



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة العربي التبسي - تبسة، الجزائر



Larbi Tebessi University - Tebessa, Algeria
Université Larbi Tebessi - Tebessa, Algérie

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة مكملة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر ل.م.د أكاديمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

فرع: تدريب رياضي

تخصص: التدريب الرياضي النخبوي

العنوان:

علاقة بعض القياسات الجسمية في أداء بعض المهارات في كرة اليد

لدى الفئة العمرية (13-15) سنة

دراسة ميدانية متوسطة حي الزاوية بئر العاتر

تحت إشراف:

الأستاذ: بوتة محمد

إعداد الطالب:

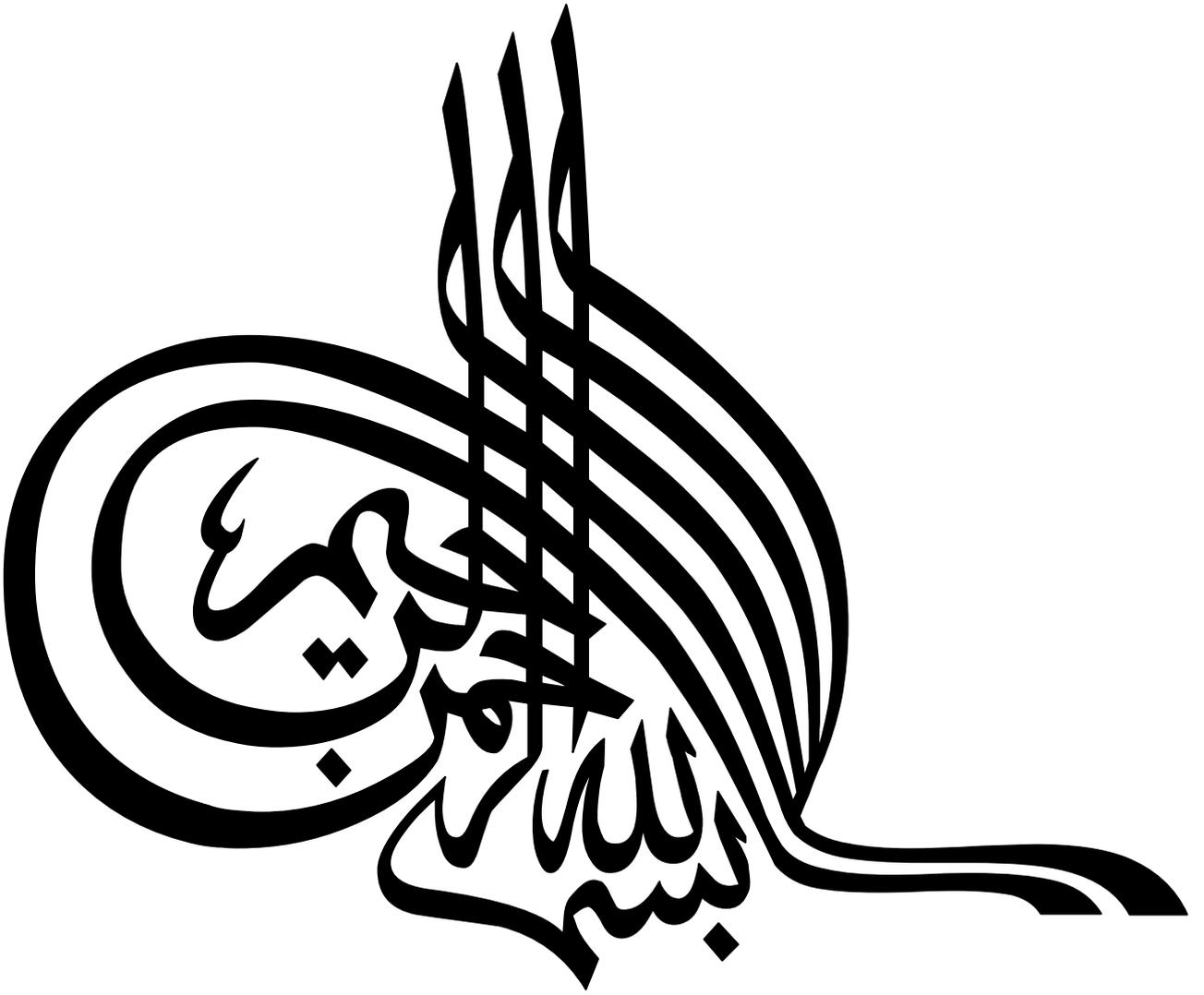
فرج نوح

ربيبي علي

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة	الصفة
فيصل قاسمي	أستاذ التعليم العالي	رئيسا
محمد بوتة	أستاذ محاضر ب-	مشرفا و مقرا
سالم لخضر	أستاذ مساعد ب-	ممتحنا

السنة الجامعية: 2019/2018



شكر وعرافان

الحمد لله رب العالمين حمدا يليق بجلال وجهه وعظيم سلطانه،
والصلاة والسلام على محمد النبي الكريم وعلى آله وصحبه ومن
تبعهم إلى يوم الدين.

نتقدم بجزيل الشكر وكامل العرفان ووافر الاهتمام إلى مقام الأستاذ
المشرف: " بوتة محمد" لتفضله الاشراف على هذه المذكرة ولما بذله
معنا من جهد وارشاد، وكذا أعضاء لجنة المناقشة لقبولهم مناقشة
محتوى هذا البحث

كما نتقدم بالشكل لكل أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات
البدنية والرياضية بجامعة تبسة وكل من مدّ لنا يد العون ولو بكلمة
طيبة حتى يرى هذا العمل النور من قريب كان أم من بعيد





قائمة الجداول والأشكال



قائمة الجداول والأشكال

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	خصائص العينة	37
02	يبين معامل ثبات و صدق الاختبار	42
03	يوضح نتائج قياس طول القامة مع مهارة التمرير و الاستقبال	47
04	يوضح نتائج طول الأطراف العلوية و مهارة التصويب	49
05	يوضح نتائج طول الأطراف السفلية ومحيط الصدر و مهارة التنطيط.	51

قائمة الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	تجسيد الاختبار الأول	39
02	تجسيد الاختبار الثاني	39
03	تجسيد الاختبار الثالث	40



قائمة المحتويات



فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
	شكر وعرقان
أ-ج	مقدمة
الفصل الأول: الجانب التمهيدي	
5	1. الاشكالية
7	2. الفرضيات:
8	3. المفاهيم الاجرائية للدراسة
9	4. أهمية الموضوع
9	5. اسباب اختيار الموضوع
10	6. أهداف البحث
11	7. الدراسات السابقة والمشابهة
14	خلاصة
الفصل الثاني: الجانب النظري	
16	تمهيد
17	1. انتشار رياضة كرة اليد
17	2. المهارات الحركية في كرة اليد
18	3. أنواع المهارات الحركية في كرة اليد
19	4. المهارات الأساسية في كرة اليد
23	5. قياس الأطوال الجسمية
33	خلاصة
الفصل الثالث: الاجراءات المنهجية للدراسة	
	تمهيد
36	1. الدراسة الاستطلاعية
36	2. مجالات البحث
36	3. مجتمع و عينة الدراسة
37	4. كيفية اختيار العينة
37	5. متغيرات البحث
37	6. أدوات جمع البيانات

فهرس المحتويات

40	7. القياسات الجسمية
42	8. الخصائص السيكومترية للآداة
44	خلاصة
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
46	تمهيد
46	I. عرض وتحليل النتائج
46	1. عرض وتحليل النتائج للفرضية الأولى:
48	2. عرض وتحليل و مناقشة النتائج للفرضية الثانية :
50	3. عرض وتحليل و مناقشة النتائج للفرضية الثالثة :
52	II. مناقشة النتائج في ظل الفرضيات
55	الخاتمة
58	قائمة المصادر والمراجع
61	الملاحق
	ملخص



مقدمة



تعتبر كرة اليد من الأنشطة الرياضية الجماعية الأكثر قبولا و ممارسة في الوسط التربوي، وكما هو معروف أن كرة اليد هي لعبة تعتمد على فعالية الحركة و التحمل العالي و مستوى رفيع من الأداء المهاري، ومن هنا نفهم أن لكل نشاط رياضي متطلبات و مواصفات التي يجب أن تتوفر في ممارس هذا النشاط أو المقبل على مزاولته، كما يجب أن لا يغفل هذا الجانب على مدرب أو مربى لهذا النشاط.

ومن هذه المتطلبات التي يجب أن لا يهملها احد، أو يمكن أن يقلل من الدور الذي يلعبه، الجانب المورفولوجي عامة أو المؤشرات المورفولوجية خاصة، لأنه وبكل بساطة عامل أو جانب متعلق بممارس هذه اللعبة أي العامل المحوري و الأساسي في كل نشاط، لان تطور أي لعبة أو نشاط منوط ومرتبطة بالرفع من مستوى أداء هذا الرياضي عامة سواء كان هذا التطور يمس الأداء المهاري أو البدني أو التكتيكي...، ومن بين هذه الجوانب التي يجب و ينبغي أن يلقي العلم أو البحث بظلاله عليها، هو الجانب المورفولوجي ، وهذا ما أوضحه ويليامز (williams) أن التركيب الهيكلي للجسم يلعب دورا كبيرا و أساسيا في الأداء الرياضي. لان الجانب المورفولوجي هو من أهم مميزات و صفات ممارس اللعبة، لان لكل نوع من الأنشطة الرياضية تتميز عن النوع الأخر بالنسبة لتوافر عدة صفات و سمات معينة لدى الفرد الرياضي، تؤهله لممارسة هذا النوع من الأنشطة ، و تمكنه الوصول إلى مرحلة الإتقان، حسب ما أورده محمد حسن علاوي. وتبدو أهمية الجانب المورفولوجي بصفة عامة، و القياسات المورفولوجية بصفة خاصة، في تحديد متطلبات أداء معين سواء كان مهاريا أو بدنيا أو أي من الخصائص، وما يقابله من توافر و تواجد شروط خاصة في ممارس هذا الأداء، لذلك بين كل من الين و كاترين (illin et katrin) في سنة 1981 ، أن القياسات المورفولوجية غالبا ما تستخدم كأساس للنجاح أو الفشل المعين .أما ما يشير إليه جينس و فيشر (jins et ficher) إلى أن المواصفات الجسمية ذات أهمية خاصة، حيث أن توافرها يعطي فرصة اكبر لاستيعاب و

مقدمة

أداء الأداء الحركي السليم للمهارات ، لذلك احتلت القياسات الانتروبومترية، مكانا هاما في المجالات الرياضية المختلفة.

من خلال ما سبق، تتضح لنا أن القياسات الانتروبومترية تعتبر المرآة التي تعكس العلاقة بين شكل الجسم و القدرة على الأداء المهاري، ونظرا لموقع كرة اليد و طبيعتنا، فلا بد من التعرف على المواصفات الانتروبومترية و التعرف على العلاقة الارتباطية بين مواصفاتهم الانتروبومترية وقدرتهم و طريقة أداءهم للمهارات الأساسية في هذا النشاط ومنه يمكن كذلك أن نهدد الطرق و الآليات التي نهدف من خلالها إلى تطوير الطرق و الوسائل التي يمكن من خلالها أن نعلّم الناشئ، أبجديات و المهارات الأساسية في كرة اليد.

