نسبة مساهمة بعض القدرات الحـــركية والبدنية ومفهوم الـــذات في اداء بعض المهارات الاساسية بكرة اليد للاعبي منتخب جامعة بابل

أ.د. احمد يوسف متعب / العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
م.د. سميرة زيا هرمز / العراق. جامعة دهوك. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
Ahmed1968yousif@yahoo.com
Dr.sameraa@yahoo.com

الملخص

تعـد القدرات البـدنية والحركية مهمة جدا للاعبين في الدفاع والهجوم في كرة اليد اذ انها تسهم في اكتساب المهارات الحركية واتقـــانها حيث ترتبط ارتباطا وثـــيقا بالقدرات التوافقية للاعب وكذلك تســهم في تميز اللاعب بالدقة عند الأداء، وكرة اليد واحدة من الالعاب الفرقية التي يميل اغلبية لاعبيها الى معرفة ذاتهم وشخصيتهم وان ادائهم المهاري يتأثر بمفهوم الذات. ويهدف البحث الى التـــعرف على القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات والمهارات الاساسية للاعبي منتخب جامعة بابل بكرة اليد وتحديد نسبة مساهمة القـــدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات في أداء المهارات الاســاسية. استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمة طبيعة مشكلة البحث. حدد الباحثان مجتمع البحث بلاعبي منتخب جامعة بابل بكرة اليد للعام الدراسي 2013-2014 م والبالغ عددهم (16) لاعبا وتم اختيار (12) لاعب منهم بالطريقة العشوائية والذين يمثلون عينة البحث. استخدم الباحثان في التجربة الرئيسة الاختبارات البدنية والمهارية الموضوعية ومقياس مفهوم الذات بعد استخراج المعاملات العلمية لها. ولغرض معالجة البيانات احصائيا استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية spss للعلوم الاجتماعية ن خلال الوسائل الاتية الوسط الحسابي-الانحراف المعياري-معامل الارتباط البسيط سبيرمان-معامل الانحدار البسيط المتعدد الخطي-نسبة المساهمة بطريقة(Enter)-نسبة المساهمة بطريقة (Stepwise) ولقد توصل الباحثان عدد من الاستنتاجات أهمها وجود علاقة ارتباط معنـــوية بين الرشاقة ودقة التصويب من الثبات بكرة اليد وعلاقة ارتباط معنوية بين السرعة الانتقالية وسرعة التمرير القصير وعلاقة ارتباط معـــنوية بين مفهوم الذات وسرعة التمرير وكذلك وجود علاقة ارتبـــاط معنوية بين التوافق وسرعة التمرير وساهمت معنويا كل من (السرعة الانتقالية – القدرة الانفجارية للرجلين – مفهوم الذات) في سرعة التمرير القصير بكرة اليد. كما استخرج الباحثان الى معادلات تقدير للمهارات المبحوثة بدلالة بعض القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات.

الكلمات المفتاحية : نسبة مساهمة ، القدرات الحـــركية ، مفهوم الـــذات ، كرة اليد

The contribution of some of the kinetic and physical capacity and self-concept in the performance of some of the basic skills in handball among the Babylon University squad

Prof. Ahmed Youssef Mutaeb / Iraq.Babylon University.Faculty of Physical Education and Sports Science

M.D. Samira Zia Hormuz / Iraq.DohukUniversity.Faculty of Physical Education and Sports Science

Ahmed1968yousif@yahoo.com

Dr.sameraa@yahoo.com

Abstract

The physical and motor abilities are very important for players in defense and attack in handball as they contribute to the acquisition of motor skills and mastering them as they are closely linked to the player's harmonic abilities, as well as contribute to distinguish player with accuracy of performance. Handball is one of the team games whose players tend to know themselves, and their personality. Their performance skills are influenced by the self-concept. The research aimed to identify the physical and motor abilities, self-concept and the essential skills among the University of Babylon's squad in handball and determine the proportion of the contribution of physical and motor abilities and self-concept in performing the essential skills. The researcher used the descriptive approach with the correlation method due to its suitability to the nature of the research.

The researchers identified the research population, who were the Babylon University's squad in handball for the academic year 2013-2014, who were 16 players; 12 players were selected randomly to represent the research sample. The researchers used in the main experiment the physical and objective, skill tests and used the self-concept measurement after extracting a scientific transactions. For the purpose of processing the data statistically, the researchers used statistical SPSS for the social sciences through the following tools: arithmetic mean, standard deviation, simple correlation Spearman coefficient-multi, simple linear regression coefficient, percentage of contribution (Enter) - percentage of contribution (Stepwise). The two researchers reached a number of conclusions; the most important ones were that there were no significant correlation between agility and accuracy of shooting while standing in handball and the relationship of moral link between the transitional speed and the speed of the short passing and nothing significant correlation between self-concept and scrolling speed, as well as there were no significant correlation between compliance and the speed of scrolling relationship and contributed significantly both the (transition speed - the explosive power of the two legs– self-concept) in the short-scrolling in handball. The researchers also unearthed equations to estimate the skills surveyed in terms of some of the physical and motor abilities and self-concept.

Keywords: percentage of contribution, motor abilities, self-concept, handball

1- المقدمة :

ان التقدم العلمي الذي شهده المجال الرياضي يعد النواة للتقدم في جميع الالعاب الرياضية ومنها لعبة كرة اليد ، والتي شهدت تقدما ملحوظا في اغلب دول العالم وخاصة المتقدمة منها ، وذلك للدور البارز الذي تتميز به هذه اللعبة في اعداد اللاعبين اعدادا بدنيا ونفسيا ومهاريا وخططيا شاملا ، وهذا ما نراه من خلال ارتفاع مستوى التنافس بين فرق الدول المتقدمة ، وهذا التقدم وارتفاع مستوى لن يأتي بمحض الصدفة بل من خلال تبني تلك الدول عملية الانتقاء المبكر للاعبيها والاساليب التدريبية الحديثة والكوادر التخصصية واتباع مبدأ التدريب الطويل الامد ، وذلك كله من اجل تكوين قاعدة رياضية متميزة تبدأ من فئة البراعم بوصفهم النواة التي نبني عليها المقومات المثلى للاعبي كرة اليد بهدف الوصول الى المستويات العليا .

