

دراسة مقارنة بين بعض المهارات الاساسية وفقاً لمستوي الانجاز للاعبى كرة اليد

*أ.د/ منيرة مرقص ميخائيل

**أ.د/ سحر محمد جوهر

***أ.د/ منى مختار المرسي

**** الباحثة/ مروة عبد النبي

ملخص البحث

يهدف البحث الي التعرف علي الفروق دراسة مقارنة بين بعض المهارات الاساسية وفقاً لمستوي الانجاز للاعبى كرة اليد ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفى لملائمته لطبيعة البحث, كما قامت بتطبيق بعض الاختبارات المهارية (التنطيط الزجراجي 30 متر التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات ، التحركات الدفاعية للامام وللجانب)، وذلك علي عينة قوامها 210 لاعب كرة يد تحت 16 سنة من سبعة اندية، بواقع 60 لاعب لحساب المعاملات العلمية ، و 150 لاعب لتطبيق البحث ، وقد اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين استجابات العينة علي الاختبارات المهارية وفقاً لمستوي الانجاز لدي لاعبي كرة اليد .

.....
*أ.د/ منيرة مرقص ميخائيل ، استاذ كرة اليد بقسم تدريب الالعاب الرياضية ، كلية التربية الرياضية بنات – جامعة حلوان .

**أ.د/ سحر محمد جوهر، استاذ كرة اليد بقسم تدريب الالعاب الرياضية ، كلية التربية الرياضية بنات – جامعة حلوان .

***أ.د/ منى مختار المرسي استاذ علم النفس الرياضي بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية الرياضية ، بكلية التربية الرياضية بنات – جامعه حلوان.

**** الباحثة/ مروة عبد النبي ، أخصائية رياضية بمدرية الشباب والرياضة بالشرقيه

دراسة مقارنة بين بعض المهارات الاساسية وفقاً لمستوي الانجاز للاعبى كرة اليد

*أ.د/ منيرة مرقص ميخائيل

**أ.د/ سحر محمد جوهر

***أ.د/ منى مختار المرسي

**** الباحثة/ مروة عبد النبي

وتعتبر رياضة كرة اليد من أحدث الالعاب الجماعية اذا ما قورنت بالالعاب الجماعية الاخرى التي سبقها بعشرات السنين وارتفاع مستوى الاداء من الناحية الفنية والتكتيكية(الخطية) بشكل ملحوظ

أعطى للعبة السرعة الفائقة سواء في الاداء او تطبيق النواحي الخططية والفنية. (3 : 13) ، كما ان لها مبادئ ومهارات أساسية والتي تعد الركن الأساسي والفعال في تحقيق الفوز للفريق ، ولهذا فان "عامل اتقان المهارات للعبة يعد من أهم تلك العوامل وأكثرها حساسية لان الإعداد البدني والخططي والنفسي لا قيمة له دون مهارات اساسية ، فاللاعب المعد بدنيا ولم يعد مهاريا لا يمكن استغلال إمكاناته البدنية دون السيطرة على الكرة خلال حركته" (5 : 60)

وكرة اليد مثل باقي الألعاب الجماعية تكون فيها الدقة عاملا مهما في جميع جوانبها ، بدأ من دقة مسك الكرة واستقبالها والمناولة المتقنة ثم الخداع والتصويب باتجاه المرمى. (1: 36) ، وتتسم كرة اليد بالملاحظة المستمرة والتركيز والاستعداد الدائم للتصرف في المواقف الصعبة التي تمتلئ بالتغير الدائم المستمر سواء كانت مواقف فردية او جماعية ويوضح "ياسر دبور" (2002م) نقلاً عن "جيرد لانجهوف Geurd Langhuof" ان لكل عمل من الاعمال الهادفة جانبه الفني وهذا ينطبق ايضاً على رياضة كرة اليد فإن من يود الاشتراك في مباراة عليه ان يجد وسيلة لايجاد احسن الحلول الممكنة لاي واجب من الواجبات الرياضية البدنية سواء كانت مهارية او خططية ان التطور السريع الذي حدث في معظم مهارات كرة اليد والذي كان واضحاً من خلال تطور مستوى اللاعبين المشاركين في البطولات الدولية هو نتيجة منطقية لإتباع طرق التدريب الحديثة وإيجاد افضل السبل لوضع الحلول الحركية المثلى بمايتفق وطبيعة العمل الميكانيكي للمهارة ذاتها. (6 : 15)

يجب ان يتميز الاداء المهارى للاعب بالفاعلية والكفاية والتكيف بمعنى تحقيق الهدف من الأداء في الوقت المحدد و تحت اى ظروف يعيق أدائه لذلك يجب أن يتميز سلوكه الحركى بتناسق وتسلسل ودقة وتوقيت سليم يتناسب مع موقف المنافس والزملاء حيث أن ملعب كرة اليد صغير نسبيا لعدد اللاعبين داخله لذلك يجب أن يتم الأداء بسرعة في التحرك والتمرير والتصويب وبدرجة عالية من الفاعلية والأنجاز لأن المهارة ترتبط دائماً بالأنجاز فى نشاط معين لأنها مجموعة من الاستجابات الخاصة التي تؤدي فى مواقف متغيرة والمطلوب هو التكيف مع هذه المواقف بتحكم ودقة واقتصاد وسرعة لأنجاز افضل النتائج. (4 : 50)

مشكلة البحث :

