

علاقة بعض القدرات البدنية والوظيفية ببعض المهارات الأساسية بكرة اليد

أ.م.د. حردان عزيز سلمان م.د. خالد شاكر م. حيدر غازي عزيز

العراق. جامعة الكوفة/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

khalidreferee@yahoo.com

ملخص البحث باللغة العربية

ان القدرات البدنية والوظيفية هي من بين المتطلبات الأساسية في لعبة كرة اليد والتي يرجع لها الفضل في أداء المهارات الأساسية بكرة اليد لتحقيق الأهداف من أداء تلك المهارات والخصوص تلك التي تتطلب شدة قصوى أو قريبة من القصوى في أدائها.

وتكمن أهمية البحث في دراسة الواقع الجديد لهذه المتطلبات بأساليب عملية حديثة وعلى ضوء هذه الدراسات وضعت الاختبارات الخاصة ببعض القدرات البدنية والوظيفية الخاصة لدى عينة البحث والتعرف على العلاقة بينها وبين بعض المهارات الأساسية بكرة اليد .

وتتلخص مشكلة البحث في ان هناك ضعف واضح في أداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد وبعض القدرات البدنية والوظيفية مما أدى الى ضعف الاداء المهاري لبعض اللاعبين بكرة اليد خلال زمن المباريات إذ يتميز الأداء المهاري في كرة اليد الحديثة بالسرعة والقوة والتحمل .

وهذا هدفت الدراسة الى:

1- التعرف على بعض القدرات البدنية والوظيفية لدى لاعبي نادي الجيش العراقي بكرة اليد.

2- التعرف على أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي نادي الجيش العراقي بكرة اليد.

3- التعرف على العلاقة بين القدرات البدنية والوظيفية وأداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

ولتحقيق اهداف الدراسة قام الباحثون باستخدام المنهج الوصفي باستخدام اسلوب العلاقات الارتباطية لملائمة طبيعة المشكلة، وتم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم نادي الجيش الرياضي والبالغ عددهم (20) لاعبا تم استبعاد لاعبين (2) بسبب الاصابة وكذلك (4) لاعبين اختارهم الباحث للتجربة الاستطلاعية وبذلك اشتملت العينة على (14) لاعبا يمثلون عينة البحث الرئيسية وبعد الحصول على النتائج تم معالجتها احصائيا باستخدام مجموعة من الجداول ومن ثم تحليلها ومناقشتها بأسلوب علمي دقيق تم التوصل من خلالها الى اهم الاستنتاجات منها (توصل الباحث الى ان العلاقة معنوية التي حصل عليها من نتائج البحث هي تكون طردية أي كلما كانت القدرات البدنية عالية كانت العلاقة بين الاختبارات المهارية عالية والعكس بالعكس) والتوصيات منها (التأكيد على ربط تمارين القدرات البدنية والوظيفية مع أداء المهارات الأساسية للاعبي كرة اليد).

الكلمات المفتاحية: القدرات البدنية والوظيفية، المهارات الأساسية، كرة اليد.

Some of the physical and functional capabilities with certain basic skills in Handball

By

Hardan Aziz Salman Ph.D. Prof Assistant

Khalid Shakir Ph.D. Lecturer

Haidar Aziz Ghazi Lecturer

Kufa University / Faculty of Physical Education and Sports Science

khalidreferee@yahoo.com

Abstract

Key words: physical and functional capabilities, basic skills, handball.

The physical and functional capabilities are among the basic requirements in a game of handball, which is due has been credited in the performance of handball basic skills to achieve the goals of the performance of those skills, those that require or close to the maximum in performance and respect.

The importance of research in the study of the new reality for these requirements in ways that modern process and in the light of these studies and developed tests to some physical functional capacity for the research sample and identify the relationship between them and some handball basic skills.

The main research problem in that there are obvious weakness in the performance of some of the basic skills reel hand and some of the physical and functional capabilities resulting in poor performance skills of some of the players hand reel during the time of the games as it is characterized by performance skills in modern handball speed, strength and endurance.

