

الفصل الخامس

- الاستنتاجات
- التوصيات

الإستنتاجات :

- زيادة إدراك الناشئين بسلوكهم الخططي داخل الملعب وزيادة قدرته على اتخاذ القرار المناسب للموقف الهجومي نتيجة التدريب على الاحتمالات المتوقعة لكل موقف.
- ان هناك تحسن فى إيجابية السلوك الخططي من خلال التدريب على المواقف الخططية واحتمالاتها والتي اشتملت على التكوينات الهجومية (القطع ، الحجز ، تبادل مراكز ، نصف تبادل المراكز) .
- ان التدريب على المواقف الخططية واحتمالاتها أدى الى زيادة التناغم الحركى بين لاعبي المراكز المختلفة وتوقع سلوكهم الحركى مما أدى إلى المساهمة الإيجابية فى تحقيق نجاح الهجوم .
- ان التدريب على المواقف الخططية والاحتمالات المتوقعة لكل موقف يزيد من فرصة تحقيق نتيجة إيجابية للهجوم ، ويقلل من قدرة اللاعبين المدافعين فى الفريق المنافس على توقع السلوك الخططي للمهاجمين مما يزيد من فرصة تحقيق الأهداف فى المباراة .
- ان التدريب على المواقف الخططية الهجومية واحتمالاتها يعطى اللاعب المعد واللاعب المنهي القدرة على اتخاذ القرار المناسب للموقف وفق قدراته الخططية .

التوصيات :-

- ضرورة التدريب على المواقف الخططية الفعلية التى تحدث داخل الملعب مع وضع مجموعه من الاحتمالات للتغلب على الموقف الدفاعيه المتغيرة .
- ان تكون الاحتمالات الخططية مناسبة للمرحلة السنوية لكي يتمكن اللاعب من الاستفادة منها وفقا لقدراته المهارية والإدراكية داخل الملعب .
- ضرورة التدريب على المواقف الخططية واحتمالاتها بطرق مختلفة تبدأ بشرح كل احتمال ومتى يستخدم ، ثم التطبيق الفعلي للموقف واحتمالاته ، مع تعديل القرارات الخاطئة التى تم اتخاذها من كل لاعب ، وصولا إلى درجة الآلية فى اختيار القرار المناسب للموقف دون تدخل من المدرب .
- تدريب الناشئين على مجموعة من التدريبات والتي يكون الهدف منها البحث عن الحلول البديلة وتعليمهم اختيار الحل المناسب للموقف الذى يؤدي الى تطوير المستوى الخططى الفردى لخدمة اللعب الجماعى .
- يوصى الباحث باستخدام البرنامج التدريبي المقترح لتنمية سلوك الناشئين خططيا فى مرحلة الهجوم المنظم .
- يوصى الباحث باستخدام البرنامج التدريبي من خلال مدربي فرق الناشئين لتنمية السلوك الخططى الهجومي المنظم مع مراعاة المرحلة السنوية .

أولاً : المراجع العربية

١. ابراهيم حنفي شعلان (١٩٩٤) : تأثير برنامج مقترح علي تنمية المستوى المهاري لناشئ كرة القدم ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة جامعة حلوان ، العدد التاسع عشر ابريل .
٢. ابو العلا عبد الفتاح (٢٠٠٣) : فسيولوجيا التدريب والرياضة ، القاهرة ، دار الفكرة العربي .
٣. _____ (١٩٩٧) : التدريب الرياضي ، الاسس الفسيولوجية ، القاهرة ، دار المعارف .
٤. اماني حسين محمد (٢٠٠٥) : التأثير المتبادل لخطط الهجوم والدفاع على فاعلية الهجوم المنظم لمرحلة الإنهاء فى مباريات كرة اليد رجال ، رسالة دكتوراه ، جامعة الاسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنات .
٥. امر الله احمد البساطي (١٩٩٩) : قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته ، الإسكندرية، منشأة المعارف .
٦. إيهاب رجب حسن (٢٠٠١) : تأثير برنامج تدريبي مقترح على الأداء الخططي الهجومي للاعبى كرة السلة رسالة ماجستير جامعة حلوان .
٧. حسام الدين عبد العزيز عطية (٢٠٠١) : السلوك الخططي لصانع اللعب وعلاقته بالهجوم في الكرة الطائرة، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية .
٨. خالد محمد حموده ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨) : الهجوم والدفاع في كرة اليد ، الطبعة الاولى ، دار الكتب.
٩. رضا ابراهيم حسين (١٩٩٨) : فاعلية أداء بعض المهارات الهجومية وعلاقتها بالتفكير لدي لاعبي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
١٠. سامي محمد علي (١٩٩٥) : تأثير برنامج تدريبي هوائى ولا هوائى على مستوى اداء لاعبي كرة اليد ، رسالة دكتوراه ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة .
١١. _____ (٢٠٠٠) : تأثير برنامج تدريبي مقترح علي مستوى الاداء الدفاعي للفريق القومي للأنسات لكرة اليد ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
١٢. طلحة حسام الدين (١٩٩٤) : الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي.
١٣. طلعت محمد قدرى كامل (١٩٩٩) : فاعلية بعض التكوينات الخططية الهجومية وعلاقتها بنتائج ناشئات كرة اليد ، رساله ، رسالة ماجستير ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية .
١٤. عصام الدين عبد الخالق مصطفى (٢٠٠٥) :التدريب الرياضي (نظريات _ تطبيقات) الطبعة الثانية منشأة المعارف ، الطبعة الثانية عشر.
١٥. _____ (١٩٩١) : التدريب الرياضي ، نظريات ، تطبيقات ، الطبعة الرابعة ، منشأة المعارف ، القاهرة .
١٦. _____ (١٩٩٠) : التدريب الرياضي ، نبع الفكر ، الاسكندرية.
١٧. علي سلامة علي (١٩٩١) : علاقة السلوك الخططي ببعض المتغيرات البدنية والمهارية والنفسية للاعبى الهوكي ، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان.
١٨. على فهمى البيك ، وآخرون (٢٠٠٩) : سلسلة الإتجاهات الحديثة فى التدريب الرياضى نظريات وتطبيقات، الجزء الرابع
١٩. علي فهمى البيك (١٩٩٣) : تخطيط التدريب الرياضي ، الإسكندرية ، منشأة المعارف