وتعد القدرات البدنية والحركية مهمة جدا للاعبين في الدفاع والهجوم في كرة اليد اذ انها تسهم في اكتساب المهارات الحركية واتقانها حيث ترتبط ارتباطا وثيقا بالقدرات التوافقية للاعب وكذلك تسهم في تميز اللاعب بالدقة عند الأداء، وكرة اليد واحدة من الالعاب الفرقية التي يميل اغلبية لاعبيها الى معرفة ذاتهم وشخصيتهم وان ادائهم المهاري يتأثر بمفهوم الذات.

ان دراسة نسب المساهمة للقدرات البدنية والحركية او مفهوم الذات يعطي مؤشرات الواضحة للمدربين حول امكانات اللاعبين ، ولاحظ الباحثان وجود تباين في مستوى القدرات البدنية والحركية والابعاد النفسية التي يتميز بها افراد مجتمع البحث لذلك ارتأ الباحثان دراسة العلاقات الارتباطية بين عناصر الاعداد ونسب مساهمتها في مخرجات الاداء الفني بمهارات كرة اليد.

وتكمن اهمية البحث في معرفة طبيعة العلاقات الخاصة بالأداء الحركي والبدني لمهارات كرة اليد ومقدارها ونسبة مساهمة القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات في اداء المهارات الاساسية للاعبي كرة اليد وتمكن المدربين من التخطيط الجيد والمناسب لأهداف التدريب وبما يضمن تحقيق نتائج متميزة في المباريات. ويهدف البحث الى التعرف على القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات والمهارات الاساسية للاعبي منتخب جامعة بابل بكرة اليد وتحديد نسبة مساهمة القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات في أداء المهارات الاساسية.

2- اجراءات البحث :

2-1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمة طبيعة مشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته :

حدد الباحثان مجتمع البحث بلاعبي منتخب جامعة بابل بكرة اليد للعام الدراسي 2013-2014 والبالغ عددهم (16) لاعبا وتم اختبار (12) لاعب منهم بالطريقة العشوائية والذين يمثلون عينة البحث.

2-3 الوسائل والادوات المستخدمة بالبحث :

2-3-1وسائل جمع المعلومات :

- الملاحظة.
- الاستبانة.
- الاختبارات البدنية والمهارية والنفسية الموضوعية.
- المصادر

2-3-2 الادوات والاجهزة المستخدمة :

- ملعب كرة يد قانوني.
- كرات يد عدد (10) كرات.
- مربعات دقة تصويب (50 × 50) سم.
- شريط لاصق.
- حائط مستوي.
- طباشير.
- ساعة توقيت
- حاسبة (Dell)
- صافرة.

2-4 اجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 التجربة الاستطلاعية :

قام الباحثان بإجراء تجـربة استطلاعية على عينه مكونة من (8) لاعبين لمنتخب جامعة بابل لكرة اليد وذلك (2013/11/15) وتم تطبيق الاختبارات والمقياس على اللاعبــين وبعد مرور (7) ايام اي بتاريخ (2013/11/22) وكان الهدف منها:

1- معرفة صعوبة وسهولة الاختبارات.

2- معرفة السلبيات وتلافيها مستقبلا.

3- معرفة عدد الكوادر المساعدة.

4- معرفة دقة الاختبارات.

5- استخراج الاسس العلمية للاختبارات.

2-4-2 الاسس العلمية للاختبارات :

1- الصدق :

لغرض التحقق من صدق الاختبارات المستخدمة في البحث اتبع الباحثان الصدق الظاهري عن طريق عرض الاخــتبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين.

2- الثبات :

يقصد بثبات الاختبار مدى دقة الاختبار في القياس واتســـاق نتائجه عند تطبيقه مرات متعددة على نفس الافراد (كمال عبد الحميد ومحمد صبحي،2011، ص291)

ولغرض استخراج معامل الثبات استخدم الباحثان طريقة الاختبار واعادة الاختبار بعد أسبوع ومن ثم استخراج قيمة معامل الارتباط (سبيرمان) بين نتائج الاختبار والثاني وكانت جميع الاختبارات تتمتع بمعامل ثبات عالي.

3- الموضوعية :

تعرف الموضوعية بانها (تطـابق الآراء لأكثر من حكم عند تقويمهم للاختبار

(كمال عبد الحميد ومحمد صبحي، 1980، ص133)

ولقد اتبع الباحثان للتحقق من موضوعية الاختبارات حساب معامل الارتباط لدرجات مقومين، واتضح ان جميع الاختبارات تتمتع بمعاملات موضوعية عالية، كما مبين في الجدول (1)

الجدول (1) يبين معامل الثبات والموضوعية للاختبارات

التسلسل	الاختبار	معامل الثبات	معامل الموضوعية
1	القفز العمودي	0,88	0,94
2	رمي كرة طبية	0,91	0,95
3	ركض 50 م	0,85	0,92
4	ركض بارو	0,87	0,93
5	الانتقال فوق العلامات	0,81	0,89
6	سرعة التمرير	0,79	0,88
7	تصويب من الارتكاز	0,80	0,91
8	تصويب من القفز عاليا	0,82	0,90
9	تحركات دفاعية	0,91	0,94
10	توافق رمي الكرات على الجدار	0,85	0,90
11	مفهوم الذات	0,88	0,92

2-4-3 التجربة الرئيسية :

قام الباحثان بإجراء التجربة الرئيسية على افراد عينة البحث وذلك يوم الاحد والاثنين الموافق(1-2 /2013/12) الساعة الثانية عشرة ظهرا في صالة الألعاب المغلقة في كلية التربية الرياضية – جامعة بابل.

