

أثر المنهج التدريبي المقترح

في تطوير بعض أنواع التصويب ودقته بكرة

اليد

بحث تجريبي

على لاعبي المركز التدريبي في محافظة ديالى
فئة الناشئين للأعمار 15 - 17 سنة

رسالة مقدمة الى

مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى - وهي جزء من
متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية

من قبل

حيدر شاكر مزهر

2004

1425 هـ

الباب الأول

- 1- التعريف بالبحث .
- 1-1 المقدمة وأهمية البحث .
- 2-1 مشكلة البحث .
- 3-1 أهداف البحث .
- 4-1 فروض البحث .
- 5-1 مجالات البحث .
- 1-5-1 المجال البشري .
- 2-5-1 المجال الزماني .
- 3-5-1 المجال المكاني .
- 6-1 تحديد المصطلحات .

1- التعريف بالبحث :-

1-1 المقدمة وأهمية البحث :-

إن التطور العلمي الكبير الذي حدث في مختلف مجالات شعوب العالم يعود إلى اتباعها الأساليب العلمية الحديثة والمتطورة للوصول إلى الغايات والأهداف المرجوة ، لذا فالمجال الرياضي قد شهد تطوراً ملحوظاً من خلال تقدم المستويات الرياضية الذي جاء نتيجة التخطيط السليم والمبرمج ، ولعبة كرة اليد هي واحدة من الألعاب التي شهدت تطوراً ملحوظاً وأصبحت تحتل مكانة بارزة لدى اغلب بلدان العالم نظراً لامتيازها بالتشويق والإثارة فضلاً عن ذلك إنها تمارس من كلا الجنسين .

"ونظراً لكون عامل المهارات والذي يعد من أهم العوامل التي تمتاز بها لعبة كرة اليد لان الإعداد البدني، والخططي، والنفسي، لا قيمة له دون مهارات أساسية فاللاعب الذي تم إعداده بدنياً ولم يعد مهارياً لا يمكن استغلال إمكانياته البدنية كالقوة والسرعة والتحمل للسيطرة على الكرة خلال حركته وكذلك فإن خطط اللعب لا يمكن تحقيقها ما لم يتم إعداد اللاعب مهارياً أي إن المهارات يمكن أن تحقق كلاً من الإعداد البدني والخططي"⁽¹⁾ وإن "طبيعة الأداء في كرة اليد تعتمد على درجة كفاءة اللاعب لأداء المهارات الأساسية سواء الدفاعية أو الهجومية بالكرة أو بدونها"⁽²⁾.

ولكون التصويب يعد من أهم المهارات الأساسية وإن جميع المهارات تصبح عديمة الفائدة إذا لم يجيد أعضاء الفريق هذه المهارة فضلاً عن ذلك إن جميع خطط اللعب تنتهي به وهو الوسيلة الوحيدة لتحقيق الأهداف ومن ثم الفوز في المباريات .

وبما إن أنواع التصويب المستخدمة في البحث هي (التصويب بخطوة ارتكاز ، التصويب من الطيران والسقوط ، التصويب بالقفز بالهواء عالياً داخل منطقة 6 م) أصبح لها تأثير فعال على نتائج المباريات وإن اغلب خطط الهجوم تنتهي بها فضلاً عن ذلك إنها تعمل على رفع الحالة النفسية للاعب والفريق وتأثيرها على الفريق الخصم من خلال إجباره على تغير خطته الدفاعية لذا جاء هذا البحث الذي هو إحدى المحاولات لوضع منهج تدريبي مقترح لتطوير هذه الأنواع من التصويبات وهنا تكمن أهمية البحث .

1. كمال عارف وسعد محسن ؛ كرة اليد ، وزارة التعليم العالي، جامعة بغداد ، 1989، ص 60 .

2. كمال درويش (وآخرون)؛ الأسس الفسيولوجية لتدريب كرة اليد ، ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر، 1998، ص 18

2-1 مشكلة البحث:-

اتسمت لعبة كرة اليد الحديثة بالدقة والسرعة فضلاً عن ذلك الإعداد الفني الدقيق لتنمية وتطوير المهارات الأساسية الذي جاء نتيجة اتباع المدربين الأساليب التدريبية الحديثة للارتقاء بمستوى الفرق إلى المستويات العالية ، وبما إن مرحلة الناشئين تعد هي القاعدة والأساس لتطوير المهارات الأساسية فقد سعى المدربون إلى استخدام أفضل السبل والوسائل للارتقاء بالمستوى المهاري والبدني لما له من تأثير فعال في إتقان المواقف الخطئية المستقبلية للمستويات العليا .