وهنا لا يمكن حصر هذه العملية في التخصص التدريبي رغم أن الأمر يخص اللاعبين، لان المدرسة و الرياضة المدرسية تعتبر ربما الأساس أو القاعدة التي يمكن تعطي لرياضة الأندية المادة الخام التي يسمح لها التدريب بتطويرها و إضفاء عليها صفة التنافس ذو الطابع العالي. لذلك يأتي البحث على شكل محاولة لمعرفة هذه علاقة ارتباطيه بين بعض القياسات الجسمية في أداء بعض المهارات في كرة اليد لدى فئة أصاغر (13-15)، حيث قسم بحثنا هذا إلى:

- مقدمة عامة للبحث .

- **الفصل الأول: الجانب التمهيدي** : يتضمن إشكالية البحث وقد قمنا بوضع فرضيات مؤقتة وفق الإشكالية العامة للبحث كما قمنا بتحديد المفاهيم الواردة والدالة في البحث كما تطرقنا إلى أهداف و أهمية البحث وختاما تطرقنا إلى بعض الدراسات السابقة والمشابهة للبحث .

الفصل الثاني: الجانب النظري: وتحدثنا فيه عن رياضة كرة اليد على العموم، حيث أشرنا إلى انتشار رياضة كرة اليد، المهارات الحركية في كرة اليد، أنواع المهارات الحركية في كرة اليد، المهارات الأساسية في كرة اليد. كما تطرقنا إلى قياس الأطوال الجسمية.

مقدمة

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة: وتطرقنا فيه إلى الدراسة الميدانية وما تعلق بها من مجالات

البحث ومجتمع الدراسة وكذا متغيرات البحث وأدوات جمع البيانات

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج وتطرقنا فيه إلى عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضيات

الثلاث ومناقشة نتائجها.

وفي الأخير تطرقنا إلى الخاتمة العامة للبحث ثم المراجع المعتمدة والملاحق.



الفصل الأول: الجانب التمهيدي



إن تداخل العلوم المختلفة وتطورها الهائل أضفى تطورا في كافة مجالات الحياة، ونظرا لاهتمام العالم بالرياضة والسعي للوصول للمستويات العليا في المجال الرياضي، عمل الخبراء والعلماء في هذا المجال على دراسة كل ما يتعلق بتحقيق الانجاز وتحسينه، وكان لعلم البيوميكانيك والقياس والتقويم والعلوم الأخرى المتعلقة بالمجال الرياضي الأثر في تحديد متطلبات الأداء لأي رياضة، من حيث القدرات البدنية والمهارية والقياسات الجسمية. هذه الأخيرة تعتبر من الأولويات التي توصل اليها الرياضي إلى المستوى العالي ، لأن الرياضي الذي لا يمتلك القياسات الجسمية المناسبة والمواصفات الوظيفية المناسبة لنوع النشاط الذي يمارسه سوف يتعرض إلى مشاكل بيوميكانيكية وفيزيولوجية، تقود إلى بذل المزيد من الجهد والوقت يفوق ما يبذله زميله الذي يمتاز بقياسات جسمية تؤهله إلى الإنجاز المطلوب بنفس الزمن، ويتفق كل من ماثيوس كاروفيتش وسيمنغ ووارين على أن هناك دور ايجابي بين شكل الجسم واللياقة البدنية (حسين سليمان علي، 1983)

و المورفولوجيا الرياضية تعد من أبرز العلوم التي فتحت أبوابا واسعة ومجالات كبرى للبحث والتدقيق في خفايا التفوق الرياضي لأجل استكشاف متطلبات كل اختصاص رياضي، ومن ثمة تحديد الأنماط الجسمية لكل ممارس للرياضة، ويشير كاروفيتش karpovich إلى أهمية اختيار النمط الجسمي المناسب قبل البدء في عمليات التدريب، وأن المدرب العاقل لا يضيع وقته وجهده مع نمط غير مبشر بالنجاح (حسانين محمد صبيحي، 1995).

من هذا أضحى من الضروري وضع الجانب المورفولوجي منطلقا مبدئيا في جميع العمليات الانتقائية، لأنه يعد مقياس ومعيار مرجعي في تكوين المواهب، وهذا ما تؤكدته 1996 N.MIMOUNI بأن المعطيات المورفولوجية يمكنها التحكم في عملية تحضير الرياضيين للمستويات العالية، كون أن غالبية

الفصل الأول: الجانب التمهيدي

الرياضيين لا يمكنهم الوصول إلى قمة التفوق حتى باستعمال أرقى التكنولوجيات الرياضية (قميني حفيظ، 2003).

و ما يفسره حسانين محمد صبحي " بأن إستراتيجية صناعة البطل الرياضي لها مطلبان أساسيان هما بناء جسماني مناسب لنوع الرياضة التي يمارسها وبرامج تدريب وممارسة مكثفة، ولكن ما ليس فيه حوار علمي أو جدل فلسفي هو أن البدء بانتقاء البناء الجسمي هو العامل الأول في الترتيب، يليه التدريب والممارسة الرياضية على مدار الحياة الرياضية للاعب الرياضي" (حسانين محمد صبيحي، 1995).

والقياسات الجسمية من جانب آخر لها دور كبير في التفوق في المجال الرياضي لأن لياقة الفرد تتحدد وملائمة تركيب جسم للنشاط المطلوب أن ممارسة أي نشاط رياضي يتطل خصائص انثرومترية وبدنية فهناك من الرياضات من تتطلب السرعة واخرى تتطلب طول القامة واخرى تتطلب القوة ويعتبر العديد من الباحثين ان للقياسات الانثرومترية أهمية كبيرة وهي من العوامل التي تحد شكل الجسم وتركيبه (خاطر أحمد محمد، 1996).

وتعتبر كرة اليد من بين أهم الرياضات الجماعية انتشارا وإقبالا من طرف الرياضيين الذكور أو الإناث والتي تحظى بشعبية كبيرة في النوادي الرياضية ، والتي تتطلب مستوى عالي من المؤشرات الجسمية والبدنية ولكونها ذات حركية كبيرة ومتنوعة ، فهي تتطلب إتقان لبعض المهارات الأساسية وتسطير برامج تراعي فيها عدة عوامل خاصة بالرياضة، لذي يجب وضع معايير وأسس لانتقاء طريقة التدريب الملائمة .

و الارتقاء بمستوى الرياضي بما يجعله يحقق أفضل الإنجازات، يرتبط بضرورة امتلاكه لبعض الميزات والخصائص الجسمية ،البدنية ،المهارية ،الفعلية وغيرها. والتي عن طريقها يمكن ربط بعض القياسات الجسمية في أداء بعض المهارات، ونظراً لضعف عملية التقويم في اختيار اللاعبين وعدم اعتمادها على أسس علمية صحيحة في كرة اليد حيث أن الخبرة الشخصية للمدرب هي التي تحدد اختيار اللاعب .

الفصل الأول: الجانب التمهيدي

أرثى الباحث ضرورة توفير طرق علمية وصحيحة يمكن الاستناد عليها في اختيار اللاعبين ومنها قياساتهم الجسمية التي من شأنها أن تعطي تصورًا واضحًا ومبرمجًا عند اختيار اللاعبين في كرة اليد. (قميني حفيظ، 2003).

- التساؤل العام:

هل توجد علاقة ارتباطية بين القياسات الجسمية وأداء المهارات الحركية في كرة اليد ؟

• التساؤلات الجزئية:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين طول القامة وبعض مهارات كرة اليد التالية (التصويب، التمرير، الاستقبال)؟

- هل توجد علاقة ارتباطية بين طول الأطراف العلوية وبعض مهارات كرة اليد التالية (التصويب، التمرير، الاستقبال)؟

- هل توجد علاقة ارتباطية بين طول الأطراف السفلية وبعض مهارات كرة اليد التالية (التصويب، التمرير، الاستقبال)؟

2. الفرضيات:

الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية بين القياسات الجسمية وأداء المهارات الحركية في كرة اليد (الاستقبال والتمرير

والتتيط) لفئة الأصغر (13-15)

الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة ارتباطية بين طول القامة وبعض مهارات كرة اليد لفئة الأصغر (13-15)

- توجد علاقة ارتباطية بين طول الأطراف العلوية ومهارات كرة اليد لفئة الأصغر (13-15)

الفصل الأول: الجانب التمهيدي

- توجد علاقة ارتباطية بين طول الأطراف السفلية ومهارات كرة اليد لفئة الأصغر (13-15)

3. المفاهيم الاجرائية للدراسة

- المهارة: skill

تدل على مدى كفاءة الأفراد في أداء واجب حركي معين، و تعني أيضا مقدرة الفرد على التواصل إلى نتيجة من خلال القيام بأداء ولجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل اقل قدر من الطاقة في اقل زمن ممكن.

- الأداء المهاري:

كل الإجراءات و التمرينات المهارية التي يقوم المدرب بالتخطيط لها في الملعب بهدف الوصول إلى دقة أداء المهارات بالية و إتقان تحت أي ظرف من ظروف المباراة . (حماد مفتي ابراهيم ، 2001)

- القياس:

مهما تعددت الكلمات وتداخلت المعاني المتعلقة بمصطلح القياس فإنه ممكن إيضاح هذا المصطلح على

التالي:

- أنه ظاهرة واسعة الانتشار في مجال العلوم الإنسانية، وهو يستهدف التقدير الكمي للسمة والقدرة أو

الظاهرة المقاسة (خاطر أحمد محمد، 1996)

- التقنية:

هي وسيلة تسمح للحركة بالوصول إلى نتائج فعالة في ظروف حقيقة للعب، تنفيذ التقنية يكون متنوع

حسب وضعية اللعب، كما أن تنفيذها العقلاني يسمح للاعب بالقيام بنشاط حركي بطريقة اقتصادية في

الجهد .

الفصل الأول: الجانب التمهيدي

وهي وسيلة همل حركي التي تعمل بإحراز ونيل النتائج بكل فعالية وبشروط ملموسة في اللعب وهي تسمح للرياضي بتحقيق نشاطات حركية بطريقة اقتصادية وفعالة، وقد تكون متنوعة حسب شروط اللعبة (الحشوش خالد ، 2006)

- كرة اليد:

أ- الكرة لغة : (جمع كرى و كرات و كرين و اكر) كل جسم مستدير من مطاط أو جلد يلعب به أو يتخذ في الألعاب الرياضية . (قبيلة راتب احمد، 2002) .

ب- كرة اليد: هي لعبة تلعب بين فريقين يتكون كل فريق من سبعة لاعبين و غرض كل فريق من هذان الفريقان إحراز هدف في مرمى الفريق الآخر و منعه من إحراز هدف، و تلعب هذه الرياضة باليدين و ضمن قواعد و قوانين اللعبة. (اللقافي أحمد حسين وآخرون، 1983)

4. أهمية الموضوع :

تكمن أهمية الدراسة في النقاط التالية :

إبراز أهمية القياسات الجسمية بالنسبة لعمليتي الانتقاء والتوجيه للرياضيين للاختصاصات التي تناسبهم.

- القيام بقياسات جسمية قصد معرفة علاقتها بالأداء المهاري .
- التعرف على مختلف الجوانب التي تمس القياسات الجسمية والعوامل المؤثرة عليها .
- معرفة أهمية التقنيات المستعملة في كرة اليد لدى فئة الناشئين.

