فعالية برنامج
بالدمج بين الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية
على مستوى الأداء المهارى
وتحسين الاتجاهات نحو ممارسة
كرة اليد

أ. م. د/ دعاء الدرديرى أبو الحسن

أ. م. د/ وفاء محمد عبد المجيد

المقدمة ومشكلة البحث

تعد لعبة كرة اليد إحدى الألعاب الجماعية ذات الطابع التنافسى و التشويقى والتى تطورت بشكل ملحوظ إلى أن وصلت لشكلها الحالى بما تتضمنه من تشكيلات ومهارات هجومية ودفاعية وخصائص بدنية إلا أن التقدم والارتقاء بالمستوى لن يأتى من فراغ وإنما يأتى كثمرة للمجهودات التى يقوم بها القائمون على اللعبة بداية من الاهتمام بعملية الانتقاء وصولا إلى تعليم وتدريب المبتدئين على أساس علمى (١٢:٢٧) (١٢ : ١٥) (٥ : ٢)

ويشير محمد خالد حمودة وجلال كمال (٢٠٠٨) أن الأداء الفردى لكرة اليد لا يكون له قيمة كبيرة إلا إذا تضمن نشاطاً جماعياً يمر به المبتدىء من خلال مجموعة من الندريبات على شكل ألعاب صغيرة تنافسية ومسابقات تحنوى على مهارات لنعامل مع الكرة أو بدونها ، لخلق أسس التفاعل الجماعى المبسط لدى المبتدىء . (١٨ : ٣٣)، ويتفق كل من ياسر دبور (١٩٩٦) ، محمد توفيق الوليلى (٢٠٠٠)، وعبد الفتاح عبدالله (٢٠٠٤) أن البراعة فى تعليم وتدريب الألعاب الجماعية تتركز فى تمكن الفريق من إدراك وحدة الصورة الكلية الجماعية لفريق ، ومن خلال الممارسة الفعلية المبسطة لعبة فى شكل مباريات تعليمية تعمل على تنمية المهارات الخاصة والصفات البدنية فى اتجاه طبيعة العمل أثناء الممارسة ، نظراً لأن المتعلم أثناء المنافسة يمر بمواقف متنوعة ومتغيرة ومطلوب منه أن يكيف مهاراته وقدراته لحل هذه المواقف. (٢٧ :٧٠) (١٥ :١٨٠) (٥: ١٠٨ :١١٠) ، ومن خلال الخبرة الميدانية للباحثان فى الإشراف على المدرسة الرياضية الإعدادية بالأسكندرية لاحظنا انخفاض مستوى الطالبات فى نتائج الاختبارات التطبيقية ، وضعف نسبة حضور الندريبات والموضحة بسجلات الحضور والغياب

بالمدرسة ، وأثناء المتابعة الدورية لتخصص كرة اليد بالمدرسة وجد أن المدرب يقوم بوضع برنامج كل (٣) شهور، وبرنامج سنوى فى ضوء الأهداف العامة لمدرسة، وبالإطلاع على نموذج لإحدى هذه البرامج ، اتضح أنه لا يراعى بعض الأسس العلمية مثل الفروق الفردية ، التتابع، والتكامل ، عدم التنوع والتشويق مع عدم وجود التقويم المستمر لطالبات أثناء التنفيذ، كما قامت الباحثتان بإجراء دراسة استطلاعية على الطالبات عينة البحث لتعرف على آرائهن فى محتوى البرنامج وكذلك أسباب عزوفهن عن حضور التدريبات الخاصة بكرة اليد مرفق (١)، وكانت من أهم نتائجها أن نسبة (٦٠٪) من الطالبات ذكرن أن التدريبات مكررة دون تغيير لفترات طويلة ، ونسبة (٧٠٪) ذكرن فقدان التدريبات لعنصر التشويق والإثارة ، ونسبة (٥٠٪) أقررا وجود صعوبة فى بعض التدريبات أثناء الأداء، الأمر الذى يمثل وجود مشكلة تتطلب إيجاد الحلول المناسبة لها .

ومن خلال تحليل نتائج الدراسة الاستطلاعية اتضح وجود قصور فى البرنامج الحالى مما أدى لتكوين اتجاهات سلبية لدى الطالبات تجاه ممارسة كرة اليد ، وهذه الاتجاهات تعوق التقدم فى النشاط الرياضى الممارس ، ويؤكد فى هذا الصدد محمد حسن علاوى (١٩٩٤) أن الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط الرياضى تلعب دورا مهما فى الارتقاء بمستوى هذا النشاط حيث أنها تمثل القوى التى تحرك الفرد وتثير، للممارسة والاستمرار بصورة منتظمة ، كما أن قياس الاتجاهات يسمح بتوقع نوعية سلوك الفرد تجاه النشاط مما يساعد المربى الرياضى على تشجيع الاتجاهات الإيجابية ويسهم فى محاولة تعديل الاتجاهات السلبية والتمهيد لتنمية اتجاهات جديدة وإكسابها للأفراد. [١٦: ٢٣٠] ، وبالإطلاع على البحوث والدراسات السابقة كدراسة السيد محمد سليمان (١٩٨١) [٣] هدى حسن سلامة (١٩٩٣) [٢٦] ، بوكيتى Bukhtiy (١٩٩٦) [٢٩] ، فتحى صادق منصور (١٩٩٧) [٦] ، محمد فاروق عبد السلام (١٩٩٩) [٢٢]، محمد أشرف محمد (١٩٩٩) [١٣] والتى هدفت إلى وضع برامج لتنمية وتطوير الجانب المهارى لناشئين – وفى حدود علم الباحثتان – لاحظنا أن معظم تلك الدراسات لم تهتم بتعليم وتدريب المهارات من خلال الدمج بين الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية وقياس الاتجاهات نحو ممارسة كرة اليد ،كما أنها لم تهتم بطالبات المرحلة الإعدادية بالمدارس الرياضية حيث أن هذه المرحلة تمثل القاعدة الأساسية لتنمية وتطوير لعبة كرة اليد، لذا تم وضع برنامج للألعاب التنافسية والمباريات التعليمية يتميز بالتنافس والتغيير فى طابعها لتنمية الأداء المهارى وتحسين الاتجاهات نحو ممارسة كرة اليد، بهدف التوصل إلى بعض النتائج التى قد تساعد المتخصصين فى توجيه عمليتى التعليم والتدريب لقطاع الناشئين بما يحقق الفائدة المرجوة ، مما دعا إلى إجراء الدراسة الحالية وموضوعها « فعالية برنامج بالدمج بين الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية على مستوى الأداء المهارى وتحسين الاتجاهات نحو ممارسة كرة اليد ».

