

**تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير
بعض القدرات الحركية وبعض المهارات
الأساسية**

لدى لاعبي كرة اليد بأعمار (13-15) سنة



د. فرقور محمد - جامعة تسميلت

أ/ العيداني حكيم جامعة البويرة

أ/ بعوش خالد جامعة البويرة

ملخص البحث:

يهدف البحث الى التعرف على أثر برنامج للألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات الحركية (الرشاقة، التوازن) وبعض المهارات الأساسية (التمرير، التنطيط) لدى لاعبي كرة اليد بأعمار (13-15) سنة، وتألفت عينة البحث من 13 لاعبا من نادي الوفاء لكرة اليد بعين وسارة واعتمد الباحثان على المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة، وبعد تطبيق البرنامج التدريبي المقترح وجمع نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمتغيرات البحث المقاسة قام الباحثون بمعالجة هاته النتائج احصائياً مستخدمين في ذلك المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بيرسون واختبار (T) للعينات المترابطة وقانون حجم الأثر.

ولقد توصل الباحثون أن:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في القدرات الحركية (الرشاقة، التوازن) لدى أفراد عينة البحث.
 - توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في المهارات الأساسية (التمرير، التنطيط) لدى أفراد عينة البحث.
 - ساهمت الألعاب الصغيرة في اثارة حماس اللاعبين واثارة دافعيتهم مما أثر على نتائجهم في الاختبارات البعدية.
 - إن استخدام الألعاب الصغيرة يؤثر إيجابا في تنمية بعض الصفات البدنية وبعض المهارات الأساسية.
- وبناءً على ذلك أوصى الباحثان بما يلي:
- ضرورة استخدام الألعاب الصغيرة كأساس في تطوير القدرات الحركية لدى لاعبي كرة اليد وخاصة لدى الفئات العمرية الصغرى.
 - استخدام الألعاب الصغرى في اكساب وتطوير المهارات الأساسية في كرة اليد.
 - تشخيص المشكلات المهارية التي يتعرض لها لاعبو كرة اليد ومحاولة وضع الحلول المناسبة لتجاوزها.
 - إجراء بحوث ودراسات مشابهة أخرى وعلى عينات مختلفة.
- الكلمات الدالة:** الألعاب الصغيرة، القدرات الحركية، المهارات الأساسية، كرة اليد

Résumé:

La recherche vise à identifier l'impact du programme pour les petits jeux dans le développement de certaines habiletés motrices (agilité, équilibre) et certaines compétences de base parmi les joueurs de handball âgés (13-15 ans), et composé de l'échantillon de recherche de 13 joueurs du club pour rencontrer le handball d'ain ouessera et a adopté les chercheurs sur l'approche expérimentale de manière un groupe, et après l'application du programme de formation proposé et de recueillir les résultats des tests pré et post pour les variables de recherche mesurées par les chercheurs pour répondre à ces circonstances, les résultats statistiquement, en utilisant la moyenne arithmétique de l'écart type et le coefficient de corrélation test de Pearson (t) douleur échantillons

Les chercheurs concluent que:

-Il existe des différences statistiquement significatives entre les tests tribaux et à distance dans les capacités motrices (fitness, équilibre) parmi les membres de l'échantillon de recherche.

-Il existe des différences statistiquement significatives entre les tests tribaux et à distance dans les compétences de base (défilement, teinte) parmi les membres de l'échantillon de recherche.

-Les petits jeux ont contribué à l'enthousiasme et à la motivation des joueurs, ce qui a affecté leurs résultats dans les tests de dimension.

-L'utilisation de petits jeux a une influence positive sur le développement de certaines qualités physiques et de certaines compétences de base.

En conséquence, les chercheurs ont recommandé ce qui suit:

-la nécessité d'utiliser de petits jeux pour développer les capacités de mobilité des joueurs de handball, en particulier dans les groupes les plus jeunes.

-Utilisation de petits jeux dans ACCAP

-Diagnostiquer les problèmes techniques rencontrés par les joueurs de handball et essayer de développer des solutions appropriées pour les surmonter.

-Réaliser des recherches et d'autres études sur différents échantillons.

1-مقدمة وإشكالية البحث:

يعد اللعب أحد المجالات التي تساعد في بناء شخصية الطفل وذلك بما يمنحه من فرص للتعبير عن ذاته وقدراته وإبداعاته، كما أنه مجالا غني بالأنشطة التي تشبع حاجة الطفل الملحة للحركة والتأمل والتفكير والإبداع والتي يكتسب من خلال ممارستها اللياقة البدنية والحركية والنفسية والفسولوجية والمهارية، إذ إن اللعب يزود الطفل بالخبرات والمعلومات بالطريقة تلقائية، فضلا على أن ممارسة الألعاب الصغيرة تساعد على الشعور بالسعادة والغبطة والفخر لإنجاز عمل ما.

