

الفصل الأول

المقدمة ومشكلة البحث

١/١ المقدمة

٢/١ مشكلة البحث وأهمية

٣/١ هدف البحث

٤/١ فروض البحث

٥/١ المصطلحات المستخدمة في البحث

١/١ المقدمة :

تعتبر كرة اليد من الألعاب الجماعية ذات الشعبية الكبيرة التي انتشرت بسرعة في مصر ، وأصبح لفريق مصر في كرة اليد مكانة مرموقة بين الدول المتقدمة في هذا المجال ، حيث حققت كرة اليد مراكز متقدمة في بعض البطولات ، ومما لا شك فيه أن هذا التقدم لم يأت من فراغ ، وإنما كان حصيلة لجهود متعددة في مجالات التعليم والتدريب والإدارة والتحكيم للقائمين على اللعبة .

ويرى محمد إبراهيم أبو عاصي ، ومدحت قاسم (٢٠٠١) أن لعبة كرة اليد أحد الألعاب الجماعية التي تتسم مبارياتها بالمتعة والإثارة والتشويق ، وقد حظيت اللعبة بشعبية كبيرة في الآونة الأخيرة فأصبحت قريبة إلى حد كبير في شعبيتها مع كرة القدم خاصة في مصر ، كما أن هذه الإنجازات هي نتاج التخطيط العلمي الحديث الذي ينهجه الاتحاد المصري لكرة اليد بلجانه المختلفة التي لا تمل لتطوير الفكر العلمي لجميع الجوانب المختلفة والمرتبطة بكرة اليد من أجل استمرار الفرق القومية داخل الدائرة العالمية . (٣٨ : ٢)

ويرى الباحث أن الإدراك الحس حركي يعتبر أحد أهم الأسس التي تساهم بشكل فعال في تنمية المهارات الأساسية لكرة اليد سواء الهجومية أو الدفاعية أو مهارات حارس المرمى ، حيث أن الإدراك الحس - حركي له أهمية كبيرة في حياة الإنسان بصفة عامة وفي النشاط الرياضي بصفة خاصة .

ويشير بارنس Barnes (٢٠٠٥) إلى أن الإدراك الحس حركي يعنى القدرة على الشعور أو الإحساس بالانقباض أو الانكماش لمعرفة العضلات التي تؤدي الحركة . (٥٨ : ٣٥)

ويذكر حامد محمد الكومي (١٩٩٨) أن الإدراك الحس - حركي هام عند اكتساب مهارة حركية جديدة ، فإذا لم يدرك الناشئ الحركة أو المهارة المطلوبة منه بصورة صحيحة ودقيقة ، فإنه لن يستطيع أداءها أو تنفيذها بالدقة المطلوبة ، فإدراك الناشئ للمهارة الحركية يساعد على الإحساس بالمكان الذي تؤدي فيه ، والمدى المطلوب لانقباض عضلات الجسم المختلفة ، واتجاهات أجزاء الجسم في الفراغ ، مما يساعد الناشئ على التحكم في حركات جسمه بحيث يظهر الأداء معبراً ، وتأتي الحركة بكفاءة وسلاسة . (١٢ : ١٥)

كما يشير جوزيف **Joseph** (٢٠٠٥) إلى أن الإدراك الحس - حركي أساس لكل الحركات ، فهو مرتبط بالقدرة على الحركة البصرية والسمعية ويعتمد على المساهمة الحسية والتي تعود على الأجزاء الداخلية ، وتنتج نتيجة عدة نبضات ناتجة من المثيرات الموجودة في الجسم . (٦٣ : ١٢٠)

ويشير باسل محمد عيسى (١٩٩٨) نقلاً عن جمال علاء الدين إلى أن الحاجة إلى الإدراك الحس - حركي تتضح من حيث القدرة على التمييز بين الأشياء القريبة والبعيدة ، فالذين لديهم قصور في تحديد القرب أو البعد عن أي شيء قد يجدوا صعوبة في وضع أجسامهم في المكان الذي يتناسب مع إمكانية الأداء الأمثل ، ويتضح ذلك في كرة اليد حيث أن الحركة المستمرة بين اللاعبين تحدث فيها اختلافات كبيرة في المسافات طوال المباراة . (١١ : ٢٧)

ويوضح كريستوفر نيمث **Christopher Nemeth** (٢٠٠٤) أن الإدراك الحس - حركي يجعل الشخص يحس بالمكان والحركة ، وحركة الجسم وأجزائه في الأبعاد الثلاثة ، وكذلك يتم بمساعدة المعلومات التي تصدر نتيجة تحفيز الأحاسيس في العضلات والمفاصل ، كما انه يعد ثالث أهم إحساس بعد حاستي السمع والرؤية ، علاوة على انه من الممكن التحكم في الحركات الإرادية دون الحاجة إلى رؤية العضو المتحرك . (٦٠ : ٥٦)

وتشير رحاب مصطفى شاهين (١٩٩٨) إلى أن الإدراك الحس-حركي يلعب دوراً هاماً في التعلم الحركي ، حيث أن الشخص الرياضي ذا المستوى العالي في الإدراك الحس-حركي ، يكون أكثر كفاءة في عملية التذكر الحركي الذي يتميز بالدقة والسلاسة .
(٣٥ : ١٥)

