الفصل الأول

مقدمة ومشكلة البحث:

إن التوسع الهائل في حجم المعرفة العلمية والإنسانية وما يحدث من ثورة في مجال المعلومات إمتدت إلى جميع فروع ومجالات العلوم المختلفة مما جعلنا نواكب هذا التوسع والتطور حتى نصبح جزءا من حياة المجتمعات العصرية.

وقد إحتلت العملية التعليمة مكانا بارزا ضمن عمليات هذا التطور باعتبارها عملية شاملة، ولهذا شهدت الفترة الحالية محاولات جادة لتطوير التعليم ، ولمسايرة هذا التطور في مجال التعليم ينبغي البحث عن أفضل الطرق والأساليب التي يمكن إتباعها في التدريس لملاحقة هذا التقدم.

و تعد البرامج التعليمية أحد الجوانب الهامة في تطوير التربية الرياضية عامة والمهارات الحركية خاصة، إذ تعتبر الأساس العام الذي يبنى علية اكتساب المهارات الحركية التي تؤدى إلى عملية التعليم على أساس موضوعي سليم، لذلك يعد البرنامج هو أحد عناصر التخطيط المهمة والتي بدونها تكون عملية التخطيط غير قابلة للتنفيذ.

ويذكر **محمد لطفي السيد** (٢٠٠٦م) أنه تتضح أهمية القدرات التوافقية في كونها تعد شرطا لمستوى إنجاز المتعلم وكذا فإن توافر تلك القدرات للمتعلمين يمكنهم من الإستجابة للأداء الحركي بشكل أسرع كما أن المستوى التوافقي الجيد

يسمح للمتعلم بتقبل التنويع المهارى، ومن ثم فإن تنمية القدرات التوافقية بشكل عام ينعكس على الجوانب التالية:

- تقصير الزمن اللازم لتعليم طريقة الاداء الفني
- جودة الأداء الحركي وفاعليته
- توفير الشروط اللازمة للوصول إلى مستوى الانجاز
- القدرة على تكيف البرامج الذهنية الحركية.

كما يشير **أحمد السيد لطفي (١٩٩١م) نقلا عن بارو وماجي Barrow Magee** أن إفتقار الفرد للتوافق يؤدى إلى خلل أدائه الحركي، كما يزيد من فرص حدوث الإصابات وزيادة الجهد العضلي المبذول، لذا فإن إتقان المهارات الحركية بالتوافق اللازم لها يعد أمر ضروري وهام حتى تخرج الحركة في إطارها السليم من حيث القوة والسرعة والتوقيت المناسب.

ونظرا لما توفره رياضة كرة اليد من مناخ تربوي سليم للممارسين من الجنسين، فقد أدرجت ضمن مناهج التربية الرياضية في جميع المراحل التعليمية، إذ أنها تعتبر منهاجا تربويا متكاملا يكسب التلاميذ من خلال درس التربية الرياضية والنشاط الداخلي والخارجي كثيرا من المتطلبات التربوية الجيدة .

وتعد المهارات الحركية الأساسية للعبة كرة اليد هي العمود الفقري بالنسبة لعملية التعليم حيث يصبح إصلاح

الأخطاء فيما بعد عملية صعبة، كما أن المبتدئ لو لم يعد مهاريا لا يستطيع السيطرة على الكرة وعلى حركاتة.

فالمتعلم لا يمكن أن يؤدى المهارة بالطريقة الفنية المثلى الخالية من الأخطاء فالطبيعي عند تعلم مهارة حركية يصحب الاداء الكثير من الاخطاء .

وباطلاع الباحث على منهج التربية الرياضية بالصف السادس الإبتدائي تبين له أن الوحدة الخاصة بتدريس مهارات كرة اليد تضم مهارات التنطيط والتمرير والتصويب التي قد تتطلب توافر قدر مناسب من القدرات التوافقية مما يساهم في سرعة تعلم تلك المهارات الحركية المقررة علي التلاميذ في هذه المرحلة السنية .

وقد قام الباحث بإجراء عدد من المقابلات الشخصية لبعض معلمي التربية الرياضية بالمدارس الابتدائية بمحافظة سوهاج، بهدف التعرف على مدى إتقان التلاميذ لمهارات كرة اليد المنهجية في المرحلة العمرية من ٩- ١٢ سنة، وكان من نتائج تلك المقابلات الاتى:

١- عدم كفاية الوقت داخل الحصة لتعلم تلك المهارات.

٢- صعوبة الوصول بمستوى أداء التلاميذ إلى مرحلة الإتقان.

و يري الباحث أن هذه النتيجة قد ترجع إلي عدم توفر مستوى مناسب من القدرات التوافقية لتلاميذ تلك المرحلة،

وهذا ما يؤكده كل من **محمد لطفي السيد (٢٠٠٦) (٦٣) وعصام الدين عبد الخالق (٢٠٠٥) (٣٨)** حيث ذكرا أن إرتفاع مستوى القدرات التوافقية يعتبر مؤشر لإرتفاع المستوى الفني والمهارى للمتعلم وإن توفر مستوى جيد من تلك القدرات يؤدى إلى إختزال الزمن اللازم للتعلم واكتساب المهارات الحركية.