Study aims are:

- 1. Identify some of the physical and functional abilities of player's Iraqi army handball club.**
- 2. Identify the performance of some of the basic skills of the players Iraqi army handball club.**
- 3. Recognize the relationship between the physical and functional capabilities and perform some basic handball skills.**

To achieve the aims of the study, the researchers using the descriptive method using a method relational ties to fit the nature of the problem was identified research community way intentional They Sports Army Club's (20) players have been excluded players (2) due to injury, as well as (4) players handball by a researcher for the experience Expeditionary so the sample included 14 players representing sample Search Home after obtaining the results were processed using a set of tables and then analyzed and discussed in a scientific mannerr has been reached in which the most important conclusions of which (the researcher found that a significant relationship obtained from the search results It is to be any direct correlation whenever the physical abilities were high relationship between skill tests high and vice versa) and the recommendations of them (emphasis on linking physical and functional capabilities with the basic skills of handball players perform exercises).

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

شهد عالمنا المعاصر ثورة حقيقية في المجال الرياضي سجلته الانجازات والبطولات التي شهدتها ملاعب وقاعات العالم حتى أصبحت الدول تتنافس على تنظيم البطولات الدولية وإعداد رياضيين ورصد الكثير من الأموال لصالح هذا المجال حيث أن هذا المجال يمثل الشريحة الأكثر في المجتمعات وذلك لتحقيق أهدافها التي تسمو إليها.

وقد لعبت البحوث والدراسات دوراً أساسياً في تطوير الحركة الرياضية من خلال الدراسات التي قام بها الكثير من الباحثون ومن ضمنها دراسات حول التدريب الرياضي والانجاز الرياضي وفي الآونة الأخيرة صار الشغل الذي يشغل المدربين وكافة الذين يعملون في المجال الرياضي هو الدراسات التي تسهم في مجال التدريب والانجاز الرياضي .

هذا وان القدرات البدنية والوظيفية هي من بين المتطلبات الأساسية في لعبة كرة اليد والتي يرجع لها الفضل في أداء المهارات الأساسية بكرة اليد لتحقيق الأهداف من أداء تلك المهارات والخصوص تلك التي تتطلب شدة قصوى أو قريبة من القصوى في أدائها .

وتعد مؤشرات الوظيفة مقياساً يعكس مستوى كفاءة الأعداد البدني والوظيفي وتطور الإنجاز، وبهذا فان القدرات الوظيفية لكل لاعب يجب أن تتلاءم مع متطلبات الواجب الحركي الملقى عليه فالقدرات اللاهوائية والهوائية هي أساس إنتاج الطاقة ليتمكن الجسم من الاستمرار في العمل البدني على وفق نوع الجهد والمدة التي يستغرقها معتمدين بذلك على نوع الفعالية أو الدور الذي يقوم به اللاعب، لذا فان ذلك يعتمد على سلامة الأجهزة الوظيفية في الجهاز الدوري التنفسي الذي يجب أن تكون كفاءته عالية ومن خلالها يمكن للاعب أن يقوم بالعمليات (البيوكيميائية) لإنتاج الطاقة الهوائية بالاعتماد على عنصر الأوكسجين الذي يوفره هذا النظام.

وقد برزت أهمية البحث في دراسة الواقع الجديد لهذه المتطلبات بأساليب عملية حديثة وعلى ضوء هذه الدراسات وضعت الاختبارات الخاصة ببعض القدرات البدنية الوظيفية الخاصة لدى عينة البحث والتعرف على العلاقة بينها وبين بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

2-1 مشكلة البحث.

