

**تأثير برنامج مقترن على تعلم بعض المهارات الأساسية لبراعم كرة اليد
من (٦-٨) سنوات في ضوء القواعد الاستثنائية**

إعداد

د/ هالة أحمد زكي

د/ علا حسن حسين



"تأثير برنامج مقترن على تعلم بعض المهارات الأساسية لبراعم كرة اليد من (٦-٨) سنوات في ضوء القواعد الاستثنائية"

* أ.م. د. هالة أحمد زكي

* م. د. علا حسن حسين

مقدمة ومشكلة البحث:

لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية الحديثة التي ظهرت في القرن العشرين، وعلى الرغم من ذلك فقد شقت طريقها سريعاً واحتلت مكاناً مرموقاً على كافة المستويات، حيث اتيحت أسلوب عمل يقام على أساس ومقومات علمية مما ساهم في إثراء جوانبها وجعلها من أكثر الألعاب شعبية وإقبالاً (٣: ١٧). وبعد اختبار وإعداد الناشئ في كرة اليد ليصل إلى المستويات العالية عملية شاقة تتطلب الكثير من الجهد والوقت (٨: ٢١).

والمدرب الذكي هو الذي يختار خامة من اللاعبين مبشرة بالتقدم قبل محاولة التدريب، فاختيار الناشئ في ضوء متطلبات كرة اليد يكون له الأثر الأكبر في سرعة تقدمه، بالإضافة إلى تحقيق الاقتصاد في الوقت والجهد والنفقات (١٢: ٣٤).

وقد أجمع كثير من الخبراء على أن أفضل سن للانتقاء وتعليم المبتدئين وتدريبهم يبدأ من سن (٨: ١٠) سنوات، بل ويعتبر السن الأمثل لتعليم المهارات الأساسية للعبة (٧: ٤٢، ٤٣) وهذا الرأي يتماشى مع سياسة الاتحاد المصري لكرة اليد، حيث شاركوا بهذا السن في بطولة المنطقة والجمهورية التي ينظمها الاتحاد سنوياً.

ويأتي حسن إعداد اللاعب من خلال التخطيط الجيد للبرامج التدريبية والتي تبني على أساس علمية وتشمل اللاعب من جميع الجوانب، وذلك لضمان العمل على دفع الرياضي لتحقيق أفضل المستويات، فالوصول للمستويات العليا لا يأتي إلا من خلال الاهتمام الكامل بتدريب الناشئين.

ويعود الوصول باللاعب إلى المستوى الرياضي العالي، أحد أهم أهداف التدريب الذي يسعى إلى تنمية الجانب البدني والمهاريات والخططية والنفسية بصورة متكافئة (٦: ٦١، ٦٠) بالإضافة إلى اكتساب مهارات رياضية جديدة عن طريق التعليم وممارسة النشاط الرياضي بشكل متواصل ومستمر (١١: ٣٨).

ولقد أصبح معيار الحضارة بين الأمم هو مقدار الاهتمام بأطفالها وزعائهم، ومن ثم وضع البرامج المختلفة ومنها برامج المنافسات لكي تتحقق النمو المتكامل، حيث أن لعبة كرة اليد من الألعاب التي تجذب انتباه الأطفال لما تميز به من سرعة وقوة وجدية في الأداء إلى جانب إمكانية تسجيل عدد كبير من الأهداف مما يشجعهم ويدفعهم إلى الاشتراك في اللعبة وممارستها، لذا يجب على المسؤولين عن مرحلة البراعم من (٨-٦) سنوات شمولها بالرعاية والعناية والعمل على أن ينالوا الإعداد السليم (٩٣: ١٢).

* أستاذ مساعد بقسم الألعاب - كلية التربية الرياضية للبنات - بالقاهرة.

* مدرس بقسم الألعاب - كلية التربية الرياضية للبنات - بالقاهرة.

وتجدر بالذكر أن تدريب البراعم يبدأ بعملية تعليم المهارات الأساسية ، والتي تتحدد مراحل ثلاث تبدأ باكتساب التوافق الأولى للمهارة ، ثم اكتساب التوافق الجيد للأداء ، وتنتهي بمرحلة الإتقان والتثبت والتي تهدف إلى الوصول لأوتوماتيكية الأداء والتدريب على المهارة في تشكيلات تشبه تلك التي تؤدي في موقف اللعب المختلفة ، سواء كان ذلك للمهارة منفردة أو مع مهارة أخرى ، من هذا المنطلق تصبح عملية التعليم والتدريب عمليتان مستمرتان لا ينفصلا في هذه المرحلة.

ومن المعروف أن القاعدة الأساسية لبلوغ اللاعب القرارات التي تؤهله لل المستوى الرياضي هي تنمية وتطوير الصفات البدنية، فكرة اليد الحديثة تتصف بالسرعة في اللعب، والمهارة في الأداء الفني وهذا يعني أن التربيات التي تتمى الصفات البدنية تعتبر جزءا ثابتا في برنامج التدريب طوال الموسم التربوي (١١: ٢١، ٢٢).

ويعتبر الإعداد البدني دعامة من أهم دعامات العملية التربوية وذلك لما له من تأثير فعال على تنمية الصفات البدنية الأساسية ، وكذلك القرارات الحركية المرتبطة بالنشاط الممارس ، فالإعداد البدني بنوعية (العام والخاص) وجهان لعملة واحدة تسعى إلى إعداد متكملا لكافة جوانب اللاعب (٩٧ : ١٩).

كما أن اللياقة البدنية العامة هي الأساس الذي تبني عليه اللياقة البدنية الخاصة ، فكلها يمثل الدعامة الأساسية لحسن أداء المهارات الخاصة بكرة اليد (١٢: ٥٦، ٥٧).

فتطوير الصفات البدنية يسهم إيجابيا في تطوير مستوى الأداء المهاري ، ومن ثم فإنه من الصعب الوصول باللاعب إلى مستوى عال للأداء المهاري والفنى دون إعداده إعدادا بدنيا متكاملا ، فكان لزاما على المدرب اختيار التربيات التي تخدم الناحتين البدنية والمهارية (١٨ : ١١٥).

ومن خلال عمل الباحثتان كمدربات لمدارس كرة اليد وفرق الناشئين قد لاحظا أن معظم العاملين بال مجال يهتمون بمرحلة بدء المنافسة والتي تبدأ من سن (٨-١٠) سنوات . ويغفلون إلى حد بعيد مرحلة هامة هي مرحلة من (٦-٨) سنوات والتي تمثل البراعم - مدارس كرة اليد بالأندية - والتي تعد معلم تاريخ لفرق في المراحل السنية المختلفة ، وتجدر بالذكر أن هذه المدارس تقسم إلى فصول يضم كل فصل (٢٠) برمم ، ويبدا تدريبيهم خلال الموسم الصيفي في أشهر (٤، ٧، ٨، ٩) ويستمر خلال الموسم الشتوى لشهور (١٠، ١١، ١٢، ١٣، ٢، ١) ويتوقف التدريب لمدة شهر واحد هو شهر (٥).

و غالباً ما يكون الهدف من تدريب هذه المرحلة ربط الأطفال بـلعبة كرة اليد وممارستها مستقبلاً ، ولا يوجد برامج مقتنة أو ذات هدف محدد وموجهه لهذه المرحلة ، والتدريب لهاذا السن متترك لاجتهادات المدربين ولا يقوم على أساس علمية ، ولا يتم التقييم في نهاية الفترة المحددة للشهر الصيفية باختبارات علمية بل يقوم المسؤول عن المدارس بعمل مهرجان رياضي يضم جميع المشتركين خلال الصيف ، وذلك بعمل مسابقات في شكل ألعاب تمهيدية خاصة بمهارات كرة اليد .

من المنطق السابق نجت فكرة هذا البحث منتهلة في وضع برنامج مقترح لتعليم وتدريب البراعم من (٨-٦) سنوات على المهارات الأساسية لكرة اليد في ضوء القواعد الاستثنائية التي وضعها الاتحاد المصري لكرة اليد ، والتي شملت زمن المباراة وعدد الأشواط وتسجيل اللاعبين وكذلك طرق الدفاع أثناء المباراة . والتعرف على مردود هذا البرنامج على الأداء البدني وتعلم بعض المهارات الأساسية قيد الدراسة .