تعد لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية التي تتسم بمواقف متغيرة وسريعة، لذا يجب ان يتصف اللاعب فيها بسرعة رد الفعل وحسن التفكير والقدرة علي التنبؤ لتحركات المنافس والمناورة لتحقيق الاداء المتميز مع احراز اهداف ، ولو اقتصر دورة علي تحقيق اهداف الاداء فقط دون تحقيق اهداف النتائج ، وقد لاحظت الباحثة ان ترتيب الفرق يرجع لتحقيقهم انجاز يتمثل في عدد الاهداف وليس دليل علي اداء المهارات الاساسية بتميز، فهناك بعض الفرق تحقق انجاز بصرف النظر عن مستوي ادائهم ، بينما لوحظ ان هناك فرق تؤدي بشكل متميز ولكن لا تستطيع تحقيق انجاز يذكر ، وهذا لم يتم تناوله بشكل كافي من قبل الباحثين ، وعلي هذا تتحدد مشكله البحث في محاولة التعرف علي الفروق بين بعض المهارات الاساسية وفقاً لمستوي الانجاز للاعبى كرة اليد تحت 16 سنة

هدف البحث:

يهدف البحث الي دراسة الفروق بين بعض المهارات الاساسية وفقاً لمستوي الانجاز للاعبي كرة اليد

تساؤل البحث:

هل يوجد فروق بين بعض المهارات الاساسية وفقاً لمستوي الانجاز للاعبي كرة اليد؟

اجراءات البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته، حيث قامت بتطبيق بعض الاختبارات المهارية (التنطيط الزجاجي 30 متر التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات ، التحركات الدفاعية للامام وللجانب)، وذلك علي عينة قوامها 210 لاعب كرة يد تحت 16 سنة من سبعة اندية، بواقع 60 لاعب لحساب المعاملات العلمية ، و150 لاعب لتطبيق البحث ،

ادوات جمع البيانات :

1- بعض الاختبارات المهارية في كرة اليد : قامت الباحثة باجراء مسح للمراجع العلمية لاختيار مجموعة اختبارات مهارية تناسب عينة البحث ، وقد توصلت الي تحديد سبعة اختبارات لقياس بعض المهارات الاساسية في كرة اليد ملحق (أ) لاختيار الملائم منها لموضوع وهدف وعينه البحث ، قامت الباحثة بتطبيق الإختبارات المهارية قيد البحث ، وذلك على عينة البحث الإستطلاعية والتي قوامها (60) لاعب وذلك بهدف حساب المعاملات العلمية

1- حساب معامل الصدق

استعانت الباحثة بعدة طرق لحساب معامل الصدق:

- صدق المحكمين :

قامت الباحثة بعرض الصورة الاولية للاختبارات المهارية المكون من (7) اختبارات على خمسة خبراء من الأساتذة المتخصصين ، ثم قامت بتطبيق الصورة الثانية للاختبارات المكونه من (3) اختبارات ، جدول (1).

جدول (1)

النسبة المئوية لموافقه السادة الخبراء علي بعض الاختبارات المهارية في كرة اليد

م	الاختبارات المهارية	الغرض منه	وحدة القياس	مجموع الموافقات	النسبة %
1	التنطيط الزجاجي 30 متر	قياس سرعة - رشاقة	ث/ن	6	100%
2	التصويب من الثبات علي هدف محدد 40 X 40 سم .	دقة التصويب	ث/ن	4	66.6
3	التمرير علي المستطيلات المتداخلة	قياس دقة التمرير	درجة	3	50
4	اختبار الدوائر المرقمة	قياس التوافق بين العين والرجلين	ث/ن	4	66.6
5	رمي الكرة لأقصى مسافة من الثبات	قياس القدرة علي التصويب	ث/ن	4	66.6
6	التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات	سرعة التمرير والاستلام	ث/ن	6	100%
7	التحركات الدفاعية للامام ولللجانِب		ث/ن	6	100%

يتضح من جدول (1) انه ،

تم تحديد ثلاثة اختبارات هما(التنطيط الزجاجي 30 متر التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات ، التحركات الدفاعية للامام وللجانِب)، علما بأنه تم تحديد الاختبارات التي حققت نسبة اتفاق 75% فيما اهملت باقي الاختبارات التي لم تحقق هذه النسبة .

- **صدق التمايز:-** استخدمت الباحثة طريقة التمييز بين المجموعات للحصول على الصدق التكويني أي قدرة الاختبارات على التفريق بين أصحاب القدرة العالية وبين أصحاب القدرة المنخفضة على عينة قوامها (60) لاعب من مجتمع البحث وخارج عينة البحث،الاساسية وتم تطبيق إختبارات المهارية ، وهو ما يوضحه جدول (2)

جدول (2)

دلالة الفروق بين متوسطي الربيعين (الاعلي/والادني)
للاختبارات المهارية قيد البحث

(ن = 60)

قيمة "ت"	الربيع الادني (ن=15)		الربيع الاعلي (ن=15)		وحدة القياس	الاختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
* 5.71	3.88	8.65	2.17	6.44	ثانية	التنظيف الزجاجي 30 متر
* 6.08	0.689	6.72	0.399	4.51	ثانية	التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات
* 4.57	0.301	2.15	0.257	1.90	ثانية	التحركات الدفاعية للامام وللجانب

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي 0.05 = 1.96

يتضح من جدول (2)

وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي الربيعين الأعلى والأدنى في جميع الاختبارات قيد البحث لصالح الربيع الأعلى، مما يدل على أنها صالحة للتطبيق.