وباللعب تنمو لدينا الرغبة في التدريب لتحسين مهارتنا الفنية، وقدراتنا الخطئية ونحن نتعرف على قصورنا فيما يتعلق بقوة التصويب، وقوة الوثب، ولقف الكرة بثقة وسهولة تحركنا، وعدم كفاية حركتنا لاتخاذ الأماكن والأوضاع الخطئية، كل ذلك من أجل الوصول إلى تحقيق الفوز المرغوب فيه، وهو ما يحثنا على تحسين مهارتنا وقدراتنا (قرنفريك، 1982، ص36).

والألعاب الصغيرة هي أشكال مبدئية وتمهيدية للألعاب، ويمكن استخدامها في تنمية وتطوير الأداء الحركي للألعاب الرياضية، فهي عبارة عن ألعاب بسيطة ذات قوانين غير معقدة ويمكن التعديل فيها وفقا لمستوى قدرات المشتركين، فهي مجموعة متعددة من ألعاب الجري والكرات والأدوات وألعاب اللياقة البدنية والمهارات الحركية، حيث تبتكر هذه الألعاب من أجل تحقيق الأغراض التي وضعت من أجلها للارتقاء بالقدرات الوظيفية والبدنية والذهنية مع إضفاء جو من المرح والمنافسة بين الأفراد المتنافسين (العزاوي، 2009، ص369).

وتتمثل مشكلة الدراسة في الاجابة على التساؤلات التالية:

- ما مدى تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير القدرات الحركية (الرشاقة، التوازن) لدى لاعبي كرة اليد؟.
- ما مدى تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير المهارات الأساسية (التمرير، التنطيط) لدى لاعبي كرة اليد؟.

2- فرضيات الدراسة:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية في القدرات الحركية (الرشاقة، التوازن) لدى لاعبي كرة اليد.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية في المهارات الأساسية (التمرير، والتتطيط) لدى لاعبي كرة اليد.

3- أهداف البحث:

- وضع وحدات تدريبية مقترحة باستخدام الألعاب الصغيرة بهدف تنمية بعض القدرات الحركية والمهارات الأساسية لدى لاعبي كرة اليد بأعمار (13-15) سنة.
- معرفة تأثير استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات الحركية وبعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة اليد بأعمار (13-15) سنة.

4- أهمية البحث:

الألعاب الصغيرة تشكل جزء هام من النشاط التدريبي حيث تمثل مكانة مرموقة بين مختلف الألعاب والأنشطة المتعددة، وتشكل حيزاً مهماً في التدريب على المهارات الحركية، وأصبحت من المقومات التي يحتاج إليها أي برنامج تعليمي-تدريبي للفئات العمرية المختلفة حيث يمكن وضع مناهج تدريبية مناسبة مستندة على الألعاب الصغيرة وبشكل مبرمج للوصول إلى أفضل النتائج في التطور وتحقيق مستوى أداء متقدم، ومن هنا تكمن أهمية البحث.

5- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

تكمن أهمية تحديد المفاهيم والمصطلحات أنها تعطى للبحث أبعاداً إيجابية، ومن خلالها يتمكن كل من الباحث والقارئ من تصور الموضوع قيد الدراسة بشكل واضح، بالإضافة إلى أن هذه العملية تساعد على عدم الخلط بين المفاهيم التي قد تختلف في تصور الناس تبعاً لاختلافاتهم في المستويات، لذلك يعتمد الباحث تقادياً للتأويلات الخاطئة على ادراج هذا العنصر الذي يسمح له بتقديم جيد وفعال للموضوع (دمانة، 2008، ص21).

الألعاب الصغيرة: الألعاب الصغيرة هي عبارة عن ألعاب بسيطة التنظيم، ولا تحتاج إلى تعقيدات مهارية كبيرة، حيث يمكن للقائم على تنفيذها تحديد بعض القوانين الخاصة بها، وفقا للهدف المراد تحقيقه ولسن المتعلم وجنسه في صورة مشوقة تعلمه وتسليه وقد تمي لديه الاستكشاف وحل المشكلات الحركية (السايج وعبد المنعم، 2006، ص 27).

الرشاقة: من الصفات التي لها دور أساس ومهم في الحركات والالعاب الرياضية، صفة الرشاقة لارتباطها الوثيق بالصفات البدنية والحركية الأخرى، فلا يكاد يخلو أي نشاط حركي أو فعالية رياضية من هذه الصفة، وعرفها أحمد صالح (2000) بأنها "القدرة على تشغيل مجموعات خاصة من العضلات بدرجة معينة وبسرعة مناسبة وفي وقت معين، وتكتسب هذه القدرة بالتدريب والمران" (صالح، 2000، ص 34).