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى:

- تصميم برنامج تعليمي تدريسي مقترح لبراعم كرة اليد بناء من (٦-٨) سنوات بهدف .

أ- التعرف على تأثير البرنامج المقترن على تعلم بعض المهارات الأساسية لبراعم كرة اليد بنات من (٨-٦) سنوات.

فروض البحث:

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس (القبلي - البيني - البعدى) في:

أ- الأداء البدنى.

ب- الأداء المهارى ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس (القبلي - البيني - البعدى) في:

أ- الأداء البدنى.

ب- الأداء المهارى ولصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة.

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البيني والقياس البعدى ولصالح المجموعة التجريبية في:

أ- الأداء البدنى.

ب- الأداء المهارى.

المصطلحات المستخدمة:

١- الأداء البدنى:

عريف أبو العلا عبد الفتاح، محمد صبحي حسانين (١٩٩٧) بأنه مقدرة بدنية تتأسس على عمليات فسيولوجية مختلفة تتأثر بالمواحي النفسية (١٣ : ١).

٢- الأداء المهارى: Skillful Perform

عريفة ياسر دبور (١٩٩٦) بأنه مجموعة من الحركات المرتبطة والمدمجة التي يؤديها اللاعب حسب متطلبات الموقف الذي يمر به من خلال المنافسة معتمداً في ذلك على قدراته البدنية والفنية لهذا النشاط، بالإضافة إلى حالته النفسية والعقلية وتفاعلهم جميعاً لتوسيعه الأداء إلى درجة عالية من الإنجاز والفاعلية (١٧ : ١٩).

٣- براعم كرة اليد: Handball Player

عريفه ذوقان عيadan (١٩٩٦) بأنه " الشخص الذي يمارس نوعاً من الأنشطة لأول مرة، دون أن يكون لديه خبرة سابقة لممارسة النشاط" (٤ : ٤٠٤).

٤- مدارس كرة اليد Handball School

هي " فصول متساوية الأعداد للتعليم والتربية على المهارات الأساسية ل اللعبة ككرة اليد، وما تتطلبها من مكونات بدنية يبدأ نشاطها في الموسم الصيفي وتستمر طوال العام بهدف اختيار وإعداد (لاعبين، لاعبات) لفرق المراحل السنوية المختلفة . " (تعريف إجرائي)

٥- التعليم : Education

عرفه عبد السلام مصطفى (٢٠٠٠م) بأنه " التغير أو التعديل في سلوك الفرد نتيجة المرور بخبرات معينة " (٤٦ : ٦).

الدراسات السابقة :

بعد الإطلاع على المراجع العلمية والعديد من الدراسات السابقة وفي حدود علم الباحثتان وجدنا أن أغلب الدراسات تناولت المرحلة السنوية من (٨ سنوات) وذلك من خلال الفرق والتي شاركت بالفعل في المسابقات الرسمية، ولكن لم تتعرض للفئة التي تسبق هذه الفرق وهي مدارس الألعاب الجماعية المختلفة ، وسوف تقوم الباحثتان بعرض ما توصلت إليه من دراسات وفقاً لسنوات الإجراء من القديم إلى الحديث.

جدول (١) الدراسات السابقة

أهم النتائج	المعيبة	الهدف	عنوان المقالة	اسم الباحث
<ul style="list-style-type: none"> - يؤثر برنامج الألعاب التمهيدية على تغيرات عينة الدراسة على المترددين لأجهزة ، تم تقييمها على بعض مترددين متسلفين (٣١) إلى مجموعتين أخرى (٣٢) ، حيث تحدث تباين خاص في اللاعبين تحدى الفحص بذكر الـ id ، للاعبين تحت ١١ سنة . - يؤثر البرنامج المترافق تغيراً إيجابياً على الكفاءة الرياضية للاعبين تحت ١١ سنة . 		تجربتي	<p>التغير على تغير برنامج الألعاب التمهيدية على تباين الأداء المترافق على بعض مترددين متسلفين (٣١) إلى مجموعتين الأخرى (٣٢) ، حيث تحدث تباين خاص في اللاعبين تحدى الفحص بذكر الـ id ، للاعبين تحت ١١ سنة .</p>	عمره حسن صدام (٤١) ١٩٩٥
<ul style="list-style-type: none"> - يؤثر البرنامج التعليمي المقترن بالألعاب على تغيرات العينة على (٣٠) من الأعجمي تم انتقالهم عددياً من بين المرشحين لمترددين للورديين ، تم تقييمهم إلى مجموعتين ، تم قيام كل مجموعه (١٥) للاعب ، أحدهما تجريبية ، والأخر ضابطة . 		تجربتي	<p>التعرف على تغير البرنامج المترافق على مستوى أداء المهراءات الأساسية لدى للاعبات كرة القدم تحت ١١ سنة .</p>	عبد محمد سعيد العجبي (١٠) ١٩٩٨
<ul style="list-style-type: none"> - البرنامج التدريسي المقترن لدى البريء للتربية والطلاب الفني إلى تعميم المهراءات الأساسية لدى للاعبين من سن (١٠-١١) سنوات . - شهادات عينة الدراسة على تجربتي (٣٥) المرحلة الابتدائية من اللات صورت الأولى على تقييم الأداء الذي شهادت عينة الدراسة على تجربتي (٣٦) من سنوات "١٠-١١" . - إن استخدام الألعاب التمهيدية في الفحوص الرئيسي بالوحدة التطبيقيه يؤثر تغيراً إيجابياً على الفحوص التدريسي والمهاريات على الفحوص التدريسي والمهاريات الأساسية المرتبطة بالمنطقة تحت ١١ سنة . 			<p>"تأثير برنامج تقييم الأداء الناجي على تغير البرنامج التدريسي على تباين الأداء الذي شهادت عينة الدراسة على تجربتي (٣٦) من سنوات "١٠-١١" ."</p>	مهدى محمد محمد الشيشي (١٤) ١٩٩٨
		تجربتي	<p>"تأثير الألعاب التمهيدية على تغيرات عينة الدراسة على بعض مترددين متسلفين (٣١) إلى مجموعتين ، حيث تحدث تباين خاص في اللاعبين تحدى الفحص بذكر الـ id ، للاعبين تحت ١١ سنة ."</p>	راتي السيد مطروف (٥) ٢٠١١

التطبيق على الدراسات السابقة:

بعد الإطلاع على الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة الحالية توصلت الباحثتان إلى ما يلى:

- اتفقت جميع البحوث في استخدام المنهج التجاربي بمجموعة و بمجموعتين، وقد استهدفت الدراسات تصميم برامج مفترحة، فمنها من استخدم تصميم برامج لتنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال الألعاب التمهيدية، ومنها من استخدام تصميم البرامج لتنمية عناصر اللياقة البدنية وكذلك الأداء المهاري (٩)، (١٠)، (١٤).
- وقد أجريت الدراسات على عينات مختلفة من حيث العمر الزمني والمستوى، فمنهم من طبقت دراساتهم على لاعبين، ودراسات أخرى على تلاميذ.

وترى الباحثتان حجم الاستفادة من خلال ما توافر لديهما من دراسات اتفقت بعض جوانبها مع بعض جوانب الدراسة الحالية وذلك في:

أ- اختيار عينة مختلفة عن عينة هذه الدراسات.

ب- الاسترشاد ببرامج هذه الدراسات عند وضع برنامج الدراسة الحالية.

ج- الاستفادة بنتائج تلك الدراسات عند مناقشة وتفسير نتائج الدراسة الحالية.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

لتحقيق الهدف من الدراسة تم اعتماد المنهج التجاربي بتصميم القياس (القبلي - البيني - البعدى) لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة نظراً ل المناسبة لطبيعة البحث.

ثانياً: عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على (٤٠) برمي اختبرن بالطريقة العمدية من مدارس كرة اليد بالنادي الأهلي من (٨-٦) سنوات، وبعد التأكيد من اعتداليه توزيع العينة تم تقسيمها عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين قوام كل مجموعة (٢٠) برمي، أحدهما تجريبية وتحضير لبرنامج مقرر من قبل الباحثتان والأخر ضابطة، ويوضح جدول (٢) التوصيف الإحصائي ومعامل الالتواء لعينة البحث في متغيرات (السن والطول والوزن والذكاء).

