

## الفصل الثالث

### اجراءات الدراسة

- منهج البحث

- عينة البحث

- وسائل جمع البيانات

- خطوات اجراء البحث

## اجراءات البحث :

### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي ( الدراسات المسحية ) لمناسبة لطبيعة هذا البحث .

### عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من ناشئي كرة اليد تحت ١٩ سنة المسجلين بالاتحاد المصرى ويمثلون أندية القاهرة والجيزة ( الأهلئ - الشمس - هليوبولوس - هليوليدو - مدينة نصر - الزمالك - الترسانة - مركز شباب امبابة ) وقد بلغ حجم العينة ( ١٤٥ ) ناشئي من بين ( ٣٢٤ ) ناشئي من المسجلين بجميع أندية القاهرة والجيزة والمشاركين للموسم الرياضى ٩٥ / ١٩٩٦ م ، وبذلك تمثل العينة ٤٥ ٪ من المجموع الكلى لمجتمع البحث ، وقد تراوح العمر الزمنى لأفراد العينة بين ١٨ ، ١٩ سنة بمتوسط قدره ١٨,٣٠٣ سنة وانحراف معيارى ١,٤٣٨ ، كما تراوح الطول ما بين ١٦٥ ، ١٨٤ سم وبمتوسط حسابى قدره ١٧٠,٧٦٦ سم وانحراف معيارى ١,٩٠١ ، كما تراوح الوزن ما بين ٥٩ ، ٦٤ كجم بمتوسط حسابى قدره ٦٢,٤٨٣ كجم وانحراف معيارى ٢,٨١٢ ، كما تراحت عدد سنوات الممارسة لهم ما بين ٤ ، ٦ سنوات بمتوسط حسابى قدره ٥,٣٩٣ سنة وانحراف معيارى قدره ١,٢٣٥ ، ويوضح جدول (٢) اجمالى عينة البحث

### جدول (٢)

#### اجمالى عينة البحث

الاندية	الاهلى	الشمس	هليوبوليس	هليوليدو	مدينة نصر	الظيران	الزمالك	الترسانة	مركز شباب امبابة	اجمالى العينة
عدد اللاعبين	١٦	١٢	١١	١٧	١٧	١٦	١٢	٢٠	١٦	١٤٥ لاعب

### تجانس عينة البحث :

للتأكد من تجانس عينة البحث وأنها تتوزع توزيعاً اعتدالياً قام الباحث بعد حساب المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة فى هذه الدراسة - اختبارات الصفات البدنية والاداء المهارى - بحساب معامل الالتواء للعينة ككل والعينات الفرعية (الظهيرين الايمن والايسر ، متوسط قلب الهجوم الخلفى ، الجناحين الايمن والايسر ، متوسط قلب الهجوم الامامى ، الخط الامامى ، الخط

الخلفى ) فى المتغيرا المختارة وقد جاءت قيمة معامل الالتواء بين  $\pm 3$  مما يشير الى تجانس عينة البحث ويوضح ذلك جداول (١٠) ، (١١) ، (١٤) ، (١٧) ، (٢٠) ، (٢٣) ، (٢٦) ، (٢٩) .

### أدوات جمع البيانات :

تحددت الأدوات المستخدمة فى جمع بيانات الدراسة طبقا لأعتبارات راعى الباحث فيها ملائمة هذه الأدوات لطبيعة ونوعية البيانات المطلوبة .

### أولا : المراجع والأبحاث المرتبطة بمجال كرة اليد والتدريب .

قام الباحث بالأطلاع على المراجع العلمية والأبحاث المرتبطة فى مجال كرة اليد (٣٧) ، (١٣) ، (١٩) ، (٣١) ، (٤٣) ، (١١) ، (٩) ، (١٠) بهدف :-

أ - حصر الصفات البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد .

ب- حصر الأختبارات المتاحة ذات المعاملات العلمية العالية لقياس هذه الصفات .

ج- حصر الاختبارات التى يمكن عن طريقها قياس الاداء المهارى لناشئى كرة اليد تحت ١٩ سنة .

### ثانيا : الاستبيان :

استخدم الباحث استمارتين استبيان الاولى لتحديد الصفات البدنية الخاصة بناشئى كرة اليد ملحق رقم (١) والثانية لتحديد اختبارات لقياس الصفات التى تم تحديدها فى الاستبيان السابق ملحق رقم (٣) .

### ثالثا الاختبارات :

استخدم الباحث الاختبارات التالية لقياس الصفات البدنية والاداء المهارى لعينة البحث

أ - اختبارات لقياس الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد للناشئى تحت ١٩ سنة .

١- قوة القبضة اليمنى . ٢ - قوة القبضة اليسرى .

٣- قوة عضلات الظهر . ٤ - قوة عضلات الرجلين .

٥- الوثب العمودى من الثبات . ٦- رمى كرة لاقصى مسافة .

- ٧- عدو ٣٠ م .  
٨- الاستجابة الحركية الانتقائية .  
٩- اختبار كوبر جرى ومشى ١٢ ق .  
١٠- مرونة رسغ اليد الانبساطى .  
١١- مرونة رسغ اليد الانقباضى .  
١٢- مرونة الجذع فى حركة المد .  
١٣- مرونة عضلات الجسم الخلفية .  
١٤- تصويب باليد على المستطيلات المتداخلة .  
١٥- رمى واستقبال الكرات .  
١٦- التحرك الامامى والخلفى بميل .