التوازن: وهو من الصفات التي لها دور مهم جدا في حركات الفرد يعبر عنها "بالقدرة على الاحتفاظ باتزان الجسم أو تعادل أجزائه في الأوضاع المختلفة له" (خيون، 1987، ص 104).

التمرير: هو نقل الكرة من حيازة اللاعب المستحوذ عليها طبقا لطبيعة اللعب و الظروف التي يفرضها الموقف المتشكل، مستخدما في ذلك أي نوع من أنواع التمرير التي تحقق الهدف من استخدام التمريرة خلال استمرار سير اللعب ودون مخالفة لقواعد اللعب ذاتها (عبد الحميد وفهمي، 1987، ص 143).

التنطيط: تتم حركة تنطيط الكرة بيد واحدة وأساسا من رسغ اليد مع مراعاة ارتخائه ومرونته وتدفع الكرة باليد المفتوحة لتنطيطها إلى الأرض أماما مع مراعاة أن سلاميات الأصابع هي التي تقابل أعلى الكرة بعد ارتدادها من الأرض (جرجس، 2004، ص 139).

6- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

منهج البحث: يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه (زررواطي، 2007، ص119).
 ولقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الواحدة لملائمته لطبيعة الدراسة.

مجتمع البحث:

تمثل مجتمع الدراسة بفرق الرابطة الجهوية لكرة اليد بالبلدية والبالغ عددها (10) فرق بالنسبة لفئة العمرية (U15) بواقع 158 لاعب.

عينة البحث:

تمثلت عينة الدراسة بـ (13) لاعبا من فريق الوفاء بعين وسارة، ولقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة القصدية.

التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية واحدة من الإجراءات الضرورية لتأشير متطلبات العمل العلمي الدقيق والصحيح والخالى دراسة تجريبية أولية من الصعوبات والإجراءات غير الاقتصادية في الجهدين المادي والبشري، فهي عبارة عن دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب وأدواته" (ميسون وعباس، 2005، ص89) وبناءً على ذلك فقد تم إجراء تجربة استطلاعية على مجموعة قوامها (05) لاعبين تضمنت هذه التجربة إجراء الاختبارات البدنية وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية ما يلي:

- ✓ التأكد من مناسبة الاختبارات لمستوى أفراد العينة عن طريق معرفة درجة صعوبتها وسهولتها أو كيفية تنفيذها.
- ✓ التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستعملة في تنفيذ الاختبارات.
- ✓ تدريب أعضاء فريق العمل المساعد وممارستهم على كيفية تنفيذ الاختبارات كافة.

الأسس العلمية للاختبارات:

الثبات:

يقصد بثبات الاختبار هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد وفي نفس الظروف.

والمقصود بثبات الاختبار "درجة الثقة" وذلك أن الاختبار لا يتغير في النتيجة (أي ذو قيمة ثابتة) خلال التكرار أو الإعادة، وبمعنى آخر إعطاء الثبات للنتائج التي تحصل عليها الباحث إذا ما أعيدت التجربة على نفس المجموعة (السيد، 2005، ص143).

وقام الباحثون بإيجاد معامل الثبات باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه (Test-Retest) بفواصل زمني قدره خمسة أيام على عينة استطلاعية وعددها (06)، وبعد حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيق الأول والثاني.

صدق الاختبار:

يعتبر الصدق أهم الشروط للاختبار الجيد الذي يدل على مدى تحقيق الاختبار لهدفه الذي وضع من أجله، ويقصد بصدق الاختبار "مدى صلاحية الاختبار لقياس فيما وضع لقياسه" (مقدم، 1993، ص146).

ولقد أستخلص الباحثون الصدق الذاتي للاختبارات من معامل الثبات، وذلك بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل الثبات}} \quad (\text{علاوي، 2000، ص283}).$$

جدول رقم: (01) يوضح المعاملات العلمية للاختبارات.

الصدق الذاتي	الدالة الاحصائية	قيمة R الجدولية	معامل الثبات	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	التطبيق	وحدة القياس	اسم الاختبار
0.93	دال	0.81	0.87	1.23	5.18	التطبيق الأول	درجة	اختبار التمرير
				1.18	5.51	التطبيق الثاني		
0.95	دال		0.91	1.04	11.40	التطبيق الأول	درجة	اختبار التنطيط
				0.91	12.05	التطبيق الثاني		
0.94	دال		0.88	1.31	8.6	التطبيق الأول	ثانية	اختبار الرشاقة
				1.57	8.2	التطبيق الثاني		
0.91	دال		0.84	1.64	9.15	التطبيق الأول	عدد	اختبار التوازن
				1.81	9.42	التطبيق الثاني		

$(\alpha = 0.05)$ ، $(df = 04)$.

