

تمرينات خاصة لتقويم الاداء المهاري وأثرها في دقة اداء مهارة التصويب بالقفز لاعبي كرة اليد الناشئين

م. احمد قحطان نجم / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت
ا.م.د سرمد احمد موسى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت
ahmad_19682007@yahoo.com

الكلمات المفتاحية: تمرينات خاصة - دقة التصويب بكرة يد.

مستخلص البحث:

يهدف البحث الى التعرف الى تمرينات تقويم الاداء المهاري واثرها في دقة اداء مهارة التصويب بالقفز للاعبي كرة اليد للناشئين، لحل واحدة من المشاكل التي تواجه تطور اللعبة في العراق وهي ظهور بعض اخطاء الاداء المهاري خلال المباريات للمهارات الهجومية والتي من اهمها مهارة التصويب والذي يؤدي الى ضعف في دقة التصويب وبالتالي يؤدي الى الفشل في تسجيل الاهداف، وكانت فرضية البحث نصت على وجود اثر لهذه التمرينات من خلال الفروق المعنوية التي ظهرت بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.

اذ استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية الواحدة ذي الاختبار القبلي والبعدي، وتم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي نادي ديالى الرياضي للناشئين بكرة اليد للموسم الرياضي 2018-2019، وقد استخدم الباحثان الوسائل الاحصائية الملائمة وهي الحقيبة الاحصائية spss للحصول على النتائج، واسفرت النتائج عن وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي، وقد تم التوصية بضرورة استخدام تمرينات تقويم الاداء المهاري خلال مراحل التدريب واعطاها اهمية في تدريب المهارات الاساسية لتطوير متطلبات الاداء للاعبي كرة اليد.

Special exercises to evaluate the skill performance and its impact on the accuracy of the performance of the skipping skill of the emerging handball players

M.Ahmed Qahtan Najm / Faculty of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

Dr. Sarmad Ahmed Moussa / Faculty of Physical Education and Sport Sciences - University of Tikrit

Ahmad_ 19682007@yahoo.com

Keywords: Performance evaluation - accuracy correction.

Research Summary:

The aim of this research is to identify the skills evaluation exercises and their impact on the accuracy of the performance of skipping skill for young handball players to solve one of the problems facing the development of the game in Iraq is the emergence of some of the errors of skill performance during the games for offensive skills, which is the most important skill correction which leads to weakness In the accuracy of correction and thus lead to failure to register goals, and the hypothesis of the research provided for the impact of these exercises through the differences of morale that emerged between the tests of tribal and remote and for the benefit of the post-test.

The researchers used the experimental approach to design the experimental group with the tribal and remote test. The research society was chosen by the deyal players for the sports season 2018-2019. The researchers used the appropriate statistical means, the statistical bag, to get the results. There was a significant difference between the pre-test and the post-test and the post-test. It was recommended that exercise exercises should be used during the training stages and given importance in training the basic skills to develop the performance requirements of the players Hand.

1-المقدمة.

تعد لعبة كرة اليد إحدى الأنشطة الجماعية التنافسية الهامة ذات الانتشار الواسع والتي تتطلب ان يكون اللاعب متمتعاً بقدرات بدنية عالية، وتعد القدرات البدنية الخاصة بكرة اليد إحدى الجوانب الهامة عند تطبيق واجبات اللعب للفرق، " فكرة اليد تتصف بالسرعة والقوة في الملعب والمهارة في الاداء الفني والاحتكاك البدني العنيف مع اللاعبين الآخرين، والقاعدة الاساسية لبلوغ الميزات التي تؤهله في تنمية وتطوير القدرات البدنية"(علاوي وآخرون: 2002: 44).

"ولعبة كرة اليد لعبة جماعية لها شعبية بين الألعاب الفرقية اذ يتطلب من ممارسيها أجادة المهارات ذات مواصفات تقنية عالية الدقة وإمكانات حركية ذات خاصية في الأداء المهارى، علية كثر الاهتمام من قبل المهتمين بها ببحث الوسائل التي تؤدي الى تعلم واكتساب مهارات هذه الفعالية بالإضافة الى دراسة العلاقة بين القدرات الحركية والمهارة للاعبين ومدى تأثير كل منها بالأخرى، ومما يفعل الأداء المهارى للاعبى هذه الفعالية" (سعد باسم: 2013: 172).

