تمرينات مهارية خاصة وفق تحليل المباراة وتاثيرها في فاعلية اداء مهارة الصد للاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية لكرة اليد

أ.م.د حسين سبهان صخي رعد خنجر حمدان

ملخص البحث باللغة العربية

يعد تحليل المباراة في كرة اليد احد اهم العوامل التي تساعد في الحصول على المعلومات المرتبطة بالاداء المهاري بطريقة موضوعية لامكان اكتشاف الخلل في تطبيق المهارات الدفاعية او الهجومية على مستوى كل لاعب من لاعبي الفريق و مستوى الفريق ككل،وأن أسلوب تحليل المباراة يعتبر أسلوبا تربويا تعليميا لتتبع حالة الفريق وتقدمة حيث يعتمد على توضيح وتحديد القدرات التي يتمتع بها أللاعب والفريق وبالتالي توضيح طرق وإمكانيات الفريق من اجل تحديد الأهداف المحددة له. وإن لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية التي يجب ان يتميز لاعبوها بالعديد من القدرات الصفات البدنية والمهارية التي ترتبط بالاداء المهاري. ومن خلال خبرة الباحث في هذه اللعبة ومتابعته لمباريات دوري كره اليد وبالخصوص الفئات العمرية لاحظ أن هناك مشكلات عديدة تعاني منها الفرق في تطبيق المهارات الدفاعية ومنها مهارة الصد والاعتماد على لاعبين محددين دون غيرهم خلال المباراة مما يمكن الفريق المنافس من استمكان هذا النوع من الدفاع والذي يؤدي إلى عدم تحقيق الهدف المرجو منه هو منع تسجيل الأهداف من قبل الفريق الخصم لذلك لابد من اجراء تحليل المباريات خصوصا من الجانب الدفاعي للتعرف على الخلل في تطبيق هذه المهارة الدفاعية ووضع التدريبات اللازمة للارتقاء بها، طبق البحث على لاعبي المدرسة التخصصية بكرة اليد للعام 2016 .وتم الاستعانة ببرنامج (Data Project) للمساعدة في تشخيص وتحليل المهارة الدفاعية. وحللت نتائج الاختبارات القبلية ، وطبقت التدريبات اللازمة على عينة البحث لفترة (12) اسبوع وبواقع (4) وحدات تدريبية بالاسبوع وتم الحصول على نتائج ايجابية في مستوى اداء مهارة الصد الدفاعية لعينة البحث بسبب تطبيق التدريبات اللازمة وفقا لنتائج برنامج (Data Project).

Exercises skill according to private analysis of the game and its impact on the effectiveness of performance rebuff players skill of the National Center for the care of sports talent handball

Hussein Sabhan Sukny Ph.D. Prof Assist Raad kanger Hamdan

Abstract

The game analysis in handball one of the most important factors that help in obtaining information related to performance skills in an objective manner to the possibility of the discovery of a bug in the application of defensive skills or offensive at the level of each player of the squad and the team as a whole, and the match analysis method is a method educationally learning to track state of the team and its progress depends on where clarify and determine the abilities of the player and the team and thus illustrate the ways and possibilities of the team in order to determine his specific goals. Although the game of handball team sports that should be characterized for many of their players physical abilities and skill attributes which are linked to performance skills? Through researcher experience in this game and the follow-up handball league matches and in particular age groups noted that there are many problems that plague the difference in the application of defensive skills, including the skill block and rely on players specific exclusion of others during the game, enabling the opposing team this type of defense, which leads the failure to achieve its purpose is to prevent scoring goals by the opponent so it has to be an analysis of the games especially from the defensive side to learn about the imbalance in the application of this defensive skill and develop the necessary training to bring them up, search ambition specialized school hand reel for 2016 .autism program (Data Project) to assist in the diagnosis and analysis of defensive skill. And analyzed the results of the tribal tests, and applied the necessary training on the research sample for a period (12) a week and by (4) training units per week were obtained positive results in the level of performance of the skill block defensive research sample because of the application of the necessary training, according to the results of the program (Data Project).

