

دراسة مقارنة بعض القدرات الحركية بين لاعبي كرة القدم وكرة اليد

م.م. أمير جابر مشرف ، م.م. عبد الرحيم نوري حربي ، م.م. جاسم نافع حمادي

م.م. عبد القادر سعيد عبد فيحان

العراق. كلية المعارف الجامعة. قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

j.N.hummadi@uoa.edu,iq

تاريخ تسليم البحث / ٠٠٠٠٠ تاريخ قبول النشر / ١٠/٤/٢٠٢٢

### الملخص

هدفت الدراسة الى التعرف على بعض القدرات الحركية للاعبي كرة القدم وكرة اليد ، ومقارنة هذه القدرات الحركية بين لاعبي كرة القدم وكرة اليد ، وافترض الباحثين ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية لبعض القدرات الحركية بين لاعبي كرة القدم وكرة اليد ، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث، اما عينة البحث فقد تمثلت بلاعبي منتخب كرة القدم وكرة اليد في كلية المعارف الجامعة للعام ٢٠٢١ - ٢٠٢٢ والبالغ عددهم ٢٤ لاعباً، ١٢ منهم يمثلون منتخب كرة القدم و١٢ لاعب يمثلون منتخب كرة اليد، واستخدم الباحثون الوسائل الاحصائية الملائمة لاستخراج النتائج وعلى ضوء النتائج توصل الباحثون الى عدد من الاستنتاجات اهمها ان لاعبي كرة اليد يتمتعون بعنصر الرشاقة بنسبة أكبر من لاعبي كرة القدم ، وان التوافق يرتبط ارتباطاً معنوياً بحركات ومهارات كرة القدم وكرة اليد وذو أهمية للاعبي ، وفي ضوء الاستنتاجات يوصي الباحثون الاسترشاد بنتائج الدراسة الحالية للاستفادة منها في المجال التطبيقي للفرق الرياضية، وقيام المدربين باختبار فرقهم اختبارات دورية لعنصري الرشاقة والتوافق للوقوف على مستوياتهم الحقيقية.

الكلمات المفتاحية: القدرات الحركية ، كرة القدم ، كرة اليد

A study comparing some motor abilities between soccer and handball players

M.M. Amir Jaber Musharraf, M.M. Abdul Rahim Nouri Harbi M.M. Jassim Nafeh Hammadi

M.M. Abdul Qader Saeed Abdul Fayhan

Iraq. University College of Knowledge. Department of Physical Education and Sports Sciences

#### Abstract

The study aimed to identify some of the motor abilities of football and handball players, and to compare these motor abilities between football and handball players, and the researchers assumed that there are statistically significant differences for some motor abilities between football and handball players. The research problem, as for the research sample, it was represented by the football and handball players in the University College of Knowledge for the year 2021-2022, which are 24 players, 12 of them represent the football team and 12 players represent the handball team, and the researchers used the appropriate statistical methods to extract the results and in light of the results The researchers reached a number of conclusions, the most important of which is that handball players enjoy agility in a greater proportion than football players, and that compatibility is morally related to the movements and skills of football and handball and is of importance to the players. For sports teams, coaches test their teams periodically for the components of agility and compatibility to find out their true levels.

Keywords: motor abilities, football, handball

١- المقدمة:

لقد أصبح تحقيق المستويات الرياضية العالمية من أهم مظاهر التقدم الحضاري والدليل على رقيها الاجتماعي والاقتصادي وحتى الإنساني. ولقد انتهى وقت تحقيق الانجازات وليدة الصدفة المعتمدة فقط على موهبة الرياضي وقدرته الطبيعية وأن الوصول إلى البطولات في كافة الفعاليات الرياضية يرتبط بسلسلة متصلة من الإجراءات المبنية على أساس علمي صحيح في ما يخص عملية اختيار اللاعب وتعليمه وتدريبه وقد تبدأ سلسلة الانجاز من البنية التحتية الصحيحة للرياضة وليس آخرها توفر الجهد العلمي والبحوث والدراسات الخاصة في تطوير القدرات البشرية وخاصة في مجال التدريب ومجالات الدراسات المقارنة بين الأفراد التي من الممكن إن تبيين نقاط الضعف والقوة لدى الرياضيين.