**ب - اختبارات : لقياس الاداء المهارى لناشئى كرة اليد تحت ١٩ سنة :**

- ١- التمرير من الجرى ( ذهاب فقط ) لليمين واليسار .  
٢- التنطيط ٢٢ م فى خط مستقيم .  
٣- التمرير من المركز ( ٨ كرات ) .  
٤- الجرى ( ٢٠٠ م ) فى شكل تحركات دفاعية وهجومية .  
٥- رمى الكرة من الوثب لاقصى مسافة .  
٦- التصويب بالوثب عاليا .  
٧- التحرك الدفاعى والانطلاق للهجوم الخاطف فى منحنى .  
٨- التصويب ( ١٠ كرات ) بعد الخداع .

**خطوات تنفيذ البحث :**

بعد تحديد مشكلة البحث وأهدافه ووضع تساؤلاته وتحديد العينة وكذلك الادوات المستخدمة فى جمع البيانات ، تم تنفيذ خطوات البحث طبقا لما يلى :

١- تحديد أهم الصفات البدنية الخاصة بناشئى كرة اليد :

قام الباحث بعد تحليل المراجع والابحاث السابقة فى مجال كرة اليد جدول رقم (٤) بحصر الصفات البدنية الخاصة بلعبة كرة اليد ثم قام بطرحها فى استبيان على عدد (١٠) من الخبراء المتخصصين فى مجال كرة اليد منهم (٦) بكليات التربية الرياضية بالقاهرة و (٤) من المدربين

نوى الخبرة فى مجال تدريب كرة اليد مطلق رقم (٢) بغرض تحديد الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد للناشئين تحت ١٩ سنة والجدول رقم (٣) يوضح النسب المئوية لأراء الخبراء فى الصفات البدنية الخاصة بناشئى كرة اليد .

جدول (٣)

النسب المئوية لأراء الخبراء فى الصفات البدنية الخاصة بناشئى كرة اليد

م	المكونات البدنية	التكرار	النسبة المئوية
١	القوة العضلية	٧	٪٧٠
٢	القدرة العضلية	١٠	٪١٠٠
٣	السرعة	٩	٪٩٠
٤	التحمل العضلى	١٠	٪١٠٠
٥	الرشاقة	٨	٪٨٠
٦	الدقة	٦	٪٦٠
٧	التوافق	١٠	٪١٠٠
٨	المرونة	٨	٪٨٠
٩	التوازن	٤	٪٤٠

يتضح من الجدول (٣) أن النسبة المئوية لأراء الخبراء فى تحديد الصفات البدنية الخاصة لناشئى كرة اليد قد تراوحت بين ٤٠ ٪ - ١٠٠ ٪ ، وعليه فقد رأى الباحث استبعاد المكونات البدنية التى لم تحقق نسبة ٥٠ ٪ ، من حيث الاهمية من وجه نظر الخبراء الذين تم استطلاع رأيهم . وبناءً على ذلك فان الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد للناشئين تحت ١٩ سنة هى القوة العضلية ، القدرة العضلية ، السرعة ، التحمل ، الرشاقة ، المرونة ، الدقة ، التوافق ، كما حددها الخبراء .

٢- تحديد أنسب الأختبارات لقياس المكونات البدنية :

بناء على ما توصل اليه الباحث من تحديد أهم الصفات البدنية الخاصة بناشئى كرة اليد ، فقد تضمنت الخطوة التالية العمل على تحديد أنسب الأختبارات التى تقيس هذه الصفات .

قام الباحث بمسح لبعض المراجع العلمية العربية والاجنبية والابحاث السابقة التى بها أختبارات لقياس الصفات البدنية والتى أمكن التوصل اليها والجدول (٤) يوضح المسح الذى قام به الباحث .

جدول ( ٤ )