من خلال الجدول رقم (01) يتبين أن جميع الاختبارات تتميز بدرجة عالية من الثبات حيث بلغت أدنى قيمة (0.84) في اختبار التوازن وأعلى قيمة بلغت (0.91) في اختبار التنطيط بينما بلغ معامل الثبات (0.87)، (0.88) في اختبار دقة التمرير واختبار الرشاقة على التوالي، مما تشير جميعها الى مدى الارتباط القوي الحاصل بين نتائج التطبيقين (الاختبار و إعادة الاختبار).

ومن خلال نفس الجدول يتبين أن جميع الاختبارات تتمتع بدرجة عالية من الصدق الذاتي حيث بلغت أدنى قيمة (0.91) في اختبار التوازن وأعلى قيمة بلغت (0.95) في اختبار التنطيط بينما بلغ معامل الصدق الذاتي (0.93)، (0.94) في اختبار دقة التمرير واختبار الرشاقة على التوالي، وهذا ما بين تمتع جميع الاختبارات المستخدمة في الدراسة بدرجة عالية من الصدق الذاتي.

- الموضوعية:

إن من صفات الاختبار الجيد أن يكون موضوعياً ويقصد بموضوعية الاختبار أنه الاتفاق في الأداء في أكثر من حكم لترتيب أو تقييم الأفراد أثناء الاختبار والابتعاد عن التقدير الذاتي (لوي وآخرون، 2010، ص52).
إن الاختبارات المستخدمة في الدراسة بعيدة عن التقدير الذاتي والانحيازية، فهي واضحة ومفهومة من قبل أفراد العينة وتعتمد على أدوات قياس واضحة.

7- الاختبارات المستخدمة في البحث:

1-1- اختبار التمرير:

اسم الاختبار: التمرير من مسافة 6م.
الهدف من الاختبار: قياس دقة توجيه التمرير.
الأدوات المستعملة: كرة يد قانونية، مرمى كرة يد قانوني.
مواصفات الاختبار: يتم تقسيم المرمى إلى أربع مربعات متساوية، وذلك من خلال حبل يربط بين القائمين، وبين العارضة والأرض، يقف اللاعب خلف خط 6 متر ويقوم بأداء 10 تمريرات على المربعين (1)(3) و05 تمريرات على المربعين (2)(4).

تعليمات الاختبار:

- الوقوف خلف خط الـ 06 متر.

- التمرير على المربع المحدد

طريقة التسجيل:

- درجتان إذا دخلت الكرة المربع المحدد.
- درجة واحدة إذا دخلت الكرة مربع آخر.
- صفر إذا لمست الكرة الأرض قبل وصولها للمربع.
- الدرجة العظمى للاختبار 20 درجة (مرسي، 1990، 123).

7-2- اختبار تنطيط الكرة (الطبطة):

اسم الاختبار: اختبار التنطيط المستمر للكرة في اتجاهات متعددة.
 الغرض من الاختبار: قياس سرعة التنطيط في اتجاهات متعددة.
 الأدوات المستعملة: كرة يد قانونية، ملعب كرة يد قانوني، أقماع، ساعة إيقاف.
 مواصفات الاختبار: توزع 5 أقماع في شكل مستطيل أبعاده (5م × 3م)، توزع 4 أقماع في الأركان الأربع للمستطيل ويوضع القمع الخامس في المنتصف بحيث يبعد (2.5م) عن خط الطول ويبعد (1.5م) عن خط العرض، يقف اللاعب عند أحد الأركان وعند سماع اشارة البدء يقوم اللاعب بأداء التنطيط بسرعة على أن يمر بالقمع في المنتصف ثم بين الأقماع.

تعليمات الاختبار:

- المرور بالقمع الخامس في المنتصف.
- الاستمرار في أداء التنطيط وبسرعة وبدون مسك الكرة.
- عدم لمس الجسم للأقماع.

طريقة التسجيل:

يسجل للاعب الزمن الذي استغرقه لثلاث دورات متتالية لأقرب 10/1 ثا (الخياط وعبد القاسم، 1998، ص 365).

7-3- اختبار الرشاقة.

اسم الاختبار: اختبار الركض المكوكي.
 الغرض من الاختبار: قياس السرعة والقدرة على تغيير الاتجاه.
 الأدوات المستعملة: ساعة إيقاف، خطان متوازيان المسافة بينهما (3) أمتار.
 مواصفات الاختبار: يقف اللاعب المختبر بجانب احد الخطين وعند سماع إشارة البدء يقوم بالركض في اتجاه الخط الآخر ليتخطاه، ثم يعود لخط البداية ليتخطاه، وهكذا إلى أن يقطع مسافة (15) متر أي (3x5) مرات.
 طريقة التسجيل: يسجل للاعب المختبر الزمن الذي تقطع فيه المسافة البالغة (15) متر (جواد، 2004، ص 160).