وان القدرات الحركية مهمة جدا وقد عرفها (خليل الحديثي) "هي تلك القدرات التي تعتمد على الجهاز العصبي المركزي والمحيطي من خلال القدرة في استثمار الإحساس الحركي من اجل السيطرة والتحكم بالحركة مثل (التوافق . الرشاقة . الدقة . والتوازن) وان القدرات الحركية هي قدرات مكتسبة وغير موروثة" (خليل إبراهيم سليمان ، ٢٠١٣ ، ص٣٦)

"وتعد لعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية الواسعة الانتشار التي شهدت تطوراً كبيراً في السنوات الأخيرة من حيث طابع اللعبة الذي يتميز بالسرعة والقوة في الأداء، فضلاً عن التنوع في أساليب اللعب الهجومية والدفاعية، ويرجع ذلك إلى التطور الكبير الذي حصل في مجال علم التدريب من حيث استخدام أفضل الطرائق والوسائل والأساليب التدريبية المؤثرة والعمل على تطوير القدرات الحركية للوصول الى الأداء الأفضل"

(ثامر صبحي محمد ، ٢٠٠٧ ، ص٢٣)

اما كرة اليد تعتبر أحد أنواع الألعاب الرياضية الهامة في نظام ثقافتنا الرياضية وهي من الألعاب الجماعية والشعبية ونظراً لما توفره هذه اللعبة من مناخ تربوي سليم للممارسين، فإنها تعد منهجاً تربوياً متكاملًا يكسب الطلاب كثيراً من المتطلبات التربوية الجيدة، وهذا ما أكد عليه (كمال عبد الحميد ومحمد صبحي) "ان أهمية رياضة كرة اليد ترجع إلى ما تتضمنه من مكونات هامة لها أبعادها الضرورية لتكوين الشخصية المتكاملة للطالب"

(كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسانين ، ١٩٨٠ ، ص٦)

لقد اتجهت الأبحاث العلمية إلى دراسة أفضل السبل والوسائل لتحقيق الكفاية التعليمية وبخاصة ما تستهدف توفير في الوقت والجهد المبذول أو تقليل عدد الأخطاء ومن هذا الوسائل على سبيل المثال لا الحصر القدرات البدنية والحركية التي لها دور في التعلم والتدريب وتطور مستوى الرياضيين في كرة القدم وكرة اليد، ومن أجل تحقيق هذا المستوى علينا اختيار طريقة في المقارنة بين بعض القدرات الحركية للاعبي كرة القدم وكرة اليد وهذا ما سيتقدم به البحث من خلال إجراء مقارنة بين بعض القدرات الحركية للاعبي كرة القدم وكرة اليد.

وان رياضة كرة القدم وكرة اليد تعاني الكثير من المعوقات التي تعيق مسيرة تطورها شأنها شأن الكثير من الرياضات ومن خلال مشاهدة الباحثين لمباريات منتخب كلية المعارف الجامعة لكرة القدم وكرة اليد أراد الباحثين معرفة الفرق في بعض القدرات الحركية بين لاعبي كرة القدم وكرة اليد وإيهما يمتلك قدرات أفضل ولهذا ارتأى الباحثين إجراء دراسة لمعرفة الفروق في قدرتي بالرشاقة والتوافق.

ويهدف البحث إلى:

- ١- التعرف على بعض القدرات الحركية للاعبي كرة القدم وكرة اليد.
- ٢- مقارنة بعض القدرات الحركية بين لاعبي كرة القدم وكرة اليد.

٢- اجراءات البحث:

١-٢ منهج البحث: استخدم الباحثين المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ عينة البحث:

تم اختيار عينة من لاعبي منتخب كلية المعارف الجامعة لكرة القدم وكرة اليد، إذ بلغ عدد العينة (٢٤) لاعباً (١٢) منهم يمثلون منتخب كرة القدم و(١٢) لاعباً يمثلون منتخب كرة اليد، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية.