مسح لاختبارات الصفات البدنية الخاصة من المراجع العربية والاجنبية

م	اختبارات مكونات اللياقة البدنية الخاصة	الصفة البدنية	المرجع	الصفحة										
١	أختبار الجلوس من الوقوف ٣٠ ث	القوة	٨	٢٣٤	١٦	١١٠	١٧	٢٦٠	٢٨	٩٦	٨	٢٢٩	١٦	١٠٦
٢	أختبار قوة القبضة ( اليمنى - اليسرى )	*	٢٥	٢٤	١	١٩٣	٢٦	٢٤٦	١	١٩٥	٢٢	٢٢	٢٢	٢٢
٣	أختبار قوة عضلات الظهر	*	٨	٢٣٢	١٦	١٠٧	٢٦	٢٤٦	١	١٩٥	٢٢	٢٢	٢٢	٢٢
٤	أختبار قوة عضلات الرجلين	*	١	١٩٥	٢٥	٢١	٢٦	٢٤٧	٢٨	٩٧	٢٦	٨٣	٨	٢٣٣
٥	أختبار الوثب العريض من الثبات	القدرة	٢٦	٢٨٢	١٦	١٣٤	٢٢	٤٨	٢٢	١٥٥	٢٦	٢٧٨	٢٣	٢٦٨
٦	أختبار الوثب العمودي من الثبات	*	٨	٢٣٦	١٦	١٣٢	٢٦	٢٧٨	١	١٥٥	٢٦	٢٧٨	٢٣	٢٦٨
٧	أختبار دفع كرة طيبة لابتعد مسافة	*	٩	١٠٩	٩	٤٦١	٥	٥٧	٥	٤٦١	٥	٥٧	٢٢	٢٢
٨	أختبار رمى الكرة لأقصى مسافة	*	٢٢	٥٧	٥	٤٦١	٥	٥٧	٥	٤٦١	٥	٥٧	٢٢	٢٢
٩	أختبار الجرى فى المكان ١٥ ث	السرعة	٢٦	٣٦٣	٩	١٠٦	٩	٣٦٣	٩	١٠٦	٩	٣٦٣	٩	١٠٦
١٠	أختبار عنو ٣٠ م	*	٥	٤٦٢	٢٣	٢٤٧	٢٦	٣٨٤	٢٦	٢٤٧	٢٦	٣٨٤	٢٦	٢٦
١١	أختبار العو ١٠ ث	*	٢٦	٣٦٤	٢٦	٣٦٤	٢٦	٣٦٤	٢٦	٣٦٤	٢٦	٣٦٤	٢٦	٢٦
١٢	أختبار العو ٥٠ ياردة	*	٨	٣٣٨	١٦	١٣٠	٢٢	٥٥	٢٢	١٣٠	٢٢	٥٥	٢٢	٢٢
١٣	أختبار الاستجابة الحركية الانتقائية	*	٨	٣٣٨	٨	٣٣٨	٨	٣٣٨	٨	٣٣٨	٨	٣٣٨	٨	٢٢
١٤	أختبار الانبطاح المائل من الوقوف	التحمل	٢٦	٢٨٩	٩	١١	٩	٢٨٩	٩	١١	٩	٢٨٩	٩	٢٦
١٥	أختبار الجرى ١٠٠٠ م	*	١٦	١١٩	٦	١٠٨	٦	١١٩	٦	١٠٨	٦	١١٩	٦	١٦
١٦	أختبار الشد لأعلى	*	١٦	١١٣	٢٢	٤٥	٢٢	٤٥	٢٢	٤٥	٢٢	٤٥	٢٢	١٦
١٧	أختبار الوثب من الوقوف والركبتين منثنتين نصف شتي	*	٢٦	٢٨٧	١٦	١١٥	١٦	٢٨٧	١٦	١١٥	١٦	٢٨٧	١٦	١٦
١٨	أختبار فوستر	*	١٦	١١٧	١٦	١١٧	١٦	١١٧	١٦	١١٧	١٦	١١٧	١٦	١٦
١٩	أختبار كوير جرى ومشى (١٢ ق)	*	٢٦	٣١٣	١٦	١١٩	١٦	٣١٣	١٦	١١٩	١٦	٣١٣	١٦	١٦
٢٠	أختبار الجرى المكوكى	الرشاقة	٩	١١٢	٢٢	٥٢	٢٢	١١٢	٢٢	٥٢	٢٢	١١٢	٢٢	٩
٢١	أختبار سيمو للرشاقة	*	٨	٣٤٥	٨	٣٤٥	٨	٣٤٥	٨	٣٤٥	٨	٣٤٥	٨	٨
٢٢	أختبار التحرك الامامى والخلفى بميل	*	١٦	١٢٨	٨	٣٤٦	٨	٣٤٦	٨	٣٤٦	٨	٣٤٦	٨	١٦
٢٣	أختبار مرونة رسغ اليه	المرونة	٤٤	١٤٢	٤٥	٣٨	٣٩	١٨	٤٢	٢٠	٤٢	٢٠	٤٥	٢٣
٢٤	أختبار لقياس مرونة الجذع فى حركة المد	*	٨	٣٤٢	٥	١٣٩	٢٢	٣٤٧	٢٢	٣٤٧	٢٢	٣٤٧	٢٢	٢٣
٢٥	أختبار قياس مرونة عضلات الجسم الخلفية ( الظهر - الرجلين )	*	٨	٣٤٣	٥	١٣٤	٢٢	٣٤١	٢٢	٣٤١	٢٢	٣٤١	٢٢	٢٣
٢٦	أختبار مرونة دوران الجذع على الجانبين	*	٢٦	٣٣٧	١٦	١٢٤	١٦	١٢٤	١٦	١٢٤	١٦	١٢٤	١٦	٢٦
٢٧	أختبار مرونة المنكبين	*	١٦	١٢٣	٢٦	٢٣٠	٢٦	٢٣٠	٢٦	٢٣٠	٢٦	٢٣٠	٢٦	١٦
٢٨	أختبار التصويب باليد على المستطيلات المتناظرة	الدقة	٢٦	٤٥٠	١٦	١٤٤	١٦	١٤٤	١٦	١٤٤	١٦	١٤٤	١٦	٢٦
٢٩	أختبار رمى واستقبال الكرات	التوافق	٨	٢٥١	١٦	١٣٧	١٦	١٣٧	١٦	١٣٧	١٦	١٣٧	١٦	٨

وقد قام الباحث بعرض هذه الأختبارات فى استمارة استبيان على الخبراء فى مجال كرة اليد بهدف تحديد أنسب الأختبارات التى يمكن عن طريقها قياس الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد للناشئين تحت ١٩ سنة ملحق رقم (٣) .

