# شعار جامعة عدن

# 

**جامعة عدن**

**كلية التربية / عدن**

**قسم التربية البدنية**

**"التنبؤ بمستوى الأداء المهاري بدلالة الأداء البدني والقياسات   
الجسمية للاعبي كرة اليد"**

**بحـث مقـدم مـن**

سامي علي عمر حسن

**معيد بكليـة التـربيـة /قسم التربية البدنية**

**جامعة عدن - الجمهورية اليمنية**

### إشــــراف

دكتور

عزان عبده قائد

**أستاذ المناهج وطرق التدريس المشارك بقسم التربية البدنية**

**نائب العميد لشئون الطلاب بكلية التربية عدن**

**جامعة عدن**

دكتور

خالد علي أحـمد البرعي

**أستاذ تدريب رياضي كرة يد المساعد بقسم العلوم التطبيقية**

**وعميد كلية التربية البدنية والرياضية**

**جامعة الحديدة**

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية

**2011م / 2012م**

**ملخص البحث**

**المقدمة ومشكلة البحث:**

تطورت لعبة كرة اليد تطورا ملحوظا في جميع أنحاء العالم يوما بعد يوم ويرجع ذلك إلى اتخاذ جميع العاملين في حقلها الأسلوب العلمي طريقاً لهم في مجالاتها المختلفة سواء كان ذلك في مجال التدريب أو التعليم أو العلاج الطبيعي أو أي مجال أخر يساعد على النهوض بمستوى اللاعبين في الفريق .

وقد أثبتت نتائج الدراسات أن اللاعبين ذوي القدرات والإمكانات المحدودة أو المتوسطة لم يستطيعوا متابعة التقدم ومسايرة زملائهم ذوي القدرات العالية في حدود المستويات العليا التي تتصف بالكثافة العالية لحمل التدريب وعليه فان عملية اختيار اللاعبين وفق وسائل علمية يعد ضماناً لنجاح العملية التدريبية وأحد هذه الوسائل هي التنبؤ الذي نعني به "معرفة مدى ما يمكن أن يحدث من تغير على ظاهرة أو سلوك ما" ، بمعني تقدير قيمة متغير ما من واحد أو أكثر من المتغيرات المعلومة المستقلة.

لقد أصبح من المسلم به أن إمكانية وصول اللاعب إلى مستويات أفضل يكون عن طريـق اختياره الصحيح وفق أسس علمية وتوجيهية لنوع النشاط الذي يتلائم مع إمكاناته وقـدراته لنتمكـن من التنبؤ بما سيصل إليه مستواه من المستقبل ، وقد أشار الكثير من علماء التدريب الرياضي " بأن التنبؤ المسبق بالمستوى مهم جداً في عملية الاختيار للممارسة الريـاضية والتي تعد من أنسب الوسائل التي تأتي بأفضل الرياضيين من جميع النواحي البدنية والنفسية والفسيولوجية والاجتماعية والتي تساعد المدرب بالوصول برياضته إلى أعلى المستويات واختصار الوقت وتقليل الجهود والتكاليف" .

وعليه فالباحث يحاول أن يتنبأ بالمستوى المهاري الذي يحتاج لفترة زمنية للوصول إليه أي انه غير معروف بدقة لحظة الاختيار " بدلالة ما هو متوفر من قياسات جسمية وعناصر لياقة بدنية لدى شباب أندية الجمهورية اليمنية بكرة اليد.

لذلك رأى الباحث ضرورة توفير طرق علمية سليمة يمكن الاستناد عليها في اختيار وانتقاء اللاعبين ومنها وضع معادلات تنبؤية للمستوى المهاري للاعبين بدلالة قياساتهم الجسمية وصفاتهم البدنية من شأنها أن تعطي تصوراً واضحاً ومبرمجاً عند اختيار اللاعبين في كرة اليد.

ومن خلال ما سبق وأيضاً من خلال تخصص الباحث أكاديمياً ومهنياً وخبرته كلاعب وعمله كمدرب لكرة اليد تولدت فكرة ومشكلة البحث والتي تتمثل في محاولة التعرف على القياسات الجسمية والصفات البدنية ونسب مساهمتها بمستوى الأداء المهاري كقاعدة أساسية للبيانات يمكن من خلالها إيجاد معادلات التنبؤ بمستوى الأداء المهاري من خلال بعض القياسات الجسمية والصفات البدنية لدى لاعبي كرة اليد فئة الشباب.

**أهمية البحث والحاجة إليه:**

1. تكمن أهمية الدراسة في التعرف بمستوى الأداء المهاري من خلال الأداء البدني وبعض القياسات الجسمية.
2. كما إنها تعتبر بمثابة إضافة علمية في مجال لعبة كرة اليد.
3. يستطيع المدرب تحديد منهجه التدريبي وفق ما لديه من معلومات ومن ثم وبناء عليه يحسن اختيار لاعبيه بطريقة علمية من خلال مستوى لاعبيه وما سيصل إليه هذا المستوى في المستقبل بالاستناد إلى محددات معينة تعد من ضمن المتغيرات المستقلة التي ستؤثر في المستوى.