جدول (٢)

التوصيف الإحصائي ومعامل الالتواء لعينة البحث في متغيرات

(السن والطول والوزن والذكاء)

(ن = ٤٠)

المتغيرات	م	السن	السن	السن	السن	السن	السن	السن
السن	١	٧,٣٠	٠,٦١	٧,٢٣	٧,٢٣	٧,٢٣	٧,٢٣	٧,٢٣
الطول	٢	١٠١	٤,٠٤	١٠٠,٩	١٠٠,٩	١٠٠,٩	١٠٠,٩	١٠٠,٩
الوزن	٣	٢٢	٣,٩٧	٢٢,٦	٢٢,٦	٢٢,٦	٢٢,٦	٢٢,٦
الذكاء	٤	٣١	٤,٤٥	٣٢,٤٢	٣٢,٤٢	٣٢,٤٢	٣٢,٤٢	٣٢,٤٢

يتضح من الجدول السابق أن معامل الالتواء لمتغيرات السن والطول والوزن والذكاء تتراوح بين (٠,٥٥٩-٠,٨٨٥)، وهو بذلك ينحصر بين ± 3 مما يشير إلى اعتداليه توزيع العينة في المتغيرات قيد البحث.

وبعد حساب العاملات العلمية للاختبارات قامت الباحثتان بحساب معامل الالتواء لعينة البحث في متغيرات الأداء البدني والمهاري ويووضح ذلك جدول (٣).

جدول (٣)
معامل الالتواء لعينة البحث في متغيرات (الأداء البدني والمهاري)

نوع الأداء	العنصر	الاختبارات	وحدة القياس	المتوسط	الاحرف المعياري	الوسط	الالتواء
رشاقة.	الجري الراجلجي بين الانتعام لمسافة ٢٠ م.	الزمن/ث	-٧,١١	٧,٤٤	٠,٦٤	٧,٠٤	٠٠٤١
قدرة رجالين.	الوثب العريض من الثنائي.	المسافة/م	١,٠٠٢	٠,٨٥	١		٠٣٩٠٠
قدرة تراغعن.	رمي كرة يد لأبعد مسافة.	المسافة/م	٦,٤١	١,٢٠	٦,٥١		٠١٢٥٠
سرعة انتقالية.	الخطو ١٥ من البدء المنطلق.	الزمن/م	٥,٦٥	٠,٨١	٦		٠٣١٤٠
سرعة تنطيط.	التنطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م.	الزمن/ث	١٢,٦٤	١,٢٩	١٢,٥٥		٠٠٨٧
مسافة طيران.	التصوير بالوثب الطويل.	مسافة/طيران	٠,٨٠	٠,١٢	٠,٨		تصفر
سرعة التحركات الدفاعية.	التحركات الدفاعية لمدة ٣٠ ث.	عدد مرات	١,٧	١,٥٦	١,٥		٠٤٥٨
سرعة تمرير.	التمرير والاستسلام على الحافظ.	عدد مرات	٢,١٠	١,٩٣	٢		٠٠٩٨
نضج حركي.	التوافق والتحكم في الكرة.	الزمن / ث	١٨,٤٢	٢,٥٥	١٨,٥٣		٠٠٤٨

يتضح من الجدول السابق أن معامل الالتواء لمتغيرات الأداء البدني والمهاري ينحصر بين $+_{-}^{+}$ مما يشير إلى اعتدالية توزيع العينة في المتغيرات في البحث.

تكافؤ مجموعتي البحث:

بعد التأكيد من اعتدالية توزيع العينة في المتغيرات في البحث، قامت الباحثتان بتقسيم العينة عشوائياً إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منها (٢٠)، تم إجراء التكافؤ بينهما في المتغيرات التي قد يكون لها تأثير على المتغير التابع عدا المتغير التجريبي، وذلك بحساب دالة الفروق بين المجموعتين في المتغيرات في الدراسة إلى جانب متغيرات النمو، وجداول (٤ ، ٥) توضح تكافؤ عينة البحث.

جدول (٤)
دالة الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في متغيرات
(السن والطول والوزن والذكاء)

قيمة ت	ضابطة		تجريبية		المتغيرات	م		
	$n = 20$		$n = 20$					
	ع	م	ع	م				
١	السن.	٧,٢١	٠,٦٧	٧,٢٥	٠,٢	٠,٥٥		
٢	الطول.	١٠٠,٧٥	٤,١٦	١٠١,١٥		٤,٠٢		
٣	الوزن.	٢٣	٤,٣٨	٢٢,٢		٣,٦٩		
٤	الذكاء.	٣١,٩٥	٤,٢٧	٣٢,٨٨		٤,٨١		

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية (٥٠٠٥) = ٢,١

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات النمو مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي البحث في هذه المتغيرات .

جدول (٥)

دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في متغيرات الأداء البدني والمهاري قيد الدراسة

(قياس قبلى)

قيمة t	ضابطة		تجريبية		المتغيرات	العمر	نوع الأداء
	n = ٢٠	n = ع	n = ٢٠	n = م			
١,٢١	١,٩٩	٦,٩٩	٠,٦٣	٧,٠٤	جري الرجراجي بين الأقصام لمسافة ٢٠ م.	رشاقة	بدائي
٠,٩٧	١,١	١,٠٢	٠,٠٧	٠,٩٩	الوثب العريض من الثبات .	قدرة رجلين	بدائي
٠,٢٢	١,١١	٦,٤٥	١,٣٢	٦,٣٦	رمي كرة يد بعد مسافة .	قدرة ثراعين	ثري
٠,٣٦	٠,٨٢	٥,٦	٠,٨	٥,٧	العدو ١٥ م من البدء المنطلق .	سرعة التقليمة	بدائي
٠,٢٢	١,٤١	١٢,٥٩	١,٤١	١٢,٧	التطبيق في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م .	سرعة تنطيط	بدائي
٠,٢٤	٠,١٤	٠,٧٩	٠,١٣	٠,٨٠	التصويب بالوثب الطويل .	مسافة طيران	بدائي
٠,٢٨	٠,٥٧	١,٧٢	٠,٥٧	١,٦٨	التحركات الدفاعية لمدة ٣٠ ث.	سرعة تحركات الدفاعية	مهاري
١,٩٥	١,٨٩	٢,٩	٢	٢,٣	التمرير والاستلام على الحاطن .	سرعة تمرير	مهاري
٠,٢	٢,٥٦	١٨,٥	٢,٦١	١٨,٣٤	الترافق والتحكم في الكرة .	نضج حركي	مهاري

قيمة t الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,١

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس التبلي لاختبارات الأداء البدني والمهاري مما يشير إلى تكافؤهما.

أدوات جمع البيانات:

لجمع بيانات هذه الدراسة استعانت الباحثتان بالآتي:

١- المراجع العربية والبحوث والدراسات السابقة : (١٢)، (١٣)، (١٤)، (١٥) لحصر عناصر الأداء البدني والاختبارات التي تقييد هذه العناصر إلى جانب اختبارات الأداء المهاري.

٢- المقابلة الشخصية:

قامت الباحثتان بإجراء عدة مقابلات مع السادة الخبراء في مجال كرة اليد (مرفق ١) وذلك لتحديد عناصر الأداء البدني واختباراتها ، وكذا اختبارات الأداء المهاري لعينة البحث لبراعم كرة اليد من (٦ - ٨) سنوات .

٣- الاختبارات:

قامت الباحثتان ب اختيار مجموعة الاختبارات البدنية والمهارية التي تم حصرها من الخطوة السابقة والتي قام بتحديها الخبراء، من أئذنة كليات التربية الرياضية، وكذلك مدربى مدارس كرة اليد بالأندية المختلفة،

وقد ارتضت الباحثتان العناصر والاختبارات التي حصلت على ٦٧٪ فأكثر ، وقد أسفرت نتيجة استطلاع الرأي على الاختبارات التالية:

الختبارات الأداء البدني :

مرفق (٢)

- لقياس الرشاقة .
- لقياس قدرة الرجلين .
- لقياس قدرة الذراعين .
- لقياس السرعة الانتقالية .