ومن هنا نجد ان متطلبات اللعبة بالنسبة للاعبين هو الإدراك الميداني الذي ينعكس على سرعة وتصرف اللاعبين تجاه هذه المواقف المتغيرة، وتعد مهارة التصويب من المهارات الهجومية التي لها دورا مهما في الأداء التكنيكي للمباراة وتشكل مع باقي المهارات إحدى الأسس الهامة في حسم المواقف الهجومية على اعتبار أن لاعبي كرة اليد يمتازون بالدقة والسرعة في تنفيذها بل وتعد اهم مهارة لأنها تحسم نتيجة المباراة بتسجيل اكبر عدد ممكن من الاهداف وبالتالي الفوز بالمباراة، "ان الاخطاء التي تظهر الان او في المستقبل في المستوى العالي يمكن تصحيحها في الطرق التقليدية للتصحيح، وعادة تكون الاخطاء الثابتة بدون علم المتعلم او يعتقد ان التحرك يجب ان يكون كذلك، بمعنى اخر ان المتعلم له قناعات راسخة بذلك الاداء او ان المتعلم لا يعرف طبيعة هذه الاخطاء او اساسياته ... ان الطريقة للقضاء على الاخطاء الثابتة عند المستوى العالي تكون على الشكل الاتي:

- 1- توجيه المتعلم على الخطأ فقط وشرح ذلك الخطأ واسبابه ونتائجه .
 - 2- يوجه ويهيأ المتعلم لعملية التصحيح للخطأ فقط والتدريب على تصحيح الخطأ.
 - 3- التدريب على تحسين الاداء (تصحيحه) وذلك عند تكرار اداء المهارة كاملة مع التصحيح بحيث يكون الاداء متماسكا وعند التكرار يقوم المتعلم بالأداء بشكل اوتوماتيكي. (محبوب: 2001: 248)
- ان التعرف على الخطأ واختياره للتصحيح، يكون من الاهمية التعرف عن سبب هذا الخطأ، وتنتج اخطاء أداء المهارة نتيجة سببين إما عدم دراية بكيفية الأداء، ويطلق عليها في هذه الحالة (أخطاء التعلم)، او بسبب خطأ معين في الأداء ويطلق عليها في هذه الحالة (أخطاء الأداء).

علية فأن مراحل تصحيح الخطأ لا تختلف عن مراحل التعلم الاولى للمهارة وان أتباع الخطوات الثلاث تؤدي الى التعلم السريع اي يتعلمها من جديد لأن الانتباه والتركيز لن يكون على أجزاء المهارة الصحيحة بل التركيز على الخطأ فقط ويكون التقدم في تعلمها سريعاً جداً حيث أن التكرار الزائد للمهارة يؤدي الى الاتوماتيكية في الأداء، لذلك

فأن التدريب أو المحاولات القليلة يمكن ان تكون غير مفيدة ومؤثرة ولا تؤدي الى الاتوماتيكية في الأداء وبالتالي يرجع المتعلم الى أداء الاخطاء نفسها.

ومن خلال خبرة الباحثان كون احدهما لاعب سابق ويعملان في تدريس مادة كرة اليد في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ومتابعتهما الميدانية لنتائج مباريات أندية الدرجة الاولى بكرة اليد لاحظنا هناك ضعف واضح في مهارة التصويب والذي كان سببه حسب وجهة نظرهما هو الاخطاء المهارية لأداء مهارة التصويب من حيث الدقة والسرعة في الاداء، وبناءً على ذلك حدد الباحث مشكلة بحثه في هذه الدراسة والقاء الضوء على اخطاء الاداء المهاري لمهارة التصويب وتقييمها عن طريق تمرينات خاصة لتقويم الاداء المهاري.

وهدفت الدراسة التعرف الى اثر التمرينات الخاصة لتقويم الاداء المهاري في دقة اداء مهارة التصويب بالقفز للاعبين كرة اليد الناشئين، وكانت فرضية البحث تنص على وجود فروق معنوية في اختبار دقة التصويب بالقفز بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للاعبين كرة اليد الناشئين.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية.

2-1- منهجية البحث.

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ذي الاختبار القبلي والبعدي لملائمته لطبيعة البحث.

2-2- عينة البحث.

قام الباحثان باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبي نادي ديالى للناشئين المشارك في دوري اندية العراق للموسم الرياضي (2018-2019) والبالغ عددهم (8) لاعبين، والجدول (1) يبين تجانس العينة من حيث (العمر والطول والكتلة).