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

أسلوب تحليل المباراة في كرة اليد يعتبر احد ادوات المدرب للتعرف بطريقة موضوعية على مستوى كل لاعب من لاعبي الفريق أو مستوى الفريق ككل،و(أن أسلوب تحليل المباراة يعتبر أسلوبا تربويا تعليميا لتتبع حالة الفريق وتقدمة حيث يعتمد على توضيح وتحديد القدرات يتمتع بها أللاعب والفريق وبالتالي توضيح طرق وإمكانيات الفريق من اجل تحديد الأهداف المحددة له)[1]. إن تحليل المباراة بالنسبة للمدرب تعتبر خطوة مهمة

[1]كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون :القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد،ط1،مصر،دار الكتاب للنشر 2002،ص274

في تطوير لعب الفريق سواء كان فائزا أو خاسرا أو تعادل يجب أن يحلل المباراة ويخرج منها بمستخلصات معينه يتدارسها مع لاعبيه لتقويم وإصلاح الأخطاء في تنفيذ خطط اللعب والعناية بأوجه النقص في أداء بعض أفراد الفريق سواءا من الناحية البدنية أو المهارية ، وتحليل اللعب يعطي الفريق دروسا مستفادة متنوعة فهو يطبق بعد ذلك الايجابيات التي ظهرت في أداء الفريق المنافس ويبتعد عن السلبيات . ونرى إن الدفاع في كرة اليد يمر بمراحل متعددة ومتنوعة وان أكثرها تعتمد على مجموعه من اللاعبين من اجل ضمان عدم وصول المنافس إلى مرمى وتحقيق النجاح من هجوم الفريق المنافس ،والمهارات الدفاعية تعتمد على القدرات المهارية والخططية للمدافعين ومدى اختيارهم للتصرف الحركي المناسب خلال ظروف المباراة. ومن هنا تكمن أهمية البحث حول تحليل مستوى فريق المدرسة التخصصية بكؤة اليد من اجل تقييم مستوى المهارات الدفاعية والتعرف على نقاط الضعف لدى اللاعبين لغرض إيجاد الحلول المناسبة من اجل رفع مستوى الفرق بكرة اليد

1-2 مشكلة البحث :

إن لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية التي يتميز لاعبوها بالعديد من القدرات العقلية والصفات البدنية والمهارية لذلك كان يجب الارتقاء والتكامل بمستوى هذه القدرات من اجل تحقيق أفضل الانجازات من خلال تحليل المباريات سواء كان من الجانب الدفاعي أو الهجومي.ومن خلال خبرة الباحث في هذه اللعبة ومتابعته لمباريات دوري كره اليد وبالخصوص الفئات العمرية لاحظ أن هناك مشكلات عديدة تعاني الدرسة التخصصية بكرة اليد في تطبيق المهارات الدفاعية والاعتماد على لاعبين محددين دون غيرهم خلال المباراة مما يمكن الفريق المنافس من استمكان هذا النوع من الدفاع والسيطرة عليه والذي يؤدي بدوره إلى تحقيق الهدف المرجو منه هو تسجيل الأهداف من قبل فريق الخصم. وأيضا لاحظ إن كثيرا من الفرق لا تلعب وفق خطط معينه وهناك أخطاء تحدث خلال المباراة لا يتمكن المدربين من قراءة الفرق المنافسة وضع الحلول المناسبة لنجاح الاداء المهاري الدفاعي لذا ارتأى الباحث أن يدرس واقع تطبيق مهارة الصد تحديدا والتعرف على مدى تطبيقها من قبل فريق المدرسة التخصصية بكرة اليد.

1-3 هدف البحث

1. اعداد تدريبات مهارية خاصة وفقا لنتائج تحليل المباراة لتطوير مهارة الصد الدفاعية بكرة اليد لعينة البحث
2. التعرف على تاثير هذه التمرينات في فالية اداء مهارة الصد الهجومية بكرة اليد لعينة البحث

1-4 مجالات البحث :

1-4-1 المجال البشري : لاعبو المدرسة التخصصية الناشئين بكرة اليد للموسم الرياضي2015/ 2016

1-4-2 المجال ألزماني : المدة من 20 /10/ 2015 ولغاية 24 / 1 / 2016

1-4-3 المجال المكاني : قاعة المدرسة التخصصية بكرة اليد ، وزارة الشباب

2- الدراسات النظرية والمشابهة :