مرفق (٣)

- لقياس سرعة التقطيط .
- لقياس مسافة الطيران .
- لقياس سرعة التحرك الدافعي .
- لقياس سرعة التمرين .

لتجانس وتكافؤ العينة مرافق (٤)

- الجري الجزاجي بين الأكمام لمسافة ٢٠ م.
- الوثب العريض من الثبات.
- رمي كرة يد لأبعد مسافة .
- العدو ١٥ م من البدء المتحرك.

الختبارات الأداء المهاري :

- التقطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م.
- التصويب بالوثب الطويل .
- التحركات الدافعية لمدة ٣٠ ث.
- التمرين والاستلام على الحاطن ٣٠ ث.
- النضج الحركي .

الختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح

٤ - الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- جهاز الرستاميتر لقياس الطول (بالستيometer).
- ميزان طبي لقياس الوزن (بالكيلوجرام).
- أكمام بلاستيكية .
- ساعة إيقاف .
- كوريد.
- ملعوب كرة يد صغير .
- شريط قياس.
- حاطن أملس.

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثتان بتطبيق اختبارات الأداء البدني ، وكذلك اختبارات الأداء المهاري على عينة قوامها (٤٠) من براعم مدارس كرة اليد بنادي الجزيرة ، وتمثل المجتمع الأصلي ومن غير العينة الأساسية ، وذلك لحساب المعاملات العلمية للاختبارات والتي اتفق عليها الخبراء وذلك بتاريخ ٣ / ٦ / ٢٠٠٤ .

المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة:

أولاً: الصدق:

ولإيجاد معامل الصدق قامت الباحثتان بحساب دلالة الفروق بين الربع الأعلى والأدنى على عينة قوامها (٤٠) من البراعم وجدول (٦) يوضح ذلك .

جدول (٦)

دالة الفروق بين الربع الأعلى والربع الأدنى لاختبارات الأداء البدني والمهاري

قيمة	الربع الأدنى (١٠)		الربع الأعلى (١٠)		الاختبارات	م
	ع	م	ع	م		
٣,٦٤	٠,٥٤	٧,١٢	٠,٥٢	٦,٢١	الجري الزجاجي بين الأقماع لمسافة ٢٠ م	١
١,٠٩	٠,٠٨٤	١,٠١	٠,٠٦٢	١,٢٥	الوثب العريض من الثبات .	٢
,٦٤٦	٢,٩٧	٨,٠٦	٢,٥٥	١١,٥	رمي كرة يد لأبعد مسافة .	٣
,١٥٨	٠,٤١	٥,٦٢	٠,٣٩	٤,٨٣	العدو ١٥ من البدء المنطلق .	٤
,٤٥٢	٠,٧٢	٧,١٠	٠,٦١	٦,٠٣	التنطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م .	٥
١,٧٥٧	٠,٠٨٣	١,١٣	٠,٠٧٤	١,٧٥	التصويب بالوثب الطويل(مسافة الطيران) .	٦
,٤٧١	٠,٦٥	٣,٢٩	٠,٧٩	٥,١٢	التحركات الدفاعية لمدة ٣٠ ث .	٧
٢,٧٥	٢,٨٤	١٠,٠٢	٢,٨٠	١٣,٦٥	التمرير والاستلام على الحاطن .	٨
,٥٥٣	٠,٧٥	٩,٧٥	٠,٨٤	٨,٠٢	النضح الحركي(التوافق والتحكم في الكرة) .	٩
١,٠٣	٣,٠٩	٢٥,٧	٢,١٢	٣٩,٥	اختبار الذكاء المصور .	١٠

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,٢٠١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً لصالح الربع الأعلى عن الربع الأدنى اختبارات الأداء البدني والمهاري مما يدل على صدقها.

ثانياً: الثبات:

ثم قامت الباحثان بإجراء ثبات الاختبارات عن طريق تطبيق الاختبار وإعادته على نفس العينة، وقد استخدمت الباحثان قياس الصدق كقياس أول ثم أعادت لتطبيق بعد ٣ أيام وبنـ st-Re-Test الشروط السابقة وجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لاختبارات المستخدمة(ثبات الاختبارات)

(ن = ٤٠)

ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الاختبارات	م
	ع	م	ع	م		
,٩١٤	٠,٥٩	٦,٥٧	٠,٥٣	٦,٤٥	الجري الزجاجي بين الأقماع لمسافة ٢٠ م	١
,٩٢٦	٠,٠٧٥	١,١٠	٠,٠٧١	١,٠٨٦	الوثب العريض من الثبات .	٢
,٨٩٥	٢,٥٩	١٠,٧٧	٢,٧٧	١٠,٦٤	رمي كرة يد لأبعد مسافة .	٣
,٩٦٣	٠,٣٩	٥,٠٨	٠,٤١	٥,٠٩	العدو ١٥ من البدء المنطلق .	٤
,٩٥٦	٠,٦١	٦,٢٨	٠,٦٥	٦,٣٠	التنطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م .	٥
,٨٨٣	٠,٠٧٩	١,١٢	٠,٠٧	١,٠٨	التصويب بالوثب الطويل(مسافة الطيران) .	٦
,٧٩٢	٠,٧١	٤,٢٩	٠,٧٤	٤,٣٣	التحركات الدفاعية لمدة ٣٠ ث .	٧
,٨٧٢	٢,٧٦	١١,٥٩	٢,٨٢	١١,٧٦	التمرير والاستلام على الحاطن .	٨
,٨٦٤	٠,٧٩	٨,٧١	٠,٨٠	٨,٦٧	النضح الحركي(التوافق والتحكم في الكرة) .	٩
,٧٩	٥,٨٦	٣٣,٦٢	٥,٩٣	٣٣,٧٥	اختبار الذكاء المصور .	١٠

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٠٤

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لاختبارات المستخدمة قد تراوحت بين (٠,٧٩٢ ، ٠,٩٦٣ ، ٠,٧٩) مما يدل على أنها ذات معاملات ثبات عالية.

البرنامج المقترن: مرفق (٥)

هدف البرنامج:

تعليم المهارات الأساسية وفقاً للقواعد الاستثنائية وذلك للوصول بالبراعم لمرحلة التثبيت والاتقان والتدريب عليها للوصول لأالية الأداء .

قامت الباحثان بتصميم برنامج تعليمي تدريبي مقترن لتعليم بعض المهارات الأساسية في ضوء متطلباتها من الأداء البدني لبراعم كرة اليد من (٦-٨) سنوات في ضوء القواعد الاستثنائية والمحددة من قبل الاتحاد المصري لكرة اليد في تلك المرحلة السنوية.

أسس وضع البرنامج:

تم تصميم البرنامج طبقاً للأسس العلمية الآتية:

- ١- أن يتوافق البرنامج مع المرحلة السنوية للعينة (براعم من ٦ - ٨ سنوات).
- ٢- مراعاة الفروق الفردية بين البراعم .
- ٣- مرونة البرنامج.
- ٤- الاستمرارية في تنفيذ البرنامج دون انقطاع.
- ٥- الزيادة المتدرجة لمحتويات البرنامج.
- ٦- مراعاة الطريقة الصحيحة للأداء.
- ٧- الإحماء والتهيئة.

محتوى برنامج المجموعة التجريبية:

أشتمل محتوى البرنامج المقترن للمجموعة التجريبية على ما يلى:

أ- تدريبات وألعاب صغيرة لتنمية وتطوير مكونات الأداء البدني (القدرة بشقيها القوة والسرعة، رشاقة، سرعة).

ب- ألعاب تمهيدية لتعليم المهارات قيد البحث.

ج- تدريبات تطبيقية (فردية، ثنائية، ثلاثية) في تشكيلات تشبه تلك التي تستخدم في مواقف العب.

د- مباريات تعليمية لتعلم تطبيق المهارات والقانون .

محتوى برنامج المجموعة الضابطة :

يتم تعليم المهارات الأساسية (التمرير والاستلام ، التطهير ، التصويب) ويكتفى بالإحماء ، بالإضافة إلى التعليم بالطريقة الكلية (الشرح والنموذج) دون اللجوء إلى استخدام الأسس العلمية (الدرج التعليمي للمهارات) ، التطبيق في مسابقات .

