



Building standards for motor tests in endurance handball skill performance

M.A. Saleh Nasser Rashed¹

Prof. Dr. Hardan Aziz Salman²

Mustansiriya University / Faculty of physical education and sports sciences

Correspondent email: Snasr0996@gmail.com

Abstract

The tests are an objective test by which the player's level of general and special physical skills and abilities is assessed and evaluated, strengths and weaknesses are identified, and work to improve them and thus improve performance to develop athletic achievement.

The aim of the study was to provide standardized and objective tests to measure the tolerance of the skill performance (defensive-offensive-defensive) of advanced handball players . Where it is similar to playing performance and adopted as an accurate indicator to describe and diagnose the physical and skill condition, especially when the player returns from injuries, and setting standards and levels for these tests to ensure giving an accurate picture to coaches to build and evaluate training programs according to the levels of players to contribute to enabling the classification and selection of qualified players to form the ideal squad and reach them to higher levels and compete in World Championships.

The researcher used the descriptive approach in the style of surveys and standard studies, as it is the appropriate approach to the subject and objectives of the research, and the research community identified the Premier League clubs for handball applicants for the current season 2022-2023, numbering (214) players. In light of the results, the researcher presented a number of conclusions and recommendations, the most important of which was through the results of the tests that were conducted and discussed, the researcher came to the following conclusions: Providing tools (tests). Objective and standardized to measure the endurance of the skill performance of League players. Excellent handball, and the designed test has the ability to stand out among the players . The most important recommendations are Adoption of designed tests in the assessment .Physical education according to the levels achieved .And take advantage of them in the legalization of training modules, and the adoption of designed tests .In the selection of players for the participants in the matches.

Keywords: Criteria for motor tests, endurance skill performance, handball.



بناء معايير للاختبارات الحركية في تحمل الاداء المهاري بكرة اليد

م.م صالح ناصر رشيد أ.د حردان عزيز سلمان

الجامعة المستنصرية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

تعد الاختبارات المحك الموضوعي الذي يتم بواسطته تقييم وتقويم المستوى الذي وصل اليه اللاعب في المهارات والقدرات البدنية العامة والخاصة وتحديد نقاط القوة والضعف و العمل على تحسينها وبالتالي الارتقاء بالأداء لتطوير الانجاز الرياضي .

هدفت الدراسة الى توفير الاختبارات مقننه و موضوعية لقياس تحمل الأداء المهاري (الدفاعي _ الهجومي-الدفاعي) للاعبين كرة اليد المتقدمين . حيث تكون مشابه لاداء اللعب واعتمادها كمؤشر دقيق لوصف وتشخيص حالة البدنية والمهارية وخاصة عند رجوع اللاعب من الاصابات ووضع المعايير والمستويات لهذه الاختبارات بما يضمن اعطاء صورة دقيقة للمدربين لبناء وتقويم البرامج التدريبية وفق مستويات اللاعبين للمساهمة في التمكين من تصنيف واختيار اللاعبين المؤهلين لتكوين التشكيلة المثالية و الوصول بهم الى المستويات العليا والمنافسة في البطولات العالمية .

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية والمعيارية كونه المنهج الملائم لموضوع واهداف البحث وتحدد مجتمع البحث بأندية الدوري الممتاز للمتقدمين بكرة اليد للموسم الحالي 2022-2023 والبالغ عددهم (214) لاعباً ،

وفي ضوء النتائج قدم الباحث عددا من الاستنتاجات والتوصيات كان من اهمها من خلال نتائج الاختبارات التي تم اجرائها ومناقشتها توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية :

توفير ادوات (اختبارات) . موضوعية ومقننة لقياس لتحمل الاداء المهاري للاعبين الدوري. الممتاز لكرة اليد , و للاختبار المصمم القدرة على التميز بين اللاعبين . ومن اهم التوصيات اعتماد الاختبارات المصممة في التقويم .البدني طبقا للمستويات التي تحققت .والاستفادة منها في تقنين الوحدات التدريبية, و اعتماد الاختبارات المصممة .في انتقاء اللاعبين للمشاركين في المباريات.

