى استخدمها الباحثون من قبل .

لذا قام الباحث بالإطلاع على العديد من الأبحاث ، ثم قام بمسح مرجعى للدراسات و البحوث التى أمكنه الحصول عليها فى مجال بحثه و التى تتعلق بمجال البرامج التدريبية و الأداءات الدفاعية الجماعية فى رياضة كرة اليد ، من أجل الإسترشاد بها فى وضع الأهداف و الفروض و المنهج و الإجراءات للإستفادة منها فى البحث .

و قد أجريت هذه الدراسات فى الفترة من ٢٠٠٥م حتى ٢٠١٣م و كان عددها ٦ دراسات

سابقة عربية .

و قد أجرت شيماء السيد عثمان (٢٠٠٥م) دراسة تهدف الى التعرف على الطرق الأكثر استخدامًا فى مباريات بطولتى العالم لكرة اليد للرجال (٢٠٠٣-١٩٩٧) و أكثر التشكيلات الدفاعية استخدامًا ، و استخدمت الباحثة المنهج الوصفى المسحى على عدد ٨ مباريات بواقع ٤ مباريات من كل بطولة و أهم النتائج التى توصلت لها الدراسة أن مهارة المقابلة و التغطية قد احتلت المركز الأول فى الدفاع الجماعى .

كما أجرى شريف محمد عبد المنعم يونس (٢٠٠٧م) دراسة قام من خلالها بتصميم برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداء الخططي للاعبى كرة اليد و التعرف على تأثير البرنامج على عينة البحث ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها ١٢ لاعب ، و أهم النتائج أن البرنامج التدريبي له أثر إيجابى على تطوير الأداءات الدفاعية ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة و البينيّة و البعدية فى متغيرات الأداءات الدفاعية لصالح القياسات البعدية .

- كما أجرى محمد السيد عبد المجيد (٢٠٠٨) دراسة قام من خلالها بتصميم برنامج تدريبي مقترح لتطوير الأداءات الدفاعية لناشئى كرة اليد ، و استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها ١٤ ناشئ ، و أهم النتائج أن البرنامج التدريبي له أثر إيجابى على تطوير الأداءات الدفاعية ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبليّة و البينيّة و البعدية فى متغيرات الأداءات الدفاعية لصالح القياسات البعدية .

كما أجرى محمد أشرف كامل (٢٠٠٩) دراسة قام من خلالها ببناء اختبار لقياس التحركات الدفاعية المركبة لناشئى كرة اليد تحت ١٨ سنة ، و استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحى على عدد ٩ مباريات و شملت ٤٤ ناشئ ، و أهم النتائج صلاحية الإختبارات الدفاعية المركبة المقترحة كأداة موضوعية للإختيار وتصنيف و توجيه أفضل العناصر لمراكز اللعب الدفاعية داخل التشكيلات الدفاعية .

كما أجرى مروان مصطفى حسن رجب (٢٠٠٩) دراسة تهدف لزيادة انتاجية الأداءات الدفاعية الخططية المركبة فى كرة اليد من خلال تنمية سرعة الأداءات الدفاعية الخططية المركبة و ذلك عن طريق البرنامج التدريبي الخططي ، و استخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعة واحده على عينة قوامها ١٢ ناشئ ، و أهم النتائج تحديد الأداءات الدفاعية الخططية المركبة (الفردية- الجماعية ) لكل مركز من مراكز اللعب خلال الدفاع المنظم و التوصل لسبعة اختبارات لقياس تحمل سرعة الأداءات الدفاعية الخططية المركبة لمراكز اللعب المختلفة .

و أجرى السيد سامى السيد ابراهيم (٢٠١٣) دراسة تهدف لتطوير بعض الأداءات الخططية الدفاعية ( الفردية- الجماعية ) ، و استخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعتين على عينة قوامها ٢٤ لاعب ، و أهم النتائج وجود فروق داله احصائياً بين قياسات البحث ( قبلي - تتبعي - بعدى ) لصالح القياس البعدى فى الأداءات الخططية الدفاعية ( الفردية - الجماعية ) لكل مركز من مراكز اللعب و التوصل لاختبارات لقياس مستوى الأداءات الدفاعية لكل مركز .

١/٣/٢ هدف البحث :

تنوعت أهداف الدراسات السابقة و اختلفت فيما بينها إلا أنها إتفقت على التعرف على تأثير البرامج التدريبية على مستوى الأداء الخططى الدفاعى.

### ٢/٣/٢ المنهج المستخدم :

اختلفت المناهج المستخدمة فى الدراسات السابقة وفقاً لطبيعة و هدف كل دراسة حيث استخدمت الدراسات العربية السابقة و عددهم (٤) المنهج التجريبي ، و عدد (٢) المنهج الوصفى و تناولت تلك الدراسات تصميم برامج تدريبية ، و اتبعت تصميمات تجريبية مختلفة وفق هدف و عينة كل دراسة ، و استخدمت (٣) دراسات المنهج التجريبي لمجموعة واحدة بينما استخدمت دراسة واحدة المنهج التجريبي لمجموعتين و هى دراسة السيد سامى السيد ابراهيم(٢٠١٣)(١) ،  
٣/٣/٢ العينة:

تراوحت حجم العينات ما بين ١٢ - ٣٠ لاعباً فى الدراسات العربية

### ٤/٣/٢ وسائل و أدوات جمع البيانات :

اتفقت الدراسات على استخدام وسائل جمع البيانات التالية :

المسح المرجعى - تحليل المباريات - استمارات جمع البيانات - اختبارات خطية .