2-5 توصيف الاختبارات والمقاييس المستخدمة :

اولا : الوثب العالي من الثبات (سارجنت) (كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين، 1980، ص133)

الغرض من الاختبار: قياس القدرة العضلية لعضـلات الرجلين.

الادوات: ارض مستوية لا تعرض الفرد للانزلاق، شريط قياس، يرسم على الارض خط وقوف اللاعبين، مادة طباشير.

وصف الأداء: يغمس المختبر اصابع اليد بالطبـاشير، ثم يواجه الحائط لعمل علامة عليه بأطراف الاصـابع، ويجب ملاحظة عدم رفع العقبين عن الارض ويسـجل الرقم الذي تم وضع العلامة امامه، من وضع الوقوف يمرجح المختبر الذراعين اماما عاليا ثم اماما أسفل خلفا مع ثني الركبتـين نصفا ثم مرجحتها اماما عاليا مع فتح الركبتين للوثب العمودي الى اقصـى مسافة يستطيع الوصول اليها لعمل علامة اخرى بأصابع اليد المـميزة وهي على كامل امتدادها.

– عند وضع العلامة الاولى يجب عدم رفع القعـبين من على الارض كما يجب عدم رفع كتف الذراع المميز عن مستوى الكتف الاخرى في اثناء وضع العلامة اذ يـجب ان يكون الكتفان على استقامة واحدة.

– لكل مختبر محاولتان وتسجل أفضلها.

التسجيل: تعبر المسافة بين العلامة الاولى والعلامة الثانية عما يتمتع به المختبر من القدرة الانفجارية مقاسة بالسنتمتر.

ثانيا : رمي كرة طبية وزنها (3) كغم من الجــلوس على الكرسي

(محمد مهدي عباس ، 2002، ص 39)

الغرض من الاختبار: قياس القدرة الانفجارية للذراعين.

الادوات : صافرة، كرسي، كرة طبية وزنها (3) كغم، شريط قياس لمعرفة مسافة الرمي.

وصف الاداء: من وضع الجلوس على الكرسي يقوم المـختبر برمي الكرة من خلف الرأس لأبعد مسافة وتقـــاس المسافة بالأمتار اذ يعطى اللاعب (3) محاولات.

التسجيل : يتم حساب المسافة من الكرسي الى ابعد مسافة رميت بها الكرة بالأمتار وتحسب أفضل محاولة.

ثالثا : جري (50) ياردة (كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين، 2011، ص291)

الغرض من الاختبار: قياس السرعة الانتقالية.

الادوات : ساعة إيقاف.

المواصفات : يرسم خطان متوازيان المسافة بينهما (50) ياردة.

طريقة الأداء : من وضع البدء المنخفض (نستخدم النداءات المســتعملة في العاب القوى وهي خذ مكانك، استعد، اجري) خلف خط البداية يقوم المفحوص بالعدو في اتجاه عمودي نحو خط النـهاية (اي العدو في خط مستقيم وبأقصى سرعة ممكنة).

طريقة التسجيل : يسجل الزمن من اشارة الــبدء الى اجتياز المختبر لخط النهاية.

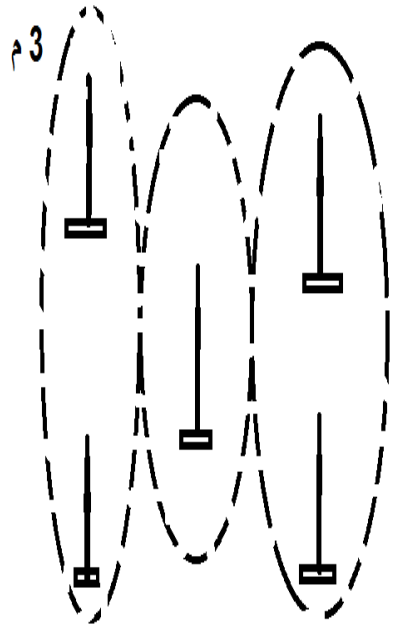
رابعا : اختبار ركض الزكزاك بطريقة بارو (علي سلوم ، 2004، ص122)

الغرض من الاختبار: قياس الرشاقة.

الادوات: ميدان للركض مستطيل الشـكل يقام على ارض حلبة طوله (4,75) م وعرضه (3) م، ساعة ايقاف، خمسة قوائم لا يقل طوله عن (230) سم.

وصف الاداء : يتخذ المختبر وضع الاستعداد من البدء العالي خلف خط البداية وعند اعطاء الاشارة في البدء يقوم بالركض المـتعرج بين القوائم الخمسة والعودة الى البداية.

حساب الدرجة : يسجل الزمن الذي استغرقه المـختبر لقطع من البداية الى النهاية.



الشكل (1) يوضح أداء اختبار بارو

خامسا : اختبار الانتقال فوق العلامات (محمد صبحي حسانين ، 1999، ص 415)

الغرض من الاختبار: قياس التوازن اثناء الحركة وبعدها.

الادوات : ساعة ايقاف، شريط قياس.

وصف الاداء : يقف المختبر على خط البداية بالقدم اليـــمنى ثم يقفز من الوقوف على العلامة بمشط القدم اليسرى (يلاحـظ تغطية العلامة بالقدم). ويحاول الثبات في هذا الوضع ثم يقوم بالوثب الى العلامة (2) ليقف على مشط القدم اليمنى وهكذا الى ان يصل الى العـلامة الاخيرة بنفس الاسلوب في كل وثبة.