5. اسباب اختيار الموضوع:

ان اسباب اختيارنا لهذا الموضوع ذاتية و الثانية موضوعية:

الاسباب الذاتية:

- قلة البحث في هذا الموضوع
- ميولنا و رغبتنا في دراسة هذا الموضوع

الاسباب الموضوعية:

- عدم اهتمام المدربين لبعض القياسات الجسمية للاعبين كرة اليد في المرحلة العمرية ما بين (13-15) سنة
- احساسنا بعد اهتمام المدربين ببعض القياسات الجسمية و مهارة الاستقبال و التمرير
- اهتمام المدربين ببعض القياسات الجسمية نظرا لأهميتها بالنسبة لعمليتي الإنتقاء و التوجيه للرياضيين الناشئين.

6. أهداف البحث:

نهدف من خلال دراستنا إلى:

- لفت الانتباه إلى أهمية القياسات الجسمية بالنسبة لعمليتي الانتقاء والتوجيه .
- التعرف على القياسات الجسمية والصفات البدنية لدى لاعبي كرة اليد فئة الناشئين.
- كما يسعى هذا البحث على لفت انتباه المدربين في جميع التخصصات لأهمية القياسات الجسمية بالنسبة للرياضيين الناشئين .
- معرفة طبيعة العلاقة الموجودة بين القياسات الجسمية وأداء المهارات الخاصة برياضة كرة اليد.

الفصل الأول: الجانب التمهيدي

ومن كل هذا أردنا معرفة علاقة بعض القياسات الجسمية بأداء بعض المهارات في كرة اليد لدى فئة أصاغر (13-15) من خلال محاولة الاجابة على التساؤل التالي:

7. الدراسات السابقة والمشابهة :

تعتبر الدراسات السابقة والمشابهة منابع ومحاوّر يجب على الباحث أن يتناولها ويثري بحثه من خلالها لما تحتويه من معلومات ومعارف مرتبطة ومشكلة البحث التي يتصدى لها من أجل دراستها، والغرض منها تصميم البحث على نحو أفضل اعتمادا على المقارنة، الإثبات والنفي وكذا الحاجة الماسة للدلائل العلمية التي ينبغي على الباحث الانطلاق على الأقل منها ولقد وجدنا صعوبات عديدة في الحصول على هذه الدراسات .

-الدراسة الأولى:

- دراسة الباحثين عباس علي عذاب ومكلة سليمان علي بعنوان " علاقة بعض القياسات الجسمية ببعض الصفات البدنية "، سنة 2007، جاءت الدراسة بهدف التعرف على العلاقة بين بعض القياسات الجسمية وبعض الصفات البدنية العامة، فكان فرض البحث أن هناك علاقة إرتباطية معنوية بين بعض القياسات الجسمية وبعض الصفات البدنية، حيث تم قياس كل من الوزن والطول الكلي، طول الجذع مع الرأس، طول الذراع، طول الطرف السفلي، محيط الكتفين، محيط الصدر، عرض الكتفين، عرض الصدر. أما فيما يخص الاختبارات فهي:

- 1- ركض 30 م لقياس السرعة الانتقالية من الوضع الطائر
- 2- القفز العريض من الثبات لقياس القوة المميزة بالسرعة.
- 3- الركض المتعرج على شكل 8 لقياس الرشاقة.

الفصل الأول: الجانب التمهيدي

4- ثني الجذع من الوقوف لقياس مرونة العمود الفقري والعضلات المادة للفخذين.

5- ركض 1000 م لقياس المطاولة العامة للجهاز الدوري التنفسي.

6- واشتملت عينة الدراسة على 300 طالب من الطلبة المتقدمين للقبول في كلية التربية جامعة

ديالي

(العراق) ،حيث بلغ متوسط أعمارهم 19.65 سنة وانحراف معياري قدره 1.48 سنة ،حيث اعتمدا في

المعالجة الإحصائية على المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط لبيرسون.

أهم النتائج:

- عدم وجود علاقة بين السرعة الانتقالية والقياسات الجسمية.

- وجود علاقة ارتباط موجبة معنوية عكسية بين الرشاقة ووزن الجسم ومحيط الكتفين ومحيط الصدر وعرض الكتفين وعرض الصدر.

- وجود علاقة ارتباط معنوية بين المرونة ومحيط الصدر وعرضه.

- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين المرونة ووزن الجسم والطول الكلي.

- وجود علاقة ارتباط معنوية بين المطاولة العامة ووزن الجسم والطول الكلي.

- الدراسة الثانية:

- دراسة أسماء حسون بعنوان " الأنماط الجسمية وعلاقتها بمستوى بعض القدرات البدنية والمهارية

لدى اللاعب الحر بالكرة الطائرة" ، سنة 2003 ،تهدف الدراسة إلى التعرف على الأنماط الجسمية لدى

اللاعب الحر بالكرة وكذا إيجاد العلاقة بين الأنماط الجسمية وبعض القدرات البدنية والمهارية، ومن فروض

الدراسة أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين الأنماط الجسمية وبعض القدرات البدنية والمهارية عند

لاعبي القطر للدوري العراقي الممتاز للموسم 2002-2003 حيث اعتمدت على المنهج الوصفي بالطريقة

الإرتباطية وكانت عينة الدراسة 13 لاعبا يمثلون اللاعب الحر لأندية القطر للدوري الممتاز.

الفصل الأول: الجانب التمهيدي

الوسائل:

اشتملت الدراسة على قياس مكونات النمط الجسمي بطريقة (هيث -كارتر) من خلال أخذ أطوال وأوزان اللاعبين وسمك ثنايا جلدية بالإضافة إلى إختبارات القدرات البدنية والمهارية.

حيث اعتمدت في المعالجة الإحصائية على المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل ارتباط البسيط بيرسون.

النتائج:

- 1- النمط الجسمي السائد للاعب الحر بالكرة الطائرة هو (2.8-4.9-2.9) ± (2.4-6.1-4.2) وهما على التوالي نمط عضلي متوازن ونمط سمين عضلي.
- 2- أظهرت النتائج أن الأنماط الجسمية للاعب الحر لأندية القطر الدوري الممتاز بالكرة الطائرة كانت (نمط عضلي متوازن، نمط عضلي سمين، نمط نحيف عضلي، نمط سمين عضلي).
- 3- وجود علاقة معنوية بالقدرات البدنية (سرعة انتقالية، مطاولة السرعة، المرونة) والنمط النحيف .
- 4- وجود علاقة معنوية بالقدرات البدني (رشاقة، السرعة الانتقالية، القوة الانفجارية، القوة المميزة بالسرعة) والنمط العضلي.
- 5- وجود ارتباط سالبا ذي دلالة معنوية بالقدرات البدنية (القوة الانفجارية، المرونة) والنمط البدين.

في ختام هذا الفصل الذي قمنا فيه بإجراء مجموعة من العناصر المنهجية, والذي عرضنا فيه مختلف التعريفات اللغوية والاصطلاحية والاجرائية لمتغيرات ومؤشرات الدراسة وكذا اشكالية الدراسة والاهداف التي سعينا لتحقيقها يمكن القول انه ساعدنا كثيرا في فهم الموضوع و الاحاطة به بشكل جيد كما يتسني لنا من خلالها اخذ فكرة عنه و بالتالي تمهيد الطريق لإتمام باقي الجوانب التطبيقية في الدراسة .



الفصل الثاني: الخلفية النظرية



لقد كان تطور كرة اليد منذ نشأتها إلى حد الآن تطورا سريعا ويؤكد ذلك عدد الدول المنظمة إلى الاتحاد الدولي، إذ تعتبر ثاني رياضة الأكثر شعبية بعد كرة القدم، وكذلك من ناحية عدد الممارسين لهذه اللعبة إذ تطورت وأصبحت لعبة أولمبية تحتاج إلى أعلى درجة للتكتيك واللياقة البدنية وطرق التربية، وكرة اليد هي رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان يتكون كل فريق من 12 لاعبا (10 لاعبين + 2 حراس) و يسمح لسبعة منهم على الأكثر (6 لاعبين + حارس مرمى) بالوجود داخل الملعب أما الآخرين فهم بدلاء، والهدف من هذه اللعبة هو تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم، ويجري الإرسال (ضربة الانطلاقة) من منتصف الملعب عقب إطلاق الحكم صافرة إشارة الانطلاق، وزمن المباراة يختلف حسب السن، فالمباريات ما فوق 16 سنة تكون مدتها (30 x 2) (جرجس ابراهيم منير، 1990)

كما يقول محمد صبحي حسانين وكمال عبد الحميد إسماعيل: " أن كرة اليد لعبة جماعية تلعب باليد، تجرى داخل ملعب خاص، حيث يحاول من خلالها الفريق تسجيل أهداف داخل مرمى الخصم وفقا لقوانين معمول بها من طرف الفيدرالية العالمية لكرة اليد(كمال عبد الحميد ، حسانين محمد صبحي ، 1980) .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

1- انتشار رياضة كرة اليد:

رياضة كرة اليد واحدة من الأنشطة الرياضية التي لاقت استحسانا و إقبالا شديدا من الأطفال والشباب، فرغم عمرها القصير نسبيا.

إذا قورنت ببعض الألعاب الأخرى - فإنها استطاعت في عدد قليل من السنين أن تقفز إلى مكان الصدارة في عدد ليس بقليل من الدول .

ولقد كان إدراج رياضة كرة اليد ضمن أولمبياد عام 1972 أثر كبير على زيادة انتشار اللعبة وزيادة عدد ممارسيها، إذ عملت الدول المختلفة على تكوين فرق تمثلها في هذه الدورات التي تقام كل أربع سنوات ومن المعروف أن تكوين الفرق القومية يتطلب قاعدة عريضة من الممارسين، فكان نتاج ذلك إن أنشأت مراكز التدريب في الأندية والساحات الشعبية والأندية الريفية والمدارس والجامعات لإتاحة فرص الممارسة لأكثر عدد ممكن من الممارسين(كمال عبد الحميد ، حسانين محمد صبحي ، 1980) .

2- المهارات الحركية في كرة اليد:

أ- مفاهيم :

- مفهوم المهارة بشكل عام:

هي الأداء السهل الدقيق، القائم على الفهم لما يتعلمه الإنسان حركيا وعقليا، مع توفير الوقت والجهد والتكاليف (اللقافي أحمد حسين وآخرون، د.س).

تدل على مدى كفاءة الأفراد في أداء واجب حركي، وتعني أيضا مقدرة الفرد على التوصل إلى نتيجة خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان، مع بذل أقل قدر من الطاقة .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

- مفهوم المهارة الرياضية:

المهارة الرياضية تعني ذلك الأداء الحركي الضروري الذي يهدف إلى تحقيق غرض معين في الرياضة التخصصية، وفقا لقواعد التنافس أو هي عصب الأداء وجوهره في أي رياضة، وإنجازها يعتمد على الإعداد البدني وبنى عليها الإعداد الخططي والنفسي والذهني (مفتي حماد ابراهيم، 1996) .

- المهارات الأساسية:

هي المهارات الحركية التي تعتبر ضرورية وجوهرية لإجادة أي نشاط ما مثل: الجري، الوثب، والرمي.... الخ أي هي مزج متوافق من الحركات الأساسية (كمال عبد الحميد ، حسانين محمد صبحي ، 1980).

هي مهارات أساسية يحددها الخبراء ويرتكز عليها منهج أو برنامج دراسي معين وتعتبر هذه المهارات قاعدة لتعلم ما سيأتي من مهارات في المستقبل، سواء في منهج واحد أو في المناهج التالية في صفوف أخرى (اللقافي أحمد حسين وآخرون، د.س).