ومن خلال متابعة الباحثين كونهم مدربين دوليان وحكم دولي باللعبة كرة اليد في العراق ، لاحظ إن هناك تمايز كبير واضح في أداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد وبعض القدرات البدنية والوظيفية عند جميع المستويات مما أدى الى ضعف الاداء المهاري لبعض اللاعبين بكرة اليد خلال زمن المباريات ، حيث ان لاعب كرة اليد مطالب بان يكون ادائه متوازن وبنفس المردود البدني والمهاري قدر الامكان في جميع اوقات المباراة وخصوصا في اندية الدرجة الممتازة بكرة اليد وذلك لان جميع نتائج المباريات لا تحسم في احيانا كثيرة الى في اخر اوقات المباراة إذ يتميز الأداء المهاري في كرة اليد الحديثة بالسرعة والقوة والتحمل ورد الفعل بمختلف الأشكال ولذلك وجدنا من الضروري ان يكون المدربين على دراية كاملة بما يمتلك اللاعبون من قدرات بدنية ووظيفية لكي يكون المدربين على بينه من الجوانب الضعيفة لغرض وضع الحلول لها واصلاحها بالتالي الاستمرار في تحقيق نتائج جيدة للفرق.

3-1 أهداف البحث:

- 1- التعرف على بعض القدرات البدنية والوظيفية لدى لاعبي نادي الجيش العراقي بكرة اليد.
- 2- التعرف على أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي نادي الجيش العراقي بكرة اليد.
- 3- التعرف على العلاقة بين القدرات البدنية والوظيفية وأداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد.

1-4 فرض البحث :

1- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعض القدرات البدنية والوظيفية وأداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد .

1-5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبو نادي الجيش الرياضي .
- 2-5-1 المجال الزمني . 2016\11 لغاية 2016\51
- 3-5-1 المجال المكاني . قاعة السيدية للالعاب الرياضية .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2- منهج البحث :

ان طبيعة المشكلة المراد بحثها هي التي تحدد طبيعة المنهج المتبع ، حيث تم استخدام المنهج الوصفي باستخدام اسلوب العلاقات الارتباطية لملائمة طبيعة المشكلة، "ولأنه يسمح بالملاحظة المباشرة والدقيقة فهو اكثر كفاية في الوصول الى المعرفة"¹.

2-2- عينة البحث:

اختار الباحث عينة بحثه بالطريقة العمدية وهم نادي الجيش الرياضي والبالغ عددهم (20) لاعبا تم استبعاد لاعبين (2) بسبب الاصابة وكذلك (4) لاعبين اختارهم الباحث للتجربة الاستطلاعية وبذلك اشتملت العينة على (14) لاعبا يمثلون عينة البحث الرئيسية.

2-3- الوسائل والاجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

2-3-1 وسائل البحث .

- 1- الملاحظة.
- 2- استمارات تسجيل الاختبارات المستخدمة
- 3- المصادر العربية والاجنبية
- 4- الاختبارات المستخدمة

2-3-2 الاجهزة والأدوات المستخدمة

- 1- حاسبة لاب توب نوع hb.
- 2- ساعات توقيت عدد(4).
- 3- شواخص
- 4- شريط قياس .
- 5- ملعب كرة يد
- 6- طباشير .
- 7- عقلة .
- 8- جهاز السير المتحرك (TREAD MILL) .
- 9- مربعات حديدية (50×50) سم عدد (2).

2-4- الاختبارات المستخدمة في البحث:

بعد أن تم اختيار الاختبارات بالصورة النهائية والتي تم عرضها على الخبراء كانت بالمواصفات الآتية.

¹ فان دالين ؛ منهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمت محمد نبيل نوفل ، مكتبة الانجلو المصرية . 1969، ص432.

1- اختبار ركض 30 م من البداية العالية⁽²⁾

الهدف من الاختبار : قياس السرعة الانتقالية .

الادوات المستخدمة :

- تحدد منطقة اجراء الاختبار بخطين احدهما البداية والآخر بعد (30م) للنهاية.

- ساعة توقيت الكترونية عدد (2) ، صافرة .

اداريا الاختبار :

- مسجل / يقوم بالنداء على الاسماء اولا وتسجيل زمن اداء الاختبار ثانيا .

- موقت عدد (2) يعطي اشارة البدء والنهاية مع التوقيت وملاحظة صحة الاداء .

طريقة الاداء : يقف اللاعب خلف خط البداية من وضع البدء العالي في المجال المخصص له وعند

سماع اشارة البدء ينطلق بأقصى سرعة حتى يجتاز خط النهاية .