حساب الدرجة : يسجل للمختبر (10) درجات من كل محـاولة وثب وثبات.

سادسا: (التمرير على مستطيل مرســـوم على حائط بأبعاد 50سم × 200سم واستقبال الكرة باليدين ومن المستوى العالي) (سامر يوسف متعب، 1999، ص87)

الغرض من الاختبار: قياس سرعة التمرير واستقبال الكرة من المستوى العالي.

الادوات :

1- كرة يد قانونية للرجال.

2- ساعة توقيت واحدة.

3- جدار مستوي السطح.

4- يرسم على الجدار مستطيل ارتفاعه 50 سم وطول قاعدته 2متر بحـيث تكون موازية لمستوى سطح الارض وعلى ارتفاع (2,15) متر منه.

5- يرسم على الارض خط موازي للجدار وعلى بعد (3متر) وعرض (5سم) ويرسم خط اخر موازي له وعلى بعد (6م) من نفس الجدار.

مواصفات الاداء :

1- يقف اللاعب خلف الخط المرسوم عل الارض على بعد 3متر بحـــيث لا يلامسه اثناء الاختبار.

2- بإشارة بصرية يتابع اللاعب تمرير الكرة الى المستطيل واستقبالها مباشرة.

3- يرعى عدم خروج الكرة من المستطيل او ملامسة اللاعب للخط المرسوم على الارض لحظة خروج الكرة.

4- حساب الدرجة:

5- الزمن المسموح به لأداء التمرير والاستقبال 30 ثانية.

6- يعتبر خروج الكرة من يد اللاعب، وارتدادها من داخل المـــــستطيل واستقبالها مرة واحدة.

7- الكرة التي تلامس اي ضلع من اضلاع المستطيل تعتبر وكأنها داخلة.

8- في حالة انتهاء الزمن المقرر ويكون اللاعب قد اتم التمرير فقط تحـتسب بعده وكأنه ادى التمرير والاستقبال.

9- تحتسب عدد المرات المستوفية بكل الشروط المنصوص عليها.

سابعا : التصـويب من الثبات على هدفين ابعادهما (60×60) سم من مسافة (9) متر
(محمد مطر عراك، 2003، ص45)

الغرض من الاختبار: دقة التصويب من الثبات.

الادوات : هدفان ابعادها (60×60) سم، كرة يد، نصف ملعب كرة يد.

وصف الاداء :

1- تحدد نقطة عمودية على منتصف المرمى ليتم التصويب من عندها على الهدفين المعلقين بالزاويتين العـلويتين للمرمى من مسافة 9متر.

2- نعطي لكل لاعب ست محاولات، ثلاث منـها على الهدف الايمن وثلاث على الهدف الايسر.

احتساب الدرجة : تحسب المحاولة صحيحة في حال دخول الكرة الهدف وبشكل صحيح.

ثامنا : الاداء الفني لمهارة التصويب من القفز عاليا
(كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين ، 1980، ص175)

الهدف من الاختبار: تقويم الاداء الفني لمــهارة التصويب من القفز عاليا.

الادوات المستخدمة :

1- ملعب كرة يد قانوني.

2- كرات يد قانونية عدد(3).

3- استمارة تقييم معدة مسبقا.

وصف الاداء : يقوم الطالب المختبر بأداء لمهارة التصويب من القفز عاليا من نقطة تقع على زاوية قائمة مع منتـصف الخط المرمى وتبعد عنه بمقدار (10) أمتار ويعطى المـختبر ثلاث محاولات متتالية لأداء المهارة.

التسجيل : يمنح كل طالب مختبر ثلاث محــاولات متتالية، تحتسب أفضل محاولة لكل مقوم وبعدها يتم احتسـاب الوسط الحسابي لأفضل ثلاث محاولات للسادة المقومين الثلاث، علما ان الدرجة النهائية للتقويم هي (10) درجات.

تاسعا : التحركات الدفاعية المتنوعة (احمد يوسف متعب، 2003، ص54)

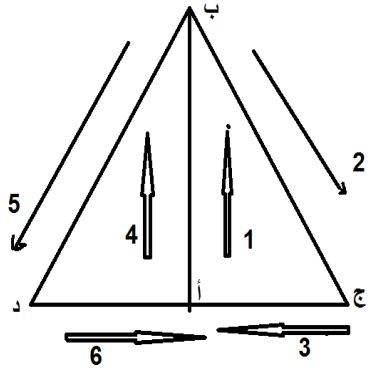
الغرض من الاختبار: قياس مهارة التحركات الدفاعية.

الادوات:

شريط لاصق فقط لرسم الشكل ادناه في ساحة اللعب.

مواصفات الاداء: عند البدء يقوم اللاعب بالتحرك من النقطة (أ) الى النقطة(ب) من خلال اداء المقابلة الدفاعية، ثم التحرك من النقطة(ب) الى النقطة(ج) من خلال التحرك الى الخلف ثم من (ج) الى (أ) عن طريق التحرك الجـــانبي ثم يكرر نفس الاداء في الانتقال من(أ) الى(ب) ثم الى (أ) ويســتمر اللاعب بتكرار الاداء الى الحد المطلوب (30ثا).

التقويم: تحسب درجة لكل علامة.



عاشرا : اختبار رمي الكرات على الجدار (احمد عربيي عودة، 1998، ص271)

الغرض من الاختبار: قياس التوافق (للعينين والذراعين والكرة).

الادوات : جدار له ارتداد، عشرون كرة تنس، خط للرمي يبعد (5) متر عن الجدار.

وصف الاداء : يقف اللاعب خلف خط الرمي مواجها للجدار، يقوم برمي الكرات واستقبالها.

1- رمي خمس كرات باليد اليسرى، واستقبالها باليد نفسها.