مدة البرنامج:

استغرق تنفيذ البرنامج مدة ثلاثة أشهر أي (١٢) أسبوع تمثل فترة بدء الاشتراك في مدارس كرة اليد بالشهر الصيفي والمحددة من قبل النادي وهي شهور (يونيه، يوليه، أغسطس، سبتمبر).

زمن الوحدة التعليمية التجريبية:

بلغ عدد الوحدات التعليمية التدريبية للبرنامج (٣٦) وحدة، يواقع (٣) وحدات أسبوعياً، زمن الوحدة (٦٠) دق. وفيما يلى نموذج للتوزيع الزمني للوحدة الخاصة بالمجموعة التجريبية.

جدول (٨)
التوزيع الزمني للوحدة التعليمية التدريبية

الزمن	محتوى الوحدة	م
٣٥	الأعمال الإدارية	أولاً
٤٥	الجزء التمهيدي: - الإحماء (ألعاب صغيرة) - إعداد بدني (عام ، خاص).	ثانياً
١٠		ثالثاً
٢٠	الجزء الرئيسي: - تعليم (المهارة المختارة) - تدريبات تطبيقية على المهارة المتعلمة بشكل فردي أو شائي أو	
٢٠	ثلاثي.	
٢٩	الجزء الختامي : لعبه صغيرة	رابعاً

القياس القبلي:

أجرى القياس القبلي لاختبارات الأداء البدني والمهاري في يومي ٢٠٠٤/٦/١١، ١٠

الدراسة الأساسية:

قامت الباحثان بإجراء الدراسة الأساسية للبحث (تطبيق البرنامج المقترن على المجموعة التجريبية في الفترة من ٢٠٠٤/٩/١٢ حتى ٢٠٠٤/٦/١٢ وذلك بعد تطبيق القياس القبلي للمتغيرات قيد البحث على مجموعة البحث، وقد روعي ضبط كافة العوامل المتعلقة بتنفيذ التجربة ومنها:

- التأكد من تكافؤ مجموعة البحث في (السن والطول والوزن والذكاء).
- قامت الباحثان بتعليم وتدريب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.
- توحيد زمن الوحدة التدريبية بالنسبة لمجموعة البحث.
- توحيد مدة تطبيق البرنامج (ثلاثة أشهر).

القياس البياني:

وقد أجرى القياس البياني بعد مرور شهر ونصف من بدء البرنامج وذلك يومي ٢٠٠٤/٧/٢٩، ٢٨ وذلك لمجموعة البحث ، وقد قامت الباحثان بإجراء هذا القياس بهدف معرفة مدى التقدم من عدمه بالنسبة للمهارات التي تم تعليمها ، وكذلك كناحية تقييمية لوحدات البرنامج .

القياس البعدي:

أجرى القياس البعدي بعد نهاية البرنامج المقترن والذي استغرق مدهه (٣أشهر) وذلك يومى ٢٠٠٤/٩/١٤ ، ١٣ لمجموعة البحث وبنفس الشروط وتحت نفس الظروف.

المعالجات الإحصائية المستخدمة:

- الوسيط.
- الانحراف المعياري.
- الائتمان.
- اختبار(t).
- تحليل التباين.
- معامل الارتباط.
- قيمة شيفيه.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً : عرض النتائج:

جدول (٩)

تحليل التباين بين القياس القبلي والبياني والبعدي للمجموعة التجريبية $N = 20$

قيمة ف	متوسط المربعات	د.ج	مجموع المربعات	مصدر التباين	الاختبارات	م
* ٦٠,٢٧	٢٢,٥٩	٢	٤٦,١٨	بين المجموعات	الجري لجزلجي بين الأقماع لمسافة ٢٠ م	١
	٠,٣٨	٥٧	٢١,٨٣	داخل المجموعات		
* ٣٨,٧٣	٠,٨٢	٢	١,٦٣	بين المجموعات	الوثب العريض من الثبات	٢
	٠,٠٢	٥٧	١,٢	داخل المجموعات		
* ٤٩,١٥	٣٥٧,٤٨	٢	٧١٤,٩٧	بين المجموعات	رمي كرة يد لأبعد مسافة	٣
	٧,٢٧	٥٧	٤١٤,٥٧	داخل المجموعات		
* ١١,٧١	٦,٧٣	٢	١٣,٤٧	بين المجموعات	العدو ١٥ من البداء المنطلق	٤
	٠,٥٨	٥٧	٣٢,٧٧	داخل المجموعات		
* ٩٩,١١	٣٦٦,٩	٢	٧٢٣,٧٩	بين المجموعات	التنطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م	٥
	١,٨٨	٥٧	١٠٧,١٩	داخل المجموعات		
* ١٠٩	٢,٠١	٢	٤,٠٤	بين المجموعات	مسافة الطيران أثناء التصويب بالرثب الطويل	٦
	٠,٠٢	٥٧	١,٠٦	داخل المجموعات		
* ٨٩,٧١	٥٦,٤٧	٢	١١٢,٤٣	بين المجموعات	التحركات الدفاعية لمدة ٣٠ ث	٧
	٠,٥٧	٥٧	٢٢,٣١	داخل المجموعات		
* ٢٠,٣٠٦	٩٥١,٠٢	٢	١٩٠,٢٠٢	بين المجموعات	التمرير والاستلام على الحافظ ٣٠ ث	٨
	٤,٦٨	٥٧	٢٦٦,٩٥	داخل المجموعات		
* ٢٥٣,٢٨	٨٤٨,٣	٢	١٦٩٦,٦	بين المجموعات	نضع حركي (الترافق والتحكم في الكوة)	٩
	٣,٣٥	٥٧	١٩٠,٩١	داخل المجموعات		

قيمة ف الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٣,١٥

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة احصائياً بين القياسات الثلاثية في جميع اختبارات الأداء البدني والمهاري.

جدول (١٠)

دالة الفروق بين متوسطات القياسات الثلاثة (قبلى - بينى - بعدي) للمجموعة التجريبية $N = ٢٠$

قيمة شيفير	بعتى	بينى	متوسط	القياسات	الاختبارات	م
٠,٣٩	* ٢,١٤	* ١,٢٩	٧,٠٤	قبلى	١ الجري الجزلجي بين الأقسام لمسافة ٢٠ م	
	* ٠,٨٥		٥,٧٥	بينى		
			٤,٩	بعدى		
٠,١٩	* ٠,٣٩	* ٠,١٢	٠,٩٩	قبلى	٢ الرثب العريض من الثابت	
	* ٠,٢٧		١,١١	بينى		
			١,٣٨	بعدى		
١,٧١	* ٨,٤٣	* ٤,٨١	٦,٣٦	قبلى	٣ رمي كرة بدلاً بعد مسافة	
	* ٢,٦٢		١١,١٧	بينى		
			١٤,٧٩	بعدى		
٠,٤٨	* ١,١٦	* ٠,٤٦	٥,٧	قبلى	٤ العدو ١٥ من البداء المنطلق	
	* ٠,٧		٥,٢٤	بينى		
			٤,٥٤	بعدى		
٠,٨٧	* ٧,٧٨	* ٧	١٢,٧	قبلى	٥ التنطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م	
	* ٠,٧٨		٦,٠١	بينى		
			٥,٢	بعدى		
٠,١٩	* ٠,٦٣	* ٠,٣٨	٠,٨٠	قبلى	٦ مسافة الطيران لثاء التصوير بالوثب الطويل	
	* ٠,٢٥		١,١٨	بينى		
			١,٤٣	بعدى		
٠,٤٨	* ٣,٣	* ٢,٢	١,٦٨	قبلى	٧ التحركات الدناعية لمدة ٣٠ ث	
	* ١,١		٣,٨٨	بينى		
			٤,٩٨	بعدى		
١,٣٨	* ١٢,٧٥	* ٧,٨	٢,٢	قبلى	٨ التمرير والاستلام على الحافظ	
	* ٥,٩٥		١١,١	بينى		
			١٧,٠٥	بعدى		
١,١٦	* ١٢,٠٩	* ١٠,٢٥	١٨,٢٤	قبلى	٩ نضع حركي (التفافق والتحكم في الكرة)	
	* ١,٨٤		٨,٠٩	بينى		
			٦,٢٥	بعدى		

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً على النحو التالي:

أ- الأداء البدني:

- في اختبار الجري الرازجي بين الأقصاء لمسافة ٢٠ م : لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي.
- الوثب العريض من الثبات : لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي.
- رمي كرة يد لأبعد مسافة : لصالح القياس البيني والبعد عن القياس القبلي.
- العدو ١٥ م من البدء المنطلق : لصالح القياس البعد عن كل من القياس البيني والقبلي ، بينما لا توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبيني.