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى وضع برنامج من خلال الدمج بين الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية بمجموعة من الضوابط الفنية والقانونية لتعرف على فاعلية البرنامج :

- للارتقاء بالمستوى المهارى لطالبات المدرسة الإعدادية الرياضية بالأسكندرية .
- لتحسين نسب الأخطاء القانونية فى المباريات التعليمية لعينة (قيد البحث) .
- لتحسين الاتجاهات نحو ممارسة كرة اليد لعينة (قيد البحث) .

فروض البحث:

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات القياسين القبلى و البعدى لعينة البحث فى الاختبارات

المهارية (قيد البحث) وأصالح القياس البعدى .

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى نسب الأخطاء الفانونية (قيد البحث) فى المباريات التعليمية وأصالح القياس البعدى .

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات القياسين القبلى و البعدى لعينة البحث فى مقياس الاتجاهات نحو ممارسة كرة اليد وأصالح القياس البعدى .

إجراءات البحث

أولاً : منهج البحث :

تم استخدام المنهج التجريبى بنظام المجموعة الواحدة بإجراء القياس القبلى والبعدى لمناسبته لطبيعة الدراسة.

ثانيا: مجتمع البحث :

اشتمل مجتمع البحث على طالبات الصف الأول بالمرحلة الإعدادية (تخصص كرة اليد) بمدرسة كيوباترا الرياضية بالأسكندرية، وعددهن (٢٨) طالبة، وتراوحت أعمارهن ما بين (١٢-١٣) سنة.

ثالثا: عينة البحث:

عينة الدراسة الأساسية: تم اختيار (١٨) طالبة بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث لإجراء التجربة الأساسية ، وتم استبعاد طالبتان للإصابة فأصبح عدد العينة (١٦) طالبة.

عينة الدراسات الاستطلاعية: تم اختيار (١٠) طالبات بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة الأساسية ، بهدف إجراء المعاملات العلمية للاختبارات قيد الدراسة، وتجربة محتوى البرنامج .

رابعا: أدوات البحث:

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج تحليل المراجع العلمية والدراسات السابقة تم استطلاع آراء الخبراء فى الاستمارات الخاصة بمتغيرات البحث من حيث:

- تحديد مجموعة الألعاب النافسية فى كرة اليد والملائمة لعينة (قيد البحث) . مرفق (٣)
- تحديد مجموعة الضوابط الفنية والفانونية لمباريات التعليمية لعينة (قيد البحث). مرفق (٤)
- تحديد الاختبارات التى تقيس مستوى الأداء المهارى لعينة قيد البحث . مرفق (٥)
- تحديد الأخطاء الفانونية لمباريات التعليمية لطالبات عينة البحث . مرفق (٦)
- مقياس الاتجاهات . مرفق (٧)

وقد تم استطلاع آراء الخبراء وعددهم (١٢) عن طريق المقابلة الشخصية لحصول على آرائهم فيما يخنص بمحتوى استمارات الاستبيان ، على أن يكون الخبير لديه خبرة فى التدريس أو التدريب فى مجال كرة اليد لا تقل عن (١٥) عاماً . مرفق (٢).

خامسا: إجراءات تخطيط البرنامج المقترح:

بعد الرجوع للمراجع العلمية والدراسات السابقة فى مجال كرة اليد ، ياسر دبور (١٩٩٧)[٣٧] ، فيرنرفيك وآخرون (١٩٩٧) [١٠] محمد أشرف (١٩٩٩) [١٣] ، منير جرجس (٢٠٠٤)[٢٤]، عبد الفتاح عبدالله (٢٠٠٤) [٥] ، محمد خالد وجلال كمال (٢٠٠٨) [١٨] ، ومواقع شبكة المعلومات الدولية ومنها (٣٥)، (٣٦)، (٣٧)، (٣٨)، (٣٩) ، تم تحديد هدف البرنامج، تحديد محتوى البرنامج ويتضمن :

أ - تحديد مجموعة من الألعاب النافسية فى كرة اليد ، وعددهم (٢١) لعبة ووضعها فى استمارة لاستطلاع آراء السادة الخبراء عن مدى ملائمتها لطالبات عينة البحث ، وتحفيقها لأهداف البرنامج ، وبناءً على نتائج تحليل آراء الخبراء تم تفسيم الألعاب إلى :

- ألعاب تهدف لتطوير مهارتى التمرير والاستلام والتنطيط وعددهم (٥) .