2- رمي خمس كرات باليد اليمنى، واستقبالها باليد نفسها.

3- رمي خمس كرات باليد اليسرى، واستقبالها باليد اليمنى.

4- رمي خمس كرات باليد اليمنى، واستقبالها باليد اليسرى.

الشروط :

1- يجب رمي الكرة الى الحائط واستقبالها مباشر قبل ان تلامس الارض.

2- لا يسمح بمحاولات اضافية.

3- يجب اتباع الشروط المحددة من حيث اليد الرامية والمستقبلة.

احتساب الدرجة :

يحسب درجة لكل محاولة صحيحة من العشرين رمية.

أحد عشر: مقياس تحقيق الذات (حازم علوان منصور، 2001)

بعد البحث والدراسة استعان الباحثان بمقياس تحقيق الذات للباحث (حازم علوان منصور) كما مبين فيما يأتي:

الفقرات	تنطبق تماما	تنطبق بشكل كبير	تنطبق الى حد ما	لا تنطبق
لا أستطيع ان اترك بسرعة مناسبة حتى آخذ المكان المناسب للعب				
اشعر بالرضا لأنني اتحمل مسؤولية الاخطاء التي ارتكبها في المباراة.				
اعتقد باني اؤدي المهارات بشكل مناسب في التمرين والمباريات				
اعتقد باني اؤدي الخطط الهجومية والدفاعية بشكل مناسب في التمرين والمباراة				
عندما اواجه منافسين ذو لياقة واطئة فان ذلك يدفعني الى بذل جهد بدني قليل				
ان ادائي يكون بشكل مناسب في المباريات نظرا لأنني اتدرب بمفردي كثيرا				
اعتقد بان رجوعي للدفاع يكون بشكل غير مناسب عندما يفقد فريقي الكرة				
اعتقد بأنني لا اجيد اللعب مع لاعب الارتكاز				
اعتقد بأنني اجيد توجيه اللاعبين في الملعب من اجل الاداء الافضل للفريق				
انا أضحى في سبيل مصلحة الفريق				
اعتقد بانه لدي علاقات جيدة على الصعيد الرياضي				
اشعر بتأثير عندما يتصرف اللاعبين معي بشكل سيء بالمباراة				
اشعر بان الفريق كلهم عائلة واحدة				
ان علاقتي مع المدرب يسودها الاحترام				
اتكلم بالحسنى عن بقية اللاعبين اثناء غيابهم				
انا لا أتذكر واجباتي المكلف بها بالمباراة لانشغالي باللعب				
اعتقد باني سريع الاستيعاب لتوجيهات المدرب اثناء المباراة				
احتاج بعض الوقت قبل المباراة لغرض تركيز انتباهي للأداء الجيد				
انا سريع الانفعال في المباريات المهمة				
اشعر بتوتر كبير عندما اواجه خصوما اقوياء				
لا اغضب عندما يفقد لاعب آخر الكرة				
انفعالي في الوقت الحرج من المباراة يؤثر سلبا على ادائي				
اشعر بالغضب عند الخسارة أكثر من شعوري بالفرح عند الفوز				
اشعر بالرضا عن نفسي في الملعب				
اشعر بعدم الرضا عندما يقلد الجمهور على ادائي				
اشعر بالارتياح عندما يؤدي الفريق بشكل مناسب				
اشعر بالسعادة عندما لا أفقد الكرات الموجهة الي				
اشعر بالسعادة عندما انجح في لعبتي أكثر من اي شيء آخر				

2-6 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحثان نظام (SPSS) الاحصائي من خلال الوسائل الآتية:

1- الوسط الحسابي.

2- الانحراف المعياري.

3- معامل الارتباط البسيط سبيرمان.

4- معامل الانحدار البسيط المتعدد الخطي.

5- نسبة المساهمة بطريقة (Enter).

6- نسبة المساهمة بطريقة (Stepwise).

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3-1عرض وتحليل النتائج :

بعد اجراء الاختبارات على عينة البحث وجمع البيانات ومعالجتها احصائيا، توصلت الباحثان الى عدد من النتائج وكما يأتي:

جدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س/	ع
1	القفز العمودي	سم	26,67	12,68
2	رمي كرة طبية	سم	7,1	0,53
3	ركض 50 ياردة	ثا	7,76	0,60
4	ركض بارو	ثا	8,5	0,40
5	الانتقال فوق العلامات	درجة	5,16	0,93
6	سرعة التمرير	ثا	12,25	1,35
7	تصويب من الارتكاز 9م	محاولة	2,83	0,71
8	تصويب من القفز عاليا	درجة	2,50	0,79
9	تحركات دفاعية	درجة	12,16	0,52
10	توافق رمي الكرات على الجدار	محاولة	12,33	1,61
11	مفهوم الذات	درجة	74,58	5,19

3-1-1 وصف نتائج اختبارات :

يبين الجدول (2) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج المتغيرات المبحوثة حيث بلغ الوسط الحـــسابي لنتائج القفز العمودي (26,67) والانحراف المعياري (12,68) وبلغ الوسط الحسابي لرمي كرة طبية 3 كغم (7,1) والانحراف المعــياري (0,53) وبلغ الوسط الحســـــابي لركض 50 ياردة (7,67) والانحراف المعياري (0,60) وبلغ الوسط الحسابي لركض بارو (8,5) والانحراف المعياري (0,40) وبلغ الوسط الحـــسابي للانتقال بين العلامات (5,16) والانحراف المعياري (0,93) وبلغ الوسط الحسابي لســـرعة التمرير (12,25) والانحراف المعياري (1,35) وبلغ الوسط الحسابي لتصـويب من الارتكاز 9م (2,83) والانحراف المعياري (0,71) وبلغ الوسط الحسابي لتصويب من القفز عاليا (2,50) والانحراف المعياري (0,79) وبلغ الوسط الحسابي لتحركات دفاعية (12,16) والانــحراف المعياري (0,52) وبلغ الوسط الحسابي لرمي الــكرات على الجدار (12,33) والانحراف المعياري (1,61) وبلغ الوسـط الحسابي لمفهوم الذات (74,58) والانحراف المـــــعياري (5,19).