### ٥/٣/٢ المعالجات الإحصائية :

تعددت و تباينت المعالجات الإحصائية نظراً لإختلاف متغيرات كل دراسة و الهدف المراد تحقيقه ، و كذلك وفقاً لكيفية التحقيق لفروض الدراسة ، إلا إنها إتفقت على استخدام بعض المعالجات الإحصائية مثل ( الوسط الحسابى - الوسيط - الإنحراف المعياري - معامل الإلتواء - تحليل التباين - أقل فرق معنوى L.S.D - نسبة التحسن).

### ٤/٢ مدى الإستفادة من الدراسات السابقة :

١/٤/٢ تفهم الباحث لحدود مشكلة البحث ، و تفهم الجوانب التى لم تتناولها البحوث الأخرى .

٢/٤/٢ أعانت الباحث على وضع و صياغة أهداف و فروض بحثه

٣/٤/٢ ساعدت الباحث على إختيار المنهج التجريبي لمجموعة واحدة لمناسبته طبيعة الدراسة

٤/٤/٢ وجهت الباحث للأسلوب الأمثل لإختيار عينة البحث (الطريقة العمدية) .

٥/٤/٢ ساعدت الباحث على تعرف طبيعة أداء التدريبات الخطية الدفاعية ، مراعاة توازن

جوانب البرنامج التدريبى المختلفة ، و مراعاة الزيادة التدريجية فى الشدة و الحجم .

### ٠/٣ إجراءات البحث

### ١/٣ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لمناسبته لطبيعة البحث من خلال التصميم التجريبي لمجموعة واحدة الذي يعتمد على القياس القبلي و البعدى لهذه المجموعة .

### ٢/٣ مجتمع وعينة البحث :

يتكون مجتمع البحث من لاعبي الدرجة الأولى بأندية منطقة الشرقية لكرة اليد، والمشاركه بدورى الدرجة الأولى المصرى، وعددهم (٦٧) لاعب، ويمثلون عدد (٣) أندية هي (الصفوة- بلبس - مركز شباب تل حوين).

وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كرة اليد بالفريق الأول لنادى الصفوة، حيث بلغ قوام العينة الأساسية (١٩) لاعب من المنتظمين فى تطبيق البرنامج التدريبى ، حيث قام الباحث بإجراء القياسات القبليّة ونهاية فترة الإعداد البدنى و نهاية فترة الإعداد المهارى و نهاية فترة الإعداد الخططى عليهم ، بالإضافة إلى عينة الدراسات الاستطلاعية وعددهم (١٦) لاعب من نفس مجتمع البحث (نادى الرواد) ومن خارج عينة البحث الأساسية ، ليصبح إجمالى العينة الكلية (٣٥) لاعب (العينة الأساسية ، العينة الإستطلاعية).

و قد قام الباحث باختيار عينة البحث من الفريق الأول لنادى الصفوة للأسباب التالية:-

- ١- موافقة إدارة النادى على توفير كل التسهيلات و تذليل العقبات المختلفة .
- ٢- توافر الملاعب و الأدوات والأجهزة اللازمة لإجراء البحث .
- ٣- قيام الباحث بمتابعة الفريق خلال موسمى ٢٠١٧/٢٠١٨، ٢٠١٨/٢٠١٩، و وضع البرنامج الملائم للتطوير طبقاً لإمكانات الفريق .
- ٤- تجانس أفراد العينة فى العمر الزمنى و التدريبى و تناسب المستوى الفنى عن طريق استمرار و انتظام التدريب الموجه فنياً .
- ٥- أن أفراد العينة لديهم الحماس للتطوير من أنفسهم و الإرتقاء بمستواهم الفنى و هذا يضمن جدية اللاعبين فى تنفيذ البرنامج و الإختبارات الموضوعية .

### جدول (٣)

#### توصيف مجتمع وعينة البحث

عينة البحث				مجتمع البحث	
العينة الإستطلاعية		العينة الأساسية		النسبة	العدد
النسبة	العدد	النسبة	العدد		
%٢٣.٨٨	١٦	%٢٨.٣٦	١٩	%١٠٠	٦٧لاعب

### ١/٢/٣ تجانس عينة البحث

قام الباحث بإستخدام معامل الإلتواء للتحقق من التوزيع الاعتدالي لعينة البحث فى متغيرات النمو (السن - الطول - الوزن - العمر التدريبي)، واختبارتطوير الآلية الخطئية لبعض الآداءات الدفاعية الخطئية الجماعية (الثنائية- الثلاثية) ، ويوضح جدول (٢)،(٣)،(٤) على التوالى تجانس عينة البحث الكلية فى متغيرات البحث المختارة .

#### جدول (٤)

تجانس عينة البحث الكلية فى متغيرات النمو = ن (٣٥)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
السن	سنة	٢٥,٦١	٢,١٧	٢٦	٠,٠٩ -
الطول	سم	١٨٢,٥٠	٤,٢٦	١٨٣,٥٠	٠,٧٢ -
الوزن	كيلو جرام	٧٩,١٩	٦,٥٠	٧٨,٩٥	٠,٢٣ -
العمر التدريبي	سنة	١٠,٢٨	١,٨٦	١٠	٠,٣٦ -

يتضح من الجدول رقم (٢) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لأفراد عينة البحث الكلية تراوحت ما بين (٠,٧٢ : ٠,٣٦) فى متغيرات النمو وقد انحصرت هذه القيم ما بين (٣ ±) مما يدل على أن عينة البحث متجانسة فى متغيرات النمو.

#### جدول (٥)

تجانس عينة البحث الكلية فى اختبارات الآداءات الدفاعية الجماعية الثنائية

= ن (٣٥)

اختبارات الآداءات الدفاعية الجماعية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
اختبارات الآداءات الدفاعية الجماعية الثنائية	ثانية	٢٢,٢٢	١,٢٠	٢٢,٥٤	١,١١ -
اختبارات الآداءات الدفاعية الجماعية الثلاثية	ثانية	١٧,٥٩	٠,٩٠	١٧,٦٠	٠,٢٤ -

يتضح من الجدول رقم (٣) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لأفراد عينة البحث الكلية تراوحت ما بين (١,١١ - : ٠,٢٤) فى اختبارات الآداءات الدفاعية المهارية الفردية قيد البحث وقد انحصرت هذه القيم ما بين (٣ ±) مما يدل على أن عينة البحث متجانسة فى هذه المتغيرات.