ولكون الباحث من الممارسين لهذه اللعبة ومن خلال متابعته الميدانية لكثير من المباريات والوحدات التدريبية لاحظ إن هناك ضعف في استخدام بعض أنواع التصويب رغم استخدامها في المباريات المحلية، وتحقيقها نتائج فعالة، إن هذه الأنواع لم تستحوذ على القدر الكافي من اهتمام المدربين لأنها صعبة التطبيق في مرحلة الناشئين وإن المدربين يفضلون استخدام الأنواع السهلة على أمل تطوير الأنواع الصعبة في مراحل متقدمة وهذا مفهوم خاطئ لأن مراحل التعلم الأولية تحتم عليهم تعليم المهارات الأساسية في المرحلة الثالثة إلا وهي الناشئين بعد مرحلتى الأحداث والأشبال، وذلك لنمو القابليات البدنية والمهارية بالاستناد إلى القابليات المعرفية والعقلية، ولكي يتسنى لنا تطوير هذه الأنواع مستقبلاً في مراحل متقدمة أخرى وجب علينا دراستها في هذه المرحلة ووضع الحلول المناسبة لها لكي نستطيع الوصول بهذه المهارات إلى مرحلة التوافق الدقيق، ومرحلة الثبات، وهذا ما يؤكد علم التعلم الحركي لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة ووضع الحلول المناسبة لها وليساهم في تطوير كرة اليد في قطرنا الحبيب .

3-1 أهداف البحث :-

1- تحديد مجموعة اختبارات مهارية لبعض أنواع التصويب ودقته بكرة اليد للاعبين الناشئين .

2- إعداد منهج تدريبي مقترح لتطوير بعض أنواع التصويب ودقته بكرة اليد لدى اللاعبين الناشئين .

3- التعرف على أثر المنهج التدريبي المقترح في تطوير بعض أنواع التصويب ودقته بكرة اليد للاعبين الناشئين .

4-1 فروض البحث :-

- 1- هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي .
- 2- هناك فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية .

5-1 مجالات البحث :-

- 1-5-1 المجال البشري:- لاعبوا المركز التدريبي في محافظة ديالى .
- 2-5-1 المجال الزمني :- الفترة من 22 / 2 / 2004 ولغاية 15 / 4 / 2004 .
- 3-5-1 المجال المكاني :- مركز الشباب في بعقوبة / محافظة ديالى.

6-1 تحديد المصطلحات :-

- ❖ التصويب بخطوة الارتكاز :- "وهو أحد أنواع التصويب عند لاعبي الخط الخلفي في بعض الحالات التي يفتح فيها الخط الدفاعي وتؤدي مفاجئة وسريعة من مستويات مختلفة ، كذلك عند ظهور منطقة خالية مفتوحة في الحائط الدفاعي وخاصة في منطقة منتصف اللعب أمام المرمى مباشرة حيث يتم استغلال هذا النوع من التصويب في توجيه الكرة بسرعة خلال الثغرة المفتوحة إلى الزوايا في المرمى"⁽¹⁾.
- ❖ التصويب من الطيران والسقوط :- "وهو أحد أنواع التصويب الصعبة ويتطلب تنفيذه مهارة عالية وخبرة كبيرة وشجاعة فائقة وينفذ عندما يشعر اللاعب بان المسافة التي يحصل عليها من التصويب من السقوط الأمامي والجانبى لا تكفي لفتح زاوية كبيرة تسهل عملية التصويب فيلجأ إلى هذا النوع من التصويب الذي يتم بدفع ساق الارتكاز إلى الأمام والأعلى مما يؤدي طيران الجسم في الهواء وكسب مسافة كبيرة ويجب الاهتمام بعملية السقوط على الأرض لتجنب الإصابة"⁽²⁾.
- ❖ التصويب بالقفز في الهواء عالياً داخل منطقة (6 م) :- وهو أحد أنواع التصويب الذي يؤدي بقلّة نظراً لاحتياجه إلى متطلبات مهارية وبدنية عالية لان اللاعب يستلم الكرة في الهواء، وهو يستخدم في جميع المراكز، إلا إن استخدامه من منطقة الساعد يعد الأكثر شيوعاً من بين المراكز .