- ألعاب تهدف لتطوير مهارة التصويب بأنواعه وعددهم (٥) .

- ألعاب تهدف لتطوير مهارة الخداع وعددهم (٤).

- ألعاب تهدف لتطوير المهارات الدفاعية وعددهم (٧) . مرفق (٣)

ب - تحديد مجموعة الضوابط الفنية والقانونية للمباريات التعليمية (قيد البحث) ووضعها فى استمارة لاستطلاع آراء السادة الخبراء عن مدى ملائمتها لطالبات عينة البحث، وتحقيقها لأهداف البرنامج ، وبناءً على نتائج تحليل آراء الخبراء تم إضافة بعض الضوابط الفنية منها : ضرورة إنهاء الهجوم فى (٣٠ث) ، الاهتمام بتنمية التمرير الطويل، وبعض الضوابط القانونية : الاهتمام بالأخطاء القانونية لحارس المرمى ، أخطاء أداء الرميات ، كما تم تقسيم المباريات تبعاً لعدد أفراد الفريق ، والهدف منها، أسلوب التنفيذ ، ومساحة الملعب ، وبذلك تم التوصل للشكل النهائى للضوابط الفنية والقانونية للمباريات التعليمية مرفق (٤).

خطوات تحديد الاختبارات المهارية للعينة قيد البحث :

بعد الرجوع للمراجع العلمية فى مجال الاختبارات والمقاييس مثل: محمد صبحى حسانين (١٩٩٥) [٢١]، أحمد محمد خاطر وعلى البيك (١٩٩٦) [٢]، كمال عبد الحميد ومحمد صبحى حسانين (٢٠٠٢) [١٢]، كمال درويش وآخرون (٢٠٠٢) [١١]، والدراسات السابقة كدراسة فتحى صادق منصور (١٩٩٧) [٦] ، محمد فاروق عبد السلام (١٩٩٩) [٢٢] ، محمد أشرف محمد (١٩٩٩) [١٣] تم تصميم عدد (٩) اختبارات وبعد عرضها على الخبراء وتحليل آرائهم أسفرت عن (٧) اختبارات بعد استبعاد الاختبار (٢،٩) مرفق (٥).

المعاملات العلمية للاختبارات :

صدق الاختبارات: تم استخدام الصدق النجريبى عن طريق حساب معاملات التمييز للاختبارات المهارية (قيد البحث) لطالبات عينة الدراسة الاستطلاعية وقد تراوحت بين (٠,٦٦١ - ٠,٨٧٣) وهى قيم معاملات تمييز مقبولة.

ثبات الاختبارات : تم حساب ثبات الاختبارات المهارية (قيد البحث) بطريقة ألفا كرونباك وقد بلغت قيم معاملات الثبات (٠,٨) تقريباً وهى قيم مرتفعة مما يدل على ثبات جميع الاختبارات.

خطوات إعداد استمارة تقييم وملاحظة وتسجيل الأخطاء الفانونية :

بعد حصر الأخطاء الفانونية من المراجع (١٩٩٠)[١٤]، (١٩٩٧)[١٩]، (٢٠٠٤)[٢٤]، (٢٠٠٥)[٨] وتحليل عدد (٢) مباراة تعليمية لطالبات عينة الدراسة الاستطلاعية ، تم تسجيل الأخطاء داخل استمارة أعدت لذلك، ، ثم عرض الاستمارة على عدد (١٢) من الخبراء والمتخصصين مرفق (٢) لتعرف على آرائهم فى مدى ملائمة الاستمارة للهدف الذى وضعت من أجله، وبتحليل آراء الخبراء تم استبعاد الأخطاء التى حققت أقل من ٧٠٪ من نسب الاتفاق وتم تطبيق استمارة ملاحظة الأخطاء الفانونية على عينة الدراسة الاستطلاعية فى الفترة (٢٨ ، ٢٠١٢/١/٢٩) عن طريق إقامة عدد (٢) مباراة تعليمية مدة كل منها (٢٠) دقيقة موزعة على شوطين، وملاحظة وتسجيل الأخطاء فى الاستمارة (قيد البحث) بهدف التعرف على : مدى سهولة استخدام الاستمارة ، إيجاد المعاملات العلمية للاستمارة ، بعد إجراء التعديلات اللازمة أصبحت الاستمارة فى صورتها النهائية مرفق (٦).

المعاملات العلمية للاستمارة (قيد البحث)

الصدق :

تم حساب الصدق للاستمارة بطريقة لوش Lawshe و قد تراوحت معاملات الصدق لمتغيرات الاستمارة قيد البحث ما بين (٠,٧٣ - ١,٠) مما يدل على صدق الاستمارة.

الثبات : تم حساب ثبات استمارة الملاحظة بطريقة ملاحظة (٢) من المحكمين لمباراة المسجلة على شريط الفيديو وإيجاد متوسط عدد الأخطاء لفريق بواسطة كل محكم على حدة وإيجاد معامل الارتباط ، وقد بلغ معامل الثبات بتطبيق معادلة سبيرمان براون (٠,٩٥٧) وهو معامل ثبات مرتفع .