٣/٣ المعاملات العلمية للاختبارات

### ١/٣/٣ معامل الصدق

لإيجاد معامل الصدق قام الباحث بتطبيق صدق التمايز، حيث قام الباحث بإجراء اختبارات الأداءات الدفاعية الخططية الجماعية ( التنائية- الثلاثية) على مجموعتين إحداهما مميزة من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وقوامها (٨) لاعبين، والأخرى غير مميزة وقوامها (٨) لاعبين من لاعبي فريق نادي الرواد، وذلك في الفترة من يوم السبت الموافق ١ / ٦ / ٢٠١٩ م إلى يوم الخميس الموافق ٦ / ٦ / ٢٠١٩ م ، ويوضح جدول (٤) على التوالي دلالة الفروق بين نتائج المجموعتين في اختبارات الأداءات الدفاعية الخططية الجماعية :

### جدول (٦)

دلالة الفروق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة للعينة الاستطلاعية في اختبارات الاداءات الدفاعية الجماعية

$$ن^1 = ن^2 = (٨)$$

قيمة "ت"	المجموعة المميزة		المجموعة غير المميزة		وحدة القياس	اختبارات الأداءات الدفاعية الجماعية
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
*٤,٧٥٦	٠,٢٨	١٤,٠٠	٠,٥٢	١٥,١٤	ثانية	إختبار الأداء الدفاعي الخططي الجماعي الثلاثي لمراكز الجناح و الظهير وقلب الدفاعي الخلفي
*٢,٨٠٤	٠,١٧	٣,٤٨	٠,١٧	٣,٢١	عدد	إختبار الأداء الدفاعي الخططي الجماعي الثلاثي لمراكز الظهير وقلبي الدفاعي الخلفي و المتقدم

قيمة "ت" الجدولية عند ٠,٠٥ ودرجات حرية ١٠ = ٢,٢٢٨  
يتضح من الجدول رقم (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبارات الأداءات الدفاعية الجماعية قيد البحث بين كل من المجموعة غير المميزة والمجموعة المميزة ولصالح المجموعة المميزة، حيث أن قيمة "ت" المحسوبة فاقت قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥، ودرجة حرية ١٠، مما يدل على صدق نتائج اختبارات الأداءات الدفاعية الجماعية قيد البحث، وهذا يعني قدرة هذه الإختبارات على التمييز بين المستويات المختلفة، أي أنها تُعد اختبارات صادقة .

### ٢/٣/٣ معامل الثبات

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات لإختبارات الأداءات الدفاعية الخطئية الجماعية ( الثنائية- الثلاثية ) ، وذلك بإستخدام أسلوب تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقية Test Re- Test ، وبفاصل زمنى قدرة ٧ أيام بين التطبيق الأول والثانى، مع مراعاة نفس الظروف والشروط عند إعادة التطبيق، حيث أجرى التطبيق الأول من يوم السبت الموافق ١ / ٦ / ٢٠١٩ م إلى يوم الخميس الموافق ٦ / ٦ / ٢٠١٩ م ، وأجرى التطبيق الثانى فى الفترة من يوم السبت الموافق ٨ / ٦ / ٢٠١٩ وحتى يوم الجمعة ١٤ / ٦ / ٢٠١٩ ، وتم حساب معامل الثبات بين التطبيق الأول والثانى بإستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون Pearson Correlation ، ويوضح جدول (٤) معامل الارتباط لإختبارات الأداءات الدفاعية الخطئية الجماعية:

### جدول (٧)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثانى للعينة الاستطلاعية فى اختبارات الاداءات الدفاعية

ن = (٨)

الخطئية الجماعية

قيمة "ر"	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		وحدة القياس	إختبارات الأداءات الدفاعية الجماعية الثلاثية
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
*٠,٩٩٣	٠,٢٥	١٣,٩٣	٠,٢٨	١٤,٠٠	ثانية	إختبار الأداء الدفاعى الخططى الجماعى الثلاثى لمراكز الجناح و الظهير وقلب الدفاعى الخلفى
*٠,٩٤١	٠,١٨	٣,٥٠	٠,١٧	٣,٤٨	ثانية	إختبار الأداء الدفاعى الخططى الجماعى الثلاثى لمراكز الظهير وقلبي الدفاعى الخلفى و المتقدم

قيمة "ر" الجدولية عند ٠,٠٥ ودرجات حرية ٤ = ٠,٨١١

يتضح من الجدول رقم (٥) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين كل من درجات عينة البحث الاستطلاعية فى التطبيق الأول لاختبارات الأداءات الدفاعية الخطئية الجماعية ودرجات التطبيق الثانى لنفس المجموعة الإستطلاعية بفاصل ٧ أيام حيث أن قيمة معامل الارتباط (ر) المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجات حرية ٤ ، وهذا يعنى ثبات درجات الإختبار عند إعادة تطبيقه تحت نفس الظروف مرة أخرى.

٤/٣ أدوات ووسائل جمع البيانات

١/٤/٣ أدوات جمع البيانات:

١/٤/٣ الأدوات:

- كرات يد - أقماع تدريب  
ملعب كرة يد - شريط قياس  
ساعة إيقاف - مقاعد سويدى

٢/٤/٣ وسائل جمع البيانات

١/٢/٤/٣ المسح المرجعى:

قام الباحث بعمل مسح مرجعى للعديد من المراجع و الدراسات العلمية فى مجال كرة اليد و التدريب الرياضى، بهدف :

- تحديد الأداءات الدفاعية الخطئية الجماعية

- تحديد محتوى البرنامج التدريبى

و قد أدرج الباحث بالمتغيرات التى حصلت على نسبة ٨٠٪ فأكثر من نتيجة المسح المرجعى .