**أهداف البحث:**

1. التعرف على القياسات الجسمية والصفات البدنية والمهارات الأساسية لدى لاعبي كرة اليد فئة الشباب.
2. التعرف على معامل الارتباط بين بعض المتغيرات (الجسمية - البدنية - المهارية) لدى لاعبي كرة اليد فئة الشباب.
3. التعرف على نسب المساهمة لبعض القياسات الجسمية والصفات البدنية في مستوى الأداء المهاري.
4. أيجاد معادلات التنبؤ بمستوى الأداء المهاري من خلال بعض القياسات الجسمية والصفات البدنية.

**فروض البحث:**

1. هناك تباين بين لاعبي كرة اليد فئة الشباب في بعض المتغيرات (الجسمية - البدنية - المهارية).
2. هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعض المتغيرات (الجسمية - البدنية - المهارية) للاعبي كرة اليد فئة الشباب.
3. توجد نسب مساهمة معنوية لبعض القياسات الجسمية والصفات البدنية في الأداء المهاري للاعبي كرة اليد فئة الشباب.
4. يمكن التنبؤ بالمستوى المهاري من خلال بعض القياسات الجسمية والصفات البدنية.

**إجــراءات البحث :**

**أولاً : منهــج البحث**

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب "دراسة الحالة" لمناسبته لطبيعة البحث.

**ثانياً : مجتمــع البحث**

أشتمل مجتمع عينة البحث على لاعبي كرة اليد "فئة الشباب" المسجلين بالاتحاد اليمني لكرة اليد.

**ثالثاً : عينـــة البحث**

حيث اشتملت العينة الأساسية للبحث على (45) لاعب من فئة الشباب من لاعبين الأندية المرشحة فرقهم إلى المراكز المتقدمة للموسم الرياضي 2011 - 2012م ، وهم فرق(الصقر ، الشعلة ، حسان ) وتم اختيار اللاعبين من الأندية بالطريقة العمدية.

**خامسا : أدوات جمع البيانات**

1. تحليل المحتوى للمراجع والدراسات السابقة.
2. استمارة استبيان
3. القياسات الجسمية
4. اختبارات بدنية
5. اختبارات المهارية
6. الأدوات والأجهزة المستخدمة.
7. اختيار المساعدين.

**الاستنتاجات :-**

في ضوء أهداف البحث ، وفروضه ، وبناءه النظري ، والإجراءات التي اتبعها الباحث ، وما أمكن التوصل إليه من خلال عرض النتائج ومناقشتها ، فقد أمكن التوصل إلى مجموعة من الاستنتاجات ، سوف يتم استعراضها فيما يلي :

1. ـوجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين القياسات الجسمية التالية:(طول الذراع، وطول الفخذ والساق ،طول العضد والساعد ،طول الجذع ومستوى الأداء المهاري.
2. ـوجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين القياسات الجسمية التالية :(عرض الكف ،عرض الصدر ومستوى الأداء المهاري.
3. ــ وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين القياسات الجسمية التالية:(محيط العضد،محيط سمانة الساق ومستوى الأداء المهاري.
4. ــ لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين القياسات الجسمية التالية:(الطول الكلي للجسم،طول الكف ،عرض الكتفين،محيط الصدر، محيط الوسط) ومستوى الأداء المهاري.
5. ـوجود علاقة ارتباط ذات دالة إحصائية بين الصفات البدنية التالية:(قوة القبضة،الوثب العمودي من الثبات ،العدو(30م) ،الوثب العريض من الثبات،ثني الذراعين من الانبطاح المائل ،دفع كرة طبية 3كجم بيد واحدة ،الجلوس من الرقود،الاستجابة الحركية الانتقالية، الرشاقة) ومستوى الأداء المهاري.
6. لا توجد علاقة ارتباط ذات دالة إحصائية بين الصفات البدنية التالية:(قوة عضلات الظهر،وقوة عضلات الرجلين) ومستوى الأداء المهاري.
7. لا توجد نسب مساهمة يمكن من خلالها التنبؤ بمستوى الأداء المهاري بدلالة الأداء البدني والقياسات الجسمية.

