

دراسة مقارنة لتقييم الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة
اثناء اوقات ادائها لدى لاعبي كرة اليد المتقدمين

الباحث

م.د محمد ماجد محمد صالح
جامعة ميسان - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

تبرز اهمية البحث في جانبين الاول تقييم الاداء البدني الخاص وكذلك المهارات الهجومية والجانب الثاني للمقارنة بين اوقات الاداء اثناء الليل والنهار (ثلاث اوقات)، اما مشكلة البحث هي هل تقييم لعبة كرة اليد وفق الاداء البدني الخاص افضل ام التقييم وفق المهارات الهجومية المندمجة افضل وهل يؤثر هذا التقييم على وقت ادائه سواء كان في الليل او النهار؟.

اما اهم اهداف البحث تكمن في التعرف على فروق الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة اثناء اوقات ادائها (١٠ صباحاً - ٣ مساءً - ٩ ليلاً) لدى لاعبي كرة اليد المتقدمين.

اما منهج البحث هو المنهج الوصفي واختيرت العينة بالطريقة العمدية والتي شملت (٦٠) لاعبا في لعبة اليد من اندية محافظة ميسان، وقد قسمت الى (٤٠) لاعبا متقدماً للتجربة الرئيسية و(٢٠) لاعبا للتجارب الاستطلاعية ، واستخدم الباحث خمسة اختبارات للاداء البدني الخاص وأربعة اختبارات للمهارات الهجومية المندمجة ، اما اهم استنتاجات البحث هو ظهور فروق معنوية بين اوقات الاداء الثلاث وكان افضلها اداء الساعة (١٠ صباحاً) ثم يليها (٩ ليلاً) وأخيراً (٣ مساءً)، اما اهم توصيات البحث هو ضرورة الأخذ بمبدأ التقييم الكلي للاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة، من خلال استخدام الاختبارات المستخدمة او اختبارات اخرى متخصصة بلعبة كرة اليد.

Abstract

Compared to evaluate your offensive skills and integrated physical performance study
During times of their performance at the handball players

Researcher

M.D. Mohammad Majid Mohammad Saleh

It highlights the importance of research in two first assess your physical performance as well as offensive skills and the second aspect to compare the times of performances during the day and night (three times), while the research problem is whether the evaluation of the game Handball according to your physical performance better or assessment in accordance with the offensive skills of integrated best Does that affect this evaluation at the time of his performance, whether in the day or night? The most important goals of research lies in identifying your offensive skills and integrated physical performance differences during times of their performance (10:00 - 15:00 - 9 at night) at the handball players applicants. The research methodology is descriptive method was selected sample purposively, which included 60 players in a game of handball clubs from the province of Maysan, has been divided into 40 players advanced to experience major and 20-man Test exploratory, and the researcher used five tests and the private four physical performance tests offensive skills merged, either the most important conclusions of the research is the emergence of significant differences between the times of the three performance The best performers time (10:00), followed by (9 at night), and finally (3 pm), while the most important recommendations of the research is the need to adopt the principle of overall assessment, physical performance offensive skills merged, through the use of the tests used or other specialized tests a game of handball.

١- التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث:-

ان الاختبارات البدنية والمهارية المستخدمة في عملية التقييم هي احدى الوسائل المهمة التي من خلالها يمكن تقويم حالة اللاعب او الفريق بشكل موضوعي وبالتالي معرفة نقاط القوة والضعف مما يساعد ذلك في تحديد مؤشرات عن حالة

اللاعب او الفريق ومقارنة ذلك بالأهداف التي تسعى العملية التدريبية الى تحقيقها وان الاختبارات تساعد في (التعرف على الحالة التدريبية عموماً سواء كان ذلك في المهارات الاساسية او الصفات البدنية)^(١). وان دراسات التقييم على الرغم من كثرتها في السنوات الاخيرة إلا انها لم تنطرق الى جميع محاور هذا الموضوع المهم وما زالت الحاجة ملحة لإجراء دراسات اخرى في مجالات الاختبارات والمقاييس، ومنها التقييم وفق محددات معينة دون غيرها، فالتعرف والتعمق في اوقات الاداء يساعد القائمون على العملية التدريبية التعامل الموضوعي الصحيح فقد تظهر مثل هذه الدراسة نقاط القوة والضعف لأوقات الاداء وخصوصاً اذا كانت مرتبطة بالمتطلبات البدنية والمهارية الخاصة بالفعالية الرياضية حيث تبرز اهمية البحث في جانبين الاول تقييم الاداء البدني الخاص وكذلك المهارات الهجومية والجانب الثاني للمقارنة بين اوقات الاداء اثناء الليل والنهار (ثلاث اوقات)، لذا فإن هذه الاهمية هو لتسليط الضوء على اهمية الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية ودور تلك المتغيرات على اوقات ادائها من اجل وضع نصب اعين المختصين كي يعملوا على استخدام افضل وقت لتدريب اللاعبين التي من شأنها تنمية وتطوير اللاعبين سيؤدي بدوره الى الارتقاء بمستوى لاعبيهم.

٢-١ مشكلة البحث:-

لذا فان العامل الأساسي في إحراز تفوق في لعبة كرة اليد هو إجادة اللاعبين لاستخدام مختلف المهارات وحسب متطلبات المباراة والتي تعتمد أساساً على قابليات اللاعبين البدنية والمهارية، وهناك مشكلات كثيرة لدى العاملين في مجال لعبة كرة اليد وأهم هذه المشاكل هي الاعتماد على الخبرة الشخصية والذاتية للمدربين في عملية التقييم وقلة وجود نظم وقوانين وأسس علمية لعملية الاختبار وخصوصاً في مجال متطلبات الاداء البدني والمهاري، الأمر الذي شكل للباحث مشكلة أثارت انتباهه لوضع الحلول المناسبة لها، من خلال اجراء تقييم لحالة اللاعبين من خلال الاختبارات البدنية والمهارية المندمجة الهجومية ومقارنه التقييم بين اوقات ادائها اثناء الليل والنهار (ثلاث اوقات). عليه فان خلاصة المشكلة هي الاجابة على السؤال الاتي:- هل تقييم لعبة كرة اليد وفق الاداء البدني الخاص افضل ام التقييم وفق المهارات الهجومية المندمجة افضل وهل يؤثر هذا التقييم على وقت ادائها سواء كان في الليل او النهار؟.

٣-١ اهداف البحث:-

- يهدف البحث الى:-
- ١- التعرف على الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة لدى لاعبي كرة اليد.
 - ٢- التعرف على العلاقة بين الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة لدى لاعبي كرة اليد بين الوقت الواحد
 - ٣- التعرف على فروق الاداء البدني الخاص اثناء اوقات ادائها (١٠ صباحاً - ٣ مساءً - ٩ ليلاً) لدى لاعبي كرة اليد المتقدمين.
 - ٤- التعرف على فروق المهارات الهجومية المندمجة اثناء اوقات ادائها (١٠ صباحاً - ٣ مساءً - ٩ ليلاً) لدى لاعبي كرة اليد المتقدمين.