3-1-2 علاقات الارتباط بين نتائج اختبارات :

الجدول (3) يبين علاقة الارتباط بين اداء المهارات الاساسية والقدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات

المهارات الرئيسية / القدرات البدنية الحركية ومفهوم الذات	تصويب من 9م	تصويب من القفز	تحركات دفاعية	سرعة التمرير
القفز العمودي	0,13-	0,46	0,14-	0,10-
	0.23	0,06	0.23	0,37
رمي كرة طبية 3كغم	0,31	0,21	0,11-	0,07
	0,15	0,25	0,35	0,41
ركض 50 ياردة	0,45-	0,06	0,05	*0,80
	0,06	0,42	0,43	0,001
ركض بارو	0,57-	0,56-	0,15	0,10
	*0,02	*0,02	0,31	0,37
الانتقال فوق العلامات	0,09	0,36	0,46-	0,25-
	0,39	0,12	0.06	0.21
رمي الكرات على الجدار	0,26-	0,49	0,30	*0,49
	0,20	0,51	0,16	0,04
مفهوم الذات	0,09	0,49	0,35	0,77
	0,38	0,05	0,15	*0,001

يبين الجدول (3) علاقة الارتباط بين اداء المـــهارات الاساسية والقدرات البـدنية والحركية ومفهوم الذات والتي كان فيها ارتباطات معنوية واخرى غير معنوية.

وكانت علاقات الارتباط المعنوية كما يأتي :

1- علاقة الارتباط معنوية بين ركض 50ياردة الذي يقـــيس (السرعة الانتقالية) وسرعة التمرير حيث بلغت قيمة ر (0,80 وبمستوى دلالة 0,001).

2- علاقة الارتباط معنوية بين ركض بارو الذي يقيس الرشاقة وتصويب من 9م حيث بلغت قيمة ر (-0,57 وبمستوى دلالة 0,02) وكذلك بيـن اختبار ركض بارو والتصـــويب من القفز حيث بلغت قيمة ر (-0,56 وبمستوى دلالة 0,02).

3- علاقة الارتباط معنــوية بين اختبار رمي الكرات على الجدار الذي يقيس (التوافق الحركي) وسرعة التمرير حيث بلغت قيمة ر (0,49 وبمستوى دلالة0,04).

4- علاقة الارتباط معنوية بين مفهوم الذات وسرعة التمرير حيث بلغت قيمة ر (0,77 بمستوى دلالة 0,001).

3-1-3 نسبة مساهمة القدرات البدنية والحركية في اداء بعض المهارات بكرة اليد:

الجدول (4)

يبين نسبة مساهمة القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات في التصويب من 9م بطريقة (Enter)

ت	المتغيرات	نسبة المساهمة
1	القفز العمودي	0,63
2	رمي كرة طبية 3كغم	
3	ركض 50 ياردة	
4	ركض بارو	
5	القفز فوق العلامات	
6	رمي الكرات على الجدار	
7	مفهوم الذات	

يبين الجدول (4) ان نسبة مساهمة جميع المتغيرات في دقة تصويب من 9م بلغت (0,63) بطريقة (Enter). وتمكن الباحثان من التوصل الى معادلة خاصة للتنبؤ بدقة التصويب من 9م بدلالة القدرات البدنية والحركية لمفهوم الذات وكما يأتي:

دقة التصويب من 9م = (10,33) + (0,003× القفز العمودي) + (0,26 × رمي الكرة الطبية 3 كغم) + ($-$0,44 × ركض 50 م) + ($-$1,06×ركض بارو) + ($+$0,49 ×الانتقال فوق العلامات) + ($-$0,001× رمي الكرات على الجدار) + (0,006× مفهوم الذات).

ولغرض الوصول الى المكونات المعنوية لنسبة المساهمة قام الباحثان بتحليل البيانات باستخدام الانحدار (المتعدد الخطي (Stepwise) ولم يتوصل الباحثان لمكونات معنوية لدقة التصويب 9م من المتغيرات المبحوثة.

الجدول (5)

يبين نسبة مساهمة القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات في التصويب من القفز بطريقة(Enter)

ت	المتغيرات	نسبة المساهمة
1	القفز العمودي	0,752
2	رمي كرة طبية 3كغم	
3	ركض 50 ياردة	
4	ركض بارو	
5	القفز فوق العلامات	
6	رمي الكرات على الجدار	
7	مفهوم الذات	

يبين الجدول (4) ان نسبة مساهمة جـميع المتغيرات في التصويب من القفز بطريقة(Enter) بلغـت (0,752). وتمكن الباحثان من التوصل الى معادلة خاصة للتنـــبؤ بدقة التصويب من القفز بدلالة الـــقدرات البدنية والحركية لمفهوم الذات وكما يأتي:

التصـــــــويب من القفز =(−0,05) + (0,002× القفز العمودي) + (0,47 × رمي الكرة الطبية 3 كغم) + (-0,04 × ركض 50 م) + (-0,69×ركض بارو) + (0,13 ×الانتقال فوق العلامات) + (0,14× رمي الكـرات على الجدار) + (0,02× مفهوم الذات).

ولغرض الوصول الى المكونات المعنوية لنسبة المـساهمة قام الباحثان بتحليل البيانات باستخدام الانحـدار (المتعدد الخطي (Stepwise) ولم يتوصل الباحثان الى مـــكونات معنوية للتصويب من القفز من المتغيرات المبحوثة.

