

معلومات البحث

الاستلام: 2017/12/7
القبول: 78/12/19
تاريخ النشر: 2018/1/30

تأثير استخدام بعض الاختبارات المهارية على دقة التهديف البعيد لدى لاعبي كرة اليد

أ.م.د. عثمان عدنان البياتي ، أ.م.د. نغم خالد الخفاف ، م.م. صائب مهدي

العراق . جامعة الموصل . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية

Othman_ad@YAHOO.COM

الملخص:

هدف البحث الى:

- الكشف عن تأثير استخدام بعض الاختبارات المهارية على دقة التهديف البعيد لدى لاعبي كرة اليد. استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث، اشتمل مجتمع عينة البحث على طلاب المرحلة الثانية- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الموصل للموسم (2017- 2018) والبالغ عددهم (35) طالباً، بعد ان تم استبعاد الطلبة المتخلفين عن التدريبات والاختبارات والبالغ عددهم (5) طلاب، وتم تقسيم عينة البحث الى مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منها (15) لاعب عن طريق القرعة. في ضوء عينة البحث والمنهج المستخدم وبعد عرض النتائج ومناقشتها يمكن استخلاص الاستنتاجات الآتية:
 - إن للاختبارات المستخدمة ضمن برنامج مقترح ومنتظم أثر فعال في رفع مستوى الأداء المهاري لممارتي دقة التهديف من الثبات والوثب (لعينة البحث التجريبية).
 - وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولجميع متغيرات البحث كافة.
 - وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية لصالح المجموعة التجريبية ولجميع متغيرات البحث.
- الكلمات المفتاحية :** الاختبارات المهارية ، دقة التهديف ، كرة اليد

Revealing the effect of the use of some technical tests on the accuracy of remote correction in handball players.

The researchers used the experimental method for its suitability and the nature of the research. The sample of the research population included the students of the second stage - the College of Physical Education and Sports Sciences - Mosul University for the season (2017- 2018) (35) students, after the exclusion of students who retarded from the exercises and tests, 5) students, and the research sample was divided into two experimental groups and controls each of which (15) players by lot. In light of the research sample and the methodology used, and after presenting and discussing the results, the following conclusions can be drawn:

- The tests used in a proposed and regular program have an effective effect in raising the skill level of the skills of the accuracy of the scoring of the stability and the jump (for the empirical research sample).
- There are significant differences between tribal and remote tests and control and experimental research groups and all variables of research.
- There were significant differences in the tests for the benefit of the experimental group and all the variables of research.

1- المقدمة:

ان العملية التدريبية لا تعني فقط الارتقاء بالمستوى البدني ولكن تعني بتطوير الصفات البدنية مثل القوة والسرعة والرشاقة وغيرها من الصفات البدنية الأخرى، بل ان التدريب يعتمد كذلك على الإعداد المهاري والإعداد الخططي والإعداد النفسي، وان غياب احد العوامل السابقة الذكر عن العملية التدريبية يمكن ان يخلق ارباكاً في العملية التدريبية والذي سيؤثر سلباً على المستوى الرياضي والانجاز.

ومن ذلك يتضح ان الإعداد المهاري يعد عاملاً أساسياً في تحقيق المستوى الجيد وان مفهوم المهارة يدل على مدى كفاءة الفرد في أداء واجب حركي معين او على مقدرة الفرد في التوصل الى النتيجة من خلال القيام بأداء واجب حركي بأقصى درجة من الإتقان مع بذل اقل قدر من الطاقة وفي اقل زمن ممكن، وكما ان المهارة تعد بأنها عصب الأداء وجوهره في إي رياضة وانجازها يعتمد على الإعداد البدني ويبني عليها الإعداد الخططي. (حماد، 1998، 180)

إن استخدام الاختبارات المهارية التي تسهم في تطوير التهديد البعيد لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من ممارسي لعبة كرة اليد واختبار آلية علمية تتسم بالدقة والموضوعية للقياس والتقويم وتوجيه الأداء الفني للمهارات الرياضية، فضلاً إن مهارة التهديد البعيد هي من أهم وأكثر أنواع التهديد استخداماً وأكثرها نجاحاً (إسماعيل، 1996، 55)، كما إن تطور الفرق الرياضية يوجب وجود لاعبين يتمتعون بمقدرة فائقة على إصابة الهدف من فوق دفاعات الخصم وهذا يتطلب إمكانيات عالية من المهارة في الأداء والدقة في إصابة الهدف.