٣-٢ الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة:

١-٣-٢ الأجهزة:

- جهاز الحاسوب نوع Lenovo.

- حاسبة يدوية نوع Casio.

٢-٣-٢ الأدوات:

- ملعب

- شريط قياس

- شواخص

- حلقات معدنية

- صافرة

٢-٣-٢ الوسائل:

- استمارة استبانة.

- المقابلات الشخصية.

- المصادر (العربية والأجنبية).

- شبكة المعلومات (Internet).

٢-٤ التجربة الاستطلاعية:

إن التجربة الاستطلاعية عبارة عن تجربة مصغرة يقوم بها الباحث قبل قيامه بالاختبارات بهدف الوقوف على الأخطاء وتلافيها، وعلى هذا تم إجراء التجربة الاستطلاعية يوم الأحد الموافق ٢٠٢١/٢/٢١ على عينة صغيرة من ٣ لاعبين ، وقد تم الاستفادة من التجربة الاستطلاعية في الآتي:

- حساب الوقت الكلي اللازم لإجراء الاختبارات.
- تحديد الأجهزة والأدوات المستخدمة والتأكد من سلامتها.
- الاستفادة من بعض الأخطاء والمعوقات التي واجهت الباحثين خلال التجربة الاستطلاعية وتداركها.

وبعد التأكد من سلامة الأجهزة ونجاح التجربة الاستطلاعية قام الباحثين بإدخال نتائج فحوص عينة التجربة الاستطلاعية إلى تجربة البحث الرئيسية لعدم تأثر نتائج الفحوص بمتغيرات التجربة الاستطلاعية.

٢-٥ الاختبارات المستخدمة في البحث:

٢-٥-١ اختبار التوافق (الدوائر المرقمة)

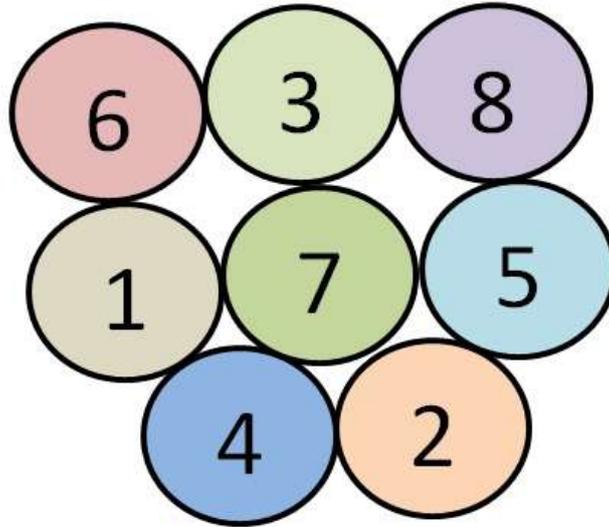
(محمد صبحي حسانين ، ١٩٧٩ ، ص٣٢٩)

هدف الاختبار: قياس توافق.

الأدوات المستخدمة: ساعة إيقاف ، دوائر بلاستيكية توضع على الأرض ثمانية على أن يكون قطر كل منها (٦٠ سم)، وترقم الدوائر.

مواصفات الأداء: يقف المختبر داخل الدائرة رقم (١)، وعند سماع إشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين معاً إلى الدائرة رقم (٢) ثم رقم (٣) ثم (٤)، وبالتسلسل..... حتى الدائرة رقم (٨)، يتم ذلك بأقصى سرعة ممكنة.

التسجيل: يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثماني دوائر.