3- أنواع المهارات الحركية في كرة اليد:

أ- المهارات الحركية الأساسية :

تؤدي المهارات الحركية الأساسية إما باستخدام الجسم كله أو باستخدام أجزاء منه، وذلك وفقا لما يلي :

1- مهارات حركية أساسية باستخدام الجسم كله من الثبات أو الحركة وهي نوعان:

- مهارات حركية أساسية يستخدم فيها الجسم كله من الثبات .

- مهارات حركية أساسية يستخدم فيها الجسم كله من الحركة .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

2- مهارات حركية أساسية باستخدام طرف أو أكثر، من أطراف الجسم من الثبات والحركة .

ب- المهارات الحركية الرياضية:

1- مهارات رياضية بالرجلين ويقسم هذا النوع من المهارات إلى :

- البدء والتوقف.

- الوثب والطيران.

- السقوط .

- الهبوط .

4-المهارات الأساسية في كرة اليد:

أ- الاستقبال و التمرير :

الاستقبال و التمرير مهارتان متلازمتان (البيضة أولاً أم الدجاجة ...) و لا يمكن الفصل بينهما إلا لتوضيح الناحية التعليمية لكل منهما فكلتاها تؤثر في الأخرى و تتأثر بها . و تعتبر هاتان المهارتان القاعدة الأساسية التي تبنى عليها باقي المهارات الأخرى , فليس هناك تنطيط للكرة أو داع أو تصويب إلا إذا سبقه تمرير و استقبال , كما أن الخطأ خلال ادعائهما معناه فقط حيازة الكرة و انتقال الفريق من مهاجم إلى مدافع (جرجس ابراهيم منير ، 2004).

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

- استقبال الكرة :

يجب على اللاعب إتقان استقبال الكرة حتى يمكنه بالتالي سرعة التصرف بها و جعلها لعب . و كقاعدة عامة يجب على اللاعب استقبال الكرة باليدين كلما أمكن بالإضافة إلى قدرته على استقبال الكرة و بيد واحدة في بعض الحالات التي يضطر إليها .

كما يجب على اللاعب الذي يقوم بلقف الكرة أن يتخذ مكانه بصورة تسمح بسرعة تامين الكرة و تمنع المنافس من الاشتراك فيها أو تشتيتها (جرجس ابراهيم منير، 2004).

- تمرير الكرة :

هو نقل الكرة من حيازة اللاعب المستحوذ عليها طبقا لطبيعة اللعب ، و الظروف التي يفرضها الموقف المتشكل ، مستخدما في ذلك أي نوع من أنواع التمرير التي تحقق الهدف من استخدام التمريرة خلال استمرار سير اللعب، و دون مخالفة لقواعد اللعب ذاتها(عبد الحميد كمال، 1987) .

ج- التصويب :

إن غرض مباراة كرة اليد هو إصابة الهدف و الفريق الفائز هو الذي ينجح في إصابة مرمى الفريق الخصم بعدد اكبر من الأهداف ، و لذا تعتبر مهارة التصويب الحد الفاصل بين النصر و الهزيمة بل إن المهارات الأساسية و الخطط الهجومية بألوانها المختلفة تصبح عديمة الجدوى، إذ لم تتوج في النهاية بالتصويب الناجح على الهدف . هذا بالإضافة إلى أن هذه المهارة يعشقها كل من اللاعب و المتفرج و تجذبهم أكثر من المهارات الأخرى .

و يتأثر التصويب بعدة عوامل :

. المسافة : فكلما قصرت ساعد ذلك على دقة التصويب .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

. **التوجيه:** و يسهم رسغ اليد كثيرا في توجيه التصويب، و لذا يجب على اللاعب إجادة استخدامه .

. **السرعة :** من حيث سرعة الإعداد المناسب لنوع التصويب حتى يمكن استغلال ثغرات الفريق المناسب

في الوقت المناسب .

و في كرة اليد يمكن التمييز بين التصويبات: بعيدة المدى . التصويبات القريبة . رمية الجزاء . الرمية الحرة المباشرة .

د- التصويب البعيد:

و يقصد به التصويب أمام مدافع أو في حدود خط الـ 9متر أو خارجه في حالة وجود ثغرة في دفاع المنافس . و يجب أن يتميز هذا النوع بالقوة مع دقة التوجيه لإمكان التغلب على المدافع و حارس المرمى ، كما يجب مراعاة عامل التغيير بالنسبة لاختيار مكان توجيه التصويبة مما يسهم في مفاجأة حارس المرمى ، و تعتبر التصويبات العالية و خاصة في الزوايا العليا للمرمى من أفضل أماكن التوجيه بالنسبة لهذا النوع من التصويب (جرجس ابراهيم منير، 2004).

هـ- التصويب القريب:

وهو الذي يؤدي بالقرب من دائرة الهدف ، كما في حالة حيازة مهاجم الدائرة على الكرة ، أو في حالة الهجوم الخاطف أو قطع مهاجم في اتجاه الدائرة و تحرير الكرة إليه للتصويب ، و من المستحسن في هذه الحالة قيامه بالوثب أو السقوط لإمكان التخلص من المدافع . و أهم ما يتميز به هذا النوع هو حسن توجيهه و ليس قوة التصويب ، و لذا يجب مراعاة موقف حارس المرمى عند توجيه التصويبة .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

و- رمية الجزاء:

هي عبارة عن كفاح بين الرامي وحارس المرمى، والتي يلعب فيها عاملا القدرة على التركيز وقوة الأعصاب بالنسبة للرامي دورا هاما. ويتحدد اختيار الزاوية التي يجب التصويب إليها، وكذا ارتفاع التصويب طبقا لخبرة الرامي وسلوك حارس المرمى .

- المراوغة:

وتتقسم المراوغة إلى نوعان:

أ- المراوغة بدون كرة: وينقسم إلى:

- المراوغة البسيط بالجسم .

- المراوغة المركب بالجسم .

- المراوغة بتغير سرعة الجري .

ب- المراوغة بالكرة: وتتقسم إلى:

- المراوغة بالجسم .

- المراوغة قبل التمرير .

- المراوغة قبل تنطيط الكرة .

- مراوغة حارس المرمى .

- تنطيط الكرة(جرجس ابراهيم منير، 2004).

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

- تنطيط الكرة :

تستخدم مهارة تنطيط الكرة لكسب مسافة في حالة انفراد المهاجم بحارس المرمى حيث يراعى السرعة القصوى في تنطيط الكرة للوصول إلى دائرة الهدف للتصويب .

و لأداء هذه المهارة يراعى أن تتم حركة تنطيط الكرة بيد واحدة و أساسا من رسغ اليد مع مراعاة ارتخائه و مرونته , و تدفع الكرة باليد المفتوحة لتتطيها إلى الأرض أماما مع مراعاة أن سلاميات الأصابع هي التي تقابل أعلى الكرة بعد ارتدادها من الأرض .

تشير الدراسات إلى أن هناك مجموعة من القياسات الجسمية نذكر منها:

5-قياس الأطوال الجسمية :

يمكن قياس أطوال أجزاء الجسم على أساس تقدير المسافة بين النقاط الأنترومترية التي يتم تحديدها على العظام، بشرط أن يتم القياس على امتداد المحور الطولي، هذه القياسات تمدنا بمعلومات عن أهم الأجزاء المحددة لنمو وحجم الجسم، القياس الطولي يتم على طول القامة(رضوان محمد نصر الدين ، 1997) .

- طول القامة :

يعتبر طول القامة (Stature) مؤشراً جيداً للحجم العام للجسم وأطوال العظام، بحيث يقف المفحوص معتدلاً القامة أمام جهاز مارتن المتنقل،العقبين متلاصقين ويكون الردفين والظهر ملاصقة للقائم الرأسي .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

- طول الجزء السفلي للذراع (الساعد + اليد):

• أهمية القياس:

لقياس الأطراف وأجزاء الأطراف أهمية خاصة بالنسبة لبحوث الميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي، كما يستفاد من البيانات المتجمعة عنها في خدمة مجالات الصناعة وبخاصة فيما يتعلق بتصميم أماكن العمل، كما أنها تستخدم في مجال دراسات وبحوث الهندسة البشرية لعمل النماذج القياسية للعديد من الأجهزة والأدوات .

• الأدوات اللازمة للقياس :

- جهاز القدم القنوية (البرجل المنزلق الكبير) Large sliding calipie .

• طريقة القياس:

يقوم المحكم بوضع الذراع الثابتة للبرج المنزلق فوق أقصى نقطة تقع على السطح الخلفي للنوء المرفقة للزند، ثم يقوم بتحريك الذراع المنزلق للجهاز للأمام حتى يلامس أعلى نقطة تقع على حد السلامة البعيدة للإصبع الوسطى لليد .

- يلاحظ أن الذراع الرئيسية للقدم القنوية (رجل المنزلق) تكون موازية لمحور الطولي للساعد .

- تسجيل نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب 0,1 سم (رضوان محمد نصر الدين ، 1997) .

• الشروط الأساسية للقياس (التعليمات):

- يرتدي المفحوص ملابس مناسبة تمكن المحكم (القائم بالقياس) من ملاحظة الوضع العام لجسم المفحوص وبحيث تكون الذراعان والكتفان عاريتين تماما .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

- طول الجزء السفلى للذراع (الساعد + اليد) هو عبارة عن المسافة بين النتوء المرفقة لعظم الزند وقمة الإصبع الوسطى لليد.

- يمكن إجراء القياس والمفحوص في وضع الجلوس على مقعد، ويمكن وضع مرآة في وضع عمودي أمام المفحوص مباشرة لتساعده على الاحتفاظ بالجسم في وضع عمودي على الأرض، وكذا الاحتفاظ بالساعدين في خط أفقي موازي للأرض .

- اتساع الذراعين :

• أهمية القياس :

اتساع الذراعين عبارة عن المسافة بين أعلى نقطة تقع على السلامية البعيدة للإصبع الوسطى لليد اليمنى وأعلى نقطة تقع على السلامية البعيدة للإصبع الوسطى لليد اليسرى عندما تكون الذراعان ممدودتين على الجانبين في مستوى الكتفين مع ملاحظة استبعاد طول أظافر اليدين من القياس (رضوان محمد نصر الدين ، 1997) .

• الأدوات اللازمة للقياس :

- شريط قياس أو مسطرة مدرجة طولها لا يقل عن مترين .

- حائط أو مسطح أملس مستو عمودي على الأرض .

• الوضع الرئيسي للمفحوص :

- يقف المفحوص في مواجهة المحكم بحيث يكون ظهره ملصقا بالحائط والقدمان مضمومتين والقامة عمودية على الأرض والنظر للأمام .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

- يقوم المفحوص بعد ذلك بمد الذراعين على الجانبين بحيث لا يزيدا في ارتفاعهما عن مستوى الكتفين و أن تكون ملاصقة للحائط وباطن الكف للأمام .

• طريقة القياس :

- يقف المحكم في مواجهة المفحوص ،وعندما يتخذ المفحوص الوضع الرئيسي للقياس يقوم المحكم بعمل علامتين بقلم ملون على الحائط ،بحيث توضع كل علامة في نهاية طرف الأصبع الوسطى (هو أطول أصبع) لكل يد مع استبعاد طول ظفر الأصبع إن وجد .