ومن هنا تتجلى أهمية إجراء دراسة حول فائدة وتأثير التمرين والتدريب على الاختبارات المهارية ذات الفاعلية العالية في تطوير دقة التهديد البعيد بكرة اليد للتعرف على أوجه القصور لدى ممارسي اللعبة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للوقوف على الحلول الممكنة التي يمكن أن تطور هذه المهارة بلعبة كرة اليد. ويهدف البحث الكشفي عن تأثير استخدام بعض الاختبارات المهارية على دقة التهديد البعيد لدى لاعبي كرة اليد.

2- إجراءات البحث

1-2 منهج البحث

ان طبيعة المشكلة المراد دراستها هي التي تحدد منهجية البحث لذا استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث.

2-2 عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية (القصدية) والتي يتم اختيارها اختياراً حراً على أساس أنها تحقق أغراض الدراسة التي يقوم بها الباحثان، وتمثل مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الموصل للموسم (2017-2018) والبالغ عددهم (35) طالباً، بعد ان تم استبعاد الطلبة المتخلفين عن التدريبات والاختبارات والبالغ عددهم (5) طلاب، وقد تم تقسيم عينة البحث الى مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منها (15) لاعب عن طريق القرعة.

2-3 التكافؤ والتجانس بين مجموعتي البحث

ولأجل تحقيق ذلك أجرى الباحثان التكافؤ والتجانس بين مجموعتي البحث لضبط متغيرات العمر والطول والوزن والمتغيرات المهارية.

الجدول (1)
يبين التجانس لأفراد عينة البحث

معامل الاختلاف	ع ±	س -	المعالم الإحصائية
			المتغيرات
2.46	4.33	175.75	العمر (سنة)
5.20	3.27	62.83	الوزن (كيلوغرام)
2.89	0.57	19.85	الطول (سنتيمتر)

من خلال ملاحظة معامل الاختلاف المحسوبة نجد ان العينة متجانسة في المتغيرات قيد البحث.

الجدول (2)
يبين التكافؤ لأفراد عينة البحث

دلالة الفروق	قيمة t		مجدض		مجدت		الوسائل الإحصائية
	الجدولية*	المحتسبة	ع ±	س	ع ±	س	المتغيرات
غير معنوي	2.05	0.069	0.097	2.51	1.02	2.71	التهديف من الثبات (درجة)
غير معنوي		0.098	0.73	1.99	0.95	2.01	التهديف من الوثب (درجة)

* قيمة (t) الجدولية هي عند مستوى دلالة (0.05) وإمام درجة حرية (28)

من خلال ملاحظة الجدول (2) يتبين ان قيمة (ت) المحسوبة اقل من الجدولية مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين وهذا يدل على ان عينة البحث متكافئة بمتغيرات البحث.

2-4 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث

ميزان طبي لقياس الوزن، شريط قياس، شواخص، كرات يد، المقابلات الشخصية، المصادر العلمية العربية والأجنبية.

2-5 إجراءات البحث الميدانية

2-5-1 تحديد اختبارات التهديف البعيد

من خلال مراجعة المصادر والمراجع ومنها واخذ آراء بعض الخبراء من خلال المقابلات الشخصية، حددت من خلال مسح المصادر واختبارات مقننة التي تتمتع بمعاملات علمية وسبق العمل بها على عينات مشابهة في البيئة العراقية والموضحة تفصيلها في ملحق الاختبارات ملحق رقم (1).