الجدول رقم (٨)

نتيجة آراء الخبراء حول تحديد أهمية الأداءات الدفاعية

جدول (٩)

نتائج المسح المرجعى للأداءات الدفاعية

م	الأداءات الخطئية الدفاعية	التكرار	النسبة المئوية	الترتيب
١	سرعة العدو و المراقبة		٤٠٪	الرابع
٢	تشتييت و قطع الكرة		٦٠٪	الثالث
٣	حجز المهاجم		٦٠٪	الثالث
٤	منع الإختراق و القطع		٤٠٪	الرابع
٥			١٠٠٪	الأول
٦			٦٠٪	الثالث
٧	المهاجمة الدفاعية		٨٠٪	الثانى
٨	المقابلة		٦٠٪	الثالث
٩	تفادى الحجز		٦٠٪	الثالث
١٠	التغطية		٨٠٪	الثانى
١١	التحركات الدفاعية المتنوعة		١٠٠٪	الأول
١٢	المسافة الدفاعية		٢٠٪	الخامس

جدول (١٠) نتائج المسح المرجعى لتحديد متغيرات البرنامج التدريبى



م	المحتوى	التكرار	النسبة المئوية	الترتيب	نتيجة المسح
١	الفترة التدريبية المناسبة		١٠٠٪	الأول	فترة الإعداد
					—
					—
٢	عدد أسابيع البرنامج				١٠ أسابيع
					١٢ أسابيع
					١٥ أسابيع
٣	عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية				٣ وحدات
					٤ وحدات
					٥ وحدات
					٦ وحدات
٤	زمن الجزء الرئيسي				٩٠ دقيقة
					١٢٠ دقيقة
					١٥٠ دقيقة
٥	درجات الحمل		١٠٠٪	الأول	حمل أقصى
			١٠٠٪	الأول	حمل عالي
			١٠٠٪	الأول	حمل متوسط
٦	طرق التدريب المستخدمة		١٠٠٪	الأول	فترى سريع
			١٠٠٪	الأول	فترى بطيء
					—
٧	تشكيل حمل التدريب				١ : ١
			١٠٠٪	الأول	٢ : ١
					٣ : ١

٣/٤/٢٤ الإختبارات :



قام الباحث باختبار عدد من الإختبارات التي تتناسب مع الأداءات الدفاعية الخططية الجماعية ، ثم قام بتقنين تلك الإختبارات لقياس مستوى تلك الأداءات على النحو التالي  
١/٤/٢/٤/٣ إختبار قياس الآلية الخططية الجماعية الثلاثية لمراكز الجناح و الظهر و قلب  
الدفاع الخلفى .

٢/٤/٢/٤/٣ إختبار قياس الآلية الخططية الجماعية الثلاثية لمراكز الظهر و قلبى الدفاع الخلفى  
و المتقدم . مرفق (٥)

٦/٢/٤/٣ استمارة تسجيل البيانات :

قام الباحث بتصميم استمارات لتسجيل البيانات الشخصية و بيانات القياسات القبلية و نهاية  
الإعداد البدنى و نهاية الإعداد المهارى و نهاية الإعداد الخططى هى : مرفق ( ٦ )  
١/٦/٢/٤/٣ استمارة لتسجيل البيانات (العمر الزمنى . ارتفاع القامة . العمر التدريبى . وزن الجسم  
(

٢/٦/٢/٤/٣ استمارة تسجيل بيانات اللاعب فى إختبارات الأداءات الدفاعية الجماعية  
الثنائية .

٣/٦/٢/٤/٣ استمارة تسجيل بيانات اللاعب فى إختبارات الأداءات الدفاعية الجماعية  
الثلاثية .

٥/٣ إختيار المساعدين :

استعان الباحث بعدد ( ٥ ) مساعدين ، و تم إختيارهم من مدربي كرة اليد بمنطقة الشرقية ، تم  
شرح و تدريب المساعدين على جوانب القياس و تسجيل النتائج ، و عقد اجتماعات معهم لتفهم  
طبيعة البحث و الهدف منه و امدادهم بالمعلومات . مرفق ( ٧ )

٦/٣ الدراسات الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء الدراسات الاستطلاعية فى الفترة من ٢٠١٩/٦/١ م و حتى ٢٠١٩/٦/٦ م على  
مجموعتين الأولى (مميزة) و قوامها ٨ لاعبين من لاعبي الفريق الأول لكرة اليد بنادى الصفوة و  
خارج العينة الأساسية و المسجلة بالإتحاد المصرى لكرة اليد فى الدرجة الأولى و الثانية (غير  
مميزة ) و قوامها (٨) من نادى الرواد و المقيدين بالإتحاد المصرى لكرة اليد لإيجاد المعاملات  
العلمية (الصدق . الثبات ) للإختبارات الخططية الدفاعية الجماعية قيد البحث .  
١/٦/٣ الدراسة الإستطلاعية الأولى:

قام الباحث بإجراء الدراسة خلال الفترة من يوم السبت الموافق ١ / ٦ / ٢٠١٩ م الى يوم

الخميس الموافق ٦ / ٦ / ٢٠١٩ م بهدف التعرف على :-

- مدى مناسبة إختبارات الأداءات الخططية الدفاعية الجماعية الثلاثية.