تعليمات الاختبار :

-خلق روح المنافسة بين اللاعبين يتم اجراء الاختبار لكل لاعبين مراعين فيها الانسجام بينهم.

- يعطى اللاعب محاولة واحدة فقط .

-طريقة التسجيل :يحتسب الزمن لأقرب (1/100) ثانية .

2-اختبار الوثب العمودي لسارجينت⁽¹⁾

الغرض من الاختبار : قياس القدرة الانفجارية للرجلين .

الادوات : شريط قياس - حائط - قطعة طباشير .

وصف الاداء :

1- تثبت المسطرة على الحائط او شريط القياس وذلك لقياس مسافة الوثب العمودي بين علامتين .

2- يقف المختبر جانبا بجوار الحائط حافي القدمين ممسكا بيده قطعة الطباشير في اليد بجوار الحائط .

3- يفرد يده على كامل امتدادها بأقصى مايستطيع ليضع علامة على الحائط بالطباشير .

4- يقوم المختبر بثني الركبتين مع احتفاظه بذراعه لاعلى والرأس والظهر على استقامة واحدة .

5- يبدأ المختبر في الوثب العمودي لاعلى بأقصى مايستطيع ليضع علامة بالطباشير في اعلى نقطة

يصل اليها .

حساب درجات الاختبار :

1- يعطى المختبر ثلاثة محاولات وتسجل افضل محاولة له .

2- يتم القياس من العلامة الاولى الى العلامة الثانية .

3- اختبارات التحمل العضلي² .

غرض الاختبار

قياس تحمل (الجلد) قوة المجموعات العضلية الكبيرة للجسم .

⁽²⁾ علي سلمان عبد الطرقي ؛ الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية بدنية -حركية مهارية ، مكتب النور ، بغداد

،2013،ص95.

⁽¹⁾ علي سلمان عبد الطرقي ؛ المصدر السابق ،2013،ص46.

² كاظم جابر امير ؛ الاختبارات والقياسات الفسيولوجية في المجال الرياضي ، الكويت ، مطبعة ذات السلاسل ، 1999، ص 343.

إجراءات الاختبارات

يتكون الاختبار من (ثني ومد الذراعين كاملا من وضع التعلق على العقلة لأكثر عدد ممكن بدون تحديد وقت).

4- اختبار القدرة اللاهوائية (اختبار كوننجهام وفولكنز)⁽¹⁾

- اسم الاختبار : اختبار كوننجهام وفولكنز

- الغرض من الاختبار : قياس التحمل اللاكتيكي

- الأجهزة المستخدمة :

- جهاز السير المتحرك (TREAD MILL)

- ساعة توقيت

- مواصفات الاختبار :

بعد أن يكمل اللاعب الإحماء المناسب ولفترة من (5-10) دقيقة يتم صعود اللاعب على جهاز السير المتحرك إذ يبدأ بتشغيل الجهاز ضمن السرعة المحدد (14 كم/س) وبزاوية ميل (11) درجة، (20%) علما أن الجهاز يبدأ بزيادة السرعة بشكل تدريجي وصولا الى السرعة المقررة وهذا يعطي للمختبر الفرصة الكافية للعمل على الجهاز وبشكل متوافق ومتناسق وبعد الوصول الى السرعة المقررة يبدأ تشغيل ساعة التوقيت من قبل المحكمين ويستمر اللاعب بالعمل على الجهاز حتى يصل الى التعب الشديد بحيث لا يستطيع الركض على الجهاز وبذلك يتم إيقاف ساعة التوقيت أي يتم التسجيل منذ بداية الاختبار (وصول سرعة الجهاز الى 14 كم/س حتى التوقف عن العمل) مواصفات الاختبار المهاري :

5- الطبطة المستمرة في اتجاهات متعددة⁽²⁾ .

. الهدف من الاختبار/ قياس مهارة الطبطة.

. الادوات/ خمسة شواخص- ساعة إيقاف- كرة يد- مستطيل الشكل (3×5)م.