خطوات بناء وضبط مقياس الاتجاهات :

إن نقطة البداية فى تصميم هذا المقياس هى تحديد الهدف من المقياس وهو التعرف على اتجاهات طالبات المدرسة الرياضية نحو ممارسة نشاط كرة اليد ، ثم وضع العبارات التى تمثل اتجاهات الطالبات قبل النجرية وبعدها مع مراعاة أن تكون واضحة وفى حدود فهم واستيعاب الطالبات، وتم استخدام طريقة ليكرت Lekrt بثلاثة أوزان (أوافق بشدة ، أوافق ، لا أوافق) حيث أنها تنميز بالسهولة فى استخدامها وتكون المقياس من (٢٥) عبارة ، وعند التصحيح يعطى للإجابة الأولى (٣) درجات والثانية درجتان والأخيرة درجة واحدة فقط، مجموع درجات المقياس فى صورته الأولية (٧٥) درجة، صدق المقياس: تم إجراء الصدق عن طريق الاتساق الداخلى وهو إيجاد معامل الارتباط بين درجات كل عبارة ودرجة المقياس ، حيث تراوحت بين (٠,٣٦٤ - ٠,٧١٠) وهى دالة عند مستوى أكبر من (٠,٠٥) مما يدل على صدق عبارات المقياس ، ثبات المقياس : تم إيجاد الثبات بطريقة ألفاكرونباخ وحساب ثبات كل عبارة، ثم إيجاد الثبات الكلى للمقياس وبلغ (٠,٧٤٠) وهو معامل ثبات مقبول، مما يشير إلى ثبات المقياس، وأصبح المقياس فى صورته النهائية مرفق (٧) .

التخطيط الزمنى لمحتوى البرنامج :

- تم تحديد زمن البرنامج وفقا لخطة الدراسية لفصل الدراسى الثانى لصف الأول الإعدادى بمدرسة كيوباترا الرياضية لعام الدراسى (٢٠١٢/٢٠١١) ولمدة (١٠ أسابيع) فى الفترة الزمنية من (٢٠١٢/٢/١٨) إلى (٢٠١٢/٤/٢٦).

- تحديد عدد مرات التدريب الأسبوعية بواقع (٤) مرات فى الأسبوع أيام (الأحد - الاثنين- الأربعاء- الخميس).

- تحديد مدة التدريب ٩٠ دقيقة بواقع ٣٦٠ دقيقة أسبوعياً .

- تحديد الزمن الكلى للبرنامج ٣٦٠٠ دقيقة.

تم توزيع محتوى الأجزاء الرئيسية للبرنامج (الإحماء، الجزء الرئيسى ويشمل: ألعاب تنافسية - مباريات تعليمية ، الختام) على وحدات البرنامج وفقاً للأزمنة الخاصة بها . مرفق (٨).

الدراسة الأساسية:

القياس القبلى: تم إجراء القياس القبلى للاختبارات المهارية ومقياس الاتجاهات ، وملاحظة وتسجيل الأخطاء الفانونية (قيد البحث) على عينة الدراسة الأساسية فى الفترة من (٩ - ١٥ /٢/ ٢٠١٢) .

تنفيذ البرنامج: استغرق تنفيذ البرنامج (١٠ اسابيع) فى الفترة من ٢٠١٢/٢/١٨ إلى ٢٠١٢/٤/٢٦ على عينة الدراسة الأساسية بواقع (٤) وحدات فى الأسبوع، زمن الوحدة (٩٠) دقيقة.

القياس البعدى: تم إجراء القياس البعدى للاختبارات المهارية ومقياس الاتجاهات والمباريات التعليمية قيد البحث على عينة الدراسة الأساسية فى الفترة ٢٠١٢/٤/٢٩ إلى ٢٠١٢/٥/٧ .

المعالجات الإحصائية :

تحقيقاً لهدف البحث واختبار الفروض تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية: المتوسط الحسابى - اختبار «ت» الفروق - الانحراف المعيارى - معاملات التمييز - معامل ألفا لكرونباخ - النسبة المئوية - معامل الاتفاق لروش - حجم التأثير - معامل ارتباط بيرسون .

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (١) دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى فى الاختبارات المهارية (قيد البحث)

الاختبارات	القياس القبلى		القياس البعدى		الفروق بين المتوسطين	الانحراف المعيارى	قيمة (ت)	حجم التأثير
	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى				
التنطيط والخداع ثم التصويب (ث)	١٨,٩٠٨	١,٠٢٩	١٨,٣٠٦	٠,٨٨٧	٠,٦٠١	٠,٣٥٠	٦,٨٧٥	١,٧١٩
التمرير والاستلام ثم التصويب مع الزميل (ث)	١٨,٠٤٩	٠,٦٨٧	١٧,٣٦١	٠,٦٧٢	٠,٦٨٨	٠,٢٧٠	١٠,٢٠٣	٢,٥٥١
التمرير والاستلام ثم الخداع ثم التصويب مع الزميل (ث)	١٨,٥٥١	١,٣٥٨	١٧,٨٨٩	١,٤٢٥	٠,٦٦١	٠,٣٠٣	٨,٧٣٦	٢,١٨٤
سرعة بناء الهجوم من المراكز (ث)	٣٧,٥٨٠	٠,٠٠٠	٣٦,٩٤٩	٠,٢٠٤	٠,٦٣١	٠,٢٠٤	١٢,٣٦٤	٣,٠٩١
وقفة الاستعداد ثم التحركات الدفاعية المتنوعة (عدد)	٤,٩٧٦	١,١٠٧	٦,٨٠٥	٠,٧٨٢	١,٨٢٩	٠,٢٧٨	٨,٣٩٧	١,٢٩٦
وقفة الاستعداد ثم التحرك الأمامى وتشتيت الكرة (عدد)	٣,٠٠٠	١,٢٢٥	٤,٨٠٥	٠,٦٤١	١,٨٠٥	٠,٥٥٤	١٠,٥٠٢	١,٦٢٠
التحرك الدفاعى على مرتين (٤٠) م والانطلاق للهجوم الخاطف (ث)	٢٦,٣٦١	١,٣٧٥	٢٥,٥٥٦	١,٤٨١	٠,٨٠٥	٠,٣٧٤	٨,٦١٢	٢,١٥٣

يتضح من جدول (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والقياس البعدى ولصالح القياس البعدى حيث تراوحت قيم (ت) ما بين (٦,٨٧٥ - ١٩,٧٩٠) وهى قيم أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى (٠,٠١).