- مدى مناسبة الإختبارات للمختبرين من حيث الوقت و الجهد
- مدى مناسبة المسافات بين الأقماع
- تدريب الأيدي المساعدة على كيفية إجراء القياس و دقة التسجيل

### ٣/٦/١/١ نتائج الدراسة الإستطلاعية الأولى

- ٣/٦/١/١/١ تحديد مكان إجراء الإختبارات الخططية الدفاعية الجماعية و هو الصالة المغطاة ، و ذلك لتوافر الملعب القانوني ، و الأدوات و الأجهزة اللازمة للقياس ، و سهولة الوصول اليه
- ٣/٦/١/١/٢ الإطمئنان على قدرة المساعدين على تطبيق الإختبارات و تسجيل النتائج
- ٣/٦/١/١/٣ التأكد من صلاحية الأدوات و الأجهزة المستخدمة فى عملية القياس
- ٣/٦/١/١/٤ ملاءمة الإختبارات لعينة البحث
- ٣/٦/١/١/٥ تحديد الجزاءات التى يحصل عليها اللاعب عند ارتكاب خطأ وفقاً لظروف الإختبار .

- ٣/٦/١/١/٦ ضرورة أن ينهى اللاعب الإختبار كاملاً و فى حالة عدم اكتمال الأداء لا تحسب المحاولة ضمن عدد مرات تكرار الأداء .

### ٣/٦/٢ الدراسة الإستطلاعية الثانية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الإستطلاعية الثانية فى الفترة من ٢٠١٩/٦/٨ وحتى ٢٠١٩/٦/١٤ لإيجاد المعاملات العلمية ( الصدق . الثبات ) للإختبارات الخططية الدفاعية الجماعية قيد البحث ، وذلك فى كل مركز من مراكز اللعب الدفاعية قيد البحث ، وذلك بهدف التوصل الى أعلى هذه الإختبارات صدقاً و الأكثر ثباتاً لاستخدامها كوسيلة للقياس لمتغيرات البحث و لتحديد الحد الأقصى لزمان أداء الوحدة التدريبية دون إجهاد .

### ٣/٦/٢/٣ نتائج الدراسة الإستطلاعية الثانية :

- اسفرت نتائج هذه الدراسة على تحقق صدق و ثبات إختبارات الاداءات الدفاعية الخططية الجماعية ( ثلاثية ) ، و التى وضعت من قبل الباحث و كانت أعلى هذه الإختبارات صدقاً و أكثرها ثباتاً بالنسبة للأداء المهارى و الخططى الدفاعى الجماعى لمراكز اللعب على النحو التالى :

نتائج الدراسة الإستطلاعية الثانية بالنسبة للإختبارات الدفاعية الجماعية قيد البحث

م	إختبارات الأداء الدفاعي الخططي الجماعي	رقم الإختبار
١	إختبار الأداء الدفاعي الخططي الجماعي الثلاثي لمراكز الجناح و الظهر و قلب الدفاع الخلفي	الأول
٢	إختبار الأداء الدفاعي الخططي الجماعي الثلاثي لمراكز الظهر و قلب الدفاع الخلفي و المتقدم	الثاني

الأقصى لزمان أداء الوحدة التدريبية وهو (١٢٠) دقيقة .

٢/١/٤ عرض نتائج الفرض

جدول رقم (١)

تحليل التباين بالطريقة اللابارومترية (chi square) بين قياسات البحث الأربعة (قبلي - بعد

البدني - بعدالمهاري - بعد الخططي) للاعبين مراكز الجناح و الظهر و قلب الدفاع الخلفي

في الإختبار الأول

$$n = (٦)$$

الإختبار	المركز	القياسات	متوسط الرتب	قيمة chi	احتمالية الخطأ	الدلالة
الأول	الجناح	قبلي	٢١.٥٠	١٩.٥٤٧	٠.٠٠٠	داله
		بعد الإعداد البدني	١٥.١٧			
		بعد الإعداد المهاري	٨.٥٠			
		بعد الإعداد الخططي	٤.٨٣			
	الظهر	قبلي	٢١.٥٠	٢١.٦٢٨	٠.٠٠٠	داله
		بعد الإعداد البدني	١٥.٥٠			
		بعد الإعداد المهاري	٩.٥٠			
		بعد الإعداد الخططي	٣.٥٠			
	قلب الدفاع الخلفي	قبلي	٢١.٣٣	١٨.٤٩٣	٠.٠٠٠	داله
		بعد الإعداد البدني	١٤.٦٧			
		بعد الإعداد المهاري	٩.٣٣			
		بعد الإعداد الخططي	٤.٦٧			

و قد ارتضى الباحث نسبة خطأ (٠.٠٥)

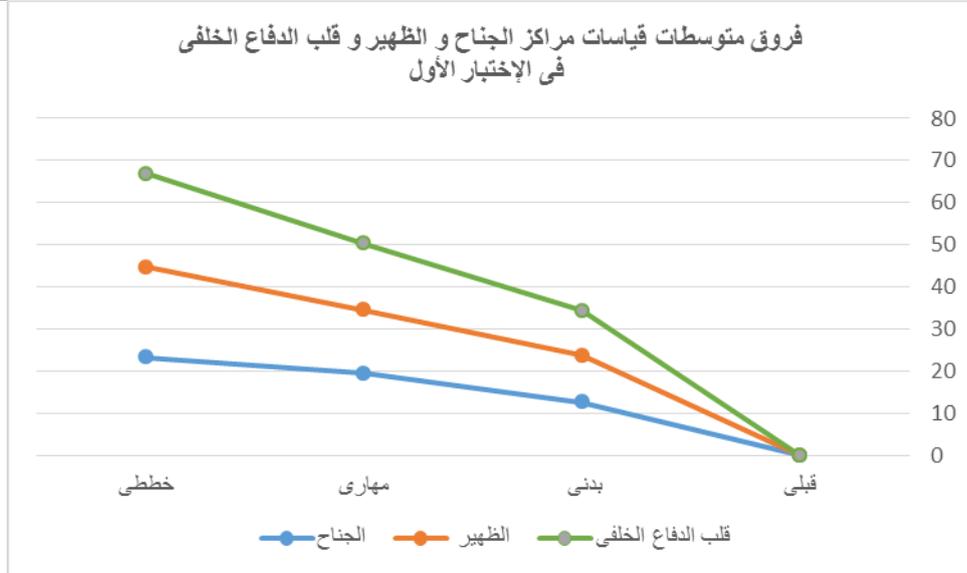
ويتضح من الجدول رقم (١) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي - البعد بدني - البعد مهاري - البعد خطي) في اختبار الأداء الدفاعي الخطي الجماعي الثلاثي لمراكز الجناح و الظهيرة و قلب الفاع الخلفي بالإختبار الأول قيد البحث .