والجدول (٥) يوضح النسبة المئوية لآراء الخبراء فى تحديد أنسب الأختبارات التى تقيس الصفات البدنية الخاصة .

### جدول ( ٥ )

#### النسب المئوية لموافقة الخبراء على الأختبارات التى تقيس الصفات البدنية الخاصة

م	الصفة البدنية	الأختبارات المرشحة	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية
١	القوة العضلية	الجلوس من الرقود فى (٣٠ ث)	ث	٤	٪٤٠
		أختبار قوة القبضة اليمنى بالمانوميتر	كجم	١٠	٪١٠٠
		أختبار قوة القبضة اليسرى بالمانوميتر	كجم	٩	٪٩٠
		أختبار قوة عضلات الظهر بالديناموميتر	كجم	٨	٪٨٠
		أختبار قوة عضلات الرجلين	كجم	٩	٪٩٠
٢	القدرة العضلية	أختبار الوثب العريض من الثبات	سم	٣	٪٣٠
		أختبار الوثب العمودي من الثبات	سم	١٠	٪١٠٠
		أختبار دفع كرة طيبة لآبعد مسافة	متر	٤	٪٤٠
		أختبار رمى الكرة لآقصى مسافة	متر	١٠	٪١٠٠
٣	السرعة	أختبار الجرى فى المكان خمس عشر ثانية	ث	٤	٪٤٠
		أختبار العدو ٣٠ م	ث	٩	٪٩٠
		أختبار العدو ١٠ ثوانى	ث	٣	٪٣٠
		أختبار العدو ٥٠ ياردة	ث	٤	٪٤٠
		أختبار الاستجابة الحركية الانتقائية	ث	١٠	٪١٠٠
٤	التحمل	أختبار الانبطاح المائل من الوقوف	تكرار	٣	٪٣٠
		أختبار الجرى ١٠٠٠ متر	ق	٣	٪٣٠
		أختبار الشد لآعلى	تكرار	٤	٪٤٠
		أختبار الوثب العمودى من الوقوف والركبتان منثنيتان نصف ثنية	تكرار	٤	٪٤٠
		أختبار فوستر	درجة	٤	٪٤٠
		أختبار كوبر جرى ومشى ١٢ ق	ث	١٠	٪١٠٠

## تابع جدول ( ٥ )

النسب المئوية لموافقة الخبراء على الاختبارات التي تقيس الصفات البدنية الخاصة

م	الصفة البدنية	الاختبارات المرشحة	وحدة القياس	التكرار	النسبة المئوية
٥	الرشاقة	اختبار الجرى المكوكي اختبار سيمو للرشاقة اختبار التحرك الامامى والخلفى بميل	ث	٤	٪٤٠
			ث	٣	٪٣٠
			ث	٩	٪٩٠
	الدقة	اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة	درجة	١٠	٪١٠٠
	التوافق	اختبار رمى واستقبال الكرات	درجة	١٠	٪١٠٠
	المرونة	اختبار مرونة رسغ اليد ( الانقباضى والانبساطى ) اختبار لقياس مرونة الجذع فى حركة المد اختبار قياس مرونة عضلات الجسم الخلفية اختبار مرونة دوران الجذع على الجانبين اختبار مرونة المنكبين	درجة مئوية	٧	٪٧٠
			سم	٨	٪٨٠
			درجة	٨	٪٨٠
			درجة	٣	٪٣٠
			درجة	٤	٪٤٠

يتضح من الجدول (٥) أن النسبة المئوية لاختبارات الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد للناشئين تحت ١٩ سنة من وجهة نظر الخبراء قد تراوحت بين ٣٠ ٪ ، ١٠٠ ٪ ، وعلية فقد رأى الباحث استبعاد الاختبارات التي لم تحقق نسبة ٥٠ ٪ من حيث الاهمية من وجهة نظر الخبراء الذين تم استطلاع رأيهم وعليه فان الاختبارات التي تم تحديدها لقياس الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد فى هذه الدراسة قد جاءت كما يلى :

\* قوة القبضة اليمنى بالمانوميتر

\* قوة القبضة اليسرى بالمانوميتر

\* قوة عضلات الظهر بالديناموميتر

\* قوة عضلات الرجلين

\* الوثب العمودي من الثبات

\* رمى الكرة لاقصى مسافة

\* العدو ٣٠ م

\* الاستجابة الحركية الانتقالية

\* اختبار كوبر جرى ومشى ١٢ ق

\* التحرك الامامى والخلفى بميل

- \* مرونة رسغ اليد الانبساطى
- \* مرونة رسغ اليد الانقباضى
- \* قياس مرونة الجذع فى حركة المد
- \* قياس مرونة عضلات الجسم الخلفية ( الظهر والرجلين )
- \* التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة
- \* اختبار رمى واستقبال الكرات

### ٣- تحديد اختبارات الاداء المهارى :

بعد الاطلاع على المراجع العلمية فى مجال كرة اليد والبحوث والرسائل المشابهة سابقة الذكر وقع اختيار الباحث بالاتفاق مع السادة المشرفين على بطارية اختبار اعداد قدرى سيد مرسى (١٣) وقد تضمنت ٨ وحدات ( اختبارات ) يمكن بها قياس المهارات الهجومية والدفاعية فى كرة اليد ملحق رقم (٤) وقد استخدم الباحث المجموع المعيارى لهذه البطارية كدرجة كلية تعبر عن الاداء المهارى فى كرة اليد بعد التأكد من معاملاتها العلمية من حيث الصدق والثبات على عينة من مجتمع البحث ( ناشئين تحت ١٩ سنة ) وفيما يلى الاختبارات المكونة لبطارية الاداء المهارى فى كرة اليد ( قيد البحث ) :