٤-١ مجالات البحث:-

- ٤-١-١ المجال البشري: لاعبو اندية محافظة ميسان فئة المتقدمين (العمارة - ميسان - دجلة - نطف ميسان) وللموسم الرياضي ٢٠١٥ - ٢٠١٦.
- ٤-١-٢ المجال الزمني: المدة من ٢٠١٥/١/١٥ ولغاية ٢٠١٥/٣/٢٨.
- ٤-١-٣ المجال المكاني: القاعة المغلقة في كلية التربية الرياضية - جامعة ميسان^(*).

٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:-

١-٢ الدراسات النظرية:-

١-١-٢ الاداء البدني الخاص:-

بلعبة كرة اليدان لعبة كرة اليد من الألعاب الرياضية التي يحتاج لاعبوها إلى عناصر الاداء البدني الخاص، إلا إن هذه العناصر تكون متداخلة مع بعضها لتكون اداء بدني يحتاجه اللاعب خلال المباراة، فهي من الألعاب الرياضية التي تدرج وقت المباراة، كما إن من مميزات لاعب كرة اليد قدرته على أداء الواجبات الدفاعية والهجومية الى نهاية المباراة بنفس الإمكانية والقدرة التي يؤديها نفس الواجبات في بداية المباراة. ان متطلبات الاداء البدني الخاص في لعبة كرة اليد يجب أن تنتج إلى تنمية المكونات البدنية الضرورية والمتماشية مع ظروف اللعبة ومتطلباتها والعمل على تطويرها لأقصى ممكن كي يمكن الوصول باللاعب إلى أعلى المستويات الرياضية.

(١) كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين: الياس في كرة اليد، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٠، ص ٢٩.
(*) حرص الباحث على توحيد المتغيرات التي تطرأ على عملية اجراء الاختبارات من حيث توفير نفس الاجواء وكذلك توفير الانارة القانونية من اجل الابتعاد عن اي طارئ يؤثر على نتائج الاختبارات المطبقة ولجميع الاوقات الثلاث.

٢-١-٢ المهارات الهجومية المندمجة:-

ان المهارات الاساسية في لعبة كرة اليد متعددة ومتفرعة فمنها الرئيسية ومنها الثانوية وان هذه المهارات يمكن التدريب عليها بشكل منفرد لكنها في المباريات او التطبيقات اثناء الوحدة التدريبية تظهر مترابطة مع بعضها فيمكن ان تتشكل مهارة مدمجة من مهارتين او اكثر متصلة مع بعضها ، ومن خلال الاطلاع على المهارات الاساسية يمكن ربط مهارتين او اكثر لأدائها مع بعض فتظهر لنا المهارات مدمجة والتي دائماً يستخدمها اللاعبون من اجل اداء الواجبات الحركية والمهارية في المباراة.

ان طبيعة اللعب خلال مباريات لعبة كرة اليد بمواقفها المتغيرة والمتنوعة تفرض على اللاعبين استخدام اشكال مدمجة للمهارات ، وتتوقف فاعلية اداء المهارات الهجومية المندمجة على مدى التتابع الطبيعي لحركاتها واتجاهاتها في سلسلة متصلة ومتنوعة والتي سبق التخطيط لها من قبل والتدريب عليها مع ملاحظة ان كل مهارة هجومية يجب ان تفتح ثغرة عند المنافس حتى يتمكن من الوصول الى المرمى.

والمهارات المندمجة تمثل شكل من البناء يتكون من عدة مهارات تؤدي بتوالي ويؤثر كل منها على الاخر تأثير متبادل، الامر الذي يتطلب من المدرب اعداد لاعبيه لمواجهة تلك المواقف من خلال الارتقاء بمستوى اداءهم الخططي والمهاري طبقاً لظروف اللعب.

حيث ان امتلاك اللاعب للمهارات المنفردة واتقانه لها ليست بالأهمية التي تتطلبها توافر القدرة لديه على ادائها بصورة مدمجة، وان امتلاك اللاعب لأشكال متنوعة من المهارات المندمجة بما يتشابه مع متطلبات المباراة يتيح افضلها طبقاً للموقف اللعبي ومن ثم زيادة قدرته على المناورة وتنفيذ الخطط.

٣- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

١-٣ منهج البحث:-

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية لملامته لطبيعة المشكلة المراد حلها.

٢-٣ عينة البحث:-

اختيرت العينة بالطريقة العمدية والتي شملت (٦٠) لاعباً في لعبة اليد، وقد قسمت الى (٤٠) لاعباً متقدماً للتجربة الرئيسية بواقع عشرة لاعبين من كل نادي و(٢٠) لاعبا للتجارب الاستطلاعية بواقع (١٠) لاعبين لفئة المتقدمين و(١٠) لاعبين لفئة الشباب.

٣-٣ وسائل جمع المعلومات والأدوات المستخدمة:-

- ١- المصادر العربية والأجنبية.
- ٢- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- ٣- كرة طبية زنة (٨٠٠) غم عدد (٦).
- ٤- فريق العمل المساعد (*).
- ٥- شريط قياس . ١٢- صافره عدد(٣).
- ٦- سبوره مدرجة من (١٥١سم) الى (٤٠٠سم).
- ٧- كرات يد قانونية عدد(١٢) المائية المنشأ.

٤-٣ الاختبارات المستخدمة في البحث:

١-٤-٣ اختبارات الاداء البدني الخاص:-

- ١- اختبار رمي كرة طبية زنة (٨٠٠) غم لأقصى مسافة^(١).
- ٢- اختبار القفز العالي من الثبات^(٢) ^(٣).
- ٣- اختبار الجلوس من الرقود. في (٢٠) ثانية^(٤).
- ٤- اختبار ركض ووثب ٥٠ متر^(٥).
- ٥- اختبار الركض بالواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً^(٦).

(١) ضياء الخياط ونوفل محمد الحيالي: كرة اليد، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ٢٠٠١، ص٥٣٧.

(٢) ضياء الخياط ونوفل محمد الحيالي: مصدر سبق ذكره، ص٤٦٢-٤٦٣.

(٣) محمد صبحي حسنين: القياس والتقييم في التربية البدنية والرياضية، ج ١، ط٤: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١)، ص٣٠٤.

(٤) احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك: القياس في المجال الرياضي. ط٤: (القاهرة، دار الكتاب الحديث، ١٩٩٦)، ص٢٦٧.