2- حساب معامل الثبات

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات بطريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه وذلك على عينة البحث الاستطلاعية وقوامها 60 لاعب ، وتم إعادة التطبيق على نفس العينة بفارق زمني أسبوعان عن التطبيق الأول ، حيث تم حساب معامل الارتباط بين كل اختبار مهاري في مرتي التطبيق جدول (3).

جدول (3)

معامل الارتباط بين مرتي التطبيق الأول والثاني للإختبارات المهارية قيد البحث

(ن = 60)

**قيمة "ر" الجدولية عند 0.05 = (0.273)

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الاختبارات
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
*0.510	4.01	8.90	4.10	9.05	التنطيط الزجاجي 30 متر
* 0.572	0.700	7.06	0.711	7.18	التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات
* 0.480	0.375	2.15	0.371	2.13	التحركات الدفاعية للامام وللجانب

يتضح من جدول (3) وجود معامل ارتباط دال إحصائياً بين مرتي التطبيق الأول والثاني في الاختبارات المهارية .

المعالجات الإحصائية المستخدمة :

إستعانت الباحثة في هذا البحث بالمعالجات الإحصائية التالية :

- الإحصاء الوصفي. - دلالة الفروض (ت) T.test

عرض ومناقشة النتائج :

لتتعرف علي دلالة الفروق الإحصائية بين بعض الاختبارات المهارية وفقاً لنتائج مستوي الانجاز للاعبين كرة اليد ، قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لاستجابات

العينة علي بعض الاختبارات المهارية وفقا لمستوي الانجاز ، وحساب تحليل التباين لاستجابات العينة علي الاختبارات المهارية وفقا لمستوي الانجاز جدولي (4) ، (5)

جدول (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لاستجابات العينة علي بعض الاختبارات المهارية وفقا لمستوي الانجاز

(ن=150)

المراتب	ن	التنظيف الزجاجي 3م			التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات			التحركات الدفاعية للامام وللجانب		
		ل	ع	م	ل	ع	م	ل	ع	م
1	18	-2.19	3.21	8.31	0.106	0.802	7.94	1.27	0.385	2.82
2	19	-1.25	1.21	9.55	0.339	0.904	7.52	0.874	0.366	2.86
3	16	-1.20	1.59	9.36	0.430	0.892	7.56	0.612	0.291	2.74
4	22	1.20	2.83	10.66	0.296	0.79	7.59	0.625	0.543	2.92
5	22	1.06	11.61	10.39	0.069	0.722	7.95	0.142	0.267	2.85
6	18	-2.40	3.26	8.95	0.451	0.808	7.77	0.253	0.330	2.88
7	16	0.262	0.259	9.79	0.731	0.718	7.62	1.31	0.438	2.78
8	19	0.046	0.521	9.78	0.105	0.657	7.89	2.39	0.365	2.64

يتضح من جدول (4) أنه :-

تفاوتت استجابات العينة علي بعض الاختبارات المهارية وفقا لمستوي الانجاز ، وكما انحصر معامل الالتواء ما بين (± 3) مما يدل علي اعتدالية البيانات .

جدول (5)

تحليل التباين لاستجابات اللاعبين وفقا لمستوي الانجاز علي الاختبارات المهارية قيد الدراسة

(ن = 150)

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	د.ج	متوسط المربعات	ف
التنظيف الزجاجي 30م	بين المجموعات	86.76	7	12.39	.513
	داخل المجموعات	3433.62	142	24.18	
التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات	بين المجموعات	4.31	7	.617	.989
	داخل المجموعات	88.54	142	.624	
التحركات الدفاعية	بين المجموعات	1.08	7	.155	1.04

	148.	142	21.06	داخل المجموعات	للأمام وللجانِب
--	------	-----	-------	----------------	-----------------

*قيمة (ف) الجدولية عند مستوي (05) = 3.41
يتضح من جدول (5) أنه:-

لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين اللاعبين وفقا لمستوي الانجاز نحو استجاباتهم علي المتغيرات قيد الدراسة .

يتضح من جدول (5) أنه:-

لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين استجابات العينة علي الاختبارات المهارية وفقا لمستوي الاداء والانجاز لدي لاعبي كرة اليد ، وترجع الباحثة هذه النتيجة الي طبيعه لعبة كرة اليد التي تتميز بأدائها المهاري المتميز و المتنوع والذي يتأثر بحركة الخصوم والذي يعتبر متغير يصعب التنبؤ بحركته مما يتطلب سرعة بديهية في التصرف بالكرة، ومهارة عالية في الانتقال السريع المتقن في حالة الدفاع الى حالة الهجوم من لحظة الاستحواذ على الكرة حيث يجب على اللاعب ان يركز على اداء المهارة الاكثر ملاءمة لقدراته وبالسرعة المطلوبة، كما ان متعة اللعب بكرة اليد تزداد عندما يضع اللاعب خطته و تصوراته موضع التطبيق عن طريق إتقانه التام للمهارات الحركية، و في الوقت الحاضر لم يعد الخطأ في المهارات الحركية، كالاستقبال والتنطيط والمناولة سوء حظ وانما يعد ضعفاً للمتطلبات الاساسية لفن اللعب بالكرة ، وهو ما يكشف عن مستوى اللاعب بصورة واضحة.(19:2)

المطلوبة إن استيعاب التحرك الخططي يكون سهلاً من الناحية النظرية ، ولكن الأهم هو القدرة على التنفيذ العملي عن طريق القدرة على الأداء المهاري السليم ، ومهما كان اللاعب خلافاً ذا مبادأة ولكن قدراته المهارية ضعيفة فإن أدائه في الملعب لا يساوي كثيراً بالنسبة للفريق.(4 : 21)

الاستخلاصات :

في ضوء النتائج التي توصل اليها البحث الحالي يمكن التوصل الي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين استجابات العينة علي الاختبارات المهارية وفقا لمستوي الاداء والانجاز لدي لاعبي كرة اليد.