1. محمد خالد عبدالقادر وياسر محمد حسن ؛ الهجوم في كرة اليد ، القاهرة : مجموعة الديب ، 1995 ، ص123 .
2. احمد عريبي ؛ كرة اليد وعناصرها ، طرابلس : منشورات جامعة الفاتح ، 1998 ، ص 49 .

Abstract in English

Title of the thesis

The impact of suggested training curriculum in developing some kinds of shooting and its accuracy in handball

By

Haider Shaker Muzhir

Supervised by

Ph.D. Tha'er Dawood Salman Ph.D. Abdelwahab Ghazi Hammoodi

The thesis contains five chapters:

Ch1: introduction and the impotrance:

The researcher tackled the handball game and the important of basic skills especially shooting skill and the importance of the used kinds (shooting with balance step, shooting by flying and falling, shooting by jumping inside the 6m zone) and their effects on the results of the of matches.

1- The problem of the study:

The problem of the study is the ignorance of some coaches to developing some kinds of shooting despite using them in the matches and getting good results using these kinds of skills, besides, there is no training curriculum built the scientific bases in developing these kinds of shooting.

Aims of the study:

- 1- Specifying a group of skill tests for some kinds of shooting in handball for the young players.**
- 2- Making a suggested training curriculum for developing some kinds of shooting and its accuracy in handball for the young players.**
- 3- Knowing the impact of the suggested training curriculum for developing some kinds of shooting and its accuracy in handball for the young players.**

Assumptions of the study:

- 1- There are abstract differences with statistical indication between the first test and the second one between the controlling and the experimental groups and for the benefit of the second test.**
- 2- There are abstract differences with statistical indication between the first test and the second one between the**

controlling and the experimental groups and for the benefit of the experimental group.

Domains of the study:

- 1- Human Domain: 30 players representing the training center in Diyala province.
- 2- Time Domain: the period from 22-2-2004 until 15-4-2004.
- 3- Place Domain: Youth Center in Ba'quba.

Ch2: Reviewing the Relevant Literature:

The researcher handles the following the article studies:

The concept of training curriculum, respects related to the training curriculum building training curriculum, the conditions and requirements needed in the curriculum building a training unit, skill and its importance in the field of sport, basic skills in handball, shooting in handball, factor causing the success of shooting, kinds of shooting, significant notes for the coaches about shooting, tests, measures and their importance in handball.

While the previous studies include:

The study of Mohammed Mahmmod Kadhum and the study of Mohammed Jamal eldeen Mohammed.

Ch3: Methods and Procedures:

The researcher uses the experimental method, while the sample of the study included 30 players representing the training center in Diyala province and they are distributed randomly into two groups: controlling and experimental. Then the researcher makes balance between the two groups in age, weight, length, and the skill tests) then two discovering experiments are made then finding the scientific bases and specifying a group of skill tests for shooting. After that, the first tests are made. Making the balance and applying the experimental curriculum, which lasts for 8 weeks with 3 training units and a period of 90-120 minutes then making the second tests after finishing the experimental curriculum. The relevant statistical treatments have been used.

Ch4: Displaying, Analyzing, Discussing the results:

This chapter contains displaying the results in tables and figures and discussing them. The results show that there is abstract difference using T test for the similar and not similar samples. There are abstract differences with statistical indication between the first test and the

second one, between the controlling and the experimental groups and for the benefit of the second test. Moreover, There are abstract differences with statistical indication between the first test and the second one between the controlling and the experimental groups and for the benefit of the experimental group.

Ch5: Conclusions and Recommendations:

Conclusions:

There are some points concluded:

- 1- The suggested training curriculum has a positive impact in developing some kinds of shooting.
- 2- The helping tools helped in developing shooting skills.
- 3- The flexibility and variety participated in accomplishing the exercises in developing shooting skills.
- 4- Using the best repeating in exercises made a tangible effect in developing shooting skills.
- 5- Applying the items of training method scientifically and in programmed way.
- 6- Weakness in the training method used with the control group in developing shooting skills.

Recommendations:

- 1- Depending on the training curriculum in applying the items of training for the young players.
- 2- The stages of learning in the young players must be emphasized to fix the skills accurately to participate in developing the skills in the future.
- 3- Using flexibility and variety and the helping tools in applying the exercises is one of the necessities of developing the skills especially shooting skill.
- 4- Using more than one good method of teaching for the teenagers in basic skills.
- 5- Linking the shooting skills with the planning applications to know the level of the player in the future.
- 6- Making similar studies for the basic skills commonly used.