الكلمات المفتاحية: معايير للاختبارات الحركية، تحمل الاداء المهاري، كرة اليد.



التعريف بالبحث

مقدمة البحث و أهميته :

لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية الممتعة والتي لها جمهورها وعشاقها في أنحاء المعمورة حيث تتميز بالقابليات البدنية العالية وتحمل الاداء، والتي يتطلب من يؤديها أن يبذل جهداً بدنياً عالياً أثناء أدائه للدفاع والهجوم انسجاماً مع ما يمتلكه من مهارات تميزه عن غيره. وعليه فان امتلاك اللاعب لمستوى عالٍ من القدرات البدنية و المهارية الدفاعية والهجومية والتوافق بينهم ينتج فرص النجاح امام تنفيذ مختلف استراتيجيات اللعب لكونها هي المحور الاساسي في اللعب للوصول إلى التفوق.

"و لا يخفى إن الاختبار و القياس يعد واحداً من الوسائل التقويمية، التي تعني بالتشخيص والتوجيه وكذلك هي من المؤشرات العلمية للعمل البحثي الجيد ، المبني على أسس سليمة، من هذا نجدها وسيلة التقويم للبرامج والمناهج والخطط المختلفة لجميع المستويات والمراحل العمرية المعدودة على النشاط الرياضي" (محمد جاسم، 2010: 53).

و اهتم الباحثون والخبراء بتصميم بطاريات اختبارات لقياس القدرات البدنية والمهارات الأساسية في جميع الألعاب الرياضية. والمقصود باصطلاح بطارية اختبار ((test) Batrtery) وفقاً لما أشار إليه بارو ومك جي هو مجموعة من عدة اختبارات يقصد تطبيقها على التوالي على الفرد أو الأفراد وتوضع هذه الاختبارات لقياس مجموعة من الأغراض المترابطة وعادةً ما يطلق على المكونات التي تتضمنها بطارية الاختبار اسم (test)). (محمد محمود، 1990: 73)

وان إن الدرجات الخام التي يحصل عليها القائم من تطبيق الاختبارات ليس لها معنى أو دلالة إلا إذا رجعنا إلى معيار يحدد معنى هذه الدرجات ومن خلالها يمكن إن نتعرف على مركز اللاعب أو الشخص بالنسبة للمجموعة التي ينتمي إليها ، هل هو متوسط أو فوق المتوسط أو اقل من المتوسط وما هو وضعة بالنسبة لاقارنة من أفراد عينة التقنين

وعليه فان للوصول الى المعايير يجب تحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية وتعد المعايير هي احد



الأهداف الأساسية التي ترمي إليها عملية التقنين للاختبارات, حيث تشتق من عينة التقنين التي تمثل المجتمع الأصلي للمختبر (والدرجات الخام التي يحصل المختبر عليها هي مصدر المعايير ويتم ذلك باستخدام بعض الأساليب الإحصائية المعينة) (علي سلوم, 2004: 13)

مشكلة البحث:

من خلال خبرة الباحث لكونه لاعب لعدد من الاندية العراقية ومتابعاً ميدانياً لبطولات الدوري العراقي فقد لاحظ وجود مشكلة تتعلق بحمل الاداء المهاري ، تتمثل بعدم وجود اختبار يقيس تحمل الاداء المهاري للاعبين الدوري العراقي مما يؤثر ذلك في عدم معرفة مستوى اللاعبين من قبل مدربيهم سواء كان في فترة الاعداد او المنافسات، مما ينعكس بطبيعة الحال في جميع مجريات اللعب وهذا يؤثر على نتائج المباريات ومن هذا الفهم الموضوعي جاءت مشكلة البحث.