(٥) عماد درويش امين، ايجاد مستويات معيارية لاهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة بكرة اليد وبحسب خطوط اللعب، رسالة ماجستير، غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٩، ص٢٥.

(٦) ضياء الخياط ونوفل محمد الحيالي: مصدر سبق ذكره، ص٤٧٠-٤٧١.

٣-٤-٢ الاختبارات الهجومية المندمجة:-

- ١- دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطبة المستقيمة لمسافة (٥م) ذهابا وايابا ٨/كرات^(١).
- ٢- اختبار الطبطبة والتصويب^(٢).
- ٣- اختبار فرنريك لاختبار توافق المكونات الاساسية بكرة اليد^(٣).
- ٤- اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع^(٤).

٣-٥-٥ التجارب الاستطلاعية:

٣-٥-١- التجربة الاستطلاعية الأولى:-

أجريت التجربة الاستطلاعية الأولى على عينة مؤلفة من (١٠) لاعبين وهم يمثلون نادي دجلة فئة المتقدمين ومن أهداف هذه التجربة ما يأتي:-

- ١- التعرف على المستلزمات التنظيمية والإدارية لتنفيذ الاختبارات.
- ٢- التعرف على مدى إمكانية تنفيذ الاختبارات من قبل عينة الدراسة والزمن المستغرق لمجموع الاختبارات في اليوم الواحد.
- ٣- معرفة إمكانية فريق العمل المساعد من ناحية الكفاءة والعدد.
- ٤- إيجاد المعاملات العلمية للاختبارات وهي الصدق والثبات والموضوعية.

وقد أجريت هذه التجربة بتاريخ ٢٠١٥/١/١٥ في الساعة (١٠) صباحا في القاعة المغلقة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ميسان.

٣-٥-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية:-

اجريت التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ ٢٠١٥/١/٢٢ في الساعة (٣) مساءً على (١٠) لاعبين من اللاعبين المتقدمين و يمثلون نفس اللاعبين بالتجربة الاولى وكان الهدف من التجربة معرفة وقت الاداء في المساء ولنفس الغرض من التجربة الاولى.

٣-٥-٣ التجربة الاستطلاعية الثالثة:-

اجريت التجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ ٢٠١٥/١/٣٠ في الساعة (٩) ليلا على (١٠) لاعبين من اللاعبين المتقدمين و يمثلون نفس اللاعبين بالتجربة الاولى وكان الهدف من التجربة معرفة وقت الاداء في الليل ولنفس الغرض من التجربة الاولى والثانية.

٣-٥-٤ التجربة الاستطلاعية الرابعة:-

اجريت التجربة الاستطلاعية الثالثة بتاريخ ٢٠١٥/٢/٦ في الساعة (٣) مساءً على (١٠) لاعبين من اللاعبين المتقدمين و(١٠) لاعبين من اللاعبين الشباب يمثلون نفس النادي وكان الهدف من التجربة لإجراء الأسس العلمية للاختبارات.

٣-٦-٣ المعاملات العلمية للاختبارات:-

من اجل الحصول على المعاملات العلمية للاختبارات والتي تتحدد بالثبات والصدق والموضوعية فقد تم إجراء التالي:-

٣-٦-١ ثبات الاختبارات:-

ومن اجل التحقق من ثبات الاختبارات المستخدمة في البحث فقد قام الباحثان باستخدام طريقة (الاختبار وإعادة الاختبار) إذ تم تطبيق الاختبار على عينة مكونة من (١٠) لاعبين يمثلون نادي ميسان فئة المتقدمين بتاريخ ٢٠١٥/٢/٦ وقد قام الباحث بإعادة الاختبار بعد (٧) أيام بتاريخ ٢٠١٥/٢/١٣ وتم بعد ذلك معالجة البيانات إحصائيا حيث استخدم الباحث معامل الارتباط البسيط (بيرسن) عند درجة حرية ن = ٢ = ٨ ومستوى دلالة ٠،٠٥ وكما موضح بالجدول (١).

(١) عثمان مصطفى عثمان : الاختبارات (البدنية-المهارية) المصممة والمقننة وعلاقتها بالهجوم الفردي خلال المنافسة للاعبين كرة اليد في اقليم كوردستان، اطروحة دكتوراه غير منشوره ،جامعة صلاح الدين-اربيل، ٢٠١٢، ص٧٢-٧٣ .

(2) http://www.aun.edu.eg/faculty_physical_education/arabic/e-learning/handBoll/test.ppt

(٣) صبحي احمد قبيلان : كرة اليد (مهارات - تدريب - تدريبات - اصابات) ، ط١: (عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، ٢٠١٢)، ص٥٣ - ٥٤.

(٤) ضياء الخياط ونوفل محمد الحيايلى : كرة اليد ، ط١: (الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ٢٠٠١)، ص٥١٠

جدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ر) المحسوبة والجدولية للاختبارات المستخدمة

ت	المعالجات	الاختبار الاول		الاختبار الثاني		قيمة (ر) المحسوبة	قيمة (ر) الجدولية	مستوى الدلالة
		ع-+	س-	ع-+	س-			
١	اختبار رمي كرة طبية زنة (٨٠٠) غم لأقصى مسافة	٣٢	١,٥٦٣	٣٢,١٥	١,٤٥	٠,٩٧٨	معنوي	
٢	اختبار القفز العالي من الثبات	٥٢,٤٠	٢,٠١	٥٢,٤١	٢,١٣	٠,٩٨٢	معنوي	
٣	اختبار الجلوس من الرقود. في (٢٠) ثانية	١٧,٥٠	١,٢٦	١٧,٦٤	١,١٤	٠,٩٧١	معنوي	
٤	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر	٣٨,١٠	١,٤٤	٣٧,٩٩	١,٥٤	٠,٩٩٦	معنوي	
٥	اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً	٨٧,٦٠	٥,٠٤	٨٩,٤٤	٦,١٧	٠,٩٥٣	معنوي	
٦	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطبة المستقيمة لمسافة (٥م) ذهاباً وإياباً/٨كرات	٣٤,٢٠	٠,٩١	٣٤,٩٠	١,١٠	٠,٧٩١	معنوي	
٧	اختبار الطبطبة والتصويب	٣٥,٨٠	٠,٧٨	٣٦,٠١	٠,٦٨	٠,٨٤٩	معنوي	
٨	اختبار فرنرفيك لاختبار توافق المكونات الأساسية بكرة اليد	٩٦,٢٠	٣,٦٤	٩٧,٦٥	١,٥٠	٠,٨٦١	معنوي	
٩	اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	٧,٢٠	١,١٣	٥,٨٩	١,٢٧	٠,٧٩٠	معنوي	

من خلال ملاحظة الجدول السابق تبين إن الاختبارات قد اكتسبت صفة الثبات والاستقرار.