7-4- اختبار التوازن.

اسم الاختبار: الوقوف على قدم واحدة مع ثني ومد الجذع للمس الذراعين للأرض.
 الهدف من الاختبار: قياس التوازن الديناميكي للجسم.
 الأدوات المستعملة: ساعة توقيت، صفارة.

مواصفات الاختبار: يقف اللاعب المختبر على قدم واحدة مع مد الذراعين للأمام والجسم معتدل القائمة، عند سماع صفارة البدء يقوم بثني الجذع إلى الأسفل مع امتداد القدم للمس الذراعين الأرض و ثم العودة إلى حالة الوقوف.
 طريقة التسجيل: يتم حساب عدد المحاولات الناجحة المتمثلة بلمس الذراعين الأرض لمدة (20) ثانية، ولا يتم احتساب المحاولات المتمثلة بعدم لمس الذراعين الأرض أو لمس الذراعين الأرض مع لمس القدم الثانية الأرض أو ثني الرجل التي يقف عليها المختبر، علما أن كل ثني ومد تعد محاولة واحدة (عباس، 2006، ص213).

8- الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

إن طبيعة الموضوع والهدف منه يفرض على الباحث استخدام أساليب إحصائية خاصة تساعده في تحليل وتفسير النتائج والبيانات الخاصة بموضوع الدراسة، وقد اعتمد في هذه الدراسة على جملة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة وهي كما يلي:

- المتوسط الحسابي.
 - الانحراف المعياري.
 - معامل الارتباط (بيرسون).
 - اختبار (T test) للعينتين المترابطتين.
 - حجم الأثر.
- ملاحظة: تمت معالجة النتائج المحصل عليها من الاختبارات بواسطة برنامج الحزم الإحصائية spss v24.

9- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

9-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات القدرات الحركية القبلية والبعدي لعينة البحث:

جدول رقم (02) يبين معامل الاختلاف بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في الرشاقة والتوازن:

حجم العينة	معامل الاختلاف	الاختبار البعدي		معامل الاختلاف	الاختبار القبلي		
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
15	13.69 %	1.02	7.45	14.83 %	1.35	9.1	اختبار الرشاقة
	18.49 %	2.11	11.41	17.15 %	1.58	9.21	اختبار التوازن

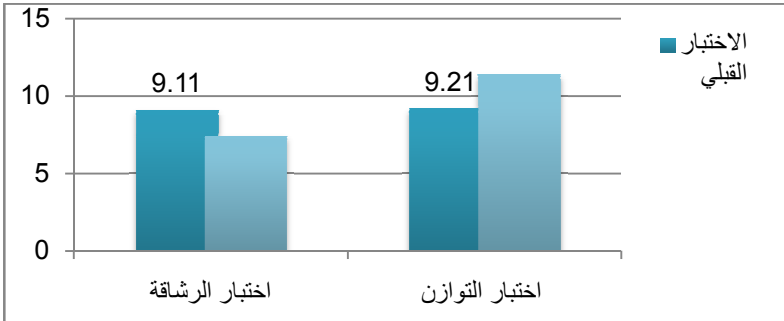
من خلال الجدول رقم نلاحظ أن المتوسط الحسابي للاختبار الرشاقة قد بلغ 9.1 وانحراف معياري 1.35 وأصبح 7.45 وانحراف معياري 1.02، كما أن قيم معامل الاختلاف قد بلغت 14.83%، 13.69%، للاختبارين القبلي والبعدي على التوالي وهي أقل من 30% مما يدل على تجانس العينة وعدم تشتتها.

ومن خلال نفس الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للاختبار التوازن القبلي قد بلغ 9.21 وانحراف معياري 1.58 وأصبح 11.41 وانحراف معياري 2.11، كما أن قيم معامل الاختلاف قد بلغت 17.5%، 18.49%، للاختبارين القبلي والبعدي على التوالي وهي أقل من 30% مما يدل على تجانس العينة وعدم تشتتها، وفي هذا الصدد يؤكد وديع ياسين ومحمد العبيدي 1996 أنه "كلما اقترب معامل الاختلاف من (1%) يعد التجانس عالياً وكلما زاد عن (30%) يعني أن العينة غير متجانسة" (ياسين والعبيدي، 1996، ص 243).

جدول رقم: (03) يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في اختباري الرشاقة والتوازن.