ب- الأداء المهاري:

- التخطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي.
- مسافة الطيران أثناء التصويب بالوثب الطويل لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي.
- التحركات الدفاعية لمدة ٣٠ ث لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي.
- التمرير والاستلام على الحاطن ٣٠ ث لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي.
- نضع حركي (التوافق والتحكم في الكرة) لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي .

جدول (١١)

تحليل التباين بين القياس القبلي والبيني والبعدي للمجموعة الضابطة

قيمة شيفيه	متوسط المربعات	د.ج	مجموع المربعات	مصدر التباين	الاختبارات	م
* ٣٨,٤٧	١٢,٩٨	٢	٢٧,٩٦	بين المجموعات	الجري الرازجي بين الأقصاء لمسافة ٢٠ م	١
	٠,٣٦	٥٧	٢٠,٧١	داخل المجموعات		
* ٩,٣٥	٠,٣٤	٢	٠,١٨	بين المجموعات	الوثب العريض من الثبات	٢
	٠,٠٤	٥٧	٢,٠٧	داخل المجموعات		
* ٣٥,٧١	٢٢٧,٥٥	٢	٤٥٥,١	بين المجموعات	رمي كرة يد لأبعد مسافة	٣
	٦,٢٧	٥٧	٣٦٢,٧٢	داخل المجموعات		
١,٩٢	٠,٩٥	٢	١,٩	بين المجموعات	العدو ١٥ م من البدء المنطلق	٤
	٠,٥	٥٧	٢٨,٢١	داخل المجموعات		
* ٣٢٦,٧٤	٢١١,٥٣	٢	٦٢٢,٠٦	بين المجموعات	التخطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م	٥
	٠,٩٥	٥٧	٥٤,٣٥	داخل المجموعات		
* ٣٥,٥٤	٠,٧١	٢	١,٤٣	بين المجموعات	مسافة الطيران أثناء التصويب بالوثب الطويل	٦
	٠,٠٢	٥٧	١,١٤	داخل المجموعات		
* ٤٩,٢٥	٢٩,٧١	٢	٥٩,٤٢	بين المجموعات	التحركات الدفاعية لمدة ٣٠ ث	٧
	١,٦	٥٧	٣٤,٣٩	داخل المجموعات		
* ٩٥,٤٦	٦٨٤,٢٢	٢	١٣٦٨,٤٢	بين المجموعات	التمرير والاستلام على الحاطن ٣٠ ث	٨
	٧,١٧	٥٧	٤٠٨,٥٥	داخل المجموعات		
* ٢٢٨,٣	٧٩١,٥٣	٢	١٥٨٣,٠٧	بين المجموعات	نضع حركي (التوافق والتحكم في الكرة)	٩
	٣,٤٧	٥٧	١٩٧,٦٢	داخل المجموعات		

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٣,١٥

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصانياً بين القياسات الثلاثة (قبلى، بينى، بعدى) في جميع اختبارات الأداء البدنى والمهارى عدا اختبار (العدو ٥ أم من أبعد المتنطق).

جدول (١٢)

دالة الفرق بين متوسطات القياسات الثلاثة (قبلى - بينى - بعدى) للمجموعة الضابطة $N = 20$

قيمة شيفيه	بعدى	بينى	متوسط	القياسات	الاختبارات	م
١.٣٨	* ١.٦٧	* ٠.٨٧	٦.٩٩	قبلى	١. الجري الجزاجي بين الأقصى لمسافة ٢٠ م	
	٠.٨		٦.١٢	بينى		
			٥.٣٢	بعدى		
٠.١٢	* ٠.٢٥	٠.٨	١.٠٢	قبلى	٢. الوثب العريض من الثبات	
	* ٠.١٧		١.١	بينى		
			١.٢٧	بعدى		
١.٧	* ٦.٦١	* ٤.٤٧	٦.٤٥	قبلى	٣. رمي كرة يد لأبعد مسافة	
	* ٢.١٤		١٠.٩٢	بينى		
			١٣.٠٦	بعدى		
٠.٩٢	* ٧.٢	* ٦.٤	١٢.٥٩	قبلى	٤. التطبيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م	
	٠.٨		٦.١٩	بينى		
			٥.٣٩	بعدى		
٠.٠٩	* ٠.٣٨	* ٠.٣٥	٠.٧٩	قبلى	٥. مسافة الطيران لارتفاع التصويب بالوثب الطويل	
	* ٠.١٢		١.٠٤	بينى		
			١.١٧	بعدى		
٠.٤٩	* ٢.٢٢	* ١.٩٧	١.٧٣	قبلى	٦. التحركات الدخاعية لمدة ٣٠ ث	
	٠.٢٥		٢.٧	بينى		
			٣.٩٥	بعدى		
١.٧	* ١١.٤٥	* ٧.٨	٢.٩	قبلى	٧. التمرير والاستلام على الحاطن ٢٠ ث	
	* ٣.٦٥		١٠.٧	بينى		
			١٤.٣٥	بعدى		
١.١٨	* ١١.٤٧	* ١٠.٢١	١٨.٥	قبلى	٨. نضع حركى (التوافق والتحكم فى الكرة)	
	* ١.٢٦		٨.٢٩	بينى		
			٧.٠٣	بعدى		

يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصانياً على النحو التالي:

- اختبار الجري الجزاجي بين الأقصى لمسافة ٢٠ م : لصالح القياس بينى والبعدى عن القياس قبلى ، بينما لا توجد فروق بين القياس قبلى وبينى.

- اختبار الوثب العريض من الثبات : لصالح القياس بعدى عن بينى ولصالح القياس بينى عن قبلى.

- اختبار رمي كرة يد لأبعد مسافة : لصالح القياس بينى والبعدى عن القياس قبلى.

- اختبار التطبيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م : لصالح القياس بعدى عن بينى ولصالح البعدى عن قبلى، بينما لا توجد فروق بين القياس قبلى وبينى.

- اختبار مسافة الطيران أثناء التصويب بالوثب الطويل : لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي.
- اختبار التحرّكات الدفاعية لمدة ٣٠ ث : لصالح القياس البعدي عن القياس البيني، بينما لا توجد فروق بين القياس القبلي عن القياس البيني.
- اختبار التعرير والاستسلام على الحائط ، ٣ث : لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي.
- اختبار النضج الحركي(التوافق والتحكم في الكرة) : لصالح القياس البيني والبعدي عن القياس القبلي.

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البيني

قيمة ت	المجموعات		الاختبارات		م
	مجموعه ضابطة ن = ٢٠	مجموعه تجريبية ن = ٢٠	ع	م	
١,٩٩	٠,٥	٦,١٢	٠,٦٤	٥,٧٥	١
٠,٠٩	٠,١٦	١,١	٠,١٤	١,١١	٢
٠,٢٦	٢,٩٢	١٠,٩٢	٣,١٥	١١,١٧	٣
٠,١٣	٠,٥١	٥,٢٧	٠,٩١	٥,٢٤	٤
٠,٦٥	٠,٧٣	٦,١٩	١,٠٩	٦,٠١	٥
٠٤,٤٢	٠,١	١,٠٤	٠,١١	١,١٨	٦
٠,٦٥	٠,٨٣	٣,٧	٠,٨٧	٣,٨٨	٧
٠,٦٨	٢,١٨	١٠,٧	١,٤٥	١١,١	٨
٠,٥٨	١,٢	٨,٢٩	٠,٩٩	٨,٠٩	٩

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,١

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فرق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البيني عدا اختبار (مسافة الطيران أثناء التصويب بالوثب الطويل) ولصالح المجموعة التجريبية.