٣-٦-٢-٣ الصدق التمايزي:-

قام الباحث بتطبيق الاختبارات على عينتين متساويتين بالعدد قوامها (١٠) لاعبين العينة الاولى تمثل لاعبين متقدمين والعينة الثانية لاعبين شباب، ويعد الحصول على النتائج من هذه الاختبارات ومن أجل حساب الصدق التمايزي فقد تم معالجة نتائج هذه الاختبارات إحصائياً باستخدام اختبار t عند درجة حرية $n - 1 = 2 - 1 = 18$ ومستوى دلالة ٠,٠٥، وكما موضح بالجدول (٢).

جدول (٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية للعينتين في الاختبارات لأفراد وعينة لبحث

ت	المعالجات الحسابية للاختبارات	عينة المتقدمين		عينة الشباب		قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية	مستوى الدلالة
		ع-+	س-	ع-+	س-			
١	اختبار رمي كرة طبية زنة (٨٠٠) غم لأقصى مسافة	٣٢,٦٠	٢,٢٢	٣١,٦٥	٢,٠٨	٣,٣٥٣	معنوي	
٢	اختبار القفز العالي من الثبات	٥٣,٢٠	٢,٣٥	٥٠,٥٠	٢,٦٠	٣,٠٧	معنوي	
٣	اختبار الجلوس من الرقود. في (٢٠) ثانية	١٧,٧٠	١,٢٥	١٦,٠١	١,٧٨	٢,١٨	معنوي	
٤	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر	٣٨,٥٠	١,٣٥	٣٥,٢٣	٢,٨٥	٣,١١	معنوي	
٥	اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً	٨٤,٨٠	٥,٢٦	٩١,٩٠	٥,٨٢	٣,٠٣	معنوي	
٦	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطبة المستقيمة لمسافة (٥م) ذهاباً وإياباً/٨كرات	٣٤,٤٠	٠,٨٤	٣١,٢٠	٣,٠٥	٢,٩٣	معنوي	
٧	اختبار الطبطبة والتصويب	٣٥	١,١٥	٣٧,٣١	١,٩٤	٢,٩٧	معنوي	
٨	اختبار فرنرفيك لاختبار توافق المكونات الأساسية بكرة اليد	٩٧,٤٠	٣,٠٣	١٠٣,٥٥	٥,٢٩	٢,٧٧	معنوي	
٩	اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	٧,٥٠	١,١٨	٥,٠٩	١,١٧	٤,٩٩	معنوي	

ومن خلال ملاحظة الجدول (٢) يلاحظ إن الاختبارات قد تمتعت بدرجة عالية من الصدق حيث ظهرت فروق معنوية بين عينة المتقدمين وعينة الشباب.

٣-٦-٢-٣ الصدق الذاتي:-

الصدق الذاتي للاختبار = معامل الثبات / على إن يكون الثبات بطريقة إعادة الاختبار والجدول (٣) يبين ذلك .

جدول (٣)

يبين الصدق الذاتي للاختبارات المستخدمة لإفراد عينة البحث

الصدق الذاتي	المعالجات الإحصائية	الاختبارات	ت
٠,٩٨٨	اختبار رمي كرة طبية زنة (٨٠٠) غم لأقصى مسافة		١
٠,٩٩٠	اختبار القفز العالي من الثبات		٢
٠,٩٨٥	اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠) ثانية		٣
٠,٩٩٧	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر		٤
٠,٩٧٦	اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً		٥
٠,٨٨٩	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطة المستقيمة لمسافة (٥٠ م) ذهاباً وإياباً/٨كرات		٦
٠,٩٢١	اختبار الطبطة والتصويب		٧
٠,٩٢٧	اختبار فرنريك لاختبار توافق المكونات الأساسية بكرة اليد		٨
٠,٨٨٨	اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع		٩

٣-٦-٣- موضوعية الاختبارات:-

ان الاختبارات المستخدمة في البحث على درجة عالية من الموضوعية لأنها واضحة وسهلة الفهم والتطبيق من قبل أفراد العينة وبعيدة عن التقويم الذاتي حيث إن طريقة التسجيل في الاختبار واضحة وتصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلاً لا كما نريدها إن تكون.

٣-٧- التجربة الرئيسية للبحث:-

قام الباحث بالتجربة الرئيسية بعد إن أكمل متطلبات البحث من في تحديد أهم الاختبارات المستخدمة في البحث وكذلك إخضاعها للمعاملات العلمية ومن ثم إجراء التجارب الاستطلاعية لضبط جميع العوامل والمتغيرات التي قد تؤثر على إجراء الاختبارات. وهي مبينة بالجدول (٤) حسب الاوقات اداءها.

جدول (٤)

يبين اوقات اداء الاختبارات

الاختبارات	اوقات الاداء			ت
	العاشرة صباحاً	الثالثة مساءً	التاسعة ليلاً	
الاداء البدني الخاص	٢٠١٥/٢/٢٠	٢٠١٥/٣/١	٢٠١٥/٣/٧	١
المهارات الهجومية المندمجة	٢٠١٥/٣/١٤	٢٠١٥/٣/٢١	٢٠١٥/٣/٢٨	٢

٣-٨- الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث برنامج (SPSS -v. 19) لمعالجة البيانات وقد أستخرج البرنامج المعالجات الآتية:-

١- الوسط الحسابي.

٢- الانحراف المعياري.

٣- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

٤- اختبار (ت) للعينات المتساوية.

٥- معامل الصدق الذاتي.

٦- تحليل التباين واقل فرق معنوي.

٤- عرض ومناقشة النتائج:-

تضمن هذا الباب عرضاً لنتائج البحث التي أشارت إليها نتائج الاختبارات التي اعتمد عليها الباحث في بحثه وقد تم عرضت على شكل جداول والتي نستطيع من خلالها تفسير القيم الرقمية الإحصائية لبيان مدى صحة هذه النتائج من عدمها ومدى تحقيقها لمشكلة البحث وأهدافه.