- ١- التمرير من الجرى ( زهاب فقط ) لليمين واليسار .
- ٢- التنطيط ٢٢ م فى خط مستقيم .
- ٣- التمرير من المركز ( ٨ كرات ) .
- ٤- الجرى ( ٢٠٠ م ) فى شكل تحركات دفاعية وهجومية .
- ٥- رمى الكرة من الوثب لاقصى مسافة .
- ٦- التصويب بالوثب عاليا .
- ٧- التحرك الدفاعى والانطلاق للهجوم الخاطف فى منحنى .
- ٨- التصويب ( ١٠ كرات ) بعد الخداع .

### اختبار المساعدين وتدريبهم :

نظراً لما يتطلبه البحث من اجراء بعض الاختبارات للصفات البدنية الخاصة والاداء المهارى على عنية البحث فقد :

\* استعان الباحث باحد زملاء من خريجي كليات التربية الرياضية فى اجراء الاختبارات بعد تفهمه كيفية اجرائها .

\* استعان الباحث ببعض الاخصائيين الرياضيين من العاملين بالادارة العامة للبحوث الرياضية بالمجلس الاعلى للشباب والرياضة وعددهم أربع ومن الحاصلين على درجة الماجستير والدكتوراه بعد أن قام بشرح شروط وتعليمات تطبيق الاختبارات .

#### اعداد مكان اجراء الاختبارات وتجهيزه بالادوات اللازمة :

تم تحديد مكان اجراء الاختبارات على عينة البحث بالاندية ( قيد الدراسة ) ملحق رقم ( ٥ ) صورة خطاب من الاتحاد المصرى لكرة اليد لتسهيل ذلك ، بالاضافة الى اجراء اختبارات الصفات البدنية باستخدام الاجهزة العلمية الدقيقة على عنية البحث بالادارة العاملة للبحوث الرياضية ملحق رقم ( ٦ ) صورة خطاب موافقة الادارة العاملة للبحوث الرياضية بالمجلس الاعلى للشباب والرياضة على اجراء بعض الاختبارات بمعملها . وتم توفير الادوات والاجهزة اللازمة لاجراء الاختبارات وقد تأكد الباحث من صلاحية الادوات والاجهزة قبل استخدامها وهى عبارة عن :

- جهاز مانوميتر للقبضة - ٢ ساعة ايقاف

- شريط قياس طوله ٥٠ متراً - جهاز ديناموميتر لعضلات الظهر والرجلين .

- جهاز وثب عالى - كرات يد

- علامات لاصقة وقطع طباشير - ٣ شواخص

- مسطرة - ٣ أرماع

- ٦ كرات طبية

#### تصميم بطاقات التسجيل :

قام الباحث بتصميم بطاقات لتسجيل البيانات الاتية :

\* نتائج اجراء اختبارات الصفات البدنية الخاصة لعينة البحث .

\* تسجيل نتائج الاداء المهارى التى حصل عليها الباحث من تطبيق بطارية اختبار

الاداء المهارى . ملحق رقم ( ٧ )

## الدراسات الاستطلاعية :

رأى الباحث ضرورة القيام بدراسات استطلاعية على عينة عشوائية من خارج مجتمع البحث ( العينة الاصلية ) قوامها ( ١٢ ) ناشئى من ناشئى نادى الشمس ، نادى الزمالك بهدف

\* التأكد من صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة فى القياس .

\* التأكد من قدرة المساعدين على استخدام الاجهزة والادوات ، وتطبيق الاختبارات وبطريقة صحيحة .

\* التحقق من المعاملات العلمية للاختبارات ( الصدق ، الثبات ) .

\* استخدام نتائج الدراسة الاستطلاعية الاولى كقياس أول ونتائج الدراسة الاستطلاعية الثانية كقياس ثان لايجاد معامل ثبات الاختبارات ، بالاضافة الى عينة من ناشئى تحت ١٧ سنة ، من نادى الشمس قوامها ( ١٢ ) ناشئى للحصول على صدق الاختبارات (المجموعات المتميزة) .

## الدراسة الاستطلاعية الاولى :

### أجريت الدراسة الاستطلاعية بهدف :

\* تدريب السواعد على دورهم فى الاختبارات بصورة كاملة .

\* الاطمئنان على سلامة ودقة الادوات والاجهزة المستخدمة فى الاختبارات والقياسات .

\* الوصول للصورة النهائية لشكل البطاقات الخاصة بتسجيل البيانات .

\* تنظيم سير الاختبارات بالتسلسل المناسب .

\* اكتشاف أى صعوبات قد تواجه الباحث أثناء أداء الاختبارات والعمل على التغلب عليها أو معالجتها .

\* اجراء أى تعديل على الاختبارات اذا لزم الامر .

\* تحديد زمن كل قياس حتى يتم التوزيع لهذه الاختبارات بصورة صحيحة ودقيقة .