هدف البحث:

- بناء وتقنين اختبار تحمل الاداء المهاري (الدفاعي_الهجومي-الدفاعي) للاعبين كرة اليد المتقدمين.

مجالات البحث

لاعبو اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد للاندية المشاركة في الدوري الممتاز للموسم 2023/2022.

المجال الزمني : : للمدة من 2022/4/14 و لغاية 2023/4/28.

المجال المكاني: قاعة الاندية المشاركة في كرة اليد

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

اولاً: منهج البحث:-

عليه استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي بهدف التعرف عن الظاهرة لمناسبتها الهدف الحالي التي ندرسها وتحديد الوضع الحالي لها.

ثانياً: مجتمع البحث وعينته:-



حدد الباحث مجتمع بحثه بأندية الدوري الممتاز للمتقدمين بكرة اليد للموسم الحالي 2022-2023 والبالغ عددهم (214) لاعباً، وتم استبعاد حراس المرمى البالغ عددهم (30) حارس، وتم استبعاد (6) لاعبين بداعي الإصابة، وتم استبعاد نادي كربلاء والفتوة وبهذا أصبح عدد العينة الكلي للبحث (154) لاعباً وبنسبة (75.5%)، والجدول (1).

الجدول (1) يبين النسب المئوية لمجتمع عينة البحث الكلي

التفاصيل	المجتمع الكلي	عينة البناء	عينة التقنين	العينة الاستطلاعية	المستبعدين
العدد	(184) لاعب	(154) لاعب	(154) لاعب	(24) لاعب	(6) لاعب
النسبة	100%	83.6%	83.6%	13.04%	3.26%

الاجهزة والادوات المستخدمة

- ساعة توقيت نوع (Casio) عدد (1)
- حاسبة الكترونية نوع (Casio) عدد (1)
- كاميرا نوع (Canon D70) عدد (1)
- جهاز حاسوب شخصي (لابتوب) نوع (hp) عدد (1).
- كرة يد
- شوواخص عدد 10
- اداة لتحديد مدى دقة التمرير
- اداة لتحديد مدى دقة التصويب
- شريط لاصق ملون.

اجراءات البحث الميدانية

- اختبار الاداء بكرة اليد



• هدف الاختبار:

قياس قدرة اللاعب على تحمل الأداء المهاري (الدفاعي _الهجومي-الدفاعي)

طريقة الاداء:

بعد سماع صافرة المؤقت يبدأ الاختبار من الساحة الامامية (ساحة اللاعب الخاص بالفريق من منطقة ال6م) يقف المختبر عند بداية خط ال6م من منطقة الزاوية اليمين يبدأ بالتحرك الجانبي إلى الشاخص الأول ومن ثم يقوم بعمل مواجهة دفاعية على الشاخص الأمامي والرجوع منطقة ال6م بعد ذلك يتحرك بدفاع جانبي إلى الشاخص الثاني الموجود على خط ال9م وهكذا لبقية الشواخص الخمسة الموجودة على خط ال9م ومن ثم يقوم بلانطلاق الى منتصف الملعب حيث توضع هناك 3 كرات اثنان منها للتمرير على الاداة الموجودة في الجهة المقابلة من منتصف الملعب ويكرر المناولة لكل اداة على طرفي خط المنتصف مرة عن الانتهاء وبعد الانتهاء من التمرير على اداة الدقة يقوم المختبر باستلام كرة ليقوم بالطبطة الزكزاك بين الشواخص ال5 وبسرعة عند الانتهاء من الطبطة يقوم بالتصويب بالكرة على المربعات الموضوعة داخل المرمى وتكون المربعات بقياسات (40*40) سم ومثبتة على زوايا المرمى من ثم التوجه للقيام بالتصويب على المرمى للكرات ال4 الموجودة والتصويب يكون من خط ال9م كرة واحدة لكل مربع والكرة الأخيرة المختبر يحدد زاوية التصويب على اي مربع يريد. وعند الانتهاء من التصويب يقوم المختبر بالركض للعودة إلى خط المنتصف ومن ثم الدوران والرجوع بالتقهقر الدفاعي حيث يقوم بالدفاع على ثلاثة اقماع والرجوع الى القمع الاول وقيامه بحركة حائط صد وانتهاء الاختبار إلى نقطة البداية لينتهي الاختبار.