٤-١ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج الاختبارات المستخدمة بالبحث خلال اوقات ادائها:-

جدول (٥)

يبين وحدة القياس والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث خلال اوقات ادائها (١٠ صباحاً

ت	اختبارات الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة	وحدة القياس	القيم الإحصائية	
			س-	ع ±
١	اختبار رمي كرة طبية زنة (٨٠٠) عم لأقصى مسافة	متر	٣٣,٤٠	١,٠٥
٢	اختبار القفز العالي من الثبات	سم	٥٤,٠٧	٠,٩٧
٣	اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠) ثانية	مره	١٧,٩٤	٠,٧٤
٤	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر	ثانيه	٣٦,٢٥	٤,٢٠
٥	اختبار الركض بالواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً	ثانيه	٨٦,٧٧	٣,٧٩
٦	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطبة المستقيمة لمسافة (٥) ذهاباً واياباً/٨كرات	درجة	٣٥,١٠	٢,٨٩
٧	اختبار الطبطبة والتصويب	ثانيه	٣٣,٦٧	٣,٣٩
٨	اختبار فرنرفيك لاختبار توافق المكونات الاساسية بكرة اليد	ثانيه	٩٥,٤٢	٣,٣٣
٩	اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	درجة	٨,٧٨	١,٧٠

جدول (٦)

يبين وحدة القياس والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث خلال اوقات ادائها (٣ مساءً

ت	اختبارات الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة	وحدة القياس	القيم الإحصائية	
			س-	ع ±
١	اختبار رمي كرة طبية زنة (٨٠٠) عم لأقصى مسافة	متر	٣٢,١٥	١,٩٨
٢	اختبار القفز العالي من الثبات	سم	٥٣,٦٠	١,٥٨
٣	اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠) ثانية	مره	١٧,٦٨	٠,٦٢
٤	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر	ثانيه	٣٨,٢٨	٢,٢٥
٥	اختبار الركض بالواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً	ثانيه	٨٨,٤١	١,٣٥
٦	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطبة المستقيمة لمسافة (٥) ذهاباً واياباً/٨كرات	درجة	٣٣,٧٧	٣,٦٦
٧	اختبار الطبطبة والتصويب	ثانيه	٣٥,٥٥	١,٤٦
٨	اختبار فرنرفيك لاختبار توافق المكونات الاساسية بكرة اليد	ثانيه	٩٧,٦٥	١,٠٥
٩	اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	درجة	٦,٨٢	٢,٣٧

جدول (٧)

يبين وحدة القياس والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث خلال اوقات ادائها (٩ ليلاً

ت	اختبارات الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة	وحدة القياس	القيم الإحصائية	
			س-	ع ±
١	اختبار رمي كرة طبية زنة (٨٠٠) عم لأقصى مسافة	متر	٣١,٧٥	٢,٤١
٢	اختبار القفز العالي من الثبات	سم	٥٣,١٧	١,٩٢
٣	اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠) ثانية	مره	١٧,٤١	٠,٩٦
٤	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر	ثانيه	٣٨,٠٣	٢,٤٠
٥	اختبار الركض بالواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً	ثانيه	٨٨,٢٠	١,٦٠
٦	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطبة المستقيمة لمسافة (٥) ذهاباً واياباً/٨كرات	درجة	٣٤,٢٦	٣,٢٠
٧	اختبار الطبطبة والتصويب	ثانيه	٣٥,٣٧	١,٥٧
٨	اختبار فرنرفيك لاختبار توافق المكونات الاساسية بكرة اليد	ثانيه	٩٧,٤٢	١,٠٦
٩	اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	درجة	٧,٠٢	٢,٢٥

٢-٤ عرض نتائج مصفوفة الارتباط الخاصة باختبارات الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة مع بعضها:-

جدول (٨)

يبين مصفوفة الارتباط الخاصة الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة خلال وقت ادائها (١٠ صباحاً

اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	اختبار فرنفريك لاختبار توافق المكونات الاساسية بكرة اليد	اختبار الطبطة والتصويب	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطة المستقيمة لمسافة (٥م)	الاداء البدني الخاص - المهارات الهجومية المندمجة
**٠,٥٣٥	*٠,٣٧٠	**٠,٤٢٣	**0,557	اختبار رمي كرة طيبة زنة (٨٠٠) غم لاقصى مسافة
**٠,٧٨١	**٠,٧٢١	**٠,٧٩٢	**٠,٦٨٤	اختبار القفز العالي من الثبات
*٠,٣٦١	*٠,٣٦٨	*٠,٣٥٠	*٠,٣٣٩	اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠) ثانية
**٠,٨٢٠	**٠,٨٩٤	**٠,٩٣٠	**٠,٧٨٣	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر
**٠,٦٢٩	**٠,٨٧٥	**٠,٨٤٤	**٠,٥١٩	اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً

* عند درجة حرية ٣٨ ومستوى دلالة ٠,٠٥ % قيمة الارتباط الجدولية تساوي (٠,٣٣٢)

جدول (٩)

يبين مصفوفة الارتباط الخاصة الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة خلال وقت ادائها (٣ مساءً

اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	اختبار فرنفريك لاختبار توافق المكونات الاساسية بكرة اليد	اختبار الطبطة والتصويب	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطة المستقيمة لمسافة (٥م)	الاداء البدني الخاص - المهارات الهجومية المندمجة
**٠,٧٥٣	**٠,٧٠٣	**٠,٦٠٦	**٠,٧٧٢	اختبار رمي كرة طيبة زنة (٨٠٠) غم لاقصى مسافة
**٠,٦٩١	**٠,٥١٥	**٠,٦٠٨	**٠,٧٥٥	اختبار القفز العالي من الثبات
**٠,٧٧٤	**٠,٦٨٩	**٠,٦٠٩	**٠,٧٤١	اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠) ثانية
**٠,٨٨٤	٠,٥٧٤	**٠,٨١٧	**٠,٨٧٠	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر
**٠,٧١٥	**٠,٦٨٩	**٠,٥٣٢	**٠,٧٢٢	اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً

* عند درجة حرية ٣٨ ومستوى دلالة ٠,٠٥ % قيمة الارتباط الجدولية تساوي (٠,٣٣٢)

جدول (١٠)

يبين مصفوفة الارتباط الخاصة الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة خلال وقت ادائها (٩ ليلاً

اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	اختبار فرنفريك لاختبار توافق المكونات الاساسية بكرة اليد	اختبار الطبطة والتصويب	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطة المستقيمة لمسافة (٥م)	الاداء البدني الخاص - المهارات الهجومية المندمجة
**٠,٧٠٥	**٠,٩٥٤	**٠,٦٧٩	**٠,٦٥٣	اختبار رمي كرة طيبة زنة (٨٠٠) غم لاقصى مسافة
**٠,٧٠٦	**٠,٩٣٣	**٠,٧٤١	**٠,٦٣٥	اختبار القفز العالي من الثبات
**٠,٦٦٨	**٠,٩٦٦	**٠,٦٦٨	**٠,٦٠٢	اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠) ثانية
**٠,٨٩٩	**٠,٧٦٢	**٠,٨٤٦	**٠,٩٠٨	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر
**٠,٦٥١	**٠,٩٤٤	**٠,٦٣٤	**٠,٦١٧	اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً

* عند درجة حرية ٣٨ ومستوى دلالة ٠,٠٥ % قيمة الارتباط الجدولية تساوي (٠,٣٣٢)