الجدول (1) يبين تجانس العينة في العمر والطول والكتلة.

ت	المعالجات الاحصائية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	العمر الزمني بالسنين	عدد	15,6	0,48	16	-2,5
2	الطول	سم	163,9	6,62	165,5	-0,7
3	الكتلة	كغم	61	4,17	61	0

ومن الجدول (1) يتبين لنا ان قيم معامل الالتواء محصورة بين (+3) ولهذا تكون عينة البحث متجانسة وذات توزيع طبيعي.

2-3- الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث.

1- حاسبة لاب توب نوع (HP) عدد (2).

2- كامرة فيديو نوع نيكون عدد (2).

3- كامرة فوتوغراف نوع نيكون عدد (1).

4- ساعة توقيت.

5- صافرة.

6- قرص مدمج (CD).

7- كرات يد قانونية عدد (12) حجم (2).

8- ملعب كرة يد قانوني . شريط لاصق.

2-4- اجراءات البحث الميدانية.

2-4-1- الاختبارات المستخدمة في البحث.

بعد إطلاع الباحثان على المصادر والمراجع العلمية وجدوا أن عملية تحديد الاختبارات التي تقيس المتغيرات موضوع البحث هي من الضرورات المهمة التي يتحتم على الباحث تحديدها بدقة وعناية لتحقيق أهداف البحث، وبما ان الباحثان من ذوي الاختصاص في مجال لعبة كرة اليد ومن خلال الدراسات المسحية التي قام بها الباحثان لاختبارات مهارة التصويب تم اختيار الاختبار الذي يجمع بين دقة وسرعة الاداء لمهارة التصويب بالقفز، وقد عمد الباحثان لأجراء المعاملات العلمية للاختبار من صدق وثبات وموضوعية، وكما مبين في الجدول (2).

الجدول (2)

يبين ثبات وموضوعية الاختبارات المستخدمة في البحث

المتغيرات	الثبات	نسبة الخطأ	الموضوعية	نسبة الخطأ
الاستلام	0.789*	0.002	0.841*	0.003
التمرير من الجري	0.845*	0.021	0.865*	0.001
التصويب بالقفز عالياً	0.741*	0.004	0.841*	0.004
الاستجابة الحركية	0.897*	0.001	0.861*	0.001

اختبار دقة التصويب بالقفز عالياً. (كمال الدين واخرون: 2002: 122).

الغرض من الاختبار:

1- سرعة التصويب بالقفز عالياً.

2- دقة التصويب بالقفز عالياً .

الادوات المستعملة : كرات يد قانونية عدد (5) ، (4) مربعات (60×60 سم) في زوايا المرمى ، ساعة توقيت .

مواصفات الأداء : توضع الكرات الـ (5) على بعد (2م) من خط الـ (9) امتار في مواجهة المرمى .

يتم التصويب من القفز عالياً عند اعطاء اشارة البدء ، وعلى أي الزوايا الاربع للمرمى بأسرع ما يمكن مع التقيد بالتصويب بالقفز عالياً بعد اخذ ثلاث خطوات .

التسجيل :

1- يحتسب زمن الأداء منذ اشارة البدء الى لحظة خروج اخر كرة من الكرات الـ(5) المصوبة .