تعليمات الاختبار:

- يجب ان يتعرض اللاعب إلى (الأحماء) قبل القيام بالاختبار.
- في حالة ابتعاد الكرة عن اللاعب المختبر اثناء ادائه للاختبار يتم تسليمه كرة ثانية من فريق العمل المساعد الذي يكون قريباً منه.
- يجب ان يكون التمرير داخل الاداء.
- المسافة بين ادوات التمرير 18م.



- المسافة بين الاقماع في حركة الطبطة 1.5م.

ادارة الاختبار:

- مؤقت : يقوم بتسجيل زمن اداء الاختبار.
- المسجل: يقوم بتسجيل درجات دقة التصويب .
- محكم : يقوم بمراقبة اللاعب اثناء ادائه الاختبار وحسب التعليمات المتفق عليها.

طريقة تسجيل الاختبار:

دقة التمرير : تحتسب درجات الدقة حسب نقاط التسديد

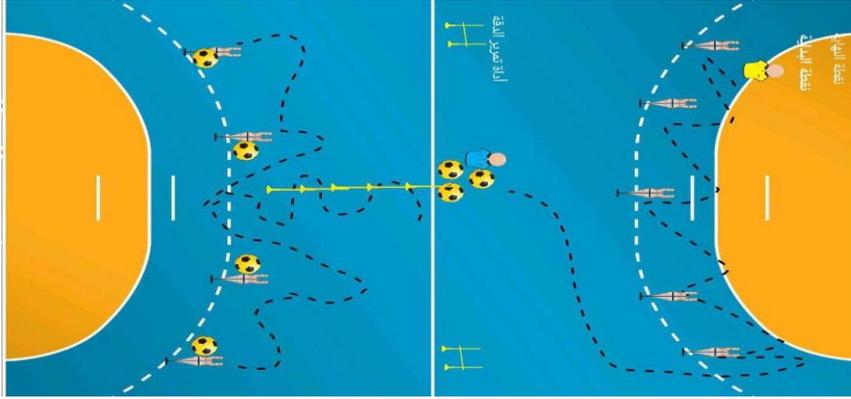
1. 3 درجات اذا دخلت مباشرة الى اداة دقة التمرير.
2. 2 درجة اذا مست الاطار الخارجي و دخلت الى اداة دقة التمرير.
3. 1 درجة اذا مست الاطار الخارجي و خرجت الى خارج اداة دقة التمرير.
4. صفر درجة اذا لم تلمس وخرجت خارج حدود اداة دقة التمرير.

دقت التصويب : تحتسب درجات الدقة حسب نقاط التسديد

- 3.1 درجات اذا دخلت مباشرة الى مربع التهديف الذي يكون على احد اركان المرمى.
2. 2 درجة اذا مست الاطار الخارجي و دخلت الى مربع التهديف الذي يكون على احد اركان المرمى.
- 3.1 درجة اذا مست الاطار الخارجي و خرجت الى خارج مربع التهديف الذي يكون على احد اركان المرمى.
4. صفر درجة اذا لم تلمس وخرجت خارج حدود المرمى.

حساب وقت الاختبار: يبدأ الاختبار عند اطلاق صافرة فريق العمل المساعد (المؤقت) حتى الانتهاء من القيام بالتصويب (احتساب الزمن بالدقيقة وأجزائها).