- بعدما ينتهي المحكم من وضع العلامات على الحائط يسمح للمفحوص بالتحرك بعيدا عن الحائط ،ثم يبدأ المحكم في قياس المسافة بين العلامتين باستخدام شريط القياس بحيث يثبت الصفر الموجود في نهاية الشريط على إحدى العلامات ويمد شريط إلى العلامة الأخرى لتقديم المسافة بين العلامتين .

- تحتسب نتائج القياس بالسنتيمترات لأقرب 1،0 سم .

• الشروط الأساسية للقياس :

- يجب على المحكم أن يطلب من المفحوص أن يفرّد ذراعيه إلى أقصى مدى ممكن بدون القيام بمد زائد لأصبع اليدين .

- يجب مد الذراعين في مستوى الكتفين وأن تكون موازية للأرض .

- على المحكم أن ينتبه إلى أن الأطفال صغار السن والأفراد كبار السن لا يستطيعون الاحتفاظ بالذراعين ممدودتين على الجانبين لفترات طويلة ،مما قد يؤثر على دقة وثبات النتائج .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

- يجب أن يكون حائط القياس أو الأداة البديلة على ارتفاع واتساع مناسبين لكل الأطوال و الإتساعات التي يحتمل مواجهتها بالنسبة للعينات المختلفة من الأفراد (رضوان محمد نصر الدين، 1997) .

-محيط الكتفين:

وهو يتحقق بتمرير شريط القياس من الجانب فوق أعلى نقطة لمجموعتي العضلات المغلفة للكتفين، ومن الأمام بالأخرومين و النتوء الخاصة بتمفصل الضلع الثاني من عظم القص .

• أهمية القياس:

يعكس محيط الكتفين النمو والتطور العضلي لمنطقة الذراعين والمنكبين وكذا الجزء من الصدر، ولأن منطقة الذراعين والمنكبين من أهم ما يميز الرياضيين المدربين، لذا يمكن الاستفادة من محيط الكتفين كمؤشر بين التغيرات التي تحدث لمنطقة الكتفين نتيجة التدريب البدني، كما يمكن الاستفادة منه في مجال الهندسة البشرية وبحوث التربية البدنية .

• الأدوات اللازمة للقياس :

- شريط قياس مرن وغير قابل للإطالة .

- مرآة متحركة على عجل توضع خلف المفحوص للمساعدة في التعرف على وضع شريط القياس والتأكد من أنه في وضع أفقي، ويمكن لأحد معاوني القيام بهذه المهمة في حالة تعذر وجود مرآة .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

• الوضع الرئيسي للمفحوص :

- يتخذ المفحوص وضع الوقوف على القدمين مرتديا ملابس مناسبة حتى يمكن تحديد العلامات الأنتروبومترية الضرورية، مع ملاحظة أن يكون النظر للأمام، أن تكون المسافة بين القدمين حوالي 5سم، وأن يكون وزن الجسم موزعا عليهما بالتساوي .

- تكون الذراعان ممدودتين على جانبي الجسم والكتفان في مستوى أفقي واحد ومسحوبين للخلف قليلا .

• طريقة القياس:

يقوم المحكم بلف شريط القياس حول كتفي المفحوص بحيث يكتفي بأن يكون الشريط ملامسا للجلد دون إحداث ضغط شديد عليه.

- يطلب من المفحوص أن يقوم بعملية التنفس بالشكل المعتاد .

- ينبه على المفحوص بأنه عندما تعطى إشارة البدء من المحكم فإنه يقوم بحبس النفس بعد عملية الزفير والعد حتى عشرة، في هذه الأثناء يقوم المحكم بأخذ قراءة محيط الكتفين لأقرب 1.0 سم .

• ملاحظات مهمة :

- يتم قياس محيط الكتفين في نهاية عملية الزفير .

- يتم لف شريط القياس بحيث يمر من الجانب من فوق أعلى نقطة لمجموعة العضلات المغلفة للكتفين ومن الأمام بالأخرومين والنتوء التمفصلي والضلع الثاني .

- يستخدم بعض الباحثين قياس محيط الكتفين لتقدير كمية الأنسجة الرخوة في الجسم بعكس قياسات الأطوال والإتساعات حيث تستخدم في تقدير حجم الإطار العام للجسم(رضوان محمد نصر الدين، 1997).

- طول الجذع من الجلوس :

• أهمية القياس :

الطول من الجلوس عبارة عن مقدار المسافة من سطح المقعد الذي يجلس عليه المفحوص حتى أعلى نقطة في قمة الجمجمة ،وهو يعد من القياسات المركبة لأنه من الجلوس يتأثر بوزن الجسم وبكمية الأنسجة الرخوة في منطقة الإلية لأنه عندما يتم القياس والمفحوص في هذا الوضع ،فإن وزن الجسم يكون واقعا على الوركين مما يجعل نتائج القياس تتأثر بكمية الأنسجة المحيطة بمنطقة الوركين وأيضا بوزن الجسم ومن الملاحظ أن طول القامة (الطول من الوقوف) مطروحا منه الطول من الجلوس يعطينا طول الطرف السفلي أو ما يعرف باسم الطول من الحدبة الوركية.

• الأدوات والأجهزة اللازمة :

صندوق كامرون، أو القدم القنوية (جهاز البرجل المنزلق) ،أو منضدة هولتين أو أي وسيلة أخرى مناسبة بشرط أن تسمح للمفحوص بالجلوس بحيث تكون قدماه معلقتين في الهواء وغير ملامستين للأرض .

• طريقة القياس :

- يقوم بالقياس محكمان اثنان ،وقد يكتفي في بعض الحالات بمحكم واحد .
- يتطلب قياس الطول من الجلوس منضدة قياس ومحكم وبرجل منزلق (أنتروبومتر) ويشترط في المنضدة أن تكون مرتفعة عن الأرض بحيث إذا جلس عليها المفحوص تكون قدماه غير ملامستين للأرض .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

- يجلس المفحوص على المنضدة بحيث تكون القدمان معلقتين في الهواء و غير ملامستين للأرض، و الكفان على الفخذين والركبتان في وضع زاوية قائمة 90 ،أي تكون الساقان عموديتين على الفخذين وفي وضع تكون فيه حافة الركبة من الخلف ملاصقة لنهاية حافة المنضدة .

- يكون الجذع في وضع عمودي على المنضدة والنظر إلى الأمام والرأس على خط واحد مع الجذع .

- يبدأ القياس بأن يقوم أحد المحكمين (القائم بالقياس) بالاحتفاظ برأس المفحوص عموديا على جسمه وتوجيه نظره إلى الأمام ،وذلك عن طريق التحكم في وضع الرأس من خلال العمل باليدين أسفل منطقة الأذنين .

- يقوم المحكم الثاني بوضع جهاز الأنتروبومترية في وضع الرأس على المنضدة خلف المفحوص مباشرة عند الخط الأوسط للظهر .

- يقوم المحكم الثاني بأخذ القياس عن طريق تحريك لوحة الرأس حتى تصبح فوق أعلى نقطة من قمة الجمجمة ، حينئذ يطلب من المفحوص يأخذ شهيقا عميقا بحيث لا يقوم بعملية الزفير إلا بعد أن ينتهي المحكم من قراءة الدرجة .

- يؤخذ القياس لأقرب 1،0 سم .

• الشروط الأساسية للقياس (التعليمات):

- يجب أن تكون لوحة الرأس في منتصف رأس المفحوص تماما لضمان ملامستها لأعلى نقطة في قمة الجمجمة.

- يجب عدم المبالغة في الضغط على لوحة الرأس حتى لا تتحرف عن أعلى نقطة في قمة الجمجمة.

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

- يجب على المفحوص أن يلتزم بجميع الشروط الخاصة بالوضع الرئيسي للقياس وبالتحديد بوضع الكفين على الفخذين .

- يجب أن لا يؤخذ قياس الطول من الجلوس والمفحوص في وضع الجلوس على الأرض أو على أي سطح آخر مستوي تكون فيه القدمان ممدودتين .

- قياس الطول من الجلوس هو نفسه قياس طول الجذع من الرقود، ولكننا نفضل استخدام الأخير في مراحل العمر من 2 إلى 3 سنوات فقط .

ويلاحظ أن هذه النسبة تكون مرتفعة في مرحلة الطفولة المبكرة وبخاصة المرحلة السنية من 2 إلى 3 سنوات ثم تؤخذ من الانخفاض من مرحلة الطفولة المتأخرة، وعموما فإنه يلاحظ أن هذه النسبة تكون منخفضة في المراحل العمرية التي يحدث فيها طفرة في النمو، حيث يرجع ذلك إلى النمو المبكر للطرف السفلي مقارنة بالجذع، كما يلاحظ أن هذه النسبة تختلف باختلاف الأعراق والأجناس، فهي تميل إلى الانخفاض في الزوج والاعتدال في البيض والارتفاع في الجنس الأصفر (سكان آسيا) (رضوان محمد نصر الدين ، 1997) .

-الوزن :

- أهمية القياس:

يعد الوزن $poind$ من أكثر المتغيرات الأنثروبومترية التي يتم قياسها في الدراسات والبحوث العلمية، كما أن الاهتمام بتقدير وزن الجسم ومتابعة التغيرات التي تطرأ عليه يعد من الأمور المهمة لدى شريحة كبيرة من المواطنين وبخاصة في المجتمعات المتقدمة .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

ويمتاز تقدير وزن الجسم بأنه من القياسات الانتريومترية البسيطة والسهلة، والتي تتم بدرجة عالية من الدقة، ومع ذلك فإنه يجب الالتزام ببعض التفاصيل الفنية الخاصة بطرق القياس للحصول على بيانات دقيقة عن وزن الجسم .

ويعد الوزن مقياسا مركبا للحجم الكلي للجسم, لذا يمكن الاستفادة منه كأحد مقاييس التصنيفية لحالات النمو البدني غير السوية وكذا السمنة وحالات سوء التغذية .

- الأدوات والأجهزة اللازمة:

- ميزان طبي حيث يستطيع المفحوص الوقوف على قدميه .

ومن الملاحظ أنه توجد في الوقت الحاضر بعض الأجهزة الإلكترونية التي تستخدم في تقدير الوزن، ومن هذه الأجهزة على سبيل المثال :

- مقياس الوزن للأطفال الرضع .

- مقياس الوزن للراشدين .

- مقياس الوزن للكبار .

- طريقة القياس :

- يتم بواسطة ميزان طبي بدرجة قياس 0.5 كغ حيث يصعد المفحوص ويقف و نظره إلى الأمام، شبه عاري من الملابس .

- تؤخذ ثلاث قراءات للوزن (يتم تكرار القياس ثلاث مرات متتالية) ثم يسجل متوسط القراءات الثلاثة.
(رضوان محمد نصر الدين ، 1997) .

الفصل الثاني: الخلفية النظرية

خلاصة:

تحتل القياسات الجسمية في الوقت الحاضر مكانا بارزا في الحالات العلمية المختلفة، وأن هذه القياسات تمدنا بمفاهيم أسس معينة تتيح الفرصة لدراسة العلاقة بين شكل الجسم والأداء البدني الذي يقوم به، فالقياسات الجسمية هي من المتطلبات التي توصل الرياضي إلى المستوى العالي من اللياقة البدنية، حيث أنه في حالة تساوي جميع العوامل الأخرى فإن الفرد اللائق تشريحيًا يتفوق على الفرد غير اللائق تشريحيًا.



