

## الفصل الخامس

### الاستخلاصات والتوصيات

- أولاً : الإستخلاصات .
- ثانياً : التوصيات .

### أولاً : الاستخلاصات :

- من خلال إستعراض النتائج السابقة أمكن للباحث التوصل إلى بعض الإستخلاصات الهامة ، وفيما يلي سوف يقوم الباحث بعرض لهذه الإستخلاصات :
- ١- الوقت المستقطع أثر تأثيراً إيجابياً على التكوينات الخططية الهجومية خلال شوطي المباراة للفريق طالب الوقت .
- ٢- الوقت المستقطع أثر تأثيراً سلبياً على التكوينات الخططية الهجومية خلال شوطي المباراة للفريق غير طالب الوقت .
- ٣- التكوينات الخططية الهجومية أكثر فاعلية في الشوط الثاني عنه في الشوط الأول بعد الوقت المستقطع .
- ٤- متوسط زمن الهجمة بعد الوقت المستقطع أفضل من متوسط زمن الهجمة قبل الوقت المستقطع للفريق طالب الوقت .
- ٥- الوقت المستقطع يؤثر تأثيراً إيجابياً على نتائج المباريات للفريق طالب الوقت خاصة في الشوط الأول .
- ٦- التكوينات الخططية المركبة أكثر فاعلية من التكوينات الخططية الثنائية .
- ٧- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمتوسط زمن الهجمة بعد الوقت المستقطع خلال شوطي المباراة للفريق طالب الوقت .
- ٨- تحسن في نتائج المباريات في الشوط الأول عنه في الشوط الثاني للفريق طالب الوقت ويرجع ذلك الى عدم الإتقان في مهارة التصويب .

### ثانياً : التوصيات :

- ١- الاهتمام باستخدام الوقت المستقطع في الاوقات الحرجة التي يقترب فيها ميزان نتيجة المباراة في الإنقلاب الغير صالح للفريق وذلك بالتمرس عليه واكتساب خبراته من خلال المباريات التدريبية والمباريات التجريبية .
- ٢- الاهتمام بالتدريب على استخدام التكوينات الخططية الهجومية المركبة أكثر من التكوينات الثنائية حيث أنها ذات فاعلية عالية عن التكوينات الأساسية .
- ٣- الأهتمام باستخدام التكوينات الخططية الهجومية في الحالات الخاصة والتي تتمثل في :
  - حالة الزيادة العددية الهجومية .
  - حالة الهجوم الخاطف للفريق .

# المراجع

- أولاً : المراجع العربية  
ثانياً : المراجع الأجنبية

أولاً : المراجع العربية :

- ١- إبراهيم شعلان ،  
عمرو أبو المجد  
٢- أكرم كامل إبراهيم
  - ٣- السيد السيد إبراهيم
  - ٤- أمر الله أحمد البساطى
  - ٥- انتصار يوسف هاشم
  - ٦- جمال الدين عبد العزيز مراد
  - ٧- \_\_\_\_\_
  - ٨- جمال علاء الدين
  - ٩- جيرد لانجهوف ،  
تيواندرت
- : " أسس بناء كرة القدم الشاملة " ، المكتبة  
الأكاديمية ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
- : " دراسة تحليلية للتشكيلات الهجومية والدفاعية  
للمنتخب القومى لكرة اليد وعلاقاتها بنتائج  
المباريات فى دورة الألعاب الأولمبية بأتلانتا " ،  
رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات  
بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ م .
- : " دراسة تحليلية لبعض الجوانب الفنية وعلاقاتها  
بنتائج المباريات فى كرة اليد " ، رسالة  
ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة  
الزقازيق ، ١٩٩١ م .
- : " أسس وقواعد التدريب الرياضى وتطبيقاتها " ،  
منشأة المعارف ، الاسكندرية ، ١٩٩٨ م .
- : " تقييم التكتيك الهجومى لمباريات كرة اليد  
للسيدات محلياً ودولياً " ، رسالة ماجستير ، كلية  
التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ،  
١٩٩٧ م .
- : " بعض العوامل المؤثرة على استمرار مستوى  
الكفاءة الإنتاجية لفرق الدرجة الأولى لكرة اليد " ،  
رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين  
، الاسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨١ م .
- : " دراسة التكتيك الهجومى كأحد العوامل المؤثرة  
على كفاءة فرق كرة اليد فى تحقيق النتائج " ،  
المؤتمر العلمى الخامس لدراسات وبحوث  
التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين  
، الاسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٤ م .
- : " مدخل بيوميكانيكى لتقويم مستوى إتقان الأداء  
المهارى فى المجال الرياضى " ، دراسة نظرية  
، مذكرات منشورة ، كلية التربية الرياضية  
للبنين ، الاسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨١ م .
- : " كرة اليد للناشئين وتلاميذ المدارس " ، ترجمة  
كمال عبد الحميد ، ط ٢ ، دار الفكر العربى ،  
القاهرة ، ١٩٧٨ م .