- حساب الدرجة النهائية للاختبار = مجموع درجات الدقة / الزمن



شكل رقم 1 يوضح اختبار الاول بعد التعديل

ادوات الاختبار:

- ملعب كرة يد قانوني
- اداتي للتمرير الدقة
- اداتي الدقة للتمرير على المرمى
- شواخص عدد 5
- كرات عدد 8

التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاربعاء المصادف 2023/2/15 وفي تمام الساعة الخامسة على عينة من على لاعبي نادي كربلاء بكرة اليد وبعدد (14) لاعبا إذ أغنت هذه التجربة الباحث ببعض الملاحظات ومنها :-

1. تحديد ومعرفة الوقت المطلوب لأداء الاختبار.
2. التحقق من مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة في القياس والاختبار.
3. معرفة مدى تفهم عينة البحث للاختبار.
4. التحقق من مقدرة فريق العمل المساعد
5. الوقوف على أهم السلبيات والمعوقات التي قد تواجه العمل لغرض تلافيها.



6. معرفة مدى فهم فريق العمل لتفاصيل الاختبار وكيفية تنفيذها فضلاً عن كيفية تسجيل نتائج الاختبار.

تجربة البناء:

بعد إن اكدت نتائج التجارب الاستطلاعية صلاحية الاختبار وتحقيقها الشروط والمواصفات العلمية وملاءمتها عينة البحث والتأكد من إمكانية إجراء الاختبار وتوزيع العمل على فريق العمل المساعد، قام الباحث بتهيئة الاجهزة والادوات الخاصة بالاختبار من خلال إجراء التجربة الرئيسة للمدة من 2022/4/14 لغاية 2023/4/28 على عينة البناء والتي قوامها (184) لاعباً بواقع نادي او ناديين في اليوم لكون إن كل نادٍ يتدرب في وقت محدد له وذلك لدراسة جميع الظروف التي قد تواجه الباحث أثناء التنفيذ وكان تنفيذ الاختبار ، وجمع كافة البيانات التي حصل عليها الباحث من خلال إجراء الاختبار ومن ثم معالجتها احصائياً ، وكذلك اجرى الباحث بناء المعايير على عينة الاستطلاع والبناء من خلال النتائج التي حصل عليها الباحث في التجربة الاستطلاعية والرئيسة.

القوة التمييزية:

قام الباحث باستخراج صدق الاختبارات إذ استخدم صدق المحتوى أو المضمون من خلال استمارة الاستبانة التي وزعت على الخبراء والمختصين لاستطلاع آرائهم حول صلاحية الاختبارات، إذ انه " يمكن أن نعد الاختبار صادقاً إذا تم عرضه على عدد من المختصين أو الخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار وحكموا بأنه يقيس ما وضع لقياسه بكفاية " (هاشم زويد, 1998: 148).

جدول (2) الصدق التمييزي للاختبارات المصممة من قبل الباحث

ت	اسم الاختبار	وحدة القياس	الدنيا		العليا		قيمة (ت)	نوع الدلالة
			س	ع	س	ع		
1	الاختبار الاول	الدقة / الزمن	0.24	0.01	0.36	0.01	29.18	دال

الدرجة الجدولية (0.05) بمستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (ن-2) = 22



ثبات الاختبار

الثبات هو صفة من الصفات التي يجب ان تتصف بها اداة القياس الجيدة ويعرف بأنه " مدى الاتساق بين البيانات التي تجمع عن طريق إعادة تطبيق نفس المقاييس على نفس الافراد وتحت نفس الظروف او تحت ظروف مشابهه الى اكبر قدر ممكن

موضوعية الاختبارات

ولغرض التعرف على موضوعية الاختبارات اعتمد الباحث على درجات اثنين من المحكمين في تحكيم نتائج الاختبارات ، استخرج معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الحكم الاول والثاني

الجدول (3) يبين الثبات والموضوعية للاختبار

ت	الاختبار	الثبات	الموضوعية
1	الاختبار الاول	0.86	0.89

التجربة الرئيسية (عينة التقنين)

وبعد مرور شهر قام الباحث بتطبيق الاختبارات على عينة البناء نفسها (184) لغرض التقنين ، وبناء الجداول والمستويات المعيارية وقد راع الباحث ضمان تثبيت الظروف كافة لجميع افراد العينة كما في تطبيق الاختبارات لغرض البناء .