2-1 الدراسات النظرية :

2-1-1 تحليل المباراة :

يعد التحليل من الأسلحة المهمة التي يستخدمها المدرب في صراعه مع الفرق المتنافسة ، فمن خلاله يستطيع أن يوجه العملية التدريبية لفريقه نحو مسارها الصحيح ويستطيع أيضا أن يوقف تقدم منافسة إذا ما اطلع على حقيقة مستواه في مختلف الجوانب

وتعد كرة اليد من أكثر الألعاب الجماعية مناسبة لاستخدام ما يعرف بنظام وأسلوب تحليل المباراة حيث تتيح ظروف اللعبة وأسلوب ممارستها الفرص المناسبة لتتبع المباراة لحظه بلحظه وذلك من خلال الطرق والأساليب المتعددة المستخدمة ، (لذا فان نظام تحليل المباراة يعتبر طريقة لتقويم أداء اللاعبين أو الفريق سواء كان ذلك في التدريب أو المباراة ، ويتم تقويم اللاعب من خلال تتبع أداءه للمهام الخاصة كالخطط وطرق اللعب المكلف بها كعضو في الفريق أو من خلال تنفيذ اللاعب لكل هذه المهام مجتمعه)[2]

2-1-2 الدفاع في كرة اليد

تعمد لعبة كرة اليد على عاملين اساسين هما اساس الاداء وهما الدفاع والهجوم

ويؤكد كمال درويش واخرون ان الفريق يعتبر مدافعا بمجرد ان يفقد لاعبيه الكرة وحينئذ يصبح من واجبه التحول بسرعة للدفاع عن مرماه لكي يمنع لاعبي الفريق المنافس من تنفيذ الجمل الخططية الهجومية والتصور الهجومي كمحاولة تسجيل الاهداف. وتكمن اهمية الدفاع كالاتي:

-الاستحواذ على الكرة بالدرجة الاولى للبدء بعمليات الهجوم

-يعطي للاعبين اثير نفسي ايجابي عند تطبيقه بصورة جيدة وفعالة

-ان " قدرة لاعبي الفريق في الحول من الهجوم الى الدفاع يعتبر مقياسا لمقدرة الفريق وحسن تدريبه "

لذلك فان الدفاع الناجح يعد من العوامل الاساسية لنجاح الفريق ولا يقل اهمية عن الهجوم ان لم يفوفه اهمية ، فالفريق الذي يجيد الدفاع والاستحواذ على الكرة يمكنه الهجوم بصورة سريعة وفعالة تفوت على الفريق المنافس الفرصة في تنظيم صفوفه واسغلال قدرات لاعبيه الدفاعي

2-1-3 انواع الدفاع في كرة اليد :-يوجد ثلاثة انواع للدفاع هي 3 :

1- **الدفاع الفردي**
2- **الدفاع الجماعي**
3- **الدفاع الفرقي**

2-1-4 مهارة حائط الصد:

تعتبر مهارة حائط الصد من المهارات الدفاع الفردية .حيث باستطاعة المدافع عمل حائط صد بمفرده من خلال مد الذراعين مع وجود فتحة صغيرة بينهما وبقاء الأصابع مضمومة .وفي حالات معينة ينظم لاعب آخر مدافع لعمل جدار صد ثنائي بجانب المدافع الأول .ولا يفضل عمل جدار مكون من أكثر من لاعبين لأنه يتسبب بظهور ثغرات كبيرة في الدفاع [(4)]. وهدف هذه المهارة غالبا ما يكون التصدي للكرات المصوبة باتجاه الهدف وإذا لم يستطع اللاعب المدافع الحصول على الكرة فعليه التصدي للخصم بجذعه وهذا جائز قانونا [(5)].