**التوصيات :-**

في حدود هدف البحث ، والعينة المختارة ، والإجراءات التي اتبعها الباحث ، وما أمكن التوصل إليه من استنتاجات ، يتقدم الباحث بالتوصيات التالية :

1. الاهتمام بالقياسات الجسمية للاعبي كرة اليد فئة الشباب لما لها من علاقة بمستوى الأداء البدني و المهاري.
2. مراعاة القياسات الجسمية والبدنية والمهارية عند انتقاء لاعبي كرة اليد فئة الشباب وإعداد برامج التدريب الخاصة .
3. ضرورة عمل بطاقات تسجل فيها تطور النواحي الجسمية والبدنية والمهارية للاعبي كرة اليد فئة الشباب .
4. العمل على توفير الأجهزة العلمية الحديثة للمساعدة في تقويم وقياس وتطوير لاعبي كرة اليد
5. عمل دراسات مشابه على الفئات العمرية الأخرى من لاعبي كرة اليد .

**قائمة المحتويات**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ت** | **الموضوع** | **الصفحة** |
|  | **التشهيد ....................................................................** | **أ** |
|  | **قرار لجنة المناقشة والحكم ...................................................** | **ب** |
|  | **شكر وتقدير ..................................................................** | **ج** |
|  | **قائمة المحتويات .............................................................** | **د - و** |
|  | **قائمة الجداول ...............................................................** | **ز** |
|  | **قائمة الأشكال ...............................................................** | **ح** |
|  | **قائمة الملاحق (المرفقات) ..................................................** | **ح** |
|  | **الفصل الأول**  **الإطــار العـــام للبحــث** | **1ـــــ 6** |
|  | **مقدمة ومشكلة البحث ..................................................** | **2** |
|  | **أهمية البحث والحاجة إليه ...............................................** | **4** |
|  | **أهداف البحث ..........................................................** | **5** |
|  | **فروض البحث ..........................................................** | **5** |
|  | **المصطلحات المستخدمة في البحث ....................................** | **5-6** |
|  | **الفصل الثاني**  **الإطــار النظري والدراسات السابقة** | **8 ـــــ 29** |
| **أولاً** | **الإطار النظري ...........................................................** | **8** |
| **1** | **طبيعة الأداء المهاري في كرة اليد..........................................** | **8** |
| **2** | **المهارات الحركية الأساسية في كرة اليد ..................................** | **10** |
| **3** | **تقسيم المهارات الحركية الأساسية** | **10** |
|  | **أ.المهارات الهجومية في كرة اليد** | **12- 19** |
|  | ب.ا**لمهارات** **الدفاعية في كرة اليد** | **19-20** |
| **4** | **القياسات الجسمية** | **21-22** |
| 5 | **أهمية اللياقة البدنية في كرة اليد** | **22-23** |
| 6 | **التنبؤ** | **24** |

- ‌د-

**تابع قائمة المحتويات**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ت** | **الموضوع** | **الصفحة** |
| **ثانياً** | **الدراسات السابقة ...............................................................** | **25-28** |
| **1** | **التعليق على الدراسات السابقة ..................................................** | **28ـــ 29** |
|  | أ**- من حيث الهـدف** .............................................................. |  |
|  | ب- من حيث المنهـج .............................................................. |  |
|  | جـ- من حيث أدوات جمع البيانات .................................................. |  |
|  | د- من حيث العينـة .............................................................. |  |
| **2** | **الاستفادة من الدراسات السابقة ..............................................** | **29** |
|  | **الفصل الثالث**  **خطة إجراءات البحث** |  |
| **أولا** | **منهج البحث...................................................................** | **31** |
| **ثانيا** | **مجتمع البحث.................................................................** | **31** |
| **ثالثا** | **عينة البحث ...................................................................** | **31** |
| **رابعا** | **مجالات البحث ...............................................................** | **32** |
| **خامسا** | **أدوات جمع البيانات ..........................................................** | **33** |
| **1** | **تحليل المحتوى...............................................................** |  |
| **2** | **استمارة** **استبيان** |  |
| **3** | **القياسات الجسمية** |  |
| **4** | **الاختبارات البدنية** |  |
| **5** | **الاختبارات المهارية** |  |
| **6** | **الأدوات و الأجهزة المستخدمة** | **44-45** |
| **7** | **اختيار المساعدين** | 45 |
| **سادسا** | **الاجراءت التنفيذية للدراسة الأساسية** | 45 |
| **سابعا** | **المعالجات الإحصائية** | 46 |

- ‌ه-

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ت** **ت** | **الموضوع** | **47** |
|  | **الفصل الرابع**  **عرض ومناقشة النتائج** |  |
| **أولا** | **عرض النتائــــج ............................................................** | **48** |
| **ثانيا** | **مناقشة النتائـــج ...........................................................** | **56** |
|  | **الفصل الخامس**  **الاستنتاجات والتوصيـات** |  |
| **أولا** | **الاستنتاجات ...............................................................** | **62** |
| **ثانيا** | **التوصيات ..................................................................** | **63** |
|  | **المراجـــــع** |  |
| **أولا** | **المراجع العربية...............................................................** | **65-69** |
| **ثانيا** | **المراجع الأجنبية .............................................................** | **69** |