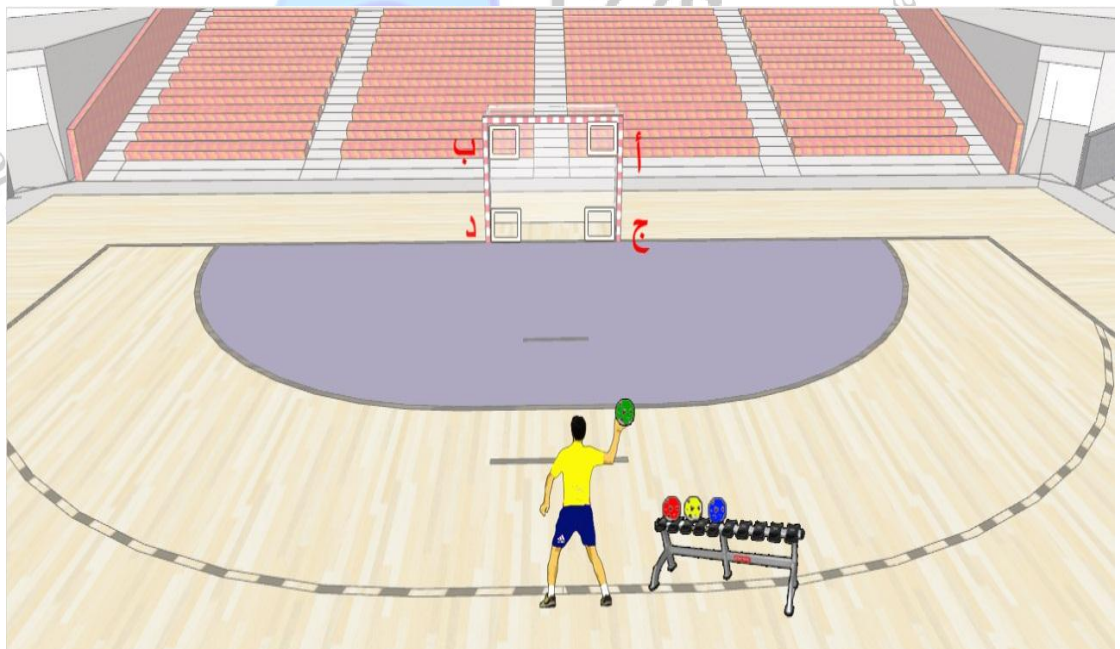
2- تحتسب نقطة عند دخول الكرة أي زاوية من زوايا الاربعة .

3- تحتسب صفراً للتصويب خارج المربع .

4- لا تحتسب نتيجة التصويب التي يتحرك فيها اللاعب أكثر من ثلاث خطوات .

5- ويتم معالجة النتائج احصائيا بإعطاء درجة تجمع بين الدقة والزمن وعن طريق المعادلة الاتية

الاداء المهاري = مجموع الدقة / الزمن.



الشكل (1) يوضح اختبار التصويب بالقفز

2-4-2- التجربة الاستطلاعية.

قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية وبمساعدة فريق العمل المساعد في تمام الساعة الثانية والنصف بعد الظهر من يوم الخميس المصادف 2018/11/22 على مجموعة من اللاعبين والبالغ عددهم (8) لاعبين وهم من مجتمع البحث وتم استبعادهم من التجربة الرئيسية لغرض التعرف على.

1- التأكد من صلاحية التمرينات الخاصة لتقويم الاداء المهاري.

2- مدى ملائمة استخدام التمرينات الخاصة لتقويم الاداء المهاري.

3- مراعاة تسلسل التمارين التصحيحية.

4- التأكد من صلاحية الاختبارات للتطبيق.

5- التأكد من كفاية الوقت المستغرق للاختبارات.

6- مدى ملائمة الاختبارات لأفراد عينة البحث.

7- التأكد من كفاية فريق العمل المساعد.(انظر ملحق 1)

2-4-3- الاختبارات القبليّة.

بعد تحديد عينة البحث بمجموعة تجريبية واحدة، قام الباحثان بإجراء الاختبارات القبليّة لعينة البحث يوم الاربعاء الموافق 2018/11/28 في تمام الساعة العاشرة صباحاً في القاعة المغلقة للألعاب الرياضية- ديالى، وقد عمد الباحثان الى الاخذ بعين الاعتبار تثبيت الظروف المكانية والزمانية الخاصة بالاختبارات وطريقة اجرائها بمساعدة فريق العمل المساعد من اجل تحقيق الظروف نفسها قدر الامكان عند اعادة الاختبار، علماً ان الاختبارات تمت من قبل فريق العمل المساعد وبإشراف من الباحثان.

3-4-4 التجربة الرئيسية.

قام الباحثان بأجراء تجربتهم الرئيسية بتاريخ 2018/11/29 والتي استمرت لمدة (4) اسابيع بواقع ثلاث وحدات تصحيحية في الاسبوع الواحد وبمجموع (12) وحدة تصحيحية (انظر ملحق 2)، وكانت هذه الوحدات تجري ايام الاحد والثلاثاء والخميس من كل اسبوع في الساعة الثانية والنصف بعد الظهر في القاعة المغلقة للألعاب الرياضية في ديالى، وقد استخدم الباحثان مجموعة من التمرينات الخاصة لتقويم الاداء من حيث الدقة والسرعة ولاستجابة الحركية بواقع (4) تمرينات لكل منها والتي تم اعدادها من قبل الباحثان (انظر ملحق 3)، اذ كانت تعطى في القسم الرئيسي من الوحدة التصحيحية بواقع (3) تمرينات لكل وحدة تصحيحية وبزمن يتراوح بين (20 - 30) دقيقة، وقد راعى الباحثان التدرج في تطبيق التمرينات من السهل الى الصعب والشكل (1) يوضح ذلك.