الفصل الثالث: الاجراءات المنهجية للدراسة



الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد:

إن الإشكالية التي يطرحها بحثنا تشترط أن نقوم بدراسة ميدانية إضافة إلى الدراسة النظرية التي قمنا بها لأن كل بحث نظري يجب تأكيده ميدانيا إذا كان قابلا للدراسة الوصفية وهذا ينطبق على مجال التربية البدنية والرياضية .

ومن أجل القيام بالبحث الميداني يستلزم على الباحث القيام ببعض الإجراءات التي تساهم في ضبط الموضوع وجعله منهجيا وذو قيمة علمية.

فالبحث الميداني لا يعنى بالقياسات والاختبارات فقط وإنما معالجة كل حيثياتها من أجل الدراسة الأولية والأسس العلمية للقياسات والاختبارات والضبط الإجرائي للمتغيرات. وكذلك يساعد على اختبار المشكلة وتحديدها ووضع فرضياتها ومعرفة العوامل التي تؤثر في موضوع الدراسة .

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

1- الدراسة الاستطلاعية

ان الخطوة الأولى التي قمنا بها في بحثنا هي الدراسة الاستطلاعية التي لها اهمية كبيرة. حيث تعتبر القاعدة التي يبني عليها الباحث تصوراته الأولية حول و دراسته و ميدان تطبيقها، هي الذهاب لمتوسطة بوالديار بوبكر بلدية بئر العاتر تبسة لهدف استطلاعي الغرض منه التعرف علي علاقة بعض القياسات الجسمية في أداء بعض المهارات في كرة اليد لدى الفئة العمرية من 13 - 15 سنة.

2- مجالات البحث :

أ- المجال الزمني :

بدأت الدراسة الجدية لهذا البحث بعد تحديد موضوع الدراسة وهذا في بداية شهر فيفري 2018 من هذا التاريخ بدأت الدراسة النظرية والتي ارتبطت مع باقي مراحل البحث. أما بالنسبة للقياسات الجسمية(الأنثروبومترية) ،أما مرحلة البحث الميداني فكانت البداية شهر افريل 2018.

ب- المجال المكاني :

قمنا باجراء الدراسة في متوسطة حي الزاوية بلدية بئر العاتر ولاية تبسة

3- مجتمع و عينة الدراسة

أ- مجتمع الدراسة

في بحثنا هذا تكون مجتمع الدراسة من 14 تلميذ من الطور المتوسط (متوسطة حي الزاوية بئر العاتر تبسة)

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

ب- عينة البحث

تمثلت عينة البحث في 14 تلميذ من الطور المتوسط لمدرسة تستخدم نظام رياضة ودراسة (حي الزاوية بلدية بئر العاتر ولاية تبسة).

4- كيفية اختيار العينة

تم اختيار عينة البحث بطريقة قصدية لأنها ملائمة مع ظروف البحث حيث بلغت 14 تلميذ من الطور المتوسط لمدرسة تستخدم نظام رياضة ودراسة (حي الزاوية بلدية بئر العاتر ولاية تبسة).

ونعرض خصائص هذه العينة من خلال الجدول 01 التالي :

السن	العدد	النسبة المئوية
15-13	3	%21
15-14	11	%79

الجدول رقم 01: خصائص العينة

5- متغيرات البحث

المتغير المستقل: في دراستنا هذه يتمثل المتغير المستقل في القياسات الجسمية

المتغير التابع : هو بعض مهارات كرة اليد (التمرير، الاستقبال ، التسديد).

6- أدوات جمع البيانات :

إن الأدوات التي يستعملها كل باحث في انجاز عمله تعد إحدى الضروريات التي يقوم عليها البحث والتي يسعى بها الباحث إلى كشف الحقيقة وفق الأشكال المطروحة وقد وضعنا وسائل ساعدتنا وحددت كمايلي :

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

الإجراءات والأجهزة بإجراء القياسات الانتروبومترية والاختبارات التقنية الخاصة بكرة اليد .

أ- الاختبارات التقنية

الهدف منها هو قياس دقة التمرير والاستقبال والتطيط في كرة اليد وبالتالي يمكننا الإجابة على إشكالية البحث المطروحة .

وسنقوم بتسجيل القياسات وجمع البيانات عن طريق تطبيق ثلاثة أنواع من الاختبارات الميدانية وهي:

- الاختبار التقني (1): سرعة التمرير و الاستقبال على الحائط
- الاختبار التقني (2): المحاورة الرجراجية (التنطيط لمسافة 30م في خط منعرج)
- الاختبار التقني (3): التسديد

الاختبار التقني (1): سرعة التمرير و الاستقبال على الحائط

- الغرض من الاختبار: قياس سرعة التمرير والاستقبال على الحائط

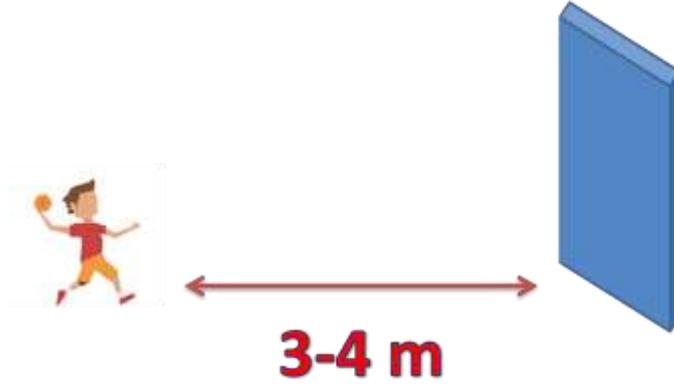
- الأدوات: كرة اليد، حائط مستوى، ساعة إيقاف .

- طريقة تجسيد الاختبار: يقف المختبر على بعد 3 أمتار أو 4 أمتار من الحائط، يقوم المختبر بتمرير والاستقبال الكرة على الحائط واستمرار التمرير لأكثر عدد ممكن في الزمن المحدد.

- التقويم وتسجيل النتائج: تحسب عدد التمريرات في الزمن المحدد (يحسب عدد مرات استلام الكرة).

- الشروط: يتم تحديد الزمن المحدد للاختبار على مسافة 3 أمتار أو 4 أمتار طبقا كما يلي: تلاميذ على مسافة 3 أمتار ،يكون التمرين لمدة 30 ثانية (درويش ، أبو زيد ، 2002).

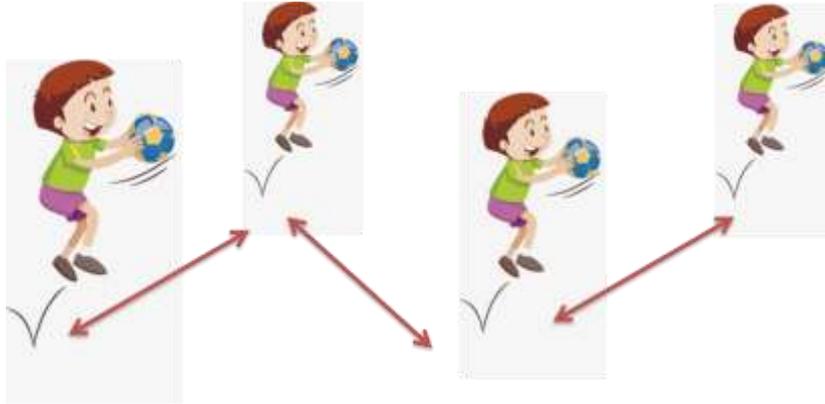
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة



الشكل رقم 01: تجسيد الاختبار الأول

الاختبار التقني (2): المحاورة الرجراجية (التنطيط لمسافة 30م في خط منحرج):

- الغرض من الاختبار: قياس سرعة التنطيط
- الأدوات: 5 أعلام أو أرياح بارتفاع 1.5م، كرة اليد، ساعة إيقاف.
- طريقة تجسيد الاختبار: يقف اللاعب ممسكا بالكرة عند خط البداية وعند إعطاء إشارة البدء، يقوم اللاعب بالتنطيط الزجراجي حول الإعلام ذهابا وعودة مشكلا الحرف الإنفراجي



الشكل رقم 02: تجسيد الاختبار الثاني

- القواعد: تعطي محاولة واحدة صحيحة، يعاد الاختبار عند أي خطأ قانوني.
- التقويم وتسجيل النتائج: يحتسب الزمن بالثانية (درويش ، أبو زيد ، 2002).

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

الاختبار التقني (3): التسديد

- الغرض من الاختبار: تقييم دقة التسديد
- الأدوات: كرة اليد، مرمى، أقماع.
- طريقة تجسيد الاختبار: يقف اللاعب ممسكا بالكرة عند نقطة التسديد وعند إعطاء إشارة البدء، يقوم اللاعب برمي الكرة نحو المرمى من أماكن مختلفة
- القواعد: تعطي محاولة واحدة صحيحة، يعاد الاختبار عند أي خطأ قانوني.
- التقييم وتسجيل النتائج: تحتسب دقة التسديد نحو المرمى (درويش ، أبو زيد ، 2002).



الشكل رقم 03: تجسيد الاختبار الثالث

7- القياسات الجسمية :

- من المعروف أن الوسائل الأساسية التي تستعمل في القياس الجسمي في مرفولوجيا الرياضة تتوفر في الحقيبة الأنثروبومترية التي تتكون مما يلي:
- الميزان الطبي يستعمل لقياس الوزن وتعطي النتيجة بـكغ.
- جهاز الأنثروبومتري والقوائم المترابطة للقياسات الطويلة والنقاط الطويلة العالي (مروان عبد الحميد ، 1999).

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

- الطريقة الأنثروبومترية :

هي الطريقة الأكثر بساطة والتي تعتمد على وسائل أقل تكلفة مقارنة مع الطرق الأخرى وعند القياس الانثروبومتري من المستحسن مراعاة بعض القواعد التي تضمن النتائج الصحيحة وكذلك إمكانية مقارنتها (قميني حفيظ، 2003).

8- الخصائص السيكومترية للأداة:

أ- صدق الاتساق الداخلي :

من أجل التأكد من صدق الاختبار استخدمنا معامل الصدق الذاتي $indiscolreblity$ و الذي يعرف بأنه صدق الدرجات التجريبي بالنسبة بالدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائب أخطاء الصدفة وبذلك تصبح الدرجات الحقيقية للاختبار هي الميزان الذي ننسب إليه صدق الاختبار .

الصدق الذاتي للاختبار = الجذر التربيعي لمعامل الثبات

وقد حققت النتائج التالية عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 19 وجد أن القيمة المحسوبة لكل اختبار كمايلي :

- التمرير مقابل الحائط: 0.91

- المحاورة الرجراجية : 1

وهذا يدل على أن القيمة المحسوبة تتمتع بدرجة عالية من الصدق الذاتي . (درويش ، أبو زيد ، 2002).

وبما أن الاختبارات المستخدمة في بحثنا هذا سهلة وواضحة وغير قابلة للتأويل وبعيدة عن التقويم الذاتي إذا إن الاختبارات تعتمد على تقويم رقمي غير قابل للتأويل وقد دونت النتائج في الجدول رقم 03.

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

معامل ثبات الاختبار	معامل صدق الاختبار	
0.84	0.91	التمرير مقابل الحائط
1	1	المحاور الرجرجية

جدول رقم 02: يبين معامل ثبات و صدق الاختبار.

ب- الدراسة الإحصائية :

إن الهدف من استعمال الدراسة الإحصائية هو التوصل إلى مؤشرات كمية تساعدنا على التحليل و التفسير و المعدات الإحصائية المستعملة في هذا البحث هي كالتالي :

- المتوسط الحسابي: هو حاصل جمع مفردات القيم على عددها.