الدالة العملية	حجم التأثير	الدالة الاحصائية	F	F	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		
					الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
كبير	0.80	دال	4.72	1.78	1.02	7.45	1.35	9.1	اختبار الرشاقة
كبير	0.7	دال	5.37		2.11	11.41	1.58	9.21	اختبار التوازن

($\alpha = 0.05$)، ($df = 12$)



الشكل رقم: (01) التمثيل البياني للفرق بين المتوسطات الحسابية القبلي والبعدي لعينة البحث في اختباري الرشاقة والتوازن.

* تحليل ومناقشة نتائج اختبار الرشاقة:

من خلال النتائج المعروضة في الجدول رقم (02) يتضح أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي قد بلغ (9.1) وانحراف معياري قدره (1.35)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (7.45) وانحراف معياري قدره (1.02) فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (4.72) وهي أكبر من قيمة (ت) المجدولة (1.78) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (12) مما يدل على وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحثون هذا الفرق إلى تأثير تدريبات الألعاب المصغرة والتي تشابه وما يحدث في المباريات فطبيعة التمارين المقترحة من جري لضرب الكرة أو استقبالها وسرعة الهجمات ساهمت في تطوير صفة الرشاقة وهذا ما يتفق مع عمر أبو المجد وجمال اسماعيل (2001) "إذ يرى أن الألعاب المصغرة تتميز بالثراء الواضح بالنسبة لنواحي التعلم الحركي، وتتطلب ممارستها تعلم الكثير من الأوضاع الأصلية والمشتقة، كما أنها تعمل على إكساب الفرد الكثير من التوافق العضلي العصبي والقدرة على الاستيعاب الحركي وتنمية صفات الرشاقة والسرعة والمرونة".

* تحليل ومناقشة نتائج اختبار التوازن:

من خلال النتائج المعروضة في الجدول رقم (02) يتضح أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي قد بلغ (9.21) وانحراف معياري قدره (1.58)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (11.41) وانحراف معياري قدره (2.11) فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (5.37) وهي أكبر من قيمة (ت) المجدولة (1.78) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (12) مما يدل على وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحثون هذا الفرق إلى الأثر الفعال لبرامج الألعاب الصغيرة حيث ساهمت في تطوير صفة التوازن، إذ تعمل الألعاب والتمرين الرياضية إلى تطوير هذه الصفة ويؤكد وجيه محبوب ذلك إذ يشير إلى أن "الطفل في هذه المرحلة

العمرية يمكن أن يتصرف برشاقة واتزان رائع ولاسيما اذا ما توفر له تمرين وتدريب" (نعمة، 2011، ص10).

وتأكيداً لتلك النتيجة قام الباحثان بحساب الدلالة العملية للنتائج من خلال حساب حجم الأثر الذي يستخدم لتحديد درجة أهمية النتيجة التي ثبت وجودها إحصائياً فكانت قيمته (0.80)، (0.70) في اختباري الرشاقة والتوازن على التوالي، مما يدل على وجود أثر كبير للمتغير المستقل (الألعاب الصغيرة) في المتغير التابع (الرشاقة والتوازن) حسب كوهن (1977, cohen).

2-9- عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبارات المهارة القبلية والبعدي لعينة البحث:

جدول رقم: (04) يبين معامل الاختلاف بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في اختباري التمرير والتنطيط.

حجم العينة	معامل الاختلاف	الاختبار البعدي		معامل الاختلاف	الاختبار القبلي		
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
15	18.41 %	1.39	7.55	19.55 %	1.13	5.78	اختبار التمرير
	15.21 %	1.55	10.19	17.39 %	2.11	12.13	اختبار التنطيط

من خلال الجدول رقم نلاحظ أن المتوسط الحسابي للاختبار التمرير قد بلغ 5.78 وانحراف معياري 1.13 وأصبح 7.55 وانحراف معياري 1.39، كما أن قيم معامل الاختلاف قد بلغت 18.41%، 25.36%، للاختبارين القبلي والبعدي على التوالي وهي أقل من 30% مما يدل على تجانس العينة وعدم تشتتها.