. طريقة الاداء/ تثبيت اربعة شواخص على الارض في الاركان الاربعة للمستطيل ويثبت الشاخص الخامس في منتصف المستطيل، من مكان البداية يجري اللاعب على شكل دائرتين متماسكتين () ويؤدي اللاعب هذا العمل ثلاث مرات.

. التسجيل/ يسجل الزمن الذي يقطعه اللاعب في الدورات الثلاثة.

6- المناولة والاستلام ودقتها ب(30ثا) على الحائط⁽³⁾ .

(1) فلاح حسن عبد الله الخفاجي :تأثير التدريب اللاهوائي في كفاءة بعض المنظمات الحيوية والمتغيرات البيو كيميائية لتطوير التحمل اللاكتيكي للاعبين كرة السلة، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل كلية التربية الرياضية، 2008، ص 87

(2) كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين؛ القياس في كرة اليد. القاهرة: دار الفكر العربي، 1980، ص 223-224.

(3) سامر عزيز محسن؛ منهج تدريبي مقترح واثره في تطوير الرؤيا المزدوجة على بعض مهارات التمرير بكرة اليد. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، 2003، ص 48.

. الهدف من الاختبار/ قياس قابلية اللاعبين بمناولة الكرة برؤية مزدوجة.
طريقة الاداء/

يقف اللاعب امام حائط مزدوج الجدران بمسافة (4.5)م ويحمل كرة داخل مربع طول اضلاعه (1م مربع) بأخذ (0.5)م من المسافة المقدرة، يبدأ الاختبار عند اعطاء المدرب اشارة البدء بالتوقيت بـ(30ثا) يقوم اللاعب بمناولة الكرة باستمرار بدون ان تسقط الكرة على الارض وعلى جهتي الحائط يمين مرة ويسار مرة لحين انتهاء فترة الـ(30ثا) ويقوم المدرب باعطاء كرة اضافية عند سقوط اي كرة على الارض عند المناولة على الحائط..

التسجيل/ يتم حساب عدد المناولات المتتالية على الحائط المزدوج الجدران لمدة (30ثا) وباستمرار.

7- التصويب من مسافة (9)م بخطوة واحدة⁽¹⁾ .

. الهدف من الاختبار/ لقياس دقة التصويب البعيد.

. الادوات / ملعب داخلي لكرة اليد - مرمى-كرة يد عدد (5)-مربعات حديدية (50×50)سم عدد (2) معلقان
بزوايتي المرمى.

. طريقة الاداء/

تصويب الكرات من منطقة الـ(9)م باخذ خطوة واحدة محاولاً ادخال الكرة في المربع الايمن مرة وفي المربع الايسر مرة.

. التسجيل/ تحتسب كل كرة تدخل المربع الايمن والايسر ويعطى له خمس محاولات.

2-5 المعاملات العلمية للاختبارات (الصدق الثبات الموضوعية)

صدق الاختبار : تم الاعتماد في استخراج صدق الاختبار على الصدق الظاهري كونها اختبارات مقننة ومستخدمة من قبل أكثر من باحث ومتواترة عبر العديد من المصادر المتخصصة في مجال اللعبة .

ثبات الاختبار : تم استخدام طريقة اعادة الاختبار لايجاد معامل الثبات اذ طبقت الاختبارات على المشاركين في التجربة الاستطلاعية وتم إعادة الاختبار بعد (5) ايام وبنفس الظروف وكانت النتائج كما في الجدول (1).

موضوعية الاختبار:تم الاستعانة بمحكمين * لغرض اعطاء تقويم حقيقي للاختبارات وعبر تطبيق قانون (بيرسون) اتضح ان جميع الاختبارات كانت ذات موضوعية عالية كما مبين في الجدول (1).