- ١٠- جيهان محمد فؤاد : " علاقة بعض جوانب الأداء الخططى الهجومي بنتائج المباريات فى كرة الطائرة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٥م .
- ١١- حلمى إبراهيم سلام : " نحو نظام المؤشرات الحاسوبية وتحليل لإنتاجية المجلة العلمية الاقتصادية والتجارية " ، كلية التجارة ، جامعة الاسكندرية ، يناير ١٩٨٦م .
- ١٢- خالد حسين عزت : " دراسة تحليلية لمدى فاعلية الطرق الدفاعية المختلفة فى كرة اليد وأثرها على نتائج المباريات " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٢م .
- ١٣- خيرى محمد عبد المؤمن : " القواعد الدولية لقانون كرة اليد " ، الاتحاد المصرى لكرة اليد ، القاهرة ، ٢٠٠١م .
- ١٤- زينب دردير علام : " أهمية إضافة الوقت المستقطع فى نتائج مباريات كرة اليد " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٥م .
- ١٥- شعبان إبراهيم محمد : " دراسة نتجة التصويب للاعبى كرة السلة فى ظروف التدريب والمنافسة " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الاسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٩م .
- ١٦- طلعت محمد قدرى كامل : " فاعلية بعض التكوينات الخططية الهجومية وعلاقتها بنتائج نلشئات كرة اليد " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ١٩٩٩م .
- ١٧- عادل إبراهيم أحمد : " تحليل الأداء الخططى أثناء التغيير العددي فى مباريات كرة اليد " ، المجلة العلمية ، العدد التاسع عشر ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٠م .
- ١٨- عادل عبد البصير : " التدريب الرياضى والتفاعل بين النظرية والتطبيق " ، المكتبة المتحدة ، بورسعيد ، ١٩٩٢م .
- ١٩- عبد السلام بدوى : " أصول الإدارة " ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٧٨م .

- ٢٠- عصام عبد الخالق : " التدريب الرياضى نظريات وتطبيقات " ، ط٤ ، دار المعارف ، الاسكندرية ، ١٩٧٨ م .
- ٢١- على مصطفى طه : " الكرة الطائرة تاريخ - تعليم - تدريب - تحليل - قانون " ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٩ م .
- ٢٢- فاروق السيد غازى : " دراسة تحليلية لأنواع الهجوم وتأثيرها على نتائج المباريات فى كرة اليد " ، نظريات وتطبيقات ، العدد ١٥ ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٢ م .
- ٢٣- قدرى سيد مرسى : " إمكانية استغلال الرمية الحرة فى كرة اليد لزيادة نسبة الأهداف " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، ١٩٧٥ م .
- ٢٤- : " دراسة لتقويم بعض الخصائص الهجومية للفريق القومى لكرة اليد رجال خلال البطولة الأفريقية " ، إنتاج علمى ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٣ م .
- ٢٥- قدرى سيد مرسى ، محمد هادى الدنف : " العلاقة بين المتغيرات الدفاعية والأهداف المسجلة خلال مباريات الدورى الممتاز لكرة اليد " ، المؤتمر العلمى ، تطور علوم الرياضة ، المجلد الثالث ، جامعة المنيا ، ١٩٨٧ م .
- ٢٦- قدرى سيد مرسى : " تقويم فاعلية الأداء المهارى للاعبى كرة اليد خلال المباراة " ، المؤتمر العلمى لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، ١٩٨٨ م .
- ٢٧- كمال الدين درويش : " تطوير كرة اليد فى المملكة العربية السعودية " ، دار الجيل للطباعة ، القاهرة ، ١٩٧٧ م .
- ٢٨- : " الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد ، نظريات وتطبيقات " ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ١٩٩٨ م .
- ٢٩- كمال الدين درويش ، قدرى سيد مرسى ، عماد الدين عباس : " القياس والتقويم وتحليل المباراة فى كرة اليد " ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٢ م .
- ٣٠- كمال عبد الحميد ، محمد صبحى حسنين : " القياس فى كرة اليد " ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٨٠ م .