٣-٤ عرض نتائج تحليل التباين لاختبارات الاداء البدني الخاص مع بعضها خلال اوقات ادائها (١٠ صباحاً - ٣ مساءً - ٩ ليلاً):-

جدول (١١)

يبين نتائج تحليل التباين وقيمة (ف) المحتسبة والجدولية ومستوى دلالة الفروق بين اختبارات الاداء البدني الخاص للأوقات الثلاث (١٠ صباحاً - ٣ مساءً - ٩ ليلاً)

الاداء البدني الخاص	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مربع الانحرافات	قيمة ف المحتسبة	قيمة ف Sig	الدلالة
اختبار رمي كرة طيبة زنة (٨٠٠) غم لاقصى مسافة	بين المجموع	59.267	2	29.633	8.173	0.001	معنوي
	داخل المجموع	424.200	117	3.626			
	المجموع العام	483.467	119				

معنوي			8.108	2	16.217	بين المجاميع	اختبار القفز العالي من الثبات
	0.035	3.460	2.343	117	274.150	داخل المجاميع	
					119	290.367	المجموع العام
معنوي			2.836	2	5.672	بين المجاميع	اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠) ثانية
	0.012	4.612	.615	117	71.934	داخل المجاميع	
				119	77.605	المجموع العام	
معنوي			47.400	2	94.800	بين المجاميع	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر
	0.008	4.988	9.503	117	1111.900	داخل المجاميع	
				119	1206.700	المجموع العام	
معنوي			33.139	2	66.278	بين المجاميع	اختبار الركض بالمواجهة والظهر لمسافة (٢٥٢) متراً
	0.006	5.311	6.240	117	730.062	داخل المجاميع	
				119	796.340	المجموع العام	

يبين الجدول رقم (١١) ان قيم ف المحسبة هي اكبر من الجدولية البالغة (٦,٣٥٨) مما يدل ان الفرق معنوي وبناء على ذلك وجب استخراج قيمة (LSD) اقل فرق معنوي فكانت (١,١٦٢) وبمستوى دلالة (٠,٠٥) وبمقارنتها بقيم الفروق للأوساط الحسابية بين الاوقات الثلاث وكما مبين بالجدول (١٢)

جدول (١٢)

يبين معنوية الفروق بين الاوساط الحسابية للاختبارات الاداء البدني الخاص بقيمة اقل فرق معنوي (LSD) للأوقات الثلاث (١٠ صباحاً - ٣ مساءً - ٩ ليلاً) لمستوى الدلالة (٠,٠٥)

الدلالة	L.S.D Sig	فرق الاوساط الحسابية	اوقات الاداء	الاداء البدني الخاص
معنوي	٠,٠٠٤	*١,٢٥	(١٠ صباحاً - ٣ مساءً)	اختبار رمي كرة طبية
معنوي	٠,٠٠١	*١,٦٥	(١٠ صباحاً - ٩ ليلاً)	زنة (٨٠٠) غم
غير معنوي	٠,٣٤٩	٠,٤٠	(٣ مساءً - ٩ ليلاً)	لاقصى مسافة
غير معنوي	٠,١٦٨	٠,٤٧	(١٠ صباحاً - ٣ مساءً)	اختبار القفز العالي من الثبات
معنوي	٠,٠١٠	*٠,٩٠	(١٠ صباحاً - ٩ ليلاً)	
غير معنوي	٠,٢١٧	٠,٤٢	(٣ مساءً - ٩ ليلاً)	
غير معنوي	٠,١٣٧	٠,٢٦٢	(١٠ صباحاً - ٣ مساءً)	اختبار الجلوس من الرقود في (٢٠) ثانية
معنوي	٠,٠٠٣	*٠,٥٣٢	(١٠ صباحاً - ٩ ليلاً)	
غير معنوي	٠,١٢٦	٠,٢٧	(٣ مساءً - ٩ ليلاً)	
معنوي	٠,٠٠٥	*١,٩٧٧-	(١٠ صباحاً - ٣ مساءً)	اختبار ركض ووثب ٥٠ متر
معنوي	٠,٠١١	*١,٧٧٧-	(١٠ صباحاً - ٩ ليلاً)	
غير معنوي	٠,٧٧٢	٠,٢٠	(٣ مساءً - ٩ ليلاً)	
معنوي	٠,٠٠٣	*١,٦٧-	(١٠ صباحاً - ٣ مساءً)	اختبار الركض بالمواجهة والظهر
معنوي	٠,٠١٠	*١,٤٦-	(١٠ صباحاً - ٩ ليلاً)	لمسافة (٢٥٢) متراً
غير معنوي	٠,٧١١	٠,٢١	(٣ مساءً - ٩ ليلاً)	

٤-٤ عرض نتائج تحليل التباين لاختبارات المهارات الهجومية المندمجة مع بعضها خلال اوقات ادائها (١٠ صباحاً - ٣ مساءً - ٩ ليلاً):-

جدول (١٣)

يبين نتائج تحليل التباين وقيمة (ف) المحسبة والجدولية ومستوى دلالة الفروق بين

اختبارات المهارات الهجومية المندمجة للأوقات الثلاث (١٠ صباحاً - ٣ مساءً - ٩ ليلاً)

الدلالة	قيمة ف Sig	قيمة ف المحسبة	متوسط مربع الانحرافات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المهارات الهجومية المندمجة
غير معنوي			19.676	2	39.351	بين المجاميع	دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطبة المستقيمة لمسافة (٥٥)
	.163	1.845	10.663	117	1247.625	داخل المجاميع	
				119	1286.977	المجموع العام	
			42.908	2	85.817	بين المجاميع	اختبار الطبطبة

والتصويب	داخل المجاميع	628.370	117	5.371	7.989	.001	معنوي
	المجموع العام	714.187	119				
اختبار فرنريك لاختبار توافق المكونات الاساسية بكرة اليد	بين المجاميع	120.017	2	60.008			
	داخل المجاميع	518.650	117	4.433	13.537	.000	معنوي
	المجموع العام	638.667	119				
اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	بين المجاميع	92.808	2	46.404			
	داخل المجاميع	529.488	117	4.526	10.254	.000	معنوي
	المجموع العام	622.296	119				

يبين الجدول رقم (١٣) ان قيم ف المحتسبة هي اكبر من الجدولية البالغة (٦,٣٥٨) مما يدل ان الفرق معنوي وبناء على ذلك وجب استخراج قيمة (LSD) اقل فرق معنوي فكانت (١,١٦٢) وبمستوى دلالة (٠,٠٥) وبمقارنتها بقيم الفروق للأوساط الحسابية بين الاوقات الثلاث وكما مبين بالجدول (١٤)

جدول (١٤)