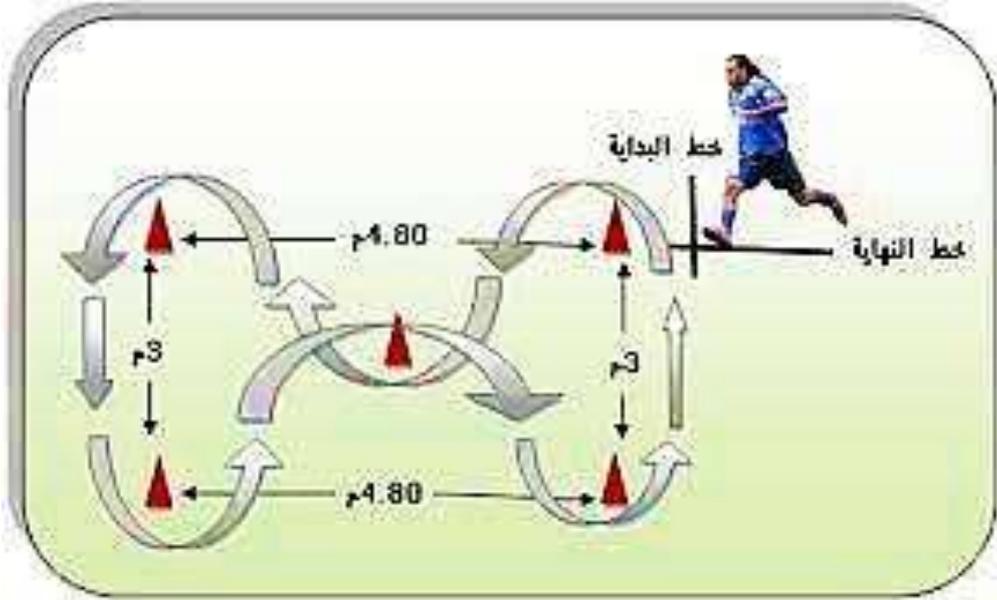
شكل (١) يوضح اختبار قدرة التوافق الرجلين والعينين في الدوائر المرقمة

٢-٥-٢ اختبار الرشاقة بطريقة بارو:

(سعاد عبدالحسين (واخرون) ، ٢٠١٤ ، ص ٣٤-٣٥)

هدف الاختبار: قياس عنصر الرشاقة.

الأدوات: ميدان للجري مستطيل الشكل يقام على ارض صلبة وخشنة طوله ٤,٨٠ م وعرضه ٣م، ساعة إيقاف، شواخص عدد ٥، مع ملاحظة ان لا يقل طول الراية عن ٣٠سم.  
وصف الأداء: يتخذ المختبر وضع الاستعداد من البدء العالي خلف خط البداية وعند إعطائه إشارة في البدء يقوم بالجري المتعرج بين القوائم الخمسة ثلاث مرات متتالية.  
حساب الدرجات: يسجل الزمن الذي يستغرقه المختبر في قطع المستطيل ثلاث مرات لأقرب ١٠/٠ ث ويبدئ من لحظة إعطاء إشارة البدء حتى يقطع خط النهاية بعد الانتهاء من اللفة الثالثة.



شكل (٢) يوضح اختبار بارو للرشاقة

٢-٦ الوسائل الإحصائية:

(وديع ياسين التكريتي ، ١٩٩٩ ، ص ١٠٢ ، ٩٧ ، ٥٦)

- الوسط الحسابي

- الانحراف المعياري

- اختبار بيرسون للارتباط

٣- عرض النتائج ومناقشتها:

٣-١ عرض نتائج الارتباط للقدرات الحركية بين لاعبي منتخب كرة القدم وكرة اليد:

الجدول (١) يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والفروق بين لاعبي كرة القدم وكرة اليد

المتغيرات	وحدة القياس	لاعبي كرة اليد		لاعبي كرة القدم		قيمة (ر)	الدلالة
		ع	س	ع	س		
الرشاقة	ثانية	٢٩,١١	١,٥٦	٢٦,٣٢	٥,٢١	٣,٣٥	معنوي
التوافق	ثانية	١٢,٣٤	١,٧١	١١,٨١	١,٦٧	١,٣٧	غير معنوي

قيمة (ر) الجدولية (٢,٠٤٥) عند درجة حرية (٢٢) وبمستوى دلالة (٠,٠٥)