الجدول (6)

يبين نسبة مساهمة القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات في سرعة التمرير بطريقة(Enter)

ت	المتغيرات	نسبة المساهمة
1	القفز العمودي	0,982
2	رمي كرة طبية 3كغم	
3	ركض 50 ياردة	
4	ركض بارو	
5	القفز فوق العلامات	
6	رمي الكرات على الجدار	
7	مفهوم الذات	

يبين الجدول (6) ان نسبة مســاهمة جميع المتغيرات في سرعة التمرير بطـــريقة (Enter) بلغت (0,982). وتمكن الباحثان من التوصل الى مـــــعادلة خاصة للتنبؤ بسرعة التمرير بدلالة القدرات البدنية والحركية لمـفهوم الذات وكما يأتي:

ســـرعة التمرير =(-4,61) + (-0,09× القفز العمودي) + (-0,10× رمي الكرة الطبية 3 كغم) + (-1,61 × ركـض 50 م) + (-0,50×ركض بارو) + (-0,10×الانتقال فوق العلامات) + (-0,29× رمي الكرات على الجدار) + (0,19× مـفهوم الذات).

ولغرض الوصول الى المكونات المعنوية لنسـبة المساهمة قام الباحثان بتحليل البيانات باستـخدام الانحدار (المتعدد الخطي (Stepwise) وتوصـل الباحثان لمكونات معنوية لسرعة التمرير بكرة اليد من المتغيرات المبحوثة كما مبين في الجدول (7).

الجدول (7) يبين نسبة مساهمة القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات في سرعة التمرير بطريقة(Stepwise)

ت	المتغيرات	نسبة المساهمة
1	ركض 50 ياردة	0,64
2	مفهوم الذات	0,212
3	رمي الكرات على الجدار	0,09
4	القفز العمودي	0,03

وتمكن الباحثان من التوصـــل الى معادلة خاصة للتنبؤ بسرعة التمرير بدلالة القدرات البدنية والحركية ومـــفهوم الذات بطريقة(Stepwise) وكما في المعادلة الاتية:

سرعة التمرير= (10,02) + (1,38× ركـــض 50م) + (0,19 × مفهوم الذات) +

(⁻0,28× رمي الكرات على الجدار) + (⁻0,02× القفز العمودي).

الجدول (8) يبين نسبة مساهمة القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات في التحركات الدفاعية بطريقة (Enter)

ت	المتغيرات	نسبة المساهمة
1	القفز العمودي	0,572
2	رمي كرة طبية 3كغم	
3	ركض 50 ياردة	
4	ركض بارو	
5	الانتقال فوق العلامات	
6	رمي الكرات على الجدار	
7	مفهوم الذات	

يبين الجدول (8) ان نسبة مساهمة جميع المتغيرات في التحركات الدفاعية بـــطريقة (Enter) بلغت (0,572). وتمكن الباحثان من التوصل الى معادلة خاصة للتنبؤ بالتحركات الدفاعية بدلالة القدرات البدنية والحركية ومفهوم الذات بطريقة (Stepwise) وكما يأتي:

التحركات الدفاعية = (12,14) + (⁻0,04× القـفز العمودي) + (0,003× رمي الكرة الطبية 3 كغم) +

(⁻0,41 × ركـــــض 50 م) + (0,48×ركض بارو) + (⁻0,92×الانتقال فوق العـــلامات) +

(0,47× رمي الكرات على الجدار) + (0,09× مفهوم الذات).

ولغرض الوصول المكونات المعنوية لنسبة المساهمة قام الباحثان بتحليل البيانات باستخدام الانحدار (المتعدد الخطي (Stepwise) ولم يتوصل الباحثان الى مـكونات معنوية لتحركات دفاعية من المتغيرات المبحوثة.

2-3 مناقشة النتائج :

من خلال عرض وتحليل الـنتائج وجد الباحثان عدد من علاقات الارتباط المعنوية بين بعض القــدرات البدنية والحركية واداء المهارات بكرة اليد، ويعزو الباحثان هذه العلاقات الى ارتباط جـــودة الاداء الفني للمهارات بمستوى الاعداد البدني وبالخــصوص القدرات البدنية والحركية المرتبطة بالأداء المهاري، ويزداد هذا الارتبــاط كلما تقدم مستوى اللاعبين. ان القوة المميزة بالسرعة ترتبط بالأداء المــهاري فكلما كانت القوة المميزة بالسرعة التي يمتلكها اللاعب جيدة كان اداءه المهاري عالي (ابو العلا احمد،1997، ص133)

وكذلك ان ارتـفاع القدرات الحركية له تأثير ايجابي على حالة اللاعب النفسية والمعنوية ويؤدي الى زيادة وتطــوير عامل الارادة لديه (رائد عبد الأمير، 2007، ص28)

بالإضافة الى اهمية القدرات الحــركية فإنها تؤثر على قابلية السيطرة الحركية من اجل الوصول الى تحقيق الواجبات التي يطمح اللاعب الوصول اليها اذ تعد القدرات الــحركية ضمان لقابلية السيطرة الكاملة والسريعة للحل النـــاجح للواجبات الحركية المعينة (كورت ماينل، 1987، ص 30)

ولكون افراد عينة البحث من لاعبي منتخب الجامعة لذا فهم يتميزون بخبرات جيدة في مجال اختصـــاصهم ويمتلكون مفهوم ايجــابي لذاتهم مما ينعكس ايجابيا على مستوى دافعيتهم وحماستهم لأداء المهارات الحركية ومنها مهارات كرة اليد.

4- الاستنتاجات :

1- توجد علاقة ارتباط معنـــوية بين قدرة الرشاقة ودقة التصويب من الثبات بكرة اليد.

2- توجد علاقة ارتباط معنوية بين السرعة الانتقالية وسرعة التمرير القصير بكرة اليد.