الفعاليات	الزمن	اقسام الوحدة
النشاط الاداري الاحماء العام الاحماء الخاص	25 دقيقة	القسم الاعدادي
عرض وشرح التمرين	50-60 دقيقة	الجزء التعليمي
تنفيذ الواجبات التعليمية كما في ورقة الفعاليات		الجزء التطبيقي
تمارين استرخاء	5 دقائق	القسم الختامي

الشكل (2) يوضح اقسام الوحدة التعليمية

2-4-5 الاختبارات البعدية.

بعد الانتهاء من تطبيق التمرينات الخاصة على مدار (4) اسابيع، تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث، يوم السبت الموافق 2018/12/27 في الساعة العاشرة صباحاً، وقد اتبع الباحثان شروط وإجراءات الاختبارات القبلية نفسها من حيث المكان والزمان والاختبارات المستخدمة وتسلسلها والأدوات المستخدمة وفريق العمل المساعد للمحافظة على عدم حدوث اي تغيير قد يؤثر في نتائج البحث، وقد عمل الباحثان على حساب الزمن المستغرق لكل اختبار والزمن الكلي للاختبارات البعدية.

2-5- الواسائل الاحصائية.

استخدم الباحثان الواسائل الإحصائية الأكثر ملائمة مع أهمية دراسة البحث والتي تحقق أهداف البحث وفروضه، اذ استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (spss).

3- عرض النتائج ومناقشتها.

3-1 عرض نتائج الاختبارات (القبلي- البعدي) لاختبار التصويب بالقفز.

الجدول (3)

يبين الاحصاءات الوصفية لمتغير البحث

المتغيرات	الاختبارات	الوسط الحسابي	N	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
التصويب بالقفز	الاختبار القبلي	0.064	8	0.023	0.008
	الاختبار البعدي	0.153	8	0.032	0.011

الجدول (4)

يبين الاحصاءات الاستدلالية بين الاختبار (القبلي - بعدي) لمتغير البحث

المتغيرات	وحدة القياس	س- ف	ع ف	الخطأ المعياري	T	نسبة الخطأ	الدالة
التصويب بالقفز	درجة/ثا	0.089	0.019	0.007	13.316	0.000	معنوي

* معنوي عند نسبة خطأ اقل من (0.05)

2-3 مناقشة النتائج.

من خلال النتائج التي ظهرت لنا وكما مبينة في الجدولين (3) و (4) في متغير البحث والتي اظهرت فروقاً معنوية ولصالح الاختبار البعدي لأفراد عينة البحث في اختبار التصويب بالقفز، يرى الباحثان ان سبب ذلك يعود الى التمرينات التصحيحية المعدة والمستخدمة في البرنامج المتبع في الوحدات التصحيحية، اذ عملت هذه التمرينات على اكساب اللاعبين الخبرة المطلوبة للأداء الحركي الامثل، اذ ان التدريب والممارسة على تلك المهارات بالشكل الصحيح تعمل على احداث تطور في القابليات والمهارات الحركية وامتلاك خزين من المعلومات التي يمكن الرجوع اليها في عملية التعديل أو التغيير أو التصحيح.

كما يعزو الباحثان سبب الفروق المعنوية الحاصلة ولصالح الاختبار البعدي تعود الى تضمين الوحدات التصحيحية على تمرينات مشابهة للأداء الحركي لمتطلبات اللعبة، بالإضافة الى التأكيد في اداء التمرينات على متغيري السرعة والدقة في الاداء، فضلاً عن تمرينات الاستجابة الحركية التي تم تطبيقها في البرنامج المعد لأفراد عينة البحث، اذ " تعتمد المهارة او المستوى المهاري على متغيرين بالغى الاهمية هما الدقة والسرعة، اذ ان توفرهما بمقدار عال عند اداء المهارة تعني ان مستوى اداء هذه المهارة عالياً" (الحديثي: 2013: 231).