### جدول رقم (٢)

المتوسطات الحسابية للقياسات الأربعة للاعبى مراكز الجناح والظهيرة و قلب الدفاع الخلفي بالإختبار الأول

نسب فروق المتوسطات						المتوسطات	القياس	المركز
خطي	خطي	المهاري	الخطي	المهاري	البدني			
عن	عن	عن	عن	عن	عن			
المهاري	البدني	البدني	القبلي	القبلي	القبلي			
						٥.٢٣	قبلي	الجناح
					٠.٦٦-	٤.٥٧	بدني	
		٠.٣٦-		١.٠٢-		٤.٢١	مهاري	
٠.٢٠-	٠.٥٦-		١.٢٢-			٤.٠١	خطي	
						٥.٣٧	قبلي	الظهيرة
					٠.٦٠-	٤.٧٧	بدني	
		٠.٢١-		٠.٨١-		٤.٥٦	مهاري	
٠.٣٤-	٠.٥٥-		١.١٥			٤.٢٢	خطي	
						٦.٠٢	قبلي	قلب الدفاع الخلفي
					٠.٦٤-	٥.٣٨	بدني	
		٠.٣١-		٠.٩٥-		٥.٠٧	مهاري	
٠.٣٨-	٠.٦٩-		١.٣٣-			٤.٦٩	خطي	

شكل رقم ( ٥ )



ويتضح من الجدول رقم (٢) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس البعد خطى وكل من القياسات القبلى و البعد بدنى و البعد مهارى ولصالح القياس البعد خطى فى جميع اختبارات الأداء الخطى الدفاعى الثلاثى لمراكز الجناح و الظهر و قلب الدفاع الخلفى قيد البحث، كما يتضح من نفس الجدول وجود فروق دالة احصائياً بين القياسات (القبلى - البعد بدنى) لصالح البعد بدنى و (القبلى - البعد مهارى) لصالح البعد مهارى و (القبلى - البعد خطى) لصالح البعد خطى و (البعد مهارى - البعد مهارى) لصالح البعد مهارى و (البعد بدنى - البعد خطى) لصالح البعد خطى و (البعد مهارى - البعد خطى) لصالح البعد خطى فى الإختبار الأول قيد البحث.

جدول رقم (٣)

تحليل التباين بالطريقة اللابارومترية (chi square) بين قياسات البحث الأربعة (قبلي - بعد البدني - بعدالمهاري- بعد الخططي) للاعبى مراكز الظهيرة و قلبى الدفاع الخلفى و المتقدم فى الإختبار الثانى

ن = (٦)

الإختبار	المركز	القياسات	متوسط الرتب	قيمة chi square	احتمالية الخطأ	الدلالة
الثانى	الظهير	قبلى	٢١.١٧	١٧.٩٦٦	٠.٠٠٠	داله
		بعد الإعداد البدنى	١٤.٣٣			
		بعد الإعداد المهاري	١٠.٠٨			
		بعد الإعداد الخططي	٤.٤٢			
	قلب الدفاع الخلفى	قبلى	٢١.١٧	١٥.٧٢٧	٠.٠٠٠١	داله
		بعد الإعداد البدنى	١٣.٦٧			
		بعد الإعداد المهاري	٩.٣٣			
		بعد الإعداد الخططي	٥.٨٣			
	قلب الدفاع المتقدم	قبلى	٢١.٣٣	١٨.٠٢٦	٠.٠٠٠	داله
		بعد الإعداد البدنى	١٤.١٧			
		بعد الإعداد المهاري	٩.٩٢			
		بعد الإعداد الخططي	٤.٥٨			

و قد ارتضى الباحث نسبة خطأ ( ٠.٠٥ )

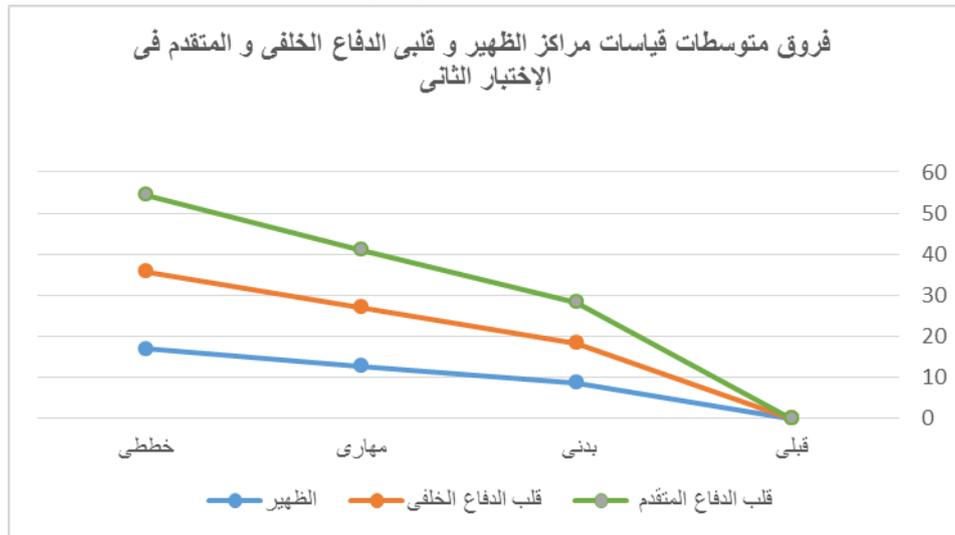
ويتضح من الجدول رقم (٣) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة (القبلي - البعد بدني - البعدمهاري- البعد خططي) فى اختبار الأداء الدفاعي الخططي الجماعي الثلاثى لمراكز الظهيرة و قلبى الدفاع الخلفى و المتقدم بالإختبار الثانى قيد البحث .