الوسائل الإحصائية

عولجت البيانات الاحصائية باستخدام منظومة البرنامج الجاهزة الـ (SPSS) واستخراج ما يأتي:

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.



- الوسيط.
- معامل الارتباط البسيط.
- معامل الالتواء.
- الدرجة المعيارية المعدلة المئوية.
- اختبار (T-test) للعينات غير المترابطة (المستقلة).

عرض وتحليل ومناقشة:

الوصف الاحصائي لتوزيع بيانات الاختبار على عينة التقنين

قام الباحث باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء للتعرف على الكيفية التي توزعت بها الاختبارات عند تطبيقها على عينة التقنين، والجدول (4) يبين الإحصاء الوصفي للاختبارات.

الجدول (4) الإحصاء الوصفي لاختبارات البحث

الاختبار	الوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفلطح	اعلى درجة	اقل درجة
الاختبار الاول	0.309	0.31	0.03	0.37	0.58	0.38	0.22

بعد تطبيق المقاييس على عينة البحث الرئيسة تم الحصول على النتائج التي جاءت بدرجات خام (محمد حسن و محمد نصر، 2000: 300) والمعروف ان " الحصول على الدرجات الخام من الامور الميسورة بالنسبة للقياس الا ان درجة الصعوبة تكمن في تفسير هذه الدرجات واعطائها معنى له دلالة وذلك لاختلاف وحدات القياس من اختبار الى اخر ، لذلك تم استخدام بعض الاساليب الاحصائية المعينة لتحويل الدرجات الخام (ذات الوحدات القياسية المختلفة) الى الدرجات المعيارية (ذات الوحدات القياسية الموحده) وقد استخدم الباحث طريقة الدرجة المعيارية المعدلة (التائية) (التتابع) (من 80 ال 20) للحصول على وبعد معالجة نتائج



الاختبارات والجدول (5) يبينان ذلك

المعايير : " عبارة عن جداول تكون ضمن كراسة تعليمات الاختبار تبين بوضوح الدرجات التي يحصل عليها المختبر في عينات التقنين وهي استخدام الاحصاء لوصف اداء المجموعات على الاختبار وهي درجات مجموعة كبيرة العدد ممثلة للمجتمعات الاصلية التي اشتقت منها " .

عرض نتائج الدرجات المعيارية لعينة البحث

جدول (5)

الدرجات المعيارية التائية والدرجات الخام المقابلة لها لتحمل الاداء المهاري الدفاعي - الهجومي-الدفاعي

درجة خام	الدرجة المعيارية	درجة خام	الدرجة المعيارية	درجة خام	الدرجة المعيارية
0.402	80	0.336	59	0.273	38
0.399	79	0.333	58	0.270	37
0.396	78	0.330	57	0.267	36
0.393	77	0.327	56	0.264	35
0.390	76	0.324	55	0.261	34
0.387	75	0.321	54	0.258	33
0.384	74	0.318	53	0.255	32
0.381	73	0.315	52	0.252	31
0.378	72	0.312	51	0.249	30
0.375	71	0.309	50	0.246	29
0.372	70	0.306	49	0.243	28
0.369	69	0.303	48	0.240	27
0.363	68	0.300	47	0.237	26
0.360	67	0.297	46	0.234	25