التوصيات :

1. الاهتمام بتطوير البرامج التدريبية .
2. ضرورة انتقاء اللاعبين والتي تعد مطلب هام لتحقيق البطولات ، وخاصة لدي الناشئين لانهم القاعدة الاساسية لجميع الانشطة الرياضية.
3. ضرورة تركيز المدرب علي اهداف النتائج واهداف الاداء جانبا الي جانب.

قائمة المراجع:

1. ايمن احمد الباسطي (1995م) : محددات انتقاء الناشئين في رياضة الهوكي ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين ، القاهرة ، جامعة حلوان.
2. الشحات البهنسي عبد الرازق (2008م) : تأثير برنامج تدريبات لبعض مكونات الادراك الحس- حركى على مستوى الاداء المهارى لناشئى كرة اليد,رسالة ماجستير غير منشورة ,كلية التربية الرياضية ,جامعة المنصورة.
3. عبد الوهاب غازي حمودي (2008م): كرة اليد مالها وما عليها – المبادئ التعليمية و التدريبيه ، دار العصامي للنشر والطبع, بغداد
4. كمال الدين عبد الرحمن درويش (وآخرون) (2002م) : القياس و التقويم و تحليل المباراة في كرة اليد نظريات وتطبيقات , القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
5. كمال عارف وسعد محسن (1989م) :كرة اليد، دار الكتب للطباعة والنشر الموصل .
6. ياسر دبور(2002م): كرة اليد الحديثة , دار الكتاب للنشر , مصر.

قائمة الملحقات

- ملحق (أ) أسماء السادة الخبراء
- ملحق (ب) استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء لبعض اختبارات المهارات الأساسية
- ملحق (ج) الاختبارات المهارية التي تم تطبيقها علي لاعبي كرة اليد

ملحق (أ)

اسماء الخبراء (علم النفس الرياضي)

م	الاسم	الوظيفة
1	أ.د. ثناء عبد الحميد عمارة	استاذ كرة اليد المتفرغ بقسم تدريب الالعب الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان
2	أ.د. علا حسن حسين	استاذ تدريب كرة يد بقسم تدريب الالعب الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان
3	أ.د. مدحت محمود الشافعي	استاذ تدريب كرة اليد بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين . جامعة الزقازيق .
4	أ.د. محمد فكري سيد أحمد	استاذ تدريب كرة اليد بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين . جامعة الزقازيق .
5	أ.د. هبه رضوان لبيب	استاذ تدريب كرة يد بقسم تدريب الالعب الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة حلوان
6	أ.د. حامد محمد حامد الكومي	استاذ تدريب كرة اليد بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية للبنين . جامعة الزقازيق .

.....
• القائمة مرتبة ابجديا

ملحق (ب)

إستمارة إستطلاع رأى الخبراء لبعض اختبارات
المهارات الاساسية

لانتقاء للاعبى كرة اليد تحت 16 سنة



كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة
قسم تدريب الالعب الرياضية

ملحق (ب)

إستمارة إستطلاع رأى الخبراء لبعض اختبارات المهارات الاساسية

لانتقاء للاعبى كرة اليد تحت 16 سنة

الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد

تقوم الباحثة / مروة عبد النبي عبد الوهاب بمحاولة لبناء مقياس انماط السيطرة المخية

لانتقاء للاعبى كرة اليد تحت 16 سنة ، تحت اشراف كل من أ.د. منيرة مرقص ، استاذ تدريب الالعب الرياضية تخصص كرة يد ، كلية التربية الرياضية بنات – جامعه حلوان ، أ.د. سحر جوهر ، استاذ تدريب الالعب الرياضية تخصص كرة يد ، كلية التربية الرياضية بنات – جامعه حلوان، أ.د. منى مختار المرسي، استاذ علم النفس الرياضي بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية الرياضية ، كلية التربية الرياضية بنات – جامعه حلوان وهذه الإستمارة لأستطلاع رأى سيادتكم كخبراء فى المجال وذلك للتفضل بتحديد مايلى :

أولا : مدى مناسبة بعض الاختبارات لقياس المهارات الاساسية فى كره اليد .

ثانيا : تحديد مدى مناسبة اختبارات المهارات الاساسية فى كره اليد للاعبين تحت 16 سنة.

ولسيادتكم خالص الشكر

الباحثة ،،،

الإختبار الاول : التنطيط الزجاجي 30 متر

الغرض من الإختبار :

الأدوات المستخدمة :

أعلام – ساعة إيقاف – شريط قياس

طريقة الأداء :