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

حيث :

\bar{x} : المتوسط الحسابي.

$\sum x$: مجموع الدرجات.

n: عدد الأفراد.

- الانحراف المعياري:

يعتبر من أهم معايير التشتت حيث يبين لنا مدى ابتعاد درجة المختبر عن المتوسط الحسابي و قانونه.

$$s_x = \sqrt{\frac{\sum x^2}{n} - \bar{x}^2}$$

حيث :

s_x : الانحراف المعياري .

الفصل الثالث: الاجراءات المنهجية للدراسة

$\sum x^2$: مجموع مربع الدرجات .

\bar{x}^2 : مربع المتوسط الحسابي .

n : عدد أفراد العينة (عبد الجبار ، كامل ، دس).

- معامل الارتباط (بيرسون) :

ويرمز له بالرمز (r) ويحسب بالقانون التالي :

$$r = \frac{\sum xy - \bar{x}\bar{y}n}{s_x \cdot s_y}$$

حيث:

من 0.01% - 0.25% يوجد ارتباط ضعيف.

من 0.26% - 0.50% يوجد ارتباط متوسط.

من 0.51% - 0.75% يوجد ارتباط قوي.

من 0.76% - 0.99% يوجد ارتباط قوي جدا.

1 ارتباط تام.

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

خلاصة:

يحتوي مضمون هذا الفصل على الإجراءات الميدانية بدأ بالتجربة الاستطلاعية بالإضافة إلى كل تفاصيل البحث الميداني في ما يخص القياسات الجسمية والاختبارات التقنية .

عينات البحث ، مجالاته و الدراسة الإحصائية، هذه الإجراءات في الواقع طريقة منهجية في أي بحث يريد أن يرقى إلى مستوى العمل الجاد ويساعد الباحث على تفسير نتائجه من جهة و تثبيت تدرج التجربة الميدانية في الشق المنهجي الذي يتبناه أي بحث منهجي .



الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج



الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

إن المنهجية التي تسير على نحوها البحوث العلمية تستدعي ضرورة عرض و تحليل النتائج التي توصلت إليها الدراسة وهذا من أجل توضيح الاختلافات و التشابهات التي يصل إليها أي بحث وهذا من أجل إزالة الغموض عن النتائج المسجلة خلال الدراسة لكي لا يبقى مجرد أرقام.

ويحتوي هذا الفصل على دراسة وتحليل هذه النتائج المدونة في جداول خاصة وهذا لتوضيح وإبراز التغير الواقع نتيجة لهذه الدراسة، وفي مايلي عرض النتائج مع تحليلها.

I. عرض وتحليل النتائج :

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي تم التوصل إليها باستعمال نظام Excel 2007 وذلك بعد تحليل الإجابات على مقياس القياسات الجسمية و أداء مهارة التمرير والاستقبال على عينة الدراسة، فقد تم تفسير النتائج و مناقشتها طبقاً لأهداف الدراسة وفرضياتها وفي ضوء الدراسات السابقة وذلك على النحو الآتي:

1- عرض وتحليل النتائج للفرضية الأولى:

تنص الفرضية على:

- توجد علاقة ارتباطية بين طول القامة وبعض مهارات كرة اليد لفئة الأصغر (13-15)

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عدد العينة	أعلى قيمة	أدنى قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة	معامل الارتباط بيرسون	
14	193	161	169.79	12.59	0.05	0.64	طول القامة
	25	18	21.71	1.86			مهارة التمرير و الاستقبال

جدول رقم 03: يوضح نتائج قياس طول القامة مع مهارة التمرير و الاستقبال .

من خلال نتائج الجدول رقم 03 والذي يوضح نتائج قياس طول الذراعين مع مهارة التمرير و الاستقبال

يتضح لنا ما يلي:

بالنسبة لقياس طول الذراعين فقد كانت أعلى قيمة مسجلة هي (193 سم) بينما سجلت أدنى قيمة

(161 سم) ،وقد بلغ متوسط الحسابي للنتائج المتحصل عليها (169.79) ، كما سجلنا الانحراف

المعياري (12.59) .

أما بالنسبة لاختبار مهارة الاستقبال والتمرير فقد كانت أعلى قيمة مسجلة هي (25 ت/د) بينما

سجلت أدنى قيمة (18 ت/د) ،وقد بلغ متوسط الحسابي للنتائج المتحصل عليها (21.71)، كما سجلنا

الانحراف المعياري (1.86) .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

التحليل:

من خلال الجدول رقم 04 الذي يبرز العلاقة بين طول الذراعين ومهارة الاستقبال و التمرير وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تم الحصول على القيمة (0.64) هذه النتيجة إذا ما قورنت مع النتائج الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة (0.05) فهي دلالة على وجود ارتباط طردي قوي ، معنى هذا أنه كلما زاد طول الذراعين زادت سرعة التمرير والاستقبال .

2- عرض وتحليل و مناقشة النتائج للفرضية الثانية :

تنص الفرضية على:

- توجد علاقة ارتباطية بين طول الأطراف العلوية ومهارات كرة اليد لفئة الأصغر (13-15)

معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أدنى قيمة	أعلى قيمة	عدد العينة	
0.5	0.05	3.5	38.5	46	62	14	طول الأطراف العلوية
		2.12	8.5	7	10		مهارة التصويب
10.59		62.25	46	80	الوزن		
1.41		8	7	9	مهارة		
0.5							

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

		التصويب				
0.2		5.78	83.07	76	97	محيط الصدر
		1.41	8	7	9	مهارة التصويب

جدول رقم 04: يوضح نتائج طول الأطراف العلوية و مهارة التصويب

من خلال نتائج الجدول رقم 04 والذي يوضح نتائج قياسات الجسمية و مهارة التصويب يتضح لنا ما يلي:

بالنسبة لقياس طول الأطراف العلوية فقد كانت أعلى قيمة مسجلة هي (62 سم) بينما سجلت أدنى قيمة (46 سم) ،وقد بلغ متوسط الحسابي للنتائج المتحصل عليها (168.5) ، كما سجلنا الانحراف المعياري (8.79) .

بالنسبة لقياس الوزن فقد كانت أعلى قيمة مسجلة هي (80 كلغ) بينما سجلت أدنى قيمة (46 كلغ) ،وقد بلغ متوسط الحسابي للنتائج المتحصل عليها (62.25) ، كما سجلنا الانحراف المعياري (10.59) .
بالنسبة لقياس محيط الصدر فقد كانت أعلى قيمة مسجلة هي (97 سم) بينما سجلت أدنى قيمة (76 سم) ،وقد بلغ متوسط الحسابي للنتائج المتحصل عليها (83.07) ، كما سجلنا الانحراف المعياري (5.78) .
أما بالنسبة لاختبار مهارة التصويب فقد كانت أعلى قيمة مسجلة هي 10 تسديدات صحيحة بينما سجلت أدنى قيمة 7 تسديدات صحيحة ،وقد بلغ متوسط الحسابي للنتائج المتحصل عليها 8 ، كما سجلنا الانحراف المعياري 1.41.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

التحليل:

من خلال الجدول رقم 05 الذي يبرز العلاقة بين بعض القياسات الجسمية (طول الأطراف العلوية) ومهارة التصويب وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تم الحصول على القيمة (0.5) هذه النتيجة إذا ما قورنت مع النتائج الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة (0.05) فهي دلالة على وجود ارتباط طردي متوسط، معنى هذا أنه كلما زاد الطول كان عدد التمريرات الناجحة أكبر

من خلال الجدول رقم 05 الذي يبرز العلاقة بين بعض القياسات الجسمية (الوزن) ومهارة الاستقبال والتمرير وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تم الحصول على القيمة (0.5) هذه النتيجة إذا ما قورنت مع النتائج الأولية لمعامل الارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة (0.05) فهي دلالة على وجود ارتباط عكسي ، بمعنى هذا أنه كلما زاد الوزن عدد التمريرات الناجحة أقل

من خلال الجدول رقم 05 الذي يبرز العلاقة بين بعض القياسات الجسمية (محيط الصدر) ومهارة الاستقبال والتمرير وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تم الحصول على القيمة (0.2) هذه النتيجة إذا ما قورنت مع النتائج الأولية لمعامل الارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة (0.05) فهي دلالة على وجود ارتباط طردي ، بمعنى أنه كلما زاد محيط الصدر كان عدد التمريرات الناجحة أكبر

3- عرض وتحليل و مناقشة النتائج للفرضية الثالثة :

تنص الفرضية على:

- توجد علاقة ارتباطية بين طول الأطراف السفلية ومهارات كرة اليد لفئة الأصاغر (13-15)

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أدنى قيمة	أعلى قيمة	عدد العينة	
0.36	0.05	3.5	38.5	105	120	14	طول الأطراف السفلية
		0.44	4.95	4.05	5.71		مهارة التنطيط
0.3		5.78	83.07	76	97		محيط الصدر
	0.44	4.95	18	25	مهارة التنطيط		

جدول رقم 05: يوضح نتائج طول الأطراف السفلية ومحيط الصدر و مهارة التنطيط.

من خلال نتائج الجدول رقم 06 والذي يوضح نتائج قياسات الجسمية و مهارة التنطيط يتضح لنا ما يلي:

بالنسبة لقياس طول الأطراف السفلية فقد كانت أعلى قيمة مسجلة هي (120 سم) بينما سجلت أدنى قيمة (105 سم) ،وقد بلغ متوسط الحسابي للنتائج المتحصل عليها (38.5) ، كما سجلنا الانحراف المعياري (3.5) .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

أما بالنسبة لاختبار مهارة التنطيط فقد كانت أعلى قيمة مسجلة هي (25 ق/د) بينما سجلت أدنى قيمة (18 ق/د) ،وقد بلغ متوسط الحسابي للنتائج المتحصل عليها (21.71)، كما سجلنا الانحراف المعياري (1.86) .

التحليل:

من خلال الجدول رقم 06 الذي يبرز العلاقة بين طول الأطراف السفلية ومهارة التنطيط وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تم الحصول على القيمة (0.36) هذه النتيجة إذا ما قورنت مع النتائج الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة (0.05) فهي دلالة على وجود ارتباط طردي ، معنى هذا أنه كلما زاد طول الذراعين زادت سرعة التنطيط .

من خلال الجدول رقم 06 الذي يبرز العلاقة بين محيط الصدر ومهارة التنطيط وباستعمال معامل الارتباط بيرسون تم الحصول على القيمة (0.3) هذه النتيجة إذا ما قورنت مع النتائج الأولية لمعامل الارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة (0.05) فهي دلالة على وجود ارتباط طردي ضعيف ، معنى هذا أنه كلما زاد محيط الصدر نقصت سرعة التنطيط.

II. مناقشة النتائج في ظل الفرضيات

من خلال عرضنا وتحليلنا للنتائج المتحصل عليها توصلنا إلى أن هناك علاقة إرتباطية بين بعض القياسات الجسمية وبعض المهارات في كرة اليد وذلك من خلال مقارنة النتائج المتحصل عليها بالنتائج الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.05) وهذا ما يتوافق وما جاء به العلماء المشار إليهم عند محمد حسن زكي حيث أن التعرف على بعض القياسات الجسمية التي لها علاقة في أداء بعض المهارات(زكي حسن محمد ، 2004) ،وفي هذا الخصوص يقول حسنين محمد صبحي"أن:

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

إستراتيجية صناعة البطل الرياضي لها مطلبان أساسيان هما بناء جسماني من اسبل نوع الرياضة التي يمارسها وبرامج تدريب (صبحي محمد ، 2002).