2-5-2 التجربة الاستطلاعية

اجرى الباحثان مع فريق العمل المساعد، تجربة استطلاعية وعلى مجموعة من اللاعبين والبالغ عددهم (5) طلاب في الاختبارات المهارية والتي تم ترشيحها من قبل السادة المختصين ملحق رقم (3)، تم استبعادهم عن إجراءات البحث الأساسية، وقد تمت هذه التجربة يوم الثلاثاء بتاريخ 2017/10/10 وكان الهدف منها:

- 1- التأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة.
 - 2- التأكد من ملائمة الاختبارات ومدى تفهمها من قبل عينة البحث.
 - 3- معرفة المعوقات التي قد تلاقي الباحثان اثناء أداء الاختبارات.
 - 4- معرفة الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبارات.
- وقد أسفرت نتائج التجربة عن صلاحية الأدوات المستخدمة وملائمة الاختبارات وتفهم العينة لها.

2-5-3 الاختبار القبلي

تم إجراء الاختبار القبلي على أفراد عينة البحث بمجموعتيه وبمساعدة فريق العمل المساعد وذلك للوقوف على المستوى المهاري لإفراد عينة البحث ولمدة يوم واحد، وكان ذلك يوم الاثنين بتاريخ 2017./10/16

2-5-4 الاختبار البعدي

تم إجراء الاختبار البعدي على أفراد عينة البحث للمجموعتين وبمساعدة فريق العمل المساعد للوقوف على مدى التطور في دقة التهديد البعيد ونتائجه لإفراد عينة البحث ولمدة يوم واحد، وكان ذلك يوم الاثنين بتاريخ 2018/1/22 وبنفس تسلسل أداء الاختبارات في الاختبار القبلي.

2-6 الوسائل الإحصائية

الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الاختلاف، اختبار (T-test) لفروق الأوساط الحسابية. (التكريتي والعبيدي، 1996، 230-350)
بعد تفريغ البيانات للقياسين القبلي والبعدي عولجت إحصائياً باستخدام الحزمة الإحصائية (SPSS)

1-3 عرض النتائج ومناقشتها

1-1-3 عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة

في دقة التهديد من الثبات

الجدول (3)

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في دقة التهديد من الثبات

قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية المجاميع
		ع ±	س-	ع ±	س-	
2.14	*8.66	0.78	5.88	1.20	2.71	المجموعة التجريبية
	*7.43	1.84	3.93	0.97	2.51	المجموعة الضابطة

** معنوي عند نسبة خطأ (0.05) أمام درجة حرية (14)

يبين الجدول (3) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في دقة التهديد من الثبات، بأن هناك تطورا واضح وملحوس لدى أفراد العينة في المجموعتين بين الاختبار القبلي والبعدي، وهذا التطور كان لصالح الاختبار البعدي والسبب يعود الى المواظبة في الوحدات التدريبية على الاختبارات التي تم اختيارها من المنهج المخصص للمرحلة الثانية ومن خلال درس مادة كرة اليد العملي وتكرار الأداء بمصاحبة التغذية الراجعة وتصحيح الأخطاء اثناء الأداء أدى كل ذلك الى تحقيق نتائج معنوية في اختبار التهديد من الثبات، وهذا يتفق ورأى (الخياط والحيالي، 2001) "ان من أهم خصائص هذه المرحلة إكمال النقص في متطلبات الطاقة العقلية ومحاولة تعلم وتتبع الحركة بغية تحسين التوافق والإيقاع الزمني لمراحل المهارة المستهدف تعلمها".

(الخياط والحيالي، 2001، 78)

الجدول (4)

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات القبليّة والبعدية في دقة التهديد من الثبات

قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الإحصائية المجاميع
		ع ±	س-	ع ±	س-	
2.14	*5.86	1.09	4.59	0.95	2.01	المجموعة التجريبية
	*7.61	1.14	3.82	0.73	1.99	المجموعة الضابطة

** معنوي عند نسبة خطأ (0.05) أمام درجة حرية (14)

يبين الجدول (4) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في دقة التهديد من الوثب، بأن هناك تطوراً واضحاً وملحوساً لدى أفراد المجموعتين بين الاختبار القبلي والبعدي، وهذا التطور كان لصالح الاختبار البعدي.