جدول (٢) نسب التحسن لمتوسط عدد الأخطاء والعقوبات القانونية بين القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث (ن١٦)

م	الأخطاء والعقوبات القانونية	متوسط عدد الأخطاء القانونية		نسبة التحسن٪
		القبلي	البعدي	
١	الاحتفاظ بالكرة لمدة أكثر من (٣) ثواني.	٢١,٢٥	٩,٥٠	٥٥,٢٩
٢	التحرك بالكرة أكثر من (٣) خطوات.	٢٥,٠٠	١١,٢٥	٥٥,٢٩
٣	تنطيط الكرة ثم الإمساك بها وإعادة تنطيطها (دبل دربل).	١٥,٧٥	٧,٥٠	٥٥,٠٠
٤	لمس الكرة أكثر من مرة بعد استقبالها والسيطرة عليها.	١٤,٢٥	٤,٠٠	٥٢,٣٨
٥	لمس الكرة بالقدم أو الساق أسفل الركبة.	١٣,٢٥	٥,٢٨	٧١,٩٣
٦	تحويط أو مسك جسم أو ملابس المنافس (دون إهدار فرصه لتسجيل هدف)	١٨,٢٥	٤,٥٠	٦٠,١٥
٧	حجز أو دفع المنافس بالذراعين أو الساقين (دون إهدار فرصه لتسجيل هدف)	١٧,٧٥	٧,٧٥	٧٥,٣٤
٨	سحب أو ضرب الكرة من يد المنافس (دون إهدار فرصه لتسجيل هدف)	١٥,٠٠	٣,٧٥	٥٦,٣٤
٩	ترك حارس المرمى منطقة مرماه وبحوزته الكرة.	٨,٥٠	٢,٥٠	٧٥,٠٠
١٠	عودة حارس المرمى لمنطقة مرماه وبحوزته الكرة.	٦,٧٥	١,٥٠	٧٠,٥٩
١١	لمس حارس المرمى للكرة خارج منطقة مرماه وهو بداخلها.	٥,٠٠	١,٢٥	٧٧,٧٨
١٢	لمس حارس المرمى للكرة بالساق أو القدم وهى مستقرة داخل منطقة المرمى.	٨,٧٥	٣,٥٠	٧٥,٠٠
١٣	دخول مهاجم منطقة المرمى وبحوزته الكرة.	٢١,٥٠	٩,٧٥	٦٠,٠٠
١٤	دخول مدافع منطقة المرمى عمدا واستفاد هو أو فريقه.	٢١,٢٥	٨,٢٥	٥٤,٦٥
١٥	عدم التزام المهاجمين بالوقوف خارج دائرة الـ٩م أثناء رمية الـ٧م.	٤,٠٠	٠,٧٥	٦١,١٨

١٦	عدم أداء رمية الـ ٧م فى خلال (٣) ث من صفارة الحكم	٥,٠٠	١,٢٥	٨١,٢٥
١٧	عدم أداء رمية الإرسال فى خلال (٣ث) من صفارة الحكم	٨,٥٠	٢,٢٥	٧٥,٠٠
١٨	دخول أحد المهاجمين دائرة الـ ٩م أثناء الرمية الحرة	١٢,٠٠	٣,٢٥	٧٣,٥٣
١٩	التأخير فى أداء الرمية الحرة	٧,٥٠	٢,٥٠	٧٢,٩٢
٢٠	عدم ملامسة إحدى القدمين للأرض أثناء رمية الجانب	٥,٧٥	٢,٠٠	٦٦,٦٧
٢١	عدم ملامسة إحدى القدمين للأرض أثناء رمية الإرسال	٥,٢٥	١,٢٥	٦٥,٢٢
٢٢	عدم ملامسة إحدى القدمين للأرض أثناء رمية الـ٧م	٥,٥٠	١,٥٠	٧٦,١٩
٢٣	تحويط ودفع المنافس وإهدار فرصه لتسجيل هدف	١٢,٧٥	٦,٥٠	٧٢,٧٣
٢٤	حجز أو دفع المنافس بالذراعين مع إهدار فرصه لتسجيل هدف	١٣,٧٥	٤,٢٥	٤٩,٠٢
٢٥	سحب أو ضرب الكرة من يد المنافس مع إهدار فرصه لتسجيل هدف	٦,٥٠	٢,٠٠	٦٩,٠٩
٢٦	إرجاع أحد اللاعبين الكرة إلى حارس مرماه	٧,٥٠	٢,٧٥	٦٩,٢٣
٢٧	التبديل الخاطئ	٦,٠٠	٢,٠٠	٦٣,٣٣
٢٨	دخول لاعب إلى الملعب قبل انتهاء مدة إيقافه	٥,٠٠	١,٠٠	٦٦,٦٧

يتضح من جدول (٢) ارتفاع نسب التحسن فى عدد الأخطاء والعقوبات القانونية بين القياسات القبلية والبعدية لعينة البحث حيث تراوحت ما بين (٤٩,٠٢٪ - ٨٧,٥٠٪) .