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

---

[2] ياسر دبور : كرة اليد الحديثة ، منشاة المعارف بالإسكندرية ، مصر ، 1997 ، 278

[3] الخياط ضياء وعبد الكريم قاسم. . كرة اليد . الموصل :دار الكب للطباعة والنشر في جامعة الموصل ، 1988 ،ص94

[4] – محمد توفيق الوليلي ؛ كرة اليد :(الكويت،شركة مطابع السلام،1989) ص187

[5] -محمد توفيق الوليلي؛ المصدر السابق ،ص191

3-1 منهج البحث :

إن لكل بحث ما يلائمه من المناهج المستخدمة لغرض التوصل إلى معرفة الحقائق الدقيقة الخاصة به . لذا استخدم الباحثان المنهج التجريبي .

3-2 عينة البحث :

" إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي يختارها"، وقد اختار الباحثان العينة بالطريقة العمدية وضمت العينة (13) لاعباً وهو فريق المركز الوطني لرهاية الموهبة الرياضية بكرة اليد لفئة الناشئين من مواليد 1998 -1999.

3-3 الأجهزة وأدوات البحث :

في جميع البحوث التي يتم القيام بها لحل المشكلة لابد توافر مجموعة من الأجهزة والأدوات الضرورية لاستخدامها لغرض (حل المشكلة لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات في بيانات وعينات وأجهزة)[6]

1- استمارة تفريغ البيانات الخاصة بالهجوم المنظم والخاطف.

- **المصادر والمراجع العربية .**
- **ملعب كرة اليد .**
- **كرة اليد .**
- **شريط قياس .**
- **شريط لاصق .**
- **ساعة إيقاف .**
- **استمارة الملاحظة .**

3-4-1 تحديد المهارة الدفاعية بكرة اليد :

حدد الباحثان المهارة الدفاعية بعد الرجوع إلى المصادر والمراجع، وتم عرضها على مجموعة من الخبراء. وهب مهارة حائط الصد

اختبار حائط الصد الدفاعى في اتجاه واحد [(7)]

-الغرض من الاختبار : قياس قدرة اللاعب لأداء المتكرر بنفس المعدل لمهارة حائط الصد الدفاعى .

الأدوات :ملعب كرة اليد ، كرة معلقة في قائم بارتفاع 260 سم (ممكن أن يقل هذا الارتفاع بالنسبة للناشئين والسيدات) ، شريط لاصق ، شريط قياس ، ساعة إيقاف .

مواصفات الأداء : توضع علامة بالشريط اللاصق على خط الـ 6 أمتار . يقف المختبر فوق العلامة على خط ال 6 أمتار ، بحيث يكون مواجهاً للكرة المعلقة والتي تكون مثبتة في القائم على خط الـ 9 أمتار أو الـ 8 أمتار . عند إعطاء اللاعب (المختبر) إشارة البدء (بصرية) يقوم بالتحرك للأمام ليثب لأعلى وأداء حائط الصد بحيث يلامس الكرة المعلقة بكلتا يديه ، ثم يهبط على الأرض ويعود للخلف بالظهر للعلامة المرسومة على خط الـ 6 أمتار ، ليكرر الأداء أكبر عدد ممكن لمدة عشر ثوان .

شروط الأداء :

---

[6] محمد صبحي حسانين . القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية . ج1، ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995، ص 190

[7] – كمال الدين عبد الرحمن درويش (وآخرون) ؛القياس والتقويم و تحليل المباراة في كرة اليد، نظريات –تطبيقات، ط1:(القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2002) ص140.

1- في كل مرة يثب فيها المختبر لأداء حائط الصد الدفاعى يلزم ملامسة الكرة بكلتا يديه .

2- في كل مرة يجب على المختبر ضرورة البدء من العلامة المرسومة فوق خط الـ 6 أمتار.