يبين معنوية الفروق بين الاوساط الحسابية للاختبارات للمهارات الهجومية المندمجة بقيمة اقل فرق معنوي (LSD) للأوقات الثلاث (١٠ صباحاً - ٣ مساءً - ٩ ليلاً) لمستوى الدلالة (٠,٠٥)

الاداء البدني الخاص	اوقات الاداء	فرق الاوساط الحسابية	L.S.D Sig	الدلالة
دقة التصويب البعيد من القفز بعد الطبطبة المستقيمة لمسافة (٥م)	(١٠ صباحاً - ٣ مساءً)	١,٣٩٢	٠,٠٥٩	غير معنوي
	(١٠ صباحاً - ٩ ليلاً)	٠,٨٤٢	٠,٢٥١	غير معنوي
	(٣ مساءً - ٩ ليلاً)	٠,٥٥٠	٠,٤٥٣	غير معنوي
اختبار الطبطبة والتصويب	(١٠ صباحاً - ٣ مساءً)	*١,٨٧٥-	٠,٠٠٢	معنوي
	(١٠ صباحاً - ٩ ليلاً)	*١,٧٠٠-	٠,٠٠١	معنوي
	(٣ مساءً - ٩ ليلاً)	٠,١٧٥	٠,٦٣٤	غير معنوي
اختبار فرنريك لاختبار توافق المكونات الاساسية بكرة اليد	(١٠ صباحاً - ٣ مساءً)	*٢,٢٢٥-	٠,٠٠١	معنوي
	(١٠ صباحاً - ٩ ليلاً)	*٢,٠٠٠-	٠,٠٠٠	معنوي
	(٣ مساءً - ٩ ليلاً)	٠,٢٢٥	٠,٦٣٤	غير معنوي
اختبار دقة التصويب بعد اداء الخداع	(١٠ صباحاً - ٣ مساءً)	*١,٩٥٧	٠,٠٠٠	معنوي
	(١٠ صباحاً - ٩ ليلاً)	*١,٧٥٧	٠,٠٠١	معنوي
	(٣ مساءً - ٩ ليلاً)	٠,٢٠٠-	٠,٦٧٥	غير معنوي

٤-٤ مناقشة نتائج البحث:-

ومن خلال الجداول (٥,٦,٧,٨,٩,١٠) يتبين للباحث ان هناك علاقة ارتباط قوية بين الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة ، فكما ارتفع مستوى الاداء البدني عند اللاعب ارتفع اتقان المهارات الهجومية المندمجة وتمكن من السيطرة على الواجبات الخطئية والهجومية وبأفضل صورة اثناء المباراة دون ظهور التعب ، وهذا ما اشار اليه (معيوف وعامر ١٩٨٨) (ان الصفات البدنية الخاصة تعد من الجوانب التي تمكن اللاعب من الاداء الامثل وتهدف الى ابراز صفات بدنية معينة وتفضيلها في ضوء ما تتطلبه المهارة او الفعالية)^(١). وكذلك يرى (نبيل ١٩٩٠) (بأن اللاعبين الذين يتميزون بأداء بدني عالي لديهم القدرة على اداء النواحي مهارية في كافة ظروف المباراة)^(٢).

ويرى الباحث ان المهارات الاساسية في لعبة كرة اليد لايمكن الفصل بينهما كون اللاعب يحتاجها في اداء الواجبات الخطئية وبصورة متتالية و مترابطة ، لذلك يجب على لاعب كرة اليد ان يتقن دمج المهارات والقيام بها بسلسلة حركية واحدة بسبب صغر الملعب وسرعة اللعب ، وهذا ما اكد علي (فتحي ٢٠١٠) (ان مهارات كرة اليد تتميز بأنها

(١) معيوف دنون حنتوش وعامر محمد سعدي: المدخل الى الحركات الاساسية للجمباز للرجال، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٨، ص٤٦.

(٢) نبيل محمد الشاروك: دراسة مقارنة في بعض عناصر اللياقة البدنية بين لاعبي المراكز المختلفة بكرة السلة، رسالة ماجستير غير منشوره، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية، ١٩٩٠، ص٨٦.

مترابطة ومندمجة ولا يمكن الفصل بينها وبين الاجزاء المكونة لها لما تحتويه لعبة كرة اليد من تغيرات متنوعة داخل الملعب^(١).

لذلك يتميز الاداء الهجومي بمجموعة من الحركات المندمجة والتي يؤديها اللاعب حسب الموقف الخططي وحالة دفاع المنافس من اجل تحقيق الهدف واحراز الفوز معتمدا على ما يمتلكه من اداء بدني خاص يؤهله للقيام بالمهارات الهجومية المندمجة (كلما تحسنت الصفات البدنية الخاصة توصل اللاعب الى مستوى من الاداء المهاري الجيد اي وجود ارتباط وثيق بين فن الاداء المهاري والصفات البدنية الخاصة)^(٢).

ويرى الباحث ان متطلبات كرة اليد فيها درجة عالية من الصعوبة الاحتكاك المباشر بالمنافس بالإضافة الى اللعب السريع مع مراعاة فترة الهجمة والتي تستغرق ما بين (٣٠-٦٠ ثا) يقوم اللاعبون خلالها بسلسلة مهارات مركبة يجب عليه اتقانها بصورة صحيحة (ان متعة اللعب بكرة اليد عندما يضع اللاعب خطته وتصوراته موضع التطبيق عن طريق اتقانه التام لدمج المهارات وان الخطأ في المهارات الحركية الاساسية لم يعد مقبولاً في لعبة كرة اليد المعاصرة)^(٣).

وأن الاهتمام بالمتطلبات البدنية الخاصة لنوع اللعبة يشكل ضرورة ملحة لرفع كفاءة الأداء وفاعليته لدى اللاعبين وبما يتلائم مع مواقف اللعب وظروف المباريات، "لاعب كرة اليد يحتاج إلى اداء بدني خاص يؤهله للقيام بواجباته مهارية والخطوية أثناء المباريات وما يتطلبه الأداء الفني للعبة كقوة القفز وكذلك التصويب على المرمى"^(٤).

اما الجداول (١٤، ١٣، ١٢، ١١) فتبين ان الاختبارات الخاصة بالمتطلبات البدنية او المهارات الهجومية المندمجة كانت في ساعات الصباح افضل من ساعات المساء، ويعزوا الباحث سبب ذلك كون عينة البحث كان ايقاعها الحيوي منتظم من حيث التدريب وعدد ساعات النوم وهذا ما يفضله اكثر علماء التربية البدنية حيث يفضلون ان يكون الفرد اكثر نشاطاً خلال النصف الاول من اليوم، وكذلك يعتمد على طبيعة التدريب الذي يقوم به افراد عينة البحث حيث تكون مجمل اعمالهم في فترة النهار، (تختلف الكفاءة البدنية للإنسان على مدار اليوم الواحد فهي عادة ما تكون مرتفعة من الساعة العاشرة صباحاً حتى الساعة الثانية عشر ظهراً ومن الساعة الرابعة حتى الساعة السادسة مساءً، وتهدب الكفاءة البدنية في فترة الظهر من الساعة الثانية عشر ظهراً حتى الساعة الثانية بعد الظهر وتهدب كذلك في المساء)^(٥).