الجدول (5)

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات البعديّة لمهارة دقة التهديد من الثبات لعينة البحث التجريبية والضابطة

قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		المعالم الإحصائية المجاميع
		± ع	-س	
2.14	*5.24	0.78	5.88	المجموعة التجريبية
		1.84	3.93	المجموعة الضابطة

* معنوي عند نسبة خطأ (0.05) أمام درجة حرية (28)

يبين الجدول (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات القبلية والبعديّة في دقة التهديد من الوثب، بأن هناك تطوراً واضحاً وملحوساً لدى أفراد المجموعتين بين الاختبار القبلي والبعدي، وهذا التطور كان لصالح الاختبار البعدي.

الجدول (6)

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات البعديّة لمهارة دقة التهديد من الوثب لعينة البحث التجريبية والضابطة

قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	الاختبار البعدي		المعالم الإحصائية المجاميع
		± ع	-س	
2.64	*5.36	1.09	4.59	المجموعة التجريبية
		1.14	3.82	المجموعة الضابطة

* معنوي عند نسبة خطأ (0.05) أمام درجة حرية (28)

يبين الجدول (6) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لنتائج الاختبارات البعديّة في دقة التهديد من الوثب، بأن هناك تطوراً واضحاً وملحوساً لدى أفراد المجموعتين بين الاختبار القبلي والبعدي، وهذا التطور كان لصالح الاختبار البعدي.

3-1-2 مناقشة النتائج

ان النتائج التي توصل اليها الباحثان تؤكد الأثر الايجابي والفعال للمنهاج التدريبي الذي طبق على عينة البحث لما احتواه من اختبارات وتمارين متنوعة ومن أوضاع مختلفة خاصة بتطوير دقة التهديد من الثبات والوثب في كرة اليد بتكرارات وشدد أداء مثالية، إضافة الى تطور التوافق في الأداء العضلي-العصبي والإحساس بالحركة من خلال زيادة عدد التكرارات وأداء التمرينات بمسار حركي يشابه المسار الحركي للمهارة بحيث تعمل على تطوير الجانب المهاري، الذي انعكس بدوره ايجابيا على مستوى الأداء المهاري ودقته، وهذا ما يؤكده (هارة، 1991) من "ان التمرينات التي تؤدي يجب ان تحتوي على جزء من مسار حركة الفعالية التي تعمل فيها عضلة او عدة عضلات من حيث (القوة- الزمن- المسار) عند اداء حركات المنافسة" (هارة، 1991، 95)، ويعزو الباحثان هذا التطور الى اتباع أسلوب تحديد الأخطاء من خلال تشخيصها وتصحيحها وذلك بإعادة عرض النموذج المثالي للمهارة الحركية وكذلك من خلال إعطاء الإرشادات والتوجيهات التصحيحية بعد الأداء لكل لاعب على وفق شروط الأداء الصحيحة، وكذلك التأكيد على انسيابية الحركة ومتابعة الذراع الرامية الكرة الى آخر لحظة في الرمي. وقد تم الاستعانة بهذا الأسلوب استنادا الى معظم الآراء التي أكدت صحة استخدامه منها ما ذكره (فوزي، 1983) "ان أفضل أساليب التدريب في الكرة إرشاد المتعلم الى الأخطاء وتصحيحها له مع تكرار الأداء الصحيح لينتقد بالمستوى المهاري". (فوزي، 1983، 69)