جدول رقم (1)

جدول يوضح معاملات الثبات والموضوعية للاختبارات البدنية والوظيفية والمهارية المطبقة على عينة البحث

ت	الاختبارات	الثبات	الموضوعية
1	السرعة الانتقالية	0.90	0.95
2	سارجينت	0.87	0.85

(1) علي سلوم؛ الاختبارات والقياسات والاحصاء في المجال الرياضي. وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية، 2004،

0.97	0.92	التحمل العضلي	3
0.98	0.94	القدرات اللاهوائية	4
0.912	0.869	المناولة	5
0.940	0.862	الطبطة	6
0.893	0.903	التصويب	7

2-6 التجربة الاستطلاعية:

بهدف ضبط الاختبارات المعدة وجعلها في قلبها السليم منتهجة السياقات العلمية الصحيحة ، والغرض التعرف على المعوقات التي تواجه الباحثين قاموا بإجراء دراسته الاستطلاعية والتي هي " دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث وإدواته"¹ حيث قام الباحث بإجراء التجربة على (4) لاعبين من المجتمع الأصلي في يوم الثلاثاء المصادف 2016/2/2 وتم استبعادهم من عينة البحث ، وقد هدفت التجربة الى معرفة كفاءة الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث وكذلك معرفة مدى ملائمة الاختبارات لإفراد عينة البحث والفترة الزمنية التي تستغرقها الاختبارات أثناء تنفيذها و معرفة كفاءة فريق العمل المساعد.

2-7 التجربة الرئيسية:

بعد استكمال المستلزمات وتحضير جميع الأجهزة والادوات للاختبارات وتحديد موعد اختبارات لعينة البحث تم اختبار في يومين 24-25/2/2016 والمصادف الثلاثاء والاربعاء وقد كانت الاختبارات في اليوم الاول الاختبارات البدنية واليوم الثاني الاختبارات المهارية ولعين البحث كمجموعة واحدة .

2-8 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثون الوسائل الإحصائية الآتية في البرنامج الجاهز (spss) للحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية.

-الوسط الحسابي . -الانحراف المعياري . -معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج .

3-1 عرض وتحليل النتائج.

من خلال استخدام الوسائل الإحصائية لعلاقة الارتباط بين المهارات الاساسية المدروسة والقدرات البدنية والوظيفية ظهرت لنا النتائج الآتية كما في الجدول (3،2) .

جدول (2)

جدول يمثل الأوساط الحسابية والانحراف المعياري لمتغيرات البحث

¹ مجمع اللغة ، معجم علم النفس والتربية نج 1 . القاهرة :الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية ،1984،ص 78.

المتغيرات	وحدة القياس	س	ع
السرعة الانتقالية	الثانية	3.45 ثا	1.45
سارجينت	المستمر	95.23	2.65
التحمل العضلي	العدد	35.86	0.65
القدرات اللاهوائية	الدقيقة	2.25 د	0.90
المناولة	العدد	45.50	1.67
الطبطة	الثانية	8.45 ثا	2.76
التصويب	العدد	4.65	0.99

جدول (3) جدول يمثل معامل الارتباط المتعدد (كاندال) بين القدرات البدنية والوظيفية وبعض المهارات الأساسية بكرة اليد

القدرات البدنية والوظيفية	المناولة	الطبطة	التصويب	الدلالة
السرعة الانتقالية	1.35	0.45	0.67	معنوي
سارجينت	0.56	0.48	0.50	معنوي
التحمل العضلي	0.76	1.67	0.74	معنوي
القدرات اللاهوائية	0.90	0.45	0.80	معنوي

درجة الحرية تحت مستوى دلالة (5%) (ن-2) = (0.42)

يتضح لنا من الجدول (2،3) إن الوسط الحسابي لمتغيرات البحث (3.45 ، 95.23 ، 35.86 ، 20.25 ، 45.50 ، 8.45 ، 4.65) والانحراف المعياري هو (1.45 ، 2.65 ، 0.65 ، 0.90 ، 1.67 ، 2.76 ، 0.99) ولمعرفة معنوية الارتباط تم مقارنة معامل الارتباط المحسوبة مع القيمة الجدولية البالغة (0.42) عند درجة حرية (ن-2=12) واحتمال خطأ (0.05) . حيث دلت النتائج على ارتباطات معنوية كل من الاختبارات البدنية والوظيفية مع بعض المهارات الأساسية بكرة اليد وذلك لان القيمة المحسوبة هي اكبر من القيمة الجدولية.

3-2 مناقشة النتائج .