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي

قيمة ت	المجموعات		الاختبارات		م
	مجموعه ضابطة ن = ٢٠	مجموعه تجريبية ن = ٢٠	ع	م	
٠٢,١٨	٠,٦٣	٥,٣٢	٠,٥٨	٤,٩	١
١,٤٨	٠,٢٧	١,٢٧	٠,٢	١,٣٨	٢
١,٧٥	٣,٦	١٣,٠٦	٣,١٩	١٤,٧٩	٣
٠٣,٢٦	٠,٧٤	٥,٢	٠,٥١	٤,٥٤	٤
٠,٧٣	٠,٥٨	٥,٣٩	١,٠٢	٥,٢	٥
٠٤,٩٨	٠,١٨	١,١٧	٠,١٦	١,٤٣	٦
٠٣,٨٧	٠,٨٩	٣,٩٥	٠,٧٩	٤,٩٨	٧
٢,٦٣	٣,٦٣	١٤,٣٥	٢,٨٢	١٧,٠٥	٨
٠١,٦٢	١,٥٥	٧,٠٣	١,٥١	٦,٢٥	٩

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٢,١

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، ولصالح المجموعة التجريبية في اختبارات (الجري الرازجي) بين الأفخاذ لمسافة ٢٠م، العدو ١٥م من البداء المنطلق، مسافة الطيران أثناء التصويب بالوثب الطويل، التحركات الدلفافية لمدة ٣٠ ث، التمرير والاستلام على الحاطن ٣٠ ث) بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين في باقي اختبارات الأداء البدني والمهاري.

ثانياً: مناقشة النتائج:

أ- بالنسبة للمجموعة التجريبية:

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات الثلاثة (قبلي - بیني - بعدي) لاختبارات الأداء البدني والمهاري ولصالح القياسين البياني والبعدي عن القياس القبلي ولصالح القياس البعدي عن القياس البياني، عدا اختبارات (العدو ١٥م من البداء المنطلق، التقطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠م) فيوجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي والبياني لصالح القياس البعدي، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس البياني والقبلي.

وترجع الباحثان ذلك إلى كسر مدة التدريب حيث يحتاج عنصر السرعة وقت لتنميته ، هذا بالإضافة إلى مرور شهرين ونصف فقط من مدة البرنامج ، وعلى النحو التالي يأتي اختبار (التقطيط في خط مستقيم لمسافة ٢٠م) والذي يدخل ضمن متطلباته (عنصر السرعة) بالإضافة إلى المهارة ، فتكون عنصر (السرعة الحركية) وهي تتطلب نفس المدة الخاصة بتنتهي (عنصر السرعة) منفرداً ولهذا لا توجد فروق في هذا الاختبار ، كما ترى الباحثان أن هناك ارتباط وثيقاً بين الأداء البدني وبين المهارات الحركية في كرة اليد، فأداء المهارات سواء كانت هجومية أو دفاعية تتطلب قدرات بدنية لإنجازها، فلا تخلو مهارة من مكون بدني أو أكثر، حيث لا يمكن الفصل بين الأداء البدني والمهاري.

وهذا يتفق مع كل من توفيق الوالي (٢٠٠١)، كمال درويش وأخرون (٢٠٠٢) في أن " عناصر اللياقة البدنية الخاصة بكلة اليد تمثل القاعدة العريضة والأساس الذي يمكن اللاعب من الأداء المطلوب، وكذلك فإن تحسن الأداء المهاري يأتي من خلال تحسن الحالة البدنية لللاعب (٢٥: ١٥) (١١: ٢٣).

وترجع الباحثان تحسن المجموعة التجريبية في جميع اختبارات الأداء البدني والمهاري لصالح القياس البعدي ، إلى محتوى البرنامج التربيري المقترن ، والذي صمم لتقوية عناصر الأداء البدني الخاص وبعض المهارات الأساسية لكرة اليد للبراعم من (٨-٦) سنوات ، وقد أشتمل على ألعاب صغيرة وألعاب تمهدية، وكذلك على تدريبات (فردية ، زوجية، ثلاثة) بالإضافة إلى المباريات التعليمية.

ويتفق ذلك مع نتائج الدراسات (٩)، (١٩٩٥)، (١)، (١٩٩٨)، (٥)، (٢٠٠١) في أن البرامج التربورية المقترنة والموضوعة على أساس علمي تؤثر تأثيراً إيجابياً في رفع مستوى الأداء البدني " وبالتالي ينعكس ذلك على مستوى الأداء المهاري.

وبهذا يتحقق صحة الفرض الأول والذي ينص على:

" يوجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي - البياني - البعدي للمجموعة التجريبية " في:

أ- الأداء البدني.

ب- الأداء المهاري ولصالح القياس البعدي.

٤- بالنسبة للمجموعة الضابطة:

كما يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات القياسات الثلاثة (القبلي - البيني - البعدى) لاختبارات الأداء البدنى والمهارى لصالح القياسين البيني والبعدى عن القياس القبلى، عدا اختبار (التطبيق) فى خط مستقيم لمدة ٢٠ ث، فلا توجد فروق بين القياس القبلى والبيني بينما توجد فروق بين القياس البيني والبعدى ولصالح القياس البعدى.

ويرجع ذلك إلى أن التعليم والتدريب بالطريقة التقليدية والموضوعة من قبل المسئول عن المدارس له تأثير على مستوى المجموعة الضابطة في اختبارات الأداء البدنى والمهارى .

أما بالنسبة لاختباري (التطبيق) فى خط مستقيم لمسافة ٢٠ م، وكذلك اختبار التحركات الدافعية لمدة ٣٠ ث، فيما مرتبط ارتباط وثيق بعنصر السرعة ، وقد يرجع ذلك إلى عدم تأثير تدريبات السرعة على المجموعة الضابطة في تلك الفترة من تطبيق البرنامج، حيث يرتبط المكون البدنى بالتكوين المهارى . وبهذا يتحقق صحة الفرض الثاني والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس" القبلى - البيني - البعدى للمجموعة الضابطة" في:

أ- الأداء البدنى.

ب- الأداء المهارى ولصالح القياس البعدى.

٣- بالنسبة للقياس البيني بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة:

يتضح من جدول (١٣) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البيني في جميع اختبارات الأداء البدنى والمهارى قيد البحث، عدا اختبار (التصويب بالوثب الطويل) ظله دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية.

وترجع الباحثان هذه النتيجة إلى أن القياس البيني قد تم بعد مرور شهر ونصف من بدء تنفيذ البرنامج، وقد تكون هذه الفترة غير كافية لتنمية عناصر الأداء البدنى وكذلك الارتفاع بمستوى بعض المهارات الأساسية المختارة.

أما بالنسبة لاختبار (مسافة الطيران أشاء التصويب بالوثب الطويل) فوجود دالة بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية، قد يرجع إلى التركيز على تعليم مهارة التصويب بالوثب الطويل . وكذلك التدريب عليها ، وإن فترة القياس البيني (شهر ونصف) هي فترة كافية لتعلم هذه المهارة.

كما تشير الباحثان إلى وجود تحسن طفيف لباقي اختبارات الأداء البدنى والمهارى، مما يدل على أن البرنامج يحقق الغرض الموضوع من أجله.

وبهذا يتحقق الفرض الثالث جزئياً والذي ينص على:

"توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البيني ولصالح المجموعة التجريبية " في:

أ- الأداء البدنى.

ب- الأداء المهارى.

٤- بالنسبة للقياس البعدى بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة:

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائياً لبعض اختبارات الأداء البدنى والمهارى وهى على التوالي (الجري الزجاجي بين الأكمام لمسافة ٢٠ م، العدو ١٥ من البدع المنطلق، مسافة الطيران أشاء

التصويب بالوثب الطويل، التحركات الدفاعية لمدة ٣٠ ث، التمرير والاستسلام على الحاطن ٣٠ ث) ولصالح المجموعة التجريبية ، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين في باقي اختبارات الأداء البدني والمهاري.