يتبين من النتائج اعلاه ان في اختبار الرشاقة أظهرت قيم الأوساط الحسابية وقيمة (ر) المحسوبة تبايناً بين مجموعتي البحث، فقد كان لاعبي كرة اليد أفضل من لاعبي كرة القدم في الرشاقة وذلك من خلال الفرق المعنوي بين اللاعبين، ويعزو الباحثين هذا التباين الى ان لعبة كرة اليد تتطلب تغير الكثير من الأوضاع في الدفاع والهجوم، فتغير وضع الجسم اثناء الارتقاء والتصويب يعد من الحركات الأساسية في لعبة كرة اليد، وهذا ما أكده (الويلي محمد توفيق) "ان الرشاقة تتطلب أساسي لإتقان العديد من المهارات الخاصة في الألعاب الرياضية المختلفة ككرة اليد وكرة القدم ، وكرة اليد تحتاج الى عنصر الرشاقة أكثر لما يميز اداءها وسرعتها وان مستوى الرشاقة لدى اللاعب يعمل على تمييز وتصنيف الأداء المهاري العالي والمنخفض المستوى" (الويلي محمد توفيق ، ١٩٩٤ ، ص٥٤)

اما فيما يخص اختبار التوافق ، فقد أظهرت النتائج ان هناك تباين بسيط بين مجموعتي البحث، ولكن أظهرت الأوساط الحسابية افضلية قليلة للاعبي كرة اليد، حيث يعتبر التوافق ذو أهمية كبيرة في جميع الالعاب الرياضية التي يجب ان يتمتع بها الرياضي بدرجة عالية من التوافق بين عمل العضلات المشتركة بالأداء والمتمثلة بالعضلات العاملة والمضادة "ان توجيه الحركات نحو هدف يتطلب كفاية عالية من الجهاز العصبي العضلي"

(عصام عبد الخالق ، ١٩٩٩ ، ص٨٦)

وايضا يشير (قاسم حسن حسين ١٩٩٠) "إن أي نشاط رياضي يتعلق بالأجهزة الوظيفية للرياضي وخاصة التوافق العضلي حيث يتطلب تكيفات كثيرة ومنها التكيف العصبي العضلي، والتكيف يحدث بواسطة جرعات الحافز والتدريب والتكيف عن كل نوع من أنواع التدريب حيث يؤدي زيادة استعداد الجسم أو الأجهزة العضوية على نوع التدريب والاستعداد والتكيف يؤدي إلى زيادة قابليات التوافق لكل حركة أو مهارة "

(قاسم حسن حسين ، ١٩٩٠ ، ص١٤)

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- تبين لنا ان لاعبي كرة اليد يتمتعون بعنصر الرشاقة بنسبة أكبر من لاعبي كرة القدم.
- ٢- التوافق يرتبط ارتباطاً معنوياً بحركات ومهارات كرة القدم وكرة اليد وذو أهمية للاعبي.

٤-٢ التوصيات:

- ١- الاشراف بنتائج الدراسة الحالية للاستفادة منها في المجال التطبيقي للفرق الرياضية.
- ٢- قيام المدربين باختبار فرقهم اختبارات دورية لعنصري الرشاقة والتوافق للوقوف على مستوياتهم الحقيقية.

#### المصادر

- ثامر صبحي محمد: استخدام تمارين البلايومتركس في تنمية القوة السريعة وأثرها في سرعة أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٧.
- خليل إبراهيم سليمان: التعلم الحركي، دار العراب ودار نور حوران، دمشق، العراق، ٢٠١٣.
- سعاد عبدالحسين (واخرون): المدخل الى اختبارات الكرة الطائرة وظيفيا وبدنيا ومهاريا، ط ١ ، بغداد ، الجزيرة للطباعة والنشر ، ٢٠١٤.
- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي نظريات - تطبيقات، ط ٥، الإسكندرية ، دار المعارف ، ١٩٩٩.
- قاسم حسن حسين: الفسولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي: ، ١٩٩٠.
- كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسانين: القياس في كرة اليد، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٠.
- محمد صبحي حسانين: محمد صبحي حسانين؛ التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية: ط ١، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٧٩.
- وديع ياسين التكريتي: التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، جامعة الموصل ، ١٩٩٩.
- الوليلي محمد توفيق: كرة اليد تدريب تكنيك، القاهرة ، ١٩٩٤.