وقد أظهرت عدة بحوث ارتباط القياسات الجسمية بتطوير العديد من المهارات والتفوق في الأنشطة الرياضية، وأثبتت عدة بحوث أن هناك علاقة طردية بين بعض القياسات الجسمية وبعض المهارات .

كما أثبت كيورتن curten أن الرياضيين في بعض الألعاب يتميزون عن أقرانهم في العديد من المقاييس الجسمية كالطول والوزن ومحيط الصدر وطول الأطراف العلوية والسفلية

ولقد لاحظنا أن هناك علاقة إرتباطية قوية بين طول الأطراف السفلية والتمرير والاستقبال حيث أنه كلما زاد طول الذراعين زادت سرعة التمرير وتحسنت مهارة الاستقبال .

أما علاقة محيط الصدر والتمرير والاستقبال هي علاقة إرتباطية ضعيفة، وهذا يعني أنه لا توجد علاقة بين محيط الصدر ومهارة التمرير والاستقبال .

أما بالنسبة لعلاقة (طول الأطراف العلوية.الوزن .محيط الصدر)بالتنطيط هي علاقة إرتباطية ضعيفة، وهذا يعني أنه لا توجد علاقة بين هذه القياسات ومهارة التنطيط .

ومما سبق من نتائج وملاحظات وكذا آراء العلماء المشار إليهم تبين لنا وجود علاقة إرتباطية بين بعض القياسات الجسمية وبعض المهارات في كرة اليد .



الخاتمة



من خلال النتائج المتوصل إليها في بحثنا هذا وبعد وضع نتائج الاختبارات المورفولوجية والمهارية والتي شملت علاقة بعض القياسات الجسمية بالأداء المهاري في رياضة كرة اليد ، حيث أن هذه القياسات تساعد في عملية الانتقال وتوجيه الرياضيين إلى الاختصاصات المناسبة . بعد المعالجة الإحصائية تم تحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضيات حيث تم الوصول إلى أن هناك علاقة ارتباطيه طرديه قوية بين طول الذراعين ومهارة التمرير والاستقبال ، ولا توجد علاقة ارتباطيه بين الطول ،الوزن ، محيط الصدر مع مهارتي التنطيط والتمرير والاستقبال . وهذا ما يؤكد تحقق الفرضية العامة بصفة جزئية حيث أن الجزء الذي لم يتحقق غالب على الجزء الآخر .

- الاقتراحات والتوصيات:

بعد انجاز هذا البحث، قد تمكنا من ملاحظة أشياء عديدة كانت تشكل بعض الصعوبات في انجاز البحث، وبعد قيامنا ببعض القياسات الجسمية ومعرفتنا لمدى أهميتها وارتباطها بالأداء المهاري في رياضة كرة اليد، توصلنا إلى مجموعة من الاقتراحات والتوصيات التي تساهم في عملية الانتقال .وهذه التوصيات هي :

- إعطاء الأهمية الكافية للقياسات الجسمية قصد عملية الانتقال والتوجيه للاختصاصات المناسبة .
- ضرورة عمل اختبارات دورية على الصفات البدنية المتعلقة بالكرة اليد، بغية مراقبة التغيرات الحاصلة على اللاعبين (المسار البدني) .
- التركيز على بعض القياسات الجسمية (طول الذراعين والوزن) خلال عملية الانتقال، خاصة في الرياضات التي تحتاج إلى طول ووزن مناسب .

الختاتمة

- تساعد المدرب على معرفة نقائص وعبوب لاعبيه، وكيفية تحسين أدائهم المهاري .
- ضرورة تكوين طاقم فني كامل للفريق الرياضي وعلى رأسهم المحضر البدني.
- وضع ألعاب وأنشطة رياضية من شأنها أن تساعد و تحسن مستوى اللياقة البدنية وكذا الوصول باللاعبين إلى قمة ووزن مثالي .
- الاعتناء والاهتمام بالمواهب ذوي القدرات البدنية، الجيدة من أجل الحصول على رياضيين من المستوى العالي .
- القيام ببحوث مشابهة على فئات أخرى قصد التحقق والتأكد من النتائج المتوصل إليها.
- يجب على المعنيين الاهتمام بالقياسات الانثربيومترية كونها تساهم في تكوين لاعبين يمتازون بصحة ونفسية جيدة .



قائمة المراجع



1. أحمد حسين اللقافي وآخرون : معجم المصطلحات التربوية للمعرفة في المناهج وطرق التدريس، عالم الكتب ، ط2، المكتبة أنجلو المصرية، 1983.
2. حامد زهران عبد السلام :علم النفس النمو ،دار العلم الملايين ، بيروت ،ط1، 1998.
3. حسن علاوي و آخرون : الإعداد النفسي في كرة اليد ، مركز الكتاب للنشر ،ط1، القاهرة ، 2002 .
4. راتب احمد قبيعة: المتقن ، القاموس العربي المصور ، دار الراتب الجامعية ، بيروت ، لبنان، 2002.
5. رمضان محمد ألقذافي: علم نفس الطفولة والمراهقة، المكتبة الجامعية الحديثة، الإسكندرية، 2003.
6. زكي محمد حسن: الظواهر المرفولوجية في رياضي الألعاب الجماعية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة، 2004.
7. زكي محمد حسن :دراسة تحليلية لمستوى الأداء المهاري لبعض فرق الكرة الطائرة المشاركة في الدورة الأولمبية بلوس أنجلوس ،مجلة التربية الرياضية للبنين بالزقازيق ،1984.
8. سليمان علي حسين : المدخل إلى التدريب الرياضي ،دار الكتب للطبع والنشر، الموصل ، 1983 .
9. عبد الرحمان بدوي :مناهج البحث العلمي، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر، 1968 .
10. عبد الرحمن محمود العيساوي ،علم النفس الفيزيولوجي في تغيير السلوك الإنساني، ط1، دار النهضة العربية ، بيروت، 1987.
11. قميني حفيظ : مساهمة في تحديد الوجهة المورفولوجية لشبان كرة القدم الجزائريين ترقبا لعملية الانتقاء، رسالة ماجستير، المعهد الوطني للتكوين العالي في علوم وتكنولوجيا الرياضة، الجزائر، 2003.
12. كمال الدين عبد الرحمان درويش، عماد الدين عبس أبو زيد: القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد ، ط1، مركز الكتاب لنشر ،القاهرة ،2002.

قائمة المراجع

13. كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسنين : أسس التدريس الرياضي لتنمية اللياقة البدنية في دروس التربية البدنية بمدارس البنين والبنات ، ط1، دار الفكر العربي، 1997 .
14. كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين :كرة اليد، تدريب، مهارات، قياسات، دار الفكر العربي، 1980
15. كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين :كرة اليد، تدريب، مهارات، قياسات، دار الفكر العربي، 1980.
16. محمد حسن علاوي :علم النفس الرياضي، ط8، دار الفكر العربي، القاهرة، 1992
17. محمد صبحي حسنين وكمال عبد الحميد إسماعيل: رباعية كرة اليد الحديثة، دار النشر، بدون طبعة، القاهرة، مصر، 2001 .
18. محمد صبحي حسنين وكمال عبد الحميد إسماعيل: رباعية كرة اليد الحديثة، دار النشر، بدون طبعة، القاهرة، مصر، 2001 .
19. محمد صبحي حسنين :أنماط أجسام الرياضة في الجنسين ،دار الفكر العربي ،القاهرة ، 1995 ،
20. محمد نصر الدين رضوان : المرجع في القياسات الجسمية ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997.
21. مروان عبد الحميد :الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، عمان، الأردن، 1999.
22. مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث ،ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001.
23. منير جرجس إبراهيم: كرة اليد للجميع، دار الفكر العربي، بدون طبعة، القاهرة، مصر، 2004.



الملاحق



الملاحق

- نتائج القياسات الجسمية

الرقم	الاسم واللقب	الطول	الوزن	طول الذراعين	محيط الصدر
1	بوسحلة هديل	167	60	51	77
2	زردوم سناء	167	64.5	60	84
3	قاسم عبيد	162	52	49	82
4	قتال رياض	193	62	48	89
5	قتال خير الدين	182	80	62	82
6	مناعي هدى	165	60	61	80
7	زرقين امجد	166	46	60	77
8	زرقين عبد الباسط	161	80	49	76
9	برحاييل سفيان	177	78	62	97
10	معيزي محمد	182	80	59	92
11	معيزي شمس	182	66.25	58	79
12	معيزي عبدو	184	58	55	83
13	عزوز فارس	165	60	56	86
14	عزوز مراد	167	54	54	80

الملاحق

- نتائج الاختبارات :

الرقم	الاسم واللقب	التمرير والاستقبال	التنظيف
1	بوسحلة هديل	21	5.31
2	زردوم سناء	20	5.10
3	قاسم عبيد	23	4.07
4	قتال رياض	23	5.51
5	قتال خير الدين	25	4.77
6	مناعي هدى	20	5.62
7	زرقين امجد	21	5.13
8	زرقين عبد الباسط	22	4.35
9	برحايل سفيان	22	4.72
10	معيزي محمد	20	4.87
11	معيزي شمس	25	5.49
12	معيزي عبدو	22	4.50
13	عزوز فارس	19	4.65
14	عزوز مراد	18	5.19

الملخص

تعتبر القياسات الانثروبومترية المرآة التي تعكس العلاقة بين شكل الجسم و القدرة على الأداء المهاري، ونظرا لموقع كرة اليد و طبيعتها، فلا بد من التعرف على المواصفات الانثروبومترية و التعرف على العلاقة الارتباطية بين مواصفاتهم الانثروبومترية وقدرتهم و طريقة أداءهم للمهارات الأساسية في هذا النشاط .

ولقد هدفت هذه الدراسة إلى إبراز علاقة بعض القياسات الجسمية بالأداء المهاري في رياضة كرة اليد، وتوصلت إلى أن هذه القياسات تساعد في عملية الانتقال وتوجيه الرياضيين إلى الاختصاصات المناسبة .

بعد المعالجة الإحصائية تم تحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضيات حيث تم الوصول إلى أن هناك علاقة ارتباطية طردية قوية بين طول الذراعين ومهارة التمرير والاستقبال، ولا توجد علاقة ارتباطية بين الطول، الوزن، محيط الصدر مع مهارات التنطيط والتمرير والاستقبال .

الكلمات المفتاحية: القياسات الانثروبومترية، الطول، التنطيط، التمرير، الاستقبال .

Abstract

The anthropometric measurements are the mirror that reflects the relationship between the shape of the body and the ability to perform skill, and given the position of handball and nature, it is necessary to identify the anthropometric specifications and to identify the correlation between their specifications and their ability to perform the basic skills in this activity

The aim of this study was to highlight the relation of some physical measurements to the performance of skill in handball sport, and found that these measurements help in the selection process and guide athletes to the appropriate competencies. After the statistical treatment, the results were analyzed and discussed in the light of the hypotheses. It was found that there is a strong correlation between the length of the arms and the skill of scrolling and reception, and there is no correlation between height, weight, chest circumference with the skills of Tantit, scrolling and reception.

Keywords: Interstimetric measurements, length, tinting, scrolling, reception