\* وقد اجريت هذه الدراسة فى الاسبوع الاخير من شهر يناير ١٩٩٥ على عينة من نفس

المجتمع الاصلى للبحث وليست العينة ( قيد الدراسة )

نتائج الدراسة الاستطلاعية الاولى :

أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية الاولى عن :

- تم تفهم السواعد لدورهم فى اجراء الاختبارات والقياسات .

- تم التأكد من صلاحية ودقة الادوات المستخدمة فى الاختبارات والقياسات .

- تم الوصول للصورة النهائية لشكل بطاقة التسجيل .

- تم التأكد من ملائمة الاختبارات لمستوى عينة البحث .

- لم يجرى الباحث أى تعديل على أى من الاختبارات

- تم توزيع الاختبارات والقياسات البدنية والمهارية على النحو المستخدم فى الدراسة

الاستطلاعية الثانية .

**الدراسة الاستطلاعية الثانية :**

نفذ فيها الباحث الاختبارات والقياسات البدنية والمهارية لبدء التطبيق مع مراعاة تثبيت

السواعد على الاختبارات واستخدام البطاقات الخاصة بتسجيل البيانات بعد التوصل الى صورتها

النهائية بهدف التحقق من المعاملات العلمية ( الصدق - الثبات ) للاختبارات .

وقد تم توزيع الاختبارات والقياسات البدنية والمهارية على النحو التالى :

**اليوم الاول**

الاختبارات البدنية وتشمل : القوة العضلية - القدرة العضلية - السرعة الانتقالية وتتمثل

فى سبع أختبارات :

أ- اختبار قوة القبضة بالمانوميتر ( اليد المستعملة - اليد غير المستعملة ) .

ب- اختبار قوة عضلات الظهر بالديناموميتر .

ج - اختبار قوة عضلات الرجلين بالديناموميتر .

د- اختبار الوثب العمودى من الثبات .

هـ - اختبار رمى الكرة لاقصى مسافة .

و- اختبار عدو ٣٠ م .

ز- اختبار الاستجابة الحركية الانتقائية .

#### اليوم الثانى :

وفيه تم قياس كل من : التحمل الدورى التنفسى - الرشاقة - المرونة - الدقة - التوافق .

وتتضمن سبع اختبارات :

أ- اختبار كوبر جرى ومشى ١٢ ق .

ب- اختبار التحرك الامامى والخلفى بميل .

ج- اختبار ومرونة رسغ اليد .

د- اختبار قياس مرونة الجذع فى حركة المد .

هـ- اختبار قياس مرونة عضلات الجسم الخلفية ( الظهر والرجلين ) .

و- اختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة .

ز- اختبار رمى واستقبال الكرات .

#### اليوم الثالث :

فيه طبقت وحدات بطارية الاداء المهارى ( لقياس المهارات الهجومية والدفاعية ) فى كرة اليد

وتتكون من ثمانى اختبارات :

أ- التمرير من الجرى ( ذهاب فقط ) لليمين واليسار .

ب- التنطيط ٢٢ م فى خط مستقيم .

ج- التمرير من المركز ( ٨ كرات ) .

د- الجرى ( ٢٠٠ م ) فى شكل تحركات دفاعية وهجومية .

هـ- رمى الكرة من الوثب لاقصى مسافة .

و- التصويب بالوثب عاليا .

ز- التحرك الدفاعى والانطلاق للهجوم الخاطف فى منحى .

ح- التصويب ( ١٠كرات ) بعد الخداع .

### المعاملات العلمية للأختبارات البدنية :

أولا: صدق الاختبارات :

قام الباحث بتطبيق اختبارات الصفات البدنية الخاصة على مجموعتين متساويتين فى العدد كل منهما ( ١٢ ) ناشئى متباينتين فى المستوى ، احدهما يتمتع بمستوى عال وهى من مجتمع البحث تحت ١٩ سنة وخارج عينة الدراسة والاخرى ناشئى تحت ١٧ سنة من نادى الشمس، واستخدم الباحث صدق التمايز .

### جدول ( ٦ )

دلالة الفروق بين المجموعة المميزة وغير المميزة فى اختبارات الصفات البدنية الخاصة قيد الدراسة