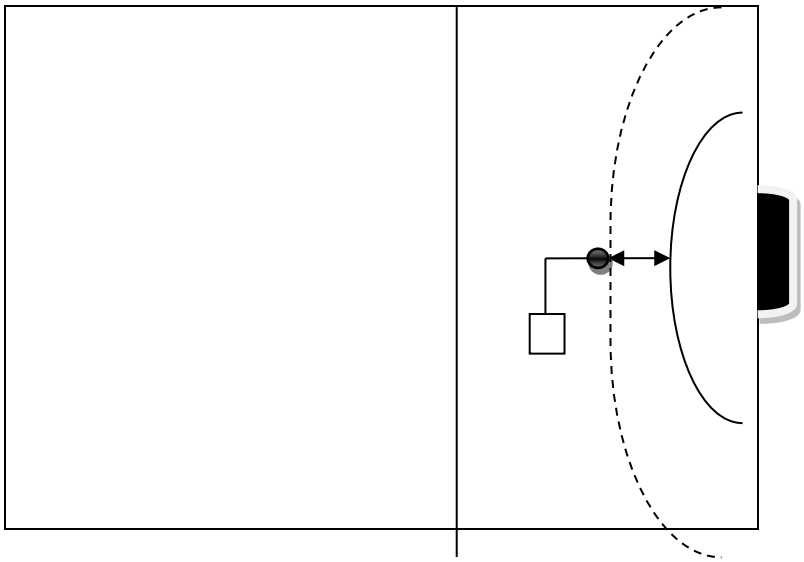
3- على المختبر تكرار الأداء إلى أن يعطى له إشارة انتهاء الوقت المحدد للاختبار .

4- حركة المختبر تكون مماثلة تماماً لحركة الدفاع لصد الكرات المصوبة – على المرمى – من الوثب ، خاصة شكل الذراعين والمسافة بينهما واليدين ، واتجاه كفي اليدين للأمام لمواجهة الكرة.

5- أي أداء يخالف الشروط لا تحتسب المحاولة ضمن العدد الذي قام به المختبر خلال الوقت المحدد للاختبار .

تسجيل الدرجات :

يسجل للمختبر عدد المحاولات الصحيحة التي قام بها خلال فترة الـ(10ث) المحدد للاختبار .



شكل (1)اختبار حائط الصد بكرة اليد

3-4 التجربة الاستطلاعية :

(وهي دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحثان على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثهما بهدف اختيار أساليب البحث وأدواته)[8].

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2015/10/20 على المباراة النهائية لبطولة الناشئين بين فريق المركز وفريق محافظة كربلاء وقد كان الغرض من ذلك التأكد من مدى ملائمة الاستمارة الموضوعة لتحيل واقع الهجوم المنظم والخاطف وأيضا اختيار المكان المناسب لعمل كاميره الفيديو وكفاءة كادر العمل المساعد *

[8] مجمع اللغة العربية ، مجمع علم النفس والتربية ، ج1 ، القاهرة ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية ، 1984 ، ص 79

* • كادر العمل المساعد : ا- ظافر صاحب / مدير المركز التخصصب بكرة اليد

3-5 التجربة الرئيسية :

3-5-1 الاختبار القبلي: تم اجرائه في يوم 25-2015/10/27 وتم اجراء ثلاث مباريات بين المركز ومراكز فروع محافظات النجف وكربلاء والديوانية وعلى ملعب المركز التخصصي بوزارة الشباب وتم تأشير الملاحظات وفق الاستمارة المخصصة وادخال البيانات الى البرنامج التحليلي (***Project Data***) وكان أسلوب الباحث يعتمد على الملاحظة وتسجيل المعلومات في الاستمارة بالاضافة الى البيانات التي سيحص عليها من البرنامج إذ خصص الباحث كادر العمل المساعد لغرض تسجيل وتدوين المعلومات لكل مباراة وأيضا من خلال عرض التصوير الفيديوي لتسجيل الحالات الغير واضحة والتي يتم إعادتها ليتسنى التسجيل الدقيق للمعلومات .

3-5-2 التدريبات المهارية الخاصة

وضع الباحثان تدريبات مهارية خاصة بصدد تطوير مهارة حائط الصد بالاعتماد على نتائج برنامج التحليل (***Project Data***) والمعلومات التي تم تدوينها باستمارة الملاحظات ، اذ كانت التدريبات ترتبط باداء مهارات الدفاع قيد الدرس مع مصاحبة بعض المقاومات واستخدام وسائل تدريبية كالصناديق والحبال المطاطية وجهاز المولتجم، وتم تطبيق هذه التدريبات في القسم الرئيسي وبواقع اربع وحدات تدريبية بالاسبوع بالفترة من 2016/10/30 لغاية 2016./1/19