٢٠. عماد الدين عباس، مدحت محمود عبدالعال (٢٠٠٧) تطبيقات الهجوم في كرة اليد (تعليم- تدريب) الطبعة الاولى .
٢١. فتحي صادق منصور (١٩٩٧) : تأثير جمل حركية هجومية مقترحة على السلوك الخططي لناشئ كرة اليد ، رسالة دكتوراة ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين .
٢٢. فتحية علي حسن وآخرون (٢٠٠٨) : تصميم برنامج تقنى لقياس القدرة على التفكير لناشئ كرة اليد باستخدام الحاسب الآلى ، المؤتمر الأقليمي الرابع للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويح والرياضة والتعبير الحركي لمنطقة الشرق الأوسط ، المجلد الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية .
٢٣. قدري سيد مرسى (١٩٩٠) : اثر تخطيط برنامج تدريبي علي بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للاعبين الفريق القومي لكرة اليد تحت ٢٠ سنة ، مجلة علوم وفنون دراسات وبحوث ، المجلد الثاني ، العدد الرابع ، جامعة حلوان .
٢٤. كمال درويش ، محمد صبحي حسنين (٢٠٠٢) : القياس والتقويم وتحليل لمباراة في كرة اليد نظريات- تطبيقات ، الطبعة الاولى ، مركز الكتاب للنشر .
٢٥. _____ (١٩٩٩) : الدفاع في كرة اليد . مركز الكتاب للنشر .
٢٦. كمال درويش ، عمادالدين عباس ، سامي محمد علي (١٩٩٨) : الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد _ نظريات تطبيقات ، مركز الكتاب للنشر .
٢٧. كمال عبدالحميد اسماعيل ، محمد صبحي حسنين (٢٠٠٢) : رباعيات كرة اليد الحديثة ، الجزء الثاني ، مركز الكتاب للنشر .
٢٨. كمال عبد الحميد ، محمد حسن علاوى (١٩٩٧) : الممارسة التطبيقية لكرة اليد (للمبتدئين والمتقدمين) ، دار الفكر العربي .
٢٩. محمد إبراهيم ، محمود سلطان (١٩٩٥) : مساهمة بعض القدرات البدنية والمهارية والعقلية في مستوي السلوك الخططي لناشئ كرة القدم ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط .
٣٠. محمد توفيق الوليلي (٢٠٠٠) : كرة اليد ، تعليم ، تدريب ، تكنيك ، الكويت .
٣١. محمد حسن علاوى ، كمال درويش ، عمادالدين عباس (٢٠٠٣) : الإعداد النفسي فى كرة اليد ، نظريات - تطبيقات ، مركز الكتاب للنشر .
٣٢. محمد حسن علاوى ، وآخرون (١٩٩٨) : مدخل علم النفس الرياضي ، مركز الكتاب والنشر .
٣٣. محمد حسن علاوى ، وآخرون (١٩٩٧) : سيكولوجية التدريب والنافسات ، الطبعة السادسة ، دار المعارف ، القاهرة .
٣٤. محمد حسن علاوى ، وسعد جلال (١٩٩٥) : علم النفس التربوي ، الطبعة السابعة ، دار المعارف القاهرة .
٣٥. محمد خالد حموده ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨) : الهجوم والدفاع في كرة اليد ، الطبعة الاولى ، ماكس جروب .
٣٦. محمد خالد عبدالقادر حمودة (١٩٩٥) : الهجوم في كرة اليد ، شركة الديب ، الإسكندرية
٣٧. محمد صبحي حسنين (١٩٩٧) : طرق تحليل المباراة في الكرة الطائرة ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي / القاهرة .
٣٨. محمود سعد الدين احمد عبد القادر (٢٠٠٣) : التفكير الخططي وعلاقتة بوسائل تنفيذ خطط اللعب ، رسالة ماجستير ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين .

٣٩. مروه فتحي محمد (١٩٩٨):
التصرف الخططي وعلاقته ببعض المتغيرات المختارة لدي لاعبي كرة اليد ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
٤٠. مفتي إبراهيم حماد (٢٠٠٥) :
التدريب الرياضي التربوي ، مؤسسة المختار ، القاهرة .
٤١. _____ (٢٠٠١) :
التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط وتطبيق وقيادة ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية .
٤٢. منير جرجس (٢٠٠٤) :
كرة اليد للجميع التدريب الشامل والتميز المهاري ، دار الفكر العربي .
٤٣. _____ (١٩٩٠) :
كرة اليد للجميع ، دار الفكر العربي ، الطبعة الرابعة .
٤٤. نادية محمد الصاوي (١٩٩٢) :
دراسة تحليلية لفاعلية الدفاع الهجومي واثرة علي نتائج المباريات في كرة اليد ، رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
٤٥. وفاء محمد عبد المجيد (٢٠٠٥) :
تخطيط برنامج تدريبي لتنمية فعالية بعض متطلبات الأداء الخططي الدفاعي ضد الهجوم الخاطف في كرة اليد رسالة دكتوراه ، جامعة الإسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنات
٤٦. وليد محمد محمد دغيم (٢٠٠٤) :
تأثير برنامج تدريبي على تنمية قدرة التفكير الخططي الهجومي لدي لاعبي كرة الماء رسالة دكتوراه ، جامعة طنطا .
٤٧. ياسر دبور (١٩٩٧) :
كرة اليد الحديثة ، الإسكندرية ، منشأة المعارف .
٤٨. _____ (١٩٩٦) :
التدريب في كرة اليد ، منشأة المعارف الإسكندرية .
٤٩. _____ (١٩٩٢) :
دراسة فعالية التكوينات الخططية الهجومية بالنسبة لبعض التشكيلات الدفاعية في مباريات كرة اليد ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية .
٥٠. يحي السيد الحاوي (٢٠٠٢) :
المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب ، المركز العربي للنشر .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 51 Frietsch Matthias and
Schneidrat Bernd (1991)** **Trainings Konzpationb Im Weibilchen Dkader
bereich Desbadischen Handball- Verbandes
1.Foige ;Theorie Und Praxis Des Kraft – Ausdauer
-, Schnell Handball Training. Muenster 10s 11-16
Abb., Abb., Tab Lit**
- 52 Harre Dictrich (2001)** **Coaches Manual Printed In Level 3Canda .**
- 53 Helmut König (2005)** **Complex Training In Youth Handball Coaches
Course Youth Helmut König EHF Lecturer**
- 54 Joseph G. Johnsona,B,And
Markus Raaba (2003)** **Max Planck Institute for Human Development,
Center for Adaptive Behavior And Cognition,
Berlin, GermanyB Department of Psychology,
Indiana University**
- 55 Klaus Roth, Michael Baus,
Stefanie Faden Und
Fabian Neunstöcklin (2002)** **WieTrainiert Man Die Taktischen Leistungsvo
raussetzungen**
- 56 Mark PfeifferInstitute For
Applied Training Science
(IAT), Leipzigjürgen Perl
University Of Mainz(2005)** **Analysis Of Tactical Structures In Team Handball
By Means Of Artificial Neural Networks**
- 57 Oliver Höner, Thomas
Hermann And Christian
Grunow (2004)** **SonificationOf Group Behavior For Analysis and
Training Of Sports Tactics,at**
- 58 Paul CalligiuriAnd Danherbest
(1997)** **High Performance Soccer Technical
And Tactics For Advanced Play, Human Kinetics
U.S.A**
- 59 Sandra Senner (2009)** **ModellierungUnd Simulation Des Abwehrverhalt
ens Im Hallenhandball**
- 60 Wolfgang Pollany (2008)** **8th European Championship For Women
Fyro Macedonia Qualita -TiveTrend Analysis**

ثالثاً : مواقع شبكة المعلومات الدولية (Internet)

61- <http://www.bodyresults.com>

62- <http://www.forum.iraqacad.org>

63- <http://www.brianmac.co.uk/gindex.htm>

64- <http://www.sportplan.com>

65- www.techfak.uni-bielefeld.de/HoenerHermannGr