ن = ١٢

م	الصفة البدنية	الاختبارات المرشحة	وحدة القياس	س- لقياس الدراسات الاستطلاعية		مستوى
				تحت ١٧ سنة	تحت ١٩ سنة	
				قيمة	الدالة	
١	القوة العضلية	أختبار قوة القبضة لليد اليمنى بالمانوميتر أختبار قوة القبضة لليد اليسرى بالمانوميتر أختبار قوة عضلات الظهر بالديناموميتر أختبار قوة عضلات الرجلين	كجم	٥١,٠	٥٤,١١	٢,١٧ * دال
			كجم	٤٣,٠	٤١,٠	٢,١٤ * دال
			كجم	١٥٢	١٦٧,٠	١,٩٨ * دال
			كجم	١٧٠	١٨٣,٠	٢,٠٦ * دال
٢	القدرة العضلية	أختبار الوثب العمودي من الثبات أختبار رمى الكرة لاقصى مسافة	سم	٢٣,١٦	٤٧,١٣	٢,٠٠ * دال
			متر	٢٩,٠٦	٤٢,٠٣	٢,١٣ * دال
٣	السرعة الانتقالية	أختبار عدوة ٣٠ م أختبار الاستجابة الحركية الانتقائية	ث	٤,٠٢	٣,٢٣	٢,١٧ * دال
			ث	٢,٠١	٢,٢٣	٣,٠٦ * دال
٤	تحمل دورى تنفسى	أختبار كوبر جرى ومشى ١٢ ق	متر	٢٣٠٠	٢٦,٠٠	٢,٠٢ * دال
٥	الرشاقة	أختبار التحرك الامامى والخلفى ببيل	ث	٢٩,١٣	٣٢,١٣	٢,٠١ * دال
٦	المرونة	أختبار مرونة رسغ اليد الانبساطى أختبار مرونة رسغ اليد الانقباضى أختبار قياس مرونة الجذع فى حركة المد	درجئوية	٦٦	٦٥	١,٩٨ * دال
			درجئوية	٦٣	٦٥	١,٧٤ * دال
			سم	٧١	٦٧	٣,٠٦ * دال
٧		أختبار قياس مرونة عضلات الجسم الخلفية ( الظهر والرجلين )	درجة	٨	١٧	٢,٤٧ * دال
٨	الدقة	أختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة	درجة	٢	٤	٣,١٧ * دال
	التوافق	أختبار رمى واستقبال الكرات	درجة	٢	٤	٢,٩٦ * دال

قيمة ت الجدولية ١,٩٧ عند مستوى ( ٠,٠٥ )

### ثانيا : ثبات الأختبارات :

قام الباحث باستخدام طريقة اعادة الأختبار Test - R - Test على مجموعة مكونة من ١٢ لاعب تحت ١٩ سنة من غير العينة الاصلية ثم قام بحساب معامل الارتباط ( ثبات ) بين القياسين ، والجدول (٧) يوضح ذلك .

#### جدول (٧)

معاملات الارتباط بين التطبيق الاول والتطبيق الثانى لاختبارات الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد ( قيد البحث )

ن = ١٢

م	الصفة البدنية	الاختبارات المرشحة	وحدة القياس	سّ لقياس الدراسات الاستطلاعية		معامل الارتباط
				سّ لقياس الاول	سّ لقياس الثاني	
١	القوة العضلية	أختبار قوة القبضة لليد اليمنى بالمانوميتر أختبار قوة القبضة لليد اليسرى بالمانوميتر أختبار قوة عضلات الظهر بالديناموميتر أختبار قوة عضلات الرجلين	كجم	٥٤,١١	٥٤,٠٢	,٩٣
				٤٣,١٣	٤٢,٣٣	,٨١
				١٦٧,٠	١٧١,١٢	,٨٦
				١٨٣,٠	١٩١,٠	,٩١
٢	القدرة العضلية	أختبار الوثب العمودي من الثبات أختبار رمى الكرة لاقصى مسافة	سم متر	٤٧,١٣	٥١,١٣	,٦١
				٤٢,٠٣	٤٢,١٦	,٨٣
٣	السرعة الانتقالية	أختبار عدوة ٢٠ م أختبار الاستجابة الحركية الانتقائية	ث ث	٣,٢٣	٤,٠١	,٧١
				٢,٢٣	٢,٣١	,٦٩
٤	تحمل دورى تنفسى	أختبار كوبر جرى ومشى ١٢ ق	متر	٢٦٠٠	٣١٠٠	,٥١
٥	الرشاقة	أختبار التحرك الامامى والخلفى بميل	ث	٣٢,١٣	٣١,٣٦	,٨٥
٦	المرونة	أختبار مرونة رسغ اليد الانبساطى أختبار مرونة رسغ اليد الانقباضى أختبار قياس مرونة الجذع فى حركة المد أختبار قياس مرونة عضلات الجسم الخلفية ( الظهر والرجلين )	درجة مئوية درجة مئوية سم سم	٦٩	١٠٠	,٨٣
				٦٥	١١٠	,٨١
				٦٧	٦٩	,٧٣
				١٧	٢٢	,٧١
٧	الدقة	أختبار التصويب باليد على المستطيلات المتداخلة	درجة	٤	٥	,٩٧
٨	التوافق	أختبار رمى واستقبال الكرات	درجة	٤	٤	١,٠٠

قيم ر الجدولية ( ٠,٧٣ ) عند مستوى ( ٠,٠٥ )

يوضح جدول (٧) أن معاملات الارتباط لاختبارات الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد بين التطبيقين الاول والثانى تراوحت بين ٠,٥١ ، ، ١,٠٠ مما يشير الى أن هذه الاختبارات ذات معاملات ثبات عالية .

## المعاملات العلمية لوحدات بطارية الاداء المهارى :

### أولا : صدق الاختبارات

قام الباحث بتطبيق بطارية الاداء المهارى ( لقياس المهارات الهجومية والدفاعية ) فى كرة اليد على مجموعتين متساويتين فى العدد كل منهما ( ١٢ ) ناشئ متباينين فى المستوى ، أحدهما يتمتع بمستوى عال وهى من مجتمع البحث تحت سن ١٩ سنة وخارج عينة الدراسة والاخرى ناشئ تحت ١٧ سنة ، واستخدم الباحث صدق التمايز وهذا النوع من الصدق يعتمد على المقارنة بين المجموعات المتضادة ويحسب بتطبيق الاختبار على المجموعتين السابقتين والمقارنة بينهم .