3-5=3 الاختبارات البعدية : اجريت بتاريخ 22-24 /2016/1

6-3 الوسائل الاحصائية : استخدم الباحثان SPSS

4-عرض النتائج وتحليلها :

لغرض التحقق من الفرضية الاولى قام الباحث بتحليل بيانات البحث لمعرفة الفروق القبلية والبعدية وذلك باستعمال اختبار (t) للعينات المرتبطة وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول ( ) والشكل ( ):

الجدول (1)يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) للاختبار القبلي والبعدي لحائط الصد

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		فَ	ف هـ	قيمة ت المحسوبة	المعنوية الحقيقة	نوع الفرق
	س	ع	س	ع					
حائط الصد	2	2.380	3.77	3.940	1.77	.482	3.67	.003	معنوي

معنوي ≤ 0.05 عند درجة حرية (12).

من خلال الجدول (1) نجد انه في اختبار (حائط الصد) كان الوسط الحسابي في الاختبار القبلي بقيمة (2) وبانحراف معياري قدره (2.38) في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي بقيمة (3.77) وبانحراف معياري قدره (3.940) وعند حساب قيمة (ت) ظهرت بقيمة (3.67) وبمعنوية حقيقية قدرها (0.003) وهي (اصغر) من (0.05) عند درجة حرية (12) وهذا يدل على ان الفرق (معنوي).

• 2. هيثم محمد رشيد / خبير بكرة اليد – وزارة الشباب

الجدول (2)يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) للاختبار القبلي والبعدي في اختبار حائط الصد

اسم الاختبار	القبلي		البعدي		س-	ع ـ	قيمة t المحسوبة	المعنوية	الدلالة
	س-	±ع	س-	±ع					
حائط الصد الدفاعي	1.54	0,45	3.46	0.51	1,92	0,482	3.98	0,048	معنوي

معنوي ≤ 0.05 عند درجة حرية (12).

يظهر من الجدول (2) ان هناك فرقا معنويا بين الاختبار للوسط الحسابي القبلي والبعدي لاختبار حائط الصد اذ كانت قيمة (ت) دالة معنويا بدرجة معنوية اقل من مستوى الخطأ 0,05 . وهذا يعني تطور اداتؤ عينة البحث في مستوى اداء اختبار الصد الدفاعي نتيجة التدريبات التي استخدمهما الباحثان.

إن تطور مهارة الدفاع قيد البحث قيد البحث (حائط الصد الدفاعي) يعزوه الباحثان ذلك إن إلى إن عملية الدفاع تعتمد أساسا على حركة الرجلين في التحرك سواء الأمامي أو الخلفي أو الجانبي أو القفز الأمر الذي يتطلب توفير قوة انفجارية للرجلين لمنع المهاجم من التصويب وإعاقته ، اذ كلما "تمتع المدافع بقوة انفجارية للرجلين أكبر ضيّق على المهاجم رؤية الهدف"[(1)] ، كما يعزو الباحثان إلى إن لاعب كرة اليد غالبا ما يركض بأقصى سرعة ليقوم بعملية التغطية الدفاعية وكل هذه الحركات تتطلب من المدافع إن يتمتع بقدر من السرعة والتوافق للرجلين فضلا عن أعضاء جسمه لكي يؤدي واجبه الدفاعي على أحسن وجه لأن اللاعب المدافع ملزم بمتابعة التغيرات في الهجوم للفريق الخصم ، الأمر الذي يتطلب توفر قدر من سرعة الاستجابة و "هي قدرة الجهاز العضلي العصبي على الاستجابة السريعة للمثير "[(2)]، ويشير علاوي[(3)] " إن تنمية سرعة الاستجابة ليست هي الأساس بل لابد أن ترتبط ذلك بصحة ودقة الاستجابة ، فالاستجابة السريعة الخاطئة وكذلك الاستجابة البطيئة الصحيحة لا تؤدي إلى أحسن النتائج" .