#### جدول رقم (٤)

المتوسطات الحسابية للقياسات الأربعة للاعبين مراكز الظهير وقلبي الدفاع الخلفي و المتقدم بالإختبار الثاني

المركز	القياس	نسب فروق المتوسطات					
		البدني عن القبلي	المهاري عن القبلي	الخططي عن القبلي	المهاري عن البدني	خططي عن البدني	خططي عن المهاري
الجناح	قبلي	٧.٦٦					
	بدني	٧.٠٠	٠.٦٦-				
	مهاري	٦.٦٩		٠.٩٧-			
	خططي	٦.٣٦			١.٣٠-	٠.٦٤-	٠.٣٣-
الظهير	قبلي	٨.٤٧					
	بدني	٧.٦٥	٠.٨٢-				
	مهاري	٧.٢٥		١.٢٢-			
	خططي	٦.٨٨			١.٥٩-	٠.٧٧-	٠.٣٧-
قلب الدفاع الخلفي	قبلي	٨.٢٩					
	بدني	٧.٤٦	٠.٨٣-				
	مهاري	٧.١٣		١.١٦-			
	خططي	٦.٧٤			١.٥٥-	٠.٧٢-	٠.٣٩-

#### شكل رقم (٦)



ويتضح من الجدول رقم (٤) وجود فروق دالة احصائياً بين القياس البعد خططي وكل من القياسات القبلي و البعد بدني و البعد مهاري ولصالح القياس البعد خططي في اختبار الأداء الخططي الدفاعي الثلاثي لمراكز الظهير وقلبي الدفاع الخلفي و المتقدم قيد البحث،

كما يتضح من نفس الجدول وجود فروق دالة احصائياً بين القياسات (القبلي -البعد بدنى) لصالح البعد بدنى و (القبلي -البعد مهارى) لصالح البعد مهارى و(القبلي -البعد خطى) لصالح البعد خطى و (البندى -البعد مهارى ) لصالح البعد مهارى و (البندى و- البعد خطى) لصالح البعد خطى و (البعد مهارى -البعد خطى) لصالح البعد خطى فى الإختبار الثانى قيد البحث.

#### ٢/٤ مناقشة النتائج :

من واقع البيانات و المعالجات الإحصائية و فى حدود عينة البحث سوف يتم مناقشة و تفسير النتائج التى تم التوصل اليها من خلال عرض النتائج لإختبارات الأداءات الدفاعية الجماعية قيد البحث على النحو التالى :

١/٢/٤ يتضح من الجدول رقم (١)،(٣) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين قياسات البحث الأربعة(القبلي - البعد بدنى - البعد مهارى- البعد خطى) فى كافة اختبارات الأداءات الدفاعية الخططية الجماعية (الثلاثية) .

٢/٢/٤ يتضح من الجدول رقم (٢) ، (٤) نسب التحسن بين قياسات البحث الأربعة وجود فروق دالة احصائياً بين القياس البعد خطى وكل من القياسات القبلي و البعد بدنى و البعد مهارى ولصالح القياس البعد خطى فى جميع اختبارات الأداءات الخططية الدفاعية الجماعية قيد البحث، كما يتضح من نفس الجدول وجود فروق دالة احصائياً بين القياسات (القبلي -البعد بدنى) لصالح البعد بدنى و (القبلي -البعد مهارى) لصالح البعد مهارى و (البندى -البعد مهارى ) لصالح البعد مهارى و (البندى و- البعد خطى) لصالح البعد خطى و (البعد مهارى -البعد خطى) لصالح البعد خطى فى كافة الإختبارات .

و يرجع الباحث هذا التحسن فى النسب إلى تحسن الأداء الخططى الدفاعى و آليته سواء كان من ناحية الزمن خلال العمل الدفاعى و الذى يرجع تأثيره للبرنامج التدريبى الدفاعى و الذى راعى فيه الباحث التركيز على آلية الأداء الخططى و تحمل الأداء ، نتيجة للتدريب على تلك الخطط التى خضع لها لاعبى الفريق (عينة البحث) ، و أدى ذلك لحدوث التحسن الواضح فى الأداء الخططى الجماعى و آليته ، و التى يجب الإهتمام بها و صقلها خلال البرنامج التدريبى و الجمع بين آلية الأداء الخططى ومشابهته لمواقف اللعب الدفاعية التى تتم فى المباراة و تؤدى باستمرار و بحركة ديناميكية موجهه نحو تحقيق هدف مخطط له ، كما أن فشل هذه الآلية أو أدائها بطريقة غير سليمة و مؤثرة يؤدى إلى فشل هذا العمل الدفاعى .

و تتفق نتائج البحث مع النتائج التي أشار إليها كل من مفتى إبراهيم حماد (٢٠٠٢) و مروان مصطفى رجب (٢٠٠٩م) و السيد سامى السيد إبراهيم (٢٠١٣م) فى أن البرنامج التدريبى أدى إلى إكتساب اللاعبين العامل التوافقى و بالتالى إرتفاع القدرة على الربط الحركى من خلال إدماج الكثير من الحركات فى إطار واحد يتسم بالسرعة و الإنسيابية و الدقة فى الأداء و بالتالى تكيف اللاعبين مع الضغوط المتنوعة عن طريق تناقص الزمن الكلى و تزايد دقة الأداء الدفاعى فى ظروف و مواقف اللعب التى تتم داخل الملعب .