ويري الباحث أنه كلما كان الإدراك صحيحاً فإن أداء الفرد يتم بصورة جيدة ، ولذلك فإن الإدراك الحس - حركي له دور كبير وفعال في عملية التعلم والأداء الحركي وتوضح أهمية الإدراك الحس - حركي في كرة اليد في درجة الجهد والتحكم المطلوب لأداء المهارات المختلفة ، وهذه الدرجة تبعاً لقوة الحركة أو ضعفها ، وأيضاً لسرعتها أو بطئها وكذا اتجاهها وتوقيتها وكل ذلك يحتاج إلى جهد عضلي كبير أو العكس .

وقد اتفقت رحاب مصطفى شاهين (١٩٩٨) مع كل من جونسون Johnson ، نلسون Nelson أن الإدراك الحس - حركي هو " القدرة على تحديد الوضع ، ومقدار الجهد المبذول ، والحركة الشاملة لأجزاء الجسم المختلفة خلال العمل العضلي ، وهي ما يطلق عليها الحاسة السادسة " وله عدة أنواع عديدة ومختلفة نذكر منها (إدراك الإحساس بالزمن - إدراك الإحساس بالمسافة) . (١٥ : ٦٨)

ويري الباحث أن تنمية مكونات الإدراك الحس - حركي تتطلب ضرورة استخدام مجموعة من التمرينات التي يمكن أن تساهم في تنمية الإدراك الحس - حركي لدى لاعب كرة اليد ، ومن ثم تساهم في تعلم وتصحيح وتثبيت المهارات في كرة اليد .

وتشير ليلي زهران (١٩٩٧) أن التمرينات الخاصة تعتبر بمثابة عامل مساعد يهدف لإعداد اللاعب وتنمية مستواه في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه . (٣٤ : ٣٨)

وتضيف عطيات محمد خطاب (١٩٩٧) أنه يمكن استخدام التمرينات الأساسية كتمرينات غرضية خاصة ، ولكن مع مراعاة المزيد من المتطلبات سواء بالنسبة لبذل الجهد أو بالنسبة للقدرة الخاصة ، كما يمكن استخدام التمرينات التعويضية كتمرينات غرضية خاصة بغرض تحقيق التوازن بالنسبة للذين تتطلب ممارستهم للنشاط الرياضي التخصصي . (٢٤ : ٣٠)

ومما سبق يتضح لنا أن الإدراك الحس-حركي كان ولا يزال من الموضوعات العقلية التي حظيت باهتمام كبير في المجال الرياضي ، ولأهميته بالنسبة للتعلم والإنجاز .

٢/١ مشكلة البحث و أهميته :

تتحقق المستويات الرياضية العالية من خلال القدرات والاستعدادات التي تتفق مع الخصائص المميزة لنوع النشاط الممارس ، حيث أن لكل نشاط رياضي متطلبات خاصة يتميز بها عن غيره من الأنشطة ، وتوافر هذه المتطلبات في الممارسين يمكن أن يعطى فرصة أكبر لاستيعاب المهارات الحركية ، حيث تعتبر كأحد الدعامات الواجب توافرها للوصول إلى المستويات العالية . (١١ : ٥)

ويشير باسل محمد عيسى (١٩٩٨) نقلاً عن جمال علاء الدين وناهد الصباغ إلى أن فاعلية وتوجيه الحركة تتعجم في غياب معلومات عن متغيراتها الأساسية (المسافة - الزمن - القوة) ، ونظراً لان أعضاء و أجهزة الإدراك الحس- حركي هي المصادر الذاتية والأساسية لتلك المعلومات ، لذا فإن دراسة مختلف أنواع القدرات الحس - حركية سواء كانت منفردة أم في علاقتها المتبادلة تكتسب أهمية خاصة . (١١ : ٥)

وعلى ذلك يؤكد أمين أنور الخولى ، أسامة كامل راتب (١٩٩٥) على أنه لا يكفى أن يتعرف الفرد على الحواس المختلفة المشاركة في الأداء ، ولكنه مطالب بأن يتعرف على الحاسة الأكثر ارتباطاً بالمهارة المراد أدؤها فإذا طُلب من اللاعب أن يقوم بعملية التصويب ، فعليه أن يدرك المسافة بينه وبين المرمى والمكان الذي يوجد فيه ، والإحساس بزمن أداء المهارة في الوقت المناسب في ظل وجود دفاع الفريق المنافس عن طريق الإدراك الحس - حركي دون التحكم البصري . (٧ : ١٢٧)