ويتفق الباحثان مع سامي محمد علي [(9)] إن قلة عدد الخطط تؤدي إلى قلة التصرف الحركي والخططي والمهاري عند اللاعب في تغيير سلوكه وتعديله بما يتناسب ومواقف اللعب المتغيرة خلال المسابقات والاستعدادات الخططية التي ترتبط ارتباطا مباشراً بقدرة اللاعب على استخدام صفاته الجسمية والنفسية ومهاراته الحركية بشكل مناسب لمتطلبات وظروف المنافسات و إدراك المواقف المختلفة والتي تسمح بسرعة تصور ما ينوى الخصم القيام به حتى يتمكن اللاعب من تحديد دقة وسرعة الحكم على الحالات الخاصة والظروف الطارئة بما يضمن سرعة الاستجابات الصحيحة للاعب، واستخدام اللاعب للتغيرات الخططية يتطلب بالضرورة استخدام ما لديه من خبرات سابقة بصورة ملائمة لمواقف وظروف المنافسات المختلفة وذلك حتى يمكن تنفيذ الواجبات الدفاعية، ولكي " يتحرك المدافع تحركاً صحيحاً يجب أن يكون دقيقاً في أدائه لخطوات الدفاع سواء الأمامية أو الجانبية أو الخلفية "[(2)]، ويعزو الباحثان ذلك إن عملية تحصيل المعلومات والمعارف

---

1)سعد باسم جميل إسماعيل الوزان ،.(2000). الأهمية النسبية لبعض القدرات الحركية التي تسهم في اختيار ناشئ كرة اليد لطلاب الصف الأول المتوسط ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل . ص67 .

[2]) بسطويسي أحمد بسطويسي ؛ أسس ونظريات التدريب الرياضي : (دار الفكر العربي ، مدينة نصر ، القاهرة ،1999).ص153.

[3])محمد حسن علاوي ؛ علم التدريب الرياضي ، ط6 :(دار المعارف ، القاهرة،1979)ص17.

[1] سامي محمد على، تقنين تأثير برنامج تدريبي هوائي ولا هوائي على مستوى أداء لاعبي كرة اليد، أطروحة دكتوراه، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة 1995 م.

[2]) احمد عريبي عودة : تخطيط التدريب في كرة اليد .ط1، المكتبة الوطنية بغداد ، 2002، ص 78

الخططية أي اكتساب المهارات الدفاعية بأنها التعاقب الحركي الأوتوماتيكي الحاصل من التدريب والذي بواسطته يمكن حل الواجب الخططي للدفاع سواء كان ذلك بصورة فردية أو جماعية يجب التدريب عليها طوال الأسبوع وتعتبر المهارات الدفاعية شرط أساسي لإخراج المنافسة، وبذلك تبنى عليها أسس حل الواجبات الدفاعية الخططية المعقدة ونظراً لاحتمالات التغيير والتبديل وفى ظروف المسابقات وذلك يجب العمل على ضرورة أن تنفذ الواجبات الدفاعية بوسائل مختلفة وذلك انطلاقا من أنه لا يمكن تحويل جميع التصرفات الخططية إلى ما يسمى بالأداء المهاري.

إن عينة البحث كانت على مستوى جيد في تطبيق المهارات الدفاعية بعد ان تعرضوا لتدريبات خاصه وكان اللاعبين في مستوى عال من الانضباط في اتخاذ الأماكن المناسبة والأداء بمستوى تكتيكي أعطى للفرق دور كبير في النجاح لعديد من صد الهجمات

وهذا ما يؤكده احمد عريبي على (إن التدريب الفردي للاعبين يؤدي إلى تقوية النواحي الفنية والخططية الفردية والجماعية لكي يتلافى الفريق الأخطاء خلال الأداء في المنافسات الرسمية)[3]هذا ما جعل اللاعبين يؤدون مستوى عال في أدائهم وبالخصوص عندما يكون هناك لياقة اللاعبين بدنية عالية تمكن من خلالها اللاعبين في التحرك السريع ونقل الكرات بشكل منسجم مع متطلبات الخطط المنفذة مما أدى ذلك لتحقيق أفضل انجاز داخل الفرق في تطبيق الدفاع المنظم بالرغم من تعدد وتنوع الظروف المختلفة للمنافسة(لان التغيير المستمر خلال المباراة يؤدي إلى إبراز مهارات اللاعبين وقدراتهم وتنوع أسلوب اللعب وتطوير اللاعبين من الناحيتين الفنية والخططية)[4].