حزيران

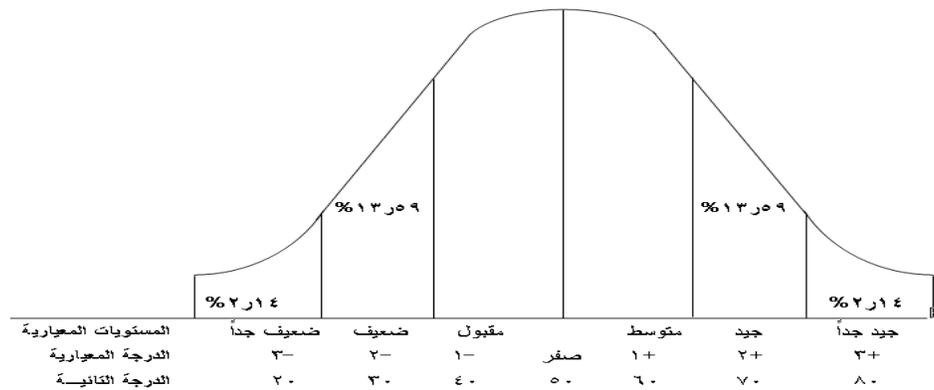
حزيران

	24	0.231	45	0.294	66	0.357
	23	0.228	44	0.291	65	0.354
	22	0.225	43	0.288	64	0.351
	21	0.222	42	0.285	63	0.348
	20	0.219	41	0.282	62	0.345
			40	0.279	61	0.342
			39	0.276	60	0.339

تحديد المستويات المعيارية:

بعد أن تم إيجاد الدرجات المعيارية لنتائج العينة في الاختبارات المصممة، تم تحديد المستويات المعيارية وفقاً لمنحنى كاوس للتوزيع الطبيعي الشكل (2)، إذ إنَّ "اغلب الصفات

والخصائص التي تقاس في التربية الرياضية يقترب توزيعها من التوزيع الطبيعي" (جابر عبد الحميد واحمد خيري, 1973: 301) ، كذلك (من الاساليب الموضوعية في تقدير الدرجات ولاسيما إذا كانت المجموعة التي تجري عليها القياسات كبيرة). (محمد، 1968، ص450)



الشكل (2) منحنى كاوس للمستويات المعيارية والدرجة المعيارية والتأئية % 34.13 % 34.13



الجدول (6)

يبين المستويات المعيارية لعينة البحث في اختبار الاول تحمل الأداء المهاري الدفاعي - الهجومي-الدفاعي

المستويات	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
جيد جدا	0.37 - فما فوق	3	1.95 %
جيد	0.36 - 0.34	24	15.58 %
متوسط	0.33 - 0.31	61	39.61 %
مقبول	0.30 - 0.28	50	32.47 %
ضعيف	0.27 - 0.25	11	7.14 %
ضعيف جدا	0.24 - 0.22	5	3.25 %
المجموع		154	100 %

4-4 مناقشة نتائج الاختبار :

كما هو معروف إن تحمل الاداء هو عبارة عن قدرات بدنية و مهارية مجتمعة ومرتبطة مع بعضها البعض والتي تخدم وبلا شك الاداء المهاري في كرة اليد ، ومن خلال النتائج التي حصل عليها الباحث يتضح لنا ظهور عينة البحث بمستوى متوسط كما يبين الجدول (6) ، ويعزو الباحث هذا السبب إلى عدم وجود تدريبات مقننة في تحمل الاداء تعمل على الربط بين الصفات المشتركة والمكونة لصفة تحمل الاداء من حيث تحمل السرعة وتحمل القوة او القوة المميزة بالسرعة وهذا ما اكده عصام عبد الخالق (1999) على إن "تحمل الاداء هو احد الصفات البدنية الاساسية ذات التأثير الفعال في تطور مستوى الاداء والانجاز لأي فعالية، ويشمل الصفات البدنية التي تتميز بصفة التحمل والتي تندمج معها صفة السرعة او صفة القوة او صفة القوة المميزة بالسرعة إذ يعد تحمل الاداء مؤشراً جيداً لكفاءة اللاعبين في التغلب على التعب اثناء الجهد المستمر بالشدّة شبه القصوى وهو بذلك يضم صفات القوة العضلية العالية القدرة والتحمل والربط بينهما من جهة والسرعة القصوية والتحمل لفترة تتميز نسبياً بطول الاداء من جهة اخرى" (عصام عبد الخالق، 2000: 124) ويشير بسطويسي احمد إلى إن "صفة التحمل الخاص أهمية كبيرة في لعبة كرة اليد لذا على كل مدرب إعطاء



تلك الصفة الوقت الكافي للتدريب خلال مرحلة إعدادهم للمناهج التدريبية الخاصة في لعبة كرة اليد" (بسطويسي, 1999: 177) .