فضلاً عن ما تقدم فالكم الكبير من الاختبارات المعتمدة من المصادر العلمية يرى الباحثان بأنها تكون مناسبة لقياس المهارة او الأداء بمعزل عن التأثيرات البدنية وحقيقة تمازج وتداخل المتطلبات الأدائية لكرة اليد مما يجعله مناسباً أكثر للمبتدئين (الطلاب) وقياس تعلم المهارات بكرة اليد، اما التطوير المتأني من التدريب فهو عملية التقدم في مستوى المتطلبات الأدائية للعبة كرة اليد وحسب الحاجة لها في المنافسة الفعلية. وقوة التهديد تشترك مع الدقة في فاعلية أهم المهارات الخاصة في كرة اليد ألا وهي مهارة التهديد ولكي يكون التهديد ناجحاً لا بد من ان يتسم بالقوة والدقة اذ "ان غرض مباراة كرة اليد هو إصابة الهدف، والفريق الفائز هو الذي ينجح في إصابة مرمى الفريق المنافس بعدد أكثر من الأهداف (جرجيس، 1990، 91)، ومن اجل ان يتمكن الفريق من النجاح في التغلب على المنافس لا بد من نجاح التهديد على مرمى الفريق المنافس فالمهارات الأساسية والخطط الهجومية بألوانها تصبح عديمة الجدوى إذا لم تتوج في النهاية بالتهديد الناجح على الهدف.

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

وبعد عرض النتائج ومناقشتها يمكن استخلاص الاستنتاجات الآتية:

1- إن للاختبارات المستخدمة ضمن برنامج مقترح ومنتظم أثر فعال في رفع مستوى الأداء المهاري لممارتي دقة التهديف من الثبات والوثب (لعينة البحث التجريبية).

2- وجود فروق معنوية بين الاختبارات القبلية والبعديّة ولمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية ولجميع متغيرات البحث كافة.

3- وجود فروق معنوية في الاختبارات البعدية لصالح المجموعة التجريبية ولجميع متغيرات البحث.

4-2 التوصيات

1- العمل على استخدام اختبارات اخرى لتطوير جوانب اخرى في المهارات الأساسية بلعبة كرة اليد.

2- يجب ان يقوم المدرسين بإدخال استخدام الأدوات والأجهزة المساعدة والاستفادة من حالة الاختزال بالوقت الذي تحدثه هذه الأجهزة بالإضافة الى عامل التشويق الذي تحدثه في مجمل العملية التعليمية والتدريبية للمهارات الحركية الأساسية للعبة.

3- إجراء دراسات مشابهة على فعالية رياضية أخرى.

المصادر

- احمد، هادي (2012): "بناء وتطبيق بعض الاختبارات البدنية والمهارية للاعبات كرة القدم للصالات, بحث منشور في مجلة الرافيدين, العدد 60, المجلد 19, كلية التربية الرياضية, جامعة الموصل.

- إسماعيل، سعد محسن (1996): "تأثير أساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد عالياً في كرة اليد", أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية.

- تركي، علي و شاكر، أيمن (1996): "دراسة بعض المتغيرات البايوكينماتيكية لخطوة الارتقاء عالياً وعلاقتها بدقة التصويب"، بحث منشور، مجلة التربية الرياضية، العدد 12، جامعة بغداد.
- التكريتي، وديع ياسين والعبدي حسن (1996): "التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية"، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل.
- جرجيس، منير (1990): "كرة اليد للجميع"، ط4، الجهاز المركزي للكتب الجامعية، جامعة حلوان.
- الجنابي، عبد الجبار (1998): "تحليل العلاقة بين خصائص منحني القوة - الزمن لمرحلة النهوض وبعض المتغيرات البايوكينماتيكية ودقة التصويب البعيد بالقفز عالياً في كرة اليد"، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
- حماد، مفتي إبراهيم (1998): "التدريب الرياضي - تخطيط وتطبيق وقيادة"، ط1 ، دار الفكر العربي، القاهرة .
- الخياط، ضياء ، ونوفل محمد الحياي (2001): "كرة اليد"، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- شتاين، هانز جيبرت وادجار فيدهوف (1977): "كرة اليد"، ط3، ترجمة كمال عبد الحميد، القاهرة، دار المعارف.
- صالح، ماهر محمد (1975): "كرة اليد الحديثة"، دار السياسة للطباعة والنشر.
- عودة، أحمد عربي (1998): "كرة اليد وعناصرها الأساسية"، ط1، دار الكتب الوطنية، منشورات جامعة الفاتح، طرابلس، الجماهيرية العظمى.
- فوزي، عادل (1983): "اثر المعرفة الفورية للأخطاء على الأداء المهاري في كرة اليد"، المؤتمر العلمي لدراسات وبحوث التربية الرياضية، الإسكندرية.
- متولي، أمال جابر (2000): مساهمة بعض المتغيرات الديناميكية والانثروبومترية على دقة التصويب الثلاثية من الوثب لدى لاعبي كرة السلة، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد الأول، العدد الأول، كلية التربية، جامعة البحرين.
- هارة (1991): "أصول التدريب"، ترجمة عبد علي نصيف، جامعة بغداد، مطابع التعليم العالي.