وكان مستوى اللياقة البدنية دون المستوى المطلوب مما سبب ضياع الكثير من الفرص وساهم ذلك عودة المدافعين واتخاذهم للاماكن الصحيحة والتوقع السليم لقطع الكره أي عندما تقل سرعة المهاجم يجعل المدافعين يقللون المسافة بينهم وبين المهاجمين مما أتاح للفرق التي تتميز بالدفاع الجيد أن تعيق حركة المهاجمين .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

1- تم تحديد مستوى أداء مهارة حائط الصد الدفاعية بكرة اليد والخاصة المركز الوطني لكرة اليد .

2- ان مستوى اختبار حائط الصد قد تطور بشكل كبير نتيجة التدريبات المستخدمه.

5-2 التوصيات :

1- الاهتمام بتحسين وتطوير المهارات الدفاعية لدى المركز الوطنية لكرة اليد .

2- ضرورة إعطاء وقت أكثر للمهارات الدفاعية أثناء الوحدات التدريبية لغرض رفع المستوى الدفاعي لدى اللاعبين .

3- إجراء اختبارات دورية للمهاراة الدفاعية للاعبين من قبل المدربين وذلك لغرض الكشف عن نقاط الضعف لديهم .

4- استخدام برنامج (*Project Data*) لاهميته في الحصول على نتائج تطبيق الاختبارات

---

[3])احمد عريبي عودة : تخطيط التدريب في كرة اليد .ط1، المكتبة الوطنية بغداد ، 2002، ص 78

[4])محمد توفيق الوليلي : كرة اليد تعليم –تدريب – تكتيك . شركة مطابع السلام ، الكويت ، 1989، ص 22

5- الاهتمام باللياقة البدنية العالية والتي تجعل الفريق يؤدي المهارات الدفاغعية بشكل اقتصادي وسهل لاجل ان تكون عودته إلى الدفاع قد تكون سريعه

6- يجب على المدربين أن يهتموا بشكل كبير في تحرك اللاعبين داخل الملعب بطريقة واعية ومتباعدة عن اللاعب المنافس لان خلاف ذلك يسهل على الدفاع مهمته ولا يشكل اللاعب المهاجم أي خطورة على الفريق المنافس .

المصادر

-احمد عريبي عودة : تخطيط التدريب في كرة اليد .ط1، المكتبة الوطنية بغداد ، 2002،

-الخياط ضياء وعبد الكريم قاسم. . كرة اليد . الموصل :دار الكب للطباعة والنشر في جامعة الموصل ، 1988

-بسطويسي أحمد بسطويسي ؛ أسس ونظريات التدريب الرياضي : (دار الفكر العربي ، مدينة نصر ، القاهرة ،1999).

-سامي محمد على، تقنين تأثير برنامج تدريبي هوائي ولا هوائي على مستوى أداء لاعبي كرة اليد، أطروحة دكتوراه، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة 1995 م.

-سعد باسم جميل إسماعيل الوزان ،.(2000). الأهمية النسبية لبعض القدرات الحركية التي تسهم في اختيار ناشئ كرة اليد لطلاب الصف الأول المتوسط ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .

-كمال الدين عبد الرحمن درويش (وآخرون) ؛القياس والتقويم و تحليل المباراة في كرة اليد، نظريات – تطبيقات، ط1:(القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2002).

-كمال الدين عبد الرحمن درويش وآخرون :القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد،ط1،مصر،دار الكتاب للنشر 2002

-مجمع اللغة العربية ، مجمع علم النفس والتربية ، ج1 ، القاهرة ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية ، 1984 ،

-محمد توفيق الوليلي : كرة اليد تعليم –تدريب – تكتيك . شركة مطابع السلام ، الكويت ، 1989،

-محمد توفيق الوليلي ؛ كرة اليد :(الكويت،شركة مطابع السلام،1989)

-محمد حسن علاوي ؛ علم التدريب الرياضي ، ط6 :(دار المعارف ، القاهرة،1979)

-محمد صبحي حسانين . القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية . ج1، ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995

-ياسر دبور : كرة اليد الحديثة ، منشاة المعارف بالإسكندرية ، مصر ، 1997