جدول (٣) دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى فى مقياس الاتجاهات (قيد البحث) ن = ١٦

القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		قيمة (ت)
	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	
الدرجة	٣٢,٥٨	٦,٤٨	٥١,٩٦	٧,٠٦	١٠,٨٧

×ت عند مستوى (٠,١٠) = ٢,٦٦

يتضح من جدول (٣) أن قيمة (ت) بلغت (١٠,٨٧) وهى دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلى والبعدى ولصالح البعدى .

ثانيا : مناقشة النتائج :

يتضح من جدول (١) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١) بين القياسين القبلى والبعدى فى جميع الاختبارات المهارية (الهجومية والدفاعية) قيد البحث و لصالح القياس البعدى ، كما يتضح من جدول (٢) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١) بين القياس القبلى والبعدى فى متوسط عدد الأخطاء القانونية فى المباريات التعليمية ولصالح القياس البعدى حيث تراوحت نسبة التحسن من (٤٩,٠٢ - ٨١,٢٥) وقد يرجع ذلك التحسن إلى فعالية محتوى البرنامج المقترح وما اشتمل عليه من مجموعة للألعاب والتى تم تنفيذها فى جو من التنافس مع التنوع والتدرج من البسيط إلى المركب ومن السهل للصعب ، ومن خلال مراعاة الترتيب المنطقى لتعليم وتدريب المهارات الأساسية الهجومية والدفاعية فى كرة اليد مما أدى إلى بناء التصور المهارى الذى يسهم بقدر كبير وإيجابى فى استيعاب المبتدئات لمهارات ، كما أن المباريات التعليمية أتاحت الفرصة لعينة البحث لتنفيذ كل المهارات هجومية ودفاعية فى مختلف الاتجاهات ومن مختلف المسافات والأبعاد والتدريب على التحرك داخل الملعب بالكرة وبدونها لاتخاذ المكان المناسب فى مواقف اللعب الفعلية التى تحدث أثناء المباريات ، وهذا يتفق مع ما أشار إليه محمد حسن علاوى (١٩٩٧) أن استخدام الألعاب يساهم بشكل واضح وفعال فى تعلم وإتقان المهارات الأساسية ، وبعض القواعد والقوانين ، كما تعمل على إضافة عاملى التشويق والتنافس

عند تعلم المهارات [17: ٢٤٢] ، ويؤكد فى هذا الصدد روبرت شوارزكويف Chwarzkopf. R (١٩٩٩) [٣٣] أن فلسفة تعليم كرة اليد للمبتدئين يمكن تلخيصها فى ثلاثة أهداف وهى: تحقيق المهارات بصورة مركبة، التدريب عليها مع الاهتمام بعامل التشويق والبعد عن الملل، التأكيد على التغذية الراجعة أثناء الممارسة ، كما يضيف عبد الفتاح عبد الله (٢٠٠٤) بأن تعليم وتدريب المبتدئين فى الألعاب الجماعية يتطلب منا تزويد هذه المرحلة السنية بمجموعات من الألعاب تساعد على تهيئة جسم المبتدىء لتعامل مع الكرة والزميل بسلاسة لنمية النوافق بين المبتدئ والأداة والفراغ المحيط به (٥: ١٨ ، ٥٨).

وقد يرجع ذلك التحسن فى القياسات البعدية إلى استخدام الألعاب النافسية والضوابط الفنية والقانونية فى المباريات التعليمية وتطبيقها من خلال التغيير فى (عدد اللاعبين ، زمن المباراة، مساحة الملعب)، وفى وجود مدافع سلبى ثم نصف إيجابى ثم مدافع إيجابى فى صورة مواقف تنافسية، بما يتشابه مع سرعة ودقة الأداء لمواقف المتغيرة أثناء المنافسة، بالإضافة إلى أن المباريات التعليمية قدمت مناخاً ملائماً لتطبيق المهارات الهجومية والدفاعية فى المواقف الفعلية مما ساعد على اكتساب الطالبات العديد من الخبرات أدت إلى تنفيذ المهارات بصورة جيدة تحت ظروف متغيرة مع تقليل عدد الأخطاء الفنية والقانونية .

ويؤكد فى هذا الصدد كل من محمد خالد حمودة وياسر دبور (١٩٩٥)، روكنر Racknr. H. (١٩٩٨) ، بيتر كافكس Peter kovacs (٢٠٠٢)، منير جرجس (٢٠٠٤) أنه على لاعب كرة اليد أن يمتلك ثروة من مهارات اللعب المتعددة بمختلف أشكالها حتى يستطيع اختيار المهارة بالشكل المناسب لموقف وأدائها بالدقة والسرعة المطلوبة لتنفيذ فى هذا الموقف مع تحقيق الهدف منها (٢٠: ٢)، (٣٢: ١)، (٣١: ٣١)، (٢٤: ٢٤٠).