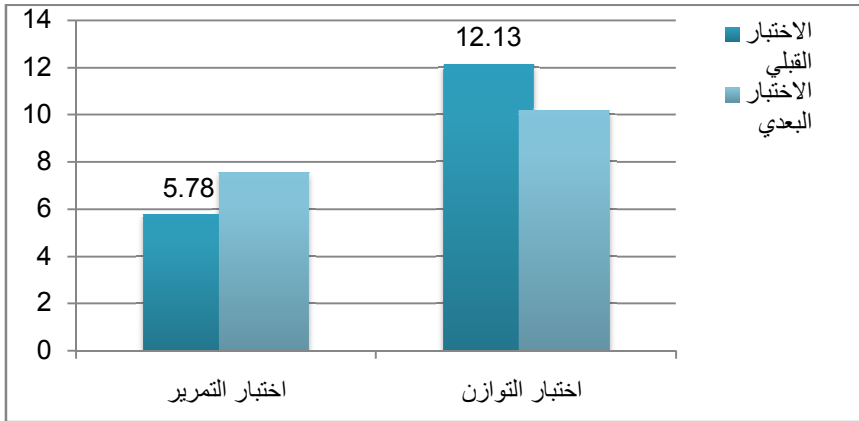
ومن خلال نفس الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للاختبار التوازن التنطيط قد بلغ 12.13 وانحراف معياري 2.11 وأصبح 10.19 وانحراف معياري 1.55، كما أن قيم معامل الاختلاف قد بلغت 17.39%، 15.21%، للاختبارين القبلي والبعدي على التوالي وهي أقل من 30% مما يدل على تجانس العينة وعدم تشتتها، وفي هذا الصدد يؤكد وديع ياسين ومحمد العبيدي 1996 أنه "كلما اقترب

معامل الاختلاف من (1%) يعد التجانس عالياً وكلما زاد عن (30%) يعني أن العينة غير متجانسة" (ياسين والعبيدي، 1996، ص 243).

جدول رقم: (05) يبين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لعينة البحث في اختباري التمرير والتنطيط.

الدالة العملية	حجم التأثير	الدالة الاحصائية	E المحسوبة	E النظرية	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		
					الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
كبير	0.89	دال	7.11	1.78	1.39	7.55	1.13	5.78	اختبار التمرير
كبير	0.93	دال	9.42		1.55	10.19	2.11	12.13	اختبار التنطيط

(df = 14)، (α = 0.05)



الشكل رقم: (02) التمثيل البياني للفرق بين المتوسطات الحسابية القبالية والبعديّة لعينة البحث في اختباري التمرير والتنطيط.

*** تحليل ومناقشة نتائج اختبار التمرير:**

من خلال النتائج المعروضة في الجدول رقم (02) يتضح أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي قد بلغ (5.78) وانحراف معياري قدره (1.13)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (7.55) وانحراف معياري قدره (1.39) فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (7.11) وهي أكبر من قيمة (ت) المجدولة (1.78) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (12) مما يدل على وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحثون هذا الفرق إلى احتواء البرنامج على ألعاب الرمي والتمرير والاستقبال وفي ظروف تشبه المنافسة مما سمح للاعبين بتنمية مهارة التمرير وهذا ما أكدته "تعتبر الألعاب الصغرة مجال خصب لتطبيق وممارسة المهارات الحركية الأساسية، وكذا مهارات الاستخدام اليدوي مثل الرمي ومسك وضرب الكرة" (السايح وعبد المنعم، 2006، ص27).

*** تحليل ومناقشة نتائج اختبار التنطيط:**

من خلال النتائج المعروضة في الجدول رقم (02) يتضح أن قيمة المتوسط الحسابي للاختبار القبلي قد بلغ (12.13) وانحراف معياري قدره (2.11)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للاختبار البعدي (10.19) وانحراف معياري قدره (1.55) فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (9.42) وهي أكبر من قيمة (ت) المجدولة (1.78) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (12) مما يدل على وجود فروق معنوية لصالح الاختبار البعدي.

ويعزو الباحثون هذا الفرق إلى احتواء البرنامج على ألعاب تنطيط الكرة وفي اتجاهات مختلفة من خلال بعض المنافسات والمسابقات مما سمح للاعبين بتنمية مهارة التنطيط، وهذا ما يتفق مع محمد السايح "إن الألعاب الصغير تعتبر وسيلة من الوسائل التي تساعد في بناء قدرة الجسم بدنيا ومهاريا، كما تمتاز بأنها تحتوي على عنصر المنافسة وهو عامل من عوامل اتقان الأداء المهاري" (السايح وعبد المنعم، 2006، ص27).

وتأكيداً لتلك النتيجة قام الباحثون بحساب الدلالة العملية للنتائج من خلال حساب حجم الأثر الذي يستخدم لتحديد درجة أهمية النتيجة التي ثبت وجودها إحصائياً فكانت قيمته (0.89)، (0.93) في اختبائي التمرير والتنطيط على التوالي، مما يدل على وجود أثر كبير للمتغير المستقل (الألعاب الصغيرة) في المتغير التابع (التمرير والتنطيط) حسب كوهن (1977, cohen).