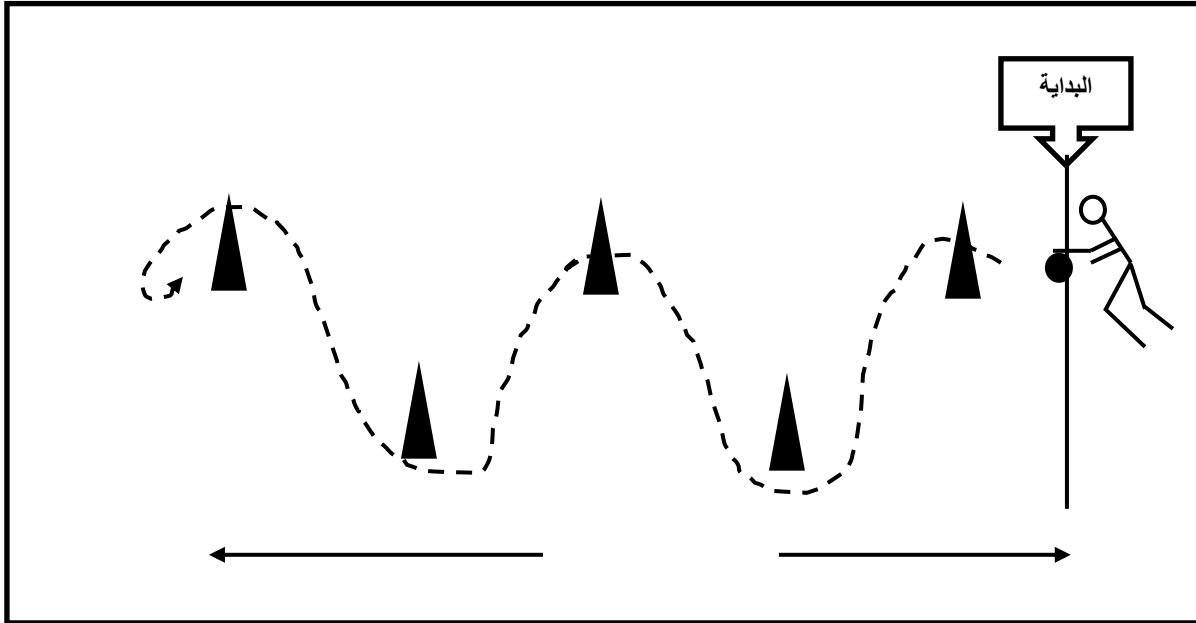
يقف اللاعب ممسكا بالكرة علي خط البداية الذي يبعد عن أول علامة مسافة 3 متر وعند سماع الإشارة يبدأ بتنطيط الكرة من خلال الجري المتعرج (الزجاجي) بين العلامات والتي تبعد كل منهما عن الأخرى مسافة 3 متر ولمسافة 15 متر X 2 (أي ذهاب وأياب) مع ملاحظة قانونية عملية التصويب .

شروط الأداء :

- تنطيط الكرة باستمرار دون مسكها .
- تعطي لكل لاعب محاولة واحدة فقط .
- في حالة حدوث خطأ مثل إبتعاد الكرة كثيرا تعطي للاعب محاولة واحدة أخرى فقط .

التسجيل :

يحتسب الزمن بالثانية الذي يقطعه اللاعب في الذهاب والعودة (32: 192)



الإختبار الثاني: التصويب من الثبات علي هدف محدد 40 X 40 سم .

الغرض من الإختبار .:

الأدوات المستخدمة :

8 كرات يد – ستارة لعلق المرمي بها 4 مربعات طول ضلع كل منها 40 X 40 سم.

طريقة الأداء :

يقف اللاعب خلف خط ال 9 امتار ممسكا بالكرة . وعند إعطاء إشارة البدء يقوم اللاعب بالتصويب علي المرمي في المربعات بالترتيب الآتي :

- الزاوية العليا اليمني (1)
- الزاوية العليا اليسري (2)
- الزاوية السفلي اليسري (3)
- الزاوية السفلي اليمني (4)

شروط الأداء :

- يراعي ثبات إحدي القدمين وعدم تحريكها أثناء أداء التصويب .
- يلعب اللاعب الكرة خلال ثلاث ثوان من من سماع الإشارة .

التسجيل :

تحتسب نقطه لكل تصويبه داخل المربع المخصص أو تلمس أحد أضلاعه . يحتسب صفرا للتصويبة إذا إرتكب اللاعب مخالفة قانونية مثل تحريك القدم الثابته أو عدم التصويب خلال 3 ثوان من سماع الإشارة أو إذا لم تدخل الكرة داخل المربع المحدد ، وهذا يعني أن الدرجة العظمي للإختبار هي 8 درجات .

(59: 232)

الإختبار الثالث : التمرير علي المستطيلات المتداخلة .

الغرض من الإختبار .:

الأدوات المستخدمة :

10 كرة يد – حائط له إرتداد – خط للرمي يبعد عن الرمي مسافة 4 متر - يرسم علي الحائط ثلاث مستطيلات متداخلة ابعادها (60X 80 سم) ، (40X 60 سم) ، (20X 40 سم) عرض خطوط المستطيلات 5 سم (الخطوط داخل مقاييس المستطيلات) الحد السفلي للمستطيل الكبير يرتفع عن الارض 180 سم .