كما أن البرنامج التدريبى أثر تأثيراً مباشراً فى إكتساب اللاعبين القدرات التوافقية العامة من خلال إكتساب اللاعبين الحركات البسيطة و أدائها فى ظروف صعبة ، و بالتالى قدرة اللاعب على التنسيق لحركات مختلفة الشكل و الإتجاه و أدائها فى نموذج لأداء حركى واحد بسرعة ودقة و إنسيابية فى ظروف و مواقف مختلفة ، فالقدرة التوافقية تعنى المقدرة على إدماج الكثير من التحركات فى إطار واحد ، و تزداد الحاجة إلى التوافق الحركى كلما كانت الحركات أكثر تعقيداً .

و يشير الباحث إلى أن السبب الأساسى لتطوير الأداءات الخططية الدفاعية الجماعية إلى الإهتمام بتدريبات الأداءات الخططية الدفاعية الجماعية بالإضافة إلى انتظام عينة البحث فى التدريب دون إنقطاع مما كان له أثر على تحسن النسب بين قياسات البحث الأربعة ، و وجود فروق دالة احصائياً بين القياسات البعد خطى و كل من القياسات ( القبلى-البعد بدنى -البعد مهارى)ولصالح القياس البعدخطى فى اختبارات الأداءات الدفاعية الخططية الجماعية قيد البحث .

و تتفق هذه النتائج مع ما توصل إليه اليد سامى السيد إبراهيم ( ٢٠١٣م) و التى أشارت إلى أن البرامج التدريبية المقننة تؤثر تأثيراً إيجابياً فى تنمية و تطوير المستوى المهارى و الخططى ، و بصفة خاصة خلال فترة التدريب المتبعة بالإسلوب العلمى خلال وحدات التدريب اليومية للاعبى كرة اليد .

و يرى الباحث أن التدريبات الموقفية النابعة من مواقف اللعب المختلفة اضافة الى تقنين الأشمل منها فى صورة اختبارات لقياس المستوى يخلق ايجابية التنافس بين اللاعبين و يصل باللاعبين الى تطور سريع وآلية للأداء الدفاعى الجماعى .

#### ١/٥ الإستخلاصات

فى ضوء أهداف البحث و فروضة ، وفى حدود عينة البحث و الأدوات المستخدمة ، و المعالجات الإحصائية أمكن التوصل الى الإستخلاصات التالية :-



١/١/٥ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس (القبلي - البعد بدنى - البعد مهارى - البعد خطى) لعينة البحث و لصالح القياس البعد خطى و ذلك فى زمن أداء الإختبار الأول للاعبى الجناح والظهيرو قلب الدفاع الخلفى.

٢/١/٥ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس (القبلي - البعد بدنى - البعد مهارى - البعد خطى) لعينة البحث و لصالح القياس البعد خطى و ذلك فى زمن أداء الإختبار الثانى للاعبى الظهيرو قلبى الدفاع الخلفى و المتقدم.

#### ٢/٥ التوصيات

بناء على النتائج التى تم التوصل اليها يوصى الباحث بالتوصيات الآتية :-

١/٢/٥ استخدام البرنامج التدريبى المصمم من قبل الباحث بما يحتوية من تمرينات ضمن برامج اعداد و تدريب لاعبى كرة اليد و ذلك لأنه فعال فى تطوير الأداءات الدفاعية الجماعية (الثنائية - الثلاثية ) للاعبى كرة اليد.

٢/٢/٥ استخدام الإختبارات المستخلصة كأداة تقييم موضوعية للأداءات الدفاعية الجماعية

### المراجع:

- ١- السيد سامى السيد إبراهيم (٢٠١٣م): تطوير بعض الآداءات الخططية الدفاعية للاعبى كرة اليد، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق.
- ٢- شيماء السيد عثمان شريف (٢٠٠٥م): دراسة مقارنة للإعداد الخططى للاعبى منتخب مصر لكرة اليد بطولتى ١٩٩٧، ٢٠٠٣، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة طنطا
- ٣- شريف محمد عبد المنعم يونس (٢٠٠٧م): برنامج تدريبي على بعض الآداءات الدفاعية لناشئى كرة اليد ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ،جامعة حلوان .
- ٤- على فهمى البيك ، عماد الدين عباس ، محمد أحمد عبده(٢٠٠٩ م): الإتجاهات الحديثة فى التدريب الرياضى نظريات - تطبيقات ، منشأة المعارف ، الاسكندرية.
- ٥- كمال درويش، عماد الدين عباس ، سامى محمد على (١٩٩٨م): الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد نظريات . تطبيقات ، مركز الكتاب للنشر ،القاهرة.
- ٦- كمال درويش، عماد الدين عباس ، سامى محمد على (١٩٩٩م): الدفاع فى كرة اليد ، مركز الكتاب للنشر ،القاهرة.
- ٧- محمد أشرف كامل (٢٠٠٩م): بناء إختبار لقياس التحركات الدفاعية المركبة لناشئى كرة اليد تحت ١٨ سنة، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية.
- ٨- محمد خالد حمودة ،جلال كمال سالم(٢٠٠٨م): الهجوم و الدفاع فى كرة اليد ، ط١، شركة ماكس جروب ، الإسكندرية.
- ٩- مروان مصطفى حسن رجب (٢٠٠٩م): تطوير سرعة الآداءات الدفاعية الخططية فى كرة اليد ، دكتوراة ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الإسكندرية .