بسم الله الرحمن الرحيم

ملحق (1)

جامعة الموصل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات الأولية

(استمارة استبيان لاستطلاع رأي الخبراء في بعض اختبارات تطوير دقة التهديف البعيد بكرة اليد)

الأستاذ الفاضلالمحترم.

يروم الباحثان اجراء بحثه الموسوم ب... (تأثير استخدام بعض الاختبارات المهارية في دقة التهديف البعيد لدى لاعبي كرة اليد)، على عينة من طلبة المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل ... وبالنظر لما تتمتعون به من مكانة وخبرة علمية، فقد حرص الباحثان على معرفة آرائكم في اختبارات البحث المقترحة لتطبيقها في البرنامج التدريبي وملائمتها لعينة البحث الحالي وإضافة ما تجدره ملائماً.
..... مع فائق الشكر والتقدير.

اللقب العلمي:

القسم:

الجامعة:

التاريخ:

التوقيع:

الباحثان

اولاً- اختبار التهديف من القفز

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديف بالقفز للأمام.

- الادوات: ملعب كرة يد، (6) كرات يد، هدفان (60سم × 60سم) معلقان في المرمى.

- طريقة الاداء: يتم التهديف من نقطة تقع على زاوية قائمة مع منتصف خط المرمى، وتبعد منه بمقدار (10م) للذكور، و(9م) للإناث، على ان يسبق التهديف اعداد بالجري بإيقاع ثنائي

وثلاثي، مع ملاحظة ان يتم التهديد على هدفين محددتين موضوعين في الزاويتين العلويتين للمرمى، بحيث تبلغ ابعادهما (60سم × 60سم).

- الشروط:

- 1- لا يجوز تخطي النقطة المحدودة للتصويب.
 - 2- التهديد يكون مرة على الهدف الايمن ومرة على الهدف الايسر .
 - 3- بالنسبة الاناث (12 الى 15) سنة، يكون التهديد بالطريقة على ان يصاحبها تمهيد عن طريق العدو، اما بالنسبة للذكور وللمرحل العمرية الاخرى للاناث، فالتهديد يكون من الوثب.
 - 4- لكل لاعب ثلاث محاولات (على كل هدف معلق في المرمى) تسجل له افضلها.
 - التسجيل: يعتبر التهديد صحيح عندما يصيب الهدف، او اذا اصطدمت بحدوده.
- ثانياً- اختبار التهديد من القفز عالياً

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديد بالقفز عالياً بكرة اليد.

- الادوات: (12) كرة يد، جهاز وثب عالي بارتفاع (150سم) وتكون المسافة بين القائمين (2م)، ستارة من القماش او السلك قوي يغطي المرمى تماما مع وجود (4) فتحات كل منها (40سم × 40سم) تمثل الزوايا الاربع للمرمى.
- طريقة الاداء: يقف اللاعب خلف خط البداية (تبعاً لليد المصوبة) وامام قائم جهاز الوثب مباشرة ممسكا بالكرة، يبدأ اللاعب في اخذ من (2 الى 3 خطوات) ثم يؤدي التهديد مع الوثب عاليا الى المربع (1) ثم الى (2) ثم الى (3) ثم الى (4) ويكرر الاداء (3) مرات أي يهدف (12) كرة ثلاثة منها الى مربع من المربعات الاربع.
- قواعد التسجيل:

عدم اخذ اكثر من ثلاث خطوات.

- التسجيل:

* تحتسب نقطة من دخول الكرة المربع المخصص للتصويبة.