*الاستنتاج:

استناداً إلى ما تم استخلاصه من القياسات والاختبارات المستخدمة في الدراسة وفي حدود عينة الدراسة والمتمثلة في فريق الوفاء لكرة اليد بعين وسارة فئة (U17) والتي تتدرب ثلاث مرات في الأسبوع ومن خلال مجموعة الألعاب الصغيرة والتي أدرجها الباحثان في البرنامج التدريبي المطبق على عينة البحث، وفي ضوء أهداف الدراسة وأدواتها والأجهزة المستخدمة والإمكانات المتاحة، ومن خلال جمع المعلومات الدقيقة، واستناداً إلى الإجراءات العلمية المتبعة في نفس السياق واعتماداً على نتائج الأسلوب الإحصائي أمكن التوصل للاستنتاجات التالية:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في القدرات الحركية (الرشاقة، التوازن) لدى أفراد عينة البحث.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في المهارات الأساسية (التمرير، التنطيط) لدى أفراد عينة البحث.
- ساهمت الألعاب الصغيرة في إثارة حماس اللاعبين وإثارة دافعيتهم مما أثر على نتائجهم في الاختبارات البعدية.
- إن استخدام الألعاب الصغيرة يؤثر إيجاباً في تنمية بعض الصفات البدنية وبعض المهارات الأساسية.

*التوصيات:

- ضرورة استخدام الألعاب الصغيرة كأساس في تطوير القدرات الحركية لدى لاعبي كرة اليد وخاصة لدى الفئات العمرية الصغرى.
- استخدام الألعاب الصغير في اكساب وتطوير المهارات الأساسية في كرة اليد.
- تشخيص المشكلات المهارية التي يتعرض لها لاعبو كرة اليد ومحاولة وضع الحلول المناسبة لتجاوزها.
- إجراء بحوث ودراسات مشابهة أخرى وعلى عينات مختلفة.

المراجع

- 1- اقبال عبد الحسين نعمة: الألعاب الصغيرة وأثرها في تطوير صفتي الرشاقة والتوازن لدى التلاميذ بطيئي التعلم، مجلة الفتح، العدد 46، 2011.
- 2- بوداود عبد البمين، عطاء الله أحمد، المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية: الجزائر، 2009.
- 3- رائد عبد الأمير عباس: نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء براعم الجمناستك بعمر (4-5) سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل: كلية التربية الرياضية، 2006.
- 4- رشيد زرواتي: مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط1، الجزائر، 2007.
- 5- ضياء الخياط وكريم عبد القاسم: كرة اليد، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
- 6- عباس أحمد صالح: طرق التدريس في التربية الرياضية، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 2000.
- 7- علي سلوم جواد: الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، الطيف للطباعة، جامعة القادسية، 2004.
- 8- عمر دمانة: دور تنظيم ادارة الموارد البشرية في تطوير المنشآت الرياضية، رسالة ماجستير، معهد البدنية والرياضية، سيدي عبد الله، جامعة الجزائر، 2008.
- 9- فرحات ليلي السيد: القياس والاختبار في التربية، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2005.
- 10- فيرنزيك وآخرون، الممارسة التطبيقية لكرة اليد، ط2، ترجمة: كمال عبد الحميد، دار المعارف، القاهرة، 1982.
- 11- قحطان جليل خليل العزاوي، أثر استخدام الألعاب الصغيرة في تطوير بعض القدرات البدنية لدى حراس المرمى بكرة القدم، مجلة علوم الرياضة، العدد الأول، جامعة ديالى كلية التربية الرياضية، العراق، 2009.
- 12- قدرى السيد مرسى: أثر تخطيط برنامج تدريبي على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للاعبى الفريق القومي لكرة اليد، مجلة علوم وفن المجلد الثاني، العدد الرابع، جامعة حلوان، 1990.
- 13- قيس ناجي عبد الجبار ويسطويسي احمد: الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي، مطبعة التعليم العالي، جامعة بغداد، 1987.

- 14-كمال عبد الحميد وزينب فهمي: كرة اليد للناشئين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1987.
- 15-لؤي غانم الصميدعي وآخرون: الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي، ط1، اربيل، 2010.
- 16-محمد حسن علاوي ومحمد نصير الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000.
- 17-مصطفى محمد السايح ومحمد حسين عبد المنعم: الألعاب الصغيرة وتطبيقاتها، ط1، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2006.
- 18-مقدم عبد الحفيظ: الإحصاء والقياس النفسي والتربوي مع نماذج من المقاييس والاختبارات، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1993.
- 19-منير جرجس إبراهيم: كرة اليد للجميع، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.
- 20-موريس أنجلس: منهجية البحث العلمي في العلوم الانسانية، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون، ط2، دار القصب، الجزائر، 2013.
- 21-ميسون علوان وعباس حسين عبيد: أثر تدريبات الأثقال في تطوير القوة المميزة بالسرعة ومطاولة القوة للذراعين وأداء اللكمة المستقيمة للملاكمين المبتدئين، مجلة علوم الرياضة، جامعة بابل، العدد الثاني، المجلد الرابع، 2005