وكذلك يعزوا الباحث سبب الفروق المعنوية بين اوقات الاداء التي تناولها في هذا البحث كون الايقاع البيولوجي للاعبين لا يمكن ان يكون مستقراً في جميع الاوقات وتختلف وفق الاعداد وعمل الاجهزة الداخلية وعلى هذا الاساس بنى الله سبحانه وتعالى جسم الانسان ليكون في افضل اداء له في اوقات معينة من اليوم في حين لا يستطيع الوصول الى هذا المستوى في جميع الاوقات من اليوم الواحد "إن العمليات البيولوجية اثناء اليوم الواحد سواء كانت على مستوى الخلية أو الأنسجة أو الأعضاء أو الأجهزة الحيوية أو حتى الكائن الحي ككل تحدث بشكل تموجي يظهر في تتابع الارتفاع والانخفاض للنشاطات الخاصة في ايقاع مستمر ولكن ليس بمستوى واحد"^(٦).

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

١-٥ الاستنتاجات:-

- ١- الاختبارات التي تم تحديدها لديها القدرة على التقييم ميدانياً باستخدام وسائل قياس مباشرة.
- ٢- تباين افراد عينته في حصولها على الدرجات من خلال تطبيق الاختبارات.
- ٣- ظهرت فروق معنوية بين اوقات الاداء الثلاث وكان افضلها اداء الساعة (١٠ صباحاً) ثم يليها (٩ ليلاً) وأخيراً (٣ مساءً).
- ٤- ظهرت علاقات ارتباط معنوية بين متغيرات الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية ، وهذا اعطى تعزيز لهذه الاختبارات في تقييم لاعبي كرة اليد المتقدمين وبأوقات مختلفة.

(١) فتحي احمد هادي: التدريب العملي الحديث في رياضة كرة اليد - التدريب - النظريات - التطبيق- الطرق - الوسائل الفسيولوجيا - انتاج الطاقة، الاسكندرية، مؤسسة حورس الدولية، ٢٠١٠، ص٦٩.

(٢) قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الالعاب والفعاليات والعلوم الرياضية، ط١، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٠، ص٥٨.

(٣) عبد الكريم قاسم غزال: بناء بطارية اختبارات للمهارات الهجومية لكرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية، ١٩٩٧، ص١٠٢.

(٤) أحمد عربي عوده: مصدر سبق ذكره، ١٩٩٨، ص٥٦.

(٥) علي فهمي البيك وصبري عمر: الإيقاع الحيوي والإنجاز الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٤، ص٤١.

(4) Deschenes MR . *Chronobiological effects on exercise*, in current comment from the ACSM. 2010 .p11

٥- ظهرت علاقات ارتباط لكل متغير من متغيرات الاختبارات وكانت نسبها مؤثرة ،حيث دللتنا على مدى الارتباط الوثيق بين متغيرات البحث خلال اوقات اداءها .

٢-٥ التوصيات:-

- ١- يمكن اعتماد هذه الاختبارات كوسائل للتقييم من قبل المدربين قبل الدخول في برامج التدريب لإعداد اللاعبين .
- ٢- ضرورة مراعاة تقييم الاداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة من خلال الاختبارات وتقييم الاداء وحسب طبيعة البحث والعينة.
- ٣- من الضرورة الأخذ بمبدأ التقييم الكلي للأداء البدني الخاص والمهارات الهجومية المندمجة، من خلال استخدام الاختبارات المستخدمة او اختبارات اخرى متخصصة بلعبة كرة اليد .
- ٤- يجب التأكيد من قبل المدربين على تدريب الصفات البدنية الخاصة وربطها بالمهارات الهجومية المندمجة في لعبة كرة اليد وخلال ساعات الصباح افضل .
- ٥- اجراء دراسات مستقبلية وفق المحددات التي لم تتطرق لها الدراسة تكون أكثر ملائمة لتقييم لاعب كرة اليد.

المصادر العربية والأجنبية

- * ضياء الخياط ونوفل محمد الحيايلى: كرة اليد، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ٢٠٠١.
- * عبد الكريم قاسم غزال: بناء بطارية اختبارات للمهارات الهجومية لكرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل، اطروحة دكتوراه غير منشوره، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية، ١٩٩٧.
- * قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الالعاب والفعاليات والعلوم الرياضية، ط١، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٠.
- * فتحي احمد هادي: التدريب العملي الحديث في رياضة كرة اليد - التدريب - النظريات - التطبيق - الطرق - الوسائل الفسيولوجيا - انتاج الطاقة، الاسكندرية، مؤسسة حورس الدولية، ٢٠١٠.
- * كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حساتين: الياس في كرة اليد، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٠.
- * علي فهمي البيك وصبري عمر: الإيقاع الحيوي والإنجاز الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٤.
- * نبيل محمد الشاروك: دراسة مقارنة في بعض عناصر اللياقة البدنية بين لاعبي المراكز المختلفة بكرة السلة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية، ١٩٩٠.
- * معيوف دنون حنتوش وعامر محمد سعدي: المدخل الى الحركات الاساسية للجمباز للرجال، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٨.
- * ضياء الخياط ونوفل محمد الحيايلى: كرة اليد، ط١. الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، ٢٠٠١.
- * صبحي احمد قبيلان: كرة اليد (مهارات - تدريب - تدريبات - اصابات)، ط١. عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، ٢٠١٢.
- * عثمان مصطفى عثمان: الاختبارات (البدنية-المهارية) المصممة والمقننة وعلاقتها بالهجوم الفردي خلال المنافسة للاعبين كرة اليد في اقليم كردستان، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة صلاح الدين - اربيل، ٢٠١٢.
- * عماد درويش امين، ايجاد مستويات معيارية لاهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة بكرة اليد وبحسب خطوط اللعب، رسالة ماجستير، غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٩.
- * احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك: القياس في المجال الرياضي. ط٤. القاهرة، دار الكتاب الحديث، ١٩٩٦.
- * محمد صبحي حساتين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج١، ط٤: (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١).
- * http://www.aun.edu.eg/faculty_physical_education/arabic/e-learning/handBoll/test.ppt.
- * Deschenes MR. Chronobiological effects on exercise, in current comment from the ACSM. 2010.