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

من خلال نتائج الاختبارات التي تم اجرائها ومناقشتها توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية :

1- توفير ادوات (اختبارات) موضوعية ومقننة لقياس لتحمل الاداء المهاري للاعبين الدوري الممتاز لكرة اليد .

2- للاختبار المصمم القدرة على التميز بين اللاعبين .

التوصيات

من خلال استنتاجات البحث يوصي الباحث الى التالي :

1- اعتماد الاختبارات المصممة في التقييم البدني طبقا للمستويات التي تحققت والاستفادة منها في تقنين الوحدات التدريبية.

2- اعتماد الاختبارات المصممة في انتقاء اللاعبين للمشاركين في المباريات.

3- اعتماد المستويات المعيارية التي تم التوصل إليها من خلال استخدام الجداول المعيارية التي وضعها الباحث عند عملية التقييم واختبار اللاعبين كرة اليد.

المصادر والمراجع:

- بسطويسي احمد؛ اسس ونظريات التدريب الرياضي : القاهرة، دار الفكر العربي ، سنة1999.
- البهادلي علي احمد ؛اصول البحث العلمي، مؤسسة الفكر الإسلامي، مكتبة النيل والفرات،سورية،سنة2001.
- جابر عبد الحميد واحمد خيرى ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس .القاهرة : دار النهضة العربية ، 1973 .
- حمد حسن علاوي و محمد نصر الدن رضوان ؛ مصدر سبق ذكره ، 2000 .



- سعد عبد الرحمن ؛ القياس النفسي (النظرية والتطبيق) ، ط2 : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2012 .
- شام الزيود ونادر وعليان؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية، ط2: عمان، دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، 1998 .
- علي سلوم جواد الحكيم:الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي ,جامعة القادسية،الطيف للطباعة،2004.
- كمال عبد الحميد ,محمد صبحي حسانين : القياس في كرة اليد , القاهرة: دار الفكر العربي،1980.
- محمد جاسم الياسري ؛ الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية. بغداد ، دار الكتب والوثائق ؛ 2010.
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ مصدر سبق ذكره ، 2000 .
- محمد محمود عبد الدايم ومحمد صبحي حسانين؛ الحديث في كرة السلة الأسس العلمية والتطبيقية ،القاهرة؛ط2:دار الفكر العربي ،سنة 1990،ص73.
- محمود احمد عمر وآخرون ؛ القياس النفسي التربوي ، ط1 : عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2009.
- مروان عبد المجيد و محمد جاسم الياسري؛ المدخل إلى القياس والتقويم التربوي واستخدامه في مجال التدريس الصفي ، عمان ،دار وائل للنشر والتوزيع ،سنة 2002 .
- مروان عبد المجيد و محمد جاسم الياسري؛ نفس المصدر السابق .
- مصطفى باهي؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ،القاهرة،ط1 ، مركز الكتب للنشر ،سنة 1993 .
- ندفل س.م (1968م) أقتبسه التكريتي ، وديع ياسين محمد (وآخرون) الدرجات التأهيلية للياقة البدنية للطلبة المتقدمين للقبول في كلية التربية الرياضية لجامعة الموصل :في وقائع المؤتمر العلمي الخامس لكليات التربية الرياضية في القطر العراقي جامعة البصرة .
- وجيه محجوب؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه في التربية الرياضية. ط3: ،بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر،سنة1993.