بعد إجراء العمليات الإحصائية التي أجريت على البيانات ظهرت نتائج العمليات الإحصائية عن طريق استخدام معامل الارتباط المتعدد (كاندال) في الحقيبة الإحصائية (spss) وجود ارتباطات معنوية بين اختبارات القدرات البدنية والوظيفية مع بعض المهارات الأساسية بكرة اليد باحتمال خطأ (0.05) يعزو ذلك الباحث الى ان عينة البحث هي من اندية الدرجة الممتاز وذو تدريب عالي وقابليات بدنية عالية وتكرار التدريب البدني يعطي انعكاسا فسلجي ايجابي لذى يرى الباحث ان هذا التكرار ادى الى هذه العلاقة المعنوية كما يؤكد "عبد علي نصيف وقاسم حسن حسين" (1983) " بان الجز الاكثر استخداما لاكثر تكرار يعطي بنتائج ايجابية في الاداء ما ينعكس على نتيجة الاداء المهاري"¹.

¹ عبد علي نصيف قاسم حسن حسين ؛ اصول التدريب الرياضي ، مطبعة جامعة بغداد ، 1983، ص 95 .

4- الاستنتاجات والتوصيات .

4-1 الاستنتاجات .

- 1- استنتج الباحث ان هناك علاقة معنوية للقدرات البدنية والوظيفية مع بعض المهارات الاساسية بكرة اليد.
 - 2- توصل الباحث الى ان العلاقة معنوية التي حصل عليها من نتائج البحث هي تكون طردية أي كلما كانت القدرات البدنية عالية كانت العلاقة بين الاختبارات المهارية عالية والعكس بالعكس.
- ##### 4-2 التوصيات.

- 1- وضع تمارين خاصة بالقدرات البدنية والوظيفية لتطوير المهارات الاساسية بكرة اليد .
- 2- وضع معايير خاصة بقياس القدرات البدنية والوظيفية بكرة اليد بشكل دوري ومستمر خلال مراحل الاولى ووسط نهاية الدوري لتمكين من معالجة جوانب الضعف ان وجدت .
- 3- أجراء دراسات حول تأثير القدرات البدنية والوظيفية بأداء المهارات الأساسية على مستوى البحوث التجريبية .
- 4- التأكيد على ربط تمارين القدرات البدنية والوظيفية مع أداء المهارات الأساسية للاعبين كرة اليد.

المصادر

- سامر عزيز محسن؛ منهج تدريبي مقترح واثره في تطوير الرؤيا المزدوجة على بعض مهارات التمرير بكرة اليد. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، 2003.
- عبد علي نصيف قاسم حسن حسين ؛ اصول التدريب الرياضي ، مطبعة جامعة بغداد ، 1983.
- علي جلال الدين ؛ مبادئ وظائف الاعضاء للتربية البدنية والتدريب الرياضي ، ط1 ، القاهرة: دار الفراعنة ، 2007.
- علي سلمان عبد الطرقي ؛ الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية بدنية - حركية مهارية ، مكتب النور ، بغداد ، 2013.
- علي سلوم؛ الاختبارات والقياسات والاحصاء في المجال الرياضي. وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة القادسية، 2004.
- فان دالين ؛ منهج البحث في التربية وعلم النفس ، ترجمت محمد نبيل نوفل ، مكتبة الانجلو المصرية . 1969.
- فلاح حسن عبد الله الخفاجي :تأثير التدريب اللاهوائي في كفاءة بعض المنظمات الحيوية والمتغيرات البيو كيميائية لتطوير التحمل اللاكتيكي للاعبين كرة السلة، اطروحة دكتوراه، جامعة بابل كلية التربية الرياضية، 2008
- كاظم جابر امير ؛ الاختبارات والقياسات الفسيولوجية في المجال الرياضي ، الكويت ، مطبعة ذات السلاسل ، 1999.
- كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين؛ القياس في كرة اليد. القاهرة: دار الفكر العربي، 1980.
- مجمع اللغة ، معجم علم النفس والتربية نج 1 . القاهرة :الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية ، 1984.