طريقة الأداء :

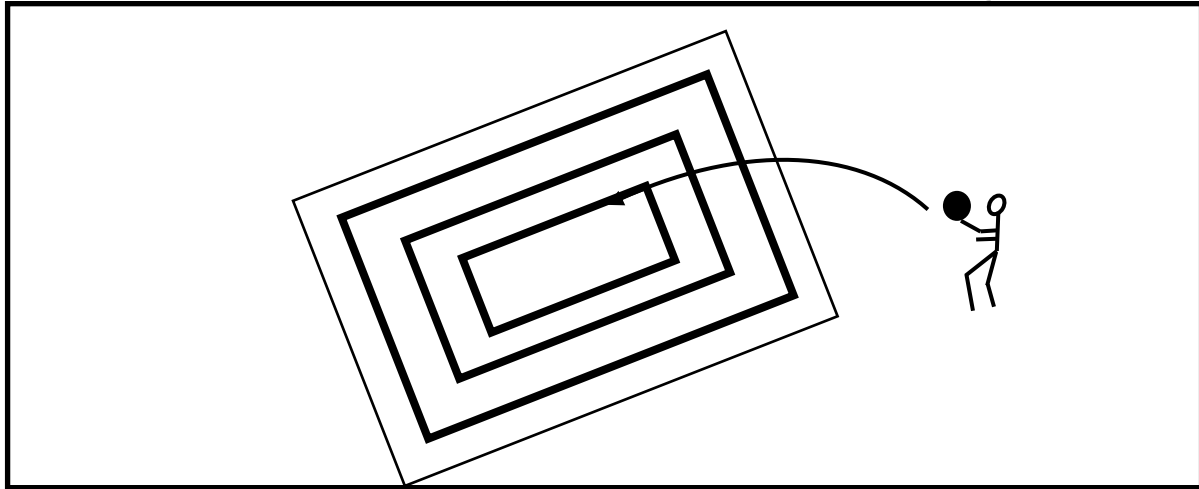
من خلف خط التمرير يقوم اللاعب بتمرير 5 تمريرات باليد المميزة محاولا إصابة المستطيلات الأصغر .

شروط الأداء :

غير مسموح أن تلمس الكرة الارض بعد تركها يد اللاعب وقبل وصولها للحائط .

التسجيل :

- إذا لمست الكرة المستطيل الداخلي (داخل المستطيل أو علي الخطوط المحددة له) يحتسب للاعب 3 درجات .
- إذا لمست الكرة المستطيل المتوسط (داخل المستطيل أو علي الخطوط المحددة له) يحتسب للاعب درجتان .
- إذا لمست الكرة المستطيل الكبير (داخل المستطيل أو علي الخطوط المحددة له) يحتسب للاعب درجة واحدة .
- إذا خرجت الكرة خارج حدود المستطيل يحتسب للاعب صفر . (17:273،273)



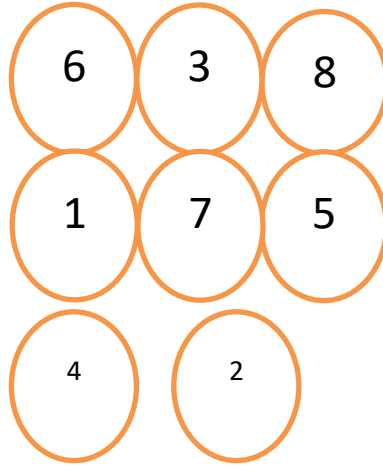
الاختبار الرابع : اختبار الدوائر المرقمة

الغرض من الاختبار: الادوات :ساعة إيقاف ،يرسم علي الارض ثمان دوائر علي ان يكون كل قطر منها (60سم) ، ترقم الدوائر كما وارد بالشكل (1)

مواصفات الاداء : يقف المختبر داخل الدائرة رقم (1) ، عند سماع اشارة البدء يقوم بالوثب بالقدمين داخل الدائرة رقم (2) ثم الي الدائرة رقم (3) ثم الدائرة (4).....حتي الدائرة (8) وذلك بأقصى سرعة له .

التسجيل : يسجل للمختبر الزمن الذي يستغرقه في الانتقال عبر الثمان دوائر

(174 :59)



الاختبار السادس: التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات

الغرض من الاختبار :

الادوات المستخدمة : 2كرة يد – حائط كرة يد – خط يبعد عن المرمي 3م

طريقة الاداء

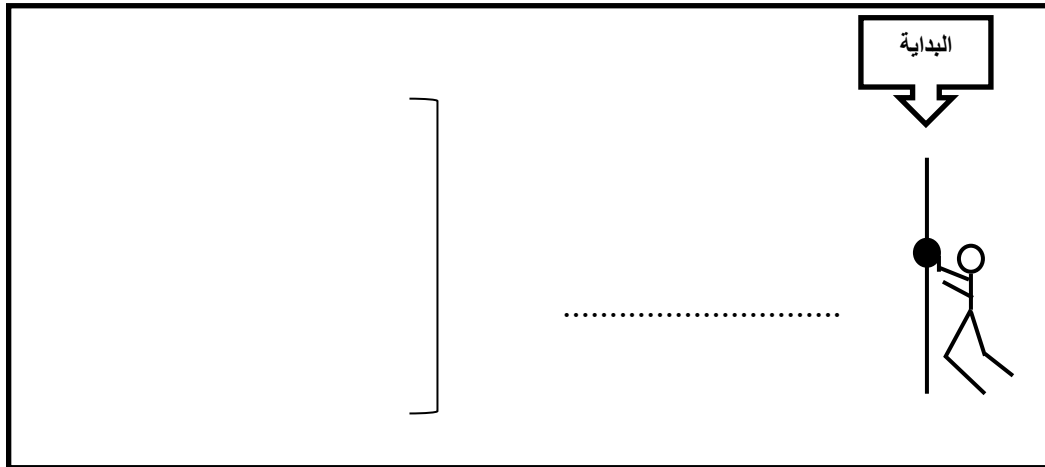
يعطي للاعب 10 مرات تمرير واستلام علي الحائط دون تخطي الخط اثناء التمرير او الاستلام وذلك بعد سماع اشارة البدء .