ومن جانب اخر يرى الباحثان ان سبب هذه الفروق يعود الى التدرج المنطقي والموضوعي لتقويم تلك المهارات من خلال التمرين المعزز بالتوجيه للمعلومات الحسية في تطبيق مفردات التغذية الراجعة بشكل علمي صحيح ومدرس والتي ادت الى تنفيذ البرنامج الحركي الصحيح والخالي من الاخطاء للمهارة قيد الدراسة (التصويب بالقفز) وبالتالي تجعل التعلم والتدريب واسعاً وعميقاً مع توضيح الافكار وتثبيت عملية الادراك وزيادة خبرات اللاعبين

ومهاراتهم وتنمية اتجاهاتهم في جو مشوق ورغبة كبيرة نحو التعلم الافضل، " اذ ان الاستجابات التي تؤدي في المراحل الاولى للتعلم يدخل فيها الكثير من الاستجابات العشوائية والغير مفيدة ولكن بالجهد والممارسة المستمرة والتكرار تقلل الأخطاء" (قاسم لزام: 2012: 60).

4-الخاتمة.

في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها استنتج الباحثان ان لتمرينات تقويم الاداء المهاري اثرها في تطوير دقة اداء مهارة التصويب بكرة اليد، كما استنتج الباحثان ان ضعف في دقة التصويب ناتج عن اخطاء في تنفيذ متطلبات الاداء للمهارة بالشكل الصحيح، كذلك اوصى الباحثان بضرورة ان يتضمن البرنامج التعليمي تمرينات تصحيحية لأهميتها وقدرتها في تطوير مستوى الاداء المهاري، كما اوصى الباحثان بضرورة اجراء بحوث اخرى مشابهة لباقي المهارات الهجومية بكرة اليد.

❖ المصادر.

- 1- محمد حسن علاوي وآخرون؛ الاداء النفسي في كرة اليد : (مصر، المركز العربي للنشر، 2002).
- 2- سعد باسم جميل وآخرون؛ بناء بطارية اختبار لعناصر اللياقة البدنية الخاصة للاعبين أندية النخبة بكرة اليد، بحث منشور ، مجلة الراافدين للعلوم الرياضية ، المجلد 19 العدد 13 ، 2013.
- 3- وجيه محجوب ؛ التعلم وجدولة التدريب الرياضي : (عمان ، دار وائل للنشر 2001).
- 4- خليل ابراهيم سليمان الحديثي؛ التعلم الحركي، (بغداد، دار فاهم للطباعة، 2013).
- 5- قاسم لزام صبر؛ موضوعات في التعلم الحركي : ط2 (بغداد ، دار البراق للطباعة 2012).
- 6- كمال الدين عبد الحميد وآخرون، رباعية كرة اليد، ج2، (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2002).

❖ الملاحق.

(ملحق 1)

فريق العمل المساعد

ت	الاسم	الصفة
1-	م . نزار ناظم حميد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى
2-	م . م احمد ولهان حميد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى
3-	رائد رحيم نجم	مدرب نادي ديالى متقدمين / كرة اليد
4-	اسامة مجيد حميد	مدرب نادي ديالى شباب / كرة اليد
5-	علي محي الدين هاشم	مدرب نادي ديالى فئات عمرية / كرة اليد

الاهداف

1- ان يؤدي اللاعب تمارين سرعة اداء التصويب (2-1) المرحلة التصحيحية / الناشئين / 8 لاعبين

2- يؤدي اللاعب تمارين الدقة (5-6) التاريخ : 2018/11/29 الخميس

ت	اقسام الوحدة التصحيحية	الزمن	محتوى الوحدة التصحيحية	التنظيم	التصحيح والتقويم
1	القسم الاعدادي المقدمة الاحماء التمارين البدنية	25د 5د 10د 10د	تهيئة عامة لجميع اعضاء الجسم وتمارين خاصة بالاحماء	▲▲▲▲▲▲▲▲ 	التأكيد على الحضور وارتداء الملابس الرياضية وتطبيق الاحماء
2	القسم الرئيسي الجزء التعليمي الجزء التطبيقي	60د 10د 50د	شرح التمارين التصحيحية الخاصة بالوحدة التصحيحية تنفيذ التمارين التصحيحية الخاصة بالوحدة وحسب الجدول		
3	القسم الختامي	5د	استرخاء وارجاع الأجهزة الى الوضع الطبيعي		

الملحق (3)

يبين بعض التمرينات المستخدمة في البحث