وترجع الباحثان تحسن معظم اختبارات الأداء المهاري إلى البرنامج المصمم لتعليم المجموعة التجريبية ، فالبرامج التعليمية توفر مهارياً أكثر منه بدنياً، وذلك لأنّه يتم التركيز على تعلم المهارات بطريقة صحيحة، بالإضافة إلى أن فترة تنفيذ البرنامج (ثلاثة أشهر) قد أثرت على تعلم بعض المهارات، بينما أجرت تحسين أيضاً لعناصر الأداء البدني ولكن ليس بنفس تحسين المهارات، في بالنسبة لاختبار (الحركات الدفاعية لمدة ٣٠ ث) فقد أشتمل البرنامج على تدريبات خاصة بدفاع (رجل لرجل) والتركيز عليها وهو ما تتضمنه القواعد الاستثنائية والموضوعة من قبل الاتحاد.

- اختبار(مسافة الطيران أثناء التصويب بالوثب الطويل) فقد أظهر نتيجة لصالح المجموعة التجريبية في القياس البياني، وكذلك في القياس البعدى ، وذلك للاهتمام بالتركيز على تلك المهارة والتي هي أساس نجاح أي فريق أثناء المهراء.

- اختبار(التمرير والاستسلام على الحاطن ٣٠ ث) وذلك لأن هذه المهارة من المهارات الهامة والأساسية للأعبي وبراعم كرة اليد ، وعلى وجه الخصوص في تلك المرحلة السنوية ، وذلك لكثره استخدامها أثناء لعب المباريات .

وتشير ليلي لبيب وأخرون (٤٠٠٢) إلى أن "التمرير هو وسيلة تنقل الكرة عبر حدود الملعب وبين اللاعبين، وذلك بهدف الوصول إلى أفضل مكان يمكن من خلاله تحقيق وإحراز الهدف، ويقال أن الفريق الذي يجيد مهارة التمرير يعتبر زانداً لاعب. (١٣٩ : ١٣).

كما توضح النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً لاختبار (التطبيق في خط مستقيم لمسافة ٢٠ م) وذلك لأن التطبيق من المهارات قليلة الاستخدام في المباريات إلا في حالات خاصة منها (الانفراج بحارس المرمى في الهجوم الخاطف ، وكذلك بعد عمل الخداع وتحطيم المدافع ، ونظراً لصغر مساحة الملعب المحددة لتلك المرحلة السنوية ، وسرعة الأداء فيكون اللعب أفضل من خلال التمرير والاستسلام عن التطبيق هذا بالإضافة إلى أن التطبيق يحتاج إلى توافق اليد والعين بجانب السرعة .

أما بالنسبة لاختبارات الأداء البدني والتي لم تظهر فروق بين المجموعتين، فقد تحتاج لمدة أطول لتنميتها وتطويرها خاصة الاختبارات المرتبطة بعنصر القدرة للرجلين والذراعين (الوثب العريض من الثبات)، وكذلك اختبار (رمي كرة يد لأبعد مسافة) وبصفة خاصة لدى هذه العينة (البراعم) .

وبهذا يتحقق الفرض الرابع جزئياً والذي ينص على:

" توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدى ولصالح المجموعة التجريبية " في:

أ- الأداء البدني

ب- الأداء المهاري.

الاستخلاصات والتوصيات:

أولاً: الاستخلاصات:

في ضوء أهداف البحث واجراءاته وبعد التحليل الإحصائي أشارت النتائج إلى الآتي:

- توجد فروق دالة إحصائياً لجميع المتغيرات قيد البحث (عناصر الأداء البدني، الأداء المهاري) بين القياس (القبلي - البياني - البعدى) لصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية.

- توجد فروق دالة إحصائياً لجميع المتغيرات قيد البحث (عنصر الأداء البدني، الأداء المهاري) بين القياس (القبلي - البياني - البعدى) لصالح القياس البعدى للمجموعة الضابطة.
- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البياني لجميع المتغيرات قيد البحث عدا اختبار (مسافة الطيران أثناء التصويب بالوثب الطويل) ولصالح المجموعة التجريبية.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض اختبارات الأداء البدنى والمهارى فى القياس البعدى ولصالح المجموعة التجريبية ، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً فى اختبارات (الوثب العريض من الثبات، رمى كرة بد لأبعد مسافة، التطبيق فى خط مستقيم لمسافة ٢٠م، النضج الحركي).

ثانياً: التوصيات:

- ١- ضرورة استخدام البرامج التعليمية نظراً لتأثيرها الإيجابي في تعلم المهارات الأساسية ومن ثم الارتفاع بالمستوى المهاري.
- ٢- الاهتمام بإجراء اختبارات دورية وذلك للتأكد من صحة وكفاءة تنفيذ البرامج.
- ٣- إدخال عامل التسويق والإثارة في التدريبات لما لها من تأثير إيجابي على الناحية النفسية للبراعم .
- ٤- إجراء المزيد من الدراسات العلمية لتلك المرحلة مع زيادة مدة تنفيذ البرنامج.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، محمد نصر الدين رضوان: فسيولوجيا اللياقة البدنية، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠١.
- ٢- أحمد زكي صالح : اختبار الذكاء المصور ، مكتبة النهضة المصرية .
- ٣- حسن مصطفى مرسى: الواجبات المهارية لحارس مرمى كرة اليد خلال المباراة، الكتاب الثاني السنوى في كرة اليد، الاتحاد المصري، العدد ١.
- ٤- ذوقان عيدان: دور وسائل الاتصال في تعليم الكبار" مجلة التربية، يوليو، ١٩٩٦.
- ٥- رانيا السيد مخلوف: تأثير الألعاب التمهيدية على بعض القدرات البدنية والمهارات الأساسية في كرة اليد المصغرة تحت ٩ سنوات" ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيره، جامعة حلوان، ٢٠٠١.
- ٦- عبد السلام مصطفى: أساسيات التدريس والتطوير المهني للمعلم، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠١.
- ٧- عبد الفتاح محمد عبد الله: القوانين الاستثنائية لكرة اليد والنظام الشامل لتعليم المبتدئين والمبتدئات، الاتحاد المصري لكرة اليد، القاهرة، ١٩٩٣.
- ٨- عبد الفتاح محمد عبد الله، فخرى عبد المؤمن: الصادئ والأسين والبرنامج الزمني وجداول المباريات والمشروعات القومية لتطوير نشاط الاتحاد المصري لكرة اليد، الاتحاد المصري لكرة اليد، القاهرة، ٢٠٠٢.

- ٩- عزه حسن صيام: تأثير برنامج ألعاب تمهيدية مقترن على بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة والكفاءة الوظيفية للاعبات كرة اليد تحت ١١ سنة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، ١٩٩٥.
- ١٠- محمد محمد سيد عبد المجيد: تأثير برنامج مقترن لتعليم المهارات الأساسية في كرة السلة سر (٩-١٢)، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ١٩٩٨.
- ١١- كمال درويش وأخرون: الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد "نظريات - تطبيقات"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٨.
- ١٢- كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسنين: رباعية كرة اليد الحديثة : الجزء الأول، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٢.
- ١٣- ليلى لبيب وأخرون: كرة اليد ، ط٥، القاهرة، ٢٠٠٤.
- ١٤- مجدي محمد محمد الشيخ: تأثير برنامج تدريسي مقترن على تنمية الأداء الفني لكرة السلة للأطفال من ٦-٩ سنوات، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ١٩٩٨.
- ١٥- محمد توفيق الويللي: كرة اليد (تعليم - تدريب - تكتيك) ، ط٢، دار G.M.S، القاهرة، ٢٠٠١.
- ١٦- محمد حسن علاوي: علم التدريب الرياضي، ط٢، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩٤.
- ١٧- ياسر حسن محمد دبور: كرة اليد الحديثة ، منشأة المعارف بالإسكندرية، ١٩٩٦.
- ثانياً: المراجع الأجنبية :

- 18- A. Vonnie Colvin & Others : Teaching The Nuts And Bolt Of Physical Education Building Basic Movement Skills, Human Kintics, 2000.
- 19-Glenn Kircher: Physical Education For Elementary School Children, Ninth Edition, Brown Benchmark, 1995.