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من فتحى صادق منصور (١٩٩٧) [٦]، محمد أشرف (١٩٩٩) [١٣]، محمد فاروق عبد السلام (١٩٩٩) [٢٢] والتى أشارت إلى أن تعلم وتدريب المهارات فى ظروف ومواقف متغيرة ومتشابهة لمواقف اللعب المتنوعة تؤدى إلى تطوير هذه المهارات، وهذا ما أشار إليه كل من كلاوس فيلدمان Klaus Feldmann، (١٩٩٩) والمجلة الكندية لكرة اليد Canadian Team Handball Magazine، (١٩٩٤) أنه يجب تعليم وتدريب المبتدىء على المهارة بكل احتمالاتها فى ظروف أداءها المختلفة والمشابهة لظروف المباراة لتطوير اكتساب المبتدئين لمكونات النوافق الحركى مما يؤدى إلى تثبيت ما اكتسبه المبتدىء من مهارات واستخدامها بشكل إبداعى تحت الظروف المختلفة للمباريات. [٣٠: ٢-٣] [٣٤: ١٧].

وبهذا يتحقق صحة الفرض الأول الذى ينص على وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات القياسين القبلى و البعدى لعينة البحث فى الاختبارات المهارية (قيد البحث) ولصالح القياس البعدى ، وصحة الفرض الثانى الذى ينص على «توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى نسب الأخطاء الفنية فى المباريات التعليمية ولصالح القياس البعدى » .

كما يتضح من جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١) بين القياسين القبلى والبعدى فى مقياس الاتجاهات قيد البحث ولصالح القياس البعدى وقد يرجع ذلك التحسن إلى البرنامج المقترح وما اشتمل عليه من ألعاب تنافسية ومباريات تعليمية ساهمت فى تحسين الجانب المهارى ، وتقليل نسب الأخطاء القانونية فى المباريات التعليمية مما أدى إلى تعديل الاتجاهات السلبية وتكوين اتجاهات إيجابية نحو ممارسة كرة اليد ، والاستمرار فى الممارسة

بصورة منتظمة ، ويشير فى هذا الصدد محمد حسن علاوى (١٩٩٤) أن الاتجاهات تسهم بدور مهم فى مجال التربية البدنية والرياضة، فهى تساعد المربى الرياضى على توقع نوعية سلوك الفرد نحو النشاط الرياضى ومن ثم تشجيع اتجاهاته الإيجابية المرغوبة وتعديل الاتجاهات غير المرغوبة [٢٢،١٦]، ويرى فرج طه (١٩٩٣) أن الاتجاهات هى دافعا مكتسبا يتضح فى استعداد وجدانى له درجة ما من الثبات يحدد شعور الفرد ويحدد سلوكه بالنسبة لموضوعات معينة من حيث تفضيلها أم عدم تفضيلها أى أن الفرد يحبها ويميل إليها أو يكرهها وينفر منها [٢٣،٩] ، وترى الباحثتان أن وجود عنصر المنافسة والتشويق فى الألعاب والمباريات وتحسن نسبة الأخطاء القانونية للطالبات أدى إلى الرضا عن دور كل منهن فى الفريق وتكوين الاتجاهات الإيجابية نحو كرة اليد، والتى تؤدى بدورها أيضا إلى زيادة دافعية الطالبات نحو الممارسة و الاستمرار فى التدريب ، وبهذا يتحقق صحة الفرض الثالث الذى ينص على وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى مقياس الاتجاهات نحو ممارسة كرة اليد ولصالح القياس البعدى .

الاستخلاصات

توصلت نتائج الدراسة إلى التأثير الإيجابى للبرنامج المقترح باستخدام الألعاب التنافسية والمباريات التعليمية على:

١ - تحسين مستوى الأداء المهارى للمبتدئات فى كرة اليد.
٢ - تحسين نسبة الأخطاء القانونية فى المباريات التعليمية للمبتدئات فى كرة اليد .
٣ - تحسين الاتجاهات نحو ممارسة كرة اليد للطالبات عينة البحث .

التوصيات

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج هذا البحث توصى الباحثات بالآتى:

١ - تطبيق البرنامج المقترح لتطوير الأداء المهارى فى كرة اليد لطالبات الفرقة الأولى للمدارس النجريبية الرياضية.
٢ - الاهتمام بتطبيق المهارات فى مواقف اللعب المعلية من خلال المباريات التعليمية .
٣ - الاهتمام بقياس الاتجاهات للمتعلمين كالاهتمام بالجانب المهارى والبدنى للارتقاء بلعبة كرة اليد .
٤ - استخدام الاختبارات المهارية (الهجومية والدفاعية) المركبة لقياس مستوى الأداء المهارى للمبتدئات فى كرة اليد.
٥ - إجراء بحوث مشابهة لتحديد أنسب الطرق لتعليم المبتدئين كرة اليد بهدف الوصول لأداء متكامل للعبة.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية :

١- أحمد عزت راجح (١٩٩٥) : أصول علم النفس ، دار المعارف ، القاهرة .

٢- أحمد محمد خاطر ، على البيك (١٩٩٦) : القياس فى المجال الرياضى، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

٣- السيد محمد سليمان (١٩٨١) : أثر تعليم المبتدئين فى كرة اليد باستخدام طريقة المنافسات الجماعية، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، جامعة حلوان .

٤- أمر الله أحمد البساطى (١٩٩٤): دراسة تحليلية لأنواع الأداءات الحركية المركبة (المدمجة) فى بعض الألعاب الجماعية خلال المباراة، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية لبنين، جامعة الإسكندرية .

٥- عبد الفتاح عبد الله (٢٠٠٤): المنظومة المتكاملة لإعداد فريق الألعاب الجماعية لتحقيق نتائج، المكتبة المصرية لطباعة، الإسكندرية .