شروط الاداء

- التمرير من خلف خط الرمي
- غير مسموح بان تلمس الكرة الارض قبل ملامستها للحائط
- اذا ابتعدت الكرة كثيرا عن متناول يد اللاعب اثناء الاداء تعطي له محاولة واحدة اخري فقط
- اذا تخطي اللاعب خط المرمي اثناء التمرير او الاستلام لا تحتسب ضمن ال10 مرات المطلوبة
- يؤدي اللاعب الاختبار بيده

التسجيل :

يقاس الزمن الذي يستغرقه اللاعب من بداية التمريرة الاولى حتي استلام التمريرة العاشرة .(17: 122)



الاختبار السابع : التحركات الدفاعية للامام وللجاناب

الادوات المستخدمة : اقماع

طريقة الاداء : يقف اللاعب عند النقطة (أ) علي خط ال6 متر عند سماع اشارة البدء يقوم بالتحرك للامام باتجاه النقطة (ب) مع اداء الحركات الدفاعية بالقدمين واليدين ، ثم يقوم بالتحرك جانبا باتجاه النقطة (ج) مع اداء الحركات الدفاعية بالقدمين واليدين قم يقوم بالتحرك جانبا للنقطة(ب) مع اداء الحركات الدفاعية بالقدمين واليدين ، ثم يقوم بالتحرك للخلف باتجاه النقطة (أ) مع اداء الحركات الدفاعية بالقدمين واليدين .*

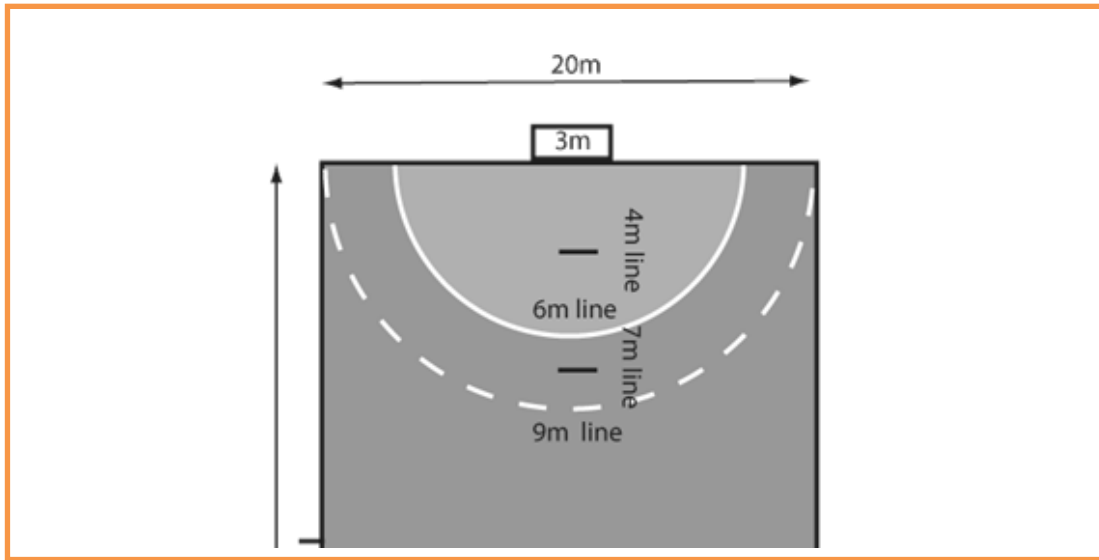
شروط الاداء:

- البدء في التحركات الدفاعية باليدين والقدمين معا عند سماع صوت الصافرة .
- التحرك بأقصى سرعة للاعب .

طريقة التسجيل

- يحسب الوقت بالثانية لكل مرة
- المرة الاولى من (أ الي ب) ومن (ب الي أ)
- المرة الثانية (ب إلي ج) ومن (ج إلي ب)
- لكل مرة درجتها الخاصة بها .

يحتسب للاعب اقل وقت ممكن أن ينفذ فيه الاختبار *



ملحق (ج)

اختبارات المهارات الاساسية التي تم تطبيقها
علي لاعبي كرة اليد تحت 16 سنة



كلية التربية الرياضية للبنات
قسم تدريب الالعب الرياضية

ملحق (ح)

تطبيق بعض اختبارات المهارات الاساسية

الإختبار الاول : التنطيط الزجراجي 30 متر

الغرض من الإختبار : قياس سرعة – رشاقة

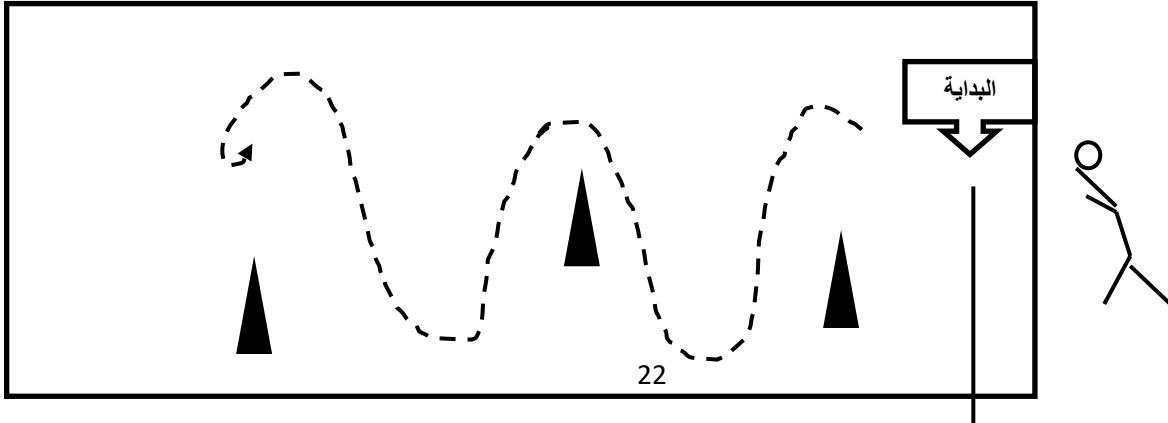
الأدوات المستخدمة :