### جدول ( ٧ )

دلالة الفروق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة فى اختبارات الاداء المهارى  
( قيد البحث )

م	اسم الاختبار	وحدة القياس	س لقياس الدراسات الاستطلاعية		قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
			تحت ١٧ سنة	تحت ١٩ سنة		
١	التمرير من الجرى ( نهاب فقط ) لليمين واليسار	درجة/زمن	١٦	٢٥	٤,٧٩	دال *
٢	التنطيط ٢٢ م فى خط مستقيم	زمن	٤٦	٣,١	٢,٠١	دال *
٣	تمرير من المركز ( ٨ كرات )	درجة/زمن	٦١	٨٠	٣,١٦	دال *
٤	الجرى ( ٢٠٠ م ) فى شكل تحركات دفاعية وهجومية	زمن	٥٩,٠	٦٤,٠	٢,١٩	دال *
٥	رمى الكرة من الوثب لاقصى مسافة	متر	٣٢	٤٣	٢,٣٤	دال *
٦	التصويب بالوثب عاليا	درجة	٥	٧	٢,١٤	دال *
٧	التحرك الدفاعى والانطلاق للهجوم الخاطف فى منحنى	زمن	١٦,٢	١٥,٣	٢,٣٧	دال *
٨	التصويب ( ١٠ كرات ) بعد الخداع	درجة	٦	٨	٣,٩	دال *

قيمة ت الجدولية ١,٩٧ عند مستوى ( ٠,٠٥ ) .

يتضح من الجدول رقم (٨) وجود فروق داله احصائيا عند مستوى ٠,٠٥ مما يشير الى أن الاختبارات قيد ميزت بين مستوى المجموعتين الامر الذى يشير الى صدق هذه الاختبارات فى قياس ما وضعت لقياسه .

## ثانياً: ثبات الاختبارات

تم التحقق من ثبات اختبارات بطارية الاداء المهارى لكرة اليد باعادة تطبيقها على عينة من مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة قوامها ( ١٢ ) ناشئ تحت سن ١٩ سنة لايجاد الارتباط بين التطبيق الاول والاعادة .

### جدول ( ٩ )

معاملات الارتباط بين التطبيق الاول والثانى لاختبارات الاداء المهارى ( قيد البحث )

ن = ١٢

م	اسم الاختبار	وحدة القياس	س لقياس الدراسات الاستطلاعية		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
			س لقياس الثانى	س لقياس الاول		
١	التمرير من الجرى ( ذهاب فقط ) لليمين واليسار	درجة	١٠,٩	٢٣	,٧٧	دال *
٢	التنطيط ٢٢ م فى خط مستقيم	زمن	٤,٢	٣,١	,٨٣	دال *
٣	لتمرير من المركز ( ٨ كرات )	درجة	٧,٠	٨,٠	,٨٥	دال *
٤	الجرى ( ٢٠٠ م ) فى شكل تحركات دفاعية وهجومية	زمن	٦٣,٣	٥٩,٦	,٩٣	دال *
٥	رمى الكرة من الوثب لاقصى مسافة	متر	٣٩	٤٣	,٨٤	دال *
٦	التصويب بالوثب عاليا	درجة	٥	٧	,٩٣	دال *
٧	التحرك الدفاعى والانطلاق للهجوم الخاطف فى منحنى	زمن	١٦,١	١٥,١	,٨٨	دال *
٨	التصويب ( ١٠ كرات ) بعد الخداع	درجة	٦	٨	,٩٣	دال *

قيمة ر الجدولية ( ,٧٣ ) عند مستوى ( ٠,٠٥ ) .

### الدراسة الاساسية :

تم اجراء اختبارات الصفات البدنية والاداء المهارى فى الموسم الرياضى ١٩٩٥م / ١٩٩٦م .  
فى المدة من ٨ فبراير الى ١٥ مارس ١٩٩٥ م .

وقد تم مراعاة ما يلى :

\* اجراء الاختبارات فى مواعيد تدريب كل فريق .

\* تطبيق الاختبارات بملعب كل نادى .

\* اعطاء فترة احماء للاعبين قبل تطبيق الاختبارات وذلك منعا لحدوث اصابات .

\* اعطاء فترة راحة محددة بين كل اختبار وآخر .

\* يتم اجراء الاختبارات فى مدة ثلاث أيام بنفس الترتيب الذى سبق ذكره .

وقبل تنفيذ الاختبارات على عينة البحث قام الباحث :

- باعداد الملعب والادوات .

- شرح الاختبارات للاعبين وعمل نموذج لكل اختبار مع توضيح كيفية التقييم .

- توزيع السواعد على أماكن الاختبارات .

- تطبيق الاختبارات وتسجيل النتائج طبقا للشروط والمواصفات المحددة لكل اختبار .

### المعالجات الاحصائية :

بعد تجميع البيانات الخاصة بالبحث قام الباحث بمعالجتها احصائيا باستخدام الاتى

- المتوسط الحسابى .

- الانحراف المعيارى .

- معامل الالتواء .

- معامل بيرسون للارتباط .

- مقارنات L.S.D.

- معامل الانحدار (نسبة المساهمة) .

- معادلة خط الانحدار البسيط .