٦- فتحى صادق منصور (١٩٩٤) : تأثير جمل حركية هجومية مقترحة على السلوك الخططى لناشئ كرة اليد، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية لبنين، جامعة القاهرة .

٧- عصام الدين عبد الخالق (١٩٩٢) : التدريب الرياضى نظريات وتطبيقات ، دار المعارف .

٨- عفت رشاد (٢٠٠٥) : قواعد اللعب الدولية لكرة اليد، أغسطس .

٩- فرج عبد القادر طه ، شاكر قنديل ، حسين عبد القادر، مصطفى كامل (١٩٩٣) : موسوعة علم النفس والتحليل النفسى، دار سعاد الصباح ، الكويت .

١٠- فيرنرفيك، هاينزيوش ، رايمون كوخ ، جيرد فيشر (١٩٩٧) : الممارسة التطبيقية لكرة اليد (لمبتدئين، المتقدمين)، ترجمة كمال عبد الحميد، محمد حسن علاوى، دار المعارف، القاهرة .

١١- كمال درويش، قدرى مرسى، عماد الدين أبو زيد (٢٠٠٢) : القياس والتقويم وتحليل المباراة فى كرة اليد، نظريات - تطبيقات، مركز الكتاب لنشر، القاهرة .

١٢- كمال عبد الحميد، محمد صبحى حسانين (٢٠٠٢) : رباعية كرة اليد الحديثة المهارات الحركية ومراقبة مستوى الأداء، مركز الكتاب لنشر، القاهرة .

١٣- محمد أشرف كامل (١٩٩٩) : أثر برنامج مقترح لتنمية بعض الأداءات المهارية المركبة على مستوى الإنجاز لناشئ كرة اليد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية لبنين، جامعة الإسكندرية .

١٤- محمد أمين المبيض (١٩٩٠) : بناء اختبار معرفى لطلبة تخصص كرة اليد بكلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية لبنين، جامعة حلوان، القاهرة .

١٥- محمد توفيق الوليلى (٢٠٠٠) : تدريب المنافسات ، الطبعة الأولى ، القاهرة .

١٦- محمد حسن علاوى (١٩٩٤) : علم النفس الرياضى ، دار المعارف ، القاهرة .

١٧- ـــــ (١٩٩٧) : علم نفس المدرب والتدريب الرياضى، دار المعارف، القاهرة .

١٨- محمد خالد حمودة ، جلال كمال سالم (٢٠٠٨) : الهجوم والدفاع فى كرة اليد ، منشأة المعارف، الطبعة الأولى، الإسكندرية .

١٩- محمد خالد حمودة وخيرى محمد عبد المؤمن (١٩٩٧) : القانون وتطبيقاته فى كرة اليد، ماكس جرب لنشر، الإسكندرية.

٢٠- محمد خالد حمودة ، ياسر دبور (١٩٩٥) : الهجوم فى كرة اليد ، مؤسسة الديب لطباعة ، الأسكندرية .

٢١- محمد صبحى حسانين (١٩٩٥): طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس فى التربية البدنية، ط٢ ، دار الفكر العربى، القاهرة .

٢٢- محمد فاروق عبد السلام (١٩٩٩) : تصميم بعض الجمل الحركية فى صورة تنافسية لناشئ كرة اليد تحت ١٣ سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، القاهرة، جامعة حلوان .

٢٣- مفنى إبراهيم حماد (٢٠٠٣) : المدرب الناجح وإدارة التدريب الرياضى، دار الفكر العربى ، القاهرة.

٢٤- منير جرجس (٢٠٠٤) : كرة اليد، التدريب والتميز المهارى، دار الفكر العربى، القاهرة .

٢٥- نبيلة أحمد عبد الرحمن ، سلوى عز الدين فكرى (٢٠٠٤) : منظومة التدريب والرياضى ، دار الفكر العربى ، الأسكندرية.

٢٦- هدى حسن سلامة (١٩٩٣) : أثر برنامج مقترح لقدرات الحركية على أداء بعض مهارات كرة اليد لناشئات تحت ١٢ سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية لبنات ، جامعة الأسكندرية .

٢٧- ياسر محمد دبور (١٩٩٦) : التدريب فى كرة اليد ، منشأة المعارف ، الإسكندرية .

٢٨- ـــــ (١٩٩٧) : كرة اليد الحديثة، منشأة المعارف، الأسكندرية .

ثانيا: المراجع الاجنبية :

29- Bakhtiy, L.G. ; The Features of Organization and holding the training process for female Handball players , Ukranian, state University of physical education and sport .

30- Klaus Feldman (1999): A Focuson Action Speed Training, Youth Coaches 7th – 29th August EHF in Rotenburg A-D. Fuldal / Kiev .departement of sport games .

31- Peter kovacs (2002) : supstitution tactics, ANDEBOL, symbosium for coaches, IHF,Portugal.

32- Rackner, H., (1998) : Handball planning training session, European Hand ball federation .

33- Robert Scwarzkopf.(1999): How to teach handball to a beginner, website: www.cohandball.com/instructionals/htthtab/how_to_teach_hb.htm.

34- Survival kit for the Introduction of Handball Canadian Team (1994): Canadian team Handball Federation –Aussie Sport Action, Vol 5, no.1.

35- http://www.vancouver/ handball.ca

36- http//www.forum.iraqacad.org

37- http//www.sportplan.com

38- http://www.youtube.com/watch?v=96lBb7-OFhs

39- http://www.youtube.com/watch?v=OubKPVlr7OA