- ٣١- محمد إبراهيم أبو عاصى : " تقييم الكفاءة الهجومية لقلب الهجوم فى كرة اليد " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، ١٩٩٦م .
- ٣٢- محمد توفيق الوليلي : " دراسة تحليلية لأداء الفريق القومى لكرة اليد " ، المؤتمر العلمى الخامس لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٨٤م .
- ٣٣- \_\_\_\_\_ : " كرة اليد تعليم - تدريب - تكتيك " ، دار الكتب المصرية ، الكويت ، ١٩٨٩م .
- ٣٤- محمد حسن علاوى : " موسوعة الالعاب الرياضية " ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٧٧م .
- ٣٥- \_\_\_\_\_ : " علم التدريب " ، ط ٩ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٤م .
- ٣٦- محمد خالد عبد القادر حموده : " تحليل العمل الهجومى للفرق المشتركة فى بطولة الأمم الأفريقية السادسة للناشئات فى كرة اليد " ، المجلة العلمية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩١م .
- ٣٧- محمد خالد عبد القادر حموده : " الهجوم فى كرة اليد " ، شركة الديب ، الإسكندرية ، ١٩٩٥م .
- ٣٨- محمد خالد عبد القادر حموده : " القانون وتطبيقاته فى كرة اليد - تعديلات ١٩٩٧ " ، دار الطباعة ماكس جروب ، القاهرة ، ١٩٩٧م .
- ٣٩- محمد صبحى حسانين ، حمدى عبد المنعم : " طرق تحليل المباراة فى الكرة الطائرة " ط ٣ ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٧م .
- ٤٠- محمد صلاح الدين : " التكوينات الخططية الهجومية باستخدام الضرب الساحق من المنطقة الخلفية وتأثيره على نتائج مباريات الكرة الطائرة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٣م .
- ٤١- محمد محمود عبد الدايم ، محمد صبحى حسانين : " القياس فى كرة السلة " ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٨٦م .
- ٤٢- مدحت شوقى طوس وآخرون : " دراسة تحليلية لأداء الفريق القومى فى كرة اليد فى بطولة كأس العالم ١٩٩٥م " ، المؤتمر العلمى الثانى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ١٩٩٦م .

- ٤٣ - مرعى حسين مرعى : " دراسة تحليلية للعمل الهجومي لبعض طرق اللعب داخل منطقة الـ ٢٥ يارده للاعبى المستويات العالية فى الهوكى " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، ١٩٩١ م .
- ٤٤ - مفتى إبراهيم حماد : " التدريب الرياضى الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة " ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .
- ٤٥ - منير جرجس إبراهيم وآخرون : " كرة اليد بين النظرية والتطبيق " ، دار الجيل للطباعة ، القاهرة ، ١٩٧٨ م .
- ٤٦ - نادية محمد الصاوى : " دراسة تحليلية لفاعلية الدفاع الهجومي أثره على نتائج المباريات فى كرة اليد " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٢ م .
- ٤٧ - هانز جريت شتاين ، إدجار فيدرهوف : " كرة اليد " ، ترجمة كمال عبد الحميد ، ط ٥ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٦ م .
- ٤٨ - ياسر محمد حسن دبور : " دراسة فعالية التكوينات الخططية الهجومية بالنسبة لبعض التشكيلات الدفاعية فى مباريات كرة اليد " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الاسكندرية ، ١٩٩٢ م .
- ٤٩ - : " دراسة تحليلية لإنتاجية العمل الخططى الهجومي المنظم لبعض فرق الدورى الممتاز لكرة اليد فى ج.م.ع " ، نظريات وتطبيقات ، العدد ١٦ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٣ م .
- ٥٠ - : " دراسة تحليلية للتكوينات الخططية الهجومية التى تنتهى من مركز الجناحين والظهيرين فى كرة اليد " ، نظريات وتطبيقات ، العدد ١٩ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الإسكندرية ، ١٩٩٤ م .
- ٥١ - : " التدريب فى كرة اليد " ، الإسكندرية ، ١٩٩٦ م .
- ٥٢ - : " كرة اليد الحديث " ، دار منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٧ م .



٥٣- يوسف أحمد عبد الرحمن : " فعالية القيادات الإدارية فى المجال الرياضى بدولة الكويت وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٥ م .

#### ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 54- Bertucci, B : "Chamjpion ship volley ball by the Experts", 2end., ed, Leisute Press wes point, New York, 1982.
- 55- Federtik, H. : "Technique de denseus en Handball Bulletin deduction physique", 38-1980 – 8 – 14.
- 56- Frances, H. : "Basket ball Five players", London. 1997
- 57- Georg Mark : "Em, handball mineshaft trainer lim prtverlage, C, mbh, Frankfurt, 1974.
- 58- Keen, P, G, W : "Decision support system and Managerial ctivity opcit ", 1982.
- 59- Nidermann : "Possibilities pout I amelioration du jeu defensifen handball" Danes sports collectors" de sale, patios, I. N. S. E. P. 1995
- 60- Rolf Kuchen : "Leher und Piexis Des Hand Bool spiels, zeitscift, fur frainer ubun Gsleiter und schiad srichter," 1982.
- 61- Savin. S & Sushkov : " Skills and Tactics " Languages Publishing House. Moscow, 1985.