* تحتسب صفراً للتهديد خارج المربع.

* لا تحتسب نتيجة التهديد التي يتحرك منها اللاعب اكثر من ثلاث خطوات.

ثالثاً- اختبار دقة التهديد بكرة اليد.

- الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديد في كرة اليد.

- طريقة الاداء: رسم مرمى كرة يد على حائط امامي على شكل قائمين وعارضة (2×3) م وبحيث يكون الشكل الذي يمثل القائمين ملاصقا لخط تلاقي الحائط وارضية الملعب، ثم يقسم المرمى لقياس دقة التهديد في كرة اليد الى تسعة مستطيلات ويرسم خط على الارض يبعد (9 م) من المرمى.

ويقوم اللاعب بالتهديد من خلف الخط بالقفز للأمام مع مراعاة ان الذي تصيب كرتة المستطيلات (1، 3، 7، 9) التي تمثل زوايا المرمى الاربعه والتي تبلغ ابعاده (60 × 100) سم ينال الدرجة النهائية وهي (4 درجات). اما الذي تصيب كرتة المستطيلات (2، 8) والتي تمثل المنطقة فوق راس حارس المرمى وبين قدميه تبلغ ابعاده (60 × 100) سم ينال (3 درجات)، والذي تصيب كرتة المستطيلات (4، 6) والتي تمثل منطقة مدى ذراعي حارس المرمى وابعاده (80 × 100) سم ينال (2 درجة).

والذي تصيب كرتة المستطيل المتوسط والذي يمثل منطقة صدر وجذع حارس المرمى والذي تبلغ ابعاده (80 × 100) سم يستحق درجة واحدة، واذا جاءت الكرة خارج ذلك ينال اللاعب صفراً، يؤدي كل لاعب بعد اتمام الاحماء اللازم عشر محاولات وعلى ذلك تكون النهاية العظمى للاختبار.

ملحق (2)

أنموذج استفتاء آراء السادة الخبراء في مجال علم التدريب الرياضي حول البرنامج التدريبي المقترح والاختبارات
المهارية

الأستاذ الفاضل المحترم

في النية إجراء البحث الموسوم ((تأثير استخدام بعض الاختبارات المهارية في دقة التهديف البعيد لدى لاعبي كرة اليد))، وتهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن أثر استخدام بعض الاختبارات لغرض تطوير دقة التهديف البعيد لدى طلاب المرحلة الثانية بكرة اليد، ونظراً لما تتمتعون به من خبرة علمية وعملية في مجال التدريب الرياضي، يرجى بيان رأيكم حول مدى صلاحية البرنامج التدريبي المقترح والاختبارات، لقياس الغرض الذي وضع من أجله وإبداء كافة الملاحظات التي ترونها مهمة بموضوع البحث وأهدافه.

شاكرين حسن تعاونكم معنا

التوقيع:

الاسم:

التحصيل العلمي:

المرتبة العلمية:

الباحثان

ملحق (3) قائمة الخبراء الذين تم استطلاع آرائهم عن طريق المقابلة الشخصية والاستبيانات

ت	الاسم	اللقب العلمي
1	معن عبد الكريم	أستاذ مساعد دكتور/ تدريب كرة قدم
2	علي حسين محمد	أستاذ مساعد دكتور/ قياس وتقويم/ جمنا ستك
3	اسماعيل عبد الجبار	مدرس دكتور / تدريب كرة يد
4	احمد الحجية	مدرس مساعد/ كرة يد
5	عمر عبد العزيز	مدرس مساعد / كرة اليد

نموذج للوحدات التدريبية (الأولى/الأسبوع الأول)

التمارين المستخدمة	شدة الأداء	التكرار	زمن الأداء	عدد المجاميع	الراحة بين المجاميع	زمن الأداء الكلي
الاختبار الأول +الاختبار الثاني+ الاختبار الثالث نفس الاختبارات السابقة تكرر مرة اخرى	مثالية	5	20	6	30ث	30دقيقة
		5	20	6	30ث	
		5	20	6	30ث	
		5	20	6	30ث	