3- توجد علاقة ارتباط معــنوية بين مفهوم الذات وسرعة التمرير بكرة اليد.

4- توجد علاقة ارتبــاط معنوية بين التوافق وسرعة التمرير بكرة اليد.

5- ساهمت معنويا كل من (السرعة الانتقالية – القدرة الانفجارية للرجلين –مفهوم الذات) في سرعة التمرير القصير بكرة اليد.

6- توصل الباحثان الى معادلات تقدير المهارات المبحوثة بدلالة بعض القدرات والصفات البدنية.

المصادر

- احمد عريبي عودة: كرة اليد وعنـــــاصرها الاساسية، ط1، طرابلس، ادارة المطبوعات والنشر ،1998.

- احمد يوسف متعب: تأثير منهج تدريبـــي باستخدام ميدان مقترح في تطوير التحمل الخاص للشباب في لعبة كرة اليد، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 2003.

- حازم علوان منصور: بناء مقياس لمـــفهوم الذات ونفسية لدى لاعبي كرة اليد، اطروحة دكتوراه، كلية التربية، جامعة بغداد،2001.

- ابو العلا احمد عبد الفتاح: 1997، التدريب الريـــاضي والاسس الفسيولوجية، القاهرة، دار الفكر العربي.

- رائد عبد الامير: 2007 صدقية مســـاهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية لانتقاء البراعم الجمناستك بعمر (4-5) سنوات، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية.

- سامر يوسف متعب: 1999، تصميم بطـــارية اختيار لقياس المهارات الاساسية بكرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل.

- علي سلوم الحكيم: 2004، الاختبارات والقـــياس في المجال الرياضي، جامعة القادسية، الطيف للطباعة والنشر.

- كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين: 2011، القياس والتقويم في التربية البدنية، ط4، ج1، القاهرة، دار الفكر العربي.

- كمال عبد الحميد، محمد صبحي حسانين: 1980، القياس في كرة اليد، القاهرة، دار الفكر العربي.

- كورت ماينل: التعلم الحركي، ترجمة (عبد علي نصيف)، ط9، الموصل، مديرية الكتب للطباعة.

- محمد صبحي حسانين: 1995، القياس التقويم في التربية البدنية والرياضية، ج3، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي.

- محمد مطر عراك: 2003، أثر منهج تدريبي للتصور العقلي في تعلم المبتدئين بعض المهارات الاساسية بكرة اليد.

- محمد مهدي عباس: 2002، خلق الحالة وبعض الصفات البدنية وعلاقتها ببعض الواجبات المهارية لدى لاعبي كرة الطائرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد.

الملحق (1)

اسماء الخبراء والمختصين بكرة اليد

ت	الأسماء	مكان العمل	الاختصاص
1	أ.د. سامر يوسف متعب	كلية تربية الرياضية – جامعة بابل	تعلم الحركي –كرة اليد
2	أ.د. احمد عبد الزهرة	كلية تربية الرياضية – جامعة القادسية	فسلجه تدريب–كرة اليد
3	أ.م.د. اثير عبد الله اللامي	كلية تربية الرياضية – جامعة القادسية	تدريب –كرة اليد
4	أ.م.د. نبيل كاظم هريبد	كلية تربية الرياضية – جامعة بابل	تعلم حركي –كرة اليد
5	أ.م.د. حسين عبد الأمير	كلية تربية الرياضية – جامعة بابل	فسلجه التدريب–كرة اليد
6	م.د. سلام محمد حمزة	كلية تربية الرياضية – جامعة بابل	علم النفس الرياضي–كرة اليد

الملحق (2)

استمارة الاستبانة

الاستاذ.....المحترم

تحية طيبة :

نظرا لما تتمتعون به من مكانة علمية متميزة يرجى تـــحديد صلاحية الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والحـــــركية والمهارية.

من خلال وضع علامة (√) امام الاختبارات الصـــالحة او الغير صالحة مع ذكر التعديلات ان وجدت .

مع التقدير

الاسم :

اللقب العلمي :

الاختصاص :

مكان العمل :

ت	القدرات البدنية	الاختبارات	يصلح	لا يصلح
1	القدرة الانفجارية للرجلين	1- لقياس القفز العمودي من الثبات		
		2- الوثب الطويل من الثبات بالرجل القوية		
2	القدرة الانفجارية للذراعين	1- رمي كرة اليد لأبعد مسافة		
		2- دفع كرة طبية (3) كغم باليدين		
3	السرعة الانتقالية	1- جري (50) ياردة للجنسين		
		2- ركض (30) متر من البداية العالية		
	القدرات الحركية			
1	الرشاقة	1- ركض الزكزاك لاختبار بارو		
		2- الطبطبة ل مسافة30م في خط متعرج		
2	التوازن المتحرك	1- اختبار الوثب والتوازن فوق العلامات		
		2- الانتقال فوق العلامات		
3	التوافق	1- اختبار رمي الكرات على الجدار الهدف من الاختبار: قياس التوافق العينين والذراعين والكرة		
		2- اختبار نط الحبل الهدف من الاختبار: قياس التوافق		
4	الدقة	1- التصويب من مسافة 9م بخطوة واحدة		
		2- قياس دقة التصويب من الثبات في كرة اليد		
	القدرات المهارية			
1	التصويب	1- التصويب من الارتكاز من مستوى الرأس على مربعات دقة التصويب		
		2- الاداء الفني لمهارة التصويب من القفز عاليا		
2	التحركات الدفاعية	1- اختبار تحركات الدفاعية المتنوعة		
		2- اختبار التحركات الدفاعية للجانبين		
3	التمرير	1- قياس سرعة التمرير واستقبال الكرة من المستوى العالي		
		2- التمريرة السوطية من مستوى الرأس من الركض		