ومن خلال قيام الباحث بالمسح المرجعي لبعض الدراسات السابقة **ابراهيم محمود غريب ١٩٩٠م (١)، ١٩٩٦م(٢)، اشرف محمد سعد٢٠٠٩م (٧)، حامد محمدالكومي١٩٩٣م(١١)، حنان احمد رشدي ١٩٨٠م(١٤)، حنان محمد احمد٢٠٠٠م (١٥)، ٢٠٠٥م (١٦)، خالد فريد عزت ٢٠٠٧م (١٩)، حنان محمد عبد اللطيف ١٩٩٨م (١٧)، خالد نبيل خضيرا٢٠٠١م(٢٠)، رانيا محمد محمود٢٠٠٢م(٢١)، زينب اسماعيل محمد١٩٩٨م(٢٣)، سامي محمد علي ١٩٩٥م(٢٤)، سعاد محمد جبر ١٩٩٢م (٢٥)سلوي عزالدين فكري١٩٩١م (٢٧)، سيد محمد المرسي ٢٠١١م(٢٨)، شيرين احمد يوسف٢٠٠١م (٢٩)، شيماء محمد محمود٢٠٠٤م(٣٠) طارق صلاح الدين سيد٢٠٠٥م (٣٢)، عصام احمد حلمي ١٩٩٨م (٣٧)، فادية عطية سعد١٩٩١م، ١٩٩٨م(٤٤)، (٤٥)، كمال سليمان حسن ٢٠٠٧م (٥٠)، مدحت شوقي طوس ١٩٩٨م (٦٥)، مدحت قاسم عبد الرازق ١٩٩٦م(٦٦)، مروان علي عبد الله ٢٠٠٣م(٦٧) ، مصطفي احمد عبد الوهاب ٢٠٠٦م(٦٩)، نيفين حسين محمود٢٠٠٤م (٧٢)، نيفين محمود بدر ١٩٩٦م(٧٣)، هالة**

احمد ذكي١٩٨٨م (٧٤)، هبه عبد العظيم حسن ٢٠٠٥م (٧٥) تبين للباحث – في حدود اطلاعه - ندرة الدراسات السابقة التي تناولت دراسة تأثير البرامج التعليمية أو التدريبية باستخدام القدرات التوافقية في مجال كرة اليد بالرغم من إرتباطها الوثيق بتعلم مهارات كرة اليد ، وهذا ما دعا الباحث للقيام بتلك الدراسة للتعرف على تأثير برنامج تعليمي للقدرات التوافقية على أداء مهارات كرة اليد المنهجية للتلاميذ من ٩– ١٢ سنة

أهمية البحث والحاجة إلية:

١- تأتي استجابة لما ينادي به خبراء المناهج من ضرورة البحث عن الطرق المختلفة الحديثة في سبيل تحقيق الهدف المنشود من المقرر ومنها رفع الكفاءة البدنية والمهارية للتلاميذ

٢- قد يساعد هذا البحث معلمي التربية الرياضية في وضع تدريبات قد تساعدهم في تنمية القدرات التوافقية وإتقان اداء مهارات كرة اليد المنهجية للمرحلة العمرية من ٩- ١٢ سنة.

٣- قد يساعد هذا البحث في علاج ضعف الأداء المهاري للتلاميذ وسرعة تعلمهم للمهارات العملية المقدمة لهم في كرة اليد .

هدف البحث:

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تعليمي للقدرات التوافقية للتعرف على:

١- تأثيره على بعض القدرات التوافقية للعينة قيد البحث.

٢- تأثيره على أداء مهارات (التمرير، التنطيط، التصويب).

٣- التعرف على علاقة القدرات التوافقية بأداء مهارات كرة اليد المنهجية للعينة قيد البحث.

فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مستوى القدرات التوافقية لصالح القياس البعدى .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوي القدرات التوافقية لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة في مستوي القدرات التوافقية لصالح المجموعة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلى والبعدي للمجموعة الضابطة في أداء مهارات كرة اليد المنهجية لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أداء مهارات كرة اليد المنهجية لصالح القياس البعدي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في أداء مهارات كرة اليد المنهجية لصالح المجموعة التجريبية.
- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين القدرات التوافقية وأداء مهارات كرة اليد المنهجية للمجموعة التجريبية.

المصطلحات الواردة بالبحث:

القدرات التوافقية :

هي عبارة عن الشروط والخواص الحركية المنبثقة من المتطلبات الانجازية الخاصة بكل نشاط والتي تتيح للرياضي القدرة علي سرعة اكتساب واتقان وتثبيت الأداء الحركي بأعلي كفائة وبأقل جهد .

هي قدرات تتأسس بصورة مباشرة علي مستوي كل من الكفاءة الوظيفية والمورفولوجية للاعب ، حيث يمكن تقسيم القدرات التوافقية إلي محورين رئيسين ويتضمن المحور الأول القدرة علي التنظيم الحركي وهو ينبثق من العمليات التنظيمية للأداء الحركي ويمكن أن نطلق علي هذا المحور الأساس أو القاعدة الفسيولوجية ، أما المحور الثاني فيتضمن القدرات الحس حركية وهي تنبثق من النواحي الوظيفية والمورفولوجية والعمليات المعرفية ، ويمثل كلا المحورين أهمية قصوى في المجال الرياضي (٨٢ : ١١٢ - ١٢٩) .

البرنامج التعليمي:

هو مجموعة من الخبرات التعليمية المتوقعة التي تتبع من المنهاج وكل ما يتعلق بتنفيذه من(متعلم – معلم – طرق تدريس – الإمكانات – الزمن – تكنولوجيا التعليم – المحتوي – التقويم).