أعلام – ساعة ايقاف – شريط قياس

طريقة الأداء : يقف اللاعب ممسكا بالكرة علي خط البداية الذي يبعد عن أول علامة مسافة 3 متر وعند سماع الإشارة يبدأ بتنطيط الكرة من خلال الجري المتعرج (الزجراجي) بين العلامات والتي تبعد كل منهما عن الأخرى مسافة 3 متر ولمسافة 15 متر X 2 (أي ذهاب وأياب) مع ملاحظة قانونية عملية التصويب .

شروط الأداء :

- تنطيط الكرة باستمرار دون مسكها .
- تعطي لكل لاعب محاولة واحدة فقط .
- في حالة حدوث خطأ مثل إبتعاد الكرة كثيرا تعطي للاعب محاولة واحدة أخرى فقط
- **التسجيل :** يحتسب الزمن بالثانية الذي يقطعه اللاعب في الذهاب والعودة (32: 192)



الاختبار الثاني: التمرير والاستلام علي الحائط الامامي 10 مرات

الغرض من الاختبار :سرعة التمرير والاستلام

الادوات المستخدمة : 2كرة يد – حائط كرة يد – خط يبعد عن المرمي 3م

طريقة الاداء

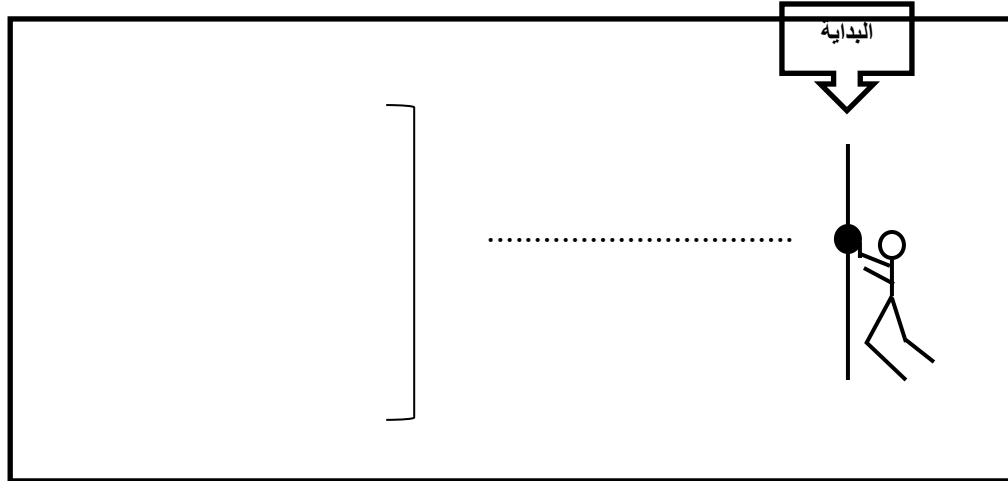
يعطي للاعب 10 مرات تمرير واستلام علي الحائط دون تخطي الخط اثناء التمرير او الاستلام وذلك بعد سماع اشارة البدء .

شروط الاداء

- التمرير من خلف خط الرمي
- غير مسموح بان تلمس الكرة الارض قبل ملامستها للحائط
- اذا ابتعدت الكرة كثيرا عن متناول يد اللاعب اثناء الاداء تعطي له محاولة واحدة اخري فقط
- اذا تخطي اللاعب خط المرمي اثناء التمرير او الاستلام لا تحسب ضمن ال10 مرات المطلوبة
- يؤدي اللاعب الاختبار بيده

التسجيل :

يقاس الزمن الذي يستغرقه اللاعب من بداية التمريرة الاولى حتي استلام التمريرة العاشرة .(17 :122)



الاختبار الثالث: التحركات الدفاعية للامام وللجاناب

الغرض من القياس : التوافق والرشاقة

الادوات المستخدمة : اقماع

طريقة الاداء: يقف اللاعب عند النقطة (أ) علي خط ال6 متر عند سماع اشارة البدء يقوم بالتحرك للامام باتجاه النقطة (ب) مع اداء الحركات الدفاعية بالقدمين واليدين ، ثم يقوم بالتحرك جانبا باتجاه النقطة (ج) مع اداء الحركات الدفاعية بالقدمين واليدين قم يقوم بالتحرك جانبا للنقطة(ب) مع اداء الحركات الدفاعية بالقدمين واليدين ، ثم يقوم بالتحرك للخلف باتجاه النقطة (أ) مع اداء الحركات الدفاعية بالقدمين واليدين .*

شروط الاداء:

- البدء في التحركات الدفاعية باليدين والقدمين معا عند سماع صوت الصافرة .
- التحرك بأقصى سرعة للاعب .

طريقة التسجيل

- يحسب الوقت بالثانية لكل مرة
- المرة الاولى من (أ الي ب) ومن (ب الي أ)
- المرة الثانية (ب إلي ج) ومن (ج إلي ب)
- لكل مرة درجتها الخاصة بها .

يحتسب للاعب اقل وقت ممكن أن ينفذ فيه الاختبار *