وعلى الرغم من التطور الكبير التي وصلت إليه لعبة كرة اليد فى جمهورية مصر العربية ، وبين دول العالم ، ومن خلال تواجد الباحث فى مجال التدريب فى كرة اليد ، وإطلاعه على الأبحاث والمراجع العلمية والدراسات السابقة فى مجالى كرة اليد والإدراك الحس - حركي ، ومن خلال ما شاهده الباحث لبعض مباريات ناشئ كرة اليد فى المرحلة السنية (٩-١٢) سنة فى البطولات المجمعته للناشئين ، لاحظ الباحث افتقار ناشئ كرة اليد لإدراك المسافة بين الممرر والمستلم عند التمرير والاستلام ، وعدم إدراك المكان بالنسبة للمهاجمين أثناء التصويب على المرمى وارتكابهم العديد من الأخطاء مثل لمس خط الـ ٦م ، وتبين أيضاً أن الإدراك الحس-حركي لم يحظ بالاهتمام الكافى من الدراسة ، رغم أنه يمثل جانباً هاماً لتحقيق أفضل النتائج فى كرة اليد ، مما دفع الباحث إلى التطرق لمثل هذه الدراسة ، محاولة منه لرفع مستوى الأداء والتعرف على مكونات الإدراك الحس- الحركي لدى ناشئ كرة اليد .

ويشير حامد الكومى (١٩٩٨) أن الإدراك الحس - حركى ينمو تلقائياً لدى الناشئين عند ممارستهم لمهارات كرة اليد المتنوعة ، إلا أن ذلك قد يتم بطريقة غير متعمدة أو علمية ، لذا فإن مقدار هذا النمو لا يقارن بنظيره الذى يتم لدى الناشئين بطريقة علمية وذلك من خلال بعض التدريبات النوعية الخاصة والتي تهدف إلى تغيير وتطوير مكونات الإدراك الحس -حركى . (١٢ : ٢٥)

ويرى الباحث ضرورة أن تشتمل البرامج التعليمية والتدريبية الموضوعية لفرق الناشئين فى لعبة كرة اليد على التمرينات الخاصة لتنمية مكونات الإدراك الحس-حركى .

كما تتمثل أهمية هذا البحث فى انه محاولة علمية لربط الدراسة الأكاديمية فى مجال الإدراك الحس - حركى بالمجال الميدانى فى لعبة كرة اليد ، لوجود حاجة ملحة لوضع برنامج تمرينات مقترح لبعض مكونات الإدراك الحس - حركى لناشئى كرة اليد .

٣/١ هدف البحث

تهدف الدراسة إلى وضع برنامج تمرينات لبعض مكونات الإدراك الحس - حركى لمعرفة تأثيره على مستوى الأداء المهاري لناشئى كرة اليد وذلك من خلال : -

- التعرف على تأثير برنامج التمرينات المقترح لتنمية بعض مكونات الإدراك الحس-حركى (قيد الدراسة) على مستوى الأداء المهاري لناشئى كرة اليد .

٤/١ فروض البحث

١. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة التجريبية فى قياس نتائج اختبارات مكونات الإدراك الحس - حركى والمستوى المهاري لناشئى كرة اليد لصالح القياس البعدى .
٢. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدى للمجموعة الضابطة فى قياس نتائج اختبارات مكونات الإدراك الحس - الحركى والمستوى المهاري لناشئى كرة اليد لصالح القياس البعدى .
٣. توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى لنتائج اختبارات مكونات الإدراك الحس - حركى والمستوى المهاري لصالح المجموعة التجريبية .

٥/١ المصطلحات المستخدمة في البحث

١/٥/١ الإدراك الحس - حركي KINESTHETIC PERCEPTION

" هو الحاسة التي تمكننا من تحديد أجزاء الجسم وحالتها وامتداداتها واتجاهاتها في الحركة كذلك الوضع الكلي للجسم ومواصفات حركة الجسم ككل " . (٥٠ : ٨)

٢/٥/١ الإدراك PERCEPTION

" هو عبارة عن عملية عقلية تتضمن التأثير على الأعضاء الحسية بمؤثرات معينة ويقوم الفرد بإعطاء تفسير وتحديد لهذه المؤثرات في شكل رموز أو معان بما يسهل تفاعله مع البيئة التي يعيش فيها " . (٥٠ : ٨)

٣/٥/١ الإحساس SENSATION

" هو عبارة عن عملية نقل المؤثرات المختلفة من البيئة الخارجية إلى المخ عن طريق الحواس الخمس بالإضافة إلى المستقبلات الحسية الموجودة بالعضلات والمفاصل والأربطة داخل الجسم " . (١٢ : ٣)

٤/٥/١ التمرينات النوعية Specific Exercises

" هي تلك التمرينات التي تتشابه مع طبيعة الأداء الفني للمهارات ، وتتطابق مع تركيب مسار الأداء الحركي المستخدم في المنافسة ، وتعتبر الإعداد المباشر لتطوير مستوى أداء الفرد الرياضي " . (٣٤ : ٢٧٩)

٥/٥/١ مستوى الأداء المهاري the Level of Skills Performance

" هو الدرجة أو الرتبة التي يصل إليها اللاعب من السلوك الحركي الناتج عن عملية التعلم لاكتساب وإتقان حركات النشاط الممارس على أن تؤدي بشكل يتسم بالانسائية والدقة وبدرجة عالية من الدافعية عند الفرد لتحقيق أعلى النتائج مع الاقتصاد في الجهد " . (٢٣ : ١٨٦)